



สถาบันวิจัยประชากรและสังคม
มหาวิทยาลัยมหิดล

ประชากร และการพัฒนา

ศตวรรษิกชนสตรี
ผู้มีอายุยืนยาวที่สุดใน
ประวัติศาสตร์อังกฤษ

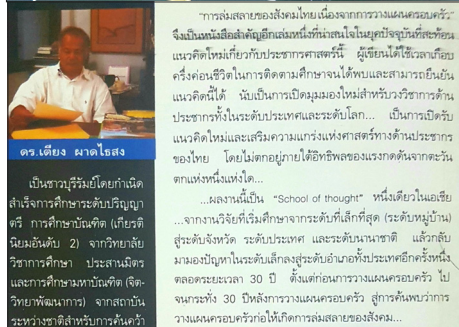
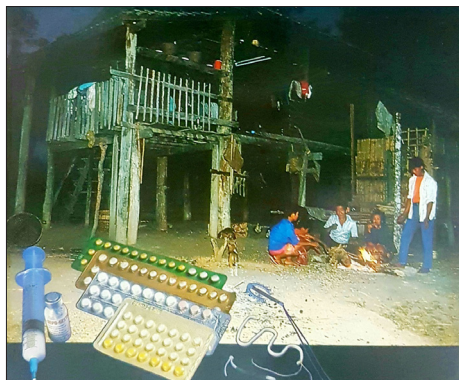
หน้า 13

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

การก่อตั้งสมาคมส่งเสริมการเกิดแห่งประเทศไทย

อภิชาติ จารัสถุทธิรงค์
aphichat.cha@mahidol.ac.th

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับปัญหาวิกฤตประชากรอย่างที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อน คนไทยจำนวนมากรู้สึกว่าจะต้องอยู่ในระบบนิเวศที่เศรษฐกิจและสังคมไม่เอื้อต่อการมีบุตร อัตราการเจริญพันธุ์รวม (Total Fertility Rate: TFR) ได้ลดลงมาอยู่ที่ 1.0 และประเทศไทยกลายเป็นหนึ่งในประเทศที่ประชากรลดลงในสัดส่วนที่สูงที่สุดในโลก ปัญหานี้ไม่เพียงแต่เป็นเรื่องของจำนวนประชากรเท่านั้น แต่ส่งผลกระทบต่อโครงสร้างเศรษฐกิจ สังคม แรงงาน และความมั่นคงของประเทศไทยในระยะยาว หากไม่มีมาตรการใดๆ ที่เพียงพอในการแก้ไขสถานการณ์ดังกล่าว ภายในปี พ.ศ. 2573-2577 ประเทศไทยจะเข้าสู่ “สังคมสูงอายุระดับสุดยอด” โดยมีประชากรสูงอายุเกินกว่า 28% ของประชากรทั้งหมด ส่งผลให้จำนวนแรงงานลดลงอย่างมาก และกลุ่มคนวัยทำงานที่มีหน้าที่เสียภาษีและดูแลประชากรสูงวัยจะลดน้อยลงอย่างรวดเร็ว



รูป 1: ศาสตราจารย์ ดร.เตียพงษ์ ผาดโฮง
จากภาควิชาเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ผู้ได้แจ้งเดือนอันตราย
ของการลดลงของประชากรไทย
ไว้เมื่อสามสิบปีมาแล้ว
ที่มา: <https://bookpanich.com>
สืบค้นเมื่อ 20 กรกฎาคม 2568

ในรายงาน
State of World
Population
2025: The Real
World Crisis
สหประชาชาติ
ถึงกับใช้คำว่า “ประชากร
ล่ม ส ล า ย”
(Population
Collapse) ซึ่ง
สะท้อนถึงความ
รุนแรงของ
ปัญหาที่กำลัง
จะเกิดขึ้นในโลก

ประเทศไทย
แม้จะมีลักษณะ
เดียวกับประเทศ
พัฒนาแล้วหลาย
ประเทศที่กำลัง
เผชิญกับปัญหานี้
แต่สิ่งที่แตกต่าง
คือ ประเทศไทย
ยังไม่สามารถ
หลุดพ้นจาก
“กับดัก

ประเทศรายได้ปานกลาง” ได้ นั่นหมายความว่า ความสามารถในการรองรับและเยียวยาผลกระทบจากโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงไปมีข้อจำกัดมากกว่า จึงนับเป็นวิกฤตที่มีความเฉพาะเจาะจงและเร่งด่วนอย่างยิ่ง

ความท้าทายของการแก้ปัญหาเด็กเกิดน้อย

แม้ว่าภาครัฐจะมีความพยายามในการแก้ไขปัญหานี้ผ่านนโยบายและโครงการต่างๆ แต่ก็ยังไม่สามารถตอบสนองและแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วยเหตุผลหลายประการ:

1. ระดับนโยบายของประเทศไทยถือว่าไม่สูงพอ แม้ว่าในบางครั้งถือว่าเรื่องนี้เป็นวาระแห่งชาติ แต่การขับเคลื่อนนโยบายยังจำกัดอยู่ในระดับกระทรวง เช่น กระทรวงสาธารณสุขและกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ไม่มีการยกย่องการสั่งการ (transfer of command) ขาดการบูรณาการและการจัดการเด็ดขาดในระดับนายกรัฐมนตรีที่สามารถกำหนดนโยบายแบบองค์รวมและสั่งการข้ามกระทรวงได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีส่วนร่วมของกระทรวงการคลังที่มีบทบาทสำคัญในเชิงงบประมาณ
2. สมาคมด้านประชากรและองค์กรระหว่างประเทศที่เคยมีบทบาทสำคัญในการควบคุมประชากรในอดีตยังคงติดอยู่กับกรอบความคิดเดิมคือการจำกัดการเกิดและส่งเสริมอนามัยเจริญพันธุ์ ไม่ได้ปรับตัวให้สอดคล้องกับสถานการณ์ประชากรที่เปลี่ยนแปลงไปในปัจจุบัน อย่างไรก็ตาม UNICEF ได้มีบทบาทสำคัญและเป็นองค์กรหนึ่งที่ผลักดันให้มีการให้เงินช่วยเหลือบุตรเพื่อเสริมสร้างความมั่นคงแก่ครอบครัว
3. ความสนใจและบทบาทในการแก้ไขปัญหาของภาคประชาสังคมและภาคเอกชน องค์กรธุรกิจ ตลอดจนรัฐวิสาหกิจ องค์กรมหาชน และองค์กรทางศาสนายังอยู่ในระดับต่ำหรือแทบไม่มีเลยเมื่อเทียบกับความสำคัญของปัญหา และยังขาดการเชื่อมโยงและความร่วมมือระหว่างกันอย่างมีประสิทธิภาพ

การก่อตั้งสมาคมส่งเสริมการเกิดแห่งประเทศไทย

การก่อตั้ง “สมาคมส่งเสริมการเกิดแห่งประเทศไทย” เป็นข้อเสนอเชิงนโยบายและกลไกใหม่ที่จะเข้ามาเติมเต็มบทบาทที่ภาครัฐและองค์กรที่ยังไม่สามารถทำได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยมีเป้าหมายเพื่อสร้างสภาพแวดล้อมและโครงสร้างที่เอื้อต่อการมีบุตรของคนไทยในยุคปัจจุบันและอนาคต

วัตถุประสงค์หลักของสมาคม

1. **เสริมรัฐ:** สมาคมจะทำหน้าที่เสริมสร้างการรณรงค์เชิงสร้างสรรค์ สร้างการสื่อสารและภาพลักษณ์ใหม่เกี่ยวกับการมีลูก ตอบโต้ข้อกังวลเรื่องเศรษฐกิจ ค่าครองชีพ และความมั่นคงในชีวิตของครอบครัว

2. **เชื่อมโยงภาคส่วน:** สมาคมจะทำหน้าที่ลดแรงปะทะและเป็น “สะพาน” เชื่อมโยงระหว่างภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาชน เพื่อขับเคลื่อนนโยบายและโครงการต่างๆ อย่างมีพลังและต่อเนื่อง

3. **เป็นต้นแบบนวัตกรรม:** ประเมินผลโครงการที่มีอยู่ทดลองและพัฒนาโครงการใหม่ๆ เช่น พัฒนา business model ศูนย์ดูแลเด็กในเขตเมือง วิสาหกิจชุมชนด้านการดูแลเด็กและครอบครัว การส่งเสริมระบบรับบุตรบุญธรรมที่ทันสมัยและยืดหยุ่นเพื่อให้ทางเลือกให้กับผู้ตั้งครรภ์ไม่พร้อม รวมถึงการสร้างรูปแบบใหม่ของสวัสดิการสำหรับครอบครัวที่มีลักษณะหลากหลายขึ้น

4. **สนับสนุนครอบครัว:** สร้างเครือข่ายหน่วยบริการที่รัฐยัง無法เข้าถึงหรือรองรับได้อย่างครอบคลุม เช่น ศูนย์ให้คำปรึกษาด้านชีวิตครอบครัวและการมีบุตร ศูนย์ให้คำปรึกษาด้านภาวะมีบุตรยากและการอุ้มบุญ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพจิตและสร้างกำลังใจให้กับพ่อแม่ในกลุ่มเปราะบาง

5. **ผลักดันนโยบายสาธารณะ:** รวบรวมเสียงจากประชาชน องค์การการกุศลและอาสาสมัคร ผลักดันข้อเสนอเชิงนโยบาย เช่น การยกระดับเงินอุดหนุนเด็กแรกเกิด การขยายสิทธิการลาคลอดและการดูแลเด็ก การสนับสนุนสถานประกอบการที่เป็นมิตรกับครอบครัว รวมถึงพัฒนาแนวคิดใหม่ๆ ด้านวิสาหกิจชุมชนและวิสาหกิจเพื่อสังคม ด้านการส่งเสริมการเกิดให้มีขึ้นภายใต้ความเป็นวาระแห่งชาติ เช่น พัฒนาตัวชี้วัด “คะแนนส่งเสริมการมีบุตร” ที่ภาคเอกชนสามารถสะสมได้จากการดำเนินโครงการ Corporate Social Responsibility (CSR) ด้านการส่งเสริมการเกิด

แนวทางการขับเคลื่อนเร่งด่วน

เนื่องจากการลงทุนในเด็กที่จะเป็นต้นทุนต่อไปในอนาคต เป็นการประกันสิทธิเด็กขั้นพื้นฐาน สามารถกระตุ้นเศรษฐกิจและมีผลตอบแทนระยะยาวทางเศรษฐกิจและสังคมหลายเท่า



รูป 2: สภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับเด็กและครอบครัว

ที่มา: <https://chatgpt.com/c/6877002f-5160-800c-a22b-896d30f02100>

สืบค้นเมื่อ 16 กรกฎาคม 2568

สมาคมจะรณรงค์ให้ภาครัฐพิจารณายกระดับการจัดสรรเงินช่วยเหลือบุตรแบบรายเดือน เป็นเดือนละ 3,000 บาท ต่อเด็กหนึ่งคน จำนวนประมาณ 400,000 คน ตั้งแต่แรกเกิดจนถึงอายุ 6 ปี เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางเศรษฐกิจสำหรับครอบครัว และช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายในช่วงสำคัญของการเลี้ยงดูบุตร (ถือเป็นการกระตุ้นเศรษฐกิจแบบ “คนละครึ่ง” ธุรกิจการผลิตสินค้าและบริการเกี่ยวกับการดูแลเลี้ยงดูเด็กจะขยายตัว) งบประมาณสามารถดึงมาจากโครงการที่ไม่ต้องขยายตัวต่อไป หน่วยงานภาครัฐ (ไม่ว่าหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ องค์กรมหาชน) และการขยายโครงสร้างพื้นฐานและสาธารณูปโภค ที่ควรต้องเริ่มหดตัวลง เข้าสู่ exit strategy ทำการรวบรวมหน่วยงานเพื่อลดค่าใช้จ่าย จากการคาดประมาณประชากรที่กำลังลดลง

ในขณะเดียวกัน สมาคมจะผลักดันให้ภาคเอกชน องค์กรธุรกิจ และรัฐวิสาหกิจ ดำเนินโครงการ CSR ที่เกี่ยวข้องกับ การส่งเสริมการเกิด โดยสามารถขอลดหย่อนภาษีจากภาครัฐได้ในรูปแบบที่ชัดเจนและจูงใจ เพื่อให้เกิดการกระจายกิจกรรมส่งเสริมการเกิดในรูปแบบที่หลากหลายไปทั่วประเทศ ไม่ว่าจะเป็นการสนับสนุนศูนย์เด็กเล็ก การจัดตั้งกองทุนเพื่อครอบครัว กองทุนชุมชนเผื่อาระวังและดูแลเด็ก หรือการสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรกับเด็กและครอบครัวในสถานประกอบการและสถานที่อื่นๆ การพัฒนาเมืองที่เป็นมิตรและเอื้อต่อการเลี้ยงดูเด็ก แนวทางเดียวกับโครงการ CSR ด้านสิ่งแวดล้อมและการสะสม carbon credit ในการส่งเสริมการเกิดภาคเอกชนควรสามารถสะสม population credit หรือคะแนนส่งเสริมการมีบุตรเพื่อใช้ลดหย่อนภาษีและสร้างภาพลักษณ์องค์กร ได้เช่นกัน

บทสรุป

ประเทศไทยกำลังเผชิญกับวิกฤตประชากรครั้งใหญ่ที่อาจส่งผลกระทบต่อความมั่นคงของชาติในระยะยาว แม้ว่าภาครัฐจะมีความพยายามในการแก้ไขปัญหา แต่ด้วยข้อจำกัดเชิงการเมืองและโครงสร้าง การขาดผู้นำและการบูรณาการข้ามภาคส่วน และการไม่อยู่ในระดับนโยบายสูงสุด ทำให้การขับเคลื่อนยังไม่เพียงพอ

การจัดตั้ง “สมาคมส่งเสริมการเกิดแห่งประเทศไทย” จึงเป็นข้อเสนอเชิงรุกที่มีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างและผลักดันให้การส่งเสริมการเกิดเป็น “วาระแห่งชาติที่ขับเคลื่อนโดยประชาชน” ด้วยการมีส่วนร่วมของภาคเอกชน ภาควิชาการ และภาคประชาสังคมร่วมกัน จุดมุ่งหมายคือการสร้างสังคมที่พร้อมให้ทุกครอบครัวมีบุตรได้อย่างมีความสุข มีคุณภาพชีวิตที่ดี และมีความมั่นคงในระยะยาว

สมาคมนี้สามารถมีส่วนร่วมเป็นแกนนำรับมือกับวิกฤตประชากรในปัจจุบันได้ อย่างไรก็ตาม สมาคมจะเกิดขึ้นได้ก็ด้วยการสนับสนุนจากประชาชนและองค์กรทุกภาคส่วนที่กล่าวมาแล้ว ที่ล้วนมีความหวังในประเทศชาติร่วมกัน



