

## 5 สถานที่เที่ยวเพื่อผู้สูงอายุ สุข สนุกได้ทั้งครอบครัว

09/07/2018 อ่าน 9 คน [Facebook](#) [Twitter](#) [Line](#) [Print](#) [Bookmark](#)



FONT SIZE: [A](#) [A](#) [A](#)

ในทุกๆ วันหยุดหลายครอบครัวก็มักจะวางแผนไปเที่ยวพักผ่อนกัน ซึ่งลูก ๆ หลาน ๆ ก็คงจะไม่อยากปล่อยให้ผู้สูงอายุอยู่แต่บ้านเหงาๆหรือท้อใจใหม่ เพราะผู้สูงอายุเขาก็อยากเที่ยว อยากออกไปพักผ่อน ใต้อากาศเย็นสบาย มีสุขภาพกายและใจดี ใช้เวลาสนุกสนานร่วมกับลูกหลานเช่นกัน วันนี้เราจะมาแนะนำ 5 สถานที่ท่องเที่ยวเพื่อผู้สูงอายุ ที่จะทำให้ครอบครัวคุณได้พักผ่อนแบบยกแก๊ง เด็กๆเที่ยวได้ ผู้ใหญ่เที่ยวดี จะมีที่ไหนบ้างเราไปชมกันเลยดีกว่า

### 1.สวนลุมพินี จังหวัดกรุงเทพ



ภาพจาก <https://travel.thaiza.com>

สวนสาธารณะยอดฮิต ใจกลางเมืองกรุงเทพมหานคร พื้นที่ใหญ่กว้างขวาง ร่มรื่น เหมาะแก่การพักผ่อนผู้สูงอายุ หรือคนในครอบครัวมาพักผ่อน สงบจิตใจ อากาศที่ร่มรื่นแบบไม่ทำให้เชื่อว่าจะอยู่ใจกลางกรุงเทพแห่งนี้ สวนลุมพินีไม่ได้มีดีเพียงความร่มรื่นเท่านั้น ยังมีกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้สูงอายุสามารถทำได้ไม่ว่าจะเป็นเดินเพื่อสุขภาพ รำไทเก๊ก และอื่น ๆ อีกมากมาย ถือว่าได้เป็นกิจกรรมออกกำลังกายง่ายๆ ของผู้สูงอายุ

## 2.ตลาดน้ำอัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม



ภาพจาก <http://www.taladtongchom.com/>

ร่วมย้อนวัยให้กับผู้สูงอายุกันหน่อยที่ตลาดน้ำอัมพวา จังหวัดสมุทรสงคราม เป็นตลาดริมคลองอัมพวา อันเก่าแก่และคลาสสิกสุด แด่นะเนาะว่าไปตอนเย็นนะจะวิลมาก ๆ ผู้สูงอายุนั้นก็คงจะชอบในสิ่งที่เขาเจอสวยหม่นๆ สาวๆ ได้ย้อนวัยย้อนอดีตไปกับตลาดน้ำอัมพวาเป็นสถานที่ที่ย้อนวัยได้อย่างดีเลยแหละ ทั้งร้านอาหารเก่าแก่ ร้านอาหารริมคลอง หรือชมโบราณต่างๆ ที่ต่อให้เวลาผ่านไปแค่ไหนไหนแต่ไหนยังเิงก็รัก แถมยังมีกิจกรรมยอดฮิตนั่งเรือชมทิวทัศน์ยามค่ำคืน นั่งเรือ รับประทานอาหาร "ไม่มีอะไรจะเติมพลังวัยรุ่นให้กับผู้สูงอายุได้ขนาดนี้แล้ว"

## 3.หัวหิน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์



ภาพจาก <https://travel.kapook.com>

เป็นจุดท่องเที่ยวที่เหมาะสำหรับทุกเพศทุกวัย มีที่ท่องเที่ยวหลากหลายไม่ว่าจะเป็น เวเนเซีย คอมมูนิตี้มอลล์ ที่จำลอง เมืองเวนิส ของอิตาลี สร้างความรู้สึกแปลกใหม่ให้กับผู้ไปเยือน ตลาดเพลินวาน มาในรูปแบบย้อนยุค อาจช่วยให้ผู้สูงอายุรู้สึกกระชุ่มกระชวย รู้สึกกลับไปเป็นหนุ่มสาวอีกครั้ง ถ้าเหนื่อยก็อาจมานั่งเล่นแถวชายหาด เดินเอาเก้าอี้มาซิวลิขเพื่อรีเฟรช บ่ายๆเย็นๆไป ดกเย็นหาร้านอาหารนั่งสบายๆอร่อยๆแถวสะพานปลา จะหาที่เดินย่อยต่อที่ตลาดกลางคืนอย่างเช่น cicada หรือจะเดินตลาดโต้รุ่งก็ยังได้

