



รายงานฉบับสมบูรณ์

(ระหว่างเดือนพฤษภาคม ๒๕๕๒ – เดือนกันยายน ๒๕๕๕)

โครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านม้อง
อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

คณะผู้วิจัย

นางอุบล ทองกันยา และทีมวิจัย

สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)
(ความเห็นในรายงานนี้เป็นของผู้วิจัย สกว. ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป)

รายงานฉบับสมบูรณ์

(ระหว่างเดือนพฤษภาคม ๒๕๕๒ – เดือนกันยายน ๒๕๕๕)

โครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านม่วง
อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

คณะผู้วิจัย

๑. นางอุบล ทองกันยา	หัวหน้าทีมวิจัย	๒. นางสาวประทุมวดี สีใส	ทีมวิจัย
๓. นางสาวกมลวรรณ วรรณโสภี	ทีมวิจัย	๔. นางภาวิณี สามัคคี	ทีมวิจัย
๕. นางโสภา สาลียงพวย	ทีมวิจัย	๖. นางบุปผา ชัยศักดิ์านุกูล	ทีมวิจัย
๗. นางสมคิด โสทธิสงค์	ทีมวิจัย	๘. นางสาว่ายงาม ประจวบวัน	ทีมวิจัย
๙. นายวินัย คงนะภา	ทีมวิจัย	๑๐. นายพิทยา สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย
๑๑. นางก้าน ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย	๑๒. นางเฉลิม สุนธนา	ทีมวิจัย
๑๓. นางเนตรชนก สบเลิศ	ทีมวิจัย	๑๔. นางสาวมาลา ลิ้มทอง	ทีมวิจัย
๑๕. นายสาริต ฐันัน	ทีมวิจัย	๑๖. ค.ช.อนุวัฒน์ โกคา	ทีมวิจัย
๑๗. นายฉัตรชัย จันทรดี	ทีมวิจัย	๑๘. ค.ช.ปัญจพล จิตรคำ	ทีมวิจัย
๑๙. ค.ญ.ณัชชา สามัคคี	ทีมวิจัย	๒๐. ค.ญ.ปฐพร สามัคคี	ทีมวิจัย
๒๑. นางสาวปิยะพร พิทยากุล	ทีมวิจัย	๒๒. ค.ญ.ปรารดนา มิ่งมั่งมี	ทีมวิจัย
๒๓. นายพัทธพงศ์ จิตรคำ	ทีมวิจัย	๒๔. ค.ช.จักรพงษ์ ลิ้มทอง	ทีมวิจัย
๒๕. ค.ญ.ชนิตา ลินลา	ทีมวิจัย	๒๖. ค.ญ.นุชบา ทองย้อย	ทีมวิจัย
๒๗. ค.ญ.ศิริลักษณ์ ลักษณะโต	ทีมวิจัย		

สนับสนุนโดยสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.)

(ความเห็นในรายงานนี้เป็นของผู้วิจัย สกว. ไม่จำเป็นต้องเห็นด้วยเสมอไป)

สารบัญ

บทที่ ๑ บทนำ	หน้า
๑.๑ ความเป็นมา	๑
๑.๒ คำถามวิจัย	๑
๑.๓ วัตถุประสงค์	๒
๑.๔ พื้นที่ดำเนินการวิจัย	๒
๑.๕ ระยะเวลาดำเนินการวิจัย	๒
๑.๖ การดำเนินกิจกรรม	๒
๑.๗ ผลที่คาดว่าจะได้รับ	๒
๑.๘ ทีมวิจัย	๓
 บทที่ ๒ บริบทชุมชนตำบลบ้านหม้อ	 ๕
 บทที่ ๓ ขั้นตอนการดำเนินงาน	 ๑๐
 บทที่ ๔ ผลการวิจัย	
๔.๑ ลักษณะของสุขภาวะของคนในชุมชนตำบลบ้านหม้อ (ในอดีต และ ปัจจุบัน)	๓๒
๔.๒ การสร้างกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสร้างสุขภาวะ	๓๓
๔.๓ แนวทางการดูแลสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านหม้อ	๔๐
 บทที่ ๕ สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	
๕.๑ สรุปผลการวิจัย	๔๓
๕.๒ บทเรียนการวิจัย	๔๖
๕.๓ ปัญหาการวิจัย	๕๘
๕.๔ ข้อเสนอแนะต่อชุมชน นโยบาย และข้อเสนอแนะต่อการวิจัยในอนาคต	๕๙
 ภาคผนวก	
ก. สรุปรายงานการประชุมและบันทึกการทำงาน	๖๐
ข. ภาพกิจกรรมของโครงการ	๒๓๖

บทที่ ๑

บทนำ

๑.๑ ความเป็นมา

“บ้านฉ้อง” เป็นชื่อเรียกตำบลหนึ่งในอำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี ซึ่งอยู่ห่างจากตัวเมืองราชบุรีประมาณ ๑๖ กิโลเมตร ไปทางทิศเหนือ คนในชุมชนส่วนมากเป็นคนที่ย้ายเชื้อสายลาวเวียง ซึ่งในสมัยอดีตเป็นเชลยศึกที่ถูกกวาดต้อนมาจากเมืองเวียงจันทน์ สมัยที่พระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราชปฐมกษัตริย์ราชวงศ์จักรี ดำรงตำแหน่งเป็นหลวงยกกระบัตรประจำเมืองราชบุรี ได้ไปตีเมืองลาวและเขมร พร้อมทั้งกวาดต้อนเชลยศึกกลับมาด้วย ในสมัยอดีตชุมชนบ้านฉ้องมีอาชีพเกษตรกรรมเป็นหลัก มีความเชื่อความศรัทธาในสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่สำคัญของหมู่บ้าน เช่น ศาลเจ้านาย ศาลปู่ตา ชุมชนบ้านฉ้องถูกยกเป็นองค์การบริหารส่วนตำบลเมื่อปี พ.ศ.๒๕๓๘ มีจำนวนหมู่บ้าน ๑๐ หมู่บ้าน จำนวนครัวเรือนกว่า ๒,๒๐๐ ครัวเรือน การพัฒนาชุมชนเป็นไปอย่างรวดเร็วในเรื่องสาธารณูปโภคต่างๆ เส้นทางคมนาคม การเพิ่มขึ้นของประชากร และพื้นที่ทำการเกษตรลดลง อาชีพปัจจุบันจึงมีความหลากหลายทั้งค้าขาย รับราชการ รับจ้างทั่วไปและลูกจ้างโรงงาน ทางด้านสิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรมลงอย่างรวดเร็ว โดยเฉพาะเรื่องของน้ำเสียจากโรงงานผักกาดและโรงงานทอผ้า และจากฟาร์มเลี้ยงหมู ซึ่งทำให้เกิดทั้งภาวะน้ำเสียและทั้งอากาศไม่บริสุทธิ์

การศึกษาของลูกหลานจากเล่าเรียนในโรงเรียนภายในชุมชนเป็นหลัก ได้ขยายออกไปศึกษานอกชุมชนเพราะเดินทางสะดวกขึ้น (มีรถรับส่งประจำ) ความสัมพันธ์เริ่มห่างหายทั้งในระดับครอบครัวและระดับชุมชน จากที่เคยมีงานบุญ งานศพแล้วเพื่อนบ้านพามาจากบ้านช่วยปอกหอม ปอกกระเทียม เป็นแม่ครัวทำกับข้าว หรือเป็นลูกมือช่วยล้างถ้วยล้างจานในงานเปลี่ยนเป็นการว่าจ้างแทน งานพัฒนาหมู่บ้านในวันสำคัญเหลือคนที่มิจิตอาสาอยู่เพียงแต่กลุ่มคนวัยเดียววัฒนธรรมต่าง ๆ งานบุญงานประเพณีของลาวเวียงเริ่มเสื่อมหายทางคุณค่า ความเจริญสมัยใหม่ทั้งเทคโนโลยีและสื่อทำให้ชุมชนบ้านฉ้องเกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมอย่างรวดเร็ว ทำให้วิถีชีวิตของคนบ้านฉ้องอยู่ในสภาพกึ่งชนบทกึ่งเมือง การปรับตัวไม่ทันทำให้เกิดหลายปัญหาตามมาทั้งเรื่องยาเสพติดในกลุ่มเยาวชน ภาวะหนี้สิน ครอบครัวไม่เข้มแข็ง เกิดภาวะซึมเศร้าในสมาชิกของครอบครัว มีความเป็นอยู่แบบตัวใครตัวมันมากขึ้น

ปี พ.ศ.๒๕๔๕ อบต.บ้านฉ้องถูกยกกระดบเป็นเทศบาล ด้วยศักยภาพของผู้นำและแกนนำบางส่วนของชุมชนทำให้หน่วยงานต่าง ๆ สนใจใช้พื้นที่ตำบลบ้านฉ้องเป็นพื้นที่โครงการนำร่องมากมาย แต่หลายโครงการถูกคิดขึ้นจากระดับบนและไม่มีความต่อเนื่อง หรือได้รับการสนับสนุนเฉพาะกลุ่มไม่ทั่วถึง ทำให้การพัฒนาหลายอย่างไม่บรรลุผลสัมฤทธิ์ ในช่วงเดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๑ เกิดคณะทำงานศาลาสร้างสุข ซึ่งเป็นการรวมตัวของตัวแทนจากสมาชิกทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน โดยการสนับสนุนของศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๕ จังหวัดราชบุรี มากระตุ้นให้ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมเกิดความร่วมมือในการทำกิจกรรมเพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนให้เกิดขึ้นของคนทั้ง ๓ วัย ในการดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกัน แต่เมื่อหมดปีงบประมาณ กิจกรรมต่างๆ ได้หยุดลง เกิดเป็นคำถามสำหรับคณะทำงานศาลาสร้างสุขว่า จะสร้างสุขภาวะให้กับชุมชนได้อย่างไรด้วยตัวของชุมชนเอง เกิดการปรับตัวของชุมชนรู้เท่าทันกับการเปลี่ยนแปลงของสังคมในสมัยปัจจุบัน

๑.๒ คำถามวิจัย

แนวทางการสร้างสุขภาวะของชุมชนบ้านฉ้องควรเป็นอย่างไร

๑.๓ วัตถุประสงค์

๑. เพื่อศึกษาเรียนรู้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขภาวะตั้งแต่ในอดีตถึงในปัจจุบัน
๒. เพื่อสร้างกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสร้างสุขภาวะ
๓. เพื่อค้นหาแนวทางในการสร้างสุขภาวะของคนชุมชนบ้านฆ้อง

๑.๔ พื้นที่ดำเนินงานการวิจัย

ตำบลบ้านฆ้อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

๑.๕ ระยะเวลาดำเนินการวิจัย

๒๐ เดือน (ระหว่าง ๑ พฤษภาคม ๒๕๕๒ – ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๓)

๑.๖ การดำเนินกิจกรรม

ระยะแรก (เดือนที่ ๑ - ๖)

๑. สร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนิน โครงการวิจัยสู่สมาชิกในชุมชน
๒. เเวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่องจุดแรกของสุขภาวะ
๓. ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมโดยชุมชนของทีมวิจัย
๔. เก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการและสรุปผล
๕. นำเสนอผลการดำเนินการให้กับชุมชนรับทราบ
๖. ประชุมประจำเดือน
๗. การสรุปผลการดำเนินงานวิจัยและจัดทำรายงาน

ระยะที่ ๒ (เดือนที่ ๗ - ๑๒)

๘. เก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน
๙. วิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรมร่วมกับชุมชน
๑๐. ประชุมประจำเดือน
๑๑. เก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการและสรุปผล
๑๒. นำเสนอผลการดำเนินการให้กับชุมชนรับทราบ
๑๓. การสรุปผลการดำเนินงานวิจัยและจัดทำรายงาน

ระยะที่ ๓ (เดือนที่ ๑๓ - ๒๐)

๑๔. ปฏิบัติภารกิจที่สร้างสุขภาวะชุมชน
๑๕. เก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการและสรุปผล
๑๖. นำเสนอผลการดำเนินการให้กับชุมชนรับทราบ
๑๗. ประชุมประจำเดือน
๑๘. การสรุปผลการดำเนินงานวิจัยและจัดทำรายงาน

๑.๗ ผลที่คาดว่าจะได้รับ

ระยะแรก (เดือนที่ ๑ - ๖)

๑. ชุมชนรับทราบเข้าใจเป้าหมายและวัตถุประสงค์ของโครงการ

๒. ชุมชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นต่อโครงการ
๓. เกิดโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชน
๔. ได้ประเด็นเรื่องในการเก็บข้อมูล
๕. ทีมวิจัยมีทักษะในการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วม
๖. ทีมวิจัยเกิดความสัมพันธ์และมีกระบวนการทำงานร่วมกัน
๗. ทีมวิจัยสามารถทำแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้
๘. ทีมวิจัยได้ข้อสรุปการเรียนรู้จากการทำงานเป็นระยะ
๙. จัดทำรายงานความก้าวหน้าฉบับที่ ๑

ระยะที่ ๒ (เดือนที่ ๗ – ๑๒)

๑๐. ได้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการสร้างสุขภาวะตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน
๑๑. ชุมชนมีส่วนร่วมในการเก็บข้อมูล
๑๒. ชุมชนเกิดการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
๑๓. ได้ข้อมูลที่จัดประเภทสะดวกในการทำความเข้าใจและง่ายในการใช้ประโยชน์ต่อ
๑๔. ทีมวิจัยเข้าใจปัจจัยและเงื่อนไขในการสร้างสุขภาวะ
๑๕. ได้แนวทางในการสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านฉ้อง
๑๖. ทีมวิจัยสามารถทำแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้
๑๗. ทีมวิจัยได้ข้อสรุปการเรียนรู้จากการทำงานเป็นระยะ
๑๘. จัดทำรายงานความก้าวหน้าฉบับที่ ๒

ระยะที่ ๓ (เดือนที่ ๑๓ – ๒๐)

๑๙. ได้แนวทางในการสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านฉ้อง
๒๐. ชุมชนมีส่วนร่วมในการสร้างสุขภาวะชุมชน
๒๑. ชุมชนได้รับทราบผลการดำเนินงานและมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น
๒๒. ชุมชนเห็นความสำคัญและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบางอย่างในการร่วมสร้างสุขภาวะชุมชน
๒๓. ทีมวิจัยสามารถทำแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้
๒๔. ทีมวิจัยได้ข้อสรุปการเรียนรู้จากการทำงานเป็นระยะ
๒๕. ทีมวิจัยได้บทสรุปผลการดำเนินงานและสามารถจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

๑.๘ ทีมวิจัย

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าทีมวิจัย
๒. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย
๓. นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	ทีมวิจัย
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย
๕. นางโสภา	สาธิยงพวย	ทีมวิจัย
๖. นางบุปผา	ชัยศักดิ์านุกูล	ทีมวิจัย
๗. นางสมคิด	โสทธิสงค์	ทีมวิจัย

๘. นางสาวจำจาม	ประจวบวัน	ทิมวิชัย
๙. นายวินัย	คณณะภา	ทิมวิชัย
๑๐. นายพิทยา	สันติภูมิโพธา	ทิมวิชัย
๑๑. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทิมวิชัย
๑๒. นางเฉลิม	สุมณฑา	ทิมวิชัย
๑๓. นางเนตรชนก	ลบเลิศ	ทิมวิชัย
๑๔. นางสาวมาลา	ลัมทอง	ทิมวิชัย
๑๕. นายสาริต	คูนัม	ทิมวิชัย
๑๖. ค.ช.อนุวัฒน์	โกคา	ทิมวิชัย
๑๗. นายฉัตรชัย	จันทร์ดี	ทิมวิชัย
๑๘. ค.ช.ปัญญาพล	จิตรคำ	ทิมวิชัย
๑๙. ค.ญ.ณัชชา	สามัคคี	ทิมวิชัย
๒๐. ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	ทิมวิชัย
๒๑. นางสาวปิยะพร	พิทยาอุล	ทิมวิชัย
๒๒. ค.ญ.ปรารธนา	มิ่งมั่งมี	ทิมวิชัย
๒๓. นายพัทรพงศ์	จิตรคำ	ทิมวิชัย
๒๔. ค.ช.จักรพงษ์	ลัมทอง	ทิมวิชัย
๒๕. ค.ญ.ชนิดา	ลินลา	ทิมวิชัย
๒๖. ค.ญ.นุชบา	ทองย้อย	ทิมวิชัย
๒๗. ค.ญ.ศิริลักษณ์	ลักษณะโค	ทิมวิชัย

บทที่ ๒

บริบทชุมชนตำบลบ้านฆ้อง

๒.๑ สภาพบริบทพื้นที่ตำบลบ้านฆ้อง

๒.๑.๑ สภาพบริบทพื้นที่ตำบลบ้านฆ้อง

ข้อมูลเบื้องต้นตำบลบ้านฆ้อง เป็นเขตปกครองส่วนท้องถิ่น เป็นเทศบาลตำบลบ้านฆ้องเมื่อปี ๒๕๔๕ มีจำนวนประชากร ๘,๓๔๔ คน นับถือศาสนาพุทธ เชื้อชาติไทย และเชื้อสายไทยปนจีนปนลาว สัญชาติไทย มีภาษาถิ่นของตัวเองเป็นภาษาลาวเวียง มีขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรมที่เด่นชัดประจักษ์แก่ตำบลคือการนำอาหารลาวหวาน ไปทำบุญที่วัดในวันพระ ทุก ๘ คำ และ ๑๕ คำ มีความเชื่อในการทำบุญให้กับบรรพบุรุษ โดยมีหมู่บ้านทั้งหมด ๑๐ หมู่ แบ่งเขตเลือกตั้งออกเป็น ๒ เขต เขตละ ๕ หมู่ มีชื่อเรียกประจำหมู่คือ

๑. บ้านฆ้อง หมู่ ๑
๒. บ้านฆ้อง หมู่ ๒
๓. บ้านเกาะ หมู่ ๓
๔. บ้านคียบอน หมู่ ๔
๕. บ้านเก่า หมู่ ๕
๖. บ้านทุ่งเจริญ หมู่ ๖
๗. บ้านบ่อมะกรูด หมู่ ๗
๘. บ้านบ่อมะกรูด หมู่ ๘
๙. บ้านแจ่มใส หมู่ ๙
๑๐. บ้านฆ้อง หมู่ ๑๐

สถาน การศึกษา : ระดับประถมศึกษา ๓ แห่ง คือ โรงเรียนวัดบ้านฆ้อง โรงเรียนวัดคียบอน และโรงเรียนวัดบ้านบ่อมะกรูด และระดับอาชีวะ ๑ แห่ง คือ วิทยาลัยเทคนิคโพธาราม

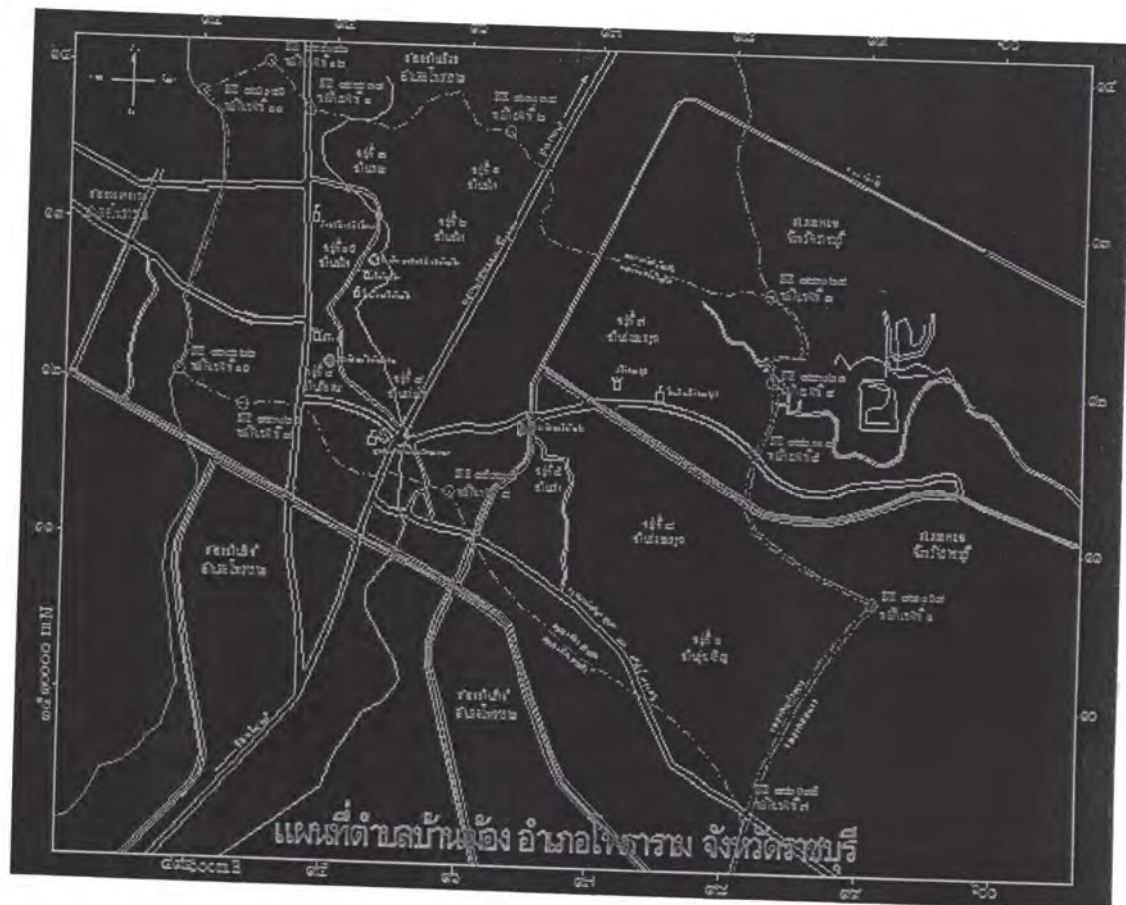
สถานที่ทางศาสนา : ๓ แห่ง คือ วัดบ้านฆ้อง วัดคียบอน วัดบ้านบ่อมะกรูด

ศาลเจ้าที่ชาวบ้านนับถือ เป็นความเชื่อ ศาลปู่หมอ ศาลปู่ดา ศาลโพธิ์ทอง ศาลเจ้านาย ศาลเจ้าคันทว่า ศาลเจ้าบ้านเก่า ศาลเหล่านี้จะจัดงานประจำปีทุกปี

สถานที่ทางสาธารณสุข ๒ แห่ง คือ สถานีอนามัยบ้านคียบอน หมู่ ๔ สถานีอนามัยบ้านเก่า หมู่ ๕

สภาพพื้นที่ดินเป็นที่ราบลุ่ม ดินร่วนซุย

อาณาเขตติดต่อ	ทางทิศตะวันออก	ติดเขตอำเภอบางแพ
	ทางทิศตะวันตก	ติดเขต ตำบลคลองตะคอก
	ทางทิศเหนือ	ติดเขตตำบลบ้านเลือก
	ทางทิศใต้	ติดเขตตำบลบ้านสิงห์



๒.๑.๒ ความเป็นมาของชุมชนบ้านน้อง

ชุมชนบ้านน้องส่วนใหญ่เป็นคนเชื้อชาติไทย-ลาว-จีน มีเรื่องเล่ากล่าวไว้ว่าเดิมทีเป็นกลุ่มคนอพยพมาจากลาว เมืองเวียงจันทน์ในสมัยที่มีการกวาดต้อนเชลยมาเมืองไทย เมื่อเดินทางมาถึงในบริเวณที่เป็นตำบลบ้านน้องปัจจุบัน เห็นว่ามีทำเลที่ดี ชาวลาวยอพยพจึงได้มีการลงหลักปักฐาน โดยมีหลวงพ่อมะนาวเขียวเป็นศูนย์รวมจิตใจในการตั้งบ้านเรือน จากนั้นมีการขุดสระ และพบร่องรอยโบราณขนาดใหญ่มาฝังอยู่ใต้ดิน จึงจะนำขึ้นมาสักการะ แต่ไม่สามารถนำขึ้นมาได้ ชุมชนนี้จึงมีชื่อเรียกว่า “บ้านน้อง” ตั้งแต่นั้นมา ในช่วงหลังมีการแต่งงานข้ามเชื้อชาติ จึงทำให้คนบ้านน้องมีประเพณี วัฒนธรรมผสมผสานที่หลากหลาย ทั้งสารทไทย สารทลาว และสารทจีน

๒.๑.๓ วิถีชีวิตชุมชนบ้านน้อง

จากเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกชุมชนทั้ง ๕ โซน ทีมวิจัยได้ชวนคุยเรื่องราวตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน ทำให้ได้ข้อมูลหลายด้าน ดังนี้ คือ

การประกอบอาชีพ :

๑) **อาชีพในอดีต** ทำนาในที่นาของตนเอง ชาวบ้านออกมาช่วยกันโดยไม่มีค่าจ้าง ไม่ใช้ปุ๋ยเคมีในการทำนาปลูกผัก เลี้ยงวัวไว้ใช้งาน เลี้ยงหมู เลี้ยงไก่ เลี้ยงเป็ด เครื่องมือในการทำนา ใช้วัวไถนา ใช้เคียวเกี่ยวข้าวและหญ้า ใช้คราดลากเอาหญ้าและฟางออกจากดิน ใช้หลาวหาบข้าวเข้าลาน ใช้ขี้วัวผสมสมน้ำทาตามคันปูน ใช้วัวนวดข้าว

๒) **อาชีพในปัจจุบัน** ประชากรส่วนใหญ่รับจ้างโรงงานทอผ้า รับจ้างทำตุ๊กตา และเข็บที่นอน ค้าขาย เลี้ยงวัวนม เลี้ยงหมู เลี้ยงปลา ทำนา รับราชการตามจำนวนน้อย เครื่องมือในการทำนา ปัจจุบันใช้เครื่องจักรทั้งหมด ใช้ปุ๋ยเคมี ใช้ยาฆ่าแมลง และที่นาไม่ไร้ของของตนเอง แล้วยังใช้เงินเป็นค่าจ้าง

วัฒนธรรม :

- ๑) พ่อแม่พาลูกหลานไปบวชหน้าบ้านประจำทุกเช้า
- ๒) พาลูกหลานไปทำบุญที่วัดวันพระ ๘ ค่ำ ๑๕ ค่ำ และวันสำคัญต่างๆ ทางศาสนา
- ๓) นิยมจัดงานบวชลูกชายก่อนวันเข้าพรรษา

ประเพณี :

- ๑) นิยมนำข้าวหลามทำบุญกลางหมู่บ้านเดือน ๑ (เรียกว่าทำบุญข้าวกั)
- ๒) มีพิธีกรรมทำบุญให้ศาลเจ้าประจำปี
- ๓) มีพิธีกรรมทำบุญให้บรรพบุรุษ ในวันสงกรานต์ และประเพณีลาวเวียง
- ๔) มีพิธีกรรมทำบุญอุทิศในเดือน ๕ (เมษายน ของปี)
- ๕) มีพิธีกรรมทำบุญให้บรรพบุรุษในวันขึ้น ๑๕ ค่ำ เดือน ๑๐ (เรียกว่าแก้ห่อข้าว)

การเล่นพื้นบ้าน :

๑) การละเล่นพื้นบ้านในอดีต เป็นการละเล่นที่ไม่มีค่าใช้จ่ายซื้ออุปกรณ์ เพราะหาได้ในชุมชน เช่น กระโดดเชือก แล่ไข่เต่าลึงแทนเชือก เล่นขุมเมือง เดินกะโปะ (กะลา) ไม้ทิ่ม หมากเก็บ ตีจับ งูกินหาง กากกไข่ โยนลูกช่วง มอญซ่อนผ้า แหม่มมูม และวิธีข้าวสาร เป็นการเล่นที่ฝึกให้ผู้เล่นรู้จักวางแผน มีระเบียบวินัยในการเล่น และมีน้ำใจ ต่อกัน อีกทั้งทำให้ผู้เล่นรู้จักฝึกการคิดเป็น มีสมาธิ สร้างความสัมพันธ์ระบบประสาทในตัวของผู้เล่น พร้อมกับสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มผู้เล่น

๒) การละเล่นพื้นบ้านในปัจจุบัน ไม่ค่อยมีบ่อย เพราะจะเล่นในช่วงเทศกาลบางเทศกาลเท่านั้น และการเล่นบางอย่างถูกลืมไปแล้ว นอกจากนี้เด็กๆ จะสนใจเล่นเกมสจากโทรศัพท์มือถือและจากคอมพิวเตอร์มากกว่าจะมารวมกลุ่มกับเพื่อนๆ หลายคน

อาหารการกิน :

๑) อาหารการกินในอดีต ทำข้าวปุ้น (ขนมจีน) ในเทศกาลงานบุญต่างๆ เลี้ยงกันในหมู่บ้าน คำข้าวเม่า หนุ่ม ได้มีโอกาสมารับสาว ในฤดูกาลข้าวใกล้จะแก่ นำมาคำข้าวเม่า เพื่อเอาข้าวเม่าไปแครงมาก่อนลงมือเกี่ยวข้าวในนา ถ้าอยากกินขนม ต้องทำขึ้นมาเองไม่มีขาย เมื่อถึงวันโกนต้องเตรียมทำขนมเพื่อจะนำไปทำบุญในวันพระ สมัยนั้นการหุงต้มใช้ฟืน หุงข้าวด้วยเตาหินเร็ดน้ำข้าว แล้วนำน้ำข้าวใส่เกลือให้ลูกกินแทนน้ำนมแม่ กับข้าวส่วนใหญ่เป็นผักจิ้มน้ำพริก กับแกงส้มเป็นหลัก ผักก็อยู่ตามรั้วบ้าน กุ้ง หอย ปู ปลา มีในคลองข้างบ้าน หรือในทุ่งนา เป็นอาหารที่ปลอดสารพิษ มีอยู่ตามธรรมชาติ ส่วนน้ำใช้น้ำคั้นไปคักที่บ่อกลางหมู่บ้านหรือในคลองใช้ดูหาบไปเทใส่โอ่งไว้ใช้อาบ ชักผ้า ปรงอาหาร มาจากบ่อ คลอง เดียวกัน ไม่ต้องเสียเงินซื้อ พอถึงฤดูฝนก็รองน้ำฝนใส่ตุ่ม ใส่โอ่ง ใส่ไหไว้ใช้ตลอดปี

๒) อาหารการกินในปัจจุบัน คนในปัจจุบันจะไม่ปรุงอาหารกินเอง เพราะเสียเวลา ส่วนมากจะซื้ออาหารสำเร็จรูป หรือ (อาหารถุง) และซื้อครั้งละ ๔ - ๕ อย่างค่อมื้อ ขนมก็ไม่ทำเองเมื่อถึงวันพระก็ใช้เงินซื้อไปทำบุญที่วัด หุงข้าวด้วยหม้อไฟฟ้า น้ำคั้นน้ำใช้ต้องแยกกันคนละส่วน น้ำประปาใช้สำหรับอาบซักผ้า ส่วนน้ำคั้นจะต้องซื้อที่บรรจุขวดไว้ น้ำบ่อ น้ำคลอง น้ำฝน นำมาใช้ไม่ได้ การปลูกผักต้องใช้ปุ๋ยเคมี ใช้น้ำฆ่าแมลงฉีดพ่นเพื่อให้สวยงามขายได้ราคา

การเลี้ยงดูบุตรหลาน :

๑) ในอดีต คนสมัยก่อนเลี้ยงดูลูกด้วยน้ำนมแม่ตั้งแต่แรกเกิดจนถึง ๑ ขวบ จึงหย่านม พ่อแม่ ปู่ย่า ตา ยาย ไปไหนมักจะจูงลูกหลานไปด้วย โดยเฉพาะไปวัด หรือ ไปงานบุญต่างๆ แต่เดิมนี้อย่างพ่อแม่ ยังสอนเหมือนเดิม แต่ลูกหลานยุคใหม่ไม่ค่อยอยากไปกับผู้ใหญ่ต้องการไปกับเพื่อนวัยเดียวกันมากกว่า คนสมัยก่อนที่คนโตจะดูแลน้องๆ แทนพ่อแม่ได้ คน

เป็นที่ต้องเสียสละให้น้องเรียนหนังสือ บางคนทำงานส่งให้น้องๆ เรียนจนจบมีงานทำดีๆ แต่น้องก็ให้ความเคารพนับถือที่พึ่งพากันในตระกูล

๒) ปัจจุบัน การเลี้ยงลูกหลานสมัยนี้นิยมใช้นมกระป๋องเลี้ยง พี่น้องพึ่งพากันไม่ค่อยได้ ซึ่งต่างคนต่างทำงาน จะขาดความสัมพันธ์ที่กระหว่างกันในครอบครัว เพราะทุกคนต่างออกไปทำงานนอกบ้านและสมัยนี้ความเป็นส่วนตัวมีมาก จะอยู่ครอบครัวเดียว

การคมนาคม : สมัยก่อน เดินทางเท้า ทางเกวียน ทางเรือ ถนนก็ไม่มีเป็นเส้นขนานเหมือนสมัยนี้ คดเคี้ยวไปตามพื้นที่อนุญาตให้เดินผ่านที่กันได้ ญาติจะไปเยี่ยมกันแต่ละครั้ง ต้องใช้เวลาเป็นวัน ในการเดินทาง แตกต่างกับสมัยนี้ มียานพาหนะ หลายชนิดหลายยี่ห้อ ใช้เวลาไม่ก่นาทีก็ไปถึงกันได้ เพราะ มีรถยนต์ใช้เกือบทุกครอบครัว ถนนก็เรียบ สะดวกสบาย

การติดต่อสื่อสาร : สมัยก่อนใช้คนไปบอก ใจจดหมาย กระดาษ ใช้โทรเลข ใช้เวลาอย่างน้อย ๓ วัน ได้รู้เรื่อง สมัยปัจจุบันมีเครื่องมือสื่อสารรวดเร็วมาก มีโทรศัพท์บ้าน โทรศัพท์มือถือ อีเมลล์ แฟกซ์ คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์

๒.๑.๔ การเปลี่ยนแปลงของชุมชน

สิ่งแวดล้อมเปลี่ยน ในอดีต พอหน้าฝนเมื่อฝนตกใหม่ๆ น้ำไหลลงคลองน้ำจะใส มีปลามากมายแตกขึ้นมาบนขอบคัน ชาวบ้านจับไปทำอาหาร ได้เลย ปลาที่อยู่ตามธรรมชาติ ไม่จำเป็นต้องเลี้ยง ไม่มีใครหวงห้ามว่าปลาแตกขึ้นมาอยู่ในพื้นที่ไร้ของใคร พืชผักก็หากินได้สะดวกใจ ไม่มีการเคมี หน้ามะม่วงก็มีมะม่วงมากมาย พายุฝนมา มะม่วงก็ตกหล่นเล็กๆ มีความสนุกที่ได้ไปแย่งกันเก็บมะม่วง นำมาควนไว้กินนอกฤดูกาล แต่ในปัจจุบันสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปมาก น้ำในคลองใส ริมถนนก็กลายเป็นน้ำเน่า เป็นแหล่งเพาะขยะ ไม่มีปลาเหมือนในสมัยก่อน พืชผักที่เก็บกินได้ตามธรรมชาติไม่มี ถ้าซื้อพืชผักที่ปลูกขายก็จะมีสารเคมีตกค้าง และเดี๋ยวนี้ใช้ถุงพลาสติกกันมากทำให้สิ่งแวดล้อมเสียทำให้เกิดภาวะ โลกร้อน

การแต่งกาย ผู้หญิงใส่เสื้อคอกลมมีแขน นุ่งผ้าถุง ไปทำบุญที่หรืองานบุญต่างๆ สมัยนี้ผู้หญิงสาวๆ นุ่งกางเกงขาสั้น กางเกงยีน ไปในสถานที่ต่างๆ ไม่มีระเบียบ ไม่มีความสวยงาม การเลี้ยงลูกหลานสมัยก่อน จะเข้มงวดมากและลูกหลานจะเชื่อฟังผู้ใหญ่ คนนี้ ลูกหลานไม่เชื่อฟังผู้ใหญ่

ค่านิยมเปลี่ยน คนต้องการความสะดวกต้องการเงินเป็นตัวยึด ใช้วัตถุเป็นตัวตัดสินในการมองคน ขาดความมีน้ำใจต่อกัน ขาดความเมตตา คนมีความเป็นส่วนตัว มีความอิสระมากขึ้น ภาระไม่เกรงใจสามี สามีขาดความรับผิดชอบ ครอบครัว มีช่วงว่างระหว่างวัยมากขึ้น สมัยนี้แม่ทำงานนอกบ้าน พ่อดูแลลูกอยู่บ้าน ไม่ค่อยมีเวลาปลุกฝังให้ลูกหลานรู้จักประหยัด ไม่สอนให้ทำงานบ้าน ลูกหลานสบาย พ่อแม่ส่วนใหญ่ พ่อแม่ไม่บังคับลูกในเรื่องพฤติกรรม การพูด มารยาท และการเล่าเรียน การเปลี่ยนแปลงของชุมชน ตามยุคตามสมัย ผู้หญิงต้องออกมาทำงานตามโรงงาน ปัจจุบันมีเทคโนโลยีเข้ามาทำให้สังคมและการดำเนินชีวิตเปลี่ยนไป คนทำงานแข่งกับเวลา ต่างคนต่างต้องการหาเงิน ไม่มีเวลาที่จะมาพูดคุย ปรับทุกข์และช่วยกันแก้ไขปัญหา

สาเหตุที่ทำให้ชุมชนมีการเปลี่ยนแปลง

๑. ความเจริญด้านไฟฟ้า

พ.ศ.๒๕๑๑ : ยังไม่มีไฟฟ้า ใช้ตะเกียง ทานข้าวเย็นมีดก็เข้านอน ค่าใช้จ่ายไม่มี

พ.ศ.๒๕๑๕ : เริ่มตั้งเสาไฟ ร้านค้าเริ่มมีโทรทัศน์ ไปดูทีวีที่ร้านค้าหน้าวัดบ้านฉ้อง (บ้านครูเนย ใช้เครื่องปั่นไฟเก็บค่าดูคนละสลึง) รวมกันมาดู มีความสนุกสนาน มีรายการเฉพาะตอนเย็น มีช่อง ๔ ละคร ลิเก ลำตัด ไม่ผลิตรายการสำหรับเด็ก มีข่าว ละคร ส่วนใหญ่เป็นเรื่องพื้นบ้าน เช่น ปอบ แม่เฒ่า กระสือ เมื่อเริ่มมีทีวี ซึ่งเป็นเรื่องเชิดหน้าชูตาว่ามีฐานะ แต่ละบ้านอยากมีอยากได้ ต้องหาเงินเพิ่มขึ้น เมื่อแต่ละบ้านมีแล้ว ไม่จำเป็นต้องไปรวมกันดู ทีวีที่บ้านของตัวเอง ทีวี

ตอนแรกเป็นชาวคำ ต่อมาเปลี่ยนเป็นทิวี่ลี เมื่อ พ.ศ.๒๕๒๓ - ๒๕๒๔ นอกจากเรื่องโทรทัศน์แล้ว ยังมีหม้อหุงข้าว ตู้เย็น เครื่องปรับอากาศ เพิ่มขึ้นอีกด้วย

พ.ศ.๒๕๓๕ : เริ่มมีโทรศัพท์บ้าน ตอนยังไม่ต้องเดินทางไปส่งไปหาพูดคุยกัน มีโทรศัพท์ไม่จำเป็นต้องไปหาได้ เมื่อมีความเจริญเหล่านี้ชีวิตไม่ระบบ ไม่ต้องวางแผนรีบเตรียม ไม่รู้เช่ารู้เย็น ชีวิตง่ายขึ้น คนสามารสัน ไม่อดทน ไม่มีเวลาได้ปรับทุกข์ เทียงคินยัง ไม่นอน ห้องใครห้องมันคนละเครื่อง ตอนยังไม่ไฟฟ้ามีเวลาพูดคุยกัน

๒. ความเจริญด้านการคมนาคม

พ.ศ.๒๕๒๕ - ๒๕๒๖ : มีถนนลาดยาง เดินทางสะดวกขึ้น ตอนไม่ลาดยางไม่ค่อยออกไปไหน ถ้าจะไปต้องวางแผน ถึงเวลาเย็นต้องรู้ว่าเป็นเวลากินข้าวไม่ออกไปไหน พอทางถนนเริ่มดีก็มีรถยนต์ : เมื่อก่อนในหมู่บ้านมีรถยนต์คือ ของผู้ใหญ่ถ้า เอื้อเพื่อให้อ่านรวมกันไป แต่เมื่อน้ำมันเริ่มแพงก็มีสินน้ำใจให้บ้าง มายุคหลังเกือบทุกบ้านมีรถยนต์เป็นของตัวเอง บางบ้านเกือบมีรถยนต์ประจำตัวรวมทั้งจักรยานยนต์ด้วย ทำให้สะดวกในการออกไปข้างนอกได้ตลอดเวลา คนเริ่มหันหลังให้กัน ไม่ต้องง้อ ไม่ต้องถามกัน

๓. ความเจริญด้านอุตสาหกรรม :

ก่อนปี พ.ศ.๒๕๕๐ : มีโรงเกลือ โรงเกลือ โรงฝักกาด โรงน้ำปลา

พ.ศ.๒๕๕๐ : มีโรงงานกังวานการทอ จากทอผ้าเองเกิดการเปลี่ยนแปลงอาชีพ จากทำนา ทำสวน มาเป็นสาวโรงงาน

๔. ทางการศึกษา : ลูกหลานไปเรียนโรงเรียนของชุมชน คือ โรงเรียนวัดบ้านจ้อง โรงเรียนวัดบ่อมะกรูด โรงเรียนวัดคียบอน และโรงเรียนวัดหนองอ้อ เด็กยังเรียนในชุมชน เรียนแค่ชั้น ป.๔ (พ.ศ.๒๕๑๑)

พ.ศ.๒๕๑๑ : เริ่มมีถึง ป.๖ ส่งลูกหลานไปโรงเรียนนอกชุมชน เช่น โรงเรียนเจียไ้ โรงเรียนแ้มวิทนาการ โรงเรียนสมศักดิ์วิทยา โรงเรียนวิชัย โรงเรียนราชบำรุงวิทย์ การส่งลูกหลานไปเรียน ต้องมีค่าใช้จ่ายในการเดินทาง ความปลอดภัย เมื่อก่อนตอนเรียนในโรงเรียนชุมชนกลับมากินข้าวกลางวันที่บ้าน เคียวนี่ต้องมีค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้น พ่อแม่ต้องหาเงินเพื่อมาเป็นค่ารถรับส่ง

๕. ทางการปกครอง : เมื่อก่อนวัดเป็นหลัก หลวงพ่อเป็นศูนย์กลาง มีงานอะไรก็ไปคุยกันที่วัด เรื่องที่ประชุม กฐิน ผ้าป่า งานบุญ งานทำทั้งหมู่บ้าน บุญกลางบ้าน ต่อมาในระบบการปกครองแบบกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน คนที่จะมาเป็นได้ ชาวบ้านให้ความศรัทธา นับหน้าตาถือสา กำนันจะมีบทบาทมาก คนเกรงใจเคารพนับถือ มีสิทธิ์ตั้งชื่อให้ เป็นชื่อดี ทำหน้าที่เป็นผู้ตัดสินใจ วัดยังเป็นศูนย์กลางในการพูดคุย แต่เมื่อเปลี่ยนมาเป็นองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น บทบาทผู้ใหญ่บ้านลดลง มีการสร้างศาลาประชาคมประจำหมู่บ้าน ทำให้วัดเริ่มหมดบทบาทในการเป็นสถานที่ใช้ประชุมพูดคุยกัน

๖. ทางการรวมกลุ่ม : เมื่อก่อนเป็นการรวมกลุ่มตามวิถี เช่น ไปทำนา หาปลา เลี้ยงวัวด้วยกัน ส่วนปัจจุบันมีการรวมกลุ่มโดยเป็นการจัดตั้งตามวิธีการทำงานของหน่วยงาน เช่น กลุ่มสตรี กลุ่ม อสม. ดังนั้นจึงมีความแตกต่างในเรื่องการสื่อสาร คือ การรวมกลุ่มแบบธรรมชาติพูดคุยกันตามปกติ แต่เมื่อเป็นกลุ่มแบบหน่วยงาน ต้องใช้หนังสือ ไม่มีหนังสือก็ไม่มา มีหอกระจายข่าวแต่ก็เป็นการสื่อสารทางเดียว

๗. ลักษณะของครอบครัว : มีประชากรเพิ่มขึ้น เปลี่ยนจากครอบครัวขยายเป็นครอบครัวเดี่ยว

บ้านครอบครัวขยาย : เด็กเชื้อพี่ คนแก่ให้เกรงใจ สั่งสอน เด็กมีระเบียบวินัย เกรงกลัว พ่อแม่จริงจัง เด็กๆ ต้องทำงานสำหรับครอบครัว

บ้านครอบครัวเดี่ยว : ลูกได้ทำตามอำเภอใจ ไม่มีเวลาลังสอนลูก ฐานะดีขึ้น ต้องการอิสระ หลายครอบครัวก็มีปัญหา พ่อแม่เคยถูกตี กลัวลูกเจ็บ จึงไม่ตีลูก วิธีการดูแลลูกจะเปลี่ยนไป เด็กแข็งกระด้างขึ้น

บทที่ ๓
ขั้นตอนการดำเนินงาน

กระบวนการดำเนินงานของโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านหม้อ อำเภोधมปราชญ์ จังหวัดราชบุรี ประกอบด้วยกิจกรรมต่างๆ สรุปได้ดังนี้

๑. เวทีสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินงานโครงการวิจัยสู่สมาชิกในชุมชน

เป้าหมาย :

๑. เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับสมาชิกในชุมชนรับทราบถึงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ของการดำเนินโครงการวิจัย
๒. เพื่อสร้างความร่วมมือของสมาชิกในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ภายในทีมวิจัย (ระหว่างทีมวิจัยผู้ใหญ่ และทีมวิจัยเด็ก)
๒. หน่วยงานในพื้นที่ เช่น เทศบาล โรงเรียน สถานีอนามัย
๓. สมาชิกในชุมชน ทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน

ขั้นตอน

๑. ประชุมวางแผนงานและแบ่งบทบาทหน้าที่
๒. ประสานกับกลุ่มเป้าหมาย
 - ภายในทีมวิจัย โดยการบอกต่อและพาทีมวิจัยเด็กมาเข้าร่วม
 - ใช้หนังสือติดต่อกับหน่วยงานราชการ
 - ใช้วิธีการประสานงานกับผู้ใหญ่บ้าน / บอกลาบ้าน / ประชาสัมพันธ์เสียงตามสาย
๓. ประสานเจ้าของสถานที่ในการจัดกิจกรรม และคนจัดเตรียมอาหาร
๔. จัดเวทีพูดคุย/ทำกิจกรรม จำนวน ๑๑ ครั้ง
 - เวทีทำความเข้าใจภายในทีมวิจัย จำนวน ๒ ครั้ง
 - เวทีทำความเข้าใจกับหน่วยงานในพื้นที่ จำนวน ๑ ครั้ง
 - เวทีทำความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชน จำนวน ๘ ครั้ง
๕. สรุปผลการดำเนินงานและถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม
๖. จัดทำรายงานบันทึกการจัดเวที และจัดทำเอกสารทางการเงิน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานเวทีสร้างความเข้าใจ

ครั้งที่ ๑ เวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๑ และถอดบทเรียน

วันอาทิตย์ที่ ๑๔ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.

สถานที่ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ หมู่ที่ ๕ บ้านแจ่มใส ตำบลบ้านหม้อ

มีผู้เข้าร่วม ๓๕ คน

ครั้งที่ ๒ เวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๒ และถอดบทเรียน

วันเสาร์ที่ ๒๐ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ สถานีอนามัย หมู่ที่ ๔ ต.บ่อน ตำบลบ้านหม้อ

มีผู้เข้าร่วม ๒๔ คน

- ครั้งที่ ๓ เวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน องค์กร ผู้นำชุมชน และถอดบทเรียน
วันพฤหัสบดีที่ ๕ เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๓๐ – ๑๕.๑๕ น.
สถานที่ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๔ คน
- ครั้งที่ ๔ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓) และถอดบทเรียน
วันอาทิตย์ที่ ๒๖ เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านเลขที่ ๗๕ บ้านนางไกร นนท์เอี่ยม หมู่ที่ ๑ ตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๖ คน
- ครั้งที่ ๕ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๒ (หมู่ ๗ กับหมู่ ๘) และถอดบทเรียน
วันอาทิตย์ที่ ๕ เดือนสิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๘ บ้านบ่อมะกรูด ตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๖ คน
- ครั้งที่ ๖ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๓ (หมู่ ๕ กับหมู่ ๖) และถอดบทเรียน
วันอาทิตย์ที่ ๖ เดือนกันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๖ บ้านทุ่งเจริญ ตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๖ คน
- ครั้งที่ ๗ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๔ (หมู่ ๔ กับหมู่ ๕) และถอดบทเรียน
วันอาทิตย์ที่ ๒๗ เดือนกันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐-๑๕.๐๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาโรงเรียนวัดคิบบอน หมู่ที่ ๔ บ้านคิบบอน ตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๐ คน
- ครั้งที่ ๘ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๕ (หมู่ ๒ กับหมู่ ๑๐) และถอดบทเรียน
วันเสาร์ที่ ๑ เดือนตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐- ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านนางอุบล ทองกันยา หมู่ที่ ๒ บ้านฉาง ตำบลบ้านฉาง
มีผู้เข้าร่วม ๓๐ คน
- ครั้งที่ ๙ เวทีสร้างความเข้าใจการละเล่นพื้นบ้านที่มึนวิชัยใหม่กับเก่า
วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านประทุมวิไล สีใส หมู่ที่ ๑ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วม ๖๘ คน
- ครั้งที่ ๑๐ เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนหมู่ที่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕
วันที่ ๘ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาศาลเจ้าหมู่ที่ ๒ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วม ๘๕ คน
- ครั้งที่ ๑๑ เวทีสร้างความเข้าใจออกกำลังกายในผู้สูงอายุ
วันที่ ๒๖ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๒.๓๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาศาลเจ้าหมู่ที่ ๒ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วม ๒๓ คน

ภายในทีมวิจัย : เป็นการสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก ซึ่งมีความหลากหลายของอายุ มีการทำกิจกรรม ๒ ครั้ง ครั้งแรกมีกลุ่มเด็กที่ไม่ใช่ทีมวิจัยมาเข้าร่วมด้วย และเป็นกลุ่มเด็กเล็ก ครั้งที่ ๒ จึงได้มีกำหนดรายชื่อเด็กที่อยู่ในทีมวิจัย และเป็นการทดลองทำซ้ำอีกครั้ง เพื่อเป็นการฝึกซ้อมในการทำงานร่วมกันของทีมวิจัย

วัตถุประสงค์

- ทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก
- ให้ทีมวิจัยเด็กเข้าใจคำว่า “สุขภาวะคืออะไร”
- ให้เด็กรู้ว่าทีมวิจัยจะมาทำกิจกรรมอะไรในชุมชน
- ให้ทีมวิจัยผู้ใหญ่กับทีมวิจัยเด็กเข้าใจเรื่องสุขภาวะของชุมชนได้ตรงกัน
- ให้ผู้มาร่วมกิจกรรมได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

กลุ่มเป้าหมาย คือกลุ่มทีมวิจัยเด็กคั่นกล้า ๕๑

ขั้นตอน

- สันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างทีมผู้ใหญ่กับทีมเด็ก
- ให้เด็กวาดภาพครอบครัวของตนเองพร้อมระบายสีใช้เวลา ๒๐ นาที
- ให้เด็กออกมาเล่าเรื่องของตนเองโดยดูจากภาพที่วาด
- ทีมผู้ใหญ่ถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม

ผลการดำเนินกิจกรรม

ทีมวิจัยผู้ใหญ่มีความเห็นตรงกันว่ากิจกรรมไปด้วยดี เด็กๆ กล้าแสดงออกมากขึ้น จากการแสดงออกทางท่าทางการวาดภาพและการเขียนคำสื่อความสุข ทีมผู้ใหญ่ก็แสดงให้เห็นถึงความพร้อม กล้าคิดกล้าพูดอย่างไม่ลังเล เด็กบางคนเขียนออกมาด้วยปัญญา และแสดงถึงความเป็นเจ้าของโครงการมากขึ้น ผู้ใหญ่และเด็กมีความมั่นใจมากขึ้น รู้สึกว่าเป็นวันที่ทำกิจกรรมกันด้วยความสุข และได้ผู้ใหญ่มาร่วมกิจกรรมด้วยอีก ๒ คน คือ ป้ากุ (ลำอังกะ พรหมมาลี) คุณสายทอง แม่ของน้องโบว์ หมู่ ๓

- ทีมวิจัยเด็กเข้าใจความหมายของคำว่าสุขภาวะคืออะไร : ในมุมมองของเด็ก ได้สะท้อนคำว่าสุขภาวะ ออกมาเป็นรูปภาพของสมาชิกในครอบครัว ที่อยู่อาศัยในบ้านเดียวกัน และมีสิ่งแวดล้อมรอบบ้านที่สวยงาม ซึ่งแสดงถึงความอบอุ่นในครอบครัว

- ทีมวิจัยผู้ใหญ่ได้ฝึกการวางแผนการทำงาน การออกแบบกิจกรรม และการแบ่งบทบาทหน้าที่ และได้ฝึกการถอดบทเรียน

หน่วยงานราชการ : เป็นการสร้างความเข้าใจกับหัวหน้าส่วนงานราชการในอำเภอ และผู้นำท้องถิ่น

วัตถุประสงค์ :

- เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำองค์กรในชุมชน ได้รับทราบถึงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวิธีการดำเนินการของโครงการวิจัย
- เพื่อสร้างความร่วมมือของหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำองค์กรในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการดำเนินการ
- เพื่อรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วมเวทีต่อการดำเนินการวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย : หัวหน้าส่วนงานราชการจำนวน ๘ คน ได้แก่ ๑.หัวหน้าสาธารณสุขอำเภอโพธาราม ๒. เจ้าหน้าที่ รพ.โพธาราม ฝ่ายเวชกรรมสังคม ๓. พัฒนาชุมชน อ.โพธาราม ๔.เกษตรอำเภอโพธาราม ๕.หัวหน้าท้องถิ่น อ.โพธาราม ๖.ผู้อำนวยการ รร.วัดบ้านฆ้อง และผู้นำท้องถิ่น/ผู้นำชุมชน จำนวน ๑๕ คน ได้แก่ นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง

รองนายกเทศมนตรีฯ เลขานุการนายกเทศมนตรีฯ ประธานสภา สมาชิกสภาเทศบาล ผู้ใหญ่บ้าน ประธานกลุ่มองค์กรในชุมชน

ขั้นตอน

- แนะนำตัวผู้เข้าร่วมเวที
- นำเสนอรายละเอียดของโครงการ โดยผู้แทนทีมวิจัย บอกเล่าที่มา และแผนการดำเนินงาน
- นำเสนอความรู้สึกร่วมของผู้มาเข้าร่วมเป็นทีมวิจัย : ก่อนเข้ามาเป็นนักวิจัย เป็นอย่างไร / ขณะทำ (เข้ามาแล้วเป็นอย่างไร / หลังเข้ามาทำมีอะไรดี ทำไม่ถึงอยากทำต่อ
- ขวนหน่วยงานให้ข้อเสนอแนะต่อทีมวิจัย

ผลการดำเนินการ

๑. หน่วยงาน ผู้บริหาร ฝ่ายปกครองท้องถิ่น ให้การตอบรับ และได้รับทราบที่มาที่ไปรายละเอียดของโครงการ และรับทราบในสิ่งที่ทีมวิจัยจะทำได้เห็นด้วย แต่ยังไม่ได้ใส่ใจกระบวนการทำงานของทีมวิจัย
๒. ผู้เข้าร่วมเวทีเห็นด้วยในการดำเนินโครงการของทีมวิจัย และแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะต่อทีมวิจัยในการดำเนินงาน แบ่งเป็น ๓ ประเด็น
 - ด้านเนื้อหา : ของคำว่า “สุขภาวะ” ที่ควรเน้นทางด้าน ทางจิต (สติ สมาธิ) ทางสังคม (ศีล การยอมรับ การช่วยเหลือ) และทางปัญญา
 - ด้านกระบวนการ :
 - การเก็บข้อมูลที่ให้เข้าถึงบุคคลที่เป็นแบบอย่างในด้านการสร้างสุขภาวะ
 - การสร้างการมีส่วนร่วมกับกลุ่มเป้าหมายให้ครอบคลุมตามประเด็นศึกษา และครอบคลุมกับคนทั้ง ๓ วัย และขยายวงทีมวิจัยให้มากขึ้น
 - การทำงานเป็นทีมของทีมวิจัย
 - การประชาสัมพันธ์ และการประสานกับหน่วยงาน องค์กรให้เข้ามามีส่วนร่วมกับทีมวิจัย
 - การออกแบบใช้กิจกรรมที่เป็นประโยชน์สร้างคุณค่าให้กับผู้ทำ และกับชุมชน
 - ด้านผลสัมฤทธิ์ : ตัวชี้วัดที่สามารถบ่งบอกได้ถึงความสำเร็จของการดำเนินการวิจัยคืออะไร ผাগให้ทีมวิจัยคิดหาคำตอบอธิบายเมื่อโครงการแล้วเสร็จ

สมาชิกในชุมชน : เป็นการทำความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชนทั้ง ๑๐ หมู่

วัตถุประสงค์ :

- หาแนวร่วม (มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมในโครงการวิจัย และเข้ามาเพิ่มเป็นทีมงานวิจัย)
- เพื่อสร้างความเข้าใจเกี่ยวกับโครงการวิจัย
- เกิดความสุขในการพูดคุย

กลุ่มเป้าหมาย : อสม. ผู้ใหญ่บ้าน / ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน ส.ท. กลุ่มสตรี กลุ่มผู้สูงอายุ กลุ่มเด็ก / เยาวชน เพราะกลุ่มเหล่านี้มีความเสียสละในการทำงานเพื่อหมู่บ้านของตนเองอยู่แล้ว และผู้สูงอายุจะรู้เรื่องราวในอดีตเป็นแหล่งข้อมูลที่ดีที่เห็นการเปลี่ยนแปลงทั้งในอดีตถึงปัจจุบัน เพื่อให้เด็กและเยาวชนที่มาร่วมเวทีได้รับทราบ ซึ่งจะต้องรับช่วงทำต่อไปให้เกิดความสุขที่เข้มแข็งตกทอดไปตามช่วงอายุคนไปเรื่อยๆ จำนวนไม่เกิน ๓๕ คน

ขั้นตอน

๑. ทีมวิจัยประชุมวางแผนก่อนเปิดเวที
 - เพื่อวางแผนเป้าหมายของเวที

- กำหนดกลุ่มเป้าหมาย ควรจะชวนใครมาเข้าร่วมบ้าง จำนวนกี่คน
- ออกแบบคำถามในการชวนคุย
- แบ่งบทบาทหน้าที่ภายในทีมวิจัย : คนชวนคุย คนขึ้นกระดาน คนเตรียมอาหาร คนทำบัญชีรับ-จ่าย คนทำบันทึกการประชุม คนพิมพ์รายงาน คนประสานงานกับกลุ่มเป้าหมาย โดยหน้าที่แต่ละอย่างนี้สามารถหมุนเวียนการทำได้ จะได้เกิดการเรียนรู้ ได้ประสบการณ์ในการทำงานแต่ละบทบาท มีความรู้หรือได้ฝึกทักษะอย่างถ้วนหน้า

๒. ประสานงานผู้เข้าร่วมเวที : แบ่งกันประสานของแต่ละหมู่บ้าน

- ประสานหน่วยงาน หรือผู้มีตำแหน่ง จะใช้หนังสือเชิญ
- ประสานสมาชิกในชุมชน ใช้วิธีไปชวนด้วยตนเอง กับใช้สื่อสารผ่านทางโทรศัพท์

๓. จัดเวทีสร้างความเข้าใจ

ช่วงแรก - แนะนำตัวทีมวิจัย เป็นใคร ทำอะไรอยู่ที่ไหน

- แนะนำผู้เข้าร่วมเวที

ช่วงที่ ๒ ชวนคุยบอกเล่าตัวโครงการอย่างไร

- ความเป็นมาของหมู่บ้าน
- ชวนผู้สูงอายุเล่าเรื่องอดีตของชุมชน เช่น วิถีชีวิตของชุมชน การประกอบอาชีพ วัฒนธรรม ประเพณี สิ่งแวดล้อม ฯลฯ

- เปิดโอกาสให้ทุกคนได้พูด พูดทีละคน พูดเรื่องทั่วไป แล้ววกเข้ามาเรื่องใกล้ตัวของ ผู้พูด ความเป็นอยู่หรือครอบครัวของสมาชิกที่พูด

- ชวนถามความเป็นมาของหมู่บ้าน ตั้งแต่อดีต-ปัจจุบัน และอนาคตที่คาดว่าจะเป็น
- เปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เรื่อง ความเป็นอยู่ อาชีพ การเลี้ยงลูกหลานในสมัยอดีตกับ

ปัจจุบันเชิงเปรียบเทียบ ที่ทำให้เกิดความสุข

- ทีมวิจัยชี้แจงรายละเอียดโครงการ และเปิดโอกาสให้ซักถามความเป็นมาของโครงการ
- ใช้เวลาไม่เกิน ๒ ชั่วโมง

๔. ทีมวิจัยประชุมเพื่อถอดบทเรียน

- เพื่อประเมินการจัดเวทีว่าบรรลุเป้าหมายหรือไม่ อย่างไร
- เพื่อหาแนวทางในการปรับปรุงครั้งต่อไป ในสิ่งที่ทีมวิจัยได้บทเรียนในประเด็นต่างๆ เช่น การเลือก

สถานที่จัดเวที การชวนคุย

- ใช้เวลา ๑ ชั่วโมงตอนช่วงท้ายหลังปิดเวที หรือขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของทีมวิจัยว่าคิดอะไรหรือไม่

ผลการดำเนินกิจกรรม

มีการแบ่งโซนการลงพื้นที่ทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน เป็น ๕ โซน

๑. การบรรลุผลของเป้าหมายเวที

- จำนวนผู้มาเข้าร่วมเวทีได้ตามเป้าหมาย : เนื่องจากใช้วิธีแบ่งกันประสาน ถ้าตรงกับหมู่บ้านใด ให้ทีมวิจัยซึ่งเป็นสมาชิกของหมู่บ้านนั้นเป็นคนชวน เพราะจะมีความคุ้นเคยกันอยู่แล้วมากกว่าทีมวิจัยที่มาจากหมู่บ้านอื่น หรือถ้าเป็นกลุ่ม อสม. ก็ให้ทีมวิจัยที่เป็น อสม.หรือหมอน้อย เป็นคนชวน

- ความเข้าใจต่อโครงการ : สำหรับเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชน เวทีครั้งแรก ชาวบ้านจะยังงงต่อตัวโครงการ แต่ให้ความสนใจที่จะมาเข้าร่วมในครั้งต่อไป เนื่องจากเป็นเวทีที่มีขนาดไม่ใหญ่มาก ทำให้คนที่มาเข้าร่วมทุก

คนได้มีโอกาสพูด เมื่อได้พูดในเรื่องที่เกี่ยวกับอดีตของคนจะเกิดความรู้สึกเป็นสุข หรือมีความภาคภูมิใจที่จะมาเล่าอีก เมื่อมาร่วมหลายเวทีก็จะเริ่มเข้าใจในตัวโครงการว่ามีเป้าหมายจะนำไปเพื่ออะไร แต่ขั้นตอนการทำงานชาวบ้านจะยังไม่เข้าใจ

- ทีมวิจัยได้ลองฝึกปฏิบัติในบทบาทหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมาย

๒. ผลที่เกิดขึ้นกับทีมวิจัย

- ได้เรียนรู้อุปนิสัยของคนในทีม รู้จักเรา - รู้เขา รู้จักความเป็นทีมวิจัยมากขึ้น
- เกิดการปรับเปลี่ยนความรู้สึกจากไม่ชอบ - มาชอบ ทั้งเรื่องของคนและเรื่องของการงาน
- ได้พัฒนาความเข้าใจของตัวเองในการทำโครงการ ความเข้าใจต่อการเดินทางเริ่มชัดเจนมากขึ้น เช่น ได้แนวทางในการจับกลุ่มทำกิจกรรมว่าจะวางแผนทางอย่างไร เช่น ป้าจ้อไม่รู้ - มารู
- เกิดความสนุกในการทำงาน เช่น ป้าชิน
- มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ทำให้เกิดกระบวนการคิดก่อนพูด
- ทีมวิจัยมีสมาชิกเพิ่มมากขึ้น ได้สำนึกว่าอะไรดี - อะไรไม่ดี ทำให้เกิดระเบียบวินัยในตนเอง
- ได้รู้หนังสือมากขึ้น
- เป็นนักฟังที่ดี
- เกิดความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
- เกิดความห่วงใยกลุ่ม และคนในกลุ่ม
- ได้ฝึกความกล้าคิด - กล้าทำ - กล้าแสดงออก ที่สังคมยอมรับ
- ได้ร่วมกันค้นหาปัญหาของคนบ้านฉ้องและช่วยกันหาวิธีแก้ปัญหา
- ได้รู้จักคนหลายหมู่บ้าน ได้รับทราบเรื่องราวของแต่ละชุมชน

๓. ผลที่เกิดขึ้นกับสมาชิกที่มาเข้าร่วมเวที

- เกิดความสุขในการมาเข้าร่วมเวที
 - ชุมชนหันหน้ามาคุยกันเพื่อปรึกษาหารือ หาทางออกร่วมกันว่าบ้านฉ้องมีความสุขที่ยั่งยืน และมี
- ความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันถึงคนรุ่นหลัง
- ได้เข้าใจวัตถุประสงค์ของโครงการและประเด็นการศึกษา

๒. เวทีค้นหาประเด็นเรื่องจุดแรกของสุขภาวะ

เป้าหมาย :

๑. เพื่อค้นหาประเด็นเรื่องจุดแรกของการศึกษาข้อมูลในการสร้างสุขภาวะชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. สมาชิกในชุมชนโซนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)
๒. สมาชิกในชุมชนโซนที่ ๒ (หมู่ ๗ กับหมู่ ๘)
๓. สมาชิกในชุมชนโซนที่ ๓ (หมู่ ๕ กับหมู่ ๖)
๔. สมาชิกในชุมชนโซนที่ ๔ (หมู่ ๒ กับหมู่ ๑๐)
๕. สมาชิกในชุมชนโซนที่ ๕ (หมู่ ๔ กับหมู่ ๕)

ขั้นตอน

๑. ประชุมวางแผนงานและแบ่งบทบาทหน้าที่

๒. ประสานกับกลุ่มเป้าหมายโดยให้นักวิจัยที่อยู่ในหมู่บ้านนั้น เป็นคนประสานกับเพื่อนบ้าน
๓. ประสานเจ้าของสถานที่ในการจัดกิจกรรม และคนจัดเตรียมอาหาร
๔. จัดเวทีพูดคุยจำนวน ๖ ครั้ง
๕. สรุปผลการดำเนินงานและถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม
๖. จัดทำรายงานบันทึกการจัดเวที และจัดทำเอกสารทางการเงิน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานเวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง

วัตถุประสงค์ : คำว่าสุขภาวะชุมชน ครอบคลุมทุกมิติที่เกี่ยวข้องกับการดำรงชีวิตของคนในสภาวะที่เป็นสุข จึงค้นหาเรื่องที่เป็นจุดเริ่มต้นของการเก็บข้อมูลเพื่อให้การค้นหาคำตอบไม่กว้างจนเกินไป

กลุ่มเป้าหมาย : สมาชิกในชุมชนที่ ๕ โชน (๑๐ หมู่บ้าน)

ขั้นตอน :

- ประมวลจากเนื้อหาที่ได้จากวงพูดคุยในเวทีสร้างความเข้าใจ สมาชิกในชุมชนนั้นให้ความสนใจพูดคุยถึงเรื่องอะไรเป็นพิเศษกว่าเรื่องอื่น ๆ
- นำเรื่องนั้นมาคุยลงลึกให้มากขึ้น แล้วย้อนถามว่าใช่เรื่องที่สมาชิกในชุมชนนั้นสนใจหรือไม่
- ทำไมเรื่องนั้นจึงมีความสำคัญต่อการสร้างสุขภาวะของชุมชน
- เมื่อได้คำตอบที่แน่ชัดว่าเป็นเรื่องที่ชุมชนสนใจจริง ๆ จึงใช้เรื่องนั้นเป็นเรื่องในการเก็บข้อมูลต่อไป

ผลการดำเนินกิจกรรม

ครั้งที่ ๑ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันเสาร์ที่ ๑๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส เลขที่ ๕๕ หมู่ ๑ ตำบลบ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๔๒ คน

ครั้งที่ ๒ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๒ (หมู่ ๖ กับหมู่ ๘)

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๓๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาวัดบ่อมะกรูด ตำบลบ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๔ คน

ครั้งที่ ๓ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๓ (หมู่ ๕ กับหมู่ ๖)

วันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๓๐ – ๑๕.๓๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาศาลเจ้าบ้านเก่าหมู่ ๕ ตำบลบ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๐ คน

ครั้งที่ ๔ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๔ (หมู่ ๒ กับหมู่ ๑๐)

วันจันทร์ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๓๐ – ๑๑.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณอุบล ทองกันยา หมู่ ๒ ตำบลบ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๑ คน

ครั้งที่ ๕ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๕ (หมู่ ๔ กับหมู่ ๕)

วันจันทร์ที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๓๐ น.

สถานที่ ณ ร.ร.วัดคิบบอน หมู่ ๔ ตำบลบ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๔ คน

ครั้งที่ ๖ ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโซนที่ ๖ (หมู่ ๔ กับหมู่ ๕)

วันที่ ๑๗ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ หมู่ที่ ๕ ต.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๓ คน

ประเด็นเด็นเรื่อง

โซนที่ ๑ : หมู่ ๑ และ หมู่ ๓ ได้ประเด็นเด็นเรื่อง คือ การฟื้นฟูการละเล่นพื้นบ้าน

เป้าหมายของการฟื้นฟูการละเล่นพื้นบ้าน :

๑. เพื่อเป็นเครื่องมือในการดึงลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มาคุกคาม
๒. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างคน ๓ วัย
๓. เพื่อไม่ให้เกิดการละเล่นพื้นบ้านของบ้านฉางสูญหายไป

โซนที่ ๒ : หมู่ ๗ และ หมู่ ๘ ได้ประเด็นเด็นเรื่อง คือ ชุมชนพอเพียง

เป้าหมายของการทำเรื่องชุมชนพอเพียง

๑. จัดการหนี้ได้
๒. หนี้้น้อยลง
๓. ไม่มีหนี้

โซนที่ ๓ : หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ ได้ประเด็นเด็นเรื่อง คือ อาหารเพื่อสุขภาวะชุมชน

เป้าหมายของการทำเรื่องอาหารเพื่อสุขภาวะชุมชน

๑. สร้างสุขภาพที่ดีด้วยอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ
๒. ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน
๓. ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าเรื่องกินเพื่ออิม เช่น อาหารที่สร้างความเอื้ออาทร/น้ำใจ

โซนที่ ๔ : หมู่ ๒ และ หมู่ ๑๐ หมู่ ๔ และ หมู่ ๕ ได้ประเด็นเด็นเรื่อง คือ การออกกำลังกาย

เป้าหมายของการทำเรื่องออกกำลังกาย

๑. เพื่อสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรง
๒. เพื่อสร้างความสัมพันธ์เมื่อมาออกกำลังกายร่วมกัน

๓. ผลักทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมโดยชุมชนของทีมวิจัย

เป้าหมาย :

๑. เพื่อให้ทีมวิจัยเข้าใจกระบวนการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วม
๒. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของทีมวิจัย

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ทีมวิจัย
๒. สมาชิกในชุมชนทั้ง ๕ โซน

ขั้นตอน

๑. ประชุมวางแผนงานและแบ่งบทบาทหน้าที่

๒. ประสานกับกลุ่มเป้าหมายโดยให้นักวิจัยที่อยู่ในหมู่บ้านนั้นเป็นคนประสานกับเพื่อน
๓. ประสานเจ้าของสถานที่ในการจัดกิจกรรม และคนจัดเตรียมอาหาร
๔. จัดเวทีพูดคุยจำนวน ๖ ครั้ง
๕. สรุปผลการดำเนินงานและถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม
๖. จัดทำรายงานบันทึกการจัดเวที และจัดทำเอกสารทางการเงิน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมโดยชุมชนของทีมวิจัย

วัตถุประสงค์ : เพื่อให้ทีมวิจัย ได้ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมกับชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย : ทีมวิจัยและสมาชิกในชุมชนที่ ๕ โชน (๑๐ หมู่บ้าน)

ขั้นตอน : จัดเวทีพูดคุยในหัวข้อประเด็นเรื่องที่ได้จากแต่ละโชน

ครั้งที่ ๑ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันจันทร์ที่ ๑๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส เลขที่ ๕๕ หมู่ ๑ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๖ คน

ครั้งที่ ๒ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส เลขที่ ๕๕ หมู่ ๑ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๑ คน

ครั้งที่ ๓ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น.

สถานที่ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส เลขที่ ๕๕ หมู่ ๑ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๑ คน

ครั้งที่ ๔ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๓ (หมู่ ๕ กับหมู่ ๖)

วันเสาร์ที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๖.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณง่างาม ประจวบวัน หมู่ ๖ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๕ คน

ครั้งที่ ๕ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันอังคารที่ ๑๓ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณมาลา ลิ้มทอง หมู่ ๓ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๕ คน

ครั้งที่ ๖ ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมในโชนที่ ๒ (หมู่ ๗ กับหมู่ ๘)

วันอาทิตย์ที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาวิคบ่มะกรูด หมู่ ๘ ตำบลบ้านฆ้อง
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๗ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม : แบ่งเป็น ๒ ส่วน คือ

๑. ข้อมูลที่เก็บได้

๒. การเรียนรู้เรื่องการเก็บข้อมูลแบบมีส่วนร่วม

๓.๒.๓.๑ ข้อมูลที่เก็บได้

โซน ๑ : เรื่องการละเล่นพื้นบ้าน

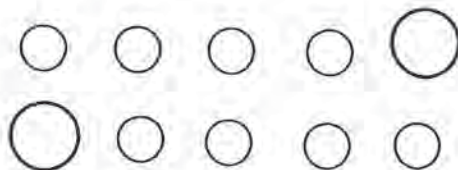
การละเล่นพื้นบ้านในสมัยอดีตมีมากกว่า ๒๐ ชนิด และมีการจัดกลุ่มตามยุคสมัยไว้ ๓ ยุค คือ

- ยุคเก่ามาก (ไม่มีการเล่นในปัจจุบันแล้ว) คือ การเข้าผี (เช่น ผีคู่ ผีทะเล) ไม้ห่ม ลูกช่วง กาฬไชย และ หลุมเมือง
- ยุคเก่ารุ่นกลาง (ยังมีให้เห็นอยู่บ้างแต่ไม่ค่อยได้เล่นทั่วไป หรือมีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์สมัยใหม่แทน) คือ อีเข็บ กาเกาะหลัก เดินกะลา ตีจับ กระโดดเครือคำลึง (ปัจจุบันใช้เชือกหรือหนังยางแทน) งูกินหาง มอญซ่อนผ้า รำข้าวสาร หมากเก็บ (เปลี่ยนจากลูกหินมาเป็นห่วงโซ่พลาสติกในปัจจุบัน)
- ยุคใหม่เก่ามาก (ยังมีให้เห็นอยู่บ้างในช่วงที่มีกิจกรรมของตำบล หรือการออกกำลังกายในวิสาหกิจของเด็กๆ ในโรงเรียน) เช่น วิ่งเปรี้ยว วิ่งกระสอบ วิ่งเก็บของ ชักกะเช่อ หลับตาตีหม้อ โขนห่วง

๑. ขุมเมือง

อุปกรณ์การเล่น : ขุมหรือหลุม สมัยก่อนใช้พื้นดินและทำเป็นหลุม สมัยนี้มีแบบเป็นไม้ขาย ขุดดินเป็นหลุม ๒ แถว แถวละ ๕ หลุม หลุมแรกทางซ้ายมือของผู้เล่นจะมีขนาดใหญ่ (แต่ละแถวอยู่สลับหัวท้าย) เรียกว่าขุมเมือง

ลูกหมาก คือ ลูกหรือเม็ดที่จะนำมาเล่น สมัยก่อนใช้หอยทราย เม็ดมะขาม หรือหอยอีเวียน ที่คายแล้วขนาดพอดี แต่สมัยนี้ใช้ลูกหิน หรือลูกแก้ว ใส่ลูกหมากลงในหลุมขุมเมืองหลุมใหญ่ใส่ ๑๐ เม็ด ส่วนหลุมอื่นใส่หลุมละ ๕ เม็ด



ผู้เล่น : จำนวน ๒ คน นั่งหันหน้าเข้าหากัน โดยให้ขุมเมืองอยู่ทางซ้ายมือของตนเอง

วิธีการเล่น :

- ผู้เล่นทั้งสองคนเป่าขลุ่ย ขลุ่ยจะเป็นผู้เล่นก่อน
- ผู้เล่นเริ่มเล่น โดยการหยิบลูกหมากจากหลุมใดก็ได้ที่อยู่ฝั่งของตัวเอง หยอกลูกหมากอื่นหลุมละลูก โดยเวียนตามเข็มนาฬิกา (เวียนไปทางขุมเมืองของตัวเอง) เมื่อหมดแล้วก็ให้หยิบหลุมที่อยู่ถัดไปเดินต่อ จนกว่าจะพบหลุมว่างจึงจะได้กินลูกหมากที่อยู่หลุมถัดไปเป็นของตนเอง (หยิบลูกหมากในหลุมนั้นออกมาทั้งหมดเป็นของเรา)



- ถ้าเจอหลุมว่าง หลุมเว้นหลุม เรียกว่า "กินเบิ้ล"
- ถ้าเจอหลุมว่างติดกัน ๒ หลุม เรียกว่า "บอด" ผู้เล่นคนแรกจะต้องหยุด ให้ฝ่ายตรงข้ามเป็นผู้เล่นแทน ซึ่งจะ

เริ่มเล่นเหมือนเดิม

- เล่นสลับกันไปมาจนกว่าลูกหมากที่อยู่ในหลุมหมด หรือมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่สามารถเดินต่อได้อีกแล้ว จึงนับก่อนหินที่กินได้ ใครได้มากกว่าผู้นั้นเป็นฝ่ายชนะ

ประโยชน์ : การเล่นเกมนี้ ไม่ต้องลงทุนสิ้นเปลือง แต่มีประโยชน์มากมาย ได้ฝึกไหวพริบ ฝึกคิด

สนุกสนาน กระตือรือร้น เพลิดเพลิน

๒. กาฬไช้

อุปกรณ์การเล่น : หาอุปกรณ์ที่ใช้ทำเป็นไข่ ๑ คน/๑ ชิ้น เช่น รองเท้าของตัวเอง หรือ กาบมะพร้าว

ผู้เล่น : จำนวนผู้เล่นตั้งแต่ ๓ คนขึ้นไป

วิธีการเล่น :

- ผู้เล่นทุกคน โยนไข่ออก จนกว่าจะเหลือคนสุดท้ายทำหน้าที่เป็นแม่กา
- ชีควงกลมใหญ่ โดยเอาอุปกรณ์ที่ใช้แทนไข่ของผู้เล่นแต่ละคน มาไว้ตรงกลางวง
- ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นแม่กา ต้องนั่งกกไข่ไว้ ระวังไม่ให้ผู้อื่นมาแย่งไข่
- ผู้เล่นคนอื่น ๆ อยู่นอกวง คอยแย่งไข่จากแม่กา
- ถ้าแม่กาจับมือถูกผู้เล่นคนใด คนนั้นต้องมาทำหน้าที่เป็นแม่กาแทน
- ถ้าผู้เล่นคนอื่นแย่งไข่ไปได้หมด
- แม่กาหลับตา รองนให้คนอื่นเอาไข่ไปซ่อนในบริเวณที่กำหนดไว้
- แม่กาคามหาไข่ ถ้าเจอไข่ของใครเป็นคนแรก คนนั้นต้องมาเป็นแม่กาแทน เริ่มต้นเล่นใหม่
- หรือถ้าแม่กามหาไข่ไม่เจอ ยอมแพ้ ก็ต้องเล่นเป็นแม่กาอีกรอบ

ประโยชน์ : เกิดความสนุกสนาน สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่น มีเด็ก ๆ มาร่วมเล่นด้วย น้องแพรวเป็นแม่กา ตามหาไข่ที่ถูกนำไปซ่อน เจอไข่ของน้องแพรวเป็นคนแรก

๓. เดินกะโปละ (กะลา)

อุปกรณ์การเล่น : กะลา ๒ ใบ และเชือกสำหรับร้อยรูกะลา

วิธีการเล่น

- ให้ผู้เล่น จับเชือกและขึ้นไปยืนอยู่บนกะลา และก้าวเดินไปโดยห้ามหล่นจากกะลา
- แบ่งผู้เล่นเป็นฝ่าย แล้ววิ่งบนกะลาแข่งกัน เหมือนวิ่งผลัดทีมก็ได้

๔. งูกินหาง

อุปกรณ์การเล่น :-

ผู้เล่น : ไม่จำกัดจำนวน

วิธีการเล่น

- ผู้เล่นทุกคนให้มาเข้าแถวต่อกัน โดยคนหลังจับเอวคนข้างหน้า
- มีผู้เล่น ๑ คนเป็นคนจับ ขึ้นประจันหน้ากับคนหัวแถว (แม่งู)
- ระหว่างเล่นมีการร้องเพลง “ แม่งูเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน กินน้ำบ่อไหน โยกไปก็โยกมา กินน้ำบ่อทราย ย้ายไปก็ย้ายมา กินน้ำบ่อหิน บินไปก็บินมา กินหัวหรือกินหาง กินกลางตลอดตัว” แล้วคนที่ทำหน้าที่จับ ก็ต้องแตะลูกทีมที่ต่อแถวอยู่ด้านหลังให้ได้ โดยแม่งูต้องทำหน้าที่กินไม่ให้ลูกทีมถูกจับได้
- ถ้าลูกทีมถูกจับได้ ก็ต้องย้ายข้างไปต่อแถวทางผู้จับ เล่นไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะจับลูกทีมได้หมด

๕. ลูกช่วง

- อุปกรณ์การเล่น คือ ค้ำว้นเป็นก้อนกลมแล้วผูกให้เป็นหางเอาไว้เหวี่ยงโยนไปฝั่งตรงข้าม
- ผู้เล่น : แบ่งเป็น ๒ ฝ่าย ฝ่ายละ ๓ คนขึ้นไป ก็คนก็ได้ไม่จำกัดจำนวน ดูตามความเหมาะสม
- วิธีการเล่น : ฝ่ายหนึ่งโยนลูกช่วง อีกฝ่ายหนึ่งรับ ถ้ารับไม่ได้จะต้องไปเป็นเชลยของฝ่ายตรงข้าม หรือถ้าเมื่อโยนไปแล้วคนที่รับเป็นทีมเดียวกับคนแคไปเป็นเชลยอยู่ฝ่ายตรงข้าม เชลยก็สามารถกลับทีมเดิมได้ เล่นจนกระทั่งฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสูญเสียลูกทีมไปเป็นเชลยฝ่ายตรงข้ามจนหมด

๖. โยนห่วง

อุปกรณ์การเล่น : ห่วงยาง

วิธีการเล่น : คล้ายการเล่นลูกช่วง เพียงแต่เปลี่ยนอุปกรณ์การเล่นเป็นห่วงยาง

โยน ๒ : เรื่องชุมชนพอเพียง

สาเหตุของการเป็นหนี้

- ความอยาก ความต้องการมีเหมือนคนอื่น
- ความไม่พอเพียง
- รายได้น้อย รายจ่ายมาก

ประสบการณ์การทำชุมชนพอเพียงในชุมชนที่มีอยู่แล้ว

- การทำปุ๋ยชีวภาพ
- การเพาะถั่วงอกกินเอง / ปลุกผักสวนครัว
- เลี้ยงปลาคุกในท่อ
- การทำแก๊สชีวภาพจากมูลสัตว์
- เผลอ่านใช้เอง
- การทำนาชีวภาพแบบพึ่งตนเอง (เกี่ยวเอง นวดเอง)
- การออม
- การบริหารหนี้แบบมีหลักการ

โยน ๓ : เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพชุมชน

กระเทียม :

- กระเทียมเจียว ถ้าเจียวจนเกือบไหม้ ก็จะหมดคุณค่าทางอาหาร
- กระเทียมสด ถ้ากินมากเกินไปก็ไม่เกิดผลดี เช่น กัดกระเพาะ บางข้อมูลก็บอกว่าเป็นการกระตุ้นความรู้สึกทางเพศ บางข้อมูลก็บอกว่าทำให้หมดความรู้สึกทางเพศ ถ้ามีเชื้อราที่อาจจะก่อให้เกิดมะเร็ง
- เคล็ดลับ : ไม่ควรทุบกระเทียมแล้วทิ้งไว้นานเกิน 5 นาที เพราะจะทำให้เชื้อราจับ ดังนั้นตามร้านค้าทำอาหารตามสั่ง ที่ทุบกระเทียมเตรียมไว้เพื่อให้ใช้สะดวก จึงไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพ

หัวหอม :

- สรรพคุณของหัวหอม : แก้หวัดบำรุงสายตา ลดไขมัน ทุบใส่น้ำอาบ ทุบใส่ที่นอนเด็กรักษาอาการหวัดคัดจมูก ทาท้องทาสะคือแก้ท้องอืด ส้างดา(ทำให้น้ำดาไหล)
- เคล็ดลับ : ถ้าแช่หัวหอมในตู้เย็น เมื่อปอกจะไม่มีกลิ่นฉุน น้ำดาไม่ไหล

กระชาย : สรรพคุณ ปรับสมดุลของร่างกาย เป็นเหมือนโสม

ตะไคร้ : ช่วยขับลม เคลลีคลับ : ทำน้ำตะไคร้ ให้ใส่ใบเตย จะหอมมากขึ้น

พริกแกงเผ็ด : ส่วนประกอบ : ผิวมะกรูด ๑ ลูก (หั่นให้ละเอียด) ข่า ๑ แง่ง (ประมาณ ๑๐ แว่น) พริกขี้หนูแห้ง ๑๑ - ๑๗ เม็ด (เคลลีคลับควรลงท้ายด้วยเลขคี่) ตะไคร้หั่นซอย ๒ ต้น กระเทียม ๔-๕ หัว หอม ๒ หัวเล็ก (ถ้าใส่มากจะเปรี้ยว) คีปรี ๑ เม็ด (ถ้าใส่มากจะเผ็ดมาก หรือไม่ได้แล้วแต่คนชอบ) กะปิ เท่าเม็ดมะ หรือนิ้วโป้ง

ขั้นตอนการ : นำส่วนประกอบตามลำดับ มาตำให้ละเอียด

เคลลีคลับ : ถ้าใช้ไม่หมด ต้องการจะเก็บไว้ใช้ต่อ ให้ใส่เกลือเล็กน้อยแทนสารกันบูด ใส่ภาชนะที่มิดชิด แล้วเก็บในตู้เย็น

พริกแกงส้ม : ส่วนประกอบ : พริก ๕-๑๑ เม็ด หัวหอม ๔-๕ หัว ตะไคร้ กระชาย กะปิ (แล้วแต่

ชอบ) กระเทียมเล็กน้อย

ขั้นตอนการ : นำส่วนประกอบตามลำดับ มาตำให้ละเอียด

เครื่องปรุงแกงส้ม : มะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาลปีบ

พริกแกงเลียง : ส่วนประกอบ : พริกแกงส้ม ใส่กระชายให้มากขึ้น

เครื่องปรุงหลัก : พริกไทย กุ้งแห้งหรือปลาข่าง ตำให้ละเอียด ใบแมงลัก

สูตรน้ำพริกที่มีบ้านฉ่อง : น้ำพริกเผา (น้ำพริกตาแดง) น้ำพริกปลาข่าง (ปลาป่น) น้ำพริกสด น้ำพริกกะปิ น้ำพริกถั่ว น้ำพริกมะขามอ่อน น้ำพริกมะกอก

น้ำพริกเผา : ส่วนประกอบ หัวหอมเผา พริกแห้งย่าง กระเทียมเผา มะขามเปียก (สับก่อนใส่) น้ำตาลปีบ น้ำปลา ปริมาณแล้วแต่ชอบ ถ้าพิเศษใส่ปลาข่าง กุ้งแห้ง แมงดา

เหตุผลทำไมปัจจุบันจึงไม่ค่อยนิยมทำกับข้าวกินเอง

- ซื้อกินสบายกว่า (ประหยัดเวลา ประหยัดแรง ประหยัดเงิน)
- ไม่รู้สูตร (ไม่มีใครบอก แม่ไม่ได้ใช้ให้ช่วยทำ)
- เคี้ยวนี้มีคนทำมาขาย สมัยก่อนไม่มี
- พ่อแม่ต้องทำงานนอกบ้านมากขึ้น จึงไม่มีเวลาทำเอง
- ถ้าทำเองแล้วมีปริมาณมาก คนในครอบครัวไม่ชอบกินซ้ำ
- เคี้ยวนี้ส่วนใหญ่ไม่ได้ปลูกผักเครื่องครัวเอง เพราะซื้อเอาถูกกว่า แม่ลงมาก หนูอาเยอะ ไม่มีเวลาดูแล ปลูกไม่เป็น

ข้อดีของการทำกับข้าวกินเอง

- ได้ออกกำลังกาย จากการตำพริก
- ได้พริกแกงที่ถูกต้องตามย (ไม่มีสารเคมี ไม่มีเชื้อรา และสะอาด)
- ได้รสชาติที่ถูกปากของเรา
- ประหยัดเงิน กินได้ทั้งครอบครัวและเพื่อนข้างบ้าน
- เมื่อแม่ทำ ลูกช่วยทำ เป็นการถ่ายทอดวิธีการทำอาหารไปในตัวแบบทางอ้อม

๓.๒.๓.๒ การเรียนรู้เรื่องการเก็บข้อมูลแบบมีส่วนร่วม

- การตั้งคำถาม : เรียนรู้จากการฟัง แลกเปลี่ยนตามเรื่องทั่วไป ตามอย่างมีประเด็น และจับประเด็น
- การชวนคิดชวนคุยให้เป็นธรรมชาติ
- การสังเกต เช่น สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วม ว่าเบื่อหรือยัง
- การควบคุมสถานการณ์

- การพูดต่อหน้าสาธารณะ สื่อสารมั่นใจ รู้เรื่องกระชับ ชัดเจน

๔. เวทีประชุมประจำเดือน

เป้าหมาย :

๑. เพื่อทบทวนการดำเนิน โครงการ ให้เป็นไปตามแผนดำเนินการ
๒. ถอดบทเรียนการทำงาน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ทีมวิจัย
๒. สมาชิกในชุมชนผู้สนใจ

ขั้นตอน

๑. กำหนดวันที่ทีมวิจัยสะดวกตรงกัน และนัดสถานที่
๒. ประสานงานกับสมาชิกทีมวิจัยทุกคน
๓. ปรีกษาหารือตามหัวข้อที่ต้องการคำตอบร่วมกันจำนวน ๖ ครั้ง
๔. จัดทำรายงานบันทึกการพูดคุย และจัดทำเอกสารทางการเงิน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานเวทีประชุมประจำเดือน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อทบทวนการดำเนิน โครงการ ให้เป็นไปตามแผนดำเนินการ
๒. ถอดบทเรียนการทำงาน

กลุ่มเป้าหมาย

๓. ทีมวิจัย
๔. สมาชิกในชุมชนผู้สนใจ

ขั้นตอน

๑. กำหนดวันที่ทีมวิจัยสะดวกตรงกัน และนัดสถานที่
 ๒. ประสานงานกับสมาชิกทีมวิจัยทุกคน
 ๓. ปรีกษาหารือตามหัวข้อที่ต้องการคำตอบร่วมกันจำนวน ๑๓ ครั้ง
 ๔. จัดทำรายงานบันทึกการพูดคุย และจัดทำเอกสารทางการเงิน
- ครั้งที่ ๑ ประชุมวางแผนเริ่มโครงการและวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๑
- วันพุธที่ ๑๐ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๕.๐๐ – ๒๑.๐๐ น.
- สถานที่ ศาลาเฉลิมพระเกียรติหมู่ ๕ บ้านฆ้อง
- มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๐ คน
- ครั้งที่ ๒ ประชุมวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๒
- วันพุธที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๕.๐๐ – ๒๑.๐๐ น.
- สถานที่ บ้านคุณภาวิณี สามัคคี หมู่ ๔ บ้านคืบอน
- มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๔ คน
- ครั้งที่ ๓ ประชุมวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน
- วันอาทิตย์ที่ ๒๑ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๗.๓๐- ๑๙.๐๐ น.
- สถานที่ บ้านคุณเฉลิม สุนธชา หมู่ ๕ บ้านฆ้อง

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๒ คน

ครั้งที่ ๔ ประชุมวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชน
วันอังคารที่ ๑๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๘.๐๐- ๒๑.๐๐ น.
สถานที่ บ้านคุณภาวิณี สามัคคี หมู่ ๔ บ้านคิบอน

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๐ คน

ครั้งที่ ๕ ประชุมวางแผนปฏิทินการทำงานในเดือนกันยายน – ตุลาคม ๒๕๕๒
และออกแบบเวทีเก็บข้อมูลโซนที่ ๑
วันเสาร์ที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐- ๑๒.๓๐ น.
สถานที่ ณ ลานวัดบ้านฆ้อง หมู่ ๕

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๒ คน

ครั้งที่ ๖ ประชุมถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน)
วันเสาร์ที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านคุณก้าน ศรีอุคทาพาน หมู่ ๕

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๕ คน

ครั้งที่ ๗ ประชุมถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน)
วันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านป่าก้าน ศรีอุคทาพาน หมู่ ๕ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๕ คน

ครั้งที่ ๘ ประชุมถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน)
วันอาทิตย์ที่ ๒๒ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านป่าก้าน ศรีอุคทาพาน หมู่ ๕ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๒๒ คน

ครั้งที่ ๙ ประชุมถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน)
วันอาทิตย์ที่ ๒๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๖ คน

ครั้งที่ ๑๐ เวทีประชุมทีมวิจัย
วันเสาร์ที่ ๑๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๘ คน

ครั้งที่ ๑๑ เวทีวางแผนลงพื้นที่ในชุมชน ๖ เดือนหลัง
วันเสาร์ที่ ๒๒ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๓๐ น.
สถานที่ ณ ศาลาวัดบ้านบ่อมะกรูด หมู่ที่ ๘ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๓ คน

ครั้งที่ ๑๒ เวทีประชุมทีมวิจัยสรุปการเงิน
วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๕ คน

ครั้งที่ ๑๓ เวทีประชุมทีมวิจัย

วันที่ ๘ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๔ คน

ผลการดำเนินงานกิจกรรม

การจัดเวทีประชุมประจำเดือน ทำทั้งหมด ๑๓ ครั้ง มีลักษณะเป้าหมายการประชุมอยู่ ๓ ลักษณะ คือ

๑. ประชุมเพื่อวางแผนการทำงาน (ปฏิทินการทำงาน)
๒. ประชุมเพื่อออกแบบการทำกิจกรรมเวทีครั้งต่อไป เช่น เป้าหมายการจัดกิจกรรม ขั้นตอน และแบ่งบทบาทหน้าที่
๓. ประชุมเพื่อถอดบทเรียนการทำงานที่ผ่านมา ซึ่งบางเวทีจะมีการเพิ่มเติมจากที่เล็งผลที่เกิดขึ้นจากการมีประชุมเวทีประจำเดือน
๑. ทีมวิจัยทำงานอย่างค่อเนื่อง เพราะมีปฏิทินกิจกรรม ทำให้ทราบว่าจะมีเวทีวันใด
๒. ทีมวิจัยแต่ละคน รับผิดชอบหน้าที่ของตนเอง รู้ขั้นตอนการทำงานในแต่ละเวที
๓. ทีมวิจัยได้เรียนรู้ผลที่เกิดขึ้น จากการทำงานแต่ละเวที
๔. ทีมวิจัยรับรู้ข้อมูลสถานการณ์ของโครงการ

๕. เข้าร่วมเวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม

เป้าหมาย :

๑. เพื่อนำเสนอความก้าวหน้าของโครงการ
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับทีมวิจัยโครงการอื่น

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับที่เล็ง
๒. ประสานงานกับตัวแทนทีมวิจัยที่สะดวกไปเข้าร่วม
๓. พูดยุขในทีมเตรียมสิ่งที่จะไปรายงานความก้าวหน้า
๔. จัดทำรายงานบันทึก และจัดทำเอกสารทางการเงิน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานเวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อนำเสนอความก้าวหน้าของโครงการ
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับทีมวิจัยโครงการอื่น

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง
๒. ประสานงานกับตัวแทนทีมวิจัยที่สะดวกไปเข้าร่วม
๓. พุจฉุยในทีมเตรียมสิ่งที่จะไปรายงานความก้าวหน้า
๔. จัดทำรายงานบันทึก และจัดทำเอกสารทางการเงิน
 - ครั้งที่ ๑ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๒
 - วันเสาร์ที่ ๒๕ กรกฎาคม ๒๕๕๒
 - สถานที่ บึงบัว จ.ประจวบคีรีขันธ์
 - ครั้งที่ ๒ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนสิงหาคม ๒๕๕๒
 - วันเสาร์ที่ ๒๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๒
 - สถานที่ วัดบ้านน้อย อ.โพธาราม จ.ราชบุรี
 - ครั้งที่ ๓ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนกันยายน ๒๕๕๒
 - (ประเมินเสริมพลังเครือข่ายงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น)
 - วันจันทร์ที่ ๒๔ – วันอังคารที่ ๒๕ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๒
 - สถานที่ รีสอร์ทบ้านกลางสวน อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม
 - ครั้งที่ ๔ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนตุลาคม ๒๕๕๒
 - วันเสาร์ที่ ๒๔ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๒
 - สถานที่ รีสอร์ทบ้านกลางสวน อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม
 - ครั้งที่ ๕ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๕๓
 - วันเสาร์ที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓
 - สถานที่ กลุ่มสังฆะสมทรัพย์ ค.ม.เพรทนามแดง อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม

ผลการดำเนินงานกิจกรรม

ตัวแทนทีมวิจัยได้เข้าร่วมเวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม จำนวน ๕ ครั้ง ผลจากการเข้าร่วมเวทีเครือข่ายดังกล่าว

๑. ทีมวิจัยได้มีโอกาสทบทวนการทำงานของตนเอง เพื่อไปนำเสนอในเวที
๒. ทีมวิจัยได้มีโอกาสฝึกทักษะการนำเสนอข้อมูล
๓. ทีมวิจัยได้เรียนรู้งานวิจัยของพื้นที่อื่นๆ
๔. ทีมวิจัยได้รู้จักทีมวิจัยอื่นๆ เกิดเป็นเครือข่าย

๖. นำเสนอผลงานให้ชุมชนรับทราบ**เป้าหมาย :**

๑. เพื่อนำเสนอความก้าวหน้าของโครงการ
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง
๒. ประสานงานกับทีมวิจัย ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๓. จัดเวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเตรียมข้อมูลนำเสนอ
๔. นำเสนอผลการดำเนินงานของโครงการให้ชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องรับทราบ

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานนำเสนอผลงานให้ชุมชนรับทราบ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อนำเสนอความก้าวหน้าของโครงการ
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

กลุ่มเป้าหมาย

๑. คิวแทนทีมวิจัย ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่
ชั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง
๒. ประสานงานกับทีมวิจัย ชุมชน และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง
๓. จัดเวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเตรียมข้อมูลนำเสนอ
๔. นำเสนอผลการดำเนินงานของโครงการให้ชุมชนและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องรับทราบ

ครั้งที่ ๑ เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๒

วันที่ ๑๓ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๓๐ น.

