

โครงการเสนอแนะการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย
เพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการกับผู้ป่วยในกลุ่มเอ็นซีดี
สำหรับร้านโกลเด้นเพลส

Point of Purchase Media Design Informing Nutritional Fact
for NCDs Patients in Golden Place



นางสาว วรินยุพา ชินโชติลีสกุล

ศิลปนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาการออกแบบสันทะสามมิติ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ไว้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาต
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

โครงการเสนอแนะการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย
เพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการกับผู้ป่วยในกลุ่มเอ็นซีดี
สำหรับร้านโกลเด้นเพลส

Point of Purchase Media Design Informing Nutritional Fact
for NCDs Patients in Golden Place



นางสาว วรินยุพา ชินโชติลีสกุล

ศิลปนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชาการออกแบบสันทะสามมิติ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ไว้เพื่อใช้ในการศึกษาเท่านั้น ไม่สามารถนำ
ไปทำซ้ำหรือเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาตจากเจ้าของลิขสิทธิ์ได้ หากมีข้อสงสัยหรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติม
โปรดติดต่อฝ่ายวิชาการ โทร. 02-110-7500

ปีการศึกษา 2559

หัวข้อศิลปนิพนธ์ โครงการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย เพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการ
กับผู้ป่วยในกลุ่มเอ็นซีดี สำหรับร้านโกลเด้นเพลส

โดย นางสาว วรินยุพา ชินโชติลีสกุล

สาขา การออกแบบสหเทศสามมิติ

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์อรรถเวศ บริรักษ์เลิศ

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
อนุมัติให้รับศิลปนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาในหลักสูตรศิลปกรรมศาสตร์บัณฑิต
สาขาวิชาการออกแบบสหเทศสามมิติ

.....คณะบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์พิเศษ โสวิทย์สกุล)

คณะกรรมการสอบศิลปนิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(อาจารย์นิรวรรณ รัตนวิจารณ์)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา

(อาจารย์อรรถเวศ บริรักษ์เลิศ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นภาพรรณ สวัสดิ์ชัย)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธวัชชัย มหานพวงศ์ชัย)

.....กรรมการ

(อาจารย์ตฤณภาพ ไชยศิริ)

.....กรรมการ

(อาจารย์นพิน มั่นทะจิตร)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น มิใช่เพื่อเผยแพร่โดยไม่ขออนุญาต
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณอาจารย์อรรถเวศ บริรักษ์เลิศ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ช่วยทำให้หัวข้อนี้เกิดขึ้น คอยให้คำปรึกษา , แนะนำในทุกกระบวนการของการทำงานและให้ความรู้เพิ่มเติมในการคิดวิเคราะห์งานจนโครงการนี้เป็นรูปเป็นร่าง อาจารย์นิรวรรณ รัตนวิจารณ์ , ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นภาพรรณ สวัสดิชัย , อาจารย์อนุภพ ไชยศิริ , ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธวัชชัย มหานพวงศ์ชัย . อาจารย์ยณิณ มัทธะจิตร ที่เสนอข้อคิดเห็นเกี่ยวกับงาน ทำให้เห็นมุมมองที่หลากหลายมากขึ้น และสามารถนำไปพัฒนางานต่อได้

ขอขอบคุณนายวรรณระพล ชินโชติลีสกุล , นางสาวอนัญญา พิมพ์คำไหล , นางสาวกัญญาณัฐ ภัทติวงศ์ชัย , แอมป์ , โป๊ก้า และสมาชิกในครอบครัว ผู้สนับสนุนด้านการเงินให้โครงการออกมาเป็นรูปเป็นร่าง , ผู้ร่วมเดินทางในการทำงาน และเป็นกำลังใจที่สำคัญในยามเหนื่อยหอบ

ขอขอบคุณตัวเอง ที่อดทนสู้กับมัน ขอขอบคุณความเครียด , ห้อ , แรกกดดันจากรอบตัวและตนเองที่ผ่านเข้ามา เราค้นพบว่าสุดท้ายแล้วเราก็ผ่านความรู้สึกเหล่านั้นมาได้ ขอขอบคุณในการเติบโตในระหว่างการทำงานครั้งนี้ที่ทำให้เรา ที่เคยขี้เกียจ ไม่มีแบบแผนในชีวิต ผลัดวันประกันพรุ่ง ได้มีระเบียบ มีความรับผิดชอบในการทำงานมากขึ้น

ขอขอบคุณ 4 ปีที่ผ่านมาที่ได้เรียนสาขาการออกแบบสนเทศสามมิตินี้เราได้รับอะไรหลายอย่างจากการมาเรียนที่นี่ ขอขอบคุณสาขาที่ทำให้เราได้มาเจอเพื่อนสม.4 ที่กำลังจะจบไปพร้อมกัน

ขอบคุณเพื่อนสม.4 และสม.5 ที่ทำให้ช่วงเวลาในการทำโครงการนี้ เป็นไปอย่างสนุกและครื้นเครง อยู่สตูดิโอตั้งแต่เย็นยันเช้าด้วยกันมาตลอดเกือบ 1 ปี ขอขอบคุณความเป็นห่วงเป็นใยและความรักของเพื่อนที่มีให้

ขอบคุณสมาชิกหอชาวเอนจอยติก ซี ที่อยู่ร่วมกันมา ไปสตูดิโอด้วยกัน , กินข้าวด้วยกัน , ทำงานร่วมกัน , และเป็นทีปรีชางานให้กันและกัน

ขอบคุณเม ที่มาหาช่วยทำน้ำแข็งด้วยแผ่นพลาสติก , ช่วยตัดงานทุกอย่างที่ใช้เครื่องมือการตัดไม่เป็น , ที่ช่วยเป็นผู้ร่วมเดินทางในการกลับบ้านและมาหอ , ขอขอบคุณที่เข้ามาในชีวิตแล้วยังไม่จากไปไหน

ขอบคุณน้องสม.ปี 3 ปอ ที่มาช่วยตัดกระดาษที่เล็กนิดเดียว แต่ก็ยังอดทนทำงานเสร็จ , อัน ผู้ไม่ได้มาช่วยอะไร แต่ก็มาดูตลอดว่าทำถึงไหนแล้ว และปี 2 ที่มาช่วยตัดงาน

ขอบคุณตึกบูรณาการ ที่เปิดทุกวัน แม้จะปิดในวันหยุด ที่ให้ใช้ไฟ ใช้น้ำ ในการนั่งทำงาน , ขอขอบคุณทิวไรไฟ ตลอดระยะเวลา 1 ปี ที่ช่วยให้งานเดินได้ด้วยอินเทอร์เน็ต

ขอบคุณพี่พี ที่แม้จะไม่ได้มาช่วยเพราะติดงานของตนเอง แต่ก็ยังมีการถามไถ่และโดนปฏิเสธให้ช่วยไปหลายครั้ง

หัวข้อศิลปนิพนธ์

นักศึกษา

รหัสประจำตัว

ปริญญา

สาขาวิชา

พ.ศ.

อาจารย์ที่ปรึกษา

โครงการเสนอแนะการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย
เพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการกับผู้ป่วยในกลุ่มเอ็นซีดี
สำหรับร้านโกลเด้นเพลส

วรินยุพา ชินโชติลีสกุล

56020277

ศิลปกรรมบัณฑิต

การออกแบบสันทะสามมิติ

2559

อาจารย์อรรถเวช บริรักษ์เลิศ

บทคัดย่อ

จากการหาสถิติพบว่ากลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs) เกิดจากการดำเนินชีวิตประจำวันและการบริโภคอาหาร ที่มีประชากรป่วยและเสียชีวิตด้วยโรคกลุ่มนี้มากขึ้น จึงเริ่มต้นโครงการด้วยการสำรวจและค้นหาพฤติกรรม จากการสำรวจจึงว่า พบพฤติกรรมที่แตกต่างกันทั้งหมด 6 กลุ่ม ได้แก่ 1.กลุ่มคนที่มีปัจจัยเสี่ยงจะป่วยเป็นโรคเอ็นซีดี โดยสาเหตุเกิดจากการดำเนินชีวิตของตนเอง 2.ผู้ที่ป่วยเป็นโรคอ้วนลงพุงแต่ยังไม่ตระหนักถึงการดูแลและควบคุมการบริโภคอาหารของตนเอง 3.กลุ่มคนที่ไม่ปัจจัยเสี่ยงจะป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี 4.กลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดีที่เกิดจากพันธุกรรม 5.กลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี เลือktanยาและพบแพทย์เป็นประจำทุกเดือน 6.กลุ่มที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต โดยได้รับคำแนะนำจากแพทย์ให้ลดหวาน มัน เค็ม แต่ยังไม่ถูกแนะนำว่าควรเลือกบริโภคอะไรที่ดีต่อโรคที่ตนเองเป็น ทำให้ผู้ป่วยยังไม่ได้รับข้อมูลทางด้านโภชนาการที่ดีต่อโรคเอ็นซีดีที่กลุ่มเป้าหมายควรรู้ จึงเลือกเสนอแนวทางให้กลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต มาทำในโครงการซึ่งโรคที่นำมาทำประกอบด้วย 1.โรคอ้วนลงพุง 2.โรคเบาหวาน 3.โรคความดันโลหิตสูง 4.โรคหลอดเลือดสมอง ได้บริโภคในสิ่งที่เหมาะสมต่อโรคที่ตนเองเป็น ผู้จัดทำโครงการจึงเลือกร้านโกลเด้นเพลส(Golden Place) ภายในโรงพยาบาลศิริราช ตึกปิยมหาราชารุณย์เป็นกรณีศึกษา(Case Study) โดยออกแบบสื่อ ณ จุดขาย เพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการและสื่อส่งเสริมการขายภายในร้าน โดยผ่านการทดสอบกับกลุ่มเป้าหมายที่มีอายุ 55-70 มีการศึกษาระดับต้นสามารถอ่านหนังสือได้ในระดับพื้นฐานจนถึงปานกลาง ว่าสามารถมีความเข้าใจได้ มีการใช้รหัสสี(Color Code) และสัญลักษณ์ (Icon) มาจัดทำที่ชั้นจัดวางสินค้า และมีการทำสื่อส่งเสริมการขายภายในร้านโกลเด้นเพลส

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณอาจารย์อรรถเวศ บริรักษ์เลิศ อาจารย์ที่ปรึกษา ที่ช่วยทำให้หัวข้อนี้เกิดขึ้น คอยให้คำปรึกษา , แนะนำในทุกกระบวนการของการทำงานและให้ความรู้เพิ่มเติมในการคิดวิเคราะห์งานจนโครงการนี้เป็นรูปเป็นร่าง อาจารย์นิรวรรณ รัตนวิจารณ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นภาพรณ สวัสดิชัย , อาจารย์ดนุภพ ไชยศิริ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธวัชชัย มหานพวงศ์ชัย, อาจารย์นพิน มั่นทะจร ที่เสนอข้อคิดเห็นเกี่ยวกับงาน ทำให้เห็นมุมมองที่หลากหลายมากขึ้น และสามารถนำไปพัฒนางานต่อได้

