

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ ในจังหวัดนครศรีธรรมราช

นฤมล รัตนไพจิตร¹ ราตรี เขียวรอด² ตรีนันท์ เนื่องอุทัย³

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช (2) ศึกษาลักษณะบุคลิกภาพและความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และ (3) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราชจำนวน 400 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดย ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย การวิเคราะห์ปัจจัยเชิงสำรวจ (exploratory factor analysis) และการวิเคราะห์ถดถอยพหุ (multiple regression analysis) ผลการวิจัยพบว่า

1. กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราชสนใจเป็นเรื่องของการนวดแผนไทย การนวดแผนโบราณ การประคบสมุนไพร และการใช้น้ำมันหอมระเหย หากเป็นการเดินทางท่องเที่ยวจะเป็นการเดินทางเพื่อการไปเยี่ยมญาติ เยี่ยมเพื่อน และเพื่อการพักผ่อน มีการเดินทาง 2 ครั้ง สถานที่ท่องเที่ยวที่ไปมากที่สุด คือ สถานที่ท่องเที่ยวตามธรรมชาติ เช่น ทะเล น้ำตก ภูเขา

2. การเดินทางเน้นความประหยัด มีครอบครัวและญาติเป็นผู้แนะนำการท่องเที่ยว เดินทางไปกันเองกับครอบครัวและญาติด้วยรถยนต์ส่วนตัว ส่วนใหญ่เลือกเดินทางตามโอกาสที่สะดวก ไม่จำเป็นต้องเดินทางท่องเที่ยวในเทศกาลท่องเที่ยว มีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวแต่ละครั้งน้อยกว่า 2,000 บาท ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจากสื่อโทรทัศน์

3. ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา ระดับรายได้ และ ภาวะสุขภาพ นอกจากนั้นยังพบว่า เพศไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเก็บตัวมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม

คำสำคัญ: การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ; ผู้สูงอายุ; จังหวัดนครศรีธรรมราช

ประเภทบทความ: บทความวิจัย

¹ สาขาศึกษาทั่วไป คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย
109 ตำบลถ้ำใหญ่ อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช 80110, ประเทศไทย
อีเมล: narumol-mon@hotmail.com

^{2,3} สาขาศึกษาทั่วไป คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

Factors Affecting their Health Tourism Behavior in Nakhon Si Thammarat Province

Narumol Rattanapajit¹ Ratree Keiwrod² Treewanan Nuang-Uthai³

Abstract

The objectives of the study are to (1) examine the elderly's health tourism behavior relating to their personality traits (2) interests in the health tourism activity model and to (3) investigate factors affecting their health tourism behavior in Nakhon Si Thammarat Province. A quantitative research design employing questionnaires was used to collect the data from a sample of 400 senior citizens in Nakhon Si Thammarat Province. The data were analyzed and expressed as frequency, percentage, means, standard deviations, exploratory factor analysis, and multiple regression analysis.

The results showed that:

1. The elderly's health tourism activities in Nakhon Si Thammarat Province consisted of Thai massage, traditional massage, herbal massage, and essential oil use. The reasons for travelling were to relax and visit relatives and friends, and the time spent for travelling was about twice a year. Top tourist attractions were natural tourist destinations such as seas, waterfalls, and mountains.

2. Receiving tourism advice from family and relatives, the elderly spent the money economically during the travel with them by car. Most of them travelled for convenience sake and had no need to travel during the tourism festival. The expenses for each travel were below 2,000 baht and most senior citizens obtained the tourism information from television media.

3. Factors affecting the elderly's health tourism behavior were age, educational level, income, and health conditions. In addition, no significant differences were found among respondents' sex on their health tourism behavior. Those with introvert personality traits had more health tourism behavior than those with extrovert personality ones.

Keywords: Health Tourism Behavior; Elderly People; Nakhon Si Thammarat Province

Type of Article: Research Article

¹ Department of General Education, Faculty of Science and Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya
109 Tamyai Sub-district, Thung Song District, Nakhon Si Thammarat Province 80110, Thailand
E-mail: narumol-mon@hotmail.com

^{2,3} Department of General Education, Faculty of Science and Technology, Rajamangala University of Technology Srivijaya

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

เนื่องจากจำนวนผู้สูงอายุในประเทศไทยเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในปี พ.ศ. 2559 มีผู้สูงอายุคิดเป็นร้อยละ 13.2 ของจำนวนประชากรทั้งประเทศ นับว่าประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ เมื่อสัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเพิ่มเป็นร้อยละ 20 ของประชากรทั้งประเทศ จึงจัดได้ว่าประเทศไทยได้ก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุแล้ว การที่ประชากรมีอายุยืนยาวขึ้นเป็นตัวบ่งชี้ว่าประชากรมีภาวะสุขภาพที่ดี ผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีส่วนใหญ่จะมีการกิจกรรมต่างๆ เช่น กิจกรรมสันทนาการ การท่องเที่ยว และการทำงานอดิเรก เป็นต้น

การท่องเที่ยวได้ถูกพัฒนารูปแบบขึ้นมาอย่างมากมายหลายรูปแบบ ยังมีการท่องเที่ยวอีกรูปแบบหนึ่งซึ่งกำลังเป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวอย่างมากในขณะนี้ นั่นคือ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (health tourism) การท่องเที่ยวจะเป็นปัจจัยสำคัญอย่างหนึ่งในการดำเนินชีวิตที่มีคุณภาพ ผู้เดินทางท่องเที่ยวไม่จำกัดเฉพาะกลุ่มบุคคลที่อยู่ในวัยหนุ่มสาวเท่านั้น หากรวมถึงประชากรทุกเพศ ทุกวัย แม้แต่ผู้สูงอายุก็สามารถเดินทางเพื่อการท่องเที่ยวพักผ่อนและเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วย และจำนวนของผู้สูงอายุที่มีแนวโน้มการท่องเที่ยวมากขึ้นตามสถิติการเพิ่มของประชากรผู้สูงอายุ ด้วยเหตุนี้รัฐบาลควรพัฒนาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ควรมีการส่งเสริมการจัดรายการนำเที่ยวที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพิ่มจุดบริการนักท่องเที่ยว พัฒนาแหล่งท่องเที่ยวให้อยู่ในสภาพที่ดี เพื่อเข้าถึงกลุ่มผู้สูงอายุที่มีความต้องการที่จะท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในแหล่งท่องเที่ยวที่เป็นจังหวัดที่มีการดำเนินการท่องเที่ยวเพื่อพักผ่อนและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

