สำนักหอสมุดกลาง พระจอมเกล้าลาดกระบัง

โครงการเสนอแนะออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน

" ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร "

HERBAL HEALING CENTRAL PARK



โดย

นางสาวรุ่งนภา มงคลนิตย์

เลขหมู่.....
เลขทะเบียน 45399
วัน, เดือน, ปี 24 ส.ค. 2546

.b.....
.i.....

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตร์บัณฑิต (สถาปัตยกรรมภายใน)
ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ปีการศึกษา ๒๕๔๔–๒๕๔๕

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
อนุมัติให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตร์บัณฑิต
(สถาปัตยกรรมภายใน)

.... คณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
(ผศ.กุลธร เลื่อนฉวี)



คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

ผศ.กุลธร	เลื่อนฉวี	ประธานกรรมการ
อาจารย์ฉัตรชัย	อินทรโชติ	ประธานกรรมการ
อาจารย์พงเพชร	รัตนรามา	กรรมการ
อาจารย์นรินทร์	เลิศอัศวิวัฒน์	กรรมการ
อาจารย์ญานินทร์	รักกางศ์งาน	กรรมการ และ เลขานุการ

.....อาจารย์ที่ปรึกษา
(อาจารย์ ฉัตรชัย อินทรโชติ)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวเรื่องวิทยานิพนธ์	โครงการเสนอแนะการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน "สวนสมุนไพรบำบัด" HERBAL HEALING PARK
ประเภทโครงการ	โครงการเสนอแนะ
ชื่อนักศึกษา	นางสาว รุ่งนภา มงคลนิตย์
รหัส	40025239
ภาควิชา	สถาปัตยกรรมภายใน
คณะ	สถาปัตยกรรมศาสตร์
ปีการศึกษา	2544-2545

บทคัดย่อ

.....

สมุนไพร และการแพทย์พื้นบ้านนั้น เป็นอีกหนึ่งสิ่งที่สามารถบอกเล่าได้ถึงวิถีการดำรงชีวิต , วัฒนธรรมประเพณีในอดีตได้ โดยผ่านภูมิปัญญาการแพทย์ท้องถิ่นนั้นๆ ที่ถูกสั่งสม และถ่ายทอดความรู้มาเป็นเวลานานจากบรรพบุรุษ ซึ่งต่างมีภาษาทางการแพทย์ และเอกลักษณ์ที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่ายิ่งในสังคม แต่ได้ถูกละเลย และถูกทอดทิ้งมานาน นับตั้งแต่วิทยาการแผนใหม่เข้ามามีอิทธิพลต่อชีวิตความเป็นอยู่คนไทย โดยความเป็นจริงแล้ว สิ่งเหล่านี้ควรได้รับการถ่ายทอด และ นำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์มากที่สุดในปัจจุบัน และ รวมไปถึงในอนาคต

ข้อปัญหา

ในปัจจุบันนี้ต่างเริ่มกลับมาให้ความสำคัญ และ สนใจเกี่ยวกับพืชผักสมุนไพร รวมไปถึงการบำบัดรักษาตามหลักวิถีธรรมชาติ แต่ยังขาดแคลนในส่วนการบริการอย่างครบวงจร เช่น ส่วนการบริการการบำบัดรักษา การให้บริการยาสมุนไพร และ ผลิตภัณฑ์พืชผักสมุนไพร และให้ความรู้อย่างถูกต้อง

จุดประสงค์

โครงการ"สวนสมุนไพรบำบัด" จึงเป็นโครงการที่เป็นสถานที่ รวบรวมข้อมูลความรู้ให้บริการ และจัดกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับพืชผักสมุนไพร และ การบำบัดรักษาตามหลักการแพทย์พื้นบ้าน เพื่อส่งเสริม และสนับสนุนในด้านความเข้าใจเกี่ยวกับสมุนไพรอย่างถูกต้อง สนับสนุนการผลิตภัณฑ์พืชผักสมุนไพร รณรงค์ให้หันมาให้ความสำคัญ กับ สิ่งที่มีคุณค่ายิ่งในประเทศ

ลักษณะโครงการ

เป็นการเสนอแนะองค์ประกอบใหม่ในการให้บริการ การจัดแสดง และ กิจกรรมต่างๆ รวมไปถึงการซื้อ – ขาย ผลิตภัณฑ์พืชผักสมุนไพร ให้มีบรรยากาศน่าประทับใจ และสะท้อนถึงคุณค่าของภูมิปัญญา การแพทย์พื้นบ้านโดยเป็นโครง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การที่เป็นศูนย์การในการเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจในเรื่องสมุนไพร และการบำบัดรักษา เพื่อนำมาปรับใช้กับวิถีการดำรงชีวิตในสังคม ซึ่งทั้งหมดนี้จะประกอบไปด้วย องค์ประกอบหลักๆ คือ ส่วนจัดแสดง ส่วนเผยแพร่ความรู้ ส่วนให้บริการด้านการบำบัดรักษา และ การบริการด้านผลิตภัณฑ์พืชผักสมุนไพร ส่วนนันทนาการ ส่วนการศึกษา ลานกิจกรรม และส่วนสำนักงาน โครงการนี้จะเป็นสถานที่ผู้เข้าชมโครงการ เชื่อมโยงเรื่องราวในเรื่องสมุนไพร และ การบำบัดตามหลักการแพทย์พื้นบ้าน ให้สอดคล้องและสัมพันธ์กันเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

อาคาร-ที่ตั้งโครงการ เสนอแนะให้ตั้งโครงการแห่งใหม่ในบริเวณภายในสวนสาธารณะสวนลุมพินี และนำอาคารเสนอแนะมาประกอบกับที่ตั้งโครงการ คือ อาคารธรรมชาติวิทยา เฉลิมพระเกียรติ ดอยสุเทพ,เชียงใหม่

ขอบเขตการศึกษา

1. ศึกษาและวิเคราะห์ ข้อมูลเบื้องต้นอันเป็นปัจจัยสำคัญ ในการนำไปสู่การออกแบบของโครงการ อันได้แก่ การศึกษาโครงการเปรียบเทียบ หน่วยงาน และสายงานบริหาร ,อัตรากำลัง ,ผู้เข้าใช้โครงการ ระเบียบวิธีในการรักษาบำบัด องค์ประกอบของโครงการ และรายละเอียดต่างๆ ภายในโครงการ,พื้นที่สัมพันธ์, อาคารที่ตั้ง รวมทั้ง แนวความคิดในการออกแบบ

2. งานออกแบบหลักในส่วนการจัดแสดง,การให้บริการบำบัด และ การบริการผลิตภัณฑ์พืชผักสมุนไพรเพื่อสุขภาพ,ลานกิจกรรม,ส่วนการบริการการศึกษา รวมทั้งนำเสนอแนวความคิดในการออกแบบภูมิสถาปัตย์ภายในโครงการ ทั้งนี้ได้เสนอการศึกษาดังนี้

- ภาคนิพนธ์ ประกอบด้วย ส่วนนำ ส่วนสารบัญ ส่วนศึกษาองค์ประกอบเบื้องต้นของโครงการ ส่วนเนื้อความสรุปการศึกษา และวิเคราะห์ต่างๆ ภาพถ่ายผลงาน การออกแบบ และ เอกสารอ้างอิง
- Chart of Research and data สรุปข้อมูลโดยสังเขปจากภาควิทยานิพนธ์ เพื่อแสดงถึงขั้นตอนการศึกษาวิเคราะห์ และ นำเข้าสู่การออกแบบ
- ภาคงานออกแบบ ประกอบด้วยผังพื้นอาคาร , รูปตัดในส่วนที่สำคัญ รูปด้านอาคารของโครงการโดยรวมและภาพทัศนียภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

กิตติกรรมประกาศ

ภาคนิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบรูณ์ได้ด้วยความช่วยเหลือของบุคคลหลายท่านด้วยกัน ขอบคุณอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ อาจารย์ ฉัตรชัย อินทรโชติ ซึ่งเป็นอาจารย์ที่กรุณารับเป็นที่ปรึกษาหัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับ นี้ โดยเริ่มจากอาจารย์ ให้แนวทางในการดำเนินการวิจัย , เพิ่มเติมในส่วนที่ยังไม่สมบูรณ์ และ แก้ไขขัดเกลาในส่วนที่ยังบกพร่อง ข้าพเจ้ารู้สึกว่า อาจารย์ได้ให้เวลาอย่างเต็มที่กับภาคนิพนธ์ฉบับนี้

ขอบพระคุณคุณพ่อ คุณแม่และบุคคลในครอบครัว ที่คอยให้กำลังใจ ตลอดช่วงเวลาที่ทำการศึกษามา ณ สถาบันแห่งนี้เป็นอย่างดียิ่ง โดยเฉพาะในช่วงเวลาที่ข้าพเจ้าดำเนินการทำภาคนิพนธ์ในปีสุดท้าย ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ข้าพเจ้ามีความกดดัน และ มีความเครียด มากที่สุด และภาคนิพนธ์ฉบับนี้จะไม่สมบูรณ์ยิ่งถ้าปราศจากข้อมูล และ การเอื้อเฟื้อให้เข้าชมสถานที่จริง จากเจ้าหน้าที่ ซึ่งสังกัดอยู่ ดังต่อไปนี้ กระทรวงสาธารณสุข สถาบันการแพทย์แผนไทย , สุพรหมอาศรม ,อายุรเวทวิทยาลัย ,ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี ,บริษัท แปลน แอสโซซิเอส , คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ,พิพิธภัณฑ์สมุนไพรไทย ,พิพิธภัณฑ์เภสัชกรรมไทย , มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ และท้ายสุดนี้ ขอขอบคุณเป็นอย่างยิ่งสำหรับมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ที่อนุญาตให้นำผังอาคารศูนย์ธรรมชาติวิทยา ดอยสุเทพ มาเป็นอาคารต้นแบบในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ด้วย

ข้าพเจ้ารู้สึกประทับใจ ภาคภูมิใจ และรู้สึกเป็นเกียรติอย่างสูง ที่ได้ร่วมศึกษาในสถาบันแห่งนี้ ตลอดระยะเวลาการศึกษาในคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน จนสำเร็จมาด้วยดี ขอบคุณเพื่อนๆและน้องร่วมสถาบัน พี่น้องร่วมสายรหัส 39 ที่เป็นแรงใจ และ ความร่วมมือจนถึงวันสุดท้ายในการนำเสนอ จนสำเร็จผ่านพ้นไปด้วยดี

นางสาวรุ่งนภา มงคลนิตย์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คำนำ

สมุนไพร เป็น ทรัพยากรล้ำค่าอย่างยิ่งที่อยู่ในสังคม แต่ถูกละเลยและทอดทิ้งเป็นเวลานาน นับตั้งแต่วิทยาการทางการแพทย์ตะวันตก (แผนใหม่) ได้เข้ามามีอิทธิพลต่อคนไทย สมุนไพร และ การแพทย์พื้นบ้านที่เกิดจากการสั่งสมความรู้ ระหว่าง ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน กับวิถีชีวิตของคนไทยในอดีต ได้ถูกมองว่าเป็นศาสตร์ที่ล้าสมัย คนจำนวนมากไม่รู้ และ เคลือบแคลงในสรรพคุณการรักษา เมื่อไม่มีผู้เห็นคุณค่า นับวันสมุนไพรก็ยิ่งร่อยหรอ สูญพันธ์ไปพร้อมกับกาลเวลา ทั้งๆ เป็นสิ่งที่ง่ายต่อการทำนุบำรุงรักษา และ ขยายพันธ์เนื่องจากเป็นพืชที่ปลูกได้ หรือ ไม่ก็สามารถขึ้นเองได้ตามธรรมชาติ

การเสนอแนะโครงการ "ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร" จึงเป็นการเสนอถึงเรื่องราวสมุนไพร ควบคู่กับการบำบัดรักษาโดยวิธีแพทย์พื้นบ้าน ซึ่งเป็นสิ่งที่เคยมีบทบาท และ มีความสัมพันธ์อย่างเหนียวแน่นกับสอดคล้องกับวิถีชีวิตความเป็นอยู่ และ วัฒนธรรมของคนไทยในอดีตเป็นอย่างมาก มาประยุกต์ให้เข้ากับวิถีชีวิตคนเมืองในปัจจุบันที่มีการแก่งแย่ง แข่งขันตลอดเวลา และปล่อยตัวปล่อยใจตามกระแสนิยมทางด้านอุปโภคและบริโภค เพื่อต้องการให้เห็นคุณค่าที่แฝงอยู่ในสิ่งที่มองข้าม เกิดความรู้ความเข้าใจอย่างถูกต้องเกี่ยวกับ สมุนไพร และการบำบัดรักษาด้วยวิธีการแพทย์พื้นบ้าน รวมไปถึงสรรพคุณการรักษาด้วย อันจะส่งผลต่อเนื่องสู่ การร่วมรณรงค์ พัฒนาสมุนไพร และ การแพทย์พื้นบ้านให้อยู่ภายใต้จิตสำนึกของคนไทยสืบไป

การจัดทำวิทยานิพนธ์ครั้งนี้ สุดท้ายอาจจะไม่เป็นไปตามที่คาดหวังไว้แต่ตอนต้น แต่หวังเป็นอย่างยิ่งว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จะเป็นประโยชน์แก่ผู้อ่านอยู่บ้าง และหากวิทยานิพนธ์ไม่สมบูรณ์ตามที่ผู้อ่านได้ตั้งใจ ก็ขอยอมรับข้อผิดพลาดทุกประการ ขออภัยมาไว้ ณ ที่นี้

ขอบคุณ

นางสาว รุ่งนภา มงคลนิตย์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ

บทคัดย่อ **หน้า**

กิตติกรรมประกาศ

คำนำ

สารบัญ

สารบัญภาพประกอบ

บทที่ 1 บทนำ

1.1 ความสำคัญ, ความเป็นมาของโครงการ และ องค์กรที่รองรับ 1

1.2 เหตุผลสนับสนุนโครงการ 3

1.3 วัตถุประสงค์ของโครงการ 4

1.4 กลุ่มเป้าหมายของโครงการ 7

1.5 ที่มาของที่ตั้ง และ อาคารของโครงการ 8

1.5.1 การเลือกทำเลที่ตั้ง 8

- ลักษณะพึงประสงค์ในการเลือกทำเลที่ตั้งโครงการ
- วิเคราะห์ - สรุป ทำเลที่ตั้งของโครงการ

1.5.2 การเลือกผังบริเวณอาคารในโครงการ 11

- ลักษณะพึงประสงค์ในการเลือกผังบริเวณอาคารในโครงการ
- วิเคราะห์ - สรุปผังบริเวณอาคารในโครงการ

1.5.3 การเลือกอาคารประกอบโครงการ 15

- ลักษณะพึงประสงค์ในการเลือกอาคารประกอบโครงการ
- วิเคราะห์ - สรุป อาคารประกอบโครงการ

1.6 วิเคราะห์สภาพแวดล้อมโดยรอบโครงการ 19

1.6.1 ลักษณะจราจร และ การเข้าถึงภายในโครงการ 19

1.6.2 ทิศทางแสงแดด – ลม 22

1.6.3 องค์ประกอบแวดล้อมโดยรอบ 22

1.7 ขอบเขตวิทยาวิทยานิพนธ์ 23

บทที่ 2 ข้อมูลทั่วไปในการศึกษาของโครงการ

2.1 การศึกษาถึงประวัติความเป็นมา สวนสมุนไพรบำบัด 25

2.1.1 สมุนไพรคืออะไร 25

- ประเภทของสมุนไพรและ ผักพื้นบ้าน
- ความสำคัญของสมุนไพร และ ผักพื้นบ้าน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1.2 ผักพื้นบ้านคืออะไร 27

- คุณค่าของผักพื้นบ้าน

2.1.3 การแพทย์พื้นถิ่น 27

- การแพทย์แผนไทย
- การแพทย์พื้นบ้าน
- หมอแผนโบราณ
- การแพทย์ธรรมชาติบำบัด
- โยคะเพื่อดูแลสุขภาพ
- อายุรเวท

2.1.4 ทิศทางของการผสมผสานระหว่างสมุนไพร กับการบัด 30

- สถานภาพปัจจุบัน 30

2.2 การศึกษากลุ่มเป้าหมาย 31

2.2.1 ลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย 31

2.2.2 พฤติกรรมการใช้บริการด้านสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย 33

2.2.3 ความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย 34

2.2.4 คาดคะเนอนาคตของโครงการ 35

2.3 การศึกษาข้อมูลพื้นฐานประกอบโครงการ 39

2.3.1 อายุรเวทวิทยาลัย 40

2.3.2 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 43

2.3.3 ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี 48

2.3.4 กรมการแพทย์แผนไทย 53

2.4 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนการนวดบำบัด 54

2.4.1 อายุรเวทวิทยาลัย 55

2.4.2 ศูนย์รโหฐราชาโยคะ 61

2.4.3 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 62

2.4.4 ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี 64

2.4.5 สุพรหมอาศรม 67

2.5 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนการฝึกโยคะ 70

2.5.1 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 71

2.5.2 ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี 73

2.5.3 ศูนย์รโหฐราชาโยคะ 74

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนการอาบ – อบไอน้ำสมุนไพร 75
2.6.1 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 76
2.6.2 อายุรเวทวิทยาลัย 78
2.6.3 ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี 81
2.7 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ 82
2.7.1 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 83
2.7.2 วาสุเทพอาศรม 85
2.7.3 ร้านพลังบุญ 86
2.7.4 ร้านเลมอนฟาร์ม 87
2.8 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ 90
2.8.1 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 91
2.8.2 ร้านเลมอนฟาร์ม 93
2.9 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการในส่วนห้องสมุด 94
2.9.1 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ 95
2.9.2 อายุรเวทวิทยาลัย 99

บทที่ 3 ข้อมูลเฉพาะองค์ประกอบของโครงการ

3.1 ลักษณะการให้บริการของโครงการ 100
3.1.1 ส่วนบริการสาธารณะ 100
3.1.2 ส่วนบริการเฉพาะ 103
3.1.3 ส่วนสำนักงาน 105
3.2 สรุปการทำรายละเอียดประกอบโครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน 108

บทที่ 4 พฤติกรรม และ ผู้ใช้อาคาร

4.1 ประเภทของผู้ใช้โครงการ 113
4.2 ผู้ให้บริการ 113
4.2.1 ลักษณะการดำเนินการภายในโครงการ 114
- หน่วยบริหารภายในโครงการ
- การแบ่งหน้าที่และอัตรากำลังของเจ้าหน้าที่

4.2.2 พฤติกรรมในส่วนการบริการด้านต่างๆ 115
4.2.3 อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมของผู้ให้บริการ 115
- กรณีศึกษาเรื่ององค์กรการบริหาร
- สายงานการบริหารภายในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.3 ผู้รับบริการ 133
4.3.1 ตารางสรุปพฤติกรรมการใช้พื้นที่ของผู้ให้บริการ และผู้รับบริการ 133

บทที่ 5 ระบบสภาพแวดล้อมภายในโครงการ

5.1 ระบบแสงสว่าง 144
5.1.1 ส่วนการจัดนิทรรศการ 144
5.1.2 ส่วนการให้บริการการบำบัด 144
5.1.3 ส่วนห้องสมุด 144
5.1.4 ส่วนร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ 145
5.1.5 ส่วนห้องบรรยาย และ ห้องสัมมนา 146
5.1.6 ไฟฟ้า แสงสว่างสำรอง และฉุกเฉิน 146
5.2 ระบบเสียง และการควบคุม 147
5.3 ระบบปรับอากาศ 147
5.4 ระบบรักษาความปลอดภัย 147
5.5 จิตวิทยาในการออกแบบ 148

บทที่ 6 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเข้าสู่การออกแบบ

6.1 วงกลมสัมพันธ์ (Bubble Diagram) 151
6.2 หน้าที่สัมพันธ์ (Functional Diagram) 152
6.3 ผังสัมพันธ์ (Zoning) 153
6.4 แนวความคิดในการออกแบบ 155

บทที่ 7 สรุปแนวความคิด และรายละเอียดการออกแบบ

7.1 รายละเอียดแผนผังการออกแบบ 175
7.2 รายละเอียดรูปด้านของการออกแบบ 177
7.3 รายละเอียดการออกแบบทัศนียภาพในส่วนต่าง ๆ ของโครงการ 178

ส่วนบริการ

- ส่วนโถงประชาสัมพันธ์
- ส่วนพักคอย
- ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ
- ส่วนนิทรรศการชั่วคราว
- ส่วนห้องสมุด
- ส่วนร้านค้าสินค้าเพื่อสุขภาพ
- ส่วนโถงการบำบัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ส่วนพักผ่อน (ล็อกเกอร์ หญิง)ส่วนลานกิจกรรม)
- ส่วนห้องบำบัด

ภาคผนวก

- เทคนิคการอาบน้ำเพื่อใช้ในการบำบัด
- การประคบสมุนไพร
- การทับหม้อเกลือ
- การแตกต่างของการนวดแบบทั่วไปกับแบบราชสำนัก
- สรุปแนวคิดและทิศทางในการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพ ในช่วงแผนพัฒนาสุขภาพ 2545-2549



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 1 บทนำ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.1 ความสำคัญ ความเป็นมาของโครงการ

สมุนไพร เป็นภูมิปัญญาพื้นถิ่น เป็นศาสตร์และศิลปะแห่งการใช้พลังธรรมชาติ และ การอยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างเกื้อกูลในการดูแลรักษาสุขภาพร่างกายให้สมบูรณ์แข็งแรงอยู่เสมอ เกิดจากการสั่งสมระเบียบวิธีกรรม, การถ่ายทอด และเรียนรู้จากประสบการณ์ และ ความเคยชินในการเลือกสรร,เก็บเกี่ยว,ปรุงเพื่อนำมาใช้เป็นอาหาร,ยา เพื่อส่งเสริมสุขภาพร่างกาย เช่น แกงเลียง เป็นอาหารรักษาไข้หัวลม ,แกงส้ม ดอกแค ,น้ำพริกผักจิ้มตามฤดูกาล เพื่อปรับธาตุภายในให้สมดุลกับธาตุภายนอก โดยการผสมผสานกับการแพทย์พื้นบ้านนั้นๆ และวิถีชีวิต,วัฒนธรรมประเพณีที่สอดคล้องเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน โดยมีภาษาและเอกลักษณ์ที่แตกต่างกันออกไป อันเนื่องจากลักษณะภูมิประเทศ,วิถีชีวิตความเป็นอยู่,ความเชื่อ และ ศาสนา ทำให้การถ่ายทอดองค์ความรู้ในเรื่องการบำบัดรักษา

ระเบียบวิธีการเริ่มสูญหายไปบ้าง จากการพัฒนาอย่างรวดเร็วของการแพทย์สมัยใหม่ที่เริ่มเข้ามามีอิทธิพลมากขึ้นในประเทศทางตะวันออก ทำให้องค์ความรู้ต่างๆ ที่เคยสั่งสมมาจากบรรพบุรุษ เรื่องการบำบัดรักษาถูกละเลย และลดค่าความสำคัญลงโดยขาดแหล่งความรู้ และให้ความเข้าใจอย่างจริงจัง และถ่องแท้ถึง วิธีการการบำบัด และคุณค่าต่างๆ ของสมุนไพร ซึ่งดูเหมือนเป็นค่านิยมที่ล้าสมัย และ ขาดการให้ความสนใจของวิถีชีวิตในสังคมเมือง หากแต่ว่าเป็นสิ่งที่ทั้งภาครัฐ และ ภาคเอกชน ควรให้ความสำคัญ และ ความใส่ใจที่จะส่งเสริม พัฒนาสุขภาพแก่ประชาชนอย่างสมบูรณ์ โดยปรับเข้ากับวิถีชีวิตการดำรงอยู่ของประชาชนในสังคมเมือง เสมือนเป็นสวัสดิการที่ดีให้แก่สังคม อันยังผลประโยชน์ที่ดีทั้งประชาชน และ ประเทศชาติ

ในสังคมเมืองปัจจุบัน การบริการสุขภาพมีความหลากหลาย โดยส่วนใหญ่นั้น เป็นการบำบัดรักษาด้วยวิธีแนวทางตะวันตก หรือ การแพทย์สมัยใหม่ หากแต่ว่าการนำเข้าสู่การบำบัดด้วยวิธีธรรมชาตินี้ ควรจะอยู่ในความดูแลเป็นอย่างดีจากรัฐบาล และควรให้การสนับสนุนเป็นอย่างดีในทุกๆ ด้าน เพื่อทำให้วิถีการบำบัดมีประสิทธิภาพที่ดีขึ้น รองรับกับจำนวนประชากรที่เพิ่มมากขึ้น ดังนั้น โครงการเสนอแนะ “สวนสุขภาพสวนสมุนไพร “นั้นจึงถือว่ามีส่วนสนับสนุน และส่งเสริมการออกกำลังกาย และ การบำบัดด้วยวิธีธรรมชาติ แก่คนกรุง ที่อาศัยอยู่ภายในเมืองหลวง ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หน่วยงานที่รองรับและร่วมประสานงานในโครงการ

ด้านเวชกรรม

หน่วยงาน	หน้าที่ในการประสานงาน
1.กระทรวงสาธารณสุข ,โรงเรียนอายุรเวทวิทยาลัย 2.อายุรเวทวิทยาลัย 3.ศูนย์ข้อมูลสมุนไพร มหาวิทยาลัยมหิดล 4.สถาบันการแพทย์แผนไทยกระทรวงสาธารณสุข 5.มูลนิธิสาธารณสุขกับการพัฒนา (โครงการฟื้นฟูการนวดไทย) 6.มูลนิธิหมอชาวบ้าน	■ ตรวจสอบ และปรับปรุงการแพทย์แผนไทย ■ สังคายนาความรู้การแพทย์แผนไทย ■ ด้านข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพร และ การบำบัดรักษา ■ การประสานนโยบาย และ แผนงานด้านการแพทย์แผนไทย ■ ด้านการประชาสัมพันธ์ด้านการแพทย์แผนไทย ■ เผยแพร่หลักการพึ่งตนเองโดยการนวดไทยแทนการใช้ยาปฏิชีวนะ ■ ส่งเสริมและสนับสนุนการค้นคว้าวิจัยทางการแพทย์ที่เหมาะสมสำหรับชาวบ้าน ■ ส่งเสริมและสนับสนุนการดำเนินงานด้านสาธารณสุขเพื่อให้ประชาชนสามารถดูแลรักษาตนเองและครอบครัวได้

ด้านเภสัชกรรม

หน่วยงาน	หน้าที่ในการประสานงาน
1.สำนักงานคณะกรรมกระทรวงสาธารณสุข สำนัก งานปลัดกระทรวงสาธารณสุข 2.กองวิจัยและพัฒนาสมุนไพร กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ 3.โครงการสมุนไพรเพื่อการพึ่งพาตนเอง 4.โครงการประสานงานพัฒนาเครือข่ายสมุนไพร	■ พัฒนารูปแบบของการนำยาสมุนไพร ยาโบราณ และทรัพยากรที่เกี่ยวข้องให้เกิดประโยชน์ ■ สนับสนุนทางด้านสวนสมุนไพรเพื่อรวบรวมพันธุ์ ■ ผลิตและประสานการผลิตยาสมุนไพรสำเร็จรูป และอาหารธรรมชาติ ■ สร้างเครือข่ายวัตถุดิบสมุนไพร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.2. เหตุผลสนับสนุนโครงการ

เหตุผลทางนโยบาย

1. สนับแผนพัฒนาเศรษฐกิจ ฉบับที่ 8 (พ.ศ. 2540-2544)
2. พระราชบัญญัติคุ้มครองและส่งเสริมภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย พ.ศ. 2542
3. แผนพัฒนาสาธารณสุขแห่งชาติ ฉบับที่ 4-8

เหตุผลทางด้านเศรษฐกิจ

1. เพื่อกระจายรายได้ไปสู่ครอบครัวไทยในชนบทในมีรายได้ตามหลักเศรษฐกิจเพียงพอ
2. เพื่อส่งเสริมให้นำทรัพยากรที่มีคุณค่ายิ่งมาทำให้เกิดประโยชน์สูงสุด
3. เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนมาตรฐานการผลิตยาสมุนไพร ให้เป็นที่ยอมรับของชาวต่างชาติ

เหตุผลทางด้านวัฒนธรรม

1. รณรงค์ให้คนไทยเห็นคุณค่าและความสำคัญของวัฒนธรรม ,ภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้านของไทย

เหตุผลในการเลือกโครงการ

1. เป็นโครงการที่ส่งเสริมความรู้ ความเข้าใจให้แก่ประชาชน ในด้านการป้องกัน และการบำบัดรักษาตามวิถีธรรมชาติ โดยประยุกต์เข้ากับสภาพสังคมไทยในปัจจุบัน
2. เป็นโครงการที่ส่งเสริมและปลูกฝังค่านิยมในการใช้สมุนไพรในการบำบัด และ รักษาด้วยตัวเองตามระเบียบวิถีการแพทย์พื้นถิ่น
3. เพื่อยกระดับคุณภาพมาตรฐานของการแพทย์พื้นถิ่นให้มีบทบาทมากขึ้นในสังคมไทย โดยเฉพาะการแพทย์แผนไทย
4. เล็งเห็นประโยชน์มหาศาลในการนำสมุนไพรมาใช้แทนการใช้ยาแผนปัจจุบัน ,ยาปฏิชีวนะ เพื่อลดต้นทุนการนำเข้ายาแผนปัจจุบันจากต่างประเทศ ที่ส่งผลกระทบต่อเศรษฐกิจไทยในปัจจุบัน
5. เล็งเห็นว่าการแพทย์แผนไทยมีแนวโน้มว่าจะกลับมามีบทบาทอีกครั้งในสังคมตามแผน
6. พัฒนาสาธารณสุขทั่วโลกส่วนใหญ่แสดงให้เห็นว่าระบบการแพทย์แผนปัจจุบันไม่สามารถแก้ไขปัญหาได้ทั้งหมดโดยจัดเป็นสถานที่จัดจำหน่าย สมุนไพรไทย มีส่วนร่วมในการพัฒนาการแพทย์แผนไทย,การใช้ยาสมุนไพรที่เอกชนผลิต,สนับสนุนวิชาชีพหมอพื้นบ้าน และหมอโบราณด้วยการเปิดบริการการแพทย์แผนไทยทั้งภาครัฐบาล และ เอกชน หวังพึ่งวัตถุดิบภายในประเทศเพื่อกระจายรายได้สู่ภาคเกษตรกรรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. ประชาชนมีคุณภาพดีขึ้นจากการปฏิบัติตามแนวธรรมชาติบำบัด ตั้งแต่การรู้จักเลือกรับประทานอาหารอย่างถูกต้อง มีการออกกำลังกายอย่างเพียงพอ และวิธีการปรับสมดุลของกายและใจ
2. ช่วยแก้ปัญหา การแพทย์แผนสมัยใหม่ที่ไม่สามารถรักษาโรคเรื้อรัง เพราะสารตกค้างจากยาปฏิชีวนะ ซึ่งสามารถบรรเทา บำบัดให้หายได้ตามหลักปฏิบัติแนวธรรมชาติบำบัด
3. เป็นสถานที่สังสรรค์ สร้างความสัมพันธ์ แลกเปลี่ยนความคิดต่างๆ ในวิถีการดูแลรักษาตัวเองตามแบบธรรมชาติ เพื่อพัฒนาสุขภาพทางจิตใจของคนในสังคมให้มีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และเสริมสร้างความเข้าใจซึ่งกันและกันให้แก่สังคม ทำให้คนในสังคมมีประสิทธิภาพ
4. บุคคลทั่วไปหันมาให้ความสนใจ และมีทัศนคติที่ดีขึ้นต่อภูมิปัญญาการแพทย์พื้นบ้าน และเลือกใช้สมุนไพร แทนการรักษาด้วยยาปฏิชีวนะ
5. ช่วยลดภาระและเพิ่มรายได้แก่ชุมชน โดยการสร้างงานและกระจายรายได้ให้แก่ครอบครัวไทยในชนบท เพื่อเกิดเงินตราหมุนเวียนภายในประเทศมากขึ้น

1.3 วัตถุประสงค์ของโครงการ

<u>ด้านสังคม</u>

1. ส่งเสริมและสนับสนุนการใช้สมุนไพรที่มีอยู่ภายในประเทศให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกับสมุนไพรอย่างถูกต้อง
2. ส่งเสริมสุขภาพพลานามัยแก่บุคคลทั่วไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ
3. รณรงค์ให้ประชาชนหันมานิยมการบริโภคอาหารสดจากธรรมชาติมากขึ้นโดยการเป็นศูนย์รวมผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
4. สร้างทัศนคติต่อการบริการด้านการแพทย์พื้นบ้านให้มีความเข้าใจและเห็นความสำคัญโดยสามารถนำหลักการแพทย์มาประยุต์ให้เข้ากับวิถีการดำรงชีวิตของคนเมือง

<u>ด้านเศรษฐกิจ</u>

1. ส่งเสริมการนำสมุนไพรมาใช้ร่วมกับการบำบัดโดยวิธีการแพทย์พื้นถิ่นที่เน้นวิธีการบำบัดตัวเองอย่างง่ายโดยอาศัยธรรมชาติ
2. ส่งเสริมการท่องเที่ยวที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่บุคคลทั่วไป และ มีสภาพแวดล้อมที่สวยงาม
3. ส่งเสริมเศรษฐกิจของครอบครัวไทยในชนบทให้มีรายได้เสริมสอดคล้องกับหลักการพระราชดำริ เศรษฐกิจเพียงพอ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ด้านสิ่งแวดล้อม

1. เป็นแหล่งพักผ่อนหย่อนใจให้แก่บุคคลทั่วไปและส่งเสริมบรรยากาศ,สภาพแวดล้อมโดยรวม
2. พัฒนาที่ดินให้เกิดประโยชน์สูงสุด

ตารางเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างวัตถุประสงค์ กิจกรรม และองค์ประกอบภายในโครงการ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	องค์ประกอบ
ด้านสังคม 1. ส่งเสริมและสนับสนุนการใช้สมุนไพรที่มีอยู่ภายในประเทศให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยให้ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกับสมุนไพรอย่างถูกต้อง	■ จัดสัมมนา/อบรม -Indoor -Outdoor ■ สาธิตกระบวนการเก็บเกี่ยวผลผลิต,การบำบัดรักษาโดยวิทยากร	Indoor -**ห้องสัมมนา/ฟ้องประชุม** -**ห้องสมุด** -**ส่วนจัดนิทรรศการ** Outdoor -**สวนป่าสมุนไพร** -**ส่วนจัดนิทรรศการ**
2. ส่งเสริมสุขภาพพลานามัยแก่บุคคลทั่วไปทั้งด้านร่างกายและจิตใจ	■ สถานที่ออกกำลังกาย -Indoor -Outdoor	Indoor -**สถานที่ออกกำลังกายในร่ม** Outdoor -**ลานกิจกรรมกลางแจ้ง**
3.รณรงค์ให้ประชาชนหันมานิยมการบริโภคอาหารสดจากธรรมชาติมากขึ้นโดยการเป็นศูนย์รวมผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ	■ จัดจำหน่ายเครื่องอุปโภคบริโภคที่เป็นผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรธรรมชาติ	-**ร้านค้าจำหน่ายเฉพาะผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ** -**ร้านอาหารปลอดสารพิษ** -**ส่วนจัดนิทรรศการ**

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

<u>ด้านเศรษฐกิจ</u> 1. ส่งเสริมการนำสมุนไพรมาใช้ร่วมกับการบำบัดโดยวิธีการแพทย์พื้นถิ่นที่เน้นวิธีการบำบัดตัวเองอย่างง่ายโดยอาศัยธรรมชาติ	**โครงการศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร** ■ ธรรมชาติบำบัด (ผู้ป่วยที่มีอาการเรื้อรัง) -หลักอายุรเวท 1. ตรวจร่างกาย 2. การบำบัด 2.1 การบำบัดแบบศมนะ (การควบคุมอารมณ์) -การขับถ่าย -การใช้แสงอาทิตย์ -การอาบแดด -การออกกำลังกาย 2.2 การบำบัดแบบโศธนะ (วิธีการทำให้สะอาดบริสุทธิ์) -การทำให้อาเจียน -การถ่ายท้อง -การสวนอุจจาระ 3.การฝึกสมาธิ ■ ธรรมชาติบำบัด -การนวด 1.1 แบบไทย -นวดเชลยศักดิ์ -นวดพระราชสำนัก 1.2แบบตะวันตก -การประคบสมุนไพร -การอาบน้ำสมุนไพร -การอบแบบสมุนไพร -การใช้น้ำร้อน,น้ำเย็น	■ **ห้องวินิจฉัยอาการ** -หลักการกายภาพบำบัด (Osteopathy) -ห้อง x-ray ■ **ลานกลางแจ้ง** ■ **ห้องธาตุบำบัด** ■ **ห้องปฏิบัติสมาธิ** (Meditation room) ■ **ลานฝึกโยคะ** ■ **ห้องนวด** ■ **ห้องประคบสมุนไพร** ■ **ห้องอาบน้ำ** ■ **ห้องอบตัว**

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. ส่งเสริมการท่องเที่ยวที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่บุคคลทั่วไป และ มีสภาพแวดล้อมที่สวยงามทั่วไป และมีสภาพแวดล้อมที่สวยงาม	■ เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ และท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ธรรมชาติ	■ **สวนสมุนไพร**
3.ส่งเสริมเศรษฐกิจของครอบครัวไทยในชนบทในมีรายได้เสริมสอดคล้องกับหลักการพระราชดำริเศรษฐกิจเพียงพอ	■ เป็นสถานที่รวบรวมและจำหน่าย ยาสมุนไพรอย่างถูกต้อง	■ **คลังจำหน่ายยาสมุนไพร**
<u>ด้านสิ่งแวดล้อม</u> 1.เป็นแหล่งพักผ่อนหย่อนใจให้แก่ประชาชน และ สิ่งแวดล้อม	■ ลานกิจกรรมกลางแจ้ง ■ สวนสาธารณะ	■ **สวนสมุนไพร**
2.พัฒนาที่ดินให้เกิดประโยชน์		

1.4 กลุ่มเป้าหมายของโครงการ

ในปัจจุบันเราจะพบว่ามีหลายปัจจัยที่ทำให้กลุ่มคนทำงาน ในตัวเมืองใหญ่ๆ อย่าง กรุงเทพ ฯ เกิดปัญหาเรื่องสุขภาพมากขึ้น ซึ่งเกิดจากพฤติกรรมการดำรงชีวิตประจำวันที่เปลี่ยนไปตามกาลเวลา ดังนั้นกลุ่มเป้าหมายของโครงการจึงเน้นไปที่กลุ่มคนทำงานในตัวเมือง (กรุงเทพฯ) ที่มีแนวโน้มที่จะเกิดปัญหาเรื่องสุขภาพ โดยแบ่งเป็นประเภทต่างๆ คือ



ภาพ กลุ่มคนที่ทำงานอยู่ในตัวเมืองหลวง

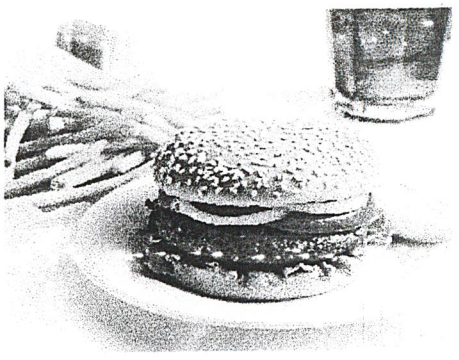


ภาพ กลุ่มคนที่มีปัญหา ความเครียดจากการทำงาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพ กลุ่มคนที่มีปัญหาความเครียดจากเพื่อนร่วมงาน/ปัญหาทางบ้าน



ภาพ กลุ่มคนที่มีปัญหาจากอาหารการกินในชีวิตประจำวัน



ภาพ กลุ่มคนที่ไม่มีเวลาดูแลสุขภาพมากนัก

1.5 ที่มาที่ตั้ง และอาคารของโครงการ

1.5.1 การเลือกทำเลที่ตั้ง

โครงการเสนอแนะ "ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร " เป็นโครงการ ที่ตอบสนองพฤติกรรม และ กิจกรรมของผู้ใช้บริการหลากหลายช่วงอายุ โดยมุ่งเน้นไปที่ กลุ่มคนทำงาน นักธุรกิจ ผู้ที่รัก และ สนใจในสุขภาพเป็นพิเศษ ดังนั้นทำเลที่ตั้งของโครงการที่สามารถตอบรับกับกลุ่มผู้ใช้บริการที่เหมาะสมที่สุด ควรจะเป็นบริเวณ **ชุมชนเมืองในกรุงเทพมหานคร** เพราะเป็นจังหวัดที่เป็นชุมชนเมือง มีจำนวนประชากร เฉลี่ยอายุระหว่าง 25 -60ปี อาศัย อยู่หนาแน่นที่สุด จึงพิจารณาเลือก บริเวณที่สามารถตอบสนองต่อจุดประสงค์ดังกล่าว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะพึงประสงค์ของทำเลที่ตั้ง

1. เป็นบริเวณที่มีบริษัท สำนักงาน (Office) รวมกลุ่มกันอย่างหนาแน่น
2. มีการคมนาคมสะดวก และง่าย ต่อการเข้ารับบริการ
3. บริการที่ใกล้เคียงกับสถานที่ท่องเที่ยว หรือ สถานที่พัก ของชาวต่างประเทศ
4. ใกล้กับหน่วยงาน ประสานงานที่เกี่ยวข้องกับศูนย์
5. มีทัศนียภาพโดยรอบ ที่ดี เข้ากับสภาพแวดล้อมที่เป็นธรรมชาติ
6. เป็นบริเวณที่มีการบริการทางด้าน สาธารณูปโภค และ สาธารณูปการสูง
7. ต้องการพื้นที่ส่วนของ ส่วนสมุนไพร

เหตุผลสนับสนุนโครงการ

1. ตาม **พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ** มีความต้องการให้ทุชุมชน ทุหมู่บ้าน มีสวนสุขภาพ ,ที่คนในระแวกนั้นได้เข้าใช้บริการ
2. **การปฏิรูปสุขภาพแห่งชาติ** ทางกระทรวงสาธารณสุขต้องการให้ทุกหน่วยงาน จัดเวลา และสิ่งอำนวยความสะดวกแก่พนักงานเพื่อไปออกกำลังกายตามสวนสาธารณะ
3. **นโยบายภายในสวนลุมพินี** ที่ต้องการให้จัดตั้งส่วนบริการนวดบำบัดขึ้น เพื่อลดปัญหาการแอบใช้พื้นที่ภายในสวนสาธารณะในการแสวงหาผลกำไรส่วนบุคคล

วิเคราะห์-สรุปทำเลที่ตั้ง ของ โครงการ

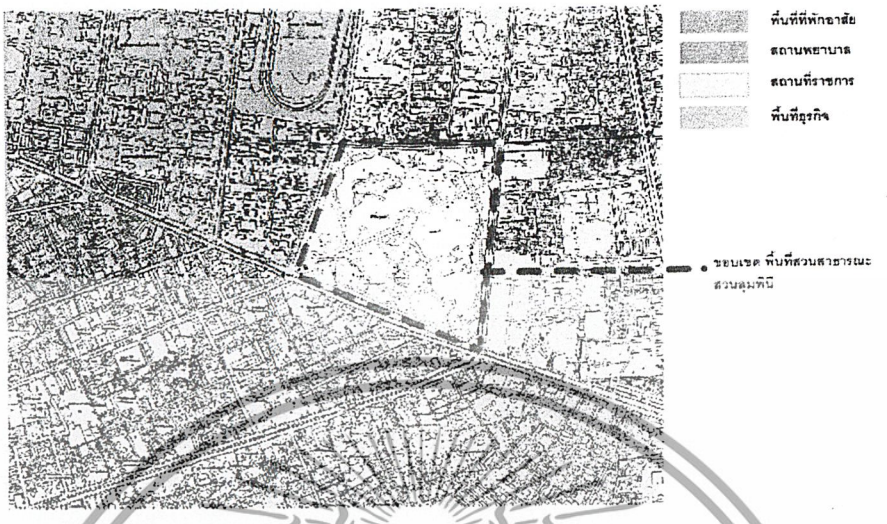
เนื่องด้วยบริเวณโครงการประกอบไปด้วยส่วน สวนสมุนไพร ที่ต้องการบริเวณในการ ปลูกพืชสมุนไพร และ รวบรวมพันธุ์พืชต่างๆ สมุนไพร ดังนั้น จึงแนะนำให้โครงการตั้งอยู่ภายในสวนสาธารณะ เพื่อ สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการ และเพื่อเป็นการ ส่งเสริมกิจกรรมใหม่ๆ ที่น่าสนใจให้แก่ประชาชน ได้ใช้ ประโยชน์ได้อย่างเต็มที่

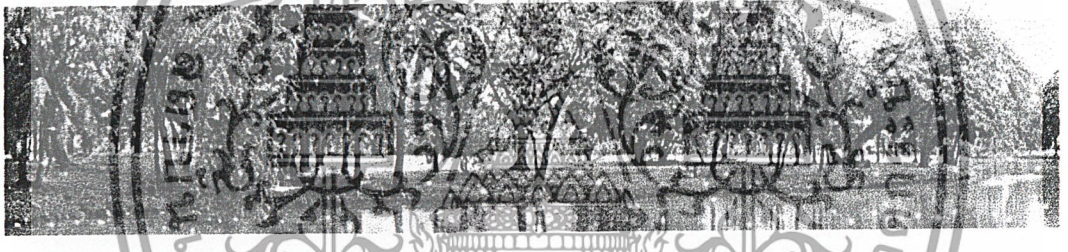
ซึ่งเมื่อเปรียบเทียบโดยรวมแล้ว ควรจะมีกิจกรรมพิเศษที่เพิ่มเติมภายใน ส่วน สวนสาธารณะ นอกจาก เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจเช่นการนวด ร้านค้าเพื่อสุขภาพ เป็นต้น แต่ควรมีการรณรงค์ และ ร่วมสนับสนุน,ปลูกจิตสำนึกในการรักสุขภาพ และขณะเดียวกัน ก็ไม่ควรลืม สภาพแวดล้อมที่เราต้องพึ่งพา และอาศัย และมีความสัมพันธ์กับมนุษย์ โดยเฉพาะ ในสังคมเมืองที่ขาดพื้นที่สีเขียว หรือปอดของเมือง (Green City park)

ดังนั้นที่ตั้งของโครงการจึงเหมาะสมที่ตั้งอยู่ในสวนสาธารณะบริเวณใจกลางเมืองกรุงเทพ ฯ ซึ่งจะพบว่า สวนลุมพินี เป็นสวนสาธารณะที่ได้รับความนิยมมากที่สุดจากคนกรุงเทพฯ โดยองค์ ประกอบและ กิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในก็สอดคล้อง กับวัตถุประสงค์ของโครงการที่เน้นส่งเสริมการพัฒนาของสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพที่ 1.6 แสดงตำแหน่งที่ตั้งบริเวณโดยรอบ สวนสาธารณะสวนลุมพินี





ภาพ แสดงทัศนียภาพบริเวณภายในสวนลุมพินี



ภาพ ทัศนียภาพบริเวณลานออกกำลังกายคนเมือง

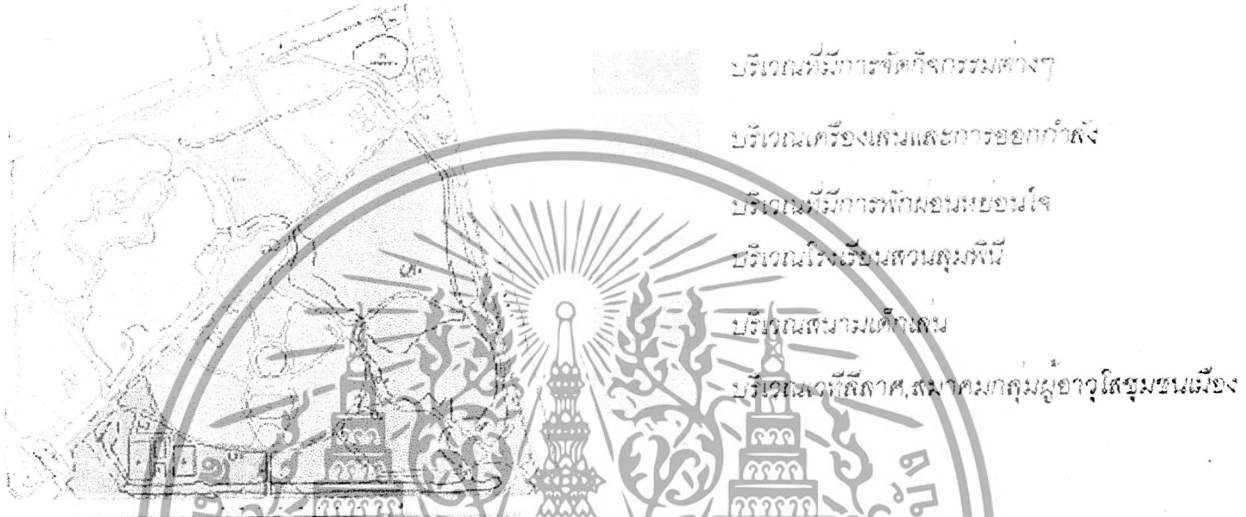


ภาพ บรรยากาศน่าพักผ่อนภายใน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.5.2. การเลือกผังบริเวณอาคารในโครงการ

การพิจารณาเลือกผังบริเวณอาคารในโครงการ
บริเวณภายในสวนสาธารณะสวนลุมพินี ประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลายส่วนด้วยกัน โดยส่วนต่างๆ ภายในโดยสามารถแยกวิเคราะห์กิจกรรมเป็นบริเวณต่างๆ ดังนี้



ภาพแสดงการแบ่งบริเวณกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในสวนลุม

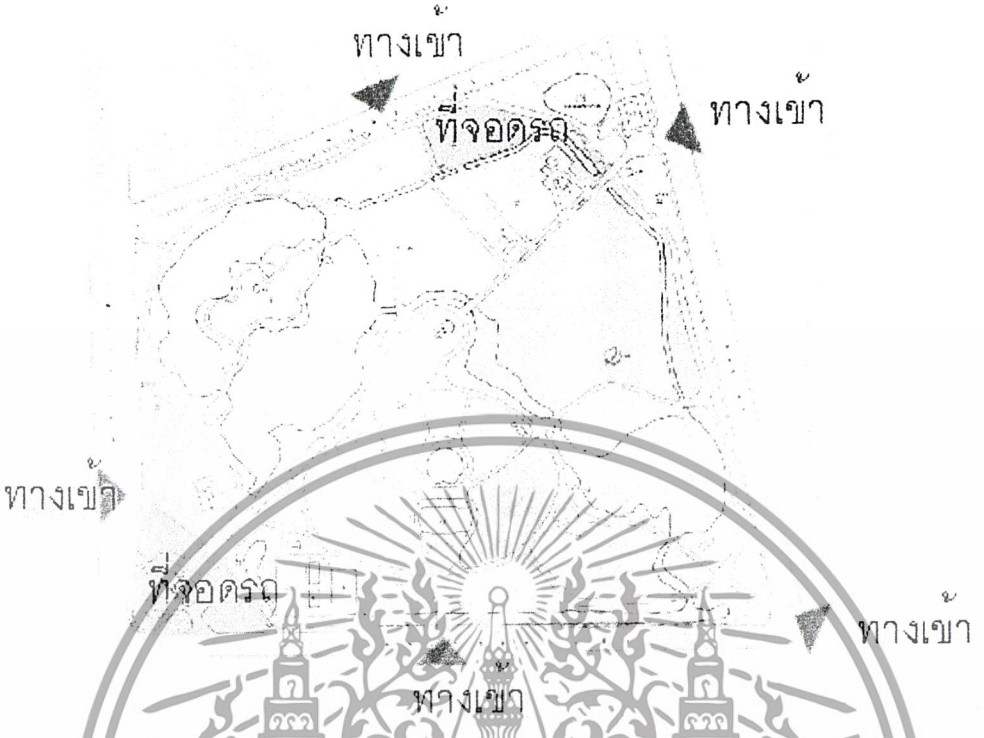
- **ลักษณะพึงประสงค์ในการเลือกผังบริเวณอาคารในโครงการ**

1. มีขนาดพื้นที่เพียงพอรองรับกับขนาดอาคารที่เสนอแนะ และสามารถรองรับการขยายตัวในอนาคตได้
2. มีสภาพแวดล้อมโดยรวมที่สวยงาม
3. พื้นที่โดยรอบ สงบ และ มีความเป็นส่วนตัวไม่พลุกพล่าน
4. การคมนาคมสะดวกต่อกลุ่มผู้ใช้ และบุคคลทั่วไปในการที่จะเข้ามาใช้บริการ

จากผังบริเวณรวมภายในสวนลุมพินี แบ่งเป็นพื้นที่กิจกรรมต่างๆ ได้โดยสามารถเลือกพิจารณาผังบริเวณ อยู่ 2 บริเวณที่ตรงตามลักษณะพึงประสงค์ในการเลือกผังบริเวณอาคาร ซึ่งนำมาพิจารณาเปรียบเทียบหาความเหมาะสมที่สุดในการจัดตั้งอาคารโครงการ “สวนสมุนไพรบำบัด” คือ
1.บริเวณพื้นที่ตรงข้ามส่วนอาคารสำนักงาน
2.บริเวณพื้นที่ระหว่างศูนย์ศิลปาชีพกรุงเทพมหานคร และ สนามเด็กเล่น(ลานตะวันยิ้ม)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพ แสดงแผนที่แสดงตำแหน่งที่ตั้งของผังบริเวณที่พิจารณา



1.พื้นที่บริเวณทางเข้าทางถนนราชดำริ

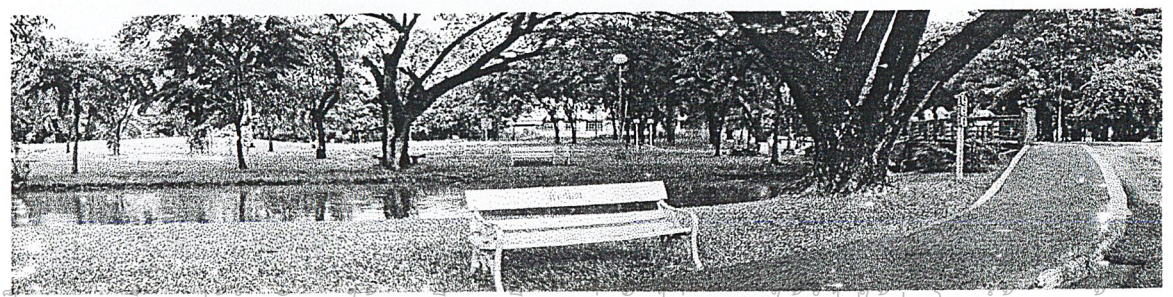
2.พื้นที่บริเวณทางเข้าจากถนน พระรามที่ 4

3.พื้นที่บริเวณตรงข้ามกับส่วนสำนักงานของสวนลุมพินี

ภาพ ทัศนียภาพบริเวณพื้นที่ด้านข้างสนามเด็กเล่น



ภาพ ทัศนียภาพบริเวณพื้นที่ด้านข้างสนามเด็กเล่น



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพ ทัศนียภาพบริเวณพื้นที่ตรงข้ามส่วนสำนักงาน

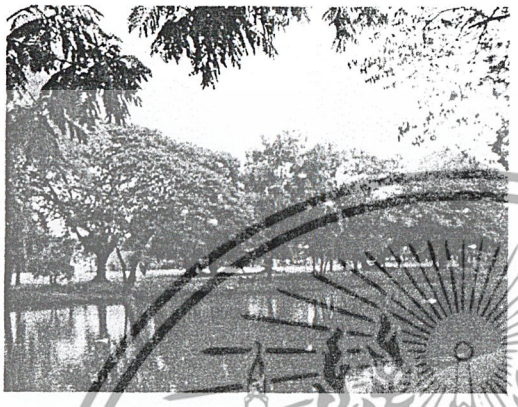


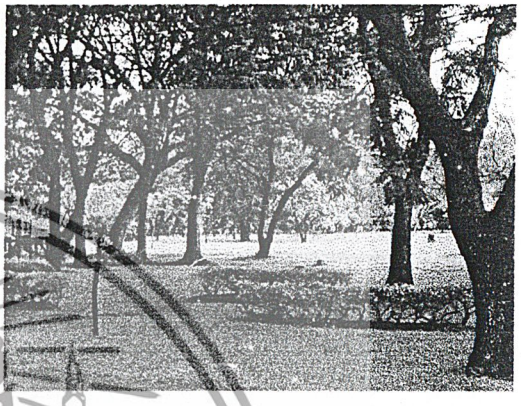
ตารางพิจารณาผังบริเวณภายในโครงการ

ลักษณะพึงประสงค์	ที่ตั้ง 1		ที่ตั้ง 2		ที่ตั้ง 3	
1. เส้นทางการคมนาคมเบาบาง เพื่อใช้หลีกเลี่ยงทางในช่วงคับขัน	ทิศตะวันตก -ถนนราชดำริ ทิศใต้ -ถนนพระรามที่ 4	1	ทิศตะวันตก -ถนนราชดำริ ทิศใต้ -ถนนพระรามที่4	1	ทิศตะวันออก -ถนนวิทยุ ทิศเหนือ -ถนนสารสิน	4
2.กิจกรรมภายในสอดคล้องกับกิจกรรมและวัตถุประสงค์โครงการ	กิจกรรมส่วนใหญ่เป็น แอโรบิก ,กิจกรรมที่ต้องใช้เสียงมีบริเวณที่สามารถรองรับได้	1	มีร้านอาหาร และรำไทเก็ก ฟิตเนส	4	มีกลุ่มนั่งสมาธิ , รำกระบอง และรำไทเก็ก	4
3.มีพื้นที่จอดรถใกล้กับบริเวณจอดรถ	มีพื้นที่จอดรถ	4	มีพื้นที่รองรับเพียงพอรองรับในอนาคต	1	มีพื้นที่รองรับบริเวณจอดรถได้ถึง 700-800 คัน	4
4.ต้องการพื้นที่พอสมควรที่ใช้ในส่วนลานกิจกรรมกลางแจ้งและการเพิ่มพื้นที่ในอนาคร	มีพื้นที่รองรับได้บ้างกับการขยายในอนาคต	1	ไม่มีพื้นที่รองรับที่จอดรถ	4	มีพื้นที่รองรับได้เพียงพอรองรับในอนาคต	4
5.มีพื้นที่รองรับในกรณีที่มีการเข้าใช้ของกลุ่มผู้ใช้หลายประเภท	ใกล้ศูนย์ฝึกกีฬาในร่มและสระว่ายน้ำ ศูนย์เยาชนลุมพินี	4	ร้านอาหาร , ฟิสเนส	1	ศูนย์สร้างโอกาสเด็ก,อาคารอาวุโสเมืองแห่งกรุงเทพฯ ลานตะวันยิ้ม	4
สรุปการวิเคราะห์	11		11		20	

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สรุป ผังบริเวณที่เหมาะสมกับโครงการตามหลักเกณฑ์การพิจารณา คือ ส่วนบริเวณพื้นที่ตรงข้ามส่วนสำนักงานของสวนลุมพินีซึ่งเป็นบริเวณที่มีสภาพแวดล้อมที่สงบ และมีความเป็นส่วนตัว มีพื้นที่เพียงพอสามารถรองรับอาคารขนาด1200.ตร.ม และ มีพื้นที่เพียงพอรองรับการขยายตัวของโครงการในอนาคต





ภาพ มุมมองบริเวณภายในผังบริเวณ

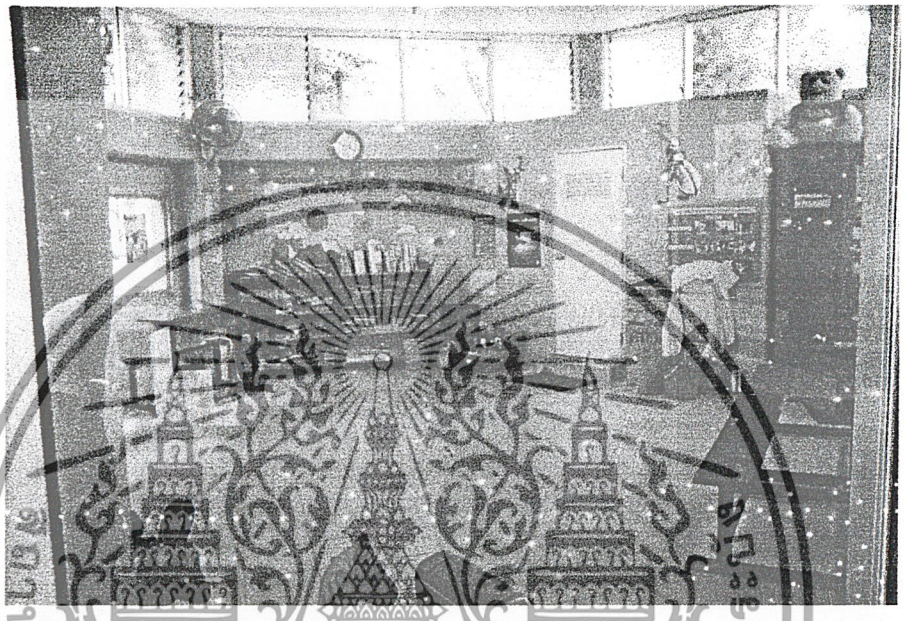
ข้อได้เปรียบผังของบริเวณ

1. ติดกับถนนวิทยุ มีที่จอดรถรองรับการเข้า-ออกหลักทางหนึ่ง ภายในสวนลุมพินี
2. มีองค์กรรองรับอื่นๆ ที่อยู่ในบริเวณใกล้เคียง เช่น ส่วนสำนักงานของสวนลุมพินี ,สโมสรชุมชนอาวุโสเมืองกรุงเทพมหานคร สามารถจัดกิจกรรมต่างๆ เกิดภายในโครงการโดยให้มีความสัมพันธ์ต่อเนื่องถึงกันได้
3. มีสระน้ำล้อมอยู่บริเวณทิศใต้ เป็นส่วนพักผ่อนหย่อนใจ และสร้างทัศนียภาพที่ดี และร่มรื่นให้แก่โครงการ และ เป็นส่วน private zone ของโครงการได้
4. พื้นที่ลานโล่ง เป็นบริเวณกว้าง มีความเป็นไปได้ในอนาคตที่สามารถก่อเกิดโครงการขึ้น
5. มีบริเวณลานจอดรถ และป้ายรถประจำทาง อยู่กับกับผังบริเวณ ทำให้สะดวกต่อผู้รับบริการโดยเฉพาะ กลุ่มคนทำงานในเขต สีลม ,สาทร เป็นต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข้อเสนอแนะภายในผังบริเวณ

1. มีอาคารศูนย์สร้างโอกาสเด็กตั้งอยู่ในบริเวณพื้นที่เดิมอยู่ก่อน และกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในโครงการสามารถเชื่อมต่อ และ รองรับกลุ่มผู้ใช้ที่มาเป็นครอบครัวได้ ดังนั้น



ภาพ ทัศนียภาพภายในศูนย์สร้างโอกาสเด็ก

1.5.3. การเลือกอาคารประกอบโครงการ

การเลือกอาคารมาประกอบโครงการ "ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร" นั้นคำนึงถึงลักษณะสถาปัตยกรรมภายใน และ ภายนอก และพิจารณาถึงความพื้นที่ใช้สอยภายในอาคาร ซึ่งแบ่งเป็นประเภทกิจกรรมที่เกิดขึ้น

1.ส่วนนวดบำบัด

2.ส่วนร้านค้า

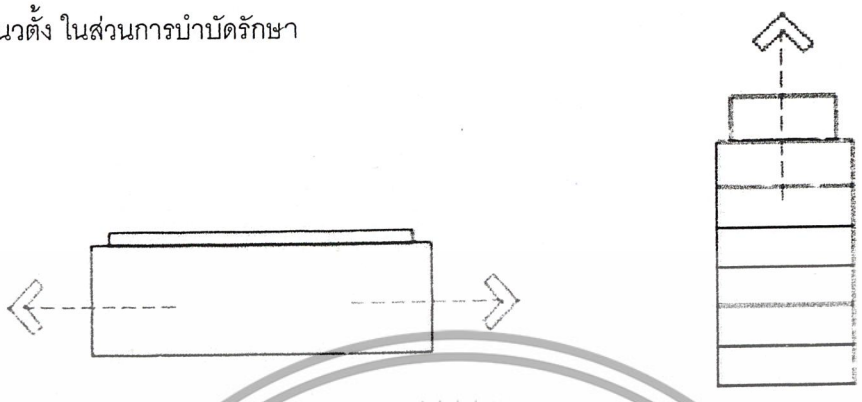
3.ส่วนบริการด้านความรู้

4.ส่วนออกกำลังกายกลางแจ้ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

โดยองค์ประกอบที่เกิดขึ้นนำมาถึงลักษณะของพื้นที่ที่ต้องการคือ

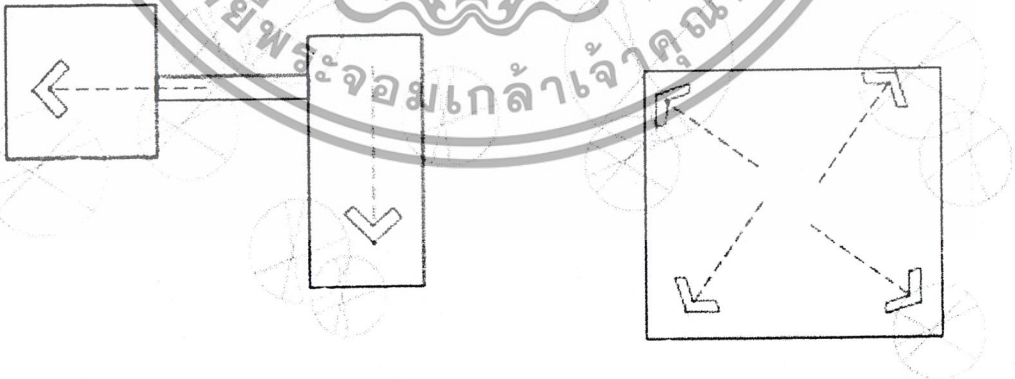
1.ต้องการพื้นที่ในแนวนอน เพื่อรองรับกิจกรรมที่เกิดขึ้นในส่วนการบำบัด ไม่จำเป็นที่จะใช้พื้นที่ในแนวตั้ง ในส่วนการบำบัดรักษา



2.ต้องการพื้นที่โล่ง กว้างพอสมควรเพื่อรองรับขนาดที่แตกต่างกันไปตามประเภทของสินค้า



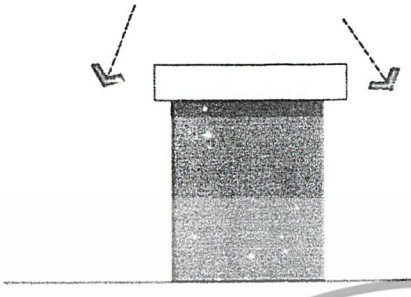
3.ต้องการอาคารที่มี พื้นที่แยกเป็นสัดส่วนเพื่อความเป็นส่วนตัว และ ส่วนที่ต้องการสมาธิ ซึ่งธรรมชาติสามารถสอดแทรกร่วมกับอาคารได้

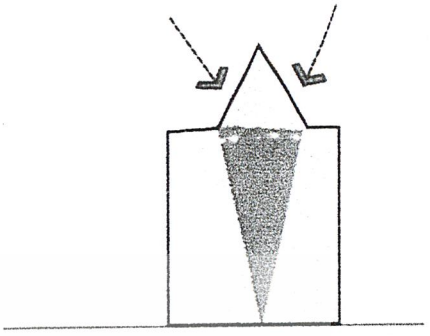


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สำนักหอสมุดกลาง พระจอมเกล้าลาดกระบัง

4.ต้องการอาคารดูโปร่ง และ โล่งไม่ทึบตันเพื่อต้องการได้แสงจากธรรมชาติและสามารถเชื่อมต่อความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายใน กับ สวนสมุนไพรภายนอก





วิเคราะห์อาคารประกอบโครงการ

อาคารที่นำมาใช้ประกอบโครงการ เสนอแนะ "ศูนย์ ศึกษา สมุนไพรบำบัด" เป็นอาคารที่ใช้เป็น ศูนย์ธรรมชาติวิทยาเฉลิมพระเกียรติดอยสุเทพ จังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งมีลักษณะสอดคล้องกับลักษณะพึงประสงค์ของอาคารประกอบโครงการข้างต้น กล่าวคือ

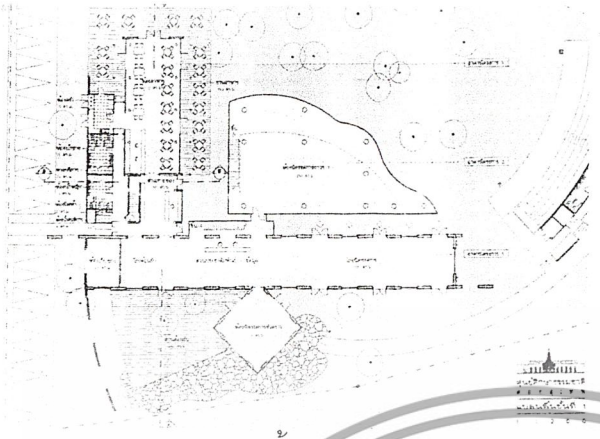
1. ลักษณะทางสถาปัตยกรรมภายนอกอาคาร เป็นอาคารประเภท Post -Modern แต่มีเอกลักษณ์ความเป็นไทยแฝงอยู่ เช่น ใช้หลังคาจั่ว เป็นต้น
2. เนื่องจากอาคาร มีลักษณะกิจกรรม และ ลักษณะการใช้งานที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม ทำให้เหมาะสมและมีความเป็นไปได้สูงในการนำอาคารที่มีลักษณะกิจกรรม และ วัตถุประสงค์คล้ายคลึงกันมาเป็นอาคารเสนอแนะ
3. อาคารเป็นอาคารกลุ่ม มีการเกาะกลุ่มของอาคาร ทำให้สามารถเข้าถึงสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี
4. อาคารมีลักษณะอาคารในแนวราบ มากกว่า ในแนวตั้ง กิจกรรมที่เกิดขึ้นไม่ต้องการพื้นที่ในแนวตั้งมากนัก

ลักษณะทางสถาปัตยกรรมของอาคารที่นำมาใช้

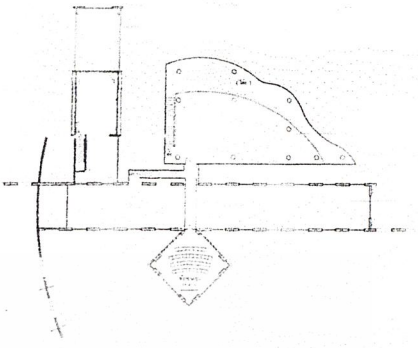
1. เป็นอาคาร 2 ชั้นที่วางตัวในแนวราบ มีพื้นที่ประมาณ 1202 ตารางเมตร (พื้นที่ภายใน) 610 ตารางเมตร (พื้นที่ภายนอก)
2. ความสูงอาคารจากพื้นชั้นล่างถึงพื้นชั้นบนสูง 3.50 เมตร
3. อาคารมีความกว้างประมาณ 6.00 – 8.00 เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

