



รายงานการวิจัย

การพัฒนาเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ
Development Health Tourism Route for Old Age Pensioner

สิริกร เลิศลักษณ์ธาร

คณะวิทยาการจัดการ

พ.ศ.2554

งานวิจัยนี้ได้รับทุนอุดหนุนจากงบประมาณอุดหนุนการวิจัย
จากงบประมาณแผ่นดิน ประจำปีงบประมาณ 2554
สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม

กิตติกรรมประกาศ

รายงานวิจัยเรื่องการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เป็นโครงการวิจัยที่จัดทำขึ้นเพื่อให้สอดคล้องกับแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ สถานการณ์การท่องเที่ยวในโลกปัจจุบัน และพัฒนาอาจารย์ผู้การเป็นนักวิจัยรุ่นใหม่ ทางคณะผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่า งานวิจัยฉบับนี้ จะเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและใช้เป็นฐานข้อมูลภาษาต่างประเทศสำหรับการท่องเที่ยวในเขตภาคกลางต่อไป

คณะผู้วิจัยขอขอบคุณ สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม สำหรับทุนสนับสนุนอนุมัติงบประมาณการทำวิจัย และดร.ชนเศ ต่วนชะเอม ผู้ช่วยศาสตราจารย์เกษมกล สุขเกษม คณบดีคณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม และผู้ช่วยศาสตราจารย์เรือโท ดร.ไพฑูลย์ อ่อนมั่ง โครงการปริญญาเอกสาขาการวิจัยและพัฒนาหลักสูตร บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สำหรับการสอนวิธีวิจัยและทุกคำแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการทำวิจัย ซึ่งทำให้งานวิจัยเล่มนี้สำเร็จได้ด้วยดี

นอกจากนี้คณะผู้วิจัยขอขอบคุณอย่างยิ่งสำหรับ นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ ผู้ตอบแบบสอบถาม หน่วยงานและผู้ประกอบการธุรกิจ ตลอดจนประชาชนในท้องถิ่นและเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องตามแหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ในเส้นทางงานวิจัยฉบับนี้ ที่กรุณาเอื้อเฟื้อข้อมูลที่เป็นประโยชน์และให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลเพื่อทำวิจัยได้เป็นอย่างดีและขอขอบคุณบริษัท SIRILUX SORNPASATOUR สำหรับการเป็นล่ามแปลภาษา ถอดข้อความจากการสัมภาษณ์นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศและร่วมเขียนเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเรื่องนี้เป็นภาคภาษาอังกฤษ โดยอยู่ในความดูแลของ Dr.Andre Pierre Despres.

ศิริกร เลิศศักดิ์ธนาธาร

9 ธันวาคม 2554

ชื่อเรื่อง การพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ชื่อผู้วิจัย สิริกร เลิศลักษณ์ธาร

ปีที่วิจัย 2554

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสำรวจและประเมินศักยภาพของทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยว และจัดทำคู่มือการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุชาวไทยและชาวต่างประเทศ ซึ่งเป็นการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ 4 ขั้นตอน ประกอบด้วย การวางแผน การปฏิบัติ การสังเกตและการสะท้อนผล ระหว่างนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ประชาชนในท้องถิ่น ผู้ประกอบการธุรกิจสถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและผู้ดำเนินการวิจัย เพื่อมีส่วนร่วมในการดำเนินงานวิจัยและปฏิบัติงานควบคู่ไปกับผู้วิจัย ซึ่งเกิดจากฐานความคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่นำไปสู่การสร้างเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสำรวจเก็บรวบรวมข้อมูล แบบสัมภาษณ์ ผู้ประกอบการธุรกิจที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว สถานประกอบการ ประชาชนในท้องถิ่น เจ้าหน้าที่ผู้สนับสนุนทั้งในส่วนของภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง แบบสอบถามนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ จาก 16 เส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ ผลการวิจัยพบว่าการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไม่ใช่ได้ผลประโยชน์ทางเศรษฐกิจเพียงแต่ด้านธุรกิจอย่างเดียว แต่ความพึงพอใจที่นักท่องเที่ยวได้รับจะทำให้นักท่องเที่ยวที่ได้ใช้บริการเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเหล่านี้ กลายเป็นเหตุที่ดีจากการได้มีส่วนร่วมและแบ่งปันประสบการณ์กับผู้อื่น ด้วยเหตุนี้รัฐบาลจึงควรให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่ควรจรรีางไว้ซึ่งภูมิปัญญาไทยควบคู่กับการรักษาคุณภาพ ทั้งด้านการรักษาและการส่งเสริมสุขภาพตลอดจนการเต็มใจให้บริการ สำหรับประเทศไทยซึ่งได้รับการชื่นชมจากทั่วโลกว่าเป็นสุดยอดในด้านการให้บริการ และการเป็นศูนย์กลางในการรักษาสุขภาพ ทั้งสปา การนวดตัวแผนไทย ที่มีความเชี่ยวชาญในการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ดีที่สุดเช่นกัน นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุซึ่งมาจากหลายชาติ จะมีวัฒนธรรมแตกต่างกันไป แต่มีความคาดหวังเดียวกันคือคุณภาพในการบริการ ที่กำลังจะได้รับ โดยคาดหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคุณภาพนั้นต้องยอดเยี่ยมเป็นที่สุด

คำสำคัญ: การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ผู้สูงอายุ

Research Title Development Health Tourism Route for Old Age Pensioner

Researcher Sirikorn Loedlukthanathanathan

Researcher Year 2011

Abstract

The purposes of this research project on development health tourism route for old age pensioner in central region of Thailand. This research was quantitative and qualitative by action research procedure; plan act observe and reflection. According to the data collecting for this research, in-depth interview, participatory observation and questionnaires were used as a major tool. The study samplings consisted of the related 400 thai tourists and 400 foreign tourists. The research result were as the followings 16 health tourism routes. Health Tourism is not one time business. Satisfied customers are good Ambassadors as they share their experience with others. Health tourism Providers should maintain the best service quality also provide the best Health Care, Spa & Massage Centers and Competent Tour Operators in Health Tourism. Golden age tourists are coming from different nations having different cultures and expectations about the quality of service. They will be satisfied only if they received the best service quality from Health Tourism Providers. This research reveals that golden age tourists are expecting more from the skillful providers in Health Tourism. Therefore, strategies are framed to ensure best quality in this direction. In addition, Health Tourism Providers play remarkably the most important role as the Master key in Health Tourism industry to fulfill their wonderful experience, happiness and wellness. According to A Nouveau concept of Health Tourism in Central Thailand, you will undoubtedly see that you can have a treatment procedure, and a wonderful holiday at the same time, all at less cost that you would have paid for treatment procedure alone in the Overseas. Nevertheless guests are of view nowadays that Central Thailand offers value for money. There is no objection that guests seeking treatment procedure in Central Thailand get more for only a fraction of what it costs back home leaving them with extra money to spend on their favorite leisurely pursuits such as Sightseeing Highlights, Upcountry Excursions, Shopping and Beauty Treatment etc. Suggestion of this research was that should have establish of assembly, to cooperate between government and private individual, standard by government help to promote.

Keywords: Health Tourism, Old Age Pensioner.

สารบัญ

| | หน้า |
|---|------|
| กิตติกรรมประกาศ | ก |
| บทคัดย่อภาษาไทย | ข |
| บทคัดย่อภาษาอังกฤษ | ค |
| สารบัญ | ง |
| สารบัญภาพ | ฉ |
| สารบัญตาราง | ณ |
| บทที่ 1 บทนำ | |
| ความสำคัญและที่มาของปัญหาในการทำวิจัย | 1 |
| วัตถุประสงค์ของการวิจัย | 3 |
| ขอบเขตของการวิจัย | 3 |
| นิยามศัพท์เฉพาะ | 4 |
| กรอบแนวคิดในการวิจัย | 6 |
| บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง | |
| แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการท่องเที่ยว | 7 |
| แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 10 |
| แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 25 |
| แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ | 126 |
| งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง | 133 |
| บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย | |
| ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย | 143 |
| การเลือกกลุ่มตัวอย่าง และเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย | 146 |
| การวิเคราะห์ข้อมูล | 147 |
| บทที่ 4 ผลการวิจัย | 149 |
| บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ | |
| สรุปผลการวิจัย | 172 |
| อภิปรายผล | 172 |
| ข้อเสนอแนะ | 188 |

สารบัญ (ต่อ)

| | หน้า |
|-----------------|------|
| บรรณานุกรม | 190 |
| ภาคผนวก | 195 |
| ประวัติผู้วิจัย | 235 |

สารบัญภาพ

| | หน้า |
|---|------|
| ภาพที่ 1 วัดปากคลองมะขามเฒ่า (วัดหลวงปู่ศุข) | 25 |
| ภาพที่ 2 เชื้อนเจ้าพระยา | 25 |
| ภาพที่ 3 วัดพระมหาธาตุ | 26 |
| ภาพที่ 4 สวนนกชัยนาท | 27 |
| ภาพที่ 5 วัดพระปฐมเจดีย์ราชวรวิหาร | 28 |
| ภาพที่ 6 พุทธมณฑล | 29 |
| ภาพที่ 7 พิพิธภัณฑ์พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว (พระราชมังคลาภิเษก) | 30 |
| ภาพที่ 8 สวนสมุนไพรสิรินธร | 33 |
| ภาพที่ 9 ดินแม่น้ำเจ้าพระยา | 33 |
| ภาพที่ 10 บึงบอระเพ็ด | 34 |
| ภาพที่ 11 อุทยานสวรรค์ | 34 |
| ภาพที่ 12 ศาลเจ้าพ่อเทพารักษ์ – เจ้าแม่ทับทิม | 35 |
| ภาพที่ 13 พิพิธภัณฑ์จีนเสน (อ.ตาคี) | 35 |
| ภาพที่ 14 พิพิธภัณฑ์หินแปลก | 38 |
| ภาพที่ 15 หออัครศิลปิน | 39 |
| ภาพที่ 16 พระที่นั่งไอศวรรย์ทิพย์อาสน์ | 39 |
| ภาพที่ 17 พระที่นั่งวิมุกตปราสาท | 40 |
| ภาพที่ 18 วัดนิเวศธรรมประวัติ | 41 |
| ภาพที่ 19 ศูนย์ศิลปาชีพบางไทร | 42 |
| ภาพที่ 20 สวนรุกขชาติน้ำตกวังก้านเหลือง | 43 |
| ภาพที่ 21 เชื้อนป่าสักชลสิทธิ์ | 43 |
| ภาพที่ 22 หุ่นงานตะวัน | 44 |
| ภาพที่ 23 พิพิธภัณฑ์เปิดบ้าน ไปงมะนาว | 45 |
| ภาพที่ 24 สวนสัตว์ลพบุรี | 45 |
| ภาพที่ 25 พระสมุทรเจดีย์ | 46 |
| ภาพที่ 26 ป้อมพระจุลจอมเกล้า หรือ ป้อมพระจุล | 47 |
| ภาพที่ 27 ป้อมแผลงไฟฟ้า | 48 |
| ภาพที่ 28 พิพิธภัณฑ์ทหารเรือ | 49 |

สารบัญภาพ (ต่อ)

| | หน้า |
|---|------|
| ภาพที่ 29 ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง | 50 |
| ภาพที่ 30 ศาลพระเสื้อเมือง | 50 |
| ภาพที่ 31 ศาลเจ้ามูลนิชิธรรมกัตัญญู (เสียนหล่อใต้เทียนกง) | 50 |
| ภาพที่ 32 เมืองโบราณ | 51 |
| ภาพที่ 33 คอนหอยหลอด | 52 |
| ภาพที่ 34 คอนหอยหลอด | 53 |
| ภาพที่ 35 หอยหลอด | 54 |
| ภาพที่ 36 วัดศรัทธาธรรม | 55 |
| ภาพที่ 37 วัดบ้านแหลม หรือ วัดเพชรสมุทรวรวิหาร | 56 |
| ภาพที่ 38 หลวงพ่อวัดบ้านแหลม | 57 |
| ภาพที่ 39 ศาลพันท้ายนรสิงห์ | 58 |
| ภาพที่ 40 นางุ้งนาเกลือ | 59 |
| ภาพที่ 41 พื้นที่ศึกษาธรรมชาติป่าชายเลนอ่าวมหาชัย | 59 |
| ภาพที่ 42 ปากอ่าวมหาชัย | 60 |
| ภาพที่ 43 คอนหอยแครง | 60 |
| ภาพที่ 44 แหล่งผลิตเบญจรงค์ | 61 |
| ภาพที่ 45 คลองโคกขาม | 61 |
| ภาพที่ 46 อนุสาวรีย์วีรชนค่ายบางระจัน และอุทยานค่ายบางระจัน | 62 |
| ภาพที่ 47 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติอินทร์บุรี | 63 |
| ภาพที่ 48 เมืองโบราณบ้านคูเมือง | 63 |
| ภาพที่ 49 คูค่ายพม่า | 64 |
| ภาพที่ 50 อุทยานแม่ลามหาราชาานุสรณ์ | 64 |
| ภาพที่ 51 แหล่งเตาเผาแม่น้ำน้อย | 65 |
| ภาพที่ 52 พระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ | 66 |
| ภาพที่ 53 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ ชวนาไทย | 66 |
| ภาพที่ 54 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ สุพรรณบุรี | 67 |
| ภาพที่ 55 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ อุทอง | 68 |
| ภาพที่ 56 อนุสาวรีย์นายดอก นายทองแก้ว | 71 |

สารบัญภาพ (ต่อ)

| | หน้า |
|--|------|
| ภาพที่ 57 วัดป่าโมกวรวิหาร | 71 |
| ภาพที่ 58 หมู่บ้านจักสาน | 72 |
| ภาพที่ 59 ศูนย์ตุ๊กตาชาววังบ้านบางเสด็จ | 73 |
| ภาพที่ 60 หมู่บ้านทำกลอง | 74 |
| ภาพที่ 61 วัดขุนอินทประมูล | 74 |
| ภาพที่ 62 วัดสี่ร้อย | 75 |
| ภาพที่ 63 ทางรถไฟสายมรณะ | 80 |
| ภาพที่ 64 ค่านเจดีย์สามองค์ | 81 |
| ภาพที่ 65 พิพิธภัณฑสถานสงครามโลกครั้งที่ 2 | 82 |
| ภาพที่ 66 พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติบ้านเก่า | 84 |
| ภาพที่ 67 สะพานข้ามแม่น้ำแคว | 84 |
| ภาพที่ 68 ช่องเขาขาดพิพิธภัณฑสถานแห่งความทรงจำ | 85 |
| ภาพที่ 69 อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์ | 86 |
| ภาพที่ 70 น้ำพุร้อนหินดาด | 87 |
| ภาพที่ 71 อุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์ | 88 |
| ภาพที่ 72 อุทยานแห่งชาติเอราวัณ | 90 |
| ภาพที่ 73 อุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน | 94 |
| ภาพที่ 74 เขื่อนแก่งกระจาน | 96 |
| ภาพที่ 75 พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน | 96 |
| ภาพที่ 76 พระรามราชนิเวศน์ | 97 |
| ภาพที่ 77 หาดเจ้าสำราญ | 98 |
| ภาพที่ 78 หาดชะอำ | 99 |
| ภาพที่ 79 พิพิธภัณฑสถานพื้นบ้านวัดม่วง | 104 |
| ภาพที่ 80 น้ำตกเก้าชั้น | 108 |
| ภาพที่ 81 วัดโสธรวรารามวรวิหาร | 111 |
| ภาพที่ 82 โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า | 117 |
| ภาพที่ 83 เมืองโบราณดงละคร | 119 |

สารบัญตาราง

| | หน้า |
|---|------|
| ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับเพศของผู้ตอบแบบสอบถาม | 149 |
| ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม | 149 |
| ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม | 150 |
| ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม | 151 |
| ตารางที่ 5 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม | 151 |
| ตารางที่ 6 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับรายได้ต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถาม | 152 |
| ตารางที่ 7 ตารางสรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัดชัยนาท | 153 |
| ตารางที่ 8 ตารางสรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัดนครปฐม | 154 |
| ตารางที่ 9 ตารางสรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัด นครสวรรค์ | 155 |
| ตารางที่ 10 ตารางสรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัด สมุทรปราการ | 156 |
| ตารางที่ 11 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด นนทบุรี | 157 |
| ตารางที่ 12 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดอยุธยา | 158 |
| ตารางที่ 13 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดลพบุรี | 159 |
| ตารางที่ 14 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด สมุทรสงคราม | 160 |
| ตารางที่ 15 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด สิงห์บุรี | 161 |
| ตารางที่ 16 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด สระบุรี | 162 |
| ตารางที่ 17 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด อ่างทอง | 163 |
| ตารางที่ 18 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด สุพรรณบุรี | 164 |
| ตารางที่ 19 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด ปราจีนบุรี | 165 |

สารบัญตาราง (ต่อ)

| | หน้า |
|--|------|
| ตารางที่ 20 สรุปลักษณะลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัด กาญจนบุรี | 166 |
| ตารางที่ 21 แสดงความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศและชาวไทยที่มีต่อ จังหวัดที่อยู่ | 168 |
| ตารางที่ 22 แสดงผลความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวที่มีต่อ โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิง สุขภาพแบบค้างคืนในเขตภาคกลาง 3 จังหวัด | 170 |

บทที่ 1

บทนำ

ความสำคัญและที่มาของปัญหาในการทำวิจัย

ในช่วงเวลาที่เศรษฐกิจทั้งโลกกำลังอ่อนลง สิ่งที่น่าหวังคือเศรษฐกิจการท่องเที่ยว ซึ่งมีความผันผวนตามรายได้มากกว่าภาคเศรษฐกิจอื่นเพราะการท่องเที่ยวจัดเป็นสินค้าประเภทฟุ่มเฟือย ประเทศที่พึ่งพาสินค้าทางการท่องเที่ยว เช่นประเทศไทยจะแก้ไขปัญหาอย่างไร ยังมีการท่องเที่ยวประเภทหนึ่งที่แม้รายได้ลดลงก็สามารถที่จะทวนกระแสนี้ได้ การท่องเที่ยวตลาดเฉพาะกลุ่ม เช่น การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การท่องเที่ยวของผู้เกษียณอายุแล้ว หรือแม้แต่การท่องเที่ยวของผู้มาพักระยะยาว เป็นต้น

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพกำลังเป็นที่กล่าวขานว่า เป็นขุมทองขุมใหญ่ของการท่องเที่ยวเฉพาะกลุ่มในหลายประเทศ จากการสำรวจค่ารักษาพยาบาลในสหรัฐที่สูงขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งมีกฎระเบียบควบคุมที่คำนวณกันว่า ชาวอเมริกันสามารถลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลลงได้ร้อยละ 85 แต่ถ้าออกไปรักษาพยาบาลนอกประเทศก็จะทำให้โรงพยาบาลในสหรัฐสูญเสียรายได้ถึง 160 พันล้านเหรียญต่อปีประกอบกับในปัจจุบันชาวอเมริกันประมาณร้อยละ 45 ไม่มีประกันสุขภาพ และมีการประเมินว่าเฉพาะชาวอเมริกัน ที่จะเดินทางไปรับการรักษาพยาบาลในรูปของ Medical tourism มากถึง 10 ล้านคน ในปี 2553 สามารถสร้างรายได้ให้ประเทศกำลังพัฒนาได้ไม่ต่ำกว่า 21 พันล้านเหรียญสหรัฐต่อปี

ทุกวันนี้ประเทศในภูมิภาคเอเชียหลายประเทศ เช่น อินเดีย สิงคโปร์ ไทย จึงกำลังแข่งขันกันเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพื่อรองรับการรักษาพยาบาลคนต่างประเทศ ประกอบกับการบริการที่น่าเชื่อถือ ต่างประเทศจึงนิยมมารับการรักษาพยาบาลในประเทศไทยซึ่งจะเห็นได้จากคนไข้ต่างประเทศที่มารักษาพยาบาลที่โรงพยาบาลที่เป็นที่นิยมที่สุดในเมืองไทยเพียงแห่งเดียว ในปี พ.ศ.2550 ที่นิตยสาร Economist รายงานว่า โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์มีคนไข้อเมริกันถึง 33,000 คน จากตัวเลขจึงถือเป็นโอกาสทองของประเทศที่จะพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพซึ่งถือว่าเป็นโอกาสพิเศษ (blue ocean) ของประเทศกำลังพัฒนา เช่น ประเทศไทย จากการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่สามารถเพิ่มมูลค่าทำราคาได้สูงและลดการย้ายถิ่นไปทำงานต่างประเทศของคนไทยจึงสร้างแรงจูงใจให้รัฐบาลหันมาสนใจเรื่องนี้มากขึ้น ดังเห็นได้จากการประชุมสุขภาพโลกและการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพโลกประจำปีครั้งที่ 2 ที่ลอสแอนเจลิส รัฐแคลิฟอร์เนีย ซึ่งเป็นการประชุมอย่างเป็นทางการของสมาคมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (สมาคมสุขภาพโลก) และได้รับ

การสนับสนุนโดยนิตยสาร Medical Tourism Magazine ซึ่งเป็นสิ่งพิมพ์อย่างเป็นทางการของสมาคมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การประชุมนี้เป็นการประชุมเดี่ยวในแต่ละปีที่บริษัทการวางแผนด้านสุขภาพ บริษัทประกัน บริษัทท่องเที่ยว และหน่วยงานรัฐจำนวนมากจากทั่วโลกจะมารวมตัวกันเพื่อเป็นพันธมิตรกับโรงพยาบาลจากนานาประเทศ

ดีลอยท์ (Deloitte) ผู้เชี่ยวชาญด้านธุรกิจบริการระดับโลก คาดการณ์ว่าในปีหน้าจะมีผู้ป่วยชาวอเมริกันราว 1.6 ล้านคนที่เดินทางไปยังประเทศอื่นเพื่อดูแลส่งเสริมสุขภาพและรักษาโรค หรือมากกว่าในปี พ.ศ. 2550 ถึง 2 เท่า ตลาดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของไทยจึงมีแนวโน้มเติบโตได้อย่างรวดเร็วตามกระแสการเอาใจใส่ดูแลในด้านสุขภาพที่กำลังมาแรงในปัจจุบัน ถึงแม้ว่าจะประสบกับการแข่งขันที่รุนแรงจากประเทศเพื่อนบ้าน แต่ไทยก็ยังคงเป็นหนึ่งใน 4 ประเทศภูมิภาคเอเชียที่ได้รับการยอมรับในการบริการด้านสุขภาพจากนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ ทั้งยุโรป สหรัฐอเมริกา ตะวันออกกลาง และเอเชีย อีกทั้งยังมีอีกหลายปัจจัยสำคัญที่สนับสนุน โดยเฉพาะความได้เปรียบในเรื่องค่าใช้จ่ายและค่าบริการด้านการแพทย์ที่ถูกกว่า บวกกับจุดเด่นในด้านการบริการของคนไทยที่นุ่มนวลและอ่อนโยน จึงสร้างความประทับใจให้กับผู้มาใช้บริการได้เป็นอย่างดี

การขยายตลาดท่องเที่ยวเชิงสุขภาพไม่เพียงแต่จะเพิ่มพูนรายได้ด้านบริการทางการแพทย์ แต่ยังมีรายได้ในส่วนบริการด้านการท่องเที่ยวอื่นๆ ตามมาเพิ่มเติม จากการพักผ่อนท่องเที่ยวหรือการพักผ่อนของคนไข้ที่เข้ารับบริการทางการแพทย์ ญาติพี่น้องที่ติดตามมาดูแล ซึ่งจะต้องมีค่าใช้จ่ายในด้านต่างๆ ระหว่างที่พำนักอยู่ในประเทศไทย โรงพยาบาลเอกชนบางแห่งเป็นพันธมิตรทางธุรกิจ คือมีการตั้งเคาน์เตอร์ของบริษัทนำเที่ยวภายในโรงพยาบาลเพื่อขายโปรแกรมนำเที่ยวภายในประเทศให้แก่คนไข้และญาติที่ติดตามมา ซึ่งส่วนใหญ่จะอยู่ในกรุงเทพฯ และเมืองท่องเที่ยวสำคัญ เช่น ภูเก็ต พัทยา และเชียงใหม่ เพราะมีความพร้อมในบริการทางการแพทย์ และบริการด้านการท่องเที่ยวในรูปแบบต่างๆ

จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยจึงสนใจที่จะขยายเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ออกต่างจังหวัด โดยเริ่มจากในเขตภาคกลาง ซึ่งอยู่ไม่ไกลจากกรุงเทพมหานครที่ทรงเสน่ห์ และจากการศึกษาข้อมูลปฐมภูมิก็พบว่าค่อนข้างมีความพร้อมในเบื้องต้นเพื่อจะได้เป็นต้นแบบนำร่องให้กับจังหวัดอื่นที่ใกล้เคียงไปสู่การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้ได้มาตรฐานสากล และเป็นที่รู้จักแก่นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อสำรวจทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุชาวไทยและชาวต่างประเทศ
2. เพื่อประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุชาวไทยและชาวต่างประเทศ
3. เพื่อจัดทำคู่มือการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุชาวไทยและชาวต่างประเทศ

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบผสมระหว่างการวิจัยเชิงปริมาณและการวิจัยเชิงคุณภาพระหว่างนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ประชาชนในท้องถิ่น เจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้องและผู้ประกอบการ ผู้วิจัยได้กำหนดขอบเขตของการวิจัยไว้ดังนี้

1. ขอบเขตด้านพื้นที่ในการวิจัย

พื้นที่ในการศึกษาวิจัย คือ จังหวัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุและอยู่ในเขตภาคกลางทั้งของรัฐบาลและเอกชน เช่น กรุงเทพมหานคร ชัยนาท นครปฐม นนทบุรี ปทุมธานี อ่างทอง พระนครศรีอยุธยา ลพบุรี สมุทรปราการ สมุทรสงคราม สมุทรสาคร สิงห์บุรี สระบุรี สุพรรณบุรี ปราจีนบุรี และจังหวัดกาญจนบุรี

2. ขอบเขตด้านระยะเวลาในการวิจัย

ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งเป็น 3 ช่วงคือ

- 1) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลพื้นฐานของพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว
- 2) ลงพื้นที่

2.1 สำรวจศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

2.2 สัมภาษณ์ สอบถาม เก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ

ตามแหล่งท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ

ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม ดังนี้

1. นักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ได้แก่ นักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวและใช้บริการตามแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในจังหวัดเขตภาคกลาง

2. ประชาชนในท้องถิ่น ได้แก่ ผู้ที่อาศัยอยู่ในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจังหวัดเขตภาคกลาง
3. ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยว ได้แก่ ผู้ดำเนินการธุรกิจท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและผู้ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว
4. เจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ กลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องตามแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในจังหวัดที่อยู่ในเขตภาคกลาง องค์การบริหารส่วนตำบล องค์การบริหารส่วนจังหวัด หอการค้าจังหวัด การท่องเที่ยวจังหวัด
- 3) การสร้างคู่มือเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคกลางฉบับภาษาต่างประเทศ
 - 3.1 ฉบับร่างจากการลงพื้นที่และสำรวจข้อมูลพื้นฐาน
 - 3.2 การหาคุณภาพของคู่มือจากผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษาต่างประเทศและด้านการท่องเที่ยว

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การพัฒนา หมายถึง กระบวนการเปลี่ยนแปลง ซึ่งมีปัจจัยการท่องเที่ยว เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อมเกี่ยวเนื่องสัมพันธ์กันเพื่อให้เกิดความสมดุล และสามารถตอบสนองความต้องการของชุมชนและผู้ที่เกี่ยวข้องในปัจจุบันได้จนถึงอนาคต
2. เส้นทางการท่องเที่ยว หมายถึง กิจกรรมท่องเที่ยวที่ได้วางแผนไว้ล่วงหน้า โดยมีกำหนดการที่ระบุ สถานที่ เวลาและผู้รับผิดชอบในการปฏิบัติกิจกรรมตามเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในพื้นที่ภาคกลาง
3. การท่องเที่ยว หมายถึง กิจกรรมการเดินทางจากที่อยู่อาศัยไปยังท้องถิ่นอื่นชั่วคราวเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เพื่อหาความสนุกสนาน โดยมีได้เป็นการตั้งถิ่นฐานถาวร
4. การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง การเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมแหล่งท่องเที่ยวต่างๆทั้งที่เป็นทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อพักผ่อนหย่อนใจ คลายเครียด รักษาสุขภาพ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งที่มีอยู่ใน โปรแกรมท่องเที่ยวไปทำกิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งแบ่งเป็นการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพกับการท่องเที่ยวเชิงฟื้นฟูสุขภาพ
5. นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ หมายถึง นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศที่เดินทางออกจากบ้านเพื่อใช้บริการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตภาคกลาง ที่มีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป โดยไม่มีจุดประสงค์เพื่อการประกอบอาชีพหรือหารายได้ เป็นการท่องเที่ยวแบบพักผ่อนหรือไปเข้า-เย็นกลับ ในช่วงระยะเวลาการเก็บรวบรวมข้อมูล

6. จังหวัดในเขตภาคกลาง หมายถึง จังหวัดในเขตภาคกลางเฉพาะที่มีอยู่ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ กรุงเทพมหานคร นครปฐม นนทบุรี พระนครศรีอยุธยา สมุทรปราการ สมุทรสงคราม สมุทรสาคร สระบุรี ปราชินบุรี และกาญจนบุรี

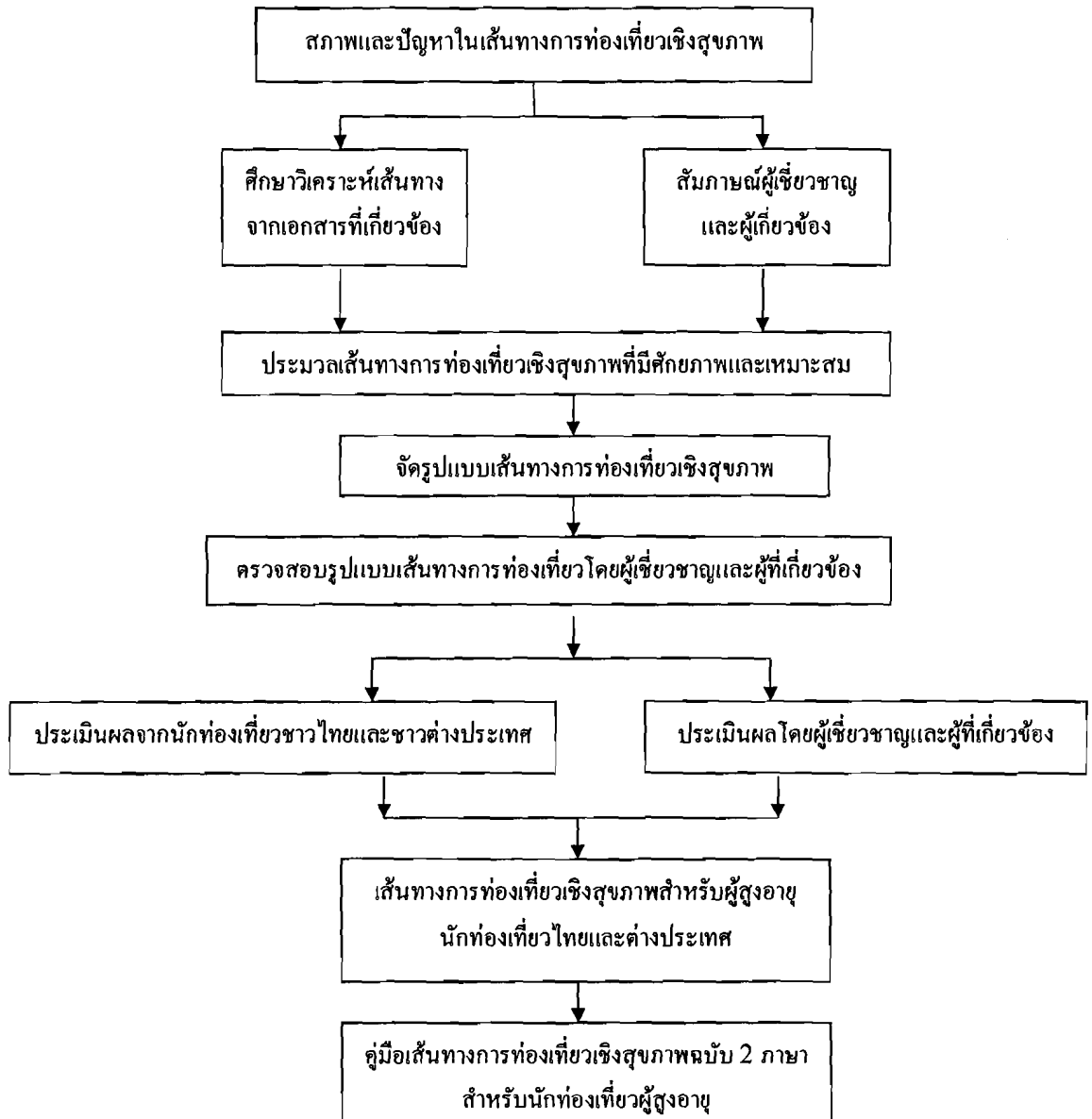
7. ผู้ดำเนินกิจกรรมการท่องเที่ยว หมายถึง ผู้มีหน้าที่ในการปฏิบัติงานและให้บริการตามแหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ในเส้นทางกรท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ได้แก่ ผู้ดำเนินธุรกิจท่องเที่ยว มัคคุเทศก์ และเจ้าหน้าที่ผู้ให้บริการนักท่องเที่ยว

8. ประชาชนในท้องถิ่น หมายถึง ผู้ที่อาศัยอยู่ในบริเวณแหล่งท่องเที่ยวบนเส้นทางกรท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ รวมถึงผู้ประกอบการท่องเที่ยว ร้านค้า ร้านขายของที่ระลึกตามแหล่งท่องเที่ยว

9. เจ้าหน้าที่กรท่องเที่ยว หมายถึง กลุ่มเจ้าหน้าที่ ผู้ดูแล ผู้รักษาความปลอดภัย และประสานงานตามแหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

กรอบแนวคิดในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยแบบผสมระหว่างการวิจัยเชิงสำรวจและการวิจัยเชิงคุณภาพโดยใช้กระบวนการ PAOR ตามแนวคิดของเคมมิสและแมก ทากาด (Kemmis; & Mc Taggart. 1990:11) มากำหนดเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตภาคกลางซึ่งประกอบด้วยแนวคิดการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่สอดคล้องกับความต้องการของผู้สูงอายุ ดังภาพประกอบต่อไปนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่องการพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคกลาง ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าจากเอกสาร ตำรา บทความและงานวิจัยต่างๆที่เกี่ยวข้อง โดยนำเสนอแนวคิด ทฤษฎีตามลำดับหัวข้อต่อไปนี้

1. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการท่องเที่ยว
2. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
3. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
4. แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับการท่องเที่ยว

1.1 ความหมายของการท่องเที่ยว

สำหรับความหมายของการท่องเที่ยว ผู้เชี่ยวชาญด้านการท่องเที่ยวให้ความหมายแตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับบริบทการพิจารณาการท่องเที่ยวว่าเกี่ยวข้องกับเรื่องธุรกิจ หรือกิจกรรม เพื่อความเพลิดเพลินของมนุษย์ การให้ความหมายจึงขึ้นอยู่กับพื้นฐานดังกล่าวที่มีต่อการท่องเที่ยว อย่างไรก็ตาม การอธิบายความหมายของการท่องเที่ยว สามารถแยกแยะได้ดังนี้

พอนด์ (Pond. 1993 : 35) การท่องเที่ยว หมายถึง กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการจัดบริการและการอำนวยความสะดวกเพื่อให้เกิดความสุขสบายในการเดินทาง

มิลล์ (Mill. 1990 : 359) การท่องเที่ยว หมายถึง การจัดกิจกรรมทั้งหมดที่เกี่ยวกับการสร้างความประทับใจ การบริการ และการสร้างความพึงพอใจให้กับนักท่องเที่ยว

สตีเวน (Stevens. 1985 : 3) การท่องเที่ยว หมายถึง การเดินทางจากสถานที่หนึ่ง ไปสู่สถานที่หนึ่งโดยวิธีการและวัตถุประสงค์ในการเดินทางที่ต่างกันหรือบางครั้งเมื่อเดินทางแล้วไม่กลับมาสถานที่เดิม

ฉลองศรี พิมลสมพงศ์ (2542 : 4) การท่องเที่ยว หมายถึง การเดินทางจากที่อยู่อาศัยปกติไปยังที่อื่นเป็นการชั่วคราว การเดินทางด้วยความสมัครใจและการเดินทางด้วยวัตถุประสงค์ใดๆ ก็ตามที่มีไว้เพื่อการประกอบอาชีพหรือหารายได้

กล่าวโดยสรุป การท่องเที่ยว (Tourism) หมายถึง การเดินทางเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ เพื่อหาความสนุกสนาน เพื่อการประชุมสัมมนา เพื่อการศึกษา เพื่อการศาสนา หรือเพื่อวัตถุประสงค์อื่นๆ แต่ไม่ใช่เป็นการประกอบอาชีพและตั้งถิ่นฐานเป็นการถาวร

1.2 แรงจูงใจในการท่องเที่ยว

แรงจูงใจในการท่องเที่ยว เดวิดสัน (Davidson, 1995 : 2-4) ได้อธิบายวัตถุประสงค์ของการท่องเที่ยวไว้ 3 ประการ

1.2.1 การท่องเที่ยวในเวลาว่าง (Leisure tourism) ได้แก่ การท่องเที่ยวในวันหยุด การเล่นกีฬา การท่องเที่ยวเพื่อชมศิลปวัฒนธรรม และการเยี่ยมญาติมิตร

1.2.2 การท่องเที่ยวทางธุรกิจ (Business tourism) ได้แก่ การท่องเที่ยวเพื่อการติดต่อทางด้านธุรกิจ การท่องเที่ยวเพื่อชมการแสดงสินค้าหรือการแสดงนิทรรศการ และการประชุมทางด้านธุรกิจ

1.2.3 การท่องเที่ยวเพื่อวัตถุประสงค์อื่น ได้แก่ การศึกษาเล่าเรียนในระยะเวลาสั้นๆ การท่องเที่ยวเพื่อรักษาสุขภาพ การท่องเที่ยวเพื่อศาสนกิจ

จากแรงจูงใจในการท่องเที่ยว แสดงให้เห็นว่าการท่องเที่ยวมีหลายวัตถุประสงค์ เช่น เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ การติดต่อทางธุรกิจ หรือ วัตถุประสงค์อื่นๆ แต่การท่องเที่ยวต้องเป็นการเดินทางชั่วคราว ไม่ใช่ประกอบอาชีพถาวร และไม่เป็นการถูกบังคับต้องเดินทางด้วยความสมัครใจ

1.3 องค์ประกอบของแหล่งท่องเที่ยว

การท่องเที่ยวจะบรรลุวัตถุประสงค์ได้นั้น แหล่งท่องเที่ยวต้องมีองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการ หรือ 3 A คอเลียร์ และฮาร์ราเวย์ (Collier, & Harraway, 1997: 18)

1.3.1 สิ่งดึงดูดใจ (Attraction) สิ่งดึงดูดใจเกิดจากสถานที่ (Sites) และเหตุการณ์ (Events) สถานที่อาจเกิดจากธรรมชาติสร้างหรือมนุษย์สร้างขึ้น แต่เหตุการณ์ที่นำประทับใจเกิดจากมนุษย์สร้างเพียงอย่างเดียว สิ่งดึงดูดใจ เช่น ศิลปวัฒนธรรม โบราณวัตถุ โบราณสถาน ภูเขา สวนสนุก งานแสดงสินค้า การแข่งขันกีฬา ฯลฯ

1.3.2 สิ่งอำนวยความสะดวก (Amenities) ความสะดวกสบายทำให้นักท่องเที่ยวหรือคนเดินทางเข้าไปถึง ดังนั้นการก่อสร้างปัจจัยพื้นฐานในการผลิต (Infrastructure) เช่น ระบบการขนส่ง ระบบการสื่อสาร ระบบสาธารณูปโภค จึงเป็นสิ่งจำเป็นในแหล่งท่องเที่ยว ตลอดจนระบบการกำจัดของเสียก็เป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องพัฒนาควบคู่กัน ไปด้วยกับแหล่งท่องเที่ยว

1.3.3 การเข้าถึง (Accessibility) การเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวต้องมีระบบการขนส่ง (Transportation) ซึ่งประกอบด้วย เส้นทาง (Way) พาหนะ (Vehicle) สถานี (Terminal) และผู้ประกอบการ (Carrier) การขนส่งมีวัตถุประสงค์ ในการลำเลียงคนและสิ่งของไปยังจุดหมาย โดยผ่านเส้นทางเข้าถึงศูนย์กลางของการท่องเที่ยว นั้น จะต้องมีคมนาคมที่พร้อมในแหล่งท่องเที่ยว สามารถติดต่อเชื่อมโยงกันระหว่างพื้นที่หรือบริเวณใกล้เคียง ไม่ว่าจะเป็นรถยนต์ รถไฟ เรือ เครื่องบิน ฯลฯ แล้วแต่ความจำเป็น จุดท่องเที่ยวหรือศูนย์กลางการท่องเที่ยวใดก็ตามถ้าขาดสิ่งซึ่งเส้นทางคมนาคมที่จะเข้าถึงได้แล้ว สถานที่ท่องเที่ยว นั้นไม่อาจจะสวยงามแปลกตาประทับใจเพียงใดก็ย่อมจะไร้คุณค่าอย่างสิ้นเชิง

องค์ประกอบข้างต้นทั้ง 3 เป็นสิ่งสำคัญสำหรับการท่องเที่ยว สิ่งอำนวยความสะดวกหรือปัจจัยพื้นฐานในการผลิตบางอย่างอาจมีความจำเป็นน้อย เพราะกลุ่มบุคคลดังกล่าว ต้องการศึกษแหล่งท่องเที่ยวที่มีสภาพใกล้เคียงกับธรรมชาติและวัฒนธรรมเดิม การสร้างปัจจัยการผลิตและสิ่งอำนวยความสะดวก ถ้าปราศจากการวางแผนที่ดีก็ย่อมกระทบต่อทรัพยากรการท่องเที่ยวและเปลี่ยนแปลงวัฒนธรรมของคนในท้องถิ่น

1.4 ทรัพยากรการท่องเที่ยว

ทรัพยากรการท่องเที่ยว แบ่งได้ 2 ประเภท (วรรณ วลัยวานิช. 2539: 27-28)

1.4.1 ทรัพยากรท่องเที่ยวทางธรรมชาติ เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติมีลักษณะเด่น แปลก สวยงาม มีคุณค่าต่อการเข้าไปพักผ่อนหย่อนใจหรือแสวงหาความรู้

1.4.1.1 ทรัพยากรที่เสริมสร้างขึ้นใหม่ได้ตามกระบวนการธรรมชาติ (Renewable) ทรัพยากรประเภทนี้เมื่อใช้แล้วก็สร้างเสริมขึ้นใหม่ได้ โดยการคืนรูปตามขบวนการธรรมชาติ แต่อาจสูญสิ้นไปได้ เช่น ป่าไม้ สัตว์ป่า หน้าผา ถ้ำ น้ำตก หาดทราย เกาะ ฯลฯ

1.4.1.2 ทรัพยากรที่เสริมสร้างขึ้นใหม่ไม่ได้ (Non-renewable) เช่น แสงแดด อากาศ พลังงานน้ำ พลังงานจากแสงอาทิตย์ พลังงานลม ทรัพยากรดังกล่าว ไม่มีการสูญสิ้น

ทรัพยากรการท่องเที่ยวทางน้ำเป็นรูปแบบหนึ่งของการท่องเที่ยวที่ใช้เส้นทางน้ำ เป็นสื่อกลางการท่องเที่ยว ซึ่งอาจเป็นเพียงเส้นทางคมนาคม หรือเป็นการท่องเที่ยวที่จัดกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลินด้วย แหล่งท่องเที่ยวทางน้ำคือแหล่งท่องเที่ยวประเภทต่าง ๆ ซึ่งตั้งอยู่ในลำน้ำหรือบนสองฟากฝั่งของลำน้ำ เป็นที่นิยมทั้งนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ เนื่องจากอากาศเย็นสบาย และได้เห็นวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของชาวบ้านริมแม่น้ำ เช่น การเล่นน้ำของเด็ก การเร่ขายของตามลำน้ำ เป็นสิ่งดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยว

ที่ศึกษาของได้ให้คำปรึกษาการศึกษาของหน่วยงานที่ศึกษาซึ่งสามารถนำไปใช้ได้ใน

2.1 การท่องเที่ยวสุขภาพ (Health Tourism) มีบุคคลและหน่วยงานหลายฝ่าย

สุขภาพ สามารถแยกแยะได้ดังนี้

ซึ่งกล่าวถึงผู้ให้บริการสุขภาพของหน่วยงานสุขภาพ การอธิบายความหมายของการท่องเที่ยวสุขภาพ
ในรูปของธุรกิจ หรือบริการสุขภาพที่เอื้ออำนวยต่อการดูแลสุขภาพของประชาชน
ในหน่วยงานสุขภาพที่เอื้ออำนวยต่อการบริการสุขภาพที่เอื้ออำนวยต่อการดูแลสุขภาพ
ผู้ให้บริการสุขภาพของหน่วยงานสุขภาพ ผู้ให้บริการสุขภาพที่เอื้ออำนวยต่อการดูแลสุขภาพ

บทบาทของผู้ให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

หรือสามารถ

ความสำคัญและบทบาทของผู้ให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
ในแง่ของสุขภาพของประชาชนและผู้ให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
ของประชาชนและผู้ให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
และสามารถให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
ในแง่ของสุขภาพของประชาชนและผู้ให้บริการสุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

1.4.2.2

สุขภาพ

สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

1.4.2.1

สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

1.4.2

สุขภาพ

สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ
สุขภาพที่มีต่อสุขภาพ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2546 : 31) ได้ให้ความหมาย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การเดินทางท่องเที่ยวเพื่อเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ตลอดจนการเรียนรู้วิถีชีวิตเพื่อพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการเดินทางท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและ/หรือการทำกิจกรรมบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ ตลอดจนการตรวจร่างกาย การรักษาพยาบาล ซึ่งเป็นการท่องเที่ยวที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมและรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม จึงเป็นการจัดท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติและหลังจากการท่องเที่ยวก็น่ากลับไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน

วรรณ วลัยวานิช (2546: 145) ได้ให้ความหมาย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การเดินทางท่องเที่ยวพักผ่อนไปท่ามกลางธรรมชาติ เรียนรู้วิถีการใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดและเสริมสร้างสุขภาพให้แข็งแรง ควบคู่ไปกับการท่องเที่ยว ได้เห็นวัฒนธรรมท้องถิ่น และนำสิ่งที่ได้รับมาปรับปรุงคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น ส่วนใหญ่นิยมเดินทางไปพักผ่อนต่างจังหวัด

อรัญ บุญชัย และจินนา ต้นศราววิพุธ (2546: 22) ได้ให้ความหมาย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่สวยสดงดงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม เพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ ด้วยการแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ หรือการบำบัดฟื้นฟูสุขภาพ โดยทั่วไปการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จึงมีการจัดรายการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีใช้พลังงานจากธรรมชาติ มาบำบัดรักษา ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้

นิรันดร ทัพไชย (2547:78) ได้ให้ความหมาย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ การท่องเที่ยวรูปแบบหนึ่งที่มีความนิยมในช่วงศตวรรษที่ 16 -17 ในระยะแรกการท่องเที่ยวประเภทนี้ให้ความสำคัญกับสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ ได้แก่ น้ำแร่ บ่อน้ำร้อน การเดินทางมาแหล่งท่องเที่ยวประเภทนี้ มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อหลบหนีอากาศที่หนาวเย็นในช่วงฤดูหนาวมายังพื้นที่ที่อบอุ่นกว่า แต่ปัจจุบันได้เปลี่ยนมาเป็นการท่องเที่ยวลักษณะเพื่อบำบัดโรคภัยไข้เจ็บหรือเพื่อฟื้นฟูสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ หมายถึง การท่องเที่ยวที่มีจุดมุ่งหมาย ความสนใจที่จะปรับปรุงฟื้นฟูสุขภาพ เช่น การนวดสมุนไพร การนั่งสมาธิ หรือหมายถึงการท่องเที่ยวที่ผสมผสานการรักษาและฟื้นฟูสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจควบคู่กันไป โดยอนุรักษ์ทรัพยากรท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อม ทั้งการท่องเที่ยวสุขภาพธรรมชาติและสุขภาพทางวัฒนธรรม (บุญเลิศ , 2548)

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ

เช่น การออกกำลังกาย การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การฝึกปฏิบัติสมาธิ ตลอดจนการตรวจร่างกาย การรักษาพยาบาล และอื่นๆ โดยเป็นการท่องเที่ยวที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมและรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยทั่วไป การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) จึงมีการจัดรายการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดรักษา และสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สดชื่นผ่อนคลาย เป็นการเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล และภายหลังการท่องเที่ยวก็สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ กองอนุรักษ์ (2544:22) ดังนั้นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจึงเป็นสิ่งที่ยั่งยืน (Sustainable) เพื่อให้เกิดการบริหารและจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวอย่างรอบคอบ ชาญฉลาดบังเกิดประโยชน์สูงสุดต่อเนื่องยาวนาน ในการพิทักษ์รักษาเอกลักษณ์ทางธรรมชาติและวัฒนธรรมไว้ได้อย่างยั่งยืน และก่อให้เกิดผลดีต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมของประเทศชาติและประชาคมโลกในระยะยาว

2.2 ประเภทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2546: 31) ได้แบ่งประเภทการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) ตามจุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของกิจกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวเป็น 2 ประเภทดังนี้

2.2.1. การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในที่พักผ่อนหรือนอกที่พักผ่อนอย่างถูกวิธี ตามหลักวิชาการ และมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง เช่น การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การบริการสวนคนชงบำบัด (Aroma Therapy) และวาริบำบัด (Water Therapy) การอาบน้ำแร่หรือน้ำพุร้อน การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน การฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา การบริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ และอื่นๆ โดยทั่วไป จึงมักนิยมการเดินทางไปท่องเที่ยวในชนบทต่างจังหวัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมที่สวยงาม โดยจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่หลากหลายบรรจุไว้ใน โปรแกรมการท่องเที่ยวด้วย และเลือกพักผ่อนในสถานที่พักตากอากาศประเภทโรงแรมหรือรีสอร์ทที่มีศูนย์สุขภาพหรือศูนย์กีฬาให้บริการส่งเสริมสุขภาพที่มีมาตรฐานคุณภาพอย่างแท้จริง เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานที่พักผ่อนนั้นๆ จัดไว้ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว ดังนั้น ในการให้บริการดังกล่าวแก่นักท่องเที่ยว ผู้ประกอบการและผู้ให้บริการจึงต้องดำเนินการพัฒนาบริการ จัดโปรแกรมการท่องเที่ยว และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้อง

ตามหลักวิชาการและได้มาตรฐานคุณภาพที่เหมาะสม การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพจึงถือเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่ได้รับการนิยมแพร่หลายเป็นอย่างมาก และมีประโยชน์ในการสร้างจิตสำนึกต่อการส่งเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยว รวมทั้งการพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อมไปในตัวอีกด้วย

2.2.2. การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ (Heath Healing Tourism) เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการท่องเที่ยวไปรับบริการบำบัดรักษาสุขภาพการรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริงเช่นการตรวจร่างกาย การรักษาโรคต่างๆ การทำฟันและการรักษาสุขภาพฟัน การผ่าตัดเสริมความงาม การผ่าตัดแปลงเพศ และอื่นๆ เป็นต้น โดยทั่วไปจึงมักมีการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวที่บรรจุโปรแกรมการเข้ารับบริการบำบัดรักษาโรค การรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพต่างๆที่หลากหลาย เช่น การตรวจร่างกาย การรักษาโรค การทำฟัน การผ่าตัดเสริมความงามหรือการผ่าตัดแปลงเพศ เป็นต้น โดยเลือกใช้บริการในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง ดังนั้น ผู้ประกอบการและผู้ให้บริการต้องคำนึงการพัฒนาบริการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวและกิจกรรมบำบัดรักษาสุขภาพที่ถูกต้องตามหลักวิชาการและได้มาตรฐานคุณภาพที่เหมาะสม

จุดประสงค์หลักของการท่องเที่ยวทั้ง 2 ประเภทนี้ คือการส่งเสริมบำรุงรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิต การบำบัดรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ ตลอดจนการได้มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสังสรรค์ทางสังคมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีกับผู้อื่นในระหว่างการท่องเที่ยวก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทักษะคติ และค่านิยมในการส่งเสริมและรักษาฟื้นฟูสุขภาพให้สมบูรณ์ด้วยตัวเองมากยิ่งขึ้น การสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองนั้นสามารถแสดงออกมาในรูปแบบของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา การควบคุมน้ำหนักตัว การนิยมเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การทำจิตใจให้สงบด้วยการฝึกปฏิบัติสมาธิตามแนวพุทธศาสนา และการใช้ยารักษาโรคจากสมุนไพรที่มีผลกระทบต่อข้างเคียงน้อย

2.3 รูปแบบของการจัดการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ

ในประเทศไทย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Promotion Tourism) มีรูปแบบการจัดโปรแกรมทัวร์ที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพแตกต่างกันหลากหลาย ดังตัวอย่างต่อไปนี้ (กองการประกอบโรคศิลป์ กระทรวงสาธารณสุข)

2.3.1 ทัวร์แพทย์แผนไทย เขียมชมวัดโพธิ์ที่มีประวัติความเป็นมาที่มีชื่อเสียงเก่าแก่ ซึ่งได้รับยกย่องว่าเป็นมหาวิทยาลัยเปิดแห่งแรกของประเทศไทย รับฟังการบรรยายสรุป และชมการสาธิตการนวดไทยแผนโบราณเพื่อการรักษาโรคและการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนเรียนรู้และฝึกปฏิบัติการนวดไทยแผนโบราณจากผู้ที่มีความสามารถเปรียบเทียบวิธีการนวดไทยแผนโบราณของประเทศไทยกับการนวดของประเทศอื่น

การนวดแผนไทย ถือเป็นวิธีบำบัดรักษาโรคของไทยที่มีมาแต่ดั้งเดิม เริ่มต้นมาจากความพยายามในการบรรเทาอาการปวดเมื่อย ฟกช้ำด้วยการ สัมผัสจับต้อง หรือกดบริเวณที่เจ็บ เพื่อช่วยเหลือตนเองและสังคมประสบการณมาเป็น การนวด เริ่มจาก การนวดตนเอง นวดเพื่อช่วยเหลือบุคคลในครอบครัวและกระจายกว้างขวางออกไปในชุมชน

ประโยชน์ของการนวดแผนไทยคือ (1) ช่วยทำให้ระบบหมุนเวียนของโลหิตดี สุขภาพแข็งแรง (2) ช่วยทำให้การเคลื่อนไหวของสรีระ คล่องแคล่วอย่างธรรมชาติ (3) สามารถบรรเทาโรค และอาการปวดต่างๆ ของข้อต่อและกล้ามเนื้อ (4) เป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและถ่ายทอดความเอื้ออาทรต่อผู้ถูกนวด

2.3.2. ทัวร์อาหารสมุนไพร เขียมชมศูนย์เกษตรสมุนไพร สวนพฤกษศาสตร์สวนสมุนไพร และศึกษาเรียนรู้ความมหัศจรรย์แห่งภูมิปัญญาไทยที่สร้างสรรค์โรงวัฒนธรรมทางด้านอาหารสมุนไพร ไร่พืชที่มีแคลอรีต่ำและเครื่องคั้นสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การนวดแพทย์แผนไทยและอบสมุนไพรเพื่อบำบัดรักษาโรคและบำรุงรักษาสุขภาพ รวมทั้งการฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสน์ / ฝึกโยคะ / ฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน และชมการสาธิตกระบวนการผลิตอาหารและเครื่องคั้นสมุนไพร

การบริการอาหารและเครื่องคั้นสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

อาหารและเครื่องคั้นสมุนไพร หมายถึงการนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่ให้ประโยชน์แก่ร่างกายและจิตใจในการดำรงชีวิตของมนุษย์ เนื่องจากพืชสมุนไพรมีสารอาหารที่จำเป็นและมีประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกายอยู่ครบถ้วน ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน กลีโกล์ กรดอินทรีย์ วิตามิน และน้ำย่อย เป็นต้น

อาหารไทยมีอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรที่มีรสชาติหลากหลาย มีรสเปรี้ยว หวาน มัน เค็ม เผ็ด ขม ผาสุ ไปจนถึงรสจืด คุณสมบัติที่นิยมชมชอบของคนไทยมีความเป็นเอกลักษณ์ เป็นที่นิยมชมชอบของคนไทยไม่ว่าจะอยู่ภาคใดของประเทศ และคนหลายเชื้อชาติที่อยู่ในประเทศ ต่างๆของโลก การบริโภคอาหารของคนไทยเป็นวัฒนธรรมที่ได้สั่งสมสืบทอดกันมาเป็นเวลา ช้านาน ในทัศนะของแพทย์แผนไทย การกินอาหารตามธาตุเป็นประโยชน์ของร่างกายมนุษย์ ที่ประกอบด้วยธาตุ 4 คือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ธาตุทั้ง 4 นี้ ต้องมีความสมดุลกัน ซึ่งจะทำให้สุขภาพ เป็นปกติ ไม่เจ็บป่วย อาหารที่มนุษย์รับประทานเป็นปัจจัยหลักอย่างหนึ่งที่จะบำรุงธาตุให้สมดุล โดยเฉพาะอย่างยิ่งอาหารที่มีพืชสมุนไพรเป็นส่วนประกอบจะมีสรรพคุณในการปรับธาตุที่หย่อน หรือกำเริบให้กลับคืนสู่ภาวะปกติ ปัจจุบันนี้ การให้บริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพร เพื่อสุขภาพได้มีสมุนไพรเพื่อสุขภาพได้มีส่วนช่วยสนับสนุนและเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริม และพัฒนาการท่องเที่ยวของประเทศไทย นับเป็นจุดขายที่สามารถนำมาบรรจุเป็นกิจกรรม ในโปรแกรมการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพในสถานบริการที่พักแรมได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังเป็น ประโยชน์ต่อการส่งเสริมสนับสนุนเกษตรกรไทยให้มีรายได้จากการปลูกสมุนไพรมาเป็นวัตถุดิบ

การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม

ประมาณ 4,000 ปีมาแล้ว ชาวพื้นเมืองแถบเอเชียไมเนอร์ทำรูจ(Rouge) จากแร่ซินี-บาร์ (Cinabar) ค่อมาชาวอียิปต์โบราณทาเปลือกคาสีเขียวด้วยแร่มาลาไคท์(Malachite) ใช้เทียนกิ่งย้อม ผมหงอก ฝ่ามือ ฝ่าเท้าให้เป็นสีแดง ใช้น้ำมันมะพร้าวทาตัวเพื่อป้องกันผิวจากแสงแดด ทำน้ำหอมเพื่อใช้ในการเตรียมมummy ส่วนคนไทยนิยมใช้ดินสอพองผัดหน้า และขมิ้นชันทาผิว ทาปากด้วยสีผึ้ง สระผดด้วยประคำดีควายและเปลือกขี้หนอน ตลอดจนประพินผิวพรรณด้วยแป้ง รำ น้ำปรุง เป็นต้น นับตั้งแต่สงครามโลกครั้งที่ 1 เป็นต้นมา จึงได้มีการผลิตเครื่องสำอางค์เป็น อุตสาหกรรม มีการค้นพบสารสังเคราะห์ทางเคมีและรูปแบบต่างๆ ของเครื่องสำอางค์และเวช สำอางค์ที่หลากหลายในระยะหลังนี้มีการตื่นตัวเรื่องมลพิษสิ่งแวดล้อมและอันตรายจากสารเคมีมาก ยิ่งขึ้น จึงได้มีการนำสารสกัดจากสารธรรมชาติและสมุนไพรมาใช้ในการผลิตเครื่องสำอางค์เพื่อลด อันตรายและการแพ้สารสังเคราะห์ ซึ่งในปัจจุบันมีแนวโน้มได้รับความนิยมสูงขึ้นอย่างรวดเร็ว และสามารถนำมาใช้ให้เป็นประโยชน์ในการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ ในสถานบริการที่พักแรมได้เป็นอย่างดี

2.3.3 **ทิวส์สมุนไพรชนบท** เข้มชมทัศนศึกษาการปฏิบัติงานของกลุ่มชมรมสมาคม และผู้สนใจสมุนไพรเพื่อการรักษาโรคและบำรุงร่างกายในชนบทต่างจังหวัดที่ยังอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและหมอพื้นบ้าน โดยจัดให้มีการเยี่ยมชมสวนสมุนไพรในสถานที่จริงและรับฟังการบรรยายสรรพคุณ รวมทั้งการสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับหมอพื้นบ้านและชาวบ้านสมาชิกกลุ่มชมรมหรือสมาคมสมุนไพร

1. การอบสมุนไพร

การอบสมุนไพรเป็นการอบตัวด้วยไอน้ำที่ได้จากการต้มสมุนไพร ซึ่งเริ่มต้นจากประสบการณ์การนั่งกระโจมในหญิงหลังคลอด โดยใช้ผ้าทำเป็นกระโจมหรือนั่งในตุ่มไต้ที่ปิดคลุมไว้มิดชิด และมีหม้อต้มสมุนไพรซึ่งเดือดทำให้สามารถอบและสูดดมไอน้ำสมุนไพรและผิวหนังได้สัมผัสไอน้ำด้วยกัน ช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น ทำให้ร่างกายสดชื่น ผิวพรรณเปล่งปลั่งมีน้ำมีนวล ต่อมาจึงเป็นที่นิยม จึงได้มีการจัดทำเป็นห้องอบตัวด้วยไอน้ำสมุนไพร 2 แบบ คือ การอบแห้ง หรือที่เรียกว่า “ซาวน่า” (Sauna) คล้ายคลึงกับการอยู่ไฟของไทย ซึ่งนิยมในต่างประเทศ โดยใช้ความร้อนจากถ่านหินบนเตาและการอบเปียก เป็นวิธีที่คนไทยนิยม โดยพัฒนาจากการอบแบบเข้ากระโจมมาเป็นห้องอบไอน้ำสมุนไพรที่ทันสมัยขึ้น ให้บริการได้คราวละหลายคน โดยใช้หม้อต้มสมุนไพรที่มีท่อส่งไอน้ำเข้าไปภายในห้องอบ ปัจจุบันการอบตัวด้วยความร้อนนับเป็นวิธีการที่ทางการแพทย์ในปัจจุบันยอมรับว่าสามารถช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตและน้ำเหลืองบริเวณผิวหนังดีขึ้น ส่วนไอน้ำจากสมุนไพรจะมีสรรพคุณตามคุณสมบัติของสมุนไพรนั้นๆ ซึ่งส่วนใหญ่ช่วยให้ร่างกายเกิดความสดชื่นและคลายเครียดได้

การอบสมุนไพรเป็นกระบวนการอบตัวด้วยความร้อน นับเป็นวิธีการที่การแพทย์ในปัจจุบันยอมรับว่าช่วยให้การไหลเวียนของโลหิตและน้ำเหลืองบริเวณผิวหนังดีขึ้น ส่วนไอน้ำของสมุนไพรย่อมมีสรรพคุณตามคุณสมบัติของสมุนไพรนั้นๆ ซึ่งส่วนใหญ่ช่วยให้ร่างกายสดชื่นสมุนไพรที่ใช้ในการอบนั้นขึ้นอยู่กับการจัดหามาได้จากแหล่งสมุนไพรในแต่ละท้องถิ่น โดยไม่จำกัดชนิดของสมุนไพร และอาจเพิ่มหรือลดชนิดสมุนไพรตามความต้องการใช้ประโยชน์และความยากง่ายในการจัดหามาได้ ซึ่งแบ่งสมุนไพรเป็น 3 กลุ่มดังนี้

(1) สมุนไพรที่มีกลิ่นหอม เช่น ใพล ชมิ้น ผิวมะกรูด ในกลุ่มนี้มีสารสำคัญน้ำมันหอมระเหย ซึ่งให้ประโยชน์ในการรักษาโรคและอาการต่างๆ คือ อาการคัดจมูก ปวดเมื่อย และเวียนศีรษะ เป็นต้น

(2) สมุนไพรที่มีรสเปรี้ยว เช่น ใบมะขาม ใบและฝักส้มป่อย สมุนไพรกลุ่มนี้มีฤทธิ์เป็นกรดอ่อนๆ ช่วยล้างสิ่งสกปรก บำรุงผิวพรรณ และเพิ่มความต้านทานโรคให้แก่ผิวหนังได้

การอบสมุนไพรมีประโยชน์ต่อการส่งเสริมสุขภาพที่สำคัญดังนี้

1. ช่วยทำให้การไหลเวียนของโลหิตดีขึ้น คลายความตึงเครียด
2. ช่วยชำระล้างและขับของเสียออกจากร่างกายทางผิวหนัง
3. ช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อ และเส้นเอ็น บรรเทาอาการปวดเมื่อย
4. ช่วยทำให้ระบบการหายใจดีขึ้น
5. ช่วยบำรุงผิวพรรณบรรเทาอาการคัน รักษาผดผื่น
6. ช่วยรักษาอาการ โรคผิวหนังชนิดไม่ร้ายแรงและไม่ติดเชื้อ
7. บรรเทาอาการ โรคภูมิแพ้
8. ช่วยทำให้น้ำหนักร่างกายลดลงชั่วคราว
9. ช่วยสตรีปวดประจำเดือนไม่มีไข้ร่วม ช่วยหญิงหลังคลอดให้มดลูกเข้าอู่ได้เร็วขึ้น
10. บรรเทาอาการบวม เหน็บชาและอาการลมพิษ
11. ช่วยป้องกันหรือบรรเทาโรคหืดและอาการบางอย่าง เช่น ยอก เกาต์ อัมพฤกษ์
12. เป็นการส่งเสริมสุขภาพที่อาจใช้ร่วมกับการรักษาอื่นได้ตามความเหมาะสม

2. การประคบสมุนไพร

การประคบสมุนไพรเป็นวิธีการบำบัดรักษาโรคของการแพทย์แผนไทยอีกวิธีหนึ่งซึ่งนิยมนำมาใช้ควบคู่กับการนวดไทย โดยมากมักจะใช้การประคบหลังจากนวดไทยเสร็จเรียบร้อยแล้ว โดยการนำสมุนไพรสดที่มีตัวยาสสำคัญ เช่น หัวไพล ขมิ้นอ้อย ตะไคร้ ผิวมะกรูด ฯลฯ ห่อใส่ผ้ารวมกันโดยใช้วิธีหนึ่งให้ร้อนเพื่อให้เกิดน้ำมันหอมระเหยเป็นสารในการออกฤทธิ์ ซึ่งเมื่อผสมกับความร้อนด้วยตัวยาตามสรรพคุณของสมุนไพรจะซึมผ่านผิวหนังด้วยการประคบสัมผัสไปตามบริเวณที่ต้องการ ส่วนใหญ่นิยมทำกันในหญิงหลังคลอด และผู้ที่ต้องการให้ร่างกายสดชื่น ผิวพรรณเปล่งปลั่งมีน้ำมีนวล ผลของการประคบสมุนไพรเกิดจากความร้อนที่ได้จากการประคบและจากตัวยาสสมุนไพรที่ซึมผ่านผิวหนังเข้าสู่ร่างกาย

การประคบสมุนไพรเป็นวิธีการใช้สมุนไพรหลายอย่างมาโขลกแล้วห่อรวมกันในลูกประคบ ส่วนใหญ่เป็นตัวยาสสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย ซึ่งเมื่อถูกความร้อนจะระเหยออกมา เช่น ไพล ขมิ้นชัน ขมิ้นอ้อย ตะไคร้ มะกรูด การบูร เป็นต้น

การประคบสมุนไพรมีประโยชน์ต่อการส่งเสริมสุขภาพของนักท่องเที่ยวที่สำคัญดังนี้

1. ช่วยบรรเทาอาการปวดเมื่อย เคล็ด ขัดยอก ฟกช้ำ ลดอาการบวม
2. ลดการติดขัดข้อต่อ การเกร็งตัวกล้ามเนื้อ ทำให้เนื้อเยื่อพังผืด เส้นเอ็นยืดตัวออก
3. ช่วยลดอาการปวดจากการอักเสบกล้ามเนื้อ เอ็น ข้อต่อหลังบาดเจ็บ 24-48 ชม.
4. ช่วยกระตุ้นหรือเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต และน้ำเหลืองบริเวณผิวหนังดีขึ้น

2.3.4 ทวีรฝึกสมาธิและบำเพ็ญภาวนา เยี่ยมชมวัดป่ากลางธรรมชาติอันสวยงาม สงบ และสงบสุข ทำการฝึกปฏิบัติแนวสมาธิพุทธศาสนาเพื่อสร้างความสงบเยือกเย็นของจิตใจ ที่ กลางสภาพธรรมชาติ หรือนั่งวิปัสสนาบำเพ็ญภาวนาขั้นสูงในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ในวัดป่า ธรรมชาติ โดยมีการให้คำปรึกษาแนะนำวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อการคลาย ความเป็นชีวิตประจำวัน รวมทั้งศึกษาเรียนรู้ปรัชญาชีวิตและจิตวิญญาณตะวันออกหรือการบำบัติ ภาวนาตะวันออกโบราณ

2.3.4.1 ไทชิ เป็นการออกกำลังกายกลางแจ้ง ด้วยศิลปะการป้องกันตัวแบบ จีน โดยการเคลื่อนไหวอย่างช้าๆ มีท่าทางทั้งหมด 108 ท่า เพื่อทำให้ระบบหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น ระบบไหลเวียนทำงานเป็นปกติ และ ในขณะเดียวกันยังเป็นการฝึกสมาธิด้วยการกำหนดลมหายใจ และบริหารร่างกายไปพร้อมกันกับการออกกำลังกายและระบบหมุนเวียนของเหลวในร่างกายดีขึ้น ดี เจ็บใจฝึกให้ทำสมาธิเพื่อความสงบ

2.3.4.2 ชีกง เป็นการบำบัดตามหลักแพทย์แผนจีน เรียกว่า เหลียวพะ หรือ B athing Exercise Therapy เป็นการทำสมาธิด้วยการควบคุมลมหายใจและบริหารร่างกาย ไป พร้อมๆ กัน เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันทาน โรคที่ช่วยเสริมการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย เหลียวจินเชื่อว่า เป็นวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้คนมีอายุยืนและสุขภาพร่างกายแข็งแรงด้วย

2.3.4.3 การฝังเข็ม เป็นส่วนหนึ่งของแพทย์แผนโบราณตะวันออก ประกอบด้วยสมุนไพร การอังด้วยความร้อน การประคบ การนวด การใช้อาหารและการออกกำลังกาย อก ใหม่ๆ ควบคู่กับการกดจุด เพื่อแก้ไขความไม่สมดุลของร่างกายโดยการฝังเข็ม ซึ่งสามารถทำได้ ที่ ตัวเพราะมีจุดฝังเข็มได้มากกว่า 461 จุด โดยเอาเข็มปักลงที่จุดฝังเข็มเพื่อให้เกิดความสมดุล ด้ ปีที่นิยมมากในปัจจุบัน

2.3.4.4 โยคะ เป็นการออกกำลังกายแบบอินเดียโบราณ เป็นการสร้าง ความสมดุลระหว่างร่างกายและจิตใจ ซึ่งเป็นการผ่อนคลายกล้ามเนื้อด้วยการทำใจให้สงบ และควบคุมลักษณะ 3 ประการต่อไปนี้คือ การหายใจอย่างถูกต้อง ท่าทางการออกกำลังกาย และสมาธิ

2.3.4.5 การฝึกจิต (Autogenic Training) และการฝึกสมาธิแนวพุทธ ธรรม (Buddhist Meditation)

การฝึกจิต คือการฝึกจิตให้ลงไปถึงระดับจิตใต้สำนึก เพื่อแก้ไข วั ตักรรม เพื่อการผ่อนคลายและเพื่อความ สุขความสำเร็จในชีวิตประจำวัน

การฝึกสมาธิ คือ การฝึกรวมอารมณ์ให้หยุดนิ่งเป็นจุดเดียว ฝึกการปล่อยวางความคิดนำไปสู่การผ่อนคลายสูงสุด ก่อให้เกิดพลังบำบัดมหาศาลส่งผลให้ภาวะจิต คุณภาพและมีสมรรถภาพที่ดีที่สุด ซึ่งลักษณะของจิตที่เป็นสมาธิที่สำคัญมีดังนี้ คือ

1) แข็งแรงมีพลังมาก เปรียบเหมือนกระแสน้ำที่ถูกควบคุมไว้ หลั่งพุ่งไปในทิศทางเดียวย่อมมีกำลังแรงกว่าน้ำที่ถูกปล่อยให้ไหลพร่ากระจายออกไป

2) สงบราบเรียบ เหมือนสระน้ำที่มึนนิ่ง ไม่มีลมพัดต้อง ไม่มีสิ่งรบกวนให้กระเพื่อมไหว

3) ไสกระจ่าง มองเห็นอะไรๆ ได้ชัดเหมือนน้ำสงบนิ่งไม่เป็นริ้วคลื่น และผู้เฝ้าเองที่มีก็ตกตะกอนนอนก้นหมด

จุดมุ่งหมายและประโยชน์ของการฝึกสมาธิแนวพุทธศาสน์มีดังนี้

1. ประโยชน์ที่เป็นจุดหมายหรืออุดมคติทางศาสนา ประโยชน์ที่เป็นความมุ่งหมายที่แท้จริงของสมาธิตามหลักพุทธศาสนา คือ เป็นส่วนสำคัญอย่างหนึ่งแห่งการปฏิบัติเพื่อบรรลุจุดหมายสูงสุดอันได้แก่ ความหลุดพ้นจากกิเลสและทุกข์ทั้งปวง

1.1 ประโยชน์ที่ตรงแท้ของข้อนี้คือ การเตรียมจิตให้พร้อมที่จะใช้ปัญญาพิจารณาในแง่สภาวะตามความเป็นจริง เรียกว่า เป็นบาทแห่งวิปัสสนา ซึ่งจะนำไปสู่วิชาและวิมุตติ

1.2 ประโยชน์ที่รองลงมาแม้จะไม่ถือว่าเป็นจุดหมายที่แท้จริง คือ การบรรลู่ภาวะที่ หลุดพ้นจากกิเลสชั่วคราว ที่เรียกว่า เจโตวิมุตติประเภทยังไม่เด็ดขาด กล่าวคือ หลุดพ้นจากกิเลสด้วยอำนาจพลังจิต โดยเฉพาะด้วยกำลังของฌาน กิเลสถูกกำลังสมาธิกดข่มหรือทับไว้ตลอดเวลาที่อยู่ในสมาธินั้น เรียกเป็นศัพท์ว่า วิกัมภณะวิมุตติ

2. ประโยชน์ในด้านการสร้างความสามารถพิเศษเหนือสามัญวิสัย ที่เป็นผลสำเร็จอย่างสูงในทางจิต หรือเรียกสั้นๆว่า ประโยชน์ในด้านอภิญญา ได้แก่ การใช้สมาธิระดับฌานสมาบัติเป็นฐานทำให้เกิดฤทธิ์และอภิญญาชั้น โลกีย์อย่างอื่น ๆ คือ หูทิพย์ ตาทิพย์ ท้ายใจคนอื่นได้ ระลึกรายละเอียด จ้าพวกที่ปัจจุบันเรียกว่า ESP (Extrasensory Perception)

3. ประโยชน์ในด้านสุขภาพจิตและการพัฒนาบุคลิกภาพ เช่น ทำให้เป็นผู้มีจิตใจเข้มแข็ง หักแน่น มั่นคง สงบ เยือกเย็น สุขภาพ นิ่มนวล สดชื่น ผ่องใส กระฉับกระเฉง กระปรี้กระเปร่า เก่งงาน สง่างาม มีเมตตากรุณา มองครู่จักตนเองและผู้อื่นตามความเป็นจริง เตรียมจัดให้อยู่ในสภาพพร้อมและง่ายต่อการปลุกฝังคุณธรรมต่างๆ และเสริมสร้างนิสัยที่ดี รู้จักทำใจให้สงบและละกตัญญูผ่อนคลายความทุกข์ที่เกิดขึ้นในใจได้ เรียกอย่างสมัยใหม่ว่า ความมั่นคงทางอารมณ์ และมีภูมิคุ้มกันโรคทางจิต

4.ประโยชน์ในชีวิตประจำวัน

4.1 ใช้ช่วยให้จิตใจผ่อนคลาย หายเครียด เกิดความสงบ ยังหยุดจากความกดดัน กลุ่มวิตกกังวล เป็นเครื่องผ่อนคลาย ให้ใจสบายและมีความสุข

4.2 เป็นเครื่องเสริมประสิทธิภาพในการทำงาน การเล่าเรียนและทำกิจทุกอย่าง เพราะจิตเป็นสมาธิ ย่อมช่วยให้เรียน ให้คิด ทำงานได้ผลดีการงานก็เป็นไปโดยรอบคอบ

4.3 ช่วยเสริมสุขภาพกายและใช้แก้ไขโรคได้ ร่างกายกับจิตใจอาศัยกันและกันมีอิทธิพลต่อกัน นุญชนทั่วไปเมื่อกายไม่สบายจิตใจก็พลอยอ่อนแอ เศร้าหมอง ชุ่มมัว ครั่นเสียวใจไม่มีกำลังใจก็ยิ่งซ้ำให้โรคทางกายนั้นทรุดหนักลงไปอีก แม้ว่าในเวลาที่ทำร่างกายเป็นปกติ พอประสบเรื่องราวให้เสียใจรุนแรง ก็ล้มป่วยเจ็บไข้ไปได้ ส่วนผู้ที่มีจิตใจแข็งแรงสมบูรณ์ เมื่อเจ็บกายก็ไสบายอยู่แต่กายเท่านั้น จิตใจไม่พลอยป่วยไปด้วย ยิ่งกว่านั้นกลับใช้ใจที่สบายมีกำลังจิตเข้มแข็งนั้นหันกลับมาส่งอิทธิพลบรรเทาหรือผ่อนเบาโรคทางกายได้อีกด้วย อาจทำให้โรคหายง่ายและไวขึ้น หรือแม้แต่ใช้กำลังสมาธิระงับทุกข์ทางกายไว้ ในด้านดี ผู้มีจิตใจผ่องใสเบิกบาน ย่อมช่วยให้กายเอิบอิมผิวพรรณผ่องใส สุขภาพกายดี เป็นภูมิคุ้มกันโรคไปในตัว ความสัมพันธ์มีผลต่ออัตราส่วนของความต้องการและการเผาผลาญใช้พลังงานของร่างกายด้วย เช่น จิตใจที่สบาย ผ่องใสสดชื่นนั้น ต้องการอาหารน้อยลง ในการที่จะทำให้อาหารสมบูรณ์ผ่องใส ไม่เฉพาะจิตใจดี ช่วยเสริมให้สุขภาพกายดีเท่านั้น โรคกายหลายอย่างเป็นเรื่องของจิตสัมพันธ์เกิดจากความแปรปรวนทางจิตใจ เช่น ความโกรธ ความกังวล ทำให้เกิดโรคปวดศีรษะบางอย่าง

2.3.5 การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีคัคคน

การออกกำลังกายโดยฝึกกายบริหารนับเป็นปัจจัยสำคัญที่นำไปสู่การสร้างเสริมสุขภาพที่ดี ซึ่งมีวิธีการทำให้อาหารเกิดการเคลื่อนไหวที่เหมาะสม เพื่อให้เกิดการใช้พลังงานขับเหงื่อออกมา โดยมีความสัมพันธ์กับส่วนต่างๆ ของร่างกาย

ฤๅษี หมายถึง นักพรตหรือนักบวชที่อยู่ตามป่า สังคมไทยในอดีตมีฤๅษี อยู่ตามป่า เมื่อนั่งสมาธิบำเพ็ญเพียรนานๆ เกิดการเมื่อยขบ จึงเกิดการทดลองขยับเขยื้อนร่างกายในท่าต่างๆ ลอกเลียน แบบสัตว์ และคิดค้นท่าที่ช่วยทำให้อาการเจ็บป่วยเมื่อยขบหายไป และเป็นการออกกำลังกาย เพื่อให้เกิดความเคลื่อนไหวตามธรรมชาติ การตัดสินใจอาศัยความสัมพันธ์ระหว่างท่าทางการเคลื่อนไหว กับการหายใจเป็นหลักฐานสำคัญ จึงต้องมีการนั่งสมาธิร่วมด้วย จะช่วยทำให้จิตใจสบาย คลายเครียด คนไทยเคารพนับถือฤๅษีเป็นครูบาอาจารย์ของศิลปวิทยาการทุกสาขา หมอไทยโบราณจึงเชื่อมโยงประสบการณ์ของท่าฤๅษีคัคคนที่บอกเล่าสืบต่อกันมาและค้นคว้าเพิ่มเติมให้ เป็นท่ากายบริหารแบบไทยและสรุปท่าทางการตัดสินใจที่มีความสุขภาพและสามารถปฏิบัติได้โดยคนทั่วไป ไม่ผาดโผนหรือฝืนร่างกายจนเกินไป

การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีคัตตณ ถือเป็นภูมิปัญญาของคนไทยที่มีมาแต่โบราณกาล เมื่อรัชกาลที่ 1 ทรงปฏิสังขรณ์วัดพระเชตุพนวิมลมังคลาราม (วัดโพธิ์) ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้รวบรวมตำรายานวด และปั้นท่าฤๅษีคัตตณด้วยดินตั้งไว้ตามศาลารายเพื่อเป็นวิทยาทาน ซึ่งก็ได้ชำรุดเสียหายในเวลาต่อมา ครั้นถึงรัชสมัยของพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้หล่อรูปฤๅษีคัตตณด้วยสังกะสีผสมดีบุกที่เรียกว่า “ชิน” ขึ้นมาใหม่รวม 80 ท่า พร้อมทั้งจารึกบรรยายสรรพคุณไว้เป็นโคลงสี่สุภาพ ซึ่งประพันธ์โดยกวีที่มีชื่อเสียงในสมัยนั้น รวมทั้งพระองค์เองก็ได้ทรงโคลงไว้ถึง 60 บท และได้มีการรวบรวมภาพวาดท่าฤๅษีคัตตณพร้อมด้วยคำโคลงบรรยายบันทึกไว้ในสมุดไทย โดยกรมพระปรมานุชิตชิโนรส

ประโยชน์ของการฝึกกายบริหารท่าฤๅษีคัตตณมีดังนี้

- (1) ช่วยให้เกิดความเคลื่อนไหวตามธรรมชาติของแขนขาหรือข้อต่อต่างๆ ให้เป็นไปอย่างคล่องแคล่ว บางท่ามีการกดหรือบีบร่วมด้วย รวมทั้งฝึกลมหายใจเข้าออกลึกๆ และช้าๆ
- (2) มีการใช้สมาธิร่วมด้วย จะช่วยยกระดับจิตใจให้พ้นอารมณ์ขุ่นมัว หงุดหงิด ความง่วง ความท้อแท้ ความเครียด และช่วยเพิ่มประสิทธิภาพของการหายใจ
- (3) ทำให้โลหิตหมุนเวียนดี เลือดลมเดินได้สะดวก นับเป็นการออกกำลังกายซึ่งสามารถทำได้ในทุกอิริยาบถ

(4) เป็นการต่อต้านโรคภัย บำรุงรักษาสุขภาพให้มีอายุยืนยาว

จากข้อมูลข้างต้นสรุปได้ว่า ถ้าเปรียบเทียบกับสปา เรียกว่า ไทยสปา ซึ่งเป็นการนำวิถีคนไทยในการดูแลสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการใช้น้ำและธรรมชาติตามภูมิปัญญาไทย เช่น 1) การนวดเพื่อผ่อนคลายและรักษาอาการต่างๆ ซึ่งเป็นศาสตร์ที่ทรงคุณค่าของการแพทย์แผนไทยมาช้านาน การนวดหลักๆ ได้แก่การนวดแบบเชลยศักดิ์ เป็นการนวดด้วยการนวด บีบ จับ ดัด เพื่อผ่อนคลายการเมื่อยล้า เป็นการนวดแบบพื้นบ้าน ส่วนการนวดแบบราชสำนักเป็นการนวดที่มีหมอลวดนวด กดจุดเพื่อรักษาอาการต่างๆด้วยพลังจากนิ้วหัวแม่มือ ซึ่งในอดีตการนวดแบบนี้จะทำถวายแด่พระมหากษัตริย์และราชวงศ์ในวังเท่านั้น 2) อาหาร สมุนไพร ในวงการแพทย์แผนไทยเชื่อว่าอาหารไทยรสต่างๆมีสรรพคุณบำรุงรักษาส่วนประกอบของร่างกายหรือปรับสมดุลของธาตุทั้ง 4 ที่เรียกว่า ดิน น้ำ ลม ไฟ 3) การอบและประคบด้วยสมุนไพรไทยมักทำควบคู่กับการนวดไทย เพื่อให้ความร้อนและตัวยาสมุนไพรซึมผ่านเข้าสู่ร่างกาย 4) การทำสมาธิ ซึ่งเป็นวิถีพุทธกำลังเป็นที่สนใจทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศในปัจจุบัน และ 5) การออกกำลังกายแบบฤๅษีคัตตณ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาไทยที่ฝึกให้ร่างกายแข็งแรง โดยการยืดเส้นยืดสายด้วยการใช้ท่าทางประกอบกับการหายใจที่มีปฏิบัติกันมาตั้งแต่สมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น

2.3.6 ทิวรน้ำพุร้อนและอาบน้ำแร่ เยี่ยมชมทัศนศึกษาแหล่งน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่ ที่มีอยู่ในหลายจังหวัดทั้ง 4 ภูมิภาคของประเทศไทย และพักในโรงแรมและรีสอร์ทที่ตั้งอยู่ในหรือใกล้สถานที่ให้บริการอาบน้ำแร่เพื่อบำบัดสุขภาพ โดยมีการท่องเที่ยวและพักผ่อนหย่อนใจไปในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่สวยงามในจังหวัดอันเป็นที่ตั้งของน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่นั้น

แหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่ได้รับการส่งเสริมและพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้รับความนิยมแพร่หลายในคริสต์ศตวรรษที่ 17 คือ แหล่งน้ำแร่ (Mineral Water) ที่พบในรูปของน้ำพุร้อนหรือบ่อน้ำร้อน เนื่องจากเชื่อกันว่า น้ำแร่ชนิดต่างๆ มีคุณค่าทางการบำบัดรักษาและส่งเสริมสุขภาพจากการดื่มหรืออาบโดยรู้จักกันไปในนามของ “สปา” (Spa) ซึ่งเป็นชื่อของหมู่บ้านแห่งหนึ่งในประเทศเบลเยียม ซึ่งถือกันว่าเป็นสถานบริการบำบัดรักษาและส่งเสริมสุขภาพด้วยน้ำแร่แห่งแรกของโลก ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 18 และ 19 แหล่งบริการอาบน้ำแร่เพื่อสุขภาพได้รับการพัฒนาเพิ่มสิ่งอำนวยความสะดวกเพื่อตอบสนองความต้องการที่หลากหลายของนักท่องเที่ยวจนกลายเป็นโรงแรมรีสอร์ทที่ทันสมัย ปัจจุบันนี้ศูนย์หรือสถานบริการอาบน้ำแร่ (Spa) ยังคงได้รับความนิยมสูงในยุโรป โรมานีเย รัสเซีย และสหรัฐอเมริกา สำหรับประเทศไทย น้ำแร่ก็เป็นสิ่งที่คนไทยรู้จักคุ้นเคยมาเนิ่นนาน ซึ่งมีให้บริการอยู่ในแหล่งบ่อน้ำแร่และบ่อน้ำพุร้อนในหลายจังหวัด เช่น ระนอง เชียงใหม่ เชียงราย อุทัยธานี ชะลา ฯลฯ แต่ยังไม่ได้รับการพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีคุณภาพและทันสมัยเท่าที่ควรเหมือนอย่างในต่างประเทศ

2.3.7 สุนัขบำบัดหรือการนวดน้ำมันหอมระเหย (Aroma Therapy) หมายถึง กระบวนการและวิธีการ ในการส่งเสริมสุขภาพและการบำบัดรักษาร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ด้วยกลิ่นหอม ซึ่งส่วนใหญ่ได้มาจากน้ำมันหอมระเหย (Essential Oil หรือ Volatile Oil) ที่สกัดได้จากส่วนต่างๆ ของพืชสมุนไพรที่มีกลิ่นหอมและมีคุณสมบัติทางยา จะสกัดด้วยไอน้ำหรือบีบคั้นจากส่วนต่างๆ ของพืช เช่น ดอก ใบ ราก ผล เปลือกไม้ ยางไม้ (Resins, Gums, Exudates) รวมถึงสารในพืชบางชนิด เช่น Coumarin และกลิ่นหอมที่ได้มาจากสัตว์ เช่น ปลาฉลาม (อำพันทอง หรือ Civet) เป็นสารหอมที่ได้จากสิ่งขับถ่ายจากกระเปาะของต่อมคู่ใกล้กับอวัยวะสืบพันธุ์ของตัวชะมด) บีเวอร์ กวาง เป็นต้น โดยมีวิธีการใช้น้ำมันหอมระเหยที่นิยมใช้ในสวนสุนัขบำบัดอยู่ 3 วิธี ดังนี้

1. การสูดดมโดยตรง เป็นวิธีที่ง่ายและสะดวก โดยสูดดมกลิ่นหอมจากน้ำมันหอมระเหยที่หยดบนผ้าลินินหรือกระดาษทิชชู หรือ สูดดมไอรระเหยจากน้ำมันหอมระเหยที่หยดลงในเตาต้มน้ำร้อน 5 – 10 หยด ไอน้ำจะพากลิ่นน้ำมันหอมระเหยกระจายออกไปทั่วบริเวณ สร้างบรรยากาศให้มีกลิ่นหอมและบำบัดอาการต่างๆ แล้วแต่ชนิดของน้ำมันหอมระเหย

2. การผสมน้ำ โดยการเติมน้ำมันหอมระเหยลงในอ่างอาบน้ำ เป็นวิธีการที่ดีในการผ่อนคลายอารมณ์และจิตใจ กลิ่นหอมของน้ำมันหอมระเหยจะผ่านเข้าสู่ร่างกายได้ 2 ทาง คือ การสูดดมกลิ่นที่ระเหยขึ้นมาจากน้ำและการแทรกซึมเข้าทางผิวหนัง น้ำในอ่างอาบน้ำไม่ควรร้อนเกินไป และปริมาณน้ำมันหอมระเหยไม่ควรเกิน 6 หยด

3. การใช้กับผิวหนังโดยตรง โดยทาน้ำมันหอมระเหยบนผิวหนังแล้วนวดร่างกายด้วยมือเปล่าแบบลูบไล้ไปมาด้วยน้ำหนักที่สม่ำเสมอ จะช่วยคลายเครียดและลดความปวดเมื่อยได้ดี แต่ไม่ควรเอาน้ำมันหอมระเหยชนิดเข้มข้นมานวด ควรจะให้น้ำมันหอมระเหยเจือจางเสียก่อนใช้ทาบนผิวหนัง

2.3.8 วารีบำบัด (Water Therapy)

วารีบำบัด (Water Therapy) หมายถึง กิจกรรมสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพโดยวิธีการสร้างความสมบูรณ์แข็งแรงและเพิ่มสมรรถภาพที่ดีของร่างกายโดยอาศัยน้ำเป็นปัจจัยสำคัญ เช่น การออกกำลังกายในน้ำด้วยวิธีการทำกิจกรรมแอโรบิกในน้ำ ซึ่งเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ไฮโดรเทอราปี (Hydrotherapy) เป็นศาสตร์โบราณของชาวยุโรปที่สืบสานกันมาตั้งแต่ยุคกรีกยุคโรมัน ซึ่งในปัจจุบันประเทศที่นำหน้าและมีความเชี่ยวชาญด้านนี้คือ เยอรมนี การออกกำลังกายแอโรบิกในน้ำสามารถช่วยสร้างเสริมและบำบัดรักษาสุขภาพได้ เพราะน้ำมีแรงพยุงตัวที่ช่วยลดส่วนต่างๆ ของร่างกายได้ดี และช่วยเสริมสร้างกล้ามเนื้อได้เร็วขึ้น สำหรับผู้สูงอายุที่มีอาการปวดหลังหรือปวดข้อสามารถใช้วิธีไฮโดรแอโรบิก (Hydro - aerobics) การออกกำลังกายในสระน้ำที่มีระดับน้ำสูงเพียงแค่หน้าอกและเป็นพื้นสระน้ำแบบระนาบเดียวกัน นอกจากนี้ยังมีวิธีการวารีบำบัดแบบง่าย คือ การอาบน้ำร้อนน้ำเย็นสลับกัน โดยให้เริ่มค่อนอาบน้ำร้อนก่อนประมาณ 3 – 5 นาที แล้วสลับการอาบด้วยน้ำเย็น ซึ่งจะมีผลทำให้ร่างกายเกิดความกระปรี้กระเปร่าขึ้น แต่หากนอนอนอยากให้ร่างกายรู้สึกสบายและหลับง่ายก็ให้ใช้วิธีการอาบน้ำอุ่น เพื่อให้ระบบต่างๆ ของร่างกายทำงานช้าลง ประโยชน์ของวารีบำบัดด้วยวิธีนี้จะต้องทำให้ถูกหลักวิชาการเพราะมนุษย์เป็นสัตว์เลือดอุ่น มีศูนย์กลางควบคุมอุณหภูมิที่ไฮโปทาลามัส (Hypothalamus) เป็นสมองในส่วนที่ทำหน้าที่ในการรับรู้ต่างๆ และเป็นตำแหน่งสมองที่คอยควบคุมอุณหภูมิของร่างกายให้คงที่ จึงต้องระมัดระวังให้ความร้อนความเย็นของน้ำอยู่ในระดับที่ทำให้อุณหภูมิของร่างกายสมดุล