ขอขอบคุณนายวรรณระพล ชินโชติลีสกุล นางสาวอัญญา พิมพ์คำไหล นางสาวกัญญาณัฐ ภัทวิวงศ์ชัย แอมป์ โปแก้ว และสมาชิกในครอบครัว ผู้สนับสนุนด้านการเงินให้โครงการออกมาเป็นรูปเป็นร่าง , ผู้ร่วมเดินทางในการทำงาน และเป็นกำลังใจที่สำคัญในยามเหนื่อยห่อ

ขอขอบคุณตัวเอง ที่อดทนสู้กับมัน ขอขอบคุณความเครียด ท้อ แรงกดดันจากรอบตัวและตนเองที่ผ่านเข้ามา เราค้นพบว่าสุดท้ายแล้วเราก็ผ่านความรู้สึกเหล่านั้นมาได้ ขอขอบคุณในการเติบโตในระหว่างการทำงานครั้งนี้ที่ทำให้เรา ที่เคยซีเกียจ ไม่มีแบบแผนในชีวิต ผลัดวันประกันพรุ่ง ได้มีระเบียบ มีความรับผิดชอบในการทำงานมากขึ้น

ขอขอบคุณ 4 ปีที่ผ่านมาที่ได้เรียนสาขาการออกแบบสเนเทศสามมิตินี้เราได้รับอะไรหลายอย่างจากการมาเรียนที่นี่ ขอขอบคุณสาขาที่ทำให้เราได้มาเจอเพื่อนสม.4 ที่กำลังจะจบไปพร้อมกัน

ขอบคุณเพื่อนสม.4 และสม.5 ที่ทำให้ช่วงเวลาในการทำโครงการนี้ เป็นไปอย่างสนุกและครื้นเครง อยู่สตูดิโอตั้งแต่เย็นยันเช้าด้วยกันมาตลอดเกือบ 1 ปี ขอขอบคุณความเป็นห่วงเป็นใยและความรักของเพื่อนที่มีให้

ขอบคุณสมาชิกหอชาวเอนจอยติก ซี ที่อยู่ร่วมกันมา ไปสตูดิโอด้วยกัน, กินข้าวด้วยกัน, ทำงานร่วมกัน, และเป็นทีที่ปรึกษางานให้กันและกัน

ขอบคุณเม ที่มาหาช่วยทำน้ำแข็งด้วยแผ่นพลาสติก, ช่วยตัดงานทุกอย่างที่ใช้เครื่องมือการตัดไม่เป็น, ที่ช่วยเป็นผู้ร่วมเดินทางในการกลับบ้านและมาหอ, ขอขอบคุณที่เข้ามาในชีวิตแล้วยังไม่จากไปไหน

ขอบคุณน้องสม.ปี 3 ปอ ที่มาช่วยตัดกระดาษที่เล็กนิดเดียว แต่ก็ยังอดทนทำงานเสร็จ, อั้น ผู้ไม่ได้มาช่วยอะไร แต่ก็มาดูตลอดว่าทำถึงไหนแล้ว และปี 2 ที่มาช่วยตัดงาน

ขอบคุณตึกบูรณาการ ที่เปิดทุกวัน แม้จะปิดในวันหยุด ที่ให้ใช้ไฟ ใช้น้ำ ในการนั่งทำงาน, ขอขอบคุณทิวไรไฟ ตลอดระยะเวลา 1 ปี ที่ช่วยให้งานเดินได้ด้วยอินเตอร์เน็ต

ขอบคุณพี่พี ที่แม้จะไม่ได้มาช่วยเพราะติดงานของตนเอง แต่ก็ยังมีการถามไถ่และโดนปฏิเสธให้ช่วยไปหลายครั้ง

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	I
กิตติกรรมประกาศ.....	II
สารบัญ.....	III
สารบัญตาราง.....	VI
สารบัญภาพ.....	VII
บทที่ 1 บทนำ.....	13
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ.....	13
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ.....	13
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	14
1.3.1 ขอบเขตของเนื้อหา.....	14
1.3.2 ขอบเขตของประชากร.....	14
1.3.3 ขอบเขตของพื้นที่.....	14
1.4 วิธีดำเนินโครงการโดยย่อ.....	14
1.4.1 เก็บรวบรวมข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย.....	14
1.4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการออกแบบ.....	14
1.4.3 ดำเนินการออกแบบ.....	14
1.4.4 นำเสนอผลงานการออกแบบ.....	15
1.4.5 สรุปผลการออกแบบ.....	15
1.5 ประโยชน์ที่ได้รับ.....	15
1.6 นิยามศัพท์.....	15
บทที่ 2 การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบ.....	16
2.1 ข้อมูลในกลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs).....	16
2.1.1 โรคเบาหวานชนิดที่ 2.....	16
2.1.2 โรคอ้วนลงพุง.....	16
2.1.3 โรคความดันโลหิตสูง.....	17
2.1.4 โรคหลอดเลือดสมอง.....	17
2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย.....	19
2.2.1 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย.....	19
2.3 ข้อมูลภายในร้านโกลเด้นเพลส(Golden place)	27
2.4 ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส(Golden place).....	41
2.4.1 บริเวณผักผลไม้แบบแช่เย็น.....	41
2.4.2 บริเวณน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักในโครงการชั่งหัวมัน.....	49
2.4.3 บริเวณสลัดบาร์.....	53
2.4.4 บริเวณผักผลไม้ไม่แช่เย็น.....	56

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.5 กรณีศึกษา.....	61
2.5.1 สื่อ ณ จุดขาย.....	61
2.6 สรุปแนวทางในการออกแบบ.....	61
2.6.1 ข้อมูลกำหนดและแนวทางในการออกแบบ.....	61
2.6.2 กลุ่มเป้าหมาย.....	64
2.6.3 เนื้อหาที่นำมาใช้ในการออกแบบ.....	67
บทที่ 3 ดำเนินการออกแบบ.....	69
3.1 สรุปขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ.....	69
3.1.1 สรุปขอบเขตของตัวงาน.....	69
3.2 สรุปเกณฑ์ที่ใช้ในการออกแบบ.....	71
3.2.1 การร่างแบบ(Sketch).....	72
3.2.2 ส่งแบบร่างครั้งที่ 1.....	83
3.2.3 แบบร่างครั้งที่ 2.....	86
3.2.4 แบบร่างครั้งที่ 3.....	89
3.2.5 แบบร่างครั้งที่ 4.....	95
บทที่ 4 การนำเสนอผลงาน.....	96
4.1 ภาพถ่ายหุ่นจำลอง.....	96
4.1.1 สื่อเพื่อให้ข้อมูล ณ จุดขาย.....	102
4.1.2 สื่อส่งเสริมการขาย.....	104
4.2 ภาพแสดงโครงสร้าง.....	106
4.3 การจัดแสดงผลงาน.....	122
บทที่ 5 การสรุปผลอภิปรายและข้อเสนอแนะ.....	123
5.1 ผลงานการออกแบบที่ได้จากการดำเนินการโครงการ.....	123
5.1.1 สื่อ ณ จุดขายที่ให้ข้อมูลและแนะนำสินค้า.....	123
5.1.2 สื่อ ณ จุดขายที่แสดงข้อมูลของตัวไอคอน.....	123
5.1.3 สื่อส่งเสริมการขาย.....	123
5.2 การอภิปรายผลงานการออกแบบ.....	123
5.2.1 จุดเด่น.....	124
5.2.2 จุดด้อย.....	124
5.3 ข้อเสนอแนะจากคณะกรรมการตรวจศิลปะนิพนธ์.....	124
5.4 ข้อเสนอแนะจากผู้ทำโครงการ.....	124
5.5 การแก้ไขผลงานการออกแบบ.....	125

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บรรณานุกรม.....	137
ภาคผนวก ก.....	138
ประวัติผู้เขียน.....	141



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1 : ตารางพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของโรคทั้ง 4.....	17
ตารางที่ 2.1 : ตารางพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	18
ตารางที่ 2.2 : ตารางแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่ไปสำรวจบุคคลที่ 1.....	19
ตารางที่ 2.3 : ตารางแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่ไปสำรวจบุคคลที่2.....	22
ตารางที่ 2.4 : ตารางแสดงรากฐานของแบรนด์ร้านโกเลเด็นเพลส.....	27
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	41
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	42
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	43
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	44
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	45
ตารางที่ 2.5 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	46
ตารางที่ 2.6 : ตารางแสดงสรรพคุณของผลไม้ต่อโรคทั้ง 4.....	47
ตารางที่ 2.6 : ตารางแสดงสรรพคุณของผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	48
ตารางที่ 2.6 : ตารางแสดงสรรพคุณของผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	49
ตารางที่ 2.7 : ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4.....	49
ตารางที่ 2.7 : ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	50
ตารางที่ 2.7 : ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	51
ตารางที่ 2.7 : ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	52
ตารางที่ 2.7 : ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	53
ตารางที่ 2.8 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4.....	53
ตารางที่ 2.8 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	54
ตารางที่ 2.8 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	55
ตารางที่ 2.9 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4.....	56
ตารางที่ 2.9 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	57
ตารางที่ 2.9 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	58
ตารางที่ 2.9 : ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4 (ต่อ).....	59
ตารางที่ 2.10 : ตารางแสดงสเตคโฮลเดอร์(stakeholder), รีควายเมนต์(requirement), ลิมิตชัน(limitation), โคทีเรีย(criteria) ของโครงการ.....	60
ตารางที่ 2.10 : ตารางแสดงสเตคโฮลเดอร์(stakeholder), รีควายเมนต์(requirement), ลิมิตชัน(limitation), โคทีเรีย(criteria) ของโครงการ (ต่อ).....	61
ตารางที่ 2.10 : ตารางแสดงสเตคโฮลเดอร์(stakeholder), รีควายเมนต์(requirement), ลิมิตชัน(limitation), โคทีเรีย(criteria) ของโครงการ (ต่อ).....	62
ตารางที่ 3.1 : ขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ(Criteria).....	67
ตารางที่ 3.1 : ขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ(Criteria) (ต่อ).....	68
ตารางที่ 3.1 : ขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ(Criteria) (ต่อ).....	69
ตารางที่ 3.2 : เกณฑ์การออกแบบที่ใช้ในการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย.....	69

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.2 : เกณฑ์การออกแบบที่ใช้ในการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย (ต่อ).....	70
ตารางที่ 5.1 : ข้อเสนอแนะจากผู้ทำโครงการ.....	124



