

การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ  
สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร  
THE PREPARATION FOR RETIREMENT OF CIVIL OFFICIALS OF FINANCE  
DEPARTMENT BANGKOK METROPOLITAN ADMINISTRATION

นัทธณัฐ คำสาวงษ์  
สาขาการบัญชี คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยรามคำแหง  
ผู้รับผิดชอบบทความ

Nattanan Kamsawong  
E-mail nattanan.k1981@gmail.com  
Faculty of Business Administration Program in Accounting  
Ramkhamhaeng University  
Corresponding author

#### บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร (2) เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการสำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยด้านประชากร กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยคือ ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร จำนวน 227 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล และสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์เชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบสมมติฐานด้วยสถิติการทดสอบแบบ t-test และแบบสถิติความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) หากพบความแตกต่างจะนำไปเปรียบเทียบเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD

ผลทดสอบสมมติฐานพบว่า ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยด้านประชากรด้านเพศ และด้านอายุการทำงานต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ ต่างกัน และข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยด้านประชากร ด้านอายุ ด้านสถานภาพด้าน ระดับการศึกษา ด้านตำแหน่ง และด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ ไม่ต่างกัน

**คำสำคัญ :** การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ

#### ABSTRACT

The purpose of this research was to (1) study the preparation For Retirement Of Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration (2) To study The preparation For Retirement Of Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration, classified personal characteristics The sample group used in this research

was the Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration consumed 227. The questionnaire was uses to be a tool for collecting data. The statistics uses in the descriptive analysis are Frequency, percentage, mean and standard deviation. The hypothesis test is used to compare the test statistics using the t-test and hypothesis with One-way ANOVA. If differences are found they are compared on pair basics. By used LSD methods.

The results of hypothesis testing showed that Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration wit personal factors include sex and working age were different, making the preparation For Retirement Of Civil officials and Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration was different and Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration whit personal factors include age, status, level of education, job position, average monthly income were different making the preparation For Retirement Of Civil officials and Civil officials Of Finance Department Bangkok Metropolitan Administration no different.

**Keywords:** preparation For Retirement Of Civil officials.

## บทนำ

การสูงวัยของประชากรเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นทั่วโลก ซึ่งเป็นผลมาจากอัตราเกิดที่ลดลง และผู้คนมีอายุยืนยาวขึ้น ซึ่งสหประชาชาติได้ให้คำนิยามสังคมผู้สูงอายุเอาไว้ 3 ระดับด้วยกัน ระดับแรก เป็นระดับการก้าวเข้าสู่สังคมสูงอายุ โดยถือเอาการที่ประเทศใดประเทศหนึ่งมีสัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปสูงกว่า 10 เปอร์เซ็นต์ ของประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปที่สูงกว่า 10 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งประเทศ หรือมีประชากรที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไปมากกว่า 7 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมดของประเทศระดับที่ 2 เป็นระดับการเป็นสังคมสูงอายุโดยสมบูรณ์ ถือเกณฑ์โดยรวมที่ประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปเกินกว่า 20 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมด หรืออายุ 65 ปีขึ้นไป มากกว่า 14 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมด ระดับที่ 3 เป็นระดับสังคมสูงอายุเต็มที่ ภาษาอังกฤษ ใช้คำว่า ซุปเปอร์เอจด์โซไซตี คือประเทศที่มีผู้สูงอายุ 65 ปีขึ้นไป คิดเป็นสัดส่วน 20 เปอร์เซ็นต์ของประชากรทั้งหมด โดยในปี 2561 ประเทศไทยมีประชากรทั้งหมด (ไม่รวมแรงงานข้ามชาติ) จำนวน 66 ล้านคนในจำนวนนี้เป็นผู้สูงอายุ 12 ล้านคน หรือคิดเป็นร้อยละ 18 ของประชากรทั้งหมด โดยประชากรไทยกำลังมีอายุสูงขึ้นอย่างรวดเร็วมากอีก 4 ปีข้างหน้า เราจะเป็นสังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์ (มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย , 2563) ประเทศไทย ได้กำหนดให้บุคคลที่มีอายุ 60 ปีบริบูรณ์ จะต้องเกษียณอายุพ้นจากสภาพการทำงาน เพื่อให้ร่างกายได้พักผ่อนจากการตรากตรำ ทำมาหาเลี้ยงชีพตลอดช่วงชีวิตที่ผ่านมา เมื่อต้องก้าวสู่วัยแห่งการเกษียณอายุถ้าเตรียมตัวและวางแผนล่วงหน้าไว้เป็นอย่างดี ก็จะไม่กังวลกับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในชีวิต และอาจมีความสุขที่จะได้พ้นจากภาระหน้าที่การงาน

กรุงเทพมหานครมีการเกษียณอายุราชการของข้าราชการเป็นจำนวนมาก ซึ่งจะส่งผลให้กรุงเทพมหานครต้องมีภาระค่าใช้จ่ายที่ต้องจ่ายให้กับข้าราชการที่เกษียณอายุราชการมากขึ้น เพราะจะต้องจ่ายเงินบำเหน็จบำนาญ และเงินสวัสดิการค่ารักษาพยาบาลให้กับข้าราชการที่เกษียณอายุราชการ ซึ่งข้าราชการที่เกษียณอายุราชการอยู่ในวัยผู้สูงอายุ จะมีสุขภาพเสื่อมโทรม มีความเสี่ยงต่อโรคร้ายไข้เจ็บมีโรคร้ายต่าง ๆ มาเบียดเบียน ทั้งโรคทางกายและทางสมอง โรคหลงลืม และโรคซึมเศร้า ทำให้ต้องเข้าโรงพยาบาลเพื่อดูแลรักษาตัวเอง ดังนั้นจะต้องมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการสำหรับ

ข้าราชการทุกคน เพื่อการดำเนินชีวิตในช่วงวัยเกษียณของผู้สูงอายุจะไม่เป็นคนชราอีกต่อไป หากปรับตัว ปรับใจ เตรียมความพร้อม ในการมีเวลาอยู่กับตัวเอง อยู่กับครอบครัวอยู่กับลูกหลาน เพื่อสร้างสรรค์คุณค่าให้กับสังคม และสร้างความสุขที่ได้อยู่ร่วมกันในครอบครัว สังคม อย่างยั่งยืน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจในเรื่อง การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการสำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร เพื่อให้เป็นประโยชน์สำหรับข้าราชการ และหน่วยงาน ได้เป็นแนวทางในการเตรียมความพร้อมกับการเกษียณอายุราชการของข้าราชการในทุก ๆ ปีให้เกิดประสิทธิภาพ

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยด้านประชากร

### ขอบเขตของงานวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาเรื่อง การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการศึกษา ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่างในการศึกษา คือ ข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร จำนวน 522 คน (ข้อมูลอ้างอิงจาก สำนักงานเลขานุการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร ณ วันที่ 10 มีนาคม 2563) ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ได้มาจากการใช้วิธีคำนวณตามสูตรของ Yamane (1973) ซึ่งที่ระดับความคลาดเคลื่อน 0.05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างจำนวน 227 คน

2. ขอบเขตด้านเนื้อหาและประเด็นในการศึกษา เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยต่างๆ โดยการศึกษาประกอบด้วยตัวแปรดังต่อไปนี้

