



8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน

เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน
สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 9

มีนาคม 2567



“วัยเก๋าชาวเหนือ” รู้เท่าทันภัยออนไลน์

ปัจจุบัน ประเทศไทยเข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างเต็มรูปแบบ และจำนวนผู้สูงอายุที่กำลังจะตกเป็นเหยื่อมิชจิวาซีพทางออนไลน์กำลังเพิ่มขึ้น ซึ่งสถานการณ์นี้อาจเป็นหนึ่งในปัญหาสังคมสูงวัยของประเทศไทยอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ คนส่วนใหญ่หลังจากมีเวลาว่าง มักจะท่องโลกอินเทอร์เน็ตเพื่อหาข้อมูลต่าง ๆ แต่ปรากฏว่าหลาย ๆ ครั้ง ที่ค้นหาข้อมูล เรามักจะเจอกับข่าวปลอม หรือที่เรียกว่า “Fake News” เป็นจำนวนมากซึ่งเรามักจะเห็นผ่านตากันมาบ้างเกี่ยวกับ Fake News ที่แชร์กันซึ่งปกติแล้ว หลังจากที่เรารอ่านบทความ หรืออ่านข้อมูลแล้ว เราสามารถรับรู้ได้ทันทีว่า ข้อมูลเหล่านั้นเป็น Fake News ทั้งหมด แต่อันที่จริงแล้ว Fake News ข่าวปลอมต่าง ๆ ที่ถูกสร้างขึ้นมา กลับกลายเป็นว่าจะมีคนกลุ่มหนึ่งตกเป็นเหยื่อ หลงเชื่อใน Fake News นั้น ซึ่งหนึ่งในกลุ่มนั้น ก็คือ “กลุ่มผู้สูงอายุ” นั่นเอง

สถานการณ์สำคัญ

ข้อมูลจากสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (ETDA) พบว่า จากสถิติในช่วงสถานการณ์โควิดระบาดรุนแรงในปี 2564 ส่งผลให้ผู้สูงอายุใช้อินเทอร์เน็ตพุ่งสูงขึ้นถึง 6 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่าในชีวิตประจำวันอินเทอร์เน็ตมีอิทธิพลอย่างมากกับวิถีชีวิตของผู้สูงอายุ

วัตถุประสงค์ของการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างต่อเนื่อง

- 61.59% ติดต่อสื่อสารสนทนา
- 50.68% ติดตามข่าวสารทั่วไป
- 44.95% ทำกิจกรรมสนทนาการ
- 21.74% รับบริการออนไลน์ของภาครัฐ
- 16.19% ทำธุรกรรมออนไลน์ด้านการเงิน



- 10.92% รับบริการออนไลน์ทางด้านสาธารณสุขและสุขภาพ
- 10.53% ร้องรับการทํางาน
- 9.27% ทำธุรกรรมซื้อขายสินค้าบริการออนไลน์
- 5.04% รับบริการออนไลน์ทางการศึกษา
- 1.89% ทำธุรกรรมด้านการท่องเที่ยวและการเดินทางออนไลน์

ในปี 2565 สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (ETDA) มีข้อมูลผู้สูงอายุตกเป็นเหยื่อจากการหลอกลวงผ่านสื่อออนไลน์ถึง 22% เพิ่มขึ้นจากปี 2564 ถึง 16% โดยสภากองศ์ผู้บริโภครู้ได้สรุปข้อมูลช่องทางที่ผู้สูงอายุถูกหลอกลวงมากที่สุด



44%
เฟซบุ๊ก
(Facebook)



31.25%
ไลน์
(Line)



5.25%
อินสตาแกรม
(Instagram)



8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน

เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน
สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 9

มีนาคม 2567

3

เรื่องอันตราย สำหรับผู้สูงอายุติดโทรศัพท์มือถือ

จากการที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงเทคโนโลยีการสื่อสารผ่านโทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ตได้ง่าย ทำให้ผู้สูงอายุมีความเสี่ยงที่จะได้รับอันตรายต่อร่างกายและทรัพย์สินมากกว่าวัยอื่น ๆ ดังนี้