จากข้อความข้างต้น สรุปได้ว่า ถ้าเปรียบเทียบกับรูปแบบสปาเรียกว่า ไทยสปา ยะ ซึ่งเป็นวิธีการดูแลสุขภาพและความงามแบบองค์รวมของไทย โดยมีการประยุกต์ใช้ภูมิปัญญาไทยและคงไว้ซึ่งศิลปวัฒนธรรมและประเพณีไทย โดยรวมการบริการไว้ 4 แบบคือ หัตถบำบัด วารีบำบัด สุคนธบำบัดและโภชนบำบัด เพื่อให้เกิดความสมดุลของธาตุทั้งสี่ที่เรียกว่า ดินน้ำลมไฟ สปา ยะหมายถึงองค์ประกอบของความสบาย 7 อย่างคือที่อยู่อาศัย สิ่งแวดล้อม บุคคลรอบ

ข้าง อิริยาบถรอบข้าง ยืน เดิน นอน นั่ง สบาย อาหาร การคมนาคมที่สะดวกและการได้ยืมการได้ ฟังเสียงที่จรรโลงจิตใจเพื่อให้เกิดความสบาย ซึ่งหลักสูตรเหล่านี้ได้รับการรับรองจากกรม สันนิบาตบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข

2.3.9 ทัวร์แหล่งธรรมชาติ เยี่ยมชมแหล่งธรรมชาติและเรียนรู้ความหลากหลาย ทางชีวภาพที่สวยงาม โดยการเดินป่าสมุนไพรหรือขี่จักรยานเสือภูเขาชมธรรมชาติและ ความหลากหลายทางชีวภาพในอุทยานแห่งชาติและป่าธรรมชาติ รวมทั้งกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่าง หลากหลายในสถานที่พักผ่อนประเภท โรงแรมและรีสอร์ทที่มีสถานบริการส่งเสริมสุขภาพ แบบสปาให้ลูกค้าใช้บริการได้

2.3.10 ทัวร์เกษตรธรรมชาติ เยี่ยมชมแหล่งการทำเกษตรธรรมชาติ เกษตรอินทรีย์ เกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริและการเรียนรู้ปลูกผักพื้นบ้านปลอดสารพิษ ด้วยการฝึกฝน วิธีการปลูกผักพื้นบ้านสำหรับบริโภคได้เอง การเรียนรู้ภูมิปัญญาไทยในการทำเกษตรยั่งยืนแผน ใหม่ ไร้ปุ๋ย ไร้ยาฆ่าแมลง โดยมีการทัศนศึกษาและพบปะสนทนาและพูดคุยกับนักวิชาการพื้นบ้าน เกษตรกรกรมไทย

จากความนิยมและความต้องการของผู้บริโภคที่มีความแตกต่างกัน จึงทำให้เกิด รูปแบบการบริการใหม่ ๆ อย่างต่อเนื่อง (รศ.ชัยยศ , 2548) ได้แก่

1. Amenity Spa ซึ่งมีลักษณะคล้าย Hotel/Resort Spa แต่ต่างกันที่การ บริหารงานไม่จำเป็นต้องสร้างรายได้หรือผลกำไรเป็นหลัก แต่มีไว้เป็นส่วนประกอบเพื่อเสริม ความสมบูรณ์ของธุรกิจการให้บริการ โรงแรมใช้เป็นจุดขายเพิ่มความดึงดูดใจ เพื่อสร้างรายได้ให้รี สอร์ทหรือเรียกว่า Mini Spa และส่วนมากจะให้บริการเฉพาะผู้มาพักในโรงแรมเท่านั้น

2. Cosmedi Spa เป็นสาขาที่แตกออกมาจาก Medical Spa ที่มีบริการ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกด้านความงามทางการแพทย์ (Cosmetic Medical) หรือเป็นคลินิกความ งามที่พัฒนามาเป็นสปาด้วยการรวมบริการสปาเข้าไปด้วย มีการคาดการณ์กันว่าคอสมेटิกสปาจะ พัฒนาไปในทิศทางกรรวมความงามและการพักผ่อนหลังการผ่าตัดในรูปแบบ Destination Spa

3. Romantic Spa สำหรับคู่รักที่เตรียมตัวเป็นเจ้าบ่าวและเจ้าสาว คู่ แต่งงานใหม่หรือฉลองครบรอบแต่งงาน โดยส่วนมากจะจัดสรรเฉพาะบริการแบบคู่เท่านั้น

4. Weight Loss Spa เน้นสำหรับผู้ที่ต้องการบริหารควบคุมหรือลด น้ำหนักเป็นสำคัญ

5. Maternity Spa สำหรับหญิงตั้งครรภ์และคุณแม่หลังคลอดและการ พิ้นฟูร่างกาย

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

จังหวัดชัยนาท

“หลวงปู่ศุขลือชา เขื่อนเจ้าพระยาลือชื่อ นามระบือสวนนก สัมโถงขาวแตงกวา”

วัดปากคลองมะขามเฒ่า (วัดหลวงปู่ศุข)



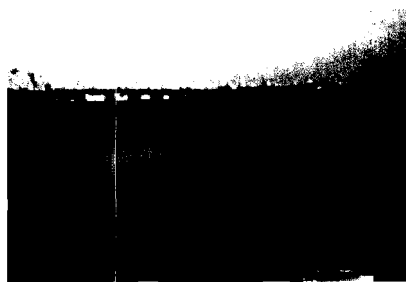
ภาพที่ 1 วัดปากคลองมะขามเฒ่า

(วัดหลวงปู่ศุข)

วัดนี้ คือ ภาพเขียนฝีพระหัตถ์ของสมเด็จพระบรมวงศ์เธอกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ ในพระอุโบสถติดอยู่ตามผนังเป็นภาพพุทธประวัติ แต่พระองค์มิได้เขียนเองทั้งหมด มีข้าราชการบริพารร่วมเขียนด้วย ทั้งหมดเขียนด้วยอักษรขอมผนังทางด้านใต้มีภาพเขียน โดยบอกเวลาที่เขียนไว้คือ พ.ศ.2433

การเดินทาง ห่างจากตัวเมืองชัยนาทประมาณ 25 กิโลเมตร ไปทางอำเภอวัดสิงห์ตามทางหลวงหมายเลข 3183 กิโลเมตรที่ 36-37

เขื่อนเจ้าพระยา



ภาพที่ 2 เขื่อนเจ้าพระยา

ตั้งอยู่ที่หมู่ 1 ตำบลมะขามเฒ่า เป็นวัดที่ตั้งอยู่บริเวณ ปากคลองมะขามเฒ่า (แม่น้ำท่าจีน) แยกจากแม่น้ำเจ้าพระยา สาเหตุที่เรียกว่า “วัดปากคลองมะขามเฒ่า” เนื่องจากเดิมมีต้นมะขามเก่าแก่อยู่ต้นหนึ่ง ริมแม่น้ำเจ้าพระยาหน้าวัด วัดนี้เป็นวัดเก่าแก่มีทิวทัศน์ที่สวยงามน่ารื่นรมย์ และมีชื่อเสียงด้านพระหลวงปู่ศุขแห่งวัดปากคลองมะขามเฒ่า

ได้สร้างพระเครื่อง ที่เรียกว่า “หลวงปู่ศุข วัดปากคลองมะขามเฒ่า” ซึ่งประชาชนนิยมนำไปสักการบูชา กุฎิของท่านเป็นแบบทรงไทยโบราณ สิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่งของ

วัดนี้ คือ ภาพเขียนฝีพระหัตถ์ของสมเด็จพระบรมวงศ์เธอกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ ในพระอุโบสถติดอยู่ตามผนังเป็นภาพพุทธประวัติ แต่พระองค์มิได้เขียนเองทั้งหมด มีข้าราชการบริพารร่วมเขียนด้วย ทั้งหมดเขียนด้วยอักษรขอมผนังทางด้านใต้มีภาพเขียน โดยบอกเวลาที่เขียนไว้คือ

พ.ศ.2433

การเดินทาง ห่างจากตัวเมืองชัยนาทประมาณ 25 กิโลเมตร ไปทางอำเภอวัดสิงห์ตามทางหลวงหมายเลข 3183 กิโลเมตรที่ 36-37

เป็นเขื่อนขนาดใหญ่สร้างเป็นแห่งแรกของประเทศ ตั้งอยู่ที่บริเวณคู้บางกระบือ หมู่ที่ 3 ตำบลบางหลวง ลักษณะของเขื่อนมีความยาว 237.50 เมตร สูง 16.5 เมตร เขื่อนมีช่องระบาย 16 ช่อง มีประตูเรือติดกับเขื่อนด้านขวากว้าง 14 เมตร สร้างเสร็จเมื่อ พ.ศ. 2500 เรือขนาดใหญ่สามารถผ่านเข้าออกได้ บริเวณเขื่อนมีความ

สวยงามตามธรรมชาติ ช่วงเดือนมกราคม จะมีฝูงนกเป็ดน้ำนับหมื่นตัวมาอาศัย หากินอยู่ในแม่น้ำ บริเวณเหนือเขื่อน เขื่อนนี้ใช้ประโยชน์ทางการชลประทาน การท่อน้ำเพื่อการเกษตร โดยระบายน้ำจากภาคเหนือ สู่อ่างกลางและอ่าวไทย อีกทั้งยังผลิตไฟฟ้าใช้ภายในจังหวัด

เขื่อนเจ้าพระยา มีบ้านพักรับรองสำหรับนักท่องเที่ยวไว้บริการ จำนวน 17 ห้อง ราคา 100 บาท / คน / วัน สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 5641 1559 ต่อ 302

การเดินทาง จากอำเภอเมืองไปตามทางหลวงหมายเลข 304 และเลี้ยวซ้ายทางไปอำเภอสรรพยา ประมาณ 6 กิโลเมตร หรือรถโดยสารประจำทางสายกรุงเทพฯ – อำเภอวัดสิงห์ จะผ่านบริเวณหน้าเขื่อน รถประจำทางสาย 1061 ชัยนาท-โพธิ์นางดำ และรถประจำทางสาย 110 สิงห์บุรี-ชัยนาท

วัดพระมหาธาตุ



ภาพที่ 3 วัดพระมหาธาตุ

ตั้งอยู่หมู่ที่ 8 ตำบลแพรกศรีราชา เดิมชื่อว่าวัดพระธาตุ หรือวัดหัวเมือง เป็นวัดเก่าโบราณคู่เมืองแพรกหรือเมืองสรรค์ เมื่อ พ.ศ. 2444 พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้เสด็จประพาสและทรงมีลายพระหัตถ์บันทึกไว้ โบราณสถานที่มีความสำคัญทางประวัติศาสตร์ ได้แก่ พระปรางค์ก๊กลีบมะเฟือง (พุ่มมะเฟือง) สร้างด้วยอิฐถือปูน 3 องค์ องค์พระธาตุมีลักษณะคล้ายก๊กลีบมะเฟือง ตั้งอยู่บนฐานสี่เหลี่ยม (ฐานเขียง) เป็นศิลปะสมัยลพบุรี กรมศิลปากร

ได้บูรณะปฏิสังขรณ์เมื่อปี พ.ศ. 2526 นอกจากนั้นมีพระพุทธรูป 2 แบบ คือ ศิลปะแบบลพบุรีและอยุธยาตอนต้น ภายในวัดยังมีพิพิธภัณฑ

การเดินทาง อยู่ห่างจากตัวเมืองชัยนาทประมาณ 20 กิโลเมตร จากอำเภอเมือง ใช้ทางหลวงหมายเลข 340 ถึงทางแยกเข้าอำเภอสรรคบุรี จากที่ว่าการอำเภอสรรคบุรี บริเวณหอนาฬิกา เลี้ยวซ้ายไปประมาณ 500 เมตร

สวนนกชัยนาท



เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่สำคัญของจังหวัดชัยนาท เริ่มสร้างเมื่อ พ.ศ. 2526 ตั้งอยู่บริเวณเชิงเขาพลอง หมู่ที่ 4 ตำบลเขาท่าพระ ริมถนนพหลโยธิน (ทางหลวงหมายเลข 1) ก่อนถึงตัวเมือง 4 กิโลเมตร สวนนกชัยนาท มีพื้นที่ 260 ไร่ มีกรงนกที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในเอเชีย ครอบคลุมพื้นที่ 26 ไร่ โดยปล่อยพันธุ์นกอยู่อย่างธรรมชาติ นอกจากนี้

ภาพที่ 4 สวนนกชัยนาท

ยังมีกรงนกขนาดกลางและขนาดเล็กอีก 63 กรง มีสวนหย่อม สวนงู สวนกระต่าย สวนสัตว์ป่า เช่น ละมั่ง เลียงผา กวางดาว เนื้อทราย มีศาลากลางน้ำ อาคารจำหน่ายสินค้าของที่ระลึก และมีพิพิธภัณฑ์ปลาน้ำจืด เช่น ปลาเสือตอ ปลาเสือสุมาตรา เป็นต้น นอกจากนี้ยังมี 3 โครงการใหม่ได้ปรับปรุงขึ้นเพื่อให้การท่องเที่ยวภายในสวนนกคุ้มค่ายิ่งขึ้น ได้แก่

1. มีศูนย์ข้อมูลข่าวสารการท่องเที่ยวซึ่งใช้ระบบเทคโนโลยีที่ทันสมัย ซึ่งนักท่องเที่ยวผู้มาเยือนจะได้ศึกษาเรียนรู้ เกี่ยวกับประวัติศาสตร์วิถีชีวิต เกษตรกรรม วัฒนธรรม ทัศนกรรมอันเป็นเอกลักษณ์

2. ศูนย์ผลิตภัณฑ์พื้นเมือง จัดจำหน่ายสินค้า OTOP และสินค้าตามฤดูกาลของชุมชน

3. น้ำตกจำลองที่สร้างขึ้นเพื่อป้องกันดินพังทลาย ตั้งอยู่เชิงเขาพลอง

สำหรับสวนนกชัยนาท เปิดให้เข้าชมตั้งแต่เวลา 08.00-18.00 น. อัตราค่าเข้าชม ชาวไทย ผู้ใหญ่ 20 บาท เด็ก 10 บาท ชาวต่างประเทศ ผู้ใหญ่ 100 บาท เด็ก 50 บาท สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 5641 1413

การเดินทาง จากกรุงเทพฯ ไปตามทางหลวงหมายเลข 32 ถึงสี่แยกถนนสายเอเชีย ชัยนาท-ตาคี เลี้ยวซ้ายเข้าทางหลวงหมายเลข 1 ประมาณ 7 กิโลเมตร สวนนกชัยนาทจะอยู่ทางขวามือ

จังหวัดนครปฐม

“ส้มโอหวาน ข้าวสารขาว ลูกสาวงาม ข้าวหลามหวานมัน สนามจันทร์งามล้น พุทธมณฑล คู่ธานี พระปฐมเจดีย์เสียดฟ้า สวยงามตาแม่น้ำท่าจีน”

วัดพระปฐมเจดีย์ราชวรมหาวิหาร



ภาพที่ 5 วัดพระปฐมเจดีย์

เป็นพระสถาปัตยกรรมที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในประเทศไทย จังหวัดนครปฐมได้ใช้พระปฐมเจดีย์เป็นตราประจำจังหวัด พระปฐมเจดีย์ที่เห็นอยู่ในปัจจุบันนี้ เป็นองค์ที่สร้างขึ้นใน สมัยรัชกาลที่ 4 เมื่อ พ.ศ. 2396 โดยโปรดเกล้าฯ ให้สร้าง ครอบพระเจดีย์องค์เดิมซึ่งเป็นเจดีย์เก่าแก่ มีฐานแบบ โอคว่ำ และมียอดปราสาทอยู่ข้างบน สันนิษฐานว่ามีอายุอยู่ใน ตอนต้นพุทธศตวรรษที่ 4 เนื่องจากรูปร่างของเจดีย์แบบ โอคว่ำ มีลักษณะคล้ายกับสาญจีเจดีย์ในอินเดีย ซึ่งสร้างสมัย พระเจ้าอโศกมหาราช การก่อสร้างเจดีย์ครอบองค์ใหม่ เสร็จเรียบร้อยในสมัยรัชกาลที่ 5 เมื่อ พ.ศ. 2413 รวมเวลา

ก่อสร้าง 17 ปี พระเจดีย์องค์ใหม่มีลักษณะเป็นเจดีย์ทรง กลม รูปร่างงอคว่ำแบบลังกา มีความสูงจาก พื้นดินถึงยอดมงกุฎ 3 เส้น 1 คืบ 10 นิ้ว (หรือประมาณ 120.5 เมตร) ฐานวัดโดยรอบได้ 5 เส้น 17 วา 3 สอก (หรือประมาณ 233 เมตร) ภายในบรรจุพระบรมสารีริกธาตุไว้ ต่อมาในสมัยรัชกาลที่ 6 ได้ทรงบูรณะวัดพระปฐมเจดีย์ให้สว่างงามมากขึ้น และถือว่าวัดพระปฐมเจดีย์เป็นวัดประจำรัชกาลที่ 6 พระปฐมเจดีย์

เปิดตั้งแต่เวลา 07.00-20.00 น. ค่าเข้าชมชาวต่างประเทศ 40 บาท ประมาณเดือน พฤศจิกายนของทุกปี จะมีงานนมัสการองค์พระปฐมเจดีย์ สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 3424 2143 ภายในวัดพระปฐมเจดีย์ยังมีสิ่งที่น่าสนใจต่างๆ ดังนี้

พระร่วงโรจนฤทธิ์ เป็นพระพุทธรูปยืนปางประทานอภัย ประดิษฐานในซุ้มวิหารทิศเหนือ หน้าองค์พระปฐมเจดีย์ สร้างในรัชกาลที่ 6 โดยได้พระเศียร พระหัตถ์ และพระบาทมาจากเมือง ศรีสัตนาลัย จังหวัดสุโขทัย แล้วโปรดเกล้าฯ ให้ช่างทำรูปปั้นขึ้นจึงปฏิสังขรณ์ให้บริบูรณ์เต็มองค์ ทำ พิธีหล่อที่วัดพระเชตุพนฯ เมื่อ พ.ศ. 2456 แล้วอัญเชิญไปประดิษฐานไว้ในซุ้มวิหารด้านทิศเหนือ ตรงกับบันไดใหญ่ และพระราชทานนามว่า “พระร่วงโรจนฤทธิ์ ศรีอินทราทิตย์ ธรรมโมภาสมหา

วชิราวุธราชปูชนียบพิตร” ที่ฐานพระพุทธรูปบรรจุพระบรมอัฐิของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว

พิพิธภัณฑวัดพระปฐมเจดีย์ ตั้งอยู่บริเวณชั้นลดด้านทิศตะวันตกตรงข้ามพระอุโบสถภายในเก็บวัตถุโบราณที่ขุดพบจากสถานที่ต่างๆ ในจังหวัดนครปฐมทั้งสมัยบ้านเชียง สมัยทวารวดี เช่น พระพุทธรูป หินบดยา ลูกประคำดินเผา กำไลข้อมือ ฯลฯ และเป็นທີ່เก็บหีบศพย่าเหลสุนัขที่รัชกาลที่ 6 ทรงโปรดปรานมากและถูกคนลอบยิงตาย พระองค์ทรงเสียพระทัยมาก โปรดฯ ให้สร้างอนุสาวรีย์ไว้รำลึก พิพิธภัณฑฯ เปิดให้เข้าชมทุกวัน ระหว่างเวลา 08.00-16.30 น. (เปิดช่วงเวลา 12.00-13.00)

พุทธมณฑล



ภาพที่ 6 พุทธมณฑล

เป็นสถานที่สำคัญทางพุทธศาสนา ตั้งอยู่ที่ตำบลศาลายามีพื้นที่ประมาณ 2,500 ไร่ พุทธมณฑลเป็นสถานที่ซึ่งรัฐบาล และประชาชนชาวไทยร่วมกันจัดสร้างขึ้นในปี พ.ศ. 2500 เนื่องในโอกาสที่พุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองมาได้ถึง 2,500 ปี บริเวณจุดศูนย์กลางของพุทธมณฑล เป็นที่ประดิษฐานพระพุทธรูปปางลีลา เป็นพระประธานของพุทธมณฑลมีความสูง 2,500 กระเบียด (ประมาณ 15.875 เมตร) พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงพระราชทานนามว่า “พระศรีศากยะทศพลญาณประธานพุทธมณฑลสุทรรศน์” รอบองค์พระประธานเป็นสถานที่จำลองของสังเวชนียสถาน 4 ตำบล คือ ตำบลอันเป็นที่ประสูติ ตรัสรู้ แสดงปฐมเทศนา และเสด็จดับขันธปรินิพพาน นอกจากนี้ยังมีศาสนสถานที่สำคัญอื่น ๆ ได้แก่ พระวิหารพุทธมณฑล ตำหนักสมเด็จพระสังฆราช และที่พำนักสงฆ์อาคันตุกะ หอประชุมทางกิจการพระพุทธศาสนา ศาลาปฏิบัติกรรมฐาน พิพิธภัณฑฯ ทางพุทธศาสนา หอสมุดพระพุทธศาสนา สวนไม้ดอกไม้ประดับ และเป็นสถานที่ประกอบพิธีในวันสำคัญทางศาสนา เช่น วันวิสาขบูชา วันมาฆบูชา วันอาสาฬหบูชา เป็นต้น เปิดเวลา 05.00-19.00 น. ผู้ที่จะเข้าชมเป็นหมู่คณะ โปรดแจ้งความจำนงได้ที่ ฝ่ายประชาสัมพันธ์พุทธมณฑล โทร. 0 2441 9012, 0 2441 9009, 0 2441 9801-2

การเดินทาง จากกรุงเทพฯ สามารถเข้าถึงได้หลายเส้นทาง คือเดินทางไปตามถนนเพชรเกษม ถึงประมาณกิโลเมตรที่ 22 เลี้ยวขวาเข้าถนนพุทธมณฑลสาย 4 ไปประมาณ 8 กิโลเมตร หรือเดินทางไปตามถนนสายปิ่นเกล้า-นครชัยศรี แล้วแยกเข้าถนนพุทธมณฑลสาย 4 ไปเล็กน้อย

นอกจากนี้ยังสามารถเดินทางโดยใช้ถนนพุทธมณฑลสาย 3 แยกเข้าสู่ถนนอุทยาน(อักษะ) เพื่อมุ่งเข้าสู่พุทธมณฑลได้ ถนนอุทยาน(อักษะ)เป็นถนนที่ตกแต่งอย่างสวยงาม ด้วยแนวเสาไฟประดับรูปกิณีรี น้ำพุและไม้ประดับต่างๆ มีทัศนียภาพที่สวยงาม

พิพิธภัณฑ์พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว (พระราชวังสนามจันทร์)



ภาพที่ 7 พระราชวังสนามจันทร์

ตั้งอยู่ในตัวเมือง ห่างจากองค์พระปฐมเจดีย์ ไปทางทิศตะวันตก ประมาณ 2 กิโลเมตร มีพื้นที่ประมาณ 888 ไร่ 3 งาน 24 ตารางวา พระราชวังแห่งนี้รัชกาลที่ 6 ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้าง ตั้งแต่ยังทรงดำรงพระยศเป็นสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชสยามมกุฎราชกุมาร เริ่มก่อสร้างในปี พ.ศ. 2450 โดยหลวงพิทักษ์มานพ (น้อย ศิลป์) ซึ่งต่อมาเลื่อนยศเป็นพระยา ศิลป์ประสิทธิ์ เป็นผู้ดำเนินการก่อสร้าง พระที่นั่งเมื่อแรกสร้างมีเพียง 2 พระที่นั่ง ได้แก่ พระที่นั่งพิมานปฐม และพระที่นั่งอภิรมย์ฤดี และพระราชทานนามตามประกาศลงวันที่ 27 สิงหาคม พ.ศ. 2454 และได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ทำพิธียกพระมหาเศวตฉัตรประดิษฐานเหนือพระแท่นรัตนสิงหასันภายในพระที่นั่งสามัคคีมุขมาตย์

การสร้างพระราชวังแห่งนี้มีมูลเหตุจูงใจมาจาก การบูรณะปฏิสังขรณ์องค์พระปฐมเจดีย์ ซึ่งทำให้พระองค์ทรงพอพระราชหฤทัยเมืองนครปฐมเป็นอย่างยิ่ง ทรงเห็นว่าเป็นเมืองที่เหมาะสมสำหรับประทับพักผ่อนเนื่องจากมีภูมิประเทศที่งดงาม ร่มเย็น นอกจากนี้ยังทรงมีพระราชดำริที่ลึกซึ้ง นั่นก็คือ ทรงเห็นว่านครปฐมเป็นเมืองที่มีชัยภูมิเหมาะ สำหรับด้านทานข้าศึกซึ่งจะยกเข้ามาทางน้ำได้อย่างดี ด้วยทรงจดจำเหตุการณ์ เมื่อ ร.ศ.112 ที่ฝรั่งเศสนำเรือรบเข้ามาปิดปากอ่าวไทยได้ และไม่ต้องการที่จะให้ประเทศไทยตกอยู่ในสภาพดังกล่าว จึงตั้งพระทัยที่จะสร้างพระราชวังสนามจันทร์ ไว้สำหรับเป็นเมืองหลวงที่สองหากประเทศชาติประสบปัญหาวิกฤติพระราชวังสนามจันทร์ มีอาณาเขตกว้างขวางประกอบด้วยสนามใหญ่อยู่กลาง มีถนนโอบเป็นวงโดยรอบ และมีคูน้ำล้อมอยู่ชั้นนอก ส่วนพระที่นั่งต่าง ๆ รวมกันอยู่ส่วนกลางของพระราชวัง เท่าที่ปรากฏในปัจจุบัน ได้แก่

พระที่นั่งพิมานปฐม เป็นพระที่นั่งองค์แรกที่สร้างขึ้นในพระราชวังสนามจันทร์ เป็นตึก 2 ชั้นแบบตะวันตก ตัวอาคารก่ออิฐถือปูน ทรงใช้เป็นที่พัก โดยเฉพาะก่อนเสด็จขึ้นครองราชย์ เป็นที่ทรงพระอักษร ที่เสด็จออกขุนนาง ที่รับรองพระราชอาคันตุกะ และออกให้ราษฎรเข้าเฝ้า

มากกว่าพระที่นั่งอื่นๆ ภายในพระที่นั่งมีห้องต่างๆ อาทิ ห้องบรรทม ห้องทรง ห้องเสวย ห้องภูษา ฯลฯ มีพระพุทธรูปปางปฐมเทศนาอยู่องค์หนึ่ง และมีภาพเขียนจิตรกรรมฝาผนังฝีมือพระยาอนุศาสน์จิตรกร(จันทร์ จิตรกร) งดงามน่าชม และที่พระที่นั่งนี้พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้ประทับทอดพระเนตรเห็นปาฏิหาริย์ขององค์พระปฐมเจดีย์บนแท่นไม้สัก มีขนาด 2 เมตร ชื่อว่า “พระที่นั่งปาฏิหาริย์ทัศน์” ขณะนี้ทางการได้รื้อนำไปตั้งไว้หน้าพระที่นั่งพุทไธสวรรย์ในพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ส่วนพระที่นั่งพิมานปฐม ปัจจุบันเป็นส่วนหนึ่งของศาลากลางจังหวัด

พระที่นั่งวัชรirimยา เป็นตึก 2 ชั้น สร้างด้วยสถาปัตยกรรมแบบไทย หลังคาซ้อนมียอดปราสาทมุงด้วยกระเบื้องเคลือบสีดงาม มีช่อฟ้าใบระกา นาคสะดุ้ง หางหงส์ครบถ้วน พระที่นั่งองค์นี้เคยใช้เป็นที่บรรทม เมื่อเสด็จขึ้นครองราชย์แล้ว ปัจจุบันเป็นส่วนหนึ่งของศาลากลางจังหวัด **พระที่นั่งสามัคคีมุขมาตย์** อยู่ถัดจากพระที่นั่งวัชรirimยา โดยมีโถงใหญ่และหลังคาเชื่อมต่อกัน เป็นศาลาโถง ทรงไทย ยกสูงจากพื้นดินประมาณหนึ่งเมตร และมีฉัตรลงสองข้าง หน้าบันอยู่ทางทิศเหนือเป็นรูปจำหลักทำอมรินทร์ราชประทานพร ประทับอยู่ในพิมานปราสาทสามยอด พระหัตถ์ขวาทรงวัชรระ พระหัตถ์ซ้ายประทานพรแวดล้อมด้วยบริวาร ประกอบด้วยเทวดาและมนุษย์ห้าหมู่ พระที่นั่งองค์นี้ใช้เป็นที่ออกงานสโมสรสันนิบาต เป็นท้องพระโรงเวลาเสด็จออกขุนนาง เป็นที่ประชุมข้าราชการและกองเสือป่า และใช้เป็นโรงละครสำหรับแสดงโขนอีกด้วย จึงมีชื่อเรียกติดปากชาวบ้านว่า “โรง โขน” พระที่นั่งนี้มีลักษณะพิเศษ คือ ตัวแสดงจะออกมาปรากฏกายภายนอกฉากบนเฉลี่ยถึง 3 ด้าน มิใช่แสดงอยู่เพียงบนเวที โรงละครที่มีลักษณะดังกล่าวนี้มีอีก 2 แห่งคือ โรงละครสวนมิสกวัน และหอประชุมโรงเรียนวชิราวุธ ปัจจุบันพระที่นั่งสามัคคีมุขมาตย์ใช้เป็นหอประชุมของจังหวัดนครปฐม หรือใช้ในพิธีต่าง ๆ ของทางราชการ

พระตำหนักขาลิมมกลอาสน์ ตั้งอยู่ทางทิศใต้ของสนามจันทร์ เป็นพระตำหนัก 2 ชั้นคล้ายปราสาทขนาดเล็ก สี่ไข่วัฒน หลังคามุงกระเบื้องสีแดง สถาปัตยกรรมแบบเรอเนสซองส์ของฝรั่งเศสกับอาคารแบบฮาร์ฟิมเบอร์รี่ของอังกฤษ สร้างแบบตะวันตกกรีกกาลที่ 6 ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระตำหนักนี้ราวปี พ.ศ. 2451 โดยมีหม่อมเจ้าอิทธิเทพสรรค์ กฤดากร เป็นสถาปนิกออกแบบ ชั้นบนมีห้องทรงพระอักษร ห้องบรรทม และห้องทรง ชั้นล่างทางทิศตะวันตกเป็นห้องรอเฝ้าฯ และเคยใช้เป็นสำนักงานชั่วคราวในการออกหนังสือพิมพ์ดุสิตสมิตรายสัปดาห์ พระตำหนักหลังนี้ เคยใช้เป็นที่ประทับเมื่อเวลามีการซ้อมรบเสือป่า ณ พระราชวังสนามจันทร์ และทรงใช้เป็นที่ประทับตลอดช่วงปลายรัชกาลเมื่อเสด็จพระราชวังสนามจันทร์

พระตำหนักมารีราชรัตบัลลังก์ เป็นเรือนไม้สักทอง 2 ชั้นแบบตะวันตกทาสีแดง ลักษณะสถาปัตยกรรมแบบนี้ โอคลาสติก พระตำหนักองค์นี้ สร้างขึ้นคู่กับพระตำหนักขาสีมงคลอาสน์ เชื่อมติดต่อกันด้วยฉนวนทางเดินทอดยาวลักษณะเป็นสะพาน หลังคามุงกระเบื้อง ดินหน้าต่างกระจัดลดความยาวสองด้าน จากชั้นบนด้านหลังพระตำหนักขาสีฯ ข้ามคูน้ำมาเชื่อมกับชั้นบนด้านหน้าของพระตำหนักมารีฯ รัชกาลที่ 6 ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระตำหนักนี้ราวปี พ.ศ. 2459 โดยมีหม่อมเจ้าอิทธิเทพสรรค์ กฤดากร เป็นสถาปนิกออกแบบ พระตำหนักทั้งสองหลังสร้างขึ้นด้วยแรงบันดาลใจจากบทละครเรื่อง My friend Jarlet ของ Arnold Gosworthy และ E.B. Norman ซึ่งทรงแปลบทละครเรื่องนี้เป็นภาษาไทยชื่อว่า “มิตรแท้” โดยทรงนำชื่อตัวละครในเรื่องมาเป็นชื่อพระตำหนัก

พระตำหนักทับขวัญ เป็นเรือนไทยภาคกลางที่สมบูรณ์แบบ สร้างด้วยไม้สักทอง ใช้วิธีเข้าไม้ตามแบบฉบับบ้านไทยโบราณ ฝาเรือนทำเป็นฝาปะกนกรอบลูกฟัก เเชิงชายและไม้ค้ำยันสลักเสลาสวยงาม หลังคาเดิมมุงจาก หลังคาเดิมด้วยกระเบื้องดินเผา นายช่างผู้ออกแบบและควบคุมการก่อสร้างคือ พระยาวิสุกรรมศิลปประสิทธิ์ (น้อย ศิลป์) พระตำหนักทับขวัญ ประกอบด้วยกลุ่มเรือน 8 หลัง ได้แก่ เรือนใหญ่ 4 หลัง เรือนเล็ก 4 หลัง สร้างให้หันหน้าเข้าหากัน 4 ทิศบนขานรูปสี่เหลี่ยม เรือนหลังใหญ่เป็นหอนอน 2 หอ (ห้องบรรทมเป็นหอนอนที่อยู่ทางทิศใต้) อีก 2 หลังเป็นเรือนโถงและเรือนครัวซึ่งอยู่ตรงข้ามกัน ส่วนเรือนเล็กอีก 4 หลังนั้นตั้งอยู่ตรงมุม 4 มุมๆ ละ 1 หลัง ได้แก่ หอนก 2 หลัง เรือนคนใช้และเรือนเก็บของ เรือนทุกหลังมีขานเรือนเชื่อมกัน โดยตลอดบริเวณกลางขานเรือนปลูกต้นจันทน์แผ่กิ่งก้านไว้ให้ร่มเงา รัชกาลที่ 6 ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างขึ้น เพื่อรักษาศิลปะบ้านไทยแบบ โบราณและทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้จัดการพระราชพิธีขึ้นพระตำหนักใหม่ เมื่อวันที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2454 พระองค์ได้ประทับแรม ณ พระตำหนักองค์นี้เป็นเวลา 1 คืน และเมื่อมีการซ่อมรับเสด็จฯ พระตำหนักองค์นี้ใช้เป็นที่ตั้งกองบัญชาการเสด็จปราบหนักรักษาพระองค์

เทวาลัยคเณศวร์ หรือเรียกว่า ศาลพระพิฆเนศวร ตั้งอยู่กลางสนามหญ้าใหญ่ของพระราชวังสนามจันทร์ พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้สร้างศาลเทพารักษ์ขึ้น สำหรับพระราชวังสนามจันทร์ ประดิษฐานพระพิฆเนศวร์ซึ่งเป็นเทพเจ้าแห่งศิลปวิทยาการ เพื่อความเป็นสิริมงคลและเมื่อมองจากพระที่นั่งพิมพานปฐมจะเห็นพระปฐมเจดีย์ เทวาลัยคเณศวร์และพระที่นั่งพิมพานปฐม อยู่ในแนวเส้นตรงเดียวกัน ศาลนี้เป็นศูนย์กลางของพระราชวังสนามจันทร์ มีผู้ศรัทธานับถือกันมาก จนเป็นสัญลักษณ์ศักดิ์สิทธิ์ของพระราชวังสนามจันทร์

สวนสมุนไพรสิรินธรราชิต



ภาพที่ 8 สวนสมุนไพรสิรินธรราชิต

ตั้งอยู่ในพื้นที่มหาวิทยาลัยมหิดล ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล สร้างขึ้นเพื่อเป็นแหล่งอนุรักษ์พันธุ์พืชสมุนไพรไทย สำหรับศึกษา วิจัย พัฒนา และการเรียนรู้ของสังคม มีพื้นที่ประมาณ 38 ไร่ รวบรวมพันธุ์สมุนไพรกว่า 1,200 ชนิด จัดปลูกไว้ในลักษณะต่างกัน พร้อมแสดงป้ายชื่อและสรรพคุณ เหมาะที่จะเป็นห้องเรียนธรรมชาติ คณะกรรมการเอกลักษณ์ของชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี ได้พิจารณาให้เป็นโครงการดีเด่นแห่งชาติ สาขาอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ด้านสมุนไพร) พื้นที่สวนแบ่งเป็น 3 ส่วน ส่วนแรกเป็นเรือนเพาะชำ ปลูกสมุนไพรที่ต้องการการดูแลพิเศษ ส่วนที่สองเป็นสวนหย่อมสมุนไพร และส่วนสุดท้ายปลูกในลักษณะสวนป่า เพื่อแสดงระบบนิเวศที่สมุนไพรเติบโตอย่างเป็นธรรมชาติ มีสมุนไพรที่หายากได้ยากหลายชนิด เช่น โมกราชินี สิรินครวัลลี สามสิบกีบน้อย และจิกคง ซึ่งเป็นพืชชนิดใหม่ของโลก มะลิซาไก สมุนไพรหายากที่ใช้เป็นยาคุมกำเนิดของชนเผ่าซาไก

กำแพงเจ็ดชั้น กวาวเครือขาว และกวาวเครือแดง รวมทั้งสมุนไพรที่เป็นพืชผักพื้นบ้าน ผู้สนใจสามารถเข้าชมได้ทุกวันตั้งแต่เวลา 7.00 - 17.30 น. ไม่เว้นวันหยุดราชการ หากต้องการเข้าชมเป็นหมู่คณะและผู้เข้าชมเพื่อให้ได้ความรู้อย่างครบถ้วน สามารถติดต่อล่วงหน้าที คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ที่กรุงเทพฯ โทร. 0 2644 8678 - 90 ต่อ 5550

จังหวัดนครสวรรค์

ต้นแม่น้ำเจ้าพระยา



ภาพที่ 9 ต้นแม่น้ำเจ้าพระยา

ต้นแม่น้ำเจ้าพระยา อยู่ในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์ เป็นจุดที่แม่น้ำปิงและแม่น้ำน่านไหลมาบรรจบกันที่ต.ปากน้ำโพ อ.เมืองนครสวรรค์ จ.นครสวรรค์ กลายเป็นจุดกำเนิดของแม่น้ำสาย

สำคัญที่ชื่อ เจ้าพระยา แม่น้ำสายสำคัญของประเทศ ณ บริเวณริมเขื่อนใกล้ตลาดปากน้ำโพจะมองเห็นถึงความแตกต่าง ของสายน้ำทั้งสายได้อย่างชัดเจน โดยแม่น้ำ น่านจะมีสีแดงขุ่น แม่น้ำปิงจะมีสีเขียวคล้ำใสเมื่อรวมตัวเป็นแม่น้ำเจ้าพระยาสีน้ำก็จะค่อยๆ ผสมกลมกลืนกลายเป็นสีเขียวกัน จากฝั่งตลาดปากน้ำโพจะสามารถมองเห็นแหลมยม รวมทั้งฝั่งตรงข้ามมีศาลเจ้าพ่อเทพารักษ์ - เจ้าแม่ทับทิม เป็นอาคารทรงเก๋งจีนตั้งอยู่จากจุดนี้นักท่องเที่ยวสามารถนั่งเรือรับจ้าง ชมวิถีความเป็นอยู่ของชาวบ้านที่อาศัยอยู่ริมน้ำ ทั้งสองฝั่ง

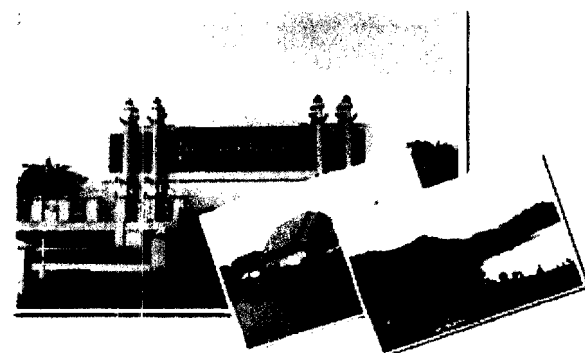
บึงบอระเพ็ด



ภาพที่ 10 บึงบอระเพ็ด

เป็นบึงน้ำจืดขนาดใหญ่ที่สุดของประเทศไทยซึ่งเกิดขึ้นตามธรรมชาติ อยู่ในท้องที่ 3 อำเภอ มีเนื้อที่ประมาณ 132,777 ไร่ 56 ตารางวา มีสัตว์และพันธุ์พืชน้ำอยู่มากมาย บึงบอระเพ็ด มีชื่อเสียงรู้จักกันแพร่หลายมานานว่าเป็นแหล่งน้ำที่มีจระเข้ชุกชุม และเป็นแหล่งเพาะพันธุ์ปลาน้ำจืดแหล่งใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่งของประเทศ ประมาณว่ามี พันธุ์ปลาต่าง ๆ ประมาณ 148 ชนิด พันธุ์สัตว์ที่หายากได้แก่ นกเจ้าฟ้าหญิงสิรินธร ปลาเสือตอ ปัจจุบันจระเข้ในบึงเหลืออยู่น้อยมาก จะมีให้เห็นก็ที่ศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงน้ำจืดนครสวรรค์ ซึ่งได้เพาะพันธุ์และเลี้ยงไว้ให้นักท่องเที่ยวชมเท่านั้น นอกจากนี้ในบริเวณบึงยังเป็นที่อยู่อาศัยของนกนานาชนิด บึงบอระเพ็ดแยกจากถนนสายเอเชียไปตามถนนสาย 225 (นครสวรรค์-ชุมแสง) ระยะทาง 8 กม. มีบริการเรือนำชมบึงบอระเพ็ด

อุทยานสวรรค์

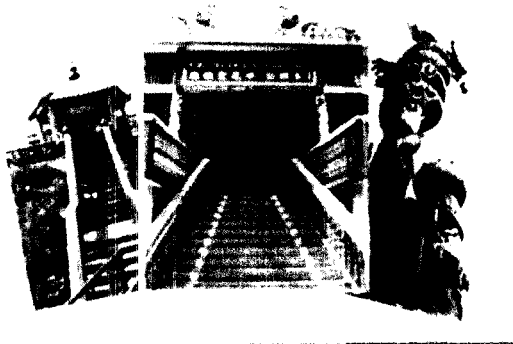


ภาพที่ 11 อุทยานสวรรค์

เป็นสวนสาธารณะที่ตั้งอยู่ในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์ติดถนนสายเอเชีย แต่เดิมเป็นหนองน้ำขนาดใหญ่เนื้อที่ประมาณ 314 ไร่ เรียกว่า หนองสมบุญ ต่อมาเทศบาลนครนครสวรรค์ ได้ปรับปรุงสภาพให้สวนสาธารณะ สำหรับเป็นที่พักผ่อนและออกกำลังกายของประชาชน โดยสร้าง

ถนนลาดยางขนาดกว้าง 6 เมตร รอบ บริเวณหนองสมบุรณ์ ซึ่งมีความยาว 3,200 เมตร ตรงกลาง หนองน้ำถมดินเป็นเกาะมีเนื้อที่ประมาณ 3 ไร่ มีเวทีน้ำพุ ห้องรับรอง สวนไม้ดอกไม้ประดับ มีพันธุ์ ไม้หลากหลายชนิดนับเป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจที่สวยงาม และร่มรื่นอยู่กลางเมืองนครสวรรค์

ศาลเจ้าพ่อเทพารักษ์ - เจ้าแม่ทับทิม



ภาพที่ 12 ศาลเจ้าพ่อเทพารักษ์-เจ้าแม่ทับทิม

ตั้งอยู่เลขที่ 9 ต.แควใหญ่ อ.เมืองฯ จ.นครสวรรค์ เดินทางจากตัวเมืองนครสวรรค์ ไปตามถนนสาย นครสวรรค์ - ชุมแสง (225) ระยะทางประมาณ 2.3 กม. แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าไปประมาณ 1 กม. ตัวศาล ตั้งอยู่บริเวณต้นแม่น้ำเจ้าพระยาฝั่งแม่น้ำน่าน ภายในศาลประดิษฐานเทพปิ่นโถวทอง เทพกวนอู และ เจ้าแม่ทับทิม ศาลเจ้าแห่งนี้ ไม่ปรากฏหลักฐานว่าสร้างขึ้นในยุคสมัยใด แต่ที่ ทราบคือ สร้างก่อนปี พ.ศ. 2413 อย่างแน่นอน ณ ที่นี้เป็นต้นกำเนิดของงานประเพณีแห่เจ้าฯ ที่เลื่อง ชื่อของชาวปากน้ำโพ

พิพิธภัณฑ์จันเสน (อ.ตาคลี)



ภาพที่ 13 พิพิธภัณฑ์จันเสน (อ.ตาคลี)

เริ่มก่อสร้างโดยพระครูนิสัยจิริยคุณ หรือที่ ชาวบ้านเรียกกันว่า "หลวงพ่อโอด" ได้มีดำริที่ จะสร้างพระมหาธาตุเจดีย์ขึ้นเพื่อให้เป็น ศูนย์กลางชุมชน ภายในจัดให้มีส่วนที่เป็น พิพิธภัณฑ์เพื่อใช้แสดงเรื่องราวของจันเสนใน อดีต พระครูนิววัชรธรรมขันธ หรือหลวงพ่อเจริญ เจ้าอาวาสรูปต่อมาเป็นกำลังสำคัญที่สานต่อ งานพิพิธภัณฑ์จันเสร็จสมบูรณ์ โดย งบประมาณในการก่อสร้างได้มาจากศรัทธา ของประชาชนทั้งสิ้นไม่ต้องใช้งบประมาณรัฐ พิพิธภัณฑ์จันเสน เริ่มเปิดให้เข้าชมได้ ตั้งแต่ปี

พ.ศ. 2542 สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จเปิดพิพิธภัณฑ์จันเสนอย่างเป็นทางการและทอดพระเนตรภายในพิพิธภัณฑ์อย่างทั่วถึง นำความปลาบปลื้มมาสู่พสกนิกรชาวชุมชนจันเสน การเข้าชมพิพิธภัณฑ์จันเสนจะมียูวมัคคุเทศก์บรรยายนำชมให้ความรู้

จังหวัดนนทบุรี

“พระตำหนักสง่างาม ลือนามสวนสมเด็จ เกาะเกร็ดแหล่งดินเผา

วัดเก่านามระบือเลื่องลือทุเรียนนนท์ งามน่ายลศูนย์ราชการ”

พิพิธภัณฑ์และศูนย์ฝึกอบรมการแพทย์แผนไทย

สังกัดกรมพัฒนาการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กระทรวงสาธารณสุข พิพิธภัณฑ์แห่งนี้ตั้งอยู่ในกระทรวงสาธารณสุข ถนนติวานนท์ ตัวอาคารพิพิธภัณฑ์เป็นอาคารทรงไทยแบบเครื่องก่อ 9 หลัง ออกแบบโดยศาสตราจารย์ ดร.ภิญโญ สุวรรณคีรี ศิลปินแห่งชาติ สาขาทัศนศิลป์ ภายในตัวอาคารทรงไทยจัดแบ่งเป็น 3 ชั้นคือ ชั้นใต้ดิน ชั้นที่หนึ่งและชั้นที่สอง ชั้นที่สองเป็นส่วนพิพิธภัณฑ์จัดแสดงนิทรรศการเกี่ยวกับความเป็นมา และวิวัฒนาการการแพทย์แผนไทย รัชฎาการแพทย์พื้นบ้าน จัดแสดงเครื่องยาไทยและการนำภูมิปัญญาไทยมาใช้ในชีวิตประจำวัน

จากตัวพิพิธภัณฑ์ ลงไปชั้นที่หนึ่งของอาคารพิพิธภัณฑ์ประกอบด้วย ห้องอาหารเพื่อสุขภาพ ขายอาหารเพื่อสุขภาพ และมีห้องจำหน่ายผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ ยาต้ม ยาพอก ลูกอม สมุนไพรระดม ในบริเวณเดียวกันจะเห็น ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแพทย์แผนไทย ห้องตรวจรักษาด้วยแพทย์แผนไทย ห้องอบสมุนไพร ห้องนวด มีบริการนวดรักษาโดยสมัครเป็นสมาชิกก่อน ชั้นใต้ดินประกอบด้วย ห้องประชุม ห้องสมุด ศูนย์จำหน่ายหนังสือของโครงการพัฒนาต่างๆ ด้านนอกอาคารมีเขามอซึ่งจำลองมาจากวัดโพธิ์ บนเขามอคัดเลือกทำถายี่คัดคนขนาดเท่าคนจริงจัดแสดง 25 ท่า และปลูกสมุนไพรที่เป็นยาไว้บนเขากายในเขามอมี “ถ้าถายี่เขามอหรือครูแผนไทย” ภายในถาดิดแอร์และเป็นທີ່ประดิษฐานพระพุทธรูป และรูปถายี่คัดคนในท่าต่างๆ รอบๆ เขามอล้อมด้วยต้นไม้สมุนไพร บางต้นมีระบบสัญญาณเมื่อกดปุ่ม ต้นไม้พุดข้อมูลรายละเอียดของต้นไม้ บริเวณรอบๆ อาคาร ยังแวดล้อมด้วยสวนสมุนไพรที่ปลูกไว้นับพันชนิด และยังมีซุ้มขายอาหารที่ทำจากพืชผักสมุนไพร ร้านขายพืชผักปลอดสารพิษ ร้านขายยาสมุนไพร ถ้าใครสนใจเรียนการแพทย์แผนโบราณ หรือ การนวดตัว นวดเท้า ก็สามารถสมัครเรียนได้ที่ สถาบันส่งเสริมสุขภาพแพทย์แผนไทย มีหลายหลักสูตรทั้งนวดตัว นวดเท้า ผู้เรียนสามารถนำไปประกอบอาชีพต่อไปได้ โดยมีใบประกาศนียบัตรรับรองจากรกระทรวงสาธารณสุข สอบถามรายละเอียดโทร. 0 2591 0598-9

การเดินทาง สามารถโดยสารรถประจำทางสาย 97 พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติแห่งนี้เปิดทุกวัน เวลา 08.30-16.30น.(กรุณาติดต่อล่วงหน้าก่อนเข้าชม) สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติและศูนย์ฝึกอบรมการแพทย์แผนไทย โทร 0 2591 4407,0 2591 7804

อุทยานกาญจนาภิเษก ตั้งอยู่ชอยเฉลิมพระเกียรติ 13 ถัดจากวัดเฉลิมพระเกียรติวรวิหาร มีเนื้อที่ประมาณ 100 ไร่ กรมชนารักษ์เป็นผู้จัดสร้างขึ้นด้วยงบประมาณ 900 ล้านบาท เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ในวโรกาสทรงครองสิริราชสมบัติครบ 50 ปี และเพื่อเป็นที่พักผ่อน และเป็นศูนย์รวมพันธุ์ไม้น้ำ ไม้ชายน้ำ พืชสวน และสัตว์น้ำเปิดให้เข้าชมทุกวันตั้งแต่เวลา 05.30-18.30 ไม่เสียค่าเข้าชม

อาคารที่เป็นจุดเด่น คือ วิมานสราญนวมินทร์ เป็นพลับพลาโถงเครื่องยอดแหลม ตั้งอยู่กลางสระน้ำ ก่อสร้างด้วยคอนกรีตเสริมเหล็ก หลังคาลดชั้นยอดแหลมทรงมณฑป ประดับฉัตรสามชั้นสัญลักษณ์แสดงเครื่องยศประเภทอาคารชั้นสูง ถัดมาไม้ไกลเป็นเรือนไทยหมู่สำหรับพักผ่อนและบริการ เป็นเรือนไม้สักทั้งหลัง ประเภทเครื่องสับลูกประตัก(ลูกประตักคือไม้หมุดสำหรับตรึงกงเรือนต่างตะปู) ระดับชั้นคหบดีแต่โบราณบริเวณริมน้ำ จากท่าเรือรับเสด็จเป็นส่วนของอาคารพลับพลาโถงจตุรมุขรับเสด็จ เป็นศาลาโถงหลังคาลดชั้นสี่ทิศ และศาลาบริวารทั้งสามหลังเป็นงานไม้เครื่องลายรูปแบบโบราณ ลวดลายประยุกต์ออกแบบตามฉันทลักษณ์ ใช้ไม้สักแกะลงรักปิดทองคำเปลวร้อยเปอร์เซ็นต์ ประดับกระจกสีสุดมูมริมน้ำเป็นบ้านพักผู้ว่าราชการจังหวัดนนทบุรีแต่เดิม เป็นจุดเริ่มเข้าไปยังบรรยากาศของสวนผลไม้ที่อนุรักษ์ไว้

การเดินทาง รถยนต์ เข้าไปตามถนนบางกรวย-ไทรน้อยแล้วเลี้ยวเข้าทำนายนนท์บุรี(ฝั่งชนบุรี) จะมีป้ายบอกทางตลอด หากมาจากฝั่งกรุงเทพฯข้ามสะพานพระราม 5 แล้วแยกเข้าถนนบางกรวย-ไทรน้อย หรือข้ามจากสะพานพระนั่งเกล้า ถึงแยกบางพลู เลี้ยวซ้ายผ่านวัดสวนแก้ว ขับไปตามทางมีป้ายบอกทาง เรือ นั่งเรือด่วนเจ้าพระยาไปยังทำนายนนท์บุรี แล้วลงเรือหางยาวประจำเส้นทางไปคลองบางใหญ่ ออกจากทำนายนนท์บุรีทุก 20 นาที ใช้เวลาเดินทางประมาณ 5 นาที

จังหวัดปทุมธานี

“ถิ่นบัวหลวง เมืองรวงข้าว เชื้อชาวมอญ นครธรรมะ พระตำหนักรวมใจ สดใส
เจ้าพระยา ก้าวหน้าอุตสาหกรรม”

พิพิธภัณฑ์หินแปลก

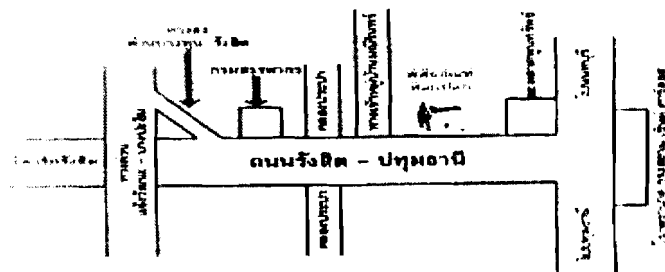
พิพิธภัณฑ์หินแปลก เป็นพิพิธภัณฑ์แห่งแรกและแห่งเดียวในประเทศไทย ซึ่งได้จัดแสดง และสะสมหิน เช่น หินแปลก หินหยก หินฟอสซิล หิน ธรรมชาติ หินช้อย หินแร่ จำนวนมากมายจากที่ต่าง ๆ ภายในประเทศและจากทั่วโลก แต่ละชิ้นมีความสวยงามเป็น เอกลักษณะ และสามารถจินตนาการเป็นรูปร่างหรือเรื่องราว ต่าง ๆ ก่อเกิดความคิดสร้างสรรค์และนอกจากหินแล้ว ทาง พิพิธภัณฑ์ยังมีรูปภาพ แสตมป์ หน้าไม้ขีด ที่เขียนหรือเก่า ภาพวาด ภาพเขียน จำนวนมากมาย ที่สามารถสะท้อนคุณค่า ทางประวัติศาสตร์ และวัฒนธรรมของไทย เดิมพิพิธภัณฑ์ หินแปลกเปิดดำเนินการที่ถนนเจริญกรุง กรุงเทพฯ มาเป็น ระยะเวลาานกว่า 10 ปี จึงได้ย้ายที่ทำการมาที่จังหวัด ปทุมธานี ซึ่งสะดวกทั้งการจัด แสดงและที่จอดรถ ซึ่งมี จำนวนมากเพียงพอ เปิดให้เข้าชมทุกวัน ระหว่างเวลา 8.00 - 17.00 น. ค่าเข้าชมคนไทย 20 บาท คนต่างประเทศ 150 บาท



ภาพที่ 14 พิพิธภัณฑ์หินแปลก

ติดต่อพิพิธภัณฑ์หินแปลก

29/2 หมู่ 1 ถนนสายรังสิต-ทำนน้ำปทุมธานี ตำบลบ้านกลาง
อำเภอเมือง ปทุมธานี 1200



หออัครศิลปิน



ภาพที่ 15 หออัครศิลปิน

ตั้งอยู่ตำบลคลองห้า อยู่เลยพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติวิทยาศาสตร์ ไปอีกราว 3 กิโลเมตร สร้างขึ้นเพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ผู้ทรงเป็นเลิศในศิลปะทั้งมวล เป็นที่ประจักษ์ชัดแก่พสกนิกรและศิลปินทั่วโลก เป็นสถานที่จัดแสดงผลงานด้านศิลปะและวัฒนธรรม อันทรงคุณค่าของพระองค์ 9 ด้าน คือ ด้านหัตถกรรม ด้านกีฬา ด้านวรรณศิลป์ ด้านจิตรกรรม ด้านถ่ายภาพ ด้านภูมิสถาปัตยกรรม ด้านประติมากรรม ด้านดนตรี และด้านการพระราชนิพนธ์เพลง

นอกจากนี้ ยังเป็นที่จัดแสดงประวัติและผลงานอันล้ำค่า ของศิลปินแห่งชาติทุกท่านในรูปแบบนิทรรศการภาพ และเทคโนโลยีที่ทันสมัยและถ่ายทอดผลงานและภูมิปัญญาของศิลปินแห่งชาติทั้ง 4 สาขา คือ สาขาวรรณศิลป์ ศิลปการแสดง ทัศนศิลป์ และสถาปัตยกรรม ผู้สนใจสามารถเข้าชมได้ในวันอังคาร-วันอาทิตย์ และ วันหยุดนักขัตฤกษ์ 09.30-16.00 น. ปิควันจันทร์ โทร. 0 2986 5020-4 ภายในบริเวณใกล้เคียงกับหออัครศิลปิน ยังมีโครงการจัดตั้งพิพิธภัณฑสถานอีกหลายแห่ง เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้แก่ พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ กาญจนภิเษก หอจดหมายเหตุแห่งชาติและพิพิธภัณฑสถานชาติวิทยา

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

“ราชธานีเก่า อู่ข้าวอู่น้ำ เลิศล้ำกานท์กวี คนดีศรีอยุธยา”

เกาะบางปะอินอยู่ห่างจากเกาะเมือง ซึ่งเป็นที่ตั้งของศาลากลางจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ออกไป 40 กิโลเมตร คือ จากตัวจังหวัดไปตามถนน พหลโยธิน เลี้ยวขวาเข้าทางแยกตรง กม. ที่ 35 เลี้ยวเข้าไป 7 กิโลเมตร ก็จะถึง พระราชวังบางปะอิน อัตราค่าเข้าชม ผู้ใหญ่ 30 บาท เด็ก-นิสิต-นักศึกษา- ภิกษุ-สามเณร 20 บาท นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ 50 บาท



ภาพที่ 16 พระที่นั่งไอศวรรย์ทิพย์อาสน์

พระที่นั่งไอศวรรย์ทิพย์อาสน์ เป็นปราสาทอยู่กลางสระ สร้างในรัชกาลที่ 5 เดิมสร้างด้วยเครื่องไม้ทั้งองค์ ต่อมารัชกาลที่ 6 ทรงโปรดให้เปลี่ยนเสา และพื้นเป็นคอนกรีตเสริมเหล็กทั้งหมด พระที่นั่งวโรภาสพิมาน เป็นท้องพระโรงอยู่ทางเหนือของ "สะพาน เสด็จ" ซึ่งเป็นทำนน้ำสำหรับเสด็จพระราชดำเนินขึ้นลง เดิมเป็นเรือน ไม้สองชั้น เป็นที่ตั้งที่ประทับและท้องพระโรงร่วมกัน ต่อมารัชกาลที่ 5 โปรดให้รื้อสร้างใหม่เป็นอาคารแบบฝรั่ง ใช้เป็นท้องพระโรง สำหรับเสด็จออกขุนนางในงานพระราชพิธี สิ่งสำคัญในพระที่นั่ง ภาพพระราชพงศาวดาร ภาพอิเหนา พระอภัยมณี พระที่นั่งอุทยานภูมิเสถียร อยู่ทางทิศตะวันออกตรงข้ามกับสระน้ำ เป็นพระที่นั่งสร้างด้วยไม้ ที่ไฟไหม้หมด ไม่มีสิ่งใดเหลือ นอกจากหอสูงก่ออิฐปูนรูปหกเหลี่ยมซึ่งเรียกว่า หอพระ เท่านั้น

พระที่นั่งเวหาสน์จามร อยู่ตอนเหนือของพระราชวัง พระที่นั่งองค์ นี้พระยาโชฎีก ราชเศรษฐี (พัก) สร้างถวายตามแบบพระราชวังจีน พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าฯ มักเสด็จประทับในฤดูหนาว



ภาพที่ 17 วิฑูรทัศนา

พระที่นั่งวิฑูรทัศนา เป็นหอสูง สร้างบนเกาะน้อยระหว่างพระที่นั่งอุทยานภูมิเสถียรกับพระที่นั่งเวหาสน์จามร เป็นพระที่นั่ง 3 ชั้น มีบันไดเวียน ทรงใช้เป็นที่ทอดพระเนตรบ้านเมืองโรงละคร รัชกาลที่ 6 โปรดให้สร้างขึ้นบริเวณที่ประทับฝ่ายใน เป็นพลับพลาไม้หลังเล็ก ๆ สร้างในสวนริมสระต่อจากพระที่นั่งอุทยานภูมิเสถียร ไปทางทิศตะวันตก อนุสาวรีย์สมเด็จพระนางเจ้าสุนันทากุมารีรัตน์ (พระนางเรือล่ม) เป็นอนุสาวรีย์หินอ่อน บรรจุพระสรีรังคาร สมเด็จพระนางเจ้าสุนันทากุมารีรัตน์ อนุสาวรีย์พระอัครชายาเธอพระองค์เจ้าเสาวภาคนารี

รัตน์และเจ้าฟ้าสามพระองค์อยู่ใกล้กับอนุสาวรีย์พระนางเรือล่ม สถาการราชประยูร เป็นตึก 2 ชั้น อยู่ริมแม่น้ำนอก

กำแพงพระราชวัง ตั้งอยู่หน้าพระที่นั่งวโรภาสพิมานด้าน ทิศใต้ รัชกาลที่ 5 โปรดให้สร้างเป็นที่ประทับของเจ้านายฝ่ายหน้า เหมมณเฑียรเทวราช เป็นศาลประดิษฐานเทวรูปรัชกาลที่ 5 โปรดให้สร้างขึ้นตรงศาลเดิมที่ชาวบ้านสร้างถวายสมเด็จพระเจ้าปราสาททอง

วัดชุมพลนิกายาราม อยู่บริเวณหัวเกาะตรงสะพานข้ามไปสถานีรถไฟ สมเด็จพระเจ้า
ปราสาททองโปรดให้ สร้างเมื่อ พ.ศ. 2175

วัดนิเวศธรรมประวัติ

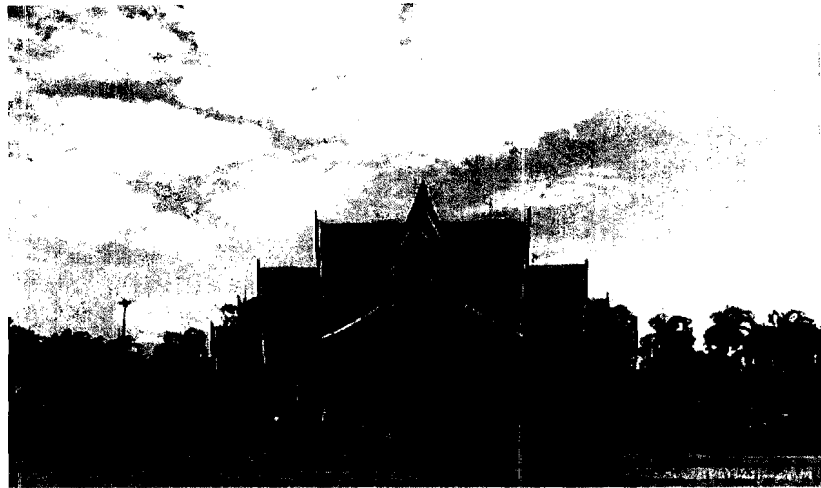


ภาพที่ 18 วัดนิเวศธรรมประวัติ

ที่ตั้งของวัดนิเวศธรรมประวัติเป็นเกาะกลางแม่น้ำเจ้าพระยา อยู่
ตรงกับพระราชวังบางปะอิน พระอุโบสถวัดนิเวศธรรมประวัติ
คือโบสถ์ฝรั่ง แต่เป็น โบสถ์ฝรั่งแบบเก่าๆ ที่พบเห็นได้ทั่วไปใน
ยุโรป การตกแต่งภายในเป็นแบบฝรั่ง แม้แต่ฐานที่ประดิษฐาน
พระประธาน คือพระพุทธรูปมณฑลธรรมโมภาสและพระสาวกก็
ไม่ได้ทำเป็นฐานชุกชีอย่างในโบสถ์ทั่วไป แต่ทำเหมือนที่ตั้งไม้
กางเขนในโบสถ์คริสต์ของหน้าต่างที่เจาะไว้ก็เป็น หน้าต่างโค้ง
ที่ฝาผนังโบสถ์ด้านหน้า พระประธานจะเห็นภาพประดิษฐ์
กระจกสีเป็นพระบรมฉายาลักษณ์ของรัชการที่ 5 งามชนิดที่ไม่
เคยเห็นที่ใดในเมืองไทย ด้านขวามือของอุโบสถสร้างเหมือน

ปราสาทเจ้าหญิง ในเทพนิยายฝรั่ง คือหอพระคันธารราษฎร์เป็นหอประดิษฐานพระพุทธรูปศิลาเก่าแก่
นับพันปี พระนาครปรกนี้อยู่ติดกับต้นพระศรีมหาโพธิ์ใหญ่ ที่แผ่กิ่งก้านไปทั่วบริเวณหน้าพระ
อุโบสถ ถัดไปเป็นหมู่ศาลามีประวัติความสำคัญเกี่ยวข้องกับสมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพ พระ
บิดาของประวัติศาสตร์ไทยในฐานะที่เป็นที่ตั้งโรงเรียนประชาบาลหลังแรกในประเทศไทย สมเด็จ
กรมพระยาดำรงราชานุภาพทรงผนวชที่วัดนิเวศธรรมประวัติ ตำแหน่งที่ประทับจำพรรษาของ
พระองค์ยังปรากฏอยู่ทุกวันนี้ เรียกกันว่าตำแหน่งสมเด็จ ในระหว่างทรงผนวชและจำพรรษาอยู่ที่วัด
นิเวศธรรมประวัติ ทรงนิพนธ์หนังสือแบบเรียนเล่มหนึ่งขึ้น แล้วทรงออกสอนนักเรียนที่เป็นลูก
ชาวบ้านละแวกนั้นเป็นครั้งแรกในประเทศไทย ปัจจุบันที่ข้างพระอุโบสถมีหมู่ก้อนศิลาใหญ่น้อย
และ พระธรรมเจดีย์เป็นที่บรรจุพระอัฐิเจ้าจอมมารคานุ่มพระสนมเอก สมัยรัชกาลที่ 4 เจ้าจอม
มารดาของสมเด็จพระยาดำรงราชานุภาพ

ศูนย์ศิลปาชีพบางไทร



ภาพที่ 19 ศูนย์ศิลปาชีพบางไทร

จัดตั้งขึ้นในเขตที่ดินปฏิรูปเพื่อการเกษตร ตำบลช้างใหญ่ อำเภอบางไทร มีเนื้อที่ทั้งหมดเกือบ 1,000 ไร่ ศูนย์ศิลปาชีพนี้มุ่ง ฝึกอบรมอาชีพเกี่ยวกับ งานศิลปหัตถกรรมต่าง ๆ วิชาที่สอนให้แก่เกษตรกร ได้แก่ การประดิษฐ์ผลิตภัณฑ์จากเส้นใย พืช การแกะสลัก การทำตุ๊กตา การประดิษฐ์ ดอกไม้เทียม การทำเครื่องเรือน การทอผ้า การย้อมสี และผลิตภัณฑ์จาก ผ้า ผลิตภัณฑ์ที่เสร็จแล้วมีจำหน่ายที่ศูนย์ศิลปาชีพ บางไทรฯ การเดินทางไปยังศูนย์ฯ สามารถไปทางเรือตามลำน้ำเจ้าพระยา มาขึ้นที่ท่าของศูนย์ฯ หรือไปทางรถยนต์ เมื่อถึงอำเภอบางปะอินแล้วมีทางแยก เข้าสู่สายบางไทร-สามโคก ระยะทาง 24 กิโลเมตร ศูนย์ศิลปาชีพบางไทร เปิดให้เข้าชมทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดราชการ และวังปลาจะปิดเฉพาะวันจันทร์ และวันอังคาร

จังหวัดลพบุรี

“วังนารายณ์คู่บ้าน ศาลพระกาฬคู่เมือง ปรางค์สามยอดลือเลื่อง เมืองแห่งดินสอพอง
เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ ไกรก้องแผ่นดินทอง สมเด็จพระนารายณ์”

สวนรุกขชาติน้ำตกวังก้านเหลือง



ภาพที่ 20 สวนรุกขชาติน้ำตกวังก้านเหลือง

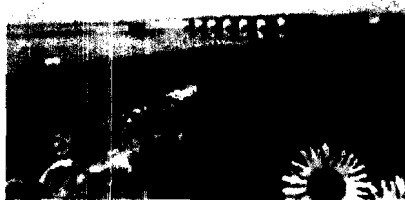
ตั้งอยู่หมู่ที่ 4 ตำบลท่าดินดำ น้ำตกวังก้านเหลือง มีน้ำไหลตลอดทั้งปี เนื่องจากมีต้นน้ำเกิดจากตาน้ำใต้ดินขนาดใหญ่ ซึ่งอยู่ทางทิศตะวันออก ห่างจากบริเวณน้ำตกประมาณ 1.5 กิโลเมตร

การเดินทาง จากตัวเมืองลพบุรีไปน้ำตกวังก้านเหลือง ใช้เส้นทางลพบุรี-โคกสำโรง (ทางหลวงหมายเลข 1)

จากนั้นใช้เส้นทางโคกสำโรง-ชัยบาดาล (ทางหลวงหมายเลข 205) ถึงบริเวณที่บรรจบกับทางหลวง

หมายเลข 21 แล้วต่อเข้าทางหลวงหมายเลข 2089 ไปอำเภอท่าหลวงประมาณ 12 กิโลเมตร เลี้ยวซ้ายเข้าตัวน้ำตกอีกประมาณ 7 กิโลเมตร ก็จะถึงน้ำตกวังก้านเหลืองซึ่งจะอยู่ทางขวามือ สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 3634 7105-6, 0 3634 7446

เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์



ภาพที่ 21 เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์

ตั้งอยู่ที่บ้านแก่งเสือเต้น ตำบลหนองบัว เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์เป็นชื่อที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระราชทานให้กับเขื่อนแห่งนี้ สร้างภายใต้โครงการพัฒนาลุ่มแม่น้ำป่าสัก อันเนื่องมาจากพระราชดำริ ทำพิธีเปิดอย่างเป็นทางการเมื่อวันที่ 25 พฤศจิกายน 2542 เป็นเขื่อนแกนดินเหนียวที่ยาวที่สุดในประเทศไทย มีความยาว 4,860 เมตร

ความสูงที่จุดสูงสุด 36.50 เมตร จุดเด่นที่น่าสนใจ

ภายในเขื่อน ได้แก่ จุดชมวิวสันเขื่อนพิพิธภณณ์ลุ่มน้ำป่าสัก ซึ่งแสดงความรู้ด้านธรรมชาติและวัฒนธรรม ร้านจำหน่ายของที่ระลึกของชาวบ้าน เช่น ผลิตภัณฑ์จากเมล็ดทานตะวัน น้ำผึ้ง ไข่เค็ม

คืนสองฟอง ในวันหยุดมีรถรางวิ่งพาชมทัศนียภาพบริเวณเขื่อน สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 3649 4031-4

การเดินทาง จากตัวเมืองลพบุรีใช้เส้นทางลพบุรี - โคกตูม - พัฒนานิคม (ทางหลวงหมายเลข 3017) ระยะทาง 48 กิโลเมตร มีบริการรถสองแถวลพบุรี - วังม่วง ผ่านหน้าเขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ รถออกจากสถานีขนส่งลพบุรี นอกจากนี้ยังมีบริการท่องเที่ยวทางรถไฟขบวนพิเศษ ไป - กลับ กรุงเทพฯ - เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ ในวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ การรถไฟแห่งประเทศไทย

ทุ่งทานตะวัน



ภาพที่ 22 ทุ่งทานตะวัน

จังหวัดลพบุรี มีการปลูกทานตะวันมากที่สุดในประเทศคือ ประมาณ 200,000 – 300,000 ไร่ ดอกทานตะวันจะบานสะพรั่งในช่วงเดือนพฤศจิกายน – มกราคม ทานตะวัน เป็นพืชทนแล้ง

เกษตรกรนิยมปลูกแทนข้าวโพด เมล็ดทานตะวันมีคุณค่าทางโภชนาการ นิยมใช้สกัดทำ

น้ำมันปรุงอาหาร หรืออบแห้ง เพื่อรับประทาน หรือใช้เป็นส่วนผสมของเครื่องสำอาง และยังสามารเลี้ยงผึ้งเป็นอาชีพส่งเสริมได้อีกด้วย จึงทำให้ได้ผลผลิต คือ น้ำผึ้งจากดอกทานตะวันอีกทางหนึ่ง โดยแหล่งที่ปลูกทานตะวัน จะกระจายอยู่ทั่วไปในเขตอำเภอเมือง อำเภอพัฒนานิคม อำเภอชัยบาดาล พื้นที่ที่ปลูกเป็นจำนวนมาก ได้แก่ บริเวณเขาจินตแล ใกล้วัดเวฬุวัน ตำบลโคกตูม อำเภอเมือง

การเดินทาง จากลพบุรี ใช้เส้นทางถนนพหลโยธิน (ลพบุรี-สระบุรี) ถึงกิโลเมตรที่ 4 เลี้ยวซ้ายไปตามทางหลวงหมายเลข 3017 (ทางไปตำบลโคกตูม) ประมาณ 8 กิโลเมตร จะถึงทางเข้าวัดเวฬุวัน (ด้านซ้ายมือ) เลี้ยวเข้าไปอีกประมาณ 2 กิโลเมตร จะถึงทุ่งทานตะวัน สำหรับรถโดยสารประจำทาง มีรถสองแถวลพบุรี - วังม่วง ผ่านทางเข้าวัดเวฬุวัน รถออกจากสถานีขนส่งลพบุรี ระหว่างเวลา 06.00 - 17.30 น. นอกจากนี้ยังมีแหล่งปลูกทานตะวันตามเส้นทางที่จะไปอำเภอพัฒนานิคม บริเวณช่องสาริกา (เข้าทางวัดมณีศรีโสภณ) ริมทางหลวงหมายเลข 21 สอบถามบริเวณพื้นที่ปลูกทานตะวันก่อนการเดินทางได้ที่ ททท.ภาคกลาง เขต 7

พิพิธภัณฑสถานเปิดบ้านโป่งมะนาว



อยู่ที่หมู่ 7 ตำบลห้วยขุนราม อยู่ห่างจากเขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ 26.5 กิโลเมตร เป็นแหล่งโบราณคดีมนุษย์ยุคก่อนประวัติศาสตร์ อายุประมาณ 2,500-3,000 ปี ประมาณยุค “บ้านเชียงตอนปลาย” มีการขุดพบโครงกระดูกมนุษย์โบราณ ถึง 13 โครงกระดูกภายในหลุมเดียวกันนอกจากนี้ชมรมอนุรักษ์แหล่งโบราณคดี และทรัพยากรธรรมชาติบ้านโป่งมะนาว ยังได้รับรางวัลยอดเยี่ยมในการประกวดรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทย ครั้งที่ 6 ประจำปี 2549 เนื่องจากได้อบรมเยาวชนในท้องถิ่นให้เป็นยุวอาสาสมัคร ทั้งภาษาไทยและภาษาต่างประเทศเพื่อนำชมพิพิธภัณฑสถาน ส่งผลให้เยาวชนมีความรู้เรื่องท้องถิ่นและมีจิตสำนึกในการรักษาและหวงแหนแผ่นดินเกิด การเดินทาง จากตัวเมืองลพบุรี ใช้เส้นทางสายลพบุรี - โคกตูม - พัฒนานิคม - อ.วังม่วง (สระบุรี) เข้าทางเดียวกับน้ำตกสวนมะเดื่อ ไม่มีรถประจำทางผ่าน

สวนสัตว์ลพบุรี



ตั้งอยู่หลัง “โรงภาพยนตร์ทหารบก” ห่างจากวงเวียนสระแก้ว ไปทางทิศตะวันออกประมาณ 1 กิโลเมตร สวนสัตว์แห่งนี้สร้างขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2483 สมัยที่จอมพล ป.พิบูลสงคราม เป็นนายกรัฐมนตรีนั้น ได้มุ่งพัฒนาเมืองลพบุรีให้เป็นเมืองสำคัญ โดยได้ก่อสร้างสิ่งต่างๆ มากมายรวมทั้งสวนสัตว์แห่งนี้ด้วย ต่อมาเมื่อสิ้นยุคสมัยของจอมพล ป. พิบูลสงคราม สวนสัตว์ก็พลอยถูกทอดทิ้งและร้างไปในที่สุด ต่อมาในปี พ.ศ. 2520 ศูนย์สงครามพิเศษ ซึ่งเป็นเจ้าของสถานที่ได้ร่วมมือกับหน่วยงานต่างๆ ทั้งชมรม สโมสร พ่อค้า ประชาชน ดำเนินการปรับปรุงบูรณะสวนสัตว์ขึ้นใหม่ ให้เป็นที่สำหรับพักผ่อนหย่อนใจและเป็นแหล่งสำหรับศึกษาหาความรู้ ในเรื่องสัตว์และพืช นับเป็นสวนสัตว์ที่มีความสมบูรณ์พอสมควรแก่การบริการประชาชนในท้องถิ่น สวนสัตว์แห่งนี้เปิดบริการทุกวันตั้งแต่เวลา 08.00 น.-17.30 น. ค่าผ่านประตู ผู้ใหญ่ 10 บาท เด็ก 5 บาท รถยนต์ 10 บาท สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 3641 3551

จังหวัดสมุทรปราการ

“ป้อมยุทธนาวี พระเจดีย์กลางน้ำ ฟาร์มจระเข้ใหญ่ งามวิไลเมืองโบราณ สงกรานต์พระประแดง ปลาสลิดแห้งรสดี ประเพณีรับบัว ครบถ้วนทั่วอุตสาหกรรม”

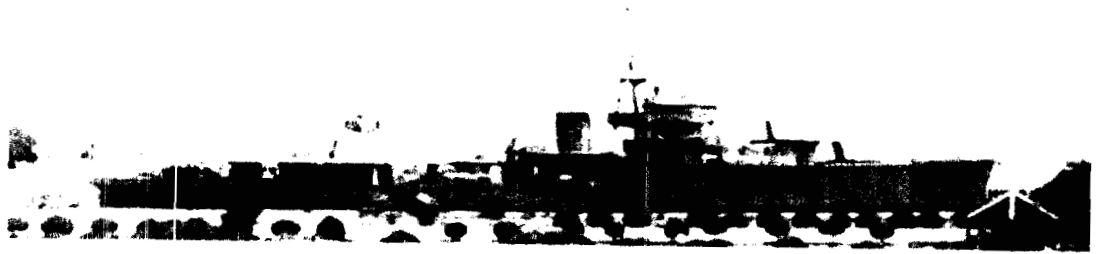
พระสมุทรเจดีย์



ภาพที่ 25 พระสมุทรเจดีย์ พระสมุทรเจดีย์ ตั้งอยู่ถนนสุขสวัสดิ์ ตำบลปากคลองบางปลากด ในวัดพระสมุทรเจดีย์ ริมแม่น้ำเจ้าพระยาฝั่งตรงกันข้ามกับศาลากลางจังหวัด เดินทางตามทางหลวงหมายเลข 303 (ถนนสุขสวัสดิ์) แต่เดิมพระเจดีย์นี้ตั้งอยู่บนเกาะกลางปากแม่น้ำเจ้าพระยา ท้ายป้อมผีเสื้อสมุทร ต่อมาชายตลิ่งฝั่งขวาของแม่น้ำตื้นเขิน งอกออกมาเชื่อมติดกับเกาะอันเป็นที่ตั้งพระเจดีย์ ปัจจุบันจึงไม่มีสภาพเป็นเกาะอีกต่อไป พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัยทรงโปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระเจดีย์นี้ขึ้นแต่ยังไม่ทันเสร็จก็สิ้นรัชกาล พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าฯ เจ้าอยู่หัวทรงโปรดเกล้าฯ ให้สร้างต่อเป็นพระเจดีย์สูง 20 เมตร ต่อมาในรัชกาลที่ 4 ทรงโปรดเกล้าฯ ให้เปลี่ยนรูปทรงพระเจดีย์แล้วก่อให้สูงขึ้นอีกเป็น 38 เมตร ภายในบรรจุพระบรมสารีริกธาตุ พระชัยวัฒน์ และพระปางห้ามสมุทร

การเดินทาง จากสามแยกพระประแดง ใช้เส้นทางถนนสุขสวัสดิ์ (ทางหลวงหมายเลข 303) มุ่งไปทางอำเภอพระสมุทรเจดีย์ ระยะทาง 6 กิโลเมตร ถึงสามแยกพระสมุทรเจดีย์ให้เลี้ยวซ้ายอีก 1 กิโลเมตร ก็จะถึงวัดพระสมุทรเจดีย์ สามารถโดยสารประจำทางปรับอากาศและแบบธรรมดา สาย 20 (ป้อมพระจุลฯ-ท่าน้ำท่าดินแดง) ลงที่สามแยกพระสมุทรเจดีย์แล้วต่อรถรับจ้างไปที่วัดได้

ป้อมพระจุลจอมเกล้า หรือ ป้อมพระจุล



ภาพที่ 26 ป้อมพระจุลจอมเกล้า

ป้อมพระจุลจอมเกล้า หรือ ป้อมพระจุล ตั้งอยู่บริเวณริมปากแม่น้ำเจ้าพระยา อยู่ห่างจากแยกพระสมุทรเจดีย์ ไปตามถนนสุขสวัสดิ์ เดินทางโดยใช้ทางหลวงหมายเลข 303 ประมาณ 6 กิโลเมตร หรือสามารถโดยสารรถประจำทางปรับอากาศสาย 20 ป้อมพระจุลฯ-ท่าดินแดง ป้อมพระจุลฯ เป็นป้อมที่ทันสมัย และมีบทบาทสำคัญยิ่งในการปกป้องอธิปไตยของชาติ ซึ่งเป็นที่ทำการยังต่อสู้กับอริราชศัตรูมาแล้วครั้งหนึ่งเมื่อ ร.ศ. 112 (พ.ศ. 2436) เป็นป้อมที่จารึกอยู่ในความทรงจำของคนไทย และประวัติศาสตร์ชาติไทย เพราะในสมัยนั้น รัชกาลที่ 5 ทรงเห็นว่า ประเทศอังกฤษและฝรั่งเศสกำลังแสวงหาเมืองขึ้น บรรดาประเทศต่างๆ ที่อยู่ติดเขตแดนไทย ก็ถูกประเทศทั้งสองครอบครองไปหมดแล้ว นับเป็นภัยใหญ่หลวงสำหรับประเทศไทย พระองค์จึงทรงหาวิธีป้องกันต่างๆ โดยเฉพาะในเรื่องการป้องกันทางน้ำ ทรงดำริให้ปรับปรุงป้อมต่างๆ ทางปากน้ำ โดยจ้างชาวต่างประเทศที่ชำนาญการทหารเรือเป็นที่ปรึกษา วางแผนการปรับปรุงกิจการทหารเรือในครั้งนั้น ภายในป้อมพระจุลจอมเกล้ามีสิ่งที่น่าสนใจคือ พระบรมราชานุสาวรีย์ของรัชกาลที่ 5 ซึ่งมีความสง่างามโดยทรงฉลองพระองค์ในชุดจอมทัพเรือ พระหัตถ์ถือกระบี่ นอกจากนี้ภูมิทัศน์โดยรอบยังแวดล้อมไปด้วยแมกไม้มาชนิด ได้ฐานพระบรมราชานุสาวรีย์ เป็นพิพิธภัณฑสถานแสดงประวัติของป้อมพระจุลจอมเกล้าฯ และเหตุการณ์ในสมัย ร.ศ. 122 พิพิธภัณฑสถานเรือหลวงแม่กลอง เป็นเรือรบประจำการมีอายุการใช้งานนานที่สุดในกองทัพเรือ เป็นเวลากว่า 60 ปี จนกระทั่งกระทรวงกลาโหมเห็นว่ามิสสภาพทรุดโทรมมาก จึงปลดประจำการเพื่ออนุรักษ์เป็นพิพิธภัณฑสถานฯ ประวัติศาสตร์ทหารเรือ จัดสร้างขึ้นเพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน เนื่องในวโรกาสที่ทรงมีพระชนม์มายุครบ 6 รอบ ในวันที่ 5 ธันวาคม 2545 สำหรับอุทยานฯ ประวัติศาสตร์ทหารเรือ นั้น ประกอบด้วยอาคารนิทรรศการ จัดแสดงภาพความเสียหายจากการรบ และภาพผู้การ

พัฒนากองทัพเรือ การจัดแสดงพิพิธภัณฑ์อาวุธยุทธโปกรณ์กลางแจ้ง ส่วนประกอบที่ซึ่งแสดงถึง วัฒนธรรมของกองทัพเรือ ในการป้องกันประเทศและการรักษาผลประโยชน์ของชาติทางทะเล

การจัดแสดงสิ่งก่อสร้างและส่วนประกอบต่างๆ เพื่อให้เห็นถึงบทบาทของกองทัพเรือใน ยามสงบ และการรักษาผลประโยชน์ของชาติทางทะเล นอกจากนี้ยังมีเส้นทางศึกษาธรรมชาติใน เขิงอนรุักษ์ ที่นักท่องเที่ยวสามารถชมป่าชายเลนซึ่งเป็นที่อยู่อาศัยของนกกระยาง นกนางนวล ปลา ดิน ปูลม หรือปูก้ามดาบ ป้อมพระจุลฯ เปิดให้เข้าชมได้ทุกวัน ตั้งแต่เวลาประมาณ 08.00–18.00 น. โดยไม่เสียค่าเข้าชมแต่อย่างใด ผู้เข้าชมต้องขออนุญาตจากกองรักษาการณ์บริเวณหน้าประตูป้อมฯ และแลกบัตรประจำตัวไว้ หากต้องการเข้าชมเป็นหมู่คณะและต้องการวิทยากรนำชมสถานที่ ทำ หนังสือถึงพิพิธภัณฑ์เรือหลวงแม่กลอง ติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ที่ โทร. 0 2475 6109, 0 2475 6259, 0 2475 8845 และ 0 2475 6357

การเดินทาง ชมป้อมพระจุลจอมเกล้า, พระบรมราชานุสาวรีย์พระบาทสมเด็จพระ จุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว, พิพิธภัณฑ์เรือหลวงแม่กลอง และอุทยานประวัติศาสตร์ทหารเรือ ให้เริ่มต้น จากสามแยกพระประแดง ใช้เส้นทางถนนสุขสวัสดิ์ (ทางหลวงหมายเลข 303) มุ่งหน้าตรงไปทาง อำเภพระสมุทรเจดีย์ ถึงสามแยกพระสมุทรเจดีย์ให้เลี้ยวขวาไปจนสุดถนน ระยะทาง 12 กิโลเมตร จะถึงป้อมพระจุลจอมเกล้า หรือเดินทางด้วยรถโดยสารประจำทางปรับอากาศและแบบธรรมดา สาย 20 (ป้อมพระจุลจอมเกล้า-ท่าหน้าท่าดินแดง

ป้อมแผลงไฟฟ้า



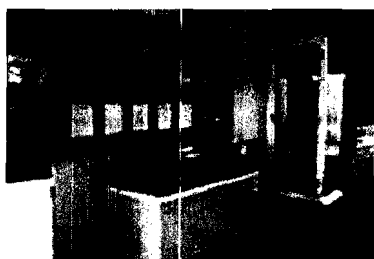
ภาพที่ 27 ป้อมแผลงไฟฟ้า

ป้อมแผลงไฟฟ้า ตั้งอยู่ที่ตำบลตลาด ติดกับโรงเรียน เทศบาลพระประแดง ยังมีสภาพสมบูรณ์อยู่บางส่วน เป็น ป้อมปราการแห่งหนึ่งของ ฐานทัพเมืองนครเขื่อนขันธ์ เป็นเสมือนหนึ่งฐานทัพด้านปากแม่น้ำเจ้าพระยา และเป็น เมืองที่มีป้อมปราการหลายแห่ง เนื่องด้วย พระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช (รัชกาลที่ 1) มีพระราชดำริที่จะใช้ป้องกันพระราชอาณาจักร

ปัจจุบันเทศบาลเมืองพระประแดงได้ทำการบูรณะเป็นที่พักผ่อนหย่อนใจของประชาชน โดย บริเวณข้างบนของป้อมได้จัดป็นใหญ่โบราณหลายกระบอกตั้งไว้ให้ชมรอบๆ บริเวณจัดปลูกต้นไม้ ร่มรื่น

การเดินทาง จากสามแยกพระประแดง (ถนนสุขสวัสดิ์) เลี้ยวซ้ายไปตลาดพระประแดง จอดรถที่บริเวณที่ว่าการอำเภอพระประแดง หรือเดินทางด้วยรถโดยสารประจำทางปรับอากาศและธรรมดา ขสมก. สาย 82 และ 138 รถร่วมบริการสาย 6 ลงตลาดพระประแดง สามารถเที่ยวชมได้ทั้งศาลเจ้าพ่อหลักเมือง ศาลพระเสือเมือง และป้อมเพลงไฟฟ้า ซึ่งอยู่ใกล้กับบริเวณตลาดพระประแดง

พิพิธภัณฑ์ทหารเรือ



ภาพที่ 28 พิพิธภัณฑ์ทหารเรือ

พิพิธภัณฑ์ทหารเรือ ตั้งอยู่ถนนสุขุมวิท ตำบลปากน้ำ ตรงข้ามกับโรงเรียนนายเรือ จากแยกบางนาไปสำโรง ประมาณ 10 กิโลเมตร พิพิธภัณฑ์ทหารเรือตั้งอยู่ทางซ้ายมือ ถัดจากพิพิธภัณฑ์ช่างเธาวันไปประมาณ 2 กิโลเมตร เป็นสถานที่รวบรวมและอนุรักษ์วัตถุสิ่งของ เครื่องใช้ต่าง ๆ และรวบรวมข้อมูลทางประวัติศาสตร์

เกี่ยวกับกองทัพเรือไทยและยุทธนาวีครั้งสำคัญ แบ่งเป็น 2

อาคาร คือ อาคาร 1 จัดแสดงประวัตินุคคลสำคัญที่เกี่ยวกับกองทัพเรือ อาทิ สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช กรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ องค์พระบิดาของทหารเรือไทย และห้องจัดแสดงเครื่องแบบต่างๆ ของทหารเรือไทย อาคาร 2 ชั้นล่างจัดแสดงอาวุธยุทโธปกรณ์ต่าง ๆ ชั้น 2 จัดแสดงเกี่ยวกับเรือพระราชพิธี ชั้น 3 เป็นการจัดแสดงนิทรรศการพิเศษ หมุนเวียนตามช่วงเวลาและเหตุการณ์สำคัญ เช่น ยุทธนาวีที่เกาะช้าง สงครามเอเชียมหาบูรพา วิศวกรรมที่คองน้อย เรือดำน้ำแห่งราชนาวิกโยธิน และการปฏิบัติการของทหารนาวิกโยธิน เป็นต้น นอกจากนี้ ยังมีการจัดแสดงวัตถุอาวุธยุทโธปกรณ์ขนาดใหญ่ในบริเวณโดยรอบ อาทิ เรือดำน้ำ รถสะเทินน้ำสะเทินบก รวมทั้งยังสามารถชมประการแห่งแรกของประเทศไทยได้ ณ ที่แห่งนี้ เปิดให้เข้าชมทุกวัน ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์ สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 2394 1997 หรือ 0 2475 3808

การเดินทาง รถโดยสารประจำทางธรรมดาสาย 25, 102 และรถปรับอากาศสาย 25, 102, 142, 507, และ 536

ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง



ภาพที่ 29 ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง

ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง ที่ตำบลตลาด สร้างขึ้นเมื่อ พ.ศ. 2356 เป็นหลักเมืองเก่าของอำเภอพระประแดง ในสมัยเมื่ออำเภอนี้มีฐานะเป็นเมือง ชาวบ้านถือว่าเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์และสำคัญแห่งหนึ่งซึ่งชาวเมืองเคารพนับถือมาก หลักเมืองนี้มีลักษณะพิเศษ คือ มีรูปของพระพิฆเนศวร์สถิตอยู่เหนือเสา



ภาพที่ 30 ศาลพระเสื้อเมือง

ศาลพระเสื้อเมือง

ศาลพระเสื้อเมือง อยู่ที่ตำบลตลาด สร้างขึ้นพร้อมกับเมืองพระประแดง ชาวบ้านนับถือเป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์เคารพบูชากันมาก

ศาลเจ้ามูลนิธิธรรมกตัญญู (เสียนหลอใต้เทียนกง)



ภาพที่ 31 ศาลเจ้ามูลนิธิธรรมกตัญญู

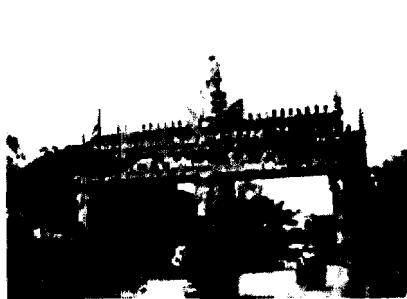
ศาลเจ้ามูลนิธิธรรมกตัญญู (เสียนหลอใต้เทียนกง) ตั้งอยู่เลขที่ 5 หมู่ 7 ถนนสุขุมวิท ต.บางปูใหม่ อ.เมือง เป็นศาลเจ้าที่สวยงาม สถาปัตยกรรมเพียบพร้อมไปด้วย ศิลปะวัฒนธรรมของชาวจีนโบราณ ชมฝีมือแกะสลักหิน เป็นที่ประดิษฐานเทพเจ้าขุนศึกที่ศักดิ์สิทธิ์ของชาวจีนได้วัน 5 องค์ คือ เทพเจ้าตระกูลหลี่ เทพเจ้าตระกูลฉือ เทพเจ้าตระกูลอู๋ เทพเจ้าตระกูลจิว และเทพเจ้าตระกูลฟาน ซึ่งเรียกชื่อ รวมกันว่า "อู่ฝูเซียนสี่วย" (โหวงหวังเอี้ย) ภายใน

บริเวณศาลเจ้าสามารถชมภาพแกะสลักหินเขียว เกี่ยวกับ เทพนิยายจีน และตะเกียงไม้ซุบทองคำซึ่งตกแต่งอยู่บนฝ้า เพดาน นอกจากนี้ยังมีศาลเจ้าแม่กวนอิมและเทพเจ้าองค์ อื่นๆ เพื่อให้ประชาชนสักการะ เทพเจ้าตระกูลทั้ง 5 หรือ โหวงหวังเอี้ย เป็นยอดขุนพลที่มีความสุจริตมาก เป็นขุน นางที่จงรักภักดีสมัยราชวงศ์หมิงได้เสด็จเดินทางลงใต้จาก มณฑลฮกเกี้ยน ถึงเกาะหนานคุนเซินประเทศไต้หวัน เป็น ที่เลื่อมใสในหมู่ประชาชน

แต่สิ่งที่เป็นจุดเด่นที่นักท่องเที่ยวจะต้องชม และเก็บภาพไว้เป็นที่ระลึกคือ สิ่งโตคู่ใหญ่ ที่สุดในประเทศไทย แกะสลักจากหินหยกเขียว นำเข้าจากประเทศจีน สิ่งโตคู่ตามความเชื่อของชาว จีน ถือว่าเป็นสิ่งที่สร้างขึ้นเพื่อเป็นสิริมงคล มีสง่าราศี มองดูน่าเกรงขามยิ่งใหญ่มากเกรียงไกร ซึ่งสิ่ง โตคู่ที่อยู่หน้าศาลของมูลนิธิธรรมกตัญญูได้ผ่านการปลุกเสก สวดมนต์คาถาศักดิ์สิทธิ์โดยนักพรต ผู้ ปฏิบัติธรรมในลัทธิเต๋า มีความเชื่อว่า “สิ่งโตคู่อันศักดิ์สิทธิ์สามารถกำจัดสิ่งชั่วร้าย ภูตผีปีศาจ สิ่งอาถรรพ์ทั้งปวงได้ และเป็นวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมของจีน โบราณที่สืบทอดกันมานับพันปี” นอกจากนี้ทางมูลนิธิฯ ยังจัดงานประจำปีหลายงาน เช่น วันตรุษจีน วันหยวนเจียว เป็นต้น

การเดินทาง ใช้เส้นทางถนนสุขุมวิทสายเก่า (ไปทางบางปู) ประมาณกิโลเมตรที่ 33 อยู่ห่าง จากเมืองโบราณประมาณ 1 กม. และจากถนนสุขุมวิทเข้าไปอีกประมาณ 8 กม. เปิดให้เข้าชมและ สักการะทุกวันไม่เว้นวันหยุดราชการ เวลา 08.00-17.00 น. สอบถามเพิ่มเติม โทร. 0 2323 3120-5

เมืองโบราณ



ภาพที่ 32 เมืองโบราณ

เมืองโบราณ ตั้งอยู่ในเขตตำบลบางปูใหม่ บริเวณหลัก กิโลเมตรที่ 33 ถนนสุขุมวิท (สายเก่า) ห่างจากตัวจังหวัด 8 กิโลเมตร เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่รวบรวมสถานที่ สำคัญๆ ในประเทศ มีพื้นที่ประมาณ 800 ไร่ เริ่มก่อสร้าง เมื่อปลายปี 2506 ปูชนียสถานที่สำคัญๆ เช่น เขาพระ วิหาร ปราสาทหินพนมรุ้ง วัดมหาธาตุสุโขทัย พระพุทธบาทสระบุรี พระธาตุเมืองนคร พระธาตุไชยา ฯลฯ โดยสร้างให้ มีขนาดเล็กลง บางแห่งทำแบบจริงการสร้างฝีมือประณีต นอกจากนั้นยังเป็นแหล่งรวบรวม

ศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้าน ที่นับวันจะสูญหายไปจากสังคมยุคใหม่ เปิดให้เข้าชมทุกวัน เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีไม่เสียค่าเข้าชม สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ บริษัทเมืองโบราณ จำกัด ตำบลบางปู กิโลเมตรที่ 33 โทร. 0 2323 9253, 0 2709 1644 สำนักงานกรุงเทพฯ มุมอนุสาวรีย์ ประชาธิปไตย ถนนราชดำเนินกลาง โทร. 0 2224 1057, 0 2226 1936-7 หรือที่เว็บไซต์ www.Ancientcity.com

การเดินทาง

รถยนต์ ใช้เส้นทางด่วน ปลายทางที่สำโรง-สมุทรปราการ ถึงสามแยกสมุทรปราการให้เลี้ยวซ้ายไปตามถนนสุขุมวิทสายเก่า (ไปทางบางปู) ประมาณกิโลเมตรที่ 33 เมืองโบราณจะอยู่ทางด้านซ้ายมือ

รถโดยสารประจำทาง สาย 25, 102, 145 รถโดยสารปรับอากาศ สาย 25, 102, 142, 142, 507, 508, 511 (สายใต้ใหม่-ปากน้ำ), 536 ไปลงตลาดปากน้ำ แล้วต่อรถสองแถวสาย 36 หรือสองแถว ปากน้ำ-วัดตำหรุ, ปากน้ำ-นิคมบางปู และ ปากน้ำ-คลองด่าน ผ่านเมืองโบราณ

จังหวัดสมุทรสงคราม

“เมืองหอยหลอด ยอดลิ้นจี่ มีอุทยาน ร.2 แม่กลองไหลผ่าน นมัสการหลวงพ่อบ้านแหลม”

ดอนหอยหลอด



ภาพที่ 33 ดอนหอยหลอด

ดอนหอยหลอดเป็นสันดอนที่เกิดขึ้นบริเวณปากแม่น้ำแม่กลองชายฝั่งทะเลของจังหวัดสมุทรสงคราม มีลักษณะเป็นสันดอนใหญ่ตลอดชายฝั่งทะเล อยู่ห่างจากชายฝั่งประมาณ 50 เมตร 2,000 เมตรมีเนื้อที่ทั้งหมดประมาณ 22,000 ไร่ จำนวนดอนที่เกิดขึ้นในขณะนี้ทั้งหมด 7 ดอน แต่ละดอนแยกจากกันด้วยร่องน้ำเล็ก ๆ ลึกบ้าง ตื้นบ้างดอนที่มีหอยหลอดชุกชุมมากมีจำนวน 5 ดอน ซึ่งเป็นดอนที่เกิดขึ้นนานแล้ว ความหนาแน่นของหอยหลอดบนพื้นที่ประมาณ 15,056.25 ไร่ ลักษณะพื้นที่ของดอนหอยหลอดเป็น ลักษณะดินปนทราย ชาวบ้านเรียกว่า "ทรายขี้เป็ด" ซึ่งอาจ

นำไปใช้ถมที่ได้ แต่ใช้ประโยชน์ในการก่อสร้างไม่ได้ หอยหลอดจะอยู่หนาแน่นบริเวณที่มีทราย ประมาณ 60 เปอร์เซ็นต์ขึ้นไป ความหนาแน่นของหอยหลอดขึ้นอยู่กับ สภาพแวดล้อมในแต่ละปี ที่เปลี่ยนแปลงไป หอยหลอดเป็นสัตว์น้ำทะเลชนิดหนึ่ง มีชื่อสามัญว่า Rozor clam และมีชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า Solen Strictus Gould 1861 จัดเป็นหอยสองฝาที่มีตัวอาศัยอยู่ในฝาที่ประกบทั้งสองข้าง มีลักษณะคล้ายหลอดกาแฟ กลมยาวประมาณ 7-8 เซนติเมตร สีน้ำตาลอ่อน ขนาดเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1 เซนติเมตร เป็น ขนาดของหอยที่โตเต็มที่ มีสภาพความเป็นอยู่โดยการฝังตัวตั้งเป็นแนวตั้งอยู่ใต้พื้นทราย ยามน้ำแห้งซึ่งเป็นช่วงโอกาสที่ชาวประมงจะทำการจับหอยหลอดได้ หอยจะเปิดฝาอยู่เรียบพื้น และยึดตัวยื่นออกมาจับแพลงตอนเป็นอาหารหรือการเคลื่อนตัวออกไปหาพื้นที่ที่อยู่ใหม่

กิจกรรมที่น่าสนใจ

คอนหอยหลอด เนื่องจากคอนหอยหลอดมี หอยหลอดชุกชุมมาก และมีทัศนียภาพที่สวยงาม แปลก และมีเอกลักษณ์ ยามปกติเวลาน้ำขึ้นน้ำทะเลจะท่วม คอนจะจมหายไปใต้น้ำไม่มีร่องรอยของคอน หอยหลอดอยู่เลย แต่พอน้ำลงจะปรากฏพื้นที่คอนหอยหลอดค่อม ๆ โผล่ขึ้นที่ละน้อย เป็นพื้นที่กว้างไกลหลายร้อยไร่ จึงทำให้คอนหอยหลอดเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญที่สุดแห่งหนึ่ง สิ่งที่น่าสนใจนักท่องเที่ยว คือ หอยหลอด กล่าวกันว่าเป็นแหล่งที่มี หอยหลอดชุกชุมมากที่สุดแห่งเดียวในประเทศไทย หรือแห่งเดียวในโลก นักท่องเที่ยวนิยมลงไปจับหอยหลอดกันอย่างสนุกสนาน วิธีจับก็ใช้มือคบบงบนพื้นทราย จะปรากฏฟองอากาศ และเห็นรูปรากฏเอาไม้จิ้มปูนขาวแหลงไป หอยหลอดจะโผล่ขึ้นมาให้จับ ต้องรีบเก็บใส่ภาชนะไว้มิฉะนั้นจะมุดดินหนีอยู่ลึกลงไปกว่าเดิมอีก ไม่ควรสาดปูนขาวลงบนสันคอน เพราะจะทำให้หอยที่อาศัยอยู่ในบริเวณนั้นตายหมด ช่วงเวลาเหมาะสมที่จะท่องเที่ยวคอนหอยหลอด คือ ประมาณเดือนมีนาคม - พฤษภาคม เพราะน้ำทะเลจะลดลงนานกว่าช่วงเวลาอื่น และสามารถมองเห็นสันคอนโผล่ขึ้นมา นักท่องเที่ยวสามารถเช่าเรือบริเวณศาลาอากร (ใกล้ศาลกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์) เพื่อนั่งเรือไปชมคอนหอยหลอด นักท่องเที่ยวสามารถสอบถามรายละเอียดเวลาน้ำขึ้น - น้ำลง ได้ที่ อบต. บางจะเกร็ง โทร 034-723749



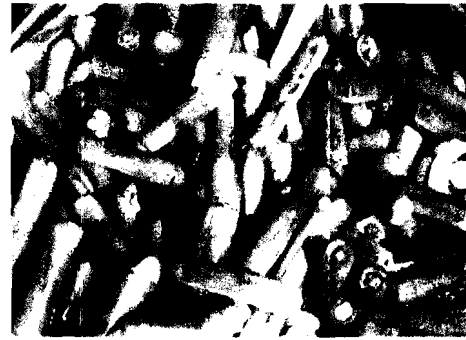
ภาพที่ 34 คอนหอยหลอด

หลายคนเข้าใจว่า "หอยหลอด" มีเพียงที่ดอนหอยหลอดที่เดียวในโลก แต่ความจริงแล้วยังมีหอยหลอดในบริเวณอื่นอีก เช่น จ.สมุทรปราการ และ จ.ตราด และในต่างประเทศ เช่น อินโดนีเซีย และออสเตรเลีย แต่มีในปริมาณน้อย ไม่มากพอที่จะจัดเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้ ทำให้คณะรัฐมนตรีมีมติให้ดอนหอยหลอดเป็นแหล่งท่องเที่ยวอีกแห่งหนึ่งของประเทศไทยเมื่อวันที่ 20 มีนาคม 2543

ศาลกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ บริเวณดอนหอยหลอดยังเป็นที่ประดิษฐานศาลกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์ มีการแสดงดนตรีไทยทุกวันอาทิตย์ที่ 1 และ 3 ของเดือน เวลา 17.00-18.30 น. ณ บริเวณสนามหญ้าหน้าศาลกรมหลวงชุมพรเขตอุดมศักดิ์

แหล่งรวมร้านอาหารทะเล และสินค้า

ตลอดเส้นทางการเดินทางไปที่ดอนหอยหลอดจะมีร้านอาหารทะเลมากมาย เรียงรายทั้งสองด้านของถนนจนถึงดอนหอยหลอด จะเรียกว่าเป็นแหล่งรวมร้านอาหารทะเลของสมุทรสงครามก็ว่าได้ นอกจากนี้ยังมีร้านขายสินค้าของที่ระลึก ประเภทต่าง ๆ รวมทั้งอาหารทะเลสด-แห้ง กะปิคลองโคน น้ำตาลสด ฯลฯ



ภาพที่ 35 หอยหลอด

การเดินทาง

รถยนต์

1. ไปยังหมู่บ้านบางป่อ ตำบลบางแก้ว ไปตามถนนธนบุรี-ปากท่อ (พระราม2) ก่อนถึงหลักกิโลเมตรที่ 62 มีป้ายซ้ายบอทางเข้าดอนหอยหลอด ระยะทางประมาณ 7 กิโลเมตร
2. ไปยังหมู่บ้านฉู่ฉี่ ตำบลบางจะเกร็ง ไปตามถนนธนบุรี-ปากท่อ (พระราม2) ประมาณกิโลเมตรที่ 64 ก่อนข้ามสะพานพุทธเลิศหล้านภาลัย เจิงสะพานมีป้ายบอทางเข้าระยะทางประมาณ 5 กิโลเมตร

รถโดยสาร

สามารถเดินทางโดยรถสองแถว มีรถออกตลอดทั้งวันจากตัวตลาดในอำเภอเมืองสมุทรสงคราม ไป ยังบ้านฉู่ฉี่ ดอนหอยหลอด

เรือ

การเดินทางไปยังดอนหอยหลอดนอกจากมีเรือขนาดต่าง ๆ บริการที่ทำริมน้ำแม่กลอง

วัดศรัทธาธรรม

หรือที่ชาวบ้านเรียกกันว่า "วัดมอญ" สร้างขึ้นเมื่อปีพ.ศ. 2341 ด้วยแรงศรัทธาในพุทธศาสนาของชาวมอญประมาณ 12 ครอบครัวที่หนีสงครามกลางเมืองในพม่าเข้ามาพึ่งความร่มเย็นของแผ่นดินไทย โดยมาอาศัยในที่ดินว่างเปล่าในพื้นที่ตำบลบางจะเกร็งในปัจจุบัน ต่อมาถูกทางราชการเวนคืนที่ดิน แต่ชาวมอญไม่ยอมจึงได้ต่อสู้คดีในชั้นศาล ซึ่งก็ชนะคดีตรงกับสมัยรัชกาลที่ 5 หลังจากนั้นชาวมอญจึงได้พร้อมใจกันสร้างวัดเพื่อเป็นศูนย์รวมจิตใจ อุโบสถไม้หลังเก่าซึ่งเป็นแพลอยน้ำ ได้กลายเป็นสถานที่ประกอบพิธีกรรมทางศาสนา นับตั้งแต่นั้น ต่อมาในปี พ.ศ. 2535 อุโบสถไม้สักทองฝังมุกหลังใหม่ถูกสร้างขึ้นกว่าสองร้อยปีแห่งการดำรงอยู่ จึงได้กลายเป็นศูนย์รวมจิตใจและศูนย์ - กลางทางด้านการศึกษาและสังคมของชุมชนชาวมอญ ณ ตำบลบางจะเกร็งเช่นเดียวกับที่อุโบสถไม้สักทองฝังมุกแท่นรูปเรือสำเภา หนึ่งเดียวของเมืองไทย เป็นสถาปัตยกรรมทางศาสนาที่มีเอกลักษณ์สวยงามที่สุด



ภาพที่ 36 วัดศรัทธาธรรม

สิ่งที่น่าสนใจ โบสถ์ไม้สักฝังมุก อุโบสถสร้างด้วยไม้สักทั้งหลัง ภายนอกอุโบสถเสากระเบื้องฝังมุกลายไทย ผนังภายนอกฝังเปลือกหอยมุกเป็นลายเทพพนม อันวิจิตรบรรจง ส่วนเครื่องบนประดับช่อฟ้า ใบระกา ที่กลางหน้าบันทั้งสองด้าน จำหลักลายหงส์ภายใต้เศวตฉัตร อยู่บนพื้นลายกระหนกเปลว ภายในอุโบสถ ประดิษฐานด้วยภาพจิตรกรรมฝาผนังฝังมุก แสดงเรื่องราวพุทธประวัติและภาพด้านล่างคือ ภาพวรรณกรรมเรื่องรามเกียรติ์ พระประธานคือพระพุทธชินราชหน้าตักกว้าง 61 นิ้ว ด้านหลังพระประธาน คือภาพพระประจักษ์วันเกิด ภาพเพดานอุโบสถปิดทองลายไทย งบประมาณในการก่อสร้างเกือบหนึ่งร้อยล้านบาท เนื่องจากอุโบสถหลังนี้ฝังด้วยมุกเกือบทั้งหมด เมื่อพระอาทิตย์กำลังจะลับขอบฟ้า มุกที่ฝังไว้บนผนังอุโบสถรูปลายเทพพนม จะสะท้อนแสงระยิบระยับ

กาละแมรมัญญ ในบริเวณวัด จะมีขนมของชาวมอญ "กาละแม" จัดจำหน่าย โดยกลุ่มแม่บ้านในละแวกวัดรวมตัวกันผลิตขึ้น เพื่อนำรายได้มาเป็นสวัสดิการแก่สมาชิก ซึ่งผลิตจากสูตรดั้งเดิม

การเดินทาง

รถยนต์ จากกรุงเทพฯ ใช้ทางหลวงหมายเลข 35 (ถนนพระราม 2) ถึงจังหวัดสมุทรสงครามตรงไป ทางจังหวัดเพชรบุรี (ไม่เข้าตัวเมือง) ตรงไปอีกประมาณ 2 กม. ก่อนข้าม

สะพานสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย เลี้ยวซ้ายตรงที่กลับรถ เลยไปประมาณ 200 เมตร มีถนนแยกเล็ก ๆ ให้เลี้ยวซ้ายแล้วตรงไปอีกประมาณ 1 กม วัดอยู่ทางขวามือ

รถประจำทาง จากตัวเมืองสมุทรสงคราม นั่งรถโดยสารสายแม่กลอง-ปากมาบ คิวรถอยู่บริเวณโรงพยาบาลสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย รถจะผ่านวัด

วัดบ้านแหลม หรือ วัดเพชรสมุทรวรวิหาร

ตั้งอยู่ที่ตำบลแม่กลอง เป็นวัดที่สำคัญที่สุดในจังหวัด ตั้งอยู่ในตัวเมืองเป็นที่รู้จักกันทั่วไปเพราะเป็นวัดที่มีพระพุทธรูปสำคัญ คือ "หลวงพ่อบ้านแหลม" เป็นพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์มีผู้เดินทางมานมัสการกันเป็นประจำ สำหรับความเป็นมาของหลวงพ่อบ้านแหลมนั้น เป็นพระพุทธรูปที่สร้างขึ้นเมื่อใดนั้นไม่ปรากฏ ตามพงศาวดารฉบับราชหัตถเลขาว่า เมื่อ พ.ศ.2307 พม่ายกทัพเข้า



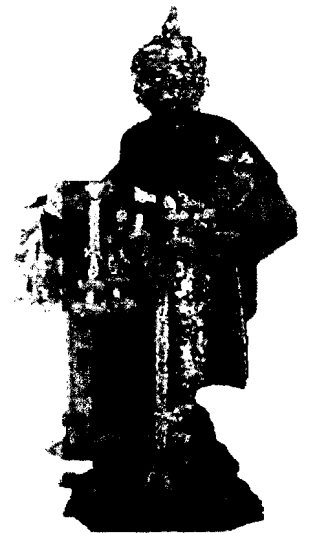
ภาพที่ 37 วัดบ้านแหลม

มาตีเมืองเพชรบุรี แต่กองทัพของกรุงศรีอยุธยาได้ยกทัพมาช่วยรักษาเมืองไว้ได้ ชาวบ้านแหลมในเขตเมืองเพชรบุรีได้อพยพหนีพม่า มาตั้งบ้านเรือนอยู่ในตำบลแม่กลองเหนือวัดศรีจำปาขึ้นไปและเรียกหมู่บ้านนี้ว่า "บ้านแหลม" ตามชื่อบ้านเดิมของตนในเมืองเพชร ได้ช่วยกันบูรณะวัดศรีจำปาแล้วเรียกวัดศรีจำปาว่า "วัดบ้านแหลม" ชาวบ้านแหลมพวกนี้เป็นชาวประมงมีอาชีพจับปลาในทะเล คราวหนึ่งได้ออกไปลากอวนในอ่าวแม่กลองได้พระพุทธรูปติดอวนขึ้นมา 2 องค์ องค์หนึ่งเป็นพระพุทธรูปนั่ง อีกองค์หนึ่งเป็นพระพุทธรูปยืน สำหรับพระพุทธรูปนั่งได้นำไปประดิษฐานไว้ที่วัดเขาตะเครา จังหวัดเพชรบุรี เรียกว่า "หลวงพ่อบ้านแหลม" สำหรับพระพุทธรูปยืนอุ้มบาตรสูงประมาณ 167 เซนติเมตร แต่บาตรนั้น สูญหายไปทะเล ได้นำมาประดิษฐานไว้ที่วัดบ้านแหลมเรียกว่า "หลวงพ่อบ้านแหลม" มีความศักดิ์สิทธิ์ และอภินิหารเป็นที่เคารพเลื่อมใสของชาวบ้านทั่วไป วัดบ้านแหลมซึ่งแต่เดิมเป็นวัดเล็ก ๆ ที่ทรุดโทรมก็กลับ เจริญขึ้น เป็นวัดใหญ่เพราะมีผู้คนมาทำบุญและนมัสการหลวงพ่อบ้านแหลมกันอยู่เรื่อย ๆ ต่อมาวัดนี้ได้รับ- การยกฐานะขึ้นเป็นพระอารามหลวงชั้นวรวิหาร ได้รับพระราชทานนามว่า "วัดเพชรสมุทรวรวิหาร" สำหรับบาตรของหลวงพ่อบ้านแหลมนั้น สมเด็จพระเจ้าฟ้ากรมพระยาภาณุพันธุวงศ์วรเดช ได้ถวายบาตรไว้ให้บาตรหนึ่ง เป็นบาตรแก้วสีน้ำเงิน ซึ่งยังคงปรากฏอยู่ทุกวันนี้ภายในบริเวณวัดเพชรสมุทรวรยังมีพิพิธภัณฑสถาน ซึ่งภายในมีพระพุทธรูปบูชาและพระเครื่องใน สมัยต่าง ๆ โบราณวัตถุเครื่องลาย

ครามและธรรมมาสน์บุษบกสมัยกรุงศรีอยุธยาไว้ให้ชมด้วย เดิมชื่อ "วัดศรีจำปา" เป็นวัดโบราณ สร้างในสมัยพระเจ้าปราสาททอง พ.ศ.2191 ต่อมาในปีพ.ศ.2307 พม่ายกทัพไปตีเมืองเพชรบุรี กองทัพกรุงศรีอยุธยามีพระยาพิพัฒน์โกษา กับพระยาตากสิน (พระเจ้าตากสินมหาราช) ยกทัพมาช่วยรักษาเมืองไว้พม่าจึงยกทัพกลับไป และในเหตุการณ์ครั้งนี้ ชาวเพชรบุรีที่อยู่ ตำบลบ้านแหลม ได้อพยพหนีมาตั้งบ้านเรือนอยู่ในตำบลแม่กลองเหนือวัดศรีจำปา และเรียกหมู่บ้านของตนว่าบ้านแหลม และในขณะนั้นวัดศรีจำปามีสภาพทรุดโทรมมาก ชาวบ้านจึงช่วยกันบูรณะปฏิสังขรณ์ ให้มีสภาพดีขึ้น และเรียกว่า "วัดบ้านแหลม"

โดยนำชื่อท้องถิ่นเดิมของตนเป็นชื่อวัดตามประวัติหลวงพ่อบ้านแหลม เล่ากันว่า ชาวบ้านแหลมมีอาชีพประมงคราวหนึ่งออกไปตีฉนวนในอ่าวแม่กลอง ได้พระพุทธรูปติดฉนวนมา 2 องค์ องค์หนึ่งได้ให้ญาติของตนในเขตอำเภอบ้านแหลมไปประดิษฐานไว้ที่วัดเขาตะเคราเรียกว่า "หลวงพ่อบ้านแหลม" เป็นพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์ที่เคารพนับถือของชาวเพชรบุรีสืบต่อมาจนถึงวันนี้ อีกองค์หนึ่งเป็นพระพุทธรูปยืนอุ้มบาตรสร้างในสมัยสุโขทัยตอนกลาง ขนาดสูง 172 เซนติเมตร หล่อด้วยทองเหลือง ข้อพระกรทั้งสองข้างทำเป็นสองท่อนสวมได้ แต่บาตรนั้นหายไปทะเล

พระพุทธรูปนี้ได้นำมาประดิษฐานไว้ ณ วัดบ้านแหลม และเรียกกันว่า " หลวงพ่อบ้านแหลม " ซึ่งถือเป็นพระคู่บ้านคู่เมืองสมุทรสงครามเชื่อกันว่าเป็นพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์ มีคุณลักษณะของหลวงพ่อบ้านแหลม 9 ประการ คือเมตตา มหานิยม แคล้วคลาด มีลาภมียศ ค้าขาย หายโรค วิชากร และรุ่งเรือง หากนักท่องเที่ยวมาเที่ยวสมุทรสงคราม แล้วไม่ได้นมัสการหลวงพ่อบ้านแหลมที่วัดเพชรสมุทรวรวิหาร ก็เหมือนไม่ได้มาเมืองสมุทรสงคราม



หลวงพ่อบ้านแหลม กรมศิลปากร ได้จดทะเบียนไว้เป็นโบราณวัตถุแห่งชาติตั้งแต่ พ.ศ.2492 เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2498

ภาพที่ 38 หลวงพ่อบ้านแหลม

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ฐานะ วัดบ้านแหลม เป็นพระอารามหลวงและพระราชทานนามว่า " วัดเพชรสมุทรวรวิหาร " ในส่วนบาตรที่หายไปนั้น สมเด็จพระเจ้าฟ้ากรมพระยาภาณุพันธุวงศ์วรเดช ได้ ถวายบาตรไว้ให้บาตรหนึ่ง เป็นบาตรแก้วศรีน้ำเงิน ซึ่งยังคงปรากฏอยู่ทุกวันนี้ นับว่าเป็นวัดที่สำคัญยิ่งของชาวสมุทรสงคราม

อนุสรณ์สถานแฝดสยามอิน-จันและพิพิธภัณฑ์เรือ

ตั้งอยู่ตำบลลาดใหญ่ ริมถนนเอกชัย (ห่างจากศาลากลางจังหวัดประมาณ 4 กม.) เพื่อเป็นอนุสรณ์สถานแก่ฝาแฝดสยามอิน-จันที่ได้สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยไปทั่วโลก ภายในบริเวณเป็นลานกว้างประดับด้วยต้นไม้ดอกไม้ อนุสรณ์สถานแฝดสยามอิน-จันตั้งอยู่กลางลาน ด้านหน้ามีสระน้ำขนาดใหญ่ นอกจากนี้ยังมีอาคาร โถงจัดแสดงชีวประวัติของแฝดสยามอิน-จัน "แฝดสยามอิน-จัน" เกิดที่จังหวัดสมุทรสงครามเมื่อวันที่ 11-พฤษภาคม พ.ศ. 2354 (ค.ศ. 1811) ประมาณปี พ.ศ. 2371-2372 (ค.ศ. 1828-1829) กัปตันคอฟฟินและฮันเตอร์เดินทางมาติดต่อการค้าที่แม่กลอง พบฝาแฝดคู่นี้จึงขออนุญาตไปอเมริกาและอังกฤษ เพื่อเปิดการแสดงในที่ต่างๆ เรื่องราวชีวิตของแฝดสยามอิน-จัน ฝาแฝดที่มีร่างกายอ่อนบอบติดกันและสามารถใช้ชีวิตอยู่ได้อย่างปกติยาวนานจนถึงอายุ 63 ปี ได้รับการกล่าวขานทำให้ประเทศไทยเป็นที่รู้จักไปทั่วโลกในชื่อ "Siamese Twin"

ในอาคารโถงเดียวกันนอกจากชีวประวัติแฝดสยามแล้ว ยังแบ่งพื้นที่ส่วนหนึ่งเป็นพิพิธภัณฑ์เรือ รวบรวมเรือพื้นบ้านหลายชนิดมาจัดแสดงไว้เพื่อให้เป็นที่ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับชีวิตความเป็นอยู่ของชาวแม่กลอง พิพิธภัณฑ์เรือเปิดตั้งแต่เวลา 08.00-16.00 น. เสาร์-อาทิตย์ 08.00-12.00 น. ค่าเข้าชม 15 บาท สอบถามรายละเอียด โทร. 0 3471 1333

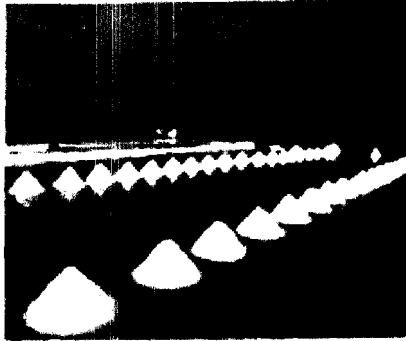
ศาลพันท้ายนรสิงห์

ศาลพันท้ายนรสิงห์ ตั้งอยู่ตำบลโคกขาม เดินทางจากถนนเอกชัย เข้าทางหลวงหมายเลข 3423(วัดสหกรณ์ – ศาลพันท้ายนรสิงห์) ระยะทางประมาณ 15 กิโลเมตร ศาลนี้สร้างขึ้นเพื่อเป็นอนุสรณ์แก่พันท้ายนรสิงห์ ในคราวที่คัดท้ายเรือพระที่นั่งเอกชัยจนหัวเรือชนกิ่งไม้ใหญ่ริมคลองโคกขาม ทำให้โขงเรือหักตกลงในน้ำ พันท้ายนรสิงห์กราบบังคมทูลพระเจ้าเสือ ให้ประหารชีวิตตามกฎหมายเข็ญรบาล พระเจ้าเสือทรงจำเริญพระทัยตามพระราชกำหนดที่วางไว้ จึงมีรับสั่งให้ประหารชีวิตพันท้ายนรสิงห์ แล้วให้ทำศาลขึ้นสูงเพียงตา และนำศีรษะพันท้ายนรสิงห์กับหัวเรือพระที่นั่งเอกชัยที่หักขึ้นพลีกรรมไว้บนศาล เพื่อเป็นอนุสรณ์แสดงถึงความซื่อสัตย์จงรักภักดี ต่อมากรมศิลปากรได้จัดสร้างศาลขึ้นใหม่แทนหลังเก่าที่พังลงมา ภายในศาลมีรูปปั้นของพันท้ายนรสิงห์ขนาดเท่าคนจริงอยู่ในท่าถือท้ายคัดเรือ เป็นที่นับถือของชาวบ้าน



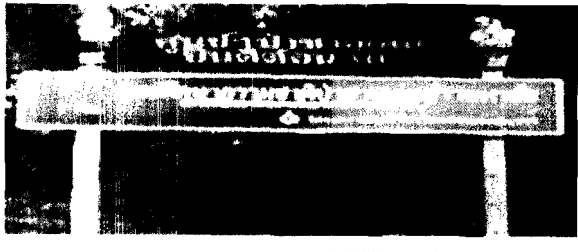
ภาพที่ 39 ศาลพันท้ายนรสิงห์

การเดินทาง จากตัวเมืองมหาชัยใช้ทางหลวงหมายเลข 3242 เลี้ยวขวาตรงสามแยกเข้าทางหลวงหมายเลข 3243 ตรงไปข้ามสะพานข้ามคลองมหาชัย ขับไปจนสุดถนน ซึ่งเป็นทางแยก เลี้ยวซ้ายเข้า ถ.นิคมสหกรณ์ ตรงไป ผ่านวัดสหกรณ์โมลีคาราม แล้วเลี้ยวซ้ายเข้า ถ.สหกรณ์-พันท้ายนรสิงห์ ตรงไปจนสุดทางก็จะถึงศาล



ภาพที่ 40 นาถุ้งนาเกลือ

นาถุ้งนาเกลือ จังหวัดสมุทรสาครมีชายฝั่งที่เหมาะสมกับการทำนาเกลือนาถุ้ง หลายแห่งโดยเฉพาะที่ตำบลกาหลง ตำบลนาโคก ตำบลบ้านบ่อ ตำบลบางโทรัด ตำบลโลกขาม ตำบลพันท้ายนรสิงห์ และบริเวณสองข้างทางสายธนบุรี-ปากท่อต่อเขตจังหวัดสมุทรสงคราม มีนาเกลือและเกลือวางขายเรียงราย มีนิกหลายชนิด มีกั้งหันวิดน้ำเข้านาเกลือหมุนแล่นลม เป็นทัศนียภาพที่สวยงาม



ภาพที่ 41 พื้นที่ศึกษาธรรมชาติป่าชายเลนอ่าวมหาชัย

พื้นที่ศึกษาธรรมชาติป่าชายเลนอ่าวมหาชัย ตั้งอยู่บริเวณปากแม่น้ำท่าจีนฝั่งขวา ในพื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติป่าอ่าวมหาชัย ฝั่งตะวันตก ตำบลบางหญ้าแพรก อำเภอเมือง สมุทรสาคร มีเนื้อที่ 3,179 ไร่ เหมาะสำหรับเป็นแหล่งศึกษา ค้นคว้า วิจัยด้าน ธรรมชาติวิทยาของระบบนิเวศป่าชายเลน และปากแม่น้ำท่าจีน ปัจจุบันดำเนินการก่อตั้ง เป็นศูนย์ศึกษาธรรมชาติป่าชายเลนมหาชัย

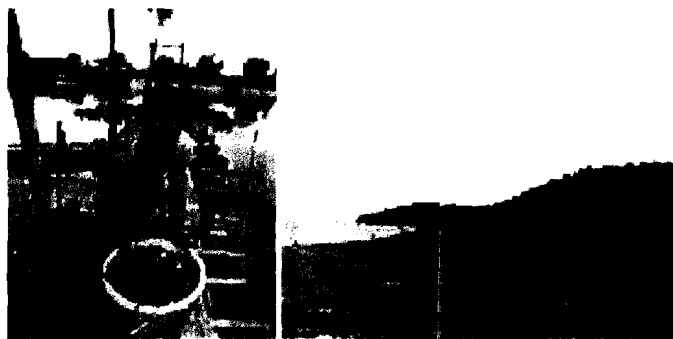
ปากอ่าวมหาชัย



ภาพที่ 42 ปากอ่าวมหาชัย

ทัศนียภาพยามเย็นของปากอ่าวมหาชัย เป็นผืนน้ำกว้างใหญ่ มีแม่น้ำท่าจีนไหลออกสู่ทะเล บริเวณนี้ สภาพโดยรอบ เขียวครึ้มไปด้วยป่าชายเลน ในช่วงเย็นแดดร่มลมไซ จึงเป็นช่วงเวลาที่ดีที่สุดของการมาพักผ่อน หรือจะหาของทะเลอร่อย ๆ ตามร้านขนาดใหญ่แถว ๆ หน้าวัดกำแพง ซึ่งมาเปิดบริการอยู่หลายเจ้า เช่น ร้านอ่าวไทย (เกียจวัน5) น้ำพริกปูไข่ ปลาทุ้มมะดัน ว่ากันว่าเป็นเมนูเด็ดที่ไม่ควรพลาด เป็นร้านเก่าแก่จากที่เคยอยู่ในตลาดมหาชัย

การเดินทาง จากตัวเมืองมหาชัย ใช้ทางหลวงหมายเลข 3242 เลี้ยวขวาสู่ท่าเรือไปราว 500 ม. เลี้ยวขวาตรงสามแยกเข้าทางหลวงหมายเลข 3243 ตรงไปข้ามสะพานคลองมหาชัย ลงสะพานเลี้ยวขวาเข้า ถ.ธรรมคุณากร ผ่านวัดโคกรกกรากไปราว 2 กม. จะถึงบริเวณปากอ่าว



ภาพที่ 43 คอนฮอยแตรง

คอนฮอยแตรง ตั้งอยู่บริเวณปากอ่าวมหาชัย ฝั่งตะวันตกในพื้นที่หมู่ที่ 5 ตำบลบางหญ้าแพรก อำเภอเมืองสมุทรสาคร มีเนื้อที่ 1,752 ไร่ ซึ่งขออนุญาตเลี้ยงหอยแตรงมาตั้งแต่ปี 2513 ปัจจุบันได้พัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยว เส้นทางเข้าสู่คอนฮอยแตรง ใช้ทางหลวงแผ่นดินสาย 35 (พระราม 2) ไปสมุทรสงคราม เลี้ยวซ้ายช่วงกม.35 เข้าถนนสุทธิวาตวิถี เข้าถนนบางหญ้าแพรก สุดเส้นทาง บ้านหัวโพง ระยะทางประมาณ 7 กม.

แหล่งผลิตเบญจรงค์

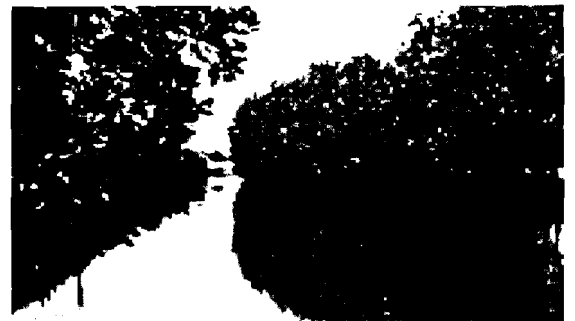


จังหวัดสมุทรสาคร เป็นแหล่งผลิตเบญจรงค์ที่สำคัญ โดยเฉพาะ ต.คอนไถ่ ต.ท่าเสา อ.กระทุ่มแบน ซึ่งมีการผลิตเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือน เป็นของ ตกแต่งบ้าน และของที่ระลึก ซึ่งได้รับความสนใจเป็นอย่างมากจากชาวไทย และชาวต่างประเทศ เส้นทางเข้าสู่แหล่งเบญจรงค์ จากทางหลวงสาย 35 (พระราม 2) แยกทางหลวงจังหวัดสาย 3091 (ถนนเศรษฐกิจ 1) ไปอำเภอกระทุ่มแบน เข้าซอยการไฟฟ้า ส่วนภูมิภาค ระยะทาง 1 กิโลเมตร

ภาพที่ 44 แหล่งผลิตเบญจรงค์

คลองโคกขาม

คลองโคกขาม เป็นคลองที่มีความคดเคี้ยวมาก ลักษณะเป็นโค้งซอก กระแสน้ำเชี่ยวมาก ยากต่อการเดินเรือ ทำให้ครั้งที่พระเจ้าเสือ หรือ สมเด็จพระสรรเพชญ์ที่ 8 (พ.ศ. 2246-2252) เสด็จประพาสต้นตามลำคลองโคกขาม ด้วยเรือพระที่นั่งเอกชัย ได้เกิดอุบัติเหตุเรือพระที่นั่ง



ภาพที่ 45 คลองโคกขาม

ชนกิงไม้หักทำให้พันท้ายนรสิงห์ ถูกประหารชีวิต บริเวณที่ประหารชีวิตพันท้ายนรสิงห์พระเจ้าเสือทรงโปรดให้ขุดคลองลัดตัดทางคดเคี้ยวของคลองโคกขามให้ตรง โดยให้เจ้าพระยาราชสงคราม เป็นแม่กองคุมไพร่พลจำนวน 3,000 คน ขุดคลองตัดจากคลองโคกขามตั้งแต่ปี พ.ศ. 2248 ตรงมาเชื่อมกับแม่น้ำท่าจีน ขนาดคลองกว้าง 5 วา ลึก 6 สอก เสร็จในปี พ.ศ. 2252 ในสมัยของพระเจ้าอยู่หัวท้ายสระ เมื่อขุดเสร็จจึงได้พระราชทานนามว่า “คลองสนามไชย” ต่อมาเปลี่ยนเป็น “คลองมหาชัย” หรือเรียกว่า “คลองถ่าน”

จังหวัดสิงห์บุรี

“ถิ่นวีรชนกล้า คู่กล้าพระนอน นามกระฉ่อนปลาแม่ลา ย่านการค้าภาคกลาง”

อนุสาวรีย์วีรชนค่ายบางระจัน และอุทยานค่ายบางระจัน



ภาพที่ 46 อนุสาวรีย์วีรชนค่ายบางระจัน เดือน 3 ปีระกา พ.ศ. 2308 ในครั้งนั้นชาวบ้านบางระจันได้ รวมพลังกัน ต่อสู้กับกองทัพพม่าซึ่งมีจำนวนมากมายมหาศาล โดยพม่าต้องยกทัพเข้าตีหมู่บ้านนี้ถึง 8 ครั้ง ใช้เวลา 5 เดือน จึงเอาชนะได้เมื่อวันจันทร์แรม 2 ค่ำ เดือน 8 ปีจอ พ.ศ. 2309 นับเป็นอนุสาวรีย์ที่มีความสำคัญยิ่งแห่งหนึ่ง ค่ายบางระจันในปัจจุบัน ได้สร้างจำลองโดยอาศัยรูปแบบค่ายในสมัยโบราณ และภายในบริเวณยังมี อาคารศูนย์ศึกษาประวัติศาสตร์วีรชนค่ายบางระจัน จัดห้องนิทรรศการโดยแบ่งออกเป็นห้องต่าง ๆ ห้องแรก แสดงเรื่องค่ายบางระจัน เครื่องใช้โบราณ แหล่งเตาเผาแม่ น้ำน้อย หนังกใหญ่ ห้องที่สอง จัดแสดงมรดกเมืองสิงห์บุรี ห้องที่สาม แสดงวิถีชีวิตความเป็นอยู่และของดีเมืองสิงห์บุรี เปิดให้เข้าชมทุกวัน สอบถามได้ที่ โทร. 0 3659 7126

การเดินทาง โดยรถประจำทาง สามารถขึ้นรถที่ บขส. ในอำเภอเมืองสิงห์บุรี สายสุพรรณบุรี-สิงห์บุรี มาลงที่อนุสาวรีย์วีรชนฯ

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติอินทร์บุรี



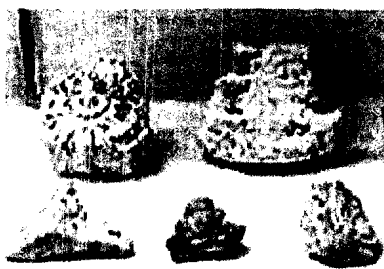
ภาพที่ 47 พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ-
อินทร์บุรี

แม่น้ำน้อย จัดแสดงเครื่องประดับสมณศักดิ์ของพระสงฆ์ พัดยศพระพุทธรูปสมัยต่าง ๆ เครื่องถ้วย
ศิลปะไทย-จีน เครื่องดนตรีไทย ส่วนชั้นล่าง เป็นการละเล่นพื้นบ้าน เครื่องมือคักปลา เครื่องทอผ้า
ตะเกียงโบราณ พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติอินทร์บุรีนี้ จะเปิดให้เข้าชมทุกวันพุธ-อาทิตย์ ตั้งแต่เวลา
08.30-16.00 น. ค่าเข้าชม ชาวไทยและชาวต่างประเทศคนละ 5 บาท ต้องการเข้าชมเป็นหมู่คณะ
พร้อมวิทยากรบรรยาย ควรติดต่อก่อนล่วงหน้าประมาณ 1 สัปดาห์ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่
โทร. 0 3658 1986

ตั้งอยู่ในบริเวณเดียวกับวัดโบสถ์ ดิคริมแม่น้ำเจ้าพระยา
เดิมเป็นพิพิธภัณฑ์ของวัด โบสถ์มาก่อน ก่อตั้งโดยอดีตเจ้า
อาวาสวัดโบสถ์ พระเทพสุทธิโมลี เจ้าคณะจังหวัด
สิงห์บุรีและอุทัยธานี ได้รวบรวมจัดเก็บรักษาโบราณวัตถุ
ศิลปวัตถุไว้ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2483 มีโบราณวัตถุที่สำคัญ และ
เป็นที่รวมความรู้ด้านประวัติศาสตร์ เช่น โบราณวัตถุที่
ขุดพบได้จากแหล่งโบราณบ้านคูเมือง แหล่งเตาเผา

การเดินทาง สามารถไปได้โดย รถยนต์ ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข 311 เส้นสิงห์บุรี-อินทร์
บุรี (สายเก่า) ระหว่างกิโลเมตรที่ 14-15 และ รถประจำทาง ไปได้ 2 สาย สายแรก รถสาย สิงห์บุรี-
ชัยนาท (สายเก่า) รถจอดที่ท่ารถ บขส. สายที่สอง รถสายกรุงเทพฯ-อำเภอวัดสิงห์ (ป.1 และ ป.2)
รถออกจากสถานีขนส่งหมอชิต ถนนกำแพงเพชร

เมืองโบราณบ้านคูเมือง



ภาพที่ 48 เมืองโบราณบ้านคูเมือง

อยู่ภายในสวนรุกขชาติคูเมือง) ตั้งอยู่ที่บ้านคูเมือง ตำบล
ห้วยชัน ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ 23 กิโลเมตร
สันนิษฐานว่าเป็นชุมชนโบราณสมัยทวารวดี ฝั่งเมือง
เป็นรูปสี่เหลี่ยมมุมมน กว้าง 650 เมตร ยาว 750 เมตร สูง
จากพื้น 1 เมตร มีเนินดินขนาดใหญ่ มีคูน้ำคันดิน
ล้อมรอบ มีการขุดค้นพบภาชนะดินเผามากมาย เช่น
เครื่องถ้วยชาม หม้อ ไห กาน้ำ ลูกปัดหินสีต่าง ๆ ตะคัน
ดินเผา ธรรมจักรหินเขียว คุ้มหู ลูกปัด หินสี และเหรียญเงินมีคำจารึกว่า “ศรีทวารวดีศวรปุญยะ”

แสดงให้เห็นว่ามีชุมชนอาศัยอยู่ในบริเวณนี้ติดต่อกันมา ตั้งแต่สมัยพูนันจนถึงรัตนโกสินทร์ ปัจจุบันวัตถุโบราณที่ค้นพบได้นำไปเก็บรักษาไว้ที่ พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติอินทร์บุรี และภายในบริเวณเมืองโบราณบ้านคูเมืองปัจจุบัน ได้จัดให้เป็นสวนรุกขชาติ มีเนื้อที่ประมาณ 500 ไร่ มีคูน้ำโบราณล้อมรอบ

การเดินทาง ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข 311 เส้นสิงห์บุรี-อินทร์บุรี (สายเก่า) กิโลเมตรที่ 17 หรือห่างจากตัวอำเภออินทร์บุรีประมาณ 7 กิโลเมตร แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าเส้น 3285 เส้นอินทร์บุรี-หนองสุ่ม



ภาพที่ 49 คูค่ายพม่า

คูค่ายพม่า ตั้งอยู่ที่บ้านเจดีย์หัก หมู่ 1 ตำบลบ้านแปง ห่างจากตัวเมืองสิงห์บุรีไปประมาณ 16 กิโลเมตร ตามเส้นทางหลวงหมายเลข 32 กิโลเมตรที่ 129 เป็นแหล่งชุมชนโบราณมีลักษณะเป็นเนินดินแนวยาวรูปร่างคล้ายตัว L ยาวประมาณ 5-15 เมตร กว้างประมาณ 3 เมตร สันนิษฐานว่าสร้างขึ้นในสมัยกรุงศรีอยุธยาเมื่อประมาณ ปี พ.ศ. 2127 ครั้งที่พม่ายกกองทัพมาตั้งที่ปากน้ำบาง

พุทราเพื่อรวบรวมกำลังเข้าตีกรุงศรีอยุธยา นับเป็นแหล่งประวัติศาสตร์ที่สำคัญ ปัจจุบันได้ปรับปรุงให้เป็นสวนสาธารณะสำหรับพักผ่อนหย่อนใจของประชาชนทั่วไป

อุทยานแม่ลามหาราชาอนุสรณ์



ภาพที่ 50 อุทยานแม่ลามหาราชาอนุสรณ์

ตั้งอยู่ที่ตำบลทับยา มีพื้นที่อยู่ในเขตอำเภออินทร์บุรี และอำเภอบางระจัน ห่างจากอำเภอเมืองไปตามเส้นทางหลวงหมายเลข 309 ประมาณ 9 กิโลเมตร จะมีทางแยกเลี้ยวซ้ายไปบ้านเชิงกลัด เข้าไปอีกประมาณ 1.2 กิโลเมตร ก็จะถึงอุทยานแม่ลามหาราชาอนุสรณ์ คำว่า “แม่ลา” เป็นชื่อลำน้ำสายหนึ่งในท้องที่จังหวัดสิงห์บุรี ไหลผ่านพื้นที่ 3 อำเภอ คือ อำเภออินทร์บุรี

อำเภอบางระจัน และอำเภอเมืองสิงห์บุรี เป็นลำนํ้าธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยอาหารของปลา ฉะนั้นปลาที่จับได้จากลำนํ้าแม่ตาจึงมีรสชาติอร่อย อ้วน เนื้อนุ่ม มัน โดยเฉพาะปลาช่อนแม่ตา ซึ่งเป็นอาหารและของฝากที่ขึ้นชื่อของจังหวัดสิงห์บุรี ปัจจุบันปลาช่อนแม่ตาหายากขึ้นทุกวัน ทางราชการจึงหาทางอนุรักษ์และฟื้นฟู โดยขุดลอกลำนํ้า และสร้างอุทยานแม่ตาหาราชาอนุสรณ์ขึ้นริมฝั่งแม่นํ้าตาก้าร้อง โดยรอบ ๆ บริเวณอาคารได้จัดให้เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจของประชาชน นอกจากนั้นทางอุทยานฯ มีบริการบ้านพักไว้สำหรับนักท่องเที่ยว จำนวน 4 ห้อง ราคา 450 บาท สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 3650 1416



ภาพที่ 51 แหล่งเตาเผาแม่ตานํ้าน้อย

แหล่งเตาเผาแม่ตานํ้าน้อย ตั้งอยู่ในบริเวณวัดพระปรารักษ์ (ซันสูตร) เป็นแหล่งผลิตเครื่องปั้นดินเผาขนาดใหญ่ที่สุดในสมัยกรุงศรีอยุธยา ระหว่าง พ.ศ. 1914-2310 ลักษณะตัวเตาเป็นแบบระบายความร้อนเฉียงขึ้น ก่อด้วยอิฐ ตัวเตาบางส่วนคล้ายเรือประทุน จึงเรียก “เตาประทุน” แบ่งเป็น 3 ส่วน คือ ปล่องไฟ ห้องวางเครื่องปั้นดินเผา และห้องเชื้อเพลิง ตัวเตาเผาที่นับว่ามีขนาดใหญ่ มีความยาวถึง 14 เมตร กว้าง 5.60 เมตร และเส้นผ่าศูนย์กลาง

ของปล่องควันไฟยาว 2.15 เมตร เคยใช้เป็นที่ผลิตภาชนะดินเผา เช่น ไห อ่าง ครก กระจุก ช่อฟ้า กระเบื้องปูพื้น ตัวอย่างเครื่องปั้นดินเผาต่าง ๆ ที่ขุดได้บริเวณแหล่งเตาเผาแม่ตานํ้าน้อย สามารถชมได้ในกฎีกุญของท่านเจ้าอาวาส แหล่งโบราณคดีแห่งนี้ไม่เพียงแต่เป็นมรดกวัฒนธรรม ยังเป็นศูนย์ศึกษาทางวิชาการเชรามิกอันยิ่งใหญ่แห่งหนึ่งของโลกอีกด้วย

การเดินทาง ไปตามเส้นทางสายสิงห์บุรี-บางระจัน-สรรคบุรี เส้นทางหลวงหมายเลข 3251 ไปประมาณ 16 กิโลเมตร ห่างจากตลาดซันสูตรประมาณ 1 กิโลเมตร และมีรถประจำทางผ่านสาย 605 เส้นทางสิงห์บุรี-สรรคบุรี

จังหวัดสุพรรณบุรี

“สุพรรณบุรีเมืองยุทธหัตถี วรรณคดีขึ้นชื่อ เลื่องลือพระเครื่อง รุ่งเรืองเกษตรกรรมสูงล้ำ
ประวัติศาสตร์ แหล่งปราชญ์ศิลปิน ภาษาถิ่นชวนฟัง”

พระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์



ภาพที่ 52 พระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์

พระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ อยู่ที่ ตำบลดอนเจดีย์ ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ 31 กิโลเมตร ประกอบด้วยพระบรมราชานุสรณ์สมเด็จพระนเรศวรมหาราชทรงพระคชาธารออกศึก และองค์เจดีย์ยุทธหัตถี สมเด็จพระนเรศวรมหาราชทรงสร้างเจดีย์เพื่อเฉลิมฉลองชัยชนะในสงครามยุทธหัตถี ที่ทรงมีต่อพระมหาอุปราชาแห่งพม่า เมื่อปี 2134 และในปี 2495 กองทัพบกได้บูรณะปฏิสังขรณ์องค์เจดีย์ขึ้นใหม่

โดยสร้างเป็นเจดีย์แบบลังกาทรงกลมใหญ่ สูง 66 เมตร ฐานกว้างด้านละ 36 เมตร ครอบเจดีย์องค์เดิม พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ รัชกาลปัจจุบันทรงเสด็จประกอบพิธีบวงสรวงและเปิดพระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์ เมื่อวันที่ 25 มกราคม พ.ศ. 2502 ซึ่งรัฐบาลกำหนดให้วันที่ 25 มกราคมของทุกปี เป็นวันถวายราชสักการะพระบรมราชานุสรณ์ดอนเจดีย์และเป็นวันกองทัพไทยด้วย บริเวณภายในองค์เจดีย์มีการจัดแสดงนิทรรศการเกี่ยวกับพระราชประวัติ และวีรกรรมของสมเด็จพระนเรศวรมหาราช เลยจากเจดีย์ไปประมาณ 100 เมตร เป็นที่ตั้งของพระตำหนักสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ภายในมีรูปปั้นของสมเด็จพระนเรศวรมหาราชและพระสุพรรณกัลยา มีผู้นิยมมาสักการะบูชาอยู่เสมอ นอกจากนี้ในระหว่างวันที่ 18 มกราคม ถึงวันที่ 1 กุมภาพันธ์ของทุกปี ทางจังหวัดสุพรรณบุรีได้จัดงานอนุสรณ์ดอนเจดีย์และงานกาชาดจังหวัดสุพรรณบุรี

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ชวนาไทย



ภาพที่ 53 พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ

ชวนาไทย

ตั้งอยู่ริมถนนพระพินวงษา ตำบลท่าพี่เลี้ยง บริเวณที่ว่าการอำเภอเมืองสุพรรณบุรี เป็นอาคารคอนกรีต ออกแบบผสมผสานระหว่างเรือนไทยและยุ้งฉางชวนา ลักษณะอาคารประยุกต์ 2 ชั้นเป็นพิพิธภัณฑที่จัดแสดงเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับการทำนา ชั้นล่าง จัดแสดงเรื่องราวความเป็นมา

ของการทำนา เครื่องมือเครื่องใช้ในการทำนา ประเพณีและวิถีชีวิตของชาวนา เรื่องราวของข้าวในอดีตและที่น่าสนใจ คือการพบเศษภาชนะดินเผาที่บ้านบางปูน ตำบลพิหารแดง ซึ่งอาจเป็นหลักฐานพระราชพิธีแรกนาขวัญในสมัยอยุธยา ชั้นบนแสดงพระจริยวัตร ของพระมหากษัตริย์ไทย ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทรงเป็นผู้อุปถัมภ์ข้าว ชาวนาไทยและทรงพัฒนาการทำนา และการเกษตรของชาติ รวมถึงจัดแสดงภาพจำลองเหตุการณ์พระราชกรณียกิจของสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ เมื่อปีพ.ศ. 2529 ณ แปลงนาสาธิตบึงไผ่แขก ตำบลคอน โปธิ์ทอง อำเภอเมือง ทรงทำปุ๋ยหมัก หว่าน และเก็บเกี่ยวข้าวด้วยพระองค์เอง และ เก็บรักษาเครื่องมืออุปกรณ์ต่างๆที่พระองค์ทรงใช้ นอกจากนี้ยังมีห้อง ค้นคว้าข้อมูล สำหรับค้นคว้าข้อมูลทางวิชาการเพิ่มเติมเกี่ยวกับวัตถุ ที่จัดแสดง เปิดให้เข้าชมทุกวัน เว้นวันจันทร์ อังคาร และ วันหยุดนักขัตฤกษ์

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ สุพรรณบุรี

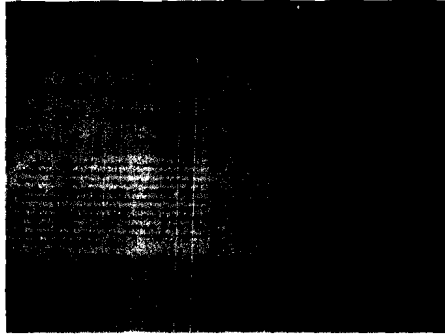


ภาพที่ 54 พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ
สุพรรณบุรี

ตั้งอยู่ริมถนน สุพรรณบุรี-ชัยนาท(ทางหลวงหมายเลข 340)ตำบลสนามชัย ภายในศูนย์ศิลปวัฒนธรรม ภาค ตะวันตกจังหวัดสุพรรณบุรี ตรงข้ามกับศูนย์ราชการ จังหวัดสุพรรณบุรี ประกอบด้วยวิทยาลัยนาฏศิลป์ สุพรรณบุรี พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ สุพรรณบุรี หอจดหมายเหตุแห่งชาติจังหวัดสุพรรณบุรี หอสมุดแห่งชาติ จังหวัดสุพรรณบุรีเฉลิมพระเกียรติ และ โรงละครแห่งชาติภาคตะวันตก จังหวัดสุพรรณบุรี ที่จัดตั้งขึ้นตามโครงการพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติประจำเมือง สสนองแนวพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ภายในอาคารนิทรรศการถาวรของพิพิธภัณฑฯ ได้จัดแสดงประวัตินานทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญของเมืองสุพรรณบุรีในอดีต พัฒนาการของเมืองสุพรรณบุรีตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ ทวารวดี ลพบุรี อยุธยา และสมัยรัตนโกสินทร์ จัดแสดงเหตุการณ์สำคัญครั้งสมเด็จพระนเรศวรมหาราชชนะศึกยุทธหัตถี ผ่านสื่อโสตทัศนูปกรณ์ จัดแสดงประวัติความเป็นมาและวัฒนธรรมของกลุ่มชนต่างๆ ที่อาศัยอยู่ในจังหวัดสุพรรณบุรี รวมถึงประวัติบุคคลสำคัญในอดีต ท่านสามารถชมพระพิมพ์โบราณจากกรุวัดที่มีชื่อเสียงต่างๆ ได้รวบรวม ผลงานของศิลปินในสาขาต่างๆ ที่มีชื่อเสียงไว้มากมาย

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ สุพรรณบุรี เปิดให้เข้าชม ทุกวันพุธ - วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์

พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ อุทอง



ภาพที่ 55 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติ
อุทอง

อาคารที่ 1 จัดแสดงอารยธรรมเมืองอุทองสมัยก่อนประวัติศาสตร์ถึงสมัยประวัติศาสตร์วัฒนธรรมทวารวดี (พุทธศตวรรษที่ 5-16) ซึ่งเคยเป็นเมืองท่าติดต่อค้าขายกับชาวต่างชาติ รับรูปแบบศาสนา ศิลปะแบบอมราวดีและแบบคุปตะจากอินเดีย และศิลปะศรีวิชัยจากภาคใต้ เป็นศูนย์กลางของศาสนาพุทธและศาสนาพราหมณ์ โบราณวัตถุที่จัดแสดง ได้แก่ เครื่องมือหินขัด ภาชนะดินเผา ลูกปัดแก้ว เหรียญกษาปณ์ ประติมากรรมดินเผา รูปพระสงฆ์ 3 องค์อุ้มบาตร พระพุทธรูปปูนปั้นนาคปรกศิลปะแบบอมราวดี ธรรมจักรจารึกแผ่นทองแดง ฯลฯ

อาคารที่ 2 จัดแสดงประวัติศาสตร์เมืองอุทองในสมัยอยุธยา พุทธศตวรรษที่ 20-23 การบูรณะซ่อมแซมเจดีย์หมายเลข 1 ในสมัยพระเจ้าปราสาททอง แห่งกรุงศรีอยุธยา (พ.ศ. 2173-2198) โบราณวัตถุที่จัดแสดง ได้แก่ พระพุทธรูป พระพิมพ์ ชั้นสำริด ครอบเต้าปูนสำริด กังสดาล และกระปุกกลายครามของจีน ฯลฯ

อาคารที่ 3 เป็นสถาปัตยกรรมเรือนลาวโขง จัดแสดงขนบธรรมเนียม ประเพณี เครื่องมือเครื่องใช้และทอผ้าวันทำการ เปิดวันพุธ - วันอาทิตย์ เวลา 08.30 - 16.00 น. ปิดวันจันทร์ - วันอังคาร และวันหยุดนักขัตฤกษ์

จังหวัดสระบุรี

“พระพุทธรูปทองคำ เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ ฐานผลิตอุตสาหกรรม เกษตรนำล้ำแหล่งเที่ยวหนึ่งเดียวกะหรีปีบนมดี ประเพณีตักบาตรดอกไม้งาม เหลืองอร่ามทุ่งทานตะวัน ลือลั่นเมืองชุมทาง”

อุทยานแห่งชาติพระพุทธฉาย

เดิมชื่อ อุทยานแห่งชาติเขาสามหลั่น มีพื้นที่ครอบคลุม 4 อำเภอ คือ อำเภอเมือง แก่งคอย หนองแค และวิหารแดง มีเนื้อที่ประมาณ 44 ตารางกิโลเมตร หรือ 27,856 ไร่ ประกาศเป็นอุทยานแห่งชาติเมื่อวันที่ 2 มิถุนายน พ.ศ. 2524 ในช่วงประมาณเดือนตุลาคม-มกราคม เป็นช่วงที่อากาศหนาวเย็นเหมาะสำหรับการเดินทางไปท่องเที่ยวพักผ่อน ตั้งอยู่บนเส้นทางสายกรุงเทพฯ-สระบุรี

ทางหลวงหมายเลข 1 ถนนมิตรภาพ ห่างจากตัวเมืองสระบุรีลงมาทางใต้ประมาณ 16 กิโลเมตร หากมาจากกรุงเทพฯ ให้เลี้ยวขวากลับรถ

ช่วงก่อนถึงกิโลเมตรที่ 102 เข้าทางหลวงหมายเลข 3042 และ 3046 ตามลำดับเป็นถนนลาดยางประมาณ 8 กิโลเมตร อุทยานฯแห่งนี้ ประกอบด้วยภูเขาน้อยใหญ่ มีที่ราบในหุบเขา ยอดที่สูงที่สุดคือ เขาคกรก สูงประมาณ 329 เมตร สามารถมองเห็นตัวเมืองสระบุรี และอำเภอใกล้เคียงได้อย่างชัดเจน

ภายในบริเวณอุทยานฯ มีน้ำตกหลายแห่ง ได้แก่ น้ำตกสามหลั่น เป็นลานหินกว้างเรียงซ้อนกันเป็นสามชั้นมองดูคล้ายบันได ซึ่งเป็นที่มาของชื่อน้ำตก อยู่ห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ประมาณ 300 เมตร น้ำตกโพธิ์หินค้ำ ห่างจากที่ทำการประมาณ 300 เมตร เป็นน้ำตกชั้นเดียวเดี่ยว ๆ สามารถลงเล่นน้ำได้ บริเวณน้ำตกเป็นลานหินกว้าง มีต้นโพธิ์แผ่กิ่งก้านสาขา และต้นน้ำที่ไหลมายังน้ำตกโพธิ์หินค้ำยังไหลไปสู่ น้ำตกโดนรากไทร ซึ่งห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ประมาณ 400 เมตร เป็นน้ำตกชั้นเดียวตกลงมาจากหน้าผาหินสูง 7 เมตร ลู่อ่างน้ำเบื้องล่าง รอบๆอ่างน้ำมีโขดหินน้อยใหญ่ใช้เป็นที่นั่งชมน้ำตกได้ ทางอุทยานฯ ได้ทำเส้นทางเดินเท้าเชื่อมโยงระหว่างน้ำตกเหล่านี้ใช้เวลาเดินทางประมาณ 2-3 ชั่วโมง โดยไม่ต้องย้อนกลับเส้นทางเดิม น้ำตกจะมีความสวยงามมากที่สุดในช่วงปลายเดือนกรกฎาคม-ต้นเดือนตุลาคม

จุดชมวิวเขาคกรก มีความสูงจากระดับน้ำทะเลประมาณ 329 เมตรเป็นจุดชมวิวที่อยู่สูงที่สุดสามารถมองเห็นภูมิทัศน์ที่สวยงามรอบๆเมืองสระบุรีได้อย่างชัดเจน สมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 ทหารญี่ปุ่นใช้เป็นที่ส่งกล้องดูความเคลื่อนไหวของฝ่ายตรงข้าม สภาพพื้นที่ยังคงความอุดมสมบูรณ์ตามธรรมชาติ

อ่างเก็บน้ำเขารวก เป็นอ่างเก็บน้ำขนาดเล็ก มีความจุประมาณ 50,000 ลูกบาศก์เมตร อยู่ระหว่างเขารวก และเขาแดง สร้างเมื่อปี พ.ศ.2523 มีที่สำหรับนั่งชมทิวทัศน์ และประกอบกิจกรรมนันทนาการต่างๆ อุโมงค์รถไฟพระพุทธราย ห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ประมาณ 12 กิโลเมตรเป็นอุโมงค์รถไฟชนิดทางเดียวกว้าง 7 เมตร สูง 7 เมตร ยาว 1,197 เมตร สร้างขึ้นในปี พ.ศ.2537 เป็นอุโมงค์รถไฟที่ยาวที่สุดในประเทศไทยโดยฝีมือคนไทย อยู่บริเวณเขาช่องลิง รอยต่อระหว่างตำบลเจริญธรรม อำเภอวิหารแดง และตำบลหนองปลาไหล อำเภอเมืองจังหวัดสระบุรี

อนุสรณ์สงครามโลกครั้งที่ 2 ของกองทัพญี่ปุ่น (เขาแดง) ห่างจากที่ทำการอุทยานฯ ประมาณ 2 กิโลเมตร เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์ ซึ่งในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 ทหารญี่ปุ่นได้ยึดครองบริเวณเขาแดงเป็นฐานทัพ และใช้เป็นสถานที่กักขังเชลยด้วย ยังมีร่องรอยของหลุมระเบิดที่ทหารญี่ปุ่นทิ้งไว้ สิ่งปลูกสร้างที่ทหารญี่ปุ่นสร้างไว้ ได้แก่ อุโมงค์บัญชาการ สนามเพลาะตลอดแนวเขา ห้องผู้บัญชาการ ห้องเก็บสมบัติแนวบังเกอร์

ซากเจดีย์โบราณบนยอดเขาเรดาร์ คาดว่าเป็นเจดีย์ที่สร้างขึ้นในสมัยกรุงศรีอยุธยา แต่ถูกฟ้าผ่าเสียหาย ปัจจุบันก็ยังพอมีร่องรอยให้เห็นอยู่ ความสำคัญทางประวัติศาสตร์อีกอย่างหนึ่งคือ ทหารญี่ปุ่นได้ใช้เขาเรดาร์นี้เป็นที่ตั้งปืนใหญ่ด้วย นอกจากนี้ยังมีเส้นทางศึกษาธรรมชาติ 3 เส้นทาง ได้แก่ 1) เส้นทางเขาแดง ระยะทาง 1.6 กิโลเมตร 2) เส้นทางสามหลั่น-โตนรากไทร ระยะทาง 3.2 กิโลเมตร 3) เส้นทางสามหลั่น-ซบปลากั้ง ระยะทาง 4.5 กิโลเมตร เส้นทางสุดท้ายนี้นักท่องเที่ยวสามารถเข้าไปพักค้างแรมได้ ควรแจ้งให้เจ้าหน้าที่อุทยานฯทราบก่อนใช้เส้นทางทุกเส้นทาง

วัดพระพุทธราย

ตั้งอยู่เชิงเขาปลิว (ปลิวี) ที่ตำบลหนองปลาไหล เข้าทางเดียวกับอุทยานแห่งชาติพระพุทธราย เป็นที่ประดิษฐาน พระพุทธราย หรือ รอยพระพุทธรูป อยู่บนแผ่นหินซึ่งตั้งอยู่บนชะง่อนผา มีการสร้างมณฑปครอบไว้ มีบันไดจากบริเวณวัดด้านล่างขึ้นไปยังมณฑป และต่อไปยังหน้าผาซึ่งอยู่เหนือมณฑปขึ้นไป

นอกจากนี้ยังมีภาพเขียนลายเส้นยุคก่อนประวัติศาสตร์ที่บริเวณเชิงผา ได้แก่ ภาพสัตว์ลายเส้นคล้ายตัวควาง บริเวณข้างประตูเข้าพระพุทธราย พบภาพมือคน และภาพสัญลักษณ์ บริเวณจากถ้ำถ้ำเข้าไปทางพระพุทธรายทางทิศตะวันตก พบภาพเขียนรูปไก่ ภาพพระพุทธรูป และภาพสัญลักษณ์ และบริเวณหน้าผา จปร. พบภาพลายเส้นขนาดใหญ่ที่มีความซับซ้อน คล้ายภาพเขียนก่อนประวัติศาสตร์ที่เคยถูกค้นพบที่ผาแต้ม จังหวัดอุบลราชธานี เขียนด้วยยางไม้มีอายุเก่าแก่ประมาณ 3,000 ปี โดยเขียนสัญลักษณ์ใช้สื่อความหมายให้เข้าใจในหมู่เดียวกัน และอาจจะเป็นสื่อทางพิธีกรรม และความเชื่อของคนในยุคนั้น และยังพบ รอยพระพุทธรายเบื้องขวา เมื่อ พ.ศ.2537 กรมศิลปากรได้ทำการซ่อมมณฑปบน ภูเขาบริเวณวัดพระพุทธราย และเมื่อร้อยปีเศษเมณฑปรอยพระพุทธรายเบื้องขวาอยู่ได้ทรายปรากฏเห็นเป็นรูปรอยประทับในหิน

พระพุทธรนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุทิศ

ประดิษฐานอยู่ที่ศาลาจัตุรมุข วัดศาลาแดง ถ.พิชัยณรงค์สงคราม ตรงข้ามศาลากลางจังหวัด เป็นพระพุทธรูปประจำทิศตะวันออก หนึ่งในพระพุทธรูป 4 องค์ ที่กรมการรักษาดินแดนสร้างขึ้นเพื่อถวายเป็นพุทธบูชาแด่พระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว และพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช และเมื่อวันที่ 27 ธันวาคม 2511 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช พระราชทานให้แก่ชาวจังหวัดสระบุรี

จังหวัดอ่างทอง

“ พระสมเด็จพระเอกไชโย หลวงพ่อโตองค์ใหญ่ วีรชนใจกล้า ตุ๊กตาชาววัง โด่งดังจักสาน ถิ่น
ฐานทำกลอง เมืองสองพระนอน”



ภาพที่ 56 อนุสาวรีย์
นายดอก นายทองแก้ว

อนุสาวรีย์นายดอก นายทองแก้ว ประดิษฐานอยู่ที่หน้าโรงเรียนวิเศษ
ชัยชาญวิทยาคม ตามเส้นทางสายอ่างทอง-วิเศษชัยชาญ ระหว่าง
กิโลเมตรที่ 26-27 เข้าไปประมาณ 1.5 กิโลเมตร ซอยปู่ดอก-ปู่ทอง
แก้ว 16 เป็นอนุสรณ์สถานที่สร้างเพื่อรำลึกถึงความดีของวีรบุรุษแห่ง
บ้านโพธิ์ทะเลชาววิเศษชัยชาญ ปู่ดอกและปู่ทองแก้ว ทั้งสองท่านยอม
สละชีวิตอย่างกล้าหาญ เพื่อปกป้องแผ่นดินไทยในการสู้รบกับพม่า ที่
ค่ายบางระจันก่อนที่กรุงศรีอยุธยาจะแตกในปี พ.ศ. 2309 อนุสาวรีย์
แห่งนี้ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชสยามมกุฎราชกุมาร เสด็จพระราช
ดำเนินแทนพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว มาทรงเปิดเมื่อ พ.ศ. 2520

วัดป่าโมกวรวิหาร



ภาพที่ 57 วัดป่าโมกวรวิหาร

อยู่ในเขตตำบลป่าโมก ริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาด้านทิศ
ตะวันตกห่างจากอำเภอเมืองอ่างทองไป 18 กิโลเมตร ตาม
เส้นทางหลวงหมายเลข 309 (สายอ่างทอง-อยุธยา)
กิโลเมตรที่ 40 แล้วเข้าทางหลวงหมายเลข 329 จากนั้นเข้า
ทางหลวงหมายเลข 3501 จะเห็นป้ายทางไปวัดป่าโมก
ภายในวัดแห่งนี้มีพระพุทธรูปไสยาสน์ที่งดงามมาก องค์พระ
ก่ออิฐถือปูนปิดทอง มีความยาวจากพระเมาลีถึงปลายพระ
บาท 22.58 เมตร สันนิษฐานว่าสร้างในสมัยสุโขทัย มี
ประวัติความเป็นมาว่า พระพุทธรูปองค์นี้ลอยน้ำมาจมอยู่
หน้าวัด ราษฎรบังอรแล้วชักลากขึ้นมาประดิษฐานไว้ที่

ริมฝั่งแม่น้ำ ในพระราชพงศาวดารกล่าวว่า สมเด็จพระนเรศวรมหาราชก่อนที่จะยกทัพไปรบกับ
พระมหาอุปราชา ได้เสด็จมาชุมนุมพลและถวายสักการะบูชา ต่อมากระแสน้ำเซาะเข้ามาใกล้พระ
วิหาร “ สมเด็จพระศรีสรรเพชญ์ที่ 3 โปรดเกล้าฯ ให้พระยาราชสงครามเป็นแม่กองงานจัดการชะลอ

ลากให้ห่างจากแม่น้ำเดิม ” (สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวท้ายสระ) ได้เสด็จมาควบคุมการชะลอกองค์พระให้
พ้นจากกระแสน้ำเซาะตลิ่งพัง และนำไปไว้ยังวิหารใหม่ที่วัดตลาดห่างจากฝั่งแม่น้ำ 168 เมตร แล้ว
โปรดให้รวมวัดตลาดกับวัดชีปะขาวเป็นวัดเดียวกัน พระราชทานนามว่าวัดป่าโมกเพราะบริเวณนั้น
มีต้นโมกมากมาย สิ่งที่น่าสนใจในวัดนี้นอกจากพระพุทธไสยาสน์แล้วยังมี วิหารเขียนซึ่งเล่ากันว่า
ผนังวิหารด้านที่หันออกสู่มแม่น้ำมีแท่นสูงเข้าใจว่าเป็นแท่นที่เคยมีกษัตริย์ เสด็จประทับขึ้นบริเวณ
นั้น มณฑปพระพุทธบาท 4 รอย หอไตร เป็นต้น

วัดอ้อย เป็นวัดเก่าแก่คู่บ้านคู่มืองวิเศษชัยชาญ ตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำน้อย ไปตามทางหลวง
หมายเลข 3454 ประมาณ 2 กิโลเมตร ห่างจากวัดเขียนไปทางทิศเหนือประมาณ 1 กิโลเมตร
สันนิษฐานว่าสร้างขึ้นในสมัยอยุธยาแต่จะสร้างในสมัยใด ไม่ปรากฏหลักฐานแน่ชัด พระอุโบสถ
เป็นอาคารขนาดใหญ่หกห้อง ก่ออิฐถือปูนแบบโบราณ หลังคาเป็นเครื่องไม้ มุงด้วยกระเบื้องดินเผา
มีลักษณะสวยงามคล้ายกับพระอุโบสถวัดราชบูรณะ ที่พระนครศรีอยุธยา พระอุโบสถนี้ไม่มี
หน้าต่าง ลักษณะแบบนี้เรียกว่ามหาอุดรอบโบสถ์มีเสมา 8 ทิศ พระประธานเป็นพระหล่อสัมฤทธิ์
ชาวบ้านเรียกว่าหลวงพ่อดำ วัดอ้อยเป็นวัดถือน้ำพระพิพัฒน์สัตยาในสมัยอยุธยา นอกจากนี้ใน
บริเวณพื้นที่ของวัดอ้อย มูลนิธิสร้างสรรค์เด็กได้เปิดบ้านสำหรับให้ที่พักพิงแก่เด็กมีปัญหา เด็ก
เร่ร่อนติดยา หรือเคยประพฤติดิถีคฤหาหมายชื่อว่า “บ้านเด็กใกล้วัด” เพื่อช่วยให้เด็กเหล่านี้มีชีวิตใหม่
ที่ดีขึ้นได้สัมผัสธรรมชาติ และมีพระสงฆ์คอยช่วยเหลือบำบัดทางด้านจิตใจ



ภาพที่ 58 หมู่บ้านจักสาน

หมู่บ้านจักสาน งานฝีมือจักสานอันลือชื่อของอ่างทอง
ส่วนมากจะเป็นฝีมือของชาวอำเภอโพธิ์ทอง แทบทุก
ครัวเรือนที่ตั้งบ้านเรือนเรียงรายอยู่ทั้งสองฟากฝั่งแม่น้ำ
เจ้าพระยาในละแวกเดียวกัน มีการจัดตั้งเป็นกลุ่มการผลิต
เครื่องจักสาน เครื่องหวาย กลุ่มจักสานไม้ไผ่ เช่น กลุ่ม
ตำบลองครักษ์ กลุ่มตำบลบางเจ้าฉ่า กลุ่มตำบลบางระกำ
กลุ่มตำบลพลับ และกลุ่มตำบลอินทประมูล แหล่งหัตถกรรม

เครื่องจักสานสำคัญที่ขึ้นชื่อของจังหวัดคือ “บ้านบางเจ้าฉ่า” ตั้งอยู่ที่หมู่ 8 บ้านบางทอง ตำบลบาง
เจ้าฉ่า ตำบลนี้เป็นชุมชนที่มีมาในสมัยกรุงศรีอยุธยา ซึ่งชาวบ้านได้เคยร่วมกับชาวแขวงเมืองวิเศษ
ชัยชาญ และชาวบางระจัน สู้รบกับพม่า ณ บ้านบางระจัน โดยมีนายฉ่าเป็นผู้นำ นายฉ่านั้นพื้นเพ
เป็นคนสิบวทอง ภายหลังการสู้รบยุติแล้ว “นายฉ่า” จึงได้นำชาวบ้านมาตั้งบ้านเรือน เป็นที่อยู่อาศัย
ถาวรขึ้นในชุมชนด้านทิศตะวันตกของแม่น้ำน้อย เดิมเรียกว่า “บ้านสร้างสามเรือน” เพราะเริ่มแรก
มีเพียงสามหลังคาเรือนเท่านั้น ซึ่งเป็นพื้นที่อุดมสมบูรณ์ เหมาะแก่การตั้งเป็นที่อยู่อาศัย ปัจจุบันชื่อว่า

“บางเจ้าฉ่า” นำชื่อของนายฉ่ามาตั้งเพราะเป็นทั้งผู้นำและผู้ก่อตั้งหมู่บ้าน ที่นี่เป็นแหล่งผลิตเครื่องจักสานด้วยไม้ไผ่ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามราชกุมารี ได้เคยเสด็จพระราชดำเนินมาเยือน และพระราชทานคำแนะนำให้ราษฎรปลูกไม้ไผ่สีสุก เพื่อเป็นวัตถุดิบในการทำเครื่องจักสาน และเป็นการอนุรักษ์งานฝีมือประเภทนี้ไว้ งานจักสานของบ้านบางเจ้าฉ่านี้มีความละเอียดประณีตสวยงาม สามารถพัฒนางานฝีมือตามความต้องการของตลาด ไม่ยึดติดกับรูปแบบเก่า สามารถส่งออกขายต่างประเทศได้ จึงได้รับการยกย่องว่าเป็นหมู่บ้านตัวอย่างในการพัฒนา ภายในหมู่บ้านมีพิพิธภัณฑ์เครื่องใช้ไม้ไผ่ แสดงอุปกรณ์เครื่องใช้พื้นบ้านต่างๆ ที่ผลิตจากไม้ไผ่และมีเก็บรวบรวมเอาไว้ นอกจากนี้ที่บางเจ้าฉ่า ยังมีบริการรถอีแต๋นชมวิถีชีวิตริมแม่น้ำน้อย กิจกรรมชมแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตร ชมแหล่งท่องเที่ยวในอำเภอใกล้เคียง อำเภอโพธิ์ทอง อำเภอไชโย และอำเภอแสวงหา มีบ้านพักโฮมสเตย์ไว้คอยบริการด้วย

การเดินทาง ไปตามเส้นทางสายอ่างทอง-โพธิ์ทอง ประมาณ 9 กิโลเมตร ถึงคลองชลประทานบางมณี จากนั้นเลี้ยวขวาเลียบบคลองไปอีกประมาณ 5 กิโลเมตร จึงเลี้ยวขวาไปตามทางเข้าวัดยางทอง แหล่งหัตถกรรมจะอยู่บริเวณหลังวัดยางทอง

ศูนย์ตุ๊กตาชาววังบ้านบางเสด็จ



ภาพที่ 59 ศูนย์ตุ๊กตาชาววังบ้านบางเสด็จ

เป็นเรือนไทยทรงสูง อยู่ด้านหลังวัดท่าสุทธาวาส ในพื้นที่ตำบลบ้านบางเสด็จ ตำบลนี้เดิมชื่อบ้านวัดตาล ต่อมาได้เปลี่ยนเป็นชื่อบ้านบางเสด็จ เนื่องจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระบรมราชินีนาถ ได้เสด็จพระราชดำเนินพระราชทานความช่วยเหลือแก่ราษฎรผู้ประสบอุทกภัยในปี พ.ศ.2518 ซึ่งสร้างความปลื้มปิติให้แก่

ราษฎรเพื่อเป็นการระลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณจึงได้เปลี่ยนชื่อบ้านวัดตาลเป็น บ้านบางเสด็จ โครงการตุ๊กตาชาววังที่บ้านบางเสด็จ เป็นโครงการที่สมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ ทรงมีพระราชดำริให้จัดตั้งขึ้นเมื่อปี พ.ศ.2519 เพื่อเป็นอาชีพเสริมเพิ่มพูนรายได้ แก่ราษฎร ในหมู่บ้านบางเสด็จนอกจากจะได้ชมทัศนียภาพอันร่มรื่นริมฝั่งแม่น้ำเจ้าพระยาแล้วยังชมปั้นตุ๊กตาชาววังจากบ้านเรือนราษฎรละแวกนั้น ได้อย่างเป็นกันเอง มีการรวมกลุ่มในรูปของสหกรณ์ โดยมีศูนย์กลางอยู่ที่ศูนย์ตุ๊กตาชาววังบ้านบางเสด็จ ซึ่งจะจัดให้สมาชิกมาสาธิตการปั้นตุ๊กตาชาววัง พร้อมกับจัดจำหน่ายในราคาที่ย่อมเยา ตุ๊กตาชาววังเป็นประดิษฐกรรมดินเหนียวที่

สวยงาม แสดงให้เห็นวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของผู้คนและวัฒนธรรมประเพณีไทยต่างๆ เช่น การละเล่นของเด็กไทย วงมโหรีปี่พาทย์ หรือรูปผลไม้ไทยหลากหลายชนิดซึ่งล้วนมีความสวยงามน่ารัก และเหมาะที่จะซื้อเป็นของฝาก หรือของที่ระลึกเป็นอย่างยิ่ง ศูนย์ปั้นและจำหน่ายตุ๊กตาชาววัง เปิดทุกวัน เวลา 09.00-16.00 น. โทร. 0 3566 2995

หมู่บ้านทำกลอง



ภาพที่ 60 หมู่บ้านทำกลอง

ตั้งอยู่ที่ ตำบลเอกราช หลังตลาดป่าโมก ริมฝั่งตะวันตกของแม่น้ำเจ้าพระยา การเดินทางใช้ถนนสายใน ผ่านหน้าที่ทำการเทศบาลอำเภอป่าโมกซึ่งขนานไปกับลำคลองชลประทาน ระยะทางประมาณ 17 กิโลเมตร ตลอดสองข้างทางจะเห็นร้านขายกลองเป็นระยะๆ ชาวบ้านแพเริ่มผลิตกลองมาตั้งแต่ พ.ศ.2470 โดยจะเริ่มหลังฤดูเก็บเกี่ยว

วัดตุ๊กติบที่ใช้ทำกลองได้แก่ ไม้ฉำฉาเพราะเป็นไม้เนื้ออ่อน

ที่สามารถขุดเนื้อไม้ได้ง่ายกับหนังวัว เราสามารถชมกรรมวิธีการทำกลองตั้งแต่เริ่มกลึงท่อนไม้เรื่อยๆไป จนถึงขั้นตอนการขึ้นกลอง การฝังหมุด กลองที่ทำมีตั้งแต่ขนาดเล็กจนถึงกลองขนาดใหญ่เช่น กลองทัด ซึ่งเราจะได้เห็นถึงฝีมือการทำที่มีคุณภาพ ประณีต สวยงามและยังสามารถซื้อไปเป็นของที่ระลึกกลับบ้าน หากผ่านหน้าบ้านก้านันทงส์ฟ้า หยกย่อย จะเห็นกลองยาวที่สุดในโลก ตั้งอยู่ หน้ากลองกว้าง 36 นิ้ว 92 เซนติเมตร ยาว 7.6 เมตร ทำจากไม้จามจุรีต่อกัน 6 ท่อน สร้างปี 2537 ใช้เวลาสร้างประมาณ 1 ปี



ภาพที่ 61 วัดขุนอินทประมูล

วัดขุนอินทประมูล อยู่ในเขตตำบลอินทประมูล เป็นวัดโบราณสร้างขึ้นในสมัยกรุงสุโขทัย พิจารณาจากซากอิฐแนวเขตเดิมว่า เป็นวัดขนาดใหญ่ เป็นที่ประดิษฐานพระพุทธไสยาสน์องค์ใหญ่ มีชื่อว่า พระศรีเมืองทอง มีความยาวจากปลายพระเมาลีถึงปลายพระบาท 50 เมตร (25 วา) เดิมประดิษฐานอยู่ในวิหารแต่ไฟไหม้เมื่อคราวเสียกรุงศรีอยุธยา ครั้งที่ 1 เหลือแต่องค์พระตากแดดตากฝนอยู่

กลางแจ้งมานานนับเป็นร้อยปี องค์พระพุทธรูปมีลักษณะและขนาดใกล้เคียงกับพระนอนจักรสีห์จังหวัดสิงห์บุรี สันนิษฐานว่าสร้างขึ้นในสมัยเดียวกัน องค์พระนอนมีพุทธลักษณะที่งดงาม พระพักตร์ยิ้มละไม สงบเยือกเย็นน่าเลื่อมใสศรัทธายิ่งนัก พระมหากษัตริย์ไทยหลายพระองค์ได้เคย

เสด็จมาสักการบูชา อาทิเช่น พระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ เสด็จมาเมื่อ พ.ศ. 2296 รัชกาลที่ 5 ทรงเสด็จฯ ในปี พ.ศ. 2421 และ 2451 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบันเสด็จฯ มาถวายผ้าพระกฐินต้นในปี พ.ศ.2516 และเสด็จมานมัสการอีกครั้งในปี พ.ศ. 2518 นอกจากนี้ภายในบริเวณวัดขุนอินทประมูล ยังมีซากโบราณสถานวิหารหลวงพ่อขาว ซึ่งเหลือเพียงฐานผนังบางส่วนและองค์พระพุทธรูป และ ในศาลาเอนกประสงค์ มีศาลรูปปั้นขุนอินทประมูลและโครงกระดูกมนุษย์ ขุดพบในเขตวิหารพระพุทธรูปไสยาสน์เมื่อปี พ.ศ. 2541 ลักษณะนอนคว่ำหน้า มือและเท้ามัดไขว้อยู่ด้านหลัง เชื่อกันว่าเป็นโครงกระดูกขุนอินทประมูลแต่บ้างก็ว่าไม่ใช่ ตามประวัติเล่ากันว่า เป็นนายอากรผู้สร้างพระพุทธรูปไสยาสน์ โดยยกยกเอาเงินของหลวงมาสร้างเพื่อเป็นปูชนียสถาน ครั้นพระมหากษัตริย์ทรงทราบรับสั่งถามว่าเอาเงินที่ไหนมาสร้าง ขุนอินทประมูลไม่ยอมบอกความจริง เพราะกลัวส่วนกุศลจะตกไปถึงองค์พระมหากษัตริย์ จึงถูกเขียนจนตาย วัดนี้จึงได้ชื่อว่า “วัดขุนอินทประมูล”



ภาพที่ 62 วัดสี่ร้อย

วัดสี่ร้อย อยู่ริมฝั่งแม่น้ำน้อย ตำบลสี่ร้อย ไปตามทางหลวงหมายเลข 3454 กิโลเมตรที่ 31-32 (บนเส้นทางสายโพธิ์พระยา-ท่าเรือหรืออ่างทอง-วิเศษชัยชาญ ห่างจากอำเภอเมืองอ่างทองไปทางทิศตะวันตกประมาณ 12.5 กิโลเมตร แล้วแยกซ้ายมือไปตามถนนคันคลองชลประทานอีก 5 กิโลเมตร) ชื่อตำบลและชื่อวัดเป็นชื่อที่สันนิษฐานว่าตั้งขึ้นเป็นอนุสรณ์ แก่ขุนรองปลัดชูและชาวบ้านวิเศษชัยชาญ 400 คน ที่เสียชีวิตในสงครามระหว่างไทยกับพม่าที่เมืองกุย

ในรัชสมัยสมเด็จพระเจ้าเอกทัศแห่งกรุงศรีอยุธยา พ.ศ.2302 วัดแห่งนี้มีพระพุทธรูปปางป่าเลไลยก์ สูง 21 เมตร หน้าตักกว้าง 6 เมตรเศษ นามว่า “หลวงพ่อโต” หรือเรียกกันอีกชื่อหนึ่งว่า “หลวงพ่อร้องไห้” เมื่อปี พ.ศ 2530 มีข่าวใหญ่ว่าหลวงพ่อวัดสี่ร้อยมีโลหิตไหลออกมาจากพระนาสิก ข่าวนี้ได้รับความสนใจจากคนทั่วไปทั้งชาวอ่างทองและจังหวัดใกล้เคียงต่างหาโอกาสมานมัสการ “หลวงพ่อร้องไห้”

จังหวัดปราจีนบุรี

"ศรีมหาโพธิ์คู่บ้าน ไผ่ตงหวานคู่เมือง ผลไม้ลือเลื่อง เขตเมืองทวารวดี"

