

การเมือง : ทศนะวิจารณ์

วันที่ 8 กรกฎาคม 2553 17:10



สุกัญญา หาญตระกูล
คอลัมน์สัปดาห์วิจารณ์ "ร้อยแปด วิถีทัศน์"
จำนวนคนอ่าน 95 คน

สรวายน้ำฟรี !

โดย : สุกัญญา หาญตระกูล

เรียนฟรี ค่ารักษาพยาบาลฟรี รายการต่อไปแทนที่จะเป็นรถเมล์ฟรี และรถไฟฟรี ขอเปลี่ยนเป็นสรวายน้ำฟรี จะดีไหม

งานนี้ให้องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นรับไปทำเต็มๆ โดยส่วนกลางและคนในท้องถิ่นติดตามแผนงาน และผลการดำเนินงานอย่างใกล้ชิด เพราะความสะอาด ปลอดภัย มีประสิทธิภาพ

ทุกหัวระแหงในประเทศไทยจนถึงทุกวันนี้ขาดพื้นที่เล่นกีฬา เริ่มจากสรวายน้ำ ทั้งๆ ที่เป็นแหล่งเรียนรู้ทักษะชีวิตที่จะไม่จมน้ำตายและช่วยชีวิตทักษะเอาชีวิตรอดในน้ำเช่นว่ายน้ำข้ามคลองเสียนี้กระไรกับสถิติเด็กของเราที่ยังเสียชีวิต เพราะจมน้ำตายสูงที่สุดในภูมิภาค สำนักงานกองทุนวิจัยว่า "...ทั่วประเทศในแต่ละปีมีเด็กและเยาวชนอายุ 1-17 ปี เสียชีวิตจากการจมน้ำตายราว 2,650 คน และยังมีเด็กอีกราว 3,000 ราย ปกกล่าวแทบไม่น่าเชื่อว่าจะมีเด็กไทยจมน้ำตายเฉลี่ยวันละ 7 คน หรือราวทุก 3-4 ชั่วโมง จะมีเด็กจมน้ำตาย 1 คน ซึ่งเป็นสาเหตุการเสียชีวิตจากโรคระบาดร้ายแรงใดๆ ทั้งสิ้นและในจำนวนเกือบครึ่งหนึ่งของเด็กที่จมน้ำตายเป็นเด็กที่อยู่ในวัยเพียง 5-9 ปี เด็กผู้ชายจะมีสถิติการเสียชีวิต

โดยเด็กๆ ในพื้นที่ภาคอีสานมีสถิติการเสียชีวิต จากการจมน้ำตายมากที่สุด ซึ่งอาจจะเพราะอากาศในภาคอีสานนั้นร้อน และเด็กๆ ในชนบทไปทำงานในไร่รา จึงเป็นโอกาสให้เด็กๆ ชักชวนกันแอบไปเล่นน้ำตามลำคลอง หนอง บึง จนเกิดเรื่องน่าเศร้าขึ้น..."

ขณะนี้ ที่กระทรวงสาธารณสุขตื่นตัวแล้ว ได้เริ่มทำโครงการนำร่องไปยังด้านการฝึกทักษะช่วยชีวิตจากการจมน้ำ แต่ยังคงอยู่ในขอบเขตจำกัดมศึกษาธิการ ก็ได้พยายามบรวายน้ำเข้าในหลักสูตรแล้ว แต่ทว่าหากท้องที่ทั่วไทยไร้เสียซึ่งสรวายน้ำถูกสุขอนามัย มีผู้ช่วยสอน หลักสูตรเราไปทั้งริมคลองหรืออ่างเก็บน้ำเลยในขณะที่พยายามกันเหลือเกินที่จะให้โรงเรียนทุกตำบลมีห้องคอมพิวเตอร์ และเครื่องแบบนักเรียนฟรี