- 2.1 ตัวแปรอิสระ ปัจจัยด้านประชากร ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อายุการทำงาน ตำแหน่ง และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

- 2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็นด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ทราบถึงการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร
2. เพื่อให้ทราบถึงการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานคลัง กรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยด้านประชากร

### ทบทวนวรรณกรรม

#### แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ

วรภัทร โตรณะเกษม ( 2561, หน้า 13- 15) ได้กล่าวว่า การเกษียณอายุเริ่มใช้ครั้งแรกในโลกที่ประเทศเยอรมัน เมื่อ 127 ปีที่แล้ว ในปี พ.ศ. 2424 นายกรัฐมนตรีเยอรมัน นาย Otto Von Bismarck ซึ่ง

เป็นฝ่ายอนุรักษ์นิยมต้องเผชิญกับสภาวะการว่างงานของคนหนุ่มสาวจำนวนมาก และเขายังได้รับแรงกดดันจากการเมืองฝ่ายตรงข้ามที่ปลุกกระแสสังคมนิยมอีกด้วย นายกรัฐมนตรีจึงหาทางตอบโต้ด้วยนโยบายต่าง ๆ ที่จะสร้างความพึงพอใจแก่ประชาชน หนึ่งในนโยบายสำคัญที่เปิดให้คนหนุ่มสาวได้มีโอกาสเข้าสู่ตลาดแรงงานมากขึ้น ก็คือประกาศให้คนที่ทำงานมานานมากจนเริ่มสูงอายุแล้ว ให้หยุดงานแล้วก็ไปพักผ่อนเสีย นั่นคือจุดกำเนิดของการเกษียณอายุ เป็นครั้งแรกในโลก รวมถึงประเทศไทยด้วย

สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร (2559) ได้อธิบายว่า การเกษียณอายุราชการสำหรับระบบราชการไทย คือ การที่ข้าราชการต้องพ้นจากราชการตามกฎหมายว่าด้วยบำเหน็จบำนาญข้าราชการ ซึ่งถือเป็นการออกจากราชการโดยผลของกฎหมาย ซึ่งในปัจจุบันกฎหมายที่เกี่ยวกับการเกษียณอายุราชการ คือ พระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2494 (มาตรา 19) แก้ไขเพิ่มเติมฉบับที่ 13 พ.ศ. 2523 ที่ กำหนดให้ข้าราชการที่มีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์แล้วจะต้องพ้นจากราชการเมื่อสิ้นปีงบประมาณที่ข้าราชการผู้นั้นมีอายุครบ 60 ปีบริบูรณ์

### การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ

ภัทร ฉลาดแพทย์ (2559, หน้า 31-32) ได้กล่าวไว้ว่า การเตรียมตัวเกษียณอายุราชการตนเองนั้นจะต้องเตรียมทั้งร่างกายและจิตใจก่อน เพราะร่างกายและจิตใจที่ดีเยี่ยมเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่จะนำพาร่างกายไปทำสิ่งอื่นๆ ที่ดีและเป็นประโยชน์ภายหลังการเกษียณอายุได้ ซึ่งคนที่ทำงานประจำจนถึงวัยเกษียณนั้นเป็นผู้ที่สั่งสมระยะเวลาการทำงานมานาน มีทั้งบารมีและตำแหน่งหน้าที่มากมาย บางรายอาจมีตำแหน่งใหญ่โตในขณะที่ทำงานอยู่นั้นจะมีบริวารลูกน้องที่คอยให้ความเคารพยำเกรงมาก แต่พอถึงวัยเกษียณจริง ๆ คนที่เคยห้อมล้อมหน้าหลังก็จะเริ่มหายไป อาจเหลือคนที่สนิทเพียงไม่กี่คนเท่านั้นที่ยังคงไปมาหาสู่อยู่ ดังนั้นเราจะต้องมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณโดยเฉพาะเตรียมการเงินตั้งแต่ยังไม่เกษียณนั้นจึงเป็นเรื่องที่สำคัญมากอย่างน้อยก็ช่วยให้การจัดการด้านการเงินของแต่ละคนเป็นไปตามที่ตั้งใจได้ในบั้นปลายหรือในช่วงที่ไม่ได้ทำงานประจำแล้ว

#### ด้านที่ 1 การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการด้านสุขภาพร่างกาย

วรภัทร โตรณะเกษม ( 2561, หน้า 46) การเตรียมร่างกายให้พร้อม คือ ถ้าอยากมีชีวิตเกษียณที่มีคุณภาพ ตนก็ต้องเป็นที่พึ่งแห่งตน คือดูแลร่างกายให้ดี เพราะไม่มีใครมารับความเจ็บปวด หรือเจ็บป่วยแทนเราได้ สุขภาพที่แข็งแรง มีผลต่อความสุขวัยเกษียณมากกว่าความมั่นคงทางการเงินเสียอีก ดังนั้น เราจึงต้องตระหนักในเรื่องนี้ และไม่ปล่อยปละละเลยในวัยที่เรากำลังสร้างเนื้อสร้างตัว เพราะสุขภาพของเราอาจเสื่อมโทรมจนยากที่จะฟื้นฟูให้กลับคืนมาเสียแล้ว

#### ด้านที่ 2 การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการด้านสุขภาพจิตใจ

ศุภย์เรีนรู้สุขภาวะ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2560, หน้า 7) ได้อธิบายว่าการเตรียมพร้อมด้านจิตใจ คือ จิตใจและอารมณ์ของวัยกลางคนจนถึงวัยสูงอายุมีการเปลี่ยนแปลงไปตามธรรมชาติ มีทั้งด้านดี เช่น สุขุมขึ้นใจเย็นขึ้น เข้าใจชีวิตมากขึ้น และมีด้านที่ต้องพึงระวัง เช่น วิกฤตวัยกลางคน ภาวะความเครียด โรคซึมเศร้า การรู้จักปรับสมดุลชีวิต จะทำให้คุณพบความสุขสงบทางใจ ความสุขที่คุณปรารถนาในบั้นปลายชีวิตนั้นเป็นอย่างดี

#### ด้านที่ 3 การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการด้านการเงิน

ภักดี โพธิ์สิงห์ (2559) สรุปลงจากการวิจัยการวิเคราะห์องค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม พบว่าการเตรียมพร้อมด้านเศรษฐกิจอยู่ในระดับมาก ซึ่งตัวบ่งชี้สำคัญ คือ การประเมินรายรับ และรายจ่ายหลังเกษียณอายุ การวางแผนการใช้จ่ายเงิน และการวางแผนเพิ่มรายรับหรือลดรายจ่ายหลังเกษียณ ซึ่งการเตรียมตัวเตรียมใจ

เพื่อเผชิญภาวะเกษียณอายุการงาน เป็นเหตุการณ์ที่สำคัญมากของคนที่มื่ออาชีพ ที่ควรเตรียม ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ โดยการหางานพิเศษหรือกิจกรรมอดิเรกทำเพื่อชดเชยอาชีพเดิม การวางแผนการใช้ชีวิตและการใช้เวลาว่างภายหลังเกษียณอายุการงาน