ตึกเจ้าพระยาอภัยภูเบศร อยู่ภายในโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร อยู่ห่างจากตัวเมืองประมาณ 2 กิโลเมตร ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข 3069 ถนนปราจีนอนุสรณ์ ตึกหลังนี้เจ้าพระยาอภัยภูเบศร (ชุ่ม อภัยวงศ์) สร้างขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2452 โดยให้บริษัทโซวาร์ด เออร์สกิน เป็นผู้ออกแบบก่อสร้าง เพื่อถวายเป็นที่ประทับของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว หากเสด็จมณฑลปราจีนบุรีอีก หลังจากที่ได้เสด็จในครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ.2451 แต่เสด็จสวรรคตก่อนในกลางปี พ.ศ. 2453 ตึกหลังนี้ได้ใช้รับเสด็จพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ในปี พ.ศ. 2455 รวมทั้งพระบรมวงศานุวงศ์อีกหลายพระองค์ตราเสด็จมณฑลปราจีนบุรีโดยที่ท่านเจ้าของตึกไม่เคยใช้ตึกหลังนี้เป็นที่พำนักส่วนตัวเลย ตราบจนสิ้นอายุขัยในปี พ.ศ. 2465 จึงได้มีการจัดตั้งศพของท่านไว้ชั้นบนของตึกนี้ก่อนการพระราชทานเพลิงศพในปีเดียวกัน

ต่อมาพระอภัยวงศ์ วรเศรษฐ (ชุ่ม อภัยวงศ์) ได้น้อมเกล้าถวายแด่พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว เมื่อคราวอภิเษกสมรสกับพระนางเจ้าสุวัทนาพระวรราชเทวีซึ่งเป็นหลานสาวคนหนึ่งของท่านในปี พ.ศ.2480พระนางเจ้าสุวัทนาพระวรราชเทวี ได้โดยเสด็จสมเด็จพระภคินีเธอเจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดาสิริโสภาพรรณวดีพระราชธิดา ไปประทับที่ประเทศอังกฤษจึงประทานที่ดินและสิ่งปลูกสร้างทั้งหมดแก่มณฑลทหารบกที่ 2 จังหวัดปราจีนบุรีเพื่อใช้เป็นสถานพยาบาลสำหรับทหารและประชาชนทั่วไป ต่อมาได้โอนมาเป็นของกรมสาธารณสุขและเป็นโรงพยาบาลประจำจังหวัดปราจีนบุรี ทำพิธีเปิดเมื่อวันที่ 24 มิถุนายน พ.ศ. 2484 และเปลี่ยนชื่อเป็น " โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร " เป็นโรงพยาบาลนำร่องเรื่องการแพทย์แผนไทย ใช้สมุนไพรบำบัดยารักษาโรค มีการนวด อบ ประคบ ฟังเข็ม และมีการแปรรูปสมุนไพรไทยเป็นเวชภัณฑ์และเครื่องสำอาง โดยใช้ชื่อว่า ศูนย์บริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรอภัยภูเบศร

แก่งหินเพิง เป็นสถานที่ตั้งหน่วยพิทักษ์ป่า ขญ.9 อุทยานแห่งชาติเขาใหญ่ อ.นาดี จ.ปราจีนบุรี ลักษณะของแก่งหินเพิง เป็นแก่งหินตอนปลายสุดของแม่น้ำใสใหญ่ ซึ่งมีลักษณะทางธรณีวิทยาเป็นชั้นหินทราย ครั้นเมื่อถึงฤดูฝน กระแสน้ำ จะไหลหลากอย่างรุนแรง จนทำให้เกิดเกาะแก่งมากมาย แก่งหินเพิงเป็นที่มีความเหมาะสมอย่างยิ่งสำหรับผู้ที่ชอบความท้าทายกับสายน้ำอันเชี่ยวกราก โดยเฉพาะในช่วงฤดูฝน ตั้งแต่เดือนกรกฎาคมถึงเดือนตุลาคม กระแสน้ำบริเวณแก่งหินเพิงจะไหลรุนแรงมาก

อุทยานแห่งชาติทับลาน ตั้งอยู่ที่ตำบลบุพราหมณ์ อำเภอนาดี ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข 304 สายอำเภอกบินทร์บุรี-จังหวัดนครราชสีมา ระยะทางประมาณ 32 กม. ที่ทำการอุทยานแห่งชาติทับลาน มีเนื้อที่ครอบคลุมตำบลบุพราหมณ์ ในเขตอำเภอนาดี จังหวัดปราจีนบุรี อำเภอปักธงชัย อำเภอวังน้ำเขียว อำเภอครบุรี อำเภอเสิงสาง จังหวัดนครราชสีมา และอำเภอปะคำ จังหวัดบุรีรัมย์ รวมเนื้อที่ประมาณ 2,240 ตร.กม. หรือ 1,400,000 ไร่ ได้รับการประกาศเป็นอุทยานแห่งชาติเมื่อวันที่ 23 ธันวาคม พ.ศ. 2524 ภายในอุทยานฯมีสถานที่ที่น่าสนใจ ได้แก่ ป่าลาน และสวนพักผ่อน

ศาลสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ประดิษฐานอยู่ ณ ลีแยกเนินหอม อำเภอเมืองปราจีนบุรี ห่างจากตัวอำเภอตามเส้นทางหลวงหมายเลข 320 ไปทางทิศเหนือ ประมาณ 30 กิโลเมตร เป็นสถานที่ประดิษฐานพระบรมรูป " สมเด็จพระนเรศวรมหาราช " ในท่าประทับยืนสร้างขึ้นเพื่อเป็นที่ระลึกถึงพระองค์ในคราวกรีธาทัพ จากกรุงศรีอยุธยาผ่านเมืองปราจีนบุรี เพื่อไปปราบพระสัฏฐาแห่งเมืองตะแคง มีผู้มาเยี่ยมชมเยือนสักการะบูชาอยู่เสมอ นอกจากมาสักการะศาลสมเด็จพระนเรศวรแล้วยังมีพิพิธภัณฑ์ พระครูอุทัยธรรมธารี(เส็ง สุขโขโต) ซึ่งเป็นที่รวบรวมโบราณวัตถุในหลายสมัย สร้างขึ้นตามเจตนาารมณณ์ของพระครูอุทัย หรือหลวงพ่อเส็ง สุขโขโต เจ้าอาวาสวัดป่ามะไฟพระเกจิอาจารย์แห่งเมืองปราจีนที่ต้องการจัดสร้างขึ้นเพื่อจัดแสดง โบราณวัตถุและศิลปวัตถุ ซึ่งท่านได้เก็บรวบรวมไว้เพื่ออนุรักษ์มรดกทางศิลปวัฒนธรรมของชาติ เผยแพร่ความรู้ให้แก่ประชาชนทั่วไป จึงได้จัดสร้างอาคารพิพิธภัณฑ์โดยขอใช้ที่ดินกองทัพบกบริเวณแยกนเรศวร เป็นสถานที่จัดตั้งพิพิธภัณฑ์ และในปีพ.ศ.2538 การก่อสร้างอาคารได้หยุดชะงักลงเนื่องจากพระครูอุทัยธรรมธารีได้มรณภาพลงต่อมา ในปี พ.ศ. 2538 คณะสงฆ์ได้แต่งตั้งพระอธิการสัมพันธ์ ปัญญาทีโป เป็นเจ้าอาวาสวัดป่ามะไฟองค์ปัจจุบัน เป็นผู้ดำเนินการก่อสร้างอาคารจนแล้วเสร็จในเดือนกันยายน พ.ศ. 2543 พร้อมกับเคลื่อนย้ายโบราณวัตถุ ศิลปวัตถุจากวัดป่ามะไฟมาจัดแสดงนิทรรศการเป็นการถาวร โดยทางคณะพิพิธภัณฑสถานแห่งชาติปราจีนบุรี และวัดป่ามะไฟ ได้มอบอาคารพิพิธภัณฑ์ให้แก่กองทัพบก

วัดต้นศรีมหาโพธิ์ ตั้งอยู่ที่ตำบลโคกปีบ อำเภอศรีมโหสถ จากตัวเมืองใช้เส้นทางสายปราจีนบุรี - อำเภอพนมสารคามทางหลวงหมายเลข 319 ระยะทางประมาณ 32 กม. แยกซ้ายเข้าไปอีกประมาณ 1กม. ภายในวัดมีต้นโพธิ์ขนาดใหญ่สูงประมาณ30เมตร ลำต้นวัดโดยรอบประมาณ 20 เมตรตามตำนานเชื่อว่าเป็นต้นศรีมหาโพธิ์ที่นำหน่อมาจากพุทธคยามาปลูกเป็นต้นแรกในประเทศไทยอายุประมาณ2000ปี พระเจ้าทวาทันมปะยะดิษฐ์เจ้าครองเมืองศรีมโหสถในสมัยขอมเรืองอำนาจทรงเลื่อมใสในพุทธศาสนาจึงได้ส่งคณะทูตเดินทางไปขอกิ่งต้น โพธิ์ที่พระพุทธเจ้าประทับเมื่อคราวตรัสรู้ จากเจ้าผู้ครองนครปาตลีบุตรประเทศอินเดีย แล้วนำกิ่ง โพธิ์นั้นมาปลูกที่วัดต้น โพธิ์ถือว่เป็นสัญลักษณ์ของจังหวัดปราจีนบุรี

บ้านโง้ง บ้านต้น ตลาดผลิตภัณฑ์ไม้ไผ่ภูมิปัญญาท้องถิ่น เป็นตลาดจำหน่ายผลิตภัณฑ์ และเฟอร์นิเจอร์จากไม้เก่าหรือไม้ไผ่ของชุมชนชาวโพธิ์งาม อำเภอประจันตคาม จังหวัดปราจีนบุรี ตั้งอยู่ริมถนนสุวรรณศร (ทางหลวงหมายเลข33) กม.172 ตลอดแนวถนนสุวรรณศรทั้งสองฝั่งจะถูกจับจองจากชาวบ้าน ที่นำสินค้าพื้นบ้านที่สรรค์สร้างจากภูมิปัญญาท้องถิ่น บวกกับความคิดริเริ่มของชุมชนมาประดิษฐ์และผลิตสินค้าพื้นเมือง จำหน่ายให้นักท่องเที่ยวที่ใช้ ถ.สุวรรณศร สัญจรไปมา บ้างก็ซื้อเป็นของฝาก จุดเด่นที่จังหวัดปราจีนบุรี เป็นจังหวัดหนึ่งที่มีไผ่ขึ้นอยู่ จำนวนมาก หลากหลายสายพันธุ์ แต่เดิมชาวบ้านจะใช้หน่อไม้ อ่อนสำหรับเป็นอาหาร และไผ่แก่ สำหรับจักสาน สร้างบ้านเรือน หรือทำอุปกรณ์ในการประกอบอาชีพ เพื่อสร้างรายได้เสริม เพิ่มรายได้หลักให้กับครอบครัว ชุมชนจึงได้รวมตัวกันผลิตสินค้า ที่ใช้ไม้ไผ่เป็นวัตถุดิบหลัก นำมาจำหน่ายให้ผู้ที่เดินทางไปมา ทั้งเครื่องเรือนเฟอร์นิเจอร์ สำหรับตกแต่งบ้านเรือน เช่น ชุดรับแขก เตียงนอน ชุมนุ่มเรือนไทยมุงหญ้าคา ชุมนุ่มเรือนไม้เก่า เครื่องใช้ในครัวเรือน อุปกรณ์สำหรับจัดสวน

พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ ปราจีนบุรี อำเภอเมือง จ.ปราจีนบุรี ตั้งอยู่ทางด้านหลังของศาลากลางจังหวัดปราจีนบุรี ประมาณ 200 เมตร เป็นพิพิธภัณฑสถานประเภทประวัติศาสตร์โบราณคดี ก่อตั้งขึ้นเพื่อเป็นศูนย์รวมของโบราณวัตถุในเขต 7 จังหวัด คือ ปราจีนบุรี นครนายก ฉะเชิงเทรา ชลบุรี จันทบุรี ตราด และระยอง ภายในมีการจัดแสดงโบราณวัตถุสำคัญ ซึ่งส่วนใหญ่ได้มาจากเมืองโบราณสมัยทวารวดี อาทิ พระพุทธรูป เทวรูปเคารพในศาสนาฮินดู ศิวลึงค์ ทับหลัง เครื่องใช้สำริด และ จัดแสดงศิลปะในประเทศไทยสมัยต่างๆ ตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์ ต่อเนื่องจนถึงสมัยรัตนโกสินทร์ช่วงสมัยรัชกาลที่ 5 เพื่อประโยชน์ในการศึกษาเปรียบเทียบ รวมทั้งเรื่องด้วยสังคมโลกที่พบได้ทะเล จากบริเวณเกาะคราม จังหวัดชลบุรี นอกจากนั้นยังจัดสถานที่ส่วนหนึ่งสำหรับนิทรรศการชั่วคราวในโอกาสต่าง ๆ ด้วย พิพิธภัณฑสถานเปิดให้เข้าชมวันพุธ-วันอาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์ ตั้งแต่เวลา 09.00-16.00 น. ปิดวันจันทร์ วันอังคาร อัตราค่าเข้าชม ชาวไทย 10 บาท ชาวต่างประเทศ 30 บาท โดยในการประกวดรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยว (Thailand Tourism Awards) พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติปราจีนบุรี ได้รับรางวัลดีเด่น ประเภทแหล่งท่องเที่ยว ศิลปวัฒนธรรมจากการประกวดรางวัลอุตสาหกรรมท่องเที่ยวปี 2547

โบราณสถานเมืองศรีมโหสถ

อำเภอศรีมโหสถ จ.ปราจีนบุรีตั้งอยู่ที่บ้าน โศกวัด ตำบลโคกปึก เป็นเมืองโบราณสมัยทวารวดีขนาดใหญ่ มีลักษณะเป็นรูปไข่ หรือสี่เหลี่ยมผืนผ้ามุมมน มีเนื้อที่ประมาณ 700 ไร่ ลักษณะของเมืองมีคูเมือง และคันดินกำแพงเมืองล้อมรอบคูน้ำ ภายในเมืองมีโบราณสถาน เนินดิน สระน้ำ บ่อ

น้ำ กระจัดกระจายอยู่ทั่วไปกว่า 100 แห่ง สันนิษฐานว่าสร้างขึ้นในสมัยทวารวดี หลักฐานส่วนใหญ่ที่พบมักจะเกี่ยวเนื่องกับศาสนาพราหมณ์หรือฮินดู เช่น เทวาลัย เทวรูป ศิวลึงค์ โบราณสถานที่สำคัญในเมืองศรีมโหสถประกอบด้วย กลุ่มโบราณสถานกลางเมือง อายุราวพุทธศตวรรษที่ 18 เป็นหมู่เทวาลัย ฐานก่อด้วยศิลาแลง ด้านบนก่อด้วยอิฐ ด้านหลังมีบ่อน้ำก่อด้วยศิลาแลง โบราณวัตถุที่ขุดพบ ได้แก่ เทวรูปต่าง ๆ และเศษเครื่องปั้นดินเผา สมัยลพบุรี สุโขทัย อยุธา และรัตนโกสินทร์ ภูเขาทอง เป็นเจดีย์รูปกลม ลักษณะเหมือนโอคว่ำ สมัยทวารวดี โบราณสถานหมายเลขที่ 25 เป็นเทวาลัย รากฐานอาคารเป็นรูปสี่เหลี่ยมผืนผ้า ก่อด้วยศิลาแลง อายุราวพุทธศตวรรษที่ 11-12 โบราณสถานสระแก้ว เป็นโบราณสถานที่เป็นสระน้ำโบราณ สระน้ำขุดลงไปในพื้นที่ของศิลาแลงธรรมชาติ ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกเฉียงใต้นอกเมืองศรีมโหสถ ตัวสระเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส มีทางลงทำเป็นขั้นบันได ผนังขอบสระทุกด้านมีการแกะสลักภาพปูนดำเป็นรูปสัตว์ต่างๆ เช่น รูปช้าง สิงห์ หมู กิณรี ภูพานเสา สัตว์เหล่านี้เป็นสัตว์ชั้นสูง สันนิษฐานว่าเป็นสระน้ำศักดิ์สิทธิ์ที่ใช้ประกอบพิธีทางศาสนา อายุราวพุทธศตวรรษที่ 6-11

พิพิธภัณฑ์พื้นบ้านวัดบางแดน ตั้งอยู่ที่วัดบางแดน อำเภอบ้านสร้าง วัดนี้เป็นวัดเก่าแก่ สันนิษฐานว่าก่อตั้งมานานกว่า 200 ปีจากคำบอกเล่าของผู้เฒ่าผู้แก่ทราบว่าวัดนี้เดิมชื่อ วัดสี่ลาดศัตกาทาทำ ซึ่งมีประวัติน่าสนใจอีกอย่างหนึ่งคือ วัดนี้เคยเป็นที่ประทับพักแรมของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ครั้นเสด็จประพาสสมณชลปราจีนบุรี พ.ศ.2451 วัดบางแดนได้รับการคัดเลือกประกาศเกียรติคุณจากกรมการศาสนากระทรวงศึกษาธิการให้เป็นวัดพัฒนาตัวอย่างดีเด่น ในปี พ.ศ. 2536 และวัดที่จัดอุทยานการศึกษาดีเด่นในปี พ.ศ.2536 ภายในวัดค้ำนอกจัดแสดงเรือบิณฑบาตพระราชทาน จากพระพุทธเจ้าหลวง ภายในพิพิธภัณฑ์ท้องถิ่นวัดบางแดนจัดแสดงพระพุทธรูปสมัยต่าง ๆ พระเครื่อง ปั้นโตสมัยรัชกาลที่ 5 ช่างเผือก เครื่องถ้วยชาม ตะเกียงคัมภีร์โบราณ ฯลฯ สิ่งที่จัดแสดงทรงคุณค่าทั้งทางประวัติศาสตร์และ โบราณวัตถุ พื้นบ้านวัดบาง เป็นแหล่งรวบรวมวัตถุโบราณต่างๆ มากมาย รวมทั้งเอกสารโบราณที่มีอยู่นำมาบริจาด ในส่วนของเอกสารโบราณ เป็นหนังสือสมุดไทย (สมุดข่อย) ทั้งหมด เราได้ทีมผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาโบราณสามท่านมาช่วยจัดทำทะเบียน/บัญชี เอกสารโบราณ ซึ่งมีเอกสารโบราณทั้งหมด 86 เล่ม มีทั้งตำราเวชศาสตร์ ตำราไสยศาสตร์ โหราศาสตร์ วรรณคดี กฎหมาย ฯลฯ เขียนด้วยอักษรไทย, ขอม ภาษาไทย, บาลี เป็นตำรา

ยา 35 เล่ม หนังสือสมุดไทยที่พิพิธภัณฑสถานพื้นบ้านวัดบางแตนมียังสมุดไทยขาวและสมุดไทยดำ เขียนด้วยหมึกดำบ้าง ดินสอขาวบ้าง หรดาลบ้าง ส่วนใหญ่มีสภาพชำรุดทรุดโทรม ไม่สมบูรณ์ แต่ทรงคุณค่าต่อพวกเราคนรุ่นหลังอย่างยิ่ง ทั้งยังสะท้อนถึงวัฒนธรรมความเป็นอยู่ของชุมชน การใช้ยารักษาโรคในสมัยนั้นได้เป็นอย่างดี

สวนนงนุช ตั้งอยู่ที่บ้านทุ่งโพธิ์ อำเภอนาคี จากกรุงเทพฯ ๗ โดยใช้เส้นทางสายรังสิต - องค์กรักษ์ ผ่านตัวเมืองนครนายก เลี้ยวขวาเข้าทางหลวงหมายเลข 33 สู่สี่แยกกบินทร์บุรี แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าถนน 304 ตรงมาประมาณ 22 กิโลเมตร จะเห็นป้ายบ้านสวนนงนุช ปราจีนบุรี ใช้เวลาในการเดินทางเพียง 2 ชั่วโมงครึ่งสวนนงนุช เป็นรีสอร์ทที่รวบรวมความหลากหลายในเนื้อที่กว่า 2,000 ไร่ มีพื้นที่ติดกับเขาใหญ่มีพรรณไม้ดอกไม้ประดับนานาชนิดสวนสวยแปลกตา และหลากหลายกิจกรรมกลางแจ้ง

จังหวัดกาญจนบุรี

“แคว้นโบราณ ด่านเจดีย์ มณีเมืองกาญจน์ สะพานข้ามแม่น้ำแคว แหล่งแร่ทองคำ”

แหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ

ทางรถไฟสายมรณะ หรือ ทางรถไฟสายพม่า



ภาพที่ 63 ทางรถไฟสายมรณะ

ทางรถไฟสายนี้เริ่มต้นจากสถานีชุมทางหนองปลาดุก อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี ผ่านจังหวัดกาญจนบุรีข้ามแม่น้ำแควใหญ่ โดยสะพานข้ามแม่น้ำแควไปทางทิศตะวันตกจนถึงด่านเจดีย์สามองค์ ปลายทางที่เมืองทันบูซายัต ประเทศพม่าทางรถไฟสายมรณะ มีความยาวจากหนองปลาดุกถึงสถานีทันบูซายัตรวม 415 กิโลเมตร เป็นทางรถไฟอยู่ในเขตไทยประมาณ 303.95 กิโลเมตร และอยู่ในเขตพม่า 111.05 กิโลเมตร มีสถานีรถไฟจำนวน 37 สถานี ทางรถไฟสายนี้สร้างขึ้นในช่วงสงครามโลกครั้งที่ 2 โดยใช้แรงงานเชลยศึกฝ่ายสัมพันธมิตรและกรรมกรชาวเอเชียที่กองทัพญี่ปุ่น

เกณฑ์มาสร้าง เพื่อใช้เป็นเส้นทางยุทธศาสตร์ผ่านประเทศพม่า ปัจจุบันเส้นทางนี้ไปสู่ปลายทางที่บ้านท่าเสาหรือสถานีรถไฟน้ำตก ระยะทางจากสถานีกาญจนบุรีถึงสถานีน้ำตกเป็นระยะทางประมาณ 77 กิโลเมตร การรถไฟแห่งประเทศไทยเปิดเดินรถไฟบนเส้นทางนี้ทุกวันและจัดรถไฟขบวนพิเศษสายกรุงเทพฯ - น้ำตก ทุกวันเสาร์ อาทิตย์ และวันหยุดราชการ จุดที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจมากที่สุดคือช่วงสะพานข้ามแม่น้ำแคว และช่วงโค้งมรณะหรือถ้ำกระแซ ซึ่งเป็นสะพานโค้งเลียบแม่น้ำแควน้อยยาวประมาณ 400 เมตร

การเดินทาง การรถไฟแห่งประเทศไทยเปิดบริการเดินรถบนเส้นทางสายนี้ทุกวัน และรถไฟขบวนพิเศษ สายกรุงเทพฯ-น้ำตก ทุกวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ ในวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ มีรถไฟเที่ยวพิเศษ นำเที่ยวไปกลับภายในวันเดียว นอกจากนี้ยังมีรถไฟนำเที่ยวขบวนพิเศษที่ให้บริการเฉพาะวันหยุดหลายรายการแต่ต้องติดต่อ จองล่วงหน้า และต้องไปขึ้นรถที่สถานีรถไฟหัวลำโพง รถไฟเที่ยวออกจาก สถานีรถไฟบางกอกน้อย วันละ 2 เที่ยว เวลา 07.40 น. และ 13.50 น. แวะจอดที่สถานีกาญจนบุรี สะพานข้ามแม่น้ำแคว ท่ากilen สถานีน้ำตก ใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมงครึ่งสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ การรถไฟแห่งประเทศไทย โทร (02) 223-7010 , (02) 223-7020 หรือที่ 1690

ด้านเจดีย์สามองค์ อ.สังขละบุรี



ภาพที่ 64 ด้านเจดีย์สามองค์

ด้านเจดีย์สามองค์ เขตสิ้นสุดชายแดนไทยด้านทิศตะวันตก ตั้งอยู่ที่ตำบลหนองลู ไปตามทางหลวงหมายเลข 323 โดยก่อนถึงตัวอำเภอสังขละบุรี 4 กิโลเมตร จะมีทางแยกด้านขวาไปด้านเจดีย์สามองค์ เป็นระยะทางประมาณ 18 กิโลเมตร เส้นทางลาดยางตลอดสาย พระเจดีย์สามองค์นี้เดิมเรียกว่า หินสามกอง เป็นที่สักการะของคนไทยโดยทั่วไปก่อนเดินทางออกจากเขตแดนไทยเข้าสู่เขตแดนพม่า ต่อมาในปี พ.ศ. 2472 พระศรีสุวรรณคีรี เข้าเมืองสังขละบุรีได้เป็นผู้นำชาวบ้าน

ก่อสร้างเจดีย์ขนาดเล็กสามองค์ดังที่เห็นในปัจจุบัน นอกจากนี้ด้านเจดีย์สามองค์ยังเป็นช่องทางเดินทัพที่สำคัญของไทยและพม่าในอดีต บริเวณด้านเจดีย์สามองค์ มีร้านขายสินค้าจากประเทศพม่า นักท่องเที่ยวสามารถข้ามชายแดนเข้าไปชมตลาดพญาตองซู ซึ่งเป็นตลาดชายแดนที่มีการจำหน่ายสินค้าของพม่า โดยนักท่องเที่ยวจะต้องเสียค่าผ่านด่าน (ฝั่งประเทศพม่า) ชาวไทย 25 บาท ชาวต่างประเทศ 10 เหรียญสหรัฐ รถยนต์ผ่านด่านคันละ 50 บาท ตั้งแต่เวลา 06.00-18.00 น.

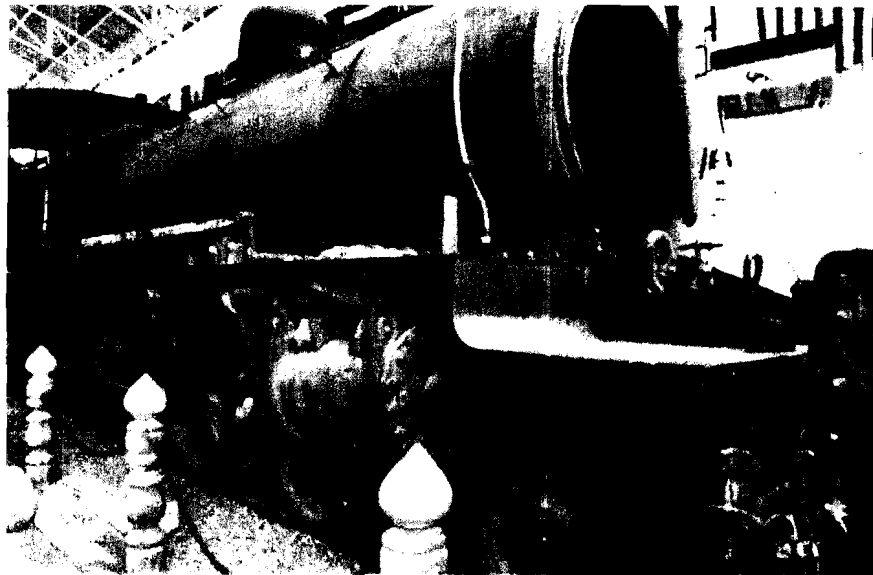
การเดินทาง

รถยนต์ จากตัวอำเภอเมือง จ.กาญจนบุรีไปตามเส้นทางหลวงหมายเลข 323 จนถึง อ.สังขละบุรี แล้วขับรถต่อไปประมาณ 20 กม. จะสิ้นสุดเส้นทางที่ด้านเจดีย์สามองค์

รถโดยสารประจำทาง ขึ้นรถสายกาญจนบุรี-สังขละบุรี

รถเหมา อ.สังขละบุรี 1,500 บาท (เหมาเที่ยววันละ 2,000 บาท)

พิพิธภัณฑสถานโลกครั้งที่ 2



ภาพที่ 65 พิพิธภัณฑสถานโลกครั้งที่ 2

หอศิลป์และพิพิธภัณฑสถานโลกครั้งที่ 2 เป็นพิพิธภัณฑสถานเอกชน ก่อตั้งขึ้นโดยคุณอรัญจันทร์ศิริ ผู้ประกอบการธุรกิจอัญมณี ในจังหวัดกาญจนบุรี พิพิธภัณฑสถานแห่งนี้เริ่มก่อตั้งในปี 2538 โดยตั้งอยู่ริมแม่น้ำแควใหญ่ บริเวณใกล้กับสะพานข้ามแม่น้ำแคว ลักษณะพิพิธภัณฑสถานเป็นกลุ่มอาคารจัดแสดงจำนวนหลายหลัง เรื่องราวที่จัดแสดงภายในมีเนื้อหาที่หลากหลาย บางส่วนเกี่ยวข้องกับเรื่องสงครามโลกครั้งที่สอง การสร้างสะพานข้ามแม่น้ำแคว และบางส่วนเป็นความสนใจ

ส่วนตัวของเจ้าของ และบางส่วนเกี่ยวกับธุรกิจอัญมณี ทั้งนี้พื้นที่การจัดแสดงสามารถแบ่งได้ 7 เรื่องราว ได้แก่

1. ประวัติศาสตร์ชาติไทย สงครามระหว่างไทยกับพม่า จัดแสดงภาพวาดจิตรกรรมฝาผนัง สงครามการสู้รบระหว่างไทยกับพม่า พร้อมของที่เจ้าของสะสมไว้ อาทิ เครื่องปั้นดินเผา ที่บดยา ปืน ดาบ เป็นต้น
2. การสร้างสะพานความแม่น้ำแคว และทางรถไฟสายไทย-พม่า โดยจัดแสดงอาคารจำลอง ที่พักเชลยศึกสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 พร้อมแสดงหุ่นจำลอง และภาพถ่ายและภาพวาด แสดงชีวิตความเป็นอยู่ของเชลยศึกในค่าย การจัดแสดงภาพถ่ายและโมเดลเหตุการณ์การทิ้งระเบิดทำลาย สะพานข้ามแม่น้ำแคว ข้าวของเครื่องใช้ของเชลยศึก และทหารญี่ปุ่น ขานพาทนะของทหารญี่ปุ่น เป็นต้น
3. ของสะสมส่วนตัว อาทิ แสตมป์ นาฬิกา เหรียญและธนบัตร สัตว์สตัฟฟ์ เครื่องดนตรี เป็นต้น
4. หินแร่ และเครื่องประดับ แสดงตัวอย่างแร่ธาตุ อาทิ แร่เมทิสต์ แร่หยกขาว รวมถึงพลอยดิบ
5. จัดแสดงเครื่องแต่งกายไทยผู้หญิง ประกอบภาพวาดนางสาวไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน
6. ขานพาทนะของทหารญี่ปุ่น อาทิ รถจี๊ป รถมอเตอร์ไซค์ รถม้า เป็นต้น
7. ถ้ำมมนุษย์ยุคก่อนประวัติศาสตร์ จัดแสดงภาพวาดและรูปจำลองวิวัฒนาการของมนุษย์ ตั้งแต่อดีต เปิดให้เข้าชมทุกวัน เวลา 09.00 -18.00 น. ค่าเข้าชมชาวไทย 20 บาท ชาวต่างประเทศ 30 บาท รายละเอียดเพิ่มเติมติดต่อ โทร. (034) 512596

การเดินทาง ในตัวเมืองกาญจนบุรี มีพาหนะในตัวเมืองหลายอย่าง เช่น รถสองแถว

รถสองแถววิ่งบริการในเมืองทุกวัน ท่ารถอยู่ริม ถ. แสงชูโต ใกล้สี่แยกไฟแดง ตรงข้าม รร. กาญจนานุเคราะห์ การเหมารถ มีรถสองแถวและรถกระบะให้เช่าเหมาพร้อมคนขับและน้ำมันรถ บริเวณสถานีขนส่ง จ. กาญจนบุรี เพื่อเที่ยวแหล่งท่องเที่ยวในตัวเมืองประมาณ 5-8 แห่ง

พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติบ้านเก่า



ภาพที่ 66 พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติบ้านเก่า

ตั้งอยู่ตำบลบ้านเก่า อำเภอเมือง ริมฝั่งแม่น้ำแควน้อย ห่างจากตัวเมืองประมาณ 35 กิโลเมตร ตามทางหลวงหมายเลข 323 จากนั้นเลี้ยวซ้ายเข้าทางหลวงหมายเลข 3229 แล้วเลี้ยวขวาเข้าทางหลวงหมายเลข 3455 ไปประมาณ 3 กิโลเมตร เลี้ยวเข้าทางวัดท่าโป๊ะประมาณ 1 กิโลเมตร เป็นที่ขุดพบหลักฐานทางโบราณคดีเกี่ยวกับมนุษย์สมัยหินยุคก่อนประวัติศาสตร์เป็นแห่งแรกในประเทศไทย เมื่อปี พ.ศ. 2506 สิ่งที่ค้นพบ ได้แก่ โครงกระดูกมนุษย์ ขวานหิน เครื่องประดับและเครื่องปั้นดินเผา เปิดให้เข้าชมทุกวัน เว้นวันจันทร์ อังคาร และวันหยุดนักขัตฤกษ์

สะพานข้ามแม่น้ำแคว



ภาพที่ 67 สะพานข้ามแม่น้ำแคว

ตั้งอยู่ที่ตำบลท่ามะขาม ห่างจากตัวเมืองไปทางทิศเหนือตามทางหลวงหมายเลข 323 ประมาณ 4 กิโลเมตร แยกซ้ายประมาณ 400 เมตร มีป้ายชี้บอกทางไว้ชัดเจน เป็นสถานที่ทางประวัติศาสตร์ที่สำคัญยิ่งแห่งหนึ่ง สร้างขึ้นสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 โดยกองทัพญี่ปุ่นได้เกณฑ์เชลยศึกฝ่ายสัมพันธมิตร ได้แก่ ทหารอังกฤษ อเมริกัน ออสเตรเลีย ฮอลันดาและนิวซีแลนด์ประมาณ 61,700 คนและกรรมกรชาวจีน ญวน ชาว มลายู ไทย พม่า อินเดียอีกจำนวนมากก่อสร้างทางรถไฟสายยุทธศาสตร์เพื่อเป็นเส้นทางผ่าน

ไปสู่ประเทศพม่า ซึ่งเส้นทางช่วงหนึ่งจะต้องข้ามแม่น้ำแควใหญ่จึงต้องมีการสร้างสะพานขึ้น การสร้างสะพานและทางรถไฟสายนี้เต็มไปด้วยความยากลำบาก ความทารุณของสงครามและโรคภัยตลอดจนการขาดแคลนอาหารทำให้เชลยศึกจำนวนมากต้องเสียชีวิตลง นอกจากนี้ที่สะพานข้ามแม่น้ำแควมีบริการรถราง Fairmong ทุกวัน ค่าโดยสารคนละ 20 บาท

การเดินทาง

รถไฟ รถไฟมีรถไฟเที่ยวพิเศษ นำเที่ยวไปกลับภายในวันเดียว รายละเอียดสอบถามเพิ่มเติมได้ที่การรถไฟแห่งประเทศไทย โทร. 0 2223 7010 , 0 2223 7020 และ 1690 หรือที่เว็บไซต์ www.railway.co.th นอกจากนี้ยังมีรถไฟนำเที่ยวขบวนพิเศษที่ให้บริการเฉพาะวันหยุด ต้องติดต่อจองล่วงหน้า และต้องไปขึ้นที่สถานีรถไฟหัวลำโพง การเดินทางโดยรถไฟไปเที่ยว เมืองกาญจน์มีความพิเศษต่างจากที่อื่น เพราะเป็นทางรถไฟสายประวัติศาสตร์หรือเรียกว่าทางรถไฟสายมรณะ หากมีโอกาสไม่ควรพลาดจะนั่งรถไฟออกจาก สถานีรถไฟบางกอกน้อย วันละ 2 เที่ยว เวลา 07.40 น. และ 13.50 น. แวะจอดที่สถานีกาญจนบุรีสะพานข้ามแม่น้ำแคว ท่ากิลเลน สถานีน้ำตก โดยใช้เวลาประมาณ 4 ชั่วโมงครึ่ง

รถสองแถววิ่งในเมือง มีรถสองแถววิ่งบริการทุกวัน ท่อรถอยู่ริม ถ. แสงชูโต ใกล้สี่แยกไฟแดง ตรงข้าม รร.กาญจนานุเคราะห์ สาย 2 ตลาด - สุสานทหารสัมพันธมิตร (ดอนรัก) - ทางแยกเข้าสถานีรถไฟกาญจนบุรี - ทางแยกเข้าสะพานข้ามแม่น้ำแควคาซเซิลมอลล์ - ขนส่งจังหวัดกาญจนบุรี (แยกแก่งเสี้ยน)

รถมอเตอร์ไซด์รับจ้าง มีคิวรถเป็นประจำจำนวนมากบริเวณสถานีขนส่ง จ. กาญจนบุรี และตามสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ เช่น เขิงสะพานข้ามแม่น้ำแคว

รถสามล้อ มีวิ่งบริการทั่วไปในตลาด ตั้งแต่เวลา 08.00 - 20.00 น. นั่งได้ไม่เกิน 2 คน

สะพานข้ามแม่น้ำแคว จากจุดนี้นักท่องเที่ยวจะได้ลองแม่น้ำแควและแวะตามสถานที่ท่องเที่ยวริมน้ำซึ่งอยู่ไม่ห่างจาก สะพานข้ามแม่น้ำแควมากนัก

ช่องเขาขาดพิพิธภัณฑสถานแห่งความทรงจำ



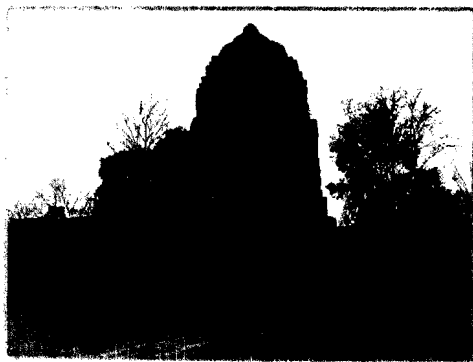
ภาพที่ 68 ช่องเขาขาดพิพิธภัณฑสถานแห่งความทรงจำ

ตั้งอยู่ภายในกองการเกษตรและสหกรณ์ สำนักงานทหารพัฒนา หน่วยบัญชาการทหารพัฒนา บริเวณกิโลเมตรที่ 64-65 บนทางหลวงหมายเลข 323 (กาญจนบุรี-ไทรโยค-ทองผาภูมิ) ช่องเขาขาดพิพิธภัณฑสถานแห่งความทรงจำ เป็นสถานที่จัดแสดงมินิเรียเตอร์ และรวบรวมข้อมูลภาพถ่าย เครื่องใช้ระหว่างการสร้างทางรถไฟสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 โดยรัฐบาลออสเตรเลียได้จัดตั้งพิพิธภัณฑสถานไว้อย่างเป็นทางการเรียบร้อย ภายในบริเวณมีเส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติไปยังช่องเขาขาด ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของทางรถไฟสายมรณะที่เชลยศึกในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 ตัดเจาะภูเขาหินด้วยมือปราศจากเครื่องมือทันสมัยให้เป็นช่องสำหรับสร้างทางรถไฟ ปัจจุบันยังมีร่องรอยของทางรถไฟปรากฏอยู่ พิพิธภัณฑสถานเปิดให้เข้าชมทุกวัน

การเดินทาง

รถสองแถววิ่งบริการในเมืองทุกวันตั้งแต่เวลา 05.30-18.00น. ทารถอยู่ริม ถ. แสงชูโต ใกล้สี่แยกไฟแดง ตรงข้าม รร. กาญจนานุเคราะห์ การหารรถเที่ยว แหล่งท่องเที่ยวในตัวเมืองประมาณ 5-8 แห่ง

อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์



ภาพที่ 69 อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์

อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์ หรือที่เรียกกันว่า "ปราสาทเมืองสิงห์" อยู่ห่างจากพิพิธภัณฑสถานบ้านเก่าประมาณ 7 กิโลเมตร เดินทางไปตามทางหลวงหมายเลข 323 เส้นทางสายกาญจนบุรี-ไทรโยค จนถึงกิโลเมตรที่ 15 จะมีทางแยก

ซ้ายไปปราสาทเมืองสิงห์อีก 7 กิโลเมตร เป็นโบราณสถานที่มีศิลปะการก่อสร้างอยู่ในยุค
ลพบุรีตอนปลาย ประมาณพุทธศตวรรษที่ 16-18 ผังเมืองเป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส มีเนื้อที่ประมาณ
800 กว่าไร่ กำแพงเมืองก่อด้วยศิลาแลงขนาดกว้าง 880 เมตร โดยได้รับอิทธิพลทางศาสนา และ
วัฒนธรรมจากกัมพูชา ตัวปราสาทล้อมรอบด้วยกำแพงศิลาแลง คูน้ำ และแนวคันดิน
สถาปัตยกรรมและประติมากรรมสร้างตามลักษณะขอมแบบบายน ตรงกับสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7
ของประเทศกัมพูชาที่มีลักษณะช่างท้องถิ่นผสมอยู่ อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์ เปิดให้เข้าชม
ทุกวัน

การเดินทาง รถมอเตอร์ไซค์รับจ้าง มีคิวรถเป็นจำนวนมากบริเวณสถานีขนส่ง จ.
กาญจนบุรี และตามสถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ เช่น เขิงสะพานข้ามแม่น้ำแคว รถสามล้อเครื่อง (ตุ้
กตุ๊ก) มีวิ่งบริเวณตลาด ตั้งแต่เวลา 06.00-24 น. ค่าบริการจะแพงกว่ามอเตอร์ไซค์รับจ้าง

น้ำพุร้อนหินดาด



ภาพที่ 70 น้ำพุร้อนหินดาด

เดิมเรียกว่า น้ำพุร้อนกุยมั่ง เป็นบ่อน้ำร้อนธรรมชาติ อุณหภูมิประมาณ 45-55 องศา
เซลเซียส ค้นพบโดยทหารญี่ปุ่นสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 และได้สร้างเป็นบ่อซีเมนต์ขึ้น 2 บ่อ เชื่
กันว่าน้ำแร่จากบ่อน้ำร้อน มีสรรพคุณในการรักษาโรคหลายอย่าง เช่น โรคเหน็บชา ไขข้ออักเสบ
นักท่องเที่ยวนสามารถลงอาบน้ำในบ่อได้ และยังมีธารน้ำเย็นไหลอยู่ด้านล่างบ่อน้ำร้อนการเดินทาง
สามารถเดินทางไปตามทางหลวงหมายเลข 323 บริเวณกิโลเมตรที่ 105-106 อยู่ห่างจากตัวเมือง
กาญจนบุรี 135 กิโลเมตร

การเดินทาง รถสองแถววิ่งบริการในเมืองทุกวันตั้งแต่เวลา 05.30-18.00น. ท่ารถอยู่ริม ถ. แสงชูโต ใกล้สี่แยกไฟแดง ตรงข้าม รร. กาญจนานุเคราะห์

- สาย 1 ตลาด - สด. อ. เมืองกาญจน์-ตลาดชุกโค่น รพ. พหลพลพยุหเสนา รร. วิสุทธิรังษี - วัดท่าล้อ

- สาย 2 ตลาด - สุสานทหารสัมพันธมิตร (คอนรัก) - ทางแยกเข้าสถานีรถไฟกาญจนบุรี - ทางแยกเข้าสะพานข้ามแม่น้ำแควคาซเซิลมอลล์ - ขนส่งจังหวัดกาญจนบุรี (แยกแก่งเสี้ยน)

อุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์



ภาพที่ 71 อุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์

มีพื้นที่ครอบคลุมอยู่ในอำเภอไทรโยค อำเภอศรีสวัสดิ์ และอำเภอทองผาภูมิ จังหวัดกาญจนบุรี ประกอบด้วยเอกลักษณ์ทางธรรมชาติที่สวยงาม เช่น น้ำตก น้ำพุร้อน ถ้ำ และเกาะแก่งต่างๆ ในอ่างเก็บน้ำเหนือเขื่อนศรีนครินทร์ที่มีทิวทัศน์สวยงาม มีเขตติดต่อกับพื้นที่อุทยานแห่งชาติไทรโยค

อุทยานแห่งชาติเอราวัณ เขตรักษาพันธุ์สัตว์ป่าทุ่งใหญ่นเรศวร และเขตรักษาพันธุ์

สัตว์ป่าสักพระมีเนื้อที่ประมาณ 957,500 ไร่ หรือ 1,532 ตารางกิโลเมตร สภาพป่าในเขตอุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์สามารถแบ่งออกเป็น 3 ประเภท ได้แก่ ป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง และป่าดิบแล้ง

ป่าเบญจพรรณ พบขึ้นปกคลุมเป็นส่วนใหญ่ของพื้นที่ในบริเวณค่อนข้างราบถึงเนินเขา ในบางพื้นที่จะพบไม้ไผ่ขึ้นอยู่เป็นกลุ่มหนาแน่นมาก มีไม้ยืนต้นอื่นขึ้นแทรกอยู่บ้างเพียงประปราย พบมากในบริเวณตอนกลางติดกับชายฝั่งอ่างเก็บน้ำ ประกอบด้วยพันธุ์ไม้ที่สำคัญ ได้แก่ แดง มะค่าโมง ประดู่ รกฟ้า มะกอกป่า กระโดน ตะแบก ไผ่บง ไผ่รวก และไผ่ซาง มีสัตว์ป่าที่อาศัยอยู่ในสังคมป่าชนิดนี้ได้แก่ ลิงกัง พญากระรอกดำ เม่นใหญ่แผงคอสั้น หมาจิ้งจอก กระตัง ช้างป่า เขี้ยวเก็ง ก่าลีดำ ไก่ป่า นกเขาเปล้าธรรมดา งูหมอก งูปีแก้วลายหัวใจ เป็นต้น ส่วนบริเวณยอดเขาหินปูนที่เป็นสังคมป่าชนิดนี้จะพบเลียงผาอาศัยอยู่

ป่าเต็งรัง ประกอบด้วยพันธุ์ไม้ที่สำคัญ ได้แก่ เต็ง รัง แดง ตะคร้อ ฯลฯ พืชพื้นล่างเป็นพวก เป้งคอย พรังป่า และไม้เฟี้ยก สัตว์ป่าที่อาศัยอยู่ในบริเวณสังคมพืชป่าเต็งรัง ได้แก่ กระรอกปลายหางดำ กระจกเล็ก กวางป่า นกกระรอกหัวขวาน นกตีทอง นกหัวขวานสีน้ืหลังทอง นกหัวขวานสามน้ืหลังทอง นกแซงแซวหางปลา ตู๊กแกบ้าน จิ้งจกหางหนาม จิ้งเหลนหลากหลาย งูกะปะ เป็นต้น

ป่าดิบแล้ง พบขึ้นประปรายอยู่ทั่วเขตอุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์ มักจะพบในบริเวณที่อยู่ทางด้านรับลมที่พัดพาฝนมาปะทะภูเขา หรืออยู่ริมสองฝั่งของลำธาร พันธุ์ไม้ที่สำคัญ ได้แก่ ตะเคียนหิน มะกั้ม ขมหิน กระเบาหลัก ขมหอม สมพง จั้วป่า พลอง กระโดน และเปล้า เป็นต้น สัตว์ป่าที่พบได้แก่ ลิงลม ค่างแว่นถิ่นเหนือ ชะนีมือขาว กระรอกบินหูแดง หม่าไม้ อีเห็นธรรมดา เสือโคร่ง ไก่ฟ้าหลังเทา นกเขาเขียว นกตะขาบดวง นกแก๊ก นกกก นกไต้ไม้หน้าผากกำมะหยี่ เต่าหก เขี้ย งูลายสาบคอแดง งูเขียวหางไหม้ท้องเขียว งูหลาม และเขียดตะปาด เป็นต้น

บริเวณอ่างเก็บน้ำและลำห้วยต่างๆ สัตว์ป่าและสัตว์น้ำที่พบอาศัยอยู่ได้แก่ คางคกแคระ เขียดอ่อง ชะง่อนหินเมืองเหนือ ปาดลายหินเมืองเหนือ อึ่งแม่หนาว ปลาทราย ปลากระสูบขีด ปลา กดเหลือง ปลาชะโด ปลาเวียน ปลาปลาเลียหิน ปลากระทิงดำ เป็นต้น สำหรับในบริเวณพื้นที่ที่ถูก ราษฎรบุกรุกเข้าไปเพื่อปลูกพืชเกษตรภายหลังได้อพยพออกไปแล้ว และบริเวณริมอ่างเก็บน้ำที่ถูก ตัดต้นไม้ออกหมด สัตว์ป่าที่อาศัยอยู่ได้แก่ เก้ง กระต่ายป่า อ้น นกยางกรอกพันธุ์จีนนกยางโท นใหญ่ นกกระแตแต้แว๊ด นกกระปูดใหญ่ นกอีวาบตักแตน นกตะขาบทุ่ง นกปรอดสวน กิ้งก่าแก้ว กิ้งก่าหัวแดง แยะ อึ่งอ่างบ้าน และอึ่งขาดำ เป็นต้น

การเดินทาง

รถยนต์

1. เส้นทางจากเขื่อนศรีนครินทร์การไฟฟ้าฝ่ายผลิต ผ่านทางแยกเข้าน้ืตกเอราวัณ ถ้าพระ ชาติ สภาพเส้นทางเป็นถนนลูกรัง ในช่วงหน้าฝนถนนจะขรุขระมาก เป็นถนนเลียบบอบทะเลสาบ เขื่อนศรีนครินทร์ไปจนถึงน้ืตกห้วยแม่ขมิ้น ซึ่งเป็นที่ตั้งที่ทำการอุทยานแห่งชาติ ระยะทาง 45 กิโลเมตร เส้นทางนี้เหมาะสำหรับรถกระบะ

2. เส้นทางเอราวัณ-ศรีสวัสดิ์ ถึงท่าแพห้วยแม่ละมุน ข้ามจากฝั่งแม่ละมุนโดยแพขนานยนต์ มายังศรีสวัสดิ์ ใช้เวลา 15 นาที จากนั้นขับรถต่ออีกประมาณ 20 กิโลเมตร ถึงท่าแพที่ 2 ข้ามจากศรี สวัสดิ์ทางแพขนานยนต์มายังน้ืตกห้วยแม่ขมิ้น ใช้เวลา 45 นาที ขับรถต่อจากท่าแพอีกประมาณ 7 กิโลเมตร จะถึงน้ืตกห้วยแม่ขมิ้น ซึ่งเป็นที่ตั้งที่ทำการอุทยานแห่งชาติ เส้นทางนี้เหมาะสำหรับรถ เก๋ง และรถตู้

เรือ เช่าเหมาเรือเอกชนจากท่าต่างๆ เช่น ท่าเรือหม่องกระแทะ ท่าเรือท่ากระดาน ท่าเรือตลาดเขื่อนฯ หรือท่าเรือเขื่อนนครินทร์ของการไฟฟ้าฝ่ายผลิต ใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

สิ่งอำนวยความสะดวก

ที่พักแรม/บ้านพัก มีบ้านพักให้บริการแก่นักท่องเที่ยว 2 โชน คือ

1. โชนที่ทำการอุทยานแห่งชาติ บริเวณน้ำตกห้วยแม่ขมิ้น เขตอำเภอศรีสวัสดิ์
2. โชนหน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติ บริเวณน้ำตกผาดาด เขตอำเภอทองผาภูมิ ทางเข้า

บริเวณริมทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 323 เข้าทางแยกบ้านหินดาด

สถานที่กางเต็นท์/เต็นท์ อุทยานแห่งชาติจัดเตรียมเต็นท์ และสถานที่กางเต็นท์ไว้ให้บริการนักท่องเที่ยว บริเวณที่ทำการอุทยานแห่งชาติ ใกล้ น้ำตกห้วยแม่ขมิ้น 1 จุด และบริเวณหน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติ ที่ สร.4 (ผาดาด) ใกล้ น้ำตกผาดาด 1 จุด การสำรองที่พักเต็นท์สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียด และสำรองที่พักเต็นท์ได้จากอุทยานแห่งชาติโดยตรง

ที่จอดรถ มีลานจอดรถให้บริการแก่นักท่องเที่ยว

บริการอาหาร มีร้านอาหารไว้บริการนักท่องเที่ยว

ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว มีศูนย์บริการนักท่องเที่ยว ให้บริการข้อมูลเกี่ยวกับอุทยานแห่งชาติ นักท่องเที่ยวสามารถเข้ามาขอรับบริการข้อมูลได้ทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดราชการ ระหว่างเวลา 8.00 - 16.30 น.

ระบบสาธารณูปโภค ระบบไฟฟ้าใช้เครื่องกำเนิดไฟฟ้าพลังงานน้ำตก (น้ำตกห้วยแม่ขมิ้น บริเวณชั้น 1) ในช่วงที่มีนักท่องเที่ยวมาใช้บริการจำนวนมาก จะใช้เครื่องกำเนิดไฟฟ้าปั่นไฟฟ้าเข้าระบบจ่ายไฟ

อุทยานแห่งชาติเอราวัณ



ภาพที่ 72 อุทยานแห่งชาติเอราวัณ

อุทยานแห่งชาติเอราวัณ มีลักษณะพื้นที่เป็นภูเขาสูงชันอยู่สูงจากระดับน้ำทะเล ตั้งแต่ 165-996 เมตร สลับกับพื้นที่ราบ โดยภูเขาส่วนใหญ่เป็นเทือกเขาหินปูน ในแถบตะวันออก และตะวันตกของพื้นที่ จะยกตัวสูงขึ้นเป็นแนว โดยเฉพาะบริเวณใกล้ น้ำตกเอราวัณ จะมีลักษณะเป็นหน้าผา ส่วนบริเวณ

ตอนกลาง จะเป็นแนวเขาทอดยาวในแนวทิศ ตะวันตกเฉียงเหนือ - ตะวันออกเฉียงใต้ ประกอบด้วยเทือกเขาที่สำคัญคือ เขาหนองพูก เขาปลาย ดินสอ เขาหมอเฒ่า เขาช่องปูน เขาพุงาริน และเขากระแจะซึ่งเป็นยอดเขาสูงสุดประมาณ 996 เมตร จากระดับน้ำทะเลปานกลาง เทือกเขาเหล่านี้เป็นต้นกำเนิดของลำห้วยที่สำคัญหลายสาย สามารถแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ในพื้นที่ด้านตะวันออกนี้จะมีลำห้วยที่สำคัญคือ ห้วยม่องไล่ และ ห้วยอมตะลา ซึ่งไหลมาบรรจบกันกลายเป็นน้ำตกเอราวัณ ส่วนห้วยหนองกบไหลไปรวมกับ ห้วยไทร โยคก่อให้เกิดน้ำตกไทรโยค ส่วนในพื้นที่ด้านตะวันตก และด้านใต้ ได้แก่ ห้วยทับศิลา ห้วยเขาพังซึ่งเป็นต้นกำเนิดน้ำตกที่สวยงามที่เรียกว่า “น้ำตกเขาพัง” หรือน้ำตกไทรโยคน้อย

สภาพป่าของอุทยานแห่งชาติเอราวัณ ประกอบด้วย

ป่าเบญจพรรณ มีร้อยละ 81.05 ของพื้นที่อุทยานแห่งชาติ ขึ้นปกคลุมตั้งแต่ระดับความสูง 100 - 800 เมตร จากระดับน้ำทะเล พันธุ์ไม้ที่สำคัญได้แก่ มะค่าโมง ตะเคียนหนู รกฟ้า ผ่าเสี้ยน ประดู่ ส้มเสี้ยว แด้ว มะกอก ตะแบก ขานาง มะเกลือ หว่า ฯลฯ มีไม้ชนิดต่างๆ ขึ้นกระจายอยู่ทั่วไป หรือบางแห่งขึ้นเป็นกลุ่ม ได้แก่ ไม้ป่า ไม้รวก ไม้ชางนวล และไม้หอบ นอกจากนี้ยังมีพวกไม้เลื้อย และพืชพื้นล่าง ได้แก่ เสี้ยวเครือ นมแมว เล็บเหยี่ยว ช้องแมว มะเฒ่า ไข่ปลา ย่านลิเภา เปล้าหลวง สังกรณี และเอื้องหมายนา เป็นต้น

ป่าเต็งรัง มีร้อยละ 1.68 กระจายอยู่ในระดับความสูง 100 - 800 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง บริเวณทุ่งขายหอม หน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติที่ อช.8 (ลำคั่น) และบริเวณใกล้เขื่อนทุ่งนา พันธุ์ไม้ที่พบได้แก่ เต็ง รัง แดง ก่อพะยะ มะขามป้อม อ้อยช้าง ขอบป่า กรวยป่า โมกหลวง ก้างจืดมอด ส้าน เหมือดคน ฯลฯ พืชพื้นล่างได้แก่ หญ้าขน หญ้าหางเสือ เล็บแมว เถาว์กระทงลาย เป้ง ลูกใต้ใบ และปอ เป็นต้น

ป่าดิบแล้ง มีร้อยละ 14.35 อยู่บนสันเขาทอดเป็นแนวยาวตรงใจกลางของพื้นที่อุทยานแห่งชาติ และอยู่ต่ำถัดลงมาในระดับความสูงระหว่าง 600-800 เมตรจากระดับน้ำทะเลปานกลาง และอยู่ในบริเวณที่ชุ่มชื้นตามที่ราบริมห้วย พันธุ์ไม้ที่พบได้แก่ ยาง โอน มะพลับดง ยมหิน ตะเคียนทอง ลำโรง ตะคร้ำ สัตบรรณ เข็มขาว มะลิใส่ไก่ ว่านเศรษฐี ตำแยกวาง เถาอบเชย ไม้หนาม และเนียมฤาษี

จากการสำรวจแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์ป่าในเขตพื้นที่อุทยานแห่งชาติแบ่งออกเป็นประเภทต่างๆ ได้แก่ สัตว์ป่าเลี้ยงลูกด้วยนม สัตว์เลื้อยคลาน สัตว์สะเทินน้ำสะเทินบก นก และสัตว์น้ำอื่นๆ รวมทั้งปลานานาชนิด ที่สำคัญและมักจะพบเห็น ได้แก่ ช้างป่า หมึกควาย เลียงผา อีเก้ง กวางป่า หมูป่า ชะนีธรรมดา ค่างแว่นถิ่นเหนือ ลิงกัง ลิงลม แมวดาว อีเห็นธรรมดา กระแต เขี้ยว

กิ่งก่าสีดำ ไก่ฟ้าหลังเทา ไก่ป่า นกกวัก กบป่าใฝ่ใหญ่ ปาดบิน ปลาแก้ง ปลาเวียน ปูน้ำตก ปูตะนาวศรี ปูกาญจนบุรี เป็นต้น

ที่ตั้งและการเดินทาง

รถยนต์ การเดินทางสามารถใช้เส้นทางได้ 2 ทาง คือ

1. เริ่มต้นจากตัวจังหวัดกาญจนบุรี ไปตามทางหลวงแผ่นดิน หมายเลข 3199 (กาญจนบุรี-ศรีสวัสดิ์) ถึงเขตการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทยเขื่อนศรีนครินทร์ ข้ามสะพานไปยังตลาดเทศบาลตำบลเอราวัณ แล้วจึงเลยเข้าไปยังที่ทำการอุทยานแห่งชาติ ระยะทางทั้งสิ้น ประมาณ 66 กิโลเมตร

2. ถ้าเดินทางมาจากอุทยานแห่งชาติไทรโยค จะมีเส้นทางบริเวณบ้านวังใหญ่อยู่ตอนใต้ของน้ำตกไทรโยคน้อยประมาณ 6 กิโลเมตร ลัดออกไปบ้านโป่งปิดบริเวณเขื่อนท่าทุ่งนา ประมาณ 19 กิโลเมตร แล้วเลี้ยวซ้ายไปตามถนนหมายเลข 3199 อีกประมาณ 30 กิโลเมตร ก็จะถึงที่ทำการอุทยานแห่งชาติ

รถโดยสารประจำทาง

1. จากกรุงเทพฯ ขึ้นรถโดยสารที่สถานีขนส่งสายใต้ใหม่ สายกรุงเทพฯ - กาญจนบุรี ลงที่สถานีขนส่งจังหวัดกาญจนบุรี เดินทางต่อโดยสารสายกาญจนบุรี - น้ำตกเอราวัณ ลงที่ ก็จะถึงที่ทำการอุทยานแห่งชาติโดยไม่ต้องต่อรถใดๆ อีก

2. จากกรุงเทพฯ ขึ้นรถโดยสารที่สถานีขนส่งหมอชิตใหม่ ชั้นล่าง สายกรุงเทพฯ-ด่านเจดีย์สามองค์ ลงที่สถานีขนส่งจังหวัดกาญจนบุรี เดินทางต่อโดยสารสายกาญจนบุรี - น้ำตกเอราวัณ ลงที่ ก็จะถึงที่ทำการอุทยานแห่งชาติโดยไม่ต้องต่อรถใดๆ อีก

3. กรณีโดยสารรถยนต์ส่วนตัว นักท่องเที่ยวสามารถขับรถมาที่จังหวัดกาญจนบุรี ใช้เวลา 2 ชั่วโมง ตามถนนสาย 3199 มาทางอำเภอศรีสวัสดิ์ ประมาณ 66 กม. ถึงน้ำตกเอราวัณ ใช้เวลาประมาณ 45 นาที

ด้านธรรมชาติที่สวยงาม

น้ำตกเอราวัณ เป็นน้ำตกขนาดใหญ่ เดิมมีชื่อว่า น้ำตกสะด่องม่องลาย ตามชื่อลำห้วยม่องลายซึ่งเป็นต้นน้ำของน้ำตกที่เกิดจากยอดเขาตาม่องล่ายในเทือกเขา สลอบ สายน้ำจะไหลมาตามชั้นหินเป็นระยะทางประมาณ 1,500 เมตร แบ่งออกเป็นชั้นใหญ่ๆ ได้ 7 ชั้น แต่ละชั้นมีความสวยงามร่มรื่นไปด้วยแมกไม้หนาพันธุ์ ทั้งเถาวัลย์พันเกี่ยวทอดตัวไปบนต้นไม้ใหญ่ กล้วยไม้ป่าหลายชนิดบน

คาบไม้ ทำให้สภาพความเป็นธรรมชาติสมบูรณ์แบบและรักษารักษาโดยแท้จริง ในชั้นที่ 7 อันเป็นชั้นบนสุดของน้ำตก เมื่อมีน้ำตกไหลบ่าจะมีรูปคล้ายหัวช้างเอราวัณ จนคนทั่วไปรู้จักและขนานนามว่า “น้ำตกเอราวัณ”

น้ำตกผาลัน เป็นน้ำตกชั้นเดียวจะมีน้ำเฉพาะในฤดูฝนเท่านั้น

ถ้ำพระธาตุ เป็นถ้ำมีขนาดใหญ่ อยู่สูงจากระดับน้ำทะเลประมาณ 790 เมตร อยู่ห่างจากที่ทำการอุทยานแห่งชาติ ประมาณ 12 กิโลเมตร ทางเข้าถ้ำพระธาตุห่างจากทางแยกเข้าเขื่อนศรีนครินทร์มาตามทางเลียบบนแนวเขื่อนประมาณ 7 กิโลเมตร แล้วเลี้ยวซ้ายเข้าไปอีกประมาณ 2 กิโลเมตร จะถึงที่ตั้งถ้ำพระธาตุ ปากถ้ำมีขนาดเล็กแต่ตัวถ้ำภายในกว้างใหญ่ ลึกถึง 200 เมตร มีหินงอกหินย้อยเป็นรูปทรงต่างๆ ตามแต่ผู้พบเห็นจะจินตนาการ มีความสวยงามมาก ภายในถ้ำแบ่งเป็น 5 ห้อง ได้แก่ กบจำศีล ห้องฟ้าจำลอง เสาเอก ม่านลิเก และระฆัง อากาศภายในถ้ำโปร่งสบาย

ถ้ำวังบาดาล อยู่ห่างจากที่ทำการอุทยานแห่งชาติประมาณ 54 กิโลเมตร ตามทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 323 ตรงหลักกิโลเมตรที่ 63 เลี้ยวขวาเข้าไปประมาณ 2 กิโลเมตร ถึงหน่วยพิทักษ์อุทยานแห่งชาติที่ อว. 3 (วังบาดาล) แล้วเดินทางต่อไปอีก 1 กิโลเมตร จะถึงปากถ้ำ ลักษณะของถ้ำวังบาดาล เป็นถ้ำหินปูนขนาดใหญ่ ปากทางเข้าเป็นห้องเล็กๆ มีหลายห้อง ห้องชั้นล่างมีน้ำไหลผ่าน และมีสัตว์น้ำอาศัยอยู่ด้วย นอกจากนี้แต่ละห้องยังมีความงามของหินงอกหินย้อย เช่น ห้องม่านพระอินทร์ จะมีลักษณะหินย้อยลงมากคล้ายกับม่าน ห้องเข็มนารายณ์ มีลักษณะคล้ายเข็มแทงใหญ่ซึ่งวิจิตรงดงามมาก

ถ้ำหมี เป็นถ้ำขนาดใหญ่มีอากาศถ่ายเทพอควร จากคำบอกเล่าของชาวบ้านว่า ในอดีตถ้ำนี้เป็นที่อยู่ของหมี ทำให้เรียกกันต่อๆ มาว่า “ ถ้ำหมี ” ภายในถ้ำแบ่งเป็นห้องลดหลั่นเป็นชั้นๆ ได้ 5 ห้อง แต่ละห้องจะปรากฏรูปร่างและสีแปลกตา มีหินงอกหินย้อยตามผนังถ้ำสวยงามพอสมควร สามารถเดินทางจากจังหวัดกาญจนบุรีไปก่อนถึงเขื่อนท่าทุ่งนาประมาณ 1 กิโลเมตร แล้วเลี้ยวซ้ายไปทางอำเภอไทรโยคจนถึงทางเข้าบ้านทับศิลาบริเวณหลักกิโลเมตรที่ 10 แล้วเดินทางไปตามทางลูกรังอีก 500 เมตร จะถึงบ้านทับศิลาและเข้าซอยสามัคคีธรรม 10 จนถึงคลองตะเคียน จากจุดนี้เดินเท้าไปตามเส้นทางซีกลากไม้เก่าต่อไปอีก 7 กิโลเมตร

ถ้ำเรือ เริ่มจากซอยสามัคคีธรรม 10 ข้ามคลองตะเคียนไปประมาณ 100-200 เมตร จะมีทางเลี้ยวขวา ซึ่งรถยนต์จะสามารถแล่นเข้าไปได้ประมาณ 200-300 เมตร จากนั้นต้องเดินเท้าเข้าไปอีกประมาณ 1 กิโลเมตร ก็จะถึงถ้ำเรือ ซึ่งเป็นถ้ำที่มีความลึกประมาณ 40-50 เมตร ไม่มีหินงอกหรือหินย้อย แต่จุดเด่นอยู่ที่มีภาชนะที่ใช้รองน้ำสมัยโบราณวางอยู่ ภาชนะนั้นทำจากไม้ทั้งต้นมาเจาะให้มีลักษณะคล้ายเรือ ส่วนหัวได้ตกแต่งเป็นรูปหัวคน มีตา จมูก และหู 2 ข้าง ซึ่งจะช่วยให้ปลา

เอียง ปัจจุบันสภาพของภาชนะนั้น แตกหักเหลือที่สมบูรณ์เพียงไม่กี่อัน และมีมูลค้างคาวตกปกคลุมเป็นส่วนใหญ่

เส้นทางศึกษาธรรมชาติป่าดิบแล้งมอ้งไต้ อุทยานแห่งชาติได้จัดทำเส้นทางศึกษาธรรมชาติ ไว้บริการนักท่องเที่ยวที่มาเยี่ยมชมอุทยานแห่งชาติ เพื่อเสริมสร้างความรู้และได้รับความเพลิดเพลินไปพร้อมๆ กัน คูรายละเอียดเส้นทางศึกษาธรรมชาติได้ที่ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว

เส้นทางศึกษาธรรมชาติเขานินล้านปี เส้นทางศึกษาธรรมชาติเขานินล้านปี ยาวประมาณ 5 กิโลเมตร ใช้เวลาเดินศึกษาประมาณ 3 ชม. ซึ่งต้องใช้เจ้าหน้าที่ในการนำเดิน ผ่านสังคมป่าเต็งรัง ป่าดิบแล้ง และป่าเบญจพรรณ จุดสุดท้ายของเส้นทางบรรจบกับน้ำตกชั้นที่ 5

สิ่งอำนวยความสะดวก

ที่พักแรม/บ้านพัก มีบ้านพักให้บริการแก่นักท่องเที่ยว จำนวน 10 หลัง ขนาดตั้งแต่ 2 คน ถึง 10 คน ราคาตั้งแต่ 800 บาท ถึง 4000 บาท ตามลำดับ และมีค่ายพักแรม 2 หลัง ขนาด 50 คน

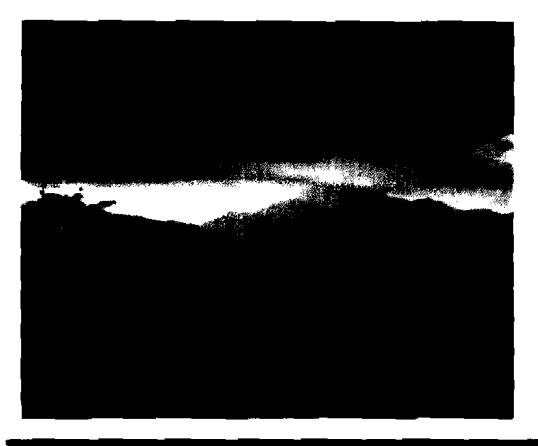
สถานที่กางเต็นท์/เต็นท์

อุทยานแห่งชาติจัดเตรียมเต็นท์และสถานที่กางเต็นท์ ไว้ให้บริการนักท่องเที่ยว การสำรองที่พักรับรอง สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียด และสำรองที่พักรับรองได้จากอุทยานแห่งชาติโดยตรง สำหรับอัตราค่าบริการอยู่ระหว่าง 150-300 บาท ขึ้นอยู่กับชนิด ขนาดของเต็นท์ และอุปกรณ์ประกอบอื่นๆ

กรณีที่น่าเต็นท์ไปกางเอง ต้องเสียค่าบริการสถานที่ หากไม่มีเครื่องนอน ก็ใช้บริการเครื่องนอน และอุปกรณ์สนามของอุทยานฯ

ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว มีศูนย์บริการนักท่องเที่ยว ให้บริการข้อมูลเกี่ยวกับอุทยานแห่งชาติ นักท่องเที่ยวสามารถเข้ามาขอรับบริการข้อมูลได้ทุกวัน ไม่เว้นวันหยุดราชการ ระหว่างเวลา 8.00 - 16.30 น.

อุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน เป็นอุทยานที่มีพื้นที่กว้างใหญ่ที่สุดของประเทศไทย มีพื้นที่ถึง 2,915 ตารางกิโลเมตร หรือ 1.8 ล้านไร่ ในเขตอำเภอแก่งกระจาน อำเภอหนองหญ้าปล้อง จ.เพชรบุรี และอำเภอหัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์ ยังคงสภาพเป็นป่าดงดิบตามธรรมชาติที่สมบูรณ์ และมีความหลากหลายทางชีวภาพสูงมากแห่ง



ภาพที่ 73 อุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน

หนึ่ง ได้รับการประกาศให้เป็นเขต อุทยานแห่งชาติ เมื่อวันที่ 12 มิถุนายน 2524 โดยกำหนดพื้นที่ บริเวณอ่างเก็บน้ำและป่าเหนือเขื่อนแก่งกระจานเป็นเขตอุทยานฯ เป็นต้นน้ำลำธารของแม่น้ำหลาย สาย พื้นที่ส่วนใหญ่ของอุทยานฯ เป็นภูเขาสลับซับซ้อนอยู่ในเทือกเขาตะนาวศรี สภาพภูมิประเทศ เป็นป่าดิบชื้น ยอดเขาที่สูงที่สุดในอุทยานฯ คือยอดเขาเงาะงันนิกยวงตอง อยู่ในเขตรอยต่อประเทศ พม่าและไทย มีความสูง 1,513 เมตร รองลงมาคือยอดเขาพะเนินทุ่ง ซึ่งมีความสูง 1,207 เมตร จาก ระดับน้ำทะเลปานกลาง และจากสันเขื่อนแก่งกระจานจะมีถนนเลียบบอกมาทางซ้ายมือระยะทาง 3 กิโลเมตร ถึงที่ทำการ

สถานที่ที่น่าสนใจภายในอุทยานฯ

ทะเลสาบ มีเนื้อที่ประมาณ 45 ตารางกิโลเมตร มีเกาะกลางแม่น้ำอยู่หลาย เกาะ นักท่องเที่ยวที่ต้องการจะล่องเรือชมทิวทัศน์เพื่อพักผ่อนหรือตกปลาน้ำจืดในทะเลสาบ ก็สามารถเช่าเรือได้ที่ร้านอาหารหรือชมรมเรือที่อยู่บริเวณที่ทำการอุทยานฯ

พะเนินทุ่งแคมป์ หรือ กม. 30 เป็นจุดชมวิวที่สามารถชมทะเลหมอกในตอนเช้าได้สวย จุดหนึ่ง และสามารถกางเต็นท์พักแรมได้ การเดินทางต้องใช้รถที่มีกำลังสูง สามารถเหมารถปิกอัพ ได้จากบริเวณที่ทำการอุทยานฯ เนื่องจากถนนค่อนข้างแคบ อุทยานฯ จึงได้กำหนดเวลาในการ ขึ้น-ลง คือ เวลาขึ้น ช่วงเช้าเวลา 05.00-09.30 น. ช่วงบ่ายเวลา 14.30-15.00 น. เวลาลง ช่วงเช้าเวลา 12.00-13.00 น. ช่วงบ่ายเวลา 16.30-18.00 น. สำหรับผู้ที่ต้องการจะขึ้นเขาพะเนินทุ่งต้องติดต่อที่ ศูนย์บริการนักท่องเที่ยวเพื่อขอใบอนุญาตผ่านทาง และผู้ที่ต้องการจะขึ้นเขาพะเนินทุ่ง เวลา 05.00 น. ต้องทำใบขออนุญาตล่วงหน้า 1 วัน

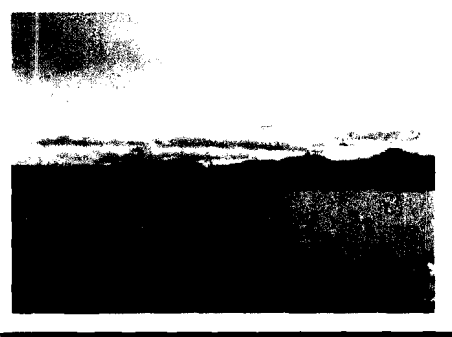
สำหรับเส้นทางคน- ผีเสื้อ จะเริ่มจากที่กิโลเมตรศูนย์ คือ บริเวณด่านตรวจเขาสามยอดถึง กิโลเมตรที่ 18 จะพบผีเสื้อได้ตามสองข้างทางหรือตามโป่งดินระหว่างกิโลเมตรที่ 10-12 และจุดที่ นักท่องเที่ยวสามารถดูนกได้คือ บริเวณตั้งแต่อ่างเก็บน้ำห้วยสามยอด เลยด่านตรวจมาไม่ไกล ซึ่งเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของนกน้ำนานาชนิด ส่วนเส้นทางศึกษาธรรมชาตินั้นนับตั้งแต่กิโลเมตรที่ 18 ขึ้นไป และบริเวณกิโลเมตรที่ 18-27 อาจจะพบเห็นนกกระลิงเขียวหางหนาม ซึ่งพบในอุทยาน แห่งชาติแก่งกระจานที่เดียวในประเทศไทย

แคมป์บ้านกร่าง เป็นจุดพักค้างแรมกางเต็นท์ สำหรับผู้สนใจดูนกและผีเสื้อเนื่องจากมี อากาศเย็นสบาย อยู่บริเวณกม.15 มีเส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติ ซึ่งเป็นป่าเบญจพรรณและป่าดิบ แล้ง ไม้ที่พบมากคือ ไม้ตะเคียนทอง ไม้ยาง ไม้มะค่าโมง ไม้หอมหรือไม้กฤษณา และเป็นป่าที่ชุ่ม ชื้นจึงมีเฟิร์น กระโถนถ้ำ หินงาม หวาย ขึ้นอย่างสมบูรณ์และสัตว์ป่าเช่น ช้างป่า กระทิง วัวแดง

แก้ง กวาง หมี่และสัตว์ป่าสงวน เช่น เลียงผา แก้งหม้อ สมเสร็จ และแมวลายหินอ่อน รวมทั้งผีเสื้อมากกว่า 150 ชนิดให้ศึกษา โดยเฉพาะในหน้าแล้งจะเห็นฝูงผีเสื้อลงไปกินดินโป่งจำนวนมาก และประมาณเดือนกุมภาพันธ์-มิถุนายน จะสามารถพบเห็นนกหลายชนิดที่กำลังสร้างรัง วางไข่เลี้ยงลูกอ่อน เช่น นกกก นกกายัง ซึ่งเป็นสัญลักษณ์ของป่าดงดิบ

เขื่อนแก่งกระจาน

เป็นเขื่อนดินกันแม่น้ำเพชรบุรี สันเขื่อนยาว 760 เมตร กว้าง 8 เมตร สูง 58 เมตร ฐานตอนที่กว้างที่สุด 250 เมตร สร้างเสร็จเมื่อปี พ.ศ. 2509 เป็นทะเลสาบน้ำจืดขนาดใหญ่ เหมาะสำหรับท่องเที่ยวพักผ่อนหย่อนใจ



ภาพที่ 74 เขื่อนแก่งกระจาน

ศูนย์วัฒนธรรมไทยทรงดำหรือลาวโซ่ง ตั้งอยู่หมู่ 5 ตำบลเขาชัยย้อย เดินทางตามทางหลวงหมายเลข 4 เลี้ยวจากแยกอำเภอเขาชัยย้อย มาทางตัวเมืองเพชรบุรีประมาณ 1 กิโลเมตร เลี้ยวซ้ายตรงทางเข้าโรงเรียนบ้านวัง เข้าไปประมาณ 150 เมตร ไทยทรงดำหรือลาวโซ่ง เป็นชนกลุ่มหนึ่งที่มีถิ่นฐานเดิมอยู่ที่เมืองเดียนเบียนฟู ในเวียดนามเหนือ มีความรู้ความชำนาญในการทอผ้าและจักสาน นิยมแต่งกายด้วยสีดำ มีภาษาพูดและภาษาเขียนเป็นของตนเอง ชาวลาวโซ่งส่วนใหญ่ยังคงอาศัยอยู่ในจังหวัดเพชรบุรี ศูนย์วัฒนธรรมไทยทรงดำ เป็นที่เก็บรวบรวมภาพชีวิตความเป็นอยู่ในอดีตของชาวลาวโซ่งให้คนรุ่นหลังได้ศึกษา ภายในศูนย์ มีการจัดแสดงเครื่องมือเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน บ้านจำลอง อักษรดั้งเดิม สาริตการทอผ้า และขายสินค้าของที่ระลึก เช่น เสื้อผ้า กระเป๋า เครื่องประดับ และทุกวันเสาร์-อาทิตย์ จะมีการฝึกสอนสอนฟรี การเป่าแคนแก่ลูกหลาน เปิดให้ชมฟรี ตั้งแต่เวลา 10.00-12.00 น. ในช่วงเดือนเมษายนของทุกปีจะมีงานประเพณีสงกรานต์ ซึ่งถือเป็นงานรื่นเริงสังสรรค์ของชาวลาวโซ่ง โดยจะหมุนเวียนกันจัดไปตามหมู่บ้านต่างๆ หากนักท่องเที่ยวมาเป็นหมู่คณะและต้องการจะชมการแสดงประเพณีพื้นบ้าน เช่น พิธีเสนเรือน (เช่นผีบ้าน) พิธีแต่งงาน การอินคอน การเล่นลูกช่วง เพื่อการหาคู่ของหนุ่มสาว เป็นต้น

พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน

ตั้งอยู่ในบริเวณค่ายพระรามหก ตำบลห้วยทรายเหนือ ตรงหลักกิโลเมตรที่ 216 เลขหาดชะอำมา 8 กิโลเมตร



ภาพที่ 75 พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน

เป็นพระตำหนักที่ประทับริมทะเล ซึ่งพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว โปรดให้ชื่อพระตำหนักหาดเจ้าสำราญมาปลูกขึ้นใหม่เมื่อปี พ.ศ. 2466 ได้รับขนานนามว่า “พระราชนิเวศน์

แห่งความรักและความหวัง” ลักษณะเป็นพระตำหนักแบบไทยผสมยุโรป เป็นอาคารไม้ได้ถุนสูง สร้างด้วยไม้สักทอง พระตำหนักฝ่ายในอยู่ปีกขวา ทางปีกซ้ายเป็นส่วนของฝ่ายหน้า ประกอบด้วย พระที่นั่งสามองค์เชื่อมต่อกันโดยตลอด พระที่นั่งสมุทรพิมาน เป็นที่ประทับของพระนางเจ้าอินทรศักดิศจี พระวรราชา พระที่นั่งพิศาลสาครเป็นที่ประทับของพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว มีอาคารข้าราชการบริพารฝ่ายหน้าเป็นบริวารหลายหลัง และมีแนวระเบียงขึ้นลงสู่ทะเลเป็นที่ลงสรงน้ำ และพระที่นั่งสโมสรเสวกามาตย์ เป็นอาคารโถงสองชั้นเปิดโล่งใช้เป็นที่ประชุมในโอกาสต่าง ๆ และเป็นโรงละครซึ่งเคยจัดแสดงละครครั้งสำคัญ 2 ครั้ง คือ เรื่องพระร่วง และวิเวกพระสมุทร ในปี พ.ศ. 2484 เจ้าพระยารามราฆพ ได้สร้างพระบรมรูปพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ถวายเป็นพระราชนุสรณ์ประดิษฐานไว้ ณ ท้องพระโรงพระราชนิเวศน์มฤคทายวัน และได้จัดงานบำเพ็ญพระราชกุศลถวายเป็นพระราชสักการะ เนื่องในวันที่ระลึกคล้ายวันสวรรคตของพระองค์ในวันที่ 25 พฤศจิกายน เป็นประจำทุกปี พระราชนิเวศน์มฤคทายวัน เปิดให้เข้าชมทุกวัน เว็บไซต์ <http://mrigadayavan.org>

หาดปึกเตียน อยู่ในท้องที่ตำบลปึกเตียน ห่างจากหาดเจ้าสำราญไปทางใต้ประมาณ 7 กิโลเมตร หรือสามารถเดินทางไปทางถนนเพชรเกษมถึงอำเภอท่ายางแล้วเลี้ยวซ้ายตรงสี่แยกคลองชลประทานสาย 2 ประมาณ 15 กิโลเมตร บริเวณหาดปึกเตียนเป็นหาดทรายขาว สะอาด สามารถเล่นน้ำได้ และมีรูปปั้นพระอภัยมณี นางผีเสื้อสมุทร สุดสาครและม้านิลมังกร ศาลเจ้าแม่กวนอิม และเกาะเต่า นอกจากนี้ยังมีที่พัก ร้านอาหาร และร้านขายของที่ระลึก

พระรามราชนิเวศน์ หรือ “พระราชวังบ้านปืน”

ตั้งอยู่ที่ตำบลบ้านหม้อ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว มีพระราชประสงค์ให้สร้างด้วยพระราชทรัพย์ส่วนพระองค์ เพื่อเป็นพระราชนิเวศน์สำหรับประทับแรมในฤดูฝน ทรงโปรดเกล้าฯ ให้จัดซื้อที่จากราษฎร และให้จอมพลเรือสมเด็จพระเจ้า



ภาพที่ 76 พระรามราชนิเวศน์

บรมวงศ์เธอเจ้าฟ้าบริพัตรสุขุมพันธ์ กรมพระนครสวรรค์วรพินิต กับสมเด็จพระเจ้าบรมวงศ์เธอกรมพระยาดำรงราชานุภาพเป็นแม่กองจัดการก่อสร้าง สร้างแบบสถาปัตยกรรมยุโรป ออกแบบ

โดยมิสเตอร์คาล เคอริง ชาวเยอรมัน เริ่มก่อสร้างในปี พ.ศ. 2452 แล้วเสร็จในปี พ.ศ. 2459 และรัชกาลที่ 6 ได้พระราชทานนามว่า พระที่นั่งศรเพ็ชรปราสาท และทรงเปลี่ยนเป็นพระรามราชนิเวศน์ ปี พ.ศ. 2461 ใช้เป็นที่พักแรมเมือง ในสมัยพระบาทสมเด็จพระปกเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงโปรดเกล้าฯ ให้ใช้เป็นที่ตั้งของโรงเรียนผู้กำกับลูกเสือ โรงเรียนฝึกหัดครูเกษตรกรรม โรงเรียนประชาบาลประจำตำบล พระรามราชนิเวศน์ เปิดให้เข้าชมทุกวันตั้งแต่เวลา 08.00 – 16.00 น. สำหรับผู้ที่ต้องการจะเข้าชมเป็นหมู่คณะ และต้องการวิทยากรบรรยาย สามารถทำหนังสือถึงผู้บังคับการทหารบกจังหวัดเพชรบุรี ค่ายรามราชนิเวศน์ อำเภอเมือง จังหวัดเพชรบุรี 76000 โทร. 03242 8506-10 ต่อ 259

ถ้ำเขาหลวง อยู่บนเขาหลวง ห่างจากเขาวังประมาณ 5 กิโลเมตร จากเชิงเขามีบันไดคอนกรีตนำสู่ทางลงถ้ำ เขาหลวงเป็นภูเขาขนาดเล็กมีความสูง 92 เมตร มีหินงอกหินย้อยสวยงามภายในมีปล่องที่แสงอาทิตย์สามารถส่องเข้ามาภายในถ้ำได้ทำให้สวยงามยิ่งขึ้น ถ้ำเขาหลวงถือเป็นถ้ำใหญ่และสำคัญที่สุดในเมืองเพชร ภายในถ้ำประดิษฐานพระพุทธรูปฉลองพระองค์อันสำคัญยิ่งซึ่งพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว โปรดให้สร้างถวายพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ซึ่งเคยเสด็จประพาสมาและทรงโปรดถ้ำแห่งนี้มาก ทั้งยังทรงบูรณะพระพุทธรูปเก่าแก่ที่มีมาแต่โบราณภายในถ้ำนี้หลายองค์ด้วยกัน และโปรดเกล้าฯ ให้สร้างบันไดหินลงไปใถ้ำ ตรงทางเข้าเชิงเขาหลวงด้านขวามือมีวัดใหญ่อยู่วัดหนึ่ง ชาวเมืองเรียกว่า วัดถ้ำกลบ ปัจจุบันชื่อ “วัดบุญทวี” ซึ่งเป็นวัดใหญ่ น่าชมมาก เพราะท่านเจ้าอาวาสวัดนี้เป็นช่าง ได้ออกแบบและสร้างศาลาการเปรียญที่ใหญ่โต ประติมากรรมเป็นไม้สลักลายสวยงามมาก วัดถ้ำกลบนี้มีตำนานเล่าว่า ปากถ้ำคือ ทางเข้าสู่เมืองลับแลอันเป็นเมืองที่มีแต่หญิงสาว แต่ก็ก็เป็นเพียงตำนานของชาวเมืองเพชร

หาดเจ้าสำราญ

เป็นชายหาดที่เคยเป็นสถานที่ท่องเที่ยวสำคัญมากตั้งแต่สมัยโบราณ ตามประวัติเล่ากันว่า สมเด็จพระนเรศวรมหาราช เคยเสด็จมาที่นี่พร้อมด้วยสมเด็จพระเอกาทศรถ ทรงพอพระราชหฤทัยในความงามของหาดแห่งนี้มาก ทรงประทับแรมอยู่หลายวัน จนชาวบ้านเรียกหาดนี้ว่า หาดเจ้าสำราญ จนถึงปัจจุบันหาดเจ้าสำราญเจริญถึงขีดสุดในสมัยรัชกาลที่ 6 หาดเจ้าสำราญ



ภาพที่ 77 หาดเจ้าสำราญ

มีชื่อเสียงกว่าชายทะเลแห่งใด ๆ ในเมืองไทยสมัยนั้น พระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัวโปรดเกล้าฯ ให้สร้างพระตำหนักที่ประทับขึ้น ณ ริมหาดแห่งนี้เรียกว่า พระตำหนักหาดเจ้าสำราญ สำเร็จในปีพ.ศ. 2461 ต่อมาเรือไปสร้างใหม่ที่บริเวณอำเภอชะอำ เรียกชื่อว่า “พระราชานิเวศน์มฤคทายวัน” บริเวณหาดมีที่พักและร้านอาหารบริการด้วย

การเดินทาง อยู่ห่างจากตลาดเมืองเพชรบุรี 15 กิโลเมตร ตามทางหลวงหมายเลข 3177 ผ่านสถาบันราชภัฏเพชรบุรีไปประมาณ 13 กิโลเมตร สำหรับนักท่องเที่ยวที่เดินทางโดยรถโดยสารประจำทาง สามารถนั่งรถสองแถวที่วิ่งระหว่างตัวเมือง-หาดเจ้าสำราญ รถจะจอดบริเวณข้างธนาคารกรุงไทย ถนนวัดท่อใกล้หอนาฬิกา มีบริการตั้งแต่เวลา 07.30-18.15 น.

