

FAMILY

วารสารสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

ฉบับที่ 51/2569



www.ppat.or.th



PPATBANGKOK



[ppat.official](https://www.tiktok.com/ppat.official)





CONTENT

- 3** Editor's Note: unussนาริการ
- 4** คอลัมน์พันธกิจผลิตผล :
56 ปี แห่งการลงมือทำและคำมั่นสัญญาเพื่ออนาคต
- 14** คอลัมน์ สวก สเปนเซียล :
The Family Code 2025
สิทธิ ความฝันและความหวังในการสร้างครอบครัว
- 21** คอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง :
ข่าวกิจกรรม สวก
- 33** คอลัมน์ต่างวัยใจเดียวกัน :
อายุเป็นเพียงตัวเลข
นียมใหม่ของการดูแลผู้สูงวัยในโลกยุค Hybrid

บรรณาธิการอำนวยการ : ดร.นันทกาญจน์ สุงสุมาลย์ วูดแฮม

บรรณาธิการ : ปณัฐพงศ์ นรดี

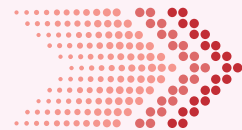
กองบรรณาธิการ : สุรเดช พลายแสง

จัดทำโดย : สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ

8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กทม. 10900

โทร 02 941 2320 แฟกซ์ 02 561 5130

Editot's Note



กาลเวลาหมุนเวียนมาจนถึงฉบับที่ 51 ประจำปี พ.ศ. 2569 ซึ่งถือเป็นปีที่มีความหมายอย่างยิ่งต่อพวกเราชาว สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ เพราะปีนี้คือหมุดหมายสำคัญของการเดินทางที่ยาวนานถึง 56 ปี หากย้อนกลับไปในวันก่อตั้ง สวก เริ่มต้นด้วยการทึงสำคัญในการเป็นฟันเฟืองช่วยขับเคลื่อนนโยบายวางแผนครอบครัวองชาติ เพื่อให้คนไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น จากวันนั้นจนถึงวันนี้ บริบทองสังคมไทยเปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก จากยุคองการคุมกำเนิดสู่ยุคอง อนามัยการเจริญพันธุ์ จนถึงยุคองการเกิดน้อย

ตลอดห้าทศวรรษที่ผ่านมา สวก ไม่เคยหยุดนิ่ง เราได้ขยายบทบาทจากการให้คำปรึกษาเรื่องการมีบุตร สู่อการเป็นองค์กรสาธารณกุศลที่ครอบคลุมทั้งการสร้างเสริมสุขภาพะตั้งแต่กลุ่มวัยรุ่นจนถึงผู้สูงวัย การปกป้องสิทธิสนับสนุนความเท่าเทียมทางเพศและสิทธิเนื้อตัวร่างกาย การเข้าถึงนวัตกรรมนำเทคโนโลยีการแพทย์และระบบปรึกษาออนไลน์มาใช้เพื่อให้เข้าถึงประชาชนในพื้นที่ห่างไกล

ความสำเร็จตลอด 56 ปีนี้ จะเกิดขึ้นไม่ได้เลยหากขาดการสนับสนุนจากเครือข่ายพันธมิตรอาสาสมัคร และที่สำคัญที่สุดคือ “สมาชิก สวก” ทุกท่านที่ให้ความไว้วางใจเราเสมอมา เราสัญญาว่า สวก จะยังคงทำหน้าที่เป็น “เพื่อนคู่คิด” องทุกครอบครัว ไม่ว่าจะนิยามองคำว่าครอบครัวจะเปลี่ยนแปลงไปอย่างไร เพื่อให้ทุกคนมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยั่งยืน ขอคุณสำหรับการติดตามวารสาร Family แะนำติชมได้ที่ Facebook/PPATBANGKOK



ปณิฎพงค์ ตรีดี
บรรณาธิการ



คอลัมน์ พันธกิจผลิตผล

“ 56 ปี แห่งการลงมือทำและ คำมั่นสัญญาเพื่อนาคต ”

เรื่องโดย...ปณัฐพงศ์ usดี

ตลอดระยะเวลาเกินครึ่งศตวรรษที่ผ่านมา หากจะเอ่ยถึงองค์กรสาธารณกุศลที่มีบทบาทสำคัญในการวางรากฐาน “ครอบครัวที่มีคุณภาพ” ให้กับสังคมไทย ชื่อของ สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี (สวท) ย่อมปรากฏอยู่ในลำดับต้นๆ เสมอ และในปีนี้ สวท เดินทางมาถึงวาระครบรอบ 56 ปี แห่งความภาคภูมิใจยังคงยืนยันหยัดด้วยหัวใจของการทำงาน “**ไม่ทิ้งใครไว้ข้างหลัง**” โดยเฉพาะกลุ่มเปราะบาง กลุ่มชายขอบ และผู้ที่เข้าถึงไม่ถึงระบบสุขภาพและบริการทางสังคม ด้วยความเชื่อมั่นว่า สิทธิทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์คือสิทธิมนุษยชนพื้นฐาน ที่ทุกคนพึงได้รับอย่างเสมอภาคและเท่าเทียม



จากแรงเสียดทานสู่รากฐานที่มั่นคง

ย้อนหลังกลับไปนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2499 ในช่วงที่ยังมีความขัดแย้งทางความคิด รัฐบาลยังไม่เห็นความจำเป็นในการมีนโยบายประชากรและความสำคัญของการวางแผนครอบครัว ซึ่งประเทศไทยได้รับข้อเสนอแนะจากคณะผู้เชี่ยวชาญจากธนาคารโลกที่เข้ามาศึกษาความเหมาะสมซึ่งเป็นพื้นฐานของการวางแผนพัฒนาเศรษฐกิจว่า การเพิ่มจำนวนของประชากรไทยในอัตราที่สูงก่อให้เกิดปัญหาน่าวิตก เช่น การขาดแคลนโรงเรียน การขาดแคลนบริการสาธารณสุข ตลอดจนที่อยู่อาศัย

จนคณะบุคคลกลุ่มหนึ่ง ทั้งข้าราชการ นักวิชาการ แพทย์จากกระทรวงสาธารณสุข นักสังคมสงเคราะห์ นักธุรกิจ ซึ่งสนใจปัญหาประชากรได้ร่วมกันพิจารณาทหาแนวทางในการช่วยเหลืองาน

ของรัฐบาลทางการด้านการชะลออัตราการเพิ่มของประชากร ได้แก่ ศาสตราจารย์ ม.ล.เกษตร สนิทวงศ์, พลเอก เนตร เขมะโยธิน เลขาธิการสภาวิจัยแห่งชาติ และปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี ศาสตราจารย์ ดร.วิศิษฐ์ ประจวบเหมาะ จึงมีดำริที่จะก่อตั้งสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย หลังจากที่ได้ประชุมกาชาดสากลที่กรุงอิสตันบูล ประเทศตุรกี ศาสตราจารย์ ม.ล.เกษตร สนิทวงศ์ ได้ประสานต่อไปยังกรุงลอนดอน เพื่อเจรจากับสหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) เรื่องการก่อตั้งสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ เพื่อให้เป็นหน่วยงานอิสระและพร้อมที่จะเป็นสมาชิกของ IPPF โดยให้หลักการทำงานของสมาคมว่าจะยึดถือสถานการณ์และความเหมาะสมของประเทศเป็นสำคัญ คณะผู้บุกเบิกในยุคแรกนี้มีความริเริ่มที่จะเผชิญกับการทำงานท่ามกลางความเห็นที่แตกต่างและแสดงตนเป็น “หน่วยงาน





เอกชนที่ทำงานด้านการวางแผนครอบครัว” ที่เป็นองค์กรของไทยอย่างเต็มตัว แม้ต้องเผชิญกับแรงเสียดทานมากมาย

จากการก่อสร้างสร้างตัวอย่างไม่เป็นทางการ ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2511 คณะผู้บุกเบิกได้ดำเนินงานจนสำเร็จและจดทะเบียน สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในวันที่ 14 เมษายน พ.ศ. 2513 โดยมีสำนักงานตั้งอยู่ที่ตึกหรั่ง กันตารัตติ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ พร้อมกันนั้นยังได้กราบบังคมทูลขอให้สมาคม ฯ อยู่ ภายใต้องค์ราชูปถัมภ์ของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ในฐานะที่ทรงเป็นองค์อุปถัมภ์ของสมาคม ฯ พระองค์ทรงพระราชทานแนวทางในการดำเนินงานวางแผนครอบครัว โดยบูรณาการกับงานพัฒนาคุณภาพชีวิต ด้วยกระบวนการมีส่วนร่วมของประชาชนมาโดยตลอด สมาคม ฯ ได้น้อมรับแนวทางดังกล่าวมาปฏิบัติงานในอีกหลาย ๆ โครงการ ต่อมาพระองค์ท่านได้พระราชทาน “เงินก้นถุง” ให้กับสมาคม ฯ ในการดำเนิน “โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตหาคอน” ซึ่งเป็นพระกรุณาธิคุณและแสดงถึงพระปรีชาสามารถที่ทรงเข้าพระทัยในปัญหา



ของประชาชนโดยเฉพาะในเรื่อง การอยู่ดี กินดี ที่ต้องพัฒนาไปพร้อม ๆ กับงานการวางแผนครอบครัว

ปี พ.ศ. 2518 สมาคมฯได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกของสหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) ซึ่งเป็นองค์กรเอกชนที่มีบทบาทสำคัญในงานด้านประชากรที่ช่วยเหลืองานด้านนี้แก่ประเทศกำลังพัฒนา และเป็นส่วนหนึ่งของการสนับสนุนให้สมาคม ฯ ดำเนินงานด้านนี้ได้อย่างสมบูรณ์ เนื่องจาก IPPF ให้การสนับสนุนงบประมาณและเวชภัณฑ์ในการดำเนินงาน เช่น ยาเม็ดคุมกำเนิด ถุงยางอนามัย เป็นต้น ซึ่งยังไม่แพร่หลายในประเทศไทยขณะนั้น

จากจุดเริ่มต้นในปี พ.ศ. 2513 จนถึงปัจจุบัน สวท ได้ขยายบทบาทจากการให้บริการวางแผนครอบครัว ไปสู่การสนับสนุนสิทธิของประชากรกลุ่มเปราะบาง





ก้าวข้ามพรมแดน สู่การเป็นพื้นที่ปลอดภัย ของกลุ่มเปราะบาง

ตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา สวทให้ความสำคัญกับการ “เข้าถึง” ของกลุ่มประชากรเปราะบางและชายขอบอย่างแท้จริง ไม่ว่าจะเป็นผู้หญิงและเด็กในพื้นที่ห่างไกลที่ขาดแคลนข้อมูลและบริการด้านสุขภาพแม่และเด็ก คนไทยกลุ่มชาติพันธุ์ และชนเผ่าบนพื้นที่สูง ที่ยังคงเข้าไม่ถึงบริการด้านอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างเหมาะสม พนักงานบริการทางเพศ ที่มักเผชิญกับการตีตรา การเลือกปฏิบัติ และการขาดสิทธิต่อสุขภาพพื้นฐาน และผู้หนีภัยจากการสู้รบ และผู้อพยพไร้รัฐ โดยเฉพาะตามแนวชายแดนที่ระบบสุขภาพไม่สามารถรองรับกลุ่มคนเหล่านี้ได้อย่างทั่วถึง