โคเปนเฮเกน เมืองแห่งความสุขที่ขับเคลื่อน ด้วยจักรยานและพลังงานสะอาด

โคเปนเฮเกน เมืองหลวงของประเทศเดนมาร์กได้รับการจัดอันดับให้เป็นเมืองที่น่าอยู่ที่สุดในโลกของปี 2568 จากการจัดอันดับของ Economist Intelligence Unit (EIU) เดนมาร์กเป็นประเทศขนาดเล็กที่อยู่ในแถบสแกนดิเนเวียมีประชากรประมาณ 6 ล้านคน มีระบบสวัสดิการและโครงสร้างพื้นฐานที่ดี ประชาชนสามารถเข้าถึงบริการขั้นพื้นฐานได้อย่างทั่วถึง ทั้งในด้านสาธารณสุข ด้านการศึกษา มีการปกครองแบบประชาธิปไตย ให้ความสำคัญกับสิทธิมนุษยชนและความเท่าเทียมทางสังคม ทำให้ประชาชนที่อาศัยอยู่ในเมืองนี้มีคุณภาพชีวิตที่ดีและมีความสุขมากที่สุดในโลก

เมืองโคเปนเฮเกน เป็นเมืองที่ใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อมในทุกมิติของการดำเนินชีวิต มีการนำเทคโนโลยีพลังงานสะอาดมาใช้ในการจัดการและพัฒนาเมือง โดยออกแบบเมืองให้ใช้พลังงานสะอาดได้อย่างมีประสิทธิภาพ พลังงานสะอาดที่นำมาใช้ในเมืองมาจากแหล่งพลังงานธรรมชาติที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม เช่น พลังงานลม พลังงานแสงอาทิตย์ และพลังงานความร้อนจากขยะ

การพัฒนาเมืองด้วยการออกแบบและสร้างสภาพแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ประชาชนทุกคนที่อาศัยอยู่ในเมืองนี้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ด้วยการสร้างพื้นที่สีเขียวกระจายอยู่ในทุกพื้นที่ของเขตเมือง ไม่ว่าจะเป็นสวนสาธารณะ ทางเดินริมคลอง และพื้นที่การเกษตรในเมือง (รูปที่ 1) รวมถึงการออกแบบการเดินทางด้วยระบบขนส่งสาธารณะไปยังสถานที่ต่างๆ ในเมืองที่ได้ออกแบบมาอย่างดี ส่งเสริมให้ประชาชนใช้ยานพาหนะจากพลังงานสะอาด และสามารถเข้าถึงบริการระบบขนส่งมวลชนสาธารณะต่างๆ ได้ง่าย โดยมีบริการขนส่งที่ครอบคลุมพื้นที่และมีประสิทธิภาพ ทั้งรถไฟใต้ดิน รถประจำทางที่ใช้พลังงานไฟฟ้า ระบบขนส่งสาธารณะมีให้เลือกหลากหลาย สะดวก สะอาด และตรงต่อเวลา ทำให้ประชาชนมีทางเลือกในการเดินทางไปต่างๆ ในเมืองโดยไม่จำเป็นต้องใช้รถยนต์ส่วนตัว



รูป 1: พื้นที่สาธารณะในเมืองโคเปนเฮเกน
สำหรับการพักผ่อน และการปั่นจักรยาน
รูปโดย: นิพนธ์ ดาราวุฒิมาประกรณ์

นอกจากเดินทางด้วยระบบบริการสาธารณะที่ดีและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมแล้ว ยังมีการรณรงค์ให้ประชาชนหันมาใช้จักรยานในการเดินทางไปยังสถานที่ต่างๆ เพื่อช่วยลดการใช้รถยนต์ส่วนบุคคล

ลดมลพิษทางอากาศ และลดความแออัดในระบบขนส่งสาธารณะ การใช้จักรยานในการเดินทางทำให้ประชาชนได้ออกกำลังกาย และมีสุขภาพดีขึ้น ที่สำคัญเมืองโคเปนเฮเกน ได้ชื่อว่า เป็นเมืองที่เป็นมิตรกับจักรยานที่สุดในโลก เพราะมีการลงทุนพัฒนาโครงสร้างพื้นฐานสำหรับจักรยานอย่างจริงจัง ไม่ว่าจะเป็นช่องทางสำหรับขี่จักรยานที่ปลอดภัย สะพานสำหรับจักรยานโดยเฉพาะ ช่องทางสำหรับจักรยานที่เชื่อมโยงกับพื้นที่สีเขียว และที่จอดจักรยานจำนวนมากทั่วเมือง (รูปที่ 2) ทำให้เมืองโคเปนเฮเกน กลายเป็นเมืองต้นแบบสำหรับการใช้จักรยานให้กับอีกหลายเมืองทั่วโลก การออกแบบเมืองเพื่อให้เป็นมิตรกับการใช้จักรยานได้รับความร่วมมือจากประชาชนเป็นอย่างดี โดยประชาชนที่อาศัยอยู่ในเมืองนี้มากกว่า 60% ใช้จักรยานเป็นพาหนะหลักในการเดินทางในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเดินทางไปทำงานหรือไปเรียนหนังสือ



รูป 2: จุดจอดรถจักรยานสาธารณะในเมืองโคเปนเฮเกน
รูปโดย: นิพนธ์ ดาราวุฒิมาประกรณ์

หากมีโอกาสได้เที่ยวที่กรุงโคเปนเฮเกน เมืองหลวงของเดนมาร์กซึ่งขึ้นชื่อว่าเป็น “เมืองหลวงแห่งจักรยาน” นักท่องเที่ยวไม่ควรพลาดที่จะลองปั่นจักรยานเพื่อสัมผัสวิถีชีวิตแบบเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม การเดินทางด้วยจักรยานจะพาคุณชื่นชมความสวยงามของสถาปัตยกรรม อาคารบ้านเรือน และบรรยากาศเมืองที่เรียบง่ายและเป็นธรรมชาติในแบบฉบับชาวเดนมาร์ก

คุณสามารถใช้จักรยานสาธารณะที่มีให้บริการทั่วมือเมืองสามารถเช่าได้ง่ายๆ ผ่านโทรศัพท์มือถือ จากนั้นก็สามารถปั่นไปยังสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ ได้อย่างสะดวก และเมื่อต้องการคืนจักรยานก็สามารถนำไปจอดที่จุดรับคืนใกล้เคียงได้ทันที

ดังนั้นเมืองโคเปนเฮเกนจึงไม่ใช่แค่เมืองที่มีความสุขที่สุดในโลกเท่านั้น แต่เป็นเมืองที่ทำให้ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี มีสภาพแวดล้อมน่าอยู่ เป็นเมืองต้นแบบของการพัฒนาเมืองควบคู่ไปกับการรักษาสภาพแวดล้อมให้มีความยั่งยืนอย่างแท้จริง เป็นเมืองที่พิสูจน์ให้เห็นแล้วว่าการพัฒนาเมืองสามารถทำควบคู่ไปกับการรักษาโลกได้ และคงจะดีไม่น้อยหากจะนำแนวคิดการพัฒนาเมืองควบคู่ไปกับการรักษาโลกมาปรับใช้ในบ้านเมืองของเรา

แร่หายาก ประโยชน์และโทษที่ต้องเฝ้าระวัง

แร่หายาก (Rare Earth Elements: REEs) เป็นกลุ่มของธาตุโลหะหายาก ที่มีคุณสมบัติพิเศษด้านแม่เหล็ก การเรืองแสง และตัวนำไฟฟ้า ทำให้มีบทบาทสำคัญในเทคโนโลยีสมัยใหม่อย่างมาก และทั่วโลกเองก็กำลังตื่นตัวเรื่องพลังงานสะอาด การใช้แร่หายากจึงส่งผลกระทบต่ออุตสาหกรรมการผลิตสินค้าเทคโนโลยีระดับสูงที่เป็นมิตรต่อมนุษย์และสิ่งแวดล้อม เช่น รถยนต์ไฟฟ้า อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์สำหรับโทรศัพท์มือถือ จอภาพโทรทัศน์ แบตเตอรี่สำหรับรถยนต์ไฟฟ้า ลำโพง รถไฮบริด กังหันลมขนาดใหญ่เพื่อใช้ผลิตกระแสไฟฟ้า แร่หายากยังเป็นส่วนประกอบสำคัญของปืนสำหรับเครื่องบินรบ F-35 และอุปกรณ์ยานอวกาศ อีกทั้งมีความสำคัญต่อเทคโนโลยีทางการแพทย์ เช่น การผ่าตัดด้วยแสงเลเซอร์ และการสแกนเอ็มอาร์ไอ (การใช้คลื่นแม่เหล็กไฟฟ้าตรวจร่างกาย) แร่หายากประกอบด้วยกลุ่มโลหะ 17 ชนิด¹ อย่างไรก็ตาม มีข้อจำกัดในการสกัดแร่หายาก เนื่องจากขั้นตอนการสกัดแร่มีส่วนก่อมลพิษต่อสิ่งแวดล้อม และปล่อยสารกัมมันตรังสีออกมา หลายประเทศจึงเลือกที่จะนำเข้าแร่หายากนี้จากประเทศอื่นแทน ซึ่งประเทศจีนได้ครองส่วนแบ่งการผลิตแร่หายาก เนื่องจากเป็นแหล่งที่พบแร่มากที่สุดในโลก

ทั่วโลกมีปริมาณสำรองแร่หายาก ประมาณ 120 ล้านตัน โดยจีนอยู่อันดับแรกที่มีแร่หายาก ประมาณ 44 ล้านตัน และจีนสามารถผลิตแร่หายากได้มากถึงร้อยละ 60-80 ของปริมาณความต้องการของโลก และแปรรูปได้ถึงร้อยละ 90 ส่วนประเทศที่สามารถผลิตแร่หายากได้เป็นอันดับรองลงมา ในปี 2567 ได้แก่ เมียนมา ออสเตรเลีย ไทย ไนจีเรีย อินเดีย และรัสเซีย

กระแสแร่หายากกำลังเป็นประเด็นการเมืองโลก จากผลกระทบเชิงเศรษฐกิจและสังคมระดับมหภาค ดังนี้

1. กระบวนการผลิตภาคอุตสาหกรรมที่ต้องพึ่งพิงแร่หายาก เช่น อุตสาหกรรมรถยนต์ อิเล็กทรอนิกส์ และพลังงานหมุนเวียน มีต้นทุนการผลิตสูง
2. ความมั่นคงของประเทศด้านยุทธโศปกรณ์ที่ต้องพึ่งพิงการผลิตจากแร่หายาก
3. ผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อมและสังคม

ประเทศไทยมีแหล่งแร่หายากที่มีศักยภาพ ส่วนใหญ่มาจากแร่โมนาไซต์ (monazite) ซึ่งเป็นแร่พลอยปนกับแร่ดีบุก ในช่วงประมาณปี 2537 ราคาแร่ดีบุกตกต่ำลง ทำให้เหมืองดีบุกมากกว่าร้อยละ 60 ปิดตัวลง ไม่มีการผลิตแร่หายากในไทย สถานการณ์ล่าสุดพบสารพิษปนเปื้อนในกลุ่มแม่น้ำกก จังหวัดเชียงราย ซึ่งปนเปื้อนมาจากการทำเหมืองทองคำของบริษัทจากประเทศจีนที่เข้ามาลงทุนทำเหมืองที่รัฐฉานและรัฐคะฉิ่น ประเทศเมียนมา พบสารโลหะหนัก เช่น ตะกั่วปนเปื้อนอยู่ในลำน้ำกก ซึ่งไหลผ่านจังหวัดเชียงรายเช่นกัน เกิดผลกระทบต่อระบบนิเวศระดับรุนแรง เช่น น้ำมีสีเข้ม ขุ่น และเป็นอันตรายต่อประชาชนที่อาศัย

ในบริเวณลุ่มน้ำ รวมถึงปลาหลายชนิดติดเชื้อจากสารตะกั่ว และมีร่องรอยบาดแผลทั่วลำตัว

แถลงการณ์ของมูลนิธิสิทธิมนุษยชนไทใหญ่ ปี 2568 เผยแพร่ข้อมูลที่ต้องเฝ้าระวัง โดยสรุปดังนี้²

◆ สุขภาพชุมชน ชาวบ้านชุมชนเมือง Mong Yawn รัฐคะฉิ่น ป่วยด้วยโรคผิวหนังและทางเดินหายใจจากฝุ่นพิษและน้ำปนเปื้อน โดยมลพิษทางน้ำและดิน เกิดมาจากการขุดที่ใช้สารเคมีและการผลิตกากกัมมันตรังสีจากธาตุโทเรียมและยูเรเนียมที่สามารถปนเปื้อนลงสู่ลำน้ำได้ดินและแม่น้ำสายหลัก

◆ การทำลายระบบนิเวศ จากการขุดเหมืองเปิดขนาดใหญ่ ซึ่งเป็นการทำลายป่าและที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่า เช่น เหมืองในรัฐคะฉิ่น เมียนมา ทำให้เกิดดินถล่มและน้ำเสีย ส่งผลกระทบต่อปลาและพืชผล



รูป: แนวภูเขาในรัฐคะฉิ่นเปลี่ยนสภาพเป็นเหมืองเปิดเพื่อสกัดแร่หายาก
ที่มา: <https://globalwitness.org/en/campaigns/transition-minerals/fuelling-the-future-poisoning-the-present-myanmars-rare-earth-boom/>
สืบค้นเมื่อ 7 กรกฎาคม 2568

การใช้ประโยชน์จากแร่หายาก กำลังเป็นภัยคุกคามต่อคุณภาพชีวิตมนุษย์และสิ่งแวดล้อมที่ไม่เหมาะสมต่อสิ่งมีชีวิตเนื่องจากขั้นตอนการขุดและกรรมวิธีแปรรูปโลหะหนักเพื่อสกัดแร่หายากจำเป็นต้องใช้สารเคมีแยกสิ่งปนเปื้อนออกจากแร่ อีกทั้งกระบวนการผลิตยังขาดวิธีการกำจัดกากแร่ที่มีกัมมันตรังสี ดังนั้น เมื่อระบายน้ำเสียสู่แม่น้ำสายหลัก จึงทำให้เกิดอุบัติเหตุที่เกินมาตรฐานสำหรับสิ่งมีชีวิต สะท้อนได้ว่าการกำจัดกากแร่ยังเป็นปัญหาใหญ่ ซึ่งอาจทำให้กากแร่รั่วไหลในระยะยาว การแก้ปัญหาจำเป็นต้องใช้งบประมาณมหาศาลและเทคโนโลยีขั้นสูง และที่สำคัญต้องมีมาตรการกำกับดูแลด้านสิ่งแวดล้อมอย่างเข้มงวดเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบต่อมนุษย์และระบบนิเวศในระยะยาว

เอกสารอ้างอิง

1. แร่หายาก ประกอบด้วยแร่ 17 ชนิด ได้แก่ สแกนเดียม (Sc) อิตเรียม (Y) และกลุ่มธาตุแลนทาไนด์อีก 15 ตัว ได้แก่ แลนทานัม (La) ซีเรียม (Ce) เพอร์ซิอิตเมียม (Pr) นีโอติเมียม (Nd) โพรมิเทียม (Pm) ซาแมเรียม (Sm) ยูโรเพียม (Eu) แกโดลิเนียม (Gd) เทอร์เบียม (Tb) ดิสโพรเซียม (Dy) โฮล์เมียม (Ho) เออร์เบียม (Er) ทูลเลียม (Tm) อิตเทอร์เบียม (Yb) และลูทีเซียม (Lu) <https://www.statista.com/study/10040/rare-earths--statista-dossier/>
2. 4 ข้อเท็จจริงเหมืองแร่รัฐไฉ่ฉิ่น เมียนมาร์ 16/05/2025 <https://greennews.agency/?p=41011>