วัดเขabanไคอิฐ ไปตามทางหลวงหมายเลข 4 และเลี้ยวขวาเข้าทางหลวง 3171 ห่างจากเขาวังประมาณ 2 กิโลเมตร เป็นเขานาคย่อมมียอดสูง 121 เมตร วัดนี้สร้างขึ้นในสมัยอยุธยา เป็นสำนักวิปัสสนากรรมฐานที่มีชื่อเสียง สมเด็จพระเจ้าเสือเคยเสด็จมาฝากตัวเป็นศิษย์ของวัดนี้ ในอดีตวัดเขabanไคอิฐมีชื่อเสียงมากทางวิทยาคมในช่วงที่หลวงพ่อด่าง พระเกจิชื่อดังของจังหวัดเพชรบุรีเป็นเจ้าของ ทำให้มีผู้ให้ความเคารพและเดินทางมาสักการะเป็นจำนวนมาก วัดนี้เป็นวัดที่มีชื่อเสียงทางด้านความงามของศิลปะปูนปั้นชั้นครูที่ฝากผลงานไว้เหนือหน้าบันพระอุโบสถ นอกจากนี้ ยังมีถ้ำให้ชมอีกหลายแห่ง ถ้ำแรกคือ “ถ้ำประทุน” มีพระพุทธรูปประดิษฐานอยู่ตามผนังถ้ำทั้งสองด้าน ถ้ำเข้าไปจะเป็นถ้ำ “พระเจ้าเสือ” ที่ชื่อเช่นนี้เพราะมีเรื่องเล่ากันว่า พระเจ้าเสือได้เสด็จมาหาอาจารย์แสง และได้ถวายพระพุทธรูปปั้นปางห้ามสมุทรประดิษฐานไว้ในถ้ำแห่งนี้ ถัดจากถ้ำนี้เข้าไปทางด้านใต้จะมีถ้ำพระพุทธรูปไสยาสน์ จะมีพระนอนองค์ใหญ่ประดิษฐานอยู่ และตรงซอกผนังถ้ำมีประทุนเรือทำด้วยไม้เก่าแก่มาก เป็นประทุนเรือที่พระเจ้าเสือถวายอาจารย์แสง นอกจากนี้แล้วยังมีถ้ำอื่น ๆ เช่น ถ้ำพระอาทิตย์ ถ้ำพระจันทร์ ถ้ำสว่างอารมณ์ ถ้ำช้างเผือก และถ้ำคูคซึ่งมีชื่อตามคฤกษิณฮัลเบิร์ต ผู้สำเร็จราชการเมืองปอร์นสวิค (Braunschweig) ประเทศเยอรมัน ผู้เคยมาเยือนเพชรบุรีและมาเที่ยวถ้ำแห่งนี้

หาดชะอำ

อยู่ห่างจากตัวเมืองเพชรบุรี 41 กิโลเมตร มีทางแยกซ้ายเข้าชายหาด ระยะทาง 2 กิโลเมตร เป็นชายหาดที่สวยงามและมีชื่อเสียงของจังหวัดเพชรบุรี เดิมชะอำเป็นเพียงตำบลหนึ่งขึ้นอยู่กับอำเภอหนองจอก แต่ภายหลังที่หัวหินมีชื่อเสียง ที่ดินแถบชายทะเลถูกจับ



ภาพที่ 78 หาดชะอำ

ล่องแก่งแม่น้ำเพชร

แม่น้ำเพชร มีต้นกำเนิดมาจากเทือกเขาตะนาวศรี ในเขตอุทยานแห่งชาติแก่งกระจาน บริเวณได้นำ้ตกทอทิพย์ลงมา เรียกกันว่า **ต้นน้ำเพชร** สภาพลำน้ำถูกปกคลุมด้วยป่าดิบชื้น ริมฝั่งแม่น้ำบางช่วงเป็นโป่งผิเสื่อ บางช่วงเป็นโป่งสัตว์ป่า และในลำน้ำยังเต็มไปด้วยเกาะแก่งที่เชื่อมกรากอีกมาก ในการล่องแม่น้ำเพชรจะใช้เวลา 1 ชั่วโมง 30 นาที ระยะทาง 8 กิโลเมตร เรือ 1 ลำ (ประมาณ 10 คน) ช่วงเวลาที่เหมาะสมแก่การล่องแม่น้ำเพชร คือ ตั้งแต่เดือนพฤษภาคม - ตุลาคม ของทุกปี

การเดินทาง

ทางรถยนต์ ทางที่สะดวกและใกล้ที่สุด คือ จากกรุงเทพฯ โดยใช้ทางหลวงหมายเลข 35 (สายธนบุรี-ปากท่อ) ผ่านสมุทรสาคร สมุทรสงคราม และอำเภอปากท่อ แล้วแยกเข้าทางหลวงหมายเลข 4 ไปจังหวัดเพชรบุรี รวมระยะทางประมาณ 123 กิโลเมตร หรือจากกรุงเทพฯ เดินทางไปตามทางหลวงหมายเลข 4 ผ่านนครปฐม ราชบุรี ไปยังเพชรบุรี เป็นระยะทาง 166 กิโลเมตร หรือใช้ทางพิเศษเฉลิมมหานคร

รถโดยสารปรับอากาศ มีทั้งรถประจำทางปรับอากาศ และรถธรรมดาออกจากสถานีขนส่งสายใต้ ถนนบรมราชชนนี สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 0 2435 1199, 0 2434 7192, 0 2435 5605 หรือรถโดยสารของบริษัทเอกชน ติดต่อที่เพชรบุรีทัวร์ โทร. 0 2435 7408 หรือเว็บไซต์ www.transport.co.th นอกจากนี้ยังสามารถโดยสารรถประจำทางสายได้หลายสายที่วิ่งผ่านเพชรบุรี เช่น สายกรุงเทพฯ-ชุมพร สายกรุงเทพฯ-หัวหิน-ปราณบุรี เป็นต้น จากกรุงเทพฯ ยังสามารถเดินทางไปยังอำเภอต่างๆ ของจังหวัดเพชรบุรีได้ คือ กรุงเทพฯ-ชะอำ, กรุงเทพฯ-ท่ายาง, กรุงเทพฯ-บ้านแหลม อีกด้วย

รถไฟ จากกรุงเทพฯ มีบริการรถไฟไปเพชรบุรีและอำเภอชะอำทุกวัน รถไฟออกจากสถานีรถไฟหัวลำโพง สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ หน่วยบริการเดินทาง โทร. 1960 หรือ 0 2223 7010, 0 2223 7020 และยังมีรถไฟออกจากสถานีรถไฟธนบุรี (บางกอกน้อย) ทุกวัน

แหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจ จังหวัดราชบุรี

ดินแดนวัฒนธรรมลุ่มน้ำแม่กลองและสายหมอกแห่งขุนเขาตะนาวศรี เป็นจังหวัดหนึ่งในภาคกลางด้านตะวันตกที่มีภูมิประเทศหลากหลาย จากพื้นที่ราบต่ำ ลุ่มแม่น้ำแม่กลองอันอุดมสมบูรณ์ แหล่งเพาะปลูกพืชผักผลไม้เศรษฐกิจนานาชนิด สู่มิพื้นที่สูงทิวเทือกเขาตะนาวศรีทอดตัวยาวทางทิศตะวันตกจรดชายแดนไทย - พม่า

อำเภอเมือง

หลวงพ่อก่อนจันทน์ ประดิษฐานอยู่ที่วัดช่องลม ใกล้บริเวณเมืองเก่า ริมถนนวรเดช ใจกลางเมืองราชบุรี เป็นพระพุทธรูปปางอุ้มบาตร สร้างด้วยโลหะทองคำสัมฤทธิ์ ส่วนล่างแกะสลักจากไม้จันทน์ซึ่งเป็นไม้เนื้อหอม สูงประมาณ 2.26 เมตร เป็นพระพุทธรูปที่เคารพนับถือกันมาก

วัดมหาธาตุวรวิหาร หรือที่ชาวบ้านเรียกกันว่า วัดหน้าพระธาตุ หรือ วัดพระศรีรัตนมหาธาตุ เป็นวัดเก่าแก่ ตั้งอยู่บนเนินเขา ตำบลหน้าเมือง วัดนี้สันนิษฐานว่าสร้างในสมัยทวารวดี ราวพุทธศตวรรษที่ 15-16 ใกล้เคียงกับการสร้างเมืองราชบุรีเก่า ต่อมาได้มีการสร้างปราสาทศิลปะเขมรหรือลพบุรีซ้อนทับราวต้นพุทธศตวรรษ 18 เพื่อเป็นศูนย์กลางของเมือง ตามความเชื่อเรื่องคติจักรวาลของเขมร ต่อมาปราสาทที่สร้างขึ้นอาจจะหักพังลง จึงมีการสร้างปรางค์ใหม่ต้นสมัยอยุธยา ราวพุทธศตวรรษที่ 20-21 ดังปรากฏรูปแบบสถาปัตยกรรมปัจจุบันซ้อนทับ ภายในวัดมีสิ่งที่น่าสนใจ ได้แก่ วิหารหลวง ประดิษฐานพระมงคลบุรี พระพุทธรูปปูนปั้น ปางมารวิชัย ขนาดหน้าตักกว้าง 8 ศอก 1 คืบ ศิลปะสมัยอยุธยาตอนต้น พระพักตร์สุโขทัย พระองค์ยาว พระชาณูสั้น (ต้วยยาวเข้าสั้น) หน้าหน้าสู่ทิศตะวันออก ด้านหลังสร้างพระหันหลังให้กันอีกองค์หนึ่ง หน้าหน้าทิศตะวันตก หมายรวมถึง อารามนาให้ช่วยระงับภัยพิบัติหน้าหลัง เรียกพระรักษาเมือง ตามความเชื่อของคนสมัยอยุธยา ด้านหน้าวิหารมีกำแพงแก้วก่อด้วยศิลาแลง

วัดหนองหอย ตั้งอยู่บนยอดเขาแรง เป็นที่ตั้งของพระวิหารพระอวโลกิเตศวรโพธิสัตว์กวนอิม สูง 16 เมตร หน้าตักกว้าง 9 เมตร และอีกด้านของยอดเขาประดิษฐานพระพุทธรัดน โกสินทร์มหาภูมิ (หลวงพ่อใหญ่) เป็นวัดที่มีผู้ศรัทธานิยมมาไหว้พระกันมาก มีงานประจำปีในช่วงเทศกาลตรุษจีน

อำเภอวัดเพลง

วัดเพลง เป็นอำเภอเล็กๆ อยู่ติดกับอำเภอเมือง เดิมมีชื่อว่า “ บ้านเพลง” ในสมัยก่อนอยู่ห่างไกลเส้นทางคมนาคม มีบ้านเรือนอยู่เป็นหย่อมๆ แต่มีนักร้องร้องเพลงพวงมาลัยกันเสมอ มีพ่อเพลงแม่เพลง ร้องเพลงแก่กัน ร้องสู้กันได้สามวันสามคืน หรือ เจ็ดวันเจ็ดคืน โดยไม่แพ้ชนะกัน จึงได้ชื่อว่าบ้านเพลง ปัจจุบันยังคงบรรยากาศสงบ ร่มเย็น ตามวิถีชนบทบ้านสวนริมคลอง บางครั้งหากมีโอกาสดูอาจพบเห็นชาวสวนเก็บมะพร้าวร้อยพวงยาวลากตามร่องสวน กรรมวิธีขนส่งพืชผลแบบพื้นบ้านที่หาชมได้ยาก

การเดินทาง จากถนนมนตรีสุริยวงศ์ เลียบแม่น้ำแม่กลองไปจนสุดถนนสาย 3088 เลียบแม่น้ำอ้อมผ่านสวนมะพร้าวที่ร่มครึ้ม

อำเภอดำเนินสะดวก

ตลาดน้ำดำเนินสะดวก หรือที่รู้จักกันทั่วไปในนามตลาดน้ำคลองต้นเจ้ม เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงมากของราชบุรี อยู่ห่างจากกรุงเทพฯราว 80 กิโลเมตร ในราวปี พ.ศ. 2409 รัชกาลที่ 4 โปรดเกล้าฯ ให้ขุดคลองดำเนินสะดวกระยะทางกว่า 32 กิโลเมตร เชื่อมแม่น้ำแม่กลองที่บางนกแขวกกับแม่น้ำท่าจีนที่ประตูน้ำบางยาง และมีคลองซอยเล็กมากมาย ทำให้ชาวบ้านในราชบุรี สมุทรสงคราม และสมุทรสาคร สามารถติดต่อกันทางน้ำได้สะดวก ตลาดน้ำดำเนินสะดวกเปิดตัวสู่สายตาชาวโลกในฐานะแหล่งท่องเที่ยวครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. 2510 ในภาพของตลาดลอยน้ำที่เต็มไปด้วยเรือพายลำย่อม บรรทุกสินค้าที่จำเป็นต่อการครองชีพ พ่อค้าแม่ค้าสวมเสื้อผ้าโทนสีเข้มแบบชาวสวน ใส่หมวกงอบใบลาน พายเรือเร่ขายแลกเปลี่ยนสินค้าในยามที่เส้นทางคมนาคมทางน้ำเป็นหัวใจหลัก ตลาดน้ำดำเนินสะดวกเริ่มค้าขายตั้งแต่เช้าตรู่ไปจนถึงช่วงประมาณ 12.00 น. ส่วนตลาดน้ำวัดปราสาทสิทธิ์ซึ่งเป็นตลาดน้ำที่ยังคงวิถีชีวิตเดิมอยู่มากจะเริ่มตั้งแต่เช้าตรู่ และจะวายตั้งแต่ก่อน 08.00 น.

อำเภอบ้านโป่ง

อดีตสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 บ้านโป่งเคยเป็นค่ายทหารญี่ปุ่น เป็นจุดเริ่มต้นทางรถไฟสายมรณะ ณ สถานีรถไฟหนองปลาตุก ก่อนผ่านเข้าสู่กาญจนบุรี เพื่อขยายกำลังไปสู่พม่า ปัจจุบันอำเภอบ้านโป่งเป็นแหล่งอุตสาหกรรมประกอบรถบัสที่ใหญ่ที่สุดแห่งหนึ่งจนได้รับขนานนามว่า “ดีทรอยต์เมืองไทย”

อุทยานบ้านปลาและสวนผีเสื้อมณฑิลา ตั้งอยู่ทางไปโครงการส่งน้ำนครชุม อยู่ติดหมู่บ้านกรูณาการ์เด็นวิลล์ จัดแสดงพันธุ์ปลาสวยงาม ทั้งจากต่างประเทศและในประเทศ อาทิ จากทวีปอเมริกา - ทวีปแอฟริกา มีการจัดแบ่งบริเวณในพื้นที่เป็นส่วนต่างๆ ทำให้สามารถเดินเที่ยวชมได้สะดวก เช่น อาคารแสดงพันธุ์ปลาสวยงาม อาคารปลาหางนกยูง อาคารปลาเทวดา อาคารปลาทอง อาคารแสดงพันธุ์ปลาหมอแคระ เป็นต้น และมีการจำลองน้ำตก บ่อปลาและตู้ปลาของพันธุ์ปลาชนิดต่างๆ นอกจากนี้ยังมีสวนผีเสื้อมณฑิลา ซึ่งจะทำให้ผู้เข้าชมได้สัมผัสกับวงจรชีวิตของผีเสื้อในธรรมชาติอย่างใกล้ชิด เช่น การกินน้ำหวาน การวางไข่ หรือ แม้กระทั่งการออกจากดักแด้ ปล่อยให้เข้ามาชมทุกวัน

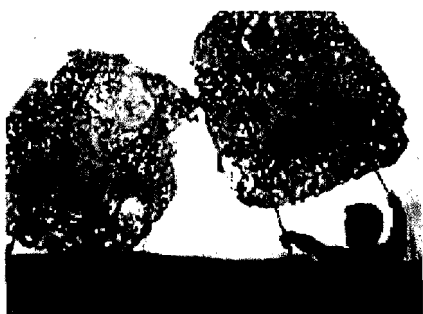
การเดินทาง

รถยนต์ ใช้เส้นทางสายปิ่นเกล้า - นครชัยศรี หรือ ถนนเพชรเกษม ผ่านนครปฐม ไปตามทางหลวงหมายเลข 4 จากนั้นแยกไป ก่อนถึงอำเภอบ้านโป่ง ประมาณกิโลเมตรที่ 74-75 จะเห็นแยก

เลียวซ้ายไปประมาณ 1 กิโลเมตร เข้าอุทยานบ้านปلامณชิตา (อยู่ติดกับตลาดสหกรณ์ปลาวยงามบ้านโป่ง)

รถโดยสารประจำทาง จากกรุงเทพฯ นั่งรถโดยสารประจำทางจากสถานีขนส่งสายใต้ สาย กรุงเทพฯ - บ้านโป่ง- กาญจนบุรี มาลงที่อำเภอบ้านโป่ง แล้วต่อรถโดยสารมาที่อุทยานบ้านปลา

พิพิธภัณฑสถานบ้านวัดม่วง ตั้งอยู่ในวัดม่วง ตำบลบ้านม่วง ริมแม่น้ำแม่กลอง วัดม่วง เป็นวัดเก่าแก่ ตามประวัติบอกไว้ในคัมภีร์ไบเบิลเขียนด้วยอักษรมอญว่า มีอายุอยู่ในปลายสมัยกรุงศรีอยุธยา ในช่วงนั้น ชุมชนบ้านม่วงและบริเวณสองฝั่งลุ่มแม่น้ำแม่กลอง มีกลุ่มชาวบ้านส่วนใหญ่เป็นคนเชื้อสายมอญ อยู่ร่วมกันกับกลุ่มชนอื่น เช่น ไทย จีน ลาว ญวน เขมรและกะเหรี่ยง มีการผสมผสานแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมระหว่างกัน เกิดเป็นเอกลักษณ์ของคนในท้องถิ่นและความที่ชุมชนบ้านม่วงมีวิถีชีวิตผูกพันอยู่กับประเพณีและความเชื่อดั้งเดิม ทำให้ชุมชนแห่งนี้เป็นชุมชนที่ทางความรู้ด้านมอญศึกษาแก่ผู้สนใจมากมาย พิพิธภัณฑสถานแห่งนี้เป็นแหล่งค้นคว้ารวบรวมประวัติความเป็นมา วิถีชีวิตและวัฒนธรรมชุมชนท้องถิ่นชาวมอญตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ได้จัดแสดงโดยแบ่งเป็นห้อง สามารถเข้าใจเรื่องราวได้ง่ายโดยเริ่มจาก ห้องโถง มอญในตำนาน มอญในทางประวัติศาสตร์ ภาษามอญและจารึกภาษามอญ ประเพณีวัฒนธรรมมอญ มอญอพยพในไทยและผู้นำทางวัฒนธรรม มีการจัดแสดงโบราณวัตถุ คัมภีร์ไบเบิลที่เขียนด้วยอักษรมอญมีอายุกว่า 300 ปี



เสื้อผ้าข้าวของเครื่องใช้ต่างๆ ที่บ่งบอกถึงมรดกทางภูมิปัญญาท้องถิ่นที่น่าสนใจ ให้ความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของลุ่มน้ำแม่กลองในอดีต ความสัมพันธ์ด้านเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมของชุมชนบ้านม่วงกับชุมชนในเขตอำเภอบ้านโป่งและอำเภอโพธาราม นอกจากนั้นภายในวัดยังมีศูนย์มอญศึกษา เปิดสอนภาษามอญให้กับบุคคลทั่วไป ทุกวันพุธและวันพฤหัสบดี พิพิธภัณฑสถานบ้านวัดม่วงเปิด

ภาพที่ 79 พิพิธภัณฑสถานบ้านวัด ให้เข้าชมในวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ โดยไม่เสียเข้าชม (หากเข้าชม วันจันทร์-ศุกร์ กรุณาติดต่อล่วงหน้าก่อนเข้าชม และ หากเข้าชม เป็นหมู่คณะควรติดต่อล่วงหน้าหรือทำหนังสือเรียนเจ้าอาวาสวัดม่วง) รายละเอียด www.monstudies.org พิพิธภัณฑสถานบ้านวัดม่วงขอเชิญชวนผู้เข้าชมที่เดินทางมาเป็นหมู่คณะตั้งแต่ 10 คนขึ้นไปลองลิ้มชิมรสอาหารคาวหวานพื้นบ้านแบบมอญ เช่น แกงบอน น้ำปลาร้า แกงมะตาด ในราคาเป็นกันเอง ติดต่อล่วงหน้าที่คุณสอางค์ พรหมอินทร์ บริเวณวัดยังมีศูนย์ทอผ้าพื้นบ้านจำหน่ายผ้าทอมือ ผ้าขาวม้าฝีมือนักชาวบ้าน เปิดทุกวัน

การเดินทาง

รถยนต์ จากตัวเมืองราชบุรีไปตามทางหลวงหมายเลข 4 แล้วแยกเข้าอำเภอบ้านโป่ง ไปตามทางหลวงหมายเลข 3089 (โคกสูง- เบิกไพร) (ทางไปถ้ำเขาช่องพราน) จากนั้นข้ามสะพานแม่น้ำแม่กลองตรงไปประมาณ 7 กิโลเมตรและจากปากทางแยกเข้าไปอีก 2.5 กิโลเมตร ก็จะถึงพิพิธภัณฑ

รถโดยสารประจำทาง จากกรุงเทพฯ นั่งรถสายกรุงเทพฯ - กาญจนบุรีมาลงที่อำเภอบ้านโป่ง แล้วนั่งรถโดยสารประจำทางสายบ้านโป่ง- โพธาราม มาลงที่หน้าวัดม่วง

อำเภอโพธาราม

พิพิธภัณฑน์ใหญ่วัดขนอน ตั้งอยู่ที่วัดขนอน ริมแม่น้ำแม่กลอง ซึ่งอยู่ห่างจากตัวอำเภอโพธารามประมาณ 10 กิโลเมตร มีลักษณะเป็นเรือนไทย จัดแสดงนิทรรศการหนังใหญ่ ซึ่งบอกประวัติความเป็นมาและกรรมวิธีการแกะสลักตัวหนังใหญ่ มีตัวหนังจำนวน 313 ตัวที่อยู่ในสภาพสมบูรณ์ ส่วนใหญ่เป็นตัวละครในเรื่องรามเกียรติ์ แบ่งเป็นชุดหนุมานถวายแหวน ชุดสหัฐกุมาร และเผากรุงลงกา ศึกอินทรีชิตครั้งที่ 1 เป็นโครงการตามพระราชดำริในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ซึ่งทรงเห็นคุณค่าในการแสดงและศิลปะหนังใหญ่ที่ได้รับการยกย่องว่าเป็นการละเล่นชั้นสูง ใช้วงมโหรีปี่พาทย์เป็นเครื่องดนตรีประกอบ พร้อมกับลีลาของคนเชิดประกอบบทบาทและบทร้อง ทรงมีพระราชดำริให้ทางวัดช่วยกันอนุรักษ์ตัวหนังใหญ่ ซึ่งท่านพระครูศรัทธาสุนทร (หลวงปู่กล่อม) อดีตเจ้าอาวาสวัดขนอนในรัชกาลที่ 5 เป็นผู้สร้างขึ้น ท่านเป็นผู้มีความรู้ทางด้านช่างและประกอบกับในขณะนั้นมีตัวหนังอยู่บ้างที่วัด ท่านจึงมีความคิดที่จะสร้างตัวหนังใหญ่ให้มีขนาดใหญ่กว่าเดิมจึงได้ชักชวนครูอั้งผู้เคยเป็น โขนคณะเจ้าเมืองราชบุรี ช่างจาก และช่างจ๊ะชาวราชบุรี และช่างฟ่งชาวบ้านโป่งมาช่วยกันสร้างตัวหนัง ชุดแรกคือ ชุดหนุมานถวายแหวน ต่อมาได้สร้างเพิ่มอีกรวมเก้าชุด นับเป็นสมบัติของวัดที่ได้ร่วมรักษาสืบทอดกันมา ทางวัดจึงได้จัดสร้างพิพิธภัณฑน์ขึ้น นับเป็นวัดเดียวที่มีมหรสพของวัด ตัวหนังและคณะหนังใหญ่ที่สมบูรณ์อยู่ในความอุปถัมภ์ของวัดและยังคงมีการจัดการแสดงหนังใหญ่สืบทอดต่อมาจนถึงทุกวันนี้ พิพิธภัณฑน์เปิดให้เข้าชมทุกวัน ทางวัดได้จัดแสดงเชิดหนังใหญ่ทุกวันเสาร์เวลา 10.00-11.00 น. เพียงรอบเดียว โดยนักเรียนจากโรงเรียนวัดขนอน (สำหรับวันธรรมดาโปรดติดต่อล่วงหน้า โดยจะมีค่าใช้จ่ายรอบละ 2,000 บาท) สอบถามรายละเอียดได้ที่ เจ้าอาวาสวัดขนอน

การเดินทาง รถยนต์ ใช้เส้นทางหลวงหมายเลข 4 ถนนเพชรเกษมผ่านนครปฐม สู่อำเภอบ้านโป่ง จากนั้นเลี้ยวขวาที่สี่แยกอำเภอบางแพ ไปตามทางหลวงหมายเลข 3090 เข้าสู่โพธาราม

ข้ามสะพานแม่น้ำแม่กลอง แล้วเลี้ยวขวาไปตามเส้นทางหลวงหมายเลข 3089 ประมาณ 3 กิโลเมตร วัดขนอนอยู่ทางขวามือ

รถโดยสารประจำทาง รถโดยสารออกจากสถานีขนส่งสายใต้ สายกรุงเทพฯ- โขธาราม มาลงที่ท่ารถโฆธาราม แล้วจากท่ารถ นั่งรถสองแถวสายบ้านโป่ง- โฆธารามมาลงที่หน้าวัด หรือรถจักรยานยนต์รับจ้าง ใช้เวลาประมาณ 5 นาที

จิตรกรรมฝาผนัง วัดคงคาราม ตั้งอยู่ที่ตำบลคลองตากต อยู่ห่างจากตัวจังหวัดไปทางเหนือตามทางหลวงหมายเลข 4 ประมาณ 22 กิโลเมตร และแยกซ้ายเข้าทางหลวงหมายเลข 3080 อีก 1 กิโลเมตร เป็นวัดมอญ สร้างขึ้นโดยพระยามอญ มีอายุกว่า 200 ปี แต่เดิมเรียกว่า “ **วัดกลาง** ” หรือ “ **เกียไต้** ” รัชกาลที่ 5 ทรงพระราชทานนามใหม่ว่า “ **วัดคงคาราม** ” ประกอบด้วยพระอุโบสถ มีเจดีย์ทรงรามัญ 7 องค์รายรอบภายในอุโบสถมีพระประธาน แกนในทำด้วยศิลาแลงและปิดทองฐานชุกชีทำเป็นบัวคว่ำบัวหงาย และภาพจิตรกรรมฝาผนังฝีมือละเอียดอ่อน ภาพแต่ละภาพเหมือนถ่ายทอดจากต้นแบบที่มีชีวิตจริง เขียนขึ้นในสมัยต้นรัตนโกสินทร์ เป็นภาพพุทธประวัติตอนต่าง ๆ ที่หาชมยาก นอกจากนี้ยังมีกุฏิเรือนไทย 9 ห้องสร้างในสมัยธนบุรี ปัจจุบันจัดให้เป็นพิพิธภัณฑ์พื้นบ้านรวบรวมวัตถุเก่าแก่ซึ่งเกี่ยวข้องกับท้องถิ่นไว้ให้คนรุ่นหลังได้ศึกษา โดยเปิดให้เข้าชมทุกวัน อัตราค่าเข้าชม ทั้งนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ราคา 10 บาท

การเดินทาง รถประจำทาง จากกรุงเทพฯ นั่งรถที่สถานีขนส่งสายใต้ กรุงเทพฯ - โฆธาราม มาลงที่หน้าไปรษณีย์โฆธาราม แล้วนั่งรถจักรยานยนต์รับจ้างมาลงที่หน้าวัดคงคารา

ค้างคาวเขาช่องพราน อยู่ที่ตำบลตาปูน ห่างจากตัวอำเภอโฆธารามไปทางทิศตะวันตกประมาณ 9 กิโลเมตร ถ้ามาจากตัวเมืองราชบุรี ใช้เส้นทางเขาสูง - เบ็กไพร ไปประมาณ 17 กิโลเมตร บริเวณเขาช่องพรานมีถ้ำที่สวยงามคือ “ **ถ้ำพระนอน** ” มีพระพุทธรูปภายในถ้ำมากกว่าร้อยองค์ และมีพระพุทธรูปปางไสยาสน์องค์ใหญ่ความยาว 9 เมตร แต่สิ่งที่สร้างชื่อให้เขาช่องพราน คือ ผีค้างคาวนับล้านตัว ที่รูกันบินออกจากถ้ำพวยพุ่งเป็นสายสีดำ นานนับชั่วโมงทุกเย็นในช่วงใกล้พลบค่ำ ประมาณ 17.30 น. ในช่วงฤดูร้อนฝูงค้างคาวจะบินไปทางทิศตะวันออก ในช่วงฤดูหนาวฝูงค้างคาวจะบินไปทางทิศตะวันตก

ถ้ำสาริกา อยู่ในเขตตำบลธรรมเสน จากเขาช่องพรานจะมีทางแยกซ้ายมือไปอีกประมาณ 2 กิโลเมตร จะเห็นภูเขาสูงเล็ก ๆ อันเป็นที่ตั้งของถ้ำสาริกาซึ่งมีความสวยงาม พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้พระราชทานชื่อเมื่อคราวเสด็จประพาส และทรงสลักพระปรมาภิไธยย่อ จปร . ไว้บริเวณปากถ้ำ

อำเภอสวนผึ้ง

สวนผึ้งเป็นอำเภอบนพื้นที่สูงในโอบล้อมของขุนเขาติดชายแดนไทย - พม่า จึงมีสภาพอากาศที่เย็นสบายคล้ายกับภาคเหนือ และอยู่ไม่ไกลจากกรุงเทพฯ มากนัก แค่เพียงระยะเวลาขับรถประมาณ 2 ชั่วโมง

โป่งยุบ ตั้งอยู่ บ้านท่าเคย ตำบลท่าเคย อยู่ในพื้นที่ของชาวบ้าน เป็นที่ท่องเที่ยวทางธรรมชาติที่มีลักษณะแปลกตา ในเนื้อที่ประมาณ 60 ไร่ เกิดจากการยุบตัวของแผ่นดินทำให้เกิดลักษณะโตรกผาคล้ายกับแพะเมืองผีจังหวัดแพร่ เปิดให้เข้าชมทุกวัน

การเดินทาง ไปตามทางหลวงหมายเลข 3087 (จอมบึง-สวนผึ้ง) บริเวณกิโลเมตรที่ 26-27 ก่อนถึงตัวอำเภอสวนผึ้ง 5 กิโลเมตร มีทางแยกซ้ายไปอีกประมาณ 3.6 กิโลเมตร แล้วเลี้ยวขวาไปอีก 500 เมตร

พิพิธภัณฑภโวทัย หรือ สวนภูมิปัญญาชาวบ้าน จากหน้าสถานีตำรวจสวนผึ้งแยกซ้ายไปประมาณ 2 กิโลเมตร ผ่านวัดสวนผึ้งแล้วแยกขวาข้ามสะพานไปก็จะถึงพิพิธภัณฑซึ่งอยู่ทางซ้ายมือ ลักษณะเป็นเรือนไทยประยุกต์ รวบรวมวัตถุโบราณในอดีตรถม้า รวมทั้งพันธุ์ไม้ดอกไม้ประดับของไทยชนิดต่าง ๆ เปิดให้เข้าชมทุกวันเสาร์ - อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ มีบ้านพักไว้บริการนักท่องเที่ยว

ธารน้ำร้อนบ่อคลึง เดินทางจากตัวอำเภอสวนผึ้งไปประมาณ 5 กิโลเมตร จะพบแยกเข้าสู่ธารน้ำร้อนบ่อคลึงตรงไปอีก 10 กิโลเมตร บ่อคลึงเป็นธารน้ำร้อนธรรมชาติที่มีต้นกำเนิดมาจากเทือกเขาตะนาวศรี จะมีน้ำไหลอยู่ตลอดปี เป็นน้ำร้อนบริสุทธิ์ อุณหภูมิของน้ำประมาณ 120-136 องศาฟาเรนไฮด์ ในช่วงฤดูหนาวยามเช้าไอน้ำร้อนจะลอยกรุ่นเป็นหมอกสวยงาม มีบ่อน้ำร้อนและสระน้ำสำหรับอาบน้ำร้อนธรรมชาติ

อุทยานธรรมชาติวิทยา อยู่ที่ บ้านห้วยผาก ตำบลสวนผึ้ง ในบริเวณเทือกเขาตะนาวศรี ครอบคลุมพื้นที่ในเขตตำบลสวนผึ้งและตำบลตะนาวศรี สร้างขึ้นตามพระราชดำริสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์และฟื้นฟูพื้นที่ป่า สืบเสาะสภาพทางสังคม กายภาพและชีวภาพเพื่อทำเป็นแหล่งความรู้และเผยแพร่แก่เด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไป เนื่องจากพระองค์ได้เสด็จพระราชดำเนินทอดพระเนตรสภาพพื้นที่และทรงพบว่าพื้นที่ป่าแห่งนี้มีความหลากหลายทางธรรมชาติ จึงพระราชทานแนวทางในการอนุรักษ์พร้อมพัฒนาพื้นที่ภายในอุทยานฯ มี **ศาลาข้อมูลธรรมชาติวิทยา** รวบรวมข้อมูลทั่วไปของอุทยานธรรมชาติวิทยา โดยจัดแสดงในรูปแบบของนิทรรศการ สิ่งตีพิมพ์ วัสดุทัศน และมีห้องสมุดที่สามารถค้นหาข้อมูลทาง

สิ่งแวดล้อมได้ และร้านจำหน่ายของที่ระลึก หนังสือ ไปสการ์ดเกี่ยวกับอุทยานธรรมชาติวิทยาและหนังสือพระราชนิพนธ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ตลอดจนผลิตภัณฑ์ในโครงการส่งเสริมอาชีพตามพระราชดำริด้วย นอกจากนี้ทางอุทยานฯ ยังได้จัดทำ **เส้นทางเดินศึกษา**

ธรรมชาติ 2 เส้นทาง

เส้นทางที่ 1 เริ่มจากสนง.ผ่านธารน้ำร้อนบ่อคลึงแล้ววนกลับมายังสำนักงาน ใช้เวลาในการเดิน 1 ชั่วโมง

เส้นทางที่ 2 เริ่มจากสำนักงานเดินเลาะน้ำตก ผ่านธารน้ำร้อนบ่อคลึง แล้ววนกลับมายังสำนักงานใช้เวลาในการเดิน 3 ชั่วโมง แต่ละเส้นทางมีป้ายสื่อความหมายไว้ด้วย สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมติดต่อ สำนักงานโครงการสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สวนจิตรลดา

สถานที่พัก อุทยานฯ มีบ้านพักไว้ให้สำหรับนักวิชาการและเยาวชนที่เข้าค่ายสิ่งแวดล้อมศึกษา จำนวน 3 หลัง พักได้ 2-30 คน มีเต็นท์ให้เช่า พักได้ 2 คน จำนวน 20 หลัง

น้ำตกเก้าชั้น หรือ เก้าโจน (เก้ากระโจน)



ภาพที่ 80 น้ำตกเก้าชั้น อำเภอและองค์กรท้องถิ่นจึงได้เข้ามาดูแลพื้นที่

ตั้งอยู่ที่บ้านห้วยผาก เลยจากธารน้ำร้อนบ่อคลึงไปประมาณ 1 กิโลเมตร เป็นน้ำตกขนาดกลาง มีความสูง 9 ชั้น ตกจากหน้าผาสูงกลางหุบเขา มีน้ำตลอดปี ปริมาณน้ำจะมากในชั้นบน หินบริเวณน้ำตกเป็นหินแกรนิต แต่เดิมน้ำตกนี้รู้จักกันเฉพาะในกลุ่มชาวกะเหรี่ยง ต่อมาบริษัทต่างชาติเข้ามาบริบทานเหมืองแร่เมื่อประมาณปี พ.ศ. 2484 เมื่อหมดสัมปทานทาง

การเดินทาง จากลานจอดรถเดินเท้าต่อไปอีกประมาณ 500 เมตร จะถึงบริเวณน้ำตกชั้นล่าง ซึ่งสามารถเดินเท้าขึ้นไปถึงชั้นสุดท้ายได้ระยะทางประมาณ 2 กิโลเมตร ใช้เวลาประมาณ 2-3 ชั่วโมง

ไร่กุหลาบอุษาวดี อยู่เลยจากน้ำตกเก้าชั้นไปอีก โดยเดินทางจากตัวอำเภอสวนผึ้งประมาณ 19 กิโลเมตร แล้วแยกไปทางบ้านห้วยน้ำใสอีกประมาณ 3 กิโลเมตร เป็นไร่เอกชนซึ่งปลูกกุหลาบต่างประเทศ และพันธุ์ไม้ดอกหลายชนิดกลางหุบเขา สามารถเที่ยวชมได้ตลอดปี โดยเฉพาะในช่วงฤดูหนาวจะงดงามเป็นพิเศษ และสามารถเดินเที่ยวชมน้ำตกผาเตยซึ่งอยู่ห่างจากแปลงกุหลาบประมาณ 1 กิโลเมตร เปิดให้เข้าชมทุกวัน

บ่อน้ำร้อนโป่งกระทิง เดินทางไปตามถนนสายโป่งกระทิง - บ่อน้ำร้อนประมาณ 1 กิโลเมตรจะเห็นป้ายเลี้ยวเข้าไปอีก 1 กิโลเมตร เป็นบ่อน้ำร้อนขนาดเล็ก กว้างประมาณ 5 เมตร เมื่อยืนล้อมรอบบ่อและช่วยกันปรบมือหรือเคาะทำเสียงดัง น้ำในบ่อจะผุดเป็นฟองขึ้นมาเหนือผิวน้ำ ใกล้กันมีบ่อน้ำเล็ก สำหรับอาบน้ำได้

สวนป่าสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ จัดสร้างขึ้นเพื่อสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เนื่องในวโรกาสเจริญพระชนมพรรษา 5 รอบ เป็นศูนย์รวมพันธุ์ไม้นานาชนิด อันมีค่าทางเศรษฐกิจและเป็นแหล่งศึกษาทางธรรมชาติที่ดีเยี่ยม ทั้งยังมีลำน้ำภาชีไหลผ่านกระทบแก่งหินขนาดใหญ่ที่รู้จักในนาม แก่งส้มแมว

กิ่งอำเภอบ้านคา เป็นกิ่งอำเภอใหม่ที่ไม่ค่อยเป็นที่รู้จักมากนัก ตั้งอยู่ทางทิศตะวันตกของเมืองราชบุรี มีพื้นที่ติดชายแดนไทย - พม่า มีความโดดเด่นในความเป็นแหล่งธรรมชาติที่สมบูรณ์และบริสุทธิ์

บ่อน้ำร้อนไทยประจัน เป็นบ่อน้ำร้อนที่ตั้งอยู่ในเขตกิ่งอำเภอบ้านคา มีอุณหภูมิในบ่อ 65 องศาเซลเซียส หากผู้มาเยือนสร้างคลื่นเสียงด้วยการปรบมือ น้ำร้อนในบ่อจะมีฟองอากาศพวยพุ่งออกมา นักท่องเที่ยวสามารถเลือกอาบน้ำได้ระหว่างน้ำเย็นที่ไหลจากเทือกเขาตะนาวศรีและน้ำร้อนที่ไหลจากบ่อ

กิจกรรมทางการท่องเที่ยวที่น่าสนใจ

ท่องเรือตามรอยเสด็จพระพุทธเจ้าหลวง ในอดีตเมื่อครั้งขุดคลองสายนี้เสร็จ รัชกาลที่ 5 ทรงมีพระราชประสงค์ต้องการทราบถึงชีวิตความเป็นอยู่ของราษฎร จึงทรงเรือมาตามลำพัง เส้นทางที่พระองค์เสด็จประพาสนี้นับเป็นเส้นทางสายประวัติศาสตร์ที่แสดงให้เห็นถึงความห่วงใยในความเป็นอยู่ของพสกนิกร การเดินทางตามรอยเส้นทางเสด็จของพระองค์จึงมีเรื่องราวน่าศึกษามากมายสายหนึ่งของราชบุรี เริ่มจากทำน้ำคลองดำเนินสะดวก ผ่านไร่องุ่น แวะชิมน้ำมะพร้าวอ่อน

ก่อนผ่านสวนเกษตรผสมผสาน ชมบ้านเรือนไทยเก่าแก่ริมน้ำ ชมน้ำตาลมะพร้าวสดแก้กระหาย แล้วอิมมอร้อยกับถ้วยเตี๋ยเรือ เจ้าของรางวัลชนะเลิศดำเนินสะดวก ผ่านหน้าวัดโชติทายการามและบ้านเจ๊กฮวดที่ครั้งหนึ่งรัชกาลที่ 5 เคยเสด็จมาในแบบสามัญชนและเสวยพระกระยาหารกลางวัน ที่นี่ ก่อนจะผ่านตลาดลัดฟ้า สู่อีกกลางตลาดน้ำดำเนินสะดวกอีกครั้งหนึ่ง

การเดินทาง

รถยนต์ เส้นทางสายเก่า สายเพชรเกษม ทางหลวงหมายเลข 4 ผ่านบางแค - อ้อมน้อย- อ้อมใหญ่- นครชัยศรี- นครปฐม- ราชบุรี

เส้นทางสายใหม่ เส้นทางหลวงหมายเลข 338 จากกรุงเทพฯ - พุทธมณฑล- นครชัยศรี เข้าถนนเพชรเกษมบริเวณอำเภอ นครชัยศรี ก่อนถึงตัวเมืองนครปฐมประมาณ 16 กิโลเมตร จากนั้นใช้ถนนเพชรเกษมตรงไปตัวเมืองราชบุรี

รถโดยสารประจำทาง บริษัท ขนส่ง จำกัด มีบริการเดินรถ จากสถานีขนส่งสายใต้ไปราชบุรีทุกวัน ทั้งรถธรรมดา รถปรับอากาศชั้น 1 และรถปรับอากาศชั้น 2 วันละหลายเที่ยว ใช้เวลาเดินทางประมาณ 2 ชั่วโมง นอกจากนี้จากสถานีขนส่งราชบุรีมีบริการรถโดยสารประจำทางไปยังจังหวัดใกล้เคียง คือ นครปฐม กาญจนบุรี สมุทรสงคราม และเพชรบุรี

รถไฟ การรถไฟแห่งประเทศไทย มีบริการรถไฟออกจากสถานีรถไฟหัวลำโพง และสถานีรถไฟธนบุรี (บางกอกน้อย) ทุกวัน ใช้เวลาเดินทางประมาณ 2 ชั่วโมง ติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ที่หน่วยบริการเดินทาง สถานีรถไฟกรุงเทพฯ หรือ www.railway.co.th

จังหวัดฉะเชิงเทรา

“แม่น้ำบางปะกงแหล่งชีวิต พระศักดิ์สิทธิ์หลวงพ่อโสธร พระยาศรีสุนทรปราชญ์ภาษาไทย อ่างฤๅไนป้าสมบูรณ”

ฉะเชิงเทรา หรือแปดริ้ว เป็นจังหวัดหนึ่งในภาคกลางซึ่งมีประวัติความเป็นมาเก่าแก่ตั้งแต่สมัยสมเด็จพระบรมไตรโลกนาถในสมัยกรุงศรีอยุธยา ประชาชนส่วนใหญ่ตั้งถิ่นฐานบ้านเรือนอยู่ริมแม่น้ำบางปะกงและตามลำคลองต่างๆ โดยมี “หลวงพ่อโสธร” เป็นศูนย์รวมศรัทธาของชาวแปดริ้ว ในอดีตฉะเชิงเทรามีฐานะเป็นเมืองจัตวาอยู่ในสังกัดกระทรวงกลาโหม ต่อมาเปลี่ยนมาขึ้นอยู่ในสังกัดกรมมหาดไทยตั้งแต่สมัยรัชกาลที่ 1 เรื่อยมา จนกระทั่งถึงสมัยรัชกาลที่ 5 เมื่อทรงเปลี่ยนแปลงระบบการปกครองแผ่นดินใหม่ เมืองฉะเชิงเทราจึงมีฐานะเป็นเมืองๆ หนึ่งในมณฑลปราจีนบุรี และในปี พ.ศ. 2459 จึงได้เปลี่ยนจากเมืองเป็นจังหวัด เรียกว่า “จังหวัดฉะเชิงเทรา” คำว่า “ฉะเชิงเทรา” เป็นภาษาเขมร แปลว่า คลองลึก ส่วนชื่อ “แปดริ้ว” นั้น ได้มาจากคำบอกเล่าต่อกันมา

ว่า ในเมืองนี้มีปลาช่อนขนาดใหญ่ชุกชุม เมื่อนำมาตากทำเป็นปลาแห้งจะต้องแลเนื้อปลาถึงแปดริ้ว ฉะเชิงเทรา อยู่ห่างจากกรุงเทพฯ 82 กิโลเมตร

อำเภอเมือง

วัดโสธรวรารามวรวิหาร

อยู่ในเขตเทศบาลเมือง ริมแม่น้ำบางปะกง เดิมชื่อว่า “วัดหงส์” สร้างในสมัยกรุงศรีอยุธยาตอนปลายเป็นที่ประดิษฐาน “หลวงพ่อกุศลโสธร” พระพุทธรูปคู่บ้านคู่เมืองของฉะเชิงเทรา ชาวเมืองเคารพนับถือ เป็นพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์บันดาลให้พืชพันธุ์ธัญญาหารอุดมสมบูรณ์ หายเจ็บไข้ได้ป่วย เป็นพระพุทธรูปปูนปั้นปางสมาธิ หน้าตักกว้าง 1.65 เมตร สูง 1.48 เมตร ฝีมือช่างล้านช้าง ตามประวัติ

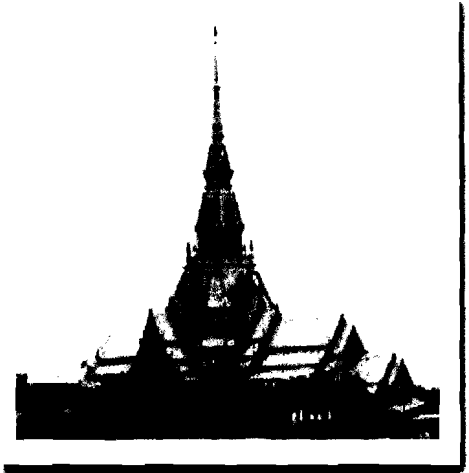
เล่าว่าเป็นพระพุทธรูปปฏิหาริย์ลอยทวนน้ำมา

และมีผู้อัญเชิญขึ้นมาประดิษฐานที่วัดแห่งนี้สันนิษฐานว่าตั้งแต่ประมาณปีพ.ศ. 2313 สมัยต้นกรุงธนบุรี แต่เดิมเป็นพระพุทธรูปหล่อทองสัมฤทธิ์ปางสมาธิหน้าตักกว้างสองศอกเศษ รูปทรงสวยงามมาก แต่พระสงฆ์ในวัดเกรงว่าจะมีผู้มาลักพาไปจึงได้เอาปูนพอกเสริมหุ้มองค์เดิมไว้จนมีลักษณะดังที่เห็นในปัจจุบัน ทุกวันนี้จะมีผู้คนต่างมานมัสการปิดทองหลวงพ่อกุศลโสธรกันเป็นจำนวนมาก

พระอุโบสถ หลังใหม่ประกอบพิธีวางศิลาฤกษ์ และเริ่มดำเนินการก่อสร้างเมื่อ พ.ศ. 2530 โดยมีสำนักงานโยธาจังหวัดเป็นผู้ควบคุมการก่อสร้าง ลักษณะพระอุโบสถหลังใหม่เป็นแบบรัตนโกสินทร์ประยุกต์ ประดิษฐานหลวงพ่อกุศลโสธรองค์จริง เปิดให้เข้าชมทุกวัน

วิหารจำลอง ประดิษฐานหลวงพ่อกุศลโสธรองค์จำลอง สืบเนื่องจากทางคณะกรรมการวัดมีมติให้รื้อพระอุโบสถหลังเก่าซึ่งมีสภาพทรุดโทรมและคับแคบ และสร้างพระอุโบสถหลังใหม่ โดยได้อัญเชิญพระพุทธรูปโสธรองค์จำลองไปประดิษฐานไว้เพื่อเปิดให้ประชาชนได้มานมัสการตามปกติ ฟังตรงข้ามบริเวณวัดโสธรฯ มีร้านค้าจำหน่ายอาหารและสินค้าของที่ระลึกจากจังหวัดฉะเชิงเทรา นอกจากนี้บริเวณท่าหน้าของวัดมีเรือบริการท่องเที่ยวลำน้บางปะกงไปขึ้นที่ตลาดบ้านใหม่

อนุสาวรีย์พระยาศรีสุนทรโวหาร (น้อย อาจารยางกูร) ตั้งอยู่บนศรีโสธรตัดใหม่ ตรงข้ามสัมมนาการบางปะกงปาร์ค (มหาวิทยาลัยราชภัฏราชชนครินทร์) รูปปั้นทำด้วยโลหะหล่อสูง 2.65 เมตร พระยาศรีสุนทรโวหาร (น้อย อาจารยางกูร) เป็นชาวแปดริ้ว เป็นนักปราชญ์ทางด้านภาษาไทย ตลอดชีวิตท่านได้รับราชการใกล้ชิดเบื้องพระยุคลบาทมาตั้งแต่สมัย รัชกาลที่ 3 จนถึงสมัยรัชกาลที่



ภาพที่ 81 วัดโสธรวรารามวรวิหาร

5 ท่านแต่งโคลงสุภาษิต คำประกาศราชพิธี แบบเรียนภาษาไทยหลายเล่มเพื่อใช้ในการสอน เช่น มูลบทบรรพกิจ วาหนิตินิกร อักษรประโยค สังคโยคพิธาน ไวพจน์พิจารณ์ พิศาลการ์ณฑ์ นับเป็นแบบเรียนภาษาไทยที่สมบูรณ์ที่สุดสำหรับเยาวชนไทย

เจ้าแม่กวนอิมลอยน้ำ ประดิษฐานอยู่ที่สมาคมสงเคราะห์การกุศลระยอง (หน่วยกู้ภัยระยอง) ถนนสุขุมวิท ตำบลหน้าเมือง เป็นรูปยืนองค์ลอย สูงประมาณ 119 เซนติเมตร น้ำหนัก 40 กิโลกรัม ทำจากซีเมนต์ ด้านในหล่อเต็มองค์ เนื้อองค์สีออกเหลือง ในมือของเจ้าแม่กวนอิมถือคัมภีร์ กล่าวได้ว่าเป็นปางถือคัมภีร์ โปรดสั่งสอนมนุษย์ทุกคนชั้นวรรณะ มีผู้พลอยน้ำมาติดฝั่งบริเวณสะพานข้ามแม่น้ำบางปะกงเมื่อวันที่ 21 พฤศจิกายน พ.ศ.2540 ชาวแปดริ้วจึงได้อัญเชิญมาประดิษฐานไว้ ณ ที่แห่งนี้

วัดจีนประชาสโมสร (วัดเล่งฮกยี่) ตั้งอยู่ที่ถนนสุขุมวิท ตำบลบ้านใหม่ ห่างจากศาลากลางจังหวัด 1 กิโลเมตร เป็นวัดจีนในพุทธศาสนาฝ่ายมหายานที่ขยายมาจากวัดเล่งเน่ยยี่ในกรุงเทพฯ สร้างในสมัยรัชกาลที่ 5 พ.ศ. 2449 เมื่อครั้งทรงเสด็จประพาสมณฑลปราจีนบุรี เพื่อเปิดทางรถไฟสายกรุงเทพฯ-ระยอง ได้ทรงพระราชทานนามวัดว่า “วัดจีนประชาสโมสร” ส่วนชื่อภาษาจีนของวัด คำว่า “ฮก แปลว่า วาสนา โชคลาภ ความมั่งมีศรีสุข เล้ง หรือ เล่ง หมายถึง มังกร จึงมีผู้เรียกวัดนี้ว่า มังกรวาสนา หรือ มังกรแห่งโชค” ตามหลักฮวงจุ้ยจีนกล่าวว่า วัดนี้ถือเป็นตำแหน่งท้องมังกร ส่วนตำแหน่งหัวมังกรอยู่ที่วัดเล่งเน่ยยี่ จังหวัดกรุงเทพฯ และหางมังกรนั้นอยู่ที่วัดเล่งฮกยี่ จังหวัดจันทบุรี ทั้งสามตำแหน่งของมังกรพาดผ่านดินแดนของความมั่งคั่ง อุดมสมบูรณ์ เขาวราวดินแดนแห่งการค้าขาย เมืองแปดริ้วดินแดนแห่งความอุดมสมบูรณ์ด้วยพืชพันธุ์ธัญญาหารและจังหวัดจันทบุรี เมืองแห่งอัญมณีพลอย ภายในวัดจีนประชาสโมสรมีสิ่งที่น่าสนใจมากมาย เช่น ท้าวจตุโลกบาลขนาดใหญ่ 4 องค์ทำจากกระดาศที่ประตูทางเข้า พระประธาน 3 องค์และองค์ 18 อรหันต์ ทำด้วยกระดาศนำมาจากเมืองจีน รูปหล่อเทพเจ้าแห่งโชคลาภ(ไฉ่เซ่งเอี้ย) ที่อยู่ด้านขวาขององค์พระประธานและยังมีเทพเจ้าอีกหลายองค์ตามคติจีน ระฆังใบใหญ่น้ำหนักกว่า 1 ตัน ซึ่งเป็น 1 ใน 3 ใบในโลกที่รอบระฆังมีอักษรมหาปรัชญาปารมิตราสูตรซึ่งถือกันว่าผู้ใดตีระฆังก็เหมือนกับการสวดมนต์ซึ่งได้บุญกุศล นอกจากนี้ยังมีวิหารศักดิ์สิทธิ์ เช่น วิหารบูรพาจารย์ วิหารเจ้าแม่กวนอิม สระนทีสวรรค์ เป็นต้น

วัดพยัคฆอินทาราม (วัดเจดีย์) ตั้งอยู่ตำบลบ้านใหม่ จากหลักฐานจารึกแผ่นเงินที่พบบริเวณรอยแตกตรงคอระฆังของเจดีย์องค์ใหญ่ภายในวัดทำให้ทราบว่าวัดนี้สร้างในสมัยรัชกาลที่ 5 โดยนายเสื่อ หรือ พระเกรียงไกรกระบวนยุทธ ปลัดเมืองระยองกับภรรยาชื่ออิน แรกเริ่มสร้างเจดีย์ก่อนเมื่อปีพ.ศ.2416 แล้วเสร็จในปีพ.ศ.2418 ส่วนวัดนั้นสร้างเสร็จภายหลังในราวปีพ.ศ.2424 นับว่าเป็นวัดเก่าแก่ ทางกรมศิลปากรได้ขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานเมื่อวันที่ 23 กันยายน พ.ศ.

2525 สิ่งที่น่าสนใจภายในวัด ได้แก่ เจดีย์องค์ใหญ่ 1 องค์ เจดีย์องค์เล็ก 2 องค์ วิหารพระพุทธบาท อุโบสถและหอรบขัง

อำเภอบ้านโพธิ์

ตลาดคลองสวน 100 ปี ตั้งอยู่ในเขตตำบลเทพราช อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทราและเทศบาลตำบลคลองสวน อำเภอบางบ่อ จังหวัดสมุทรปราการ เป็นแหล่งชุมชนขนาดใหญ่ ในอดีตคลองสวนเป็นเส้นทางสำหรับเดินทางไปกรุงเทพมหานคร จากประตูน้ำท่าถั่ว (ฉะเชิงเทรา) ผ่านตลาดคลองสวน ก่อนจะแล่นเข้าสู่ประตูน้ำ (วังสระปทุม) กรุงเทพมหานคร ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน วิถีชีวิตของชาวคลองสวนทั้งชาวไทยจีน ชาวไทยพุทธ ชาวไทยมุสลิม ผสมผสานวัฒนธรรม การดำรงชีวิตประจำวันอยู่ร่วมกัน ซึ่งจะเห็นได้จากสิ่งก่อสร้าง เช่น โรงเจ วัด สุเหร่า จะตั้งอยู่ใกล้เคียงกัน และตลาดแห่งนี้จะเป็นแหล่งนัดพบของผู้คนมานั่งพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติอันได้แก่ ร้านกาแฟ สำหรับผู้ที่สนใจจะชมบรรยากาศของวิถีชีวิตร่วมสมัยย้อนยุคกว่า 100 ปี ชิมอาหารอร่อยทั้งอาหารคาวสุตรเฉพาะ ขนมหวาน กาแฟสูตรโบราณดั้งเดิม ชมของเก่าและสถาปัตยกรรมอันทรงคุณค่า แวะชมได้ที่ตลาดคลองสวน 100 ปีแห่งนี้แห่งเดียว (วันเสาร์และอาทิตย์จะมีพ่อค้าแม่ค้านำสินค้ามาขายมากกว่าวันธรรมดา) บริเวณตลาดมีเรือล่องคลองใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง

การเดินทาง จากกรุงเทพฯ สามารถไปได้ทางถนนบางนา-ตราด กิโลเมตรที่ 35 เลี้ยวซ้ายเข้าถนนทางไป Thai Country Club ประมาณ 15 กิโลเมตร จนเจอถนนหมายเลข ฉช 3001 เลี้ยวซ้ายไปประมาณ 2 กิโลเมตร ทางเข้าตลาดอยู่กิโลเมตรที่ 9-10 หรือ กิโลเมตรที่ 10-11 หรือ จากแยกร่มเกล้าไปอีกประมาณ 27 กิโลเมตร ไปตามทางหมายเลข ฉช 3001 ทางเข้าตลาดอยู่กิโลเมตรที่ 9-10 หรือ กิโลเมตรที่ 10-11 ใช้เวลาประมาณ 30 นาที หรือ จากฉะเชิงเทราไปตามทางหลวงหมายเลข 314 (ฉะเชิงเทรา-บางปะกง) กิโลเมตรที่ 14-15

ศาลและอนุสาวรีย์สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช สร้างขึ้นเพื่อเป็นอนุสรณ์แด่สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชที่ได้รับชัยชนะในการสู้รบกับพม่าบริเวณปากน้ำโจ้โล้ ทรงใช้เมืองฉะเชิงเทราเป็นเส้นทางเดินทัพผ่านในการกอบกู้เอกราช หลังเหตุการณ์เสียกรุง เล่ากันว่าก่อนหน้านั้น สถานที่นี้เคยเป็นที่ตั้งของเจดีย์อนุสรณ์ชัยชนะของพระองค์คราวสู้รบกับพม่าในบริเวณนี้ ภายหลังเจดีย์ได้พังทลายลงในปี พ.ศ. 2484 โดยไม่ทราบสาเหตุ แต่ยังคงเล่าเรื่องราวสืบต่อกันมา และได้สร้างศาลพร้อมอนุสาวรีย์พระเจ้าตากสินมหาราชนี้ขึ้นใหม่ เมื่อปีพ.ศ. 2531

หมู่บ้านน้ำตาลสด ตั้งอยู่ที่บ้านปากน้ำ เป็นแหล่งผลิตน้ำตาลสดพร้อมดื่มแห่งเดียวในภาคตะวันออก ชมขั้นตอนการผลิตน้ำตาลสดจากต้นตาลโตนด และสัมผัสวิถีชีวิตของเกษตรกร เริ่ม

ด้วยการปีนต้นตาลสูงระฟ้าเพื่อร่อนน้ำตาลยามเช้าและเย็น ต่อด้วยขบวนการต้มน้ำตาลสด ก่อนที่จะส่งไปขายทั่วประเทศ ก่อนเดินทางกลับเลือกซื้อสินค้าหนึ่งตำบลหนึ่งผลิตภัณฑ์เป็นของฝากกลับบ้าน เช่น น้ำตาลสดพร้อมดื่ม น้ำตาลปึก หมวกก๊วยเลี้ย งวงตาลตัวผู้ที่ชาวบ้านเชื่อว่ารักษาโรคเบาหวานได้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สำนักงานเกษตรจังหวัดฉะเชิงเทรา หรือ ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว หมู่บ้านน้ำตาลสด ตำบลปากน้ำ อำเภอบางคล้า ตั้งอยู่ริมถนนสายบางคล้า-คลองเขื่อนสวนมะม่วง ฉะเชิงเทราเป็นจังหวัดที่มีการปลูกมะม่วงมากที่สุดของประเทศ มีพื้นที่ประมาณ 86,000 ไร่ อำเภอกที่ปลูกมากที่สุดคือ อำเภอบางคล้าและอำเภอบางพลาย มะม่วงที่นิยมปลูกได้แก่ แรด เขียวเสวย น้ำดอกไม้ เจ้าคุณทิพย์ และทองคำ เป็นต้น มะม่วงจะเริ่มออกในเดือนมีนาคม ทางจังหวัดได้จัดงานมะม่วงและของดีเมืองแปดริ้วเป็นประจำทุกปี สำหรับผู้ที่สนใจ ติดต่อที่สำนักงานเกษตรอำเภอบางคล้า

ศูนย์ศึกษาการพัฒนาเขาหินซ้อน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ

ตั้งอยู่ตำบลเขาหินซ้อน ริมทางหลวงหมายเลข 304 กิโลเมตรที่ 51-52 อยู่ห่างจากอำเภอนมสาร 17 กิโลเมตร มีเนื้อที่กว้างใหญ่ประมาณ 1,895 ไร่ ศูนย์แห่งนี้ได้รับสถาปนาจากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ เมื่อวันที่ 8 สิงหาคม พ.ศ.2522 เนื่องจากพื้นที่บริเวณดังกล่าวมีสภาพเสื่อมโทรม ดินขาดความอุดมสมบูรณ์ เนื้อดินเป็นทราย มีการชะล้างพังทลายของดินสูง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ได้ทรงพัฒนาพื้นที่ สภาพแวดล้อมและระบบนิเวศน์ ทั้งการพัฒนาแหล่งน้ำ พื้นฟูสภาพป่า การพัฒนาดิน วางแผนการปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ จนพื้นที่ได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ด้วยวิธีการเกษตรแผนใหม่ตามปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง ประชาชนมีโอกาสพึ่งพาตนเองได้ จัดเป็นพิพิธภัณฑ์ธรรมชาติที่มีชีวิตและเป็นศูนย์รวมการพัฒนาแบบเบ็ดเสร็จ ถือเป็นต้นแบบแนวทางและตัวอย่างการพัฒนาให้แก่พื้นที่อื่น อีกทั้งอาศัยความร่วมมือจากส่วนราชการต่างๆ และเอกชน ภายในศูนย์มีการแบ่งพื้นที่เพื่อทำการสาธิตและทดลองงานต่าง ๆ ได้แก่ การพัฒนาที่ดิน การปลูกสัตว์ การเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำ งานศิลปาชีพและโครงการสวนป่าสมุนไพรมีแปลงทดลองปลูกพืชนานาชนิด อาทิ พันธุ์หวายที่มีในประเทศไทย อโวคาโด มะม่วงทุกพันธุ์ทั้งของไทยและต่างประเทศ โดยจัดตั้งเป็น “สวนพฤกษศาสตร์ภาคตะวันออก” เพื่อดูแลงานวิจัยเกี่ยวกับคุณประโยชน์ของพืชสมุนไพรต่างๆ ภายในอาคารจัดเป็นนิทรรศการบรรยายและสาธิตการผลิตสมุนไพรต่างๆ มีห้องอบสมุนไพรซึ่งเปิดบริการทุกวันเสาร์-อาทิตย์ ศูนย์แห่งนี้ได้รับรางวัลอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวประจำปี 2545 รางวัลดีเด่นประเภทแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตรและรางวัลอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวประจำปี 2547 รางวัลยอดเยี่ยมประเภทแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตร ผู้ที่สนใจจะเข้าชมศูนย์เป็นหมู่คณะและต้องการเจ้าหน้าที่นำชม ใช้เวลาชมประมาณ 2 ชั่วโมง ทำจดหมายติดต่อล่วงหน้า เรียน ผู้อำนวยการศูนย์ศึกษาการพัฒนาเขาหินซ้อน อันเนื่องมาจาก

พระราชดำรินอกจากนั้นศูนย์ฯยังมีบริการที่พัก สอบถามรายละเอียดได้ที่ ศูนย์ศึกษาการพัฒนาเขาหินซ้อน

เขาหินซ้อน ตั้งอยู่ริมทางหลวงหมายเลข 304 (จะเชิงเทรา-กบินทร์บุรี) กิโลเมตรที่ 53 อยู่ห่างจากตัวเมืองฉะเชิงเทรา 53 กิโลเมตร เป็นภูเขาที่มีความสูงไม่มากนัก ประกอบด้วยก้อนหินขนาดใหญ่น้อยรูปร่างต่างๆ เรียงรายอยู่ตามธรรมชาติ บริเวณเขาหินซ้อนจัดเป็น “สวนรุกขชาติสมเด็จพระปิ่นเกล้าฯ” และเป็นที่ตั้งของศาลสมเด็จพระปิ่นเกล้าเจ้าอยู่หัว สร้างขึ้นเพื่อเทิดพระเกียรติและน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ พระอนุชาในพระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลปัจจุบัน ได้เสด็จพระราชดำเนินทรงเปิดศาลนี้เมื่อปี พ.ศ. 2522 ด้านหลังของศาลเป็นที่ตั้งของวัดเขาหินซ้อน

วนเกษตร (ศูนย์ศึกษาพัฒนาการสังคัมหมู่บ้าน) หรือ บ้านสถานติธรรมชาติ ตั้งอยู่ตำบลลาดกระทิง ภายในอาณาบริเวณเกือบ 10 ไร่ มีพันธุ์ไม้กว่า 700-800 ชนิด เป็นสมุนไพรรักษาโรคภายในมีเรือนไม้แบบไทย มุงด้วยกระเบื้องว่าว ใต้ถุนสูงสำหรับการประชุมหรือบรรยาย ชั้นบนใช้เก็บและแสดงเครื่องมือเครื่องใช้พื้นบ้านวัตถุโบราณ ของใช้รุ่นเก่าต่างๆ ด้านหลังบ้านมีขี้ข้าวจำลองและอุปกรณ์นวดข้าว สีข้าว บริเวณบ้านส่วนหนึ่งจัดไว้เป็นที่สำหรับตั้งค่ายพักแรมสำหรับเยาวชน มีลานสนทนาการ และบริเวณทำกิจกรรม เหมาะสำหรับผู้สนใจศึกษาวิถีชีวิตการพึ่งพาตนเองแบบธรรมชาติ

ล่องเรือรอบเกาะลัด สัมผัสอำเภอบางคล้า แม่น้ำบางปะกงช่วงที่ไหลเกาะผ่านอำเภอบางคล้า ยังคงดำรงเอกลักษณ์สำคัญเฉกเช่นลำน้ำทางตอนล่างคือเป็นลำน้ำสายใหญ่ที่ใสสะอาด ริมน้ำมีต้นลำพูยืนต้นเป็นดงแน่นสลัดกับป่าจาก แต่เพิ่มความพิเศษตรงที่กลางแม่น้ำมีเกาะขนาดใหญ่ ชาวบ้านเรียกว่า เกาะลัด เส้นทางล่องเรือชมแม่น้ำบางปะกงช่วงนี้ เริ่มต้นที่ร้านอาหารสวนแม่น้ำ เส้นทางจะวิ่งเป็นวงกลมรอบเกาะลัด ผ่าน อนุสรณ์สถานสถูปเจดีย์ สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช วัดโพธิ์บางคล้า แล้วผ่านตัวตลาดบางคล้าสังเกตเห็นบ้านเรือนหนาแน่นขึ้น มีปล่องไฟของโรงสีตั้งอยู่เป็นระยะ จากนั้นมาสิ้นสุดที่ท่าเรือของร้านอาหารแม่น้ำ แม้จะมีจุดท่องเที่ยวในเส้นทางไม่มาก แต่ในช่วงเวลาประมาณ 1 ชั่วโมงนี้ก็ทำให้ผู้มาเยือนรู้สึกเต็มอิ่มได้ด้วยบรรยากาศที่เป็นธรรมชาติ และบ้านเรือนชุมชนที่เงียบสงบ **สิ่งที่น่าสนใจในเส้นทางท่องเที่ยว**

1. **เกาะลัด** เป็นเกาะกลางแม่น้ำบางปะกง มีเนื้อที่ประมาณ 2800 ไร่ บนเกาะเป็นที่ตั้งของหมู่บ้านเกาะลัด ชาวบ้านในชุมชนมีอาชีพเกษตรกรรม ทำสวนหมาก มะพร้าว ส้มโอ และประมงพื้นบ้าน ชาวบ้านนิยมใช้เรือพายขนาดเล็กเป็นพาหนะไปมาหาสู่กัน วิถีชีวิตของชาวบ้านและบรรยากาศของเกาะจึงสุขสงบสำหรับนักท่องเที่ยวที่น่าสนใจขึ้นไปเที่ยวชมเกาะต้องนั่งเรือขนาดเล็กเพราะบนเกาะไม่มีท่าเทียบเรือใหญ่

2.อนุสรณ์สถานสถูปเจดีย์ สมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช ตั้งอยู่บริเวณปากน้ำโจ้โล่ ซึ่งเป็นจุดที่คลองท่าลาดใหม่มาบรรจบแม่น้ำบางปะกงเป็นสถานที่สำคัญแห่งหนึ่งทางประวัติศาสตร์ สมัยสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช กล่าวคือหลังจากพระองค์ตีฝ่าวงล้อมเข้าศึกออกจากกรุงศรีอยุธยาได้แล้วก็เดินทัพผ่านนครนายกปราจีนบุรี จนมาปะทะกับข้าศึกอีกครั้งที่บริเวณปากน้ำแห่งนี้ พระองค์ทรงมีชัยเหนือข้าศึก และได้พักทัพ ณ บริเวณนี้ แล้วทรงสร้างพระเจดีย์ขึ้นเพื่อเป็นอนุสรณ์แห่งชัยชนะต่อมาในราวพ.ศ 2491 บริเวณนี้ถูกน้ำกัดเซาะจนพระเจดีย์พังทลาย ทางราชการจึงสร้างพระสถูปเจดีย์ขึ้นใหม่ในบริเวณเดิม เพื่อให้อนุชนรุ่นหลังได้ระลึกถึงพระปรีชาสามารถและพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ ในปีพ.ศ. 2542 ได้มีการบูรณะพระสถูปเจดีย์ใหม่รวมทั้งภูมิทัศน์โดยรอบให้เป็นแหล่งพักผ่อนชมทิวทัศน์โดยรอบให้เป็นแหล่งพักผ่อนชมทิวทัศน์แม่น้ำบางปะกงและเกาะลัดที่อยู่ฝั่งตรงข้ามด้วย

3.วัดโพธิ์บางคล้า สิ่งที่ทำให้วัดนี้มีชื่อเสียง คือเป็นแหล่งอาศัยของค้างคาวแม่ไก่จำนวนมาก ภาษาอังกฤษเรียกค้างคาวชนิดนี้ว่า Flying Fox เพราะหน้าของมันคล้ายสุนัขจิ้งจอก ขนาดที่ใหญ่โตของค้างคาวแม่ไก่เป็นสิ่งที่ทำให้ผู้พบเห็นต้องตะลึงงัน ตัวที่โตเต็มที่ เมื่อกางปีกออกจะกว้างเกือบ 5 ฟุต ในตอนกลางวันพวกมันจะห้อยหัวอยู่ตามต้นไม้ใหญ่ภายในวัดอยู่รวมกันเป็นฝูงใหญ่ๆ แลดูเป็นก้อนดำๆ เต็มไปหมด พอจวนพลบค่ำจะออกบินตามกันไปหากินผลไม้ตามสวนต่างๆ หลังตื่นตากับค้างคาวแล้ว ควรแวะไปไหว้พระเก้าที่วิหารพระนอน วิหารนี้สร้างมาตั้งแต่สมัยสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราชภายในประดิษฐานพระนอน

จุดลงเรือ เป็นเรือของสวนอาหารแม่น้ำ ตั้งอยู่ริมแม่น้ำบางปะกง หน้าสถานีตำรวจบางคล้า ติดกับที่ว่าการอำเภอบางคล้า

ล่องเรือชมโลมาปากอ่าวบางปะกง การท่องเที่ยวทางน้ำตามเส้นทางเส้นทางนี้จัดเป็นสถานที่ท่องเที่ยวตามฤดูกาล เพราะหัวใจสำคัญของเส้นทาง คือ การนั่งเรือไปชมปลาโลมา บริเวณปากอ่าวบางปะกง ซึ่งจะมาปรากฏตัวเห็นเฉพาะ เดือน พฤศจิกายน - กุมภาพันธ์ เท่านั้น โลมาหลายสิบตัวจะมาค้ำคุดค้ำว่าย อวดโฉมให้นักท่องเที่ยวได้ยลกันอย่างเต็มตา โลมานั้นเป็นสัตว์ทะเลที่หลายคนรู้จัก แต่มีคนไม่มากนักที่เคยเห็นตัวจริงโดยเฉพาะในสภาพที่พวกมันมีชีวิตอย่างอิสระตามธรรมชาติ ในช่วงเวลาดังกล่าวจึงมีนักท่องเที่ยวเดินทางมาล่องเรือที่นี่เพื่อจะได้มีโอกาสเห็นโลมาด้วยตัวเองสักครั้งซึ่งนับเป็นประสบการณ์พิเศษที่น่าจดจำ

การเดินทาง รถยนต์ จากกรุงเทพฯ สามารถเดินทางได้ 3 เส้นทาง คือ

1. จากกรุงเทพฯ ไปตามทางหลวงหมายเลข 304 (กรุงเทพฯ - มินบุรี - ฉะเชิงเทรา) ระยะทาง 75 กิโลเมตร

2. จากกรุงเทพฯ ไปตามทางหลวงหมายเลข 34 (ถนนสายบางนา – ตราด) จากนั้นเลี้ยวเข้าทางหลวงหมายเลข 314 (บางปะกง – ฉะเชิงเทรา) ระยะทาง 90 กิโลเมตร

3. จากกรุงเทพฯ ไปตามทางหลวงหมายเลข 3 (ผ่านสมุทรปราการ - บางปะกง) จากนั้นใช้ทางหลวงหมายเลข 314 ระยะทาง 100 กิโลเมตร

รถโดยสารปรับอากาศ ออกจากสถานีขนส่งสายเหนือ (ถนนกำแพงเพชร 2) ใช้เวลาเดินทางประมาณ 1 ชั่วโมง 20 นาที (ใช้เส้นทางมอเตอร์เวย์) รถออกทุกครึ่งชั่วโมง นอกจากนี้ยังสามารถเดินทางจากสถานีขนส่งสายตะวันออก (เอกมัย)

ทางรถไฟ มีบริการรถไฟออกจากสถานีหัวลำโพง ไปฉะเชิงเทราทุกวัน วันละ 11 ขบวน เที่ยวแรกเวลา 05.55 น. เที่ยวสุดท้ายเวลา 18.25 น. สอบถามรายละเอียด www.railway.co.th

จังหวัดนครนายก

“เมืองในฝันที่ใกล้กรุง ภูเขางาม น้ำตกสวย รวยธรรมชาติ ปราศจากมลพิษ”

อำเภอเมือง

ศาลหลักเมือง ตั้งอยู่ริมแม่น้ำนครนายก ศาลหลักเมืองเดิมเป็นเสาไม้ยาวประมาณ 1 เมตรเศษ ปลายเสาแกะสลักเป็นรูปดอกบัวตั้งอยู่บริเวณกำแพงเมืองเก่าต่อมาประมาณ พ.ศ. 2453 ทางราชการเห็นว่าศาลหลักเมืองเดิมชำรุดมากจึงได้ย้ายหลักเมืองไปประดิษฐานที่ตึกแดงในโรงเรียนสตรีประจำจังหวัด คือ โรงเรียนศรีนครนายก ภายหลังได้ย้ายมาสร้างใหม่ริมแม่น้ำนครนายกภายในสวนสาธารณะเฉลิมพระเกียรติรัชกาลที่ 9 โดยสร้างเป็นศาลาจตุรมุข เป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์คู่บ้านคู่เมืองของชาวเมืองจนถึงทุกวันนี้

โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า (โรงเรียนนายร้อย จปร.)

ตั้งอยู่ที่ตำบลพรหมณี ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ 14 กิโลเมตร และห่างจากกรุงเทพฯ ตามเส้นทางองครักษ์ประมาณ 75 กิโลเมตร บริเวณโรงเรียนติดกับเขาชะโงก มีพื้นที่ ประมาณ 19,290 ไร่ เป็นสถานที่ให้การศึกษาแก่ผู้ที่รับราชการเป็นนายทหารสัญญาบัตรแห่งกองทัพไทย ภายในมีสถานที่น่าสนใจหลายแห่ง และมีกิจกรรมให้นักท่องเที่ยวได้เพลิดเพลินและสนุกสนานเหมาะแก่การมาเที่ยวกันแบบครอบครัว นักท่องเที่ยวควรติดต่อศูนย์บริการนักท่องเที่ยวโรงเรียนนายร้อย จปร. ก่อนเพื่อขอคำแนะนำเกี่ยวกับกิจกรรมท่องเที่ยว



ภาพที่ 82 โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า

ศาลเจ้าพ่อขุนด่าน เป็นสถานที่ศักดิ์สิทธิ์มีประชาชนเคารพนับถือมาก ตามประวัติท่านเป็นนายด่านเมืองนครนายกสมัยอยุธยา เมื่อปี พ.ศ.2130 ในรัชสมัยสมเด็จพระนเรศวรมหาราช ขณะที่ไทยติดพันศึกกับพม่า เขมรได้เข้ามารุกรานและกวาดต้อนผู้คนแถบปราจีนบุรีเพื่อนำกลับไปเขมร และได้ยึดเมืองปราจีนบุรีและเมืองนครนายก ขุนด่านได้รวบรวมชาวเมืองถอยไปตั้งหลักที่เขาชะง็อกแล้วยกกำลังเข้าขับไล่เขมรออกจากนครนายกจนเขมรแตกพ่ายไป และในสมัยสงครามโลกครั้งที่ 2 ญี่ปุ่นนำกำลังพลไปตั้งที่เขาชะง็อก และได้รื้อศาลเจ้าพ่อขุนด่านท่านจึงแสดงอภินิหารทำให้ทหารญี่ปุ่นล้มตายเป็นจำนวนมาก

พระพุทธฉาย เป็นภาพเขียนสีติดอยู่กับชะง็อกผาบนภูเขาเตี้ย ๆ ถัดจากเขาชะง็อกมีวิหารครอบไว้ พระพุทธฉายนี้ ประวัตินั้นเป็นอย่างไรไม่ปรากฏแต่เล่ากันว่าสภาพเดิมเป็นภาพพระพุทธรูปปางต่าง ๆ เมื่อ พ.ศ. 2485 กรมแผนที่ทหารบกเข้าไปตั้งโรงงานหินอ่อนที่เชิงเขานี้ และได้เขียนตามรอยพระพุทธรูปเดิมให้ชัดเจนขึ้น ชาวบ้านนับถือกันว่าเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์แห่งหนึ่ง ทุกกลางเดือน 3 จะมีงานนมัสการเป็นประจำทุกปี ถ้าเราเดินไปทางด้านหลังวัดพระฉายจะพบ “น้ำตกพระฉาย” เป็นน้ำตกเล็ก ๆ ตกลงมาเป็นสายจากผาสูงประมาณ 30 เมตร มายังแอ่งน้ำเบื้องล่างซึ่งสามารถเล่นน้ำได้ และจะมีน้ำมากในช่วงฤดูฝน นอกจากการเที่ยวชมสถานที่ที่น่าสนใจดังกล่าวนักท่องเที่ยวสามารถขับรถหรือจักรยานเที่ยวชมได้ โดยบริเวณศูนย์บริการท่องเที่ยวมีจักรยานให้เช่า และยังมีสถานที่พัก ห้องประชุมสัมมนา ค่ายเยาวชน กิจกรรมกีฬาที่เปิดให้นักท่องเที่ยวใช้บริการได้ เช่น สนามยิงปืน สนามกอล์ฟ สนามเกอร์ คาราโอเกะ และสำหรับผู้ที่ต้องการจัดกิจกรรมกลุ่ม เช่น เดินป่า พักแรมที่เขาชะง็อก กิจกรรมไต่หน้าผาจำลองและหน้าผาจริง ต้องติดต่อล่วงหน้าอย่างน้อย 7 วัน

หลวงพ่อเสียนคร ประดิษฐานอยู่ ณ วัดบุญนาครักจิตาราม (วัดต้า) ตำบลนครนายก เป็นพระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์ที่ชาวจังหวัดนครนายกให้ความเคารพศรัทธา สันนิษฐานว่าเป็นพระพุทธรูปสมัยพระร่วง ขุดพบเมื่อ พ.ศ. 2495 บริเวณโรงกลั่นสุราจังหวัดนครนายก ซึ่งตั้งอยู่ใกล้วัดนางหงษ์ ตำบลท่าช้าง โดยขุดพบแต่เศียรไม่มีองค์ และได้นำไปไว้ที่โรงเรียนนายกพิทยา (ปัจจุบันยุบไปแล้ว) ต่อมานำไปประดิษฐานที่วัดบุญนาครักจิตาราม ในปี พ.ศ. 2511 มีผู้ศรัทธาสร้างองค์พระและโบสถ์ถวาย และถวายพระนามพระพุทธรูปองค์นี้ว่า “หลวงพ่อเสียนคร” ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

วัดใหญ่ทักษิณาราม ตั้งอยู่ที่ตำบลบ้านใหญ่ ริมแม่น้ำนครนายก จากตัวเมืองเดินทางตามทางหลวงหมายเลข 3049 แล้วเลี้ยวขวาเข้าบ้านใหญ่ วัดใหญ่เป็นวัดเก่าแก่กล่าวกันว่าชาวเวียงจันทน์ได้อพยพมาเมื่อครั้งเกิดสงครามลาวกับฝรั่งเศส ชาวเวียงจันทน์แพ้สงครามจึงอพยพลงมาทางใต้ และมีกลุ่มหนึ่งมาตั้งหลักแหล่งอยู่ในเขตอำเภอเมืองนครนายก เรียกว่า “บ้านใหญ่ลาว” และได้สร้างวัดขึ้นในปี พ.ศ. 2323 เรียกว่า “วัดใหญ่ลาว” ในปี 2484 ได้เปลี่ยนชื่อเป็นวัดใหญ่ทักษิณาราม สิ่งที่สำคัญในวัดคือ พระอุโบสถ มีกำแพงแก้วล้อมรอบ สร้างโดยช่างชาวเวียงจันทน์ ลักษณะพระอุโบสถเป็นเครื่องไม้มุงกระเบื้อง ก่ออิฐถือปูน บานประตูเป็นไม้แกะสลักกรอบด้าน ขวามือเป็นรูปยักษ์ถือกระบองชูขึ้น และเท้าบันเอว หน้าบันเป็นไม้แกะสลักรูปเทพพนม กำแพงแก้วมีซุ้มประตูโค้งเลียนแบบศิลปะตะวันตก มีทหารสวมหมวกแต่งกายแบบยุโรปถือกระบองเป็นทวารบาลด้านละ 2 คน นอกกำแพงแก้วด้านทิศตะวันตกมีเจดีย์ย่อมุมไม้สิบสองแบบทรงเครื่อง

วัดพราหมณีและอนุสรณ์สถานกองพลทหารญี่ปุ่นที่ 37 ตั้งอยู่ตำบลสาริกา ประมาณ 5 กิโลเมตรทางไปน้ำตกสาริกา-นางรอง สมัยสงครามมหาเอเชียบูรพา พ.ศ. 2482-2488 กองพลทหารญี่ปุ่นที่ 37 เคยมาตั้งทัพอยู่วัดนี้ สมาคมทหารสหายสงครามกองพลญี่ปุ่นที่ 37 จึงสร้างอนุสรณ์สถานขึ้นเมื่อปี พ.ศ. 2535 เพื่อเป็นที่ระลึกถึงดวงวิญญาณของบรรดาทหารสังกัดกองพลญี่ปุ่นที่ 37 ซึ่งเสียชีวิตในระหว่างสงคราม โดยนำอัฐิที่ฝังอยู่ในบริเวณวัดมาบรรจุในแท่นที่จัดสร้างขึ้น ภายในบริเวณวัดพราหมณียังมีสวนสัตว์จำลอง โดยมีรูปปั้นสัตว์ป่ามากมายและพระพุทธรูปเก่าแก่ทรงเครื่องดอกพิกุล พระโอยฐ์แดง เล่ากันว่าชาวลาวอพยพได้อัญเชิญมาเมื่อสมัยเวียงจันทน์แตก เรียกว่า “พระพุทธรูปปากแดง” ปกติโบสถ์ไม่เปิดถ้าประสงค์จะเข้าชมติดต่อขออนุญาตได้ที่เจ้าอาวาส

เมืองโบราณดงละคร

ตั้งอยู่ที่ตำบลดงละคร ห่างจากตัวจังหวัดประมาณ 9 กิโลเมตร ไปตามทางหลวงหมายเลข 3076 เลี้ยวขวาเข้าไปประมาณ 6.3 กิโลเมตร ผ่านวัดเจติยทอง และเลี้ยวไปทางเดียวกับวัดดงละคร แต่เดิมเรียกกันว่า “เมืองลับแล” เป็นสถานที่ตั้งเมืองโบราณสมัยทวารวดีและขอม เนินดินดงละครหรือดงใหญ่มีเนื้อที่



ภาพที่ 83 เมืองโบราณดงละคร

ประมาณ 6 ตารางกิโลเมตร ภายในมีเมืองโบราณหรือดงเล็ก ลักษณะเป็นรูปไข่อยู่ก่อนไปทางทิศตะวันตกของเนินดิน มีคันดินเป็นกำแพง 2 ชั้นชาวบ้านเรียกกันว่า “สันคูเมือง” และมีคูน้ำล้อมรอบ

ลักษณะเดียวกับเมืองโบราณทั่วไปในสมัยทวารวดี ภายในเมืองน่าจะเป็นที่อยู่อาศัยของชนชั้นปกครอง ประชาชนทั่วไปน่าจะกระจายอยู่ในบริเวณที่ล้อมรอบเมือง ความรุ่งเรืองที่เด่นชัดแบ่งเป็นสองช่วง ช่วงแรกเริ่มพุทธศตวรรษที่ 14-16 เป็นวัฒนธรรมแบบทวารวดี ช่วงที่สองราวพุทธศตวรรษที่ 17-19 เป็นวัฒนธรรมขอม และวัฒนธรรมก่อนอยุธยา พุทธศตวรรษที่ 19 ชาวบ้านคงละครคงจะอพยพไปตั้งถิ่นฐานตามลำน้ำสายหลักในจังหวัดนครนายก สันนิษฐานว่าน่าจะมี ความสำคัญเกี่ยวข้องกับเมืองศรีมโหสถที่จังหวัดปราจีนบุรี เพราะเมืองทั้งสองอยู่ห่างกันเพียง 55 กิโลเมตร โบราณวัตถุที่ค้นพบบริเวณโบราณสถาน ได้แก่ เศษภาชนะดินเผา ภาชนะเคลือบสีฟ้า ลูกปัดแก้ว ลูกปัดหิน เบี้ยดินเผา แผ่นตะกั่ว ตุ่มหูสำริด แผ่นทองคำ เศียรพระพุทธรูปกะไหล่ทอง สถูปศิลาแลง แหวนสำริด กำไลสำริด เป็นต้น เล่าตำนานเมืองกันว่า เมืองนี้เคยเป็นเมืองของราชินี ขอมซึ่งเป็นทีร์โราณผู้อื่นไม่สามารถเข้าออกได้ง่ายนัก ประกอบกับลักษณะของบริเวณเมืองมี ดันไม้สูงชันอยู่ทั่วไปใครเข้าไปแล้วอาจหาทางออกไม่ได้ จะต้องวนเวียนอยู่ในดงนั้นเอง และวัน โทณวันพระจะได้ยินเสียง กระຈប់ปี ซอ ปีพาทย์ มโหรีขับกล่อมคล้าย ๆ กับมีการเล่นละครในวัง ชาวบ้านจึงเรียกกันว่า “ดงละคร” หรืออีกนัยหนึ่งคำว่า “ดงละคร” นั้นอาจเพี้ยนมาจาก “ดงนคร”

ศาลเจ้าพ่อองค์รักษ์ ตั้งอยู่ฝั่งแม่น้ำนครนายก ในเขตตำบลสันทรายมูล มีเรื่องเล่าว่าเมื่อ พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวเสด็จเถลิงถวัลย์ราชสมบัติ ได้เสด็จประพาสจังหวัด ปราจีนบุรี โดยเสด็จผ่านมาตามลำแม่น้ำนครนายก และได้มาประทับแรมบริเวณที่ตั้งศาลเจ้าพ่อ องค์รักษ์ในปัจจุบัน ในระหว่างประทับแรมอยู่นั้นนายทหารราชองครักษ์ป่วยและเสียชีวิตลง จึง ทรงมีพระราชประสงค์ให้สร้างศาลเป็นอนุสรณ์ ศาลแห่งนี้จึงมีชื่อเรียกว่า “ศาลเจ้าพ่อองค์รักษ์” และใช้เป็นชื่อของอำเภอองค์รักษ์ในเวลาต่อมา บริเวณหน้าศาลเจ้าพ่อองค์รักษ์นี้เป็นวังน้ำวน น้ำ ไหลเชี่ยวมาก ถือว่าน้ำตรงวังน้ำวนเป็นน้ำศักดิ์สิทธิ์จึงนำไปทำพิธีสงฆ์น้ำมูรธาภิเษกเมื่อประกอบ พระราชพิธีบรมราชาภิเษกพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช

กิจกรรมการท่องเที่ยวที่น่าสนใจ

ล่องแก่งเขื่อนคลองท่าด่าน เขื่อนคลองท่าด่าน เป็นแหล่งท่องเที่ยวแห่งใหม่ซึ่งส่งเสริม การท่องเที่ยวเชิงนิเวศและผจญภัย โดยจัดให้มีกิจกรรมล่องแก่งที่สนุกสนานท้าทาย แม่น้ำน้ำ นครนายกจะมีความยากของสายน้ำเพียงระดับ 1-3 แต่ระหว่างเส้นทางจะได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติที่มี พรรณไม้นานาชนิด โดยการพายเรือแคนู เรือคายัก หรือเรือยาง อย่างสนุกสนานและปลอดภัย แต่ ละช่วงของการล่องแก่งจะมีความแตกต่างกันตลอดเส้นทาง หลายจุดเป็นแก่งหินที่ทำให้เกิด กระแสน้ำคดเคี้ยวไหลลดหลั่นลงมาคล้ายขั้นบันได เช่น แก่งสามชั้น แก่งโชคคู่ เป็นจุดที่สร้าง

ความตื่นเต้นร่าเริงให้กับนักท่องเที่ยวเป็นอย่างมาก ผู้สนใจสามารถเริ่มต้นท่องเที่ยวได้ที่บริเวณท่าเทียบเรือหลังเขื่อนคลองท่าด่าน ใช้เวลาท่องเที่ยวประมาณ 30-90 นาที

การเดินทาง

รถยนต์ จากกรุงเทพฯ ไปได้ 2 เส้นทาง ได้แก่

1. ไปตามทางหลวงหมายเลข 305 เลียบคลองรังสิตผ่านอำเภอองครักษ์ ระยะทางประมาณ 105 กิโลเมตร
2. ไปตามทางหลวงหมายเลข 1 เลี้ยวขวาที่แยกหินกองไปตามถนนสุวรรณศร (ทางหลวงหมายเลข 33) จนถึงนครนายก ระยะทางประมาณ 137 กิโลเมตร

รถโดยสารปรับอากาศ บริษัท ขนส่ง จำกัด บริการรถโดยสารประจำทางทั้งรถธรรมดาและรถปรับอากาศ ออกจากสถานีขนส่งหมอชิต 2 ถนนกำแพงเพชร 2 ทุกวันวันละหลายเที่ยว มีเส้นทางเดินรถ 2 เส้นทาง คือ กรุงเทพฯ-หินกอง-นครนายก และ กรุงเทพฯ-รังสิต-องครักษ์-นครนายก นอกจากนี้ยังมีรถสายกรุงเทพฯ-นครนายก-อรัญประเทศ และสายกรุงเทพฯ-องครักษ์-โรงเรียนนายร้อย จปร. โดยต้องต่อรถเข้าเมืองอีก 7 กิโลเมตร

แนวทางการประเมินทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

เกณฑ์การประเมินทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยวและสถานประกอบการเชิงสุขภาพของสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเพื่อให้สอดคล้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่เป็นการเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม เพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ เช่น การรับคำปรึกษาแนะนำด้านสุขภาพ การออกกำลังกายอย่างถูกวิธี การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การฝึกปฏิบัติสมาธิ และอื่นๆ โดยเป็นการท่องเที่ยวที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมและรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยทั่วไป การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) มีการจัดการการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดรักษาและสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล และภายหลังการท่องเที่ยวก็สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตรประจำวันได้ กองอนุรักษ์ (2544:22) ดังนั้นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจึงเป็นสิ่งที่ยั่งยืน (Sustainable) เพื่อให้เกิดการบริหารและจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวอย่างรอบคอบชาญฉลาด บังเกิดประโยชน์สูงสุดต่อเนื่องยาวนานในการพิทักษ์รักษาเอกลักษณ์ทางธรรมชาติและวัฒนธรรมไว้ได้อย่างยั่งยืน และก่อให้เกิดผลดีต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมของ

ประเทศชาติและประชาคมโลกในระยะยาว (สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. 2540 3-14) คือ

1) **ศักยภาพของทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยว** พิจารณาจากสภาพทรัพยากรที่เหมาะสมมีเอกลักษณ์เฉพาะ เน้นความสำคัญของระบบนิเวศ สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรมท้องถิ่นที่ส่งผลต่อสุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ ว่ามีมากน้อยเพียงใด คึงดูแลหรือไม่อย่างไร เพื่อให้ความสำคัญที่ต่างกันในแต่ละปัจจัย

2) **ศักยภาพในการจัดการ** พิจารณาจากสภาพการจัดการในปัจจุบันว่าอยู่ในกรอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากน้อยเพียงใด จะบ่งชี้ถึงโอกาสในการเพิ่มศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวให้สูงขึ้น ประกอบด้วย

2.1 มีการให้การศึกษาด้านสุขภาพ สิ่งแวดล้อม โดยพิจารณาจากการสื่อความหมาย กิจกรรมด้านสุขภาพที่มีลักษณะเกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมที่อยู่ในแหล่งท่องเที่ยว

2.2 การป้องกันและรักษาสิ่งแวดล้อมควบคู่ไปกับการรักษาและส่งเสริมสุขภาพให้กับนักท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยว โดยพิจารณาจากมีการดูแล รักษา ปรับปรุง บำรุงและคุ้มครองสิ่งแวดล้อมอย่างมีประสิทธิภาพอยู่ในระดับใด มีความปลอดภัย จำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวและให้การบริการอยู่ในระดับใด

2.3 องค์กรหรือสถานประกอบการที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน ให้ความร่วมมือ เห็นความสำคัญ และเน้นการมีส่วนร่วมของคนในท้องถิ่นมากน้อยเพียงใด

จารุณี กลิ่นดีป्ली (2541 32-33) สรุปหลักเกณฑ์การพิจารณาที่ครอบคลุมองค์ประกอบการท่องเที่ยว 4 ด้าน ดังนี้

1) **ด้านพื้นที่** คือการดึงดูดนักท่องเที่ยวด้วยทรัพยากรธรรมชาติที่มีลักษณะเฉพาะหรือมีความเป็นเอกลักษณ์ ประวัติศาสตร์ที่มีความเกี่ยวข้องกับระบบนิเวศ วัฒนธรรมประเพณี และสิ่งแวดล้อมในท้องถิ่น ตลอดจนปัจจัยอื่นๆที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เข้ามาท่องเที่ยวในพื้นที่ได้แก่ ลักษณะภูมิทัศน์ ความยากง่ายในการเข้าถึง เช่นสภาพของเส้นทางในแหล่งท่องเที่ยว ฤดูกาล เป็นต้น

2) **ด้านการจัดการ** คือความปลอดภัยในการท่องเที่ยวปฏิบัติกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยวและบริเวณที่อยู่ใกล้เคียง การจัดการสิ่งอำนวยความสะดวกพื้นฐาน เช่น ถนน ไฟฟ้า น้ำประปา การจัดการกิจกรรมการท่องเที่ยวในพื้นที่ และการจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวไม่ให้เกินขีดความสามารถในการรองรับ (over carrying capacity)

3) **ด้านกิจกรรมและกระบวนการ** คือการพิจารณาความหลากหลายของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในพื้นที่ โอกาสในการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยว เพื่อสร้างจิตสำนึกและการให้การศึกษาด้านสิ่งแวดล้อมควบคู่ไปด้วยกัน

4) **ด้านการมีส่วนร่วม** คือ การพิจารณาว่าองค์กรท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการควบคุมดูแลแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบใดบ้าง และคนในท้องถิ่นมีความพอใจ หรือสนใจให้แหล่งท่องเที่ยวในท้องถิ่นของตนได้รับการพัฒนาหรือไม่