สถานที่ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลบ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๕๑ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม

คิวแทนทีมวิจัยได้นำเสนอขั้นตอนการดำเนินงานในระยะที่ ๑ ของโครงการที่ประกอบด้วยการสร้างความรู้ให้กับกลุ่มแกนนำในชุมชน เด็ก ผู้สูงอายุ และผู้นำชุมชน การค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของแต่ละโซน การฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมของคนในชุมชน สำหรับการดำเนินงานในระยะที่ ๒ ได้แก่ การเก็บข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาวะตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน และการวิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรม และวางแผนการดำเนินงานในระยะที่ ๓ ได้แก่ การปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนควบคู่กับการเก็บข้อมูลและสรุปผลจากทำกิจกรรม ตลอดจนบทเรียนที่ได้จากการดำเนินงาน การสร้างกลุ่มกิจกรรม และปัจจัยที่ทำให้การทำงานของทีมประสบความสำเร็จ

๗. เก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน

เป้าหมาย :

๑. เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลระหว่างทีมวิจัยกับชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. คิวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับทีมวิจัย
๒. ประสานงานทีมวิจัยและชุมชน

๓. จัดเวทีเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน
สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ข้อมูลระหว่างทีมวิจัยกับชุมชน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับทีมวิจัย
๒. ประสานงานทีมวิจัยและชุมชน

๓. จัดเวทีเก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชนตั้งแต่ในอดีตถึงปัจจุบัน

ครั้งที่ ๑ เวทีเก็บข้อมูลการออกกำลังกาย หมู่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕

วันที่ ๒๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาศาลเจ้านาย หมู่ที่ ๒ ค.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๐ คน

ครั้งที่ ๒ เวทีเก็บข้อมูลอาหารเพื่อสุขภาพ หมู่ ๕ และ ๖

วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณเครือวัลย์ สุวัตรบุตร หมู่ที่ ๖ ค.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๗ คน

ครั้งที่ ๓ เวทีเก็บข้อมูล การละเล่นพื้นบ้าน

วันที่ ๑๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้าน นางสาวประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ค.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๑ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม

ทีมวิจัยได้ทราบข้อมูลเรื่องการออกกำลังกายตั้งแต่อดีต – ปัจจุบัน ทำไมต้องออกกำลังกาย การรักษาสุขภาพ โดยการทำอาหารพื้นบ้านที่สามารถค้นหาวัตถุดิบมาจากท้องถิ่น เช่น แกงส้มฝักรวม เค้าเจ็วหลน เป็นต้น รวมทั้ง การละเล่นพื้นบ้านตั้งแต่อดีต – ปัจจุบัน ส่งผลต่อการอยู่ร่วมกันในสังคม สุขภาพกาย สุขภาพจิต และภูมิปัญญาท้องถิ่น

๘. วิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรมร่วมกับชุมชน

เป้าหมาย :

๑. เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลของโครงการ
๒. เพื่อวางแผนและออกแบบกิจกรรมจากข้อมูลที่สรุปวิเคราะห์

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง

๒. ประสานงานกับทีมวิจัย

๓. จัดเวทีวิเคราะห์ข้อมูลของโครงการ และวางแผน / ออกแบบกิจกรรมจากข้อมูลที่สรุปวิเคราะห์

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานวิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรมร่วมกับชุมชน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อวิเคราะห์ข้อมูลของโครงการ

๒. เพื่อวางแผนและออกแบบกิจกรรมจากข้อมูลที่สรุปวิเคราะห์

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง

๒. ประสานงานกับทีมวิจัย

๓. จัดเวทีวิเคราะห์ข้อมูลของโครงการ และวางแผน / ออกแบบกิจกรรมจากข้อมูลที่สรุปวิเคราะห์

ครั้งที่ ๑ เวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูล

วันที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๑ คน

ครั้งที่ ๒ เวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูล เตรียมเวทีนำเสนอความก้าวหน้าค่อหน่วยงาน

วันที่ ๔ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.

สถานที่ ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๑๐ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม

ตัวแทนทีมวิจัยได้สรุปวิเคราะห์ข้อมูลตั้งแต่กระบวนการดำเนินงาน ได้แก่ เวทีสร้างความเข้าใจทีมวิจัยและชุมชน การค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง การเก็บรวบรวมข้อมูลแบบมีส่วนร่วม และการแบ่งบทบาทหน้าที่ในการดำเนินกิจกรรม ทั้ง ๔ ไชน รวมทั้งข้อมูลที่เกิดขึ้นได้ในเรื่องของความหมายของสุขภาวะทั้งเรื่องของสุขภาพกายและใจ การอยู่ร่วมกันในสังคม ภูมิปัญญาท้องถิ่น และการมีสุขภาวะที่ดีตามแนวทางเศรษฐกิจพอเพียงของชุมชน นอกจากนี้ทีมวิจัยยังได้นำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนการทดลองปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชน ควบคู่กับการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการทดลองปฏิบัติการกิจกรรม เพื่อค้นหาแนวทางการสร้างสุขภาวะของชุมชนบ้านฆ้องต่อไป

๕. ปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชน

เป้าหมาย :

๑. เพื่อทดลองปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน

๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างทีมวิจัยกับชุมชนผ่านการปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง
๒. ประสานงานกับทีมวิจัยและชุมชน
๓. ทดลองปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน
๔. การเก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการและสรุปผล

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อทดลองปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน
๒. เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างทีมวิจัยกับชุมชนผ่านการปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน

กลุ่มเป้าหมาย

๑. คิวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง
๒. ประสานงานกับทีมวิจัยและชุมชน
๓. ทดลองปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชนร่วมกัน
๔. การเก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการและสรุปผล

ครั้งที่ ๑ เวทีชมรมสร้างสุขภาวะบ้านฉาง

วันที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ ณ ศาลาเจ้าหนุมที่ ๒ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๔๖ คน

ครั้งที่ ๒ เวทีสร้างความเข้าใจกับบุคคลภายนอกเข้าร่วมฐานการเล่นพื้นบ้าน อาหาร และสมุนไพร

วันที่ ๓๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๓๐ น.

สถานที่ ณ บ้านครูประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๓๑ คน

ครั้งต่อไป อีกหลายครั้งในชุมชนครอบคลุมทั้ง ๔ ประเด็นการเดินเรื่อง คือ การเล่นพื้นบ้าน อาหาร และสมุนไพร การออกกำลังกาย และเศรษฐกิจพอเพียง รายละเอียดดังรายงานเวทีที่ ๔๕ - ๕๑ และ ๕๕ - ๕๖

ผลการดำเนินกิจกรรม

คิวแทนทีมวิจัยได้สร้างความเข้าใจกับทั้ง ๔ กลุ่มกิจกรรม เพื่อทดลองทำกิจกรรม เช่น การสาธิตการออกกำลังกายของผู้สูงอายุ การถางหญ้า เป็นต้น การเล่นพื้นบ้าน เช่น รำวง รีรีข้าวสาร เป็นต้น และชวนพูดคุยเชื่อมโยงดูอาหารพื้นบ้านที่รับประทานทั้งในอดีตและในปัจจุบัน และเชื่อมโยงสู่การจัดทำบัญชีครัวเรือน การออม และกู้เงินของกลุ่มต่างๆ เพื่อนำไปชำระหนี้ในระบบ

๑๐. กิจกรรมถอดบทเรียนการดำเนินงานโครงการ

เป้าหมาย :

๑. เพื่อถอดบทเรียนการดำเนินงานของโครงการ และจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง

๒. ประสานงานกับทีมวิจัยและชุมชน

สรุปกระบวนการและผลการดำเนินงานกิจกรรมถอดบทเรียนการดำเนินงานโครงการ

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อถอดบทเรียนการดำเนินงานของโครงการ และจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

กลุ่มเป้าหมาย

๑. ตัวแทนทีมวิจัย ชุมชน

ขั้นตอน

๑. ประสานงานวันนัดหมายกับพี่เลี้ยง

๒. ประสานงานกับทีมวิจัยและชุมชน

วันที่ ๘ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๕ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

สถานที่ บ้านนางอุบล ทองกันยา ค.บ้านฉ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ๔ คน

ผลการดำเนินกิจกรรม

ทีมวิจัยได้สรุปถึงคำจำกัดความของสถานะของชุมชนตำบลบ้านฉ้อง กระบวนการดำเนินงานทั้ง ๔ ไชน ผลการดำเนินงาน และการขยายผล / ค่อยออกการดำเนินงานในพื้นที่และหน่วยงาน เพื่อกำหนดตัวชี้วัดสถานะของชุมชนตำบลบ้านฉ้อง แนวทางการสร้างสถานะของชุมชนตำบลบ้านฉ้อง ปัญหา / อุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการทำงานวิจัย และข้อเสนอแนะ เพื่อจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

บทที่ ๔

ผลการวิจัย

๔.๑ ลักษณะของสุขภาวะของคนในชุมชนตำบลบ้านหนอง (ในอดีต และ ปัจจุบัน)

ทีมวิจัยได้แลกเปลี่ยน คำจำกัดความของคำว่า “สุขภาวะ” หมายถึง คนรักกัน ได้มีเวลามาร่วมกัน แก้ไขปัญหา ร่วมกัน ปัญหาการขัดแย้งไม่มี ในครอบครัว การผูกพันทางใจ การกินข้าวร่วมกัน การมีปฏิสัมพันธ์กัน การได้ดูแลเอาใจใส่ สุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เครียด ไม่มีหนี้ มีญาติพี่น้อง เพื่อนฝูง มีเครื่องยึดเหนี่ยวทางจิตใจ มีจิตใจทำเพื่อส่วนรวม (ไม่มีคดียึดครอง) ไม่มีคร มีเพื่อนฝูง

จากเรื่องเล่าที่ถ่ายทอดจากผู้เข้าร่วมเวที สุขภาวะของคนในชุมชนมีลักษณะดังนี้

สุขภาวะชุมชนในอดีต (ก่อนปี พ.ศ.๒๕๓๕) คือ

- การได้อยู่ร่วมกันพร้อมหน้าพร้อมตาในครอบครัว
- การมีสิ่งแวดล้อมที่ดี น้ำใส ไม่มีขยะ
- คนในชุมชนมีความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่กัน มีน้ำใจแบ่งปัน
- มีอาหารการกินที่อุดมสมบูรณ์ ไม่มีสารเคมีปนเปื้อน
- การมีแหล่งยึดเหนี่ยวจิตใจ มีความเชื่อ/ความศรัทธา
- การไปมาหาสู่กัน ได้ทำกิจกรรมร่วมกัน ได้พบปะพูดคุยกัน

สุขภาวะชุมชนในปัจจุบัน (ปี พ.ศ.๒๕๓๕ – พ.ศ.๒๕๔๐ : เศรษฐกิจดี)

- มีฐานะที่มั่นคง
- ไม่มีหนี้สิน
- มีความสะดวกสบาย
- มีรถ มีเงิน

ปัจจัยที่ทำให้สุขภาวะของชุมชนเปลี่ยนแปลง : เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ของชุมชนที่ได้กล่าวไว้

ข้างต้น

- การเปลี่ยนแปลงทางด้านสิ่งแวดล้อม : ความเจริญของชุมชน ไฟฟ้า ถนน อุตสาหกรรม
- การเปลี่ยนแปลงทางสภาพเศรษฐกิจ : การเปลี่ยนแปลงทางอาชีพ สภาพการเงินในครอบครัว
- การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคม : ความสัมพันธ์ในครอบครัว ความสัมพันธ์ในชุมชน รวมถึงเรื่องการปกครอง การเปลี่ยนแปลงทางการศึกษา
- การเปลี่ยนแปลงทางวิถีชีวิต : เช่น อาหารการกิน การดูแลสุขภาพของตัวเอง การพึ่งพาตัวเอง ด้านการรักษาโรคภัยด้วยสมุนไพร

ดังนั้นสุขภาวะของชุมชนบ้านหนอง มี ๓ อย่าง

๑. ทางกาย มีอาหาร สุขภาพ อาชีพ พฤติกรรมการใช้ชีวิต สถานที่ เช่น ดิน น้ำ
๒. ทางใจ มีประวัติศาสตร์ ความเชื่อ ความศรัทธา ความสัมพันธ์ การเลี้ยงดู บุตร หลาน
๓. ทางปัญญา มี ภูมิปัญญา ความรู้ท้องถิ่น การพึ่งตนเอง

๔.๒ การสร้างกระบวนการเรียนรู้เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสร้างสุขภาวะ

หลังจากที่ทีมวิจัยและชุมชนได้ศึกษาค้นหาแนวทางในการสร้างสุขภาวะของชุมชนโดยการสืบค้นวิถีและประวัติศาสตร์ท้องถิ่น ทำให้พบเห็นภูมิปัญญาและวิถีดำรงชีพแบบดั้งเดิมที่สามารถนำมาประยุกต์หาแนวทางในการสร้างสุขภาวะชุมชนได้ ซึ่งได้ประเด็นสร้างสุขภาวะ ๔ ประเด็น แบ่งออกเป็น ๔ พื้นที่ คือ

- ๑) หมู่ที่ ๑, ๓ สร้างสุขภาวะด้วยการละเล่นพื้นบ้าน
- ๒) หมู่ที่ ๒, ๔, ๕, ๑๐ สร้างสุขภาวะด้วยการออกกำลังกาย
- ๓) หมู่ที่ ๕, ๖ สร้างสุขภาวะด้วยอาหารสมุนไพร
- ๔) หมู่ที่ ๗, ๘ สร้างสุขภาวะด้วยชุมชนพอเพียง

ทั้ง ๔ พื้นที่ จะใช้วิธีการแลกเปลี่ยนข้อมูล และทดลองสร้างสุขภาวะด้วยกิจกรรมต่างๆที่คนในชุมชนทุกเพศ วัย มีโอกาสได้ทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น กิจกรรมปั่นจักรยาน ไม้พลอง ออมทรัพย์ เกษตรอินทรีย์ เป็นต้น และสรุปสุขภาวะด้านต่างๆ ที่ได้รับการทำกิจกรรมต่างทั้ง ๔ ด้าน ดังตารางต่อไปนี้

ตารางสรุปสุขภาวะของชุมชนบ้านฆ้องที่เกิดขึ้นจากการจัดกิจกรรมทั้ง ๔ ด้าน

ประเด็น	สุขภาวะ				
	สังคม	กาย	จิตใจ	เศรษฐกิจ	ภูมิปัญญา
การละเล่นพื้นบ้าน	การอยู่ร่วมกัน การสื่อสาร การให้อภัย การเสียสละ การเกิดกลุ่ม เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน	มีสุขภาพแข็งแรง	มีความสุข ความสนุกสนาน ความสัมพันธ์ ความผูกพัน	การใช้สิ่งของที่มีอยู่ในชุมชนมาสร้างประโยชน์ การพึ่งพาตนเอง คือ ใช้วัสดุในชุมชนและใช้ปัญญาตัวเอง	การดูแลบุตรหลาน สร้างความคิดและทักษะ และเกิดการถ่ายทอด
การออกกำลังกาย	เกิดกลุ่ม และการเรียนรู้ร่วมกัน	มีสุขภาพแข็งแรง	มีความสุข ความสนุกสนาน การผูกพัน รู้ ไม่เครียดผ่อนคลาย	ไม่สิ้นเปลืองค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล และค่ายา	ประยุกต์โดยการนำการออกกำลังกายในอดีตตามวิถีประจำวัน ในอาชีพที่ทำกลับมาใช้ในปัจจุบัน เช่น ทำนา ทำไร่ คัดน้ำเป็นต้น
อาหารสมุนไพร	การแบ่งปันอาหาร และแลกเปลี่ยน การอยู่ร่วมกัน	รับประทานอาหารที่ถูกสุขลักษณะ รู้จักสมุนไพร ยา รักษาโรค (แก้โรค) ปลอดภัย สารพิษ	มีความสุข ความสนุกสนาน การผูกพัน การพึ่งพาตนเอง	ผลิตเอง ปลอดภัย สารเคมี	ความรู้เรื่องสมุนไพร

เศรษฐกิจพอเพียง	เกิดกลุ่มเรียนรู้การอยู่ร่วมกัน	มีสุขภาพแข็งแรง	ไม่เครียด มี ธรรมะ การปล่อย วาง ละกิเลส ละ ความอยาก ขยัน อดทน		การพึ่งพาตนเอง และ เกิด การ ถ่ายทอด
-----------------	---------------------------------	-----------------	---	--	---

สำหรับกระบวนการทำงานที่มิจัยมีการวางแผนแบ่งบทบาทหน้าที่ ดำเนินการ และสรุปทบทวน ทำให้คนในชุมชนค่อยๆ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสร้างความสุขให้กับตัวเองอย่างยั่งยืน เช่น คนที่เล่นหวย การพนัน ก็สามารถลด ละ และเลิกได้ในที่สุด ส่งผลให้ชีวิตความเป็นอยู่ดีขึ้น บริโภคอาหารที่ปลอดภัยจากการปลูกผักและเลี้ยงสัตว์ด้วยตัวเอง เหลือจากการบริโภคในครัวเรือนก็แบ่งปันคนอื่น หรือจำหน่ายสร้างรายได้เสริมอีกทางหนึ่ง การที่มีกิจกรรมต่างๆ ของคนในชุมชน ทำให้ได้มาพบปะพูดคุย สามารถคลายเหงาให้กับคนเฒ่าคนแก่และทำสิ่งดีๆ ไปด้วยกัน เด็กๆ และเยาวชนที่เล่นติดเกมส์ ขับรถแข่ง ใช้เวลาว่างไปช่วยแปล่าประ โยชน์ ได้ร่วมกิจกรรมที่สร้างคุณค่าให้แก่ตัวเองและชุมชน เช่น การละเล่นพื้นบ้าน เกษตรอินทรีย์ เป็นต้น ดังนั้นสุขภาวะของชุมชนบ้านฆ้องจึงส่งผลให้เกิดการรวมกลุ่ม การรื้อฟื้นภูมิปัญญาท้องถิ่น และการพึ่งพาตนเองได้จากการเรียนรู้ร่วมกัน สุขภาพร่างกายและจิตใจ ทำให้รื้อฟื้นความสัมพันธ์กลับคืนมาในทางที่ดี ดังแผนภาพความเชื่อมโยงดังนี้



แผนภาพความเชื่อมโยงของการสร้างสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

จากกระบวนการดำเนินงานทั้ง ๔ โชน ทำให้เกิดความเชื่อมโยงมากมายในพื้นที่ทั้งคือที่มิจัย ชุมชน และความสัมพันธ์กับหน่วยงานในพื้นที่ รายละเอียดดังตารางสรุปกิจกรรมสร้างสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

ตารางสรุปกิจกรรมสร้างสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านหม้อ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

กิจกรรม	พื้นที่ดำเนินการ	เป้าหมาย	กระบวนการดำเนินงาน	ผลการดำเนินงาน	การขยายผล / ค่อยอด
การเล่นพื้นบ้าน	หมู่ ๑ และ หมู่ ๓	๑. เพื่อเป็นเครื่องมือในการดึงลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มามีผลกระทบ ๒. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างคน ๓ วัย ๓. เพื่อให้การเล่นพื้นบ้านของบ้านหม้อขยายไป	- เริ่มจากการประชุมแล้วสาธิตหาอุปกรณ์ เช่น เกรวี่ล เป็นต้น แล้วนำมาจับหัวท้ายเพื่อทดลองเล่น เช่น การกระโดดเชือก แทนการใช้เงินซื้อของมาทดลองทำ ทำให้เกิดความสนุกสนาน - หาผู้รับผิดชอบแต่ละกลุ่มสำหรับการเล่นต่างๆ เพื่อเตรียมการเล่นหมุนเวียนกันไป เช่น การเล่นเกมสร้างสมาธิ เป็นต้น - จากนั้นก็ทดลองเล่นให้เด็กดูและถอดบทเรียนหลังทำกิจกรรม เช่น อีแสบ ขุนเมือง เดินกะลา กา พักไข่ เป็นต้น - จากนั้นเด็กมีความสนใจและมาทำกิจกรรมทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ และประยุกต์จากการละเล่นเป็นกิจกรรมชวนกันอ่านหนังสือ เช่น รักการอ่าน ปลุกผัก ถ้างอกแล้ว เติบโต เป็นต้น	- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีปฏิภาณไหวพริบดี มีความสามัคคี จากการเล่น - มีสถานที่สำหรับให้เด็กมาร่วมทำกิจกรรม ทำให้เด็กอยากเข้ามาทำกิจกรรม - ผู้ปกครองก็เห็นว่ามีกิจกรรมอะไรดี จึงตามมาดูและเห็นว่าประโยชน์จึงส่งเสริมเพราะว่าช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้และยอมรับทีมวิจัย - จากเด็กที่เคยติดเพื่อน เกมส์ ช่วยลดระยะเวลาในการเล่นลดลง เพราะว่าเข้ามาทำกิจกรรมกับทีมวิจัย - ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่เป็นไปในทางที่ดีขึ้น มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ใหญ่ เช่น การใช้คอมพิวเตอร์ในเด็กได้ดีกว่าผู้ใหญ่ เป็นต้น	- ชมรมรักการอ่านได้เข้าร่วมกิจกรรมและการประกวดของ รพ.โพธาราม - เทศบาลบ้านหม้อยอมรับกิจกรรมเป็นกิจกรรมของตำบลบ้านหม้อ และช่วยค่าใช้จ่ายสำหรับค่าอาหารว่าง (ปาท่องโก๋และน้ำเต้าหู้) ทุกวันเสาร์ช่วง 06.00 - 07.00 น. และออกสื่อให้ 3 วิทยุใจสังแวดล้อม - ทีมวิจัยได้เข้าไปเป็นพี่เลี้ยงกิจกรรมขึ้นจักรยานในพื้นที่ตำบลบ้านหม้อช่วงต้นปี 2554 เพื่อขยายผลการดำเนินงานไปในพื้นที่ใกล้เคียง - โรงเรียนวัดบ้านหม้อให้ความสนใจในการขออนุญาตพาคิดมาเข้าร่วมกิจกรรมในวันธรรมดา - ขยายผลมาสู่เรื่องการเห็นคุณค่า เป็นตัวแทนของหมู่บ้านและ

			ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีตั้งแต่เด็กในระดับอนุบาล ประถมศึกษา และมัธยมศึกษาตอนต้น	- มีการประยุกต์จากกิจกรรมการเล่นพื้นบ้านไปเป็นการอ่านหนังสือ และนำไปสู่การคิดทำกิจกรรมอื่น เช่น การอ่านคำศัพท์ และวาดรูป การเขียนกระดาดพลิปปาร์ต - จากการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้เกิดความผูกพัน เริ่มมีความรักกันระหว่างรุ่นพี่กับรุ่นน้องเพิ่มขึ้นกว่าเดิมที่เคยดี และเกรกัน - ปัจจุบันมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมประมาณ 14 - 20 คนหมุนเวียนกันเข้ามาทำกิจกรรม รุ่นพี่บางส่วนก็จบการศึกษาไปเรียนต่อที่อื่น	สร้างชื่อเสียงให้กับชุมชน รวมทั้งได้ประกาศเข้าร่วมกิจกรรม
เศรษฐกิจพอเพียง ไม่มีหนี้	หมู่ ๗ และ หมู่ ๘	๔. จัดการหนี้ได้ ๕. หนี้ลดลง	- แต่เดิมใน 10 ปีที่ผ่านมา มีหนี้นอกระบบในหมู่บ้านมากจากการกู้เงินดอกเบี้ยสูงถึงร้อยละ 20 แล้วบางคนไม่สามารถให้หนี้ได้ ก็ต้องหนีออกไปจากชุมชน - ทีมวิจัยมาคิดร่วมกันว่าเรามีกลุ่มออมทรัพย์ตั้งแต่ปี ๒๕๔๔ เพื่อการผลิตเดิมอยู่จึงคิดทำเรื่องการออม โดยเริ่มจากการทำในหมู่ 6	- การทำกลุ่มออมทรัพย์ทำในหมู่ที่ ๘ ทำให้ชาวบ้านสามารถจัดการหนี้ของตนเองได้ ปัจจุบันไม่มีหนี้นอกระบบ และมีหนี้ลดลง - เงินออมที่ได้ดอกเบี้ยร้อยละ ๖ ต่อปี แบ่งเงินออกเป็น ๔ ส่วน เพื่อให้สามารถประโยชน์ร้อยละ ๕๒๐ ตอบแทนทีมงานร้อยละ ๕ เป็นทุนการศึกษาร้อยละ ๑๐ และ	- ธนาคารออมสินให้การอบรมเรื่องการทำบัญชี การคืนหนี้ การจัดการเงินของกลุ่ม - ขยายผลเรื่องการออมในชุมชน ปัจจุบันมีการออมกันทุกบ้าน ประมาณ ๕๐๐ กว่าคน อย่างน้อยก็บ้านละ ๑ คน ช่วยส่งเสริมการออม และการใช้จ่ายในชีวิตรอย่างเหมาะสม

			ก่อน เนื่องจากรวมตัวกันได้ง่าย ● ปี ๒๕๕๓ ทีมวิจัยมีการพูดคุยเรื่องนี้กัน การลดรายจ่าย เช่น จาก การกินผักของคนเอง แต่มีความสนใจเรื่องลดหนี้ของตนเอง และเริ่มมีการออมวันละ ๑ บาท ปัจจุบันมีสมาชิกจำนวน 286 คน จากเดิมที่มีเพียง 42 คน เดือนแรกออมได้ ๓,๐๐๐ บาท ปัจจุบันมีเงินออมเดือนละ ๑๐,๐๐๐ บาท เงินฝากเพิ่มขึ้นจาก ๓,๐๐๐ บาท ปัจจุบันมีเงินออมประมาณล้านกว่าบาท ● นำเงินออมของกลุ่มมาปล่อยให้ชาวบ้านผู้ร้อยละ ๑ บาท โดยชาวบ้านที่ผู้ต้องการฝากเงิน ๑๐๐ บาท ผู้ได้ ๓๐๐ บาท ผ่อนใช้ ๑๐ เดือน คัดดอกเบี้ยร้อยละ ๑ บาท และมีการปรับระเบียบอื่นมาจากธนาคาร เช่น การปันผล ส่งเงินคืน และดอกเบี้ยในเดือนสิงหาคม เพื่อนำเงินที่ได้ไปผ่อนชำระกองทุนหมู่บ้านในเดือนกันยายน	ส่วนที่เหลือสำหรับฝากสหกรณ์เงินคืน และเป็นค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น เครื่องเขียน กิจกรรมวันแม่ ค่าอาหารในการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นต้น ● มีการจัดการของกลุ่มสิ่งจะเกิดจากการมาพูดคุยร่วมกัน เช่น การลดหนี้ คนที่ผู้ต้องฝากจึงจะผู้ได้ห้ามถอนเงินระหว่างผู้ และต้องหาเพื่อนมาค่าประกัน ๒ คน ● เกิดการทำโรงสีชุมชน เช่น การผลิตข้าวสามสี (กล้องหอมมะลิ หอมนิล มันปู) ในชุมชน และจำหน่ายเชิงกองทุนแม่เพื่อแผ่นดิน ● ทำน้ำหมักชีวภาพไว้ใช้ในครัวเรือน ปลูกผักกินเอง ● ทำบัญชีครัวเรือน และนำมาจัดทำบัญชีรายรับรายจ่าย เงินออมรวมกัน ใช้กับเงินสิ่งจะสะสมทรัพย์สิน	
--	--	--	--	--	--

อาหารพื้นบ้าน	หมู่ ๕ และ หมู่ ๖	๔. สร้างสุขภาพที่ดีด้วยอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ ๕. ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน ๖. ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าเรื่องกินเพื่ออิ่ม เช่น อาหารที่สร้างความเอื้ออาทร / น้ำใจ	● ฐานคิดมาจากการที่คนในสมัยก่อนทำแกงหม้อ ไม่ต้องซื้ออะไรมากมาย อาศัยเก็บผักข้างรั้ว มีการแบ่งกันกิน แต่ในปัจจุบันเราปรุงอาหารต้องซื้อทั้งหมด ทุนสูงและไม่ปลอดภัย ● จากนั้นก็ค้นหาอาหารพื้นบ้านที่มีคุณค่าทางสารอาหารและเครื่องปรุงในชุมชน เช่น การทำแกงส้ม หล่นเต้าเจี้ยว เป็นต้น เพราะว่าเป็นอาหารที่ให้คุณค่า และมีผู้ป่วยมากในชุมชน ● ลงมือปฏิบัติ และสอดแทรกการเรียนรู้เรื่องคุณค่าของผักแต่ละชนิด ว่ามีสารอาหารอะไรบ้าง	● คนในชุมชนรู้จักคุณค่าของอาหารเพิ่มขึ้น เช่น ใบหยิกนางต้องกินกับหน่อไม้ กินแกงจืดเหลียม้อเย็นช่วยให้อ่อนหลับอย่างเพียงพอ เป็นต้น ● มีสุขภาพแข็งแรงจากการรับประทานอาหารที่ดี มีประโยชน์ต่อร่างกาย ● ลดปัจจัยเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้นจากโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่	● กลุ่มแม่บ้านเมื่อเวลาว่างทำอาหารที่มียกย่องไปออกช่วยกันทำอาหารตามงานต่างๆ รวมประมาณ ๔๐ – ๕๐ คน ● เมื่อว่างก็มารวมกลุ่มกันสานตะกร้า ทำกระเป๋ และทำอาหารกินกัน ● ช่วยผู้ประสบภัยศูนย์พักพิงในศูนย์กศน. วัดบ้านฆ้อง ค่าดูแลเสื้อ ● วางแผนสัปดาห์ในโรงเรียนว่าในแกง ๑ ชาม มีสารอาหารและส่วนประกอบอะไร เพื่อสร้างการเรียนรู้ให้กับเด็กนักเรียน
การออกกำลังกาย	หมู่ ๒ และ หมู่ ๑๐ หมู่ ๔ และ หมู่ ๕	๓. เพื่อสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรง ๔. เพื่อสร้างความสัมพันธ์เมื่อมาออกกำลังกาย	● ผู้สูงอายุไม่ซึมเศร้า เพราะว่าได้มาทำกิจกรรมและพูดคุยร่วมกัน ขยายผลสู่การนำสวคคมบดหละง่าไม้พลอง ● กำลังกล้ามเนื้อ แข็งแรง แขนขาแข็งแรง ฟังพยาน้อยลง ● มีผู้ร่วมกิจกรรมออกกำลังกาย	● เทศบาลบ้านฆ้องเขียนของบประมาณจากกองทุน สปสช. ทุกปี สำหรับค่าอาหารในการทำกิจกรรม ● รพ.โพธาราม เชิญเข้าร่วมกิจกรรมใน รพ. ● ศูนย์สังคมพัฒนาให้ทีมวิจัยเข้า	

			● มีการหมุนเวียนการออกกกำลังกาย เช่น รำวง เป็นต้น และกลับมารำไม้พลอง หลังทำกิจกรรมมีการพูดคุยร่วมกันทุกวันเสาร์อาทิตย์	ทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ ประมาณ ๒๐-๓๐ คน	ไปเป็นที่เลี้ยงกลุ่มสตรีคาทอลิกในการทำกิจกรรมออกกกำลังกาย ● เกิดกลุ่มออมทรัพย์อย่างน้อยคนละ ๓๐ บาท / เดือน ● เป็นศูนย์การเรียนรู้ทางด้านสุขภาพของชุมชนบ้านผ่องให้กับคาทอลิกจากทั่วประเทศ
--	--	--	--	--	--

๔.๓ แนวทางการดูแลสุขภาพชุมชนตำบลบ้านฉ้อง

จากการที่ทีมวิจัยมีการพูดคุยร่วมกันแล้วพบว่า การสร้างสุขภาพของชุมชนบ้านฉ้อง คือ การสร้างความสัมพันธ์ให้กลับคืนมาผ่านกิจกรรมทั้ง ๔ โชน และปัจจุบันนอกจากจะสร้างความเคลื่อนไหวในชุมชนแล้ว ยังเชื่อมโยงไปยังหน่วยงานต่างๆ คังคารางสรุปกิจกรรมสร้างสุขภาพของชุมชนตำบลบ้านฉ้อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี ดังนั้น แนวทางการดูแลสุขภาพชุมชนตำบลบ้านฉ้อง คือ การสร้างความสัมพันธ์อันดีของคนในชุมชนบ้านฉ้อง ผ่านประเด็นหลัก ดังนี้

ร่างกาย

- การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนในชุมชนให้หันมาตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ลดอาหารมัน รับประทานผักพื้นบ้านที่ปลอดสารเคมี การรำไม้พลอง การปั่นจักรยาน การละเล่นพื้นบ้านทดแทนการเล่นเกมส์ เป็นต้น
- การรับประทานอาหารเช้าที่หลากหลายและมีคุณค่าเพิ่มขึ้น จากการนำความรู้เรื่องคุณค่าทางสารอาหารของผักพื้นบ้านและพืชสมุนไพรในท้องถิ่นมาใช้ปรุงอาหาร
- ทดลองทำอาหารพื้นบ้านรับประทานควบคู่กับการประเมินผลทางด้านสุขภาพ เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด ความดันโลหิตสูง เป็นต้น



จิตใจ

- การนำถือศาลเจ้าประจำหมู่บ้านและวัดเป็นที่พึ่งทางจิตใจ เพื่อสร้างความศรัทธา ขอพร และสร้างคุณค่าทางด้านจิตใจของคนในชุมชนบ้านฉ้อง
- การสืบสานประเพณีวัฒนธรรมดั้งเดิม เพื่อเป็นศูนย์รวมทางด้านจิตใจ เช่น ประเพณีสารทลาว ประเพณีแก้ห่อข้าว การเซ่นไหว้บรรพบุรุษ เป็นต้น



สังคม

- การรวมกลุ่มต่างๆ เพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน สร้างความสามัคคี และช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้กลับคืนมา คนในชุมชนรู้จักกันทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน เช่น กิจกรรมรำไม้พลอง กิจกรรมปั่นจักรยาน กิจกรรมการทำอาหารพื้นบ้านให้กับคนในชุมชนได้รับประทานตามงานต่างๆ ในชุมชน กิจกรรมการออมของกลุ่มสัจจะสะสมทรัพย์เพื่อลดหนี้ในระบบและนอกระบบ การขยายผลกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มแม่บ้านในการเพิ่มรายได้ในครัวเรือน (กลุ่มสานตะกร้า) กลุ่มรณรงค์การอ่านที่ขยายผลมาจากการละเล่นพื้นบ้าน เป็นต้น



เศรษฐกิจ

- การลดรายจ่าย โดยเริ่มจากคนใกล้ตัวให้หันมาทำบัญชีครัวเรือน เพื่อสร้างการเรียนรู้เรื่องการใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น ลดสิ่งฟุ่มเฟือย
- การเพิ่มรายได้ในครัวเรือน จากการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมของโครงการ นำไปสู่การทำกลุ่มอาชีพ เช่น กลุ่มจักสาน เป็นต้น เพื่อนำมาสร้างรายได้ในครัวเรือนอีกทางหนึ่ง
- ส่งเสริมให้เกิดการออม (กลุ่มสัจจะสะสมทรัพย์) การสร้างความตระหนักให้เยาวชนทราบถึงความสำคัญและคุณค่าของเงิน การใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น และมีวินัยในการใช้จ่าย



ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- การอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นสำคัญให้ยั่งยืนและถ่ายทอดสู่ลูกหลาน เช่น สารทลาว แก้วห่อข้าว (ทำพิธีที่วัดและขอขมาที่ทำกิน ที่นาและสวน) การควนกระยาสารทในประเพณีบุญเดือนสิบ เพื่อเช่นไหว้บรรพบุรุษและเป็นการถนอมอาหารให้สามารถเก็บไว้รับประทานได้นานๆ รวมทั้งการแลกเปลี่ยนอาหารรับประทานระหว่างบ้าน เป็นต้น ซึ่งเป็นการสืบสานวัฒนธรรมและสร้างความสัมพันธ์ในชุมชน
- การเรียนรู้ประโยชน์และสรรพคุณของสมุนไพรต่างๆ ในการรักษาโรค เช่น แกงขี้เหล็กกินแล้วช่วยให้นอนหลับ กินมะรุ่ยช่วยระบาย เป็นต้น รวมทั้งถ่ายทอดให้กับลูกหลานได้รับรู้และเห็นความสำคัญ
- การรื้อฟื้นการเล่นพื้นบ้าน เพื่อความเพลิดเพลิน การสร้างสัมพันธ์กันระหว่างการละเล่น / ทำกิจกรรม ช่วยถ่ายทอดภูมิปัญญา และลดช่องว่างระหว่างวัย คือ วัยเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ



บทที่ ๕

สรุปอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

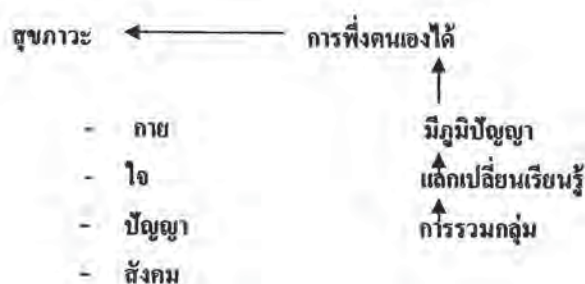
๕.๑ สรุปผลการวิจัย

โครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านหม้อ อำเภอบึงสามพัน จังหวัดราชบุรี ได้แบ่งการดำเนินงานออกเป็น ๓ ระยะ โดยในระยะที่ ๑ - ๒ ประกอบด้วยกิจกรรมการสร้างความรู้เข้าใจกับกลุ่มแกนนำในชุมชน เด็ก ผู้สูงอายุ ผู้นำชุมชน การค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของแต่ละโซน การฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมของคนในชุมชน การเก็บข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาวะตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน การวิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรม และในระยะที่ ๓ เป็นการทดลองปฏิบัติกิจกรรม พร้อมทั้งสรุปรวบรวมข้อมูลการทำกิจกรรมทั้ง ๔ ด้านควบคู่กันไป

การดำเนินงานที่ผ่านมา ทำให้ทราบถึงการเปลี่ยนแปลงของชุมชนตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เช่น วิถีชีวิต การหาอยู่หากิน อาหาร และสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไป จากการเดิมที่ความสัมพันธ การรวมหมู่ กลายเป็นต่างคนต่างอยู่มากขึ้น บทบาทของวัดลดลง ลักษณะนิสัยเปลี่ยน ความอดทน ขยันขันแข็ง เปลี่ยนเป็นชอบความสะดวกสบาย พึ่งตนเองน้อยลง และกิจกรรมบางอย่างหายไป เช่น การละเล่นพื้นบ้าน เป็นต้น สาเหตุการเปลี่ยนแปลงในชุมชน เกิดจากความเจริญ ถนน ไฟฟ้า โทรศัพท์ โทรศัพท์ การเปลี่ยนแปลงการปกครอง การศึกษา และอาชีพมีความหลากหลายเพิ่มมากขึ้น จากข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้ ทำให้ทีมวิจัยมีการทำกิจกรรมประเด็นเด็นเรื่องเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชน ๔ ด้าน ประกอบด้วย

๑. การละเล่นพื้นบ้าน สร้างความสัมพันธของคนในกลุ่ม ใช้วัสดุในท้องถิ่น ฝึกความคิด ออกกำลังกาย ในหมู่ ๑ และ ๓
๒. การออกกำลังกาย สร้างสุขภาพ และความสัมพันธ (สร้าง น้ำ ช่อม) ในหมู่ ๒, ๔, ๕ และ ๑๐
๓. อาหารเพื่อสุขภาพ สร้างสุขภาพ สร้างความสัมพันธ และประหยัด ในหมู่ ๕ และ ๖
๔. เศรษฐกิจพอเพียง สร้างสุขภาพ และลดรายจ่าย ในหมู่ ๗ และ ๘

โดยอาศัยความสัมพันธของกิจกรรมเด็นเรื่องกับการสร้างสุขภาวะทั้ง ๔ ด้าน เป็นเครื่องมือสื่อสารความหมายของสุขภาวะ บทเรียนของทีมวิจัยและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น คือ การเกิดกลุ่ม เกิดชุดความรู้ในการรวมกลุ่มและแลกเปลี่ยนความรู้ และเกิดการรื้อฟื้นภูมิปัญญาของกลุ่ม โดยมีเงื่อนไข ปัจจัยในการทำงานที่ทำให้สำเร็จ คือ คนมีใจ มีเวลา ความต่อเนื่องในการทำกิจกรรม และต้องสรุปตอบทเรียนหลังทำกิจกรรมทุกครั้ง รวมทั้งได้แบ่งสุขภาวะชุมชนบ้านหม้อ ออกเป็น ๓ ด้าน คือ ทางกาย ทางใจ และทางปัญญา (มีภูมิปัญญา ความรู้ท้องถิ่น การพึ่งตนเอง) จนเกิดกระบวนการเกิดความหมายใหม่ของสุขภาวะของชุมชนบ้านหม้อ ดังนี้



ดังนั้นสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฉ้อง หมายถึง ความสัมพันธ์อันดีที่มีต่อกันของคนในชุมชนบ้านฉ้อง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด กระบวนการทำงานจากเดิมที่ต่างคนต่างคิดให้หันมาคิดและทำกิจกรรมร่วมกันในหมู่บ้าน จนเกิดความสามัคคี มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง จิตใจดี ผ่านการจัดกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ช่วยให้มีความสุขและสามารถรู้ข้อปฏิบัติปัญหาท้องถิ่นให้กลับคืนมาได้อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งมีตัวชี้วัดการสร้างสุขภาวะบ้านฉ้อง ดังนี้

ตัวชี้วัดการสร้างสุขภาวะบ้านฉ้อง

ร่างกาย

- กลุ่มผู้ออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลและความดันโลหิต ได้ กล้ามเนื้อแข็งแรงจากการปั่นจักรยานและรำไม้พลอง
- มีความใส่ใจในเรื่องของสุขภาพตัวเองมากขึ้น โดยการออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางสารอาหาร

จิตใจ

- อารมณ์ดี มีความสุข และความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชนของคน ๓ วัย จากการทำกิจกรรมและพูดคุยร่วมกัน
- มีสิ่งยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจของคนในชุมชน เช่น ศาลเจ้าประจำหมู่บ้าน และประเพณีต่างๆ ของชุมชน เป็นต้น

เศรษฐกิจ

- หนี้สินนอกระบบลดลง
- จัดการหนี้สินของตนเองได้ โดยการทำบัญชีครัวเรือน มีการออม
- ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน

สังคม

- มีกิจกรรมทำร่วมกันผ่านกิจกรรมทั้ง ๔ โชน
- การร่วมกลุ่มทำกิจกรรมอื่นๆ ของคนในชุมชนเพิ่มมากขึ้น และต่อเนื่อง เช่น การปั่นจักรยานรอบหมู่บ้าน การรำไม้พลอง การออกไปช่วยทำอาหารให้กับคนในชุมชน เป็นต้น
- ลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น กิจกรรมอ่านหนังสือ การปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ การถางหญ้า เป็นต้น ช่วยให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มั่วซั่ว เกมสออนไลน์ การขับขี่มอเตอร์ไซด์ซิ่ง

ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- มีการรื้อฟื้นการเล่นโน้ตติมาให้เยาวชนได้เรียนรู้ การละเล่นพื้นบ้านของบ้านฉ้องไม่สูญหายไป
- มีการรื้อฟื้นเรื่องสรรพคุณและประโยชน์ของพืชและสมุนไพรพื้นบ้าน นำกลับมาปรุงอาหารรับประทานแทนยา

การพัฒนาศักยภาพของคนในชุมชน

- มีการทำงานที่เป็นระบบมากขึ้น คือ มีการวางแผน ดำเนินงาน และสรุปผลการดำเนินงาน
- ทีมวิจัยและชุมชนมีความสุข พุดเป็น คติวิเคราะห์ได้
- มีคนมาเรียนรู้ ศึกษาดูงานชุมชนบ้านฉ้อง

- เทศบาลบ้านฉางสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินกิจกรรม ปีละ ๑๐,๐๐๐ บาท

สำหรับการดำเนินงานในระยะที่ ๓ ที่ประกอบด้วย ปฏิบัติการกิจกรรมที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชน และการเก็บข้อมูลและสรุปผลจากทำกิจกรรม เพื่อค้นหาแนวทางการสร้างสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฉาง และพบว่า แนวทางการดูแลสุขภาพชุมชนตำบลบ้านฉาง คือ การสร้างความสัมพันธ์อันดีของคนในชุมชนบ้านฉาง ผ่านประเด็นหลัก ดังนี้

ร่างกาย

- การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนในชุมชนให้หันมาตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ลดอาหารมัน รับประทานผักพื้นบ้านที่ปลอดสารเคมี การรำไม้พลอง การปั่นจักรยาน การละเล่นพื้นบ้านทดแทนการเล่นเกมส์ เป็นต้น
- การรับประทานอาหารที่หลากหลายและมีคุณค่าเพิ่มขึ้น จากการนำความรู้เรื่องคุณค่าทางสารอาหารของผักพื้นบ้านและพืชสมุนไพรในท้องถิ่นมาใช้ปรุงอาหาร
- ทดลองทำอาหารพื้นบ้านรับประทานควบคู่กับการประเมินผลทางด้านสุขภาพ เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด ความดันโลหิตสูง เป็นต้น

จิตใจ

- การนับถือศาลเจ้าประจำหมู่บ้านและวัดเป็นที่พึ่งทางจิตใจ เพื่อสร้างความศรัทธา ขอบพระ และสร้างคุณค่าทางด้านจิตใจของคนในชุมชนบ้านฉาง
- การสืบสานประเพณีวัฒนธรรมดั้งเดิม เพื่อเป็นศูนย์รวมทางด้านจิตใจ เช่น ประเพณีสารทลาว ประเพณีแก้ห่อข้าว การเซ่นไหว้บรรพบุรุษ เป็นต้น

สังคม

- การรวมกลุ่มต่างๆ เพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน สร้างความสามัคคี และช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้กลับคืนมา คนในชุมชนรู้จักกันทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน เช่น กิจกรรมรำไม้พลอง กิจกรรมปั่นจักรยาน กิจกรรมการทำอาหารพื้นบ้านให้กับคนในชุมชนได้รับประทานตามงานต่างๆ ในชุมชน กิจกรรมการออมของกลุ่มจะสะสมทรัพย์เพื่อลดหนี้ในระบบและนอกระบบ การขยายผลกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มแม่บ้านในการเพิ่มรายได้ในครัวเรือน (กลุ่มสานตะกร้า) กลุ่มรักการอ่านที่ขยายผลมาจากการเล่นพื้นบ้าน เป็นต้น

เศรษฐกิจ

- การลดรายจ่าย โดยเริ่มจากคนใกล้ตัวให้หันมาทำบัญชีครัวเรือน เพื่อสร้างการเรียนรู้เรื่องการใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น ลดสิ่งฟุ่มเฟือย
- การเพิ่มรายได้ในครัวเรือน จากการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมของโครงการ นำไปสู่การทำกลุ่มอาชีพ เช่น กลุ่มจักสาน เป็นต้น เพื่อนำมาสร้างรายได้ในครัวเรือนอีกทางหนึ่ง
- ส่งเสริมให้เกิดการออม (กลุ่มจะสะสมทรัพย์) การสร้างความตระหนักให้เยาวชนทราบถึงความสำคัญและคุณค่าของเงิน การใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น และมีวินัยในการใช้จ่าย

ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- การอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นสำคัญให้ยั่งยืนและถ่ายทอดสู่ลูกหลาน เช่น สารทลาว แก่ห่อข้าว (ทำพิธีที่วัดและขอขมาที่ทำกิน ที่นาและสวน) การกว่นกระยาสารทในประเพณีบุญเดือนสิบ เพื่อเซ่นไหว้บรรพบุรุษและเป็นการถนอมอาหารให้สามารถเก็บไว้รับประทานได้นานๆ รวมทั้งการ

แลกเปลี่ยนอาหารรับประทานระหว่างบ้าน เป็นต้น ซึ่งเป็นการสืบสานวัฒนธรรมและสร้างความสัมพันธ์ในชุมชน

- การเรียนรู้ประโยชน์และสรรพคุณของสมุนไพรต่างๆ ในการรักษาโรค เช่น แกงขี้เหล็กกินแล้วช่วยให้นอนหลับ กินมะรุมช่วยระบาย เป็นต้น รวมทั้งถ่ายทอดให้กับลูกหลานได้รับรู้และเห็นความสำคัญ
- การรื้อฟื้นการเล่นพื้นบ้าน เพื่อความเพลิดเพลิน การสร้างสัมพันธ์กันระหว่างการเล่น / ทำกิจกรรม ช่วยถ่ายทอดภูมิปัญญา และลดช่องว่างระหว่างวัย คือ วัยเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ

๕.๒ บทเรียนการวิจัย

๕.๒.๑ สิ่งที่ได้เรียนรู้/ ข้อค้นพบ

๕.๒.๑.๑ ทีมวิจัย

๑. การวางแผนการทำงาน
๒. ได้กระบวนการคิดก่อนพูด
๓. ได้กล้าแสดงออก
๔. ได้รู้จักสมาชิกใหม่ของทีมวิจัยเพิ่มมากขึ้น
๕. ได้รู้เรื่องราวในอดีตแตกต่างกับปัจจุบันทั้งที่เรื่องเดียวกัน และได้รู้ประวัติศาสตร์ชุมชน
๖. ได้ความสัมพันธ์กันเป็นกลุ่ม ได้ประสบการณ์
๗. ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของคนในกลุ่ม
๘. ได้รู้จักปล่อยวาง ไม่ถือเป็นเรื่องใหญ่หรือเกลียดชังเพื่อนในกลุ่ม
๙. เกิดความห่วงใยกัน
๑๐. ได้รู้จักหาเหตุ มาตอบผล เข้าใจปรากฏการณ์ต่างๆ ว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไร
๑๑. ได้เกิดกลุ่มคน ๓ วัย คุยกันรู้เรื่อง
๑๒. รู้จักยอมรับความคิดเห็นคนอื่น (เอาใจเขามาใส่ใจเรา)
๑๓. เกิดความเข้มแข็งในทีมวิจัย
๑๔. กระบวนการคิดวิเคราะห์ เมื่อได้ฟังแล้วนำมาวิเคราะห์ เอาใจเขามาใส่ใจเรา ค้นหาเหตุผล
๑๕. การเคารพความคิดของคนทุกคน จากคำพูดของแต่ละคน คนละคำสามารถนำมาเรียงเป็นเรื่องราวที่มีความหมายต่อชุมชนและตนเองได้
๑๖. การอยู่ร่วมกันในทีม ทำให้เกิดระเบียบวินัยในตนเอง
๑๗. การทำกิจกรรมร่วมกันหลายครั้ง ทำให้เกิดความคุ้นเคย ความสัมพันธ์ที่ดี ทำให้เกิดการเปิดใจ ปรับทุกข์กันได้ สุขภาพใจดีขึ้น
๑๘. ได้เรียนรู้กระบวนการทำงานเป็นทีม การแบ่งบทบาทหน้าที่ และสลับบทบาทการทำงานทดแทนกันได้ภายในทีม

ข้อค้นพบ

๑. ทีมวิจัยมีการกล้าแสดงออกมากขึ้น
๒. เด็กมีความกล้าพูด กล้าคิด กล้าเสนอและเล่าเรื่องราวต่างๆ ได้
๕. ทีมวิจัยกล้าเผชิญหน้าและกล้าบอกความจริงในใจว่าไม่ชอบหน้าเพื่อนที่พบ ๑ - ๒ ครั้ง

๖. ทีมวิจัยยกมือไหว้สวัสดีกันโดยไม่เคอะเขิน ไม่ถือว่าอายุน้อยกว่า
๗. ทีมวิจัยเกิดจิตได้สำนึกในการรับผิดชอบต่อกลุ่ม
๘. ปัจจัยสู่ความสำเร็จในการทำงาน ต้องประกอบด้วย คนมีใจและมีเวลา มีความต่อเนื่องในการทำงาน มีการสรุปถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม และการประสานงานที่ดี
๙. การเกิดกลุ่ม ต้องมีกระบวนการจัดกิจกรรมและการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง และสรุปบทเรียนหลังทำกิจกรรม เพื่อสร้างความสัมพันธ์ที่ดีภายในกลุ่ม

การเรียนรู้ด้านกระบวนการ

๑. ให้อำนาจการวางแผนก่อนดำเนินงานใดๆ เป็นขั้น เป็นตอน ตามลำดับต่อเนื่อง
๒. ให้ออกคิดทำจากสิ่งใกล้ตัว - ไปไกลตัว เป็นขั้น เป็นตอน ตามลำดับต่อเนื่อง
๓. ให้อำนาจเริ่มต้นเกิด ไปหาจุดจบที่ดี มีเหตุ มีผล
๔. ทำให้เดินไปที่ละขั้นจนถึงเป้าหมาย

๕.๒.๑.๒ ชุมชน

๑. ได้รู้ถึงความต้องการของชุมชน
๒. ได้รู้ความเป็นอยู่สมัยก่อนกับสมัยปัจจุบันและนำมาประยุกต์ปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
๓. คนรุ่นเก่าได้ถ่ายทอดวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมที่ดีๆ ให้กับคนรุ่นใหม่ เช่น การละเล่นพื้นบ้าน การทำขนม การทำบุญ ในเทศกาลต่างๆ
๔. ได้สุขภาพจิต กาย ใจ และปัญญา มากขึ้น
 - การมาเล่าเรื่องในวงคุย ทำให้ได้ระบาย และเห็นว่าเรายังมีความลำบากน้อยกว่าคนอื่น
 - เด็กและเยาวชนได้รับการปลูกฝัง/ความศรัทธา เช่น การห้อยพระ
 - ผู้ใหญ่อยากสืบทอดต่อไป เช่น การปั่นวัว ควาย สานรังผึ้งในพิธีเบิกบ้านศาลเจ้า
 - การมาออกกำลังกายของกลุ่มผู้สูงอายุ อย่างต่อเนื่อง เกิดความสัมพันธ์ทางใจ
 - ผู้สูงอายุบางท่านเห็นความสำคัญเรื่องการอ่านออกเขียนได้ จากวงคุย (การอ่านบันทึก)
๕. ชุมชนเกิดการเอื้ออาทร รู้จักการให้อภัย การแบ่งปัน ซึ่งกันและกัน
๖. รู้จักการให้อย่างมีคุณค่าและรับอย่างมีศักดิ์ศรี และเกิดสำนึกรักบ้านเกิดตนเอง รักชุมชนมากขึ้น
๗. ได้มีเวลาวางแผนร่วมกันในการทำงาน ได้พลังของคนในกลุ่ม ได้ความคิดที่มีคุณภาพเพราะเกิดจากหลายคนคิดรวมกัน
๘. ได้ความสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวกัน

ข้อค้นพบ

๑. การมีระบบความสัมพันธ์ในชุมชน ทำให้เกิดการสื่อสารที่ดี เช่น ดำรวจตรวจจับรถจักรยานยนต์ช่วยบอกได้ว่าคนคนนี้เป็นลูก หลานใคร
๒. การพบปะเจอกันบ่อยๆ ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ เช่น การมีวงคุยอย่างสม่ำเสมอทำให้คนในชุมชนเริ่มไปมาหาสู่กันได้ทักทายปราศรัย และรู้จักยิ้มให้กัน
๓. กิจกรรมสร้างสัมพันธ์กับเด็กที่สร้างความสนุกสนาน สามารถดึงเชื่อมโยงเรื่องความกตัญญูได้เกิดความรักพ่อแม่ของคนมากขึ้น และสามารถสร้างทักษะความชำนาญด้านความคิด เขียน อ่าน และพูดอย่างมีหลักการได้
๔. เกิดการอยากรู้ อยากเห็นการเปลี่ยนแปลงของคนในชุมชน

๕.๒.๑.๑ บทบาทของพี่เลี้ยงที่มีต่อทีมวิจัย

๑. ทำให้ทีมวิจัยมีความมั่นใจมากขึ้น
๒. เป็นแรงบันดาลใจให้ชาวบ้านออกมาเข้าร่วมกลุ่มอีก เพราะเกิดความศรัทธาในตัวพี่เลี้ยง
๓. ได้แนวทางในการดำเนินงานต่อ
๔. ได้หลักการคิด หลักการพูด การจูงใจกลุ่ม ทำให้มีกำลังใจมากขึ้น
๕. ทำให้กล้าพูด กล้าแสดงออก กล้าปรึกษาหารือ เพราะคิดว่าไม่มีผิด/ไม่มีถูก
๖. ให้ข้อคิดในการทำงาน
๗. เป็นผู้ดำเนินการให้เราไม่เครียดและสามารถทำงานได้เป็นแบบธรรมชาติ และมีระบบมากขึ้น

๕.๒.๒ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น

๕.๒.๒.๑ ตนเอง

๑. กล้าแสดงออกในทางที่ดี เช่น การคิดในทางดี พูดดี ทำจริง เขียนได้
๒. มีวินัยในตนเองมากขึ้น
๓. อารมณ์เปลี่ยนแปลงดีขึ้นจากใจร้อน เมื่อคนอื่นพูดไม่เข้าหูจะว่าทันทีคนโง่ คักคาน แต่ตอนนี้จะรู้ว่าคนเราทำอะไรได้ไม่เท่ากัน แล้วแต่ประสบการณ์ของใครของมัน
๔. รู้จักความผิดหวัง - และสมหวัง
๕. มีเหตุผลมากขึ้น
๖. ปรับเข้ากับเพื่อนต่างวัย ต่างหมู่ ได้มากขึ้น
๗. เข้าใจความคิดคนในทีมและนอกทีมมากขึ้น และเข้าใจธรรมชาติของคนในชุมชน
๘. ได้ละความโกรธเกลียด ด้วยเหตุผล
๙. ทำให้ได้ข้อค้นพบว่า ความรู้อยู่ในชุมชน
๑๐. สามารถนำทักษะจากงานวิจัยไปปรับใช้กับการดำรงชีวิต เช่น สามารถจัดสรรเวลาในการทำงานได้ดีขึ้น ทราบที่มาที่ไป / รากเหง้าของตนเอง มีวิถีคิดที่เป็นระบบเพิ่มขึ้น และขยายผลไปสู่การทำงานของกลุ่ม อสม. เช่น การทำแผนผังครัวเรือนที่เป็นโรคในหมู่ ๒ เป็นต้น

๕.๒.๒.๒ ทีมวิจัย

๑. มีวินัย เคารพความคิดเห็นของเพื่อนในกลุ่ม
๒. ฟังคนอื่นพูดให้จบก่อนแล้วจึงพูดเสริม
๓. เห็นอกเห็นใจกันมากขึ้น ให้อภัยซึ่งกันและกัน มีความห่วงใยกลุ่มและคนในกลุ่ม
๔. เห็นความสำคัญของงานวิจัยว่าจะเดินไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้
๕. รู้จักวิเคราะห์แนวความคิด ปัญหา หาทางแก้ไขปัญหา
๖. มีใจอาสามากขึ้น ไม่ได้ถูกบังคับให้ทำ เกิดความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
๗. ได้ คิด พูด แสดงออก เขียน อย่างมีส่วนร่วม
๘. ได้รู้เรื่องราวในอดีตและสาเหตุการเปลี่ยนแปลงของอดีตถึงปัจจุบันในแต่ละหมู่บ้าน วิถีชีวิตของแต่ละชุมชน
๙. ทีมวิจัยเด็ก-เยาวชนได้รับการถ่ายทอดการเล่นต่างๆ อย่างปฏิบัติจริงต่อ
๑๐. ได้เรียนรู้และปฏิบัติจริงนอกห้องเรียน และรู้หนังสือมากขึ้น

๑๑. ได้เรียนรู้อุปนิสัยของคนในทีม รู้จักเรารู้เขา รู้จักความเป็นทีมวิทย์มากขึ้น ทำให้มีการปรับเปลี่ยนความรู้สึกจากไม่ชอบ- มาชอบ ทั้งเรื่องของคน และเรื่องของการงาน
๑๒. ได้พัฒนาความเข้าใจของตัวเองในการทำโครงการ ความเข้าใจต่อการดำเนินงานเริ่มชัดมากขึ้น ทำให้เกิดความสุขในการทำงาน
๑๓. เกิดการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ทำให้เกิดกระบวนการคิดก่อนพูด เป็นนักฟังที่ดี
๑๔. ทีมวิทย์มีสมาชิกเพิ่มมากขึ้น มีความสำนึกว่าอะไรดี / ไม่ดี ทำให้เกิดระเบียบวินัยในตนเอง
๑๕. กระบวนการคิดเปลี่ยนแปลงไปในทางบวก ช่วยให้เราสามารถคิด วิเคราะห์ และนำกลับไปปรับใช้กับการดำรงชีวิตได้อย่างแท้จริง
๑๖. การเริ่มต้นลงมือทำกิจกรรม ช่วยให้เรารู้กระบวนการทำงาน การปฏิบัติการ
๑๗. เริ่มเคยใช้อารมณ์และความรู้สึกในการตัดสินใจคน เมื่อผ่านกระบวนการทำงานวิทย์ทำให้มีการใช้ความคิดและข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาใช้เป็นฐานในการมองคนอย่างรอบด้านเพิ่มขึ้น
๑๘. สุขภาพร่างกายและจิตใจดีขึ้น เนื่องจากการได้เรียนรู้และนำกระบวนการไปปรับใช้กับตนเองอย่างเข้าใจ เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร วิธีเศรษฐกิจพอเพียง เป็นต้น
๑๙. รู้จักคนในชุมชนเพิ่มขึ้น และได้รับการสนับสนุน / ความร่วมมือจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทำให้กล้าแสดงออก เริ่มฝึกการพูด การนำวิถีดิจิทัลไปปรับใช้กับชีวิตประจำวัน จนปัจจุบันสามารถพูดคุยในหอกระจายข่าวหมู่บ้านได้
๒๐. มีความภาคภูมิใจที่ได้ช่วยชาวบ้าน แก้ไขปัญหาเรื่องหนี้สิน การดูแลสุขภาพ การลดปัจจัยเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดการแตกแยกจากวัยรุ่นในชุมชน ยาเสพติด และการติดเกมส์คอมพิวเตอร์

นอกจากนี้ยังได้มีความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับทีมวิทย์แต่ละท่าน ดังนี้

นางสาวประทุมวดี สีไธ ทีมวิทย์หมู่ที่ ๑

สอนหนังสือภาษาไทยและภาษาอังกฤษพื้นฐานระดับชั้นประถมศึกษา ให้กับคนในชุมชนที่เป็นเครือญาติ ลูกหลานเหลนและคนที่สนใจอยาก อ่านออก เขียนได้ภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์เบื้องต้น แรงบันดาลใจ ที่เปิดบ้านเป็นแหล่งรวมของเด็กๆ มาเรียนพิเศษ เนื่องจากได้ยินเสียงผู้ปกครองบ่นกล่าวอยู่เรื่อยๆ ว่าเด็กที่เรียนโรงเรียนวัด...จะเขียน อ่านไม่เป็น ภาษาอังกฤษยังไม่รู้เรื่องเลย ทำให้เราก็ตกใจจากโรงเรียนวัด และอีกหลายร้อยคนที่เขามีตำแหน่งงานที่ดีมีมากมาย ก็มาจากโรงเรียนวัด จึงเปิดสอนให้กับลูกหลานที่เรียนอยู่โรงเรียนวัดบ้านฉ้อง และเป็นลูกหลานเครือญาติผู้ใกล้ชิดเคียงก่อน เพื่อป้องกันไม่ให้เด็กๆ ออกไปเรียนนอกชุมชน อย่างน้อยก็อยู่ใกล้ ประหยัดค่าใช้จ่ายของผู้ปกครอง

วิธีการแรกคือพูดคุยชักชวนผู้ปกครองที่มีเด็กๆ กำลังเรียนวัยประถมที่เรียนอยู่โรงเรียนวัดบ้านฉ้อง ให้มาเรียนภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์ที่บ้าน สอนให้ฟรี

เริ่มปี พ.ศ.๒๕๕๐ เปิดวันเสาร์บ่าย (เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.)

วันอาทิตย์ (๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.)

เปิดสอนตามวันเวลาดังกล่าว เพราะตอนนั้นรับราชการอยู่ที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส ทำงานวันจันทร์-ศุกร์ วันเสาร์เข้าเวรครึ่งวัน กลับมาบ้านพาเด็กๆ ฝึกเขียนเรียนอ่านตามความสนใจของเด็ก คนเองคอยสังเกตว่าเด็กต้องการหนังสืออะไรบ้าง ตอนสิ้นเดือนจะกันเงินค่าหนังสือไว้เดือนละ ๕๐๐ บาท ทำแบบนี้มา ๕ ปีเต็ม จนมีหนังสือจัดเป็นห้องสมุดได้ ให้เด็กๆ ที่มาเรียนช่วยกันจัดหมวดหนังสือเก็บเข้าชั้นวางหนังสือ สอนวันเสาร์-อาทิตย์ เรื่อยมาจนถึงปี พ.ศ.

๒๕๔๖ เด็กๆ ต่างชักชวนกันมามากขึ้น พอติดกับมารดาเสียชีวิต อายุ ๘๕ ปี บิดาคืออยู่คนเดียว อายุก็ ๘๒ ปีแล้ว ประทุมวดี ก็ลดงานที่รับผิดชอบที่วิทยาลัยพยาบาลฯ โดยสอนงานให้รุ่นน้องทำแทนอยู่ ๑ ปี แล้วยกตำแหน่งให้เขาบรรจุนแทน ออกมาดูแลบิดาได้เต็มที่ และเปิดสอนพิเศษที่บ้าน เปลี่ยนเวลา มาเป็นวันจันทร์- ศุกร์ เวลา ๑๗.๐๐ – ๑๘.๐๐ น. มาจนถึง บัดนี้ ได้ดูแลบิดาไปด้วย ณ วันที่ท่าน อายุ ๘๘ ปี เมื่อวันที่ ๑๐ เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๔ ได้ช่วยชาติ ช่วยบิดา มารดา เหลือ เวลาอีกนิดหน่อยคิดว่าจะไปเที่ยว แต่กลับใจมาอยู่กับชุมชนดีกว่า เพราะได้ไต่ถามจาก สกว. ไปเที่ยวในชุมชนเรานี้แหละ เป็นสุขที่สุด ได้ติดตามผลการเรียนของเด็กที่เข้ามาเรียนพิเศษเป็นระยะๆ และดูผลการสอบเข้าเรียนต่อชั้น ม.๑ ของโรงเรียน ดังๆ ติดตามถึงได้งานทำในตำแหน่งดีๆ หรือมีงานทำ มีรายได้ และเลี้ยงตนเองได้

ปี พ.ศ.๒๕๔๘ ได้มีโอกาสเข้าร่วมประชุมเวทีครอบครัวอบอุ่นในชุมชนของสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ จังหวัดราชบุรี (พมจ.) เข้าประชุมที่บ้านผู้ใหญ่หมู่ที่ ๑ มีผู้เสนอชื่อให้เป็นแกนนำด้านครอบครัวอบอุ่นในชุมชน มีกิจกรรมต่างๆลงมา โดย พมจ. เป็นผู้คิดกิจกรรมสำเร็จรูปมาให้ คือทำตารางการทำกิจกรรมทั้ง ๑๐ หมู่ คือ

๑. กิจกรรมงูถูกหลานเข้าวัด เวียนไปทุกสัปดาห์ตั้งแต่หมู่ที่ ๑ - ๑๐ หมู่ละ ๑ ครอบครัว พ่อ แม่ ลูก หรือ ผู้ปกครอง เป็นภาพรวมของตำบล ผลมีข้อจำกัดจำนวนครอบครัว วงประมาณเป็นคัวแปร ไม่ได้ผลเท่าควร

๒. กิจกรรมอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม พาเด็กปลูกต้นไม้ในที่สาธารณะ และไปทำความสะอาดสถานที่สาธารณะเช่น วัด โรงเรียน ศาลาตามหมู่บ้าน และการคัดแยกขยะก่อนทิ้ง ขณะนี้กองสิ่งแวดล้อมฯ เทศบาลบ้านฉ้องได้ขนรับการคัดแยกขยะก่อนทิ้งโดยทุก ๓ เดือนจะให้เจ้าหน้าที่ออกมารับขยะที่หมู่บ้านแต่ละหมู่ โดยผู้ที่ขายขยะได้เงิน ๕๐ บาท จะได้แถมไข่ ๒ ฟอง ถ้าขายขยะได้เงิน ๑๐๐ บาท แถมไข่ ๕ ฟอง

๓. กิจกรรมทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายครัวเรือน ชาวบ้านจะไม่เข้าใจวิธีการมีงบบ้างไม่จดบ้าง เพราะขาดขั้นตอนการสร้างความเข้าใจในการทำบัญชีรายรับ - รายจ่ายครัวเรือน แนวทางและวัตถุประสงค์ดี แต่ขาดความต่อเนื่อง เวลาที่พบปะกันขาดตอนทำไม่สำเร็จเป็นหมู่บ้าน แต่ยังมีทำเป็นกลุ่มย่อยๆ และกลุ่มย่อยนี้สามารถอยู่ได้กับทุกสถานการณ์ทางเศรษฐกิจ

๔. กิจกรรมแผนแม่บทชุมชน มีสถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน) เข้ามาในหมู่บ้าน มาเก็บข้อมูลไปทุกด้าน แล้วก็หายไปเลย ไม่เป็นผลเช่นเคย

ผลที่ได้ คือได้ร่วมกิจกรรมเฉพาะกลุ่มเพียงระยะหนึ่งไม่ได้มีความผูกพันทั้งด้านสังคมและด้านจิตใจเพราะกิจกรรมทุกกิจกรรมต้องมีเงินเป็นตัววัดใจคนที่ จะเข้าร่วมกิจกรรม มีเงินให้มั้ย ได้ของอะไรบ้าง

ปี พ.ศ.๒๕๔๘ ได้ถูกเชิญเข้าร่วมประชุมเครือข่ายยุติธรรมชุมชน เข้าร่วมเวที ๔ ครั้งเพราะสนใจเรื่องกฎหมาย และการได้รับความคุ้มครองด้านต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และปัญหาของชุมชนรวมไปถึงเด็กและเยาวชน เมื่อเกิดปัญหาขึ้น จะดำเนินการขั้นตอนอย่างไร ได้รู้เรื่องสิทธิพึงได้ จึงได้ถูกเลือกให้เป็นอาสาสมัครคุมประพฤติจังหวัดราชบุรี ขณะนี้ ได้สอดคล้องดูแลเด็กที่เข้ารับการฟื้นฟูจิตยาศพคดีตำบลบ้านฉ้องและตำบลใกล้เคียง แล้วแต่คดีที่สำนักงานคุมประพฤติส่งมาให้ วิธีการเข้าไปสอดคล้องแต่ละคดี ได้นำขั้นตอนที่ได้จากการเข้าทำงานวิจัยของ สกว. ไปใช้ ๕๕ เปอร์เซ็นต์ เริ่มจากขั้นตอนเข้าไปพูดคุยวางแผนกับครอบครัวผู้ปกครอง และสร้างความเข้าใจกับผู้ปกครอง วางแผนร่วมผู้ปกครอง เก็บข้อมูลผู้ปกครองและผู้เข้ารับการฟื้นฟูจิตยาศพคดี วิเคราะห์ข้อมูลหาเหตุผล แล้วออกแบบทดลองตามแผน และสรุปถอดบทเรียนทุกครั้งที่ว่าผู้ปกครองและเด็กสามารถรับความเจ็บใจ ให้กลับคืนมาเป็นคนดีของครอบครัวและคืนคนดีให้สังคมได้หรือไม่ นำวิธีการของวิจัย สกว. มาใช้ในระยะเวลาดั้นเข้า ได้สำเร็จ ๖คดี ก็ภูมิใจนะค่ะที่เราเป็นตัวกลางที่มีระบบและทำได้

ปี พ.ศ.๒๕๕๐ เข้าร่วมโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสร้างสุข) โดยศูนย์พัฒนาสังคมหน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี มาค้นหาความต้องการของชุมชนก็ได้กิจกรรม

๑. กิจกรรมอาชีพเสริมของสตรีแม่บ้าน แม่บ้านสานตะกร้าหวาย เข็มกระเป๋าค่า ดอกไม้จันทน์
๒. กิจกรรมฟื้นฟูวัฒนธรรมท้องถิ่น การละเล่นพื้นบ้าน ฯลฯ ยังเล่นกันตามวันเทศกาลสำคัญๆ
๓. กิจกรรมส่งเสริมคนตรี กีฬา คนตรีสากลที่ ม.๘ ตึกลองยาวที่ ม.๑ ออกกำลังกายด้วยฮูล่าฮูป

ป้องกัน แบบคณินัน ชาวบ้านยังรวมตัวกันทำอย่างค่อเนื่องทุกสัปดาห์ และมาส่งเสริมรักการอ่านให้หนังสือแบบเรียนและหนังสือนิทาน แต่ขั้นตอนการทำกิจกรรมยังไม่เป็นกระบวนการเท่าที่ควร เพราะแกนนำ ยังต้องกระตุ้นสมาชิกอยู่ คือต้องการให้สมาชิกคิดและขึ้นำกลุ่มบ้าง

ปี พ.ศ.๒๕๕๑ ปลายปีประมาณ เดือนพฤศจิกายน – ธันวาคม เข้าร่วมโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านฉ้อง คุณงามะลา ประจวบวัน นักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เข้ามาพูดคุยเรื่อง เด็กผู้ใหญ่คนบ้านฉ้องจะมีความสุขได้อย่างไร กับคณะทำงานศาลาสร้างสุขตำบลบ้านฉ้อง เป็นโอกาสที่ดีได้สานงานต่อไป

๑. เริ่มประชุมเตรียมทีมวิจัย/บทบาทหน้าที่ แผนงาน มีขั้นตอน การทำแบบนี้จะไม่หลงประเด็นที่เรารู้สึกว่าประชุมอะไรกันนักหนา พอผ่านเวทีที่ ๑ จึงรู้ว่าการทำงานอะไรที่จะให้คนอื่นเข้าใจด้วยนี้ ต้องใช้เวลาพูดคุยกันให้คนเข้าใจก่อน

๒. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก ผู้ใหญ่ กลุ่มสตรีแม่บ้าน และ อสม. รวมไปถึงสร้างความเข้าใจกับหน่วยงานต่างๆ มีครู โรงเรียน ๔ แห่ง เทศบาล วัด โรงพยาบาล สถานีตำรวจ โพธาราม กำนันผู้ใหญ่บ้านแต่ละหมู่บ้าน

๓. หาประเด็นเด็นเรื่อง กลุ่มใหญ่ไปกลัวว่าข้อมูลจะไม่รัดกุม จึงแบ่งเป็นโซน ได้ ๕ โซน และมีการบันทึก ผูกผู้เข้าร่วมเวทีให้แสดงความสามารถแบบประชาธิปไตย แบ่งหน้าที่กันทำงาน เช่น เวทีหนึ่งๆ มีคนชวนคุย คนขึ้นกระดาน คนเตรียมสถานที่ คนบันทึกข้อมูล คนสรุปรายงานหลังเลิกกิจกรรม แต่ละงานได้ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันทำ เป็นการฝึกตนเอง อย่างน้อยทุกคนได้พูด ไม่นำตนเองเป็น เวลาประชุมทุกคนได้มีส่วนร่วม เพราะปกติคนไทยชอบนั่งฟังอย่างเดียวพอเลิกประชุมก็ทิ้งไว้ที่ประชุม ไม่ได้ติดตาม ไม่ได้ใส่ใจจะนำไปขยายให้คนอื่นรับรู้บ้าง เพราะไม่มีส่วนในการคิดปัญหา ก็ไม่เกิดจิตสำนึก

๔. เก็บข้อมูลเรื่องที่พูดคุยและเรื่องที่เล่นแสดงออกของการละเล่นพื้นบ้านชนิดต่างๆ และถอดบทเรียนของทีมวิจัย และสมาชิกในแต่ละเรื่องมีข้อค้อย ข้อค้อยอย่างไร และจะแก้ไขปรับปรุงอย่างไร

๕. นำข้อมูลมาวิเคราะห์แต่ละเรื่องว่าได้อะไรจากการเล่นการพูดคุยการฟื้นฟูวิถีชีวิตของชุมชนถึงปัจจุบันทำให้เห็นแนวทางการดำรงชีวิตที่ปลอดภัยถึงพร้อม การมีการให้น้ำใจต่อกัน

๖. สรุปผลการพูดคุยและการเล่น การทำกิจกรรมแต่ละประเด็น เรื่องที่ทำทำให้รู้ถึงสาเหตุหรือปมปัญหา เพื่อหาทางแก้ไขด้วยวิธีที่อ่อนน้อมและกลมกลืนค่อกัน ทุกคนได้แสดงความรู้สึกว่าได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและได้ติดตามทุกข้อปัญหา คนได้คิด ได้แสดงออก ได้กระทำ ไปพร้อมๆ กันของแต่ละเวที

สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมเวทีกิจกรรมของ หน่วยงาน (สทว.) ต่างจากกิจกรรมของหน่วยงานอื่นๆ ที่ได้ประสบมา คือ ขั้นตอนการเข้าถึงประชาชน สทว.จะเข้าไปสร้างความเข้าใจก่อนจะได้คนที่ต้องการหรือสมัครใจมาเข้ากลุ่ม ค่อยเป็นค่อยไปพูดคุยจนคนทั้งกลุ่มนำเชือถือ ได้ลองทำดู ถ้าคิก็ทำค่อ ถ้าไม่คิก็หยุดคิหาเหตุผลส่วนหน่วยงานอื่นเหมือนจับคนขึ้นมาเป็นตัวคังโดยไม่คิคิดว่าเขาอยากทำหรืออยากเป็นหัวหน้าหรือไม่ เสนอหรือชี้ตัวเลขว่าคนนี้เป็นตัวแทนแล้วคิกิจกรรมให้เลย ขาดการมีส่วนร่วมจึงทำให้ผลไม่ยั้งยืน ต่างกับที่สอนหนังสือสอนไปสอบไป นักศึกษาสอบคอบตรงคาลามแสดงว่าสอบผ่าน นักเรียนได้คะแนน ครูคิดีเกรด เกรดคออกแล้วครูนักเรียนไม่ได้คิมีความสำคัญค่อกัน จบเป็นรุ่นๆ จบแล้วจบเลย

หลังจากเข้าร่วมโครงการฯ นี้ ได้อะไร

๑. ได้รู้วิธีการดำเนินเรื่องอย่างเนบเนียน เราไม่ได้ไปบังคับใครให้ทำคาม

๒. ได้ใจผู้ที่เข้าร่วมทีม และความแตกต่างทุกๆ ด้านของคน ทำให้เราหาเหตุผล ไม่คว่นสรุป
๓. ได้รู้ความสุขที่แท้จริงของคนที่เขาได้มีส่วนร่วมในการพูด คอย คิด และแสดงออก
๔. ได้เพื่อนจากหลายวัย หลายวิชาชีพ หลายความรู้ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน
๕. ได้ลัทธิเห็นแก่ตัวของตนเอง ต้องการเป็นผู้ให้มากขึ้น
๖. ได้รู้วัฒนธรรมท้องถิ่นของตำบลบ้านจ้องแต่ละหมู่บ้าน กันเพราะมีหลายเชื้อสายและค่านิยมของเชื้อสายตระกูล
๗. ทำให้เกิดปัญหาในการคิด มีความเป็นมิตรทางความรู้สึกลึกซึ้งอย่างต่อเนื่อง
๘. ไม่เกิดช่องว่างระหว่างวัย ผู้สูงอายุ / เด็ก / วัยรุ่น เช่น ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดการเล่นพื้นบ้านให้เด็กๆ ดู ฟัง ผู้สูงอายู้สึกมีความสุขในตนเอง และในขณะที่เดียวกันยังคิดถึงวันวัยตนเองที่ผ่านมา รำลึกถึงวันเก่าๆ แล้วมีความสุข ส่วนเด็กๆ หรือคนรุ่นหลังอยากรู้ถึงวิธีการเล่น ได้เล่น ได้ร่วมแสดงออก และยังได้ขอบทเรียนหลังกิจกรรม ทำให้เห็นเหตุและผล คิดว่าตนเองได้วิธีการที่เป็นกระบวนการนำไปบอกเด็กที่มาหาความรู้ได้เป็นอย่างดี และไม่เหนื่อยใจอีกต่อไป เด็กๆ รุ่นหลังที่เข้าร่วมกิจกรรมก็จะได้หลัก ไปปฏิบัติต่อการเรียนเป็นกลุ่มหรือจบไปทำงานที่มีประสิทธิภาพ
๙. ได้ขึ้นคอนต่างๆ ไปใช้ปฏิบัติงานอื่นๆ โดยไม่เสียเวลามาก
๑๐. ได้รู้จักกับหน่วยงานต่างๆ และได้ประสานงานกันจัดกิจกรรมต่างๆ มากยิ่งขึ้น เช่น จากกลุ่มทีมวิจัย หน่วยงาน สกว. เทศบาลบ้านจ้อง โรงเรียน ๕ แห่ง โรงพยาบาล สถานีตำรวจ ภูธร โพธาราม ป้อมตำรวจ ๒ แห่ง โรงงาน วัด ๓ แห่ง ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียนภาคกลาง สถานีอนามัย ๒ แห่ง ผู้นำชุมชนทั้ง ๑๐ หมู่ พัฒนาการอำเภอโพธาราม อุตสาหกรรมจังหวัดราชบุรี เทศบาลบ้านสิงห์เนื่องจากหน่วยงานดังกล่าวมีกิจกรรมต่างๆ เขาจะเชิญเข้าร่วมเป็นทีม ไปเป็นวิทยากรบ้าง เป็นคณ

นางอุบล ทองกันยา หัวหน้าโครงการฯ ทีมวิจัยหมู่ที่ ๒

ก่อนทำงานวิจัย เป็นชาวบ้านธรรมดา และเป็น อสม. ซึ่งทำงานตามคำสั่งของสถานีอนามัย ปี พ.ศ. ๒๕๕๑ มีโอกาสได้ร่วมงานกับ ศูนย์พัฒนาสังคม หมู่ที่ ๔๕ จังหวัดราชบุรี (ศาลาสว่างสุข ตำบลบ้านจ้อง) มีการทำกิจกรรมมากมาย และมีการออกกำลังกายในผู้สูงอายุด้วย ตรงกับงานที่เราทำอยู่แล้ว คือร่วมการออกกำลังกายกับคนรอบข้าง และญาติๆ ประจำทุก ๓ วันค่อสัปดาห์ แต่งานของศูนย์ฯ ๔๕ มาแล้วก็ขาดหายไปไม่เกิดการต่อเนื่องแค่กิจกรรมของเราที่เดินต่อไปเรื่อยๆ ในชุมชน เป็นคำถามในใจเราตลอดมาว่าเราพัฒนาอะไรให้รากหญ้าหรือชุมชนของเรา ทำกิจกรรมแล้วเกิดกลุ่มคนไม่สามารถหยุดได้ผู้สูงอายุเกิดเป็นชมรมคนรักสุขภาพขึ้นปลายปี ๒๕๕๑ คุณจำขงามเข้ามาที่บ้านได้ชักชวนให้ไปร่วมเวทีต่างๆ มากมาย เราก็ยังไม่รู้ว่าไปร่วมทำไม ทำไมคนเหล่านี้ต้องมาพูดคุยถกเถียงกันเป็นวันๆ ในเมื่อวิธีแบบนี้เรียนรู้จากคำร่ำเรียนที่เราทำประจำก็ได้ ทำไมจะต้องมาพูดคุยคนนั้นจะทำแบบนี้จะทำแบบนั้นในเวทีพัฒนาโครงการ และคุยกับคนที่มีความรู้ไม่เท่ากัน มันเป็นการคุยยาก

หลังทำงานวิจัย เริ่มจะปรับตัวเรียนรู้มากขึ้น งานครั้งนี้มันไม่เหมือนกับงานที่เราเคยทำมา มันนำมาใช้ในชีวิตประจำวันของเราเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาชีพ ครอบครัว การอยู่ร่วมกันในกลุ่มใหญ่ๆ เรียนรู้นิสัยกัน มาปรับใช้ในอาชีพของเรา จากแต่ก่อนเป็นอุตสาหกรรมครัวเรือน มีลูกจ้าง ๓-๔ คน ลูกจ้างออกไปทีละคน เราก็ไม่รับเพิ่ม ปัจจุบันทำคนเดียว มีลูก ลูกช่วยบ้างเมื่อกลับจากโรงเรียน กิจการเราอยู่ได้ รายได้เพิ่มขึ้น นี่ก็เป็นส่วนหนึ่งที่เรารู้ได้จากงานวิจัย รู้จักหน่วยงานมากขึ้น เทศบาลเข้ามาดูแลเรา ศูนย์สังคมพัฒนาก็เข้ามาแต่เราไม่ลืมเป้าหมายหลักคือเราต้องการมาพัฒนาชุมชนของเรา จะทำ

อะไรก็ต้องยึดหลักของงานวิจัยหรือวัฒนธรรมของงานวิจัยเป็นหลัก ปัจจุบันได้เข้าเป็นคณะกรรมการสนับสนุนการวางแผนของชุมชนบ้านฉ้อง

นางสาวมาลา ลิ้มทอง ทีมวิจัยหมู่ที่ ๓

ก่อนเข้ากลุ่มงานวิจัย เป็น อสม. ทำงานตามที่กองสาธารณสุขออกคำสั่งให้ทำ ไม่ได้เป็นความคิดของตนเอง เป็นกรรมการเก็บเงินออมบุญวันละประจำเดือนส่งให้ประธานออมบุญ หมู่ที่ ๓ รู้สึกไม่มีเพื่อน ความรู้สึกแคบ ไม่เปิดรับความคิดเห็นของผู้ร่วมงาน พอปี ๒๕๕๐ ศูนย์พัฒนาสังคมหน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี เข้ามาจัดเวทีโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสร้างสุข) ผู้ใหญ่เชิญให้ไปเข้าร่วมประชุม มีผู้สูงอายุ เด็ก / เยาวชน คนด้อยโอกาส คนพิการ แม่บ้าน อสม. มีเวทีกิจกรรมมากมาย มีกิจกรรมทำน้ำหมักชีวภาพ และการส่งเสริมอาชีพต่างๆ โดยให้ผู้ที่เข้าประชุมเสนอกิจกรรม มีคนศรี กิฬา สำหรับผู้สูง อายุ และ เด็ก คนพิการ หลังจากนั้นได้รู้จักกับคุณกริม (น.ส.จำจาม ประจวบวัน) ที่ไปเป็นวิทยากรในการจัดกิจกรรมของ ศาลาสร้างสุข หลังจากเลิกกิจกรรมของศาลาสร้างสุข กริมชวนไปประชุมเกี่ยวกับกิจกรรมของเด็กและเยาวชนหลายแห่ง จนมาถึงการจัดเวทีวิจัยต่อจากศาลาสร้างสุขของบ้านฉ้อง มีการประชุมตามหมู่บ้านต่างๆ วางแผน แบ่งโซน ค้นหากิจกรรมของแต่ละโซน ก็รู้สึกดี เพราะได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ได้พาพี่น้อง หลาน ไปเข้าร่วมกิจกรรมตามนัด มีเพื่อนมากขึ้น

หลังเข้าทำงานวิจัย ได้ความรู้มากขึ้น มองโลกในแง่ดี รู้จักคนมากขึ้น พัฒนาตัวเองในด้านต่างๆ ทำงานครั้งนี้แล้วได้รู้จักกับหน่วยงานมากขึ้น สามารถนำเข้าไปใช้ในศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนได้ ใจเย็นลง และทำงานร่วมกับมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราชในเรื่องของเศรษฐกิจพอเพียง

นางภาวิณี สามักลี ทีมวิจัยหมู่ที่ ๔

ก่อนเข้าร่วมทีมวิจัยได้รับเลือกแต่งตั้งให้เป็น อบต. ปี ๒๕๔๐ ดำเนินการดูแลพี่น้องในหมู่บ้านตั้งแต่แรกเริ่ม ได้รับคัดเลือกเป็น ส.อบต. มีการชักชวนพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาต่างๆในหมู่บ้าน เช่น ปัญหาการเป็นหนี้สิน ปัญหาครอบครัว ปัญหาสวัสดิการต่างๆ เรื่องถนน น้ำประปา ไฟฟ้า ต่อมาได้เริ่มจากปัญหานี้สินโดยการจัดตั้งกลุ่มสัจจะออมทรัพย์ โดยแต่งตั้งคณะกรรมการในหมู่บ้านให้สมาชิกได้ช่วยมีปากเสียงออกสิทธิในการตั้งกฎระเบียบของกลุ่มสัจจะ ในปัจจุบันเป็นรูปเป็นร่างขึ้น มีระเบียบกฎเกณฑ์ มีสวัสดิการให้กับสมาชิกทุกคน ต่อมาได้ชักชวนครอบครัวที่มีปัญหาด้านต่างๆ เช่น ปัญหาด้านยาเสพติด ปัญหาทะเลาะวิวาทกัน ร่วมพูดคุยแก้ไขปัญหาคอร์บครัวเหล่านี้เข้าทำกิจกรรมเข้าวัดฟังธรรม จากหน้าที่ สท. เป็นตัวแทนของหมู่บ้านทำแผนชุมชนพัฒนาถนน น้ำไฟ

ปี พ.ศ.๒๕๔๔ ดำเนินการกิจกรรมครอบครัวร่วมกับคุณประเสริฐ มีตรชาวไทย เจ้าหน้าที่ พมจ.จังหวัดราชบุรี ลงมาเปิดเวทีครอบครัวอบอุ่น ให้มีศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนทุกหมู่ของตำบลบ้านฉ้อง ในการนี้ต้องมีการแต่งตั้งคณะกรรมการบริหารระดับตำบล ๑ คณะ และคณะกรรมการบริหารประจำหมู่บ้านแต่ละหมู่ ก็ได้เป็นตัวแทนครอบครัวหมู่ที่ ๔ ซึ่งประชาชนในหมู่บ้านได้เสนอส่งให้ดิฉันไปเข้าร่วมกิจกรรมศูนย์พัฒนาครอบครัว จนครบ ๑๐ หมู่ และร่วมกับคณะกรรมการด้านอื่นๆ จัดให้เป็นศูนย์พัฒนาครอบครัวระดับตำบล ดิฉันก็ได้รับเสนอให้เป็นคณะกรรมการระดับตำบลในตำแหน่งเลขานุการศูนย์พัฒนาครอบครัว

ปี พ.ศ.๒๕๔๕ ดิฉันได้รับให้เป็นตัวแทนของเทศบาลตำบลบ้านฉ้องไปศึกษาดูงานด้านสวัสดิการออมบุญวันละบาทจังหวัดตราด กับหน่วยงานศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี นำมาจุดประกายเปิดโครงการ และได้มาประสานกับเทศบาลพูดคุยกับฝ่ายบริหารและสมาชิกสภาเทศบาลเห็นชอบในสวัสดิการด้านออมบุญวันละบาท ที่จะเกิดกับ

