



รายงานการวิจัยเรื่อง

การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยว
สำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษา
การดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง

(The Development of Tourism Route and the Management of
Tourism Package in the Form of Wellness tourism by Local
Community: Case study of Lanna Wellness Tourism in Lampang
Province Area)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพริน เวชัญญะกุล

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ัญชนก บุญเจือ

นางสาวساتิยา มิ่งวงศ์

ดร.ณิศิรา กายราช

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

2563

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสวนดุสิต



รายงานการวิจัยเรื่อง

การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยว
สำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษา
การดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง
(The Development of Tourism Route and the Management of
Tourism Package in the Form of Wellness tourism by Local
Community: Case study of Lanna Wellness Tourism in Lampang
Province Area)

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพริน เวชธัญญะกุล

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ัญชนก บุญเจือ

นางสาวساتิยา มิ่งวงศ์

ดร.ณิศจิรา กายราช

โรงเรียนการท่องเที่ยวและการบริการ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

มหาวิทยาลัยสวนดุสิต

2563

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสวนดุสิต

(งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากงบประมาณแผ่นดินด้านการวิจัยปีงบประมาณ 2562)

หัวข้อวิจัย	การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูป ในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแล สุขภาพแบบล้าหนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง
ผู้ดำเนินการวิจัย	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพริน เวชธัญญะกุล ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธีรชนก บุญเจือ อาจารย์สาธิตยา มิ่งวงศ์ ดร. ณิชิรา ภายราช
หน่วยงาน	หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาการท่องเที่ยว โรงเรียนการท่องเที่ยวและการบริการ มหาวิทยาลัยสวนดุสิต
ปี พ.ศ.	2563

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้าหนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง” มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้าหนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวโดยการสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวและจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้าหนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว โดยคณะผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดลำปาง จำนวน 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ผลการวิเคราะห์การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้าหนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง สามารถพัฒนาเป็นเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพโดยชุมชนที่ให้มีกิจกรรมของชุมชนสอดแทรกการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้าหนา ด้วยการจัดเส้นทางและกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพเพื่อการเรียนรู้และสัมผัสวิถีชีวิตล้าหนาและวิถีชีวิตชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง โดยการเน้นกิจกรรมชุมชนเพื่อสร้างรายได้ให้กับชุมชนท้องถิ่น เช่น กิจกรรมการหมักใบเหมี้ยง กิจกรรมการทำอาหารพื้นเมือง กิจกรรมการทำหมอนเพื่อสุขภาพจากใบเหมี้ยง กิจกรรมเดินศึกษาวัฒนธรรมและธรรมชาติบ้านป่าเหมี้ยง กิจกรรมการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพ ณ อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจกับกิจกรรมเที่ยววัดและชมสถาปัตยกรรมล้าหนา วัดศรีชุม วัดศรีรองเมืองและวัดพระธาตุลำปางหลวง และชมสถานีรถไฟนครลำปาง ซึ่งเป็นสถานีรถไฟสายเหนือแห่งแรกที่สูงขึ้นเพื่อเปิดเส้นทางการเดินทางและเส้นทางขนส่งสินค้าสู่ภาคเหนือ

Research Title	The Development of Tourism Route and the Management of Tourism Package in the Form of Wellness tourism by Local Community: Case study of Lanna Wellness tourism in Lampang Province Area
Researcher	Asst. Dr. Pairin Wechtunyagul Asst. Thanchanok Boonchua Miss Satiya Mingwong and Dr. Nisira Kayarat
Organization	Tourism Program, School of Tourism and Hospitality, Suan Dusit University
Year	2020

The Research named the Development of Tourism Route and the Management of Tourism Package in the Form of Wellness tourism by Local Community: Case study of Lanna Wellness tourism in Lampang Province Area that has objectives to study Lanna Wellness tourism in Lampang Province Area, create tourism route by organizing the tourist activities, and publish Lanna Wellness tourism in Lampang Province Area in order to present to the entrepreneur in tourism industry and tourist. The researchers conducted the research in all 13 districts of Lampang Province consist of Mueang Lampang, Mae Mo, Ko Kha, Soem Ngam, Ngao, Chae Hom, Wang Nuea, Thoen, Mae Phrik, Mae Tha, Sop Prap, Hang Chat, and Mueang Pan. This research is a qualitative research as following:

Analysis result of the Development of Tourism Route and the Management of Tourism Package in the Form of Wellness tourism by Local Community: Case study of Lanna Wellness tourism in Lampang Province Area shows that the area will be able to develop as a tourism route and the management of tourism package in the form of wellness tourism by local community by inserting the local community activities into Lanna wellness tourism management. The researchers suggest wellness tourism route and activities that learn and feel Lanna and Ban Pa Miang community (located in Mueang Pan District, Lampang) way of life by focus on activities that earn income to the local community such as preserved fermented tea leaves, cook the local dishes, make the fermented tea leaves pillow, and walking tour around Ban Pa Miang community

(to learn the culture and nature) activities including health promotion tourism activities at Chaeson National Park, spirit promotion activities and sightseeing Lanna architecture and take a walking tour at Wat Srichum, Wat Si Rong Mueang, and Wat Prathat Lampang Luang. Finally, the researcher insert Nakhon Lampang railway station into the tourist program because this is the first railway station in the northern part of Thailand. It was built in order to transport the people and goods to the northern.

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี ผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์ในการให้คำปรึกษาและให้ข้อเสนอแนะอันเป็นประโยชน์จากผู้ทรงคุณวุฒิ ซึ่งประกอบไปด้วยรองศาสตราจารย์ ดร.ราณี อีสิชัยกุล ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณสถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยสวนดุสิตในการติดต่อประสานงานกับผู้วิจัยอย่างมีประสิทธิภาพเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณผู้เชี่ยวชาญและผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ที่ได้ให้ความอนุเคราะห์ตรวจสอบเครื่องมือ ให้ข้อเสนอแนะ ในการทำวิจัยครั้งนี้

สุดท้ายขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ นักวิจัย และทุกท่านที่มีได้เอ่ยนามที่ได้มีส่วนร่วมในการทำวิจัยครั้งนี้ให้เสร็จสิ้นสมบูรณ์ด้วยดี

ไพริน เวชัญญะกุลและคณะ

2563

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ก
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ข
กิตติกรรมประกาศ	ค
สารบัญ	ง
สารบัญตาราง	ฉ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญ	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	2
ขอบเขตการวิจัย	2
คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ตอนที่ 1 แนวคิดการดูแลสุขภาพแบบล้านนา	5
ตอนที่ 2 แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	8
ตอนที่ 3 แรงจูงใจและความคาดหวังในการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ	13
ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับศักยภาพแหล่งท่องเที่ยว	14
ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับแหล่งน้ำพุร้อนและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	14
ตอนที่ 6 การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย	16
ตอนที่ 7 รูปแบบการจัดโปรแกรมการนำเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ	18
ตอนที่ 8 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยว	19
ตอนที่ 9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	24
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	45
การวิจัยเชิงคุณภาพ	45
บทที่ 4 ผลการวิจัย	48
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ	48
ลักษณะทางประวัติศาสตร์ของจังหวัดลำปาง	50
วัดล้านนาสำคัญของจังหวัดลำปาง	51
ประเพณีสำคัญของจังหวัดลำปาง	52
ลักษณะวัฒนธรรมการกินของจังหวัดลำปาง	53

	หน้า
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	65
ตอนที่ 1 สรุปผลการวิจัย	65
ตอนที่ 2 การอภิปรายผล	69
ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย	73
บรรณานุกรม	75
ภาคผนวก	80
ภาคผนวก ก	81
ภาคผนวก ข	83
ภาคผนวก ค	85
ภาคผนวก ง	92

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
2.1	ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	12
2.2	แรงจูงใจและความคาดหวังจากการใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ	13
2.3	พฤติกรรมการใช้บริการสุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ	26

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญ

อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเป็นปัจจัยทางเศรษฐกิจที่สำคัญของประเทศไทยทั้งในด้านการสร้างรายได้และการจ้างงานให้กับประเทศ โดยในปี พ.ศ. 2561 ประเทศไทยได้รับรายได้จากการท่องเที่ยวเท่ากับประมาณ 2.01 ล้านล้านบาท โดยเป็นรายได้ที่ได้มาจากทั้งการเพิ่มขึ้นของจำนวนนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่เดินทางมาท่องเที่ยวในประเทศไทยจำนวน 38.27 ล้านคน และนักท่องเที่ยวไทยจำนวน 164.24 ล้านคน ส่งผลต่อการสร้างรายได้โดยรวมของประเทศไทยมูลค่าสูงถึง 1,068.18 พันล้านบาท ซึ่งส่งผลทำให้เกิดการจ้างงานโดยตรงในกิจกรรมและการบริการด้านการท่องเที่ยวทั้งในเมืองรองและเมืองหลักของประเทศไทย (วีรศักดิ์ ไคว์สุรัตน์, 2558) นอกจากนี้แนวโน้มการท่องเที่ยวในปี 2562 มีการคาดการณ์ว่าจะมีนักท่องเที่ยวต่างชาติเพิ่มขึ้นอีกร้อยละ 7.5 ซึ่งจะทำให้เกิดรายได้เข้าประเทศถึง 2.21 ล้านล้านบาท โดยหนึ่งในนโยบายการตลาดที่สำคัญของกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬาที่ช่วยกระตุ้นการเติบโตของการท่องเที่ยวของประเทศไทยได้แก่การส่งเสริมการท่องเที่ยวเมืองรองและเน้นการตลาดเฉพาะกลุ่มที่มีศักยภาพในการใช้จ่ายสูงโดยใช้การท่องเที่ยวแบบวิถีไทยเป็นตัวขับเคลื่อนด้านการท่องเที่ยวทั้งกลุ่มนักท่องเที่ยวภายในประเทศและนักท่องเที่ยวต่างประเทศ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นทางเลือกหนึ่งของรัฐบาลไทยในการพัฒนาและส่งเสริมประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยรัฐบาลไทยได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติในระหว่างปี พ.ศ. 2559 – 2568 ซึ่งจากการรายงานของศูนย์ข้อมูลข่าวสารอาเซียน กรมประชาสัมพันธ์ (2017) ระบุว่า อัตราการเติบโตของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพทั่วโลกขยายตัวปีละ 10 เปอร์เซ็นต์คิดเป็นมูลค่า 1.6 ล้านล้านบาทซึ่งช่วยกระตุ้นการสร้างรายได้ให้กับผู้ประกอบการให้โตขึ้นถึงร้อยละ 30

จังหวัดลำปางเป็นจังหวัดที่มีอายุเก่าแก่มากไม่น้อยกว่า 1,300 ปี มีชื่อเรียกขานกันหลายชื่อซึ่งเป็นหลักฐานตามตำนาน ได้แก่ กุกกุกนคร ลัมภักกับนคร ศรีนครชัย นครเวียงคอกว้าว เวียงดิน เขลางค์นคร นครลำปางคำเขลางค์ อาลัมภางค์ เมืองละคร และเมืองนครลำปางจากการที่เรียกขานกันว่า กุกกุกนคร แปลว่าเมืองไก่ ดังนั้นตราประจำจังหวัดลำปางจึงเป็นไก่ขาว เมืองนี้ตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ. 1223 จากหนังสือพงศาวดารโยนกกล่าวว่า สุพรหมฤาษี สร้างเมืองเพื่อให้เจ้าอนันตยศ พระโอรสของพระนางจามเทวี ครองคู่กับเมืองหริภุญชัย (ลำพูน) โดยให้ชื่อเมืองว่านครเขลางค์ ต่อมาเปลี่ยนเป็น นครอัมภางค์ และเปลี่ยนชื่อเป็นนครลำปางในภายหลัง (กรมทรัพยากรธรณี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, 2549)

สมัยโยนกเชียงแสน นครลำปางเคยตกอยู่ภายใต้อำนาจของขอม และเคยเป็นเมืองประเทศราชของพม่าและเมืองเชียงใหม่ และในสมัยพระเจ้ากรุงธนบุรี เจ้าทิพย์ช้างสามารถขับไล่พม่าออกจากเมืองลำปางได้สำเร็จ จึงได้รับการสถาปนาเป็นพระยาสุวโลไชยสงคราม และได้ขึ้นปกครองนครลำปาง ในปี พ.ศ. 2279 และในปี พ.ศ. 2307 เจ้าแก้วฟ้า พระโอรสของพระเจ้าทิพย์ช้างได้ขึ้นครอง

นครลำปาง และเป็นต้นตระกูล ณ ลำปาง ณ ลำพูน ณ เชียงใหม่ และต่อมาได้มีพระบุญวาทย์วงศ์มานิต เป็นผู้ครองนครลำปางองค์สุดท้าย จังหวัดลำปางได้ประกาศเป็นจังหวัดขึ้นในปี พ.ศ. 2435 (สมัยรัชกาลที่ 5) โดยขึ้นอยู่กับมณฑลพายัพ และต่อมาในปี พ.ศ. 2476 ลำปางจึงมีฐานะเป็นจังหวัดตามพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการอาณาจักรสยาม (กรมทรัพย์สินทางวัฒนธรรม กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, 2549)

จากรายได้และอัตราการเติบโตของการท่องเที่ยวและแนวโน้มนักท่องเที่ยวที่หันมาใส่ใจกับการดูแลสุขภาพที่เพิ่มจำนวนขึ้นตลอดจนการกระจายรายได้ของการท่องเที่ยวสู่เมืองรองของประเทศ ไทยตามนโยบายของรัฐบาล คณะนักวิจัยเห็นถึงความสำคัญถึงการสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับพื้นที่แหล่งท่องเที่ยวของจังหวัดลำปางได้ ตลอดจนการสร้างความมั่นคงของฐานทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมและการสนับสนุนการมีส่วนร่วมของชุมชนได้จึงทำวิจัยฉบับนี้เพื่อสร้างเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง
2. เพื่อจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในพื้นที่จังหวัดลำปาง
3. เพื่อจัดทำกิจกรรมทางการท่องเที่ยวและโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปและทดสอบตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาพร้อมสำหรับการนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว
4. เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์และการทำตลาดการท่องเที่ยวในเขตพื้นที่ภาคเหนือให้เป็นที่รู้จักในกลุ่มของผู้ประกอบการทางการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยวในกลุ่มได้

ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

ในการศึกษาครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขต ไว้ดังนี้

เชิงคุณภาพ

งานวิจัยฉบับนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) เพื่อศึกษาการท่องเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางเพื่อจัดทำเส้นทางท่องเที่ยว กิจกรรมการท่องเที่ยว และโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่จังหวัดลำปางเพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์และการทำตลาดการท่องเที่ยวในเขตพื้นที่ภาคเหนือให้เป็นที่รู้จักในกลุ่มของผู้ประกอบการทางการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยวในกลุ่มได้

2. ขอบเขตด้านประชากร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษาในครั้งนี้ได้แก่ ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informant) เพื่อการวิจัยเชิงคุณภาพ ได้แก่ ตัวแทนผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวจังหวัดลำปาง ผู้นำชุมชนท่องเที่ยว นักท่องเที่ยว ตัวแทนหน่วยงานภาครัฐ

การเก็บรวบรวมข้อมูลโครงการ

วิธีการศึกษา

งานวิจัยฉบับนี้เป็นการศึกษาวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) การเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกในพื้นที่ 13 อำเภอในจังหวัดลำปาง ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน เพื่อการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางเพื่อการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวโดยการสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวและจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางเพื่อนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม PAOR ประกอบด้วย การวางแผน (Planning: P) การปฏิบัติการ (Action: A) การสังเกตการณ์ (Observation: O) และการสะท้อนผล (Reflection: R)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informant)

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informant) เพื่อการวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วยภาคีที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่ศึกษาจังหวัดลำปาง ได้แก่ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับภาครัฐบาล เช่น เจ้าหน้าที่ศูนย์ส่งเสริมภูมิปัญญาไทย บุคลากรจากองค์การบริหารส่วนตำบล บุคลากรจากสำนักพัฒนาการท่องเที่ยว และผู้ประกอบการธุรกิจที่พักประเภทโฮมสเตย์ และนักท่องเที่ยว พื้นที่ละ 5 คน จำนวน 13 อำเภอ รวมจำนวนทั้งหมด 65 คน ประชากรกลุ่มนี้จะใช้เพื่อขอบเขตการศึกษาลักษณะการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาจังหวัดลำปาง

เครื่องมือวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. เครื่องมือการจัดการความรู้ (KM Tools)
2. การทบทวนแนวคิดครอบคลุม คำสำคัญ (Key words) ตามหัวข้อวิจัย
3. การสร้างกรอบแนวคิด เพื่อนำไปสู่การร่างแผนที่ความรู้ (Knowledge mapping)

เพื่อใช้ในการรวบรวมข้อมูลจากประชากรเป้าหมายจากการเล่าเรื่อง สันทนาการและการถาม/ตอบ

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยฉบับนี้ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

1. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

1.1 โครงการวิจัยนี้จะใช้การตรวจสอบข้อมูลสามเส้า (Data triangulation) การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้มานั้นถูกต้องหรือไม่ การตรวจสอบแหล่งของข้อมูล แหล่งที่จะพิจารณาในการตรวจสอบ ได้แก่

แหล่งเวลา หมายถึง ถ้าข้อมูลต่างเวลากันจะเหมือนกันหรือไม่
 แหล่งสถานที่ หมายถึง ถ้าข้อมูลต่างสถานที่กันจะเหมือนกันหรือไม่
 แหล่งบุคคล หมายถึง ถ้าบุคคลผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนไป ข้อมูลจะเหมือนเดิมหรือไม่

เพื่อยืนยันว่าข้อมูลที่ได้จากบุคคลที่แตกต่างกันในเวลาและสถานการณ์ที่แตกต่างกันในเรื่องเดียวกันได้คำตอบที่เหมือนกัน

1.2 การรวบรวมข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยจะดำเนินการไปอย่างต่อเนื่อง ไม่มีความแตกต่างในคำตอบ เรียกว่า “อึดตัว” ก็จะนำเอาข้อมูลสารสนเทศที่ได้มาใช้ในการตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ขอบเขตด้านเวลา

ระยะเวลาในการดำเนินการวิจัย 1 ปี ตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม พ.ศ. 2561 ถึงวันที่ 30 เมษายน พ.ศ. 2562

คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนา (wellness tourism) หมายถึง การท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวได้เดินทางไปยังแหล่งท่องเที่ยวที่มีเอกลักษณ์ของอารยธรรมล้านนาปรากฏอยู่โดยนักท่องเที่ยวจะได้สัมผัสกับกิจกรรมการท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นการเสริมสร้างสภาวะสุขภาพร่างกาย จิตใจของนักท่องเที่ยวโดยใช้ทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่นแบบล้านนาพื้นที่ 13 อำเภอในจังหวัดลำปาง ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ด้านวิชาการ

1. ได้องค์ความรู้ใหม่ในลักษณะนวัตกรรมเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา เพื่อการพัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยวรูปแบบของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
2. ได้รูปแบบและแนวทางการพัฒนาเส้นทางและโปรแกรมการท่องเที่ยวการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาเพื่อให้เป็นเส้นทางท่องเที่ยวแนวใหม่ของจังหวัดลำปาง

ด้านเศรษฐกิจ/พาณิชย์

การทำให้เกิดเส้นทางท่องเที่ยวใหม่ที่กระตุ้นและส่งเสริมให้ใส่ใจในการอนุรักษ์ทรัพยากรทางธรรมชาติและทรัพยากรทางวัฒนธรรมเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาธุรกิจการท่องเที่ยวให้เป็นธุรกิจที่กระตุ้นการสร้างรายได้ให้กับชุมชนท้องถิ่น

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยเรื่อง การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง คณะผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสาร งานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเพื่อทำความเข้าใจถึง ทฤษฎี แนวคิดและงานวิจัย โดยขอเสนอหัวข้อตามลำดับ ดังนี้

1. แนวคิดการดูแลสุขภาพแบบล้านนา
2. แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
3. แรงจูงใจและความคาดหวังในการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ
4. แนวคิดเกี่ยวกับศักยภาพแหล่งท่องเที่ยว
5. แนวคิดเกี่ยวกับแหล่งน้ำพุร้อนและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
6. การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย
7. รูปแบบการจัดโปรแกรมการนำเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ
8. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยว
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 แนวคิดการดูแลสุขภาพแบบล้านนา

การแพทย์พื้นบ้านล้านนาเป็นระบบการแพทย์พื้นบ้านของชาวไทยในภาคเหนือโดยมีความสัมพันธ์กับวิถีชีวิต จิตวิญญาณ โดยไม่แยกออกจากธรรมชาติและสิ่งเหนือธรรมชาติโดยองค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพแบบล้านนาจะเกี่ยวข้องกับการรักษาความสมดุลของกายและจิต ซึ่งชาวล้านนามีความเชื่อเรื่องกรรมโดยถือว่าการเจ็บป่วยมีสาเหตุมาจากกรรม ชาวล้านนาจึงมีพิธีกรรมเพื่อการดูแลสุขภาพของคนในชุมชน

ยิ่งยง เทาประเสริฐ (2546) ได้จัดระบบองค์ความรู้การแพทย์ล้านนาออกเป็น 4 ประเภทได้แก่

1. พิธีกรรมการกินการอยู่หรือที่ชาวล้านนาเรียกว่ากรรมกินกรรมอยู่
2. พิธีกรรมบำบัดที่ประกอบด้วยพิธีกรรมเพื่อให้อยู่เย็นเป็นสุขเพื่อการวินิจฉัยเพื่อการรักษาและการเตือนสติก่อนตาย
3. กายบำบัด เป็นการรักษาอาการเจ็บป่วยทางกายที่กระทำต่ออวัยวะภายนอก ร่างกาย เช่น การนวด เอาเอ็น การย่ำขาง ตอกเส้น
4. สมุนไพรบำบัด เป็นการใช้สมุนไพรเพื่อการรักษาโรคและอาการเจ็บป่วย หรือสร้างเสริมสุขภาพทั้งภายในและภายนอกร่างกาย

กลุ่มงานการแพทย์พื้นบ้านไทย (2546: 19-26) และสามารถ ใจเตี้ย (2561) ได้อธิบายถึงรูปแบบวัฒนธรรมการดูแลสุขภาพแบบล้านนาประกอบด้วย 4 รูปแบบได้แก่ การดูแลสุขภาพทางกาย

การดูแลสุขภาพทางใจ การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน และการดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การดูแลสุขภาพทางกาย เนื่องจากชนชาวล้านนามีการประกอบอาชีพเกษตรกรรม จึงมักมีปัญหาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย รูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายจึงเป็นการนวดซึ่งเป็นรูปแบบที่ปฏิบัติประจำในชีวิต ลักษณะการนวดจะไม่มีแบบแผนที่ชัดเจนแต่เกิดจากองค์ความรู้และภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ถ่ายทอดกันมา ตัวอย่างรูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายแบบล้านนา ได้แก่

1.1 การบีบนวดเมื่อมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายจากการทำงาน โดยจะให้สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้บีบนวดโดยมีรูปแบบที่ไม่แน่นอน

1.2 การเช็ดแห้ง เป็นการรักษาอาการปวดเมื่อย เคล็ด ขัดยอกโดยหอมพื้นบ้านจะใช้มีดแหก หรือบางทีจะใช้เขาควายสะเด็ดที่เกิดจากเขาที่ควายชนกันแล้วหักหรือเขี้ยวสัตว์ เช่น เขี้ยวหมูป่า เขี้ยวเสือ มาทำพิธีเสกคาถาแล้วใช้สับบริเวณที่มีอาการ ในการเช็ดแห้งหอมพื้นบ้านที่ทำการรักษาจะท่องคาถาเสกเป่าบริเวณที่เช็ดแห้งตลอดเวลาในลักษณะคล้ายจะเป็นการขับไล่อาการปวดเมื่อย

1.3 ย่ำขาง เป็นวิธีการบำบัดรักษาอาการทางกายโดยจะใช้ในการรักษาอาการปวดกล้ามเนื้อ เอ็น ปวดข้อ กระดูก อากาธา อัมพฤกษ์ อัมพาต โดยการใช้เท้าชุบน้ำยา (น้ำไพลหรือน้ำมันงา) ไปย่ำบนขางที่เผาไฟจนร้อนแดง แล้วจึงนำเท้าไปย่ำบนร่างกายหรืออวัยวะของผู้ป่วยโดยจะท่องคาถาร่วมด้วย คำว่า ขาง คือโลหะเหล็กผสมพลวงที่นำไปหล่อเป็นใบขาง (ใบไถ สำหรับไถนา) หรือหม้อขาง (กะทะ)

1.4 ตอกเส้น เป็นภูมิปัญญาการรักษาแบบล้านนาที่ใช้รักษาโรคของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ โดยใช้แกนไม้มะขามเป็นอุปกรณ์ที่จะใช้ตอกไปตามอวัยวะภายนอกของร่างกายส่วนที่จะทำการรักษา โดยตอกไปตามจุด เส้น เอ็นหรือกล้ามเนื้อ โดยมีการใช้คาถาร่วมด้วยคือคาถาชุมนุมเทวดาเพื่อการปฐมน้ำสมุนไพรสำหรับใช้ทา ร่วมกับการรักษาและใช้คาถากำกับหัวข้อน (คาถาสลูปหัวข้อน) ก่อนทำการรักษาเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดกล้ามเนื้ออักเสบหรืออักเสบ สำหรับน้ำมันสมุนไพรที่ใช้มีส่วนประกอบของน้ำมันเลียงผา น้ำมันงา สนุนไพร กรวยป่า (สีเสื่อหลวง) พริกไทย-ใบกระวาน กระดุกงูเหลือม เจตมูลเพลิงแดงและการบูร

1.5 การจับเส้น ใช้รักษาอาการปวดที่แขนและขาโดยใช้สมุนไพรมาประคบและจับเส้นเบา ๆ

1.6 การเป่า ใช้รักษาโรค เช่น งูสวัด โดยหอมพื้นบ้านจะมีคาถาเฉพาะอาการแต่ละโรคเมื่อเสกคาถาแล้ว มักจะมีการเสกน้ำมันต์เพื่อให้ผู้ใช้บริการนำน้ำไปทาบริเวณที่เป็นโรคหรือใช้ต้ม

1.7 การเสกข้าวสาร ใช้รักษาแผลเรื้อรังโดยหอมพื้นบ้านจะใช้ข้าวสารข้าวเจ้าแฉ่น้ำหอมพื้นบ้านจะเคี้ยวข้าวสารแล้วพ่นหรือทาบริเวณที่เป็นแผล

1.8 การสับสาร สารเป็นก้อนไขมันที่อุดตันบริเวณผิวหนังตามความเชื่อของคนในพื้นที่มักจะให้หอมพื้นบ้านเป็นคนรักษา โดยการใช้มีดที่ลงอาคมกรีดเอาไขมันออกและใช้ปูนขาวที่ใช้เคี้ยวกับหมากช่วยห้ามเลือด

2. การดูแลสุขภาพจิต เป็นกระบวนการที่ทำให้กำลังใจหรือบรรเทาอาการวิตกกังวลที่ แอบแฝงอยู่ในรูปแบบพิธีกรรมหรือสัญลักษณ์ ทั้งนี้กระบวนการปฏิบัติมักเกี่ยวข้องกับสิ่งเหนือ ธรรมชาติ (ผี) โดยผู้คนส่วนใหญ่ต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ดังเช่น

2.1 การฮ้องขวัญ หรือการสู่ขวัญ เป็นการเรียกขวัญที่ออกจากร่างไปให้กลับมาสู่ร่าง โดยมีการตรวจสอบว่าขวัญเข้าสู่ร่างกายครบถ้วนหรือไม่ด้วยการนับเมล็ดข้าว (เลขคู่หรือเลขคี่) เมื่อขวัญเข้าสู่ร่างกายเรียบร้อยแล้วจึงทำพิธีสู่ขวัญ ซึ่งชาวล้านนาเชื่อว่าคนที่ขวัญอยู่ครบจะเป็นคนที่ ขวัญดีและสุขภาพจิตสมบูรณ์

2.2 กินอ้อพญา กินอ้อหรืออ้อพะหลญา เป็นพิธีกรรมอย่างหนึ่งที่ใช้ปล้องอ้อเป็น ภาชนะใส่น้ำผึ้งเสกด้วยคาถาแล้วดื่ม โดยชาวล้านนาเชื่อว่าผู้ที่ได้ดื่มจะเป็นผู้ที่มีสติปัญญาดี เฉลียวฉลาด มีความจำดี รวมถึงการมีวาทศิลป์และมีเสน่ห์ในการแสดง ซึ่งการเสกอ้อชาวล้านนาจะ เลือกว่าวันที่เป็นมงคลซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นวันพฤหัสบดี หรือวันเถลิงศกในช่วงสงกรานต์

2.3 การส่งเคราะห์ จะใช้รักษาผู้ที่ประสบอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดย ไม่ทราบสาเหตุมาก่อน หมอพื้นบ้านจะทำกระทงสี่เหลี่ยมจตุรัสข้างในใส่แกงส้ม แกงหวาน แล้วนำดิน เหนียวมาปั้นเป็นรูปคนและสัตว์ทำพิธีโดยบริกรรมคาถาเสร็จแล้วนำไปวางไว้หน้าผู้ป่วย

2.4 การสืบชะตา พิธีนี้จะทำขึ้นเพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้ป่วยให้กลับคืนสู่ สภาพปกติและเพื่อเป็นสิริมงคล ขับไล่สิ่งชั่วร้ายให้ผ่านพ้นไป การประกอบพิธีสืบชะตานั้นต้องทำกัน ตอนเช้าถึงเที่ยงวันเท่านั้น ผู้ที่จะสืบชะตาจะเป็นผู้กำหนดวันประกอบพิธี เมื่อถึงวันประกอบพิธีจะ นิมนต์พระสงฆ์มารูปเดียวหรือสี่รูปก็ได้แต่ไม่เกินห้ารูป

2.5 การเลี้ยงผี หรือในภาษาล้านนาเรียกว่าสะลุ่มสะลุ่ม ทำโดยใครก็ได้ แต่ส่วนใหญ่ จะให้ผู้เฒ่าผู้แก่ในครอบครัวเป็นผู้ทำพิธี โดยจะนำของเลี้ยงไปเลี้ยงผี ณ บริเวณที่มีผีสิงสถิตอยู่

3. การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน การใช้สมุนไพรพื้นบ้านเป็นการถ่ายทอดสูตร ยาสมุนไพรพื้นบ้านจากบรรพบุรุษ โดยรูปแบบของสมุนไพรก็จะหาได้ตามท้องถิ่นตนโดยนำมาปรุง เป็นยา (ตำรับ) การปรุงยาเป็นการเอาตัวยาออกจากไม้ยา ซึ่งสารที่ใช้สกัดตัวยานี้นิยมใช้ได้แก่น้ำและ เหล้าพื้นบ้าน

3.1 ยาต้ม เป็นการสกัดยาให้ออกจากไม้ยาด้วยน้ำร้อนเป็นวิธีที่นิยมใช้มากที่สุดส่วน ใหญ่จะใช้ต้มกับส่วนของต้นไม้เนื้อแน่นแข็ง เช่น ลำต้น ราก เปลือกไม้ ซึ่งต้องใช้การต้มจึงจะมีตัวยา ออกมา ข้อดีของการต้มคือสะอาดและปลอดภัยจากเชื้อโรค

3.2 ยาขง เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำร้อน ใช้กับส่วนของต้นไม้ที่บอบบางอ่อนนุ่ม เช่น ใบ ดอก ที่ไม่ต้องการโดนน้ำเดือดนาน ๆ ตัวยาที่ออกมาได้ วิธีการขงให้เอายาใส่แก้วเติมน้ำร้อน จัดลงไป ปิดฝา ปล่อยให้จมนเย็นให้ตัวยาออกมาเต็มที่

3.3 ยาน้ำมัน เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำมันแต่ไม่นิยมปรุงใช้กันเนื่องจากตัวยาเหนียว

3.4 ยาตองเหล้า เป็นการสกัดตัวยาดด้วยเหล้าจะมีกลิ่นแรง หากรับประทานบ่อยอาจ ทำให้ติดเหล้า

3.5 ยาตำคั้นเอาน้ำ เป็นการนำสมุนไพรมาตำให้ละเอียดและคั้นเอาแต่น้ำออกมา มักใช้กับส่วนของต้นไม้ที่มีน้ำมากอ่อนนุ่ม ทำให้เหล่ง่าย เช่น ใบ หวี เหง้า ยาประเภทนี้รับประทาน มากไม่ได้เช่นกัน เพราะยาที่ได้จะมีกลิ่นและรสชาติรุนแรง ตัวยาจะเข้มข้นมาก

3.6 ยามง เป็นการนำสมุนไพรพื้นบ้านไปอบหรือตากแห้งแล้วบดให้เป็นผง ยายังเป็นผงละเอียดมากก็ยังมีสรรพคุณดีขึ้น เพราะยามงจะถูกดูดซึมเข้าสู่ลำไส้ได้ง่าย ทำให้ตัวยายเข้าสู่ร่างกายได้อย่างรวดเร็ว ส่วนผงยาชนิดใดที่รับประทานยากก็จะปั้นเป็นยาลูกกลอนโดยใช้น้ำข้าว หรือน้ำผึ้งเป็นตัวเชื่อมให้ตัวยายติดกันเป็นเม็ด ส่วนใหญ่นิยมใช้น้ำผึ้งเพราะสามารถเก็บไว้ได้นานไม่ขึ้นรา

3.7 ยาฝน เป็นวิธีที่หมอยาพื้นบ้านนิยมใช้มาก วิธีฝน คือการหาภาชนะใส่น้ำสะอาดประมาณครึ่งหนึ่ง แล้วนำหินลับมีดเล็ก ๆ จุ่มลงไปให้หินไหลเหนือน้ำเล็กน้อย ฝนจนให้ยาเป็นสีขุ่นขึ้นเล็กน้อย ต้มครั้งละ 1 แก้ว

4. การดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน เป็นการนำองค์ความรู้ในการประกอบอาหารจากบรรพบุรุษ เช่น แกง นึ่ง ต้ม ย่าง ยำ อ้อก แอ็บ มีวิธีการประกอบอาหารอย่างง่ายโดยใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหารที่หาได้ในท้องถิ่นตามฤดูกาล

ตอนที่ 2 แนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2551: 31) นิยามการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพว่า หมายถึง การท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความสวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม เพื่อการเรียนรู้และพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพหรือการบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ ในขณะที่ Lunt et al กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ คือ การท่องเที่ยวโดยมีจุดประสงค์ในการรับการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพ ซึ่ง Gee et al (1989 อ้างใน Douglas, 2001: 262) เสริมว่า การเดินทางเพื่อสงบจิตใจ หลีกหนีความจำเจและความกังวลใจ ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้เช่นเดียวกัน วุฒิชชาติ สุนทรสมัย และปิยะพร ธรรมชาติ. (2554: 3) ได้สรุปความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพว่า เป็นการผสมผสานระหว่างการท่องเที่ยวเพื่อชมสถานที่ท่องเที่ยวและกิจกรรมเชิงสุขภาพ ซึ่งสามารถแบ่งกิจกรรมเชิงสุขภาพออกเป็นการฟื้นฟูหรือการบำบัดสุขภาพ (Health Healing) เช่น การทำทันตกรรม การศัลยกรรม การผ่าตัดแปลงเพศ และการส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion) ซึ่งประกอบด้วย การบำบัดด้วยแพทย์แผนไทย การอาบน้ำแร่ การฝึกสมาธิ รวมถึงการใช้บริการสถานบริการส่งเสริมสุขภาพ เช่น สปา

ในช่วงทศวรรษที่ผ่านมาธุรกิจบริการทางการแพทย์และธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพมีอัตราการเติบโตสูงชันอย่างมาก สาเหตุมาจากการตื่นตัวของผู้ที่หันมาสนใจและแสวงหาการดูแลสุขภาพเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตให้มีความเป็นอยู่และมีร่างกายที่แข็งแรงกว่าในอดีต โดยปี 2559 เศรษฐกิจเชิงสุขภาพของโลกมีมูลค่าตลาดไม่ต่ำกว่า 3 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐ โดยเป็นส่วนของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพกว่า 400 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ (สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559: 1) ซึ่งแสดงให้เห็นว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสามารถสร้างรายได้ให้แก่นานาชาติ และยังคงมีแนวโน้มได้รับความนิยมอย่างต่อเนื่องโดยเฉพาะประเทศในแถบเอเชียแปซิฟิก ทำให้หลาย ๆ ประเทศรวมถึงประเทศไทย พยายามผลักดันตนเองให้กลายเป็นศูนย์กลางทางการแพทย์ (medical

Hub) เพื่อให้กลายเป็นจุดหมายปลายทางของการท่องเที่ยวเพื่อการดูแลสุขภาพ (ณัฐพล วุฒิรักษ์จร, 2560)

ในอดีตการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพหรือแม้แต่ธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการดูแลสุขภาพยังไม่มีเป็นที่รู้จักมากนักในนักท่องเที่ยวทั้งต่างชาติและชาวไทย ซึ่งรัฐบาลก็ไม่มีนโยบายส่งเสริมธุรกิจท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับด้านสุขภาพอย่างเป็นรูปธรรม แต่ในช่วงหลังเศรษฐกิจฝ่อสงบตั้งแต่เมื่อปี พ.ศ. 2540 ธุรกิจสุขภาพต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นโรงพยาบาล คลินิก หรือสถานบริการส่งเสริมสุขภาพต่างได้รับผลกระทบเพราะมีจำนวนผู้มาใช้บริการลดลงจึงทำให้เกิดวิกฤตทางการเงิน ทำให้ธุรกิจที่เกี่ยวข้องเริ่มมองหากลุ่มลูกค้าที่มีกำลังซื้อสูง ซึ่งก็คือนักท่องเที่ยวและนักธุรกิจชาวต่างชาติที่เดินทางมาท่องเที่ยวที่ไทยและที่พำนักอาศัยอยู่ในประเทศไทยอยู่แล้ว จึงเกิดการผลักดันและกำหนดเป็นนโยบายจากรัฐบาลว่าให้มีการหารายได้เข้าประเทศจากรักสุขภาพจากผู้ป่วยต่างชาติและให้การสนับสนุนธุรกิจที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแหล่งสร้างรายได้ใหม่ให้แก่ประเทศ จากนั้นนโยบายดังกล่าวทำให้รัฐบาลกำหนดแผนยุทธศาสตร์เพื่อสนับสนุนให้ประเทศไทยกลายเป็นศูนย์กลางการแพทย์และการดูแลสุขภาพของเอเชียอย่างจริงจังตั้งแต่ในอดีตจนถึงปัจจุบันรวมทั้งสิ้น 3 ฉบับ ได้แก่ 1. แผนยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ (พ.ศ. 2547-2557) 2. ยุทธศาสตร์การเป็นศูนย์กลางบริการด้านสุขภาพนานาชาติ (medical Hub) รองรับยุทธศาสตร์ประเทศไทย (Country Strategy) (พ.ศ. 2557-2561) 3. ยุทธศาสตร์การพัฒนาประเทศไทยให้เป็นศูนย์กลางสุขภาพนานาชาติ (medical Hub) ระยะ 10 ปี (พ.ศ. 2559-2568) จากแรงผลักดันและการสนับสนุนจากรัฐบาลรวมถึงการมีส่วนร่วมของทุกภาคฝ่ายทำให้รายได้จากนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติที่เดินทางเข้ารับบริการด้านสุขภาพในประเทศไทยเป็นจำนวนกว่าหนึ่งแสนล้านบาท ซึ่งประเทศไทยเป็นประเทศที่มีผู้มาใช้บริการทางการแพทย์มากที่สุดในโลกอีกด้วย (กอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร, 2559)

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นผลรวมของความสัมพัทธ์ที่มีผลมาจากการเดินทางและการพักอาศัยโดยผู้คนที่มีความกระตือรือร้นหลักคือการดูแลสุขภาพหรือการส่งเสริมสุขภาพของพวกเขา เช่น คนที่พักอาศัยอยู่ในโรงแรมเฉพาะซึ่งมีการจัดหาผู้เชี่ยวชาญที่เหมาะสมและอยู่ในพื้นที่เฉพาะ ซึ่งคนเหล่านี้มีความต้องการการบริการที่สำเร็จรูปที่ประกอบด้วยดูแลสุขภาพทางกาย การดูแลสุขภาพใจ การดูแลสุขภาพจิต การพักผ่อนหรือการทำสมาธิและกิจกรรมฝึกจิตตลอดจนการศึกษาด้านการดูแลสุขภาพ (Mueller, H. and Kaufmann, Lanz, E., 2001: 6)

Mueller, H. and Kaufmann, Lanz, E. (2000) อธิบายไว้ว่าการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (wellness tourism) เป็นการท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นไปที่การดูแลสุขภาพของบุคคลที่ประกอบไปด้วยร่างกาย จิตใจ และจิตวิญญาณ วิธีชีวิตและความรับผิดชอบในตัวเองในเรื่องของสุขภาพเพื่อทำให้คุณภาพของชีวิตดีขึ้น

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) ว่า หมายถึง การท่องเที่ยวที่มีแรงจูงใจหรือจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และ/หรือบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ หรือเป็นการท่องเที่ยวที่ผสมผสานการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจควบคู่กัน โดยมีจิตสำนึกต่อการอนุรักษ์ทรัพยากรท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม (ราณี อธิชัยกุล, 2557: 168) โดยการท่องเที่ยวสุขภาพนั้นเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวหรือการพักผ่อนควบคู่ไปกับการดูแลสุขภาพของการท่องเที่ยวออกเป็น 3 ระดับ คือ

1. การท่องเที่ยวเพื่อรักษาสุขภาพของนักท่องเที่ยวที่ได้อยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น การท่องเที่ยวในลักษณะนี้กำลังเป็นที่นิยมอย่างสูงทั่วโลก เนื่องจากนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่เริ่มให้ความสำคัญกับการรักษาสุขภาพของตนเองภายใต้สภาพแวดล้อมที่เสื่อมโทรมในปัจจุบัน โดยการออกกำลังกายและดูแลสุขภาพอย่างถูกวิธี เช่น การนั่งสมาธิ การฝึกโยคะ การฝึกไทเก๊ก การอาบน้ำแร่หรือสปา การนวดแผนโบราณ การรับประทานสมุนไพร การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ และการพักผ่อนในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ใกล้ชิดธรรมชาติมากขึ้น ซึ่งประเทศไทยมีสถานที่ให้บริการการท่องเที่ยวเพื่อรักษาสุขภาพหลายประเภท เช่น การนวดแผนโบราณที่วัดโพธิ์ การนั่งสมาธิในวัดสำคัญทางพุทธศาสนา

2. การท่องเที่ยวเพื่อฟื้นฟูสุขภาพของนักท่องเที่ยว หรืออยู่ในระยะพักฟื้น การท่องเที่ยวลักษณะนี้นักท่องเที่ยวต้องการอากาศที่บริสุทธิ์อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีและเป็นธรรมชาติ รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ และออกกำลังกายอย่างเบา ๆ เพื่อฟื้นฟูสุขภาพ สถานที่ท่องเที่ยวที่ให้บริการลักษณะนี้ เช่น ชีวาศรม สถานที่พักตากอากาศชายทะเล

3. การท่องเที่ยวเพื่อรักษาโรคของนักท่องเที่ยว การท่องเที่ยวในลักษณะนี้กำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างสูง เนื่องจากค่ารักษาพยาบาลในประเทศไทยถูกกว่าต่างประเทศ และประเทศไทยมีแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญและมีฝีมือหลายด้าน เช่น การทำทันตกรรม การเปลี่ยนสะโพก การเปลี่ยน ข้อเข่า การผ่าตัดเพื่อเสริมความงาม