#### **ด้านที่ 4 การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการด้านการมีส่วนร่วมในสังคม**

ทัศนีย์ ดาวเรือง (2555) สรุปลงจากการวิจัยเรื่องการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเกษียณอายุที่มีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ พบว่า การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเกษียณอายุ ด้านสังคม กลุ่มตัวอย่างมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุด้านสังคมอยู่ในระดับสูง โดยกลุ่มตัวอย่างมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับครอบครัว ชุมชน และสังคม เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่อยู่ในช่วงวัยทำงานระยะใกล้เกษียณ และอาศัยอยู่กับครอบครัวมากกว่าจึงไม่ได้ให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมทำกิจกรรมกับชุมชนหรือเตรียมการเข้าร่วมสังคมเพื่อพบปะสังสรรค์กับกลุ่มคนวัยต่างๆ

#### **แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับปัจจัยด้านประชากร**

##### **1. ด้านเพศกับการเตรียมความพร้อม**

ศกุนพรรณ ยิ่งอนุรักษ์วงศ์ (2559) สรุปลงจากการวิจัยการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3 พบว่าครูที่เป็นเพศชาย มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมากกว่า ครูที่เป็นเพศหญิง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ข้าราชการครูที่เป็นเพศชาย มีรายได้มากกว่าเพศหญิง และด้วยบทบาทของการเป็นผู้นำครอบครัว จึงต้องวางแผนการใช้ชีวิตเพื่อนำพาครอบครัว ไปสู่ความสุขสบายในภายภาคหน้า สามารถเป็นหลักให้กับครอบครัวและครอบครัวข้างได้ จึงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมากกว่าเพศหญิง

##### **2. ด้านอายุกับการเตรียมความพร้อม**

วันชัย แก้วสุมาลี (2552) สรุปลงจากการวิจัยความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มที่มีระดับอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้าน คือด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่ากลุ่มที่มีระดับอายุน้อยกว่าโดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มที่มีระดับอายุ 40 ปี ลงมา

##### **3. สถานภาพกับการเตรียมความพร้อม**

วันชัย แก้วสุมาลี (2552) สรุปลงจากการวิจัยความเชื่อ ทัศนคติ และพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสมีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด และกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีสถานภาพหย่าร้างแยกกันอยู่ เป็นหม้ายที่มีทัศนคติต่อการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองแตกต่างกันนั้น โดยกลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ที่มีทัศนคติที่ไม่ดีว่าการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านทรัพย์สินเงินทองนั้นสามารถเก็บหรือมีเงินไว้ใช้ตลอดชีวิต

##### **4. ด้านระดับการศึกษากับการเตรียมความพร้อม**

อรธ ดิพนิจ (2556) สรุปลงจากการวิจัยความต้องการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่าระดับการศึกษาของข้าราชการพลเรือนก่อนการเกษียณอายุราชการ ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี มีความ

ต้องการในการเตรียมความพร้อมไม่แตกต่างกัน ดังนั้น ระดับการศึกษา ไม่เป็นตัวกำหนดต่อความต้องการในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน

#### 5. ด้านอายุการทำงานกับการเตรียมความพร้อม

พัฒน์ ทองพึ้ง (2555) สรุปรจากการวิจัยการวางแผนการเงินส่วนบุคคลเพื่อวัยเกษียณอายุ กรณีศึกษาเฉพาะครูโรงเรียนสังกัด กรุงเทพมหานคร พบว่าอายุงานเป็นตัวกำหนด การเตรียมตัวด้านการเงิน เมื่อเกษียณอายุราชการ ครูที่มีอายุการทำงานก่อนเกษียณต่ำกว่า 5 ปี มีความรู้เกี่ยวกับการวางแผนการเงินและเตรียมพร้อมทางการเงิน และอายุการทำงานก่อนเกษียณ 16-30 ปี ต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการวางแผนการเงินเวลาเกษียณอายุ

#### 6. ด้านตำแหน่งงานกับการเตรียมความพร้อม

พัฒน์ ทองพึ้ง (2555) สรุปรจากการวิจัยการศึกษาการวางแผนการเงินส่วนบุคคลเพื่อวัยเกษียณ: กรณีศึกษาเฉพาะครูโรงเรียนสังกัด กรุงเทพมหานคร พบว่าระดับตำแหน่งงานไม่มีผลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินหลังเกษียณอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างตำแหน่งครูชำนาญการ (ค.ศ.2) ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัววางแผนทางการเงิน โดยมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากโทรทัศน์มากที่สุด และติดตามข้อมูลข่าวสารทางการเงิน เศรษฐกิจ การเมือง การตลาด ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะเตรียมตัววางแผนการเงินหลังเกษียณอายุราชการในรูปแบบการออมเพื่อไว้ใช้จ่ายยามเกษียณโดยการฝากธนาคาร

#### 7. ด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนกับการเตรียมความพร้อม

อรรถ ดิพนิจ (2556) สรุปรจากการวิจัยความต้องการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน พบว่ารายได้ของข้าราชการพลเรือนก่อนเกษียณอายุราชการที่ต่ำกว่า 25,000 บาท และสูงกว่า 25,000 บาท มีความต้องการเตรียมความพร้อม ไม่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่ารายได้ไม่ได้เป็นตัวกำหนดต่อความต้องการในการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน ทั้งนี้ข้าราชการก่อนการเกษียณอายุที่มีฐานเงินเดือนสูง ก็มีเงินสะสมมากไม่ต้องการด้านรายได้ไม่แตกต่างกัน

#### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ศฤนพรรณ ยิ่งอนุรักษ์วงศ์ (2559) ทำการวิจัยเรื่อง การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของครูสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3 โดยมีวัตถุประสงค์ของการวิจัย เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบการเตรียมตัว ก่อนเกษียณอายุราชการของครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3 จำแนกตามเพศ และอายุ พบว่า ครูมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และรายด้านอยู่ในระดับมากจำนวน 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านรายได้และการใช้จ่าย และอยู่ในระดับปานกลางจำนวน 2 ด้าน คือ ด้านที่อยู่อาศัยและ ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม สำหรับผลการเปรียบเทียบการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการ ของครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3 พบว่า ครูที่มีเพศต่างกัน มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการในภาพรวมและรายด้าน 4 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านรายได้ และการใช้จ่าย ด้านที่อยู่อาศัย และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนด้านจิตใจ มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการไม่แตกต่างกัน

ชนิษฐา แปลงมูล (2556) ทำการวิจัยเรื่อง ความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา ในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษาเขต 2 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสภาพการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ศึกษามัธยมศึกษา เขต 2 กรุงเทพมหานคร และศึกษาปัญหา และข้อเสนอแนะ

ทางการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของผู้บริหารสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษามัธยมศึกษา เขต 2 กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุ ราชการของผู้บริหารสถานศึกษา โดยภาพรวมอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า การ เตรียมความพร้อมด้านสุขภาพ ร่างกาย และจิตใจ อยู่ในระดับมาก ข้อเสนอแนะผู้บริหารสถานศึกษาควร เตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายและจิตใจ เมื่อถึงวัย 45 ปี หลังจากนั้น ควรเตรียมความพร้อมด้าน สังคม เตรียมความพร้อมด้านครอบครัว และเตรียมความพร้อมด้านเศรษฐกิจ