จังหวัดนครศรีธรรมราชเป็นจังหวัดหนึ่งทางภาคใต้ที่มีพื้นที่กว้างขวางใหญ่เป็นที่ 2 ของภาครองจากจังหวัดสุราษฎร์ธานี อย่างไรก็ตามจำนวนประชากรใน

จังหวัดนครศรีธรรมราชซึ่งมีทั้งหมด 23 อำเภอ มีประชากรทั้งหมด 1,560,433 คน และเป็นผู้สูงอายุจำนวน 257,081 คน (Official Statistics Registration Systems, 2018) ซึ่งนักท่องเที่ยวสูงอายุเป็นกลุ่มตลาดที่กำลังขยายตัวอย่างรวดเร็ว เพราะจำนวนผู้สูงอายุเพิ่มมากขึ้น มีอายุยืนยาว มีสุขภาพแข็งแรง และสามารถเดินทางท่องเที่ยวได้มากขึ้นหลังเกษียณจากการทำงาน นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้เป็นนักท่องเที่ยวที่มีกำลังในการใช้จ่ายเงินเพื่อการท่องเที่ยว สามารถดูแลสุขภาพด้วยตนเองได้ ผู้วิจัยเล็งเห็นว่า ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีศักยภาพที่ฝ่ายการตลาดควรจะทำให้ความสนใจว่านักท่องเที่ยวต้องการผลิตภัณฑ์บริการด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบใด ซึ่งผลที่ได้จากการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานรัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวในประเทศไทยและผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวในการวางกลยุทธ์ทางการตลาดเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์และเกิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากขึ้น ซึ่งเป็นที่มาของการทำวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. เพื่อศึกษาบุคลิกภาพและความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช
3. เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

นิยามศัพท์

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (health tourism)
หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวที่มีจุดประสงค์ในการ

พักผ่อนหย่อนใจเรียนรู้วิถีชีวิตในแนวธรรมชาติและมีกิจกรรมเพื่อส่งเสริมหรือ บำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ เช่น การเดินทางไปพักผ่อนตามรีสอร์ตที่อยู่ท่ามกลางธรรมชาติในโปรแกรมมีการพบผู้เชี่ยวชาญให้คำปรึกษาทางสุขภาพ ตลอดทั้งมีกิจกรรมการเรียนรู้เพื่อสุขภาพ เช่น การฝึกโยคะ การฝึกสมาธิ ทั้งนี้การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจะเน้นการเสริมสร้างสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สดชื่นผ่อนคลาย ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล และภายหลังการท่องเที่ยวก็สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวันได้

พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง การกระทำหรือกริยาอาการใดๆ ที่แสดงออกของนักท่องเที่ยวชาวไทยที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ได้แก่ วัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยว บุคคลที่มีอิทธิพลในการท่องเที่ยว รูปแบบการเดินทางท่องเที่ยว ช่วงเวลาในการท่องเที่ยว ระยะเวลาในการท่องเที่ยว ความถี่ในการท่องเที่ยว ค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยว เป็นต้น

ความพึงพอใจการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง ความรู้สึกที่ดีของนักท่องเที่ยวที่ได้รับการตอบสนองทางบวกในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ด้านสถานที่ ด้านการอำนวยความสะดวก ด้านบุคลากรผู้ให้บริการ และด้านกิจกรรมการท่องเที่ยว

ลักษณะบุคลิกภาพ หมายถึง ลักษณะเฉพาะตัวของประชาชนที่สนใจจะท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่รวมคุณลักษณะ ทั้งทางร่างกายและจิตใจของบุคคล ตลอดจนถึงลักษณะกิริยาท่าทาง การแสดงออกทางอารมณ์ การปรับตัว ค่านิยม พฤติกรรมที่เปิดเผยและซ่อนเร้น ซึ่งเป็นการตอบสนองต่อความต้องการ หรือสนใจในสิ่งต่างๆ ทำให้ทราบถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล

ความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง ระดับความสนใจของประชาชนที่มีต่อรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีบริการอยู่ในประเทศไทย อันได้แก่ การนวดแผนไทย

การนวดเท้า การอบ/ประคบสมุนไพร สูดคนธบำบัด สปา การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน การฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนา การบริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพ และความงาม

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากร คือ ผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป ในอำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช
2. ขอบเขตด้านพื้นที่ คือ ทุกตำบลในอำเภอเมือง จังหวัดนครศรีธรรมราช
3. ขอบเขตด้านตัวแปร ประกอบด้วย
 - 3.1 ตัวแปรต้น ได้แก่
 - 3.1.1 ลักษณะทางบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส รายได้ ระดับการศึกษา อาชีพ
 - 3.1.2 ลักษณะบุคลิกภาพ ได้แก่ กระฉับกระเฉงหรือเฉื่อยชา ชอบเข้าสังคมหรือเก็บตัวเป็นคนสนุกสนานหรือเป็นคนจริงจัง
 - 3.1.3 ความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
 - 3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

ประโยชน์ที่รับจากการวิจัย

1. ทราบถึงการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช
2. ทราบถึงบุคลิกภาพและความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช
3. ได้องค์ความรู้เรื่องปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (health tourism)

หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและ/หรือการบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ เช่น การรับคำปรึกษาแนะนำด้านสุขภาพ การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การฝึกปฏิบัติสมาธิ ตลอดจนการตรวจร่างกาย การรักษาพยาบาลและอื่นๆ โดยเป็นการท่องเที่ยวที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมและรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยทั่วไปการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (health tourism) จึงมีการจัดรายการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดรักษาและสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สดชื่นผ่อนคลาย เป็นการเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล และภายหลังการท่องเที่ยวก็สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ (Taweessri, 2013)

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แบ่งตามจุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของโปรแกรมกิจกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวเป็น 2 ประเภทหลัก คือ

1. **การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (health promotion tourism)** เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในที่พักผ่อน หรือนอกที่พักผ่อนอย่างถูกวิธีตามหลักวิชาการและมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง เช่น การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การบริการสวดมนต์บำบัด (aroma therapy) และวารีบำบัด (water therapy)

การอาบน้ำแร่หรือน้ำพุร้อน การฝึกกายบริหารท่าฤๅษี ดัดตน การฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา การบริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ และอื่นๆ โดยทั่วไป