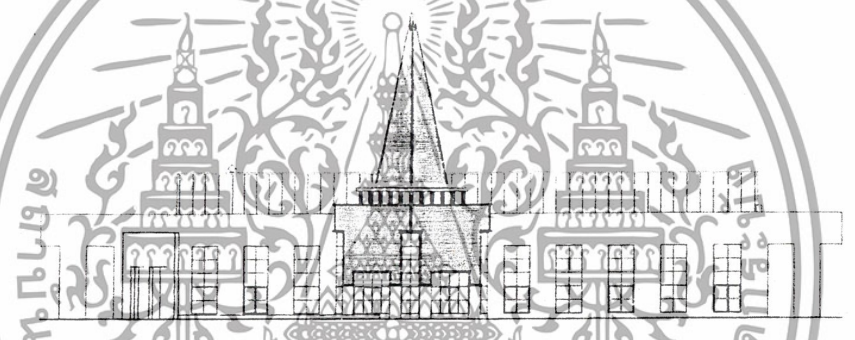
45399



ภาพ แผนผังอาคารชั้น 1



ภาพ แผนผังอาคารชั้น 2

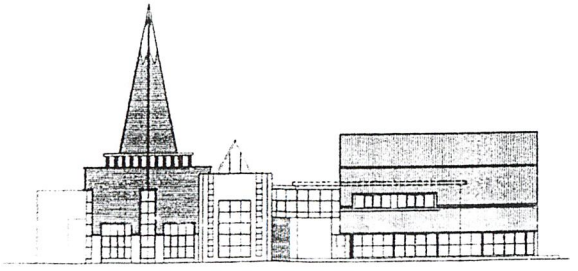


ภาพ รูปด้านอาคารด้านหน้า



ภาพ รูปด้านอาคารด้านข้าง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพ รูปด้านอาคารด้านข้าง



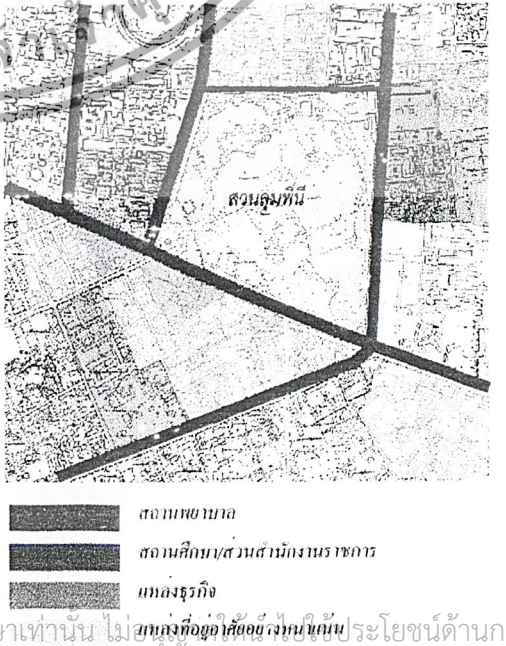
ภาพ รูปด้านอาคารด้านหลัง

1.6 วิเคราะห์สภาพแวดล้อมโดยรอบโครงการ

1.6.1 ลักษณะการสัญจร และ การเข้าถึงภายในโครงการ

ตำแหน่งที่ตั้งของ site อยู่ภายในสวนลุมพินี

พื้นที่	360 ไร่
ที่ตั้ง	ถนนพระรามที่ 4 เขต
	ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร
ทิศเหนือ	ถนนสารสิน
ทิศใต้	ถนนพระรามที่4
ทิศตะวันออก	ถนนวิทยุ
ทิศตะวันตก	ถนนราชดำริ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มีอาคารใกล้เคียงในบริเวณที่ตั้ง หลายประเภทด้วยกัน

<u>แบ่งเป็นบริเวณที่อยู่โดยรอบชั้นใน</u>

1.โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์
2.ห้างสรรพสินค้าโรบินสัน
3.โรงแรมดุสิตธานี
4.สมาคมราชกรีฑาสโมสร
5.การประปานครหลวง
6.โรงเรียนสวนลุมพินี
7.กองกำกับการตำรวจนครบาล
8.สำนักงานหนังสือพิมพ์บางกอกโพต

<u>แบ่งเป็นบริเวณที่อยู่โดยรอบชั้นนอก</u>

1.โรงเรียนเซนโยเซฟคอนแวนต์
2.อาคาร/ สำนักงาน
3.ธนาคาร
4.มหาวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์

จากการพิจารณาถึงตัวอาคารที่อยู่ใกล้เคียงกับ ตัวที่ตั้งโดยรอบนั้น พบว่า สวนลุมพินีเป็นบริเวณเชื่อมต่อของการคมนาคม และ กิจกรรมที่เกิดต่อเนื่อง และสัมพันธ์กันระหว่างอาคาร ในบริเวณนั้น มีปฏิสัมพันธ์ในหลายๆทาง โดยรอบบริเวณสวนลุมพินี มีถนนที่เป็นเส้นทางสัญจรหลัก ล้อมที่ 4 ทาง

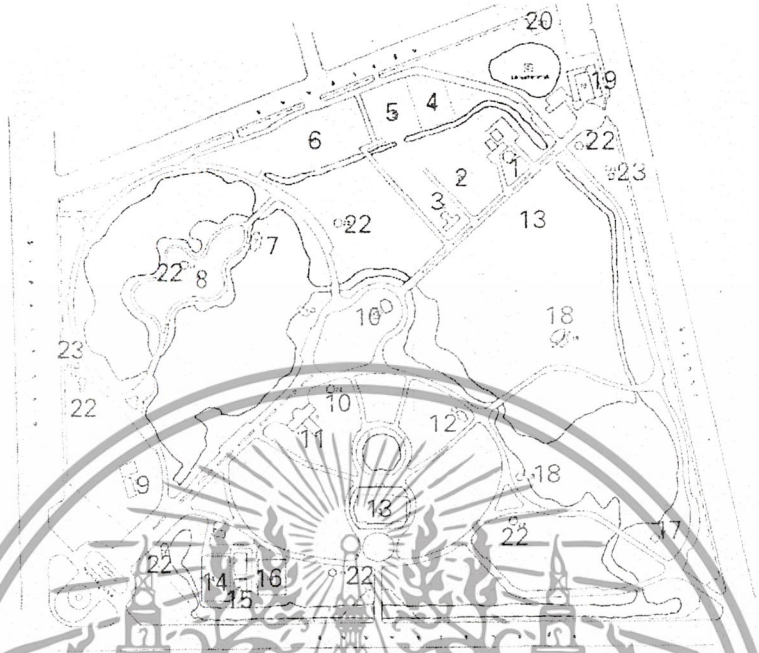
1. ถนนพระรามที่4
2. ถนนสารสิน
3.ถนนราชดำริ
4.ถนนวิทยุ

<u>พิจารณาถึง ข้อดี</u>

1. อยู่ในบริเวณที่มีการสาธารณูปโภคสูง มีการคมนาคมที่ดี ทั้ง รถไฟฟ้า ,รถประจำทาง ,รถยนต์ ,และเส้นทางเท้าโดยรอบ
2. มีการเข้าถึงในส่วนต่างๆ ได้ 5 ทาง ทำผู้รับบริการสะดวกในการมารับบริการ
3. ตั้งอยู่ในเขตชุมชนเมืองรองรับกลุ่มผู้รับบริการในโครงการได้ตรงเป้าหมาย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบส่วนต่าง ๆ ภายในสวนลุมพินี

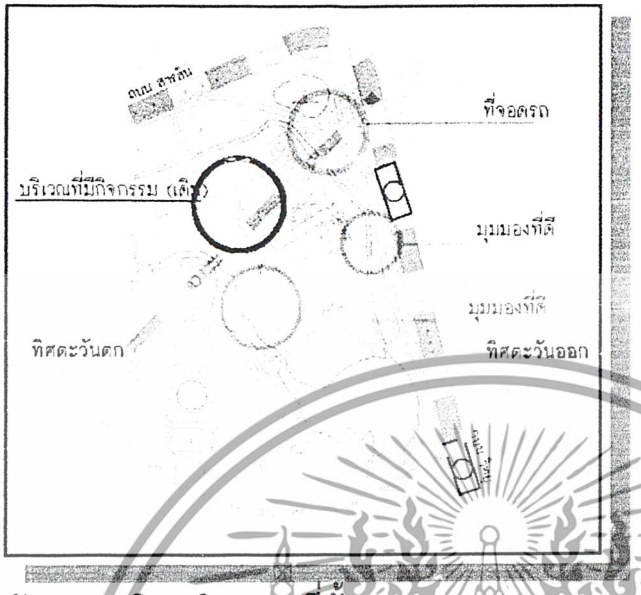


ภาพ ภาพองค์ประกอบส่วนต่างๆภายในสวนลุมพินี

1.	ที่ทำการสวนลุมพินี	13.	อาคารเวทีลีลาศ
2.	เรือนเพาะชำ	14.	ศูนย์ฝึกกีฬาในร่ม
3.	อาคารธรรมชาติวิทยุ	15.	สระว่ายน้ำ
4.	สถานีย่อยการไฟฟ้านครหลวง	16.	ศูนย์เยาวชนลุมพินี
5.	เรือนเพาะ ชำ	17.	หอนาฬิกา
6.	ศูนย์ฝึกอาชีพกรุงเทพมหานคร	18.	ศาลาจีน
7.	อาคารเรือนกระจกเกาะลอย	19.	โรงเรียนลุมพินี
8.	เกาะลอย	20.	สถานีวิทยุกระจายเสียงกรุงเทพมหานคร
9.	ศาลาไทยล้านนา	21.	ศาลาเยาวราช
10.	ศาลาแปดเหลี่ยม	22.	สุขา
11.	ห้องสมุดประชาชนลุมพินี	23.	ห้องอาบน้ำ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.6.2. ทิศทางแสงแดด-ลม



ผังแสดงบริเวณโดยรอบที่ตั้ง

ภาพแสดงทิศทางแสงแดด-ลม

1.6.3 องค์ประกอบแวดล้อมโดยรอบ

มีประตูทางเข้าหลัก ได้ 5 ประตู



ประตูที่ 1 ถนนพระรามที่4 บริเวณหน้าพระบรมรูปทรงม้า

ประตูที่2 ถนนพระรามที่4 หน้าอาคารเวทีลีลาศ

ประตูที่3 ระหว่างถนนพระรามที่ 4 และถนนวิทยุ

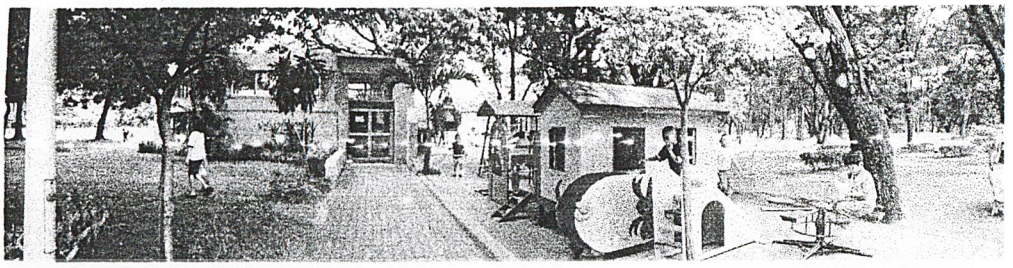
ประตูที่4 ถนนวิทยุ หน้าโรงเรียนสวนลุมพินี

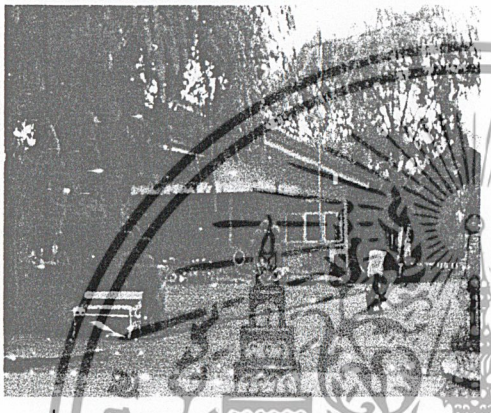
ประตูที่5 ถนนสารสิน ทางศูนย์ฝึกอาชีพกรุงเทพฯ

ภาพ ภาพแสดงประตูทางเข้าของสวนลุม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพ ศูนย์สร้างโอกาสเด็ก





ภาพที่ ส่วนสำนักงาน (สวนสาธารณะลุมพินี)



ภาพ.สโมสรชุมชนอาวุโสเมืองกรุงเทพมหานคร

1.7 ขอบเขตของวิทยานิพนธ์

โครงการเสนอแนะ "ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร" (Herbal Healing Central Park) มีขอบเขตการทำวิทยานิพนธ์ ดังนี้

1.ส่วนต้อนรับ ประกอบด้วย

-โถงต้อนรับ และลงทะเบียน	(Front Reception)
-โถงต้อนรับ และที่นั่งพักคอย	(Main Reception)
-ส่วนนิทรรศการชั่วคราว	(Temporary Exhibition)

2.ส่วนบริการสาธารณะ

-โถงสัมมนา	(Reception)
-ห้องสัมมนา/ห้องประชุม	(Convention Hall)
-ห้องสมุดสมุนไพร	(Herbal Library)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

-ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ (Organic Restaurant)

-ร้านขาผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ (Green Shop)

-ส่วนนิทรรศการถาวร (Permanent Exhibition)

-สวนสมุนไพร

3.ส่วนธรรมชาติบำบัด

-ห้องนวดแผนไทย

1.นวดเชลยศักดิ์

2.นวดสายราชสำนัก

-ห้องนวดน้ำมัน

-ห้องประคบสมุนไพร

-ส่วนฝึกโยคะ

1.ลานฝึกโยคะ (Outdoor Yoga)

2.ส่วนฝึกโยคะ (Indoor Yoga)

3.ห้องปฏิบัติสมาธิ (Meditation room)

4.ส่วนบริการการบำบัด

-ห้องล็อคเกอร์ แยกชายหญิง มีห้องอาบน้ำและห้องส้วม

-ห้องอาบน้ำสมุนไพร (Herbal stream Bath)

-ห้องอบไอน้ำสมุนไพร (Herbal Bath)

-ส่วนพักผ่อน (Relaxing Area)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 2 ข้อมูลทั่วไปในการศึกษาของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1 การศึกษาถึงประวัติความเป็นมา สวนสมุนไพรบำบัด

2.1.1 สมุนไพรคืออะไร

"สมุนไพร" นับว่าเป็นยาที่ สำหรับรักษาโรคต่างๆ ได้มากมายโดยเฉพาะอย่างยิ่ง"พืชสมุนไพร" ทั้งหลาย " พืชสมุนไพร" ที่นำเอามาเป็นส่วนประกอบของยารักษาโรคของคนเรานั้น ได้รับการอนุญาตให้ใช้รักษาความเจ็บไข้ได้ป่วย ของมนุษย์เราได้ โดยมีพระราชบัญญัติยาพุทธศักราช 2522 ปรากฏออกมา อันมีความหมายถึงยาที่ได้จากพืช สัตว์ และแร่ธาตุต่างๆซึ่งยังมิได้ผสมปรุงหรือทำการแปรสภาพเป็นต้นว่า ส่วนของราก หัว เปลือก ใบ ดอก เมล็ด ผลบางท่านอาจจะเข้าใจผิดคิดไปว่า "สมุนไพร" มีแต่พืชเพียงอย่างเดียว หามิได้เพราะยังมีสัตว์และแร่ธาตุอื่นๆอีกสมุนไพรที่เป็นสัตว์ได้แก่ เขา หนัง กระดูก ดี หรือเป็นสัตว์ทั้งตัวก็มี เช่น ตุ๊กแกไส้เดือน ม้าน้ำ ฯลฯ "พืชสมุนไพร"นั้นตั้งแต่โบราณก็ทราบกันดีว่ามีคุณค่าทางยามากมายซึ่งเชื่อกันอีกด้วยว่า ต้นพืชต่างๆ ก็เป็นพืชที่มีสารที่เป็นตัวยาด้วยกันทั้งสิ้นเพียงแต่ว่าพืชชนิดไหนจะมีคุณค่าทางยามากน้อยกว่ากันเท่านั้น "พืชสมุนไพร" หรือวัตถุธาตุนี้ หรือตัวยาสมุนไพรนี้

แบ่งออกเป็น 5 ประการ

1.รูป ได้แก่ ใบไม้ ดอกไม้ เปลือกไม้ แก่นไม้ กระพี้ไม้ รากไม้ เมล็ด

2.สี มองแล้วเห็นว่าเป็นสีเขียวใบไม้ สีเหลือง สีแดง สีส้ม สีม่วง สีน้ำตาล สีดำ

3.กลิ่น ให้รู้ว่ามรกลิ่น หอม เหม็น หรือกลิ่นอย่างไร

4.รส ให้รู้ว่ามีรสอย่างไร รสจืด รสฝาด รสขม รสเค็ม รสหวาน รสเปรี้ยว รสเย็น

5.ชื่อ ต้องรู้ว่ามีชื่ออะไรในพืชสมุนไพรนั้นๆ ให้รู้ว่า ขิงเป็นอย่างไร ข่า เป็นอย่างไร ใบขี้เหล็กเป็นอย่างไรดอกมะขามเป็นอย่างไร ผลมะเกลือเป็นอย่างไร

- **ความหมายของสมุนไพร**

สมุนไพร หมายถึง “พืชที่ใช้ทำเป็นเครื่องยา” ส่วน ยาสมุนไพร หมายถึง “ยาที่ได้จากส่วนของพืช สัตว์ และแร่ ซึ่งยังมิได้ผสมปรุง หรือ แปรสภาพ” ส่วนการนำมาใช้ อาจดัดแปลงรูปลักษณะของสมุนไพรให้ใช้ได้สะดวกขึ้น เช่น นำมาหั่นให้มีขนาดเล็กลง หรือ นำมาบดเป็นผง เป็นต้น

สมุนไพรนอกจากจะนำมาใช้ประโยชน์เป็นยารักษาโรคแล้ว ยังสามารถนำมาใช้ประโยชน์ทางด้านอื่นๆอีก เช่นนำมาบริโภคเป็นอาหาร อาหารเสริมสุขภาพ เครื่องดื่ม สีผสมอาหาร และสีย้อม ตลอดจนใช้ทำเครื่องสำอางอีกด้วย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การใช้สมุนไพรเป็นยาบำบัดโรคนั้น อาจใช้ในรูปยาสมุนไพรเดี่ยวๆ หรือใช้ในรูปตำรับยาสมุนไพร ปัจจุบันตำรับยาสามัญประจำบ้านแผนโบราณที่กระทรวงสาธารณสุขอนุญาติให้ใช้รักษาโรคได้ มีทั้งหมด 28 ขนาน เช่น

ยาจันทน์ลีลา	ใช้แก้ไข้ แก้ตัวร้อน
ยามหานิลแท่งทอง	ใช้แก้ไข้ แก้หัด อีสุกอีใส
ยาหอมเทพพิจิตร	แก้ลม บำรุงหัวใจ
ยาเหลืองปิดสมุทร	แก้ท้องเสีย
ยาประสะมะแว้ง	แก้ไอ ขับเสมหะ
ยาตรีหอม	แก้ท้องผูกในเด็กระบายพิษไข้

สำหรับสมุนไพรที่นิยมใช้เดี่ยวๆ รักษาอาการของโรคที่พบบ่อยๆ ได้แก่

สมุนไพรแก้ไข้	ฟ้าทะลายโจร บอระเพ็ด
สมุนไพรแก้ท้องเสีย	กล้วยน้ำว้า ทับทิม ฝรั่งดิบ
สมุนไพรแก้ไอ	มะแว้ง ขิง มะนาว
สมุนไพรแก้ท้องอืด	ท้องเฟ้อ ขมิ้นชัน แห้วหมู กระชาย
สมุนไพรช่วยให้นอนหลับ	ขี้เหล็ก ดอกบัวหลวง หัวหอมใหญ่
สมุนไพรแก้เชื้อรา	กระเทียม ข่า ชุมเห็ดเทศ
สมุนไพรแก้เริม	เสลดพังพอนตัวเมีย และตัวผู้

- **คุณค่าของสมุนไพรในแง่ของยา**

คนไทยกินสมุนไพรเพื่อปรับธาตุ ดิน น้ำ ลม ไฟ เช่น ข้าพลู เป็นยาปรับธาตุ ถ้าเรานำมารับประทานสดจะมีรสเฝื่อน แต่คนไทยนำมารับประทานกับ เมี่ยงคำ ซึ่งบำรุงธาตุดิน ส่วนประกอบในเมี่ยงคำ เช่น พริก ขิง บำรุงธาตุลม มะนาว บำรุงธาตุน้ำ เปลือกมะนาวรสขมบำรุงธาตุไฟ

<u>การแพทย์แผนโบราณ (Traditional Medicine)</u>

เป็นระบบการรักษาโรคแบบดั้งเดิมของทุกสังคมที่มีลักษณะเป็นองค์รวมของความรู้และการฝึกฝนปฏิบัติในการวินิจฉัย ป้องกัน และบำบัดความไม่สมดุลของร่างกายและจิตใจ มีการใช้ทฤษฎีการแพทย์ที่เป็นระบบแบบแผน มีการสืบต่อความรู้ และ ประสบการณ์โดยการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษ โดยการบันทึกไว้ในคัมภีร์ หรือตำราแบบเก่า และโดยวิธีการบอกเล่า ส่วนหนึ่งของการแพทย์แผนโบราณได้สังเคราะห์มาจากแพทย์พื้นบ้าน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.1.2 ผักพื้นบ้านคืออะไร

ผักพื้นบ้าน หมายถึง พรรณพืชผักพื้นบ้านหรือพรรณไม้ พื้นเมือง ต้นไม้ใบใหญ่ต่างๆ ที่คนในท้องถิ่นนำมาบริโภคเป็นอาหารตามวัฒนธรรม การบริโภคของคนในท้องถิ่นเก็บพืชในแหล่งธรรมชาติ เช่น ในป่าเขา หนองบึง ริมแม่น้ำ ธารน้ำ สวน ไร่ หรือเป็นผักที่ชาวบ้านนำมาปลูกไว้ใกล้บ้าน เพื่อสะดวกในการเก็บมาบริโภค ซึ่งมีมีแตกต่างกันไปในแต่ละสภาพภูมิอากาศ

- คุณค่าของผักพื้นบ้าน

เมื่อเราหันมาดูคุณค่าของผักพื้นบ้าน เราจึงพบว่าคุณค่าของผักพื้นบ้านนั้นมีมากมายมหาศาล ซึ่งนักวิทยาศาสตร์ได้ศึกษาคุณค่าของผักพื้นบ้านในด้านการแพทย์และโภชนาการสมัยใหม่พบว่า ผักพื้นบ้านมีคุณค่าทางอาหารสูงมากในแง่ของวิตามิน แร่ธาตุสำคัญ ตลอดจนคุณค่าทางยา ถ้าจะมองในแง่การแพทย์สมัยใหม่ เราน่าจะมองว่าผักเหล่านี้น่าจะเป็นทางเลือกที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคได้ แทนที่จะไปซื้อวิตามินสำเร็จรูปมากิน

คุณค่าทางด้านการแพทย์แผนไทย ไม่ได้มองเพียงแต่เป็นอาหารอิ่มท้อง คนไทยมีความเชื่อถึง ธาตุ 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ การรับประทานเพื่อปรับสมดุลแห่งธาตุทั้ง 4 เช่น

- **ธาตุดิน** ควรจะรับประทานอาหารรสฝาด หวาน มัน เค็ม เช่น หัวปลี ผักกระเฉด เผือกมัน
- **ธาตุน้ำ** ควรจะรับประทานอาหารรสเปรี้ยว เช่น ผักติ้ว ผักแต้ว ยอดมะขาม ยอดมะม่วง
- **ธาตุลม** ควรจะรับประทานคาหารรสเผ็ดร้อน เช่น พริก ขิง ข่า กะเพรา กระเทียม
- **ธาตุไฟ** ควรจะรับประทานอาหารรสขม เย็น จืด เช่น มะระ สะเดา ผัก แตงโม เป็นต้น

2.1.3 การแพทย์พื้นถิ่น

- **การแพทย์แผนไทย** (Thai Tradition Medicine) เป็นศัพท์ที่นิยมใช้เรียกการแพทย์แผนไทย เพื่อให้มีความชัดเจนว่าเป็นระบบการแพทย์ไทยที่มีกำเนิดมาช้านาน สอดคล้องกับความต้องการที่จะยกฐานะการแพทย์แผนไทยโดยเรียกขานเช่นเดียวกับการแพทย์แผนจีน (Chinese Medicine) อายุรเวท (Ayuravedic Medicine) ของอินเดีย เหตุผลที่ต้องการยกเลิกคำว่า "โบราณ" เพราะมีความหมายที่อาจขัดต่อการพัฒนาระบบการแพทย์แผนไทย และเพื่อให้สอดคล้องกับเป้าหมายของกระทรวงสาธารณสุขที่ต้องการพัฒนาให้การแพทย์แผนไทยเป็นที่รู้จักและยอมรับทั่วไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- **การแพทย์พื้นบ้าน** (Folk Medicine, Popular Medicine) เป็นวิธีการรักษาโรคแบบประสบการณ์ของชุมชนที่ได้รับการสั่งสม และสืบทอดมาจากบรรพบุรุษ จะมีความหลากหลายแตกต่างกันไปในแต่ละสังคม วัฒนธรรมและกลุ่มชาติพันธุ์

- **หมอแผนโบราณ** (Thai Tradition Healer) เป็นบุคคลที่ได้เรียนรู้ระบบการรักษาโรคแบบดั้งเดิมของไทย โดยมีการใช้ทฤษฎีการแพทย์ที่เป็นระบบแบบแผนในการวินิจฉัย ป้องกัน และ รักษาโรค ส่วนมากจะมีใบประกอบโรคศิลปะ ปัจจุบันนักวิชาการและกระทรวงสาธารณสุข นิยมใช้คำว่า หมอแผนไทย หรือ แพทย์แผนโบราณ

- **การแพทย์แบบธรรมชาติบำบัด**
ในบางประเทศ คำนี้หมายถึงแพทย์แผนโบราณที่เน้นวิธีการบำบัดอย่างง่าย เป็นต้นว่า การรักษาโรคโดยการใช้น้ำ หรือวารีบำบัด การบำบัดโดยอาหาร และ การอดอาหาร โดยมีพื้นฐานความเชื่อมาจากคติทางปรัชญาและศาสนา นอกจากนี้ แพทย์แนวธรรมชาติบำบัดจะเน้น วิธีธรรมชาติ ได้แก่ การฝังเข็ม กายภาพบำบัด (osteopathy) การรักษาโดยการนวดกระดูกสันหลัง (Chiropractic) การรักษาแบบ Homoeopathy ซึ่งใช้ยาปริมาณน้อยที่สุด การรักษาโดยใช้สมุนไพร การบำบัดด้วยวิตามิน การรักษาด้วยศรัทธาโดยวิธีสวดมนต์ เป็นต้น ดังนั้นคำว่าธรรมชาติบำบัด สำหรับบางคนจึงหมายถึง การรักษาทุกรูปแบบที่ไม่ใช่แบบ Allopathic โดยใช้ยาและวิธีการรักษาที่เป็น "ธรรมชาติ"วัตถุประสงค์ของธรรมชาติบำบัดในปัจจุบัน คือ การรักษาที่เรียบง่ายแบบพื้นบ้านโดยการรักษาแบบนี้ยังคงปฏิบัติกันอยู่ทั่วโลก

- **โยคะเพื่อการดูแลสุขภาพ**

เมื่อพูดถึงเรื่องของ**สุขภาพ องค์การอนามัยโลก ได้ให้คำจำกัดความว่า "เป็นสุขภาวะ ทั้งทางด้านร่างกาย** (Physical Well-being) **ทางจิตใจ** (Mental Well-being, **ทางสังคม** (Social Well-being) **ทางจิตวิญญาณ** (Spiritual Well-being)

สุขภาวะทางกาย เราก็ดูแล้วได้ด้วย อาหาร การออกกำลังกาย ทางจิตใจ เราก็ดูแลด้วยการคิดในทางบวกเสมอ ทางสังคมก็พัฒนาโดยการเรียนรู้ทางจิตวิทยาสังคม ส่วนเรื่องจิตวิญญาณ เป็นการพัฒนาทางศาสนา ซึ่งสอนเรื่องการฝึกจิตให้เป็นสมาธิ (Meditation) การเจริญสติ (Mindfulness)

จะเห็นว่า องค์การอนามัยโลกได้ให้ความสำคัญเรื่องสุขภาพทั้ง 4 ด้าน**ปัญหาคือว่าทำไมจึงนำเรื่องของจิตวิญญาณมาเกี่ยวข้องกับเรื่องสุขภาพ** คำตอบก็คือว่า เรื่องของจิตใจ โดยเฉพาะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

อารมณ์ต่างๆ ในใจของเรา เช่น ความโกรธ ความเครียด สามารถทำให้เกิดโรคทางกายได้ (ซึ่งจะกล่าวในชั้นเรียนต่อไป) และ**การฝึกสมาธิ การฝึกการเจริญสติ ทำให้เราสามารถควบคุมอารมณ์ของเราได้ สมาธิรักษาโรคได้** (ซึ่งจะได้กล่าวต่อไปในชั้นเรียน)

ปัญหาของคนในโลกปัจจุบันนี้ ถ้าจะกล่าวโดยรวมก็จะมีอยู่สองประการคือ

1. **ปัญหาเรื่องโรคทางกาย** ปัจจุบันวิถีชีวิตของเราเปลี่ยนไปมาก เราดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบ รับประทานอาหารที่มีเนื้อสัตว์ ไขมันมากเกินไป บริโภคผักผลไม้น้อยลง ขาดการออกกำลังกาย อยู่ในสิ่งแวดล้อมที่มีมลภาวะมากขึ้น แออัดมากเสียงดังมาก เราจึงมีโรคต่างๆ เกิดขึ้นมาก เช่น โรคเครียด โรคความดัน เบาหวาน โรคกระเพาะอาหาร โรคภูมิแพ้ต่างๆ โรคหัวใจ โรคอัมพฤกษ์ อัมพาต โรคมะเร็ง โรคเอดส์ เหล่านี้เป็นต้น ซึ่งเป็นโรคที่เกิดจากพฤติกรรมการดำเนินชีวิตของเราทั้งสิ้น ซึ่งเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้
2. **ปัญหาทางจิตใจ** ความเครียด ความซึมเศร้า เสียใจ อารมณ์โกรธ ความผิดหวัง เหล่านี้ล้วนแต่เกิดขึ้นเสมอๆ จากปัญหาในครอบครัว ในที่ทำงาน ในการที่จะต้องประสบกับความสูญเสียต่างๆ การต้องออกจากงาน การสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รัก สาเหตุต่างๆ เหล่านี้ถ้าเราไม่รีบแก้ไขให้ดี ก็อาจจะเป็นสาเหตุให้เราเครียดมาก ซึมเศร้ามาก จนเป็นเหตุให้เราฆ่าตัวตาย ฆ่าผู้อื่นตายได้ดังเป็นข่าวอยู่เสมอๆ

- **อายุรเวท**

อายุรเวท (AYURVEDA) คือศาสตร์หรือหลักวิชาที่ว่าด้วยการรักษาสุขภาพร่างกายและจิตใจของมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์มากที่สุด ที่ได้รับการถ่ายทอดต่อกันมายาวนานกว่า 3000 ปีเศษแล้วในประเทศอินเดีย มีผู้ยึดถือและปฏิบัติตามเป็นจำนวนมากจวบจนปัจจุบัน

รากศัพท์ของอายุรเวทนั้นเกิดขึ้นมาจากคำศัพท์ 2 คำคือคำว่า อายุส และคำว่า วิท หรือ เวท

อายุส (AYUS) มีความหมายถึง ชีวิตหรือการมีชีวิตอยู่ของมนุษย์ ส่วน วิท หรือ เวท (VID,VED) หมายความถึง การเรียนรู้ เพราะฉะนั้นแล้วเมื่อรวมความหมายของสองคำเข้าด้วยกันแล้ว อายุรเวท จึง**มีความหมายถึง ศาสตร์แห่งการมีชีวิตหรือใช้ชีวิตของมนุษย์** หลักคำสอนของอายุรเวทมีความจำเป็นสำหรับผู้ป่วยและบุคคลปกติที่ยังไม่เจ็บไข้ได้ป่วย เพื่อที่จะช่วยทำให้ผู้ป่วยได้หายจากโรคภัยไข้เจ็บและไม่กลับไปเป็นอีก ส่วนบุคคลธรรมดาที่ยังไม่มีอาการเจ็บไข้ได้ป่วยนั้น หลักการปฏิบัติของอายุรเวท จะช่วยให้บุคคลผู้นั้นมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงอยู่เสมอ และยังช่วยป้องกันไม่ให้เจ็บป่วยได้โดยง่าย ซึ่งวิธี

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การรักษาสภาพความสมดุลตามธรรมชาติของปัญจธาตุนั้น ในกลักการของอายุรเวทต้องประกอบไปด้วยหลักปฏิบัติซึ่งรวมเอาหลักการของโยคะ การใช้ยาและสมุนไพร การฝึกสมาธิและคำแนะนำในการเลือกรับประทานอาหารให้เหมาะสมกับบุคคล เพื่อให้บรรลุถึงจุดมุ่งหมายในการมีสุขภาพที่ดีของมนุษย์นั่นเอง

อายุรเวท หลักการแพทย์ที่สมบูรณ์แบบเนื่องจากมีความครอบคลุมไปในการตรวจวินิจฉัยอาการป่วยประเภทต่างๆที่แตกต่างหลากหลาย โดยคำสอนทั่วไปของอายุรเวทจะเป็นทั้งหลักปรัชญาที่แนะนำถึงการใช้ชีวิตอยู่อย่างสอดคล้องกับกฎเกณฑ์ของธรรมชาติ

วิธีการรักษาแบบอายุรเวท

หลักของอายุรเวทจะเชื่อในระบบของทุกสรรพสิ่งภายใต้กฎของจักรวาลไม่ว่าจะเป็นสิ่งของต่างๆฤดูร้อน ฤดูฝนและฤดูหนาว สัตว์บกและสัตว์น้ำ รวมทั้งตัวของมนุษย์เองว่าล้วนแล้วแต่ต้องประกอบไปด้วยธาตุพื้นฐานหลักทั้ง 5 หรือที่เรียกว่าปัญจะมะหาภูตะ ซึ่งจะประกอบไปด้วย ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม ธาตุไฟ และอากาศธาตุ

นอกจากนี้แล้วในหลักของอายุรเวทยังได้จัดหมวดหมู่ของธาตุทั้ง 5 นี้ออกเป็น 3 กลุ่มหลักๆคือ ตรีโทษะ คือ

วาตะ จะประกอบไปด้วย ธาตุลมและอากาศธาตุ

ปิตตะ จะประกอบไปด้วย ธาตุไฟและธาตุน้ำ

กะผะ จะประกอบไปด้วยธาตุน้ำและธาตุดิน

อาจกล่าวได้โดยสรุปว่า หลักการทั่วไปหรือวิธีการรักษาโรคของอายุรเวท คือ การวินิจฉัยถึงสาเหตุความไม่สมดุลของโทษะและแสวงหาวิธีรักษาอย่างถูกต้องนั่นเอง

2.1.4 ทิศทางของการผสมผสานระหว่างสมุนไพร กับ การบำบัด

- **สถานภาพปัจจุบัน**

สถานภาพปัจจุบันค่อนข้างน่าเป็นห่วงหลายประเด็น เช่น

1. คนไทยรุ่นหลังไม่รู้จักผักพื้นบ้าน ไม่รู้จักต้น ไม่รู้จักว่ากินอย่างไร
2. ผักพื้นบ้านลดน้อยลงหรือบางชนิดสูญพันธุ์ไป เนื่องจากป่าถูกทำลายหรือป่าเพียง14 %
3. ปรุงอาหารไม่เป็น โดยเฉพาะคนรุ่นใหม่ไม่รู้วิธีปรุงอาหารมีค่านิยมรับประทานอาหารสำเร็จรูปมากกว่าดังนั้น การฟื้นฟูบูรณการองค์ความรู้เหล่านี้จำเป็นอย่างยิ่งต้องรีบแก้ไขกันต่อไป
4. ระบบการผลิต วิธีการปลูกผักพื้นบ้านอาจจะปลูกไม่ได้นอกจากให้ขึ้นตามธรรมชาติ เช่น เห็ดบางชนิดเพาะไม่ได้ ต้องเรียนรู้วิธีปลูก
5. มลภาวะเป็นพิษ มีการปนเปื้อน เช่นผักริมร้ัว ริมน้ำ มีสารพิษปนเปื้อนจากโรงงานอุตสาหกรรมที่ปล่อยสารพิษ ทำให้เรากินผักพื้นบ้านไม่มั่นใจว่ามีการปนเปื้อนหรือไม่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

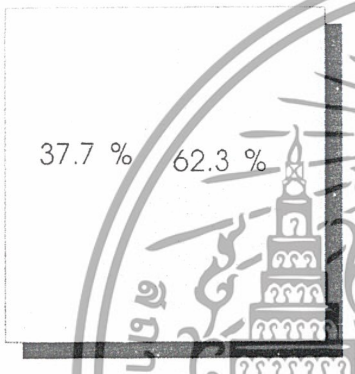
2.2 การศึกษากลุ่มเป้าหมาย

2.2 กลุ่มเป้าหมาย

จากการสำรวจเบื้องต้นของกิจกรรม ความสนใจ และ กลุ่มอาชีพ จะพบว่ามีความสนใจในเรื่องสุขภาพในบางกลุ่ม โดยนำมาเปรียบเทียบดังแผนภาพดังต่อไปนี้

2.2.1 ลักษณะของกลุ่มเป้าหมาย

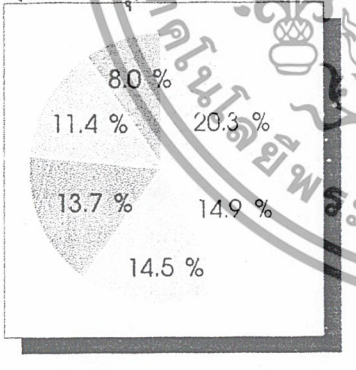
กลุ่มคนกรุงเทพที่สนใจเรื่องสุขภาพอาหารปลอดสารพิษ



คนที่ไม่เคยทานอาหารปลอดสารพิษ	37.7 %
คนที่เคยทานอาหารปลอดสารพิษ	62.3 %

กลุ่มอาชีพที่สนใจ

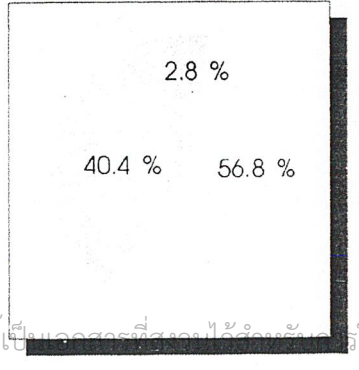
(ช่วงอายุ)



พนักงานบริษัท	20.3%
ข้าราชการ	14.9%
ค้าขาย ,ธุรกิจส่วนตัว	14.5%
รับจ้าง	13.7%
รัฐวิสาหกิจ	11.4%
แม่บ้าน	8.00%

ระดับการศึกษา

(ระดับการศึกษา)



ปริญญาตรี	56.8%
ต่ำกว่าปริญญาตรี	40 4%
สูงกว่าปริญญาตรี	2.8%

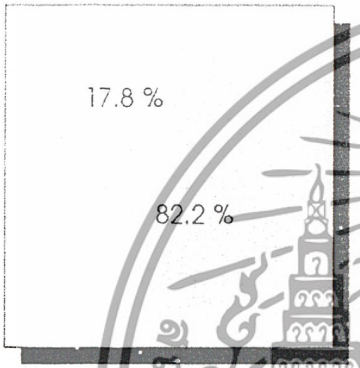
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

(ข้อมูลสถิติจากศูนย์วิจัยกสิกรไทย)

โดยส่วนใหญ่เป็นกลุ่มอายุของคนที่ใส่ใจสุขภาพอยู่ในช่วง ระดับการศึกษา ปริญญาตรี – พนักงานบริษัท ซึ่งเป็นช่วงอายุระหว่าง 20-50 ปี

ลักษณะการออกกำลังกาย ของคนกรุงเทพ ฯ

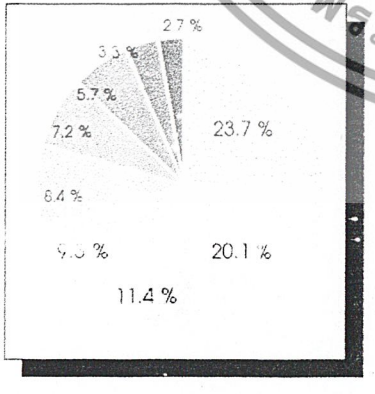
(กิจกรรมผ่อนคลาย)



ออกกำลังกายไม่เสียค่าใช้จ่าย	82.2%
ออกกำลังกายเสียค่าใช้จ่าย	17.8%

ความสนใจในกิจกรรมผ่อนคลายความเครียดของคนกรุงเทพ ฯ

(กิจกรรมคลายเครียด)

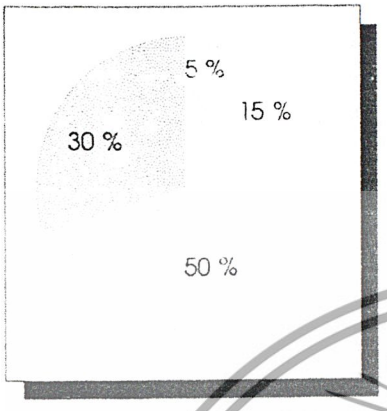


ออกกำลังกาย	23.7%
ฟังวิทยุ	20.1%
ท่องเที่ยว	11.4%
นอนพักผ่อน	9.3%
ดูทีวี	8.4%
อื่นๆ	27.1%
-อ่านหนังสือ	7.2%
-ช้อปปิ้ง	5.7%
-ดูภาพยนตร์	3.3%
-ปลูกต้นไม้	2.7%

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

<u>กลุ่มอายุผู้มาใช้บริการ สวนสาธารณะ</u> (ช่วงอายุ)

(กลุ่มอายุผู้มาใช้บริการ สวนสาธารณะ)



15-29 ปี	5%
20-29 ปี	15%
30-39 ปี	50%
50-60 ปี	30%

(ข้อมูลสถิติจากศูนย์วิจัยกสิกรไทย)

โดยกลุ่มคนเมืองส่วนใหญ่นิยมออกกำลังกายด้วยการวิ่ง หรือเดินตามสวนสาธารณะซึ่งเป็นกิจกรรมคลายเครียดจากการทำงานของคนกรุงเทพฯได้ กลุ่มอายุที่มาใช้บริการสวนสาธารณะ อยู่ในช่วง 30-60 ปี เป็นส่วนมาก

กล่าวโดยสรุปแล้วจะพบว่ากลุ่มเป้าหมายของโครงการเป็น กลุ่มคนทำงาน และ อาศัยอยู่ในกรุงเทพฯ ที่มีความสนใจในเรื่องสุขภาพ แบ่งเป็น 3 กลุ่มเป้าหมายหลักๆ ด้วยกัน

1. พนักงานบริษัท กลุ่มอายุ 20-50 ปี (ระดับการศึกษาปริญญาตรี)
2. กลุ่มคนที่มาใช้บริการสวนสาธารณะเป็นประจำ อยู่ในช่วงอายุ 30 –60ปี
3. กลุ่มนักท่องเที่ยวชาวต่างชาติ ที่สนใจในเรื่องการบำบัดด้วยวิธีธรรมชาติ

<u>2.2.2 นโยบายในการให้บริการ</u>

ประชาชนทั่วไปสามารถเข้าใช้บริการได้โดยเสียค่าบริการในแต่ละครั้งตามอัตราที่กำหนด หรืออาจจะสมัครเป็นสมาชิกรายปี ซึ่งสามารถใช้บริการได้ในอัตราที่ต่ำกว่าปกติเล็กน้อย ซึ่งทางโครงการจะบริการเสื้อผ้า – อุปกรณ์ต่างๆ ไว้คอยอำนวยความสะดวกให้แก่ผู้เข้าใช้โครงการ

<u>เงินรายได้ทั้งหมด นำมาใช้จ่ายภายในโครงการ โดยไม่หวังผลกำไรสูงสุด</u>

<u>การให้บริการ เปิดทุกวัน เวลา 07.00-09.00 น. เว้นวันจันทร์</u>

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.2.3 ความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย

จากการศึกษาถึงความต้องการของกลุ่มเป้าหมายของโครงการ จากการนำข้อมูลสถิติเรื่อง การดูแลรักษาสุขภาพ กับ คนกรุงเทพฯ จากศูนย์วิจัยกสิกรไทย มาพิจารณา ได้ผลสรุปดังนี้

- **กลุ่มที่เคยรับประทานอาหารปลอดสารพิษ กลุ่มอาชีพเป็นนักเรียน / นักศึกษาร้อยละ 34.7** พนักงานของรัฐร้อยละ 23.8 พนักงานรัฐวิสาหกิจร้อยละ 16.2 พนักงานบริษัทเอกชนร้อยละ 18.7 ค้าขายร้อยละ 2.8 และรับจ้างร้อยละ 3.8
- **วิธีการผ่อนคลายความเครียดของคนกรุงเทพฯ เน้นไปที่การออกกำลังกาย** ,ฟังวิทยุ , การท่องเที่ยว ,การนอน , ดูโทรทัศน์ , ฯลฯ ตามลำดับ
- **วิธีการในการผ่อนคลายความเครียดส่วนใหญ่จะเป็นลักษณะที่ต้องเสียค่าใช้จ่าย** 97.6 % ,และ 2.4 % เป็นการผ่อนคลายความเครียดแบบไม่เสียค่าใช้จ่าย
- โดยค่าใช้จ่ายในการในการผ่อนคลายแต่ละครั้ง อยู่ที่

101-500 บาท	52.8 %
501-1000 บาท	17.8 %
1000ขึ้นไป	15.9%

- เหตุผลในการที่ชาวเมืองหลวงสนใจออกกำลังกายคือ **เพื่อต้องการสร้างเสริมสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงสมบูรณ์** เป็นอันดับแรก รองมา เป็นการมุ่งออกกำลังกายเพื่อคลายเครียด
- หัวข้อ "สวนสาธารณะกับคนกรุงเทพ ฯ " **สวนสาธารณะที่เป็นที่นิยมในการออกกำลังกายของคนกรุงเทพ ฯ 3 อันดับแรก คือ สวนหลวง ร.9 ,สวนลุมพินี , และสวนจตุจักร**
- มีคนกรุงเทพ ฯร้อยละ 24.8 ไม่เคยใช้บริการสวนสาธารณะ โดยมีสาเหตุ

  ร้อยละ 30.5 ไม่มีเวลาว่างที่จะไปสวนสาธารณะ

  ร้อยละ 29.1 ไม่มีสวนสาธารณะใกล้บ้าน

  ร้อยละ 22.9 เดินทางไปสวนสาธารณะไม่สะดวก

  ร้อยละ 9.4 ไม่เห็นประโยชน์ของการไปสวนสาธารณะ

  ร้อยละ 8.2 ยังเป็นห่วงในเรื่องความปลอดภัยของชีวิตและทรัพย์สิน

- **กิจกรรมที่คนกรุงเทพ** ฯนิยมทำในสวนสาธารณะเรียงตามลำดับ คือ

  ร้อยละ 37.7 นิยมใช้สวนสาธารณะเป็นที่พักผ่อนยามว่าง

  ร้อยละ 16.7 ใช้เป็นที่ออกกำลังกายช่วงเย็น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ร้อยละ 13.4 ใช้เป็นที่ออกกำลังกายช่วงเช้า

ร้อยละ 4.3 ใช้ประกอบกิจกรรมอื่นๆ เช่น นัดพบปะเพื่อนฝูง ,เดินเล่น ,นั่งอ่านตำหรับ ตำรา

- ในวันทำงานคนกรุงเทพฯร้อยละ 57 รับประทานอาหารเช้าเป็นบางวัน หรือไม่รับประทานเลย มีคนกรุงเทพ ฯ เพียงร้อยละ 43 เท่านั้นที่รับประทานอาหารเช้าทุกวัน
- โดยสถานที่ต้องการให้จำหน่ายอาหารเช้า คือ ใกล้บ้าน และใกล้ที่ทำงาน โดยการตัดสินใจซื้ออาหารเช้าเน้นความสะอาด และ ความสะดวกเป็นหลักส่วนรสชาติของอาหารก็เป็นปัจจัยเสริมให้ประสบความสำเร็จมากยิ่งขึ้น
- เวลาที่คนกรุงเทพฯนิยมไปใช้บริการสวนสาธารณะบ่อยที่สุด คือ ช่วงเย็น โดยคนกรุงเทพ ฯ ร้อยละ 55.2
- นิยมไปใช้บริการสวนสาธารณะในช่วงนี้ รองลงมาร้อยละ 28.0 นิยมไปใช้บริการในช่วงเช้า ที่เหลืออีกร้อยละ 16.8 ใช้บริการช่วงสายๆ และ ช่วงบ่าย โดยการใช้บริการสวนสาธารณะในแต่ละครั้งนั้น

2.2.4 คาดคะเนอนาคตของโครงการ

เนื่องจากโครงการนี้เป็นโครงการเสนอแนะ ซึ่งยังไม่มีโครงการลักษณะนี้เกิดขึ้นมาก่อน ทำให้ไม่สามารถเปรียบเทียบจำนวนผู้เข้าใช้โครงการโดยรวมได้ทั้งหมด ดังนั้น จึงแบ่งการศึกษาออกเป็นตามองค์ประกอบย่อยๆ ซึ่งต้องอาศัยข้อมูลจริงจากการสอบถามโดยตรงจากโครงการ โดยพิจารณาถึงขนาด และประเภทของโครงการที่ใกล้เคียงหลายๆ โครงการเปรียบเทียบกัน ซึ่งแบ่งองค์ประกอบที่สำคัญคือ

1. ส่วนการนวดบำบัด
2. ส่วนฝึกโยคะ
3. ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ
4. ส่วนร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ
5. ส่วนห้องสมุด

-ส่วนการนวดบำบัด ได้ทำการสำรวจ และ สอบถามข้อมูลจากอายุรเวทวิทยาลัย ซึ่งเป็นโครงการที่มีลักษณะ และ ความต้องการ ขนาดของโครงการใกล้เคียงกัน

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด ของอายุรเวทวิทยาลัย ในส่วนนวดบำบัด 18 คน

จำนวนผู้รับบริการทั้งหมด ของอายุรเวทวิทยาลัย ในส่วนการนวดบำบัด 37 คน/วัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

-ส่วนโยคะ ได้ทำการสำรวจ และสอบถามข้อมูลจาก สถานที่ฝึกสอนโยคะ รโหฐราขาโยคะ

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด ของสถานที่ฝึกสอนโยคะ 1-2 คน/รอบ

จำนวนผู้รับบริการทั้งหมด ของสถานที่ฝึกสอนโยคะ 20-25 คน/รอบ

-ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ได้ทำการสำรวจและ สอบถามข้อมูลจากร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ของอาศรมแสงอรุณ

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด ของอาศรมแสงอรุณ 10 คน/รอบ

จำนวนผู้รับบริการทั้งหมด ของอาศรมแสงอรุณ 80 คน/วัน

-ส่วนร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ ได้ทำการสำรวจ และ สอบถามจำนวนผู้รับบริการของร้านเลมอนฟาร์ม

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด ของเลมอนฟาร์ม 10 คน/รอบ

จำนวนผู้รับบริการทั้งหมด ของเลมอนฟาร์ม 1420 คน/วัน

-ส่วนห้องสมุด ได้ทำการสำรวจ และ สอบถามจำนวนผู้รับบริการของห้องสมุด ของ อาศรมแสงอรุณ

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด ของอาศรมแสงอรุณ 3 คน/รอบ

จำนวนผู้รับบริการทั้งหมด ของอาศรมแสงอรุณ 40 คน/วัน

การคาดคะเนจำนวนผู้รับบริการในอนาคต ในส่วนของ การนวดบำบัด

(โดยข้อมูล จากอายุรเวทวิทยาลัย)

จำนวนผู้เข้ารับบริการ ในส่วนนวดบำบัด ปี 2542

เดือน	ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)
มกราคม	99	185	284
กุมภาพันธ์	94	177	271
มีนาคม	115	208	323
เมษายน	64	124	188
พฤษภาคม	84	154	238
มิถุนายน	216	337	553
กรกฎาคม	211	415	626
สิงหาคม	212	392	604
กันยายน	266	542	808

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตุลาคม	256	464	720
พฤศจิกายน	268	468	736
ธันวาคม	202	295	497
รวมจำนวนผู้เข้าใช้โครงการทั้งสิ้น			**5848**
จำนวนผลต่าง ของผู้ใช้โครงการในปี 2542			**28.62 %**

จำนวนผู้เข้ารับบริการในส่วนนวดบำบัด ปี 2543

เดือน	ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)
มกราคม	263	432	695
กุมภาพันธ์	283	386	669
มีนาคม	1092	1447	2589
เมษายน	654	1176	1830
พฤษภาคม	461	1088	1549
มิถุนายน	70	1138	1208
รวมจำนวนผู้เข้าใช้โครงการทั้งสิ้น			**8540**
จำนวนผลต่าง ของผู้ใช้โครงการในปี 2543			**33.302 %**

(หมายเหตุ : ข้อมูลตั้งแต่ เดือน มกราคม – มิถุนายน)

จำนวนผู้เข้ารับบริการในส่วนนวดบำบัด ปี 2544

เดือน	ชาย (คน)	หญิง (คน)	รวม (คน)
มกราคม	354	664	1018
กุมภาพันธ์	244	510	754
มีนาคม	301	561	862
เมษายน	249	441	690
พฤษภาคม	278	603	881
มิถุนายน	385	573	958
กรกฎาคม	257	711	968
สิงหาคม	298	611	909
รวมจำนวนผู้เข้าใช้โครงการทั้งสิ้น			**7040**
จำนวนผลต่าง ของผู้ใช้โครงการในปี 2544			**32.78%**

(หมายเหตุ : ข้อมูลตั้งแต่ เดือน มกราคม – สิงหาคม)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การคาดคะเนผู้เข้าใช้บริการในอนาคตส่วนการนวดบำบัด / อบสมุนไพร

ปี 2542	= 5848 คน/ปี	อัตราการเพิ่มขึ้น ปี 2542 = 28.62%
ปี 2543	= 8540 คน /ปี	อัตราการเพิ่มขึ้น ปี 2542 = 33.302%
ปี 2544	= 7040 คน/ปี	อัตราการเพิ่มขึ้น ปี 2542 = 32.78%
		อัตราการเพิ่มขึ้น เฉลี่ย 35.473 คน/เดือน

แนวโน้มปี 2544 จะมีคนเข้าใช้ทั้งสิ้น 11030.73 คน/ปี

การคาดคะเน ผู้เข้าใช้บริการปี 2545 = 11456.406 คน/ปี

ปี 2546 = 11882.082 คน/ปี

ปี 2547 = 12307.758 คน/ปี

ปี 2548 = 12733.434 คน/ปี

ปี 2549 = 13159.11 คน/ปี

เฉลี่ย 1086.59 คน/เดือน เมื่อคิดเฉลี่ย ต่อวัน ได้ **36.55 คน/วัน**

ดังนั้น สรุปได้ว่า แนวโน้มในอนาคต มีคนเข้ารับบริการในส่วนนวดบำบัด 37 คน/วัน ในองค์ประกอบอื่นๆ กำหนดให้เพิ่มขึ้นในอัตราส่วนที่เท่ากัน จากการคำนวนของส่วนนวดบำบัด จึงสรุปเป็นตาราง เพื่อนำมาเป็นข้อมูลในการศึกษาถึง พื้นที่ - พฤติกรรมผู้ใช้โครงการ

ตารางแสดงการคาดคะเนผู้รับบริการ – ผู้ให้บริการ ในอนาคต ในแต่ละส่วน

องค์ประกอบโครงการ	กรณีศึกษา	จำนวนผู้ให้บริการ	จำนวนผู้รับบริการ
ส่วนการนวดบำบัด	อายุรเวทวิทยาลัย	18 คน / วัน	37 คน/วัน
ส่วนฝึกโยคะ	สถานที่ฝึกสอน รโหฐราชาโยคะ	1-2 คน/รอบ	20-25 คน/รอบ
ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ	ร้านอาหาร ที่ อาศรมแสงอรุณ	10 คน / วัน	80 คน / วัน
ส่วนร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ	ร้าน เลมอนฟาร์ม	1420คน/วัน	10 คน
ส่วนห้องสมุด	ห้องสมุดประชาชน อาศรมแสงอรุณ	3 คน/วัน	40 คน/วัน

(หมายเหตุ : เป็นการคาดการณ์ในอีก 5 ปีข้างหน้า)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

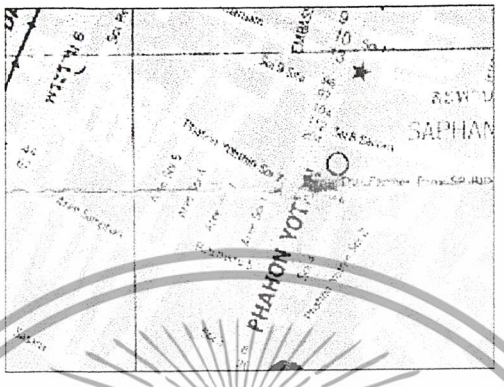
2.3 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการใกล้เคียง

เนื่องจากโครงการ "ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร " เป็นโครงการที่ยังไม่เคยมีการดำเนินงานในลักษณะนี้มาก่อน ดังนั้นจึงได้เลือกศึกษาในโครงการที่มีรูปแบบใกล้เคียง เพื่อใช้เป็นพื้นฐานในการจัดตั้งโครงการ ศึกษาถึงองค์ประกอบพื้นฐานของโครงการที่เหมาะสม ,ศึกษาถึงลักษณะการทำงานขององค์กร เพื่อให้การเสนอแนะจัดตั้งโครงการเป็นไปตามความต้องการ

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1.อายุรเวทวิทยาลัย	■ เป็นองค์กรที่เป็นที่รู้จักในเรื่องการแพทย์แบบอายุรเวท ซึ่งให้บริการเรื่องสุขภาพ และ มีส่วนโรงเรียนสอนแพทย์แผนไทย ■ มีองค์ประกอบภายในโครงการไม่ซับซ้อน ■ คาดคะเนโอกาสในการใช้บริการในอนาคต ซึ่งได้จากจำนวนผู้เข้าใช้บริการภายในโครงการ
2.อาศรมแสงอรุณ	■ เป็นองค์กรขนาดเล็ก ซึ่งมีองค์ประกอบในการดำเนินงานต่างๆ กันไปในแต่ละส่วน แต่ทั้งหมด คำนึงถึงเรื่องของสุขภาพที่ดีเป็นหลัก และที่ตั้งอยู่ในตัวเมือง ■ กลุ่มผู้ใช้โครงการเป็นกลุ่มเดียวกับ โครงการศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร
3.ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี	■ เป็นองค์กรที่จัดตั้งขึ้นเพื่อการบำบัดรักษาสุขภาพ ■ เป็นองค์กรขนาดเล็ก และเป็นของเอกชน ■ องค์ประกอบภายในมีความสัมพันธ์กัน แต่เน้นไปในทิศทางการบำบัดรักษา
4.กรมการแพทย์แผนไทย	■ เป็นองค์กรที่ขึ้นตรงกับรัฐบาล โดยมีลักษณะใกล้เคียงกับโครงการศูนย์สุขภาพ ■ องค์กรขนาดใหญ่ และมีการจัดการองค์กรเป็นระเบียบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.1 อายุรเวทวิทยาลัย



ภาพ แสดงแผนที่ทำการอายุรเวทวิทยาลัย

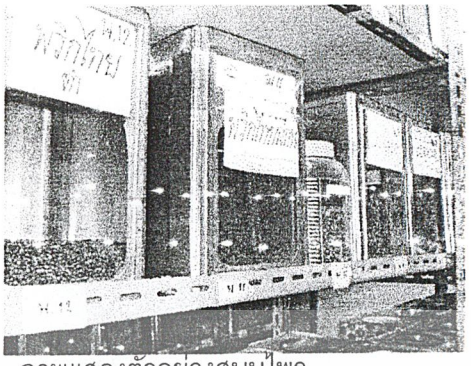
สถานที่ตั้ง : 16/2 ซอย 5 พหลโยธิน สามเสนใน พญาไท กทม. 10400

ศูนย์อายุรเวทวิทยาลัย เป็นโครงการที่เกิดขึ้นโดยการดำเนินการโดยมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมในพระสังฆราชสกลมหาสังฆปรินายก และพระบรมราชูปถัมภ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ก่อตั้งขึ้น โดย ศ.น.พ. อวย เกตุสิงห์

ความเป็นมา สถานพยาบาลอายุรเวทแผนโบราณแบบประยุกต์ เป็นส่วนหนึ่งของอายุรเวทวิทยาลัย (ชีวกโกมารกัจจ์) อยู่ในมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม ในพระสังฆปรินายก และพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ก่อตั้งโดย ศ.น.พ. อวย เกตุสิงห์ เมื่อวันที่ 27 กันยายน 2525 โดยกระทรวงสาธารณสุขได้ให้งบประมาณช่วยเหลือกิจกรรม ในวันที่ 2 พฤศจิกายน 2530 มีราชกิจจานุเบกษา ออกมารับรองแพทย์อายุรเวทให้เป็นแพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์ และในปี พ.ศ . 2531 ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงรับเป็นองค์อุปถัมภ์ของอายุรเวทวิทยาลัยฯ แพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์ ต่างกับแพทย์แผนโบราณทั่วไปตรงที่มีความรู้ทางวิทยาศาสตร์เป็นพื้นฐาน ช่วยให้เข้าใจระบบการทำงานของร่างกาย เข้าใจถึงสาเหตุและอาการของโรคตลอดจนการใช้ยารักษาโรค ทำให้ผลการรักษาโรคได้ผลดียิ่งขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบของโครงการ



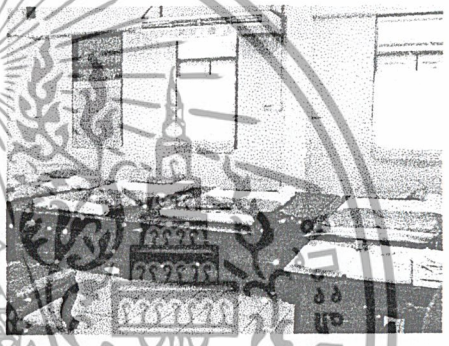
ภาพแสดงตัวอย่างสมุนไพร

สถานศึกษา

- สำนักงานมูลนิธิ ,ห้องพักครูใหญ่
- ห้องธุรการ ,ห้องพักครู
- ห้องผู้จัดการ , ห้องห้องชุม

ห้องเภสัชกรรม

- โรงอาหาร
- ห้องเรียน , ห้องสมาชิกสมาคมศิษย์เก่า
- ห้องปฏิบัติการวิทยาศาสตร์
- ห้องเรียน



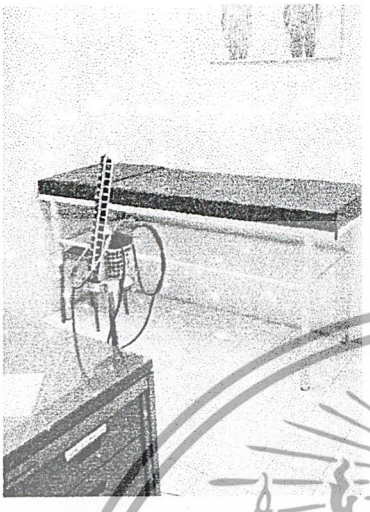
ภาพแสดง บรรยากาศภายในห้องหัตถเวชกรรม

สถานพยาบาล

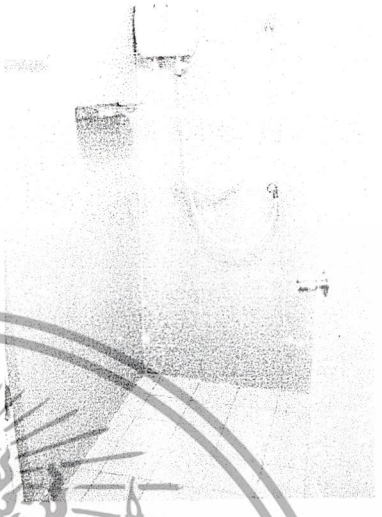
- **ห้องทะเบียน**
- ห้องตรวจ
- ห้องจ่ายยา
- **ห้องอบสมุนไพร**
- **ห้องหัตถเวชกรรม**
- ลานจอดรถ
- ห้องการเงิน
- **ห้องปฏิบัติการ**
- **ห้องเภสัชกรรม**
- **ห้องสมุด**

(ตัวหนังสือเข้ม คือ ส่วนที่นำมาศึกษาถึงองค์ประกอบของโครงการ)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพแสดงห้องตรวจ ,วินิจฉัยโรค



ภาพแสดงห้องอาบน้ำ (ส่วนห้องอบสมุนไพร)

สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

<u>หลักการคำนึงในการพิจารณาถึงองค์ประกอบของโครงการ</u>

ข้อดี

1. มีการบริการ และ การบำบัดที่ไม่ซับซ้อน คือ มีองค์ประกอบหลัก (ส่วนสถานพยาบาล) 2 ส่วน คือ ส่วนหัตถเวชกรรม ส่วนอบไอน้ำสมุนไพร ซึ่งสามารถบำบัดให้บริการแก่ผู้เข้าใช้โครงการได้ครอบคลุม และ เหมาะสม เป็นองค์ประกอบที่กลุ่มผู้ใช้โครงการนิยมเข้าใช้มาก และมีลักษณะสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของโครงการเนื่องจากโครงการศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร ต้องการบริการแก่ผู้เข้าใช้ในโครงการโดยเน้นการผ่อนคลายมากกว่าการบำบัดรักษา ในบางส่วนจึงมีการลดทอนออกไปบ้าง

ข้อเสีย

1. องค์ประกอบปลีกย่อยในบางส่วนยังมีความไม่ลงตัวในเรื่องพฤติกรรม และโซนของพื้นที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.2 มูลนิธิอาศรมแสงอรุณ





แสดงที่ตั้งมูลนิธิอาศรมแสงอรุณ

สถานที่ตั้ง 64 ซอยศึกษาวิทยา ถนนสาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพฯ

ลักษณะของโครงการ เป็นหนึ่งใน *มูลนิธิแสงอรุณ* จัดตั้งขึ้นโดยไม่มุ่งเน้นผลกำไร แต่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้คุณภาพชีวิตของคนไทยดีขึ้น เน้นการดูแลทั้งสุขภาพกายและใจ

ประเภทผู้ใช้บริการ เน้นกลุ่มคนทำงาน ในย่านสีลม สาทร เพื่อใช้เวลาว่างหลังเลิกงานหรือช่วงวันหยุด เป็นกลุ่มที่มีรายได้ปานกลาง-ค่อนข้างสูงบริการของอาศรมแสงอรุณ

องค์ประกอบของโครงการ

1. **ห้องนวดเพื่อสุขภาพ(นวดแผนโบราณ)**

ค่าบริการ	:	2ช.ม. 250 บาท
ระยะเวลาการให้บริการ	:	:10.00-20.00 น.
เปิดบริการ	:	จันทร์-ศุกร์
สถานที่	:	ชั้น 2 ตึกแปลน อาศรมแสงอรุณ

2. **ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ**

กิจกรรมที่ให้บริการ	:	ห้องออกกำลังกาย ,อบสมุนไพร,แอโรบิก
ค่าบริการ	:	ครั้งละ 50 บาท (รวมอบสมุนไพรด้วย) สมัครสมาชิกรายเดือน 700 บาท
เปิดบริการ	:	จันทร์-ศุกร์ (หยุดวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดราชการ)
เวลาที่ให้บริการ	:	17.30-20.30 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สถานที่ : ชั้น 2 ตึกแปลน อาศรมแสงอรุณ

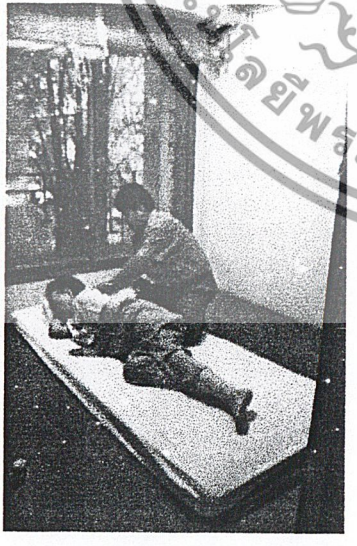
หมายเหตุ : Floor Exercise เต้นแอโรบิก,รำกระบอง (อังคาร , พฤหัส)
ออกกำลังโดยท่าอาสนะ (จันทร์,พุธ,ศุกร์)
เริ่ม (18.30 – 19.30 น.) ชั้น 3 ที่ตึกแปลน อาศรมแสงอรุณ
ห้องอบสมุนไพร (19.00-20.15 น.)

3. **ร้านผลิตภัณฑ์ปลอดสารพิษ (เลือกซื้อผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ)**

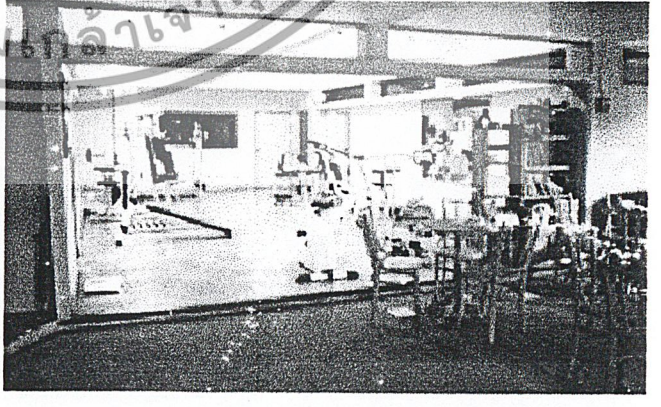
เปิดบริการ : จันทร์-ศุกร์ (9.00 – 19.00 น.)
เสาร์- อาทิตย์ 12.00-17.00 น.)