**4.บางปู จังหวัดสมุทรปราการ**



ภาพจาก <http://bangpuu.blogspot.com/>

เป็นสถานตากอากาศที่มีชื่อของจังหวัดสมุทรปราการ สถานที่จะเป็นสะพานยาวยื่นเข้าไปในอ่าวทะเล ช่วงปลายปีตั้งแต่ประมาณเดือนตุลาคม จะมีนกนางนวลเป็นจำนวนมาก อพยพมาอยู่ช่วงบริเวณนี้ มีอาหารนกขาย การให้อาหารนก เป็นกิจกรรมหนึ่งที่ผู้คนนิยมกัน เพราะสนุกในการลั่นว่าอาหารที่โยนไปนกจะจับได้ก่อนตกถึงทะเลรีเปลา นอกจากนี้ที่นี่ยังมีร้านอาหารที่มีชื่อเสียง ตัวอาคารยื่นต่อเข้าทะเลจากสะพาน และมีจุดชมวิวยุคแนวอาคาร คนนิยมไปถ่ายรูปรอบบริเวณนี้กับช่วงสะพานเป็นจำนวนมาก

**5.เมืองมัลลิกา ร.ศ. 124 จังหวัดกาญจนบุรี**



รูปจาก <http://www.painaidii.com>

สถานที่ท่องเที่ยวชื่อย้อนยุค มีอาหารและขนมโบราณให้เลือกซื้อเลือกชิม ไฮไลต์สำคัญของเมืองมัลลิกาคือ มีชุดไทยให้เช่าในการเดินเที่ยวชมเมืองมัลลิกา ทำให้ได้บรรยากาศสุดๆ เหมือนกับได้ไปอยู่ในยุคสมัยนั้นจริงๆ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกได้ย้อนวัยกลับไปอดีตและไม่ว่าจะอายุเท่าไร วัยไหน ก็ต้องประทับใจในการไปที่นี้อย่างแน่นอน

ผู้สูงอายุมักมีสภาวะวิตกกังวล ซึมเศร้า สิ่งหวังคือการทำสิ่งใจ และมีรู้สึกกลัวตนเองมีคุณค่าที่น้อยลงเพราะโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ที่น้อยลงด้วย ดังนั้นการที่ครอบครัวดูแลเอาใจใส่ พาท่านไปเที่ยวทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกถึงความปรารถนาเอาใจใส่ของคนในครอบครัว มีกิจกรรมทำให้ผู้สูงอายุได้ร่วมทำจะเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างตัวผู้สูงอายุเองกับครอบครัว สร้างกำลังใจและลดความวิตกกังวลของผู้สูงอายุได้ เมื่อพาท่านไปเที่ยวต้องมีการเตรียมความพร้อมและอุปกรณ์อำนวยความสะดวกต่างๆ ให้พร้อมอาจจะต้องใช้รถเข็นวีลแชร์ ดูแลในเรื่องของสุขภาพอย่างใกล้ชิด เพื่อให้ผู้สูงอายุได้เที่ยวอย่างเต็มอิ่ม หากมองหาลิสต์หน่วยงานความสะดวก หรือนวัตกรรมที่จะช่วยให้ผู้สูงอายุดำเนินได้อย่างมีความสุข ลองมาเดินทาง InterCare Asia 2018 เป็นงานที่รวบรวมนวัตกรรม เทคโนโลยี สินค้าและบริการด้านสุขภาพ ของผู้สูงอายุอย่างครบวงจร ในระหว่างวันที่ 12-14 กรกฎาคม 2561 เวลา 10.00 – 19.00 น. ณ ฮอลล์ 106 ศูนย์นิทรรศการและการประชุมไบเทค บางนา สามารถดูรายละเอียดข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [www.intercare-asia.com](http://www.intercare-asia.com)

ขอบคุณข้อมูลจาก [www.intercare-asia.com](http://www.intercare-asia.com)