อรรถ ดีพิณีจ (2556) ทำการวิจัยเรื่อง ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการ เกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความต้องการการ เตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน กลุ่มตัวอย่างคือ ข้าราชการพลเรือนจำนวน 10 กระทรวง โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายจากการจับฉลาก ร้อยละ 50 ของ จำนวน 20 กระทรวง ที่มีอายุ 50-59 ปี จำนวน 420 คน เครื่องมือ คือ แบบสอบถาม โดยผลการวิจัย คือ 1. ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือนทุกด้าน ในระดับมาก 2. ความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ พลเรือน จำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับการศึกษา พบว่าไม่แตกต่างกัน ยกเว้นเมื่อจำแนกตามรายด้าน พบว่าด้านร่างกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5 สรุปว่าข้าราชการพลเรือนก่อน เกษียณอายุราชการมีความต้องการทุกด้านอยู่ระดับมาก ดังนั้น หน่วยงานข้าราชการพลเรือนควรให้ ความสำคัญและเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพร่างกายเพิ่มมากขึ้น

### วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบไม่ทดลอง (Non-Experimental Design) คือ การวิจัยที่มีการศึกษา ตามสภาพที่เป็นไปตามธรรมชาติ โดยไม่มีการจัดกระทำหรือควบคุมตัวแปรใด ๆ เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูล ภาคสนามแบบวิจัยตัดขวาง (Cross sectional Study) คือ เป็นการเก็บข้อมูลในช่วงระยะเวลาใดเวลาหนึ่ง เพียงครั้งเดียว โดยใช้เครื่องมือการวิจัยเป็นแบบสอบถาม (Questionnaire) แล้วทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วย วิธีทางสถิติ

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ ข้าราชการ สังกัดการคลัง กรุงเทพมหานคร จำนวน 522 คน (ข้อมูล อ้างอิงจาก สำนักงานเลขาธิการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ณ วันที่ 10 มีนาคม 2563) ขนาดของ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้คำนวณขนาดตัวอย่างจากการใช้สูตรการคำนวณของ Yamane (1973) ซึ่งที่ระดับค่าความคลาดเคลื่อนที่ร้อยละ 5 หรือ 0.05 ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่จำนวน 227 คน และ สุ่มตัวอย่างแบบอาศัยความน่าจะเป็น (Probability) ด้วยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้นภูมิ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) ซึ่งเป็นเครื่องมือในการเก็บ รวบรวมข้อมูลนำเอามาวิเคราะห์สถิติ เพื่อการตอบข้อสมมติฐานของการวิจัยในเรื่องที่กำลังศึกษานี้ ซึ่งการ วิจัยนี้เป็นวิธีวิจัยเชิงสำรวจที่ใช้แบบสอบถามทั้งแบบปลายปิดและแบบปลายเปิด โดยแบบสอบถามถูก แบ่งเป็น 3 ส่วน ดังต่อไปนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นคำถามลักษณะประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อายุการทำงาน ตำแหน่ง และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มี จำนวนแบบสอบถามทั้งหมด 7 ข้อ

ส่วนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สังกัดการ คลัง กรุงเทพมหานคร ซึ่งประกอบไปด้วยคำถามเกี่ยวกับ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้าน

การเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคม มีจำนวนแบบสอบถามทั้งหมด 22 ข้อ ประกอบด้วยแบบสอบถาม  
ในลักษณะประเมินค่าความคิดเห็น 5 ระดับ (Rating Scale) โดยมีเกณฑ์การใช้คะแนนเพื่อตีความหมาย

ส่วนที่ 3 เป็นข้อคำถามปลายเปิดที่ถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะการเตรียมความพร้อมในการ  
เกษียณอายุราชการว่าได้มีการเตรียมความพร้อมอย่างไรบ้าง จำนวน 1 ข้อ

### เทคนิคการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

1.1 ใช้ค่าร้อยละ (Percentage) และค่าความถี่ (Frequency) กับตัวแปรที่มีระดับการวัดเชิง  
กลุ่ม ได้แก่ปัจจัยด้านประชากร ประกอบด้วย ด้านเพศ ด้านอายุ ด้านสถานภาพ ด้านระดับการศึกษา ด้าน  
อายุการทำงาน ด้านตำแหน่ง และด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือน

1.2 ใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) กับตัวแปรที่มี  
ระดับการวัดเชิงประมาณ ได้แก่ การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการ  
คลัง กรุงเทพมหานคร

2. สถิติอนุมาน (Inferential Statistics) ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังนี้

2.1 เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการคลัง  
กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม เพศ โดยใช้การวิเคราะห์ด้วยข้อมูลสถิติ t-test

2.2 เพื่อศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการคลัง  
กรุงเทพมหานคร จำแนกตาม อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อายุการทำงาน ตำแหน่ง และรายได้เฉลี่ยต่อ  
เดือน โดยใช้การวิเคราะห์ด้วยข้อมูลสถิติความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) หากพบความ  
แตกต่างจะนำไปสู่การเปรียบเทียบเป็นรายคู่โดยใช้วิธีของ LSD

### สรุปผลการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามการวิจัย เรื่อง การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ  
ของข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปผลการวิจัยได้ดังต่อไปนี้

1. ผลการวิเคราะห์การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการคลัง  
กรุงเทพมหานครโดยภาพรวมระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า การ  
เตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับ  
มาก โดยเรียงตามลำดับ ได้แก่ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วม  
ในสังคม

2. ผลการเปรียบเทียบการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักการ  
คลัง กรุงเทพมหานครจำแนกตามปัจจัยด้านประชากร สามารถสรุปการวิจัยได้ดังนี้

2.1 ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยด้านประชากรด้านเพศ และด้าน  
อายุการทำงาน ต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ ต่างกัน

2.2 ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีปัจจัยด้านประชากรด้านอายุ ด้าน  
สถานภาพ ด้านระดับการศึกษา ด้านตำแหน่ง และด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน ทำให้การเตรียมความ  
พร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการไม่ต่างกัน

## อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัย การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปตามวัตถุประสงค์ได้ดังนี้

1. ผลการศึกษาการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร โดยภาพรวมอยู่ในระดับมาก

1.1 ด้านสุขภาพร่างกาย ของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานครอยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีความเห็นว่า ควรจะมีการเตรียมความพร้อมดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ก่อนการเกษียณอายุราชการ เช่นการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัย การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ การพักผ่อนให้เพียงพอ มีการศึกษาหาความรู้เรื่องการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายเมื่อเกษียณราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วรภัทร โตรณะเกษม (2561, หน้า 46) ที่กล่าวว่า ถ้าอยากมีชีวิตเกษียณที่มีคุณภาพ ตนก็ต้องเป็นที่พึ่งแห่งตน คือ ดูแลร่างกายให้ดีเพราะไม่มีใครมารับความเจ็บปวด หรือเจ็บป่วยแทนเราได้ สุขภาพที่แข็งแรง มีผลต่อความสุขวัยเกษียณมากกว่าความมั่นคงทางการเงินเสียอีก และสอดคล้องกับแนวคิดของ ศฤนพรธณ ยิ่งอนุรักษวงศ์ (2559) ที่กล่าวว่า เมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น สุขภาพร่างกายก็เสื่อมโทรมลง เช่น ความเสื่อมของสายตา ความเสื่อม ด้านความจำ ระบบประสาทสัมผัส ความไม่คล่องตัว ซึ่งปัญหาทางร่างกายที่เกิดขึ้นนั้นมักส่งผลโดยตรงต่อประสิทธิภาพในการทำงาน ทำให้ต้องตระหนักและสนใจที่จะดูแลสุขภาพของตนเองมากขึ้น เพื่อให้สุขภาพร่างกายมีความแข็งแรงสมบูรณ์

