



# รายการ ร้อยเรื่อง...เมืองไทย

สถานีวิทยุกระจายเสียงรัฐสภา และสำนักวิชาการ

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ถนนสามเสน เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300 โทร. 0-2242-5900 ต่อ 5741

เรื่อง Sandwich Generation  
ผู้เรียบเรียง นางสาวพิมพ์ธัญญา ช้องเสนาะ วิทยากรชำนาญการ  
กลุ่มงานบริการวิชาการ 2 สำนักวิชาการ  
ออกอากาศ มิถุนายน 2567

จากการเผยแพร่รายงานภาวะสังคมไทยไตรมาสหนึ่ง ปี 2567 ของสำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) มีการนำเสนอสถานการณ์ทางสังคมที่สำคัญ คือ “Sandwich Generation” ซึ่งทั่วไปมักใช้เรียกคนที่อยู่ตรงกลางที่ต้องรับผิดชอบดูแลพ่อแม่สูงอายุและลูกของตนในเวลาเดียวกัน กลุ่มดังกล่าวจึงไม่ต่างจากไส้ตรงกลางของแซนด์วิชที่ถูกประกบด้วยขนมปังจากด้านบน คือ พ่อแม่ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป และด้านล่าง คือ ลูกหลานที่เป็นเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี โดยต้องรับภาระจากคนสองรุ่นพร้อมกัน ทั้งทางการเงิน ร่างกาย และทรัพยากรด้านอื่น ๆ ซึ่งไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ขณะเดียวกันก็ต้องประคับประคองดูแลชีวิตในแต่ละวันของตนเอง สาเหตุส่วนหนึ่งเกิดจากประชากรสูงวัยทั่วโลกเพิ่มขึ้น ขณะที่วัยแรงงานมีจำนวนลดลงหรือเท่าเดิม ทำให้ประชากรในหลายประเทศกลายเป็นกลุ่มคน Sandwich Generation โดยปัจจุบันจีนมีจำนวนประมาณกว่า 170 ล้านครัวเรือน หรือในสหรัฐอเมริกา ประชากรเกือบ 1 ใน 4 ของประเทศอยู่ในกลุ่มดังกล่าว ซึ่งในแต่ละประเทศอายุของ Sandwich Generation จะมีความแตกต่างกันไป เช่น ฟิลิปปินส์ จะเป็นกลุ่มคนช่วงอายุ 30-35 ปี อังกฤษอายุ 45-54 ปี สหรัฐอเมริกาอายุ 40-49 ปี เป็นต้น

สำหรับประเทศไทย ด้วยบริบทของสังคมที่ให้ความสำคัญกับครอบครัวเป็นหลักในการทำหน้าที่คุ้มครองสมาชิกในครัวเรือน การมีค่านิยมการพึ่งพาอาศัยดูแลระหว่างรุ่นที่หลากหลาย ทำให้ไทยอาจมีกลุ่ม Sandwich Generation เป็นจำนวนมาก โดยครัวเรือนขยายที่ประกอบด้วยสมาชิก 3 รุ่นขึ้นไป อาจกล่าวได้ว่ามีความใกล้เคียงกับครัวเรือน Sandwich ซึ่งจากข้อมูลการสำรวจภาวะเศรษฐกิจและสังคมของครัวเรือน สำนักงานสถิติแห่งชาติ พบลักษณะที่น่าสนใจของครัวเรือนดังกล่าว ดังนี้

1. ครัวเรือนไทยที่มีลักษณะเป็น Sandwich มีจำนวนทั้งสิ้น 3.4 ล้านครัวเรือน ในปี 2566 คิดเป็นร้อยละ 14.0 ของครัวเรือนทั้งหมด ส่วนใหญ่เป็นครัวเรือน 3 รุ่น มีลักษณะความสัมพันธ์ที่หัวหน้าครัวเรือนอาศัยอยู่กับลูกหลานมากที่สุด และส่วนมากมีหัวหน้าครัวเรือนเป็นผู้สูงอายุ รองลงมาเป็นครัวเรือนที่หัวหน้าครัวเรือนต้องดูแลพ่อแม่และลูกของตนเอง