ราณี อิศัยกุล (2557: 168) ได้อธิบายว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ อาจแบ่งตามจุดมุ่งหมายหรือวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ ด้วยการเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมเพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งในหรือนอกที่พักแรมอย่างถูกวิธี ตามหลักวิชาการและมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง เช่น การอาบน้ำแร่/น้ำพุร้อน การนวดแผนไทย การอบสมุนไพร การบริการสวดคนธำบัต (Aroma Therapy) และวาริบำบัด (Water Therapy) เป็นต้น จุดประสงค์หลักของการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ คือ การส่งเสริมบำรุงรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิต การบำบัดรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ ตลอดจนการได้มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสร้างสรรค์ทางสังคมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีกับผู้อื่นในระหว่างการท่องเที่ยว ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทศนคติ และค่านิยมในการส่งเสริมและรักษาฟื้นฟูสุขภาพให้สมบูรณ์ด้วยตัวเองมากยิ่งขึ้น การสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองนั้นสามารถแสดงออกมาในรูปแบบของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา การควบคุมน้ำหนักตัว การนิยมเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การทำจิตใจให้สงบด้วยการฝึกปฏิบัติสมาธิและการใช้ยารักษาโรคจากสมุนไพรที่มีผลกระทบข้างเคียงน้อย

2. การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ (Health Healing Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมบำบัดรักษาโรคหรือฟื้นฟูสุขภาพต่าง ๆ ที่หลากหลาย ตามหลักวิชาการและมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง เช่น การตรวจร่างกาย รวมทั้งการทำทันตกรรม การรักษาสุขภาพฟัน การผ่าตัดเปลี่ยนสะโพก การผ่าตัด

เปลี่ยนข้อเช่า การผ่าตัดเสริมความงาม หรือการแปลงเพศ ในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐาน หรือ บางครั้งเรียกว่า การท่องเที่ยวเชิงการแพทย์ (Medical Tourism)

กล่าวโดยสรุป การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประกอบด้วยกิจกรรมการท่องเที่ยวสุขภาพทางธรรมชาติ การท่องเที่ยวสุขภาพทางวัฒนธรรม รวมถึงการปรับสมดุลของอาหาร การปรนนิบัติเพื่อเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย ขจัดความเครียด และปรับความสมดุลให้แก่ร่างกาย เช่น กิจกรรมนวด สปา การอาบน้ำแร่/น้ำพุร้อน การฝึกปฏิบัติสมาธิ การลดความอ้วน การลดความเครียด การปรับปรุงรูปร่างให้สมส่วน การออกกำลังกาย การรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ เป็นต้น ผู้ประกอบการธุรกิจเพื่อสุขภาพที่เป็นธุรกิจหลักในการรองรับกลุ่มนักท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ ได้แก่ ธุรกิจสปาเพื่อสุขภาพและสปาเพื่อความงาม ธุรกิจรีสอร์ทเพื่อสุขภาพ แหล่งท่องเที่ยวประเภทน้ำพุร้อน/น้ำแร่ ศูนย์สุขภาพ รวมทั้งโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลเพื่อสุขภาพ

จากความหมายข้างต้นจะเห็นได้ว่าการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมีองค์ประกอบสำคัญหลายประการทั้งสภาพทางกายภาพและบริการที่นักท่องเที่ยวมีความคาดหวังที่จะได้รับการตอบสนอง เช่น สภาพแวดล้อมและความงดงามตามธรรมชาติและวัฒนธรรม สถานที่สงบและรื่นรมย์เพื่อพักผ่อนในเวลาว่างจากภารกิจ บริการที่สะดวกสบายเพื่อการผ่อนคลายความตึงเครียด ประโยชน์ในการพัฒนาสุขภาพและร่างกายและจิตใจโดยรวม ความรู้สึกปลอดภัยและการดูแลเอาใจใส่ การบำบัดด้วยน้ำแร่ น้ำพุร้อน การบริการด้วยบุคลากรที่มีทักษะและได้รับการฝึกอบรม และความคุ้มค่าของเงิน

กล่าวได้ว่า ประเทศไทยมีความจำเป็นที่จะต้องมีการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ไม่เพียงแต่จะช่วยเพิ่มรายได้ให้แก่ประเทศเท่านั้น แต่เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) เป็นกิจกรรมที่มีรากฐานมาจากชุมชน กล่าวคือ เป็นการท่องเที่ยวที่ใช้ทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่น ดังนั้น ถ้าสามารถพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไปยังชุมชนต่าง ๆ ได้จะเป็นปัจจัยส่งเสริมให้ระบบเศรษฐกิจชุมชนมีความเจริญก้าวหน้าและเกิดการกระจายรายได้ไปสู่คนในชุมชนเพื่อลดปัญหาการกระจุกตัวของรายได้จากการท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมแต่ในเมืองใหญ่ ๆ ซึ่งการส่งเสริมกิจกรรมชุมชนนี้สามารถพัฒนาให้กลายเป็น การท่องเที่ยวโดยชุมชน (community based tourism) ซึ่งถือเป็นรูปแบบหนึ่งของการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนโดยที่ชุมชนเป็นผู้กำหนดทิศทางในการบริหารจัดการด้วยตนเอง ในปัจจุบันชาวต่างชาตินิยมการท่องเที่ยวลักษณะนี้เป็นจำนวนมาก โดยในปี พ.ศ. 2557 สามารถสร้างรายได้ให้แก่ประเทศได้ถึง 32.3 ล้านบาท จากนักท่องเที่ยวประมาณ 1 แสนคน (สำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา: 2560) นอกเหนือจากนี้ประเทศไทยมีศักยภาพเพียงพอในการขึ้นสู่การเป็นผู้นำด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเอเชีย กล่าวคือ ธุรกิจการบริการสุขภาพของไทยมีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับจากทั่วโลก มีเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่ทันสมัย มีสถานพยาบาลที่ได้รับการรับรองมาตรฐานนานาชาติ มีการพัฒนาคุณภาพของบุคลากรอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งคำรักษาพยาบาลและค่าใช้จ่ายด้านการท่องเที่ยวนั้น มีอัตราค่าค่อนข้างต่ำเมื่อเทียบกับประเทศอื่น ๆ

ตารางที่ 2.1 ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ความหมาย	แหล่งที่มา
การจัดสิ่งอำนวยความสะดวกทางสุขภาพโดยใช้ประโยชน์จากทรัพยากรธรรมชาติของประเทศหรือเมืองท่องเที่ยว โดยเฉพาะอย่างยิ่งแหล่งน้ำแร่ธรรมชาติ และภูมิอากาศที่ดี	องค์การ IOUTO (1973 อ้างใน Hall, 1992)
ความพยายามในการจัดสิ่งอำนวยความสะดวกในเมืองจุดหมายปลายทางเพื่อดึงดูดนักท่องเที่ยวด้วยการส่งเสริมบริการดูแลรักษาสุขภาพและบริการสิ่งอำนวยความสะดวกด้านสุขภาพ นอกเหนือจากสิ่งอำนวยความสะดวกนักท่องเที่ยวทั่วไป	Goodrich and Goodrich (1987, อ้างใน Douglas, 2001: 262)
การเดินทางไปในสถานที่เฉพาะเพื่อให้ได้รับประสบการณ์บริการสปาที่ครบวงจรหรือการเดินทางไปเพื่อรักษาสุขภาพ	Van Sleipen (1989 อ้างใน Hall, 1992)
การเดินทางไปจุดหมายปลายทางในประเทศหรือในพื้นที่ธรรมชาติ เพื่อหลีกเลี่ยงจากความจำเจและเพื่อความสงบในจิตใจของนักท่องเที่ยวที่กังวลใจ	Gee et al (1989 อ้างใน Douglas, 2001: 262)
การเดินทางท่องเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวและครอบครัวเพื่อให้มีสุขภาพที่ดีขึ้น	Ross (2001, อ้างใน Erfurt-Cooper and Cooper, 2009)
การท่องเที่ยวพักผ่อนไปท่ามกลางธรรมชาติ เรียนรู้วิธีการใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดและเสริมสร้างสุขภาพให้แข็งแรง จิตใจสดชื่น แจ่มใสควบคู่ไปกับการท่องเที่ยวเห็นวัฒนธรรมท้องถิ่น และนำสิ่งที่ได้รับมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น	วรรณ วลัยวานิช (2546: 145)
การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ตลอดจนการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและกิจกรรมรักษาฟื้นฟูสุขภาพ	การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2551: 31)

ที่มา: ราณี อธิชัยกุล (2557: 169-171)

ตอนที่ 3 แรงจูงใจและความคาดหวังในการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ

ในปัจจุบันบุคคลมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่มีความใส่ใจในสุขภาพและรูปลักษณ์ของตนเองมากขึ้น บุคคลมีแรงจูงใจหรือความต้องการหลากหลายในการดูแลสุขภาพและมีความคาดหวังที่จะได้รับการตอบสนองจากบริการสปาเพื่อสุขภาพที่มีหลากหลายและแตกต่างกันไปตามแต่ละรสนิยมและรายได้ บุคคลอาจมีความต้องการพักผ่อนและเวลาพักผ่อนเพิ่มขึ้นเนื่องจากสภาพการทำงานและสภาพครอบครัวที่ตึงเครียดในสภาพแวดล้อมที่เร่งรีบในปัจจุบัน บางคนอาจต้องการและมีเวลามากในการบำรุง บำบัดรักษาและฟื้นฟูสุขภาพในสองสัปดาห์เพื่อให้ได้รับประโยชน์สูงสุด ในขณะที่บางคนอาจมีเวลาว่างไม่กี่ชั่วโมงที่จะต้องใช้เวลาให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการพักผ่อนร่างกายและจิตใจ รวมทั้งการดูแลรูปลักษณ์ของตน แรงจูงใจของบุคคลหรือนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมีมากมายตั้งแต่ความต้องการเวลาพักระยะสั้น จนกระทั่งการพักผ่อนและนันทนาการเต็มรูปแบบเพื่อให้มีชีวิตที่ยืนยาวด้วยการทำให้เกิดความกระปรี้กระเปร่าขึ้นใหม่ (ราณี อธิชัยกุล, 2557: 174-175)

ตารางที่ 2.2 แรงจูงใจและความคาดหวังจากการใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ

แรงจูงใจ/ความต้องการของการใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ	ความคาดหวังจากการใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ
<ul style="list-style-type: none"> - การแช่น้ำ/อาบน้ำเพื่อการบำบัด (Balneology) - ความสวยงามของรูปลักษณ์ (Beautification) - การเปลี่ยนแปลงแผนชีวิต (Change of lifestyle) - การล้างสารพิษออกจากร่างการ (Detoxification) - การบำบัดด้วยน้ำ (Hydrotherapy) - การรักษาทางแพทย์ (Medical benefits) - การบำบัดทางกายภาพ (Physical treatment) - การฟื้นฟูร่างกาย (Rehabilitation) - การเข้าสังคม (Socialising) - การจัดการความเครียด (Stress Management) - การบำบัดด้วยน้ำแร่/น้ำพุร้อน (Thermalism) 	<ul style="list-style-type: none"> - ความรู้สึกที่ดีขึ้นทั้งทางกายและทางจิตใจ (Feeling better physically and mentally) - ความสมบูรณ์ของร่างกาย (Increasing fitness) - การมีสุขภาพโดยรวมที่ดีขึ้น (Improve overall health) - การรักษาสุขภาพที่แข็งแรง (Maintenance of good health) - การป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ (Prevention of illness) - ความบริสุทธิ์ผุดผ่อง (Purification) - ความกระปรี้กระเปร่า/ทำให้อ่อนเยาว์ (Rejuvenation) - การผ่อนคลายความตึงเครียด (Relaxation) - การหายจากโรค/ความเจ็บป่วย (Recovery)

แรงจูงใจ/ความต้องการของการใช้ บริการสปาเพื่อสุขภาพ	ความคาดหวังจากการใช้ บริการสปาเพื่อสุขภาพ
- การมีสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ (Wellness)	- การอยู่ในสภาพแวดล้อมที่ปลอดภัย (Safe environment) - การทำให้เบิกบานใจ (Stimulation)

ที่มา : Erfurt-Cooper and Cooper (2009: 34) อ้างใน ราณี อธิชัยกุล, 2557: 174-175

ตอนที่ 4 แนวคิดเกี่ยวกับศักยภาพแหล่งท่องเที่ยว

ศูนย์สารสนเทศยุทธศาสตร์ภาครัฐ สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้รายงานถึงดัชนี Travel and Tourism Competitiveness Index (TTCI) ของ World Economic Forum ซึ่งเป็นตัวชี้วัดที่สะท้อนให้เห็นถึงการพัฒนาภาคการท่องเที่ยวของแต่ละประเทศด้วยการจัดอันดับความสามารถทางการแข่งขันด้านท่องเที่ยว พบว่า ประเทศไทย อยู่ใน 50 อันดับแรกของประเทศทั่วโลกที่มีการเปรียบเทียบศักยภาพด้านการท่องเที่ยว และเมื่อพิจารณาแนวโน้มตั้งแต่ปี 2550 - 2554 จะเห็นได้ว่าประเทศไทยมีแนวโน้มทางการแข่งขันที่ดีขึ้น (ศูนย์สารสนเทศยุทธศาสตร์ภาครัฐ สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2556)

กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2556) ได้กล่าวถึง ศักยภาพในการเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมของชุมชน หมายถึง ชุมชนที่มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ 1. ศักยภาพในการดึงดูดใจด้านการท่องเที่ยว 2. ศักยภาพในการรองรับด้านการท่องเที่ยว และ 3. ศักยภาพด้านการบริหารจัดการ ทั้งนี้ในแต่ละองค์ประกอบจะมีหลักเกณฑ์และดัชนีชี้วัดในการพิจารณาความมีศักยภาพ ความมีประสิทธิภาพ และความมีคุณภาพ เพื่อใช้ในการประเมินมาตรฐานของแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมนั้นด้วย (กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2559)

ตอนที่ 5 แนวคิดเกี่ยวกับแหล่งน้ำพุร้อนและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ความหมายน้ำพุร้อนและประเภทแหล่งน้ำพุร้อน

ราณี อธิชัยกุล (2557: 181) ได้อธิบายไว้โดยอ้างถึงคำจำกัดความของน้ำพุร้อน หรือ พุน้ำร้อน จากพจนานุกรมศัพท์ธรณีวิทยา ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2544 ว่าเป็น “แหล่งที่น้ำไหลขึ้นมาจากใต้ดิน และมีอุณหภูมิของร่างกายมนุษย์” น้ำที่พุขึ้นมาอาจจะอุ่น ๆ จนถึงเดือดพล่าน อาจบริสุทธิ์หรือมีแร่ธาตุรวมทั้งแก๊สละลายอยู่ ทำให้มีรสและกลิ่นต่าง ๆ กัน ปริมาณน้ำที่ไหลออกมาแต่ละพุก็ต่างกัน บางพุไหลเพียงเอ่อ ๆ บางพุไหลแรง บางพุพุ่งกระเซ็นพันปากบ่อ เพราะแรงดันของแก๊สที่ละลายขึ้นมาจากใต้ดิน เช่น ที่อำเภอฝาง จังหวัดเชียงใหม่ ที่อำเภอแม่จัน จังหวัดเชียงราย ถ้าน้ำที่พุขึ้นมาเย็นกว่าอุณหภูมิของร่างกาย เรียกแหล่งนั้นว่า พุน้ำเย็น (Cold spring) แหล่งน้ำพุร้อนสามารถแบ่งตามกายภาพ ได้แก่

1. **น้ำพุร้อนไกเซอร์ (Geyser)** เป็นน้ำพุร้อนที่มีขนาดใหญ่ มีกำลังแรงมาก มีน้ำและไอน้ำที่ร้อนจัดพุ่งขึ้นมาได้สูงและมีแรงพุ่งออกมาเป็นระยะ ๆ ค่อนข้างสม่ำเสมอ บางแห่งน้ำอาจพุ่งสูงได้ถึง 60 เมตร ระยะเวลาการพุ่งน้ำออกมาจะเท่า ๆ กัน เช่น 5 นาที 7 นาที น้ำพุร้อนไกเซอร์ที่มีชื่อเสียง เช่น น้ำพุร้อนโอล์ด เฟธฟูล (Old Faithful) ที่อุทยานแห่งชาติเยลโลว์สโตน (Yellow Stone National Park) ประเทศสหรัฐอเมริกา น้ำพุร้อนกีร์เซอร์ (Geysir) ประเทศไอซ์แลนด์ ซึ่งเป็นที่มาของคำว่าไกเซอร์ (Geyser) และน้ำพุร้อนอีกหลายแห่งในประเทศนิวซีแลนด์

2. **น้ำพุร้อน (Hot Spring) หรือบ่อน้ำร้อน (Hot Pool)** คือ แหล่งน้ำที่มีอุณหภูมิสูงกว่าร่างกายมนุษย์ไหลขึ้นมาจากใต้ดิน น้ำที่ขึ้นมาติดตั้งแต่อุ่น ๆ จนถึงเดือดพล่าน น้ำร้อนแต่ละแห่งจะมีแร่ธาตุรวมทั้งก๊าซละลายอยู่ในปริมาณที่ไม่เท่ากัน ทำให้มีสีและกลุ่มแตกต่างกัน และมีปริมาณน้ำที่ไหลออกมาจากแต่ละบ่อแตกต่างกัน เช่น บ่อน้ำพุร้อนที่ทะเลสาบโบโกเลีย น้ำพุร้อนนับริอยแห่งประเทศไอซ์แลนด์ ประเทศนิวซีแลนด์ และน้ำพุร้อนประเทศไทย เป็นต้น ถ้ามีเพียงน้ำร้อนไหลซึมขึ้นมาบนผิวดินจะเรียกว่าน้ำซึม (Seepage)

3. **บ่อไอเดือดหรือพุก๊าซ (Fumarole)** คือ หลุมหรือปล่องที่มีไอน้ำพุ่งขึ้นมา จะไม่มีน้ำเหมือนน้ำพุร้อน สาเหตุอาจเกิดจากบริเวณนั้นมีน้ำเพียงเล็กน้อย เมื่อได้รับความร้อนจึงกลายเป็นไอออกมา หรืออาจเกิดจากการที่ชั้นใต้ดินมีความร้อนสูงมากจนน้ำกลายเป็นไอจนหมด บ่อไอเดือดพบมากในประเทศที่มีภูเขาไฟ แต่ก็สามารถพบได้ในพื้นที่ที่ไม่มีภูเขาไฟได้เช่นกัน

4. **บ่อโคลนเดือดหรือพุโคลน (Mud Pot)** คือ โคลน (แอ่งตะกอนที่อึดตัวไปด้วยน้ำ) ซึ่งมีไอน้ำร้อนจัดอยู่เบื้องล่าง เมื่อไอน้ำนั้นเคลื่อนที่จะทำให้โคลนที่อยู่ด้านบนพุ่งกระจายขึ้นมาคล้ายการระเบิดย่อย ๆ ในบริเวณภูเขาไฟ ปกติบ่อโคลนเดือดมักมีกัมมะถันอยู่มาก

คุณประโยชน์ของแร่ธาตุชนิดต่าง ๆ ที่อยู่ในน้ำพุร้อนมีดังนี้

1. แคลเซียม ช่วยเสริมสร้างกระดูกและฟัน ช่วยในการเติบโตของเด็ก ช่วยปรับสภาพความสมดุลของผิวไม่ให้แห้งกร้าน
2. แมกนีเซียม ช่วยระบบขับถ่ายเป็นยาระบาย สร้างและซ่อมแซมเซลล์ผิวที่เสื่อมสภาพไป
3. โพแทสเซียม ช่วยรักษาสมดุลของความเป็นกรด ต่าง ของร่างกาย ช่วยให้ปฏิกิริยาการเผาผลาญอาหาร ช่วยบำรุงและควบคุมความชุ่มชื้นของเซลล์ผิว
4. โซเดียม ช่วยรักษาระบบสมดุลของน้ำในร่างกาย ช่วยในการรับส่งประสาทความรู้สึก ช่วยระบบขับถ่ายเป็นยาระบาย และกระตุ้นการเปลี่ยนแปลงของเซลล์ผิวให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เพิ่มขึ้น
5. ฟลูออไรด์ ช่วยให้ฟันแข็งแรงไม่ผุง่าย แต่ก็มีปริมาณมากเกินไปจนมาตรฐานและดื่มเป็นเวลานานอาจทำให้ฟันดำเป็นจุด
6. ไบคาร์บอเนต ช่วยลดกรดในกระเพาะอาหาร
7. ซัลเฟต ช่วยให้เลือดแข็งตัว ป้องกันเลือดไหลไม่หยุด ช่วยในการเจริญเติบโตของกระดูก ช่วยระบบขับถ่ายเป็นยาระบาย
8. โบรไมน์ ช่วยฆ่าเชื้อโรคได้อย่างปลอดภัยไม่ระคายเคืองผิว
9. คลอไรด์ ช่วยทำความสะอาดได้ดีถึงรูขุมขน
10. ทองแดง ช่วยบำรุงเส้นใยคอลลาเจน

11. ไอโอดีน ป้องกันโรคคอพอก
12. น้ำแร่ที่มีก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์เป็นองค์ประกอบ ช่วยขับปัสสาวะและทำให้น้ำแร่มีรสชวนดื่ม
13. อีลาสติน ช่วยพยุงผิวให้กระชับ
14. แมงกานีส ช่วยสร้างคอลลาเจนให้ผิว
15. สังกะสี ช่วยผลิตเซลล์ผิวใหม่

น้ำพุร้อนในประเทศไทย

แหล่งน้ำพุร้อนในประเทศไทยมีจำนวนทั้งสิ้น 112 แหล่งกระจายอยู่ทั่วประเทศ (กรมทรัพยากรธรณี, 2530) ความสัมพันธ์ระหว่างแหล่งน้ำพุร้อนและการท่องเที่ยว พบว่า น้ำพุร้อนสามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการบริโภค อาทิ น้ำแร่กำลังที่ได้รับความนิยมในกลุ่มคนที่รักสุขภาพเนื่องจากน้ำแร่มีแร่ธาตุที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ เช่น แคลเซียม แมกนีเซียม โพแทสเซียม ฟลูออไรด์ ไบคาร์บอเนต และซัลเฟต ซึ่งจากประโยชน์ของแร่ธาตุต่าง ๆ ในน้ำแร่จึงทำให้มีการนำน้ำแร่มาใช้ในการบำบัดรักษาและบริโภคเพื่อสุขภาพ โดยพบว่าแหล่งน้ำแร่หลาย ๆ แหล่งนิยมนำน้ำแร่มาใช้ในการบำบัดสุขภาพ เช่น การอาบน้ำแร่ เป็นต้น และกลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพและนันทนาการ

ตอนที่ 6 การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในประเทศไทย

ราณี อิศัยกุล (2557: 182) ได้อธิบายไว้ว่า ประเทศไทยมีจุดเด่นในการบำบัดด้วยวิธีธรรมชาติ โดยเฉพาะการนวดมีหลักฐานปรากฏตั้งแต่สมัยกรุงสุโขทัยในศิลาจารึกของ พ่อขุนราม คำแหง เมื่อถึงยุคสมัยกรุงศรีอยุธยารัชสมัยสมเด็จพระนารายณ์มหาราช การแพทย์แผนไทยรุ่งเรืองมากโดยเฉพาะการนวดไทย ในสมัยสมเด็จพระบรมไตรโลกได้มีการแบ่งส่วนราชการด้านการแพทย์ให้กรมหมอนวดศาสตร์ แต่การนวดไทยบางส่วนได้สูญหายไประหว่างการเกิดภาวะสงครามสมัยกรุงรัตนโกสินทร์ จนกระทั่งพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก ทรงโปรดให้ปั้นรูปฤาษีดัดตนครบ 80 ท่า และจารึกสรรพวิชาของการนวดไทยลงบนแผ่นหินอ่อน 60 ภาพ แสดงถึงจุดนวดอย่างละเอียดระดับบนผนังศาลารายและบนเสายภายในวัดโพธิ์ วิวัฒนาการของการนวดไทยจึงได้ถูกสืบทอดต่อมาจนกระทั่งปัจจุบัน การนวดแผนไทยได้แผ่ขยายเป็นวงกว้างทำให้ชาวต่างชาติมีความสนใจที่จะได้รับบริการนวดไทยมากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นการนวดแบบราชสำนัก หรือนวดแบบเชลยศักดิ์ ด้วยความโดดเด่นของศิลปะการนวดแบบไทยเป็นที่นิยมกลุ่มชาวต่างประเทศจึงเกิดการผสมผสานการนวดแผนไทยเข้ากับธุรกิจสปาให้เป็นการจัดรูปแบบที่มีความเป็นเอกลักษณ์ของคนไทยเรียกว่า ไทยสปา (Thai Spa)

การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพเป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในที่พักผ่อนอย่างถูกวิธีตามหลักวิชาการและมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง โดยมีการจัดรายการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดรักษา และเสริมสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สดชื่นผ่อนคลาย เป็นการเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจและร่างกาย

ให้สมดุลและสามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ เช่น (ปัทมา ตันติเวชกุล 2546, 31-41)

1. การนวดแผนไทย เริ่มต้นมาจากความพยายามในการบรรเทาอาการปวดเมื่อย ฟกช้ำด้วยการสัมผัสจับต้อง หรือกดนวดบริเวณที่เจ็บเพื่อช่วยเลือดตนเอง ช่วยทำให้ระบบหมุนเวียนของโลหิตได้ดีสุขภาพแข็งแรง ช่วยทำให้การเคลื่อนไหวของสรีระคล่องแคล่วอย่างธรรมชาติ สามารถบรรเทาโรค และอาการปวดต่าง ๆ ของข้อต่อและกล้ามเนื้อ เป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและถ่ายทอดความเอื้ออาทรต่อผู้ถูกนวด

2. การนวดเท้า การนวดเท้ามีหลักการพื้นฐาน คือ อวัยวะทั้งหมดของร่างกายจะมีการแสดงออกที่สัมพันธ์กับบริเวณเท้าทั้งหมด โดยอวัยวะส่วนใหญ่จะสัมพันธ์กับส้นเท้า แล้วกระจายไปสู่ปลายเท้า การนวดเท้าแบบไทยเป็นวิธีการนวดและการกดจุดบนเท้า ซึ่งจะไม่มีผลที่อวัยวะอื่น ๆ ที่อยู่ไกลได้ ช่วยส่งเสริมสุขภาพโดยกระตุ้นการไหลเวียนของโลหิต น้ำเหลือง และกระตุ้นการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายให้ทำงานสมดุลดี

3. การอบ/ประคบสมุนไพร หมายถึง กระบวนการและวิธีการในการส่งเสริมสุขภาพ และการบำบัดรักษาร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ด้วยกรรมวิธีอบไอน้ำผสมกลิ่นหอมจากพืชสมุนไพร หรือกรรมวิธีประคบร้อนจากพืชสมุนไพร ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทยโบราณ

4. การบริการสวดคนธำบัต (Aroma Therapy) หมายถึง กระบวนการและวิธีการในการส่งเสริมสุขภาพและการบำบัดรักษาร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ด้วยกลิ่นหอม ซึ่งส่วนใหญ่ได้จากน้ำมันหอมระเหย (Essential Oil หรือ Volatile Oil) ที่สกัดได้จากส่วนต่าง ๆ ของพืชสมุนไพร เช่น ดอก ใบ ราก ผล เปลือกไม้ ด้วยการสูดดมโดยตรง การผสมน้ำ และการทาน้ำมันหอมระเหยบนผิวหนังแล้วนวดร่างกายด้วยมือเปล่าแบบลูบไล้ไปมาด้วยน้ำหนักที่สม่ำเสมอ

5. การบริการวาริบำบัด (Water Therapy) หมายถึง กิจกรรมสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพโดยวิธีการสร้างความสมบูรณ์แข็งแรงและเพิ่มสมรรถภาพที่ดีของร่างกายด้วยวิธีการต่าง ๆ ที่อาศัยน้ำเป็นปัจจัยสำคัญ ประกอบด้วยการออกกำลังกายในน้ำด้วยวิธีการทำกิจกรรมแอโรบิกในน้ำซึ่งเรียกว่าอีกอย่างหนึ่งว่า ไฮโดรเทอร์ราพี (Hydrotherapy) การออกกำลังกายแอโรบิกในน้ำสามารถช่วยสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพได้ เพราะน้ำมีแรงพยุงตัวที่ช่วยลดในส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้ดี และช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อได้เร็วขึ้น

6. การบริการอาบน้ำแร่หรือน้ำพุร้อน (Spa or Hot spring) แหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้รับความนิยมแพร่หลายคือ แหล่งน้ำแร่ (Mineral Water) ที่พบในรูปของน้ำพุร้อนหรือบ่อร้อน เนื่องจากเชื่อกันว่า น้ำแร่ชนิดต่าง ๆ มีคุณค่าทางการบำบัดรักษาและส่งเสริมสุขภาพจากการดื่มหรืออาบ โดยรู้จักไปในนามของ “สปา” (Spa) ในประเทศไทย น้ำแร่ก็เป็นสิ่งที่คนไทยรู้จักคุ้นเคยมานาน ซึ่งมีให้บริการอยู่ในแหล่งบ่อน้ำแร่และบ่อน้ำพุร้อนในหลายจังหวัด เช่น ระนอง เชียงใหม่ เชียงราย ตาก แต่ยังไม่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและทันสมัยเท่าที่ควรเหมือนอย่างในต่างประเทศ

7. การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีตัดตน การออกกำลังกายโดยฝึกกายบริหารนับเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ซึ่งมีวิธีการทำให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวที่เหมาะสมเพื่อให้เกิดการใช้พลังงานขับเหงื่อออกมา โดยให้ความสัมพันธ์กับส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็น

กระดูก ข้อต่อ กล้ามเนื้อ และอวัยวะภายในต่าง ๆ ของร่างกายมนุษย์ การตัดตบยังอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างท่าทางการเคลื่อนไหว กับการหายใจเป็นหลักสำคัญ จึงต้องมีการนั่งสมาธิร่วมด้วย จะช่วยทำให้จิตใจสบายคลายเครียด

8. การฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา (Buddhist Meditation) เป็นการสร้างความสงบเยือกเย็นของจิตใจท่ามกลางสภาพธรรมชาติที่รุ่มร่ามงดงาม หรือนั่งวิปัสสนาบำเพ็ญภาวนาขั้นสูงในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ในวัดป่าธรรมชาติ โดยมีการให้คำปรึกษาแนะนำวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อการคลายเครียดในชีวิตประจำวัน รวมทั้งศึกษาการเรียนรู้ปรัชญาชีวิต และจิตวิญญาณตะวันออกช่วยให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ และมีภูมิคุ้มกันโรคทางจิตวิญญาณ

9. การบริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ หมายถึง การนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่ให้ประโยชน์แก่ร่างกายและจิตใจในการดำรงชีวิตของมนุษย์ เนื่องจากพืชสมุนไพรมีสารอาหารที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกายอยู่ครบถ้วนในทัศนะของแพทย์แผนไทยการกินอาหารตามธาตุเป็นประโยชน์ต่อร่างกายมนุษย์ที่ประกอบด้วยธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุทั้ง 4 นี้ ต้องมีความสมดุลกัน ซึ่งจะทำให้สุขภาพเป็นปกติไม่เจ็บป่วย

10. การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม การนำสารสกัดจากสารธรรมชาติและสมุนไพรมาใช้ในการผลิตเครื่องสำอางเพื่อลดอันตรายและการแพ้สารสังเคราะห์ เช่น แชมพู สบู่ น้ำมันนวด ครีมทาผิว ลูกประคบ ซึ่งปัจจุบันนี้มีแนวโน้มได้รับความนิยมสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว และสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพในสถานบริการที่พักรวมได้เป็นอย่างดี

ตอนที่ 7 รูปแบบการจัดโปรแกรมการนำเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) ในประเทศไทย มีรูปแบบการจัดโปรแกรมการนำเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่แตกต่างหลากหลาย ดังที่ ราณี อิศัยกุล (2557: 183-184) ได้ยกตัวอย่างรูปแบบการจัดโปรแกรมการนำเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพได้ดังนี้

1. โปรแกรมนำเที่ยวแพทย์แผนไทย เช่น เยี่ยมชมวัดพระเชตุพนวิมลมังคลารามที่มีประวัติความเป็นมาที่มีชื่อเสียงเก่าแก่และได้รับยกย่องว่าเป็นมหาวิทยาลัยเปิดแห่งแรกของประเทศไทย รับฟังการบรรยายสรุปและชมการสาธิตการนวดไทยแผนโบราณเพื่อการรักษาโรคและการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนเรียนรู้และฝึกปฏิบัติวิธีการนวดไทยแผนโบราณจากผู้ที่มีความสามารถเปรียบเทียบวิธีการนวดแผนโบราณของประเทศไทยกับการนวดของประเทศอื่น ๆ ของโลก

2. โปรแกรมนำเที่ยวอาหารสมุนไพร เช่น เยี่ยมชมศูนย์เกษตรสมุนไพร สวนพฤกษศาสตร์สมุนไพร และศึกษาเรียนรู้ความมหัศจรรย์แห่งภูมิปัญญาไทยที่สร้างสรรค์โรงวัฒนธรรมทางด้านอาหารสมุนไพรไร้พิษที่มีแคลอรีต่ำและเครื่องดื่มสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การนวดแพทย์แผนไทยและอบสมุนไพรเพื่อบำบัดรักษาโรคและบำรุงรักษาสุขภาพ รวมทั้งการฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา/ฝึกโยคะ/ฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน และชมการสาธิตกระบวนการผลิตอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพร

3. **โปรแกรมนำเที่ยวสมุนไพรชนบท** เช่น เยี่ยมชมทัศนศึกษาการปฏิบัติงานของกลุ่มชมรม สมาคม และผู้สนใจสมุนไพรเพื่อการรักษาโรคและบำรุงร่างกายในชนบทต่างจังหวัดที่ยังอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและหมอบ้าน โดยจัดให้มีการเยี่ยมชมสวนสมุนไพรในสถานที่จริงและรับฟังการบรรยายสรรพคุณ รวมทั้งการสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับหมอบ้านและชาวบ้านสมาชิกกลุ่มชมรมหรือสมาคมสมุนไพร

4. **โปรแกรมนำเที่ยวน้ำพุร้อนและอาบน้ำแร่** เช่น เยี่ยมชมทัศนศึกษาแหล่งน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่ ที่มีอยู่ในหลายจังหวัดทั้ง 4 ภูมิภาคของประเทศไทย และพักในโรงแรมและรีสอร์ทที่ตั้งอยู่ใกล้หรือในสถานที่ให้บริการอาบน้ำแร่เพื่อบำบัดสุขภาพ โดยมีการท่องเที่ยวและพักผ่อนหย่อนใจไปในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่สวยงามในจังหวัดอันเป็นที่ตั้งของน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่นั้น

5. **โปรแกรมนำเที่ยวฝึกสมาธิและบำเพ็ญภาวนา** เช่น เยี่ยมชมวัดป่ากลางธรรมชาติอันสวยงามและสงบสุข ทำการฝึกปฏิบัติแนวสมาธิพุทธศาสนา เพื่อสร้างความสงบเยือกเย็นของจิตใจท่ามกลางสภาพธรรมชาติที่ร่มรื่นงดงาม หรือนั่งวิปัสสนาบำเพ็ญภาวนาขั้นสูงในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ในวัดป่าธรรมชาติ โดยมีการให้คำปรึกษาแนะนำวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อการคลายเครียดในชีวิตประจำวัน รวมทั้งศึกษาเรียนรู้ปรัชญาชีวิตและจิตวิญญาณตะวันออก

6. **โปรแกรมนำเที่ยวเกษตรธรรมชาติ** เช่น เยี่ยมชมแหล่งการทำเกษตรธรรมชาติเกษตรอินทรีย์ เกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริและการเรียนรู้ปลูกผักพื้นบ้านปลอดสารพิษด้วยการฝึกฝนวิธีการปลูกผักพื้นบ้านสำหรับบริโภคได้เอง การเรียนรู้ภูมิปัญญาไทยในการทำเกษตรยั่งยืนแผนใหม่ ไร่ปุ๋ย ไร่ยาฆ่าแมลง โดยมีการทัศนศึกษาและพบปะสนทนาและพูดคุยกับนักวิชาการพื้นบ้านเกษตรกรรมไทย

7. **โปรแกรมนำเที่ยวแหล่งธรรมชาติ** เยี่ยมชมแหล่งธรรมชาติและเรียนรู้ความหลากหลายทางชีวภาพที่สวยงาม โดยการเดินป่าสมุนไพรหรือขี่จักรยานเสือภูเขาชมธรรมชาติและความหลากหลายทางชีวภาพในอุทยานแห่งชาติและป่าธรรมชาติ รวมทั้งกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างหลากหลายในสถานที่พักผ่อนประเภทโรงแรมและรีสอร์ทที่มีสถานบริการส่งเสริมสุขภาพแบบสปาให้เลือกใช้บริการได้

ตอนที่ 8 แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยว

พฤติกรรมของนักท่องเที่ยว (Tourist Behavior) คือ การที่แต่ละบุคคลที่มีความเกี่ยวข้องกันจะมีการแสดงออกโดยตรงกับการใช้สินค้าและบริการในอุตสาหกรรมท่องเที่ยว ซึ่งรวมถึงขั้นตอนการดำเนินการในการตัดสินใจที่มีผลต่อการแสดงออก หรือการกระทำทุกอย่างของนักท่องเที่ยวไม่ว่าการกระทำนั้นนักท่องเที่ยวจะรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม และบุคคลอื่น ๆ จะสังเกตการกระทำนั้นได้หรือไม่ก็ตามก็เพื่อมุ่งตอบสนองสิ่งใดสิ่งหนึ่งในสภาพการณ์ใดสภาพการณ์หนึ่ง โดยแบ่งออกเป็นพฤติกรรมภายนอกของนักท่องเที่ยว (Tourist's Overt Behaviour) เป็นพฤติกรรมที่ผู้อื่นสามารถสังเกตเห็นได้โดยอาศัยประสาทสัมผัส และพฤติกรรมภายใน (Tourist's Covert Behaviour) จะเป็นตัวกำหนดพฤติกรรมภายนอกเป็นส่วน ใหญ่ พฤติกรรมนักท่องเที่ยวประกอบด้วย 7 สิ่ง ดังนี้

1. เป้าหมาย หมายถึง พฤติกรรมทุก ๆ พฤติกรรมของนักท่องเที่ยว จะต้องมียุทธศาสตร์ของการกระทำ เช่น นักท่องเที่ยวในกลุ่มอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม มีเป้าหมายของการแสดงให้เห็นว่าตนเองเดินทางมาท่องเที่ยว โดยที่สถานที่ตนเดินทางไป จะมีสภาพแวดล้อมในสถานที่ที่ยังคงสภาพความสมบูรณ์ของระบบนิเวศเหมือนเดิม หรือมีผลกระทบน้อยที่สุด

2. ความพร้อม หมายถึง ความมีวุฒิภาวะและความสามารถของนักท่องเที่ยวในการทำกิจกรรม เพื่อตอบสนองต่อความต้องการ เช่น นักท่องเที่ยวในกลุ่มที่ชอบการผจญภัย นิยมโต้เขาปีนหน้าผา ต้องมี ความพร้อมทั้งสภาพร่างกายและจิตใจและสามารถจะทำกิจกรรมที่ตนชอบได้

3. สถานการณ์ หมายถึง เหตุการณ์หรือโอกาสที่เอื้ออำนวยให้เลือกกระทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อตอบสนองความต้องการ เช่น การท่องเที่ยวตามหมู่เกาะ นักท่องเที่ยวจะเลือกไปท่องเที่ยวในยามคลื่นลมสงบ ไม่ควรทำในขณะที่มีพายุฝนฟ้าคะนอง

4. การแปลความหมาย หมายถึง วิธีการคิดแบบต่าง ๆ เพื่อตอบสนองต่อความต้องการของนักท่องเที่ยวที่พอใจมากที่สุด สถานการณ์หนึ่ง ๆ เช่น เวลาสิบสองนาฬิกา เป็นเวลาที่นักท่องเที่ยวควรหยุดพักรับประทานอาหารกลางวัน

5. การตอบสนอง คือ การตัดสินใจกระทำกิจกรรมตามที่ตนได้ตัดสินใจเลือกกระทำแล้วเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่ต้องการ เช่น นักท่องเที่ยวต้องการเดินทางท่องเที่ยวในช่วงวันหยุดเพื่อพักผ่อน ดังนั้นนักท่องเที่ยวจะต้องวางแผนการเดินทางและจัดการดำเนินการล่วงหน้า ในการกระทำกิจกรรมเพื่อให้บรรลุเป้าหมายที่กำหนดไว้ ตั้งแต่กิจกรรมการกำหนดสถานที่ ท่องเที่ยว กิจกรรมการเดินทาง กิจกรรมการจองที่พักเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง

6. ผลลัพธ์ที่ตามมา คือ ผลจากการกระทำหนึ่ง ๆ อาจได้ผลตามที่คาดหวังไว้หรือไม่ได้ความคาดหวังที่ตั้งใจไว้เช่น นักท่องเที่ยวได้มีกำหนดการเดินทางไว้เพื่อมาพักผ่อนวันหยุดในประเทศไทย แต่ปรากฏว่าในช่วงเวลานั้นเกิดการชุมนุมที่สนามบิน และทำให้สนามบินต้องปิดทำการเครื่องบินไม่สามารถลงจอดได้มีผลลัพธ์ทำให้นักท่องเที่ยวไม่สามารถบรรลุผลตามที่คาดหวังไว้ได้

7. ปฏิกริยาต่อความผิดหวัง คือ ความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อสิ่งที่กระทำลงไปไม่บรรลุเป้าหมาย ตามที่ต้องการจึงต้องกลับมาพิจารณาไตร่ตรอง เพื่อเลือกหาวิธีใหม่ ๆ มาตอบสนองความต้องการ หรืออาจจะเลิกความต้องการไปเพราะมันเกินความสามารถ คุณค่าที่ได้รับจากการท่องเที่ยว (Perceived Value) คุณค่าที่ได้รับ หมายถึง ประโยชน์ทั้งหมดที่นักท่องเที่ยวหรือผู้บริโภคได้รับการบริโภคสินค้าหรือบริการ (Zeithaml, Bitner, and Gremler, 2009) โดยจะเปรียบเทียบระหว่างผลประโยชน์ที่ได้รับโดยภาพรวมของคุณค่าทั้งหมดกับต้นทุนของผู้บริโภคที่ต้องเสียไป (Lovelock and Wirtz, 2011) ซึ่งคุณค่าทั้งหมด หมายถึง คุณค่าที่เป็นผลประโยชน์โดยรวมทั้งหมดที่ลูกค้าคาดหวังจากการใช้สินค้าและบริการ ไม่ว่าจะเป็นคุณค่าเชิงเศรษฐกิจ เชิงหน้าที่ และเชิงจิตวิทยา ส่วนต้นทุนทั้งหมดที่ลูกค้าจ่ายไป หมายถึง ต้นทุนที่ลูกค้าคาดว่าจะต้องจ่ายเพื่อให้ได้มาซึ่งสินค้าและบริการนั้น ไม่ว่าจะเป็นต้นทุนในการเสาะหาข้อมูลเพื่อทำการประเมิน ต้นทุนของการได้มาของสินค้าและบริการ ต้นทุนในการใช้สินค้าหรือบริการ (Kotler and Keller, 2011) ซึ่งผู้บริโภคแต่ละบุคคลจะมีคุณค่าที่ได้รับแตกต่างกันไปซึ่งจะแตกต่างกันตามชนิดของสินค้าหรือบริการ ซึ่งสินค้าและบริการที่เป็นสิ่งเดียวกันผู้บริโภคแต่ละบุคคลก็จะมีคุณค่าที่ได้รับแตกต่างกันไป ความแตกต่างข้างต้นจะนำไปสู่การประยุกต์ใช้ในการประเมินคุณค่าที่ได้รับจากการท่องเที่ยว เนื่องจากแหล่งท่องเที่ยว