1.2 ด้านสุขภาพจิตใจ ของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีความเห็นว่า ควรที่จะมีการเตรียมจิตใจยอมรับการเกษียณไว้ล่วงหน้า โดยการปล่อยวางจิตใจ มีการฝึกสมาธิเพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อจิตใจของเรา และการหาความรู้การเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจเมื่อเกษียณอายุราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วรภัทร โตรณะเกษม ( 2561, หน้า 46) การเตรียมพร้อมด้านจิตใจ จะต้องครองใจให้มั่น คือ ต้องเตรียมความพร้อมไว้ในยามที่อาจต้องเผชิญกับความทุกข์ หรือวันที่ความรู้สึกหว่าเหวเข้ามาเยือน เช่น ในวันที่ลูก ๆ ก็อาจจะยุ่งกับการทำงานหรือครอบครัวของเขา จนมาดูแลเราไม่ได้เท่าที่ควร หรือในวันที่เพื่อนฝูงห่างหายสิ่งที่ทำได้คือการดูแลจิตใจของเราด้วย ไม่ว่าจะฝึกฝนด้วยวิถีแห่งธรรมจากสำนักใดก็ตาม เพราะทุกสำนักย่อมมีคุณค่าทั้งสิ้น การฝึกจิตใจหรือการดูแลสุขภาพใจของเราให้มั่น พร้อมจะรับมือกับทุกสถานการณ์ในชีวิต และสอดคล้องกับแนวคิดของ จินฉัตรรัตน์ วราบุญนาคริรมย์ (2558) ที่กล่าวว่า การรับรู้ถึงสมรรถภาพทางจิตใจของตนเองว่ามีความสามารถพร้อมรับสถานการณ์ต่าง ๆ การเตรียมตัวจะช่วยลดความวิตกกังวลสามารถปรับตัวภายหลังการใช้ชีวิตเกษียณได้อย่างมีความสุข

1.3 ด้านการเงิน ของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีความเห็นว่า ควรจะมีการเตรียมเงินไว้เพื่อความมั่นคงในชีวิตและไว้ใช้จ่ายเมื่อยามจำเป็นเมื่อเกษียณอายุราชการ และมีรายได้เพื่อใช้ในการดำรงชีวิตอย่างเพียงพอ ประกอบกับจะต้องลดรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือยเมื่อเกษียณอายุราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ภัทระ ฉลาดแพทย์ (2559, หน้า 60-76) กล่าวว่า การเตรียมปัจจัยทางการเงินให้พร้อมในวัยเกษียณนั้นหมายถึง การออมเงิน และการหาเงิน ในรูปแบบต่าง ๆ ที่เหมาะสม เพราะการเตรียมพร้อมด้านการเงินตั้งแต่วัยยังไม่เกษียณนั้นจึงเป็นเรื่องสำคัญมากอย่างน้อยก็ช่วยให้การจัดการเงินทองของแต่ละคนเป็นไปตามที่ตั้งใจในบั้นปลายหรือในช่วงที่ไม่ได้ทำงานประจำแล้ว ซึ่งการออมเพื่อวัยเกษียณนั้นเป็นเรื่องจำเป็นที่ต้องทำเสียแต่เนิ่น ๆ ยิ่งเริ่มก่อน ยิ่งได้เปรียบ ที่จริงการออมเพื่อวัยเกษียณ เราควรเริ่มตั้งแต่เข้าทำงาน เราต้องหันมาสนใจเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่งพอ ๆ กับการทำงานในแต่ละวันเลยทีเดียวซึ่งสามารถแบ่งเบาภาระกันได้ และ

สอดคล้องกับแนวคิดของ ภักดี โพธิ์สิงห์ (2559) ที่กล่าวว่า การประเมินรายรับ และรายจ่ายหลังเกษียณอายุ การวางแผนการใช้จ่ายเงิน และการวางแผนเพิ่มรายรับหรือลดรายจ่ายหลังเกษียณ ซึ่งการเตรียมตัวเตรียมใจเพื่อเผชิญภาวะเกษียณอายุการทำงาน เป็นเหตุการณ์ที่สำคัญมากของคนที่มียาชีพ ที่ควรเตรียม ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ โดยการหางานพิเศษหรือกิจกรรมอดิเรกทำเพื่อชดเชยอาชีพเดิม การวางแผนการใช้ชีวิต และการใช้เวลาว่างภายหลังเกษียณอายุการทำงาน

1.4 ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม ของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร อยู่ในระดับมาก ผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีความเห็นว่าการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับคนในครอบครัว ชุมชน สังคม และการเตรียมพร้อมในการใช้ชีวิตหรือทำกิจกรรมในเวลาว่างให้เกิดประโยชน์ต่อผู้อื่นเมื่อเกษียณอายุราชการเป็นสิ่งที่ดีและทำให้มีความสุข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ศฤนพรรณ ยิงอุรรัชวงศ์ (2559) ที่กล่าวว่า การเตรียมตัวด้านการมีส่วนร่วมในสังคม โดยผู้ที่มีบทบาททางสังคมสูง เป็นผู้ที่เป็นที่รู้จัก ได้รับการเคารพนับถือจากสังคมและชุมชนรอบข้าง และมักจะเข้าร่วมกิจกรรมในชุมชนสังคม ที่ตนเองอยู่เสมอ จึงไม่ต้องเตรียมตัวในด้านนี้มากนัก และคุณค่าในการช่วยเหลือสังคมการขึ้นและสังคมครูจึงมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดผูกพันกับประชาชนทุกระดับ ถึงแม้จะเกษียณอายุราชการไปแล้วก็ตาม และสอดคล้องกับแนวคิดของนวรรตน์ จันเพชร (2558) ได้กล่าวว่า การเตรียมความพร้อมด้านการมีส่วนร่วมในสังคมโดยการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับสมาชิกในครอบครัวการให้ความรัก ความห่วงใยต่อกัน การเข้าร่วมกิจกรรมใน ชุมชน และสังคม มีการทำกิจกรรมร่วมกัน เพื่อให้คนเกษียณอายุลดทอนการอยู่ติดบ้าน และเป็นการคลายความเหงาจากการอยู่ที่บ้านเพียงลำพัง และให้ชีวิตในวัยเกษียณอายุราชการยังสามารถทำประโยชน์ต่อตนเอง ครอบครัว ชุมชน และสังคมได้

2. ผลการศึกษา การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยด้านประชากร ได้แก่ ด้านเพศ ด้านอายุ ด้านสถานภาพ ด้านระดับการศึกษา ด้านอายุการทำงาน ด้านตำแหน่ง และด้านรายได้เฉลี่ยต่อเดือน สามารถสรุปได้ดังนี้