น่าสนใจที่ผู้เคยส่งบุตรไปเข้าโครงการ "เด็กไทย ว่ายน้ำเป็น" เพื่อสอนให้เด็กไทยได้ "ว่ายน้ำเป็น เล่นน้ำได้ ออกกำลังกายดี" ของกระทรวงสโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค ได้เล่าถึงข้อสังเกตว่า "...การอบรมเขามีได้มุ่งเน้นที่จะสอนเด็กให้ว่ายน้ำเป็นเหมือนหลักสูตรการสอนว่ายน้ำทั่วๆ การเล่นน้ำและการช่วยเหลือตัวเองให้ปลอดภัยจากการจมน้ำเป็นหลัก เช่น การไม่โดดลงไปช่วยเมื่อเห็นเพื่อนตกน้ำ แต่จะช่วยเหลืออย่างถูกๆ หรือการช่วยชีวิตเพื่อนง่ายๆ ด้วยการชูขวดน้ำอัดลมพลาสติกหรือขวดน้ำเปลาๆ ที่อยู่ใกล้ตัวโยนลงไปให้เพื่อนเกาะเป็นชูชีพ รวมทั้งการฝึกเดี่ยว ซึ่งเมื่อฝึกให้ถูกท่าแล้ว เด็กๆ ก็สามารถจะลอยตัวอยู่กลางผิวน้ำได้เป็นเวลานาน ก่อนที่จะประคองตัวเข้าสู่ฝั่ง ซึ่งเด็กๆ ทั้งเด็กเล็กเด็กโ

จากนั้นยังฝึกให้เด็กๆ ฝึกลอยตัวด้วยท่าลูกหมาตกน้ำ ซึ่งเป็นท่าพื้นฐานของการฝึกลอยตัวที่ง่ายที่สุด ต่อด้วยการฝึกลอยตัวในท่านอนหงาย กแรงและสามารถหายใจได้สบายที่สุด เมื่อลอยตัวท่าลูกหมาตกน้ำได้ ท่าลอยตัวกรรเชียงได้ ครูฝึกก็สอนท่าคว่ำหน้าขาฟ่งไปข้างหน้าเหมือนให้ไต่ระยะทางเข้าสู่ฝั่ง โดยหากคว่ำหน้าว่ายไปไม่ไหวก็พลิกตัวใช้ท่าลูกหมาตกน้ำกับท่าหงายท้องกรรเชียงลอยตัว เพื่อพักหายใจสลับกันไปฝึกใช้ทั้ง 3 ท่าสลับกันนั้น ก็สามารถจะทำให้เด็กๆ ไม่ว่าจะเด็กเล็กเด็กโตที่เข้าอบรมร้อยละสาม สามารถจะลอยตัวว่ายน้ำข้ามสระมาตรฐานขนมแม่แต่ละคนจะไม่ได้ว่ายน้ำเป็นตามท่ามาตรฐาน แต่ทุกคนก็สามารถจะช่วยเหลือตัวเอง ด้วยการลอยตัวรอดจากการจมน้ำเข้าสู่ฝั่งได้อย่างปลอดภัย

แทบไม่น่าเชื่อว่าช่วงเวลาสั้นๆ เพียง 20 ชั่วโมงของการฝึกอย่างถูกวิธี จากหลักสูตรดีๆ ที่เน้นย้ำในความปลอดภัย และการให้เด็กๆ สามารถจะประสบการณ์จะสามารถมอบสิ่งสำคัญอันสูงค่า ที่จะติดตัวกับเด็กๆ ไปตลอดชีวิต สิ่งที่เกิดขึ้นในความคิดเมื่อผมประจักษ์ได้ในความสำเร็จเกินจะให้มีโครงการดีๆ เช่นนี้ขยายตัวแพร่หลายออกไปให้เด็กๆ ไทยทั่วประเทศได้มีโอกาสดีๆ เช่นนี้บ้าง ซึ่งคงต้องวิงวอนให้รัฐบาลเห็นความสำคัญมีการจัดทำหลักสูตรการอบรมที่เน้นย้ำในเรื่องของความปลอดภัยในการช่วยเหลือตัวเองและผู้อื่นเป็นสำคัญ มากกว่าการมุ่งเน้นไปที่การว่ายน้ำ