ประชาชนในบ้านจ้อง จึงได้ประสานทางกำนัน ผู้ใหญ่บ้านทั้ง 10 หมู่ ดำเนินการจัดตั้งกลุ่มสมาชิกออมบุญวันละบาทเพื่อคนบ้านจ้อง โดยคิดเงินได้รับเสนอจากกลุ่มให้เป็นเลขากลุ่มออมบุญวันละบาทเพื่อคนบ้านจ้อง

ปี พ.ศ.๒๕๕๐ เข้าร่วมโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสร้างสุขตำบลบ้านจ้อง) โดยศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี นำมาเปิดเวทีค้นหาความต้องการของ ผู้สูงอายุ เด็ก/เยาวชน คนพิการ สตรี แม่บ้าน และ อสม. มีกิจกรรมมากมาย

ปี พ.ศ.๒๕๕๒ ได้มีการคัดเลือกตัวแทนช่วยทำงานคุมประพฤติ "ยุติธรรมชุมชน" ในตำบลบ้านจ้อง ให้เป็น อสค.ยุติธรรมชุมชน โดยมีกฎเกณฑ์ดังนี้

๑. เป็นผู้อาสาและเสียสละ
๒. จบการศึกษาขั้นต้น ม.๓
๓. เคยเข้าประชุมอบรมเครือข่าย ๓ ครั้งมาแล้ว
๔. ไม่เคยต้องโทษหรือมีคดีต่าง ๆ

คดีนั้นก็ได้รับคัดเลือกเป็น อสค.ยุติธรรมชุมชน ซึ่งข้อกำหนดเหล่านี้แตกต่างกับการเข้าร่วมทีมวิจัย ทีมวิจัยเปิดให้ทุกสถานะไม่กำหนดขั้นการศึกษา หรือผู้ที่เคยพลาดชีวิตมาก่อน

หลังจากที่เข้าทีมวิจัยได้สิ่งที่ติดดังนี้

-ได้ปรับเปลี่ยนความคิดเห็นของคนจากการที่ต้องเอาเงินเป็นค้ำประกัน ในปัจจุบันกลุ่มวิจัยจะไม่ถนัดเรื่องเงิน ซึ่งทำให้เราประทับใจ ในการปฏิบัติงานหรือช่วยริเริ่มทำกิจกรรมใดๆ อย่างมีความสุข

-ปรับเปลี่ยนการเข้าร่วมกิจกรรมหลายชมรม ทำให้คนกล้าเสนอ หรือแสดงออกทางความคิดเห็นต่างๆ อย่างมีความสุข

-ได้เพื่อนร่วมงานใหม่ๆ

-ได้รู้ถึงวัฒนธรรมหมู่บ้าน

-ทำให้รู้จักคิดตาม ใจเย็นลง ยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น

-รู้จักเมตตาโอบอ้อมอารี มีกลุ่ม มีความสุข มีสติปัญญา การเรียนรู้ เกิดการพึ่งพาตนเอง และได้ประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ มากยิ่งขึ้น

นางสาวยุทธศ อุคผล สมาชิกวิชัยหมู่ ๕

ก่อนเข้าโครงการฯ เป็นแม่บ้านแต่มีกลุ่มบันจี้กระโดดออกกำลังกายตามหมู่บ้าน รู้จักคนเฉพาะในหมู่ที่ ๕ หลังจากปลดเกษียณ ไม่ได้ทำงานพิเศษอะไร วิชาความรู้ที่มีก็ไม่ได้อ่านทอดให้ใคร พอมีเพื่อนที่เป็นสมาชิกกลุ่มวิชัยมาชวนไปประชุม ครั้งแรกได้ยินว่ากลุ่มงานวิชัยก็ไม่เข้าใจ ว่าชาวบ้านมาทำวิชัยอะไรกัน ทำเป็นค้ายหรือ ความรู้ของชาวบ้านจะทำอะไรได้ ก็เลยอยากเข้ามาดูว่าเขาทำอะไรกัน ได้เข้าร่วมประชุมที่ศาลา หมู่ 6 คนกล่าวทบทวนต้อนรับผู้เข้าประชุมให้ความให้ฟังว่าตำบลบ้านจ้องกำลังศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชน คนบ้านจ้องจะมีความสุขด้วยอะไร เริ่มจากแบ่งกลุ่มกัน ๑๐ หมู่ ได้ ๔ กลุ่ม มี

๑. กลุ่มการเล่นพื้นบ้าน ม.๑ และ ๓
๒. กลุ่มออกกำลังกาย ม.๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕
๓. กลุ่มอาหารเพื่อสุขภาพ ม.๕ และ ๖
๔. กลุ่มเศรษฐกิจพอเพียง ม.๗ และ ๘

น่าสนใจดี แต่ยังไม่ออกว่าจะทำอะไรทั้ง 4 กลุ่ม มันจะทำให้มีความสุขกันได้อย่างไร รู้สึกด้านอยู่ในใจ พอผู้นำกลุ่มได้พูดคุยเน้น กลุ่มอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นอาหารที่ปลอดสารพิษจากการปลูกพืชผักกินกัน กล่าวถึงอดีตเขากินอะไรกัน คนที่เข้าประชุมเป็นคนสูงอายุต่างพากันแสดงความคิดเห็นและถ่ายทอดให้เด็กๆ ฟัง การออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยานในตอนเช้าๆ ทำให้สบายทั้งร่างกายและจิต จึงอาสาเป็นหัวหน้าชมรมสองพาไป ชักชวนให้ผู้ที่มาร่วมเวที สมัครเข้าชมรมสองพาไป เริ่มต้นตั้งแต่วันเสาร์แรกเดือนสิงหาคม ๒๕๕๓ นี้ เวลา ๐๖.๓๐ – ๐๗.๐๐ น. หน้าเทศบาลตำบลบ้านฉ้องไปรอบหมู่บ้าน ๑, ๒, ๓ ครั้งคือไปก็เปลี่ยน ไปหมู่บ้าน ๔, ๕, ๖, ๗, ๘, ๙ จะได้เห็นสิ่งแวดล้อมของแต่ละหมู่บ้านด้วย เรามารวมกันทุกวันเสาร์ ทำให้คนอื่นเขาอยากมาปั่นจักรยานร่วมด้วยก็มาได้ จำนวนไม่จำกัด

หลังจากเข้าร่วมโครงการฯ นี้ ได้อะไร

- ได้เพื่อนต่างวัย ทั้งหญิงและชาย
- ได้ออกกำลังกายร่วมกันด้วยความสัมพันธ์ที่ดี
- ได้ร่วมกันทำกิจกรรมปั่นจักรยานและยังได้เห็นสภาพแวดล้อมของชุมชนแต่ละหมู่บ้านในตำบลบ้านฉ้อง และตำบลใกล้เคียง
- ได้เป็นตัวอย่างของหน่วยงานสาธารณสุข เขามาเข้าร่วมด้วยและช่วยเรื่องน้ำดื่มอาหารเบรคทั้งยังเป็นพี่เลี้ยงให้เทศบาลตำบลบ้านฉ้องหืออีกหน่วยงานหนึ่ง
- ได้เป็นชมรมสองพาไปที่มั่นคงเพราะสมาชิกจะเดินเข้ามาพบกันเองเป็นประจำและมีสมาชิกเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

นายวินัย คงนงภา ทีมวิจัยหมู่ที่ ๗

ก่อนที่จะเข้าร่วมเป็นทีมวิจัย ผมเป็นชาวบ้านธรรมดา เป็นแกนนำจิตอาสาภาคประชาชนในหมู่บ้านมาก่อน ตำแหน่งหน้าที่มีดังนี้

๑. เป็นสำรวจชุมชน
๒. เป็น อปพร.
๓. เป็นรองประธานกองทุนแม่ของแผ่นดิน
๔. เป็นประธานธนาคารโคกระบือกองทุนแม่ของแผ่นดิน
๕. เป็นรองประธานสภาองค์กรชุมชนระดับตำบล

ทุกตำแหน่งไม่มีเงินเดือน ทำด้วยใจ ด้วยจิตอาสาครับ ผมได้รับการติดต่อโดยตรงจากอาจารย์กริม ให้เข้าร่วมเป็นทีมวิจัยในตำบลบ้านฉ้อง ที่แรกผมไม่กล้ารับปากเพราะผมมีความรู้แค่ ป.๔ แต่หลังจากที่อาจารย์กริมได้ชี้แจงถึงแนวทางกว้างๆ ถึงการทำงาน การวิจัยชุมชน ผมพอจะเข้าใจก็เลยตอบรับ

เมื่อผ่านมาถึงที่ได้รับ หลังจากทบทวนทบทวนจนครบทุกหมู่บ้าน ได้พบปะกับพี่น้องและพูดคุยอย่างเป็นกันเอง ความเปลี่ยนแปลงแนวคิดที่จะช่วยเหลือชุมชนและสังคมมีมากขึ้นนี้ คือ แนวคิดที่ผมได้จากที่มาร่วมเป็นทีมวิจัยครับ

ผลที่เกิด ทำให้เกิดความรักความสามัคคีในกลุ่มทีมวิจัย ขยายไปถึงชุมชน ตำบลและจังหวัด เกิดความปรองดองอย่างแท้จริง เกิดความภาคภูมิใจในกลุ่มทีมวิจัย และสุดท้าย สำคัญที่สุด ทุกคนมีความสุขร่วมกัน (ผมขอขอบคุณเจ้าหน้าที่สกว.ทุกระดับที่เป็นพี่เลี้ยงให้)

นางสุนาลัย สันติภูมิโพธา ทีมวิจัยหมู่ ๘

ก่อนเข้าร่วมทีมวิจัยได้รับเลือกเป็นผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๘ ทำงานตามคำสั่งของผู้ใหญ่ฝ่ายการปกครองท้องถิ่น เป็นกรรมการกองทุนหมู่บ้าน ทำตามกฎระเบียบของกองทุน และทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในหมู่ที่ ๘ พร้อมทั้งประกอบอาชีพ

คำขวัญที่บ้านทำตามแรงเท่าที่มี ไม่มีเพื่อนฝูงมากมายเหมือนตอนนี้ รู้จักคนในหมู่บ้าน ๘ เท่านั้น ไม่มีขั้นตอนในการทำงาน ประชุมเรื่องหนึ่งๆ จบก็จบไป ดูแลครอบครัวตนเองให้มีความสุขที่สุดเท่านั้น อยู่ในเฉพาะหมู่บ้าน ๘ รู้จักคนไม่สนิทมาก

หลังจากที่เข้าทีมวิจัยได้สิ่งที่ดี ๆ ดังนี้ ได้รู้จักขั้นตอนการทำงานที่ทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด เพราะฉนั้นทำงานกับชาวบ้านต้องสัมผัสกับคนหลายระดับมักพูดคุยกันหลายครั้งจึงจะเข้าใจ ที่แรกรู้สึกเหนื่อยกับการประชุมงาน สก. เพราะประชุมอะไรกันนักหนา เดียวไปที่ศาลาแล้ว ศาลาไม่ได้หยุดสักอาทิตย์ ถามว่าเพื่ออะไร ประชุมแล้วทำอะไรได้บ้าง เสียเวลาทำไมหากิน พอได้เข้าเวที ๓-๔ ครั้ง ทำให้เปลี่ยนแนวคิดที่ว่า คนเราต้องศึกษาหาเหตุผลในชุมชนของเราจึงจะหาทางแก้ไขได้ อย่างเช่น ทำไมคนหมู่บ้าน ๘ เป็นหนี้จนกระทั่งครอบครัว หนี้สินทุกครอบครัว เงินกองทุนหมู่บ้านก็แก้ไขไม่ได้ ยังทำให้ชาวบ้านมีหนี้เพิ่มกรรมการกองทุนต้องตามทวงเมื่อถึงสิ้นปี พอเข้าทีมวิจัย จึงมองเห็นแนวทางแก้ไข โดยต้องมาประชุมสร้างความเข้าใจกับสมาชิก วางแผนการใช้เงินของครอบครัว ให้อยู่ในภาวะเศรษฐกิจพอเพียงใหม่ วิธีการคือ ทุกคนมาร่วมกันวางแผนการใช้เงินภายในครอบครัวและหาสิ่งทดแทนเรื่องอาหารการกิน หันมารู้จักเก็บออม คัดความคิดการเรียนรู้แบบผู้อื่น ให้นับที่รายรับรายจ่ายสิ่งที่ไม่จำเป็นให้ตัดออก ให้ครอบครัวพูดคุยสร้างความเข้าใจเรื่องฐานะการเงินของตนเอง และวางแผนการใช้เงิน โดยบันทึกและเก็บข้อมูลของครอบครัวแล้วหาสาเหตุที่เป็นหนี้สิน หลังจากที่ได้เข้าร่วมประชุมทำให้รู้หลักขั้นตอนการเข้าหาลูกบ้านและช่วยกันวางแผนพัฒนาชุมชน และทำให้รู้จักเพื่อนในตำบลอย่างสนิทสนมมากขึ้นทั้ง ๑๐ หมู่ เมื่อมีกิจกรรมต่างๆของแต่ละหมู่ได้พาลูกบ้านไปเข้าร่วมกิจกรรมด้วย เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมได้กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ ได้สนุกผ่อนคลาย บางกิจกรรมแต่ละหมู่ได้ทั้งออกกำลังกาย ได้ไหวพริบ ได้คิดเร็ว ได้วางแผน ได้เพื่อนต่างวัย และต่างสถาบันหน่วยงานต่างๆ อย่างสนิทสนม และได้เครือข่ายกลุ่มกิจกรรมหมู่บ้าน สรุปได้กลุ่ม ได้การเรียนรู้ ได้สติเกิดภูมิปัญญา และได้การพึ่งพาตนเอง

๕.๒.๒.๓ ชุมชน

๑. เกิดกลุ่มทีมวิจัย และเกิดกลุ่มคน ๓ วัยขึ้น ในชุมชน
๒. เกิดประเด็นเด็นเรื่องของแต่ละหมู่บ้าน ทั้ง ๑๐ หมู่ในตำบลบ้านจ้อง
๓. เกิดความเข้าใจวัตถุประสงค์ของโครงการและประเด็นการศึกษา จึงให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรม และมีความสามัคคีกันมากขึ้นหลังจากที่ร่วมทำกิจกรรม
๔. ได้ฟื้นฟู และถ่ายทอดวัฒนธรรม การละเล่น ความเป็นอยู่ ให้คนรุ่นหลังได้ทราบ
๕. เกิดความสุขในการมาเข้าร่วมเวที
๖. ชุมชนหันหน้ามาคุยกันเพื่อปรึกษาหารือ ค้นหาทางออกร่วมกันว่าบ้านจ้องมีความสุขที่ยั่งยืน และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันถึงคนรุ่นหลัง
๗. สามารถช่วยลดหนี้ในระบบและนอกระบบให้กับคนในชุมชน
๘. การเปิดโอกาสให้คนในชุมชนได้เข้าร่วมกิจกรรมทุกช่วงวัย เช่น เด็กและเยาวชน ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ได้ทำกิจกรรมการละเล่นพื้นบ้าน (ขุมเมือง อีแซบ) การกำหนดกติกาการเล่น และร่วมกันสรุปบทเรียนว่าข้อดีของแต่ละการละเล่น ช่วยสร้างเสริมไหวพริบและสติปัญญาผ่านการเล่น การออกกำลังกายของกลุ่มผู้สูงอายุช่วยลดปัญหาภาวะเสี่ยงจากโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่ (เบาหวาน ความดันโลหิตสูง) การช่วยชำระหนี้ในคนที่ไม่มีหนี้เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการปรับพฤติกรรมการใช้จ่ายและสร้างเสริมเรื่องการออม การทำอาหารพื้นบ้านรับประทานเพื่อลดรายจ่าย เพิ่มคุณค่าของสารอาหารจากผักและสมุนไพรพื้นบ้าน เป็นต้น

๕. เกิดแหล่งเรียนรู้ฐานที่กลุ่มสัจจะออมทรัพย์บ้านบ่อมะกรูด หมู่ ๘ เชื่อมโยงกับการชำระหนี้ของกองทุนหมู่บ้าน การดำเนินการ โรงสีข้าว และกลุ่มเกษตรกรที่ปลูกผักปลอดสารพิษ การทำน้ำหมักชีวภาพ เพื่อลดต้นทุนการผลิต
๑๐. เกิดความสามัคคีในชุมชนเพิ่มขึ้นจากการสร้างความรู้จักและเข้าใจร่วมกันเพิ่มขึ้น เริ่มจากคนในชุมชนขยายผลไปสู่คนภายนอกที่เข้ามาอยู่ในชุมชน เช่น ชุมชนทาวเฮาส์ ทำให้ได้ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี

๕.๒.๒.๔ หน่วยงาน

๑. เทศบาลให้การสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกาย การปั่นจักรยานทุกวันเสาร์อาทิตย์รอบหมู่บ้าน
๒. ธนาคารออมสินให้การอบรมเรื่องการทำบัญชี การคืนหนี้ การจัดการกับกลุ่มสัจจะสะสมทรัพย์ บ้านบ่อมะกรูด หมู่ที่ ๘
๓. เทศบาลให้การสนับสนุนเพื่อของบประมาณเข้ากองทุน สปสช. ผ่านการเขียนขอโครงการปีต่อปี เพื่อเป็นค่าอาหารสำหรับการทำกิจกรรมของกลุ่มออกกำลังกาย (การรำไม้พลอง การเดินแอโรบิก)
๔. รพ.โพธาราม ให้กลุ่มออกกำลังกายมาเข้าร่วมจัดกิจกรรมในโรงพยาบาล และร่วมกิจกรรมอื่นๆ อีก เช่น การมาให้ข้อมูล ความรู้ สุขศึกษา ข่าวสารทางด้านสุขภาพตามปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชน เป็นต้น
๕. กลุ่ม อสม. หมู่ ๒ ที่ทำงานร่วมกับ รพ.สต.บ้านฆ้อง ได้รับกระบวนการทำงานจากการทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น เช่น การใส่ทรายอะเบส แบบเดิมจะบอกว่าแหล่งน้ำที่เพาะพันธุ์ยุงลาย และใส่ทรายอะเบสให้ แต่ปัจจุบันจะมีการอธิบายก่อนว่าทำเพื่ออะไร ทำแล้วได้อะไร เป็นการให้ความรู้เพื่อหวังผลให้ชุมชนเข้าใจ กระทั่งถึงความสำคัญของการใส่ทรายอะเบส และสามารถลงมือทำได้เองหากเข้าใจ แทนการที่ อสม. จะต้องมาทำให้ตามหน้าที่ของ อสม. และก่อนทำการพูดคุยร่วมกับกลุ่ม อสม. ทั้งหมดในหมู่ ๒ เพื่อวางแผนการทำการกิจกรรมร่วมกัน
๖. ศูนย์สังคมพัฒนาให้การสนับสนุนงบประมาณดำเนินการของกลุ่มออกกำลังกาย และเป็นศูนย์การเรียนรู้ทางด้านสุขภาพในการศึกษาฐานแก่คาทอลิกทั่วประเทศ



๕.๒.๓ กระบวนการมีส่วนร่วมกับการขับเคลื่อนงานวิจัยในพื้นที่

๑. แบ่งกลุ่มเป้าหมายพื้นที่ ที่อยู่ใกล้เคียงกันนำมารวมกันเพื่อเปิดเวที เช่น หมู่ ๑ กับหมู่ ๓

๒. ชวนพูดคุยเรื่องใกล้ตัวผู้พูดเพื่อสร้างความเข้าใจ แล้วชวนเข้าร่วมเวที
๓. ผู้ดำเนินการเปิดเวทีบอกวัตถุประสงค์ เป้าหมายของโครงการให้ผู้เข้าร่วมเวทีได้เข้าใจ ถึงความเป็นมาของโครงการ
๔. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับกลุ่มผู้ใหญ่ ทั้ง ๑๐ หมู่ก่อน เพราะกลุ่มผู้ใหญ่สามารถนำไปถ่ายทอดให้กับเด็กๆ ได้ดีต่อไป
๕. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กทั้ง ๑๐ หมู่
๖. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงานทั้งภายใน ภายนอก รอบข้างชุมชน
๗. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกที่จับคู่กันไว้กลุ่มละ ๒ หมู่บ้าน ซึ่งมี อสม. สตรี ผู้ใหญ่บ้าน ผู้สูงอายุ เด็ก-เยาวชน ถ้านั้น เปิดเวทีหมุนเวียนกันไปจนครบทั้ง ๕ กลุ่ม รวม ๑๐ หมู่บ้าน
๘. เด็ก-เยาวชนและผู้ใหญ่ ได้ช่วยกันคิดกิจกรรมขึ้นมาเอง และลงมือปฏิบัติเองช่วยกันสร้างกติกาขึ้นมาเองและทำตามที่ถูกพวกตนคิดมานั่นเอง (คิดเอง ทำเอง รู้ลึกเป็นเจ้าของเรื่องกิจกรรม)
๑๑. กิจกรรมบางกิจกรรมชวนให้ติดตาม โคนใจผู้เข้าร่วม เช่น กิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน กิจกรรมอาหารเพื่อสุขภาพ กิจกรรมการออกกำลังกาย กิจกรรมสร้างความเข้าใจ เพราะคนที่ได้พูดคุยในเรื่องที่ตนรู้ สามารถพูดให้คนฟัง ฟังอย่างตั้งใจ แล้วซักถามได้ตอบกันได้ ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ดูภาคภูมิใจตนเอง จึงหันมาเข้าร่วมเวทีต่อไป
๑๒. หลังปิดเวทีแต่ละครั้งจะสรุปถอดบทเรียน หาข้อดี ข้อปรับปรุงทุกเวที เพื่อเป็นข้อมูลแนวทางแก้ไขในการเปิดเวทีครั้งต่อไป
๑๓. การทำงานร่วมกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทำให้มีการทำงานแบบเดิมๆ ขับเคลื่อนงานได้ยาก เนื่องจากมีระบบและกรอบ ขาดความยืดหยุ่นในการทำงานร่วมกับชุมชน

๕.๓ ปัญหาการวิจัย

๕.๓.๑ ปัญหาและอุปสรรคของทีมวิจัย

๑. ทีมวิจัยขาดทักษะในการสื่อสารชักชวน
๒. พื้นฐานทางความคิด / ความเข้าใจต่างกัน ทำให้ความเข้าใจของทีมไม่เท่ากัน
๓. ทีมวิจัยบางคนยังไม่เข้าใจกระบวนการทำงานแบบมีส่วนร่วม ภาพรวมและเป้าหมายของโครงการอย่างชัดเจน
๔. ทีมวิจัยเด็กคิดเรียนพิเศษ บางคนย้ายสถานที่เรียน
๕. บางคนมีปัญหาเรื่องการเดินทาง และเวลาว่างไม่ตรงกัน
๖. การออกแบบกิจกรรมในเรื่องของระยะเวลาไม่สอดคล้องตามแผนงาน
๗. มีการเลือกตั้งท้องถิ่น ทำให้ต้องชะลอการดำเนินงานของโครงการออกไป จึงไม่สามารถดำเนินงานได้ตามแผนที่ระบุไว้
๘. เวลาไม่ตรงกัน เนื่องจากมีกิจกรรมในชุมชนมาก
๙. ทีมวิจัยไม่เข้าใจแนวคิดและกระบวนการดำเนินงานของงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น
๑๐. ชุมชนไม่เข้าใจว่าเมื่อโครงการจบแล้ว จึงยังมีกิจกรรมต่อเนื่อง เพราะหน่วยงานอื่นๆ ที่เข้ามาทำงานในพื้นที่ เมื่อหมดงบประมาณ / โครงการเสร็จสิ้นจะเลิกทำกิจกรรม

๕.๓.๒ พี่เลี้ยงและศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น

๑. พี่เลี้ยงมีเวลาเข้าร่วมกิจกรรมน้อย ซึ่งทีมวิจัยต้องการได้รับคำชี้แนะในการทำกิจกรรมว่าเหมาะสมหรือไม่

๕.๔ ข้อเสนอแนะต่อชุมชน นโยบาย และข้อเสนอแนะต่อการวิจัยในอนาคต

๕.๔.๑ ทีมวิจัย / กระบวนการทำงาน

๑. ให้มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันและเปลี่ยนบทบาทในการรับผิดชอบเวลาเปิดเวที
๒. ทีมวิจัยฝึกการมองภาพรวมทั้งตำบล การวางแผนก่อนทำกิจกรรม และการสรุปทบทวนหลังทำกิจกรรม
๓. ทีมวิจัยมีโอกาสดูฝึกฝนทักษะและพัฒนาตนเอง ผ่านการทำกิจกรรม (การบันทึก การฟัง การพูด และสรุปประเด็น)
๔. อยากทำโครงการวิจัยต่อเนื่อง เนื่องจากทำแล้วสามารถแก้ไขปัญหาในชุมชนได้จริง และทำให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชน
๕. งานวิจัยควรเริ่มทำจากกลุ่มเล็ก เพื่อให้สามารถวางแผนและดำเนินกิจกรรมได้ครอบคลุมมากกว่าการทำงานกลุ่มใหญ่ร่วมกันทั้งหมู่บ้าน
๖. ควรเริ่มต้นการทำงานกับกลุ่มชาวบ้านมากกว่าองค์กรในท้องถิ่น เพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกัน และสามารถพัฒนาสู่วิธีการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นรูปธรรมได้มากกว่าการเริ่มต้นทำงานกับองค์กรต่างๆ ที่มีความเป็นระบบและกรอบ ทำให้ขับเคลื่อนได้ยาก

๕.๔.๒ พี่เลี้ยงและศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น

๑. ยังต้องการให้พี่เลี้ยงและศูนย์ประสานงานฯ มาให้คำแนะนำเวลาเปิดเวที
๒. ต้องการให้ฝึกทักษะการเข้าชุมชนและการเก็บข้อมูล
๓. พี่เลี้ยงควรลงหนุนเสริมงานอย่างต่อเนื่อง และสร้างเสริมศักยภาพแกนนำกลุ่มต่างๆ ในหมู่บ้าน เช่น การนำเสนอ การเสริมสร้างแนวคิดงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น การจัดเวที เป็นต้น เพื่อขยายผลการดำเนินงานไปยังแกนนำในหมู่บ้าน

๕.๔.๓ ด้านงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น

๑. งบประมาณและระยะเวลาเหมาะสมแล้ว แต่ควรมีการติดตามผลระยะยาว

ภาคผนวก

โครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านเจื่อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี มีภาคผนวก ดังนี้

ก. สรุปรายงานการประชุมและบันทึกการทำงาน

ข. ภาพกิจกรรมของโครงการ

ก. สรุปรายงานการประชุมและบันทึกการทำงาน

กิจกรรมที่ ๑ :ประชุมวางแผนเริ่มโครงการและวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๑

วันพุธที่ ๑๐ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๕.๐๐ น. - ๒๑.๐๐ น.

ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติหมู่ ๕ บ้านแจ่มใส ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒. นางสาวประทุมวดี	สีไธ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔. นางภาวดี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๖. นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๗. นายพิทยา	สันติภูมิโพธา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๘. นางกาน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๙. นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๑๐. นางเฉลิม	สุมลชา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕

เรื่อง คำถาม จะสร้างสุขให้เกิดขึ้นกับคนในชุมชนตำบลบ้านฆ้องได้อย่างไร

คนที่เราจะไปคุยด้วย คือบุคคล ๓ วัย ดังนี้

๑. วัยเด็ก และเยาวชน
๒. วัยทำงาน
๓. วัยผู้สูงอายุ

ขั้นตอน

๑. ทำความเข้าใจกับ (ผู้ปกครอง, หน่วยงาน และกลุ่มเป้าหมาย)
 ๒. เวทีค้นหาเรื่องคุย (สุขภาวะ มี กาย ใจ ปัญญา และสังคม)
 ๓. ฝึกทักษะเก็บข้อมูล
 ๔. เก็บข้อมูล
 ๕. นำข้อมูลที่ได้ออกแบบ เพื่อทำกิจกรรม
 ๖. ทดลองทำกิจกรรม แล้วบันทึก
 ๗. นำเสนอผลให้ทราบ
 ๘. สรุปรายงาน
- ลงมือทำโครงการฯ ภายใน ๒๐ เดือน (เริ่มตั้งแต่เดือนพฤษภาคม ๒๕๕๒ - มกราคม ๒๕๕๔)
- กิจกรรมต่อไป ทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก เรื่องสุขภาวะคืออะไร

หน้าที่ทีมวิจัยผู้ใหญ่ นำทำกิจกรรมในวันที่ ๑๔ มิ.ย. ๕๒

- | | |
|---|--------------------------|
| ๑. ทำบันทึกทุกครั้งหลังเสร็จกิจกรรม (รายงานเนื้อหา) | คุณอุบล |
| ๒. รายงานการเงิน + หลักฐาน | คุณมาลา และคุณภาวิณี |
| ๓. ประสานงานภายในทีมและนอกทีม | คุณง่ายงาม |
| ๔. ฝ่ายอาหาร | คุณป้าเฉลิม และคุณภาวิณี |
| ๕. ฝ่ายสถานที่ | คุณป้าก้าน และคุณอุไร |
| ๖. คนชวนคุย | คุณลุงวินัย |
| ๗. คนขึ้นกระดาน | คุณประทุมวดี |
| ๘. ฝ่ายวัสดุ | คุณพิทยา |

(ส่วนที่เหลือ คุณหมอโสภา คุณเนตรชนก คุณบุปผา และคุณสมคิด ที่ไม่ได้มาร่วมประชุมในครั้งนี้เนื่องจากติดภารกิจ). ให้ทุกคนต้องสับเปลี่ยนไปเข้าร่วมประชุมเครือข่ายเดือนละครั้ง ที่แม่กลอง (Node แม่กลอง).

กิจกรรมครั้งที่ ๒ ทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก

- เป้าหมาย - ให้น้องๆ เข้าใจคำว่า “สุขภาวะคืออะไร”
- วันที่ - ๑๔ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
- สถานที่ - ศาลาเฉลิมพระเกียรติ หมู่ ๕
- กระบวนการ - นันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์
- ให้เด็กวาดภาพระบายสีลงในกระดาษ A ๔
- แล้วออกมาเล่าเรื่องตัวเองจากรูปภาพที่วาด

ทีมวิจัยผู้ใหญ่ ถอดบทเรียนหลังทำกิจกรรม

ปิดประชุมเวลา ๒๑.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๒ : เวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๑ และถอดบทเรียน

วันอาทิตย์ที่ ๑๔ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.

ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ หมู่ที่ ๕ บ้านแจ่มใส ตำบลบ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒. นางสาวประทุมวดี	สีใส	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔. นางภาวณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕. นางนุปลา	ชัยศักดิ์คุณกุล	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๖. นางสาวงามงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๗. นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๘. นายพิทยา	สันติภูมิโพธา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๙. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๙
๑๐. นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๙
๑๑. นางเฉลิม	สุมลชา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๙
๑๒. นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๑๓. นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓

กลุ่มเยาวชนต้นกล้า ๕๑

๑. ค.ช. อนุวัฒน์	โกคา	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๒. นายพัทธพงศ์	จิตรคำ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๓. น.ส.ปิยะพร	พิทยาอุล	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๔. ค.ญ.ปรารธนา	มิ่งมั่งมี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๕. ค.ญ.ณัธธา	สามัคคี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๔
๖. ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๔
๗. ค.ช. โอมห์		นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓

และกลุ่มเด็กผู้ที่เข้าร่วมประชุมตามรายชื่อที่ได้แนบมาด้วยแล้ว

วัตถุประสงค์

- ทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก
- ให้ทีมวิจัยเด็กเข้าใจคำว่า “สุขภาวะคืออะไร”
- ให้เด็กรู้ว่ามาทำกิจกรรมอะไรในชุมชน
- ให้ทีมวิจัยผู้ใหญ่กับทีมวิจัยเด็กเข้าใจเรื่องสุขภาวะของชุมชนได้ตรงกัน
- ความเป็นอยู่ของคนในชุมชนมีสื่ออะไรบ้างที่บอกถึงเรื่องสุขภาวะ
- ให้ผู้มาร่วมกิจกรรมได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

กลุ่มเป้าหมาย คือกลุ่มทีมวิจัยเด็กต้นกล้า ๕๑

ขั้นตอน

- สันทนาการเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้ใหญ่กับเด็กๆ
- ให้เด็กวาดภาพครอบครัวของตนเองพร้อมระบายสีใช้เวลา 20 นาที
- ให้เด็กออกมาเล่าเรื่องของตนเองโดยดูจากภาพที่วาด
- ทีมผู้ใหญ่ได้ทำตามหน้าที่ของตนเองตามที่ได้รับอาสาไว้ในวันวางแผน คือ

คุณภาวิณี และคุณอุไร จัดการเรื่องอาหารและน้ำดื่ม พร้อมจัดสถานที่ คุณประทุมวดี นำเด็กวาดภาพและขึ้นกระดาน คุณรุ่งวิสัยและคุณกมลวรรณ ชวนน้องๆ พุดคุย ฝ่ายคุมเครื่องเสียงเข้าม.๒ ทุกคนต่างก็คนละไม้คนละมือถึงแม้จะไม่ได้เขียนมาในที่นี้ ทุกคนเต็มใจทำงานรู้สึกว่าการที่หน้าเครียดไปหน่อย

เวลาที่ทำกิจกรรม

๐๕.๐๐ – ๐๕.๓๐ น.	สันทนาการสร้างความสัมพันธ์
๐๕.๓๐ – ๑๐.๐๐ น.	เด็กๆ วาดภาพระบายสี พร้อมทานของเบรก
๑๐.๐๐ – ๑๑.๐๐ น.	เด็กๆ ออกมาพุดคุยจากภาพที่ตนวาด
๑๑.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.	สรุปการเรียนรู้จากกิจกรรม
๑๒.๐๐ น.	พักรับประทานอาหาร
๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.	ทีมผู้ใหญ่ถอดบทเรียนหลัง

ผลของการดำเนินกิจกรรม

เด็กๆ รู้สึกชอบส่วนมากเป็นเด็กเล็กๆ ตั้งแต่ยังไม่ขึ้นอนุบาล ๒ ใช้เวลาในการวาดภาพนาน ส่วนมากวาดภาพบ้านและภาพคนในครอบครัวแต่จริงๆ แล้วจะวาดภาพอะไรก็ได้ ในความคิดของเด็ก บางทีผู้ใหญ่จะช่วยจับมือเด็กเขียนชื่อตัวเอง เนื่องจากเขียนยังไม่ค่อยถูกเด็กทีมวิชัยมีน้อยคน.

ถอดบทเรียน

ทีมผู้ใหญ่ เด็กที่มาร่วมกิจกรรมคิดเป้าหมายอย่างที่คิด คือต้องการกลุ่มต้นกล้า ๕๑ แต่มาเพียง ๘ คน เนื่องจากติดเรียนและติดภารกิจบ้าง แต่ก็มีผลดีสำหรับค่านเด็กเล็กๆ ซึ่งกล้าแสดงออกกล้าพูด มีพลังในการคิด

ข้อผิดพลาดของทีมคือไม่เตรียมทำป้ายชื่อให้เด็กๆ ประสานงานแล้วเด็กไม่มา กิจกรรมที่ทำไม่ตรงเป้าหมายที่วางไว้ เพราะเด็กโตบางคนติดเรียน ติดทำรายงานเพราะอยู่ในช่วงเปิดเทอมและอยู่ ม.ปลาย ปีสุดท้ายบ้าง ผู้ใหญ่ลืมบอกเด็กบ้าง เลยต้องวางแผนกิจกรรมกันอีก ในวันที่ ๑๗ มิ.ย ๕๒ ใช้สถานที่บ้านคุณภาวิณี สามัคคี เป็นที่ประชุมวางแผนใหม่ เวลา ๑๕.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๓ : ประชุมวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับทมิฬวัยเด็กครั้งที่ ๒

วันพุธที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๕.๐๐ – ๒๑.๐๐ น.

ณ บ้านคุณภาวิณี สามัคคี หมู่ ๔ บ้านคืบอน ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒. นางสาวประทุมวดี	สีไธ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕. นางโสภา	สาเลียงพวย	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๖. นางสาวง่างาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๗. นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๘. นางก้าน	ศรีอุทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๙. นางเฉลิม	สุมลชา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๑๐. นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๑๑. นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๑๒. นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๑๓. ค.ญ. ปฐพร	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๑๔. ค.ญ. ณัฏชา	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔

เป้าหมาย กลุ่มเยาวชนต้นกล้า ๕๑

๑ ค.ช. อนุวัฒน์	โกศา	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๒ นายพัทธพงศ์	จิตรคำ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๓ ค.ช. ปิยะพล	จิตรคำ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๔ น.ส.ศกาวดี	สีไธ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๑
๕ ค.ช. จักรพงษ์	ลิ้มทอง	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓
๖ น้องมิวซ์	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓
๗ น้องโบ	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓
๘ น้องบุศร	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓
๙ ค.ญ. ณัฏชา	สามัคคี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๔
๑๐ ค.ญ. ปฐพร	สามัคคี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๔
๑๑ น้องฟรอย	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๔
๑๒ น้องเบรต	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๑๓ น้องนุ่น	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๑๔ น้องก๊อด	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๗
๑๕ น้องทราย	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๗
๑๖ น้องคึก	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๗

๑๗	น้องใจ	-	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๑๘	น้องนิว	-	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๑๙	น้องเค็กซ์	-	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๒๐	น้องเคน	-	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๒๑	น้องฝ้าย	-	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๑

ขั้นตอน กิจกรรม เวลาที่ทำกิจกรรม

๐๘.๐๐ - ๐๘.๓๐ น. สันทนาการสร้างความสัมพันธ์หัวเราะเพื่อสุขภาพ โดยปี๋ก้านกับเด็ก 3 คนนำ

๐๘.๓๐ - ๑๐.๐๐ น. ความสุขคืออะไร ให้เด็กๆ เขียนออกเป็นคำ

๑๐.๐๐ - ๑๐.๓๐ น. เด็กๆ วาดภาพ

๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. แสดงออกทางกาย

๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ชวนคุย ๑ ชั่วโมง

๑๒.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร

๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ทีมผู้ใหญ่ถอดบทเรียนหลังกิจกรรม

อะไรดีๆ เกิดขึ้น คือผู้ดูแลให้ดีขึ้นอีก - เกิดจากอะไร

- ทำอย่างไร

นักประชุมวางแผน ทำกิจกรรมครั้งต่อไป

- เรื่องให้หน่วยงานองค์กรภาครัฐในชุมชนมีส่วนร่วมในโครงการแนวทางสร้างสุขภาพ

ชุมชนบ้านฉ้อง

- เพื่อสร้างความเข้าใจภายนอกสู่สมาชิก หมู่บ้านใกล้เคียง

นางอุบล ทองกันชา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๔ : เวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็กครั้งที่ ๒ และถอดบทเรียน

วันเสาร์ที่ ๒๐ เดือนมิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ สถานิอนามัย หมู่ที่ ๔ ตำบล ค.บ้านม่วง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑	นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒	นางสาวประทุมดี	สีใส	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔	นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๕	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๖	นางโสภา	สาธิตงพวย	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๗	นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๘	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๙	นางเฉลิม	ตุ้มลดา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๑๐	นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๑๑	นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๑๒	นางสาวสำอองค์	พรหมมาลี	ผู้มาร่วมกิจกรรม	หมู่ที่ ๓
๑๓	หมอสันติ	บำรุงรักษ์	ผู้มาร่วมกิจกรรม	
๑๔	นางสายทอง		ผู้มาร่วมกิจกรรม	

เป้าหมาย กลุ่มเยาวชนต้นกล้า ๕๑

๑	ค.ญ.ศกาวดี	สีใส	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๑
๒	ค.ญ.เกษกนก	สีใส	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๑
๓	นายพัทธพงศ์	จิตรคำ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๔	ค.ช.ปัญญาพล	จิตรคำ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๒
๕	น้องโบว์	-	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๓
๖	น.ส.ปิยะพร	พิทยาคุณ	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๗	น.ส.ปรารธนา	มิ่งมั่งมี	นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๘	น้องนิว		นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๕
๙	น้องฝ้าย		นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๑๐
๑๐	น้องเฟริน		นักวิจัยเด็ก	หมู่ที่ ๑๐

วัตถุประสงค์

ทำความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก ให้ทีมวิจัยเด็กเข้าใจคำว่า “สุขภาวะคืออะไร” และให้เด็กที่มาร่วมกิจกรรมได้เกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง

เป้าหมาย กลุ่มทีมวิจัยเด็กต้นกล้า ๕๑

ขั้นตอน กิจกรรม เวลาที่ทำกิจกรรม

- ๐๕.๐๐ - ๐๕.๓๐ น. ชวนพูดคุยโดยหมอน้อยเพื่อสร้างความสัมพันธ์ระหว่างทีมเด็ก กับทีมผู้ใหญ่
ป้าก้าน หมอน้อย และอาจารย์ประทุมวดี 3 คน นำเสนอการสร้าง
ความสัมพันธ์ห้วเราะเพื่อสุขภาพ
- ๐๕.๓๐ - ๑๐.๓๐ น. ความสุขคืออะไร ให้เด็กๆ เขียนออกเป็นคำลงใส่กระดาษ เอ สี พร้อม วาดภาพ
ความสุขของตนเอง
- ๑๐.๓๐ - ๑๑.๐๐ น. แสดงออกทางกาย
- ๑๑.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ชวนคุย จากการวาดภาพและคำที่เขียน (ดูจากภาพ)
- ๑๒.๐๐ น. พักรับประทานอาหาร
- ๑๓.๐๐ - ๑๕.๐๐ น. ทีมผู้ใหญ่ถอดบทเรียนหลังกิจกรรม

ผลของการดำเนินกิจกรรม

ทีมวิจัยผู้ใหญ่มีความเห็นตรงกันว่ากิจกรรมไปด้วยดี เด็กๆ กล้าแสดงออกมากขึ้น จากการแสดงออกทางท่าทาง การวาดภาพและการเขียนคำสื่อความสุข ทีมผู้ใหญ่ก็แสดงให้เห็นถึงความพร้อม กล้าคิดกล้าพูดอย่างไม่ลังเล เด็กบางคน เขียนออกมาด้วยปัญญา และแสดงถึงความเป็นเจ้าของโครงการมากขึ้น ผู้ใหญ่และเด็กมีความมั่นใจมากขึ้น รู้สึกว่าเป็นวันที่ทำกิจกรรมกันด้วยความสุข และได้ผู้ใหญ่มาร่วมกิจกรรมด้วยอีก ๒ คน คือ ป้าก๊ (สาวอึ่ง พรหมมาลี) คุณสายทอง แม่ของน้องโบว์ หมู่ ๓

ถอดบทเรียน

เด็กที่เข้าร่วมกิจกรรมตรงเป้าหมายกว่าเดิม นักวิจัยเด็กบางคนคิดเรียนพิเศษบ้าง การแก้ไขก็ต้องปรับเปลี่ยนเวลาให้เหมาะสม ควรมีการสรุปบางกรณีที่นักวิจัยสื่อสารนัยหมาย เข้าใจไม่ตรงกัน และขอให้มาตรงเวลากันหน่อย สิ่งที่ยากให้เกิดขึ้น อยากให้มีสมาชิกคันกล้า 51 เพิ่มขึ้น มีการสร้างเกณฑ์สมาชิกเพิ่มเติม

นัดประชุมวางแผนทำกิจกรรมครั้งต่อไป วันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๒ สถานที่ ศาลาหมู่บ้าน ๕ คีบอน เวลา ๑๗.๐๐ - ๑๙.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๕ : เวทีวางแผนของทีมวิจัยเพื่อทำกิจกรรมสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๑

วันอาทิตย์ที่ ๒๑ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๗.๓๐ - ๑๘.๐๐ น.

ณ บ้านป่าเฉลิม สุมณฑา ม.๘ บ้านแจ่มใส ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการวิจัย ม.๒
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. น.ส.กมลวรรณ	วรรณโสภี	ทีมวิจัย ม.๓
๕. นางโสภา	สาธิตพงษ์	ทีมวิจัย ม.๕
๖. นางบุปผา	ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๗. นางสมคิด	โสทธิสงค์	ทีมวิจัย ม.๖
๘. น.ส.จำขวาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๑๐. นางก้าน	ศรีอุทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๑๑. นางเฉลิม	สุมนชา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๒. นางเนตรชนก	ลบเลิศ	ทีมวิจัย ม.๑๐

เริ่มเวที ๑๗.๓๐ น.

วาระที่ ๑: รับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ ๔ เวทีสร้างความเข้าใจภายในทีมวิจัยกับกลุ่มเยาวชนต้นกล้า ๕๑ ครั้งที่ ๒ มีการแก้ไขคำที่พิมพ์ผิด และเพิ่มเติมเนื้อหาที่ไม่สมบูรณ์

วาระที่ ๒ : ถอดบทเรียนเพิ่มเติม กิจกรรมที่ทำในครั้งที่ ๔ ดีขึ้นกว่าเดิมได้ เพราะอะไร

- หมอนน้อยมีบุคลิกงูใจ คุยแล้วรู้สึกผ่อนคลาย รู้สึกคุ้นเคยเป็นกันเอง
- ผู้นำเวทีมีน้ำเสียงเป็นกันเอง ใช้ภาษาพูดเป็นกันเอง
- มีความมั่นใจ กล้าพูด กล้าทำ บอกเล่าเรื่องราวอย่างมีความสุข
- มีบรรยากาศที่ดี สถานที่สงบ ไม่มีเสียงรบกวน นั่งกับพื้นหรือนอนได้
- เด็กโตอยู่ในวัยเรียนรู้ได้
- มีการหัวเราะก่อนการทำกิจกรรม (ยิ้มน้อย ๆ ในดวงใจ แม้นกำลังร้องไห้)
- วางแผนล่วงหน้าดี รับทราบบทบาทหน้าที่
- คนในทีมรู้เป้าหมาย ว่าทำไปเพื่ออะไร

วาระที่ ๓ : ประเมินหาข้อ

๓.๑ การแก้ปัญหาการเข้าใจคลาดเคลื่อนเรื่องการนัดหมาย : มติหลังการประชุมทุกครั้งให้มีการสรุปตอนท้าย ทบทวนเรื่อง วัน เวลา สถานที่นัดหมายครั้งต่อไป ๒ ครั้ง

๓.๒ การรับสมาชิกเด็กและเยาวชนเข้ามาเป็นทีมวิจัยเพิ่มเติมจะต้องมีเกณฑ์อย่างไร

- ไม่กำหนดเกณฑ์เรื่องอายุ ขอให้เด็กมีใจ และสามารถพูดคุยรู้เรื่อง

- ถ้าเป็นเด็กเล็ก ควรมีผู้ใหญ่ที่คอยดูแล และทีมวิจัยแต่ละหมู่บ้านจะต้องทำหน้าที่ประสานงานกับทีมวิจัยเด็กในกลุ่มเยาวชนต้นกล้า ๕๑ ที่อยู่ในหมู่บ้านของตนเอง

วาระที่ ๔ : วางแผนการเปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน ผู้นำท้องถิ่น ผู้นำชุมชน

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำองค์กรในชุมชน ได้รับทราบถึงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวิธีการดำเนินการของโครงการวิจัย
๒. เพื่อสร้างความร่วมมือของหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำองค์กรในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการดำเนินการวิจัย
๓. เพื่อรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วมเวทีต่อการดำเนินการวิจัย

วัน/เวลา/สถานที่ : วันพฤหัสบดีที่ ๙ กรกฎาคม ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น. ณ เทศบาลบ้านฉาง

กลุ่มเป้าหมาย

๑. เทศบาล (นายก ประธานสภา ปลัด ฝ่ายการศึกษา ฝ่ายพัฒนาชุมชน ฝ่ายกองสาธารณสุข สท.เขต๑ และเขต ๒)
 ๒. ผู้อำนวยการโรงเรียนในชุมชน (รร.วัดบ้านฉาง รร.วัดคิบบอน รร.วัดบ่อมะกรูด)
 ๓. รพ.โพธาราม ฝ่ายเวชกรรมสังคม
 ๔. สาธารณสุขอำเภอ สอ.บ้านเก่า และสอ.บ้านฉาง
 ๕. พัฒนาชุมชนอำเภอ
 ๖. ปศุสัตว์ เกษตร ประมงอำเภอ
 ๗. ป้อมตำรวจ ตำรวจบ้าน
 ๘. กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน
 ๙. กลุ่มสตรี กลุ่มอสม.
 ๑๐. ประธานผู้สูงอายุ
 ๑๑. กศน.
 ๑๒. หลวงพ่อวัดบ้านฉาง วัดคิบบอน
- รวมกลุ่มเป้าหมายและทีมวิจัยประมาณ ๔๐ คน

กำหนดการ

- | | |
|---------------------|--|
| ๑๓.๐๐ น. – ๑๓.๑๕ น. | ชี้แจงความเป็นมาของโครงการ |
| ๑๓.๑๕ น. – ๑๓.๔๕ น. | ชี้แจงรายละเอียดโครงการ
(แนะนำทีมวิจัย การดำเนินการโครงการ และกิจกรรมที่ทำผ่านมา) |
| ๑๓.๔๕ น. – ๑๕.๐๐ น. | แลกเปลี่ยนความคิดเห็นหรือข้อเสนอแนะ |

แบ่งบทบาทหน้าที่

- ผู้ดำเนินการเวที : หมอโสภา และคุณวินัย
- ชื่นกระดาน : คุณเนตรชนก และคุณกมลวรรณ
- ฝ่ายอาหารว่าง : คุณประทุมวดี และคุณอุไร
- ฝ่ายต้อนรับ : คุณเนตรชนก และคุณมาลา
- ฝ่ายลงทะเบียน : คุณสมคิด และคุณบุปผา
- ฝ่ายเอกสาร (หนังสือเชิญ ดำเนินโครงการ และหนังสือขออนุญาตสถานที่อุปการณ) : คุณจำยอม

- การส่งหนังสือเชิญ ประสานกับหน่วยงาน ให้แบ่งตามความเหมาะสมในความสะดวก เช่น ฝ่ายสาธารณสุขให้หมอโสภณประสาน ฝ่ายเทศบาลและผู้นำท้องถิ่นให้คุณภาวิณี และฝ่ายอำเภอให้คุณกมลวรรณประสาน

ประเด็นคำถามที่จะชวนคุย

ชวนหน่วยงานพูดคุย :- ท่านมองเรื่องสุขภาวะจากการทำงานของท่านอย่างไร

- ทักษะคิดและวิสัยทัศน์ในการดำเนินงานด้านสุขภาวะของหน่วยงานกับชุมชน

ชวนทีมวิจัยพูดคุย :- ก่อนเข้ามาเป็นนักวิจัย เป็นอย่างไร

- ขณะทำ (เข้ามาแล้ว)เป็นอย่างไร

- หลังเข้ามาทำมีอะไรดี ทำไม่ถึงอยากทำต่อ

ปิดเวที ๑๕.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้สรุปการประชุม

น.ส.ง่ายงาม

ประจวบวัน
ผู้พิมพ์บันทึก

กิจกรรมที่ ๖ : เวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน / องค์กร ผู้นำชุมชน
วันพฤหัสบดีที่ ๕ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๓๐ - ๑๕.๑๕ น.
ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลบ้านฉ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. หัวหน้าส่วนงานราชการ จำนวน ๗ คน

- หัวหน้าสาธารณสุขอำเภอโพธาราม
- เจ้าหน้าที่ รพ.โพธาราม ฝ่ายเวชกรรมสังคม
- พัฒนาชุมชน อ.โพธาราม
- เกษตรอำเภอโพธาราม
- หัวหน้าท้องถิ่น อ.โพธาราม
- ผู้อำนวยการ ร.ร.วัดบ้านฉ้อง

๒. ผู้นำท้องถิ่น/ผู้นำชุมชน จำนวน ๑๕ คน

- นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลบ้านฉ้อง
- รองนายกเทศมนตรีฯ
- เลขานุการนายกเทศมนตรีฯ
- ประธานสภา
- สมาชิกสภาเทศบาล
- ผู้ใหญ่บ้าน
- ประธานกลุ่มองค์กรในชุมชน

๓. ทีมวิจัยจำนวน ๑๒ คน

รวมจำนวน ๓๔ คน

เริ่มเวที ๑๓.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : ชวนนำเสนอความเป็นมาและรายละเอียดของโครงการ

นายอำพร เจริญเกตุ นายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลบ้านฉ้อง เป็นประธานกล่าวเปิดและกล่าวต้อนรับหัวหน้าหน่วยงานที่มาร่วมประชุม พร้อมทั้งได้เกริ่นถึงความเป็นมาเบื้องต้นให้กับหน่วยงานรับทราบ ต่อจากนั้นคุณโสภา สาลิขยพวย (นักวิจัย ม.๕) ได้เป็นผู้แทนทีมวิจัยกล่าวแนะนำสมาชิกทีมวิจัยทุกท่าน

นางสาวรุ่งขาม ประจวบวัน (นักวิจัย ม.๖) กล่าวถึงที่มาของโครงการ โดยมีประเด็นดังนี้

- สถานการณ์ที่เกิดขึ้นในพื้นที่ อ.โพธาราม เช่น การฆ่าตัวตาย เด็กถูกควบคุมอยู่ในสถานพินิจจำนวนมาก ปัญหาหนี้สินหมกมุ่นนี้้อก ปัญหาเสพติดในกลุ่มวัยรุ่น
- แนะนำหน่วยงาน สกว. ที่ให้การสนับสนุนกระบวนการทำงานวิจัย
- ทำไมจึงเป็นพื้นที่บ้านฉ้อง :: ค่อยอดงานหน่วยงานของศูนย์พัฒนาสังคมหน่วยที่ ๔๕ ที่มีการทำโครงการศาลาสร้างสุชนำร่องใน จ.ราชบุรี ที่ตำบลบ้านฉ้อง
- การพัฒนาโครงการวิจัยอย่างมีส่วนร่วมของชาวบ้านฉ้องทุกหมู่บ้านและทุกวัย

นางโสภา สาเลียงพวย และ นายวินัย คงนะภา (นักวิจัย ม.๗) ร่วมกันนำเสนอรายละเอียดโครงการวิจัย โดยมีประเด็นดังนี้

- คำถามวิจัย : แนวทางการสร้างสุขภาวะของชุมชนบ้านฉ่องควรเป็นอย่างไร
- วัตถุประสงค์ของโครงการ
- นิยามศัพท์ : สุขภาวะของชุมชน หมายถึง อะไร
- ประเด็นศึกษา
- วิธีการดำเนินวิจัย
- งบประมาณการดำเนินงาน
- ผลที่คาดว่าจะได้รับ

วาระที่ ๒ : ช่วงแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

หลังจากที่มีการนำเสนอโครงการแล้ว คุณโสภา ผู้ดำเนินการเวที ได้ชวนให้ผู้เข้าร่วมทีมจากหน่วยงาน คณะผู้บริหารของเทศบาล และผู้นำหมู่บ้านได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ให้ข้อเสนอแนะต่อทีมวิจัย ในการดำเนินงาน

นายบรรเทง สีบวงส์ (หัวหน้าท้องถิ่น อ.โพธาราม) ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นดังนี้ : ภูมิใจในแนวคิดของคนในท้องถิ่นที่สามารถรวมตัวกันสร้างการมีส่วนร่วมที่จะแก้ปัญหของชุมชนทำงานร่วมกัน มีข้อเสนอแนะ ๒ ประเด็นคือ

- ตัวชี้วัดในการทำงานวิจัย จะดูได้จากอะไรเมื่องานวิจัยนี้ทำเสร็จสิ้นแล้ว
- กลุ่มเป้าหมายที่เข้าร่วมโครงการ ทีมวิจัยมีวิธีการที่จะรวมกลุ่มอย่างไร และอยากให้กลุ่มเป้าหมายที่มาเข้าร่วมมีความหลากหลายให้เข้ามารับรู้การทำงานวิจัยครั้งนี้

คุณง่ายงาม ในฐานะที่มีบทบาทเป็นที่เลื่องโครงการวิจัย จ.ราชบุรี ได้กล่าวถึงเรื่องตัวชี้วัดในการทำงานวิจัยครั้งนี้ แนวคิดของงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นมุ่งเน้นเพื่อสร้างปัญญาให้กับคนในชุมชนท้องถิ่น ซึ่งความสำเร็จจะอยู่ที่การเปลี่ยนแปลงของชุมชนในการแก้ปัญหของตัวเอง และกระบวนการเรียนรู้เพื่อพัฒนาศักยภาพของคนที่เข้าร่วมในกระบวนการวิจัยทั้งตัวนักวิจัยเอง หรือกลุ่มเป้าหมาย ซึ่งในโครงการวิจัยนี้ จะต้องได้ทั้งองค์ความรู้เรื่องสุขภาวะของชุมชนบ้านฉ่อง เกิดกระบวนการเรียนรู้ในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของชุมชน และการได้แนวทางในการสร้างสุขภาวะให้เกิดขึ้น ในขณะที่ดำเนินการวิจัยต้องเกิดความสัมพันธ์ที่ดีทั้งในทีมวิจัย และกับสมาชิกในชุมชน เกิดกระบวนการมีส่วนร่วมอย่างแท้จริงในการทำงาน และทำกิจกรรมโดยใช้ข้อมูลหรือข้อเท็จจริงในการออกแบบการทำงาน

คุณโสภา (นักวิจัย ม.๕) ได้กล่าวถึงเรื่องกลุ่มเป้าหมายที่ทางทีมวิจัยได้กำหนดไว้ คือ กลุ่มบุคคลที่เกี่ยวข้องในการสร้างสุขภาวะของชุมชนทั้งหมด ตั้งแต่สถาบันวัด โรงเรียน ครอบครัว กลุ่มองค์กรต่าง ๆ ในชุมชน ซึ่งครอบคลุมคน ๓ วัย

คุณป้ากาน (นักวิจัย ม.๕) ได้กล่าวเสริมในเรื่องสุขภาวะที่ต้องการเห็น คือ การให้ความสำคัญเรื่องศีลธรรม จริยธรรมประจำใจที่ปลูกฝังให้กับลูกๆ หลานๆ ในชุมชน และอยากให้ทุกหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาร่วมให้การสนับสนุน

คุณวินัย (นักวิจัย ม.๗) : ได้กล่าวถึงความภาคภูมิใจที่ได้มาเป็นทีมวิจัย เพราะตัวเองมีความรู้แค่ ป.๔ แต่ได้มีโอกาสร่วมทำงานเพื่อตอบแทนคุณทางสังคม และคิดว่าคุณสมบัติของนักวิจัยไม่จำเป็นต้องมีการศึกษาสูงแต่ถ้ามีใจเสียสละเพื่อส่วนรวมก็สามารถทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นได้แล้ว

คุณสุจิต ลิณลา (สมาชิกสภาเทศบาล) : ได้ให้ข้อเสนอแนะประเด็นสุขภาวะชุมชน ควรให้ความสำคัญในเรื่อง

- สุขภาวะทางจิต : ต้องเริ่มต้นจากที่ครอบครัว มีความเข้าใจกัน มีสติ มีสมาธิ
- สุขภาวะทางสังคม : การอยู่ร่วมกันและการยอมรับซึ่งกันและกัน

และฝากให้ทีมวิจัยและผู้เข้าร่วมโครงการ ได้ทำกิจกรรมที่สร้างประโยชน์ สร้างความสุขให้กับชุมชน ผู้ที่ร่วมทำสิ่งดี ๆ จะรู้สึกว่าคุณค่าของตัวเองมีคุณค่า เกิดความภาคภูมิใจในการทำความดี

คุณประเสริฐ ทองสาธ (ประธานสภา) : ให้ความสำคัญในประเด็นการสร้างศีล สมาธิ ปัญญา คนที่ไม่มีปัญญาก็รักษาทรัพย์ไม่ได้ การอยู่ร่วมกันด้วยศีล เช่น เด็กควรให้ความเคารพอ่อนน้อมต่อผู้ใหญ่ และในการเก็บข้อมูลควรเข้าถึงบุคคลที่เป็นแบบอย่างที่ดี มีความเสียสละเพื่อส่วนรวม เป็นผู้มีศีลธรรม

คุณสง่า หนูพันธ์ (รองนายกเทศมนตรี) : ฝากประเด็นเรื่องการทำงานเป็นทีมของทีมวิจัย และเน้นเรื่องการทำกิจกรรมสร้างความช่วยเหลือซึ่งกันและกันในสังคม

คุณสุเทพ บุญประสม (ผอ.รร.วัดบ้านฆ้อง) : ให้ข้อเสนอแนะเรื่องการจัดกิจกรรมให้สอดคล้องกับกลุ่มคนทั้ง ๓ วัย ซึ่ง ผอ. มีประสบการณ์ได้ทำกิจกรรมเยี่ยมบ้านเด็กนักเรียนจะทำให้เห็นสภาพจริงทั้งหมด และที่สำคัญ คือ การสร้างให้เกิดคำว่า จิตพิสัย ฝังอยู่ในจิตจนเป็นนิสัยที่ดี ทำต่อเนื่อง ซึ่งต่อไปชุมชนจะเดินได้ด้วยตนเองอย่างยั่งยืน เมื่อจบโครงการไปแล้วหรือไม่มีหน่วยงานมาให้การสนับสนุนงบประมาณก็ยังสามารถสร้างสุขภาวะต่อไปได้

ว่าที่ ร.ต.อนันตยศ เจริญผล(พัฒนาชุมชน อ.โพธาราม) : ให้ความคิดเห็นว่าความสุขหรือสุขภาวะของคนแต่ละวัยไม่เหมือนกัน เช่น วัยเด็ก จะอยู่ที่เรื่องการศึกษา สุขภาพอนามัย การห่างไกลจากโรค วัยรุ่น จะมีความสุขในเรื่องของการได้แสดงออก วัยคนทำงานอยู่ที่เรื่องการทำมาหากิน สร้างอาชีพสร้างฐานะ วัยชราความสุขอยู่ที่การได้เห็นอนาคตที่ดีของลูกหลาน ตัวเองไม่ถูกทอดทิ้ง ถ้าจะวัดความสำเร็จของโครงการตามวัยของกลุ่มเป้าหมายอาจจะเป็นเรื่องที่ยาก ให้ข้อเสนอแนะว่าถ้าจะวัดตัวชี้วัดควรดูในภาพรวมของชุมชน ตามโจทย์ที่มา เช่น เมื่อดำเนินโครงการนี้แล้ว ความสุขจะเกิดขึ้นในชุมชน ไม่มีคนฆ่าตัวตายด้วยภาวะซึมเศร้า วัยรุ่นมีปัญหาเรื่องยาเสพติดลดลง ภาวะหนี้สินลดลง เด็กไม่ประพฤติผิดจนต้องไปอยู่ในสถานพินิจ และฝากเรื่องการสร้างความเป็นชาตินิยมให้กับเด็กและเยาวชน สามารถพึ่งตัวเองได้

คุณประชิน สังขานวม (เกษตรอำเภอ) : มีความรู้สึกดีใจที่ทีมวิจัยสนใจทำงานวิจัยเรื่องประเด็นสุขภาวะ ซึ่งเป็นเรื่องนามธรรม เพราะเท่าที่ผ่านมาการพัฒนา มักจะมองเฉพาะเรื่องของวัตถุ ซึ่งจะถามเรื่องตัวชี้วัด ควรนำแนวคิดของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเรื่องเศรษฐกิจพอเพียงมาปรับใช้ คือ การมีความพอประมาณ การใช้เหตุผล และการสร้างภูมิคุ้มกัน

คุณณณิ คันบุตร (เลขานุการนายกฯ) : มีข้อเสนอแนะ คือ เรื่องการกระจายการรับรู้เรื่องงานวิจัยไปให้ทั่วถึง อยากให้ขยายทีมวิจัยไปให้มากกว่า 29 คนที่มีอยู่ และมีการประชาสัมพันธ์ให้กับหน่วยงานได้รับรู้ เพื่อสะดวกในการประสานงาน และสุดท้าย คือ การทำงานที่สร้างความสุขแบบไม่ต้องพึ่งพางบประมาณ

คุณไสว สาริสอน (สมาชิกสภา) : เมื่อได้ฟังรายละเอียดของโครงการแล้ว มีความรู้สึกพอใจและอยากให้ดำเนินการต่อไป แต่ยังไม่กระจ่างชัดในวิธีการดำเนินการวิจัย เพราะเป็นเรื่องที่ชาวบ้านไม่คุ้นเคยเกรงว่าจะเป็นเรื่องยากที่จะสร้างความร่วมมือในการทำกิจกรรมกับชาวบ้าน

ส.ต.ท.บุญชู สีใส (สมาชิกสภา) : รู้สึกพอใจกับโครงการนี้ เพราะเท่าที่ผ่านมาลูกทั้งสองคนได้เข้าร่วมกิจกรรมของทางทีมวิจัยด้วยแล้ว อยากให้ลูกสาวได้เข้าร่วมตลอดเพราะได้ฝึกการกล้าแสดงออกมากขึ้น

สุดท้ายทางทีมวิจัยรับข้อเสนอแนะต่าง ๆ โดยเฉพาะประเด็นเรื่องตัวชี้วัดที่ได้กล่าวถึงกันมากในเวทีกลับไปพิจารณาให้เกิดความชัดเจนมากขึ้น และผู้ดำเนินการเวทีได้เชิญนายสง่า หนูพันธ์ รองนายกเทศมนตรีกล่าวปิดเวที

ปิดเวที ๑๔.๕๐ น.

ถอดบทเรียนหลังจัดเวที (๑๔.๕๐ น. – ๑๕.๑๕ น.)

ทีมวิจัยได้ใช้เวลาหลังจัดเวที พูดยุติถึงผลการจัดเวทีว่าบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้หรือไม่ ซึ่งได้กำหนดวัตถุประสงค์ของการจัดเวทีครั้งนี้ไว้ ๓ ข้อ คือ

๑. เพื่อสร้างความเข้าใจให้กับหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำ องค์กรในชุมชน ได้รับทราบถึงเป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวิธีการดำเนินการของโครงการวิจัย
๒. เพื่อสร้างความร่วมมือของหน่วยงาน เทศบาล ผู้นำ องค์กรในชุมชนให้มีส่วนร่วมในการดำเนินการวิจัย
๓. เพื่อรับฟังข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะจากผู้เข้าร่วมเวทีต่อการดำเนินการวิจัย

ผลของการจัดเวที

๑. หน่วยงาน ผู้บริหาร ฝ่ายปกครองท้องถิ่น ให้การตอบรับ และได้รับทราบที่มาที่ไป รายละเอียดของโครงการ
๒. ผู้เข้าร่วมเวทีเห็นด้วยในการดำเนินโครงการของทีมวิจัย และแสดงความคิดเห็นพร้อมทั้งให้ข้อเสนอแนะต่อทีมวิจัยในการดำเนินงาน แบ่งเป็น ๓ ประเด็น
 - ด้านเนื้อหา : ของคำว่า “สุขภาวะ” ที่ควรเน้นทางด้าน ทางจิต (สติ สมาธิ) ทางสังคม (ศีล การยอมรับ การช่วยเหลือ) และทางปัญญา
 - ด้านกระบวนการ :
 - การเก็บข้อมูลที่ให้เข้าถึงบุคคลที่เป็นแบบอย่างในด้านการสร้างสุขภาวะ
 - การสร้างการมีส่วนร่วมกับกลุ่มเป้าหมายให้ครอบคลุมตามประเด็นศึกษา และครอบคลุมกับคนทั้ง ๓ วัย และขยายวงทีมวิจัยให้มากขึ้น
 - การทำงานเป็นทีมของทีมวิจัย
 - การประชาสัมพันธ์ และการประสานกับหน่วยงาน องค์กรให้เข้ามามีส่วนร่วมกับทีมวิจัย
 - การออกแบบใช้กิจกรรมที่เป็นประโยชน์สร้างคุณค่าให้กับผู้ทำ และกับชุมชน
 - ด้านผลสัมฤทธิ์ : ตัวชี้วัดที่สามารถบ่งบอกได้ถึงความสำเร็จของการดำเนินการวิจัย คือ อะไร

สิ่งๆ ที่เกิดขึ้นกับทีมวิจัยในเวทีนี้ เกิดขึ้นได้เพราะ

- มีการวางแผน แบ่งบทบาทหน้าที่ในทีมวิจัย และมีการเตรียมตัวมาดี
- มีการช่วยเหลือซึ่งกันและกันภายในทีมวิจัย สามารถทำหน้าที่แทนกันได้ในกรณีที่ผู้ที่ได้รับมอบหมายติดภารกิจไม่สามารถมาร่วมได้
- ได้รับการสนับสนุนทางด้านสถานที่ สื่อ และเจ้าหน้าที่ของเทศบาลในการช่วยเหลือจัดเตรียม
- ผู้นำท้องถิ่นมีวิสัยทัศน์ที่ดีและให้การยอมรับโครงการของทีมวิจัย

สิ่งที่ทีมวิจัยจะพัฒนาให้ดีขึ้น

- หากมีการเปลี่ยนแปลงเรื่องบทบาทหน้าที่ในการดำเนินการในเวที ให้มีการแจ้งล่วงหน้ากับเพื่อนร่วมทีม โดยมียุทธศาสตร์ที่พอเพียงในการปรับแผนและเตรียมตัว
- การเป็นตัวอย่างที่ดีของทีมวิจัยในการทำงานกับชุมชน เช่น เรื่องการทำงานเป็นทีม การมีความสามัคคี การมาตรงต่อเวลา

- การประสานงานกับหน่วยงาน ควรมีการติดตามว่าได้ประสานทั่วถึงหรือไม่ และมีการเตรียมข้อมูลเบื้องต้นให้กับประธานที่จะมาเป็นผู้กล่าวเปิดเวที

การนัดหมายครั้งต่อไป

กิจกรรมต่อไปที่จะดำเนินการ คือ การสร้างความเข้าใจเรื่องการค้าเงินโครงการวิจัย ผู้สมาชิกในชุมชนทั้ง ๑๐ บ้าน ซึ่งจะดำเนินการครั้งละ ๒ หมู่บ้าน นัดหมายการวางแผนการทำงานของทีมวิจัย ประชุมครั้งหน้าวันอังคารที่ ๑๔ กรกฎาคม ๒๕๕๒ เวลา ๑๕.๐๐ น. ณ ที่ทำการกองทุนหมู่บ้าน หมู่ที่ ๔

น.ส.ง่างาม ประจวบวัน

ผู้บันทึก

กิจกรรมที่ ๑ : ประชุมวางแผนการจัดเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชน

วันอังคารที่ ๑๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.

ณ บ้านคุณภาวิณี สามัคคี หมู่ ๔ บ้านดียบอน ต.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑	นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒	นางสาวประทุมวดี	ลีไส	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓	นางสาวร่ายงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๔	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕	นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๖	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๗	นางเฉลิม	สุมลชา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๘	นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๙	นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๑๐	นางโสภา	สาธิตพงษ์	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕

เริ่มกิจกรรม เวลา ๑๘.๐๐ น

วาระที่ ๑ สร้างความเข้าใจให้แต่ละหมู่บ้านซึ่งมีความคิดเห็นที่ตรงกันว่าน่าจะทำความเข้าใจที่ละ ๒ หมู่บ้าน เพราะตำบลบ้านจ้องมีทั้งหมด ๑๐ หมู่ ให้ประเด็นคุย (เป็นภาษาชาวบ้าน)

- ว่าพวกเราในวันนี้เพื่ออะไร
- คุยเรื่องความสุขของพี่น้องในหมู่บ้าน

เป้าหมาย ๑ หาแนวร่วม – มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรม

- เข้ามาเป็นทีมงาน

๒ เพื่อสร้างให้เกิดความเข้าใจ โครงการวิจัยสุขภาวะ?

๓ เกิดความสุขในการพูดคุย

หน้าที่ของทีม : กระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้อยากแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

ขั้นตอน กิจกรรม วิธีการ

๑ สร้างความเป็นกันเอง / ทำแล้วเกิดความสุข

๒ วิธีการดึงคนเข้าร่วม (ถอดบทเรียนตัวเอง)

- มาตามบทบาทหน้าที่/สายงาน
 - คิดถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นและเกิดประโยชน์กับชุมชน
 - เป็นคนชอบช่วยเหลือสังคมอยู่แล้ว (ใจอาสา) วิเคราะห์คนในหมู่บ้านว่าคนเหล่านี้คือใคร
- ประเด็น – การทำงานการมีส่วนร่วมชุมชนกับหน่วยงาน
- เกิดแรงกระตุ้น อยากทำ จากความสำเร็จเล็กๆ โดดตัวเช่น เรื่องของคุณบุญชู อยากให้ถูกมาร่วมกิจกรรมกับกลุ่ม
 - ทำอย่างไรให้คนที่เข้าร่วมต้องการเข้ามาด้วยใจไม่ใช่แค่ฝากงาน

- เลือกคนเข้าร่วมเวทีเพื่อสร้างแรงฮึกเหิม/กำลังใจ
 วาระที่ ๒ ออกแบบเวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนหมู่ที่ ๑ และหมู่ที่ ๓
 สถานที่ บ้าน สท.ไกร นนทธีเยี่ยม หมู่ที่ ๑
 สท.ภาวิณีมีความเห็นว่าน่าจะไปด้วยกับกลุ่มคนประมาณ ไม่เกิน ๓๕ คน
 กลุ่มเป้าหมาย

- อ.ส.ม.
- ผู้ใหญ่บ้าน/ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน
- ส.ท
- กลุ่มสตรี
- กลุ่มผู้สูงอายุ
- กลุ่มเด็ก/เยาวชน

ลุงวินัยคิดว่าน่าจะนั่งคุยกันเป็นวง ชาวบ้าน ไม่ใช่เครื่องเสียงส่วนอาหารเลี้ยงมือเที่ยงพร้อมกับน้ำดื่ม

หัวข้อการคุย

ช่วงแรก แนะนำตัวทีมวิจัย เป็นใคร ทำอะไรอยู่ที่ไหน
 แนะนำผู้เข้าร่วม

ช่วงที่ ๒ ชวนคุยบอกเล่าตัวโครงการอย่างไร

- เกิดความอยาก/สงสัย /อยากติดตาม เรียนรู้ต่อไปในเวทีอื่นๆ
- ความเป็นมาของคนในชุมชน
- คนสมัยก่อนหากินอยู่อย่างไร
- ชวนผู้สูงอายุเล่าเรื่องอดีตของชุมชน

บทบาทหน้าที่

- คนชวนคุย ป้าก้าน / พี่วินัย
- คนขึ้นกระดาน คุณภาวิณี
- คนบันทึกรายงาน ประทุมวดี/อุบล
- คนลงทะเบียน หมอน้อย/มาลา
- อาหาร/สถานที่ คุณภาวิณี

ฝากเรื่อง เก็บข้อมูลละเอียดคือเนื้อหา (ควรวินัยก็เทป) ใช้เรื่องเล่าเพื่อสร้างความสัมพันธ์
 ถอดบทเรียนหลังทำกิจกรรม

ปิดทำกิจกรรมเวลา ๒๑.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
 ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๘ :เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓) และถอดบทเรียน

วันอาทิตย์ที่ ๒๖ เดือนกรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านเลขที่ ๘๕ บ้านนางไกร นนทบุรี หมู่ที่ ๑ ค.บ้านฉ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑	นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒	นางสาวประทุมวดี	สีใส	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕	นางโสภา	สาธิตพงษ์	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๖	นางสาวว่างาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๗	นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๘	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๙	นางเฉลิม	สุมลชา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๙
๑๐	นางอุไร	นิลสาริกา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๙
๑๑	นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๑๒	นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๑๓	ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๑๔	ค.ญ.ฉัชชา	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๑๕	นายชินนวัฒน์	มณีศรีจำ	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม	

ผู้เข้าร่วมเวที (ชาวบ้าน)

๑	นางสาวสุนันทา	รักงาม	หมู่ที่ ๓
๒	นายคำธร	อินทนู	หมู่ที่ ๓ ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๓
๓	นายวีระชัย	พรพิทักษ์พงศ์	หมู่ที่ ๓ ส.ท.ตำบลบ้านฉ้อง
๔	นางบำรุง	อุ้นทาโพ	หมู่ที่ ๓
๕	ค.ญ.อรพรรณ	จันทร์ดา	หมู่ที่ ๓
๖	ค.ญ.วรรณนิสา	ชุกุล	หมู่ที่ ๓
๗	นางสายทอง	จันทร์ดา	หมู่ที่ ๓
๘	นางสายสมร	ทองพูล	หมู่ที่ ๓
๙	นางวันเพ็ญ	ใจสันเทียะ	หมู่ที่ ๓
๑๐	ค.ญ.จิราพร	ใจสันเทียะ	หมู่ที่ ๓
๑๑	ค.ญ.นรินทร์พร	รักงาม	หมู่ที่ ๓
๑๒	นางสาวสอ้ง	จันทร์ดา	หมู่ที่ ๓
๑๓	นางไกร	นนท์เอี่ยม	หมู่ที่ ๑ ส.ท.ตำบลบ้านฉ้อง
๑๔	นางสุวรรณ	นนท์เอี่ยม	หมู่ที่ ๑ ประธานอ.ส.ม.ตำบลบ้านฉ้อง

๑๕ นางโกสุม	มาลาวันย์	หมู่ที่ ๑
๑๖ นางมณี	โพธิเชนย	หมู่ที่ ๑
๑๗ นางนิล	กรมมา	หมู่ที่ ๑
๑๘ ค.ญ.ศกาวดี	ลีโส	หมู่ที่ ๑
๑๙ ค.ญ.เกศกนก	ลีโส	หมู่ที่ ๑
๒๐ นางปราณี	ศิริวัน	หมู่ที่ ๑
๒๑ นาง สุมาลี	สันติภูมิโพธา	หมู่ที่ ๘

เริ่มกิจกรรมเวลา ๐๙.๐๐ น.

ช่วงการนำเสนอของคำว่า “ความสุขของชุมชน”

กิจกรรมที่ ๑ นำเสนอโดยลุงวินัยกับป้าก้าน จะถามผู้สูงอายุว่าช่วงที่ป้ามากอยู่ในวัยเด็กกับวัยหนุ่มสาวนั้นเป็นอย่างไรคุณมากเล่าว่าสมัยก่อนอุดมสมบูรณ์มากมีอาชีพทำนา ปลูกข้าว เลี้ยงวัว เลี้ยงควาย คุณมากมีอายุเกือบ 80 ปีแล้วไปหัวเราะไปกับป้าเอ๊ยอย่างมีความสุข (อายหน้าแดง)

ส่วนผู้ใหญ่กำธร ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๓ ให้แ่งมมมองว่า มีการลงแขกเกี่ยวข้าว ร้องรำทำเพลงขณะเกี่ยวข้าว สนุกสนาน มีการนำวัสดุธรรมชาติ เช่น ขี้วัวมาใช้โดยผสมกับน้ำมาทาลงพื้นดิน เรียกว่า “ลาน” เพื่อดับฝุ่น ชาวนาเก็บเกี่ยวข้าวแล้ว จะนำฟ่อนข้าวมาวางในลานเพื่อเตรียมนวด ใช้วัวในการนวดข้าวและลงแขกโดยมาช่วยกันทำ ผู้ชายออกแรง ผู้หญิงทำอาหาร มาเลี้ยงกันสนุกสนาน อาหารที่นำมาเลี้ยงกันคือ ข้าวปุ้น ขนมจีน ภาษาดั้นบ้านฉ้องเรียกว่าข้าวปุ้น

อ.ประทุมวดี เสริมว่าสมัยก่อนจะนำข้าวของที่ตนมีมาช่วยงานแทนตัวเงิน

ส.ท. วีระชัย หมู่ที่ 3 บอกว่าความเป็นอยู่เปลี่ยนแปลงไป ตามยุคตามสมัย ผู้หญิงต้องออกมาทำงานตามโรงงานต่างๆ

ป้าณี หมู่ ๑ ให้ความรู้เรื่องการทำขนมจีน มักจะทำในวันสงกรานต์ กับงานบุญเดือนสิบ เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ ไม่มีทีวี ดูแม่จะเล่านิทานให้ลูกฟัง

ป้าอง หมู่ ๑ เล่าเรื่องการทำขนมสมัยก่อน มีข้าวคั่วมัด ขนมเทียน ขนมไทยๆ

ป้าณี การทำ揖กันของคนหนุ่มสาวสมัยก่อน จะใช้วิธี “ขว้างข้าวเม่า” หนุ่มจะโยนมะพร้าวเข้ามาในบ้านสาว แล้วเดินมาเก็บ เสร็จแล้วนำมาคลุกกับข้าวเม่ากิน เนื่องจากสาวจะนวดกันคำข้าวเม่ากินในฤดูกาลข้าวกำลังจะแก่พร้อมเกี่ยวได้

ป้าณี เล่าต่อว่าปัจจุบันมีเทคโนโลยีเข้ามาทำให้สังคมและการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป ทุกคนช่วยกันเล่าว่า สมัยก่อนมีการลูกช่วงในวันสงกรานต์ เล่นตี่จ๊ับ และการเข้าคี่กะลา ร้องเพลงร้องในคอนกลางคืนอย่างสนุกสนาน

คุณมาก ร้องเพลงสมัยก่อนให้ฟัง รวบรวมสมัยก่อนให้ดู (พร้อมกับอายหน้าแดงเป็นลูกคำลึง)

จำ หมู่ ๓ เล่าว่ามีลำคลองข้างบ้านเมื่อสมัยก่อน มีทีวีอยู่เครื่องเดียวคนดูเป็นสิบๆ เพราะแถวบ้านสมัยนั้น ไม่มีใครมีทีวี (ที่หมู่ ๓ นะ) มีการทำบุญร่วมกันโดยช่วยกันทำอาหาร ทำบุญเสร็จแล้วกินข้าวพร้อมกัน และยังแบ่งอาหารกลับไปกินที่บ้านได้อีก มีเวลว่างก็จะไปเล่นน้ำในคลอง

ที่แป๊ะ หมู่ ๓ เล่าว่าสมัยก่อนยากจนมากต้องเลี้ยงน้องหลายคน คนเป็นพี่ต้องเสียสละมากมายให้น้องๆ

ที่คึม หมู่ ๑ บอกว่าสมัยเด็กๆเล่นกระโดดเชือก โดยนำเอาคำลึงมาแทนเชือกกระโดด เพราะไม่มีเงินซื้อหนังยาง และเชือก

ส.ท.ไกร หมู่ 1 เล่าว่าสมัยก่อนลำบากมาก หุงข้าวคั่วแ่งด้วยหิน คัดน้ำและหบน้ำเอง หนุ่มสาวจะพบรักกันในช่วงวันสงกรานต์ อายุ ๑๘ - ๑๙ ปี ถึงจะรู้จักความรัก แต่งงานอายุ 20 ปีกว่า

จำ หมู่ ๓ อยากให้ชาวบ้านมาร่วมพูดคุยกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเพื่อลดช่องว่างในชุมชน คน ๓ วัย ก็จะมีชีวิตอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข มีแนวคิดและปฏิบัติในแนวทางเดียวกัน

เป้าหมาย พูดว่าถ้าคนเรามีศีลธรรม วัฒนธรรม จริยธรรมที่ดีในใจจะทำให้เกิดสุขภาวะที่ดีตามมา

กิจกรรมที่ ๒

พูดคุยถึงเรื่องความรู้สึกของวันนี้ ทุกๆ คนมีความรู้สึกที่ดี สามารถย้อนถึงตัวเองได้ในอดีต ชอบพูดถึงเรื่องราวเก่าๆ ได้เล่าความแตกต่างของอดีตและปัจจุบัน ส่วนคุณแม่มากบอกว่าอยากให้มาคุยอีกจะได้ไม่เหงา (หัวเราะ)

วัตถุประสงค์

๑. ทำความเข้าใจกับคนในชุมชน หมู่ ๑ กับหมู่ ๓ รวมถึงผู้ใหญ่, ส.ท. ว่าคำว่า สุขภาวะคืออะไร
๒. ทำความเข้าใจกับ อ.ส.ม. สตรีอาสา กับบุคคล ๓ วัย วัยเด็กเยาวชน วัยทำงาน วัยผู้สูงอายุ

ขั้นตอน - แนะนำตัวนักวิจัย

- ชาวบ้านแนะนำตัว รวมทั้งผู้ใหญ่บ้าน กับส.ท.ด้วย
- ชวนคุยเรื่องราวในอดีตและปัจจุบัน
- พักรับประทานอาหาร เวลา ๑๑.๐๐ น.

ผลการดำเนินกิจกรรม

ผลที่ได้รับ บุคคลทั้ง ๓ วัย กลุ่ม อ.ส.ม. สตรีอาสา ผู้ใหญ่บ้าน เด็ก-เยาวชน และผู้สูงอายุ เข้าใจคำว่าสุขภาวะมากขึ้น เพราะสามารถพูดถึงเรื่องราวของตนเองตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน แยกความแตกต่างสมัยก่อนกับปัจจุบัน ได้อย่างมีความสุข

ถอดบทเรียนหลังกิจกรรม

สิ่งที่ได้รับในกิจกรรมนี้ ตรงเป้าหมาย โดยการชักชวนชาวบ้านพูดภาษาถิ่น ผู้นำเสนอก็พูดภาษาถิ่นด้วย คนเล่าสนุก คนฟังชวนติดตาม (ยิ้ม)

สิ่งที่ต้องแก้ไข

๑. การจัดเวทีคิดรูปแบบไม่เป็นวงกลม มองไม่เห็นหน้ากัน
๒. ขณะชาวบ้านพูด ทีมวิจัย ไม่ควรแข่งพูด
๓. ไม่คำนึงงานตามแผนที่วางไว้

การแก้ไข

- ควรเสริมเนื้อหาเมื่อผู้พูดพูดจบ
- วางแผนการพูดคุยให้แน่ชัด โดยระบุบุคคลก่อน
- ต้องเข้าใจรูปแบบของการดำเนินงาน

ข้อคิด

- ทุกคนต้องมีส่วนร่วมในโครงการ ไม่ยึดติดกับตำแหน่ง เพราะอาจจะทำให้งานล้มเหลวได้

- เวทีนี้ช่วยให้ทีมเก่งขึ้น จากการทำงานในแต่ละครั้ง
- เมื่อมีข้อผิดพลาดต้องไม่โทษใครถูกใครผิด

ปิดการประชุม ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๕ : เวทีสร้างความเข้าใจกับชุมชนโซนที่ ๒ (หมู่ ๙ กับหมู่ ๘) และถอดบทเรียน

วันอาทิตย์ที่ ๕ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๘ บ้านบ่อมะกูด ต.บ้านนอ อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑	นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการฯ	หมู่ที่ ๒
๒	นางสาวประทุมวดี	สีไธ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕	นางสาวงามงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๖	นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๗	นางเนตรชนก	ลบเลิศ	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑๐
๘	นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๙	ค.ญ.ปฐมพร	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๑๐	นายพิทยา	สันติภูมิโพธา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๘
๑๑	นางนุสพา	ชัยศักดิ์านุกูล	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕
๑๒	นายชินนวัฒน์	มณีศรีขำ	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม	

ผู้เข้าร่วมเวที (ชาวบ้าน)

๑	นางจี	โสภา	หมู่ที่ ๗
๒	นางละออง	แสงงาม	หมู่ที่ ๘
๓	นายสมาน	สิงห์พวง	หมู่ที่ ๘
๔	นางจรรยา	ถาลาด	หมู่ที่ ๘
๕	นางกรม	มหาสิงห์	หมู่ที่ ๗
๖	นางเพชร	อาชูปึกษา	หมู่ที่ ๘
๗	นายสุวรรณ	ศรีนาค	หมู่ที่ ๗
๘	นางสุชิน	เกรอด	หมู่ที่ ๖
๙	นายเลิศ	จันทร์ทอง	หมู่ที่ ๗
๑๐	ค.ญ.กาญจนา	อาชูปึกษา	หมู่ที่ ๘
๑๑	ค.ญ.อรสา	คิปัญญา	หมู่ที่ ๗
๑๒	ค.ช.ปัญญา	คิปัญญา	หมู่ที่ ๗
๑๓	ค.ญ.เสาวคนธ์	เพ็งวัน	หมู่ที่ ๘
๑๔	นางซิด	ถาลาด	หมู่ที่ ๘
๑๕	นางอ่ำ	อุ่มเอิบ	หมู่ที่ ๗
๑๖	นางเป็ง	พันแจ่ม	หมู่ที่ ๗
๑๗	นางจอม	สีนาค	หมู่ที่ ๗
๑๘	นางไทย	อุ่มเอิบ	หมู่ที่ ๗

๑๕ นางหทัยรัตน์	อุ่มเอิบ	หมู่ที่ ๗
๒๐ นางสาวลัย	สันติภูมิโพธา	หมู่ที่ ๘
๒๑ นาง มะลิสา	คำอาจ	หมู่ที่ ๘
๒๒ นางจันทร์ธนา	แซ่ลิ้ม	หมู่ที่ ๘
๒๓ นางนิสาชล	อารียากร	หมู่ที่ ๗
๒๔ นางภัทรา	หนูหา	หมู่ที่ ๘

เริ่มกิจกรรมเวลา ๐๘.๐๐ น.

พูดคุยบอกเล่าเรื่องอดีตและปัจจุบันของชุมชน สมัยก่อนทำนาเองโดยไม่ใช้เครื่องจักร ใช้แรงงานล้วนๆ การเดินทางด้วยการเดินเท้าเป็นการสะดวกที่สุด และเด็กๆ นิยมไปกับผู้ใหญ่ในบ้านมากกว่าไปกันเอง น้ำประปาไม่มีใช้ ถ้าไม่อยากให้หลานเป็นฝุ่น ต้องนำขี้วัวมาผสมกับน้ำแล้วให้เข้ากัน โดยการเอาเท้าเหยียบให้ละเอียดแล้วนำไปทาลงพื้นดิน ในสมัยก่อนมีการขังข้าวมาเล่นในเทศกาลต่างๆ ไม่มีไฟฟ้าใช้ มีตะแวงและน้ำมันทุกๆ บ้านเมื่อก่อนวัดบ่อมะกรูดมีชื่อว่าวัดบ้านช้างงาม กำนันมั่งเปลี่ยนชื่อเดิมเป็นวัดบ่อมะกรูดจนถึงปัจจุบัน และสมัยนั้นจะแลกกับข้าวกันกิน สมัยนี้ไม่มีแล้ว และใครอยากดูทีวี ต้องไปดูที่วัด สีข้าวโดยใช้โรงสีมือ แล้วมาคั่ว นิยมทำขนมกินกันเองคือขนมจีน ใช้ใบข่อยสีฟัน ใช้น้ำขาวข้าวสระผม แทนแชมพู ใช้เปลือกไม้ขี้หนอนซักผ้าแทนผงซักฟอก นำข้าวสุกที่เหลือมาคากแดดนำไปทอดร่อนน้ำตาล ทำน้ำตาลกินเอง (จากลูกตาล) ไม่มีสารกันบูดก็เก็บได้นาน เมื่อก่อนไม่มีเมรุเผาศพ ใช้เผาแบบกองฟอนหรือเชิงตระกอง นิยมนำข้าวสารหรือผลผลิตในครัวเรือน ไปช่วยงานบุญต่างๆ แทนเงิน พ่อกับแม่ไม่ลำบากในการเลี้ยงลูก เพราะพี่จะเลี้ยงน้องให้เอง

ชุมชนบ้านบ่อมะกรูด

อดีต

- ๑ ในเป็นสุข
- ๒ ลำบาก แต่สนุก
- ๓ สิ่งแวดล้อมดีและอุดมสมบูรณ์
- ๔ ไปมาหาสู่ที่นั้งกัน
- ๕ งานบุญมาร่วมแรงร่วมใจ
- ๖ ไม่มีไฟฟ้า
- ๗ ใช้น้ำบ่อ น้ำคลอง
- ๘ ไม่มีรถใช้

ปัจจุบัน

- ๑ ทุกข์ใจ
- ๒ ทยายสบาย
- ๓ สิ่งแวดล้อมเสื่อม
- ๔ เครื่องมือทันสมัย
- ๕ สะดวกสบาย
- ๖ น้ำฝนกินไม่ได้
- ๗ ลูกหลานไม่ฟังผู้ใหญ่
- ๘ เงินซื้อทุกอย่าง

อนาคต ทางออก ต้องอยู่อย่างพอเพียง มีน้อยใช้น้อย

พูดคุยถึงเรื่องความรู้สึกของวันนี้ ทุกๆ คนมีความรู้สึกที่ดี

- นำความรู้ที่ได้วันนี้ไปพูดให้ลูกหลานฟัง
- รู้สึกดีที่ได้นำอดีตมาเล่าสู่กันฟัง เคือนใจ
- ปลื้มใจที่ได้คุยกับเพื่อนๆ น่าจะคุยกันอีก
- สุขใจที่ได้เล่าสู่กันฟังถึงเรื่องความสุขความทุกข์ของเพื่อนๆ
- อยากให้มาคุยอย่างนี้อีก อยู่บ้านเหงา
- ได้แนววิถีชีวิตแบบพอเพียงจากเพื่อนๆ

จะต้องทำอะไร มีความหวัง พอเพียง สร้างสุข

อดีต เคยมีสุข ปัจจุบันทุกข์มาเยือน อนาคต จะเลือกไปทางไหนดี

ย้อนกลับไปไม่ได้ รอคอยจนตายไปในที่สุด ชุมชนบ้านบ่อมะกรูดมีคนหลากหลายวัย มีวัยผู้สูงอายุ วัยทำงาน และเด็กเยาวชน

ผู้ช่วยวิโรจน์ แจ้งข่าวคิดว่าต่อไปจะมีวงดนตรีไทยแล้วที่หมู่ ๘ ได้เขียนโครงการขึ้นไปแล้ว (วงมโหรี ๓ วัย)

สรุป – ทำหมัศจรรย์ฟอกใจเอง

- ทำข้าวเม่า
- น้ายาล้างจาน
- จักสานเก่ง
- ร้องเพลงกล่อมลูกได้
- ปลุกผักกินเอง
- ทำนา

วัตถุประสงค์ ทำความเข้าใจกันคนในชุมชนหมู่ ๘ และ ๘ และองค์กรของหมู่บ้าน กลุ่ม อ.ส.ม. สตรีอาสา บุคคล ๓ วัย คือ เด็กเยาวชน วัยทำงาน ผู้สูงอายุ

ขั้นตอน ๑ แนะนำตัวนักวิจัย

๒ ชาวบ้านแนะนำตัวรวมถึงผู้ใหญ่บ้านและส.ท.

๓ ชวนพูดคุยเรื่องราวในอดีตและปัจจุบัน

๔ พักรับประทานอาหาร ๑๑.๓๐ น.