Burkart & Medrik (1981) ได้กล่าวว่า ศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวสามารถพิจารณาได้จากคุณสมบัติที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1. สิ่งดึงดูดใจทางการท่องเที่ยว (Attractions) มี 3 ประเภท คือ

- สิ่งดึงดูดใจทางธรรมชาติ เช่น ลักษณะอากาศ ชายหาด เกาะแก่ง ป่าเขา ถ้ำและน้ำตก
- สิ่งดึงดูดใจที่สร้างขึ้น เช่น สิ่งก่อสร้างทางประวัติศาสตร์ โบราณสถาน สวนสนุก และที่พักประเภทรีสอร์ท
- สิ่งดึงดูดใจทางวัฒนธรรม เช่น พิพิธภัณฑ์ ศิลปวัฒนธรรมประเพณีของท้องถิ่น

2. **สิ่งอำนวยความสะดวกของแหล่งท่องเที่ยว (Accessibilities)** คือ ลักษณะการให้บริการภายในแหล่งท่องเที่ยวและการให้บริการที่เชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยว เช่น ระบบสาธารณูปโภค ระบบสาธารณูปการ ที่พัก การบริการด้านอาหาร การบริการด้านเทคโนโลยีและข้อมูลข่าวสาร

3. **การเดินทางเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว (Amenity)** คือ ความยากง่ายในการเดินทางเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว เช่น การคมนาคมขนส่ง ทั้งทางบก (รถยนต์ รถไฟ) ทางเรือ ทางอากาศ (เครื่องบิน)

มนัส สุวรรณ (2541) ได้กล่าวถึงการประเมินองค์ประกอบของแหล่งท่องเที่ยวไว้ 4 ประการ คือ

1. ความปรารถนาของผู้ท่องเที่ยว ประเมินความต้องการในด้านประเภทและการบริหารท่องเที่ยวทั้งในปัจจุบันและอนาคต บอกถึงลักษณะของแหล่งท่องเที่ยวแต่ละแห่งว่ามีจุดดึงดูดใจนักท่องเที่ยวคืออะไร เหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร เช่น ถ้าเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติส่วนมากนักท่องเที่ยวชาวไทยจะสนใจมากกว่านักท่องเที่ยวต่างชาติ แต่ถ้าเป็นแหล่งท่องเที่ยวทางประวัติศาสตร์จะเป็นที่สนใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมากกว่า

2. ความสามารถในการใช้บริการของนักท่องเที่ยว ขึ้นอยู่กับการกำหนดค่าธรรมเนียม

สำนักพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว สำนักงานพัฒนาการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2550) ได้จัดทำคู่มือ การประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเพื่อจัดอันดับ ความเร่งด่วนในการพัฒนา โดยใช้ 2 หลักเกณฑ์ที่สำคัญ ดังนี้

1) หลักเกณฑ์การประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเพื่อจัดอันดับความสำคัญในการพัฒนา โดยใช้เกณฑ์ที่สำคัญ ดังนี้

- 1.1 ความมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป
- 1.2 เอกลักษณะ และ/หรือคุณค่าเฉพาะการท่องเที่ยวตามแต่ละประเภทของการท่องเที่ยว
- 1.3 การสร้างอาชีพ และรายได้ให้กับคนในชุมชนระดับท้องถิ่น อำเภอ จังหวัด และประเทศ
- 1.4 การเสริมสร้างความสามัคคี ความภาคภูมิใจให้กับคนในท้องถิ่น
- 1.5 การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
- 1.6 การอนุรักษ์สิ่งก่อสร้างทางโบราณคดี โบราณสถาน การให้ความดูแล รักษาบูรณะ เพื่อให้เกิดความสมบูรณ์
- 1.7 การอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียมประเพณี และภูมิปัญญาท้องถิ่นในชุมชน เช่น การแต่งกาย ภาษา การละเล่น การแสดง และวิถีชีวิตของคนในชุมชน
- 1.8 คุณค่าทางด้านวิชาการ การเป็นแหล่งเรียนรู้ทางประวัติศาสตร์ สิ่งแวดล้อม ศิลปวัฒนธรรม และวิทยาศาสตร์
- 1.9 สร้างความเจริญให้กับชุมชน ด้านสาธารณูปโภค สาธารณูปการ และสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน เช่น ถนน ไฟฟ้า น้ำประปา ฯลฯ
- 1.10 เป็นแหล่งพักผ่อนหย่อนใจ นันทนาการให้กับชุมชน พิจารณาจากระดับการให้บริการจากท้องถิ่น ขึ้นไปจนถึงระดับประเทศ

2) หลักเกณฑ์การประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวเพื่อจัดอันดับความเสื่อมโทรมในการพัฒนา โดยใช้เกณฑ์ที่สำคัญ ดังนี้

- 2.1 ด้านกายภาพ ประกอบด้วย เส้นทางการเข้าถึงจากภายนอก เส้นทางการเที่ยวชมภายในแหล่งท่องเที่ยว ป้ายสื่อความหมาย เป็นต้น
- 2.2 ด้านสาธารณูปโภค สาธารณูปการ และสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน เช่น ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว ห้องน้ำ / ห้องสุขา ที่จอดรถ ร้านอาหาร / ร้านขายของที่ระลึก ที่พัก ถนน ระบบไฟฟ้า ระบบน้ำประปา การสื่อสารโทรคมนาคม

2.3 คุณค่าของทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยว ประกอบด้วย ความเสื่อมโทรมของสภาพแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยว ความสวยงามของแหล่งท่องเที่ยว สิ่งก่อสร้างทางประวัติศาสตร์ โบราณสถาน คุณค่าทางประวัติศาสตร์ ศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น คุณค่าทางวิชาการและการเรียนรู้

2.4 ผลกระทบทางเศรษฐกิจ-สังคม ประกอบด้วย การเปลี่ยนแปลงทางด้านโครงสร้างอาชีพของชุมชน ผลกระทบต่อรายได้ของชุมชน การก่อให้เกิดปัญหาสังคม เป็นต้น

สรุปได้ว่า ในการสร้างมาตรฐานสินค้าและบริการของอุตสาหกรรมท่องเที่ยวในประเทศไทย จะต้องมีการพัฒนาอย่างสอดคล้องกัน โดยมีการวางมาตรฐานในการดำเนินงานเพื่อเพิ่มห่วงโซ่คุณค่าตามแผนยุทธศาสตร์จากการท่องเที่ยว ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาปรับมาใช้และประยุกต์ให้สอดคล้องกับแนวคิดและทฤษฎีดังกล่าวข้างต้นมาเป็นแบบประเมินความพร้อมของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้ 6 ด้านซึ่งสอดคล้องกับเกณฑ์ของห่วงโซ่ (Value Chain) คุณค่าการท่องเที่ยวดังนี้

1. การพัฒนาระบบบริหารและจัดการการท่องเที่ยว เน้นการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวที่เหมาะสมและสอดคล้องกับนโยบายด้านการท่องเที่ยวของประเทศ สํารวจข้อมูลความต้องการของตลาดและศักยภาพการท่องเที่ยวปัจจุบัน

2. การพัฒนาปัจจัยพื้นฐานด้านการท่องเที่ยว เน้นการพัฒนาและปรับปรุงระบบสาธารณูปโภค สิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน ระบบการป้องกันและการรักษาความปลอดภัย

3. การพัฒนาผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยว เน้นการจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้ตรงกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย (ผู้สูงอายุ) โดยการปรับปรุงแหล่งท่องเที่ยวเดิม และพัฒนาแหล่งท่องเที่ยวใหม่ เพื่อเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวภายในจังหวัด และระหว่างกลุ่มจังหวัด

4. การพัฒนาศักยภาพบุคคลในภาคบริการท่องเที่ยว เน้นที่การสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึกสร้างความเข้าใจและแรงจูงใจแก่บุคลากรภาคบริการถึงความสำคัญของคุณภาพและมาตรฐานในการบริการเพื่อพัฒนาองค์ความรู้ด้านการให้บริการ

5. การบริหารจัดการท่องเที่ยวให้เกิดความยั่งยืน เน้นที่การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนจากการสร้างอาชีพและการหารายได้ของคนในท้องถิ่น

6. การพัฒนาด้านการตลาดและการประชาสัมพันธ์ เน้นที่การสร้างภาพลักษณ์จากควมมีชื่อเสียงเอกลักษณ์และคุณค่าของแหล่งท่องเที่ยวโดยผ่านช่องทางต่างๆอย่างต่อเนื่อง

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

4.1 ความหมายของผู้สูงอายุ

วัยสูงอายุจัดเป็นวัยที่อยู่ในระยะสุดท้ายของชีวิต ลักษณะและพัฒนาการในวัยนี้ จะตรงข้ามกับวัยเด็ก คือมีแต่ความเสื่อมโทรมลง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงนี้จะดำเนินไปอย่างค่อยเป็นค่อยไป (ชูศรี วงเครือ, 2543) จึงเป็นการยากที่จะกำหนดว่าบุคคลใดอยู่ในวัย สูงอายุ เกณฑ์ที่สังคมจะกำหนดว่าบุคคลใดเป็นผู้สูงอายุนั้น จะแตกต่างกันไปตามสภาพสังคมซึ่งได้มีผู้ให้คำนิยามเกี่ยวกับผู้สูงอายุไว้ เช่น ฮอลล์ (Hall D.A., 1976 อ้างใน แสงเดือน มุสิกกรรมณี, 2545) ได้แบ่งการสูงอายุของบุคคลออกเป็น 4 ประเภท คือ

1. การสูงอายุตามวัย (Chronological Aging) หมายถึง การสูงอายุตามปีปฏิทิน โดยการนับจากปีที่เกิดเป็นต้นไป และบอกได้ทันทีว่า ใครมีอายุมากน้อยเพียงใด
2. การสูงอายุตามสภาพร่างกาย (Biological Aging) เป็นการพิจารณาการสูงอายุจากสภาพร่างกายและสรีระของบุคคลที่เปลี่ยนแปลงไป เมื่อมีอายุเพิ่มขึ้น เนื่องจากประสิทธิภาพการทำงานของอวัยวะในร่างกายลดน้อยลง เป็นผลมาจากความเสื่อมโทรมตามอายุขัยของแต่ละบุคคล
3. การสูงอายุตามสภาพจิตใจ (Psychological Aging) เป็นการเปลี่ยนแปลงในหน้าที่การรับรู้ แนวความคิด ความจำ การเรียนรู้ เซาว์ปัญญา และลักษณะบุคลิกภาพที่ปรากฏในระยะต่างๆ ของชีวิตแต่ละคนที่มีอายุเพิ่มขึ้น
4. การสูงอายุตามสภาพสังคม (Sociological Aging) เป็นการเปลี่ยนแปลงในบทบาทหน้าที่สถานภาพของบุคคลในระบบสังคม รวมทั้งความคาดหวังของสังคมต่อบุคคลนั้น เกี่ยวกับอายุ การแสดงออกตามคุณค่าและความต้องการของสังคม

สำหรับการกำหนดว่า ผู้สูงอายุเริ่มเมื่ออายุเท่าใดนั้น ขึ้นอยู่กับความแตกต่างกันในแต่ละสังคม สำหรับสังคมไทยนั้นกำหนดว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีสัญชาติไทยและมีอายุตั้งแต่ 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป (พระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ.2546) ทั้งนี้ผู้สูงอายุมิได้มีลักษณะเหมือนกันหมด แต่จะมีความแตกต่างกันไปตามช่วงอายุ องค์การอนามัยโลกจึงได้แบ่งเกณฑ์อายุตามสภาพของการมีอายุเพิ่มขึ้น ดังนี้

1. ผู้สูงอายุ (Elderly) มีอายุระหว่าง 60 –74 ปี
2. คนชรา (Old) มีอายุระหว่าง 75 –90 ปี
3. คนชรามาก (Very Old) มีอายุ 90 ปีขึ้นไป

การแบ่งผู้สูงอายุเป็น 3 ช่วงดังกล่าว สำหรับในสังคมไทยยังมิได้มีข้อสรุปว่าจะมีการจัดประเภทของผู้สูงอายุในลักษณะใด การจัดโดยใช้เกณฑ์อายุก็ยังมีข้อถกเถียงว่ายังไม่เหมาะสม นักวิชาการบางท่านจึงใช้เกณฑ์ความสามารถของผู้สูงอายุแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่

1. กลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้ดี
2. กลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองได้บ้าง
3. กลุ่มที่ช่วยเหลือตนเองไม่ได้ เนื่องจากมีปัญหาสุขภาพ มีความพิการ

สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลในวัยสุดท้ายของวงจรชีวิต เริ่มต้นที่วัยทารก วัยเด็ก วัยรุ่น วัยหนุ่มสาว วัยผู้ใหญ่หรือวัยสูงอายุ ในประเทศไทยกำหนดผู้สูงอายุที่พ้นจากวัยทำงานเป็นเกณฑ์ คือ ตั้งแต่อายุ 60 ปีขึ้นไป ส่วนประเทศทางตะวันตกถือว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง ชายหรือหญิงที่มีอายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป

4.2. แนวคิดเกี่ยวกับคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ

ลอว์ตัน (Lawton, 1985 อ้างใน สิทธิอาภรณ์ ชวนปี, 2540, ลลิตญา ลอยลม, 2545) ได้ศึกษาคุณภาพชีวิตหรือการมีชีวิตที่ดีในผู้สูงอายุและกล่าวว่าผู้สูงอายุที่มีคุณภาพชีวิตที่ดีต้องประกอบด้วยปัจจัยสำคัญ 4 ด้าน คือ

1. การมีความผาสุกทางด้านจิตใจ (Psychological Well-Being) หมายถึง การที่บุคคลสามารถประเมินได้ว่า ประสบการณ์ในชีวิตที่ผ่านมามีคุณภาพ โดยประเมินได้จากผลกระทบระดับความสุขที่ได้รับและความสำเร็จที่ได้บรรลุตามความต้องการหรือเป้าหมายที่ตั้งไว้

2. ความสามารถในการแสดงพฤติกรรม (Behavioral Competence) หมายถึง ความสามารถในการทำหน้าที่ของบุคคล ซึ่งรวมถึงการทำหน้าที่ของร่างกาย การมีสุขภาพที่ดี การรับรู้ที่ถูกต้องและการมีพฤติกรรมทางสังคมที่ถูกต้อง

3. สิ่งแวดล้อมของบุคคล (Objective Environment) หมายถึง สิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ ประกอบด้วย 5 ส่วน ได้แก่

- สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ ลักษณะภูมิอากาศ ภูมิประเทศ และที่อยู่อาศัย
- บุคคลที่มีความสำคัญต่อผู้สูงอายุ เช่น สมาชิกในครอบครัว เพื่อน
- บุคคลอื่นทั่วไปที่มีปฏิสัมพันธ์กับผู้สูงอายุ
- สถานภาพทางสังคม อายุ เชื้อชาติ และเศรษฐกิจ
- สภาพสังคมและวัฒนธรรมภายในชุมชนที่ผู้สูงอายุอาศัยอยู่

4. การรับรู้คุณภาพชีวิต (Perceived Quality of Life) หมายถึง การที่บุคคลมีการประเมินตนเองเกี่ยวกับความผาสุกทางด้านจิตใจ ความสามารถในการทำหน้าที่ ตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อบุคคลดังที่ได้กล่าวมา

ปัจจัยด้านความผาสุกด้านจิตใจอันเป็นเครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตที่สำคัญยิ่งของการดำเนินชีวิต มีความใกล้เคียงกับความพึงพอใจในชีวิต เป็นสิ่งที่พึงปรารถนาของบุคคล เพราะเป็นการสะท้อนให้เห็นถึงคุณภาพชีวิตของบุคคลนั้น และในการศึกษาด้านวิทยาการผู้สูงอายุ (Gerontology)

มักใช้ความพึงพอใจในชีวิตเป็นตัวชี้วัดคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุ โดยมีผู้ให้นิยามของความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุไว้ ดังนี้

Wolman (1973 อ้างใน สุรกุล เจนอบรม, 2541) ได้ให้ความหมายของ ความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อความต้องการได้รับการตอบสนอง

Barrow and Smith (1977 อ้างใน สุรกุล เจนอบรม, 2541) กล่าวถึง ความพึงพอใจในชีวิตว่าเป็นความรู้สึกที่เป็นสุข ประกอบด้วยความสนุกสนาน ไม่ต้องเผชิญความเครียดความไม่พึงประสงค์ และความชอกช้ำ ซึ่งความรู้สึกนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลได้เปรียบเทียบสถานการณ์ปัจจุบันที่เป็นอยู่กับสถานการณ์ที่เขาคาดหวังให้เป็น ซึ่งสอดคล้องกับความเห็นของ Cambell (1976) และ Powell (1983) ที่ได้ให้ความหมายว่า ความสุขไม่จำเป็นต้องเกิดขึ้นจากการที่บุคคลได้รับการตอบสนองอย่างสมบูรณ์ในทุกสิ่งที่ต้องการ แต่หมายถึง ความสุขที่เกิดจากการปรับตัวรับสภาพที่เกิดขึ้นจากสิ่งต่างๆหรือจากสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี

ความสุขของผู้สูงอายุนั้น มิลเลอร์และคณะ (Miller, et. al., 1986) ได้จำแนกตามองค์ประกอบที่ทำให้ผู้สูงอายุที่มีชีวิตอย่างสมบูรณ์และเข้มแข็งไว้ดังนี้

1. มองโลกในแง่ดี และมีความพึงพอใจในชีวิต
2. มีความรักคือ พร้อมที่จะให้และรับความรักจากผู้อื่น
3. มีความศรัทธาในสิ่งที่ถูกต้องและแน่นอน
4. มีอารมณ์ขัน
5. มีความยึดมั่นในตนเองในทางที่เหมาะสม
6. ให้อำนาจแก่ตนเอง
7. มีการจัดการกับความเครียด
8. มีความสัมพันธ์กับสังคม

บริบูรณ์ พรพิบูลย์ (2528, น.112-113) กล่าวถึงความสุขของผู้สูงอายุว่าประกอบด้วย 3 ประการ คือ มีสุขภาพดี มีความพอใจในการดำรงชีวิต และมีความสุขตามสภาพตนเอง นอกจากนี้ยังกล่าวถึงทางเลือกในการหาความสุขของผู้สูงอายุ 2 ทาง คือการหาความสุขในทางโลกและทางธรรม

ประสพ รัตนากร (2529 อ้างใน แสงเดือน มุสิกรมณี, 2545, น. 9-10) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะ 7 ประการที่ผู้สูงอายุพึงมี อันจะนำไปสู่การมีความสุขทางใจ หรือการที่ผู้สูงอายุจะมีความพึงพอใจในชีวิตได้ คือเป็นผู้มีสุขภาพดี เป็นผู้ที่ไม่เคยหมดหวัง เป็นผู้ที่มีความขยันขันแข็ง เป็นผู้ที่ทำตัวดี เป็นผู้ที่เชื่อถือได้ เป็นผู้ที่มีเกียรติในตนเองและเป็นผู้ที่มีความสุภาพ

จิราพร เกศพิชญ์วัฒนา จันทรเพ็ญ แสงเทียนฉายและยุพิน อังสุโรจน์ (2543) สรุปแนวคิดเกี่ยวกับความสุขทางใจของผู้สูงอายุไทย ประกอบด้วย 5 มิติ คือ ความสามัคคีปรองดอง การพึ่งพาอาศัยกันและกัน ความสงบสุขและการยอมรับ การเคารพนับถือและความเบิกบาน โดยแต่ละมิติมีรายละเอียดดังนี้

ความสามัคคีปรองดอง (Harmony) เกิดขึ้นระหว่างบุคคลในครอบครัว เช่น ลูกหลาน การเป็นมิตรที่ดีต่อกันระหว่างเพื่อน เพื่อนบ้าน ตลอดจนความสำเร็จ ความก้าวหน้าของบุคคลในครอบครัว ลูกหลาน นำมาซึ่งความผาสุกทางใจของผู้สูงอายุ

การพึ่งพาอาศัยกันและกัน (Interdependence) ผู้สูงอายุแสดงความรู้สึกสบายใจมีความสุข ในการที่ตนเองได้ทำตนให้เป็นประโยชน์หรือช่วยเหลือลูกหลาน บุคคลในครอบครัวในขณะที่เดียวกันบุคคลในครอบครัวหรือลูกหลานตอบแทนโดยการเลี้ยงดู ช่วยเหลือดูแล โดยเฉพาะในยามเจ็บป่วย ความสบายใจเกิดจากการมีคุณค่าในตนเอง ที่รู้สีกว่ายังสามารถช่วยเหลือตนเองได้ มีประโยชน์แก่ลูกหลาน

ความสงบสุขและการยอมรับ (Acceptance and Calmness) การทำใจให้ยอมรับและหาความสงบในจิตใจ การปล่อยวางความคิดที่ทำให้ไม่สบายใจ ปล่อยกับสิ่งที่ตนเองไม่สามารถขัดขวางหรือควบคุมได้ ทำใจให้สงบ ไม่คิดมากหรืออารมณ์เสีย ไม่ก่อกวนกับสิ่งที่ทำให้ไม่สบายใจ

การเคารพนับถือ (Respect) การที่ผู้สูงอายุรับรู้ มีความรู้สึกถึงการเคารพให้เกียรติหรือคำแนะนำให้แก่ผู้อาวุโสน้อยกว่า มีผู้รับฟังหรือปฏิบัติตาม การเคารพนับถือที่ผู้สูงอายุได้รับจากบุคคลอื่นแสดงให้เห็นถึงความสำเร็จในชีวิตของผู้สูงอายุในการดำเนินชีวิตที่ดี เป็นที่เคารพนับถือของบุคคลในชุมชนนั้น ๆ

ความเบิกบาน (Enjoyment) ความรู้สึกสดชื่นมีชีวิตชีวา และสนุกสนานรื่นรมย์กับสิ่งรอบตัว ความเบิกบานอาจเกิดจากการทำกิจกรรมกับเพื่อนหรือกลุ่มผู้สูงอายุในวัยเดียวกัน เช่น ร่วมกิจกรรมชมรมผู้สูงอายุ ไปวัด หรืออาจเป็นความเบิกบานจากการทำสิ่งที่ตนเองชอบงานยามว่างหรือเก็บเกี่ยวความสุขเล็กๆน้อยๆที่อยู่รอบตัว รวมทั้งการมีอารมณ์ขัน

คุณภาพชีวิตและความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุจะเป็นตัวแปรหนึ่งที่กำหนดกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยอันเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความต้องการสวัสดิการสังคมของผู้สูงอายุในการวิจัยครั้งนี้ ซึ่งมารศรี นุชแสงพลี (2532, น. 26-36) ได้ศึกษาปัจจัย 3 ด้านที่คาดว่าจะมีผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ คือ

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ประกอบด้วย ระดับการศึกษา การมีงานอดิเรก และสุขภาพ
2. ปัจจัยทางเศรษฐกิจ ภาวะเศรษฐกิจนับว่ามีบทบาทสำคัญต่อการดำรงชีวิตของบุคคลที่จะสนองความต้องการในด้านต่าง ๆ ทั้งด้านที่อยู่อาศัยในสภาพที่ดี อาหารที่มีคุณค่า การรักษาพยาบาลอย่างถูกต้อง อุปกรณ์อำนวยความสะดวกแก่ตนเอง ตลอดจนส่งผลไปถึงการเลือกทำกิจกรรม เนื่องจากการมีส่วนร่วมในกิจกรรมบางอย่างต้องอาศัยเงินเป็นปัจจัยสำคัญ ปัญหาเศรษฐกิจมักเป็นปัญหาหลักของผู้สูงอายุ เนื่องจากความมีอายุทำให้รายได้ลดลง ส่งผลให้เกิดความยากลำบากในการดูแลตนเองทางด้านสุขภาพและส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ ดังนั้นรายได้จะเป็นตัวลบล้างปัญหาสุขภาพและยกระดับความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

3. ปัจจัยด้านความสัมพันธ์ทางสังคม เมื่อเข้าสู่วัยชรา จากสภาพร่างกายที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการประกอบอาชีพเหมือนเช่นในช่วงวัยที่ผ่านมา หรือจากข้อกำหนดของสังคมให้ต้องเกษียณอายุงาน ทำให้ผู้สูงอายุต้องเสียบทบาทในการทำงาน ดังนั้นผู้สูงอายุจึงเปลี่ยนจุดสนใจไปยังครอบครัว หาทบทบาใหม่ให้กับตนเองด้วยการเป็นผู้ให้คำปรึกษาแนะนำ ช่วยเหลือดูแลลูกหลานภายในบ้านและในทางกลับกัน ลูกหลานในครอบครัวสามารถเป็นที่พึ่งพาทางด้านเศรษฐกิจและกำลังใจให้แก่ผู้สูงอายุด้วย ผู้สูงอายุเป็นผู้ที่ต้องการความรัก ความเอาใจใส่จากครอบครัว โดยเฉพาะผู้ที่ช่วยเหลือตนเองได้น้อยลงจากปัญหาสุขภาพ ดังนั้น การที่ผู้สูงอายุ มีคู่สมรสหรือบุตรหลานเป็นผู้คอยดูแลทุกข์สุขคอยช่วยเหลือหรือให้ความเคารพนับถือ ยกย่องให้ความสำคัญ ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกกว่าตนเองเป็นบุคคลที่มีความหมายต่อครอบครัว ด้วยเหตุนี้ความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวจึงมีอิทธิพลต่อความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ

คุณภาพชีวิตของบุคคลคือ ความพึงพอใจของบุคคลที่เกิดจากการได้รับการตอบสนองต่อสิ่งที่ต้องการทั้งด้านร่างกายและจิตใจ การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสภาพแวดล้อม เศรษฐกิจ และสังคมอย่างเพียงพอให้เกิดสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดี ซึ่งการท่องเที่ยวเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุ เพื่อก่อให้เกิดความพึงพอใจและดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขในปัจจุบัน

4.3 กิจกรรมท่องเที่ยวกับผู้สูงอายุ

เบิร์นไซด์ (Burnside, 1988 : 385) ให้ความหมายว่า เป็นกระบวนการทางร่างกายเกี่ยวกับการใช้พลังงาน เพื่อให้เกิดผลของการกระทำหรือเกิดเป็นงานกิจกรรมขึ้น

เบิร์กฮอร์น เชฟเฟอร์ และคนอื่นๆ (Berghorn, Schafer & et al., 1981 : 343-344) กล่าวว่ากิจกรรมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ มี 3 ประเภทคือ

1. กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal Activities) ได้แก่ การเข้าวัด การร่วมกิจกรรมในสโมสร การทำบุญตักบาตร เป็นต้น

2. กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activities) ได้แก่ สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนบ้าน การเดินทางท่องเที่ยว การซื้อของที่ระลึก/ของฝาก เป็นต้น

3. กิจกรรมที่ทำคนเดียว (Solitary Activities) ได้แก่ งานอดิเรก ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของเลมอน (Lamon, 1972 : 78) โดยแบ่งกิจกรรมออกเป็น 3 ประเภทคือ

1.1 กิจกรรมที่มีรูปแบบ (Formal Activities) ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมในสมาคมต่างๆ การเป็นอาสาสมัคร การเข้ากลุ่มทางศาสนา การมีกิจกรรมภายนอกครอบครัว

1.2 กิจกรรมที่ไม่มีรูปแบบ (Informal Activities) ได้แก่ การพบปะสังสรรค์ การมีกิจกรรมร่วมกับสมาชิกในครอบครัว

1.3 กิจกรรมเพื่อการพักผ่อนและงานอดิเรก (Leisure Activities and Hobbies) ได้แก่ การทำงานในยามว่าง การทำกิจกรรมพักผ่อนหย่อนใจ นันทนาการ

เวลาว่าง (Leisure) หมายถึง เวลาที่ว่างจากกิจกรรมที่จำเป็นอื่นๆ เช่น ว่างจากงานประจำ การประกอบกิจวัตรประจำวัน ในวัยหนุ่มสาวหรือวัยผู้ใหญ่ ซึ่งเรียกกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ว่า สันทนาการ (Recreation)

สันทนาการ (Recreation) เป็นกิจกรรมที่บุคคลเข้าร่วมด้วยความสมัครใจเพื่อเป็นการแสวงหาความพอใจ การผ่อนคลายและความเพลิดเพลินแก่ตัวผู้กระทำโดยตรง (Kraus & Botes, 1975:4-5) ซึ่งสอดคล้องกับบรรลุ ศิริพานิช (2538 : 40) โดยแบ่งประเภทกิจกรรมดังนี้

1. กิจกรรมนันทนาการ เช่น งานอดิเรก กีฬา การอ่าน การดนตรี การท่องเที่ยว เป็นต้น

2. กิจกรรมการเรียนรู้

3. กิจกรรมการบริการผู้อื่น

1.4 ความต้องการท่องเที่ยวกับผู้สูงอายุ

นักวิเคราะห์ด้านการตลาด เวลส์และกูบาร์ (Well & Gubar) ได้แบ่งวงจรชีวิตของผู้บริโภคออกเป็น 9 ช่วง ได้แก่ (เอคอร์น-ออมนิแทร์ค มาร์เก็ตติ้ง, 2537 : 7-9)

ช่วงที่ 1 ระยะหนุ่มสาว/โสด

ระยะนี้มีภาระทางการเงินน้อย สนใจแฟชั่นและการสันทนาการ ในช่วงนี้จะมีค่าใช้จ่ายในเรื่องส่วนตัวเกี่ยวกับการแต่งตัว การเดินทางไปเที่ยว

ช่วงที่ 2 ระยะที่เริ่มแต่งงานและยังไม่มีบุตร

ระยะนี้มีฐานะทางการเงินดีขึ้น จะมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับของใช้ประจำบ้านที่คงทนถาวร และยังไม่มีการเรื่องดูแลบุตรจึงสนใจในการเดินทางท่องเที่ยว

ช่วงที่ 3 ระยะเต็มร้าง ช่วงที่ 1 มีลูกคนเล็กอายุไม่เกิน 6 ปี

ระยะนี้มีภาระทางการเงินสูง สนใจเกี่ยวกับบ้านและลูก จะมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเด็กที่ได้รับอิทธิพลจากการโฆษณาสูง

ช่วงที่ 4 ระยะเต็มร้าง ช่วงที่ 2 มีลูกคนเล็กอายุเกิน 6 ปี

ระยะนี้จะมีฐานะทางการเงินดีขึ้น จะมีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับอาหารการกินในปริมาณมากๆ ที่มีขนาดใหญ่เพราะถูกและประหยัดกว่า ค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับการเรียนพิเศษมากเพราะได้รับอิทธิพลจากโฆษณาน้อยลง

ช่วงที่ 5 ระยะเต็มร้าง ช่วงที่ 3 คู่แต่งงานจะมีอายุมากขึ้นแต่มีลูกที่ยังต้องเลี้ยงดู

ระยะนี้จะมีฐานะทางการเงินดีขึ้นเรื่อยๆ ลูกบางคนอาจได้งานทำ ช่วงนี้จะไม่ค่อยสนใจโฆษณา จะเลือกเครื่องใช้ที่มีความคงทนมากขึ้น ราคาสูงขึ้นและสนใจในการเดินทาง

ช่วงที่ 6 ระยะร้างว่าง ช่วงที่ 1 ลูกโต แต่งงานและส่วนมากจะแยกบ้านกันอยู่

ระยะนี้จะมีฐานะทางการเงินที่ดีที่สุด มีเงินออม สนใจการเดินทางท่องเที่ยว การสันทนาการและหาความรู้รอบตัว จะมีค่าใช้จ่ายที่ฟุ่มเฟือยในเรื่องการเดินทางและการปรับปรุงที่อยู่อาศัย

ช่วงที่ 7 ระยะร้างว่าง ช่วงที่ 2 คู่สมรสคนใดคนหนึ่งถึงวัยเกษียณ

ระยะนี้รายได้ลดลง มีค่าใช้จ่ายในการดูแลสุขภาพ การย่อยอาหารและช่วยในเรื่องการนอน

ช่วงที่ 8 ระยะที่คู่สมรสฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเสียชีวิต

ระยะนี้บางคนอาจยังทำงานได้ ถ้าเป็นสังคมตะวันตกก็จะอยู่ในช่วงขายบ้าน

ช่วงที่ 9 ระยะเกษียณ

ระยะนี้เป็นช่วงที่ต้องการปัจจัยสี่ โดยเฉพาะยารักษาโรค รายได้จะลดลงมากและเป็นช่วงระยะที่ต้องการความดูแล การเอาใจใส่ ความรักและความปลอดภัยเป็นพิเศษ

ถ้าพิจารณาจากช่วงระยะเวลาของวงจรชีวิต เราจะพบว่านักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ คือช่วงที่ 6-7 เป็นต้นมา หรือเรียกว่า Young Old Age ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่นักท่องเที่ยวกลุ่มผู้สูงอายุพร้อมที่สุด เมื่อเทียบกับในช่วงที่ 8-9 สรุปได้ว่า ผู้สูงอายุจะมีความพร้อมในเรื่องของเวลาการทำกิจกรรมได้มากกว่าบุคคลในวัยอื่น เช่น การเดินทางท่องเที่ยวหรือการเข้าร่วมทำกิจกรรมต่างๆ ที่ให้คุณค่าในการพักผ่อนตามความเหมาะสมของร่างกายและตามความสนใจของคนในด้านต่างๆ เพื่อนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วรรณิ ชัชวาลทิพากร; มาลินี ชลานันท์; อรพินฐ ฐานกุลศักดิ์; และคารุณี ภูษณสุวรรณศรี (2543) ศึกษาพฤติกรรมการส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุ 8 ด้าน ได้แก่ การรับประทานอาหาร การออกกำลังกาย การรับผิดชอบต่อสุขภาพและการจัดการกับความเครียดพบว่า ผู้สูงอายุมักมีการออกกำลังกายในระดับต่ำ การรับผิดชอบต่อสุขภาพของ เพศหญิงอยู่ในระดับต่ำ เพศชายอยู่ในระดับปานกลาง การรับประทานอาหารอยู่ในระดับปานกลางและการจัดการกับความเครียดอยู่ในระดับสูง และพบปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการสุขภาพดังนี้

- เพศหญิงดูแลสุขภาพดีกว่าเพศชาย
- ผู้สูงอายุที่อายุน้อยดูแลสุขภาพดีกว่าผู้สูงอายุที่อายุมาก
- ผู้สูงอายุที่ระดับการรับรู้ภาวะสุขภาพของตนเองสูง ดูแลสุขภาพดีกว่าผู้ที่มีระดับการรับรู้ระดับภาวะสุขภาพต่ำ
- ผู้สูงอายุที่มีอาชีพหลังอายุ 60 ปี ในกลุ่มอาชีพเกษตรกรรม ทำสวนทำไร่ ทำนาและรับจ้างมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่เคยเป็นข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และไม่ได้ทำงาน
- ผู้สูงอายุที่ไม่มีโรคประจำตัวมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพดีกว่ากลุ่มผู้มีโรคประจำตัว
- ผู้สูงอายุที่มีสถานบริการและสถานที่ในการส่งเสริมสุขภาพในชุมชนที่ผู้สูงอายุสามารถเข้าถึงและใช้บริการได้สูง มีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่ไม่มีสถานบริการและเข้าถึงบริการได้ต่ำ
- ผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในกิจกรรมการส่งเสริมสุขภาพในชุมชนมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพดีกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมกิจกรรม

เมื่อผู้วิจัยทำการวิเคราะห์หาคอถอยพหุคูณระหว่างตัวแปรต่างๆ ต่อพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของผู้สูงอายุ พบว่า ตัวแปรด้านการมีสถานบริการและสถานที่ในการส่งเสริมสุขภาพ และตัวแปรด้านการได้รับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพจากสื่อ มีอิทธิพลต่อผู้สูงอายุจะมีพฤติกรรมการดูแลสุขภาพสูง

ประนอม โททกานนท์; ชวนพิศ สิ้นธุระการ และ ผ่องใส เจนศุภการ (2543) ศึกษาความพึงพอใจในชีวิตของผู้สูงอายุ โดยศึกษาปัจจัยด้านส่วนบุคคลและปัจจัยด้านการปฏิบัติตน จากการวิเคราะห์หาคอถอยพหุคูณพบว่า ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความพึงพอใจของผู้สูงอายุเรียงตามลำดับได้แก่ การปฏิบัติตนด้านสังคม (การมีกิจกรรมทั้งต่อครอบครัว เมืองและชุมชน) การดูแลร่างกาย การปฏิบัติด้านเศรษฐกิจ (การทำงานและมีรายได้) การมีรายได้พอค่าใช้จ่าย การมีรายได้เหลือเก็บ และการมีอายุยังน้อย (เป็นผู้สูงอายุวัยต้น)

วิภาทร มหาชัย (2544) ศึกษาพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นในจังหวัดเชียงใหม่ต่อการเลือกใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ ผลการศึกษาพบว่า นักท่องเที่ยวมีประสบการณ์ในการใช้สปามาแล้วเฉลี่ย 6-10 ครั้ง สาเหตุของการใช้บริการสปาเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด ผู้ใช้บริการสปาทราบข้อมูลเกี่ยวกับสถานบริการผ่านทางอินเทอร์เน็ตเป็นส่วนมาก ส่วนบริการที่นักท่องเที่ยวชอบใช้ในสถานบริการสปา คือ การนวดแผนไทยและการนวดด้วยน้ำมันหอมระเหย ซึ่งจะใช้เวลาเฉลี่ยประมาณครั้งละ 2 ชั่วโมง

คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2545) เรื่องโอกาสทางการตลาดการท่องเที่ยวกอล์ฟและสุขภาพในประเทศไทย กรณีศึกษาเฉพาะกลุ่มเอเชียแปซิฟิก ยุโรป และอเมริกาเกี่ยวกับลักษณะและพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้ดังนี้

ลานซ์ คอร์ฟแมน ได้ทำการสำรวจนักท่องเที่ยวสปา พบว่า ของผู้ใช้บริการคาดหวังว่าการพักผ่อนหรือการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพจะช่วยให้มีพฤติกรรมดูแลสุขภาพในชีวิตประจำวันที่ดีขึ้น ด้วยการมีนิสัยการกินที่ดี ออกกำลังกายมากขึ้น สามารถเผชิญปัญหาจากความกดดันหรือความเครียดได้มากกว่าเดิมแต่ส่วนใหญ่ไม่เป็นไปตามความคาดหวังเพราะผู้ใช้บริการไม่สามารถใช้เวลาเพื่อสุขภาพมากเพียงพอ แต่ลูกค้าจำนวนมากมาใช้บริการและใช้บริการทุกประเภทในเวลาเดียวกันพร้อมกันในช่วงสุดสัปดาห์ ซึ่งการกระทำดังกล่าวไม่ได้ช่วยให้เกิดความผ่อนคลายแต่กลับทำให้เกิดความเหนื่อยล้ามากขึ้น ในด้านระยะเวลาและประเภทการบำบัดสุขภาพที่ใช้พบว่า ลูกค้าที่มีอายุหรืออยู่ในวัยชราซึ่งจะใช้บริการระยะยาวหรือต่อเนื่อง ในบางรายต้องการใช้บำบัดรักษาสุขภาพอย่างจริงจัง จะใช้โปรแกรมรักษาด้วยสปา ที่ทำให้ผิวหนังและผิวหนังชุ่มชื้น ขอบนวด ทำเล็บ ว่ายน้ำในอ่างน้ำวน เน้นรับประทานอาหารที่บำรุงสุขภาพ อาหารมังสวิรัต อาหารสมุนไพร ทำสมาธิ ขี่จักรยาน บางรายเน้นการลดน้ำหนักด้วยการเล่นโยคะ ตลอดจนออกกำลังกายได้การควบคุมดูแลของผู้ฝึกสอน

ชรินทร์ วรกุลกิจกำจร (2545) ศึกษาเรื่องแนวทางการพัฒนาภูมิปัญญาการนวดแผนไทยให้เป็นธุรกิจเพื่อสุขภาพสำหรับนักท่องเที่ยว โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาบริบทของการนวดแผนไทยในปัจจุบันของจังหวัดเชียงราย กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้ใช้บริการนวดแผนไทย จำนวน 285 คน จากสถานบริการนวดแผนไทย 4 แห่ง ซึ่งสรุปได้ดังนี้คือ 1. ข้อมูลที่จำเป็นทางด้านการตลาดได้แก่พฤติกรรมผู้บริโภค ราคาและการส่งเสริมการขาย 2. ความพึงพอใจของผู้ใช้บริการในสถานบริการด้านผลิตภัณฑ์อยู่ในระดับมาก ส่วนความพึงพอใจด้านสถานที่อยู่ในระดับปานกลางและความพึงพอใจในการโฆษณาอยู่ในระดับต่ำหรือมีความพึงพอใจน้อย 3. ความต้องการของตลาด 4. นโยบายและแผนของรัฐบาล 5. การพัฒนาควรเริ่มต้นที่ความร่วมมือของภาครัฐ เอกชน ท้องถิ่น

และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อจัดทำแผนแม่บทเพื่อธุรกิจการนวด และควรกำหนดทิศทางให้ชัดเจน ตลอดจนการนำกฎหมายที่เกี่ยวข้องมาใช้อย่างมีประสิทธิภาพเพื่อเป็นตัวอย่าง 2 แผนคือ แผนด้านการตลาดและแผนความร่วมมือกับภาครัฐ

อุดม อุดมวรรณกุล (2545) ศึกษาเรื่องการถ่ายทอดการนวดแผนไทยบ้านป่าบาง ซึ่งมีจุดประสงค์เพื่อศึกษาการถ่ายทอดการนวดแผนไทย วิธีการรักษา และการเข้าสู่การเป็นหมอนวดแผนไทย มีการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบหลายวิธีผสมกัน ได้แก่ การสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้างแน่นอน การสังเกต การสนทนากลุ่มและผลการศึกษาสรุปได้ว่า ประชาชนที่ศึกษาเป็นคนในชุมชนโดยเฉพาะหมอนวดแผนไทยที่ยังคงให้บริการและ/หรือเลิกบริการแล้ว ชุมชนแห่งนี้มีการถ่ายทอดความรู้ด้วยการสืบทอดต่อกันจากรุ่นบุรุษแล้ว มีการถ่ายทอดความรู้กันในลักษณะการล้อมกลาทางสังคม โดยพอสอนให้ลูกหลาน สมาชิกในครอบครัว เครือญาติและเพื่อนบ้าน แต่ในปัจจุบันหมอนวดบ้านยังมีให้เห็น ถึงแม้คุณค่าสังคมสมัยปัจจุบันได้เห็นว่า การรักษาพยาบาลแพทย์แผนปัจจุบันได้ผลที่เร็วกว่าของความเป็นปวยที่เห็นทันตากว่าการรักษาพยาบาลแบบพื้นบ้าน แต่คนในสมัยปัจจุบันทั้งเด็กและเยาวชนซึ่งเป็นคนสมัยใหม่ที่ให้ความพึงพอใจและยอมรับการรักษาด้วยระบบการแพทย์แผนไทย น้อยกว่า ผู้สูงวัยและผู้สูงอายุ เนื่องจากคนเหล่านี้ได้เรียนรู้การรักษาพยาบาลจากสื่อต่างๆและจากหน่วยงานภาครัฐ โดยเฉพาะสาธารณสุข ให้รู้จักการรักษาสุขภาพและการรักษาพยาบาลด้วยวิธีวิทยาศาสตร์มากกว่าวิธีแพทย์แผนโบราณ และส่วนมากยังไม่เคยมีประสบการณ์ในการรักษาพยาบาลด้วยการนวดแผนไทย และปัจจุบันพบว่า การรักษาพยาบาลด้วยการแพทย์แผนโบราณ ยังคงมีอยู่กับประชาชนทุกกลุ่มควบคู่ไปกับการรักษาพยาบาลด้วยแผนปัจจุบัน

มัทนา พนานิรามย์ (2546) ได้สังเคราะห์รายงานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ 5 ประเทศในอาเซียน คือ มาเลเซีย เกาหลี ฮองกง สิงคโปร์ และไทย ในเรื่องนโยบายและทิศทางนโยบายด้านผู้สูงอายุในอนาคต (National Policy And Future Direction) และการดูแลผู้สูงอายุระยะยาว (Long-Term Care For The Elderly) โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ประเทศมาเลเซีย

ประเทศมาเลเซียมีสัดส่วนของประชากรผู้สูงอายุต่อประชากรทั้งหมดราว 6.4 จะไม่มีนโยบายด้านผู้สูงอายุที่แน่ชัด บริการที่รัฐเป็นผู้จัดหาให้ เช่น การดูแลภายในสถาบัน มีจำนวนน้อยมากเพราะถือว่าการดูแลผู้สูงอายุควรเป็นหน้าที่ของครอบครัว โดยมีสังคมเป็นผู้ให้ความช่วยเหลือ ต่อมาในปี ค.ศ. 1995 รัฐบาลได้ประกาศนโยบายแห่งชาติว่าด้วยเรื่องผู้สูงอายุ เพื่อสร้างความพึงพอใจและความรู้สึกมีศักดิ์ศรี มีโอกาสได้รับหลักประกันและบริการอย่างทั่วถึง เนื่องจากหลักประกันได้รายได้ของผู้สูงอายุ รัฐได้จัดให้มีเงินพิเศษในกลุ่มข้าราชการพลเรือนและทหาร ในรูปของเงินบำนาญรายเดือน โดยที่ข้าราชการเหล่านี้ไม่ต้องจ่ายเบี้ยประกันและกองทุนสำรองเลี้ยงชีพในกลุ่มลูกจ้างเอกชนซึ่งลูกจ้างต้องจ่ายเงินสมทบร้อยละ 12 เงินสมทบจะถูกนำไปออมไว้ในนามของลูกจ้างโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการลงทุน การซื้อบ้านและรักษาพยาบาล ส่วนเงินที่เหลือจากกิจกรรมทั้งสามประเภทผู้ประกันตนสามารถถอนออกไปได้เมื่อเกษียณอายุ แต่โครงการดังกล่าวยังคงครอบคลุมลูกจ้างเอกชนได้ไม่มากนัก ระบบประกันสุขภาพยังไม่แพร่หลายมากนัก ผู้สูงอายุจะเป็นผู้รับภาระค่าใช้จ่ายของตนเองถึงร้อยละ 75 ดังนั้น นโยบายของประเทศในอนาคตจึงมุ่งเน้นการเพิ่มหลักประกันด้านรายได้และการแก้ปัญหาการเข้าถึงบริการขั้นพื้นฐานที่จำเป็นต่อผู้สูงอายุ เป็นสำคัญ

ประเทศเกาหลี

นโยบายการพัฒนาประเทศเกาหลีในอดีตเน้นการพัฒนาเศรษฐกิจมากกว่าสังคม ประกอบกับวัฒนธรรมประเพณีในประเทศเกาหลีเองที่เคารพนับถือบรรพบุรุษ ดังนั้นสังคมและบุตรหลานจึงมีหน้าที่ในการดูแลผู้สูงอายุ นโยบายของรัฐบาลจึงมุ่งเน้นการจัดบริการเพื่อผู้สูงอายุที่ยากจน และเป็นโครงการเพื่อแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้ามากกว่าการมุ่งเน้นการป้องกันหรือแผนระยะยาว จึงส่งผลให้ปัญหาผู้สูงอายุรุนแรงขึ้นในปัจจุบัน รัฐบาลจึงได้กำหนดนโยบายสวัสดิการสังคมเพื่อผู้สูงอายุใน 4 ลักษณะคือ การประกันรายได้ การบริการด้านสุขภาพ หลักประกันที่อยู่อาศัย และบริการอื่น ซึ่งมีหลักการประกันรายได้มีอยู่ 5 ประเภทคือ (1) บำนาญของรัฐ ซึ่งประกอบด้วยบำนาญที่จ่ายให้แก่ข้าราชการทั่วไปและครู โรงเรียนเอกชน และเปิดโอกาสให้ผู้ประกอบอาชีพอิสระสามารถเข้าสู่การประกันดังกล่าวได้โดยการจ่ายเงินสมทบเป็น 2 เท่าของลูกจ้างทั่วไป และลูกจ้างในภาคเกษตรและประมงจะจ่ายเงินสมทบร่วมกับรัฐในอัตราคงที่อัตราหนึ่ง (2) โครงการความช่วยเหลือของรัฐ เพื่อให้สามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ตามมาตรฐานขั้นต่ำ โดยผู้สูงอายุที่จะได้รับความช่วยเหลือจากรัฐต้องเป็นผู้ขาดการอุปการะหรือผู้อุปการะมีรายได้ต่ำกว่าเส้นความยากจน โดยได้รับความช่วยเหลือจากรัฐบาลกลางร้อยละ 80 รัฐบาลท้องถิ่นร้อยละ 20 (3) บำนาญแสดงความเคารพต่อผู้สูงอายุ โดยจะให้ความช่วยเหลือเฉพาะกลุ่มที่มีรายได้ต่ำเท่านั้น (4) โครงการให้เกียรติ

ผู้สูงอายุ โดยให้นายจ้างต้องจ่ายเงินเข้ากองทุน เกษียณอายุปีละหนึ่งเดือนของค่าจ้างทุกปีสำหรับ ลูกจ้างที่ทำงานเต็มเวลาไม่ต่ำกว่า 1 ปี และจะจ่ายเงินก้อนนี้ให้แก่ลูกจ้างเมื่อเกษียณอายุ (5) โครงการเพื่อสร้างรายได้ เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีโอกาสทำงานต่อไปได้ เช่น การสร้างศูนย์ อำนวยความสะดวกให้แก่ผู้สูงอายุที่ต้องการทำงาน

ประเทศสิงคโปร์

ปรัชญาพื้นฐานของสิงคโปร์คือ การเน้นการพึ่งพาตนเองมากกว่ารัฐ ดังนั้น นโยบายด้าน ผู้สูงอายุจึงมุ่งเน้นความมีศักดิ์ศรีและการดูแลผู้สูงอายุจากครอบครัว โดยการออกกฎหมายและ ส่งเสริมให้บุตรต้องดูแลพ่อแม่ ผู้สูงอายุต้องอาศัยอยู่ในครัวเรือนเดียวกับบุตรหรือคู่สมรสของบุตร ให้มากที่สุด และสนับสนุนให้บุตรได้มีบ้านพักอาศัยที่อยู่ในละแวกเดียวกับพ่อแม่ โดยรัฐจะเป็นผู้ จ่ายเงินอุดหนุนให้แก่บุตรที่ดูแลพ่อแม่ ทัศนียภาพให้กับผู้ที่ดูแลผู้สูงอายุ และลดค่าเช่าบ้านให้แก่บุตร ที่พักอยู่ละแวกเดียวกับพ่อแม่เป็นต้น

ในด้านหลักประกันด้านรายได้ของผู้สูงอายุคือ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ โดยแรงงานชาว สิงคโปร์จะต้องสะสมเงินในกองทุนสำรองเลี้ยงชีพใน 3 บัญชี คือ บัญชีทั่วไป บัญชีเฉพาะและ บัญชีเพื่อการรักษาพยาบาล ซึ่งเงินสะสมใน 2 บัญชีแรกจะสามารถแบ่งถอนออกมาเพื่อใช้ในการ ลงทุน ซื้อที่อยู่อาศัยและเพื่อการศึกษาของบุตรได้บางส่วน และสามารถถอนออกได้หมดเมื่อมีอายุ 55 ปี ส่วนในบัญชีรักษาพยาบาลนั้นมักไม่เพียงพอสำหรับค่ารักษาพยาบาลที่ต้องจ่ายจริง นอกจากนี้ รัฐบาลยังให้ความช่วยเหลือโดยการจัดตั้ง โครงการช่วยเหลือทางสังคมแก่ผู้ที่มีรายได้ต่ำและคน ยากจนที่ไม่สามารถจ่ายค่ารักษาพยาบาลได้อีกด้วย

การเข้าถึงบริการพื้นฐานที่จำเป็นของสิงคโปร์จะเน้นให้มีการนำเงินออมของตนเองออกมา ใช้ก่อน หากไม่เพียงพอก็สามารถใช้ประกันสุขภาพและการสงเคราะห์ได้ตามลำดับและสนับสนุน ให้ผู้ประกอบการอิสระสามารถออมเข้ากองทุนค่ารักษาพยาบาลได้โดยสมัครใจ

เนื่องจากโครงการสร้างประชากรผู้สูงอายุในอนาคตของสิงคโปร์มีแนวโน้มจะเป็นผู้ที่มี การศึกษาสูงขึ้น ฐานะดีและความคาดหวังในคุณภาพชีวิตที่สูงขึ้น นโยบายด้านผู้สูงอายุในอนาคต จึงหันมามุ่งเน้นการสร้างระบบ ตลอดจนบริการและสิ่งอำนวยความสะดวกที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ และการจัดสวัสดิการที่ตรงกับผู้สูงอายุที่เป็นกลุ่มเป้าหมายให้เพิ่มมากขึ้น และจำนวนบุตรที่จะดูแล ผู้สูงอายุจะมีจำนวนลดลงจึงต้องพิจารณาการให้น้องดูแลพี่หรือญาติดูแลญาติแทนการดูแลผู้สูงอายุ จากบุตรให้เพิ่มมากขึ้น

ประเทศฮ่องกง

นโยบายด้านสวัสดิการสังคมสำหรับผู้สูงอายุเมื่อครั้งฮ่องกงอยู่ภายใต้การปกครองของอังกฤษ มักมุ่งเน้นการจัดบริการในเรื่องที่ผู้สูงอายุขาดแคลน แต่ขาดการประสานงานในการจัดบริการดังกล่าวในเชิงการบูรณาการ และเมื่อฮ่องกงกลับไปอยู่ใต้การปกครองของจีนในปี ค.ศ. 1997 ได้มีการจัดตั้งคณะกรรมการผู้สูงอายุขึ้น โดยมุ่งเน้นการจัดบริการเรื่องที่อยู่อาศัยและด้านการรักษาพยาบาลเป็นสำคัญ โดยรัฐทำหน้าที่เป็นผู้ผลิตบริการด้านสาธารณสุขรายใหญ่ของประเทศ และให้บริการในราคาถูก ประกอบกับผู้สูงอายุส่วนใหญ่มักมีการศึกษาค่ำ มีเงินออมน้อย ไม่ได้ทำงานและไม่มีเงินบำนาญ แม้จะได้รับเบี้ยยังชีพจากรัฐบาลอยู่บ้างก็ยังมีจำนวนผู้ได้รับบริการเพียงเล็กน้อยและเงินที่ได้ก็มีจำนวน ไม่เพียงพอ จึงส่งผลให้ประชาชนส่วนใหญ่ใช้บริการสุขภาพจากโรงพยาบาลของรัฐจนก่อให้เกิดการขาดแคลนบริการด้านสาธารณสุขอย่างมาก

ทั้งนี้เพื่อให้ผู้สูงอายุชาวฮ่องกงมีความมั่นคงในชีวิต มีสุขภาพที่ดีและมีคุณค่า นโยบายด้านผู้สูงอายุในอนาคตจึงมุ่งเน้นให้ตนเองและครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการสร้างความมั่นคงดังกล่าว โดยมีรัฐเป็นผู้สนับสนุน โคนบังคับให้มีการจัดตั้งกองทุนสำรองเลี้ยงชีพเพื่อเป็นหลักประกันด้านรายได้ และการให้เงินอุดหนุนแก่ครอบครัวที่ดูแลผู้สูงอายุ เป็นต้น

แต่อย่างไรก็ตามนักท่องเที่ยวบางส่วนยังหาเวลาว่างเพื่อเดินทางท่องเที่ยวเป็นระยะเวลานานได้ยาก จึงจำเป็นที่จะต้องเดินทางท่องเที่ยวหลายครั้งใน 1 ปี ซึ่งมีแนวโน้มว่านักท่องเที่ยวจะเที่ยวบ่อยครั้งขึ้นแต่ใช้เวลาในแต่ละแหล่งท่องเที่ยววันน้อยลง

ประเทศที่มีนักท่องเที่ยวเดินทางท่องเที่ยวต่างประเทศมากที่สุดในโลก ได้แก่ เยอรมนี ญี่ปุ่น สหรัฐอเมริกา สหราชอาณาจักร ฝรั่งเศส ประเทศผู้นำใหม่ที่จะมีนักท่องเที่ยวเดินทางต่างประเทศในระดับสูง ได้แก่ จีนและสหพันธรัฐรัสเซีย

แนวโน้มจากผลกระทบทางเศรษฐกิจของการท่องเที่ยวในช่วงปี พ.ศ. 2543-2553 พบว่า World Travel and Tourism Council (WTTC) ได้พิจารณาถึงแนวโน้มของการขยายตัวด้านการท่องเที่ยวในประเทศไทย ซึ่งมีความได้เปรียบในตลาดท่องเที่ยวโลกหลายประการ เช่น สินค้าทางการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับกระแสความต้องการของนักท่องเที่ยว ความสำเร็จจากโครงการ “Amazing Thailand” จัดเป็นหนึ่งในโครงการประชาสัมพันธ์ทางการท่องเที่ยวที่ประสบความสำเร็จ ประกอบกับขีดความสามารถในการรองรับการเติบโตทางการท่องเที่ยวของไทยที่ขยายตัวเพิ่มขึ้นในทุกด้าน ทั้งด้านที่พักหรือแม้แต่การเชื่อมโยงทางการบินที่มีทั่วถึงกันทุกภูมิภาคของไทย และภาพลักษณ์ของประเทศไทยในการเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีคุณค่าและคุ้มค่าอย่างแท้จริง เมื่อได้มาเยือนในสายตาของนักท่องเที่ยว เป็นต้น

จากข้อได้เปรียบ คาดการณ์ว่าประเทศไทยจะสามารถขยายจำนวนนักท่องเที่ยวต่างประเทศได้เพิ่มขึ้นและพบว่า การขยายตัวของการบริโภคทั้งจากนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศส่งผลต่อเศรษฐกิจในประเทศไทย ปีพ.ศ.2553 ดังนี้

ผลผลิตมวลรวมภายในประเทศของอุตสาหกรรมท่องเที่ยว จะมีจำนวนถึง 784 พันล้านบาทหรือร้อยละ 4.80 ของผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศ

ผลผลิตมวลรวมภายในประเทศของระบบเศรษฐกิจภาคการเดินทางการท่องเที่ยว จะขยายตัวเพิ่มขึ้นเป็น 2.40 ล้านล้านบาทหรือคิดเป็นร้อยละ 12.70 ของผลิตภัณฑ์มวลรวมของประเทศ

การจ้างงานในอุตสาหกรรมท่องเที่ยวจะขยายตัวเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ 0.90 โดยมีจำนวนแรงงานถึง 1.54 ล้านคนหรือร้อยละ 4.20 ของกำลังแรงงานของประเทศ

การจ้างงานในภาคเศรษฐกิจท่องเที่ยวโดยรวมทั้งแรงงานทางตรงและทางอ้อม จะขยายตัวในอัตราร้อยละ 3.00 และมีจำนวนแรงงานถึง 4.77 ล้านบาท คิดเป็นสัดส่วนร้อยละ 13.00 ของกำลังแรงงานของประเทศ (ข้อมูลจากกองสถิติและวิจัย การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย)

สถาบันและให้คำปรึกษามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (2545 : 70-74) ได้ทำวิจัยเรื่อง แนวทางการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวพำนักระยะยาว กรณีศึกษาเฉพาะนักท่องเที่ยวอายุ 50 ปีขึ้นไป ที่เดินทางมาเพื่อการพักผ่อน พบว่า การท่องเที่ยวพำนักระยะยาวเป็นการท่องเที่ยวที่มีรูปแบบเฉพาะตัว มักจะพัฒนามาจากการเป็นนักท่องเที่ยวธรรมดา ก่อน เมื่อพอใจจึงกลับมาเที่ยวอีก แล้วมาเป็นนักท่องเที่ยวพำนักระยะยาว เพื่อทำกิจกรรมหรือเพื่อศึกษาหาความรู้ในสิ่งที่ตนสนใจ ซึ่งเห็นได้ว่ากลุ่มที่ควรให้ความสำคัญเป็นกลุ่มแรก คือกลุ่มผู้สูงอายุ (50 ปีขึ้นไป) เพราะเป็นกลุ่มที่มีอำนาจในการซื้อสูง และมีระยะเวลาในการพำนักนานวัน อันเนื่องมาจากการเกษียณอายุการทำงาน จากงานวิจัยบอกถึงข้อได้เปรียบในการพำนักระยะยาวในไทยเปรียบเทียบกับยุโรปว่า ในประเทศไทยได้เปรียบเรื่องของภูมิอากาศ ที่พัก ค่าครองชีพ บริการ และกิจกรรมที่หลากหลาย และข้อเสียเปรียบเรื่องความพร้อมของบุคลากรในด้านการใช้ภาษาต่างประเทศในการสื่อสาร

ศุภนิษฐ์ เหมะวรรณ (2545) เรื่องการศึกษาปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดที่มีอิทธิพลต่อนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นในการเลือกใช้บริการนวดแผนโบราณจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชายเล็กน้อย ซึ่งมีปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดที่มีอิทธิพลต่อนักท่องเที่ยวในการเลือกใช้บริการคือ ด้านบุคคลได้แก่ พนักงานนวดที่มีประสบการณ์ความชำนาญ สามารถอธิบายแนะนำวิธีนวดแผนโบราณได้ พนักงานมีความสนใจและเต็มใจในการ

ให้บริการ ด้านสถานที่ได้แก่ อุปกรณ์ในห้องบริการ ขนาดของห้องนวดที่กว้างขวาง สะดวกสบายและมีห้องน้ำให้บริการอย่างถูกสุขลักษณะ

จิรพร ศรีวัฒนานุกุลกิจ และเสกสิน ศรีวัฒนานุกุลกิจ (2547 : 237-241) เรื่อง ความต้องการและความพึงพอใจของชาวต่างชาติในการพำนักระยะยาว ในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า รูปแบบการพำนักระยะยาวในเชียงใหม่ แบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ การท่องเที่ยวระยะยาว การพำนักระยะยาวของผู้สูงอายุ และการพำนักระยะยาวด้วยเหตุอื่นๆ ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ พบว่า ผู้เกษียณอายุและผู้พำนักด้วยเหตุอื่น ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 61-70 ปี การศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีขึ้นไป สามารถสนทนาเป็นภาษาไทยในเรื่องง่าย ๆ ได้ ส่วนใหญ่เคยเดินทางมาเชียงใหม่หลายครั้งแล้ว โดยส่วนมากเข้ามาในช่วงฤดูฝนหรือฤดูหนาว สาเหตุที่เดินทางออกนอกประเทศของตน เพราะแรงผลักดันจากค่าครองชีพที่สูง เดินทางไปทำงานยังประเทศปลายทาง และมาอยู่กับครอบครัวซึ่งเป็นคนไทย แรงจูงใจอันดับ 1 ที่พบมากเพราะเชียงใหม่มีค่าครองชีพต่ำ และความสงบเงียบของที่พัก กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม มีความพึงพอใจระดับสูง เรื่องความปลอดภัยในที่พักอาศัย ความปลอดภัยจากภัยธรรมชาติ ความร่มรื่นของธรรมชาติ การใช้บริการธนาคาร สถานพยาบาล และอัตราค่าบริการสนามกอล์ฟ

ปาลิรัตน์ การดี และคนอื่นๆ (2547 : 300) ได้ทำวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (สปา) โดยศึกษากับประชากร ในพื้นที่ 7 จังหวัดต่อไปนี้ ได้แก่ กาญจนบุรี ชลบุรี เชียงใหม่ นครราชสีมา ภูเก็ต สุราษฎร์ธานี กรุงเทพฯและปริมณฑล โดยวิธีการสัมภาษณ์จากบุคคล 4 กลุ่ม คือ 1) กลุ่มผู้บริหารภาครัฐบาลและเอกชน เสนอในด้านกายภาพของสถานบริการสปาว่า ควรผ่านมาตรฐานทั้งด้านความปลอดภัยและสิ่งแวดล้อม ควรมีการประชาสัมพันธ์ด้านการตลาดให้มากขึ้น ตลอดจนบุคลากรควรผ่านการอบรมและสอบให้ได้ตามมาตรฐานของกระทรวงสาธารณสุข 2) กลุ่มบริษัทนำเที่ยว เสนอว่า แนวโน้มในอนาคตจะมีนักท่องเที่ยวต่างประเทศเข้ามาใช้บริการเพิ่มขึ้น ควรให้สอดคล้องกับวิถีชีวิตของคนในท้องถิ่นและนำภูมิปัญญามาใช้ในสปาให้มากขึ้น 3) กลุ่มผู้ประกอบการสปา ควรมีคุณภาพและมาตรฐานด้านสถานที่ มีเอกลักษณ์ความเป็นไทย ด้านบุคลากรควรมีความรู้ ความชำนาญในงานที่ปฏิบัติและสามารถสื่อสารโดยใช้ภาษาต่างประเทศได้ดี และ 4) กลุ่มนักท่องเที่ยวที่ใช้บริการสปา เสนอว่ารูปแบบการให้บริการในอนาคต ควรมีบริการแบบครบวงจร ควบคู่ไปกับเทคโนโลยีใหม่ๆ อยู่เสมอ

อัญชลี ภูอินทรวงศ์ (2547) เรื่องปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวต่างชาติในการใช้สปาในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ด้านผู้ให้บริการมีค่าสัมประสิทธิ์เป็นบวก และมีนัยสำคัญทางสถิติที่ร้อยละ 5 ส่วนด้านสถานที่ ราคาและบริการ มีค่าสัมประสิทธิ์เป็นบวกและมีนัยสำคัญทางสถิติที่ร้อยละ 10 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ว่า การเปลี่ยนแปลง

ของความพึงพอใจในด้านสถานที่ ราคาค่าบริการและผู้ให้บริการ มีผลในเชิงบวกกับความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติในการใช้บริการที่จังหวัดเชียงใหม่

สมดี หงส์ไพศาลวิวัฒน์ (2548 : 1-26) พบว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยมีโอกาสด้านการตลาดสูงมาก เพราะนักท่องเที่ยวทั่วโลกต้องการบำบัดสุขภาพหรือสปา ขยายตัวสูงขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 21.9 ต่อปี ระหว่างปี พ.ศ. 2543-2563 อีกทั้งยังมีจุดเด่นในค่าบริการที่ถูกกว่าประเทศอื่น ประกอบกับค่าเฉลี่ยด้านความพอใจซึ่งสูงกว่าความพอใจที่มีต่อยุโรป อเมริกา และเอเชีย คาดว่าต่อไปจะมีนักท่องเที่ยวต่างประเทศมาใช้บริการบำบัดสุขภาพในประเทศไทยเพิ่มขึ้นด้วยอัตราขยายตัวเฉลี่ยร้อยละ 25 ต่อปี

อเดย์ และแอนเดอร์สัน (Aday & Anderson 1975 : 28) ได้ทำวิจัยเรื่อง ความพึงพอใจของประชาชนต่อบริการรักษาพยาบาลในสหรัฐอเมริกา พร้อมเสนอถึงความสำคัญพื้นฐาน 5 ประการเกี่ยวกับความรู้สึกของผู้ใช้บริการ ดังนี้ 1) ความพึงพอใจต่อความสะดวกที่ได้รับจากการบริการ ได้แก่ เวลาที่ใช้รอคอยในสถานบริการ การได้รับการดูแลเมื่อมีความต้องการ และความสะดวกสบายที่ได้รับ 2) ความพึงพอใจต่อการประสานงานของบริการ ได้แก่ การได้รับบริการทุกประเภทในสถานบริการตามความต้องการของผู้ใช้บริการ 3) ความพึงพอใจต่อการให้เกียรติของผู้ให้บริการ ได้แก่ การแสดงท่าทีที่เป็นมิตร เป็นกันเอง สนใจ และห่วงใยต่อผู้ให้บริการ 4) ความพึงพอใจต่อข้อมูลที่ได้รับจากการบริการ ได้แก่ การให้ข้อมูลเกี่ยวกับสาเหตุความเจ็บป่วย การรักษาพยาบาล เช่น การใช้จ่าย และ 5) ความพึงพอใจต่อค่าใช้จ่ายเมื่อใช้บริการ

อลเลน (Allen. 1998) ได้ศึกษาเรื่อง Roman Healing Spas in Italy : A Case Study in Design and Function พบว่าการอาบน้ำโดยใช้น้ำแร่ เป็นการอาบน้ำแร่ที่มีอุณหภูมิร้อนเพื่อการบำบัดรักษา ซึ่งในอิตาลีมีแหล่งน้ำแร่มากกว่า 30 แห่ง จากการศึกษาพบว่าในสังคมชาวโรมันการใช้น้ำแร่เป็นทางเลือกหนึ่งที่เป็นที่ยอมรับว่าเป็นสิ่งสำคัญเหมือนยาชนิดหนึ่งในการรักษาสุขภาพได้

โรว์ (Row,1998) ได้ศึกษาเรื่อง Spotlight on Spas พบว่า ส่วนมากผู้ที่มาใช้บริการสปาเพราะต้องการพักผ่อนคลายความตึงเครียด ต้องการลดน้ำหนักเพื่อให้รูปร่างดี ซึ่งการนวดเป็นบริการที่ได้รับความนิยมมากที่สุด และยังพบว่าในยุคของ Baby Boom ผู้ชายจะเลือกใช้บริการสปาเพื่อการพักผ่อน การออกกำลังกายเพื่อให้ร่างกายสมบูรณ์แข็งแรงก่อนเป็นอันดับแรกในขณะที่ผู้หญิงจะใช้บริการสปาโดยพิจารณาจากสถานที่ตั้ง การบริการของพนักงานเป็นอันดับแรกก่อนตามด้วยการพักผ่อนเพื่อคลายความตึงเครียด แต่พบว่า 81%ของคำตอบ ส่วนมากจะเลือกใช้บริการจากรีสอร์ทโดยพิจารณาว่ารีสอร์ทที่จะเข้าพักรับบริการสปาอยู่ด้วยหรือไม่

คอกเคเรล (Cockerell.1966) ได้ศึกษาเรื่อง Spa and Health Resorts in Europe การวิเคราะห์อุปทานและอุปสงค์ของธุรกิจสปาและรีสอร์ทสุขภาพ โดยมุ่งเน้นที่ตลาดยุโรปเป็นสำคัญ

ซึ่งข้อมูลทางสถิติที่ได้จากแหล่งต่างๆ โดยเฉพาะจากในประเทศเยอรมัน อิตาลี ฝรั่งเศสและในประเทศอื่นๆ พบว่าการพัฒนาธุรกิจใหม่ส่งผลกระทบต่อธุรกิจในยุโรป รวมถึงการประเมินศักยภาพความต้องการด้านอุปสงค์ทั้งจากตลาดในยุโรปและตลาดอื่น สรุปได้ว่า ตลาดเพื่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสามารถแบ่งกลุ่มที่ใช้บริการสปาและรีสอร์ทได้ 2 กลุ่มคือกลุ่มที่เน้นเพื่อการรักษาสุขภาพกับเน้นเพื่อการท่องเที่ยว ถ้าในประเทศฝรั่งเศสพบว่าตามสถานที่พักตากอากาศมีบริการบำบัดด้วยน้ำที่เกิดขึ้นใหม่ คือ น้ำทะเลบำบัดซึ่งมีแนวโน้มได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก และจากแนวโน้มนี้ทำให้ประเทศญี่ปุ่นและประเทศโมร็อกโก ได้นำความรู้และวิธีการจากประเทศฝรั่งเศสไปวางแผนและพัฒนาการใช้บำบัดด้วยเช่นกัน

สคาร์ดินา (Scardina 1994:38-46) ได้เสนอแนวคิดในการประเมินคุณภาพบริการเพื่อทำให้เกิดความพึงพอใจ ประกอบด้วย 1) สิ่งที่จับต้องได้ ได้แก่ แพทย์ อุปกรณ์ที่ใช้ในการตรวจรักษา อุปกรณ์ในการสื่อสาร 2) ความเชื่อมั่นต่อผู้ให้บริการ ได้แก่ ความสามารถในการให้บริการอย่างรวดเร็ว มีคุณภาพ ถูกต้อง เหมาะสม 3) การสนองตอบผู้รับบริการ ได้แก่ ความพร้อมในการที่จะให้บริการตามความต้องการของผู้ใช้บริการ 4) การให้ความเชื่อมั่นแก่ผู้ให้บริการ ได้แก่ การให้ความรู้ ความเป็นกันเองของเจ้าหน้าที่ที่มีความเหมาะสม ความสามารถในการสร้างความเชื่อมั่นให้แก่ผู้ให้บริการ 5) ความเอาใจใส่ ได้แก่ การดูแลสนใจผู้ป่วยอย่างทั่วถึงทั้งทางกายและใจ

นอแมน และกิล (Naumann & Giel.1995 : 218) ให้แนวคิดเกี่ยวกับ ความพึงพอใจของลูกค้าว่า ความพึงพอใจขึ้นอยู่กับประสบการณ์ในอดีต ซึ่งมีส่วนประกอบ 3 ส่วน ได้แก่ 1) คุณภาพของสินค้าและบริการ ซึ่งมีอิทธิพลต่อการรับรู้ของลูกค้า ถ้าลูกค้าได้สินค้าหรือบริการดีมีคุณภาพ ผู้บริโภคก็จะรู้สึกพึงพอใจบริการที่ได้รับ 2) ราคา เมื่อลูกค้าเปรียบเทียบด้านราคาว่าสมเหตุสมผลหรือไม่ เมื่อนั้นลูกค้าก็จะเกิดความพึงพอใจ 3) ภาพลักษณ์ คือการเป็นที่รู้จักในวงการธุรกิจ มีคุณธรรมและความรับผิดชอบทางสังคม

บทที่ 3

วิธีการดำเนินงานการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ระหว่างนักทอ่งเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ ประชาชนในท้องถิ่น ผู้ประกอบการธุรกิจ สถานประกอบการ ทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพ และผู้ดำเนินการวิจัย เพื่อมีส่วนร่วมในการดำเนินงานวิจัยและปฏิบัติงานควบคู่ไปกับผู้วิจัยซึ่งเกิดจากฐานความคิดการทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพที่นำไปสู่การสร้างเส้นทางทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยผู้วิจัยได้กำหนดแนวทางการวิจัยตามลำดับ ดังนี้

1. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย
2. การเลือกกลุ่มตัวอย่าง และ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การวิเคราะห์ข้อมูล

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการ ตามขั้นตอนกระบวนการวิจัยเชิงสำรวจ ดังนี้

1) ศึกษาและรวบรวมข้อมูลพื้นฐาน

1.1 ผู้วิจัยศึกษาแนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับข้อมูลทั่วไปและแหล่งทอ่งเที่ยวของจังหวัดในเขตภาคกลาง การทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพ ผู้สูงอายุ และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ศึกษาจากรายงานประจำปี แผนพัฒนาการทอ่งเที่ยว ดำราเอกสารการทอ่งเที่ยว คู่มือการทอ่งเที่ยว แผ่นพับ นิตยสาร หอสมุดแห่งชาติ ห้องสมุดสภาวิจัย ห้องสมุดการทอ่งเที่ยวแห่งประเทศไทย

1.2 ค้นคว้าโดยการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ หาข้อมูลจากเว็บไซต์

1.3 นำข้อมูลที่ได้มากำหนดประเด็นหลักในการตั้งคำถามและสัมภาษณ์เพื่อสร้างเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลในการวิจัย

2) ลงพื้นที่

2.1 สำรวจศักยภาพแหล่งทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ผู้วิจัยลงพื้นที่สำรวจทรัพยากรประเมินความพร้อมของแหล่งทอ่งเที่ยวและสถานประกอบการทอ่งเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ในเขตภาคกลาง ประกอบด้วยองค์ประกอบหลัก 4 ด้านตามที่สำนักงานพัฒนาการทอ่งเที่ยว กระทรวงการทอ่งเที่ยวและกีฬา กำหนด ดังนี้

- 1) ศักยภาพความพร้อมในการเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ
- 2) การจัดการด้านการใช้ประโยชน์ของพื้นที่เพื่อให้เกิดความยั่งยืน
- 3) การจัดการด้านการให้ความรู้และสร้างจิตสำนึก
- 4) การมีส่วนร่วมของชุมชนในกิจกรรมการท่องเที่ยว

โดยใช้แบบสำรวจรายการทรัพยากรท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ปรับปรุงมาจาก ตารางตรวจสอบทรัพยากร ของ กอดเฟรย์ เคอร์รี่ และคลาก แจ็คกี้ (Godfrey ; & Clarke. 2000:83-88) ได้เสนอตารางตรวจสอบทรัพยากร (Resource Audit) มีองค์ประกอบ ดังนี้

1. รายการทรัพยากรธรรมชาติ เป็นการสำรวจทรัพยากรธรรมชาติที่มีคุณค่าทางด้านการท่องเที่ยว ได้แก่ ภูมิทัศน์และภูมิอากาศ ฤดูกาล และแหล่งน้ำแร่ น้ำพุร้อนทั้งที่เป็นธรรมชาติและที่มนุษย์สร้างขึ้น ศึกษาลักษณะเฉพาะของสิ่งแวดล้อมที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจ โดยพิจารณาจากคำถามว่า ทรัพยากรที่สร้างขึ้นมีลักษณะเฉพาะในพื้นที่หรือไม่ มีความพร้อมในการใช้ประโยชน์ของทรัพยากรร่วมกันหรือไม่ และศักยภาพของทรัพยากรธรรมชาติที่ยังคงอยู่มีความหมายสำคัญอย่างไร

2. รายการทรัพยากรวัฒนธรรม เป็นการสำรวจความหลากหลายของวัฒนธรรมท้องถิ่น ได้แก่ พิพิธภัณฑสถาน ละครเกี่ยวกับประวัติศาสตร์ วรรณคดี สถานที่เคารพเป็นที่นับถือของชุมชน ซึ่งถือว่าการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพราะส่งผลทางด้านจิตใจของผู้สูงอายุ ศึกษาลักษณะเฉพาะของสิ่งปลูกสร้างและกลุ่มวัฒนธรรมที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจศึกษา โดยพิจารณาจากคำถามว่า สิ่งปลูกสร้างที่สร้างขึ้นมีลักษณะเฉพาะในพื้นที่หรือไม่ มีวัฒนธรรมใดบ้างที่เกี่ยวข้องสังคม และศักยภาพทางวัฒนธรรมที่ยังคงอยู่มีความหมายสำคัญอย่างไร

3. รายการทรัพยากรด้านมหรหรรรม ปรากฏการณ์ที่สำคัญ ได้แก่ งานมหรหรรรม กีฬา แสดงสินค้าเทศกาล งานเฉลิมฉลอง งานแสดงอื่นๆ ศึกษาลักษณะเฉพาะของเหตุการณ์สำคัญเทศกาล กิจกรรมที่เป็นเหตุการณ์ปกติจัดขึ้นเป็นประจำทุกปี พิจารณาจากคำถามว่า เหตุการณ์ที่สร้างขึ้นมีลักษณะเฉพาะใด สามารถดึงดูดใจคนภายนอกให้มีส่วนร่วม เหตุการณ์ใดที่ส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมเชิงสุขภาพภายในท้องถิ่น และความถี่ของเหตุการณ์ที่ปรากฏขึ้นโดยประเมินจากคุณสมบัติ ความโดดเด่นเฉพาะท้องถิ่นและการสร้างแรงดึงดูดใจ

4. รายการทรัพยากรด้านกิจกรรม ได้แก่ นันทนาการ การบริการ เช่น ร้านอาหาร สิ้นค้าของที่ระลึก สถานประกอบการ สถานที่แสดงงานศิลปะ สิ่งอำนวยความสะดวก พิจารณาจากคำถามว่า จุดมุ่งหมายของกิจกรรมมีลักษณะเฉพาะอย่างไร สามารถดึงดูดใจคนภายนอกให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมได้หรือไม่ มากหรือน้อยเพียงใด

5. รายการทรัพยากรด้านการบริการ ได้แก่ การขนส่งคมนาคม รูปแบบการเดินทาง เข้าถึงแหล่งท่องเที่ยว สิ่งอำนวยความสะดวก ความพึงพอใจในสถานประกอบการและแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ คู่มือแผนที่ เอกสารประชาสัมพันธ์ ของที่ระลึก มัคคุเทศก์ท้องถิ่น การต้อนรับบริการอื่นๆ ให้ความสำคัญกับข้อมูลในปัจจุบัน เช่น ใครเป็นผู้ใช้ทรัพยากร ใช้เมื่อใด และวัตถุประสงค์ในการใช้

โดยทั่วไปการสำรวจเพื่อประเมินและจัดอันดับต้องมีข้อมูลพื้นฐานของทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยว เพื่อใช้เป็นยุทธศาสตร์ในการพัฒนาการท่องเที่ยว ศักยภาพ ปรับปรุง และวิธีสนับสนุนส่งเสริมกิจกรรมในอนาคต เพื่อการพัฒนาที่ยั่งยืนต่อไป

1.4 เชิญผู้เชี่ยวชาญทางด้านการท่องเที่ยวและการใช้ภาษาต่างประเทศ จำนวน 3 คน ประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ ตามแบบประเมินของสำนักงานพัฒนาการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ผู้วิจัยได้เลือกวิธีการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ครอบคลุมเนื้อหาอย่างสมบูรณ์ นำเครื่องมือไปใช้เก็บข้อมูลในภาคสนาม ประกอบด้วย แบบตรวจสอบทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยว (Resource audit) ประกอบกับ ข้อมูลจากนิตยสารการท่องเที่ยว ข้อมูลจากการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย และข้อมูลจากการสอบถามประชาชนในท้องถิ่น ร่วมกับแบบตรวจสอบทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวของก๊อดเฟรย์และคลาร์ก (Godfrey ; & Clarke. 2000:83-88)

1. ชื่อแหล่งท่องเที่ยว สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ผู้ประเมิน และวันที่ประเมิน

2. แบบประเมินมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยว สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มีลักษณะเป็นแบบตรวจสอบรายการ (check list) แบ่งเป็น 2 ส่วน คือที่ตั้งของแหล่งท่องเที่ยว และลักษณะการจัดการด้านการท่องเที่ยว

3. แบบประเมินมาตรฐานคุณภาพแหล่งท่องเที่ยว สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มีลักษณะเป็นกำหนดเกณฑ์การประเมิน มีตั้งแต่ 0-5 คะแนน

4. แบบสอบถามปลายเปิด เขียนข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

1.4 เลือกแหล่งท่องเที่ยวให้สอดคล้องกับแนวคิด และเกณฑ์การประเมินระดับมาตรฐานคุณภาพที่ได้ศึกษามาในเบื้องต้น แล้วนำจัดลำดับแหล่งท่องเที่ยวและสถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุเชิงสุขภาพตามแผนกิจกรรมที่วางไว้

1.5 นำผลที่ได้จากการประเมินมากำหนดเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคกลางที่สมบูรณ์

2.2 สัมภาษณ์ สอบถาม เก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศตามแหล่งท่องเที่ยวสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วยกลุ่มตัวอย่าง 4 กลุ่ม ดังนี้

การเลือกกลุ่มตัวอย่างและเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นการสุ่มตามสะดวก ประกอบด้วย 4 กลุ่มดังนี้

2.1 กลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวที่มาใช้บริการตามแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เนื่องจากไม่ทราบจำนวนประชากรทั้งหมดที่แน่นอนได้ แต่จากจำนวนประชากรโดยใช้ตารางสำเร็จรูปของทาโรยามาเน่ (Yamane 1970 : 580-581) ด้วยความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ได้กลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ 400 คน ผู้วิจัยจึงเลือกใช้กลุ่มตัวอย่างโดยสุ่มแบบบังเอิญ เป็นนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศประมาณ 200 คนและนักท่องเที่ยวชาวไทยประมาณ 200 คนที่เดินทางมาท่องเที่ยว ในช่วงเวลาการเก็บข้อมูล โดยจะทำการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มาใช้บริการในแต่ละแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

แบบสอบถามนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว สถานประกอบการเชิงสุขภาพ แบ่งโครงสร้างของแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 : เป็นคำถามที่เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน ซึ่งเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 : เป็นแบบสอบถามความพึงพอใจในการใช้บริการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ และข้อเสนอแนะ

ตอนที่ 3 : เป็นแบบสอบถามความคิดเห็นที่มีต่อแหล่งท่องเที่ยว สถานประกอบการที่อยู่ในเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพผู้สูงอายุ ซึ่งเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

2.2 ประชาชนในท้องถิ่นที่อยู่บริเวณใกล้เคียงกับแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพตามจุดต่างๆ

2.3 ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยว ได้แก่ ผู้ดำเนินการธุรกิจท่องเที่ยว สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และผู้ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว

2.4 เจ้าหน้าที่ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว ได้แก่ กลุ่มเจ้าหน้าที่ผู้เกี่ยวข้องกับการจัดการท่องเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวจังหวัดที่อยู่ในเขตภาคกลาง แบบสอบถามประชาชนผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เป็นเครื่องมือ ที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อศึกษาความคิดเห็นเรื่องการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีต่อชุมชน แบ่งโครงสร้างแบบสอบถามออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 : เป็นคำถามที่เกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ และสถานภาพในชุมชน ซึ่งเป็นแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ตอนที่ 2 : เป็นข้อความความคิดเห็นเรื่องการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่มีต่อชุมชน มีลักษณะเป็นแบบสอบถามแบบมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ

ตอนที่ 3 : เป็นข้อความเพิ่มเติมของประชาชนและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเป็นคำถามปลายเปิด

เมื่อผู้วิจัยได้แบบสอบถามและแบบสัมภาษณ์แล้ว เสนอต่อประธานที่ปรึกษา และผู้เชี่ยวชาญเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ความเหมาะสมของถ้อยคำ และการใช้ถ้อยคำ (Wording) นำไปปรับปรุงและแก้ไขตามคำแนะนำ นำแบบสอบถามที่แก้ไขข้อบกพร่องเรียบร้อยแล้วมาจัดพิมพ์ฉบับสมบูรณ์ เพื่อนำไปใช้เก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้ประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล ด้วยวิธีการเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพตามลักษณะของข้อมูลในแต่ละด้าน และดำเนินการตามลำดับ ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่เก็บข้อมูลแล้วมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ และให้คะแนนตามเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้
2. นำข้อมูลที่ได้มาลงรหัส จัดเป็นกลุ่มและนับคะแนนลงรหัสตามที่กำหนดไว้
3. บันทึกข้อมูลและประเมินผลวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive statistic) เพื่ออธิบายความหมายของข้อมูล และใช้ตารางแจกแจงความถี่แสดงผลเป็นร้อยละ (Percentage) และอธิบายความหมายของข้อมูล โดยใช้ค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)

แบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า มีข้อความให้แสดงความคิดเห็น ซึ่งมีเกณฑ์การให้คะแนน ดังนี้

| | | | |
|------------|-----|---|-------|
| มากที่สุด | ให้ | 5 | คะแนน |
| มาก | ให้ | 4 | คะแนน |
| ปานกลาง | ให้ | 3 | คะแนน |
| น้อย | ให้ | 2 | คะแนน |
| น้อยที่สุด | ให้ | 1 | คะแนน |

นำเสนอผลของข้อมูลเป็นตารางประกอบการอธิบาย เพื่อให้การพรรณนาข้อมูล มีความชัดเจนและสมบูรณ์มากขึ้น ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ใช้สถิติเชิงพรรณนา ประกอบด้วยร้อยละและค่าเฉลี่ย

ตอนที่ 2 ข้อมูล ใช้ระดับการวัดเป็นช่วง (Interval) วิเคราะห์สถิติด้วย Likert Scale เพื่อวัดระดับความคิดเห็นและคำนวณค่าเฉลี่ยเลขคณิต (Mean) และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้เกณฑ์การวัดตามระดับดังนี้

4.21 - 5.00 หมายถึง ระดับมากที่สุด

3.41 - 4.20 หมายถึง ระดับมาก

2.61 - 3.40 หมายถึง ระดับปานกลาง

1.81 - 2.60 หมายถึง ระดับน้อย

1.00 - 1.80 หมายถึง ระดับน้อยที่สุด

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงเนื้อหา

สำหรับคำถามปลายเปิด หรือคำถามที่แสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะ และการสังเกตกับการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยสรุปเป็นสาระสำคัญจากเนื้อความ คำพูด ข้อความ ปรากฏการณ์ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นในขณะปฏิบัติกิจกรรม นำมาสรุปโดยแยกข้อมูลเป็นกลุ่มตามเนื้อหา

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัยตามขั้นตอนการวิจัยโดยเรียงตามลำดับดังนี้
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับเพศของผู้ตอบแบบสอบถาม

| เพศ | จำนวน | | ร้อยละ | |
|------|--------|---------------|--------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| ชาย | 193 | 153 | 24.13 | 19.13 |
| หญิง | 207 | 247 | 25.88 | 30.18 |
| รวม | 400 | 400 | 100.0 | 100.0 |

จากตารางพบว่า จำนวนนักท่องเที่ยวที่ต้องแบบสอบถาม มีจำนวน 800 คน ซึ่งจำแนกได้เป็นนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ อย่างละ 400 คน โดยนักท่องเที่ยวชาวไทยส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 207 คน คิดเป็นร้อยละ 25.88 และเพศชาย จำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 24.13 และนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 247 คน คิดเป็นร้อยละ 30.18 และเพศชาย จำนวน 153 คน คิดเป็นร้อยละ 19.13 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม

| อายุ | จำนวน | | ร้อยละ | |
|---------------------|--------|---------------|--------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| ต่ำกว่า 55 ปี | 70 | 49 | 17.50 | 12.25 |
| 56-65 ปี | 152 | 199 | 38.00 | 49.75 |
| 66-76 ปี | 147 | 62 | 36.75 | 15.50 |
| สูงกว่า 77 ปีขึ้นไป | 31 | 90 | 7.75 | 22.50 |
| รวม | 400 | 400 | 100.0 | 100.0 |

จากตารางพบว่า นักท่องเที่ยวที่ตอบแบบสอบถามชาวไทยส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 56-65 ปี จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 38.00 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 66 - 76 ปี จำนวน 147 คน คิดเป็นร้อยละ 36.75 และน้อยที่สุดอยู่ในช่วงอายุสูงกว่า 77 ปีขึ้นไป จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 7.75 นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุระหว่าง 56-65 ปี จำนวน 199 คน คิดเป็นร้อยละ 49.75 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุสูงกว่า 77 ปีขึ้นไป จำนวน 90 คน คิดเป็นร้อยละ 22.50 และน้อยที่สุดอยู่ในช่วงอายุต่ำกว่า 55 ปี จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ 12.25 ตามลำดับ

ตารางที่ 3 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

| สถานภาพ | จำนวน | | ร้อยละ | |
|---------------------|--------|---------------|--------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| โสด | 236 | 182 | 59.10 | 45.50 |
| แต่งงาน | 125 | 112 | 31.30 | 28.00 |
| หย่าร้าง | 17 | 21 | 4.30 | 5.30 |
| พ่อหม้าย / แม่หม้าย | 22 | 85 | 5.30 | 21.20 |
| รวม | 400 | 400 | 100.0 | 100.0 |

จากตารางพบว่านักท่องเที่ยวที่ตอบแบบสอบถามชาวไทยส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 236 คน คิดเป็นร้อยละ 59.10 รองลงมามีสถานภาพแต่งงาน จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 31.30 และน้อยที่สุดมีสถานภาพเป็นพ่อหม้าย/แม่หม้าย จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30 นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.50 รองลงมามีสถานภาพแต่งงาน จำนวน 112 คน คิดเป็นร้อยละ 28.00 และน้อยที่สุดมีสถานภาพหย่าร้าง จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับระดับการศึกษาของผู้ตอบแบบสอบถาม

| ระดับการศึกษา | จำนวน | | ร้อยละ | |
|---------------|------------|---------------|--------------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| วิทยาลัย | 96 | 30 | 24.00 | 7.40 |
| ปริญญาตรี | 185 | 165 | 46.30 | 41.30 |
| ปริญญาโท | 119 | 205 | 29.70 | 51.30 |
| ปริญญาเอก | - | - | - | - |
| รวม | 400 | 400 | 100.0 | 100.0 |

จากตารางพบว่านักท่องเที่ยวที่ตอบแบบสอบถามชาวไทยส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 185 คน คิดเป็นร้อยละ 46.30 รองลงมาที่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโท จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 29.70 และน้อยที่สุดมีการศึกษาอยู่ในระดับวิทยาลัย จำนวน 96 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนใหญ่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโท จำนวน 205 คน คิดเป็นร้อยละ 51.30 รองลงมาที่มีการศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 165 คน คิดเป็นร้อยละ 41.30 และน้อยที่สุดมีการศึกษาอยู่ในระดับวิทยาลัย จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ 7.40 ตามลำดับ

ตารางที่ 5 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม

| อาชีพ | จำนวน | | ร้อยละ | |
|---------------------------|------------|---------------|--------------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| ประกอบธุรกิจส่วนตัว | 113 | 223 | 28.54 | 55.80 |
| รับราชการ / พนักงานของรัฐ | 218 | 91 | 55.10 | 22.70 |
| รับจ้าง | 15 | 52 | 3.76 | 13 |
| อื่นๆ | 50 | 34 | 12.60 | 8.50 |
| รวม | 400 | 400 | 100.0 | 100.0 |