7 กลยุทธ์ของบริษัทอาหารแปรรูปในประเทศไทย

บริษัทอาหารแปรรูปมีส่วนช่วยเพิ่มการเข้าถึงอาหาร แต่ก็ยังเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เนื่องจากผลิตภัณฑ์ของบริษัทมีปริมาณน้ำตาล ไขมัน และโซเดียมสูง บทความนี้วิเคราะห์กลยุทธ์การดำเนินธุรกิจของบริษัทอาหารฯ ชั้นนำของประเทศไทย จำนวน 15 บริษัท ใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพด้วยการวิจัยเอกสารและการสัมภาษณ์ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องจากหลายภาคส่วน จำนวน 30 คน ผลการศึกษาพบว่า บริษัทอาหารฯ ดำเนินกลยุทธ์ 7 กลยุทธ์ เพื่อขยายอิทธิพลและปกป้องผลประโยชน์ทางธุรกิจ¹ ดังนี้

1. กลยุทธ์การเมือง

กลุ่มบริษัทอาหารฯ สร้างความสัมพันธ์กับผู้กำหนดนโยบายผ่านการเข้าร่วมในคณะทำงาน ให้คำแนะนำทางเทคนิค ใช้เครือข่ายส่วนตัว และจ้างอดีตข้าราชการ รวมถึงการลوبي่งและให้ทุนแก่พรรคการเมือง กลุ่มบริษัทอาหารฯ ยังใช้กฎหมายเพื่อข่มขู่คู่แข่งหรือภาคประชาสังคม และเสนอนโยบายทดแทน เช่น การควบคุมตนเองแทนกฎหมายจากภาครัฐ กลยุทธ์เหล่านี้ลดบทบาทของรัฐในการปกป้องสุขภาพของคนในสังคมไทย

2. กลยุทธ์ด้านวิทยาศาสตร์

กลุ่มบริษัทอาหารฯ กำหนดกรอบหลักฐานโดยสนับสนุนงานวิจัยที่เอื้อประโยชน์ต่อบริษัทของตนเอง จ้างนักวิชาการเป็นที่ปรึกษา ควบคุมการเผยแพร่ข้อมูล ได้แย่งงานวิจัยจากภาคประชาสังคม และวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ เช่น การใช้เทคโนโลยีเพื่อยืดอายุสินค้า การพัฒนาเนื้อจากพืช และการเก็บข้อมูลผู้บริโภคผ่านช่องทางดิจิทัลเพื่อนำมาใช้ในการตลาดให้ตรงกับความต้องการของผู้บริโภค

3. กลยุทธ์การตลาด

กลุ่มบริษัทอาหารฯ ส่งเสริมการตลาดผ่านโฆษณาหลากหลายช่องทาง การใช้ผู้มีชื่อเสียง การออกแบบบรรจุภัณฑ์ให้ดึงดูดและมีคำกล่าวอ้างเพื่อแสดงว่าผลิตภัณฑ์ของตนดีต่อสุขภาพ เช่น วิตามินซีสูง และการลดราคาและปรับขนาดสินค้าเพื่อให้ราคาถูกลง รวมทั้งการทุ่มงบโฆษณาเพื่อยึดครองพื้นที่สื่อ



รูป: ส่งเสริมการตลาดผ่านโฆษณาและลดราคาสินค้า

ที่มา: <https://chatgpt.com/c/6880986a-ff00-800c-ae26-a44c4c2d2c73>

สืบค้นเมื่อ 23 กรกฎาคม 2568

4. กลยุทธ์ห่วงโซ่อุปทานและการจัดการของเสีย

กลุ่มบริษัทอาหารฯ ควบคุมระบบการผลิตตั้งแต่ต้นน้ำถึงปลายน้ำ เช่น การซื้อกิจการ การทำสัญญา การลงทุนในระบบขนส่ง รวมถึงการขยายแฟรนไชส์ในต่างประเทศ ในด้านสิ่งแวดล้อม แม้กลุ่มบริษัทอาหารฯ มีมาตรการจัดการของเสีย แต่ยังคงพบการละเมิดกฎหมาย เช่น การปล่อยน้ำเสียลงแม่น้ำและการเผาผลาญผลิตผลเก็บเกี่ยว ซึ่งสร้างมลพิษทางอากาศ เช่น PM2.5

5. กลยุทธ์แรงงานและการจ้างงาน

บริษัทอาหารฯ บางแห่งขัดขวางการจัดตั้งสหภาพแรงงานที่มิใช่เป็นธรรมในบริษัทย่อย และหลีกเลี่ยงความรับผิดชอบเมื่อเกิดอุบัติเหตุในที่ทำงาน แม้มีระบบร้องเรียน แต่กลับไม่ตอบสนองอย่างเป็นรูปธรรม เพราะภาคประชาสังคมที่มีบทบาทในการรับเรื่องร้องเรียนได้รับทุนจากบริษัท นอกจากนี้ยังพบว่าไม่มีการตรวจสอบจากภายนอกอย่างโปร่งใส

6. กลยุทธ์การจัดการทางการเงิน

กลุ่มบริษัทอาหารฯ ใช้กลยุทธ์ด้านการเงินเพื่อเพิ่มผลกำไรและลดภาระภาษี เช่น การลดภาษีผ่านการบริจาคและปรับสูตรสินค้า การใช้ผลขาดทุนสะสม การส่งเสริมสินเชื่อผ่านความร่วมมือกับธนาคาร และการใช้ประโยชน์จากนโยบายส่งเสริมการลงทุน เช่น การยกเว้นภาษีหรือเงินอุดหนุน

7. กลยุทธ์การบริหารจัดการชื่อเสียง

กลุ่มบริษัทอาหารฯ ดำเนินยุทธศาสตร์การบริหารจัดการชื่อเสียงเพื่อภาพลักษณ์ที่ดีให้แก่คนในสังคมโดยอิงแนวคิดความยั่งยืน เช่น การรักษาสังแวดล้อมด้วยการรีไซเคิล การสนับสนุนการศึกษา ดนตรี กีฬา ศิลปะ วัฒนธรรม และการสร้างความร่วมมือกับภาครัฐและสถาบันต่างๆ ของสังคมไทย นอกจากนี้กลุ่มบริษัทอาหารฯ ยังสร้างความใกล้ชิดกับสื่อมวลชนผ่านการให้ทุนสนับสนุนกิจกรรมของสื่อมวลชนหรือจัดทริปเยี่ยมชมบริษัท การจ่ายเงินให้นักข่าว และการจ้างนักเขียนผี เพื่อเขียนบทความที่มีเนื้อหาเป็นประโยชน์ต่อบริษัท

กลุ่มบริษัทอาหารฯ ใช้กลยุทธ์ในการดำเนินธุรกิจหลายกลยุทธ์อย่างเป็นระบบ ซึ่งช่วยเสริมความแข็งแกร่งทางธุรกิจ แต่ในขณะเดียวกันก็สร้างผลกระทบต่อสุขภาพของประชาชน สิ่งแวดล้อม สิทธิแรงงาน และความโปร่งใสของนโยบายสาธารณะภาครัฐต้องมีมาตรการที่เข้มแข็ง เช่น การจำกัดบทบาทของกลุ่มบริษัทอาหารฯ ในกระบวนการนโยบายและการจัดการผลประโยชน์ทับซ้อน เพื่อถ่วงดุลอำนาจและอิทธิพลของกลุ่มบริษัทอาหารฯ อย่างเหมาะสม

เอกสารอ้างอิง

1. นนนุช จินดารัตนาภรณ์, วีรภาคย์ ชำศิริพงษ์, สลักจิต ชื่นชม. โครงการศึกษาปัจจัยทางการค้าที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ: กลยุทธ์การค้าและธุรกิจของกลุ่มบริษัทอาหารแปรรูปพิเศษ. นครปฐม: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล; 2568.



เด็กน้อยลงและแรงงานที่ขาดหายไป

ประเทศไทยเคยมีจำนวนเด็กเกิดมากกว่า 1 ล้านคนต่อปีในช่วงระหว่างปี 2506-2526 จนถูกเรียกว่าเป็น “รุ่นเกิดล้าน” แต่ผ่านไปเกือบ 40 ปี ในปี 2564 ประเทศไทยมีจำนวนเด็กเกิดน้อยกว่าจำนวนการตายเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ นับเป็นจุดเริ่มต้นของภาวะประชากรหดตัวที่กำลังส่งผลกระทบในหลายมิติ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และแรงงาน ต่อเนื่องมาในปี 2567 ประเทศไทยมีจำนวนเด็กเกิดต่ำกว่า 500,000 คนต่อปีเป็นครั้งแรก ขณะเดียวกัน อัตราเจริญพันธุ์รวมก็ลดลงอย่างต่อเนื่องตลอดหลายทศวรรษจนเหลือเพียง 1.0 คนต่อผู้หญิงหนึ่งคนในปีเดียวกัน ปรากฏการณ์นี้สะท้อนว่าประเทศไทยได้เข้าสู่ช่วงเปลี่ยนผ่านทางประชากร โดยจำนวนประชากรกำลังเริ่มลดลงอย่างช้าๆ จากอัตราการเพิ่มประชากรที่อยู่ในระดับติดลบ ทั้งจากการเกิดที่ลดลง และอัตราการตายที่มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงของประชากร

สิงคโปร์: เด็กเกิดน้อยแต่อัตราเพิ่มประชากรสูงที่สุด

ในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ประเทศไทยมีอัตราเพิ่มประชากรต่ำที่สุด ขณะที่สิงคโปร์แม้จะมีอัตราเจริญพันธุ์รวมต่ำที่สุดเพียง 0.97 ในปี 2567 แต่กลับมีอัตราเพิ่มประชากรสูงสุดถึง 4.86 ซึ่งมาจากการเพิ่มขึ้นของแรงงานข้ามชาติและผู้ย้ายถิ่น โดยเฉพาะกลุ่มที่ได้รับสถานะผู้มีถิ่นที่อยู่ถาวร (Singapore Permanent Resident) หรือได้รับสัญชาติในภายหลัง ที่ผ่านมาสิงคโปร์มีความพยายามในการส่งเสริมการเกิดมาตั้งแต่ปี 2544 ผ่านแผนงานส่งเสริมการเกิด เช่น นโยบาย Baby Bonus Scheme และ Marriage & Parenthood Package ที่ให้เงินช่วยเหลือแก่ครอบครัวที่มีบุตรเป็นจำนวนเงินประมาณ 200,000 – 300,000 บาทต่อคน รวมไปถึงการลงทุนด้านคุณภาพชีวิตเด็กอย่างจริงจังผ่านนโยบาย Child Development Account ที่ช่วยสมทบเงินในบัญชีของเด็กเพื่อนำไปใช้ในด้านการศึกษาและสุขภาพ อย่างไรก็ตาม สิงคโปร์ยังคงประสบกับภาวะเกิดน้อยและแต่งงานน้อย โดยในปี 2566 มีเด็กเกิดเพียง 28,877 ราย เพื่อลดผลกระทบจากกำลังแรงงานที่ลดลง สิงคโปร์จึงเปิดรับแรงงานและพลเมืองใหม่ พร้อมควบคุมจำนวนผู้มีถิ่นที่อยู่ถาวรและพลเมืองใหม่อย่างเข้มงวดเพื่อรักษาสมดุลทางสังคม แนวทางของสิงคโปร์สะท้อนถึงการบริหารจัดการเชิงรุกที่แม้จะเพิ่มการเกิดไม่ได้ แต่สามารถรักษาอัตราการเติบโตของประชากรผ่านการจัดการด้านการย้ายถิ่นได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ญี่ปุ่น: ไม่ทิ้งแรงงานสูงอายุไว้ข้างหลัง และพร้อมผลักดันสังคมอัจฉริยะ

ญี่ปุ่นเผชิญภาวะอัตราการเกิดลดลงต่อเนื่องตั้งแต่ปี 2516 และในปี 2567 มีเด็กเกิดเพียง 686,061 คน ซึ่งเป็นระดับต่ำที่สุดในประวัติศาสตร์ ขณะที่อัตราเจริญพันธุ์รวมลดเหลือ 1.15 สถานการณ์นี้ถูกเรียกว่า ภาวะฉุกเฉินเงียบ (silent emergency) เนื่องจากส่งผลกระทบรุนแรงต่อกำลังแรงงานในอนาคต แม้ญี่ปุ่นจะออกนโยบายส่งเสริมการมีบุตร เช่น การขยายวันลา

หยุดเพื่อเลี้ยงบุตร และเงินอุดหนุนการคลอด รวมไปถึงการให้ความสำคัญกับการศึกษา เช่น การศึกษาปฐมวัยฟรี การส่งเสริมศูนย์เด็กเล็ก และการเลี้ยงดูเชิงบวก แต่ก็ยังไม่สามารถเพิ่มอัตราการเกิดได้ ในอีกด้าน ญี่ปุ่นส่งเสริมให้ผู้สูงอายุทำงานนอกบ้าน และขยายอายุการจ้างงาน โดยตั้งแต่เดือนเมษายน 2568 นายจ้างทุกรายต้องจ้างพนักงานจนถึงอายุ 65 ปี นอกจากนี้ยังมีมาตรการจูงใจนายจ้างให้จ้างงานต่อถึงอายุ 70 ปี โดยมีบริษัท Meiji Yasuda Life Insurance เป็นองค์กรนำร่องขยายอายุเกษียณเป็น 70 ปี นอกจากนี้ ญี่ปุ่นยังรับแรงงานต่างชาติระดับทักษะต่ำถึงกลางเพิ่มขึ้น และแรงงานทักษะสูงก็สามารถขอพำนัการได้ภายใต้ระบบวีซ่า “Highly Skilled Professional” ทำให้ในปี 2567 มีแรงงานต่างชาติรวม 2.3 ล้านคน หรือร้อยละ 3 ของกำลังแรงงาน ญี่ปุ่นยังดำเนินแนวทางเศรษฐกิจแบบปรับตัวต่อภาวะประชากรลดลงที่เรียกว่า Shrinkonomics โดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลควบคู่กับการจ้างงานผู้สูงอายุ พร้อมขับเคลื่อนนโยบาย Society 5.0 ที่มุ่งสร้างสังคมอัจฉริยะผ่านการบูรณาการปัญญาประดิษฐ์ (AI) และ Internet of Things (IoT) เช่น หุ่นยนต์ดูแลผู้สูงอายุ และระบบ AI ติดตามผู้ป่วย เพื่อรองรับโครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว



รูป: ใช้เทคโนโลยีดิจิทัลควบคู่กับการจ้างงานผู้สูงอายุ
ที่มา: <https://chatgpt.com/c/6877002f-5160-800c-a22b-896d30f02100>
สืบค้นเมื่อ 16 กรกฎาคม 2568