ผลการดำเนินกิจกรรม

ผู้สูงอายุได้บอกเล่าเรื่องราวในอดีตอย่างมีความสุข และอยากมาร่วมพูดคุยกันอีก

ถอดบทเรียน

เห็นอะไรในวันนี้

- พูดคุยกันแบบแย่งกันคุย (จะต้องไม่แย่งกันพูด)
- สถานที่ทำให้เวลาพูดเสียงก้อง ฟังไม่ชัดเจน
- ถ้าอยากให้กิจกรรมประสบผลสำเร็จ ต้องคำนึงถึงการสร้างบรรยากาศและสถานที่ให้ผู้เข้าร่วมคุ้นเคย
- กระบวนการส่งรับในเวทีไม่ควรให้ขาดตอน
- การใช้กระดาษจดบันทึกเพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดการมีส่วนร่วม
- อยากจะหาวิธีที่ทำให้เด็กและเยาวชนเข้ามามีส่วนร่วม
- อยากให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันมากกว่าการจัดทำข้อมูล
- ครั้งต่อไปจะใช้วิธีการนำกระดานมาชวนคิดชวนคุยมากกว่าจด

กิจกรรมครั้งต่อไป วันเสาร์ที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๒

กิจกรรมที่ ๑ ทำความเข้าใจ หมู่ที่ ๑ กับ ๓ เรื่องเดิมที่เคยคุยการเล่นในอดีต มีอะไรเล่นอย่างไร

กิจกรรมที่ ๒ ค้นหาเรื่องเดิม

สถานที่ บ้านครูประทุมวดี สีไธ ๕๕ หมู่ที่ ๑ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

เป้าหมาย สร้างตัวต่อเพื่อขยายวงของคนร่วม

ใช้เรื่องการเล่น สร้างกระบวนการเรียนรู้

- วางแผนก่อนทำ
- ลองทำ
- ถอดบทเรียน

ใช้เป็นตัวแทนเรื่องเชื่อมโยงไปเรื่องอื่นๆ

กลุ่มเป้าหมาย คนเดิม (เด็ก) ใช้วิธีดังวงคุย

ปีประชุม ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๑๐ : ค้นหาประเด็นเด็นเรื่องโชนที่ ๑ (หมู่ ๑ กับหมู่ ๓)

วันเสาร์ที่ ๑๕ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส เลขที่ ๕๘ หมู่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันชา	หัวหน้าโครงการ	หมู่ที่ ๒
๒. นางสาวประทุมวดี	สีใส	นักวิจัย	หมู่ที่ ๑
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย	หมู่ที่ ๓
๔. นางภาวดี	สามัคคี	นักวิจัย	หมู่ที่ ๔
๕. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย	หมู่ที่ ๖
๖. นายวินัย	คงนระภา	นักวิจัย	หมู่ที่ ๗
๗. นางบุปผา	ชัยศักดิ์กานกุล	นักวิจัย	หมู่ที่ ๕

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้านจำนวน ๔๒ คน)

ความเดิม ครั้งที่ ๑

เล่าเรื่องในอดีต เกี่ยวกับความเป็นอยู่ อาชีพ การละเล่นพื้นบ้าน เช่น คีจ๊ับ ไม่ห่ม กระโดดเชือก อีแอ๊ป หลุมเมือง พอได้ลงมือเล่น แล้วรู้สึก สนุก มันส์ ตื่นเต้น เคยเล่นมาก่อนได้ย้อนอดีตกลับมาเป็นเด็กอีกครั้ง การเล่นมีประโยชน์ ทำให้เกิดกลุ่ม

๑. ได้ความสามัคคี
๒. ได้ความสนุกสนาน
๓. สุขภาพแข็งแรง
๔. ไม่ต้องเสียเงิน เพราะใช้วัสดุธรรมชาติ วัสดุท้องถิ่น
๕. ได้ฝึกคิด เช่น การเล่นหลุมหลบเมือง

การละเล่นพื้นบ้านในอดีต ถ้าจะมาเล่นในปัจจุบันจะต้องทำอย่างไร มี การเล่นกระโดดเถาวัลย์หลุมเมือง ไม่ห่ม คีจ๊ับ หมากรืบแล้วจะเล่นได้ช่วงเทศกาล ปีใหม่ วันเด็ก วันสงกรานต์ โดยหาตัวแทนแต่ละหมู่บ้านคนที่ยังเล่นเป็น (ในตำบล) ค้นหาการละเล่นแต่ละยุคแต่ละสมัยและทบทวนวิธีการเล่น การเตรียมฝึกซ้อมในแต่ละหมู่บ้านถ้าจะต้องทำกับบุคคล ๑ วัย

ขั้นตอน

๑. หาคนที่เล่นเป็น คนที่เล่นไม่เป็น ลูกหลานในตำบลบ้านฆ้อง
๒. หาอุปกรณ์ ไม้ไผ่ แม่กับลูก
๓. สถานที่ในการเล่น สนามในโรงเรียน ลานวัด ลานกีฬา
๔. กลักร ค่ายเล่นเบสบอล
๕. ช่วงที่เล่น คอนเย็น

ผลการดำเนินกิจกรรม

บุคคล ๑ วัย มีความสนุกและอยากเล่นการละเล่นพื้นเมืองอีก เกิดความสัมพันธ์กันด้วยความสนุก เกิดกลุ่มเล็กๆ ในหมู่บ้านและการละเล่นทำให้ได้ออกกำลังกาย

พักรับประทานอาหาร เวลา ๑๒.๐๐ น.

ถอดบทเรียน

สิ่งที่ได้เห็น หัวข้อที่เล่นถึงความสุขของคนได้คือการมีส่วนร่วมของคน ๓ วัย มีความกระตือรือร้น สถานที่เหมาะสมและได้บรรยายศาสตร์ได้ธรรมชาติทำให้เด็กสนใจตลอดเวลา

สิ่งที่อยากให้ดีขึ้น

- ความพร้อมของทีม
- การใช้ประโยชน์จากการบันทึก การเพิ่มเติมเนื้อหา
- รายงานการเงินทุกครั้งหลังจบกิจกรรม

นัดทำกิจกรรมครั้งต่อไป วันจันทร์ที่ ๓๑ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ น. ที่บ้านอาจารย์ ประทุมวดี หาคมนที่เล่นเป็นทุกหมู่บ้าน

ปิดกิจกรรม เวลา ๑๓.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
(สรุปการรายงานกิจกรรม)

ค.ช.ปัญญาพล จิตรคำ
(ผู้พิมพ์รายงาน)

กิจกรรมที่ ๑๑ : เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องครั้งที่ ๒ (ม.๑ และ๓)

วันจันทร์ที่ ๓๑ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส ม.๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการวิจัย ม.๒
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์บุญถุก	ทีมวิจัย ม.๕
๕. น.ส.งำยงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นายวินัย	คงนงภา	ทีมวิจัย ม.๗
๗. น.ส.พรทิพย์	ศิริวัน	สมาชิก ม.๑
๘. นางแดงลิ้ม	อยู่ปุ๋ย	สมาชิก ม.๑
๙. นางนิล	กรมมา	สมาชิก ม.๑
๑๐. น.ส.สำอางค์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๑
๑๑. นางสุจิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๑๒. นางสาวรอง	สีถางาม	สมาชิก ม.๖
๑๓. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖
๑๔. นางเครือวัลย์	สุจิตนุศร	สมาชิก ม.๖
๑๕. นายยุทธ	โชติพรวน	สมาชิก ม.๗
๑๖. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑: รับรองรายงานการประชุม กิจกรรมที่ ๑๐ วันเสาร์ที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๒ เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องครั้งที่ ๑ (หมู่ ๑และหมู่ ๓) มีการแก้ไขคำที่พิมพ์ผิด และแก้ไขอุปกรณ์การเล่นไม้ห่ม แม่และลูกคือการเรียกไม้ที่ใช้เป็นอุปกรณ์ในการเล่น ส่วนยายและหลาน คือ ผู้เล่น (ตัดทิ้ง)

วาระที่ ๒ : วางแผนการฟื้นฟูการเล่นพื้นบ้านของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง

๒.๑ ทบทวนความเดิม : ลุงวินัยวินัยและพี่ภาวิณี เป็นผู้ดำเนินการพูดคุยในวง โดยมีเป้าหมายเพื่อให้สมาชิกจากหมู่บ้านต่างๆ มาร่วมกันออกแบบวางแผนการดำเนินงานที่จะฟื้นฟูการเล่นพื้นบ้าน โดยมีน้องกริมช่วยทำหน้าที่ช่วยเขียนขึ้นกระดาน การพูดคุยเริ่มจากการทบทวนความเดิมจากเมื่อวันเสาร์ที่ ๑๕ สิงหาคม ๒๕๕๒ คือ มีการอาสาหาแกนนำของกลุ่มการเล่นพื้นบ้านได้ ๕ คน คือ พี่สุจิน ป้าบุรณ ป้าไกร ป้าหลั่น ป้าหุยน และขอให้มีการหาตัวแทนจากหมู่บ้านอื่นมาเพิ่มเติมในการพูดคุยครั้งถัดไป และมีการพูดคุยเป้าหมายและแผนงานคร่าวๆ

๒.๒ แกนนำกลุ่มการละเล่นพื้นบ้าน : ในวันนี้สรุปว่าทีมแกนนำของกลุ่มการละเล่นพื้นบ้านทั้งเก่าและส่วนที่มาเพิ่มใหม่มีดังนี้

- หมู่ ๑ : มี ๔ คน คือ ป้าไกร ป้านิล พรทิพย์ แฉล้ม
- หมู่ ๒ : มี ๑ คน คือ ป้าหลั่น
- หมู่ ๓ : มี ๑ คน คือ ป้าพูน พิธิ์ ป้าบุญ
- หมู่ ๔ : มี ๑ คน คือ ลุงโกศล
- หมู่ ๖ : มี ๔ คน คือ พี่สุชิน พี่เครือวัลย์ พี่สำรอง พี่คึก
- หมู่ ๗ : มี ๑ คน คือ ลุงนาก
- หมู่ ๘ : มี ๒ คน คือ พี่จื่อ จรรยา

รวมแกนนำกลุ่มการละเล่นพื้นบ้าน จำนวน ๑๖ คน

๒.๓ เป้าหมายของการฟื้นฟูการละเล่นพื้นบ้าน : ในวงได้ทบทวนถึงเรื่องความสำคัญของการละเล่นพื้นบ้านที่ได้พูดคุยเมื่อครั้งที่แล้วว่ามีข้อดีหรือประโยชน์อย่างไรไปแล้ว ดังนั้นจึงได้มีการกำหนดเป้าหมายของการฟื้นฟูการละเล่นพื้นบ้านของชุมชนบ้านฉ่องดังนี้

- เพื่อเป็นเครื่องมือในการดึงลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มาคุกคาม
- เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างคน ๓ วัย
- เพื่อไม่ให้เกิดการละเล่นพื้นบ้านของบ้านฉ่องสูญหายไป

หัวข้อที่ใช้ในการทำเรื่องฟื้นฟู คือ มีการละเล่นอะไรในอดีตบ้างที่เคยเล่นแล้วหายไปหรือที่ยังคงมีอยู่ ใครยังเล่นเป็นอยู่บ้าง การละเล่นเหล่านั้นเล่นกันอย่างไร แต่ละประเภทมีข้อดีประโยชน์อะไรบ้าง ถ้าจะถ่ายทอดไปสู่รุ่นลูกหลาน หรือคนที่เล่นไม่เป็นจะมีวิธีการอย่างไร

๒.๔ รายชื่อการละเล่นพื้นบ้านของชุมชนบ้านฉ่อง

ในวงได้ช่วยกันทบทวนการละเล่นพื้นบ้านที่ตัวเองเคยเล่นในสมัยอดีตได้มากมายถึง ๒๐ ชนิด และมีการจัดกลุ่มตามยุคสมัยไว้ ๓ ยุค คือ

- ยุคเก่ามาก (ไม่มีการเล่นในปัจจุบันแล้ว) คือ การเข้าผี (เช่น ผีลุ่ม ผีกะลา) ไม้ห่ม ลูกช่วง กาฬไช้ และหลุมเมือง
- ยุคเก่ารุ่นกลาง (ยังมีให้เห็นอยู่บ้างแต่ไม่ค่อยได้เล่นทั่วไป หรือมีการประยุกต์ใช้อุปกรณ์สมัยใหม่แทน) คือ อีเขี่ยน กาเกาะหลัก เดินกะลา ตีจับ กระโดคเครื่องคำลึง(ปัจจุบันใช้เชือกหรือหนังยางแทน) งูกินหาง มอญซ่อนผ้า รี่ข้าวสาร หมากรุกเก็บ(เปลี่ยนจากลูกหินมาเป็นห่วงโซ่พลาสติกในปัจจุบัน)
- ยุคไม่เก่ามาก (ยังมีให้เห็นอยู่บ้างในช่วงที่มีกิจกรรมของตำบล หรือการออกกำลังกายในวิสาหกิจของเด็ก ๆ ในโรงเรียน) เช่น วิ่งเปรี้ยว วิ่งกระสอบ วิ่งเก็บของ ชักกะแยอ หลับตาตีหม้อ โยนห่วง

นอกจากจัดประเภทตามยุคสมัยแล้ว ยังได้จัดตามลักษณะประโยชน์หรือข้อดี เช่น

- เพื่อการออกกำลังกาย เช่น วิ่งเปรี้ยว วิ่งกระสอบ วิ่งเก็บของ กระโดคเชือก
- เพื่อสร้างความสนุกสนาน สร้างความสัมพันธ์ และความสามัคคีในกลุ่ม เช่น งูกินหาง มอญซ่อนผ้า รี่ข้าวสาร กาฬไช้ ลูกช่วง
- เพื่อฝึกทักษะส่วนตัวของผู้เล่น เช่น หลุมเมืองฝึกคิด หมากรุกฝึกความว่องไว เดินกะลาฝึกการทรงตัวและได้นวดฝ่าเท้า

๒.๕ ผู้รับผิดชอบแต่ละการเล่น

วางยุคได้วางแผนการเล่นแต่ละประเภทว่าใครจะรับผิดชอบ โดยให้ไปทบทวนและเรียบเรียงเขียนว่าการละเล่นชนิดนั้น เล่นอย่างไรหรือมีกติกาอะไร ต้องใช้อุปกรณ์อะไรบ้าง สมาชิกที่จะเล่นกี่คน เล่นแล้วมีประโยชน์อย่างไร ถ้าประเภทใดมีการร้องเพลงมีเนื้อร้องอย่างไร เล่นช่วงเทศกาลไหน(สำหรับบางการเล่น) โดยแบ่งความรับผิดชอบดังนี้

- ยุคเก่ามาก : การเข้าผี(ป่าหล่น) / ไม้ห่ม(ป่านิล) / ลูกช่วง (พี่ปอย พี่คึก) / หลุมเมือง (ป้านูญ,พี่กู) / กาฬิกไข่ (น้อง)
- ยุคเก่ารุ่นกลาง : เดินกะลา (พี่สุชิน) / อีแอ็บ(ป่าไกร) / กาเกาะหลัก(ป่าหล่น) / คีจันและกระ โคคเชือก(พรทิพย์ แดลัม) / หมากเก็บ(น้อง) / งูกินหาง มอญซ่อนผ้า รี้ๆ ข้าวสาร(ปารอง พี่จ้อ)
- ยุคใหม่เก่ามาก : วังเก็บของ (ลุงนาก) / วังเปี้ยว(ลุงวินัย) / ซักกะเข่อ (อ.ประทุม) / กลับคาคีหม้อ โขนท่วง(ภาวิณี) / วังกระสอบ (อุบล)

แล้วเวทีครั้งหน้าให้ทุกคนนำการเล่นของตัวเองมาบอกเล่าแลกเปลี่ยนกับเพื่อน ๆ หรือสาธิต เพื่อจัดเตรียมทำเป็นชุดคู่มือการเล่นพื้นบ้านของชุมชนบ้านฆ้อง

๒.๖ ขั้นตอนและปฏิทินการดำเนินการ

- ศึกษาทบทวนข้อมูล : เพื่อจัดเตรียมคู่มือและครูฝึก(แกนนำกลุ่มการเล่นพื้นบ้าน) ใช้เวลา ๒ เดือน คือ กันยายน- ตุลาคม ๕๒

- การถ่ายทอดสู่รุ่นลูกหลาน : เพื่อออกแบบกระบวนการถ่ายทอดหรือฟื้นฟู เช่น จัดตารางการสอนและการซ้อมของแต่ละประเภท ใช้เวลา ๒ เดือน คือ พฤศจิกายน- ธันวาคม ๕๒

- การแข่งขันระหว่างหมู่บ้าน : เพื่อกระชับมิตรระหว่างหมู่บ้าน ใช้เวลา ๓ เดือน คือ มกราคม – เมษายน ๕๓
วิธีการ คือ มีการแข่งขันเป็นสาย และเอาทีมที่ชนะเลิศมาชิงในวันกิจกรรมสำคัญของตำบล เช่น วันเด็กหรือวันสงกรานต์ บางการเล่นอาจจะไม่มีการแข่งขัน แต่เป็นการแสดงสาธิต เช่น การเข้าผีหรือเล่นเพื่อสร้างความสนุกสนาน เช่น มอญซ่อนผ้า รี้ๆ ข้าวสาร งูกินหาง

วาระที่ ๓ : รายงานสถานการณ์การเงินโครงการ

ตามมติของทวิวิชัยให้มีการรายงานผลการเงินทุกครั้งที่ทำกิจกรรมเสร็จ ในครั้งนี้จึงเป็นครั้งแรกที่มีการรายงาน ซึ่งวันนี้มีสมาชิกใหม่หลายท่านยังไม่รู้เรื่องการได้รับงบประมาณมาจาก สกว. น้องกริมจึงได้ช่วยอธิบายในเบื้องต้นก่อน และที่ภาวิณีมารายงานสถานการณ์การเงินในปัจจุบัน

งบประมาณโครงการทั้งสิ้นตลอดโครงการ (20 เดือน) เป็นจำนวนเงิน ๒๖๕,๕๕๐ บาท

- งวดที่ ๑ (๖ เดือน) : เป็นจำนวนเงิน ๔๗,๒๐๐ บาท
- งวดที่ ๒ (๖ เดือน) : เป็นจำนวนเงิน ๑๓๒,๐๓๐ บาท
- งวดที่ ๓ (๘ เดือน) : เป็นจำนวนเงิน ๘๑,๔๓๐ บาท
- งวดที่ ๔ (หลังส่งรายงานฉบับสมบูรณ์แล้ว) : เป็นจำนวนเงิน ๑๕,๓๓๐ บาท

ซึ่งขณะนี้ทางทวิวิชัยไปเปิดบัญชีเป็นชื่อโครงการ ผู้มีสิทธิ์เบิกเงินได้ ๒ ใน ๓ คือ พี่อุบล พี่มาลา และลุงวินัย ได้รับเงินโอนงวดที่ ๑ มาแล้ว ส่วนงวดอื่นจะได้รับเมื่อมีการส่งรายงานความก้าวหน้าทุกครึ่งปี การตัดสินใจในการใช้เงินเป็นไปตามแผนการใช้เงินที่ได้เสนอไว้ ในข้อเสนอโครงการหากถ้ามีการจะเปลี่ยนแปลงการใช้เงินอย่างไรให้ใช้มาตรการตัดสินใจของทวิวิชัยทั้งหมด และมีคุณภาวิณีเป็นผู้จัดทำบัญชีการเงินและเอกสารการเงิน ส่งให้พี่เลี้ยงจากศูนย์ประสานวิชัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงครามเป็นผู้ดูแลทุกเดือน

รายงานการใช้เงินในแต่ละเดือนที่ผ่านมา

๑. พฤษภาคม ๕๒ ๐ บาท หมายถึง เริ่มสัญญา แต่ยังไม่ได้เริ่มงาน
๒. มิถุนายน ๕๒ ๓,๔๓๖ บาท
๓. กรกฎาคม ๕๒ ๑,๕๘๗ บาท
๔. สิงหาคม ๕๒ ๓,๘๐๕ บาท (รวมจนถึงกิจกรรมวันนี้ที่ ๓๑ ส.ค. ๕๒)

รวมจำนวนที่ใช้ไปแล้ว ๕,๒๓๒ บาท คงเหลือ ๑๗,๕๖๘ บาท

วาระที่ ๔ การดำเนินกิจกรรมโครงการ

เนื่องจากว่าขณะนี้เวลาผ่านมา ๔ เดือนแล้ว เหลือเวลาอีก ๒ เดือนจะถึงกำหนดการส่งรายงานความก้าวหน้า แต่ยังไม่เหลือกิจกรรมที่จะต้องไปจัดเวทีหมู่บ้านที่เหลืออีกหลายครั้ง จึงได้มีการกำหนดร่างการทำงานครั้งนี้ คือ มีเวลาเหลืออีก ๘ อาทิตย์ จึงกำหนดจัดกิจกรรมทุกอาทิตย์ โดยให้สลับไปมาระหว่างกิจกรรมสร้างความเข้าใจ และกิจกรรมค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง

- กิจกรรมสร้างความเข้าใจ : ยังคงเหลืออีก ๓ โจน คือ ๑. ม.๕-๖ ๒. ม.๔-๕ และ ๓. ม.๒-๑๐
 - กิจกรรมค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง : ยังคงเหลืออีก ๔ โจน เพิ่งทำได้ ๑ โจน คือ ของ ม.๑-๓ ได้ประเด็นเด็นเรื่อง คือ เรื่อง การละเล่นพื้นบ้าน และอาทิตย์สุดท้ายไว้สำหรับการประชุมถอดบทเรียนเพื่อเขียนรายงานความก้าวหน้า
- ครั้งหน้าจะทำเวทีสร้างความเข้าใจที่ ม.๕-๖ (วันอาทิตย์ที่ ๖ กันยายน ๕๒) สำหรับการเดินเรื่องต่อของ ม.๑-๓ (การละเล่นพื้นบ้าน) นัดวันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน ๕๒ หลังจากนั้นจะกลับไปค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของ ม.๗-๘ ที่ได้ไปสร้างความเข้าใจไว้แล้ว ซึ่งมีทิศทางจะออกมาเป็นเรื่องชุมชนพอเพียง

วาระที่ ๕ : ถอดบทเรียน

เวทีวันนี้ไม่ได้ถอดบทเรียนลงลึกมากเพราะคุยกันมานานแล้ว แต่มีประเด็นที่สำคัญ คือ พี่สุจิน ได้บอกเล่าอย่างเปิดเผยว่า เมื่อก่อนไม่ชอบชู้หน้าลุงวินัยมาก เพราะเคยไปเข้าร่วมบางเวทีด้วยกันแล้วไม่ชอบท่าทีของลุงวินัยที่เป็นคนพูดมาก พูดคนเดียว แต่วันนี้ความรู้สึกเปลี่ยนไปจากเดิมมาก ๆ คือ จากไม่ชอบชู้หน้าเปลี่ยนมาเป็นมิตรรักที่เข้าใจกัน

น้องกริมได้ชวนพูดคุยว่าสิ่งเหล่านี้มีเหตุเกิดจากอะไร แล้วเพราะอะไรจึงเกิดการเปลี่ยนแปลงได้ พี่สุจินบอกเล่าว่าเพราะเมื่อก่อนไม่ได้รู้จักกัน อยู่กันคนละหมู่บ้าน ก็แค่เห็นหน้ากัน แล้วก็คัดค้านจากท่าทีบุคลิกภายนอกที่เห็น แต่เมื่อมาทำกิจกรรมตอนนี้ซึ่งเจอกันบ่อยมาก มีวงคุยแบบชาวบ้านกันเอง จึงได้เรียนรู้ลักษณะนิสัยใจคอที่แท้จริงของลุงวินัย คือ มีความจริงใจและจริงใจ มีความห่มเห และกลุ่มของเพื่อนๆ ที่มาทำกิจกรรมร่วมกันนี้ เป็นพวกเดียวกันเหมือนเป็นครอบครัว หลังจากนั้นลุงวินัยจึงได้เล่าเปิดเผยปมชีวิตและเรื่องของลูกชายที่เป็นบาดแผลในใจ ดังนั้นจึงไม่อยากให้เกิดขึ้นกับคนอื่นจึงมุ่งที่จะทำงานเพื่อพัฒนาชุมชนส่วนรวมเป็นอย่างมาก

นัดหมายครั้งถัดไปสำหรับโจน ม.๑-๓ คือ วันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้าน อ.ประทุมวดี

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันหา
ผู้จัดบันทึกการประชุม

น.ส.จ่ายงาม ประจวบวัน
ผู้แก้ไขและตรวจทาน

กิจกรรมที่ ๑๒ : เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๔ (ม.๕ และ ๖)

วันอาทิตย์ที่ ๖ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ณ ศาลาเอนกประสงค์ ม.๖ บ้านทุ่งเจริญ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันชา	หัวหน้าโครงการวิจัย ม.๒
๒. น.ส.ประทุมวดี	ลีโส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๕. น.ส.ปรารถนา	มิ่งมั่งมี	ทีมวิจัย ม.๕ (ทีมวิจัยเยาวชนกลุ่มคั่นกล้า ๕๑)
๖. น.ส.ปิยะพร	พิทยากร	ทีมวิจัย ม.๕ (ทีมวิจัยเยาวชนกลุ่มคั่นกล้า ๕๑)
๗. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๘. นายวินัย	คงนระภา	ทีมวิจัย ม.๗
๙. น.ส.พรทิพย์	ศิริวัน	สมาชิก ม.๑
๑๐. นางแจ่ม	อยู่ปุย	สมาชิก ม.๑
๑๑. นางนิล	กรรมา	สมาชิก ม.๑
๑๒. น.ส.ลำอังก์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๓
๑๓. น.ส.สุนันทา	รักงาม	สมาชิก ม.๓
๑๔. ค.ช.อติศักดิ์	บัวคัง	สมาชิก ม.๕
๑๕. นายไสว	ประเสริฐศิลป์	สมาชิก ม.๕
๑๖. น.ส.ชมเชย	สาลิเรื่อง	สมาชิก ม.๕
๑๗. นางสาวพิน	เย็นสง	สมาชิก ม.๕
๑๘. นางทศพร	น้อยหา	สมาชิก ม.๕
๑๙. นางสุคนธ์	สอนรื้อ	สมาชิก ม.๕
๒๐. น.ส.ปัทมา	แดงรุ่ง	สมาชิก ม.๕
๒๑. นางประทีน	ธรรมกิจ	สมาชิก ม.๕
๒๒. นางสาวนันทา	สวัสดิผล	สมาชิก ม.๕
๒๓. นางละออง	หมื่นบวร	สมาชิก ม.๕
๒๔. น.ส.สำเนา	ไ้สุ่น	สมาชิก ม.๕
๒๕. นางนุชบา	เตียงเกตุ	สมาชิก ม.๕
๒๖. นางประภาพร	สาลิเรื่อง	สมาชิก ม.๕
๒๗. นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๒๘. นางเฉลิม	อมรรัตนประชา	สมาชิก ม.๖
๒๙. นางสาวรอง	สีตางาม	สมาชิก ม.๖
๓๐. นางลำควน	สุ้นม	สมาชิก ม.๖
๓๑. นางโสภา	เดี่ยวตระกูล	สมาชิก ม.๖

๓๒. นางเครือวัลย์	สุจินทบุตร	สมาชิก ม.๖
๓๓. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖
๓๔. นางอุไร	คูนัน	สมาชิก ม.๖
๓๕. นางมณี	ทวีผล	สมาชิก ม.๖
๓๖. นางทุเรียน	รุ่งโรจน์ทวีรัตน์	สมาชิก ม.๖
๓๗. นางสุณี	เกรอต	สมาชิก ม.๖
๓๘. นายทองเหลือง	แซ่ฮ้อ	สมาชิก ม.๖
๓๙. นายสยาม	มุกดา	กำนันค.บ้านฉ้อง (สมาชิก ม.๖)
๔๐. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘

เริ่มเวที ๑๓.๐๐ น.

วาระที่ ๑: กล่าวเปิดเวที

นายสยาม มุกดา กำนันตำบลบ้านฉ้อง และเป็นสมาชิกหมู่ ๖ ได้ให้เกียรติเป็นคนกล่าวเปิดวงคุย โดยได้พูดถึงที่มาของโครงการนี้ และบอกเล่ากิจกรรมที่ทำผ่านมาของทิววิจัย และเป้าหมายของทิววิจัยที่มาพูดคุยในวันนี้ คือ อะไร สุดท้ายขอให้วงคุยครั้งนี้ได้เกิดประโยชน์ และมีการทำกิจกรรมอะไรร่วมกันระหว่างหมู่บ้านในอนาคต

วาระที่ ๒ : เรื่องเล่าสิ่งดีๆ ของหมู่ ๕ และ หมู่ ๖

หลังจากที่ได้มีการกล่าวเปิดแล้ว ลุงวินัยและพี่ภาวิณีเป็นคนทำหน้าที่ชวนคุย อ.ประทุมคติทำหน้าที่ขึ้นกระดาน และกริมช่วยทำหน้าที่สรุปประมวลภาพรวมตอนจะปิดเวที

เนื้อหาการพูดคุยมีดังนี้

๒.๑ ความเป็นมาของหมู่บ้าน : ทั้งสองหมู่บ้านได้เล่าที่มาของชื่อหมู่บ้านดังนี้ คือ ชื่อหมู่บ้านว่า “บ้านเก่า” ที่มาก็ คือ การไปอยู่ที่ไหนก็ไม่มีความสุข เหมือนได้อยู่บ้านเกิดบ้านเก่าของตัวเอง ส่วนหมู่ ๖ นั้น นายทองเหลือง เล่าว่าเดิมชื่อ “บ้านทุ่งม่อง ” ซึ่งคำว่าม่องเป็นภาษาลาว มีความหมายว่าอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม ๆ บ้าน กลุ่มเล็ก ๆ แต่ต่อมาเมื่อมีคนเชื้อสายจีนเข้ามาอยู่รวมคำวาม่องพ้องกับคำว่า ชีม่องเท่ง ภาษาจีน แปลว่าค้าย ซึ่งฟังแล้วไม่เป็นมงคล กำนันกมล มุกดา (ปู่ของกำนันสยาม มุกดา) จึงได้ทำเรื่องเปลี่ยนมาเป็นชื่อ บ้านทุ่งเจริญ ทั้งสองหมู่บ้านเป็นกลุ่มคนที่มั่งคั่งเชื้อสายไทยปนจีนปนลาว เป็นส่วนใหญ่ มีความเป็นเครือญาติ สังเกตได้จากการเรียกกันถึงแม้ว่าจะไม่ได้มีสายเลือดเดียวกันแต่จะมีการนับชั้นอาวุโสกันเกือบทั้งหมู่บ้าน เช่น การเรียกนำหน้าด้วยคำว่า ภู ช้อ

ทั้งสองหมู่บ้านมีศาลเจ้าคันทวี และศาลเจ้าบ้านเก่าเป็นสถานที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจ และจะมีประเพณีทำบุญกลางบ้านได้คั่นมะขามใหญ่

๒.๒ การประกอบอาชีพและความเป็นอยู่ : ในอดีตทั้งสองหมู่บ้าน คนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพการเกษตรทำไร่ทำสวนปลูกพืชผักตามฤดูกาล เช่น ปลูกพริก มะเขือ มัน กสั่ว มีทำนาบ้าง นายทองเหลืองกล่าวว่ามีความเป็นอยู่ตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง คือ อยากรกินอะไรก็ปลูกกินเอง เหลือแล้วจึงจะเอาไปขายไปซื้ออย่างอื่นที่ไม่มีในหมู่บ้าน ไม่ค่อยได้มีการใช้เงินจับจ่ายใช้สอยอะไรกันมากนัก และสิ่งที่เห็นชัด คือ เมื่อก่อนเรียกสวนไร่นาจะสะอาดเคยกิน ปลูกพืช ปลูกผัก แต่เดี๋ยวนี้หลายที่ถูกปล่อยรก แสดงถึงลักษณะนิสัยของการทำมาหากิน และส่วนใหญ่มีอาชีพเดียวกัน คือ การเกษตรน้อยรายที่จะมีอาชีพอื่น

๒.๓ วัฒนธรรมการอยู่ร่วมกันและการละเล่น : วัฒนธรรมที่เห็นเด่นชัด คือ ระบบการแลกเปลี่ยนอาหารการกิน เช่น อาจารย์สายพิณเล่าว่าบ้านเก่าเอาผักไปแลกข้าวจากบ้านท่านบ บ้านทุ่งเจริญเอากับข้าวขมนในสารทจีน ไปแลกกับขมนของสารทลาวในหมู่เครือญาติในชุมชน ท่านบสยามเล่าว่าสมัยที่ตัวเองเป็นเด็ก ๆ มีความรู้ดีกว่าครอบครัวในชุมชนมีความอบอุ่น มีน้ำใจเกื้อกูลกัน ไปไหนก็จะไปกันเป็นกลุ่ม ๆ เด็ก ๆ ตามกลุ่มผู้ใหญ่ และเมื่อก่อนเรื่องความมีน้ำใจจะสูงมาก เช่น เมื่อก่อนตอนที่พวกคนเป็นเด็กวัยรุ่น ไปเที่ยวกันช่วงกลางคืนกลับมาแล้วหิว จะไปหักอ้อยหรือซุกหัวมันจากสวนใครมาเผากิน ก็ไม่มีการต่อว่าต่อขานอะไรกันเพราะถือว่าเป็นสิ่งเล็กน้อย แต่ยุคนี้ทำแบบนั้นไม่ได้แล้ว ส่วนการละเล่นก็จะมีการเล่นลูกช่วง มอญซ่อนผ้า ก็จะมีหนุ่มค่างบ้านค่างตำบลมาร่วมเล่นด้วย เป็นเหมือนการมาจีบสาวหนุ่มบ้านเราก็คงไปเล่นบ้านอื่น

๒.๔ การเลี้ยงดูลูกหลาน : พี่โสภากล่าวว่าเมื่อก่อนการเลี้ยงดูลูกหลานของคนรุ่นเก่า พวกตนเองต้องซื้อฟุ้งผู้ใหญ่ ๆ ไปไหนผู้ใหญ่ก็จะสูงส่งลูกหลานไปด้วย แต่เดี๋ยวนี้ทั้งพ่อแม่ ผู้ใหญ่ก็ยังสอนเหมือนเดิม แต่ลูกหลานยุคใหม่ไม่ค่อยซื้อฟุ้ง พุดชาก และการเลี้ยงดูเดี๋ยวนี้ก็นิยมใช้นมกระป๋อง ซึ่งเมื่อก่อนไม่มี เมื่อก่อนไม่มีเงินก็เลี้ยงลูกได้ แต่เดี๋ยวนี้เลี้ยงไม่ได้ การเลี้ยงดูลูกหลานต้องใช้เงินมาก น้องเบนเล่าว่าสมัยตัวเองมีความเจริญความทันสมัยเข้ามามาก เมื่อก่อนพี่ ๆ ไม่ค่อยมีของเล่น จักรยานก็ไม่มี แต่รุ่นตัวเองเป็นรุ่นที่มีจักรยานขี่เล่นแล้ว

ในวงสะท้อนว่าเดี๋ยวนี้ไม่ค่อยมีผู้ใหญ่ทำเรื่องดี ๆ ให้เด็กดูเป็นตัวอย่าง ไม่มีปลูกฝังสิ่งดี ๆ ให้กับลูกหลาน เพราะมีเรื่องทำมาหากินเป็นอันดับแรก ท่านบสยามเสนอว่าควรให้มีการทำกิจกรรมร่วมกันระหว่างเด็กและผู้ใหญ่

๒.๕ สิ่งแวดล้อม : อาจารย์สายพิณเล่าถึงความประทับใจในสมัยอดีต พอหน้าฝนเมื่อฝนตกใหม่ น้ำใหม่ในคลองจะใส ปลามากมายจะแหวกขึ้นมาบนขอบคลองโดยที่เราไปไม่ต้องไปไล่จับ จับกินได้ตามธรรมชาติไม่จำเป็นต้องเลี้ยงพืชผักก็กินได้อย่างสะดวกใจไม่มีสารเคมี หน้ามะม่วงก็มีมะม่วงมากมายพายุฝนมา มะม่วงก็ตกหล่นเด็กมีความสุขที่ได้ไปแย่งกันเก็บมะม่วงได้เป็นหลายกระป๋อง มากจนไว้กินเป็นอาหารกินเล่น แต่ในปัจจุบันสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไปเยอะมาก น้ำในคลองโสริมถนนก็กลายเป็นน้ำเน่า ไม่มีปลาเหมือนในสมัยก่อน พืชผักที่เก็บกินได้ตามธรรมชาติลดน้อยลง ถ้าซื้อพืชผักที่ปลูกขายก็จะมีสารเคมีตกค้าง และเดี๋ยวนี้การใช้ถุงพลาสติกกันมาก

๒.๖ อาหารการกิน : การทำอาหารการกินสมัยก่อน ส่วนใหญ่จะลงมือทำกันเอง ไม่ค่อยได้ซื้อ จะทำกับข้าวไปวัดก็ลงมือทำตั้งใจใช้เวลาเป็นครั้งก่อนวัน พิถีพิถันในการทำอาหาร แต่เดี๋ยวนี้ต้องการกินอะไรก็ไปซื้อที่ตลาดไหน ๆ ไม่ค่อยทำเองก็มีอาหารให้เลือกมากมาย

๒.๗ การเปลี่ยนแปลงของชุมชน : น้องกริมได้ช่วยสรุปการพูดคุยเรื่องราวที่สมาชิกหมู่ ๕ และหมู่ ๖ ได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในอดีตที่ผ่านมา ทำให้เห็นการเปลี่ยนจากอดีตสู่ปัจจุบัน ในอดีตลำบากยากแค้นแสนสาหัส มีประเพณีอันดีงาม เศรษฐกิจพอเพียงอยู่กันเป็นกลุ่ม เอื้ออาทรและมีน้ำใจ ปัจจุบันสบายกายแต่ลำบากใจ อยากได้อะไรก็ต้องใช้เงินซื้อ ไม่มีเวลาดูแลลูกหลาน สิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรม น้ำก็เสีย และอนาคตจะไปอย่างไร จะเลือกช่วยกันฟื้นฟูความสุขแบบที่เกิดขึ้นในอดีตให้กลับคืนมา หรือปล่อยให้ไปตามยถากรรม

วาระที่ ๓ : เป้าหมายของหมู่ ๕ และ หมู่ ๖

สิ่งที่สมาชิกหมู่ ๕ และ ๖ ต้องการเห็น คือ การมารวมกลุ่มเป็นทีม ที่มีความเสียสละ ทำเพื่อประโยชน์ส่วนรวม มีข้อคิดเห็นจากอาจารย์สายพิณว่า ถ้าทำอะไรทำคนเดียวคนอื่นมักจะมองว่าแปลก ค่อยไปก็เลิกละทำ ถ้าจะทำอะไรต้องทำกันหลาย ๆ คนเป็นทีมขึ้นมา

หลังจากนั้นจึงมีการลงเสนอสิ่งที่สนใจ ป้าฝนเสนอมาทำขนมครก หมอสูนันทาเสนอการทำหมูสะเค้ะ ที่ประเภทถามว่าก่อนอื่นต้องถามก่อนว่า ทีมวิจัยมาชวนชาวบ้านครั้งนี้ มีเป้าหมายคืออะไร ต้องการให้ชาวบ้านรวมกลุ่มกันทำขนมอาหารการกิน โดยมีงบประมาณให้ใช้หรือไม่

พี่ภาวิณี เป็นตัวแทนของทีมวิจัยตอบคำถาม คือ ทีมวิจัยต้องการมาชวนสมาชิกหมู่บ้านต่าง ๆ เข้ามามีส่วนร่วมกันค้นหาวិธีการที่คนในบ้านน่าจะอยู่กันอย่างมีความสุข ได้หันหน้าเข้ามาพูดคุยปรึกษาหารือกัน ใครมีปัญหาอะไรก็มีเพื่อนช่วยกันแนะนำ ซึ่งเค้านี้ต่างคนต่างอยู่ ตัวงานวิจัยเป็นเครื่องมือที่พาให้คนมารวมตัวกัน ส่วนเมื่อพูดคุยกันแล้วแต่ละหมู่บ้านต้องการทำอะไร ก็เป็นเพียงเครื่องมือเชื่อมความสัมพันธ์ต่อไป ไม่มีเรื่องการให้งบประมาณเพื่อจะไปใช้สร้างอะไร

น้องกริมช่วยขยายความคำตอบให้ ว่าในปัจจุบันคนโพธารามมีสภาวะความเครียดสูง ตัวเลขคนที่ป่วยโรคซึมเศร้าสูงมาก ซึ่งงานครั้งนี้ก็จะเป็นการช่วยกันหาวิธีป้องกันไม่ให้เกิดการฆ่าตัวตาย

สมาชิกทั้งสองหมู่บ้านมาคุยต่อวันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น.- ๑๕.๐๐ น. ณ ศาลาบ้านเก่า หมู่ ๕

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๓๗,๕๖๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๘๐๐ บาท
- คงเหลือ	๓๖,๗๖๘ บาท

ผลของการจัดเวที

ทีมวิจัยประกอบด้วยลุงวินัย พี่อุบล พี่ภาวิณี และน้องกริม อยู่ต่อสรุปผลของการจัดเวที ว่ามองเห็นว่าทั้งสองหมู่บ้านให้ความสนใจ ให้การตอบรับดี แต่อาจจะยังไม่เข้าใจเป้าหมายของโครงการวิจัย ซึ่งเป็นเรื่องปกติเพราะเพิ่งคุยเป็นครั้งแรก เรื่องที่จะทำอาหารเป็นแค่ตุ๊กตา ซึ่งครั้งหน้าต้องคุยเพื่อค้นหาเรื่องที่สนใจให้ชัดเจนขึ้น และให้เห็นเป้าหมายที่แท้จริงไม่ใช่แค่การมารวมกลุ่มตั้งเป็นกลุ่มอาชีพเพื่อหารายได้เสริม

ส่วนการทำงานในทีมวิจัย พี่ภาวิณีเสนอว่าในการพูดคุยอาจจะไม่ต้องเฉพาะเจาะจงอยู่แค่เฉพาะคนที่รับหน้าที่ชวนคุย ทีมวิจัยทุกคนช่วยกันถามเสริมได้ แต่ต้องรู้จักหวั่นรับ-ส่งให้ดี และนักวิจัยคนเก่าหลายคนเริ่มหาย มีคนใหม่มาเพิ่มขึ้น ซึ่งระดับความเข้าใจความเป็นมาของโครงการจะไม่เท่ากัน น่าจะมีการประชุมภายในทีมวิจัยกันสักครั้งก่อนที่จะลงเวทีหมู่บ้านครั้งต่อไป โดยชวนคนใหม่ที่เกาะติดเข้ามาเป็นทีมวิจัยเพิ่มด้วย

มติจึงขอนัดประชุมทีมวิจัยวันเสาร์ที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๕๒ ที่วัดบ้านฆ้อง เวลา ๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

ปิดเวที ๑๕.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้จัดบันทึกการประชุม

น.ส.จำยอม ประจวบวัน
ผู้แก้ไขและตรวจทาน

กิจกรรมที่ ๑๓ : เวทีประชุมทีมวิจัย
วันเสาร์ที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๓๐ น.
ณ ลานวัดบ้านหม้อ ค.บ้านหม้อ อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการวิจัย ม.๒
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.มาลา	ถัมทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๕. นางบุปผา	ชัยศักดิ์	ทีมวิจัย ม.๕
๖. นางโสภา	สาธิตพงษ์	ทีมวิจัย ม.๕
๗. น.ส.งายงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๘. นายวินัย	คงนระภา	ทีมวิจัย ม.๗
๙. นางก้าน	ศรีอุดมทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๑๐. น.ส.เนตรชนก	ลบเลิศ	ทีมวิจัย ม.๑๐
๑๑. น.ส.ลำอาก์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๓
๑๒. น.ส.สุนันทา	รักงาม	สมาชิก ม.๓
๑๓. นางสุจิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๑๔. นางสำรอง	สีตางาม	สมาชิก ม.๖
๑๕. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก ม.๖
๑๖. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖
๑๗. นายยุทธ	โชติพรวน	สมาชิก ม.๗
๑๘. นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘
๑๙. นางจรรยา	ลาลาด	สมาชิก ม.๘
๒๐. นางพิมพ์วิมล	บุญดีเพิ่มสุขเจริญ	สมาชิกชุมชนบ้านคอนโท ค.บ้านสิงห์
๒๑. นายชัยนวัฒน์	มณีศรีขำ	ผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม
๒๒. นายเอกชัย	อังกาบ	ผู้ช่วยผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม

เริ่มเวที ๐๘.๓๐ น.

วาระที่ ๑: รับรองรายงานการประชุมกิจกรรมที่ ๑๑ เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๑ ของหมู่ ๑ และ ๓ วันจันทร์ที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๕๒ ณ บ้านครูประทุมวดี สีใส โดยแบ่งกันอ่านรายงานคนละวาระ มีการแก้ไขรายงานดังนี้

- หน้า ๑ ผู้เข้าร่วมเวทีลำดับที่ ๑๕ แก่จาก นายอุทธิ เป็น นายยุทธ
- หน้า ๑ เพิ่มรายชื่อผู้เข้าร่วมเวทีอีก ๒ ท่าน คือ คนที่ ๒๓ นางสุนันทา รักงาม สมาชิก ม.๓ และ คนที่ ๒๔ นางหุยน รักงาม สมาชิก ม.๓
- หน้า ๑๒ แขนงการเล่นพื้นบ้าน หมู่ ๑ เหลือ ๔ คน (ย้ายป้าบุญไปอยู่ หมู่ ๓)
- หน้า ๒ แขนงการเล่นพื้นบ้าน หมู่ ๓ เพิ่มขึ้น ๓ คน (เพิ่มป้าบุญ)

- หน้า ๒ แขนงการละเล่นพื้นบ้าน หมู่ ๔ มี ๑ คน คือ ลุงโกศล (ย้ายที่จรรยาไปหมู่ ๘)
 - หน้า ๒ แขนงการละเล่นพื้นบ้าน หมู่ ๘ เพิ่มเป็น ๒ คน (เพิ่มที่จรรยา)
- รวมแกนนำกลุ่มการละเล่นพื้นบ้าน จำนวนจาก ๑๕ คน เป็น ๑๖ คน
- หน้า ๓ แก้คำผิดจาก ถ้อยทอด เป็น ถ่ายทอด
 - หน้า ๔ เพิ่มคำว่างาน หลังคำว่า ราย ในเงินงวดที่ ๔
 - หน้า ๔ แก่รายงานการเงินเดือนสิงหาคม จาก ๓,๗๔๕ เป็น ๓,๘๐๕ รวมจำนวนที่ใช้ไปแล้ว จาก ๕,๑๗๒ เป็น ๕,๒๓๒ และยอดคงเหลือ จาก ๓๘,๐๒๘ เป็น ๓๗,๕๖๘ บาท
- มคิรรับรองรายงานการประชุม

วาระที่ ๒ : กำหนดแผนกิจกรรมในช่วงเดือนกันยายน – ตุลาคม ๒๕๕๒

ทีมวิจัยได้นำร่างแผนกิจกรรมที่คุยกันไว้ครั้งก่อนมาสรุปอีกที มคิรจัดกิจกรรมในช่วงเดือนกันยายน – ตุลาคม ๕๒ เป็นดังนี้

๑. วันอาทิตย์ที่ ๖ ก.ย. ๕๒ : ช่วงบ่าย กิจกรรมสร้างความเข้าใจหมู่ ๕ และ ๖ (ดำเนินการแล้ว)
 ๒. วันอาทิตย์ที่ ๑๒ ก.ย. ๕๒ : ช่วงเช้า กิจกรรมประชุมทีมวิจัย (วันนี้)
 ๓. วันอาทิตย์ที่ ๑๓ ก.ย. ๕๒ : ช่วงเช้า กิจกรรมเก็บข้อมูลการละเล่นพื้นบ้านหมู่ ๑ และ ๓
 ๔. วันอาทิตย์ที่ ๒๐ ก.ย. ๕๒ : ช่วงเช้า กิจกรรมค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๒ ของหมู่ ๗ และ หมู่ ๘
- ช่วงบ่าย กิจกรรมค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๓ ของหมู่ ๕ และ หมู่ ๖
๕. วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ก.ย. ๕๒ : ช่วงบ่าย กิจกรรมสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๕ ของหมู่ ๔ และหมู่ ๕
 ๖. วันที่ ๒๘-๒๙ ก.ย. ๕๒ : เข้าร่วมกิจกรรมประเมินเสริมพลังเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม
 ๗. วันเสาร์ที่ ๓ ต.ค. ๕๒ : ช่วงเช้า กิจกรรมสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๖ ของหมู่ ๒ และ ๑๐
 ๘. วันอาทิตย์ที่ ๑๑ ต.ค. ๕๒ : ช่วงเช้า กิจกรรมค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๔ ของหมู่ ๔ และ หมู่ ๕
 ๙. วันอาทิตย์ที่ ๑๘ ต.ค. ๕๒ : ช่วงเช้ากิจกรรมค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๕ ของหมู่ ๒ และหมู่ ๑๐
 ๑๐. วันอาทิตย์ที่ ๒๕ ต.ค. ๕๒ : ทั้งวัน ประชุมทีมวิจัย (ถอดบทเรียนเพื่อเขียนรายงานความก้าวหน้าครั้งที่ ๑)

มติที่ประชุมให้ ๑.พี่อุบล ๒.พี่ภาวิณี ๓.พี่น้อง และ ๔.พี่ปอย เป็นตัวแทนไปเข้าร่วมกิจกรรมประเมินเสริมพลังฯ ที่ จ.สมุทรสงคราม ในวันที่ ๒๘-๒๙ ก.ย. ๕๒

วาระที่ ๓ : ออกแบบเวทีเก็บข้อมูลเรื่องการละเล่นพื้นบ้านหมู่ ๑ และ ๓

หลังจากที่กำหนดแผนกิจกรรมในช่วงเดือนกันยายน-ตุลาคม ๕๒เสร็จเรียบร้อยแล้ว ทีมวิจัยชวนกันออกแบบเวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๒ ที่หมู่ ๑ และหมู่ ๓ เรื่องการละเล่นพื้นบ้าน โดยมีข้อสรุปดังนี้

เป้าหมายเวที : เพื่อเก็บข้อมูลรายละเอียดการละเล่นพื้นบ้านแต่ละชนิด (๒๐ ชนิด) เป็นการทบทวนกติกาการเล่นให้ตรงกัน ซึ่งได้มอบหมายให้ผู้ทำสารับผิดชอบการละเล่นแต่ละชนิดกลับไปทบทวนวิธีการเล่นมาก่อนแล้ว

กลุ่มเป้าหมาย : เฉพาะทีมวิจัยและผู้รับอาสาเรื่องการละเล่นพื้นบ้านนั้นๆ อาจจะมีเด็กมาเข้าร่วมได้แต่ไม่ใช่กลุ่มเป้าหมาย (กลุ่มเด็กไว้หลังจากที่ทบทวนเฉพาะผู้ใหญ่เสร็จแล้ว จึงค่อยออกแบบเวทีเด็ก)

สถานที่ : บ้านครูประทุมวดี วันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน ๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น.

ขั้นตอน : ให้แต่ละคนนำเสนอการละเล่นของตนเอง อธิบายและสาธิต

เงื่อนไข - ลำดับการนำเสนอให้เรียงตามผู้ที่มาถึงเวทีก่อนหลัง

- ไม่จำกัดเวลา เมื่อครบ ๒ ชั่วโมง ได้แค่ไหนเอาแค่นั้น ที่เหลือไว้เวทีครั้งถัดไป
 - คนที่มานำเสนอต้องมีการเรียบเรียงวิธีการเล่นใส่กระดาษมาด้วย
- แบ่งหน้าที่ :**
- คนชวนคุย : พี่อุบล กับพี่จ้อ
 - คนขึ้นกระดาน : ครูประทุมวดี
 - ฝ่ายอาหาร : พี่ภาวิณี มติคกลงเลือกกราดหน้าทะเล
 - ฝ่ายสถานที่ : ครูประทุมวดี และพี่มาลา
 - คนบันทึก : พี่อุบล
 - คนประสาน : กริมประสานทีมกลาง และแต่ละหมู่บ้านให้ทีมวิจัยหมู่บ้านนั้นประสานกันเอง

ก่อนจบน้องกริมถามว่า จากที่ทำเวทีมาหลายครั้ง มีการถอดบทเรียนสิ่งที่ยากจะทำให้ดีขึ้น ในเวทีครั้งหน้าอยากทำอะไรให้ดีขึ้นมากที่สุดหรือยังเป็นข้อที่ทางทีมยังแก้ไขไม่ได้ มติ คือ ปรับปรุงเรื่องความพร้อมของทีม คือ มาให้พร้อมเพรียงกัน และมาตรงเวลา

วาระที่ ๔ : ถอดบทเรียนและเติมเต็มโดยพี่เลี้ยงโหนดแม่กลอง

คุณชนิษฐ์วัฒน์ มณีศรีขำ ผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม จึงทำหน้าที่เป็นที่เลี้ยงได้ชวนทีมวิจัยทบทวนการทำงานที่ผ่านมา ว่าได้ทำอะไรไปแล้วบ้าง ทีมวิจัยช่วยกันบอกเล่าดังนี้ คือ ประชุมทีมวิจัย ๓ ครั้ง เวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก ๒ ครั้ง เวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงานและสมาชิกชุมชน หมู่ ๑, ๓, ๕, ๖, ๗ และ ๘ และเวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของหมู่ ๑ และ ๓ ซึ่งเป็นเรื่องการละเล่นพื้นบ้าน พี่เลี้ยงได้แนะนำให้ทำตารางสรุปกิจกรรมที่ทำผ่านมา โดยมีช่องแรกเป็นชื่อกิจกรรม ช่องที่ ๒ ทำเมื่อไร ช่องที่ ๓ ทำอย่างไร ช่องที่ ๔ ผลที่เกิดขึ้น หรือจะออกแบบตารางอย่างไรก็ได้ตามที่ทางทีมต้องการจัดเก็บข้อมูลให้เป็นระเบียบและครบถ้วน ง่ายต่อการบอกเล่าต่อคนอื่น

จากการทำกิจกรรมที่ผ่านมา ทีมวิจัยเกิดความรู้สึกอย่างไรบ้าง ให้นึกทบทวนตั้งแต่มาเข้าเวทีครั้งแรกจนมาถึงปัจจุบัน พี่สุจินบอกว่ามาเข้าครั้งแรกเบื่อ ฟังไม่รู้เรื่อง เลยนอนหลับ พี่น้องบอกว่าไม่ชอบหน้าที่พี่เลี้ยงเพราะดูหลายคนสงสัยว่าทำไปทำไม มาร่วมประชุมแล้วไม่ได้เบียดเบียน ส่วนพี่อุบลสงสัยว่าจะทำต่อไปได้ยังไง รู้สึกว่ายากที่จะชวนคนมาร่วมทำวิจัย บางคนไม่พอใจคนในทีมวิจัยด้วยกันเอง แต่เมื่อคิดตามมาเข้าเวทีอย่างต่อเนื่องรู้สึกเริ่มสนุก ดี ตอนหลังชวนเพื่อนคนอื่น ๆ มาเข้าร่วมด้วย ได้รู้จักเพื่อนใหม่ คนที่ไม่ชอบหน้ากันก็เข้าใจกันเป็นมิตรที่ดีต่อกัน เกิดความเข้าใจกันระหว่างคนในทีมวิจัย และไม่กลัวพี่เลี้ยงเหมือนตอนแรกแล้ว

คุณชนิษฐ์วัฒน์ ได้ชี้ประเด็นให้เห็นว่า การทำงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น สิ่งที่น่าเน้นอย่างแรก คือ เรื่องการสร้างความสัมพันธ์ โดยเริ่มต้นจากความสัมพันธ์ของคนในทีม ซึ่งเป้าหมายนี้ไม่ได้กำหนดไว้ในวัตถุประสงค์ของการวิจัย แต่เป็นผลที่เกิดขึ้นระหว่างการทำงาน ซึ่ง สกว.ไม่ได้มองผลลัพธ์อยู่ที่ตัวรายงานฉบับหนา ๆ แต่อยู่ที่การสร้างกระบวนการเรียนรู้ร่วมกันไปตลอดเส้นทางของนักวิจัยร่วมกับชุมชน เมื่อความสัมพันธ์ดี การทำงานก็จะสนุกที่จะค้นหาข้อมูล และทีมวิจัยหรือผู้เข้าร่วมเกิดการพัฒนาค้นเอง พี่ผกาพันธุ์บอกว่าเหมือนเป็นการวิจัยตนเอง

รูปแบบการทำงานที่ผ่านมาของหน่วยงานที่เข้ามาทำงานกับชุมชน จะคิดรูปแบบความเป็นทางการและเป็นแบบสั่ง ซึ่งในการทำงานวิจัยครั้งนี้ใช้วิถีชาวบ้าน และชาวบ้านต้องคิดและลงมือทำเอง น้องกริมยกตัวอย่างเวทีที่ผ่านมา คือ เวทีสร้างความเข้าใจที่ หมู่ ๕ และ ๖ ซึ่งเป็นรูปแบบเป็นทางการมีการกล่าวเปิดเวทีโดยกำนันตำบลบ้านฉาง รูปแบบมีโต๊ะประธานและมีการใช้เครื่องเสียง ซึ่งตอนเริ่มต้นจะมีบรรยากาศของการเกร็ง ยังไม่ค่อยแลกเปลี่ยนพูดคุยแต่เป็นลักษณะ

ถาม-ตอบ แต่เมื่อชวนกันคุยไปสักพัก มีบรรยากาศที่เปลี่ยนไปทำนันเริ่มพูดคุยเป็นกันเองเล่าเรื่องของคนในสมัยอดีต ทำให้บรรยากาศเป็นแบบพี่น้องมากขึ้น

นอกเหนือจากนี้แล้วได้มีการแลกเปลี่ยนประเด็นเรื่องการให้เงินสวัสดิการเดือนละ ๕๐๐ บาทแก่ผู้สูงอายุ ป้าก้านถามว่าตัวเองบ้างหรือไม่ที่ไม่อยากรับเงิน เพราะรู้ว่าเป็นเงินที่รัฐบาลกู้มา หลายคนให้คำแนะนำว่าให้รับมาแล้วจะนำเงินไปทำบุญต่อก็ได้ แต่ถ้าไม่รับเงินนั้นก็จะถูกส่งกลับไม่ได้ใช้ประโยชน์

วาระที่ ๕ : รายงานสถานการณ์การเงิน

ที่ภาวิณี มาสรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๓๗,๑๖๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๗๐๔ บาท
- คงเหลือ ๓๖,๔๖๔ บาท

นัดหมายครั้งต่อไปวันพรุ่งนี้ ๑๓ ก.ย. ๕๒ บ้านครูประทุมวดี เวลา ๑๐.๐๐ น. เวทีเก็บข้อมูลเรื่องการละเล่นพื้นบ้าน

ปิดเวที ๑๒.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้จัดบันทึกการประชุม

น.ส.ง่ายงาม ประจวบวัน
ผู้แก้ไขและตรวจทาน

กิจกรรมที่ ๑๔ : เวทีเก็บข้อมูล ครั้งที่ ๒ (ม.๑/๓ : การละเล่นพื้นบ้าน)
 วันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๓๐ น.
 ณ บ้านครูประทุมวดี สีไธ หมู่ ๑ ต.บ้านน้อย อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	หัวหน้าโครงการวิจัย ม.๒
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีไธ	ทีมวิจัย ม.๑
๓. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔ (ทีมวิจัยเยาวชนคนกล้า ๕๑)
๕. นางนุปลา	ซัคคาคานุกูล	ทีมวิจัย ม.๕
๖. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๗. นายวินัย	คงนงภา	ทีมวิจัย ม.๗
๘. นางกาน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๙. นางแล้ยม	อยู่ปุ๋ย	สมาชิก ม.๑
๑๐. ค.ญ.จิราวรรณ	เย็นทรง	สมาชิก ม.๑
๑๑. ค.ญ.เกศกนก	สีไธ	สมาชิก ม.๑
๑๒. ค.ญ.ผกาวิดี	สีไธ	สมาชิก ม.๑
๑๓. ค.ช.จามร	ข้าก้านัด	สมาชิก ม.๑
๑๔. ค.ช.นันทวัฒน์	เคียงเกตุ	สมาชิก ม.๑
๑๕. ค.ช.ณัฐวุฒิ	เคียงเกตุ	สมาชิก ม.๑
๑๖. ค.ช.สุริยา	เถรวัฒน์	สมาชิก ม.๑
๑๗. ค.ช.อนุชา	ใจทัน	สมาชิก ม.๑
๑๘. ค.ช.นพดล	ใจทัน	สมาชิก ม.๑
๑๙. ค.ญ.สุภารัตน์	ศรีบุญเรือน	สมาชิก ม.๑
๒๐. นางสาววรรณ	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๒๑. น.ส.ลำอาก์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๓
๒๒. นาง.สุนันทา	รักงาม	สมาชิก ม.๓
๒๓. ค.ญ.ชนิดา	ลินลา	สมาชิก ม.๓
๒๔. ค.ญ.บุษบา	ทองย้อย	สมาชิก ม.๓
๒๕. นางสุจิน	เกรอต	สมาชิก ม.๖
๒๖. นางสาวรอง	สีलगาม	สมาชิก ม.๖
๒๗. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก ม.๖
๒๘. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖
๒๙. นายชุทธ์	โชติพรวน	สมาชิก ม.๗
๓๐. นางสาวลย์	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘
๓๑. นางจรรยา	กลาด	สมาชิก ม.๘

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

เวทีวันนี้เป็นเวทีเก็บข้อมูลเรื่องการละเล่นพื้นบ้านในอดีตของชุมชนบ้านฉ้อง ผู้ใหญ่หลายท่านได้เตรียมอุปกรณ์การเล่นมาพร้อม เช่น ก้อนหินเล่นขุมเมือง กระโปะ(เดินกะลา) ไม้ห่ม เบี้ยทอยอีแอ็บ ห่วงยาง(โยนห่วง) ลูกช่วง เครือเถาวัลย์(กระโดดเชือก) ขณะที่รอสมาชิกมาเล่นพร้อมหน้า เด็กๆ ผู้ใหญ่ที่มาก่อนเล่นเดินกะโปะ (เดินกะลา) ไปพลางๆ ก่อน วันนี้มีรายการการละเล่นที่พร้อมจะนำเสนอทั้งหมด ๑๐ ชนิด คือ ขุมเมือง กาฬไช้ เดินกะโปะ คีจ๊อบ กระโดดเชือก ลูกช่วง ปิดดาตีหม้อ โยนห่วง ไม้ห่ม อีแอ็บ เริ่มต้นการละเล่นแรก คือ ขุมเมือง ที่ภาวิณีและลุงวินัยเป็นคนชวนคุยก่อน เนื่องจากที่อุบลและพี่จื้อผู้ที่ได้รับมอบหมายติดภารกิจอื่นยังไม่มาไม่ถึง ครูประทุมวดีทำหน้าที่ขึ้นกระดาน

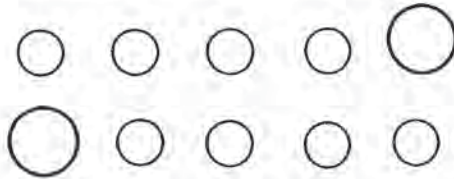
วาระที่ ๑: การละเล่น “ขุมเมือง”

ที่สุนันทาและพี่กัญทำหน้าที่อธิบายเรื่องการละเล่นขุมเมือง โดยมีป้าก้านร่วมเป็นผู้สาธิตวิธีการเล่น

อุปกรณ์การเล่น : ขุมหรือหลุม สมัยก่อนใช้พื้นดินและทำเป็นหลุม สมัยนี้มีแบบเป็นไม้ขาย

ขุดดินเป็นหลุม ๒ แถว แถวละ ๕ หลุม หลุมแรกทางซ้ายมือของผู้เล่นจะมีขนาดใหญ่ (แต่ละแถวอยู่สุดับหัวท้าย) เรียกว่าขุมเมือง

ลูกหมาก คือ ลูกหรือเม็ดที่จะนำมาเล่น สมัยก่อนใช้หอยทราย เม็ดมะขาม หรือหอยอีเวียน ที่คายแล้วขนาดพอดี แต่สมัยนี้ใช้ลูกหิน หรือลูกแก้ว ใส่ลูกหมากลงในหลุม ขุมเมืองหลุมใหญ่ใส่ ๑๐ เม็ด ส่วนหลุมอื่นใส่หลุมละ ๕ เม็ด



ผู้เล่น : จำนวน ๒ คน นั่งหันหน้าเข้าหากัน โดยให้ขุมเมืองอยู่ทางซ้ายมือของตนเอง

วิธีการเล่น :

- ผู้เล่นทั้งสองคนเป่าขลุ่ยจน ผู้ชนะเป็นผู้เล่นก่อน
- ผู้เล่นเริ่มเล่น โดยการหยิบลูกหมากจากหลุมใดก็ได้ที่อยู่ฝั่งของตัวเอง หยอกใส่หลุมอื่นหลุมละลูก โดยเวียนตามเข็มนาฬิกา (เวียนไปทางขุมเมืองของตัวเอง) เมื่อหมดแล้วก็ให้หยิบหลุมที่อยู่ถัดไปติดต่อ จนกว่าจะพบหลุมว่างจึงจะได้กินลูกหมากที่อยู่หลุมถัดไปเป็นของตนเอง (หยิบลูกหมากในหลุมนั้นออกมาทั้งหมดเป็นของเรา)



- ถ้าเจอหลุมว่าง หลุมเว้นหลุม เรียกว่า “กินเบิ้ล”
- ถ้าเจอหลุมว่างติดกัน ๒ หลุม เรียกว่า “บอด” ผู้เล่นคนแรกจะต้องหยุด ให้ฝ่ายตรงข้ามเป็นผู้เล่นแทน ซึ่งจะเริ่มเล่นเหมือนเดิม
- เล่นสลับกันไปมาจนกว่าถูกหมากที่อยู่ในหลุมหมด หรือมีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งไม่สามารถเดินต่อได้อีกแล้ว จึงนับก่อนหินที่กินได้ ใครได้มากกว่าผู้นั้นเป็นฝ่ายชนะ

ประโยชน์ : การเล่นเกมเมือง ไม่ต้องลงทุนสิ้นเปลือง แต่มีประโยชน์มากมาย ได้ฝึกไหวพริบ ฟังคิด สนุกสนาน สุนะระทึก เพลิดเพลิน

เมื่อป้าบุญกับป้าก้านสาธิตการเล่นจนได้ผู้ชนะแล้ว ถึงรอบเด็กโดยน้องแพรวและน้องนิว เป็นผู้มาลองเล่น น้องนิวเคยเล่นมาก่อนจึงชนะน้องแพรว ซึ่งน้องแพรวเพิ่งเริ่มหัดเล่นครั้งแรกสามารถเข้าใจกติกาและเล่นเป็น

วาระที่ ๒ : การเล่นเกม “กาฬิกไข่”

พี่น้องจากหมู่ ๕ ทำหน้าที่เป็นผู้อธิบาย และชวนเด็ก ๆ มาร่วมเล่น

อุปกรณ์การเล่น : หาอุปกรณ์ที่ใช้ทำเป็นไข่ ๑ คน/๑ชิ้น เช่น รองเท้าของตัวเอง หรือ กาบมะพร้าว

ผู้เล่น : จำนวนผู้เล่นตั้งแต่ ๓ คนขึ้นไป

วิธีการเล่น :

- ผู้เล่นทุกคน โยนไข่ออก จนกว่าจะเหลือคนสุดท้ายทำหน้าที่เป็นแม่กา
- ชีควงกลมใหญ่ โดยเอาอุปกรณ์ที่ใช้แทนไข่ของผู้เล่นแต่ละคน มาไว้ตรงกลางวง
- ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นแม่กา คอยนั่งกกไข่ไว้ ระวังไม่ให้ผู้อื่นมาแย่งไข่
- ผู้เล่นคนอื่น ๆ อยู่นอกวง คอยแย่งไข่จากแม่กา
- ถ้าแม่กาปิดมือถูกผู้เล่นคนใด คนนั้นต้องมาทำหน้าที่เป็นแม่กาแทน
- ถ้าผู้เล่นคนอื่นแย่งไข่ไปได้หมด
- แม่กาหลบตา รองนให้คนอื่นเอาไข่ไปซ่อนในบริเวณที่กำหนดไว้
- แม่กาตามหาไข่ ถ้าเจอไข่ของใครเป็นคนแรก คนนั้นต้องมาเป็นแม่กาแทน เริ่มค้นเล่นใหม่
- หรือถ้าแม่กาหาไข่ไม่เจอ ขอมแพ้ ก็ต้องเล่นเป็นแม่กาอีกรอบ

ประโยชน์ : เกิดความสนุกสนาน สร้างความสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่น

มีเด็ก ๆ มาร่วมเล่นด้วย น้องแพรวเป็นแม่กา ตามหาไข่ที่ถูกนำไปซ่อน เจอไข่ของน้องเพลงเป็นคนแรก

วาระที่ ๓ : สร้างความสัมพันธ์ระหว่างคน ๓ วัย

หลังจากที่เด็ก ๆ พักเหนื่อยรับประทานอาหารแล้ว พี่ภาวิณีและลุงวินัย เรียกทั้งเด็กและผู้ใหญ่มานั่งล้อมวงกัน มีที่อุบลทำหน้าที่ชวนคุย เด็ก ๆ มาเล่นการละเล่นพื้นบ้านครั้งนี้ได้ประโยชน์อะไรบ้าง ต่างแย่งกันตอบว่าได้ความรู้ ได้ความสนุก และรู้จักเพื่อนใหม่ พี่ภาวิณีสร้างวิธีทำให้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่รู้จักกันอย่างแนบเนียนแบบธรรมชาติ (เด็ก ๆ ไม่รู้ตัวว่ากำลังถูกให้แนะนำตัว) โดยถามให้เด็ก ๑ คน ตามหาผู้ใหญ่ ๑ คน โดยบอกชื่อผู้ใหญ่ให้ แล้วให้เด็กคนนั้นตามหา เมื่อเจอผู้ใหญ่คนนั้น ก็ทำความรู้จักระหว่างกัน และผู้ใหญ่พูดคุยกับเด็กคนนั้นเรื่องทั่วไปหรือได้อะไรบ้างที่มาร่วมกิจกรรมครั้งนี้ กิจกรรมนี้ทำให้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่มีส่วนร่วมในการทำความรู้จักระหว่างกัน และเรียกเสียงเฮฮาได้ดี

ประโยชน์ที่ได้รับจากการละเล่นพื้นบ้าน

- น้องโอมท์, น้องคณ, น้องเคอร์ : ได้ความรู้ในการเล่นการละเล่นในสมัยอดีต

- น้องฟิล์ม, น้องคล : ได้ความสนุกสนาน
- น้องอ้อม, น้องบุษ : ได้ความสามัคคี
- น้องโอ, น้องแพร : ได้ใช้สมองฝึกการเล่น
- น้องแพร : ได้ฝึกความพยายาม
- น้องนิว : ได้รู้จักเพื่อนเพิ่มขึ้น

ส่วนน้องตะ ไม่อยากเล่นอะไร เพราะกลัวต้องเป็นกา อยากเล่นเดินกะลามากกว่า ลุงวินัยถามว่าถ้าครั้งหน้ามีอีกจะมากันอีกหรือไม่ เด็ก ๆ อยากมากันอีกทุกคน โดยมีเงื่อนไขว่าถ้าครั้งหน้าใครรู้จักเพื่อนได้มากที่สุด พี่ภาวิณีจะมีรางวัลให้

วาระที่ ๔ : ถอดบทเรียนและเติมเต็ม

เมื่อเด็กแยกย้ายไปทานอาหารกลางวัน ทีมวิจัยผู้ใหญ่อาศัยกันไปช่วยถอดบทเรียนไปด้วย โดยมีน้องกริมทำหน้าที่ตั้งคำถามชวนคุย

คำถามแรก : วันนี้เราเห็นอะไรดี ๆ กันบ้าง ?

- เห็นความตั้งใจของผู้ใหญ่มากๆ ในการเตรียมอุปกรณ์การเล่นอย่างสวยงาม เช่น ดอกเบียร์ อีแซบจนমনกลบ ชักกะลาจนไม่มีขน
- เห็นเด็กกล้าแสดงออกมากขึ้น เด็ก ๆ เริ่มคุ้นเคยกับผู้ใหญ่
- เกิดความสนุกสนานระหว่างผู้เข้าร่วมเวทีทั้งผู้ใหญ่และเด็ก ๆ
- เห็นผู้ใหญ่ให้ความสำคัญของกิจกรรม ถึงแม้ว่ามีภารกิจซ้อนกันในช่วงเช้า แต่ก็ยังปลีกเวลาตามมาทีหลัง

คำถามที่สอง : เราอยากทำอะไรให้ดีขึ้นไปกว่านี้อีก ?

- วันนี้มีผู้ใหญ่มาไม่ตรงเวลา (คิดธุระสำคัญ มาช้าคิดว่าไม่มา) จะพยายามให้ดีขึ้น
- อยากให้ทีมวิจัยคนใหม่ที่มาเพิ่มรวมทั้งทีมวิจัยเด็กเยาวชนต้นกล้า 51 เข้ามาทำหน้าที่ในเวทีด้วย เพื่อที่จะได้เป็นการฝึกพัฒนาตัวเอง

คำถามที่สาม : วันนี้เราทำสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของเวทีที่กำหนดไว้หรือไม่ ?

บททวนวัตถุประสงค์เดิม : เพื่อเก็บข้อมูล บททวนวิธีการเล่นให้ตรงกันในวงผู้ใหญ่
แต่วันนี้มีเด็ก ๆ มาร่วมด้วย ช่วงแรกผู้ใหญ่มุ่งเน้นอยู่ที่วิธีการเล่น จนลืมการสร้างความสัมพันธ์กับเด็ก เล่นกันเสร็จแล้วแต่ยังไม่รู้ว่าใครเป็นใคร ชื่ออะไร เป็นลูกหลานของใคร กริมจึงบททวนเป้าหมายของการฟื้นฟูการเล่นพื้นบ้านที่ได้คุยกันไว้ คือ

- ใช้เป็นเครื่องมือในการดึงเด็กออกมาจากอบายมุขและสื่อเทคโนโลยีสมัยใหม่ หรือเปิดพื้นที่เปิดโอกาสให้กับเด็ก
- สร้างความสัมพันธ์ระหว่างคน ๓ วัย
- ไม่ให้การละเล่นพื้นบ้านของชุมชนบ้านเมืองที่มีประโยชน์สูญหาย

แต่เวทีวันนี้ เติมที่ไม่ได้ออกแบบว่ามีเด็กเป็นกลุ่มเป้าหมาย จึงไม่ได้ออกแบบกระบวนการทำกิจกรรมกับเด็ก แต่พี่ภาวิณีแก้ไขสถานการณ์เฉพาะหน้าตอนช่วงท้ายได้ดี ที่ไม่ลืมเป้าหมายใหญ่ของฟื้นฟูการเล่นพื้นบ้าน ดังนั้นในเวทีต้องให้ความสำคัญกับเด็ก ๆ ที่มาเข้าร่วมด้วย ต้องมีการตั้งคำถามให้เด็กเห็นความแตกต่างระหว่างการอยู่ที่หน้าจอทีวีที่บ้าน กับการมาเจอเพื่อนใหม่แล้วได้เล่นด้วยกันเกิดความสัมพันธ์ใหม่ ของคนที่ไม่เคยรู้จักกัน ส่วนการที่การเล่นไม่สูญหายเป็นเป้าหมายลำดับสุดท้ายเป็นผลพลอยได้

ดังนั้นการทำเวทีต้องไม่ลืมเป้าหมาย และออกแบบกระบวนการให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายด้วย ซึ่งครั้งหน้าจะมีเด็กมาเข้าร่วมกิจกรรมแน่นอนอาจจะมากขึ้นกว่านี้ จะต้องวางแผนออกแบบกระบวนการใหม่ที่ดึงดูดเด็กเข้ามาเป็นตัวเอก กริมซี่ให้เห็นความประณีตของการทำวิจัยเพื่อท้องถิ่นที่ต้องใส่ใจในรายละเอียด และปรับปรุงให้ดีขึ้นในแต่ละครั้ง ซึ่งจะ เป็นพื้นฐานของงานพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็ง

วาระที่ ๕ : รายงานสถานการณ์การเงิน

ที่ภาวณิ มาสรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๓๖,๔๖๔ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๕๔๕ บาท
- คงเหลือ ๓๕,๙๑๙ บาท

นัดหมายครั้งต่อไปวันอาทิตย์ที่ ๒๐ ก.ย. ๒๕๕๒

- ช่วงเช้าวัดบ่อมะรุค เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. : เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องครั้งที่ ๒ ของ ม.๗/๘
- ช่วงบ่ายศาลาศาลเจ้าบ้านเก่า เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น.: เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องครั้งที่ ๓ ของ ม.๕/๖

ปิดเวที ๑๒.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้จัดบันทึกการประชุม

น.ส.จำขาม ประจวบวัน
ผู้แก้ไขและตรวจทาน

กิจกรรมที่ ๑๕ : เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่อง ครั้งที่ ๒ (ม.๓/๘)
 วันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.
 ณ ศาลาวัฒนธรรม ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางบุปผา	ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๒. น.ส.ง่ายงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๓. นายวินัย	คงนกะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๔. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๕. นางสาวรอง	มุกดา	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๖. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๗. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๘. นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๙. นายพุทธ	โชคิพรวน	สมาชิก ม.๗ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๑๐. ค.ญ.อรสา	คิปัญญา	สมาชิก ม.๗
๑๑. ค.ช.ธันวาท	คิปัญญา	สมาชิก ม.๗
๑๒. ค.ช.บุญฤทธิ์	ชอบประเสริฐ	สมาชิก ม.๗
๑๓. ค.ช.ศิริวัฒน์	ผลอุดม	สมาชิก ม.๗
๑๔. ค.ช.นครินทร์	เคชาฤทธิ์	สมาชิก ม.๗
๑๕. ค.ช.ธีรวิมล	เคชาฤทธิ์	สมาชิก ม.๗
๑๖. นายสุรศักดิ์	เทียมทัน	สมาชิก ม.๗
๑๗. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๑๘. นางจรรยา	ลาลาด	สมาชิก ม.๘ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๑๙. นางถิ	ลาลาด	สมาชิก ม.๘
๒๐. นางอร	สีบุปผา	สมาชิก ม.๘
๒๑. นางเพียร	อาจปัทมา	สมาชิก ม.๘
๒๒. นายบัญชา	สุคคุ้ม	สมาชิก ม.๘
๒๓. นายจรัส	สุคคุ้ม	สมาชิก ม.๘
๒๔. นางละออง	แสงงาม	สมาชิก ม.๘
๒๕. ค.ญ.นฤพร	ลาลาด	สมาชิก ม.๘
๒๖. ค.ญ.นฤณี	ลาลาด	สมาชิก ม.๘
๒๗. ค.ช.ประเมศร์	พินบัท	สมาชิก ม.๘
๒๘. นางกุลลาบ	สีบุปผา	สมาชิก ม.๘
๒๙. นางวัลย์	ถลันทิพย์	สมาชิก ม.๘
๓๐. ค.ช.ธนพร	เผือกสีพันธ์	สมาชิก ม.๘
๓๑. นางแดงลิ้ม	แสงงาม	สมาชิก ม.๘

๓๒. ค.ช.โฟกัส	พูนสวัสดิ์	สมาชิก ม.๘
๓๓. ค.ช.กิตติศักดิ์	เนื่ออัน	สมาชิก ม.๘
๓๔. ค.ช.ณัฐพล	ชั้นขำ	สมาชิก ม.๘

เริ่มเวที ๐๘.๓๐ น.

เวทีวันนี้มีเด็กจำนวนมากขึ้นกว่าเวทีครั้งที่แล้ว ป้าก้านชวนทุกคนแนะนำตัว เด็กๆ บอกชื่อตัวเองอย่างอาย ๆ ผู้ใหญ่หลายคนช่วยกระตุ้นให้เด็กกล้าพูด

วาระที่ ๑: รับรองรายงานการบันทึกเวที : กิจกรรม ที่ ๕ เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๑ ที่หมู่ ๗ และหมู่ ๘ วันอาทิตย์ที่ ๕ สิงหาคม ๒๕๕๒ ดุงวินัยเป็นผู้ชวนทบทวน โดยการให้ผู้เข้าร่วมเวทีอ่านคนละวรรค มีผู้ใหญ่หลายท่านอาสาอ่าน และเด็ก ๆ ได้อ่านกันทุกคน ซึ่งอ่านได้อย่างคล่องแคล่ว คนอื่น ๆ คอยลุ้นอ่านตาม มีการแก้ไขดังนี้

- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (นักวิจัย) ลำดับที่ ๑๒ นายชินนุวัฒน์ เพิ่มนามสกุล มณีสรีขำ
- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๑ จาก สิงห์ทอง เป็น สิงห์ตะสะ
- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๕ จาก มหาสิงห์ เป็น มหาสังห์
- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๘ จาก เกรอด เป็น เกรอด
- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๑๐ จาก อายุวัฒนากุล เป็น อายุวัฒนกุล
- หน้า ๑ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๑๒ จาก ค.ช.ปัญญา เป็น ค.ช.ธันวา
- หน้า ๒ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๑๗ จาก สินาก เป็น สินาก
- หน้า ๒ รายชื่อผู้เข้าร่วมกิจกรรม (ชาวบ้าน) ลำดับที่ ๒๓ จาก หมู่ ๗ เป็น หมู่ ๘
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๑๒ คัด g ทั้ง
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๑๔ จาก แล้วให้เข้ากัน เพิ่มเป็น แล้วคนให้เข้ากัน
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๑๕ จาก ตะเยง เป็น ตะเกียง
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๑๘ จาก ไม้ขี้หนอน เป็น ไม้ขี้หนอน
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๑๙ จาก น้ำตาล เป็น น้ำตาล
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๒๔ จาก ใบเป็นสุข เป็น ใบเป็นสุข
- หน้า ๒ บรรทัดที่ ๒๕ จาก น้ำฝน เป็น น้ำฝน
- หน้า ๔ บรรทัดที่ ๘ จาก เรื่องเค็ม เป็น เรื่องเค็ม
- หน้า ๔ บรรทัดที่ ๑๗ จาก ตั้งวงคุย เป็น ตั้งวงคุย

มติเวที รับรองรายงานการบันทึกเวที กิจกรรมที่ ๕

กริมชวนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นว่า การจดบันทึกมีประโยชน์อย่างไร ทุกคนช่วยกันหาคำตอบ คือ ทำให้เราได้ใช้บทวนอีกรอบหนึ่ง คนที่ไม่ได้มาเข้าร่วมครั้งที่แล้วได้รู้เรื่องด้วย ฝึกให้เรากล้า (อาสาอ่าน) ทำให้รู้ว่าลูกหลานอ่านหนังสือเก่งมากน้อยแค่ไหน เป็นบันทึกประวัติศาสตร์ของบ้านเรา

วาระที่ ๒ : ทบทวนความเข้าใจจากเวทีกิจกรรม ที่ ๕

วันนี้ดุงวินัย และป้าก้านทำหน้าที่ชวนคุย และกริมทำหน้าที่ขึ้นกระดาน พิจารณาทำหน้าที่บันทึก ในช่วงต้นกริมช่วยสรุปความเข้าใจจากเวทีครั้งที่แล้ว พุดคุยอะไรกันไว้แล้วบ้าง ได้แก่ การทบทวนภาพของชุมชนบ่อมะกรูดที่มีการเปลี่ยนแปลงตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เห็นว่าความสุขของชุมชนลดน้อยลง ต้นทุนดี ๆ ของชุมชนมีอยู่น้อยมาก เช่น คนเก่งคน

มีความสามารถ เช่น ทำนาเป็น (ป้าสี,ลุงจรัส) ร้องเพลงกล่อมลูกได้ (ป้าออง) ทำขนมจีนขนมถ้วยตะไลได้ (ป้าเพียร) เป็นหมอจับเส้น (ป้ากร) ตีกลองยาว (ลุงนาก) แต่ขณะเดียวกันก็มีเรื่องไม่ดีจากภายนอกมากมายที่เข้ามาในชุมชน เช่น การพนัน บุหรี่ ยาเสพติด สื่อ/เทคโนโลยี หนี้สิน ครอบครัวย่ำแย่

วาระที่ ๓ : ประเด็นเรื่องของหมู่ ๗ และ ๘

จากการทบทวนความเดิม ลุงวินัยถามว่าคนในชุมชนต้องการเห็นบ้านของตนเองเป็นอย่างไร เป้าหมายของชุมชน คือ สร้างความสุขในชุมชนบ้านบ่อมะกรูด ต้องการให้พลังต้นทุนศักยภาพในชุมชนมีพลังมากกว่าสิ่งไม่ดีจากภายนอกที่เข้ามาทำลายชุมชน โดยต้องใช้ความสามัคคีของคนในชุมชน กริมช่วยถาม ความสามัคคีของชุมชนบ้านบ่อมะกรูดเป็นอย่างไร ป้าเพียรตอบว่า คือการที่คนในชุมชนมาช่วยกันคิด ช่วยกันทำ แล้วคนหมู่ ๗ และ ๘ อยากมาคิดหรือร่วมทำเรื่องอะไรกันดี โดยดูจากสิ่งไม่ดีที่เข้ามาในชุมชน หรือปัญหาที่เกิดขึ้น มีการเสนอความคิดเห็นและจัดลำดับความสำคัญของปัญหาดังนี้

- ลำดับที่ ๑ : ปัญหาหนี้สิน
- ลำดับที่ ๒ : ปัญหาบุหรี่ ยาเสพติด
- ลำดับที่ ๓ : ปัญหาเรื่องสื่อ/เทคโนโลยี
- ลำดับที่ ๔ : ปัญหาการพนัน
- ลำดับที่ ๕ : ครอบครัวย่ำแย่

ส่วนใหญ่เด็กๆ เลือกเรื่องปัญหาสื่อ/เทคโนโลยี มีการแลกเปลี่ยนประเด็นเรื่องข้อดีและข้อเสียของสื่อ/เทคโนโลยี

ดังนี้

- | | | |
|------------------|---------|---|
| คอมพิวเตอร์ : | ข้อดี | - ใช้หาข้อมูล / ความรู้ |
| | | - ใช้ส่งข่าวสารได้อย่างรวดเร็ว |
| | ข้อเสีย | - ทำให้เด็กติดเกมส์ |
| | | - เปลืองไฟ เปลืองเงิน |
| | | - เล่นนาน ๆ เสียสายตา เสียสุขภาพ |
| โทรศัพท์มือถือ : | ข้อดี | - สื่อสารได้อย่างรวดเร็ว |
| | | - เล่นเกมส์ ถ่ายรูป ฟังเพลง เล่นอินเตอร์เน็ตได้ |
| | | - ใช้เป็นเครื่องมือหารายได้ |
| | ข้อเสีย | - เปลืองเงิน พ่อแม่เดือดร้อน |
| | | - เป็นเครื่องมือจรรจกรม (ใช้จุกระเบิด) |
| | | - มีคลิปโป๊ ทำให้เด็กใจแตก |
| | | - ส่งเสริมให้ลูกหลานโกหกพ่อแม่ |

แต่เสียงข้างมาก เลือกเรื่องหนี้สินและมองว่าทุกปัญหาเกี่ยวโยงกัน ไม่ได้ตัดปัญหาอื่นทิ้ง คือ พอมีหนี้สินมาก พ่อแม่ต้องรีบเร่งทำมาหากิน ไม่มีเวลาพูดคุยกัน ต่างคนต่างอยู่ ครอบครัวย่ำแย่ พ่อแม่ไม่ได้อบรมสั่งสอนลูก ๆ ซึ่งลูก ๆ อาจจะไปติดเกมส์ บุหรี่ได้ บางคนก็แก้ปัญหาโดยการเล่นพนันเพื่อให้ได้เงินเร็วขึ้น เมื่อครอบครัวย่ำแย่ ชุมชนมีความสุขน้อยลง ถ้าสามารถจัดการเรื่องหนี้สินได้ ความสุขของชุมชนน่าจะเพิ่มมากขึ้น

กริมพูดถึงต้นไม้ ถ้าเราจะตัดให้ตายจะตัดที่กิ่ง ที่โคน หรือซุดรากเหง้า ต้นไม้ถึงจะตายไม่แตกกิ่งขึ้นมาใหม่ ทุกคนมีความเห็นตรงกันว่าต้องซุดราก แล้วต้นไม้เข้าปัญหาที่ชื่อหนี้สิน มีรากเหง้าปัญหาก็คือจากอะไรบ้าง จากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น

- พี่จื่อ เล่าว่า หนี้สินเริ่มมีคอนส่งลูกเข้าโรงเรียน เช่น ค่าเทอม ค่าขนม ค่ารถ ค่าหอพัก ค่ากิจกรรม ยิ่งเรียนสูงมากขึ้น รายจ่ายยิ่งมากขึ้น
 - ผู้ช่วยวิโรจน์ เล่าว่า หนี้สินเริ่มมีตอนที่แต่งงานแล้วต้องเริ่มสร้างครอบครัว ต้องมีบ้าน มีรถ เป็นของตนเอง จึงต้องกู้เงินมาสร้าง และผ่อนรถ และมีรายจ่ายส่วนตัวของคนในครอบครัว
 - ลูกบัญชา บอกว่า พ่อมีลูกมีหลาน ครอบครัวใหญ่ขึ้น รายจ่ายก็สูงขึ้น
 - กิมปอย เสริมว่า บางทีเราก็อยากมีเหมือนคนอื่น เช่น ลูกคนอื่นเข้าโรงเรียนดีๆ แพงๆ เราก็อยากส่งลูกหลานเข้าบ้าง ใครมีอะไร เราก็อยากมีเหมือนคนอื่น ลูกจรัสเสริมบางทีเราก็อยากรวย เลยอยากทำนาให้ได้เงินเยอะๆ แรงปุ๊บ แรงทำมากขึ้น พี่กุลลาบเสริมว่าเมื่อเรามีครอบครัว เราก็อยากมีความเป็นส่วนตัว ก็ต้องแยกบ้าน สร้างบ้านใหม่
 - กริมเสริมว่า บางคนต้องไปงานของคนมีฐานะ ก็ต้องเตรียมเสื้อผ้ารองเท้าใหม่ให้ไม่อายคนอื่นเหมือนกัน
- เมื่อทุกคนพอมองเห็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดหนี้สินแล้ว ลองเปรียบเทียบกับต้นไม้ว่าเหตุไหนที่จะเป็นรากเหง้าของปัญหา าคติเป็นเสียงเดียวกัน คือ ความอยาก ถ้าจะขุดรากของต้นไม้ ต้องใช้จอบ ใช้เสียม ใช้รถขุด แล้วเครื่องมือที่จะช่วยขุดความอยากทั้งคืออะไร ป้าก้านช่วยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น เครื่องมือขุด ความอยาก คือ ความพอ แล้วได้ขุดตัวอย่างความพอเพียงของตัวเองเป็นประสบการณ์

สรุปว่าชุมชนบ้านบ่อมะกรูดต้องการทำเรื่องชุมชนพอเพียง โดยมีเป้าหมายว่า เมื่อทำเรื่องนี้แล้วจะสามารถจัดการหนี้ได้ หนี้น้อยลง และในที่สุด คือ ไม่มีหนี้ ซึ่งจะต้องมาช่วยกันค้นหาว่า จะสร้างบ้านบ่อมะกรูดให้เป็นชุมชนพอเพียงจะต้องทำอย่างไร ซึ่งมีสมาชิกในชุมชนหลายคนที่มีความพอเพียง หรือสามารถจัดการหนี้ได้ คือ ยายนิง ป้าจื่อ ครูทองสุข ป้าจรรยา ลูกนาก ลูกวินัย ป้าเพียร ยายลี ป้าบัว และยายแถม จึงตกลงกันว่าในครั้งหน้าจะมาเรียนรู้วิธีการสร้างความพอเพียงจากบุคคลเหล่านี้

วาระที่ ๔ : ถอดบทเรียน

ลูกวินัยชวนคนในวงคิด มาเวทีวันนี้ได้เรียนรู้อะไรบ้างหรือมีความรู้สึกอย่างไร ทั้งผู้ใหญ่และเด็กช่วยกันตอบคือ

- ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น
- ได้พบปะ เจอเพื่อนต่างหมู่บ้าน
- ได้พูดคุยกันมากขึ้น ช่วยกันคิดแก้ปัญหาของชุมชน
- เด็ก ๆ ได้แลกเปลี่ยนความรู้ สนุกสนาน และได้รู้จักผู้ใหญ่เพิ่มขึ้น ถ้าครั้งหน้ามีอีก เด็ก ๆ อยากมากันอีก ส่วนกลุ่มพี่วัลย์ พี่กุลลาบบอกว่า ถ้ามีเวลาจะมาอีกแน่นอน

กริมถามว่า ในครั้งหน้าทุกคนอยากให้ทีมวิจัยทำอะไรให้ดีขึ้นอีก เด็ก ๆ บอกว่า น่าจะมีการร้องเพลง เล่นดนตรี (เสนอให้ลูกนากเอากลองยาวมาตีด้วย) หรือเล่นเกมสัปดาห์กัน ส่วนลูกวินัยบอกว่าตัวเองต้องวางแผนคำถามที่จะใช้ชวนคุยให้ดีขึ้น

วาระที่ ๕ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๓๕,๕๑๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๐๐๐ บาท

- คงเหลือ

๓๔,๕๑๕ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป

- เวทีเก็บข้อมูลของหมู่ ๗ และ ๘ เรื่องชุมชนพอเพียง วันอาทิตย์ที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น. - ๑๕.๐๐ น. ที่วัดบ่อมะกรูด
- เวทีถัดไป เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของ หมู่ ๕ และ ๖ วันนี้นำคอนบ่าย ที่ศาลาศาลเจ้าบ้านเก่า

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

นางจรรยา ลาลาด
ผู้จัดบันทึกการประชุม

น.ส.ง่ายงาม ประจวบวัน
ผู้แก้ไขและตรวจทาน

กิจกรรมที่ ๑๖ : เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๓ (ม.๕/๖)
 วันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๓๐ - ๑๕.๓๐ น.
 ณ ศาลาศาลเจ้าบ้านเก่า หมู่ ๕ ต.บ้านม่วง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางนุปลา	ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๒. น.สง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๓. นายวินัย	คณະภา	ทีมวิจัย ม.๗
๔. นางก้าน	ศรีอุดมทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๕. นางประภาพร	สาลีเรือง	สมาชิก ม.๕
๖. นางละออง	หมั่นบวร	สมาชิก ม.๕
๗. นายเสนาะ	หนูหรั่ง	ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๕
๘. นางทศพร	น้อยหา	สมาชิก ม.๕
๙. น.ส.สำเนา	ไต้สุน	สมาชิก ม.๕
๑๐. นางสมบูรณ์	ไทย์สุน	สมาชิก ม.๕
๑๑. นางไสว	ประเสริฐศิลป์	สมาชิก ม.๕
๑๒. นางประนอม	พงศ์พิทักษ์	สมาชิก ม.๕
๑๓. นางใจใส	ขุนเกษยา	สมาชิก ม.๕
๑๔. นางอีด	วันสีหา	สมาชิก ม.๕
๑๕. นายเสรี	เหรียญว่อง	สมาชิก ม.๕
๑๖. นางสุนันทา	สวัสดิผล	สมาชิก ม.๕
๑๗. นางสาวพิน	เย็นตรง	สมาชิก ม.๕
๑๘. น.ส.ชมเชย	สาลีเรือง	สมาชิก ม.๕
๑๙. นางประทีน	ธรรมกิจ	สมาชิก ม.๕
๒๐. นางศรีสังวาลย์	เทียนดี	สมาชิก ม.๕
๒๑. นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๒๒. นางสำรอง	ลีถางาม	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๒๓. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๒๔. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๒๕. ร.ค.ชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๒๖. นางอุไร	คูนัม	สมาชิก ม.๖
๒๗. น.ส.ฝน	มะลิทอง	สมาชิก ม.๖
๒๘. นายยุทธ	โชติพรวน	สมาชิก ม.๗ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๒๙. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)
๓๐. นางจรรยา	ลาลาด	สมาชิก ม.๘ (สมาชิกทีมวิจัยใหม่)

เริ่มเวที ๑๓.๓๐ น.