2. **การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ (health healing tourism)** เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการท่องเที่ยวไปรับบริการบำบัดรักษาสุขภาพ การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง สำหรับการวิจัยการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในครั้งนี้ ผู้วิจัยจะมุ่งเน้นศึกษาเฉพาะการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภทการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (health promotion tourism) ทั้งนี้ เนื่องจากได้มีรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพที่หลากหลาย และเป็นกระแสนิยมอยู่ในปัจจุบัน เพื่อเป็นแนวทางในการให้ผู้ประกอบการนำไปปรับปรุงการบริการและปรับรูปแบบของการบริการให้สอดคล้องกับความต้องการของผู้บริโภคต่อไปในอนาคต

รูปแบบของการจัดการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ในประเทศไทยได้มีการจัดรูปแบบกิจกรรมการให้บริการส่งเสริมสุขภาพที่แตกต่างหลากหลาย บรรจุไว้ในโปรแกรมท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (health promotion tourism) ที่บริษัทนำเที่ยวเสนอขายให้กับนักท่องเที่ยว ดังนี้ (Tuntivechakul, 2003, pp. 31-41)

1. **การนวดแผนไทย** ถือเป็นวิธีบำบัดรักษาโรคของไทยที่มีมาแต่ดั้งเดิม เริ่มต้นมาจากความพยายามในการบรรเทาอาการปวดเมื่อย ฟกช้ำ ด้วยการสัมผัสจับต้อง หรือกดบริเวณที่เจ็บเพื่อช่วยเหลือตนเอง นวดเพื่อช่วยเหลือตนเองและส่งเสริมประสพการณ์มาเป็นการนวด เริ่มจากการนวดตนเอง นวดเพื่อช่วยเหลือบุคคลในครอบครัวและกระจายกว้างขวางออกไปในชุมชน

นอกจากนี้ในค่ายมวย ซึ่งมักเกิดอุบัติเหตุจากการต่อสู้ เช่น ไหล่หลุด เคล็ด ชัดยอก จึงมีการบำบัดขั้นต้นด้วยการกด จับ ดัด ดึง เพื่อให้เข้าที่ ทำให้เรียนรู้สัปดาห์กันมา และพัฒนาเป็นท่าต่างๆ สรุบบทเรียนเป็นศาสตร์และศิลปะที่ใช้ในการบำบัดรักษาตราจนถึงปัจจุบัน

2. **การนวดเท้า** มีหลักการพื้นฐาน คือ อวัยวะทั้งหมดของร่างกายจะมีการแสดงออกที่สัมพันธ์กับบริเวณเท้าทั้งหมด โดยอวัยวะส่วนใหญ่จะสัมพันธ์กับบริเวณสันเท้า แล้วกระจายไปสู่ปลายเท้า การนวดเท้าแบบไทยจึงมีวิธีการนวดและการกดจุดบนเท้า ซึ่งจะไปมีผลที่อวัยวะอื่นๆ ที่อยู่ใกล้เคียง โดยยังไม่สามารถอธิบายถึงประสาทที่เกี่ยวข้องกันโดยตรงแบบแพทย์แผนปัจจุบันได้ การนวดเท้าแบบไทยเป็นการนวดโดยรวมเพื่อกระตุ้นเส้นสายให้ลมเดินสะดวก โดยเริ่มจากฝ่าเท้า หลังเท้า แล้วไปที่ขา

3. **การอบ/ประคบสมุนไพร** หมายถึงกระบวนการและวิธีการในการส่งเสริมสุขภาพและการบำบัดรักษา ร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ด้วยกรรมวิธีอบไอน้ำสมุนไพรกลิ่นหอมจากพืชสมุนไพรหรือกรรมวิธีประคบร้อนจากพืชสมุนไพร ตามหลักทฤษฎีการแพทย์แผนไทยโบราณ

4. **สวดนธบำบัด (aroma therapy)** หมายถึงกระบวนการและวิธีการในการส่งเสริมสุขภาพและการบำบัดรักษา ร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ด้วยกลิ่นหอม ซึ่งส่วนใหญ่ได้จากน้ำมันหอมระเหย (essential oil/volatile oil) ที่สกัดได้จากส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพร เช่น ดอกใบ ราก ผล เปลือกไม้ ยางไม้ (resins, gums, exudates) รวมถึงสารในพืชบางชนิด เช่น Coumarin และกลิ่นหอมที่ได้มาจากสัตว์ เช่น ปลาวาฬ (อำพันทอง หรือ ambergris เป็นสารหอมที่ได้จากสารออกปลาวาฬ) ชะมด (ชะมดเช็ด หรือ civet เป็นสารหอมที่ได้จากสิ่งขับถ่ายจากกระเพาะของต่อมคู่ใกล้กับอวัยวะสืบพันธุ์ของตัวชะมด) ปิเวอร์ กวาง เป็นต้น

5. **การบริการอาบน้ำแร่ (spa)** แหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่ได้รับการส่งเสริม และพัฒนาให้เป็นแหล่ง

ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้รับความนิยมแพร่หลาย คือ แหล่งน้ำแร่ (mineral water) ที่พบในรูปของน้ำพุร้อน หรือน้ำพุร้อน เนื่องจากเชื่อกันว่า น้ำแร่ชนิดต่างๆ มีคุณค่าทางการบำบัดรักษาและส่งเสริมสุขภาพจากการดื่มหรืออาบน้ำ โดยรู้จักไปในนามของ “สปา” (spa) ในประเทศไทย น้ำแร่ก็เป็นสิ่งที่คนไทยรู้จักคุ้นเคยมานาน ซึ่งมีให้บริการอยู่ในแหล่งบ่อน้ำแร่และบ่อน้ำพุร้อนในหลายจังหวัดเช่น ระนอง เชียงใหม่ เชียงราย อุทัยธานี ยะลา ฯลฯ แต่ยังไม่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและทันสมัยเท่าที่ควรเหมือนอย่างในต่างประเทศ