บทเรียนจากสิงคโปร์และญี่ปุ่นสะท้อนว่า แม้จะมีนโยบายส่งเสริมการเกิด แต่ก็ยังไม่เพียงพอ ทั้งสองประเทศจึงยังให้ความสำคัญกับการลงทุนในคุณภาพชีวิตของการเกิดควบคู่กันไป เช่น การสนับสนุนการศึกษาปฐมวัย และการเพิ่มคุณภาพชีวิตให้กับเด็กในแต่ละช่วงวัย ขณะเดียวกัน การนำเข้าแรงงานต่างชาติและให้สิทธิพำนัการในกลุ่มแรงงานทักษะสูง รวมถึงการขยายอายุการทำงาน และการพัฒนาเทคโนโลยี เป็นแนวทางรองรับแรงงานในอนาคต ประเทศที่ออกแบบนโยบายแบบบูรณาการส่งเสริมการเกิดอย่างมีคุณภาพและปรับปรุงการจ้างงานจะมีความได้เปรียบในการปรับตัวกับภาวะประชากรลดลง



สบถสาบาน (swear)

สบถสาบานมาจากคำสมาส 2 คำคือ สบถ (ผรุสวาจาหรือคำหยาบคาย) และสาบาน (คำปฏิญาณ ที่อ้างสิ่งศักดิ์สิทธิ์เป็นพยาน) ซึ่งตรงกับภาษาอังกฤษคือ swear ที่มีความหมาย 2 อย่างเช่นกัน คือ คำสาบาน (oath) กับคำหยาบคาย (profanity) ในบทความนี้จะกล่าวถึงความหมายแรกคือ คำสาบาน

คำสาบานคือ คำมั่นสัญญาที่อ้างพระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์มาเป็นพยาน เกี่ยวกับพฤติกรรมหรือการกระทำของตนในอนาคต

การสาบานอาจแสดงออกด้วยการยกมือขวาขึ้น หรือวางมือขวาบนหัวใจ หรือยกมือขวาขึ้นพร้อมกับวางมือซ้ายบนพระคัมภีร์ หรือหนังสือศักดิ์สิทธิ์ (ดูรูป)



รูป: พิธีสาบานตนของประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกา
ที่มา: [https://commons.wikimedia.org/wiki/File:President_Biden_taking_oath_of_office_\(cropped\).png](https://commons.wikimedia.org/wiki/File:President_Biden_taking_oath_of_office_(cropped).png)
สืบค้นเมื่อ 8 กรกฎาคม 2568

คำสาบานมีมาแต่โบราณ ดังปรากฏในคัมภีร์และประเพณีต่างๆ เช่น

- ◆ ประเพณีกรีกที่มีมากกว่า 300 ปี ก่อนคริสตกาลซึ่งถือว่าคำสาบานเป็นสิ่งที่ยึดประชาธิปไตยไว้ด้วยกัน โดยศาสนา ศีลธรรม และองค์กรทางการเมืองจะเชื่อมโยงกันด้วยคำสาบาน
- ◆ ประเพณีโรมันที่จะกล่าวคำสาบานในพิธีสาบานตนเพื่อดำรงตำแหน่ง โดยทำการสาบานต่อหน้าหินสาบาน (Oath Stone) ในวิหารจูปีเตอร์
- ◆ ประเพณีฮินดูที่กล่าวถึงความสำคัญของคำสาบานในมหากาพย์รามายณะและมหาภารตะ โดยบรรยายเกี่ยวกับบุคคลต่างๆ ที่ยอมสละชีวิตของตน แต่จะไม่ยอมผิดคำสาบาน
- ◆ ศาสนาอิสลามที่ถือว่าการปฏิบัติตามคำสาบานเป็นเรื่องสำคัญอย่างยิ่ง โดยมีบทบัญญัติเพื่อลงโทษผู้ทำผิดคำสาบานอยู่ในคัมภีร์อัลกุรอาน
- ◆ ประเพณีชาวคริสต์เตียนที่มีทั้งคัดค้านและสนับสนุนการสาบาน โดยนิกายที่คัดค้านการสาบาน เช่น Quakers, Mennonites, Amish, Hutterites ได้อ้างข้อความจากคัมภีร์ไบเบิลที่กล่าวว่า ต้องให้ความสำคัญกับการพูดความจริงอยู่เสมอ จึงไม่ควรสาบาน
- ◆ ส่วนชาวคริสต์นิกายอื่นที่สนับสนุนกลับมีความเห็นที่ไม่จำเป็นต้องห้ามการสาบานในทุกกรณี ควรมีข้อยกเว้นบ้าง

เช่น การสาบานว่าจะพูดความจริงในศาล การสาบานตนเพื่อรับตำแหน่งสำคัญๆ การสาบานตนก่อนปฏิบัติหน้าที่

ปัจจุบันเกือบทุกประเทศมีบัญญัติว่าด้วยการสาบานอยู่ในกฎหมาย เช่น การสาบานในศาล การสาบานเพื่อรับตำแหน่งของเจ้าหน้าที่ของรัฐ การสาบานความเป็นพลเมือง (ของผู้พลพพที่ ได้รับสัญชาติ)

นอกจากนี้ยังมีคำสาบานอื่นๆ อีก เช่น

- ◆ คำสาบานของแพทย์ ที่แพทย์และผู้เชี่ยวชาญด้านการแพทย์ให้ไว้ โดยสาบานว่าจะประกอบวิชาชีพแพทย์อย่างซื่อสัตย์
- ◆ คำสาบานของสัตวแพทย์ ที่สัตวแพทย์ให้ไว้ โดยสาบานว่าจะประกอบวิชาชีพสัตวแพทย์อย่างซื่อสัตย์
- ◆ คำสาบานของบ่าวสาว ที่คู่บ่าวสาวกล่าวสาบานในพิธีแต่งงานว่า จะรัก ดูแล และซื่อสัตย์ต่อคู่ครองของตน
- ◆ คำสาบานของลูกขุน ที่ลูกขุนกล่าวในช่วงเริ่มต้นการคัดเลือกลูกขุนหรือการพิจารณาคดี
- ◆ คำสาบานแสดงความจงรักภักดี ที่พลเมืองสาบานว่าจะจงรักภักดีต่อกษัตริย์หรือประเทศ
- ◆ คำสาบานทางทหาร ที่ทหารเกณฑ์กล่าวเมื่อเข้ารับราชการทหาร

สำหรับ “คำสาบาน” ในภาษาไทยนั้น อาจารย์จำนงค์ทองประเสริฐ ราชบัณฑิต ได้อ้างข้อความจากหนังสือชื่อ “ประมวลลัทธิจรรยา” ของหลวงวิจิตรวาทการว่า คำสาบานเป็นคำแข่งตัวเอง โดยเริ่มต้นด้วยการกล่าวคำรับรองว่าจะทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง ถ้าไม่ทำแล้วก็ขอให้ผลร้ายเกิดขึ้นกับตนเอง คำสาบานจึงเป็นลบ

ส่วนคำที่ตรงกันข้ามกับคำสาบานและเป็นบวกคือ “ลัทธิจริยฐาน” ที่ไม่เป็นการแข่ง แต่เป็นการให้พรแทน เพราะพุทธศาสนาไม่มีการแข่ง โดยลัทธิจริยฐานเป็นการกล่าวคำรับรองว่าจะทำการอย่างใดอย่างหนึ่งเช่นเดียวกับคำสาบาน แต่แทนที่จะกล่าวถึงผลร้ายถ้าไม่ทำตามคำสาบาน กลับพูดถึงผลดีถ้าทำตามคำสาบานคือ ให้มีความสุขเจริญ มีสุขสวัสดิ์

คำที่เป็นกลางไม่เป็นทั้งบวกและลบคือ “คำปฏิญาณ” ที่เป็นแค่กล่าวรับรองเฉย ๆ ว่า จะทำการอย่างใดอย่างหนึ่ง โดยไม่มีคำสาปแช่งหรือขอพรแต่อย่างใด

รางวัลอิกโนเบลประจำปี 2553 สาขาสันติภาพ ได้มอบให้ Richard Stephens, John Atkins และ Andrew Kingston จาก Keele University สหราชอาณาจักร ที่ได้ยืนยันความเชื่อที่ว่า การกล่าวคำสบถสาบานจะช่วยลดความเจ็บปวดลงได้

รางวัลอิกโนเบล: รางวัลผลงานที่ทำให้ “ยิ้ม” ก่อน “คิด”

ไทยกำลังจะเป็นสังคมสูงวัยระดับสุดยอดในไม่ช้า

การรายงานสถานการณ์ประชากรของประเทศไทย ถือเป็นพันธกิจอย่างหนึ่งของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม ที่ต้องปฏิบัติเป็นประจำทุกๆ ปี อย่างเช่นเมื่อกลางเดือนมกราคมของปี 2568 นี้ รศ. ดร.เฉลิมพล แจ่มจันทร์ ผู้อำนวยการสถาบันฯ ได้รายงานสถานการณ์ประชากรของประเทศไทยในปี 2567 ด้วยการแถลงข่าวให้สื่อมวลชนทราบ



รูป: รศ. ดร.เฉลิมพล แจ่มจันทร์ ผู้อำนวยการสถาบันฯ ได้รายงานสถานการณ์ประชากรของประเทศไทยในปี 2567

ในช่วงเวลาสองสามทศวรรษที่ผ่านมา สถานการณ์ประชากรของประเทศไทยได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก โครงสร้างอายุของประชากรไทยได้เปลี่ยนจาก “ประชากรเยาว์วัย” มาเป็น “ประชากรสูงวัย” อย่างรวดเร็วเกินความคาดหมาย โครงสร้างประชากรที่เปลี่ยนรูปไปอย่างมากมายมีผลกระทบต่อชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย ไม่ว่าจะเป็นตัวบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ เรื่องราวเกี่ยวกับประชากรจึงเป็นเรื่องที่สังคมให้ความสนใจเป็นอย่างมาก

เขียนครั้งเดียวใช้งานได้ถึง 4 ครั้ง

แม้ว่าสถาบันวิจัยประชากรและสังคม จะได้แถลงข่าวเกี่ยวกับสถานการณ์ประชากรประเทศไทยไปแล้ว แต่เรื่องนี้ก็ยังมีประเด็นน่าสนใจที่ควรย้ำเตือนให้สังคมได้รับทราบอีกมาก สำหรับผม ในรอบสี่ห้าเดือนที่ผ่านมา ได้มีการนำเสนอเรื่องเกี่ยวกับสถานการณ์ประชากรของประเทศไทยหลายครั้ง ผมใช้ข้อมูลชุดเดียวกันกับที่ผู้อำนวยการฯ ใช้แถลงข่าวเมื่อต้นปี เรียกว่าผมใช้ปีนกระบอกเดียวกันกับผู้บริหารฯ และใช้กระสุนนัดเดียวเพื่อยิงนกได้หลายตัว

ผมเขียนบทความ เรื่อง “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด: ประเด็นท้าทายของประเทศไทยในทศวรรษหน้า” ร่วมกับศุทธิดา ชวนวัน และกาญจนา เทียนลาย ผมได้นำเสนอบทความนี้ในที่ประชุมสำนักธรรมชาติและการเมือง ราชบัณฑิตยสถาน เมื่อกลางเดือนมิถุนายน 2568 อีกสองอาทิตย์ต่อมาผมได้รับเชิญจาก

คณะกรรมการกิจการผู้สูงอายุ คนพิการ และผู้ด้อยโอกาส ในคณะกรรมการพัฒนาสังคม และกิจการเด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ คนพิการ ผู้ด้อยโอกาส และความหลากหลายทางสังคม วุฒิสภา เพื่อร่วมให้ข้อมูลเกี่ยวกับสังคมสูงวัยของประเทศไทย ผมก็นำเอาบางส่วนของบทความนี้ไปนำเสนอด้วยตนเองที่ลัมปรายสถาน ผมคิดว่าไหนๆ ก็ลงมือเขียนบทความนี้แล้ว ก็ควรนำมาเผยแพร่เพื่อตอกย้ำให้ผู้ติดตามงานของสถาบันฯ รวมทั้งนักศึกษาทั้งด้านประชากรศาสตร์และสังคมศาสตร์ได้ทราบบ้าง จึงเสนอตัวว่าจะนำบางส่วนของบทความนี้มาเป็นหัวข้อสนทนาในรายการ “เสวนาได้ชายคาประชากร” ในวันที่ 6 สิงหาคม 2568

มาถึงวันนี้ วันที่ใกล้จะครบกำหนดเส้นตายของการส่งต้นฉบับให้ “ประชากรและการพัฒนา ฉบับที่ 6 (สิงหาคม – กันยายน) ปีที่ 45” ผมก็จะถือโอกาสนำบางส่วนของบทความที่กล่าวถึงข้างต้นมาดัดแปลงเขียนใหม่ลงในจดหมายข่าวฉบับนี้อีก... เห็นไหมครับ กระสุนนัดเดียวยิงนกได้ถึง 4 ตัว จริงๆ

สถานการณ์ประชากรของประเทศไทยปี 2567

พวกเรา (ปราโมทย์ ศุทธิดา และกาญจนา) ใช้ข้อมูลจากการทะเบียนราษฎรของประเทศไทย ซึ่งเป็นแหล่งข้อมูลประชากรที่เป็นปัจจุบันที่สุดมาเป็นหลักในการศึกษาเพื่อเขียนบทความครั้งนี้ ปัจจุบัน ระบบการจดทะเบียนราษฎรของไทยได้พัฒนาก้าวหน้าไปมาก มีการนำเอาเทคโนโลยีคอมพิวเตอร์และเครือข่ายอินเทอร์เน็ตมาใช้อย่างเต็มรูปแบบ จึงทำให้สำนักบริหารการทะเบียนราษฎร ของกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย สามารถรายงานผลการจดทะเบียนราษฎรได้ในเวลาอันรวดเร็วเท่านั้น ภายในเวลาไม่เกิน 2 อาทิตย์หลังขึ้นปีใหม่ สำนักบริหารการทะเบียนราษฎรก็สามารถเผยแพร่สถานการณ์ประชากรของปีที่เพิ่งผ่านไปได้แล้ว

พวกเราได้นำข้อมูลจากการจดทะเบียนราษฎรจำแนกตามอายุ และเพศ จำนวนคนเกิด จำนวนคนตาย ในปี 2567 มาคิดคำนวณเป็นตัวเลขชี้วัด เพื่อแสดงให้เห็นภาพสถานการณ์ประชากรของประเทศไทย ต้องบอกเสียก่อนว่า ข้อมูลประชากรจากทะเบียนราษฎรเป็นข้อมูลของคนทั้งที่มีสัญชาติไทยและไม่มีสัญชาติไทยตามที่อยู่ในทะเบียน ไม่ใช่ว่าตามที่อยู่จริง ในปี 2567 ประเทศไทยมีประชากรที่มีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร 65.6 ล้านคน เป็นผู้หญิง 33.5 ล้านคน เป็นผู้ชาย 32.1 ล้านคน ในจำนวนประชากร 65.6 ล้านคนนี้มีคนไทยอยู่ประมาณ 1 ล้านคนของยี่สิบกว่าคนที่ชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร รวมคนไทยที่ไปอยู่ต่างประเทศแต่ยังมีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร ซึ่งน่าจะไม่มีต่ำกว่า 5 แสนคน แต่ไม่รวมแรงงานข้ามชาติ ทั้งที่เข้ามาในประเทศไทยอย่างถูกและไม่ถูกกฎหมาย ซึ่งมีจำนวนรวมแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ล้านคนโดยส่วนตัว ผมคิดว่ามีประชากรที่อาศัยอยู่ในประเทศทั้งที่มีชื่อและไม่มีชื่ออยู่ในทะเบียนราษฎร แต่ไม่นับคนที่ไม่มีชื่ออยู่