WORK SHOP เพื่อสุขภาพ

- โยคะขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เริ่มต้นสุขภาพ
- โยคะอาสนะ(สำหรับผู้ผ่านขั้นพื้นฐานมาแล้ว)
- โยคะสำหรับเด็ก (ขั้นพื้นฐาน สำหรับอายุ 4-10 ปี เฉพาะปิดเทอม)
- การฝึกหายใจ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพชีวิต
- การผ่อนคลายความเครียดด้วยเทคนิคโยคะ
- อาหารเพื่อสุขภาพและการล้างพิษด้วยเทคนิคโยคะ
- การเขียนสีน้ำพื้นฐาน สำหรับผู้เริ่มต้น



ภาพแสดงห้องนวดเพื่อสุขภาพ(นวดแผนโบราณ)



ภาพแสดงสถานที่ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

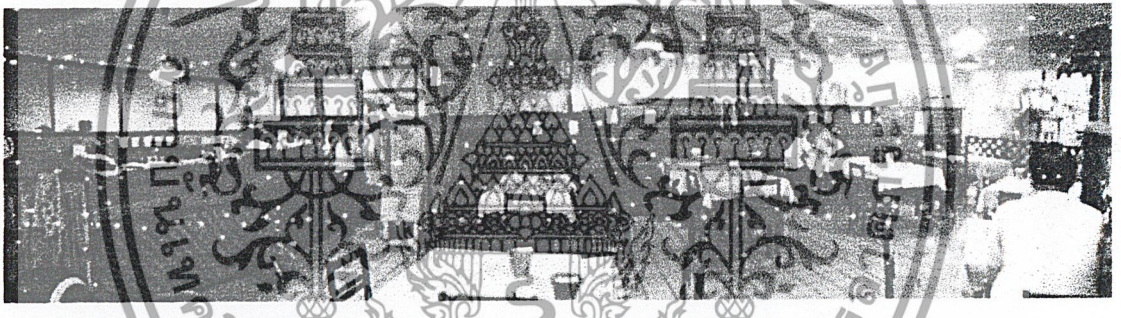
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



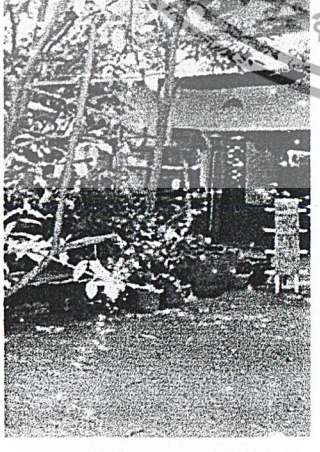
ภาพแสดง ห้องอบสมุนไพร – ห้องอาบน้ำ

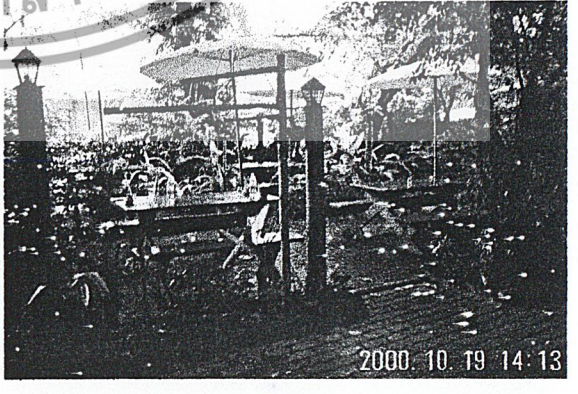


ภาพแสดง ห้องอบสมุนไพร – ห้องอาบน้ำ



ภาพแสดง บรรยากาศภายในร้านอาหารเพื่อสุขภาพ (อาศรมอาศรมแสงอรุณ)





ภาพแสดง บรรยากาศภายนอกร้านอาหารเพื่อสุขภาพ (อาศรมอาศรมแสงอรุณ)

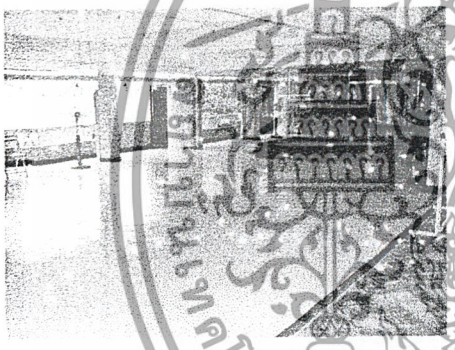
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพแสดง ส่วนร้านอาหาร(Outdoor)



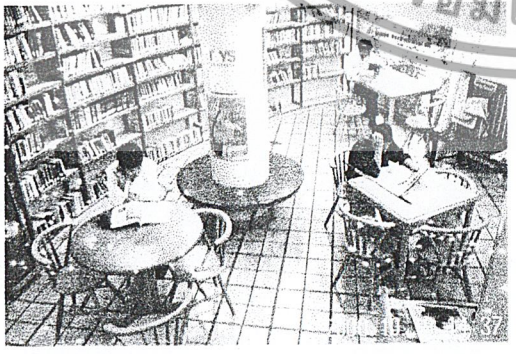
ภาพแสดงส่วนร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ



ภาพแสดง ส่วนบริเวณการฝึกสมาธิ – โยคะ

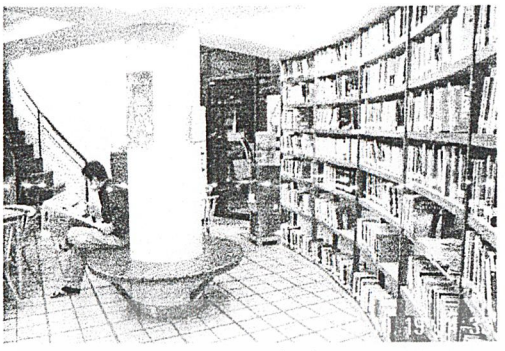


ภาพแสดง สวนบริเวณหน้าส่วนฝึกสมาธิ – โยคะ



ภาพแสดง บรรยากาศภายในห้องสมุด(อาศรมแสงอรุณ)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพแสดง บรรยากาศภายในห้องสมุด (อาศรมแสงอรุณ)

การพิจารณาถึงองค์ประกอบ และ การจัดแบ่งโซนการใช้พื้นที่

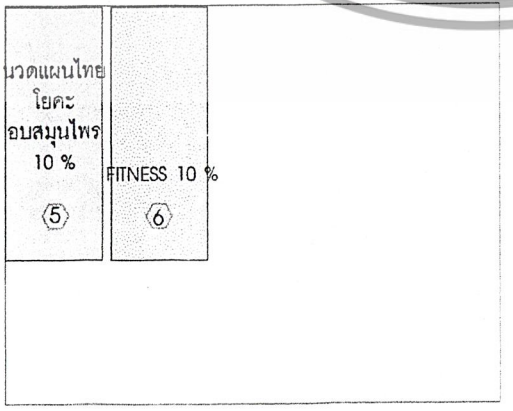
แผนผังชั้น ที่1



<u>องค์ประกอบภายในมูลนิธิ</u>

-ห้องสมุด คิดเป็นพื้นที่ประมาณ 45 %
-ร้าน Green shop 10 %
-ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ 10 %
-ส่วนสำนักงาน
-พื้นที่จัดกิจกรรมภายนอก

แผนผังชั้น ที่2



<u>องค์ประกอบภายในมูลนิธิ</u>

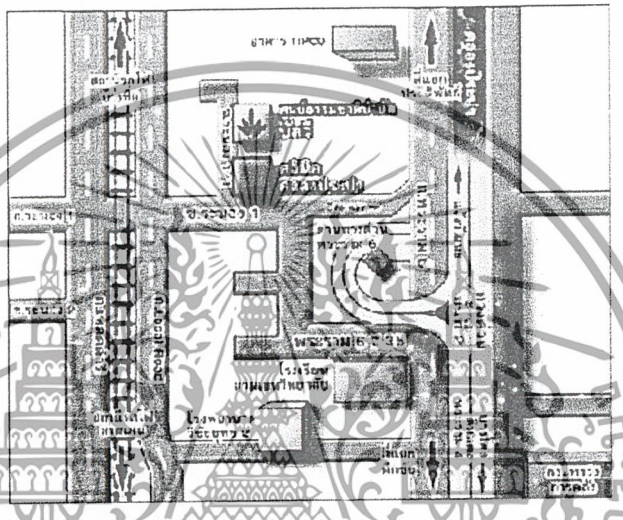
-ส่วนนวดแผนไทย
-ส่วนฝึกโยคะ 45 %
-ส่วนอบสมุนไพร 10 %
-ส่วนออกกำลังกาย 10 %
-ส่วนสำนักงาน

(ตัวเข้มคือส่วนที่นำมาพิจารณาประกอบโครงการ)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.3 ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี

ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี
191/3 ซ.ระนอง 1 ถ.พระราม 6 แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม. 10400
โทร. (02) 279-5658 , 279-6972 , 279-6943 Fax. (02) 618-2751
http://www.balavi.co.th E-mail: balavi@samart.co.th



ภาพแสดงแผนที่ที่ตั้ง ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี

สถานที่ตั้ง 191/3 **ซ.ระนอง 1 ถ.พระราม 6 แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กทม.10400**

โทร. 0-2795-658 , 0-2796-972 ,0-2796-943

เปิดบริการ จันทร์-เสาร์ 8.30-20.00 น.

(ติดต่อข้อมูลเพิ่มเติม www://balvi.co.th)

ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี เป็นศูนย์ธรรมชาติบำบัด โดยการแนะนำของแพทย์ โดยมีแนวคิดที่ว่า "กลมกลืนชีวิตกับธรรมชาติ ศิลป์และศาสตร์ตะวันออก ตะวันตกเป็นหนึ่งเดียว" หมายถึงว่า การนำเอาวิธีการส่งเสริมสุขภาพของชนชาติต่าง ๆ ทั่วโลกมา ประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

โดยยู่บนหลักการพื้นฐานของธรรมชาติบำบัด 3 ประการ คือ

1. อาหารถูกสัดส่วน
2. ขจัดสารพิษออกจากร่างกาย
3. ปรับสมดุลของกายและใจ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

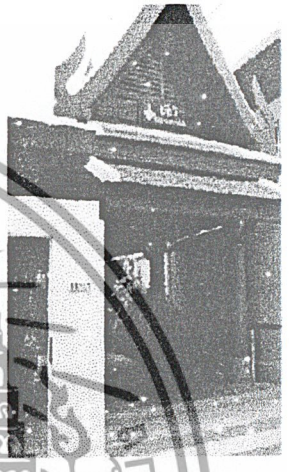
ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี แบ่งองค์ประกอบหลัก ๆ ได้เป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนการรักษา ซึ่งอยู่ด้านหน้าใช้ในการรักษาผู้ป่วย โดยมีแพทย์เฉพาะทางให้การตรวจ และ ดูแล

ส่วนบำบัด ซึ่งทุกคนสามารถใช้ในส่วนนี้ได้ และ ผู้ป่วยจากส่วนหน้าก็จะมาใช้ในการดูแลของแพทย์อย่างใกล้ชิด



ภาพ ส่วนทางเข้าศูนย์ธรรมชาติบำบัด **(ส่วนการรักษา)**



ภาพ ส่วนทางเข้าศูนย์ธรรมชาติบำบัด **(ส่วนการบำบัด)**

ลักษณะการบำบัด

ลักษณะการเข้ารับการบำบัดของกลุ่มผู้รับบริการของ ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี มี 2 ประเภทคือ

1. มีการรักษาของผู้ป่วย และรับการตรวจจากแพทย์ และทดสอบ สมรรถภาพทางร่างกายในส่วนการ รักษา ก่อนที่จะเข้ารับการบำบัด และ ดูแลควบคุมอาหารในส่วน การบำบัด
2. การเข้ารับการบำบัดโดยตรง โดยไม่ผ่านในส่วนแพทย์ ซึ่งในลักษณะนี้ผู้เข้าใช้โครงการโดยติดต่อส่วนการบำบัดโดยตรง เพื่อต้องการการออกกำลังที่พอเหมาะ , การผ่อนคลาย ดูแลรักษาสุขภาพตัวเอง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบภายในโครงการ

อดเพื่อสุขภาพ (Fasting for Health)

รักษาการบำระยุกต์จากขนานภารตะ ซึ่งถูกปรับเปลี่ยนโดยนักธรรมชาติบำบัดชาวอังกฤษ และได้รับการบุกเบิกฉากใหม่ของสุขภาพ แบบไทยจากทัวร์ล้างพิษทั้งหมดนี้นำมาบริการเพิ่มเติมหลักสูตรงานบัลว**ครัวธรรมชาติ** (Organic kitchen)

อาหารปลอดสารพิษเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคสอดคล้องกับหลักอาหารถูกส่วน

การบริหารบำบัด (Heath exercise) อุปกรณ์บริหารร่างกายทันสมัย และแอโรบิควางแผนออกกำลังให้เหมาะสมกับแต่ละคนภายใต้การควบคุมของแพทย์และวิทยาศาสตร์การกีฬา

มวยจีนและโยคะ (Taichi and Yoga)

มรดกแห่งสุขภาพแห่งชาวบูรพาที่ตกทอดมากว่า200 ปี

วารีบำบัด (Hydrotherapy)

ศิลปะล้ำลึกจากยุคกรีกและโรมันประยุกต์เป็นศาสตร์สมัยใหม่ด้วยปรมาจารย์ชาวเยอรมัน

นวดรักษา (Massage Therapy)

ผสานการนวดตำรับยุโรปและการนวดของไทยสู่เอกลักษณ์แห่งการนวดรักษา

สมาธิบำบัด (Meditation care) , **ดนตรีบำบัด** (Music therapy)

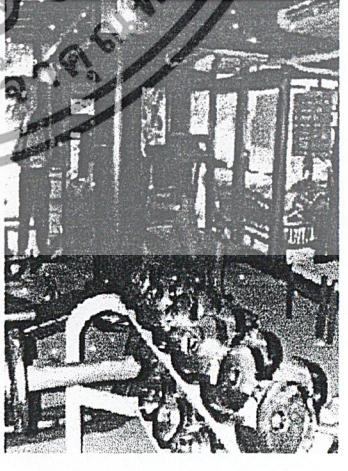
สมาธิกสู่ปรมัติภูมิ หากหวนคืนสู่การบำบัดทางกาย มื่อใจสงบ

เสริมสุขภาพกับแสงตะวัน (Solar therapy)

ดูดซับอานุภาพอย่างมีคุณค่าต่อสรรพาชีวิตจากดวงตะวันศาสตร์จากชมพูทวีป

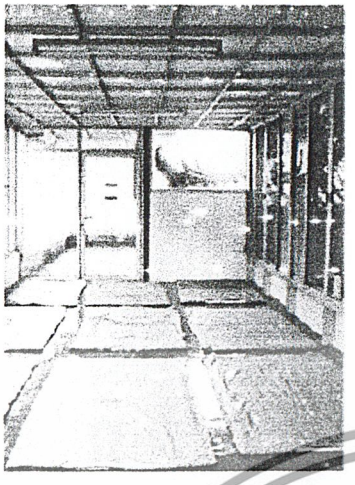


ภาพแสดง ส่วนครัวธรรมชาติ (Organic Kitchen)

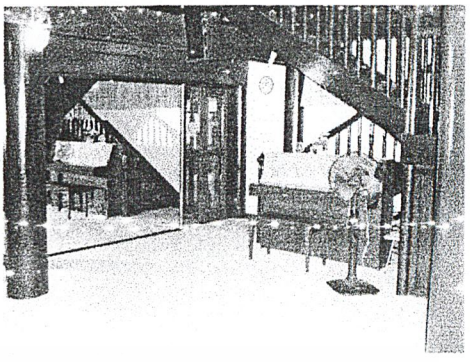


ภาพแสดง ส่วนห้องออกกำลังกายโดยการใช้อุปกรณ์ (Health Exercise)

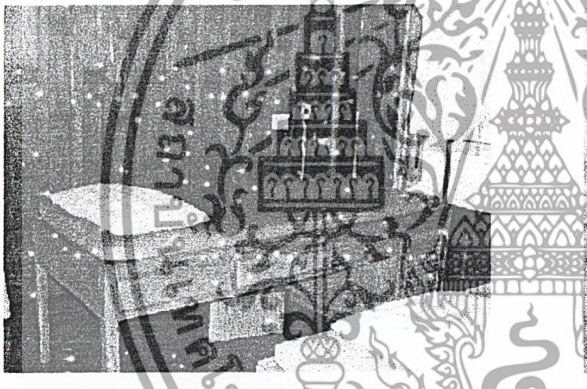
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



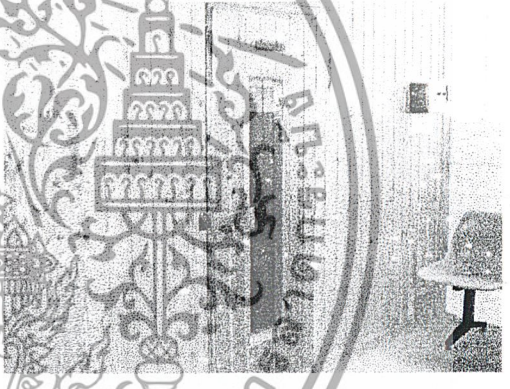
ภาพแสดง ส่วนห้องฝึกโยคะ จำนวน 10 – 15 คน



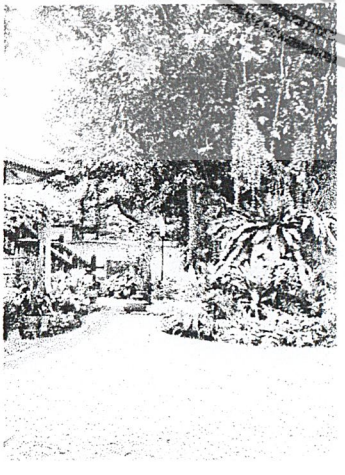
ภาพแสดง ส่วนห้องดนตรี บำบัด (Music Therapy) (Taichi and Yoga)



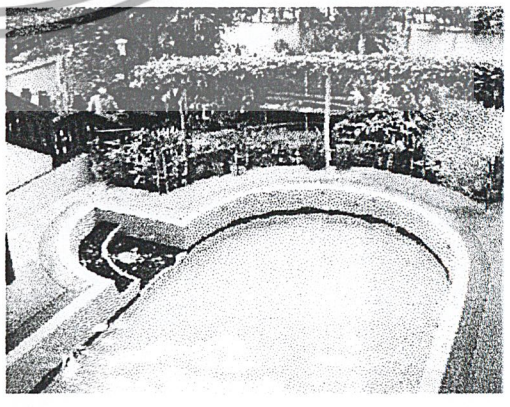
ภาพแสดง ส่วนนวดบำบัด (Massage Therapy)



ภาพแสดง ส่วนห้องอบซาวน่า (Sauna) จำนวน 10 – 15 คน



ภาพ ส่วนอาบแสงตะวัน (Solar therapy)



ภาพ ส่วนวารีบำบัด (Hydro Therapy)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หลักการคำนึงในการพิจารณาถึงองค์ประกอบของโครงการ

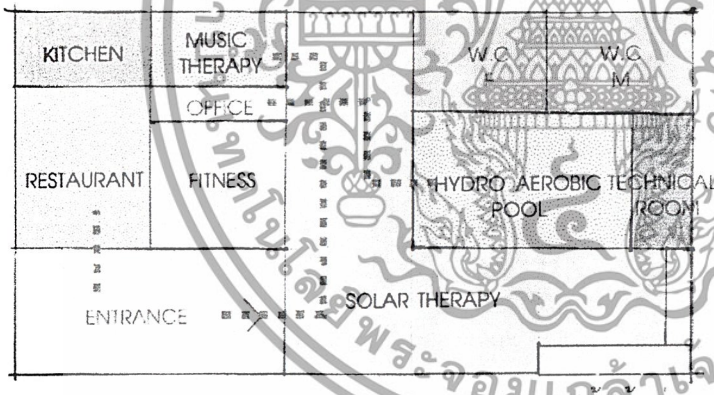
ข้อดี

1. .การคำนึงถึงองค์ประกอบภายในศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี มีองค์ประกอบที่น่าสนใจ และมีความสัมพันธ์ ช่วยสนับสนุนโครงการหลายองค์ประกอบด้วยกัน อย่างเช่น การฝึกมวยจีน – โยคะ , การบำบัดด้วยน้ำ (Hydro Therapy)
2. มีพื้นที่ในส่วนกลางแจ้งเพื่อทำกิจกรรม ส่งเสริมห้องค์ประกอบที่เกิดขึ้นมีความสัมพันธ์ และใกล้ชิดกับธรรมชาติมากขึ้น
3. องค์ประกอบภายในกลุ่มผู้ใช้ สามารถเข้าใช้ได้ตามสะดวก ซึ่งทำให้มีความเป็นกันเอง และ ให้บรรยากาศที่พักผ่อน และ ผ่อนคลายอย่างแท้จริง

ข้อเสีย

1. พื้นที่มีขนาดจำกัด ทำให้ต้องมีการกำหนดเวลาเพื่อการเข้าใช้พื้นที่ในแต่ละช่วง ซึ่งบางครั้งอาจทำให้ไม่สะดวกแก่ผู้เข้าใช้

การศึกษาเรื่องการแบ่งพื้นที่ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี



ผังพื้นชั้นล่าง

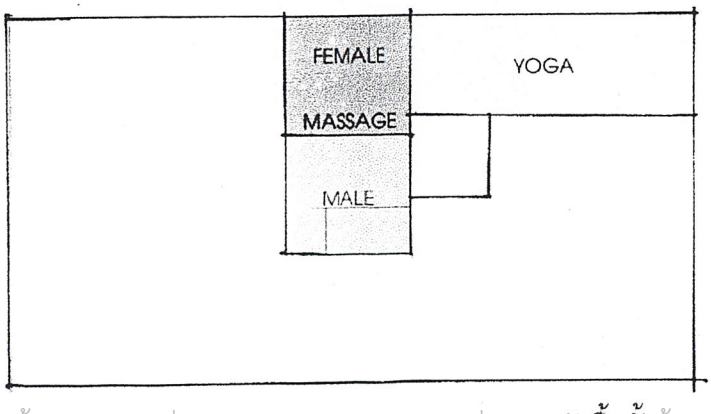
-ส่วนออกกำลังกาย (Fitness)

-ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ (Green Restaurant)

-ส่วนอาบแสงตะวัน (Solar therapy)

-ส่วนวารีบำบัด (Hydro Therapy)

-ส่วนดนตรีบำบัด (Music Therapy)



ผังพื้นชั้นบน

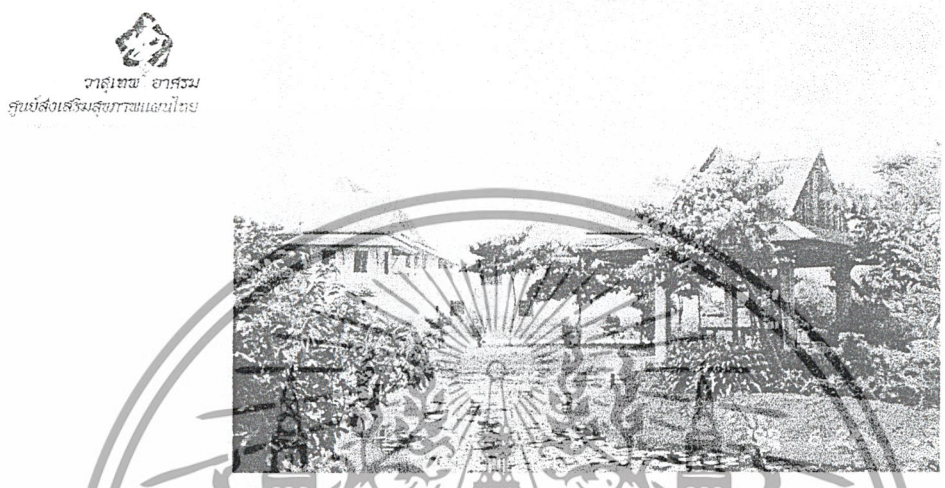
-ส่วนฝึกโยคะ – มวยจีน

-ส่วนนวดแผนไทย (ห้องชาย –

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.4 กรมการแพทย์แผนไทย

ที่ตั้ง : กระทรวงสาธารณะสุข จ.นนทบุรี



ภายในกรมการแพทย์แผนไทย มีการบริการ

1. การบำบัดรักษาด้วยวิธีการแพทย์แผนไทย สุพรหมอาศรม
2. ร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ วาสุเทพอาศรม



ลักษณะกิจกรรมการบำบัด – การแพทย์แผนไทย



ร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ วาสุเทพอาศรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4 การศึกษาเรื่องการนวดบำบัด

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อายุรเวทวิทยาลัย	■ เป็นลักษณะการบำบัด เน้นไปทางการรักษา มากกว่าการดูแลตัวเองในเบื้องต้น จึงทำการศึกษาเพื่อนำมาประยุกต์ใช้ ■ มีการขยายตัวเพิ่มขึ้นของ กลุ่มผู้ใช้ ดังนั้นพื้นที่มีไม่เพียงพอ ■ ศึกษาถึงวิธีการบำบัด และพฤติกรรมของผู้เข้าใช้โครงการ ■ จำนวน และลักษณะกลุ่มเป้าหมายของโครงการ
2. ศูนย์โยคะ	■ ลักษณะกลุ่มเป้าหมายมีความใกล้เคียงกับโครงการ ■ ศึกษาการแบ่งลักษณะการนวดบำบัด – นวดผ่อนคลาย และวิธีการนวดบำบัด ■ พฤติกรรมผู้เข้าใช้โครงการ
3.อาศรมแสงอรุณ	■ ลักษณะกลุ่มเป้าหมายมีความใกล้เคียงกับโครงการ ■ การแบ่งพื้นที่ และ จำนวนห้องเปลี่ยนชุด / จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ ■ พฤติกรรมผู้เข้าใช้โครงการ
4.ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี	■ ลักษณะการเข้าในการนวดบำบัดตลอดจนถึงวิธีการนวดบำบัด ■ บรรยากาศโดยรอบส่วนเรือนนวดที่นำส่วนธรรมชาติเข้ามาใช้ร่วมกัน ■ พฤติกรรมผู้เข้าใช้โครงการ
5. .สุพรหมอาศรม	■ ศึกษาวิธีการนวด แบบแพทย์แผนไทย ■ พฤติกรรมของผู้เข้าใช้โครงการ ■ ลักษณะการจัดแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายใน และขนาดพื้นที่การใช้งาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4.1 ศูนย์อายุรเวทวิทยาลัย

สถานที่ตั้ง 16/2 ซอย 5 พหลโยธิน สามเสนใน พญาไท กทม. 10400

ลักษณะโครงการ เป็นโครงการที่เกิดขึ้นโดยการดำเนินการโดยมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิมในพระสังฆราชสกลมหาสังฆปรินายก และพระบรมราชูปถัมภ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ก่อตั้งขึ้น โดย ศ.นพ. อวย เกตุสิงห์

ความเป็นมา สถานพยาบาลอายุรเวทแผนโบราณแบบประยุกต์ เป็นส่วนหนึ่งของอายุรเวทวิทยาลัย



(ชีวกโกมารกัจจ์) อยู่ในมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม ในพระสังฆปรินายก และพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ก่อตั้งโดย ศ.น.พ. อวย เกตุสิงห์ เมื่อวันที่ 27 กันยายน 2525 โดยกระทรวงสาธารณสุขได้ให้งบประมาณช่วยเหลือกิจกรรม

ในวันที่ 2 พฤศจิกายน 2530 มีราชกิจจานุเบกษา ออกมารับรองแพทย์อายุรเวทให้เป็นแพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์ และในปีพ.ศ . 2531 ได้รับพระมหากรุณาธิคุณจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงรับเป็นองค์อุปถัมภ์ของอายุรเวทวิทยาลัยฯ

แพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์ ต่างกับแพทย์แผนโบราณทั่วไปตรงที่มีความรู้ทางวิทยาศาสตร์เป็นพื้นฐาน ช่วยให้เข้าใจระบบการทำงานของร่างกาย เข้าใจถึงสาเหตุและอาการของโรคตลอดจนการใช้ยารักษาโรค ทำให้ผลการรักษาโรคได้ผลดียิ่งขึ้น

กลุ่มเป้าหมายของโครงการ

1.กลุ่มแม่บ้านที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพอายุประมาณ 35-50 ปี

2. กลุ่มบุคคลทั่วไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แผนกการให้บริการ

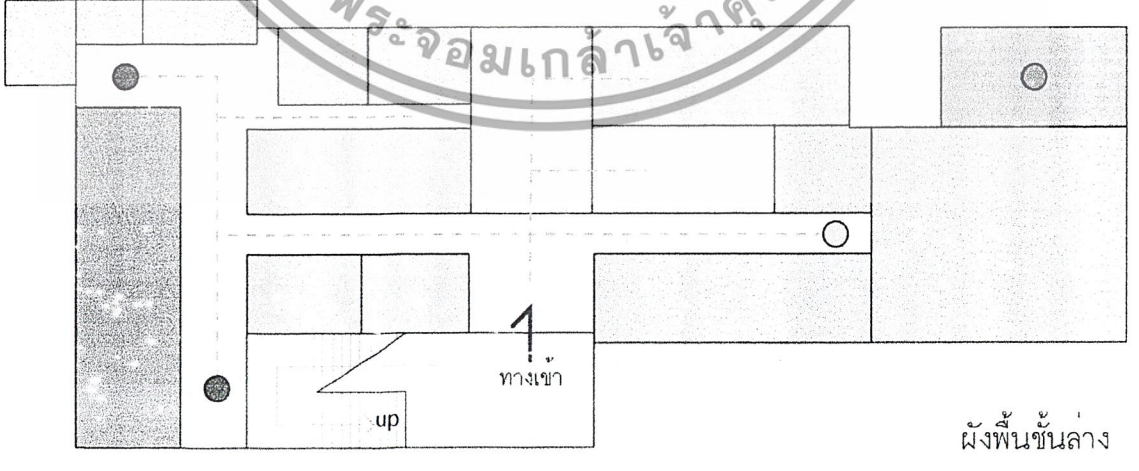
สถานพยาบาลอายุรเวท ฯ ให้บริการ 3 แผนกดังนี้

1. **แผนกเวชกรรม** ให้บริการเกี่ยวกับ
   - การตรวจทั่วไป เพื่อหาสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคโดยใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์
   - รักษาด้วยยาสมุนไพร แนะนำการใช้ยา การอบสมุนไพรให้คำแนะนำ เกี่ยวกับอาหาร การออกกำลังกาย

2.**แผนกเภสัชกรรม** ให้บริการเกี่ยวกับ
   - การจ่ายยาเดี่ยว ยาตำรับ ยาต้ม สมุนไพร
   - ผลิตยาสมุนไพร โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์ เพื่อใช้ในสถานพยาบาล

3.**แผนกหัตถเวชกรรม** ให้บริการเกี่ยวกับ
   - การตรวจรักษาโรค โดยการนวดกดจุด
   - แนะนำการบริหารเฉพาะส่วน เพื่อฟูสมรรถภาพของกล้ามเนื้อ
   - แนะนำอาหารที่ควรงดเฉพาะโรคที่เป็น

ภาพแสดงการแบ่งพื้นที่ภายในบริเวณส่วนหัตถเวช (อายุรเวทวิทยาลัย)



ผังพื้นชั้นล่าง

ส่วน Pivate **ส่วน** Public

ห้องอบสมุนไพร/ห้องน้ำ ห้องตรวจ/นักเรียน โถงพักคอย ห้องบดยา
ห้องตรวจ ห้องหัตถเวช ห้องรับยา ห้องชำระเงิน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบในส่วนการนวดบำบัด

1.ส่วนเวชระเบียน

2.ส่วนนั่งพักคอย

3.ห้องตรวจวินิจฉัยโรค

4.ห้องรับยา

5.ห้องบดยา

6.ห้องชำระเงิน

7.ห้องอบไอน้ำสมุนไพร

8.ห้องหัตถเวช



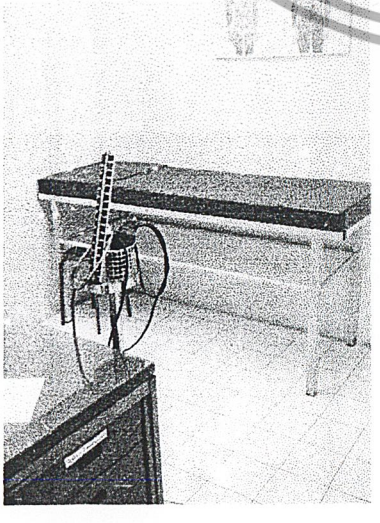
ภาพแสดง บริเวณส่วนเวชระเบียน

เป็นส่วนที่อยู่ด้านหน้า จากทางเข้าหลัก เพื่อรองรับกับพฤติกรรมของผู้เข้าใช้ ในการติดต่อ – สอบถาม ลงทะเบียน โดยมีโต๊ะนั่งกรอกประวัติส่วนตัวอยู่ด้าน ข้าง



ภาพแสดง บริเวณโถงนั่งพักคอย

เป็นส่วนที่ถัดจากส่วนเวชระเบียน ซึ่งรองรับทั้งผู้นั่งรอการเรียกจากแพทย์ และ เป็นบริเวณนั่งคอยการนวดบำบัดได้ มีการใช้พื้นที่ร่วมกันในลักษณะกิจกรรมเดียวกัน แต่ในบางครั้ง ก็ทำให้เกิดการปัญหาในเรื่องการสัญจรภายใน (Cross Circulation)



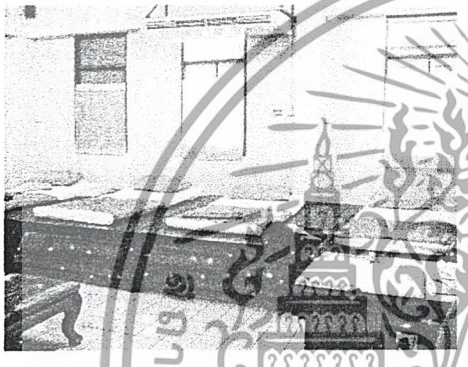
ภาพ ส่วนห้องตรวจวินิจฉัยโรค

อายุรเวทวิทยาลัย มีจำนวนห้องตรวจวินิจฉัยโรค ทั้งสิ้น 4 ห้อง เพื่อรองรับกับจำนวนผู้เข้าใช้ โดยภายในการจัดวางเครื่องเรือนตามพฤติกรรม (เตียงผู้ป่วย – โต๊ะทำงานแพทย์ –อุปกรณ์การตรวจวินิจฉัย เช่น เครื่องวัดความดัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพ ส่วนห้องรับยา



ภาพส่วนห้องหัตถเวช
ภายในห้องเป็นการนวดบำบัด (การแพทย์แผนไทย)
เตียงนวดเป็นเตียงที่เจ้าหน้าที่ต้องนั่งเวลาบำบัด



ภาพแสดง ชั้นวางรองเท้า
จะมีสำรองไว้ให้บริเวณหน้าห้องน้ำ
ห้องอาบน้ำ

ภาพแสดงเทอร์โมมิเตอร์ในห้องอบไอน้ำ
มีเทอร์โมมิเตอร์เพื่อทราบอุณหภูมิภายใน
ขณะทำการบำบัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ค่าบริการ

1. นวดกดจุด 200 บาท / ครั้ง
2.ประคบสมุนไพร 100 บาท/ครั้ง (ครึ่งชั่วโมง)
3.อบสมุนไพร 90 บาท / ครั้ง

พฤติกรรมในการบริการ

กิจกรรม	พฤติกรรม	อุปกรณ์ประกอบกิจกรรม
ติดต่อเข้าใช้บริการ -ผู้ป่วยเก่า -ผู้ป่วยใหม่	ในกรณีที่เป็นผู้ป่วยใหม่ ทำการกรอกประวัติที่โต๊ะด้านหน้าเคาน์เตอร์ลงทะเบียน -ในกรณีที่เป็นผู้ป่วยเก่า ยื่นบัตรสมาชิกที่ด้านหน้าเคาน์เตอร์ลงทะเบียน -เจ้าหน้าที่จะทำประวัติ จัดเรียงการรับการรักษาตามลำดับ	ห้องทะเบียน โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน ตู้เก็บเอกสาร
รอเข้ารับบริการ	ผู้เข้ารับบริการนั่งรอการเรียกบริเวณส่วนโถงทางเข้าด้านหน้าเพื่อเข้าตรวจเช็คร่างกาย	เก้าอี้นั่งพักคอย โทรทัศน์
ตรวจสุขภาพ	นั่งตรวจสุขภาพหลังจากการเข้ารับบริการ แล้วโดยมีเจ้าหน้าที่พาไปที่ห้องตรวจ นั่งตรวจสุขภาพภายในห้อง โดยมีแพทย์หรือพยาบาลทำการตรวจ เช่น วัดความดัน ชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง รวมทั้งซักถาม กรอกประวัติสุขภาพต่างๆ	โต๊ะ เก้าอี้,เครื่องวัดส่วนสูง และน้ำหนัก , เคาน์เตอร์วางเครื่องมือทางการแพทย์ ,เตียง
ชำระเงิน	ผู้รับจากการตรวจสุขภาพร่างกายเบื้องต้น เพื่อจ่ายเงินโดยยืนที่หน้าเคาน์เตอร์	เคาน์เตอร์ชำระเงิน โต๊ะ – เก้าอี้ ตู้เก็บเงิน ตู้ล็อคเกอร์
รับการรักษา	❑ แพทย์จะแนะนำการบำบัดด้วยวิธีการ	เตียงนวด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	นวด และการประคบสมุนไพร โดยจะมีเจ้าหน้าที่ประจำอยู่ที่ห้องหัตถเวช โดยผู้เข้ารับบริการเดินมายังห้อง นั่ง – นอนราบกับเบาะนวด, เจ้าหน้าที่ทำการนวดบำบัด และหากต้องการประคบสมุนไพร ก็เดินไปยังห้องประคบสมุนไพร ❑ หลังจากการบำบัดเดินออกมารับยาสมุนไพรด้านหน้า ❑ **การอบไอน้ำสมุนไพร** ผู้รับบริการจะเดินมาแจ้งเจ้าหน้าที่ส่วนห้องอบสมุนไพรเพื่อเตรียมห้องให้พร้อมก่อน ❑ ผู้รับบริการต้องเตรียมชุด สำหรับสวมใส่ในการอบสมุนไพร เช่น ผ้าขาวม้า , กางเกงขาสั้น และผ้าเช็ดตัว 1 ผืน ❑ เปลี่ยนเสื้อผ้าและใช้น้ำลูบไล้ก่อนเข้ารับบริการ ❑ เจ้าหน้าที่ให้คำแนะนำในการอบสมุนไพร	ฟูก – เบาะนวด อุปกรณ์การประคบสมุนไพร เช่น หม้อนึ่ง , ลูกประคบ ห้องประคบสมุนไพร ตู้เก็บลูกประคบ ห้องเปลี่ยนชุด – ห้องอาบน้ำฝักบัว ห้องอบสมุนไพร เครื่องอบสมุนไพร - ส่วนเตรียมสมุนไพร โต๊ะเจ้าหน้าที่ประจำห้องอบไอน้ำ

สรุปการนำไปใช้

1. ศึกษาเรื่องพฤติกรรมผู้เข้าใช้ในส่วนการนวดบำบัด - อบไอน้ำสมุนไพร
2. ศึกษาจำนวนผู้เข้าใช้โครงการ แต่ละวัน 27-30 คน
3. จำนวนจำนวนเจ้าหน้าที่ภายในศูนย์ 18 คน
4. พื้นที่ใช้งานทั้งหมดในส่วนการนวดบำบัด – อบไอน้ำสมุนไพร ~44.28 ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4.2 ศูนย์หฐราชาโยคะ

ที่ตั้ง อยู่ภายในอาคาร Hollywood Street ถนนราชเทวี

ลักษณะโครงการดำเนินงานโดยเอกชน

กลุ่มผู้ใช้ กลุ่มแม่บ้าน และ กลุ่มคนทำงานในตัวเมือง อายุระหว่าง 25 - 60 ปี
กลุ่มคนที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพเป็นรายบุคคล

ลักษณะการนวดบำบัดภายในโครงการ

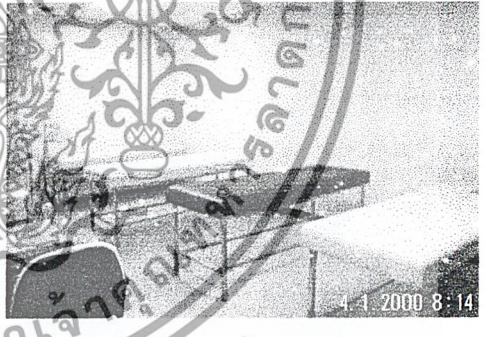
- นวดผ่อนคลาย (นวดบำบัด)
- นวดบำบัด (นวดน้ำมัน)
- นวดหน้า



การจัดโซนภายในบริเวณศูนย์



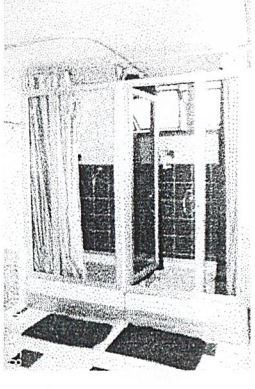
ภาพแสดงอุปกรณ์ที่ใช้ในการนวดบำบัด



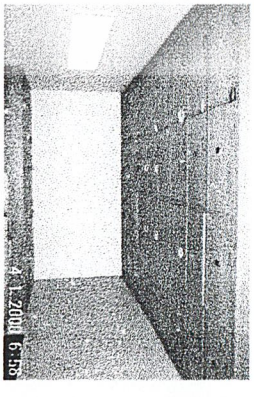
ภาพภายในแสดงห้องนวดผ่อนคลาย



ภาพแสดงชั้นเก็บรองเท้า



ภาพแสดงห้องอาบน้ำ



ภาพบริเวณทางเดินสู่ส่วน Locker

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4.3 อาศรมแสงอรุณ

สถานที่ตั้ง 64 ซอยศึกษาวิทยา ถนนสาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพฯ

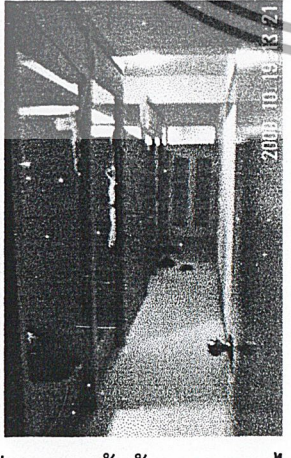
ลักษณะของโครงการ เป็นหนึ่งใน *มูลนิธิแสงอรุณ* จัดตั้งขึ้นโดยไม่มุ่งเน้นผลกำไร แต่มีวัตถุประสงค์เพื่อให้คุณภาพชีวิตของคนไทยดีขึ้น เน้นการดูแลทั้งสุขภาพกายและใจ โดยลักษณะการนวดเป็น การนวดแผนไทย เพื่อการผ่อนคลายมากกว่า การนวดบำบัด

กลุ่มเป้าหมาย

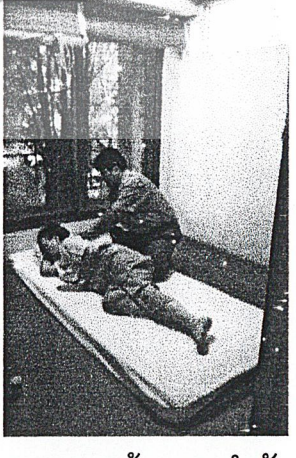
1. เป็นกลุ่มคนที่อยู่ในบริเวณแหล่งทำงาน ระแวก สาทร ,สีลม เป็นส่วนใหญ่
2. กลุ่มแม่บ้านที่มารับ – ส่งลูกที่โรงเรียน
3. กลุ่มคนที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ อายุระหว่าง 35-50 ปี

องค์ประกอบส่วนนวดบำบัด

1. ห้องนวดแผนไทย จำนวน 4-5 ห้อง
2. ห้องอบไอน้ำสมุนไพร
3. ตู้ล็อคเกอร์
4. ห้องเปลี่ยนชุด – ห้องอาบน้ำ – ห้องน้ำ
5. ห้องพักพนักงาน

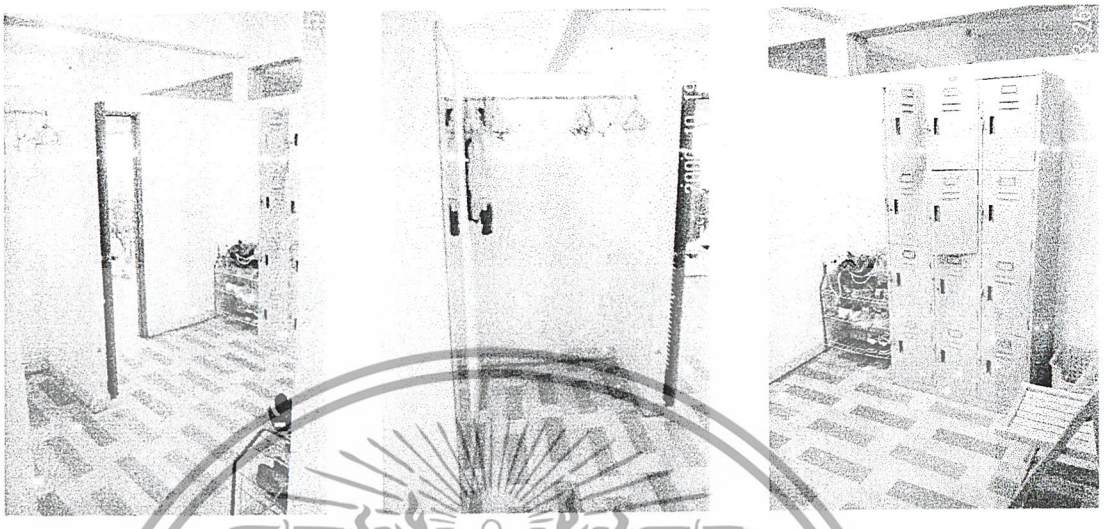


ภาพแสดง ส่วนทางเข้าห้องนวดแผนไทย



ภาพ แสดงห้องนวดบำบัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพบริเวณภายในห้องล็อคเกอร์

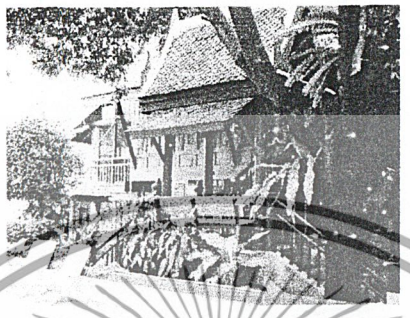
ส่วนแต่งตัวประกอบด้วย ตู้ล็อคเกอร์ , ส่วนแต่งตัว ,ห้องน้ำ ,ห้องอาบน้ำ โดยไม่ได้แยกเป็นส่วนชาย – หญิง ซึ่งส่วนห้องแต่งตัวนี้ จะรองรับทั้งผู้ที่เข้าใช้บริการส่วน ออกกำลังกาย (Fitness) , ส่วน นวดบำบัด (Massage) ,ส่วน อบไอน้ำสมุนไพร(Herbal Stream) ,การฝึกโยคะ โดยจำนวนห้องล็อคเกอร์จำนวน 24 ตู้

สรุปการนำไปใช้

1. พิจารณาส่วนห้องนวดแผนไทย นำการกั้นแบ่งส่วนแต่ละห้อง เพื่อทำให้รู้สึกถึงความเป็นส่วนตัว โดยลดการออกแบบให้ไม่ทึบ และอึดอัด
2. การเปิดนำแสงภายนอกเข้ามาใช้ในบางส่วน โดยผ่าน ม่าน Partition โปร่งเพื่อทำให้รู้สึก สว่าง สบายตา และดูอบอุ่นขึ้นให้ใกล้ชิดกับความเป็นธรรมชาติ
3. ส่วนห้องอบสมุนไพร พิจารณาถึงวัสดุที่ใช้ (Material) เช่น กระเบื้องเซรามิค หรือ กระจกฝ้า เป็นต้น
4. พิจารณาถึงสัดส่วนระหว่างผู้เข้าใช้ กับห้อง ล็อคเกอร์ และ จำนวนห้องน้ำ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4.4 ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี



ภาพแสดงบรรยากาศภายนอกส่วนเรือนเรือนนวดบำบัด

สถานที่ตั้ง 191/3 ซอยระนอง 1 ถ.พระราม 6 พญาไท กทม. 10400
โทร.2795658,2796943

เปิดบริการ ตั้งแต่เวลา 8.30-20.00 น. วันจันทร์-วันเสาร์

ลักษณะโครงการ ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี เป็นศูนย์ธรรมชาติบำบัด โดยการแนะนำของแพทย์ โดยมีแนวคิดที่ว่า "กลมกลืนชีวิตกับธรรมชาติ ศิลป์และศาสตร์ตะวันออก ตะวันตกเป็นหนึ่งเดียว" หมายถึงว่า การนำเอาวิธีการส่งเสริมสุขภาพของชนชาติต่าง ๆ ทั่วโลกมา ประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิต

กลุ่มเป้าหมาย

โดยส่วนใหญ่เป็นกลุ่มอายุประมาณ 35-50 ปี เป็นกลุ่มแม่บ้าน และ กลุ่มคนทำงานในระแวกนั้น และกลุ่มคนที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ และ ต้องการรักษาด้วยวิธีธรรมชาติบำบัด

ซึ่งลักษณะการดำเนินงานจะมี 2 ประเภทคือ

1. สมาชิกของศูนย์

- ❑ สมาชิกรายปี อัตราค่าสมาชิก 19,700 บาท
- ❑ สมาชิกราย 6 เดือน อัตราค่าสมาชิก 11,900 บาท
- ❑ สมาชิกราย 3 เดือน อัตราค่าสมาชิก 6,900 บาท

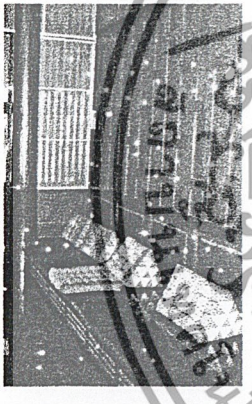
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. ผู้ที่ไม่ได้เป็นสมาชิก

- ❑ รายปี อัตราการใช้บริการ 22,000 บาท
- ❑ ราย 6 เดือน อัตราการใช้บริการ 13,000 บาท
- ❑ ราย 3 เดือน อัตราการใช้บริการ 7,800 บาท

ส่วนการให้บริการส่วนการนวดบำบัด

- ❑ ส่วนนวดน้ำมัน (Swedish Massage Therapy)
- ❑ ห้องอาบน้ำ
- ❑ ส่วนพักผ่อน
- ❑ ส่วนนวดบำบัด

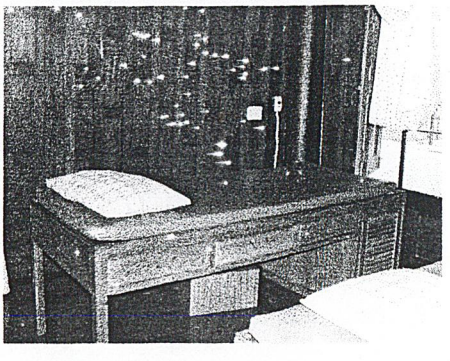




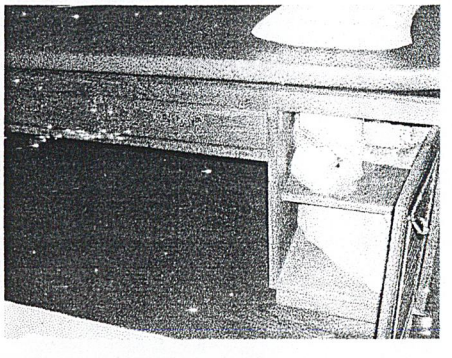
การจัดโซนภายในห้องนวด

ภาพ แสดงส่วนนั่งพักคอย (เรือนนวดบำบัด)
ลักษณะการพักคอย เป็นพื้นยกระดับขึ้นมา ประมาณ 15-20 ซม.
มีหมอนพิง และฟูกรองนั่งไว้บริการ

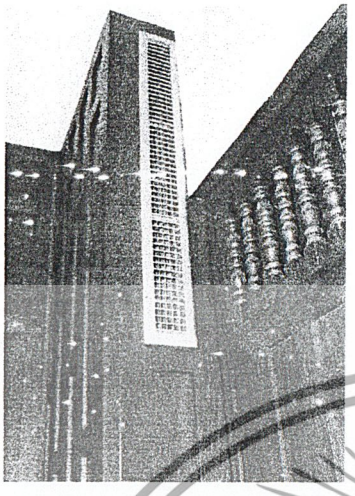
ภาพแสดงห้องนวดแผนไทย



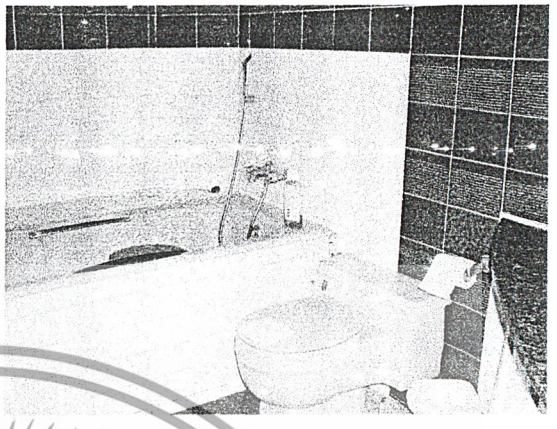
ภาพ แสดงส่วนเก็บอุปกรณ์ที่ใช้ในการนวดบำบัด



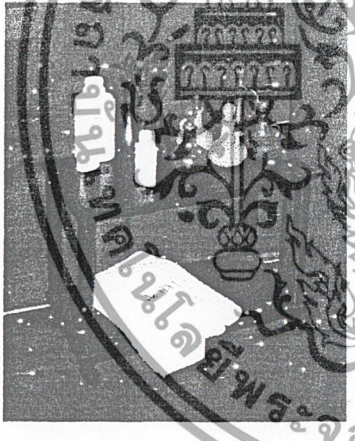
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพ แสดงระบบปรับอากาศของศูนย์



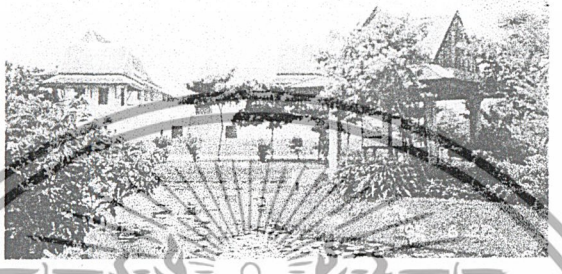
ภาพ ห้องน้ำส่วนการนวดบำบัด ซึ่งมีรองรับกับผู้เข้าใช้



ภาพ แสดงลักษณะการจัดวาง – การจัดเก็บ อุปกรณ์ใช้ในการบำบัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4.5 สุพรหมอาศรม



สถานที่ตั้ง สถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณะสุข จ.นนทบุรี (ใต้สระว่ายน้ำภายในกระทรวงสาธารณะสุข)

ลักษณะของโครงการ ภาคเอกชน อยู่ในความดูแลภายใต้การควบคุมกระทรวงสาธารณะสุข

กลุ่มเป้าหมาย

1. เป็นกลุ่มคนที่มารับบริการภายในกระทรวงสาธารณะสุข
2. กลุ่มคนอายุประมาณ 35 – 50 ปีที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ

องค์ประกอบส่วนการนวดบำบัด

เวลาทำการ ตั้งแต่เวลา 9.00 – 18.00 น.

ตั้งแต่ วันจันทร์ – อาทิตย์

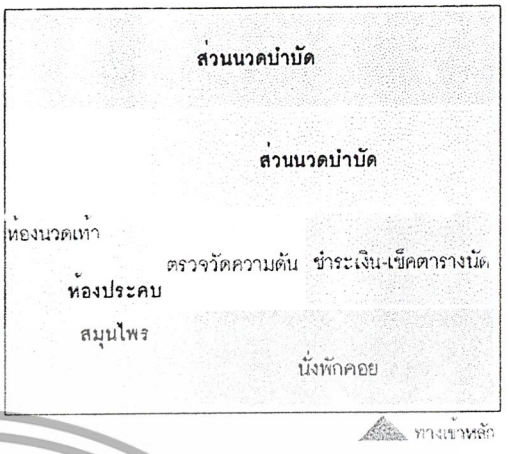
จำนวนผู้รับบริการ 100 – 130 คน/วัน

จำนวนผู้ให้บริการทั้งหมด 53 คน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบของโครงการ

1. ส่วนนั่งพักคอย
2. ส่วนนวดบำบัด
3. ส่วนวัดความดัน
4. ส่วนชำระเงิน – เช็คตารางนัด
5. ห้องประคบสมุนไพร
6. ห้องนวดเท้า



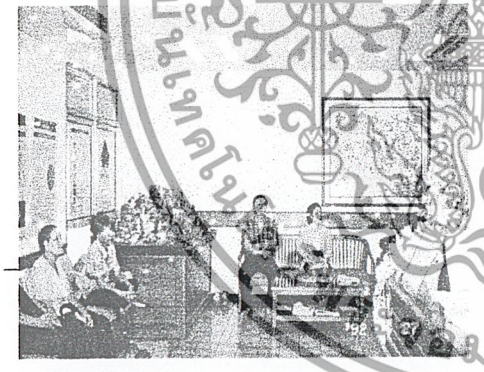


ภาพ บริเวณเคาท์เตอร์ต้อนรับ

ส่วนเชคตารางนัด – ทำบัตร (สำหรับผู้ป่วยใหม่)

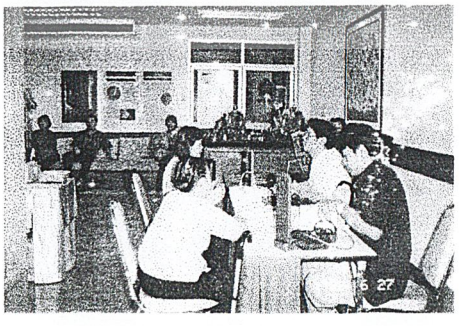
พื้น กระเบื้องเซรามิค สีเหลือง – ส้ม

ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบทาสีขาว ตกแต่งเพิ่มด้วยภาพประดับฝาผนัง



ภาพ บริเวณส่วนนั่งพักคอย

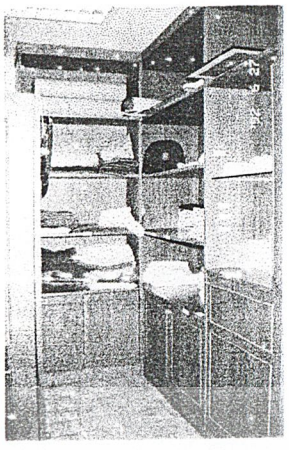
มีการจัดที่นั่งโดยรอบบริเวณ เคาท์เตอร์ ซึ่งในบริเวณนี้จะนั่งรอ ทำการตรวจวัดความดันก่อนทำการบำบัดรักษา บรรยากาศโดยรวม ค่อนข้างสว่าง และเลือกหลอดฟลูออเรสเซนต์ แบบ Warm white



ภาพ บริเวณส่วนนั่งพักคอย

บริเวณนี้เป็นส่วนการตรวจวัดความดันก่อนทำการนวดบำบัด ไม่มีการกั้นเป็นสัดส่วน หรือ การกั้นเป็นห้อง โดยผู้รอตรวจวัดความดันจะนั่งรอในส่วนหน้าก่อน บรรยากาศต่อเนื่องมาจากส่วน เคาท์เตอร์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



เก็บผ้าสำรอง - เปลี่ยนชุด
เป็นบริเวณที่มีการเก็บผ้าสำรอง พร้อมสำหรับผู้รับบริการ และเป็นพื้นที่ในการเปลี่ยนชุด (เฉพาะกางเกง) ก่อนทำการนวดบำบัด มีฉากกั้น เป็นให้ดูเป็นสัดส่วนมากขึ้น แต่ไม่เป็นส่วนตัว



ภาพ บริเวณห้องนวดบำบัด
เป็นการนวดทั้งราชสำนัก และ นวดเชลยศักดิ์ ซึ่งมีการยกระดับพื้นขึ้นมาเล็กน้อย และนวดบนเบาะ ซึ่งผู้รับบริการนวดครั้งละ ประมาณ 2 ชั่วโมง



ภาพแสดง ลักษณะหม้อนึ่งลูกประคบ และการประคบ



ภาพแสดงลักษณะการนวดเชลยศักดิ์ และ ราชสำนัก

<u>สรุปการนำไปใช้</u>

1. พิจารณาถึงองค์ประกอบภายในโครงการ ซึ่งมีการให้บริการทั้งการนวดบำบัด และ การประคบสมุนไพร โดยลักษณะการให้บริการ มีการแยกส่วน ตามแต่ละประเภทการบริการ ทำให้ผู้รับบริการไม่สะดวกในการใช้บริการ
2. ศึกษาถึงพฤติกรรมการเข้าใช้ในแต่ละส่วน เช่น ส่วนการนวดบำบัด และ ส่วน การประคบสมุนไพร
3. ศึกษาลักษณะการบำบัด และ ลักษณะพื้นที่ที่ต้องการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการส่วนโยคะ

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อาศรมแสงอรุณ	■ ลักษณะโครงการค่อนข้างเล็ก มีความเป็นกันเองสูง ■ กลุ่มผู้รับบริการสอดคล้องกับ กลุ่มผู้ใช้ภายในโครงการ ■ ลักษณะการดำเนินการมีความใกล้เคียง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ไม่หวังผลกำไรสูงสุด ■ พิจารณาถึง ระยะเวลาการฝึก ,จำนวนห้องเปลี่ยนชุด ,จำนวนครูผู้สอน ,จำนวนผู้รับบริการ ■ พิจารณาถึงการจัดแบ่งพื้นที่โดยรอบ ส่วนการฝึกโยคะ
2. ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี	■ มีลักษณะการดำเนินงานเป็นสมัครเป็นสมาชิก และไม่สมัครเป็นสมาชิก ■ เป็นโครงการที่มีการให้บริการหลายรูปแบบในพื้นที่เดียวกัน ■ มีการแบ่งพื้นที่แยกออกไปเป็นสัดส่วน ■ ศึกษาถึงพฤติกรรมของผู้รับบริการ
3.ศูนย์ฝึกโยคะหฐราชาโยคะ	■ ลักษณะโครงการเน้นไปที่การฝึกโยคะเป็นสำคัญ ■ ศึกษาถึงพฤติกรรม ,จำนวนห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ,จำนวนตู้ล็อคเกอร์ , พื้นที่ในการฝึกโยคะ ,จำนวนครูผู้สอน จำนวนผู้รับบริการ / รอบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนโยคะ

2.5.1 อาศรมแสงอรุณ

2.5.1 **ที่ตั้ง** อยู่ในบริเวณกลุ่มอาคาร บริษัท Plan Associate ชั้น ที่3



เวลาทำการ จันทร์ – ศุกร์ (หยุด วันเสาร์ –อาทิตย์ และวันหยุดราชการ)

ฝึกโยคะ ครั้งละ 20 คน / รอบ

หลักสูตร

1. โยคะขั้นพื้นฐานสำหรับผู้เริ่มต้น
2. โยคะอาสนะ สำหรับผู้ที่ผ่านขั้นตอนพื้นฐานมาแล้ว
3. โยคะสำหรับเด็ก (ขั้นพื้นฐาน) ตั้งแต่อายุ 4-10 ปี
4. การฝึกหายใจ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพของชีวิต
5. การผ่อนคลายความเครียดด้วยเทคนิคโยคะ

อัตราค่าเรียน 600 บาท

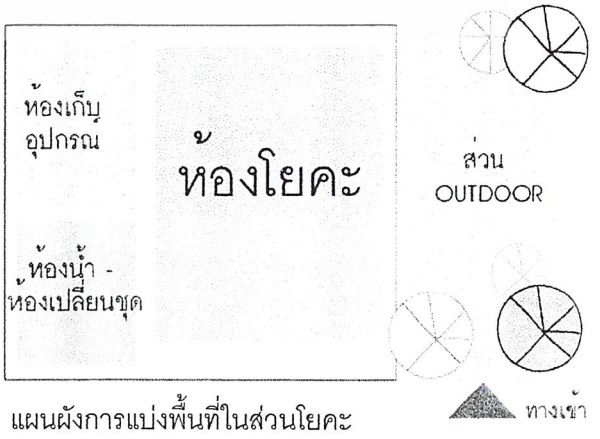
องค์ประกอบในส่วนการฝึกโยคะ

1.ห้องเก็บอุปกรณ์

2.ห้องน้ำ – ห้องเปลี่ยนชุด

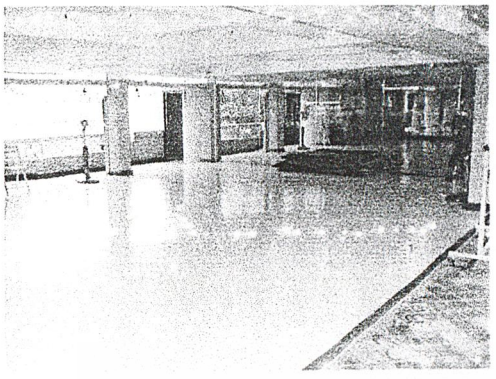
3.ห้องโยคะ

4.ส่วน Outdoor



แผนผังการแบ่งพื้นที่ในส่วนโยคะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพ ส่วนห้องฝึกโยคะ

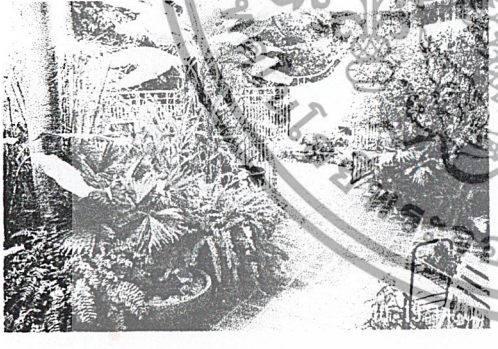
บรรยากาศโดยรอบ เปิดโล่ง และมีกระจกเงาอยู่ทางด้านหน้าและด้านหลัง เพื่อช่วยในการฝึกโยคะ

พื้น	เสื่อน้ำมัน (แบบ ด้าน)
ฝ้าเพดาน	ยิบซั่มสีขาว



ภาพ อาสนะที่ใช้ในการฝึก

เบาะหุ้มหนังเทียมขนาด 0.80 ซม. * 1.95 ซม.