ป้าก้านทำหน้าที่ชวนสมาชิกที่มาเข้าร่วมเวทีแนะนำตัว แล้วจึงส่งเวทีต่อให้ลุงวินัย วาระที่ ๑: รับรองรายงานการประชุม กิจกรรมที่ ๑๒ เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๔ กับสมาชิกชุมชน หมู่ ๕ และ หมู่ ๖ วันอาทิตย์ที่ ๖ กันยายน ๒๕๕๒

ลุงวินัยชวนทบทวนการพูดคุยครั้งที่แล้วของเวทีหมู่ ๕ และ ๖ ด้วยการอ่านรายงานการประชุม โดยผลัดกันอ่าน คนละวาระ มีการแก้ไขที่หน้า ๓ หัวข้อ ๒.๕ ถึงแวดล้อม ให้ตัดคำว่า น้ำขี้หนู ที่ประชุมมีมติรับรองรายงานการประชุม

ลุงวินัยชวนคุยให้สมาชิกเห็นประโยชน์ของการจดบันทึก คือ อะไรบ้าง ในวงช่วยกันตอบมี ๔ ข้อ คือ ๑.ใช้เป็นหลักฐานทางเอกสาร ๒.กันลืม ๓.ใช้ทบทวนได้หลายรอบ ๔. คนที่ไม่ได้เข้าร่วมได้รับรู้ผลของการพูดคุยด้วย

วาระที่ ๒ : ประเด็นเด็นเรื่องของหมู่ ๕ และ ๖

ลุงวินัย ป้าก้าน และพี่จ้อ ทำหน้าที่ชวนคุยต่อจากเวทีครั้งที่แล้ว โดยมีกริมทำหน้าที่ช่วยขึ้นกระดาน ลุงวินัยได้ทบทวนและสรุปความครั้งที่แล้วว่าสมาชิกหมู่ ๕ และ ๖ มีเป้าหมายไกล ๆ คือ การเกิดเป็นทีมที่มีความเสถียร มีน้ำใจ โดยครั้งที่แล้วมีการพูดถึงเรื่องอาหารการกินของคนในสมัยอดีต จึงถามว่าต้องการใช้เรื่องอาหารเป็นเนื้อเรื่องในการสร้างทีมที่มีความเสถียรและมีน้ำใจหรือไม่ และมีการยกตัวอย่างของหมู่ ๑ และ ๓ เลือกเรื่องการเล่นพื้นบ้าน โดยมีเป้าหมาย คือ

- เพื่อเป็นเครื่องมือในการดึงลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มาคุกคาม
- เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างคน ๓ วัย
- เพื่อไม่ให้การเล่นพื้นบ้านของบ้านจ้องสูญหายไป

สำหรับ หมู่ ๑ และ ๘ เลือกเรื่องชุมชนพอเพียง โดยมีเป้าหมาย คือ

- จัดการหนี้ได้
- หนี้้น้อยลง
- ไม่มีหนี้

หมอลุนันทาแลกเปลี่ยนเรื่องการทำอาหาร ว่าอาหารที่ทำกินกันเอง หลายอย่างมีประโยชน์อยากให้ทำอาหารที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชนบ้านจ้อง โดยให้มารวมกลุ่มกันทำ มีการยกตัวอย่างรายการอาหารเช่น หมูสะเต๊ะ (หมอมีสุดรทำน้ำจิ้มรสเด็ด) แกงเลียง (ช่วยเพิ่มน้ำนม) ขนมจีน ร.ค.จีนเสนอไข่คูน เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ อาจารย์สายพิณเสนอแกงมะรุบ เพราะมะรุบเป็นพืชที่มีสรรพคุณทางยามากและกำลังเป็นที่นิยมในยุคปัจจุบัน

กริมชวนถาม เราจะทำอาหารเหล่านี้ไปทำไม ร.ค.จีน ตอบว่า เพราะเดี๋ยวนี้อาหารหลายอย่างไม่ค่อยทำกินในสมัยปัจจุบัน เช่น แกงนางหวาน (แกงบอน) เพราะทำยาก ค่อยไปจะสูญหายไป คนที่ทำเป็นจะมีน้อยลง ไม่ค่อยมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาเรื่องอาหารการกินให้กับคนรุ่นหลัง คนรุ่นหลังก็ไม่ค่อยพิถีพิถันในเรื่องการกิน มีการยกตัวอย่างคนที่ทำแกงนางหวานเป็น คือ อีทองหยิบ (ป้าของกริม) ก็เป็น ซ้อเล็ก กริมเล่าว่าอีทองหยิบทำแกงนางหวานเมื่อไร จะใส่ถุงมาแจกบ้านของน้องๆ ทุกบ้าน เพราะไม่ค่อยได้ทำกินบ่อยนัก เห็นความห่วงใยของอีที่มีค่อน้องๆ ส่วนตัวกริมเองก็ทำไม่เป็น และอียังทำขนมโบราณเป็นหลายอย่าง เป็นแม่ครัวขนมหวานของหมู่บ้าน แต่เดี๋ยวนี้ไม่ได้ทำแล้ว ก็เป็นก็เช่นเดียวกันเป็นแม่ครัวของควา แต่ถ้าหมคคนรุ่นนี้แล้ว ก็ยังพอมีรุ่นซ้อชิน ซ้มดึก แต่ถ้าหมครุ่นสองนี้แล้ว ก็จะไม่เหลือ เพราะเด็กรุ่นใหม่ต้องไปเรียนหนังสือ ไม่รู้วัฒนธรรมการมาเอาแรงทำกับข้าวควาหวานเวลามิงานในชุมชน

นอกเหนือจากนี้ยังมีการสังเกตว่า คนที่อายุมาก ๆ ที่อยู่ในยุคอดีต ไม่ค่อยเป็นโรค อายุยืนยาวเช่น มาสาว อายุ ๘๒ แล้วยังแข็งแรง ส่วนเซินหนุ่ม (พี่ชายของกริม) อายุ ๓๖ ปี คนนี้เป็นทั้งเบาหวาน ความดัน แสดงว่าอาหารการกินในยุคนี้มีสารเคมีตกค้าง หรือพฤติกรรมการกินอาหารของคนในยุคปัจจุบันเปลี่ยนไป ร.ต.ซินเสนอว่าถ้าจะชวนเด็กรุ่นใหม่ให้เปลี่ยนพฤติกรรมการกินนั้นยาก เพราะเด็ก ๆ ค่อนข้างชอบอาหารประเภทจานด่วนมานานแล้ว กริมเล่าเสริมว่าตอนเป็นเด็กที่บ้านก็ต้องทำกับ ๒ รอบ รอบแรก คือรอบของเด็กที่ต้องรีบกินเพราะต้องรีบไปโรงเรียนแต่เช้าครู่ตอน ๖ โมงเช้า (เดี๋ยวจะไม่ทันขึ้นรถลงมัน รถรับ-ส่งเด็กนักเรียน) เช่น ไข่เจียว กะเพรา หมูทอด ส่วนรอบสองจะเป็นกับข้าวผู้ใหญ่เช่น แกง ผัก น้ำพริก ทำให้ลูกหลานไม่คุ้นเคยกับข้าวของผู้ใหญ่

จากการพูดคุยจึงสรุปกันได้ว่า จะค้นหาวิธีการสืบทอดอาหารที่มีคุณค่าในอดีตมายังรุ่นลูกหลาน มีคำถามว่าอาหารที่มีคุณค่า คือ อะไร ทำไมจะต้องถ่ายทอดมีความสำคัญอย่างไร แล้วใครยังทำเป็นอยู่บ้างหรือคนที่มิภูมิปัญญาเรื่องอาหารกินที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ คือ ใคร

คนในวงแลกเปลี่ยนเรื่องการปรุงอาหารในอดีตนั้น เป็นการฝึกความรับผิดชอบ ดึงวินัยได้ว่าฝึกความอดทน เช่นการหุงข้าวด้วยเตาถ่าน ต้องคอยดูพินในเตาอยู่ตลอดเวลา เกิดความประณีต ความใส่ใจ และเกิดน้ำใจแบ่งปันอาหารการกินในหมู่เครือญาติ ส่วนอาหารในปัจจุบันเนื่องจากใช้วัตถุดิบที่อาจจะมีสารเคมีตกค้าง จึงอาจจะเป็นเหตุให้เกิดโรคมะเร็ง ความดัน เบาหวาน และกินกับข้าวถุงบ้านใครบ้านมัน ไม่ได้ทำหม้อใหญ่ไว้แจกเหมือนเมื่อก่อน

หลังจากนั้นก็มีการแลกเปลี่ยนเรื่องรายการอาหารที่คิดว่ามีประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น แกงส้มมะรุม ผักคัมจิม น้ำพริก ยำหัวปลี ผักเสี้ยนคอง เต้าเจี้ยวหลน ปลาข้าวคั่ว แกงส้มผักบุ้ง ท่อหมก ขนมหวาน เช่นถั่วเขียวคัมน้ำตาลกล้วยบวชชี ซึ่งรายการอาหารที่เสนอขึ้นมาส่วนได้ใช้วัตถุดิบที่มีอยู่แล้วในชุมชน ก็มอบรับบอกว่าถ้าใครอยากได้ปลาไปทำปลาข้าวคั่วให้ไปเอาที่บ้านคน

กริมฟังรายการอาหารเหล่านี้ก็ถึงเมืองๆ หนึ่งในอิตาลี จึงเล่าให้ฟัง เมืองเล็กๆ เมืองนี้มีฉายานามว่า “นครเนบช้า” ได้ฉายานี้เพราะว่าเมืองนี้ต่อต้านอาหารจานด่วนซึ่งเข้ามาทำลายวัฒนธรรมการกินดั้งเดิม มีการปรุงอาหารการกินตามที่ได้สืบทอดเคล็ดลับมาจากแต่ละต้นตระกูล ซึ่งจะมีคามพิถีพิถันในการปรุงอย่างมาก และใช้หลักการ คือ SIMBY (Start In My Back Yard) คือวัตถุดิบที่ใช้ทำอาหารมาจากสวนหลังบ้าน หรือปลูกในท้องถื่น ซึ่งจะสะอาดปลอดจากสารเคมี ตอนหลังเมืองนี้ดังมากเกิดเครือข่ายขึ้นกว่าร้อยประเทศ จากเรื่องอาหารเรื่องเดียวก็เกิดแนวคิดไปเรื่องอื่น ๆ อีกมากมาย เช่น ถ้าจะเข้าไปท่องเที่ยวในเมืองนี้ต้องทำตัวแบบไม่รีบเร่ง เช่น ต้องจอดรถไว้นอกเมือง แล้วเดินเท้าเข้าไปเพื่อค่อย ๆ สัมผัสกับวิถีของชุมชน ซึ่งต่อไปไม่แนชุมชนบ้านนี้อาจจะเป็นชุมชนเนบช้าก็ได้

สมาชิกในเวทีเห็นด้วยกับเรื่องที่พูดคุยกัน และต้องการมาคุยกันต่อในประเด็นอาหารเพื่อสุขภาพเสริมสร้างสุขภาพชุมชน โดยมีเป้าหมาย คือ

- สร้างสุขภาพที่ดีด้วยอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ
- ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน
- ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าเรื่องกินเพื่ออ้ม เช่น อาหารที่สร้างความเอื้ออาทร/น้ำใจ

ครั้งถัดไปหมอสุนันทาอาสาทักกล้วยบวชชีมาเป็นอาหารว่างแทนการซื้อ

วาระที่ ๓ : ความรู้สึกที่มาเข้าร่วมเวที

ก่อนปิดเวที ดึงวินัยถามความรู้สึกคนที่มาเข้าร่วมเวที ว่ามีความรู้สึกกันอย่างไรบ้าง ตอนแรกคนหมู่ ๕ คิดว่าเวทีวันนี้จะล้มเลิก เพราะไม่แน่ใจว่าจะมาคุยกันต่อหรือไม่ เพิ่งจะมาตามกันตอนใกล้เวลา เมื่อมาแล้วรู้สึกดี เริ่มเข้าใจแล้วว่าทีมวิจัยมาชวนคุยมีเป้าหมาย คือ อะไร ตอนนี้ไม่มีใครคิดเรื่องการทำอาหารเพื่อขายหารายได้แล้ว ผู้ใหญ่เสนอเห็นชอบ

ด้วยที่ชุมชนจะมาร่วมคิด ร่วมทำอะไรด้วยกัน คิดว่าการมารวมตัวกันจะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาชุมชน ก็มอบบอก
ว่าถ้าไม่มาเข้าร่วมเวที อยู่บ้านก็ได้แต่นั่งนอนดูทีวี มาเข้าร่วมทำให้ได้สังสรรค์พูดคุยกับคนใหม่ๆ ลุงเสริมบอกว่ารู้สึกดีที่
ได้มาเข้าร่วม บ้านลุงเสริมปลูกผักหลายอย่าง โดยเฉพาะชะอมมีมาก กริมถามว่าถ้าครั้งหน้าอยากให้ทีมวิจัยทำให้ดีขึ้นอีก
สมาชิกอยากให้ปรับปรุงเรื่องอะไร สมาชิกบอกว่าคืออยู่แล้ว แต่ครั้งนี้ที่ศาลาอากาศร้อน ไม่มีพัดลม ครั้งหน้าจึงเสนอให้ไป
คุยกันที่บ้านกริมเพราะมีต้นไม้ให้ร่มเงามาก

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๓๔,๕๑๖ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๘๐๔ บาท
- คงเหลือ	<u>๓๓,๗๑๕ บาท</u>

นัดหมายครั้งต่อไป

- เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๕ ของหมู่ ๔ และ ๕ : วันอาทิตย์ที่ ๒๗ ก.ย. ๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น.

ณ โรงเรียนวัดคิบบอน

- เวทีเก็บข้อมูลของ ม.๕/๖ : วันเสาร์ที่ ๑๐ ต.ค. ๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น.- ๑๕.๐๐ น. ที่บ้านกริม

ปิดเวที ๑๕.๓๐ น.

น.ส.งาชงาม ประจวบวัน
ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๑๗ : เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๕ (ม.๔/๕)

วันอาทิตย์ที่ ๒๗ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๓๐ - ๑๕.๐๐ น.

ณ หอประชุม ร.ร.วัดติบอน หมู่ ๔ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. นางโสภา	สาธิตงพวย	ทีมวิจัย ม.๕
๔. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นายวินัย	คณระภา	ทีมวิจัย ม.๗
๗. นางก้าน	ศรีอุดมทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๘. นางอุไร	สาธิตกา	ทีมวิจัย ม.๘

และสมาชิกหมู่ ๔ และ หมู่ ๕ รวม ๒๕ คน

เริ่มเวที ๑๓.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : ประธานกล่าวเปิด - แนะนำตัว - ที่มาของโครงการ

นายสุรพล สาธิตันท์ ผู้ใหญ่บ้านหมู่ ๔ เป็นประธานกล่าวเปิดเวที โดยได้บอกเล่าเป้าหมายของเวทีวันนี้ ต้องการให้ทุกคนเล่าแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตัวเองที่เคยมีความสุขในอดีต หลังจากนั้น จึงยกเวทีให้ทีมวิจัย ดำเนินการต่อ โดยมีหม่อโสภา อุงวินัย ป้าก้าน และพี่จ้อ ทำหน้าที่ชวนคุย ครูประทุมวดีและพี่อุบล ช่วยกันขึ้นกระดาน และมีกริมช่วยสรุปตอนท้าย

เริ่มต้นป้าก้านทำหน้าที่ชวนสมาชิกที่มาเข้าร่วมเวทีแนะนำตัว วันนี้มีเล็ก ๆ ติดตามป้าจ้อและอุงวินัย จากหมู่ ๗ และ ๘ มาเข้าร่วมเวทีด้วย เมื่อแนะนำตัวเสร็จแล้วหม่อน้อยเป็นผู้ชวนคุยต่อ โดยให้กริมเล่าความเป็นมาของโครงการ เริ่มจากตัวเองเป็นลูกหลานบ้านทุ่งเจริญ (ม.๖) แล้วไปทำงานกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น ซึ่งมุ่งเน้นให้ชาวบ้านแก้ปัญหาตนเองด้วยกระบวนการวิจัย (ตนเอง เกาเอง ไม่มีคนนอกมาช่วยเขาให้) กริมไปทำงานกับชุมชนต่าง ๆ ใน จ.ราชบุรี แล้วมีคนตั้งคำถามว่า ทำไมไม่ทำที่บ้านตัวเองบ้าง ผนวกกับโพธารามมีสถานการณ์ภาวะเครียดสูง คนเป็นโรคซึมเศร้ามาก จึงได้มาชวนคณะทำงานศาลาสร้างสุขของบ้านฆ้องซึ่งได้รับการสนับสนุนจากศูนย์พัฒนาสังคม (ศพส.) หน่วยที่ ๔๕ ซึ่งหมคปิงประมาณพอดีให้ทำวิจัยต่อเนื่องจากกิจกรรมของศาลาสร้างสุข ค้นหาวิธีการสร้างความสุขของคนในชุมชนบ้านฆ้อง ซึ่งทีมวิจัยเกิดจากคนที่เป็นคณะกรรมการศาลาสร้างสุขบางส่วนร่วมกับคนที่มิจิตอาสาจากแต่ละหมู่บ้าน มานั่งคุยกันเกือบครึ่งปีเพื่อวางแผนการทำงาน แล้วขออนุมัติโครงการจาก สกว.

สกว. ได้อนุมัติให้ทำโครงการเริ่มตั้งแต่เดือน พฤษภาคม ๕๒ - ธันวาคม ๕๓ รวมเป็นระยะเวลา ๒๐ เดือน ได้รับงบประมาณมาประมาณ ๒๗๐,๐๐๐ บาท โดยมีตัวแทนทีมวิจัย ๓ ท่าน ไปเปิดบัญชีชื่อโครงการ ๒ ใน ๓ คนจึงจะมีสิทธิ์เบิกได้ มีหัวหน้าโครงการเป็นผู้ถือเงินสดสำรองจ่าย ทีมวิจัยทุกคนมีสิทธิ์ใช้จ่ายเงินได้ในค่าใช้จ่ายต่าง ๆ เช่น ค่าอาหาร ค่าเดินทาง ค่าวัสดุ ไม่มีงบในการก่อสร้างหรือซื้อครุภัณฑ์ เมื่อใช้จ่ายไปแล้ว จะมีคนทำหน้าที่การเงิน-การบัญชีอีกคน ซึ่งการใช้จ่ายเงินจะโปร่งใส เพราะมีการตรวจสอบแบบสามเส้า ระหว่างคนถือเงิน คนจ่าย และคนทำบัญชี และต้องมีการรายงานการเงินให้ทีมวิจัยรับทราบหลังทำกิจกรรมเสร็จ และส่งรายงานการเงินให้พี่เลี้ยงที่สมุทรสงคราม ตรวจสอบการใช้จ่ายเงิน

วาระที่ ๒ : เรื่องเล่าในอดีต

ลุงวินัยเป็นคนเริ่มชวนคุยเรื่องในอดีตของหมู่บ้าน ทำไมจึงมีชื่อว่าคิบอนมีที่มาอย่างไร เดิมมาจากคำว่า “ผู้ตีบวร” เรียกไปเรียกมาละเหลือว่า “คิบอน” หลายคนช่วยสะท้อนเรื่องในอดีตดังนี้

ป้าเต๋ เล่าด้วยความสนุก สมัยนั้นมีผู้ใหญ่กลืนเป็นผู้ใหญ่บ้าน อาชีพป่าจะรับจ้างขุดแร่บนเทส จับปลา สมัยก่อนลำบาก พ่อแม่มีลูกเยอะ ๘ คน ตัวเองเป็นที่ใหญ่ ต้องเลี้ยงน้อง ๆ ด้วยการไปจับปลาตกกัก (ปลาในหลุมโคลน) ค่อมมาแต่งงานพอท้องสามก็ทิ้ง รับจ้างทำงานเลี้ยงลูก สมัยก่อนเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ เอากล้วยน้ำว้าปิ้งไฟแล้วนำมาบด บางครั้งก็เคี้ยวข้าวให้นิ่มก่อนแล้วนำมาป้อนลูก พอเริ่มโตก็ทำข้าวปั้นใส่เกลือให้ลูกกิน ช่วงที่ตนเองโตเป็นผู้ใหญ่แล้ว ไปทำงานที่กรุงเทพฯ ได้เงินก็ส่งมาให้ทางบ้านหมด เก็บเงินซื้อทองมาได้ ๑ สลึง กลับมาอยู่บ้าน ไม่มีเงินก็เอาทองมาขาย เมื่อเลี้ยงลูกโต ก็ส่งลูกเรียนที่วัดคิบอน แล้วไปต่อที่วัดไร่ขิง พอลูกมีหลาน ก็นำหลานมาให้ตัวเองเลี้ยงคือ ประวัติศาสตร์จ้ารอย ส่งหลานไปเรียนที่วัดไร่ขิงเหมือนเดิม พอหลานมีหลานตัวเองไม่ได้เลี้ยงแล้ว ชีวิตมีแต่ความลำบากยังไม่เคยสบาย

ป้าเหลื่อม มีเรื่องเล่าในอดีตที่มากมายป้าบอกว่าเล่าทั้งวันก็เล่าไม่หมด ทั้ง ๆ ที่มีชีวิตลำบากมาก ตัวเองเกิดตอน สมัยสงครามโลกครั้งที่ ๒ พ่อไปเป็นทหาร ตามข่าวมาว่าถูกลดหรือยัง ถ้าลดให้ตั้งชื่อว่า “เหลื่อม” พ่อแม่ไม่มีที่คิด ทำกิน พ่อรับจ้างทำทุกอย่าง เป็นคนขยันขันแข็ง ลูกต้องตามไปช่วยงานพ่อกับแม่ เดินข้ามทุ่งข้ามนา เจอไม้ข้างทางก็เก็บไปทำเป็นพิน พาน้อง ๆ ไปสร้างที่พักลี้ภัยทางทุ่งนา ป้าท่านเสริมว่าครอบครัวป้าเหลื่อมลำบาก มีพี่น้องท้องเดียวกัน ๖ คน บางทีไม่มีอาหารพอ พ่อป้าท่านเป็นผู้ใหญ่สมัยนั้น ก็พาไปขอข้าวสารตามบ้านต่าง ๆ ป้าเหลื่อมเล่าด้วยความภาคภูมิใจที่ตัวเองได้ต่อสู้ต่อความยากลำบาก ไปทำงานรุ่นเดียวกับป้าเต๋ที่กรุงเทพฯ ได้เงินทั้งหมดเท่าไร ก็ส่งมาให้พ่อแม่หมด

ป้าอินทร์ เล่าว่าแต่ก่อนหมู่ ๔ และ หมู่ ๕ ยังไม่แยกออกจากกัน รวมเรียกว่าหมู่ ๖ มาแยกกันสมัยผู้ใหญ่เล็ก เดิม ร.ร. วัดคิบอน ชื่อ ร.ร. กลุ่มของวิทยาคาร (กลุ่มชื่อหลวงพ่อดังแรก ส่วนของเป็นองค์ถัดมา) พอต่อมาเปลี่ยนเจ้าอาวาสใหม่ ก็เปลี่ยนชื่อ เป็น ร.ร. กลุ่มเอชชัย (เอชชัย คือ ชื่อ หลวงพ่อดังใหม่) และต่อมาหลวงพ่อดังเปลี่ยนเป็นพระสุนทร ก็ตั้งชื่ออาคารใหม่ว่า อาคารสุนทร คนสมัยก่อนไม่ค่อยมีเสื้อผ้ามากนัก ป้าเหลื่อมต้องผลิตกับพี่น้องใส่ชุดนักเรียนซึ่งมีอยู่ชุดเดียว เป็นชุดกระโปรงเอี๊ยม เด็กๆ ก็ใส่เสื้อแบบกระโปรง เรียกว่าเสื้อคอกระเช้า เด็กผู้หญิงเล็กๆ ไม่ใส่เสื้อผ้า แต่ใส่จ๊อบบี้แทน ใครมีจ๊อบบี้เงินใส่ถือว่าเท่มาก สมัยก่อนยังไม่มีผ้าอนามัย ผู้หญิงใช้ผ้าถุงมาฉีกหรือไม่มีก็ผ้าคันทาเป็นผ้าเตี่ยวใช้จับประจำเดือนแทนผ้าอนามัยในสมัยนี้ ซึ่งไม่ต้องเสียเงินซื้อ ถ้าจะซักผ้าก็ใช้เปลือกขี้หนอนมาตำให้เป็นฟองใช้ซักแทนผงซักฟอก ใช้น้ำขาวล้างงาน ใช้น้ำมะขามเปียก ลูกลอย มะกรูดสระผม ป้าเหลื่อมเสริมว่าเมื่อก่อนไม่มีไฟฟ้า ไม่มีเตารีด ยากจนแต่อยากใส่เสื้อกระโปรงที่มีกลีบสวย ก็จะพับผ้าให้เป็นจีบ แล้วเอาไม้หินมาทับค้างคืนไว้ให้เกิดรอย แล้วใช้แป้งมันลงเสื้อเพื่อให้แข็งตัวนาน ปัจจุบันมีไฟฟ้า ใช้เงินซื้อความสะดวกสบาย แต่ไม่สนุกแล้ว เพราะตอนนี้มีโรคประจำตัว แต่ก็ถือว่าชีวิตสบายขึ้นแล้ว

เมื่อคุยกันถึงเรื่องการละเล่นในอดีต ผู้ใหญ่บ้านเป็นคนชวนคุย ว่ามีการละเล่นอะไรบ้าง มีหลายอย่างเช่น ลูกช่วง หมายกเก็บ แมงมุม กระโดดเชือก ตีจับ วีรชีวีสาร ขุนเมือง ไม้ห่ม งูกินหาง คุยกันไปกันมา ป้า ๆ ลูกขึ้นไปเล่นที่กลางวงคุยทั้งงูหินหาง และวีรชีวีสาร ด้วยบรรยากาศสนุกสนาน หมู่สาวสมัยก่อนไม่มีโอกาสจีบกันเอง ต้องให้ผู้ใหญ่จัดการพามาพบกัน เมื่อมีการละเล่นก็จะออกมาเล่นร่วมกัน เช่น การดำข้าวเม่า ก็จะมีการเขวี้ยงมะพร้าว ถ้าเป็นคู่รักกันจะจับแขนกันได้ แต่ต้องผูกแขนหมั้นกันไว้ก่อน มีรำวง ก็จะรำวงไม่ให้ถูกตัวกัน คอนท่ายของการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นมีการออกมารำวงกันอย่างสนุกสนาน

กริมาช่วยสรุปเรื่องราวที่พูดคุยกันมาทั้งหมด

อดีต	- คัดน้ำบ่อใช้เอง - มีแต่ทุ่งนาเป็นเว้งกว้างใหญ่ - การเดินทางใช้เกวียน และเดิน - พ่อแม่มีลูกเยอะ พี่ต้องช่วยเหลือน้อง - ใช้ฟันหุงข้าว ด้วยหม้อดิน - ทำขนมจิ้นกินเอง - การละเล่น ลูกช่วง ริริข้าวสาร ตีจับ - สิ่งแวดล้อมดี - ผู้คนมีน้ำใจ มีนิสัยยกย่อง อวดอ้อม มีความมานะพยายาม	อาชีพในอดีต	- จักดอกจากไม้ไผ่ไปขาย - ล่องกุ้ง หาลา - ทำนา เก็บข้าวตก - จับปลาตกคัก (ปลาในหลุมโคลน) - ทำไร่อ้อย ปลุกฟักทอง เผือก มะเขือ
-------------	---	--------------------	--

ปัจจุบัน	- มีความสบายกาย - ใช้เงินซื้อทุกอย่าง - สิ่งแวดล้อมเปลี่ยนแปลง โรงงานมา ที่นาหมด - คนเริ่มเปลี่ยนนิสัย ลูกหลานชอบความสะดวกสบาย ทนความลำบากไม่ได้
-----------------	---

เห็นภาพว่าเมื่อก่อนมีความสุขมาก แล้วเดี๋ยวนี้เหมือนว่าความสุขลดลง คนหมู่ ๔ และ หมู่ ๕ อยากจะสร้างอนาคตของชุมชนอย่างไร สร้างความสุขให้กลับคืนมา หรือว่าปล่อยมันไปเรื่อย ๆ หลังจากนั้นก็มีกรรณการตัวอย่างของหมู่ ๑ และ ๓ ที่ทำเรื่องการฟื้นฟูการละเล่นพื้นบ้าน เพื่อดึงเด็กออกจากสิ่งไม่ดี สร้างความสัมพันธ์ในชุมชนให้คืนมา และไม่ให้เกิดการละเล่นสูญหาย สำหรับหมู่ ๗ และ ๘ สนใจเรื่องชุมชนพอเพียงเพื่อจัดการเรื่องหนี้สิน สำหรับหมู่ ๕ และ ๖ สนใจทำเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพสร้างสุขภาวะชุมชน ครั้งนี้มาชวนหมู่ ๔ และ ๕ มารู้จักกับทีมวิจัย และเป้าหมายของการมาชวนค้นหาวិธีการสร้างความสุขของคนบ้านฆ้อง มีเสียงตอบว่าให้คนมาคุยร่วมกันทุกอาทิตย์ หากิจกรรมมาทำด้วยกัน

วาระที่ ๓ : ความรู้สึกที่มาร่วมเวที

ลุงวินัยถามความรู้สึกของคนที่มาเข้าร่วมในเวทีว่ารู้สึกอย่างไรกันบ้าง ป๊าๆ บอกว่าสนุกดี ตอนแรกช่วงบ่ายเริ่มง่วง แต่พอมานั่งคุยแล้วมีความสุข อยากจะมาคุยอีก บางท่านเล่าน้ำตาซึม บางท่านเล่าด้วยแววตาแห่งความสุขที่ได้ย้อนอดีตเรื่องราวของคน

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๓๓,๗๑๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๔๘๐ บาท
- คงเหลือ	๓๓,๒๓๕ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป

- เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๔ (ของหมู่ ๔ และ ๕) วันเสาร์ที่ ๑๗ ตุลาคม ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. ณ หอประชุม ร.ร.วัดคิบบอน

- เวทีถัดไป เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๖ ของหมู่ ๒ และ ๑๐ วันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. ณ บ้านพี่อุบล

ปิดเวที ๑๕.๐๐ น.

ประชุมทีมวิจัย

- รับรองการบันทึกเวที ครั้งที่ ๑๓ กิจกรรมประชุมทีมวิจัย วันเสาร์ที่ ๑๒ กันยายน ๒๕๕๒
- เรื่องการส่งตัวแทนไปเข้าร่วมการประชุมเสริมพลัง ซึ่งได้ช่วยกันสรุปงานดังนี้

๑. สรุปกิจกรรมที่ทำมาในรอบ ๕ เดือน และแผนกิจกรรมเดือนที่ ๖ ซึ่งมีการปรับเปลี่ยนวัน

๒. สิ่งที่ได้เรียนรู้จากการทำงานที่ผ่านมา การเปลี่ยนของตัวเอง และทีมวิจัย

- ความเข้าใจเรื่องการทำงานวิจัย เห็นแนวทางว่าจะทำอะไรต่อไป
- ความเข้าใจบทบาทหน้าที่ในการทำงาน คนชวนคุย คนขึ้นกระดาน คนบันทึก (คือไปจะแบ่งการบันทึกให้นักวิจัยแต่ละหมู่บ้านรับผิดชอบของบ้านตนเอง)
- การรู้จักเพื่อนใหม่ ได้รู้จักชุมชนต่างบ้านเพิ่มขึ้น
- เกิดการรวมตัวกันขึ้นมาเป็นกลุ่ม
- เกิดความสัมพันธ์ข้ามหมู่บ้าน
- ข้อคิดขัดต่ออยู่ในใจของแต่ละคน เช่น ความกังวล การประสานงาน ความไม่เข้าใจกัน การทำงานมาก ซึ่งในทีมก็ช่วยกันหาวิธีการแก้ไขให้แต่ละคนสบายใจ เหมือนเป็นการฝึกธรรมะไปในตัว เปิดใจเรียนรู้ในความต่าง

เลิกประชุมเวลา ๑๖.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.ง่ายงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๑๘ : เวทีสร้างความเข้าใจครั้งที่ ๖ (ม.๒/๑๐)

วันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณอุบล ทองกันยา หมู่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีไธ	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.ลำอากค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๕. ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๖. ค.ญ.ณัฐชา	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๗. นางนุปลา	ชัยศักดิ์อนุกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๘. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นางศกาทันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย ม.๖
๑๐. นางสุจิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๑๑. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๑๒. นางจรรยา	ลาตาค	ทีมวิจัย ม.๘
๑๓. นางสุนาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๔. นางขวัญชนก	ลบเลิศ	ทีมวิจัย ม.๑๐
๑๕. นางเกลี้ยง	ลินลา	สมาชิก ม.๒
๑๖. น.ส.หัตถ์	พะสุต	สมาชิก ม.๒
๑๗. นางเกลี้ยง	สาเนียม	สมาชิก ม.๒
๑๘. นางพอน	ศิริวัน	สมาชิก ม.๒
๑๙. นางบุญมา	ศิริวัน	สมาชิก ม.๒
๒๐. นางจิง	แป้นภู	สมาชิก ม.๒
๒๑. นางทองใบ	พสุธา	สมาชิก ม.๒
๒๒. นางจันทร์ทอง	นันทปริษา	สมาชิก ม.๒
๒๓. นางขวัญเรือน	เกิดพันธุ์	สมาชิก ม.๒
๒๔. นางห่อ	พูนบางสูง	สมาชิก ม.๒
๒๕. นางเหียง	ทองหันยา	สมาชิก ม.๒
๒๖. ค.ช.ศุภกานต์	อู่จ้อย	สมาชิก ม.๒
๒๗. ค.ญ.จุฑามาศ	โพธิพิพิธ	สมาชิก ม.๒
๒๘. ค.ญ.สุธิดา	พ่วงปาน	สมาชิก ม.๒
๒๙. ค.ช.ธนวัฒน์	พูนบางสูง	สมาชิก ม.๒
๓๐. ค.ช.เอกสิทธิ์	สุวรรณ	สมาชิก ม.๒
๓๑. ค.ญ.อภิสรา	แก้ววิเศษ	สมาชิก ม.๒

๓๒. นางบุพิน	หลอจจำปา	สมาชิก ม.๒
๓๓. น.ส.สุนิษฐ์	สินู	สมาชิก ม.๒
๓๔. นางบุญส่ง	ศิริวรรณ	สมาชิก ม.๒
๓๕. ค.ช.อนุวัฒน์	โกคา	สมาชิก ม.๒
๓๖. ค.ช.ประเมษ	สามัคคี	สมาชิก ม.๔
๓๗. นางงอก	โพธิศา	สมาชิก ม.๑๐
๓๘. นางละออง	บุญนาถ	สมาชิก ม.๑๐
๓๙. นางทองมี	สินู	สมาชิก ม.๑๐
๔๐. นางบุญมา	ศรีราพร	สมาชิก ม.๑๐
๔๑. นางขันทอง	บุญมี	สมาชิก ม.๑๐
๔๒. นางนงเยาว์	อันแก้ว	สมาชิก ม.๑๐
๔๓. ค.ญ.อาภาศิริ	แสงทับ	สมาชิก ม.๑๐

เริ่มเวที ๐๙.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : แนะนำตัว

ลุงวินัย คงนะภา นักวิจัย ม.๗ ชวนสมาชิกในเวทีแนะนำตัว แล้วบอกเล่าที่มาของโครงการโดยย่อ และ เป้าหมายของจัดเวทีในวันนี้

วาระที่ ๒ : เรื่องเล่าในอดีต

ที่ภาวณี สามัคคี นักวิจัย ม.๔ ทำหน้าที่ชวนคุยเกี่ยวกับเรื่องราวในอดีตของชุมชน ม.๒ และหมู่ ๑๐ ซึ่งแต่เดิม เป็นหมู่บ้านเดียวกันก่อนที่จะแยกออกเป็น ๒ หมู่เนื่องจากประชากรเพิ่มขึ้น ทั้งสองหมู่นี้มีชื่อเรียกว่าชุมชนบ้านฆ้อง ที่มาของชื่อบ้านฆ้องเพราะมีการขุดเจอฆ้องใหญ่ที่บ่อน้ำบริเวณเทศบาลข้างวัดในปัจจุบัน แต่ไม่ได้ถูกนำขึ้นมา กลบดินไว้เหมือนเดิมเพราะชาวบ้านกลัวจะเกิดอาเพศ

ชุมชนบ้านฆ้องในอดีต เป็นหมู่บ้านเล็ก ๆ นับถือหลวงพ่อมะนาวเขียว ผู้เฒ่าเจ้าก่อ มีศาลเจ้าอยู่ ๓ หมู่ คือ ศาลปู่ตา มีชื่อเรียกว่าซอยโรงม้า หลวงพ่อที่สร้างชื่อเสียงให้วัดคือหลวงพ่อย่น โดยเฉพาะเหรียญเต่า แต่ปัจจุบันหายากแล้ว ชาวบ้านจะศรัทธาและนับถือวิชาอาคมของหลวงพ่อย่นมาก ชาวบ้านในยุคนั้นมีความเชื่อเรื่องเครื่องรางของขลัง นับถือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ เช่น ศาลเจ้า มีศาลเจ้าพาย ศาลปู่ตา ศาลโพธิ์ทอง อดีตเชื่อเรื่องการทรงเจ้าเข้าผี มีการทำกระทงเป็นรูปสามเหลี่ยม มาทำพิธีขับไล่สิ่งไม่ดี โดยปั้น คน วัว หมู หมา กา ไก่ คนสมัยก่อนเชื่อว่าผีมีจริง ป้าหลั่นเคยโดนผีหลอก ทุกวันนี้ได้อินเสียงอะไรที่ไม่ว่าก็มักจะตกใจกลัวเพราะภาพอดีตยังฝังใจ ผู้ใหญ่ประเสริฐเสริมว่า ก็เคยโดนผีหลอก เป็นหมูตัวสูงเท่าอก แอวป่าข้ามเขมเดี้ย คอนหลังกลายเป็นหมาใหญ่นอนอยู่น่ากลัวมาก เวลาไปไหนตอนกลางคืนคนเดียว ต้องร้องเพลงเป็นเพื่อน

เมื่อก่อนชาวบ้านขนตำมาหากิน ดินแด้งัวไม่นอนคืนสาย ทำเกษตร บางคนก็ค้าขายโดยเดินหาบของขายด้วยไม้คาน มีความอดสาหัสทำงานหนัก บางคนมีอาชีพเลี้ยงสัตว์ เช่น หมู ไก่ วัว ใช้คั่นกล้วยมาสับเลี้ยงหมูไม่มีอาหารสำเร็จ ใช้แรงวัวในการนวดข้าว

การแต่งกายผู้หญิงเสื้อคอกระเช้า นุ่งผ้าถุง สาว ๆ เมื่ออยู่บ้านจะไม่นุ่งกางเกงขาสั้น เพราะสังคมสมัยนั้นไม่ยอมรับมองว่าไม่เรียบร้อย เด็ก ๆ ลูกหลาน จะไปวัดกับผู้ใหญ่ ช่วงเช้าพรณามิพิธีสะเดาะเคราะห์ต่อชะตาในตอนกลางคืน มีการละเล่นหลายอย่าง

การเลี้ยงลูกหลานสมัยนั้น จะเข้มงวด ผู้ใหญ่ประเสริฐเล่าถึงประวัติตัวเองที่ถูกผู้ใหญ่อบรมสั่งสอน จนมีแนวคิดที่ดีเป็นพื้นฐานคิดความมาถึงปัจจุบัน เช่น การรู้จักประหยัด เด็กสมัยก่อนจะได้เงินค่าขนมครั้งเดียว ต้องคิดเงินว่าจะกินหวานเย็น หรือกินข้าวเดียว ถ้าตนขายคนใดมาก่อนก็จะกินอย่างนั้น ถ้าหมดแล้วก็หมดกัน ไม่สามารถขอเงินจากพ่อแม่ได้อีก แต่เด็กสมัยนี้ขอเงินตลอดเวลาถ้ามีรถเข้ามาขายของกิน ชาวบ้านสมัยนั้นมักจะทำข้าวปุ้น(ขนมจีน)กินกันเอง เพราะมีลูกหลานเยอะ มีการกินอยู่อย่างประหยัด มีผักทองเพียง ๑ ชั่น ก็แบ่งออกเป็น ๔ ชั่นเล็ก เพื่อให้กินได้ทั่วถึง

สมัยปัจจุบัน พ่อแม่รีบเร่งทำมาหากิน พ่อแม่กลัวลูกหลานลำบาก ไม่ค่อยปลูกฝังให้ลูกหลานทำงานบ้าน ลูกหลานรักสบาย พ่อแม่ส่วนใหญ่จะทำงานโรงงาน ใช้เงินซื้อความสะดวก ความสะดวกสบายมีมากกว่าในอดีต พ่อแม่ไม่บังคับลูกในเรื่องพฤติกรรม การพูด มารยาท และการเล่าเรียน ครูปัจจุบันใส่ใจเด็กน้อยลง ความผูกพันเริ่มห่างหายไป

จากการแลกเปลี่ยนพูดคุยในเวที กริมช่วยสรุปให้เห็นภาพการเปลี่ยนแปลงของชุมชนบ้านช่อง หมู่ ๒ และหมู่ ๑๐ และถามว่าต้องการเห็นอนาคตของบ้านช่องเป็นอย่างไร สมาชิกในเวทีอยากเห็นชุมชนบ้านช่องเป็นสังคมที่ดี มีความสุข โดยคนในชุมชนทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการสร้าง เช่น ถ้าเป็นเรื่องการเลี้ยงดูสั่งสอนลูกหลาน พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ครู และชุมชนต้องร่วมมือกัน พ่อแม่ต้องมีเวลาในการสั่งสอนลูกหลานมากขึ้น ครูอาจารย์ต้องใส่ใจเด็กมากขึ้น มีการยอมรับฟังความคิดเห็นของแต่ละฝ่าย รวมทั้งความคิดเห็นของเพื่อนบ้าน พ่อแม่ไม่เข้าข้างลูกหลานในทางที่ดี

นอกเหนือจากนี้แล้วทางทีมวิจัยได้แจ้งให้ทราบถึงการทำกิจกรรมของโซนหมู่บ้านอื่น ว่าแต่ละโซนเลือกที่จะเดินเรื่องสุขภาพ ด้วยเรื่องอะไรบ้าง เช่น หมู่ ๑ และ ๓ ใช้เรื่องการเล่นพื้นบ้าน หมู่ ๕ และ ๖ ใช้เรื่องอาหารการกิน หมู่ ๗ และ ๘ ใช้เรื่องชุมชนพอเพียง

วาระที่ ๓ : สิ่งที่ได้รับจากการเข้าร่วมเวที

ที่ภาวณี ชวนให้ทุกคนได้ร่วมกันแลกเปลี่ยนว่าวันนี้เมื่อเข้าร่วมในเวทีรู้สึกอย่างไร หรือได้รับอะไรบ้าง

- เกิดความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างหมู่บ้าน ระหว่างวัยทั้งเด็กและผู้ใหญ่
- ได้โอกาสแลกเปลี่ยนพูดคุยกัน ได้ฟังเรื่องเล่าต่าง ๆ และรู้รายละเอียดของเพื่อนบ้านมากขึ้น
- เกิดความสบายใจ เกิดความสุขจากการพูดคุย
- ผู้ใหญ่ประเสริฐ เห็นว่าการแลกเปลี่ยนพูดคุยแบบวงเล็ก ๆ นี้ ทำให้ทุกคนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างทั่วถึง และอยากให้มีอย่างต่อเนื่อง เพราะจะเป็นการถ่ายทอดเรื่องราวต่าง ๆ ให้เด็ก ๆ รุ่นหลังได้รับรู้ด้วย

วาระที่ ๔ : ถอดบทเรียน

ทีมวิจัยสรุปการจัดเวทีวันนี้ว่าเห็นอะไรบ้าง

- เห็นทีมวิจัยรุ่นสอง เข้ามามีส่วนร่วมในกาตั้งคำถามพูดคุย กล้าแสดงออกมากขึ้น
- เวทีนี้เกิดความเข้าใจง่าย เพราะกลุ่มเป้าหมายที่มาร่วมเวทีมีความคุ้นเคยสัมพันธ์กันอยู่แล้ว มีการทำกิจกรรมร่วมกันอยู่เป็นประจำ

วาระที่ ๕ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๓๓,๒๓๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๕๐๐ บาท
- คงเหลือ ๓๑,๗๓๕ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป

- เวทีค้นหาประเด็นเด็นเรื่องของหนู ๒ และ ๑๐

วันจันทร์ที่ ๑๕ ตุลาคม ๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น.

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.จำยอม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๑๕ : เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๓ (หมู่ ๑ และ ๓)

วันเสาร์ที่ ๓ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.สำอวค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๕. ค.อ.ปฐพร	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๖. ค.อ.ณัฐชา	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๗. นางบุปผา	ชัยศักดิ์กาญจก	ทีมวิจัย ม.๕
๘. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นางศกาศพันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย ม.๖
๑๐. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๑๑. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๑๒. นางจรรยา	ลาลาด	ทีมวิจัย ม.๘
๑๓. นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๔. ค.ช.อนุวัฒน์	โกคา	ทีมวิจัย ม.๒
๑๕. ค.อ.สุภารัตน์	ศรีบุญเรือน	สมาชิก ม.๑
๑๖. ค.อ.เกษกนก	สีใส	สมาชิก ม.๑
๑๗. ค.อ.ยมลภัทร	วาสุ	สมาชิก ม.๑
๑๘. ค.อ.ศกาวดี	สีใส	สมาชิก ม.๑
๑๙. ค.อ.สุวรรณี	สีใส	สมาชิก ม.๑
๒๐. ค.อ.วิภากรณ์	อินทร์พิริยานุกุล	สมาชิก ม.๑
๒๑. นางไกร	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๒๒. นางนิล	กรมมา	สมาชิก ม.๑
๒๓. น.ส.พรทิพย์	ศิริวัน	สมาชิก ม.๑
๒๔. นางแจลัม	อยู่ปุ้ย	สมาชิก ม.๑
๒๕. ค.อ.สุจิตา	พ่วงปาน	สมาชิก ม.๒
๒๖. ค.อ.อภิสร	แก้ววิเศษ	สมาชิก ม.๒
๒๗. ค.อ.ปัทมวรรณ	แก้ววิเศษ	สมาชิก ม.๒
๒๘. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	ทีมวิจัย ม.๖
๒๙. นางใจใจ	ขุนเกศา	สมาชิก ม.๕
๓๐. นางละออง	หมื่นบวร	สมาชิก ม.๕
๓๑. นายชินนวัฒน์	มณีศรีจำ	ผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม

เริ่มเวลา ๑๓.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : รับรองรายงานการประชุม

ก่อนรับรองรายงานการประชุม ที่ภาวิณี ขวนเล็ก ๆ ในวง เล่นเกมส์จำชื่อคนที่เข้าร่วมเวที ใครที่จำได้มากที่สุด จะมีรางวัลให้ หลังจากนั้นลุงวินยจึงชวนรับรองรายงานการประชุม ของหมู่ ๑ และ ๓ เวทีที่แล้ว คือ กิจกรรมที่ ๑๔ เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๒ วันอาทิตย์ที่ ๑๓ กันยายน ๒๕๕๒ โดยให้สมาชิกในเวทีทุกคนผลัดกันอ่านคนละคนละหน่อย เพื่อให้ได้อ่านอย่างทั่วถึง เห็นเด็ก ๆ มีความตั้งใจอ่าน โดยเฉพาะ ด.ญ.เกศกนก สีใส ซึ่งอยู่เพียงชั้น ป.๑ ก็อ่านได้อย่างคล่องแคล่ว มติรับรองรายงานการประชุม

วาระที่ ๒ : กิจกรรมสันทนาการ

ก่อนที่จะเข้าสู่ช่วงการละเล่นพื้นบ้าน วันนี้ซื้อขนม และพื้บ้อง มาทำหน้าตาน่ากิจกรรมสันทนาการ ซึ่งไปได้รับความรู้จากการเข้าร่วมกิจกรรมประเพณีเสริมพลังจากสมุทรสงคราม วิธีการเล่น คือ โดยชวนสมาชิกในวงจับกลุ่มคนที่เกิดวันเดียวกัน หรือเกิดเดือนเดียวกัน โดยห้ามใช้เสียงถามกันแต่ให้ใช้วิธีบอกไปอย่างไรก็ได้ สมาชิกเล่นด้วยความสนุก

วาระที่ ๓ : เก็บข้อมูลการละเล่นพื้นบ้าน

การละเล่นพื้นบ้านวันนี้ มี ๒ ชนิด คือ

๑. การเดินกะโปะ (กะลา)

ผู้สาคิด : ซ้อชิน

อุปกรณ์การเล่น : กะลา ๒ ใบ และเชือกสำหรับร้อยกระดูก

วิธีการเล่น

- ให้ผู้เล่น จับเชือกและขึ้นไปยืนอยู่บนกะลา และก้าวเดินไปโดยห้ามหล่นจากกะลา
- แบ่งผู้เล่นเป็นฝ่าย แล้ววิ่งบนกะลาแข่งกัน เหมือนวิ่งผลัดทีมก็ได้

หลังจากที่มีการสาคิดแล้ว ได้ลองให้ทุกคนได้ลองเล่น และมีการวิ่งแข่งกัน เมื่อมีเด็กคนไหนทำไม่ถูก ก็จะให้ผู้ใหญ่คอยให้คำแนะนำ

๒. งูกินหาง

ผู้สาคิด : ป้าไกร และพี่จื่อ

อุปกรณ์การเล่น : -

ผู้เล่น : ไม่จำกัดจำนวน

วิธีการเล่น

- ผู้เล่นทุกคนให้มาเข้าแถวค่อกัน โดยคนหลังจับเอวคนข้างหน้า
- มีผู้เล่น ๑ คนเป็นคนจับ ขึ้นประชันหน้ากับคนหัวแถว (แม่ง)
- ระหว่างเล่นมีการร้องเพลง “ แม่งเอ๋ย กินน้ำบ่อไหน กินน้ำบ่อโสก โยกไปก็โยกมา กินน้ำบ่อทราย ย้ายไปก็ย้ายมา กินน้ำบ่อหิน บินไปก็บินมา กินหัวหรือกินหาง กินกลางตลอดตัว” แล้วคนที่ทำหน้าที่จับ ก็ต้องแตะลูกทีมที่ค่อแถวอยู่ด้านหลังให้ได้ โดยแม่งต้องทำหน้าที่กันไม่ให้ลูกทีมถูกจับได้
- ถ้าลูกทีมถูกจับได้ ก็ต้องย้ายข้างไปค่อแถวทางผู้จับ เล่นไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะจับลูกทีมได้หมด

วาระที่ ๔ : สิ่งที่ได้จากการละเล่น

หลังจากที่เล่นการละเล่นงูกินหางเสร็จแล้ว ช้อชิน พี่น้อง และพี่ภาวณี ชวนเด็ก ๆ คุยว่าวันนี้มาเล่นแล้วรู้สึกอย่างไร หรือได้อะไรบ้าง คำตอบ คือ ได้ออกกำลังกาย ได้ความสนุก ได้ความสามัคคี ความพร้อมเพรียง ได้บริหารฝ่าเท้า ผีการทรงตัว ได้ฝึกสมาธิ

วาระที่ ๕ : ถอดบทเรียน

ทีมวิจัยสรุปการจัดเวทีวันนี้ว่าเห็นอะไรบ้าง

- เห็นทีมวิจัยรุ่นสองได้มาร่วมเป็นผู้นำในเวที
- มีการออกแบบเวทีใหม่ ให้สอดคล้องกับวัยของเด็กมากขึ้น โดยมีการนำกิจกรรมสันทนากการเข้ามาใช้ตอนเริ่มต้น และการให้ความสำคัญกับการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเด็กและผู้ใหญ่
- เห็นความสนใจของเด็ก ซึ่งมาร่วมอย่างต่อเนื่อง

เหตุอะไรที่ทำให้การทำกิจกรรมเหล่านี้เกิดอย่างต่อเนื่อง : เพราะมีผู้นำ ทีมมีการคิดเอง ทำเอง และช่วยกันแก้ปัญหา มีการประชาสัมพันธ์ การสื่อสารที่ดี

วาระที่ ๖ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- | | |
|-----------------|-------------------|
| - ยอดยกมา | ๓๑,๗๓๕ บาท |
| - รายจ่ายวันนี้ | ๑,๒๗๑ บาท |
| - คงเหลือ | <u>๓๐,๔๖๔</u> บาท |

นัดหมายครั้งต่อไป

วันอังคารที่ ๑๓ ตุลาคม ๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

ปิดเวที ๑๖.๐๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีโต
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.ง่ายงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๐ : เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๔ (หมู่ ๕ และ ๖)

วันเสาร์ที่ ๑๐ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ณ บ้านคุณง่ายงาม ประจวบวัน หมู่ ๖ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. น.ส.ประทุมวดี	สีไธ	ทีมวิจัย ม.๑
๒. น.ส.ถำอ่างค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๓. นางภาวณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์กาญจน์	ทีมวิจัย ม.๕
๕. น.ส.ง่ายงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นางศกาทันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย ม.๖
๗. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๘. นางเครือวัลย์	สุจิตนพบุตร	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๑๐. นางจรรยา	ถาลาด	ทีมวิจัย ม.๘
๑๑. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๒. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๑๓. นางใจใต้	ขุนเกศา	สมาชิก ม.๕
๑๔. นางละออง	หมื่นบวร	สมาชิก ม.๕
๑๕. นางประทีป	ธรรมกิจ	สมาชิก ม.๕
๑๖. น.ส.ชมเชย	สาธิตเรือง	สมาชิก ม.๕
๑๗. นางอยู่จริง	สาธิตเรือง	สมาชิก ม.๕
๑๘. นางประภาพร	สาธิตเรือง	สมาชิก ม.๕
๑๙. นางทศพร	น้อยหา	สมาชิก ม.๕
๒๐. นางสุนันทา	สวัสดิผล	สมาชิก ม.๕
๒๑. น.ส.บุพเรศ	อุดมผล	สมาชิก ม.๕
๒๒. นางสาวพิณ	เย็นสร้าง	สมาชิก ม.๕
๒๓. ว.ค.ชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๒๔. น.ส.ฝน	มะลิทอง	สมาชิก ม.๖
๒๕. นายเกิด	ประจวบวัน	สมาชิก ม.๖

เริ่มเวที ๑๓.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : รับรองรายงานการประชุม

ป้าก้านชวนสมาชิกในวงแนะนำตัวเพราะมีบุคคลใหม่เข้ามาเพิ่ม หลังจากนั้นลุงวินัยชวนรับรองรายงานการประชุม กิจกรรมที่ ๑๖. การค้นหาประเด็นเด่นเรื่อง ของหมู่ ๕ และ ๖ วันอาทิตย์ที่ ๒๐ กันยายน ๒๕๕๒ โดยผลัดกันอ่าน คนละย่อหน้า มีการแก้ไขดังนี้

- นายเสรี เหรียญทอง แก้เป็น เหรียญจื้อ
- หน้า ๓ ย่อหน้าที่ ๒ บรรทัดที่ ๕ อาหารคว่น แก้เป็น อาหารจานคว่น

มติที่ประชุม รับรองรายงานการประชุม

วาระที่ ๒ : เก็บข้อมูลเรื่องอาหาร

กริมช่วยสรุปภาพของเดิมว่า ประเด็นเด่นเรื่องที่หมู่ ๕ และ ๖ เลือก คือ เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพชุมชน จากการพูดคุยครั้งที่แล้วมีการสรุปเป้าหมาย คือ

- การทำอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ
- การทำอาหารที่ลดค่าใช้จ่าย โดยใช้วัตถุดิบที่มีอยู่จากบ้านของตนเอง
- ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าคำว่า "อ้วน"

โจทย์ คือ อาหารการกินเกี่ยวข้องกับสุขภาพอย่างไร กระบวนการถ่ายทอดจากผู้รู้เรื่องอาหารไปยังคนรุ่นหลังที่ทำไมเป็นทำอย่างไร และถ้าจะเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอาหารให้ถูกต้องจะต้องทำอย่างไร

หลังจากนั้นคนในวงเรื่องเครื่องเทศที่ใช้ในการทำอาหาร โดยยกขึ้นมา ๒ ชนิด คือ กระเทียม และหัวหอม และมีการแลกเปลี่ยนกัน

กระเทียม :

- กระเทียมเจียว ถ้าเจียวจนเกือบไหม้ ก็จะหมดคุณค่าทางอาหาร
- กระเทียมสด ถ้ากินมากเกินไปก็ไม่เกิดผลดี เช่น กัดกระเพาะ บางข้อมูลก็บอกว่าเป็นการกระตุ้นความรู้สึกลึกทางเพศ บางข้อมูลก็บอกว่าการทำให้หมดความรู้สึกลึกทางเพศ ถ้ามีเชื้อราที่อาจจะก่อให้เกิดมะเร็ง
- เคล็ดลับ : ไม่ควรทุบกระเทียมแล้วทิ้งไว้นานเกิน 5 นาที เพราะจะทำให้เชื้อราจับ ดังนั้นตามร้านค้าทำอาหารตามสั่ง ที่ทุบกระเทียมเตรียมไว้เพื่อให้ใช้สะดวก จึงไม่เป็นผลดีต่อสุขภาพ

หัวหอม :

- สรรพคุณของหัวหอม : แก้วหัวบ่ารุงสายตา ลดไขมัน ทุบใส่ในน้ำอาบ ทุบใส่ที่นอนเด็กรักษาอาการหวัดคัดจมูก ทาท้องทาสะคือแก้ท้องอืด ลำไส้(ทำให้ให้น้ำคาไหล)
- เคล็ดลับ : ถ้าแช่หัวหอมในตู้เย็น เมื่อปอกจะไม่มียุงกลิ่นฉุน น้ำคาไม่ไหล

กระชาย : สรรพคุณ ปรับสมดุลของร่างกาย เป็นเหมือนโสม

ตะไคร้ : ช่วยขับลม

เคล็ดลับ : ทำน้ำตะไคร้ ให้ใส่ใบเตย จะหอมมากขึ้น

พริกแกงเผ็ด :

ส่วนประกอบ : ผิวมะกรูด ๑ ลูก (หั่นให้ละเอียด) ข่า ๑ แง่ง (ประมาณ ๑๐ แว่น) พริกขี้หนูแห้ง ๑๑-๑๓ เม็ด (เคล็ดลับควรลงท้ายด้วยเลขคี่) ตะไคร้หั่นซอย ๒ ต้น กระเทียม ๔-๕ หัว หอม ๒ หัวเล็ก (ถ้าใส่มากจะเปรี้ยว) คีปรี ๑ เม็ด (ถ้าใส่มากจะเผ็ดมาก หรือไม่ก็ได้แล้วแต่คนชอบ) กะปิ เท่าเม็ดมว หรือนิ้วโป้ง

ขั้นตอนการ : นำส่วนประกอบตามลำดับ มาตำให้ละเอียด

เคล็ดลับ : ถ้าใช้ไม่หมด ต้องการจะเก็บไว้ใช้ต่อ ให้ใส่เกลือชนิดหน้อยแทนสารกันบูด ใส่ภาชนะที่มิดชิด แล้วเก็บในตู้เย็น

พริกแกงส้ม :

ส่วนประกอบ : พริก ๕-๑๑ เม็ด หัวหอม ๔-๕ หัว ตะไคร้ กระชาย กะปิ (แล้วแต่ชอบ) กระเทียมชนิดหน้อย

ขั้นตอนการ : นำส่วนประกอบตามลำดับ มาตำให้ละเอียด

เครื่องปรุงแกงส้ม : มะขามเปียก น้ำปลา น้ำตาลปีบ

พริกแกงเลียง :

ส่วนประกอบ : พริกแกงส้ม ใส่กระชายให้มากขึ้น

เครื่องปรุงหลัก : พริกไทย กุ้งแห้งหรือปลาแห้ง คำให้ละเอียด ใบแมงลัก

สูตรน้ำพริกที่มีบ้านเมือง : น้ำพริกเผา (น้ำพริกดาแดง) น้ำพริกปลาย่าง (ปลาป่น) น้ำพริกสด น้ำพริกกะปิ น้ำพริกกา น้ำพริกมะขามอ่อน น้ำพริกมะกอก

น้ำพริกเผา : ส่วนประกอบ หัวหอมเผา พริกแห้งย่าง กระเทียมเผา มะขามเปียก (สับก่อนใส่) น้ำตาลปีบ น้ำปลา ปริมาณแล้วแต่ชอบ ถ้าพิเศษใส่ปลาแห้ง กุ้งแห้ง แมงดา

เมื่อได้คุยกันเรื่องอาหารพอประมาณแล้ว จะเห็นว่าเกือบทุกคนในเวทีสามารถบอกรายละเอียดการทำด้วยตนเองได้ แต่ทำไมเดี๋ยวนี้จึงไม่ค่อยทำเอง เช่น ไม่ตำพริกแกงเอง เหตุผล คือ

- ซื้อกินสบายกว่า (ประหยัดเวลา ประหยัดแรง ประหยัดเงิน)
- ไม่รู้สูตร (ไม่มีใครบอก แม่ไม่ได้ใช้ให้ช่วยทำ)
- เด็วนี้มีคนทำมาขาย สมัยก่อนไม่มี
- พ่อแม่ต้องทำงานนอกบ้านมากขึ้น จึงไม่มีเวลาทำเอง
- ถ้าทำเองแล้วมีปริมาณมาก คนในครอบครัวไม่ชอบกินซ้ำ
- เด็วนี้ส่วนใหญ่ไม่ได้ปลูกผักเครื่องครัวเอง เพราะ ซื้อเอาถูกกว่า แล่งมาก หย้าเยอะ ไม่มีเวลาดูแล ปลูกไม่เป็น)

โดยสรุป คือ เพราะเราอยากสบายขึ้น ไม่มีเวลา และซื้อเอาประหยัดเงินกว่า

มีคำถาม “จริงหรือ ถ้าซื้อกินแล้วจะประหยัดกว่า” ในอดีตเมื่อเรตำพริกแกง เราได้อะไรอีกบ้างนอกจากพริกแกง

- ได้ออกกำลังกาย จากการตำพริก
- ได้พริกแกงที่ถูกสุขอนามัย (ไม่มีสารเคมี ไม่มีเชื้อรา และสะอาด)
- ได้รสชาติที่ถูกปากของเรา
- ประหยัดเงิน กินได้ทั้งครอบครัวและเพื่อนข้างบ้าน
- เมื่อแม่ทำ ลูกช่วยทำ เป็นการถ่ายทอดวิธีการทำอาหารไปในตัวแบบทางอ้อม

โดยสรุป คือ นอกจากอาหารที่ได้แล้ว เราได้เรื่องสุขภาพ ความพอเพียง น้ำใจ (การแบ่งปันอาหาร) ส่วนเรื่องเวลาที่เสียนั้น คนสมัยก่อนรู้จักการจัดการ คือ ก่อนจะทำอะไรสักอย่าง จะมีการเตรียมของทีละเล็กทีละน้อย เช่นไปทำสวนก็เก็บคะไค้มาเก็บมะกรูดมาด้วย ไม่ได้มาเสียเวลามากเตรียมของทุกอย่างพร้อมกัน

ในหมู่ ๕ และ ๖ ยังมีครอบครัวที่ทำอาหารกินเองในครอบครัว ไม่นิยมการซื้อกิน เช่น กิมปอ ยี๊ทองหยิบ ป้าโสนน้อย กิมแป็น ป้าอุ้งจริง พี่โจ้ไล่ พี่ไสว เวทีครั้งหน้าจะชวนบุคคลเหล่านี้มาพูดคุยด้วย ว่าเหตุใดจึงยังคงทำอาหารกินเอง

วาระที่ ๓ : ถอดบทเรียน

ทีมวิจัยพูดคุยกันเล็กน้อยก่อนแยกกันกลับบ้าน วันนี้กระบวนการในเวทีเป็นอย่างไร

ฉันทิกร บอกเล่าความรู้สึกว่า ในเวทีพูดคุยกันหลากหลายเรื่อง ต้องคอยตั้งคำถามให้เข้าประเด็น ลุงวินัยบอกว่ายังไม่สามารถที่จะดึงเวทีชุมชนกลับเข้าเรื่องได้ ป้าก้านแลกเปลี่ยนว่า คนในเวทีบางคนก็ยึดเวทีพูดนานเกินไป คนอื่นไม่ค่อยได้พูด บางครั้งข้อมูลที่แลกเปลี่ยนมาก็ไม่ถูก ทำให้ตนเองอยากบอกว่าไม่ใช่ จึงอาจจะทำให้เกิดการลักษณะโต้เถียงได้

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๓๐,๔๖๔ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๔๖๘ บาท
- คงเหลือ	<u>๒๙,๙๙๕ บาท</u>

นัดหมายครั้งต่อไป

เวทีของหมู่ ๕ และ ๖ : วันเสาร์ที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. บ้านกริม

ปิดเวที ๑๖.๐๐ น.

น.ส.ง่ายงาม ประจวบวัน
ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๒๑ : เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๕ (หมู่ ๑ / ๓ : การละเล่นพื้นบ้าน)

วันอังคารที่ ๑๓ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณมาลา ลิมทอง หมู่ ๓ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๒. น.ส.สำอองค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๓. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์านุถ	ทีมวิจัย ม.๕
๕. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๗. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	ทีมวิจัย ม.๖
๘. นางสาวรอง	มุกดา	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นางจรรยา	ลาลาด	ทีมวิจัย ม.๘
๑๐. นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘

และสมาชิก ม.๑ และ ม.๓ รวม ๒๕ คน

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : เก็บข้อมูลเรื่องการละเล่น

การแบ่งบทบาทหน้าที่ของทีมวันนี้ คือ

- ผู้ที่ทำหน้าที่ชวนคุย : พี่ภาวิณี
- ผู้นำกิจกรรมสันทนการ : ชัยชิน พี่น้อง
- ผู้สาธิตการละเล่น : กิมรอง กิมปอย พี่จ้อ และป้าไกร
- ผู้ทำหน้าที่ขึ้นกระดาน : ครูประทุมวดี
- ผู้ทำหน้าที่บันทึก : พี่มาลา

วันนี้มีการละเล่น ๒ ชนิด คือ ลูกช่วง และโยนห่วง

ลูกช่วง

เนื่องจากวันนี้มาจัดที่บ้านหมู่ ๓ บ้านพี่มาลา จึงมีเด็กจากหมู่ ๓ มาเพิ่มอีกหลายคน พี่ภาวิณีชวนคุย ถามเด็ก ๆ ว่าเล่นลูกช่วงกันเป็นหรือไม่ เด็ก ๆ ตอบว่าเล่นยังไม่เป็น เล่นอย่างไร หลังจากนั้นผู้ใหญ่จึงมาสาธิตให้ดู

- อุปกรณ์การเล่น คือ ผ้าผืนเป็นก๊อนกลมแล้วผูกให้เป็นหางเอาไว้เหวี่ยงโยนไปฝั่งตรงข้าม
- ผู้เล่น : แบ่งเป็น ๒ ฝ่าย ฝ่ายละ ๓ คนขึ้นไป ก็คนที่ได้ไม่จำกัดจำนวน ดูที่ความเหมาะสมของสถานที่
- วิธีการเล่น : ฝ่ายหนึ่งโยนลูกช่วง อีกฝ่ายหนึ่งรับ ถ้ารับไม่ได้จะต้องไปเป็นเชลยของฝ่ายตรงข้าม หรือถ้า

เมื่อโยนไปแล้วคนที่รับเป็นทีมเดียวกับคนแต่ไปเป็นเชลยอยู่ฝ่ายตรงข้าม เชลยก็สามารถกลับทีมเดิมได้ เล่นจนกระทั่งฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งสูญเสียลูกทีมไปเป็นเชลยฝ่ายตรงข้ามจนหมด

มีการแบ่งเล่นจริงฝ่ายละ 6 คน การเล่นเป็นไปอย่างสนุกสนาน เต็มไปด้วยเสียงหัวเราะ ก่อนหยุดพักมีการถามว่าได้อะไรบ้าง

- น้องโอม : ได้ออกกำลังแขน สนุก ความสามัคคี และมือจับด้วย
- น้องกัน : ได้ความรู้ น้องนุ่น : ได้ออกกำลังกาย น้องแพรว : ได้เหงื่อ
- น้องเบส : ได้เพื่อน น้องอ้อม : สนุก น้องเพ็ญ : คั่นคั่น

ส่วนผู้ใหญ่ป้าจื้อได้สอนลูกหลาน ป้าชินได้ดูแลเด็ก ๆ ทั้งสองทีม ป้าปอยได้ออกกำลังกาย

โยนห่วง

อุปกรณ์การเล่น : ห่วงยาง

วิธีการเล่น : คล้ายลูกช่วง

ป้าไกรเป็นคนนำเล่นให้เด็ก ๆ ตอนแรก ๆ เด็กใช้สองมือรับ ต่อมาในทีมแนะให้ใช้มือเดียวรับ และก็มีผู้ใหญ่ลงมาเล่นด้วย คือ ป้าบุญ ป้าจื้อ ป้าด็ก มีการจับกลุ่มปรึกษาหารือกัน และเริ่มเล่นแบบนับแต้ม แข่งขันกัน

เท่าที่สังเกต เด็ก ๆ จะชอบเล่นลูกช่วงมากกว่า เพราะจับมือน้อยกว่าเนื่องจากลูกช่วงเป็นผ้า ช่วงสุดท้ายพี่ภาวิณีชวนเด็ก ๆ ทบทวนการเล่น และการนับแต้ม และถามว่าได้อะไรบ้าง โดยให้เขียนลงในกระดาษบรืฟ เด็ก ๆ กระตือรือร้นไปเขียนกันเองอย่างสนใจ

วาระที่ ๒ : สรุปการทำงานร่วมกัน

ก่อนแยกย้ายกันกลับ พี่น้อง พี่จื้อ พี่ภาวิณี พี่มาลา ครูประทุม ป้าด็ก ป้าชิน ช่วยกันสรุปการทำงานของทีมงานตนเองว่าเหมาะสมอย่างไร เห็นความกระตือรือร้นของเด็กๆ และเกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่มากขึ้น มีข้อเสนอว่าวันนี้สถานที่ที่ไม่เหมาะสมมากนักเพราะแคบร้อน

วาระที่ ๓ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๒๕,๕๕๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๑,๑๕๔ บาท
- คงเหลือ	<u>๒๔,๔๐๑ บาท</u>

นัดหมายครั้งต่อไป : ยังไม่มีการนัดหมาย

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

น.ศ.มาลา ลิ้มทอง
ผู้บันทึกการประชุม

น.ศ.จ่ายงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๒ : เวทีเก็บข้อมูลครั้งที่ ๖ (หมู่ ๗ / ๘ : ชุมชนพอเพียง)

วันอาทิตย์ที่ ๑๘ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ วัดบ่อมะกรูด หมู่ ๘ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๒. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๓. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. นางภาวณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๕. นางบุปผา	ชัยศักดิ์บุญกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๖. นายวินัย	คงนกะภา	ทีมวิจัย ม.๖
๗. นางจรรยา	ลาลาด	ทีมวิจัย ม.๘
๘. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๙. นางก้าน	ศรีอุดมทาพาน	ทีมวิจัย ม.๑๐
๑๐. ค.ญ.ณัฐชา	สมามักคี่	ทีมวิจัย ม.๔
๑๑. นายอุทธิ์	โชคิพรวน	ทีมวิจัย ม.๘
๑๒. คุณลัดดา	อาตุวัฒน์นกุล	สมาชิก ม.๘
๑๓. คุณณิชากร	อาตุวัฒน์นกุล	สมาชิก ม.๘
๑๔. คุณสุวนันท์	เพ็งวัน	สมาชิก ม.๘
๑๕. คุณพรประภา	รัตนา	สมาชิก ม.๘
๑๖. คุณสุวคนธ์	เพ็งวัน	สมาชิก ม.๘
๑๗. คุณกาญจนา	อาตุวัฒน์นกุล	สมาชิก ม.๘
๑๘. นางเรือง	จันทร์สา	สมาชิก ม.๘
๑๙. นายจรัส	สุดคุ้ม	สมาชิก ม.๘
๒๐. คุณจันทอง	พลป้อม	สมาชิก ม.๘
๒๑. นางชำนาญ	เดชกิจ	สมาชิก ม.๘
๒๒. นางสมจิตต์	มันกลัด	สมาชิก ม.๘
๒๓. นางจันทง	สารวิงค์	สมาชิก ม.๘
๒๔. นางกุหลาบ	สินุปผา	สมาชิก ม.๘
๒๕. นางลัดดา	รักดีคุณ	สมาชิก ม.๘
๒๖. ค.ช.ธนธรณ์	เชือกศรีพันธ์	สมาชิก ม.๘
๒๗. ค.ช.เกียรติศักดิ์	สินุปผา	สมาชิก ม.๘
๒๘. คุณวิทย์	กลิ่นทิพย์	สมาชิก ม.๘
๒๙. น.ส.เทพรัตน์	กลิ่นทิพย์	สมาชิก ม.๘
๓๐. ค.ช.ธาริน	กลิ่นหอม	สมาชิก ม.๘
๓๑. ค.ช.ก้องเกียรติ	กลิ่นหอม	สมาชิก ม.๘

๓๒. น.ส.จิต	ตลาด	สมาชิก ม.๘
๓๓. คุณนิสาชล	อารียาภรณ์	สมาชิก ม.๘
๓๔. น.ส.จันทร์ชนก	แซ่ลัม	สมาชิก ม.๘
๓๕. น.ส.แสงเดือน	อายุวัฒน์กุล	สมาชิก ม.๘
๓๖. คุณแสงลัม	แสงงาม	สมาชิก ม.๘
๓๗. นายรอด	บุญพิทักษ์บุญกุล	สมาชิก ม.๗

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : เก็บข้อมูลเรื่องชุมชนพอเพียง

การแบ่งบทบาทหน้าที่ของทีมงานนี้ คือ

- ผู้ที่ทำหน้าที่ชวนคุย : พิกาวิน ป้าก้าน ลุงวินัย
- ผู้ทำหน้าที่ขึ้นกระดาน : ครูประทุมวดี น้องแพร
- ผู้ทำหน้าที่บันทึก : พิจรรยา

ครูทองสุข มาเข้าร่วมเวทีด้วย แต่เนื่องจากคิดงานในช่วงสาย ๆ จึงได้กล่าวอะไรเล็กน้อยก่อนไป คือ การรู้จักตัวเอง ต้องรู้จักอะไรบ้าง เช่น รายรับ-รายจ่ายของครอบครัว และรู้จักเขา คือ รู้ใจเขา เอาใจเขามาใส่ใจเรา เมื่อเรารู้เรา เรื่องปัญหาต่าง ๆ ก็สามารถจัดการได้ รวมทั้งเรื่องปัญหานี้สินด้วย หลังจากนั้นแล้ว ลุงวินัย และพิกาวินทำหน้าที่ชวนคุยต่อ

สาเหตุของการเป็นหนี้

- ความอยาก ความต้องการมีเหมือนคนอื่น
- ความไม่พอเพียง
- รายได้น้อย รายจ่ายมาก

จากนั้นเป็นการสัมภาษณ์ ว่าที่แต่ละคนมีประสบการณ์เรื่องพอเพียงทำอะไรกันบ้าง เช่น

ป้าก้าน : ไปอบรมเรื่องความรู้เศรษฐกิจพอเพียง มาจากหน่วยงาน ธกส. เมื่อกลับมาก็ลองทำตามเช่น การทำปุ๋ยชีวภาพ การเพาะถั่วงอกกินเอง และเผาถ่านใช้เอง

ลุงวินัย : ลดรายจ่ายโดยการปลูกผักกินเอง บ้านลุงวินัยไม่มีพื้นที่เลข แต่ก็พยายามแทรกปลูกเท่าที่ทำได้ หรือไม่ก็ปลูกในกระถาง เช่น ปลูกถั่ว ปลูกชะอม ตะไคร้ กระเจี๊ยบ เลี้ยงปลาคุกกินท้อ และมีการนำขี้หมูมาหมักเป็นแก๊สชีวภาพใช้ในการหุงต้ม

ลุงจรัส : เป็นครอบครัวใหญ่มาก ปลูกผักกินเอง ต้องคอยพรวนดินทุกวันให้รู้จักประหยัด

ลุงนาค : หาปลา ปลูกผักกินเอง

น้องปอ : แบ่งค่าขนมที่ไปโรงเรียน เก็บไว้บางส่วน

ป้าก้าน จากหมู่ ๘ : ร่วมแลกเปลี่ยนด้วย ว่าต้องใช้เรื่องธรรมะ เข้ามาร่วมด้วย เพื่อละความอยาก มีน้อยกินน้อย มีมากกินน้อย ไม่ตามใจตนเองเรื่องกิน เรื่องความฟุ้งเฟ้อ

พิจรรยา : รู้จักการออม เพื่อบริหารการเงิน ถึงแม้ว่าเป็นหนี้แต่ก็จัดการได้ โดยการหมุนเวียนจากกองทุนสัจจะ ไปตัดกองทุนเงินล้าน เอาเงินที่กู้กองทุนเงินล้าน ไปตัดคืนจาก ธ.ก.ส. ที่สำคัญ คือ ต้องมีสัจจะกับตัวเองที่จะต้องออมทุกเดือน นอกจากนี้ยังทำนาโดยชีวภาพ เกษะเอง นวดเอง และหารายได้พิเศษจากการรับจ้างในเวลาว่าง

ลูกหลานป้ากร บอกว่า เจอปัญหาหารายได้ไม่ทันกับรายจ่าย เพราะมีอาชีพรับจ้าง และบ้านอยู่ข้างถนน จะมีรถมาขายขนมบ่อย พวกลูกหลานมักจะขอเงินซื้อขนมตลอดเวลาที่มีรถขายของวิ่งผ่าน

เมื่อได้แลกเปลี่ยนกันแล้ว ทางสมาชิกในเวทีต้องการเห็นชุมชนบ้านบ่อมะกรูดเป็นชุมชนที่พอเพียง ซึ่งจะต้องค้นหาวិธีลดรายจ่าย ลดสิ่งที่ไม่จำเป็น วางแผนการใช้เงิน โดยเรียนรู้จากประสบการณ์ของคนในชุมชนที่เป็นแบบอย่าง

วาระที่ ๒ : ได้เรียนรู้อะไรจากเวที

ที่ภาววิถี ได้สอบถามสมาชิกในเวทีว่ามาเข้าร่วมครั้งนี้ได้อะไรกันบ้าง

- ได้เรียนรู้การวางแผนรายจ่ายในครอบครัว
- ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง
- เด็ก ๆ ได้เรียนรู้จากผู้ใหญ่

วาระที่ ๓ : ทบทวนสรุปการทำงาน

ในเวทีครั้งนี้สิ่งดี ๆ ที่เกิดขึ้น คือ

- คนในพื้นที่ให้ความสนใจดี
- มีความพร้อมเพรียงกัน
- สถานที่เย็นสงบ ไม่มีเสียงรบกวน

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- | | |
|-----------------|------------|
| - ยอดยกมา | ๒๘,๘๔๑ บาท |
| - รายจ่ายวันนี้ | ๑,๐๐๐ บาท |
| - คงเหลือ | ๒๗,๘๔๑ บาท |

นัดหมายครั้งต่อไป: วันเสาร์ที่ ๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๐๐ น. ณ วัดบ่อมะกรูด

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

นางจรรยา ลาลาด
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.ง่ายาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๓ : เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๔ (หมู่ ๒ / ๑๐)

วันจันทร์ที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.

ณ บ้านคุณอุบล ทองกันยา หมู่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. นางนุปลา	ชัยศักดิ์กาญจกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๓. นางห่อ	พูนบางสูง	สมาชิก ม.๒
๔. นางหลั่น	พะสุธา	สมาชิก ม.๒
๕. นางเกลี้ยง	ลินลา	สมาชิก ม.๒
๖. นางทอน	ศิริวัน	สมาชิก ม.๒
๗. นางเฮียง	ทองกันยา	สมาชิก ม.๒
๘. ค.ช.เอกสิทธิ์	สุวรรณ	สมาชิก ม.๒
๙. ค.ช.อุกัศรา	แก้ววิเศษ	สมาชิก ม.๒
๑๐. ค.ช.ธนิวัฒน์	พูนบางสูง	สมาชิก ม.๒
๑๑. นางขวัญเรือน	เกิดพันธ์	สมาชิก ม.๒
๑๒. นางทองใบ	พะสุธา	สมาชิก ม.๒
๑๓. นางสาวเหลือ	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๑๐
๑๔. นางงอก	โกศา	สมาชิก ม.๑๐
๑๕. นางบุญมา	สีดาพร	สมาชิก ม.๑๐
๑๖. นางทองมี	สินู	สมาชิก ม.๑๐
๑๗. นางละออง	บุญนาค	สมาชิก ม.๑๐
๑๘. นางยุพิน	หลอดจำปา	สมาชิก ม.๑๐
๑๙. ค.ช.ปัญญาพล	จิตรคำ	สมาชิก ม.๒
๒๐. นางไกร	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๒๑. นางจิง	แป้นภู	สมาชิก ม.๒

เริ่มเวที ๐๘.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : ทบทวนความเดิม

ที่อุบล ทองกันยา ได้สรุปความเดิมจากเวทีครั้งที่แล้ว ซึ่งเป็นเวทีสร้างความเข้าใจครั้งแรก ซึ่งเป็นการพูดคุยเรื่องราวของชุมชนดั้งเดิม ปัจจุบัน และอนาคตที่ต้องการให้ชุมชนเป็นสังคมที่ดี ซึ่งจะต้องร่วมกันสร้างอย่างไร โดยในครั้งนี้เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจต่อ สร้างความสัมพันธ์ระหว่างหมู่ ๒ และ ๑๐ รวมทั้งค้นหาเรื่องที่ยากจะทำ

วาระที่ ๒ : เราอยากทำอะไร

ที่อุบล ชวนคุยว่าต่อไปเราอยากจะทำอะไรร่วมกัน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นแบ่งปัน ค้นหากิจกรรมที่จะทำร่วมกันแล้วเกิดความสุขและความสุข เหมือนกับเราเล่าเรื่องในอดีตแล้วมีความสุขนึกถึงความหลังสมัยก่อน

ป้าหล่น : ให้ข้อเสนอแนะว่าน่าจะมาออกกำลังกายร่วมกัน

ป้าจิง : มาทำอาหารร่วมกัน เช่น ทำขนม ข้าวเหนียวส้มตำ

ป้าออง : คัดน้ำสมุนไพร เช่น น้ำมะตูม ใบเตย และน้ำดอกอัญชัน

ยายเฮียง : อยากร่ำวงเพื่อสุขภาพ

ส่วนเด็ก ๆ บอกน่าจะมาออกกำลังกายและรับประทานอาหารร่วมกัน

น้องเอก : อยากทำอาหารร่วมกับผู้สูงอายุ

น้องภัศ : อยากทำกิจกรรมร่วมกับชุมชน

น้องเบ้งค์ : ออกกำลังกายร่วมกัน เสร็จแล้วรับประทานขนมอาหารว่าง

น้องคิว : จะช่วยผู้ใหญ่มากของ

ป้าทอน : มาออกกำลังกายกันดีกว่า

ป้าทองมี : มาออกกำลังกายร่วมกัน แล้วร่ำวง ค่อยคัมน้ำสมุนไพร

ป้าเฮียง ป้าจิง ป้าห่อ : ออกกำลังกายร่วมกัน พุดคุยกัน ร่ำวงกัน แล้วค่อยคัมน้ำสมุนไพร และรับประทานอาหารว่างร่วมกัน จะได้มีแรงมาพอกันอีก

น้องคิว : บอกว่ามาออกกำลังกายกันดีกว่า

สรุปว่าสำหรับหมู่ ๒ และ ๑๐ คิดเห็นว่าการมีกิจกรรมทำร่วมกันระหว่างคน ๓ วัย จะทำให้เกิดความสุข โดยเลือกกิจกรรมออกกำลังกายเป็นหัวข้อที่จะใช้เดินเรื่อง

วาระที่ ๓ สรุปผลการทำงาน

- เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่
- วันนี้ทีมวิจัยมากันน้อย ที่อุบลทั้งชวนคุยและทำหน้าที่เขียนกระดานด้วยจึงไม่ทัน
- ชาวบ้านเร่งให้รีบพุดคุย เพราะจะไปทำบุญเลี้ยงเพลที่บ้านป้าย้อย หมู่ ๒

วาระที่ ๔ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๒๗,๘๔๑ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๕๕๐ บาท
- คงเหลือ	๒๗,๒๙๑ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : ยังไม่มีการนัดหมาย

ปีดเวท ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.จำยอม ประจวบวัน

ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๔ : เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่องครั้งที่ ๕ (หมู่ ๔ / ๕)

วันจันทร์ที่ ๑๕ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ - ๑๕.๓๐ น.

ณ ร.ร.วัดคิบบอน หมู่ ๔ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๓. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางก้าน	ศรีอุดมพาพาน	ทีมวิจัย ม.๕

หมายเหตุ : ไม่มีชาวบ้านมาร่วมคุย

เริ่มเวที ๑๓.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : ทีมวิจัยนั่งคุยกัน

เนื่องจากไม่มีชาวบ้านมาร่วมคุย ดังนั้นทีมวิจัย จึงนั่งพูดคุยปรึกษาหารือเรื่องต่าง ๆ มีการระบายความรู้สึกส่วนตัว เช่น นักวิจัยบางคนต้องโทรตามทำให้น่าเบื่อ ไม่รู้สาเหตุว่าทำไมชาวบ้านไม่มาในเมื่อประสานงานกันแล้ว เวทีหน้าต้องพูดคุยระหว่างนักวิจัยมากกว่านี้ นักวิจัยทำงานจิตอาสาธรรมชาติมีน้อยมาก (แต่บางคนก็ติดธุระจริง ๆ)

วาระที่ ๒ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๒๗,๒๕๑ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๔๘๐ บาท
- คงเหลือ	๒๖,๗๗๑ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : ยังไม่มีการนัดหมาย

ปิดเวที ๑๕.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.จำขาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมพิเศษ๔ : เวทีเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม

วันเสาร์ที่ ๒๔ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

ณ บ้านกลางสวน ค.ปลายโพรง อ.อัมพวา จ.สมุทรสงคราม

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๓. น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๔. เครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม		

เริ่มเวที ๐๘.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : เรื่องแจ้งเพื่อทราบ

หลังจากที่มีการแนะนำตัวแล้ว คุณชินนุวัฒน์ มณีศรีจำ ผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม ได้แจ้งเรื่อง

- โครงการที่ไปดำเนินการร่วมกับกรมชลประทาน เรื่องการจัดการน้ำในอ่างที่เป็นโครงการพระราชดำริ ในจังหวัดเพชรบุรี และประจวบคีรีขันธ์ ซึ่งจะมีเจ้าหน้าที่ในตำแหน่งนักประสานงานชุมชน (ปส.ชป.) ลงทำงานในพื้นที่ชุมชนรอบอ่าง
- การไปทำงานร่วมกับศูนย์สังคมพัฒนา สังคมชลประทานบุรี ในพื้นที่ จ.กาญจนบุรี กับกลุ่มชาติพันธุ์กะเหรี่ยงของ อ.ศรีสวัสดิ์ ซึ่งจะมีความเชื่อมโยงกับเรื่องน้ำแม่กลอง เพราะที่นั่นจะเป็นต้นน้ำมาสู่ปลายน้ำที่ จ.สมุทรสงคราม
- โครงการพระราชดำริ “ช่างหัวมัน(เทศ)”
- สถานการณ์เด็กท้องก่อนวัยอันควร ขณะนี้อายุน้อยสุด คือ ๕ ขวบ ผ่าให้ทุกพื้นที่ดูแลเด็กและเยาวชนในพื้นที่ด้วย

วาระที่ ๒ : รับรองรายงานการประชุม

รับรองรายงานการประชุมประจำเดือน กันยายน ๒๕๕๒ ที่มาจัดเวทีที่บ้านม้อง มีการแก้ไขรายชื่อผู้เข้าร่วมประชุม

วาระที่ ๓ : แลกเปลี่ยนเรียนรู้งานในพื้นที่

คุณชินนุวัฒน์ ให้ทีมวิจัยที่ทำงานมีประสบการณ์มากแล้ว เล่าถึงสิ่งที่ได้จากการทำงานวิจัย ซึ่งมี ๓ ทีม คือ ทีมปูแสม ทีมแพรงหนามแดง และทีมช้าง จากการแลกเปลี่ยนทั้ง ๓ ทีม สรุปได้ว่า

งานวิจัย	ทำให้เห็นตัวเอง
งานวิจัย	สร้างคุณค่าให้กับตัวเองและชุมชน
งานวิจัย	ความรู้ในชุมชน
งานวิจัย	ปรับเปลี่ยนวิธีคิด
งานวิจัย	ฝึกทักษะการทำงาน

งานวิจัย พัฒนาด้านอารมณ์และเกิดการเปิดใจ

จากนั้นทีมที่เหลือช่วยแลกเปลี่ยนกิจกรรมที่ทำผ่านมาในรอบ ๒ เดือน ซึ่งทีมบ้านหม้องได้บอกเล่าถึงการทำงานอย่างค้อมเนื่องว่าทำได้อย่างไร มีข้อเสนอแนะเรื่องการมีตัวชี้วัดของการทำงานเมื่อเสร็จโครงการแล้ว

วาระที่ ๔ : วางแผนการทำงานเดือนต่อไป

ช่วงสุดท้ายของเวทีแต่ละพื้นที่ได้แยกวงคุยเพื่อวางแผนการทำงานของตัวเองว่าจะทำอะไรต่อไปในเดือนต่อไปของทีมบ้านหม้อง จะมีการประชุมถอดบทเรียนวันที่ ๓๑ ต.ค. ๕๒ และแผนการลงพื้นที่เก็บข้อมูลในแต่ละโซน จากนั้นให้ออกไปนำเสนอให้ทีมอื่นได้รับทราบด้วย

วาระที่ ๕ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๖,๗๗๑ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๖๐๐ บาท (ค่าน้ำมันเดินทาง)
- คงเหลือ ๒๖,๑๗๑ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : วันเสาร์ที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๕๒ สถานที่อาจจะเป็น บ้านบางจาน จ.เพชรบุรี

ปิดเวที ๑๖.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันชา และน.ส.มาลา ลิ้มทอง
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.งำยงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๕ : เวทีถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน)

วันเสาร์ที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๕.๐๐ น.