แต่ละแห่งมีสิ่งดึงดูดใจ บริการ และสิ่งอำนวยความสะดวกที่หลากหลายและแตกต่างกัน (Ozturk and Qu, 2008) ดังนั้นคุณค่าที่ได้รับจากการท่องเที่ยวจึงถูกประเมินจากการรับรู้คุณภาพในการใช้บริการออกมาเป็นราคาทั้งที่เป็นตัวเงิน และต้นทุนที่ไม่ใช่ตัวเงิน โดยราคาที่เป็นตัวเงิน คือ ราคาที่ผู้บริโภคยินยอมที่จะเสียเพื่อแลกกับการได้รับบริการการท่องเที่ยว (Zeithaml, Bitner, and Gremler, 2009) ซึ่งอาจเป็นราคาที่เกิดขึ้นจริงจากการใช้จ่ายเพื่อการท่องเที่ยว หรืออาจเป็นราคาเปรียบเทียบที่ประเมินจากค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวที่ผ่านมา ส่วนการประเมินต้นทุนที่ไม่ใช่ตัวเงิน จะรวมทั้งค่าเสียเวลา ค่าใช้จ่ายในการค้นหา ภาพลักษณ์ของตราสินค้า และความสะดวกในการเข้าถึงตลอดจนการใช้บริการกิจกรรมการท่องเที่ยวต่าง ๆ (Ozturk and Qu, 2008) การสร้างคุณค่าให้นักท่องเที่ยวจำเป็นจะต้องทำความเข้าใจและปรับปรุงคุณภาพบริการนั้น ๆ อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เพื่อให้นักท่องเที่ยวกลับมาท่องเที่ยวซ้ำต่อไป (Lovelock and Wirtz, 2011; Reisinger, 2009) อีกทั้งคุณค่าที่ได้รับจากการท่องเที่ยวยังมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจ และการร้องเรียนของนักท่องเที่ยว (Kozak and Decrop, 2009)

อิติมานันท์ พูนจันทร์ (2554) พบว่า แหล่งข้อมูลที่นักท่องเที่ยว ใช้ในการประกอบการตัดสินใจเดินทางเข้ามาท่องเที่ยว นั้น เกิดจากคำชวนของเพื่อน/ครอบครัว และจากประสบการณ์ส่วนตัว ซึ่งส่วนใหญ่เลือกเดินทางมาพร้อมกับครอบครัว และใช้เวลาในการท่องเที่ยว 2-3 วัน โดยนักท่องเที่ยวมีการใช้จ่ายเกี่ยวกับค่าที่พัก ค่าอาหาร ค่ายานพาหนะ ค่าซื้อสินค้าและของที่ระลึก และค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวกับกิจกรรมการท่องเที่ยวต่าง ๆ ส่วนปัจจัยที่ส่งผลให้นักท่องเที่ยวเดินทางมาท่องเที่ยววันน้อยลงคือ มลภาวะต่าง ๆ ของแหล่งท่องเที่ยว นั้น ๆ เป็นต้น

นอกจากนี้จากการศึกษายังพบว่า นักท่องเที่ยวชายนั้น ให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านบุคลากรและการบริการมากที่สุด ขณะที่นักท่องเที่ยวหญิงนั้น ให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์มากที่สุด และนักท่องเที่ยวที่มีกลุ่มรายได้ค่อนข้างน้อย จะให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านบุคลากรและการบริการมากที่สุดเช่นกัน ส่วนนักท่องเที่ยวที่มีรายได้ค่อนข้างสูง จะให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์เป็นหลัก โดยปัจจัยด้านการผลิตจะให้ความสำคัญกับความหลากหลายของสถานที่ท่องเที่ยวและสถานที่พัก ปัจจัยด้านราคาของสินค้าและบริการจะให้ความสำคัญกับความหลากหลายด้านราคาของสินค้าและบริการ ปัจจัยด้านสถานที่ การคมนาคม และความปลอดภัยจะให้ความสำคัญกับที่พักและสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความสวยงาม ส่วนปัจจัยด้านการส่งเสริมการขายนั้น จะมีความเห็นที่แตกต่างกัน กล่าวคือ นักท่องเที่ยวทั้งชายและหญิงจะให้ความสำคัญกับการโฆษณาและประชาสัมพันธ์ผ่านแผ่นพับ เช่นเดียวกับผู้ที่มีรายได้ค่อนข้างน้อย ขณะที่ผู้ที่มีรายได้ค่อนข้างสูงจะให้ความสำคัญกับการโฆษณาและประชาสัมพันธ์ผ่าน INTERNET มากกว่า สำหรับปัจจัยด้านบุคลากร นักท่องเที่ยวชายจะให้ความสำคัญกับความรับผิดชอบและการตรงต่อเวลาของเจ้าหน้าที่ แต่นักท่องเที่ยวหญิงจะให้ความสำคัญกับความรู้ในการให้คำแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ของเจ้าหน้าที่แทน นอกจากนี้ทุกฝ่ายยังมีความเห็นตรงกันว่าในส่วนของปัจจัยด้านแรงจูงใจและสิ่งกระตุ้นนั้น ได้ให้ต้องสำคัญกับสภาพอากาศที่เอื้ออำนวยต่อการท่องเที่ยวเป็นหลัก ขณะที่ปัจจัยด้านสังคมจะเน้นหรือให้ความสำคัญเกี่ยวกับสถานที่ท่องเที่ยว นั้น ๆ ว่ามีคุณค่าแก่การศึกษาทางประวัติศาสตร์ และทางธรรมชาติมากน้อยเพียงใด

กระบวนการตัดสินใจซื้อของนักท่องเที่ยว

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2552: 157) ให้ความหมายของกระบวนการซื้อ (Buyer's Decision Process) ว่าเป็นลำดับขั้นตอนในการตัดสินใจซื้อของผู้บริโภค ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอน คือ



ที่มา: Kotler and Armstrong (2010)

ขั้นที่ 1: การรับรู้ถึงความต้องการ (Need Recognition) เป็นจุดเริ่มต้นของกระบวนการตัดสินใจซื้อของผู้บริโภคซึ่งเป็นขั้นตอนที่มีความสำคัญอย่างมากในกระบวนการทั้งหมด กล่าวคือ ถ้าผู้ซื้อไม่ตระหนักถึงความต้องการซื้อ กระบวนการในลำดับอื่น ๆ จะไม่สามารถเกิดขึ้นได้ การตระหนักถึงความต้องการเกิดขึ้นจาก (1) สิ่งกระตุ้นภายใน (Internal Stimuli) เช่น ความต้องการพักผ่อนหรือประสบการณ์ท่องเที่ยวในอดีต โดยงานวิจัยของเว็บไซต์ booking.com เผยว่า ประสบการณ์ในการเดินทางครั้งแรกเป็นแรงจูงใจให้นักท่องเที่ยวกว่าร้อยละ 60 รู้สึกต้องการเดินทางอีกครั้ง (2) สิ่งกระตุ้นภายนอก (External Stimuli) เช่น สื่อ โฆษณา คำบอกเล่าของเพื่อนหรือคนรู้จัก แต่ในทางกลับกันถ้าผู้ซื้อไม่ตระหนักถึงความต้องการในการซื้อสินค้าหรือบริการ เป็นหน้าที่ของนักการตลาดและผู้ประกอบการที่ต้องสร้างสิ่งกระตุ้นเพื่อให้ผู้ซื้อเกิดความรู้สึกต้องการซื้อ โดยการใช้สื่อโฆษณาทางโทรทัศน์ วิทยุ โซเชียลมีเดีย รวมทั้งจัดกิจกรรมและโปรโมชั่นเพื่อดึงดูดความสนใจ

ในอดีตนักท่องเที่ยวมักตระหนักถึงความต้องการเที่ยวเนื่องจากต้องการพักผ่อนหรือใช้เวลาร่วมกับครอบครัวหรือคนรัก แต่ในปัจจุบันโซเชียลมีเดียมีอิทธิพลต่อรูปแบบการใช้ชีวิตและถือได้ว่าเป็นสื่อหนึ่งที่ทำให้ได้การยอมรับจากสังคม เหตุผลของการต้องการท่องเที่ยวจึงเปลี่ยนไป ผลสำรวจจาก Booking.com เผยว่า กลุ่มคนที่ได้รับผลกระทบทางอารมณ์จากสิ่งที่พวกเขาเห็นบนโซเชียลมีเดียมากที่สุดคือกลุ่มอายุ 18-34 ปี โดยร้อยละ 45 ของผู้ตอบแบบสอบถามยืนยันว่าโพสต์ต่าง ๆ บนโซเชียลมีเดียทำให้พวกเขาารู้สึกว่า ทุกคนต่างกำลังออกเดินทางยกเว้นตัวเขาเอง และร้อยละ 44 ยอมรับว่านั่นเป็นสิ่งที่ทำให้ตนรู้สึกที่กำลังพลาดโอกาสในการสัมผัสประสบการณ์การเดินทางใหม่ ๆ และเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้คนกลุ่มนี้ตัดสินใจที่จะออกเดินทาง และด้วยลักษณะนิสัยที่ชอบการแข่งขันของคนรุ่นนี้พบว่าร้อยละ 46 มักรู้สึกอิจฉาเมื่อเห็นผู้อื่นมีโอกาสได้เดินทางท่องเที่ยวจากโพสต์บนโซเชียลมีเดีย และ 1 ใน 3 (ร้อยละ 34) กล่าวว่า พวกเขาออกเดินทางมากขึ้นและลองประสบการณ์การท่องเที่ยวใหม่ ๆ เพื่อที่จะได้โพสต์ภาพถ่ายใหม่ๆ ลงบนโซเชียลมีเดีย อาจเป็นเพราะความนิยมที่สูงขึ้นของโซเชียลมีเดีย และความกลัวที่จะตกกระแส จึงเป็นสิ่งกระตุ้นให้ผู้เดินทาง ที่มีอายุระหว่าง 18 - 34 ปี จำนวนเกือบ 2 ใน 3 (ร้อยละ 66) ชอบการผจญภัยมากกว่าคนรุ่นก่อน ๆ ซึ่งผลสำรวจของ Booking.com นี้สอดคล้องกับผลสำรวจจากเว็บไซต์ Hotels.com ที่ชี้ให้เห็นว่า คนไทยถึง 68% ยอมรับว่าตนเองโพสต์ภาพบนโซเชียลมีเดียเพื่ออวดเพื่อน ๆ ในขณะที่อีก 66% ตั้งใจเช็คอินตามสถานที่ต่าง ๆ ที่ตนไปเที่ยวเพราะอยากให้เพื่อนอิจฉา ทั้งนี้ผู้บริโภคมักเปรียบเทียบเฟซบุ๊กของตนเองกับเพื่อนโดยไม่รู้ตัว โดยนักท่องเที่ยวชาวไทยกว่า 18% ตอบว่า ตนคอยตามเช็คเฟซบุ๊ก

ของเพื่อนๆ เพื่อให้มั่นใจว่าโพสต์ท่องเที่ยวของตนดูดีกว่า จากผลสำรวจของทั้งสองเว็บไซต์ชี้ให้เห็นว่า เหตุผลของการท่องเที่ยวของคนในปัจจุบันเปลี่ยนไปนักท่องเที่ยวจำนวนมากออกเดินทางเพื่อสร้างคุณค่าให้กับตัวเอง ต้องการให้สังคมออนไลน์และสังคมรอบข้างยอมรับและชื่นชม กล่าวได้ว่า เป็นการท่องเที่ยวเพื่อโอ้อวดศักยภาพของตนเองมากขึ้นกว่าในอดีต

ขั้นที่ 2: การค้นหาข้อมูล (Information Search)

สุวีร์ณัฐ โสภณศิริ (2554: 75) ได้จำแนกประเภทของข้อมูลออกเป็น 2 ประเภทด้วยกันคือ (1) แหล่งข้อมูลภายใน (Internal Sources) คือ ประสบการณ์และความจำของผู้บริโภคเอง โดยจะใช้ข้อมูลภายในเป็นอย่างแรกเมื่อต้องค้นหาข้อมูล (2) แหล่งข้อมูลภายนอก (External Sources) คือ ข้อมูลที่ได้จากแหล่งอ้างอิง เช่น ครอบครัว เพื่อน ญาติ โฆษณา รีวิว หนังสือ เว็บไซต์ ข้อมูลเผยแพร่ โดยองค์กรต่าง ๆ ความพยายามในการเสาะแสวงหาข้อมูลในการใช้ประกอบการตัดสินใจซื้อจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับปริมาณของข้อมูลที่มีอยู่เดิม ความรุนแรงของความปรารถนา หรือความสะดวกในการค้นหาข้อมูล

ขั้นที่ 3: การประเมินทางเลือก (Evaluation of Alternatives)

คือ การประเมินข้อมูลที่ได้จากการค้นหา โดยผู้ซื้อต้องมีหลักเกณฑ์และเงื่อนไขในการประเมิน ผู้บริโภคให้ความสำคัญกับเกณฑ์แตกต่างกันไป เช่น นักท่องเที่ยวคนหนึ่งให้ความสำคัญกับเรื่องราคา แต่สำหรับอีกคนให้ความสำคัญของความสะดวกสบายของที่พักโดยราคาไม่ได้เป็นเกณฑ์สำคัญ แต่ผู้บริโภคมักจะมีเงื่อนไขในการประเมินไม่เกิน 6 เกณฑ์

นักท่องเที่ยวในอดีตจะประเมินตัวเลือกจากความพึงพอใจของตนเองรวมถึงเงื่อนไขที่ได้ตั้งไว้ เช่น การเลือกโรงแรมที่จะเข้าพัก นักท่องเที่ยวที่มาพร้อมครอบครัวให้ความสำคัญเรื่องห้องเป็นปัจจัยหลัก รองลงมาคือความสะดวกสบาย ส่วนนักท่องเที่ยวแบบคู่รักให้ความสำคัญเรื่องห้องพักเป็นหลัก เช่นเดียวกัน ในขณะที่นักท่องเที่ยวที่เดินทางเป็นหมู่คณะจะให้ความสำคัญกับอาหารมากกว่าปัจจัยอื่น ๆ (Johnson, 2017)

นักท่องเที่ยวปัจจุบันส่วนใหญ่ให้ความสำคัญ คือ รีวิวจากอินเทอร์เน็ตซึ่งผลการสำรวจจาก eRevMax.com ในหัวข้อ “The state of Asian Online Travel” ในปี 2014 พบว่า 57% ของผู้ตอบแบบสอบถามใช้รีวิวจากอินเทอร์เน็ตเลือกสถานที่ท่องเที่ยวและช่วยวางแผนการเดินทาง ในขณะที่คะแนนรีวิวที่ดีของสถานประกอบการเป็นอีกหนึ่งเกณฑ์ที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจของนักท่องเที่ยวโดยคนอเมริกันเชื่อถือรีวิวจาก Tripadvisor มากที่สุดเพราะเป็นรีวิวจากประสบการณ์จริงจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยประเมินทางเลือกของนักท่องเที่ยว ในขณะที่ผลการศึกษาและวิจัยของบริษัท Trustyou (บริษัทวิจัยข้อมูลพฤติกรรมนักท่องเที่ยว) ในปี 2015 เรื่อง “Effect of TripAdvisor Reviews on Bookings” พบว่า โรงแรมในเว็บไซต์ tripadvisor.com ที่ได้คะแนนรีวิวดีกว่ามีแนวโน้มในการถูกจองมากกว่า ถึง 3.9 เท่า แม้โรงแรมที่ได้คะแนนรีวิวมากกว่าจะราคาแพงกว่าแต่นักท่องเที่ยวถึง 76% ยืนยันที่จะจ่ายแพงกว่าเพื่อเลือกจองโรงแรมที่ได้รับการรีวิวที่ดี นอกเหนือจากนี้ จากการสำรวจข้อมูลนักท่องเที่ยวทั่วโลกของ Hotels.com พบว่า นักท่องเที่ยวในปี 2015 ต้องการ Free Wi-Fi ภายในห้องพักเป็นอันดับหนึ่งไม่ว่าจะเป็นนักท่องเที่ยวทั่วไปหรือนักธุรกิจก็ตาม อันดับที่สองคือ มีบริการอาหารเช้าฟรี ส่วนอันดับสามและสี่นั้น นักท่องเที่ยวทั่วไปต้องการที่จอดรถ และ สระว่ายน้ำ ในขณะที่นักธุรกิจต้องการให้โรงแรมตั้งอยู่ใกล้ขนส่งสาธารณะ และ มีโต๊ะทำงานในห้องพัก (Ady, 2015)

ขั้นที่ 4: การตัดสินใจซื้อ (Purchase Decision)

ในการตัดสินใจซื้อนั้น ผู้ซื้อต้องมีการตัดสินใจในเรื่องต่าง ๆ ดังนี้ (1) ตรายี่ห้อที่ซื้อ (Brand Decision) เช่น การตัดสินใจว่าจะใช้บริการของสายการบินอะไร พักที่ไหน กินที่ไหน (2) ร้านค้าที่ซื้อ (Vender decision) จะซื้อบริการผ่านช่องทางใด เช่น ซื้อผ่านเว็บไซต์ของผู้ประกอบการโดยตรง ซื้อผ่าน Online Travel Agent (OTA) หรือให้บริษัทตัวแทนนำเที่ยวเป็นคนจัดการ (3) ปริมาณที่ซื้อ (Quantity Decision) ปริมาณในการซื้อสินค้าแต่ละครั้ง (4) เวลาที่ซื้อ (Timing Decision) สำหรับสินค้าท่องเที่ยวเวลานั้นเวลาที่ซื้อบริการจะแตกต่างจากสินค้าอื่น ๆ เนื่องจากสินค้าท่องเที่ยวคือการซื้อประสบการณ์ที่ไม่สามารถจับต้องได้ ผู้ซื้อจึงมีแนวโน้มที่ต้องการความคุ้มค่ามากกว่าสินค้าประเภทอื่น ผลสำรวจของ Hotels.com ในหัวข้อ Mobile Travel Tracker (Marketingoops, 2559) พบว่านักท่องเที่ยวในปัจจุบันนิยมจองหรือซื้อสินค้าท่องเที่ยวแบบ Last minute เนื่องจากต้องการหาข้อมูลจนวินาทีสุดท้ายเพราะอาจเจอราคาที่ถูกกว่าหรือคาดหวังว่าราคาในช่วง Last minute จะถูกกว่านั่นเอง (5) วิธีการชำระเงิน (Payment-Method Decision) จากผลสำรวจดังกล่าวยังพบอีกว่า 72% จากผู้ตอบแบบสอบถามให้ความเห็นตรงกันว่าวิธีการชำระเงินเป็นปัจจัยที่สำคัญอันดับหนึ่งในการเลือกจองโรงแรม

ขั้นที่ 5: พฤติกรรมภายหลังการซื้อ (Post-Purchase Decision)

กระบวนการตัดสินใจซื้อไม่ได้หยุดแค่เพียงการซื้อเท่านั้น แต่พฤติกรรมหลังการซื้อมีความสำคัญอย่างมากต่อการอยู่รอดของธุรกิจทุกประเภท กล่าวคือ การที่ผู้ซื้อพึงพอใจหรือไม่นั้นจะส่งผลให้เกิดการสื่อสารแบบต่อปาก (Word of Mouth) และการบริโภคซ้ำ ผู้บริโภคจะมีความพึงพอใจหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับความสมดุระหว่างความคาดหวังของผู้บริโภคกับการปฏิบัติการของสินค้า ถ้าผู้ซื้อได้รับการบริการน้อยกว่าที่คาดหวังผู้ซื้อจะเกิดความรู้สึกผิดหวัง ในทางกลับกันถ้าได้รับบริการเท่ากับหรือมากกว่าที่คาดหวังผู้ซื้อจะรู้สึกพึงพอใจ (Kotler and Armstrong, 2010) ซึ่งระดับความพึงพอใจนี้จะส่งผลต่อพฤติกรรมหลังซื้อซึ่งมีอิทธิพลต่อการอยู่รอดของผู้ประกอบการอย่างมาก ซึ่งผู้ประกอบการเห็นความสำคัญของการสื่อสารแบบปากต่อปาก (Word of Mouth) เนื่องจากเป็นการสื่อสารที่รวดเร็ว โดยสามารถกระจายได้ไวกว่าข่าวสารทั่วไปถึง 6 เท่า และมีผลกระทบต่อการใช้สินค้าของผู้บริโภคมากกว่าร้อยละ 90 โดยการสำรวจจากเว็บไซต์ Getambassador (2013 อ้างถึงใน thumbdupteam) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคที่มีการอัปเดตข้อมูลผ่านโซเชียลมีเดียตลอดเวลา ผลสำรวจของ eRevmax พบว่า 50% ของนักท่องเที่ยวมีการโพสต์ขณะที่กำลังท่องเที่ยว (marketingoops, 2559) จึงทำให้การสื่อสารแบบปากต่อปากสามารถแพร่กระจายได้อย่างรวดเร็วยิ่งกว่าในอดีต

ตอนที่ 9 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2553) ได้ศึกษาลักษณะ พฤติกรรม และความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวต่างประเทศเชิงสุขภาพความงามในประเทศไทย (Spa and Wellness) ด้วยการสัมภาษณ์นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่เดินทางมาใช้บริการทางสุขภาพความงามในประเทศไทยจำนวน 382 คน พบว่า นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่เดินทางมาประเทศไทยเพื่อใช้บริการสุขภาพความงาม

ร่วมกับการเดินทางมาเพื่อวัตถุประสงค์อื่นด้วย เช่น 82% เพื่อการท่องเที่ยว 13% เพื่อติดต่อธุรกิจ 10% เพื่อเยี่ยมครอบครัว/ญาติ/เพื่อน 5% เพื่อใช้บริการทางสุขภาพด้านการรักษา และ 1% มาเพื่อศึกษา/อบรม/สัมมนา

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศกลุ่มสุขภาพความงามในภาพรวมมีความโน้มเอียงไปทางกลุ่มที่มีลักษณะดังนี้ ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (63%) อายุระหว่าง 18-49 ปี (82%) สถานภาพสมรสแล้ว (52%) ส่วนใหญ่รายได้ครอบครัวต่อเดือนมากกว่า US\$ 3,000 (77%) ประกอบอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน (32%) เจ้าของกิจการ (20%) อาชีพอิสระ (12%) อาชีพเฉพาะทาง (9%) และข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ (6%) เกษียณ (5%) โดยในการตัดสินใจมาใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทยนั้นพบว่า นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ที่ 75% จะเลือกประเทศที่จะเดินทางมาก่อนแล้วจึงเลือกสถานประกอบการสุขภาพความงามที่จะใช้บริการ และมี 53% ของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่ตัดสินใจเดินทางมาใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทยโดยเปรียบเทียบกับประเทศในตัวเลือกอื่น ๆ เช่น มาเลเซีย 13%, จีน 12%, อินโดนีเซีย 11%, ญี่ปุ่น 11%, สิงคโปร์ 10%, เกาหลีใต้ และออสเตรเลีย 6% เท่า ๆ กัน นักท่องเที่ยวต่างมองว่าภาพลักษณ์ของบริการสุขภาพความงามในประเทศไทยความโดดเด่นในด้านการบริการและความเชี่ยวชาญ ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่เป็นสิ่งจูงใจทำให้นักท่องเที่ยวเหล่านี้เลือกเดินทางมาใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทยดังต่อไปนี้

1. **ความเชี่ยวชาญ (78%)** เช่น ชื่อเสียงด้านการนวดไทย/สปาไทย ชื่อเสียงด้านสมุนไพรท้องถิ่น/สมุนไพรไทย และความน่าเชื่อถือของการให้บริการของพนักงานและสถานประกอบการ
2. **บริการ (63%)** เช่น การให้บริการที่ดีและเป็นมิตร ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานบริการที่ดี อาทิ ห้องสปา ห้องพักผ่อน
3. **ราคาที่เหมาะสมผล (52%)**
4. **การท่องเที่ยว (51%)** เช่น มีสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจ มีความสะดวกในการเดินทางมาประเทศไทย และสิ่งอำนวยความสะดวกภายในประเทศ
5. **การบอกต่อ/ใช้ซ้ำ (50%)** เช่น การได้รับคำแนะนำจากคนรู้จักจากทั้งในและต่างประเทศตลอดจนได้รับคำแนะนำจากบริษัทนำเที่ยว/ตัวแทนท่องเที่ยว

ทั้งนี้ แหล่งการรับรู้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามในประเทศไทยที่สำคัญของนักท่องเที่ยวนอกเหนือไปจากการบอกต่อของเพื่อน/ญาติ ได้แก่ อินเทอร์เน็ต 24% (เช่น Google), บริษัทตัวแทน/ นำเที่ยว 21% หนังสือ/นิตยสาร 14% (เช่น Tourism Magazine, Hotel Magazine และ In-flight Magazine) โทรทัศน์ 11% และอื่น ๆ (เช่น ข้อมูลจากโรงแรม, สนามบิน)

พฤติกรรมการใช้บริการสุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ

พฤติกรรมการใช้บริการสุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่สำคัญ สามารถสรุปได้ดังตารางที่ 2.3

ตารางที่ 2.3 พฤติกรรมการใช้บริการสุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศกลุ่มสุขภาพความงามส่วนใหญ่ที่ 65% เคยมาใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทยมาก่อนหน้านี้แล้ว ในขณะที่ 31% ที่มาใช้บริการที่ประเทศไทยเป็นครั้งแรก
นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่จะเดินทางมาใช้บริการสุขภาพความงามด้วยตนเองที่ 68% และซื้อแพ็คเกจท่องเที่ยวจากบริษัทตัวแทนท่องเที่ยว 30%
ในการเดินทางมาประเทศไทยครั้งนี้ มีนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศกลุ่มสุขภาพความงามที่ 46% เดินทางมาใช้บริการทางสุขภาพความงามจากสถานประกอบการ 1 แห่ง ส่วนอีก 54% ใช้บริการมากกว่า 1 แห่ง
นักท่องเที่ยว 57% จะมาพักอยู่ในประเทศไทยน้อยกว่า 7 วัน และอีก 43% จะมาพักอยู่ในประเทศไทยนานกว่า 7 วันโดยผู้ที่มาใช้บริการสปาจากสถานประกอบการประเภท Destination Spa จะมีระยะเวลาที่พักอยู่ในประเทศไทยนานกว่าผู้ที่มาใช้บริการจาก Day Spa
นักท่องเที่ยว 51% เดินทางมาใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทย 1-2 บริการและอีก 49% จะใช้บริการที่หลากหลายและครบวงจร โดยบริการประเภทนวดเป็นกลุ่มบริการที่ได้รับความนิยมสูงสุดที่ 94% รองลงมาด้วยบริการในกลุ่มการบำบัดร่างกายที่ 35% การบำบัดด้วยน้ำที่ 29% และบริการด้านการเสริมสวยที่ 28% ซึ่งค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสำหรับการใช้บริการสุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวอยู่ที่ US\$ 189.27 ต่อ trip (5,678.10 บาทต่อครั้ง)
ลักษณะของบริการที่ได้รับความนิยม ได้แก่ การนวดไทย (65%), การนวด Aroma Therapy (46%), การขัดผิวกาย (22%), การแช่น้ำนวดด้วยอ่างอาบน้ำขนาดเล็ก (18%), การดูแลผิวหน้า (15%), การนวดเท้า (19%), และการประคบสมุนไพร (11%)
นักท่องเที่ยวที่ 35% ยังนิยมซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพความงามกลับไปยังประเทศของตนด้วย ซึ่งกลุ่มผลิตภัณฑ์ที่ได้รับความนิยมมาก ได้แก่ น้ำมัน/เจล/ครีมสำหรับนวดที่ 76% สบู่/ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดผิวหน้าและผิวกาย 20% ลูกประคบและผลิตภัณฑ์ขัดผิวหน้า/ผิวกายที่ 15% เท่า ๆ กัน ซึ่งค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสำหรับการซื้อผลิตภัณฑ์สุขภาพความงามของนักท่องเที่ยวอยู่ในระดับที่สูงใกล้เคียงกับค่าใช้จ่ายในการใช้บริการที่ US\$ 112 ต่อ trip (3,360 บาทต่อครั้ง)

ที่มา : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2553) อ้างใน ราณี อธิชัยกุล (2557)

ประสิทธิภาพของบริการสุขภาพความงามของประเทศไทยในการสนองตอบต่อปัจจัยที่สำคัญ

จากผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่มีความสำคัญสูงต่อความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวต่อการใช้บริการด้านสุขภาพความงาม ซึ่งประเทศไทยควรให้ความสำคัญ ได้แก่ การให้บริการที่เป็นมิตร/มารยาท/ความสุภาพ ความสะอาดของที่ตั้งของประเทศไทย ความหลากหลายครบวงจรของบริการ และสิ่งอำนวยความสะดวก ความชำนาญของผู้ให้บริการและผลลัพธ์ที่ดีจากการใช้บริการ ตลอดจนราคาค่าบริการที่เหมาะสมมีความคุ้มค่า โดยหากนำปัจจัยต่าง ๆ ที่มีความสำคัญดังกล่าวมาวิเคราะห์ร่วมกับความสามารถของประเทศไทยในการสร้างความพึงพอใจให้กับนักท่องเที่ยวต่อปัจจัยต่าง ๆ

เหล่านั้นผ่านการเทคนิควิเคราะห์ SATWISE จะพบว่า การให้บริการสุขภาพความงาม และบริการเสริมอื่น ๆ ในประเทศไทยสามารถตอบสนองต่อปัจจัยสำคัญ ๆ ได้ดีในหลากหลายประเด็น ซึ่งส่งผลให้นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศถึง 94% เห็นว่าการบริการที่ตนเองได้รับตรงกับความคาดหวัง/ดีกว่าที่คาดหวังไว้ และมีแนวโน้มที่จะมาใช้บริการในประเทศไทยอีกในอนาคตสูงถึง 82%

โดยประเด็นที่บริการสุขภาพความงามของประเทศไทยทำได้ดีและสร้างความพึงพอใจในระดับสูงแก่นักท่องเที่ยวได้แก่ (1) การให้บริการที่เป็นมิตร/มารยาท/ความสุภาพ (2) ความชำนาญของผู้ให้บริการและผลลัพธ์ที่ดีจากการใช้บริการ (3) ราคาค่าบริการ/ความคุ้มค่า (4) การให้ประสบการณ์ที่ดีผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 เช่น รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และจิตใจ (5) ความสะอาดของที่ตั้งของประเทศไทยและ (6) ความน่าสนใจของสถานที่ท่องเที่ยว

อย่างไรก็ดี จากการวิเคราะห์ดังกล่าวจะพบบางปัจจัยมีความสำคัญต่อนักท่องเที่ยวแต่ประเทศไทยยังได้รับความพึงพอใจระดับที่ไม่สูงมากนัก ซึ่งถือเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาต่อไปได้ในอนาคตได้แก่ (1) ความปลอดภัยในประเทศ (2) ความสามารถในการสื่อสารกับชาวต่างประเทศของผู้ให้บริการ (3) การให้ข้อมูล/ความสะอาดในการเข้าถึงข้อมูลเกี่ยวกับการให้บริการ และ (4) ความสะอาดในการขอเข้าประเทศและการขอวีซ่า

นอกจากนี้ นักท่องเที่ยวกลุ่มสุขภาพความงามส่วนหนึ่งได้ให้ความเห็นถึงสิ่งที่สถานประกอบการสุขภาพความงามในประเทศไทยควรได้รับการปรับปรุง/พัฒนาไว้ ได้แก่ (1) การบริการในด้านต่าง ๆ เช่น พัฒนาให้พนักงานมีความรู้เกี่ยวกับบริการต่าง ๆ เป็นอย่างดีเพื่อให้สามารถแนะนำและให้ความรู้กับผู้รับบริการได้ การมีความยืดหยุ่นของเวลาในการให้บริการ (มีให้เลือกทั้งแบบสั้น/ยาว แล้วแต่เวลาที่ลูกค้ามีในการใช้บริการ) และความซื่อสัตย์สุจริตและตรงไปตรงมากับลูกค้า (2) ความเชี่ยวชาญและความน่าเชื่อถือ เช่น การได้รับการรับรองมาตรฐานของสถานประกอบการ ความเข้มงวดในกฎระเบียบมาตรฐานในการดูแลความสะอาด สิ่งแวดล้อม การดูแลมาตรฐานของพนักงานที่ให้บริการอย่างเท่าเทียมกัน ทั้งในด้านความเชี่ยวชาญ การได้รับการอบรม และกิจกรรมมารยาท เป็นต้น (3) การสื่อสาร/ประชาสัมพันธ์ เช่น มีการประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามของประเทศไทยผ่านสื่อต่าง ๆ มากขึ้น เช่น ตามสถานที่ท่องเที่ยว และสนามบิน เป็นต้น ผู้ประกอบการและพนักงานที่ให้บริการควรมีการให้ข้อมูลเกี่ยวกับที่มา ประวัติ ประโยชน์ จุดเด่น/เอกลักษณ์ ตลอดจนรายละเอียดที่สำคัญต่าง ๆ ให้ผู้รับบริการได้รับรู้มากขึ้น เป็นต้น

หากเปรียบเทียบระดับความพึงพอใจที่นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีต่อบริการสุขภาพความงามในประเทศไทย กับประเทศอื่น ๆ ที่ตนเองเคยไปใช้บริการพบว่า บริการสุขภาพความงามของประเทศไทยสร้างความพึงพอใจได้ในระดับที่สูงกว่าประเทศคู่แข่ง เช่น ประเทศจีน อินโดนีเซีย มาเลเซียและฮ่องกง ในทุก ๆ ด้านในขณะที่ประเทศคู่แข่งอย่างเกาหลีใต้ สิงคโปร์ และออสเตรเลียเป็นประเทศที่ไ้ระดับความพึงพอใจจากนักท่องเที่ยวในระดับที่สูงกว่าประเทศไทยในหลากหลายด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านความหลากหลายครบวงจรของบริการและสิ่งอำนวยความสะดวก ผลลัพธ์จากการใช้บริการความสามารถในการสื่อสารภาษาต่างประเทศ และความปลอดภัยภายในประเทศ

การวิเคราะห์ SWOT ของบริการสุขภาพความงามในประเทศไทย

จากข้อมูลต่าง ๆ ที่ได้รับจากการศึกษาสามารถนำมาวิเคราะห์ถึงสถานการณ์ของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามในประเทศไทยในปัจจุบันผ่าน SWOT Analysis ทั้งในด้านจุดแข็ง จุดอ่อน โอกาส และอุปสรรค ได้ดังนี้

จุดแข็ง (Strengths)

1. มีภาพลักษณ์ที่โดดเด่นในด้านความเชี่ยวชาญที่เป็นเอกลักษณ์ เช่น การมีชื่อเสียงด้านการนวดไทย/สปาไทย สมุนไพร และความน่าเชื่อถือสถานประกอบการ เป็นต้น ซึ่งเป็นสิ่งจูงใจสำคัญที่ทำให้นักท่องเที่ยวเลือกเดินทางมาใช้บริการ
2. การให้บริการที่เป็นเลิศ โดยการให้ประสบการณ์ที่ดีผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 6 ได้แก่ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส และจิตใจ ตลอดจนการให้บริการที่อ่อนโยน เป็นมิตร และมีมารยาทของผู้ให้บริการ
3. ความชำนาญของผู้ให้บริการ ซึ่งให้ผลลัพธ์ที่ดีจากการใช้บริการ ตลอดจนสถานประกอบการมีการนำเสนอบริการที่มีความหลากหลาย/ครบวงจรและสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานบริการที่ครบครัน เช่น ห้องสปา ห้องพักผ่อน ห้องอบไอน้ำ
4. มีประวัติศาสตร์/และการสะสมความรู้ที่ยาวนานเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงาม ตลอดจนมีนักบำบัดและผู้ให้บริการที่มีความเชี่ยวชาญเป็นจำนวนมาก
5. เป็นประเทศที่มีวัฒนธรรมที่มีเสน่ห์ เช่น ความเชื่อทางจิตวิญญาณ ศาสนา ซึ่งเป็นสิ่งที่จะส่งเสริมและสร้างความน่าดึงดูดใจให้กับบริการสุขภาพความงาม ตลอดจนความน่าสนใจของสถานที่ท่องเที่ยว สิ่งแวดล้อมที่สวยงาม ศิลปะ และวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว
6. อัตราค่าบริการเหมาะสม/มีความคุ้มค่าในการมาใช้บริการ
7. นักท่องเที่ยวมีความพึงพอใจโดยรวมต่อการใช้บริการสูงมากโดยเปรียบเทียบกับบริการสุขภาพความงามของประเทศคู่แข่งอื่น ๆ ที่ผู้ใช้สัมผัสเคยใช้บริการสามารถสร้างความประทับใจและส่งผลให้นักท่องเที่ยวที่เคยใช้บริการต่างมีแนวโน้มสูงมากในการบอกต่อและใช้บริการซ้ำ

จุดอ่อน (Weaknesses)

1. ภาพลักษณ์ด้านความไม่สงบ ความไม่ปลอดภัย ตลอดจนการค้าประเวณี ซึ่งส่งผลกระทบต่อความไม่มั่นใจในการเดินทางมาท่องเที่ยวในประเทศไทย
2. การขาดการควบคุมและตรวจสอบมาตรฐานของสถานประกอบการ เช่น ความสะอาด/สุขอนามัย การนวดที่แฝงบริการทางเพศในสถานประกอบการบางแห่ง ซึ่งส่งผลกระทบต่อภาพลักษณ์ของบริการสุขภาพความงามในภาพรวมของประเทศ
3. ความสามารถในการสื่อสารภาษาต่างประเทศของผู้ให้บริการสปา เช่น ภาษาอังกฤษ จีน ญี่ปุ่น
4. การสื่อสารและประชาสัมพันธ์เกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามทั้งในและต่างประเทศยังไม่ทั่วถึงเท่าที่ควร

โอกาส (Opportunities)

1. แนวโน้มความเครียดที่เพิ่มสูงขึ้น การให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพการป้องกันอาการเจ็บป่วย (Preventive Healthcare) และความนิยมในผลิตภัณฑ์และบริการที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพมากขึ้นของตลาดโลก
2. แนวโน้มการเติบโตของตลาดโดยรวมในอัตราที่สูง และโอกาสในการขยายตลาดเฉพาะกลุ่ม (Niche Market) เช่น ผู้ชาย วัยทำงานตอนต้น นักท่องเที่ยว/นักธุรกิจที่ใช้บริการระหว่างเดินทางนักท่องเที่ยวที่เป็นคู่รัก/เดินทางเพื่อการ Honeymoon นักท่องเที่ยวจากตลาดเอเชียตะวันออก เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และตะวันออกกลาง เป็นต้น
3. บริการทางสุขภาพความงามมีความสอดคล้องและไปด้วยกันได้ดีกับคุณลักษณะเด่นของประเทศไทย ทั้งในด้านความเชื่อ/ความศรัทธา ศาสนา/ธรรมะ ความอ่อนนุ่ม ความยืดหยุ่น ความเป็นมิตร ความยิ้มแย้มแจ่มใส และความมีจิตใจในการให้บริการของผู้คน
4. สามารถนำวัฒนธรรมที่มีเอกลักษณ์ด้านต่าง ๆ ของประเทศเข้ามาเป็นส่วนประกอบในการให้บริการ เพื่อให้ประสบการณ์ในการสัมผัสกับความเป็นไทยแก่นักท่องเที่ยว เช่น การให้บริการด้วยศาสตร์/ผลิตภัณฑ์ท้องถิ่น
5. บริการสุขภาพความงามของประเทศไทยมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักสำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ ซึ่งถือเป็นโอกาสที่ดีในการสร้างภาพลักษณ์ที่ดีในระดับสากลต่อไป
6. สามารถทำตลาดและเชื่อมโยงการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามเข้ากับการท่องเที่ยวเชิงแพทย์ (Medical Tourism) เพื่อเป็นผลิตภัณฑ์การท่องเที่ยวหลักของประเทศ และส่งเสริมเป้าหมายการเป็นศูนย์กลางด้านสุขภาพของโลก
7. ประเทศไทยมีข้อได้เปรียบด้านการท่องเที่ยวและการมีสถานที่ท่องเที่ยวที่ดึงดูดใจที่สามารถช่วยส่งเสริมให้ตลาดบริการสุขภาพความงามเติบโตได้ในอนาคต
8. การพัฒนามาตรฐานการบริการและการสร้างชื่อเสียงของผู้ประกอบการรายใหญ่ในประเทศ มีส่วนช่วยในการสร้างการรู้จักและภาพลักษณ์ที่ดีเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามให้กับประเทศไทย

อุปสรรค (Threats)

1. ความไม่มั่นคงทางการเมืองและความไม่สงบในประเทศ ส่งผลต่อความต่อเนื่องของนโยบายในการสนับสนุนและการทำตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงาม อีกทั้งการมีข่าวที่ส่งผลต่อภาพลักษณ์ในทางลบของประเทศเผยแพร่ออกไปทั่วโลก ยังส่งผลกระทบต่อความเชื่อมั่นและของนักท่องเที่ยวในการเดินทางมาประเทศไทย
2. ความไม่แน่นอนและผลจากภาวะเศรษฐกิจถดถอยของโลกและในประเทศ
3. การแข่งขันที่เพิ่มสูงขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาขึ้นของประเทศผู้ให้บริการสุขภาพความงามคู่แข่งในภูมิภาคเอเชียที่สำคัญ เช่น อินโดนีเซีย จีน สิงคโปร์ มาเลเซีย และอินเดีย
4. ข้อจำกัดในการควบคุมดูแลมาตรฐานและจรรยาบรรณของสถานประกอบการอย่างทั่วถึง
5. การสูญเสียนักบำบัดและผู้ให้บริการสปาที่มีความเชี่ยวชาญไปยังต่างประเทศ และการพัฒนานักบำบัดและผู้ให้บริการที่ได้มาตรฐานยังไม่เพียงพอ

6. ปัจจุบันนักท่องเที่ยวมีประสบการณ์ในการใช้บริการสุขภาพความงามมากขึ้น ทำให้เกิดความคาดหวังสูงในด้านของบริการคุณภาพ และการได้สัมผัสกับประสบการณ์ใหม่

แนวทางในการเพิ่มศักยภาพและส่งเสริมตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงาม

ประเทศไทยควรเพิ่มศักยภาพและส่งเสริมตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงาม เพื่อการรักษากลุ่มลูกค้าปัจจุบัน เพิ่มความพึงพอใจ การใช้บริการซ้ำ เพิ่มการใช้บริการ ตลอดจนขยายฐานตลาดเพื่อส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวเกิดกระแสการเดินทางมาใช้บริการ ดังนี้

1. กำหนดตำแหน่งทางการตลาดของประเทศไทยที่ชัดเจน ตลอดจนใช้กลยุทธ์การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพในการส่งเสริมตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามของประเทศไทยในการเป็น “ศูนย์กลางด้านสุขภาพ” ซึ่งรวมทั้งการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเข้าไว้ด้วยกัน และกำหนดคุณลักษณะหลักของบริการสุขภาพความงามในประเทศไทยที่ชัดเจน น่าสนใจ และสร้างความแตกต่างจากคู่แข่ง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสื่อสาร และถ่ายทอดผ่านประสบการณ์ต่าง ๆ ที่นักท่องเที่ยวสามารถสัมผัสได้

2. ใช้กลยุทธ์การสื่อสารที่มีประสิทธิภาพและสื่อสารตำแหน่งทางการตลาดไปยังกลุ่มเป้าหมายเพื่อสร้างการรับรู้และภาพลักษณ์เกี่ยวกับประเทศไทย

- จัดทำเอกสารเผยแพร่/แผ่นพับที่ดึงดูดใจ เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามในประเทศไทย โดยอาจมีการนำเสนอผลิตภัณฑ์/บริการที่มีคุณลักษณะที่ไม่เหมือนกันในแต่ละภาคเพื่อให้ประสบการณ์กับผู้ใช้บริการที่หลากหลายและแตกต่าง

- การให้บริการแนะนำ/ให้ข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามที่สนามบิน และป้ายโฆษณาขนาดใหญ่ ณ บริเวณทางเข้าจุดตรวจคนเข้าเมือง เป็นต้น เพื่อสร้างการรับรู้และจูงใจให้เกิดความต้องการ/สนใจในการใช้บริการสุขภาพความงาม