สารบัญภาพ

หน้า

ภาพที่ 2.1 : รูปอาหารที่บุคคลที่ 1 ทำเอง.....	20
ภาพที่ 2.2 : ภาพอาหารบนโต๊ะที่บุคคลที่สำรวจคนที่ 1 ทำและซื้อทาน.....	20
ภาพที่ 2.3 : ข้อมูลของบุคคลที่ 1.....	21
ภาพที่ 2.4 : ภาพภายในตู้เย็นของบุคคลที่ 2.....	22
ภาพที่ 2.5 : ข้อมูลของบุคคลที่ 2.....	23
ภาพที่ 2.6 : ภาพตัวแทนของกลุ่มเป้าหมาย.....	24
ภาพที่ 2.7 : แสดงข้อมูลของลูกค้าจำลอง(Persona).....	25
ภาพที่ 2.8 : วิเคราะห์ Gain Pain Job ของกลุ่มเป้าหมาย.....	26
ภาพที่ 2.9 : นำมาเรียงลำดับความร้ายแรง(Pain) ของกลุ่มเป้าหมาย.....	26
ภาพที่ 2.10 : ภาพของแปลนและประเภทชั้นจัดวางสินค้าภายในร้านโกลเด็นเพลส.....	28
ภาพที่ 2.11 : ภาพพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านแบบที่ 1.....	29
ภาพที่ 2.12 : ภาพพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านแบบที่ 2.....	29
ภาพที่ 2.13 : ภาพพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านแบบที่ 3.....	30
ภาพที่ 2.14 : ภาพของการทำแผนภาพเส้นทางแสดงกิจกรรมของลูกค้า 10 บริเวณ.....	31
ภาพที่ 2.15 : ภาพของการทำแผนภาพเส้นทางแสดงกิจกรรมของลูกค้า 10 บริเวณ.....	31
ภาพที่ 2.16 : ภาพของชั้นวางสินค้าประเภทที่ 1.....	32
ภาพที่ 2.17 : ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในร้าน.....	32
ภาพที่ 2.18 : ภาพมุมบน(Top) ของชั้นจัดจำหน่ายประเภทที่ 2.....	32
ภาพที่ 2.19 : ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในด้าน 1และ3.....	33
ภาพที่ 2.20 : ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในด้าน 2และ4.....	33
ภาพที่ 2.21 : ภาพมุมบน(Top) ของบริเวณสลัดบาร์.....	34
ภาพที่ 2.22 : ภาพมุมด้านของบริเวณสลัดบาร์ที่ 1และ3.....	34
ภาพที่ 2.23 : ภาพของสินค้าของบริเวณสลัดบาร์ที่ 1และ3.....	35
ภาพที่ 2.24 : ภาพมุมด้านของบริเวณสลัดบาร์ที่ 2และ4.....	35
ภาพที่ 2.25 : ภาพของสินค้าของบริเวณสลัดบาร์ที่ 2และ4.....	35
ภาพที่ 2.26 : ภาพมุมบน(Top) ของโซนผักผลไม้ไม่แช่เย็น.....	36
ภาพที่ 2.27 : ภาพของสินค้าของโซนผักผลไม้ไม่แช่เย็น 1และ2.....	36
ภาพที่ 2.28 : ภาพของสินค้าของโซนผักผลไม้ไม่แช่เย็น 3และ4.....	37
ภาพที่ 2.29 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าแบบเดี่ยว.....	37
ภาพที่ 2.30 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าแบบชุด.....	38
ภาพที่ 2.31 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลบนตัวสินค้า.....	38
ภาพที่ 2.32 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้า ที่ชั้นวางสินค้า.....	39
ภาพที่ 2.33 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้า ที่ชั้นวางสินค้า (ต่อ).....	39
ภาพที่ 2.34 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าโดยใช้ Leaflet.....	39
ภาพที่ 2.35 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่แนะนำสินค้า โดยการใช้ Leaflet.....	40
ภาพที่ 2.36 : ภาพของสื่อภายในโกลเด็นเพลส ที่ให้ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด็นเพลส.....	40

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

	หน้า
ภาพที่ 2.37 : ภาพกรณีศึกษา.....	59
ภาพที่ 2.38 : ภาพและข้อมูลของลูกค้าจำลอง(Persona).....	63
ภาพที่ 2.39 : ภาพวิเคราะห์ของ Gain pain job.....	64
ภาพที่ 2.40 : นำมาเรียงลำดับความร้ายแรง(Pain) ของกลุ่มเป้าหมาย.....	64
ภาพที่ 3.1 : ร่างแบบสัญลักษณ์(Icon) ออกมาเป็นตัวอุปกรณ์และอวัยวะบางส่วน.....	70
ภาพที่ 3.2 : ร่างแบบโดยลองกำกับชื่อโรคลงไปเป็นตัวสัญลักษณ์(Icon).....	70
ภาพที่ 3.3 : ร่างแบบโดยใช้สีพื้นหลังที่ต่างกันและกำกับชื่อโรค.....	71
ภาพที่ 3.4 : ร่างแบบโดยไม่มีตัวสัญลักษณ์(Icon) แต่ใช้ตัวอักษรในการสื่อสาร.....	71
ภาพที่ 3.5 : ร่างแบบโดยไม่มีตัวสัญลักษณ์(Icon) แต่ใช้ตัวอักษรในการสื่อสาร.....	71
ภาพที่ 3.6 : ลองร่างตัวสัญลักษณ์(Icon) โดยแทนเป็นตัวคุณลุงที่มีอายุ.....	72
ภาพที่ 3.7 : ร่างตัวสื่อส่งเสริมการขาย ตัวโปสเตอร์หน้าทางเข้า.....	72
ภาพที่ 3.8 : ได้ลองใช้คำวลีที่ง่ายกับกลุ่มเป้าหมาย ในการสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย.....	73
ภาพที่ 3.9 : โรคอ้วนลงพุง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon).....	73
ภาพที่ 3.10 : โรคอ้วนลงพุง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon) (ต่อ).....	74
ภาพที่ 3.11 : โรคเบาหวาน โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon).....	74
ภาพที่ 3.12 : โรคหลอดเลือดสมอง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon).....	74
ภาพที่ 3.13 : โรคความดันเลือดสูง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon).....	75
ภาพที่ 3.14 : นำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(Icon).....	75
ภาพที่ 3.15 : การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 1.....	76
ภาพที่ 3.16 : การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 2.....	76
ภาพที่ 3.17 : การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 3.....	77
ภาพที่ 3.18 : การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 4.....	77
ภาพที่ 3.19 : จากการวิเคราะห์สีของทั้ง 4 บริเวณ.....	78
ภาพที่ 3.20 : การร่างแบบของตัวสัญลักษณ์(Icon) ให้อยู่ใน Compose เดียวกัน.....	78
ภาพที่ 3.21 : ร่างแบบของตัวสัญลักษณ์(Icon) ให้อยู่ใน Compose เดียวกัน.....	78
ภาพที่ 3.22 : ใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด มีการใช้ภาษาภาพเล็กน้อย.....	79
ภาพที่ 3.23 : ร่างแบบด้วยการใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด มีการใช้ภาษาภาพเล็กน้อย.....	79
ภาพที่ 3.24 : ร่างแบบที่ตัวชั้นจัดวางสินค้าว่าภาพรวมเป็นอย่างไร.....	79
ภาพที่ 3.25 : นำเสนอผ่านชั้นจัดวางสินค้าในโซนที่ 1.....	80
ภาพที่ 3.26 : วิธีการที่ 1 ใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด.....	80
ภาพที่ 3.27 : วิธีการที่ 2 ใช้ภาษาภาพ และการวางคอมโพส(Compose).....	81
ภาพที่ 3.28 : วิธีการที่ 3 ใช้ผสมระหว่างภาษาภาพและตัวอักษร ในการสื่อสาร.....	81
ภาพที่ 3.29 : อาร์ตไดเรกชัน(Art Direction) แบบที่ 1.....	82
ภาพที่ 3.30 : เลือกใช้สีที่ได้จากการวิเคราะห์จากชั้นวางสินค้า(Color Wheel Analysis).....	82
ภาพที่ 3.31 : ใช้แทกเป็นตัวเฉลยสีที่แทนตัวโรค(Color Coding).....	83
ภาพที่ 3.32 : จำลองภาพแทกที่แขวนอยู่บนตะกร้า.....	83

เอกสารนี้เป็นเอกสารทบทวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาค้นคว้า ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

	หน้า
ภาพที่ 3.33 : ภาพการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 1 เรียงจากน้อยไปมาก.....	83
ภาพที่ 3.34 : ภาพการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 2 สินค้าที่ดีทั้งหมดอยู่ขวาสุด.....	84
ภาพที่ 3.35 : ภาพจำลองการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 1.....	84
ภาพที่ 3.36 : ภาพจำลองการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 2.....	84
ภาพที่ 3.37 : อาร์ตไดเรกชัน(Art Direction) แบบที่ 1.....	85
ภาพที่ 3.38 : เลือกใช้สีที่ได้จากการวิเคราะห์จากชั้นวางสินค้า(Color Wheel Analysis).....	85
ภาพที่ 3.39 : ร่างแบบตัวสัญลักษณ์(Icon).....	85
ภาพที่ 3.40 : ลองทำตัวเฉลยในตะกร้า.....	86
ภาพที่ 3.41 : ทำภาพรวมและใส่กราฟฟิก อิลิเมน ลงไปบนชั้นวางสินค้า.....	86
ภาพที่ 3.42 : ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1.....	86
ภาพที่ 3.43 : ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1.....	86
ภาพที่ 3.44 : ทำอาร์ตไดเรกชันที่และปรับสีให้สว่างและสดใสมากขึ้น.....	87
ภาพที่ 3.45 : ทำสัญลักษณ์(Icon) โดยปรับเทกเจอร์ให้ความหยابน้อยลง.....	87
ภาพที่ 3.46 : ทำตัวไอคอนและโค้ดสีมาเฉลยที่แทกตะกร้า.....	87
ภาพที่ 3.47 : ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1.....	87
ภาพที่ 3.48 : ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1.....	88
ภาพที่ 3.49 : ทำสัญลักษณ์(Icon).....	88
ภาพที่ 3.50 : ทำภาพรวมและใส่องค์ประกอบกราฟฟิกเป็นรูปร่าง.....	88
ภาพที่ 3.51 : ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 2.....	89
ภาพที่ 3.52 : ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 3.....	89
ภาพที่ 3.53 : ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 4.....	90
ภาพที่ 3.54 : Art Direction ในการพัฒนาแบบร่างครั้งนี้.....	91
ภาพที่ 3.55 : สัญลักษณ์ (Icon) ที่ปรับเส้น, ใส่เงา และปรับให้สัญลักษณ์ดูอยู่ในระบบเดียวกัน... 91	91
ภาพที่ 3.56 : สัญลักษณ์(Icon) ที่ปรับเส้น, ใส่เงา และปรับให้สัญลักษณ์ดูอยู่ในระบบเดียวกัน.... 91	91
ภาพที่ 3.57 : ป้ายแทกที่แขวนอยู่ที่ตะกร้า.....	92
ภาพที่ 3.58 : ป้ายแทกที่แขวนอยู่ที่ตะกร้า.....	92
ภาพที่ 3.59 : ทดลองทำสื่อที่ตะกร้าในรูปแบบอื่น.....	92
ภาพที่ 3.60 : องค์ประกอบกราฟฟิก(Graphic Element) เป็นรูปผักผลไม้ที่ติดต่อโรคที่ทำ.....	93
ภาพที่ 3.61 : แทนสีของโรคและหัวกลมมน.....	93
ภาพที่ 3.62 : ภาพรวมของงานเมื่ออยู่รวมกับองค์ประกอบกราฟฟิก(Graphic Element).....	93
ภาพที่ 3.63 : แผ่นนำเสนอผลงานที่บอกข้อมูล ด้านหน้าก่อนเข้าร้าน.....	93
ภาพที่ 3.64 : แทนรหัสสีของโรคและขอบมนด้านเดียว.....	94
ภาพที่ 3.65 : ทำ Metrix Element ของตัวโรค.....	94
ภาพที่ 3.66 : องค์ประกอบ(Element) ของตัวโรคทั้ง 4.....	94
ภาพที่ 3.67 : จำลององค์ประกอบ(Element) มาใช้ที่ป้ายแขวนของตะกร้า.....	100