ภาพ บรรยากาศโดยรอบ

น่าต้นไม้มาปลูกอยู่บริเวณด้านหน้า ส่วนห้องฝึกโยคะ สร้างบรรยากาศให้สดชื่น และ ให้มีความรู้สึกใกล้กับธรรมชาติ

สรุปการนำไปใช้

1. พิจารณาถึงส่วนการแบ่งส่วนภายใน และ องค์ประกอบของลักษณะกิจกรรม
2. พื้นที่ใช้สอยในการประกอบกิจกรรม – วัสดุอุปกรณ์
3. การนำบรรยากาศธรรมชาติโดยรอบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนโยคะ

2.5.2 ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี

2.5.2



การฝึกโยคะ

จำนวนผู้รับบริการ ครั้งละ 20 คน / รอบ

จำนวนผู้ให้บริการ 1-2 คน

<u>เวลาทำการ</u>

14.00 - 15.00

18.00 - 19.00

14.30 - 15.30

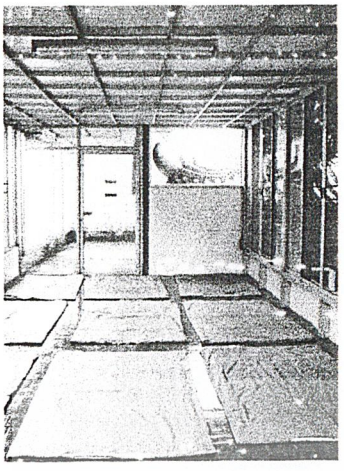
16.30 - 17.30

16.30 - 17.30



แผนผังการแบ่งพื้นที่ในส่วนโยคะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพส่วนห้องฝึกโยคะ

เป็นห้องอเนกประสงค์ สามารถฝึกทั้ง ชี่กง – โยคะ จะมีอาสนะผ้ารองรับจำนวนผู้รับบริการ บรรยากาศโดยรอบ Open - air

พื้น ไม้ปาร์เก้

ฝ้า ยิปซั่มบอร์ดสีขาว

ผนัง ก่ออิฐฉาบเรียบทาสีขาว

สรุปการนำไปใช้

1. พิจารณาถึงส่วนการแบ่งส่วนภายใน และ องค์ประกอบของลักษณะกิจกรรม
2. พื้นที่ใช้สอยในการประกอบกิจกรรม – วัสดุอุปกรณ์
3. การนำบรรยากาศธรรมชาติโดยรอบ

2.5.3 ศูนย์หฐราชาโยคะ



ภาพแสดงส่วนฝึกโยคะ รองรับได้ 20 – 25 คน/รอบห้องมีลัษณะเปิดโล่ง ไม่ได้ใช้เครื่องปรับอากาศ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการอบสมุนไพร

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการส่วนอบสมุนไพร

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อาศรมแสงอรุณ	■ พิจารณาถึงพื้นที่ใช้สอย ,จำนวนห้องอบสมุนไพร ■ กลุ่มเป้าหมายที่เข้ารับบริการ ■ ลักษณะการดำเนินการมีความใกล้เคียง ซึ่งมีวัตถุประสงค์ไม่หวังผลกำไรสูงสุด ■ พิจารณาถึงการจัดแบ่งพื้นที่โดยรอบ ส่วนการการอบสมุนไพร ■ ห้องอบสมุนไพรมีขนาดใหญ่ รองรับได้ 3-5 คน ศึกษาเปรียบเทียบ กับ โครงการอื่นๆ ที่ใกล้เคียง
2. อายุรเวทวิทยาลัย	■ ศึกษาถึงพฤติกรรมการเข้าใช้บริการ ■ จำนวนห้องอบสมุนไพร - จำนวนผู้รับบริการ ■ การแบ่งพื้นที่ และ การเลือกใช้วัสดุ
3. ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี	■ เป็นองค์กรที่มีการเน้นไปที่การบำบัดด้วยวิธีธรรมชาติเป็นหลัก ■ ศึกษาถึงพฤติกรรม ,จำนวนห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า , จำนวน ตู้ล็อคเกอร์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนอบ – สมุนไพร

2.6.1 อาศรมแสงอรุณ

2.6.1 ที่ตั้ง กลุ่มอาคารบริษัท Plan Associated

กลุ่มผู้ใช้ ส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มที่มารับบริการเรื่องการนวด – ออกกำลังประจำ ซึ่งส่วนใหญ่เป็นกลุ่มคนทำงานระแวก สีลม และ สาทร

องค์ประกอบในส่วนการอบสมุนไพร

1.ห้องอาบน้ำ

2.ห้องอบสมุนไพร

3.ห้องล็อคเกอร์

ภาพแสดงถึงส่วนอาบน้ำ – ส่วนอบสมุนไพร



ท่อส่งไอน้ำสมุนไพร

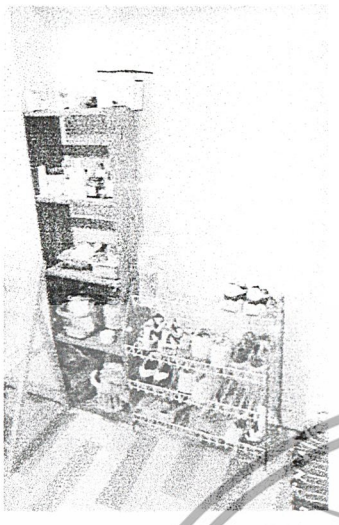
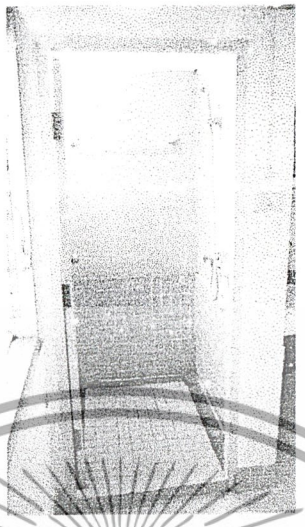
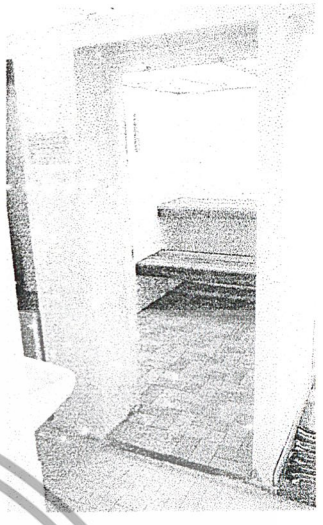


อุปกรณ์อบไอน้ำ



ห้องอาบน้ำ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพแสดงชั้นวางของ **ภาพแสดงห้องอาบน้ำ** **ภาพแสดงห้องอบไอน้ำ**

พื้น กระเบื้องเซรามิค พื้น กระเบื้องเซรามิค

ผนัง กระเบื้องเซรามิคสีขาว ผนัง ก่ออิฐฉาบปูนเรียบ ทาสี

ฝ้า กระจกฝ้า ขุ่น รางอลูมิเนียม

ภายในบริเวณจะมีส่วนเก็บอุปกรณ์การอาบน้ำ สำหรับสมาชิก และ บริเวณที่เก็บ วางรองเท้า ซึ่งก่อนทำการอบไอน้ำสมุนไพรผู้รับบริการควรอาบน้ำ หรือใช้น้ำลูบตามตัวก่อนทำการอบ วัสดุภายในห้องอบสมุนไพร พื้น กระเบื้องเซรามิค ,ผนัง กระเบื้อง เซรามิค ,ฝ้าเพดาน กระจกฝ้าตีตาราง ,

สรุปการนำไปใช้

1. ศึกษาการเลือกใช้วัสดุในการอบสมุนไพร ซึ่งมีประเภท กระเบื้องเซรามิค ,กระจกฝ้า รางอลูมิเนียม
2. ศึกษาถึงพฤติกรรมของผู้เข้ารับบริการ และ ผู้ให้บริการ
3. พื้นที่การใช้สอย / ห้อง
4. การแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายใน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนอบ – สมุนไพร

2.6.2 อายุรเวทวิทยาลัย

2.6.2 ที่ตั้ง อาคารอายุรเวทวิทยาลัย

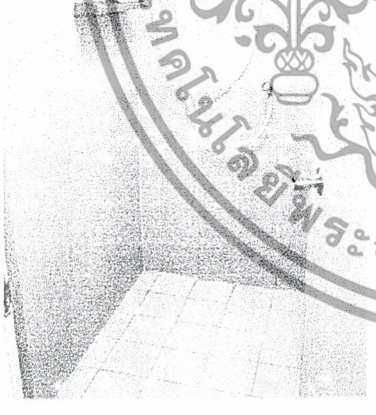
กลุ่มผู้ใช้ เป็นกลุ่มผู้ที่มารับบริการจากทางอายุรเวทวิทยลัย เป็นประจำ ซึ่งในส่วนการอบ -ไอน้ำสมุนไพร จะช่วยส่งเสริมให้การบำบัดรักษามีประสิทธิภาพดีขึ้น

องค์ประกอบในส่วนการอบสมุนไพร

1.ห้องอาบน้ำ

2.ห้องอบสมุนไพร

ห้องอบไอน้ำ – สมุนไพร แบ่งเป็น 2 ห้อง ชาย – หญิง ห้องละ ประมาณ 1-2 คน



ภาพ ห้องอาบน้ำ
ห้องอาบน้ำก่อนทำการเข้ารับการอบไอน้ำบำบัด ซึ่งมีการจัดโซนในอยู่ติดกับห้องอบไอน้ำสมุนไพร



ภาพ ห้องอบไอน้ำสมุนไพร
ห้องอบไอน้ำสมุนไพร ขนาดประมาณ 3*3 เมตร ห้องปูด้วยกระเบื้องเซรามิค และมีอุปกรณ์ในส่วนอบไอน้ำ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ขั้นตอนการเปิด – ปิดห้องอบสมุนไพร

1. เปิดน้ำทิ้งจนกระทั่งน้ำหมด (ทวนเข็มนาฬิกา) แล้วปิดก๊อกน้ำ (ตามเข็มนาฬิกา) เปลี่ยนน้ำทุกวัน
2. เปลี่ยนยา – เอายาเก่าทิ้ง เอายาใหม่ใส่ (สองวันเปลี่ยนยา 1 ครั้ง)
3. เติมน้ำ ใส่หม้อต้มยา ประมาณ ¾ ของหม้อต้มยา
4. ปิดฝาหม้ออบให้สนิท
5. ใช้เวลา 45 นาที ถ้ามีไอน้ำขึ้น แต่ถ้ายังไม่มีผู้มาใช้บริการให้หมุนสวิตซ์ปิด ถ้ามีผู้มาใช้บริการก็ให้หมุนสวิตซ์เปิด จนกระทั่งอบเสร็จแล้วให้หมุนสวิตซ์ปิด

งานและหน้าที่สำหรับเจ้าหน้าที่ห้อง ธรรมนามัย (ห้องอบไอน้ำ)

1. ดูแลความสะอาดห้องอบสมุนไพร เช้า – เย็น และแก้วน้ำใกล้ตู้เย็น , เทน้ำทิ้งในที่รองแก้ว
2. ดูแลหม้อต้มยาสมุนไพร (2 วันเปลี่ยนยาสมุนไพร ใส่ครั้งละ 1 ถุง) จัดยาที่ห้องยา เปิด – ปิด สวิตซ์น้ำต้มยาทุกวัน
3. ดูแลผู้มาใช้บริการในแต่ละวัน
4. บันทึกรายชื่อผู้มาใช้บริการลงในสมุดบันทึกในแต่ละวัน พร้อมสรุปจำนวนผู้มาใช้บริการแต่ละวัน
5. ดูแลนักศึกษาที่ลงฝึกปฏิบัติที่ห้องอบสมุนไพร
6. บรรจุยาหรือผลิตยาในห้องอบสมุนไพร -ผงขัดผิว 300 กรัม/กระปุก
   400 กรัม/กระปุก
   -ลูกประคบ 300 กรัม/ลูก
   -ยาอบแห้ง 100 กรัม/ลูก
   ในกรณีที่ผลิตภัณฑ์เหลืออย่างน้อยประมาณ 5 ชิ้น
7. ตรวจนับผลิตภัณฑ์ในตู้ห้องอบ และทำบัญชีรายรับในแต่ละวัน (เช้า – เย็น)
   สิ้นเดือนทำบัญชีรายรับและยอดผู้มาใช้บริการและยอดผลิตภัณฑ์ที่จำหน่ายในแต่ละเดือน

<u>ขั้นตอนการปฏิบัติงานของห้องอบสมุนไพร</u>

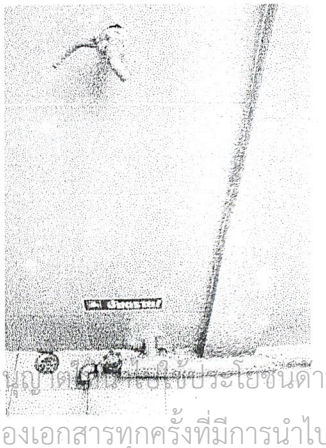
ยื่นบัตรที่ห้องเวชทะเบียน

ห้องตรวจ

- ❑ ซักประวัติ
- ❑ วัดความดัน
- ❑ ตรวจร่างกาย

ชำระเงินที่การเงิน

ห้องอบสมุนไพร



เอกสารนี้สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มาใช้บริการใหม่

- อธิบายขั้นตอนการอบสมุนไพร
- ประโยชน์ของการอบสมุนไพร
- ข้อห้ามสำหรับการอบสมุนไพร
- เข้าเปลี่ยนเสื้อผ้า

เปลี่ยนเสื้อผ้า

- ให้กุญแจล็อกเกอร์ ผู้หญิง , ผู้ชาย และอบสมุนไพรเสร็จเก็บกุญแจคืนทุกครั้ง เข้าอบสมุนไพร
- ตั้งเวลา 10 นาที ออกมานั่งพัก 2-3 นาที จำนวน 3 ครั้งผู้

อบเสร็จแล้ว

- พัก 5 นาที
- อาบน้ำ เปลี่ยนเสื้อผ้า
- วัดความดัน
- กลับบ้าน และให้แพทย์นัดครั้งต่อไป

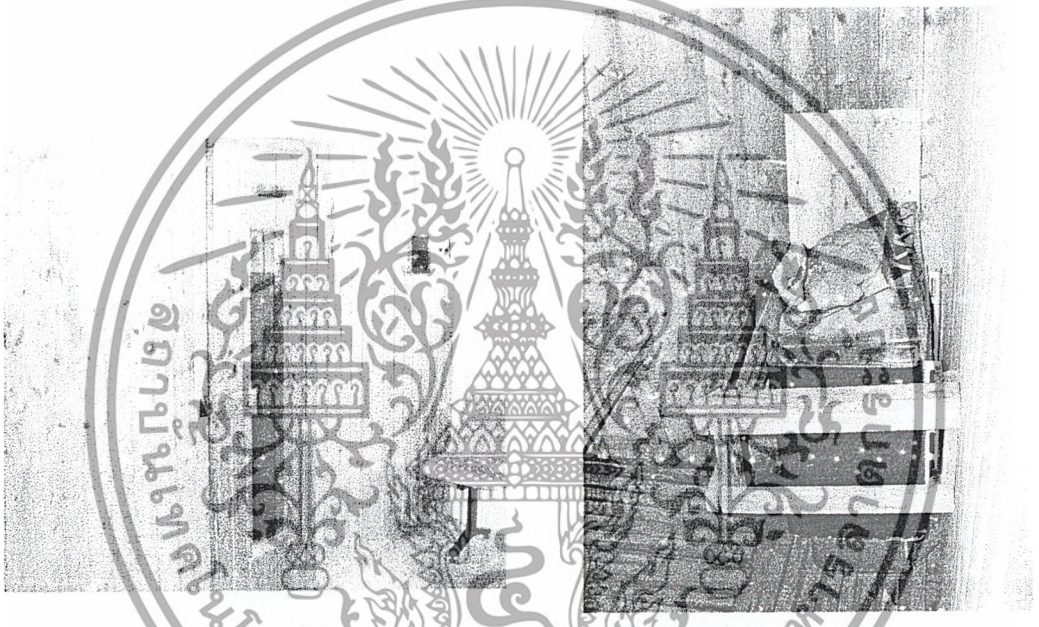
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนอบ – สมุนไพร

2.6.3 ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี

2.6.3 ที่ตั้ง ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี

กลุ่มผู้ใช้ เป็นสมาชิกรายปี ที่มีรับการรักษา ด้วยวิธีธรรมชาติ



ภาพที่ ส่วนห้องอบซาวน่า (Suana) ภาพที่ อุปกรณ์ที่ใช้ในการอบซาวน่า (Suana)

เป็นลักษณะการอบซาวน่าซึ่งใช้ความร้อนจากไอน้ำที่รดบนถ่านหินภายในห้อง ไอน้ำจะพาความร้อนกระจายไปทั่วห้องอบ ระยะเวลาการอบ แต่ละครั้ง อยู่ที่ประมาณ 3-5 นาทีหลังจากนั้นเป็นการสลับแช่ในบ่อน้ำเย็น 1-2 นาทีโดยสลับกันทำอย่างนี้อีก 3 ครั้ง แล้วจึงอาบน้ำฝักบัวน้ำเย็น เป็นการเสริมสุขภาพที่ดี ทำให้ร่างกายกระปรี้กระเปร่า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.7 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการส่วนร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

การศึกษาเรื่องร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

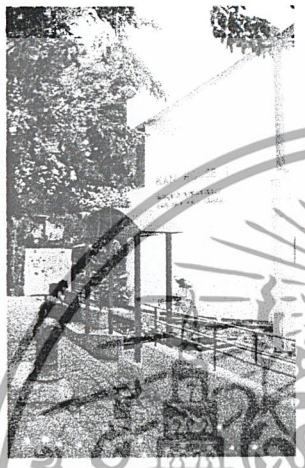
ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อาศรมแสงอรุณ	■ พิจารณาเรื่องลักษณะการจัดวาง และ การแบ่งประเภทของสินค้า ■ ศึกษาประเภทคนที่เข้ารับบริการ เวลาในการเปิด – ปิด ทำการ ■ พฤติกรรมโดยทั่วไปของผู้รับบริการ – ผู้ให้บริการ ■ ลักษณะที่ตั้ง และการนำแสงธรรมชาติเข้ามาใช้ ■ เป็นองค์กรขนาดเล็ก
2. วาสุเทพอาศรม	■ ประเภทของสินค้าจำหน่ายภายในร้าน ■ เป็นองค์กรที่มีขนาดเล็ก – ประเภทของสินค้าที่หลากหลาย ■ จำนวนผู้เข้ารับบริการ / วัน ■ ลักษณะการจัดสินค้าภายใน
3. ร้านพลังบุญ	■ เป็นกลุ่มองค์กรที่มีการรวมกลุ่มกัน ซึ่งมีแนวความคิดในเรื่องการดูแลสุขภาพด้วยวิถีธรรมชาติเป็นหลัก ■ ศึกษาถึงพฤติกรรม ผู้เข้าใช้ในโครงการ – ประเภทของสินค้า การแบ่งพื้นที่ใช้สอยภายใน (Zoning) ■ จำนวนผู้เข้าใช้ / วัน
4.Lemonfarm	■ ร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพโดยเฉพาะ โดยเป็นที่รู้จักกันอย่างแพร่หลาย และมีการรวมกลุ่มในรูปลักษณะขององค์กร ■ เป็นองค์กรใหม่ที่มีการตกแต่งที่ดูสมัยใหม่ โดยใช้วัสดุง่ายๆ มาใช้ในการตกแต่ง โดยแสดงออกลักษณะขององค์กรได้อย่างดี ■ ศึกษาการการแบ่งโซนของสินค้าภายใน และลักษณะการจัดวางสินค้า

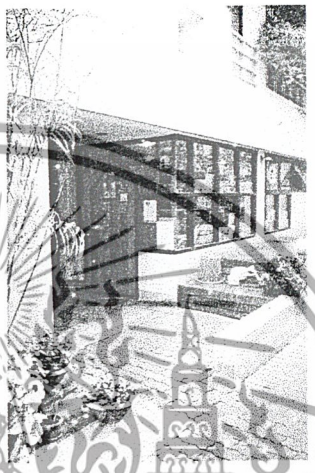
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.7 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

2.7.1 อาศรมแสงอรุณ (ร้าน Green shop)

2.7.1 ที่ตั้ง : อาคารกลุ่มบริษัท plan Associate





เวลาเปิดทำการ วันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 09.00 – 19.00 น.

วันเสาร์ – วันอาทิตย์ เวลา 12.00 – 17.00 น.

ร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ อยู่ในความดูแลของมูลนิธิอาศรมแสงอรุณโดยมีนโยบายที่ต้องการมีรายได้ พอเลี้ยงชีพได้ ไม่ต้องการกำไรสูงสุดสนับสนุนผลงานจากชุมชน

<u>องค์ประกอบภายในร้าน</u>

1.ส่วนชำระเงิน

2.ส่วนจำหน่ายอาหารแห้ง – อาหารเพื่อสุขภาพ (Food , Non –food)

3. เครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพ

4. หนังสือเด็ก – วรรณกรรม สร้างสรรค์สังคม

5. ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ



Zoning

จำนวนผู้เข้ารับบริการ 15 – 20 คน/วัน

จำนวนผู้ให้บริการ 1 คน

ขนาดพื้นที่ภายในประมาณ 12 ตร.ม.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วิเคราะห์เพื่อเป็นข้อมูลในการประกอบโครงการ

1. เนื่องจากพื้นที่มีขนาดเล็ก การจัดวางสินค้าจึงใช้ชั้นวางสินค้าที่โปร่ง สามารถมองจากภายนอกเข้าสู่ภายในได้ ใช้แสงประดิษฐ์ เพียงเล็กน้อย เพื่อทำให้บรรยากาศดูอบอุ่นในส่วนสินค้าที่ต้องการเน้น และนำแสงธรรมชาติจากภายนอกเข้ามาเป็นส่วนใหญ่ โดยให้พื้นที่ชำระเงินอยู่ส่วนในของร้าน เพื่อต้องการให้ผู้รับบริการ – ผู้ให้บริการ รู้สึกเป็นกันเองมากขึ้น
2. การแบ่งประเภทสินค้า มีการแยกเป็นประเภทต่างๆกันออกไป โดยจัดสินค้าประเภท Non – food ไว้บริเวณส่วนหน้า (ถือว่าเป็นสินค้า ฟุ่มเฟือย) และนำสินค้าที่เป็นประเภทของอาหาร (Food) อยู่ภายในร้าน – และเป็นประเภทของหนังสือ – ของเล่น ไว้อยู่ส่วนใกล้กับบริเวณเคาท์เตอร์ชำระเงิน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.7 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

2.7.2 ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย วาสุเทพอาศรม

2.7.2 ที่ตั้ง : ภายในกระทรวงสาธารณะสุข ดำเนินการโดย สถาบันการแพทย์แผนไทย



จำนวนผู้รับบริการ 20-30 คน/วัน

จำนวนผู้ให้บริการ 2 คน/วัน

(จำนวนผู้รับ – ผู้ให้บริการเกิดจากการเฝ้าสังเกตุการณ์ เป็นระยะ เวลา 3 วัน แล้วหาค่าเฉลี่ย)

พื้นที่รวมทั้งหมด 90 ตารางเมตร

เวลาทำการ : วันเสาร์ – วันอาทิตย์

เวลา 12.00 – 17.00 น.

เป็นรูปแบบการปฏิรูปสุขภาพที่ชัดเจน เราไม่เน้นการรักษาหากแต่เน้นให้ความรู้ให้ผู้รับบริการพึ่งตนเองได้ จึงส่งเสริม และสนับสนุน ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทย ด้วยมิติใหม่ทันสมัย แต่ยังคงคุณค่าเอกลักษณ์ของความเป็นไท เพื่อก้าวสู่ความเป็นไทในด้านเศรษฐกิจ

<u>องค์ประกอบภายในร้าน</u>

1.ผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติ

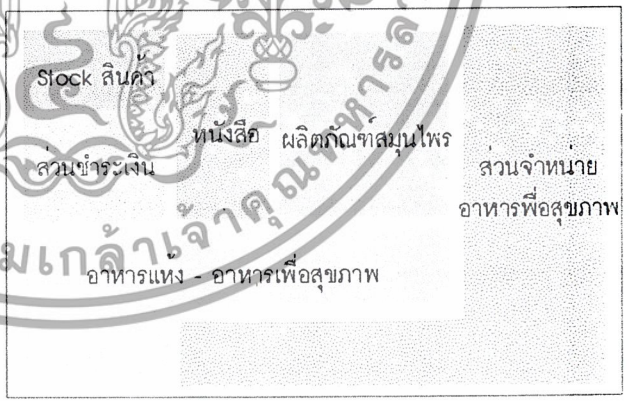
2.ผลิตภัณฑ์จากสมุนไพร

3.ผลิตภัณฑ์จากโครงการหลวง

4.หนังสือ สื่อความรู้เพื่อสุขภาพ

5. เครื่องดื่ม ของฝาก

6.บริการ นวด – ประคบ -อบสมุนไพร



ทางเข้า

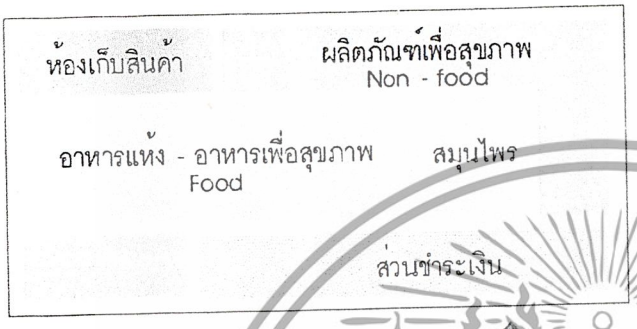
<u>วิเคราะห์เพื่อเป็นข้อมูลในการประกอบโครงการ</u>

1. ภายในร้านเป็นร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ มีพื้นที่ในการนั่งพักคอย – นั่งทานน้ำดื่มเพื่อสุขภาพ ประมาณ 3-5 ที่นั่ง
2. มีส่วนการให้บริการในห้องนวดบำบัด – ประคบสมุนไพร - อบไอน้ำสมุนไพร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.7.3 ร้านพลังบุญ

2.7.3 ที่ตั้ง : ย่านสุขาภิบาล ชมรมสันติอโศก



แผนผังแสดงการแบ่งพื้นที่ภายใน

องค์ประกอบภายใน

1.ส่วนฝากของ – ชำระเงิน
2.ส่วนจำหน่ายอาหารแห้ง – อาหารเพื่อสุขภาพ
3. ส่วนจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อภาพสุข
4. ส่วนจำหน่ายผลิตภัณฑ์ – ยาสมุนไพร
5. ส่วนเก็บสินค้า

กลุ่มผู้รับบริการ :กลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในบริเวณสุขาภิบาล ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสนใจในเรื่องการ ดูแลรักษาสุขภาพด้วยวิธีธรรมชาติ ซึ่งเป็นกลุ่มคนทำงาน – กลุ่มแม่บ้าน

จำนวนผู้รับบริการ 750 คน/วัน
จำนวนผู้ให้บริการ 5 คน/วัน
(จำนวนผู้รับ – ผู้ให้บริการเกิดจากการเฝ้าสังเกตการณ์ เป็นระยะ เวลา 3 วัน แล้วหาค่าเฉลี่ย)
พื้นที่รวมทั้งหมด 120 ตารางเมตร

วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำไปประกอบโครงการ

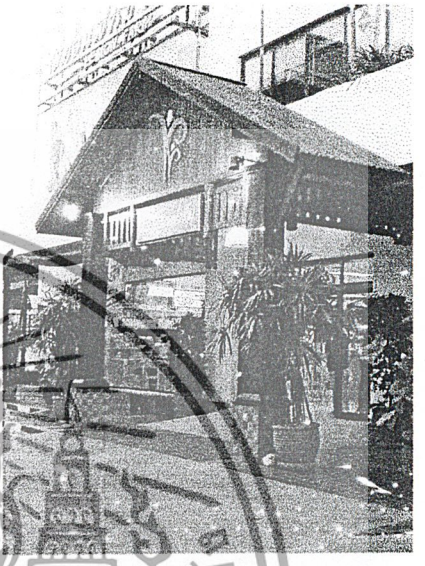
1. ส่วนฝากของอยู่ในบริเวณด้านหน้า ใกล้กับประตู ทำให้มีปัญหาในเรื่องการติดต่อ และ ทางเข้า – ออก
2. การจัดประเภทของสินค้า เน้นไปส่วนอาหารเพื่อสุขภาพ – ผลิตภัณฑ์ประเภทสมุนไพร
3. การจัดชั้นวางภายในอยู่ในระดับสายตา เนื่องจากระดับความสูงภายในไม่สูงมากนัก ซึ่งทำให้พื้นที่ภายในดูโล่ง – โปร่ง - กว้างขวางมากขึ้น

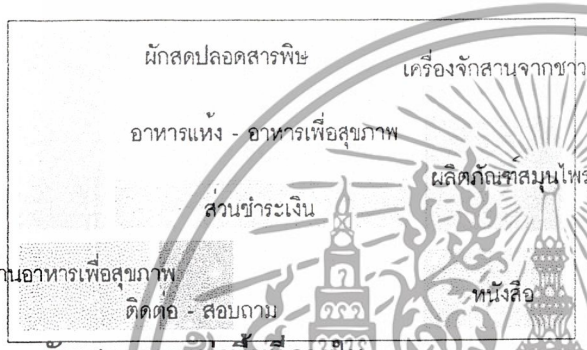
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.7.4 ร้านเลมอนฟาร์ม

สหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด

2.7.4 ที่ตั้ง : สาขา แจ้งวัฒนะ





แผนผังแสดงการแบ่งพื้นที่ภายใน Zoning

ลักษณะการดำเนินการ : สหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด

กลุ่มผู้รับบริการ : กลุ่มแม่บ้าน – กลุ่มที่ใส่ใจปัญหาเรื่องสุขภาพ

วัตถุประสงค์ : จัดหาสินค้าที่ดีต่อสุขภาพจากชุมชนชนบท มาจำหน่ายเพื่อส่งเสริมสุขภาพ และสิ่งแวดล้อมของสมาชิกผู้บริโภค และผู้ผลิต

<u>องค์ประกอบภายใน</u>

1.ผักสดปลอดสารพิษ

2.ข้าว / ธัญพืช

3. อาหารแห้ง - อาหารเพื่อสุขภาพ

4. เครื่องจักสานจากชาวบ้าน

5. จำหน่ายหนังสือทั่วไป

6. จำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



จำนวนผู้รับบริการ 1420คน/วัน

จำนวนผู้ให้บริการ 10 คน/วัน

(จำนวนผู้รับ – ผู้ให้บริการเกิดจากการเฝ้าสังเกตการณ์ เป็นระยะ เวลา 3 วัน แล้วหาค่าเฉลี่ย)

พื้นที่รวมทั้งหมด 120 ตารางเมตร

กลุ่มผู้รับบริการ : กลุ่มคนที่อาศัยอยู่ในบริเวณสุขาภิบาล ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีความสนใจในเรื่องการ ดูแลรักษาสุขภาพด้วยวิธีธรรมชาติ ซึ่งเป็นกลุ่มคนทำงาน – กลุ่มแม่บ้าน

วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อนำไปประกอบโครงการ

1. มีการจัดพื้นที่ภายในเป็นสัดส่วน โดยแยกประเภทของสินค้าส่วนผลิตภัณฑ์ที่มีความจำเป็นน้อย – ผลิตภัณฑ์ที่มีความจำเป็น – ความต้องการของลูกค้าสูง
2. การตกแต่งภายในมีความทันสมัย และ เป็นกันเอง โดยเลือกใช้วัสดุ ง่ายๆ ดูกลมกลืนกับและเข้ากับความเป็นไทย
3. ชั้นการจัดวางสินค้า มีความเหมาะสมในแต่ละประเภทของสินค้า
4. การจัดแสดง – การโฆษณาประเภทสินค้าน่าสนใจ และมีแรงดึงดูดสูง
5. มีกิจกรรมที่ส่งเสริมการตลาดหลายอย่างด้วยกัน เช่น มีการจัดอบรมรำกระบองทุกวันเสาร์ – อาทิตย์ , มีการนำสินค้าเพื่อสุขภาพตัวใหม่ๆ มาแนะนำ เป็นต้น

Lemonfarm

วัตถุประสงค์หลักข้อหนึ่ง ของการถือกำเนิด เลมอนฟาร์ม ก็คือ เป็นสื่อกลางที่เชื่อมโยง ผู้ผลิตจากชุมชนชนบท กับผู้บริโภคในเมือง ด้วยการดำเนินกิจการร้านค้า เพื่อเป็นช่องทางจำหน่าย ให้แก่สินค้าจากชุมชน และร่วมมือกับชุมชน ในการพัฒนาผลิตภัณฑ์ ให้มีรูปแบบที่ทันสมัย เหมาะสมกับผู้บริโภคในเมือง และยังเป็นประโยชน์ ต่อสุขภาพของผู้บริโภคอีกด้วย





เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

วัตถุประสงค์หลักของสหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด
เพื่อส่งเสริมฐานะทางเศรษฐกิจ วัฒนธรรม และสังคมของสมาชิก
โดยวิธีร่วมกันดำเนินธุรกิจเพื่อประโยชน์ด้วยกันในข้อต่อไปนี้

(1) จัดหาสิ่งของที่สมาชิกต้องการ มาจำหน่าย และอำนวยบริการ แก่สมาชิก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การจัดหา สินค้า อาหาร ที่ดีต่อสุขภาพ และสินค้า ปลอดภัย จากสารเคมี ที่เป็นพิษ จากชุมชนชนบท มาจำหน่าย เพื่อส่งเสริมสุขภาพ และสิ่งแวดล้อม ของสมาชิก ผู้บริโภค และผู้ผลิต

(2) ช่วยจำหน่ายผลิตผล หรือผลิตภัณฑ์ ที่ได้คุณภาพ ที่ผู้บริโภค ต้องการ ของสมาชิก ช่วยครอบครัว ผู้ผลิต ในชุมชนชนบท เพื่อคนตกงาน ที่กลับสู่ท้องถิ่น แม่และเด็ก ให้มีกิน พึ่งตนเองได้

(3) ร่วมกันเป็นอาสาสมัคร ดำเนินการ เพื่อประโยชน์ ต่อครอบครัว ของสมาชิก และต่อเด็ก นำไปสู่ สังคม ที่มีความสุข และจริยธรรม ร่วมกัน

(4) มุ่งเสนอสินค้า เพื่อให้เกิด การท่องเที่ยว ไปสู่ชุมชน

(5) ร่วมกันส่งเสริม รูปแบบ เศรษฐกิจพอเพียง ต่อเนื่องกับ ทฤษฎีใหม่ ตามแนวทาง พระราชดำรัส เพื่อคนไทย อุ้มชูกัน ผ่านพ้นวิกฤต

สหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด เป็นของสมาชิกผู้ถือหุ้นทุกคน สหกรณ์ฯ จะเป็นผู้บริหารร้าน เลมอนฟาร์ม
โดยได้รับการสนับสนุนจากบริษัท มงคลชัยพัฒนา จำกัด ครอบครัวสมาชิกผู้ถือหุ้นจะได้รับประโยชน์จาก

- ครอบครัว ได้บริโภคอาหาร ธรรมชาติ ปลอดภัย จากสารพิษ จากร้าน ของตนเอง
- ครอบครัว ได้ร่วมกัน ทำกิจกรรม เช่น ศิลปะเด็ก ดนตรี ปลูกผัก สวนครัว ทำอาหาร และความรู้ เรื่องสุขภาพ โยคะ ท่องเที่ยว หนังสือ ศาสนา การศึกษา ฯลฯ เพื่อช่วยตนเอง และเป็น อาสาสมัคร ช่วยผู้อื่น
- ได้ช่วยเหลือ ครอบครัว ชุมชน ชนบท ให้มีรายได้ ด้วยการ บริโภค ผลผลิต ธรรมชาติ จากครอบครัว ชนบท
- ครอบครัว ได้เป็น เจ้าของหุ้น ได้รับ เงินปันผล และส่วนเฉลี่ยคืน จากยอดซื้อ เมื่อสิ้นปี
- ร่วมกันทำ รูปแบบ เศรษฐกิจพอเพียง ของชุมชน ได้ครบวงจร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.8 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

การศึกษาเรื่องร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อาศรมแสงอรุณ	■ ศึกษาถึงการตกแต่ง และบรรยากาศภายในเน้นการนำธรรมชาติ – สวนเข้ามาเป็นส่วนประกอบ และมีการจัดพื้นที่ส่วน Open Air ,จำนวนผู้รับบริการ / ผู้ให้บริการ,ลักษณะการบริการ ■ เป็นร้านอาหารมังสวิรัติ อยู่ภายในมูลนิธิอาศรมแสงอรุณ
2.Lemonfarm	■ เป็นร้านอาหารเป็นส่วนหนึ่งของร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ (กึ่งร้านอาหาร) ■ การตกแต่งภายในบ่งบอกถึงเอกลักษณ์ขององค์กรได้ดี ■ เน้นธรรมชาติใช้ร่วมในการตกแต่ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.8 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

2.8.1 อาศรมแสงอรุณ (ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ)

2.8.1 ที่ตั้ง : อาคารกลุ่มบริษัท plan Associate



เวลาเปิดทำการ

วันจันทร์ – วันศุกร์

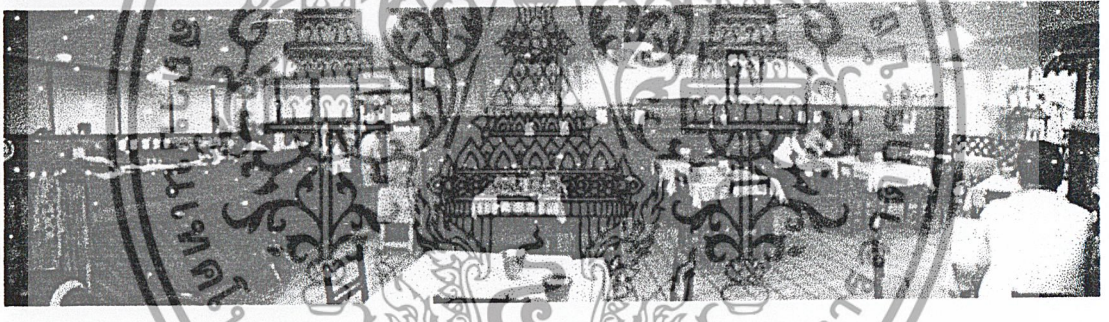
เวลา 09.00 – 14.30 น.

เวลา 16.30 – 20.30 น.

จำนวนพนักงาน 10 คน

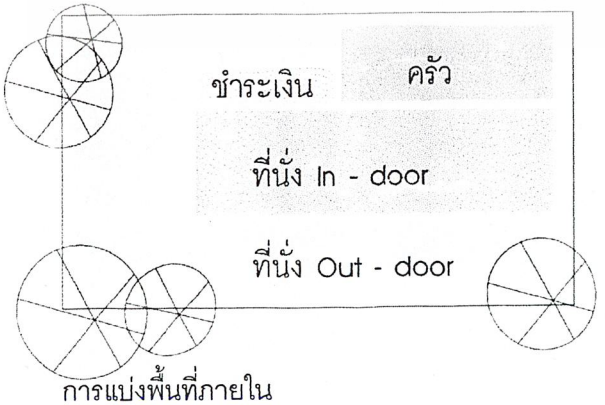
จำนวนผู้รับบริการ 80 คน/วัน

พื้นที่ทั้งหมด 120 ตร.ม.



กลุ่มผู้รับบริการ : **พนักงานที่ทำงานบริเวณถนนสาทร – ศีลม**

กลุ่มผู้ที่สนใจอาหารมังสวิรัติ

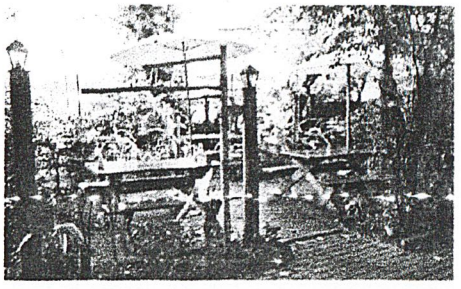
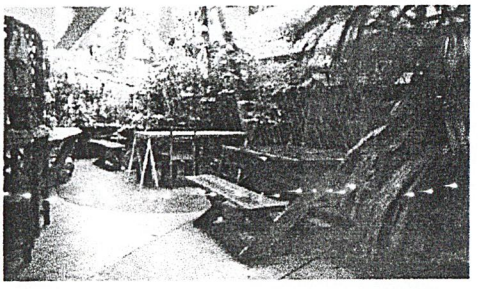


การแบ่งพื้นที่ภายใน

องค์ประกอบภายใน

1. ส่วนรับประทานอาหารภายในร้าน
2. ส่วนรับประทานอาหารภายนอกร้าน
3. ส่วนครัว
4. เคาเตอร์ชำระเงิน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพ พื้นที่นั่งภายนอกร้าน ท่ามกลางธรรมชาติ

<u>วิเคราะห์เพื่อเป็นข้อมูลในการประกอบโครงการ</u>

1. ลักษณะการให้บริการ มีพนักงานนำเมนูอาหารมารับออเดอร์ที่โต๊ะ ให้ความสะดวกสบายแก่ผู้รับบริการ
2. บรรยากาศโดยรอบ เน้นการรับประทานท่ามกลางธรรมชาติ เสมือนอยู่ท่ามกลางสวน
3. วัสดุอุการตกแต่ง นำไม้มาใช้เป็นหลัก
4. บรรยากาศภายในใช้แสงประดิษฐ์มาตกแต่งซึ่งมีลักษณะที่ค่อนข้างมืด ขาดชีวิตชีวา

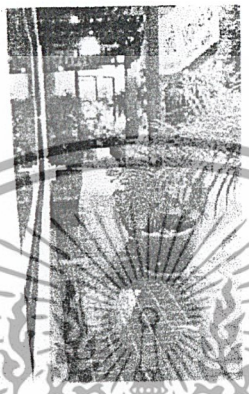
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.8 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

2.8.2 เลมอนฟาร์ม (ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ)

2.8.2 ที่ตั้ง : สาขา แจ้งวัฒนะ





เวลาเปิดทำการ

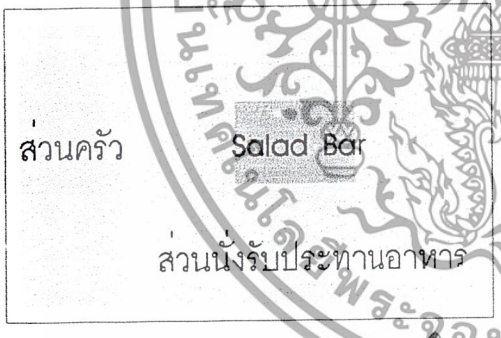
ทุกวัน 08.00– 19.00 น.

จำนวนพนักงาน 6 คน

จำนวนผู้รับบริการ 80 คน/วัน

พื้นที่ทั้งหมด 50 ตร.ม.

กลุ่มผู้รับบริการ : กลุ่มคนที่มาซื้อสินค้าในส่วนของร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ



การแบ่งพื้นที่ภายใน

องค์ประกอบภายใน

5. ส่วนนั่งรับประทานอาหารภายใน
6. เคาเตอร์สลัดบาร์
7. ส่วนครัว

วิเคราะห์เพื่อเป็นข้อมูลในการประกอบโครงการ

1. ลักษณะการดำเนินการ เป็นลักษณะมีบริกรมารับ ออเดอร์ที่โต๊ะ
2. การจัดแบ่งพื้นที่ภายในมีความเป็นกันเองกว่า และเป็นพื้นที่ที่ต้องเดินผ่านเข้าไปยังส่วนจำหน่ายร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เลมอนฟาร์มภายใน
3. การเลือกใช้วัสดุ มีความอบอุ่น และ ดูทันสมัย สบายตา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.9 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการส่วนห้องสมุด

การศึกษาเรื่องห้องสมุด

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
1. อาศรมแสงอรุณ	■ เป็นมูลนิธิที่มีวัตถุประสงค์ที่ชัดเจน ■ ห้องสมุด เปิดบริการให้ประชาชนทั่วไปสามารถเข้าใช้ได้ไม่เฉพาะแต่สมาชิกเท่านั้น ■ ขนาดของโครงการมีพื้นที่ใกล้เคียง และ เหมาะสม ■ อยู่ในบริเวณแหล่งที่ทำงาน ทำให้สามารถศึกษาถึงกลุ่มเป้าหมายของโครงการได้ ■ การตกแต่งดูทันสมัย ไม่น่าเบื่อ
2.อายุรเวทวิทยาลัย	■ เป็นห้องสมุดที่เป็นห้องสมุดเฉพาะเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ และการรักษาด้วยการแพทย์อายุรเวท ■ รองรับนักเรียนภายในวิทยาลัยเป็นส่วนใหญ่ ■ ห้องสมุดใช้บรรยากาศที่เป็นธรรมชาติ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.9 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนห้องสมุด

ห้องสมุด อาศรมแสงอรุณ

ข้อมูลพื้นฐาน

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ

ในความดูแลของ มูลนิธิสานแสงอรุณ

หลักการและเหตุผล

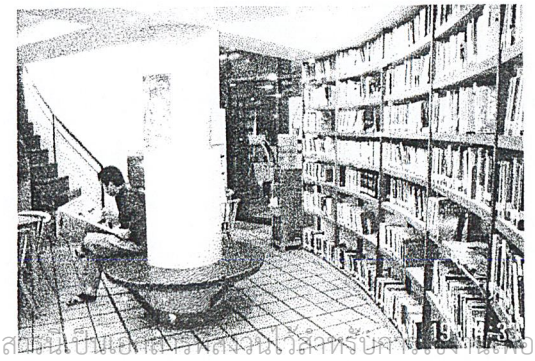
ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ เดิมเป็นห้องสมุดเฉพาะทางศิลปวัฒนธรรมและสถาปัตยกรรม เปิดให้บริการแก่บุคคลภายนอกและภายในกลุ่มบริษัทแปลนตั้งแต่ปี ๒๕๓๐ ต่อมาในเดือนตุลาคม ๒๕๔๒ มูลนิธิสานแสงอรุณ ได้เข้ามาดำเนินงานจัดการบริการห้องสมุดประชาชนแสงอรุณอย่างเป็นทางการโดยได้รับการสนับสนุนสถานที่จากกลุ่มบริษัทแปลน

มูลนิธิสานแสงอรุณ เป็นองค์กรที่ไม่แสวงหาผลประโยชน์ มีวัตถุประสงค์ในการดำเนินงานห้องสมุดประชาชนเพื่อบริการแก่สาธารณะในวงกว้าง เป็นห้องสมุดประชาชนที่ทำหน้าที่ *"กัลยาณมิตรแห่งการเรียนรู้ สู่ อิสรภาพ"*

วัตถุประสงค์เฉพาะของห้องสมุดเป็นไปเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และเสริมสร้างโลกทัศน์ที่เป็นทางเลือกสำหรับคนเมืองที่อยู่ท่ามกลางกระแสการบริโภค ให้เท่าทันและนำไปสู่ชีวิตที่เลือกบริโภคอย่างมีสติ เรียนรู้โดยการอ่านผ่านสื่อของห้องสมุด ซึ่งเป็นที่รวบรวมหนังสือมีเนื้อหาทรงคุณค่าทางด้านวรรณกรรม ปรัชญา ศาสนา สุขภาพกายใจ และกิจกรรมที่ห้องสมุดจัดอย่างสม่ำเสมอ เพื่อแลกเปลี่ยนและส่งเสริมความคิดที่มีคุณค่าต่อคุณภาพชีวิตทั้งของตนเองและสังคม

วัตถุประสงค์

๑. เพื่อเปิดเป็นห้องสมุดประชาชน ให้บริการแก่ทุกคน เป็นแหล่งบริการความรู้ที่เป็นแนวทางเลือกเพื่อการพัฒนาความคิด จิตใจ และคุณภาพชีวิต

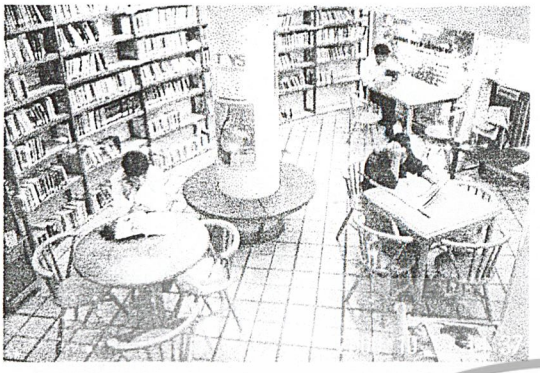


๒. เพื่อเป็นแหล่งรวมงานเขียนในแนววรรณกรรมของไทยและของต่างประเทศที่ได้แปลเป็นไทย หนังสือแนวปรัชญา ศาสนา จิตวิญญาณ สุขภาพกายใจ ที่ทรงคุณค่าตั้งแต่ปีพ.ศ. ๒๔๗๕ เป็นต้นมา โดยตั้งเป้าหมายให้มีหนังสือดังกล่าวจำนวน ๗,๐๐๐ เล่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

๓. เพื่อให้ห้องสมุดเป็นสถานที่จัดกิจกรรมส่งเสริมความคิด แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ส่งเสริมความคิดที่มีคุณค่าทั้งต่อตนเองและสังคม

๔. เพื่อสร้าง ส่งเสริมและกระตุ้นวัฒนธรรมการเรียนรู้ด้วยการอ่าน



กลุ่มเป้าหมาย

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ ได้เปิดให้บริการด้วยระบบสมาชิก กลุ่มเป้าหมายหลักที่จะมาใช้บริการห้องสมุดคือกลุ่มคนผู้ซึ่งเริ่มต้นตั้งคำถามกับชีวิตปัจจุบันของตนเอง ซึ่งก็คือผู้คนทุกเพศวัยที่กำลังแสวงหาวิถีที่เหมาะสมในอันที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีความสุข ให้ห้องสมุดเป็นที่พบปะกันทางความคิด และเป็นที่ทางของคนเหล่านั้น นอกจากกลุ่มคนผู้แสวงหาแล้วห้องสมุดประชาชนแสงอรุณก็จะได้ทำหน้าที่เป็นห้องสมุดของชุมชนผู้อยู่อาศัยในบริเวณใกล้เคียงห้องสมุดด้วย

ปัจจุบันสถิติการใช้ห้องสมุดเฉลี่ยประมาณ 40 คน /วัน และจะมีการขยายกลุ่มผู้ใช้บริการให้กว้างขึ้นไปซึ่งจะมีการประชาสัมพันธ์ไปยังกลุ่มนักเรียน นักศึกษา ประชาชน คนทำงานองค์กรพัฒนาเอกชน บริษัทเอกชน เป็นต้น

การประชาสัมพันธ์

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ ได้ทำการประชาสัมพันธ์ห้องสมุดโดยจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับวรรณกรรมหรือแนวคิดที่เป็นตรงกับวัตถุประสงค์ขององค์กร เพื่อให้ห้องสมุดมีความเคลื่อนไหวและมีชีวิตชีวาอยู่สม่ำเสมอ ซึ่งทุกครั้งที่มีการจัดกิจกรรมก็จะมีการประชาสัมพันธ์ไปยังกลุ่มเป้าหมายและสมาชิกห้องสมุด โดยผ่านสื่อต่างๆ ทั้งสิ่งพิมพ์ วิทยุ และโทรทัศน์ พร้อมกันนี้ได้จัดทำแผ่นพับเผยแพร่องค์กรสู่สาธารณชนอีกด้วย

การพัฒนาทรัพยากร

ปัจจุบันห้องสมุดมีทรัพยากรเพื่อการอ่านดังนี้

๑. หนังสือภาษาไทย	*จำนวนประมาณ*	*๗,๐๐๐*	*เล่ม*
๒. นิตยสารภาษาไทย	*จำนวน*	*๓๐*	*รายชื่อ*
๓. หนังสือภาษาต่างประเทศ	*จำนวนประมาณ*	*๓๐๐*	*เล่ม*
๔. วีดีโอ	*จำนวนประมาณ*	*๑๓๕*	*เรื่อง*
๕. หนังสือพิมพ์	*จำนวน*	*๖*	*ฉบับ*

ซึ่งการจัดหาทรัพยากรเพิ่มมาจากการขอรับบริจาคจากนักเขียน สำนักพิมพ์ต่างๆ และจากประชาชนผู้มีจิตศรัทธา และการจัดซื้อในกรณีที่ไม่สามารถขอรับบริจาคได้ ห้องสมุดสามารถขยายพื้นที่สำหรับจัดเก็บและบริการหนังสือได้กว่า ๑๐,๐๐๐ เล่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หนังสือประเภทต่างๆ ในห้องสมุดเป็นหนังสือที่ได้รับการคัดสรร และการอนุเคราะห์จากนักอ่าน เช่น วรรณกรรมคัดสรรตั้งแต่ปี ๒๔๗๕ ซึ่งการรวบรวมวรรณกรรมคัดสรรเช่นนี้ยังไม่มีผู้ใดรวบรวมเพื่อให้บริการแก่สาธารณะมาก่อน รวมทั้งวรรณกรรมเยาวชนที่มีคุณค่า หนังสือทางเลือก หนังสือโยคะ ปรัชญา ศาสนา เช่น รวมงานของท่านพุทธทาสภิกขุ พระธรรมปิฎก พระไพศาล วิสาโล และวรรณกรรมต่างประเทศที่แปลเป็นไทยหลายร้อยเรื่อง ที่ส่งผลต่อความคิดของคนในสังคม ซึ่งทางห้องสมุดจะรวบรวมให้ได้มากที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ส่วนสื่อวีดีโอ ห้องสมุดจะรวบรวมเอาวิดีโอสารคดี และภาพยนตร์ที่เป็นประโยชน์ เน้นศิลปวัฒนธรรม ประวัติศาสตร์และสะท้อนภาพของสังคม

ห้องสมุดจะจัดวางระบบที่สะดวกต่อการค้นคว้า พร้อมทั้งจัดทำระบบฐานข้อมูลเพื่อช่วยผู้อ่านในกรณีที่ต้องการความรวดเร็ว ในอนาคตห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ จะเปิดโฮมเพจเพื่อประชาสัมพันธ์และให้บริการทางอินเตอร์เนท ซึ่งเป็นทางหนึ่งที่จะเข้าถึงกลุ่มเป้าหมาย เพื่อให้บริการได้กว้างขวางยิ่งขึ้น

งานบริการของห้องสมุด

๑. งานบริการยืม – คืนหนังสือ นิตยสาร วีดีโอ ซึ่งมีหมุนเวียนวันละประมาณ 40-50 เรื่องต่อวัน

๒. งานบริการตอบคำถามและช่วยค้นคว้า

๓. งานบริการข่าวสารผ่านกำแพงข่าวทุกสัปดาห์

๔. งานแนะนำหนังสือน่าอ่าน

๕. จัดกิจกรรม ที่สอดคล้องกับปรัชญาแนวคิดห้องสมุด

๖. เปิดให้บุคคลทั่วไปร่วมเป็นอาสาสมัครช่วยทำงานในห้องสมุด

งานสมาชิก

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ เปิดบริการให้เข้าใช้โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย หากในกรณีที่ต้องการยืมหนังสือกลับบ้าน ต้องลงทะเบียนเป็นสมาชิกและได้รับบัตรสมาชิกก่อนเท่านั้น

๑. ผู้มีสิทธิเป็นสมาชิกคือประชาชนทั่วไป ไม่จำกัดเพศและวัย

๒. การสมัครเป็นสมาชิก ต้องมีรูปถ่ายขนาด ๑ นิ้ว จำนวน ๒ รูป และเงินค่าบำรุงสมาชิก โดยสามารถเลือกเป็นสมาชิกได้ ๒ ประเภท คือ สมาชิกรายปี และสมาชิกตลอดชีพ

๒.๑ สมาชิกรายปี จ่ายเงินค่าสมาชิกทุกปี จำนวน ๑๕๐ บาท ต่อปี และเงินค่าประกันหนังสือ ๑๐๐ บาท รวมเป็น ๒๕๐ บาท

๒.๒ สมาชิกตลอดชีพ จ่ายเงินครั้งเดียวในครั้งแรก จำนวน ๖๐๐ บาท และไม่ต้องเสียเงินค่าสมาชิกอีก

ทั้งนี้สมาชิกทั้ง ๒ ประเภทจะได้รับเงินคืนเมื่อบอกยกเลิกการเป็นสมาชิก

สถานที่

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ มีพื้นที่ ๒ ชั้น รวมประมาณ ๑๕๐ ตารางเมตร มีบริเวณสำหรับบริการอ่านภายในห้องประมาณ ๓๐- ๔๐ ที่นั่ง และมีบริเวณ สำหรับบริการการอ่านภายนอกห้องสมุดอีกด้วย

ห้องสมุดประชาชนแสงอรุณ ตั้งอยู่เลขที่ ๖๔ ซอยสาทร ๑๐ ถ.สาทรเหนือ เขตบางรัก กรุงเทพฯ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

อยู่ในบริเวณเดียวกับอาศรมแสงอรุณ ที่ประกอบด้วยร้านอาหารสุขภาพ ร้านผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ ร้านนวดไทยแผนโบราณ ห้องอบสมุนไพร สถานที่ออกกำลังกาย ร้านน้ำผลไม้ สถานที่อบรมและทำกิจกรรมโยคะ การฝึกสมาธิ การดูแลสุขภาพแบบผสมผสาน

ผลที่คาดว่าจะได้รับ

๑. เป็นห้องสมุดประชาชนที่ได้เปิดปบริการแก่สังคมเพิ่มขึ้นอีกหนึ่งแห่ง และเป็นที่รวบรวมหนังสือดี ให้บริการยืมกลับไปอ่านที่บ้านได้

๒. เป็นห้องสมุดที่รวบรวมงานเขียน หนังสือแนวสุขภาพกาย ใจ ปรัชญา ศาสนา จิตวิญญาณ

๓. เป็นห้องสมุดที่รวบรวมงานเขียนทางด้านวรรณกรรมของไทยที่มีคุณค่าไว้มากที่สุดแห่งหนึ่ง ตลอดจนเรื่องแปลที่ทรงคุณค่ามีผลต่อแนวคิดเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต เพื่อค้นพบตัวตน

๔. เป็นสถานที่จัดกิจกรรมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นในเชิงสร้างสรรค์ ส่งเสริมความคิดที่มีคุณค่าทั้งต่อตนเองและสังคม

๕. เปิดรับอาสาสมัครทำงานในห้องสมุด

วิเคราะห์เพื่อเป็นข้อมูลประกอบโครงการ

1. ลักษณะการดำเนินงานมีความเป็นกันเองมาก เป็นห้องสมุดที่มีการจัดกิจกรรมขึ้นภายในอยู่บ่อยครั้ง
2. พื้นที่มีจำกัดทำให้การจัดวางหนังสือ และ พื้นที่นั่งค่อนข้างแคบ แต่ก็สามารถจัดการกับเส้นทางสัญจรภายในได้เป็นอย่างดี
3. การจัดแบ่งโซนหนังสือในแต่ละประเภทแบ่งกันได้เหมาะสม
4. บรรยากาศภายในดูไม่เป็นทางการมากนัก เน้นการใช้แสงประเภท Day light – Warm white เพื่อทำให้บรรยากาศอบอุ่น – เป็นกันเอง มีการนำแสงธรรมชาติจากภายนอกเข้ามาเพื่อสร้างความมีชีวิตชีวา และ ปลูกต้นไม้บริเวณรอบ
5. ลักษณะการจัดวางหนังสือ เป็นตู้ไม้โปร่ง ในระดับสายตา ในบางส่วนอาจจะทำให้พื้นที่ดูเล็กจนเกินไป
6. ในส่วนโถงทางเข้า ทำหน้าที่เป็นส่วนนั่งพักคอย – พื้นที่แจกจ่ายคนที่เข้ารับบริการ ทำให้เป็นเสมือนห้องรับแขก – ห้องนั่งเล่น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.9 การศึกษาข้อมูลประกอบโครงการ ส่วนห้องสมุด

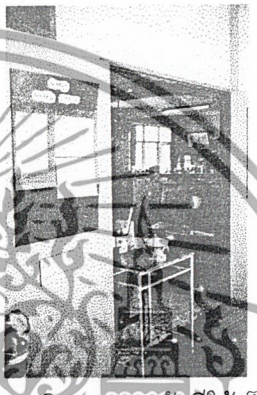
ห้องสมุด อายุรเวทวิทยาลัย

กลุ่มผู้ใช้ นักศึกษาในอายุรเวทวิทยาลัย

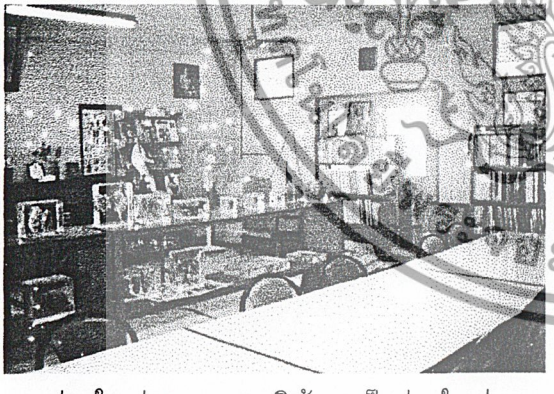
เป็นห้องสมุดที่ใช้ค้นคว้า และมีหนังสือที่เกี่ยวกับเรื่องการบำบัด - สมุนไพรโดยเฉพาะ



บรรยากาศภายในห้องสมุด



บริเวณ ทางเข้ามีให้เซ็นต์ชื่อ



ส่วนใหญ่แสงธรรมชาติเข้ามาเป็นส่วนใหญ่



ส่วนตู้หนังสืออ้างอิง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 3 ข้อมูลเฉพาะองค์ประกอบของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.1 ลักษณะการให้บริการของโครงการ

องค์ประกอบภายในของโครงการศูนย์ สุขภาพสวนสมุนไพร แบ่งเป็นส่วนพื้นที่ต่างๆ ซึ่งมี 3 ส่วนหลักๆ คือ

1. ส่วนบริการสาธารณะ (Public Area)
   - ส่วนบริการทั่วไป
   - ส่วนบริการทางด้านสื่อความรู้
2. ส่วนบริการเฉพาะ (Private Zone)
   - ส่วนบริการทั่วไป
   - ส่วนบริการการบำบัด
3. ส่วนสำนักงาน (Back of the house)

3.1.1. ส่วนบริการสาธารณะ

ส่วนบริการทั่วไป

1.ส่วนต้อนรับ และ บริการ (Lobby)

เวลาทำการ 08.00-21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการข้อมูลข่าวสาร และ ประชาสัมพันธ์ของโครงการแก่ผู้มาติดต่อ และสามารถติดต่อลงทะเบียนเป็นสมาชิกของโครงการ ที่นั่งพักรองรับจำนวนผู้เข้าใช้บริการของโครงการที่เข้ามาติดต่อของโครงการ เป็นที่นัดพบ และ พบปะพูดคุย เป็นส่วนแรกที่ติดต่อจากผู้ใช้บริการ ซึ่งมีความต่อเนื่องจากภายนอก สู่ภายใน โถงส่วนต้อนรับเป็นส่วนกระจายกิจกรรมไปสู่ส่วนต่างๆ ภายในของโครงการ

เหตุผลในการออกแบบ ออกแบบให้มีความต่อเนื่องของบรรยากาศจากภายนอก เข้าสู่ภายในโถงพักคอย ให้เกิดความรู้สึกสบาย และมีความใกล้ชิดกับธรรมชาติ โดยการจัดวางเครื่องเรือน พยายามลดความ Massive ของห้อง (การมีขอบเขตที่กำหนด) ออก โดยให้เฟอร์นิเจอร์เข้ามุมห้อง และนำแสงธรรมชาติจากภายนอกเข้ามาใช้อย่างพอเพียง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.2 ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ (Organic Restaurant)

เวลาทำการ 06.30-21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ โดยลักษณะการบริการเป็นการบริการโดยบริกร และให้บริการอาหารและเครื่องดื่มแก่งานสัมมนาที่จัดขึ้นภายในโครงการ

เหตุผลในการออกแบบ เป็นส่วนที่อยู่ต่อเนื่องจากทางเดินไปสู่ส่วนบริการเฉพาะของโครงการ ดังนั้นลักษณะการออกแบบจึงต้องการให้มีความกลมกลืนของพื้นที่ใช้สอยซึ่งมีการใช้พื้นที่ร่วมกัน โดยการแบ่งพื้นที่ใช้งานให้เป็นสัดส่วน แต่ออกแบบการจัดวางเฟอร์นิเจอร์ให้มีความต่อเนื่องสอดคล้องและกลมกลืนเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

1.3 ส่วนร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ (Green shop)

เวลาทำการ 07.00-21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการสินค้าเพื่อสุขภาพทั้งอาหาร สด และ อาหารแห้ง , รวมไปถึงการจำหน่ายหนังสือนิตยสารเพื่อสุขภาพ ,หนังสือสุขภาพทั่วไป และ ผลิตภัณฑ์ต่างๆ จากชุมชน เช่น เสื้อทอมือ ,เครื่องมือจักสาน

เหตุผลในการออกแบบ ต้องการให้พื้นที่มีการใช้จัดวางสินค้าได้อย่างเต็มที่ประโยชน์ใช้สอยแต่ไม่แน่น และอึดอัดจนเกินไป จึงได้แบ่งลักษณะของการจำหน่ายเป็น 2 ประเภท 1. การจัดจำหน่ายโดยโครงการ 2. การจัดจำหน่ายโดยร้านภูฟ้า
เพื่อเป็นการแบ่งประเภทของสินค้า และ ทำให้การจัดสรรพื้นที่ภายในแต่ละส่วนมีความลงตัว

ส่วนบริการด้านสื่อความรู้

1.4 ส่วนสัมมนา

เวลาทำการ 09.00-17.00 น.

หน้าที่ มีการจัดอบรม และ สัมมนาทุกอาทิตย์ ในเรื่องของสุขภาพ โดยในบางครั้ง เป็นการสัมมนาภายนอก (Out door) หรือ การสัมมนาในห้องสัมมนา (Indoor)โดยโครงการสามารถให้บริการอาหาร , เครื่องดื่ม แก่ผู้ที่ทำการสำรองไว้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เหตุผลในการออกแบบ พื้นที่มีความต้องการความเป็นส่วนตัวในการจัดอบรมสัมมนาในแต่ละครั้ง จึงแบ่งพื้นที่ออกเป็นส่วนเพื่อแยกออกไป การจัดกลุ่มเครื่องเรือนมีความยืดหยุ่นของการใช้งานมาก เนื่องจากกิจกรรมที่เกิดขึ้นนั้นมีการเปลี่ยนแปลงของพื้นที่ใช้สอยตลอดเวลา

1.5 ส่วนจัดนิทรรศการชั่วคราว

เวลาทำการ 09.00 - 21.00 น.

หน้าที่ ส่วนจัดแสดงบอร์ดข่าวสาร – ประชาสัมพันธ์ให้แก่โครงการ

เหตุผลในการออกแบบ จัดวางอุปกรณ์จัดแสดงตามเส้นทางสัญจรหลัก เพื่อต้องการให้สะดุดตาและเห็นได้ชัดเจน และเกาะตัวเป็นอันหนึ่งอันเดียวกับตัวอาคาร เพื่อลดพื้นที่ในการใช้งาน

1.6 ส่วนการจัดนิทรรศการถาวร

เวลาทำการ 09.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ส่วนจัดนิทรรศการให้ผู้รับบริการ ได้ตระหนักถึงความสำคัญของสมุนไพร และการบำบัดรักษาด้วยการแพทย์พื้นถิ่น

เหตุผลในการออกแบบ ต้องการให้มีส่วนการจัดสมุนไพรจริงเพื่อให้ผู้รับบริการได้เข้าใจอย่างลึกซึ้ง และ ถ่องแท้ จึงมีการเชื่อมต่อพื้นที่ภายใน และ ภายนอกให้มีความสัมพันธ์กันของทั้งเนื้อหาการจัดแสดง และพื้นที่ใช้สอย โดยพื้นที่ใช้สอยในส่วนสวนสมุนไพรภายนอกยังเป็นส่วนนั่งพักผ่อนหย่อนใจอีกแห่งหนึ่งภายในสวนลุม

1.7 ส่วนอ่านหนังสือ

เวลาทำการ 09.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการหนังสือ – นิตยสารต่างๆ เกี่ยวกับสุขภาพ ทั้งยังมีการจัดอบรมการทำอาหารในสวน ในแต่ละสัปดาห์ อีกทั้งให้บริการสืบค้นข้อมูลทางอินเตอร์เนต

เหตุผลในการออกแบบ กิจกรรม และ พฤติกรรมที่เกิดขึ้นภายในส่วนอ่านหนังสือ ทำให้ห้องสมุดสมุนไพรมีความเป็นกันเองมากขึ้น ซึ่งมีกิจกรรมต่างๆที่สอดแทรกมากกว่าแค่การค้นคว้าหาข้อมูลเพียงอย่างเดียว การจัดกลุ่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เครื่องเรือนจึงต้องลดความเป็นทางการลง โดยแบ่ง เส้นทางสัญจรออกเป็นสองข้าง เพื่อให้สัมผัสกับธรรมชาติได้ใกล้ชิดขึ้น และลักษณะของเครื่องเรือนมีลักษณะคล้ายชุดรับแขก

1.8 ส่วนห้องสมุดสมุนไพร

เวลาทำการ 09.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการสืบค้นด้วยระบบคอมพิวเตอร์ โดยหนังสือที่บริการเป็นประเภท หนังสืออ้างอิง – นิตยสาร

เหตุผลในการออกแบบ เนื่องจากต้องการความเป็นส่วนตัวมากจากกิจกรรมที่เกิดขึ้นในส่วนนี้ การจัดส่วนอ่านหนังสือโดยกระจายเป็นจุดๆ จึงเหมาะสม และจัดกลุ่มหนังสือไว้ในส่วนกลาง (ไว้ในส่วนเดียวกัน) เพื่อง่าย และสะดวกในการค้นคว้า

1.9 สวนสมุนไพร

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ เป็นสวนสมุนไพรเพื่อสุขภาพที่ให้บริการด้านความรู้ในเรื่องการแบ่งประเภท,ลักษณะทางกายภายของสมุนไพร ,สรรพคุณ

เหตุผลในการออกแบบ ต้องการให้พื้นที่มีการใช้จัดวางสินค้าได้อย่างเต็มที่ประโยชน์ใช้สอยแต่ไม่แน่น และอึดอัดจนเกินไป จึงได้แบ่งลักษณะของการจำหน่ายเป็น 2 ประเภท 1. การจัดจำหน่ายโดยโครงการ 2. การจัดจำหน่ายโดยร้านภูฟ้า

เพื่อเป็นการแบ่งประเภทของสินค้า และ ทำให้การจัดสรรพื้นที่ภายในแต่ละส่วนมีความลงตัว

3.1.2.ส่วนบริการเฉพาะ

ส่วนบริการทั่วไป

2.1 ส่วนโถงพักคอย

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ สถานที่พักคอยในส่วนการบำบัด – การผ่อนคลายของโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เหตุผลในการออกแบบ เป็นบริเวณต่อเนื่องจากส่วนทางเข้ามายังส่วนบริการภายใน การจัดเครื่องเรือนจึงเน้นเส้นทางสัญจรหลัก ให้เกิดความสะดวก และ ไม่แออัด

2.2 เคาน์เตอร์ลงทะเบียน

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการติดต่อ – สอบถามถึงตารางการนวดของเจ้าหน้าที่ รับสมัครสมาชิกของโครงการ

เหตุผลในการออกแบบ จากพฤติกรรม ในส่วนนี้จึงอยู่ในส่วนหน้าของทางเข้าในส่วนบริการเฉพาะ มีลักษณะเป็นเคาน์เตอร์ยืน และ มีส่วนกรอกประวัติในการทำสมาชิกด้านข้าง

2.3 เคาน์เตอร์บริการ

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการชุดในการบำบัด – ผ้าขนหนูและอุปกรณ์การอาบน้ำแก่ผู้มาใช้โครงการ และดูแลในส่วนห้องล็อคเกอร์

เหตุผลในการออกแบบ จากพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ส่วนเคาน์เตอร์บริการควรอยู่ใกล้ห้องล็อคเกอร์เพื่อรองรับการใช้งานที่เกิดขึ้น

2.4 ส่วนล็อคเกอร์ (ชาย – หญิง)

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการแก่ผู้เข้าใช้ในการเปลี่ยนเสื้อผ้า , เก็บเสื้อผ้า – สัมภาระ , อาบน้ำก่อน – หลังจากการบำบัด

เหตุผลในการออกแบบ แบ่งพื้นที่ตามพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจริง และ แบ่งพื้นที่การใช้งานส่วนแห้ง เช่น ส่วนตู้ล็อคเกอร์ ส่วนห้องเปลี่ยนชุด และ ส่วนแต่งตัวและส่วนเปียก ซึ่งเป็นส่วนของห้องน้ำ ห้องน้ำ อย่างชัดเจน โดยใช้หลักในการออกแบบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 ส่วนนวดแผนไทย – ประคบสมุนไพร

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการในส่วนการกดจุด การนวดแผนไทยบำบัด รวมไปถึงการประคบไพลหลังจากการนวด เน้นในเรื่องการนวดเพื่อการผ่อนคลาย โดยการนวดแผนไทยจะเป็นการนวดบนฟูกที่วางอยู่บนพื้นห้อง

เหตุผลในการออกแบบ เนื่องจากกิจกรรมที่เกิดขึ้นนั้น เป็นกิจกรรมในแนวราบ ซึ่งทำให้ในส่วนนวดบำบัดซึ่งมีเส้นทางสัญจรอยู่ด้านข้างนั้น เกิดความไม่ต่อเนื่องของ Space และถูกลดค่าความสำคัญลง ดังนั้นจึงยกระดับพื้นขึ้นมา 1 –2 ระดับ เพื่อทำให้พื้นที่ในส่วนนวด และเส้นทางสัญจรด้านข้างมีความต่อเนื่อง และ ทำให้พื้นที่ในส่วนการนวด – บำบัด มีคุณค่าขึ้น และ การจัดกลุ่มกิจกรรมไว้ในส่วนเดียวกันเพื่อทำให้ไม่เกิดความสับสนแก่ผู้มาใช้โครงการ

2.6 ส่วนนวดน้ำมัน (การแพทย์อายุรเวท)

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ให้บริการในส่วนการนวดน้ำมัน เพื่อรักษาอาการเฉพาะจุด เน้นการนวดเพื่อการรักษา โดยการนวดเป็นการนวดบนเตียงเฉพาะ โดยต้องการความเป็นส่วนตัวค่อนข้างสูง

เหตุผลในการออกแบบ ต้องการความเป็นส่วนตัวเนื่องจากลักษณะการให้บริการที่ต้องมีการเปลือยในบางส่วน เพื่อทำการบำบัด ดังนั้น จึงจัดส่วนนวดน้ำมันอยู่ในบริเวณภายใน และ มีลดพื้นที่ของ void ให้เหลือน้อย เพื่อความเป็นส่วนตัวของผู้เข้ารับบริการ และแต่แสงสว่างเท่าที่ต้องการ

3.1.3. ส่วนสำนักงาน

3.1 ส่วนสำนักงานบริหาร

เวลาทำการ 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ เป็นส่วนการทำงานในระดับผู้บริหาร และ พนักงานในส่วนการบริหารของโครงการ และเป็นส่วนที่บุคคลภายนอกเข้ามาติดต่อประสานงาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เหตุผลในการออกแบบ จัดแบ่งพื้นที่ภายในให้มีความเหมาะสมกับตำแหน่งหน้าที่ และลักษณะการใช้งานมากที่สุด โดยให้ส่วนทำงานระดับผู้บริหารอยู่ในโซนที่มีความเป็นส่วนตัว และ มองเห็นโครงการได้โดยรอบ

3.2 ส่วนพักเจ้าหน้าที่บำบัด

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ สำหรับให้เจ้าหน้าที่นั่งพักคอย , พักผ่อน ,และเป็นห้องเตรียมอาหาร และ รับประทานอาหารของเจ้าหน้าที่ในส่วนของ การนวด – ประคบสมุนไพร ,เจ้าหน้าที่ดูแลส่วนโยคะ ,เจ้าหน้าที่ดูแลส่วนการอาบ - อบไอน้ำสมุนไพร

เหตุผลในการออกแบบ จัดพื้นที่ในส่วนนี้ให้อยู่ในบริเวณที่มีการใช้งานของเจ้าหน้าที่มากที่สุด เพื่อเป็นการแบ่งสัดส่วนการใช้งานออกจากกลุ่มผู้ใช้โครงการโดยทั่วไป

3.3 ส่วนพักเจ้าหน้าที่ทั่วไป

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ สำหรับให้เจ้าหน้าที่นั่งพักคอย ,พักผ่อนในส่วนของเจ้าหน้าที่ห้องสมุด ,เจ้าหน้าที่ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ,เจ้าหน้าร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

เหตุผลในการออกแบบ มีขนาดพื้นที่ไม่ใหญ่เนื่องจาก ลักษณะงานเจ้าหน้าที่ส่วนนี้อยู่ประจำในส่วนพื้นที่บริการ

3.4 ห้องเก็บของ

หน้าที่ ใช้เก็บอุปกรณ์สำรองของโครงการ และ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาด ตลอดจนอุปกรณ์ในการจัดทำนิทรรศการ

เหตุผลในการออกแบบ อยู่ในส่วนที่ลับตา หรือส่วนเฉพาะของเจ้าหน้าที่

3.5 ห้องซักผ้า

เวลาทำการ 07.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ใช้สำหรับซักผ้า ,รีดผ้า และเก็บผ้าที่ใช้ในโครงการทั้งหมด เช่นผ้าปูเตียงนวด,ผ้าขนหนู,เสื้อคลุม เป็นต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เหตุผลในการออกแบบ จัดแบ่งพื้นที่ภายในให้มีความเหมาะสมกับตำแหน่งหน้าที่ และลักษณะการใช้งานมากที่สุด โดยให้ส่วนทำงานระดับผู้บริหารอยู่ในโซนที่มีความเป็นส่วนตัว และ มองเห็นโครงการได้โดยรอบ

3.2 ส่วนพักเจ้าหน้าที่บำบัด

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ สำหรับให้เจ้าหน้าที่นั่งพักคอย , พักผ่อน ,และเป็นห้องเตรียมอาหาร และ รับประทานอาหารของเจ้าหน้าที่ในส่วนของ การนวด – ประคบสมุนไพร ,เจ้าหน้าที่ดูแลส่วนโยคะ ,เจ้าหน้าที่ดูแลส่วนการอาบ - อบไอน้ำสมุนไพร

เหตุผลในการออกแบบ จัดพื้นที่ในส่วนนี้ให้อยู่ในบริเวณที่มีการใช้งานของเจ้าหน้าที่มากที่สุด เพื่อเป็นการแบ่งสัดส่วนการใช้งานออกจากกลุ่มผู้ใช้โครงการโดยทั่วไป

3.3 ส่วนพักเจ้าหน้าที่ทั่วไป

เวลาทำการ 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ สำหรับให้เจ้าหน้าที่นั่งพักคอย ,พักผ่อนในส่วนของเจ้าหน้าที่ห้องสมุด ,เจ้าหน้าที่ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ,เจ้าหน้าร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

เหตุผลในการออกแบบ มีขนาดพื้นที่ไม่ใหญ่เนื่องจาก ลักษณะงานเจ้าหน้าที่ส่วนนี้อยู่ประจำในส่วนพื้นที่บริการ

3.4 ห้องเก็บของ

หน้าที่ ใช้เก็บอุปกรณ์สำรองของโครงการ และ อุปกรณ์ที่ใช้ในการทำความสะอาด ตลอดจนอุปกรณ์ในการจัดทำนิทรรศการ

เหตุผลในการออกแบบ อยู่ในส่วนที่ลับตา หรือส่วนเฉพาะของเจ้าหน้าที่

3.5 ห้องซักผ้า

เวลาทำการ 07.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ใช้สำหรับซักผ้า ,รีดผ้า และเก็บผ้าที่ใช้ในโครงการทั้งหมด เช่นผ้าปูเตียงนวด,ผ้าขนหนู,เสื้อคลุม เป็นต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เหตุผลในการออกแบบ พื้นที่ในส่วนนี้อยู่ใกล้กับส่วน ล็อคเกอร์ เพราะเป็นส่วนที่มีการเก็บสำรองของผ้าที่มาใช้ในโครงการ