2. โครงสร้างตามช่วงวัยของครัวเรือน Sandwich พบว่า วัยสูงอายุมีสัดส่วนเพิ่มขึ้น ขณะที่วัยแรงงานมีสัดส่วนลดลง ส่งผลให้อัตราการพึ่งพิงของครัวเรือนมีสัดส่วนสูง วัยแรงงาน 100 คน ต้องดูแลเด็กและผู้สูงอายุรวม 86 คน ขณะที่ครัวเรือนคนเดียวและครัวเรือนเดี่ยว วัยแรงงาน 100 คน ต้องดูแลเด็กและผู้สูงอายุ

รวมเพียง 59 คนเท่านั้น โดยคนที่เป็ Sandwich Generation จะมีอายุเฉลี่ย 58.6 ปี ส่วนใหญ่หัวหน้าครัวเรือนเป็นผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไป ที่เหลือเป็นวัยแรงงาน

3. สมาชิกครัวเรือน Sandwich ส่วนใหญ่เป็นแรงงานนอกระบบ ประกอบอาชีพเกษตรกรรม และเป็นแรงงานทั่วไป หัวหน้าครัวเรือนส่วนใหญ่ทำงานส่วนตัว ทำให้ขาดหลักประกันรายได้ที่มั่นคงในยามเกษียณ และเป็นกลุ่มที่มีทรัพย์สินทางการเงินเพื่อการออมน้อย ทำให้เมื่อสูงวัยต้องพึ่งพาสวัสดิการจากเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุเพียงอย่างเดียว ซึ่งอาจทำให้ไม่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตอย่างมีคุณภาพ

4. ครัวเรือน Sandwich มีสัดส่วนค่าใช้จ่ายต่อรายได้เพื่อการอุปโภคบริโภคสูงกว่าคนกลุ่มอื่น ส่วนใหญ่มีรายได้น้อย เกิดจากการมีระดับการศึกษาต่ำ โดยส่วนมากสมาชิกในครัวเรือนจะจบการศึกษาระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า และมีจำนวนน้อยที่จบการศึกษาระดับอนุปริญญาขึ้นไป

นอกจากสถานการณ์ข้างต้นแล้ว กลุ่มคนที่เป็ Sandwich Generation ยังมีภาระที่ต้องแบกรับที่สำคัญ ทั้งความเปราะบางทางการเงิน มีรายได้สุทธิคงเหลือน้อย มีภาระหนี้สินต่อรายได้ต่อเดือนยังสูงกว่าภาพรวมครัวเรือนทั้งประเทศ มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคเรื้อรังหรือเคยเป็นโรค NCDs อาทิ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคมะเร็ง สูงกว่าค่าเฉลี่ยของหัวหน้าครัวเรือนทั้งประเทศ มีปัญหาความเครียดและปัญหาสุขภาพจิต ส่วนหนึ่งเกิดจากการต้องจัดสรรเวลาการทำงานและดูแลสมาชิกในครัวเรือนไปพร้อมกัน

อย่างไรก็ตาม แม้ว่า Sandwich Generation จะต้องเผชิญปัญหาและภาระค่อนข้างหนักกว่าคนกลุ่มอื่น แต่จากการสำรวจของ Pew Research Center ในระดับนานาชาติกลับพบว่า ระดับความสุขในชีวิตภาพรวมของคนกลุ่มนี้แทบจะไม่แตกต่างจากคนกลุ่มอื่น ๆ ส่วนในประเทศไทย มีงานวิจัยที่ระบุว่า ภาระความรับผิดชอบของ Sandwich Generation มีผลกระทบต่อความพึงพอใจด้าน “สถานภาพทางเศรษฐกิจ” อย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่ได้ส่งผลถึงความพึงพอใจในด้านสุขภาพกาย ความสัมพันธ์กับบุตร และความสัมพันธ์กับคู่สมรสมากนัก เพราะความรับผิดชอบด้านอื่น ๆ ที่ไม่ใช่ตัวเงิน เช่น การให้กำลังใจ การให้คำปรึกษา หรือการทำอาหารเย็นให้สมาชิกในครอบครัว ช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อคนรัก รวมทั้งสร้างความพึงพอใจในชีวิต และบรรเทาอาการภาวะเหนื่อยล้าได้ในเวลาเดียวกัน