- เสริมด้วยวิธีการสื่อสารและทำการตลาดที่ทันสมัยและดึงดูดใจ เช่น การใช้ Digital Marketing ซึ่งสามารถ Link เข้าสู่เว็บไซต์/หน้าเว็บที่มีข้อมูลเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามบนเว็บไซต์ของการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

- หาโอกาสในการจัดการประชุมเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงามระดับโลกในประเทศไทย เพื่อเป็นการส่งเสริมภาพลักษณ์ด้านความเชี่ยวชาญและเพิ่มการรับรู้เกี่ยวกับการเป็นประเทศที่สำคัญในการให้บริการสุขภาพความงาม

- จัดกิจกรรม Roadshow และการออกบูธตามประเทศต่าง ๆ ร่วมกับสถานประกอบการอย่างต่อเนื่อง โดยอาจเน้นที่สถานที่สำคัญของแต่ละประเทศกลุ่มเป้าหมาย เช่น ห้างสรรพสินค้า ศูนย์รวมของผู้คน

- เชิญผู้เชี่ยวชาญ/ผู้มีส่วนสำคัญในวงการสุขภาพความงาม เช่น นักข่าว นักเขียน คอลัมน์ สื่อมวลชน ผู้นำความคิด บุคคลในแวดวงสังคมในต่างประเทศ มาเยี่ยมชมและใช้บริการสุขภาพความงามในประเทศไทย

- สื่อสารให้ประเทศไทยเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ดึงดูดใจ โดยเน้นกลยุทธ์ในการ Highlight/ทำตลาดเป็นรายสถานที่/จังหวัด แทนที่การสื่อสารในภาพรวมทั้งประเทศ

- สื่อสารเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายรับรู้ถึงสถานการณ์และความสงบสุขของประเทศเพื่อสร้างความมั่นใจในความปลอดภัยในการเดินทางมาประเทศไทย

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย บริษัทท่องเที่ยว/ตัวแทน และหน่วยงาน/องค์กรพันธมิตรด้านการท่องเที่ยว

3. พัฒนาผลิตภัณฑ์และบริการที่โดดเด่นและตรงกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อเพิ่มโอกาสในการขยายตลาดและจับกลุ่มเป้าหมายใหม่ ๆ ที่มีศักยภาพ

- พัฒนาบริการ/โปรแกรมที่เน้นผลลัพธ์ที่ชัดเจน เช่น มีการรับรองผลลัพธ์ในการลดน้ำหนัก ผลลัพธ์ด้านความงาม/ความอ่อนเยาว์ เป็นต้น เนื่องจากปัจจุบันพฤติกรรมของผู้บริโภคเปลี่ยนแปลงไป มีเวลาทำเรื่องต่าง ๆ น้อยลง ทำให้หันมาเน้นให้ความสำคัญกับเรื่องประสิทธิภาพและผลลัพธ์ที่จับต้องได้มากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับบริการที่ใช้เวลาน้อยแต่ได้ผลลัพธ์ที่ชัดเจนในหลาย ๆ ด้านจะเป็นที่ต้องการมากขึ้น

- พัฒนาผลิตภัณฑ์และบริการที่เน้นประสบการณ์และการสัมผัสกับความเป็นไทยอย่างแท้จริง ซึ่งในปัจจุบันการนวดไทยเพียงอย่างเดียวอาจไม่ดึงดูดใจมากพอเนื่องจากมีให้บริการอย่างแพร่หลายในต่างประเทศ ทั้งนี้ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสกับ Thai Spa Experience ได้อย่างชัดเจน

- พัฒนาความหลากหลายของบริการให้เป็น One-Stop-Service โดยนำเสนอ บริการที่ครอบคลุม สร้างความแตกต่าง และอยู่ในกระแสความต้องการของนักท่องเที่ยว เช่น การใช้ แสงเลเซอร์สนามแม่เหล็ก เสี่ยง การทำให้ดูอ่อนเยาว์ (Rejuvenation) การบำบัดจิตใจ การใช้หนัก บำบัด 2 คนพร้อมกัน การเข้าคอร์สปรับเปลี่ยนวิถีการใช้ชีวิต

- พัฒนาบริการที่สามารถตอบสนองความสนใจและแนวโน้มความต้องการของ นักท่องเที่ยวกลุ่มที่จะมีความสำคัญกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามในอนาคตโดยเจาะตลาด (Niche Market) เช่น ผู้ชายวัยทำงานตอนต้น นักท่องเที่ยว/นักธุรกิจที่ใช้บริการระหว่างเดินทาง นักท่องเที่ยวที่เป็นคู่รัก/เดินทางเพื่อการ Honeymoon (โดยเฉพาะผู้หญิงซึ่งเป็นคนที่มีอิทธิพลในการตัดสินใจในการเดินทางท่องเที่ยว Honeymoon สูง จึงมีส่วนทำให้ผู้ชายที่เดินทางมาด้วยมีโอกาสได้ใช้บริการสุขภาพความงามด้วย) นักท่องเที่ยวจากตลาดเอเชียตะวันออก เอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และ ตะวันออกกลาง เป็นต้น

- วางแผนกำหนดกลยุทธ์และการตลาด/การส่งเสริมการขาย/การสื่อสารที่มี ลักษณะเฉพาะสำหรับแต่ละกลุ่มตลาดต่าง ๆ เพื่อประสิทธิภาพในการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย

หน่วยงานหลักที่เกี่ยวข้อง : สถานประกอบการ และสมาคม/หน่วยงานเกี่ยวกับ บริการสุขภาพความงาม

4. ปรับปรุง/พัฒนาการให้บริการสุขภาพความงามในด้านต่าง ๆ เพื่อสร้างความพึงพอใจ การใช้บริการซ้ำ และการบอกต่อ

- มีการรับรองมาตรฐานและการให้สัญลักษณ์สำหรับสถานประกอบการและผู้ให้บริการที่มีความน่าเชื่อถือ มีความเชี่ยวชาญ และบริการที่ได้มาตรฐาน เพื่อแยกจากสถานประกอบการที่มีบริการแฝงประเภทอื่น ๆ อย่างชัดเจน

- มีการจัดแบ่งเกรดของสถานประกอบการสุขภาพความงามต่อไปให้ครอบคลุมมากขึ้นเพื่อเป็นตัวอย่างในการพัฒนาและการยกระดับมาตรฐานของอุตสาหกรรม

- ส่งเสริมให้สถานประกอบการพัฒนาคุณภาพเพื่อเพิ่มโอกาสในการได้รับรางวัลและการรับรองมาตรฐานในระดับนานาชาติ เพื่อสร้างการรับรู้และภาพลักษณ์ด้านคุณภาพและความน่าเชื่อถือให้กับบริการสุขภาพความงามของประเทศไทย
- ร่วมมือกับภาคเอกชนในการอบรมและพัฒนามาตรฐานของบุคลากรผู้ให้บริการในด้านต่าง ๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การใช้ภาษาต่างประเทศ ความเชี่ยวชาญในการนัดและใช้ศาสตร์ที่เป็นเอกลักษณ์ของไทย
- ส่งเสริมอาชีพด้านสุขภาพความงาม เพื่อเพิ่มจำนวนบุคลากรผู้ให้บริการรองรับกับความต้องการที่เพิ่มสูงขึ้นของนักท่องเที่ยวในอนาคต
- อำนวยความสะดวกในการขอวีซ่าและการตรวจคนเข้าเมือง

หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง : สถานประกอบการ สมาคม/หน่วยงานเกี่ยวกับบริการสุขภาพความงาม กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงศึกษาธิการ องค์การบริหารส่วนจังหวัด/ตำบล และหน่วยงานภาคเอกชนเกี่ยวกับการให้ความรู้และฝึกอบรม กระทรวงการต่างประเทศ

5. สร้างเครือข่ายพันธมิตร เพื่อสร้างความร่วมมือและการบูรณาการ เพื่อการพัฒนาตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามอย่างยั่งยืน

- จัดหาความร่วมมือและการมีส่วนร่วมในการพัฒนาระหว่างภาครัฐและภาคเอกชน
- กำหนดบทบาทหน้าที่ของแต่ละหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการส่งเสริมตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพความงามให้ชัดเจนโดยเน้นบทบาทในการประสานความร่วมมือกันระหว่างหน่วยงาน
- สร้างพันธมิตรทางธุรกิจ เช่น การหาความร่วมมือ/การจัดกิจกรรมส่งเสริมการขาย/ร่วมกัน เช่น สถานประกอบการจัดโปรโมชั่นส่วนลดให้กับลูกค้าสายการบิน สถานประกอบการรวมตัวกัน ให้ส่วนลดแก่นักท่องเที่ยว เป็นต้น เพื่อการส่งเสริมตลาดสุขภาพความงามร่วมกันและขยายโอกาสในการเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายเพิ่มขึ้น
- มีการเก็บรวบรวมข้อมูล/สถิติต่าง ๆ ที่มีความสำคัญต่อตลาดอย่างต่อเนื่อง เช่น ข้อมูลนักท่องเที่ยว พฤติกรรมนักท่องเที่ยว ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยว และแนวโน้มตลาดเพื่อการวิเคราะห์เปรียบเทียบ (Benchmarking) และการติดตามผล (Monitoring) โดยจัดให้มีการเผยแพร่และให้บริการข้อมูลเพื่อเป็นประโยชน์ต่อผู้ประกอบการและผู้สนใจ

หน่วยงานหลักที่เกี่ยวข้อง : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย และสมาคม/หน่วยงานเกี่ยวกับบริการสุขภาพ

นิพล เชื้อเมืองพาน และคณะ (2556) ได้ทำการศึกษารูปแบบการท่องเที่ยวน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง จังหวัดเพชรบุรี ด้วยการศึกษาข้อมูลเชิงลึก อันประกอบด้วยแบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบประชุมกลุ่มย่อย และแบบสำรวจข้อมูลทั่วไปในพื้นที่

น้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง จังหวัดเพชรบุรี อยู่ภายใต้การดูแลของชุมชนบ้านน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง ได้รับอนุญาตจัดตั้งดูแลพื้นที่เมื่อวันที่ 30 มิถุนายน 2555 โดยตั้งอยู่ ณ หมู่ที่ 5 ตำบลยางน้ำก๊าดเหนือ อำเภอหนองหญ้าปล้อง จังหวัดเพชรบุรี เป็นบ่อน้ำอุ่น ที่เกิดอยู่ระหว่างเขตที่ดินสาธารณประโยชน์และป่าสงวนแห่งชาติ บ่อน้ำร้อนมีทั้งหมด 3 บ่อ เรียงกันในแนวเหนือ-ใต้

โดยน้ำจะไหลจากบ่อทางทิศเหนือไปทางทิศใต้ แต่ละบ่อมีเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 3-5 เมตร ลึกประมาณ 30 เซนติเมตร ในอดีตพื้นที่บริเวณนี้เป็นผืนป่า และมีชุมชนอยู่อาศัยมาแล้วประมาณ 90 กว่าปี โดยในภายหลังชาวบ้านได้พบแหล่งน้ำพุร้อนจำนวน 3 บ่อ จึงได้เริ่มมีการพัฒนาพื้นที่เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวอย่างเป็นทางการในปี พ.ศ. 2544 งบประมาณหลักที่ได้รับสำหรับการพัฒนาส่วนใหญ่มาจากองค์การบริหารส่วนจังหวัดเพชรบุรี

จากการสัมภาษณ์พบว่า ทรัพยากรที่สำคัญที่มีอยู่ในพื้นที่ ได้แก่ ทรัพยากรป่าไม้ ซึ่งมีความอุดมสมบูรณ์ และคนในพื้นที่ให้ความสำคัญกับทรัพยากรน้ำพุร้อนที่มีอยู่ในพื้นที่ เนื่องจากสามารถนำไปใช้ในการอุปโภคและบริโภคได้ นอกจากนี้ยังสามารถช่วยในการบำบัดโรคได้ เช่น โรคปวดเมื่อยตามร่างกาย หรือการรักษาในด้านผู้ป่วยที่เป็นอัมพฤกษ์ที่ต้องการการไหลเวียนของโลหิต รวมทั้งการช่วยในการทำให้ผิวพรรณดีขึ้น นอกจากนี้ยังพบว่า คนในพื้นที่ให้ความสำคัญกับทรัพยากรท่องเที่ยวใกล้เคียงในพื้นที่ เช่น น้ำตกกวางโจว น้ำตกแม่กระดังสา และอุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน

จากทั้งการสำรวจข้อมูลและการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในพื้นที่พบว่า รูปแบบการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นมีความหลากหลาย โดยเฉพาะรูปแบบการท่องเที่ยวแบบผสมผสาน เนื่องจากพื้นที่อยู่ท่ามกลางธรรมชาติ มีทรัพยากรที่เกี่ยวข้องและเชื่อมโยงการท่องเที่ยวเข้าด้วยกัน โดยรูปแบบการท่องเที่ยวที่พบเป็นการท่องเที่ยวในลักษณะการเดินทางเพื่ออาบน้ำแร่ในพื้นที่ โดยพื้นที่มีให้บริการการอาบน้ำแร่ทั้งบ่อแช่ตัวแบบเดี่ยว และบ่อแช่ตัวแบบรวม โดยแยกเพศชาย-หญิง รวมถึงการให้บริการนวดแผนไทยสำหรับนักท่องเที่ยวระหว่างรอแช่ตัว หรือนักท่องเที่ยวบางกลุ่มที่มีจุดประสงค์เพื่อการนวดแผนไทยโดยเฉพาะ นอกจากนี้ในพื้นที่ท่องเที่ยวยังมีความน่าสนใจทางธรรมชาติ ซึ่งสามารถเกิดรูปแบบการท่องเที่ยวในแหล่งธรรมชาติเพื่อการเรียนรู้ หรือในลักษณะการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ โดยมีเส้นทางเดินชมธรรมชาติ จากบริเวณศูนย์บริการนักท่องเที่ยวไปยังบ่อน้ำพุร้อน ระยะทาง 400 เมตร แต่ในปัจจุบันยังขาดกิจกรรมเรียนรู้ระหว่างทางเกิดขึ้น

ศักยภาพด้านการเข้าถึงแหล่งน้ำพุร้อน การเดินทางจากกรุงเทพฯ มาทางถนนเพชรเกษม บ้านพุร้อนหนองหญ้าปล้องจะตั้งอยู่เลยอำเภอเขาย้อยมาประมาณ 12 กิโลเมตร บริเวณ กม. 148-149 มีป้ายบอกทางชัดเจน โดยให้แยกมาทางขวามาตามเส้นทางสาย 3349 อีกประมาณ 34 กิโลเมตร สภาพถนนดี มีป้ายบอกเส้นทางเป็นระยะ แต่เมื่อเริ่มเข้าใกล้บ้านพุร้อนหนองหญ้าปล้อง สภาพถนนไม่ค่อยดีมีขรุขระบ้าง เป็นระยะทางประมาณ 5 กิโลเมตร และมีป้ายบอกเส้นทางน้อย แต่สามารถเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวได้ เส้นทางผ่านมีทัศนียภาพทางธรรมชาติของป่าเขา ทิวทัศน์ และชุมชนที่เป็นธรรมชาติ หรือระยะทางการเดินทางมาจากจังหวัดเพชรบุรี รวมระยะทาง 45 กิโลเมตร ประกอบกับในเส้นทางเป็นเส้นทางเชื่อมไปสู่เส้นทางท่องเที่ยวยังเขื่อนแก่งกระจาน และอุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน

ศักยภาพด้านที่พัก ในพื้นที่เดิมมีให้บริการที่พักของเอกชนในลักษณะรีสอร์ท 2 แห่ง แต่หลังจากเกิดปัญหาทางเศรษฐกิจทำให้อัตรานักท่องเที่ยวลดลง ส่งผลกระทบต่อธุรกิจที่พักรอบพื้นที่ จึงปิดบริการ แต่ยังมีที่พักของเอกชนที่ยังเปิดให้บริการบริเวณใกล้เคียง 2 แห่ง คือ เป็นลักษณะบ้านพัก 2 หลัง ในพื้นที่ตรงกันข้ามกับแหล่งน้ำพุร้อน และในแหล่งท่องเที่ยว น้ำตกกวางโจว ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากแหล่งน้ำพุร้อนแต่ในเดือนพฤษภาคม 2556 พบว่า เกิดที่พักประเภทรีสอร์ทขนาดเล็กแห่งใหม่ขึ้น

อีก 1 แห่ง บริเวณตรงข้ามทางเข้าแหล่งน้ำพุร้อน ซึ่งอยู่ระหว่างดำเนินการก่อสร้าง มีการบริหารจัดการโดยเอกชน ในขณะที่ศูนย์ท่องเที่ยวพุร้อนยังไม่มีที่פקเปิดให้บริการแก่นักท่องเที่ยว

ศักยภาพด้านกิจกรรม กิจกรรมท่องเที่ยวที่พบในพื้นที่ ได้แก่ กิจกรรมการอาบน้ำแร่ในลักษณะการใช้บริการบ่อแช่ตัว ทั้งลักษณะบ่อแช่ตัวแบบเดี่ยว และบ่อแช่ตัวแบบรวม และบริเวณใกล้เคียงกันมีการให้บริการนวดแผนไทยสำหรับนักท่องเที่ยวระหว่างรอแช่ตัว หรือนักท่องเที่ยวบางกลุ่มเลือกกิจกรรมการแช่เท้า ณ บริเวณที่แช่เท้าใกล้แหล่งน้ำพุร้อน พร้อมกับการเดินศึกษาธรรมชาติในเส้นทางสู่น้ำพุร้อนระยะทาง 400 เมตร นอกจากนี้กิจกรรมท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในพื้นที่อันเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียง ได้แก่ การจัดทัศนศึกษาเส้นทางชมน้ำตกแม่กระดังลา ซึ่งเส้นทางเดินยังไม่สะดวก รถเล็กไม่สามารถเดินทางได้ หรือนักท่องเที่ยวสามารถเชื่อมกิจกรรมท่องเที่ยวแวะชมตลาดน้ำและน้ำตกกวางโจวในพื้นที่ใกล้เคียงเพื่อเป็นการเชื่อมกิจกรรมท่องเที่ยวได้ ประกอบกับพื้นที่โดยรอบเป็นภูเขา มีการประกอบอาชีพเกษตร เช่น การปลูกสับปะรด ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถแวะชม และหาจุดถ่ายภาพพร้อมชมทัศนียภาพสองข้างทางที่ผ่านทางได้

ศักยภาพด้านสิ่งดึงดูดใจทางการท่องเที่ยว ในพื้นที่ในปัจจุบันพบบ่อน้ำร้อน 3 บ่อ ได้ถูกรวมกันเป็นหนึ่งบ่อใหญ่ โดยมีการต่อท่อน้ำร้อนยาวประมาณ 200 เมตร จากบ่อกำเนิดน้ำพุร้อนนี้ไปยังบริเวณห้องอาบน้ำพุร้อน นักท่องเที่ยวสามารถเดินเท้าไปชมบ่อกำเนิดนี้ได้อย่างสะดวก ซึ่งอยู่ห่างออกไปจากบ่ออาบ 400 เมตร อุณหภูมิของน้ำพุร้อนในบ่อกำเนิดอยู่ที่ประมาณ 55 องศาเซลเซียส และอุณหภูมิของน้ำพุร้อนในบ่ออาบอยู่ประมาณ 40 องศาเซลเซียส ห้องอาบน้ำพุร้อนแยกเป็นห้องรวมและห้องเดี่ยว โดยห้องรวมแยกเป็นห้องหญิงรวม 1 ห้อง และห้องชายรวม 1 ห้อง มีห้องอาบน้ำและห้องสุขาอย่างละหนึ่งห้องอยู่ใกล้เคียง ส่วนห้องเดี่ยวแยกหญิงชายอย่างละ 10 ห้อง จำนวนทั้งหมด 20 ห้อง และมีห้องสุขาแยกชายหญิงอย่างละ 3 ห้อง สภาพห้องอาบน้ำมีความสะอาด แต่อุปกรณ์ค่อนข้างทรุดโทรม เพราะสร้างขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2544 และหลังจากนั้นชุมชนก็ไม่ได้รับงบประมาณสำหรับการปรับปรุงเพิ่มเติม

ศักยภาพด้านสิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งอำนวยความสะดวกที่พบในพื้นที่นอกจากห้องอาบน้ำพุร้อน สิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ สำหรับนักท่องเที่ยว เช่น ที่แช่เท้า โดยอยู่ใกล้ ๆ บ่อกำเนิดน้ำพุร้อน การบริการนวดแผนไทย เป็นอาคารชั้นเดียว มีพนักงานนวด 3-4 คน เป็นห้องรวมไม่มีการแยกเป็นสัดส่วน ร้านอาหารและเครื่องดื่ม 1 ร้าน รานขายของ 6 ร้าน บริเวณจอดรถ อาคารอเนกประสงค์ 1 หลัง และโทรศัพท์สาธารณะ 2 เครื่อง

ศักยภาพด้านการจัดการและการมีส่วนร่วมของชุมชน ระยะเริ่มแรกของการพัฒนาบ้านน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง งบประมาณทั้งหมดได้รับมาจากองค์การบริหารส่วนจังหวัดเพชรบุรี งบประมาณเหล่านี้ใช้สำหรับสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ โดยผู้ใหญ่บ้านและชุมชนมีการรวมตัวกันเป็นคณะกรรมการเพื่อรับผิดชอบในการพัฒนาและจัดสรรประโยชน์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากการท่องเที่ยว ชุมชนเกิดรายได้จากการนำพืชผลการเกษตรมาจำหน่ายแก่นักท่องเที่ยว รายได้จากการขายอาหารและเครื่องดื่ม และได้รับค่าตอบแทนจากการเป็นพนักงานดูแลส่วนต่าง ๆ ในบริเวณบ้านน้ำพุร้อนฯ ช่วงแรกของการเปิดรับนักท่องเที่ยวมีจำนวนนักท่องเที่ยวต่อเดือนประมาณ 2,000 กว่าคน สัดส่วนของนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่คือคนไทยมาจากกรุงเทพฯ เพชรบุรี และจังหวัดใกล้เคียง โดยนักท่องเที่ยวอาจแวะแหล่งท่องเที่ยวใกล้เคียงก่อนมาบ้านน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง

แหล่งท่องเที่ยวที่มีส่วนสำคัญในการช่วยดึงดูดนักท่องเที่ยวคือ น้ำตกแม่กระดังลา ซึ่งสามารถเดินทางเข้าถึงสะดวกได้โดยรถยนต์ แต่ปัจจุบันการเดินทางไปน้ำตกแม่กระดังลาต้องใช้รถขับเคลื่อนสี่ล้อเท่านั้น เนื่องจากเส้นทางไม่ได้รับการปรับปรุง และไม่มีหน่วยงานได้รับผิดชอบดูแล ทำให้นักท่องเที่ยวที่มามีบ้านน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้องลดลงไปด้วย ในปัจจุบันมีจำนวนนักท่องเที่ยวต่อเดือนประมาณ 800 กว่าคนเท่านั้น ทำให้รายได้ที่เคยได้รับเพื่อนำมาดูแลปรับปรุงสถานที่แทบจะไม่มี อีกทั้งไม่มีงบประมาณใด ๆ จากหน่วยงานภาครัฐมาสนับสนุนแหล่งท่องเที่ยวแห่งนี้

ในด้านการมีส่วนร่วมของคนในพื้นที่ แหล่งน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้องมีการจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชนบ้านน้ำพุร้อน หมู่ที่ 5 โดยมีผู้ใหญ่บ้านเป็นผู้นำในการจัดการพื้นที่ มีระบบบัญชีรายการแสดงรายรับ รายจ่ายจากการท่องเที่ยว รวมทั้งสถิตินักท่องเที่ยวเพื่อรายงานให้ชุมชนทราบผลการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้น รวมถึงชุมชนมีการจัดประชุมชุมชนทุก ๆ เดือน เดือนละ 1 ครั้ง มีการรายงานผลการท่องเที่ยวให้ชุมชนได้รับรู้ และมีการหารือกันในระดับชุมชนเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว

ปัญหาและข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาชุมชน ปัญหาหลักในการจัดการท่องเที่ยวในพื้นที่คือ เดิมการจัดการแหล่งน้ำพุร้อนยังขาดความชัดเจนในด้านพื้นที่ เนื่องจากอยู่ในเขตป่าที่เชื่อมต่อกับน้ำตกแม่กระดังลา และเดิมพื้นที่ได้รับการพัฒนาและจัดสรรงบประมาณโดยองค์การบริหารส่วนจังหวัด แต่ต่อมาได้มีการโอนถ่ายการจัดการให้ชุมชนบ้านน้ำพุร้อนเป็นผู้จัดการการท่องเที่ยว ทำให้ขาดความเชื่อมต่อในการจัดการ และขาดหน่วยงานหลักที่จะร่วมพัฒนาจัดการพื้นที่ แต่อย่างไรก็ตามหน่วยงานรัฐบาล เช่น อำเภอนองหญ้าปล้อง การท่องเที่ยวเพชรบุรี และหน่วยงานในระดับจังหวัดได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของน้ำพุร้อน ซึ่งเป็นแหล่งเดียวที่มีอยู่ในจังหวัด ได้มีแนวคิดเพื่อหาแนวทางในการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง เชื่อมโยงสู่เส้นทางท่องเที่ยวในพื้นที่ โดยเฉพาะเส้นทางสู่อุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นการท่องเที่ยวที่มีแรงจูงใจหรือจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพและ/หรือบำบัดรักษา ฟื้นฟูสุขภาพ หรือเป็นการท่องเที่ยวที่ผสมผสานการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจควบคู่กัน โดยมีจิตสำนึกต่อการอนุรักษ์ทรัพยากรท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประกอบด้วยกิจกรรมการท่องเที่ยวสุขภาพทางธรรมชาติ การท่องเที่ยวสุขภาพทางวัฒนธรรม รวมถึงการปรับสมดุลของอาหาร การปรนนิบัติ เพื่อเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย จัดความเครียดและปรับสมดุลให้แก่วัยผู้สูงอายุ ผู้ประกอบการธุรกิจเพื่อสุขภาพที่เป็นธุรกิจหลักในการรองรับกลุ่มนักท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ ได้แก่ ธุรกิจสปาเพื่อสุขภาพ ธุรกิจรีสอร์ทเพื่อสุขภาพ แหล่งท่องเที่ยว ประเภทน้ำพุร้อน/น้ำแร่ และศูนย์สุขภาพ ซึ่งควรมีการจัดการบริการต่าง ๆ ที่มีมาตรฐานและสอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยว

กิตติศักดิ์ กลิ่นหมื่นไวย (2559) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องศักยภาพและแนวทางการจัดการท่องเที่ยวชุมชนลำปาง อำเภอกะเคา จังหวัดลำปาง การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวและหาแนวทางการจัดการท่องเที่ยวแบบมีส่วนร่วมของชุมชนลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอกะเคา จังหวัดลำปาง เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม กลุ่มตัวอย่างคือ นักท่องเที่ยวและประชาชนในชุมชนลำปางหลวงจำนวน 400 คน เครื่องมือวิจัย คือแบบสอบถามเพื่อถามนักท่องเที่ยวโดยการเลือกแบบบังเอิญ และแบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึกเพื่อสัมภาษณ์

ประชาชนและผู้นำชุมชนผ่านกิจกรรมการเสวนากลุ่มย่อยวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา เพื่อหา คำร้อยละรวมถึงการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัย พบว่า นักท่องเที่ยวมีความคิดเห็นด้านเห็นศักยภาพ แหล่งท่องเที่ยวชุมชนลำปางหลวงโดยรวมทั้ง 6 ด้านอยู่ในระดับมากทุกปัจจัย ได้แก่ ด้านอัตลักษณ์ ของแหล่งท่องเที่ยว ด้านความสามารถในการเข้าถึง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านสถานที่พักผ่อน ด้านกิจกรรมทางการท่องเที่ยวและด้านบริการเสริมอื่น ๆ โดยเฉพาะทรัพยากรทางการท่องเที่ยวที่สำคัญทางประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมประเพณี และวิถีชีวิตชุมชนที่น่าสนใจ มีการเดินทางที่ สะดวกสบายสามารถเลือกเดินทางได้หลากหลายรูปแบบ สำหรับแนวทางการจัดการท่องเที่ยวแบบมี ส่วนร่วมของชุมชนลำปางหลวง พบว่าชุมชนมีความต้องการให้ทุกภาคส่วนเข้ามามีส่วนร่วมในการ ตัดสินใจหรือการกำหนดทิศทางการท่องเที่ยวและมีการรวมตัวเพื่อจัดตั้งองค์การการท่องเที่ยวขึ้นใน ชุมชนโดยเปิดโอกาสให้คนในชุมชนท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการวางแผนและจัดกิจกรรมทางการท่องเที่ยว รวมไปถึงการร่วมรับผลประโยชน์จากการจัดการการท่องเที่ยวชุมชน โดยร่วมกันหาแนวทางการจัดการ ท่องเที่ยวของชุมชนลำปางหลวงจำนวน 2 เส้นทางคือเส้นทางที่ 1 เส้นทางท่องเที่ยวชมมัสการพระ ราชตุศักดิ์สิทธิ์ เรียนรู้วิถีชีวิตชุมชน สืบสานงานหัตถกรรมศิลป์ (โปรแกรมทัวร์ 1 วัน) เส้นทางที่ 2 เส้นทางท่องเที่ยวชมมัสการพระราชตุศักดิ์สิทธิ์ เรียนรู้วิถีชีวิตชุมชน เทศกาลงานแห่ครัวตาน (โปรแกรมทัวร์ 1 วัน)

ผลการวิเคราะห์แนวทางการจัดการท่องเที่ยวโดยมีการจัดโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวชุมชน ลำปางหลวง ตำบล ลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปางและเป็นเส้นทางใหม่ที่มีกิจกรรมของ ชุมชนสอดแทรกการจัดการท่องเที่ยว ชุมชนเชิงเรียนรู้ได้เป็น 2 เส้นทางดังต่อไปนี้

เส้นทางที่ 1 รูปแบบโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวชมชุมชนลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัด ลำปาง เส้นทางท่องเที่ยว ชมมัสการพระราชตุศักดิ์สิทธิ์เรียนรู้วิถีชีวิตชุมชนสืบสานงานหัตถกรรม ศิลป์ (โปรแกรมทัวร์ 1วัน)

- | | |
|----------|---|
| 09.00 น. | ออกจากที่พักหรือจุดนัดหมายนำเที่ยวโดยมีคัคเทศก์ ท้องถิ่นในการ บรรยายให้ข้อมูลความรู้และนำพาสักการะพระบรมราชานุสาวรีย์ สมเด็จพระนเรศวรมหาราช และสักการะอนุสาวรีย์พระแม่จามเทวี |
| 09.45 น. | นำทุกท่านสู่วัดไหล่หินหรือวัดเสลารัตนปีพพตาราม วัดสำคัญเก่าแก่ ของจังหวัดลำปางที่มีอายุหลายร้อยปีตั้งอยู่บนเนินเขาเล็ก ๆ ประกอบด้วยกำแพงชั้นในที่ชาวบ้านเรียกกันว่า “ช่วงแก้ว” |
| 10.45 น. | นำทุกท่านสู่น้ำพุร้อนโป่งร้อน มีลักษณะเป็นบ่อน้ำซึมและบ่อน้ำอุ่น มีบริการแช่น้ำแร่สระอาบน้ำแร่และห้อง อาบน้ำแร่และบริการนวด ตัวของกลุ่มชาวบ้าน ตามอัธยาศัย |
| 12.00 น. | รับประทานอาหารกลางวัน ณ กลุ่มชนโตกแม่บ้านชาวลำปางหลวง หรือร้านเฮือนจิวแดง |
| 13.00 น. | นำทุกท่านร่วมเรียนรู้การทำและทดลองทำผลิตภัณฑ์พื้นบ้านปลาตีน ได้จากไม้สักและไม้ฉำฉาสินค้าหัตถกรรมที่ได้รับรางวัลสินค้าโอท็อป ระดับ 4 ดาวของภาคเหนือและผลิตภัณฑ์ดอกไม้ประดิษฐ์จาก |

ผ้าหัตถกรรมพื้นบ้านจากภูมิปัญญาท้องถิ่นที่นำผ้าลวดลายต่าง ๆ มาประดิษฐ์เป็นดอกไม้ลวดลายสวยงาม

- 15.00 น. นำทุกท่านนั่งรถม้าชมวิถีชีวิตชุมชนลำปางหลวงนำทุกท่านเดินทางสู่ บ่อน้ำศักดิ์สิทธิ์หรือบ่อน้ำเลี้ยงพระนางจามเทวีซึ่งเป็นสถานที่เคารพสักการะของหมู่บ้านและต่อจากนั้นนำท่านชมสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่วัดพระธาตุลำปางหลวงวัดคู่บ้านคู่เมืองลำปางมาแต่โบราณและเป็นวัดไม้ที่สมบูรณ์ที่สุดแห่งหนึ่งของไทยอีกทั้งพระธาตุลำปางหลวงยังเป็นพระธาตุประจำปีเกิดของคนปีฉลูมีความสวยงามและอลังการด้วยศิลปะสถาปัตยกรรมแบบล้านนา จากนั้นนำทุกท่านเลือกซื้อของฝากและสินค้าพื้นเมืองมากมาย ณ ลานวัฒนธรรมล้านนา

- 17.00 น. เดินทางกลับสู่ที่พักโดยสวัสดิภาพ

เส้นทางที่ 2 รูปแบบโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวชุมชนลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง 7 เส้นทางท่องเที่ยววัฒนธรรมสักการะพระธาตุศักดิ์สิทธิ์ เรียนวิถีชีวิตชุมชนเทศกาลงานแห่ครัวตาน (โปรแกรมทัวร์ 1 วัน)

- 07.30 น. ออกเดินทางจากที่พักหรือจุดนัดหมาย นำเที่ยวโดยมัคคุเทศก์ท้องถิ่นในการบรรยายให้ข้อมูล

- 08.00 น. นำทุกท่านร่วมชมขบวนแห่ครัวตานที่แสดงถึงศิลปวัฒนธรรมและวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น โดยรูปแบบของการจัดขบวนเป็นการจำลองโบราณสถานที่เคารพนับถือ รูปสัตว์ในนิทานชาดก หรืออาจเป็นของใช้ที่จำเป็นที่ชาวบ้านสามารถนำไปใช้ประโยชน์ร่วมกันตลอดจนพืชผักที่มีในท้องถิ่น โดยชาวบ้านจะช่วยกันตกแต่งครัวตานให้สวยงาม ซึ่งแต่ละขบวนจะประกอบด้วยการแสดงการเล่น การฟ้อนรำการบรรเลงดนตรีในรูปแบบของศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น

- 11.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน ณ กลุ่มชนโตกแม่บ้านชาวลำปางหลวงหรือร้านอาหารครัวล้านนา

- 13.00 น. นำทุกท่านร่วมเรียนรู้การทำและทดลองทำผลิตภัณฑ์พื้นบ้านปลาตีนได้จากไม้สักและไม้ฉำฉาสินค้าหัตถกรรมที่ได้รับรางวัลสินค้าโอท็อประดับ 4 ดาวของภาคเหนือและผลิตภัณฑ์ดอกไม้ประดิษฐ์จากผ้าหัตถกรรมพื้นบ้าน จากภูมิปัญญาท้องถิ่นที่นำผ้าลวดลายต่าง ๆ มาประดิษฐ์เป็นดอกไม้ลวดลายสวยงาม เช่น ดอกกุหลาบ ดอกมะลิ กล้วยไม้

- 15.15 น. นำทุกท่านนั่งรถม้า ชมวิถีชีวิตชุมชนลำปางหลวง เดินทางสู่บ่อน้ำศักดิ์สิทธิ์หรือบ่อน้ำเลี้ยงพระนางจามเทวีซึ่งเป็นสถานที่เคารพสักการะของหมู่บ้าน ต่อจากนั้นนำท่านชมและสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์ของวัดพระธาตุลำปางหลวง วัดคู่บ้านคู่เมืองลำปางมาแต่โบราณ และเป็นวัดไม้ที่สมบูรณ์ที่สุดแห่งหนึ่งของไทยอีกทั้งพระธาตุลำปางหลวงยังเป็น

พระธาตุประจำปีเกิดของคนปีฉลูตามตำนานกล่าวว่า ได้สร้างขึ้นเมื่อสมัยพระนางจามเทวีในราวพุทธศตวรรษที่ 20 ตอนปลาย มีความสวยงามและอลังการด้วยศิลปะสถาปัตยกรรมแบบล้านนา ต่อด้วยนำทุกท่านเลือกซื้อของฝากและสินค้าพื้นเมืองมากมาย ณ ลานวัฒนธรรมล้านนา

- 17.30 น. แอ่วกาตหมั้วคร้วแลงเพื่อส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม ประเพณีอันดีงามของท้องถิ่น และสนับสนุนการมีส่วนร่วมของประชาชนในการจัดกิจกรรมที่สำคัญต่าง ๆ มากมาย
- 20.00 น. เดินทางกลับสู่ที่พักโดยสวัสดิภาพ

จากการศึกษาศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวของชุมชนลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง ได้นำประเด็นสำคัญที่พบจากการวิจัยเพื่ออภิปรายดังนี้

1. ด้านแหล่งท่องเที่ยว พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมากในทุกข้อโดยเฉพาะในด้านแหล่งท่องเที่ยวทางโบราณสถานยังคงความเป็นเอกลักษณ์และมีการอนุรักษ์อย่างดีอยู่ในระดับมาก เพราะแหล่งท่องเที่ยวของชุมชนลำปางหลวงส่วนใหญ่มีความสมบูรณ์ทางโบราณสถานและโบราณวัตถุที่มีความเป็นเอกลักษณ์มีชื่อเสียงและมีการอนุรักษ์รักษาไว้เป็นอย่างดีจึงเป็นจุดดึงดูดนักท่องเที่ยวให้มาสัมผัส สอดคล้องกับสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย (2547) กล่าวว่า คุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว ได้แก่ ความสวยงาม ลักษณะเด่นในตัวเอง ความเก่าแก่ทางประวัติศาสตร์ ความสำคัญทางลัทธิและศาสนา บรรยากาศ สภาพภูมิทัศน์ทางธรรมชาติและวิถีชีวิต ประกอบกับพื้นที่โดยรอบมีแหล่งท่องเที่ยวดึงดูดใจที่มีชื่อเสียงจึงทำให้นักท่องเที่ยวรู้จักเฉพาะแหล่งท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงและเป็นที่ยอมรับของนักท่องเที่ยว จึงเดินทางไปยังแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ซึ่งจากการที่นักท่องเที่ยวเดินทางมามากก่อให้เกิดความแออัดของพื้นที่ นักท่องเที่ยวจึงต้องการความหลากหลายของแหล่งท่องเที่ยวเช่น แหล่งท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม เชิงเกษตร เชิงสุขภาพ เชิงวิถีชีวิตชุมชน นักท่องเที่ยวต้องการความเป็นมิตรและอัธยาศัยของคนในพื้นที่ในการให้ข้อมูลและการบริการ สอดคล้องกับวิจัยของวิภา ศรีระทุ (2551) กล่าวว่า องค์กรท้องถิ่นควรมีส่วนร่วมในการควบคุมดูแลแหล่งท่องเที่ยวและประชาชนใน ท้องถิ่นมีความพอใจหรือสนใจที่จะให้แหล่งท่องเที่ยวในท้องถิ่นของตนได้รับการพัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยว

2. ด้านความสามารถในการเข้าถึง พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมากโดยเฉพาะการมีป้ายบอกทางและสัญลักษณ์ชัดเจน ซึ่งจะช่วยให้นักท่องเที่ยวสามารถเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวได้สะดวกมากมีการบริการยานพาหนะบริเวณแหล่งท่องเที่ยวในชุมชนยังมีเพียงรถม้านำชมแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจให้กับนักท่องเที่ยวเท่านั้น สอดคล้องกับงานศึกษาของ ชูสิทธิ์ ชูชาติ (2544) กล่าวว่า ระบบขนส่งเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในแหล่งท่องเที่ยว นอกจากนี้สิ่งก่อสร้างอื่น ๆ เช่น โรงแรม ร้านอาหาร ร้านขายของที่ระลึก โรงพยาบาล ฯลฯ ตลอดจนระบบการกำจัดของเสียก็เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องพัฒนาควบคู่กันไปกับแหล่งท่องเที่ยวและยังสอดคล้องกับงานของราณี อิศัยกุล (2547) กล่าวว่า การจัดการด้านจราจรแก่นักท่องเที่ยวโดยช่วยอำนวยความสะดวกในการจัดหาสถานที่สำหรับจอดรถอย่างเพียงพอและมีป้ายบอกเส้นทางและป้ายจราจรแสดงอย่างชัดเจน

3. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมาก โดยเฉพาะสถานที่ตั้งของร้านค้าในแหล่งท่องเที่ยวชุมชนเพราะเวลามาท่องเที่ยวจะหาร้านค้าในการซื้อของหลากหลาย และในปัจจุบันระบบการสื่อสารและการโทรคมนาคมระบบอิเล็กทรอนิกส์เป็นสิ่งอำนวยความสะดวกรูปแบบหนึ่งที่มีความสำคัญและเข้ามามีบทบาทสำคัญในการสร้างแรงดึงดูดใจและการค้นหาข้อมูลแบบออนไลน์ของนักท่องเที่ยว สอดคล้องกับวิจัยของ Buhalis (2000) ที่สรุปว่าสิ่งอำนวยความสะดวกจำเป็นในการให้สำหรับบริการนักท่องเที่ยวที่เข้ามายังแหล่งท่องเที่ยวนี้ให้ได้รับความสะดวกสบายและความประทับใจเกิดความรู้สึกปลอดภัยทำให้นักท่องเที่ยวอยากอยู่ท่องเที่ยวในระยะเวลาที่นานขึ้นเช่นที่พัก ร้านอาหาร ภัตตาคาร โทรศัพท์ แผนที่ ร้านขายของ เป็นต้นและยังสอดคล้องกับงานของ วินิจ วีรยางกุล (2551) ที่ได้กล่าวไว้ว่าสิ่งอำนวยความสะดวกเป็นสิ่งสำคัญหรือปัจจัยที่จะดลบันดาลให้สถานที่แห่งใดแห่งหนึ่งอยู่ในความนิยมของนักท่องเที่ยว

4. ด้านสถานที่พักผ่อน พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมากทุกด้านโดยนักท่องเที่ยวต้องการให้ที่พักแรมมีรูปแบบการบริการห้องพักที่มีความหลากหลายตามความต้องการของนักท่องเที่ยว มีราคาห้องพักที่เหมาะสม และสภาพของห้องพัก มีความกลมกลืนกับสภาพแหล่งท่องเที่ยวของท้องถิ่น เช่น ที่พักแบบโฮมสเตย์ที่มีการบริการตามลักษณะวิถีชีวิตของคน ชุมชน รีสอร์ทที่ใกล้ชิดธรรมชาติ เป็นต้น นักท่องเที่ยวมีความต้องการได้รับความสะดวกสบายจากที่พัก เช่น มีสิ่งอำนวยความสะดวกครบ มีการรักษาความปลอดภัยทั้งในและรอบบริเวณที่พัก ต้องการให้ที่พักตั้งอยู่ในทำเลที่นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางท่องเที่ยวได้สะดวกโดยนักท่องเที่ยวยังต้องการได้รับความสะดวกสบายในการจองที่พักผ่านช่องทางออนไลน์เพื่อความสะดวกและพฤติกรรมนักท่องเที่ยวในปัจจุบันที่คนไทยนิยมค้นหาที่พักเพื่อค้นข้อมูลผ่านทางอินเทอร์เน็ตเพื่อการศึกษาข้อมูลทันสมัยล่วงหน้า สอดคล้องกับงานวิจัยของวารสารณ์ ไทยดำรงเดช (2552) กล่าวว่าผู้ใช้บริการที่พักของนักท่องเที่ยวไทยให้ความสำคัญกับเว็บไซต์การสำรองที่พักที่มีความหลากหลายและมีการอัปเดตข้อมูลให้ครบถ้วนตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด และมีการส่งเสริมการขายของที่พักด้วยการลดราคาและให้เสนอน่าสนใจ