3.6ห้องเครื่องไฟฟ้า

หน้าที่ เป็นห้องควบคุมระบบไฟฟ้าทั้งหมดของโครงการ และมีส่วนควบคุมระบบเสียงที่ใช้ในโครงการ เช่น การประกาศประชาสัมพันธ์เป็นต้น

เหตุผลในการออกแบบ อยู่ในตำแหน่งที่มีการควบคุมดูแลง่ายจากส่วนเจ้าหน้าที่

3.7 ห้องเครื่องปรับอากาศ

หน้าที่ เป็นห้องสำหรับควบคุมระบบปรับอากาศภายในอาคารในบางส่วน

เหตุผลในการออกแบบ อยู่ในตำแหน่งที่มีการควบคุมดูแลง่ายจากส่วนเจ้าหน้าที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

รายละเอียดการออกแบบ												
พื้นที่ / หน่วยงานหลัก	เนื้อที่ใช้งานหรือหน้าที่ใช้สอย	รายละเอียดการใช้สอย	ขนาดพื้นที่	ความสัมพันธ์ของพื้นที่และตำแหน่งของพื้นที่	เครื่องเรือน / อุปกรณ์การทำงาน	ระบบสภาพแวดล้อม					คุณภาพของสภาพแวดล้อม และบรรยากาศที่ต้องการ	การใช้งานในอนาคต
						อุณหภูมิ	แสง	สี	เสียง	วัสดุ		
ส่วนประชาสัมพันธ์	เป็นทางเข้าหลักสู่ภายในโครงการ " ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร" เป็นเสมือนจุดนัดพบของผู้เข้าใช้โครงการ และแจกจ่ายไปส่วนอื่นๆ ภายในโครงการ											
	โถงทางเข้า	- เป็นจุดแรกในการเข้าสู่ภายในโครงการ โดยมีความต่อเนื่องระหว่างพื้นที่ภายนอกเข้าสู่ภายใน	40 – 45 ตร.ม	- เป็นพื้นที่พบปะพูดคุย ,นั่งคอย	-	เท่ากับอุณหภูมิภายนอก (ไม่ใช้ระบบปรับอากาศ)	แสงสว่างจากภายนอกเป็นส่วนใหญ่ - แสงประดิษฐ์ในบางจุด	สีโทนอบอุ่น - เป็นทางการ	เงียบ - ได้ยินเสียงจากธรรมชาติ	ดูน่าเชื่อถือ – เป็นทางการ - วัสดุจากธรรมชาติ	เน้นบรรยากาศเชื้อเชิญ,ต้อนรับ .มีชีวิตชีวา,ใกล้ชิดกับธรรมชาติ	-
	เคาเตอร์ต้อนรับ	- เป็นจุดต้อนรับ – เชื้อเชิญผู้รับบริการ - เป็นจุดรักษาความปลอดภัย - เป็นจุดสมัครสมาชิก - เป็นจุดสอบถาม - ข้อมูลภายในโครงการ	10 – 15 ตร.ม	- ใกล้กับส่วนโถงทางเข้า-ออก	โต๊ะเคาเตอร์ - เก้าอี้		ไฟส่วนโต๊ะเคาเตอร์ทำงาน	ในโทนอบอุ่นเพื่อให้รู้สึกเชื้อเชิญ		ใช้ไม้ และวัสดุธรรมชาติ		-
	นั่งพักคอย	- ให้ผู้รับบริการพักคอย	6 – 8 คนใช้พื้นที่ 15 - 20 ตร.ม	- ใกล้กับทางเข้าออก , มองเห็นจากภายนอก	ชุดเก้าอี้พักคอย		ใช้แสงจากภายนอก (แสงธรรมชาติในตอนกลางวัน) แสงประดิษฐ์ในบางจุดเพื่อสร้างบรรยากาศ	ในโทนอบอุ่น		ใช้วัสดุ Form ง่ายๆ ให้ดูทันสมัย - สบาย		-
	นิทรรศการชั่วคราว	- เป็นส่วนจัดแสดง – ให้ข้อมูลทั่วไป	15 –20 ตร.ม.	- ในบริเวณใกล้เคียงกับส่วนนั่งพักคอย	ฉากจัดแสดง ,บอร์ดแสดง		จัดแสงตามบอร์ด	สีกลาง เพื่อทำให้ข้อมูลชัดเจน	-	วัสดุเบา แข็งแรง สามารถเคลื่อนย้ายได้ง่าย	จัดนิทรรศการให้กลมกลืนกับส่วนนั่งคอย	อาจมีโอกาสจัดแสดงนิทรรศการเพิ่มขึ้น
ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ	เป็นร้านอาหารจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ - อาหารมังสวิรัติ											
	ส่วนนั่งทานอาหาร	- ที่นั่งทานอาหารประมาณ 20-30 โต๊ะ - เป็นส่วนที่สามารถเข้าได้หลายทาง - ร้านอาหารที่อยู่ต่อเนื่องจากส่วนประชาสัมพันธ์	80 - 100 ตร.ม.	- เป็นที่นั่งรับประทานอาหารภายในโครงการ	โต๊ะ - เก้าอี้	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก (ไม่ใช้เครื่องปรับอากาศ)	แสง จัดให้สองเด่นผนังอาคาร เหมือนเป็น Gallery แสดงงาน	สีเป็นสีโทนร้อน เช่นสีแดง-เหลือง –ส้ม-น้ำตาล สีของเฟอร์นิเจอร์	เงียบ มีเสียงเพลงคลอเบาๆ	ใช้วัสดุเป็นไม้และเป็นวัสดุธรรมชาติ	บรรยากาศเป็นกันเอง –ใกล้ชิดธรรมชาติ เหมือนนั่งทานอาหารในสวน	-
	เคาเตอร์อาหาร	-เป็นจุดรับ – จ่ายอาหารเพื่อนำไปเสริฟแก่ผู้รับบริการ -เป็นจุดชำระเงิน ให้แก่ลูกค้า -เป็น Service Station	5 – 10 ตร. ม.	- ใกล้กับส่วนครัว และส่วนนั่งรับประทานอาหาร	เคาเตอร์ ,ชั้นวางของ,ชั้นเก็บของ		ให้แสงสว่าง ลงส่วนเคาเตอร์	สีโทนเดียวกันกับส่วนรับประทานอาหาร		วัสดุทำความสะอาดง่าย - ทนทาน	สะอาดตา และ สวยงาม ทันสมัย	-
	ส่วนครัว	-เป็นส่วนปรุงอาหารในส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพของโครงการ -เก็บสำรองอาหาร ในแต่ละวัน -อยู่ในส่วน Back of the house	25 – 30 ตร.ม	-ใกล้กับ เส้นทาง Service ของโครงการ	อ่างล้างอาหาร (Sink) ,เตา ,ตู้เย็น,ตู้เก็บของ		แสงไฟฟลูออเรสเซนต์	สีทำความสะอาดง่าย - สว่าง	เงียบ อาจมีเสียงเพลงแล้วแต่แม่ครัวจัดเตรียมเอง	ใช้วัสดุที่ทำความสะอาดง่าย , ทนทาน	จัดพื้นที่ให้กว้างขวางเพื่อที่จะได้ประกอบอาหารได้สะดวก	อาจจะมีการขยายตัวในอนาคต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ส่วนห้องสมุด	เป็นห้องสมุดเพื่อประชาชนประเภท หนังสือนิตยสาร ,วรรณกรรม,นิยาย ,หนังสืออ้างอิง เป็นหนังสือสร้างสรรสังคม											
	ฝากสัมภาระ	- เป็นจุดแรกก่อนที่จะเข้าไปสู่ห้องสมุดส่วนฝากของ	10 ตร.ม.	- อยู่ส่วนหน้าของส่วนห้องสมุด	ส่วนเก็บของ - สัมภาระ	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	แสงอินแคนเดสเซนต์ และ แสงจากภายนอก	สีกลางๆ ต่อเนื่องจากส่วนพักคอย	เงียบ - เสียงจากธรรมชาติ	มีส่วนที่เป็นช่องโล่ง มีส่วนที่มีตู้ปิด	อยู่ในส่วนใกล้เคียงกับบรรณารักษ์ เพื่อให้อยู่ในสายตา	อาจมีการขยายเพิ่มเติม
	ส่วนบรรณารักษ์	- เป็นจุดที่ให้ผู้รับบริการได้ซักถามกับบรรณารักษ์ - เป็นส่วนหน้าของห้องสมุด - เป็นจุดรักษาความปลอดภัย และ ให้บริการยืม - คืน	12 – 15 ตร.ม	- อยู่ระหว่างส่วนฝากสัมภาระ และ ส่วนอ่านหนังสือ ภายในห้องสมุด	โต๊ะทำงาน - พื้นที่ในการซ่อมแซมหนังสือ – เก้าอี้ 3 ตัว	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	แสงต่อเนื่องจากทางเดินภายในโครงการ - ส่วนนั่งพักคอย	สีโทนอบอุ่น เช่น สีเหลืองอ่อน - สีน้ำตาลอ่อน	เงียบ – เสียงจากธรรมชาติ หรือในบางครั้งมีการเปิดเสียงเพลงเบาๆ	เป็นวัสดุธรรมชาติ มีความเป็นกันเอง – สบาย และต่อเนื่องกับส่วนอ่านหนังสือภายใน	เน้นบรรยากาศ เป็นกันเอง ต้อนรับ และ สบาย , ทันสมัย ด้วย รูปทรงอย่างง่าย เป็น style โมเดิร์น	-
	ส่วนนั่งอ่านหนังสือ	- เป็นส่วนนั่งอ่านหนังสือ -ในบางครั้งมีการจัดกิจกรรมกับส่วนอ่านหนังสือภายนอก ส่งเสริมกับการอ่านหนังสือเช่น จัดกิจกรรมการทำอาหารด้วยวิธีต่างๆจากสมุนไพร เป็นต้น	120-130 ตร.ม	- เป็นส่วนภายในของโครงการเพื่อความสงบ เงียบ และ ความเป็นส่วนตัว และ ใกล้ชิดกับธรรมชาติ	โต๊ะอ่านหนังสือ สูง 50-55 ซม. จำนวน 80 ที่นั่ง ,เก้าอี้เป็นเก้าอี้ความสูงเบาะ 43 ซม	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก (ชั้น 1-) อุณหภูมิ 24 องศาเซลเซียส (ชั้น 2)	แสงส่วนใหญ่เป็นแสงธรรมชาติจากภายนอก - แสงอินแคนเดสเซนต์เพื่อลดความจ้าของแสง			วัสดุต่อเนื่องจากส่วนบรรณารักษ์ (Indoor) วัสดุทนทานต่อแสงแดด – ฝน (outdoor)	บรรยากาศมีความเป็นกันเองสูง สบาย – พักผ่อน เหมือนอ่านหนังสือในท่ามกลางสวน	-
	บริการสืบค้น	- เป็นโต๊ะที่สืบค้น โดยการยืน -เป็นจุดที่ทำการสืบค้นจากคอมพิวเตอร์สารสนเทศหรือสืบค้นทางอินเตอร์เนตได้	10 – 12 ตร.ม	-เป็นจุดที่อยู่ระหว่างบรรณารักษ์ - ส่วนนั่งอ่านหนังสือ	โต๊ะสูง 1.00 – 1.10 เมตรวางคอมพิวเตอร์ เรียงกันประมาณ 3 เครื่อง	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	แสงต่อเนื่องจากทางเดินภายในโครงการ			วัสดุธรรมชาติ	-	-
ส่วนจัดนิทรรศการถาวร	เป็นส่วนจัดแสดงนิทรรศการ เพื่อให้ผู้รับบริการได้รับความรู้เพิ่มเติม และ เผยแพร่ และ ประชาสัมพันธ์ข้อมูลที่เกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ											

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	1. Introduction	- เป็นการกล่าวถึงสภาพการดำรงชีวิตในประจำวันของคนเมือง ในเรื่องทั่วไป เช่น พฤติกรรมการบริโภค ของคนเมือง ,อาหาร Fastfood หรือ พฤติกรรมการทำงาน , ปัญหาการจราจร ซึ่งจะชี้แจงให้เห็นผู้เข้าชมได้เข้าใจชัดเจนขึ้น โดยพฤติกรรมต่างๆ เหล่านี้ซึ่งเป็นนิสัย หรือ เป็นกิจวัตร จะนำไปสู่ปัญหาเรื่องสุขภาพในเวลาต่อมา	30 – 40 ตร.ม	- ต่อเนื่องกับทางเดินหลักของโครงการ เป็นจุดแยกไปยังส่วนต่างๆ	1.ใช้เทคนิค TV & VDO ในส่วนทางเข้าช่วงแรกเพื่อดึงดูดความสนใจเข้าสู่ส่วนการจัดแสดงโซนต่อไป 2.Computer Stand ในส่วนคำถาม ถามตอบ (Interactive) ซึ่งใช้เป็นส่วนทดสอบความเครียด – ทดสอบพฤติกรรมของตัวเองว่าอยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือไม่	อุณหภูมิ 24 องศาเซลเซียส	แสงเป็นแสงเน้นเฉพาะในส่วนที่จัดแสดง (แสงฟลูออเรสเซนต์)	สีกลางๆ เพื่อให้คล้ายกับ Gallery hall	เงียบ - เสียงเพลงเบาๆ	วัสดุทันสมัย VDO WALL Electronic Board Computer Stand	-ออกแบบเพื่อให้บริเวณโซน Introduction ให้ดูอึดอัด จึงลดระดับฝ้าเพดานลงมาให้ต่ำ และนำ Pattern สี่เหลี่ยม – ตาราง เพื่อแสดงถึงความเป็นเมือง – ตึก – อาคาร 2.ออกแบบให้เป็นโทนสีขาว เพื่อเพิ่มความสว่าง และสะอาดตา - นำธรรมชาติเข้ามาร่วมกับการตกแต่ง เช่น กรวด – ก้อนหิน	-
	2. Herbal Wisdom	ในโซนที่ 2 จะแนะนำคุณค่าของสมุนไพรไทย – พืชผักพื้นบ้าน ประโยชน์และความสำคัญของสมุนไพร ให้คุ้นเคย และรู้จักมากขึ้น -อธิบายถึงลำดับความเป็นมาของสมุนไพร ตั้งแต่เริ่มเป็นเมล็ด – เป็นต้นกล้า -อธิบายถึงอาหารปลอดสารพิษ เสนอเป็นมื้ออาหารที่สามารถทำได้ง่าย -แนะนำเมนูการทำอาหารปลอดสารพิษ	50 –55 ตร.ม.	-ต่อเนื่องจากนิทรรศการโซน1 - ต่อเนื่องถึงนิทรรศการจัดแสดงไว้ภายนอก	-Eletronic Board จัดแสดงในส่วนเนื้อหา -Model จำลองมื้ออาหารที่สามารถทำได้ – ทดสอบเกี่ยวกับพฤติกรรมการรับประทานอาหาร -การจัดนิทรรศการภายนอก เป็นการศึกษาถึงลักษณะของพืชสมุนไพรด้วยตัวเอง	อุณหภูมิ 24 องศา	แสงเน้นแสงธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ และเน้นแสงประดิษฐ์ในส่วนที่ต้องการเน้น	สีกลางๆ	เงียบ - เสียงเพลงคลอเบาๆ	นำวัสดุธรรมชาติเข้ามาใช้ในส่วนที่ 2 มาตกแต่งให้ต่อเนื่องจากส่วนแรก	-เน้นบรรยากาศที่ดูโปร่ง ไม่อึดอัด และเชื้อเชิญให้ติดตามนิทรรศการที่จัดต่อเนื่องเพื่อให้ออกไปสัมผัสกับสมุนไพรจริงจากสวนสมุนไพรด้านนอก -ออกแบบให้สามารถเห็นถึงสมุนไพรได้จากภายในส่วนจัดนิทรรศการภายใน – ภายนอก -มีความต่อเนื่องจากโซนที่ 1 แต่มีการจัดพื้นที่ภายในให้ดูโปร่ง – โล่งขึ้น และยกระดับพื้นเป็น Slop เพิ่มความต่อเนื่องของเนื้อหา และ เน้นเป็นโซนๆ	อาจมีการเพิ่มเติมหรือเปลี่ยนแปลงพันธุ์ไม้ในอนาคต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	3. Natural Therapy Wisdom	ในโซนที่ 3 อธิบายถึงการบำบัดรักษาตัวเองอย่างง่ายๆ เป็นลักษณะท่าทางต่างๆ โดยใช้พืชสมุนไพรร่วมกับการบำบัด รวมไปถึงเทคนิคของสปา , การจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะกับพฤติกรรมการดำรงชีวิตของแต่ละคน	30-35 ตร.ม.	- จากสวนสมุนไพรภายนอก เข้าสู่ในส่วนที่ 3 ก่อนที่จะกลับไปยังส่วนทางเข้านิทรรศการ	-เป็น Electronic Board , Board จัดแสดง เพื่ออธิบายถึงท่าทาง – วิธีการบำบัด -โมเดลแสดงให้เห็นถึงประเภท สมุนไพรที่ใช้ร่วมในการบำบัด – วิธีการทำอย่างง่ายๆ -การใช้ Computer Stand เพื่อจัดโปรแกรมการออกกำลังการให้เหมาะสม		ส่วนใหญ่เป็นแสงจากธรรมชาติ - และใช้แสงประดิษฐ์ในบางส่วน	สีกลางๆ เน้นข้อมูลที่จัดแสดงเป็นหลัก		วัสดุต่อเนื่องจากนิทรรศการส่วนที่ 2	นำแนวความคิดในเรื่องการจัดแสดงภายวาดภายในวัดโพธิ์ ดังนั้นจึงใช้ภาพมาตกแต่งตามผนัง โดยให้ผนังเรียบ เพื่อเป็น Background ให้แก่งานที่จัดแสดง	-
ส่วนบริการ (การบำบัด)	เป็นส่วนให้บริการ แก่ผู้ที่รับการบำบัดของทางโครงการ เป็นอีกจุดหนึ่งที่มีการรวมของเส้นทางสัญจรภายในโครงการ											
	ส่วนติดต่อ /นัดการบำบัด	-เป็นส่วนที่มีการติดต่อ – นัดหมาย – เช็คตารางนัดการบำบัด -เป็นส่วนการชำระเงินเพื่อทำการบำบัด -เป็นจุดดูแลความปลอดภัย - สมัครสมาชิกของโครงการ	10 – 15 ตร.ม.	-แยกพื้นที่จากส่วนบริการทั่วไป -เป็นส่วนแรกที่เข้าสู่ส่วนบริการการบำบัด	เคาเตอร์สูงประมาณ 1.20 เมตร ,ตู้เก็บของสำหรับเอกสาร , ประวัติผู้รับบริการ ชุดรับแขก 4 ที่นั่ง จำนวน 4 ชุด	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	ต้องการไฟให้บรรยากาศในช่วงพลบค่ำ และส่องสว่างในส่วนทำงาน	สีเน้นเป็นสีเอิร์ธโทน – เพื่อให้ดูอบอุ่น ,เป็นกันเอง ,สบายตา	เงียบ - เสียงธรรมชาติรอบข้าง หรือในบางครั้งมีการเปิดเพลงเบาๆ	ทนทาน - มีความทันสมัย	ให้บรรยากาศต่อเนื่องกับส่วนนั่งพักคอย ส่วนการนวดบำบัด	-
	ส่วนนั่งพักคอย	- เป็นส่วนนั่งพักคอยแก่ผู้ที่มารับการบำบัดของโครงการ	20 ตร.ม.	-เข้าถึงส่วนล็อคเกอร์ได้ง่าย และไม่ขวางเส้นทางสัญจรหลัก -สามารถมองเห็นได้โดยรอบ และมีความใกล้ชิดธรรมชาติมาก			แสงสว่างจากภายนอกเป็นหลัก	สีโทนอบอุ่น สบายตา	เงียบ – มีเสียงเพลงเบาๆ	เฟอร์นิเจอร์ดูสบายเป็นกันเอง	ให้บรรยากาศที่ต่อเนื่องจากส่วนภายนอก - ภายในของอาคาร	-
	ส่วนรับกุญแจห้องล็อคเกอร์ - ฝากของ	-เป็นพื้นที่อยู่หน้าส่วนห้องล็อคเกอร์ ชาย – หญิง -จุดติดต่อรับกุญแจ ส่งผ้าที่ใช้แล้ว – ฝากของที่มีค่า -เป็นจุดที่มีการดูแลความปลอดภัย	15 ตร.ม	-เข้าถึงส่วนห้องล็อคเกอร์ชาย – หญิงได้ง่าย -ใกล้กับส่วนนั่งพักคอย -มีส่วนห้องเก็บผ้าสำรองอยู่ทางด้านหลัง	เคาเตอร์ติดต่อ ชั้นวางผ้า – อุปกรณ์	อากาศที่มีอุณหภูมิค่อยๆ ปรับ	แสงประดิษฐ์ส่วนใหญ่	สีเอิร์ธโทน		ดูทันสมัย ,สบายตา ,สะอาด และเน้นที่วัสดุธรรมชาติ	ต้องการให้มีเครื่องหมาย หรือสัญลักษณ์เพื่อแบ่งแยกความรู้ว่าเป็นส่วนล็อคเกอร์ชาย – ล็อคเกอร์หญิงก่อนเข้าไปสู่ห้องต่างๆ	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	ห้องล็อกเกอร์ ชาย - หญิง	-เป็นห้องเก็บสัมภาระ ,ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า, ห้องอาบน้ำ,ห้องน้ำ -มีบริการส่วนห้องอาบ - อบไอน้ำสมุนไพร	130 –150 ตร.ม.	- ใกล้กับส่วนการบำบัด และ ส่วนเคาเตอร์ต้อนรับ	ตู้ล็อคเกอร์,ห้องเปลี่ยนชุด,ห้องน้ำ, ห้องอาบน้ำ	กันอากาศภายนอกแทรก 24 องศาเซลเซียส	ไฟในส่วนทางเดินภายใน และ ในส่วนพื้นที่ใช้งาน	สีแบ่งแยกกันระหว่าง ชาย – หญิง เป็นในโทนเย็น เช่นสีฟ้า - สีเขียว		ดูทันสมัย , สะอาด ตา เน้นวัสดุธรรมชาติ	ต้องการให้ส่วนห้องล็อคเกอร์ ใกล้ชิดกับธรรมชาติมาก และให้รู้สึกถึงการพักผ่อน หรือ ผ่อนคลาย	-
	ห้องอาบ - อบไอน้ำสมุนไพร	-เป็นห้องใช้ในการอบ - อาบน้ำด้วยสมุนไพร	40 – 50 ตร.ม.	- ใกล้กับส่วนห้องล็อคเกอร์ หรืออยู่ภายในห้องล็อคเกอร์	อุปกรณ์อาบ – อบไอน้ำ ,		ไฟในส่วนพื้นที่ใช้งาน ใช้เป็นอินแคนเดสเซนต์	สีเอิร์ธโทน	เงียบ - เสียงเพลงเบาๆ	สะอาด ,เป็นวัสดุกันน้ำ กันความชื้นพอสมควร	เป็นพื้นที่การบำบัดพิเศษ การตกแต่งค่อนข้างพิถีพิถัน เน้นให้แสดงออกถึงธรรมชาติ	-
ส่วนห้องนวดบำบัด	เป็นส่วนการนวดบำบัดของโครงการ โดยแบ่งประเภทการบำบัด 2 ส่วนใหญ่ๆ ด้วยกัน 1. การนวดแผนไทย 2. การนวดน้ำมัน											
	ห้องนวดแผนไทย	- เป็นส่วนที่ให้บริการในส่วนการนวด – ประคบสมุนไพร หรือ บำบัดแบบการแพทย์แผนไทย - รองรับแฉพาะสมาชิก ของ โครงการ หรือผู้ที่มาติดต่อนัดไว้ก่อนล่วงหน้า	3.5 ตร.ม./ห้อง	- ใกล้กับส่วนห้องแต่งตัว – ล็อคเกอร์	เบาะใช้ในการนวดบำบัด นุ่มอ่นกับพื้น	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	แสงไฟ ใช้เพื่อสร้างบรรยากาศให้ดูอบอุ่น – พักผ่อน - สบาย	สี เป็นสีเอิร์ธโทน	เงียบ – เสียงจากธรรมชาติ หรือในบางครั้งเปิดเพลงคลอเบาๆ เป็นเพลงบรรเลงเพื่อทำให้รู้สึกพักผ่อน	สะอาด – ไม่แข็งหรือเหลี่ยมจนเกินไป เพราะต้องการให้รู้สึกผ่อนคลาย , ภาวะน่าสบาย	เป็นพื้นที่ต้องการให้รู้สึกถึงการพักผ่อนอย่างแท้จริง โดยให้ใกล้ชิด กับธรรมชาติให้มากที่สุด	-
	ห้องนวดน้ำมัน	- เป็นห้องที่ใช้พื้นที่ในการเดินรอบเตียงนวด -เป็นห้องมีการนวดประเภท นวดน้ำมัน – นวดอายุรเวท	4.50-5.00 ตร.ม/ ห้อง	- ใกล้กับส่วนห้องแต่งตัว - ส่วนล็อคเกอร์	เบาะสูง 0.75 ซม.	อุณหภูมิ 24 องศาเซลเซียส			เงียบ ในบางครั้งมีการเปิดเพลงบรรเลงคลอเบาๆ	สะอาด , สบายตา ดูสมัยใหม่ แต่เน้นวัสดุธรรมชาติ	ต้องการให้รู้สึกถึงการใกล้ชิดกับธรรมชาติ	-
	ส่วนนั่งพักผ่อน	- เป็นส่วนนั่งพักผ่อนก่อน – หลังจากการบำบัด	15-20 ตร.ม.	- ใกล้กับส่วนนวดบำบัดและส่วน	ชุดจับแยก จำนวน 5 – 10 ที่นั่ง	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก				สบาย ,น่าพักผ่อน		-
ส่วนโยคะ	เป็นส่วนที่ใช้ในการฝึกโยคะ และ ฝึกลมหายใจ ,รำกระบอง											
	ส่วนฝึกโยคะ	- เป็นพื้นที่ต้องใช้พื้นที่ต่อเนื่องถึงภายนอก -เป็นพื้นที่โล่ง กว้าง ,โปร่ง	90 – 100 ตร.ม. รองรับจำนวน 25-30 คน	- เป็นส่วนใกล้กับการนวดบำบัด – ส่วนเปลี่ยนชุด - อยู่ในส่วนที่เงียบสงบ	พื้นที่โล่ง – กระจกโดยรอบ	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	ส่วนใหญ่เป็นแสงจากธรรมชาติ ในช่วงเช้า ช่วงเย็นเน้นแสงจากแสงประดิษฐ์ในบางจุด	สีกลางๆ เพื่อเน้นธรรมชาติโดยรอบ	เงียบ , มีเสียงจากธรรมชาติ	ทนทาน ,พื้นเรียบเกลี้ยง	ต้องการให้รู้สึกใกล้ชิดกับธรรมชาติมาก เหมือนอยู่ในฝึกท่ามกลางสวน	-
	ส่วนนั่งพัก- ทานน้ำ	-เป็นจุดที่มีพื้นที่ให้บริการน้ำดื่ม ที่นั่งพักผ่อนหลังจากการฝึกโยคะ	25-30 ตร.ม.	- เป็นส่วนหนึ่งของส่วนฝึกโยคะ	โต๊ะ – เก้าอี้ เป็นชุดประมาณ 12-15 โต๊ะ		แสงจากภายนอกเป็นส่วนใหญ่	สีกลางๆ	เงียบ ,มีเสียงจากธรรมชาติ	เน้นความสบายและ โปร่ง	ต้องการให้รู้สึกสบายไม่อึดอัด	-
ส่วนร้านจำหน่าย	เป็นส่วนที่มีการจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพของโครงการ และ ผลิตภัณฑ์จากโครงการของชุมชนที่ร่วมสนับสนุน เป็นจุดที่ดึงดูดความสนใน (Magnet) จากผู้คนภายนอก เข้าสู่โครงการ											

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ	เคาเตอร์ประชาสัมพันธ์ - ฝากสัมภาระ	- เป็นจุดให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลิตภัณฑ์ของภายในร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ - เป็นจุดรับฝาก สัมภาระ	25 ตร.ม.	-อยู่ในส่วนด้านหน้า (ประตูทางเข้า – ออก) ร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ	เคาเตอร์ ,ชั้นเก็บของจำนวน 40 – 50 ช่อง ,ตู้เก็บของ	อุณหภูมิค่อยๆ ปรับสู่ 24 องศาเซลเซียส	แสงจากภายนอกเป็นบางส่วน , มีแสงอินแคนเดสเซนต์ให้ในบางจุด	สีขาว – สีกลางๆ	เงียบ และมีเสียงเพลงคลอเบาๆ	ทันสมัย ,ลักษณะคล้ายกับห้องครัว ทนทาน โปร่งสบายตา	ต้องการให้มีบรรยากาศเชื้อเชิญเป็นกันเอง ,สะอาด และมีความรู้สึกคุ้นเคย การตกแต่งคล้ายกับส่วนครัว	อาจมีการขยายเคาเตอร์ในอนาคต
	ส่วนจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ	- เป็นจุดรองรับผู้รับบริการที่สนใจเรื่องของผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ - ต่อเนื่องจากเคาเตอร์ประชาสัมพันธ์ – ฝากสัมภาระของร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ	150 – 180 ตร.ม.	- เข้าถึงโครงการส่วนต่างๆ ได้ง่าย มีพื้นที่ฝากของ พักคอย ,ต่อเนื่องกับส่วนร้านอาหารของโครงการ	ชั้นวางของ ,ชั้นจัดแสดงสินค้าในบางประเภท , ป้ายโฆษณา	อุณหภูมิ 24 องศาเซลเซียส	แสงจากหลอดอินแคนเดสเซนต์เพื่อให้บรรยากาศกับส่วนที่มีการจัดวางผลิตภัณฑ์	สีขาว และ สีไม้		ทันสมัย , เน้นลักษณะบางอย่างเป็นชนบท โดยการเลือกใช้วัสดุที่หาง่ายในท้องถิ่น	บรรยากาศเป็นกันเอง ,ทันสมัย, สมัยใหม่ สะอาดตา ,โปร่ง	-
	ห้องสำรองสินค้า	- เป็นจุดที่มีการส่ง สินค้า เก็บสำรองสินค้าที่ใช้ในการจำหน่ายภายในร้าน	30 – 45 ตร.ม.	-เชื่อมต่อกับส่วน เส้นทางเซอร์วิส ของโครงการ (Back of the house) - เข้าถึงได้สะดวก - ต่อเนื่องกับส่วนร้านผลิตภัณฑ์ภายในได้	ชั้นวางของ ,ชั้นเก็บของ	อุณหภูมิ 24 องศาเซลเซียส	แสงไฟฟลูออเรสเซนต์	สีกลางๆ ไม่มีการตกแต่งในส่วนนี้มากนัก	เงียบ	ใช้งานง่าย ทนทาน ,แข็งแรง ,สามารถเคลื่อนย้ายได้	โปร่ง ,สบายตา , สะอาด	มีแนวโน้มขยายตัวในอนาคต
	ส่วนนั่งพัก - นั่งทานอาหารว่าง	อยู่ภายในส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ รองรับผู้เข้าใช้โครงการในส่วนร้านสุขภาพ เป็นจุดที่มองเห็นวิว ทิศทัศน์ได้ดี	30 –45 ตร.ม.	- อยู่ในส่วนสามารถถึงได้โดยตรง ไม่ต้องผ่านส่วนจำหน่ายผลิตภัณฑ์	โต๊ะ - เก้าอี้		แสงไฟอินแคนเดสเซนต์ ในบางพื้นที่	สีกลางๆ	เงียบ – มีเพลงบรรเลงเบาๆ	ทำความสะอาดง่าย.เคลื่อนย้ายได้ง่าย	บรรยากาศสบายๆ	
	เคาเตอร์ส่วนจำหน่ายอาหารว่าง	จุดรับออเดอร์ – รับ – ส่งอาหารว่าง จุดชำระเงินในส่วนอาหารว่าง	20 –25 ตร.ม	- อยู่ใกล้กับส่วนที่นั่งรับประทานอาหารว่าง	เคาเตอร์ - ชั้นวางของ		แสงเน้นบางจุด	สีกลาง		ทำความสะอาดง่าย .ทนทาน .ทันสมัย มีความสวยงาม	บรรยากาศต่อเนื่องกับส่วนอื่นๆ ภายใน	-
ห้องสัมมนา / ห้องบรรยาย	เป็นห้องที่มีการจัดการอบรม บรรยาย ในเรื่องสมุนไพร – การบำบัดรักษา โดยสามารถรองรับกิจกรรมต่างๆ ให้แก่โครงการที่ร่วมสนับสนุนโครงการ											
	ส่วนการบรรยาย	- จุดที่มีการบรรยาย และการสาธิต - เป็นห้องเล็กๆที่ต่อเนื่องกับธรรมชาติโดยรอบ	50 – 60 ตร.ม.	-อยู่ใกล้กับส่วนทางเข้าหลักของโครงการ – อยู่ใกล้กับส่วนนั่งพักคอย - ต้องการพื้นที่เฉพาะเพื่อความเป็นส่วนตัว	เก้าอี้ ,กระดาน , โปรเจคเตอร์	อุณหภูมิ 24 องศา	เน้นแสงธรรมชาติเป็นหลัก เพื่อทำบรรยากาศให้มีชีวิตชีวา	สีกลางๆ เน้นโทนสะอาด สบายตา	เงียบ	เก้าอี้ควรมีการเคลื่อนย้ายได้ ง่าย , น้ำหนักเบา ,แข็งแรง คงทน	หรูหรา ,ทันสมัย ดูมีชีวิตชีวา	มีโอกาสปรับเปลี่ยนองค์ประกอบไป
	ส่วนนั่งพักคอย	-จุดที่มีการลงทะเบียน -นั่งพักคอย รอการสัมมนา -สามารถมองเห็นวิวทิวทัศน์ สัมผัสกับธรรมชาติของโครงการได้ดี - ผู้รับบริการสามารถนั่งพักคอยได้	20 – 30 ตร.ม.	-อยู่ในส่วนต่อเนื่องระหว่างส่วนประชาสัมพันธ์ และ ส่วนทางเดินหลักของโครงการ	ชุดรับแขก 2 – 3 ชุด ชุดละ 4 ที่นั่ง	อุณหภูมิเท่ากับอุณหภูมิภายนอก	เน้นแสงธรรมชาติเป็นหลัก ,มีแสงสว่างตามทางเดินของโครงการ	สีกลางๆ	เงียบ - เสียงธรรมชาติโดยรอบ	ดูหรูหรา ,ต้อนรับ , ทันสมัย ด้วยFormอย่างง่ายๆ	เชื้อเชิญ , ต้อนรับ	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 4 พฤติกรรม และ ผู้ใช้อาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.1 ประเภทผู้ใช้อาคาร

ผู้เข้าใช้โครงการ คือ กลุ่มบุคคลที่มีพฤติกรรมเกี่ยวเนื่องกับโครงการก่อให้เกิดความต้องการพื้นที่ภายในโครงการเพื่อที่จะตอบสนองพฤติกรรมนั้นๆ โดยสามารถแบ่งได้เป็น

1. ผู้ให้บริการ
2. ผู้ใช้บริการ

4.2 ผู้ให้บริการ

ผู้ให้บริการ

ผู้ให้บริการ หมายถึง เจ้าหน้าที่ซึ่งทำงานภายใต้องค์กรที่รับผิดชอบ และ บริหารงานในโครงการเพื่อบริหารให้บรรลุตามเป้าหมาย และเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้รับบริการ แบ่งเป็น
เจ้าหน้าที่ประจำภายในโครงการ

<u>ส่วนสำนักงาน</u>

- เจ้าหน้าที่ฝ่ายบริหารงานโครงการในส่วนสำนักงาน
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายการเงินและการบัญชี
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายอาคารสถานที่ และ รักษาความปลอดภัย

<u>ส่วนบริการด้านสุขภาพ</u>

- เจ้าหน้าที่ฝ่ายการแพทย์
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายสมาชิก
- เจ้าหน้าที่การบำบัด
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายห้องสมุด
- เจ้าหน้าที่ฝ่ายสมุนไพร

<u>ส่วนการบริการทั่วไป</u>

- เจ้าหน้าที่ฝ่ายร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ
- เจ้าหน้าที่ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2.1 ลักษณะการดำเนินงาน

โครงการศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร เป็นโครงการที่เสนอขึ้นมาเพื่อตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้ใช้ที่มีรายได้ปานกลาง เป็นส่วนมาก เพื่อส่งเสริม และ ร่วมรณรงค์ เพื่อปลูกฝังให้คนกรุงเทพ ฯ หันมาให้ความสนใจ และ ให้ความสำคัญกับสมุนไพร และ ช่วยกระจายรายได้ให้แก่ผู้ผลิตในชนบท โดยมิได้หวังผลกำไรสูงสุด แต่หากเพื่อดำรงอยู่ด้วยรายได้ที่พอเพียง โดยใช้พื้นที่ภายในสวนสาธารณะสวนลุมพินี ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อให้บริการแก่ประชาชนทั่วไป และยังเป็นเจ้าของสถานที่ ตามแนวทางที่จะเสนอ

หน่วยบริหารภายในโครงการ

การดำเนินงาน -รัฐบาล
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง -กระทรวงสาธารณสุข
หน่วยงานที่ร่วมดำเนินการ - กรุงเทพมหานคร (กองสวนสาธารณะ สำนักสวัสดิการสังคม)
ที่ปรึกษา และ คณะกรรมการ -ตัวแทนกองสวนสาธารณะ สำนักงานปฏิรูประบบ
-สุขภาพแห่งชาติ
-กองการแพทย์แผนไทย
-มูลนิธิหมอชาวบ้าน
-การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
-โครงการหลวงดอยคำ
-มูลนิธิสุขภาพไทย
-สำนักงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

<u>การดำเนินงานในหน่วยงานต่างๆ</u>

- **ด้านเวชกรรม**

-กระทรวงสาธารณสุข และ อายุรเวทวิทยาลัย (ตรวจสอบ และ ปรับปรุงการแพทย์แผนไทย)
-อายุรเวทวิทยาลัย (สังคายนาความรู้การแพทย์แผนไทย)
-ศูนย์ข้อมูลสมุนไพร มหาวิทยลัยมหิดล
-สถาบันการแพทย์แผนไทย
-สถาบันพระบรมราชชนก สำนักปลัดกระทรวงสาธารณสุข
(สนับสนุนในด้านการผลิตบุคลากรเฉพาะทางด้านการแพทย์แผนไทย)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- **ด้านเภสัชกรรมแผนไทย**

-สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข (พัฒนารูปแบบของการนำยาสมุนไพร ยาแผนโบราณ และ ทรัพยากรที่เกี่ยวข้องให้เกิดประโยชน์)

-โครงการสมุนไพรเพื่อการพึ่งตนเอง (แหล่งข้อมูลในการหาข้อมูลเกี่ยวกับสมุนไพร)

- ด้านการประชาสัมพันธ์

-การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย และ การท่องเที่ยวกรุงเทพมหานคร

-เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาล ทั้งรัฐบาล และ เอกชน , เจ้าหน้าที่จากสถานีอนามัย

-มูลนิธิหมอชาวบ้าน

-ร้านขายยาทั่วไป

การแบ่งหน้าที่และ อัตรากำลังของเจ้าหน้าที่

โครงการศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร แบ่งสายการบริหารงานดังนี้

4.2.2 พฤติกรรมในส่วนการบริการด้านต่างๆ

4.2.3อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมของผู้ให้บริการ

ผู้อำนวยการโครงการ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ บริหาร และ ควบคุมงานตามแผนงานของโครงการ โดยเป็นผู้มอบหมายหน้าที่ และ ตรวจสอบผลการทำงานทั้งหมด

อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร,คอมพิวเตอร์, เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

รองผู้อำนวยการโครงการ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ติดต่อประสานงานกับทุกฝ่าย ปฏิบัติงานแทนผู้อำนวยการในบางโอกาส

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เลขานุการโครงการ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ช่วยการทำงานของผู้อำนวยการ จัดการงานด้านจดหมาย ประสานงานกับฝ่ายต่างๆ ,จัดตารางนัดหมาย , จัดการประชุม , ทำรายงานการประชุม

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

ส่วนสำนักงาน

ฝ่ายบริหาร

หัวหน้าฝ่ายบริหาร **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ควบคุมดูแลการทำงานในส่วนฝ่ายบริหารทั้งหมด , รับผิดชอบการเงิน,การบัญชี โดยควบคุมตรวจสอบการทำงานของเจ้าหน้าที่ และทำรายงานการสรุปผลการทำงานไปยังผู้อำนวยการโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เจ้าหน้าสารบรรณ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ดำเนินงานเกี่ยวกับงานสารบรรณ , รวบรวมเก็บเอกสาร , รับ – ส่ง เอกสาร ติดต่อประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เจ้าหน้าที่บุคคล **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ จัดระบบแผนกของพนักงานทั้งหมดในโครงการ , ดูแลในเรื่องเงินเดือน ,ค่าจ้าง ,การเปลี่ยนแปลงของอัตราเงินเดือน , ดูแล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความเรียบร้อยทั่วไปของพนักงาน ,ฝึกอบรมพนักงาน และให้คำแนะนำ – เป็นที่ปรึกษา แก่พนักงาน

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

พนักงานพัสดุ และ ยานพาหนะ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ดำเนินงานเกี่ยวกับการจัดซื้อ – จัดจ้าง, รับ – จ่าย เก็บรักษาพัสดุ ,ควบคุมการบริหารจัดการส่ง และ สนับสนุนสื่อต่างๆ ในโครงการ , ดูแลเรื่องการขอยานพาหนะ , การดูแลรักษารถ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

ฝ่ายการเงินและการบัญชี

หัวหน้าฝ่ายการเงินและการบัญชี **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ดูแล และดำเนินงานต่างๆในด้านงบประมาณ และ ทะเบียนคุมการใช้จ่ายทั่วไป และ ตรวจสอบเอกสารทางการเงิน

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

พนักงานฝ่ายการเงิน และ การบัญชี **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ เก็บเงิน และ ดูแลบัญชีทั้งหมดของโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

หัวหน้าฝ่ายประชาสัมพันธ์ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ดูแล และ รับผิดชอบประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ข่าวสาร และคอยประสานงานกับหน่วยงานต่างๆ ภายนอก เกี่ยวกับการนำผลิตภัณฑ์มาจัดจำหน่ายภายในโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เจ้าหน้าที่ต้อนรับ **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 08.00 – 21.00 น.

หน้าที่ บริการด้วยคอยให้บริการรายละเอียด และ ข้อมูลต่างๆแก่ผู้ใช้บริการเสื้อผ้า – ผ้าเช็ดตัว แก่ผู้เข้ารับการบำบัดบริเวณเคาท์เตอร์ต้อนรับ

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เจ้าหน้าที่ฝ่ายประชาสัมพันธ์ **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 08.00 – 21.00 น.

หน้าที่ คอยให้คำแนะนำ เกี่ยวกับกิจกรรมในโครงการ และประชาสัมพันธ์ข่าวสารต่างๆ จากภายนอก ติดต่อประสานงานกับเจ้าหน้าที่ในแต่ละส่วน, ให้บริการสมัครเป็นสมาชิก

ความต้องการ เคาท์เตอร์ต้อนรับ และ ส่วนห้องเก็บผ้าสำรอง

เจ้าหน้าที่ฝ่ายวิเทศสัมพันธ์ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ รับผิดชอบ จัดทำเอกสารเผยแพร่กิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในโครงการและกิจกรรมที่เกี่ยวเนื่องกับโครงการที่เกี่ยวข้อง

อุปกรณ์ โต๊ะ-เก้าอี้ทำงาน,ตู้เอกสาร ,คอมพิวเตอร์ ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

เจ้าหน้าที่ฝ่ายศิลป์ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ออกแบบ และเขียนแบบในส่วนการจัดแสดงนิทรรศการ , จัดทำภาพกราฟฟิค และ ป้ายประชาสัมพันธ์ , แผ่นพับ ,โบชัวร์ ประกอบกับการประชาสัมพันธ์โครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะเขียนแบบ –เก้าอี้ , ตู้เก็บอุปกรณ์ ,คอมพิวเตอร์ ปริ้นเตอร์ และ สแกนเนอร์

<u>ฝ่ายอาคารสถานที่ และ รักษาความปลอดภัย</u>

หัวหน้าฝ่ายอาคารสถานที่ และ รักษาความปลอดภัย **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หน้าที่ ควบคุมการทำงานส่วนระบบสาธารณูปโภคทั้งหมดภายในโครงการ เช่น ส่วนประปา , ไฟฟ้า และซ่อมแซมพัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ภายในโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน , ตู้เก็บอุปกรณ์ ,คอมพิวเตอร์

พนักงานฝ่ายอาคารสถานที่ และ รักษาความปลอดภัย **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น

หน้าที่ ดูแลความเรียบร้อยของสถานที่โดยรอบของโครงการ – ดูแลบุคคลเข้ามาติดต่อที่สำนักงาน

ความต้องการ เคาเตอร์

เจ้าหน้าที่ซักรีด **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00- 17.00 น.

หน้าที่ ทำความสะอาดเสื้อผ้าที่ใช้ในส่วนการบำบัด , ส่วนร้านอาหาร รวมทั้งเครื่องแบบพนักงานของโครงการ

ความต้องการ ส่วนซัก – รีด

เจ้าหน้าที่แผนกไฟฟ้า และ อุปกรณ์เทคนิค **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ควบคุม ดูแลเทคนิคอุปกรณ์การจัดแสดง ระบบแสง – เสียงภายในโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน ,ตู้เก็บอุปกรณ์

ส่วนบริการด้านสุขภาพ

ฝ่ายการแพทย์

หัวหน้าฝ่ายด้านวิชาการ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 - 17.00 น.

หน้าที่ เก็บรวบรวม , ค้นคว้าประมวลผลการดำเนินงานของกิจกรรมการบำบัดต่างๆภายในโครงการ เป็นที่ปรึกษาในด้านธรรมชาติบำบัด , ให้บริการบำบัดด้วย

ความต้องการ ห้องบำบัดต่างๆ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวหน้าฝ่ายสมาชิก **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 07.00 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.
หน้าที่ ให้คำแนะนำกิจกรรมต่างๆในโครงการ รวบรวมประวัติ สถิติต่างๆของผู้รับบริการ ,ดูแลตารางนัดหมายพนักงานนวดบำบัด , คิดเงินกับผู้เข้าใช้บริการในส่วนการบำบัด
อุปกรณ์ เคาท์เตอร์ต้อนรับ และ จ่ายเงิน

หัวหน้าฝ่ายการบำบัดรักษา **1 อัตรา**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.
หน้าที่ ควบคุม ดูแล และ รับผิดชอบการบำบัดรักษาด้วยการแพทย์พื้นถิ่น เช่น การบำบัดรักษาด้วยการนวดแผนไทย และการให้บริการในด้านการบำบัดรักษาทั้งหมดของโครงการ
อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้

เจ้าหน้าที่นวดบำบัด **22 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 07.00 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.
หน้าที่ ให้บริการบำบัดด้วยการนวดแผนไทย – นวดน้ำมัน – นวดสวีดิช พร้อมกับการบริการประคบสมุนไพร
ความต้องการ ห้องพักเจ้าหน้าที่ และ ส่วนเตรียมอุปกรณ์ในการประคบสมุนไพร

เจ้าหน้าที่ดูแลส่วนโยคะ **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 07.00 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.
หน้าที่ ให้ความรู้ เรื่องการแพทย์ อายุรเวท ,สอนการฝึกโยคะ การนวดน้ำมันในการบำบัดรักษา
ความต้องการ ห้องพักเจ้าหน้าที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เจ้าหน้าที่ดูแลส่วน อบ/อาบไอน้ำสมุนไพร **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 07.00 - 21.00 น.

หน้าที่ ดูแลในเรื่องวิธีการเข้ารับการบริการ อบ / อาบ ไอน้ำสมุนไพร รวมไปถึงการดูแล และ จำหน่ายเครื่องดื่มสมุนไพร (ในส่วนการบำบัด)

ความต้องการ พื้นที่ให้บริการในส่วนเครื่องดื่มสมุนไพร , พื้นที่พักคอยพนักงาน

ฝ่ายห้องสมุด

เจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ทำสถิติคนเข้าใช้ห้องสมุด , ทำบัญชีควบคุมสิ่งพิมพ์จำนวนหนังสือเข้าห้องสมุด , งานซ่อมหนังสือ , บริการถามตอบและช่วยการค้นคว้าหนังสือ , ให้บริการ ถาม – ตอบ เรื่อง สุขภาพ - สมุนไพร

อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน ,ตู้เก็บเอกสาร ,เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

ผู้ช่วยเจ้าหน้าที่บรรณารักษ์ **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ช่วยจัดเก็บหนังสือเข้าชั้นวาง,ช่วยดูแลความเรียบร้อยโดยรวม , บริการถ่ายเอกสาร

ความต้องการ ห้องสมุด และ เคาท์เตอร์ยืม - คืนหนังสือ

ฝ่ายสวนสมุนไพร

หัวหน้าฝ่ายดูแลสวนสมุนไพร **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ ให้ความรู้ในเรื่องสมุนไพร , จัดอบรม และ สาธิตการดูแล – ปลูกสมุนไพร คอยดูแลสวนสมุนไพร และให้บริการ ถาม – ตอบ

ความต้องการ Greenhouse

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ฝ่ายบริการทั่วไป

ฝ่ายร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ

หัวหน้าฝ่ายร้าน Greenshop **1 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 09.00 – 17.00 น.

หน้าที่ บริหารงานในส่วนร้านขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ ดูแลส่วนการนำสินค้ามาจัดจำหน่ายภายใน , ควบคุมการทำงานพนักงาน , ประสานงานและดำเนินการตามนโยบายของโครงการ

อุปกรณ์ โต๊ะ – เก้าอี้ทำงาน ,ตู้เก็บเอกสาร , เก้าอี้ผู้มาติดต่อ

พนักงานฝ่ายขาย **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 06.30 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.

เวลาเปิด – ปิดร้าน 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ คิดเงินตามราคาสินค้า และให้บริการแก่ลูกค้า ,จัดเตรียมสินค้าภายในร้าน ,ตรวจเช็คสินค้า จัดทำรายการสินค้า , สั่งซื้อสินค้า , ทำรายการยอดการขายประจำวันและทำความสะอาดร้าน

อุปกรณ์ เคาท์เตอร์ แคชเชียร์ ,ห้องเก็บสินค้า

พนักงานทำความสะอาด **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 06.30 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.

เวลาเปิด – ปิด ร้าน 07.00 – 21.00 น.

หน้าที่ ดูแลความสะอาดพื้นที่ส่วนต่างๆ ภายในโครงการ , ปัดกวาดเช็ดถูภายในส่วนร้านค้า ช่วยจัดเรียงสินค้าเข้าชั้น

อุปกรณ์ ห้องเก็บของ และ อุปกรณ์ทำความสะอาด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ฝ่ายร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

พนักงานฝ่ายขาย **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 06.30 – 14.30 น.
14.30 – 21.00 น.
เวลาเปิด – ปิดร้าน 07.00 – 21.00 น.
หน้าที่ จัดจำหน่าย และ ให้บริการอาหาร ,เครื่องดื่ม คิดเงิน และ ทำรายการบัญชีแก่ พนักงานบัญชีในแต่ละวัน
ความต้องการ ร้านอาหาร , ครัว , เคาท์เตอร์

เจ้าหน้าที่ส่วนครัว **2 ตำแหน่ง**

ช่วงเวลาทำงาน 05.30 น. และ 20.30 น. ทำความสะอาดครัว และเตรียมครัวพร้อมบริการ
06.30 – 14.30 น.
14.00 – 21.00 น.
เวลาเปิด – ปิดร้าน 07.00 –21.00 น.
หน้าที่ จัดเตรียมอุปกรณ์ และ อาหารสดก่อนเปิดร้าน ให้บริการปรุงอาหารและ เครื่องดื่มตามคำสั่ง เพื่อจำหน่ายภายในส่วนร้านอาหาร และ ทำความสะอาดภาชนะ รวมทั้งทำความสะอาดครัวหลังจากปิดครัว
ความต้องการ ห้องครัว , ห้องเก็บอาหาร

รวมจำนวนพนักงานภายในโครงการทั้งสิ้น **62 ตำแหน่ง**

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

กรณีศึกษาเรื่ององค์กรการบริหาร

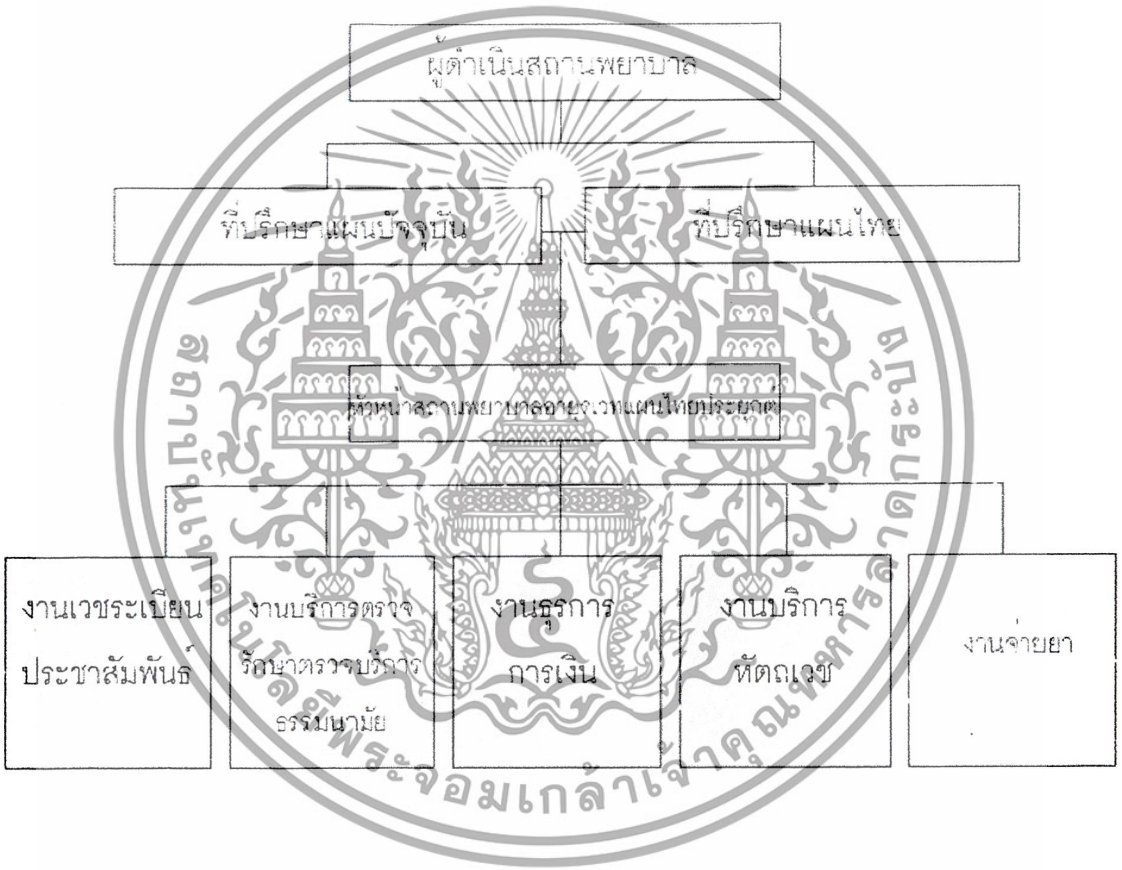
การจัดตั้งหน่วยงานการบริหารของ โครงการ "ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร " นั้น ซึ่งมีลักษณะการดำเนินงานขึ้นตรงกับกรุงเทพมหานคร สำนักงานสวัสดิการสังคม กองสวนสาธารณะ โดยมีที่ปรึกษาและคณะกรรมการดังนั้นจึงทำการศึกษาองค์กรการทำงานจากโครงการเปรียบเทียบ ในเรื่องของการจัดสรรบุคคลากร ,การแบ่งหน้าที่การทำงาน ในแต่ละฝ่าย ,จำนวนบุคคลากร เพื่อเป็นพื้นฐานในการจัดตั้งโครงการ ให้เป็นไปตามความต้องการและจุดประสงค์ของโครงการที่ตั้งไว้

ชื่อโครงการเปรียบเทียบ	ข้อพิจารณาในการทำการศึกษาโครงการ
อายุรเวทวิทยาลัย	- ลักษณะการดำเนินงานโดยมูลนิธิ ซึ่งเป็นหน่วยงานที่ไม่มุ่งเน้นกำไรสูงสุด (ดำเนินการโดยมูลนิธิ) - เป็นหน่วยงานที่เป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างในวงการการแพทย์แผนไทย - วัตถุประสงค์ของโครงการมีลักษณะใกล้เคียงกับทางศูนย์ - มีการบริหารงานโดยแบ่งเป็น 2 ส่วนใหญ่ด้วยกัน แต่คำนึงถึงในส่วนการบริการแผนกหัตถกรรม - เป็นองค์กรที่มีขนาดเหมาะสม
ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี	- ลักษณะการดำเนินงานโดยเอกชน และเป็น - มีลักษณะองค์ประกอบโครงการใกล้เคียงกับศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร - หน่วยงานเป็นที่ยอมรับกันในวงการเพื่อความต้องการให้บุคคลที่ดูแลเรื่องสุขภาพหันมาบำบัดรักษาด้วยวิธีธรรมชาติ
องค์กรการบริหารการแพทย์แผนไทย	- เป็นองค์กรรัฐบาล ที่ขึ้นตรงกับกระทรวงสาธารณสุข - เป็นองค์กรที่มีการบริหารงานเป็นระบบ – แน่นอน - มีความชัดเจนในด้านหน้าที่ และตำแหน่งภายในองค์กร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ผังโครงสร้างบริหารงานฝ่ายบริการ (อายุรเวทวิทยาลัย)

ลักษณะการดำเนินงาน ลักษณะการดำเนินการโดยมูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์แผนไทย เดิมในพระสังฆราชสกลมหาสังฆปรินายก และพระราชูปถัมภ์ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาสยามบรมราชกุมารี ก่อตั้งขึ้น โดย ศ.นพ.อวย เกตุสิงห์



<u>หน้าที่</u>และการแบ่งตำแหน่งในส่วนต่าง ๆ

1.แผนกเวชกรรม ให้บริการเกี่ยวกับ

1.1 การตรวจร่างกายทั่วไป เพื่อหาสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคโดยใช้ความรู้ทางวิทยาศาสตร์

1.2 รักษาด้วยยาสมุนไพร แนะนำการใช้ยา การอบสมุนไพรให้คำแนะนำ เกี่ยวกับอาหาร การออกกำลังกาย

2.แผนกเภสัชกรรม ให้บริการเกี่ยวกับ

2.1การจ่ายยาเดี่ยว ยาตำรับ ยาต้ม ยาสมุนไพร

2.2ผลิตยาสมุนไพร โดยใช้หลักวิทยาศาสตร์ เพื่อใช้ในสถานพยาบาล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.แผนกหัตถเวชกรรม ให้บริการเกี่ยวกับ

3.1การตรวจรักษาโรค โดยการนวดกดจุด

3.2 แนะนำการบริการเฉพาะส่วน เพื่อฟื้นฟูสมรรถภาพของกล้ามเนื้อ

3.3 แนะนำเกี่ยวกับอาหารที่ควรงดเฉพาะโรคที่เป็น

สรุปการพิจารณาองค์กรการทำงาน

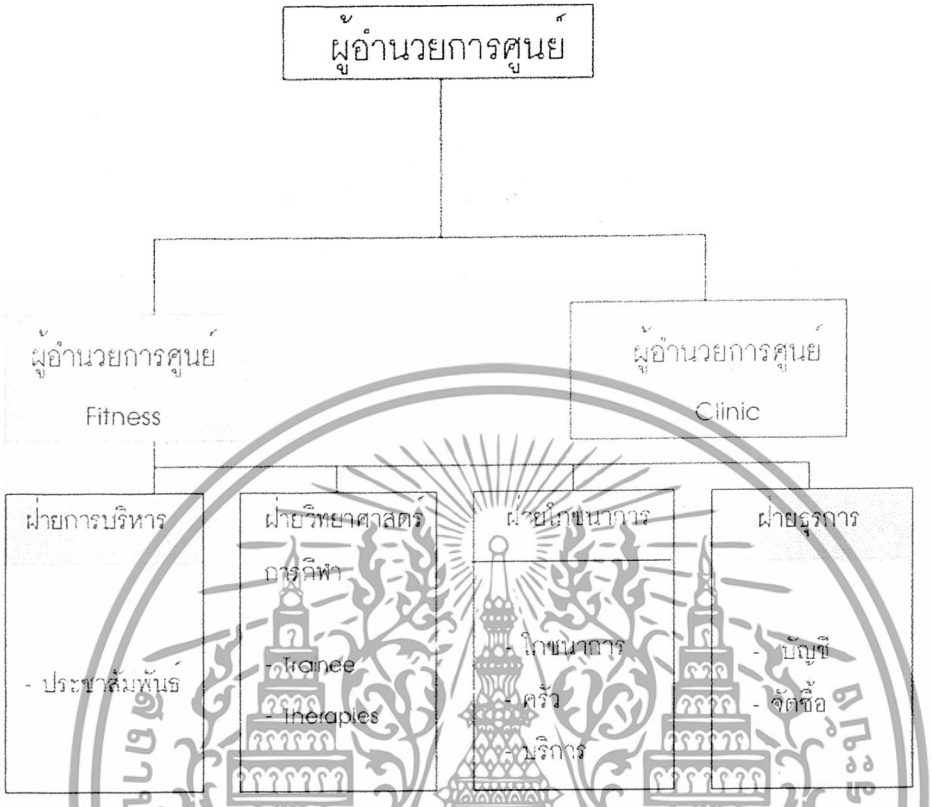
1. พิจารณาองค์กรในส่วนการทำงาน เฉพาะฝ่าย เวชระเบียน , ฝ่ายงานธุรการการเงิน ,ฝ่ายงานบริการ หัตถเวช
2. เนื่องจากลักษณะโครงการมีองค์ประกอบ ใกล้เคียงกับลักษณะการดำเนินการของโครงการสวนสุขภาพสวนสมุนไพร ดังนั้นจึงเหมาะสมในการนำมาพิจารณา
3. ลักษณะการดำเนินงาน เป็นลักษณะมูลนิธิ ดังนั้นจึงไม่หวังผลตอบแทนสูงสุด

ผังโครงสร้างบริหารงานฝ่ายบริการ (ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี)

อัตรากำลัง

ผู้อำนวยการศูนย์	3	คน
ฝ่ายบริหาร		
พนักงานบัญชี	1	คน
พนักงานจัดซื้อ	1	คน
ประชาสัมพันธ์	1	คน
ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา		
TRINNER	1	คน
THE RAPIES	2	คน
ฝ่ายโภชนาการ		
นักโภชนาการ	1	คน
แม่ครัว	2	คน
พนักงานบริการ	3	คน
ฝ่ายธุรการ		
แม่บ้าน	2	คน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



สรุปการพิจารณาองค์กรการทำงาน

1. การดำเนินงานเป็นของเอกชน ซึ่งมีการดำเนินงานอย่างมีระบบ จึงเลือกศึกษาในส่วนของ Fitness ซึ่งมีฝ่ายบริหาร ,ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา ,ฝ่ายธุรการ
2. ศึกษาถึงจำนวนเจ้าหน้าที่ในการดูแลในส่วนต่างๆ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ผังโครงสร้างบริหารงานฝ่ายบริการ (สถาบันการแพทย์แผนไทย)



สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

<u>แผนการทำงานฝ่ายบริหาร</u>

1. **ฝ่ายวิชาการแพทย์แผนไทย**
   - ทำการวิจัยและพัฒนาในเรื่ององค์ความรู้การแพทย์แผนไทย
2. **ฝ่ายนโยบาลและแผนงาน**
   - ดูแลและจัดทำรายรับ – รายจ่าย และงบประมาณประจำปี
3. **ฝ่ายพัฒนาบุคลากรการแพทย์แผนไทย**
   - เพื่อเป็นเครือข่ายในการประสานงานในเรื่องการทำงาน และงบประมาณ
   - สถาบันการแพทย์แผนไทยได้จัดตั้งเครือข่ายประสานงานการแพทย์แผนไทย การประชาสัมพันธ์ทางด้านวิชาการและข้อมูลข่าวสารทางด้านการแพทย์แผนไทย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- โดยใน ระยะแรกมีจังหวัดที่มีความพร้อมในการเป็นเครือข่ายทั้งสิ้น 11 จังหวัด ซึ่ง แบ่งเป็น 18 เครือข่าย กระจายอยู่ทั่วประเทศ
- มีความสามารถด้านการ ประสานงาน การแพทย์แผนไทยได้ครอบคลุมทุกจังหวัด
- จากการสร้างเครือข่ายดังกล่าว ทำให้งาน การแพทย์แผนไทย ในส่วนภูมิภาค สามารถดำเนินการ ไปได้ด้วยดี ด้วยการสนับสนุน งบประมาณจากสถาบัน การแพทย์แผนไทย ปีละมากกว่า 50 % ของงบประมาณ ที่ได้รับ โดยมีแผนดำเนินงาน โครงการมากกว่า 500 โครงการ

4. ฝ่ายบริหารการแพทย์แผนไทย

มีหน้าที่รับผิดชอบ เกี่ยวกับงานด้านธุรการ งานการเงิน และบัญชี งานพัสดุ และยานพาหนะ และติดต่อประสานงานทั่วไป ดังนี้

1. **งานธุรการ** มีหน้าที่ดำเนินงาน เกี่ยวกับงานสารบรรณ รวบรวมเก็บรักษาเอกสาร หนังสือราชการ การรับ และส่งเอกสาร งานธุรการทั่วไป งามพิมพ์ ตรวจสอบ และถ่ายเอกสาร งานการเจ้าหน้าที่ งานอาคารสถานที่ และงานรักษาความปลอดภัย ตรวจสอบความถูกต้อง และสรุปเรื่องที่จะเสนอเพื่อทราบ และพิจารณาสั่งการ ติดต่อประสานงานกับส่วนราชการในสังกัด และหน่วยงานอื่นๆ ตามที่ผู้บริหารสั่งการ ทำรายงานเรื่องการปฏิบัติทำงานของเจ้าหน้าที่

งานการเงินและบัญชี รับผิดชอบการเงิน และบัญชี โดยควบคุมตรวจสอบ การปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ปฏิบัติหน้าที่ เกี่ยวกับการรับจ่ายเงิน เก็บรักษาเงิน และสิ่งแทนตัวเงิน ตรวจสอบและเก็บรักษาใบสำคัญหลักฐาน และเอกสารทางการเงิน และบัญชีจัดทำ และดำเนินการต่างๆ ในด้านงบประมาณ ทำบัญชี และทะเบียนคุมการใช้จ่ายเงินทั่วไป และนอกงบประมาณ ควบคุมการทำบัญชีบางประเภท และรายงานแสดงหลักฐานทางการเงิน เป็นต้น ตรวจร่างหนังสือโต้ตอบ เกี่ยวกับงานการบัญชี การงบประมาณ ฝึกอบรม และให้คำปรึกษาแนะนำ ในการปฏิบัติงานแก่เจ้าหน้าที่ระดับรองมา ตอบปัญหา และชี้แจงเรื่องต่างๆ เกี่ยวกับงานในหน้าที่เบิกจ่ายเงินเดือน ค่าจ้าง บำเหน็จ บำนาญ การขอเปลี่ยนแปลงอัตราเงินเดือน และค่าจ้าง การเบิกจ่ายเงินสวัสดิการ และค่าตอบแทน จัดทำหนังสือการโอนอัตราเงินเดือน ดำเนินการเกี่ยวกับภาษีเงินได้ ของข้าราชการและลูกจ้าง จัดทำงบเงินเดือนในการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. เบิกจ่ายเงิน และเงินช่วยเหลือบุตรของข้าราชการ และลูกจ้างส่ง สตง. รับผิดชอบงานการเงิน การเบิกจ่ายทั้งเงินงบประมาณ และเงินนอกงบประมาณ ดำเนินการต่างๆ เกี่ยวกับงบประมาณ ควบคุมตรวจสอบการจัดทำบัญชี และทะเบียนคุมการใช้จ่ายเงินงบประมาณ และเงินนอกงบประมาณ ของสถาบันการแพทย์แผนไทย

3. **งานพัสดุ และยานพาหนะ** มีหน้าที่ดำเนินการเกี่ยวกับ การจัดซื้อจัดจ้าง รับ-จ่าย เก็บรักษาพัสดุ ตรวจสอบทำทะเบียนคุมบัญชีครุภัณฑ์ และทะเบียนเบิกจ่ายพัสดุครุภัณฑ์ ของสถาบันการแพทย์แผนไทย ควบคุมการบริหารจัดการส่ง และสนับสนุนสื่อต่างๆ ให้หน่วยงานต่างๆ ทั้งในส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค ดูแลเกี่ยวกับการขอยานพาหนะ การดูแลรักษาบำรุงรถ เพื่อให้พร้อมใช้งานสถาบันการแพทย์แผนไทย และทำการเบิกจ่ายค่าวัสดุเชื้อเพลิง ของยานพาหนะ จัดซ่อมแซมวัสดุครุภัณฑ์ ยานพาหนะ และสาธารณูปโภค และการรับ-จ่ายพัสดุให้กับฝ่ายต่างๆ ในหน่วยงาน

5. ฝ่ายสนับสนุนและส่งเสริมงานการแพทย์แผนไทย

5. ฝ่ายข้อมูล

หน้าที่ในฝ่ายข้อมูล

1. การจัดนิทรรศการ
2. การประชาสัมพันธ์
3. การออกร้านภายในงาน

สรุปการพิจารณาองค์กรการทำงาน

1.พิจารณาในส่วนการทำงานฝ่ายบริหารงานการแพทย์แผนไทย เนื่องจากการกำหนดหน้าที่ความรับผิดชอบที่ชัดเจนและเป็นระบบ

2.เนื่องจาก กองสถาบันการแพทย์แผนไทย เป็นหน่วยงานขนาดใหญ่ ดังนั้นในหน่วยงานอื่นๆ จึงเป็นเพียงหน่วยงานพิจารณาถึงการคาดการณ์ในอนาคต ซึ่งอยู่นอกเหนือความต้องการในเบื้องต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สายงานการบริหารภายในโครงการ

โครงการขึ้นตรงกับทาง กรุงเทพมหานคร สำนักงานสวัสดิการสังคม กองสวนสาธารณะ มีที่ปรึกษาและคณะกรรมการ 8 ท่าน

1. ตัวแทนกองสวนสาธารณะ
2. สำนักงานปฏิรูประบบสุขภาพแห่งชาติ
3. กองการแพทย์แผนไทย
4. มูลนิธิหมอชาวบ้าน
5. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย
6. โครงการหลวงดอยคำ
7. มูลนิธิสุขภาพไทย
8. สำนักงานสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ

แผนผังการดำเนินการโครงการ



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.3 ผู้รับบริการ

4.3.1 ตารางสรุป พฤติกรรมการใช้พื้นที่ของผู้ให้บริการและผู้รับบริการ

กิจกรรม	พฤติกรรม	อุปกรณ์ประกอบพฤติกรรมที่ต้องการ	ช่วงเวลาในการเข้าใช้พื้นที่
ส่วนต้อนรับและบริการ			
ติดต่อสอบถาม	❑ พนักงานต้อนรับนั่งประจำที่หน้าเคาน์เตอร์ พร้อมให้บริการแก่ผู้มาติดต่อ และประชาสัมพันธ์ให้แก่โครงการ ❑ ผู้มาติดต่อสามารถสอบถามถึงกิจกรรม – ข่าวสารข้อมูลของทางโครงการได้ และ สามารถสมัครเป็นสมาชิกของโครงการได้ ❑ นั่งพักคอย	-เคาน์เตอร์ติดต่อ - สอบถาม -โถงพักคอย -นิทรรศการชั่วคราว -โทรศัพท์สาธารณะ -โทรศัพท์ติดต่อภายใน – ภายนอก -ตู้เก็บเอกสาร ,โบร์ชัวร์	08.00 – 21.00 น.
ส่วนบริการด้านสุขภาพ			
ส่วนโถงส่วนการบำบัด	❑ ผู้มารับบริการติดต่อสอบถามถึงตารางการนัด และ ช่วงเวลาที่ว่างของเจ้าหน้าที่นวดบำบัด และ ห้องอบ – อาบน้ำสมุนไพร ต่อเจ้าหน้าที่ฝ่ายสมาชิก ซึ่งในขั้นตอนนี้สามารถลงทะเบียน โดยกรอก ประวัติสมาชิกของโครงการได้ ❑ ชำระเงินตามอัตราเข้ารับบริการและรับบัตรเพื่อเข้ารับบริการ ❑ รับเสื้อผ้าลำลอง – ผ้าขนหนู , อุปกรณ์ต่างๆและ กุญแจห้องล็อคเกอร์ที่เคาน์เตอร์บริการ ❑ เก็บสัมภาระ - เปลี่ยนชุดในห้องล็อคเกอร์	-เคาน์เตอร์ติดต่อ – สอบถาม -คอมพิวเตอร์ , โทรศัพท์	07.00 – 21.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ห้องล็อคเกอร์	❑ หลังจากรับเสื้อผ้า – ผ้าขนหนู และกุญแจล็อคเกอร์ ❑ เก็บสัมภาระในล็อคเกอร์ที่กำหนดให้ ❑ เปลี่ยนเสื้อผ้าในห้องเปลี่ยนเสื้อผ้าหรือ หน้าล็อคเกอร์ ❑ เก็บเสื้อผ้า และ รองเท้าไว้ใน ล็อคเกอร์ ❑ เก็บกุญแจไว้กับตัว -สวมเสื้อลำลองสำหรับนวดบำบัด – โยคะ -สวมเสื้อคลุมสำหรับ อาบ – อบไอน้ำสมุนไพร	-ตู้ล็อคเกอร์ เก็บสัมภาระขนาดพิเศษ -ห้องอาบน้ำแบบ Shower และ -ห้องส้วม -ตะกร้าใส่ผ้าใช้แล้ว -ส่วนแต่งตัว พร้อมไดร์เป่าผม	07.00 – 21.00 น.
นวดแผนไทยบำบัด			

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

นวดแผนไทย	❑ หลังจากติดต่อเจ้าหน้าที่ในเรื่องเวลาการให้บริการ และ เจ้าหน้าที่การนวดบำบัด ❑ เก็บสัมภาระ – เปลี่ยนเสื้อผ้า ❑ เดินไปตามห้องนวดบำบัดที่ระบุไว้ในบัตรเข้ารับบริการเบื้องต้น ❑ เจ้าหน้าที่จะเตรียมอุปกรณ์ต่างๆ ไว้ก่อนเริ่มทำการนวด เช่น น้ำมัน , ครีมนวดต่างๆ ,ลูกประคบ เพื่อใช้ประกอบการบำบัด ❑ มอบบัตรเข้ารับบริการให้แก่เจ้าหน้าที่ ❑ นอนบนเตียงนวดแบบไทย เจ้าหน้าที่ทำการนวดบำบัด โดยการกดจุดและ ดัดตัว โดยระยะเวลาการให้บริการประมาณ 2 ชั่วโมง / ครั้ง ❑ ผู้ให้บริการยื่นบัตรให้แก่เจ้าหน้าที่นวดบำบัดเพื่อตรวจเช็คความถูกต้องและเก็บไว้ที่เจ้าหน้าที่ ❑ หลังจากรับการนวดบำบัดเสร็จ ผู้รับบริการอาจจะพักผ่อนตามอัธยาศัยก่อนกลับเข้าห้องล็อคเกอร์เพื่อเปลี่ยนชุด – อาบน้ำ - ดื่มน้ำสมุนไพร	-เบาะนวดแบบแผนไทย -พื้นที่ หรือ ตู้จัดเก็บอุปกรณ์ -ผ้าคลุมเตียง -อุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในการนวดบำบัด เช่น น้ำมันงา , ลูกประคบ -ที่วางรองเท้า	07.00 – 21.00 น.
นวดน้ำมันบำบัด			
นวดน้ำมัน	❑ พนักงานจัดเตรียมน้ำมันและส่วนผสมต่างๆ สำหรับทำการนวดไว้ให้เรียบร้อยก่อน และ ❑ ผู้ให้บริการมอบบัตร นอนบนเตียงนวดบำบัด โดยบอกตำแหน่งการนวดเพื่อทำการบำบัด (ชุดการบำบัดลักษณะนี้จะเป็นกระดุมด้านหลังเพื่อสะดวกต่อการทำการบำบัด แ --มอบบัตรเข้ารับบริการให้แก่เจ้าหน้าที่ -เจ้าหน้าที่ทำการนวดบำบัด โดยระยะ	- ที่วางรองเท้า - ส่วนเก็บอุปกรณ์การนวดบำบัด - เตียงในการบำบัด (เตียงสูง) - อ่างล้างมือ - ผ้าเช็ดมือ	07.00 – 21.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	เวลาการบำบัดประมาณ 2 ชม./ครั้ง -หลังจากการนวดบำบัด ผู้รับบริการอาจจะพักผ่อนตามอัธยาศัย ก่อนกลับเข้าห้องล็อคเกอร์เพื่อเปลี่ยนชุด – อาบน้ำ - ดื่มน้ำสมุนไพร		
โยคะ			
การฝึกโยคะ	- รับเสื้อผ้า – ผ้าขนหนู ที่บริการที่เคาน์เตอร์ - เปลี่ยนเสื้อผ้าในห้องล็อคเกอร์ - ผู้รับบริการฝึกทำโยคะตามครูผู้สอน - หลังการการฝึก พักผ่อนตามอัธยาศัย – ดื่มน้ำสมุนไพร ก่อนกลับ ส่วนล็อคเกอร์เพื่ออาบน้ำ – เปลี่ยนเสื้อผ้า - คืนชุดเสื้อผ้า และ กุญแจห้องล็อคเกอร์แก่เจ้าหน้าที่ด้านหน้าเคาน์เตอร์บริการ	-ห้องล็อคเกอร์ -เบาะที่ใช้ในกาฝึกโยคะ เพื่อใช้รองนั่ง และนอน -ห้อง / ตู้เก็บเบาะที่ใช้ในการฝึกโยคะ -กระจกเงา -ห้องน้ำ -ส่วนบริการน้ำดื่ม -ชุดโซฟา นั่งพักผ่อน	07.00 –08.00 น. 18.00 – 19.00 น.
ส่วนอบไอน้ำ – อาบน้ำสมุนไพร			
อบไอน้ำสมุนไพร	- ติดต่อบริการการ อบ – อาบน้ำสมุนไพร จากเจ้าหน้าที่ฝ่ายสมาชิก - รับบัตรเข้ารับการบำบัด -ชำระเงิน - รับชุดคลุม – ผ้าขนหนู พร้อมกุญแจห้องล็อคเกอร์ - เก็บสัมภาระ – เปลี่ยนชุด - ติดต่อกับเจ้าหน้าที่ส่วนบริการเครื่องดื่มภายในส่วนล็อคเกอร์ - เจ้าหน้าที่จะให้คำแนะนำ พร้อมกับจัดเตรียมห้องอาบ – อบไอน้ำไว้บริการ จัดเตรียมตัวยาสมุนไพรเพื่อใช้เครื่องอบไอน้ำ - ถอดเสื้อคลุมออก อบ – อาบน้ำตามอัธยาศัย (การอบไอน้ำควรอบ 2 ครั้ง โดยแต่ละครั้งอบนาน 30 นาที พัก 15 นาที แล้วเข้าอบอีกครั้ง)	- เครื่องอบไอน้ำ - บริเวณเตรียมตัวยาสมุนไพร - ห้องอบสมุนไพร ครั้งละ 1-2 คน/ครั้ง - ห้องอาบน้ำสมุนไพร - ส่วนบริการผ้าขนหนู - อุปกรณ์ - ส่วนบริการน้ำดื่ม - ตะกร้าใส่ผ้าที่ใช้แล้ว - ที่แขวนเสื้อคลุม - ชั้นวางหนังสือนิตยสาร - เตียงนอนพักผ่อน	07.00 – 21.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	- หลังจากการเข้ารับบริการ นั่งพักผ่อนตามอัธยาศัย โดยอาจดื่มน้ำสมุนไพร		
ส่วนบริการสาธารณะ			
ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ	- ผู้รับบริการเดินเข้ามาเลือกที่นั่งได้ตามใจชอบ - เลือกอาหารและเครื่องดื่มได้จากรายการอาหารประจำวันที่วางบนโต๊ะ - พนักงานเสิร์ฟนำรายการมาบริการพร้อมรับสั่งอาหาร เสร็จแล้วเดินไปยื่นรายการที่เคาน์เตอร์บริการ รวมทั้งรับเครื่องดื่ม และ อาหารได้จากทางเคาน์เตอร์บริการด้วย - พนักงานเสิร์ฟอาหารตามโต๊ะ เก็บจานเมื่อทานเสร็จ - เก็บเงินโดยเดินไปคิดรายการอาหารที่ส่วน แคชเชียร์ - เก็บโต๊ะ เช็ดทำความสะอาด จัดวางจานช้อนส้อม และ แก้วน้ำไว้บนโต๊ะให้เรียบร้อย	- โต๊ะ - เก้าอี้ - รายการประจำวันชนิดตั้งบนโต๊ะได้และเปลี่ยนเป็นรายวันสับเปลี่ยนกันไป - เคาน์เตอร์บริการที่เป็นส่วนบริการเครื่องดื่มด้วยตัวเอง ,ตู้เก็บของ - ส่วนครัว - ส่วนแคชเชียร์ , ช่องเก็บรายการสั่งอาหารแต่ละโต๊ะ , ถาดเก็บเงิน - ตู้บริการ , ผ้าเช็ดโต๊ะ	06.30 – 21.00 น.
ร้านจำหน่ายสินค้าเพื่อสุขภาพ (ชั้น 1)	- ผู้รับบริการฝากของ – สัมภาระบริเวณเคาน์เตอร์รับฝากของด้านหน้า ก่อนเข้าไปส่วนขายสินค้าภายใน หรือติดต่อสอบถามเกี่ยวกับสินค้าภายในร้าน - หยิบตะกร้า หรือ รถเข็นเพื่อใส่สินค้า - เลือกซื้อสินค้าได้ตามต้องการ - ชำระเงินที่บริเวณเคาน์เตอร์ชำระเงินโดยระบบบาร์โค้ชที่ติดอยู่ที่สินค้า และ บริการใส่ถุงให้ลูกค้า - รับสัมภาระที่เคาน์เตอร์รับฝากของด้านหน้า	- เคาน์เตอร์รับฝากของ - ชั้นเก็บของ - บริเวณเก็บตะกร้า – รถเข็น - ชั้นวางปรับระดับได้ ระดับสูง และ ระดับเตี้ย - เคาน์เตอร์ชำระเงิน - ที่นั่งพักคอย - บอร์ดประชาสัมพันธ์	07.00 – 21.00 น.
(ชั้น 2)	- ผู้รับบริการหยิบตะกร้า ในบริเวณ	- เคาน์เตอร์ชำระเงิน	07.00 – 21.00น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	ทางเข้าด้านหน้า - เลือกซื้อสินค้าได้ตามต้องการ - ชำระเงินในบริเวณเคาน์เตอร์ชำระเงินโดยระบบบาร์โค๊ชที่ติดที่สินค้า - บริการเครื่องดื่ม และ อาหารว่าง บริเวณเคาน์เตอร์บริการ โดยเดินมาสั่งอาหาร ชำระเงิน และ รับอาหารได้ที่เคาน์เตอร์ - นั่งรับประทาน ตามโต๊ะที่จัดไว้ให้ - พนักงานจะเก็บโต๊ะ - ทำความสะอาดให้เรียบร้อย	เคาน์เตอร์บริการเครื่องดื่มและอาหารว่าง - ชั้นวางสินค้าปรับระดับได้ โต๊ะ – เก้าอี้รับประทานเครื่องดื่ม และ อาหารว่าง - ห้องเก็บของ - ส่วนเตรียมอาหาร	

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ห้องสมุด	-ผู้รับบริการเข้ามาใช้บริการโดยการฝากของ ในชั้นวางของ ส่วนหน้าของห้องสมุด -บรรณารักษ์มีหน้าที่ให้ข้อมูล ติดต่อสอบถาม พูดคุยเกี่ยวกับเรื่องสุขภาพ แก่ผู้เข้าใช้โครงการ - สืบค้น หนังสือ – ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ หรือทางบัตรรายการ - ค้นหาหนังสือที่ชั้นวางหนังสือ และหยิบมานั่งอ่านที่โต๊ะ – เก้าอี้ - หลังจากอ่านเสร็จแล้ว นำหนังสือมาวางที่โต๊ะก่อนออกจากห้องสมุด - บรรณารักษ์ และ ผู้ช่วยบรรณารักษ์จะจัดเรียงหนังสือเข้าที่เป็นระยะ - บรรณารักษ์ช่วยเหลือในเรื่องการถ่ายเอกสารในส่วนห้องหนังสืออ้างอิง	- โต๊ะอ่านหนังสือ - ชั้นเก็บของ - ส่วนบรรณารักษ์ - โต๊ะ – เก้าอี้ - ตู้เก็บเอกสาร - ชั้นวางหนังสือ - ชั้นวางวารสาร - รถเข็น - โต๊ะเก็บหนังสือเข้าที่ - ตู้บัตรรายการ - คอมพิวเตอร์	09.00 – 21.00 น.
ส่วนสัมมนา	- ติดต่อเข้ารับการสัมมนา บริเวณเคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์เพื่อสำรองที่นั่งเข้าฟังการสัมมนา - เจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์รับการสำรองที่นั่งผ่านทางโทรศัพท์ - ผู้รับฟังการสัมมนานั่งพักคอยการเข้ารับสัมมนา - ผู้สัมมนาติดต่อการสัมมนาบริเวณส่วนสำนักงาน ก่อนนั่งพัก และเตรียมตัวก่อนการสัมมนา - ในบางครั้งการสัมมนาอาจจะมีการสาธิตด้วย โดยจัดเก็บเก้าอี้ภายในให้เข้าที่ และปูด้วยเบาะ	- เคาน์เตอร์ประชาสัมพันธ์ , ลงทะเบียน - โทรศัพท์ติดต่อภายใน – ภายนอก - เก้าอี้ - เบาะปูเตรียมสาธิต - ที่นั่งพักคอย - ห้องพักรับรองผู้สัมมนา - ห้องเทคนิค	09.00 – 17.00 น.
ส่วนบริการ (พนักงานส่วนการบำบัด และ ส่วนบริการทั่วไป)			
เปลี่ยนเสื้อผ้า	พนักงานเปลี่ยนเสื้อผ้าเป็นชุดแบบฟอร์มเสร็จจึงออกประจำหน้าที่	ตู้ล็อคเกอร์ , ห้องส้วม,อ่างล้างมือ ,ห้องอาบน้ำ	07.00 – 21.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พักทานอาหาร	พนักงานสลับผลัดเปลี่ยนกันมาทานอาหารโดยออกไปซื้ออาหารบริเวณภายในสวนลุมพินี หรือ บริเวณใกล้เคียง หรืออาจจะนำมาเองจากบ้าน	ส่วนรับประทานอาหาร โต๊ะ - เก้าอี้ ตู้เย็น ,ตู้เก็บอุปกรณ์อ่างล้างจาน	07.00 – 21.00 น.
ซักผ้าปูเตียง ผ้าเช็ดตัว และ เสื้อคลุม	- ผ้าที่ใช้แล้วในตะกร้าในห้องต่างๆ เมื่อเต็ม พนักงานทำความสะอาดจะนำมารวมไว้ในส่วนซักรีด - พนักงานทำความสะอาดซักรีดผ้าที่ใช้แล้ว ทั้งซัก ปั่นแห้ง และรีด	ที่วางผ้าที่ยังไม่ได้ซัก เครื่องซักผ้า เครื่องปั่นแห้ง , โต๊ะรีดผ้า , ตู้เก็บผ้าที่ซักแล้ว , ตู้เก็บอุปกรณ์	07.00 – 21.00 น.
ทำความสะอาดห้องต่าง ๆ	- พนักงานทำความสะอาดหยิบอุปกรณ์จากห้องเก็บของ ทำความสะอาดในห้องต่างๆตามความเหมาะสม และหลังเวลาปิดให้บริการ	ห้องเก็บอุปกรณ์ทำความสะอาด	07.00 – 21.00 น.
ส่วนสำนักงาน			
	- เดินทางจากที่พักมายังศูนย์แล้วลงทะเบียนเวลาที่เคาน์เตอร์ - แยกย้ายกันปฏิบัติงานตามหน้าที่ เวลาพักผ่อน พักทานอาหารกลางวัน แต่พนักงานขายหรือพนักงานที่ต้องประจำตำแหน่งตลอดเวลาจะผลัดกันทานอาหาร - เข้าปฏิบัติงานต่อ และก่อนเวลา 14.30 น. เจ้าหน้าที่ผลัดต่อไปของส่วนต่างๆ จะเดินทางมายังศูนย์ และมาลงทะเบียนเวลาเข้า และทำงานในผลัดต่อไป และขณะเดียวกันเจ้าหน้าที่ที่ปฏิบัติหน้าที่ในผลัดแรกลงทะเบียนเวลาเลิกงานในส่วนต่างๆ ของตน - เจ้าหน้าที่ในผลัดแรกเดินทางกลับที่พักอาศัย หรือออกไปทำธุระส่วนตัว ส่วนเจ้าหน้าที่ในผลัดสองเริ่มปฏิบัติตามหน้าที่		09.00 – 17.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พื้นที่ใช้สอยของโครงการ "ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร" ใช้พื้นที่ทั้งสิ้น 2415.40 ตร.ม (เป็นอย่างต่ำ) เนื่องมาจาการพิจารณาถึงพฤติกรรมการใช้สอบพื้นที่ภายในทั้งผู้ให้บริการและผู้รับบริการโดยสรุปเป็นตารางดังนี้

สรุปผลความต้องการในแต่ละพื้นที่ใช้สอย

องค์ประกอบของโครงการ	จำนวนผู้เข้าเข้าใช้	พื้นที่ / หน่วย	พื้นที่รวมทั้งหมด
1.โถงประชาสัมพันธ์			
ทางเข้าหลัก	75	0.80	60.00
ส่วนนั่งพักคอย	75	0.40	30.00
นิทรรศการชั่วคราว	-	-	20.00
			110.00
2.โถงการบำบัด			
ส่วนนั่งพักคอย	20	0.4	8.00
ส่วนลงทะเบียน	-	-	6.00
เคาท์เตอร์บริการ (ชุดลำลอง - ผ้าเช็ดตัว)	-	-	10.00
ห้องเก็บผ้า	-	-	20.00
			44.00
3.ห้องล๊อกเกอร์ หญิง			
ตู้เก็บเสื้อผ้า - เก็บสัมภาระ	40	0.15	6.00
ส่วนแต่งตัว	35	1.20	42.00
ห้องอาบน้ำ	3	1.50	4.50
ห้องน้ำ	-	-	15.00
			67.50
4.ส่วนอาบน้ำ - อบไอน้ำสมุนไพร หญิง			
ห้องอบไอน้ำสมุนไพร	3	6.00	18.0
ห้องอาบน้ำสมุนไพร	3	10.50	31.5
ส่วนพักผ่อน	3	5.00	15.0
ส่วนบริการเครื่องดื่ม	-	-	10.0
			74.50

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประ
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.ห้องล๊อกเกอร์ ชาย			
ตู้เก็บเสื้อผ้า - เก็บสัมภาระ	30	0.15	4.50
ส่วนแต่งตัว	25	1.20	30.00
ห้องอาบน้ำ	3	1.50	4.50
ห้องน้ำ	-	-	15.00
			54.00
6.ส่วนอาบน้ำ - อบไอน้ำสมุนไพรชาย			
ห้องอบไอน้ำสมุนไพร	2	6.00	12.00
ห้องอาบน้ำสมุนไพร	2	10.50	21.00
ส่วนพักผ่อน	2	5.00	10.00
ส่วนบริการเครื่องดื่ม	-	-	10.00
			53.00
7.ส่วนนวดบำบัด			
ห้องนวด - ประคบสมุนไพร	10	16.00	160.00
ห้องนวดน้ำมัน	2	16.00	32.00
ส่วนเตรียมอุปกรณ์	-	-	24.00
ห้องพักพนักงาน	-	-	20.00
			236.00
8.ส่วนฝึกโยคะ			
ห้องฝึกโยคะ	30	3.50	105.00
ห้องฝึกหายใจ (ช่วงเริ่มต้น)	20	3.00	60.00
ส่วนนั่งพักผ่อน	-	-	121.00
ห้องเก็บอุปกรณ์	-	-	20.00
			306.00
9.ส่วนบริการสาธารณะ			
ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ	24	1.80	43.20
ส่วนครัว	-	-	37.80
ส่วนห้องสมุด	-	-	168.00
ส่วนโถงสัมมนา	-	-	20.00
ห้องสัมมนา	-	-	64.00
			333.00

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

10.นิทรรศการถาวร			
ส่วนจัดนิทรรศการ ส่วนที่1	-	-	24.00
ส่วนจัดนิทรรศการ ส่วนที่2	-	-	75.00
ส่วนจัดนิทรรศการ ส่วนที่3	-	-	55.00
			154.00
11.ส่วนสำนักงาน			
ห้องผู้อำนวยการ	1	16.00	16.00
ห้องรองผู้อำนวยการ	1	12.00	12.00
ห้องเลขานุการ	1	5.00	5.00
ส่วนทำงานผู้จัดการแต่ละส่วน	4	12.00	60.00
ส่วนทำงานพนักงาน	11	8.00	88.00
ห้องประชุม	-	-	30.00
ส่วนพักรับรอง	-	-	15.00
			226.00
11.ส่วน Bavk of the house			
ห้องพักเจ้าหน้าที่	-	-	20.00
ส่วนล็อคเกอร์เจ้าหน้าที่	-	-	50.00
ห้องเก็บของทั่วไป	-	-	10.00
ส่วนซัก - รีด	-	-	20.00
ส่วนบริการสาธารณะ	-	-	100.00
			200.00
รวมพื้นที่			1658.00
รวมเส้นทางสัญจร 30 %			557.40
รวมพื้นที่ทั้งหมด			2215.40

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 5 ระบบสภาพแวดล้อมภายในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.1 ระบบแสงสว่าง

5.1.1 ส่วนจัดนิทรรศการ

ในส่วนการจัดนิทรรศการแสงที่ใช้ในการจัดแสดงควรจะคำนึงถึง ความเสียหายที่อาจจะเกิดขึ้น 3 อย่างคือ ระดับความส่องสว่าง ,ระยะเวลาที่ถูกแสง ,ส่วนผสมสเปกตรัมของสีของหลอด ซึ่งอาจจะมีผลกระทบในการจัดนิทรรศการคือ

- การลดแสงอินฟราเรด
- การลดแสงอัลตราไวโอเลต
- การลดความส่องสว่าง
- การควบคุมความชื้น
- การหลีกเลี่ยงการถูกแดดโดยตรง

ความส่องสว่าง เลือกความส่องสว่างให้เหมาะสมกับวัตถุเฉพาะคือ

ชนิดวัสดุ	ความส่องสว่าง (ลักซ์)
โลหะ , หิน	ไม่จำกัด
ไม้	150

5.1.2 ส่วนการให้บริการการบำบัด

ในส่วนการบำบัด จะนำแสงส่วนหนึ่งจากธรรมชาติ เข้ามาเป็นหลัก ในช่วงเวลากกลางวัน ส่วนเวลากกลางคืนจะมีแสงไฟ อินแคนเดสเซนต์ซึ่งฝังภายในฝ้า มาช่วยสร้างบรรยากาศ เนื่องจากเป็นส่วนที่ต้องการให้มีความรู้สึกผ่อนคลายเป็นพิเศษ แสงจึงไม่ควรมีลักษณะจ้า หรือแสงบาดตา ซึ่งแสงส่วนใหญ่ไม่ได้ส่องลงมาโดยตรง แต่ผ่านการกรองแสงจากผ้าที่ทำหน้าที่คล้ายฝ้าเพดาน และ สร้างบรรยากาศให้มีความรู้สึกน่าสบาย

5.1.3 ส่วนห้องสมุด

ทางโครงการจัดแสงในส่วนห้องสมุดให้มีความเหมาะสมกับการลักษณะการอ่าน คือคำนึงแสงในส่วนหิ้งหนังสือ , โต๊ะอ่านหนังสือ , แสงบริเวณทางเดิน ซึ่งแสงสว่างในห้องสมุดใช้ประมาณ 300 ลักซ์

ในส่วนการสืบค้นด้วยคอมพิวเตอร์ มีการคำนึงเรื่องแสงสว่างเป็นพิเศษโดยการเลือกโคมที่ใช้ไม่ให้มีแสงสะท้อนจากตัวโคมไปปรากฏที่หน้าจอคอมพิวเตอร์ โดยที่จะใช้ในกรณีนี้เหมือนโคมที่ติดตั้งในส่วนสำนักงานที่มีการใช้คอมพิวเตอร์กันมาก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ในส่วนห้องอ่านหนังสืออ้างอิง มีความพิถีพิถันเป็นพิเศษในเรื่องการกระพริบของแสงเนื่องจากความถี่ หรือ ที่เรียกว่า สโตรโบสโคปิกเอฟเฟค (Stroboscopic Effect) โดยการจ่ายไฟ 3 เฟสเข้าโคมเดียวที่มีสาม หลอดโดยจ่ายหลอดละ หนึ่งเฟส และ ใช้บัลลาสต์อิเล็กทรอนิคซึ่งมีผลทางด้านสโตรโบสโคปิกเอฟเฟคน้อยกว่าการใช้บัลลาสต์แกนเหล็กธรรมดา

5.1.4 ส่วนร้านค้าจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

การส่องสว่างร้านค้านี้ใช้ไฟค่อนข้างมาก เนื่องจากต้องการใช้แสงเพื่อเชิญชวนให้คนเข้าร้านมาก และต้องการให้สว่างเพื่อเด่น และ ส่งเสริมการขาย การให้แสงสว่างทางร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ แบ่งเป็น 2 อย่าง

1.การให้แสงสว่างทั่วไป

2. การให้แสงสว่างแบบเน้น

ซึ่งการให้แสงสว่างทั่วไปอาจจะใช้โคมฟลูออเรสเซนต์ หรือ โคมอินแคนเดสเซนต์ ส่วนการให้แสงสว่างแบบเน้นใช้จากโคมอินแคนเดสเซนต์ หรือจากโคมไฟแรงดันต่ำซึ่งใช้ไฟฟ้ามาก ซึ่งกำลังไฟฟ้าที่ใช้ในร้านค้าอยู่ที่ 50 – 150 วัตต์ต่อ ตารางเมตร

การให้แสงสว่างในร้านค้าจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพมีวัตถุประสงค์ 3 อย่าง

1. การให้แสงสว่างเพื่อดึงดูดลูกค้าให้เข้ามาในร้าน
2. การให้แสงสว่างที่ตัวสินค้า
3. การให้แสงสว่างที่จุดขายเพื่อการเก็บเงิน หรือ รูดการ์ด

ร้านค้าของทางโครงการเลือกใช้แสงสว่างจากหลอดอินแคนเดสเซนต์ และ บริเวณที่ต้องการเน้นจะใช้ไฟสปอร์ตติดรางไฟ (Light Track) ซึ่งความส่องสว่างในร้านค้าอยู่ในเกณฑ์ประมาณ 700 – 1500 ลักซ์ โดยคำนึงตามตารางแสดงกำลังไฟ ดังนี้

ตารางแสดงกำลังไฟสำหรับความสูงฝ้า 4 เมตรที่ 500 ลักซ์

แสงสว่างเนื่องจากชนิดหลอดต่าง ๆ		วัตต์ต่อตารางเมตร
อินแคนเดสเซนต์	-ไฟส่องโดยตรง	55
	-ไฟส่องโดยทางอ้อม	110
ฟลูออเรสเซนต์	-ไฟส่องโดยตรง	18
	- ไฟส่องโดยทางอ้อม	36

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

รายละเอียด	ความส่องสว่าง (ลักซ์)
แสงสว่างทั่วไปในร้านค้า	500 - 1000
ส่องเน้นในร้านค้า	1500-3000
แสงสว่างไปในตู้กระจก	100-2000
ส่องเน้นในตู้กระจก	500-10000

หลอดไฟฟ้าที่เลือกใช้พิจารณาถึงเรื่องแสงสี การใช้งาน และ อายุการใช้งานด้วย โดยเลือกใช้หลอดอินแคนเดสเซนต์ ,หลอดฮาโลเจนความดันต่ำในส่วนที่ต้องการเน้น และ หลอดฟลูออเรสเซนต์ ชนิด วอร์มไวท์ เดย์ไลท์ ในพื้นที่ทางเดิน - พื้นที่ทั่วไปในร้าน

5.1.5 ส่วนห้องบรรยาย และ ห้องสัมมนา

ห้องบรรยายควรมีแสงสว่างให้เพียงพอทั่วห้องเพื่อการใช้สายตาของผู้ที่ฟังการบรรยาย ความส่องสว่างในห้องบรรยายประมาณ 500 ลักซ์ ความสว่างที่หน้ากระดานประมาณ 700 ลักซ์ นอกจากความส่องสว่างแล้วมีการคำนึงถึงเรื่องการเปิดปิด สวิตซ์ไฟค่อนข้างสำคัญ จึงมีสวิตซ์แยกปิดเปิดไฟด้านหน้าโดยเฉพาะเมื่อต้องการฉายสไลด์ และ มีสวิตซ์ไฟเพื่อเปิดโคมที่อยู่ใกล้หน้าต่างเพื่อประหยัดพลังงาน เพราะมีแสงจากภายนอกมาช่วยในตอนกลางวัน และ เปิดสวิตซ์เฉพาะบริเวณด้านในที่ไม่อยู่ใกล้หน้าต่างเพื่อประหยัดพลังงานไฟฟ้า

5.1.6 ไฟฟ้าแสงสว่างสำรอง และ ฉุกเฉิน

ไฟฟ้าแสงสว่างปกติเมื่อดับลงบางครั้งก็ต้องอาศัยไฟฟ้าแสงสว่างฉุกเฉิน และ สำรองเพื่อให้สามารถมองเห็นเพื่อการหนีออกจากนอกอาคารได้ เมื่อเกิดปัญหาขึ้นภายในอาคาร เช่น ไฟไฟม้ ดังนั้นจึงต้องการแสงสว่างฉุกเฉินให้เพียงพอเพื่อเห็นทางเท่านั้น

ทางโครงการได้จัดติดตั้งระบบไฟฟ้าแสงสว่างฉุกเฉิน ซึ่งเป็นไฟฟ้าแสงสว่างจากแบตเตอรี่มีติดตั้งไปตามจุดต่างๆ ที่สำคัญของโครงการ เช่น ส่วนสำนักงานของโครงการ ,ส่วนประชาสัมพันธ์ ,ส่วนร้านจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ ฯลฯ โคมไฟฉุกเฉินภายในโครงการมีการทำงาน เป็นแบบ ไม่เปิดตลอด (Non – Maintained) คือ เป็นโคมไฟฉุกเฉินที่ไม่เปิดเมื่อมีไฟฟ้าปกติ และ เมื่อไฟดับจึงเปิดได้ ซึ่งทางโครงการจะมีการตรวจตรา และ ทดสอบสภาพหลอดไฟ ทุก 6 เดือน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.2 ระบบเสียงและการควบคุม

ระบบเสียง และ การควบคุมนั้นควบคุมเป็นพิเศษในส่วนห้องสัมมนาซึ่งเป็นส่วนจำเป็นต้องมีการใช้ระบบเสียงที่ดี จึงคำนึงถึง ภาวะการฟังเสียงภายในห้อง

1. เสียงเบื้องหลังจะต้องมีระดับต่ำพอ
2. การขจัดเสียงสะท้อนกลับ ซึ่งต่อเนื่องกันหลายครั้งหลายหน
3. การกระจายเสียงไปในที่ว่างในห้องที่เหมาะสม
4. ให้เสียงไปยังผู้ฟังที่ชัดเจน และ ดังพอ

ในส่วนห้องนวดบำบัด – ห้องโยคะที่ต้องการความสงบ จึงเลือกคำนึงถึงวัสดุดูดเสียงประเภทที่เป็นแผ่นผิวหน้าเป็นใย Polted Fiber Surface ทำเป็นแผ่นใยไม้บางๆ

5.3 ระบบปรับอากาศ

ระบบปรับอากาศของโครงการใช้ในส่วนที่ห้อง ล็อคเกอร์ และ ห้องนวดบำบัด (นวดน้ำมัน) เป็นหลัก และมีการกระจายกระแสลมเย็นไปยังส่วนทางเดิน เพื่อลดอุณหภูมิให้ต่ำลง ทำให้อากาศภายในอาคารเย็นลงด้วย ดังนั้น จึงเลือกใช้เป็นระบบ Air Cooled Package โดยจะแยกระบบท่อ ออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนของพื้นที่อาคารทั่วไปกับส่วนนวด และ ห้องล็อคเกอร์ และ ส่วนทางเดิน – พื้นที่ทั่วไป โดยไม่ให้อากาศหมุนเวียนนั้นปะปนกันเพื่อป้องกันอากาศชื้นที่เกิดขึ้นจากการใช้งานในส่วน(เปียก) ส่วนห้องล็อคเกอร์ – ห้องนวดบำบัด

5.4 ระบบรักษาความปลอดภัย

เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยจะทำหน้าที่ดูแลความปลอดภัย และ ทรัพย์สินของผู้เข้าใช้โครงการจากคนภายนอก และ ภายใน

ระบบดับเพลิงภายในโครงการ แบ่งเป็น 2 ระบบคือ

1. ระบบดับเพลิงอัตโนมัติ มีอยู่ 2 ประเภท แบ่งตามชนิดสารดับเพลิง ระบบนี้ประกอบด้วย ท่อฉีดน้ำ ซึ่งจัดวางในแนวนอนเป็นชุดๆ ใกล้เพดาน ท่อเหล่านี้มีหัวฉีดหรือประตูน้ำ ซึ่งเมื่ออุณหภูมิสูงถึง 135 – 160 องศาฟาเรนไฮต์ ท่อนี้จะเริ่มทำงานโดยฉีดน้ำหรือสารเคมีเป็นละอองฝอยออกมา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. ระบบท่อยืน และ สายฉีด ประกอบด้วยถังเก็บน้ำสำรองสำหรับดับเพลิง และ จะมีหัวจ่ายน้ำสำหรับสายสูบดับเพลิงเตรียมไว้

ส่วนระบบดับเพลิงแบบอัตโนมัติ อาจจะยุ่งยากและไม่เหมาะสมกับโครงการ ซึ่งโครงการมีลักษณะไม่กว้าง – สูงมากนัก ซึ่งอาจมีผลกระทบการค่าใช้จ่ายในการลงทุนอีกด้วย

5.5 จิตวิทยาในการออกแบบ

อิทธิพลของสีที่มีผลต่อสุขภาพ

สภาวะของสีต่างๆ ที่สัมผัสได้จากประสาทการรับรู้ด้วยสายตานั้น ยังผลให้เกิดความรู้สึก และ กระตุ้นความรู้สึกภายในของจิตใจได้ โดยที่สภาวะจิตใจนั้นก็ส่งผลโดยตรงกับ สภาวะทางร่างกาย ซึ่งในสีต่างๆ นั้น จะมีพลังงานที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวแตกต่างกันออกไป ตามแต่คุณสมบัติ ของสีนั้นๆ ซึ่งสามารถนำสีสันต่างๆ มาใช้ร่วมกับการบำบัดรักษา และ การผ่อนคลายได้ โดยมีต้น

กำเนิดจากการทำวิจัยของ โจฮัน วูลฟ์กัง ฟอน เกอเธ่กวี นักวิทยาศาสตร์ และ นักวิจารณ์ชาวเยอรมัน และ จากปรัชญาของ สไตเนอร์ คือ สีแผ่ออกมาจากชีวิต และ จากการป่วยไข้ นำมาซึ่งสำนึกใหม่ในการทำให้เกิดความสมดุลของสุขภาพ และ การบำบัดรักษา

ซึ่งในโครงการ "ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพรนั้น" จะเน้นไปทางการ ผ่อนคลายทางด้านจิตใจ และ อารมณ์ซึ่งการเลือกใช้โครงสีต่างๆ ในการออกแบบจึงมีความสำคัญและอ่อนไหวมาก เพื่อให้ได้ผลที่ต้องการตามแต่กิจกรรมให้แต่ละส่วน

สีแดง <u>สีแห่ง ความสำคัญของชีวิต ,ความกล้าหาญ ,ความเชื่อมั่น</u>

เป็นสีที่ช่วยในเรื่องพลังของชีวิต เมื่อรู้สึกหมดแรง หรือ รู้สึกเหนื่อยหน่าย สีแดงจะเป็นสีที่ให้กระตุ้นความความรู้สึกให้จิตใจ และ ร่างกายมีพลังขึ้น เนื่องจากช่วยกระตุ้นเร้าระบบประสาทที่ควบคุมการเคลื่อนไหวของร่างกายซึ่งอยู่เหนืออำนาจการควบคุมของจิตใจ

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : ความกล้า,ความเชื่อมั่น,ความตั้งใจจริง, ความซื่อสัตย์,มีความเปิดเผย

สีส้ม <u>สีแห่ง ความสุข,ความเชื่อมั่น ,ความคิด</u>

เป็นสีที่นำมาซึ่งความสนุกสนานของชีวิตการทำงานในแต่ละวัน สีส้มเป็นสีที่กระตุ้นอารมณ์ได้เป็นอย่างดี ทำให้ขจัดความขลาดกลัวออกไป ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกว่าเป็นอิสระ และ มีการรวมอยู่กันเป็นสังคม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : มีกระตือรือร้น , ความสุข, อยู่รวมกันเป็นสังคม ,มีพลัง, ไว้วางใจในตัวเอง

สีเหลือง

<u>สีแห่ง ปัญญา ,การนับถือตัวเอง , ความคิดที่กระจ่าง</u>

สีเหลืองช่วยทำให้ความคิดกระจ่างขึ้น ทำให้เพิ่มประสิทธิภาพการรับรู้ และ กระตุ้นความสนใจ และ ความอยากที่จะรับรู้ โดย สีเหลืองจะเกี่ยวเนื่องกับความสามารถในการรับรู้ และความเข้าใจ ซึ่งพลังงานของสีเหลืองจะเกี่ยวข้องกับจิตใจ

ลักษณะเฉพาะ : ช่วยให้มีอารมณ์ดีขึ้น , ช่างสังเกต , มีความเชื่อมั่น . ประสิทธิภาพความจำ และ การทำงานเพิ่มขึ้นด้วย

สีเขียว

<u>สีแห่งความสมดุล ,ความรัก , การบังคับตนเอง</u>

ช่วยในการผ่อนคลายกล้ามเนื้อ เส้นประสาท และ ความคิด ซึ่งสีเขียวจะช่วยให้พลังงานในตัวเองสมดุลขึ้น ทำให้เกิดความรู้สึกสงบ , รู้สึกสดชื่น และ ปลอบโยน สีเขียวทำให้รู้สึกเกิดความสมดุลขึ้นทั้งระบบทั้งร่างกาย – จิตใจ

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : ความเข้าใจที่ดี ,การบังคับตัวเอง,การปรับตัวได้ดี,ความเห็นอกเห็นใจ , ความเมตตา สงสาร, ใจกว้าง ,รู้สึกรักธรรมชาติ ,โรแมนติก

สีฟ้า

<u>สีแห่งความรู้ ,สุขภาพ, มีความมั่นใจ</u>

สีฟ้าเป็นสีที่ทำให้รู้สึกถึงการพักผ่อนทางจิตใจ ซึ่งอิทธิพลของสีมีผลโดยตรงต่อระบบประสาท ซึ่งทำให้รู้สึกถึงการพักผ่อนอย่างนุ่มลึก โดยจะสัมพันธ์กับความคิดเป็นองค์รวม และทำให้รู้สึกมีความรู้สึก สุขุมขึ้น และ ทำให้การพูดจา หรือ การติดต่อสื่อสารกับคนทั่วไปมีประสิทธิภาพมากขึ้น

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : รู้จักกาละเทศะ ,มีแรงดลใจ ,มีพลังในการสร้างสรร ความคิดใหม่ๆ ,มีความเอาใจใส่ และ ระมัดระวังมากขึ้น

สีฟ้าคราม

<u>สีแห่ง ลางสังหรณ์ ,การเข้าฌาน , ความเข้าใจมากขึ้น</u>

พลังงานจากสีฟ้าครามทำให้เราได้เข้าถึงสภาวะการณ์ไม่รู้สึกตัวของตัวเอง อาจนำไปสู่ประสบการณ์ที่จะนำไปสู่ส่วนหนึ่งของจักรวาล ลางสังหรณ์ ,การจินตนาการ ,พลังของธรรมชาติ

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : ลางสังหรณ์ , ปราศจากความขลาดกลัว , การตามหาฝัน , ความสุขุม และ การค้นหาความจริง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สีม่วง **<u>สีแห่ง ความสวยงาม ,พลังสร้างสรรค์ , แรงบันดาลใจ</u>**

ความคิด และ ความรู้สึกที่บริสุทธิ์ ทำให้รู้สึกเกิดแรงบันดาลใจในการทำงาน

พลังจากสีม่วงทำให้เราสัมผัสกับ จิตใจ และ กำลังที่อยู่ภายในตัว เพื่อช่วยให้เกิดพลังในการสร้างสรร สิ่งต่างๆ

ลักษณะเฉพาะของสีที่ทำให้เกิดความรู้สึก : มีแรงบันดาลใจ , ความกรุณา , การนับถือตัวเอง ,ทรรศนะกว้างไกล ,มีความสร้างสรร , จิตใจที่แข็งแกร่งขึ้น



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 6 วิเคราะห์ข้อมูลเพื่อเข้าสู่การออกแบบ

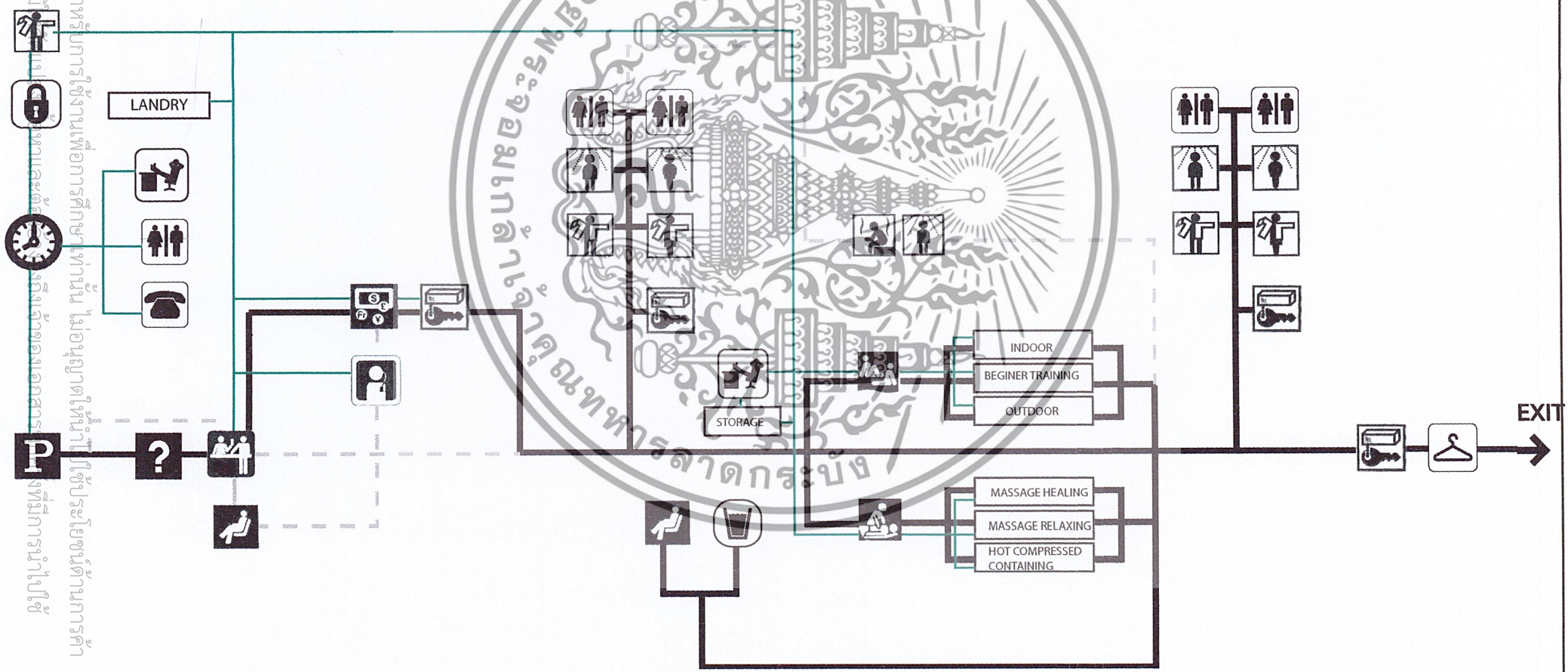
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

โปรแกรม

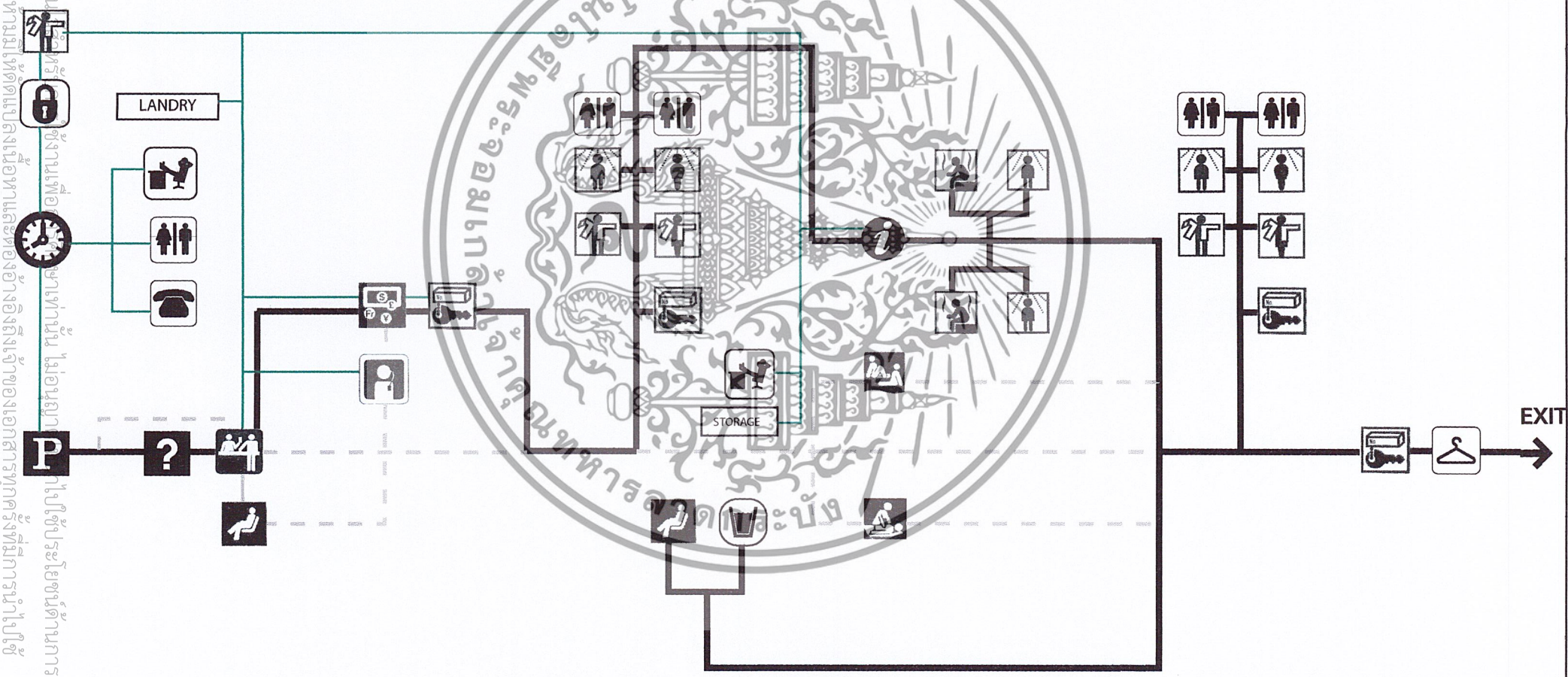


User Behavior (Natural Therapy)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

โปรแกรม



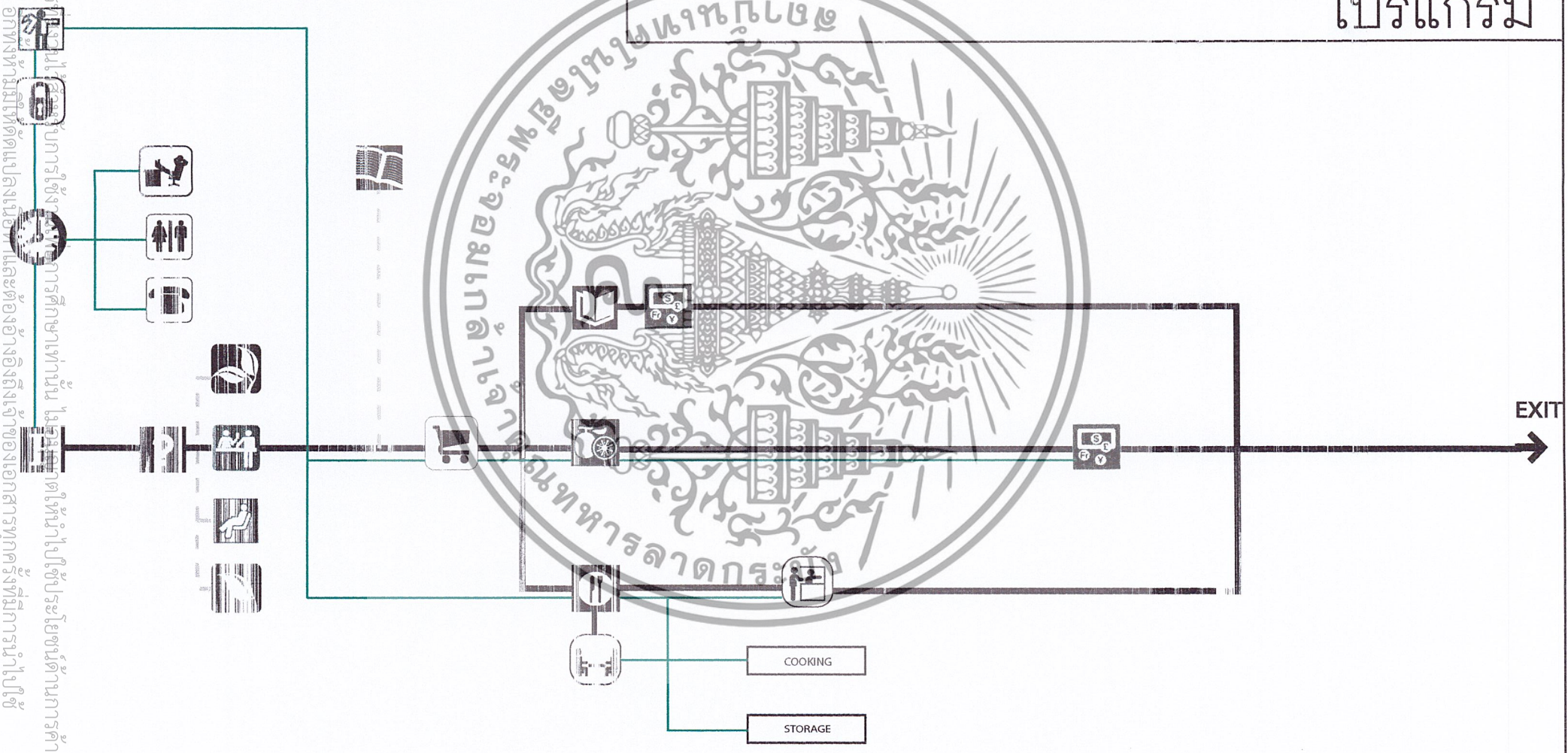
User Behavior (Herbal Steam Therapy)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

โปรแกรม



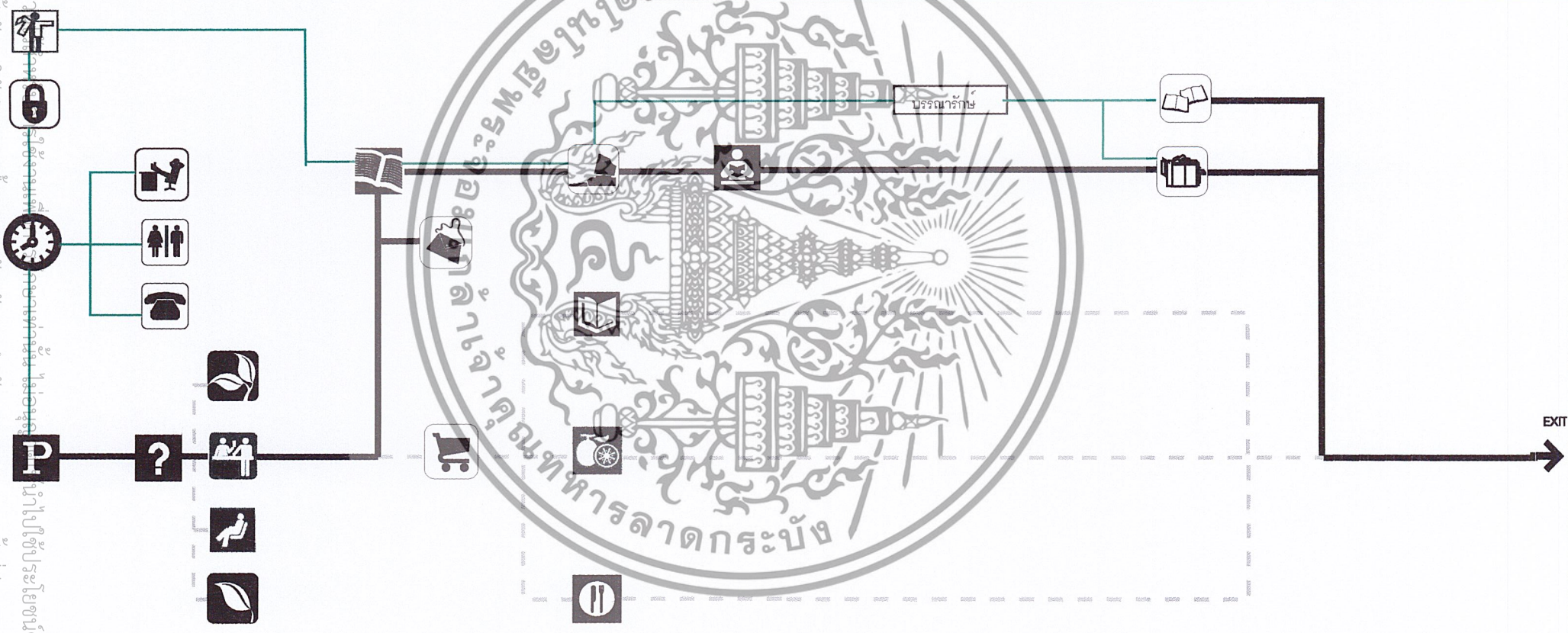
User Behavior (General Service)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

โปรแกรม

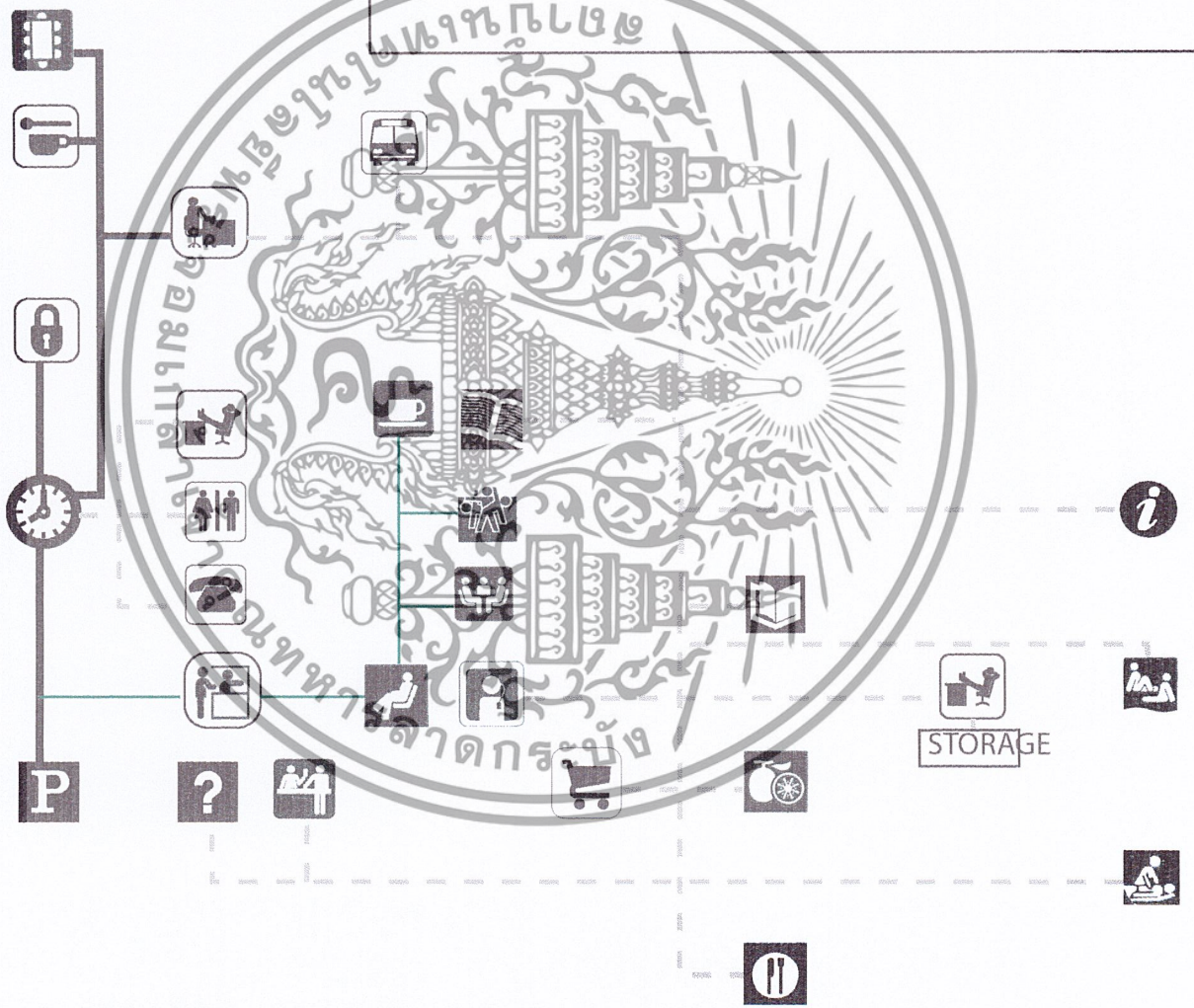


User Behavior (Library)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

โปรแกรม

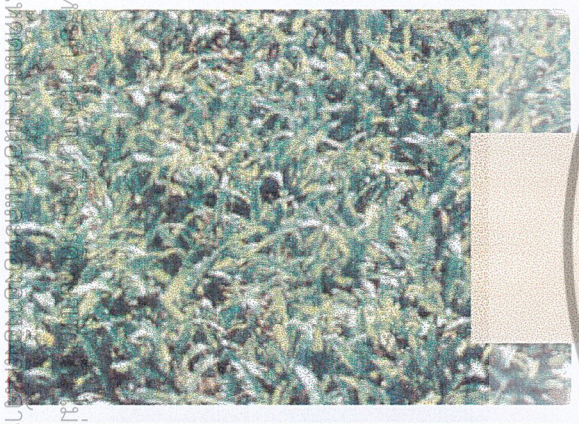


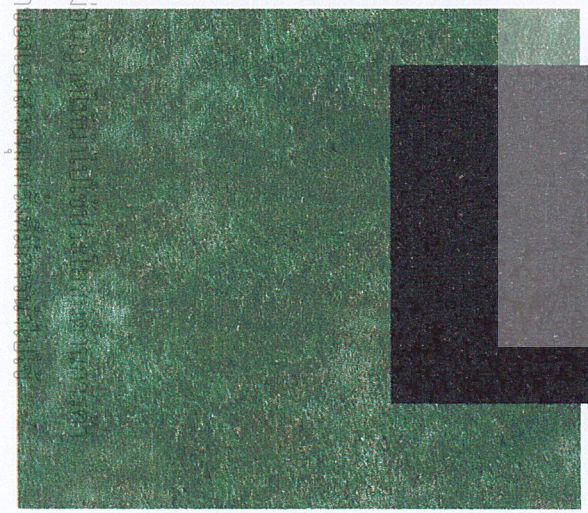
User Behavior (Office working)

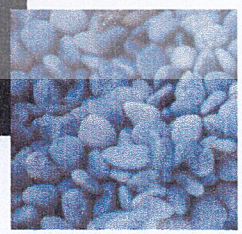
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

ตัวอย่างวัสดุ





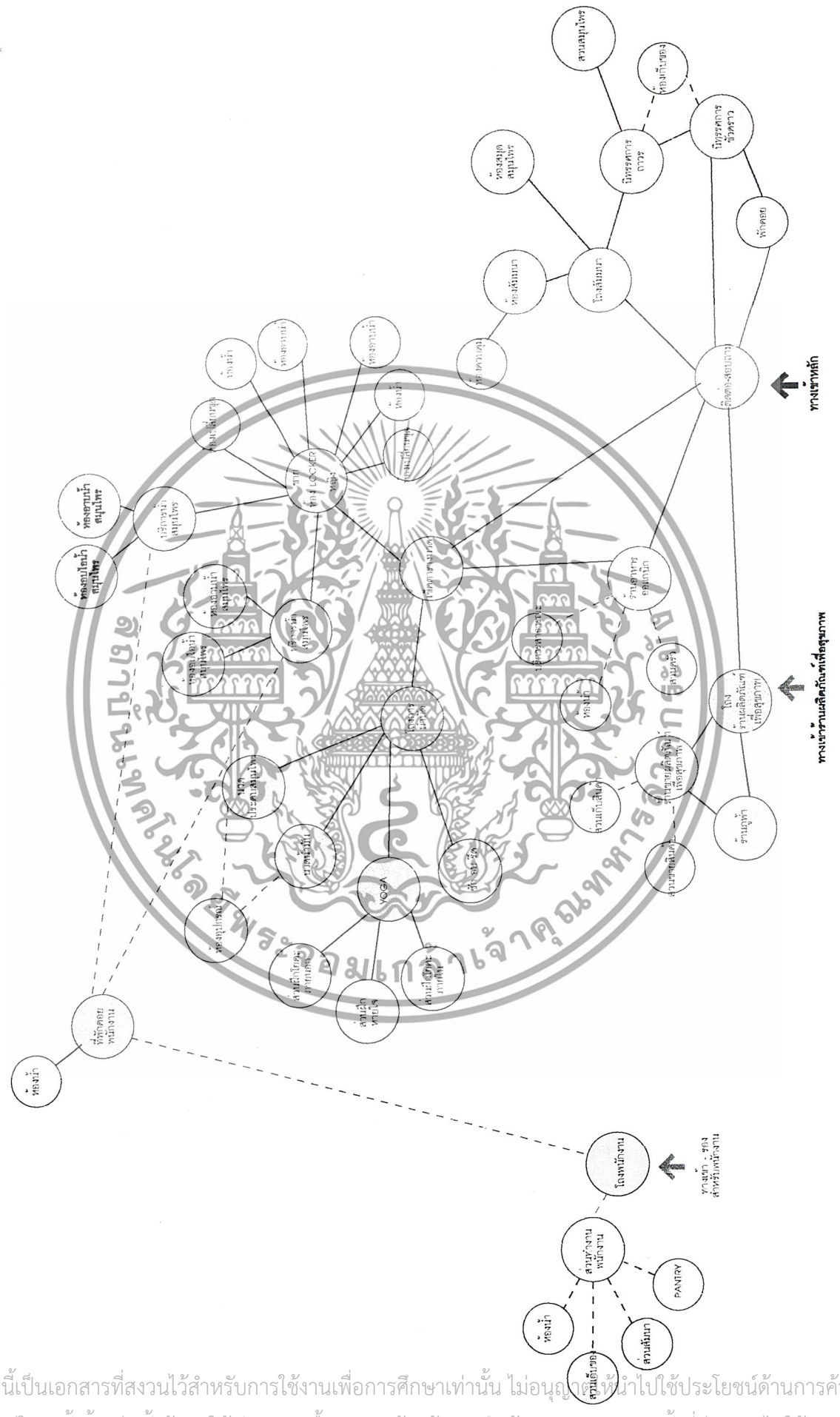






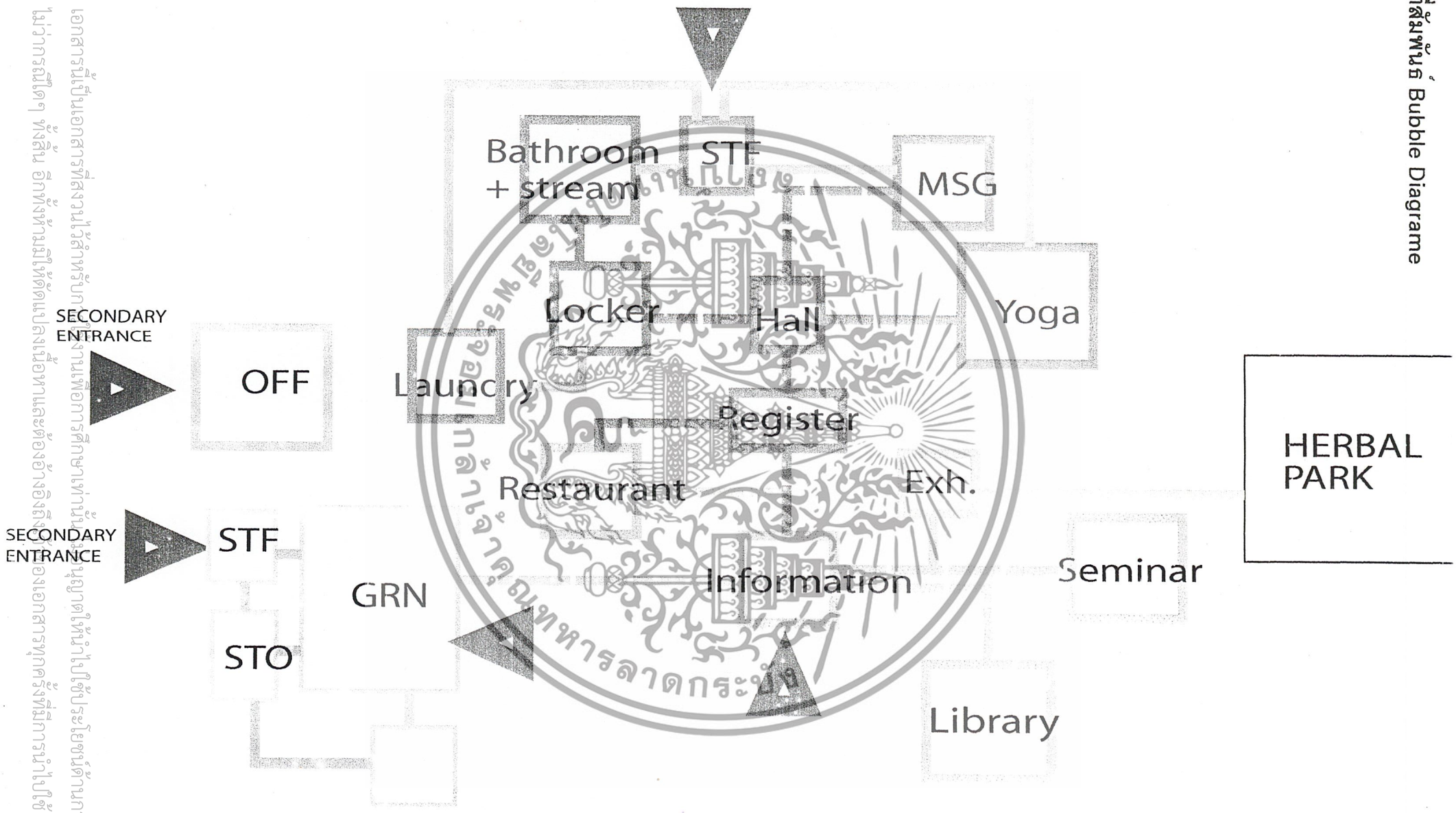
สำเนาถูกต้องตามต้นฉบับ กองทัพบก กรมสารบรรณทหาร ลาดกระบัง

6.1 วงกลมสัมพันธ์



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หน้าที่สัมพันธ์ Bubble Diagrame

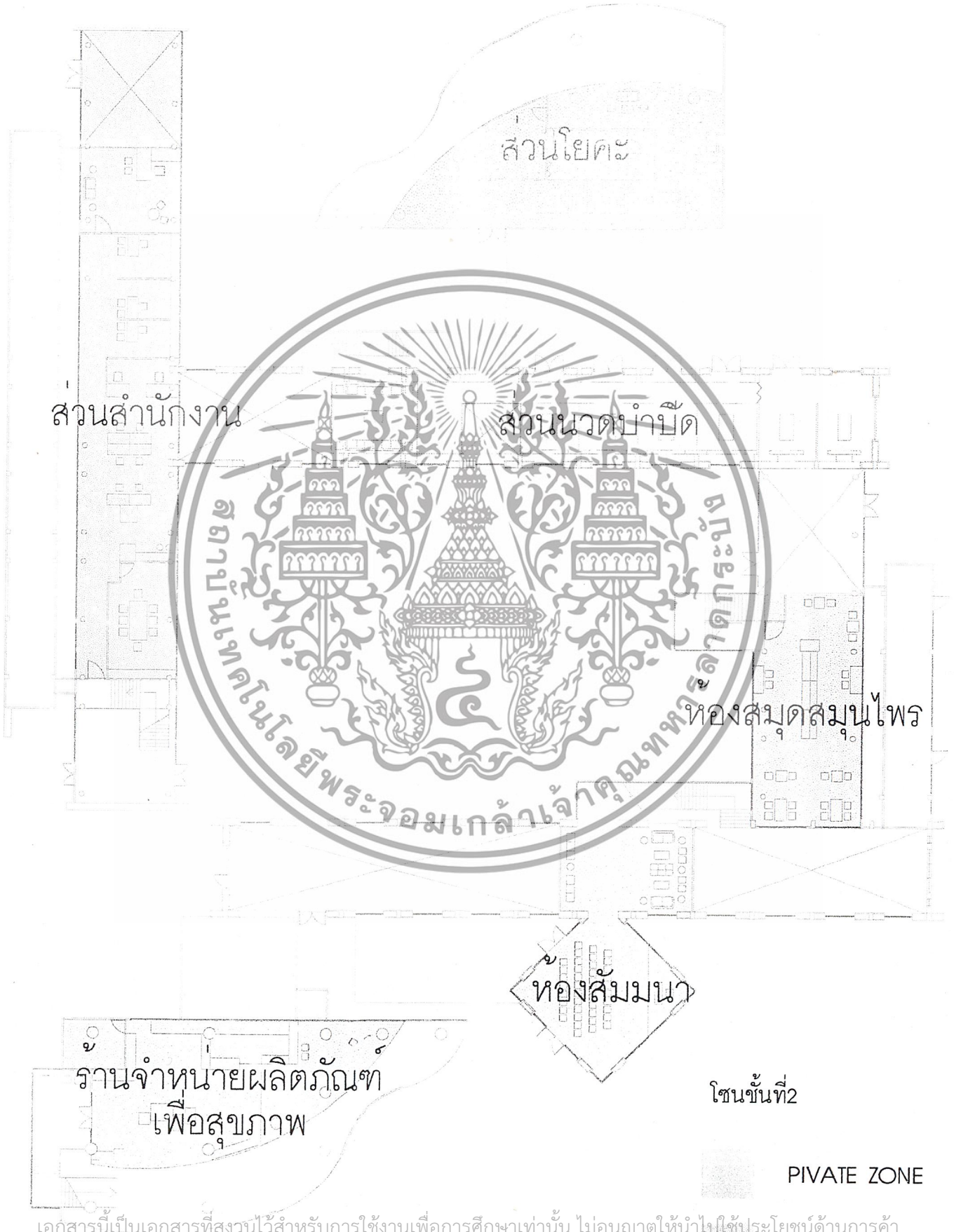


Zoning



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Zoning



สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

1

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

บทนำ

ปัญหาปัจจุบัน


การจราจร


ความเครียด


สุขภาพจิตใจ


คุณค่าทางโภชนาการ


ไม่มีเวลา

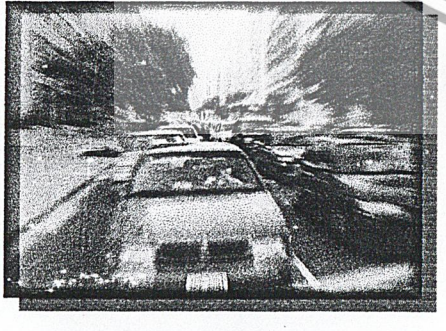
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

