

## บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขงสำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ พื้นที่ศึกษาคือบ้านชะซอม ตำบลนาโพธิ์กลาง อำเภอลำดวน จังหวัดอุบลราชธานี กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย สมาชิกกลุ่ม"กินข้าวเขาเฮือน" คณะกรรมการกลุ่มโฮมสเตย์บ้านชะซอม ผู้สูงอายุบ้านชะซอม และนักท่องเที่ยวสูงอายุที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 14, 12, 8, และ 28 คน ตามลำดับ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสำรวจวิถีชุมชน แบบสัมภาษณ์การรับรู้สุขภาพของนักท่องเที่ยวสูงอายุ แนวทางการสนทนากลุ่ม แบบสังเกตการณ์มีส่วนร่วมในกระบวนการพัฒนา แบบสอบถามความสุขและความพึงพอใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการท่องเที่ยว แบบประเมินศักยภาพของชุมชนในการบริหารจัดการการท่องเที่ยว และโปรแกรมการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง ระยะดำเนินการวิจัยมี 3 ระยะ ประกอบด้วย การศึกษาบริบทชุมชน กระบวนการพัฒนาโดยประยุกต์ใช้วงจรการพัฒนาคุณภาพของ Deming (2000) และผลของการพัฒนา วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหา ความถี่ ร้อยละ และค่าเฉลี่ย ผลการวิจัยพบว่า

**ด้านบริบทชุมชน** บ้านชะซอม ตั้งอยู่ในพื้นที่อำเภอลำดวน จังหวัดอุบลราชธานี มีระยะทางห่างจากแม่น้ำโขง ประมาณ 14 กิโลเมตร สภาพภูมิประเทศล้อมรอบด้วยภูเขา และมีสภาพภูมิประเทศตามธรรมชาติที่สวยงาม ป่าชุมชนเป็นแหล่งสมุนไพรและอาหารธรรมชาติ คนในชุมชนดำเนินชีวิตตามฮีต12 คอง14 เคารพธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติ และมีกลุ่มกินข้าวเขาเฮือนทำหน้าที่จัดการการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมแบบโฮมสเตย์

**ด้านกระบวนการพัฒนา** ประกอบด้วย การวางแผน การทดลองใช้โปรแกรมการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง การประเมินผล และการยอมรับการเปลี่ยนแปลง โปรแกรมการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง ประกอบด้วย กิจกรรม"กินข้าว เขาเฮือน" การประเมินสุขภาพนักท่องเที่ยวสูงอายุ การเดินป่าและศึกษาสมุนไพร การแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมสุขภาพ และรับพลังธรรมชาติ

**ด้านผลของการพัฒนา** นักท่องเที่ยวสูงอายุมีความสุขและความพึงพอใจจากเข้าร่วมโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ในระดับมากถึงมากที่สุด ร้อยละ 93.8 และ 93.8 ชุมชนมีศักยภาพในการบริหารจัดการการท่องเที่ยวโดยผ่านการรับรองมาตรฐานโฮมสเตย์ไทย พ.ศ.พ.ศ.2548 - 2550 และ พ.ศ.2551 - 2552 ผู้นำกลุ่มโฮมสเตย์มีความเข้มแข็ง คณะกรรมการบริหารงานด้วยความซื่อสัตย์โปร่งใส สมาชิกมีส่วนร่วมในการบริหารจัดการทุกกิจกรรม ทำงานด้วยจิตสาธารณะและถือเป็นหน้าที่ในการต้อนรับแขกผู้มาเยือนแบบ"กินข้าวเขาเฮือน" ตามวัฒนธรรมอีสาน สำหรับรูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง (ชะซอมโมเดล) ประกอบด้วย โปรแกรมการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุที่บูรณาการทุนทางสังคมของชุมชน ศักยภาพของโฮมสเตย์ กิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุแบบองค์รวม และผลกระทบ/ผลลัพธ์ที่จากการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพตามวิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง (ชะซอมโมเดล) คือความสุขและความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ

**คำสำคัญ :** การท่องเที่ยวเพื่อส่งเสริมสุขภาพ, ผู้สูงอายุ, และ วิถีวัฒนธรรมสุขภาพลุ่มแม่น้ำโขง

## Abstract

This action research was aimed to develop health promotion model for senior tourists by the way of Mae Khong basin health culture lifestyle. Study site was Sa-Som village, Na Po Klang Subdistrict, Khong Chiam District, Ubon Ratchathani Province . Samples consisted of 14 Kin-Kaaw-Soaw-Hearn group members, 12 Sa-Som Homestay committees , 8 senior in Sa-Som village and 28 senior tourist volunteers. The research tools consisted of a survey form of community lifestyle, an interview form of well being perception in senior tourist, guideline for focus group discussion, observation form of a participation in development process, questionnaire for happiness and satisfaction in participating in health promotion tourism program , assessment form of potential in the health promotion tourism program management, and health promotion tourism program for seniors tourists by the way of Mae Khong Basin health culture lifestyle. There were 3 study phases, comprised of community context, development process applied Deming's quality development cycle and result. Data were analyzed using content analysis, frequency, percentage, and mean. The results of the study revealed that;

Community context ; Sa-Som village located in Khong Chiam District, Ubon Ratchathani Province, which was 14 Kilometers far from Mae Khong River. Its terrain surrounded by mountains and having beautiful natural stone architecture. Community forest was rich of herbs and natural foods. Community people spent their life followed folkway named Heet 12 Kong 14, and respected nature and supranature. The Kin-Kaaw-Soaw-Hearn group was responsible for cultural homestay tourism.

The process of development was comprised of program planning, implementation evaluation, and change acceptability. The health promotion tourism program for seniors tourists as following ; Kin-Kaaw-Soaw-Hearn activity, seniors health assessment, travel through a forest and herbs study, health cultural exchange, and natural power obtainment.

The results of development showed that the seniors who participated in the program were happy and satisfied with the health promotion tourism program at a high to highest level (93.8% and 93.8%, respectively). Moreover, it was found that The community had potentiality of tourism management in which they got approval for standard Thai Homestay 2005-2007 and 2008-2009, having strong leader of homestay group, the committees managed with integrity and transparency, and the members participated in management of all activities with public minded and responsible in welcome "Kin-Kaaw-Saow-Hearn", by the way of Isan culture. Health promotion model for senior tourists by the way of Mae Khong basin health culture lifestyle (Sa-Som Model) comprised of the health promotion tourism program for seniors tourists that inetgrated social capital, homestay potentiality, and holistic health promotion. Finally, the outcome was seniors' happiness and satisfaction in joining the health promotion tourism program.

**Keyword** : health promotion tourism, seniors, Mae Khong Basin health culture