5. ด้านกิจกรรมทางการท่องเที่ยว พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมากทุกด้านโดยเฉพาะกิจกรรมศึกษาวิถีชีวิตชุมชนยังคงอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมของชุมชนได้เป็นอย่างดีและมีการจัดส่งเสริมกิจกรรมไหว้พระเพื่อสักการะสถานที่ ศักดิ์สิทธิ์และมีชื่อเสียงในชุมชนอาจเป็นเพราะชุมชนลำปางหลวงมีเอกลักษณ์ในศิลปวัฒนธรรม วิถีชีวิต การแต่งกาย อาหารและภาษาที่เด่นชัด และยังมีวัดพระธาตุลำปางหลวง สถานที่ศักดิ์สิทธิ์และแหล่งท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงของชุมชนซึ่งโดยส่วนมากนักท่องเที่ยวที่มาท่องเที่ยวในจังหวัดลำปางจะนิยมมาไหว้พระและเที่ยวชมความงดงามของวัดวาอารามที่มีศิลปะแบบพม่าและล้านนาโดยนักท่องเที่ยวจะได้รับความสนุกและเพลิดเพลินจากกิจกรรมในชุมชนซึ่งนักท่องเที่ยวไม่สามารถพบเห็นได้ในเมืองที่มีการแข่งขันและอุตสาหกรรมขนาดใหญ่ สอดคล้องกับวิจัยของ บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา (2548) ที่ได้กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมเป็นการท่องเที่ยวเพื่อมุ่งการให้ความรู้และความภาคภูมิใจที่เน้นเสนอลักษณะวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์ โบราณคดีและสถานที่ต่าง ๆ ที่มนุษย์สร้างขึ้นโดยเกี่ยวเนื่องกับความเป็นอยู่ของสังคม หรือปัจจัยที่จูงใจสำคัญที่กระตุ้นให้คนเดินทางไปท่องเที่ยวไว้ว่าเกิดจากความต้องการผจญภัย ความต้องการค้นพบสิ่งใหม่ ๆ ด้วยตนเอง

6. ด้านบริการเสริม (ร้านอาหารและเครื่องดื่ม ร้านขายของที่ระลึก นำเที่ยวและมัคคุเทศก์และด้านอื่น ๆ) พบว่า มีศักยภาพอยู่ในระดับมากทุกด้านโดยเฉพาะร้านอาหารและเครื่องดื่มที่มีอาหารพื้นเมืองให้บริการสินค้าที่มีเอกลักษณ์ท้องถิ่นของชุมชนอาจเป็นเพราะนักท่องเที่ยวต้องการค้นหาประสบการณ์แปลกใหม่และสร้างคุณค่าให้กับการเดินทางในแต่ละครั้งผ่านมัคคุเทศก์มีความซื่อสัตย์ มีไมตรีจิตและให้ข้อมูลด้านประวัติศาสตร์ศิลปวัฒนธรรมได้ดีซึ่งจะเป็นผู้ที่ให้ความรู้ นำชมและแนะนำสิ่งต่าง ๆ ในชุมชนให้นักท่องเที่ยวรู้จักรวมไปถึงสิ่งอำนวยความสะดวกอื่น ๆ เช่น ตู้ ATM เพื่อไว้ส่งไปสการ์ด หรือรูปภาพต่าง ๆ ทางไปรษณีย์ไปยังเพื่อนหรือญาติที่ไม่ได้มาเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวที่นั่น ๆ ด้วย ร้านอินเทอร์เน็ต เพื่อค้นหาข้อมูลแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ และสถานบริการสถานพยาบาลภายในแหล่งท่องเที่ยว สอดคล้องกับงานของ Buhalis (2000) ที่ว่าบริการเสริมในแหล่งท่องเที่ยวเป็นบริการที่นอกเหนือจากบริการขั้นพื้นฐานสำหรับนักท่องเที่ยว เช่น ธนาคาร ไปรษณีย์โรงพยาบาล ร้านอินเทอร์เน็ต โดยปกติการบริการนี้ทางภาครัฐจะเป็นผู้จัดหาและพัฒนาเพื่อบริการแก่ ประชาชนของตนเองซึ่งถือได้ว่า เป็นผลพลอยได้ในการให้บริการแก่นักท่องเที่ยว สอดคล้องกับ ศรีัญญา วรากุลวิทย์ (2547) กล่าวว่า สินค้าของที่ระลึกเป็นผลิตภัณฑ์ที่สำคัญที่สามารถดึงเงินตราของนักท่องเที่ยวได้จำนวนมากควรเป็นสินค้าที่ผลิตขึ้นในท้องถิ่นและหายากในท้องถิ่นอื่น แต่สามารถซื้อหาได้ในท้องถิ่นนั้น ๆ ราคาย่อมเยาว์ สำหรับการบริการด้านการนำเที่ยวของชุมชนท่องเที่ยวจังหวัดลำปางและมัคคุเทศก์ท้องถิ่นนั้น พบว่า มีความต้องการผู้นำเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวของชุมชนแต่ละที่มีการให้ข้อมูลการท่องเที่ยวของท้องถิ่นด้านประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมของท้องถิ่นได้เป็นอย่างดีและถูกต้อง

แนวทางการจัดการท่องเที่ยวของชุมชนลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง พบแนวทางดังต่อไปนี้

1. แนวทางการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวและโปรแกรมการท่องเที่ยวในการรองรับการเดินทางของนักท่องเที่ยวที่เข้ามาเที่ยวในชุมชนส่วนใหญ่มาในช่วงฤดูกาลท่องเที่ยวหรือบางฤดูกาลเท่านั้น เพื่อให้เกิดความสนใจจากนักท่องเที่ยวและบุคคลภายนอกพื้นที่ชุมชนลำปางหลวง จะต้องมีการทำประชาสัมพันธ์ช่วงเวลากิจกรรมทางการท่องเที่ยวของชุมชนในเรื่องเทศกาลงานประเพณีที่จะจัดของชุมชน เช่น งานแสง สีเสียง เวียงละกอน งานแห่ครัวต๋านวัดพระธาตุลำปางหลวง งานกาถหมั้ว ครัวแลงวัดพระธาตุลำปางหลวง

2. แนวทางการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวทางศาสนาและวัฒนธรรมโดยมีวัดพระธาตุลำปางหลวงเป็นศูนย์กลาง การท่องเที่ยวเชิงพุทธศาสนาตามรอยพระแก้วมรกต ตำนานพระธาตุลำปางหลวง ตามรอยหนานทิพย์ช้าง เป็นต้น ในการจัดการท่องเที่ยวด้านศิลปวัฒนธรรมชุมชนยังมีประเพณีที่สำคัญและมีชื่อเสียง เช่น งานล่องสะเปา งานปี่ไหมเมือง

3. แนวทางการจัดกิจกรรมในชุมชนลำปางหลวงยังมีการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงเรียนรู้โดยดึงภูมิปัญญา สินค้าของชุมชนมาเป็นจุดสนใจให้นักท่องเที่ยวเข้ามาเรียนรู้โดยสาธิตและสอนการทำปลาตีนได้และการทำโม่บายจากดินเผา พร้อมทั้งให้เป็นที่ระลึกแก่นักท่องเที่ยว

4. แนวทางการวางรูปแบบเส้นทางรถม้าและเส้นทางรถจักรยานที่มีอยู่ภายในชุมชน โดยการจัดช่องทางเดินรถม้าและช่องทางสำหรับปั่นจักรยานไปในจุดท่องเที่ยวเชิงการเรียนรู้ท้องถิ่นจุดต่าง ๆ ในการท่องเที่ยวของชุมชนเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวและดึงดูดนักท่องเที่ยวกลุ่มเฉพาะให้เกิดความสนใจในพื้นที่

5. แนวทางการจัดการภายในชุมชนเพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยวและมีการจัดการรับประทานอาหารเย็นแบบขันโตกและการแสดงต้อนรับจากเยาวชนในพื้นที่ของชุมชน

6. แนวทางการจัดกิจกรรมการฝึกมัคคุเทศก์ท้องถิ่นและมัคคุเทศก์อาสาเพื่อคอยบรรยายนำเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรมทางการท่องเที่ยวต่าง ๆ ของชุมชน

7. แนวทางการจัดกิจกรรมของชุมชน มีการรวมกลุ่มผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นของชุมชน จัดรวมกลุ่มเพื่อสอนและสาธิตกิจกรรมท้องถิ่นของชุมชนเพื่อก่อให้เกิดรายได้บางส่วนรวมถึงการจัดตั้งกลุ่มอาหารขันโตกของท้องถิ่นไว้รองรับนักท่องเที่ยวด้วย ผลการจัดโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวชุมชน ลำปางหลวง ตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปางและเป็นเส้นทางใหม่ที่มีกิจกรรมของชุมชนสอดแทรกให้เรียนรู้สรุปได้ คือเส้นทางที่ 1 คือรูปแบบโปรแกรมเส้นทางท่องเที่ยวชมมัสการพระธาตุศักดิ์สิทธิ์และเรียนรู้วิถีชีวิตชุมชน สืบสานงานหัตถกรรมศิลป์ (โปรแกรมทัวร์ 1วัน) และเส้นทางที่ 2 คือรูปแบบโปรแกรมเส้นทางมัสการพระธาตุศักดิ์สิทธิ์ เรียนรู้วิถีชีวิตชุมชน เทศกาลงานแห่ควัฒาน (โปรแกรมทัวร์ 1 วัน)

พรเทพ ศรีธนาธร (2556) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่องนวัตกรรมจัดการป่าชุมชนท้องถิ่นอย่างยั่งยืน: กลไกการจัดการ การมีส่วนร่วม และความสำเร็จของชุมชนในการอนุรักษ์ป่าชุมชนห้วยแม่หิน จังหวัดลำปาง พบว่า แนวคิดเรื่องป่าชุมชนเป็นแนวทางการดูแลรักษาป่าที่ให้ความสำคัญกับชุมชน (Local Community) และการมีส่วนร่วมของประชาคม (Participative Approach) ได้รับความสนใจและปฏิบัติอย่างแพร่หลายในประเทศที่กำลังพัฒนาและมีทรัพยากรป่าไม้เป็นฐานการผลิต อาทิ อินเดีย พิลิปปินส์ และอินโดนีเซีย ภายใต้แนวคิดดังกล่าว ชุมชนในฐานะเจ้าของทรัพยากรธรรมชาติมีส่วนร่วมรับผิดชอบในการรักษา ดูแล ทรัพยากรป่าไม้โดยรัฐเป็นผู้สนับสนุนและกระตุ้นให้เกิดความร่วมมือของภาคส่วนต่าง ๆ ในสังคม สำหรับประเทศไทย แนวคิดป่าชุมชนมีความสำคัญเพิ่มขึ้นตามลำดับ สอดคล้องกับจำนวนที่เพิ่มขึ้นของป่าชุมชนที่ขึ้นทะเบียนอย่างเป็นทางการกับกรมป่าไม้งานวิจัยชิ้นนี้เป็นส่วนหนึ่งของการลงพื้นที่ป่าชุมชนในภาคเหนือเพื่อศึกษากลไกการจัดการ ปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จ และการมีส่วนร่วมในการจัดการป่าของชุมชนท้องถิ่น โดยได้ทำการศึกษาป่าชุมชนห้วยแม่หิน บ้านหัวทุ่ง อำเภอองาว จังหวัดลำปาง ในเชิงคุณภาพ ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ควบคู่กับการใช้สถิติเชิงพรรณนาประกอบ ผลการศึกษาแบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ส่วนที่ 1) กลไกการจัดการป่าชุมชนโดยพบว่า มีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น คือ นำเอาภูมิปัญญาในการจัดการป่าไฟ มาใช้ในการจัดสรร แบ่งปัน และอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไฟในชุมชน ส่วนที่ 2) ปัจจัยที่มีผลต่อความสำเร็จในการจัดการป่าชุมชนพบว่า ปัจจัยความสำเร็จ ได้แก่ การมีผู้นำที่เข้มแข็ง วัฒนธรรมประเพณี การมีองค์กรของชุมชนที่เป็นทางการในการจัดการดูแลรักษาป่า การมีส่วนร่วมของคนในชุมชน และการนำเอาหลักแนวคิดปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้กับการบริหารจัดการป่าชุมชน และส่วนที่ 3) การมีส่วนร่วมของประชาชนในการรักษาป่าและรูปแบบกิจกรรมการมีส่วนร่วมในการรักษาป่า คือชุมชนบ้านหัวทุ่งมีส่วนร่วมในกิจกรรมการรักษาป่าทุกด้าน ได้แก่ การค้นหาปัญหาและความต้องการ การตัดสินใจ การปฏิบัติการ ผลประโยชน์ และการประเมินผล โดยพบว่าชุมชนให้ความสำคัญมากกับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการรักษาป่า เช่น การปลูกป่า การสร้างฝายแม่ั่ว และการจัดเลี้ยงผีขุนน้ำ ซึ่งเป็นประเพณีท้องถิ่นทางภาคเหนือ

ขวัญณา สุขครและคณะ (2560) ได้ศึกษางานวิจัยเรื่อง “การพัฒนายุทธศาสตร์การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงบูรณาการ: ตามแนวคิดลำปางเมืองที่ไม่หม่นตามกาลเวลา” ผลการวิจัยพบว่าการพัฒนายุทธศาสตร์การท่องเที่ยวของจังหวัดลำปางควรเชื่อมโยงการพัฒนาทุกมิติและมุ่งเน้นการพัฒนาเชิงสร้างสรรค์ เน้นการท่องเที่ยวขนาดเล็ก (small) บนพื้นฐานของเรื่องราว (story) เน้นคุณภาพและความเป็นมาตรฐาน เน้นอัตลักษณ์ของชุมชน เพื่อนำมาสร้างเป็นตราสัญลักษณ์ (brand) ทางการท่องเที่ยว เพื่อมุ่งสู่เป้าหมาย “การท่องเที่ยวเพื่อคนทั้งมวล” อันเป็นวิสัยทัศน์ร่วมที่จะต้องกำหนดยุทธศาสตร์ในการขับเคลื่อนการพัฒนาสู่การปฏิบัติร่วมกัน ดังนั้น จากการวิเคราะห์ข้อมูลจากเวทีระดมความคิดเห็นและการสัมภาษณ์ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการท่องเที่ยว จึงได้มาซึ่งรูปแบบยุทธศาสตร์เพื่อการพัฒนาที่เรียกว่า MAUNGKHWAN Model ประกอบด้วย รายละเอียดยุทธศาสตร์ 10 ยุทธศาสตร์ซึ่งเป็นข้อค้นพบจากการศึกษาวิจัย อันจะเป็นองค์ความรู้ที่สามารถประยุกต์ใช้เพื่อการพัฒนาการท่องเที่ยวในพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป โดยสามารถอภิปรายผลจากรูปแบบดังกล่าว ดังนี้

ยุทธศาสตร์ที่ 1 การปรับระบบการบริหารจัดการเพื่อไปสู่การท่องเที่ยวเพื่อคนทั้งมวล (M: Manageable Tourism for All) สิ่งสำคัญอันดับแรกที่จะต้องดำเนินการ คือ การจะต้องการปรับระบบการบริหารจัดการเพื่อไปสู่การท่องเที่ยวเพื่อคนทั้งมวลในทุกมิติ ตั้งแต่การปรับยุทธศาสตร์ของจังหวัดในทุกระดับให้สอดคล้องและสนับสนุนทิศทางการพัฒนา การปรับกระบวนการทัศน์และบุคลากรให้มีความพร้อมเพื่อรองรับกับการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาความรู้ที่มีความจำเป็นต่อการพัฒนาในทิศทางใหม่ที่กำหนดเพื่อรองรับการท่องเที่ยวเพื่อคนทั้งมวล สอดคล้องกับงานวิจัยของ Belfast City Council (2015) ในการศึกษาค้นคว้าเพื่อพัฒนายุทธศาสตร์การท่องเที่ยวแบบบูรณาการเพื่อพัฒนาและบริหารจัดการให้เมือง Belfast City เป็นเมืองท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงอีก แห่งหนึ่ง โดยสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกและการบริการให้พร้อมต่อการให้บริการนักท่องเที่ยว และให้ความสำคัญในลำดับแรกต่อการพัฒนาสินค้าทางการท่องเที่ยว รวมถึงแหล่งท่องเที่ยวให้สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวได้และสอดคล้องกับบทสัมภาษณ์ของ สวัสดิ์ มูลภาที ท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด ที่ระบุว่าปัจจุบัน “สำนักงานท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดลำปาง ได้มีการวางแผนงานในการดำเนินโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวแบบ Tourism for all (ในรูปแบบอารยะสถาปัตย์) เพื่อรองรับนักท่องเที่ยวได้ทุกกลุ่มทุกช่วงวัย”

ยุทธศาสตร์ที่ 2 บริหารจัดการทรัพยากรทางการท่องเที่ยว (A: Adopted Tourism Resources for Management) อาศัยกระบวนการบริหารจัดการเชิงคุณค่าอย่างเป็นระบบ มุ่งเน้นการสืบทอดและธำรงอยู่ของทรัพยากรทางการท่องเที่ยวทุกด้าน โดยให้ความสำคัญกับชุมชนพื้นที่ ดังเช่นใน การศึกษาบริบทชุมชนเพื่อพัฒนารูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม กรณีศึกษา วัดพระธาตุจอมปิง จังหวัดลำปาง (รุ่งนภา เลิศพิชรพงศ์, 2560) ที่กล่าวว่า การตื่นตัวของสังคมในการให้ความสำคัญต่อการรักษามรดกทางศิลปะ วิถีชีวิตและประเพณีในแต่ละพื้นที่ ทำให้การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมกลายเป็นศูนย์กลางของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวในหลายประเทศทั่วโลก สอดคล้องกับบทสัมภาษณ์ของ ดร.อุดม ศักดิ์ ศักดิ์มั่งวงศ์ ประธานสภาวัฒนธรรมจังหวัดลำปางที่กล่าวว่า “การพัฒนาการท่องเที่ยว ต้องสร้าง คุณภาพให้วิถีชีวิตเพื่อประโยชน์ในเชิงการพัฒนาท้องถิ่น การสร้างคุณค่าแก่วิถีชีวิต การสร้างมูลค่าทางวิถีชีวิตและการท่องเที่ยวที่เป็นผลพลอยได้” สอดคล้องกับแนวคิดการจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชน (Community based Tourism: CBT) ซึ่งหมายถึงการ

จัดการท่องเที่ยวที่ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม โดยการนำเอาทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้เป็นต้นทุน หรือปัจจัยในการจัดการท่องเที่ยวอย่างเหมาะสม (สินธุ์ สโรบล, 2546)

ยุทธศาสตร์ที่ 3 สร้างเอกภาพและการบูรณาการในการบริหารจัดการท่องเที่ยว (U: Unity and Integration in Tourism Management) หัวใจของการบูรณาการความร่วมมือคือความเป็นเอกภาพในการผสมผสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาการท่องเที่ยวทุกภาคส่วนในทุกกระบวนการการพัฒนา ตั้งแต่ระดับยุทธศาสตร์ ระดับแผนงานโครงการและการจัดงบประมาณ ตลอดจนระดับปฏิบัติเพื่อให้เกิดการพัฒนาอย่างเป็นระบบและมีทิศทางเดียวกันซึ่งต่อเนื่องไปถึง

ยุทธศาสตร์ที่ 4 คือ ยุทธศาสตร์การสร้างระบบเครือข่ายท่องเที่ยวที่เข้มแข็ง (N: Network for Strengthening Tourism) เครือข่ายที่เข้มแข็งจะนำมาซึ่งการพัฒนาาร่วมกันแบบองค์รวมอย่างต่อเนื่อง มีความพร้อมที่จะสนับสนุนส่งเสริมและร่วมกันพัฒนาตลอดจนการถ่ายทอดสานต่อเจตนารมณ์จากรุ่นสู่รุ่น เพื่อสร้างจิตสำนึกอย่างยั่งยืน โดยสอดคล้องกับแนวความคิดจากบทสัมภาษณ์ของ นายบุญคุ้ม บุญญโสภิต Managing Director ของ BKE Engineering Co.,Ltd. ที่กล่าวว่า “ปัจจัยที่คิดว่าส่งผลความสำเร็จในการบริหารจัดการคือความต่อเนื่องทั้งเรื่องของนโยบายและวิสัยทัศน์ของผู้บริหาร งบประมาณ และการระดมสมองจากทุกภาคส่วน ทั้งภาครัฐและภาคเอกชนให้ความร่วมมือกันอย่างจริงจัง โดยยึดถึงผลประโยชน์ส่วนรวมเป็นที่ตั้งในการขับเคลื่อนการท่องเที่ยวของจังหวัดลำปาง”

ยุทธศาสตร์ที่ 5 ปรับรูปแบบการสนับสนุนการท่องเที่ยวจากภาครัฐ (G: Government Support Restructuring for Tourism) การปรับเปลี่ยนรูปแบบและการบูรณาการผสมผสานความร่วมมือเพื่อส่งเสริมการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน โดยมีการจัดทำเป็นแผนในทุกระดับ ทั้งระยะสั้น ระยะกลาง และระยะยาว นอกจากนั้นยังผลักดันให้ชุมชนเจ้าของพื้นที่ได้รับการพัฒนาและสามารถบริหารจัดการทรัพยากรให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด อันจะนำไปสู่การสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจและผลลัพธ์ในเชิงคุณค่าให้เกิดขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ Clare County Development Board (2011) ได้ทำการศึกษาเพื่อพัฒนาแผนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวของ Clare County ปี 2011 – 2014 ซึ่งผลการศึกษาก่อให้เกิดแผนยุทธศาสตร์ ซึ่งประกอบด้วยเป้าหมายระยะสั้นและระยะยาวซึ่งมุ่งเน้นการพัฒนาด้านการตลาดและผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยว สิ่งอำนวยความสะดวกทางการท่องเที่ยวและการส่งเสริมการทำวิจัยเพื่อพัฒนาการท่องเที่ยว

ยุทธศาสตร์ที่ 6 การจัดการความรู้ในทุกส่วนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว (K: Knowledge Management in Tourism) การพัฒนาในทุกด้านจำเป็นต้องพัฒนาบนฐานความรู้ในทุกมิติ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาบุคลากรที่มีความรู้ตามสมรรถนะที่จำเป็นต่อการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ในการพัฒนาการท่องเที่ยวแบบบูรณาการ สอดคล้องกับ ประเวศ วะสี (2536, อ้างใน ศรีนัย เลิศรักษ์มงคล, 2540 : 12-13) ที่กล่าวไว้โดยสามารถสรุปได้ว่า การพัฒนาการท่องเที่ยวให้มีลักษณะของการถ่ายทอดวัฒนธรรมให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้และเข้าใจคุณค่าถือเป็นการจัดการความรู้อย่างหนึ่ง ที่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ทุกฝ่าย เป็นการส่งเสริมการเรียนรู้แก่คนในพื้นที่และสามารถสร้างรายได้จากความรู้นั้น ๆ ได้ ซึ่งสืบเนื่องไปยังประเด็น

ยุทธศาสตร์ที่ 7 การเตรียมความพร้อมของบุคลากรทางการท่องเที่ยว (H: Human Resource Development for Tourism) ทั้งด้านสมรรถนะ ความรู้ ทักษะและทัศนคติของบุคลากรด้านการท่องเที่ยว เพื่อให้สามารถประยุกต์ใช้ความรู้ได้อย่างเหมาะสมในการพัฒนาสร้างต้นแบบผู้นำในการพัฒนาแก้ปัญหาสถานการณ์จริง รวมถึงการวิเคราะห์พฤติกรรมนักท่องเที่ยว (สุรธีร์ณัฐ โสภณศิริ, 2554) อันเป็นฐานในการวิเคราะห์ความต้องการของนักท่องเที่ยวและตลาดทางการท่องเที่ยว ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาและการวางแผนได้เป็นอย่างดี

ยุทธศาสตร์ที่ 8 สร้างความมั่นคงในเชิงคุณค่าและมูลค่าทางการท่องเที่ยวเชื่อมโยงการพัฒนาในทุกมิติ (W: Whole Value Tourism Management) เป็นการนำการท่องเที่ยวมาเป็นตัวขับเคลื่อนการพัฒนาสร้างมูลค่าเพิ่มในเชิงเศรษฐกิจให้เกิดผลกระทบในเชิงลบน้อยที่สุด เพิ่มขีดความสามารถในการแข่งขัน ส่งเสริมการต่อยอดอัตลักษณ์ชุมชน ทูททางวัฒนธรรมมาสร้างมูลค่าเพิ่มในเชิงการท่องเที่ยวเชื่อมโยงการพัฒนาทุกมิติ ทั้งมิติทางธรรมชาติ สิ่งแวดล้อมทางวัฒนธรรมและเศรษฐกิจที่มั่นคงและยั่งยืน โดยสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวโดยชุมชนอย่างยั่งยืน (CBT Thailand) พ.ศ. 2559-2563 (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2560) ซึ่งเป้าหมายเพื่อเพิ่มศักยภาพของทรัพยากรมนุษย์ในชุมชนให้มีความรู้และเพิ่มทักษะความสามารถในการจัดการการท่องเที่ยวโดยชุมชนได้อย่างยั่งยืน ตามแนวคิดของการจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชนบนฐานของความพอเพียงและสอดคล้องกับหลักในการจัดการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน (Shirley, 1992) โดยเน้นหลักการอนุรักษ์และใช้ทรัพยากรอย่างพอดี รักษาและส่งเสริมความหลากหลายของธรรมชาติ ประสานการพัฒนาการท่องเที่ยวใช้การท่องเที่ยวเพื่อขยายฐานเศรษฐกิจของท้องถิ่น

ยุทธศาสตร์ที่ 9 กิจกรรมที่หลากหลายเพื่อรองรับการพัฒนาการท่องเที่ยวและเชื่อมโยงธุรกิจที่เกี่ยวข้อง (A: Activities Supporting Tourism for all) ออกแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่หลากหลายตามศักยภาพและบริบทของพื้นที่ เน้นการท่องเที่ยวอัตลักษณ์วิถีและมีการดำเนินอย่างเป็นขั้นตอน เพื่อเพิ่มจำนวนนักท่องเที่ยวและเพิ่มรายได้ในภาพรวมของจังหวัด สอดคล้องกับบทสัมภาษณ์ของคุณพิมล พุ่มชูศรี กรรมการผู้จัดการโรงแรมเวียงลคอร จังหวัดลำปาง ในการตั้งประเด็นโจทย์ต่อการพัฒนาการท่องเที่ยวของจังหวัดลำปางในการสร้างกิจกรรมหรือสิ่งดึงดูดนักท่องเที่ยว โดยกล่าวว่า “ทำอย่างไรให้เขาสนใจที่จะจอดก่อนแล้วค่อยคิดกันต่อว่าจะทำอย่างไรให้เขาอยู่ต่อเพื่อให้กลุ่มนักท่องเที่ยวรู้ว่าเรามี Destination และมี Must Stop เพื่อแวะกินซื้อและพักผ่อน”

ยุทธศาสตร์ที่ 10 การเชื่อมโยงเครือข่ายระดับชุมชน ระดับชาติ และนานาชาติ (N: Networks Building in Community, National and International Level) เชื่อมโยงเครือข่ายภาคี ในการพัฒนาด้านการท่องเที่ยว โดยมีการสนับสนุนทรัพยากรที่จำเป็นมีการพัฒนาร่วมกันในทุกมิติให้มีการเชื่อมโยงในทุกระดับเพื่อให้เกิดการพัฒนาเชิงสร้างสรรค์บนฐานความรู้อย่างแท้จริงสอดคล้องกับ Stephen Doorne (2004) ได้ศึกษาเรื่องการพัฒนาการท่องเที่ยวแบบบูรณาการชุมชน พื้นที่ภาคพื้นทวีปแปซิฟิกใต้ โดยผลการวิจัยระบุว่า การบูรณาการความร่วมมือในด้านต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นชุมชน หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคธุรกิจ รวมถึงนักท่องเที่ยว เพื่อพัฒนาฐานข้อมูล รวมไปถึงนำข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ เพื่อมาวิเคราะห์จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยในการตัดสินใจ รวมไปถึงสามารถนำข้อมูลพื้นฐานเหล่านั้นไปวางแผนยุทธศาสตร์ เพื่อนำไปสู่การพัฒนาเป็นแผนปฏิบัติการที่ดำเนินการร่วมกันต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง” มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวโดยการสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวและจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว โดยคณะผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดลำปางจำนวน 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

การวิจัยเชิงคุณภาพ

1. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ (Key informant) เพื่อการวิจัยเชิงคุณภาพ ประกอบด้วยภาคีที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่ศึกษาจังหวัดลำปาง ได้แก่ ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในภาครัฐบาล เช่น เจ้าหน้าที่ศูนย์ส่งเสริมภูมิปัญญาไทย บุคลากรจากองค์การบริหารส่วนตำบล บุคลากรจากสำนักพัฒนาการท่องเที่ยว และผู้ประกอบการธุรกิจที่พักประเภทโฮมสเตย์ และนักท่องเที่ยว พื้นที่ละ 5 คน จำนวน 13 อำเภอ รวมจำนวนทั้งหมด 65 คน ประชากรกลุ่มนี้จะใช้เพื่อขอบเขตการศึกษาลักษณะการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาจังหวัดลำปาง

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกในพื้นที่ 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน เพื่อการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวโดยการสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวและจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยว โดยใช้การวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม PAOR ประกอบด้วย การวางแผน (Planning: P) การปฏิบัติการ (Action: A) การสังเกตการณ์ (Observation: O) และการสะท้อนผล (Reflection: R)

วิธีการดำเนินโครงการวิจัย

1. ประชุมทีมงานเพื่อทำความเข้าใจในการทำงานร่วมกัน
2. จัดประชุมเพื่อชี้แจงทำความเข้าใจในการทำโครงการและงานวิจัยระหว่างทีมวิจัยและชุมชนในพื้นที่
3. ลงพื้นที่เพื่อศึกษาและสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อใช้วิเคราะห์ในการจัดทำเส้นทางการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา ดังนี้
 - 3.1 เก็บรวบรวมและสำรวจข้อมูลด้านวัฒนธรรมการดูแลสุขภาพแบบล้านนาที่เป็นอัตลักษณ์เฉพาะ ของพื้นที่ศึกษาโดยเน้นประวัติศาสตร์และความเป็นวิถีชีวิตที่เป็นเอกลักษณ์เฉพาะ
 - 3.2 เก็บรวบรวมและสำรวจข้อมูลเชิงพื้นที่และแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา
 - 3.3 จัดทำเนื้อหาการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาเพื่อนำไปใช้เป็นข้อมูลประกอบในการจัดทำเส้นทางการท่องเที่ยว และโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูป และในการประชาสัมพันธ์โดยสามารถนำเนื้อหาที่จัดทำนี้ไปพัฒนาต่อไปพัฒนาต่อไปพัฒนาต่อไป
 - 3.4 จัดทำร่างเส้นทางการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาจำนวนอย่างน้อย 1 เส้นทาง
4. ประชุมทีมงานเพื่อจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา
 - 4.1 ลงพื้นที่เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลความต้องการและแนวโน้มพฤติกรรมผู้บริโภคของนักท่องเที่ยวโดยเฉพาะรูปแบบการท่องเที่ยว รวมถึงสิ่งกระตุ้นหรือแรงจูงใจให้มาท่องเที่ยวเพื่อนำไปทำการวิเคราะห์ข้อมูลพิจารณาถึงความเป็นไปได้ทางด้านบริบทของพื้นที่ รวมถึงด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม พร้อมจัดทำข้อเสนอแนะในการบริหารจัดการให้เกิดโปรแกรมการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา
 - 4.2 จัดทำและเสนอแนะแผนงานส่งเสริมกิจกรรมและการสร้างมูลค่าเพิ่มของการท่องเที่ยวในพื้นที่จังหวัดลำปาง โดยกิจกรรมจะต้องส่งเสริมเศรษฐกิจชุมชน และสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้ประชาชนท้องถิ่น
5. ประชุมเพื่อสอบถามความเป็นไปได้ของเส้นทางและโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาโดยการประเมินของผู้เชี่ยวชาญด้านการตลาด นักท่องเที่ยวและผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวเพื่อประเมินศักยภาพของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา
6. ประชุมทีมงานเพื่อทำการปรับปรุงโปรแกรมการท่องเที่ยวตามข้อเสนอแนะที่เกิดขึ้นภายหลังจากการประเมินโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูป ให้มีความเหมาะสมที่มีความเป็นไปได้สูงพร้อมนำไปประชาสัมพันธ์โปรแกรมการท่องเที่ยวให้กับกลุ่มนักท่องเที่ยวและผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว

7. จัดทำแผนปฏิบัติการสัมพันธ์เส้นทางการท่องเที่ยว และโปรแกรมการท่องเที่ยวตามแนวทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาเป็นภาษาไทยและภาษาอังกฤษ เพื่อให้เป็นที่รู้จักในกลุ่มของผู้ประกอบการทางการท่องเที่ยวและนักท่องเที่ยวเพื่อสร้างโอกาสทางการตลาด

8. ประชุมทีมงานและที่ปรึกษาเพื่อสรุปผลการดำเนินโครงการวิจัย

9. จัดทำรูปเล่มรายงานฉบับสมบูรณ์ โครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วม: กรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง”

3. เครื่องมือในการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ

1. เครื่องมือการจัดการความรู้ (KM Tools)

2. การทบทวนแนวคิดครอบคลุม คำสำคัญ (Key words) ตามหัวข้อวิจัย

3. การสร้างกรอบแนวคิด เพื่อนำไปสู่การยกร่างแผนที่ความรู้ (Knowledge mapping)

เพื่อใช้ในการรวบรวมข้อมูลจากประชากรเป้าหมายจากการเล่าเรื่อง สนทนา และการถาม/ตอบ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลในส่วนของงานวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้การวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis)

5. การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

1. ใช้การตรวจสอบข้อมูลสามเส้า (Data triangulation) คือ การพิสูจน์ว่าข้อมูลที่ผู้วิจัยได้นั้นถูกต้องหรือไม่ การตรวจสอบแหล่งของข้อมูล แหล่งที่จะพิจารณาในการตรวจสอบได้แก่

แหล่งเวลา หมายถึง ถ้าข้อมูลต่างเวลากันจะเหมือนกันหรือไม่

แหล่งสถานที่ หมายถึง ถ้าข้อมูลต่างสถานที่กันจะเหมือนกันหรือไม่

แหล่งบุคคล หมายถึง ถ้าบุคคลผู้ให้ข้อมูลเปลี่ยนไป ข้อมูลจะเหมือนเดิม

หรือไม่เพื่อยืนยันว่าข้อมูลที่ได้จากบุคคลที่แตกต่างกันในเวลาและสถานการณ์ที่แตกต่างกันในเรื่องเดียวกันได้คำตอบที่เหมือนกัน

2. การรวบรวมข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัยจะดำเนินการไปอย่างต่อเนื่อง ไม่มีความแตกต่างในคำตอบ เรียกว่า “อิมิตัว” ก็จะนำเอาข้อมูลสารสนเทศที่ได้มาใช้ในการตอบวัตถุประสงค์ของการวิจัย

บทที่ 4 ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง” มีวัตถุประสงค์ เพื่อการศึกษาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางเพื่อการจัดทำเส้นทางท่องเที่ยวโดยการสร้างกิจกรรมการท่องเที่ยวและจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อนำเสนอให้กับผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว ชุมชนการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยว โดยคณะผู้วิจัยได้ลงพื้นที่ศึกษาในพื้นที่จังหวัดลำปางจำนวน 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เกาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ซึ่งได้ผลการวิจัยดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ข้อมูลทั่วไปทางภูมิศาสตร์ ประวัติศาสตร์ ประเพณี วัฒนธรรมการกิน ของจังหวัดลำปาง

จากการศึกษาข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้ทำการค้นคว้าเอกสารสำคัญ หนังสืองานวิจัย และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว ชุมชนการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยว ในพื้นที่ศึกษา 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เกาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน คณะผู้วิจัยสามารถสรุปรายละเอียดดังนี้

จากทั้งการสำรวจข้อมูลและการศึกษาข้อมูลพื้นฐานในพื้นที่พบว่า จังหวัดลำปางตั้งอยู่ในพื้นที่ตอนกลางของภาคเหนือมีลักษณะรูปร่างของพื้นที่ยาวรีตามแนวทิศเหนือใต้ โดยมีพื้นที่ขนาดใหญ่เป็นอันดับที่ 3 ของภาคเหนือรองจากจังหวัดเชียงใหม่และจังหวัดแม่ฮ่องสอน พื้นที่ของจังหวัดลำปางล้อมรอบด้วยภูเขาที่ประกอบด้วยป่าเบญจพรรณ บริเวณตอนกลางของพื้นที่จังหวัดมีลักษณะเป็นแอ่งที่ราบลุ่มแม่น้ำ โดยพื้นที่ของจังหวัดลำปางแบ่งออกเป็น 13 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมืองเกาะคา งาว แจ้ห่ม เถิน แม่พริก วังเหนือ สบปราบ ห้างฉัตร เสริมงาม แม่เกาะ และเมืองปาน โดยลักษณะภูมิประเทศจังหวัดลำปางประกอบด้วยลักษณะที่เต็มไปด้วยภูเขาที่ราบสูงลุ่มแม่น้ำวัง บริเวณตอนกลางของจังหวัดเป็นแอ่งที่ราบลุ่มแม่น้ำวังโดยมีภูเขาล้อมรอบ ภูเขาที่สำคัญของจังหวัดลำปาง ประกอบด้วย ภูเขาผีปันน้ำ ภูเขาขุนตาล และภูเขาจ้อ

จังหวัดลำปางประกอบด้วยทรัพยากรธรรมชาติที่สำคัญ 3 ประเภท อันประกอบไปด้วย ทรัพยากรน้ำ ทรัพยากรแร่ธาตุ และทรัพยากรป่าไม้

1. ทรัพยากรน้ำ

แม่น้ำที่สำคัญของจังหวัดลำปาง ประกอบด้วย แม่น้ำวัง แม่น้ำต๋อย แม่น้ำยาว แม่น้ำจางและแม่น้ำาง ซึ่งจากการศึกษาของสมโชติ อ๋องสกุล (2548) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับโครงการวิจัยประวัติศาสตร์ลุ่มแม่น้ำวัง พบว่า ลุ่มแม่น้ำวังของจังหวัดลำปางเป็นแหล่งทรัพยากรและอารยธรรมเก่าแก่แห่งหนึ่งของโลกโดยข้อมูลในปี พ.ศ. 2542 มีการพบร่องรอยมนุษย์โฮโมอีเลคตัส ที่กำหนดอายุได้ถึงห้าแสนปีและนับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2517 ได้มีการสำรวจทางโบราณคดีพบแหล่งโบราณคดีในพื้นที่จังหวัดลำปางไม่น้อยกว่า 26 แหล่งโดยพบชุมชนโบราณที่เป็นหลักฐานทางประวัติศาสตร์และโบราณคดีที่ลุ่มแม่น้ำวัง จากการสร้างเมืองบริเวณลุ่มแม่น้ำวังของชุมชนโบราณทำให้เกิดความหลากหลายทางวัฒนธรรมที่เกิดเป็นวิวัฒนาการตามกาลเวลาจนถึงปัจจุบัน ซึ่งในสมัยล้านนาที่ปกครองโดยราชวงศ์มังรายได้มีการออกกฎหมายเพื่อใช้ในการจัดการทรัพยากรน้ำโดยมีการระบุถึงการบริหารจัดการและการแบ่งปันการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรน้ำตลอดจนการกำหนดบทลงโทษแก่ผู้กระทำความผิดในการทำลายทรัพยากรน้ำ ในยุคต่อมาการใช้ทรัพยากรป่าไม้ในยุคที่ลุ่มแม่น้ำวังเป็นการใช้ประโยชน์เพื่อการคมนาคมขนส่งสินค้าทำให้จังหวัดลำปางได้กลายเป็นศูนย์กลางการค้าไม้สักของชาวตะวันตก นอกจากนี้จังหวัดลำปางยังเป็นพื้นที่ของการสร้างสถานีรถไฟสายเหนือในปี พ.ศ. 2459 ทำให้จังหวัดลำปางเป็นพื้นที่ที่มีความต้องการทางทรัพยากรเกิดขึ้นทั้งป่าไม้และถ่านหินต่อมาในปี พ.ศ. 2510 กรมชลประทานได้มีการวางแผนพัฒนาลุ่มแม่น้ำวัง ร่วมกับบริษัท Engineering Consultants, Inc (ECI) และได้พัฒนาระบบชลประทานด้วยการสร้างเขื่อนที่สำคัญในจังหวัดลำปางเพื่อการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรน้ำและการป้องกันอุทกภัยในฤดูกาลน้ำหลาก ซึ่งประกอบด้วยเขื่อนที่สำคัญดังนี้ เขื่อนกิ่วลม เขื่อนกิ่วคอหมา เขื่อนแม่ต๋อย เขื่อนแม่ยาว และเขื่อนแม่จาง ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าผลจากการพัฒนาระบบการจัดการน้ำทำให้เกิดทรัพยากรการท่องเที่ยวที่สำคัญทางธรรมชาติของจังหวัดลำปางในปัจจุบัน

2. ทรัพยากรแร่ธาตุ

พื้นที่ของจังหวัดลำปางมีลักษณะเป็นแอ่งน้ำขนาดใหญ่โดยชั้นหินเกิดขึ้นในยุคเทอร์เชียรีที่เป็นแหล่งสะสมตัวของตะกอนที่เกิดขึ้นจากการผุพังของชั้นหินต่าง ๆ ตลอดจนอินทรีย์สารที่เป็นต้นกำเนิดของแร่ธาตุหลายชนิด ดังนั้นจังหวัดลำปางจึงเป็นจังหวัดที่มีทรัพยากรแร่ธาตุที่สำคัญถึง 12 ชนิด ที่เป็นวัตถุดิบที่สำคัญทางอุตสาหกรรมทั้งสิ้นโดยเฉพาะแร่ลิกไนต์ แร่ดินขาวและหินปูนเป็นแร่ที่มีความสำคัญเชิงพาณิชย์ อาจกล่าวได้ว่าแร่ลิกไนต์เป็นแร่ที่มีความสำคัญสำหรับกระบวนการบ่มยาสูบและเผาปูนขาว และจังหวัดลำปางเป็นจังหวัดที่มีแร่ดินขาวที่ดีที่สุดในประเทศไทย ซึ่งแร่ดินขาวเป็นแร่ที่มีคุณสมบัติแข็งแรงทนทานเมื่อผ่านการเผาไฟ และเป็นแร่ที่มีความสำคัญต่อการผลิตเซรามิกส์ เครื่องสุขภัณฑ์ และกระเบื้อง ซึ่งช่วยสร้างโอกาสในการจ้างงานให้กับประชาชนลำปางอย่างมาก นอกจากนี้การสร้างเส้นทางรถไฟสายเหนือในปี พ.ศ. 2459 เป็นการเปิดเส้นทางคมนาคมขนส่งทางบกที่สำคัญในการขนส่งทรัพยากรแร่ธาตุของจังหวัดลำปางและเป็นการเปิดใช้สถานีรถไฟลำปางเป็นครั้งแรกในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวอีกด้วย (โครงการสารานุกรมสำหรับเยาวชน, 2558)