2.1 ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีเพศต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ และด้านการเงิน ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า การที่ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร เพศหญิงมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ และด้านการเงิน ต่างไปจากเพศชาย อาจเนื่องมาจากข้าราชการเพศหญิงส่วนใหญ่ให้ความสำคัญและเอาใจใส่ในการดูแลสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิตใจ และมีวางแผนการใช้จ่ายเงินโดยการทำบัญชีรายรับรายจ่าย เพื่อให้มีเงินไว้ใช้จ่ายเมื่อเกษียณอายุราชการ มากกว่าข้าราชการเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ ศฤนพรรณ ยิงอุรรัชวงศ์ (2559) ที่กล่าวว่า ครูที่เป็นเพศชาย มีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมากกว่า ครูที่เป็นเพศหญิง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่า ข้าราชการครูที่เป็นเพศชายมีรายได้มากกว่าเพศหญิง และด้วยบทบาทของการเป็นผู้นำครอบครัว จึงต้องวางแผนการใช้ชีวิตเพื่อนำครอบครัวไปสู่ความสุขสบายในภายภาคหน้า สามารถเป็นหลักให้กับครอบครัวและครอบครัวได้ จึงมีการเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการมากกว่าเพศหญิง และสอดคล้องกับแนวคิดของวันชัย แก้วสุมาลี (2552) ที่กล่าวว่า เพศหญิงมีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกายมากกว่าเพศชายเนื่องจากเพศหญิงเป็นเพศที่มีลักษณะนิสัยที่มีการดูแลเอาใจใส่ตนเองมากกว่าเพศชาย และในการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานทางด้านจิตใจและด้านทรัพย์สินเงินทอง เพศหญิงและเพศชายไม่แตกต่างกัน

2.2 ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมไม่ต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านสุขภาพจิตใจ ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีช่วงอายุที่ต่างกันจึงทำให้

การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการในด้านสุขภาพจิตใจแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากข้าราชการที่มีอายุตั้งแต่ 51 ปีขึ้นไปมีการปล่อยวางจิตใจในการเกษียณอายุราชการ และมีการเตรียมใจยอมรับสภาพที่เปลี่ยนแปลงเมื่อเกษียณอายุราชการได้มากกว่าข้าราชการที่มีอายุน้อยกว่า ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วันชัย แก้วสุมาลี (2552) ที่กล่าวว่าพฤติกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของคุณคณาจารย์ในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มที่มีระดับอายุมากกว่ามีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุทำงานแต่ละด้าน คือด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทอง มากกว่ากลุ่มที่มีระดับอายุน้อยกว่าโดยเฉพาะเมื่อเปรียบเทียบกับระหว่างกลุ่มอายุ 50 ปีขึ้นไป กับกลุ่มที่มีระดับอายุ 40 ปี ลงมา และสอดคล้องกับแนวคิดของ สุวิทย์ ขจรกล้า (2559) ที่กล่าวว่า หากบุคคลผ่านพัฒนาการในแต่ละวัยได้อย่างเหมาะสมย่อมมีการเตรียมพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่วัยต่อไป วัยสูงอายุเป็นพัฒนาการขั้นสุดท้ายในชีวิตของมนุษย์ มีการเตรียมความพร้อมมากกว่าวัยอื่น ๆ ในทุกด้าน ส่วนพนักงานที่มีอายุระหว่าง 35-40 ปี มีการเตรียมความพร้อมสู่การเกษียณอายุด้านที่อยู่อาศัย และด้านสุขภาพน้อยที่สุด ซึ่งอาจพิจารณาได้ว่า พนักงานที่มีอายุ 35-40 ปี กำลังเป็นวัยสร้างการมีครอบครัว อาจมีภาระค่าใช้จ่ายเพิ่มขึ้นในด้านครอบครัว และสิ่งอำนวยความสะดวกในชีวิตประจำวัน รวมถึงการไม่ได้คำนึงถึงด้านสุขภาพของตนเอง เนื่องจากยังคิดว่าอยู่ในวัยหนุ่มสาว

2.3 ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมไม่ต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านสุขภาพจิตใจ ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานครมีสถานภาพที่ต่างกัน จึงทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการในด้านจิตใจแตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากข้าราชการที่มีสถานภาพโสดมีการปล่อยวางจิตใจยอมรับสภาพการเปลี่ยนแปลงเมื่อเกษียณอายุราชการได้มากกว่าข้าราชการที่มีสถานภาพสมรส และสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง/แยกกันอยู่ เพราะคนที่มีสถานภาพโสดไม่มีภาระครอบครัวที่จะต้องดูแลพอเกษียณอายุราชการจะได้รับเงินบำเหน็จบำนาญก็เพียงพอที่จะใช้จ่ายตอนเกษียณอายุราชการจึงไม่ต้องกังวลใจเมื่อเกษียณอายุราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ วันชัย แก้วสุมาลี (2552) ที่กล่าวว่า กลุ่มที่มีสถานภาพสมรสมีคู่หรืออยู่ด้วยกัน และสถานภาพหม้าย หย่าหรือแยกกันอยู่มีการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานด้านร่างกาย ด้านจิตใจ และด้านทรัพย์สินเงินทองมากกว่ากลุ่มที่มีสถานภาพโสด โดยกลุ่มบุคคลทำงานวิจัยที่มีทัศนคติที่ดีมีความเชื่อมากกว่ากลุ่มบุคคลทำงาน และสอดคล้องกับแนวคิดของทัศนีย์ ดาวเรือง (2555) ที่กล่าวว่า ความแตกต่างระหว่างสถานภาพสมรสกับการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเกษียณอายุที่มีคุณภาพในภาพรวมและในทุกด้าน กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสจะมีการเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่วัยเกษียณอายุราชการ มากกว่า กลุ่มที่มีสถานภาพโสดและสถานภาพหม้าย/หย่าร้าง

2.4 ข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมไม่ต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคมไม่ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่าระดับการศึกษาไม่ได้เป็นตัวกำหนดการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ อรรถ ดิพนิจ (2556) ได้กล่าวว่า ระดับการศึกษาของข้าราชการพลเรือนก่อนการเกษียณอายุราชการ ที่ต่ำกว่าปริญญาตรี ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี มีความต้องการการเตรียมความพร้อมไม่แตกต่างกัน ดังนั้น ระดับการศึกษา ไม่เป็นตัวกำหนดต่อความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน และสอดคล้องกับแนวคิดของสุวิทย์ ขจรกล้า (2559) ได้กล่าวว่า พนักงานในเขตนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรีที่มีระดับการศึกษา สถานภาพสมรส และการรับรู้อาสา ต่างกันมีการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณอายุ ไม่แตกต่างกัน

2.5 ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีอายุการทำงานต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคมต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า อายุการทำงานเป็นตัวกำหนดการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ โดยข้าราชการมีอายุการทำงานที่มาก คือ 16 ปีขึ้นไป จะมีการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคมแตกต่างจากข้าราชการที่มีอายุการทำงานน้อย ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากข้าราชการที่มีอายุการทำงานที่มากมีฐานะทางเศรษฐกิจที่พร้อมมากกว่าข้าราชการที่มีอายุการทำงานน้อย ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ พัฒน์ ทองพึ้ง (2555) ที่กล่าวว่า อายุงานเป็นตัวกำหนดการเตรียมตัวด้านการเงิน เมื่อเกษียณอายุราชการ ครูที่มีอายุการทำงานก่อนเกษียณต่ำกว่า 5 ปี มีความรู้เกี่ยวกับการวางแผนการเงินและเตรียมพร้อมทางการเงิน และอายุการทำงานก่อนเกษียณ 16-30 ปี ต้องการความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับการวางแผนการเงินเวลาเกษียณอายุ และสอดคล้องกับแนวคิดของ ศฤนพรธม ยิ่งอนุรักษวงศ์ (2559) ที่กล่าวว่า ข้าราชการครูที่มีอายุการทำงานมานาน ย่อมมีรายได้ต่อเดือนสูง ทำให้สามารถเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุมากกว่าคนที่อายุน้อยกว่า นั่นคือ ผู้ที่มีอายุใกล้เกษียณจะมีการปฏิบัติในการเตรียมตัวก่อนเข้าสู่วัยสูงอายุมากกว่าผู้ที่มีอายุห่างไกลจากวัยเกษียณอายุ ถ้าบุคคลที่มีอายุเพิ่มขึ้น หากผ่านพัฒนาการในแต่ละวัย มาได้อย่างเหมาะสมแล้ว ย่อมมีการเตรียมความพร้อมที่จะพัฒนาไปสู่วัยต่อไป