สำหรับการลดภาระที่จะเกิดขึ้นกับครัวเรือน Sandwich อาจมีแนวทาง เช่น การส่งเสริมทักษะทางการเงิน ตั้งแต่ก่อนวัยเกษียณ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีงานทำ โดยฝึกอบรมทักษะแรงงานผู้สูงอายุเพื่อให้ตรงกับความต้องการของนายจ้าง รวมถึงการส่งเสริมการเข้าถึงแหล่งทุนเพื่อการประกอบอาชีพ การใช้บริการผู้ช่วยดูแล (Care Assistant) และเทคโนโลยีในการดูแลสมาชิกในครัวเรือน เพื่ออำนวยความสะดวก และช่วยสร้างสมดุลระหว่างชีวิตครอบครัวและการทำงานให้กับวัยแรงงาน การสนับสนุนศูนย์ดูแลเด็กและผู้สูงอายุโดยการปรับปรุงศูนย์พัฒนาเด็กและศูนย์บริการผู้สูงอายุของภาครัฐ หรือการสนับสนุนภาคธุรกิจให้ดำเนินกิจการ ซึ่งอาจให้สิทธิประโยชน์ทางกฎหมาย เพื่อกระตุ้นให้เกิดการขยายตัวของธุรกิจการรับดูแลในพื้นที่เดียวกันมากขึ้น เป็นการดูแลในลักษณะการรับฝากดูแลผู้สูงอายุและเด็กชั่วคราวในช่วงระหว่างเวลาทำงานของวัยแรงงานกลุ่มคน Sandwich Generation เป็นต้น

## บรรณานุกรม

- Sandwich Generation แยกหนักขึ้น ในยุคเศรษฐกิจซบ จินมีเดอะแบกสูง 170 ล้านครัวเรือน. (10 เมษายน 2567). **ไทยรัฐออนไลน์**. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก [https://www.thairath.co.th/money/business\\_marketing/executive\\_interviews/2777187](https://www.thairath.co.th/money/business_marketing/executive_interviews/2777187)
- “Sandwich Generation” วัยทำงานที่ต้องแบกภาระ “ลูก” และ “พ่อแม่”. (29 กันยายน 2565). **กรุงเทพธุรกิจ**. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก <https://www.bangkokbiznews.com/finance/investment/1028950>
- Thanyarat Khotwanta. (2565). ‘Sandwich Generation’ วัยแห่งการเป็นเดอะแบก ที่ต้องดูแลทั้งลูกเล็ก และพ่อแม่สูงวัย. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก <https://thematter.co/social/sandwich-generation/171499>
- ปรากฏการณ์ครอบครัว “แซนด์วิช เจเนอเรชั่น”. (2567). สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก <https://policywatch.thaipbs.or.th/article/life-37>
- สะท้อนชีวิต Sandwich Generation “คนรุ่นเดอะแบก” ในมุมมองนักเศรษฐศาสตร์. (5 เมษายน 2567). **ไทยรัฐออนไลน์**. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก [https://www.thairath.co.th/money/business\\_marketing/executive\\_interviews/2776207](https://www.thairath.co.th/money/business_marketing/executive_interviews/2776207)
- สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.). (2567). **ข่าวสภาพัฒน์ เรื่อง ภาวะสังคมไทย ไตรมาสหนึ่ง ปี 2567**. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก [https://www.nesdc.go.th/ewt\\_dl\\_link.php?nid=5491&filename=socialoutlook\\_report](https://www.nesdc.go.th/ewt_dl_link.php?nid=5491&filename=socialoutlook_report)
- \_\_\_\_\_. (2567). **ภาวะสังคมไทย ไตรมาสหนึ่ง ปี 2567**. สืบค้น 4 มิถุนายน 2567 จาก [https://www.nesdc.go.th/ewt\\_dl\\_link.php?nid=5493&filename=socialoutlook\\_report](https://www.nesdc.go.th/ewt_dl_link.php?nid=5493&filename=socialoutlook_report)