3. ทรัพยากรป่าไม้

พื้นที่ร้อยละ 70.35 ของจังหวัดลำปางบริเวณลุ่มแม่น้ำวังเป็นพื้นที่ป่าไม้ ซึ่งจากการศึกษาของสมโชติ อ๋องสกุล (2548) ที่ได้ศึกษาเกี่ยวกับโครงการวิจัยประวัติศาสตร์ลุ่มแม่น้ำวังพบว่า ชีวิตคนในป่าลุ่มแม่น้ำวังแบ่งออกเป็น 3 ยุคได้แก่ ยุคบ้านป่าที่มนุษย์ดำรงชีวิตด้วยปัจจัยสี่เป็นพื้นฐานโดยการพึ่งพาทรัพยากรป่าไม้ ยุคที่สองเป็นยุคป่าสัมปทานที่มนุษย์ต้องขออนุญาตการใช้ทรัพยากรในผืนป่าจากกรมป่าไม้ และยุคที่สามเป็นยุคที่ทางราชการเข้ามาบริหารจัดการป่าไม้เพื่อเป็นเขตอุทยานแห่งชาติเพื่อการอนุรักษ์ ซึ่งในยุคที่สามนี้ทำให้จังหวัดลำปางมีพื้นที่อุทยานแห่งชาติจำนวน 8 แห่งได้แก่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน อุทยานแห่งชาติถ้ำผาไท อุทยานแห่งชาติแม่วะ อุทยานแห่งชาติดอยจาง อุทยานแห่งชาติเวียงโกศัย อุทยานแห่งชาติแม่ยม อุทยานแห่งชาติดอยขุนตาล อุทยานแห่งชาติดอยหลวง ซึ่งอุทยานแห่งชาติเหล่านี้เป็นแหล่งท่องเที่ยวสำคัญทางธรรมชาติของนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาเที่ยวในจังหวัดลำปาง จากการรายงานกรมทรัพยากรธรณี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (2549) พบว่า แหล่งน้ำพุร้อนในจังหวัดลำปางมี 7 แห่งแต่แหล่งน้ำพุร้อนที่มีศักยภาพเพื่อเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้นั้นมี 3 แห่งได้แก่ น้ำพุร้อนแจ้ซ้อน (อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน บ่อน้ำร้อนบ้านโป่งน้ำร้อน (อำเภอเกาะคา) โป่งน้ำร้อนบ้านโป่งน้ำร้อน (อำเภอเสริมงาม)

ลักษณะทางประวัติศาสตร์ของจังหวัดลำปาง

จังหวัดลำปางเป็นที่ตั้งเมืองโบราณของชุมชนยุคก่อนประวัติศาสตร์ที่มีความสำคัญทางประวัติศาสตร์และโบราณคดีมาตั้งแต่ก่อนสมัยทวารวดี โดยพบหลักฐานทางประวัติศาสตร์และวัฒนธรรมที่ปรากฏร่องรอยการอยู่อาศัยของมนุษย์ในประวัติศาสตร์และร่องรอยของเครื่องมือหินกรวดขนาดใหญ่ที่มีปลายแหลมกะเทาะหน้าเดียว นักโบราณคดีสันนิษฐานว่าเครื่องมือหินเหล่านี้ใช้สำหรับขุดหรือสับแห่งลุ่มแม่น้ำวัง โดยสามารถพบเครื่องมือหินกรวดชนิดนี้ที่แม่น้ำอำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง (ไพฑูริย์ มีกุล, 2554: 3-8) บริเวณพื้นที่แหล่งโบราณคดีในเขตอำเภอเกาะคา แหล่งโบราณคดีในเขตอำเภอแม่เมาะ แหล่งโบราณคดีในพื้นที่อำเภอแจ้ห่ม และแหล่งโบราณคดีอำเภอแม่ทะ ซึ่งจังหวัดลำปางมีชื่อเรียกในภาษาบาลีว่า “เขลางค์นคร” มีความหมายว่า บริเวณที่ตั้งเมืองเขลางค์ที่อยู่ทางทิศตะวันตกของแม่น้ำวัง ในเขตอำเภอเวียงเหนือ อำเภอเมืองของจังหวัดลำปาง ในปัจจุบัน ส่วนคำว่า “ลำปาง” ปรากฏชื่ออยู่ในตำนานวัดพระธาตุลำปางหลวง ซึ่งมีชื่อเรียกในภาษาบาลีว่า ลัมพักปปะ ตั้งอยู่บริเวณพื้นที่เขตตำบลลำปางหลวง อำเภอเกาะคา จังหวัดลำปางเป็นที่ประดิษฐานของพระธาตุลำปางหลวงในปัจจุบัน และคำว่านครลำปางเป็นชื่อเรียกเมืองลำปางตั้งแต่สมัยพระเจ้าทิพย์ช้างเนื่องจากพระองค์ได้อพยพผู้คนจากลำปางหลวงมายังเมืองนคร โดยพระเจ้าทิพย์ช้างได้รับการสถาปนาเป็นเจ้าเมือง จึงได้เรียกชื่อเมืองว่านครลำปาง

เมืองเขลางค์ สมัยทวารวดี นครลำปางในยุคแรกหรือสมัยเขลางค์นครได้ถูกสร้างขึ้นในพุทธศตวรรษที่ 13 ประมาณพุทธศักราช 1204 พระยาชีวะสุเทพ ซึ่งอาศัยอยู่บริเวณเชิงดอยสุเทพได้ร่วมกับพระสุกกทันตยาภิแห่งเมืองละโว้ (ลพบุรี) สร้างเมืองทวารวดี (ลำพูน) แล้วทูลขอผู้ปกครองจากพระเจ้าลพราช กษัตริย์กรุงละโว้ พระองค์ได้ประทานพระนางจามเทวี พระราชธิดาผู้ครองนครพร้อมนำพระภิกษุ ผู้รอบรู้พระไตรปิฎก พราหมณ์ราชบัณฑิต แพทย์ ช่างฝีมือ เศรษฐี คหบดี อย่างละ

500 คน ตามเสด็จมาด้วย เมืองเขลางค์นครตั้งอยู่ในเขตตำบลเวียงเหนือ สร้างขึ้นใน พ.ศ. 1223 กำแพงเมืองชั้นล่างมีคันทันสามชั้น ชั้นบนเป็นอิฐ สันนิษฐานว่าสร้างต่อเติมมาภายหลัง มีประตูเมืองที่สำคัญได้แก่ ประตูม้า ประตูผาป่อง ประตูทานาง ประตูต้นผึ้ง ประตูป่อง ประตูนกกด และประตูตาล ปุชนียสถานที่สำคัญได้แก่ วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาราม เป็นวัดที่ตั้งอยู่บริเวณริมแม่น้ำวัง ตำบลเวียงเหนือ อำเภอเมือง จังหวัดลำปาง ซึ่งวัดนี้เป็นวัดที่ประดิษฐานพระพุทธรูปหามณีรัตนปฎิมากรหรือพระแก้วมรกต วัดนี้เป็นวัดที่ทรงคุณค่าทางด้านศิลปกรรมโดยวัดพระแก้วดอนเต้ามีเจดีย์ใหญ่ ทรงลังกาสุโขทัยผสมล้านนา มณฑปยอดปราสาทแบบพม่าที่ประดับลวดลายไม้และแผ่นแกะสลัก ประณีตงดงาม มีวิหารทรงล้านนาที่มีรูปทรงงดงาม โบราณสถานที่สำคัญได้แก่ วัดอุโมงค์ซึ่งปัจจุบันปรากฏเป็นวัดร้างอยู่บริเวณประตูตาล และวัดที่อยู่นอกบริเวณนอกกำแพงเมือง ได้แก่ วัดป่าพร้าว วัดพันเชิง วัดกู่ขาว

เมืองเขลางค์ สมัยเชียงใหม่ พ.ศ. 1824 เมืองเขลางค์ที่สร้างขึ้นในสมัยนี้เป็นเมืองที่ตั้งขึ้นถัดจากเมืองเขลางค์เดิมลงไปทางทิศใต้ กำแพงเมืองก่อด้วยอิฐ มีประตูเมืองที่สำคัญได้แก่ ประตูเชียงใหม่ ประตูนาสร้อย ประตูปลายนา โบราณสถานที่สำคัญได้แก่ วัดปลายนาซึ่งปัจจุบันเป็นวัดร้าง วัดเชียงภูมิหรือวัดปงสนุกในปัจจุบัน ในสมัยราชวงศ์มังราย เขลางค์นครเป็นเมืองหน้าด่านที่สำคัญของอาณาจักรล้านนาไทย โดยนครลำปางเป็นแหล่งชุมนุมทัพที่สำคัญของพระเจ้าติโลกราชที่ทำสงครามเพื่อแย่งชิงหัวเมืองไทยเหนือกับกรุงศรีอยุธยาในสมัยสมเด็จพระบรมไตรโลกนาถ

ลำปางคือหนึ่งในหัวเมืองฝ่ายเหนือที่เป็นประเทศราชของกรุงรัตนโกสินทร์หรือในฐานะรัฐบรรณาการ (Tributary State) โดยเจ้าผู้ครองนครในเมืองเหนือต้องส่งดอกไม้เงินดอกไม้ทองและของกำนัลอื่น ๆ มาถวายยังราชสำนักเป็นประจำทุก ๆ ปี สำหรับเจ้าเมืองเล็ก ๆ ในท้องถิ่นซึ่งกลุ่มชาติพันธุ์ส่วนใหญ่เป็นไทยใหญ่ กะเหรี่ยงและชาวเขาเผ่าต่าง ๆ เจ้าเมืองท้องถิ่นก็จะส่งบรรณาการแก่เมืองใหญ่ที่ตน ต่อมาในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว (พ.ศ. 2411-2453) ได้ทรงปฏิรูปการปกครองเป็นแบบรัฐชาติ (Nation-State) รัฐประเทศราชในภาคเหนือได้เปลี่ยนเป็นมณฑลพายัพมีศูนย์กลางการบริหารอยู่ที่เชียงใหม่ ในขณะนั้นเจ้าผู้ครองนครเชียงใหม่คือ เจ้าหลวงอินทวิชยานนท์ เจ้านครเชียงใหม่องค์ที่ 7 เมื่อเจ้าเมืองใดถึงแก่พิราลัยทางราชสำนักก็จะยุบรูปแบบการปกครองที่มีเจ้าผู้ครองนครลงโดยมิได้บังคับหรือปลดออกแต่อย่างใด เช่น ในสมัยรัชกาลที่ 7 เจ้ามหาพรหมสุรธาดา เจ้าเมืองน่านองค์สุดท้ายถึงแก่พิราลัยเมื่อ พ.ศ. 2474 ทางกรุงเทพฯ ได้แต่งตั้งข้าราชการจากกรุงเทพฯ ไปเป็นเจ้าเมือง (ต่อมาเรียกว่าผู้ว่าราชการจังหวัด) ปกครองแทนทำให้ระบบการปกครองแบบเจ้าผู้ครองนครสิ้นสุดลง (ไพฑูริย์ มีกุล, 2554: 3-8)

วัดล้านนาสำคัญของจังหวัดลำปาง

จังหวัดลำปาง หรือเขลางค์นคร มีวัดสำคัญ ได้แก่ วัดพระธาตุลำปางหลวง สร้างสมัยพระนางจามเทวีราวพุทธศตวรรษที่ 13 มีบันไดนาคทอดขึ้นสู่วัด มีวิหารหลวงขนาดใหญ่เปิดโล่ง วิหารพระพุทธรูปและเป็นที่ประดิษฐานพระแก้วดอนเต้า รวมทั้งพิพิธภัณฑสถานของวัดด้วย วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดารามเป็นวัดเก่าแก่อายุนับพันปีมีตำนานกล่าวว่า พระมหาเถระวัดนี้ได้พบแก้วมรกตในแดงโม (ภาษาล้านนาเรียกแดงโมว่าหมากเต้า) แล้วนำมาแกะสลักเป็นพระพุทธรูปเรียกว่า พระแก้วดอนเต้า ต่อมา

ได้อัญเชิญไปประดิษฐาน ณ วัดลำปางหลวง ซึ่งเคยเป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปหามณีรัตนปฐุมิมากร (พระแก้วมรกต) ตั้งแต่ พ.ศ. 1979 เป็นเวลานาน 32 ปี ก่อนจะถูกอัญเชิญไปที่เชียงใหม่ นอกจากนี้วัดศรีชุม ตำบลสวนดอกยังเป็นวัดพม่าที่ใหญ่ที่สุดในประเทศไทย (ในจำนวน 31 วัด) สร้างเมื่อ พ.ศ. 2436 สร้างโดยคหบดีชาวพม่าชื่อ อุโย ซึ่งเข้ามาทำป่าไม้กับชาวอังกฤษในยุคนั้น วัดศรีรองเมือง เป็นวัดพม่าสร้างเมื่อ พ.ศ. 2448 เป็นศิลปะพม่าที่สวยงามมาก สร้างสมัยที่ลำปางเป็นศูนย์กลางการค้า และการทำป่าไม้ที่อังกฤษมีสัมปทานอยู่ทางภาคเหนือ วัดเจดีย์ขาว อยู่ตำบลต้นธงชัย เป็นปูชนียสถานที่สำคัญของลำปางมาแต่โบราณ มีเจดีย์ 20 องค์ (ชาว แปลว่า ยี่สิบ) ที่ทรงคุณค่าทางประวัติศาสตร์และศาสนสถาน (ไพฑูริย์ มีกุล, 2554: 42-46)

ประเพณีสำคัญของจังหวัดลำปาง

จากการศึกษาข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้ทำการค้นคว้าเอกสารสำคัญ หนังสืองานวิจัย ของวิวัฒน์ชัย บุญยภักดี (2554: 18-19) สามารถสรุปประเพณีที่สำคัญของจังหวัดลำปางได้ดังต่อไปนี้

1. งานหลวงเวียงละกอน “เวียงละกอน” เป็นชื่อเดิมชื่อหนึ่งในหลายชื่อของจังหวัดลำปาง เช่น “กุกุตนคร” “เขलगคนคร” และ “อาลัมภางคนคร” โดยมีประวัติความเป็นมา ตั้งแต่ พ.ศ. 1206 ที่พระนางจามเทวี ราชธิดาक्षत्रीย์ละโว้เสด็จขึ้นครองแคว้นหรือญชัย แล้วทรงสร้างเมืองเขलगคนครนี้ขึ้น โดยโปรดให้พระโอรสเผด็จก้องนามว่า “เจ้าอนันตยศ” มาครอง เมืองนครลำปางมีประวัติศาสตร์อันยาวนาน คือ มีทั้งช่วงที่เป็นอิสระ ช่วงที่รวมอยู่กับกรุงศรีอยุธยา และช่วงที่อยู่ภายใต้อิทธิพลของพม่า ทั้งยังมีเรื่องราวเกี่ยวข้องกับตำนาน เช่น ตำนานพระแก้วมรกต พระแก้วดอนเต้า และพระธาตุลำปางหลวง จากประวัติความเป็นมาและมรดกทางศิลปวัฒนธรรม จังหวัดลำปางจึงได้จัดงานหลวงเวียงละกอนขึ้นเป็นงานประจำปีของจังหวัดในราวต้นเดือนกุมภาพันธ์ โดยในภาคกลางวัน จะเริ่มต้นด้วยขบวนแห่ทางประเพณี บางปีจะเป็นขบวนแห่ครวตานแบบโบราณ แห่ลูกแก้วแห่บอกไฟ ขบวนรถม้าลำปาง บางปีก็เปลี่ยนรูปแบบไป และในภาคกลางคืน จะเป็นประเพณีข้าวแลงขันโตก พร้อมกับการแสดงแสงเสียง ซึ่งจะเปลี่ยนเรื่องและสถานที่ไปในแต่ละปี เช่น เรื่องราวเกี่ยวกับประวัติเมืองลำปาง เจ้าหนานทิพย์ช้าง และตำนานพระธาตุลำปางหลวงที่วัดพระธาตุลำปางหลวง เรื่องราวเกี่ยวกับตำนานพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม และเรื่องเจ้าศรีอโนชาเชื้อเจ็ดตนที่วัดพระแก้วดอนเต้าสุชาดาราม เป็นต้น

2. ประเพณีแห่สลุงหลวง “สลุง” หมายถึง ภาชนะใส่น้ำ ทำด้วยเงินมีลักษณะเช่นเดียวกับขันน้ำสลุงหลวงจึง หมายถึง ภาชนะใส่น้ำขนาดใหญ่ ในอดีตเมื่อถึงเทศกาลสงกรานต์ชาวล้านนามีประเพณีสงน้ำพระ โดยจะนำขม้นส้มป่อย น้ำอบ น้ำหอม ใส่ในสลุงไปสงน้ำพระที่วัดใกล้บ้าน การสงน้ำพระที่ถูกต้องตามประเพณีจะใช้วิธีตักน้ำจากสลุงเทลงสู่รางริน ซึ่งเป็นทางให้น้ำไหลไปสงองค์พระแล้วจะไหลต่อไปสู่ภาชนะที่รองรับไว้ กลายเป็นน้ำพุทธรณ์ที่จะนำมาประพรมเพื่อความเป็นสิริมงคลในเทศกาลสงกรานต์ ชาวลำปางจึงยึดถือปฏิบัติประเพณีสงน้ำองค์พระแก้วดอนเต้าสืบมาตลอดโดยการจัดขบวนแห่สลุงหลวงอย่างยิ่งใหญ่ พร้อมอัญเชิญพระแก้วมรกตดอนเต้าและพระแก่นจันทร์ซึ่งเป็นพระพุทธรูปสำคัญของจังหวัดลำปาง โดยออกแห่แห่นเพื่อให้ประชาชนได้ร่วมสงน้ำพระ

ลักษณะวัฒนธรรมการกินของจังหวัดลำปาง

วัฒนธรรมอาหารการกิน อาหารล้านนาเป็นอาหารที่นิยมประจำถิ่นที่มีอยู่มากมายหลายชนิดที่ได้รับอิทธิพลมาจากเพื่อนบ้านหรือชนกลุ่มน้อยที่เคยเข้ามาอาศัยอยู่ในจังหวัดลำปาง เช่น ไทยใหญ่ (เงี้ยว) และจีนอิสลาม (จีนฮ่อ)

ลักษณะอาหารล้านนาเป็นอาหารที่มีลักษณะเรียบง่ายได้วัตถุดิบมาจากธรรมชาติ ไม่นิยมใช้กะทิและน้ำตาลเป็นส่วนผสมแต่นิยมใช้น้ำมันจากพืชและสัตว์แทน อาหารประเภทแกงที่ทำจากเนื้อสัตว์จะเคี้ยวให้เปื่อย (อ่อม หมายถึงการเคี้ยว) แกงอ่อมคือแกงที่ใส่เฉพาะเนื้อสัตว์เท่านั้น ไม่มีผักปนนอกจากใบมะกรูด ลักษณะการรับประทานจะเป็นการนำอาหารใส่ภาชนะวางบนเสตอกหรือขันโตก แล้วนั่งล้อมวงกิน อาหารที่เหลือจะใส่กระบุง แล้วผูกเชือกแขวนไว้ในครัวเพื่อกันมด แมลง และเมื่อจะรับประทานในมื้อต่อไปก็จะซักเชือกลง

ลักษณะอาหารล้านนาจะเกี่ยวข้องกับเทศกาล เช่น ประเพณีปีใหม่ เข้าพรรษา ออกพรรษา วันสงกรานต์ รูปแบบอาหารจะเหมือนกัน เช่น อาหารคาวจะมีแกงฮังเล ต้มวุ้นเส้น น้ำพริกกับผักนึ่ง ถ้าอาหารเหลือก็จะนำมาทำเป็นอาหารหม้อใหม่สำหรับเลี้ยงกันในครอบครัว เรียกอาหารชนิดนี้ว่า แกงโหะ ขนมที่ใช้ในเทศกาลได้แก่ ขนมจ็อก ขนมปาด ข้าวต้มหัวหงอก ขนมถั่วแปบ ขนมวง ข้าวเหนียวแดง ข้าวแตน ข้าวหนิงกา ถ้าเป็นฤดูฝน อาหารการกินของชาวล้านนาจะเป็นผักหรือสัตว์น้ำที่หาได้ง่ายและมีมากในฤดูดังกล่าว

ตัวอย่างอาหารล้านนา ได้แก่ น้ำปู คือ อาหารที่ผลิตจากปู เป็นอาหารที่นิยมทางภาคเหนือ โดยผ่านการถนอมอาหารแบบพื้นบ้าน น้ำปูที่ได้รับความนิยมของจังหวัดลำปาง คือ น้ำปูแจ้ห่ม ความเชื่อของชาวล้านนาที่มีต่อการรับประทานน้ำปู คือ การป้องกันการกระทำทางคุณไสยหากต้องเดินทางไปต่างบ้านต่างเมืองจะต้องนำน้ำปูติดตัวไปด้วย น้ำปูเป็นอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่อยู่ในรูปแบบของสารอาหารเข้มข้นสามารถนำมาปรุงอาหารได้หลายอย่าง เช่น น้ำพริกปู

ตัวอย่างอาหารว่างล้านนา ได้แก่ ข้าวแตน เป็นอาหารว่างหรือของกินเล่นในงานประเพณีของชาวล้านนา เช่น งานบวชพระ งานขึ้นบ้านใหม่ ข้าวแตนทำขึ้นจากข้าวเหนียวแช่น้ำเกลือแล้วนึ่งให้สุก ใส่ข้าวเหนียวสุกลงในแม่พิมพ์ซึ่งทำด้วยผิวไม้ไผ่ขดเป็นวงกลม แล้วนำไปตากแห้ง จากนั้นนำมาทอดด้วยน้ำมันหมูแล้วแต่งหน้าข้าวแตนด้วยน้ำอ้อยให้เป็นเส้นวนแบบกันหอย ปัจจุบันข้าวแตนของจังหวัดลำปางเป็นสินค้าของฝากที่ได้รับความนิยมมาก

ข้อมูลด้านการดูแลสุขภาพแบบล้านนา

จากการศึกษาข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้ทำการค้นคว้าเอกสารสำคัญ หนังสืองานวิจัย และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว ชุมชนการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยว ในพื้นที่ศึกษา 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน คณะผู้วิจัยสามารถสรุปรายละเอียดเรื่องการศึกษาลักษณะ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางประกอบด้วยลักษณะ 4 แบบดังนี้ 1. การดูแลสุขภาพทางกาย 2. การดูแลสุขภาพทางใจ 3. การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน และ 4. การดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การดูแลสุขภาพทางกาย เนื่องจากชาวล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางมีการประกอบอาชีพเกษตรกรรมที่มีมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันซึ่งสามารถสรุปได้จากข้อมูลเศรษฐกิจภาพรวมของจังหวัดลำปางปี พ.ศ. 2558 แสดงให้เห็นถึงผลผลิตภาคเกษตรกรรมขยายตัวเพิ่มขึ้นร้อยละ 34.1 จากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมนี้ชาวลำปางจึงมักมีปัญหาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ดังนั้นรูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายจึงเป็นการนวดซึ่งเป็นรูปแบบที่ปฏิบัติประจำในชีวิต ลักษณะการนวดจะไม่มีแบบแผนที่ชัดเจนแต่เกิดจากองค์ความรู้และภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ถ่ายทอดกันมา ตัวอย่างรูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายแบบล้านนา ได้แก่

- การบีบนวดเมื่อมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายจากการทำงาน โดยจะให้สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้บีบนวดโดยมีรูปแบบที่ไม่แน่นอน

- การเช็ดแหก เป็นการรักษาอาการปวดเมื่อย เคล็ด ขัดยอกโดยหอมพื้นบ้านจะใช้มีดแหก หรือบางทีจะใช้เขาควยสะเด็ดที่เกิดจากเขาควยชนกันแล้วหักหรือเขี้ยวสัตว์ เช่น เขี้ยวหมูป่า เขี้ยวเสือ มาทำพิธีเสกคาถาแล้วใช้สับบริเวณที่มีอาการ ในการเช็ดแหกหอมพื้นบ้านที่ทำการรักษาจะท่องคาถาเสกเป่าบริเวณที่เช็ดแหกตลอดเวลาในลักษณะคล้ายจะเป็นการขับไล่อาการปวดเมื่อย

- ย่ำขาง เป็นวิธีการบำบัดรักษาอาการทางกายโดยจะใช้ในการรักษาอาการปวดกล้ามเนื้อ เอ็น ปวดข้อ กระดูก อาการชา อัมพฤกษ์ อัมพาต โดยการใช้เท้าชุบน้ำยา (น้ำโพลหรือน้ำมันงา) ไปย่ำบนขางที่เผาไฟจนร้อนแดง แล้วจึงนำเท้าไปย่ำบนร่างกายหรืออวัยวะของผู้ป่วยโดยจะท่องคาถาร่วมด้วย คำว่า ขาง คือโลหะเหล็กผสมพลวงที่นำไปหล่อเป็นใบขาง (ใบไถ สำหรับไถนา) หรือหม้อขาง (ชาวล้านนาเรียกกะทะว่าหม้อขาง)

- ตอกเส้น เป็นภูมิปัญญาการรักษาแบบล้านนาที่ใช้รักษาโรคของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ โดยใช้แก่นไม้มะขามเป็นอุปกรณ์ที่จะใช้ตอกไปตามอวัยวะภายนอกของร่างกายส่วนที่จะทำการรักษา โดยตอกไปตามจุด เส้น เอ็นหรือกล้ามเนื้อ โดยมีการใช้คาถาร่วมด้วยคือคาถาชุมนุมเทวดาเพื่อการปฐมน้ำสมุนไพรร่วมกับการรักษาและใช้คาถากำกับหัวข้อน (คาถาสลุปหัวข้อน) ก่อนทำการรักษาเพื่อป้องกันไม่ให้กล้ามเนื้ออักเสบหรืออักเสบ สำหรับน้ำมันสนุนไพรมีส่วนประกอบของน้ำมันเลียงผา น้ำมันงา สนุนไพรรวยป่า (สีเสื่อหลวง) พริกไทย-ใบกระวาน กระดุกงูเหลือม เจตมูลเพลิงแดงและการบูร

- การจับเส้น ใช้รักษาอาการปวดที่แขนและขาโดยใช้สมุนไพรมารประคบและจับเส้นเบา ๆ

- การเป่า ใช้รักษาโรค เช่น งูสวัด โดยหอมพื้นบ้านจะมีคาถาเฉพาะอาการแต่ละโรคเมื่อเสกคาถาแล้ว มักจะมีการเสกน้ำมันต์เพื่อให้ผู้ใช้บริการนำน้ำไปทาบริเวณที่เป็นโรคหรือใช้ดื่ม

- การเสกข้าวสาร ใช้รักษาแผลเรื้อรังโดยหอมพื้นบ้านจะใช้ข้าวสารข้าวเจ้าแช่น้ำหอมพื้นบ้านจะเคี้ยวข้าวสารแล้วพ่นหรือทาบริเวณที่เป็นแผล

- การสับสาร สารเป็นก้อนไขมันที่อุดตันบริเวณผิวหนังตามความเชื่อของคนในพื้นที่มักจะให้หอมพื้นบ้านเป็นคนรักษา โดยการใช้มีดที่ลงอคมกรีดเอาไขมันออกและใช้ปูนขาวที่ใช้เกี่ยวกับหมากช่วยห้ามเลือด

2. การดูแลสุขภาพจิต เป็นกระบวนการที่ทำให้กำลังใจหรือบรรเทาอาการวิตกกังวลที่ แอบแฝงอยู่ในรูปแบบพิธีกรรมหรือสัญลักษณ์ ทั้งนี้กระบวนการปฏิบัติมักเกี่ยวข้องกับสิ่งเหนือ ธรรมชาติ (ผี) โดยผู้คนส่วนใหญ่ต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ดังเช่น

- การฮ้องขวัญ หรือการสู่ขวัญ เป็นการเรียกขวัญที่ออกจากร่างไปให้กลับมาสู่ร่าง โดยมีการตรวจสอบว่าขวัญเข้าสู่ร่างกายครบถ้วนหรือไม่ด้วยการนับเมล็ดข้าว (เลขคู่หรือเลขคี่) เมื่อขวัญเข้าสู่ร่างกายเรียบร้อยแล้วจึงทำพิธีสู่ขวัญ ซึ่งชาวล้านนาเชื่อว่าคนที่ขวัญอยู่ครบจะเป็นคนที่ ขวัญดีและสภาพจิตสมบูรณ์

- กินอ้อพญา กินอ้อหรืออ้อพะหลญา เป็นพิธีกรรมอย่างหนึ่งที่ใช้ปล้องอ้อเป็น ภาชนะใส่น้ำผึ้งเสกด้วยคาถาแล้วดื่ม โดยชาวล้านนาเชื่อว่าผู้ที่ดื่มจะเป็นผู้ที่มีสติปัญญาดี เฉลียวฉลาด มีความจำดี รวมถึงการมีวาทศิลป์และมีเสน่ห์ในการแสดง ซึ่งการเสกอ้อชาวล้านนาจะเลือกวันที่เป็น มงคลซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นวันพฤหัสบดี หรือวันเถลิงศกในช่วงสงกรานต์

- การส่งเคราะห์ จะใช้รักษาผู้ที่ประสบอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดยไม่ ทราบสาเหตุมาก่อน หมอพื้นบ้านจะทำกระทงสี่เหลี่ยมจตุรัสข้างในใส่แกงส้ม แกงหวาน แล้วนำดิน เหนียวมาปั้นเป็นรูปคนและสัตว์ทำพิธีโดยบริกรรมคาถาเสร็จแล้วนำไปวางไว้หน้าผู้ป่วย

- การสืบชะตา พิธีนี้จะทำขึ้นเพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้ป่วยให้กลับคืนสู่ สภาพปกติและเพื่อเป็นสิริมงคล ขับไล่สิ่งชั่วร้ายให้ผ่านพ้นไป การประกอบพิธีสืบชะตานั้นต้องทำกัน ตอนเช้าถึงเที่ยงวันเท่านั้น ผู้ที่จะสืบชะตาจะเป็นผู้กำหนดวันประกอบพิธี เมื่อถึงวันประกอบพิธีจะ นิมนต์พระสงฆ์มารูปเดียวหรือสี่รูปก็ได้แต่ไม่เกินห้ารูป

- การเลี้ยงผี หรือในภาษาล้านนาเรียกว่าสะลุ่มสะลุ่ม ทำโดยใครก็ได้ แต่ส่วนใหญ่ จะให้ผู้เฒ่าผู้แก่ในครอบครัวเป็นผู้ทำพิธี โดยจะนำของเลี้ยงไปเลี้ยงผี ณ บริเวณที่มีผีสิงสถิตอยู่

3. การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน การใช้สมุนไพรพื้นบ้านเป็นการถ่ายทอดสูตร ยาสมุนไพรพื้นบ้านจากบรรพบุรุษ โดยรูปแบบของสมุนไพรก็จะหาได้ตามท้องถิ่นตนโดยนำมาปรุง เป็นยา (ตำรับ) การปรุงยาเป็นการเอาตัวยาออกจากไม้ยา ซึ่งสารที่ใช้สกัดตัวยาที่นิยมใช้ ได้แก่ น้ำ และเหล้าพื้นบ้าน

- ยาต้ม เป็นการสกัดยาให้ออกจากไม้ยาด้วยน้ำร้อนเป็นวิธีที่นิยมใช้มากที่สุดส่วน ใหญ่จะใช้ต้มกับส่วนของต้นไม้เนื้อแน่นแข็ง เช่น ลำต้น ราก เปลือกไม้ ซึ่งต้องใช้การต้มจึงจะมีตัวยา ออกมา ข้อดีของการต้มคือสะอาดและปลอดภัยจากเชื้อโรค

- ยาชง เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำร้อน ใช้กับส่วนของต้นไม้ที่บอบบางอ่อนนุ่ม เช่น ใบ ดอก ที่ไม่ต้องการโดนน้ำเดือดนาน ๆ ตัวยาที่ออกมาได้ วิธีการชงให้เอายาใส่แก้วเติมน้ำร้อน จัดลงไป ปิดฝา ปล่อยให้จมนเย็นให้ตัวยาออกมาเต็มที่

- ยาน้ำมัน เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำมันแต่ไม่นิยมปรุงใช้กันเนื่องจากตัวยาเหนียว

- ยาดองเหล้า เป็นการสกัดตัวยาดด้วยเหล้าจะมีกลิ่นแรง หากรับประทานบ่อยอาจ ทำให้ติดเหล้า

- ยาตำคั้นเอาน้ำ เป็นการนำสมุนไพรมาตำให้ละเอียดและคั้นเอาแต่น้ำออกมา มักใช้กับส่วนของต้นไม้ที่มีน้ำมากอ่อนนุ่ม ตำให้เหลกง่าย เช่น ใบ หวี เหง้า ยาประเภทนี้รับประทาน มากไม่ได้เช่นกัน เพราะยาที่ได้จะมีกลิ่นและรสชาติรุนแรง ตัวยาจะเข้มข้นมาก

- ยาผง เป็นการนำสมุนไพรพื้นบ้านไปอบหรือตากแห้งแล้วบดให้เป็นผง ยา ยังเป็นผงละเอียดมากก็ยังมีสรรพคุณดีขึ้น เพราะยาผงจะถูกดูดซึมเข้าสู่ลำไส้ได้ง่าย ทำให้ตัวยาเข้าสู่ร่างกายได้อย่างรวดเร็ว ส่วนผงยาชนิดใดที่รับประทานยากก็จะปั้นเป็นยาลูกกลอนโดยใช้น้ำข้าว หรือน้ำผึ้งเป็นตัวเชื่อมให้ตัวยาคิดกันเป็นเม็ด ส่วนใหญ่นิยมใช้น้ำผึ้งเพราะสามารถเก็บไว้ได้นานไม่ขึ้นรา
- ยาฝน เป็นวิธีที่หมอชาวบ้านนิยมใช้มาก วิธีฝนคือหาพาชนะใส่น้ำสะอาดประมาณครึ่งหนึ่ง แล้วนำหินลับมีดเล็ก ๆ จุ่มลงไปให้หินไหลเหนือน้ำเล็กน้อย ฝนจนให้ยาเป็นสีขุ่นขึ้นเล็กน้อย ต้มครั้งละ 1 แก้ว

4. การดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน เป็นการนำองค์ความรู้ในการประกอบอาหารจากบรรพบุรุษ เช่น แกง นึ่ง ต้ม ย่าง ยำ อ้อก แอ็บ มีวิธีการประกอบอาหารอย่างง่ายโดยใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหารที่หาได้ในท้องถิ่นตามฤดูกาล

ข้อมูลด้านความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปาง

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้ความน่าสนใจลักษณะความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางคือ เมื่อกล่าวถึงความเป็นล้านนาทางภาคเหนือของประเทศไทย สิ่งที่น่าถึงเป็นอันดับแรก คือภูมิประเทศที่เป็นภูเขาสูงสลับกับที่ราบสูง ป่าไม้ ต้นไม้ และดอกไม้เมืองหนาวที่มีความสวยงามเป็นอย่างมาก ซึ่งในจังหวัดลำปางเองก็มีสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติเป็นจำนวนมาก เช่น อุทยานแห่งชาติน้ำพุร้อนแจ้ซ้อน บ้านป่าเหมี้ยง ซึ่งในช่วงฤดูหนาวจะมีดอกนางพญาเสือโคร่ง หรือซากุระเมืองไทยบานสะพรั่งเต็มหมู่บ้าน และมีดอกเสี้ยวสีขาวบานสะพรั่งอีกด้วย เป็นต้น อันดับสองคือสภาพอากาศในช่วงฤดูหนาวที่มีอากาศเย็นสบายเหมาะแก่การพักผ่อนหย่อนใจเป็นอย่างมาก แต่ในการไปท่องเที่ยวในครั้งนี้เป็นช่วงฤดูฝน ซึ่งเป็นการท่องเที่ยวที่ได้รับความรู้สึกอีกรูปแบบหนึ่งเนื่องจากพบฝนบ้างประปรายแต่ไม่มาก อากาศชื้นเย็นสบายไม่ร้อนมากและมีเมฆหมอกเป็นจำนวนมากเหมาะกับการชมทะเลหมอกในยามเช้า อันดับสาม คือ อาหารซึ่งอาหารของล้านนา หรืออาหารเหนือมีความโดดเด่นและมีความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัว เนื่องจากภาคเหนือเป็นที่ราบระหว่างภูเขาอากาศหนาวเย็น ทำให้มีพืชพรรณที่แตกต่างไปจากภาคอื่น ๆ เช่น มะเขือส้ม ดอกจิว พริกหนุ่ม มะแขว่น แหลบ โดยพื้นที่ภาคเหนือมีเขตแดนบางส่วนติดกับประเทศพม่า ทำให้เกิดการถ่ายทอดทางวัฒนธรรม เช่น แกงฮังเล ขนมจีนน้ำเงี้ยว หรือขนมจีนน้ำมะเขือส้ม (ชาวไทยใหญ่ ชาวเงี้ยว) ข้าวซอย (ชาวจีนฮ่อ) และมีการถนอมอาหารหลายชนิดที่ปัจจุบันเป็นที่แพร่หลาย เช่น แคบหมู หนังกุ้งจิ้นส้มหรือแหนม ถั่วเน่า น้ำปู้ (น้ำปู) เป็นต้น การรับประทานอาหารของคนภาคเหนือ จะใช้โต๊ะข้าวที่เรียกว่าขันโตกแทนโต๊ะอาหาร ซึ่งโตกจะทำด้วยไม้รูปทรงกลมมีขาสูงพอที่จะนั่งร่วมวง และหยิบอาหารได้สะดวก ซึ่งจะมีรายการอาหารที่จัดตั้งนี้ ข้าวเหนียวเป็นอาหารหลัก แกงฮังเล ลาบคั่ว ใส่อั่ว แคบหมู จิ้นทอด (หมูทอด) น้ำพริกหนุ่มหรือน้ำพริกอ่อน ผักสด ผักต้ม ซึ่งในการเดินทางไปยังบ้านป่าเหมี้ยงในครั้งนี้ได้ลองชิมยาใบเมี่ยงซึ่งมีความอร่อย เป็นเอกลักษณ์เฉพาะถิ่นอีกด้วย อันดับสี่คือศิลปวัฒนธรรมล้านนาซึ่งมีความเป็นเอกลักษณ์ เช่น วัฒนาอาราม ซึ่งได้รับอิทธิพลมาจากประเทศพม่า ซึ่งนิยมสร้างโบสถ์ หอพระ ด้วยไม้สักลงรักปิดทองอย่างสวยงาม ซึ่งการเดินทางไปเที่ยวแต่ละครั้งต้องไม่พลาดที่จะเดินทางไปกราบสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์คู่บ้านคู่เมือง เช่น วัดพระธาตุลำปางหลวง วัดศรีรองเมือง วัดศรีชุม และวัดเฉลิมพระเกียรติพระจอมเกล้าราชานุสรณ์ เป็นต้น และอันดับสุดท้ายคือ ร้านกาแฟ ในปัจจุบันคนไทยให้ความสนใจในการดื่มชา กาแฟ เป็นอย่างมาก มีธุรกิจชา กาแฟ

เกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก และการตกแต่งร้านที่มีความเก๋ไก๋ เหมาะแก่การถ่ายรูปและเช็คอิน จึงเป็นสิ่งที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจเป็นอย่างมาก ซึ่งในการเดินทางไปเที่ยวในครั้งนี้ ได้พบร้านกาแฟมากมาย ซึ่งมีความสวยงาม ซา กาแฟรสชาติดี ได้แก่ ร้านกรีนแมนเท่น อยู่ตรงปากทางเข้าอุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน ร้านตกแต่งแบบทันสมัย น่ารัก แคมพิวเป็นทิวเขาและทุ่งหญ้าที่สวยงาม ซา กาแฟ รสชาติดี และเมื่อไปถึงยังบ้านป่าเหมี้ยงก็มีร้านกาแฟให้เช็คอิน และลองชิมอีกหลายร้าน เนื่องจากหมู่บ้านป่าเหมี้ยงนี้ นอกจากจะปลูกใบเหมี้ยง (ชา) แล้วยังปลูกกาแฟพันธุ์อาราบิก้าเป็นจำนวนมากอีกด้วย

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าผู้ให้ข้อมูลให้ความน่าสนใจลักษณะความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางจากศิลปกรรมและผลงานทางด้านวัฒนธรรมที่อยู่ในบริเวณเมืองลำปาง ไม่ว่าจะเป็นวัดวาอาราม เช่น วัดศรีชุม วัดศรีรองเมือง เป็นต้น รูปแบบหรือโครงสร้างของอาคารบ้านเรือนและที่สำคัญคือการได้นั่งรถม้าชมเมืองลำปางรถม้าถือเป็นอีกสัญลักษณ์หนึ่งของจังหวัดลำปาง แสดงให้เห็นถึงการขนส่งในแบบล้านนาสมัยก่อนจนถึงปัจจุบัน

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางจะต้องประกอบด้วย 1. อาหาร เช่น ข้าวซอยโอมา รสชาติจะเข้มข้นและหอมเครื่องเทศกว่าข้าวซอยที่อื่น 2. วัดและศิลปกรรมต่าง ๆ เช่น พระพุทธรูปปางแดงที่ได้อิทธิพลมาจากทางพม่า และการสร้างวัดแบบพม่ามีหลังคาหลาย ๆ ชั้นมียอดสูง รวมถึงตุ่งต่าง ๆ เช่น ตุ่ง 12 นักษัตร ที่ตกแต่งอยู่รอบ ๆ วัดด้วย และ 3. อาคารบ้านเรือนแบบเก่า ๆ เช่น สถานีรถไฟลำปางและบ้านเก่า ๆ ที่เป็นตัวไม้แต่เป็นสไตล์ยุโรป

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางจะต้องประกอบด้วยศิลปะการตกแต่งวัดวาอารามหลายแห่งในจังหวัดลำปาง เช่น วัดศรีรองเมือง วัดศรีชุม ฯลฯ ได้รับอิทธิพลมาจากพม่า ซึ่งจะแตกต่างจากวัดวาอารามในกรุงเทพฯ และภาคอีสาน นอกจากนั้น บรรยากาศภายในวัดศรีรองเมืองและวัดศรีชุมมีความเงียบสงบเหมาะสำหรับการนั่งสมาธิเพื่อทำจิตใจให้สงบ สถานที่สำคัญในจังหวัดลำปาง ไม่ว่าจะเป็นสถานีรถไฟนครลำปาง ร้านอาหาร ร้านค้าต่าง ๆ มีการใช้ตัวอักษรล้านนาในการระบุชื่อ ซึ่งลักษณะตัวอักษรบ่งบอกถึงความเป็นล้านนา อาหารการกินของจังหวัดลำปาง เช่น ใส่อั่ว แคหมู น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อน ยังคงความเป็นล้านนาที่ต้องรับประทานพร้อมข้าวเหนียวและผักสด/ผักจิ้ม ซึ่งเป็นนักท่องเที่ยวที่ไปเที่ยวถิ่นล้านนาต้องลิ้มลอง นอกจากนั้น ผักสด/ผักจิ้มยังดีต่อสุขภาพของผู้บริโภคและเข้ากับสมัยนิยมของคนไทยในยุคนี้

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่า ลักษณะความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางจะต้องประกอบด้วย 1. การมีอารยธรรมล้านนาที่มีเสน่ห์ ไม่ว่าจะเป็นขนบธรรมเนียมประเพณี วัดวาอารามและสถาปัตยกรรมท้องถิ่น รถม้าที่เป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดลำปาง ซึ่งเราจะได้เห็นรถม้าตามจุดต่าง ๆ ในจังหวัดลำปางให้เราได้ชมกัน และธรรมชาติที่งดงาม เช่นที่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน ที่มีลักษณะเฉพาะทางธรรมชาติที่สวยงามมีน้ำตกและบ่อน้ำร้อนให้เราได้ไปชมและท่องเที่ยว 2. บ้านเรือนที่อยู่อาศัยแบบล้านนา ก็จะเป็นบ้านไม้ชั้นเดียวมีใต้ถุนที่สร้างด้วยไม้ บางที่ก็จะเป็นไม้ไผ่