ณ บ้านป่าก้าน ศรีอุดมทาพาน หมู่ ๕ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	ลีโส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.มาลา	ถัมทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. น.ส.สำองค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๕. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๖. นางบุปผา	ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย ม.๕
๗. น.ส.งาชงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๘. นายยุทธ	โชติพรวน	ทีมวิจัย ม.๗
๙. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๐. นางจรรยา	ลาลาด	ทีมวิจัย ม.๘
๑๑. นางก้าน	ศรีอุดมทาพาน	ทีมวิจัย ม.๙
๑๒. นางอุไร	นิลสาธิตา	ทีมวิจัย ม.๙
๑๓. นางนิต	กรมมา	สมาชิก ม.๓
๑๔. ค.ญ.ธิดารัตน์	พะสุธา	สมาชิก ม.๒
๑๕. น.ส.ทศพร	น้อยหา	สมาชิก ม.๕
๑๖. น.ส.สุภัททา	รักงาม	สมาชิก ม.๓
๑๗. ค.ญ.ศิริลักษณ์	ลักษณะโต	สมาชิก ม.๙
๑๘. ค.ช.อนุรักษ์	ศรีอุดมทาพาน	สมาชิก ม.๙
๑๙. นางเหลื่อม	แซ่จ้ง	สมาชิก ม.๙
๒๐. นางสาวพิน	เย็นสรง	สมาชิก ม.๕
๒๑. น.ส.ลักขณา	วงศ์ยะรา	สกว.ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.เชียงใหม่
๒๒. นายชินนวัฒน์	มณีศรีจำ	ผู้ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม
๒๓. นายบงการณ	แก้วชุม	ผู้ช่วยผู้ประสานงานฯ
๒๔. นายเอกชัย	อังกาบ	ผู้ช่วยผู้ประสานงานฯ
๒๕. นางพิมพ์วิมล	บุญดีเพิ่มสุขเจริญ	ผู้ช่วยพี่เลี้ยง จ.ราชบุรี

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : บอกเล่าวัตถุประสงค์ และนำตัวและสรุปการทำงานที่ผ่านมา

น.ส.งาชงาม ประจวบวัน ได้เริ่มเปิดเวทีโดยบอกเล่าวัตถุประสงค์ของเวทีถอดบทเรียน

- ทบทวนการทำงานที่ผ่านมา ทำอะไรไปแล้วบ้าง เกิดผลอย่างไร
- บทเรียนที่ได้

- เพื่อวางแผนงานที่จะทำต่อไปในงวดที่ ๒

หลังจากนั้นให้สมาชิกในเวทีได้แนะนำตัวเอง โดยบอกแค่ชื่อและหมู่ จากนั้นจึงเป็นการสรุปงานที่ทำผ่านมา ซึ่ง มีอยู่ ๔ ลักษณะ คือ

๑. กิจกรรมประชุมทีมวิจัย	จำนวน ๕ ครั้ง
๒. กิจกรรมสร้างความเข้าใจ	จำนวน ๘ ครั้ง
๓. กิจกรรมค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง	จำนวน ๕ ครั้ง
๔. กิจกรรมเก็บข้อมูล	จำนวน ๖ ครั้ง
รวม	จำนวน ๒๔ ครั้ง

วาระที่ ๒: กระบวนการถอดบทเรียน

๒.๑ ทำความรู้จักแบบเจาะลึก : คุณชัชวาลย์ มณีศรีจำ ได้ชวนให้ผู้เข้าร่วมเวทีทำกิจกรรมแนะนำตัวแบบ เจาะลึก โดยให้จับคู่ แล้วสลับกันสัมภาษณ์พูดคุย จากนั้นให้เล่าเรื่องของเพื่อนที่ตัวเองคุยช่วยให้คนอื่นรับทราบ เช่น กริม คู่กับ ป้าเหลื่อม เรื่องของป้าเหลื่อม คือ ป้าเกิดในสมัยสงครามโลกครั้งที่ ๒ ชื่อเหลื่อมเป็นชื่อที่พ่อตั้งให้ตอนไปรบ ครอบครัวยากจนมาก มีพี่น้องหลายคน ไม่มีที่ดินทำกินเป็นของตัวเอง พ่อแม่ต้องรับจ้างทุกอย่าง ป้าเหลื่อมมีลูกสาว ๔ คน ทุกคนแต่งงานไปได้ดีหมด คนโตไปอยู่ต่างประเทศ ทำงานโรงแรม คนที่สองแต่งงานแล้วไปอยู่บ้านสิงห์ คนที่ ๓ แต่ง ไปเป็นลูกสะใภ้ตระกูลเศรษฐี คนเล็กยังอยู่กับป้าเหลื่อม ความภูมิใจ ก็คือ เลี้ยงลูกได้คั่งใจ ถึงแม้จะเหนื่อยยากแต่ก็มี ความสุขใจ

๒.๒ ความคาดหวังต่อการเข้าร่วมเวทีในครั้งนี้ : เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเวทีได้แบ่งปันความคาดหวังของตนเองในการ เข้าร่วมเวที ผู้ดำเนินการได้แจกบัตรคำ เพื่อให้ทุกคนเขียนสิ่งที่คาดหวัง ได้ข้อสรุปความคาดหวังดังนี้

- ความรู้สึกลึก : ดีใจมาก (ได้ร่วมงาน ไม่รู้หนังสือยังได้เป็นนักวิจัย)

มีความสุข (ได้มาคุยกัน เห็นคนในทีมมีความสุข)

อยากให้เกิดความสบายใจในการทำงาน (อยากได้ความจริงใจจากเพื่อน)

กระบวนการถอดบทเรียนที่สนุก

- เดิมความรู้และทักษะ : ความรู้ในการทำวิจัย (มุมมองที่เลือกรูปแบบใหม่ ๆ)

มีความเข้าใจในการทำวิจัย (รู้ความเป็นมาของโครงการ รู้/เห็นภาพงานที่แต่ละทีมรับผิดชอบ

เห็นทิศทางการทำงานร่วมกันต่อไป)

- แลกเปลี่ยนเรียนรู้ สร้างความสัมพันธ : ได้เรียนรู้เรื่องราวต่าง ๆ เพิ่มเติม คุยกันมากขึ้น รู้จักกันมากขึ้น

เข้าใจกันมากขึ้น ได้เพื่อนเพิ่มขึ้น

- สิ่งที่อยากเห็น : งานวิจัยสำเร็จด้วยดี และรวดเร็ว มีผลงานเป็นรูปธรรม

สกว.สนับสนุนงบประมาณเยอะ ๆ

เห็นความก้าวหน้า / ผลสรุปการทำงาน

วาระที่ ๓ : การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตัวนักวิจัย

คุณชินนวัฒน์ ให้ผู้ที่เข้าร่วมเวทีแลกเปลี่ยนว่าเมื่อตัวเองเข้าร่วมกระบวนการวิจัย ไม่ว่าจะเข้ามาตั้งแต่ต้น หรือเพิ่งจะเข้าร่วม ตัวเองได้อะไร หรือมีการเปลี่ยนแปลงสิ่งใดเกิดขึ้นกับตัวเองบ้าง

- ได้รู้มากขึ้น : รายละเอียดของในพื้นที่ เช่น คุณภาพชีวิต ข้อมูลส่วนตัวรายบุคคล สภาวะหนี้สิน ข้อมูลในอดีตของแต่ละหมู่บ้าน
- เกิดความสุข : ได้พูดคุย ได้ช่วยเหลือสังคม ได้เข้าใจตัวเองมากขึ้น ได้พักผ่อนไม่ต้องเคร่งเครียดกับงานตลอด ได้เล่าเรื่องอดีตแล้วเกิดความสุข ได้เพื่อนใหม่ ได้ช่วยกันแก้ไขปัญหาให้ข้อเสนอแนะกับคนที่มีความทุกข์
- การเปลี่ยนแปลงของตัวเอง : ได้ฝึกทักษะพูดมากขึ้น จดบันทึกมากขึ้น บทบาทในการท้าวทีคนชวนคุย คนขึ้นกระดาน ฝึกการกล้าแสดงออก ทีมวิจัยหลายคนได้พัฒนาตนเองอย่างมาก เช่น พี่น้อง พี่มาลา ลูกวินัย พี่จื่อ ได้เข้าใจโครงการมากยิ่งขึ้น ใจเย็นลง

วันนี้ในเวทีมีผู้ที่เพิ่งจะมาเข้าร่วมได้ไม่กี่ครั้ง เช่น พี่น้อย พี่แมว ถามว่าทำไมจึงมาเข้าร่วมเวที พี่น้อยบอกว่า เป็นการผ่อนคลาย เนื่องจากเคร่งเครียดอยู่กับการทำงานตลอดเวลา ได้มาเข้ากลุ่มคุยก็ทำให้ได้พักผ่อน สามารถกลับไปทำงานได้ดีขึ้น นี่เป็นแนวทางข้อหนึ่งในการสร้างสุขภาวะของชุมชน คือ การหาเวลาว่างพักผ่อนให้กับตัวเองบ้างจากการทำงานที่เคร่งเครียด เพราะสุขภาวะของชุมชน มีทั้งทางเรื่อง กาย ใจ ปัญญา

วาระที่ ๔ : ทบทวนความเป็นมาของโครงการวิจัย และแผนการดำเนินงานวิจัย

เพื่อให้เห็นภาพความเป็นมาของโครงการวิจัยร่วมกันอีกครั้ง คุณลักขณา ได้มาพูดสรุปทีมวิจัยและสมาชิกใหม่ ได้ทบทวนกันอีกครั้ง

ชื่อโครงการ : ศึกษาแนวทางการสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ความเป็นมา : ชุมชนบ้านจ้องมีการพัฒนาชุมชนอย่างรวดเร็ว (สาธารณูปโภค เส้นทางคมนาคม ประชากรเพิ่ม พื้นที่เกษตรลด อาชีพหลากหลาย มีโรงงาน เกิดปัญหาผลกระทบจากการปรับตัวไม่ทัน ทางด้านสิ่งแวดล้อมเสื่อมโทรม ความสัมพันธ์น้อยลง ปัญหาสุขภาพจิต หนี้สิน ครอบครัวอ่อนแอ เกิดกลุ่มคณะทำงานสภาสร้างสุข จากการสนับสนุนของศูนย์พัฒนาสังคมหน่วยที่ ๔๕ สร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนให้ดูแลเอื้ออาทรกัน แต่หมดกิจกรรมหรือหมดงบประมาณจากหน่วยงาน ชุมชนจะอย่างไร จึงเกิดกระบวนการงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นขึ้นในชุมชน เป็นทางเลือกอีกหนทางหนึ่งที่จะค้นหากระบวนการสร้างสุขภาวะให้เกิดขึ้นในชุมชนบ้านจ้อง โดยมีโจทย์วิจัยเป็นของชุมชน ชุมชนมีส่วนร่วม และมีปฏิบัติการแก้ปัญหา

วัตถุประสงค์ : วิจัยเพื่อค้นหาคำตอบเกี่ยวกับ

- การสร้างสุขภาวะตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเป็นอย่างไร
- กระบวนการเรียนรู้เพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเพื่อสร้างสุขภาวะที่ดีขึ้นควรเป็นอย่างไร
- แนวทางการสร้างสุขภาวะที่เหมาะสมกับชุมชนบ้านจ้องควรเป็นอย่างไร

แผนการดำเนินงานวิจัย :

ช่วงที่ ๑ : ๖ เดือนแรก : ๑.เตรียมทีมวิจัย ๒.สร้างความเข้าใจ ๓.ค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง ๔.ฝึกทักษะการเก็บข้อมูล ๕.เก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วม ๖.สรุปผล

ช่วงที่ ๒ : ๖ เดือนที่สอง : ๗.เก็บข้อมูล ๘.วิเคราะห์ข้อมูล+ออกแบบกิจกรรมร่วมกัน ๙.เก็บข้อมูลจากการปฏิบัติการ + สรุปผล ๑๐.นำเสนอผล ๑๑. สรุปผล

ช่วงที่ ๑ : ๘ เดือนสุดท้าย : ๑๒.ปฏิบัติการกิจกรรมสร้างสุขภาพ ๑๓.เก็บข้อมูลการปฏิบัติการและสรุปผล ๑๔.นำเสนอผลการวิจัย ๑๕.สรุปผลและจัดทำรายงานฉบับสมบูรณ์

ในเวทีเป็นเวทีที่ครบการทำงานในช่วงที่ ๑ จึงมาถอดบทเรียนเพื่อทบทวนว่า ทำอะไร ทำอย่างไร ใครร่วมบ้าง ได้ผลอย่างไร มีความรู้บทเรียนอะไรบ้าง ต้องเพิ่ม/ปรับอะไร และจะเดินการทำงานต่ออย่างไร

วาระที่ ๕ : สิ่งที่ทีมวิจัยต้องการพัฒนาตัวเองในการเก็บข้อมูล

๑. การตั้งคำถาม : เรียนรู้จากการฟัง แลกเปลี่ยนตามเรื่องทั่วไป ตามอย่างมีประเด็น และจับประเด็นได้
๒. การชวนคิดชวนคุยให้เป็นธรรมชาติ
๓. การสังเกต เช่น สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วม ว่าเบื่อก็ยัง
๔. การควบคุมสถานการณ์
๕. การพูดต่อหน้าสาธารณะ สื่อสารมั่นใจ รู้เรื่องกระชับ ชัดเจน

การพูดต่อหน้าสาธารณะ

- การจัดการตนเอง ให้มั่นใจ : คิดให้ออกาสตัวเองศรัทธาว่าตัวเองทำได้ เตรียมความพร้อม ศึกษาข้อมูลให้เต็มที่ฝึกซ้อมบ่อยๆ เริ่มจากเวทีเล็ก ๆ เชื่อว่าเป็นการพัฒนาตัวเอง ฝึกปฏิบัติเรียนรู้ในการทำงาน
- การหนุนและสร้างโอกาสให้เพื่อน : ให้กำลังใจเพื่อนว่าทำได้ ไม่แะก้นเอง ไม่ถ้อยเลี่ยนให้อาย ช่วยให้อายุข้อมูลเดิมกันและกัน

วาระที่ ๖ : สิ่งที่ต้องทำกันต่อ (การบ้าน)

๑. สรุป/ถอดความรู้/บทเรียน เพื่อคึงเนื้อหาไปเขียนรายงาน

- ทำอะไร : มีกิจกรรมอะไรบ้าง
- ทำอย่างไร : วิธีการ กระบวนการ
- ใครร่วมบ้าง : ใคร ทำไมต้องมาร่วม
- ได้ผลอย่างไร : บรรลุ/ไม่บรรลุ ทำไม เพราะอะไร
- ได้ความรู้/บทเรียนอะไร : ความรู้ใหม่จากการทำงาน การแก้ปัญหา ฯลฯ
- มีปัญหา/อุปสรรคอะไรบ้าง : การทำงานของทีม การทำกิจกรรม การประสานงาน ฯลฯ
- แนวทางปรับแก้ไขเพื่อเดินต่อ : อะไรที่ยังไม่ทำ ปรับร่วมกับแผนระยะที่สองที่วางไว้ กำหนดช่วงเวลาให้เหมาะสม

๒. ระดมความคิด ความรู้ ทักษะ แนวทางสำคัญในการเก็บข้อมูล

- การตั้งคำถาม : เรียนรู้จากการฟัง แลกเปลี่ยนตามเรื่องทั่วไป ตามอย่างมีประเด็น และจับประเด็นได้
- การชวนคิดชวนคุยให้เป็นธรรมชาติ
- การสังเกต เช่น สังเกตพฤติกรรมการมีส่วนร่วม ว่าเบื่อก็ยัง
- การควบคุมสถานการณ์
- การพูดต่อหน้าสาธารณะ สื่อสารมั่นใจ รู้เรื่องกระชับ ชัดเจน

วาระที่ ๗ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๖,๑๙๑ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๒๑๐ บาท
- คงเหลือ ๒๔,๙๘๑ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : - เวทีถอดบทเรียน (ต่อ) วันอาทิตย์ที่ ๑๕ พ.ย. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น.

ณ บ้านป่าก้าน

- เวทีถอดบทเรียน (ต่อ) วันอาทิตย์ที่ ๒๒ พ.ย. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๕.๐๐ น.

ณ บ้านป่าก้าน

ปิดเวที ๑๕.๐๐ น.

น.ส.มาลา ลิ้มทอง
ผู้บันทึกการประชุม

น.ส.จำจาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๖ : เวทีถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน ครั้งที่ ๒)

วันอาทิตย์ที่ ๑๕ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านป่าก้าน ศรีอุคทาพาน หมู่ ๕ ต.บ้านฉ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. น.ส.สำอางค์	พรหมมาลี	ทีมวิจัย ม.๓
๕. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๖. ค.อ.ณัชชา	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๗. นางบุปผา	ชัยศักดิ์บุญถ	ทีมวิจัย ม.๕
๘. นางศกาศพันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย ม.๖
๙. นางสาวรอง	สีตางาม	ทีมวิจัย ม.๖
๑๐. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๑๑. นางเครือวัลย์	สุจินทบุตร	ทีมวิจัย ม.๖
๑๒. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย ม.๗
๑๓. นางสุนาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย ม.๘
๑๔. นางจรรยา	ถาถาด	ทีมวิจัย ม.๘
๑๕. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย ม.๘
๑๖. นางนิล	กรมมา	สมาชิก ม.๑
๑๗. น.ส.พรทิพย์	ศิริวัน	สมาชิก ม.๑
๑๘. น.ส.สุนันทา	รักงาม	สมาชิก ม.๓
๑๙. นางสาวน	นิลขาว	สมาชิก ม.๔
๒๐. นางทองอินทร์	สาตีฉันท	สมาชิก ม.๔
๒๑. นางสาวนลักษ์ณ	สุขสวัสดิ์	สมาชิก ม.๔
๒๒. นางสาวพิณ	เย็นสง	สมาชิก ม.๕
๒๓. น.ส.ชมเชย	สาตีเรือง	สมาชิก ม.๕
๒๔. นางเหลื่อม	แซ่จ้ง	สมาชิก ม.๕
๒๕. นางพิมพ์วิมล	บุญดีเพิ่มสุขเจริญ	ผู้ช่วยพี่เลี้ยง จ.ราชบุรี

เริ่มเวลา ๐๘.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : บอกเล่าวัตถุประสงค์ แนะนำตัวและสรุปการทำงานครั้งที่แล้ว

คุณภาวิณี สามัคคี กล่าวต้อนรับผู้เข้าร่วมเวทีทุกคน และเปิดเวทีโดยบอกเล่าวัตถุประสงค์ของวันนี้ว่าเป็นเวทีถอดบทเรียนกิจกรรมที่ทำมาแล้ว หลังจากนั้นให้ผู้เข้าร่วมเวทีแนะนำตนเองจนครบทุกคน แล้วสรุปความรู้ที่ได้จากการทำกิจกรรมแต่ละกิจกรรม เริ่มจากกิจกรรมสร้างความเข้าใจ โดยมีคุณภาวิณี และคุณอุบล ทำหน้าที่ตั้งคำถามชวนคุย และคุณภาวิณี ทำหน้าที่ขึ้นกระดานด้วย มีอาจารย์ประทุมวดี ทำหน้าที่บันทึกรายงานการพูดคุย

วาระที่ ๒. ถอดบทเรียนกิจกรรมสร้างความเข้าใจ

๒.๑ กิจกรรมอะไร : กิจกรรมสร้างความเข้าใจ

มี ๒ ลักษณะ คือ

๑. สร้างความเข้าใจภายในทีม แบ่งเป็น
 - ทีมวิจัยผู้ใหญ่ จำนวน ๑ ครั้ง
 - ทีมวิจัยเด็ก จำนวน ๒ ครั้ง
๒. สร้างความเข้าใจภายนอกทีม
 - หน่วยงานราชการในพื้นที่ทั้งระดับอำเภอ และระดับตำบล จำนวน ๑ ครั้ง
 - สมาชิกในชุมชนทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน จำนวน ๕ ครั้ง (ครั้งละ ๒ หมู่บ้าน)

๒.๒ ทำอย่างไร : วิธีการ กระบวนการ

๑. ทีมวิจัยประชุมวางแผนก่อนเปิดเวที

- เพื่อวางแผนเป้าหมายของเวที
- กำหนดกลุ่มเป้าหมาย ควรจะชวนใครมาเข้าร่วมบ้าง จำนวนกี่คน
- ออกแบบคำถามในการชวนคุย
- แบ่งบทบาทหน้าที่ภายในทีมวิจัย : คนชวนคุย คนขึ้นกระดาน คนเตรียมอาหาร คนทำบัญชีรับ-จ่าย คนทำบันทึกการประชุม คนพิมพ์รายงาน คนประสานงานกับกลุ่มเป้าหมาย โดยหน้าที่แต่ละอย่างนี้สามารถหมุนเวียนการทำได้ จะได้เกิดการเรียนรู้ได้ประสบการณ์ในการทำงานแต่ละบทบาท มีความรู้หรือได้ฝึกทักษะอย่างถนัดหน้า

๒. ประสานงานผู้เข้าร่วมเวที : แบ่งกันประสานของแต่ละหมู่บ้าน

- ประสานหน่วยงาน หรือผู้มีตำแหน่ง จะใช้หนังสือเชิญ
- ประสานสมาชิกในชุมชน ใช้วิธีไปชวนด้วยตนเอง กับใช้สื่อสารผ่านทางโทรศัพท์

๓. จัดเวทีสร้างความเข้าใจ

- เปิดโอกาสให้ทุกคนได้พูด พูดทีละคน พูดเรื่องทั่วๆ ไป แล้ววกเข้ามาเรื่องใกล้ตัวของผู้พูด ความเป็นอยู่หรือครอบครัวของสมาชิกที่พูด
- ชวนถามความเป็นมาของหมู่บ้าน ตั้งแต่อดีต-ปัจจุบัน และอนาคตที่คาดว่าจะเป็น
- เปิดโอกาสให้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น เรื่อง ความเป็นอยู่ อาชีพ การเลี้ยงดูลูกหลาน ในสมัยอดีตกับปัจจุบันเชิงเปรียบเทียบ ที่ทำให้เกิดความสุข
- ทีมวิจัยชี้แจงรายละเอียดโครงการ และเปิดโอกาสให้ซักถามความเป็นมาของโครงการ
- ใช้เวลาไม่เกิน ๒ ชั่วโมง

๔. ทีมวิจัยประชุมเพื่อถอดบทเรียน

- เพื่อประเมินการจัดเวทีว่าบรรลุเป้าหมายหรือไม่ อย่างไร
- เพื่อหาแนวทางในการปรับปรุงครั้งต่อไป ในสิ่งที่ทีมวิจัยได้บทเรียนในประเด็นต่าง ๆ เช่น การเลือกสถานที่จัดเวที การชวนคุย
- ใช้เวลา ๑ ชั่วโมงตอนช่วงท้ายหลังปิดเวที หรือขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของทีมวิจัยว่าติดธุระหรือไม่

๒.๓ ใครร่วมบ้าง : ใคร ทำในต้องมาร่วม

๑. เวทีสร้างความเข้าใจในภายในทีม

- ทีมวิจัยผู้ใหญ่ : เพราะทีมวิจัยผู้ใหญ่จะได้มีความเข้าใจตรงกัน สามารถอธิบายในการไปชวนคนอื่นมาเข้าร่วมเวที

- ทีมวิจัยเด็กและเยาวชน : เพราะจะได้เกิดความเข้าใจเกี่ยวกับคำว่าสุขภาวะในความหมายที่ตรงกัน และเกิดความสัมพันธ์ ความคุ้นเคย กับทีมวิจัยผู้ใหญ่

๒. เวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน : โรงพยาบาลอำเภอ สาธารณสุขอำเภอ ท้องถิ่นอำเภอ เกษตร

อำเภอ สถานีอนามัย โรงเรียนในตำบล วิทยาลัยเทคนิคบ้านฝ้อง สถานีตำรวจเทศบาล (นายก ประธานสภา สมาชิกสภาเทศบาล รวมทั้งกำนัน ผู้ใหญ่บ้านทั้ง ๑๐ ตำบล) เพื่อให้ผู้บริหารของหน่วยงานรับทราบเป้าหมายของโครงการ ให้ข้อเสนอแนะต่อทีมวิจัยในการดำเนินงาน และให้ความร่วมมือในอนาคต

๓. เวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชน : ผู้ใหญ่บ้าน กลุ่ม อสม. กลุ่มสตรี/แม่บ้าน กลุ่มผู้สูงอายุ และเด็กและเยาวชน เพราะกลุ่มเหล่านี้มีความเสียสละในการทำงานเพื่อหมู่บ้านของตนเองอยู่แล้ว และผู้สูงอายุจะรู้เรื่องราวในอดีตเป็นแหล่งข้อมูลที่ดีที่เห็นการเปลี่ยนแปลงทั้งในอดีตถึงปัจจุบัน เพื่อให้เด็กและเยาวชนที่มาเข้าร่วมเวทีได้รับทราบ ซึ่งจะต้องรับช่วงต่อไปให้เกิดความสุขที่เข้มแข็งตลอดไปตามช่วงอายุคนไปเรื่อย ๆ

๒.๔ ได้ผลอย่างไร : บรรลุ/ไม่บรรลุ ทำไม เพราะอะไร

๑. การบรรลุผลของเป้าหมายเวที

- จำนวนผู้มาเข้าร่วมเวทีได้ตามเป้าหมาย : เนื่องจากใช้วิธีแบ่งกันประสาน ถ้าตรงกับหมู่บ้านใด ให้ทีมวิจัยซึ่งเป็นสมาชิกของหมู่บ้านนั้นเป็นคนชวน เพราะจะมีความคุ้นเคยกันอยู่แล้ว มากกว่าทีมวิจัยที่มาจากหมู่บ้านอื่น หรือถ้าเป็นกลุ่ม อสม. ก็ให้ทีมวิจัยที่เป็น อสม.หรือหมอน้อย เป็นคนชวน

- ความเข้าใจต่อโครงการ : ในเวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงาน ผู้บริหารหน่วยงานนั้น ๆ รับทราบในสิ่งที่ทีมวิจัยจะทำ เห็นดีด้วย แต่ยังไม่ได้เข้าใจกระบวนการทำงานของทีมวิจัย สำหรับเวทีสร้างความเข้าใจกับสมาชิกในชุมชนเวทีครั้งแรก ชาวบ้านจะยังไม่ค่อยเข้าใจโครงการ แต่ให้ความสนใจที่จะมาเข้าร่วมในครั้งต่อไป เนื่องจากเป็นเวทีที่มีขนาดเล็ก ไม่ใหญ่โต ทำให้คนที่มาเข้าร่วมทุกคนได้มีโอกาสพูด เมื่อได้พูดในเรื่องที่เกี่ยวกับอดีตของตนจะเกิดความรู้สึกเป็นสุข หรือมีความภาคภูมิใจที่จะมาเล่าอีก เมื่อมาร่วมหลายเวทีจึงจะเริ่มเข้าใจในคำโครงการว่ามีเป้าหมายจะทำไปเพื่ออะไร แต่ขั้นตอนการทำงาน ชาวบ้านจะยังไม่เข้าใจ

- ทีมวิจัยได้ลงฝึกปฏิบัติในบทบาทหน้าที่ที่ตนเองได้รับมอบหมาย

๒. ผลที่เกิดขึ้นกับทีมวิจัย

- ได้เรียนรู้อุปนิสัยของคนในทีม รู้จักเรา-รู้เขา รู้จักความเป็นทีมวิจัยมากขึ้น
- เกิดการปรับเปลี่ยนความรู้สึกรู้จักจากไม่ชอบ-มาชอบ ทั้งเรื่องของคน และเรื่องของงาน
- ได้พัฒนาความเข้าใจของตัวเองในการทำโครงการ ความเข้าใจต่อการดำเนินงานเริ่มชัดมากขึ้น

เช่น ได้แนวทางในการจับกลุ่มทำกิจกรรมว่าจะวางแนวทางอย่างไร เช่น ป้าจื่อ ไม่รู้-ไม่รู้

- เกิดความสนุกในการทำงาน เช่น ป้าจิ้น
- มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ทำให้เกิดกระบวนการคิดก่อนพูด
- ทีมวิจัยมีสมาชิกเพิ่มมากขึ้น ได้สำนึกว่าอะไรดี-อะไรไม่ดี ทำให้เกิดระเบียบวินัยในตนเอง
- ได้รู้หนังสือมากขึ้น
- เป็นนักฟังที่ดี
- เกิดความรับผิดชอบต่อส่วนรวม
- เกิดความห่วงใยกลุ่ม และคนในกลุ่ม
- ได้ฝึกความกล้าคิด-กล้าทำ-กล้าแสดงออก ที่สังคมยอมรับ
- ได้ร่วมกันค้นหาปัญหาของคนบ้านจ้องและช่วยกันหาวิธีแก้ปัญหา
- ได้รู้จักคนหลายหมู่บ้าน ได้รับทราบเรื่องราวของแต่ละชุมชน

๑. ผลที่เกิดขึ้นกับสมาชิกที่มาเข้าร่วมเวที

- เกิดความสุขในการมาเข้าร่วมเวที
- ชุมชนหันหน้ามาคุยกันเพื่อปรึกษาหารือ หาทางออกร่วมกันว่าบ้านจ้องมีความสุขที่ยั่งยืน

และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันถึงคนรุ่นหลัง

- ได้เข้าใจวัตถุประสงค์ของโครงการและประเด็นการศึกษา

๒.๕ ได้ความรู้/บทเรียนอะไร : ความรู้ใหม่จากการทำงาน การแก้ปัญหาดี ๆ

- ได้กระบวนการคิดวิเคราะห์ : เมื่อได้ฟังแล้วนำมาวิเคราะห์ เอาใจเขามาใส่ใจเรา หาเหตุ-ได้ผล
- การเคารพความคิดของคนทุกคน จากคำพูดของแต่ละคน คนละคำสามารถนำมาเรียงเป็นเรื่องที่มีความหมายต่อชุมชนและตนเองได้

ความหมายต่อชุมชนและตนเองได้

- เรียนรู้กระบวนการการอยู่ต่อหน้าผู้คนมาก ๆ ทำให้เกิดระเบียบวินัยในตนเอง
- การได้รู้จักและทำกิจกรรมร่วมกันบ่อย ๆ เกิดความคุ้นเคย ความสัมพันธ์ ทำให้เกิดการเปิดใจ ปรับทุกข์

กันได้ สุขภาพใจก็จะดีขึ้น

- ได้เรียนรู้กระบวนการทำงานเป็นทีม การแบ่งบทบาทหน้าที่ แล้วมีการหมุนเวียนกันทำงานแทนกันได้
- กระบวนการเปิดเวที การเลือกสถานที่จัด จำนวนคนที่เหมาะสม การวิเคราะห์

กลุ่มเป้าหมาย

๒.๖ มีปัญหาอุปสรรคอะไรบ้าง : การทำงานของทีม การทำกิจกรรม การประสานงาน ฯลฯ

- การเปลี่ยนแปลงความคิดของคนอื่นค่อนข้างยากต้องใช้เวลา
- การพูดชักชวนให้คนมาเข้าร่วมเวทีครั้งแรกยากมาก
- การประสานงานโดยใช้เครื่องมือสื่อสาร (โทรศัพท์) ไม่เป็นผล ต้องใช้วิธีไปชวนด้วยตัวเอง
- เรื่องเวลา มีเวลาว่างไม่ตรงกัน
- สมาชิกในชุมชนยังไม่รู้เป้าหมายของโครงการที่ชัดเจน ทำให้การให้ความร่วมมือที่จะให้

ลูกหลานมาเข้าร่วมกิจกรรมยังไม่มากพอ

๒.๗ แนวทางแก้ไข

- ใช้เวลาพูดคุยน้อย ๆ ชวนเข้าเวทีมาฟังเรื่องเล่า
- แจ้งวัตถุประสงค์ของโครงการก่อนว่ามาจากไหน หน่วยงานอะไร เพื่ออะไร

- เลือกคนที่มีความเสียสละ
- ปรับเวลาการนัดเข้าเวทีใหม่
- ให้คนมาเข้าร่วมเวทีไปนำเสนอต่อ เกี่ยวกับกิจกรรมต่าง ๆ ที่เกิดขึ้น
- ใช้แนวทางพระราชดำรัสของพระเจ้าอยู่หัวเป็นค่านำ
- มีการประชุมวางแผนทีมวิจัยหลัก
- แนะนำตัวทีมวิจัยทุกครั้ง
- แบ่งบทบาทหน้าที่ในการทำงาน
- กำหนดเวลา สถานที่
- สรุป ถอดบทเรียนทุกครั้งหลังจบกิจกรรม
- เขียนบันทึกรายงานแต่ละครั้ง (นัดวันเวลา สถานที่ทำกิจกรรมครั้งต่อไปอย่างชัดเจน)

วาระที่ ๓ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๔,๕๖๑ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๑๐๓ บาท
- คงเหลือ ๒๓,๔๕๘ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : เวทีถอดบทเรียน (ต่อ) วันอาทิตย์ที่ ๒๒ พ.ย. ๒๕๕๒ เวลา ๑๓.๐๐ น. – ๑๖.๐๐ น.

ณ บ้านป่าก้าน

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส

ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี

สามัคคี

ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

ม. ๕ กับ ม. ๖

ม. ๗ กับ ม. ๘

และกำหนดวัน เวลา สถานที่ เปิดเวทีคุยเดินเรื่อง

๑.๒. ตัวแทนทีมวิจัยประสานคนในหมู่บ้านของตนเอง มี ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน แม่บ้าน อสม. เด็ก-เยาวชน และ ผู้สูงอายุ

๑.๓. ในบางหมู่บ้านมีจดหมายเชิญผู้ร่วมงานเป็นลายลักษณ์อักษร

๑.๔. ในการประสานก็จะทำความเข้าใจกับชุมชนก่อนเพื่อจะได้เข้าใจในการทำเวที

ผู้เข้าร่วมเวที มีคน ๓ วัย ให้แนะนำตัวเองว่ามาจากหมู่บ้านใด เป็นใคร มาจากไหน

- นักวิจัยชวนคุย เรื่องทั่วไป (ลามสบาย) เป็นเรื่องความเป็นมาของหมู่บ้านจากอดีต – ปัจจุบัน มีความสุขอย่างไร
- เปิดโอกาสให้พูดคุยทุกคน ขณะสนทนาพูดคุยมีการเขียนขึ้นกระดานเพื่อไม่ให้หลงประเด็น อาชีพในอดีต ความ เป็นอยู่ การเลี้ยงลูกหลานในสมัยก่อน แล้วย้อนมาดูการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน อะไรทำให้เกิดความสุขสบาย
- เด็กเยาวชนให้ความสนใจดี
- ผู้สูงอายุตั้งใจเล่าเรื่องในอดีตให้ฟัง เล่าอย่างมีความสุข
- มีการพูดคุยอย่างต่อเนื่อง ยกเว้น หมู่ ๑ กับหมู่ ๓ พูดคุยครั้งเดียวได้ประเด็นเดินเรื่อง เนื่องจากผู้เข้าร่วมเวทีเสนอ การละเล่นพื้นบ้านและเขาได้กำหนดกิจกรรมและอุปกรณ์ประกอบการเล่นเอง พร้อมกันนี้เขารับอาสาจะสาธิต วิธีการเล่นให้ดูในครั้งต่อไป

ม. ๗ กับ ม. ๘	พูดคุย ๒ ครั้งได้ประเด็น
ม. ๕ กับ ม. ๖	พูดคุย ๒ ครั้งได้ประเด็น
ม. ๒ กับ ม. ๑๐	พูดคุย ๒ ครั้งได้ประเด็น
ม. ๔ กับ ม. ๕	พูดคุย ๒ - ๓ ครั้งได้ประเด็น

ผลจากการพูดคุย

- ได้แนวทางในการเดินเรื่อง ๔ กลุ่ม
- มีหมู่ ๔ – ๘ ไม่บรรลุลตามวัตถุประสงค์ เพราะไม่มีเวลา บางคนพูดว่าไม่มีค่าตอบแทน และคนประสานงานสื่อ ความหมายผิด
- ได้ความรู้ใหม่ ได้รู้หนังสือ สามารถอ่านออก
- หมู่ ๑ – ๓ ได้รู้การละเล่นในอดีต ถึง ปัจจุบัน
- หมู่ ๕ – ๖ ได้รู้การทำเครื่องแกงในอดีต ถึง ปัจจุบัน
- หมู่ ๗ – ๘ ได้การระจิดตำนานของคนในชุมชนหาวิถีลดรายจ่าย – เพิ่มรายได้ เช่น การทำปุ๋ย ชีวภาพจากมูลสัตว์ การเลี้ยงปลาในท่อ การทำถ่วงอกคอนโค
- หมู่ ๒ – ๑๐ ได้การสร้างสรรค์สุขภาพจิต – กายใจ –จากการออกกำลังกาย

ปัญหาที่พบ

- คนในชุมชนไม่ออกมาร่วมเวที
- สื่อสารไม่ตรงประเด็น

- เวลา
- เกี่ยวกับคำตอบแทน
- ขาดการประชาสัมพันธ์อย่างต่อเนื่อง

วิธีแก้ปัญหา

- พยายามสร้างความเข้าใจอย่างต่อเนื่อง ไม่โกรธ และชวนซ้ำๆ
- ทำเป็นหนังสือเชิญเป็นลายลักษณ์อักษร
- เลื่อนเวลาให้เหมาะสม
- แจกวัสดุประสงคิให้ผู้เข้าร่วมโครงการทราบ
- ให้ทีมวิจัยประชาสัมพันธ์ตามพื้นที่ของตนเองหรือทำกิจกรรมบ่อยๆ เลือกวิเคราะห์คนเข้าร่วม อดทน พยายาม ตั้งสติ

วาระที่ ๒ : ถอดบทเรียนการเก็บข้อมูล

หมู่ ๑ – ๓ ได้กิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน

ได้นักวิจัย กลุ่ม ๒ เข้ามาช่วยกันกำหนดกิจกรรม

วิธีการ

- นักวิจัยนักวิจัยกลุ่ม ๒ สานิตวิธีการเล่นให้เด็กและเยาวชนดูก่อน
- ผู้เข้าร่วมแสดงความคิดเห็นและข้อเปรียบเทียบ ทั้งข้อดี-ข้อเสียและประโยชน์ของการเล่นพื้นบ้าน
- ผู้เข้าร่วมเล่นช่วยกันคิดวิธีเล่น กฎ กติกา ในการเล่น
- ผู้สูงวัยเล่นให้เด็กดูและเด็กเล่นตาม
- ให้ผู้เล่นออกมาเขียนบนกระดานว่าเล่นแล้วได้อะไร มีข้อความดังนี้

ผลที่ได้

- ได้ออกกำลังกาย ได้ความเพลิดเพลิน ได้วางแผนเอาชนะ
- ได้คิด ได้สนุก ได้เพื่อน โดยไม่เสียเงิน
- ได้ผูกความสัมพันธ์ระหว่างวัยของคนสูงอายุกับเด็ก
- ทำให้คนต่างวัยรู้จักกันมากขึ้น ได้เพื่อนต่างวัย
- จากคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ก็มาชอบพอและรักกันมากขึ้น
- ได้ถ่ายทอดความรู้จากคนรุ่นหนึ่งสู่คนอีกรุ่นหนึ่ง เป็นการอนุรักษ์การเล่น

ปัญหา

- เรื่องเวลา
- คนในตำบลไม่เข้าใจการทำงานของนักวิจัย

การแก้ปัญหา

- ปรับเวลาให้เหมาะสม กำหนดเวลาให้แน่นอน ในบางครั้งต้องทำเป็นลายลักษณ์อักษร
- ต้องทำงานกันอย่างต่อเนื่องและแจ้งวัตถุประสงค์ทุกครั้งของโครงการ
- ชวนไปเข้าเวทิด้วยและทำกิจกรรมร่วมกัน

วาระที่ ๓ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๓,๘๕๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๕๓๐ บาท
- คงเหลือ ๒๓,๓๒๘ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : เวทีถอดบทเรียนต่อ วันเสาร์ที่ ๑๒ ธ.ค. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น.

ณ วัดบ่อมะกรูด

- นักทีมวิจัยหลัก สรุปถอดบทเรียน เขียนบทเรียน ๒๕ ธ.ค. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น. ณ บ้านอาจารย์ ประทุมวดี สีใส

ปิดเวที ๑๖.๐๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๘ : เวทีถอดบทเรียน (รอบ ๖ เดือน ครั้งที่ ๔)

วันอาทิตย์ที่ ๒๕ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ค.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย ม.๔
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์	ทีมวิจัย ม.๕
๕. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นางพิมพ์วิมล	บุญดีเพิ่มสุขเจริญ	ผู้ช่วยพี่เลี้ยงโครงการวิจัย จ.ราชบุรี

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : ถอดบทเรียน

ทีมวิจัยถอดบทเรียนสิ่งที่ได้เรียนรู้และค้นพบในการทำงานที่ผ่านมา เพื่อใช้เป็นข้อมูลในการจัดทำรายงาน

สิ่งที่ได้เรียนรู้/ ค้นพบ

๑. ทีมวิจัยได้เรียนรู้ด้าน

- การวางแผนการทำงาน
- ได้กระบวนการคิดก่อนพูด
- ได้กล้าแสดงออก
- ได้รู้จักสมาชิกใหม่ของทีมวิจัยเพิ่มมากขึ้น
- ได้รู้เรื่องราวในอดีตแตกต่างกับปัจจุบันทั้งที่เรื่องเดียวกัน และได้รู้ประวัติชุมชน
- ได้ความสัมพันธ์กันเป็นกลุ่ม ได้ประสบการณ์
- ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของคนในกลุ่ม
- ได้รู้จักปล่อยวาง ไม่ถือเป็นเรื่องใหญ่หรือเกลียดชังเพื่อนในกลุ่ม
- เกิดความห่วงใยกัน
- ได้รู้จักหาเหตุผลมาตอบผล เข้าใจปรากฏการณ์ต่าง ๆ ว่ามีความสัมพันธ์กันอย่างไร
- ได้เกิดกลุ่มคน ๓ วิช คุยกันรู้เรื่อง
- รู้จักยอมรับความคิดเห็นคนอื่น(เอาใจเขามาใส่ใจเรา)
- เกิดความเข้มแข็งในทีมวิจัย

๒. ทีมวิจัยได้ค้นพบ

- ทีมวิจัยมีการกล้าแสดงออกมากขึ้น
- เด็กมีความกล้าพูด กล้าคิด กล้าเสนอและเล่าเรื่องราวต่างๆ ได้
- ทีมวิจัยกล้าเผชิญหน้าและกล้าบอกความจริงในใจว่าไม่ชอบหน้าเพื่อนที่พบ 1-2 ครั้ง
- ทีมวิจัยขมื่อไหว้วสสคกัน โดยไม่เคอะเขิน ไม่ถือว่าอายุน้อยกว่า
- ทีมวิจัยเกิดจิตได้สำนึกในการรับผิดชอบต่อกัน

๓. ชุมชนได้เรียนรู้ด้าน

- ได้รู้ถึงความต้องการของชุมชน
- ได้รู้ความเป็นอยู่สมัยก่อนกับสมัยปัจจุบันและนำมาประยุกต์ปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
- คนรุ่นเก่าได้ถ่ายทอดวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมที่ดีๆ ให้กับคนรุ่นใหม่ เช่น การละเล่นพื้นบ้าน การทำขนม การทำบุญ ในเทศกาลต่างๆ
- ได้สุขภาพจิต กาย ใจ และปัญญา มากขึ้น
- การมาเล่าเรื่องในวงคุย ทำให้ได้ระบาย และเห็นว่าเรายังมีความลำบากน้อยกว่าคนอื่น
- เด็กและเยาวชนได้รับการปลูกฝัง/ความศรัทธา เช่น การห้อยพระ
- ผู้ใหญ่อยากสืบทอดต่อไป เช่น การปั่นวัว ควาย สานรังผึ้งในพิธีเบิกบ้านศาลเจ้า
- การมาออกกำลังกายของกลุ่มผู้สูงอายุ อย่างต่อเนื่อง เกิดความสัมพันธ์ทางใจ
- ผู้สูงอายุบางท่านเห็นความสำคัญเรื่องการอ่านออกเขียนได้ จากวงคุย (การอ่านบันทึก)
- ชุมชนเกิดการเอื้ออาทร รู้จักการให้อภัย การแบ่งปัน ซึ่งกันและกัน
- รู้จักการให้อย่างมีคุณค่าและรับอย่างมีศักดิ์ศรี และเกิดสำนึกรักบ้านเกิดตนเอง รักชุมชนมากขึ้น
- ได้มีเวลาวางแผนร่วมกันในการทำงาน ได้พลังของคนในกลุ่ม ได้ความคิดที่มีคุณภาพเพราะเกิดจากหลายคนคิดรวมกัน
- ได้ความสามัคคีเป็นหนึ่งเดียวกัน

๔. ข้อค้นพบในชุมชน

- การมีความระบอบความสัมพันธ์ในชุมชน ทำให้เกิดการสื่อสารที่ดี เช่น ดำรวจตรวจจับ รดจักรยานยนต์ ช่วยบอกได้ว่าคนนี้เป็นลูก หลานใคร
- การพบปะเจอกันบ่อยๆ ทำให้เกิดปฏิสัมพันธ์ เช่น การมีวงคุยอย่างสม่ำเสมอทำให้คนในชุมชน เริ่มไปมาหาสู่กันได้ทักทายปราศรัย และรู้จักยิ้มให้กัน
- กิจกรรมสร้างสัมพันธ์กับเด็กที่สร้างความสนุกสนาน สามารถดึงเชื่อมโยงเรื่องความกตัญญูได้ เกิดการรักพ่อแม่ของตนมากขึ้น และสามารถสร้างทักษะความชำนาญด้านความคิด เขียน อ่าน และพูด อย่างมีหลักการได้
- เกิดการอยากรู้ อยากเห็นการเปลี่ยนแปลงของคนในชุมชน

วาระที่ ๒ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๓,๑๘๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๒๕๐ บาท
- คงเหลือ ๒๒,๙๓๘ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : เวทีถอดบทเรียนต่อ วันเสาร์ที่ ๑๒ ธ.ค. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. – ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านอาจารย์ประทุมวดี ลีใส

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

น.ส.อุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวงาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมพิเศษ ๕ : เข้าร่วมเวทีคณะวิศวกรรมศาสตร์ กำแพงแสน

วันศุกร์ที่ ๔ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๓.๓๐ น.

ณ คณะวิศวกรรมศาสตร์ กำแพงแสน อ.กำแพงแสน จ.นครปฐม

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล ทองกันยา (หัวหน้าโครงการ)
๒. นางถำอังกค์ พรหมมาลี ทีมวิจัย ม.๒
๓. ผู้เข้าร่วมจากที่อื่น ๆ

เริ่มเวที ๐๘.๓๐ น.

วาระที่ ๑ : เวทีเสวนา

วันนี้ตัวแทนทีมวิจัยไปเข้าร่วมกิจกรรมเสวนาแลกเปลี่ยนกับคณะวิศวกรรมศาสตร์ กำแพงแสน ในช่วงงานเกษตรกำแพงแสน มีกิจกรรมดังนี้

- เชี่ยมชมนิทรรศการผลงานวิจัยของคณะวิศวกรรมศาสตร์ กำแพงแสน
 - แลกเปลี่ยนประเด็นที่คณะวิศวฯ สามารถมีส่วนร่วมกับชุมชนในการพัฒนาหรือแก้ปัญหาของชุมชน
- สิ่งที่ได้จากการไปเข้าร่วมกิจกรรม
๑. ได้รู้จักคณะวิศวฯ มากยิ่งขึ้น เช่น สาขาที่เปิดสอน ผลงานวิจัยที่ชุมชนสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้
 ๒. ได้รู้จักพื้นที่ชุมชนอื่น ๆ ที่มาเข้าร่วม เช่น ชุมชนบ้านหนองตากลาน ชุมชนบางระกำ ชุมชนบางหลวง
 ๓. ได้ฝึกการพูดนำเสนอ

วาระที่ ๒ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา ๒๒,๕๓๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๓๐๐ บาท (ค่าจ้างเหมารถยนต์)
- คงเหลือ ๒๒,๒๓๘ บาท

ปิดเวที ๑๓.๓๐ น.

น.ส.อุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวรำขาม ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๒๕ : เวทีประชุมทีมวิจัย

วันเสาร์ที่ ๑๒ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย ม.๒ (หัวหน้าโครงการ)
๒. น.ส.ประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย ม.๑
๓. น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย ม.๓
๔. น.ส.สุนันทา	รักงาม	ทีมวิจัย ม.๓
๕. น.ส.งาช้าง	ประจวบวัน	ทีมวิจัย ม.๖
๖. นายชินนวัฒน์	มณีศรีขำ	ผู้ประสานงานวิจัยฯ จ.สมุทรสงคราม
๗. นายเอกชัย	อังกาบ	ผู้ช่วยผู้ประสานงานวิจัยฯ จ.สมุทรสงคราม
๘. นายบงการณ	แก้วชุม	ผู้ช่วยผู้ประสานงานวิจัยฯ จ.สมุทรสงคราม

เริ่มเวที ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ : การเขียนรายงานความก้าวหน้า

ทีมวิจัยได้นำร่างรายงานความก้าวหน้าแต่ละบทมาอ่านทบทวน เพื่อให้ผู้ประสานงานวิจัยได้ให้ข้อเสนอแนะในการเขียน ในรูปแบบการเขียนรายงานเป็นแต่ละบท และได้มีการปรับคำพูดในรายงานให้เป็นภาษาเขียนที่เข้าใจความหมายตรงกัน

วาระที่ ๒ : รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดยกมา	๒๒,๒๓๘ บาท
- รายจ่ายวันนี้	๖๕๕ บาท
- คงเหลือ	๒๑,๕๘๓ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป : เวทีประชุมทีมวิจัย เพื่อวางแผนการทำกิจกรรมในงวดถัดไป

วันอังคารที่ ๒๒ ธ.ค. ๒๕๕๒ เวลา ๐๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านอาจารย์ประทุมวดี สีใส

ปิดเวที ๑๒.๐๐ น.

น.ส.อุบล ทองกันยา
ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวงาช้าง ประจวบวัน
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๐ เวทีวางแผนลงพื้นที่ในชุมชน ๖ เดือนหลัง

วันที่ ๒๒ ธันวาคม พ.ศ.๒๕๕๒ เวลา ๐๕.๐๐ - ๑๒.๓๐ น.

ณ ศาลาวัดบ้านป้อมมะกรูด หมู่ที่ ๘ ค.บ้านฉาง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒. นางนิล	กรมมา	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔. นางสาวลำอองค์	พรหมมาลี	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๕. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๖. นางบุปผา	ชัยศักดิ์กาญจกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๗. นางสาวอรอง	สีลางาม	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๘. นางสาวสุชิน	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๙. นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๐. นายชุตี	โชติพรรณ	สมาชิก หมู่ที่ ๗
๑๑. นายวินัย	คณณะภา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๗
๑๒. นางจรรยา	ถาลาด	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๑๓. นางสาวลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก หมู่ที่ ๘

เริ่มเวทีเวลา ๐๕.๐๐ น.

วาระที่ ๑ รายงานความก้าวหน้าโครงการ

นางภาวิณี สามัคคี บอกกล่าววัตถุประสงค์ ที่มาทำเวทีวันนี้ เนื่องจากทีมวิจัยได้ดำเนินงานมาครบรอบ ๖ เดือนแรกซึ่งได้ทำกิจกรรมสร้างความเข้าใจในชุมชนกับคนในหมู่บ้านต่างๆ มาแล้วบางกลุ่มได้ขึ้นคอนเก็บข้อมูล บางกลุ่มก็ค้นหาเรื่องเด่น และได้ร่วมกันสรุปรายงานทั้งหมดที่ทำมา ๖ เดือน เพื่อส่งรายงานให้กับต้นสังกัดของทีมวิจัย (สกว.) ได้รับทราบถึงความก้าวหน้าของการดำเนินงาน

วาระที่ ๒ การเขียนรายงานความก้าวหน้า

นางสาวประทุมวดี สีใส ทีมวิจัยหมู่ที่ ๑ แจ้งให้ทราบว่ามีการสรุปรายงานที่ได้ดำเนินงานมาจำนวน ๔ บท ขออาสาสมัครอ่านให้ฟัง แล้วทุกคนท้วงติงหากมีข้อผิดพลาดหรือจะให้อ่านทุกคน คนละ ๒ หน้า ในที่ประชุมลงมติให้อาสาสมัครอ่าน ๑ คน แล้วสมาชิกผู้ฟังช่วยกันท้วงติงหากมีข้อมูลไม่ถูกต้อง

นางภาวิณี สามัคคี อาสาสมัครอ่านรายงานสรุปตั้งแต่บทที่ ๑ - ๔ ให้ผู้เข้าร่วมประชุมฟัง ทีมวิจัยและสมาชิกที่เข้าร่วมเวที เห็นพ้องกันกับข้อมูลที่สรุปรายงานทั้ง ๔ บท

วาระที่ ๓ กำหนดวางแผนงานลงพื้นที่ในชุมชนต่อ ๖ เดือนหลังสรุปได้ดังนี้

๑. ลงพื้นที่ หมู่ ๔ และ ๕ เพื่อค้นหาเรื่องเดินค่อ ตามที่เคชพูดถึงการฟื้นฟูเพลงพื้นบ้าน ในวันที่ ๑๗ มกราคม ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติหมู่ที่ ๕
๒. ลงพื้นที่ หมู่ ๒ และ ๑๐ เดินเรื่องค่อ การออกกำลังกายทำให้เกิดสุขภาวะที่ดีของชุมชนอย่างไร ในวันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ บ้านคุณอุบล ทองกันยา หมู่ ๒
๓. ลงพื้นที่ หมู่ ๕ และ ๖ เดินเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพจะเชื่อมโยงให้เกิดสุขภาวะของชุมชนอย่างไร ในวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ บ้านคุณเครือวัลย์ สุฉันทบุตร หมู่ ๖
๔. ลงพื้นที่ หมู่ ๗ และ ๘ เดินเรื่องปัญหาหนี้สินของชุมชน มีวิธีลดอย่างไร และทำให้เกิดสุขภาวะของชุมชนอย่างไร ในวันที่ ๑๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ ศาลาวัดบ่อมะกรูด หมู่ ๘
๕. ลงพื้นที่ หมู่ ๑ และ ๓ เพื่อวิเคราะห์หาเหตุผลการเล่นทำให้เกิดสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้องได้ อย่างไร ในวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ บ้านคุณประทุมวดี สีไธ หมู่ ๑

วาระที่ ๔ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดเงินยกมา ๒๑,๕๓๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๐๕๐ บาท
- คงเหลือ ๒๐,๔๘๕ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป ตามวาระที่ ๓ อาจมีการเปลี่ยนแปลง วันที่/ เวลา /สถานที่ ตามความเหมาะสม

ปิดเวที ๑๒.๓๐ น

น.ส.ประทุมวดี สีไธ
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๑ เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่อง หมู่ ๔ และ ๕

วันที่ ๑๗ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ หมู่ที่ ๕ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางสาวประทุมดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒.	นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓.	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔.	นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๕.	ค.ญ.ปฐมพร	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๖.	ค.ญ.ฉัษฐา	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๗.	นางบุปผา	ชัยศักดิ์กานกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๘.	นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๙.	นางสำรอง	สีलगาม	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๐.	นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๑.	นางศกาศพันธ์	เหมือนจินดา	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๒.	นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๑๓.	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

วาระที่ ๑ การจัดทำรายงานความก้าวหน้า

นางภาวิณี สามัคคี กล่าวเปิดประชุม และได้ทบทวนเรื่องที่ได้ลงพื้นที่ในชุมชนที่ได้สร้างความเข้าใจกันมาแล้ว บางกลุ่มก็ได้เก็บข้อมูลเด่นเรื่องแล้ว และได้รวบรวมทำรายงานตั้งแต่บทที่ ๑ - ๔ ให้ น.ส.ง่างาม ประจวบวัน เข้าเล่มส่งไปที่สำนักงานกองทุนวิจัย ที่จังหวัดสมุทรสงคราม เพื่อจะได้มีเงินทุนทำวิจัยรอบต่อมาให้สำเร็จสืบเนื่องต่อไป

วาระที่ ๒ กำหนดวางแผนงานลงพื้นที่ในชุมชนต่อ ๖ เดือนหลัง

ทีมวิจัยและสมาชิกที่เข้าร่วมประชุมในครั้งนี้ ได้พูดคุยถึงความพร้อมของคนหมู่ที่ ๔ และ ๕ จากการทำเวทีมาแล้ว ๖ เดือน รวมทั้งวันนี้ด้วยไม่มีคนในพื้นที่ลงมาร่วมประชุมมีเพียงปากัน กับคุณภาวิณีและลูกสาวที่เป็นเด็กเล็กก็ยังหาประเด็นเด่นเรื่องไม่ได้ ปากันจึงแสดงความคิดเห็นว่าควรยกหมู่ ๔ และ ๕ ไปรวมกับหมู่ ๒ และ ๑๐ ซึ่งประเด็นเด่นเรื่องการออกกำลังกาย เพราะเป็นเรื่องที่ทำให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพได้ นางอุบล ทองกันยา เห็นว่าคงไม่มีปัญหาถ้ายกมารวมกันได้อะหลือเพียง ๔ กลุ่ม จะได้พบกันหมุนเวียนไปอาทิตย์ละ ๑ ครั้ง พอดี ในที่ประชุมมีมติเห็นชอบด้วยเรื่องยกหมู่ ๔ และ ๕ ไปรวมกับหมู่ ๒ และ ๑๐ และประเด็นเด่นเรื่องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

วาระที่ ๓ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดเงินยกมา ๒๐,๔๘๕ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๖๖๕ บาท
- คงเหลือ ๑๙,๘๒๔ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป วันที่ ๒๖ มกราคม ๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๐๐ น. ณ ศาลาหมู่ที่ ๒

ถอดบทเรียน

วันนี้เห็นเรื่องดีๆ คือทั้งทีมวิจัยและสมาชิกสามารถถ่ายทอดเรื่องราวที่ได้ทำมาแล้วเป็นไปในทางเดียวกันมากขึ้น และแสดงความรู้สึกที่คล้ายคลึงกันว่าอยากออกมาพบปะกับเพื่อนๆ กลุ่มวิจัย เพราะอยู่บ้านเหงาและทุกคนเห็นว่าเป็นการเสียเวลาเลย ทุกคนอยากพูดอยากแสดงความคิดเห็นเอง โดยไม่ต้องมีคนกระตุ้น

สถานที่ดี พร้อมบรรยากาศดี ไม่มีเสียงรบกวน

วันนี้เรื่องที่ควรปรับปรุง คือ คนในพื้นที่กลุ่มเปรียบเหมือนเจ้าของบ้าน

ปีคเวท ๑๒.๓๐ น

น.ส.ประทุมวดี สีใส

ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี

ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๒ เวทีเก็บข้อมูลการออกกำลังกาย หมู่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕

วันที่ ๒๖ มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

ณ ศาลาเอนกานาย หมู่ที่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒.	นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓.	นางทองใบ	พะสุธา	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๔.	นางละออง	บุญนาค	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๕.	นางแร่	บัวน้อย	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๖.	นางเฮียง	ทองกันยา	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๗.	นางทอน	ศิริวัน	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๘.	นางบุญมา	ศิริวัน	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๙.	นางห่อ	พูนบางสูง	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๐.	นางเกลี้ยง	ลินดา	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๑.	นางชิง	แป้นภู	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๒.	นางสาวหลั่น	พะสุธา	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๓.	นางสาวสุณี	สินุ	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๔.	นางบุญส่ง	ศิริวรรณ	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๕.	นางสายพิน	แก้ววิเศษ	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๖.	นางยุพิน	หลอดจำปา	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๑๗.	นางสาวสำออง	พรหมมาลี	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๑๘.	นางสาวกมลวรรณ	วรรณโสภี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๑๙.	นางสาวสุนันทา	รักงาม	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๒๐.	นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๒๑.	นางบุปผา	ชัยศักดิ์กาญจก	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๒๒.	นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๓.	นางสำรอง	สีลางาม	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๔.	นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๕.	นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๖.	นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๒๗.	นางจรรยา	ลาลาด	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๒๘.	นางสาวเหลือ	พรหมมาลี	สมาชิก หมู่ที่ ๑๐
๒๙.	นางงอก	โกลา	สมาชิก หมู่ที่ ๑๐
๓๐.	นางทองมี	สินุ	สมาชิก หมู่ที่ ๑๐

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

วาระที่ ๑ การลงพื้นที่หมู่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕

นางสาวประทุมวดี ลิโส ทีมวิจัยจากหมู่ที่ ๑ กล่าวเปิดประชุม และได้ทบทวนเรื่องที่ไต่ลงพื้นที่ในชุมชนและแจ้งให้ทีมวิจัยและสมาชิกหมู่ที่ ๒ และ ๑๐ ได้ทราบถึงการมาเข้าร่วมกิจกรรมของหมู่ที่ ๔ และ ๕ ขอมารวมกันที่นี่ เพราะคนในหมู่ ๔ และ ๕ ไม่มีใครมาเข้าเวทีค้นหาเรื่องเดิม ดังนั้นจึงขอมารวมกับ หมู่ ๒ และ ๑๐ เพราะเป็นเรื่อง ที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย สรุปได้ว่าเวทีการออกกำลังกาย จะมีทั้งหมด ๔ หมู่ มารวมกัน คือ หมู่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕

วาระที่ ๒ การพูดคุยเรื่องการออกกำลังกายในสมัยก่อนกับสมัยปัจจุบัน

ทีมวิจัยและสมาชิกแนะนำตัวเองเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกันมากขึ้น หลังจากพูดคุยไปหมาดหลายสัปดาห์ โดยมีคุณกมลวรรณ วรรณโสภี เป็นผู้ชวนคุยเรื่องการออกกำลังกายในสมัยก่อนกับสมัยปัจจุบัน

- | | |
|--------------|--|
| สมัยก่อน | <ul style="list-style-type: none"> - ไม่มีรูปการออกกำลังกาย แต่ถือเอาการทำงานประจำเป็นการออกกำลังกาย - ทำงาน เช่น ถูบ้าน หามน้ำ ค้าข้าว ทำนา เลี้ยงวัว เลี้ยงหมู ทำบ้านใคร บ้านเขา ต่างคนต่างทำ - ไม่มีการมารวมกลุ่มออกกำลังกาย ไม่มีเสียงเพลงประกอบ ไม่มีผู้นำเป็นแบบออกกำลังกาย - ไม่มีชุดใส่สวยๆ ไม่มีกลุ่ม |
| สมัยปัจจุบัน | <ul style="list-style-type: none"> - มีรูปการออกกำลังกาย จะลดส่วนหน้าท้อง ต้นขา ต้นแขน หรือภาวะเป็นโรคต่างๆ ก็ออกกำลังกายตามส่วนที่เป็น มีความเหมาะสม กับอวัยวะที่เจ็บปวด - มีผู้นำเป็นแบบ แล้วได้ทำพร้อมๆกัน เกิดความสนุก ได้ความสบายใจ - ได้รู้วิธีและทำการออกกำลังกายให้เหมาะกับวัย และเหมาะกับโรคที่เป็น - ได้รู้ว่าการออกกำลังกายเป็นการรักษาโรคได้ไม่ต้องใช้ยาทาน - มีชุดใส่สวยๆ มารวมกลุ่มกัน ทำให้เพลิดเพลิน ได้ออกกำลังกายตามจังหวะเพลง - มีเพื่อน มีกลุ่ม ได้ช่วยเหลือกัน - ได้มีแนวความคิดในทางเดียวกันมากขึ้น |

วาระที่ ๓ ทำไมพวกเราจึงมารวมกันวันนี้ และมีวิธีการชักชวนให้คนอื่นมาร่วมด้วยอย่างไร
มาวันนี้เพราะ

๑. รักสุขภาพ และอยากออกกำลังกายร่วมกับเพื่อนๆ
๒. อยากมาพบเพื่อน และได้พูดคุยกับเพื่อน
๓. อยากแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและช่วยเหลือกัน
๔. ทำให้สนุกเพลิดเพลิน ลืมการเจ็บปวดข้อกระดูก

วิธีการชักชวนให้คนอื่นมาร่วมด้วยอย่างไร

๑. ชวนให้มาดูก่อน ถ้าเขาไม่มา เริ่มพูดคุยและชวนครั้งต่อไปวันใหม่
๒. ใช้เครื่องเสียงตามสายประชาสัมพันธ์ เพื่อกระตุ้น และมีเสียงเพลงเร้าใจให้อยากออกกำลังกาย
๓. ใช้วิธีหนึ่ง คนไปชวนมาหนึ่งคน ชวนแล้วไม่มา ก็แล้วแต่คน
๔. เลือกคนที่กำลังต้องการความช่วยเหลือ หรือดูที่หน้าที่ของคนคนนั้น

วาระที่ ๔ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมครั้งนี้

- ยอดเงินยกมา ๑๕,๘๒๔ บาท
- รายจ่ายวันนี้ ๑,๐๓๗ บาท
- คงเหลือ ๑๔,๗๘๗ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ – ๑๒.๐๐ น. ณ ศาลาหมู่บ้าน ๖ บ้านคุณพี่เครือวัลย์

ถอดบทเรียน วันนี้เห็นสิ่งๆ ได้แก่

๑. มีความสามัคคีกันมากขึ้น
๒. ปลื้มใจ และเห็นรอยยิ้มแห่งความสุข
๓. ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็น
๔. ได้สุขภาพแข็งแรง
๕. ได้ความเป็นกันเองมากขึ้น
๖. ได้สมาชิกใหม่ มีเพื่อนต่างวัยเพิ่มขึ้น
๗. ได้กลุ่มการออกกำลังกาย
๘. เห็นบรรยากาศที่สนุกสนาน
๙. ได้รับความพร้อมเพรียงกันทุกด้าน

สิ่งที่ต้องปรับปรุง

๑. สมาชิกแย่งกันคุย ทำให้จับประเด็นไม่ได้
๒. เสียงรบกวนการพูดคุย

ปิดเวที ๑๒.๓๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๓ เวทีเก็บข้อมูลอาหารเพื่อสุขภาพ หมู่ ๕ และ ๖

วันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๓๐ น.

ณ บ้านคุณเครือวัลย์ สุฉัตรบุตร หมู่ที่ ๖ ต.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๒. นางเครือวัลย์	สุฉัตรบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๓. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๔. นางสุทิ	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๕. นางสาวรอง	สีलगาม	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๖. นางพอ	แจ้ตัน	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๗. นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๘. นางมณี	ทวิศล	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๙. นางศกาศพันธ์	เหมือนจินดา	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๐. นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	สมาชิก หมู่ที่ ๔
๑๑. นางทุเรียน	รุ่งโรจน์ทวีรัตน์	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๒. นายวินัย	คงนะภา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๗
๑๓. นางสาวธัญนุช	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๔. นางแต้ม	เกมถาวร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๕. นายสมภพ	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๖. นายประดิษฐ์	สุฉัตรบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๑๗. นางสาวสุนันทา	รักงาม	สมาชิก หมู่ที่ ๓

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

วาระที่ ๑ การลงพื้นที่หมู่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕

นางภาวิณี สามัคคี กล่าวเปิดประชุม และได้บอกเรื่องลงพื้นที่หาประเด็นเด็นเรื่องของหมู่ที่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕ ทั้ง ๔ หมู่นี้ เค้นเรื่องการออกกำลังกาย และได้ทบทวนเรื่องที่หมู่ ๕ และ ๖ โดยพี่เครือวัลย์ คำน้าพริกตามสูตรที่ได้เขียนขึ้นไว้ในเวทีประชุมครั้งที่แล้วและให้ทุกคนนำผักมาด้วยคนละอย่างในเวทีหน้า แต่เนื่องจากกลุ่มทีมวิจัยต้องการทำรายงานสรุปของ ๖ เคือนแรกส่ง สกว. ให้เสร็จตามตารางช่วงแรก จึงได้เลื่อนวันเก็บข้อมูลของหมู่ ๕ และ ๖ ไปเป็นวันที่ ๑๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ นี้ ค่อกาจากนั้นให้ทุกคนได้แนะนำตนเอง เพื่อให้รู้จักกันเพราะวันนี้มีสมาชิกใหม่เข้าร่วมหลายคนจะได้รู้จักกันเป็นอย่างดี

วาระที่ ๒ การพูดคุยเรื่องการทำเค้าโครงหลนและแกงส้มผักรวม

นางสาวประทุมวดี สีใส ทีมวิจัย หมู่ ๑ ได้พูดคุยถึงความพร้อมของทีมวิจัยตำบลบ้านจ้อง ว่าเป็นรูปกระทำมาก ช่งขึ้น เพราะเราจะมาพบกันทุกเวที ถ้าไม่มีความรู้สึกในใจว่าห่วงเพื่อนและคิดถึงจริงๆ และทุกครั้งทีพบกันเห็นและได้

ย่นการพูดคุยกัน ไม่รู้จักจบ แต่ละคนมีเรื่องมาพูดกันจากเรื่องนั้นมาเรื่องนี้ มีเรื่องมาให้เรียบเรียง การแสดงออก สังเกตได้ว่าเป็นท่าทางที่มีความสุข คุณประทุมวดี ถามว่าทำไมถึงเป็นเช่นนั้น ทั้งที่พวกเราที่มาพบกันบ่อย

คุณวินัยชน คงนะภา ทีมวิจัยหมู่ ๗ ชวนคุยต่อ เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ ผักที่นำมาทำอาหารวันนี้เป็นผักในหมู่บ้านและปลอดสารพิษ ซึ่งมีรายการอาหารดังนี้

เต้าเจี้ยวหลน รับประทานกับหัวปลีล็ก ยอดกระถิน และถั่วพู ซึ่งเกิดตามธรรมชาติ

แกงส้มผักรวม มีดอกหอม ถั่วฝักยาว ดอกคะน้า คุณประทุมวดีบอกว่าผักเหล่านี้ถ้าซื้อตามท้องตลาดพบสารพิษ ๑,๐๐๐ เปอร์เซ็นต์ เพราะมันเป็นผักที่แมลงชอบ ถ้าไม่ฉีดยาฆ่าแมลง ไม่มีวันโต เพราะตนเองได้ทดลองปลูกผักทำแปลงสาธิตผักเหล่านี้ ในเดือนธันวาคม ๒๕๕๒

คุณผกาพันธ์ เหมือนจินดา บอกวิธีแก้ไขไม่ให้แมลงต้องปลูกต้นดาวเรืองสับหว่างในแปลงผัก เพราะดาวเรืองมีกลิ่นเหม็นแมลงจะไม่ลงไปกินผัก (ต้องทดลอง)

คุณเครือวัลย์ สุฉันทบุตร สาธิตวิธีการทำเครื่องแกงส้ม และเต้าเจี้ยวหลน

เครื่องแกงส้ม ประกอบด้วย ตะไคร้ หัวหอมแดง กระชาย พริกแห้งเม็ดใหญ่ กะปิ กระเทียมชนิดหน่อ (สุครน่ปอ) สดส่วนคาคะเนอา จะทำหม้อใหญ่หรือหม้อเล็ก

ส่วนผสมของเต้าเจี้ยวหลน ได้แก่ เต้าเจี้ยว หัวหอมแดง ตะไคร้ กะทิ ใบมะกรูด น้ำตาลปีบ พริกสดเม็ดใหญ่ ส้มมะขามเปียก

วิธีทำ เอาเม็ดเต้าเจี้ยวที่ทำจากถั่วเหลืองมาโขลกให้แหลกพอประมาณ นำไปเคี่ยวในกะทิพอแตกมัน ผักทุกอย่างซอยให้ละเอียดใส่ลงในหม้อเต้าเจี้ยว ชิมดูถ้าไม่เปรี้ยวเติมน้ำส้มมะขามลงไป ใส่น้ำตาลกลดดักเสริม

สรุปได้ว่าสมัยก่อนปลูกผักข้างรั้ว ปลูกในคลอง ทำกับข้าวกินเองเอง ไม่มีแกงถุง จะกินอะไรต้องลงมือเตรียมและทำเอง จากนั้นนางเครือวัลย์ สุฉันทบุตร ก็ลงมือทำเต้าเจี้ยวหลนและแกงส้มผักรวม มีเครื่องแกงที่นำมาหั่นแล้วใส่ครกตำรวมกันให้ละเอียดจะได้กลิ่นหอมเครื่องแกง มีตะไคร้ กระชาย พริกแห้ง หัวหอมแดง กะปิ เครื่องปรุงเหล่านี้ ปลูกเองในบ้าน กะปิก็ทำจากกุ้งฝอย ทำเองไม่มีขายกันบูด ไม่มีสารฆ่าแมลง เต้าเจี้ยวถั่วเหลือง ก็ปลูกเอง ผักที่ทานกับเต้าเจี้ยวหลน มีกระถิน ผักอ่อนถั่วพู หัวปลี พืชเหล่านี้มีในชุมชน

คุณภาวิณี สามัคคี ถามว่า จัดการกับเวลาอย่างไร ในการเตรียมเครื่องปรุงแกงส้ม และทำเต้าเจี้ยวหลน คนสมัยก่อนมีแผนการทำงานโดยไม่รู้ตัว คือ เขาคิดแล้วว่าวันนี้จะทำแกงอะไร เขาเข้าไปในไรในสวน เขาจะเก็บผักและเครื่องปรุงต่างๆ มาไว้ และพืชผักไม่ต้องซื้อ แลกเปลี่ยนและขอกันกันได้ แต่สมัยนี้ผักทุกอย่างต้องซื้อ ถึงแม้จะมีอยู่ในบ้านจะมากับฟรีไม่ได้ต้องซื้อ เพราะคนเห็นแก่ตัวมากขึ้นทุกอย่างคิดเป็นเงิน มีราคาทั้งนั้น

สรุปเรื่องที่ได้จากการทำอาหารเพื่อสุขภาพ

- คนในครอบครัวชอบฝีมือการทำอาหารของแม่บ้าน อร่อย ปลอดภัย กลับบ้านตรงเวลา เพื่อมาทานอาหารพร้อมกัน
- เพื่อเป็นตัวอย่างให้กับลูกๆ รู้จักพืชสมุนไพรที่นำมาปรุงเครื่องแกง
- ได้กินอาหารที่สด ใหม่ ไม่มีสารก่อมะเร็ง
- ได้มีเวลาอยู่ทานอาหารพร้อมกันของครอบครัว

วาระที่ ๓ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดเงินยกมา ๑๔,๖๔๖ บาท

- รายจ่ายวันนี้ ๑,๔๐๐ บาท
- คงเหลือ ๑๗,๓๘๖ บาท

นัดหมายครั้งต่อไป วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๙.๐๐ น. ณ ศาลาวัดบ่อมะกรูด

ถอดบทเรียน

วันนี้เห็นเรื่องดีๆ ได้แก่ สถานที่พร้อมบรรยากาศดี สมาชิกมีความพร้อมเพรียงกัน บางคนมาไม่ได้ก็โทรประสาน มาถามข้อมูลเรื่องราวที่พูดคุย และทุกคนกล้าแสดงออกอย่างเต็มที่ คุยกันในเรื่องเดียวกัน สำหรับเรื่องที่ต้องปรับปรุง ได้แก่ ผู้นำชวนคุยอย่าเปิดประชาธิปไตยมาก เพราะแย้งกันคุยจบประเด็นขึ้นกระดานไม่ได้ ไม่ทันคนพูด และมีเสียงนกในกรงพูด คาม ทำให้จับเสียง นก เสียงคน สับสน เขียนไม่ถูก พร้อมกันนี้ทีมวิจัย มีข้อเสนอแนะให้ประธานโครงการฯ นำสมุดบัญชี ธารามาเสนอในที่ประชุมในครั้งหน้าด้วย คือวันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓

ปิดเวที ๑๒.๓๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๔ เวทีประชุมทีมวิจัยสรุปการเงิน

วันที่ ๒๕ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านหนอง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๕. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

วาระที่ ๑ รายงานความก้าวหน้าของโครงการ

นางสาว่างงาม ประจวบวัน กล่าวเปิดประชุม และทบทวนการดำเนินงานวิจัยที่ได้ไปเก็บข้อมูลในแต่ละพื้นที่และบางพื้นที่ที่ค้นหาเรื่องเดินกันอยู่นั้น บัดนี้ได้ครบ ๖ เดือนแรกที่ต้องส่งรายงานการดำเนินงานเรื่องโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านหนอง จึงต้องมาตรวจเอกสารการใช้เงินเพื่อเป็นหลักฐานให้เรียบร้อยเพื่อแนบส่งไปกับรายงาน

จากนั้นนางอุบล ทองกันยา หัวหน้าโครงการฯ ได้นำสมุดบัญชีการเบิกจ่ายมาแสดงในที่ประชุมและแจ้งยอดเงินที่เหลือในบัญชี กับเงินสดที่ได้เบิกมาไว้สำรองจ่ายในเวทีคือไป คุณภาวิณี สามัคคี ฝ่ายบัญชีได้แจ้งเอกสารการเบิกจ่ายในแต่ละเวที และสรุปยอด การใช้เงินให้ตรงกับตารางที่กำหนดไว้มีเอกสารแนบทุกครั้งที่มีการเบิกจ่าย ยอดเงินเป็นปัจจุบันและสอดคล้องกับบัญชีธนาคาร และเวทีวันนี้ไม่มีรายจ่ายยอดเงินคงเดิม

วาระที่ ๒ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดเงินยกมา	๑๗,๓๘๗	บาท
- รายจ่ายวันนี้	๐	บาท
- คงเหลือ	๑๗,๓๘๗	บาท

นัดหมายครั้งต่อไป วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ น. ณ กลุ่มสาระสังคมทรัพยากรตำบลแพรกหนามแดง เพื่อประชุมเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม

ปิดเวที 12.30 น

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวมาลา ลิ้มทอง
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมพิเศษที่ ๖ : เวทีประชุมเครือข่ายนักวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม

วันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๖.๐๐ น.

ณ กลุ่มห้องประชุมศูนย์คำบลแพรกหนามแดง อำเภออัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓. นางสาวสุนันทา	รักงาม	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔. นางบุปผา	ชัยศักดิ์อนุกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๕. นางเครือวัลย์	สุลันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๖. นางสุจิน	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๗. นางสาว่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๘. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก หมู่ที่ ๘

ช่วงเช้า คุณชัชวาลย์ มณีศรีขำ กล่าวเปิดประชุม และสวัสดีกับทุกๆ คนที่มาจากโครงการต่างๆ ในแต่ละพื้นที่ และได้แนะนำตัวกับทุกคน พูดถึงเรื่องแม่น้ำแม่กลองที่โรงงานน้ำตาลปล่อยน้ำเสียออกมาโดยไม่ได้คิดถึงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและธรรมชาติและชาวบ้านที่อยู่ริมคลอง ในเมื่อผู้ว่าฯ จังหวัดกาญจนบุรีผู้ต้นน้ำยังไม่จัดการ พวกเราที่อยู่ปลายทางน้ำต้องรับผลกระทบอย่างเต็มที่ ไม่มีน้ำใช้ และได้พูดคุยรวมกันในช่วงเช้าว่างานวิจัยต้องเป็นงานที่มีพลัง มีใจที่จะทำ (ไม่ใช่แค่หน้าที่รับผิดชอบ) จากนั้นมีการจัดแลกเปลี่ยนสิ่งต่างๆ ที่เราได้เรียนรู้ร่วมกัน

ช่วงบ่ายแต่ละโครงการได้นำเสนอ เรื่องที่ได้ลงไปทำวิจัยว่าถึงขั้นไหน และได้พบอะไรมาบ้าง มีข้อจำกัดและเงื่อนไขเป็นอย่างไร สำหรับทีมบ้านฉางได้บอกรายละเอียดเกี่ยวกับโครงการศึกษาแนวทางการสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฉาง และกำลังส่งรายงานความก้าวหน้าครั้งที่ ๑ นางสาวประทุมวดี ได้พูดเสริมเกี่ยวกับโครงการฯ มีกลุ่มเคินเรื่องอยู่ ๔ กลุ่ม คือ กลุ่มการละเล่นพื้นบ้าน กลุ่มการออกกกำลังกาย กลุ่มอาหารพื้นบ้าน และกลุ่มเศรษฐกิจพอเพียง เช่น การละเล่นพื้นบ้านเป็นการใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น ถ่ายทอดให้เด็ก และเกิดความสัมพันธ์ในแต่ละวัยขึ้น เนื่องจากภาวะปัจจุบันผู้ใหญ่ทำงานคิดว่าการออกไปหาเงินให้ได้มากๆ มาให้ครอบครัวที่สุดจึงมักปล่อยเด็กให้อยู่กันตามลำพัง โดยลืมคิดถึงสภาพจิตใจของเด็กๆ ที่ต้องการผู้ใหญ่ให้ความอบอุ่นและช่วยแก้ไขปัญหาค้นคว้า การละเล่นพื้นบ้านจึงเป็นตัวแทนคนให้มาร่วมกัน ได้เล่นของเล่นที่ไม่ต้องซื้อ

ป้าทองคำ : เป็นนักวิจัยรุ่นพี่ที่มีประสบการณ์ได้แลกเปลี่ยนว่า ตัวกิจกรรมที่ทำส่งผลกระทบต่อตัวเด็ก? แล้วเรานำมาเชื่อมโยงกับโครงการสร้างสุขภาวะชุมชนได้อย่างไร ให้ช่วยบอกเล่าด้วยจะได้แลกเปลี่ยนกัน จะมีขบวนการคิดวิธีการทำ พฤติกรรมเปลี่ยนไปหรือไม่ และคนบ้านฉางต้องทำอะไรบ้าง ป้าทองคำบอกวิธีคิดและข้อมูลกิจกรรมกับข้อมูลกระบวนการต้องทำไปพร้อมกัน โครงการสร้างสุขภาวะคอยทอยอะไรให้เราบ้าง ลักษณะกิจกรรมเป็นอย่างไร ในกิจกรรม ถ้าจะทำให้เกิดต้องทำอะไร และคุณศิริวัฒน์ คันทารส ได้บอกว่า เหมือนที่เราเก็บดอกไม้ริมทาง ถ้ามีเก็บเข้าป่าจะถึงปลายทางเมื่อไร ข้อมูลที่เราเก็บมันจะตอบจุดหมายปลายทางของเราได้

ทีมวิจัย รพ.อินทร์บุรี จะถูกถามว่าชุมชนมีปฏิกิริยาตอบกลับอย่างไร ระหว่าง รพ. กับชุมชน คุณหมอ ตอบว่าชุมชนเห็นข้อมูลถึงกับอึ้งในสุขภาพของชุมชนว่าเป็นอย่างไร พลังของข้อมูลจะทำให้คนในชุมชนนำกิจกรรมที่ทำมาแล้วกลับไปทบทวน มันพอมันเห็นข้อดี ข้อด้อยอย่างไร

โครงการปากลัด และคลองช่อง จังหวัดสมุทรสงคราม เป็นโครงการลดปัจจัยเสี่ยง พี่อ้วนเล่าว่า อสม. ในกลุ่มมีปัญหา มีข้อผิดพลาดเยอะ ไม่ได้เตรียมงานจัดเวทีทำความเข้าใจและไม่ถอดบทเรียน

เขาคิน สุพรรณบุรี มีปัญหาเยอะ จะกลับไปฝึกความอดทนและความอดทนต่อไป

นนทบุรี ตอนที่ไปดูพื้นที่รอบๆ เมืองนนท์ ค้นหาพื้นที่นำร่องว่าควรเป็นพื้นที่ไหน เพราะพื้นที่มีเขตติดต่อหลายจังหวัด

สามร้อยยอด ประจวบคีรีขันธ์ เป็นโครงการทำนาข้าว ก็มีปัญหา แค่อ้อยๆ แก้วไข และส่งรายงานความก้าวหน้า และแก้ไขรายงานในโครงการต่างๆ ทีมบ้านฉางแก้วไขข้อผิดพลาดน้อย และเร็วที่สุด (อาหารอร่อยมาก)

ปิดเวทีเวลา ๑๖.๓๐ น

น.ส.ประทุมวดี สีใส

ผู้บันทึกการประชุม

นางอุบล ทองกันยา

ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๕ เวทีประชุมทีมวิจัย

วันที่ ๘ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านนางสาวประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔. นางสาวว่างาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

คุณว่างาม ประจวบวัน กล่าวเปิดประชุม และทบทวนกิจกรรมของโครงการฯ ในแต่ละพื้นที่ และได้ตั้งคำถามชวนให้คิด และสรุปวัตถุประสงค์ของโครงการศึกษาแนวทางการสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฆ้อง เพื่อ

- ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะ (อดีตและปัจจุบัน)
- สร้างกระบวนการเรียนรู้ เพื่อนำไปเปลี่ยนพฤติกรรม
- ค้นหาแนวทางการสร้างสุขภาวะ

สุขภาวะ มี ๓ อย่าง

๑. ทางกาย มีอาหาร สุขภาพ อาชีพ พฤติกรรมการใช้ชีวิต สถานที่เช่น ดิน น้ำ
๒. ทางใจ มีประวัติศาสตร์ ความเชื่อ ความศรัทธา ความสัมพันธ์ การเลี้ยงดู บุตร หลาน
๓. ทางปัญญา มี ภูมิปัญญา ความรู้ท้องถิ่น การพึ่งตนเอง

และปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการสร้างสุขภาวะ (เงื่อนไขต่างๆ) โดยมีการแบ่งกิจกรรมที่ทำเป็น ๔ กิจกรรม

- | | |
|-------------------------|---------------------|
| ๑. การละเล่นพื้นบ้าน | หมู่ ๑ และ ๓ |
| ๒. อาหารเพื่อสุขภาพ | หมู่ ๕ และ ๖ |
| ๓. ออกกำลังกาย | หมู่ ๒, ๔, ๕ และ ๑๐ |
| ๔. ชุมชนเศรษฐกิจพอเพียง | หมู่ ๗ และ ๘ |

ใช้กิจกรรมทั้งหมดจะเป็นเครื่องมือในการเดินเรื่อง และมีขั้นตอนดังนี้

๑. สำรวจความเข้าใจ
๒. ค้นหาเรื่องเดิน
๓. ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีประสิทธิภาพ
๔. เก็บข้อมูล
๕. วิเคราะห์ข้อมูล
๖. ทดลอง
๗. สรุปและเขียนรายงาน

๑ การละเล่นพื้นบ้าน สิ่งที่ได้

๑. สังคม การอยู่ร่วมกัน การสื่อสาร การให้อภัย การเสียสละ การเกิดกลุ่ม เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน
๒. สุขภาพกายแข็งแรง
๓. สุขภาพใจ ความสุข ความสนุกสนาน ความสัมพันธ์ ความผูกพัน
๔. เศรษฐกิจ การใช้สิ่งของที่มีอยู่ในชุมชนมาสร้างประโยชน์ การพึ่งพาตนเอง คือ ใช้วัสดุในชุมชนและใช้ปัญญาตัวเอง
๕. ภูมิปัญญา การดูแลบุตรหลาน สร้างความคิดและทักษะ และเกิดการถ่ายทอด

๒. อาหาร สิ่งที่ได้

๑. สังคม แบ่งปันอาหารและแลกเปลี่ยน การอยู่ร่วมกัน
๒. สุขภาพกาย อาหารถูกสุขลักษณะ รู้จักสมุนไพร ยารักษาโรค (แก้โรค) ปลอดภัยพิษ
๓. สุขภาพใจ ความสุข ความสนุกสนาน การผูกพัน การพึ่งพาตนเอง
๔. เศรษฐกิจ ผลิตเอง ไม่มีสารเคมี
๕. ภูมิปัญญา รู้เรื่องสมุนไพร

๓. การออกกำลังกาย สิ่งที่ได้

๑. สังคม เกิดกลุ่ม การเรียนรู้ร่วมกัน
๒. สุขภาพกาย สุขภาพแข็งแรง
๓. สุขภาพใจ ความสุข ความสนุกสนาน การผูกพัน ไม่เครียดผ่อนคลาย
๔. เศรษฐกิจ ไม่เสียค่าเช่า
๕. ภูมิปัญญา การออกกำลังกายในอดีตตามชีวิตประจำวัน ในอาชีพที่ทำ เช่น ทำนา ทำไร่ ตักน้ำ

๔ ชุมชนพอเพียง สิ่งที่ได้

๑. ทางสังคม เรียนรู้ร่วมกัน การอยู่ร่วมกัน เกิดกลุ่ม
๒. สุขภาพกาย สุขภาพแข็งแรง ปลอดภัยพิษ
๓. สุขภาพใจ ไม่เครียด มีธรรมชาติ การปล่อยวาง ละกิเลส ละความอยาก ขยันอดทน
๔. เศรษฐกิจ ผลิตเอง ไม่มีสารเคมี
๕. ภูมิปัญญา พึ่งพาตนเอง เกิดการถ่ายทอด

การทำกิจกรรมต่างๆ ทั้ง ๔ กิจกรรม ทำให้ออกออกมาเป็นโครง ๔ โครงดังต่อไปนี้ (สำหรับงานวิจัย)

๑. การเกิดกลุ่ม
๒. เกิดการเรียนรู้ร่วมกัน
๓. เกิดภูมิปัญญา
๔. เกิดการพึ่งพาตนเองได้

จากนั้นให้ทีมวิจัยให้กลับไปเก็บข้อมูลทั้ง ๔ กลุ่ม ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เกิดเงื่อนไขอะไรบ้าง (มีอุปสรรคอะไรบ้าง) คืออดีตเรารวมตัวกันอย่างไร และปัจจุบันเกิดการรวมตัวกันอย่างไร มั่นคิดชัดด้วยเรื่องอะไร ทีมได้ทำกิจกรรมมาแล้ว ๑ เทอม และเทอมที่จะทำต่อไปเป็นงวดที่ ๒ ใช้เวลา ๑๐ เดือน ระหว่างเดือน พฤศจิกายน ๒๕๕๒ – เมษายน ๒๕๕๓ เป็นกิจกรรมที่ ๔ กับกิจกรรมที่ ๕ (การวิเคราะห์)

เก็บข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาพชุมชนตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทั้ง ๔ กลุ่ม คือ ๑. การรวมกลุ่ม ๒. การเรียนรู้ร่วมกัน ๓. ปัญหา (ความคิด) ๔. ฟังพาตนเองได้ โดยกลุ่มทั้งหมดจะเก็บลักษณะคล้ายๆ กัน เช่น การเล่นพื้นบ้านเกิดการรวมกลุ่มอย่างไร การเรียนรู้ร่วมกัน (ทำได้อย่างไร) และการฟังพาตนเอง (ทางกาย ใจ ปัญหา สังคม เศรษฐกิจ) และสรุปบันทึกครั้งต่อไป ดังนี้

๑. การเล่นพื้นบ้าน (เก็บข้อมูล) วันที่ ๑๘ มีนาคม ๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ.บ้านประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ สรุปกิจกรรม (ถอดบทเรียน) โดยนักวิจัยหลัก ๑๘ มีนาคม ๒๕๕๓ ณ บ้านประทุมวดี
๒. อาหาร (เก็บข้อมูล) วันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ.ศาลา หมู่ ๖ สรุปกิจกรรม (ถอดบทเรียน) โดยนักวิจัยหลัก ๘ เมษายน ๒๕๕๓ ณ บ้านประทุมวดี
๓. การออกกำลังกาย (เก็บข้อมูล) วันที่ ๑๑ เมษายน ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๑.๐๐ น. ณ.ศาลา หมู่ ๒ สรุปกิจกรรม (ถอดบทเรียน) โดยนักวิจัยหลัก ๑๘ เมษายน ๒๕๕๓ ณ บ้านประทุมวดี
๔. ชุมชนพอเพียง (เก็บข้อมูล) วันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ.ศาลา วัดบ่อมะกรูด หมู่ ๗ สรุปกิจกรรม (ถอดบทเรียน)

โดยนักวิจัยหลัก จะนัดอีกครั้งในกลุ่ม ๔ กลุ่ม ในวันที่ ๒๖ - ๓๐ เมษายน ๒๕๕๓ เพื่อเขียนรายงานความก้าวหน้าครั้งที่ ๒

ปิดการประชุมเวลา ๑๒.๐๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๖ เวทีเก็บข้อมูล การละเล่นพื้นบ้าน

วันที่ ๑๘ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้าน นางสาวประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๓. นางสุนันทา	รักงาม	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๔. นางสาวมาลา	ลิ่มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๕. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๖. นางนุปลา	ชัยศักดิ์อนุกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๗. นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๘. นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๙. นางเครือวัลย์	สุฉัตรบุตร	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๑๐. นางจรรยา	ตลาด	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘
๑๑. นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘

เริ่มเวทีเวลา ๑๐.๐๐ น.

คุณประทุมวดี สีใส กล่าวเปิดประชุม และทบทวนกิจกรรม การละเล่นพื้นบ้านในพื้นที่ กลุ่ม หมู่ที่ ๑ และ ๓ ตั้งคำถามชวนให้คิด และสรุปวัตถุประสงค์ของโครงการศึกษาแนวทางการสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฆ้อง ทบทวนการสร้างสุขภาวะชุมชนมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะ (อดีตและปัจจุบัน)
- สร้างกระบวนการเรียนรู้ เพื่อนำไปเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม
- ค้นหาแนวทางการสร้างสุขภาวะ

สุขภาวะ มี ๓ อย่าง

๑. ทางกาย
๒. ทางใจ
๓. ทางปัญญา มี ภูมิปัญญา ความรู้ท้องถิ่น การพึ่งตนเอง

และปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการสร้างสุขภาวะ (เงื่อนไขต่างๆ) ทั้งหมดจะเป็นตัวเครื่องมือในการเดินเรื่อง

การละเล่นพื้นบ้าน สิ่งที่ได้ในอดีต

๑ ทางสังคม การอยู่ร่วมกัน การสื่อสารได้มีเวลาพูดคุยกัน การให้อภัยพี่น้องช่วยเหลือกัน ที่เสียสละให้น้อง การเกิดความห่วงใยกันยาวนาน สายสัมพันธ์ครอบครัว มีประเพณีวัฒนธรรมย่อยที่เข้มแข็ง มีความเชื่อ เรื่องบาปบุญเป็น ที่ตั้ง ไม่ต้องมีกฎหมายมาบังคับ

๒ สุขภาพกาย แข็งแรง โดยการออกไปทำงานในไร่ นา สวน

๓. สุขภาพใจ มีความสุข ที่ได้ผลผลิตจากการทำงานในครอบครัว พ่อแม่ลูกได้ออกทำงานด้วยกันในไร่ ในสวน ในนาข้าว ก็เกิดความสุขกัน และยังมีเวลาได้รวมวงกินข้าวพร้อมกัน ๓ เวลา การใช้สิ่งของที่มีอยู่ในชุมชนมาสร้างประโยชน์ การพึ่งพาตนเอง คือ ใช้วัสดุในชุมชนและใช้ปัญญาตัวเอง

๔. ภูมิปัญญา การดูแลบุตรหลาน โดยให้เรียนพาไปทำนาในนา จับปลาในคลองสร้างความคิดและทักษะ และเกิดการถ่ายทอดวิธีการทำนา ทำไร่

การเล่นพื้นบ้าน สิ่งที่ได้ในปัจจุบัน

๑. ทางสังคม การอยู่ร่วมกันจะน้อยลงต้องมีสิ่งเร้าใจจึงจะมารวมกลุ่ม เกิดความอยากมากขึ้น การสื่อสารไม่มีเวลาพูดคุยกัน การให้อภัยไม่มีใช้อารมณ์มากกว่าเหตุผลการช่วยเหลือกัน ที่เสียสละให้น้อง น้อยลง สายสัมพันธ์ทางครอบครัวสั้นลง

๒. สุขภาพกาย มีโรคภัยมาเบียดเบียนเพราะการเล่นไม่เป็นธรรมชาติ ไม่ได้ออกกำลังกาย โดยการทำงานที่มีอากาศบริสุทธิ์

๓. สุขภาพใจ มีความทุกข์ ต้องทำงานแข่งกับเวลาที่จำกัดประโยชน์ การพึ่งพาตนเอง คือ ใช้วัสดุในชุมชนและใช้ปัญญาตัวเอง

๔. ภูมิปัญญา การดูแลบุตรหลาน โดยให้เรียนพาไปทำนาในนา จับปลาในคลองสร้างความคิดและทักษะ และเกิดการถ่ายทอดวิธีการทำนา ทำไร่

น.ส.ประทุมวดี สีใส

ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี

ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๗ เวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูล

วันที่ ๕ มิถุนายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๕.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางสาวประทุมวดี สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๒.	นางไกร นนท์เอี่ยม	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๓.	นางแถม จันทรแปลง	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๔.	นางสาวสุคใจ ใจทัน	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๕.	นางนวล พิจิตร	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๖.	นางน้านอง เบ็ญจชาติ	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๗.	นางสาวสำอางค์ พรหมมาลี	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๘.	นางสาวสุนันทา รังงาม	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๙.	ค.ญ.ณัชชา สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๑๐.	นางภาวิณี สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๑๑.	นางนฤมล เป้นภู	สมาชิก หมู่ที่ ๔
๑๒.	นางสีนวน ปากโมกข์	สมาชิก หมู่ที่ ๔
๑๓.	นางธนพร จันทรศรี	สมาชิก หมู่ที่ ๔
๑๔.	นางสาวชั้นทอง เสนาพันธ์	สมาชิก หมู่ที่ ๔
๑๕.	นางละออง หมั่นบวร	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๖.	นางประภาพร สาลีเรือง	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๗.	นางบุปผา ชัยศักดิ์คานกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๑๘.	นางใจใส ชุนเกษ	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๙.	นางสาว่างาม ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๒๐.	นางผกาพันธ์ เหมือนจินดา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๒๑.	นางสุชิน กรอด	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๒๒.	นางเครือวัลย์ สุฉันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๓.	นางขวัญเมือง แก้วขวัญ	สมาชิก หมู่ที่ ๗
๒๔.	นางบุญธรรม เฟื่องทิน	สมาชิก หมู่ที่ ๗
๒๕.	นางสุมาลัย สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘
๒๖.	นางจรรยา ลาลาด	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๒๗.	นางเคี้ย เฟื่องวัน	สมาชิก หมู่ที่ ๘
๒๘.	นางกิ่งแก้ว จันทรลา	สมาชิก หมู่ที่ ๑๐
๒๙.	นายบงการณ แก้วชุม	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม
๓๐.	นายเอกชัย อังคาบ	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม

๓๑. นายชินนวัฒน์ มณีศรีข้า ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม
เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

นางสาวประทุมวดี สีใส กล่าวเปิดประชุม และทบทวนการดำเนินวิจัยตั้งแต่การสร้างความเข้าใจ การค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง การฝึกเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการออกแบบกิจกรรมแล้วทดลองทำ ในวันนี้มาสรุป รวมทั้งขอให้เห็นข้อมูลด้านต่างๆ

คุณงามยาม ประจวบวัน ขวนพุดคุยถึงกิจกรรมที่ทำมานั้นก่อให้เกิดสุขภาวะในชุมชนอย่างไร

อุปกรณ์ ←	การละเล่นพื้นบ้าน	→	สนุกสนาน
การเล่น ←	เห็นอะไร	→	รู้จักกัน ผู้สูงอายุ วัยทำงาน เด็ก
เอาวัสดุท้องถิ่น ←		→	ความสามัคคี
วิธีการเล่น ←		→	คิด
คิดขึ้นมา ←		→	แข็งแรง สนุก
การถ่ายทอด ←			



กาย จิต วิญญาณ ทำกันเอง ไม่มีค่าใช้จ่าย

วัตถุดิบในการทำอาหาร ←	อาหาร	→	เรียนรู้รู้รอบครัว
มีอยู่ในบ้าน คลอง ←	เห็นอะไร	→	สุขภาพดี มีวิถีคิด มีขั้นตอน วางแผน จัดระเบียบชีวิต
เห็นวิธีการทำ ←		→	ประหยัด
เตรียมอุปกรณ์ล่วงหน้า ←		→	มีน้ำใจ / แลกเปลี่ยน
การแบ่งปันการช่วยเหลือกัน ←		→	มีความสัมพันธ์
การถ่ายทอด แบบตั้งใจไม่ตั้งใจ ←		→	อดทน / มานะ / พยายาม
วัตถุดิบสะอาดปลอดภัย ←			
ความเจริญ ←	ออกกำลังกาย	→	อาชีพ - ชีวิตเรียบง่าย/ ได้พักผ่อน
ไม่ได้พักผ่อน ←	เห็นอะไร	→	ร่างกายแข็งแรง/อารมณ์ดี/ไม่เครียด
ความสะดวก ไฟฟ้า ←		→	ชีวิตประจำวัน คัดน้ำ/หุงข้าว/ ผ่าพื้น/ทำนา/ทำไร่ทำสวน
โทรศัพท์/ทีวี ←			ค้าข้าว อุบ้าน ทอดแห
ความสะดวก - อาหารได้รู้			
- มียยนต์			
ภาวะเศรษฐกิจ ←			

การรวมกลุ่ม

ปัจจุบัน

เวลาเป็นเงื่อนไข

อาชีพ กิจวัตรประจำวัน

ความรู้สึกละเลย

อาชีพต่างกัน

อดีต

พวกเขเดียวกัน

อาชีพเดียวกัน

ทำไมคนสมัยนี้แต่งงานแล้วเลิกกันไปง่าย เพราะ - อาชีพ - ระเบียบแบบแผนชีวิต ถูกหล่อหลอมโดยไม่รู้ตัว ขาด
ความอดทน

ปลูกผัก ปลูกข้าว ← ชุมชนพอเพียง → วิถีชีวิต ประหยัด สุขภาพแข็งแรง
เลี้ยงปลา ทำขนมกินเอง ← เห็นอะไร → ไม่มีโรคภัย ภาวะเศรษฐกิจ วิธีการคิดดี
เพาะถั่วงอก ทำน้ำยาล้างจาน ←
ลงแขกทำงาน แลกเปลี่ยน ←
ลดต้นทุน ลดค่าใช้จ่าย รวมกลุ่ม ←
ทุกประเด็นมุ่งไปสู่ สุขภาวะกาย ใจ ปัญญา สังคม
ปัจจัย / เงื่อนไข ⇒ สุขภาวะ
การรวมกลุ่ม / ความสามัคคี / การสื่อสาร / กิจกรรมแลกเปลี่ยนความรู้ / ระบบการคิด / การวางแผน / การเรียนรู้
ร่วมกัน / ข้อมูล
การรวมกลุ่ม → ความสัมพันธ์
⇓ → ความสามัคคี
กิจกรรม → สร้างความเข้าใจ
⇓ → แลกเปลี่ยนความรู้ วางแผน
คิดเองได้ → เกิดความรู้ ภูมิปัญญา
⇓
อิสระเป็นตัวของตัวเอง → มีความสุข



นัดหมายครั้งต่อไป ช่วงเดือนพฤษภาคม – ธันวาคม ๒๕๕๓ (งวดที่ ๒) พบกันเดือนละครั้ง

- จันทร์เช้า ๑ สรุปครั้งที่ ๑ วันที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๕๓ และ ๕ กรกฎาคม ๒๕๕๓
- จันทร์เช้า ๒ สรุปครั้งที่ ๓ ออกแบบกิจกรรม ๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๓ และ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕๕๓
- เสาร์เช้าที่ ๔ แม่กลอง วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๓ และ ๓๑ กรกฎาคม ๒๕๕๓

ปิดเวที 12.30 น

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๑๘ เวทีสรุปวิเคราะห์ข้อมูล เตรียมเวทีนำเสนอความก้าวหน้าต่อหน่วยงาน

วันที่ ๔ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๑๘.๐๐ - ๒๑.๐๐ น.