- กลุ่มผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) ชับเคลื่อนนโยบายการยอมรับและบริการสุขภาพที่เข้าใจตัวตนอย่างเท่าเทียม



- **พนักงานบริการ (Sex Workers)** ส่งเสริมการปฏิบัติด้วยศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ และสนับสนุนการเปลี่ยนผ่านจากมาตรการควบคุมสู่การพัฒนาศักยภาพ

- **กลุ่มเปราะบางตามแนวชายแดน** ดูแลสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ของกลุ่มชาติพันธุ์ ผู้หนีภัยจากการสู้รบ และบุคคลไร้สัญชาติ

- **ผู้สูงอายุ** ริเริ่มแนวคิด **“SRHR ตลอดช่วงชีวิต”** จัดตั้ง **“บ้านหอมลำตวน”** เพื่อดูแลผู้สูงวัยอย่างครบวงจร

นวัตกรรมและเทคโนโลยีเพื่ออนาคต

สวท ได้พัฒนารูปแบบการให้บริการเชิงรุกที่มุ่งเน้นการให้บริการที่ “ปลอดภัย ไม่ตีตรา ตอบสนองต่อความต้องการของผู้เข้ารับบริการอย่างแท้จริง

- **Telemedicine และคลินิกออนไลน์**
สวท ได้พัฒนารูปแบบการให้บริการเชิงรุกผ่าน

“คลินิกการแพทย์ทางไกล” เพื่อทลายกำแพงด้านพิกัดภูมิศาสตร์ ช่วยให้กลุ่มประชากรในพื้นที่ห่างไกลหรือผู้ที่ไม่สะดวกเดินทางสามารถเข้าถึงคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญได้โดยตรง

- **พื้นที่ปลอดภัยในโลกเสมือน** การใช้แพลตฟอร์มดิจิทัลในการสื่อสารเรื่องสิทธิทางเพศและเพศศึกษาแบบรอบด้าน เพื่อให้เยาวชนและคนรุ่นใหม่สามารถเข้าถึงข้อมูลที่ถูกต้อง ปลอดภัย และไม่ถูกตีตรา

- **นวัตกรรมเพื่อการเข้าถึง** มุ่งเน้นการใช้เทคโนโลยีเพื่อกระจายความรู้เรื่องสิทธิในเนื้อตัว ซึ่งเป็นการเสริมพลังให้ผู้คนสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับสุขภาพของตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพในยุคดิจิทัล

เมื่อสุขภาพทางเพศไม่สิ้นสุดตามอายุ

หนึ่งในพัฒนาการสำคัญของ สวท ในทศวรรษหลัง คือการขยายขอบเขตของการทำงาน จากมุ่งเน้น



กลุ่มเป้าหมายเฉพาะวัยเจริญพันธุ์ ไปสู่การดูแลสุขภาพอนามัยของประชากรวัยหลังเจริญพันธุ์ โดยเฉพาะวัยทองและผู้สูงอายุ ซึ่งมีกฎกละเลยจากระบบบริการสุขภาพแบบเดิม แนวคิด **“SRHR ตลอดช่วงชีวิต”** หรือ Sexual and Reproductive Health and Rights Across the Life Course กลายเป็นหัวใจสำคัญของการทำงานที่ สวท ยึดถือ ซึ่งตระหนักว่าคุณภาพชีวิตที่ดีมิใช่เพียงการ **“อยู่รอด”** หากแต่ต้องเป็นการ **“อยู่ดี”** จนถึงวัยปลาย สวท มุ่งเน้นให้เกิดการดูแลอย่างครอบคลุมในมิติทั้งร่างกาย

จิตใจ และสังคม อาทิ การคัดกรองและป้องกันโรคในระบบสืบพันธุ์ เช่น มะเร็งเต้านม มะเร็งปากมดลูกและโรคที่สัมพันธ์กับฮอโมน การส่งเสริมสุขภาพะจิตใจ และเพศวิถีในวัยสูงอายุ ลดการตีตราและเปิดพื้นที่ปลอดภัยให้ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงข้อมูลความรู้ และการดูแลที่เหมาะสมกับบริบทของแต่ละคน การจัดบริการผ่าน สถานดูแลผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิง **“บ้านหอมลำดวน”** ที่บูรณาการการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคมให้แก่ผู้สูงวัย





ความยุติธรรมทางเพศเริ่มต้นจากการฟัง และเข้าใจ

หนึ่งในภารกิจสำคัญของ สวท คือ การสร้างความเข้าใจเรื่องความเท่าเทียมทางเพศในสังคมไทย ผ่านการอบรม วาทกรรมเชิงสิทธิมนุษยชน และการสนับสนุนชุมชนให้กล้าพูดถึงเรื่องสุขภาพทางเพศอย่างเปิดเผย สวท ร่วมมือกับภาคีเครือข่ายทั่วประเทศในการผลักดันประเด็นต่าง ๆ ทางสังคม ได้แก่ การส่งเสริมสิทธิของผู้มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) การยอมรับและคุ้มครองสิทธิของผู้หญิง ในการยุติการตั้งครรภ์ที่ปลอดภัย การลดการตีตรา และเลือกปฏิบัติต่อ พนักงานบริการทางเพศ และการให้ความรู้ด้าน สิทธิทางเพศและเพศศึกษาแบบครอบคลุม (Comprehensive Sexuality Education) ในโรงเรียนและชุมชน





ขับเคลื่อนนโยบาย เปลี่ยนแปลงกฎหมาย สร้างอนาคตที่เท่าเทียม

ตลอดทศวรรษที่ผ่านมา ภายใต้การขับเคลื่อนแผนยุทธศาสตร์ สวท เป็นหนึ่งในองค์กรแนวหน้าในการขับเคลื่อนกฎหมายและนโยบายที่เกี่ยวข้องกับสิทธิทางเพศ โดยร่วมกับเครือข่ายภาคประชาชนและพันธมิตรภาครัฐ เพื่อผลักดันการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืน อาทิ การผลักดันนโยบายการยอมรับ สิทธิของกลุ่ม LGBTQ+ อย่างครอบคลุมในระบบบริการสุขภาพ การเสนอแนวทางในการยอมรับและรับรองสิทธิสถานะของ คู่สมรสและคนไร้รัฐ ในบริบทของอนามัย การเจริญพันธุ์ การสนับสนุนการเปลี่ยนผ่านจากมาตรการควบคุมสู่ การพัฒนาทางเลือกและศักยภาพของกลุ่มพนักงานบริการ





ในโลกที่เผชิญกับความท้าทายใหม่ ๆ ทั้งด้านสุขภาพ เศรษฐกิจ สงคราม และสังคม สวท ยังคงเดินหน้าพัฒนารูปแบบการให้บริการที่ทันสมัยเข้าถึงได้ง่าย และตอบสนองต่อชีวิตจริง ของผู้คนในทุกมิติ พร้อมทั้งเป็นพื้นที่ปลอดภัยสำหรับการเรียนรู้การรักษา และการเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิและศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ จากบริการวางแผนครอบครัวสู่การผลักดันกฎหมาย จากการเยียวยา สู่การเสริมพลัง สวท ยังคงเชื่อมั่นว่า “สุขภาวะทางเพศ” ต้องมาพร้อมกับ “ความเป็นธรรมทางสังคม” และเราจะไม่หยุดยั้งในการสร้างสังคมที่เท่าเทียมสำหรับทุกคน

56 ปีของ สวท มิอาจเป็นเพียงมาตรวัดเวลา แต่เป็นสิ่งที่ล้ำค่ากว่าคือ “รอยยิ้มของแม่ที่พร้อม” และ “ศักดิ์ศรีของทุกคน” ที่ได้รับการปฏิบัติเยี่ยงมนุษย์คนหนึ่ง เราเชื่อมั่นเสมอว่าสุขภาวะทางเพศคือสิทธิขั้นพื้นฐานที่ไม่ควรมีใครถูกพรากไปเพียงเพราะความแตกต่าง จากก้าวแรกของการวางแผนครอบครัวสู่ก้าวที่ยิ่งใหญ่ในการทลายกำแพงแห่งการตีตรา สวท จะยังคงเป็น “เพื่อนคู่คิด” ที่เดินเคียงข้างทุกคน เพื่อเปลี่ยนความกลัวให้เป็นความเข้าใจ และเปลี่ยนความโดดเดี่ยวให้เป็นพลังแห่งการยอมรับที่ยั่งยืน 56 ปีของเราคือบทพิสูจน์ของความตั้งใจนั้น

.....



คอลัมน์ สวท สเปเชียล

“The Family Code 2025”

สิทธิ ความฝัน และความหวังในการสร้างครอบครัว
ถอดบทเรียนความรักและความเข้าใจจากชีวิตพนักงานบริการ

เรื่องโดย...ปิ่นนรรส โพนพุทร, ลักชิกา เงาะเศษ



ที่มาของ The Family Code 2025: สิทธิ ความฝัน และความหวังในการสร้างครอบครัว

ช่วงสองทศวรรษที่ผ่านมา สังคมไทยเผชิญการเปลี่ยนแปลงผ่านเชิงโครงสร้างที่สำคัญหลายด้าน ทั้งด้านประชากรที่เข้าสู่สังคมสูงวัยอย่างสมบูรณ์ ความไม่มั่นคงทางเศรษฐกิจ และรูปแบบความสัมพันธ์ของผู้คน โดยเฉพาะ “ครอบครัว” ที่ในอดีตเคยถูกนิยามตายตัวภายใต้กรอบคิดรักต่างเพศ ได้เปลี่ยนแปลงสู่ความหลากหลายที่ชัดเจนมากขึ้น ทั้งครอบครัวเลี้ยงเดี่ยว คู่สมรสเพศเดียวกัน ครอบครัวที่ใช้เทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ทางการแพทย์ หรือครอบครัวที่ไม่มีติดโยงกับการจดทะเบียนสมรสตามกฎหมาย



การเปลี่ยนแปลงนี้เกิดขึ้นท่ามกลางอัตรา
การเกิดที่ลดลงและความไม่มั่นคงทางเศรษฐกิจ
ส่งผลให้การสร้างครอบครัวมีความซับซ้อนขึ้น
ขณะที่กฎหมายและนโยบายสาธารณะบางประการ
ยังอยู่ภายใต้กรอบคิดเดิม ทำให้ครอบครัวรูปแบบอื่น
ไม่สามารถเข้าถึงสิทธิและการคุ้มครองจากรัฐได้อย่าง
เท่าเทียม

แม้ประเทศไทยจะมีความก้าวหน้าจาก
“กฎหมายสมรสเท่าเทียม” ที่บังคับใช้อย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 23 มกราคม 2568 ที่ผ่านมา
แต่การรับรองสถานะเพียงอย่างเดียวอาจไม่เพียงพอ
เพราะยังมีช่องว่างทางกฎหมายในประเด็นการมีบุตร

การคุ้มครองเด็ก และการเข้าถึงบริการของรัฐ
กฎหมายสมรสเท่าเทียมจึงเป็นจุดเริ่มต้นของ
การทบทวนโครงสร้างกฎหมายและนโยบายสาธารณะ
ที่เกี่ยวข้องกับการสร้างครอบครัวทั้งระบบ