มีการจัดเป็นส่วน ๆ เช่น ส่วนที่เป็นตัวบ้านเรือน ส่วนด้านหน้ามีการวางกระถางดอกไม้ และมีส่วนที่ไว้ปลูกผักสวนครัวอีกด้วย นับว่าเป็นสิ่งที่น่าสนใจอีกอย่างหนึ่ง 3. อาหารพื้นบ้านล้านนาก็จะเป็นไส้อั่ว น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อน แคบหมู ข้าวซอย เป็นต้น ยกตัวอย่างที่หมู่บ้านป่าเหมี้ยง ที่จะนำไปขามาทำเป็นยาใบเหมี้ยง และนำมาทำเป็นหมักเหมี้ยง นอกจากอร่อยแล้วยังเป็นอาหารเพื่อสุขภาพอีกและ 4. วิถีชีวิตความเป็นอยู่ของจังหวัดลำปาง ก็จะเป็นการปลูกพืชผักกินเอง มีการปลูกสมุนไพร นำพืชผักสมุนไพรมาทำเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ เช่นที่ หมู่บ้านป่าเหมี้ยงที่มีความเงียบสงบ อากาศเย็นสบาย มีโฮมสเตย์ และอาชีพส่วนใหญ่ของชาวบ้านก็จะเป็นอาชีพเก็บใบชา หรือที่เรียกว่าเหมี้ยง

ลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าต้องเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติเพื่อการพักผ่อนและเรียนรู้วิถีรักษาสุขภาพพร้อมได้รับความเพลิดเพลินจากเรียนรู้ โดยการท่องเที่ยวลักษณะนี้ต้องมีชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ยกตัวอย่างเช่น ชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง จังหวัดลำปาง เป็นชุมชนที่ปลูกต้นเหมี้ยงไว้รอบ ๆ ตัวบ้าน ใบเหมี้ยงหรือเรียกอีกชื่อว่าใบชา ซึ่งในชุมชนแห่งนี้ได้มีกิจกรรมเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากมาย เช่น การทำหมอนใบชา โดยเอาใบเหมี้ยงแกมมาอบแห้งจนมีกลิ่นหอมแล้วนำไปอัดเป็นไส้หมอนนอนหนุนไปก็สุดกลิ่นไปชาหอม ๆ ไปด้วยช่วยทำให้หายใจคล่องและรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้น

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่า 1. ชุมชนป่าเหมี้ยงเป็นชุมชนท่องเที่ยวที่มีบรรยากาศที่ดี สดชื่น เย็นสบาย เหมาะกับการพักผ่อน ชุมชนนี้มีกิจกรรมที่น่าสนใจให้ทำ เช่น กิจกรรมการทำยาเหมี้ยง การเดินชมศึกษาเส้นทางธรรมชาติ การทำหมอนใบชา การเรียนรู้การหมักใบเหมี้ยง 2. อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน มีกิจกรรมการนวดแผนไทย การแช่ออนเซน การแช่เท้าในน้ำแร่ธรรมชาติ เพื่อให้สบายตัวและช่วยในการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่าง ๆ กิจกรรมการดำผิวน้ำแร่ธรรมชาติซึ่งเป็นกิจกรรมสนุก ๆ และน่าตื่นเต้นและไปที่เราดำนั้นสามารถนำมารับประทานได้อีกด้วย 3. ลักษณะแหล่งท่องเที่ยวแบบการเข้าวัดซึ่งเป็นการทำให้เราได้มีสุขภาพจิตที่ดี ได้สงบจิตใจ นอกจากนี้เรามีภายนอกที่ดีแล้วเรายังต้องมีภายในที่ดีอีกด้วย

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางที่คาดหวังอันดับแรก คือ บรรยากาศที่เป็นธรรมชาติ อากาศบริสุทธิ์ ซึ่งจะทำให้ร่างกายมีความสดใสและสดชื่น อันดับที่สอง คือ แหล่งท่องเที่ยวที่มีความสวยงาม เนื่องจากการท่องเที่ยวนั้น นักท่องเที่ยวมีความตั้งใจที่จะไปในสถานที่ที่มีความสวยงาม เหมาะกับการถ่ายรูปเก็บไว้เป็นความทรงจำ เมื่อพบเจอสถานที่ที่สวยงามแล้วย่อมส่งผลให้จิตใจมีความเบิกบานมากยิ่งขึ้น อันดับที่สาม คือ อาหารและเครื่องดื่มซึ่งอาหารและเครื่องดื่มเป็นสิ่งที่ไม่ได้เลยในการเดินทางไปเที่ยวในสถานที่ต่าง ๆ อาหารเฉพาะถิ่นหรืออาหารที่ดีต่อสุขภาพย่อมเป็นสิ่งจูงใจนักท่องเที่ยวได้เป็นอย่างมาก อันดับสี่ คือ กิจกรรมระหว่างการท่องเที่ยว คือ การเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ ในแหล่งท่องเที่ยว หรือทำกิจกรรมที่ได้เตรียมเอาไว้สำหรับนักท่องเที่ยว เช่น การเดินชมธรรมชาติ การทำของที่ระลึก การทำกิจกรรมร่วมกับชุมชน จากนั้นเมื่อทำกิจกรรมต่าง ๆ ไปแล้ว ก็ต้องมีกิจกรรมนวดผ่อนคลายความเมื่อยล้า

ซึ่งจะทำให้นักท่องเที่ยวได้รู้สึกถึงความสบาย คลายจากความเหนื่อยล้าในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้ อันดับที่ทำ ของที่ระลึกหรือของฝากเป็นสิ่งสุดท้ายที่ขาดไม่ได้สำหรับการท่องเที่ยว เมื่อนักท่องเที่ยว จะเดินทางกลับย่อมจะต้องซื้อของที่ระลึกหรือของฝากติดไม้ติดมือกลับไปฝากคนรู้จัก ซึ่งของที่ระลึก หรือของฝากที่ช่วยเรื่องสุขภาพจะทำให้นักท่องเที่ยวยิ่งสนใจมากขึ้น เช่น หมอนใบชาช่วยดับกลิ่น เป็นต้น

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แบบลำนานาของจังหวัดลำปางไว้ว่าเนื่องจากจังหวัดลำปางมีลักษณะเป็นจังหวัดเมืองรอง ไม่เป็นที่ ดึงดูดใจนักท่องเที่ยวเหมือนจังหวัดท่องเที่ยวหลัก ทำให้การคาดหวังที่มีต่อแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แบบลำนานาของจังหวัดลำปางควรมีลักษณะเรียบง่ายแบบชนบทตามจังหวัดเล็ก ๆ อากาศสดชื่น รวมทั้งมีสถานที่สำหรับออกกำลังกาย (วิ่งจ็อกกิ้ง เดินเล่น ปั่นจักรยาน) และมีแหล่งท่องเที่ยวทาง ธรรมชาติ (น้ำตก แม่น้ำ ภูเขา) เพื่อให้นักท่องเที่ยวมีสถานที่สำหรับเติมพลังให้ชีวิต นอกจากนี้มี สถานที่สำหรับนั่งสมาธิหรือเล่นโยคะ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้มีสถานที่สำหรับฝึกจิตให้เกิดความสงบ ทางใจ

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แบบลำนานาของจังหวัดลำปางไว้ว่า แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพควรจัดให้มีการให้ความรู้เชิงสุขภาพ การอธิบายขั้นตอนวิธีการเพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ เช่น การทำสมุนไพรจากพืชผักพื้นบ้านที่ สามารถนำมาเป็นวัตถุดิบสำหรับการทำเครื่องดื่มบำรุงสุขภาพแบบง่าย ๆ การทำหมอนใบชาเพื่อ สุขภาพของชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง เพราะจะได้นำไปเผยแพร่ความรู้ให้กับคนอื่น ๆ และยังทำให้แหล่ง ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบลำนานาของจังหวัดลำปางได้เป็นที่รู้จักมากขึ้น

ข้อมูลด้านอาหารการกินแบบลำนานาของจังหวัดลำปางที่เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ

ดังคำสัมภาษณ์พบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้ข้อมูลให้ข้อมูลไว้ว่า ชาวลำนานานิยมรับประทานพืชที่ขึ้นเอง ตามธรรมชาติอาจจะเป็ผักป่า หรือว่าผักข้างรั้ว และต้องเป็นอาหารที่รับประทานเข้าไปมีประโยชน์ ต่อร่างกายโดยการเพิ่มอาหารผักและผลไม้สดเกลือลดน้ำตาลลดไขมันยกตัวอย่างร้านอาหาร คือ ร้านเสปียงลำปาง เป็นร้านอาหารเนื้อแท้ ๆ อร่อย ๆ เสิร์ฟให้ลูกค้า เมนูแนะนำคือ แกงแคไก่ ผัดผัก รวมมิตร ใส่อั่ว น้ำพริกหนุ่ม น้ำพริกอ่อน ขาหมูเสปียง เป็นต้น

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของอาหารการกินแบบลำนานาของ จังหวัดลำปางเป็นอาหารพื้นเมืองที่ไม่ลักษณะที่มันจนเกินไป มีรสชาติที่ดี มีสารอาหารที่ครบ 5 หมู่ มีผักเป็นส่วนประกอบ เช่น ยำเหมี้ยง เป็นอาหารของชุมชนป่าเหมี้ยง ซึ่งเหมี้ยงทางชุมชนก็ทำการ ปลูกเองด้วย ข้าวซอยร้านข้าวซอยโอบมาเป็นอาหารพื้นเมืองที่มีกลิ่นเครื่องเทศแต่มีความมันของกะทิ สามารถกำจัดออกจากร่างกายด้วยกิจกรรมการออกกำลังกาย

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของอาหารการกินแบบลำนานาของ จังหวัดลำปางไว้ว่า ถ้าพูดถึงอาหารแบบลำนานา คงต้องคิดถึงข้าวซอยเป็นอย่างแรกซึ่งข้าวซอยเป็น อาหารประจำถิ่นของลำนานา โดยแต่ละจังหวัดของภาคเหนือจะมีรสชาติและวิธีการปรุงข้าวซอย ก็มีความแตกต่างกันเล็กน้อย อย่างที่สอง คือ แกงฮังเล ซึ่งแกงฮังเลเองก็มีความแตกต่างกันในแต่ละ จังหวัด รับประทานคู่กับแคบหมู เมื่อกินของอร่อย รสชาติถูกปากไปแล้ว ก็ต้องมีอาหารเพื่อ สุขภาพบ้าง เช่น อาหารที่ปรุงด้วยผักสดในท้องถิ่น หรือเครื่องเทศในท้องถิ่นนั้น ๆ เช่น ใบเหมี้ยง

(ใบชา) ที่มาทำเป็นยาใบเหมี้ยงสด หรือใบเหมี้ยงหมักทานเป็นกับแกล้ม ใส่อั่วใบเหมี้ยง ผัดผักสดตามฤดูกาล (ผักสดจากโครงการหลวง) น้ำพริกหนุ่มทานคู่กับผักสด บางมื้ออาจจะเป็นอาหารทั่วไป แต่เน้นอาหารที่ปรุงจากผักสด เช่น ยำผักกูด ผัดผักรวมมิตร ไก่ทอดเกลือ ต้มยำน้ำใส เป็นต้น หรือเสต็กและสลัดผักผลไม้สด ๆ

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของอาหารการกินแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าอยากให้งดความเป็นอาหารล้านนา เพราะสิ่งนี้คือเอกลักษณ์ของอาหารเหนือ ซึ่งนักท่องเที่ยวมีความคาดหวังให้มีผักที่มีสารอาหารหลากหลาย เช่น บร็อคโคลี่ต้ม ปืทุทต้ม ผักตำลึงลวก และข้าวเหนียวที่มีสารอาหาร เช่น ข้าวเหนียวกลิ้ง ข้าวเหนียวไรซ์เบอร์รี่ ส่วนเครื่องดื่มควรมีส่วนประกอบของสมุนไพรท้องถิ่น เช่น น้ำเสาวรส

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของอาหารการกินแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าเป็นอาหารพื้นเมืองล้านนาที่มีรสชาติดี ถูกปาก และต้องเป็นอาหารเพื่อสุขภาพของท้องถิ่นนั้น ๆ ที่ชาวบ้านจัดทำขึ้นมา ซึ่งจะต้องเป็นอาหารที่คนท้องถิ่นสามารถนำมาปลูกและนำมาทำกินเองได้ เช่น นำใบเหมี้ยง ผักลวก น้ำพริก เป็นต้น หรือถ้าเป็นอาหารพื้นเมืองล้านนาที่ตามร้านอาหาร ก็จะต้องเป็นอาหารที่ปลูกพืชผักผลไม้แบบอินทรีย์ไม่ใช่สารเคมี

ข้อมูลด้านของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพคือ ลูกประคบ หมอนสมุนไพร กระเป๋า เป็นต้น

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพคือ ชาอัสสัม หรือ ใบเหมี้ยงเป็นผลิตภัณฑ์ของชาวบ้านในชุมชนป่าเหมี้ยงที่ปลูกต้นชาและเป็นที่ปลูกชาอัสสัมที่แรกของไทย และผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรต่าง ๆ เช่น ตรีผลา ยาสมุนไพรต่าง ๆ ลูกประคบ

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไว้ว่า ของที่ระลึกที่เป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดลำปาง คงจะเป็นชามตราไก่ที่มีชื่อเสียง ปัจจุบันมีการนำมาออกแบบเป็นภาชนะต่างๆ ด้วย และยังมีลายร่มม้าเมืองลำปางเพิ่มด้วย ส่วนที่บ้านป่าเหมี้ยงก็มีหมอนใบชา ซึ่งเป็นหมอนที่ยัดไส้ด้วยใบชาดกแห้งเมื่อนำไปหนุนนอนแล้วจะได้กลิ่นหอมของใบชา ทำให้รู้สึกผ่อนคลายได้อีกด้วย และมีกิจกรรมทำของที่ระลึกหมอนใบชาจิว ซึ่งนักท่องเที่ยวที่ไปเที่ยวจะได้ทำหมอนใบชาด้วยตนเอง แถมได้หมอนกลับไปเป็นของที่ระลึกอีกด้วย

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไว้ว่า ความคาดหวังของนักท่องเที่ยวซึ่งของระลึกควรผลิตและใช้วัตถุดิบที่เป็นพืชผลทางการเกษตรและสมุนไพรท้องถิ่น และของที่ระลึกที่สามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ ปัจจุบันคนไทยจำนวนมากหันมาใส่ใจสุขภาพมากขึ้น หากของที่ระลึกที่ช่วยให้สุขภาพดีขึ้นทั้งร่างกายและจิตใจ เช่น ครีมพอกหน้า ยาสมุนไพร (เพราะการที่สุขภาพร่างกายดี ย่อมส่งผลต่อจิตใจ) อาจสร้างรายได้เสริมอีกทางให้กับคนท้องถิ่นได้

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้รายละเอียดของของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไว้ว่าควรเป็นงานฝีมือของชาวบ้านตามชุมชนต่าง ๆ ซึ่งนำมาตัดเย็บเป็นทั้งกระเป๋า หมวก สายรัดผม กำไล เข็มขัด ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถหาซื้อได้ตามถนนคนเดินในจังหวัดนั้น ของที่ระลึกควรมีประโยชน์และสามารถนำมาใช้สอยได้ตามความต้องการ หรือจะเป็นเซรามิก เครื่องปั้นดินเผาแบบเคลือบที่เป็นของที่ระลึกขึ้นชื่อของจังหวัดลำปางแสดงความเป็นล้านนา เช่น ถ้วย ชาม แก้ว เป็นต้น

ข้อมูลด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางจะเป็นลักษณะเดินทางเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ที่ตัวเองชอบ เพื่อมาทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น การนวด อบ ประคบสมุนไพร การท่องเที่ยวในลักษณะนี้ช่วยส่งเสริมให้ร่างกายของ นักท่องเที่ยวรู้สึกผ่อนคลาย ส่งผลให้มีสุขภาพจิตที่ดีและแข็งแรง

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางจะเป็นการได้พักผ่อนแบบภูมิปัญญาชาวบ้าน เช่น การนวด โดยนำสมุนไพรของทางชุมชนมาใช้ การชมการแสดงพื้นเมืองของชุมชน และการได้รับประทานอาหารที่มีสารอาหารที่ครบ 5 หมู่และเน้นอาหารพื้นเมือง

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางจะเป็นอย่างที่กล่าวไปข้างต้น การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางนั้น ต้องเริ่มจากสถานที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ซึ่งภาคเหนือขึ้นชื่อเรื่องธรรมชาติ และอากาศที่ดีอยู่แล้ว ซึ่งลำปางเองก็มีน้ำพุร้อนแจ้ซ้อน ซึ่งถ้าได้ไปแช่น้ำพุร้อนด้วยแล้วก็จะยิ่งช่วยให้รู้สึกผ่อนคลายเพิ่มได้อีก จากนั้นรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ ปรุงรสดี ๆ ด้วยผัก ผลไม้ในท้องถิ่น และอาหารที่เป็นเอกลักษณ์ของจังหวัดลำปาง มีการเข้าวัดไหว้พระ ทำบุญ จากนั้นมีการทำกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อเป็นการออกกำลังกาย และผ่อนคลาย เช่น การเดินป่า ศึกษาธรรมชาติ การเก็บใบเหมี้ยง การคั่วกาแฟ เป็นต้น จากนั้นมีกิจกรรมนวดเพื่อความผ่อนคลายให้หายจากความเมื่อยล้าจากกิจกรรมต่าง ๆ ได้ พักผ่อนในที่พักริมอากาศบริสุทธิ์ที่ตื่นมาพร้อมกับความสดชื่น สุขกายสุขใจ ก็ถือว่าเป็นการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพแล้ว

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางจะเป็น การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมีจุดมุ่งหมายเพื่อส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ แต่พอเป็นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปาง โดยนักท่องเที่ยวมีความคาดหวังให้แหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ในโปรแกรมท่องเที่ยวเป็นสถานที่ที่เงียบสงบ มีพื้นที่ออกกำลังกาย มีแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่ติดใจและรู้สึกสดชื่นเวลาเที่ยวชม รวมทั้งนำเอาพืชผลการเกษตรและสมุนไพรท้องถิ่นมาใช้ในการประกอบอาหาร (ยาใบเหมี้ยง) เครื่องดื่ม (ชาใบเหมี้ยง) ของฝาก (หมอนใบเหมี้ยง) และจัดกิจกรรมท่องเที่ยว (นวดประคบสมุนไพร) เนื่องจากคนล้านนาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางจะเป็นเส้นทางทางท่องเที่ยวตามชุมชนที่เขามีกิจการจัดตั้งศูนย์

การเรียนรู้เพื่อสุขภาพ หรือเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่นอกจากสถานที่ที่มีความสวยงามแล้วก็อยากให้นักท่องเที่ยวได้มองเห็นประโยชน์จากการท่องเที่ยวในสถานที่นั้น ๆ ไม่ใช่แค่เพื่อชมความสวยงามเพียงอย่างเดียว แต่เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้เรื่องสุขภาพ และได้เรียนรู้ขั้นตอนในการทำสมุนไพรหรืออาหารเพื่อสุขภาพแบบล้านนาด้วย เช่น การนวด การทำสปา การทำอาหารเพื่อสุขภาพ การทำหมอนใบชา เพื่อให้การท่องเที่ยวนี้รู้สึกสบาย ผ่อนคลาย และสามารถทำให้นักท่องนำกลับไปใช้ประโยชน์ได้

ข้อมูลด้านกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติได้จริงและได้ผลตอบแทนกลับมามีอย่างดี เช่น การนวดแผนไทย เป็นการนวดเพื่อให้อวัยวะรู้สึกผ่อนคลาย การนวดเท้า การประคบสมุนไพร การบริการการแช่น้ำพุร้อนเพื่อคลายกล้ามเนื้อ การทำอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ การนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารเครื่องดื่มที่ให้ประโยชน์แก่ร่างกาย

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นกิจกรรมที่ไม่หนักมาก กิจกรรมที่ได้เดินได้ขยับร่างกาย กิจกรรมที่ได้พักผ่อนรับสิ่งดี ๆ เช่น บ้านป่าเหมี้ยงที่นักท่องเที่ยวสามารถเดินออกกำลังกายชมบริเวณรอบ ๆ ชุมชนและ ได้สัมผัสกับอากาศและบรรยากาศที่ดี กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้ผ่อนคลายร่างกายที่ใช้มาทั้งปี เช่น การนวดแผนไทยคลายปวดเมื่อย การแช่ออนเซนแบบธรรมชาติเพื่อการปรับสมดุลร่างกายให้เลือดไหลเวียนดี และการการรับประทานอาหารแบบอแกนิก ผักสด ๆ ปลอดภัยพิช การรับเอาสิ่งดี ๆ เข้าร่างกาย แบบสุขภาพที่ดีเริ่มได้ด้วยการกิน

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่คาดหวังไว้คือการไปเที่ยวในสถานที่ที่มีธรรมชาติ อากาศบริสุทธิ์ เข้าวัดไหว้พระทำบุญให้จิตใจเบิกบาน จากนั้นทำกิจกรรมร่วมกับชุมชนบ้าง มีการนวดผ่อนคลาย ใช้เวลาแบบเรื่อย ๆ ไม่ต้องเร่งรีบมาก จะทำให้ร่างกายและจิตใจรู้สึกดี มีความสุขจากการท่องเที่ยวมากขึ้น

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่คาดหวังไว้คือกิจกรรมที่ช่วยส่งเสริมให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลาย และทำให้มีสุขภาพจิตดี เช่น การนวดประคบสมุนไพร การเดินเล่นเที่ยวชมสถานที่ท่องเที่ยวที่เงียบสงบ (น้ำตก รอบชุมชน เนินเขา) นอกจากนั้น การเรียนทำอาหารและเครื่องดื่มสุขภาพ เพื่อให้นักท่องเที่ยวรู้สึกผ่อนคลายในขณะที่เรียนทำอาหาร

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่คาดหวังไว้คือการได้ร่วมทำกิจกรรมกับชุมชนในการทำสมุนไพรเพื่อสุขภาพ เช่นการไปเก็บสมุนไพร หรือจะเป็นการเดินทางไปเรียนรู้เรื่องพืชสมุนไพรของชุมชนนั้น ๆ การปั่นจักรยานชมเมืองสัมผัสกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ซึ่งนอกจากเราจะได้ใช้ประโยชน์จากสมุนไพรแล้วยังได้ออกกำลังกายไปด้วย หรือจะเป็นการเรียนรู้วิถีชีวิตของชุมชนและได้ลงมือทำร่วมกับชาวบ้านด้วย ไม่ว่าจะเป็นการปลูกพืช ผักสมุนไพร การเก็บ เรียนรู้วิธีการทำ รวมไปถึงการลงมือทำด้วย

ข้อมูลด้านที่พักการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ดั่งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นการพักผ่อนในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์ใกล้ชิดธรรมชาติ ยกตัวอย่างเช่น โฮมสเตย์ของชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง

จังหวัดลำปาง ลักษณะของโฮมสเตย์จะเป็นแบบเรียบง่าย อยู่ใกล้กับน้ำตกและธรรมชาติ ถูกปกคลุมไปด้วยต้นไม้ อากาศเย็นสบายเหมาะกับการพักผ่อนฟื้นฟูสุขภาพร่างกายและจิตใจ

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักรถท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องมีความสะอาด ไม่ว่าจะเป็นห้องนอน ห้องรับแขก หรือห้องน้ำ มีเครื่องอำนวยความสะดวก เช่น ไฟฟ้า ครูว์ที่มีอุปกรณ์ครบและพร้อมใช้งาน ที่พักที่อยู่ติดธรรมชาติ เช่น ติดลำธารหรือน้ำตก บรรยากาศบริเวณที่พักรถต้องมีบรรยากาศดีและไม่มีเสียงรบกวน

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักรถท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นที่พักแบบโฮมสเตย์หรือที่พักที่อยู่ติดกับธรรมชาติและกลมกลืนกับธรรมชาติ ทำให้เราได้สัมผัสความเป็นธรรมชาติมาก ๆ และเป็นแบบโอเพ่นแอร์ เพื่อให้ได้รับอากาศบริสุทธิ์ตลอดเวลา

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักรถท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นที่พักที่มีพื้นที่สำหรับเดินเล่นหรือออกกำลังกาย และมีห้องอาหารที่มีอาหารสุขภาพบริการ นอกจากนี้ ที่พักควรตั้งอยู่ในทำเลที่ไม่เปลี่ยว เพื่อนักท่องเที่ยวต้องการจะวิ่งจ็อกกิ้งหรือเดินเล่นรอบ ๆ บริเวณที่พักท้ายสุด ถ้าที่พักตั้งอยู่ใกล้กับแหล่งท่องเที่ยวที่สวยงาม จะเป็นบรรยากาศที่ติดใจใจของนักท่องเที่ยว เช่น โรงแรม NH Firenze เมืองฟลอเรนซ์ ประเทศอิตาลี ตั้งอยู่ใกล้กับแม่น้ำอาร์โน (ห่างจากโรงแรมประมาณ 100 เมตร) ซึ่งนักท่องเที่ยวสามารถวิ่งหรือเดินออกกำลังกายเลียบบแม่น้ำระยะทาง 1 กิโลเมตรกว่า ๆ และบรรยากาศตามเส้นทางจัดว่าสวยงามมาก

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักรถท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นที่พักที่มีโอกาสให้เป็นที่พักแบบโฮมสเตย์ของชาวบ้าน ที่ไม่ต้องเน้นความสะดวกสบายอะไรมาก แต่ต้องมีกิจกรรมเล็ก ๆ น้อย ๆ ให้เราได้ทำได้เรียนรู้ภายในที่พัก มีสวนของสวนภายในที่พัก ที่จะเป็น พืชผักสมุนไพร ที่ปลูก ให้เราได้เรียนรู้ไปด้วย หรือจะเป็นที่พักที่มีการทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพ เช่น การนวดสปาเพื่อสุขภาพ การทำเครื่องสำอางสมุนไพร อาหารเพื่อสุขภาพ เป็นต้น

ข้อมูลด้านโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาคือการเยี่ยมชมทัศนศึกษาการปฏิบัติงานของกลุ่ม ชมรม สมาคมและผู้สนใจสมุนไพรเพื่อการรักษาโรคและบำรุงร่างกายในชนบทต่างจังหวัดที่ยังอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและหมอบ้านโดยจัดให้มีการเยี่ยมชมสวนสมุนไพรในสถานที่จริงและรับฟังการบรรยายสรรพคุณ รวมทั้งการสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับชาวบ้านสมาชิกกลุ่มชมรมหรือสมาคมสมุนไพร หรือเยี่ยมชมแหล่งน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่ ที่มีอยู่ในหลายจังหวัดนั้น ๆ โดยมีการท่องเที่ยวและพักผ่อนหย่อนใจไปในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาคือการท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนร่างกายและจิตใจ มีกิจกรรมให้ออกกำลังกายแต่ไม่ได้หนักมากจนเกินไป เช่น เดินชมสถานที่ต่าง ๆ รอบบริเวณชุมชน มีอาหารพื้นเมืองและอาหารเน้นผักเพื่อสุขภาพ แต่ก็ต้องมีสารอาหารให้ครบ 5 หมู่ มีความปลอดภัยกับการเดินทางและสถานที่ที่ไป เช่น แมลงต่าง ๆ ที่สามารถทำให้เกิดการระคายเคืองผิวหรือเป็นแผลได้

ตั้งคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาคือเมื่อไปถึงเช้า รับประทานอาหารเช้าประจำถิ่นล้านนา เช่น ข้าวซอย เป็นต้น จากนั้นเดินทางไปยัง

แหล่งท่องเที่ยว ระหว่างทางแวะพักที่ร้านกาแฟสวย ๆ ธรรมชาติดี บรรยากาศสบาย ๆ ให้ได้ใช้คอน มีการเข้าวัดไหว้พระทำบุญให้จิตใจเบิกบาน พักรับประทานอาหารเที่ยงที่เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ประจุจากผักสด ๆ จากนั้นเมื่อถึงสถานที่ท่องเที่ยวแล้ว ก็เดินชมธรรมชาติรอบ ๆ ถ่ายรูปเก็บภาพความประทับใจ มีการทำกิจกรรมระหว่างวัน เช่นการทำของที่ระลึก หรือทำอาหารเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน จากนั้นให้พักผ่อนตามอัธยาศัย ถ้าใครชอบกิจกรรมนวดผ่อนคลายก็มีกิจกรรมจัดไว้ให้ ถ้าใครชอบเล่นน้ำตกก็ไปเล่นน้ำ อาหารเย็น เป็นหลักก็ได้ จากนั้นแยกย้ายพักผ่อนในที่พักตามอัธยาศัย

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาแบบที่ต้องการคือการจัดเส้นทางท่องเที่ยวที่ประกอบด้วยแหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรมที่หลากหลายตามเอกลักษณ์แบบล้านนา ไม่ว่าจะเป็นศิลปะ วิถีชีวิตความเป็นอยู่ อาหารการกิน และยังคงตามลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ นักท่องเที่ยวคาดหวังว่าเส้นทางท่องเที่ยวควรประกอบไปด้วย 1. วัดขนาดเล็กที่ยังมีศิลปะล้านนา เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เที่ยวชมศิลปกรรมล้านนาและได้มีสถานที่ที่เงียบสงบสำหรับนั่งสมาธิและสวดมนต์ 2. กิจกรรมนวดประคบที่มีสมุนไพรท้องถิ่นเป็นส่วนประกอบ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ประสบการณ์การนวดที่แตกต่างจากการนวดทั่วไป 3. กิจกรรมอบรมเชิงปฏิบัติการทำของที่ระลึกหรือของฝากที่ทำจากพืชผลท้องถิ่น เช่น หมอนซาเหมี้ยง 4. เนื่องจากคนล้านนาประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นหลัก ดังนั้น การจัดอาหารและเครื่องดื่มควรเลือกรายการอาหารที่ทำจากผลผลิตท้องถิ่นที่ดีต่อสุขภาพ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้บริโภคอาหารสุขภาพที่ดีต่อร่างกายและรู้สึกมีความสุขทางใจ 5. การแวะซื้อของฝากที่ร้านขายสมุนไพรท้องถิ่น เพื่อรักษารูปแบบของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแนวคิดและสร้างความแตกต่างจากโปรแกรมท่องเที่ยวทั่วไป 6. อยากให้เพิ่มเส้นทางท่องเที่ยวอื่น ๆ ในจังหวัดลำปาง ที่แตกต่างจากโปรแกรมท่องเที่ยวทั่วไป เพื่อให้นักท่องเที่ยวมีสถานที่สำหรับเดินเล่นผ่อนคลาย เพื่อให้จิตใจสดชื่น อย่างเช่น แหล่งท่องเที่ยวที่คนไทยไม่เคยคิดว่าจะเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้ เช่น สถานีรถไฟนครลำปาง ตลาดสด

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาแบบที่ต้องการคือจะต้องเป็นโปรแกรมที่มีสถานที่ท่องเที่ยวธรรมชาติเพื่อนสุขภาพ เช่น บ่อน้ำพุร้อนที่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน ชมรมส่งเสริมการท่องเที่ยวชุมชนบ้านไร่กองขิง แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาที่ชุมชนจัดตั้งขึ้น หรือจะเป็นการเดินทางชมสถาปัตยกรรมล้านนาในจังหวัดลำปาง ที่พักแบบโฮมสเตย์ของชุมชน การรับประทานอาหารพื้นบ้านล้านนาที่เป็นอาหารเพื่อสุขภาพ และการเลือกซื้อของฝากจากการกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่ได้ร่วมกันทำกับชุมชน

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง” ซึ่งสามารถสรุปผลการวิจัย ดังนี้

ตอนที่ 1 สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 2 การอภิปรายผลของการวิจัย

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

ตอนที่ 1 สรุปผลการวิจัย

สรุปผลการวิจัยเชิงคุณภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง

จากการศึกษาข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้ทำการค้นคว้าเอกสารสำคัญ หนังสืองานวิจัย และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว ชุมชนการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยวในพื้นที่ศึกษา 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน คณะผู้วิจัยสามารถสรุปรายละเอียดดังนี้

การศึกษาลักษณะการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางประกอบด้วยลักษณะ 4 แบบดังนี้ 1. การดูแลสุขภาพทางกาย 2. การดูแลสุขภาพทางใจ 3. การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน และ 4. การดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1. การดูแลสุขภาพทางกาย เนื่องจากชาวล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางมีการประกอบอาชีพเกษตรกรรมที่มีมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบันซึ่งสามารถสรุปได้จากข้อมูลเศรษฐกิจภาพรวมของจังหวัดลำปางปี พ.ศ. 2558 แสดงให้เห็นถึงผลผลิตภาคเกษตรกรรมขยายตัวเพิ่มขึ้นร้อยละ 34.1 จากการประกอบอาชีพเกษตรกรรมนี้ชาวลำปางจึงมักมีปัญหาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย ดังนั้นรูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายจึงเป็นการนวดซึ่งเป็นรูปแบบที่ปฏิบัติประจำในชีวิต ลักษณะการนวดจะไม่มีแบบแผนที่ชัดเจนแต่เกิดจากองค์ความรู้และภูมิปัญญาของบรรพบุรุษที่ถ่ายทอดกันมา ตัวอย่างรูปแบบการดูแลสุขภาพทางกายแบบล้านนา ได้แก่

1.1 การบีบนวดเมื่อมีอาการปวดเมื่อยตามร่างกายจากการทำงาน โดยจะให้สมาชิกในครอบครัวเป็นผู้บีบนวดโดยมีรูปแบบที่ไม่แน่นอน

1.2 การเข็ดแหก เป็นการรักษาอาการปวดเมื่อย เคล็ด ขัดยอกโดยหม้อพื้นบ้านจะใช้มีดแหก หรือบางทีจะใช้เขาควยสะเด็ดที่เกิดจากเขาที่ควายชนกันแล้วหักหรือเขี้ยวสัตว์ เช่น เขี้ยวหมูป่า เขี้ยวเสือ มาทำพิธีเสกคาถาแล้วใช้สับบริเวณที่มีอาการ ในการเข็ดแหกหม้อพื้นบ้านที่ทำ

การรักษาจะท่องเที่ยวอากาศที่ชื้นแฉะตลอดเวลาในลักษณะคล้ายจะเป็นการขับไล่อากาศ
ปวดเมื่อย

1.3 ย่ำขา เป็นวิธีการบำบัดรักษาอาการทางกายโดยจะใช้ในการรักษาอาการปวด
กล้ามเนื้อ เอ็น ปวดข้อ กระดูก อารการชา อัมพฤกษ์ อัมพาต โดยการใช้เท้าชุบน้ำยา (น้ำไพลหรือน้ำ
น้ำมันงา) ไปย่ำบนขาที่เผาไฟจนร้อนแดง แล้วจึงนำเท้าไปย่ำบนร่างกายหรืออวัยวะของผู้ป่วยโดยจะ
ท่องเที่ยวอากาศร่วมด้วย คำว่า ขาง คือ โลหะเหล็กผสมพลวงที่นำไปหล่อเป็นใบขาง (ใบไถ สำหรับไถนา)
หรือหม้อขาง (กะทะ)

1.4 ตอกเส้น เป็นภูมิปัญญาการรักษาแบบล้านนาที่ใช้รักษาโรคของระบบกระดูก
และกล้ามเนื้อ โดยใช้แก่นไม้มะขามเป็นอุปกรณ์ที่จะใช้ตอกไปตามอวัยวะภายนอกของร่างกายส่วนที่
จะทำการรักษา โดยตอกไปตามจุด เส้น เอ็นหรือกล้ามเนื้อ โดยมีการใช้คาถาร่วมด้วยคือคาถาขมขม
เทวดาเพื่อการประสูติสมุนไพรสำหรับใช้ทา ร่วมกับการรักษาและใช้คาถากำกับหัวข้อน (คาถาสลูป
หัวข้อน) ก่อนทำการรักษาเพื่อป้องกันไม่ไห้กล้ามเนื้อช้ำหรืออักเสบ สำหรับน้ำมันสมุนไพรที่ใช้มี
ส่วนประกอบของน้ำมันเลียงผา น้ำมันงา สนุนไพร กรวยป่า (สีเสื่อหลวง) พริกไทย-ใบกระวาน
กระดูกงูเหลือม เจตมูลเพลิงแดงและการบูร

1.5 การจับเส้น ใช้รักษาอาการปวดที่แขนและขาโดยใช้สมุนไพรมาประคบและจับ
เส้นเบา ๆ

1.6 การเป่า ใช้รักษาโรค เช่น งูสวัด โดยหมอบนบ้านจะมีคาถาเฉพาะอาการแต่ละ
โรคเมื่อเสกคาถาแล้ว มักจะมีการเสกน้ำมันต์เพื่อให้ผู้ใช้บริการนำน้ำไปทาบริเวณที่เป็นโรคหรือ
ใช้ตี

1.7 การเสกข้าวสาร ใช้รักษาแผลเรื้อรังโดยหมอบนบ้านจะใช้ข้าวสารข้าวจ้าวแช่น้ำ
หมอบนบ้านจะเคี้ยวข้าวสารแล้วพ่นหรือทาบริเวณที่เป็นแผล

1.8 การสับสาร สารเป็นก้อนไขมันที่อุดตันบริเวณผิวหนังตามความเชื่อของคนใน
พื้นที่มักจะให้หมอบนบ้านเป็นคนรักษา โดยการใช้มีดที่ลงอาคมกรีดเอาไขมันออกและใช้ปูนขาว
ที่ใช้เคี้ยวกับหมากช่วยห้ามเลือด

2. การดูแลสุขภาพจิต เป็นกระบวนการที่ทำให้กำลังใจหรือบรรเทาอาการวิตกกังวลที่
แอบแฝงอยู่ในรูปแบบพิธีกรรมหรือสัญลักษณ์ ทั้งนี้กระบวนการปฏิบัติมักเกี่ยวข้องกับสิ่งเหนือ
ธรรมชาติ (ผี) โดยผู้คนส่วนใหญ่ต้องถือปฏิบัติอย่างเคร่งครัด ดังเช่น

2.1 การฮ้องขวัญ หรือการสู่ขวัญ เป็นการเรียกขวัญที่ออกจากร่างไปให้กลับมาสู่ร่าง
โดยมีการตรวจสอบว่าขวัญเข้าสู่ร่างกายครบถ้วนหรือไม่ด้วยการนับเมล็ดข้าว (เลขคู่หรือเลขคี่)
เมื่อขวัญเข้าสู่ร่างกายเรียบร้อยแล้วจึงทำพิธีสู่ขวัญ ซึ่งชาวล้านนาเชื่อว่าคนที่ขวัญอยู่ครบจะเป็นคนที่
ขวัญดีและสุขภาพจิตสมบูรณ์

2.2 กินอ้อพญา กินอ้อหรืออ้อพะหลญา เป็นพิธีกรรมอย่างหนึ่งที่ใช้ปล้องอ้อเป็น
ภาชนะใส่น้ำผึ้งเสกด้วยคาถาแล้วตี โดยชาวล้านนาเชื่อว่าผู้ที่ตีตีจะเป็นผู้ที่มีสติปัญญาดี เฉลียวฉลาด
มีความจำดี รวมถึงการมีวาทศิลป์และมีเสน่ห์ในการแสดง ซึ่งการเสกอ้อชาวล้านนาจะเลือกวันที่เป็น
มงคลซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นวันพระญานวัน หรือวันเถลิงศกในช่วงสงกรานต์

2.3 การส่งเคราะห์ จะใช้รักษาผู้ที่ประสบอุบัติเหตุหรือการเจ็บป่วยที่เกิดขึ้นโดยไม่ทราบสาเหตุมาก่อน หมอพื้นบ้านจะทำกระทงสี่เหลี่ยมจตุรัสข้างในใส่แกงส้ม แกงหวาน แล้วนำดินเหนียวมาปั้นเป็นรูปคนและสัตว์ทำพิธีโดยบริกรรมคาถาเสร็จแล้วนำไปวางไว้หน้าผู้ป่วย

2.4 การสืบชะตา พิธีนี้จะทำขึ้นเพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้ป่วยให้กลับคืนสู่สภาพปกติและเพื่อเป็นสิริมงคล ขับไล่สิ่งชั่วร้ายให้ผ่านพ้นไป การประกอบพิธีสืบชะตานั้นต้องทำกันตอนเช้าถึงเที่ยงวันเท่านั้น ผู้ที่จะสืบชะตาจะเป็นผู้กำหนดวันประกอบพิธี เมื่อถึงวันประกอบพิธีจะนิมนต์พระสงฆ์มารูปเดียวหรือสี่รูปก็ได้แต่ไม่เกินห้ารูป

2.5 การเลี้ยงผี หรือในภาษาล้านนาเรียกว่าสะลุ่มสะลุ่ม ทำโดยใครก็ได้ แต่ส่วนใหญ่จะให้ผู้เฒ่าผู้แก่ในครอบครัวเป็นผู้ทำพิธี โดยจะนำของเลี้ยงไปเลี้ยงผี ณ บริเวณที่มีผีสิงสถิตอยู่

3. การดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรพื้นบ้าน การใช้สมุนไพรพื้นบ้านเป็นการถ่ายทอดสูตรยาสมุนไพรพื้นบ้านจากบรรพบุรุษ โดยรูปแบบของสมุนไพรที่จะหาได้ตามท้องถิ่นโดยนำมาปรุงเป็นยา (ตำรับ) การปรุงยาเป็นการเอาตัวยาออกจากไม้ยา ซึ่งสารที่ใช้สกัดตัวยาที่นิยมใช้ ได้แก่ น้ำและเหล้าพื้นบ้าน

3.1 ยาต้ม เป็นการสกัดยาให้ออกจากไม้ยาด้วยน้ำร้อนเป็นวิธีที่นิยมใช้มากที่สุดส่วนใหญ่จะใช้ต้มกับส่วนของต้นไม้นื้อแน่นแข็ง เช่น ลำต้น ราก เปลือกไม้ ซึ่งต้องใช้การต้มจึงจะมีตัวยาออกมา ข้อดีของการต้มคือสะอาดและปลอดภัยจากเชื้อโรค

3.2 ยาขง เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำร้อน ใช้กับส่วนของต้นไม้ที่บอบบางอ่อนนุ่ม เช่น ใบ ดอก ที่ไม่ต้องการโดนน้ำเดือดนาน ๆ ตัวยาที่ออกมาได้ วิธีการขงให้เอายาใส่แก้วเติมน้ำร้อนจัดลงไป ปิดฝา ปล่อยให้เย็นให้ตัวยาออกมาเต็มที่

3.3 ยาน้ำมัน เป็นการสกัดตัวยาดด้วยน้ำมันแต่ไม่นิยมปรุงใช้กันเนื่องจากตัวยาเหนียว

3.4 ยาตองเหล้า เป็นการสกัดตัวยาดด้วยเหล้าจะมีกลิ่นแรง หากรับประทานบ่อยอาจทำให้ติดเหล้า

3.5 ยาตำคั้นเอาน้ำ เป็นการนำสมุนไพรมาตำให้ละเอียดและคั้นเอาแต่น้ำออกมามากใช้กับส่วนของต้นไม้ที่มีน้ำมากอ่อนนุ่ม ทำให้เหล่ง่าย เช่น ใบ หัว เหง้า ยาประเภทนี้รับประทานมากไม่ได้เช่นกัน เพราะยาที่ได้จะมีกลิ่นและรสชาติรุนแรง ตัวยาจะเข้มข้นมาก

3.6 ยาผง เป็นการนำสมุนไพรพื้นบ้านไปอบหรือตากแห้งแล้วบดให้เป็นผง ยายังเป็นผงละเอียดมากก็ยังมีสรรพคุณดีขึ้น เพราะยาผงจะถูกดูดซึมเข้าสู่ลำไส้ได้ง่าย ทำให้ตัวยาเข้าสู่ร่างกายได้อย่างรวดเร็ว ส่วนผงยาชนิดใดที่รับประทานยากก็จะบดเป็นยาลูกกลอนโดยใช้น้ำข้าวหรือน้ำผึ้งเป็นตัวเชื่อมให้ตัวยาดูดกันเป็นเม็ด ส่วนใหญ่นิยมใช้น้ำผึ้งเพราะสามารถเก็บไว้ได้นานไม่ขึ้นรา