ณ บ้านคุณประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางไกร	นนท์เอี่ยม	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๒. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๓. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๔. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๕. นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๖. นางบุปผา	ชัยศักดิ์อนุกุล	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๗. นางสุจิน	เกรอต	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๘. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๙. นางสุมาลย์	กันตภูมิโพธา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘
๑๐. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๙

เริ่มเวทีเวลา ๑๘.๐๐ น.

นางสาว่างงาม ประจวบวัน กล่าวเปิดประชุม และพบทวนการดำเนินวิจัยตั้งแต่การสร้างความเข้าใจ การค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง การฝึกเก็บข้อมูล การวิเคราะห์ข้อมูล และการออกแบบกิจกรรมแล้วทดลองทำ ในวันนี้มาสรุป รวมทั้งแสดงให้เห็นข้อมูลด้านต่างๆ และสรุปเรื่องการลงพื้นที่แต่ละโซนเห็นอะไรมาบ้าง มีเงื่อนไขปัจจัยต่างๆ ที่จะต้องนำเสนอให้หน่วยงานทราบผลการดำเนินงานวิจัยในท้องถิ่นตำบลบ้านฆ้อง และชวนพูดคุยประเด็นที่ต้องรายงานให้ทราบผลการดำเนินงาน โครงการวิจัยในระยะที่ ๑ มีเรื่องที่ต้องนำเสนอ คือ หัวข้อที่สื่อสาร

๑. วิธีการทำงาน แบ่งเป็นโซน ๔ โซน

- ผลจากการทำกิจกรรมเด็นเรื่อง การเล่าเรื่องทั้ง ๔ โซน มี วิถีชีวิต ปัจจุบัน อดีต การเปลี่ยนแปลง
- ขั้นตอน การวางแผน จัดเวที สรุปข้อที่พบ หาวิธีแก้ไข

๒. ข้อสรุปที่ค้นพบ

- ๒.๑ ผลที่ได้รับ บทเรียนของทีมวิจัย ผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น คือ การเกิดกลุ่ม
- ๒.๒ ชุดความรู้ รวมกลุ่ม แลกเปลี่ยนความรู้ มีภูมิปัญญาของกลุ่ม
- ๒.๓ เงื่อนไข ปัจจัยในการทำงานที่ทำให้สำเร็จ คือ คนมีใจ มีเวลา ความต่อเนื่องในการทำกิจกรรม และสรุปถอดบทเรียน

ประเด็นเด็นเรื่อง คือ การละเล่นพื้นบ้าน ม.๑/๓

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ม. ๒/๔/๕/๑๐

อาหารเพื่อสุขภาพ ม.๕/๖

ชุมชนพอเพียง ม.๗/๘

กิจกรรมในระยะที่ ๒ การเล่นพื้นบ้าน ม. ๑ / ๓
 การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ม. ๒ / ๔ / ๕ / ๑๐
 อาหารเพื่อสุขภาพ ม. ๕ / ๖
 ชุมชนพอเพียง ม. ๗ / ๘
 เป็นเครื่องมือ สื่อสาร การสร้างสุขภาวะ กาย ใจ ปัญญา และสังคม

กิจกรรม

๑. ขวนคุย ๔ ครั้ง
๒. ทำกิจกรรมตามแผน ร่วมถอดบทเรียน
๓. เวทีแลกเปลี่ยน ๔ โซนกลาง
๔. ถอดบทเรียนใหญ่ / สรุปทุกโซน

จัดเวทีหน่วยงานในวันที่ ๑๓ กรกฎาคม ๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๐๐ น. ณ ห้องประชุมเทศบาลบ้านฉาง และ
 มีการจัดทำสื่อทิมวิจิช จำนวน ๘๑ ตัว เพื่อไว้ ๑๕ ตัว รวม ๑๐๐ ตัว

ปิดประชุม เวลา ๒๑.๐๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
 ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
 ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๓๕ เวทีนำเสนอความก้าวหน้าต่อหน่วยงาน
วันที่ ๑๓ กรกฎาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๐.๐๐ - ๑๒.๓๐ น.
ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางนวล	พิจิตร	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๒.	นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑
๓.	นางไกร	นนท์เอี่ยม	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๔.	นางมณี	โพธิเขนย	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๕.	นางนิล	กรรมมา	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๖.	นางสาวสุดใจ	ใจทัน	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๗.	นางสุวรรณ	นนท์เอี่ยม	สมาชิก หมู่ที่ ๑
๘.	นางน้าทอง	เบญจชาติ	สมาชิก หมู่ที่ ๒
๙.	นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๒
๑๐.	นางสาวสำอางค์	พรหมมาลี	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๑๑.	นางสาวสุนันทา	รักงาม	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๑๒.	นางสายทอง	จันทร์ดา	สมาชิก หมู่ที่ ๓
๑๓.	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓
๑๔.	นางภาวิณี	สามัคคี	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔
๑๕.	นางบุปผา	ชัยศักดิ์กาญจน์	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๕
๑๖.	นางสาวยุพเรศ	อุดมผล	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๗.	นางสุนันทา	สวัสดิ์ผล	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๘.	นางสุวรรณี	เอี่ยมขำ	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๑๙.	นางสาวสำเนา	ไ้สุน	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๒๐.	นางประภาพร	สาลีเรือง	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๒๑.	นางละออง	หมื่นบวร	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๒๒.	นางใจใส	ขุนเกษ	สมาชิก หมู่ที่ ๕
๒๓.	นางแต่ม	นามถาวร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๔.	นางสุพิ	เกรอด	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๕.	นางศกาศพันธ์	เหมือนจินดา	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๖.	นางสุชิน	เกรอด	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๒๗.	นางสาวงามงาม	ประจวบวัน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๖
๒๘.	นางเครือวัลย์	สุฉันทบุตร	สมาชิก หมู่ที่ ๖
๒๙.	นายวินัย	คณภา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๗
๓๐.	นางจรรยา	ถาถาด	สมาชิก หมู่ที่ ๘

๓๑.	นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘
๓๒.	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	ทีมวิจัย หมู่ที่ ๘
๓๓.	นางอารี	สหสังญาณ	สมาชิก หมู่ที่ ๑๐
๓๔.	นางสมคิด	โสศรีสงค์	แพทย์ประจำตำบลบ้านฆ้อง
๓๕.	นายประเสริฐ	ม่วงเขียว	ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๒
๓๖.	นายสุรพล	สาธิตันท์	ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๔
๓๗.	นางสมภาพร	ระวิงภัย	โรงเรียนวัดบ่อมะกรูด
๓๘.	นางโสภา	สาธิตพงษ์	สถานีอนามัยเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๓๙.	นางโสมยง	เหลาโชติ	เจ้าหน้าที่ โรงพยาบาลโพธาราม
๔๐.	นายประดับ	เหลาโชติ	เจ้าหน้าที่ โรงพยาบาลโพธาราม
๔๑.	นายไสว	สารีสอน	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๒.	นายสุคใจ	ลินลา	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๓.	นายประเสริฐ	ทองสาคร	ประธานสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๔.	นายพิทยา	สันติภูมิโพธา	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๕.	นายประเวช	กอดระกูล	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๖.	ส.ต.ท.บุญชู	สีใส	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๗.	นายบุญตั้ง	เดี่ยวตระกูล	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๘.	นายวีระชัย	พรพิทักษ์	สมาชิกสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๔๙.	นายบำรุง	ศรีวนิชกุล	เจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๕๐.	นายบุญชอบ	ปิ่นทอง	หัวหน้าพัฒนาสังคมเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง
๕๑.	นายอัมรินทร์	อัมปิวิวงศ์	ปลัดเทศบาลตำบลบ้านฆ้อง

เริ่มเวลา ๑๐.๐๐ น.

วาระที่ ๑ การนำเสนอผลการดำเนินงานและแผนการดำเนินงานของโครงการ

นางอุบล ทองกันยา หัวหน้าโครงการฯ กล่าวรายงานวัตถุประสงค์ที่เปิดเวทีประชุมในวันนี้เพื่อรายงานผลการดำเนินงานของทีมวิจัยท้องถิ่นตำบลบ้านฆ้อง การศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฆ้อง และเรียนเชิญท่านประธานสภาเทศบาลตำบลบ้านฆ้องกล่าวเปิดประชุม ขอให้ทีมวิจัยดำเนินงานต่อไปในระยะเวลาที่ ๒ จงสำเร็จต่อไป

คุณมาลา ลิ้มทอง ทีมวิจัย หมู่ที่ ๓ รายงานขั้นตอนการดำเนินงานในระยะที่ ๑ ได้จัดทำตามขั้นตอน คือ

- การสร้างความเข้าใจกับกลุ่มแกนนำในชุมชน เด็ก ผู้สูงอายุ ผู้นำชุมชน แล้ว
- ได้ค้นหาประเด็นเด็นเรื่อง ของแต่ละโซน
- ได้ฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วมของคนในชุมชน

ในระยะที่ ๒ ได้จัดทำตามขั้นตอน คือ

- เก็บข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาวะตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน
- วิเคราะห์ข้อมูลและออกแบบกิจกรรม

ในระยะที่ ๓ ได้จัดทำตามขั้นตอน คือ

- ปฏิบัติภารกิจรวมที่ใช้สร้างสุขภาพชุมชน
- เก็บข้อมูลและสรุปผลจากทำกิจกรรม

จากนั้นคุณประทุมวดี สีใส ทีมวิจัย หมู่ที่ ๑ รายงานวิธีจัดเวทีสร้างความเข้าใจ คือการชวนคนออกมาพูดคุยกัน ทุกคนได้แสดงความรู้ที่ตนมีออกมาให้เพื่อนๆ ได้ฟังและซักถามกัน จนรู้สึกได้ว่าทุกคนอยากที่จะแสดงความสามารถของคนออกมาให้เพื่อนในเวทีประชุมได้รู้ เราก็มีศักยภาพเหมือนกันนะ คราวต่อไปเราก็อยากออกมาเล่าหรือออกมาประชุมอีก

จากการพูดคุยกันหลายๆ ครั้งมีเรื่องเล่ากันถึงเรื่องต่างๆ คนในโซน หมู่ที่ ๑/๓ บอกว่าคนในสมัยก่อนเขามีวิธีการเล่นในเวลาว่างกันอย่างไรรจึงเกิดความสุขและความสามัคคีกลมเกลียวกัน แถมยังประหยัดเงินอีกด้วย สมาชิกในกลุ่มจึงอาสาว่าเราหันมาเล่นการละเล่นแบบเก่าที่เรียกว่าการละเล่นพื้นบ้าน

คนที่คิดก่อนคือ คุณพรทิพย์ กับคุณแฉล้ม คุณไกร คุณพินิต กรรมมา อาสาหาเครื่องมือออกมาเล่นเองในการประชุมครั้งต่อไป สรุปโซน หมู่ ๑/๓ ได้ประเด็นเด่นเรื่องว่าเขามีสุขภาพชุมชนที่ดีคือหันมาเล่นการละเล่นพื้นบ้าน

โซน หมู่ที่ ๒, ๔, ๕ และ ๑๐ ได้ชวนคนออกมาพูดคุยกันหลายครั้ง จนได้ประเด็นเด่นเรื่องว่า เราความมาออกกำลังกายกันดีกว่าจะทำให้สุขภาพของชุมชนดีขึ้น เนื่องจาก ทำให้มีร่างกายแข็งแรง ไม่ต้องพึ่งพารักษาโรค ไม่ต้องคอยกินยาตามเวลาหมอสั่ง พวกเราจะได้ปลอดภัยจากโรคภัยไข้เจ็บ โดยใช้วิธีออกกำลังกาย

โซน หมู่ที่ ๕ / ๖ ได้ชวนกันออกมาพูดคุย กันอยู่หลายครั้ง เช่นกัน จนได้เรื่องว่าเราควรกินอาหารเพื่อสุขภาพ จึงจะทำให้ชุมชนของเรามีสุขภาพที่ดี คือคนไม่มีโรคภัยจากการกินอาหาร อาหารที่ทำเองจะปราศจากสารพิษตกค้าง และทุกคนได้มีส่วนร่วมในการคิดค้นว่าผักที่มีอยู่ในชุมชน มีมากมายเราควรกับมาตุ๋นผักที่ให้ประโยชน์ต่อร่างกายเพื่อสร้างสุขภาพที่ดี

ส่วนโซน หมู่ที่ ๗ / ๘ ก็ออกมาพูดคุยกันว่า ถ้าเราอยู่อย่างเศรษฐกิจพอเพียงจะทำให้ชุมชนของเรามีสุขภาพที่ดี ไม่ต้องคอยหลบเจ้าหนี้ เราทำไร่ ทำสวน และแก้สहुงค์เองจะได้ไม่มีรายจ่ายมากนัก และมาทำบัญชีรายรับรายจ่ายจะได้ หาดั้วคันเหตุที่ทำให้เรามีรายจ่าย ไม่พอกับรายได้ หมู่ ๗/๘ จึงมีเรื่องพูดคุยเศรษฐกิจพอเพียง

จากที่ได้ประเด็นเด่นเรื่องแล้วก็ใช้กิจกรรมต่างๆ ที่ได้แต่ละ โซน เป็นตัวเชื่อมหรือเป็นเครื่องมือ ให้สมาชิกออกมาพูดคุยเพื่อเก็บข้อมูลจากการ ได้ออกมาเล่นมาพูดคุยในเรื่องที่ได้มา ก็ตอบทเรียนออกมาได้ว่า คนเราต้องการมีกลุ่ม ออกมาพบปะกัน ออกมาได้แลกเปลี่ยนวิธีการต่างๆ ที่แต่ละคนมีอยู่

ผลที่ได้จากการวิจัยระยะที่ ๑ - ๒

ก. ได้รู้การเปลี่ยนแปลงของชุมชนตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน เช่น วิถีชีวิต การหาอยู่หากิน อาหาร และสิ่งแวดล้อมเปลี่ยนไป

- ความสัมพันธ์ รวมหมู่ กลายเป็นค่างคนต่างอยู่มากขึ้น
- บทบาทของวัดลดลง
- ลักษณะนิสัยเปลี่ยน ความอดทน ขยันขันแข็ง เปลี่ยนเป็นชอบความสะดวกสบาย พึ่งตนเองน้อยลง
- กิจกรรมบางอย่างหายไป เช่น การละเล่นพื้นบ้าน

ข. สาเหตุการเปลี่ยนในชุมชน

- ความเจริญ ถนน ไฟฟ้า โทรศัพท์ โทรทัศน์

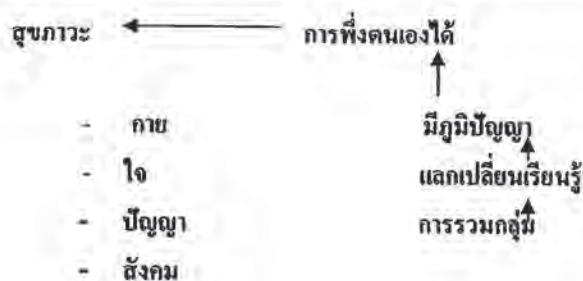
- การเปลี่ยนแปลงการปกครอง
- การศึกษา
- อาชีพมีความหลากหลายเพิ่มมากขึ้น

ก. กิจกรรมประเด็นเรื่องเกี่ยวกับการสร้างสุขภาวะชุมชน

- การละเล่นพื้นบ้าน สร้างความสัมพันธ์ของคนในกลุ่ม ใช้วัสดุในท้องถิ่น ฝึกความคิด ออกกำลังกาย
- การออกกำลังกาย สร้างสุขภาพ และความสัมพันธ์ (สร้าง น้ำ ช่อม)
- อาหารเพื่อสุขภาพ สร้างสุขภาพ สร้างความสัมพันธ์ และประหยัค
- เสริมสุขภาพเพียง สร้างสุขภาพ และลดรายจ่าย

ง. ความสัมพันธ์ของกิจกรรมเดินเรื่องกับการสร้างสุขภาวะ คือกิจกรรมทั้ง ๔ เป็นเครื่องมือสื่อสารความหมายของสุขภาวะ

จ. กระบวนการเกิดความหมายใหม่ของสุขภาวะของชุมชนบ้านจ้อง



คุณภาวิณี สามีคี่ นักวิจัย หมู่ที่ ๔ นำเสนอผลที่ได้ในระยะเวลาที่ ๑-๒

๑. บทเรียนของทีมวิจัย

- ความสัมพันธ์ของทีมวิจัย
- กระบวนการทำงาน วางแผน แบ่งบทบาท ลงมือทำ ถอดบทเรียน
- ทักษะ (ฟัง คิด ถาม เขียน บันทึก)

๒. การเกิดกลุ่ม

๓. ปัจจัยสู่ความสำเร็จในการทำงาน

- คนมีใจและมีเวลา
- ความต่อเนื่องในการทำงาน
- การสรุปถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม
- การประสานงาน

การดำเนินงานในระยะต่อไป (ระยะที่ ๓)

- ปฏิบัติการกิจกรรม ที่ใช้สร้างสุขภาวะชุมชน
- เก็บข้อมูลและสรุปผล

การออกแบบกิจกรรม (กรกฎาคม – ธันวาคม ๒๕๕๓)

๑. กิจกรรมชวนคน จำนวน ๔ ครั้ง (รวมกลุ่ม)

๒. ทำกิจกรรมสร้างสุขภาวะชุมชนโดยใช้เครื่องมือทั้ง ๔ กิจกรรม (ลงมือทำ)
๓. เวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทั้ง ๔ โชน (การสร้างความรู้ / ภูมิปัญญา)
๔. เวทีถอดบทเรียน / สรุปผล

วาระที่ ๒ รายงานสถานการณ์การเงินโครงการ

คุณภาวิณี สามัคคี ทีมวิจัย หมู่ที่ ๔ และเป็นบัญชีการเงิน

- งวดที่ ๑ (พฤษภาคม - ตุลาคม ๒๕๕๒ ได้รับโอน เป็นจำนวนเงิน ๔๗,๒๐๐ บาท)
- ใช้จริงถึงวันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๓ คงเหลือ ๑๑,๐๖๖ บาท
- งวดที่ ๒ (พฤศจิกายน ๒๕๕๒ - เมษายน ๒๕๕๓ ได้รับโอนเมื่อวันที่ ๒๑ มิถุนายน ๒๕๕๓ เป็นเงินจำนวน ๑๓๐,๕๘๗.๕๓ บาท)
- รายจ่ายวันที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๕๓ จำนวน ๒,๖๐๕ บาท
- รายจ่ายวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๕๓ จำนวน ๓๐๐ บาท
- คงเหลือเงินสุทธิ ณ วันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๕๓ จำนวน ๑๔๐,๐๓๘.๕๓ บาท

ข้อเสนอแนะจากหน่วยงาน

- ๑ จากโรงพยาบาลโพธาราม ทั้ง ๔ กิจกรรม ทำให้เกิดผลบวกและลบอย่างไร ควรทำอย่างต่อเนื่อง และถ่ายทอดขยายผลให้ตำบลอื่นด้วย
- ๒ จากผอ.กองสาธารณสุข เป็นเรื่องที่คิดในการทำวิจัยท้องถิ่น แต่ยังการประชาสัมพันธ์ยังน้อยไป
- ๓ ผู้ใหญ่หมู่ที่ ๒ ให้ควรทำกับเยาวชนให้มากขึ้นให้เด็กรู้จักอ่อนน้อมถ่อมตน
- ๔ ตั้งข้อสังเกต ทั้งทีมวิจัยและผู้เข้าร่วมประชุม มีเพศหญิง มากกว่าเพศชายร้อยละ ๕๐
- ๕ ปลัดเทศบาลเป็นงานที่น่าสนใจมาก และให้เห็นความสำคัญของพืชสมุนไพรไทย
- ๖ การทำวิจัย ระยะเวลาทำงาน กับงบประมาณ เป็นอย่างไร
- ๗ การกำหนดโซนในพื้นที่ติดต่อ และนำกิจกรรมทั้ง ๔ มาบูรณาการกัน

ปิดประชุม เวลา ๑๒.๓๐ น.

น.ส.ประทุมวดี สีใส
ผู้บันทึกการประชุม

นางภาวิณี สามัคคี
ผู้ตรวจทาน และแก้ไข

กิจกรรมที่ ๔๐ เวทีสร้างความเข้าใจการละเล่นพื้นบ้านที่มียี่สิบหกกับเก่า

วันที่ ๑ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.

ณ บ้านประทุมวดี สีใส หมู่ที่ ๑ ต.บ้านจ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางสาวประทุมวดี	สีใส	นักวิจัย ม.๑
๒.	นางมณี	โพธิ์เขนย	สมาชิก ม.๑
๓.	ค.ญ.เกศกนก	สีใส	สมาชิก ม.๑
๔.	ค.ญ.ศกาวดี	สีใส	สมาชิก ม.๑
๕.	ค.ญ.สุวรรณี	สีตัย	สมาชิก ม.๑
๖.	ค.ช.ณัฐวุฒิ	เคียงเกตุ	สมาชิก ม.๑
๗.	ค.ช.ณัฐวุฒิ	คีวิหก	สมาชิก ม.๑
๘.	น.ส.พรทิพย์	คีรีวัน	สมาชิก ม.๑
๙.	ค.ช.ปิยวัฒน์	วังกาบ	สมาชิก ม.๑
๑๐.	ค.ญ.รัตติกาล	พุทฺธิ	สมาชิก ม.๑
๑๑.	นางนวล	พิจิตร	สมาชิก ม.๑
๑๒.	นางไกร	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๑๓.	นางสาวสุคใจ	ใจหัน	สมาชิก ม.๑
๑๔.	นางสุวรรณ	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๑๕.	นางแถม	จันทร์แปลง	สมาชิก ม.๑
๑๖.	นางโกสุม	มาลาวงศ์	สมาชิก ม.๑
๑๗.	นางสาวสุปณี	นิรินรัมย์	สมาชิก ม.๑
๑๘.	ค.ญ.ไบเศษ	สังขสาย	สมาชิก ม.๑
๑๙.	ค.ช.สุกชัย	เหมาะ โสม	สมาชิก ม.๑
๒๐.	นางอุบล	ทองกันยา	สมาชิก ม.๒
๒๑.	นายบุญพล	จิครคำ	สมาชิก ม.๒
๒๒.	นางน้านอง	เบ็ญจชาติ	สมาชิก ม.๒
๒๓.	ค.ญ.กฤติธ	ลิ้มทอง	สมาชิก ม.๓
๒๔.	ค.ญ.วรรณนิสา	ชุกุล	สมาชิก ม.๓
๒๕.	ค.ญ.มินตรา	อ่วมชัย	สมาชิก ม.๓
๒๖.	นางสมทรง	วันนุ่น	สมาชิก ม.๓
๒๗.	นางสาวสุนันทา	รักงาม	นักวิจัย ม.๓
๒๘.	น.ส.ลำอ่างค์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๓
๒๙.	ค.ช.ภัทรกร	นันทนากรณ์	สมาชิก ม.๓
๓๐.	นางทนอม	นันทนากรณ์	สมาชิก ม.๓

๓๑.	นางวันเพ็ญ	ใจสั้นเหี้ยะ	สมาชิก ม.๓
๓๒.	ค.ญ.จิราพร	ใจสั้นเหี้ยะ	สมาชิก ม.๓
๓๓.	ค.ญ.บุษบา	ทองย้อย	สมาชิก ม.๓
๓๔.	ค.ญ.ปิยวรรณ	ทองย้อย	สมาชิก ม.๓
๓๕.	ค.ญ.อนิทมน	จันทร์คา	สมาชิก ม.๓
๓๖.	ค.ญ.ชนิตา	ลินดา	สมาชิก ม.๓
๓๗.	นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	สมาชิก ม.๓
๓๘.	นางบำรุง	อุ้นทาโพ	สมาชิก ม.๓
๓๙.	ค.ช.ฉัณฑ	อุ้นทาโพ	สมาชิก ม.๓
๔๐.	น.ส.มาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย ม.๓
๔๑.	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย ม.๔
๔๒.	นางนฤมล	แป้นภู	สมาชิก ม.๔
๔๓.	นางสุนันทา	สวัสดิผล	สมาชิก ม.๕
๔๔.	นางไสว	ประเสริฐศิลป์	สมาชิก ม.๕
๔๕.	นางบุปผา	ชัยศักดิ์านุกูล	สมาชิก ม.๕
๔๖.	น.ส.สำเนาวิ	ไต้สุน	สมาชิก ม.๕
๔๗.	น.ส.บุษบา	ขุนเกษฯ	สมาชิก ม.๕
๔๘.	นางใจใจ	ขุนเกษฯ	สมาชิก ม.๕
๔๙.	นางละออง	หมื่นบวร	สมาชิก ม.๕
๕๐.	นางอุพรเสศ	อุดมผล	สมาชิก ม.๕
๕๑.	นางประภาพร	สารีเรือง	สมาชิก ม.๕
๕๒.	นางถ้อย	ลิ้มทอง	สมาชิก ม.๕
๕๓.	นางตำรวจ	สีลางาม	สมาชิก ม.๖
๕๔.	นางมณี	ทวีผล	สมาชิก ม.๖
๕๕.	นางเครือวัลย์	สุพันธ์บุตร	สมาชิก ม.๖
๕๖.	นางแต่ม	นามถาวร	สมาชิก ม.๖
๕๗.	นางสุพิ	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๕๘.	น.ส.ง่างาม	ประจวบวัน	นักวิจัย ม.๖
๕๙.	นางสุจิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๖๐.	นางสุจิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๖๑.	นางสมคิด	โสทธิสงค์	สมาชิก ม.๖
๖๒.	นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘
๖๓.	นางสมจิตร	มันักัด	สมาชิก ม.๘
๖๔.	นางเคี้ย	เพ็งวัน	สมาชิก ม.๘
๖๕.	นางแถม	คำอาจ	สมาชิก ม.๘
๖๖.	นางจรรยา	ถาถาด	สมาชิก ม.๘

๖๗.	น.ส.ลลิตา	ศรีอุทาพาน	สมาชิก ม.๕
๖๘.	นางอริ	สหสัจญาณ	สมาชิก ม.๑๐

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๓๐ น.

ที่ประชุมได้ถามว่าใครแนะนำสมาชิกใหม่มา ทีมวิจัยกับสมาชิกผู้เข้าร่วมใหม่แนะนำตัวเอง โดยวิธีให้ทีมวิจัยเก่ากับใหม่จับคู่สัมภาษณ์ประวัติซึ่งกันและกัน และใครเป็นคนชวนมาเข้าประชุมเวทีวันนี้ และไปชวนว่าอย่างไรจึงอยากมาประชุม ให้เวลาจับคู่พูดคุยกัน ๑๐ นาที เช่น ถามว่าคุณเคยประสบผล มาใหม่ ใครชวนมา แล้วทำไมจึงมาวันนี้ น้องประกาศพร ชวนมา เพราะเห็นเขาบอกว่าไปประชุมที่หมู่บ้าน หมู่นี้ทุกสัปดาห์ จึงอยากรู้ว่าเขาประชุมอะไรกันทุกสัปดาห์กัน เพราะอยู่บ้านเหงาไม่มีเพื่อน เห็นคนข้างบ้านแต่งตัวออกจากบ้านทุกวันหยุดจึงอยากมาเที่ยวกับเพื่อน และอีกหลายคนเห็นคนอื่นมาจับกลุ่มคุยกันจึงอยากรู้ว่ามาคุยเรื่องอะไร คืออยากรู้บ้าง แต่ละคนก็ได้ทราบความเป็นมาพอสมควรจนครบทุกคน โดยชักชวนพูดคุยย่อยๆ อยากรู้ต้องมาประชุมเอง

คุณประทุมวดี ลีโส ทบทวนโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านม้องให้สมาชิกใหม่ฟัง คามขึ้นตอนต่างๆ ประชุมวางแผน สร้างความเข้าใจ เก็บข้อมูล วิเคราะห์ และสรุปผล

สรุปได้ว่าคนบ้านม้องต้องมารวมกลุ่มกันช่วยกันค้นหาวิถีชีวิตดั้งเดิมมาเปรียบเทียบกับปัจจุบัน แล้วมองเห็นแนวทางการสร้างสุขภาวะ จากการรวมกลุ่ม เกิดการเรียนรู้ เกิดภูมิปัญญา และพึ่งพาตนเองได้ และยังคงแลกเปลี่ยนออกเป็นชมรมต่างๆ ได้หลายชมรม แต่ละชมรม คิดออกมาได้ อีก 4 ชม. คือ อ.ออกกำลังกาย อ.อาหาร อ.ออม สูดท้าย อ.อารมณ์ดี ทีมแลกเปลี่ยนทำได้อาหารนี้ จึงต้องการขยายผลให้กับคนหรือกลุ่มที่ยังไม่ได้เข้าร่วมทีมวิจัย จึงให้ทีมเก่าไปชักชวนคนใหม่มาเข้าร่วมทีมวิจัยนี้ ให้มีเครือข่ายเพิ่มขึ้น

จากนั้นได้เปิดโอกาสให้ทีมใหม่ได้แสดงความคิดเห็นต่อการละเล่นพื้นบ้านและอาหารสมุนไพร ว่ามีการละเล่นอะไรบ้าง ปุ๊ยกบอกว่า หมากเก็บ หมากไล่ห่าน กาฬิกไข่ งูกินหาง วีรี ข้าวสาร มอญซ่อนผ้า ลูกช่วง ขุมเมือง ซึ่งการละเล่นเหล่านี้ต้องมีคนตั้งแต่ ๒ คนขึ้นไปมาร่วมกันเล่น แสดงให้เห็นถึงการรวมกลุ่มทำให้คนเราสร้างความสุขใจสุขกายได้ และเกิดการยอมรับกติกาการเล่นชนิดต่างๆ พร้อมทั้ง สาธิตการเล่นหมากไล่ห่าน และงูกินหาง

ถอดบทเรียนหลักกิจกรรม

ทำให้ได้เพื่อน รู้จักวางแผน สนุก ได้ออกกำลังกาย หัวเราะ และได้ออกเสียง ได้ไหวพริบ

ปิดเวทีเวลา ๑๒.๐๐ น.

นางสาวประทุมวดี ลีโส

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๔๑ เวทีสร้างความเข้าใจหมู่ที่ ๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๘
วันที่ ๘ สิงหาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
ณ ศาลาศาลเจ้าหมู่ที่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

นักวิจัยผู้ใหญ่จำนวน ๓๕ คน
นักวิจัยเด็กจำนวน ๑๐ คน
ชาวบ้าน จำนวน ๓๖ คน

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๐๐ น.

ประธาน โครงการแนะนำตัวนักวิจัยพร้อมกับผู้ใหญ่บ้าน ได้พูดคุยถึงเรื่องสุขภาพกับการออกกำลังกายให้ข้อคิดที่
คือ ว่าถ้าสุขภาพดี อารมณ์ก็ดีด้วยตามมาด้วยจิตใจแจ่มใสต่อไปอนาคตจะเป็นหมู่บ้านที่มีคนป่วยน้อยลง

นางอุบล ทองกันยา ได้กล่าวถึงประวัติของกลุ่มคนรักสุขภาพ ซึ่งต่อมาเป็นชมรมคนรักสุขภาพ ได้ก่อตัวจากกลุ่ม
คนประมาณ 6 คน ต่อมาก็ชักชวนกันมาออกกำลังกายเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ โดยชุมชนดูแลกันเอง ในชุมชนสมาชิกในกลุ่ม
ส่วนมากเป็นผู้สูงอายุ หลังจากออกกำลังกายก็จะร่วมพูดคุยกันก่อนกลับบ้าน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ
คุณค่าทางอาหาร วิตามินต่างๆ ในสารอาหาร พร้อมกับการสะสมเงินออมของผู้สูงอายุ เพื่อเป็นตัวอย่างในการใช้
ชีวิตประจำวัน ให้ลูกหลานได้สืบทอดและปฏิบัติตาม ปัจจุบันมีสมาชิกอยู่ ๓๐ คน สำหรับ ๓ คนแรก ที่ถูกชักชวนมาร่วม
กลุ่ม คือ ป้าหล่น ป้าออก และ ป้าเอียง มีความรู้สึกว่ายากมีสุขภาพแข็งแรงก็เลยมาและตั้งใจ ได้มีเพื่อนในวัยเดียวกัน ซึ่ง
แตกต่างจากสมัยก่อนทำนา ทำไร่ ทำสวน

นางอุบล ทองกันยา ได้กล่าวถึงการออกกำลังกายของหมู่ ๒, ๔, ๘, ๑๐ ว่าส่วนมากจะออกด้วยการสร้างสุขภาพ
ด้วยไม้พลอง ซึ่งมีอยู่ ๓ อย่างคือ ไม้ไผ่ ไม้กระบอง ท่อ พี วี ซี ความยาวเท่ากับ ๒ ช่วงมือของแต่ละคน จะเป็นการออก
กำลังกายแบบต่อเนื่อง ๓๐ - ๔๕ นาที ก่อนการออกกำลังกายจะต้องอบอุ่นร่างกายก่อน หลังออกก็ต้องคลายกล้ามเนื้อเพื่อ
ลดอาการปวดเจ็บต่างๆ ของร่างกาย และทำให้เลือดกลับสู่หัวใจปกติ ออกกำลังกายต้องปฏิบัติจากน้อยไปหามาก

จากนั้นสมาชิกในผู้สูงอายุสาธิตการออกกำลังกายให้ดู แล้วให้สมาชิกในแต่ละหมู่ร่วมกันออกกำลังกาย มีคุณยาย
ละออง นุญนาค เป็นผู้นำ หลังจากออกกำลังกายแล้วอุบลได้ถามความรู้สึกเป็นอย่างไร

ปุย บอกว่าได้เรียนรู้วิธีการออกกำลังกายด้วยไม้พลอง
ป้ารอง ชวนการออกกำลังกายแบบการใช้ไม้ค้ำยัน
เต๋กฯ บอกได้เหงื่อ ได้สนุก และชื่นใจ
พี่มาลา ล้มทอง ได้ระเบียบวินัย ทำสม่ำเสมอ
พี่ไฉไล ได้ความสามัคคี ความสุข คลายความปวดเมื่อย
กริม ได้เหงื่อ ถ้าไม่ลงมือทำก็จะไม่รู้ ได้เพื่อน ได้พูดคุย ได้รู้จักกัน

หลังจากรับประทานอาหารว่างแล้วก็จะกิจกรรมของรางวัลสุขภาพ โดยเนื้อหาเพลงจะสร้างสรรค์เกี่ยวกับ
สุขภาพใช้เวลาในการร้อง ๓๐ นาที แล้วชวนกันรับประทานอาหารที่ถูกต้องไม่กินมากเกินไป รักษาน้ำหนักสุขภาพของ

ตัวเอง หลังจากออกกำลังกายแล้วมีกิจกรรมส่งเสริมการเล่นพื้นบ้านริ้วข้าวสาร งูกินหาง หม่าไล่ห่าน มาให้ดู เด็กๆก็
สนุกในกิจกรรมนี้ด้วย เพราะทุกคนได้มีส่วนร่วมในการเล่นทุกชนิด

วาระที่ ๒ รายงานสถานการณ์การเงิน

สรุปการเงินหลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมดังนี้

- ยอดเงินยกมา	๕๗,๓๐๖.๕๓	บาท
- รายจ่ายวันนี้	๕,๕๑๕	บาท
- คงเหลือ	<u>๕๑,๗๙๑.๕๓</u>	บาท

สรุปถอดบทเรียน

สิ่งที่ได้รับในวันนี้ คือ ได้ความสนุก ดีใจ ได้ออกกำลังกาย ได้มีรูปภาพที่ดี คลายเครียด มีเพื่อนใหม่ สถานที่ในการทำกิจกรรมใช้สถานที่เดิมแต่ควรเพิ่มเวลา

ปิดกิจกรรมเวลา ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

ถอดบทเรียนเรื่อง หาดตนเอง
จากการเข้าร่วมโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชนบ้านฉ้อง
ก่อนเข้าร่วมโครงการ

นางสาวประทุมวดี สีใส ทีมวิจัยหมู่ที่ ๑

สอนหนังสือภาษาไทยและภาษาอังกฤษพื้นฐานระดับชั้นประถมศึกษา ให้กับคนในชุมชนที่เป็นเครือญาติ ลูกหลานและคนที่สนใจอยาก อ่านออก เขียนได้ภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์เบื้องต้น แรงบันดาลใจ ที่เปิดบ้านเป็น แหล่งรวมของเด็กๆ มาเรียนพิเศษ เนื่องจากได้ยินเสียงผู้ปกครองบ่นกล่าวอยู่เนืองๆ ว่าเด็กที่เรียนโรงเรียนวัด...จะเขียน อ่าน ไม่เป็น ภาษาอังกฤษยังไม่รู้เรื่องเลย ทำไมเราก็จบจากโรงเรียนวัด และอีกหลายร้อยคนที่เข้ามาตำแหน่งการงานคดีมี มากมาย ก็มาจากโรงเรียนวัด จึงเปิดสอนให้กับลูกหลานที่เรียนอยู่โรงเรียนวัดบ้านฉ้อง และเป็นลูกหลานเครือญาติผู้ ใกล้เคียงก่อน เพื่อป้องกันไม่ให้เด็กๆ ออกไปเรียนนอกชุมชน อย่างน้อยก็อยู่ใกล้ ประหยัดค่าใช้จ่ายของผู้ปกครอง

วิธีการแรกคือพูดคุยชักชวนผู้ปกครองที่มีเด็กๆ กำลังเรียนวัยประถมที่เรียนอยู่โรงเรียนวัดบ้านฉ้อง ให้มาเรียน ภาษาอังกฤษและคอมพิวเตอร์ที่บ้าน สอนให้ฟรี

เริ่มปี พ.ศ.๒๕๔๐ เปิดวันเสาร์บ่าย (เวลา ๑๓.๐๐ – ๑๕.๐๐ น.)

วันอาทิตย์ (๐๘.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.)

เปิดสอนตามวันเวลาดังกล่าว เพราะตอนนั้นรับราชการอยู่ที่วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนราธิวาส ทำงานวันจันทร์- ศุกร์ วันเสาร์เข้าเวรครึ่งวัน กลับมาบ้านพาเด็กๆ ฝึกเขียนเรียนอ่านตามความสนใจของเด็ก ตนเองคอยสังเกตว่าเด็กต้องการ หนังสืออะไรบ้าง คอนสตันเดือนจะกันเงินค่าหนังสือไว้เดือนละ ๕๐๐ บาท ทำแบบนี้มา ๕ ปีเต็ม จนมีหนังสือจัดเป็น ห้องสมุดได้ ให้เด็กๆ ที่มาเรียนช่วยกันจัดหมวดหนังสือเก็บเข้าชั้นวางหนังสือ สอนวันเสาร์-อาทิตย์ เรื่อยมาถึงปี พ.ศ. ๒๕๔๖ เด็กๆ ค้างชักชวนกันมามากขึ้น พอติดกับมารดาเสียชีวิต อายุ ๘๕ ปี บิดาต้องอยู่คนเดียว อายุก็ ๘๒ ปีแล้ว ประทุมวดี ก็ลงงานที่รับผิดชอบที่วิทยาลัยพยาบาลฯ โดยสอนงานให้รุ่นน้องทำแทนอยู่ ๑ ปี แล้วยกตำแหน่งให้เขาบรรจุงานแทน ออกมาดูแลบิดาได้เต็มที่ และเปิดสอนพิเศษที่บ้าน เปลี่ยนเวลา มาเป็นวันจันทร์- ศุกร์ เวลา ๑๗.๐๐ – ๑๙.๐๐ น. มาจนถึง บัดนี้ ได้ดูแลบิดาไปด้วย ณ วันที่ท่าน อายุ ๘๘ ปี เมื่อวันที่ ๑๐ เดือนกรกฎาคม ๒๕๕๔ ได้ช่วยชาติ ช่วยบิดา มารดา เหลือ เวลาอีกนิดหน่อยคิดว่าจะไปเที่ยว แต่กลับใจมาอยู่กับชุมชนคิดว่า เพราะได้ไต่เต้าจาก สกว. ไปเที่ยวในชุมชนเรานี้แหละ เป็นสุขที่สุด ได้ติดตามผลการเรียนของเด็กที่เข้ามาเรียนพิเศษเป็นระยะๆ และดูผลการสอบเข้าเรียนต่อชั้น ม.๑ ของโรงเรียน ดังๆ คิดคำนึงได้งานทำในตำแหน่งดีๆ หรือมีงานทำ มีรายได้ และเลี้ยงตนเองได้

ปี พ.ศ.๒๕๕๘ ได้มีโอกาสเข้าร่วมประชุมเวทีครอบครัวอบอุ่นในชุมชนของสำนักงานพัฒนาสังคมและความ มั่นคงของมนุษย์ จังหวัดราชบุรี (พมจ.) เข้าประชุมที่บ้านผู้ใหญ่หมู่ที่ ๑ มีผู้เสนอขอให้เป็นแกนนำด้านครอบครัวอบอุ่นใน ชุมชน มีกิจกรรมต่างๆลงมา โดย พมจ. เป็นผู้คิดกิจกรรมสำเร็จรูปมาให้ คือทำตารางการทำกิจกรรมทั้ง ๑๐ หมู่ คือ

๑. กิจกรรมงูลูกหลานเข้าวัด เวียนไปทุกสัปดาห์ตั้งแต่หมู่ที่ ๑ - ๑๐ หมู่ละ ๓ ครอบครัว พ่อ แม่ ลูก หรือ ผู้ปกครอง เป็นภาพรวมของตำบล ผลมีข้อจำกัดจำนวนครอบครัว งบประมาณเป็นคั้วแปร ไม่ได้ผลเท่าควร

๒. กิจกรรมอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม พาเด็กปลูกต้นไม้ในที่สาธารณะ และไปทำความสะอาดสถานที่สาธารณะเช่น วัด โรงเรียน ศาลาตามหมู่บ้าน และการคัดแยกขยะก่อนทิ้ง ขณะนี้กองสิ่งแวดลั้อมฯ เทศบาลบ้านฉ้องได้จัดการคัดแยก ขยะก่อนทิ้งโดยทุก ๓ เดือนจะให้เจ้าหน้าที่ออกมารับซื้อขยะที่หมู่บ้านแต่ละหมู่ โดยผู้ที่ขายขยะได้เงิน ๕๐ บาท จะได้แถม ไข่ ๒ ฟอง ถ้าขายขยะได้ เงิน ๑๐๐ บาท แถมไข่ ๕ ฟอง

๓. กิจกรรมทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายครัวเรือน ชาวบ้านจะไม่เข้าใจวิธีการมิจดบ้าง ไม่จดบ้าง เพราะขาดขั้นตอน การสร้างความเข้าใจในการทำบัญชีรายรับ-รายจ่ายครัวเรือน แนวทางและวัตถุประสงค์ดี แต่ขาดความต่อเนื่อง เวลาที่ พบปะกันขาดตอนทำไม่สำเร็จเป็นหมู่บ้าน แต่ยังมีทำเป็นกลุ่มย่อยๆ และกลุ่มย่อยนี้สามารถอยู่ได้กับทุกสถานะทาง เศรษฐกิจ

๔. กิจกรรมแผนแม่บทชุมชน มีสถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน (องค์การมหาชน) เข้ามาในหมู่บ้าน มาเก็บข้อมูลไป ทุกด้าน แล้วก็หายไปเลย ไม่เป็นผลเช่นเคย

ผลที่ได้ คือ ได้ร่วมกิจกรรมเฉพาะกลุ่มเพียงระยะหนึ่งไม่ได้มีความผูกพันทั้งด้านสังคมและด้านจิตใจเพราะ กิจกรรมทุกกิจกรรมต้องมีเงินเป็นตัววัดใจคนที่จะเข้าร่วมกิจกรรม มีเงินไหม้ย ไร้ของอะไรบ้าง

ปี พ.ศ.๒๕๔๘ ได้ถูกเชิญเข้าร่วมประชุมเครือข่ายยุทธธรรมชุมชน เข้าร่วมเวที 4 ครั้งเพราะสนใจเรื่องกฎหมาย และการได้รับความคุ้มครองด้านต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และปัญหาของชุมชนรวมไปถึงเด็กและเยาวชน เมื่อเกิดปัญหา ขึ้น จะดำเนินการตามขั้นตอนอย่างไร ได้รู้เรื่องสิทธิพึงได้ จึงได้ถูกเลือกให้เป็นอาสาสมัครคุมประพฤติจังหวัดราชบุรี ขณะนี้ ได้สอดส่องดูแลเด็กที่เข้ารับการฟื้นฟูศรัทธาเสพติดตำบลบ้านหม้อและตำบลใกล้เคียง แล้วแต่คดีที่สน.คุมประพฤติส่งมาให้ วิธีการเข้าไปสอดส่องแต่ละคดี ได้นำขั้นตอนที่ได้จากการเข้าทำงานวิจัยของ สกว. ไปใช้ ๕๕ เปอร์เซ็นต์ เริ่มจากขั้นตอน เข้าไปพูดคุยวางแผนกับครอบครัวผู้ปกครอง และสร้างความเข้าใจกับผู้ปกครอง วางแผนร่วมผู้ปกครอง เก็บข้อมูล ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้องการฟื้นฟูศรัทธาเสพติด วิเคราะห์ข้อมูลหาเหตุผล แล้วออกแบบทดลองตามแผน และสรุปถอดบท สอนหนาแต่ละครั้ง ว่าผู้ปกครองและเด็กสามารถรับตามเงื่อนไข ให้กลับคืนมาเป็นคนดีของครอบครัวและคืนคนดีให้สังคม ได้หรือไม่ นำวิธีการของวิจัย สกว. มาใช้ช่วงระยะเวลาสั้นเข้า ได้สำเร็จ ๖คดี ก็ภูมิใจนะค่ะที่เราเป็นตัวกลางที่มีระบบและทำ ได้

ปี พ.ศ.๒๕๕๐ เข้าร่วมโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสว่างสุข) โดยศูนย์พัฒนาสังคมหน่วย ที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี มาค้นหาความต้องการของชุมชนก็ได้กิจกรรม

๔. กิจกรรมรวมอาชีพเสริมของสตรีแม่บ้าน แม่บ้านสวนละอรัทวาย เข้มกระเป่าผ้า ดอกไม้จันทน์

๕. กิจกรรมฟื้นฟูวัฒนธรรมท้องถิ่น การละเล่นพื้นบ้าน ฯลฯ ยังเล่นกันตามวันเทศกาลสำคัญๆ

๖. กิจกรรมส่งเสริมดนตรี กีฬา คนตรีสากลที่มี ม.๘ คีกลองยาวที่มี ม.๑ ออกกำลังกายด้วยธูล่าฮูป

ป้องกัน แคมดินตัน ชาวบ้านยังรวมตัวกันทำอย่างค่อเนื่องทุกสัปดาห์ และมาส่งเสริมรักการอ่านให้หนังสือ แบบเรียนและหนังสือนิทาน แต่ขั้นตอนการทำกิจกรรมยังไม่เป็นกระบวนการเท่าที่ควร เพราะแกนนำ ยังต้องกระตุ้น สมาชิกอยู่ คือต้องการให้สมาชิกคิดและชี้นำกลุ่มบ้าง

ปี พ.ศ.๒๕๕๑ ปลายปีประมาณ เดือนพฤศจิกายน - ธันวาคม เข้าร่วมโครงการศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชน บ้านหม้อ คุณง่างาม ประจวบวัน นักวิจัยเพื่อท้องถิ่น จ.สมุทรสงคราม เข้ามาพูดคุยเรื่อง เด็กผู้ใหญ่คนบ้านหม้อจะมี ความสุขได้อย่างไร กับคณะทำงานศาลาสว่างสุขตำบลบ้านหม้อ เป็นโอกาสที่ดีได้สานงานต่อไป

๗. เริ่มประชุมเตรียมทีมวิจัย/บทบาทหน้าที่ แผนงาน มีขั้นตอน การทำแบบนี้จะไม่หลงประเด็นที่เรารู้สึกว่า ประชุมอะไรกันนักหนา พอผ่านเวทีที่ ๑ จึงรู้ว่าการทำอะไรที่จะให้คนอื่นเข้าใจด้วยนี้ ต้องใช้เวลาพูดคุยกันให้คนเข้าใจ ก่อน

๘. เปิดเวทีสร้างความเข้าใจกับทีมวิจัยเด็ก ผู้ใหญ่ กลุ่มสตรีแม่บ้าน และ อสม. รวมไปถึงสร้างความเข้าใจกับ หน่วยงานต่างๆ มีครู โรงเรียน ๔ แห่ง เทศบาล วัด โรงพยาบาล สถานีตำรวจโพธาราม กำนันผู้ใหญ่บ้านแต่ละหมู่

๙. หาประเด็นเด็นเรื่อง กลุ่มใหญ่ไปกลัวว่าข้อมูลจะไม่รัดกุม จึงแบ่งเป็นโซน ได้ ๕ โซน และมีการบันทึก ผักผู้ ที่เข้าร่วมเวทีให้แสดงความสามารถแบบประชาธิปไตย แบ่งหน้าที่กันทำงาน เช่น เวทีหนึ่งๆ มีคนชวนคุย คนขึ้นกระดาน

คนเตรียมสถานที่ คนบันทึกข้อมูล คนสรุปรายงานหลังเลิกกิจกรรม แต่ละงานได้ผลัดเปลี่ยนหมุนเวียนกันทำ เป็นการฝึกตนเอง อย่างน้อยทุกคนได้พูด ไม่แค่แนะนำตนเองเป็น เวลาประชุมทุกคนได้มีส่วนร่วม เพราะปกติคนไทยชอบนั่งฟังอย่างเฉยๆ พอเลิกประชุมก็ทิ้งไว้ที่ประชุม ไม่ได้ติดตาม ไม่ได้ใส่ใจจะนำไปขยายให้คนอื่นรับรู้บ้าง เพราะไม่มีส่วนในการคิดปัญหา ก็ไม่เกิดจิตสำนึก

๑๐. เก็บข้อมูลเรื่องที่พูดคุยและเรื่องที่เล่นแสดงออกของการละเล่นพื้นบ้านชนิดต่างๆ และถอดบทเรียนของทีมวิจัย และสมาชิกในแต่ละเรื่องมีข้อค้อย ข้อดีอย่างไร และจะแก้ไขปรับปรุงอย่างไร

๑๑. นำข้อมูลมาวิเคราะห์แต่ละเรื่องว่าได้อะไรจากการเล่นการพูดคุยการฟื้นฟูวิถีชีวิตของชุมชนถึงปัจจุบันทำให้เห็นแนวทางการดำรงชีวิตที่ปลอดภัยถึงพร้อมการมีการให้กำลังใจต่อกัน

๑๒. สรุปผลการพูดคุยและการเล่น การทำกิจกรรมแต่ละประเด็น เรื่องที่ทำให้รู้ถึงสาเหตุหรือปมปัญหา เพื่อหาทางแก้ไขด้วยวิธีที่อ่อนน้อมและกลมกลืนต่อกัน ทุกคนได้แสดงความรู้สึกว่าได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มและ ได้ติดตามทุกข้อปัญหา คนได้คิด ได้แสดงออก ได้กระทำ ไปพร้อมๆ กันของแต่ละเวที

สิ่งที่ได้จากการเข้าร่วมเวทีกิจกรรมของ หน่วยงาน (สกว.) ต่างจากกิจกรรมของหน่วยงานอื่นๆ ที่ได้ประสบมา คือ ขั้นตอนการเข้าถึงประชาชน สกว.จะเข้าไปสร้างความเข้าใจก่อนจะได้คนที่ต้องการหรือสมัครใจมาเข้ากลุ่ม ค่อยเป็นค่อยไปพูดคุยจนคนทั้งกลุ่มน่าจะเชื่อถือได้ลองทำดู ถ้าดีก็ทำต่อ ถ้าไม่ดีก็หยุดคิดหาเหตุผลส่วนหน่วยงานอื่นเหมือนจับคนขึ้นมาเป็นตัวตั้งโดยไม่คิดว่าเขาอยากทำหรืออยากเป็นหัวหน้าหรือไม่ เสนอหรือชี้ตัวเลยว่าคนนี้เป็นตัวแทนแล้วคิดกิจกรรมให้เลย ขาดการมีส่วนร่วมจึงทำให้ผลไม่ยั่งยืน ต่างกับที่สอนหนังสือสอนไปสอบไป นักศึกษาสอบตอบตรงคำถาม แสดงว่าสอบผ่าน นักเรียนได้คะแนน ครูคัดเกรด เกรดออกแล้วครูนักเรียนไม่ได้มีความสำคัญต่อกัน จบเป็นรุ่นๆ จบแล้วจบเลย

หลังจากเข้าร่วมโครงการฯ นี้ ได้อะไร

๑๑. ได้รู้วิธีการดำเนินเรื่องอย่างแบบเนียน เราไม่ได้ไปบังคับใคร ให้ทำตาม

๑๒. ได้ใจผู้ที่เข้าร่วมทีม และความแตกต่างต่างๆ ด้านของคน ทำให้เราหาเหตุผล ไม่ด่วนสรุป

๑๓. ได้รู้ความสุขที่แท้จริงของคนที่เขาได้มีส่วนร่วมในการพูด คอย คิด และแสดงออก

๑๔. ได้เพื่อนจากหลายวัย หลายวิชาชีพ หลายความรู้ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

๑๕. ได้ลดวิธีเห็นแก่ตัวของตนเอง ต้องการเป็นผู้ให้มากขึ้น

๑๖. ได้รู้วัฒนธรรมท้องถิ่นของตำบลบ้านฆ้องแต่ละหมู่บ้าน กัน เพราะมีหลายเชื้อสายและค่านิยมของเชื้อสายตระกูล

๑๗. ทำให้เกิดปัญหาในการคิด มีความเป็นมิตรทางความรู้สึกที่ดียิ่งขึ้น

๑๘. ไม่เกิดช่องว่างระหว่างวัย ผู้สูงอายุ / เด็ก / วัยรุ่น เช่น ผู้สูงอายุได้ถ่ายทอดการเล่นพื้นบ้านให้เด็กๆ ดู ฟัง ผู้สูงอายู้สึกมีความสุขในตนเอง และในขณะที่เดียวกันยังคิดถึงวันวัยตนเองที่ผ่านมา ถ้าถึงวันเก่าๆ แล้วมีความสุข ส่วนเด็กๆหรือคนรุ่นหลังอยากรู้ถึงวิธีการเล่น ได้เล่น ได้ร่วมแสดงออก และยังได้ถอดบทเรียนหลังกิจกรรม ทำให้เห็นเหตุและผล คิดว่าตนเองได้วิธีการที่เป็นกระบวนการนำไปบอกเด็กที่มาหาความรู้ได้เป็นอย่างดี และ ไม่เหนื่อยใจอีกต่อไป เด็กๆรุ่นหลังที่เข้าร่วมกิจกรรมก็จะได้หลักไปปฏิบัติต่อการเรียนเป็นกลุ่มหรือจบไปทำงานที่มีประสิทธิภาพ

๑๙. ได้ขึ้นตอนต่างๆ ไปใช้ปฏิบัติงานอื่นๆ โดยไม่เสียเวลามาก

๒๐. ได้รู้จักกับหน่วยงานต่างๆ และได้ประสานงานกันจัดกิจกรรมต่างๆ มากยิ่งขึ้น เช่น จากกลุ่มทีมวิจัย หน่วยงาน สกว. เทศบาลบ้านฆ้อง โรงเรียน ๕ แห่ง โรงพยาบาล สถานีตำรวจ ภูธร โพนาราม ป้อมตำรวจ ๒

แห่ง โรงงาน วัด ๓ แห่ง ศูนย์การศึกษาออกโรงเรียนภาคกลาง สถานีอนามัย ๒ แห่ง ผู้นำชุมชนทั้ง ๑๐ หมู่ พัฒนาการอำเภอโพธาราม อุศาสภกรรมจังหวัดราชบุรี เทศบาลบ้านสิงห์เนื่องจากหน่วยงานดังกล่าวมี กิจกรรมต่างๆ เขาจะเชิญเข้าร่วมเป็นทีม ไปเป็นวิทยากรบ้าง เป็นคน

นางสาวยุทธพร อุคผล สมาชิกวิชัยหมู่ ๕

ก่อนเข้าโครงการฯ เป็นแม่บ้านแต่มีกลุ่มปั่นจักรยานออกกำลังกายตามหมู่บ้าน รู้จักคนเฉพาะในหมู่ที่ ๕ หลังจากปลดเกษียณ ไม่ได้ทำงานพิเศษอะไร วิชาความรู้ที่มีก็ไม่ได้ถ่ายทอดให้ใคร พอมีเพื่อนที่เป็นสมาชิกกลุ่มวิชัยมาชวน ไปประชุม ครั้งแรกได้เห็นว่ากลุ่มงานวิชัยก็ไม่เข้าใจ ว่าชาวบ้านมาทำวิชัยอะไรกัน ทำเป็นด้วยหรือ ความรู้ของชาวบ้านจะ ทำอะไรได้ ก็เลยอยากเข้ามาดูว่าเขาทำอะไรกัน ได้เข้าร่วมประชุมที่ศาลา หมู่ ๖ คนกล่าวทบทวนต้อนรับผู้เข้าประชุม ให้ความรู้ให้ฟังว่าตำบลบ้านฉ้องกำลังศึกษาแนวทางสร้างสุขภาวะชุมชน คนบ้านฉ้องจะมีความสุขด้วยอะไร เริ่มจาก แบ่งกลุ่มกัน ๑๐ หมู่ ได้ ๔ กลุ่ม มี

๕. กลุ่มการเล่นพื้นบ้าน ม.๑ และ ๓
๖. กลุ่มออกกำลังกาย ม.๒ และ ๑๐ หมู่ ๔ และ ๕
๗. กลุ่มอาหารเพื่อสุขภาพ ม.๕ และ ๖
๘. กลุ่มเศรษฐกิจพอเพียง ม.๗ และ ๘

น่าสนใจคือ แต่ละชมรมไม่ออกว่าจะทำอะไรทั้ง ๔ กลุ่ม มันจะทำให้มีความสุขกันได้อย่างไร รู้สึกคันอยู่ในใจ พอ ผู้นำกลุ่มได้พูดคุยเน้น กลุ่มอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นอาหารที่ปลอดสารพิษจากการปลูกพืชผักกินกัน กล่าวถึงอดีตเขา กิน อะไรกัน คนที่เข้าประชุมเป็นคนสูงอายุต่างพากันแสดงความคิดเห็นและถ่ายทอดให้เด็กฯ ฟัง การออกกำลังกายโดยการปั่น จักรยานในตอนเช้าๆ ทำให้สบายทั้งร่างกายและจิตใจ อาสาเป็นหัวหน้าชมรมสองพาไป ชักชวนให้ผู้ที่มาร่วมเวที สมัครเข้า ชมรมสองพาไป เริ่มต้นตั้งแต่วันเสาร์แรกเดือนสิงหาคม ๒๕๕๓ นี้ เวลา ๐๖.๓๐ – ๐๗.๐๐ น. หน้าเทศบาลตำบลบ้านฉ้อง ไปรอบหมู่ ๑, ๒, ๓ ครั้งต่อไปก็เปลี่ยน ไปหมู่ ๔, ๕, ๖, ๗, ๘, ๙ จะได้เห็นสิ่งแวดล้อมของแต่ละหมู่บ้านด้วย เรามา รวมกันทุกวันเสาร์ ทำให้คนอื่นเขาอยากมาปั่นจักรยานร่วมด้วยก็พามาได้ จำนวนไม่จำกัด

หลังจากเข้าร่วมโครงการฯ นี้ ได้อะไร

- ได้เพื่อนต่างวัย ทั้งหญิงและชาย
- ได้ออกกำลังกายร่วมกันด้วยความสัมพันธ์ที่ดี
- ได้ร่วมกันทำกิจกรรมปั่นจักรยานและยังได้เห็นสภาพแวดล้อมของชุมชนแต่ละหมู่ในตำบลบ้านฉ้อง และ ตำบลใกล้เคียง
- ได้เป็นตัวอย่างของหน่วยงานสาธารณะสุข เขามาเข้าร่วมด้วยและช่วยเรื่องน้ำดื่มอาหารเบรกกึ่งยังเป็นที่เลี้ยง ให้เทศบาลตำบลบ้านสิงห์อีกหน่วยงานหนึ่ง
- ได้เป็นชมรมสองพาไปที่มั่นคงเพราะสมาชิกจะตื่นเข้ามาพบกันเองเป็นประจำและมีสมาชิกเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

นายวินัย กงนะภา ทีมวิชัยหมู่ที่ ๗

ก่อนที่จะเข้าร่วมเป็นทีมวิชัย ผมเป็นชาวบ้านธรรมดา เป็นแกนนำจิตอาสาภาคประชาชนในหมู่บ้านมาก่อน ตำแหน่งหน้าที่มีดังนี้

๖. เป็นตำรวจชุมชน
๗. เป็น อปพร.

๘. เป็นรองประธานกองทุนแม่ของแผ่นดิน
๙. เป็นประธานธนาคาร โคกระบือกองทุนแม่ของแผ่นดิน
๑๐. เป็นรองประธานสภาองค์กรชุมชนระดับตำบล

ทุกตำแหน่งไม่มีเงินเดือน ทำด้วยใจ ด้วยจิตอาสาครับ ผมได้รับการติดต่อโดยตรงจากอาจารย์กริม ให้เข้าร่วมเป็นทีมวิจัยในตำบลบ้านฉ้อง ที่แรกผมไม่กล้ารับปากเพราะผมมีความรู้แค่ ป.๔ แต่หลังจากที่อาจารย์กริมได้ชี้แจงถึงแนวทางกว้างๆ ถึงการทำงาน การวิจัยชุมชน ผมพอจะเข้าใจก็เลยตอบรับ

เมื่อผ่านมาถึงที่ได้รับ หลังจากทำเวทีในชุมชนจนครบทุกหมู่บ้าน ได้พบปะกับพี่น้องและพูดคุยอย่างเป็นกันเอง ความเปลี่ยนแปลงแนวคิดที่จะช่วยเหลือชุมชนและสังคมมีมากขึ้นนี้ คือ แนวคิดที่ผมได้จากทีมร่วมเป็นทีมวิจัยครับ

ผลที่เกิด ทำให้เกิดความรักความสามัคคีในกลุ่มทีมวิจัย ขยายไปถึงชุมชน ตำบลและจังหวัด เกิดความปรองดองอย่างแท้จริง เกิดความภาคภูมิใจในกลุ่มทีมวิจัย และสุดท้าย สำคัญที่สุด ทุกคนมีความสุขร่วมกัน (ผมขอขอบคุณเจ้าหน้าที่สกว.ทุกระดับที่เป็นพี่เลี้ยงให้)

นางอุบล ทองกันยา หัวหน้าโครงการฯ ทีมวิจัยหมู่ที่ ๒

ก่อนทำงานวิจัย เป็นชาวบ้านธรรมดา และเป็น อสม. ซึ่งทำงานตามคำสั่งของสถานีอนามัย ปี พ.ศ.๒๕๕๑ มีโอกาสได้ร่วมงานกับ ศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี (ศาลาสว่างสุข ตำบลบ้านฉ้อง) มีการทำกิจกรรมมากมาย และมีการออกกำลังกายในผู้สูงอายุด้วย ตรงกับงานที่เราทำอยู่แล้ว คือร่วมการออกกำลังกายกับคนรอบข้าง และญาติๆ ประจำทุก ๓ วันต่อสัปดาห์ แต่งานของศูนย์ฯ ๔๘ มาแล้วก็ขาดหายไปไม่เกิดการต่อเนื่องแต่กิจกรรมของเราก็เดินต่อไปเรื่อยๆ ในชุมชน เป็นคำถามในใจเราตลอดเวลาที่เข้ามาพัฒนาอะไรในรากหญ้าหรือชุมชนของเรา ทำกิจกรรมแล้วเกิดกลุ่มคนมาสามารถหยุดได้ผู้สูงอายุเกิดเป็นชมรมคนรักสุขภาพขึ้นปลายปี ๒๕๕๑ คุณจ้างมาเข้ามาที่บ้านได้ชักชวนให้ไปร่วมเวทีต่างๆ มากมาย เรายังไม่รู้จะไปร่วมทำไม ทำไมคนเหล่านั้นต้องมาพูดคุยตกลงกันเป็นวันๆ ในเมื่อวิถีแบบนี้เรียนรู้จากตำราหรืองานที่เราทำประจำก็ได้ ทำไมจะต้องมาพูดคุยคนนั้นจะทำแบบนี้จะทำแบบนั้นในเวทีพัฒนาโครงการ และคุยกับคนที่มีความรู้ไม่เท่ากัน มันเป็นการคุยยาก

หลังทำงานวิจัย เริ่มจะปรับตัวเรียนรู้มากขึ้น งานตรงนั้นมันไม่เหมือนกับงานที่เราเคยทำมา มันนำมาใช้ในชีวิตประจำวันของเราเอง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาชีพ ครอบครัว การอยู่ร่วมกันในกลุ่มใหญ่ๆ เรียนรู้นิสัยกัน มาปรับใช้ในอาชีพของเรา จากแต่ก่อนเป็นอุตสาหกรรมครัวเรือน มีลูกจ้าง ๓-๔ คน ลูกจ้างออกไปทีละคน เราก็ไม่รับเพิ่ม ปัจจุบันทำคนเดียวมีลูก ลูกช่วยบ้างเมื่อกลับจากโรงเรียน กิจการเราอยู่ได้ รายได้เพิ่มขึ้น นี่ก็เป็นส่วนหนึ่งที่เราได้จากงานวิจัย รู้จักหน่วยงานมากขึ้น เทศบาลเข้ามาดูแลเรา ศูนย์สังคมพัฒนาก็เข้ามาแต่เราไม่ลืมเป้าหมายหลักคือเราต้องการมาพัฒนาชุมชนของเรา จะทำอะไรก็ต้องยึดหลักของงานวิจัยหรือวัฒนธรรมของงานวิจัยเป็นหลัก ปัจจุบันได้เข้าเป็นคณะกรรมการสนับสนุนการวางแผนของชุมชนบ้านฉ้อง

นางสาวมาลา ลิมทอง ทีมวิจัยหมู่ที่ ๓

ก่อนเข้ากลุ่มงานวิจัย เป็น อสม. ทำงานตามที่กองสาธารณสุขสุขออกคำสั่งให้ทำ ไม่ได้เป็นความคิดของตนเอง เป็นกรรมการเก็บเงินออมบุญวันละประจำเดือนส่งให้ประธานออมบุญฯ หมู่ที่ ๓ รู้สึกไม่มีเพื่อน ความรู้สึกแคบ ไม่เปิดรับความคิดเห็นของผู้ร่วมงาน พอปี ๒๕๕๐ ศูนย์พัฒนาสังคมหน่วยที่ ๔๘ จังหวัดราชบุรี เข้ามาจัดเวทีโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสว่างสุข) ผู้ใหญ่เชิญให้ไปเข้าร่วมประชุม มีผู้สูงอายุ เด็ก / เยาวชน คนด้อยโอกาส คนพิการ แม่บ้าน อสม. มีเวทีกิจกรรมมากมาย มีกิจกรรมทำน้ำหมักชีวภาพ และการส่งเสริมอาชีพต่างๆ โดยให้ผู้ที่เข้าประชุม

เสนอกิจกรรม มีดนตรี กีฬา สำหรับผู้สูง อายุ และ เด็ก คนพิการ หลังจากนั้นได้รู้จักกับคุณกริม (น.ส.งามงาม ประจวบวัน) ที่ไปเป็นวิทยากรในการจัดกิจกรรมของ ศาลาสร้างสุข หลังจากเลิกกิจกรรมของศาลาสร้างสุข กริมชวนไปประชุมเกี่ยวกับกิจกรรมของเด็กและเยาวชนหลายแห่ง จนมาถึงการจัดเวทีวิจัยต่อจากศาลาสร้างสุขของบ้านฉ้อง มีการประชุมคามหมู่ต่างๆ วางแผน แบ่งโซน ค้นหากิจกรรมของแต่ละโซน ก็รู้สึกดี เพราะได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ได้พาท้อง หลาน ไปเข้าร่วมกิจกรรมตามนัด มีเพื่อนมากขึ้น

หลังเข้าทำงานวิจัยได้ความรู้มากยิ่งขึ้น มองโลกในแง่ดี รู้จักคนมากขึ้น พัฒนาตัวเองในด้านต่างๆ ทำงานครั้งนี้แล้วได้รู้จักกับหน่วยงานมากขึ้น สามารถนำเข้าไปใช้ในศูนย์การศึกษานอกโรงเรียนได้ ใจเย็นลง และทำงานร่วมกับมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราชในเรื่องของเศรษฐกิจพอเพียง

นางภาวิณี ธานีคิ ทินวิชัยหมู่ที่ ๔

ก่อนเข้าร่วมทีมวิจัยได้รับเลือกตั้งให้เป็น อบต. ปี ๒๕๔๐ ดำเนินการดูแลพี่น้องในหมู่บ้านตั้งแต่แรกเริ่มได้รับคัดเลือกเป็น สอบต. มีการชักชวนพูดคุยเกี่ยวกับปัญหาต่างๆ ในหมู่บ้าน เช่น ปัญหาการเป็นหนี้สิน ปัญหาครอบครัว ปัญหาสวัสดิการต่างๆ เรื่องถนน น้ำประปา ไฟฟ้า ค่อมมาได้เริ่มจากปัญหานี้สิน โดยการจัดตั้งกลุ่มตั้งจะออมทรัพย์ โดยแต่งตั้งคณะกรรมการในหมู่บ้านให้สมาชิกได้ช่วยมีปากเสียงออกสิทธิในการตั้งกฎระเบียบของกลุ่มตั้งจะ ในปัจจุบันเป็นรูปเป็นร่างขึ้น มีระเบียบกฎเกณฑ์ มีสวัสดิการให้กับสมาชิกทุกคน ค่อมได้ชักชวนครอบครัวที่มีปัญหาด้านต่างๆ เช่น ปัญหาด้านยาเสพติด ปัญหาทะเลาะวิวาทกัน ร่วมพูดคุยแก้ไขปัญหาคอครอบครัวเหล่านี้เข้าทำกิจกรรมเข้าวัดฟังธรรม จากหน้าที่ สท. เป็นตัวแทนของหมู่บ้านทำแผนชุมชนพัฒนาถนน น้ำไฟ

ปี พ.ศ.๒๕๔๘ ดำเนินการกิจกรรมครอบครัวร่วมกับคุณประเสริฐ มิตรชาวไทย เจ้าหน้าที่ พมจ.จังหวัดราชบุรี ลงมาเปิดเวทีครอบครัวอบอุ่น ให้มีศูนย์พัฒนาครอบครัวในชุมชนทุกหมู่ของตำบลบ้านฉ้อง ในการนี้ต้องมีการแต่งตั้งคณะกรรมการบริหารระดับตำบล ๑ คณะ และคณะกรรมการบริหารประจำหมู่บ้านแต่ละหมู่ ก็ได้เป็นตัวแทนครอบครัวหมู่ที่ ๔ ซึ่งประชาชนในหมู่บ้านได้เสนอส่งให้ดิฉันไปเข้าร่วมกิจกรรมศูนย์พัฒนาครอบครัว จนครบ ๑๐ หมู่ และร่วมกับคณะกรรมการด้านอื่นๆ จัดให้เป็นศูนย์พัฒนาครอบครัวระดับตำบล ดิฉันก็ได้รับเสนอให้เป็นคณะกรรมการระดับตำบลในตำแหน่งเลขานุการศูนย์พัฒนาครอบครัว

ปี พ.ศ.๒๕๔๙ ดิฉันได้รับให้เป็นตัวแทนของเทศบาลตำบลบ้านฉ้องไปศึกษาดูงานด้านสวัสดิการออมบุญวันละบาทจังหวัดตราด กับหน่วยงานศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๕ จังหวัดราชบุรี นำมาจุดประกายเปิดโครงการ และได้มาประสานกับเทศบาลพูดคุยกับฝ่ายบริหารและสมาชิกสภาเทศบาลเห็นชอบในสวัสดิการด้านออมบุญวันละบาท ที่จะเกิดกับประชาชนในบ้านฉ้อง จึงได้ประสานทางก้านัน ผู้ใหญ่บ้านทั้ง 10 หมู่ ดำเนินการจัดตั้งกลุ่มสมาชิกออมบุญวันละบาทเพื่อคนบ้านฉ้อง โดยดิฉันได้รับเสนอจากกลุ่มให้เป็นเลขากลุ่มออมบุญวันละบาทเพื่อคนบ้านฉ้อง

ปี พ.ศ.๒๕๕๐ เข้าร่วมโครงการศูนย์บริการทางสังคมแบบมีส่วนร่วม (ศาลาสร้างสุขตำบลบ้านฉ้อง) โดยศูนย์พัฒนาสังคม หน่วยที่ ๔๕ จังหวัดราชบุรี นำมาเปิดเวทีค้นหาความต้องการของ ผู้สูงอายุ เด็ก/เยาวชน คนพิการ สตรี แม่บ้าน และ อสม. มีกิจกรรมมากมาย

ปี พ.ศ.๒๕๕๒ ได้มีการคัดเลือกตัวแทนช่วยทำงานคุมประพฤติ “ยุติธรรมชุมชน” ในตำบลบ้านฉ้อง ให้เป็นอสค.ยุติธรรมชุมชน โดยมีกฎเกณฑ์ดังนี้

๕. เป็นผู้อาสาและเสียสละ
๖. จบการศึกษาระดับ ม.๓
๗. เคยเข้าประชุมอบรมเครือข่าย ๓ ครั้งมาแล้ว

๘. ไม่เคยต้องโทษหรือมีคดีต่างๆ

ดิฉันก็ได้รับคัดเลือกเป็น อสค. ยุติธรรมชุมชน ซึ่งข้อกำหนดเหล่านี้แตกต่างกับการเข้าร่วมทีมวิจัย ทีมวิจัยเปิดให้ทุกสถานะไม่กำหนดขั้นการศึกษา หรือผู้ที่เคยพลาดชีวิตมาก่อน

หลังจากที่เข้าทีมวิจัยได้สิ่งที่คิดดังนี้

-ได้ปรับเปลี่ยนความคิดเห็นของคนจากการที่ต้องเอาเงินเป็นตัวตั้ง ในปัจจุบันกลุ่มวิจัยจะไม่ถามถึงเรื่องเงิน ซึ่งทำให้เราประทับใจ ในการปฏิบัติงานหรือช่วยริเริ่มทำกิจกรรมใดๆ อย่างมีความสุข

-ปรับเปลี่ยนการเข้าร่วมกิจกรรมหลายชมรม ทำให้คนกล้าเสนอ หรือแสดงออกทางความคิดเห็นต่างๆ อย่างมีความสุข

-ได้เพื่อนร่วมงานใหม่ๆ

-ได้รู้ถึงวัฒนธรรมหมู่บ้าน

-ทำให้รู้จักคิดตาม ใจเย็นลง ยอมรับความคิดเห็นผู้อื่น

-รู้จักเมตตาโอบอ้อมอารี มีกลุ่ม มีความสุข มีสติปัญญา การเรียนรู้ เกิดการพึ่งพาตนเอง และได้ประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ มากยิ่งขึ้น

นางสมณีย์ ธนดิฐมิโธธา ทีมวิจัยหมู่ ๘

ก่อนเข้าร่วมทีมวิจัยได้รับเลือกเป็นผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๘ ทำงานตามคำสั่งของผู้ใหญ่ฝ่ายการปกครองท้องถิ่น เป็นกรรมการกองทุนหมู่บ้าน ทำตามกฎระเบียบของกองทุน และทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในหมู่ที่ ๘ พร้อมทั้งประกอบอาชีพค้าขายที่บ้านทำตามแรงเท่าที่มี ไม่มีเพื่อนฝูงมากมายเหมือนตอนนี้ รู้จักคนในหมู่ที่ ๘ เท่านั้น ไม่มีขั้นตอนในการทำงาน ประชุมเรื่องหนึ่งๆ จบก็จบไป ดูแลครอบครัวตนเองให้มีความสุขที่สุดเท่านั้น อยู่ในเฉพาะหมู่ ๘ รู้จักคนไม่สนิทมาก

หลังจากที่เข้าทีมวิจัยได้สิ่งที่คิด ดังนี้ ได้รู้จักขั้นตอนการทำงานที่ทำให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด เพราะดิฉันทำงานกับชาวบ้านต้องสัมผัสกับคนหลายระดับมักพูดกันหลายครั้งจึงจะเข้าใจ ที่แรกรู้สึกเหนื่อยกับการประชุมงาน สกว. เพราะประชุมอะไรกันนักหนา เคี้ยวไปที่ศาลานั้น ศาลาไม่ได้หยุดสักอาทิตย์ ถามว่าเพื่ออะไร ประชุมแล้วทำอะไรได้บ้าง เสียเวลาทำไมหากิน พอได้เข้าเวที ๓-๔ ครั้ง ทำให้เปลี่ยนแนวคิด เราต้องศึกษาหาเหตุผลในชุมชนของเราจึงจะหาทางแก้ไขได้ อย่างเช่น ทำไมคนหมู่ที่ ๘ เป็นหนี้เยอะรอบกันมาก มีหนี้สินทุกครอบครัว เงินกองทุนหมู่บ้านก็แก้ไขไม่ได้ ยิ่งทำให้ชาวบ้านมีหนี้เพิ่มกรรมการกองทุนต้องตามทวงเมื่อถึงสิ้นปี พอเข้าทีมวิจัย จึงมองเห็นแนวทางแก้ไข โดยต้องมาประชุมสร้างความเข้าใจกับสมาชิก วางแผนการใช้เงินของครอบครัว ให้อยู่ในภาวะเศรษฐกิจพอเพียงใหม่ วิธีการคือ ทุกคนมาร่วมกันวางแผนการใช้เงินภายในครอบครัวและหาสิ่งทดแทนเรื่องอาหารการกิน หันมารู้จักเก็บออม คัดความคิดการเรียนรู้แบบผู้อื่น ให้อันที่กราบรับรายงานสิ่งที่ไม่จำเป็นให้ตัดออก ให้ครอบครัวพูดคุยสร้างความเข้าใจเรื่องฐานะการเงินของตนเอง และวางแผนการใช้เงิน โดยบันทึกและเก็บข้อมูลของครอบครัวแล้วหาสาเหตุที่เป็นหนี้สิน หลังจากที่ได้เข้าร่วมประชุมทำให้รู้หลักขั้นตอนการเข้าหาลูกบ้านและช่วยกันวางแผนพัฒนาชุมชน และทำให้รู้จักเพื่อนในตำบลอย่างสนิทสนมมากขึ้นทั้ง ๑๐ หมู่ เมื่อมีกิจกรรมต่างๆของแต่ละหมู่ได้พาลูกบ้านไปเข้าร่วมกิจกรรมด้วย เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมได้กล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ ได้สนุกผ่อนคลาย บางกิจกรรมแต่ละหมู่ได้ทั้งออกกำลังกาย ได้ไหวพริบ ได้คิดเร็ว ได้วางแผน ได้เพื่อนต่างวัย และต่างสถาบันหน่วยงานต่างๆ อย่างสนิทสนม และได้เครือข่ายกลุ่มกิจกรรมหมู่บ้าน สรุปได้กลุ่ม ได้การเรียนรู้ ได้สติเกิดภูมิปัญญา และได้การพึ่งพาตนเอง

กิจกรรมที่ ๔๒ เวทีชมรมสร้างสุขภาวะบ้านเมือง
วันที่ ๑๒ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๒.๐๐ น.
ณ ศาลาศาลเจ้าหมู่ที่ ๒ ต.บ้านเมือง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	ค.ญ.เกษกนก	สีไส	สมาชิก ม.๑
๒.	ค.ญ.ผกาวดี	สีไส	สมาชิก ม.๑
๓.	ค.ญ.สุวรรณี	สีไส	สมาชิก ม.๑
๔.	นางสาวประทุมวดี	สีไส	นักวิจัย ม.๑
๕.	นางแล้ง	อยู่ปุย	สมาชิก ม.๑
๖.	นางสาวพรทิพย์	ศิริวัน	สมาชิก ม.๑
๗.	นางสมร	แก้วนุช	สมาชิก ม.๑
๘.	นางแสง	นิลบุตร	สมาชิก ม.๑
๙.	นางสุวรรณ	นนท์เอี่ยม	สมาชิก ม.๑
๑๐.	นางมะลิ	ธิสอน	สมาชิก ม.๑
๑๑.	นายปัญญาพล	จิตรคำ	สมาชิก ม.๒
๑๒.	ค.ช.ธนวัฒน์	พูนบางขุง	สมาชิก ม.๒
๑๓.	ค.ช.อภิสิทธิ์	พันผา	สมาชิก ม.๒
๑๔.	นางอุบล	ทองกันยา	นักวิจัย ม.๒
๑๕.	นางห่อ	พูนบางขุง	สมาชิก ม.๒
๑๖.	นางละออง	บุญนาถ	สมาชิก ม.๒
๑๗.	นางทองใบ	พสุธา	สมาชิก ม.๒
๑๘.	นางจันทร์ทอง	นันทปรีชา	สมาชิก ม.๒
๑๙.	นางขวัญเรือน	เกิดพันธ์	สมาชิก ม.๒
๒๐.	นางเอียง	ทองกันยา	สมาชิก ม.๒
๒๑.	นางเกลี้ยง	ลินลา	สมาชิก ม.๒
๒๒.	นางจิง	แป้นภู	สมาชิก ม.๒
๒๓.	นางสาวหั่น	พสุธา	สมาชิก ม.๒
๒๔.	นางบุญมา	ศิริวัน	สมาชิก ม.๒
๒๕.	นางบุปผา	ชัยศักดิ์านุกูล	สมาชิก ม.๒
๒๖.	นางสาวสุนันทา	รักงาม	นักวิจัย ม.๓
๒๗.	นางสาวสำอางค์	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๓
๒๘.	นางสาวมาลา	กิมทอง	นักวิจัย ม.๓
๒๙.	นางภาวิณี	สามัคคี	นักวิจัย ม.๔
๓๐.	ค.ญ.ปฐพร	สามัคคี	สมาชิก ม.๔

๓๑.	นางสาว่ายงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย ม.๕
๓๒.	นางประภาพร	สารีเรื่อง	สมาชิก ม.๕
๓๓.	นางสาวปรารถนา	มิ่งมั่งมี	สมาชิก ม.๕
๓๔.	นางละออง	หมั่นบวร	สมาชิก ม.๕
๓๕.	นางชมเชย	สารีเรื่อง	สมาชิก ม.๕
๓๖.	นางสุชิน	เกรอด	สมาชิก ม.๖
๓๗.	นางผกาพันธุ์	เหมือนจินดา	สมาชิก ม.๖
๓๘.	นายวินัย	คงนภา	นักวิจัย ม.๗
๓๙.	นางจรรยา	ลาลาด	สมาชิก ม.๘
๔๐.	นางสุมาลย์	สันติภูมิโพธา	สมาชิก ม.๘
๔๑.	นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย ม.๙
๔๒.	นางกมลทิพย์	สุวรรณประเสริฐ	สมาชิก ม.๑๐
๔๓.	นางทองมี	สินู	สมาชิก ม.๑๐
๔๔.	นางสาวเหลือ	พรหมมาลี	สมาชิก ม.๑๐
๔๕.	นางงอก	โกคา	สมาชิก ม.๑๐
๔๖.	นางขันทอง	บุญมี	สมาชิก ม.๑๐

เริ่มเวทีเวลา ๐๘.๓๐ น.

สมาชิกทีมวิจัยกับสมาชิกผู้เข้าร่วมแนะนำตัวพูดคุยกันและชวนกันสาธิตวิธีการออกกำลังกายร่วมกัน ผู้นำออกกำลังกายโดยคุณป้าละออง บุญนาค ได้สาธิตวิธีอบอุ่นร่างกาย พร้อมยืดเหยียดกล้ามเนื้อ หลังจากพักเบรกอาหารว่างเสร็จก็ชักชวนกันสมัครเป็นสมาชิกกิจกรรมต่างๆ คือ อารมณ์ก็ดีด้วยตามมาด้วยจิตใจแจ่มใสกล้ามเนื้อเพื่อลดอาการปวดเจ็บต่างๆ ของร่างกาย และทำให้เลือดกลับสู่หัวใจปกติ ออกกำลังกายต้องปฏิบัติจากน้อยไปหามาก จากนั้นสมาชิกในผู้สูงอายุสาธิตการออกกำลังกายให้ดู แล้วให้สมาชิกในแต่ละหมู่ร่วมกันออกกำลังกาย มีคุณยายละอองบุญนาค เป็นผู้นำ หลังจากออกกำลังกายแล้วอุบลได้ถามความรู้สึกเป็นอย่างไร

ป๊าย บอกว่าได้เรียนรู้วิธีการออกกำลังกายด้วยไม้พอง
 ป้ารอง ชวนการออกกำลังกายแบบการใช้ไม้ดีกว่าเดิน
 เค็ๆ บอกได้เหงื่อ ได้สนุก และชื่นใจ
 คุณมาลา ลิ้มทอง ได้ระเบียบวินัย ทำสม่ำเสมอ
 พี่ใจได้ ได้ความสามัคคี ความสุข คลายความปวดเมื่อย
 กริมได้เหงื่อ ถ้าไม่ลงมือทำก็จะไม่รู้ ได้เพื่อน ได้พูดคุย ได้รู้จักกัน

หลังจากรับประทานอาหารว่างแล้วก็จะเป็นกิจกรรมของว่างสุขภาพ โดยเนื้อหาเพลงจะสร้างสรรค์เกี่ยวกับสุขภาพใช้เวลาในการร้อง ๓๐ นาที แล้วชวนกันรับประทานอาหารที่ถูกต้องไม่กินมากเกินไป รักษาน้ำหนักสุขภาพของตัวเอง หลังจากออกกำลังกายแล้วมีกิจกรรมส่งเสริมการเล่นพื้นบ้านวิธีข้าวสาร งูกินหาง หมาไล่หาง มาให้เด็กๆ สนุกในกิจกรรมนี้ด้วย เพราะทุกคนได้มีส่วนร่วมในการเล่นทุกชนิด

สรุปชมรมสร้างสุขภาพะชุมชนบ้านฉ้อง แบ่งออกได้ ๔ อ. คือ อ.อารมณ์ อ.ออกกำลังกาย อ.อาหาร และ อ.ออมทรัพย์

- อ.อารมณ์ คือการเล่นพื้นบ้าน โดยที่สุนันทาเป็นหัวหน้ากลุ่ม
- อ.ออกกำลังกาย กลุ่มผู้สูงอายุ ป้าละอองเป็นหัวหน้า จะออกกำลังกายทุกวันจันทร์ อังคาร พฤหัสบดี ตอนเย็นเวลา ๑๗.๐๐ น. และวันอาทิตย์เช้า ๐๗.๓๐ น.

- อ.อาหาร มีอยู่ ๓ กลุ่ม คือ

สวนผัก

ที่มาลา ทุกวันอาทิตย์ตอนบ่าย

อาหารปั่นโค / อาหารสมุนไพร

ครูประทุมดีเป็นหัวหน้ากลุ่ม

อาหารภูมิปัญญา

คุณภาวิณี หัวหน้ากลุ่ม

- อ.ออมทรัพย์ แบ่งเป็น ๔ กลุ่ม

กลุ่มกองทุนเพื่อสุขภาพ

คุณภาวิณี และ คุณสุมาลัย หัวหน้ากลุ่ม

กลุ่มบัญชีรายรับ - รายจ่าย

คุณง่างาม หัวหน้ากลุ่ม

พืชภูมิปัญญา

ป้ากร และ พังรรรษา เป็นหัวหน้า

น้ำหมักชีวภาพ

ลุงวินัย เป็นหัวหน้า

งานวิจัยต้องใช้หลักพูดคุยกัน คือ การรวมกลุ่ม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ เกิดความรู้ในกลุ่ม มีอิสระพึ่งตนเองได้

สรุปถอดบทเรียน

สิ่งที่ได้รับในวันนี้ คือ ได้ความสุข ดีใจ ได้ออกกำลังกาย ได้มีรูปภาพที่ดี คลายเครียด มีเพื่อนใหม่ สถานที่ในการทำกิจกรรมใช้สถานที่เดิมแต่ควรเพิ่มเวลา

ปิดกิจกรรมเวลา ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๔๓ เวทีสร้างความเข้าใจออกกำลังกายในผู้สูงอายุ
วันที่ ๒๖ กันยายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๒.๓๐ น.
ณ ศาลาศาลเจ้าหนุมที่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางห่อ	พูนบางยุ่ง
๒. นางละออง	บุญนาคน
๓. นางเสียง	ทองกันยา
๔. นางชิง	เป็นญ
๕. นางนงเยาว์	อันแก้ว
๖. นางสาวหลั่น	พะสุธา
๗. นางทองใบ	พะสุธา
๘. นางคู้	เล่นวารี
๙. นางสาวสุณี	สีบุญ
๑๐. นางทอน	ศิริวัน
๑๑. น.ส.คารุณี	ทองกันยา
๑๒. นางทองมี	สีบุญ
๑๓. นางบุญมา	สีลาพอน
๑๔. นางแร่	บัวน้อย
๑๕. นางงอก	โกคา
๑๖. นางสาวเหลือ	พรมมาลี
๑๗. นางออย	พุ่มเกตุ
๑๘. ค.ช.ธนวัฒน์	พูนบางยุ่ง
๑๙. ค.ช.ธนพล	แก้ววิเศษ
๒๐. ค.ช.ปิงยุพล	จิตรคำ
๒๑. นางจันทร์ทอง	นันทปรีชา
๒๒. นางยุพิน	หลอดจำปา
๒๓. นางเกลี้ยง	สาเนียม

เปิดประชุมเวลา ๐๘.๓๐ น.

หลังจากกลุ่มพากันออกกำลังกายเสร็จแล้ว เราก็มาทำเวทีพูดคุยสร้างความเข้าใจกันว่าหน่วยงานวิจัย
สมุทรสงครามได้สนับสนุนให้งบประมาณในการออกกำลังกายของเราคือ โดยที่ให้เรากิจกรรมในการออกกำลังกายโดย
กลุ่มของเราเอง จึงอยากชวนทุกคนมาช่วยกันลงความคิดเห็นว่ากิจกรรมที่มีขึ้น เราทำกิจกรรมไหนกันดีขอความคิดเห็นจาก
ทุกคนเพราะคุณอุบล จะได้เขียนแผนกิจกรรม ขอให้เป็นกิจกรรมที่เราชอบ หรือกิจกรรมหลากหลายในการออกกำลังกายก็
ได้ น้ำเยาว์เสนอว่าอยากให้มีการปั่นจักรยานอีก ส่วนป้าทองอยากให้มีการรำกระบองกันคือ น้ำห่อบอกว่ายิคนั่งขาก็ดี

เพื่อจะนำไปใช้ในงานกิจกรรมประจำวันในการเคลื่อนไหวได้ ซึ่งหลายคนก็เห็นชอบด้วย สำหรับคุณอุบลอยากให้มีการออกกำลังกายด้วยการยืนไม้ ๔๕ องศาด้วย เพราะจะเป็นการยืดเส้นร่วมกับการออก ซึ่งเป็นการออกกำลังกายแบบภูมิปัญญาท้องถิ่นเข้ามาช่วย และเพื่อเป็นการไม่ให้สิ่งเหล่านี้หายไปจากชุมชนของเรา ซึ่งเราจะประชุมวางแผนกันอีกทีในคราวหน้า ว่าใครรับผิดชอบในแต่ละกิจกรรม ที่จะมีการผลัดเปลี่ยนกันออกกำลังกายเพื่อไม่ให้เกิดการเบื่อหน่ายจำเจ หรือเราจะต้องการวิทยากรมาสาธิตให้เราด้วยหรือไม่

สรุปและถอดบทเรียน

คนในกลุ่มยังสงสัยหน่วยงาน สกว. กับศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม ใช้หน่วยงานเดียวกันหรือไม่ ซึ่งต้องทำความเข้าใจกันอีก และถ้าทำหลายๆ กิจกรรม จะทำกันอย่างไร อยากให้มีวิทยากรให้ความรู้กับเรื่องการออกกำลังกาย เพื่อลดการบาดเจ็บในการออกกำลังกายด้วย

ปิดประชุมเวลา ๑๒.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้บันทึกการประชุมและถอดบทเรียน

กิจกรรมที่ ๔๔ เวทีสร้างความเข้าใจกับบุคคลภายนอกเข้าร่วมฐานการเล่นพื้นบ้าน อาหาร และสมุนไพร

วันที่ ๓๐ ตุลาคม พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๒.๓๐ น.

