

บทที่ 8

Smart Elder : สุขวัยแบบสมาร์ท



“มนุษย์ในสังคมล้วนต้องการที่ให้
อายุใจน้อยกว่าอายุจริง ไม่มีใครอยากแก่
ขึ้นอยู่กับ การดูแลสุขภาพทั้งสุขภาพกาย
และสุขภาพจิต จะมีผลต่อการดำเนินชีวิต
ของอายุภาวะของปัจเจกบุคคลซึ่งเป็นคน
ละส่วนของอายุปีหรืออายุตามปฏิทินของ
พหุบุคคล.....”