6. **วารีบำบัด (water therapy)** หมายถึงกิจกรรมสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพโดยวิธีการสร้างความสมบูรณ์แข็งแรงและเพิ่มสมรรถภาพที่ดีของร่างกายด้วยวิธีการต่างๆ ที่อาศัยน้ำเป็นปัจจัยสำคัญ ประกอบด้วยการออกกำลังกายในน้ำด้วยวิธีการทำกิจกรรมแอโรบิกในน้ำซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ไฮโดรเทราปี (hydrotherapy) การออกกำลังกายแอโรบิกในน้ำสามารถช่วยสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพได้ เพราะน้ำมีแรงพยุงตัวที่ช่วยลดในส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ดี และช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อได้เร็วขึ้น สำหรับผู้สูงอายุที่มีอาการปวดหลัง หรือปวดข้อสามารถใช้ไฮโดร แอโรบิก (hydro-aerobics) โดยการออกกำลังกายในสระน้ำที่มีระดับน้ำสูงเพียงแค่หน้าอกและเป็นพื้นสระน้ำแบบระนาบเดียวกันทั้งหมด นอกจากนี้ ยังมีวิธีการวารีบำบัดแบบง่ายๆ คือ การอาบน้ำร้อน น้ำเย็นสลับกัน โดยเริ่มต้นอาบน้ำร้อนก่อนประมาณ 3-5 นาที แล้วสลับการอาบน้ำเย็น ซึ่งจะส่งผลทำให้ร่างกายเกิดความกระปรี้กระเปร่าขึ้น แต่ถ้าก่อนนอนอยากให้ร่างกายรู้สึกสบายและหลับง่ายก็ให้ใช้วิธีการอาบน้ำอุ่น เพื่อให้ระบบต่างๆ ของร่างกายทำงานช้าลง ประโยชน์ของวารีบำบัดด้วยวิธีนี้จะช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านต่อโรคต่างๆ ช่วยปรับฮอร์โมน และช่วยผ่อนคลายของระบบประสาทที่มีอาการตึงเครียดได้

7. การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีตัดตน การออกกำลังกายโดยฝึกกายบริหารนับเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ซึ่งมีวิธีการทำให้ร่างกายเกิดการเคลื่อนไหวที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดการใช้พลังงานขับเหงื่อออกมา โดยให้มีความสัมพันธ์กับส่วนต่างๆ ของร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นกระดูกข้อต่อกล้ามเนื้อและอวัยวะภายในต่างๆ ของร่างกายมนุษย์ การตัดตนยังอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างท่าทางการเคลื่อนไหวกับการหายใจเป็นสำคัญ จึงต้องมีการนั่งสมาธิร่วมด้วย จะช่วยให้จิตใจสงบคลายเครียด หมอไทยโบราณจึงเชื่อมโยงประสบการณ์ของท่าฤๅษีตัดตนที่บอกเล่าสืบต่อกันมาและค้นคว้าเพิ่มเติมให้เป็นท่ากายบริหารแบบไทย และสรุปท่าทางการตัดตนให้มีความสุขภาพและสามารถปฏิบัติได้โดยคนทั่วไป ไม่ผัดผ่อนหรือฝืนร่างกายจนเกินไป

8. การฝึกสมาธิแนวพุทธศาสน์ (Buddhist meditation) เพื่อสร้างความสงบเยือกเย็นของจิตใจท่ามกลางสภาพธรรมชาติที่รุ่มร้อนดงาม หรือนั่งวิปัสสนาบำเพ็ญภาวนาขั้นสูงในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ในวัดป่าธรรมชาติ โดยมีการให้คำปรึกษาแนะนำวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อการคลายเครียดในชีวิตประจำวัน รวมทั้งศึกษาเรียนรู้ปรัชญาชีวิตและจิตวิญญาณตะวันออกช่วยให้เกิดความมั่นคงทางอารมณ์ และมีภูมิคุ้มกันโรคทางจิต นอกจากนี้ยังช่วยเสริมสุขภาพกายและใช้แก้ไขโรคได้ ร่างกายกับจิตใจอาศัยกันและมีอิทธิพลต่อกัน ผู้มีจิตใจผ่องใสเบิกบานย่อมช่วยให้กายเอิบอิ่มผิวพรรณผ่องใส สุขภาพกายดี เป็นภูมิต้านทานโรคไปในตัว

9. การบริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ หมายถึง การนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่ให้ประโยชน์แก่ร่างกายและจิตใจในการดำรงชีวิตของมนุษย์ เนื่องจากพืชสมุนไพรมีสารอาหารที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกายอยู่ครบถ้วน ได้แก่คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน

เกลือแร่ กรดอินทรีย์ วิตามิน และน้ำย่อย เป็นต้น ในทัศนะของแพทย์แผนไทย การกินอาหารตามธาตุเป็นประโยชน์ต่อร่างกายมนุษย์ที่ประกอบด้วยธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุทั้ง 4 นี้ต้องมีความสมดุลกัน ซึ่งจะทำให้สุขภาพเป็นปกติ ไม่เจ็บป่วยอาหารที่มนุษย์รับประทานเป็นปัจจัยหลักอย่างหนึ่งที่จะบำรุงธาตุให้สมดุลโดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารที่มีพืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบจะมีสรรพคุณในการปรับธาตุที่หย่อนหรือกำเริบให้กลับคืนสู่สภาวะปกติ

10. การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม การนำสารสกัดจากสารธรรมชาติและสมุนไพรมาใช้ในการผลิตเครื่องสำอางเพื่อลดอันตรายและการแพ้สารสังเคราะห์ ซึ่งปัจจุบันนี้มีแนวโน้มได้รับความนิยมสูงขึ้นอย่างรวดเร็วและสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในสถานบริการที่พักรวมได้เป็นอย่างดีจากการศึกษารูปแบบกิจกรรมการให้บริการส่งเสริมสุขภาพต่างๆ ที่มีหลากหลายในโปรแกรมท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในปัจจุบันมีความน่าสนใจที่ผู้วิจัยเลือกใช้ในการศึกษาแนวโน้มพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประชาชนในกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ทราบถึงความสนใจและความต้องการที่จะใช้บริการในกิจกรรมใด และเป็นแนวทางในการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพต่อไปในอนาคต

บุคลิกภาพ (personality)

Sereerat (1996, p. 96) ให้ความหมายของบุคลิกภาพ (personality) ว่าหมายถึง ลักษณะด้านจิตวิทยาภายในของบุคคลเป็นสิ่งที่กำหนดและสะท้อนถึงวิธีการซึ่งบุคคลหนึ่งตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อมของเขา (Schiffman & Kanuk.1994, p. 126) หรืออาจหมายถึง การตอบสนองจากสิ่งกระตุ้นที่เป็นสิ่งแวดล้อม (Engel, Blackwell & Miniard, 1994)

ลักษณะ (traits) ของผู้บริโภค (common traits in consumers) มี 11 ลักษณะ ดังนี้

1. กระฉับกระเฉง (active) หรือเฉื่อยชา (inert) บุคคลที่มีความกระฉับกระเฉง จะมีความกระตือรือร้น ส่วนความเฉื่อยชาเป็นความไม่กระตือรือร้น