ในทะเบียน แต่ตัวไปอยู่ในประเทศอื่น รวมแล้วไม่น่าจะต่ำกว่า 71 ล้านคน

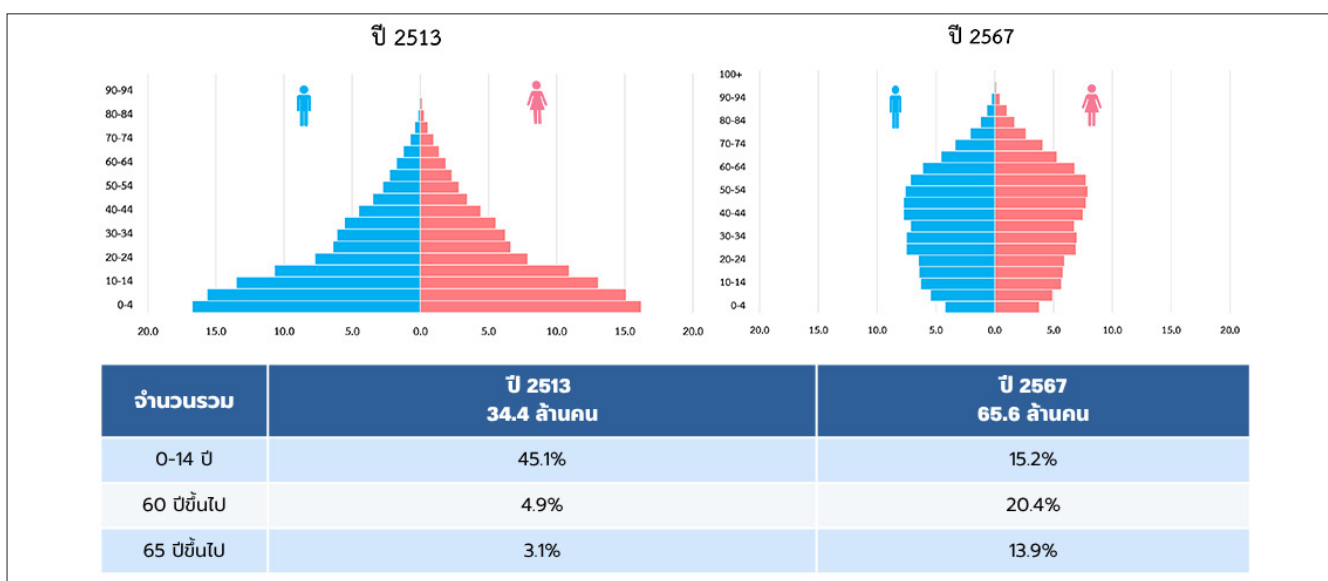
โครงสร้างอายุของประชากรไทยที่เปลี่ยนไปอย่างมาก

ปัจจุบัน โครงสร้างอายุของประชากรไทยที่เปลี่ยนไปอย่างมาก กำลังเป็นที่สนใจของคนทั่วไป คนไทยรับรู้กันแล้วว่าผู้สูงอายุในประเทศไทยกำลังเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว เราจะเห็นผู้สูงอายุเคลื่อนตามสถานที่สาธารณะต่างๆ เมื่อดูจากข้อมูลทะเบียนราษฎรแล้ว พบว่า ในปี 2567 ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีมากถึง 13 ล้านคน คิดเป็นร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด หมายความว่าประเทศไทยได้กลายเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” โดยใช้เวลา 19 ปีในการเปลี่ยนจาก “สังคมสูงวัย” มาเป็น “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” พวกเราลองนำเอาข้อมูลโครงสร้างอายุประชากรจากการสำรวจสำมะโนประชากรเมื่อ 50 ปีก่อนมาเปรียบเทียบกับปี 2567 โดยในปี 2513 ประเทศไทยมีประชากร 34.4 ล้านคน เป็นเด็กอายุต่ำกว่า 15 ปีเกือบครึ่งหนึ่งของประชากรทั้งหมด (ร้อยละ 45.1) แต่ในปี 2567 สัดส่วนของประชากรเด็กลดลงเหลือเพียงร้อยละ 15.2 เท่านั้น ในขณะที่ประชากรสูงอายุ 60 ปีขึ้นไปเมื่อ 56 ปีก่อน มีอยู่เพียง 1.7 ล้านคน หรือคิดเป็นสัดส่วนเพียงร้อยละ 4.9 ของประชากรทั้งหมดเท่านั้น

หลังปี 2526 เด็กเกิดในประเทศไทยลดจำนวนต่ำกว่าล้านคนเรื่อยมา จนในปี 2567 นี้มีเด็กเกิดเพียง 4 แสน 6 หมื่นคน ซึ่งนับว่าจำนวนคนเกิดในประเทศไทยได้ลดต่ำกว่าหลัก 5 แสนคนเป็นปีแรก ทั้งๆ ที่ปี 2567 เป็นปีมะโรง (งูใหญ่) หรือปีมังกร ผมเคยได้ยินว่าใครๆ ก็อยากให้ลูกหลานของตนเกิดในปีมังกรทอง ซึ่งคนไทยเชื้อสายจีนเชื่อว่าเป็นปีมงคล แต่ทว่าความเชื่อนี้ ไม่ได้ช่วยส่งเสริมให้การเกิดในประเทศไทยเพิ่มจำนวนขึ้นเลย ในปี 2566 ซึ่งเป็นปีเถาะกระต่าย มีเด็กเกิด 5 แสน 2 หมื่นคน แต่ปีมังกรทองจำนวนเด็กเกิดในประเทศไทยกลับลดน้อยลงอย่างน่าใจหาย

จำนวนเด็กเกิดในแต่ละปีตั้งแต่ปี 2563 เป็นต้นมา น้อยกว่าจำนวนคนตาย ทำให้อัตราเพิ่มประชากรที่คำนวณจากอัตราเกิดลบอัตราตายติดลบติดต่อกันเป็นเวลา 4 ปีแล้ว และมีแนวโน้มว่าจำนวนเด็กเกิดจะยิ่งน้อยลงไปอีกในปี 2568 นี้

พวกเราได้นำจำนวนเด็กเกิดในแต่ละปีมาคำนวณเป็น “อัตราเจริญพันธุ์รวม” ซึ่งหมายถึงจำนวนบุตรเฉลี่ยที่ผู้หญิงคนหนึ่งจะมีตลอดวัยมีบุตรของตน ในปี 2567 นี้ อัตราเจริญพันธุ์รวมของสตรีไทยมีค่าเท่ากับ 1.0 หมายความว่าผู้หญิงไทยคนหนึ่งมีบุตรเฉลี่ยเพียงคนเดียวเท่านั้น อัตรานี้นับว่าต่ำมาก ตัวอย่างของประเทศที่มีอัตราเจริญพันธุ์รวมอยู่ในระดับต่ำ เช่น เกาหลีใต้ (1.0)



สังคมไทยแก่เร็วเพราะเด็กเกิดน้อยลงเร็วมาก

การที่ประเทศไทยกลายเป็นสังคมสูงวัยอย่างรวดเร็วมากเป็นเพราะเด็กเกิดน้อยลงเร็วมาก และคนไทยมีอายุยืนยาวขึ้น ประเทศไทยมีเด็กเกิดลดน้อยลงอย่างรวดเร็วจนน่าใจหาย ลองคิดดูนะครับ เมื่อ 50 - 60 ปีก่อน ระหว่างปี 2506 - 2526 มีเด็กเกิดปีละเกินกว่าล้านคน เราเรียกเด็กเกิดในช่วง 20 ปีนั้นว่า “ประชากรรุ่นเกิดล้าน” ต่อมาเปลี่ยนเป็นเรียก “สินามิประชากร” เพื่อให้เห็นภาพว่าประชากรรุ่นเกิดล้านเป็นเหมือนคลื่นยักษ์ของประชากรที่กำลังเคลื่อนตัวถาโถมเข้าสู่ฝั่งกลายเป็นผู้สูงอายุ ลองคิดดูนะครับ คนเกิดตั้งแต่ปี 2506 พอถึงปี 2566 ก็จะมีอายุย่างเข้าปีที่ 60 ดังนั้นตั้งแต่ปี 2566 เป็นต้นไป จะมีคนไทยทยอยกลายเป็นผู้สูงอายุปีละเกือบล้านคนทุกปี อีกเพียงไม่ถึง 20 ปีข้างหน้า คลื่นยักษ์ประชากรรุ่นนี้ก็จะกลายเป็นผู้สูงอายุทั้งหมด

ไต้หวัน (1.0) ญี่ปุ่น (1.2) สิงคโปร์ (0.97) เด็กเกิดน้อยลงอย่างมากและรวดเร็วอย่างนี้ จะไม่ทำให้สังคมไทยมีแต่ผู้สูงอายุได้อย่างไร

ถ้าผู้หญิงไทยมีลูกน้อยลงจนเหลือลูกคนเดียวตลอดอายุวัยมีบุตรอย่างนี้ และคนไทยก็มีอายุยืนขึ้นไปอีกจาก 76 ปีในปัจจุบัน เป็น 80 ปีในอีก 20 ปีข้างหน้า พวกเราคาดประมาณว่าประเทศไทยจะกลายเป็น “สังคมสูงวัยระดับสุดยอด” เมื่อประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 20 หรือประมาณหนึ่งในห้าของประชากรทั้งหมดภายในปี 2577 นี้แล้ว

สูงวัยอย่างมีคุณภาพ: ญี่ปุ่น สิงคโปร์ และไทย วางแผนให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตที่บ้านอย่างไร

หลังจากที่เราได้ใช้ชีวิตในวัยเรียนและวัยทำงาน ซึ่งเวลาส่วนใหญ่จะถูกออกแบบไว้ค่อนข้างชัดเจน (คือการเรียนและการทำงาน) แต่ “ชีวิตในวัยเกษียณ” ที่อาจเป็นเหมือนคำถามปลายเปิด ให้เราเลือกคำตอบที่ออกแบบเองได้ หลายคนอาจอยากใช้ชีวิตสงบๆ ที่บ้าน มีลูกหลานดูแล มีเพื่อนบ้านให้พูดคุย และมีบริการสุขภาพที่เข้าถึงได้ง่าย แนวคิดนี้เรียกกันว่า “การสูงวัยในที่อยู่อาศัยเดิม” หรือ Ageing in Place (AIP) แนวคิดนี้ถูกนำไปออกแบบนโยบายหรือบริการให้ผู้สูงอายุในหลายประเทศ จากการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบที่รวบรวมข้อมูลจาก 3 ประเทศในเอเชีย (ญี่ปุ่น สิงคโปร์ และไทย) ทำให้เห็นแนวทางที่แต่ละประเทศส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถใช้ชีวิตที่บ้านได้อย่างมั่นคง ปลอดภัย และเป็นอิสระ

ญี่ปุ่น: ระบบครบวงจร ชุมชนเข้มแข็ง

ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีสัดส่วนประชากรสูงวัยมากที่สุดในโลก โดยในปี 2567 มีผู้สูงอายุ (65 ปีขึ้นไป) มากกว่า 36 ล้านคน หรือประมาณร้อยละ 30 ของประชากรทั้งหมด สำหรับญี่ปุ่นจัดว่าเป็นสังคมผู้สูงอายุระดับเกินสุดยอด (Hyper – Aged Society) และญี่ปุ่นเองถือว่าเป็นต้นแบบแนวคิด AIP โดยรัฐบาลญี่ปุ่นได้เตรียมรับมือกับเรื่องนี้มานานแล้ว ตั้งแต่การพัฒนา “ระบบการดูแลแบบบูรณาการในชุมชน” ซึ่งรวมการดูแลสุขภาพ การพยาบาล การป้องกันโรค การจัดที่อยู่อาศัย และการช่วยเหลือด้านการดำรงชีวิตไว้อย่างครบวงจร ญี่ปุ่นไม่เพียงให้ความสำคัญกับเรื่องสุขภาพเท่านั้น แต่ยังพัฒนาระบบให้ครอบคลุมถึงการออกแบบบ้านให้เหมาะกับผู้สูงอายุ สนับสนุนการใช้เทคโนโลยีในบ้าน และมีระบบสนับสนุนผู้ดูแลในครอบครัว เช่น การลางานเพื่อดูแลผู้สูงอายุ

สิงคโปร์: เมืองทันสมัย แต่ยังไม่ใส่ใจผู้สูงอายุ

แม้สิงคโปร์จะเป็นประเทศเล็ก แต่สิงคโปร์ก็มีจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ภายในหนึ่งทศวรรษ สิงคโปร์มีประชากรอายุเกิน 65 ปี จากร้อยละ 12.4 ในปี 2557 เป็นเกือบร้อยละ 20 ในปี 2567 รัฐบาลสิงคโปร์จึงออกแผนระดับชาติ “Action Plan for Successful Ageing” ตั้งแต่ปี 2558 เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุใช้ชีวิตในบ้านและชุมชนได้อย่างมีความสุข สิ่งที่น่าสนใจคือ สิงคโปร์ใช้เทคโนโลยีมาช่วยดูแล เช่น เซ็นเซอร์ในบ้าน หรือบริการดูแลผ่านวิดีโอคอล นอกจากนี้ ยังมีโครงการพัฒนาที่อยู่อาศัยและสนับสนุนกิจกรรมชุมชนอย่างต่อเนื่อง แสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นในการออกแบบเมืองที่ “เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ”

ไทย: จุดเริ่มต้นที่ดี แต่ยังต้องพัฒนาอีกมาก

ในปี 2567 ประเทศไทยมีผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ร้อยละ 20 ของประชากรทั้งหมด รัฐบาลไทยเริ่มวางแผนแนวทาง AIP ตั้งแต่ปี 2548 ด้วยการปรับปรุงบ้านผู้สูงอายุรายได้น้อย และให้เบี่ยยังชีพผู้สูงอายุทั่วประเทศ อย่างไรก็ตาม ยังไม่มีนโยบายระดับชาติ

เพื่อส่งเสริม AIP อย่างชัดเจนเท่าญี่ปุ่นและสิงคโปร์ แม้จะมีการพัฒนาชุมชนเพื่อรองรับผู้สูงอายุ เช่น การประเมินเมืองที่เป็นมิตรกับผู้สูงอายุ และส่งเสริมการมีอาสาสมัครในพื้นที่ แต่ยังคงมีความท้าทายด้านงบประมาณ ความพร้อมของบุคลากร และความเชื่อมโยงของบริการสุขภาพกับการดูแลทางสังคม

สามเสาหลักของ AIP: บ้าน ชุมชน และคนดูแล

จากการทบทวนนโยบายและบริการสำหรับผู้สูงอายุของทั้ง 3 ประเทศ พบว่าแนวคิด AIP ที่ประสบความสำเร็จควรมี 3 ส่วนหลัก ได้แก่

1. บ้าน/สถานที่ (Place)

ต้องมีบ้านที่ปลอดภัย ออกแบบให้เคลื่อนไหวง่าย มีสิ่งอำนวยความสะดวกที่ตอบโจทย์ความต้องการของผู้สูงอายุ รวมถึงการใช้เทคโนโลยีมาช่วยเสริม เช่น เซ็นเซอร์ หรืออุปกรณ์อัจฉริยะต่างๆ