1. มีโอกาสถูกมิจฉาชีพหลอกลวงมากกว่าช่วงวัยอื่น

ปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ผู้สูงอายุถูกหลอกลวงง่าย เนื่องจากไม่ทันต่อกลโกงของมิจฉาชีพที่ถูกพัฒนาให้มีความทันสมัยมากขึ้น และด้วยสภาพร่างกายที่เสื่อมไปตามวัยก็ยิ่งทำให้การคิด การวิเคราะห์ การตัดสินใจช้าลงไปอีก จึงทำให้ยากต่อการแยกแยะว่าอะไรจริง อะไรหลอก อีกทั้งเป็นวัยที่กลับไปหาความอบอุ่นเหมือนช่วงวัยรุ่น ยิ่งทำให้จิตใจอ่อนแอต่อคำพูดหวาน ๆ ต่อคนที่มาเอาใจ แม้จะไม่รู้จริง ไม่เคยเห็นหน้า แต่ถ้าถูกชักชวนมาถูกใจ ผู้สูงอายุก็พร้อมโอนไวเสมอ

2. ถูกทำร้ายจิตใจจากเกรียนคีย์บอร์ดได้สูงกว่าวัยอื่น

ด้วยมโนคติของคนยุคผู้สูงอายุที่เคารพกันตามระบบอาวุโส ที่ยิ่งสูงอายุต้องยิ่งได้รับความเคารพ แต่กับเด็กรุ่นใหม่ ที่ถือว่าทุกคนเสมอภาคกันโดยไม่จำกัดเพศและวัย ทำให้เด็กรุ่นใหม่บางคนก็ก้าวข้ามช่องว่างระหว่างวัยไปใช้ภาษาที่ส่อเสียด ก้าวร้าว ล้อเสียด ซึ่งผู้สูงอายุบางท่านที่มีความเปราะบางทางจิตใจ เพียงแค่ไปคอมเมนต์แตกต่างจากคนอื่น ๆ ก็ถูกบรรดาเกรียนคีย์บอร์ดถล่มกลองโซเชียล การที่ถูกทำร้ายจิตใจเช่นนี้ สร้างบาดแผลให้แก่ผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เพราะเป็นวิธีที่รับมือได้ยาก และหากลูกหลาน ไม่รีบเข้าไปพูดคุย ก็อาจทำให้พวกท่านกลายเป็นโรคซึมเศร้าได้

3. มีโอกาสหลงเชื่อข้อมูลผิด ๆ มากกว่าวัยอื่น

ผู้สูงอายุหลายท่าน พยายามจะเล่นโทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ตเพื่อให้ใกล้ชิดกับลูกหลานมากยิ่งขึ้น และหลายครั้งก็แสดงออกด้วยการแชร์ข้อมูลที่คิดว่าเป็นประโยชน์ ที่คิดว่าทันสมัยเข้าไปในไลน์กลุ่ม หรือไลน์ส่วนตัวของลูกหลาน โดยบ่อยครั้งไม่ได้เช็คก่อนแชร์ว่าข่าวหรือข้อมูลพวกนั้นจริง แท้ อย่งไร และหนักไปกว่านั้น ผู้สูงอายุหลายท่านเชื่ออย่างสนิทใจว่าทุกข้อมูลในโลกออนไลน์คือเรื่องจริง และประเด็นนี้ก็เป็นประเด็นเปราะบางที่ทำให้ผู้สูงอายุและลูกหลานทะเลาะกันบ่อยที่สุด

วิธีการปกป้องผู้สูงอายุติดโทรศัพท์ให้พ้นภัยออนไลน์

1. คอยดูแลอดเงินในบัญชีธนาคารของผู้สูงอายุ เพื่อป้องกันการถูกล่อลวงให้โอนเงินในทุกกรณี
2. ตรวจสอบพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างใกล้ชิด ทั้ง Facebook และ Line หากมีพฤติกรรมเสี่ยง น่าสงสัยให้รีบพูดคุยกับผู้สูงอายุ และให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด
3. หากผู้สูงอายุถูกทำร้ายจิตใจจากโลกโซเชียล ให้พวกท่านงดการเล่นโทรศัพท์มือถือ อินเทอร์เน็ต และการรับสื่อออนไลน์ทุกช่องทาง รวมถึงใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับผู้สูงอายุให้มากยิ่งขึ้น แต่ถ้าหากเห็นว่าสภาพจิตใจไม่ดีขึ้น ควรรีบพาพวกท่านไปปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาโดยเร็ว
4. หากิจกรรมให้ผู้สูงอายุทำ เพราะเหตุผลหลัก ๆ ที่ทำให้พวกท่านติดโทรศัพท์มือถือและอินเทอร์เน็ต เนื่องจากเหงา ไม่มีเพื่อน ดังนั้น หากเราหาสมาคม ชมรมที่ถักใจให้ผู้สูงอายุเข้าร่วม ก็อาจเบี่ยงเบนความสนใจ และจะทำให้พวกท่านได้ใช้เวลาที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาตัวเองอีกด้วย



8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน

เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน
สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 9