2

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

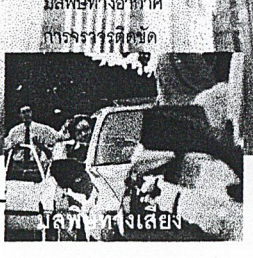
บทนำ



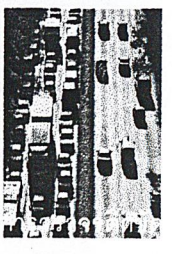
ปัญหาการจราจร

มลพิษทางเสียง
มลพิษทางอากาศ
การขาดระเบียบวินัย


มลพิษทางอากาศ


มลพิษทางเสียง



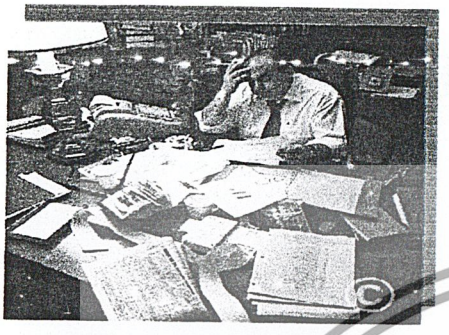



พักผ่อน

หลีกเลี่ยงเส้นทางบางเส้นทางเพื่อลดปัญหาการจราจร
การพักผ่อนสวนสาธารณะใกล้ที่พัก หรือ ที่ทำงาน

เอกสารนี้ใช้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทนำ



ปัญหาความเครียด

ปัญหาจากเพื่อนร่วมงาน
ปัญหาการแข่งขันของงาน
ปัญหาลูกค้า









ออกกำลังกาย

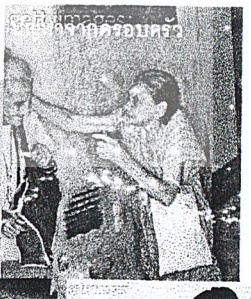
ความเครียดต่างๆ ที่เกิดจากที่ทำงาน ผ่อนคลายโดยการ
ออกกำลังกาย พักผ่อนหลังเลิกงาน

บทนำ



ปัญหาสุขภาพทางจิตใจ

ปัญหาจากครอบครัว
ปัญหาจากคนรอบข้าง
ปัญหาการการจราจร
ปัญหาเศรษฐกิจ











พบปะสังสรรค์

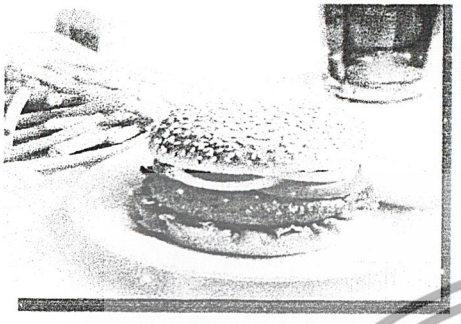
ปัญหาต่างๆ ที่ก่อให้เกิดผลทางจิตใจต้องเจอเป็นประจำ
นำไปสู่ปัญหาสุขภาพทางจิตใจ ดังนั้น ควรมีการสังสรรค์
หรือพบประพูดคุยในเรื่องต่างๆ ตามความสนใจ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ













หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหาร FAST FOOD หรือ
อาหารที่ไม่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ โดยการหันมาสนใจ
และรับประทานอาหารปลอดสารพิษ

ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร (คนเมือง)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ















คนเมืองมักขาดเวลาในการใส่ใจสุขภาพตัวเอง
ควรให้ความสำคัญกับการดูแลตัวเองด้วยวิธีง่าย ๆ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

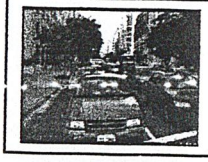
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

7

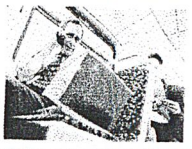
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

บทนำ







ปัญหาการจราจร | **ความเครียด** | **ปัญหาสุขภาพจิต** | **รับประทานอาหารผิดๆ** | **ไม่มีเวลา**

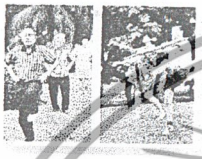
องค์ประกอบโครงการ

วัตถุประสงค์โครงการ



1. เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ หลีกเลี่ยง ปัญหาการจราจรในช่วงเวลาดับดัง

สวนสมุนไพร



2. ส่งเสริมสุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจ

ออกกำลังกายกลางแจ้ง โยคะ



3. เป็นที่พบปะสังสรรพูดคุยแลกเปลี่ยนทัศนคติความคิดเห็นในเรื่องสุขภาพ

สัมมนา ห้องสมุดสมุนไพร



4. สนับสนุนให้บริการอาหารเพื่อสุขภาพปลอดสารพิษ

ร้านอาหาร Organic Greenshop



5 ส่งเสริมและสนับสนุนการดูแลรักษาตัวเองอย่างง่ายๆ เบื้องต้น โดยการใช้สมุนไพร หรือวิธีธรรมชาติ

ธรรมชาติบำบัด

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

8

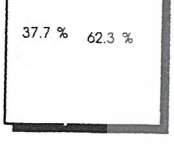
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

บทนำ

กลุ่มผู้ใช้โครงการ

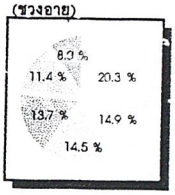
(อาหารปลอดสารพิษ)



กลุ่มคนกรุงเทพที่สนใจเรื่องสุขภาพ

(อาหารปลอดสารพิษ)	
เคยรับประทาน	62.3 %
ไม่เคยรับประทาน	37.7 %

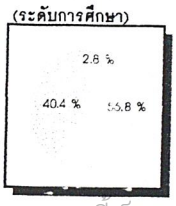
(ช่วงอายุ)



กลุ่มคนกรุงเทพที่สนใจเรื่องสุขภาพ

อาชีพ	
พนักงานบริษัท	20.3%
ข้าราชการ	14.9%
ค้าขาย / ธุรกิจส่วนตัว	14.5%
รับจ้าง	13.7%
รัฐวิสาหกิจ	11.4%
แม่บ้าน	8.00%

(ระดับการศึกษา)



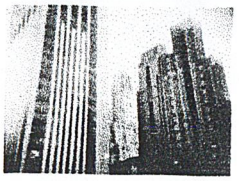
กลุ่มคนกรุงเทพที่สนใจเรื่องสุขภาพ

ระดับการศึกษา	
ปริญญาตรี	56.8 %
ต่ำกว่าปริญญาตรี	40.4 %
สูงกว่าปริญญาตรี	2.8%









จากการสำรวจจะพบว่าคนเมือง มีความใส่ใจในสุขภาพมาก
ซึ่งพบว่า กลุ่มอายุของคนที่ใส่ใจสุขภาพ
อยู่ในช่วงระดับปริญญาตรี - พนักงานบริษัท
ซึ่งเป็นช่วงอายุระหว่าง 20 - 50 ปี

ข้อมูลสถิติจากศูนย์วิจัยกสิกรไทย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ในการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

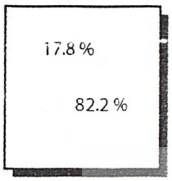
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ

กลุ่มผู้ใช้โครงการ

(กิจกรรมผ่อนคลาย)

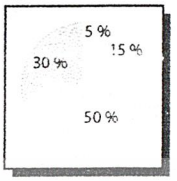


ลักษณะการออกกำลังกาย (คนเมือง)	
ออกกำลังกายไม่เสียค่าใช้จ่าย	82.2%
ออกกำลังกายเสียค่าใช้จ่าย	17.8%

กิจกรรมภายในสวนสาธารณะ

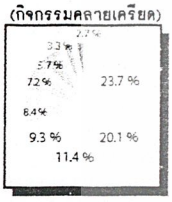


(กลุ่มอายุผู้มาใช้บริการ สวนสาธารณะ)

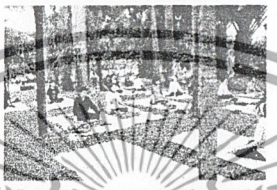


กลุ่มอายุผู้มาออกกำลังกายที่สวนสาธารณะ	
ช่วงอายุ	
15-29 ปี	5%
20-29 ปี	15%
30-39 ปี	50%
50-60 ปี	30%

(กิจกรรมคลายเครียด)



ความสนใจกิจกรรมผ่อนคลายความเครียดของคนกรุงเทพ	
ออกกำลังกาย	23.7 %
ฟังวิทยุ	20.1 %
ทะเบียร	11.4 %
นอนพักผ่อน	9.3 %
ดู ทีวี	8.4 %
อ่านหนังสือ	7.2%
จ๊อบปิ้ง	5.7%
ดูภาพยนตร์	3.3%
ปลูกต้นไม้	2.7%



โดยกลุ่มคนเมืองส่วนใหญ่
นิยะออกกำลังอย่างง่ายด้วยการวิ่งหรือเดินตามสวนสาธารณะ
ซึ่งเป็นกิจกรรมคลายเครียดจากทำการทำงาน ของคนกรุงเทพฯได้
กลุ่มอายุที่มาใช้บริการสวนสาธารณะ อยู่ในช่วงอายุ 30 - 60 ปี
เป็นส่วนมาก



ข้อมูลสถิติจากศูนย์วิจัยกสิกรไทย

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

ที่ตั้ง - อาคาร

ผู้ใช้โครงการ

อายุ	27-50 ปี
อาชีพ	พนักงานบริษัท ค้าขาย /รูรกิจส่วนตัว
การศึกษา	ระดับปริญญาตรี
ประเภทความสนใจ	อาหารเพื่อสุขภาพ ออกกำลังกายเป็นประจำ
สถานที่นิยมออกกำลัง	สวนสาธารณะ Fitness center
เวลาในการเดินทาง	1 ชั่วโมง
ลักษณะการเดินทาง	รถยนต์ส่วนตัว
ช่วงเวลาที่นิยมออกกำลัง	ช่วงเย็นหลังเลิกงาน และช่วงเช้า
สวนสาธารณะที่นิยม	สวนลุมพินี สวนหลวง ร.๙ สวนจตุจักร

ทิศเหนือ ถนนสารสิน

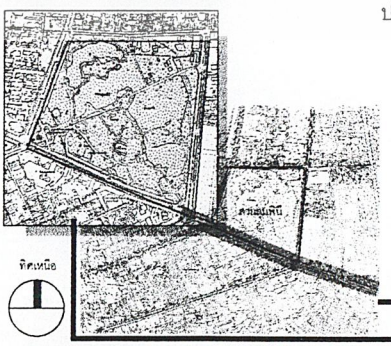


ตำแหน่งที่ตั้งของ site อยู่ภายในสวนลุมพินี
พื้นที่ 360 ไร่
ที่ตั้ง ถนนพระรามที่ 4 เขต ปทุมวัน กรุงเทพมหานคร

ทิศใต้ ถนนพระรามที่4







ทิศเหนือ	ถนนสารสิน
ทิศใต้	ถนนพระรามที่4
ทิศตะวันออก	ถนนวิทยุ
ทิศตะวันตก	ถนนราชดำริ

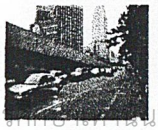
เหตุผลสนับสนุนโครงการ

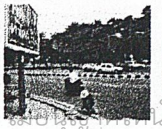
1. พ.ร.บ. สุขภาพแห่งชาติ
2. การปฏิรูปสุขภาพ (กระทรวงสาธารณสุข)
3. นโยบายภายใน ของสวนสาธารณะลุมพินี



ทิศตะวันตก ถนนราชดำริ









ทิศตะวันออก ถนนวิทยุ



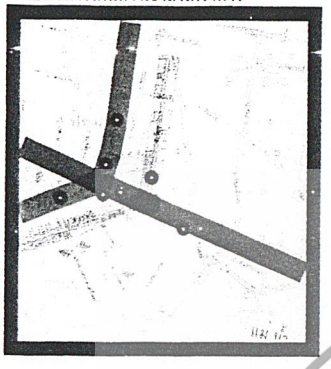
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

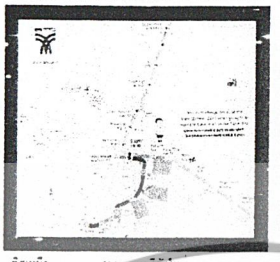
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

ที่ตั้ง - อาคาร

ลักษณะการเดินทางเข้าถึงโครงการ

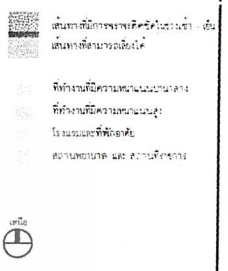


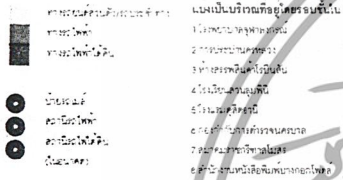
แสดงเส้นทางความเป็นไปได้ในอนาคต



แผนที่ แสดง ZONE ของพื้นที่โดยรอบ







การเดินทางเข้าถึงโครงการ



ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

กิจกรรมบริเวณคอนข้างสงบเงียบ



กิจกรรมโยคะ



กิจกรรมวิ่ง

กิจกรรมบริเวณคอนข้างเสียงดัง



สนามเด็กเล่น



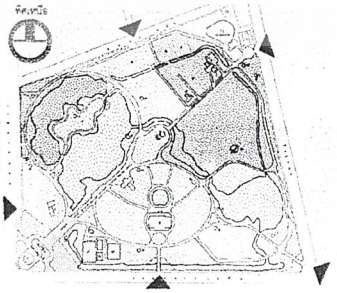
ห้องสมุดประชาชน



กิจกรรมรำพัด



กิจกรรม ร่ำไทเก็ก



- บริเวณสงบเงียบ
- บริเวณคอนข้างสงบเงียบ
- บริเวณคอนข้างเสียงดัง
- บริเวณใช้เสียงดัง
- ที่จอดรถ
- ประตูทางเข้า

กิจกรรมบริเวณสงบเงียบ



ฝึกโยคะ



ฝึกการนวด

กิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในสวนลุม

กิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในสวนลุมสวนใหญ่เป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยแบ่งเป็น ZONE ดังนี้

กิจกรรมที่เกิดขึ้นบริเวณนี้ๆ	กิจกรรมบริเวณคอนข้างเงียบ	กิจกรรมคอนข้างใช้เสียง	กิจกรรมบริเวณที่เสียงดัง
1.นั่งสมาธิ 2.ไม่มีการทำ กิจกรรมใดๆ	1.รำมวยจีน 2.ไทเก็ก 3.ชี่กง 4.โยคะ 5.หมากฮอส	1.สนามเด็กเล่น 2.กิจกรรมเข้าจังหวะ 3.รำกระบี่ 4.รำพัด	1.A808C 2.ร้านอาหาร 3.ร้องเพลง 4.ลีลาศ

ดังนั้น กิจกรรมที่สอดคล้องกับโครงการ และ วัตถุประสงค์ของโครงการ คือ **บริเวณที่มีการใช้ เสียงดังพอสมควร - เสียงค่อนข้างน้อย - เงียบ** เช่น นั่งสมาธิ ,รำมวยจีน ,รำกระบอง ฯลฯ

กิจกรรมบริเวณใช้เสียงดัง



ลีลาศ



ศูนย์เยาวชนลุมพินี



ศูนย์อาหาร (ภายในสวนลุม)



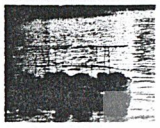
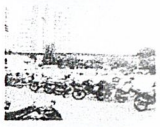
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

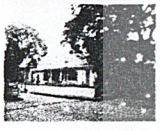
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

ที่ตั้ง - อาคาร

องค์ประกอบบริเวณภายในสวนลุม







ตารางพิจารณาเปรียบเทียบที่ตั้ง

ลักษณะพึงประสงค์	1		2		3	
1. เส้นทางการคมนาคมเบาบาง เพื่อใช้หลีกเลี่ยงเส้นทางในช่วง คับขัน	ทิศตะวันตก -ถนนราชวิถี ทิศใต้ -ถนนพระรามที่ 4	1	ทิศตะวันตก -ถนนอุทยานตำรวจ ทิศใต้ -ถนนพระรามที่4	1	ทิศตะวันออก -ถนนวิทยุ ทิศเหนือ -ถนนสารสิน	1
2.กิจกรรมภายในบริเวณสอด คล้องกับ กิจกรรมและวัตถุ ประสงค์โครงการ	กิจกรรมส่วนใหญ่เป็น AROMA กิจกรรมที่ สอดคล้องกับโครงการ สามารถรองรับได้	1	มีร้านอาหาร และร้าน ให้เลือกบ้าง , FITNESS	4	มีกลุ่มนั่งสมาธิ,ร้านกระบอง และร้านให้เลือก	4
3.มีพื้นที่จอดรถใกล้กับบริเวณจอดรถ ในโครงการ	มีพื้นที่จอดรถ	4	มีพื้นที่รองรับเพียงพอ รองรับในอนาคต	1	มีพื้นที่รองรับบริเวณ จอดรถได้ 700-800 คัน	4
4.ต้องการพื้นที่กลุ่มตรงที่ใช้ในสวน ลุมกิจกรรมกลางแจ้ง และการเพิ่ม พื้นที่ในอนาคต	มีพื้นที่รองรับได้บ้าง รับการขยายในอนาคต	1	มีพื้นที่รองรับที่จอดรถ	4	มีพื้นที่รองรับได้เพียงพอ รองรับในอนาคต	4
5.มีพื้นที่รองรับในกรณีมีการเข้าใช้ ของกลุ่มผู้ใช้หลายประเภท	มีศูนย์ฝึกกิจกรรมในร่ม และสระว่ายน้ำ ศูนย์ของสวนลุมนี้	4	ร้านอาหาร FITNESS	1	ศูนย์สร้างจินตภาพเด็ก, อาคารอารุโณเมืองแห่ง กรุงเทพฯ ลานตะวันใส	4
สรุปการวิเคราะห์	11		11		20	



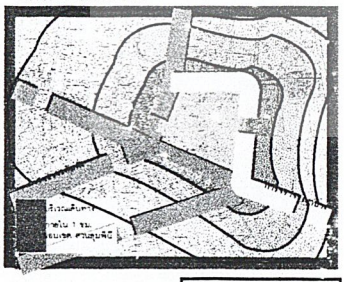
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

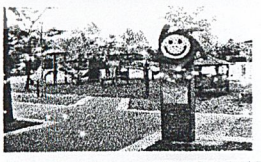
1. พื้นที่ครอบคลุมบริเวณที่สามารถมาสวนลุมภายใน 1 ชม.
พิจารณา ชั่วโมงคับขัน



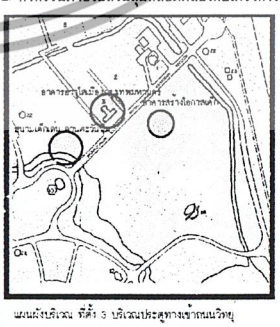
เส้นทางเดินทางโดยรอบ

ทัศนียภาพโดยรอบบริเวณสวนลุม - ลิฟ - สาทร



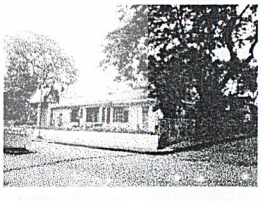

2. กิจกรรมภายในสวนลุมที่สอดคล้องกับโครงการ



แผนผังบริเวณ ที่ตั้ง 5 บริเวณประตูทางเข้าสวนวิทยุ

กิจกรรมโดยรอบบริเวณ
1.วิ่งออกกำ
2.เดินเล่น
3.พักผ่อนหย่อนใจ
4.นั่งสมาธิ - ว่ายน้ำ
5.สนามเด็กเล่น
6.FITNESS (อาคารอารุโณเมือง)
7.ร้านกระบอง

อาคารอารุโณเมืองกรุงเทพมหานคร





กิจกรรมที่เกิดขึ้นบริเวณอาคารอารุโณเมือง กรุงเทพมหานคร

อาคารร้านอาหารเด็ก



ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

15

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

องค์ประกอบโครงการ		พื้นที่ที่ต้องการ		ลักษณะของอาคารพึงประสงค์
ส่วนการบำบัดรักษา - นวด / ประคบสมุนไพร - อบไอน้ำสมุนไพร		- ต้องการพื้นที่ในแนวนอน รองรับกิจกรรมที่เกิดขึ้นในส่วนการบำบัด ไม่จำเป็นต้องใช้ space ในทางตั้ง		
ส่วนร้านค้า -ร้าน อาหารเพื่อสุขภาพ ร้าน Green shop		- ต้องการ space ที่โล่ง กว้าง พอสมควร เพื่อรองรับขนาดที่แตกต่างกันไปตามประเภทของสินค้า		
ส่วนบริการด้านความรู้ -หอสมุด -สวนสัมมนา		- ต้องการอาคารที่มี พื้นที่แยกเป็นสัดส่วน เพื่อความเป็นส่วนตัวและสงบที่ต้องการสมาธิ และ สามารถรับชมธรรมชาติสามารถสอดแทรกรวมกับอาคารได้		
ส่วนออกกำลังกายกลางแจ้ง -สวนสมุนไพร -โยคะ		- ต้องการอาคารตูโปร่ง และโครงไม่ทึบตันเพื่อต้องการได้แสงจากธรรมชาติ และสามารถเชื่อมต่อ ความสัมพันธ์ระหว่างสวนสมุนไพร (outdoor) กิจกรรม		

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

16

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

อาคารศูนย์ธรรมชาติวิทยา(ดอยสุเทพ)

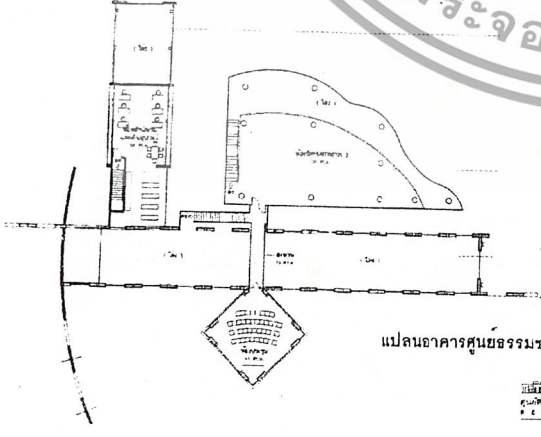
โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการเพื่อ

-เป็นสถานที่จัดกิจกรรมให้ความรู้แก่ประชาชน

-เป็นสถานที่ฝึกงานของนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่

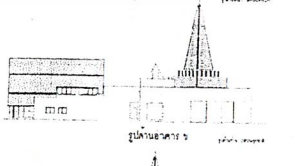
-เป็นศูนย์จัดแสดงเกี่ยวกับดอยสุเทพ

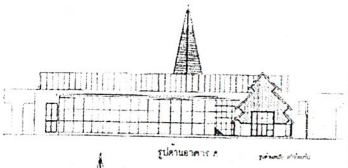
-เป็นแหล่งค้นคว้า วิจัย และเผยแพร่ข้อมูลทางวิชาการ



แปลนอาคารศูนย์ธรรมชาติวิทยา











รูปตัดอาคาร



รูปตัดอาคาร

นี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

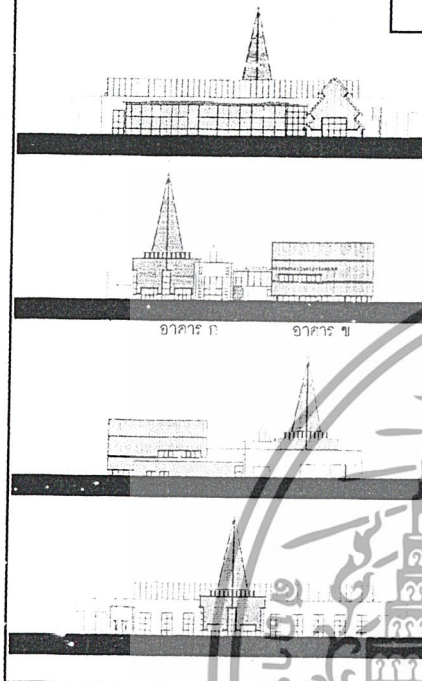
16-1

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

วิเคราะห์อาคารภายนอก



พื้นที่ภายในโล่ง โปร่ง เหมาะกับกิจกรรมที่ต้องการพื้นที่โล่งกว้าง สามารถเปิดรับอากาศบริสุทธิ์โดยรอบบริเวณได้เป็นอย่างดี

พื้นที่ภายในสูงโปร่งเป็นทางยาว สามารถเชื่อมกิจกรรมต่างๆ เข้าด้วยกัน (ในอาคาร ก) พื้นที่ 2 ชั้น สามารถนำหน.ดกิจกรรมที่เกิดขึ้นภายในโครงการเป็น.สรน.ก ได้(ในอาคาร ข)

พื้นที่ชั้นเดียว จึงเหมาะกับกิจกรรมที่เป็นการจัดแสดงต่างๆ เช่น นิทรรศการถาวรของโครงการ โดยสามารถเชื่อมกับสวนจัดนิทรรศการภายนอกได้

จากรูปลักษณ์ภายนอกที่โดดเด่น, กำหนดให้เป็นทางเข้าหลักโดยพื้นที่ชั้น 2 เป็นส่วนของพื้นที่เหมาะกับสวน ห้องสัมมนา

- ร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
- โยคะ
- ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ
- ส่วนอ่านหนังสือ
- ธรรมชาติบำบัด
- ส่วนจัดนิทรรศการ
- ห้องสัมมนา
- ส่วนประชาสัมพันธ์

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

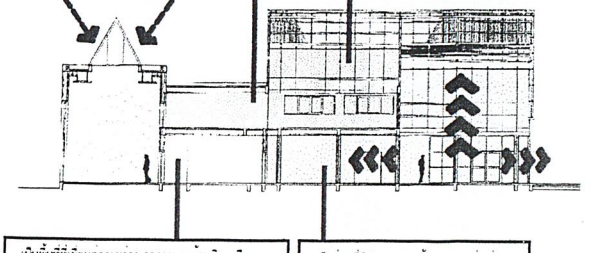
16-2

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

ที่ตั้ง - อาคาร

วิเคราะห์พื้นที่อาคารภายใน

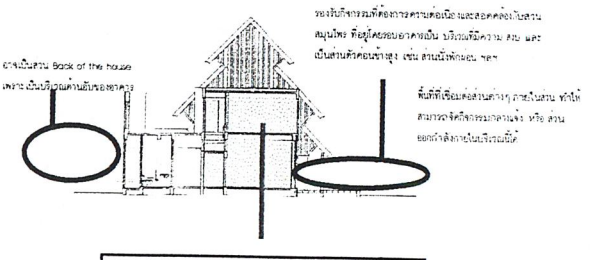


พื้นที่กว้าง แต่มีความสูงมากพอ อาจจะไม่เหมาะสมกับกิจกรรมที่ต้องใช้พื้นที่ทางแนวตั้ง โดยอาจจะเป็นสวนเลี้ยงนิทรรศการ หรือ เป็นสวนลอยฟ้า หรืออาจจะทำเป็น Double floor สำหรับรองรับกับกิจกรรมสวนด้านล่างที่ต้องการพื้นที่ทางแนวตั้ง

พื้นที่ภายในอาคารของเรื่อง 2 ชั้น Open to below ทำให้เกิดความรู้สึกโปร่ง สบายไม่อึดอัด ดังนั้นกิจกรรมในสวนนี้ควรจะเป็นกิจกรรมที่เป็นการพักผ่อนคลาย บรรยากาศสบายๆ เช่น สวนพักผ่อนคลาย (ม.ปอ้น้ำสมุนไพร) หรือ ส่วนห้องสมุด

เป็นบริเวณที่มีแสงเข้ามาภายในอาคารเนื่องจากรับสุหลังคา เป็นหลังคาโปร่งแสง จึงเหมาะที่จะใช้เป็นสวนจัดนิทรรศการที่เปิดโล่ง,สวนทางเดินที่ต้องการแสงธรรมชาติเข้ามา

เป็นบริเวณที่สงบ และมีความเป็นส่วนตัว ที่สำคัญยังสามารถ



รองรับกิจกรรมที่ต้องการความต่อเนื่องและสอดคล้องในสวนสมุนไพร ที่อยู่โดยรอบอาคารเป็น บริเวณที่มีความ สงบ และเป็นส่วนที่ค่อนข้างสูง เช่น สวนนั่งพักผ่อน ฯลฯ

อาจเป็นส่วน Back of the house เพราะเป็นบริเวณด้านติดกับอาคาร

พื้นที่ที่เชื่อมต่อกับส่วนต่างๆ ภายในสวน ทำให้สามารถจัดกิจกรรมกลางแจ้ง หรือ สวนนอกกำลังภายในบริเวณนี้ได้

เป็นพื้นที่ที่เชื่อมต่อระหว่าง อาคารทางด้านทิศเหนือ และทางด้านทิศใต้ และ เป็น core ของอาคารทั้ง 2 ดังนั้นกิจกรรมที่เกิดขึ้น น่าจะเป็นกิจกรรมที่ต้องการความต่อเนื่องระหว่าง 2 อาคาร หรืออาจเป็นสวนต้อนรับ

เป็นสวนที่มี span เสากว้างสามารถต่อเชื่อมไปยังสวนสวนด้านนอกได้ อาจจะเป็นส่วนที่ต้องการลงสวนเฉยๆ เป็นสวนตัว โดยได้สัมผัสส่วนธรรมชาติ

ที่ที่ที่ต้องการความเป็นส่วนตัว และห้องประชุมขนาดเล็กรองรับโครงการได้ ตั้งอยู่ในบริเวณ Good view อาจจะเป็นสวนห้องนอน หรือ ประชุมสมุนไพรได้ และมีห้องน้ำอยู่ใกล้เคียง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

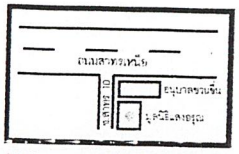
17-1

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

กรณีศึกษา

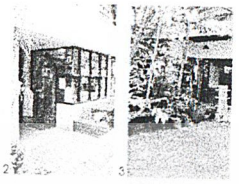
อาศรมแสงอรุณ

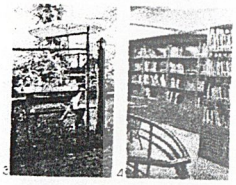


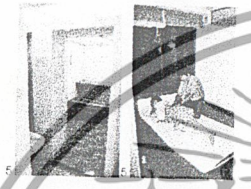
ที่ตั้งอาศรมแสงอรุณ

64 ซอยศึกษาวิทยา ถนนสาทรเหนือ แขวงสีลม เขตบางรัก กรุงเทพฯ

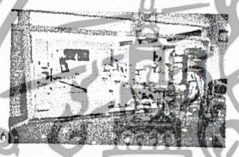


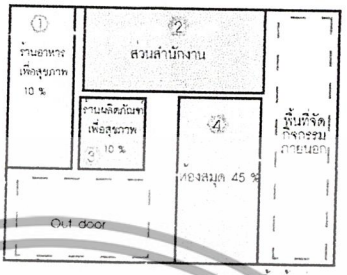












ผังพื้นชั้นล่าง



ผังพื้นชั้นบน



กิจกรรมในโครงการ

1.ร้านอาหารสุขภาพ
2.ร้านผลิตภัณฑ์ธรรมชาติ
3.ร้านนวดไทย แผนโบราณ
4.ห้องสมุดสมุนไพร
5.สถานที่ออกกำลังกาย
6.ร้านน้ำผลไม้
7.สถานที่อบรมและกิจกรรมบริการ

กลุ่มเป้าหมาย

-ผู้ใช้บริการคนทำงาน (ย่านสีลมและสาทร) เพื่อใช้เวลาว่างหลังเลิกงานหรือช่วงวันหยุด
-กลุ่มรายได้ปานกลางถึงคนมีฐานะสูง

การตกแต่ง

การตกแต่งที่เรียบง่ายไม่เน้นการตกแต่งที่หรูหรา เน้นความเป็นธรรมชาติและเป็นกันเอง มีการนำแสงธรรมชาติภายนอกมาใช้ในส่วนต่างๆของโครงการ เช่น โถงบันได มีบริเวณที่ทำผ้อนของที่มาออกกำลังกายโดยจัดเป็นสวนไม้ดอกและบริเวณที่ร่มรื่นเหมาะกับการพักผ่อนเป็นอย่างมาก

ลักษณะการดำเนินงาน

อยู่ในความดูแลของมูลนิธิสานแสงอรุณ
เป็นมูลนิธิที่ไม่แสวงหาผลประโยชน์

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

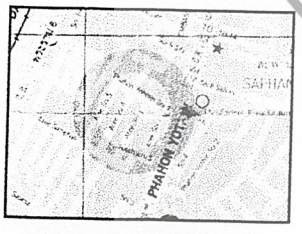
17-2

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

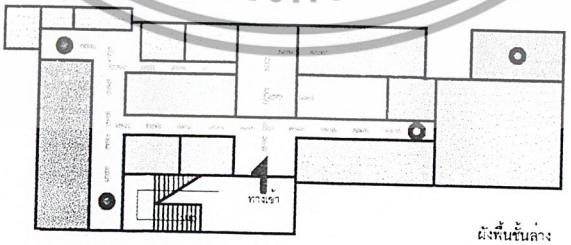
กรณีศึกษา

อายุรเวทวิทยาลัย



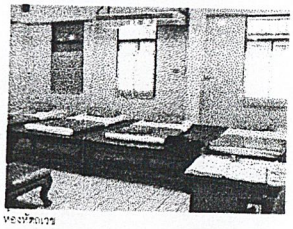
ที่ตั้งอายุรเวทวิทยาลัย

รอยต่อ ถนนพหลโยธิน



ผังพื้นชั้นล่าง

ห้องอบสมุนไพร/ห้องน้ำ | ห้องตรวจ/นักเรียน | โรงพักคอย | ห้องนวด
ห้องตรวจ | ห้องทัศนศึกษา | ห้องรับยา | ห้องชำระเงิน



ห้องทัศนศึกษา

กิจกรรมในโครงการ

1. สถานศึกษา
2. สถานพยาบาล
-นวดแผนไทย
-ประคบสมุนไพร
-อบไอน้ำสมุนไพร

ลักษณะการดำเนินงาน

มูลนิธิที่ไม่แสวงหาผลประโยชน์ ในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้จัดตั้งขึ้น โดย ศ.นพ.อายุ เกตุสิงห์

วัตถุประสงค์

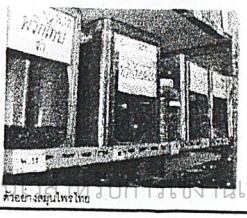
เพื่อให้เห็นความสำคัญของการผลิตแพทย์แผนโบราณประยุกต์



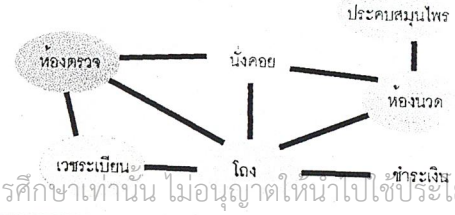
ห้องตรวจโรค



ห้องประคบน้ำสมุนไพร



ห้องย่างสมุนไพรไทย



Bubble Diagrame

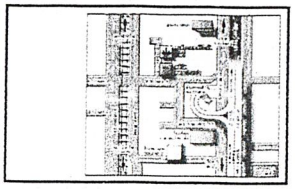
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

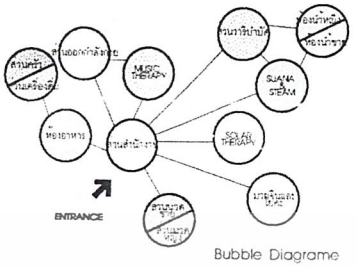
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

ศูนย์ธรรมชาติบำบัดเขาค้อ



ที่ตั้ง



Bubble Diagrame

วัตถุประสงค์โครงการ

1.เตรียมการสถานที่พักผ่อนหย่อนใจจากการทำงาน
2.ให้กลับสถานที่ทำงาน
3.ปลอดภัย

กิจกรรมภายในโครงการ

1.อดเพื่อสุขภาพ (Fasting for Health) การใช้ระบบ เพื่อบำบัดเพื่อสุขภาพของร่างกาย
2.ครัวธรรมชาติ (Organic Kitchen) อาหารปลอดสารพิษเพื่อสุขภาพ
3.การบริหารบำบัด (Health Exercise) อุปกรณ์บริหารร่างกาย การวางแนวทางสำหรับร่างกายให้เหมาะสมกับและบุคคลภายใต้การควบคุมอย่างใกล้ชิด
4.ไทเก๊กและโยคะ (Taichi and Yoga)
5.การบำบัด (Hydro Therapy)
6.นวดรักษา (Massage Therapy)
7.สมาธิบำบัด (Meditation Cure)
8.เสริมสุขภาพด้วยแสงตะวัน (Solar Therapy)

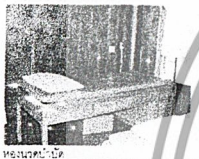
กลุ่มเป้าหมาย

1.กลุ่มรักสุขภาพ
2.นักธุรกิจ คนทำงาน
3.ผู้ชายใช้ปานกลางถึงคอนข้างสูง

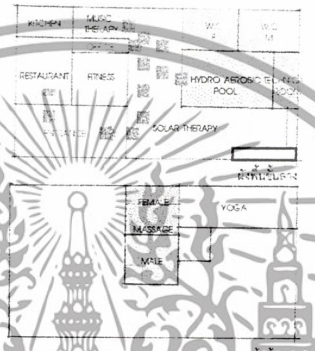

สวนออกกำลังกาย


สวนนวด


บริเวณทางเข้าอาคารโครงการ


ห้องนวดบำบัด


ห้องบำบัด



ศูนย์วิทยทรัพยากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ในพระบรมราชูปถัมภ์สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

กิจกรรมของโครงการ

ลักษณะกิจกรรมภายในโครงการ ศูนย์สุขภาพสวนสมุนไพร (คนเมือง)

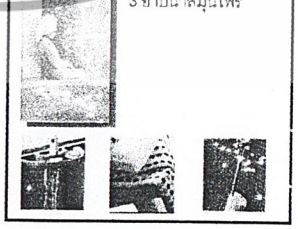
1.นวดแผนไทยประคบไพล



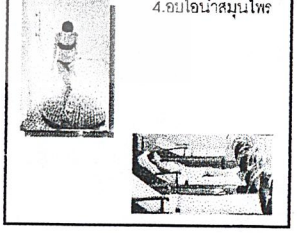
2.นวดน้ำมัน



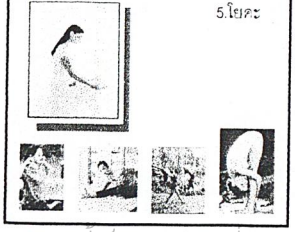
3.อาบน้ำสมุนไพร



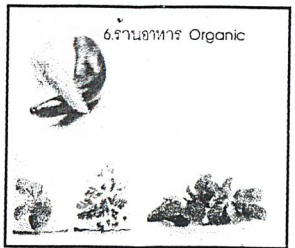
4.อบไอน้ำสมุนไพร



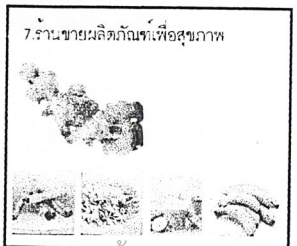
5.โยคะ



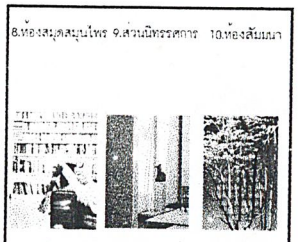
6.ร้านอาหาร Organic



7.ร้านขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ



8.ห้องสมุดสมุนไพร 9.สวนนิทรรศการ 10.ห้องสัมมนา



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

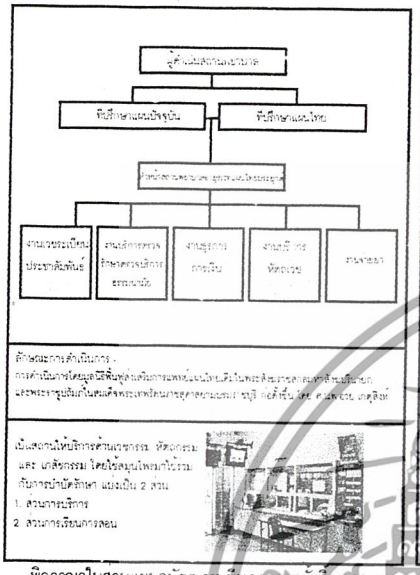
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

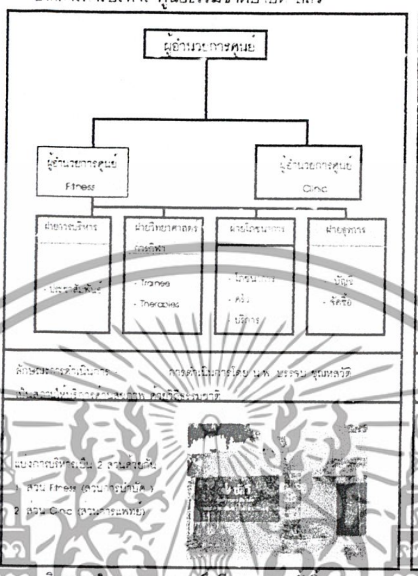
กรณีศึกษา

องค์กรบริหาร

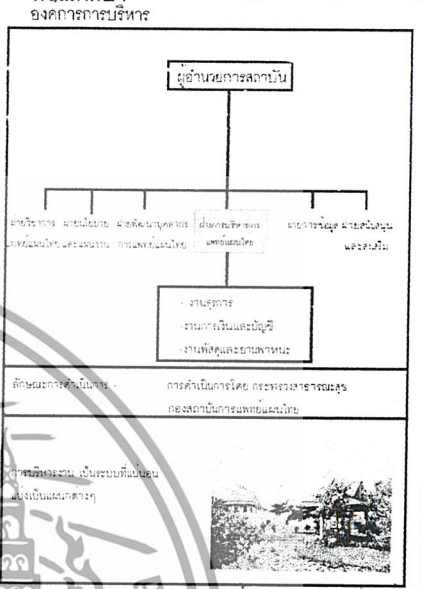
กรณีศึกษา
องค์การการบริหาร อายุรเวทวิทยาลัย (ส่วนการบริการ)



กรณีศึกษา
องค์การการบริหาร ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี



กรณีศึกษา
องค์การการบริหาร



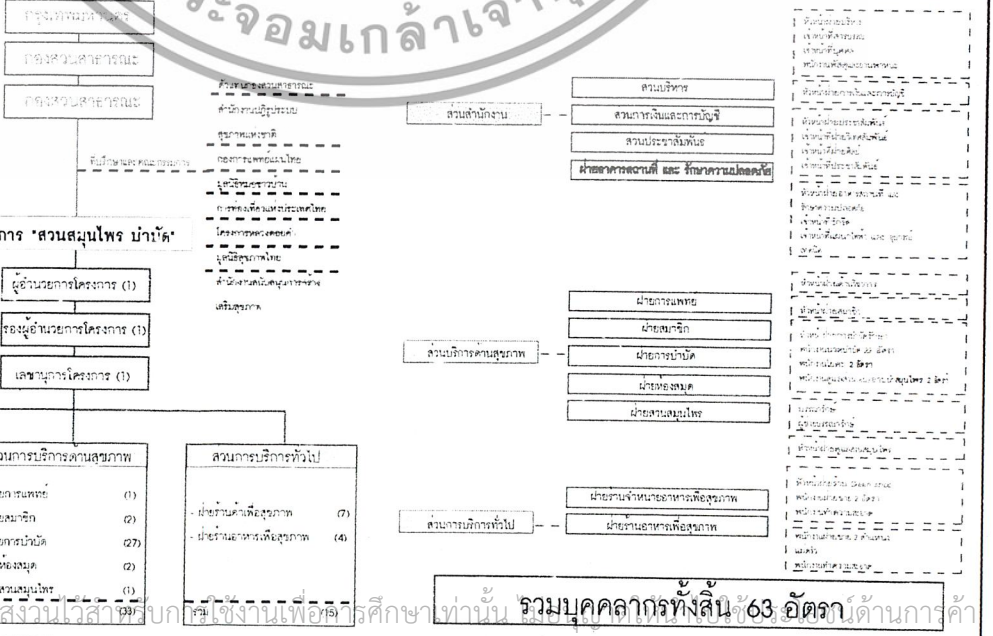
พิจารณาในส่วนแผนกหัตถเวช มีบุคคลากรทั้งสิ้น 15 คน พิจารณาในส่วน Fitness ซึ่งมีบุคคลากรทั้งสิ้น 6 คน พิจารณาในสายการบริหารการแพทย์แผนไทยทำงาน ที่เป็นระบบ

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

องค์การการบริหาร สวนสมุนไพร บำบัด

องค์กรการทำงาน



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

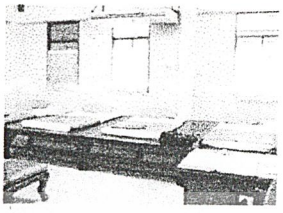
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

อายุรเวทวิทยาลัย (ส่วนนวดบำบัด)

ลงทะเบียน
↓
รอเรียกชื่อ
↓
เข้าห้องตรวจโรค
↓
ชำระเงิน (ฝ่ายการเงิน)
↓
ขั้นตอนรักษา
↓
รับยาสมุนไพรของจ่ายยา | อบสมุนไพร (ห้องอบสมุนไพร) | นวด ประคบ แผนกหัตถเวชกรรม

ผังพฤติกรรมผู้ใช้โครงการ



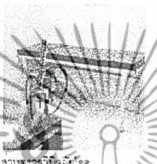
สวนนวด

- การใช้วัสดุเนื่องเคลือบสีฟ้าเพื่อสุขอนามัย การทำความสะอาดง่าย ไม่ดูดซึม
- แต่ความชื้น ไม่ทนต่อสารเคมีที่มีฤทธิ์กัดกร่อนสูง

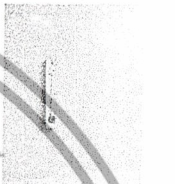


สวนอบไอน้ำ

- การใช้วัสดุเนื่องเคลือบสีฟ้า ทำให้แนวห้องกว้างและดูสว่างสดชื่น
- ห้องอบไอน้ำนี้สามารถจุคนได้ 1-2 คนต่อครั้ง
- การใช้วัสดุในส่วนนี้ต้องการให้สามารถทำความสะอาดได้ง่าย ไม่สะสมความชื้น
- ในส่วนห้องอบไอน้ำนี้ยังขาดความใกล้ชิดกับธรรมชาติ



สวนสมุนไพรในร่ม





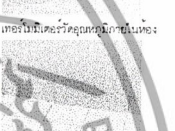
บริเวณเก็บอุปกรณ์ภายในห้องอบไอน้ำ



บริเวณเตียงนวด



บริเวณเตียงนวดในห้องวีไอพี



เทอร์โมมิเตอร์วัดอุณหภูมิภายในห้อง



บริเวณก่อสร้างไม่ที่มีความร้อนแรก

จำนวนพนักงาน	= 18 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 27-30 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 44.28 ตร.เมตร

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

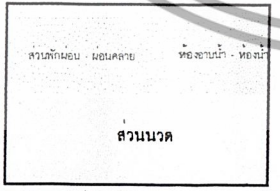
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

ศูนย์ธรรมชาติบำบัด บัลวี



ส่วนนวดบำบัด
- นวดแผนไทย
- นวดน้ำมัน



การจัดโซนภายในห้องนวด

สุพรรษมาศรม (กระทรวงสาธารณสุข)



ส่วนนวดบำบัด
- นวดแผนไทย
- นวดราชสำนัก
- นวดทั่วไป
- การประคบสมุนไพร

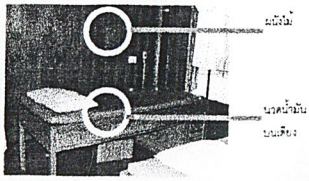
กลุ่มผู้ใช้ กลุ่มคนที่มีปัญหาเรื่องสุขภาพ อายุประมาณ 40 ปีขึ้นไป

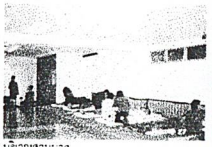
ส่วนนวดบำบัด



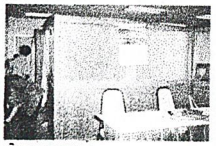


บริเวณส่วนเตียงนวดที่มีการออกแบบให้สามารถเก็บอุปกรณ์การนวดได้





บริเวณส่วนนวด

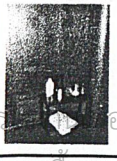


บริเวณส่วนตรวจหน้าห้องประคบสมุนไพร



ส่วนนวดบำบัด

จำนวนพนักงาน	= 6 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 4-6 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 52 ตร.เมตร



บริเวณส่วนเก็บอุปกรณ์การนวด

จำนวนพนักงาน	= 53 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 100 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 384 ตร.เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

ศูนย์หฐราชาโยคาศรม

ที่ตั้ง ตั้งอยู่ในอาคาร Hollywood street (ระแวกราชเทวี)

ลักษณะการดำเนินงาน - เอกชน

กลุ่มผู้ใช้ - กลุ่มแม่บ้าน และ กลุ่มคนทำงานในตัวเมือง อายุระหว่าง 25 - 60 ปี

ลักษณะการบำบัด
- นวดแผนคลาย
- นวดบำบัด
- นวดหน้า

ส่วนนวดบำบัด | ส่วนนวดผ่อนคลาย | ส่วนรับประทานอาหาร

ทางเข้า + ประชาสัมพันธ์

locker | ส่วนโยคะ

การจัดโซนภายในบริเวณศูนย์

ห้องนวดคลุมคลาย และนวดหน้า

อุปกรณ์ในห้องนวดบำบัด และนวดผ่อนคลาย

ห้องนวดบำบัด

จำนวนพนักงาน	= 18 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 27-30 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 44.26 ตร.เมตร

อาศรมแสงอรุณ

ลักษณะการบำบัด
- นวดแผนไทย
- อบไอน้ำสมุนไพร

กลุ่มผู้ใช้ - กลุ่มคนทำงาน และ กลุ่มผู้อยู่อาศัยบริเวณถนนสาทร - ถนนสีลม

บริเวณภายในห้องนวด

บริเวณภายในห้องน้ำ

ภาพแสดงห้องนวด

ภาพแสดงห้องอบไอน้ำสมุนไพร

บริเวณทางเดินห้องนวด

บริเวณภายในห้องอบไอน้ำสมุนไพร

จำนวนพนักงาน	= 1 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 2-3 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 18 ตร.เมตร

สวนนวดบำบัด

ส่วน Fitness | ห้องอบสมุนไพร | ห้องนวด | Locker - ห้องน้ำ

แผนผังบริเวณส่วนการบำบัด

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

กรณีศึกษา

สรุปกรณีศึกษาในส่วนนวดบำบัด

การนำ Patton ไม้สูงมักมากั้นเพื่อเกิด ความรู้สึกเป็น ลานตัวมากขึ้น

การใช้พื้นกระเบื้องในส่วนของห้องอบไอน้ำสมุนไพร

การรุเปิด Void เพื่อทำให้รู้สึกสบาย ใกล้ชิดธรรมชาติมากขึ้น

Bubble Diagrame

วัสดุที่นำมาใช้

พื้น - พื้นกระเบื้องเคลือบขนาด 4"x4"

ผนัง - พื้นกระเบื้องเคลือบขนาด 4"x4"

ลักษณะการนวดบำบัด - นวดแผนไทย
- นวดน้ำมัน
- ประคบสมุนไพร

การนวดฝ่าเท้า (นั่งคุกเข่า - ยืน)

การประคบสมุนไพร

บริเวณภายในห้องน้ำ

สวนอบสมุนไพร

สวนนวด-ประคบสมุนไพร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

22-1

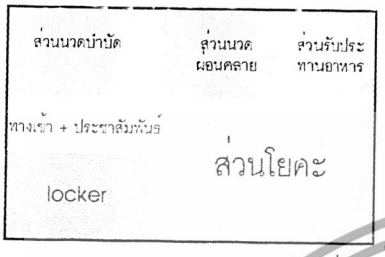
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

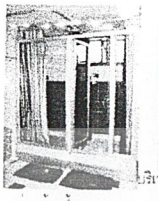
บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

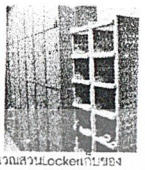
กรณีศึกษา

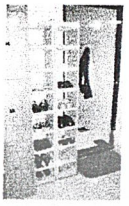
ศูนย์หฐราชาโยคาศรม

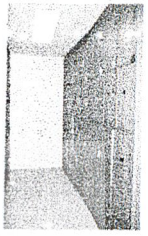
ส่วนโยคะ



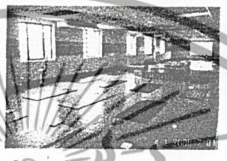

บริเวณส่วนห้องน้ำ


บริเวณส่วนLockerเก็บของ

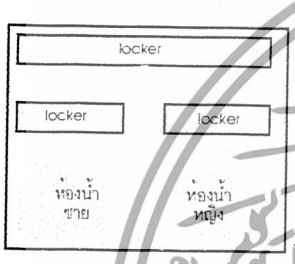




zoning(ส่วนโยคะ)


บริเวณส่วนโยคะ





ทางเข้า

zoning (ส่วนlocker)

จำนวนพนักงาน	= 1 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 15-20 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 105.4 ตร.เมตร

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

22-2

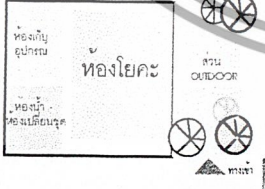
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

กรณีศึกษา

อาศรมแสงอรุณ

ส่วนโยคะ



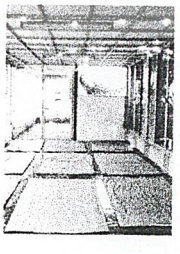

บริเวณส่วนฝึกโยคะ


บริเวณส่วนฝึกโยคะ


บริเวณส่วนฝึกโยคะ



ศูนย์ธรรมชาติบำบัดบัลวี



ศุกร์-อาทิตย์
14.00 - 15.00
18.00 - 19.00
14.30 - 15.30
16.30 - 17.30
16.30 - 17.30



จำนวนพนักงาน	= 1 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 20 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 120 ตร.เมตร

จำนวนพนักงาน	= 1 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 10-12 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 40 ตร.เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

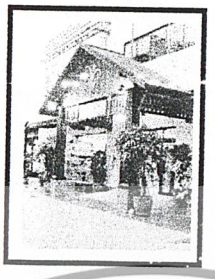
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

สหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด

ส่วนร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ



ผักสดปลอดสารพิษ
เครื่องจักสานจากชาวบ้าน
อาหารแห้ง - อาหารเพื่อสุขภาพ
ผลิตภัณฑ์สมุนไพร
ส่วนชำระเงิน
ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ
ติดต่อ - สอบถาม
หนังสือ

ทางเข้า

Zoning

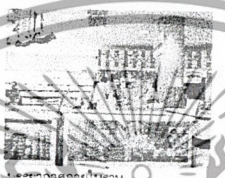
ลักษณะการดำเนินงาน - สหกรณ์เลมอนฟาร์มพัฒนา จำกัด
กลุ่มผู้ใช้บริการ - กลุ่มคนที่สนใจเรื่องอาหาร,เพื่อสุขภาพ อายุระหว่าง 30-60 ปี
วัตถุประสงค์โครงการ - จัดหาสินค้าที่ดีต่อสุขภาพจากชุมชนชนบท มาจำหน่าย,เพื่อส่งเสริมสุขภาพและสิ่งแวดล้อมของสมาชิกผู้บริโภคและผู้ผลิต

บรรยากาศภายในร้าน

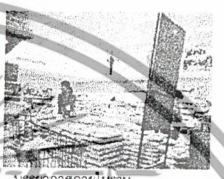


องค์ประกอบโครงการภายใน

-ผักสดปลอดสารพิษ
-ข้าว / ธัญพืช
-อาหารแห้ง - อาหารเพื่อสุขภาพ
-เครื่องจักสานชาวบ้าน
-จำหน่ายหนังสือทั่วไป
-จำหน่ายผลิตภัณฑ์สมุนไพร



บรรยากาศภายในร้าน



บรรยากาศภายในร้าน



บรรยากาศภายในร้านจัดวางสินค้า



จำหน่ายสินค้าจากชุมชน

จำนวนพนักงาน	= 7 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 1420 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 256 ตร.เมตร

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

23 2

บทนำ | ที่ตั้ง - อาคาร | โปรแกรม | กรณีศึกษา | แนวความคิด

กรณีศึกษา

ร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
อาศรมแสงอรุณ

ส่วนร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
พลังบุญ



ส่วนชำระเงิน
หนังสือ
เครื่องดื่ม
อาหารแห้ง - อาหารเพื่อสุขภาพ Food
ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ Non - food

Zoning

ทางเข้า

ลักษณะโครงการ - เอาชนะ อยู่ในความดูแล ของมูลนิธิอาศรมแสงอรุณ
จุดประสงค์ - จำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ
- ผลิตภัณฑ์จากชาวบ้านโดยเป็นสื่อกลาง โดยไม่เน้นผลกำไรสูงสุด
กลุ่มผู้ใช้ - ลูกค้าประจำ เป็นส่วนมากโดยพนักงานบริษัทในระแวก ใกล้เคียง เช่น สาทร - ลิลม

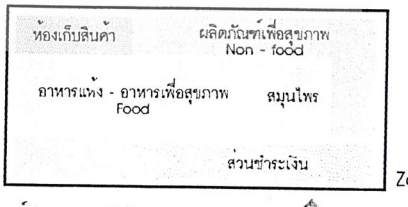
องค์ประกอบภายใน

-จำหน่ายหนังสือเด็ก ,หนังสือสร้างสรรสังคม
-จำหน่ายอาหารแห้ง - เครื่องดื่ม เพื่อสุขภาพ
-จำหน่ายผลิตภัณฑ์จากชาวบ้าน
- เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ



หน้าร้านขายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

ลักษณะโครงการอยู่ในความดูแลของ ชมรมสันติอโศก



ห้องเก็บสินค้า
ผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ Non - food
อาหารแห้ง - อาหารเพื่อสุขภาพ Food
สมุนไพร
ส่วนชำระเงิน

Zoning

ทางเข้า

องค์ประกอบภายในโครงการ

-จำหน่ายยาสมุนไพร
-จำหน่ายเครื่องอุปโภค / บริโภคเพื่อสุขภาพ
-จำหน่ายอาหารแห้ง,อาหารเพื่อสุขภาพ
-เครื่องจักสานจากชาวบ้าน

จำนวนพนักงาน	= 2 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 12 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 15 ตร.เมตร

จำนวนพนักงาน	= 5 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 750 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 90 ตร.เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

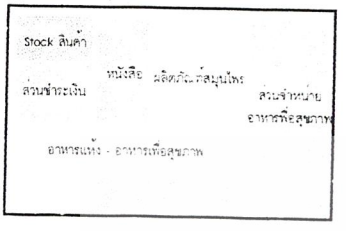
HERBAL HEALING CENTRAL PARK

กรณีศึกษา

วาสุเทพอาศรม

ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพแผนไทย

ส่วนร้านผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ







ลักษณะโครงการ - อยู่ในความดูแลสถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณะสุข



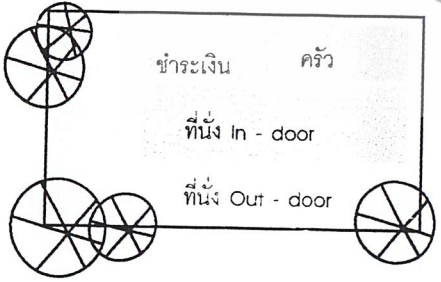


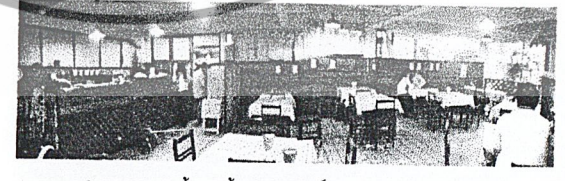
จำนวนพนักงาน	= 1 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 20-30 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 50 ตร.เมตร

กรณีศึกษา

อาศรมแสงอรุณ ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

ส่วนร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

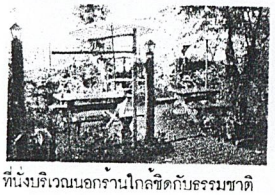




บรรยากาศโดยรวมภายในร้าน (เน้นแสงประดิษฐ์)



ที่นั่งบริเวณนอกร้าน



ที่นั่งบริเวณนอกร้านใกล้ชิดกับธรรมชาติ



ที่นั่งบริเวณนอกร้าน

ลักษณะการดำเนินงาน อยู่ในความดูแลของมูลนิธิอาศรมแสงอรุณ

ลักษณะร้าน บริการโดยบริกร (มีเมนูรับ ออเดอร์ที่โต๊ะอาหาร

จำหน่ายเฉพาะอาหารมังสะวิรัติ

จำหน่ายบุฟเฟ่ต์ช่วงเช้า ของทุกวันพุธ - ศุกร์

จำนวนที่นั่ง 16 โต๊ะ รองรับลูกค้าได้ 50-60 คน (ในช่วงกลางวัน)

กลุ่มลูกค้า - พนักงานที่ทำงานบริเวณถนนสาทร - สีลม

- กลุ่มผู้สนใจอาหารมังสะวิรัติ

เวลาเปิดทำการ 09.00-14.30 น.

16.30-20.30 น.