2. ชุมชน/เครือข่ายสนับสนุน (Support Network)

บริการต่างๆ ไม่ควรจะเป็นการแพทย์ การพยาบาล หรือกิจกรรมทางสังคม ต้องเชื่อมโยงกันอย่างดี และเข้าถึงได้ง่ายในระดับชุมชน เช่น มีบริการส่งอาหาร บริการพาไปพบแพทย์ หรือกิจกรรมสร้างสัมพันธ์ระหว่างเพื่อนบ้าน

3. คนดูแลและบุคลากร (Workforce)

ต้องมีทั้งผู้ดูแลแบบเป็นทางการ (เช่น พยาบาล) และไม่เป็นทางการ (เช่น ลูกหลาน หรืออาสาสมัคร) ที่ได้รับการฝึกอบรม มีระบบค่าตอบแทนและสวัสดิการที่ดี เพื่อให้การดูแลผู้สูงอายุเกิดขึ้นอย่างมีคุณภาพ

การที่ผู้สูงอายุสามารถอยู่บ้านของตนเองได้นานที่สุด โดยมีสุขภาพดี มีคนดูแล มีชุมชนที่อบอุ่น และมีเทคโนโลยีช่วยอำนวยความสะดวก นั่นคือเป้าหมายของ “Ageing in Place” ซึ่งไม่ใช่แค่เรื่องของผู้สูงอายุเท่านั้น แต่คือเรื่องของพวกเราทุกคนในอนาคต



รูป: ผู้สูงอายุสามารถอยู่บ้านของตนเอง มีสุขภาพดี มีคนดูแล
ที่มา: <https://chatgpt.com/c/6882f0c4-e37c-800c-93f5-ca41abc1f8f1>
สืบค้นเมื่อ 25 กรกฎาคม 2568

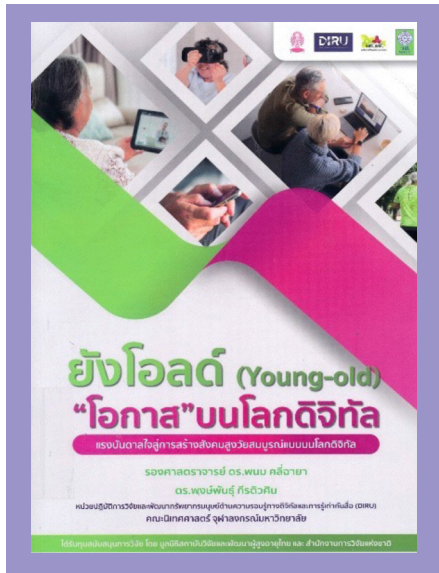
เอกสารอ้างอิง

Satchanawakul, N., Liangruenrom, N., Thang, L. L., & Satchanawakul, N. (2025). Systematic scoping review of ageing in place strategies in Japan, Singapore and Thailand: A comparative analysis. *Australasian journal on ageing*, 44(1), e13378. <https://doi.org/10.1111/ajag.13378>



แนะนำหนังสือ

“ยังโอล์ด (Young-old) ‘โอกาส’ บนโลกดิจิทัล: แรงบันดาลใจสู่การสร้างสังคมสูงวัยสมบูรณ์แบบบนโลกดิจิทัล”



ในยุคที่เทคโนโลยีดิจิทัลเข้ามามีบทบาทสำคัญในทุกด้านของชีวิตประจำวัน การพัฒนาและปรับตัวของผู้สูงวัยจึงเป็นสิ่งที่มองข้ามไม่ได้ “ยังโอล์ด (Young-old) ‘โอกาส’ บนโลกดิจิทัล: แรงบันดาลใจสู่การสร้างสังคมสูงวัยสมบูรณ์แบบบนโลกดิจิทัล” โดยผู้เขียน พนม คลีฉายา และพงษ์พันธุ์ กิรติวาทิน เป็นหนึ่งในหนังสือชุด 2 เล่ม ที่สร้างแรงบันดาลใจในการสร้างสังคมสูงวัยสมบูรณ์แบบบนโลกดิจิทัล โดยประมวลองค์ความรู้จากโครงการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาความรู้ทางเทคโนโลยีเพื่อความมั่นคงทางรายได้ สุขภาพ และการใช้ชีวิตในสังคมผู้สูงอายุบนฐานวิถีชีวิตใหม่” (Development of elderly’s technology intelligence to strengthen their security in income, health and living upon new normal aging society) โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากมูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย และสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ โดยได้รับรางวัลการวิจัยแห่งชาติ รางวัลผลงานวิจัยระดับดี ประจำปีงบประมาณ 2567

หนังสือเล่มนี้นำเสนอแนวคิด “Active aging” หรือการสูงวัยอย่างมีพลัง พร้อมใช้ชีวิตในยุคดิจิทัล ด้วยการเปลี่ยนกรอบความคิดว่า “อายุไม่ใช่ข้อจำกัด” และพิสูจน์ให้เห็นว่า เทคโนโลยีเป็นเครื่องมือทรงคุณค่าสำหรับผู้สูงวัย ทั้งด้านรายได้ สุขภาพ และการเชื่อมสัมพันธ์ทางสังคม

1. แนวคิด “ยังโอล์ด” และ “Active aging”

คำว่า “ยังโอล์ด” (Young-old) ถูกนำเสนอเพื่อเปลี่ยนมุมมองต่อผู้สูงวัยจากการเป็นภาระสู่การเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาสังคม แนวคิด “Active aging” หรือ การสูงวัยอย่างมีพลัง เน้นการส่งเสริมให้ผู้สูงวัยมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่างๆ เพื่อเสริมสร้างสุขภาพกายและใจ รวมถึงการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้และสร้างรายได้

2. การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลเพื่อเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

เทคโนโลยีดิจิทัลไม่ได้เป็นเพียงเครื่องมือของคนรุ่นใหม่ แต่ได้กลายเป็น “โอกาส” สำหรับผู้สูงวัยในการยกระดับคุณภาพชีวิตทั้งในด้านสุขภาพ รายได้ การเรียนรู้และพัฒนาตนเอง และความสัมพันธ์ในสังคม การใช้เทคโนโลยีดิจิทัลช่วยให้ผู้สูงวัยสามารถมี “คุณภาพชีวิตที่ดี” ได้อย่างรอบด้าน เพียงแค่ “เปิดใจ” ก็สามารถใช้ประโยชน์จากเครื่องมือดิจิทัลได้อย่างเต็มศักยภาพ

3. การสร้าง “3 พื้นที่ความสุข” สำหรับผู้สูงวัย

เป็นแนวทางในการออกแบบชีวิตและสภาพแวดล้อมเพื่อให้ผู้สูงวัยสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ความมั่นคง และมีศักดิ์ศรี ทั้งมิติทางกาย ใจ และสังคม ได้แก่ พื้นที่ความสุขทางกาย คือพื้นที่ที่เอื้อต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงวัย ทั้งในบ้านและนอกบ้าน พื้นที่ความสุขทางใจ คือการสร้างพื้นที่หรือกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาวะทางจิตใจของผู้สูงวัย และพื้นที่ความสุขทางสังคม คือพื้นที่ที่ส่งเสริมการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สูงวัยกับครอบครัว ชุมชน และสังคม

หนังสือ “ยังโอล์ด (Young-old) ‘โอกาส’ บนโลกดิจิทัล” ช่วยให้เห็นแนวคิดใหม่ในการมองผู้สูงอายุในศตวรรษที่ 21 โดยไม่จำกัดอยู่เพียงกรอบของ “วัยเกษียณ” หากแต่ชี้ให้เห็นถึงศักยภาพที่ยังคงเปล่งประกายของผู้สูงวัยเมื่อมีโอกาสนำเครื่องมือและทัศนคติที่เหมาะสม หนังสือเล่มนี้มีได้เป็นเพียงการถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับเทคโนโลยีหรือสังคมสูงวัยเท่านั้น แต่ยังเป็นแรงบันดาลใจที่ “ปลุกใจ” ให้ทุกวัยลุกขึ้นมาเห็นคุณค่าของตนเองด้วยแนวคิด Active aging ผ่านการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีดิจิทัล ไม่ว่าจะเป็นการใช้สื่อสังคมออนไลน์ในการสื่อสารและสร้างรายได้ การดูแลสุขภาพผ่านแพลตฟอร์มทางการแพทย์ หรือการปรับเปลี่ยนสภาพแวดล้อมให้เอื้อต่อการดำรงชีวิตอย่างอิสระและปลอดภัย ทั้งหมดล้วนเป็นตัวอย่างที่จับต้องได้จากผู้สูงวัยจริงในสังคมไทย

หนังสือเล่มนี้เหมาะสำหรับผู้สูงวัยที่ต้องการใช้ชีวิตอย่างมีศักดิ์ศรีและคุณค่าในยุคดิจิทัล คนรุ่นใหม่ที่ต้องการเข้าใจผู้สูงวัยในครอบครัว และมีส่วนร่วมในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เกื้อหนุนกันและกัน ตลอดจนนักวิชาการหรือผู้เกี่ยวข้องกับการพัฒนาสังคมสูงวัย ที่ต้องการข้อมูลเชิงลึกควบคู่กับแรงบันดาลใจ

“ยังโอล์ด” คือบทพิสูจน์ว่า “อายุ” ไม่ใช่อุปสรรคในการพัฒนาตนเอง แต่คือช่วงเวลาแห่งโอกาส หากได้รับการสนับสนุนที่เหมาะสม สังคมไทยจะสามารถก้าวไปสู่สังคมสูงวัยที่สมบูรณ์อย่างแท้จริง

ที่มา: พนม คลีฉายา และ พงษ์พันธุ์ กิรติวาทิน. (2567). ยังโอล์ด (Young-old) “โอกาส” บนโลกดิจิทัล: แรงบันดาลใจสู่การสร้างสังคมสูงวัยสมบูรณ์แบบบนโลกดิจิทัล. สำนักพิมพ์พลังการณมหาวิทยาลัย.



งานประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 “ประชากรและสังคม 2568”

เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2568 สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล จัดงานประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 “ประชากรและสังคม 2568” ภายใต้ประเด็น “วิจัยประชากรและสังคมสู่ Real-World Impacts (Real-World Impacts of Population and Social Research)” เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้ มุมมองทางวิชาการและข้อค้นพบสำคัญจากงานวิจัยสู่สาธารณะ ในประเด็นด้านประชากรและสังคมมิติต่างๆ ที่มีผลกระทบที่เป็นรูปธรรมต่อสังคม โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นุชราภรณ์ เลี้ยงวีรัมย์ เป็นประธานจัดการประชุม

ในการประชุมวิชาการฯ ครั้งนี้ มีการปาฐกถาพิเศษในหัวข้อ “มหาวิทยาลัยกับการเปลี่ยนแปลงของสังคม (Universities as Catalysts for Social Change)” โดย ศาสตราจารย์ นายแพทย์ปิยะมิตร ศรีธรา อธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

นอกจากนี้ ยังมีการจัดเสวนาโต๊ะกลมเพื่อแลกเปลี่ยนความรู้เกี่ยวกับงานวิจัยที่นำไปสู่ผลกระทบทางนโยบาย จำนวน 13 ผลงานจากคณาจารย์ นักวิจัย และนักศึกษาของสถาบันฯ ใน 3 ประเด็น ได้แก่ 1) EQUALITY สังคมที่ทุกคนเท่าเทียม 2) ENDING NCDs สุขภาพที่มาจากพฤติกรรมส่งเสริมร่วมกัน และ 3) HEALTH CARE & AIR QUALITY สภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน โดยได้รับเกียรติจาก ดร.वासना อิมเมม กองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ

สำนักงานภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก ดร.สง่า ดามาพงษ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และรองศาสตราจารย์ ดร.คนางค์ คั่นธมธูรพจน์ คณะสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นผู้ดำเนินรายการ

การประชุมฯ ครั้งนี้สำเร็จลุล่วงตามวัตถุประสงค์ มีผู้เข้าร่วมประชุมออนไลน์จำนวน 247 คน และออนไลน์จำนวน 151 คน รวม 398 คน จากหน่วยงานราชการ สถาบันการศึกษา องค์กรเอกชน และสื่อมวลชน ผู้สนใจสามารถดาวน์โหลดเอกสารได้ที่ https://ipsr.mahidol.ac.th/post_research/ipsr-conference-2568/



รูป: งานประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 “ประชากรและสังคม 2568”

ชวนอ่าน

จีรวรรณ หงษ์ทอง
jeerawan.hot@mahidol.ac.th

สุขภาพคนไทย 2568

เกิดน้อยๆ ไม่กลับ
ต้องปรับและรับมืออย่างไร?



สามารถติดตามได้ที่:
www.thaihealthreport.com
www.ipsr.mahidol.ac.th
ฉบับพิมพ์สามารถติดต่อได้ที่: 02 4410201-4 ต่อ 100

รายงานสุขภาพคนไทย ปี 2568 นำเสนอ

หมวดตัวชี้วัดสุขภาพ นำเสนอ **สุขภาพจิตคนไทย** 3 ประเด็น ได้แก่ **ประเด็นที่ 1** สถานการณ์สุขภาพจิตในประเทศไทย ประกอบด้วย 3 หมวดตัวชี้วัด คือ สถานการณ์และผลกระทบสุขภาพจิตโดยรวมในประเทศไทย ปัญหาสุขภาพจิตและสถานะสุขภาพจิตเชิงบวกของคนไทย **ประเด็นที่ 2** สาเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้องประกอบด้วย 6 ตัวชี้วัด คือ ความรุนแรงในครอบครัว และสังคม สื่อสังคมออนไลน์ การใช้สารเสพติด เมกะเทรนด์ ความรอบรู้สุขภาพจิต ระบบบริการ การคัดกรองสุขภาพจิต **ประเด็นที่ 3** นโยบายและมาตรการ นำเสนอตัวชี้วัด นโยบายและกฎหมายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพจิต

สถานการณ์เด่นทางสุขภาพปี 2568

สถานการณ์ ได้แก่ 1) แก๊วกัญชา: อนาคตของสุขภาพ 2) บุหรี่ไฟฟ้า: กัญชาคุณภาพที่คุกคามสุขภาพ 3) กัญชาทางการแพทย์ กับความสับสนทางนโยบาย 4) ประเทศไทยกับวันทีกลาสในถูกกฎหมาย: อาจได้ไม่คุ้มเสีย 5) ถอดบทเรียน “ดีโคออน” เพื่อไม่ตกเป็นเหยื่อแชร์ลูกโซ่ 6) อุบัติเหตุรถโดยสารสาธารณะ: หลากหลายคำถามเรื่องมาตรฐานความปลอดภัย 7) การจัดการน้ำท่วมในภาคเหนือ: ลดความเสี่ยงจากภัยพิบัติ 8) ปลายทางจากดำกับการรับมือเอเลี่ยนสปีชีส์ในไทย 9) ความซับซ้อนของมาตรการของรัฐในการจัดการการกักของเสียอุตสาหกรรมและขยะอันตราย 10) ชีวติดหนี้: ปัญหาใหญ่ครัวเรือนไทย