2. ความเป็นชาย (masculinity) หรือความเป็นหญิง (femininity) ในที่นี้ไม่ได้หมายถึงเพศแต่หมายถึง ลักษณะของผู้หญิงหรือของผู้ชาย เช่น ความอ่อนหวาน อ่อนโยนความเป็นคนขี้อาย ก็จะมีลักษณะของความเป็นหญิงสูง ความหยาบกระด้าง ก้าวร้าว ปกป้อง แข็งแกร่ง ก็จะมีลักษณะความเป็นผู้ชายสูง

3. ความเป็นตัวของตัวเอง (independence) หรือชอบพึ่งคนอื่น (dependence) บุคคลที่มีความเป็นตัวของตัวเอง สามารถคิดตัดสินใจและมีพฤติกรรมด้วยตนเองได้ เช่น ไปรับประทานอาหารคนเดียวได้ ดูภาพยนตร์คนเดียวได้ ไปซื้อของแล้วตัดสินใจคนเดียวได้ ส่วนบุคคลที่ชอบพึ่งคนอื่นไม่สามารถตัดสินใจด้วยตัวเองและพฤติกรรมต่างๆ ต้องคล้อยตามบุคคลอื่นเช่น การตัดสินใจซื้อสินค้าต้องถามเพื่อนให้ไปช่วยตัดสินใจหรือไปเที่ยวตามเพื่อนๆ เป็นต้น

4. มุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ (achievement) หรือไม่สนใจความสำเร็จ (unambitious) บุคคลที่มุ่งมั่นสู่ความสำเร็จจะเป็นบุคคลที่มีความกระตือรือร้น มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง มีความขยันหมั่นเพียร ส่วนบุคคลที่ไม่สนใจความสำเร็จจะเป็นบุคคลที่เฉื่อยชา เป็นคนที่ปล่อยชีวิตไปเรื่อยๆ ไม่ขยัน ท้อถอยง่าย เป็นต้น

5. เจ้าอารมณ์ (emotional) หรือมีเหตุผล (rational) บุคคลที่ใช้อารมณ์ จะหงุดหงิดง่าย โมโหง่าย โกรธง่าย ส่วนบุคคลที่ใช้เหตุผลจะเป็นคนหนักแน่น ไม่โกรธง่าย และใช้เหตุผลในการตัดสินใจ

6. ชอบเข้าสังคม (sociability) หรือเก็บตัว (shut-in) ผู้ที่ชอบเข้าสังคม จะพอใจไปงานเลี้ยง หรือไปดูภาพยนตร์ ชอบอยู่ในที่มีคนมากๆ ส่วนคนที่ชอบเก็บตัว จะไม่ชอบคบหาสมาคม การชอบเข้าสังคมจะมีผล

กระทบเมื่ออายุเปลี่ยนไป กล่าวคือ เมื่อเป็นหนุ่มเป็นสาวค่อนข้างชอบเข้าสังคม (sociability) แต่เมื่ออายุมากขึ้น มักมีแนวโน้มที่จะเก็บตัว (shut-in)

7. ยกตน (dominant) หรือ ถ่อมตน (humble) การเป็นผู้มีอำนาจเหนือคนอื่น คือการเป็นผู้ที่ต้องการเป็นผู้นำ ชอบใช้ความคิดเป็นผู้ตัดสินใจเมื่อเกิดปัญหา แต่ส่วนผู้ที่ยอมตามเป็นผู้ที่ชอบเป็นผู้ตามโดยรอคำสั่ง และปฏิบัติตามมักไม่ชอบใช้ความคิด

8. ปรับตัวง่าย (adaptability) หรือปรับตัวยาก (inadaptability) บุคคลที่ปรับตัวง่ายเป็นบุคคลที่สามารถจะปรับตัวเองให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างรวดเร็ว ส่วนบุคคลที่ปรับตัวยากจะเป็นบุคคลที่ต้องใช้เวลาในการปรับตัวเองให้เข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง

9. จริงจัง (ไม่ยิ้มแย้ม) (seriousness) หรือ สนุกสนาน (amusing) ผู้ที่จริงจังกับชีวิตจะมีใบหน้าไม่ยิ้มแย้มแจ่มใส ส่วนผู้ที่มีความสุขสนุกสนานในชีวิตจะเป็นคนที่มองโลกในแง่ดีอารมณ์ แจ่มใส ไม่หมกมุ่นหรือเป็นทุกข์ในเรื่องใดเรื่องหนึ่งจนเกินไป

10. ความก้าวร้าว (aggressive) หรือการยอมตาม (submissive) บุคคลที่ก้าวร้าวจะชอบต่อสู้ชอบถกเถียง ไม่ยอมแพ้ใคร ส่วนบุคคลที่ยอมตามเป็นผู้ที่ไม่ได้ตอบจากการกระทำของบุคคลอื่นที่มีต่อตน

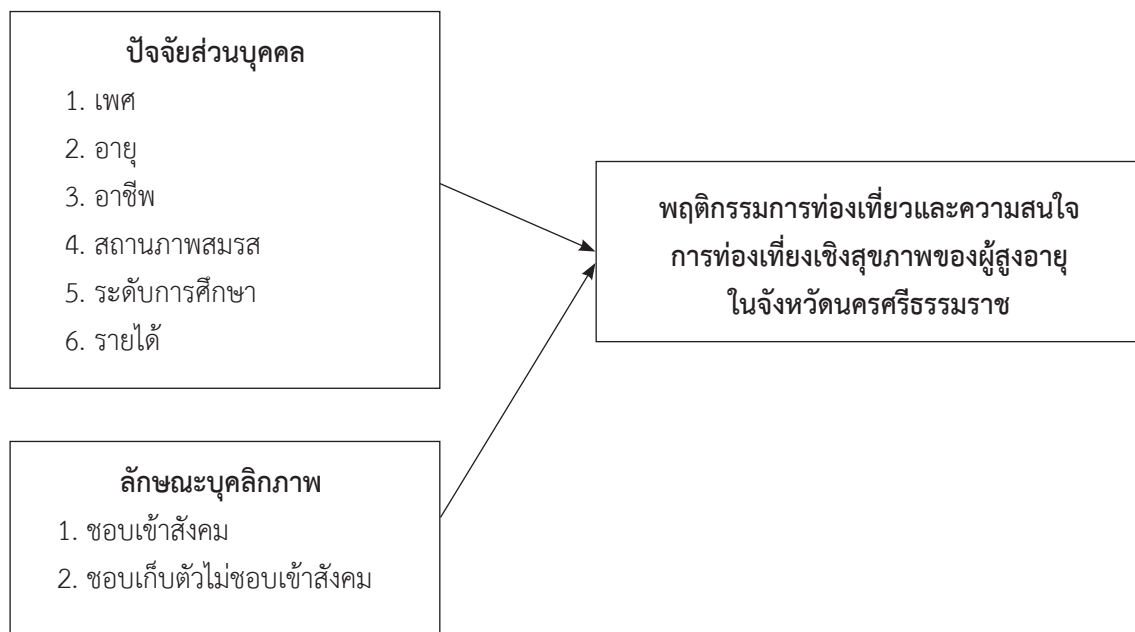
11. สุขุม (cool) หรือมีความวิตกกังวล (anxiety) ผู้ที่มีอารมณ์สุขุมจะไม่หวั่นไหวง่ายต่อสถานการณ์ใหม่ๆ ส่วนผู้ที่มีความวิตกกังวลจะมีความกลัวและความวุ่นต่อเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นตลอดเวลา