มีนาคม 2567



สถิติผู้สูงอายุ 8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน

ข้อมูลจากกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย เผยแพร่ประกาศสำนักทะเบียนกลาง เรื่อง จำนวนราษฎรทั่วราชอาณาจักร ตามหลักฐานการทะเบียนราษฎร ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2566 พบว่า ทั่วประเทศมีจำนวนราษฎร รวมทั้งสิ้น 66,052,615 คน เป็นสัญชาติไทย จำนวน 65,061,190 คน แบ่งเป็นชาย 31,703,501 คน หญิง 33,357,689 คน จำนวนราษฎรไม่ได้สัญชาติไทย 991,425 คน แบ่งเป็น ชาย 520,507 คน หญิง 470,918 คน

ในขณะที่ 8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน มีจำนวนราษฎร รวมทั้งสิ้น 5,850,954 คน แบ่งเป็นชาย 2,840,647 คน หญิง 3,010,307 คน และประชากรผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป มีจำนวน 1,401,376 คน คิดเป็น ร้อยละ 23.95% ของประชากรรวมของภาคเหนือตอนบน แบ่งเป็น ชาย 634,820 คน (45.30%) หญิง 766,556 คน (57.70%)

จำนวนประชากรผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ปี 2567

ผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ปี 2567
1,401,376 คน (23.95%)



634,820
45.30%

จังหวัดที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป มากที่สุด 3 อันดับแรก

1. ลำปาง (28.00%)
- อันดับ 1 ของประเทศ
2. แพร่ (27.47%)
- อันดับ 2 ของประเทศ
3. ลำพูน (27.23%)
- อันดับ 3 ของประเทศ



766,556
57.70%

จังหวัด	ประชากรรวม (คน)	ประชากรผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป)			
		ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)	ร้อยละ
เชียงใหม่	1,797,075	182,040	227,418	409,458	22.78
แม่ฮ่องสอน	287,644	21,172	22,398	43,570	15.15
ลำพูน	398,440	48,203	60,276	108,479	27.23
ลำปาง	711,478	91,067	108,140	199,207	28.00
เชียงราย	1,298,977	132,362	158,185	290,547	22.37
พะเยา	458,287	54,717	64,890	119,607	26.10
แพร่	426,331	51,089	66,035	117,124	27.47
น่าน	472,722	54,170	59,214	113,384	23.99
รวม	5,850,954	634,820	766,556	1,401,376	23.95

ที่มา : กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย ณ 31 ธันวาคม 2566

จำนวนประชากรผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ติดสังคม ติดบ้าน ติดเตียง ปี 2567

ผู้สูงอายุ 8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน
ได้รับการประเมิน ADL*
544,865 คน (38.88%)



528,425 คน
(96.98%)



12,889 คน
(2.37%)



3,551 คน
(0.65%)

จังหวัด	ประชากรผู้สูงอายุ ภาคเหนือตอนบน (คน)	จำนวนประชากรผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป)			
		ติดสังคม (คน/ร้อยละ)	ติดบ้าน (คน/ร้อยละ)	ติดเตียง (คน/ร้อยละ)	รวม (คน/ร้อยละ)
เชียงใหม่	409,458	118,172 (97.10%)	2,740 (2.25%)	790 (0.65%)	121,702 (29.72%)
แม่ฮ่องสอน	43,570	19,593 (97.75%)	351 (1.75%)	100 (0.50%)	20,044 (46.00%)
ลำพูน	108,479	28,434 (95.73%)	963 (3.24%)	304 (1.02%)	29,701 (27.38%)
ลำปาง	199,207	134,446 (97.16%)	3,284 (2.37%)	645 (0.47%)	138,375 (69.46%)
เชียงราย	290,547	101,139 (97.50%)	1,929 (1.86%)	667 (0.64%)	103,735 (35.70%)
พะเยา	119,607	47,610 (96.62%)	1,331 (2.70%)	333 (0.68%)	49,274 (41.20%)
แพร่	117,124	44,093 (96.70%)	1,090 (2.39%)	413 (0.91%)	45,596 (38.93%)
น่าน	113,384	34,938 (95.88%)	1,201 (3.30%)	299 (0.82%)	36,438 (32.14%)
รวม	1,401,376	528,425 (96.98%)	12,889 (2.37%)	3,551 (0.65%)	544,865 (38.88%)

ที่มา : การคัดกรองผู้สูงอายุ 10 เรื่อง เขตสุขภาพที่ 1 ปีงบประมาณ 2567 ณ 9 มีนาคม 2567