ผลงานดีๆ เพื่อสุขภาพคนไทย นำเสนอประเด็นความสำเร็จทางการแพทย์และสาธารณสุข

เรื่องพิเศษประจำฉบับนำเสนอเรื่อง เกิดน้อยๆ ไม่กลับ ต้องปรับและรับมืออย่างไร?



thaihealth



ipsr.mahidol

ศตวรรษิกชนสตรีผู้มีอายุยืนยาวที่สุด ในประวัติศาสตร์อังกฤษ

นับตั้งแต่การเสียชีวิตของคุณยายทวดอิน่า คาแนบาร์โร ลูคัส (Inah Canabarro Lucas) จากประเทศบราซิล เมื่อวันที่ 30 เมษายน พ.ศ. 2568 ซึ่งมีอายุ 116 ปี ก็ทำให้ คุณยายทวดเอเธล คาเทอร์แฮม (Ethel Caterham) จากสหราชอาณาจักร กลายเป็นบุคคลที่มีอายุยืนที่สุดในโลก ปัจจุบันคุณยายทวดคาเทอร์แฮมอายุ 115 ปี (เกิดเมื่อวันที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2452) และได้รับการยืนยันอายุอย่างเป็นทางการ

หลายประเทศให้ความสนใจและให้เกียรติกับศตวรรษิกชน เพื่อเป็นการยกย่องในความยืนยาวของชีวิตและคุณค่าที่บุคคลเหล่านี้ได้สร้างไว้ตลอดช่วงชีวิตที่ผ่านมา ในประเทศอังกฤษ สมเด็จพระราชินีจะทรงส่งสาส์นอวยพรแด่ศตวรรษิกชนในวันคล้ายวันเกิดครบหนึ่งร้อยปี และจะทรงส่งคำอวยพรเป็นประจำทุกปี หลังจากอายุครบ 105 ปี ทั้งนี้เพื่อแสดงถึงความเคารพ การให้คุณค่า และการเฉลิมฉลองแก่ผู้สูงอายุที่ยังมีชีวิตอยู่ ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของผู้สูงอายุในสังคมอย่างแท้จริง สำหรับประเทศไทยได้มีการยกย่องศตวรรษิกชนผ่านกิจกรรมต่างๆ เช่น การมอบเกียรติบัตรหรือของที่ระลึกในโอกาสวันผู้สูงอายุแห่งชาติ การเยี่ยมให้กำลังใจถึงบ้านโดยหน่วยงานภาครัฐและท้องถิ่น การจัดงานเฉลิมฉลองในชุมชน รวมถึงการเผยแพร่เรื่องราวชีวิตเพื่อเป็นแบบอย่างแก่คนรุ่นหลัง ซึ่งล้วนสะท้อนถึงการให้เกียรติและตระหนักถึงคุณค่าของผู้สูงอายุในสังคมไทย



รูป 1: สาส์นอวยพรแด่ศตวรรษิกชนในวันคล้ายวันเกิดครบหนึ่งร้อยปี จากสมเด็จพระราชินีประเทศอังกฤษ
ที่มา: https://www.bushywood.com/history/Queens_Birthday_Honours_Lists_Elizabeth_Her_Majesty_Britain_British/Queens_100th_Birthdays_Majesty_Her_Commonwealth_Elizabeth_One_Hundredth_2026.htm
สืบค้นเมื่อ 25 กรกฎาคม 2568

เรื่องราวชีวิตของศตวรรษิกชนสตรีผู้มีอายุยืนยาวที่สุด

คุณยายทวดคาเทอร์แฮมเกิดที่หมู่บ้านชิปตัน เบลลิงเจอร์ มณฑลแฮมป์เชอร์ ประเทศอังกฤษ เป็นบุตรคนรองสุดท้องในจำนวนพี่น้อง 8 คน และมีพี่สาวที่มีอายุยืนถึง 104 ปี เมื่ออายุ 22 ปี คุณยายทวดคาเทอร์แฮมแต่งงานกับคุณตาทวดนอร์แมน นายทหารแห่งกองทัพอังกฤษ ทั้งคู่ใช้ชีวิตร่วมกันในฮ็อกกิงและบิวรอลดาร์ โดยคุณยายทวดได้ก่อตั้งสถานรับเลี้ยงเด็กในฮ็อกกิง ก่อนย้ายกลับมาตั้งถิ่นฐานในสหราชอาณาจักร ทั้งคู่มีบุตรสาวสองคน และสูญเสียสามีในปี 2519

สำหรับชีวิตในวัยชราของคุณยายทวดคาเทอร์แฮม คุณยายทวดอาศัยอยู่ในเมืองเซอร์รีย์ (Surrey) มายาวนานกว่า 50 ปี คุณยายทวดยังคงขับรถเองได้จนถึงอายุ 97 ปี และยังเล่นเกมสโพบอร์ด อย่างสม่ำเสมอในวัยกว่า 100 ปี เหตุการณ์ที่น่าตกใจของคุณยายทวดคาเทอร์แฮมเหตุการณ์หนึ่ง คือ ในปี 2563 ขณะมีอายุ 110 ปี คุณยายทวดคาเทอร์แฮมติดเชื้อโควิด-19 แต่สามารถฟื้นตัวได้เป็นอย่างดี กลายเป็นหนึ่งในผู้รอดชีวิตจากโควิด-19 ที่อายุมากที่สุดในโลก

เกียรติประวัติด้านอายุยืน

คุณยายทวดคาเทอร์แฮมเป็นผู้ที่มีอายุมากที่สุดในมณฑลเซอร์รีย์ (พ.ศ. 2562) และมากที่สุดในสหราชอาณาจักร (พ.ศ. 2565) นอกจากนี้ คุณยายทวดยังเป็นชาวสหราชอาณาจักรคนแรกที่มีอายุถึง 113 ปี นับตั้งแต่ พ.ศ. 2560 และเป็นบุคคลสุดท้ายในสหราชอาณาจักรที่เกิดในช่วงทศวรรษ 1900 และอยู่ในรัชสมัยของกษัตริย์เอ็ดเวิร์ดที่ 7

เมื่อเดือนเมษายน พ.ศ. 2568 คุณยายทวดคาเทอร์แฮมกลายเป็นศตวรรษิกชนชาวอังกฤษที่มีอายุยืนยาวที่สุดในประวัติศาสตร์ คุณยายทวดคาเทอร์แฮมได้รับการยืนยันจากกินเนสส์เวิลด์เรคคอร์ดว่าเป็น “บุคคลที่มีอายุยืนที่สุดในโลกในปัจจุบัน” และยังเป็น “บุคคลสุดท้ายที่ยังมีชีวิตอยู่ ที่เกิดก่อน ค.ศ. 1910”



รูป 2: คุณยายทวดคาเทอร์แฮม กับงานวันเกิดในวัย 111 ปี ในปี 2563
ที่มา: <https://www.grg-supercentenarians.org/ethel-caterham/>
สืบค้นเมื่อ 9 กรกฎาคม 2568

เคล็ดลับการเป็นศตวรรษิกชน

แม้ว่าคุณยายทวดคาเทอร์แฮมจะไม่ได้ระบุเคล็ดลับการมีอายุยืนอย่างชัดเจน แต่จากวิถีชีวิตของคุณยายทวดพบว่า คุณยายทวดเป็นคนกระฉับกระเฉง ขับรถได้จนถึงอายุ 97 ปี และเล่นเกมสโพบอร์ดจนถึงวัยกว่าร้อยปี คุณยายทวดยังมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตและสมองให้ดีขึ้นเสมอ อีกทั้งยังสามารถฟื้นตัวจากการติดเชื้อโควิด-19 ได้อย่างน่าทึ่งในวัย 110 ปี แสดงถึงความแข็งแรงของร่างกายและระบบภูมิคุ้มกัน นอกจากนี้ ความยืดหยุ่นทางอารมณ์และทัศนคติเชิงบวกตลอดชีวิต รวมถึงพื้นฐานพันธุกรรมที่ดีจากครอบครัว ล้วนเป็นปัจจัยที่น่าจะมีส่วนช่วยให้คุณยายทวดคาเทอร์แฮมมีอายุยืนอย่างน่าประทับใจ

วิกฤตซ่อนวิกฤต: เมื่อสังคมสูงวัยกำลังผลักดันให้ “คนไทย” สู่วัยผึ่งผิง!

ปี 2567 ประเทศไทยก้าวเข้าสู่ “สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์” แล้ว โดยมีผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) กว่า 20% ของประชากรทั้งหมด (65.6 ล้านคน)¹ ในเบื้องหลังความท้าทายด้านประชากร ยังมีอีกหนึ่งประเด็นที่น่าจับตา นั่นคือ “จำนวนผู้สูงอายุในภาวะพึ่งพิงที่เพิ่มขึ้น”

“เมื่อคนไทยอายุยืนขึ้น ความเสี่ยงที่จะอยู่ในภาวะพึ่งพิงก็สูงขึ้นตามไปด้วย”

ลองจินตนาการถึงภาพปู่ย่าตายายที่เคยแข็งแรง วันหนึ่งกลับต้องพึ่งพิงผู้อื่นในการใช้ชีวิตประจำวัน นี่คือความจริงที่กำลังเกิดขึ้นกับคนไทยจำนวนมาก จากข้อมูลของ กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ (พก.) กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ เมื่อเดือนมิถุนายน 2568 พบว่า ประเทศไทยมีผู้พิการที่มาขึ้นทะเบียนกว่า 2.3 ล้านคน ซึ่งคิดเป็น 3.5% ของประชากรไทย เป็นที่น่าสนใจคือ ผู้พิการที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป มีสัดส่วนสูงถึง 60.7% ของจำนวนผู้พิการทั้งหมด

ข้อมูลนี้เป็นภาพสะท้อนในอนาคตว่า ความพิการจะนำไปสู่การที่ผู้สูงอายุต้องตกอยู่ในภาวะพึ่งพิงอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จำเป็นที่จะต้องเฝ้าดูแล หากไม่มีการเตรียมรับมือที่ดีพอ สังคมไทยอาจเต็มไปด้วยผู้สูงอายุที่ต้องเผชิญกับภาวะพึ่งพิงจำนวนมาก และสร้างภาระมหาศาลต่อระบบเศรษฐกิจและสังคมโดยรวมได้

สาเหตุความพิการที่เกิดขึ้นกับผู้สูงวัย หลักๆ มาจากความเสื่อมถอยของร่างกายตามวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง โรคไม่ติดต่อ

(Non-Communicable Diseases: NCDs) เช่น เบาหวาน ความดันโลหิตสูง ซึ่งหากควบคุมไม่ดี จะนำไปสู่ภาวะแทรกซ้อนที่ก่อให้เกิดความพิการอย่างรุนแรง ตัวอย่างเช่น โรคหลอดเลือดสมองที่ทำให้เกิดอัมพฤกษ์อัมพาต และเป็นสาเหตุอันดับต้นๆ ของความพิการทางกายและการเคลื่อนไหวในผู้สูงอายุ หรือภาวะแทรกซ้อนจากเบาหวานที่นำไปสู่การสูญเสียการมองเห็น รวมถึงโรคข้อเข่าเสื่อมและกระดูกพรุนที่ทำให้การเคลื่อนไหวติดขัด และเสี่ยงต่อการหกล้มจนทำให้กระดูกหักได้ง่าย

ยิ่งไปกว่านั้น ภาวะสมองเสื่อมที่พบมากขึ้นในผู้สูงอายุ ก็เป็นอีกหนึ่งสาเหตุสำคัญที่ทำให้เกิดความพิการทางสติปัญญา ความจำและความสามารถในการดูแลตนเองลดลง ทำให้ผู้สูงอายุเหล่านั้นต้องการการดูแลอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง

“การเพิ่มขึ้นของผู้มีภาวะพึ่งพิงในบริบทของสังคมสูงวัยกำลังสร้างแรงกดดันมหาศาลต่อประเทศ”

ระบบสาธารณสุขแบกรับภาระหนักขึ้น: โรงพยาบาลและสถานบริการสุขภาพต้องรับมือกับความต้องการบริการที่ซับซ้อนขึ้น ทั้งการรักษา การฟื้นฟูสมรรถภาพ และการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิง ซึ่งปัจจุบันบ้านเรายังขาดบุคลากรเฉพาะทาง รวมถึงนักรักษาพยาบาล

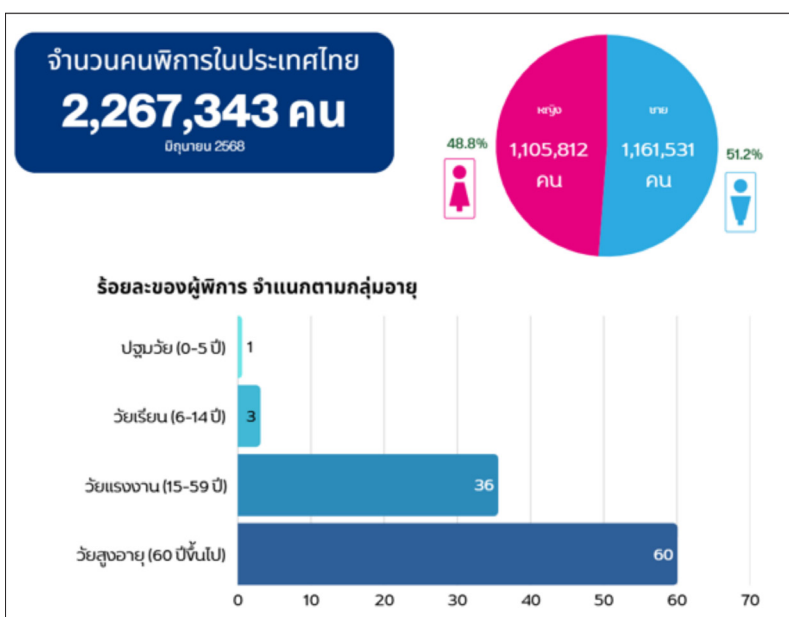
อุปสรรคทางกายภาพ สังคม สิ่งแวดล้อม: ผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงจำนวนมากยังคงเผชิญกับข้อจำกัดในการเข้าถึงบริการสาธารณะ สิ่งอำนวยความสะดวก และการใช้ชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นทางลาดที่ไม่เพียงพอ การขนส่งสาธารณะที่ไม่เอื้ออำนวย หรือข้อมูลข่าวสารที่ยังไม่ถูกปรับให้เข้าถึงได้ง่าย

ภาระของครอบครัวและคุณภาพชีวิต: ครอบครัวยังคงเป็นผู้ดูแลหลักของผู้มีภาวะพึ่งพิงในประเทศไทย แต่เมื่อจำนวนผู้สูงอายุที่อยู่ในภาวะพึ่งพิงเพิ่มขึ้น ครอบครัวต้องแบกรับภาระทั้งด้านการเงิน เวลา และสุขภาพจิต ทำให้หลายครอบครัวต้องเผชิญกับความยากลำบากมากยิ่งขึ้น

สถานการณ์ผู้มีภาวะพึ่งพิงในสังคมสูงวัยของประเทศไทยไม่ใช่เรื่องไกลตัว แต่เป็นความท้าทายที่กำลังเกิดขึ้นกับเราทุกคน หากยังไม่ตระหนักกับสถานการณ์นี้ ในอนาคตข้างหน้า อาจกลายเป็นวิกฤต ที่หนักยิ่งกว่าที่สังคมไทยจะรับมือ