โดยหลักความจริงแล้ว ทฤษฎีลักษณะ (traits) นี้ ให้ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับบุคลิกภาพได้ใกล้เคียงมาก เพราะบุคลิกภาพของมนุษย์นั้นเพียงสะท้อนลักษณะ 11 ประการดังกล่าว ในระดับที่ต่างกันเท่านั้น ไม่มีใครเป็นอย่างใดอย่างหนึ่งที่ชัดเจนจากลักษณะทั้ง 11 ประการนี้ จะสามารถชี้ได้ว่าใครมีบุคลิกภาพเด่นอย่างไร และด้อยส่วนไหน ซึ่งจะกลายเป็นบุคลิกภาพ

ของคนๆ นั้น เช่น นาย ก. อาจถูกบรรยายว่า เป็นคน ก้าวร้าว แต่มีเหตุผลเป็นคนกระฉับกระเฉงและเป็นตัวของตัวเองสูง เป็นต้น ทฤษฎีนี้จึงเป็นอีกทฤษฎีหนึ่งที่มีไว้สำหรับนักการตลาดได้คิดเพื่อทำธุรกิจโดยพิจารณา

ว่าธุรกิจของตนเกี่ยวข้องกับลักษณะ (trait) ส่วนใดมากที่สุดและต้องการคนที่มีลักษณะ (trait) ไດชัดเจนมาเป็นลูกค้าของธุรกิจ

กรอบแนวความคิดที่ใช้ในการวิจัย



ภาพ 1 กรอบแนวความคิดที่ใช้ในการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

ประชากร ได้แก่ ผู้สูงอายุในอำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช ซึ่งมีทั้งหมด 23 อำเภอ รวมจำนวน ผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีจำนวนรวม 257,081 คน

ตัวอย่าง ได้แก่ ผู้สูงอายุในอำเภอเมือง จังหวัด นครศรีธรรมราช ที่สุ่มมาเป็นตัวอย่าง ผู้วิจัยได้กำหนด ขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรการกำหนดขนาด ตัวอย่างของของทาร์ ยามาเน่ (Yamane, 1973) ได้จำนวนตัวอย่าง 400 คน วิธีการสุ่มตัวอย่าง ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage

sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถาม ซึ่ง แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ ระดับการศึกษา อาชีพ ระดับ รายได้ ภาวะสุขภาพโดยทั่วไปในปัจจุบัน มีลักษณะ คำถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (check list)

ตอนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมทางท่งเที่ยว ของผู้สูงอายุ ประกอบด้วยคำถามเกี่ยวกับ พฤติกรรม บริโภค ได้แก่ วัตถุประสงค์ทางท่งเที่ยว แหล่งท่งเที่ยว ที่ต้องการไป ความถี่ของการเดินทาง ประเภทของ

แหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรม ผู้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจ ผู้ร่วมเดินทาง การใช้บริการพาหนะในการเดินทาง การพักค้างคืน การเลือกใช้บริการที่พัก ช่วงโอกาสในการท่องเที่ยว และการรับทราบข้อมูลด้านการท่องเที่ยว ลักษณะคำถามเป็นแบบตรวจสอบรายการ (check list)

ตอนที่ 3 คำถามเกี่ยวกับความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ประกอบด้วย การนวดแผนไทย การนวดเท้า สูดควันบำบัด การสปา การอบ/ประคบสมุนไพร การฝึกทำกายบริหารฤๅษีดัดตน การฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนาและการบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพ และความงาม

ตอนที่ 4 คำถามเกี่ยวกับลักษณะบุคลิกภาพ ประกอบด้วย ความกระฉับกระเฉงหรือเฉื่อยชา ความเป็นตัวของตัวเองหรือชอบพึ่งคนอื่น มุ่งมั่นสู่ความสำเร็จ หรือไม่สนใจความสำเร็จ เจ้าอารมณ์ หรือมีเหตุผล การชอบเข้าสังคมหรือเก็บตัว ปรับตัวง่ายหรือปรับตัวยาก จริงจัง (ไม่ยิ้ม แย้ม) หรือสนุกสนาน ความก้าวร้าว หรือการยอมตาม และ สุขุม หรือมีความวิตกกังวล

แบบสอบถามตอนที่ 3 และตอนที่ 4 เป็นคำถามที่ใช้มาตราวัดแบบประมาณค่า 5 ระดับของลิเกิร์ต (5 points Likert's scale)

แบบสอบถามมีการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา (content validity) โดยให้ ผู้เชี่ยวชาญ 3 ท่าน เป็นผู้ประเมินความสอดคล้องของข้อความในข้อคำถามกับนิยามศัพท์ จากนั้นคำนวณหาค่าความตรงเชิงเนื้อหาด้วยค่าดัชนีความสอดคล้อง (Item Objective Congruence-IOC) พบว่า ข้อคำถามมีค่าดัชนีความสอดคล้องมากกว่า 0.5 ทุกข้อคำถาม นอกจากนี้ยังมีการตรวจสอบความเชื่อถือได้ (reliability) ของแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (try out) กับผู้สูงอายุที่มีลักษณะคล้ายกลุ่มตัวอย่างแต่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน แล้วคำนวณหาค่า

สัมประสิทธิ์ความเชื่อถือได้ของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่า แบบสอบถามที่ใช้วัดตัวแปรทุกตัวมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อถือได้สูงกว่า 0.7 ทุกตัวแปร แสดงว่า แบบสอบถามมีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์ที่ยอมรับได้ (Kanjanaawasee, 2002) จากนั้นจึงนำแบบสอบถามที่ได้ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