จำนวนพนักงาน	= 10 คน
จำนวนผู้เข้าใช้โครงการ	= 80 คน/วัน
พื้นที่ทั้งหมด	= 120 ตร.เมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้าน
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แนวความคิด

วิถีชีวิตคนเมืองในแต่ละวัน











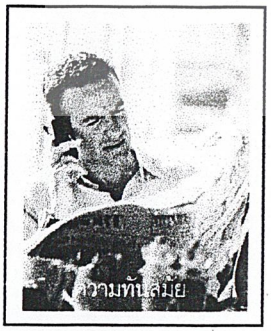
ต้องการการพักผ่อน - ผ่อนคลาย จากปัญหาต่าง ๆที่เกิดขึ้นจากวิถีชีวิตคนเมือง

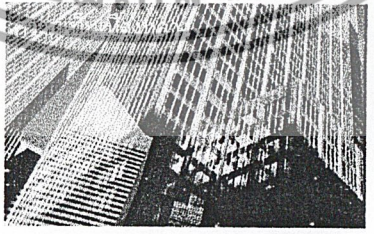


แนวทางการออกแบบ - เรียบง่าย
สงบ - สบาย
ผ่อนคลายทั้ง
รางกาย และ จิตใจ

แนวความคิด

วิถีชีวิตคนเมืองในแต่ละวัน



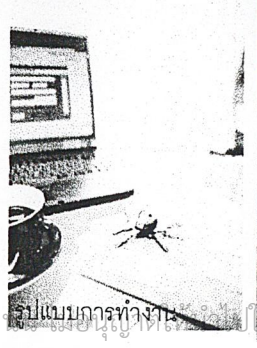




ยังคงต้องการความทันสมัยเนื่องจากวิถีชีวิตในเมืองจากการทำงาน - ที่บ้าน



แนวทางการออกแบบ - รูปแบบที่ทันสมัย เข้ากันได้
สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม
ที่บ้าน - ที่ทำงาน ในตัวเมือง





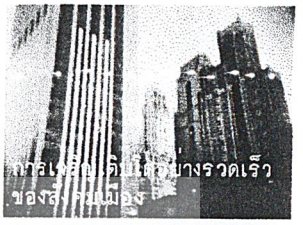
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แนวความคิด

วิถีชีวิตคนเมืองในแต่ละวัน

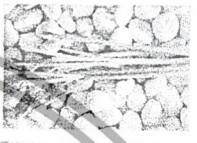






วัสดุที่เป็นธรรมชาติ







ขาดโอกาสในการได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติ เนื่องจากความเจริญเติบโตของสังคมเมือง



แนวทางในการออกแบบ - ให้ความสำคัญกับธรรมชาติ เพื่อให้ได้มี

โอกาสได้ใกล้ชิดกับธรรมชาติให้มากที่สุด

สมุนไพร

แนวความคิด

วิถีชีวิตคนเมืองในแต่ละวัน

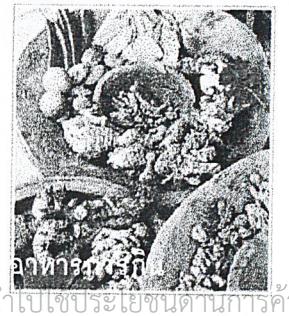












ต้องการการความเหมาะสมในการดำรงอยู่ ตามวิถีชีวิตคนตะวันออก (เอเชีย)







แนวทางในการออกแบบ - การเลือกใช้วัสดุในท้องถิ่น

บรรยากาศ - รูปแบบไปใน

แนวทางตะวันออก

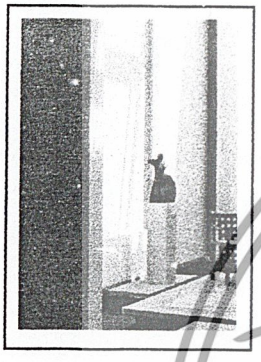
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

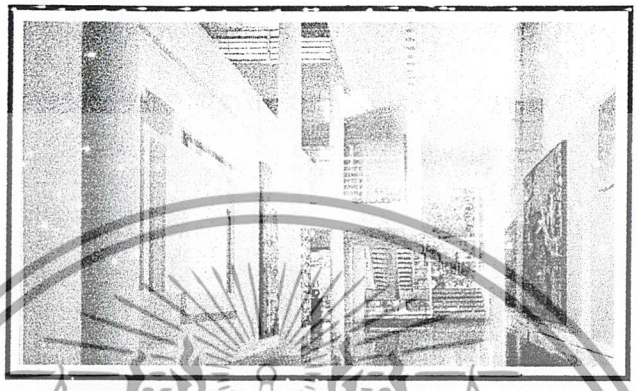
แนวความคิด

แนวความคิด Rest as **Art Gallery**

Theme : Gallery

Concept : Herbal Art





Body



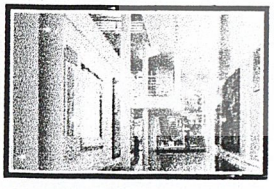
Mind



เป็นเสมือนหนึ่งสถานที่จัดแสดง (Gallery) ศิลปะการบำบัด - ผ่อนคลาย ด้วยธรรมชาติ (สมุนไพร) โดยมีการกำหนดมุมมองต่างๆ วิธีการจัดแสดง ให้สอดคล้องกันกับธรรมชาติ เสมือนบริบากรรม ที่ช่วยในการผ่อนคลาย ทั้งร่างกาย - จิตใจ

แนวความคิด

Gallery

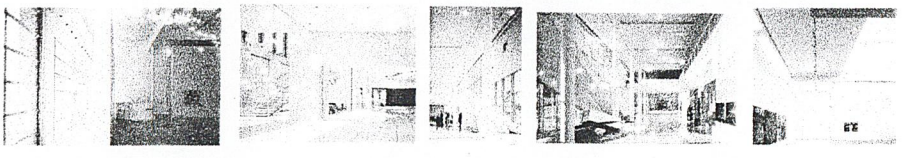


รูปแบบ Gallery

1. Space
-เป็นทางยาวต่อเนื่อง
-กว้าง สูงโปร่ง



2.lighting
-เน้นแสงธรรมชาติ
-แสงประดิษฐ์ในบางจุด



3.การจัดแสดง

-การเน้นวัตถุจัดแสดง

3.1เน้นด้วยสี
3.2เน้นด้วยเส้น
3.3เน้นด้วย Texture
3.4เน้นด้วย space
3.5การกำหนดกรอบ Frame



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



บทที่ 7 สรุปแนวความคิด และรายละเอียดการออกแบบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

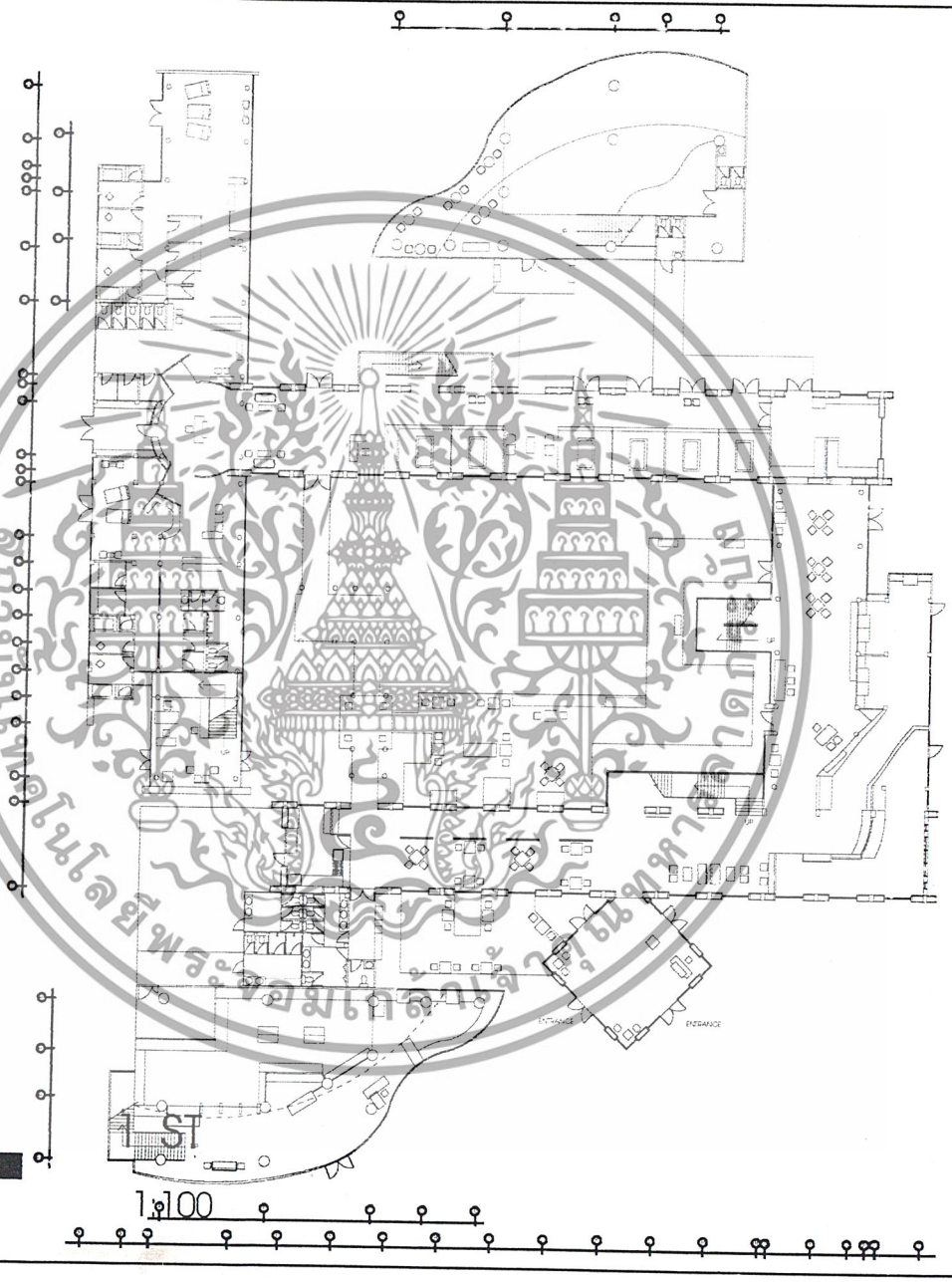
ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

1

PLAN | ELEVATION | AXOMATIC | PERSPECTIVE

PLAN



PLAN

cale

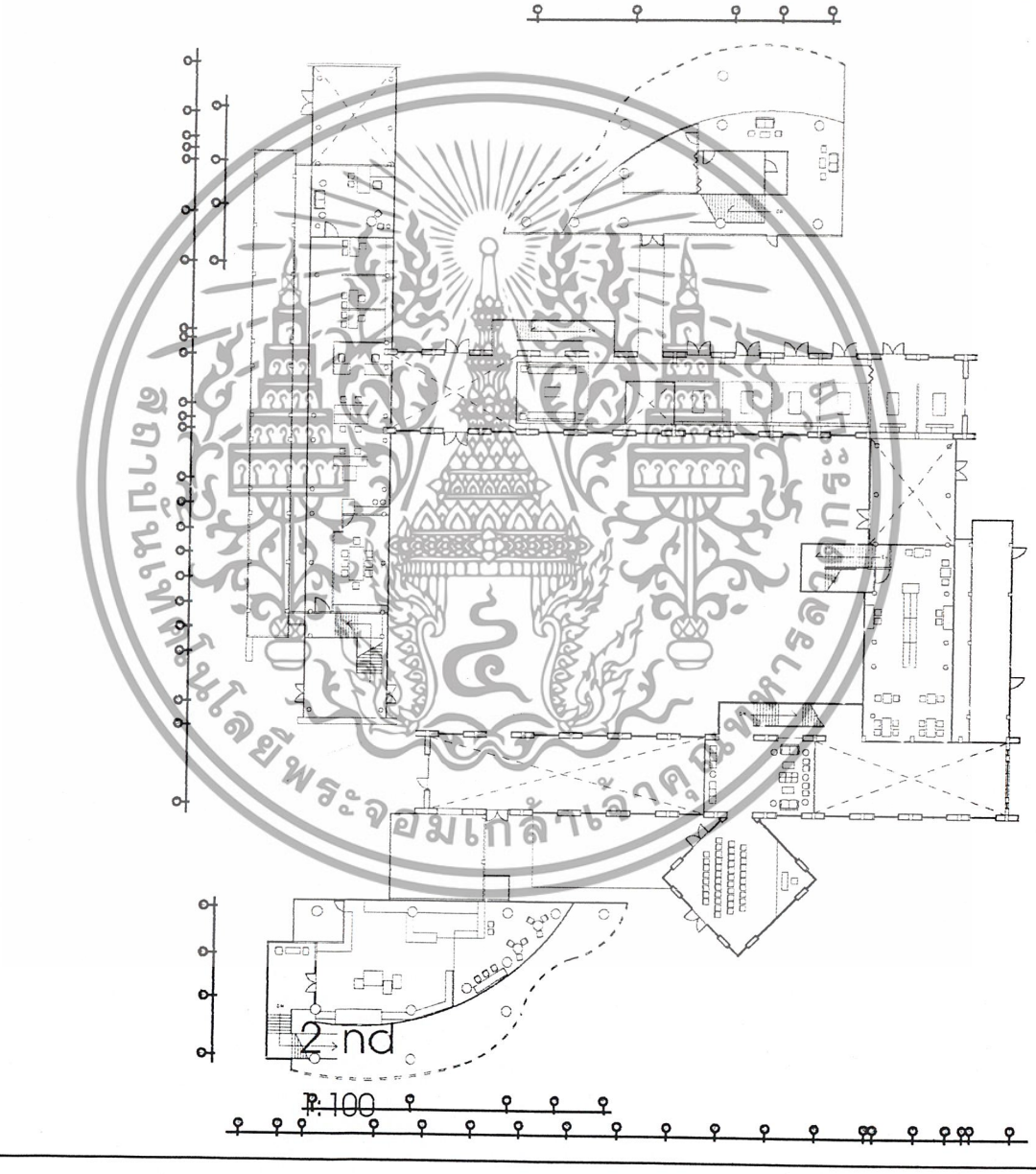
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

PLAN | ELEVATION | AXOMATIC | PERSPECTIVE

PLAN



PLAN

Scale 1:100

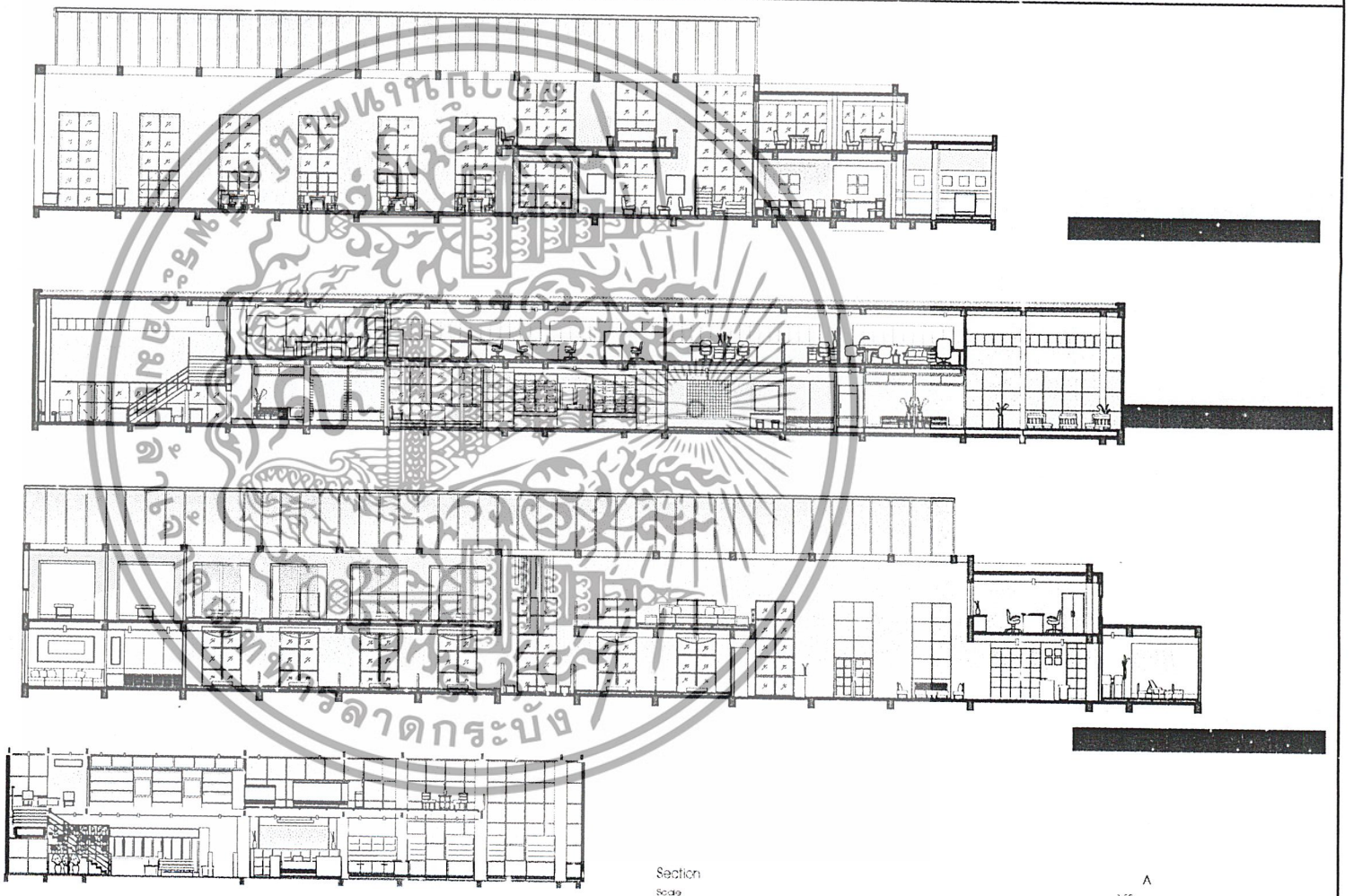
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง)

HERBAL HEALING CENTRAL PARK

PLAN | ELEVATION | AXOMATIC | PERSPECTIVE

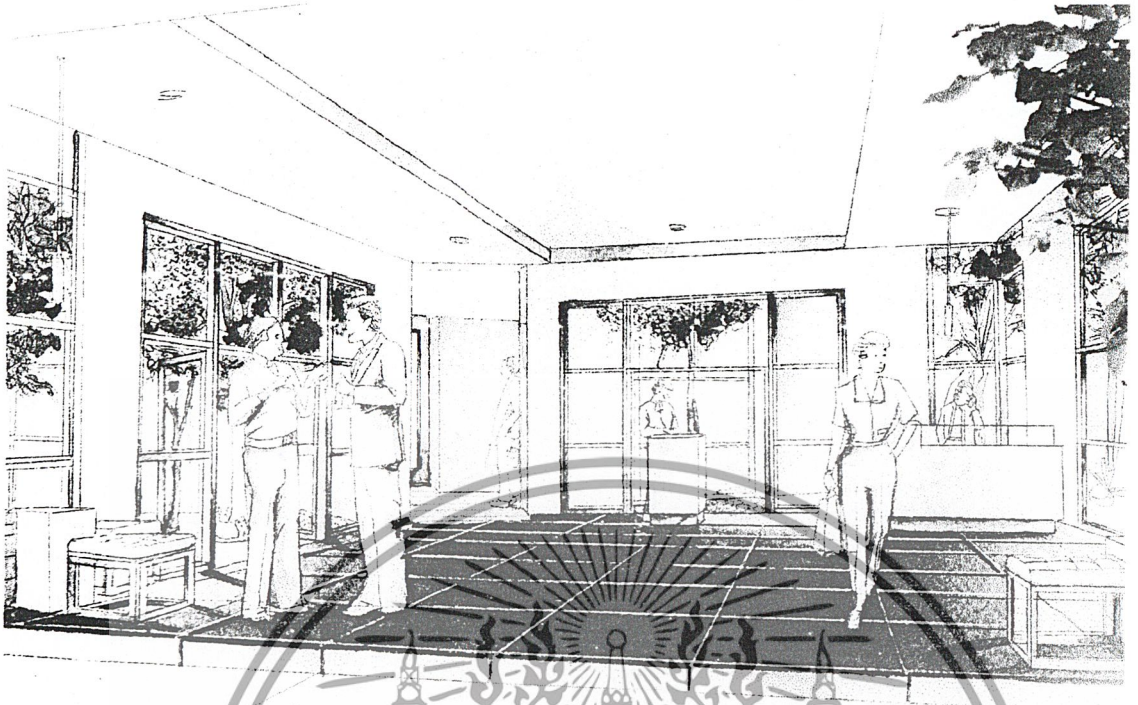
ELEVATION



Section A

Scale 1:50

ศูนย์สุขภาพ สวนสมุนไพร (คนเมือง) ... ข้อมูลในระบบนี้เป็นข้อมูลของผู้ใช้งานที่ได้ผ่านการยืนยันตัวตนจากผู้ดูแลระบบเท่านั้น ...



โถงบ่ระชาสัมพันธ์



ส่วนพักคอย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

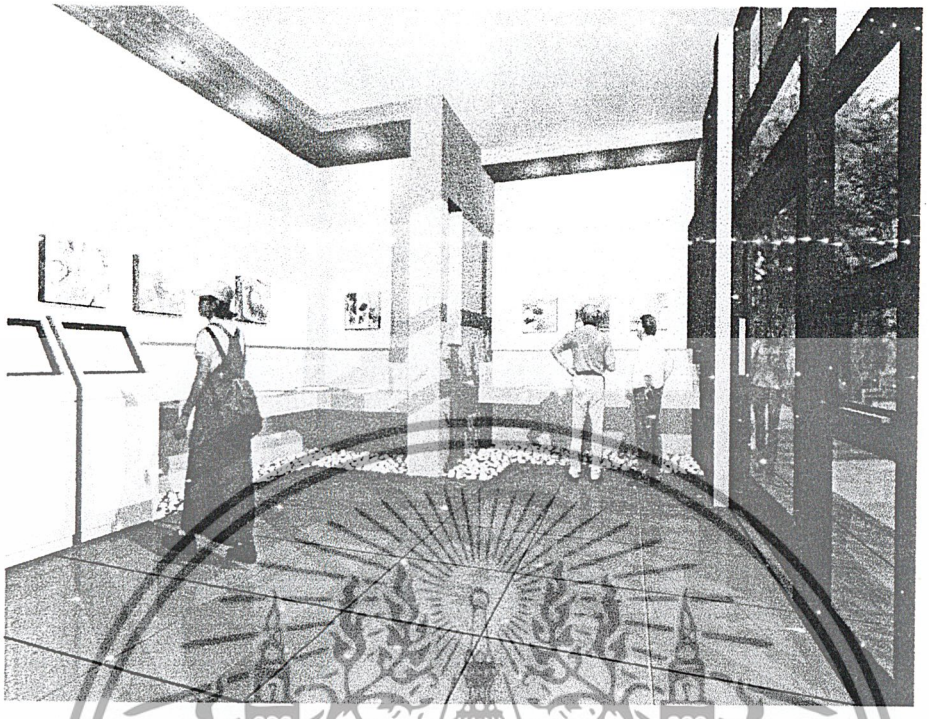


ร้านอาหารเพื่อสุขภาพ



นิทรรศการถาวร ส่วนที่ 1

เอกสารนี้ใช้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



นิทรรศการถาวร ส่วนที่2



นิทรรศการถาวร ส่วนที่3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

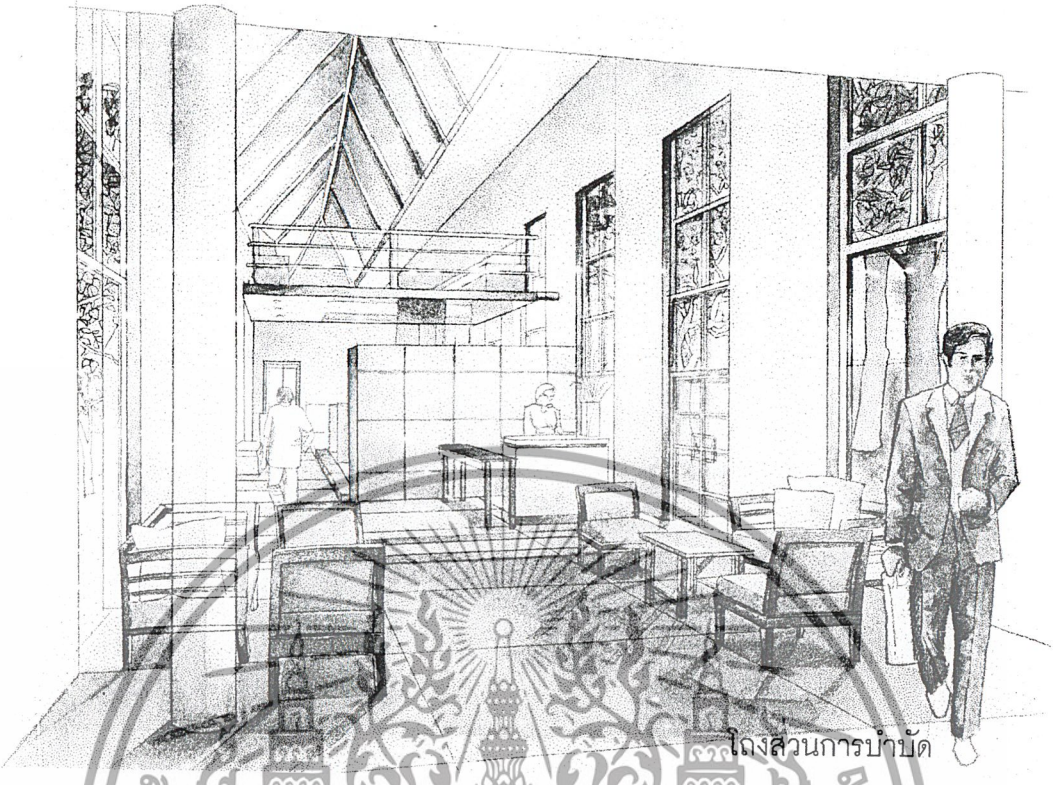


ส่วนอ่านหนังสือ

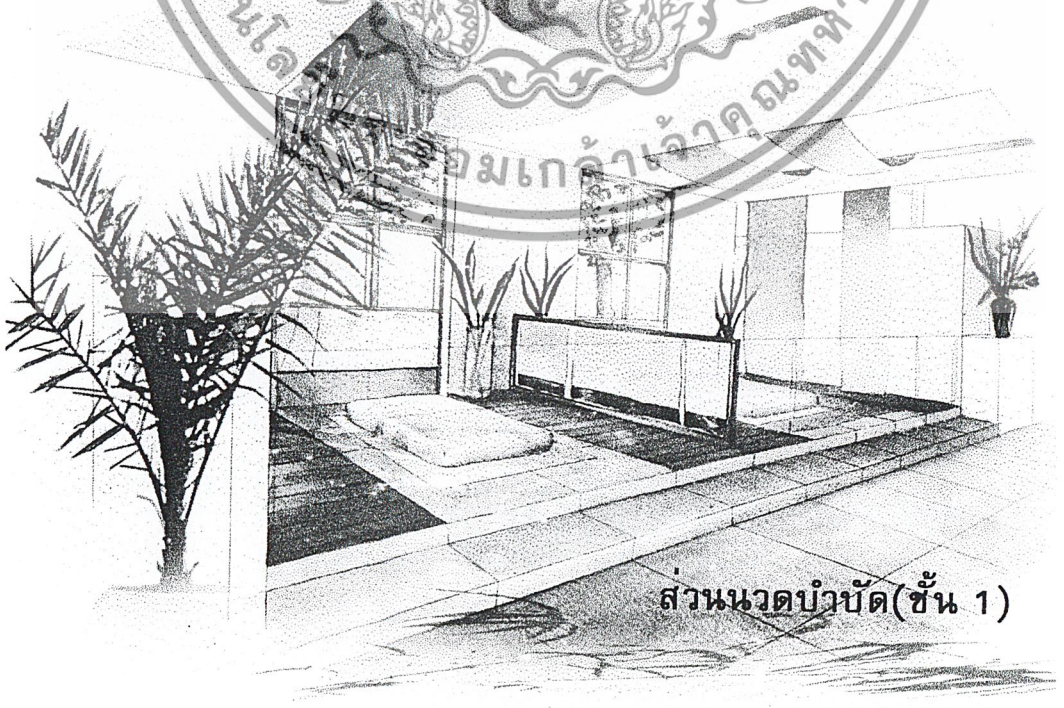
ร้านจำหน่ายผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



โถงส่วนการบำบัด



ส่วนนวดบำบัด(ชั้น 1)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บรรณานุกรม

- คู่มือปฏิบัติงานการแพทย์แผนไทยในโรงพยาบาลชุมชน , สถาบันการแพทย์แผนไทย
- ตำราเภสัชกรรม ,มูลนิธิฟื้นฟูส่งเสริมการแพทย์ไทยเดิม ,อายุรเวทวิทยาลัย,2541
- สมุนไพรเครื่องเทศและพืชปรุงแต่งรส , สุพจน์ คิลานเภสัช ,2543
- การแพทย์แผนไทย สายใยแห่งชีวิตและวัฒนธรรม , แพทย์หญิงเพ็ญนภา ทรัพย์เจริญ สถาบันการแพทย์แผนไทย กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข
- คู่มือการอบรมการแพทย์แผนไทย ,สถาบันการแพทย์แผนไทย กระทรวงสาธารณสุข
- สมุนไพร ยาไทยที่ควรรู้ ,สำนักพิมพ์ อัมรินทร์พริ้นติ้ง แอน พับลิชชิ่ง จำกัด (มหาชน) ,จงสถิตย์ ฉั่วกุล
- Herbal Park in the Capital , www. Healthlibrary.com
- Therapies ,www. Wholehealthland.com
- บทความ Primary health care center ,Martin & Valins
- บทความ ชีวิตอมตะใน แมนดารา สปา ฉบับเดือน พฤษภาคม 2544 , หนังสือผู้จัดการ
- ศิลปะการจัดนิทรรศการ , วัฒนะ จูฑะวิภาต ,สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- โครงการจัดหา และ พัฒนาสวนสาธารณะ สนามเด็กเล่น และ ภูมิทัศน์ของเมือง กองผังเมือง สำนักปลัดกรุงเทพมหานคร
- Human Dimension & Interior Space , Panaro ,Julius ans Martin Zolnik , New York : Whitney Library of Design,1979
- วิทยานิพนธ์โครงการเสนอแนะ "ศูนย์สุขภาพ อุทยานแห่งชาติแจ้ซ้อน " สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน ,2541-2542

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เทคนิคการอาบน้ำเพื่อใช้ในการบำบัด

น้ำร้อน ส่งผลให้เส้นเลือดขยายตัวดึงเลือดมาเลี้ยงระบบต่างๆมากขึ้น เป็นการรักษาอวัยวะภายในด้วยทางหนึ่ง ช่วยบรรเทาอาการปวด โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปวดประจำเดือน การปวดจากอวัยวะภายในเกร็งตัวปวดตัว และปวดกระเบนเหน็บ ช่วยบำบัดโรคริดสีดวงทวารและการถ่ายกะปริบกะปรอยได้ดี น้ำร้อนที่ใช้ต้องไม่ร้อนจนลวกผิวหนังควรอยู่ในอุณหภูมิที่ร่างกายทนได้ การอาบหรือแช่น้ำร้อนควรทำในเวลาสั้นๆ สัก 2-10นาทีเท่านั้น ไม่ควรแช่นานกว่าครึ่งชั่วโมง เพราะจะทำให้เลือดมาคั่งที่ผิวหนัง จนมีเลือดไปเลี้ยงสมองมึนงง และอารมณ์ซึมเศร้าการอาบน้ำร้อนก่อนนอนจะช่วยทำให้หลับง่ายขึ้น ส่วนการประคบแก้ปวดระยะเวลาที่ประคบขึ้นอยู่กับอาการ แต่ไม่ควรนานเกินไป เพราะอาจทำให้เลือดคั่งได้เช่นกัน

น้ำเย็น ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองและระบบสมอและระบบประสาท เพิ่มการไหลเวียนของเลือดและน้ำเหลือง ทำให้การย่อยและดูดซึมอาหารดีขึ้น การอาบน้ำเย็นจัดและใช้เวลาสั้น ๆ เพียง 30 วินาที หรือ 1 นาที เป็นประจำทุกวันจึงทำให้ร่างกายแข็งแรง

นอกจากนี้น้ำเย็นยังช่วยฟื้นฟูเซลล์ทั่วร่างกาย ทำให้รู้สึกสดชื่นและกระฉับกระเฉงมากขึ้น เหมาะกับการอาบในตอนเช้าก่อนไปทำงาน น้ำเย็นจัดยังช่วยห้ามเลือด ลดอาการปวด ป้องกันการบวมในกรณีได้รับอุบัติเหตุด้วย อุณหภูมิของน้ำเย็นควรอยู่ที่ประมาณ 4 องศาเซลเซียส ซึ่งทำได้โดยการเติมน้ำแข็งลงไปจนได้อุณหภูมิตามต้องการ

น้ำร้อนสลับน้ำเย็น การสัมผัสน้ำร้อนน้ำเย็นสลับกันในเวลาสั้นๆ จะเป็นการช่วยฝึกให้ระบบประสาทตื่นตัวและทำงานได้เร็วขึ้น ร่างกายปรับสมดุลอุณหภูมิดีขึ้น น้ำร้อนและน้ำเย็นที่ใช้ควรจะมีอุณหภูมิที่แตกต่างกันมากๆ และไม่ควรให้สัมผัสกับร่างกายนานเกินไป เพราะจะกลายเป็นการทำลายเนื้อเยื่อ และไม่เกิดผลดีตามที่ต้องการ

การบำบัดด้วยน้ำร้อนและน้ำเย็นนี้ไม่อาจเจาะจงว่าจะได้ผลมากน้อยเท่าใด หรือได้ผลเท่ากัน เพราะมีปัจจัยหลายอย่างที่ลดบทบาทการตอบสนองของร่างกายต่อการรักษา เช่น พื้นฐานสุขภาพของคนไข้ ภาวะเจ็บป่วยเรื้อรัง ความอ่อนเพลีย คนอายุน้อยหรือ ผู้สูงอายุก็อาจตอบสนองได้ไม่ดีนัก เนื่องจากระบบควบคุมอุณหภูมิของร่างกายยังพัฒนาไม่เต็มที่หรือเสื่อมลงไปบ้างแล้ว

เวลาเล็กๆ น้อยๆ ที่ใช้ทำภารกิจประจำวันอย่างการอาบน้ำ คุณสามารถใช้เทคนิคการอาบด้วยน้ำร้อนและน้ำเย็นมาช่วยดูแลร่างกายที่เหนื่อยแล้ว กระตุ้นการทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกาย เพื่อเสริมสุขภาพให้แข็งแรงได้ดีทีเดียว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เทคนิคการใช้น้ำร้อน สลับน้ำเย็น	ผลต่อร่างกาย	วิธีทำ
การอาบทั้งตัว	ช่วยให้การหมุนเวียนเลือดและน้ำเหลืองดีขึ้น ช่วยขจัดสิ่งสกปรกที่ตกค้างตามเนื้อเยื่อลดการคั่งของเลือด และเพิ่มความสดใสให้แก่เซลล์ต่างๆ	เปิดฝักบัวให้น้ำร้อนนวดทั่วทั้งตัวต่อเนื่องกันประมาณ 2-3 นาที แล้วเปลี่ยนไปใช้น้ำเย็นรดทั่วตัวอีก 1-2 นาที ทำกลับไปมาเช่นนี้สัก 3 รอบ ให้จบลงที่น้ำเย็น เสร็จแล้วใช้ผ้าขนหนูหยาบๆ ถูผิวแรงๆ การนอนแช่ในอ่างน้ำก็ใช้เวลาและวิธีเช่นเดียวกัน
การแช่น้ำครึ่งตัว	รักษาอาการผิดปกติของช่องท้องส่วนล่างและอวัยวะภายในช่องเชิงกราน ตั้งแต่ภาวะประจำเดือนผิดปกติ โรคของมดลูก รังไข่ ปีกมดลูก ต่อมลูกหมากอักเสบ ท้องผูก ระบบย่อยอาหารผิดปกติ ฯลฯ	อ่างขนาดใหญ่พอที่จะหย่อนก้นลงไปได้ 2 ใบ ใบหนึ่งใส่น้ำร้อนในหนึ่งในน้ำเย็น โดยให้ระดับท่วมถึงสะดือหรือกลางหน้าขาของคนนั่ง เริ่มจากการนั่งในอ่างน้ำร้อนและแช่เท้าในอ่างน้ำเย็นนาน 3 นาที จึงสลับไปนั่งในอ่างน้ำเย็น แช่เท้าในน้ำร้อนอีก 1-2 นาที นับเป็น 1 ชุด ทำอย่างนี้ 3 ชุด ให้จบลงที่การนั่งในอ่างน้ำเย็น
การประคบเฉพาะที่	ช่วยฟื้นฟูบาดแผลให้หายเร็วขึ้น วิธีนี้มักใช้ในกรณีภายหลังการบาดเจ็บ 48 ชั่วโมง ให้ประคบทุกวันจนกว่าจะหาย	ใช้ผ้าขนหนูหรือผ้าหนาๆ ชุบน้ำร้อนมาห่อหุ้มหลายๆชั้น อาจใช้ผ้าแห้งห่อทับอีกครั้งเพื่อช่วยรักษาอุณหภูมิ ส่วนการทำผ้าเย็นทำได้โดยใช้ผ้าชุบน้ำแช่ไว้ในช่องฟรีซหรือ ผ้าห้อน้ำแข็ง ใช้เวลาประคบร้อน 3 นาที สลับกับประคบเย็น 1-2 นาที

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การประคบสมุนไพร

อุปกรณ์การทำลูกประคบ

1. ผ้าสำหรับห่อลูกประคบ
2. เชือก
3. ด้ายที่ใช้ทำลูกประคบ
4. เตา
5. หม้อสำหรับนึ่งลูกประคบ
6. จานรองลูกประคบ

ตัวยาที่นิยมใช้ทำลูกประคบ

1. ไพล	แก้ปวดเมื่อย ลดอาการอักเสบ
2. ผิวมะกรูด(ถ้าไม่มีใช้ใบแทนได้)	มีน้ำมันหอมระเหย แก้ลมวิงเวียน แต่งกลิ่น
3. ตะไคร้บ้าน	แก้อาการคันตามร่างกาย ช่วยบำรุงผิว
4. ใบมะขาม	ช่วยลดอาการอักเสบ แก้โรคผิวหนัง
5. ขมิ้นอ้อย	ช่วยดูดความร้อนและช่วยพาตัวยาซึมผ่านผิวหนังได้สะดวก
6. เกลือ	แต่งกลิ่น บำรุงหัวใจ
7. การบูร	ช่วยบำรุงผิว แก้โรคผิวหนัง ลดความดัน
8. ใบส้มป่อย	

วิธีการทำลูกประคบ

1. หั่นหัวไพล, ขมิ้นอ้อย, ต้นตะไคร้, ผิวมะกรูด, ตำพอหยาบๆ
2. นำใบมะขาม, ใบส้มป่อย, ตำผสมกับข้อ1. เสร็จแล้วให้ใส่เกลือ, การบูร คลุกเคล้าให้เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน แต่อย่าให้แฉะเป็นน้ำ
3. แบ่งตัวยาที่ตำเรียบร้อยแล้วเป็น 2 ส่วนเท่าๆกัน ดดยใช้ผ้าขาวห่อเป็นลูกประคบรัดด้วยเชือกให้แน่น
4. นำลูกประคบที่ได้ไปนึ่งในหม้อนึ่งครั้งละ 1 ลูก ใช้เวลานึ่งประมาณ 15-20 นาที
5. นำลูกประคบที่ความร้อนได้ที่แล้วมาประคบผู้ป่วยที่มีอาการต่างๆ โดยสับเปลี่ยนลูกประคบ ระหว่าง 2 ลูกนี้

ขั้นตอนการประคบ

1. จัดทำผู้ป่วยให้เหมาะสม เช่น นอนหงาย, นั่ง, นอนตะแคง ขึ้นอยู่กับตำแหน่งที่จะทำการประคบสมุนไพร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. นำลูกประคบที่ความร้อนได้ที่แล้วมาประคบบริเวณที่ต้องการประคบ (การทดสอบความร้อนของลูกประคบคือ แตะที่ท้องแขนหรือฝ่ามือก็ได้)
3. ในการวางลูกประคบบนผิวหนังคนไข้โดยตรงในช่วงแรกๆ ต้องทำด้วยความเร็ว ไม่วางแช่นานๆ เพราะคนไข้จะทนความร้อนไม่ได้มาก
4. เมื่อลูกประคบคลายความร้อนลงก็สามารถวางลูกประคบอีกลูกหนึ่งแทน (นำลูกเดิมไปนึ่งต่อ)

ประโยชน์ของการประคบสมุนไพร (จากตัวยาสมุนไพรและความร้อน)

1. บรรเทาอาการปวดเมื่อย
2. ช่วยลดอาการบวม อักเสบของกล้ามเนื้อ, เอ็น, ข้อต่อ หลัง 24-48 ชม.
3. ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ
4. ช่วยให้เนื้อเยื่อ, พังผืด ยืดตัวออก
5. ลดการติดขัดของข้อต่อ
6. ลดอาการปวด
7. ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด

ข้อระวังในการประคบสมุนไพร

1. ห้ามใช้ลูกประคบที่ร้อนเกินไป โดยเฉพาะกับบริเวณผิวหนังอ่อนๆ หรือบริเวณที่เคยเป็นแผลมาก่อน ถ้าต้องควรมีผ้าขนหนูรองก่อน หรือจนกว่าลูกประคบจะคลายความร้อนลงจากเดิม
2. ควรระวังเป็นพิเศษในผู้ป่วยเบาหวาน อัมพาต เด็ก และผู้สูงอายุเนื่องจากกลุ่มบุคคลดังกล่าวความรู้สึกตอบสนองต่อความร้อนช้าอาจจะทำให้ผิวหนังไหม้, พองได้ง่าย ถ้าต้องการใช้ควรจะใช้ลูกประคบอุ่นๆ
3. ไม่ควรใช้ลูกประคบสมุนไพรในกรณีที่มีการอักเสบ (ปวด, บวม, แดง, ร้อน) ในช่วง 24 ชม.แรก อาจจะทำให้บวมมากขึ้น
4. หลังจากประคบสมุนไพรแล้ว ไม่ควรอาบน้ำทันมี เพราะจะไปชะล้างตัวยาออกจากผิวหนัง และร่างกายอาจจะปรับไม่ทัน (ปรับความร้อนเป็นเย็นทันมีทันใด)

การเก็บรักษา

1. ลูกประคบสมุนไพรที่ทำครั้งหนึ่ง สามารถไว้ใช้ได้ 3-5 วัน
2. ควรเก็บลูกประคบไว้ในตู้เย็น จะทำให้เก็บได้นานขึ้น (ควรเช็ดตัวยาในห่อลูกประคบด้วยถ้ามีกลิ่นบูดไม่ควรเก็บไว้)
3. ถ้าลูกประคบแห้ง ก่อนใช้ควรพรมด้วยน้ำหรือเหล้าขาว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. ถ้าลูกประคบที่ใช้ไม่มีสีเหลืองหรือมีสีเหลืองก่อนลงแสดงว่ายาที่ใช้จืดแล้ว (คุณภาพน้อยลง) จะใช้ไม่ได้ผล

การประเมินผลการรักษา

1. ประเมินจากากรตรวจ ร่างกาย คนไข้และซักประวัติอาการของคนไข้
2. บันทึกประวัติการเจ็บป่วยและการรักษาไว้ใน OPD CARD ทุกครั้ง
3. นัดคนไข้มาติดตามผล หลังการรักษา

คือการใช้สมุนไพรหลายอย่างมาห่อรวมกัน ส่วนใหญ่จะเป็นสมุนไพรที่มีน้ำมันหอมระเหย ซึ่งเมื่อถูกความร้อนจะระเหยออก เช่น ไพล ขมิ้นชัน ขมิ้นอ้อย ตะไคร้ มะกรูด การบูร เป็นต้น เป็นวิธีการบำบัดรักษาของแพทย์แผนไทย ซึ่งสามารถนำไปใช้ควบคู่กับการนวด โดยใช้การประคบหลังจากการนวดแล้ว

ประโยชน์ของกการประคบสมุนไพร

1. ช่วยให้เนื้อเยื่อพังผืดยืดตัวออก
2. ลดการติดขัดของข้อต่อบริเวณที่ประคบ
3. ลดอาการเกร็งของกล้ามเนื้อ
4. บรรเทาอาการปวดเมื่อย
5. ลดอาการบวมที่เกิดจากการอักเสบของกล้ามเนื้อ หรือบริเวณข้อต่อต่างๆ
6. ช่วยกระตุ้นหรือเพิ่มการไหลเวียนของโลหิต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การทับหม้อเกลือ

อุปกรณ์การทับหม้อเกลือ

1. ผ้ารูปสี่เหลี่ยม 1 ผืน
2. หม้อทะนน (ควรเตรียมไว้ 4 ใบ)
3. ถ่านกะขนาดให้พอดีกับหม้อ
4. เกลือเม็ด (เติมในหม้อทะนน) ตั้งไฟ (สะตุ) 15 นาที
5. ยา
   - ไพลสด 1 ส่วน
   - ว่านนางคำ 1/2 ส่วน
   - ว่านชักมดลูกสด 1/2 ส่วน
   - การบูรพอประมาณ
   - ใบพลับพลึงหรือใบละหุ่ง

วิธีทำ

1. ล้างไพลให้สะอาด ไม่ต้องปลอกเปลือก พร้อมว่านชักมดลูก ตำให้สะเอียดพอประมาณ (ไม่ตำรวมกัน ตำแยกแต่ละอย่าง) นำตัวยาทั้ง 3 คลุกกันให้ทั่ววางบนผ้า ผสมการบูรลงไป
2. เอาใบพลับพลึงกรีดเป็นรอย เอาด้านหน้าวางบนไพล2 ใบ อีกใบวางทับตั้งฉากกัน วางหม้อเกลือทับใบพลับพลึง ห่อผ้ามัดให้แน่น

ทุกครั้งที่เปลี่ยนหม้อใหม่ ควรเติมยาให้พอดีกับยาที่แห้งไป ถ้ายาแห้งมากให้พรมน้ำ

วิธีทับหม้อเกลือ

ท่าที่ 1 ในผู้หญิงคลอดบุตร

นอนหงาย ผู้พยาบาลโกยท้อง เอามุมของหม้อเกลือวางหมุนไปรอบๆ หมุนวน 1 รอบ วางพักหม้อเกลือเหนือหัวหน่าว แล้วหมุนวนใหม่ ทำ5-6 รอบ

ข้อควรระวังในท่านี้

1. หม้อต้องไม่ร้อนเกินไป เพราะจะทำให้ผิวหนังไหม้
2. ระวังบริเวณใต้อก ถ้าทำแรงจะจุกแน่น
3. ต้องโกยลำไส้ก่อนทำ เพื่อไม่ให้ไส้พอง

ท่าที่ 2 การเข้าตะเกียบโดยไม่ต้องเหยียบ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เอาหม้อเกลือวางด้านข้างบริเวณร่องกล้ามเนื้อขาด้านนอก กดไล่ขึ้นบนต้นขา จากนั้นวางหม้อเกลือบนร่องกล้ามเนื้อหน้าแข้งด้านใน เสร็จแล้วจับขาผู้ป่วย ให้อยู่ในลักษณะที่สามารถใช้หม้อเกลือกดทับขาด้านในได้ ในจังหวะ กด-ยก,กด-ยก ช่วยแก้เหน็บชาได้เสร็จแล้วเปลี่ยนหม้อเกลือใหม่

ท่าที่ 3 ที่นอนตะแคง

หลังคลอดจะมีอากรปวดหลังมาก ใช้หม้อเกลือกดทับช่วงกระเบนเหน็บ โดยใช้มือซ้ายพยุงที่สะโพกด้านบนอีกมือหนึ่งจับหม้อเอาด้านข้างกดทับหมุนไปมาหลายครั้ง จากนั้นกดไล่ขึ้นตามร่างข้างกระดูกสันหลัง

ท่าที่ 4 ท่านอนคว่ำ

เอาหม้อเกลือทับที่ท้องขาใต้ก้น

ข้อควรระวังในการทับหม้อเกลือ

1. ห้ามทำ ในผู้ป่วยที่มีไข้
2. ห้ามรับประทานอาหารหนักก่อนทำ
3. มดลูกลอยตัว ต้องรอให้เข้าอู่ก่อนจึงจะทำได้
4. การคลอดที่ต้องใช้การผ่าตัด ทำหมัน ห้ามทับหม้อเกลือ ถ้าจะทำต้องรอให้เกิน 1 เดือนไปแล้ว

ประโยชน์

1. ทำให้มดลูกเข้าอู่ได้สนิทมาก
2. ลดไขมันหน้าท้อง หน้าท้องยุบ
3. แก้อาการปวดเมื่อย ขัดยอก
4. ทำให้โลหิตไหลเวียนดีขึ้น
5. ทำให้น้ำคาวปลาไหลสะดวก

การทับหม้อเกลือนี้ ให้ติดต่อกัน 3-5 วัน ทำครั้งละไม่เกิน 2 ชั่วโมง ควรทำตอนเช้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความแตกต่างของการนวดแบบทั่วไปกับแบบราชสำนัก

- **หมอนวดแบบราชสำนัก** ต้องมีกิริยามารยาทเรียบร้อย เดินเข่าเข้าหาผู้ป่วย ไม่หายใจรดผู้ป่วย ขณะทำการนวดต้อง หันหน้าตรง ไม่ก้มหน้าจนหายใจรดผู้ป่วย และไม่เงยหน้าจนเป็นการไม่เคารพ ส่วนหมอนวดแบบทั่วไป มิได้เพ่งเล็งถึงเรื่องเหล่านี้ แต่มีลักษณะการนวด เป็นกันเองกับผู้ป่วยมากกว่า บางครั้งจึงอาจดูไม่สำรวมและระวังตัวมากนัก
- **หมอนวดแบบราชสำนัก** จะไม่เริ่มนวดฝ่าเท้า นอกจากจำเป็นจริงๆ มักเริ่มนวดตั้งแต่ใต้เข่าลงมาข้อเท้า หรือจาก ต้นขาลงมาถึงข้อเท้า ส่วนหมอนวดแบบทั่วไปจะเริ่มนวดที่ฝ่าเท้า
- **หมอนวดแบบราชสำนัก** จะใช้เฉพาะมือ คือ นิ้วหัวแม่มือ และปลายนิ้วอื่น ๆ และอุ้งมือในการนวดเท่านั้น และไม่ ใช้การนวดคลึงในขณะกด (นวด) แขนจะต้องเหยียดตรงเสมอ ส่วนหมอนวดแบบทั่วไป มิได้คำนึงถึงท่าทางของแขน ว่าจะตรงหรือไม่
- **หมอนวดแบบราชสำนัก** ทำการนวดผู้ป่วยซึ่งอยู่ในท่านั่ง นอนหงายหรือตะแคงเท่านั้น ไม่มีการให้ผู้ป่วยนอนคว่ำเลย แต่การนวดแบบทั่วไปมีการให้ผู้ป่วยนอนคว่ำด้วย
- **หมอนวดแบบราชสำนัก** ไม่ใช้การดัดงอข้อหรือส่วนใดของร่างกายด้วยกำลังแรงและไม่มีการนวดโดยใช้เท้า เข่า ข้อศอก ฯลฯ แต่หมอนวดแบบทั่วไปไม่งดเว้นการปฏิบัติดังกล่าว และอาจมีหมอนวด ๒ คนช่วยกันนวดในขณะเดียวกันต่อผู้ป่วย ๑ คน
- **หมอนวดแบบราชสำนัก** ต้องการทำให้เกิดผลต่ออวัยวะและเนื้อเยื่อที่อยู่ลึก ๆ โดยการเพิ่มการไหลเวียนของเลือด และเพิ่มการทำงานของเส้นประสาท ในกรณีนี้หมอนวดจะต้องมีความรู้ทางกายวิภาคศาสตร์เชิงปฏิบัติการอย่างดีพอสมควร สำหรับหมอ นวดแบบทั่วไป หวังผลโดยตรงจากการกดนวดเป็นส่วนใหญ่ และจากการนวดคลึงเป็นครั้งคราว ซึ่งการไม่ระมัดระวังจุดสำคัญตาม ความรู้ทางกายวิภาคศาสตร์ดีพออาจเกิดอันตรายได้

การนวดแบบราชสำนัก

เป็นการนวดไทยที่ใช้ในพระราชวัง ดังนั้นท่าต่างๆ ในการนวดจึงได้รับการพัฒนา ให้สุภาพและมักนวดด้วยนิ้วมือเท่านั้น เพื่อให้สามารถควบคุมน้ำหนักในการนวดไม่ให้มากเกินไป และไม่ให้เป็นที่ ล่วงเกินต่อพระมหากษัตริย์และพระราชวงศ์ จนมีคำกล่าวว่า “แม้เพียงลมหายใจก็ไม่ให้แตะต้องพระวรกาย” โดยมีองศามาตราส่วน ของการนวดที่ไม่ประชิดตัวมากและจะหันหน้าตรงไป ไม่ก้มหน้าหายใจรดพระองค์ และไม่เงยหน้าจนเป็นการไม่เคารพ

การนวดไทยเป็นที่นิยมมากและยอมรับมากในสมัยโบราณ และเป็นผู้ใกล้ชิดและเป็นที่ไว้วางใจของพระมหากษัตริย์ ในสมัยนั้นจนได้รับการแต่งตั้งให้มีกรมหมอนวดซ้าย และกรมหมอนวดขวา ทำให้หมอนวดสามารถรับราชการอยู่ในตำแหน่งระดับสูงได้

ปัจจุบันมีผู้สืบทอดการนวดแบบนี้น้อยมาก เนื่องจากส่วนใหญ่จะเป็นการถ่ายทอดกันในครอบครัว และผู้รู้มักหวงวิชา ทำให้การนวดสายนี้ได้รับการถ่ายทอดกระท่อนกระแท่นเต็มที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การนวดไทยนี้ มีคุณค่าต่อการพึ่งตนเองเป็นอย่างมาก สามารถบรรเทาโรคและอาการปวดต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพในความรู้สึกของผู้ใช้บริการ เช่นอาการปวดเมื่อยตามกล้ามเนื้อลดการติดขัดของข้อต่อ ช่วยกระตุ้นกล้ามเนื้อที่อ่อนแรง เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตาม การนวดที่ไม่ถูกต้อง อาจเป็นการซ้ำเติมหรือเพิ่มการบาดเจ็บได้ ฉะนั้นผู้ที่จะนำการนวดไปใช้ จึงควรมีความรู้ในการใช้อย่างถูกต้อง เพื่อให้เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพอย่างแท้จริง

สิ่งสำคัญของการนวดแบบราชสำนักมีดังนี้

<u>การเตรียมตัวของผู้นวด</u>

1. <u>การฝึกกำลังนิ้ว</u> เพื่อให้นิ้วมือมีกำลังแข็งแรง จะได้มีกำลังเพียงพอ มือไม่สั่นไม่อ่อนแรง กดได้ตรงเป้าหมายในการรักษาและได้ผลรวดเร็ว สามารถทำได้โดยฝึกซ้อมยกกระดานทุกวัน ด้วยการนั่งขัดสมาธิเพชรและหย่งมือเป็นรูปถ้วยวางไว้ข้างลำตัว แล้วยกตัวให้พ้นจากพื้น อาจใช้การฝึกโดยบีบขี้ผึ้งจนอ่อนตัว

2. <u>การรักษาสุขภาพ</u> ผู้นวดจะต้องรักษาสุขภาพให้ดีอยู่เสมอทั้งกายและใจหมั่นออกกำลังกายให้ร่างกายแข็งแรง ถ้ารู้สึกว่าไม่สบายหรือมีไข้ไม่ควรทำการนวดเพราะนอกจากการนวดจะไม่ได้ผลดีเท่าที่ควรแล้วยังอาจแพร่โรคให้กับผู้ถูกนวดได้ และเล็บมือควรตัดให้สั้น

3. <u>การแต่งรสมือ</u> หมายถึง การลงน้ำหนักแต่ละรอบและจังหวะการลงน้ำหนัก ซึ่งการลงน้ำหนักนิ้วมือที่กด มี ๓ ระดับ คือ

   3.1 น้ำหนักเบา ประมาณ 50 % ของน้ำหนักที่สามารถลงได้สูงสุด

   3.2 น้ำหนักปานกลาง ประมาณ 70 % ของน้ำหนักที่สามารถลงได้สูงสุด

   3.3 น้ำหนักมาก ประมาณ 90 % ของน้ำหนักที่สามารถลงได้สูงสุด

การลงจังหวะนิ้วมือในการนวด

จังหวะในการลงน้ำหนักแต่ละครั้ง มี 3 จังหวะ คือ

1. หน่วง เป็นการลงน้ำหนักเบา เพื่อกระตุ้นให้กล้ามเนื้อรู้ตัว ไม่เกร็งรับการนวด
2. เน้น ลงน้ำหนักเพิ่มขึ้นบนตำแหน่งที่ต้องการกด
3. นิ่ง ลงน้ำหนักมากและกดนิ่งไว้พร้อมกับกำหนดลมหายใจสั้นยาวตามต้องการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การลงน้ำหนักเพิ่มขึ้นที่ละน้อย ทำให้กล้ามเนื้อสามารถปรับตัวรับน้ำหนักได้ ทำให้ไม่เจ็บหรือเจ็บป่วยมากขึ้น การลงน้ำหนักมากตั้งแต่เริ่มกด จะทำให้กล้ามเนื้อเกร็งรับทันที และอาจทำให้ตำแหน่งที่กดคลาดเคลื่อนไป และผู้ถูกนวดจะเจ็บมากหรือระบมได้เช่นกัน

การกำหนดลมหายใจ ต้องฝึกหายใจเข้าออกให้สัมพันธ์กับการลงน้ำหนักโดยทั่วไปการลงน้ำหนักควรกดลงไปขณะผู้ที่ถูกนวดหายใจออก ซึ่งเป็นขณะที่ร่างกายผ่อนคลาย หายใจเข้าออกปกติ 1 ครั้ง เรียกว่า คาบน้อยคือการสูดลมหายใจประมาณ10วินาทีส่วนใหญ่ใช้กับการนวดพื้นฐานต่างๆ การหายใจเข้าลึก หายใจออกยาว 1 ครั้ง เรียกว่า คาบใหญ่ คือ การสูดลมหายใจประมาณ 15-20 วินาที ส่วนใหญ่ใช้กับการนวดรักษาโรค และการเปิดประตูลม แต่การเปิดประตูลมมักจะใช้คาบใหญ่ 3 ครั้งการนวดนานเพียงใดขึ้นกับ ลักษณะของโรคระยะเวลาที่เป็น และลักษณะของผู้ถูกนวดการกดโดยใช้ระยะเวลาสั้นเกินไป การรักษาจะไม่ได้ผล การกดนานเกินไปทำให้มือผู้นวด และตำแหน่งที่ถูกนวดระบมได้

การกำหนดองศามาตราส่วนหรือท่านวดและการวางมือ

เป็นการวางท่านวดของผู้นวดให้เหมาะสมกับผู้ถูกนวดและตำแหน่งที่นวดเพื่อให้ใช้แรงที่กดนั้นลงตามจุดและมีน้ำหนักเพียงพอที่จะรักษาโรค ซึ่งการวางมือ การวางเท้า การนั่งของผู้นวดต้องเหมาะสมกับมือที่กดลงบนผู้ป่วย เรียกได้ว่าเป็นสัดส่วนองศาและทิศทางในการนวด โดยทั่วไปแล้วขณะที่นวดแขนจะเหยียดตรงเพื่อลงน้ำหนักตามแขนลงไปสู่นิ้วที่นวด หากมีการงอแขนอาจทำให้น้ำหนักลงไม่ตรงจุด แม้จะใช้น้ำหนักมากและทำให้การรักษาได้ผลน้อยหรือไม่ได้ผลเลย ซึ่งในการนวดแบบราชสำนักได้ให้แนวทางไว้ว่า “ แขนตึง หน้าตรง องศาได้ “

มารยาทในขณะทำการนวด

1. ก่อนทำการนวด ผู้นวดควรสำรวมจิตใจให้เป็นสมาธิ ระลึกถึงคุณครูอาจารย์ สำหรับการนวดแบบราชสำนักจะมีการยกมือไหว้ผู้ถูกนวด เพื่อเป็นการขอขมาที่ล่วงเกินบนร่างกาย

2. ขณะนวดควรนั่งห่างจากผู้ถูกนวดพอสมควรในด้านที่จะทำการนวดไม่ควรคร่อมตัวผู้ถูกนวด สำหรับการนวดแบบราชสำนัก จะเดินเข่าเข้าหาผู้ถูกนวดอย่างน้อย 4 ศอก และนั่งห่างจากผู้ถูกนวดประมาณ 1 ศอก และจับชีพจรดูลมเบื้องสูงกับลมเบื้องต่ำ

4. ขณะนวดไม่ควรก้มหน้าจะทำให้หายใจรดผู้ถูกนวด ซึ่งในการนวดแบบราชสำนัก ได้มีคำกล่าวไว้ว่า “แม้ลมหายใจก็ไม่ให้รดพระวรกาย” ขณะทำการนวดจึงมักจะหันหน้าตรงไปข้างหน้า โดยไม่ก้มหน้าและไม่เงยหน้ามองฟ้า อันเป็นการแสดงความไม่เคารพ

5. ขณะทำการนวด ห้ามกินอาหารหรือสิ่งใดๆ และระมัดระวังการพูดที่อาจทำให้ผู้ถูกนวดตกใจสะเทือนใจหรือหวาดกลัว ควรซักถามและสังเกตอาการอยู่เสมอ ควรหยุดเมื่อผู้ถูกนวดขอให้พัก หรือเจ็บปวดจนทนไม่ไหว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข้อควรระวังในการนวด

1. ในกรณีที่นวดท้องไม่ควรนวดผู้ที่รับประทานอาหารอิ่มใหม่ๆ (ไม่เกิน 30 นาที)
2. ไม่ควรให้เกิดการฟกช้ำมากเกินไป หรือมีอาการอักเสบซ้ำซ้อน
3. กรณีผู้สูงอายุโรคประจำตัวบางอย่างเช่น เบาหวาน โรคความดันโลหิตสูงต้องระมัดระวังในการนวด
4. ไม่ควรนวดผู้ที่มีอาการอักเสบติดเชื้อ คือ มีไข้มากกว่า 38 องศาเซลเซียส ปวด บวม แดง ร้อน
5. ไม่ควรนวดผู้ที่หลังประสบอุบัติเหตุใหม่ๆควรได้รับการช่วยเหลือขั้นต้นและตรวจวินิจฉัย ภาวะแทรกซ้อนต่างๆ หากเกินความสามารถ ควรประสานความร่วมมือกับแพทย์แผนปัจจุบัน
6. ข้อห้ามหรือข้อควรระวังอื่นๆ ที่กล่าวไว้เฉพาะแต่ละโรคหรืออาการ

ข้อปฏิบัติหลังการนวด

1. คำแนะนำสำหรับผู้นวดหากผู้นวดมีอาการปวดนิ้วมือให้แช่มือในน้ำอุ่นเพื่อช่วยให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายและการไหลเวียนโลหิตดีขึ้นหรือใช้ผ้าชุบน้ำอุ่นประคบมือและนวดคลึงบริเวณเนินกล้ามเนื้อฝ่ามือและรอบข้อนิ้วมือ

2. คำแนะนำสำหรับผู้ถูกนวด

- งดอาหารแสลง เช่น อาหารมัน อาหารทอด หน่อไม้ ข้าวเหนียว เครื่องในสัตว์ เหล้า เบียร์ ของหมักดอง
- ห้าม สลัด บีบ ดัด ส่วนที่มีอาการเจ็บปวด
- ท่ากายบริหารเฉพาะโรคหรืออาการ
- คำแนะนำอื่นๆ เช่น หลีกเลี่ยงพฤติกรรมที่เป็นมูลเหตุเกิดโรค

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สรุปแนวคิดและทิศทางในการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพ ในช่วงแผนฯ 9 (2545-2549)

ประเทศไทยได้ก้าวเข้ามาสู่ช่วงเวลาของการดำเนินการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 ที่จะประกาศใช้ ในปี 2545 ถึง 2549

แผนพัฒนาสาธารณสุขฉบับที่ 8 ได้กำหนดให้คนเป็นจุดศูนย์กลางของการพัฒนาโดยกำหนดภาพลักษณ์สุขภาพของคนไทยในอนาคต ให้เกิดและเติบโตในครอบครัวที่มีความพร้อม และอบอุ่น ได้รับการพัฒนาทั้งทางกาย ใจ สติปัญญาและสังคมมีหลักประกัน
ในการเข้าถึงบริการสุขภาพ อยู่ในชุมชนที่เข้มแข็ง ดำรงชีวิตและประกอบอาชีพอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่ดีและปลอดภัย มีอายุยืนยาว

แม้ว่าแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 8 จะได้กำหนดทิศทางและวิสัยทัศน์ รวมทั้งกลยุทธ์ไว้เป็นอย่างดี แต่อย่างไรก็ตาม พบว่ามีจุดอ่อนที่เห็นได้อย่างชัดเจนคือ การเป็นแผนที่ขาดพลังที่จะทำให้ทุกฝ่ายเข้ามามีจิตสำนึกรับผิดชอบร่วมในการผลักดันให้สุขภาพของคนไทยเป็นไปตามภาพลักษณ์นั้นได้

จากแผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 8 มาเป็น "แผนพัฒนาสุขภาพ ฉบับที่ 9" ท่ามกลางกระแสของการเปลี่ยนแปลงทั้งสถานการณ์ระดับโลกและระดับประเทศ

ระบบโลกได้เข้ามามีอิทธิพลต่อกระแสการดำรงชีวิตของคนไทยและประชากรโลกอย่างไม่อาจจะหลีกเลี่ยงได้ ทั้งกระแสโลกาภิวัฒน์ กระแสทุนนิยมเสรีความสำคัญของภาคประชาสังคมโลก รวมไปถึงการเปลี่ยนแปลงเทคโนโลยี ต่าง ๆ และการกลับมาของโรคติดเชื้อและการแพร่ระบาดของโรคใหม่ซ้ำ ยากต่อการที่จะควบคุมในภาวะโลกไร้พรมแดนเช่นนี้การปรับตัวและเตรียมพร้อมที่จะใช้สถานการณ์เหล่านั้นให้เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาสุขภาพของประชาชนจึงเป็นสิ่งสำคัญ

การเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ภายในประเทศที่เกิดขึ้นในช่วงของการเริ่มต้นใช้แผนพัฒนาสาธารณสุข ฉบับที่ 8 จนถึงปัจจุบัน ทั้งทางด้านประชากร เศรษฐกิจ การศึกษา สิ่งแวดล้อมและเทคโนโลยี สังคมและวัฒนธรรม กฎหมายและการเมืองรวมไปถึงกระแสของการเปลี่ยนแปลงหลักอันได้แก่

1. ภาวะวิกฤตเศรษฐกิจที่ได้ส่งผลกระทบถึงการลงทุนในโครงสร้างพื้นฐานและวิธีการดูแลสุขภาพของประชาชน
2. รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ.2540 ที่ให้สิทธิกับประชาชนในการตรวจสอบการดำเนินการของภาครัฐ
3. กระแสการปฏิรูปต่างๆ ทั้งการปฏิรูปการบริหารงานภาครัฐ และการปฏิรูประบบสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความสำเร็จของการพัฒนาสุขภาพ ในแผนพัฒนาสุขภาพ ฉบับที่ 9 อยู่ที่สำนึกรับผิดชอบร่วมกันของทุกคนในประเทศที่มี

ต่อสุขภาพของประชาชนดังร่างวิสัยทัศน์ ที่กล่าวไว้ว่า

- สุขภาพที่สมบูรณ์ ทั้ง กาย ใจ สังคม และจิตวิญญาณเป็นอุดมการณ์ของทุกคนในสังคมไทยที่มีจิตสำนึกรับผิดชอบร่วมกัน ในการสร้างให้

- บุคคล ครอบครัว และชุมชน มีความศรัทธาเชื่อมั่นในศักยภาพของตน ในการดูแลรักษาสุขภาพได้อย่างเหมาะสม และตระหนักในสิทธิของการมีส่วนร่วมในการกำหนด ติดตาม และตรวจสอบการบริหารจัดการทรัพยากรสาธารณสุขให้เกิดประโยชน์สูงสุด

- การบริการด้านสุขภาพเป็นการดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ที่มีคุณภาพมาตรฐานและมีหลักประกันด้านสุขภาพให้แก่ประชาชนทุกคนอย่างเท่าเทียมกัน

- ระบบสุขภาพไทยสามารถคุ้มครองสุขภาพของคนไทยจากผลกระทบของระบบโลกได้และทำให้สังคมไทยดำรงอยู่อย่างมีศักดิ์ศรี โดยคำนึงถึงภูมิปัญญาไทยและการพึ่งตนเองได้ในด้านสุขภาพ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. รวมทั้งแนวคิดและทิศทางในการจัดทำแผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 9 ของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

ล้วนแต่ส่งผลให้มีความจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนทิศทางและกระบวนการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพ ฉบับที่ 9 อย่างไม่อาจหลีกเลี่ยงได้

ทิศทางในแผนพัฒนาสุขภาพ ฉบับที่ 9 น่าจะมุ่งเน้นในหลักการใหญ่ ๆ 3 ประการ คือ

1. การเป็นแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ โดยมุ่งเน้นให้เป็นแผนยุทธศาสตร์ที่จะบอกทิศทางแก่ทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ไม่ใช่แต่เฉพาะเพียงกระทรวงสาธารณสุขเท่านั้นอย่างที่ผ่านมา

2. การมีส่วนร่วมจากทุกส่วน ทั้งภาคประชาชนรัฐ และเอกชน โดยต้องตั้งต้นด้วยการร่วมคิด ร่วมดำเนินการ ไปจนถึงร่วมในการติดตามประเมินผล

3. การต้องเชื่อมโยง กับ กลไกทางสังคมระบบงบประมาณ โครงสร้าง และองค์ความรู้ เพื่อให้เกิดทุกฝ่ายเกิดความมั่นใจว่าจะต้องมีการดำเนินการเพื่อความสำเร็จของแผนอย่างแน่นอน

แนวโน้มในการพัฒนาสุขภาพในแผน ฯ 9 จะไม่ละเลยต่อสิ่งสำคัญอย่างน้อย 3 ประการ ได้แก่

1. การตอบสนองความต้องการของประชาชน

2. การสอดคล้องไปกับกระแสการปฏิรูปทั้งการปฏิรูประบบการเมืองการปกครองที่เน้นการกระจายอำนาจมากขึ้น การปฏิรูปการบริหารงานภาครัฐ ที่เน้นคุณภาพประสิทธิภาพ และความโปร่งใส ตรวจสอบได้ รวมไปถึงการปฏิรูประบบสุขภาพ ที่กำลังจะเกิดขึ้น

3. การเปลี่ยนแปลงในปัญหาสุขภาพและวิธีการจัดการ ที่พบว่า แนวโน้มความรุนแรงของโรคบางโรคได้เปลี่ยนแปลง และแตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงแนวทางในการจัดลำดับความสำคัญของปัญหาและ
แนวทางในการจัดการให้ตอบสนองต่อความต้องการของแต่ละพื้นที่ รวมถึงบทบาทของหน่วยงานวิชาการต่าง ๆ ควรได้รับการ
พิจารณาใหม่ เพื่อให้สอดคล้องกับวิธีการจัดสรรงบประมาณและการกระจายอำนาจที่จะเปลี่ยนแปลงไปจากเดิม

อย่างไรก็ตาม ความซับซ้อนและเกี่ยวโยงกันของระบบเศรษฐกิจ สังคม การเมือง ทั้งในระดับโลก ระดับประเทศ และระดับชุมชน ทำให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่า การพัฒนาสุขภาพของประชาชนไม่สามารถจะทำให้สำเร็จได้โดยหน่วยราชการหน่วยใดหน่วยหนึ่ง แต่จะต้องเกิดจากการประสานความร่วมมือ ทั้งภาครัฐ เอกชน ชุมชน ครอบครัว และประชาชนเอง ในอันที่ช่วยกันผลักดัน ให้การพัฒนาสุขภาพประชาชนเป็นไปตามที่ต้องการได้ ทิศทางของแผนพัฒนาสุขภาพ ฉบับที่ 9 จึงมุ่งเน้นการเป็นแผนยุทธศาสตร์แห่งชาติเพื่อพัฒนาสุขภาพของประชาชน โดยเกิดจากการมีส่วนร่วมของภาคต่าง ๆ ให้มากที่สุด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

รูปแบบของยาสมุนไพร

การนำสมุนไพรมาใช้รักษาโรคนั้น ใช้ได้ในหลายรูปแบบ เช่น การใช้สมุนไพรสดๆ ใช้ในรูปยาต้ม ยาชง ยาลูกกลอน ยาดองเหล้า และยาพอก เป็นต้น

1. ใช้ในรูปสมุนไพรสดๆ สมุนไพรบางชนิดนิยมใช้ในรูปสมุนไพรสดจึงจะให้ผลดี เช่น วุ้นจากใบว่านหางจระเข้สดใช้ทาแผลไฟไหม้ น้ำร้อนลวก, ใบผักบุ้งทะเลสดนำมาตำ ใช้ทาแผลที่ถูกพิษแมงกะพรุน หรือกระเทียมสดนำมาฝานเป็นชิ้นบางๆ ใช้ทาบริเวณผิวหนังที่เป็นเชื้อรา เป็นต้น ในกรณีการใช้สมุนไพรสด ควรระวังในเรื่องของความสะอาด เพราะถ้าสกปรก อาจติดเชื้อทำให้แผลเป็นหนองได้
2. ตำคั้นเอาน้ำกิน ใช้สมุนไพรสดๆ ตำให้ละเอียดจนเหลว ถ้าไม่มีน้ำให้เติมน้ำลงไปเล็กน้อยคั้นเอาน้ำยาที่ได้กิน สมุนไพรบางชนิด เช่น กระทือ กระชายให้นำไปเผาไฟให้สุกเสียก่อนจึงค่อยตำ
3. ยาชงส่วนมากมักใช้กับพวก ใบไม้ เช่น หญ้าหนวดแมว, ใบชุมเห็ดเทศ, กระเจี๊ยบ เป็นต้น

วิธีทำ นำตัวยาที่จะใช้ล้างให้สะอาด ผึ่งให้แห้ง หรือ คั่วให้กรอบอย่าให้ไหม้ นำมาใส่ภาชนะที่สะอาด ไม่ใช้ภาชนะโลหะ วิธีชงทำโดยใช้สมุนไพร 1 ส่วน ผสมกับน้ำเดือด 10 ส่วน ปิดฝาทิ้งไว้ 5-10 นาที ยาชงเป็นรูปแบบยาที่มีกลิ่นหอมชวนดื่มและเป็นวิธีสะดวกรวดเร็ว ยาชง ตัวยาหนึ่งชุดนิยมใช้เพียงครั้งเดียว

ยาต้ม

เป็นวิธีที่นิยมใช้ และสะดวกมากที่สุด สามารถใช้ได้ทั้งตัวยาสดหรือแห้ง ในตัวยาที่สาระสำคัญ สามารถละลายได้ในน้ำ โดยการนำตัวยามาทำความสะอาด สับให้เป็นท่อนขนาดพอเหมาะ และให้ง่ายต่อการทำละลายของน้ำกับตัวยา นำใส่ลงในหม้อ (ควรใช้หม้อดินใหม่หรือภาชนะเคลือบผิว ที่ไม่ให้สารพิษ เมื่อถูกความร้อน การใช้หม้ออลูมิเนียมหรือโลหะ จะทำให้ฤทธิ์ของยาลดลง หรือมีโลหะปนออกมากับน้ำยาได้) เติมน้ำให้ท่วมยา (โดยใช้มือกดลงบนยาเบาๆ ให้ตัวยาอยู่ใต้น้ำ) นำไปตั้งไฟ ต้มให้เดือด ตามที่ กำหนดในตำรับยา หรือถ้าไม่มีกำหนดไว้ ให้กำหนดดังนี้

ถ้าเป็นตัวยาที่มีน้ำมันหอมระเหย เช่น ขิง, กระวาน, กานพลู, ไพล, ใบกะเพรา ฯลฯ ให้ต้มน้ำให้เดือดเสียก่อน จึงนำตัวยาใส่ลงไป ปิดฝา ทิ้งไว้ให้เดือดนานประมาณ 2-5 นาที จึงรินเอาน้ำยามารับประทาน ครั้งละ ครึ่งถึง 1 ถ้วยกาแฟ ก่อนอาหาร หรือ เมื่อมีอาการ

ถ้าเป็นตัวยาให้ต้มรับประทานทั่วไป ให้นำตัวยาใส่ในหม้อ เติมน้ำท่วมยา แล้วจึงนำไปตั้งบนเตา ต้มให้เดือดนานประมาณ 15 นาที จึงรินเอาน้ำยามารับประทาน

ถ้าเป็นการต้มเคี่ยว เช่น เคี่ยวให้เหลือ 1 ใน 3 หรือ ครึ่งหนึ่ง ให้เอาตัวยาใส่หม้อ เติมน้ำท่วมยา ตั้งไฟต้มเคี่ยวไปจนกว่าจะเหลือ ปริมาณน้ำประมาณ 1 ส่วน หรือ ครึ่งหนึ่ง ตามกำหนด (เช่น ใส่น้ำก่อนต้ม 3 ขัน ให้ต้มเคี่ยวจนเหลือน้ำประมาณ 1 ขัน หรือ 1.5 ขัน)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ยาต้มที่ปรุงจากใบไม้ นิยมต้มรับประทานเพียงวันเดียวแล้วทิ้งไป

ยาต้มที่ปรุงจากแก่นไม้ เครื่องเทศ โกฐ เทียน ถ้าต้มอุ่นทุกวัน มีอายุได้ 7-10 วัน

ยาต้มที่ปรุงจากแก่นไม้ เครื่องเทศ โกฐ เทียน หัวของพืชแห้ง ถ้าต้มอุ่น เช้า-เย็น ทุกวัน มีอายุ 7-15 วัน

ยาดอง

ใช้ได้ผลดีกับตัวยาที่สาร สำคัญละลายน้ำได้น้อย น้ำยาที่ได้จะออกฤทธิ์เร็วและแรงกว่าการใช้วิธีต้ม นิยมใช้กับตัวยาแห้ง โดยนำตัวยามาบดหยาบ หรือ สับเป็นท่อนเล็กๆ ใส่ลงในขวดโหลหรือไห เทเหล้าขาว นิยมใช้เหล้าข้าวเหนียว หรือเหล้าโรง ๔๐ ดีกรี แต่อาจใช้เหล้า ๒๘ ดีกรีแทนได้ ใส่ให้เหล้าท่วมยาพอประมาณ ถ้าเป็นตัวยาแห้ง ตัวยาจะพองตัว ทำให้เหล้าแห้งหรือพร่องไป ควรเติมให้ท่วมยาอยู่เสมอ นิยมใช้ไม้ไผ่ซี่เล็กๆขัดกันไม่ให้ตัวยาลอยขึ้นมา ควรคนกลับยาทุกวัน ปิดฝาทิ้งไว้ นานประมาน 30 วัน จึงรินเอาน้ำยามาใช้ หรือรับประทาน

ในกรณีที่สาระสำคัญไม่สลายตัว เมื่อถูกความร้อนอาจย่นเวลา การดองได้โดยใช้ วิธีดองร้อน คือ นำตัวยาห่อผ้าขาวบางสะอาด ใส่โหล เทเหล้าลงไปให้ท่วมยา เอาขวดโหลที่ใส่ยาและเหล้าแล้ว วางลงในหม้อใบโตพอเหมาะ เติมน้ำธรรมดาลงในหม้อชั้นนอก ทำเหมือนการตุ๋น กะอย่าให้มากเกินไป นำไปตั้งไฟต้มน้ำให้เดือด แล้วยกขวดโหลยาออกมา ปิดฝาทิ้งไว้ ประมาณ 7-14 วัน ก็สามารถรินเอาน้ำยามาใช้ได้

ห้ามใช้กับผู้ที่มีความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ หญิงมีครรภ์

ยาเม็ด

ยาไทยส่วนมาก มักจะมีรสที่ไม่ค่อยชวนรับประทาน สำหรับตัวยาบางตัวสามารถนำมาทำเป็นยาเม็ดเพื่อให้การใช้สะดวกขึ้น การทำยาเม็ด นิยมทำเป็นแบบ ลูกกลอน (เม็ดกลม) และเม็ดแบน (โดยใช้แบบพิมพ์อัดเม็ด) ในปัจจุบัน เพิ่มการบรรจุแคปซูลเข้าไปอีกวิธีหนึ่ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้