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ
ร่วมกับ วิทยาลัยวิทยาศาสตร์สาธารณสุข จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย จึงได้จัดงานเสวนาวิชาการ “**The
Family Code 2025: สิทธิ ความฝัน และความหวัง
ในการสร้างครอบครัว**” ขึ้น เพื่อเป็นเวทีรับฟังมุมมอง
จากประชากรทุกกลุ่มที่มีความปรารถนาในการสร้าง
ครอบครัว ทั้งตัวแทนจากชุมชนผู้มีความหลากหลาย
ทางเพศ ตัวแทนเยาวชน ตัวแทนจากหน่วยงาน
ภาคประชาสังคม รวมถึงตัวแทนจากภาควิชาการ
เพื่อร่วมกันทบทวนความหมายของครอบครัว และ
ตั้งคำถามต่อดัชนีกฎหมายและนโยบายสาธารณะ
ว่ารัฐไทยจะปรับตัวอย่างไรเพื่อรองรับความหลาก
หลายนี้อย่างเป็นรูปธรรม





คุณกิตตินันท์ ธรรมธัช
นายกสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย

ครอบครัวยุคใหม่กับสิทธิที่ยังไม่ถูกมองเห็น

ในการเสวนาช่วงแรก **คุณกิตตินันท์ ธรรมธัช** นายกสมาคมฟ้าสีรุ้งแห่งประเทศไทย และ **นักกฎหมาย / ทนายความ** ชี้ให้เห็นว่า ปัญหาการเลือกปฏิบัติต่อผู้มีความหลากหลายทางเพศฝังรากลึกอยู่ในค่านิยมและทัศนคติของสังคมที่ยังยึดติดกับกรอบรักต่างเพศแบบชาย - หญิง ซึ่งนำไปสู่ความรุนแรงและการละเมิดสิทธิในรูปแบบต่าง ๆ แม้กฎหมายสมรสเท่าเทียมจะมีผลบังคับใช้แล้ว แต่รากเหง้าของปัญหาที่เกิดจากความไม่รู้และความกลัวของสังคมยังคงดำรงอยู่

ข้อถกเถียงสำคัญคือ ความไม่สมบูรณ์ของกฎหมายในทางปฏิบัติ ซึ่งยังไม่ครอบคลุมสิทธิด้านการสืบสกุล การคุ้มครองบุตร สวัสดิการ และการใช้เทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ทางการแพทย์ อันสะท้อนว่าการรับรองเพียงสถานะความรักหรือ

การสมรสนั้นไม่เพียงพอ หากไม่รับรองสิทธิในชีวิตครอบครัวที่หลากหลายอย่างเป็นรูปธรรม จึงมีข้อเสนอเชิงนโยบายให้สร้างความตระหนักรู้และบูรณาการแนวคิดความเสมอภาคเข้าสู่นโยบายสาธารณะ โดยเน้นความร่วมมือระหว่างรัฐ ภาคประชาสังคม และชุมชน เพื่อผลักดันกฎหมายที่เอื้อรับทุกอัตลักษณ์ และทำให้ความหลากหลายเป็นเรื่องปกติในสังคมไทย

สิทธิในการมีบุตรที่ยังไม่เท่าเทียม

คุณณัฐกมล ศิวะศิลป์ ที่ปรึกษากฎหมายเครือข่ายพ่อแม่หลากหลายเพศ และผู้ร่วมก่อตั้ง Thai Intersex Rights ชี้ให้เห็นว่า ภาวะอัตรากการเกิดต่ำและสังคมสูงวัย เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้รัฐต้องทบทวนกฎหมายด้านการเจริญพันธุ์อย่างจริงจัง โดยเสนอว่าคู่เพศหลากหลายควรได้รับสิทธิในการเข้าถึงเทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ทางการแพทย์ เช่น การผสมเทียม การทำเด็กหลอดแก้ว หรือการตั้งครรภ์แทน ภายใต้ระบบที่ได้มาตรฐานและคุ้มครองเด็กอย่างแท้จริง เนื่องจากความต้องการมีบุตรของคู่เพศหลากหลายเกิดจากความผูกพันและเป้าหมายในการสร้างครอบครัวที่ไม่ต่างจากคู่รักชาย - หญิง แต่ปัจจุบันยังเผชิญข้อจำกัดทางกฎหมาย ค่าใช้จ่ายที่สูง และขาดการคุ้มครองที่ชัดเจน ประเด็นสำคัญจึงไม่ใช่การตั้งคำถามถึงความเหมาะสมในเพศสภาพของพ่อแม่ แต่คือการที่รัฐจะสร้างระบบที่เป็นธรรมปลอดภัย และมีกลไกคุ้มครองสวัสดิภาพของเด็กให้เกิดขึ้นได้อย่างไร

เสียงของเด็กและเยาวชนต้องไม่ถูกมองข้าม

คุณพรปฎิมา วุฒิสารวัฒนา กรรมการเยาวชน สมาคม ฯ สะท้อนมุมมองว่า ครอบครัวไม่ควรยึดเพศสภาพเป็นศูนย์กลาง แต่ต้องให้ความสำคัญกับสิทธิของเด็ก เนื่องจากเด็กสามารถเติบโตอย่างมีคุณภาพได้ในทุกรูปแบบของครอบครัวหากได้รับความรัก



คุณณัฐกมล คิวะศิลป์
ที่ปรึกษากฎหมายเครือข่ายพ่อแม่หลากหลายเพศ

และการยอมรับ อุปสรรคที่แท้จริงจึงไม่ใช่โครงสร้างหรือรูปแบบของครอบครัว แต่คือการบูลลี่และการไม่ยอมรับความหลากหลายจากสังคมภายนอกที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจเด็ก

สำหรับคนรุ่นใหม่ (Gen Z) ความหมายของครอบครัวคือพื้นที่แห่งความปลอดภัยและความเข้าใจที่ไม่จำกัดเพียงเรื่องสายเลือด เยาวชนจำนวนมากไม่ยอมมีลูกเนื่องจากความไม่มั่นคงทางเศรษฐกิจและความตั้งใจที่จะเลี้ยงดูให้ดีกว่าเดิม **คุณพรปฎิมา** ยังเน้นหลักการ **“เด็กหนึ่งคนถูกเลี้ยงดูโดยผู้ใหญ่ ทั้งสังคม”** หากสังคมไม่ยอมรับความหลากหลายจะส่งผลต่อการเติบโตและศักยภาพของเด็กในอนาคต

ดังนั้น รัฐและสังคมควรเปลี่ยนจุดโฟกัสมาที่สิทธิและสวัสดิภาพของเด็กเป็นศูนย์กลาง ปลดปล่อยให้เด็กได้สร้างความเป็นอยู่อย่างอิสระ พร้อมเปิดพื้นที่ให้เยาวชนมีส่วนร่วมกำหนดนโยบายและ

รับฟังเสียงของพวกเขาอย่างแท้จริง เพื่อสร้างสังคมที่โอบรับความหลากหลายได้อย่างยั่งยืน



คุณพรปฎิมา วุฒิสารวัฒนา
กรรมการเยาวชน สมาคม ฯ

ครอบครัวคือเสรีภาพ ไม่ใช่กรงขัง

ศ.ดร.ชลิดาภรณ์ ส่งสัมพันธ์ อาจารย์ประจำคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ชวนสังคมตั้งคำถามถึงนิยามครอบครัวที่มักถูกจำกัดภายใต้กรอบ **“ตัว - เมีย”** และการจดทะเบียนสมรส ทั้งที่ความจริงครอบครัวมีความหลากหลายมาโดยตลอด และไม่ได้มีเพียงรูปแบบ **“พ่อ - แม่ - ลูก”** ตามจินตนาการของรัฐ

ศ.ดร.ชลิดาภรณ์ ชี้ให้เห็นว่า ครอบครัวไม่ได้มีเพียงด้านความรัก แต่เต็มไปด้วยบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบที่หนักอึ้ง หากมองเพียงด้านเดียวอาจกลายเป็นพื้นที่แห่งความรุนแรง รัฐจึงต้องตอบ



ให้ชัดเจนว่าเป้าหมายของรัฐคือการสร้างสุขภาวะที่ดีของสมาชิกครอบครัว หรือเพียงต้องการสร้างกฎระเบียบมาควบคุมประชาชน เพราะกรอบคิดรักต่างเพศแบบเดิม เปรียบเสมือนกรงขังที่สร้างความทุกข์และใช้ไม่ได้ผลอีกต่อไปในปัจจุบัน

กฎหมายและนโยบายสาธารณะควรปรับเปลี่ยนเพื่อรองรับความหลากหลาย บนพื้นฐานของเสรีภาพ ทั้งในการเลือกคู่ชีวิต การเจริญพันธุ์ และการดูแลสมาชิกทุกวัย รัฐต้องเชื่อมั่นในสิทธิของประชาชนที่จะเลือกวิถีชีวิตของตนเอง เพื่อให้ครอบครัวเป็นพื้นที่ที่ทุกคนสามารถสร้างความฝันและความหวังได้อย่างแท้จริง



ศ.ดร.ชลิตาภรณ์ ส่งสัมพันธ์
อาจารย์ประจำคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์



คุณคมสัน พวงเดช
นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ

หน่วยงานนโยบายกับการขับเคลื่อน “ความเป็นธรรมและเท่าเทียม” ในชีวิตจริง

ในช่วงท้ายของการเสวนา หน่วยงานจาก 3 กระทรวงได้ร่วมสะท้อนช่องว่างและแนวทางขับเคลื่อนกฎหมายครอบครัว กระทรวงมหาดไทย โดย **คุณคมสัน พวงเดช นักวิเคราะห์นโยบายและแผนชำนาญการพิเศษ** ยอมรับถึงข้อจำกัดในระดับปฏิบัติการ โดยเฉพาะปัญหาการตีความกฎหมายและทัศนคติของเจ้าหน้าที่หน่วยงานที่ยังไม่เท่าทันความหลากหลาย จึงเตรียมแผนปรับปรุงระเบียบทะเบียนราษฎรให้มีความยืดหยุ่นและเคารพความหลากหลายของครอบครัวมากขึ้น พร้อมเร่งบูรณาการข้อมูลระหว่างหน่วยงานรัฐเพื่อลดอุปสรรคในการเข้าถึงสิทธิ นอกจากนี้ ยังรับข้อเสนอเรื่องการแก้ปัญหา **“ใบรับรองความโสด”** และสิทธิการจดทะเบียนสมรสในเรือนจำไปพิจารณาอย่างเร่งด่วน



คุณฉัตรารณณ์ ดิษฐศรีพร
นักวิชาการยุติธรรมชำนาญการพิเศษ

กระทรวงยุติธรรม โดย **คุณฉัตรารณณ์ ดิษฐศรีพร** นักวิชาการยุติธรรมชำนาญการพิเศษ กรมคุ้มครองสิทธิและเสรีภาพ เน้นย้ำบทบาทในการสนับสนุนให้มีการปรับปรุงกฎหมายเฉพาะด้าน เช่น กฎหมายคุ้มครอง และ พรบ.สัญชาติ ให้สอดคล้องกับหลักสมรสเท่าเทียม พร้อมทั้งผลักดันร่างกฎหมายต่อต้านการเลือกปฏิบัติ เพื่อใช้เป็นกฎหมายกลางในการคุ้มครองบุคคลจากการถูกละเมิดเพียงเพราะความแตกต่าง ทั้งทางกายภาพและวาจา โดยมุ่งหวังให้เกิดกลไกการเยียวยาที่เป็นธรรมและครอบคลุมทุกมิติในสังคม

กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดย**คุณพรหมณี พุ่มอ้อม** ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านครอบครัว กรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว เปิดเผยความคืบหน้าการปรับปรุงกฎหมายสำคัญ

4 ฉบับ โดยเฉพาะ พรบ.คุ้มครองผู้ถูกกระทำด้วยความรุนแรงในครอบครัว ที่จะปรับเปลี่ยนนิยามจาก **“สามี - ภรรยา”** เป็น **“คู่สมรส”** พร้อมเปลี่ยนทัศนคติจากการมุ่ง **“คุ้มครอง”** เป็นการ **“ส่งเสริม”** สถาบันครอบครัวทุกรูปแบบ รวมถึงการยกระดับสวัสดิการสังคมให้ครอบคลุมถึงพนักงานบริการผ่านการแก้ไข พรบ. ป้องกันและปราบปรามการค้าประเวณี

ปิดท้ายด้วยเสียงสะท้อนจากภาคประชาสังคมที่เรียกร้องให้รัฐเปิดพื้นที่การมีส่วนร่วม โดยเฉพาะกลุ่มคนรุ่นใหม่ ในการร่วมออกแบบนโยบายสาธารณะ เพื่อให้การสร้างครอบครัวเป็นเสรีภาพที่ทุกคนเข้าถึงได้อย่างเท่าเทียม ปลอดภัย และมีศักดิ์ศรีในทุกพื้นที่ของสังคมไทย



คุณพรหมณี พุ่มอ้อม
ผู้เชี่ยวชาญเฉพาะด้านครอบครัว



บทสรุปของความฝัน และความหวัง เมื่อถูกรับฟังด้วยหัวใจ

เวทีเสวนาวิชาการ “**The Family Code 2025: สิทธิ ความฝัน และความหวังในการสร้างครอบครัว**” สะท้อนให้เห็นว่า ปัจจุบันนิยามและรูปแบบของครอบครัวไทยมีความหลากหลาย หัวใจสำคัญจากการเสวนาครั้งนี้ คือ การยืนยันว่าครอบครัวไม่ใช่เพียงการรับรองสถานะทางกฎหมาย แต่คือพื้นที่แห่งสวัสดิภาพและความมั่นคงของมนุษย์ที่ทุกคนควรมีสื่อธิและเสรีภาพในการเลือกวิถีชีวิตของตนเอง

ข้อเสนอจากทั้งภาควิชาการ เยาวชน และภาคประชาสังคม เป็นสัญญาณชัดเจนว่า รัฐต้องเร่งปรับบทบาทจากการเป็นผู้ควบคุม มาเป็นผู้สนับสนุน ผ่านการเปิดพื้นที่ให้ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย โดยเฉพาะคนรุ่นใหม่หรือเยาวชนได้เข้ามามีส่วนร่วมกำหนดนโยบายตั้งแต่ระดับโครงสร้าง ท้ายที่สุด การขับเคลื่อนนโยบายต่อจากนี้จะต้องเปลี่ยนจากตัวอักษรในกฎหมายมาสู่การปฏิบัติที่โอบรับความหลากหลายและคุ้มครองสิทธิของประชาชนทุกกลุ่มอย่างเท่าเทียม เพื่อสร้างสังคมที่เป็นธรรมสำหรับทุกคนอย่างแท้จริง

อ้างอิง : ข้อมูลจากงานเวทีเสวนาวิชาการ “The Family Code 2025: สิทธิ ความฝัน และความหวังในการสร้างครอบครัว” เมื่อวันที่ 23 ธันวาคม 2568 ณ ห้องประชุมใหญ่ ชั้น 11 อาคาร สรรพศาสตร์วิจัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





คอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง

จากการสร้างองค์กรไปสู่ดิจิทัลสู่การขับเคลื่อนสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ในระดับสากล

เรื่องโดย ปณัฐพงศ์ นรดี

“คอลัมน์บอกข่าวเล่าเรื่อง” ฉบับนี้ ขอพาทุกท่านไปติดตามภารกิจเชิงรุกที่หลากหลาย ตั้งแต่การยกระดับองค์กรสู่ระบบดิจิทัล ด้วยซอฟต์แวร์บริหารโครงการที่ทันสมัย ไปจนถึงการลงพื้นที่สร้างเครือข่ายเยาวชนในสถานศึกษาเพื่อป้องกันเอชไอวีอย่างยั่งยืน นอกจากนี้ สวท ยังได้รับเกียรติให้เป็นกระบอกเสียงสำคัญบนเวทีระดับชาติและนานาชาติ ทั้งการร่วมแก้ปัญหาวิกฤตประชากรไทยภายใต้แนวคิด “พร้อมจึงมี - มีอย่างคุณภาพ” และการเป็นแกนนำจัดการประชุมติดตามผลโครงการระดับโลก ณ ประเทศศรีลังกา เพื่อยกระดับสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ของพนักงานบริการ ทุกอย่างก้าวของ สวท ในปีนี้เป็นการต่อยอดพันธกิจในการสร้างสังคมที่เท่าเทียมและมีสุขภาวะที่ดี ตั้งแต่กลุ่มเปราะบาง แรงงานข้ามชาติ ไปจนถึงกลุ่มความหลากหลายทางเพศ เพื่อให้ “การวางแผนครอบครัว” เป็นรากฐานที่แข็งแกร่งในการพัฒนาทุนมนุษย์ของประเทศ

.....



สวท ทำบุญรับปีใหม่ 2569 เสิร์มสิริมงคลและสร้างขวัญกำลังใจแก่บุคลากร

เมื่อวันที่ 13 มกราคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ๑ จัดกิจกรรมทำบุญเนื่องในวาระดิถีขึ้นปีใหม่พุทธศักราช 2569 เพื่อความเป็นสิริมงคลแก่องค์กร และเป็นการสร้างขวัญกำลังใจให้แก่เจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติงานเพื่อสังคม โดยได้รับเกียรติจากคณะผู้บริหารระดับสูงเข้าร่วมพิธีอย่างพร้อมเพรียง นำโดย ผศ.ดร.สมจारी ปரியานนท์ เลขาธิการสมาคม ๑ พร้อมด้วย นางดวงกมล พรชานี นายทะเบียน ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลย์ วูดแฮม ผู้อำนวยการสมาคม ๑ คุณณัฐกานต์ ยืนฤทธิ รองผู้อำนวยการสมาคม ๑ และ นายเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการสมาคม ๑ ตลอดจนคณะเจ้าหน้าที่สมาคม ๑ เข้าร่วมในพิธีสงฆ์ถวายภัตตาหารและเครื่องสังฆทาน ณ ห้องประชุมใหญ่ ชั้น 6 อาคารสมเด็จจอุปถัมภ์ ซอยวิภาวดีรังสิต 44 กทม.

กิจกรรมครั้งนั้นนอกจากจะเป็นการสืบสานประเพณีอันดีงามแล้ว ยังเป็นโอกาสอันดีที่ผู้บริหารและเจ้าหน้าที่ได้พบปะสังสรรค์ ส่งมอบความสุข และแสดงความขอบคุณในความร่วมมือนำร่วมใจปฏิบัติหน้าที่ตลอดปีที่ผ่านมา เพื่อพร้อมเดินหน้าขับเคลื่อนภารกิจอย่างเต็มกำลังในปี 2569 นี้

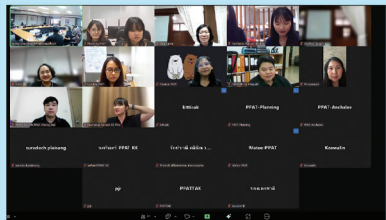
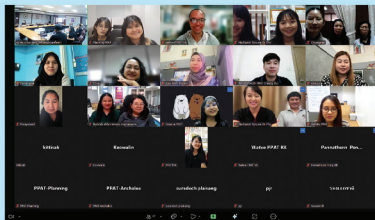


สวท จัดอบรมป้องกันเอชไอวีมุ่งสร้างกลไกยั่งยืนในสถานศึกษา

เมื่อวันที่ 19 มกราคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ จัดประชุมชี้แจงแนวทางการดำเนินงาน “โครงการส่งเสริมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีในกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา ระยะที่ 2” มุ่งเน้นการทำงานเชิงรุกที่ต่อเนื่องและยั่งยืนให้เยาวชนเป็นศูนย์กลางในการออกแบบกิจกรรมเพื่อสร้างสังคมสถานศึกษาที่ปลอดภัย มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อชี้แจงแนวทางการดำเนินงานและกิจกรรมต่างๆ ซึ่งให้ความสำคัญกับ “การดำเนินงานทั้งกระบวนการ” ตั้งแต่การป้องกัน การสร้างความตระหนักรู้ ไปจนถึงการส่งต่อความรู้ที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งในระยะที่ 2 นี้ สวท มุ่งหวังที่จะเห็นการดำเนินงานที่ไม่ใช่เพียงแค่กิจกรรมสัญจร แต่เป็นการวางรากฐานที่สามารถดำเนินต่อไปได้อย่างยั่งยืนตามบริบทที่เหมาะสมของแต่ละสถาบัน โดยมีคุณปฐญา บุรณประภา ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วยคณะทำงาน ดำเนินการประชุมในครั้งนี้ ณ โรงแรมเบสท์เวสเทิร์น นาดา ดอนเมือง แอร์พอร์ต กทม.