สารบัญภาพ (ต่อ)

	หน้า
ภาพที่ 3.68 : ลองใช้องค์ประกอบกราฟิก(Graphic) ของผักผลไม้มารวมกับ Element.....	95
ภาพที่ 3.69 : ลองใช้องค์ประกอบกราฟิก(Graphic) ของผักผลไม้มารวมกับ Element.....	95
ภาพที่ 4.1 : จำลองขนาด 1:10 ชั้นจัดวางสินค้าทั้ง 4 บริเวณ.....	97
ภาพที่ 4.2 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1.....	97
ภาพที่ 4.3 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 2.....	98
ภาพที่ 4.4 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	98
ภาพที่ 4.5 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 3.....	99
ภาพที่ 4.6 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	99
ภาพที่ 4.7 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 4.....	100
ภาพที่ 4.8 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	100
ภาพที่ 4.9 : ภาพชั้นจัดวางสินค้าภายในร้าน.....	101
ภาพที่ 4.10 : ภาพจำลองคนภายในร้าน 1:10.....	101
ภาพที่ 4.11 : ภาพจำลองคนถือตะกร้าและป้ายแขวนตะกร้าภายในร้าน 1:10.....	102
ภาพที่ 4.12 : ป้ายแขวนตะกร้าภายในร้าน 1:1.....	102
ภาพที่ 4.13 : ป้ายแขวนตะกร้าและตะกร้า 1:1 (ต่อ).....	103
ภาพที่ 4.14 : จำลองการถือตะกร้า.....	103
ภาพที่ 4.15 : ป้ายแขวนตะกร้าและตะกร้า 1:1.....	104
ภาพที่ 4.16 : แผ่นนำเสนอหน้าต่างเข้าร้าน.....	105
ภาพที่ 4.17 : แผ่นนำเสนอตรงที่วางตะกร้าและป้ายแขวนตะกร้า.....	105
ภาพที่ 4.18 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าโซนที่ 1.....	106
ภาพที่ 4.19 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	106
ภาพที่ 4.20 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	107
ภาพที่ 4.21 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	107
ภาพที่ 4.22 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	107
ภาพที่ 4.23 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	108
ภาพที่ 4.24 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	108
ภาพที่ 4.25 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	109
ภาพที่ 4.26 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	109
ภาพที่ 4.27 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	109
ภาพที่ 4.28 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	110
ภาพที่ 4.29 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	110
ภาพที่ 4.30 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	110
ภาพที่ 4.31 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	111
ภาพที่ 4.32 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	111
ภาพที่ 4.33 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	111
ภาพที่ 4.34 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1 (ต่อ).....	112

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

	หน้า
ภาพที่ 4.35 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2.....	112
ภาพที่ 4.36 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	112
ภาพที่ 4.37 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	112
ภาพที่ 4.38 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	113
ภาพที่ 4.39 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	113
ภาพที่ 4.40 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	113
ภาพที่ 4.41 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2 (ต่อ).....	114
ภาพที่ 4.42 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3.....	114
ภาพที่ 4.43 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	115
ภาพที่ 4.44 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	115
ภาพที่ 4.45 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	116
ภาพที่ 4.46 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	116
ภาพที่ 4.47 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	116
ภาพที่ 4.48 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	117
ภาพที่ 4.49 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	117
ภาพที่ 4.50 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	117
ภาพที่ 4.51 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3 (ต่อ).....	118
ภาพที่ 4.52 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4.....	118
ภาพที่ 4.53 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	118
ภาพที่ 4.54 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	119
ภาพที่ 4.55 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	119
ภาพที่ 4.56 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	119
ภาพที่ 4.57 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	120
ภาพที่ 4.58 : สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4 (ต่อ).....	120
ภาพที่ 4.59 : สื่อส่งเสริมบนป้ายแขวนตะกร้า.....	120
ภาพที่ 4.60 : แผ่นนำเสนอหน้าทางเข้าร้าน.....	121
ภาพที่ 4.61 : แผ่นนำเสนอตรงที่วางตะกร้า.....	121
ภาพที่ 4.62 : ภาพจัดแสดงรวมผลงาน.....	122
ภาพที่ 5.1 : บริเวณที่ 1 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว).....	125
ภาพที่ 5.2 : บริเวณที่ 1 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว) (ต่อ).....	126
ภาพที่ 5.3 : บริเวณที่ 2 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข บน-แก้ไขแล้ว).....	127
ภาพที่ 5.4 : บริเวณที่ 2 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว) (ต่อ).....	128
ภาพที่ 5.5 : บริเวณที่ 3 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว).....	129
ภาพที่ 5.6 : บริเวณที่ 3 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว) (ต่อ).....	130
ภาพที่ 5.7 : บริเวณที่ 4 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว).....	131
ภาพที่ 5.8 : บริเวณที่ 4 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว) (ต่อ).....	132

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า

ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

	หน้า
ภาพที่ 5.9 : ป้ายแขวนตะกร้า (บน-แก้ไขแล้ว).....	133
ภาพที่ 5.10 : เพิ่มข้อมูลภายในงาน (แก้ไขแล้ว).....	134
ภาพที่ 5.11 : เพิ่มฉลากสินค้า.....	135
ภาพที่ 5.12 : แผ่นนำเสนอหน้าทางเข้าร้าน และแผ่นนำเสนอตรงที่วางตะกร้า.....	136



บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ

จากการหาสถิติพบว่ากลุ่มโรคที่ไม่ได้เกิดจากการติดเชื้อแต่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภค และการดำเนินชีวิตเอ็นซีดี(Non-communicable diseases) มีจำนวนประชากรที่ป่วยด้วยกลุ่มโรคนี้เพิ่มมากขึ้น และเกิดการเสียชีวิตด้วยโรคกลุ่มนี้มากขึ้นในทุกๆปี จึงเริ่มต้นโครงการด้วยเรื่องของโรคกลุ่มไม่ติดต่อ โดยจากการเสาะหาพบกลุ่มคนหลายกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วย กลุ่มคนที่มีปัจจัยเสี่ยงหรือโอกาสที่จะป่วยเป็นโรคในกลุ่มนี้, ผู้ที่เป็นโรคอ้วนลงพุง ซึ่งอยู่ในกลุ่มโรคเอ็นซีดี แต่ไม่ได้ตระหนักถึงการดูแลตนเอง, กลุ่มคนที่ไม่ค่อยมีปัจจัยเสี่ยงปฏิบัติตัวดี ควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต, กลุ่มคนที่เป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี จากพันธุกรรม, กลุ่มคนที่เป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ซึ่งรู้ว่าทานแล้วไม่ดีแต่ก็ทาน เพราะกินยาและหาหมอนทุกเดือน และกลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี โดยพยายามควบคุมแต่มีบางปัจจัยทำให้ไม่เป็นไปตามเป้าหมาย ซึ่งในโครงการนี้ได้เลือกกลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี โดยพยายามควบคุม เป็นกลุ่มเป้าหมาย เนื่องจากเล็งเห็นว่าสามารถสื่อสารกับตัวกลุ่มเป้าหมายได้ จึงเริ่มทำการสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย โดยที่ต้องรู้ถึงรูปแบบการใช้ชีวิตว่าในแต่ละวันทำอะไรบ้าง ใช้ชีวิตยังไง เพื่อหาว่ากลุ่มเป้าหมายไม่ได้ควบคุมหรือควบคุมผิดตรงไหนบ้าง ซึ่งจากการเฝ้าสังเกตและติดตามพบว่า กลุ่มเป้าหมายขาดความเข้าใจ , การเข้าถึงข้อมูลอย่างลึกซึ้ง ตัวกลุ่มเป้าหมายรู้ข้อมูลเบื้องต้นจากประสบการณ์ชีวิตและจากแพทย์แนะนำเท่านั้น

โครงการออกแบบสื่อเพื่อให้ข้อมูล ณ จุดขาย สำหรับผู้ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs) ที่ขาดข้อมูล ด้านการควบคุมการบริโภคที่ถูกสัญลักษณ์ โดยกำหนดขอบเขตของการบอกข้อมูลตามโรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็นคือ โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง, โรคอ้วนลงพุง และโรคหลอดเลือดสมอง

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1.2.1 เพื่อออกแบบสื่อ ณ จุดขายที่ให้ข้อมูลและแนะนำสินค้าด้านโภชนาการ สำหรับกลุ่มเป้าหมาย ที่ป่วยในกลุ่มโรคที่ไม่ติดต่อ(NCDs) ประกอบด้วย โรคเบาหวาน, โรคอ้วนลงพุง, โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง

1.2.2 เพื่อบอกข้อมูลและแนะนำให้กลุ่มเป้าหมายผู้ป่วยเป็นกลุ่มโรคที่ไม่ติดต่อ(NCDs) ที่พยายามควบคุมพฤติกรรมกรรมการบริโภค แต่รู้เพียงข้อมูลเบื้องต้น ได้รู้ข้อมูลของสินค้าด้านโภชนาการที่มีสรรพคุณเกี่ยวกับโรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็น ประกอบด้วยโรคเบาหวาน, โรคอ้วนลงพุง, โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1.3.1 ขอบเขตของเนื้อหา

1.3.1.1 ออกแบบสื่อ ณ จุดขายที่ให้ข้อมูลและแนะนำสินค้าด้านโภชนาการแก่กลุ่มเป้าหมายเป็นจำนวน 4 โชน

1.3.1.2 ออกแบบสื่อส่งเสริมการขาย เป็นจำนวน 3 ชนิด

- ป้ายแขวนที่ตะกร้า(เฉลยโค้ดสี ไอคอน ข้อมูลในกลุ่มโรค)
- แผ่นนำเสนอผลงานหน้าร้าน(บอกข้อมูลโรคเอ็นซีดีและเชิญชวน)
- แผ่นนำเสนอผลงานตรงที่วางตะกร้า(คำเชิญชวน)

1.3.2 ขอบเขตของประชากร

1.3.2.1 กลุ่มผู้ป่วยในโรคไม่ติดต่อ(NCDs) มีพฤติกรรมที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต พยายามดูแลตนเอง แต่ยังมีบางอย่างกระทำผิดอยู่

1.3.3 ขอบเขตของพื้นที่

1.3.3.1 พื้นที่ไปเก็บข้อมูล ร้านโกลเด้นเพลส สาขาศิริราช 2

1.3.3.2 พื้นที่นำสื่อไปตั้ง ร้านโกลเด้นเพลส ตรงจุดที่ได้ทำการวิเคราะห์

1.4 วิธีดำเนินโครงการโดยย่อ

1.4.1 เก็บรวบรวมข้อมูลเบื้องต้นเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย

1.4.1.1 ศึกษาเกี่ยวกับโรคเอ็นซีดี(NCDs)

- โรคเอ็นซีดี คืออะไร
- สาเหตุของการเกิดโรคเอ็นซีดี

1.4.1.2 ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย

- พฤติกรรมในการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย
- การดูแลรักษาสุขภาพตนเองหลังจากป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี

1.4.1.3 ศึกษาเกี่ยวกับร้านโกลเด้นเพลส สาขาศิริราช 2

- พฤติกรรมการเดินไปตามจุดต่างๆภายในร้านของผู้บริโภค
- ประเภทของที่จัดวางสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส
- ขนาดของที่จัดวางสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส
- สินค้าที่มีสรรพคุณตรงกับกลุ่มโรคโกลเด้นเพลส

1.4.1.4 ศึกษาเกี่ยวกับสื่อ ณ จุดขาย

1.4.1.5 ศึกษาเกี่ยวกับภาษาภาพ

- ภาษาภาพที่ถูกนำมาใช้ในการสื่อสารข้อมูล(Infographic)

1.4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อการออกแบบ

1.4.3 ดำเนินการออกแบบ

- แนวความคิดการออกแบบและแบบร่าง
- ทดลองกับกลุ่มเป้าหมายว่าเข้าใจตรงกันกับที่พยายามสื่อสาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ในพระบรมราชูปถัมภ์ เพื่อพัฒนาการออกแบบ
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ผลงานออกแบบสุดท้าย

1.4.4 นำเสนอผลงานการออกแบบ

1.4.5 สรุปผลการออกแบบ

- วิเคราะห์และสรุปข้อมูล
- ปรับปรุงและพัฒนาการออกแบบ
- นำเสนอผลงานการออกแบบ
- ข้อเสนอแนะการออกแบบ

1.5 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.5.1 กลุ่มเป้าหมายได้รับข้อมูลและการแนะนำ จากสื่อที่อยู่ในร้านโกลเด้นเพลส อย่างเหมาะสม โดยผ่านการคัดกรองหาสรรพคุณที่ตรงกับโรคของกลุ่มเป้าหมายมาแล้ว

1.5.2 ร้านโกลเด้นเพลส ได้รับสื่อตรงตามพันธกิจที่พยายามจะถ่ายทอดความรู้ให้กับกลุ่มผู้ผลิตและกลุ่มผู้บริโภค

1.6 นิยามศัพท์

1.6.1 การออกแบบสื่อ ณ จุดขายที่ให้ข้อมูลและแนะนำกับกลุ่มเป้าหมาย หมายถึง การออกแบบที่ให้ข้อมูล ณ จุดขาย โดยผ่านการวิเคราะห์เปลี่ยนเป็นภาษาภาพมาแล้ว ให้กลุ่มเป้าหมายผู้ที่สามารถอ่านหนังสือได้เล็กน้อยประมาณ 3-4 คำ ได้เข้าใจถึงข้อมูลที่พยายามสื่อสารถึงกลุ่มเป้าหมาย

1.6.2 กลุ่มโรคเอ็นซีดี หมายถึง กลุ่มโรคที่ไม่ติดต่อใน เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิต โดยสามารถเกิดโรคได้ถึง 8 โรค โดยสามารถเป็นได้มากกว่า 1 โรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อนี้ ซึ่งโครงการออกแบบนี้คัดเลือกโรคในกลุ่มเอ็นซีดี มา 4 โรค ที่ประกอบด้วย โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง, โรคอ้วนลงพุง และโรคหลอดเลือดสมอง จากการทำเพอโซนา(Persona) เพื่อหาพฤติกรรมที่สามารถสื่อสารได้

1.6.3 ผู้ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี หมายถึง กลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ประกอบไปด้วย โรคเบาหวาน, โรคความดันโลหิตสูง, โรคอ้วนลงพุง และโรคหลอดเลือดสมอง ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต แต่ยังไม่ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ เนื่องจากมีปัจจัยบางอย่างที่ทำให้ไม่บรรลุเป้าหมาย คือ การรู้ข้อมูลเพียงเบื้องต้น ของสินค้าด้านโภชนาการที่ดีต่อโรค

1.6.4 ร้านโกลเด้นเพลส หมายถึง ร้านสะดวกซื้อที่เปรียบเป็น “ตู้เย็น” ของคนไทย โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ภูมิพลอดุลยเดช(รัชกาลที่ 9) ได้มีพระประสงค์จัดตั้งร้านโกลเด้นเพลส ขึ้นมาเพื่อให้คนไทย ได้ของที่ดีมีคุณภาพ ปลอดภัยจากสารพิษ ในราคาถูกและยุติธรรม โดยมี 11 สาขา ในส่วนของโครงการออกแบบนี้คัดเลือก ร้านโกลเด้นเพลส สาขาศิริราช 2 อาคารปิยะมหาราชากรุณย์ มาเป็นกรณีศึกษาของโครงการ

การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบ

โครงการออกแบบสื่อ ณ จุดขายเพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการ กับผู้ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี สำหรับร้านโกลเด้นเพลส มีการศึกษาข้อมูลและนำมาวิเคราะห์สรุปผลเพื่อใช้ในการออกแบบ แบ่งเป็นหัวข้อใหญ่ดังนี้

- 2.1 ข้อมูลในกลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs)
- 2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย
- 2.3 ข้อมูลของร้านโกลเด้นเพลส
- 2.4 ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส
- 2.5 กรณีศึกษา
- 2.6 สรุปแนวทางในการออกแบบ

2.1 ข้อมูลในกลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs)

โดยจากการสืบค้นหาข้อมูลของกลุ่มเอ็นซีดี(NCDs) เป็นกลุ่มที่เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตประกอบด้วย 1.การบริโภคอาหารที่ไม่ดี ไม่ถูกสุขลักษณะและไม่ครบทั้ง 5 หมู่ 2.บริโภคอาหารปิ้งย่างบ่อยเกินไป 3.การบริโภคอาหารรสเค็ม มัน หวานจัด 4.การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูง 5.การไม่ออกกำลังกาย 6.การสะสมความเครียด 7.การซื้อยามารับประทานเองโดยไม่ปรึกษาแพทย์ 8.การพักผ่อนไม่เพียงพอ 9.การดื่มสุราและการสูบบุหรี่ ซึ่งล้วนเกิดจากพฤติกรรมในการดำเนินชีวิตทั้งนั้น โดยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี ประกอบด้วย 1.โรคไต 2.โรคเบาหวาน 3.โรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน 4.โรคอ้วนลงพุง 5.โรคหลอดเลือดสมอง 6.โรคความดันโลหิตสูง 7.โรคมะเร็ง 8.ถุงลมโป่งพอง ซึ่งในโครงการออกแบบนี้มีขอบเขตในการเลือกโรคมา 4 โรคดังนี้

2.1.1 โรคเบาหวานชนิดที่ 2

เป็นโรคเบาหวานชนิดที่เป็นกันส่วนใหญ่ โดยอินซูลินยังคงมีการทำงานอยู่ ซึ่งสาเหตุเกิดได้หลายอย่าง แต่ในโครงการนี้จะบอกถึงสาเหตุของการเป็นจากพฤติกรรมการดำเนินชีวิตเท่านั้น คือ 1.การบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่มีน้ำตาลฟลูโตส ซึ่งเป็นน้ำตาลที่ไม่ดีอยู่ 2.ขาดการออกกำลังกาย 3.บริโภคอาหารที่มีไขมันสูง 4.การรับประทานยาบางชนิด เช่น สเตียรอยด์ ยาขับปัสสาวะ และยากุมกำเนิดบางชนิด เป็นต้น ซึ่งเบาหวานจะเกิดได้จากการที่เป็นโรคอ้วนลงพุงด้วย เพราะโรคอ้วนลงพุงเป็นโรคที่ผู้ป่วยมีไขมันมากเกินไป โดยจะกล่าวถึงโรคอ้วนลงพุงในลำดับต่อไป

2.1.2 โรคอ้วนลงพุง

เป็นโรคที่ผู้ป่วยมีไขมันมากเกินไป ซึ่งไขมันจะไปสะสมช่วงเอวและท้อง ทำให้การเผาผลาญผิดปกติ และไขมันจะแตกตัวเป็นกรดไขมันอิสระเข้าสู่ตับ ซึ่งมีผลให้อินซูลินออกฤทธิ์ได้ไม่ดี และเกิดภาวะดื้อต่ออินซูลิน จึงเกิดปัจจัยเสี่ยงที่จะเป็นเบาหวาน โรคอ้วนลงพุงสามารถวัดได้ด้วยตนเองคือ ชายจะมีเส้นรอบเอวมากกว่าหรือเท่ากับ 36 นิ้ว และผู้หญิงมีเส้นรอบเอวมากกว่าหรือเท่ากับ 32 นิ้ว การมีความดันโลหิตสูงกว่า 130/85 มิลลิเมตรปรอทและระดับไขมันไตรกลีเซอไรด์ในเลือดมากกว่า 150 มิลลิกรัม/เดซิลิตร ระดับน้ำตาลในเลือดมากกว่า 100 มิลลิกรัม/เดซิลิตร

และคอเลสเตอรอลชนิดดีในเลือด หรือเอชดีแอล (HDL) น้อยกว่า 40 มิลลิกรัม/เดซิลิตร โดยสาเหตุที่ทำให้เกิดโรคอ้วนลงพุงเกิดได้จาก 1.การมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารมากเกินไปจนเกินไป จำเป็น โดยเฉพาะหวานมันและเค็ม 2.ขาดการออกกำลังกาย 3.ยาบางชนิดที่ส่งผลต่อน้ำหนัก 4.พักผ่อนไม่เพียงพอ จะทำให้ฮอร์โมนบางตัวไม่ผลิต เช่น อินซูลิน เป็นต้น จากการกล่าวมาจะพบว่ามาจากพฤติกรรมกรรมการดำเนินชีวิตและการบริโภคทั้งนั้น

2.1.3 โรคความดันโลหิตสูง

สาเหตุเกิดจาก 1.บริโภคอาหารเค็ม โดยรับเกลือเกิน 3.8 กรัม/วัน 2.การเติมเกลือหรือน้ำปลาเพิ่ม 3.การกินอาหารที่มีรสเค็ม เช่น หมูเค็ม เบคอน และผักดอง เป็นต้น 4.อาหารตากแห้ง เช่น ปลาเค็ม กุ้งแห้ง และเนื้อเค็ม เป็นต้น 5.กินเนื้อสัตว์ปรุงรส เช่น หมูหยอง หมูแผ่น และกุนเชียง เป็นต้น 6.อาหารกึ่งสำเร็จรูป เช่น โจ๊กซอง บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และซุซง เป็นต้น 7.อาหารสำเร็จรูปบรรจุพรรณ ข้าวเกรียบ และข้าวตังปรุงรส เป็นต้น 8.เครื่องปรุงรสที่มีเกลือมาก เช่น ซุปก้อน ผงชูรส และผงฟู เป็นต้น 9.อาหารหมักดองเค็ม เช่น กะปิ เต้าหู้ยี้ ปลา ร้า ปลาไต และไข่เค็ม เป็นต้น 10.บริโภคอาหารไขมันสูง ในการทอดผัดปิ้งย่างและเจียว ซึ่งรวมถึงการใช้น้ำมันที่ไม่ดีด้วย การทานเนื้อสัตว์ที่ติดมันหรือเครื่องในสัตว์ การดื่มสุราและสูบบุหรี่ การขาดการออกกำลังกาย การพักผ่อนไม่เพียงพอ นอนน้อยกว่า 7-8 ชั่วโมง ซึ่งสาเหตุเกิดได้จากโรคอ้วนลงพุงด้วย