ผลการวิจัย

พฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

1. ลักษณะทางประชากรของผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 60.8 เพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 39.2 และมีอายุอยู่ระหว่าง 60-65 ปี มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.0 รองลงมา คือ มีอายุระหว่าง 66-70 ปี คิดเป็นร้อยละ 26.0 ส่วนใหญ่เป็นผู้ที่สมรสแล้ว คิดเป็นร้อยละ 67.0 ด้านการศึกษามีผู้จบการศึกษาระดับต่ำกว่าปริญญาตรีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 75.3 และส่วนใหญ่เป็นผู้ที่ยังประกอบอาชีพเป็นเกษตรกร คิดเป็นร้อยละ 30.8 รองลงมาเป็นผู้ที่เกษียณอายุแล้ว คิดเป็นร้อยละ 25.5 ส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือนน้อยกว่า 10,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 43.3 รองลงมาเป็นผู้ที่มีรายได้ต่อเดือน 10,001-20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 23.8 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประเมินว่าตนเองจัดอยู่ในกลุ่มคนที่มีภาวะสุขภาพดีปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 59.0

2. พฤติกรรมการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างมีวัตถุประสงค์ในการท่องเที่ยวเพื่อการไปเยี่ยมญาติ/เยี่ยมเพื่อน และเพื่อการพักผ่อน ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 38.8 และ 37.8 ตามลำดับ) โดยมีการเดินปีละ 2 ครั้ง (ร้อยละ 32.8) สถานที่ท่องเที่ยวที่ไปมากที่สุดคือสถานที่ท่องเที่ยวตามธรรมชาติ เช่น ทะเล น้ำตก ภูเขา (ร้อยละ 41.3) เป็นการเดินทางเน้นที่ความประหยัด (ร้อยละ 67.3) มีครอบครัวและญาติเป็นผู้แนะนำการท่องเที่ยว (ร้อยละ

70.8) มีครอบครัวและญาติเป็นผู้ร่วมตัดสินใจในการเดินทางท่องเที่ยว (ร้อยละ 70.8) โดยเดินทางไปกับเองกับครอบครัวและญาติ (ร้อยละ 71.0) ส่วนใหญ่เดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัว (ร้อยละ 67.3) และการเดินทางท่องเที่ยวมีทั้งแบบไม่พักค้างคืนและพักค้างคืนในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน (ร้อยละ 46.3 และร้อยละ 53.7 ตามลำดับ) ในกรณีที่มีการพักค้างคืน ผู้สูงอายุจะพักค้างคืนที่บ้านญาติหรือบ้านเพื่อน (ร้อยละ 51.3) ส่วนใหญ่เลือกเดินทางตามโอกาสที่สะดวก ไม่จำเป็นต้องเดินทางท่องเที่ยวตามฤดูกาลหรือเทศกาลท่องเที่ยว (ร้อยละ 58.0) มีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวแต่ละครั้งน้อยกว่าหรือเท่ากับ 2,000 บาท และ 2,001-3,000 บาท ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน 2,001-3,000 บาท (ร้อยละ 26.8 และ 26.0 ตามลำดับ) กลุ่มตัวอย่างผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจากสื่อโทรทัศน์ (ร้อยละ 47.0) สำหรับอุปสรรคของการเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพส่วนใหญ่จะเป็นอุปสรรคในเรื่องความไม่สะดวกในการเดินทาง (ร้อยละ 35.0) รองลงมาเป็นอุปสรรคเรื่องความไม่สะดวกของสาธารณูปโภคในแหล่งท่องเที่ยว (ร้อยละ 19.3)

บุคลิกภาพและความสนใจในรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ

1. ความสนใจการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ จากการสอบถามความคิดเห็นผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างพบว่ายังมีความสนใจการใช้บริการกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบต่างๆ ไม่มากนัก รูปแบบที่สนใจเป็นเรื่องของการนวดแผนไทย/แผนโบราณ การประคบสมุนไพร และการใช้น้ำมันหอมระเหย ซึ่งผู้สูงอายุตอบว่ามีความสนใจอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบอื่นๆ ได้รับความสนใจ อยู่ในระดับน้อย สำหรับค่าใช้จ่ายที่เต็มใจจ่ายในการใช้บริการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการใช้บริการใน

รูปแบบใดก็ตาม โดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 200 บาท ดังนั้นจำนวนเงินสูงสุดที่เต็มใจจ่ายจะไม่เกิน 2,000 บาท และจำนวนเงินต่ำสุดอยู่ที่การได้ใช้บริการฟรีไม่มีค่าใช้จ่ายในการนั่งวีปัสสนา

2. ลักษณะบุคลิกภาพของผู้สูงอายุ ผู้สูงอายุในกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประเมินลักษณะบุคลิกภาพของตนเองในทางบวก คือ มีการประเมินว่าตนเองเป็นคนสนุกสนานร่าเริง เป็นคนมีเหตุผล ชอบเข้าสังคม ทันสมัย ชอบเที่ยวเป็นหมู่คณะมากกว่าที่จะประเมินว่าตนเองเป็นคนที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบเก็บตัว เจ้าอารมณ์

ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช

จากการผลการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา ระดับรายได้ และ ภาวะสุขภาพ โดยอายุมีอิทธิพลทางลบกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง เมื่อมีอายุมากขึ้นพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุจะลดน้อยลง ส่วนระดับการศึกษา ระดับรายได้ และ ภาวะสุขภาพมีอิทธิพลทางบวกกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ผู้สูงอายุที่มีระดับการศึกษาสูงมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้ที่มีระดับการศึกษาต่ำกว่า ผู้สูงอายุที่มีระดับรายได้สูงมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้ที่มีระดับรายได้ต่ำกว่า และผู้สูงอายุที่คิดว่าตนเองมีภาวะสุขภาพที่ดีกว่ามีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้ que คิดว่าตนเองมีภาวะสุขภาพที่ไม่ดี นอกจากนั้น ยังพบว่า เพศไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ ลักษณะบุคลิกภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุ โดยผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเก็บตัวมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม

การอภิปรายผล

1. จากผลการวิจัย พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวเป็นจำนวนเงินไม่มากนัก โดยในการท่องเที่ยวแต่ละครั้งใช้เงินไม่เกิน 3,000 บาท ทั้งนี้ เนื่องจากนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเป็นเกษตรกรมีรายได้ไม่มากและเนื่องจากปัจจุบันราคาของสินค้าการเกษตรตกต่ำ ทำให้ไม่สามารถใช้จ่ายในราคาที่สูงได้ ถ้าไปจ่ายในราคาที่แพงจะเกิดความเสียหาย และผู้สูงอายุจะไม่มีรายได้อื่นนอกจากเงินผู้สูงอายุ ดังนั้น การเดินทางท่องเที่ยวจะเน้นที่ความประหยัดโดย มีครอบครัวและญาติเป็นผู้แนะนำการท่องเที่ยวและมีครอบครัวและญาติเป็นผู้ร่วมตัดสินใจในการเดินทางท่องเที่ยว โดยเดินทางไปกับเองกับครอบครัวและญาติส่วนใหญ่เดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัว ในกรณีที่มีการพักค้างคืน ผู้สูงอายุจะพักค้างคืนที่บ้านญาติหรือบ้านเพื่อน ทั้งนี้ จะเห็นได้ว่าสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ในการท่องเที่ยวของกลุ่มตัวอย่างที่มีวัตถุประสงค์เพื่อไปเยี่ยมญาติ/เยี่ยมเพื่อน และเพื่อการพักผ่อน ซึ่งสอดคล้องกับลักษณะนิสัยใจคอชาวจังหวัดนครศรีธรรมราช และอุปนิสัยของคนภาคใต้ที่มีความรักความผูกพันกับญาติพี่น้อง การเดินทางท่องเที่ยวถือเป็นโอกาสได้เยี่ยมญาติ พี่น้อง และพบปะสังสรรค์ในช่วงเทศกาลต่างๆ ซึ่งจะเห็นได้บ่อยๆ ที่คนใต้ที่อยู่ในจังหวัดต่างๆ จะเดินทางกลับภูมิลำเนาในช่วงวันสงกรานต์ และวันงานบุญเดือนสิบ (Characteristics of People in Nakhon Si Thammarat province, 2010)

2. จากผลการวิจัย พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช ส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจากสื่อโทรทัศน์ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Amataphan, Phattana, and Ngowsiri (2017) ศึกษาเรื่อง Attitudes and Values of Senior Tourist Group Affecting Cultural Tourist Attractions in Nakhon Si Thammarat Province

พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุส่วนใหญ่ได้รับข้อมูลการท่องเที่ยวจากสื่อโทรทัศน์ด้วยเช่นกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Boonthieintham (2012) ศึกษาเรื่อง A Study of Factors Influencing the Travelling Decision and the Expectations and Satisfaction of Thai Tourists Visiting the Floating Markets in Talingchan District, Bangkok พบว่า นักท่องเที่ยวชาวไทยมีการเปิดรับข่าวสารเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ได้รับทราบข่าวจากสื่อโทรทัศน์มากที่สุด

3. จากผลการวิจัย พบว่า ลักษณะบุคลิกภาพมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช โดยผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเก็บตัวมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากกว่าผู้สูงอายุที่มีลักษณะบุคลิกภาพแบบชอบเข้าสังคม ทั้งนี้อาจเนื่องมาจาก ผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราชนิยมทำกิจกรรมการท่องเที่ยวประเภทการนวดแผนไทย การนวดแผนโบราณ การประคบสมุนไพร และการใช้น้ำมันหอมระเหย ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ต้องการความเป็นส่วนตัว ไม่ต้องเข้ากลุ่มทำกิจกรรมร่วมกับคนอื่น ๆ ความเป็นส่วนตัวไม่ยอมให้ใครรู้ว่าตนเองไปทำอะไรที่ไหน นอกจากนี้ การนวดแผนไทยในปัจจุบันโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลได้สนับสนุน ให้ชาวบ้านมาเรียนการนวด แผนโบราณ และเปิดศูนย์บริการทำให้ประชาชนสามารถเข้าถึงได้ง่าย และมีความสะดวกมากขึ้น และนอกจากนี้กลุ่มผู้สูงอายุที่อยู่ในชมรมผู้สูงอายุหรือ อสม. หรือ กลุ่มโรงเรียนผู้สูงอายุ จะมีการจัดกิจกรรมให้กับสมาชิกในกลุ่มหรือชมรม

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีความสนใจการใช้บริการกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นเรื่องของการนวดแผนไทย/แผนโบราณ การประคบสมุนไพร และการใช้

น้ำมันหอมระเหย อีกทั้งจำนวนเงินค่าใช้จ่ายที่เต็มใจจ่ายในการใช้บริการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโดยเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 200 บาท และยังคงต้องการได้ใช้บริการฟรีไม่มีค่าใช้จ่าย เพื่อเป็นการสนับสนุนให้ มีคุณภาพชีวิตที่ดี หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น องค์การบริหารส่วนจังหวัด หรือองค์การบริหารส่วนตำบลควรจัดกิจกรรม

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเน้นที่เรื่องการวางแผนไทย การวางแผนโบราณ การประคบสมุนไพร และการใช้น้ำมันหอมระเหย ไว้ให้บริการผู้สูงอายุ ทั้งนี้ อาจมีการเรียกเก็บค่าใช้จ่ายจากผู้สูงอายุบ้างตามสมควร โดยหน่วยงานภาครัฐให้การสนับสนุนค่าใช้จ่ายในบางส่วน

References

- Amataphan, S., Phattana, W., & Ngowsiri, S. (2017). *Attitudes and values of senior tourist group affecting cultural tourist attractions in Nakhon Si Thammarat province*. Retrieved from <http://conference.nu.ac.th/nrc13/downloadPro.php?plD=51&file=51.pdf> [In Thai]
- Boontheiintham, P. (2012). *A study of factors influencing the travelling decision and the expectations and satisfaction of Thai tourists visiting the floating markets in Talingchan district, Bangkok*. Master thesis for the degree of master of arts, Dhurakij Pundit University. [In Thai]
- Characteristics of People in Nakhon Si Thammarat province*. (2010). Retrieved from <http://oknation.nationtv.tv/blog/amnat/2010/04/20/entry-1> [In Thai]
- Engel, F. J., Blackwell, D. R., & Miniard, W. P. (1990). *Consumer behavior* (6th ed.). Hinsdale, IL: The Dryden.
- Kanjanawasee, S. (2002). *Evaluation theory*. Bangkok: Chulalongkorn University Press. [In Thai]
- Official Statistics Registration Systems. (2018). *Nakhon Si Thammarat province*. Retrieved from http://stat.dopa.go.th/stat/statnew/upstat_age_disp.php [In Thai]
- Schiffman, L. G., & Kanuk, L. L. (1994). *Consumer behavior* (5th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Sereerat, S. (1996). *Organization and management*. Bangkok: Wisitpattana. [In Thai]
- Taweessri, C. (2013). *Health tourism*. Retrieved from <https://www.l3nr.org/posts/166878> [In Thai]
- Tuntivechakul, P. (2003). Health Tourism. *Tourism Journal*, 22(1), 30-41. [In Thai]
- Yamane, T. (1973). *Statistics: An introductory analysis* (2nd ed.). New York: Harper & Row.