ไฮไลท์สำคัญของการดำเนินงานในระยะนี้คือการเปิดโอกาสให้ “แกนนำเยาวชน” มีบทบาทหลักในการวิเคราะห์บริบทของสถานศึกษาตนเอง และออกแบบกิจกรรมรณรงค์ที่เข้าถึงกลุ่มเพื่อนเยาวชนได้อย่างแท้จริง โดยมีอาจารย์ที่ปรึกษาเป็นผู้สนับสนุน เพื่อให้เกิดโมเดลการป้องกันที่สอดคล้องกับวิถีชีวิตของนักเรียนนักศึกษา ในปัจจุบัน การอบรมในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจากภาคีเครือข่ายและสถานศึกษาเข้าร่วมวางแผนการดำเนินงาน ดังนี้ ผู้แทนจากสำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักงานมัธยม กรุงเทพมหานคร โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ โรงเรียนสตรีเศรษฐบุตรบำเพ็ญ วิทยาลัยเทคโนโลยีวิมลบริหารธุรกิจ และวิทยาลัยเทคโนโลยีวราธิปไตยบริหารธุรกิจ

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ เชื่อมั่นว่าการรวมพลังระหว่างภาครัฐ สถานศึกษา และพลังของคนรุ่นใหม่ในครั้งนี้ จะเป็นก้าวสำคัญในการลดอัตราการติดเชื้อเอชไอวีรายใหม่ และสร้างทัศนคติที่ถูกต้องเกี่ยวกับสุขภาวะทางเพศในสังคมไทยอย่างยั่งยืน



สวท ยกระดับองค์กรสู่ดิจิทัล จัดอบรม โปรแกรมบริหารโครงการเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน

เมื่อวันที่ 21 มกราคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ “การใช้งานโปรแกรมบริหารจัดการโครงการ (Project Management Software)” ผ่านระบบการประชุมออนไลน์ เพื่อขับเคลื่อนองค์กรสู่การทำงานที่เป็นระบบและทันสมัย การอบรมในครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลัย วุฒิสมาชิก ผู้อำนวยการสมาคม ฯ เป็นประธานเปิดการอบรม พร้อมด้วย คุณณัฐกานต์ ยืนฤทธิ และ นายเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการสมาคม ฯ ตลอดจนคณะเจ้าหน้าที่สมาคม ฯ เข้าร่วมรับฟังและฝึกปฏิบัติอย่างพร้อมเพรียงกัน เป้าหมายหลักของการนำโปรแกรมบริหารจัดการโครงการมาใช้ในครั้งนี้ เพื่อมุ่งเน้นการปฏิรูปกระบวนการทำงานใน 3 ด้านหลัก ได้แก่ ความเป็นระบบและประสิทธิภาพช่วยให้การจัดเก็บและวิเคราะห์ข้อมูลโครงการมีความถูกต้อง แม่นยำ และสามารถติดตามความคืบหน้าได้แบบ Real - time ลดภาระงานด้านเอกสารปรับเปลี่ยนจากการบันทึกข้อมูลแบบเดิมสู่ระบบดิจิทัล ช่วยลดความซับซ้อนและประหยัดเวลาให้กับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน และช่วยให้ผู้บริหารเข้าถึงข้อมูลสรุปและรายงานผลได้ง่ายขึ้นนำไปสู่การตัดสินใจที่รวดเร็วและแม่นยำโดยอาศัยฐานข้อมูลที่เป็นปัจจุบัน



“รักปลอดภัย รับผิดชอบต่อ” สวท บันแก่นำเยาวชน ชุกทักษะการสื่อสาร Sexual Consent สกัด HIV ในสถานศึกษา

เมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ในช่วงเทศกาลแห่งความรัก สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ รุกสร้างภูมิคุ้มกันให้เยาวชน จัดกิจกรรม “อบรมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพการสื่อสารแก่ครูที่ปรึกษาโครงการ และแกนนำเยาวชน” ภายใต้โครงการส่งเสริมการป้องกันการติดเชื้อเอชไอวีกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา ระยะที่ 2 เพื่อสร้างเครือข่ายเยาวชนรอบรู้เรื่องเพศ พร้อมรับมือความท้าทายในยุคปัจจุบัน นำโดยคุณปัญญา บุรณประภา ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วยคณะทำงานและวิทยากร ณ อาคารสมเด็จพระจุลจอมเกล้า สวท ซอยวิภาวดีรังสิต 44 กทม.

การอบรมในครั้งนี้มุ่งเน้นการปรับทัศนคติและเติมเต็มทักษะรอบด้าน เพื่อให้แกนนำเยาวชนและครูที่ปรึกษา จาก 5 สถาบันการศึกษา ได้แก่ โรงเรียนราชวินิตบางเขน โรงเรียนสตรีศรีนครปฐมบำเพ็ญ วิทยาลัยเทคโนโลยีวิมลบริหารธุรกิจ และวิทยาลัยเทคโนโลยีวราธิบริหารธุรกิจสามารถเป็นที่ปรึกษาและส่งต่อข้อมูลที่ถูกต้องให้แก่เพื่อนนักเรียน โดยมีหัวข้อสำคัญ อาทิ เทคนิคการสื่อสารเรื่องเอชไอวี เอดส์ และโรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ให้เป็นเรื่องเข้าใจง่าย ไม่น่ากลัว สาธิตการใช้ถุงยางอนามัยอย่างถูกวิธี พร้อมสอดแทรกเรื่อง การยินยอมทางเพศซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการเคารพสิทธิในร่างกายของกันและกัน อัปเดตวิธีการคุมกำเนิดที่มีประสิทธิภาพเพื่อป้องกันการตั้งครรภ์ไม่พร้อม

ไฮไลท์สำคัญของการอบรม คือการได้รับเกียรติจากผู้แทน สำนักงานโรคติดต่อทางสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร มาร่วมแนะนำและสาธิตการใช้งานโปรแกรมออนไลน์ “ก๊วนทีน” ซึ่งเป็นเครื่องมือดิจิทัลที่ช่วยให้เยาวชนสามารถประเมินพฤติกรรมเสี่ยงในมิติต่าง ๆ ได้ด้วยตนเอง ไม่ว่าจะเป็น เรื่อง ความหลากหลายทางเพศ (LGBTQ+) สุขภาพจิต (ความเครียด และภาวะซึมเศร้า) การใช้สารเสพติดและความรุนแรง ปัญหาด้านการเรียน เครื่องมือนี้ไม่เพียงแต่ช่วยให้นักเรียนรู้เท่าทันตนเอง แต่ยังเป็นตัวช่วยสำคัญสำหรับ “ครูที่ปรึกษา” ในการคัดกรอง และให้การดูแลช่วยเหลือลูกศิษย์ได้อย่างใกล้ชิดและตรงจุดมากยิ่งขึ้น

เป้าหมายสูงสุดของกิจกรรมนี้ คือการสร้าง “แกนนำด้านการป้องกันเอชไอวีในโรงเรียน” ที่มีความมั่นใจ มีทักษะการสื่อสารที่ดี และพร้อมที่จะจัดกิจกรรมรณรงค์สาธารณะในสถานศึกษาของตนเอง เพื่อสร้างสังคมแห่งการเรียนรู้เรื่องเพศที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ ต้อนรับเทศกาลวาเลนไทน์และต่อเนื่องไปอย่างยั่งยืน



สวท ผนึกกำลังกรมอนามัย ร่วมแก้วิกฤตประชากร ชูแนวคิด “พร้อมจึงมี - มีอย่างคุณภาพ” เต็มเต็มเสียงร้องไห้ในเปลให้กลับมาดังอีกครั้ง

เมื่อวันที่ 13 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา รศ.ร.อน.พ.มานพชัย ธรรมคันโธ ร.น. นายกสมมาควางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ร่วมกล่าวถ้อยแถลง ในงานแถลงข่าว “การขับเคลื่อนงานด้านประชากรเพื่อความมั่นคงของประเทศ” หัวข้อ “The Silent Countdown : เมื่อเสียงร้องไห้ในเปล...กำลังจางหายไป” ซึ่งจัดโดย กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ณ โรงแรมนิโก้ กรุงเทพมหานคร โดยมี แพทย์หญิงอัมพรเบญจพลพิทักษ์ อธิบดีกรมอนามัย เป็นประธานเปิดงาน พร้อมด้วย อธิบดีกรมกิจการเด็กและเยาวชน อธิบดีกรมกิจการสตรีและสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาลังคมและความมั่นคงของมนุษย์ สภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ กรมการจัดหางานกระทรวงแรงงาน สำนักงานประกันสังคม กระทรวงแรงงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ ราชวิทยาลัยสูตินรีแพทย์แห่งประเทศไทยกองทุนประชากรแห่งสหประชาชาติ สมาคมพัฒนาประชากรและชุมชน และสมาคมอนามัยการเจริญพันธุ์ (ไทย) ร่วมกล่าวถ้อยแถลง โดยมี นายเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการสมาคม ฯ และนายปณัฐพงศ์ นรดี ผู้จัดการงานเผยแพร่ความรู้และประชาสัมพันธ์ เป็นตัวแทนของ สวท เข้าร่วมงานในครั้งนี้

โดย รศ.ร.อน.พ.มานพชัย ธรรมคันโธ ร.น. นายกสมมาควางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ กล่าวว่า ประเทศไทยกำลังเผชิญกับ “วิกฤตเชิงโครงสร้างที่รอไม่ได้” ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อทุกด้านเศรษฐกิจและสังคมในอนาคต โดยเน้นย้ำว่าการกิจการวางแผนครอบครัวในยุคปัจจุบันต้องปรับเปลี่ยนนิยามใหม่ ไม่ใช่เพียงการคุมกำเนิดเหมือนในอดีต แต่คือการสร้างสมดุลประชากรผ่าน 3 ยุทธศาสตร์หลัก ดังนี้

- คุณภาพเหนือปริมาณ ในวันที่เด็กเกิดใหม่น้อยลง ทุกหยาดน้ำนมและทุกการเติบโตต้องเปี่ยมด้วยคุณภาพ เราต้องเปลี่ยนผ่านจากการรณรงค์ให้หยุดมีลูกเป็นการรณรงค์ให้ “พร้อมจึงมีและเมื่อมีต้องมีคุณภาพ” อย่างเข้าใจและเหมาะสม
- บูรณาการสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์ที่เป็นรากฐานของความมั่นคงของมนุษย์ สวท มุ่งมั่นให้ความรู้และบริการที่ครอบคลุม เพื่อให้มั่นใจว่าคู่สมรสและคนรุ่นใหม่มีความพร้อมทั้งด้านสุขภาพกายและใจ สามารถเข้าถึงเทคโนโลยีช่วยการเจริญพันธุ์ที่เหมาะสม และมีความมั่นคงในการเลี้ยงดูบุตรอย่างทั่วถึงและเท่าเทียม
- การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน ปัญหานี้ซับซ้อนเกินกว่าที่หน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งจะแก้ไขได้ ต้องอาศัยความร่วมมือระหว่างภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคม เพื่อผลักดันให้เกิดสภาพแวดล้อมที่คนรุ่นใหม่ “กล้า” มีลูก ไม่จำเป็นสวัสดิการ เช่น การลดช่องว่างระหว่างการทำงานและการเลี้ยงลูก สภาพแวดล้อมในการทำงาน รวมถึงทัศนคติของสังคม

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ พร้อมทั้งจะเป็นฟันเฟืองสำคัญในการสนับสนุนนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขและบูรณาการงานร่วมกับทุกภาคส่วนตามแผนระดับชาติด้านการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคม เพื่อเปลี่ยนจาก “วิกฤตประชากร” ให้กลายเป็น “โอกาสในการพัฒนาทุนมนุษย์”



สวท เปิดตัวแคมเปญ “Turn on the Lights ใส่ใจสุขภาพพนักงานบริการ” มุ่งยกระดับสิทธิอนามัยการเจริญพันธุ์และลดการตีตราในสังคม

เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทยฯ จับมือภาคีเครือข่าย จัดงาน “Turn on the Lights: ใส่ใจสุขภาพพนักงานบริการ” ณ หอศิลป์วัฒนธรรมแห่งกรุงเทพมหานคร เพื่อสะท้อนปัญหาและผลักดันนโยบายด้านสุขภาพและสิทธิของพนักงานบริการทางเพศ ทั้งในระดับประเทศและภูมิภาคเอเชียแปซิฟิก โดยมี ผศ.ดร.สมจรรย์ ปริยานนท์ เลขาธิการสมาคมฯ ให้เกียรติเป็นประธานเปิดงาน พร้อมด้วย ดร.นันทกาญจน์ สูงสุมาลัย วุฒิสมาชิก ผู้อำนวยการสมาคมฯ คุณณัฐกานต์ ยิมฤทธิ์ รองผู้อำนวยการสวท นายเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการสมาคมฯ คุณวารุณี ตั้งศิริ ผู้จัดการคลินิกเวชกรรม สวท ขอนแก่น คุณปณัฐพงศ์ นรดี ผู้จัดการงานเผยแพร่ความรู้และประชาสัมพันธ์ คุณสิริณ งามณี ผู้จัดการโครงการ พร้อมด้วยคณะทำงานและองค์กรภาคีเครือข่ายเข้าร่วมอย่างคับคั่ง อาทิ คุณสุรางค์ จันทร์แย้ม ผู้อำนวยการมูลนิธิเพื่อนพนักงานบริการ (SWING) คุณจ่ารอง แพงทองยาง รองผู้อำนวยการ SWING EMPOWER มูลนิธิเครือข่ายเอเชีย แปซิฟิก เซอร์วิส เว็รคเกอร์ (APNSW)

โดยโครงการนี้ได้รับความสนับสนุนจาก สหพันธ์วางแผนครอบครัวระหว่างประเทศ (IPPF) ภายใต้โครงการ IPPF Sex Work Policy Consortium มีเป้าหมายหลักคือการสร้างความตระหนักรู้ในสังคมเพื่อลดการตีตรา (Stigma) และการเลือกปฏิบัติ รวมถึงการส่งเสริมให้พนักงานบริการเข้าถึงบริการด้านอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างทั่วถึงและมีศักดิ์ศรี

ภายในงานมีไฮไลท์สำคัญ คือ การเสวนา “การดูแลสุขภาพทางเพศในกลุ่มพนักงานบริการ” แลกเปลี่ยนมุมมองการทำงานจริงจาก คุณจ่ารอง แพงทองยาง SWING และ คุณวารุณี ตั้งศิริ ผู้จัดการคลินิกเวชกรรม สวท ขอนแก่น ถึงสถานการณ์สุขภาพในไทย มุมมองระดับภูมิภาค อับเขตสถานการณ์และนโยบายจาก มูลนิธิเครือข่ายเอเชียแปซิฟิก เซอร์วิส เว็รคเกอร์ (APNSW) งานวิจัยเจาะลึก โดย รศ.ดร.มนทกานต์ เชื่อมชิต และ Dr.Nyan Linn จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย นำเสนอผลการศึกษาเรื่องกฎหมายและการตีตราที่ส่งผลกระทบต่อสิทธิทางเพศของพนักงานบริการ และรับชมภาพยนตร์สั้น เรื่อง ‘CONCETTA’ โดยคุณณชนก ยุวภูมิ และการแสดงโชว์สุดพิเศษจาก กลุ่ม EMPOWER ที่สร้างความตระหนักรู้ผ่านสุนทรียภาพ

ผศ.ดร.สมจรรย์ ปริยานนท์ กล่าวในช่วงเปิดงานว่า “การเปิดไฟ Turn on the Lights ให้กับประเด็นสุขภาพของพนักงานบริการ ไม่ใช่เพียงการรักษาโรค แต่คือการมองเห็นความเป็นมนุษย์และสิทธิที่พวกเขาพึงได้รับ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงนโยบายที่ใช้ได้จริงในสังคม” งานในครั้งนี้ถือเป็นก้าวสำคัญในการเชื่อมโยงเครือข่ายภาคประชาสังคมและนักวิชาการ เพื่อผลักดันให้เกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดีของพนักงานบริการทุกคน



สวท ผนึกกำลังภาคี 8 ประเทศ จัดประชุมติดตามผล Sex Work Consortium ณ ประเทศศรีลังกา

ระหว่างวันที่ 23 - 26 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ร่วมกับ Family Planning Association of Sri Lanka จัดการประชุมติดตามและประเมินผลการดำเนินงานโครงการระดับโลกเพื่อยกระดับสุขภาวะและสิทธิทางด้านอนามัยการเจริญพันธุ์ ณ กรุงโคลอมโบ ประเทศศรีลังกา ซึ่งได้รับเกียรติจาก ผศ.ดร.สมจารี ปรียานนท์ เลขาธิการสมาคม ฯ ให้เกียรติเป็นประธานเปิดการประชุมติดตามและประเมินผลการดำเนินงานประจำปีของ โครงการเสริมสร้างการเข้าถึงอนามัยการเจริญพันธุ์ของพนักงานบริการ (Sex Work Consortium) โดยมี ดร.นันทกานฎจน์ สูงสุมาลัย วุฒแฮม ผู้อำนวยการสมาคม ฯ และ คุณสิริณรามณี ผู้จัดการโครงการ เข้าร่วมการประชุมอย่างพร้อมเพรียง ณ กรุงโคลอมโบ ประเทศศรีลังกา

การประชุมในครั้งนี้ถือเป็นเวทีสำคัญในระดับนานาชาติ โดยมีผู้แทนกว่า 34 คน จาก 15 องค์กรชั้นนำครอบคลุมพื้นที่ 8 ประเทศ ได้แก่ ไทย อินโดนีเซีย ศรีลังกา โคลอมเบีย ปารากวัย ออสเตรเลีย เคนยา และสหราชอาณาจักร พร้อมด้วยความร่วมมือจากองค์กรระดับภูมิภาค (APNSW, RedTraSex) เครือข่ายระดับโลก (NSWP) และผู้แทนจาก IPPF



สำหรับวัตถุประสงค์หลักของการประชุม ประกอบด้วย การติดตามและประเมินผลตรวจสอบความคืบหน้าและประสิทธิภาพของการดำเนินงานในรอบปีที่ผ่านมา เปิดพื้นที่แลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างองค์กรภาคีเครือข่าย เพื่อเสริมสร้างความเข้มแข็งในการทำงานร่วมกันและหารือแนวทางการดำเนินงานและกำหนดทิศทางของโครงการในอนาคต เพื่อให้บรรลุเป้าหมายในการเข้าถึงบริการอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างเท่าเทียม

การรวมตัวกันของภาคีเครือข่ายจากทั่วโลกในครั้งนี้ สะท้อนถึงความมุ่งมั่นของ สวท และพันธมิตรในการผลักดันประเด็นด้านสุขภาวะและสิทธิมนุษยชน เพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ยั่งยืนให้แก่กลุ่มเป้าหมายในระดับสากลต่อไป



พนักกำลังขับเคลื่อนคุณภาพชีวิตครอบครัวแรงงานข้ามชาติในพื้นที่จังหวัดสงขลา

เมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ๖ ร่วมพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ (MOU) ครั้งสำคัญ เพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตเด็กและครอบครัวแรงงานข้ามชาติ มุ่งเน้นการสร้างมาตรฐานใหม่ให้อุตสาหกรรมประมงไทยเติบโตอย่างยั่งยืนและมีจริยธรรม ระยะที่ 3 โดยมี นพ.อัยยกานต์ อัยยกานต์ รองผู้อำนวยการสมาคม ๖ ส่วนภูมิภาค (ภาคใต้) เป็นผู้แทนสมาคม ๖ ในการลงนาม ร่วมกับหน่วยงานภาคีเครือข่าย ได้แก่ สำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานจังหวัดสงขลา องค์การสะพานปลา ศูนย์อภิบาลผู้เดินทางทะเลสงขลา (Stella Maris) บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด (มหาชน) หรือ CPF ซึ่งได้รับเกียรติจาก นายจิรวัตร์ มณีโชติ รองผู้ว่าราชการจังหวัดสงขลา ร่วมเป็นสักขีพยานในพิธี ณ ห้องประชุมมหานคร ชั้น 1 โรงแรมกรีนเว็ลด์พาเลซ จังหวัดสงขลา

การดำเนินงานของสมาคม ๖ ภายใต้บันทึกข้อตกลงนี้ จะมุ่งเน้นไปที่การสร้างรากฐานครอบครัวที่แข็งแรงในกลุ่มแรงงานข้ามชาติ ผ่าน 4 เสาหลักสำคัญ 1.ส่งเสริมความรู้และการเข้าถึงบริการด้านสุขภาพทางเพศและอนามัยการเจริญพันธุ์ที่ถูกต้องแก่แรงงาน เยาวชน และสตรี 2.เตรียมความพร้อมให้เด็กข้ามชาติก่อนเข้าสู่ระบบการศึกษาอย่างเป็นรูปธรรม 3.รณรงค์ป้องกันการใช้แรงงานเด็กและคุ้มครองสิทธิมนุษยชนอย่างเคร่งครัดและ 4. เสริมสร้างศักยภาพให้ครอบครัวแรงงานข้ามชาติสามารถพึ่งพาตนเองได้

นพ.อัยยกานต์ กล่าวเน้นย้ำถึงเจตนารมณ์ในการลงนามครั้งนี้ว่า “สมาคม ๖ พร้อมปฏิบัติการกิจอย่างเต็มกำลังความสามารถ ด้วยความรับผิดชอบและความโปร่งใส โดยยึดถือประโยชน์สูงสุดของเด็กและครอบครัวเป็นหัวใจสำคัญ เราเชื่อมั่นว่าการประสานความร่วมมือกับทุกภาคส่วนในวันนี้ จะเป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนคุณภาพชีวิตของแรงงานและครอบครัว ซึ่งส่งผลโดยตรงต่อความเชื่อมั่นและความยั่งยืนของอุตสาหกรรมประมงไทยในระดับสากล” ความร่วมมือในครั้งนี้ถือเป็นก้าวสำคัญที่แสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นของภาครัฐ ภาคเอกชน และภาคประชาสังคม ในการแก้ไขปัญหาแรงงานและพัฒนาสังคมในพื้นที่จังหวัดสงขลาอย่างเป็นระบบและยั่งยืน



เปิดแคมเปญ “STOP HER PAIN เข้าใจฮอร์โมน เข้าใจผู้หญิง” ฉลองเดือนสตรีสากล ยกกระดับคุณภาพชีวิตผู้หญิงไทย

เมื่อวันที่ 21 มีนาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ร่วมจัดกิจกรรมพิเศษ เฉลิมฉลองเดือนแห่งวันสตรีสากล ประจำปี 2569 เปิดตัวแคมเปญ “STOP HER PAIN - เข้าใจฮอร์โมน เข้าใจผู้หญิง” มุ่งสร้างความตระหนักรู้และยกระดับการดูแลสุขภาพสตรีไทยอย่างยั่งยืน โดยได้รับความสนใจ จากกลุ่มวัยรุ่นและประชาชนทั่วไปเข้าร่วมงานอย่างคับคั่ง ณ Siam Square Walking Street (Block I)

ในพิธีเปิดได้รับเกียรติจาก รศ.ร.อ.นพ.มานพชัย ธรรมคันโธ ร.น. นายกสมาคมวางแผนครอบครัว แห่งประเทศไทย ฯ เป็นประธานร่วมกล่าวเปิดงาน พร้อมด้วย ดร.นายแพทย์บุญฤทธิ สุขรัตน์ ผู้อำนวยการ สำนักงานฝ่ายการเจริญพันธุ์ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข และคุณทาเคฟุมิ ซากะระ (Mr.Takefumi Sagara) กรรมการผู้จัดการ บริษัท โอลิต (ประเทศไทย) จำกัด ร่วมประกาศเจตนารมณ์ในการสนับสนุน สุขภาวะที่ดีของผู้หญิง