2.1.4 โรคหลอดเลือดและสมอง

เกิดจากการตีบสุราและสูบบุหรี่ โดยผู้ที่สูบบุหรี่มีปัจจัยเสี่ยงเป็น 1.5 เท่าของผู้ที่ไม่สูบบุหรี่ แต่ผู้ที่อยู่ในบริเวณที่มีควันบุหรี่ จะมีปัจจัยเสี่ยงเกิดโรคนี้นี้เท่ากับผู้ที่หยุดสูบแล้ว 2 ปี รับประทานอาหารที่มีไขมันสูงทำให้ภาวะไขมันในเลือดสูง มีปัจจัยเสี่ยงเนื่องจากมีคอเลสเตอรอลในเลือดสูง ทำให้เกิดการอุดตันไขมันในหลอดเลือด

ซึ่งแต่ละโรคมีความสัมพันธ์ที่ทำให้เกิดโรคอื่นๆตามมาด้วย โดยจะสรุปเนื้อหาและอธิบายเป็นตารางออกมาดังนี้

ตารางที่ 2.1 ตารางแสดงพฤติกรรมและการดำเนินชีวิตของโรคทั้ง 4

โรคเอ็นซีดี / พฤติกรรมการดำเนินชีวิต	บริโภคอาหารหวานเค็มมันจัด	บริโภคอาหารไขมันสูง	บริโภคอาหารไม่ถูกสุขลักษณะ	ดื่มสุรามากกว่า 3-4 แก้วต่อวัน	พักผ่อนไม่เพียงพอทำให้เกิดภาวะร่างกายอ่อนแอ	ขาดการออกกำลังกาย	สูบบุหรี่	รับประทานยาไม่ปรึกษาแพทย์	สะสมความเครียด	บริโภคอาหารปิ้งย่างบ่อย
โรคเบาหวาน	บริโภคอาหารหรือเครื่องดื่มที่หวานจัด	บริโภคอาหารที่มีไขมันสูงเกิดไขมัน LDL มาทำลายอินซูลิน (อินซูลินทำให้น้ำตาลในเลือดปกติ)	บริโภคอาหารในปริมาณมากเกินไป, ไม่ได้ควบคุมอาหารให้ทานครบ 5 หมู่	ดื่มสุรามากกว่า 3-4 แก้วต่อวัน	การนอนพักผ่อนไม่เพียงพอทำให้เกิดภาวะร่างกายอ่อนแอ	ระบบภูมิคุ้มกันโรคต่ำลงขาดการต้านทานต่อการเกิดโรค, ไขมัน LDL ในเลือดสูง	มีความติดต่อกันอินซูลินเพิ่มขึ้นหรืออินซูลินลดด้วยความไว	ทานยาปฏิชีวนะโดยไม่ปรึกษาแพทย์ เช่น ยาเสดิว รอยด์, ยาคุมกำเนิด	สมองจะส่งคอลลิโดน ไปกระตุ้นน้ำตาลในเลือดให้สูงขึ้นหรือลดลงอย่างผิดปกติและทำให้ช็อกได้	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ไว้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้วยประการใดๆ

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

โรคอื่น ซีดี / พฤติกรรม การ บริโภค และการ ดำเนิน ชีวิต	บริโภค อาหาร หวาน เค็มมัน จัด	บริโภค อาหาร ไขมันสูง	บริโภค อาหาร ไม่ถูก สุขลักษ ณะ	ดื่มสุรา	พักผ่อน ไม่เพียงพอ	ขาดการ ออกกำลังกาย	สูบบุหรี่	รับ ประทาน ยาไม่ ปรึกษา แพทย์	สะสม ความ เครียด	บริโภค อาหาร ปิ้งย่าง บ่อย
โรคอ้วน ลงพุง	บริโภค อาหาร รสเค็ม หวานมัน จัด, ทาน อาหาร และน้ำ หวานใน รูปแบบ ต่างๆ	บริโภค อาหารที่ มีไขมัน สูง ให้ พลังงาน สูง ของ ปิ้งย่าง ทอด เจียว, เนื้อสัตว์ ติดมัน	บริโภค อาหาร ใน ปริมาณ มากเกินไป, ไม่ดี, ไม่ ได้มีการ ควบคุม อาหาร ให้ทาน ครบ5หมู่	ดื่มสุรา มากกว่า 3-4 แก้ว ต่อวัน	นอนพัก ผ่อนไม่ เพียงพอ ทำให้ ระดับ กลูโคส ในเลือด เพิ่มสูง ขึ้น รวม ถึง อินซูลิน	ระบบ ภูมิคุ้ม กันโรค ต่ำลง ขาดการ ต้านทาน ต่อการ เกิดโรค, ไขมัน LDL ใน เลือดสูง	การสูบ บุหรี่ ทำให้ ผอม แต่ หลังจาก เลิกสูบ บุหรี่ยะ ทำให้ อ้วน	-	สมองจะ สังคอลลี โตน ให้ เซลล์ไข มันใน ช่องท้อง สะสม เพิ่มขึ้น เพื่อเป็น การเก็บ พลังงาน	ส่วนมาก เกิดจาก การทาน บุฟเฟต์ ทำให้ ทานใน ปริมาณ ที่มากเกินไป
โรค ความ ดันโลหิต สูง	บริโภค อาหาร เค็ม เกิน6 กรัม /วัน ,ปรุง เพิ่ม, ทานอา หารโซ มีประ เภท อิมตัว	บริโภค ทอดนึ่ง เจียวอย่าง , เนื้อ สัตว์ติด มัน, เครื่องใน สัตว์, อา หาร ทะเล บางชนิด	บริโภค อาหาร เค็มโดย ไม่รู้ตัว เช่น ก๋วยเตี๋ย วเป็ด ทาน อาหารที่ ให้ โซเดียม สูง	ปริมาณ ที่ดื่มมี ความ สัมพันธ์ กับความดัน โลหิต	ทำให้มี ความดัน ที่สูงขึ้น กว่าปกติ ส่งผล ทำให้มี การหลัง สารไป กระตุ้น หัวใจให้ บีบตัว แรงขึ้น	ระบบ ภูมิคุ้ม กันโรค ต่ำลง ขาดการ ต้านทาน ต่อการ เกิดโรค, ไขมัน LDL ใน เลือดสูง	ทำให้ ความดัน โลหิตสูง ขึ้น 5-10 ปรอท, ชีพจร เต้นเร็ว ขึ้น	รับประ ทานยา ปฏิชีวนะ โดยไม่ ปรึกษา แพทย์ เช่น ยา เสดีย์ รอยด์ และ ยาคุม กำเนิด	หลอดเลือด หด ตัว เลือด เวียนไม่ สะดวก ทำให้ หัวใจ ออกแรง ดันเลือด เพิ่ม ความดัน ปกติจึง เพิ่มสูง ขึ้น	-
โรค หลอดเลือด และ สมอง	บริโภค อาหาร มันจัด ทำให้ เกิดการ สะสม ของไข มันใน เส้นเลือ ด LDL ทำให้ หลอดเลือด ตีบ	บริโภค อาหาร ไขมันสูง ปิ้งย่าง ทอด เจียว ทำให้ไข มันใน เส้นเลือ ดอุดตัน	บริโภค ใน ปริมาณ ที่มาก เกินไป ในรูปแบบ ของ มันๆ ซึ่ ทำให้ เกิดไข มันไม่ดี เกาะอยู่ ตาม หลอดเลือด	ดื่มสุรา มากกว่า 3-4 แก้ว/วัน ทำให้ หลอดเลือด เปราะ และ เลือด ออกง่าย	หลอดเลือด หด ตัวทำให้ ขนาด เล็กลง ง่ายต่อ การเกิด ภาวะ การอุดตัน ของ เส้นเลือ ดที่ไป เลี้ยง สมอง	ระบบ ภูมิคุ้ม กันโรค ต่ำลง ขาดการ ต้านทาน ต่อการ เกิดโรค , ไขมัน LDL ใน เลือดสูง	ลดการ สร้าง HDL และ ทำให้ LDL เพิ่มขึ้น, เลือดเข้มข้น และ หนืด เกร็ด เลือด เกาะตัว กันง่าย ขึ้น	รับประ ทานยา ปฏิชีวนะ โดยไม่ ปรึกษา แพทย์ เช่น ยา เสดีย์ รอยด์, ยาคุม กำเนิด	การมี ความเค รียดเกิด ขึ้นจะ กระตุ้น ระบบ ประสาท อัตโนมัติ ทำให้ เกิด หลอดเลือด อุดตัน	-

2.2 ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มเป้าหมาย

เริ่มจากการค้นหากลุ่มคนที่มีพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเป็นโรคไม่ติดต่อหรือเป็นอยู่แล้ว ซึ่งจากการเสาะหาได้พบพฤติกรรมคน 6 กลุ่ม ได้แก่ 1.กลุ่มคนที่มีปัจจัยเสี่ยงจะป่วยเป็นโรคเอ็นซีดี โดยสาเหตุเกิดจากการดำเนินชีวิตของตนเอง 2.ผู้ที่ป่วยเป็นโรคอ้วนลงพุงแต่ยังไม่ตระหนักถึงการดูแลและควบคุมการบริโภคอาหารของตนเอง 3.กลุ่มคนที่ไม่มียปัจจัยเสี่ยงจะป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี 4.กลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดีที่เกิดจากพันธุกรรม 5.กลุ่มคนที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี เลือกทานยาและพบแพทย์เป็นประจำทุกเดือน 6.กลุ่มที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต

2.2.1 ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมาย

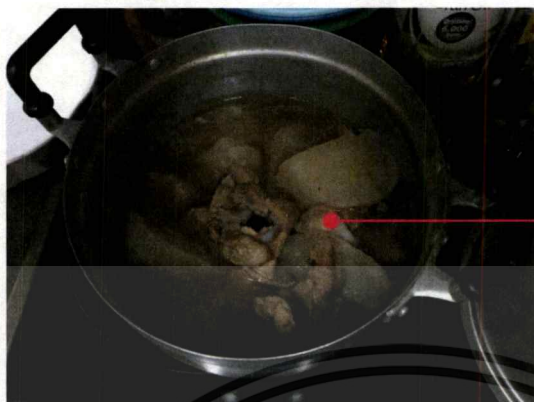
โดยกลุ่มเป้าหมายที่เลือกมานั้น คือกลุ่มเป้าหมายที่เป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดีที่เกิดจากพฤติกรรมการดำเนินชีวิต และการบริโภคของตนเอง ซึ่งพยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต โดยได้รับคำแนะนำจากแพทย์ให้ลดหวาน มัน เค็ม แต่ยังไม่ถูกแนะนำว่าควรเลือกบริโภคอะไรที่ตัดต่อโรคที่ตนเองเป็น ทำให้ผู้ป่วยยังไม่ได้รับข้อมูลทางด้านโภชนาการที่ตัดต่อโรคเอ็นซีดีที่กลุ่มเป้าหมายควรรู้ จึงเลือกเสนอแนวทางให้กลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิตส จึงเลือกเสนอแนวทางให้กลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิต มาทำในโครงการซึ่งโรคที่นำมาทำประกอบด้วย 1.โรคอ้วนลงพุง 2.โรคเบาหวาน 3.โรคความดันโลหิตสูง 4.โรคหลอดเลือดสมอง ได้บริโภคในสิ่งที่เหมาะสมต่อโรคที่ตนเองเป็น จะทำการอธิบายถึงการสำรวจดังนี้