จากตารางพบว่านักท่องเที่ยงที่ตอบแบบสอบถามชาวไทยส่วนใหญ่มีอาชีพรับราชการเป็นพนักงานของรัฐ จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 55.10 รองลงมาประกอบธุรกิจส่วนตัว จำนวน 113 คน คิดเป็นร้อยละ 28.54 และน้อยที่สุดมีอาชีพรับจ้าง จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 3.76 นักท่องเที่ยงชาวต่างประเทศส่วนใหญ่ประกอบธุรกิจส่วนตัว จำนวน 223 คน คิดเป็นร้อยละ 55.80 รองลงมามีอาชีพรับราชการ / พนักงานของรัฐ จำนวน 91 คน คิดเป็นร้อยละ 22.70 และน้อยที่สุดประกอบอาชีพอื่นๆ จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 8.50 ตามลำดับ

ตารางที่ 6 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับรายได้ต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถาม

| รายได้ต่อเดือน | จำนวน | | ร้อยละ | |
|---------------------|--------|---------------|--------|---------------|
| | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ | ชาวไทย | ชาวต่างประเทศ |
| ต่ำกว่า 30,000 บาท | 214 | 79 | 53.50 | 20.00 |
| 30,030 – 59,970 บาท | 95 | 90 | 23.60 | 22.78 |
| 60,030 – 89,970 บาท | 70 | 106 | 17.60 | 26.84 |
| มากกว่า 90,000 | 21 | 125 | 5.30 | 30.38 |
| รวม | 400 | 400 | 100 | 100 |

จากตารางพบว่า นักท่องเที่ยงที่ตอบแบบสอบถามชาวไทยส่วนใหญ่มีรายได้ต่ำกว่า 30,000 บาท จำนวน 214 คน คิดเป็นร้อยละ 53.50 รองลงมา มีรายได้ในช่วง 30,030 – 59,970 บาท จำนวน 95 คน คิดเป็นร้อยละ 23.60 และน้อยที่สุดมีรายได้มากกว่า 90,000 บาท จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 5.30 นักท่องเที่ยงชาวต่างประเทศส่วนใหญ่มีรายได้มากกว่า 90,000 บาท จำนวน 125 คน คิดเป็นร้อยละ 30.38 รองลงมา มีรายได้ 60,030 – 89,970 บาท จำนวน 106 คน คิดเป็นร้อยละ 26.84 และน้อยที่สุดมีรายได้ต่ำกว่า 30,000 บาท จำนวน 79 คน คิดเป็นร้อยละ 20.00 ตามลำดับ

ผลการสำรวจและประเมินศักยภาพความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

ในการสำรวจและประเมินศักยภาพความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพทั้ง 6 ด้านคือ ด้านกายภาพแหล่งที่ดึงดูดการเดินทาง สาธารณูปโภคและสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน ด้านสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึก กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ชื่อเสียงเอกลักษณ์และคุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว การสร้างอาชีพและรายได้ของคนในท้องถิ่น ซึ่งมีผู้ประเมินแหล่งท่องเที่ยวละ 10 คน คือ ผู้เชี่ยวชาญทางด้านการท่องเที่ยว ผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวและธุรกิจเชิงสุขภาพ เจ้าหน้าที่และหรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ประชาชนในท้องถิ่นและผู้วิจัย ได้ผลดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 7 สรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัดชัยนาท

| ลำดับ | 1.การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว | 2. สาธารณูปโภคและสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน | 3. ด้านสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึก | 4. กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 5. ชื่อเสียงเอกลักษณ์คุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว | 6. การสร้างอาชีพ/รายได้ของคนในท้องถิ่น | รวมคะแนน |
|-------|----------------------------------|--|---------------------------------------|--------------------------------|---|--|----------|
| 1 | 8 | 5 | 4 | 5 | 10 | 4 | 36 |
| 2 | 4 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 36 |
| 3 | 8 | 5 | 5 | 5 | 6 | 7 | 36 |
| 4 | 8 | 5 | 5 | 5 | 6 | 5 | 34 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมาก ไปถึงน้อย

จากตารางที่ 7 แสดงว่า จังหวัดชัยนาทมีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. วัดหลวงปู่สุข 2. สวนนกชัยนาท 3. เขื่อนเจ้าพระยา 4. วัดพระมหาธาตุ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวส่วนมากจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป แต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าคะแนนจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่แหล่งท่องเที่ยวไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 8 สรุปลำดับคะแนนผลของความพร้อมในแหล่งท่องเที่ยว จังหวัดนครปฐม

| ลำดับ | 1.การ | 2.สาธารณูปโภค | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | และสิ่งอำนวยความสะดวก | ความรู้ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | ความสะอาด | และการ | เชิงสุขภาพ | คุณค่า | รายได้ของ | |
| | แหล่ง | ขั้นพื้นฐาน | สร้าง | | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | | จิตสำนึก | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 5 | 7 | 8 | 10 | 5 | 5 | 40 |
| 2 | 8 | 6 | 5 | 5 | 8 | 8 | 40 |
| 3 | 8 | 5 | 5 | 10 | 4 | 3 | 35 |
| 4 | 5 | 5 | 6 | 4 | 8 | 5 | 33 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปหาน้อย

จากตารางที่ 8 แสดงว่าจังหวัดนครปฐม มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. สวนสมุนไพรมะลิ 2. วัดพระปฐมเจดีย์ 3. พุทธมณฑล 4. พระราชวังสนามจันทร์ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าคะแนนจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่บางแหล่งท่องเที่ยวไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มีเพียงบางที่ที่เกี่ยวข้องแต่ด้วยระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลัก เช่น สวนสมุนไพรมะลิจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมได้ ส่วนวัดพระปฐมเจดีย์ถึงแม้ว่าจะได้คะแนนต่ำกว่าสวนสมุนไพรมะลิ แต่ด้วยความมีชื่อเสียงและความเป็นภาพลักษณ์ของจังหวัดนครปฐมจึงเห็นควรที่จะนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุได้ประกอบกับแหล่งที่ตั้งอยู่ไม่ไกลจากเส้นการเดินทางท่องเที่ยวในโปรแกรมหลัก

ตารางที่ 9 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดนครสวรรค์

| ลำดับ | 1.การ แหล่ง ท่องเที่ยว | 2.สาธารณูปโภค และสิ่งอำนวยความสะดวก ขั้นพื้นฐาน | 3.ด้านสื่อ ความรู้ และการ สร้าง จิตสำนึก | 4.กิจกรรม ท่องเที่ยว เชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียง เอกลักษณ์ คุณค่า ของแหล่ง ท่องเที่ยว | 6.การสร้าง อาชีพ/ รายได้ของ คนใน ท้องถิ่น | รวม |
|-------|------------------------------|---|--|---------------------------------------|--|---|-----|
| 1 | 5 | 5 | 4 | 3 | 5 | 4 | 26 |
| 2 | 4 | 3 | 5 | 2 | 4 | 1 | 19 |
| 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 3 | 18 |
| 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 3 | 15 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึน้อย

จากตารางที่ 9 แสดงว่า จังหวัดนครสวรรค์ มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. บึงบอระเพ็ด 2. ศาลเจ้าแม่ทับทิม 3. อุทยานสวรรค์ 4. พิพิธภัณฑ์จันเสน พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าแหล่งท่องเที่ยวไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักประกอบกับคะแนนไม่ผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้จึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 10 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดสมุทรปราการ

| ลำดับ | 1.การ บริหาร จัดการ แหล่ง ท่องเที่ยว | 2.สาธารณูป- โภคและสิ่ง อำนวยความสะดวก สะดวก ขั้นพื้นฐาน | 3.ด้านสื่อ ความรู้และ การสร้าง จิตสำนึก | 4.กิจกรรม ท่องเที่ยว เชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียง เอกลักษณ์ คุณค่า ของแหล่ง ท่องเที่ยว | 6.การสร้าง อาชีพ/ รายได้ของ คนใน ท้องถิ่น | รวม คะแนน |
|-------|--|---|--|---------------------------------------|--|---|--------------|
| 1 | 10 | 10 | 8 | 8 | 8 | 8 | 52 |
| 2 | 8 | 5 | 5 | 2 | 5 | 5 | 30 |
| 3 | 6 | 3 | 4 | 4 | 8 | 5 | 30 |
| 4 | 4 | 4 | 6 | 5 | 6 | 5 | 30 |
| 5 | 7 | 4 | 5 | 3 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึน้อย

จากตารางที่ 10 แสดงว่า จังหวัดสมุทรปราการมีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. เมืองโบราณ 2. เกาะสมุทรเจดีย์ 3. ป้อมพระจุลจอมเกล้า 4. พิพิธภัณฑ์ทหารเรือ 5. ศาลเจ้าพ่อหลักเมือง พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไป แต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าคะแนนผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ไม่สูงมากและแหล่งท่องเที่ยวไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประกอบกับมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมได้ ยกเว้นเมืองโบราณซึ่งเป็นที่รู้จักและมีความเหมาะสมพร้อมที่จะเป็นแหล่งท่องเที่ยวมากแม้ว่าจะไม่ตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแต่เหมาะที่จะให้ผู้สูงอายุได้เดินเล่นแลกเปลี่ยนประสบการณ์เรียนรู้เกี่ยวกับประเทศไทยร่วมกันเป็นอย่างมาก

ตารางที่ 11 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดนนทบุรี

| ลำดับ | 1.การ แหล่ง ท่องเที่ยว | 2. บริหาร จัดการ แหล่ง ท่องเที่ยว | 3.ด้านสื่อ ความรู้และ การสร้าง จิตสำนึก | 4.กิจกรรม ท่องเที่ยว เชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียง เอกลักษณ์ คุณค่า ของแหล่ง ท่องเที่ยว | 6.การสร้าง อาชีพ/ รายได้ของ คนใน ท้องถิ่น | รวม คะแนน |
|-------|------------------------------|---|--|---------------------------------------|--|---|--------------|
| 1 | 8 | 8 | 8 | 8 | 10 | 8 | 50 |
| 2 | 5 | 5 | 8 | 8 | 8 | 5 | 39 |
| 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปคือน้อย

จากตาราง 11 แสดงว่า จังหวัดนนทบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับ ดังนี้ 1. เกาะเกร็ด 2. พิพิธภัณฑ์และศูนย์ฝึกอบรมแพทย์แผนไทย 3. อุทยานกาญจนาภิเษก พบว่าเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปและเกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ แต่เนื่องจากระยะเวลาที่มีจำกัด บางสถานที่จึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวได้ ยกเว้น เกาะเกร็ดซึ่งมีความเหมาะสมมากที่สุด โดยเฉพาะเรื่องการจัดกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ สำหรับผู้สูงอายุที่สามารถกระจายรายได้เข้าสู่ท้องถิ่น ได้หลายรูปแบบภายในระยะเวลาที่มีจำกัด

ตารางที่ 12 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดอยุธยา

| ลำดับ | 1.การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว | 2. สาธารณูปโภคและสิ่งอำนวยความสะดวกความสะอาดกขั้นพื้นฐาน | 3.ด้านสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึก | 4.กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียงเอกลักษณ์คุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว | 6.การสร้างอาชีพ/รายได้ของคนในท้องถิ่น | รวมคะแนน |
|-------|----------------------------------|--|--------------------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------------|----------|
| 1 | 8 | 10 | 5 | 5 | 10 | 4 | 42 |
| 2 | 8 | 5 | 3 | 3 | 4 | 8 | 31 |
| 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปค้่น้อย

จากตารางที่ 12 แสดงว่า จังหวัดอยุธยา มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. พระราชวังบางปะอิน 2. ศูนย์ศิลปาชีพบางไทร 3. วัดนิเวศธรรมประวัติ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ยกเว้นพระราชวังบางปะอินซึ่งมีคะแนนสูงสุดสำหรับนักท่องเที่ยวที่สนใจอยุธยาเป็นพิเศษ

ตารางที่ 13 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดลพบุรี

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิง | คุณค่า | รายได้ของ | |
| ท่องเที่ยว | แหล่ง | ความสะอาด | จิตสำนึก | สุขภาพ | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | ขั้นพื้นฐาน | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 5 | 5 | 4 | 8 | 5 | 4 | 31 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 31 |
| 3 | 8 | 3 | 3 | 8 | 4 | 5 | 31 |
| 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |
| 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 7 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึน้อย

จากตารางที่ 13 แสดงว่า จังหวัดลพบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้
 1. สวนรุกขชาติน้ำตกวัง 2. เขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ 3. หุ่นทานตะวัน 4. พิพิธภัณฑ์เปิดบ้าน ไปงมะนาว
 5. สวนสัตว์ลพบุรี พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่
 ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่คะแนน
 ไม่สูงมากและมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ใน โปรแกรมการ
 ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 14 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดสมุทรสงคราม

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิง | คุณค่า | รายได้ของ | |
| | แหล่ง | ความสะอาด | จิตสำนึก | สุขภาพ | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | ขั้นพื้นฐาน | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 5 | 5 | 7 | 3 | 10 | 10 | 40 |
| 2 | 8 | 3 | 5 | 5 | 10 | 8 | 39 |
| 3 | 8 | 3 | 3 | 4 | 4 | 8 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึน้อย

จากตารางที่ 14 แสดงว่า จังหวัดสมุทรสงคราม มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. ตลาดหุบ 2. ตลาดน้ำดำเนินสะดวก 3. นากุ้ง-นาเกลือ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวทั้งหมดมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักมานานของคนทั่วไป ถึงจะไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าคะแนนผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้และมีระยะทางไม่ไกลจากเส้นทางหลักประกอบกับเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่น่าสนใจเพราะมีการสอดแทรกภูมิปัญญาท้องถิ่นที่ส่งผลต่อสุขภาพทางอ้อมจึงเห็นควรนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 15 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดสิงห์บุรี

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิงสุขภาพ | คุณค่า | รายได้ของ | |
| ท่องเที่ยว | แหล่ง | ความสะอาด | จิตสำนึก | | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | ขั้นพื้นฐาน | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 6 | 5 | 6 | 2 | 8 | 4 | 31 |
| 2 | 6 | 5 | 6 | 2 | 6 | 6 | 31 |
| 3 | 4 | 5 | 5 | 5 | 7 | 4 | 30 |
| 4 | 5 | 5 | 6 | 3 | 4 | 7 | 30 |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึน้อย

จากตารางที่ 15 แสดงว่า จังหวัดสิงห์บุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. อุทยานค่ายบางระจัน 2. พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติอินทร์บุรี 3. เมืองโบราณคูเมือง คูค่ายพม่า 4. อุทยานแม่ลามหาราชานุสรณ์ 5. แหล่งเตาเผาแม่น้ำน้อย พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่ไม่สูงมากและไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แต่เน้นที่การท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์มากกว่า ประกอบกับมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ใน โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 16 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดสระบุรี

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิงสุขภาพ | คุณค่า | รายได้ของ | |
| แหล่ง | ท่องเที่ยว | ระดับพื้นฐาน | จิตสำนึก | | ของแหล่ง | คนใน | |
| | | | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 6 | 30 |
| 2 | 5 | 3 | 5 | 5 | 7 | 5 | 30 |
| 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปหาน้อย

จากตารางที่ 16 แสดงว่า จังหวัดสระบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. อุทยานแห่งชาติพระพุทธฉาย 2. วัดพระพุทธฉาย 3. พระพุทธรูปรัตนไตรยชัยวัฒน์จตุรทิศ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวทั้งหมดมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าถึงแม้ว่าคะแนนจะผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่ไม่สูงประกอบกับไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและมีระยะทางที่ห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 17 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดอ่างทอง

| ลำดับ | 1.การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว | 2. สาธารณูปโภคและสิ่งอำนวยความสะดวกขั้นพื้นฐาน | 3.ด้านสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึก | 4.กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียงเอกลักษณ์คุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว | 6.การสร้างอาชีพ/รายได้ของคนในท้องถิ่น | รวมคะแนน |
|-------|----------------------------------|--|--------------------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------------|----------|
| 1 | 7 | 5 | 4 | 5 | 7 | 8 | 36 |
| 2 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 5 | 35 |
| 3 | 7 | 5 | 5 | 4 | 4 | 5 | 30 |
| 4 | 5 | 2 | 8 | 1 | 6 | 8 | 30 |
| 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 4 | 28 |
| 6 | 5 | 3 | 5 | 5 | 5 | 5 | 28 |
| 7 | 4 | 3 | 5 | 2 | 5 | 8 | 27 |
| 8 | 4 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 27 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปหาน้อย

จากตารางที่ 17 แสดงว่า จังหวัดอ่างทอง มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. หมู่บ้านน้ำตอผักชวา 2. วัดขุนอินทประมูล 3. วัดพระนอน 4. หมู่บ้านท่ากลอง 5. อนุสาวรีย์นายดอกนายทองแก้ว 6. วัดป่าโมกวรวิหาร 7. หมู่บ้านจ๊กสาน 8. ศูนย์ตุ๊กตาชาววังบ้านบางเสด็จ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประกอบกับผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าคะแนนที่ได้โดยส่วนมากจะไม่ผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้และบางสถานที่มีระยะทางห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่ควรนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 18 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดสุพรรณบุรี

| ลำดับ | 1.การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยว | 2. สาธารณูปโภคและสิ่งอำนวยความสะดวก | 3.ด้านสื่อความรู้และการสร้างจิตสำนึก | 4.กิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ | 5.ชื่อเสียงเอกลักษณ์คุณค่าของแหล่งท่องเที่ยว | 6.การสร้างอาชีพ/รายได้ของคนในท้องถิ่น | รวมคะแนน |
|-------|----------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------------|--|---------------------------------------|----------|
| 1 | 7 | 5 | 5 | 5 | 8 | 7 | 37 |
| 2 | 6 | 5 | 5 | 5 | 7 | 4 | 32 |
| 3 | 6 | 5 | 5 | 5 | 4 | 7 | 32 |
| 4 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปหาน้อย

จากตารางที่ 18 แสดงว่า จังหวัดสุพรรณบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับดังนี้ 1. วัดป่าเลไลยก์ 2. อนุสรณ์ดอนเจดีย์ 3. หมู่บ้านโพธิ์ศรี 4. หมู่บ้านควายไทย พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าคะแนนผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้ไม่สูงมากประกอบกับระยะทางห่างจากเส้นทางหลักจึงไม่สามารถนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 19 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดปราจีนบุรี

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิงสุขภาพ | คุณค่า | รายได้ของ | |
| ท่องเที่ยว | แหล่ง | ความสะอาด | จิตสำนึก | | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | ขั้นพื้นฐาน | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 10 | 9 | 8 | 10 | 10 | 10 | 58 |
| 2 | 4 | 8 | 5 | 7 | 8 | 7 | 39 |
| 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 8 | 6 | 30 |
| 4 | 4 | 5 | 5 | 4 | 6 | 6 | 30 |
| 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 4 | 7 | 30 |
| 6 | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 6 | 30 |
| 7 | 3 | 5 | 6 | 2 | 7 | 7 | 30 |
| 8 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 30 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปหาน้อย

จากตารางที่ 19 แสดงว่า จังหวัดปราจีนบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับ ดังนี้ 1. โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศน์ 2. อุทยานแห่งชาติทับลาน 3. ศาลสมเด็จพระนเรศวรมหาราช 4. วัดคันศรียมหาโพธิ์ บ้านโจ้ง บ้านคั่น 5. ตลาดผลิตภัณฑ์ไม้ไผ่ภูมิปัญญาท้องถิ่น 6. พิพิธภัณฑ์สถานแห่งชาติปราจีนบุรี 7. โบราณสถานเมืองศรีมโหสถ 8. พิพิธภัณฑ์พื้นบ้านวัดบ้านแดน พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากแล้วจะมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปแต่ผู้ประเมินมีความคิดเห็นที่สอดคล้องกันว่าคะแนนผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่ไม่สูงมากและแหล่งท่องเที่ยวส่วนมากไม่เกี่ยวข้อง โดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและมีระยะทางห่างจากเส้นทางหลักมีเพียงโรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศน์ที่มีความเหมาะสมในหลายด้านมากที่สุดและมีระยะทางที่สามารถนำมาใส่ไว้ใน โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

ตารางที่ 20 สรุปคะแนนลำดับผลของความพร้อมในสถานที่แหล่งท่องเที่ยว จังหวัดกาญจนบุรี

| ลำดับ | 1.การ | 2. | 3.ด้านสื่อ | 4.กิจกรรม | 5.ชื่อเสียง | 6.การสร้าง | รวม |
|------------|------------|-----------------------|------------|------------|-------------|------------|-------|
| แหล่ง | บริหาร | สาธารณูปโภค | ความรู้และ | ท่องเที่ยว | เอกลักษณ์ | อาชีพ/ | คะแนน |
| ท่องเที่ยว | จัดการ | และสิ่งอำนวยความสะดวก | การสร้าง | เชิงสุขภาพ | คุณค่า | รายได้ของ | |
| ท่องเที่ยว | แหล่ง | ความสะอาด | จิตสำนึก | | ของแหล่ง | คนใน | |
| | ท่องเที่ยว | ขั้นพื้นฐาน | | | ท่องเที่ยว | ท้องถิ่น | |
| 1 | 10 | 10 | 8 | 8 | 10 | 10 | 56 |
| 2 | 9 | 8 | 7 | 5 | 10 | 10 | 49 |
| 3 | 10 | 8 | 7 | 9 | 8 | 3 | 45 |
| 4 | 10 | 6 | 10 | 5 | 4 | 10 | 45 |
| 5 | 5 | 8 | 10 | 5 | 10 | 5 | 43 |
| 6 | 6 | 8 | 8 | 2 | 8 | 8 | 40 |
| 7 | 3 | 4 | 5 | 10 | 8 | 10 | 40 |
| 8 | 4 | 5 | 8 | 8 | 10 | 3 | 38 |
| 9 | 5 | 3 | 6 | 8 | 10 | 6 | 38 |

*หมายเหตุคะแนนเรียงจากมากไปถึ้น้อย

จากตารางที่ 20 แสดงว่า จังหวัดกาญจนบุรี มีแหล่งท่องเที่ยวที่ผ่านการประเมินตามลำดับ ดังนี้ 1. ทางรถไฟสายมรณะ 2. ค่านเจดีย์สามองค์ 3. พิพิธภัณฑสถานสงครามโลกครั้งที่ 2 4. สะพานข้ามแม่น้ำแคว 5. ซ่องเขาขาดพิพิธภัณฑสถานแห่งความทรงจำ 6. อุทยานประวัติศาสตร์เมืองสิงห์ 7. น้ำพุร้อนหินดาด 8. อุทยานแห่งชาติเขื่อนศรีนครินทร์ 9. อุทยานแห่งชาติเอราวัณ พบว่าแหล่งท่องเที่ยวโดยส่วนมากมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนทั่วไปและคนต่างประเทศ ผู้ประเมินมีความเห็นสอดคล้องกันว่าคะแนนผ่านเกณฑ์ที่ได้กำหนดไว้แต่บางสถานที่ไม่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแต่เนื่องจากจังหวัดกาญจนบุรีมีประวัติศาสตร์ที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับนักท่องเที่ยวนานาชาติ จึงทำให้เพิ่มความน่าสนใจเป็นพิเศษประกอบกับระยะทางที่ไม่ห่างจากเส้นทางหลักจึงควรนำมาใส่ไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุเพื่อกระจายรายได้สู่ชุมชนท้องถิ่นได้อย่างทั่วถึง

จากตารางข้างต้นทั้งหมด พบว่า จังหวัดในเขตภาคกลางที่ผ่านเข้ามาในรอบที่ 1 มีทั้งหมด 19 จังหวัดดังนี้ ชัยนาท นครสวรรค์ สิงห์บุรี สระบุรี อ่างทอง สุพรรณบุรี ลพบุรี นครปฐม สมุทรปราการ นนทบุรี อโยธยา สมุทรสงคราม ราชบุรี ปราจีนบุรี สระบุรี นครนายก เพชรบุรี กาญจนบุรี และฉะเชิงเทรา ซึ่งผลที่ได้จากการผ่านเกณฑ์การประเมินแหล่งท่องเที่ยวในรอบที่ 1 ผู้วิจัยจะนำมาประชุมปฏิบัติการร่วมกับที่ปรึกษา ผู้เชี่ยวชาญด้านธุรกิจท่องเที่ยวและต่างประเทศ

บริษัทนำเที่ยวและผู้ร่วมโครงการวิจัย เพื่อนำไปเขียนเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตภาคกลางที่สอดคล้องกับลักษณะพื้นฐานของผู้สูงอายุ

ในรอบที่ 2 ของการวิจัยเชิงปฏิบัติการร่วมกัน พบว่ามีเพียง 13 จังหวัด คือ นครปฐม สมุทรปราการ นนทบุรี อุทยา สมุทรสงคราม ปราจีนบุรี สระบุรี นครนายก เพชรบุรี กาญจนบุรี และฉะเชิงเทรา ที่สามารถนำมาเขียนเป็นโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตภาคกลางสำหรับผู้สูงอายุแบบวันเดียว คือ ไปเช้า – เย็นกลับ ได้ 12 เส้นทางดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตารางที่ 21 แสดงความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศและชาวไทยที่มีต่อจังหวัดที่อยู่ในโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ 12 เส้นทางในเขตภาคกลางแบบเดินทางวันเดียว

| รายชื่อ จังหวัด | ชาวต่างประเทศ | | ชาวต่างประเทศ | | ชาวไทย | | ชาวไทย | | รวม | |
|--------------------|---------------|------|---------------|------|-----------|------|-----------|------|-----------|------|
| | เพศชาย | | เพศหญิง | | เพศชาย | | เพศหญิง | | | |
| | ค่าเฉลี่ย | s.d. | ค่าเฉลี่ย | s.d. | ค่าเฉลี่ย | s.d. | ค่าเฉลี่ย | s.d. | ค่าเฉลี่ย | s.d. |
| กรุงเทพฯ | 4.11 | 1.18 | 4.00 | 1.05 | 4.40 | 0.91 | 4.21 | 0.47 | 4.18 | 0.90 |
| สมุทรปราการ | 3.83 | 1.02 | 3.88 | 1.13 | 3.92 | 1.04 | 4.02 | 1.07 | 3.91 | 1.06 |
| นนทบุรี | 3.38 | 1.32 | 3.55 | 1.40 | 4.59 | 0.89 | 3.58 | 1.44 | 3.77 | 1.26 |
| อุทยา | 4.29 | 0.70 | 4.27 | 0.68 | 3.94 | 0.95 | 3.55 | 0.84 | 4.01 | 0.79 |
| สมุทรสงคราม | 4.35 | 0.65 | 4.51 | 0.60 | 4.29 | 0.70 | 4.27 | 0.68 | 4.35 | 0.65 |
| ปราจีนบุรี | 4.35 | 0.65 | 4.41 | 0.70 | 3.83 | 0.77 | 3.82 | 0.72 | 4.10 | 0.71 |
| กาญจนบุรี | 4.31 | 1.01 | 4.36 | 1.00 | 4.42 | 0.93 | 4.81 | 0.64 | 4.47 | 0.89 |
| ฉะเชิงเทรา | 3.59 | 0.95 | 3.68 | 0.88 | 3.57 | 0.83 | 3.54 | 0.71 | 3.60 | 0.84 |
| เพชรบุรี | 3.50 | 0.75 | 3.55 | 0.77 | 3.57 | 0.69 | 3.54 | 0.74 | 3.54 | 0.74 |
| นครปฐม | 3.64 | 1.07 | 3.67 | 0.96 | 3.86 | 1.02 | 3.32 | 1.25 | 3.62 | 1.07 |
| ราชบุรี | 3.38 | 1.32 | 3.55 | 1.40 | 4.59 | 0.89 | 3.58 | 1.44 | 3.77 | 1.26 |
| นครนายก | 3.38 | 1.32 | 3.55 | 1.40 | 3.32 | 1.25 | 3.67 | 0.96 | 3.48 | 1.23 |

จากตารางข้างต้น พบว่ามีเพียง 5 จังหวัดที่ได้คะแนนสูง คือ จังหวัดกาญจนบุรี 4.47 รองลงมา คือ จังหวัดสมุทรสงคราม 4.35 กรุงเทพมหานคร 4.18 จังหวัดปราจีนบุรี 4.10 และจังหวัดอุทยา 4.01 ตามลำดับ คะแนนน้อยที่สุด คือ จังหวัดนครนายก 3.48 แต่ค่าที่ได้อยู่ที่ระดับมากเช่นกัน

ผลที่ได้จากการวิจัยเชิงปฏิบัติการรอบที่ 2 พบว่านักท่องเที่ยวมีความสนใจใน 5 จังหวัดข้างต้นเป็นอย่างสูงและเสนอความคิดเห็นว่าน่าจะเพิ่มจำนวนวันในการท่องเที่ยวให้มากขึ้นและควรเพิ่มความหลากหลายในการเดินทางภายในจังหวัดเดียวกัน จากการประชุมร่วมกันในรอบที่ 2 ผู้วิจัยจึงเห็นว่า ควรจะนำเสนอเส้นทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพใน 5 จังหวัดนี้เพิ่มขึ้นอีก 4 เส้นทาง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

จากโปรแกรมดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยพบว่า ไม่สามารถนำจังหวัดอุษายาและจังหวัดปราจีนบุรีมาใส่ในเส้นทางท่องเที่ยวได้เนื่องจากอยู่ห่างจากเส้นทางท่องเที่ยวหลักและไม่ได้เกี่ยวข้องโดยตรงกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ส่วนกรุงเทพมหานครที่ไม่นำมาใส่ในเส้นทางดังกล่าว เนื่องจากเป็นจุดเริ่มต้นของการเดินทางทุกเส้นทางและสามารถเที่ยวแบบวันเดียวได้ตามความสะดวก ส่วนเหตุผลที่จังหวัดนครปฐมได้ถูกบรรจุเพิ่มอยู่ในเส้นทางท่องเที่ยว เนื่องจากเป็นสัญลักษณ์สำคัญที่รู้จักกันเป็นอย่างดีของจังหวัด ประกอบกับเมื่อนักท่องเที่ยวเดินทางผ่านจังหวัดนี้ก็จะถามถึงทุกครั้ง และหากเป็นไปได้ก็สนใจที่จะเข้าชมทั้งนักท่องเที่ยวคนไทยและคนต่างประเทศ ผู้วิจัยเห็นว่าแหล่งท่องเที่ยวมีความสะดวกในการเดินทางและต้องผ่านนครปฐมทุกเส้นทางจึงจัดนำเสนอไว้ในโปรแกรม และถ้าจำเป็นก็ต้องตัดออกในการเดินทางท่องเที่ยวบางครั้งก็สามารถทำได้เพราะไม่ส่งผลกระทบต่อแหล่งท่องเที่ยวอื่นที่อยู่ในโปรแกรม

ตารางที่ 22 แสดงผลความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวที่มีต่อโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพแบบ
ค้างคืนในเขตภาคกลาง 3 จังหวัด

| แหล่งท่องเที่ยว | ค่าเฉลี่ย | S.D. | แปลค่า |
|---------------------------------------|-----------|------|--------|
| จังหวัดนครปฐม | | | |
| พระปฐมเจดีย์ | 3.83 | 0.92 | มาก |
| สวนสามพราน | 3.78 | 0.96 | มาก |
| จังหวัดสมุทรสงคราม | | | |
| ต่องเรือสมุทรสงคราม | 3.55 | 1.23 | มาก |
| วัดบางกุ้ง | 3.41 | 1.18 | มาก |
| หมู่บ้านเบญจรงค์ | 3.75 | 1.16 | มาก |
| จังหวัดกาญจนบุรี | | | |
| สะพานข้ามแม่น้ำแคว | 3.55 | 1.23 | มาก |
| ต่องเรือแม่น้ำแควใหญ่ | 3.43 | 1.20 | มาก |
| ต่องเรือแม่น้ำแควน้อย | 3.69 | 1.26 | มาก |
| นั่งรถไฟ | 3.60 | 1.06 | มาก |
| ช่องเขาขาด | 4.06 | 0.99 | มาก |
| พิพิธภัณฑสถานแห่งชาติ | 3.83 | 0.92 | มาก |
| ปราสาทเมืองสิงห์ | 3.78 | 0.96 | มาก |
| ถ้ำกระแซ | 3.41 | 1.18 | มาก |
| หมู่บ้านปางช้างไทรโยค | 3.69 | 1.26 | มาก |
| หมู่บ้านมอญ | 3.55 | 1.23 | มาก |
| โรงเรียนตระเวนชายแดนแม่น้ำน้อย | | | |
| ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ | 3.43 | 1.20 | มาก |
| สวนสมุนไพรที่ถ้ำทะวา | 3.75 | 1.16 | มาก |

วิสัยทัศน์ของจังหวัดกาญจนบุรีเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ ซึ่งเป็นจังหวัดที่อยู่ห่างจากกรุงเทพมหานคร 129 กิโลเมตร มีพื้นที่ประมาณ 12 ล้านไร่ ลักษณะภูมิประเทศประกอบด้วยทิวเขา เทือกเขา แม่น้ำ โดยมีแม่น้ำสำคัญคือแควน้อยและแควใหญ่ไหลมารวมกันเป็นแม่น้ำแม่กลอง จึงให้ความสำคัญกับการปลูกจิตสำนึกเรื่องการดูแลรักษาแม่น้ำเป็นเรื่องแรก

เนื่องจากมีจำนวนนักท่องเที่ยวเข้ามามากแต่เจ้าหน้าที่ไม่เพียงพอจึงดูแลไม่ทั่วถึง นักท่องเที่ยวจะชอบเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวที่มีชื่อเสียงการกระจายรายได้สู่ชุมชนจึงยังไม่ทั่วถึง โดยเฉพาะในแหล่งท่องเที่ยวที่ยังไม่ได้รับการโฆษณาประชาสัมพันธ์ อยากให้มีการเพิ่มจุดขายใหม่ของกาญจนบุรีนอกจากแม่น้ำ ยังมีภูเขา ป่าไม้ ซึ่งนิยมจัดเป็นทัวร์เชิงสุขภาพ ทัวร์เชิงเกษตรธรรมชาติ ทัวร์สัมผัสธรรมชาติตามแหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพ ยกเว้นแต่ทะเลที่ยังไม่มี การวางแผนการส่งเสริมการท่องเที่ยวทางน้ำยังขาดความชัดเจนระหว่างผู้ประกอบการ เจ้าหน้าที่และชุมชน ขาดการประสานงานกันอย่างต่อเนื่อง เช่น ความสะอาดของแม่น้ำลำคลองซึ่งเกิดจากการท่องเที่ยวประเภทล่องแพและการขาดจิตสำนึกของคนไทยในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ประกอบกับนักท่องเที่ยวที่นิยมล่องแพ ส่วนมากจะเป็นทัวร์ไทย ทัวร์เกาหลีและทัวร์จีน ซึ่งเป็นนักท่องเที่ยวตลาดใหญ่แต่เน้นปริมาณมากกว่าคุณภาพ

จังหวัดสมุทรสงคราม ซึ่งมีลักษณะเป็นที่ราบลุ่มเหมาะสำหรับทำเกษตร มีความโดดเด่นในเรื่องการท่องเที่ยวทางธรรมชาติ รายได้จากการท่องเที่ยวมาจากทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศเป็นหลัก ทั้งแบบไปเช้าเย็นกลับและพักค้างคืนเพราะอยู่ใกล้กรุงเทพมหานคร สามารถเที่ยวได้ตลอดทั้งปีไม่ต่างจากจังหวัดกาญจนบุรี มีกิจกรรมการท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพที่ขึ้นชื่อและน่าสนใจ เช่น การล่องเรือชมวิถีชีวิตชาวบ้าน ชมไม้ดอกไม้ประดับ การทำเกษตร สวนผลไม้ หรือการปลูกผักปลอดสารพิษที่สามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันต่อไป เพื่อนำมาซึ่งความยั่งยืนของการท่องเที่ยวและความเข้มแข็งของชุมชน ควรจะมีการจัดฝึกอบรมเพิ่มเติมเพื่อเพิ่มศักยภาพให้กับชุมชนในแหล่งท่องเที่ยวและควรมีการฝึกเยาวชนให้พร้อมในการเป็นมัคคุเทศก์ท้องถิ่น

จังหวัดนครปฐมอยู่ใกล้กรุงเทพฯ แต่ไม่มีทะเลและภูเขาจึงควรเน้นการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม วิถีชีวิตชุมชนในอดีตจนถึงปัจจุบัน มีแหล่งท่องเที่ยวที่โดดเด่นเป็นที่รู้จักและนำมาซึ่งรายได้จากการท่องเที่ยวจากทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ คือ พระปฐมเจดีย์ ส่วนมากจะนิยมเที่ยวแบบไปเช้าเย็นกลับไม่นิยมพักค้างคืนเพราะอยู่ใกล้กรุงเทพมหานคร แต่สามารถเที่ยวได้ตลอดทั้งปีเช่นกัน

บริษัททัวร์ท่องเที่ยวและสถานประกอบการเห็นควรว่า ควรรวมตัวกันจัดตั้งเป็นชมรมสมาคมต่างๆ จัดระเบียบวางกฎกติกาเพื่อนำมาซึ่งผลประโยชน์ร่วมกันทุกฝ่าย ไม่ควรแยกกันทำ เพราะจะเกิดการตัดราคาเพื่อดึงนักท่องเที่ยวกันเอง

การวิเคราะห์ภาพรวมของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในเขตภาคกลาง

โอกาส

1. เป็นนโยบายที่รัฐบาลให้การสนับสนุนและสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ในการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติตั้งแต่ฉบับที่ 10 จนถึงฉบับปัจจุบัน
2. ความมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของนักท่องเที่ยวต่างประเทศว่าประเทศไทยเป็นนอกจากจะเป็นสยามเมืองยิ้มแล้วยังเป็นดินแดนแห่งการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และวัดโพธิ์ ซึ่งจัดเป็นมหาวิทยาลัยต้นแบบของการเรียนนวดแผนไทย
3. ควรเพิ่มมูลค่าให้กับสมุนไพรไทยในรูปแบบของผลิตภัณฑ์เชิงสุขภาพที่ได้มาตรฐาน และสอดคล้องตรงตามความต้องการของนักท่องเที่ยว เช่น การนวดแผนไทยโดยใช้สมุนไพร ซึ่งสามารถประยุกต์ให้เข้ากับความรู้ทางด้านตะวันตก และควรเน้นการออกแบบที่สะดวกต่อการซื้อเป็นของที่ระลึก
4. สำหรับนักท่องเที่ยวต่างประเทศนอกจากเรื่องความปลอดภัยที่ต้องคำนึงถึงเป็นสำคัญ ประเทศไทยยังได้เปรียบในเรื่องของค่าใช้จ่ายในการให้บริการที่ถูกกว่าและคุ้มค่ากับการมาใช้บริการ
5. เนื่องจากการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเป็นกลุ่มลูกค้าแบบเฉพาะเจาะจง ผู้ประกอบการจึงควรจัดโปรแกรมให้สอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวต่างประเทศควรให้ความสำคัญกับการใช้ภาษาต่างประเทศในการสื่อสาร เพราะเป็นกลุ่มลูกค้าที่มีความจงรักภักดีเป็นพิเศษกับสิ่งที่ชื่นชอบและมีชื่อเสียงอยู่แล้ว
6. ค่านิยมในปัจจุบันที่ให้ความสำคัญกับการลดภาวะโลกร้อนและการรักษาสุขภาพจากการบำบัดด้วยผลิตภัณฑ์ธรรมชาติหรือสมุนไพร

อุปสรรค

1. โครงสร้างพื้นฐานของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ในบางสถานที่ยังไม่สะดวกมากนัก เช่น แหล่งท่องเที่ยวที่อยู่ห่างไกลจากตัวเมือง ทำให้การเดินทางเข้าถึงค่อนข้างยากลำบาก ไม่ค่อยสะดวกและคู่มือไม่ค่อยปลอดภัยสำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ
2. สถานประกอบการควรจัดระบบการให้บริการสุขภาพโดยเฉพาะตามแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในต่างจังหวัด เพราะส่วนมากจะเป็นธุรกิจขนาดเล็กหรือเป็นแบบครอบครัว ซึ่งไม่ค่อยลงทุนเกินตัวมากนัก จึงส่งผลให้การบริการยังไม่เป็นไปตามมาตรฐาน ทั้งในเรื่องความสะอาดและการเลือกใช้ผลิตภัณฑ์มาให้บริการนักท่องเที่ยว ตลอดจนการขาดขั้นตอนสำคัญในการทำธุรกิจคือการขออนุญาตใบรับรองมาตรฐานในสถานประกอบการสุขภาพขนาดเล็กและกลาง โดยเฉพาะในต่างจังหวัด

จุดแข็ง

1. ชื่อเสียงของการให้บริการด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยที่ได้รับคำชมจากผู้ใช้บริการชาวต่างประเทศในเรื่องความเต็มใจในการให้บริการที่ดี (Service mind) ประกอบกับในเรื่องค่าใช้จ่ายที่มากกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับค่าใช้จ่ายค่าบริการด้านสุขภาพในต่างประเทศ พบว่า ประเทศไทยเสียค่าใช้จ่ายได้ถูกกว่ามากและที่สำคัญคือได้รับการบริการที่มีคุณภาพมากกว่าด้วยในขณะเดียวกัน

2. ต้นทุนที่สวงามอย่างสมบูรณ์แบบตามธรรมชาติซึ่งมีค่ามากเกินบรรยาย ทั้งทรัพยากรทางธรรมชาติและทรัพยากรทางวัฒนธรรม ที่สามารถนำมาเพิ่มมูลค่าให้กับโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบของผลิตภัณฑ์ที่นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อได้ตามใจชอบเหมือนกัน

3. ภาคกลางมีความได้เปรียบในเรื่องการเดินทางที่สะดวกและรวดเร็ว ประกอบกับความมีชื่อเสียงของแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญในหลายจังหวัด

จุดอ่อน

1. ความสามารถในการสื่อสารโดยใช้ภาษาต่างประเทศของพนักงานผู้ให้บริการด้านสุขภาพและพนักงานเจ้าหน้าที่ตามแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

2. ขาดการฝึกอบรมและการให้ความรู้อย่างต่อเนื่องแก่ผู้ประกอบการ เจ้าหน้าที่ คนในท้องถิ่น และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องหรือแม้แต่เยาวชนก็ไม่ควรมองข้าม เพราะชุมชนจะอยู่ได้อย่างยั่งยืนหรือไม่ ส่วนหนึ่งมาจากการปลูกจิตสำนึกให้กับเยาวชนในท้องถิ่น

3. ควรมีการโฆษณาประชาสัมพันธ์ที่สอดคล้องกับลักษณะพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวแต่ละประเภทหรือตามลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย และควรใช้วิธีการที่หลากหลายรูปแบบและควรทำอย่างต่อเนื่อง เช่น การลงโฆษณาทางอินเทอร์เน็ตหรือในนิตยสารที่เกี่ยวข้องสุขภาพ เช่น ชีวิต การ จัดเทศกาลหรืองานกิจกรรมประจำปีที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

4. การดำเนินงานของผู้ประกอบการธุรกิจสุขภาพในต่างจังหวัด ยังขาดการร่วมมือระหว่างผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวและธุรกิจอื่นๆที่เกี่ยวข้อง

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

ผลที่ได้จากการสำรวจและประเมินศักยภาพของทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อจัดทำคู่มือในการพัฒนาเป็นเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุชาวไทยและชาวต่างประเทศ (ดังรายละเอียดของเอกสารทั้งภาคภาษาไทยและภาษาอังกฤษในภาคผนวก)

อภิปรายผล

เส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุในเขตภาคกลางมีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่สอดคล้องตามผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้รับมาตรฐานที่ให้บริการตามโรงแรมและรีสอร์ท แบบครบวงจรทั้งการนวด การอบ การอาบสมุนไพร เป็นต้น เข้ามาประยุกต์ใช้ตามความเหมาะสมเพื่อเพิ่มมูลค่าด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพซึ่งสอดคล้องกับโครงการศึกษาแนวทางการพัฒนาบริการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในที่พักแรม (สรุปผล ศรีวิทยาและคณะ. 2546) พบว่า ประเทศไทยมีศักยภาพมากที่สุดในเอเชียและแห่งหนึ่งของโลกในการพัฒนาและดำเนินธุรกิจเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ขาดเพียงแต่การสนับสนุนจากภาครัฐอย่างจริงจัง หากภาครัฐมีนโยบายและมาตรการสนับสนุนส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างถูกต้องและเหมาะสมเป็นรูปธรรมอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในพื้นที่ต่างจังหวัด จะเป็นทั้งการกระจายรายได้ การส่งเสริมพัฒนาศักยภาพและเปิดโอกาสให้กับประเทศไทยได้กลายเป็นศูนย์กลางของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ดังจะเห็นได้จากปัจจุบันที่มีนักท่องเที่ยวสนใจเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเพิ่มมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับสมมติ หงส์ไพศาลวิวัฒน์ (2548:26) ที่กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยมีโอกาสทางการตลาดสูงมาก เนื่องจากความต้องการของนักท่องเที่ยวทั่วโลกเพื่อบำบัดสุขภาพ ขยายตัวสูงขึ้นเฉลี่ยร้อยละ 3.31 และวิภาพร มหาชัย (2544) กล่าวว่า ผู้ใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ ส่วนมากมีเหตุจูงใจจากความเครียดในสภาวะเศรษฐกิจสังคมปัจจุบัน ซึ่งมีผลกระทบต่อคนในกรุงเทพมหานคร เพราะการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพช่วยให้ผ่อนคลายได้

ในด้านความมีชื่อเสียงและความเป็นเอกลักษณ์ของแหล่งท่องเที่ยว มีผลเป็นอย่างมากในการดึงดูดใจให้นักท่องเที่ยวมาเลือกใช้บริการ ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่มีผลต่อผู้บริโภคในการเลือกใช้บริการนวดแผนโบราณในอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ (สุชาวาลี สุทธิคะนิง 2542) พบว่า ปัจจัยด้านสัญลักษณ์ในการมีชื่อเสียงเป็นที่รู้จัก มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคส่วนใหญ่และโดยส่วนมากผู้ประกอบการตามแหล่งท่องเที่ยวมักจะจ้างคนในท้องถิ่นมาเป็นพนักงานผู้

ให้บริการ ซึ่งจะเป็นกลุ่มฝีมือแรงงานในระดับขั้นพื้นฐาน ส่วนฝีมือแรงงานระดับสูงจะปฏิบัติงานตามโรงแรมหรือรีสอร์ทมากกว่าซึ่งสอดคล้องกับ โครงการศึกษาแนวทางการพัฒนาบริการเชิงส่งเสริมสุขภาพในที่พักแรม (สุรพล ศรีวิทยาและคณะ. 2546) พบว่า ธุรกิจสถานบริการสุขภาพขยายตัวเติบโตอย่างรวดเร็ว จึงประสบปัญหาในการควบคุมตรวจสอบมาตรฐานของสถานบริการสุขภาพที่เปิดขึ้นมาอย่างไม่ถูกต้องตามกฎหมาย และให้บริการอย่างไม่ถูกรูปแบบ ไม่มีคุณภาพและความปลอดภัยซึ่งส่งผลต่อภาพลักษณ์โดยรวมของธุรกิจสปา และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่อง การดำเนินมาตรฐานของสถานประกอบการสปาในจังหวัดภูเก็ต พังงาและกระบี่ (ปวารณา อัจฉริยบุตรและคณะ. 2547) พบว่า ปัญหาบุคลากรที่ขาดการพัฒนาฝีมือภาครัฐควรส่งเสริมการผลิตบุคลากรและพัฒนาคุณภาพการนวดแผนไทยให้ได้มาตรฐาน โดยมีแผนพัฒนาอย่างสมบูรณ์แบบ ทั้งในด้านกฎหมาย ใบประกอบโรคศิลป์ให้สอดคล้องกับแผนผลิตบุคลากรและควรกำหนดมาตรฐานหลักสูตรอบรมหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางการพัฒนาบุคลากรในสาขาอาชีพนี้

สำหรับสถานประกอบการหรือแหล่งท่องเที่ยวที่มีการประกอบธุรกิจเชิงสุขภาพที่อยู่ในเส้นทาง ไม่มีปัญหาเรื่องใบรับรองมาตรฐานสถานประกอบการ หรือแม้แต่ผู้ให้บริการได้ผ่านการฝึกอบรมตามหลักสูตรของกระทรวงสาธารณสุขอย่างถูกต้องเช่นกันจากข้างต้น ผู้วิจัยเห็นควรว่าถ้าเราสามารถยกระดับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยเฉพาะในเขตพื้นที่ต่างจังหวัดให้ได้มาตรฐานระดับสากล โดยยึดหลักศักยภาพความพร้อมของแหล่งท่องเที่ยวตามลำดับความสำคัญมาเป็นเกณฑ์ในการพัฒนาอย่างเป็นระบบ จะยิ่งช่วยส่งเสริมให้การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของไทยในแต่ละภูมิภาคเข้มแข็งขึ้น ได้อย่างรวดเร็ว เพราะทุกจังหวัดมีจุดแข็งที่เป็นจุดเด่นเฉพาะตัวซึ่งเป็นเอกลักษณ์เฉพาะท้องถิ่นที่จะนำมาเป็นจุดขายได้โดยไม่ซ้ำกัน ทั้งต้นทุนที่เป็นทรัพยากรท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม หรือแม้แต่วัดก็จัดเป็นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้านจิตวิญญาณที่มีส่วนช่วยในการบำบัดจิตใจได้เช่นกัน

ข้อแตกต่างในการใช้บริการทางสุขภาพระหว่างนักท่องเที่ยวชาวไทยและชาวต่างประเทศ เนื่องจากนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีอำนาจในการซื้อมากกว่านักท่องเที่ยวคนไทยจึงไม่มีปัญหาในเรื่องราคาการใช้บริการ ซึ่งตรงข้ามกับนักท่องเที่ยวคนไทยโดยทั่วไปที่จะพิจารณาในเรื่องราคาค่าบริการเป็นประการสำคัญมากกว่าเรื่องของคุณภาพที่ได้รับจากการบริการที่ได้มาตรฐานสอดคล้องกับผลการวิจัยการศึกษากลยุทธ์ทางการตลาดที่มีผลต่อการใช้บริการสปา (วัชรภรณ์ อักษรแหลม.2547) พบว่า นักท่องเที่ยวคำนึงถึงกลยุทธ์ทางการตลาดด้านราคาที่เหมาะสมกับคุณภาพการให้บริการ ซึ่งมีผลต่อพฤติกรรมการใช้บริการสปาและยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่อง ปัจจัยที่กำหนดอุปสงค์การท่องเที่ยวภายในประเทศ (อุบลทิพย์ ตั้งมันภูวคล. 2545 : 157) พบว่า เมื่อนักท่องเที่ยวมีอายุมากขึ้นจะทำให้นักท่องเที่ยวมีค่าใช้จ่ายในการท่องเที่ยวมากขึ้นซึ่งสอดคล้อง

กับ วิภาพร มหาชัย (2544) ที่กล่าวว่าแนวโน้มพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวไทยไม่แน่ใจว่าจะใช้บริการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพหรือไม่ เพราะราคาของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพค่อนข้างสูง แต่สำหรับนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นพบว่า ค่าใช้จ่ายในการใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมีราคาค่อนข้างสูง แต่ยังไม่สูงมากเมื่อเทียบกับประเทศเพื่อนบ้าน และสอดคล้องกับกุลปราโมทย์ วรณะ (2551) ที่กล่าวว่า จุดเด่นของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยเมื่อเทียบกับประเทศเพื่อนบ้าน พบว่ามีราคาที่เหมาะสมเมื่อเทียบกับการบริการหรือการรักษา จึงทำให้รัฐบาลและการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยให้ความสำคัญกับการพัฒนาเทคโนโลยีทางการแพทย์และการบริการด้านสุขภาพของไทย เพื่อตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่มาใช้บริการ ซึ่งมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในทุกปี จึงเกิดโครงการต่างๆ ที่เกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เช่น โครงการสัมมนา Phuket as Health and Wellness Destination. เป็นต้น

นักท่องเที่ยวแต่ละประเทศมีความพึงพอใจในระดับมากกับการใช้บริการในเส้นทางกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ ซึ่งสอดคล้องสัมพันธ์กับแนวโน้มพฤติกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ และสอดคล้องกับข้อมูลของรศ.ชัยยศ สันตวงษ์, 2548 ดังนี้

สำหรับนักท่องเที่ยวชาวยุโรปจะนิยมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่บำบัดรักษาโรคโดยใช้น้ำที่มีแร่ธาตุสามารถรักษาหรือฟื้นฟูหรือป้องกันสุขภาพหรืออาจจะเป็นการบำบัดเพื่อผ่อนคลายความเครียด ซึ่งจะคล้ายกับนักท่องเที่ยวชาวนิวซีแลนด์ โดยเฉพาะแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่เป็นน้ำพุร้อน นักท่องเที่ยวในประเทศออสเตรเลีย จะนิยมใช้บริการตามโรงแรมและรีสอร์ทมากกว่า ถ้าเป็นการทำกิจกรรมเชิงสุขภาพ เช่น การนวดหรือกิจกรรมเสริมความงามเพื่อสุขภาพ โดยเฉพาะการใช้โคลนและการใช้น้ำมันหอมระเหย และนักท่องเที่ยวสิงคโปร์ นิยมการบำบัดรักษาสุขภาพด้วยการนวดเป็นที่สุดและจะชอบมากถ้าอยู่ใน โปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพราะนอกจากจะมาท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนแล้วยังต้องการที่จะล้างพิษเพื่อสุขภาพที่ดี โดยเฉพาะการเข้าใช้บริการสุขภาพในโรงแรมหรือรีสอร์ทที่ค่อนข้างจะหรูหรา ทันสมัยและควรจะเน้นการให้บริการสุขภาพแบบเสริมความงาม

ผู้วิจัยจึงเห็นควรว่าโอกาสที่ไทยจะพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้ก้าวขึ้นสู่ระดับสากล เป็นสิ่งที่ไม่ยากและเป็นเรื่องที่ควรได้รับการส่งเสริมเป็นอย่างยิ่งเพื่อเป็นขยายโอกาสและเพิ่มศักยภาพให้กับแรงงานฝีมือระดับสูงในการรองรับความเป็นอาเซียนของอนาคตอันใกล้ ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยวจากสหรัฐอเมริกาและแคนาดา ที่กล่าวถึงว่า การให้บริการนวดแผนไทยเพื่อสุขภาพกำลังเป็นที่ต้องการและเปิดโอกาสให้การนวดแผนไทยเป็นพิเศษเพราะเป็นเทคนิคการรักษาสุขภาพที่ให้ประสิทธิผลสูง และมีหลายหน่วยงานที่จัดบริการนวดให้แก่พนักงานเพราะว่าสามารถเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานและช่วยลดค่าใช้จ่ายในการ

บำรุงรักษาสุขภาพได้ เพราะวงการแพทย์ในสหรัฐฯ ยอมรับการวางแผนไทยว่าสามารถช่วย บำบัดรักษาอาการของโรคบางชนิดได้และมีการออกใบสั่งแพทย์ให้ผู้ป่วยได้และสามารถนำไปใช้ กับบริษัทประกันสุขภาพได้เพราะถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการบำบัดรักษาสุขภาพของ ถูกค้าประกันสุขภาพ ซึ่งสอดคล้องกับนายแพทย์ณรงค์ (ผู้จัดการรายสัปดาห์, 2548) กล่าวว่า เพื่อสนับสนุนแผนพัฒนาสู่การเป็นศูนย์กลางสุขภาพของเอเชีย ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขจะ แบ่งเป็น 3 ภาคธุรกิจ คือ

1. การพัฒนาธุรกิจบริการรักษาพยาบาล โดยมุ่งหวังให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางทาง การแพทย์ของเอเชีย (Thailand : The Excellent Medical Hub of Asia) ซึ่งมีเป้าหมายในการ รักษาว่าจะจะเป็นแพทย์เฉพาะทางโดยมีโรงพยาบาลที่มีศักยภาพมากกว่า 33 แห่ง

2. การพัฒนาธุรกิจบริการส่งเสริมสุขภาพ โดยมุ่งหวังให้ประเทศไทยเป็นศูนย์กลางดูแล สุขภาพของเอเชีย (Thailand : The Wellness Capital of Asia) หมายถึง การบริการต่างๆ เช่น บริการนวดแผนไทย สปา และบริการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เป็นต้น

3. การพัฒนาธุรกิจผลิตภัณฑ์สุขภาพและสมุนไพรไทย โดยมุ่งหวังให้ประเทศไทยเป็น ศูนย์กลางเรื่องสมุนไพรเกี่ยวกับสุขภาพ (Thailand : The Origin of Precious Herbs for Superior Health) เช่น อาหารเสริม เครื่องสำอาง ยาสมุนไพร เป็นต้น

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศนิยมการนวดแผนไทยมากที่สุด เนื่องจากการนวดแผนไทย เป็นภูมิปัญญาไทยที่แสดงถึงเอกลักษณ์ความเป็นไทย ซึ่งสอดคล้องกับ การศึกษาพฤติกรรมของ นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นในจังหวัดเชียงใหม่ต่อการเลือกใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ (วิภาพร มหาชัย. 2544) พบว่า บริการสปาที่นักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นให้ความสนใจเป็นการนวดเพื่อผ่อนคลายความ ตึงของกล้ามเนื้อ โดยเฉพาะการนวดแผนไทยโบราณ และมีเหตุจูงใจที่สำคัญมาจากความเครียด จึงทำให้นักท่องเที่ยวมีพฤติกรรมในการเลือกใช้บริการสปา ซึ่งสอดคล้องกับปัจจัยที่มีผลต่อความ พึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศในการใช้บริการสปา (อัญชติ ภูอิทธิวงศ์. 2547 : 43-44) พบว่า นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนใหญ่มาใช้บริการสปาเพราะต้องการคลายเครียดถึงร้อยละ 33.7 รองลงมาคือเพื่อการพักผ่อน ร้อยละ 15.4 ซึ่งยังสอดคล้องกับรายงานฉบับสมบูรณ์โอกาส ทางการตลาดการท่องเที่ยวกอล์ฟและสุขภาพในประเทศไทย กรณีศึกษาเฉพาะกลุ่มเอเชียแปซิฟิก ยุโรปและอเมริกา (คณะพาณิชย์ศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. 2545) พบว่า นักท่องเที่ยวมีวัตถุประสงค์สำคัญและเลือกใช้บริการบำบัดสุขภาพโดยใช้บริการสปาประจำวัน ส่วนผู้ใช้สปาในโรงแรมและรีสอร์ทตามเส้นทางท่องเที่ยวหรือเรือสำราญ เลือกใช้บริการเพื่อ พักผ่อนหย่อนใจมากที่สุด

สำหรับตลาดสุขภาพนักท่องเที่ยวชาวยุโรป ให้ความสนใจและใช้บริการแพทย์แผนไทย ซึ่งจะเห็นได้อย่างชัดเจนจากรายการค่าใช้จ่ายในการใช้บริการของผู้ที่มีประกันสุขภาพ เพราะสำนักงานประกันสุขภาพจะเป็นผู้ออกให้ทั้งหมด นักท่องเที่ยวชอบที่จะใช้บริการในลักษณะทัวร์ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพราะจะได้พักผ่อนครบวงจรทั้งจากการท่องเที่ยวและการใช้บริการด้านสุขภาพ ซึ่งนักท่องเที่ยวที่นิยมใช้บริการแบบนี้ไม่ว่าจะเป็นชาติใดก็ตามส่วนมากจะเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีรายได้ค่อนข้างสูง สอดคล้องกับ (มยุรี , 2549) การวิเคราะห์สถานการณ์และแนวโน้มการเติบโตของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยพิจารณาได้จากปัจจัยที่มีผลกระทบดังนี้ 1) ขนาดของอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประเทศไทยมีขนาดเล็ก โดยเฉพาะธุรกิจสปาและหรือนวดแผนไทย 2) ศักยภาพและแนวโน้มการเติบโตอย่างต่อเนื่องและคาดว่าตลาดของอเมริกาจะมีขนาดเพิ่มขึ้น โดยมี 3 ปัจจัยหลักสำคัญในการสนับสนุนคือ 1.การเปลี่ยนแปลงเชิงโครงสร้างประชากร 2.ความตระหนักในการดูแลสุขภาพที่มุ่งเน้นการป้องกันและความคุ้มค่าเงิน 3.การมีส่วนร่วมและประสบการณ์ที่น่าประทับใจ 3) สถานการณ์การแข่งขันของอุตสาหกรรม ถ้าพิจารณาเปรียบเทียบกับประเทศคู่แข่งด้านสปาในอาเซียนได้แก่ มาเลเซีย เวียดนาม และสิงคโปร์ ซึ่งได้ส่งเสริมและพัฒนาโดยมีการผ่อนปรนกฎหมายเพื่อสนับสนุนผู้ประกอบการ เช่น การอนุญาตให้สถานบริการสปาเปิดได้ 24 ชั่วโมงและสามารถจ้างพนักงานที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปีได้ 4) ความสามารถในการทำกำไรและรายได้ เพราะผลตอบแทนที่ได้จากการลงทุนค่อนข้างน่าสนใจ เนื่องจากอัตรากำไรขั้นต้นเฉลี่ยอยู่ในช่วงประมาณ ร้อยละ 15-40 และ 5) ผู้บริโภค ซึ่งเน้นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีลักษณะเฉพาะ เป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มการเติบโตสูงและเป็นนักท่องเที่ยวที่มีการศึกษาสูง เป็นวัยทำงานที่มีรายได้สูง เป็นวัยเกษียณอายุหรือผู้สูงวัย เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวที่ชื่นชอบแหล่งท่องเที่ยวที่เน้นการออกแบบหรือการคิดเชิงสร้างสรรค์มีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท การอบ การประคบสมุนไพร สูดนธบำบัด (Aroma Therapy) ธารบำบัด (Water Therapy) การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน และการฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนา (Buddhist Meditation) ส่วนนักท่องเที่ยวประเภทที่ชอบเข้าสังคมมีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท สูดนธบำบัด (Aroma Therapy) การฝึกกายบริหารท่าฤๅษีดัดตน การบริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม แต่ถ้าเป็นนักท่องเที่ยวลักษณะคนชอบความทันสมัยมีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม นักท่องเที่ยวที่ชอบลองของใหม่มีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท การนวดแผนไทย การนวดเท้า การฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนา (Buddhist Meditation) และการบริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ พฤติกรรมของนักท่องเที่ยว

ที่ชอบการเดินทางค้นหา การผจญภัยมีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท การบริการอาบน้ำแร่ (Spa) และวารีบำบัด (Water Therapy) และนักท่องเที่ยวที่ชอบการเดินทางใน แหล่งท่องเที่ยวที่แปลกใหม่มีแนวโน้มใช้บริการกิจกรรมท่องเที่ยวเชิงสุขภาพประเภท วารีบำบัด (Water Therapy) การฝึกกายบริหารทำสมาธิคัดคน การฝึกสมาธิแนวพุทธศาสนา (Buddhist Meditation) และการบริการอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

ผลการศึกษาวิจัยเรื่อง แนวโน้มพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของประชาชนใน เขตกรุงเทพมหานคร พบว่าผู้หญิงที่เน้นการดูแลสุขภาพของตนเองอยู่แล้ว สอดคล้องกับการ กำหนดอุปสงค์การท่องเที่ยวภายในประเทศของชาวกรุงเทพมหานครของ ฌัฐกานต์ โจรนพุดม (2542) ที่กล่าวว่า กลุ่มเป้าหมายในการส่งเสริมการท่องเที่ยวของชาวกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพอื่น ที่ไม่ใช่กลุ่มแม่บ้าน และเป็นผู้ที่มีรายได้ของครอบครัวสูง ชื่นชอบรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ประเภทการนวดแบบต่าง ๆ การใช้บริการอาบน้ำแร่(Spa) การใช้บริการอาหารและเครื่องดื่ม และ ผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม จากงานวิจัยพบว่านักท่องเที่ยวที่เลือกใช้บริการ ดังกล่าวเป็นคนที่มีความรู้สึกที่ละเอียดอ่อน ชอบความหรูหรา ชอบลองของใหม่ ชอบเข้าสังคม และใส่ใจกับสุขภาพของตนเอง สอดคล้องกับ ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2539) ที่กล่าวถึงลักษณะของ มนุษย์ในระดับที่แตกต่างกัน โดยพิจารณาว่าธุรกิจของตนเกี่ยวข้องกับส่วนใดมากที่สุดและต้องการ คนที่มีลักษณะใดมาเป็นลูกค้าในธุรกิจ

สรุปได้ว่าในปัจจุบันนักท่องเที่ยวสนใจการเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากขึ้น ซึ่ง สอดคล้องกับสมมติ หงษ์ไพศาลวิวัฒน์ (2548: 1-26) ที่กล่าวว่า การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทยมีโอกาสด้านการตลาดสูงมาก เนื่องจากความต้องการของนักท่องเที่ยวทั่วโลกเพื่อบำบัดสุขภาพ ขยายตัวสูงขึ้น โดยมีเหตุจูงใจมาจากความเครียด เป็นต้น พบว่า ผู้ที่ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ มี แนวโน้มว่าไม่แน่ใจว่าจะไปหรือไม่ อาจเนื่องมาจาก ราคาของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่คิดว่าเป็นอุปสรรคต่อความสนใจเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ แต่ เมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น รายได้สูงขึ้นตามไปด้วยซึ่งสอดคล้องกับของ ฌัฐกานต์ โจรนพุดม (2542) เรื่องปัจจัยที่กำหนดอุปสงค์การท่องเที่ยวภายในประเทศของชาวกรุงเทพมหานคร ซึ่งกล่าวว่า การ ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพด้วยการเน้นเป้าหมายเป็นชาวกรุงเทพมหานครที่มีอายุค่อนข้างสูง

จากสภาพร่างกายและความต้องการท่องเที่ยวของผู้สูงอายุ พบว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุจะ แตกต่างกับนักท่องเที่ยวในวัยหนุ่มสาวและวัยผู้ใหญ่ ในเรื่องราคาค่าใช้จ่ายที่ผู้สูงอายุมีความพร้อม ทางด้านการเงินมากกว่า มีระยะเวลาในการท่องเที่ยวมากกว่าวัยอื่นเพราะไม่ต้องรีบท่องเที่ยวเพื่อ เดินทางกลับไปทำงาน ซึ่งสอดคล้องกับ (เอคอรัน-ออมนิเทร์ค มาร์เก็ตติ้ง, 2537 : 70-74) กล่าว

ว่า นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่เป็นชาวเอเชียจะสนใจในเรื่องความสวยงามตามธรรมชาติ อาหาร ประเพณีและวัฒนธรรมทางศาสนา ความหลากหลายของแหล่งท่องเที่ยว ในขณะที่นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวตะวันตกจะสนใจในความงามของแหล่งท่องเที่ยวตามธรรมชาติ ประเพณีและวัฒนธรรมไทย แหล่งท่องเที่ยวที่เป็นโบราณสถานและศิลปวัตถุ สนใจได้เรียนรู้แลกเปลี่ยนวิถีชีวิตความเป็นอยู่ของคนไทย สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีอายุระหว่าง 55-60 ปี เป็นวัยต้นของการใช้ชีวิตหลังจากเกษียณอายุการทำงาน กิจกรรมการท่องเที่ยวที่ได้ออกกำลังกาย เคลื่อนไหวร่างกาย เล่นกีฬา เช่น กอล์ฟ ดำน้ำ เดินป่าระยะสั้น จะยังคงได้รับความสนใจจากกลุ่มนี้เป็นพิเศษ

สำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีอายุระหว่าง 61-70 ปี จะมีข้อจำกัดทางด้านร่างกายทำให้ไม่สามารถเที่ยวแบบต้องออกแรงได้มาก ควรเป็นการเที่ยวแบบเน้นพักผ่อน เที่ยวชมศิลปวัฒนธรรม และธรรมชาติมากกว่าเพราะไม่ได้อยู่ในวัยที่ต้องจำเป็นแต่งตัวมากนัก แต่จะนิยมซื้อของฝากของที่ระลึกมากกว่าและต้องการความดูแล การบริการที่เน้นการเอาอกเอาใจเป็นพิเศษมากกว่าในวัยอื่น ควรจะอำนวยความสะดวกให้มากที่สุด กิจกรรมการท่องเที่ยวไม่ควรเน้นการเดินทาง ควรเป็นกิจกรรมที่เน้นการพักผ่อนให้มากและควรมีกิจกรรมพิเศษให้เลือกทำได้ตามความสนใจ และสำหรับกลุ่มนักท่องเที่ยวที่มีอายุ 70 ปีขึ้นไป ควรเป็นกิจกรรมท่องเที่ยวเพื่อการพักผ่อนแบบสบาย ไม่เน้นการทำกิจกรรมมาก บริการที่ใช้ต้องเป็นโรงแรมที่อยู่ในระดับดีถึงดีมาก และควรเป็นรายการท่องเที่ยวที่ไม่ต้องเดินทางมากและควรใช้เวลาในการเดินทางให้น้อยด้วยสำหรับนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้

จากการศึกษาแนวโน้มทางด้านประชากรของยุโรปตะวันตก สหรัฐอเมริกา ญี่ปุ่น พบว่า นับวันประชากรสูงอายุและมีจำนวนมากขึ้น ได้วิเคราะห์ไว้ในบทความชื่อ ซึ่งสอดคล้องกับปัจจุบันว่า จำนวนประชากรของยุโรปตะวันตกที่มีอายุสูงกว่า 55 ปี จะมีจำนวนเพิ่มขึ้นเป็นหนึ่งในสามของประชากรทั้งหมดในยุโรปตะวันตก และมีแนวโน้มว่าจำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทำให้เกิดการเดินทางเพิ่มขึ้นจึงก่อให้เกิดการเตรียมรองรับนักท่องเที่ยวที่มีศักยภาพสูงกลุ่มนี้ เนื่องจากเป็นกลุ่มที่ใกล้เกษียณอายุการทำงาน หรือเกษียณอายุการทำงานแล้วจึงไม่มีภาระงาน ทำให้มีเวลาเดินทางท่องเที่ยวโดยไม่มีข้อจำกัดในเรื่องเวลา มีลักษณะทางเศรษฐกิจที่มั่นคง มีรายได้ประจำจากเงินบำนาญ เงินสะสมที่เก็บไว้ในช่วงทำงาน จึงทำให้มีอำนาจในการซื้อที่น่าสนใจและเป็นตลาดกลุ่มเป้าหมาย แต่ยากที่จะเข้าถึงได้เพราะเป็นผู้มีประสบการณ์มาก ต้องการบริการที่มีคุณภาพและคุ้มค่ากับเงินที่จ่ายไป การจัดเส้นทางหรือนำเที่ยวสำหรับนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้ จึงต้องมีความหลากหลายซึ่งมีความเหมาะสมกับในช่วงอายุและเต็มไปด้วยคุณภาพของการบริการ (สุคาพร วรพล , 2542 : 19-30) สอดคล้องกับทัศนะของแอมโบรสอิอุส การจะทำการตลาดกับกลุ่มผู้สูงอายุได้ ต้องเข้าใจกระบวนการของการเปลี่ยนแปลงและค่านิยมในการให้ความสนใจในคุณภาพของ

การบริการมากกว่าราคาของการบริการ การใช้จ่ายเพื่อเป็นของขวัญ หรือการได้รับใน ประสบการณ์ที่ตนปรารถนาด้วยเหตุผลในการเดินทางท่องเที่ยวที่ต่าง ๆ กันแต่อยู่บนพื้นฐานที่เป็น แนวเดียวกัน

สรุปได้ว่า การท่องเที่ยวจึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่สามารถส่งเสริมสุขภาพของผู้สูงอายุได้ด้วย ความต้องการท่องเที่ยวที่หลากหลายขึ้น การท่องเที่ยวรูปแบบเดิมไม่เพียงพอต่อความต้องการของ นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้ จึงเกิดการพัฒนารูปแบบการท่องเที่ยวให้มีเอกลักษณ์ มีความหลากหลายที่แตกต่าง จากการท่องเที่ยวของประเทศอื่น โดยใช้เกณฑ์ความสนใจเฉพาะของนักท่องเที่ยวเป็นตัวกำหนด รูปแบบการท่องเที่ยว ซึ่งเรียกว่า การท่องเที่ยวแบบมีความสนใจพิเศษ (Special Interest Tourism) ซึ่งแบ่งเป็น 5 รูปแบบ (นุชกร พรหมมาโนช , 2540 : 56-59) ได้แก่

1. การท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้จะตัดสินใจท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวที่มี ข้อมูลชัดเจนโดยการศึกษาจากเอกสารการประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวและให้ความสำคัญกับการ ได้รับความรู้จากมัคคุเทศก์ รูปแบบการท่องเที่ยวที่สนใจ เช่น การท่องเที่ยวเพื่อชมธรรมชาติหรือ ปรากฏการณ์ธรรมชาติ การท่องเที่ยวเชิงฟาร์มเกษตรกรรม

2. การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินและช่วยส่งเสริม สุขภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจ รูปแบบการท่องเที่ยวที่นิยม ได้แก่ การอาบน้ำแร่แช่น้ำนม การ รักษาสุขภาพและความงาม การท่องเที่ยวเชิงกีฬา

3. การท่องเที่ยวเชิงศิลปวัฒนธรรม ต้องเป็นวัฒนธรรมของประเทศอื่นที่แตกต่างจาก วัฒนธรรมของตน สนใจประวัติศาสตร์ของประเทศที่ตนเองมีความเกี่ยวข้อง ขอบไปเที่ยวในช่วง เทศกาลหรือกิจกรรมพิเศษของประเทศต่างๆ

4. การท่องเที่ยวเพื่อสัมผัสชาติพันธุ์และชีวิตวัฒนธรรมท้องถิ่น เพื่อใช้ชีวิตที่เรียบง่าย ใกล้ชิดและกลมกลืนกับธรรมชาติมากขึ้น เช่น การเข้าไปเที่ยวชมหมู่บ้าน ชมการดำรงชีวิตหรือ พักอาศัยทำกิจกรรมร่วมกับคนต่างชาติ ต่างเผ่าพันธุ์กัน

5. การท่องเที่ยวเพื่อการศึกษา เพื่อการเรียนรู้ด้านต่างๆในประเทศหรือสถานที่ซึ่งเป็น แหล่งต้นแบบโดยมีผู้เชี่ยวชาญและชำนาญเป็นผู้สอน

จากข้อความข้างต้นและจากที่กล่าวมา พบว่ามีความสอดคล้องตรงกันกับ 16 เส้นทาง การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพราะมีการจัดเส้นทางพานำเที่ยวที่หลากหลายและเหมาะสมทั้งผู้สูงอายุชาว ไทยและชาวต่างประเทศ ในระดับราคาที่เหมาะสมเป็นทัวร์แบบระยะสั้นที่ใช้ระยะเวลาไม่เกิน 3-5 วัน เน้นเรื่องความสะดวก ความสะดวกและความปลอดภัยในการเดินทาง สามารถเดินทางไป กลับได้ในวันเดียวตามความสนใจเฉพาะกลุ่ม โดยใช้ระยะเวลาในการเดินทางไปแหล่งท่องเที่ยว

แต่ละแห่งไม่นานเกินไป และสามารถประยุกต์ 16 เส้นทางให้เป็นเส้นทางเดียวกันสำหรับผู้สูงอายุ ที่สนใจพำนักเป็นระยะยาวในประเทศไทยแบบไม่เกิน 15 วันได้ตามความสนใจ

นักท่องเที่ยวนิยมแนวโน้มต่อพฤติกรรมรูปแบบการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่เกิดขึ้นโดยพิจารณาจากทุนเดิมหรือศักยภาพของชุมชนเป็นหลักทั้งประวัติศาสตร์ชุมชน ทรัพยากรธรรมชาติ วิถีชีวิต วัฒนธรรมประเพณี เพื่อนำมาเป็นตัวกำหนดทิศทางการดำเนินงาน ซึ่งสอดคล้องกับ พรหมเมธ นาถมทอง (2540 : บทคัดย่อ) ที่กล่าวว่าสภาพของพื้นที่ในชุมชนและความพร้อมของท้องถิ่นเป็นปัจจัยหนึ่งในการพัฒนาการท่องเที่ยวให้เกิดความยั่งยืน โดยจัดให้เข้ากับกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ วิถีชีวิตและวัฒนธรรม ไว้ด้วยกันเพื่อเป็นการนำศักยภาพของแหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่มาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการจัดการท่องเที่ยว และไม่ส่งผลกระทบต่อชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับชาวลิต สิทธิฤทธิ์ และคณะ (2545 : บทคัดย่อ) ที่กล่าวว่า การจัดการแหล่งท่องเที่ยวที่ไม่มีประสิทธิภาพจะส่งผลกระทบต่อทรัพยากรในแหล่งท่องเที่ยว

ชุมชนควรร่วมกันจัดตั้งองค์กรเพื่อการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ในรูปแบบของการจัดตั้งเป็นคณะกรรมการฝ่ายต่าง ๆ มีการแบ่งหน้าที่กันรับผิดชอบโดยคำนึงถึงประโยชน์ที่ชุมชนจะได้รับร่วมกันอย่างเหมาะสมและถูกต้องเพื่อความยุติธรรม ซึ่งแนวคิดสอดคล้องกับธงชัย สันติวงษ์ (2536 : 1) ที่กล่าวว่า ประสิทธิภาพขององค์กรจะมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับระบบการจัดการเป็นสำคัญ ผลที่เกิดขึ้นจากการดำเนินกิจกรรมการท่องเที่ยว พบว่า ด้านเศรษฐกิจชุมชนได้นำทรัพยากรมาใช้อย่างคุ้มค่าและเกิดประโยชน์สูงสุดร่วมกัน ทำให้ชุมชนมีอาชีพใหม่ที่สามารถสร้างรายได้ให้กับตนเอง องค์กร และชุมชน สามารถยกระดับคุณภาพชีวิตให้ดีขึ้น ส่วนด้านสาธารณสุขโภชนาการและสิ่งแวดล้อม ชุมชนมีสภาพที่น่าอยู่ สะอาดเป็นระเบียบเรียบร้อย และสวยงามมากขึ้น และด้านการเรียนรู้ ชาวบ้านได้มีโอกาสได้พูดคุยปรึกษาหารือร่วมกันแก้ไขปัญหาและพัฒนาชุมชนมากขึ้น มีความรู้สึกภาคภูมิใจในวิถีชีวิตชุมชนของตนเองและมีความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างคนในชุมชน องค์กรท้องถิ่น และนักท่องเที่ยว ซึ่งทำให้เกิดการทำงานร่วมกันแบบมีส่วนร่วมและเกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน ซึ่งถือเป็นมิติใหม่ในการพัฒนาชุมชนที่นำไปสู่ความเข้มแข็งและยั่งยืน

สรุปได้ว่าการสำรวจเพื่อจัดเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในครั้งนี้แม้จะมีการศึกษาแนวคิดทฤษฎีและวิธีการเพื่อให้ได้รูปแบบที่มีความเหมาะสมและสอดคล้องกับความต้องการของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ แต่ก็ยังมีจุดอ่อนในเรื่องของการบริหารจัดการ สิ่งอำนวยความสะดวก การสื่อความหมาย การประชาสัมพันธ์ และรูปแบบของกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในบางแหล่งท่องเที่ยวอยู่บ้างจึงไม่สามารถนำมาจัดไว้ในเส้นทางด้วยกันได้ จึงต้องอาศัยการสนับสนุนส่งเสริมจากทั้งภาครัฐ ภาคเอกชนและชุมชน เพราะการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในทุก ๆ รูปแบบ

นอกจากต้นทุนเดิมของแหล่งท่องเที่ยว ควรพิจารณาในเรื่องของทุนเพิ่มเติม ความพร้อมในสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ การมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องอย่างจริงจังและต่อเนื่อง ตลอดจนการคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดขึ้นกับแหล่งท่องเที่ยวและชุมชนในอนาคต

ตามการศึกษาของนพ.เกรียงศักดิ์ ธนธวัชสุนนท์ และคณะ (2548) ที่กล่าวว่า การจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพเน้นให้เป็นหมู่บ้านอนุรักษ์ธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม เป็นศูนย์เรียนรู้การแพทย์แผนไทย สมุนไพรและผักพื้นบ้าน และการสืบสานศิลปวัฒนธรรม อนุรักษ์วิถีชุมชนคนมีน้ำใจ ซึ่งในอีกมุมหนึ่งอาจทำให้นักท่องเที่ยวอาจเข้าใจว่าเป็นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เป็นการท่องเที่ยวในสถานที่ท่องเที่ยวที่เสียสละ ไม่มีสิ่งอำนวยความสะดวก เดินทางยากลำบาก เหมาะสำหรับคนที่ต้องการธรรมชาติบำบัดรักษาเท่านั้น และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ นิตยาพร เส็นปาน (2549) ศึกษาเรื่องความรู้ความเข้าใจ รูปแบบกิจกรรมและแนวโน้มพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวเชิงเกษตรกรรมของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า ลักษณะบุคลิกภาพด้านชอบความหรูหรา และชอบลองของใหม่ ไม่มีความสัมพันธ์กับแนวโน้มพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวเชิงเกษตรกรรม

ในมุมมองของนักท่องเที่ยวการเลือกเดินทางท่องเที่ยว หากมีรูปแบบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ตนเองสนใจ ช่วยให้เกิดพฤติกรรมการเดินทางท่องเที่ยว เช่น ต้องการรูปแบบกิจกรรมการบริการอาบน้ำแร่ (Spa) และไม่ไกลจากกรุงเทพมากนัก ก็นึกถึงการเดินทางท่องเที่ยวจังหวัดชลบุรี ตามที่ ปาลีรัตน์ การดี และคณะ ได้กล่าวไว้ในรายงานการวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (สปา) นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ วิภาพร มหาชัย (2544) ที่ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นในจังหวัดเชียงใหม่ต่อการเลือกใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ พบว่า การตอบสนองของผู้ใช้บริการในการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ มีความสัมพันธ์กับการที่ผู้ให้บริการอยากจะมาให้บริการ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับความสวยความงาม เน้นการป้องกันไม่เน้นการรักษา เช่น วารีบำบัด (Water Therapy) การบริการอาบน้ำแร่ (Spa) การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม เป็นต้น อาจจัดเป็นโปรแกรมท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) เป็นหมู่คณะ และมีผู้เชี่ยวชาญด้านต่าง ๆ เช่น ความงาม สุขภาพ จิตวิทยา ร่วมเดินทางด้วย หากผู้ประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ต้องการเจาะจงกลุ่มเป้าหมายโดยใช้สถานภาพสมรส อาจใช้จุดขายของสถานบริการได้ เช่น การจัดห้องสำหรับนวดแผนไทย หรือการอบ / ประคบสมุนไพร แบบเป็นคู่ สำหรับคู่รักที่ต้องการใช้บริการพร้อมกัน

โดยส่วนมากนักท่องเที่ยวมีบุคลิกภาพค่อนข้างมีความคิดสร้างสรรค์ ดังนั้น ในการเจาะกลุ่มนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จึงต้องให้ความสำคัญกับการพัฒนาแหล่งท่องเที่ยว ที่พัก รวมถึงการพัฒนาผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม โดยใส่แนวความคิดการพัฒนาผลิตภัณฑ์และการบริการ เนื่องจากนักท่องเที่ยวทั่วไปเมื่อนึกถึงการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ มักเข้าใจว่าเป็นความ

เก่าแก่ ไม่ทันสมัย แต่เนื่องด้วยกลุ่มที่ผู้วิจัยศึกษาค่อนข้างเป็นคนมีความคิดสร้างสรรค์ ชอบความหรูหรา ชอบเข้าสังคม ดังนั้นผู้ประกอบการท่องเที่ยว หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการพัฒนา รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้เหมาะสมกับคนกลุ่มนี้ เช่น การมีคอร์สนวดที่สามารถเลือก ส่วนผสมของผลิตภัณฑ์สมุนไพรได้ตามความสนใจ การผสมผสานการนวดแบบตะวันตกเข้ากับ การอบ / ประคบสมุนไพรแบบตะวันตก การเลือกใช้บริการที่สามารถเลือกแบบรายบุคคล รวมถึง รูปแบบของบรรจุภัณฑ์ที่เน้นความหรูหรา แต่ยังคงเอกลักษณ์ความเป็นไทยไว้ เป็นต้น

จาก 16 เส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ได้จัดไว้พบว่ามีมอดคดคล้องกับรูปแบบ กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพที่ประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครสนใจใน 5 อันดับแรก คือ การ ให้บริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงาม โดยเฉพาะการนำเสนอและจัดกิจกรรม ส่งเสริมในรูปแบบของการใช้สมุนไพรทำความสะอาดและบำรุงผิวพรรณ เช่น พอก ชัด ตาม ร่างกาย เพราะเป็นที่สนใจของผู้ใช้บริการ วารีบำบัด (Water Therapy) สูดกลิ่นบำบัด (Aroma Therapy) การบริการอาบน้ำแร่ (Spa) และการฝึกกายบริหารท่าฤๅษีตัดตน ดังนั้นในการสร้างความ สนใจเพื่อดึงดูดให้นักท่องเที่ยวมาใช้บริการกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ควรนำรูปแบบ กิจกรรมทั้ง 5 อันดับแรก เป็นตัวเสริมไว้ในเส้นทางท่องเที่ยวเพราะเมื่อกล่าวถึงการท่องเที่ยว เชิงสุขภาพ คนส่วนใหญ่จะสนใจในกิจกรรมการบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความ งาม และควรจะนำเสนอรูปแบบการให้บริการแบบอื่นที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อ สร้างความน่าสนใจด้วยการประชาสัมพันธ์ให้นักท่องเที่ยวได้รู้จักมากขึ้น เช่น การฝึกสมาธิแนว พุทธศาสนา (Buddhist Meditation) เป็นต้น

สำหรับผู้ประกอบการที่สนใจประกอบธุรกิจท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในรูปแบบของกิจกรรม การบริการผลิตภัณฑ์สมุนไพรเพื่อสุขภาพและความงามควรมีการนำเสนอและจัดกิจกรรมส่งเสริม ในรูปแบบของการใช้สมุนไพรเพื่อทำความสะอาดและบำรุงผิวพรรณ เช่น พอก ชัด ตาม ร่างกาย ซึ่งจากการสัมภาษณ์พบว่าเป็นจุดเด่นในการให้บริการ

ในรูปแบบของกิจกรรมวารีบำบัด (Water Therapy) ควรมีการนำเสนอและจัดกิจกรรม ส่งเสริมในรูปแบบการออกกำลังกายหรือแอโรบิกในน้ำ (ไฮโดรเทอราปี) ซึ่งเป็นจุดเด่นในการ ให้บริการที่ได้จากการสัมภาษณ์ สูดกลิ่นบำบัด (Aroma Therapy) ควรมีการนำเสนอและจัด กิจกรรมส่งเสริมกิจกรรมที่ใช้กับผิวหนังโดยตรง เช่นการทาน้ำมันหอมระเหยบนผิวหนังแล้วนวด ร่างกายด้วยมือเปล่า หรือการผสมน้ำ โดยการเติมน้ำมันหอมระเหยลงในอ่างอาบน้ำกลิ่นหอมของ น้ำมันหอมระเหยจะผ่านเข้าสู่ร่างกาย และถ้าเป็นการบริการอาบน้ำแร่ (Spa) ควรมีการนำเสนอ และจัดกิจกรรมส่งเสริมการอาบน้ำแร่ในบ่อน้ำแร่ ซึ่งพบว่าในประเทศไทยมีบ่อน้ำแร่ตามธรรมชาติ กระจายอยู่หลายจังหวัดในประเทศ ซึ่งเป็นจุดเด่นในการให้บริการเช่นกัน

สำหรับปัญหาการใช้ภาษาต่างประเทศในการสื่อความหมายของมัคคุเทศก์ พบว่ามีความสอดคล้องกับการจัดทำแผนการจัดการทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างยั่งยืน เช่น แผนการสื่อความหมายธรรมชาติ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า “ไม่มีบริการสื่อความหมายเปรียบเสมือนการเชิญแขกเข้ามาที่บ้านเราก็เดินออกไป โดยปล่อยให้แขกอยู่ตามลำพัง” ของ เสรี เวชชบุษกร เพราะการสื่อความหมาย หมายถึง การให้ความรู้แก่นักท่องเที่ยวเกี่ยวกับเรื่องราวของแหล่งท่องเที่ยวโดยใช้ภาษาที่เข้าใจง่ายและมีใจความสำคัญที่สามารถเชื่อมโยงกับผู้ฟังได้อย่างเพลิดเพลิน โดยมีจุดประสงค์เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้รับความรู้และความเข้าใจคุณค่าของทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่ในพื้นที่นั้นและได้รับประสบการณ์ที่ดีจากการเดินทางท่องเที่ยว

การสื่อความหมายโดยบุคคล ได้แก่ การที่นักสื่อความหมายหรือมัคคุเทศก์ได้สัมผัสและพบปะกับนักท่องเที่ยวโดยตรง เช่น อุทยานแห่งชาติไทรโยค สะพานข้ามแม่น้ำแคว หรือการบริการข้อมูลข่าวสารให้กับนักท่องเที่ยวตามจุดต่างๆ เช่น ประตูทางเข้า ศูนย์บริการนักท่องเที่ยว ป้อมข้างทาง จุดที่มีนักท่องเที่ยวอยู่หนาแน่น เช่น จุดชมวิว น้ำตก ปากทางเข้าเส้นทางศึกษาธรรมชาติ ศูนย์บริการลานตั้งแคมป์ หรือถ้าเป็นการนำเที่ยวแบบศึกษาธรรมชาติ เดินป่า นักท่องเที่ยวจะร่วมเดินทางไปกับเจ้าหน้าที่ตั้งแต่เริ่มต้น แวะไปชมจุดต่างๆ ที่น่าสนใจทางธรรมชาติ เพื่อนักท่องเที่ยวจะได้มีโอกาสร่วมสนทนาซักถามปัญหาต่างๆ และเจ้าหน้าที่ก็จะให้คำตอบ นอกจากการให้ความรู้แล้ว เจ้าหน้าที่จะต้องดูแลความปลอดภัยแก่นักท่องเที่ยว โดยไม่นำไปยังจุดที่เสี่ยงอันตราย และจุดที่อาจเกิดผลกระทบเสียหายทั้งแก่นักท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อม หรือแม้แต่การบรรยายสดบริเวณเวทีกลางแจ้ง แคมป์ไฟที่หินตกและการจัดกิจกรรมสันทนาการในห้องประชุม

วิธีนี้นักท่องเที่ยวจะมีโอกาสได้พบปะกับเจ้าหน้าที่เพียงเล็กน้อย และส่วนใหญ่จะได้รับข้อมูลจากอุปกรณ์ต่างๆ จะมีทั้งข้อดีและข้อเสีย เพราะปกติอุปกรณ์จะไม่สามารถใช้ทดแทนบุคลากรได้ แต่อุปกรณ์เป็นเพียงส่วนช่วยสนับสนุนการสื่อความหมายที่เกินกำลังของบุคลากรเท่านั้น เช่น สิ่งพิมพ์ได้แก่ แผ่นพับ โปรชัวร์ ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวจะแจกฟรีแก่นักท่องเที่ยว เช่น ที่ปราสาทเมืองสิงห์ ถ้าละว้า ช่องเขาขาด สวนสามพราน เป็นต้น ข้อมูลในแผ่นพับจะสั้นกะทัดรัด เข้าใจง่าย มีการกล่าวถึงประวัติของแหล่งท่องเที่ยวโดยย่อ บอกจุดท่องเที่ยวที่สำคัญ กิจกรรมท่องเที่ยวต่างๆ การบริการในด้านที่พัก อาหาร ข้อมูลข่าวสารและกฎระเบียบต่างๆ ที่ควรและไม่ควรปฏิบัติ และแผนที่ประกอบ

ควรมีการจัดทำป้ายนิทรรศการ ป้ายแผนผังแสดงจุดท่องเที่ยวต่างๆ ป้ายสื่อความหมายที่ให้ความรู้หรืออธิบายข้อมูลแก่นักท่องเที่ยวเกี่ยวกับแหล่งท่องเที่ยว ซึ่งติดตั้งอยู่ตามจุดต่างๆ ในเส้นทางศึกษา ป้ายสื่อความหมาย ควรมีทั้งภาษาไทยและอังกฤษเพื่อให้นักท่องเที่ยวสะดวกใน

การศึกษาทำความเข้าใจได้เอง ป้ายที่ใช้ควรเป็นวัสดุที่มีความทนทาน มีการเรียบเรียงเรื่องราวความเป็นมาและคำอธิบายเป็นไปตามทฤษฎีอย่างชัดเจน และเข้าใจง่าย ศูนย์บริการนักท่องเที่ยวควรตั้งอยู่ตรงข้ามกับร้านอาหาร เครื่องดื่ม และในศูนย์บริการควรประกอบด้วยร้านขายของที่ระลึก จุดประชาสัมพันธ์ให้ข้อมูลข่าวสาร เหตุที่ควรให้ความสำคัญกับการสื่อความหมายในแหล่งท่องเที่ยวเพราะนักท่องเที่ยวมีปริมาณเพิ่มมากขึ้นทุกปี โดยเฉพาะถ้าเราต้องการเน้นนักท่องเที่ยวต่างประเทศให้มากขึ้นก็ควรให้ความสำคัญกับเรื่องนี้ เพราะผลที่ได้จากแบบสอบถามพบว่าส่วนมากผู้ให้บริการไม่สามารถสื่อสารภาษาต่างประเทศกับนักท่องเที่ยวได้หรือถ้าได้แต่ก็สื่อความหมายไม่ชัดเจน บ้างก็สื่อสารได้แต่เข้าใจไม่ตรงกัน เพื่อลดปัญหาเหล่านี้ให้ได้