ณ บ้านครูประทุมวดี สีไธ หมู่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี สีไธ
๒. นางสาวสุนันทา รังงาม
๓. นางพิศ หลวงพิทักษ์
๔. นางชู สอนกิบ
๕. นางจันทร์ คีวิหก
๖. ค.ช.ฉัฐวดี เคียงเกตุ
๗. ค.ช.ฉัฐวดี คีวิหก
๘. นางปรางค์ คีรีวัน
๙. นางมณี โพธิ์เขนย
๑๐. นางหยุน รังงาม
๑๑. นางแถม จันทร์เปล่ง
๑๒. ค.ช.จักรินทร์ เจริญผล
๑๓. ค.ช.ศิริลักษณ์ บัวน้อย
๑๔. ค.ช.พันธกานต์ หลวงพิทักษ์
๑๕. ค.ช.เบญจวรรณ มะนะงาม
๑๖. ค.ช.กิตติศักดิ์ บัวน้อย
๑๗. ค.ช.ปิยะวัฒน์ วังกาบ
๑๘. ค.ช.จามร เข้มกำเหน็ด
๑๙. ค.ช.สุชานันท์ สอนนุชา
๒๐. ค.ช.อติยา ชัยมวงษ์
๒๑. ค.ช.จิราวัฒน์ แสงจันทร์
๒๒. ค.ช.นรินทร์ รังงาม
๒๓. นางเพชร สอนนุชา
๒๔. นางลำไย โยธา
๒๕. นางบุญเดือน นนท์อภัย
๒๖. ค.ช.นที แหวเมือง
๒๗. ค.ช.อาทิตย์ ศรีทานนท์
๒๘. ค.ช.สุรศักดิ์ คีรีวัน
๒๙. ค.ช.ธนากรณ คำดี
๓๐. ค.ช.กรกช อาจวิดี
๓๑. ค.ช.พัฒนกรณ อาจวิดี

เริ่มประชุมเวลา ๐๘.๓๐ น.

นางสาวประทุมดี สีใส กล่าวต้อนรับผู้ที่เข้าร่วมประชุมเรื่องสุขภาพชุมชนตำบลบ้านฆ้อง โดยให้วัตถุประสงค์ว่าทีมวิจัยได้ทำกิจกรรมมา ได้สรุปว่าสุขภาพชุมชนคนบ้านฆ้องมีความสุขเมื่อได้มาร่วมกลุ่มทำกิจกรรมต่างๆ เกิดสติปัญญา เกิดการเรียนรู้จากการ ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน จึงอยากเปิดโอกาสให้กับทุกคนได้มาแลกเปลี่ยนความคิดเห็นให้ทั่วทั้งตำบลจึงมีผู้นำแต่ละวัยไปชวนท่านมาในวันนี้

จากนั้นได้ให้ผู้เข้าร่วมประชุมได้แนะนำตนเองทีละคน และบอกว่าใครชวนมา คนที่ไปชวนเขาบอกอย่างไร

ป้าเพชร สอนนุชา บอกว่าผ่านมามาทางนี้เห็นทุกคนมาชุมชนกันที่นี้ ทุกวันอาทิตย์ ก็อยากรู้ว่าเขาประชุมอะไรกันจึงอยากรู้อยากเห็น มีทั้งเสียงเพลงเด็กและผู้ใหญ่ ถ้ารู้แบบนี้มาเข้ากลุ่มตั้งนานแล้ว เพราะอยู่บ้านเหงาไม่มีเพื่อน อีกอย่างได้คิดถึงวิธีการเล่นสมัยก่อนทำให้คิดถึงความสุข ย้อนถึงอดีตมีความสุข

ป้าพูน รักงาม พาเด็กเล่นแบบนี้ทำให้สบายใจ ลืมเจ็บ ปวดขาแข็ง ทำให้มีกำลังใจมากขึ้น

ป้ามณี โพธิเชยน์ เรารู้วิธีการเล่นสมัยก่อนมาบ้างแล้ว มาดูเรื่องอาหารของคนสมัยก่อนบ้างเขากินอะไรกันจึงไม่มีโรคภัยมาเบียดเบียน โรคปวดขาปวดหลังก็ไม่มี

ป้าพิศ หลวงพิทักษ์ บอกว่าสมัยก่อนนั้นจะแกงส้มแกงเผ็ด เขาจะตำพริกเครื่องแกง ซึ่งเครื่องปรุงทุกอย่างสดใหม่ เก็บจากคัน สมัยนี้ผักต่างๆเครื่องปรุงน้ำพริก น้ำแกง เขาใส่ยาอียังงั้น คงจะเป็นยาพิษปวด พวกเขากินเข้าไปทุกมือ จึงเป็นโรคนี้บ่อยๆ สารพัดโรค

ป้าปราณี ศิริวัน บอกว่าอาหารปลอดภัย เราต้องเลี้ยงปลา ปลูกผักตามธรรมชาติ และต้องทำเอง

น้องปิยะวัฒน์ และน้องนที แหวเมือง บอกว่าหนูอยากทำแปลงเกษตร เพราะได้ออกกำลังกายตอนขุดดินทำแปลง และรดน้ำผัก ที่โรงเรียนครูเขาให้ทำเหมือนกันได้ผักมาให้แม่ผัดให้กินด้วย

จากนั้นหาอาสาสมัครนำทีมขุดดินทางหญ้าทำแปลงปลูกผัก เด็กๆ ไปชวนบุคคลอื่นมาด้วยก็ได้ และได้อาสาสมัครดังต่อไปนี้

ขุดดินทางหญ้า น้องเกม และน้องเนตร นำทีมหาเพื่อนอีก ๑๐ คน

ป้าชูกับป้าเพชร หาพันธุ์พืชสมัยก่อน

พี่พรทิพย์กับพี่สุนันทา นำทีมการละเล่นพื้นบ้านหาอุปกรณ์ที่มีในหมู่บ้านเรา

สรุปบทเรียน

- ได้รู้จักเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น ได้รู้ชื่อและวิธีการเล่นสมัยก่อน ได้ความสุขทางใจ
- ได้รู้ชื่อ ไม่สับสนใครทำอะไรเรื่องส้ม แกงเผ็ด

สิ่งที่ต้องปรับปรุง

- ทุกคนแสดงความรู้ได้ แต่ต้องฟังผู้อื่นให้พูดจบก่อน (ทีละคน)
- มีผู้ออกมาอีกมากเวลาค่ำ

ค่าใช้จ่ายอาหาร ๓๑ คน จำนวน ๑,๕๕๐ บาท

ปิดประชุมเวลา ๑๒.๓๐ น.

ค.ญ.เบญจวรรณ มะนะงาม

ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวประทุมดี สีใส

ตรวจทานรายงานการประชุม

กิจกรรมที่ ๔๕ เวทีเก็บข้อมูล อาหารและสมุนไพร

วันที่ ๓๑ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๑๕.๐๐ - ๑๗.๓๐ น.

ณ แปลงพืชสวนครัว หมู่ที่ ๖ ต.บ้านหนอง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

รายชื่อผู้เข้าร่วม

๑.	ค.ญ.กฤติธร	ลี้มทอง
๒.	ค.ช.กิตติชัย	ลี้มทอง
๓.	นางสาวพิมพ์ใจ	เอิบเชื้อ
๔.	ค.ญ.รัตติกาล	ทุลี
๕.	ค.ญ.ชนิตา	ลินดา
๖.	ค.ญ.เบญจมาศ	มะนะงาม
๗.	ค.ญ.ปิยะวรรณ	ทองย้อย
๘.	ค.ช.ธวัชชัย	อาจปึกษา
๙.	ค.ช.ธนศักดิ์	กระค่าย
๑๐.	ค.ญ.ปิยวดี	ธรรมกิจ
๑๑.	นางประทีน	ธรรมกิจ
๑๒.	นางสาวปิยะพร	พิทยากุล
๑๓.	น.ส.มาลา	ลี้มทอง
๑๔.	นางบำรุง	อุ้นทาโพ
๑๕.	นางวันเพ็ญ	ใจสันเทียะ
๑๖.	ค.ช.วันชล	อุ้นทาโพ
๑๗.	ค.ญ.จิราพร	ใจสันเทียะ
๑๘.	นางณอม	นันทนากรณ์
๑๙.	ค.ช.ภัทรกร	นันทนากรณ์
๒๐.	นางสาวทองคำ	ลี้มทอง

วันนี้ได้อะไรบ้าง

ได้รู้จักชื่อผักมากขึ้น และได้รู้ว่าผักชนิดไหนเอามาทำอะไรได้บ้าง ได้รู้ว่าผักและผลไม้มีประโยชน์ต่อร่างกายอย่างไรบ้าง เด็กสมัยนี้มองว่ากินผักไม่ค่อยจะเป็นกันแล้ว พ่อแม่ไม่ค่อยจะมีเวลาทำกับข้าวกินเอง

นางสาวมาลา ลี้มทอง

ผู้บันทึกกิจกรรม

นางสาวงามงาม ประจวบวัน

ผู้ตรวจทานและแก้ไข

กิจกรรมที่ ๔๖ เตรียมพื้นที่ทำแปลงปลูกผักสวนครัว ฐานการละเล่นพื้นบ้าน อาหาร สมุนไพร

วันที่จันทร์ที่ ๑ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๖.๐๐ – ๑๘.๓๐ น.

ณ บ้านครูประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ต.บ้านหนอง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑.	นางสาวประทุมวดี	สีใส
๒.	ค.ช.จามร	เข็มนำเหน็ด
๓.	ค.ญ.อติษา	ชาอัมพวัน
๔.	นางแถม	จันทร์แปลง
๕.	ค.ช.จิรวรรณ	แสงจันทร์
๖.	นางลำไย	โยธา
๗.	ค.ช.ณัฐพร	คิ้วหัก
๘.	ค.ญ.จิราพร	ใจตันเทียะ
๙.	ค.ช.นที	แหวมือง
๑๐.	ค.ช.เบจวรรณ	มะนงาม
๑๑.	ค.ญ.ศิริลักษณ์	บัวน้อย
๑๒.	ค.ช.อาทิตย์	ศรีทนนท์
๑๓.	ค.ช.กิตติศักดิ์	บัวน้อย
๑๔.	ค.ช.ปิยะวัฒน์	วังกาบ
๑๕.	นางสุวรรณ	นนท์เอี่ยม
๑๖.	ค.ญ.กมลชนก	หาญกล้า
๑๗.	ค.ญ.เบญจมาศ	มะนงาม
๑๘.	ค.ญ.ผกาวดี	สีใส
๑๙.	ค.ญ.เกษกนก	สีใส
๒๐.	ค.ช.ประพัทธ์	เทพอวยพร
๒๑.	ค.ช.ณัฏพล	อุ้นทาโพ
๒๒.	ค.ญ.ทวิตรา	เพ็งวัน

เริ่มเปิดเวที ๑๖.๓๐ น.

วาระที่ ๑

นางสุวรรณ นนท์เอี่ยม สมาชิกหมู่ที่ ๑ กล่าวต้อนรับสวัสดี เด็กๆและผู้ที่เกี่ยวข้อง โดยให้วัตถุประสงค์ว่าวันนี้ มาเตรียมพื้นที่ปลูกผัก ซึ่งพื้นที่ตรงนี้น้ำท่วมอยู่หนึ่งเดือน ทำให้ดินกำลังขึ้นขุดถางหญ้าออกง่าย ให้แบ่งกลุ่มกัน กลุ่มแรก ถอน ถางหญ้าออกก่อน กลุ่มที่ ๒ ใช้เสียม และจอบขุดดินกลบรากหญ้า ดากดินไว้หนึ่งแดดแล้วค่อยลงเมล็ดพืช ส่วนไม่ขึ้น คั้นปลูกได้เลย

วาระที่ ๒

น้องนัฐวิ ศิวทก กล่าวให้ผู้ร่วมประชุมแนะนำตนเองทีละคนและให้บอกตนเป็นผู้นำทีมชุดหรือทาง แนะนำคุณสมบัติตนเองเพื่อเชิญชวนให้คนอื่นๆ สนใจเข้าร่วมช่วยทีมของตน

วาระที่ ๓

น้องพลอย เบญจวรรณ บอกว่า ควรลงมือปฏิบัติจริงเดี๋ยวนี้ เพราะจะมีคดียกก่อน ให้แบ่งคนออกเป็น ๒ ทีม ทีมทางหญ้า ๑๒ คน ทีมชุด ๑๐ คน

น้องเวฟ น้องโม น้องก้อย น้องพลอย น้องฟิล์ม น้องเพ็ช น้องเนย น้องทราย น้องนาส น้องพลอยเล็ก น้องเบ็นซ์ น้องโม ทีมทางและขนหญ้าไปรวมกองทำปุ๋ย

น้องเกม น้องเนตร ป้าไร ป้าลำไย ป้าแถม น้องกัส น้องอาทิตย์ น้องนที ชุดดิน

ป้าประทุมวิเศษรากหญ้าออกจากดิน ทุกคนมาร่วมกัน พรวนดินให้ละเอียด ตากดินไว้หนึ่งแดดแล้ว พรวนนี้เวลา ๑๖.๓๐ น. มาหว่านเมล็ดลงแปลง แปลงของใครมารคน้ำรดหญ้ากันเอง หากผักโตแล้วนำผักไปบ้านให้คุณพ่อ คุณแม่ปรุงอาหาร พรวนนี้มาหว่านเมล็ดลงแปลง

สรุปถอดบทเรียนหลังกิจกรรม

สิ่งที่ได้

๑. เด็กและผู้ใหญ่พูดคุยและช่วยกันแบบเป็นเพื่อนกัน ทำให้เป็นกันเองมากขึ้น

๒. ได้สนุกและออกกำลังกายทุกส่วน และเด็กรู้จักช่วยกันวางแผนผังว่าควรจัดเรียงแปลงอย่างไร ได้ความภาคภูมิใจที่ทุกคนลงมือช่วยกันทำงานจึงจะสำเร็จ คิดเป็น ทำเป็น กระยะห่างได้

สิ่งที่ต้องปรับปรุง

ขอให้ทุกคนรักษาแปลงผักทุกแปลงเหมือนกัน ไม่ใช่แปลงนี้ของฉันทำดี แปลงของเพื่อนไปเหยียบย่ำเสียดินพัง

หมด

ค่าใช้จ่าย ค่าอาหาร ๒๒ คน ๑,๑๐๐ บาท

ปิดเวที เวลา ๑๕.๓๐ น.

ค.ญ.เบญจวรรณ มะนะงาม

ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวประทุมวิ สีใส

ผู้ตรวจรายงานการประชุม

กิจกรรมที่ ๔๗ เวทีเก็บข้อมูลฐานการละเล่นพื้นบ้าน อาหาร สมุนไพร
 วันที่จันทร์ที่ ๖ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๖.๓๐ – ๑๕.๓๐ น.
 ณ บ้านครูประทุมวดี สีใส หมู่ ๑ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวประทุมวดี สีใส
๒. ค.ญ.บุษบา ทองย้อย
๓. ค.ญ.วรรณนิศา ชุกุล
๔. ค.ญ.ชนิตา ถิ่นลา
๕. ค.ญ.ปิยวรรณ ทองย้อย
๖. ค.ช.จักรพงษ์ ถิ่นทอง
๗. ค.ญ.กิตติกร ถิ่นทอง
๘. ค.ช.ณรงค์กร ถิ่นทอง
๙. ค.ญ.รัตติกาล พูลี
๑๐. นางสาวมาลา ถิ่นทอง
๑๑. นางแค้น นามถาวร
๑๒. นางสุทิ เกรอด
๑๓. นางกิ่งกาญจ จันทรพิลบกิจ
๑๔. นางเครือวัลย์ สุฉันทบุตร
๑๕. นางนวล พิจิตร
๑๖. นางขอ เจียมเจิม
๑๗. นางสาวพรทิพย์ ศิริวัน
๑๘. นางสาวคำอังก์ พรหมมาลี
๑๙. นางสาวสุนันทา รังงาม
๒๐. นางบุษรรม เพ็งพิน
๒๑. นางสาวรินทร์ กุดเพตรา
๒๒. นางใจใส ชุนเกษยา
๒๓. ค.ช.สุพรรณ ชมรัตน์
๒๔. นางเพชร สอนนุชา
๒๕. นางนิล กรมมา
๒๖. นางน้ำนอง เบ็ญจชาติ
๒๗. นางแถม จันทรแปลง
๒๘. นางลำไย โยธา
๒๙. นางแฉล้ม อยู่ปุย
๓๐. ค.ช.อวยชัย จงคงงาม
๓๑. ค.ช.พงษ์ศิริ พุมมา

๓๒. ค.ญ.เบญจวรรณ มนะงาม

๓๓. ค.ช.ปิยะวัฒน์ วังกาบ

เริ่มเปิดเวที ๑๖.๓๐ น.

วาระที่ ๑

นางสาวประทุมวดี สีใส กล่าวต้อนรับสวัสดี สมาชิกที่มีจิตศรัทธาบ้านฉางทุกท่าน วันนี้ช่วงเช้าใครไปประชุมเครือข่ายเด็ก ที่ศาลาหมู่ ๖ บ้าง น้องเวฟยกมือบอกว่าไปมา ที่เขาเขียนเรื่องใส่กระดาษได้ พวกหนูยังไม่เก่ง พี่สุนันทาเสริมว่าเราต้องฝึกฝนก็ต้องทำได้ ถ้าหนูอยากเก่งก็ต้องออกทำกิจกรรมบ่อยๆ

ประทุมวดีชวนคุย ทำไมถึงมาประชุมวันนี้อีก เพราะเมื่อเช้า ๑๖.๐๐ น. ไปปั่นจักรยานร่วมกันกับเทศบาลบ้านฉางพอ ๐๘.๐๐ น. ไปร่วมประชุมเครือข่ายเด็กจังหวัดราชบุรีที่ศาลาหมู่ที่ ๖ ฉันคิดว่าวันนี้จะไม่มีใครมาเล่นการละเล่นพื้นบ้านที่หมู่ ๑ แน่นนอน

ป้าลำไย บอกว่าอยากมาราวงรำแคนสัก ๘ รอบ เมื่อเช้าได้แค่คบบมือแล้ว เฮ้อๆ จะไปเหนื่อยอะไร

ค.ช.ปิยะวัฒน์บอกว่า หนูจะมาฝึกพูดไมล์ เหมือนพี่ๆ เขาที่ศาลาหมู่ ๖

น้องชนิตา ลินดา อยากออกมาเล่นกับเพื่อนๆ เพราะช่วงเย็นวันเสาร์ไม่มีการบ้าน

พี่ลำอากค์ พรหมมาลี ออกมาผอ้นคลาย เพราะที่นี่มีของเล่นมากมายและมีเพื่อน อย่างราวงมีเพื่อนรำด้วยมีเสียงเพลง รู้สึกสนุกก็กิน รำคนเดียวเขาหาว่าเราบ้า หรือมาออกกำลังกายสู่ว่าสูป หลายคนทำให้สนุก หมุนอยู่บ้านคนเดียวไม่สนุก ป้าใจใส บอกว่าชมรมการละเล่นพื้นบ้าน ทำให้คิดถึงสมัยเด็กๆ เพราะมันต้องเล่นเป็นกลุ่มทุกอย่างเลย อย่างขุนเมืองต้องเล่น ๒ คน มีคนรุ่นเฮฮากัน หมาไล่ห่าน ก็เล่น ๕ - ๖ คนขึ้นไป มอญซ่อนผ้าก็ ๕ - ๑๐ คนขึ้นไป อีแย๊ป ไม่หึง คีจ๊ับ ลูกช่วง ฯลฯ แสดงว่าคนสมัยก่อนเขาอยู่กันเป็นกลุ่ม แล้วใช้คนเป็นอุปกรณ์ในตนเอง ไม่ต้องใช้เงินซื้อเหมือนของเล่นสมัยนี้ ป้าสุทิเสริม เรามาเล่นมาประชุมเห็นกันบ่อยๆ ทำให้เกิดความรักความคิดถึงกัน

ป้าประทุมวดี ถามน้องๆ ที่มาใหม่วันนี้ รู้ได้อย่างไรว่าที่นี่มีประชุมการละเล่นพื้นบ้าน น้องวรรณนิศา ชุกุล เพื่อนมา และอยากมาเล่นกับเพื่อน

ป้านวล พิจิตร บอกว่ามาเล่นการละเล่นพื้นบ้านแล้ว ได้รู้เรื่องอาหารสมุนไพรอยากเรียนรู้ “ไม่ใช่อยากกินอาหารฟรีนะ” ได้เล่น ได้กินอ้อม ได้สนุกสนานกันสัก ๒ ชั่วโมงคลายเครียดดี ได้ออกมาพบปะเพื่อนฝูงบ้าง เพราะเลี้ยงลูกหลานอยู่บ้านมันเหงา

วาระที่ ๒

ให้เสนอการเล่นมาหนึ่งอย่าง แล้วให้ป้าที่ รู้การเล่นสาธิต น้องพลอยบอกว่า รี้ข้าวสารดีกว่า ได้เล่นทุกคนพร้อมกันดี ป้านิลสาธิตและบอกวิธีเล่น ๑ ครั้ง ครั้งที่ ๒ แบ่งเป็น ๒ ทีม ทีมละ ๑๕ คน แข่งขันทีมไหนแพ้จับมาราวงสาวบ้านแค

สรุปบทเรียนหลังกิจกรรม

สิ่งที่ได้

๑. ได้ผู้นำเด็กเพิ่ม ได้ความรู้ ได้ไหวพริบ ได้วางแผนแข่งขัน ได้ความสามัคคี
๒. ได้สนุกและออกกำลังกาย ได้เพื่อนต่างวัย

สิ่งที่ควรปรับปรุง

ขอให้ทุกคนพยายามพูด และแสดงความคิดเห็นกระจายๆ กัน คนใดพูดมากแล้วหยุดให้เพื่อน ได้พูดบ้าง
ค่าใช้จ่าย ค่าอาหาร ๓๓ คน ๑,๖๕๐ บาท

ปิดเวทีเวลา ๑๕.๓๐ น.

ค.ญ.เบญจวรรณ มะนะงาม

ผู้บันทึกการประชุม

นางสาวประทุมวดี สีใส

ผู้ตรวจรายงานการประชุม

กิจกรรมที่ ๔๘ เวทีวางแผนทำกระทงฐานการเล่นพื้นบ้าน
วันที่ ๗ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๕.๐๐ – ๑๘.๐๐ น.
ณ บ้านเลขที่ ๖๒ หมู่ที่ ๓ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. ค.ญ.พรพรรณ	จันทร์ดา
๒. ค.ญ.ชลิตา	ลินดา
๓. ค.ญ.ศศิประภา	ลินดา
๔. ค.ญ.กฤติธร	ลัมทอง
๕. ค.ญ.อภิัญญา	แก้วเกตุ
๖. ค.ญ.รัตติกาล	พุดี
๗. ค.ญ.ปัทมาวรรณ	ทองย้อย
๘. ค.ญ.อนุสร	เกศบัว
๙. นางสาวสุชาดา	เฉลิมภาค
๑๐. นางสาวมาลา	ลัมทอง
๑๑. ค.ช.กิตติรัช	ลัมทอง
๑๒. ค.ญ.อุมาพร	มณีกล้า
๑๓. ค.ช.รัฐพล	มณีกล้า
๑๔. นางรำยอง	ลัมทอง
๑๕. นางบำรุง	อุ้นทาโพ
๑๖. นางพิมพ์ใจ	เอิบเอื้อ
๑๗. ค.ช.ณัฐพล	อุ้นทาโพ
๑๘. นางถนอม	นันทนากรณ์
๑๙. ค.ช.ภัทรกร	นันทนากรณ์
๒๐. ค.ญ.สุพรรณา	บุทะ
๒๑. ค.ญ.มินตรา	อ่วมยิ้ม
๒๒. น.ส.ทองคำ	ลัมทอง
๒๓. ค.ช.ณรงค์กร	ลัมทอง
๒๔. ค.ญ.นรินทร์	รักงาม
๒๕. นางสาวสุนันทา	รักงาม
๒๖. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน

เริ่มกิจกรรม เวลา ๑๕.๐๐ น.

ช่วงที่ ๑ แนะนำตัวทีมวิจัยเก่า และทีมวิจัยใหม่ร่วมกับเด็กในชุมชน

ช่วงที่ ๒ นั่งวางแผนในการทำกระทง

วัตถุประสงค์ในการทำกระทง ก็คือ จะได้มีกระทงไปลอยในเทศกาลลอยกระทงและถ้าเป็นไปได้ หากมีชาวบ้านหมู่ที่ ๓
ของเราหรือ ทั้งตำบลบ้านหนองสนใจที่จะซื้อในกลุ่มของเราก็จำหน่ายในราคาตัวเอง

ช่วงสุดท้าย แนะนำตัวอีกรอบ

ปิดเวที เวลา ๑๘.๐๐ น.

นางสาวมาลา ลิ้มทอง

ผู้บันทึกกิจกรรม

นางสาวงามงาม ประจวบวัน

ผู้ตรวจทานและแก้ไข

กิจกรรมที่ ๔๕ เวทีออกกำลังกายผู้สูงอายุ
วันที่ ๕ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๐๗.๓๐ - ๑๑.๐๐ น.
ณ ศาลาเจ้าหนุม ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	นักวิจัยหมู่ที่ ๒
๒. นางสาวสุนันทา	รักงาม	นักวิจัยหมู่ที่ ๓
๓. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัยหมู่ที่ ๓
๔. นางอริ	สหสัจฉญาณ	นักวิจัยหมู่ที่ ๑๐
๕. นางคื	เด่นวารี	หมู่ที่ ๑
๖. นางเรือง	จันทร์ดา	หมู่ที่ ๑
๗. นางเกลี้ยง	สำเนียม	หมู่ที่ ๒
๘. นางห่อ	พูนบางขุง	หมู่ที่ ๒
๙. นางเอียง	ทองกันยา	หมู่ที่ ๒
๑๐. นางสาวดารุณี	ทองกันยา	หมู่ที่ ๒
๑๑. นายเต่า	ศิริวัน	หมู่ที่ ๒
๑๒. นางแร่	บัวน้อย	หมู่ที่ ๒
๑๓. นางทองใบ	พะสุธา	หมู่ที่ ๒
๑๔. นางชิง	แป้นภู	หมู่ที่ ๒
๑๕. นางออย	พุ่มเกตุ	หมู่ที่ ๑๐
๑๖. นางนงเยาว์	อันแก้ว	หมู่ที่ ๑๐
๑๗. นางงอก	โกคา	หมู่ที่ ๑๐
๑๘. นางละออง	บุญนาค	หมู่ที่ ๑๐
๑๙. นางทองมี	สินู	หมู่ที่ ๑๐
๒๐. นางบุญมา	ลีลาพร	หมู่ที่ ๑๐

เปิดประชุมเวลา ๐๗.๓๐ น.

หลังจากป้าออง ผู้นำ พาทำกิจกรรมออกกำลังกายด้วยการรำไม้พลองเพื่อสุขภาพ ๔๐ นาทีที่แล้ว คามด้วยคุณสุนันทาและคุณอริ ได้สาธิตวิธีการออกกำลังกายด้วยการรำโยคะประมาณอีก ๕ ท่า คือ ๑. ท่าโม้แป้ง ๒. ท่าบัวบาน ๓. ท่าดอกเลื้อ ๔. ท่ากระเชิง ๕. ท่าเข็ดกระจก แต่ละท่าสามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ ใช้ในผู้ป่วยโรคความดัน เบาหวานและไข่ม้วนก็ช่วยได้ หลังจากคนในกลุ่มนั่งพักดื่มน้ำ เราก็ชวนให้ผู้สูงอายุในกลุ่ม แบ่งกันนั่งเป็น ๓ กลุ่ม เพื่อให้เล่นนิทานในสมัยเก่าเมื่อ ๔๐ - ๕๐ ปีที่ผ่านมา และให้ผู้นำแต่ละกลุ่ม ออกมาเล่าสู่กันฟัง เป็นนิทานพื้นบ้าน นิทานที่เล่าเป็นนิทานธรรมะ นิทานตลกกับนิทานสุขภาพ ผู้นำที่เล่า คือ ป้าออย ป้าใบ ป้าชิง ทำให้เพื่อนในกลุ่มหัวเราะกันอย่างสนุกสนาน ลูกเต้าเป็นผู้ชายคนเดียวในกลุ่มนั่งอมยิ้ม ผู้สูงอายุสามารถแบ่งปันพูดคุย การรับประทานอาหารว่าผักข้างรั้วอะไร ชนิดไหนให้ประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างไร บางคนก็ถือหัวปลีกับดอกแคมาฝากเพื่อนๆ ในกลุ่ม บอกว่าให้นำไปต้มจิ้มน้ำพริกแก้ไอหัวลม เพราะใกล้หน้าหนาวแล้ว

ถอดบทเรียน

คนในกลุ่มได้แนะนำให้มีกิจกรรมที่หลากหลาย จะได้สนุกและพูดคุยกันอยู่บ่อยๆ กิจกรรมหน้าจะนัดอีกที พร้อมด้วยการวัดความดันกันก่อนออกกำลังกาย

ปิดประชุมเวลา ๑๑.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันชา

ผู้บันทึกและสรุปการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๐ เวทีเตรียมความพร้อม

วันที่ ๑๔ พฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๕๓ เวลา ๑๕.๐๐ – ๑๗.๐๐ น.

ณ บ้านเลขที่ ๖๒ หมู่ที่ ๓ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม อ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. ค.ญ.อภิญา	แก้วเกด
๒. นางสาวนุชบา	ทองชัย
๓. ค.ญ.มินตรา	อ่วมฮัม
๔. ค.ญ.อรพรรณ	จันทร์ดา
๕. ค.ญ.นันทิกา	อ่วมฮัม
๖. ค.ญ.กิตติธร	ลิ้มทอง
๗. ค.ช.กิตติธร	ลิ้มทอง
๘. ค.ญ.ณัชพิมล	จันทร์ดา
๙. ค.ช.วิศรุต	ทองจันทร์
๑๐. ค.ญ.วิดา	ทองจันทร์
๑๑. ค.ญ.อรวรรณ	อินธนู
๑๒. ค.ญ.อรสา	อินธนู
๑๓. ค.ช.ณัฐพล	มณีกล้า
๑๔. ค.ญ.จินจุฬา	ใจเฉย
๑๕. ค.ญ.อุมาพร	มณีกล้า
๑๖. ค.ญ.รุ่งทิพย์	ทองปลาค
๑๗. ค.ญ.รัศมิกา	พูสี
๑๘. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง
๑๙. ค.ญ.สุภาวี	สุนวัฒนาศิริกุล
๒๐. นางบำรุง	อุ้นทาโพ
๒๑. ค.ช.ณัฐพล	อุ้นทาโพ
๒๒. นางถนอม	นันทนากรณ์

เปิดเวทีเวลา ๑๕.๐๐ น.

วันนี้เป็นเวทีเตรียมความพร้อมก่อนที่จะทำกระแทกกันก็เลขาอะไรทำ โดยที่มานั่งปรึกษาว่าเด็กๆ จะไหวหรือไม่
จึงนำเด็กทำกิจกรรมโดยมีการเล่นเกมเข้ามาแทรก โดยผ่านไปได้ดีด้วยดี

ปิดเวทีเวลา ๑๗.๐๐ น. นางสาวมาลา ลิ้มทอง ผู้บันทึกกิจกรรม นางสาว่ายาม ประจวบวัน ผู้ตรวจทานและแก้ไข

กิจกรรมที่ ๕๑ เวทีออกกำลังกายผู้สูงอายุ

วันที่ ๑๙ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๕๓ เวลา ๐๗.๓๐ – ๑๐.๓๐ น.

ณ ศาลาการเจ้าหมู่ ๒ ต.บ้านหม้อ อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา
๒. นางอะออง	บุญนาถ
๓. นางสาวหลั่น	พะสุธา
๔. นางบุญมา	สาสิทธิ์
๕. นางชิง	แป้นภู
๖. นางแร่	บัวน้อย
๗. นางสาวสุณี	สินู
๘. นางนงเยาว์	อันแก้ว
๙. นางห่อ	พูนบางยุง
๑๐. นางสาวเหลือ	พรมมาลี
๑๑. นางสาวคารุณี	ทองกันยา
๑๒. นางเฮียง	ทองกันยา
๑๓. นางเรือง	จันทร์ดา
๑๔. นางทองมี	สินู
๑๕. นางอก	โกคา

เปิดประชุม ๐๗.๓๐ น.

ก่อนออกกำลังกายได้ชวนกันวัดความดันของแต่ละคน พบว่าใน ๑๕ คน มีคนเป็นโรคความดัน ๖ คน และไหล่ติด ๑ คน ให้บันทึกว่าแต่ละคนมีความดันกันเท่าไร ในกลุ่มผู้สูงอายุได้พูดคุยกันว่า ให้กินยาพร้อมกับออกกำลังกายจะช่วยได้ วิธีที่จะปฏิบัติในชีวิตประจำวัน ก็ให้ถามป้าชิง แป้นภู ก็ได้ ว่ามีวิธีควบคุมแบบไหนให้ไปแบ่งปันกันได้ อุบลได้แนะนำให้ออกกำลังกาย สัปดาห์ละ ๕ วัน พร้อมทั้งลดอาหาร หวาน เค็ม มัน ก็ช่วยได้ ออกกำลังกายให้ได้ ๕๐ นาทีต่อวัน และฝึกสมาธิร่วมด้วย บางคนก็แบ่งปันให้กินสมุนไพรไทย กาฝากมะม่วง คั้นกินกับน้ำแก้โรคความดันสูง กินมะระช่วยในโรคเบาหวาน เป็นทางเลือกอีกทาง

หลังจากนั้นได้ชวนกันฝากเงินออมในกลุ่ม วันนี้น้ำเขาวัวน้ำใบกระเพามาแจก ให้นำไปคัดกินที่บ้านคนหนึ่งกำมือสรรพคุณมากมาย ซึ่งปลูกขึ้นเองที่บ้าน

สรุปบทเรียน

คนในกลุ่มวันนี้รู้สึกสดชื่น ใส่เสื้อสีชมพูกันทุกคน และยังอยากออกกำลังกายด้วยการรำไม้พลอง เพื่อสุขภาพกันอีก ผู้นำออกกำลังกายสามารถบอกทักษะในการออกกำลังกายต่างๆ ได้ และได้มีการกล่าวถึงการเลือกตั้งการเมืองท้องถิ่นที่จะมีการเลือกตั้งในปลายเดือน มกราคม พ.ศ. ๒๕๕๔ โดยในกลุ่มสามารถสร้างความเข้าใจว่าจะเลือกบุคคลแบบไหนเข้ามา

พัฒนาชุมชนของเรา แสดงความคิดเห็นว่าแบบเดิมๆ ไม่น่ามีขึ้นอีกแล้ว ให้มองไปในทิศทางข้างหน้ากับบุคคลที่จะมาพัฒนาจริงๆ ทำให้คนในกลุ่มนํานงานวิจัยมาใช้โดยไม่รู้ตัว

ปิดการประชุม เวลา ๑๐.๓๐ น.

นางอุบล ทองกันชา

สรุปการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๒ เวทีประชุมทีมวิจัย

วันที่ ๒๖ มิถุนายน ๒๕๕๔ เวลา ๑๒.๐๐ – ๑๖.๐๐ น.

ณ อาคารการศึกษาออกโรงเรียน เทศบาลตำบลบ้านฆ้อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางอุบล	ทองกันยา	ประธานโครงการ
๒. นางสาวปทุมวดี	สีใส	นักวิจัย
๓. นางบุปผา	ชัยศักดิ์านุกูล	นักวิจัย
๔. นางสาวลลิต	สันติภูมิโพธา	นักวิจัย
๕. นางสาวมาลา	ลิ้มทอง	นักวิจัย
๖. นางละออง	หมื่นบวร	นักวิจัย
๗. นางประภาพร	สาลิเรื่อง	นักวิจัย
๘. นางแจ่ม	คำอาจ	นักวิจัย
๙. นางเครือวัลย์	สุจินทบุตร	นักวิจัย
๑๐. นายวินัย	คงนะภา	นักวิจัย
๑๑. นางสาว่างงาม	ประจวบวัน	นักวิจัย
๑๒. นางสาวอุพเพศ	อุดมผล	นักวิจัย
๑๓. นายชินนุวัฒน์	มณีศรีจำ	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม
๑๔. นายบงการณ	แก้วชุม	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม

เปิดประชุมเวลา ๑๒.๐๐ น.

ร่วมพูดคุยถึงผลของกิจกรรมที่ผ่านมาจัด เกิดอะไรขึ้นบ้าง พูดคุยไปถึงกระบวนการ ๔ ข้อ คือ ๑. การสร้างกลุ่ม (เพื่อสร้างความเข้าใจ) ๒. การเรียนรู้ ๓. ความรู้และปัญญา ๔. พึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน

เนื้อเรื่องที่ทำกิจกรรม

๑. อารมณ์	กลุ่มการเล่นพื้นบ้าน	}	ครูปทุมวดี สีใส
๒. อาหาร	กลุ่มอาหารพื้นบ้าน		น.ส.มาลา ลิ้มทอง นางเครือวัลย์ สุจินทบุตร
๓. ออกกำลังกาย	กลุ่มผู้สูงอายุ	}	นางอุบล ทองกันยา
	กลุ่มบัณฑิตเรียน		น.ส.อุพเพศ อุดมผล
๔. ออมทรัพย์	นางสุมาลย์ สันติภูมิโพธา และ ส.ท.ภาวิณี		

ผลการดำเนินงานการสร้างกลุ่ม

กลุ่มครูประทุมวดี การได้มาของสมาชิกคือเด็กसानจากลูกศิษย์ ผู้ปกครอง ขวณเด็กเข้าร่วมโครงการใหม่ (สนับสนุนโดยศูนย์ ๔๕) ปัจจัยที่เอื้อได้แก่ อุปกรณ์กีฬา สถานที่ปลูกผัก ตารางกิจกรรมการสื่อสาร (ข่าว) ความรู้สึกเป็นทีม เป็นต้น

กลุ่ม น.ส.บุพเรศ อุดมผล การได้มาของสมาชิก จากทีมวิจัย จากเพื่อนบ้านกองสาธารณสุขเทศบาลตำบลบ้านฉ้อง เดิมหมอกรณมีการมีชมรมปั่นจักรยานอยู่แล้ว โดยมีกองทุนหลักประกันสุขภาพของเทศบาลตำบลบ้านฉ้องสนับสนุน ได้ชักชวนกลุ่มที่บุพเรศมาร่วมทำกิจกรรมด้วย ค่อมากองสาธารณสุขได้ตั้งชื่อเป็นชมรม 3 ้วยใส่ใจสุขภาพ เพื่อให้ตนบ้านฉ้องรักในสุขภาพตนเอง ได้ชักชวนกลุ่มทีมวิจัยไปร่วมกันปั่นทุกวันเสาร์ ปัจจัยที่เอื้อ ได้แก่ เป็นวันหยุด ไม่ต้องลงทุนมีแรงจูงใจ ความตระหนักเรื่องสุขภาพ มีความผูกพัน เป็นต้น

กลุ่ม น.ส.มาลา ถิมทอง การได้มาของสมาชิกคือเด็กทีมคันกล้า เพื่อนๆ อสม. ที่มามีโอกาสเรียน กศน. ได้สนิทกับครู กศน. และทราบว่ากลุ่มกศน.สนับสนุนอาชีพ ได้เขียนโครงการของกลุ่มอาชีพทำดอกไม้จันทน์กับเด็กและทำเรื่อยๆมา ปัจจัยที่เอื้อ ได้แก่ มีสถานที่ปลูกผัก ความเป็นลูกหลาน อุปกรณ์ในการทำ เป็นต้น

กลุ่มนางเครือวัลย์ สุฉันทบุตร การได้มาของสมาชิกค้อยอดจากกลุ่มครูประทุมวดี (กลุ่มอาชีพสานตะกร้าของศูนย์ 49)และคนในชุมชนที่สนใจ พี่เครือวัลย์ บอกว่ามีความสุขกับการทำตะกร้ามากกว่าแต่ก่อนที่เข็ยจักรอยู่คนเดียว ซึ่งได้เงินมากกว่า ปัจจัยที่เอื้อ ได้แก่ สถานที่ในการทำกิจกรรม อุปกรณ์ในการทำกิจกรรม มีความผูกพัน เป็นต้น

กลุ่มนางอุบล ทองกันยา การได้มาของสมาชิก จากเครือข่าย จากเพื่อนๆและการชักชวนบอกต่อเด็กบริเวณชุมชน ทำกิจกรรม 4 ปีแล้ว ทำแล้วเกิดประโยชน์ต่อตัวเอง แล้วบอกต่ออาการจากหนักเป็นเบา เป็นการรู้เท่าทันสุขภาพก่อนเกิดและเกิดแล้วรู้จักวิธีการแก้ไข ปัจจัยที่เอื้อ ได้แก่ มีสถานที่ในการออกกำลังกาย คนในชุมชนรักสุขภาพตนเอง ความผูกพัน อุปกรณ์ในการทำกิจกรรม วางจากงาน เป็นต้น

กลุ่มนางสุมาลย์ สันติภูมิโพธา การได้มาของสมาชิก ค้อยอดจากกลุ่มครูประทุมวดีและคนในชุมชน ปัจจัยที่เอื้อ ได้แก่ มีสถานที่ในการทำกิจกรรม คนในชุมชนสนใจต้องการทำเป็นอาชีพ เป็นต้น

นายชินนวัฒน์ มณีศรีขำ กล่าวว่าทำอะไรแล้วก็ต้องไม่ลืมกระบวนการของงานวิจัย ถ้าไม่เข้าใจก็ให้กลับไปสร้างความเข้าใจใหม่จนเราเข้าใจและกลุ่มเข้าใจ

ปิดการประชุมเวลา ๑๖.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

สรุปการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๓ เวทีออกกำลังกายชมรมผู้สูงอายุ
วันที่ ๑๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๔ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๒.๐๐ น.
สถานที่ ศาลาศาลเจ้า หมู่ที่ ๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๑.	นางศุ์	เล่นวารี	หมู่ที่ ๑
๒.	นางเรือง	จันทร์คา	หมู่ที่ ๑
๓.	นางอุบล	ทองกันยา	หมู่ที่ ๒
๔.	นางสาวหลั่น	พะสุธา	หมู่ที่ ๒
๕.	นางทองใบ	พะสุธา	หมู่ที่ ๒
๖.	นางห่อ	พูนบางขุง	หมู่ที่ ๒
๗.	นางพร	โพลา	หมู่ที่ ๒
๘.	นางเพียงใจ	พันผา	หมู่ที่ ๒
๙.	นางเฮียง	ทองกันยา	หมู่ที่ ๒
๑๐.	นางขวัญเรือน	เกิดพันธ์	หมู่ที่ ๒
๑๑.	นางสาวคารุณี	ทองกันยา	หมู่ที่ ๒
๑๒.	นายปัญญาพล	จิตรคำ	หมู่ที่ ๒
๑๓.	นางเกลี้ยง	สาเนียม	หมู่ที่ ๒
๑๔.	นางจิง	แป้นภู	หมู่ที่ ๒
๑๕.	นางแร่	บัวน้อย	หมู่ที่ ๒
๑๖.	นางเกลี้ยง	ลินลา	หมู่ที่ ๒
๑๗.	นางทอน	ศิริวัน	หมู่ที่ ๒
๑๘.	นางบุญมา	ศิริวัน	หมู่ที่ ๒
๑๙.	นางสาวสำอางค์	พรหมมาลี	หมู่ที่ ๓
๒๐.	นางสาวสุณี	ลีปู	หมู่ที่ ๒
๒๑.	นางยุพิน	หลอจจำปา	หมู่ที่ ๒
๒๒.	นายบุญ	สาเนียม	หมู่ที่ ๒
๒๓.	นายเอกสิทธิ์	สุวรรณ	หมู่ที่ ๒
๒๔.	นางเล็ก	ศิลปะสุวรรณ	หมู่ที่ ๒
๒๕.	เด็กชายโอมชนะ	พูนบางขุง	หมู่ที่ ๒

๒๖.	นายสว่าง	บัวทอง	หมู่ที่ ๒
๒๗.	นายอภิสิทธิ์	พันผา	หมู่ที่ ๒
๒๘.	นางช้ออน	โพธิ์เขนย	หมู่ที่ ๒
๒๙.	เด็กหญิงสุริดา	พ่วงปาน	หมู่ที่ ๒
๓๐.	นางทองอยู่	วรศรีบุญ	หมู่ที่ ๒
๓๑.	นางหนูเล็ก	เหลื่องอ้อน	หมู่ที่ ๒
๓๒.	นางอุไรรัตน์	นัทธี	หมู่ที่ ๒
๓๓.	นางสาวกัทรียา	จิตจำเริญ	หมู่ที่ ๒
๓๔.	นางพูน	รักงาม	หมู่ที่ ๓
๓๕.	นางบำรุง	อุ้นทาโพ	หมู่ที่ ๓
๓๖.	นางเพ็ญศรี	เขียนอักษร	หมู่ที่ ๔
๓๗.	นางเฉลิม	สุมณฑา	หมู่ที่ ๕
๓๘.	นางบุญมา	สาสิทธิ์	หมู่ที่ ๑๐
๓๙.	นางเหลือ	พรหมมาลี	หมู่ที่ ๑๐
๔๐.	นางทองมี	สินู	หมู่ที่ ๑๐
๔๑.	นางงอก	โกคา	หมู่ที่ ๑๐
๔๒.	นางละออง	บุญนาค	หมู่ที่ ๑๐
๔๓.	นางนงเยาว์	อันแก้ว	หมู่ที่ ๑๐
๔๔.	นางขันทอง	บุญมี	หมู่ที่ ๑๐
๔๕.	นางอริ	สหสัจญาณ	หมู่ที่ ๑๐
๔๖.	นางสงวน	สอนโยธา	หมู่ที่ ๑๐

เปิดการประชุมเวลา ๐๘.๓๐ น.

หลังจากเข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายด้วยการรำไม้พลอง แล้วชวนกันดื่มน้ำสมุนไพรและพักผ่อนตามอัธยาศัย ให้ร่างกายหายเหนื่อย พุดคุยกันตามประสาชาวไม้พลอง ก่อนที่เราจะทำการออกกำลังกาย ได้วัดความดันไว้ พบว่าคนที่มีความดันสูงประมาณ ๖ คน ไหล่ติด ๑ คน ก็ชวนกันแลกเปลี่ยนพุดคุยกัน เกี่ยวกับเรื่องการรักษาสุขภาพ หาสาเหตุร่วมกัน ป้าทองใบ เล่าว่าตัวเองก็เป็นความดันสูง ถ้าพักผ่อนไม่เพียงพอบางทีก็เครียด ซึ่งความเครียดจะมาเอง เครียดเอง ปวดหัวเอง หงุดหงิดเอง ก็พยายามปล่อยวางและพยายามกินอาหารที่ไม่เค็มจัด มาร่วมออกกำลังกาย ซึ่งเป็นทางออกและพุดคุยกับเพื่อนๆ ก็จะดีขึ้น ได้แนะนำป้าแร่ให้นอนแต่หัวค่ำ ป้าบุญมาแนะนำให้ระวังเรื่องอาหาร หวานเค็ม ก็มีส่วน บางท่านก็แนะนำให้กินสมุนไพร เช่นน้ำนางเยาว์ ป้าพลันบอกวิธีการนำเอากาแฟมะม่วงมาดื่มน้ำ จะทำให้ความดันลดลง ซึ่งเป็นความรู้ใหม่กับคนในกลุ่ม น้ำเขี้ยวกลับไปบ้านพักเดียวเอากระเพาะปลอดสารพิษ ที่ปลูกไว้ที่บ้าน มาแบ่งปันเพื่อนๆ ใน

กลุ่ม ป้าฮี้ยังบอกว่าตนเองเป็นโรคประสาทตาเสื่อมไม่สามารถรักษาให้หายขาดได้ หมอให้วิตามินบีรวมมากิน แต่คาก็ยังกระตุกอยู่ ชวนคุยเรื่องวิตามินบีรวม บางคนก็รู้ บางคนก็ไม่รู้ ป้าออง เป็นพยาบาลเก่าแนะนำว่าให้กินข้าวกล้องเยอะๆ อยู่ในคับก็ไม่เหมาะสำหรับผู้ที่มีไขมันสูง ในอาหารธัญพืชก็มี กินอาหารที่หลากหลายเข้าไว้ เช่นอาหารสีแดง สีเขียว สีเหลืองและสีม่วง เพราะคุณค่าทางอาหารมีมาก ป้าอองเองบอกว่าตนเองไปอบสมุนไพรที่เมืองกาญจนบุรี เพื่อนๆบอกว่าถ้าเป็นโรคหัวใจให้หาหมอนะ ป้าอองบอกว่าสบายมาก รุ่นนี้อายุ ๖๒ ปีเอง (เสียงหัวเราะฮาเฮ) ก่อนรับประทานอาหารเที่ยงในกลุ่มออกกำลังกาย ก็ชวนกันฝากออมประจำเดือน ออมเพื่อสุขภาพ ออมไว้สำหรับอนาคตข้างหน้า ใครไปหาหมอ ไม่มีเงินสามารถขืมไปได้โดยไม่เสียดอกเบี้ย เป็นสวัสดิการของกลุ่มออกกำลังกาย ที่ร่วมกันสร้างขึ้นภายในกลุ่มของเราเอง

สรุปผลกิจกรรม

คนที่เข้าร่วมรู้สึกสดชื่น มีความสุขกับการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น นำสิ่งที่เพื่อนแนะนำกลับไปปฏิบัติ สิ่งที่ไม่รู้ตนเองก็ได้รู้ มองเห็นสภาพปัญหาของตนเองและเรียนรู้ไปพร้อมๆ กัน

ปิดการประชุมเวลา ๑๒.๐๐ น.

นางสาวดารุณี ทองกันยา

สรุปการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๔ เวทีสรุปผลการดำเนินงาน
วันที่ ๘ มกราคม พ.ศ.๒๕๕๕ เวลา ๑๐.๐๐ – ๑๒.๐๐ น.
ณ บ้านนาอูบล ทองกันยา ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมเวที

๑. นางสาวพวงทอง	เม้งเกร็ด	ศูนย์ประสานงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นจังหวัดสมุทรสงคราม
๒. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	ทีมวิจัย
๓. นางอุบล	ทองกันยา	ทีมวิจัย
๔. นางสาวประทุมวดี	สีใส	ทีมวิจัย

เปิดการประชุมเวลา ๑๐.๐๐ น.

นางสาวพวงทอง เม้งเกร็ด ได้ชวนทีมวิจัยพูดคุยเพื่อสรุปรายละเอียดในเรื่องของความหมายของสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง ทบทวนกระบวนการทำกิจกรรม ๔ โชน ผลการดำเนินงาน และการต่อยอด / ขยายผล แนวทางการสร้างเสริมสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง บทเรียนหรือความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ปัญหา / อุปสรรค และข้อเสนอแนะต่อการดำเนินงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นในช่วงที่ทดลองทำกิจกรรมสร้างสุขภาวะ เนื่องจากในช่วงที่ผ่านมาทีมวิจัยได้มีการสรุปบทเรียนมาจนถึงช่วงได้แนวทางการสร้างสุขภาวะของชุมชนตำบลบ้านฆ้อง สรุปได้ดังนี้

๑. ความหมายของสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฆ้อง

หมายถึง ความสัมพันธ์อันดีที่มีต่อกันของคนในชุมชนบ้านฆ้อง ส่งผลให้เกิดการเปลี่ยนแปลงความคิด กระบวนการทำงานจากเดิมที่ต่างคนต่างคิดให้หันมาคิดและทำกิจกรรมร่วมกันในหมู่บ้าน จนเกิดความสามัคคี มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงจิตใจดี ผ่านการจัดกระบวนการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง ช่วยให้มีความสุขและสามารถรื้อฟื้นภูมิปัญญาท้องถิ่นให้กลับคืนมาได้อย่างเป็นรูปธรรม

ตัวชี้วัดการสร้างสุขภาวะบ้านฆ้อง

ร่างกาย

- กลุ่มผู้ออกกำลังกาย สามารถควบคุมระดับน้ำตาลและความดันโลหิตได้ กล้ามเนื้อแข็งแรงจากการปั่นจักรยานและรำไม้พลอง
- มีความใส่ใจในเรื่องของสุขภาพตัวเองมากขึ้น โดยการออกกำลังกาย และรับประทานอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าทางสารอาหาร

จิตใจ

- อารมณ์ดี มีความสุข และความสัมพันธ์ที่ดีในชุมชนของคน ๓ วัย จากการทำกิจกรรมและพูดคุยร่วมกัน
- มีสิ่งยึดเหนี่ยวทางด้านจิตใจของคนในชุมชน เช่น ศาลเจ้าประจำหมู่บ้าน และประเพณีต่างๆ ของชุมชน เป็นต้น

เศรษฐกิจ

- หนี้สินนอกระบบลดลง

- จัดการหนี้สินของตนเองได้ โดยการทำบัญชีครัวเรือน มีการออม
- ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน

สังคม

- มีกิจกรรมทำร่วมกันผ่านกิจกรรมทั้ง ๔ โชน
- การร่วมกลุ่มทำกิจกรรมอื่นๆ ของคนในชุมชนเพิ่มมากขึ้น และต่อเนื่อง เช่น การปั่นจักรยานรอบหมู่บ้าน การร่ำไม้พลอง การออกไปช่วยทำอาหารให้กับคนในชุมชน เป็นต้น
- ลูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกัน เช่น กิจกรรมอ่านหนังสือ การปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ การถางหญ้า เป็นต้น ช่วยให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มาคุกคาม เกมออนไลน์ การข่มขืนเอดส์รัศมี

ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- มีการรื้อฟื้นการเล่นในอศิตมาทำให้เยาวชนได้เรียนรู้ การเล่นพื้นบ้านของบ้านฉ้องไม่สูญหายไป
- มีการรื้อฟื้นเรื่องสรรพคุณและประโยชน์ของพืชและสมุนไพรพื้นบ้าน นำกลับมาปรุงอาหารรับประทานแทนยา

การพัฒนาศักยภาพของคนในชุมชน

- มีการทำงานที่เป็นระบบมากขึ้น คือ มีการวางแผน ดำเนินงาน และสรุปผลการดำเนินงาน
- ทีมวิจัยและชุมชนมีความสุข พุดเป็น คิควิเคราะห์ได้
- มีคนมาเรียนรู้ ศึกษาฐานชุมชนบ้านฉ้อง
- เทศบาลบ้านฉ้องสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินกิจกรรม ปีละ ๑๐,๐๐๐ บาท

๒. ทบทวนกระบวนการทำงานทั้ง ๔ โชน

เริ่มจากทำจาก อสม. ผู้สูงอายุ ผู้นำในชุมชน โดยการสร้างความเข้าใจจากในอศิต จะปรับปรุงวิถีการดำเนินชีวิตอย่างไร ไม่ให้เกิดการก้าวกระโดด หรือเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วในชุมชน จึงได้จัดเวทีสร้างความเข้าใจแกนนำชุมชนว่า ปัญหาเกิดขึ้นในชุมชน โดยการค้นหาประเด็นปัญหา เช่น ยาเสพติด การแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นกัน การเลี้ยงดูที่ไม่เหมือนสมัยก่อน เป็นต้น และแบ่งโชนทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน ออกเป็น ๔ โชน ดังรายละเอียดในตารางต่อไปนี้

ตารางสรุปกิจกรรมสร้างสุขภาพของชุมชนตำบลบ้านผ่อง อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

กิจกรรม	พื้นที่ดำเนินการ	เป้าหมาย	กระบวนการดำเนินงาน	ผลการดำเนินงาน	การขยายผล / ต่อ ยอด
การเล่นพื้นบ้าน	หมู่ ๑ และ หมู่ ๓	๔. เพื่อเป็นเครื่องมือในการดึงูกหลานของแต่ละหมู่บ้านออกมาทำกิจกรรมร่วมกันเพื่อให้ห่างไกลจากอบายมุขหรือสื่อเทคโนโลยีที่มั่วคลา ๕. เพื่อสร้างความสัมพันธ์ของคนในชุมชนระหว่างคน ๓ วัย ๖. เพื่อให้การเล่นพื้นบ้านของบ้านผ่องสูญหายไป	- เริ่มจากการประชุมแล้วอาสาหาอุปกรณ์ เช่น เถาวัลย์ เป็นต้น แล้วนำมาจับหัวท้ายเพื่อทดลองเล่น เช่น การกระโดดเชือก แทนการใช้เงินซื้อยางมาทดลองทำ ทำให้เกิดความสนุกสนาน - หาผู้รับผิดชอบแต่ละกลุ่มสำหรับการเล่นต่างๆ เพื่อเตรียมการละเล่นหมุนเวียนกันไป เช่น กติกา การสร้างสมาธิ เป็นต้น - จากนั้นก็ทดลองเล่นให้เด็กดูและถอดบทเรียนหลังทำกิจกรรม เช่น อีแอมป์ ขุมเมือง เคนกะลา กาปักไข่ เป็นต้น - จากนั้นก็มีความสนใจและมาทำกิจกรรมทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ และประยุกต์จากการละเล่นเป็นกิจกรรมชวนกันอ่านหนังสือ เช่น รักการอ่าน ปลูกผัก ภาษาอังกฤษ เปิด ไก่ เป็นต้น	- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีปฏิภาณพิริบติ มีความสามัคคี จากการเล่น - มีสถานที่สำหรับให้เด็กมาร่วมทำกิจกรรม ทำให้เด็กอยากเข้ามามีกิจกรรม - ผู้ปกครองก็เห็นว่ามีกิจกรรมอะไรดี จึงตามมาดูและเห็นว่ามีประโยชน์ จึงส่งเสริมเพราะช่วยให้เด็กเกิดการเรียนรู้และยอมรับทีมวิจัย - จากเด็กที่เคยคิดเพื่อน เกมส์ ช่วยลดระยะเวลาในการเล่นลดลง เพราะเข้ามามีกิจกรรมกับทีมวิจัย - ความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่เป็นไปในทางที่ดีขึ้น มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้กับผู้ใหญ่ เช่น การใช้คอมพิวเตอร์ในเด็กได้ดีกว่าผู้ใหญ่ เป็นต้น	- ชมรมรักการอ่าน ได้เข้าร่วมกิจกรรมและการประกวดของ รพ.โพธาราม - เทศบาลบ้านผ่องยอมรับกิจกรรมเป็นกิจกรรมของตำบลบ้านผ่อง และช่วยค่าใช้จ่ายสำหรับค่าอาหารว่าง (ปาท่องโก๋และน้ำเต้าหู้) ทุกวันเสาร์ช่วง 06.00-07.00 น. และออกสื่อให้ 3 วัยได้ใจสังเกตสื่อ - ทีมวิจัยได้เข้าไปเป็นผู้เลี้ยงกิจกรรมเป็นกิจกรรมในพื้นที่ตำบลบ้านผ่องตั้งแต่ปี 2554 เพื่อขยายผลการดำเนินงานไปในพื้นที่ใกล้เคียง - โรงเรียนวัดบ้านผ่องให้ความร่วมมือในการขออนุญาตพาเด็กมาเข้าร่วมกิจกรรมในวันธรรมดา - ขยายผลมาสู่เรื่องการเดินดูตำรา เป็นตัวแทนของหมู่บ้านและ

			● ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีตั้งแต่เด็กใน ระดับอนุบาล ประถมศึกษา และ มัธยมศึกษาตอนต้น	● มีการประชุมจากกิจกรรม การละเล่นพื้นบ้านไปเป็นการอ่าน หนังสือ และนำไปสู่การคิดทำ กิจกรรมอื่น เช่น การอ่านคำศัพท์ และวาดรูป การเขียนกระดาษฟลิปชาร์ต ● จากการเข้าร่วมกิจกรรม ทำให้ เกิดความผูกพัน เริ่มมีความรักกัน ระหว่างรุ่นพี่กับรุ่นน้องเพิ่มขึ้น กว่าเดิมที่เคยดี และเถรกัน ● ปัจจุบันมีผู้เข้าร่วมกิจกรรม ประมาณ 14 - 20 คนหมู่บ้านเดียวกัน เข้ามาทำกิจกรรม รุ่นพี่บางส่วนก็ จบการศึกษาไปเรียนต่อที่อื่น	สร้างชื่อเสียงให้กับชุมชน รวมทั้ง ได้ไปประกาศเข้าร่วมกิจกรรม
เศรษฐกิจพอเพียง ไม่มีหนี้	หมู่ ๗ และ หมู่ ๘	๖. จัดการหนี้ได้ ๗. หนี้มีน้อยลง	● แต่เดิมใน 10 ปีที่ผ่านมา มี หนี้ในระบบในหมู่บ้าน มากจากการกู้เงินดอกเบี้ย สูงถึงร้อยละ 20 แล้วบาง คน ไม่สามารถใช้นี้ได้ ก็ ต้องหนีออกไปจากชุมชน ● ทีมวิจัยมาคิดร่วมกันว่าเรา มีกลุ่มออมทรัพย์ตั้งแต่ปี ๒๕๔๔ เพื่อการผลิตเดิม	● ธนาคารออมสินให้การ อบรมเรื่องการทำบัญชี การคืนหนี้ การจัดการเงิน ของกลุ่ม ● ขยายผลเรื่องการออมใน ชุมชน ปัจจุบันมีการออม กันทุกบ้าน ประมาณ ๕๐๐ กว่าคน อย่างน้อยก็ บ้านละ ๑ คน ช่วย	

			อยู่จึงคิดทำเรื่องการออม โดยเริ่มจากการทำในหมู่ 6 ก่อน เนื่องจากรวมตัวกันได้ง่าย • ปี ๒๕๕๓ ทีมวิจัยมีการพูดเรื่องนี้กัน การลดรายจ่าย เช่น จากการกินผักของคนเอง แต่มีความสนใจเรื่องลดหนี้ของตนเอง และเริ่มมีการออมวันละ ๑ บาท ปัจจุบันมีสมาชิกจำนวน 286 คน จากเดิมที่มีเพียง 42 คน เดือนแรกออมได้ ๓,๐๐๐ บาท ปัจจุบันมีเงินออมเดือนละ ๑๐,๐๐๐ บาท เงินฝากเพิ่มขึ้นจาก ๓,๐๐๐ บาท ปัจจุบันมีเงินออมประมาณล้านกว่าบาท • นำเงินออมของกลุ่มมาปล่อยให้ชาวบ้านกู้ร้อยละ ๑ บาท โดยชาวบ้านที่กู้	ละ ๕ เป็นทุนการศึกษาร้อยละ ๑๐ และส่วนที่เหลือสำหรับฝากสมทบเงินต้น และเป็นค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น เครื่องเขียน กิจกรรมวันแม่ ค่าอาหารในการทำกิจกรรมต่างๆ เป็นต้น • มีการจัดการของกลุ่มที่จะเกิดจากการมาพูดคุยร่วมกัน เช่น การลดหนี้ คนที่กู้ต้องฝากจึงจะกู้ได้ ห้ามถอนเงินระหว่างกู้ และต้องหาเพื่อนมาค้ำประกัน ๒ คน • เกิดการทำโรงสีชุมชน เช่น การผลิตข้าวสารสี (กล้องหอมมะลิ หอมนิล มันปู) ในชุมชน และจำหน่ายเข้ากองทุนแม่เพื่อแผ่นดิน • ทำนันทนกีฬาไว้ใช้ในครัวเรือน ปลูกผักกินเอง • ทำบัญชีครัวเรือน และนำมาปรับทำบัญชีรายรับรายจ่ายเงินออมรวมกัน ใช้กับเงินที่จะสะสมทรัพย์	ส่งเสริมการออม และการใช้จ่ายในชีวิตอย่างเหมาะสม
--	--	--	--	---	---

อาหารพื้นบ้าน	หมู่บ้าน	หมู่บ้าน	๑๒. สร้างสุขภาพที่ดีด้วยอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ ๑๓. ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน ๑๔. ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าเรื่องกินเพื่ออิ่ม เช่น อาหารที่สร้างความเอื้ออาทร / น้ำใจ	หมู่บ้าน และ หมู่ ๖	๑๒. สร้างสุขภาพที่ดีด้วยอาหารการกินที่ถูกสุขลักษณะ ๑๓. ลดค่าใช้จ่ายเรื่องอาหารการกินที่ต้องซื้อ หันมาใช้วัตถุดิบหลังบ้าน ๑๔. ทำอาหารที่ให้คุณค่ามากกว่าเรื่องกินเพื่ออิ่ม เช่น อาหารที่สร้างความเอื้ออาทร / น้ำใจ	ต้องการการเงิน ๑๐๐ บาท ๕๐ บาท ๓๐๐ บาท ผ่อนไว้ ๑๐ เดือน คิดดอกเบี้ยร้อยละ ๑ บาทและมีการปรับระเบียบอื่นมาจากธนาคาร เช่น การปันผลส่งเงินคืน และดอกเบี้ยในเดือนสิงหาคม เพื่อนำเงินที่ได้ไปผ่อนชำระกองทุนหมู่บ้านในเดือนกันยายน	● คนในชุมชนรู้จักคุณค่าของอาหารเพิ่มขึ้น เช่น ใบหญ้าแห้งต้องกินกับหน่อไม้ กินแกงซึ่งหลักมือเย็นช่วยให้ร้อนหลับสบายอย่างเพียงพอ ● มีสุขภาพแข็งแรงจากการรับประทานอาหารที่ดีมีประโยชน์ต่อร่างกาย ● ลดปัจจัยเสี่ยงที่อาจจะเกิดขึ้นจากโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่	● กลุ่มแม่บ้านเมื่อเวลาว่างทำอาหารที่ขายก็จะไปออกช่วยกันทำอาหารตามงานต่างๆ รวมประมาณ ๔๐ - ๕๐ คน ● เมื่อว่างก็มารวมกลุ่มกันสานตะกร้า ทำกระเป๋ากัน และทำอาหารกินกัน ● ช่วยผู้ประสบภัยศูนย์พักพิงในศูนย์คน. วัดบ้านซ้อง ถ่ายลูกเสือ ● วางแผนสัปดาห์ในโรงเรียนว่าในแวง ๑ ชม มีสารอาหารและส่วนประกอบอะไร เพื่อสร้างการ	
---------------	----------	----------	--	---------------------	--	---	--	---	--

			● ลงมือปฏิบัติ และสอดแทรกการเรียนรู้เรื่องคุณค่าของผักแต่ละชนิด ว่ามีสารอาหารอะไรบ้าง		เรียนรู้ให้กับเด็กนักเรียน
การออกกำลังกาย	หมู่ ๒ และ หมู่ ๑๐ หมู่ ๔ และ หมู่ ๕	๑๐. เพื่อสร้างเสริมร่างกายให้แข็งแรง ๑๑. เพื่อสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อน ออกกำลังกาย	● เริ่มจากการรวมกลุ่มเครือข่าย มาวิ่งไม้พลอง ต่อมาศูนย์สังคัมพัฒนา ๔๕ เข้าร่วมร่วมงาน และส่งเสริมเรื่องการรวมตัวกันสร้างสุขภาพของตนเองโดยการออกกำลังกาย เช่น วิ่งไม้พลอง จาก ๕ คน เพิ่มขึ้นเป็น ๓๐ คน ● มีการหมุนเวียนการออกกำลังกาย เช่น วิ่ง เป็นต้น และกลับมาวิ่งไม้พลอง หลังทำกิจกรรมมีการพูดคุยร่วมกันทุกวันเสาร์อาทิตย์	● ผู้สูงอายุไม่ซึมเศร้า เพราะว่าได้ทำกิจกรรมและพูดคุยร่วมกัน ● กำลังกล้ามเนื้อ แข็งแรง แขนขาแข็งแรง ฟังพยานน้อยลง ● มีผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ ประมาณ ๒๐-๓๐ คน	● เทศบาลบ้านฉางเขียนของบประมาณจากกองทุน สปสช. ทุกปีสำหรับค่าอาหาร ในการทำกิจกรรม ● รพ.โพธาราม เชิญเข้าร่วมกิจกรรมใน รพ. ● ศูนย์สังคัมพัฒนา ให้ทีมวิจัยเข้าไปเป็นพี่เลี้ยงกลุ่มสตรีศรียาลึก ในการทำกิจกรรมออกกำลังกาย ● เกิดกลุ่มออมทรัพย์อย่างน้อยคนละ ๓๐ บาท / เดือน ● เป็นศูนย์การเรียนรู้ทางด้านสุขภาพของชุมชนบ้านฉาง ให้กับคาทอลิกจากทั่วประเทศ

๓. แนวทางการดูแลสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฉ้อง

แนวทางการดูแลสุขภาวะชุมชนตำบลบ้านฉ้อง คือ การสร้างความสัมพันธ์อันดีของคนในชุมชนบ้านฉ้อง ผ่านประเด็นหลัก ดังนี้

ร่างกาย

- การปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของคนในชุมชนให้หันมาตระหนักถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ลดอาหารมัน รับประทานอาหารผักพื้นบ้านที่ปลอดสารเคมี การรำไม้พลอง การปั่นจักรยาน การละเล่นพื้นบ้านทดแทนการเล่นเกมส์ เป็นต้น
- การรับประทานอาหารที่หลากหลายและมีคุณค่าเพิ่มขึ้น จากการนำความรู้เรื่องคุณค่าทางสารอาหารของผักพื้นบ้านและพืชสมุนไพร ในท้องถิ่นมาใช้ปรุงอาหาร
- ทดลองทำอาหารพื้นบ้านรับประทานควบคู่กับการประเมินผลทางด้านสุขภาพ เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด ความดันโลหิตสูง เป็นต้น

จิตใจ

- การนับถือศาลเจ้าประจำหมู่บ้านและวัดเป็นที่พึ่งทางจิตใจ เพื่อสร้างความศรัทธา ขอบพระ และสร้างคุณค่าทางด้านจิตใจของคนในชุมชนบ้านฉ้อง
- การสืบสานประเพณีวัฒนธรรมดั้งเดิม เพื่อเป็นศูนย์รวมทางด้านจิตใจ เช่น ประเพณีสารทลาว ประเพณีแก้ห่อข้าว การเซ่นไหว้บรรพบุรุษ เป็นต้น

สังคม

- การรวมกลุ่มต่างๆ เพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน สร้างความสามัคคี และช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้กลับคืนมา คนในชุมชนรู้จักกันทั้ง ๑๐ หมู่บ้าน เช่น กิจกรรมรำไม้พลอง กิจกรรมปั่นจักรยาน กิจกรรมการทำอาหารพื้นบ้านให้กับคนในชุมชนได้รับประทานตามงานต่างๆ ในชุมชน กิจกรรมการออมของกลุ่มจะสะสมทรัพย์เพื่อลดหนี้ในระบบและนอกระบบ การขยายผลกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มแม่บ้านในการเพิ่มรายได้ในครัวเรือน (กลุ่มสานตะกร้า) กลุ่มรักการอ่าน ที่ขยายผลมาจากการละเล่นพื้นบ้าน เป็นต้น

เศรษฐกิจ

- การลดรายจ่าย โดยเริ่มจากคนใกล้ชิดให้หันมาทำบัญชีครัวเรือน เพื่อสร้างการเรียนรู้เรื่องการใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น ลดสิ่งฟุ่มเฟือย
- การเพิ่มรายได้ในครัวเรือน จากการรวมกลุ่มกันทำกิจกรรมของโครงการ นำไปสู่การทำกลุ่มอาชีพ เช่น กลุ่มจักรสาน เป็นต้น เพื่อนำมาสร้างรายได้ในครัวเรือนอีกทางหนึ่ง
- ส่งเสริมให้เกิดการออม (กลุ่มจะสะสมทรัพย์) การสร้างความตระหนักให้เยาวชนทราบถึงความสำคัญและคุณค่าของเงิน การใช้จ่ายในสิ่งที่จำเป็น และมีวินัยในการใช้จ่าย

ภูมิปัญญาท้องถิ่น

- การอนุรักษ์วัฒนธรรมท้องถิ่นสำคัญให้ยั่งยืนและถ่ายทอดสู่ลูกหลาน เช่น สารทลาว แก้วห่อข้าว (ทำพิธีที่วัดและขอขมาที่ทำกิน ที่นาและสวน) การกวนกระยาสารทโนประเพณีบุญเดือนสิบ เพื่อเซ่นไหว้บรรพบุรุษและเป็นการถนอมอาหารให้สามารถเก็บไว้รับประทานได้นานๆ รวมทั้งการแลกเปลี่ยนอาหารรับประทานระหว่างบ้าน เป็นต้น ซึ่งเป็นการสืบสานวัฒนธรรมและสร้างความสัมพันธ์ในชุมชน

- การเรียนรู้ประโยชน์และสรรพคุณของสมุนไพรต่างๆ ในการรักษาโรค เช่น แกงจืดเหล็กกินแล้วช่วยให้นอนหลับ กินมะรุมช่วยระบาย เป็นต้น รวมทั้งถ่ายทอดให้กับลูกหลานได้รับรู้และเห็นความสำคัญ
- การรื้อฟื้นการเล่นพื้นบ้าน เพื่อความเพลิดเพลิน การสร้างสัมพันธ์กันระหว่างการละเล่น / ทำกิจกรรม ช่วยถ่ายทอดภูมิปัญญา และลดช่องว่างระหว่างวัย คือ วัยเด็ก ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ

๔. ความเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในชุมชน และบทเรียนด้านอื่นๆ หลังจากที่ได้ลงทำกิจกรรม ทีมวิจัย

- กระบวนการคิดเปลี่ยนแปลงไปในทางบวก ช่วยให้เราสามารถคิด วิเคราะห์ และนำกลับไปปรับใช้กับการดำรงชีวิตได้อย่างแท้จริง
- การเริ่มต้นลงมือทำกิจกรรม ช่วยให้เราเรียนรู้กระบวนการทำงาน การปฏิบัติการ
- เดิมเคยใช้อารมณ์และความรู้สึกในการตัดสินใจ เมื่อผ่านกระบวนการทำงานวิจัยทำให้มีการใช้ความคิดและข้อมูลที่เก็บรวบรวมได้มาใช้เป็นฐานในการมองคนอย่างรอบด้านเพิ่มขึ้น
- สุขภาพร่างกายและจิตใจดีขึ้น เนื่องจากการได้เรียนรู้และนำกระบวนการไปปรับใช้กับตนเองอย่างเข้าใจ เช่น การออกกำลังกาย การรับประทานอาหาร วิธีเสริมสุขภาพเพียง เป็นต้น
- รู้จักคนในชุมชนเพิ่มขึ้น และได้รับการสนับสนุน / ความร่วมมือจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ทำให้กล้าแสดงออก เริ่มฝึกการพูด การนำวิสัยทัศน์ไปปรับใช้กับชีวิตประจำวัน จนปัจจุบันสามารถพูดคุยในหอกระจายข่าวหมู่บ้านได้
- มีความภาคภูมิใจที่ได้ช่วยชาวบ้านได้แก้ไขปัญหारेื่องนี้สิน การดูแลสุขภาพ การลดปัจจัยเสี่ยงที่อาจก่อให้เกิดการแตกแยกจากวัยรุ่นในชุมชน ยาเสพติด และการติดเกมสื่อบันเทิง

ชุมชน

- สามารถช่วยลดหนี้ในระบบและนอกระบบให้กับคนในชุมชน
- การเปิดโอกาสให้คนในชุมชนได้เข้าร่วมกิจกรรมทุกช่วงวัย เช่น เด็กและเยาวชน ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ ได้ทำกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน (ขุมเมือง อีแซบ) การกำหนดกติกาการเล่น และร่วมกันสรุปบทเรียนว่าข้อดีของแต่ละการเล่น ช่วยสร้างเสริมไหวพริบและสติปัญญาผ่านการเล่น การออกกำลังกายของกลุ่มผู้สูงอายุช่วยลดปัญหาภาวะเสี่ยงจากโรคเรื้อรังที่เป็นอยู่ (เบาหวาน วามดัน โลหิตสูง) การช่วยชำระหนี้ในคนที่ไม่มีหนี้เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการปรับพฤติกรรมการใช้จ่ายและสร้างเสริมเรื่องการออม การทำอาหารพื้นบ้านรับประทานเพื่อลดรายจ่าย เพิ่มคุณค่าของสารอาหารจากผักและสมุนไพรพื้นบ้าน เป็นต้น
- เกิดแหล่งเรียนรู้ฐานที่กลุ่มสัจจะออมทรัพย์บ้านบ่อมะกรูด หมู่ ๘ เชื่อมโยงกับการชำระหนี้ของกองทุนหมู่บ้าน การดำเนินการโรงสีข้าว และกลุ่มเกษตรกรที่ถูกผูกมัดผลผลิตสารพิษ การทำน้ำหมักชีวภาพ เพื่อลดต้นทุนการผลิต

หน่วยงาน

- เทศบาลให้การสนับสนุนกิจกรรมการออกกำลังกาย การปั่นจักรยานทุกวันเสาร์อาทิตย์รอบหมู่บ้าน
- ธนาคารออมสินให้การอบรมเรื่องการทำบัญชี การคืนหนี้ การจัดการกับกลุ่มสัจจะสะสมทรัพย์ บ้านบ่อมะกรูด หมู่ที่ ๘
- เทศบาลให้การสนับสนุนเพื่อของบประมาณเข้ากองทุน สปสช. ผ่านการเขียนขอโครงการปีต่อปี เพื่อเป็นค่าอาหารสำหรับการทำกิจกรรมของกลุ่มออกกำลังกาย (การรำไม้พลอง การเดินแอโรบิก)
- รพ.โพธาราม ให้กลุ่มออกกำลังกายมาเข้าร่วมจัดกิจกรรมในโรงพยาบาล และร่วมกิจกรรมอื่นๆ อีก
- ศูนย์สังคมพัฒนาให้การสนับสนุนงบประมาณดำเนินการของกลุ่มออกกำลังกาย และเป็นศูนย์การเรียนรู้ทางด้านสุขภาพในการศึกษาดูงานแก่คาทอลิกทั่วประเทศ

๕. ปัญหา / อุปสรรคจากการทำงานวิจัย (ช่วงที่มีการทดลองทำกิจกรรมสร้างสุขภาวะ)
ทีมวิจัย

- เวลาไม่ตรงกัน เนื่องจากมีกิจกรรมในชุมชนมาก

ชุมชน

- ไม่มี

หน่วยงาน

- ไม่มี

๖. ข้อเสนอแนะต่อการทำงานวิจัย (ช่วงที่มีการทดลองทำกิจกรรมสร้างสุขภาวะ)
ทีมวิจัย

- อยากทำโครงการอย่างต่อเนื่อง

พี่เลี้ยง

- ไม่มี

สกว.ฝ่ายวิจัยเพื่อท้องถิ่น

- ไม่มี

ปิดการประชุมเวลา ๑๒.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันชา

ผู้บันทึกการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๕ ชุมชนออกกำลังกาย (ธรรมพลังแห่งชีวิต)

วันที่ ๑๕ มีนาคม พ.ศ.๒๕๕๕ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๔.๐๐ น.

ณ บ้านเลขที่ ๑๑๐ ม.๒ ต.บ้านฆ้อง อ.โพธาราม จ.ราชบุรี

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๑.	นางอุบล	ทองกันยา	แกนนำชุมชน ม.๒
๒.	เด็กชายธณวัฒน์	พูนบางยุ้ง	แกนนำชุมชน ม.๒
๓.	นางห่อ	พูนบางยุ้ง	แกนนำชุมชน ม.๒
๔.	นางเอียง	ทองกันยา	แกนนำชุมชน ม.๒
๕.	นางแร่	บัวน้อย	แกนนำชุมชน ม.๒
๖.	นางทองใบ	พะสุธา	แกนนำชุมชน ม.๒
๗.	นางสาวสนั่น	พะสุธา	แกนนำชุมชน ม.๒
๘.	นางสาวสุณี	สินุ	แกนนำชุมชน ม.๒
๙.	นางบุญมา	ศิริวัน	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๐.	นางทองมี	สินุ	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๑.	นางบุญมา	ศิริวัน	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๒.	นางงอก	โกคา	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๓.	นางชิง	แป้นภู	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๔.	นางเกลี้ยง	ลินลา	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๕.	นายบุญพล	จิตรคำ	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๖.	เด็กชายโอมนชนะ	พูนบางยุ้ง	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๗.	นางสาวคารุณี	ทองกันยา	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๘.	นางเกลี้ยง	สาเนียม	แกนนำชุมชน ม.๒
๑๙.	นายบุญ	สาเนียม	แกนนำชุมชน ม.๒
๒๐.	นางเพียงใจ	พันผา	แกนนำชุมชน ม.๒
๒๑.	นางหุยน	รักงาม	แกนนำชุมชน ม.๑๐
๒๒.	นางลออ	บุญมาก	แกนนำชุมชน ม.๑๐
๒๓.	นางนงเยาว์	อันแก้ว	แกนนำชุมชน ม.๑๐
๒๔.	นางสาวเหลือ	พรมมาลี	แกนนำชุมชน ม.๑๐
๒๕.	นางบุญมา	สาตีพร	แกนนำชุมชน ม.๑๐

เปิดกิจกรรมเวลา ๐๘.๓๐ น.

หลังออกกำลังกายเรียบร้อยแล้ว คุณอุบล ทองกันยา ได้ชวนคุยถึงเรื่องการสวดมนต์ คือ ธรรมพลังชีวิต ยิ่งสวดบ่อยๆก็จะทำให้ผู้นั้นเกิดสติ สามารถนำไปใช้ในการดำรงชีวิตได้ ทำให้มีระเบียบวินัยสำหรับตนเองได้ ป้าละออง บุญนาถ ได้ชวนคนในกลุ่มร่วมกันสวดมนต์ ป้าละอองกับคุณอุบล บอกว่าขณะที่กล่าวด้วยจิตที่เป็นสมาธินั้น ถ้านำหลักธรรมมาปฏิบัติกับบรรลุถึงการพ้นทุกข์ได้ ถ้ามีปัญหาที่คิดใคร่ครวญได้ละเอียดมากขึ้น เปรียบเสมือนคนที่อยู่ในชุมชนเดียวกัน กลุ่มเดียวกัน ก็จะให้เกิดความรัก ความสามัคคีและมีพลัง ทำให้เกิดการเห็นอกเห็นใจกัน ในยุคปัจจุบันจะพบได้น้อยมาก ขบวนการหมุนเวียนดอกหญ้าๆ ในการสวดมนต์นี้ยังเพิ่มพลัง ทุกครั้งจะเกิดความปิติ ชื่นชม อันดีร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงทางเคมีเลือดในน้ำเหลือง ในเส้นประสาท ในทุกอย่างที่อยู่ภายในกายของเรา คนที่ป่วยก็เกิดอาการหายป่วยได้ ทำให้เกิดพลังของคนที่อยู่ในชุมชน แยกแยะสิ่งที่ดีและไม่ดี ถ้าเกิดความเสียหายก็จะไม่ทำ คนในชุมชนอยู่ด้วยความสงบสุข เกิดเป็นชุมชนเข้มแข็ง ไม่เกิดความขัดแย้ง ถ้อยที ถ้อยอาศัยกันตลอดไป

สรุปผลกิจกรรม

จากผู้เข้าร่วมกิจกรรมออกกำลังกายและธรรมคือพลังแห่งชีวิต ของกลุ่มออกกำลังกาย พบว่า กายกับใจนั้นเป็นสิ่งที่อาศัยกันและกัน ถ้าจิตใจดี สบายใจ จิตใจผ่องใสและเบิกบาน สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ด้วยสติ มีสมาธิและมีความอดทนก็จะทำให้ครอบครัวอยู่กันด้วยความสุข มีความขี้มั่นแค้นใจ มีธรรมอยู่ในใจแยกแยะ เอื้อเฟื้อ เผื่อแผ่ ของคนในชุมชน เด็กๆถ้ามีธรรมอยู่ในใจก็จะเป็นเด็กที่มีสติปัญญาที่ดี เพราะมีความเพียรพยายาม อดทนในการเล่าเรียนหนังสือ สำหรับกลุ่มออกกำลังกายบ้านฉางก็ใช้ธรรม

พลังแห่งชีวิต ความศรัทธา มาเป็นบทบาทในการพัฒนาด้านออกกำลังกาย ทำให้เกิดเป็นระเบียบวินัย ความอดทนในการดูแลสุขภาพสืบต่อไป

ปิดการประชุมเวลา ๑๔.๐๐ น.

นางอุบล ทองกันยา

ผู้สรุปการประชุม

กิจกรรมที่ ๕๖ ปั่นจักรยานไปให้อาหารปลาที่สวนสาธารณะ

วันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๕๕ เวลา ๐๖.๐๐ – ๑๕.๓๐ น.

ณ ค่ายหลวงบ้านไร่ อำเภอโพธาราม จังหวัดราชบุรี

ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

๑. นางสาวปทุมวดี	ลีโส	นักวิจัย ม.๑
๒. นางอุบล	ทองกันชา	นักวิจัย ม.๒
๓. นางสาวมาลา	แซ่ลัม	นักวิจัย ม.๓
๔. นางสาวสุนันทา	รักงาม	นักวิจัย ม.๓
๕. นางภาวดี	สามัคคี	นักวิจัย ม.๔
๖. นางบุผา	ชัยศักดิ์อนุต	นักวิจัย ม.๕
๗. นางสุชิน	เกรอด	นักวิจัย ม.๖
๘. นางเรไร	ขุนเกษม	นักวิจัย ม.๗
๙. นางสุมาลัย	สันติภูมิโพธา	นักวิจัย ม.๘
๑๐. นางก้าน	ศรีอุคทาพาน	นักวิจัย ม.๙
๑๑. นางอริ	สหสัจญาณ	นักวิจัย ม.๑๐

พร้อมด้วยสมาชิกทีมวิจัย ๑๙ คน

เริ่มกิจกรรมเวลา ๐๖.๐๐ น.

วาระที่ ๑ นัดพบ ณ ลานวัดบ้านฆ้อง

ครูประทุมวดี ลีโส นักทีมวิจัยและสมาชิกมาพร้อมกันที่ลานวัดบ้านฆ้อง เพื่อเตรียมความพร้อมของรถจักรยานอยู่ในสภาพที่ดี ยางรถเต็มลมและปั่นไปได้ตลอดเส้นทางที่กำหนด พร้อมกันนี้ได้ถามสมาชิกที่ใครพาเพื่อนใหม่มาเพิ่มในวันนี้ ขอให้แนะนำตัวเองให้ทีมได้รู้จักด้วยนะคะและขอให้ทีมปรบมือต้อนรับเพื่อนสมาชิกใหม่คั้งๆ ๕ ครั้ง แล้วกล่าวคำว่า “สวัสดีค่ะ/ครับ” ยินดีต้อนรับเข้าสู่ทีมจักรยานเพื่อสุขภาพ

ป้าแฉ่ วิลัย ผู้นำทีมที่ชำนาญเส้นทางบอกว่า วันนี้จะไปไหนกันดี เมื่อเสาร์ที่แล้วปั่นจักรยานไปไหว้พระสามวัดแล้ว ให้ทุกคนออกความคิดเห็นแล้วเสนอมา

ป้าพิศ หลวงพิทักษ์ เสนอไปทำบุญกับปลา ที่ค่ายหลวงบ้านไร่

ลุงจ้อย ทองฟูต เสนอไปคูบ่อผักกาด ที่เจ็ดเสมียน

ค.ญ.อรทัย โพธิ์เดือน เสนอไปทำบุญกับปลา ที่ค่ายหลวงบ้านไร่

ค.ช.ชัยวรมัน สำนักนิตย์ เสนอไปรับอากาศบริสุทธิ์ ที่ค่ายหลวงบ้านไร่

ได้มติเสียงสนับสนุนเกินกึ่งหนึ่ง ดังนั้นวันนี้จะไปรับอากาศบริสุทธิ์และได้ทำบุญให้อาหารปลา ซึ่งปลาเป็นสัตว์ที่เรากินมันเป็นอาหารมาช้านานแล้ว ดังนั้นวันนี้ได้ไปทำบุญ ใต้สุขภาพ ร่างกาย จิตใจ

ก่อนออกเดินทาง มีของว่างแจกให้ น้ำเต้าหู้ ปลาทองไก่ น้ำแก้ว

วาระที่ ๒ ชี้แจงกำหนดจุดเส้นทางไปและกลับ

ครูอำนวยการ ธรรมจง เป็นสมาชิกเครือข่ายทีมวิจัย มาจากบ้านคอนกลาง คำบลบ้านเลือก บอกทางไปค่ายหลวงบ้านไร่ เริ่มออกจากวัดบ้านฆ้อง เข้าผ่านหมู่ที่ ๑ เส้นทางเลียบคลองเข้าหมู่บ้านเลือก ข้ามถนนหน้าวัดบ้านเลือก เลียบเส้นทางวัดไปออกวัดโบสถ์ ไปทะลุบ้านคลองคาคต หมู่ที่ ๗ ตามถนนเลียบคลองด้านซ้าย บ้านคลองคาคตจะมีสวน

ผลไม้ ลูกลองกองกำลังออกเป็นพวง น้ำคั้น น้ำชม ถนนปลอดภัยไม่มีรถยนต์มากนัก อากาศดีมากตอนเช้าๆ พอถึงค่ายหลวงบ้านไร่จะมีประตูทางเข้า ให้สมาชิกจอดจักรยานเรียงกันเป็นแถว ตามแนวถนน อย่าจอดขวางถนน รับดูอาหารปลาคนละดูง คอยพร้อมกันแล้วค่อยปั่นจักรยานต่อไปที่สระน้ำศาลาพระบรมรูปพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว จะเห็นปลามากมายหลายชนิดหลายขนาด

วาระที่ ๓ ทิมวิชัยและสมาชิกโรยอาหารลงในบ่อปลา

ทิมวิชัยและสมาชิกโรยอาหารลงในบ่อปลา เค็นรอบๆ สระซึ่งมีเนื้อที่ประมาณ ๒๐ ไร่ ทิมวิชัยสังเกตได้ว่าสมาชิกทั้งเด็กและผู้ใหญ่ อุทานเสียงด้วยความสุขเมื่อเห็นปลาที่อาหาร โรยลงไป บ้างก็พูดว่ามาดูทางนี้ ตัวนี้ตัวใหญ่มาก บ้างคนพูดเสริมว่าปลาแน่นคงหนักหลายกิโล บางคนมาทั้งครอบครัว ทำให้พ่อแม่ลูกหลาน ได้มีเวลาทำกิจกรรมร่วมกันอย่างมีความสุข ยังมีท่านสืขาวได้โอกาสกินอาหารจากทิมวิชัยในครั้งนี้

วาระที่ ๔ สรุปถอดบทเรียนหลังกิจกรรม

สิ่งที่ได้จากการปั่นจักรยานไปให้อาหารปลาที่สวนสาธารณะ ณ ค่ายหลวงบ้านไร่

สมาชิกที่มาใหม่ ค.ญ.ฐิติพร อุคมพวงศวัฒนา นื่องวิรัชทร นื่องนพวงษ์ นื่องมินา สรุปร่วมแสดงความรู้สึกว่าดีใจและมีเพื่อนเพิ่ม เห็นผู้ใหญ่ใจดีทุกคน ยังได้ออกกำลังกาย ไม่น้อย สนุก ได้หัวเราะ ได้เห็นปลาตัวใหญ่มาก ได้รู้ชื่อปลาเพิ่ม ได้ทำบุญ

ป้าปี มีทาและนายสระ บุตรดี บอกว่าเป็นกิจกรรมที่ไม่เบื่อ ดีมาก เห็นอากาศดีและการช่วยเหลือกัน เขาเห็นป้ามาใหม่ เขาบริการอำนวยความสะดวก เอาใจใส่ดีมาก ได้เพื่อน ได้ทำบุญ ได้ออกกำลังกาย ได้รู้พื้นที่ใหม่ๆ ได้ความพร้อมเพรียง

ทิมวิชัยและสมาชิกเดิม คุณภาวิณี สามัคคี บอกว่าทิมวิชัยเราเข้มแข็งขึ้น ไม่ต้องมีใครบงการใคร ทุกคนมาทำเหมือนเป็นสิ่งที่ปกติ เอาไว้จะหางบค่าอาหารว่างไว้เสริมให้

สิ่งที่ควรปรับปรุง

นายทองสุข ลาลาด นายเต่า ศิริวัน นายจ้อย ทองพูล ป้าแถม จันทร์แปลง เห็นด้วยว่าอาหารปลาเป็นอาหารทอดมีน้ำมัน เมื่อโรยลงบ่อจะมีน้ำมันลอยบนน้ำ ควรมีอุปกรณ์ช้อนน้ำมันออกจากบ่อ เพื่อไม่ให้ไม่เสียเร็วและเพื่อรักษาความสะอาดสวนสาธารณะ ให้อยู่เป็นมรดกของลูกหลานต่อไปของอำเภอโพธาราม

ครูปทุมวดี สีใส บอกว่าตอนนี้เทศบาลตำบลบ้านฉ้อง จัดโครงการกีฬาต้านยาเสพติด เปิดตั้งแต่วันที่ ๑๖ มิถุนายน - ๘ กรกฎาคม ๒๕๕๕ สมาชิกท่านใดมีเวลาว่างไปเชียร์เป็นกำลังใจ ให้กับนักกีฬาทุกประเภทได้ที่สนามโรงเรียนวัดบ้านฉ้อง เฉพาะวันที่ ๘ กรกฎาคม ๒๕๕๕ เป็นวันปิดสนาม ขอให้สมาชิกไปร่วมพิธีปิดด้วย พาคนไปมากๆ ยังเหลืออีกหลายสัปดาห์ พวกเราพบกันทุกวันเสาร์อยู่แล้ว ใวันใดใกล้ๆ จะนำกิจกรรมอะไรไปเล่นในวันปิดสนาม สวัสดิ์ทุกคน ขอเชิญไปรับประทานอาหารกลางวันพร้อมกันที่โรงอาหารค่ะ

ปิดกิจกรรมเวลา ๑๕.๓๐ น.

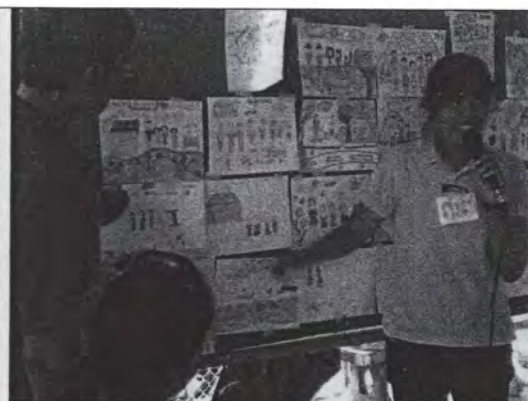
นางสาวสุนันทา รักษาม

ผู้สรุปรายงานการประชุม

นางสาวประทุมวดี สีใส

ผู้ตรวจทาน แก้ไข

ข. ภาพกิจกรรมของโครงการ



เวทีสร้างความเข้าใจภายในทีมวิจัย # ๑



เวทีสร้างความเข้าใจภายในทีมวิจัย # ๒



เวทีสร้างความเข้าใจกับหน่วยงานราชการ



เวทีประชุมทีมวิจัยเพื่อวางแผนการลงพื้นที่



เวทีค้นหาประเด็นเด่นเรื่อง



เวทีฝึกการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วม



เวทีฝึกทักษะการเก็บข้อมูลอย่างมีส่วนร่วม



ถอดบทเรียนหลังการทำกิจกรรม



เวทีทดลองทำกิจกรรมออกกำลังกาย



เวทีทดลองทำกิจกรรมการเล่นพื้นบ้าน



เวทีทดลองทำกิจกรรมอาหารและสมุนไพร



เวทีทดลองทำกิจกรรมเศรษฐกิจพอเพียง