ก. บุคคลที่ไปสำรวจคนที่ 1

ตารางที่ 2.2 ตารางแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่ไปสำรวจคนที่ 1

บุคคลที่ 1	
โรค	โรคเบาหวาน และโรคอ้วนลงพุง
กิจวัตรประจำวัน	1. ออกไปพบปะเพื่อน 2. ไปโรงพยาบาลเพื่อเยี่ยมลูกชาย 3. เสริมความงาม
การบริโภคอาหาร	1. ลดหวานมันเค็ม ตามคำแนะนำจากแพทย์ 2. พยายามใช้วัตถุดิบที่มีประโยชน์ จากประสบการณ์ของตนเอง
การพบแพทย์	พบทุก 1-2 เดือนเพื่อรับคำแนะนำจากแพทย์

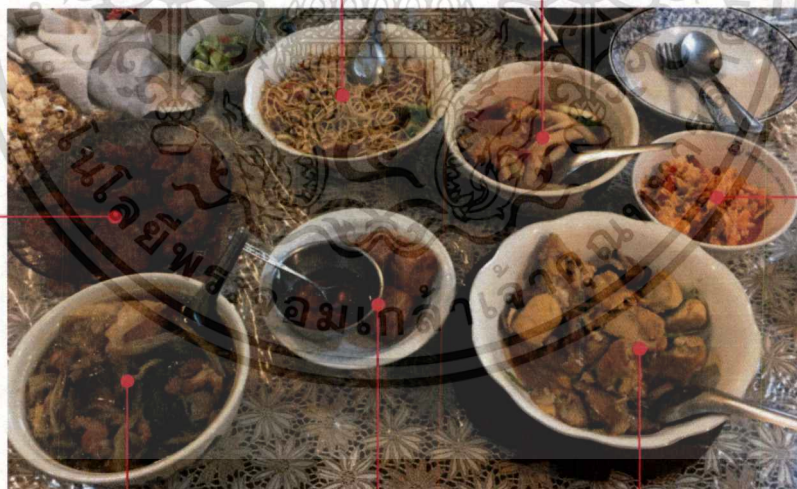
จากการสำรวจพฤติกรรมของบุคคลที่ 1 จึงพบว่า มีการพยายามควบคุมการบริโภคอาหารที่ดี โดยเลือกวัตถุดิบที่มีประโยชน์ที่ได้จากการรับรู้จากประสบการณ์ของตนเอง ซึ่งพฤติกรรมนี้ทำให้สามารถทราบได้ว่า อาหารหรือวัตถุดิบที่นำมาบริโภค ไม่มีความเหมาะสมต่อโรคที่ตนเองเป็นเท่าที่ควร ส่งผลให้การดูแลโรคของบุคคลที่ 1 คือ โรคเบาหวาน และ โรคอ้วนลงพุงยังไม่มีความเหมาะสม เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ต้มโชเท้ากระดูกหมู
(ทำเอง)

ภาพที่ 2.1 รูปอาหารที่บุคคลที่ 1 ทำเอง

ทอดมัน (ซื้อจากข้างนอก) หมี่ซั่ว (ซื้อจากข้างนอก) ผัดปลิง (ทำเอง) ปูผัดผงกะหรี่ (ซื้อจากข้างนอก)



ผัดต้ม
(ซื้อจากข้างนอก)

หอยรื้อ
(ทอดเอง)

ผัดเต้าหู้
(ซื้อจากข้างนอก)

ภาพที่ 2.2 ภาพอาหารบนโต๊ะที่บุคคลที่สำรวจคนที่ 1 ทำและซื้อทาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ชื่อ / นางสาว กัญญาณัฐ ภักดีวงศ์ชัย
 อายุ / 62 ปี
 สถานะ / แต่งงาน (แม่ฝ่าย)
 การศึกษา / ไม่ได้เรียนหนังสือ อ่านหนังสือไม่ออก
 โรคประจำตัว / เบาหวาน / อ้วนลงพุง
 (คุณหมอให้ควบคุมอาหารและออกกำลังกาย)

- ทำอาหารให้คนในบ้าน บางครั้งซื้อจากข้างนอกให้ตัวเองกิน
- ซื่อของดีมีประโยชน์ แต่นำมาทำในรูปแบบที่ยังมันๆอยู่
- ซื่อเครื่องปรุงรสผสม ในห้างสรรพสินค้า
- ซื่อของสดตามตลาดเอง

กิจวัตรประจำวัน ROUTINE

เช้า - ตื่นเช้า แต่งหน้า ตีผมอาบน้ำ ไปตลาด ทำกับข้าว
 ดูทีวี กินยาเบาหวานก่อนอาหาร 1 ชั่วโมง กินข้าว

กลางวัน - กินข้าว ออกไปข้างนอก

เย็น - กินข้าว ดูทีวี เตรียมของทำกับข้าว
 ของวันพรุ่งนี้ นอนหลังละครจบ

แบบแผนในการดำเนินชีวิต PATTERN

ออกไปตลาด , ทำกับข้าว , ออกไปข้างนอก ,
 เตรียมของทำอาหารสำหรับพรุ่งนี้

การดำเนินชีวิต LIFESTYLE

ชอบออกไปข้างนอก ทำอะไรทำยามว่าง
 ชอบทำกับข้าว เตรียมกับข้าว
 ซื่อของใช้และอาหารเข้าบ้าน ที่ราคาถูกและยังดีอยู่

พฤติกรรมบริโภค

- กินของทอดผัดต้มโดยการทำเอง และการซื้อจากข้างนอก
- กินกาแฟ1แก้ว , น้ำชา , น้ำอุ่น , น้ำหวานบ้าง , น้ำอัดลม , โซดา ,
 น้ำเต้าหู้หวานน้อย , ชาดำหวานน้อย , น้ำผลไม้
- พยายามทำอาหารที่มีผักเข้ามาเกี่ยวข้อง
- พยายามเลี่ยงของทอดพวกหมูทอด ปีกไก่ทอด เห็นแล้วจะรีบเดินผ่าน
- มองว่าน้ำมันที่ดี มีราคาแพงเกินไป
- กินของหวาน กล้วยบวชชี , ขนมถั่วเหลือง และอื่นๆ
- ชอบกินของจุกจิก หมูหวาน ปลาหมึก
- กินข้าวมีอะเล็กๆ แต่กินทั้งวัน
- ไม่ดื่มสุรา และ ไม่สูบบุหรี่

ACTIVITY ที่ออกไปข้างนอก

- ไปหาเพื่อน + กินข้าวกับเพื่อน
- ไปทำผม + สระผม
- ไปไหว้เจ้า
- ไปโรงพยาบาลเยี่ยมลูกชาย
- ไปดูบ้านที่กำลังสร้าง

ACTIVITY ที่ออกกำลังกาย

- ชอบออกไปข้างนอก จึงออก
 ด้วยการเดิน เพราะเป็นคนเดิน
 เยอะ

** ไม่สามารถออกกำลังกายได้มาก
 เนื่องจากปวดเข่า **

ภาพที่ 2.3 ข้อมูลของบุคคลที่ 1

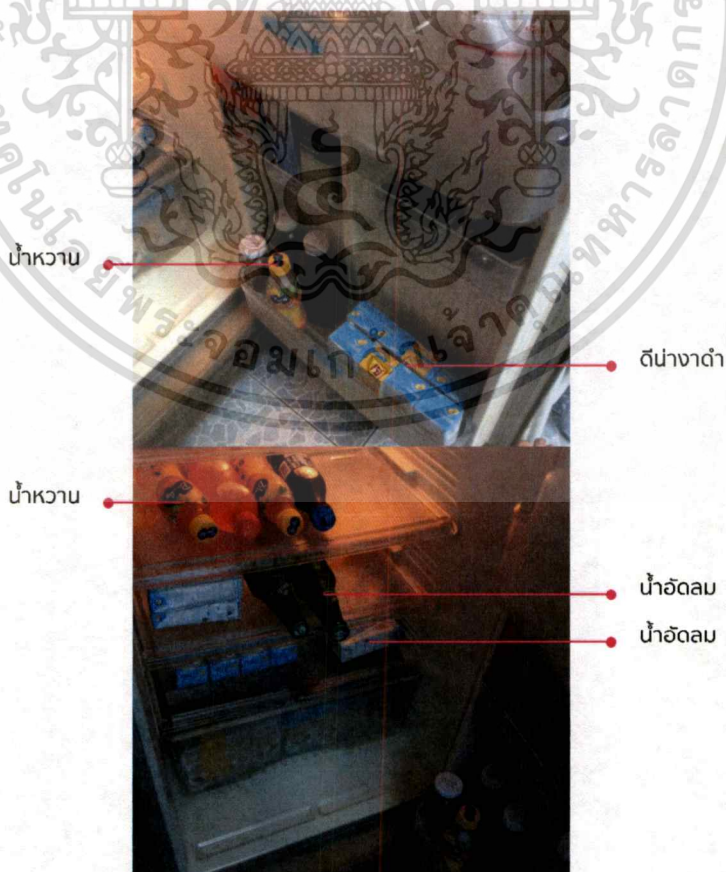
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข. บุคคลที่ไปสำรวจคนที่ 2

ตารางที่ 2.3 ตารางแสดงพฤติกรรมของบุคคลที่ไปสำรวจคนที่ 2

บุคคลที่ 2	
โรค	โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง
กิจวัตรประจำวัน	1. ออกไปพบปะเพื่อน 2. ออกกำลังกายด้วยเครื่องปั่นจักรยาน
การบริโภคอาหาร	1. ลดหวานมันเค็ม ตามคำแนะนำจากแพทย์ 2. พยายามใช้วัตถุดิบที่มีประโยชน์ จากประสบการณ์ของตนเอง
การพบแพทย์	พบทุก 1-2 เดือนเพื่อรับคำแนะนำจากแพทย์

จากการสำรวจพฤติกรรมของบุคคลที่ 2 จึงพบว่า มีการพยายามควบคุมการบริโภคอาหารที่ยังกระทำผิดอยู่ ซึ่งพฤติกรรมนี้ทำให้สามารถทราบได้ว่า อาหารหรือวัตถุดิบที่นำมาบริโภค ไม่มีความเหมาะสมต่อโรคที่ตนเองเป็นเท่าที่ควร ส่งผลให้การดูแลโรคของบุคคลที่ 2 คือ โรคความดันโลหิตสูง และ โรคหลอดเลือดสมองยังไม่มีที่เหมาะสม



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับภาพที่ 2.4 ภาพภายในตู้เย็นของบุคคลที่ 2 ให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ชื่อ / นาย สุรัฐ แซ่เบ๊
 อายุ / 68 ปี
 สถานะ / แต่งงาน (พ่อม่าย)
 การศึกษา / เรียนหนังสือ อ่านออกเขียนได้
 โรคประจำตัว / โรคหลอดเลือดในสมองตีบ , ความดันโลหิตสูง
 (คุณหมอให้ยาทานและตรวจอาการทุกเดือน)