ควรมีการกำหนดขีดความสามารถในการรองรับนักท่องเที่ยวในระดับที่ยอมรับได้ของแหล่งท่องเที่ยว (ACC : Acceptable Carrying Capacity) ด้วยการจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวในแต่ละกลุ่มให้เหมาะสมโดยแจ้งให้นักท่องเที่ยวรับทราบเกี่ยวกับค่าเตือน ข้อควรปฏิบัติ หรือไม่ควรปฏิบัติและควรทำสถิตินักท่องเที่ยวไว้เพื่อนำไปสู่การกำหนด จำนวนนักท่องเที่ยวให้เหมาะสมกับการพัฒนาและการก่อสร้างสิ่งอำนวยความสะดวกโครงสร้างพื้นฐานเพื่อรองรับนักท่องเที่ยว เช่น ทางเดิน สะพาน บ้านพัก เป็นต้น ตลอดจนแนวทางการให้ความรู้พื้นฐานที่จำเป็นแก่นักท่องเที่ยว เพื่ออนุรักษ์และป้องกันทรัพยากรไม่ให้เกิดความเสียหายเกิดขึ้นจากนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะแหล่งท่องเที่ยวที่มีความเปราะบางหรือเป็นธรรมชาติ เช่น การเข้าไปชมความงามของผีเสื้อ ดูนก มากเกินไป หรือบางคนก็เก็บชิ้นส่วนของพืช สัตว์ที่หายากไปเป็นที่ระลึก หรือแม้แต่การปิดพื้นที่บางส่วน กิจกรรมทางนันทนาการบางอย่าง ซึ่งนักท่องเที่ยวทั่วไปมีความต้องการอย่างมาก แต่เราก็ต้องป้องกันไว้เพื่อรักษาสิ่งแวดล้อมในพื้นที่นั้นไม่ให้เกิดผลกระทบจากนักท่องเที่ยว

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่เข้ามาในประเทศไทยส่วนใหญ่เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิงเช่นเดียวกับผลการวิจัยของสุพรรณนา หัสภาค (2545 : 35) พบว่าด้วยลักษณะทางกายภาพของนักท่องเที่ยวที่มีอายุน้อยมักจะเลือกท่องเที่ยวแบบผจญภัย ซึ่งหากคนที่มีอายุมากขึ้นเวลาสำหรับการท่องเที่ยวพักผ่อนจะน้อยลง เนื่องจากภาระหน้าที่ การงานและครอบครัว จนกระทั่งเมื่อเกษียณอายุจึงมีเวลาสำหรับการท่องเที่ยวพักผ่อนมากขึ้น (สรไกร เต็มถาวร.2548 : 19) นอกจากนี้งานวิจัยของสุพรรณนา หัสภาค (2545 : 36) กล่าวถึงนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนใหญ่เมื่อมีรายได้สูงขึ้นก็จะมีเงินเหลือพอที่จะใช้จ่ายในการท่องเที่ยวมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของสุพรรณนา หัสภาค (2545 :36) พบว่า นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่เดินทางมาท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่ส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ในช่วง 20,000 US\$ ต่อปี

สำหรับนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศจากผลการวิจัยของ ชีระวิทย์ พรายเข้ม (2545 : 36) พบว่าสิ่งสำคัญสำหรับประเทศเจ้าบ้าน คือ การสร้างความประทับใจในการต้อนรับของประชาชน หรือผู้ให้บริการ ในพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว ซึ่งสำคัญไม่น้อยไปกว่าสภาพธรรมชาติของแหล่งท่องเที่ยว นอกจากนี้นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศส่วนมากรู้สึกประทับใจในอัธยาศัยที่ดีของคนไทย มีความอ่อนโยน มีความเป็นกันเอง มีเสน่ห์และพร้อมให้ความช่วยเหลือแก่นักท่องเที่ยว ถึงแม้ว่าจะมีปัญหาการใช้ภาษาเพื่อสื่อสารกันบ้าง (บุษบา สุธีธร และ ภัทวดี นิติเกษตรสุนทร. 2541 : 90) ควรจัดให้มีการบริการรักษาความปลอดภัยทั้งในชีวิตและทรัพย์สิน และการให้ความช่วยเหลือท่องเที่ยวซึ่งเป็นสิ่งสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่ง เพื่อให้นักท่องเที่ยวหมดความกังวล และมั่นใจที่จะใช้บริการ ยินดีจ่ายค่าบริการในอัตราสูง เนื่องจากนักท่องเที่ยวทุกคนคิดว่าความปลอดภัยสำหรับชีวิตมีค่าสูงกว่า (บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. 2548 : 271)

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีทัศนคติต่อความสะดวกในการเดินทางอยู่ในระดับดี โดยได้รับการบริการที่ดีและสะดวกพอสมควร แต่มีข้อแนะนำควรมีการแจกแผนที่เดินทางตามจุดบริการต่างๆ ให้มากขึ้นและควรจัดอบรมให้พนักงานขับรถรับจ้างและรถโดยสารมีความรู้เรื่องภาษาต่างประเทศที่ใช้ในการสื่อสาร ซึ่งองค์ประกอบสำคัญของทรัพยากรการท่องเที่ยวต้องมีสิ่งอำนวยความสะดวกไว้บริการนักท่องเที่ยว เพื่อสร้างความประทับใจและส่งผลให้นักท่องเที่ยวอยากพำนักอยู่พักท่องเที่ยวนานวันขึ้น เช่น การพัฒนาการคมนาคม การขนส่งทางรถยนต์และทางเครื่องบิน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Industrial Market Research Service and Development Service Ltd. (1986) (อ้างถึงใน ชีระวิทย์ พรายเข้ม. 2545 : 39) พบว่าสาเหตุสำคัญที่นักท่องเที่ยวนิยมมาท่องเที่ยวจังหวัดภูเก็ตเพราะมีการคมนาคมขนส่งที่สะดวก

นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศมีทัศนคติต่อด้านบริการนำเที่ยวและมัคคุเทศก์อยู่ในระดับดี เนื่องจากได้รับความสะดวกในการเดินทาง การจองที่พัก การจองบัตรเข้าชมสถานที่ และการนำเที่ยว สามารถตอบสนองความต้องการในเรื่องการมีโปรแกรมการท่องเที่ยวให้เลือกหลากหลาย ซึ่งในการเดินทางท่องเที่ยวแต่ละครั้ง โดยมีมัคคุเทศก์นำเที่ยวมักจะไม่ปัญหาเหมือนการเดินทางท่องเที่ยวด้วยตนเอง แต่นักท่องเที่ยวจะขาดอิสระในการเลือกแหล่งท่องเที่ยวที่จะแวะระหว่างทาง เพราะรายการนำเที่ยวได้ระบุไว้เรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้บริการจากบุคลากรถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการส่งเสริมให้นักท่องเที่ยวกลับมาเที่ยวอีกครั้ง ซึ่งมัคคุเทศก์จะต้องมีทักษะและศิลปะในการให้บริการด้วย เช่น ความสามารถในการใช้ภาษาต่างประเทศ หรือวิธีการบริการที่ก่อให้เกิดความประทับใจ (การท่องเที่ยวและการต้อนรับนักท่องเที่ยว. 2545) ซึ่งสอดคล้องกับผลวิจัยของสุพรรณนา หัสภาค (2545 : 39) พบว่า บริการนำเที่ยวเป็นธุรกิจการอำนวยความสะดวกในการ

เดินทางให้กับนักท่องเที่ยว ผู้ที่เกี่ยวข้องจึงควรพัฒนาการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศให้มากขึ้น โดยเฉพาะคนที่อยู่ในชุมชนแหล่งท่องเที่ยวและพนักงานผู้ให้บริการนักท่องเที่ยว เพื่อเกิดการสื่อสารที่สร้างความเข้าใจอันดีและทำให้นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศรู้สึกประทับใจในการบริการ

แนวทางการจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพยังมีสิ่งที่ต้องปรับปรุง คือ ควรมีป้ายบอกทางที่ชัดเจนและควรมีป้ายสัญลักษณ์ที่เป็นภาษาอังกฤษหรือภาษาต่างประเทศที่สำคัญ เช่น ภาษาอังกฤษ ภาษาจีน ภาษาฝรั่งเศส ภาษาญี่ปุ่น โดยพิจารณาจากจำนวนนักท่องเที่ยวที่เข้าชมในแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ป้ายสัญลักษณ์ริมทางควรสื่อความหมายและแสดงถึงภาพลักษณ์ของแหล่งท่องเที่ยวที่ชัดเจน ใช้ภาษาที่ง่ายต่อการจดจำและการทำความเข้าใจเพื่อสร้างความอุ่นใจให้นักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ ควรดูแลรักษาเรื่องความสะอาดและจัดระเบียบของสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ แต่ควรอนุรักษ์สืบทอดในสิ่งที่เป็นวัฒนธรรม เป็นวิถีชีวิตของชุมชนที่มีค่าให้คงอยู่ไว้ ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า “เราคงจะพัฒนาสถานที่ให้ความสะดวกสบายเกินไปคงไม่ได้ คงต้องพบกันครึ่งทางระหว่างชุมชนชนบท และนักท่องเที่ยวซึ่งเป็นคนเมือง เพราะจะต้องรักษาบางอย่างไว้ให้เป็นที่ยอมรับของลูกหลานสืบไป” (ประกาศิต อ่ำไพพิศ, 2550, เมษายน, 2)

ควรมีการพัฒนาโครงสร้างสาธารณูปโภคพื้นฐานในแหล่งท่องเที่ยว เช่น ถนน ห้องน้ำ ไฟฟ้า ภูมิทัศน์ของชุมชนแต่ยังคงรักษาเอกลักษณ์ของชุมชนไว้ ซึ่งมีจำนวนเพียงพอกับการรองรับนักท่องเที่ยวโดยเน้นที่คุณภาพ ความสะอาดและความพอใจของนักท่องเที่ยวซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของมิลล์และเมริสัน (Mill and Merrison, 1985:201-201) ที่กล่าวมาแหล่งท่องเที่ยวจะต้องประกอบด้วย 1.) สิ่งดึงดูดใจ (Attractions) 2.) สิ่งอำนวยความสะดวก (Facilities) ในเรื่องที่พัก ร้านอาหาร ร้านขายของที่ระลึก หรือบริการอื่นๆ 3.) ปัจจัยพื้นฐาน (Infrastructure) และ 4.) การต้อนรับอย่างมิตรไมตรี (Hospitality) ต่อนักท่องเที่ยว

การบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพควรดำเนินการโดยให้ชุมชนมีกิจกรรมร่วมกัน มีการเตรียมการล่วงหน้าเพื่อสร้างความเข้มแข็งในชุมชนและเพิ่มศักยภาพในการบริการ โดยผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องควรให้การส่งเสริมสนับสนุนแหล่งท่องเที่ยวและสถานประกอบการที่อยู่ในเส้นทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ เพื่อเป็นอีกทางเลือกหนึ่งให้กับนักท่องเที่ยว ควบคู่กับการให้ความสำคัญในการสร้างจิตสำนึกด้านการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เพื่อนำมาซึ่งคุณภาพของแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพอย่างยั่งยืน บนพื้นฐานความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวผู้รักสุขภาพในการศึกษาและเพลิดเพลินกับการท่องเที่ยว และไม่ควรลืมการมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่นในการกระจายรายได้ อย่างเสมอภาคและเป็นธรรม

ข้อเสนอแนะ

สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากที่สุดสำหรับนักท่องเที่ยวคนไทย คือราคาของโปรแกรมการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ที่นักท่องเที่ยวมองว่าราคาสูงเกินไป จึงควรแบ่งกลุ่มนักท่องเที่ยวตามระดับรายได้เพื่อสอดคล้องกับความต้องการและความพร้อมของนักท่องเที่ยวในแต่ละกลุ่มได้อย่างมีประสิทธิภาพและมีความพึงพอใจสูงสุด เพื่อเกิดการกลับมาใช้บริการซ้ำและประชาสัมพันธ์บอกต่อไปยังนักท่องเที่ยวกลุ่มอื่นซึ่งสร้างความน่าเชื่อถือให้กับผู้ให้บริการได้เป็นอย่างดี ในส่วนของข้อมูลเพื่อการประชาสัมพันธ์ทางการท่องเที่ยวนอกจากจะใช้ผ่านสื่ออินเทอร์เน็ตและสื่อบุคคลแล้ว ควรจัดทำเป็นเอกสารสิ่งพิมพ์หรือแผ่นพับแจกฟรีแบบสองภาษา

ควรศึกษาเรื่องขีดความสามารถในการรองรับของพื้นที่ในการรองรับนักท่องเที่ยว รวมทั้งการใช้ประโยชน์จากแหล่งท่องเที่ยว เพื่อที่จะวางแผนการจัดการท่องเที่ยวตามขีดความสามารถที่แหล่งท่องเที่ยวจะรองรับได้ ช่วยลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นกับแหล่งท่องเที่ยวได้ ควรมีการพัฒนาการสื่อความหมายที่ได้มาตรฐาน เพื่อให้ให้นักท่องเที่ยวและประชาชนในท้องถิ่นได้ทั้งความรู้และช่วยสร้างจิตสำนึก ควรจัดให้มีศูนย์บริการนักท่องเที่ยวในทุกแหล่งท่องเที่ยว มีการจัดทำแผ่นป้ายสื่อความหมายแบบสองภาษาทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษ บอกประวัติความเป็นมา ที่ตั้งของสิ่งอำนวยความสะดวก จัดทำคู่มือเส้นทางศึกษาธรรมชาติด้วยตนเองตามเส้นทางที่ได้จัดไว้ให้และควรจัดให้มีบุคลากรนักวิชาการหรือพนักงานผู้ให้บริการที่มีความรู้ด้านการสื่อความหมายและการประชาสัมพันธ์โดยตรงเข้ารับผิดชอบ และในเวลาเดียวกันควรเปิดโอกาสให้ประชาชนในท้องถิ่นมีส่วนร่วมในการพัฒนาดูแลรักษาแหล่งท่องเที่ยวและบริหารจัดการทรัพยากรด้วยชุมชนของตนเอง โดยมีความสามารถในการตัดสินใจและดำเนินการอย่างอิสระภายใต้กรอบที่ตอบสนองความจำเป็นในการจัดการเพื่อประโยชน์ของชุมชนท้องถิ่นเท่านั้น

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ในการจัดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ควรเกิดจากความร่วมมือทั้งคนในชุมชน องค์กรภายใน และภายนอกอย่างต่อเนื่องเพื่อให้เกิดความเข้มแข็งและความยั่งยืนกับชุมชน
2. ควรสนับสนุนส่งเสริมการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพให้มีรูปแบบที่หลากหลายและต่อเนื่อง เพื่อให้เป็นที่รู้จักและควรมีทั้งภาษาไทยและภาษาอังกฤษให้เป็นมาตรฐานสากลเพื่อเป็นการดึงดูดความสนใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศได้มากขึ้น
3. ควรมีการประสานงานเชื่อมโยงกันทั้งระหว่างชุมชน ระหว่างจังหวัดเพื่อสร้างเครือข่ายด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพทั้งภายในและภายนอกจังหวัดที่ใกล้เคียงกัน และนำมาจัดเส้นทางท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงกัน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับการวิจัยที่น่าสนใจครั้งต่อไป ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ควรแบ่งย่อยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เช่น แบ่งกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศ โดยเปรียบเทียบให้เห็นข้อแตกต่างของนักท่องเที่ยวแต่ละประเทศ เพื่อได้ทราบความต้องการที่เหมาะสมและสอดคล้องกับพฤติกรรมนักท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของแต่ละประเทศ
2. ควรศึกษาความพึงพอใจที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ โดยเปรียบเทียบนักท่องเที่ยวที่เคยเดินทางท่องเที่ยวและยังไม่เคยเดินทาง เพื่อมีแนวทางพัฒนาและส่งเสริมให้เกิดการเดินทางท่องเที่ยวเชิงสุขภาพมากขึ้น
3. ควรมีการศึกษาวิจัยเปรียบเทียบความต้องการของนักท่องเที่ยวที่เป็นกลุ่มตัวอย่างลักษณะอื่น เพื่อเป็นการสร้างจุดขายแบบใหม่ให้สอดคล้องกลุ่มเป้าหมายอื่น เช่น กลุ่มชาย/สตรี โสดในวัยทำงาน กลุ่มคนพิการ กลุ่มเยาวชนตามระดับอายุ เป็นต้น
4. ควรมีการวิจัยสภาพของแหล่งท่องเที่ยวที่ได้รับการพัฒนาแล้วเทียบกับที่ยังไม่ได้รับการพัฒนาเพราะยังไม่เป็นที่รู้จักแต่มีความเหมาะสมที่จะทำให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพได้ เช่น แหล่งท่องเที่ยวที่มีการใช้พื้นที่อย่างเต็มศักยภาพแล้ว ควรเน้นที่การบูรณะและฟื้นฟูมากกว่าหรือเน้นที่ประเด็นการรักษาสิ่งแวดล้อม การจำกัดจำนวนนักท่องเที่ยวให้เหมาะสมซึ่งสอดคล้องกับการท่องเที่ยวอย่างยั่งยืนในปัจจุบัน

บรรณานุกรม

- กองบรรณาธิการ. (2544). “สูวคนธบำบัด (Aromatherapy) ศาสตร์แห่งการบำบัดด้วยกลิ่น”.
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2546) การส่งเสริมสินค้าการท่องเที่ยวความสนใจพิเศษ. รายงานวิจัย. กรุงเทพฯ การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. ถ่ายเอกสาร
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2546) การพัฒนาการท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2553) แนวโน้มและการพยากรณ์การท่องเที่ยวโลก. กรุงเทพฯ: การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. ถ่ายเอกสาร
- กระทรวงสาธารณสุขและสมาคมอื่นๆ. 2548. คู่มือผู้ดำเนินการสปาเพื่อสุขภาพ. กระทรวงสาธารณสุข สำนักนโยบายและยุทธศาสตร์. 2548.
- กองอนุรักษ์ การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2545). เอกสารการประชุมเชิงปฏิบัติการด้านการท่องเที่ยวเชิงนิเวศภายใต้ โครงการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ 2545. กรุงเทพมหานคร : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
- _____ . (2544). แหล่งท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ (HEALTH TOURISM). (เอกสารโรเนียว). กรุงเทพมหานคร : การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย กองประกอบโรคศิลป์. 2548.
- กลีบคำควน. (2543). “ฟื้นคืนพลัง สร้างความแข็งแรงด้วยการอาบแสงตะวันและวารีบำบัด”.
- กุสุมา ศรียากุล. (2543). รูปแบบที่พึงประสงค์ในการให้บริการนวด อบ ประคบสมุนไพร เพื่อส่งเสริมสุขภาพ : กรณีศึกษาศูนย์ศึกษาการพัฒนาเขาหินซ้อน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จังหวัดฉะเชิงเทรา. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สุขศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- คอลัมน์ Life-Health. (2544). “เทวารมณ์ สปา ในอุตสาหกรรม”. ใน นิตยสารผู้จัดการ, ปีที่ 19 ฉบับที่ 1
- โครงการฟื้นฟูการนวดไทย. (2535). คู่มือการนวดไทยในสาธารณสุขพื้นฐาน. พิมพ์ครั้งที่ 6. กรุงเทพมหานคร : เรือนแก้วการพิมพ์
- จิรพร ศรีวัฒนานุกุลกิจ และเสกสิน ศรีวัฒนานุกุลกิจ,ดร. (2547) ความต้องการและความพึงพอใจของชาวต่างชาติในการพำนักระยะยาว ในจังหวัดเชียงใหม่. รายงานวิจัย. เชียงใหม่. สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชัยยศ ลันดิวงษ์ และคณะ. (2548). สปา ภูมิปัญญาวารีบำบัด คู่มือแผนธุรกิจ.
- เนฐพัฒน์. แปลและเรียบเรียง. (2543). นวดสุขสัมผัส. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์มิตรสัมพันธ์ กราฟฟิค จำกัด.

- ชาธรรมชาติแก้ว เชื้อเมือง. (2544). **น้ำดื่มสมุนไพรจากพืชและผลไม้**. พิมพ์ครั้งที่ 7. กรุงเทพมหานคร : บริษัท ยูโรป้าเพรส จำกัด.
- ธีระวิทย์ พรายเยี่ยม. (2545). การศึกษาพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวต่างประเทศในการมาท่องเที่ยว **จังหวัดเชียงใหม่**. วิทยานิพนธ์. วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต. เชียงใหม่ : มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- นวนนิตย์ ฤทธิรักษ์. (2540). **แผนการท่องเที่ยว ปี 2541-2542**. จุลสารการท่องเที่ยว. 16 (4). การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- นิรันดร ทัพไชย. (2547). ม.ป.ป. **เอกสารประกอบการสอนชุดวิชาการกลยุทธ์การตลาดในอุตสาหกรรมการ**
- บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. (2540). **เทคนิคการสร้างเครื่องมือรวบรวมข้อมูลสำหรับการวิจัย**. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ศรีอนันต์.
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2545). **การพัฒนาการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน**. กรุงเทพฯ : เพรส แอนด์ ดีไซน์.
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2548). **การพัฒนาการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน**. ศูนย์วิชาการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- บุญเลิศ เปเรร่า. (2543). **ความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวสหราชอาณาจักรต่อการท่องเที่ยวในจังหวัดเชียงใหม่**. การค้นคว้าอิสระ. บช.ม. (บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- บุษกร พรหมมาโนช. (2540). **นักท่องเที่ยวญี่ปุ่นกับโอกาสในการยกระดับคุณภาพการท่องเที่ยวไทย**. จุลสารการท่องเที่ยว. 16(2).
- บุษบา สุธีธร และภัสวดี นิตติเกษตรสุนทร. (2541). **เจตคติและความประทับใจของชาวต่างประเทศที่ได้มาเยี่ยมประเทศไทย**. กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวัฒนธรรมแห่งชาติกระทรวงศึกษาธิการ.
- บัวรณา อัจฉริยบุตร และคณะ. (2547). **โครงการมาตรฐานของสถานประกอบการสปาในจังหวัดภูเก็ต พังงาและกระบี่**. ภูเก็ต: มหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต. ถ่ายเอกสาร.
- ประโยชน์ บุญสินสุข. ผู้แปล.(2544). **รีเฟล็กโซโลยี : วิถีทางสู่สุขภาพที่ดีขึ้น**. แปลจาก Reflexology: A Way to Better Health by Nicola M.Hall. กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว
- ปาสีรัตน์ การดี และคนอื่นๆ. (2547). **การพัฒนาศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ**. รายงานวิจัย. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- พระเทพเวที (ประยุทธ์ ปยุตโต). (2532). **พุทธธรรม**. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์สุขภาพใจ.

- พระธรรมปิฎก (ประยูร ฑุฑโต). (2541). “สมาธิแบบพุทธ”. ใน *วิปัสสนาสาร*; 44 (1): 43
- มยุรี ทองสงฆ์. (2549). *สถานการณ์และแนวโน้มการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพในประเทศไทย. กลุ่มพัฒนามาตรฐานบริการท่องเที่ยว. สำนักงานพัฒนาบริการการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.*
- รายงานฉบับสมบูรณ์. (2545). *โอกาสทางการตลาดการท่องเที่ยวกอล์ฟและสุขภาพแห่งประเทศไทยกรณีศึกษาเฉพาะกลุ่มเอเชียแปซิฟิก ยุโรป และอเมริกา. กรุงเทพฯ: คณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.*
- รุ่ง กาญจนวิโรจน์. (2543). *แนวโน้มการท่องเที่ยวในศตวรรษที่ 21. จุลสารการท่องเที่ยว. 19 (1). การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.*
- วรรณ วลัยวานิช. (2545). *ภูมิศาสตร์การท่องเที่ยว. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.*
- วาทีณี บุญชะลิกษ์และยุพิน วรสิริอมร. (2539). *ผู้สูงอายุในประเทศไทย. รายงานผลการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล.*
- วิภาพร มหาชัย. (2544). *พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวชาวญี่ปุ่นในจังหวัดเชียงใหม่ต่อการเลือกใช้บริการสปาเพื่อสุขภาพ. วิทยานิพนธ์ ศศ.ม. (การจัดการอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.*
- วัชรารักษ์ อักษรแหลม. (2547). *การศึกษาถึงกลยุทธ์ทางการตลาดที่มีผลต่อการใช้บริการสปา. วิทยานิพนธ์ บธ.ม. (การตลาด) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.*
- ศูนย์บริการวิชาการสถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์. (2545). *สำรวจพฤติกรรมและทัศนคติของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศที่มีต่อการท่องเที่ยวในประเทศไทย. กรุงเทพฯ: กองสถิติและวิจัยการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.*
- สมมติ หงส์ไพศาลวิวัฒน์. (2548, มกราคม – มีนาคม). *โอกาสและกลยุทธ์การตลาดการท่องเที่ยว.*
- สรไกร เดิมถาวร. (2548). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวไทยในจังหวัดอุบลราชธานี. สารนิพนธ์. บธ.ม. (บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.*
- สุพรรณนา หัสภาค. (2545). *ปัจจัยที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศให้มาท่องเที่ยวจังหวัดเชียงใหม่. เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.*

- สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษา มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2545). แนวทางการส่งเสริมและ พัฒนาการท่องเที่ยวพำนักระยะยาว กรณีศึกษาเฉพาะนักท่องเที่ยวอายุ 50 ปีขึ้นไป. รายงานวิจัย. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยฯ. เจริญสุขภาพในประเทศไทย กรณีศึกษาเฉพาะกลุ่ม เอเชียแปซิฟิก ยุโรป และอเมริกา.
- สุชาวดี สุทธิคณิง. (2542). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อผู้บริโภคชาวไทยในการเลือกใช้บริการนวดแผนโบราณใน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ บธ.ม. (บริหารธุรกิจ). เชียงใหม่: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- สุดาพร วรพล. (2542). การจัดการและการตลาดของนักท่องเที่ยววัยทองในประเทศไทย. จุลสาร การท่องเที่ยว. 18(4). การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- สุรพล ศรีวิทยาและคณะ. (2546). โครงการศึกษาแนวทางการพัฒนาบริการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพในที่พักรวม เสนอต่อ การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ. หนังสือพิมพ์ผู้จัดการ. (2548). Spa Business Concept.
- อารัญ บุญชัย และจินนา ดันตราวิพุธ. (2546, พฤศจิกายน-ธันวาคม). ท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ. อุดม อุดมวรรณกุล. การถ่ายทอดการนวดแผนไทยบ้านป่าบง. วิทยานิพนธ์ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2545. ขายใหม่ของการท่องเที่ยวไทย. วารสาร เศรษฐกิจและสังคม. 40(4) 22-23.
- อัญชลี ภูอิทธิวงศ์. (2547). ปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของนักท่องเที่ยวชาวต่างประเทศในการ ใช้บริการสปาในจังหวัดเชียงใหม่. การค้นคว้าแบบอิสระ ศศ.ม. (การจัดการอุตสาหกรรมท่องเที่ยว). เชียงใหม่ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. ถ่ายเอกสาร.
- เอคออร์น – ออมนิแทร์ริค มาร์เก็ตติ้ง แอนด์ รีเสิร์ชคอนซัลแทนส์. (2537). การศึกษาตลาด นักท่องเที่ยวสูงอายุ. รายงานผลการวิจัย. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- Aday,L.A. & Anderson,R. (1975). Development of Induce of Access to Medicial Care. Michigan : Ann arbor Health Adminstration Press.
- Allen,T.J. (1998). Roman Healing Spas in Italy : A Case Study in Design and Function. Retrived 25
- Burghorn, Schafer & et al., (1981). The Dynamics of Aging. New York : McGraw – Hill.
- Burnside, Irene M. (1988). Nursing and the Aged. New York : Mc Graw-Hill.
- Cockerell,M. (1966). Spa and Health Resorts in Europe. San Francisco : Jossey Bass Inc. Publishers.
- Godfrey ,Kerry; & Clarke, Jackie. (2000). The Tourism Development Handbook. London:Cassell.

- Kemmis S.; & Mc Taggart R. (1990). *The Action Research Planner*. 3th ed. Victoria: Deakin University Press.
- Kraus , Richard G. & Bates, Barbaro J. (1975). *Recreation Leadership and Supervisino*. Philadelphia :W.B. Saunders Company.
- Noumann, E., & Giel, K. (1995). *Costomer satisfaction measurement and management*. Ohio Thomson Executive Press Cincinnait.
- Row, Megan. (1998). *Spotlight on Spas*. *Loding Hospitality*. Vol.54. 2 Febuary 2006, care. *Journal of Nursing Care Quality*, 8.(5) : 38-46
- Scardina, S.A. (1994, April). *Servqual*. A tool for evaluating patient satisfaction with nursing December 2005.

Central Thailand

Central Thailand is mainly flat and alluvial region, flanked by mountains to the north, west and east, the vast plains of Central Thailand form the heartland of the Thai nation, both past and present. The Central region is defined by 20 provinces of Phetchaburi, Ratchabu, Samutsakorn, Nonthaburi, Nakornpathom, Samutprakarn, Pathumthani, Kanchanaburi, Suphanburi, Ayutthaya, Nakorn-nayok, Angthong, Chainat, Lopburi, Saraburi, Sakeo, Prachinburi, Chachoengsao and Bangkok metropolitan. Watering to the fertile region are several major rivers such as the mighty Chao Phraya River which flows from the north through the historic heartland before emptying into the gulf of Thailand. Together with other tributaries such as Maeklong river from the west and Bangpakong river from the east of Bangkok have been carved into an incredibly complex network of waterways, irrigation and canals that help to produce rice, fruits, flowers, vegetables, fine herbs, medicinal crops, fish and river prawns to sustain the country. Geography and nature have been generous to the region. Rainfall here is abundant and the soil is fertile enough to provide a decent living for the people. Outside the larger towns has changed remarkable little over the centuries. Most of the population is of pure Thai decent without the mixtures of Mon, Burmese, Chinese, Lao, Khmer and Malay, found throughout the border districts. Although large and modern towns are commonplace, most inhabitants continue to live and work in tiny hamlets where their lives revolve around family, farming and faith. Rice cultivation remains the chief occupation. Central Thailand is packed not only with History, Culture, Rural, World heritage sites and Stunning Scenery but also offers a myriad of Tourism Attractions, High Class Health & Medical Care Centers, Traditional Thai Massage and Spa Centers, Resort massage and spas, Thai Medicinal Herbs for Health, Thai fine cuisine , and indoor & outdoor Activities. Notably Bangkok is a chief town in Central region and also a present capital of Thailand since 1782ad., worldwide known as Wellness Capital & Excellent health Center of Asia, major center for international flights throughout Asia and one of the cheapest cities in the world to fly due to the Thai government's loose restrictions on air fares and close competition between airlines and travel agencies.

Traveling by air to or from Thailand, Thai Airways International(THAI), a national carrier is recommended and according to Air Ranking Online, THAI's safety record warrants an "A" the highest grade.

Proposal: Health Tourism in Central Thailand for Golden Age Visitors.

Keywords: Health Tourism Providers and Service Quality

Health tourism comprises of two terms: Healthcare and Tourism and it involves a combination of resources of Healthcare and Tourism. Destination highlights its Healthcare that give Wellness and Cure and Tourism that give peace of mind, soul and relaxation.

The strategies for success in Health Tourism are based on 5 Core ingredients such as Spa &Traditional Thai Massages and Healthcare, Service Quality, Standard Health Care Centers, Skillful Providers and Sightseeing – Highlights.

Apparently from the above mentioned, those are the Product Champions to propose A Unique Brand Nouveau Recipe in Health Tourism, destination for the golden age visitors.

The 5 Core ingredients are the following descriptions.

1. **"Spa &Traditional Thai Massages".**

It comes as no surprise that Thailand established reputation as "Spa Capital of Asia".

Thailand's Spa sector has witnessed phenomenal growth in the past two years. A study undertaken by intelligent Spas reports a growth of 64% for the period 2000-2002. Between June 2001 and June 2002, some 230 Thai Spa Operators attracted a total of 3.3 million spa users, out of which 2.5 million, or 79% of the country's total spa clientele, were overseas spa patrons contributing a total of US\$85 million to Thailand's foreign exchange revenue. All indicators suggest that there is a vast potential in Thailand's health services sectors. Concerning to the statistic of Spa &Traditional Thai Massage, Long-stay Healthcare and others, from 2001-2003ad. Spa visitors increase of 64% including Thai 3.3 million and Overseas 2.6 million, Traditional Thai Massage 2.6 million, and Long-stay Healthcare 1.2 million.

Traditional Thai Massage is believed to impart formidable healing- powers, ancient folk traditions are carefully preserved through the traditional art of Thai massage. Traditional Thai Herbs are often featured as part of the therapy. For example, the use of fragrant Thai herbs in warm poultices. Hence as one of the offerings on the menu, Thai massage promotes cross sector linkage and synergy.

Traditional Thai Massage embodies qualities and traits inherent in Thai Culture and enables spa guests and visitors to Thailand to experience fascination dimensions of Thai-ness and the richness of Thai heritage, up close and personal.

Thai Herbs for health. This is a sector with vast untapped potential for growth. The popularity of Thai cuisine worldwide has resulted in growing awareness that tropical Thailand is a rice source for a diverse range of fresh herbs known for their therapeutic and healing qualities. However out of the global trade in health and beauty products worth 30 trillion baht (US\$75billion), Thailand's share is 30 billion baht (US\$75 million). Out of this total, Thai herbs and herbal products only account for 1.1 billion baht, or 37% of total Thai exports in health and beauty products. As the "Thai Spa" concept takes root worldwide, it anticipated that this will lead to increase in demand for Thai herbal products. With Thai-ness and Thai herbs being the core ingredients of the Thai-style spa, this is an area that supports cross-sector linkages. Herbal products and herbal teas, food supplements, cosmetics and beauty products are slated to be the key product categories with high potential on world market. Thailand has been a center of ancient healing traditions based on herbal medicine and holistic treatments that have evolved from folk knowledge as well as Asian well-being therapies such as Indian Ayurvedic and Chinese practices. With the growing popularity of holistic healing techniques that restore balance and rejuvenate mind, body and spirit, in addition to conventional medical treatment, Thailand offers a one stop shop that leaves you looking good and feeling great.

"Healthcare": Offering Quality of Dental Care, Health Check-ups and Medical Care.

Thailand's strategic location at the crossroads of Asia and its proximity to the region's developing economies has presented the country with a unique opportunity to serve as a regional "Healthcare Center", Medical care and advances in medical research and development. Thailand's track record on the medical frontier has frequently won international acclaim, particularly in areas in

which it has considerable expertise such as in the realm of tropical and infectious diseases, cardiac surgery and post-operative care, cosmetic and reconstructive surgery, dentistry, the treatment of bone-related ailments and cataracts, and pharmacology to name a few. It comes as no surprise that Thailand is home to Asia's first internationally-accredited hospital. In 2002 ad, the number of foreign patients seeking treatment in Thailand grew by 13% over the previous year with some 632,000 foreigners visiting 33 private hospitals. Of this total, expatriate residents in Thailand (189,000), staff of international organizations and their family members and other visitors from the neighboring countries and Asia, (378,000) and visiting patients from Europe (63,000), represented 60% of the total. Tourists in need of medical or treatment during their stay in the country accounted for another 30% and individuals who specifically travelled to Thailand for medical treatment or health services accounted for another 10%.

Through participation in medical research, international symposiums, congresses and other forums for exchange, Thai doctors, surgeons, dentists and orthodontists, pharmacologists, therapists and technical staffs have contributed to the global wealth of knowledge in medicine, health care, healing techniques and traditions (conventional and tradition). This transfer of Know-how has raised the country's profile as an up and coming Health and Medical Center.

2. Service Quality.

The Kingdom's legendary tradition of superior service and gracious hospitality is working its magic in a new sector. Timeless Thai value and traditions are very much alive in places where it at least expected - in Health Care Centers and Resort & spas around the country. Visitors are welcomed as guests and made to feel at home unfamiliar surroundings. The reception is gracious and courteous. Medical staffs consistently provide superior service often surpassing expectations. So far as you know that Thailand is known as "The land of smiles".

Spa operators likewise report that guests are charmed by the traditional "Wai" a courteous greeting gesture that conveys profound respect, infinite warmth, hospitality and friendliness. The "Wai" is perceived by visitors to be uniquely and distinctively Thai. The magic is taking hold. As news gets around that Thailand offers superior healthcare and medical services at highly affordable

rates, the destination is attracting and ever-increasing numbers of “Oversea Guests”. Gracious and courteous reception is characteristic of traditional Thai hospitality around the country.

3. Skillful Providers.

To attract more and more health visitors, a Good Health Tourism destination image should be created by providing Standard and Satisfying Service to the visitors in Health Tourism. Health visitors’ satisfaction depends upon their expectations and perceptions of Health Tourism Providers including Sightseeing - Highlights and Health care services. “Health Tourism Providers” are organizations involved in the process of “Health Tourism included healthcare providers, Tour operators, Tourist guides, Health care center, Spa & Traditional Thai Massages centers and Resort & Spas. Process of Health Tourism Providers include consultation with the relevant medical specialist and competent tour operators prior to arrival by E-Mail or Telephone, appointments with medical specialists, clinical tests, scheduling of all medical appointments, coordination of the admissions process, cost estimates for anticipated treatment, cost of package prices included sightseeing highlight and upcountry excursion itineraries, visa assistance, airport pick-up, providing news & information of visitor’s relatives back home, remote consultations via telemedicine, local sightseeing highlights, foreign exchange, insurance services, financial services, travel advice for local conditions.

4. Standard Health Care, Spa & Massage Centers and Resorts must be

imperatively hygienic, spacious, comfortable, best location, international accredited and reasonable prices. Health Land Spa & Massages Center and Bumrungrad International Hospital are highly recommended as the best Health Care Centers in Bangkok.

“**Health Land Spa and Massage**” is situated on Sathorn road between Soi 10 and Soi 12 in Bangrak Bangkok. A visit to Health Land promises to be a rejuvenating experience. An ideal place to unwind, shape up and discover a renewed sense of well-being. Health Land spa and massages center is uniquely structured on a stand-alone basis with convenient access and spacious parking lots.

Spa menu at Health Land Spa and massage:-

Aromatherapy body massage. Traditional Thai massage. Therapeutic massage. Foot reflexology. Body Polish. Facial treatment. Thai herbal compress. Spa Suite Package: Royal Thai package, Thai Spirit package, Aromatic Body treatment, De-Stress to Head to Toe Chromotherapy steam room package: Facial Rejuvenating, Mind and Body uplifting, The East meets West, Natural Reviver, A Perfect Harmony Vichy shower treatment: Body Scrub + Vichy Shower treatment, Aromatic Body Massage+ Vichy Shower Treatment, Body Scrub +Aromatic Body Massage +Vichy Shower Treatment

Spa Jacuzzi: Milky Bath + Body Polish + Aromatherapy Body Massag

“Bumrungrad International Hospital” is situated on 33 Sukhumvit 3, Soi NaNa Nua, Wattana, 10110 Bangkok. This hospital is an internationally accredited, multi-speciality hospital located in the heart of Bangkok, Thailand. Founded in 1980, today it is the largest private hospital in Southeast Asia, with 554 beds and over 30 specialty centers. Bumrungrad offers state-of-the-art diagnostic, therapeutic and intensive care facilities in a one-stop medical center.

Bumrungrad serves over a million patients annually. Over 400,000 are internationals. They include thousands of expatriates who live in Bangkok and nearby countries, plus visitors from 190 countries around the world who come here for treatment. English is widely spoken. The hospital has a medical coordination office staffed by doctors, nurses and interpreters who serve the special needs of international patients. Bumrungrad is a public company traded on the Thai stock exchange. It has been featured by CBS’60 minutes, NBC’s Today Show, Time, Newsweek, and other international press as a leader in Medical Tourism.

5. Sightseeing Highlights, Upcountry excursions, Indoor-Outdoor Activities,

cultural & Historical sites and rural lifestyle including Resorts and Spas combined with Health care visits proposed by Tour Operators and Tour Guides specialized in Health Tourism. Sirilux Sornpasa Tour is proudly recommended as one of the most competent Tour Operators for Health Tourism in Bangkok.

Thailand is often referred to as the most exotic country in Southeast Asia and especially Central Thailand offers a countless of enjoyable ways in which one can achieve a speedy recovery. Take life leisurely during your treatment at any of the thousand of Resort & Spas, multiple choices of daily Sightseeing Highlights and up-country excursions combined with Health care visit, Boats, River Cruises and indoor-outdoor activities around the central region exploring the fresh mountain air or sea, sun, sand and swimming or simply indulge on a diet of delicious Thai fruits in season and health-restoring Thai cuisine, rejuvenating herbal therapies offered by Thai Spa combined with Thai Massage. Recuperating has never been more pleasurable. So far as you know that Thailand is known as “The Land of Smiles”.

Central Thailand offers a myriad of Sightseeing Highlights and Upcountry excursions at leisure during your treatment.

In Bangkok, visit to the magnificent Temples & Royal Grand Palace is a Must See or Cycling to see the color of Bangkok or Learning Thai fine cuisine at Baipai cooking school or River Cruise in Chao Phraya River. Interesting trip to Damnoen Saduak floating market in Ratchaburi province or to the Bridge on the River Kwai in Kanchanaburi province or Historical Sites protected by UNESCO in Ayutthaya province or long stay to overnight upcountry.

Hotels and Resorts in central Thailand for Health Tourism. Bangkok Marriott Resort, Baan Amphawa Resort & Spa, River Kwai Resotel Mountain Resort, R.V. River Kwai Cruise and Hintok River Camp are highly recommended as the best Locations and best Resorts in Bangkok and in Upcountry.

1. Baan Amphawa Resort and Spa in Samut Songkram province, located only 100 kilometers South-West of Bangkok, offers the idyllic retreat on the bank of MaeKlong river which blends traditional Thai houses with contemporary Thai luxury to create a haven of historical elegance among the lush tropical landscape. Treatments and facilities at Suphannika of Baan Amphawa Resort and Spa, an idyllic spa and salon paradise, offers as well a wide selection of spa treatment: Massage therapies, Body treatment, Facial and Beauty services. Those are emphasized on the use of all-natural herbal ingredients by the well-trained therapists to complete your spa experience. A holistic treatment begins with a warm foot soak, which soothes legs, follow by herbal

steam to detoxify the skin. This invigorates your entire body and prepares you for the harmonized Thai and Western Aromatherapy massage.

2. River Kwai Resotel Mountain Resort, about 175 kilometers west of Bangkok, is an authentic mountain/jungle/river resort in Kanchanaburi province that will captivate your heart and become one of your life long experiences. It is a breath-taking place where you can enjoy and relax in the tranquil world, a perfect blend of serenity, comfort and adventure. River Kwai Resotel is an ideal hideaway for who wish to escape from the mundane life of a city for sometimes. River Kwai Resotel Mountain Resort nestled on the bank o the legendary Kwai Noi River, surrounded by lofty mountains and beautiful cliffs. Being acclaimed as one of the world heritage river, the River kwai Noi maintains a variety of pre-historic evidence. Extending from the west forest of Thailand, this heritage river experienced a memorandum of the history of the Thai-Burmese war at the beginning of Rattanakosin period. The river has been widely reputed during the World War II by the Death Railway and the Bridge over the River Kwai. River Kwai Resotel is only 180 kilometers west of Bangkok and offers also Thai Herbal Massage.

3. Hintok River Camp @ Hell Fire Pass, about 190 kilometers west of Bangkok, is a Real Retreat amidst Green Nature and an extraordinarily Safari tented resort nestled on a historical piece of land upon the pinnacle of Hintok mountain, overlooking the famous River Kwai Noi. Hintok River Camp at Hell Fire Pass is also honored as one of the top ten adventure resorts 2009 in Asia. Being close to nature, experience a natural spring water pool adjoining to The Kwai Noi river delivering the most relaxation to your true moment and you can enjoy as well Traditional Thai massage or cycling or canoeing or bamboo rafting or hiking during your stay at the resort.

4. R.V. River Kwai Cruise is the first river vessel cruise in Thailand, is a newly built colonial style river cruiser based on designs used by the original Irrawaddy Flotilla which was founded in Myanmar in 1865 ad, and by the 1920ad, was the largest privately owned fleet of vessels in the world. The R.V. River Kwai carries a maximum of 20 passengers in 10 teakwood cabins(single deck) and operates on a 4 days/3 nights and 7 days/6nights year round cruise program every Monday-Sunday and on a 4 days/3nights program every Monday-Thursday and Thursday-Sunday. The R.V. River Kwai opens up an entirely new area for river tourist in Kanchanaburi province west of

Bangkok. Every morning and afternoon, land excursions are offered to visit the attraction places along the river including temples, historical sites, Khmer ruins, waterfalls, war cemeteries, Bridge on the River Kwai and local attractions, etc.

5. Bangkok Marriott Resort and Spa is situated on the west bank of Chao Phraya River. This five-star property has a prime riverside location in the center of Bangkok, and features classical Thai architecture and lush gardens, with a canal running through the grounds. As well as the Mandara Spa, the resort offers beautifully-appointed river and garden view rooms, all with balconies, an outdoor pool and offers the best of Thai and Pacific Rim fusion cuisine. There's a complimentary shuttle boat service to the nearby sky-train station, letting you combine a luxurious spa holiday with plenty of time to explore one of the east's most dynamic cities.

Spa features. Facilities and therapies at The Mandara Spa include: Body scrubs and wraps. Facial treatment. Foot baths. Manicures/pedicures. Massages. Massage lessons. Plunge pools. Stream room and Therapy baths.

Best selection of Sightseeing Highlights in Bangkok and Upcountry- excursions itinerary in the Central region for Health Tourism.

Number 1: Bangkok Marriott Resort & Spa via Bumrungrad International Hospital- Samut Prakarn-Health Land Spa and Massage-Bangkok Marriott Resort & Spa (Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriot Resort and Spa to Bumrungrad International Hospital.
- 08:00 am. Health Check Ups or Dental Care visit at the hospital then continue by car to Samut Prakan province.
- 10:30am. Visit to Muang Boran (ancient city) by bicycle, which is one of the largest open-air architectural museums in the world filled with full-sized and reduced-scale replicas of Thailand's 65 most important monuments and temples, covers more than 80 hectares of peaceful country side, constructed

by an art-loving philanthropist. Muang Boran provides the excellent introduction the country's architecture, including reproduction of buildings which no longer exist, such as Dusit Maha Prasat and Wat Phra Srisanphet of Ayutthaya. The complex is laid out in the shape of Thailand with monument locations mirroring the actual geography of the country. It's also a center of interesting folk arts and culture.

- 12:30 pm. Take Thai food for lunch at the floating market, situated inside the complex.
- 13:30 pm. Continue by car to the crocodile farm & zoo.
- 14:00 pm. Visit to the crocodile farm & zoo. Claiming to be the world largest, Samut Prakarn Crocodile Farm & Zoo holds on to 60,000 crocodiles, including the largest known Siamese crocodile, a boy named Yai who is 6 meters long and weighs 1114 kilograms. The zoo also has elephants, monkeys, tigers, snakes and trained-animal shows. Especially, the most exciting is the "Croc Wrestling".
- 16:30pm. Drive back to the Resort and Spa via Health Land Spa & Massage.
- 17:30 pm. Enjoy Thai massages at Health Land Spa & Massage. Then return by car and shuttle boat to the Resort.
- 19:00pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and Spa for dinner and overnight.

Number 2: Bangkok Marriott Resort & Spa- Bumrungrad International Hospital- Massage at Wat Pho-City-temples and royal grand palace tour in Bangkok-Bangkok Marriott Resort & Spa (Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort and Spa to Bumrungrad International Hospital.
- 08:00 am. Health Check - Ups or Dental Care visit at the hospital.
- 9:00 am. Continue by car to several magnificent temples in Bangkok, the three most unique ones are Wat Traimitr, Wat Pho and Wat Phra Kaew.
- 09:45am. Visit to Wat Traimitr, this temple is better known as the "Temple

of the golden Buddha”, is one of Bangkok’s popular attraction and houses the impressive 3 meters tall, 5.5 ton golden Buddha image, sculpted in the graceful Sukhothai style during early 14th AD. The golden Buddha image was discovered some 50 years ago beneath a stucco or plaster exterior, when it fell from a crane while being moved to a new building within the temple compound.

- 10:30 am. Continue by car from Wat Traimitr to Pak Khlong Talad via China Town.
- 11:00 am. Visit to the wholesale market on foot up to Arun riverside restaurant for Thai lunch, situated nearby Wat Pho. Pak Khlong Talad or Pak Khlong Market is the city’s largest wholesale flowers, fruits and vegetables source. The colorful displays of roses, lotus and delicate orchids are endless and so inexpensive. After Thai fine cuisine at Arun riverside restaurant.
- 12:30 pm. Visit to Wat Pho, the reclining Buddha image, the Chedi of the Kings and enjoy traditional Thai massage. Wat Pho is the oldest and largest temple complex in Bangkok, was founded in the 16th century ad, when Ayutthaya was the capital, and radically remodeled between 1781- 1801ad, by Rama I who renamed the complex Wat Pra Chetupon. The area was extended in the 1830 ad, by Rama III in his quest to establish an open-air university. This educational wonderland includes inscriptions on traditional sciences, extracts from the Jatakas, marble tablets that taught the rules of traditional Thai massage, litanies of the reincarnation of Vishnu, treatises on astrology and palmistry, illustrations on world geography, and rishi figures contorted to demonstrate control over the physical body. In 1832 ad, Rama III constructed an immense chapel on these grounds to house the statue of The Reclining Buddha image, 46 meters long and 15 meters high. The figure is modeled out of plaster, around a brick core and finished in gold leaf. Mother-of-pearl inlay ornaments the eyes and feet, the latter displaying 108 auspicious signs. Wat Pho is also the national headquarters for the teaching

and preservation of traditional Thai medicine, including Thai massage, a mandate legislated by Rama III when the tradition was in danger of extinction.

13:30 pm. Enjoy half hour traditional Thai foot massage at Wat Pho just before the next visit to the Royal Grand Palace.

14:15pm. Visit to the Royal Grand Palace, it was the seat not only of the king and his court, but contained within its crenellated walls the entire government administration. The architecture is vibrantly Thai though there are some European designs as well. Brilliantly colored, gilded and decorated with intricate detail, the overall effect is dazzling. The palace served as the official residence of the kings of Thailand from the 18th to mid-20th century.

The most famous building on the palace grounds is Wat Phra Kaew (temple of the emerald Buddha), regarded as the most sacred Buddhist Temple in Thailand. Construction of the temple began when King Rama I moved the capital from Thonburi to Bangkok in 1782ad. Unlike other Thai temples, it does not contain living quarters for monks; rather, it has only richly decorated holy buildings, statues, and pagodas. The main temple building is the central Ubosoth, which houses The Emerald Buddha. Though green in color, the Buddha is actually carved from a single piece of jade, and though on 17 inches tall, is the most revered Buddha image in Thailand and extensive murals of the Ramakian (the Thai version of the Indian epic Ramayana) line the inside walls of the compound, originally painted during the reign of Rama I. Also inside the Royal Grand Palace are Mahamontien group, Chakri Mahaprasat , Dusit Mahaprasat and Borombhiman Hall used for various ceremonial occasions. The largest of the palace building is the Chakri Mahaprasat, the grand palace Hall. Built in 1882ad.during the reign of Rama V by British architects using Thai labor, the exterior shows the majority a peculiar blend of Italian Renaissance and traditional Thai

architecture. This is a style often referred to as westerner in a Thai crown because each wing is topped by a heavily ornamented spire representing a Thai adaptation of Hindu shrine. Borombhiman Hall is a French inspired structure that served as a residence for Rama IV. Dusit Maha Prasat is significant for the fact that it is an example of pure early Bangkok-style Thai architecture and is served as the lying-in-state place for royal remains, kept in a golden urn prior to cremation. The majority of halls and palaces can be viewed from outside only, but the exteriors are captivating enough to please. 16:30pm. Transfer by motorized long boat from Tha Chang pier to Bangkok Marriott Resort and Spa.

17:30pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and later on enjoy the swimming pool or massage before dinner and overnight at the Resort.

Number 3: Bangkok Marriott Resort & Spa-Bumrungrad International Hospital-Wang Suan Pak Kard-Jim Thompson museum and Phra Thi nang wiman mek-Health Land Spa and massage-Bangkok Marriott Resort & Spa(Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort to Bumrungrad International Hospital.
- 08:00 am. Health Check - Ups or Dental Care visit at the hospital.
- 09:00am. Continue by car to Wang Suan Pak Kard(Lettuce Farm Palace) .
- 09:30am. Visit to Wang Suan Pak Kard, an overlooked treasure of Wang Suan Pak Kard is a collection of five traditional wooden Thai houses that was once the residence of Princess Chumbon of Nakhon Sawan and before that a lettuce farm-thus the name. Within the stilted buildings are displays of art, antiques and furnishings, and the landscaped grounds are peaceful oasis complete with ducks and swans, and a semi-enclosed garden. The diminutive Lacquer Pavilion, at the back of the complex, dates from the Ayutthaya period and features gold-leaf Jataka (stories of the Buddha's past

lives) and Ramayana epic murals, as well as scenes from daily Ayutthaya life. Larger residential structures at the front of the complex contain displays of Khmer style Hindu and Buddhist art, Ban Chiang ceramic and a very interesting collection of historic Buddha, including a beautiful late U-Thong style image.

10:30 am.

Continue by car to Jim Thompson House: one of the best examples of traditional Thai residential architecture and a breathtaking collection of Southeast Asian art are exemplified in a house built by an American national. Nonetheless, Jim Thompson's house is one of Bangkok's more popular destinations for visitors and deservedly so. Jim Thompson was born in Delaware in 1906ad, who fell in love with Thailand while posted as an intelligent agent in Bangkok during World War II. He later made it his permanent home and started a business supplying fine Thai silk to overseas fashion houses, single-handedly saving what had been a dying proceeds of his success. Thompson collected an impressive range of art works, and sections of derelict teak houses, assembling them into a teak- house/museum complex set in a lush garden alongside central Bangkok's Khlong Saen Saep. The main house is full of tastefully displayed Asian art and curious including Buddha images, paintings, ceramics and antique furniture. The living areas have been preserved as they were when Thomson lived there before his mysterious disappearance in Malaysia's Cameron Highlands while on holiday in 1967ad. Near the entrance there is a newly built Thai restaurant and bar.

12:30 pm.

Enjoy Thai or European food before the next visit at Phra Thi Nang Wiman Mek Palace by car.

- 14:00pm. Visit to Vimanmek Palace. Vimanmek Palace is a beautiful and gracious L-shaped palace believed to be one of the world largest golden teakwood structures. The palace was designed by a German architect named Sandreczki and constructed in 1893 ad, by King Rama V. King Rama V's fascination with Western architecture was reflected in the Victorian style and ginger bread fretwork which allowed the sun to make lacy patterns on the walls.
- 16:00pm. Enjoy Thai massages at Health Land Spa & Massages.
- 18:00pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and Spa by car and shuttle boat, then later on enjoy swimming pool before dinner and overnight at the Resort.

Number 4: Bangkok Marriott Resort & Spa-Cooking Class at Ngam Wongwan Soi 54-

Oriental hotel-Bangkok-Dinner Cruise-Bangkok Marriott Resort & Spa. (Full day and night tour including lunch and dinner cruise)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort to BaiPai cookery school at Ngam Wongwan Soi 54 for cooking class.
- 08:30 am. Arrive at BaiPai Thai cooking school and start cooking class a little bit later. Learning Thai cooking would be an excellent choice for guests who want to experience something different or who are just curious about being able to cook well or in some case, at all. Furthermore there is no better way to learn Thai cooking once you are in Thailand and taking a Thai cooking class, taught by qualified Thai personnel. Baipai Thai Cooking School has established and prides itself on presenting the authenticity, the art of Thai Cooking and Thai culture onto a plate. Only for half a day in the morning, participants will get to learn and enjoy the cooking lessons with genuine and traditional Thai recipes which are properly and accurately transferred together with secrets, tips and tricks. The cooking course at Baipai is a short course teaching the art of preparing fine Thai cuisine. Each individual will

be fully equipped with necessary cooking tools such as knife, stove, wok etc., completely hands-on and conducted in English.

- 12.00. Enjoy your own healthy Thai foods at Baipai School.
- 13:00pm. On the way back to Resort by car, short stop for tea or coffee time and visit to the old building of Oriental hotel. The opening of the country in the reign of King Rama IV led to important changes to Bangkok with the visits of foreign diplomats, travelers, traders and missionaries, and it brought to city its first hotel in 1865 century ad,. At that time, two Danish seamen, Captains Jarck and Salje, got together to found The Oriental Hotel on the east bank of Chao Phraya River. The old building was the first building was designed by an Italian architect S. Cardu, and its façade is the original symbol of the hotel. The suites in this wing of the hotel are named after writers who have stayed there, such as Sommerst Maugham and Joseph Conrad.
- 15:00pm. Downriver by motorized long boat from Oriental hotel back to Resort.
- 15:30pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort & Spa, you can enjoy later on swimming pool and Thai massage before Chao Phraya dinner cruise on The Loy Nava (Thai, Vegetarian and Seafood menu included 2 glasses of wine or beer per person).
- 17:30 pm. Depart by boat from Bangkok Marriott Resort to Si Phaya pier and embark the Tahsaneeya Nava
- 18:00 pm. Dinner on the Legendary “River of the Kings” or Chao Phraya River. Dine aboard The Tahsaneeya Nava, a unique and beautiful antique teakwood rice barge, and cruise along the historic Chao Phraya River, which flows between the ancient and modern capitals of the Kingdom and is the focal point for festivals and royal ceremonies. Celebrate a romantic evening on the majestic River of Kings. It’s an experience of Thailand you will never forget. Guests are welcomed aboard by traditionally attired hostesses with a

rose-water sprinkling ceremony. Scented cool towels are offered to guests to refresh themselves. During the candle-lit romantic and sedate cruise along the Chao Phraya river with spectacular sparkling views of The Royal Grand Palace and the temple of dawn, traditional Kim music (Thai xylophone) is played gently in the background. The boat is noted for its floral appearance, featuring fresh and cut flowers from all over Thailand. Safety on board is of major importance. Safety equipment is inspected and maintained regularly, and a life jacket is provided under every seat. Enjoy the subtle spices, Thai fine herbs and roots of traditional Thai dishes, using only the freshest top-quality products. Each menu is carefully designed to satisfy all palates, drawing upon dishes from each of Thailand's distinct gastronomic regions- the North, the Northeast, the South and the Central Plains. A choice of Thai and Thai vegetarian and Seafood set menus is available. Every dish is labeled and guests are provided with a multi-lingual description of the dishes and the regions from which they originate.

20:00 pm. Disembark and transfer by boat from Si Phaya pier to Bangkok Marriott Resort.

20:30 pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and stay overnight.

Program 5: Bangkok Marriott Resort & Spa-Bumrungrad International Hospital - Amazing Bangkok Cycling Tour - Thai Dinner-Classical Dance at Sala Rim Nam restaurant of the Oriental hotel-Bangkok Marriott Resort & Spa. (Full day Tour in Bangkok)

07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort & Spa to Bumrungrad International Hospital.

08:00 am. Health Check-Ups or Dental Care visit at the hospital.

09:00 am. Drive to ABC Bicycle located on Sukhumvit Soi 26 in Bangkok. Start cycling from 09:30am-11:30 am. Get off the tourist trail, bicycle into the real Thai neighborhoods. This guided Bangkok Cyclist Tour will bring

you to places hardly visited by tourists. Khlongs (canals) have once earned Bangkok, the title of the “Venice of the orient”. The tropical landscape and Thai style homes will shatter all Western illusions. This bicycle tour brings you to very small back streets, alleys, markets, temples and even the small streets and houses below Bangkok highways. This gives a true picture of daily life for a lot of people in the city. While biking along the vast network of elevated pathways over the Khlongs, which are only wide enough for bicycles and motorbikes, you will discover another Bangkok. These pathways put the crowded road ways of Bangkok far behind you. After a short trip by long-boat you will leave the metropolis part behind and continue your tour through an oasis of green landscape scattered by fruits plantations and typical Thai style houses. Here only few cars will be seen. No traffic jams, no hassle, no shopping malls, no air conditioning, no modern-day Bangkok life. As if you are in a remote village, people live in small houses, living from the products on their lands. There are hardly any roads, so you are required to balance on the high concrete paths leading through this picturesque part of Bangkok. When you return to the city, you cannot believe that you have just come from paradise. Cycling through neighborhoods where you will never go on your own. Discover the way of life of the local people in Bangkok. Get off the tourist trail, biking into real Thai neighborhoods, and you’ll find hospitality like you’ve never seen. During the trip we will stop about 30 minutes to rest and to provide you drinking water or soft drinks. Bicycle used are all imported, U.S. designed, 21 speeds, full suspension mountain bikes.

- 12:30pm. Thai fine cuisine is served at Tamarind restaurant situated nearby. After lunch, return to Bangkok Marriott Resort & Spa by car and shuttle boat.
- 14:00pm. Upon arrival at the Resort, take a shower- change your clothes and then just relax in the swimming pool or enjoy massages at Mandara Spa before Thai Dinner and Classical Dance at Sala Rim Nam.
- 18:00pm. Depart by boat to Sala Rim Nam for Thai Dinner and Classical Dance. As you would expect from the Oriental, this Thai restaurant is one of Bangkok's special paces. Guests sit on pillows at low tables in the glittering, bronze-trimmed, teak and marble main hall, and dine on finely crafted Thai dishes. Authentic Thai cuisine is served with courses of classical music and traditional dancing from different periods in Thai history. Prepare for a wonderful experience: these attractive, elegant dancers in sparkling costumes will not only make your evening one to remember. After dinner return to Bangkok Marriott Resort & Spa by boat and overnight.

DO NOT COPY

Number 6: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Prakarn-Chachoeng Sao-Prachinburi-Nakorn Nayok-Bangkok Marriott Resort & Spa (Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort & Spa to Chachoeng Sao via Samut Prakan province.
- 09:30 am. Short visit at Wat Sothorn Wararam Woraviharn situated on the river bank in Amphoe Muang of ChachoengSao province. This monastery houses Phra Phutthasothorn or "Luang Phor Sothorn", a very sacred Buddha image and mostly revered by Thai people, and Shopping Thai traditional medical products at Chao Phraya Apai Poudet Hospital.
- 10:30 am. Continue by car to Amphoe Sri Mahosot.

- 11:30 am. Visit to Wat Ton Pho Sri Maha Pho. This temple is an important monastery located in Amphoe Sri Mahosot, 22 kilometers from Prachinburi province. In the compound of this monastery lies the largest and oldest Bhodi tree in the country. The seedling stock of this Bhodi tree was brought over from Buddha Gaya in India. There are various Buddha images of different attitudes enshrined around the trunk. Then continue to visit Sri Mahosot ancient town, dated over 1,000 years old, located one kilometer away from Amphoe Mahosot along Highway No. 3070. The remains of the town wall, pond and other ruins are still to be visited.
- 13:00pm. Lunch at the Herb Noodles restaurant at Tambon Dongphraram, Amphoe Muang in Prachinburi province.
- 14:00pm. On the way back to Bangkok via Nakorn Nayok province, take the natural and floral route to Amphoe Ongkharak.
- 15:00pm. Photos stop at Fruits orchards and floral gardens.
- 17:30pm. Arrive at Bangkok Marriott and Resort & Spa. Enjoy later on the massage at the Mandara Spa or swimming pool before dinner and overnight.

Number 7: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Songkram-Damnoen Saduak-Nakorn Pathom-Suan Sampran-Bangkok Marriott Resort & Spa (Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort to Damnoen Saduak via Samut Songkram. Along the way to Damnoen Saduak floating market, located about 110 kilometers southwest of Bangkok. There are countless floating markets throughout the country, many within a couple of hours' of the capital but Damnoen Saduak floating market is the most famous to see the colorful clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This

buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up.

- 08:30 am. Short visit to see the exciting open-air market set on the rail road at MaeKlong Railway Station, watching how the sellers organize their foods, fruits and vegetables just before the slow train is coming.
- 09:00 am. Continue by car to the pier nearby.
- 09:15 am. Take a motorized long boat to the floating market, which offers plenty of photo opportunities. After boat trip for 20 minutes, visit to Damnoen Saduak floating market where there are so many healthy foods and fruits in season, please try some very delicious noodles soup with roasted duck direct from the boat seller or other foods or fruits as you like. Then relax for foot-massage half an hour.
- 10:40am. Continue by car to Nakorn Pathom province, where you can admire Phra Pathom Chedi, rising to 127 meters high, is the tallest Buddhist monument of the world. The original stupa, which is buried within the massive orange-glazed dome was erected in the early 6th century by Theravada Buddhists of Dvaravati or Mon Kingdom. Make a short drive from Phra Pathom Chedi to the picturesque Rose garden, a lovely resort with beautiful landscaped gardens for the international Buffet lunch.
- 12:15pm. The international Buffet lunch is served.
- 13:30pm. A cultural show starts every afternoon with Thai folk dancing, demonstrations of handicraft skills, Thai boxing and sword fighting. There are also performances of traditional ceremonies, and an outstanding elephant show.
- 16:00pm. Heading back by car to Bangkok Marriott Resort and Spa late in the afternoon.
- 18:00 am. Enjoy the massage at the Mandara spa or swimming pool before dinner and overnight at the Resort.

Number 8: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Songkram-Damnoen Saduak-Phetchaburi-Bangkok Marriott Resort & Spa (full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort and Spa to Damnoen Saduak via Samut Songkram. Along the way to Damnoen Saduak floating market, located about 110 kilometers southwest of Bangkok. There are countless floating markets throughout the country, many within a couple of hours' of the capital but Damnoen Saduak floating market is the most famous to see the colorful clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up.
- 08:30 am. Short visit to see the exciting open-air market set on the rail-road at Maeklong railway station, watching how the sellers organize their foods, fruits and vegetables just before the slow train is coming.
- 09:00am. Continue by car to the pier.
- 09:30 am. Take a motorized long boat to the floating market, which offers plenty of photo opportunities. After the boat trip, visit to Damnoen Saduak floating market, there are so many healthy-foods and fruits in season, please try some very delicious noodles soup with roasted duck direct from boat sellers or other foods or fruits as you like. Relax for foot-massage half an hour.
- 11:00 am. Continue by car to Fish & Seafood restaurant at the Fisherman's Resort located on Chao Samran Beach (Haad Chao Samran) in Phetchaburi province.
- 12:30pm. Take Fish and Seafood for lunch and later on enjoy Sea, Sand, Sun and Swimming.

- 14:30pm. Drive to Khao Wang, then visit to the summer palace by cable car, this summer palace was built by King Mongkut in 1860 ad, on top of hill, is about 92 meters high. At present, Khao Wang palace is established as Phra Nakhon Kiri Park.
- 16:00pm. En route by car return to Bangkok.
- 18:15pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and Spa, and enjoy later on swimming pool or massages at the Mandara Spa before dinner and overnight at the Resort.

**Number 9: Bangkok Marriott Resort & Spa via Nakorn Pathom-Kanchanaburi-
Bangkok Marriott Resort & Spa (Full day Tour including lunch)**

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort to Kanchanaburi via Nakorn Pathom.
- 09:00 am. Make a short stop to visit Phra Pathom Chedi, rising to 127 meters high, is the tallest Buddhist monument in the world. The original stupa, which is buried within the massive orange-glazed - dome was erected in the early 6th century by Theravada Buddhists of Dvaravati or Mon kingdom.
- 09:45 am. Continue by car to Tha Kilen railway station via Kanchanaburi province. Today's visits will be dedicated to the history of the "Death railways", built by prisoners of war during World War II.
- 11:45 am. Board the local train from Tha Kilen railway station to Tham Krasae railway station via the long wooden viaduct situated on the bank of Kwai Noi river, which offers fantastic scenery along the river.
- 12:02pm. Arrival at Tham Krasae railway station and visit to Krasae cave on the bank of the river, an excellent view point. The cavern houses a Buddha image and was the prisoners of war's shelter during the construction of the wooden viaduct.
- 12:15 pm. Enjoy international buffet lunch at Tham Krasae restaurant.

- 13:00pm. Return by car to Bangkok via Kanchanaburi province to visit The famous bridge on the river Kwai, Thailand-Burma Death Railway Museum and Donrak war cemetery.
- 13:45pm. Visit to the sturdy iron Bridge spanning Kwai Yai river, which was a crucial part of The Death Railways, was built in some 16 months by Allied prisoners of war and Asian conscripts. The bridge was destroyed in Allied Bombing raids towards the end of World War II and was later rebuilt by the Japanese as war reparation.
- 15:45pm. further visit to Thailand-Burma Railway Center Museum, an interactive museum which provides a remarkable research and information dedicated to present the story of Burma Death Railway. Also visit to the Donrak War cemetery nearby which contains the remains of 6,982 Allied prisoners of war who perished during the construction of the Death Railway.
- 18:45pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and Spa and enjoy swimming pool or massage at Mandara Spa before dinner and overnight at the Resort.

Number 10: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Songkram-Damnoen Saduak-Kanchaburi-Bangkok (Full day Tour including lunch)

- 07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort to Damnoen Saduak floating market via Samut Songkram, situated about 110 kilometers southwest of Bangkok. There are countless floating markets throughout the country, many within a couple of hours' of the capital but Damnoen Saduak floating market is the most famous to see the colorfully clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up.

- 08:30 am. Short visit to see the exciting open-air market set on the rail-road at Maeklong railway station, watching how the sellers organize their foods, fruits and vegetables just before the slow train is coming.
- 09:00am. Continue by car to the pier.
- 09:15 am. Take a motorized long boat to the floating market, which offers plenty of photo opportunities. After boat trip, short visit to Damnoen Saduak floating market.
- 10:15 am. Continue by car to Tha Kilen Death Railway Station in Kanchanaburi province. Today's visits will be dedicated to the history of the Death Railway Construction, built by the prisoners of war and conscripted Asian people during World War II.
- 11:45am. Board on the local train from Tha Kilen railway station to Tham Krasae railway station via the long wooden viaduct situated on the bank of Kwai Noi river, which offers fantastic scenery along the river.
- 12:02 pm. Arrive at Tham Krasae railway station and visit to Krasae cave on the bank of the river, an excellent view point. The cavern houses a Buddha image and was the prisoners of war's shelter during the construction of the wooden viaduct.
- 12:15 pm. Enjoy International buffet lunch at Tham Krasae restaurant.
- 13:00pm. Return to Bangkok via Kanchanaburi province to visit the famous bridge on the river Kwai, Thailand –Burma Death Railway Museum and Donrak cemetery.
- 13:45. Visit. Visit to the sturdy iron bridge spanning Kwai Yai River, which was a crucial part of the Death Railways, was built in some 16 months by Allied prisoners of war and Asian conscripts. The bridge was destroyed in Allied Bombing raids towards end of World War II and was later rebuilt by Japaneses as war reparation.

- 15:45 pm. Visit further to Thailand-Burma Death Railway Center Museum, an interactive museum which provides a remarkable research and information dedicated to present the story of Burma Death Railway. Also visit to Donrak War Cemetery nearby which contains the remains of 6,982 allied prisoners of war who perished during the construction of the Death Railway.
- 18:45pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort & Spa and enjoy swimming pool or massage at Mandara Spa before dinner and overnight at the Resort.

Number 11: Bangkok Marriott Resort and Spa via Thonburi-Nonthaburi-Koh Kred - Bangkok Marriott Resort and Spa by motorized long boat. (Full day Tour including lunch)

- 07:30 am. Depart by motorized long boat from Bangkok Marriott Resort and Spa for river and canals trip to Koh Kred. In the year 1522 ad, King Chairachathirat of Ayutthaya commanded a short canal to be cut at Khlong Bangkok Yai from the mouth of the Khlong Bangkok Noi. This later became part of Chao Phraya river, and today it is the section which flows from Thammasat university to Wat Arun and In 1855 ad, British envoy Sir John Bowring wrote: "The highways of Bangkok are not the street or roads but the river and canals. Among the best ways to explore Bangkok is by boat. A cruise along Chao Phraya river-the city's lifeblood-and the canals of Thonburi and Nonthaburi on the west bank of Chao Phraya river, offers exceptional sight-seeing opportunities and reveals what is the most attractive about the city such as The royal grand palace and Wat Arun . Visitors get a glimpse of the serene and simple lifestyle of riverbank dwellers. The picturesque view is what earned Bangkok the title of "Venice of the East". Since 1972 ad, Thonburi province was combined with Bangkok to become the nation's capital. There are three major canals lead off the river: Khlong Bangkok Yai in the south, Khlong Mon in the center, and Khlong Bangkok Noi in the north. All three arteries are intersected by dozens of smaller canals that

wind through dense jungle and vine-choked foliage, and flanked with stilted houses and many temples rarely visited by westerners. Best of all are the children who smile and wave as they cannonball into the murky waters.

08:15am. Short visit at Wat Arun of Thonburi on the west bank of Chao Phraya river, Thonburi was briefly served as the third capital of Thailand, founded by King Taksin after the fall of Ayutthaya in 1767 ad. Until Rama I moved his court to Bangkok on the east bank of the river. Bangkok is the fourth capital of Thailand, founded by King Rama 1 in 1782 ad.

09:00am. Continue by boat from Wat Arun via Khlong Bangkok Yai to Khlong Mon, then back to the Chao Phraya river and just before we enter into Khlong Bangkok Noi. On the east bank of the river, we can see the wonderful view of the royal Grand Palace.

10:00am. Short visit at the Royal Barges museum, situated on the bank of Khlong Bangkok Noi. These Royal Barges were crafted in early part of this century, designed after mythical creatures featured in Ramayana Epic and only waterborne for very special royal events.

10:30 am. Keep on cruising to Khlong Orm Nont for healthy lunch at fruit orchards restaurant.

12:00. Grilled porc, pomelo salad and fruits in season are served.

13:00pm. Continue cruising upriver to Koh Kred (Koh means island in Thai language). 14:00 pm. Arrive at Koh Kred and visit to Mon village, pottery museum, temples in Mon style and floating orchard. Koh Kred was once home to one of Thailand's oldest settlement of Mon people, who were the dominant culture in central Thailand between the 6th to 10th century. The Mon people are also skilled potters, and Koh Kred continues the culture's ancient tradition of hand-thrown earthenware.

16:00pm. Cruising downriver to the Resort by motorized long boat.

17:00pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and Spa. Later on enjoy swimming pool and massages at the Mandara Spa before dinner and overnight at the Resort.

Program 12: Bangkok Marriott Resort & Spa via Bang Pa In-Ayutthaya-The Grand Pearl cruiser-Bangkok Marriott & Spa

06:30 am. Depart by car from Bangkok Marriott resort &spa to Ayuthaya via Bang Pa In.

8:00am. Short visit at the former Summer Palace of King Rama V. Bang Pa In summer palace, today no longer serves as a royal retreat but rather a tourist site and occasional venue for state ceremonies. The original structure built by King Prasat Thong, has been disappeared and most of the remaining buildings are the legacy of King Chulalongkorn, who was fascinated by European architecture. One of the most wonderful buildings in the compound was a gift from Chinese-Thais who modeled the palace after a Chinese Imperial Court, nicknamed the Peking Palace. A magnificent collection of jade, Ming Period porcelains, King Chulalongkorn's intricately carved bed, and lacquer tables are displayed inside the palace. The palace itself was constructed from materials imported from China.

9:00am. Continue by car to visit the world heritage site protected by UNESCO, Ayutthaya's historic temples are scattered throughout this once magnificent city and along the encircling rivers. In 1685 ad, a European visitor reported that the of Ayutthaya exceeded one million inhabitants and that the city boasted over 1,700 temples, 30,000 monks, and more than 4,000 images of Buddha, all of them gold or gilt, destroyed by the Burmese in 1765 ad,. Ayutthaya was served as Thailand's second capital from 1350 to1767 ad, ruled by a succession of 33 kings of 5 various dynasties which embellished the island capital with magnificent temples and sumptuous palaces. Nevertheless Ayutthaya has been successfully developed into one

of the country's major tourist attractions- a must-see for all visitors to Thailand. Visit Wat Phra Sri Sanphet, the famous trio of impressive Chedis(stupa), was built in 15th century ad, by King Boromtrailokanat. As with Wat Phra Keaw, Wat Phra Sri Sanphet served as the private chapel and ceremonial courtyard for the kings of Ayutthaya. Then walk to Wat Phra Mongkol Bophit and inside we can see one of the largest bronze Buddha images in Thailand. Continue the route to Wat Chai Wattanaram for the last visit. This temple is one of the most intriguing monuments in Ayutthaya, located at the southwestern edge of town and across the Chao Phraya River. Wat Chai Wattanaram was constructed in 1630 ad, by King Prasat Thong on the site of his mother's palace, and modeled after the Khmer monument at Angkor Wat. Then drive to Wat Chong Lom pier near Bangsai.

13:00 pm.

Embark the Grand Pearl Cruiser and enjoy the western & oriental lunch on board while cruising down The Chao Phraya River towards Bangkok.

16:30pm.

Disembark at River City pier and take a boat back to Bangkok Marriott Resort & Spa. Relax and enjoy swimming pool or massage at Mandara Spa before dinner and overnight at the Resort.

One night and 2 days schedule (Full Board)

Number 13: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Songkram-Baan Ampha Wa

Resort and Spa (Full Board)

Day 1:

- 07:00am. Depart by car from Bangkok Marriott Resort & Spa to Baan Ampha Wa resort via Samut Songkram.
- 08:30am. Short visit to see the exciting open-air market set on the rail road at MaeKlong railway station, watching how the sellers organize their foods, fruits and vegetables just before the slow train is coming.

- 09:15am. Then continue by car to Wat Bang Kung, built during the Ayutthaya period (more than 200 years ago). This interesting temple is completely embraced by the roots of a huge Banyan Tree. Our next visit will be to Baan Benjarong. It is a small factory in a modern house that produces top-quality of Benjarong, the traditional five colored Thai ceramics. Here you can watch craftsmen painting the intricate arabesques and ornate floral patterns for which Benjarong was known.
- 11:30am, Upon arrival at Baan Ampha Wa Resort and Spa, check -in and then relax.
- 12:00, Seafood is served at the Riverside restaurant on the bank of Maeklong river. After lunch, enjoy swimming pool and massage.
- 16:00 pm. Take a motorized long boat to explore the temples and canals. The boat trip offers plenty of photo opportunities of coconut and fruit plantations, wooden houses built on stilts along the canals, narrow bridges and footpaths, villagers and food-sellers in rowboats and people taking a bath in the canals.
- 17:00pm. Arrive at the Resort, enjoy then swimming pool and massages.
- 19:00pm. Dinner and Overnight at Baan Ampha Wa Resort and Spa.

Day 2: Baan Ampha Wa resort and spa via Damnoen Saduak-Nakorn Pathom-Rose garden-Bangkok

- 08:00am. After breakfast, depart by motorized long boat for one hour from the Resort to explore the simple way of rural lifestyle, beautiful stilted houses, its serenity, peaceful people and its natural beauty along the narrow canals on the way to Damnoen Saduak floating market.
- 09:00am. Upon arrival at the most famous floating market, make a short visit to see the colorful clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to the shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This

buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up. Enjoy 30 minutes for foot massage. 10:30am. Continue by car to Nakorn Pathom province, where you can admire Phra Pathom Chedi(stupa), rising to 127 meters high, is the tallest Buddhist monument in the world. The original Chedi, which is buried within the massive orange glazed dome was erected in the early 6th century by Theravada Buddhists of Dvaravati or Mon Kingdom. From Phra Pathom Chedi, it is a short drive to the picturesque Rose Garden, a lovely resort with beautifully landscaped gardens, where you will join the International Buffet lunch.

12.00. International Buffet lunch is served.

13:30pm. The cultural show starts every afternoon with Thai folk dancing and demonstrations of handicraft skills, Thai boxing and sword fighting. There are also performances of traditional ceremonies, and an outstanding elephant show. After the shows are over, return by car to Bangkok Marriott Resort and Spa.

17:30pm. Upon arrival at the Resort, check-in and later on enjoy swimming pool or massage before dinner and overnight at the Resort.

Program 14: Bangkok Marriott Resort & Spa via Baan Ampha Wa Resort&Spa-Damnoen Saduak- Kanchanaburi-Tha Kilen-Namtok railway station- Hell Fire Pass -River Kwai Resotel mountain Resort in Sai Yok Noi. (Full board)

Day 1.

07:00 am. Depart by car from Bangkok Marriott Spa to Damnoen Saduak floating market via Baan Ampha Wa Resort in Samut Songkram province for the river and canals trip.

08:15am. Short stop at the pier of Baan Ampha Wa resort to take a motorized long boat to explore the simple rural lifestyle, beautiful stilted houses, its

serenity, peaceful people and its natural beauty along the narrow canals to Damnoen Saduak floating market.

09:15am. Upon arrival at the famous floating market, make a short visit to see the colorful clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to the shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up.

10:00am. Continue by car to Tha Kilen death railway station in Kanchanaburi province. Today's visits will be dedicated to the history of the "Death railway" built by the prisoners of war and Asian conscripts during World War II.

11:47am. Board the local train at Tha Kilen railway station via the exciting ride across Wang Pho wooden viaduct, which offers fantastic scenery along the Kwai Noi River to Namtok railway station for lunch at the local restaurant.

14:00pm. After lunch, heading up by car from Namtok railway station to The Hell Fire Pass, a part of the Death Railway cut through the stone-mountain. Trails lead to Hintok- Bridge and Konyu cutting where a plaque commemorates the ordeal of Australian and British Pows who undertook the hazardous work in precarious conditions at the aptly named Pass. The memorial museum intended to honor the Allied prisoners of war and conscripted Asian people.

16:00pm. Take the route by car back to the pier of River Kwai Resotel mountain resort on the bank of River Kwai Noi, transfer by motorized long boat to the Resort.

15:00pm. Arrive at the Resort, after check- in, you can enjoy the swimming pool or massage.

19:00 pm. Dinner is served.

20:00pm. please be ready for Mon dances performance. Overnight at River Kwai Resotel mountain Resort.

Day 2: Resotel Mountain Resort-Jungle raft floating Resort –Kanchanaburi- Bangkok.

08:00 am. After breakfast, then walk down to the mystical Kwai Noi river for a motorized long boat to the Jungle Raft floating resort, where you visit the” Mon village”, located on the bank of the river and enjoy an elephant riding through the bamboo forest. Return back to the Resort by gentle bamboo rafting in the river. Then transfer by motorized long- boat to Resotel pier.

11:00am. Continue by car to Kanchanaburi province.

12:00. Enjoy International Buffet Lunch at the floating restaurant nearby the Bridge over the River Kwai Yai, where you can take a walk over the famous Bridge, constructed by the prisoners of war and the conscripted Asians, and take some pictures. On the way back to Bangkok, short stop at the War cemetery, final resting place for 6,982 allied prisoners of war during the Death Railways’ construction.

17:30pm. Upon arrival at Bangkok Marriott Resort and spa, check- in and enjoy swimming pool or massage at Mandara spa before dinner and overnight at the Resort.

Program 15: Bangkok Marriott Resort & Spa via Samut Songkram-Damnoen Saduak-Kanchanaburi-Tha Kilen railway station-Namtok railwaystation-Hell Fire Pass-Hintok River Camp in Sai Yok Noi (Full Board)

Day 1:

07:00am. Depart by car from Bangkok Marriott Spa to Damnoen Saduak floating market via Baan Ampha Wa Resort in Samut Songkram province for the river and canal trip.

- 08:15am. Short stop at the pier of Baan Ampha Wa Resort to take a motorized long boat to explore the simple rural lifestyle, beautiful stilted houses, its serenity, peaceful people and its natural beauty along the narrow canal to Damnoen Saduak floating market.
- 09:15 am. Upon arrival at the most famous floating market, make a short visit to see the colorful clad merchants at these lively markets paddle along congested canals in sturdy canoes laden with fresh fruits, fast-foods and vegetables to sell to the shoppers on the bank. There is a lot of chatter and activity. This buzzing market is at its best in the early morning before crowds arrive and the heat of the day builds up.
- 10:15 am. Continue by car to Tha Kilen Death Railway Station in Kanchanaburi province. Today's visit will be dedicated to the history of The "Death Railway" built by the prisoners of war and Asian conscripts during World War II.
- 11:45 am. Board the local train at Tha Kilen railway station via the exciting ride across Wang Pho wooden viaduct which offers fantastic scenery along the Kwai Noi River to Namtok railway station and enjoy lunch at the local restaurant nearby.
- 14:00pm. After lunch, heading up the road by car from Namtok railway station to The Hell Fire Pass, a part of the Death Railway cut through the stone - mountain. Trails leads to Hintok Bridge and Konyu cutting where a plaque commemorates the ordeal of Australian and British Pows who undertook the hazardous work in precarious conditions at aptly named Hell Fire Pass. The memorial museum intended to honor the Allied prisoners of war and conscripted Asian people.

16:00 pm. After our visit on foot to Hell Fire Pass and continue by car down to the Hintok River Camp, check-in and then enjoy natural spring water pool or massage or cycling in the village or just relax, before dinner at the camp fire and overnight at the resort.

**Day 2: Hintok River Camp-Kwai Noi River-Jungle Raft Floating Resort
Kanchanaburi-Bangkok Marriott Resort & Spa**

08:00am. After breakfast, start cycling down to Haad Ngiew beach of the Kwai Noi river for a canoeing downriver or exploring the scenery by motorized long boat to The Jungle Raft floating Resort, where you visit the Mon village, located on the bank of the river. Then take a motorized long boat to the Resotel pier to join the car.

11:00 am. Drive back to Kanchanaburi province.

12:00. Enjoy International Buffet Lunch at the floating restaurant nearby the Bridge over the River Kwai Yai, where you can take a walk over the famous Bridge, constructed by the prisoners of war and the conscripted Asians, and take some pictures. On the way back to Bangkok, short stop at Donrak War cemetery, final resting place for 9,982 allied prisoners of war during the Death Railways' construction.

17:30pm. Upon arrival at Bangkok Marriott Resort and Spa, check-in and enjoy later on swimming pool or massage at Mandara spa before dinner and overnight at the Resort.

Program 16: River Kwai - Cruise 4 days and 3 nights upstream (Full Board)

Monday Day 1: Bangkok-Kanchanaburi-Ban Kao

- 07:00 Depart from Bangkok Marriott Resort and spa by coach to Kanchanaburi province via Nakorn Pathom.
- 09:00 am. Short stop to visit Phra Pathom Chedi, which is the largest Chedi(stupa) in Southeast Asia.
- 10:30 am. Visit to Khao Noi Cave Temple is located on the west bank of MaeKlong river. The monastery was constructed on a hill, decorated in the form of Chinese architecture and cultural art. From the top of the monastery observe the beautiful scenery of Kanchanaburi province and its mountainous horizon. Also visit The Tiger Cave Temple nearby, built in the form of Thai cultural architecture, great Buddha image and stupa placed in the temple are respected by all Buddhists.
- 11:30 am. Continue to Kanchanaburi province and visit to JEATH Museum, a realistic depiction of prisoners of war camp with bamboo huts which give an inkling of the grim living conditions and atrocities endured. On display are tools, bombs, photographs, original sketches, testimonies, pictorials and physical memorabilia dating from World War II.
- 12:00 Embark RV River Kwai.
- 13:00 pm. Lunch on board while cruising on Kwai Noi River.
- 14:30 pm. Learn meditation for one hour.
- 15:30 pm. Coffee or tea break
- 16:00 pm. Learn Tai Chi for one hour.
- 17:00 pm. Late afternoon at leisure on the boat.
- 19:30 pm. Dinner and overnight on board.

Tuesday Day 2: Ban Kao-Sai Yok

- 06:30 am. Practice Tai Chi or Meditation
- 08:00 am. Breakfast on board while cruising upriver on the Kwai Noi River to Muang Singh.
- 10:00 am. Go ashore to visit Prasat Muang Singh, historical park with Khmer architecture from the Lopburi period, some 700-800 years ago. The extensive ruins of the temple beside The Kwai Noi River are a potent reminder of the vast expanse of the Khmer empire. The ancient border town of Muang Singh (City of the Lion) probably established as a trading post.
- 11:00 am. Continue by coach to Tha Kilen railway station.
- 11:47 am. Take a 3rd class local train from Tha Kilen railway station to Tham Krasae railway station via the long wooden viaduct situated on the bank of Kwai Noi river.
- 12:02 pm. Arrive at Tham Krasae station and visit to Krasae cave situated on the bank of Kwai Noi river, an excellent view point. The cavern houses a Buddha image and was the prisoners of war's shelter during the construction of the wooden viaduct.
- 12:30 pm. Continue by coach and short stop at Sai Yok Elephant village located right on the river bank, upriver from Wang Pho Bridge. Enjoy half an hour elephant riding through the jungle and along the Kwai Noi river.
- 14:00 pm. Lunch on board while cruising upriver.
- 16:00 pm. Enjoy one hour Traditional Thai Massage. After the massage at leisure.
- 19:00 pm. Dinner on board while cruising upriver to The Resotel Mountain Resort
- 20:00 pm. Upon arrival at The Resotel pier, go ashore to see Mon dances performance. Then back to boat and overnight on board.

Wednesday Day 3: Sai Yok-Sai Yok Yai-Ban Hin Dad

- 6:30 am. Practice Tai Chi and Meditation.
- 7:30 am. Go ashore to visit the Herbal garden and Lava Cave. From the landing a short trail leads to cave which boasts admirable stone draperies and concretions in a large chamber. The stalactites and stalagmites are a spectacular creation by nature.
- 09:00 am. Breakfast on board while cruising upriver to Ban Haad Ngiu.
- 10:30 am. Arrive at Ban Haad Ngiu and continue by coach to Hell Fire Pass, a part of the Death Railway cut through the stone mountain. Trails lead to Hintok Bridge and Konyu Cutting where a plaque commemorates the ordeal of Australian and British Pows who undertook the hazardous work in precarious conditions at the aptly named Pass. The memorial complex intended to honor the Allied prisoners of war and conscripted people from India, Myanmar, Malaysia and other countries who died during the construction of the railways as well as who suffered as a consequence of the hardships. Rejoin the boat at Kaeng Pa Lorm.
- 13:30 pm. Lunch on board while cruising upriver to Sai Yok waterfalls. Afternoon at leisure.
- 15:30 pm. Go ashore to visit a boarding school nearby the bank of Kwai Noi River built under the patronage of H.R.H. Crown Princess Sirindhorn for refugee children.
- 16:30pm. Return to boat and cruising upriver.
- 19:00 pm. Farewell dinner and overnight on board at Daowadueng Bridge.

Thursday Day 4: Ban Hin Dad-Kanchanaburi-Bangkok Marriott Resort & Spa

- 07:00 am. Offering foods to monks (making merit in Buddhist style) at nearby temple.
- 08:30 am. Breakfast on board while cruising upriver.
- 10:00 am. Disembark and return to Kanchanaburi province by coach. Visit Thailand-Burma Railway Center Museum, an interactive museum which provides a remarkable research and information center dedicated to presenting the story of the Burma Railway. Also visit to the Donrak War Cemetery which contains the remains of 6,982 Allied prisoners of war who perished during the construction of the Death Railway. Continue to the world famous bridge over the River Kwai. The sturdy Iron Bridge spanning the River Kwai Yai, which was a crucial part of the Death Railway, was built in some 16 months by Allied prisoners of war and conscripted Asian. The bridge was destroyed in Allied bombing raids towards end of World War II and was later rebuilt by the Japanese as war reparation.
- 13:00 pm. Lunch at River Kwai Restaurant, next to the bridge.
- 14:00 pm. Proceed to Bangkok
- 16:00 pm. Arrive at Bangkok Marriott Resort and spa, check-in and later on enjoy swimming pool or massage at Mandara spa before dinner and overnight at the Resort.

Conclusion

Health Tourism is not one time business. Satisfied customers are good Ambassadors as they share their experience with others. Health tourism Providers should maintain the best service quality also provide the best Health Care, Spa & Massage Centers and Competent Tour Operators in Health Tourism. Golden age tourists are coming from different nations having different cultures and expectations about the quality of service. They will be satisfied only if they received the best service quality from Health Tourism Providers. This research reveals that golden age tourists are expecting more from the skillful providers in Health Tourism. Therefore, strategies are framed to ensure best quality in this direction. In addition, Health Tourism Providers play remarkably the most important role as the Master key in Health Tourism industry to fulfill their wonderful experience, happiness and wellness.

According to A Nouveau concept of Health Tourism in Central Thailand, you will undoubtedly see that you can have a treatment procedure, and a wonderful holiday at the same time, all at less cost that you would have paid for treatment procedure alone in the Overseas. Nevertheless guests are of view nowadays that Central Thailand offers value for money. There is no objection that guests seeking treatment procedure in Central Thailand get more for only a fraction of what it costs back home leaving them with extra money to spend on their favorite leisurely pursuits such as Sightseeing Highlights, Upcountry Excursions, Shopping and Beauty Treatment etc.

Refer to: Dr. Narongsakdi Aungkasuvapala

Directeur-general, Department of Health Service Support

Ministry of Public Health.

E-Magazine-Health Tourism-The Rising Star