* การประเมิน ADL คือ การจำแนกผู้สูงอายุตามกลุ่มศักยภาพ ตามความสามารถในการประกอบกิจวัตรประจำวัน (Barthel Activities of Daily Living :ADL)



8 จังหวัดภาคเหนือตอนบน

เชียงใหม่ แม่ฮ่องสอน ลำพูน ลำปาง เชียงราย พะเยา แพร่ น่าน
สำนักงานส่งเสริมและสนับสนุนวิชาการ 9

มีนาคม 2567



แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหา

จากสถิติผู้สูงอายุดังกล่าว จะเห็นได้ว่าพื้นที่ 8 จังหวัดภาคเหนือตอนบนนั้น มีผู้สูงอายุ ติดสังคม ติดบ้าน ติดเตียง จำนวนไม่น้อย ที่ต้องได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลรอบข้าง เพราะผู้สูงอายุถือได้ว่าเป็นกลุ่มเปราะบาง เวลาฉุกเฉินออกไปทำงานนอกบ้าน ต้องอาศัยอยู่เพียงลำพัง เวลามีปัญหา หรือมีเรื่องทุกข์ใจ ผู้สูงอายุไม่มีคนให้คำปรึกษา จึงเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่อาจนำไปสู่การถูกละเลยได้ง่าย ดังนั้นจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่งที่ผู้สูงอายุจะต้องมีทักษะของการรู้เท่าทันสื่อ ไม่ให้ถูกละเลยจากพวกมิจฉาชีพที่หลอกลายสินค้าจากการโฆษณาที่เกินจริง โดยเฉพาะผลิตภัณฑ์อาหารเสริม อีกทั้งต้องรู้จักใช้วิจารณญาณในการแชร์ข่าว เพื่อไม่ให้ข่าวปลอมแพร่กระจายและมีการแชร์ออกไปจนเป็นข่าวลวงวนซ้ำกันในกลุ่มต่าง ๆ

การเสริมทักษะการรู้เท่าทันสื่อออนไลน์ จะทำให้ผู้สูงอายุรู้จักการเลือกรับข่าวสารรู้จักการพิจารณาเนื้อหาเพื่อนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน การสร้างภูมิคุ้มกันด้านสื่อให้กับผู้สูงอายุจึงเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะทำให้พวกเขาเหล่านั้น มีวิจารณญาณในการพิจารณาข้อมูลข่าวสาร และสามารถเลือกใช้ประโยชน์จากสื่อและข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ ที่มีอยู่บนโลกออนไลน์เพื่อการดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัย และสามารถใช้ช่องทางออนไลน์ในการสื่อสารร่วมกันในครอบครัว ชุมชน และสังคมได้อย่างมีความสุข



ข้อเสนอเชิงนโยบาย

ระดับนโยบาย

1. กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม ควรมีมาตรการในการป้องกันและปราบปรามอาชญากรรมทางไซเบอร์ในรูปแบบใหม่อย่างต่อเนื่อง
2. รัฐบาลควรมีการเตรียมความพร้อมบุคลากรในการดูแลป้องกันแก้ไขปัญหาอาชญากรรมทางไซเบอร์อย่างเพียงพอ เพื่อรองรับคดีที่จะเกิดขึ้นในอนาคต
3. กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ควรจัดให้มีการจัดทำหลักสูตร ผู้สูงอายุเท่าทันสื่อและเทคโนโลยี และมีการประชาสัมพันธ์ให้เข้าถึงกลุ่มเป้าหมายอย่างทั่วถึง และต่อเนื่อง

ระดับปฏิบัติการ

1. กรมกิจการผู้สูงอายุ ควรดำเนินการพัฒนาศักยภาพบุคลากรทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาค ให้มีความรู้ความเข้าใจในการดูแลผู้สูงอายุให้รู้เท่าทันดิจิทัล และสามารถขยายผลไปยังหน่วยงานบูรณาการระดับพื้นที่
2. สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัด (พมจ.) ควรมีการเสริมสร้างความรู้ ความเข้าใจ และทักษะการรู้เท่าทันสื่อ สารสนเทศ และดิจิทัลให้กับผู้สูงอายุและประชาชนกลุ่มเปราะบาง ผ่านกลไกศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุ (ศ.พอส.) ในพื้นที่รับผิดชอบ
3. องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) ควรเสริมสร้างความรู้ความมั่นคง ปลอดภัยด้านสื่อเทคโนโลยีดิจิทัลในพื้นที่รับผิดชอบโดยการเฝ้าระวัง ประชาสัมพันธ์ สร้างความตระหนักและการแจ้งเหตุภัยจากสื่อต่าง ๆ อย่างต่อเนื่อง