3.7 ยาฝน เป็นวิธีที่หมอพื้นบ้านนิยมใช้มาก วิธีฝนคือหาพาชนะใส่น้ำสะอาดประมาณครึ่งหนึ่ง แล้วนำหินลับมีดเล็ก ๆ จุ่มลงไปให้หินโผล่เหนือน้ำเล็กน้อย ฝนจนให้ยาเป็นสีขุ่นขึ้นเล็กน้อย ต้มครั้งละ 1 แก้ว

4. การดูแลสุขภาพโดยอาหารพื้นบ้าน เป็นการนำองค์ความรู้ในการประกอบอาหารจากบรรพบุรุษ เช่น แกง นึ่ง ต้ม ย่าง ยำ อ้อก แอ็บ มีวิธีการประกอบอาหารอย่างง่ายโดยใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหารที่หาได้ในท้องถิ่นตามฤดูกาล

การจัดทำเส้นทางท่องเที่ยว กิจกรรมทางการท่องเที่ยวและโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูป สำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่จังหวัดลำปาง

ผลการวิเคราะห์การพัฒนาเส้นทางทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง สามารถพัฒนาเป็นเส้นทางทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนที่ให้มีกิจกรรมของชุมชนสอดแทรกการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา สามารถสรุปได้เป็นเส้นทางทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางได้ต่อไปนี้

เส้นทาง การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพเพื่อการเรียนรู้และสัมผัสวิถีชีวิตล้านนาและวิถีชีวิตชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง (โปรแกรมทัวร์ 2 วัน 1 คืน)

วันที่ 1 สุขภาพดีกับกิจกรรมท่ามกลางธรรมชาติ ณ บ้านป่าเหมี้ยง

- 08.30 น. ออกจากจากสนามบินลำปางเพื่อรับประทานอาหารเช้าแบบล้านนา ณ ร้านข้าวซอยโอมา จากนั้นพบกัน ณ จุดนัดหมายเพื่อออกเดินทางไปยังวัดปงสนุก เพื่อชมสถาปัตยกรรมล้านนาโดยการนำชมของมัคคุเทศก์ท้องถิ่น
- 09.30 น. ออกเดินทางมุ่งสู่บ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง ระหว่างทางแวะพักดื่มน้ำแร่ธรรมชาติ จิบกาแฟริมเขา ณ กรีนแมนเท่น
- 10.30 น. นำทุกท่านสู่บ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง สัมผัสและเรียนรู้วิถีชีวิตชุมชนบ้านป่าเหมี้ยงผ่านกิจกรรมการท่องเที่ยว อาทิ กิจกรรมการหมักใบเหมี้ยง กิจกรรมการทำอาหารพื้นเมือง กิจกรรมการทำหมอนเพื่อสุขภาพจากใบเหมี้ยง
- 12.00 น. รับประทานอาหารกลางวันเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ ณ บ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง อาหารเพื่อสุขภาพปรุงโดยชุมชน อาทิเช่น ใส่อั่วเห็ดหอม ยำใบเหมี้ยง แกงอ่อมไก่บ้าน น้ำพริกหนุ่ม ผักปลอดสารชุมชน
- 13.00 น. นำทุกท่านสู่บ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง สัมผัสธรรมชาติและเรียนรู้วิถีชีวิตชุมชนบ้านป่าเหมี้ยงด้วยกิจกรรมเดินศึกษา วัฒนธรรมและธรรมชาติ บ้านป่าเหมี้ยง แวะถ่ายรูปกับ street art ของชุมชนและแช่น้ำตกผ่อนคลาย ณ น้ำตกสองปานและชมธรรมชาติที่สะพานรักดอกเสี้ยว
- 15.00 น. พักผ่อนกับบรรยากาศนวดไทยสไตล์ล้านนา ณ โฮมสเตย์ชุมชนที่ตั้งอยู่ท่ามกลางแหล่งธรรมชาติและอากาศดีของบรรยากาศต้นเหมี้ยง (ต้นชา)
- 17.00 น. รับประทานอาหารเย็นเมนูอาหารเพื่อสุขภาพโดยชุมชน ณ บ้านป่าเหมี้ยง พร้อมการแสดงของชุมชน
- 19.00 น. พักผ่อนตามอัธยาศัยกับบรรยากาศโฮมสเตย์ชุมชน

วันที่ 2 วิถีล้านนาแบบเขลางค์นคร

- 05.00 น. ตื่นนอนพร้อมออกเดินทางไปชมพระอาทิตย์ขึ้น ณ กิวผืน
- 07.30 น. ทักทายชมและร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพ ณ อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน อาทิ กิจกรรมแช่น้ำแร่ธรรมชาติ กิจกรรมไข่ออนเซน กิจกรรมอาบน้ำแร่ธรรมชาติ และรับประทานอาหารเช้าเพื่อสุขภาพ
- 09.30 น. ออกเดินทางมุ่งสู่เมืองลำปาง แวะอุดหนุนร้านค้าชุมชน ณ ตลาดสดช่วงกอม อำเภอเมืองปาน นักท่องเที่ยวจะได้เลือกซื้อสินค้าพื้นเมือง เช่น ผักและผลไม้ตามฤดูกาล เห็ดป่า ข้าวตอย น้ำผึ้งป่า อาหารและขนมพื้นบ้านของชุมชน
- 11.00 น. มัคคุเทศก์ท้องถิ่นนำชมสถานีรถไฟนครลำปาง ซึ่งเป็นสถานีรถไฟสายเหนือแห่งแรกที่สร้างขึ้นเพื่อเปิดเส้นทางการเดินทางและเส้นทางขนส่งสินค้าสู่ภาคเหนือ
- 12.00 น. พักรับประทานอาหารสไตล์ล้านนา ณ ร้านเสปียงลำปาง
- 13.00 น. กิจกรรมส่งเสริมสุขภาพทางจิตใจกับการกราบนมัสกาลพระพุทธรูปปางมารวิชัยแบบล้านนาที่แกะสลักจากไม้สักพันปีทองคำ สร้างในปี พ.ศ. 2433 ณ วัดศรีชุม และเที่ยวชมวัดโบราณรูปแบบสถาปัตยกรรมแบบล้านนา ณ วัดศรีรองเมืองและวัดพระธาตุลำปางหลวง
- 15.00 น. กิจกรรมผ่อนคลายเพื่อส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนากับสปาเซรามิค ณ บ้านชุมชนบ้านศาลาบัวบก
- 17.00 น. เดินทางกลับกรุงเทพมหานคร

ตอนที่ 2 การอภิปรายผล

การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลจากการวิจัยเชิงคุณภาพที่ได้ทำการค้นคว้าเอกสารสำคัญ หนังสืองานวิจัย และการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยว ชุมชนการท่องเที่ยว และนักท่องเที่ยว ในพื้นที่ศึกษา 13 อำเภอ ซึ่งประกอบด้วย พื้นที่อำเภอเมืองลำปาง พื้นที่อำเภอแม่เมาะ พื้นที่อำเภอเกาะคา พื้นที่อำเภอเสริมงาม พื้นที่อำเภองาว พื้นที่อำเภอแจ้ห่ม พื้นที่อำเภอวังเหนือ พื้นที่อำเภอเถิน พื้นที่อำเภอแม่พริก พื้นที่อำเภอแม่ทะ พื้นที่อำเภอสบปราบ พื้นที่อำเภอห้างฉัตร และพื้นที่อำเภอเมืองปาน พบว่า ลักษณะการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปางที่จะเป็นดังต่อไปนี้

1. ความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางด้านภูมิศาสตร์

ดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ผู้ให้ข้อมูลให้ความสนใจลักษณะความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางคือ ลักษณะภูมิประเทศที่เป็นภูเขาสลับกับที่ราบสูง ป่าไม้ ต้นไม้ และดอกไม้เมืองหนาวที่มีความสวยงามเป็นอย่างมาก ซึ่งในจังหวัดลำปางก็มีสถานที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่เป็นอุทยานแห่งชาติที่เหมาะสมสำหรับการเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพจำนวน 8 แห่ง ได้แก่ อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน อุทยานแห่งชาติถ้ำผาไท อุทยานแห่งชาติแม่วะ อุทยานแห่งชาติดอยจาง อุทยาน

แห่งชาติเวียงโกศัย อุทยานแห่งชาติแม่ยม อุทยานแห่งชาติดอยขุนตาลอุทยานแห่งชาติดอยหลวง ซึ่งอุทยานแห่งชาติเหล่านี้เป็นแหล่งท่องเที่ยวสำคัญทางธรรมชาติของนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาเที่ยวในจังหวัดลำปาง นอกจากนี้จากการรายงานกรมทรัพยากรธรณี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (2549) พบว่า แหล่งน้ำพุร้อนในจังหวัดลำปางมี 7 แห่งแต่แหล่งน้ำพุร้อนที่มีศักยภาพเพื่อเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้นั้นมี 3 แห่งได้แก่ น้ำพุร้อนแจ้ซ้อน (อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน บ่อน้ำร้อนบ้านโป่งน้ำร้อน (อำเภอเกาะคา) โป่งน้ำร้อนบ้านโป่งน้ำร้อน (อำเภอเสริมงาม)

2. ความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางด้านภูมิอากาศ

นอกจากลักษณะภูมิประเทศที่เหมาะสมสำหรับการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแล้ว จังหวัดลำปางยังมีภูมิอากาศที่เหมาะสมสำหรับนักท่องเที่ยวที่จะเดินทางมาพักผ่อนในทุกฤดูกาล ทั้งฤดูร้อน ฤดูฝนและฤดูหนาว ดึงคำสัมภาษณ์ของชุมชนได้กล่าวไว้ว่า แหล่งน้ำพุร้อนแจ้ซ้อนและบ้านป่าเหมี้ยง ในช่วงฤดูหนาวจะมีดอกนางพญาเสือโคร่ง หรือซากุระเมืองไทยบานสะพรั่งเต็มหมู่บ้าน และมีดอกเสี้ยวสีขาวยานสะพรั่ง

3. ความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางด้านวัฒนธรรมอาหาร

อาหารก็เป็นส่วนประกอบหลักของการจัดการท่องเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งการท่องเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาจะขาดอาหารล้านนาไปไม่ได้ อาหารล้านนาของจังหวัดลำปางมีความโดดเด่นและมีเอกลักษณ์เฉพาะตัว เนื่องจากภาคเหนือเป็นที่ราบระหว่างภูเขา อากาศหนาวเย็น ทำให้มีพืชพรรณที่แตกต่างไปจากภาคอื่น ๆ เช่น มะเขือส้ม ดอกจั่ว พริกหนุ่ม มะแขว่น แหลบ และในบันทึกทางประวัติศาสตร์จังหวัดลำปางเคยมีการติดต่อและทำศึกกับล้านนาและประเทศพม่า ทำให้เกิดการถ่ายทอดทางวัฒนธรรมทางการประกอบอาหารจึงทำให้เกิดรายการอาหารล้านนาพื้นเมืองที่ได้รับความนิยมในปัจจุบันได้แก่ แกงฮังเล ขนมจีนน้ำเงี้ยว หรือขนมจีนน้ำมะเขือส้ม (ชาวไทยใหญ่ ชาวเงี้ยว) ข้าวซอย (ชาวจีนฮ่อ) ตลอดจนการได้รับการถ่ายทอดวัฒนธรรมการถนอมอาหารหลายชนิดที่ปัจจุบันเป็นที่แพร่หลาย เช่น การทำแคบหมู หนึ่งฟอง จิ้นส้มหรือแหนม ถั่วเน่า น้ำปู้ (น้ำปู) เป็นต้น นอกจากนี้วัฒนธรรมเรื่องการรับประทานอาหารของชาวลำปางก็ได้รับการถ่ายทอดและปฏิบัติกันมาถึงปัจจุบัน สิ่งที่แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนในเรื่องของการรับประทานอาหารคือการใช้โต๊ะข้าวที่เรียกว่าขันโตกแทนโต๊ะอาหาร ซึ่งสิ่งนี้แสดงให้เห็นถึงวัฒนธรรมการรับประทานอาหารที่งดงามของชาวล้านนาในจังหวัดลำปางที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจ โดยบนขันโตกจะประกอบด้วย ข้าวเหนียว แกงฮังเล ลาบคั่ว ใส่อั่ว แคบหมู จิ้นทอด (หมูทอด) น้ำพริกหนุ่มหรือน้ำพริกอ่อน ผักสด ผักต้ม ดังนั้นในการออกแบบเส้นทางท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางจำเป็นต้องมีวัฒนธรรมอาหารเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการท่องเที่ยว

4. ความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางด้านศิลปวัฒนธรรมล้านนา

จากการวิเคราะห์ข้อมูลงานวิจัยพบว่า ศิลปวัฒนธรรมล้านนาเป็นสิ่งที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจเป็นอย่างมาก หากนักท่องเที่ยวจะเดินทางมาเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพการได้ร่วมกิจกรรมเพื่อการเรียนรู้และสัมผัสกับวัฒนธรรมล้านนาเป็นสิ่งที่พวกเขาต้องการ เพราะจังหวัดลำปางมีความโดดเด่นทางด้านสถาปัตยกรรมโดยเฉพาะสิ่งปลูกสร้างทางศาสนา อาคารบ้านเรือน สถานีรถไฟเมืองลำปาง ตึกพาณิชย์ ยานพาหนะ (รถม้า) ที่มีความเป็นเอกลักษณ์ทางด้านศิลปวัฒนธรรมล้านนา ตัวอย่างเช่น สถาปัตยกรรมของวัดพระธาตุลำปางหลวง วัดศรีชุม วัดศรีรองเมือง และวัด

เฉลิมพระเกียรติพระจอมเกล้าราชานุสรณ์ ที่ได้รับอิทธิพลการออกแบบทางสถาปัตยกรรมมาจากประเทศพม่าและล้านนาในอดีต เป็นต้น

5. แหล่งท่องเที่ยวรูปแบบร้านค้ากาแฟและเครื่องดื่ม

ในปัจจุบันคนไทยให้ความสนใจในการดื่มเครื่องดื่มชาและกาแฟเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะร้านกาแฟสวย ๆ และรสชาติดีที่เป็นส่วนหนึ่งของจุดแวะพักสำหรับนักท่องเที่ยวที่ช่วยสร้างรายได้ให้ผู้ประกอบการท้องถิ่นที่ให้บริการธุรกิจประเภทเครื่องดื่มชา กาแฟ และของที่ระลึก การตกแต่งร้านที่มีความเป็นเอกลักษณ์และดึงดูดความสนใจนักท่องเที่ยวให้มาแวะถ่ายรูปและเช็คอินจากการลงพื้นที่วิจัยในครั้งนี้คณะผู้วิจัยได้รับข้อมูลการสัมภาษณ์จากเจ้าของธุรกิจร้านกาแฟของผู้ประกอบการท้องถิ่นที่ตั้งร้านบริการอยู่บริเวณพื้นที่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อนที่เป็นแหล่งน้ำแร่ของอำเภอเมืองปาน ซึ่งจุดนี้เป็นจุดแวะพักที่มีนักท่องเที่ยวให้ความสนใจ ประกอบกับบรรยากาศของธรรมชาติของทิวเขาและทุ่งหญ้าที่สวยงาม ชาและกาแฟที่รสชาติดี โดยผู้ประกอบการได้เลือกใช้กาแฟพันธุ์อาราบิก้าที่ปลูกในพื้นที่บริเวณอำเภอเมืองปานอีกด้วย

6. แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่าผู้ให้ข้อมูลได้อธิบายรายละเอียดของลักษณะแหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางไว้ว่าต้องเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติเพื่อการพักผ่อนและเรียนรู้วิถีรักษาสุขภาพพร้อมได้รับความเพลิดเพลินจากเรียนรู้ โดยการท่องเที่ยวลักษณะนี้ต้องมีชุมชนเข้ามามีส่วนร่วม ตัวอย่างแหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนา ได้แก่ ชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง อำเภอเมืองปาน จังหวัดลำปาง เป็นชุมชนท่องเที่ยวที่มีธรรมชาติโอปอล์มรอบชุมชนทำให้ผู้มาเยือนรู้สึกสดชื่นและเย็นสบาย เหมาะสำหรับการพักผ่อนของนักท่องเที่ยว ชุมชนนี้นิยมปลูกต้นเหมี้ยงหรือที่รู้จักคือต้นชาไว้รอบ ๆ บ้านและพื้นที่ภูเขา ทำให้ชุมชนมีกิจกรรมที่น่าสนใจที่เป็นวิถีชีวิตประจำวันของคนในชุมชน เช่น กิจกรรมการทำยาใบเหมี้ยง การทำหมอนใบชา การเรียนรู้การหมักใบเหมี้ยง และกิจกรรมการเดินชมศึกษาเส้นทางธรรมชาติ

นอกจากชุมชนป่าเหมี้ยงแล้ว จังหวัดลำปางยังมีแหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพดังคำสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อนเป็นอุทยานแห่งชาติที่มีทรัพยากรทางธรรมชาติที่เหมาะสมกับการท่องเที่ยวเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ธารน้ำร้อน แอ่งน้ำอุ่น บ่อน้ำพุร้อน โดยมีกิจกรรมเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ การนวดแผนไทย การแช่น้ำร้อนแบบออนเซน การแช่เท้าในธารน้ำแร่ธรรมชาติ เพื่อให้สบายตัวและช่วยในการผ่อนคลายกล้ามเนื้อต่าง ๆ กิจกรรมการต้มไข่ในน้ำแร่ธรรมชาติซึ่งเป็นที่นักท่องเที่ยวสามารถนำไปที่เรต้มมันมารับประทานได้

แหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพอีกลักษณะหนึ่งที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูลจากการสัมภาษณ์คือ แหล่งท่องเที่ยวประเภทศาสนสถานได้แก่ วัด เป็นสถานที่ที่มีความโดดเด่นทางด้านสถาปัตยกรรมแบบล้านนาที่งดงาม และนอกจากนี้วัดยังเป็นสถานที่ที่ทำให้นักท่องเที่ยวได้ผ่อนคลายทางจิตใจเมื่อเดินทางมาเยือน

7. ของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางและมีความเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ได้แก่ ผลิตภัณฑ์และงานฝีมือที่เกี่ยวข้องกับชุมชน เช่น ลูกประคบสมุนไพร หมอนใบชาสมุนไพร

กระเป่าผ้าพื้นเมือง ใบชาอัสสัมของบ้านป่าเหมี้ยง เครื่องปั้นดินเผาแบบเคลือบ ขามตราไก่ เซรามิก ผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรและสมุนไพรท้องถิ่น

8. ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถปฏิบัติได้จริงและได้ผลตอบรับกลับมาอย่างดี เช่น การนวดแบบล้านนาซึ่งเป็นการนวดเพื่อให้ร่างกายรู้สึกผ่อนคลาย การนวดเท้า การประคบสมุนไพร การบริการการแช่น้ำพุร้อนเพื่อคลายกล้ามเนื้อ การทำอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ การนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารเครื่องดื่มที่ให้ประโยชน์แก่ร่างกาย กิจกรรมการแช่น้ำแร่ออนเซนแบบธรรมชาติ และการรับประทานอาหารแบบอแกนิก ผักสดปลอดสารพิษ กิจกรรมการเดินป่าเส้นทางธรรมชาติ กิจกรรมการเข้าวัดไหว้พระทำบุญ กิจกรรมการเรียนทำอาหารและเครื่องดื่มสุขภาพ กิจกรรมการศึกษาและเก็บสมุนไพร

9. ลักษณะของที่พักรักษาการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนา

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของที่พักรักษาการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพจะต้องเป็นการพักผ่อนในที่ที่มีอากาศบริสุทธิ์และใกล้ชิดธรรมชาติ ยกตัวอย่างเช่น โฮมสเตย์ของชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง จังหวัดลำปาง ลักษณะของโฮมสเตย์จะเป็นแบบเรียบง่าย อยู่ใกล้กับน้ำตกและธรรมชาติ ถูกปกคลุมไปด้วยต้นไม้ อากาศเย็นสบายเหมาะกับการพักผ่อนฟื้นฟูสุขภาพร่างกายและจิตใจ

นอกจากนี้ที่พักจะต้องสะอาดและมีการเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับการพักผ่อนพื้นฐานไว้ด้วย เช่น ระบบไฟฟ้า ห้องครัวที่มีอุปกรณ์ครบและพร้อมใช้งาน และที่พักควรตั้งอยู่ในทำเลที่ไม่เปลี่ยว เพื่อนักท่องเที่ยวต้องการจะวิ่งหรือเดินออกกำลังกายบริเวณรอบที่พักได้

10. ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปาง

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาสามารถสรุปได้ดังนี้

10.1 โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่เน้นการดูแลสุขภาพด้วยสมุนไพรและการนวดประคบที่มีสมุนไพรท้องถิ่นเป็นส่วนประกอบ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้ประสบการณ์การนวดที่แตกต่างจากการนวดทั่วไป การทัศนศึกษาการปฏิบัติงานของกลุ่ม ชมรม สมาคมและผู้สนใจสมุนไพรเพื่อการศึกษาโรคและบำรุงร่างกายในพื้นที่ที่ยังอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและหมอบ้านไว้ เช่น กิจกรรมการเยี่ยมชมสวนสมุนไพรในสถานที่จริงและรับฟังการบรรยายสรรพคุณของสมุนไพร รวมทั้งการสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับสมาชิกกลุ่มชมรมหรือสมาคมสมุนไพร หรือการเที่ยวชมแหล่งน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่ที่มีอยู่ในหลายพื้นที่ หรือการท่องเที่ยวและพักผ่อนหย่อนใจไปในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ

10.2 ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่เน้นกิจกรรมการพักผ่อนร่างกายและจิตใจ โดยมีกิจกรรมการออกกำลังกายแต่ไม่ได้หนักมากจนเกินไป เช่น การเดินชมสถานที่ต่าง ๆ รอบบริเวณชุมชน การรับประทานอาหารเช้าพื้นเมืองและอาหารเพื่อสุขภาพ

10.3 ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวที่ประกอบด้วยกิจกรรมการเที่ยวชมวัดที่ยังคงมีศิลปะล้านนาปรากฏอยู่ เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้เที่ยวชมและศึกษาศิลปกรรมล้านนาและได้มีสถานที่ที่เงียบสงบสำหรับนั่งสมาธิและสวดมนต์

10.4 โปรแกรมการท่องเที่ยวแบบอบรมเชิงปฏิบัติการทำของที่ระลึกหรือของฝากที่ทำจากพืชผลท้องถิ่น เช่น หมอนชาเหมี้ยง และโปรแกรมการแวะซื้อของฝากที่ร้านขายสมุนไพรท้องถิ่น เพื่อรักษารูปแบบของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแนวคิดและสร้างความแตกต่างจากโปรแกรมท่องเที่ยวทั่วไป

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัย

ข้อเสนอแนะที่ได้จากการทำวิจัยเพื่อการนำไปสู่การจัดทำเส้นทางและกิจกรรมการท่องเที่ยวและโปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปสำหรับการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง สามารถอธิบายได้ดังต่อไปนี้

1. แหล่งท่องเที่ยว

1.1 แหล่งท่องเที่ยวควรมีระบบการคัดกรองนักท่องเที่ยวโดยคัดเลือกนักท่องเที่ยวที่มีคุณภาพให้เข้ามาท่องเที่ยวยังแหล่งท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพของจังหวัดลำปาง เช่น การตั้งราคาสินค้าการท่องเที่ยวและบริการให้มีราคาสูง การออกกฎหมายตลอดจนระเบียบข้อบังคับเป็นเกณฑ์การปฏิบัติสำหรับผู้ประกอบการ ชุมชน และนักท่องเที่ยว

1.2 การจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวเพื่อการป้องกันและรักษาระบบนิเวศทางแหล่งธรรมชาติและป้องกันการรบกวนวิถีชีวิตและวัฒนธรรมท้องถิ่นของแหล่งท่องเที่ยวบริเวณ เช่น พื้นที่ชุมชนบ้านป่าเหมี้ยง และพื้นที่อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อนจะต้องมีการจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวเพื่อป้องกันและรักษาทรัพยากรทางการท่องเที่ยว

2. หน่วยงานภาครัฐ

2.1 หน่วยงานภาครัฐควรลงพื้นที่เพื่อการรับฟังความคิดเห็นของผู้ประกอบการ ประชาชนท้องถิ่นและนักท่องเที่ยวเพื่อพัฒนาและบริหารจัดการพื้นที่ด้านสิ่งแวดล้อม เพื่อการป้องกันและรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและวัฒนธรรมให้ยั่งยืน เช่น การรักษาคุณภาพน้ำในพื้นที่ชุมชนการรักษาคุณภาพน้ำในอุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน มาตรการการกำจัดขยะและสิ่งปฏิกูลบริเวณแหล่งท่องเที่ยว

2.2 การออกกฎหมาย ระเบียบข้อบังคับเพื่อเป็นการควบคุมและป้องกันความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นกับ ระบบนิเวศวิทยา ทรัพยากรทางธรรมชาติและทรัพยากรทางวัฒนธรรมอันเป็นสินค้าทางการท่องเที่ยวที่สำคัญของจังหวัดลำปาง

2.3 การจำกัดจำนวนผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเพื่อลดปัญหาการแย่งส่วนแบ่งนักท่องเที่ยวและปัญหาความแออัดของผู้ประกอบการ

2.4 หน่วยงานภาครัฐต้องมีแผนในการบริหารจัดการให้สอดคล้องกับศักยภาพของทุกภาคส่วน รวมถึงสภาพปัญหาการสร้างร่วมมือกับประชาชนในพื้นที่โดยคำนึงถึงการใช้ประโยชน์จากการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมเป็นหลัก

3. หน่วยงานภาคเอกชน

3.1 การช่วยเหลือกันเกื้อกูลกันทางหน่วยงานภาคเอกชน หมายถึง ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวท้องถิ่น ชุมชน มัคคุเทศก์ท้องถิ่น จะช่วยให้การบริหารจัดการการท่องเที่ยวเกิดความยั่งยืน

3.2 การร่วมมือในการป้องกันการเอาเปรียบนักท่องเที่ยวโดยการประชาสัมพันธ์ช่องทางการร้องเรียนสำหรับนักท่องเที่ยวเพื่อรับเรื่องร้องเรียนและนำมาแก้ไข

3.3 การให้ความร่วมมือกับหน่วยงานของรัฐในการรณรงค์ให้เกิดความปลอดภัยในแหล่งท่องเที่ยวและความปลอดภัยแก่นักท่องเที่ยว

4. ชุมชนท้องถิ่น

4.1 การช่วยสอดส่องดูแลถึงพฤติกรรมนักท่องเที่ยวที่อาจก่อให้เกิดปัญหาด้านอาชญากรรมแก่ชุมชนท้องถิ่น

4.2 การให้ความร่วมมือกับหน่วยงานรัฐ หน่วยงานภาคเอกชน ในการบริหารจัดการการท่องเที่ยวโดยการเข้าร่วมประชุมเพื่อแสดงความคิดเห็น

4.3 การฟื้นฟูขนบธรรมเนียม ประเพณีวัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น การดูแลสุขภาพแบบล้านนาเพื่อการอนุรักษ์และการพัฒนาให้เป็นสิ่งดึงดูดใจทางการท่องเที่ยว

บรรณานุกรม

- กรมทรัพยากรธรณี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม. (2549). **ธรณีวิทยาและทรัพยากรธรณีจังหวัดลำปาง**. จำแนกเขตและแนวทางการบริหารจัดการ. กรมทรัพยากรธรณี กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม.
- กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2559). **การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโอกาสที่พลาดไม่ได้**. รายงานภาวะเศรษฐกิจการท่องเที่ยว. ฉบับที่ 3 มกราคม – มีนาคม. เข้าถึงเมื่อ 22 มีนาคม 2562. จาก: https://www.mots.go.th/ewt_dl_link.php?nid=7622
- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2560). **แผนยุทธศาสตร์การท่องเที่ยวโดยชุมชนอย่างยั่งยืน (CBT Thailand) พ.ศ. 2559-2563**. เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก: https://www.mots.go.th/old/ewt_dl_link.php?nid=9691
- กลุ่มงานการแพทย์พื้นบ้านไทย. (2546). **การแพทย์พื้นบ้านไทยภูมิปัญญาของแผ่นดิน**. กรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก. กระทรวงสาธารณสุข.
- กอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร. (2559). **กอบกาญจน์ผลักดันท่องเที่ยวเชิงสุขภาพตามกระแสโลกซึ่มีศักยภาพสร้างรายได้-เชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวชุมชน**. สำนักข่าวอินโฟเควสท์. เข้าถึงเมื่อ 22 มีนาคม 2562. จาก: <https://www.ryt9.com/s/iq03/2426765>
- กาญจนา แสงลิ่มสุวรรณและคณะ. (2556). **การท่องเที่ยวเชิงมรดกวัฒนธรรมอย่างยั่งยืน**. กรุงเทพฯ. กรุงเทพฯ
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2551). **สถานการณ์และการขับเคลื่อนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประเทศไทย**. จุลสารวิชาการท่องเที่ยว. ฉบับที่ 4/2551. เข้าถึงเมื่อ 22 มีนาคม 2562. จาก: <http://www.etatjournal.com/web/etat-journal/2008/32-2008-oct-dec/195-42551-editor>
- กรวรรณ สังขกร, จักรี เตชะวาริ และกาญจนา จีรัตน์. (2556). **ภูมิสังคมล้านนาในกระแสการพัฒนาสู่ประชาคมอาเซียน**. การประชุมสถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. 7 พฤษภาคม 2556
- กิตติศักดิ์ กลิ่นหมื่นไวย. (2559). **ศักยภาพและแนวทางการจัดการท่องเที่ยวชุมชนลำปางอำเภอเกาะคา จังหวัดลำปาง**. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ. สำนักวิชาสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย. ปีที่ 9 ฉบับที่ 2 (2016): พฤษภาคม-สิงหาคม 2559.
- ขวัญณา สุขครและคณะ. (2560). **การพัฒนายุทธศาสตร์การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงบูรณาการ: ตามแนวคิดลำปางเมืองที่ไม่หมุนตามกาลเวลา**. วารสารวิจัยสวนดุสิต. 13 (2). พฤษภาคม-สิงหาคม 2560
- โครงการสารานุกรมสำหรับเยาวชน (2558). **สารานุกรมไทยสำหรับเยาวชนฉบับเสริมการเรียนรู้ เล่ม 21**. โครงการสารานุกรมสำหรับเยาวชน. กรุงเทพฯ.
- ชูสิทธิ์ ชูชาติ และคณะ. (2544). **รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงนิเวศในเขตลุ่มน้ำแม่วาง**. เชียงใหม่: คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์. สถาบันราชภัฏเชียงใหม่.

- ณัฐพล วุฒิรักขจร. (2559). **ประเทศไทยกับการพัฒนาเป็น Medical Hub of Asia**. เข้าถึงเมื่อ 22 มีนาคม 2562. จาก: https://www.gsb.or.th/getattachment/54bb1785-2451-4fc4-b8664eb83da6dd4c/5IN_hotissue_Medicalhub_detail.aspx
- ฐิติมานันท์ พูนจันทร์. (2554). **ปัจจัยที่มีผลต่อนักท่องเที่ยวที่มาท่องเที่ยวเกาะพะงันจังหวัดสุราษฎร์ธานี**. คณะเศรษฐศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- นิพล เชื้อเมืองพาน และคณะ (2556). **การศึกษารูปแบบการมีส่วนร่วมของชุมชนเพื่อการพัฒนาการท่องเที่ยวโดยชุมชนแหล่งน้ำพุร้อนหนองหญ้าปล้อง จังหวัดเพชรบุรี**. การประชุมวิชาการและการนำเสนอผลงานวิชาการระดับชาติ UTTC Academic Day ครั้งที่ 2. เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก: http://eprints.utcc.ac.th/6095/1/proceeding_0085%20%E0%B8%99%E0%B8%B4%E0%B8%AD%E0%B8%AD%E0%B8%99.pdf
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2555). **การจัดการด้านการตลาด อุตสาหกรรมท่องเที่ยว**. นนทบุรี: เพ็رينซ์ข้าหลวงพรินต์ติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง
- ปัทิตตา ตันติเวชกุล. (2546). **โครงการศึกษาแนวทางการพัฒนาบริการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพ**. จุลสารการท่องเที่ยว. ปีที่ 22 ฉบับที่ 2 เมษายน – มิถุนายน.
- พรเทพ ศรีธนาธร. (2556). **นวัตกรรมการจัดการป่าชุมชนท้องถิ่นอย่างยั่งยืน: กลไกการจัดการการมีส่วนร่วมและความสำเร็จของชุมชนในการอนุรักษ์ป่าชุมชนห้วยแม่หิน จังหวัดลำปาง**. วารสารศรีนครินทร์วิโรฒวิจัยและพัฒนา. ปีที่ 5 ฉบับที่ 9 มกราคม-มิถุนายน 2556.
- วิภา ศรีระทุ. (2551). **ศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศในอำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์**. มหาวิทยาลัยศรีนครินทร์วิโรฒ. เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Eco_Pla_Man/Vipa_S.pdf
- วีรศักดิ์ ไคว้สุรัตน์ (2562). **ปี 61 ไทยกวาดรายได้ท่องเที่ยวติดเบอร์ 4 โลก**. เข้าถึงเมื่อวันที่ 19 มิถุนายน พ.ศ. 2562. <https://voicetv.co.th/read/B3S3lm0of>
- วุฒิชชาติ สุนทรสมัยและปิยะพร ธรรมชาติ. (2554). **รูปแบบการท่องเที่ยวชุมชนเชิงสุขภาพของจังหวัดปราจีนบุรีเพื่อการพัฒนาเครือข่ายวิสาหกิจชุมชนอย่างยั่งยืน**. วารสารสมาคมนักวิจัย. ปีที่ 21 ฉบับที่ 3 กันยายน - ธันวาคม 2559. เข้าถึงเมื่อ 22 มีนาคม 2562. จาก: http://www.ar.or.th/ImageData/Magazine/10044/DL_10290.pdf?t=63661407048882871
- ไพฑูรย์ มีกุล. (2554). **เอกสารการสอนชุดวิชา การจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวไทยอย่างยั่งยืน หน่วยที่ 1-8**. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช. นนทบุรี.
- ราณี อธิชัยกุล. (2557). **การจัดการการท่องเที่ยวเฉพาะทาง**. ฝ่ายตำราสำนักวิชาการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, นนทบุรี.
- รุ่งนภา เลิศพัชรพงศ์ (2560). **แนวทางพัฒนาศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวเพื่อรองรับนักท่องเที่ยวจีนอย่างมีประสิทธิภาพ : กรณีศึกษาเขตพัฒนาการท่องเที่ยวอารยธรรมล้านนา**. มหาวิทยาลัยสวนดุสิต: กรุงเทพฯ.

- วราภรณ์ ไทยดำรงเดช. (2552). พฤติกรรมการใช้เว็บไซต์ในการสำรองที่พักของนักท่องเที่ยวไทย. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก:
http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Mark/Waraporn_T.pdf
- วินิจ วีรยางกูร. (2532). การจัดการอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ: ภาควิชาบริหารธุรกิจ. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วิวัฒน์ชัย บุญยภักดิ์ (2554). หน่วยที่ 7 ทรัพยากรการท่องเที่ยวงานเทศกาลประเพณี. เอกสารการสอนชุดวิชาการจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวไทยอย่างยั่งยืน หน่วยที่ 1-8. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. นนทบุรี.
- ยิ่งยง เทาประเสริฐ (2546). วิธีการดูแลรักษาสุขภาพในระบบการแพทย์พื้นบ้านล้านนา. สำนักงานภาค. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.). เชียงราย.
- สมโชติ อ่องสกุล. (2548). โครงการวิจัยประวัติศาสตร์ลุ่มแม่น้ำวัง. สามารถ ใจดี. (2561). วัฒนธรรมสุขภาพล้านนาเพื่อการดูแลสุขภาพ. ธรรมศาสตร์เวชสาร ปีที่ 18 ฉบับที่ 2 ประจำเดือนเมษายน-มิถุนายน. 240-248.
- สินธุ์ สโรบล. (2546). การท่องเที่ยวโดยชุมชนแนวคิดและประสบการณ์พื้นที่ภาคเหนือ. โครงการประสานงานวิจัยและพัฒนาเครือข่ายการท่องเที่ยวและชุมชน. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) สำนักงานภาค. วนิดาเพรส. เชียงใหม่.
- สุรรัตน์สัญ โสภณศิริ. (2554). การวิเคราะห์พฤติกรรมนักท่องเที่ยว: ก้าวแรกสู่การเป็นผู้บริหารธุรกิจท่องเที่ยวอย่างมืออาชีพ. อินทนิล: กรุงเทพฯ.
- ศรัณย์ เลิศรัศม์มงคล. (2540). การท่องเที่ยวที่ยั่งยืนสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน. จุลสารการท่องเที่ยว. ปีที่ 16 ฉบับที่ 1 (ม.ค.-มี.ค. 2540).
- ศรัณญา วรากุลวิทย์. (2547). ปฐมนิเทศอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว. เพื่อฟ้าพรันท์ตั้ง. กรุงเทพฯ. ศูนย์ข้อมูลข่าวสารอาเซียน กรมประชาสัมพันธ์ (2017). การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ. เข้าถึงเมื่อวันที่ 19 มิถุนายน พ.ศ. 2562.
http://www.asean thai.net/ewt_news.php?nid=7812&filename=index
- ไอยเรศ ลิบลับ. (2554). “การจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน”. เอกสารการสอนชุดวิชาการจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวไทยอย่างยั่งยืน หน่วยที่ 1-8. นนทบุรี: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.

บรรณานุกรมภาษาอังกฤษ

- Buhalis, D. (2000). Marketing the competitive destination in the future. *Tourism Management*. Vol. 21 No.1. pp. 97-116.
- Belfast City Council. (2015). *Belfast City. Belfast City Council Corporate plan. Year 4 Review and Update 2015*.
- Getambassador. (2013). มากกว่า 90 เปอร์เซ็น ของผู้บริโภคซื้อสินค้าเพราะการบอกต่อ "ปากต่อปาก" (Infographic). เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก:
<https://www.prosoft.co.th/Article/Detail/107982>

- Gonsalves, P. S. (2011). **Alternative Tourism: An Operations, Manual for Third World Groups**. Hong Kong: Wing Thai Cheung Pui tion Co.,Ltd.
- Haseena, V.A. (2015). **The Route of Wellness in Tourism in Kerala and its Impacts**. Journal of Tourism, Hospitality and Sports. Vol.5, 21-26.
- Johnson, P. (2017). **Easing the adoption of agent-based modelling (ABM) in tourism research**. Retrieved 22 April 2019. from:
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13683500.2016.1209165>
- Kotler, Philip and Armstrong, Gary M. (2010). **Principles of Marketing**. Prentice Hall. Pennsylvania.
- Kozak, M., and Decrop, A. (2009). **Handbook of tourist behavior: theory and practice**. New York: Routledge.
- Lovelock, C. H., and Wirtz, J. (2011). **Services marketing: people, technology, strategy**. Boston: Prentice Hall.
- Marketingoops. (2559). **DAAT เผยข้อมูลผู้ใช้อินเทอร์เน็ตของไทย ไตรมาส 1 ประจำปี 2559**. เข้าถึงเมื่อ 25 กรกฎาคม 2562 จาก:
<https://www.marketingoops.com/reports/infographic-reports/thailand-online-overview-q1-2016/>
- Mueller, H. and Kaufmann, Lanz, E. (2000). **Responses of family businesses to Extreme seasonality in demand: the case of Bornholm**. Tourism Management, 25 (1): 17-30.
- Mueller, H. and Kaufmann, Lanz, E. (2001). **Wellness Tourism: Market analysis of a Special Health tourism segment and applications for the hotel industry**. Journal of Vacation Marketing, Volume 7 Number 1, Page 5-17.
- Ozturk, Ahmet Bulent and Qu, Hailin (2008). **The Impact of Destination Images on Tourists' Perceived Value, Expectations, and Loyalty**. Retrieved 22 April 2019. from:
https://www.researchgate.net/publication/238317063_The_Impact_of_Destination_Images_on_Tourists'_Perceived_Value_Expectations_and_Loyalty
- Richards, G. (2001). **Cultural Attractions and European Tourism**. New York: CABI Publishing.
- Sandis, C. (ed.). (2014). **Cultural Heritage Ethics: Between Theory and Practice**. US.
- Shirley, Eber. (1992). **Beyond the green horizon: principles for sustainable tourism: a discussion paper commissioned from Tourism Concern by WWF UK**. Godalming, Surrey.

- Stephen Doorne. (2004). **Diseconomies of Scale: A Study of Development Constraints In Small Tourism Firms in Central New Zealand**. Retrieved 22 April 2019. from: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1057/palgrave.thr.6040002>
- Timothy, D.J., & Boyd, S.W. (2003). **Heritage tourism**. London, Prentice Hall.
- Timothy, D. (2010). **Cultural Heritage and Tourism An Introduction**. US: Channel View Publications.
- Zeithaml, V. A., Bitner, M. J., and Gremler, D. D. (2009). **Services marketing: integrating customer focus across the firm**. Boston: McGraw-Hill Irwin.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์

โครงการวิจัยเรื่อง “การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำโปรแกรมการท่องเที่ยว
สำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษาการดูแลสุขภาพแบบ
ล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง”

คำชี้แจง

แบบสัมภาษณ์ฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวและการจัดทำ
โปรแกรมการท่องเที่ยวสำเร็จรูปในรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยชุมชนมีส่วนร่วมกรณีศึกษา
การดูแลสุขภาพแบบล้านนาในพื้นที่จังหวัดลำปาง เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์เพื่อจัดทำ
เส้นทางการท่องเที่ยวการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในพื้นที่จังหวัดลำปาง ทุกข้อมูลที่ท่านได้ตอบคำถามจะถูก
เก็บไว้เป็นความลับ คณะผู้วิจัยขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงในระยะเวลาในการตอบแบบ
สัมภาษณ์ฉบับนี้

1. ความน่าสนใจของความเป็นล้านนาของจังหวัดลำปางที่ท่านพบเห็นขณะเดินทางท่องเที่ยว
คืออะไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

2. แหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางที่ท่านคาดหวังเป็นแหล่ง
ท่องเที่ยวที่มีลักษณะใด โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

3. อาหารการกินแบบล้านนาของจังหวัดลำปางที่ท่านคาดหวังว่าเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ
จะต้องมีลักษณะแบบใด โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

4. ของที่ระลึกที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางที่ท่านคาดหวัง
เป็นของที่ระลึกที่มีลักษณะเป็นอย่างไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

5. ลักษณะของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่แสดงความเป็นเอกลักษณ์แบบล้านนาของจังหวัดลำปางที่ท่านคาดหวังและต้องการมีลักษณะเป็นอย่างไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

6. ลักษณะของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ท่านคาดหวังและต้องการมีลักษณะเป็นอย่างไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

7. ลักษณะของที่พักรถท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ท่านคาดหวังและต้องการมีลักษณะที่พักรที่เป็นลักษณะอย่างไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

8. ลักษณะของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนาของจังหวัดลำปางในความคิดของท่าน ท่านมีความต้องการให้เป็นอย่างไร โปรดอธิบายและยกตัวอย่างโดยละเอียด

.....
.....
.....

ขอขอบพระคุณที่ให้ความกรุณาเวลาในการตอบแบบสัมภาษณ์ครั้งนี้

ภาคผนวก ข

ภาพกิจกรรมการประชุมกลุ่มย่อยเพื่อการออกแบบเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบล้านนา





ภาคผนวก ค

ภาพกิจกรรมการลงพื้นที่เพื่อการออกแบบและการทดสอบเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
แบบล้ามนา















ภาคผนวก ง

ภาพกิจกรรมการนำเสนอผลงานวิจัยการประชุมวิชาการระดับชาตินนทรีอีสาน ครั้งที่ 7
ประจำปี 2562