คงไม่มีใครปฏิเสธแล้วว่าสรวายนอกจากมีไว้สำหรับเรียนรู้ที่จะไม่จมน้ำตายและช่วยชีวิตคนอื่นให้รอดพ้นจากการจมน้ำตายแล้ว ยังเป็นสลดเด็กเล็กหลังจากว่ายน้ำเป็นแล้ว ว่ายน้ำใหญ่ และโดยเฉพาะเข้าสู่วัยทอง

ก็จำนวนประชากรผู้สูงอายุของเราที่กำลังเพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็ว ประจวบเหมาะกับการเรียกร้องให้คนไทยต้องออกกำลังกายมากขึ้นทุก และเวลาและประหยัดงบประมาณดูแลความเจ็บป่วยโรคหลอดเลือด โรคความดัน โรคเบาหวาน ฯลฯ นอกจากการออกกำลังกายมีอะไรมาสู่การว่ายน้ำตามกำลัง การออกกำลังกายในน้ำ เช่น ยิมนาสติกในน้ำ และหากจะทำถึงขั้นเตรียมสถานที่ให้มีการบำบัดในน้ำ ก็จะมี

เมืองไทยอากาศร้อน เป็นข้อดีแค่ไหนแล้วที่ไม่ต้องเสียงบประมาณทำน้ำในสระให้อุ่นแบบในเมืองหนาว ไม่ต้องมีบริการน้ำอุ่นสำหรับอาบ เพียงก็จะใช้การได้ตลอดวันตลอดปี รัฐและท้องถิ่นควรบริการสรวายน้ำและการออกกำลังกายในน้ำสำหรับประชาชนตาตาๆ ทั่วไปมาตั้งนานแล้ว ไม่ใช่

แก่งหน้าน้ำ (เพื่อการท่องเที่ยวที่อาจเก็บเงิน เพราะในยามไม่แข่งไม่ลองแก่ง ไม่เห็นมีการส่งเสริมหรือยอมลงทุนด้านทรัพยากรบุคคล หรือค
ชาวบ้านในท้องถิ่นให้ "ช่วยๆ กัน" เมื่อถึงเวลาในฤดูน้ำหลาก) ส่วนสระว่ายน้ำที่ใช้เงินภาษีสร้างที่ใดก็เป็นสระมาตรฐานโอลิมปิก 50 เมตร เพื่อ
เสร็จจากแข่งกีฬาระดับชาติระดับภูมิภาคแล้ว ประโยชน์ใช้สอยก็ตกสวบสวบลงทันที ขาดการดูแล แลยังมีข้อจำกัดในการเปิดให้เข้าใช้ เช่น

อนึ่ง การที่ประชาชนไปว่ายน้ำออกกำลังกาย โดยเฉพาะเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ทำไมจะต้องสร้างปราการเก็บเงิน สร้างเงื่อนไขต่างๆ มากมายใ
ทางส่งเสริมสนับสนุนมากกว่า จนถึงขั้นบริการผ้าขนหนูให้ยืมใช้ฟรีเสียเลยเมื่อมาว่ายน้ำ นั่นแหละจึงจะสมเป็นรัฐบาลและองค์การบริหารส่วนช
กำลังกาย เพื่อสุขภาพดีจริงๆ

Tags : [สุกัญญา หาญตระกูล](#)

ความคิดเห็นของชาวนี



[เข้าสู่ระบบ](#) หรือ [สมัครสมาชิก](#)

เพื่อแสดงความคิดเห็น

แสดงความคิดเห็น

[เข้าสู่ระบบ](#) หรือ [สมัครสมาชิก](#)

© 2010 All rights reserved. NKT NEWS CO.,LTD.