2.6 ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีตำแหน่งต่างกันทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมไม่ต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านสุขภาพร่างกาย ด้านสุขภาพจิตใจ ด้านการเงิน และด้านการมีส่วนร่วมในสังคมไม่ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ตำแหน่งไม่ได้เป็นตัวกำหนดการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ พัฒน์ ทองพึ้ง (2555) ที่กล่าวว่า ระดับตำแหน่งงานไม่มีผลต่อการเตรียมตัวด้านการเงินหลังเกษียณอายุ โดยกลุ่มตัวอย่างตำแหน่งครูชำนาญการ (ค.ศ.2) ส่วนใหญ่มีความรู้เกี่ยวกับการเตรียมตัวด้านวางแผนทางการเงิน โดยมีการรับรู้ข้อมูลข่าวสารจากโทรทัศน์มากที่สุด และติดตามข้อมูลข่าวสารทางด้านการเงิน เศรษฐกิจ การเมือง การตลาด ซึ่งกลุ่มตัวอย่างส่วนจะเตรียมตัววางแผนการเงินหลังเกษียณอายุราชการในรูปแบบการออมเพื่อไว้ใช้จ่ายเมื่อเกษียณโดยการฝากธนาคาร และสอดคล้องกับแนวคิดของ นวรัตน์ จันเพชร (2558) ที่กล่าวว่า ผลการศึกษาเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างตำแหน่งกับลักษณะการเตรียมความพร้อมของบุคลากรเพื่อการเกษียณของวัยสูงอายุที่มีคุณภาพด้านต่าง ๆ ทั้งด้านสุขภาพด้าน เศรษฐกิจ ด้านที่อยู่อาศัย ด้านสังคม รวมถึงลักษณะการเตรียมความพร้อมโดยรวมจำแนกตามตำแหน่งปรากฏว่า ลักษณะการเตรียมความพร้อมไม่มีความแตกต่างกัน แสดงว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีตำแหน่งทั้งข้าราชการและลูกจ้างประจำต่างก็มีลักษณะการเตรียมความพร้อมเพื่อวัยเกษียณของสูงอายุที่มีคุณภาพ ไม่แตกต่างกัน

2.7 ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการโดยรวมไม่ต่างกัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านสุขภาพร่างกาย ต่างกัน ซึ่งผู้วิจัยมีความคิดเห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนที่ต่างกัน จึงทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการด้านสุขภาพร่างกายโดยการดูแลสุขภาพให้แข็งแรงสมบูรณ์ การออกกำลังกายเป็นประจำ และการรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเนื่องจาก ข้าราชการที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนสูงจะให้ความสนใจ และเห็นความจำเป็นในการดูแลสุขภาพมากกว่าข้าราชการที่มีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนน้อย เพราะมีรายได้พอเพียงที่จะดูแลสุขภาพของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สุวิทย์ ขจรกล้า (2559) ที่กล่าวว่า รายได้ เป็นตัวบอก

สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคมของบุคคล รวมทั้งยังช่วยประเมินความช่วยเหลือสนับสนุนกันระหว่างสมาชิกในครอบครัว และสังคม รายได้ที่พอเพียงในการดำรงชีวิตขั้นพื้นฐาน ย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การดูแลรักษาสุขภาพการเก็บออมเงิน การนำเงินไปลงทุนในกิจการต่าง ๆ เพื่อเป็นการเพิ่มพูนรายได้ และสอดคล้องกับแนวคิดของ อรรถ ติพินิจ (2556) ที่กล่าวว่า รายได้ของข้าราชการพลเรือนก่อนเกษียณอายุราชการที่ต่ำกว่า 25,000 บาท และสูงกว่า 25,000 บาท มีความต้องการเตรียมความพร้อมไม่แตกต่างกัน แสดงให้เห็นว่ารายได้ไม่ได้เป็นตัวกำหนดต่อความต้องการการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน ทั้งนี้ข้าราชการก่อนการเกษียณอายุที่มีฐานเงินเดือนสูง ก็มีเงินสะสมมากไม่ต้องดิ้นรน ทำให้มีความต้องการด้านรายได้ไม่แตกต่างกัน

### **ข้อเสนอแนะการนำไปใช้**

จากผลการวิจัยครั้งนี้ มีข้อเสนอแนะในการวิจัยเพื่อให้เป็นประโยชน์และเป็นแนวทางสำหรับสำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ดังนี้

#### **ปัจจัยด้านประชากร**

จากการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร มีปัจจัยด้านประชากร ได้แก่ ด้านเพศ และด้านอายุการทำงาน ต่างกัน ทำให้การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการต่างกัน ดังนั้น หน่วยงาน จะต้องให้ความสนใจกับปัจจัยด้านประชากรดังกล่าวข้างต้น โดยมีการวางแผนการจัดฝึกอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการเตรียมพร้อมในการเกษียณอายุราชการให้แก่ข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานครโดยให้พิจารณาในด้านเพศ และด้านอายุการทำงาน เป็นประการสำคัญ เพื่อให้ข้าราชการมีความรู้เกี่ยวกับการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ ซึ่งจะทำให้การใช้ชีวิตภายหลังเกษียณอายุราชการเป็นไปอย่างมีความสุข สามารถทำประโยชน์ และสร้างสรรค์สิ่งดี ๆ และสิ่งใหม่ ๆ ให้กับครอบครัว หน่วยงาน สังคม และประเทศได้อย่างมีคุณค่า และช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายของหน่วยงานในด้านค่ารักษาพยาบาลให้ลดน้อยลง

#### **การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ**

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ สำนักงานการคลัง กรุงเทพมหานคร ด้านสุขภาพร่างกาย มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก ซึ่งข้าราชการให้ความสำคัญในการดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ การรับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่เหมาะสม และการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับวัยเป็นประจำทุกวัน ดังนั้น หน่วยงานควรให้ความสำคัญโดยการให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพร่างกาย เช่น การให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพร่างกาย เพื่อให้ข้าราชการมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์ การจัดสถานที่ให้ข้าราชการมีที่ออกกำลังกายภายในสำนักงาน และการจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

#### **ด้านสุขภาพร่างกาย**

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ก่อนการเกษียณเป็นสิ่งจำเป็น ซึ่งข้าราชการมีความเอาใจใส่ทางด้านสุขภาพของตนเองและเห็นถึงความสำคัญการดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์เพื่อเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ ดังนั้น หน่วยงานควรจัดให้มีกิจกรรมในการเสริมสร้างความรู้ด้านสุขภาพ โดยการให้สำนักอนามัย ของกรุงเทพมหานครมาให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพ เช่น การรับประทานอาหารที่มีประโยชน์หลักโภชนาการ รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ การออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัยเป็นประจำทุกวัน การพักผ่อนให้เพียงพอ และจัดให้มีการตรวจสุขภาพประจำปีอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง

### ด้านสุขภาพจิตใจ

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การปล่อยวางจิตใจทำให้มีความสุขเมื่อเกษียณอายุราชการ ดังนั้นหน่วยงานควรจะสนับสนุนให้ข้าราชการเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาให้มากขึ้น และจัดให้มีโครงการพัฒนาจิต เจริญภาวนาให้กับข้าราชการ เป็นการไปเจริญภาวนาจิตพักค้างที่วัด หรือสถานปฏิบัติธรรม เพื่อส่งเสริมให้ข้าราชการได้มีการพัฒนาจิตใจให้สงบเพื่อเตรียมพร้อมในการเกษียณอายุราชการ

### ด้านการเงิน

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า ข้าราชการควรมีรายได้เพื่อใช้ในการดำรงชีวิตอย่างเพียงพอ และเตรียมวิธีลดรายจ่ายที่ฟุ่มเฟือยเมื่อเกษียณอายุราชการ ดังนั้นหน่วยงาน ควรจะมีกำหนดให้ข้าราชการออมเงินเป็นรายเดือน โดยการหักเงินเดือนแต่ละเดือนในปริมาณที่เหมาะสม ประกอบกับในการออมจะต้องให้ดอกเบี้ยพิเศษสูงกว่าธนาคารทั่วไป และการจัดให้มีโครงการให้ความรู้ในเรื่องวิธีการบริหารการเงินของข้าราชการ เพื่อให้ข้าราชการรู้วิธีการจัดสรรเงินให้ใช้จ่ายอย่างประหยัด ลดการใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือย เพื่อให้มีเงินเพียงพอไว้ใช้จ่ายเมื่อเกษียณอายุราชการ

### ด้านการมีส่วนร่วมในสังคม

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า การสร้างสัมพันธ์ที่ดีกับคนในครอบครัว ชุมชน และสังคม เป็นสิ่งสำคัญในการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการ ดังนั้นหน่วยงานควรมีการจัดกิจกรรมสายสัมพันธ์ในครอบครัวของข้าราชการโดยการจัดสัมมนาให้ครอบครัวข้าราชการได้มีส่วนร่วม การจัดทำโครงการส่งเสริมและสนับสนุนให้ข้าราชการมีความรู้ความเข้าใจด้านกิจกรรมเพื่อสังคม และกิจกรรมเพื่อความรับผิดชอบต่อชุมชน สังคม และการเปิดช่องทางให้ประชาชนได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการบริการประชาชนของข้าราชการผ่านทางเว็บไซต์ของกรุงเทพมหานคร

### ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาข้าราชการ สำนักการคลัง กรุงเทพมหานครเท่านั้น ดังนั้น ควรจะขยายเขตพื้นที่ที่จะศึกษาให้ครอบคลุมมากขึ้น อาทิเช่น ทุกหน่วยงานของกรุงเทพมหานคร และส่วนราชการอื่นๆ ที่มีประชากรที่เหมาะสม เพื่อให้ได้ความแตกต่างทางด้านความคิดเห็น และได้ผลการวิจัยที่หลากหลายมากยิ่งขึ้น

2. เพื่อให้ได้ข้อมูลที่หลากหลายและชัดเจนมากยิ่งขึ้น ควรนำสถิติตัวอื่นมาใช้ในการวิเคราะห์ ร่วมกับการเก็บรวบรวมข้อมูลเพิ่มเติม เช่นการสัมภาษณ์เชิงลึก และการจัดการสัมภาษณ์แบบกลุ่มควบคู่กับการแจกแบบสอบถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นกว่าเดิม รวมทั้งศึกษาปัญหาและอุปสรรคในการเตรียมความพร้อมในการเกษียณอายุราชการของข้าราชการ รวมถึงติดตามผลหลังจากข้าราชการเกษียณอายุราชการไปแล้ว

### เอกสารอ้างอิง

ชนิษฐา แปลงมุล. (2556). *ความคิดเห็นของผู้บริหารสถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา ในการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุราชการ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา มัธยมศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ศึกษาศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยรังสิต.

จิณณรัตน์ วราบุญนาทภิรมย์. (2558). *การเตรียมความพร้อมการเกษียณอายุของพนักงานบริษัท ยูเซ็น โลจิสติกส์ (ประเทศไทย)*. สารนิพนธ์ พัฒนาแรงงานและสวัสดิการมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

- ทัศนีย์ ดาวเรือง. (2555). การเตรียมความพร้อมเพื่อเข้าสู่การเกษียณอายุที่มีคุณภาพของบุคลากร มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. วิทยานิพนธ์สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- นวรรตน์ จันเพชร. (2558). การเตรียมความพร้อมของบุคลากรเพื่อวัยสูงอายุที่มีคุณภาพของกรมควบคุมโรค. วิทยานิพนธ์ สังคมสงเคราะห์ศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- พัฒน์ ทองพิง. (2555). การวางแผนการเงินส่วนบุคคลเพื่อวัยเกษียณอายุ กรณีศึกษาเฉพาะครูโรงเรียนสังกัด กรุงเทพมหานคร. รายงานผลการวิจัย, มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- ภักดี โพธิ์สิงห์. (2559). การวิเคราะห์องค์ประกอบการเตรียมความพร้อมก่อนเกษียณอายุอย่างมีคุณภาพของบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ คณะรัฐศาสตร์และรัฐประศาสนศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม.
- ภัทระ ฉลาดแพทย์. (2559). เกษียณอย่างสง่าและร่ำรวยความสุข. กรุงเทพมหานคร: กู้ดไลฟ์.
- มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย. (2563). รายงานสถานการณ์ผู้สูงอายุไทย ปี 2561. ค้นเมื่อ 19 มีนาคม 2563, จาก <https://thaitgri.org/>
- วรภัทร โตรณะเกษม. ( 2561). คิดใหม่ใกล้เกษียณเป็นการเดินทาง มิใช่ปลายทาง. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์บ้านพระอาทิตย์.
- วันชัย แก้วสุมาลี. (2552 ). ความเชื่อ ทศนคติ และพฤติกรรมกรรมการเตรียมตัวก่อนการเกษียณอายุการทำงานของบุคคลทำงานวัยผู้ใหญ่ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ศึกษามหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศฤงษพรณ ยิ่งอนุรักษวงศ์. (2559). การเตรียมตัวก่อนเกษียณอายุราชการของครู สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3. วิทยานิพนธ์ การบริหารการศึกษา, มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- สุวิทย์ ขจรกล้า. (2559). การศึกษาการเตรียมความพร้อมสู่วัยเกษียณของพนักงานในนิคมอุตสาหกรรมอมตะนคร จังหวัดชลบุรี. วิทยานิพนธ์ รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร. (2559). การขยายอายุเกษียณราชการกับระบบราชการไทย. ค้นเมื่อ 13 มีนาคม 2563, จาก <https://library2.parliament.go.th/>
- ศูนย์เรียนรู้สุขภาวะ, สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2560). พร้อมสุขก่อนเกษียณ. ฉะเชิงเทรา: ศิริวัฒนาอินเตอร์พริ้นท์.
- อรรณ ดิพิณิจ. (2556) .ความต้องการเตรียมความพร้อมด้านสุขภาพก่อนการเกษียณอายุราชการของข้าราชการพลเรือน. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.