โดยมีผู้บริหารสมาคม ฯ นำโดย คุณเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการ สวท และคุณปณัฐพงศ์ นรดี ผู้จัดการงานเผยแพร่ความรู้และประชาสัมพันธ์ เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ พร้อมด้วยเหล่าผู้เชี่ยวชาญ ด้านสุขภาพสตรี ที่มาให้ความรู้เชิงลึกเกี่ยวกับการจัดการฮอร์โมนและปัญหาสุขภาพที่ผู้หญิงต้องเผชิญในชีวิตประจำวัน

บรรยากาศในงานเต็มไปด้วยความคึกคัก โดยมีศิลปินดาราชื่อดัง เก้า - สุภัสสร่า ธนชาติ และ เจนเย่ - เมธิกา จิรนรัทธร มาร่วมแชร์ประสบการณ์และสร้างแรงบันดาลใจในการดูแลตัวเอง ดำเนินรายการ โดยพิธีกรมากความสามารถ น้าเน็ก - เกตุเสพย์สวัสดิ์ ปาลกะวงศ์ ณ อยุธยา ซึ่งช่วยสร้างสีสันและดึงดูด กลุ่มคนรุ่นใหม่ให้เข้ามามีส่วนร่วมทั้งกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างสนุกสนาน

แคมเปญ “STOP HER PAIN” ไม่เพียงแต่เป็นการเฉลิมฉลองบทบาทของผู้หญิงในสังคม แต่ยังมี มุ่งหวังที่จะทลายกำแพงความไม่รู้เกี่ยวกับเรื่องระบบฮอร์โมน เพื่อให้ผู้หญิงไทยสามารถใช้ชีวิตได้อย่างมั่นใจ และมีสุขภาพที่แข็งแรงในทุกมิติ สอดคล้องกับพันธกิจของ สวท ในฐานะสมาชิกของ IPPF ที่มุ่งยกระดับ คุณภาพชีวิตประชากรผ่านงานด้านอนามัยการเจริญพันธุ์อย่างมืออาชีพ



**สวท ต้อนรับ ม.แม่ฟ้าหลวง !
ร่วมแชร์ประสบการณ์การทำงานจริงและกลยุทธ์เชื่อมโยงเครือข่ายระหว่างประเทศ**

เมื่อวันที่ 24 มีนาคมที่ผ่านมา คุณเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการสมาคม ฯ พร้อมด้วย นางสาวนุชนารถ ธารีรัตน์ ผู้จัดการโครงการ และนางสาวลักษิกา เกาะเศษ รักษาการผู้จัดการงานวิจัยและพัฒนา ร่วมให้การต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากงานโครงการวิเทศสัมพันธ์และความร่วมมือระหว่างประเทศ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคารสมเด็จจตุรภัทร สวท กทม. การเข้าเยี่ยมชมในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้นักศึกษาและบุคลากรได้เรียนรู้กระบวนการทำงานจริงในด้านการบริหารจัดการโครงการ การวิจัยและพัฒนา รวมถึงแนวทางการสร้างความร่วมมือในระดับสากล ซึ่งถือเป็นหัวใจสำคัญในการขับเคลื่อนองค์กรในยุคปัจจุบัน

“ทางสมาคม ฯ มีความยินดีเป็นอย่างยิ่งที่ได้เป็นส่วนหนึ่งในการถ่ายทอดประสบการณ์และองค์ความรู้ ให้กับคนรุ่นใหม่จากมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เพื่อเตรียมความพร้อมสู่การทำงานในระดับนานาชาติต่อไป” คุณเอกชาติ กล่าวในช่วงการต้อนรับ

บรรยากาศภายในงานเต็มไปด้วยการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอย่างเป็นกันเอง โดยทางคณะศึกษาดูงาน ได้ให้ความสนใจในประเด็นการต่อยอดงานวิจัยสู่การปฏิบัติจริง และกลยุทธ์การเชื่อมโยงเครือข่ายระหว่างประเทศ ที่ทางสมาคม ฯ เชี่ยวชาญ



สวท ร่วมจารึกประวัติศาสตร์ประกาศใช้ “ธรรมนูญสุขภาพคนข้ามเพศ พ.ศ. 2569” ฉบับแรกของประเทศไทย มุ่งสร้างความเท่าเทียมและสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน

เมื่อวันที่ 31 มีนาคมที่ผ่านมา สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ (สวท) ตอกย้ำภารกิจการส่งเสริมสิทธิและสุขภาพทางเพศอย่างเท่าเทียม ร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการประกาศใช้ “ธรรมนูญสุขภาพคนข้ามเพศ พ.ศ. 2569” ณ โรงแรม ควีนส์แลนด์ กรุงเทพมหานคร เพื่อผลักดันให้เป็นกรอบนโยบายสาธารณะที่คุ้มครองสิทธิและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของคนข้ามเพศอย่างเป็นระบบ โดยมี คุณเอกชาติ นาคาไชย รองผู้อำนวยการ สวท พร้อมด้วยคณะทำงานด้านความหลากหลายและความเท่าเทียมทางเพศ ความพิการและการมีส่วนร่วมทางสังคม (GEDSI) ซึ่งประกอบด้วย คุณณิธิธร รามณี ผู้จัดการโครงการ คุณลักษิกา เงามะเศษ รักษาการผู้จัดการวิจัยและพัฒนาโครงการ และคุณปณณธร โพนพุทธ เจ้าหน้าทีนักวิชาการ ได้เข้าร่วมแลกเปลี่ยนมุมมองและรับฟังสาระสำคัญของธรรมนูญฉบับประวัติศาสตร์นี้

กิจกรรมดังกล่าวจัดโดยคณะกรรมการขับเคลื่อนนโยบายสาธารณะเพื่อสุขภาพคนข้ามเพศ (คชพ.) ร่วมกับภาคีเครือข่ายภาครัฐ ภาคประชาสังคม และเครือข่ายประชาชน โดยมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อพัฒนาระบบบริการสุขภาพและกลไกนโยบายที่เคารพศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ ภายใต้หลักการสำคัญ “Nothing About Us Without Us — ไม่มีเราไม่มีนโยบาย” ซึ่งครอบคลุม 5 มิติสำคัญ ได้แก่

- การรับรองอัตลักษณ์ทางเพศ เพื่อศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์
- สวัสดิการที่ครอบคลุมทุกช่วงวัย สร้างความมั่นคงในคุณภาพชีวิต
- การศึกษาเพื่อความหลากหลาย ปลูกฝังความเข้าใจและการยอมรับในสังคม
- การเข้าถึงบริการสุขภาพที่เข้าใจ พัฒนาระบบบริการที่ตอบโจทย์ความต้องการเฉพาะด้าน
- ความมั่นคงทางเศรษฐกิจและอาชีพ ส่งเสริมโอกาสและความเท่าเทียมในการทำงาน



การเข้าร่วมของ สวท ในครั้งนี้ สอดคล้องกับพันธกิจขององค์กรในการมุ่งเน้นการทำงานกับกลุ่มประชากรเปราะบางและความหลากหลายทางเพศ โดยภายในงานมีการอภิปรายเชิงนโยบายและการสะท้อนข้อเสนอจากประสบการณ์จริงของเครือข่ายคนข้ามเพศ เพื่อนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างในระดับนโยบายและระบบบริการสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ เชื่อมันว่าธรรมนูญฉบับนี้จะเป็นก้าวสำคัญในการขับเคลื่อนสังคมไทยไปสู่ความเป็นธรรมและความเท่าเทียมที่ยั่งยืน โดยยืนยันว่า “สุขภาวะ สิทธิ และศักดิ์ศรีของคนข้ามเพศคือเรื่องของคนทุกคน”



**ร่วมบันทึกเทปรายการ “เคลียร์คิด ชัดเจน” ทาง NBT
ชูประเด็นวันครอบครัวไทยและการวางแผนครอบครัวอย่างยั่งยืน**

เมื่อวันที่ 7 เมษายนที่ผ่านมา รศ.ร.อนพ.มานพชัย ธรรมคันโธ ร.น. นายกสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ ได้รับเชิญเข้าร่วมบันทึกเทปในรายการ “เคลียร์คิด ชัดเจน” ณ สถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย (NBT) เพื่อบอกเล่าพันธกิจสำคัญและวิสัยทัศน์ของการสร้างครอบครัวคุณภาพในสังคมไทยในประเด็นสำคัญเนื่องในโอกาส วันครอบครัวแห่งชาติ และวันคล้ายวันก่อตั้งสมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ฯ โดยมุ่งเน้นเนื้อหาไปที่ความสำคัญของสถาบันครอบครัว บทบาทของ สวท ในยุคปัจจุบัน แนวโน้มสังคมและอนาคต



คอลัมน์ต่างวัยใจเดียวกัน

อายุเป็นเพียงตัวเลข เมื่อ “ช่องว่างระหว่างวัย” ถูกเชื่อมด้วยความเข้าใจ

นิยามใหม่ของการดูแลผู้สูงอายุในโลกยุค Hybrid

เรื่องโดย...ปณัฐพงศ์ usดี

ในยุคที่โลกหมุนเร็วพอ ๆ กับการบิดหน้าจอสมาาร์ทโฟน คำว่า “ผู้สูงอายุ” กำลังถูกนิยามใหม่ เราไม่ได้กำลังพูดถึงคุณตาคุณยายที่นั่งอยู่บนเก้าอี้โยกเพียงลำพังอีกต่อไป แต่เรากำลังพูดถึง “Silver Generation” กลุ่มคนที่มีประสบการณ์ล้นเหลือ แต่ยังพร้อมจะเรียนรู้ฟีเจอร์ใหม่ ๆ ในแอปพลิเคชัน คอลัมน์ ต่างวัยใจเดียวกัน ฉบับนี้ จึงอยากชวนทุกคนรอบคร่ำมาปรับจูนทัศนคติ การดูแลผู้สูงอายุยุคใหม่ไม่ใช่แค่เรื่องของ “อาหารและยา” แต่คือเรื่องของ “หัวใจและเทคโนโลยี” เพื่อให้คนต่างวัยใช้ชีวิตร่วมกันได้อย่างลงตัวในบ้านที่เต็มไปด้วยความสุข



สุขภาพกายที่ออกแบบได้

การดูแลร่างกายในวัย 60+ ยุคนี้ เน้นไปที่การรักษา “Functional Ability” หรือความสามารถในการใช้ชีวิตด้วยตนเองให้นานที่สุด

- โภชนาการแบบ Personalization เลิกบังคับให้ผู้สูงอายุกินแต่ผักต้มเพียงอย่างเดียว เทรนด์ใหม่คือการเน้น “โปรตีนคุณภาพสูง” เพื่อป้องกันภาวะกล้ามเนื้อฝ่อ และการใช้เครื่องปรุงโซเดียมต่ำแต่รสชาติยังดี เพื่อให้มีอาหารยังเป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุด

- ไม่ใช่แค่การเดิน สนับสนุนให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายที่เน้นการทรงตัวและความยืดหยุ่น เช่น โยคะผู้สูงอายุ หรือการเดินรำเบา ๆ ตามจังหวะเพลงที่ท่านชอบ ซึ่งนอกจากจะช่วยเรื่องกายภาพแล้วยังช่วยกระตุ้นการหลั่งสารเอนดอร์ฟินได้ดีเยี่ยม

ป้องกันสมองเสื่อมด้วย “ความสุข”

สุขภาพจิตเป็นเรื่องใหญ่พอ ๆ กับสุขภาพกาย การทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกว่าตนเองยังมี “คุณค่า” คือยาอายุวัฒนะที่ดีที่สุด

- เรียนรู้ไม่มีวันเกษียณ ลองสอนให้ท่านใช้ Social Media อย่างสร้างสรรค์ เช่น การติดต่อศิลปิน ๆ ลง TikTok หรือการเข้ากลุ่ม Community ที่สนใจ ปลูกต้นไม้ ทำอาหาร การปฏิสัมพันธ์ผ่านโลกออนไลน์ช่วยลดความรู้สึกโดดเดี่ยวได้จริง หากได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องเรื่องความปลอดภัย

- Gamification สำหรับสมอง แทนที่จะเล่นแค้ไพ่หรือหมากรุก ลองชวนท่านเล่นเกมฝึกสมองในแท็บเล็ต หรือเกมที่ต้องขยับตัว ซึ่งช่วยกระตุ้นระบบประสาทสัมผัสและการตัดสินใจได้อย่างดีเยี่ยม





ให้ท่าน การแลกเปลี่ยนความรู้แบบสองทางนี้จะช่วยลดกำแพงระหว่างวัย และสร้างความภาคภูมิใจให้กับผู้สูงอายุ

บ้านที่เข้าใจ “ใจ” และ “กาย”

การปรับปรุงที่อยู่อาศัยแบบ Universal Design คือหัวใจสำคัญ แต่ต้องไม่มีเรื่องความสวยงามเพื่อไม่ให้บ้านดูเหมือนโรงพยาบาล

- Smart Home เพื่อความปลอดภัย ติดตั้งระบบเซนเซอร์ตรวจจับการล้ม หรือกล้องอัจฉริยะที่เชื่อมต่อกับมือถือลูกหลาน ไม่ใช่เพื่อการจับผิด แต่เพื่อความอุ่นใจและการช่วยเหลือที่ทันท่วงที

- พื้นที่สีเขียวและการเยียวยา จัดมุมสวนเล็กๆ หรือพื้นที่ที่แสงสว่างส่องถึง เพื่อให้ท่านได้รับวิตามินดีธรรมชาติ และมีกิจกรรมอดิเรกที่ช่วยลดความเครียด

ต่างวัยแต่ใจเดียวกัน

การ “สื่อสาร” ระหว่างวัยเป็นส่วนที่มีความสำคัญที่สุด เพราะจะเป็นการเชื่อมคนให้เข้าใจกันมากขึ้น โดยคนในครอบครัวต้อง....

- ฟังให้มากกว่าพูด บ่อยครั้งที่ผู้สูงอายุต้องการเพียงคนรับฟังเรื่องราวความหลัง การตั้งใจฟังโดยไม่ตัดสินหรือพูดแทรกกว่า “เรื่องนี้ฟังแล้ว” คือการให้เกียรติที่ยิ่งใหญ่ที่สุด

- การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างวัยแบบย้อนกลับ (Reverse Mentoring) ให้ท่านเป็นผู้สอนในเรื่องที่ท่านถนัด ขณะเดียวกันเราก็สอนเรื่องใหม่ ๆ





ความรักคือเทคโนโลยีที่ดีที่สุด

การดูแลผู้สูงอายุในยุคปัจจุบันไม่มีสูตรสำเร็จตายตัว เพราะแต่ละครอบครัวมีบริบทที่ต่างกัน แต่สิ่งหนึ่งที่ยังคงเป็นความจริงเสมอคือ “ความใกล้ชิดและการใส่ใจ” เทคโนโลยีอาจช่วยให้เราดูแลท่านได้ง่ายขึ้น ยาที่ดีอาจช่วยให้ท่านอายุยืนยาวขึ้น แต่ “ใจที่เชื่อมถึงกัน” ต่างหากที่จะทำให้ปีที่เพิ่มขึ้นนั้น เป็นปีที่มีคุณภาพอย่างแท้จริงลองใช้เวลาสั้น ๆ วันนี้ วางมือถือลง แล้วสบตา พูดคุย หรือกอดท่านสักนิด แล้วคุณจะพบว่า “ต่างวัยใจเดียวกัน” นั้น สร้างได้ง่าย ๆ เริ่มต้นจากที่บ้านของเราเอง





บุตรหลานคนไหนกำลังหาสถานที่ในการดูแลผู้สูงอายุ สะอาด ปลอดภัย ได้มาตรฐาน สวมคามวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ๆ ได้เปิด สถานดูแลผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิงบ้านหอมลำดวน ขึ้น



091 333 1909 ในวันและเวลาราชการ หรือจะเข้าสอบถามผ่านทาง

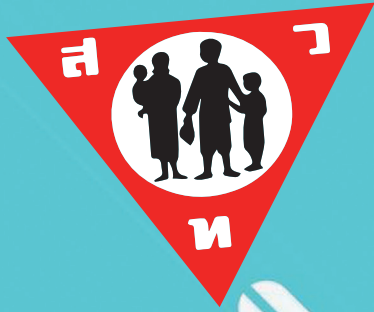


BaanHormlamduan เรายินดีต้อนรับทุกท่าน และเว็บไซต์



[www. BaanHormlamduan.com](http://www.BaanHormlamduan.com) และเว็บไซต์

- เอกสารอ้างอิง : - World Health Organization. (2002). Active ageing: a policy framework. Geneva: World Health Organization
- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2566). คู่มือการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุ: ชะลอชรา ชีวียืนยาว. นนทบุรี: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย.
 - สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (ETDA). (2566). รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2566 (Thailand Internet User Behavior 2023). กรุงเทพฯ: กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม.



ร่วมเป็นสมาชิก สวท (PPAT MEMBER)

เพราะทุกคนเป็นพลังสำคัญในการพัฒนาประชากร
สมัครเป็นสมาชิก สวท เพื่อช่วยกันพัฒนาสังคมไทยให้น่าอยู่

สมัครเป็นสมาชิก สวท ได้ 2 แบบ

- แบบที่ 1 สมาชิกรายปีเพียง **50** บาทต่อปี
- แบบที่ 2 สมาชิกตลอดชีพ **500** บาท



สิทธิพิเศษที่จะได้รับ

- มีสิทธิลงสมัครเป็นกรรมการของ สวท
- ร่วมงานประชุมใหญ่สามัญประจำปี
- รับเอกสารความรู้ของ สวท ได้ ฟรี

สนใจสมัครได้ที่ : www.ppat.or.th

สอบถามโทร : 02 941 2320 ต่อ 123

เปิดบริการ
แล้ว

ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ

บ้านหอมลำดวน

ทันสมัย สะอาด ปลอดภัย น่าอยู่

รับดูแลผู้สูงอายุ

ผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิงที่ต้องการผู้ดูแล เช่น ผู้ป่วยหลังผ่าตัดระยะพักฟื้น ผู้สูงอายุที่มีภาวะสมองเสื่อม

การออกแบบที่ได้มาตรฐาน

1. ออกแบบตามมาตรฐานกฎกระทรวงกิจการการดูแลผู้สูงอายุหรือผู้มีภาวะพึ่งพิง พ.ศ.2563
2. มาตรฐานการป้องกันและควบคุมโรคสำหรับกิจการดูแลผู้สูงอายุและผู้มีภาวะพึ่งพิง ในการป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (Covid-19)

ฉลวงเปิดใหม่รับสิทธิพิเศษมากมาย

สนใจสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่...

คุณกรณ์รวี แสนดวง



098 903 8059



บ้านหอมลำดวน



www.baanhormlamduan.com





คลินิกเวชกรรม สวท 9 แห่ง

บริการวางแผนครอบครัวอย่างมีคุณภาพ

ภาคเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงใหม่

เลขที่ 200/3 ถนนบำรุงราษฎร์ ตำบลวัดเกต
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-15.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 249 406

คลินิกเวชกรรม สวท เชียงราย

เลขที่ 810/1-3 ถนนพหลโยธิน ตำบลเวียง
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 57000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 053 713 090

คลินิกเวชกรรม สวท ลำปาง

เลขที่ 152/53-54 ถนนลำปาง-แม่ทะ ตำบลพระบาท
อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง 52000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เปิดเวลา 09.00-12.00 น.
ปิดวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 054 209 577

ภาคใต้

คลินิกเวชกรรม สวท หาดใหญ่

เลขที่ 8-12 ราษฎร์อุทิศ ซอย 9 ถนนราษฎร์อุทิศ
ตำบลหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่
จังหวัดสงขลา 90110
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันเสาร์ วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 074 252 691 และ 085 585 9580

คลินิกเวชกรรม สวท ภูเก็ต

เลขที่ 14/1 อาคารเซ็นทรัลแมนชั่น ชั้นที่ 1
ห้องเลขที่ 107-108 ถนนวิชิตสงคราม
ตำบลวิชิต อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต 83000
เปิดบริการวันศุกร์ เวลา 09.00-14.00 น.
โทร. 087 969 3702 และ 085 585 9580

ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

คลินิกเวชกรรม สวท ขอนแก่น

เลขที่ 752-754 ถนนศรีจันทร์ อำเภอเมือง
จังหวัดขอนแก่น 40000
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ 10.00-18.00 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ เปิดเวลา 09.00-17.00 น.
หยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 043 223 627 สายด่วน 095 661 6551

คลินิกเวชกรรม สวท อุบลราชธานี

เลขที่ 154-156 ถนนศรีณรงค์ อำเภอเมือง
จังหวัดอุบลราชธานี 34000
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์
เวลา 08.30-16.30 น.
เปิดบริการวันเสาร์ - วันอาทิตย์
และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 045 243 380

กรุงเทพมหานคร

คลินิกเวชกรรม สวท บางเขน

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต
แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร
เปิดบริการ วันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 08.30-16.30 น.
วันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
เปิดบริการเวลา 09.00-17.00 น.
ปิดบริการ วันหยุดต่อเนื่องที่ตรงกับวันเสาร์ - วันอาทิตย์
โทร. 0 2941 2320 ต่อ 181-182

คลินิกเวชกรรม สวท ปิ่นเกล้า

เลขที่ 3/20-21 ถนนอรุณอมรินทร์
แขวงอรุณอมรินทร์ เขตบางกอกน้อย
กรุงเทพมหานคร 10700
เปิดบริการวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00-17.00 น.
วันเสาร์ เวลา 09.00-17.00 น.
ปิดทำการวันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์
โทร. 0 2433 9077, 0 2433 3503, 0 2433 6561

สมาคมวางแผนครอบครัวแห่งประเทศไทย ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

เลขที่ 8 ซอยวิภาวดีรังสิต 44 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงลาดยาว
เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร 10900
โทรศัพท์. 0 2941 2320 โทรสาร. 0 2561 5130 www.ppat.or.th