เอกสารอ้างอิง

1. ประชากรกลางปี สำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย



ที่มา: ออกแบบโดยผู้เขียน ข้อมูลจากกรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ เดือนมิถุนายน 2568

ข่าวสาร

20 พ.ค. - 17 ก.ค. 68

* 20-21 พ.ค. 68 รศ. ดร.จงจิตต์ ฤทธิรงค์ และคณะ จัดประชุมเชิงปฏิบัติการวิเคราะห์ข้อมูลตัวชี้วัดระบบอาหารท้องถิ่น ณ อบต.ทานโพธิ์ และ ทต.โคกม่วง จ.พัทลุง * 20 พ.ค. 68 ผู้อำนวยการสถาบันวิจัยประชากรและสังคม และคณะ ต้อนรับคณะจาก University of Nevada, Reno ประเทศสหรัฐอเมริกา และจาก Burnet Institute ประเทศออสเตรเลีย ในการประชุมหารือด้านงานวิจัย และการเรียนการสอน ณ สถาบันฯ **รูป 1**

* 24-25 พ.ค. 68 ศ. ดร.สุริยพร พันพิง และคณะ ร่วมกับ Prof. Kaoru Ayoma จาก Kobe University ประเทศญี่ปุ่น จัด Writing Workshop เพื่อเขียนบทความทางวิชาการ และตีพิมพ์ในวารสารระดับนานาชาติ (Q1) ณ สถาบันฯ * 26 และ 30 พ.ค. 68 หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาประชากรและสุขภาพทางเพศและอนามัยเจริญพันธุ์ (หลักสูตรนานาชาติ) และหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาประชากรศาสตร์ประยุกต์และการวิจัยทางสังคม (หลักสูตรนานาชาติ) สถาบันวิจัยประชากรและสังคมได้รับการตรวจประเมินคุณภาพการศึกษาระดับหลักสูตรตามเกณฑ์ AUN-QA ม.มหิดล * 27 พ.ค. 68 คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคนของสถาบันฯ จัดอบรมจริยธรรมการวิจัยให้กับคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยชินวัตร **รูป 2**

* 27-29 พ.ค. 68 ผศ. ดร.พิมลพรรณ อิศรภักดี และคุณสุภรต์ จรัสสิทธิ์ จัดอบรมเรื่อง “การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์ NVivo” **รูป 3**

* 30 พ.ค. 68 ร่วมกับภาคีเครือข่าย จัดเสวนาเรื่อง “อุดมศึกษากับการสร้างโอกาสทางการศึกษาและการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน มหาวิทยาลัยมหิดล” โดยมี รศ. ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา เป็นวิทยากรเรื่อง “การสร้างโอกาสทางการศึกษาและการเรียนรู้เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืน” * 3 มิ.ย. 68 ผศ. ดร.ดุสิตา พิงส์วราญ นำเสนอข้อมูล “Low mortality & low fertility setting with favorable policies -Thailand” ในการประชุม WHO-SEARO Technical Coordination Committee (TCC) Meeting * 4-6 มิ.ย. 68 จัดสัมมนาพัฒนาการจัดการงานวิจัยและการเรียนการสอนหลักสูตรบัณฑิตศึกษา ครั้งที่ 35 เพื่อบูรณาการและทบทวนพันธกิจด้านการเรียนการสอน งานวิจัย งานบริการวิชาการ และงานวิเทศสัมพันธ์ ณ โรงแรมนิรรา ริทริท จ.นครปฐม **รูป 4**

* 9 มิ.ย. 68 จัดประชุมร่วมกับสถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล เพื่อให้เกิดการทำงานข้ามศาสตร์ ขยายงานวิจัยสู่ชุมชนและสังคม ณ MaSHARES สถาบันชีววิทยาศาสตร์โมเลกุล ม.มหิดล * 13 มิ.ย. 68 ต้อนรับ ศ.คลินิกเกียรติคุณ นพ.ปิยะสกล สกลสัตยาทร นายกสภามหาวิทยาลัย และคณะกรรมการสภามหาวิทยาลัยมหิดล ในโอกาสเข้าเยี่ยมและรับฟังผลการดำเนินงาน (University Council Visit ครั้งที่ 4) ณ สถาบันฯ และออนไลน์ **รูป 5**

* 17 มิ.ย. 68 อ. ดร.นงนุช จินดารัตนาภรณ์ ร่วมประชุมภาคีเครือข่ายขับเคลื่อนการผลักดัน (ร่าง) พระราชบัญญัติควบคุมการตลาดอาหารและเครื่องดื่มที่ส่งผลกระทบบต่อสุขภาพเด็ก * 18-20 มิ.ย. 68 ผศ. ดร.นุชราภรณ์ เลียงรัตนมัย และคณะ จัดอบรมเรื่อง “การอบรมเชิงปฏิบัติการ: การวิจัยด้วยการทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (Systematic Review)” * 18 และ 20 มิ.ย. 68 รศ. ดร.จงจิตต์ ฤทธิรงค์ และคณะ จัดประชุมเชิงปฏิบัติการวิเคราะห์ข้อมูลตัวชี้วัดระบบอาหารท้องถิ่น ณ อบต.นาคำ และทต.เต็ด จ.ยโสธร (26 มิ.ย. 68) ณ อบต. ทวีวัฒนา จ.นนทบุรี และ (3 ก.ค. 68) ณ ทต.ป่าอ้อดอนชัย และอบต. ป่าตึง จ.เชียงราย * 19 มิ.ย. 68 อ. ดร.นงนุช จินดารัตนาภรณ์ ร่วมประชุมในการปรับปรุงคุณภาพของข้อมูลและส่งเสริมการใช้ข้อมูลในการติดตามความก้าวหน้าของตัวชี้วัด SDG ที่เกี่ยวข้องกับเด็ก ณ องค์การยูนิเซฟ สำนักงานภูมิภาค กรุงเทพฯ * 18, 19 และ 24 มิ.ย. 68 จัดกิจกรรม IPSR Alumni Global Engagement Sessions 2025 หัวข้อ “From IPSR to the World: Alumni Making Real-World Impacts” ผ่านระบบออนไลน์ * 22 มิ.ย. 68 ผู้อำนวยการสถาบันฯ ร่วมสนทนาหัวข้อ “The Next Chapter ชีวิตไม่เกษียณ” บนเวที Policy Forum ในงาน มนุษย์ต่างวัย FEST 2025: ชีวิตดี...ชีวิต ชี้นั่น 2 It's Okay To Be You ณ IMPACT Exhibition Center Hall 8 * 24-25 มิ.ย. 68 ทีมทุนเสริมการขับเคลื่อนพัฒนาโลกและระบบฐานข้อมูลเพื่อสนับสนุนการจัดการ

พันธกิจ: พัฒนาศักยภาพองค์กร และนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาประยุกต์ใช้ในทุกด้าน ให้เกิดประสิทธิภาพและประสิทธิผลสูงสุด



รูป 1



รูป 2



รูป 3



รูป 4



รูป 5

ศึกษาเชิงพื้นที่ ร่วมกับองค์การบริหารส่วนจังหวัดสุรินทร์ และกองทุนเพื่อความเสมอภาคทางการศึกษา (กสศ.) จัดประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาฐานข้อมูลเชิงบูรณาการระดับจังหวัด * 24 มิ.ย. 68 รศ. ดร.ธีรพงศ์ สุกุลศรี ร่วมสนทนาในรายการนี้เราด้วยคน ตอน เมื่อแรงงานกัมพูชาเป็นศูนย์: ไทยจะรอดหรือร่วง? * 26 มิ.ย. 68 ศ.เกียรติคุณ ดร.ชินนุทัย กาญจนะจิตรา อบรมการใช้ AI สำหรับการท้าววิจัย โครงการ “การวิเคราะห์การจัดการอาหารโรงเรียนและอาหารริมบาทวิถี รวมถึงระบบอาหารท้องถิ่นของประเทศไทย ตลอดจนการศึกษาสถานการณ์ผลิตภัณฑ์อาหารและเครื่องดื่มและคาดการณ์ผลกระทบของการจัดเก็บภาษีไขมันอิ่มตัวในประเทศไทย” ณ สถาบันฯ **รูป 6** * 27 มิ.ย. 68 รศ. ดร.ศุทธิดา ชวนวัน ร่วมพูดคุยหัวข้อ “ข้อมูลประชากรกับการวางแผนรองรับวัยเกษียณของสังคมไทย” และโครงการวิจัยเรื่อง “การวิจัยเสริมสร้างสมรรถนะบุคลากรขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในการใช้ข้อมูลประชากรเพื่อการเป็นสังคมสูงวัยที่มีพลัง” ในการประชุมชี้แจงกรอบการวิจัยและนวัตกรรม ปีงบประมาณ 2569 ของสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ * 28 มิ.ย. 68 ผู้อำนวยการสถาบันฯ บรรยายหัวข้อ “มหาวิทยาลัยมหิดลกับการขับเคลื่อนการพัฒนาที่ยั่งยืน” ในการอบรมเชิงปฏิบัติการ “โครงการมหิดลเพื่อการเปลี่ยนแปลง รุ่นที่ 1 โดยมี นายภาสกร บุญคุ้ม นักวิเคราะห์นโยบายและแผน (ผู้เชี่ยวชาญ) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม เข้าร่วมโครงการ ณ ดำเนินพวา รีสอร์ท จ.สมุทรสงคราม **รูป 7** * 1 ก.ค. 68 จัดการประชุมวิชาการระดับชาติ ครั้งที่ 19 “ประชากรและสังคม 2568” ภายใต้แนวคิดวิจัยประชากรและสังคมสู่ Real-World Impacts และจัดบุณิหารศการ ณ สถาบันฯ * 3 ก.ค. 68 คณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน จัดกิจกรรม IRB Talk ครั้งที่ 19 เรื่อง เปิดใจให้กัน: ผู้ให้ข้อมูลและผู้วิจัย โดยมี อ. ดร.สพญ.สร้อยญา สุจริตพงศ์ เป็นวิทยากร * 4 ก.ค. 68 ผู้อำนวยการสถาบันฯ รับมอบโล่จาก นายวิชัย ไชยมงคล ที่ปรึกษารัฐมนตรีว่าการกระทรวงสาธารณสุข ในฐานะหน่วยงานร่วมพัฒนา AI กับสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา ในงาน “ติดปีก ออย.ไทย ผู้บริโภคมั่นใจ ผลิตภัณฑ์ปลอดภัยในอี-คอมเมิร์ซ” โดยมี อ. ดร.นงนุช จินดารัตนาภรณ์ ร่วมเสวนาหัวข้อ “นวัตกรรม AI ยกระดับคุ้มครองผู้บริโภคด้วยผลิตภัณฑ์ปลอดภัยในอี-คอมเมิร์ซ” ณ สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา **รูป 8** * 12 ก.ค. 68 ศ.เกียรติคุณ ดร.ชินนุทัย กาญจนะจิตรา และคณะ ลงพื้นที่ อโรคยศาล วัดคำประมง จ.สกลนคร เพื่อเก็บข้อมูลภาคสนามโครงการวิจัย “การสังเคราะห์ข้อมูลการดำเนินงานสถานชีวภิบาล” โดยมุ่งถอดบทเรียนแนวทางการดูแลผู้ป่วยระยะท้ายแบบองค์รวม การมีส่วนร่วมของชุมชนและวัด * 14 ก.ค. 68 สถาบันฯ ร่วมกับวิทยาลัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และสถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียน ม.มหิดล จัดประชุมวิชาการประชากรและวิทยาศาสตร์สาธารณสุข ครั้งที่ 16 * 16 ก.ค. 68 รศ. ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และคณะ นำเสนอข้อมูลเชิงสถานการณ์และเชิงนโยบายเรื่อง “เจาะวิถี 24 ชั่วโมงเด็กปฐมวัย จากข้อมูลสู่การขับเคลื่อนนโยบายส่งเสริมและกระตุ้นพัฒนาการอย่างตรงเป้าหมาย” ณ สำนักงานเลขาธิการ สภาการศึกษา * 16 ก.ค. 68 รศ. ดร.ศุทธิดา ชวนวัน และคณะ ดูงานหอสมุดและคลังความรู้ มหาวิทยาลัยมหิดลเพื่อพัฒนาระบบงานการเงินในรูปแบบ Dashboard * 16 ก.ค. 68 รศ. ดร.ภูเบศร์ สมุทรจักร บรรยายเรื่อง “ความเปราะบางของโครงสร้างประชากรและครอบครัวไทยกับการพัฒนาประเทศ” ในการประชุมสมัชชาครอบครัวแห่งชาติ * 17 ก.ค. 68 รศ. ดร.ปิยวัฒน์ เกตุวงศา และคณะ นำเสนอวาระเชิงนโยบายเพื่อพัฒนา “ฐานข้อมูลวิถีชีวิต” และสถานการณ์สุขภาพของเด็กปฐมวัย ในการประชุมคณะทำงานเชิงนโยบายของรัฐบาล ณ ทำเนียบรัฐบาล **รูป 9** * 17 ก.ค. 68 เปิดตัว “รายงานสุขภาพคนไทย 2568” ในงานประชุม Forum สุขภาพคนไทย 2568 หัวข้อ “เกิดน้อยอยู่ไม่กลับ ต้องปรับและรับมืออย่างไร” ณ สสส. **รูป 10**

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



รูป 6



รูป 7



รูป 8



รูป 9



รูป 10

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 เฉลิมพล แจ่มจันทร์ ผู้อำนวยการสถาบันฯ บรรณาธิการ ภัฏญญา อภิพรชัยสกุล พอดตา บุญดิระ นุชราภรณ์ เลียงรัตนมัย สุภรต์ จรัสสิทธิ์ อภิชาติ จรัสสุทธิวงศ์ กองบรรณาธิการ กฤติญา สำอางกิจ กาญจนนา ตั้งชลทิพย์ กาญจนนา เทียนฉาย ภัฏญญาพัชร สุทธิเกษม เกียรตินิยม ชันติ จงจิตต์ ฤทธิรงค์ จักรมพร ให้อย่าง เฉลิมพล แจ่มจันทร์ นงนุช จินดารัตนาภรณ์ นงเยาว์ บุญเจริญ นนทวัชร แสงหล่อ นิพนธ์ ดาราวุฒิมาประกรณ์ ปราโมทย์ ประสาทกุล ปิยะวัฒน์ สวัสดิ์จิ บัทยา ว่าพัฒนางค์ มนสิการ กาญจนะจิตรา วรชัย ทองไทย วัณญา อาศัยศาสน์ วิชาพร จารุเรืองไพศาล ศรินันท์ กิตติสุขสถิต ศุทธิดา ชวนวัน สิรินททยา พูลเกิด สุชาติ ทวีสิทธิ์ สุรีย์พร พันพั่ง สักกรินทร์ นิยมศิลป์ อมรา สุนทรธาดา ฝ่ายศิลป์ จุฑารัตน์ ทรัพย์ยอดแก้ว ฝ่ายสมาชิก จีวรรณ หงษ์ทอง ติดต่อสอบถามโครงการเผยแพร่ข่าวสารและการศึกษาด้านประชากร โทรศัพท์ 0-2441-0201 ต่อ 100 หรือ 0-2441-9666