- เป็นหลอดเลือดในสมอง และความดันโลหิตจากการกินเค็ม เพราะมีไขมันที่ต่ำ การกินเค็มเกิดจากการสั่งอาหารนอกบ้านกิน
- ทานอาหารที่มีคนทำให้ ตอนเช้า คือข้าวต้ม
- ซื้ออาหารนอกบ้านกิน โดยบอกคนทำว่า เอาไม่มันและไม่เค็ม
- ไม่ได้ทำอาหารทานเอง มีคนไปซื้อให้กิน

กิจวัตรประจำวัน ROUTINE

เช้า - ตื่นเช้า ตีโม้อวลดิน กินข้าวต้มที่คนทำให้
 กินยาที่หมอให้ , ดูทีวี

กลางวัน - กินข้าว ออกกำลังกาย
 ออกไปข้างนอก - - - - -

เย็น - กินข้าว , กินยาที่หมอให้ , ดูทีวี , เข้านอนตั้งแต่ 6 โมง

แบบแผนในการดำเนินชีวิต PATTERN

ตื่น 6 โมงเช้า , กินข้าวต้ม , ออกกำลังกายด้วย
 , จักรยานปั่นภายในบ้าน , บางครั้งออกไปเดินเล่นถึงรางรถไฟ
 , เข้านอน 6 โมงเย็น

การดำเนินชีวิต LIFESTYLE

ไม่ค่อยได้ออกไปไหน มากสุดคือนั่งแท็กซี่ไปหาเพื่อนที่คลองถม เสาร์-อาทิตย์
 ออกกำลังกายด้วยการปั่นจักรยานในบ้าน , ออกไปเดินเล่นถึงรางรถไฟ

พฤติกรรมบริโภค

- กินของทอดผัดต้ม ด้วยการสั่งอาหารตามสั่ง ไม่ได้ทำกับข้าวกินเอง
- มีคนทำอาหารให้เฉพาะตอนเช้า เป็นข้าวต้มกับปลา
- อะไรที่หมอห้ามกินก็ไม่กิน อะไรที่หมอไม่ห้ามก็กิน
- กินโอวัลติน 1 แก้วตอนเช้า , กินน้ำอุ่น 2 ขวดใหญ่ต่อวัน
- กินของหวานบ้างนานๆที
- ไม่ดื่มสุรา และ ไม่สูบบุหรี่

ACTIVITY ที่ออกกำลังกาย

- ปั่นจักรยานภายในบ้าน
- ออกไปเดินเล่นถึงรางรถไฟ (มีพักบ้าง)

ACTIVITY ที่ออกไปข้างนอก

- ไปหาเพื่อนแถวคลองถม ด้วย
 การนั่งแท็กซี่

ภาพที่ 2.5 ข้อมูลของบุคคลที่ 2



ภาพที่ 2.6 ภาพตัวแทนของกลุ่มเป้าหมาย

ค. ข้อมูลลูกค้าจำลอง(Persona)

จากข้อมูลการสำรวจของบุคคลที่ 1 และ 2 ทำให้สรุปออกมาเป็นกลุ่มเป้าหมายที่มีอายุ 55-70 ปี มีการศึกษาในระดับต้น สามารถอ่านหนังสือได้ในระดับพื้นฐานจนถึงปานกลาง ไปหาหมอทุก 1-2 เดือน และเป็นโรคประจำที่เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิต ประกอบด้วย 4 โรคดังนี้ 1.โรคเบาหวาน 2.โรคอ้วนลงพุง 3.โรคความดันโลหิตสูง 4.โรคหลอดเลือดสมอง

ชื่อ / นางสาว กัญญาณัฐ ภักดีวงศ์ชัย

อายุ / 55 - 70 ปี

การศึกษา / การศึกษาระดับต้น อ่านได้นิด

หน่อย

อาชีพ / ธุรกิจส่วนตัว

เงินเดือน / 30,000 - 45,000 บาท

สถานะ / แต่งงาน

day in a life /

กัญญาณัฐ ตื่น 6 โมงเช้า

เพื่อทำอาหารเช้า

ต้มน้ำหวาน 1 แก้ว

กินยาก่อนอาหาร 1 ชั่วโมง กินข้าวเช้า

กลางวัน กินข้าวและออกไปข้างนอก

เย็น ดูทีวี กินข้าวเย็น เข้านอน

lifestyle goals /

“ โรคไม่กำเริบ ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นห่วง ”

expectations /

“ ทำตามที่หมอสั่งอย่างครบถ้วน และถูกต้อง ”

end goals /

“ ได้ข้อมูลที่ถูกต้องจากงาน ”

eating habit / พฤติกรรมการบริโภค

เช้า

- ต้มน้ำหวาน (-)

- ทานอาหารทอดผัดนั่งตมภายในบ้าน
พยายามทานอาหารที่มีผัก (-,+)

กลางวัน

- ทานอาหารกลางวัน พยายามให้มีผัก
ด้วยการกินข้างนอกหรือสั่งมากินที่
บ้าน (-,+)

- ทานของจุกจิก (-)

- ทานน้ำอุ่น (+)

เย็น

- ทานข้าวเย็นที่บ้าน ด้วยอาหารที่ทำเอง
หรือสั่งจากข้างนอกมากิน (-,+)

frequency location /

ออกไปข้างนอก

- ไปหาเพื่อน + กินข้าวกับเพื่อน

- เดินเล่น แทนการออกกำลังกาย

- ไปโรงพยาบาล

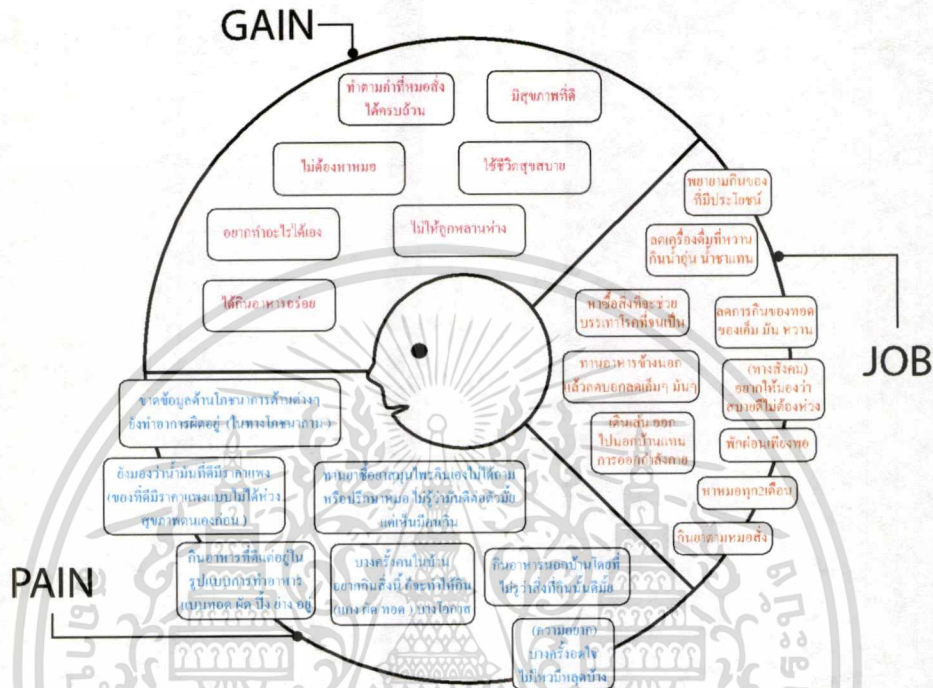
- ซื้อของที่ตลาดข้าง

ภาพที่ 2.7 แสดงข้อมูลของลูกค้าจำลอง(Persona)

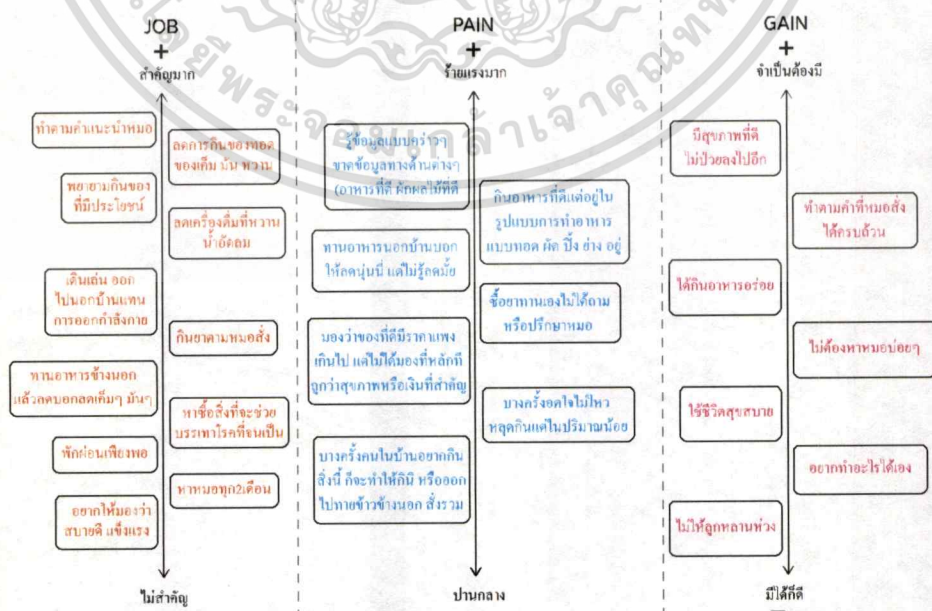
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ง. วิเคราะห์โดยใช้หลักของ Gain Pain Job

จากการหากลุ่มลูกค้าจำลอง จึงค้นหาด้วยเครื่องมือ Gain Pain Job ว่ากลุ่มเป้าหมายมีความคาดหวัง(Gain) ไตหลังจากป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี พยายามควบคุม(Job) การบริโภคและการดำเนินชีวิตอย่างไรหลังจากป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี และยังกระทำสิ่งใดผิดพลาด(Pain) บ้างจากการควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิตหลังจากป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี



ภาพที่ 2.8 วิเคราะห์ Gain Pain Job ของกลุ่มเป้าหมาย



ภาพที่ 2.9 นำมาเรียงลำดับหาความร้ายแรง(Pain) ของกลุ่มเป้าหมาย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่... แม้ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หลังจากทำ Gain pain Job จึงนำมาเรียงลำดับหาความร้ายแรง(Pain) ของปัญหาที่ทำให้กลุ่มเป้าหมายไม่สามารถทำตามความคาดหวังได้ปัญหาในการควบคุมการบริโภคและการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมายพบว่า 1.กลุ่มเป้าหมายขาดข้อมูลทางด้านโภชนาการ 2.บริโภคอาหารที่ดีแต่อยู่ในประเภทการทำอาหารแบบทอด ผัด ปิ้ง ย่าง ทำให้ความคาดหวัง(Gain) ไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่กลุ่มเป้าหมายได้ตั้งไว้

2.3 ข้อมูลภายในร้านโกลด์เพลส(Golden place)

พบว่ากลุ่มเป้าหมายพบแพทย์ทุกๆ 1-2 เดือน จึงเลือกร้าน โกลด์เพลส สาขา ศิริราช2 อาคารปิยมหาราชารุณ มาเป็นกรณีศึกษาในการทำสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย โดยมีรายละเอียดของร้านดังนี้

ก. รากฐานของแบรนด์(Brand Platform)

ตารางที่ 2.4 ตารางแสดงรากฐานของแบรนด์ร้านโกลด์เพลส

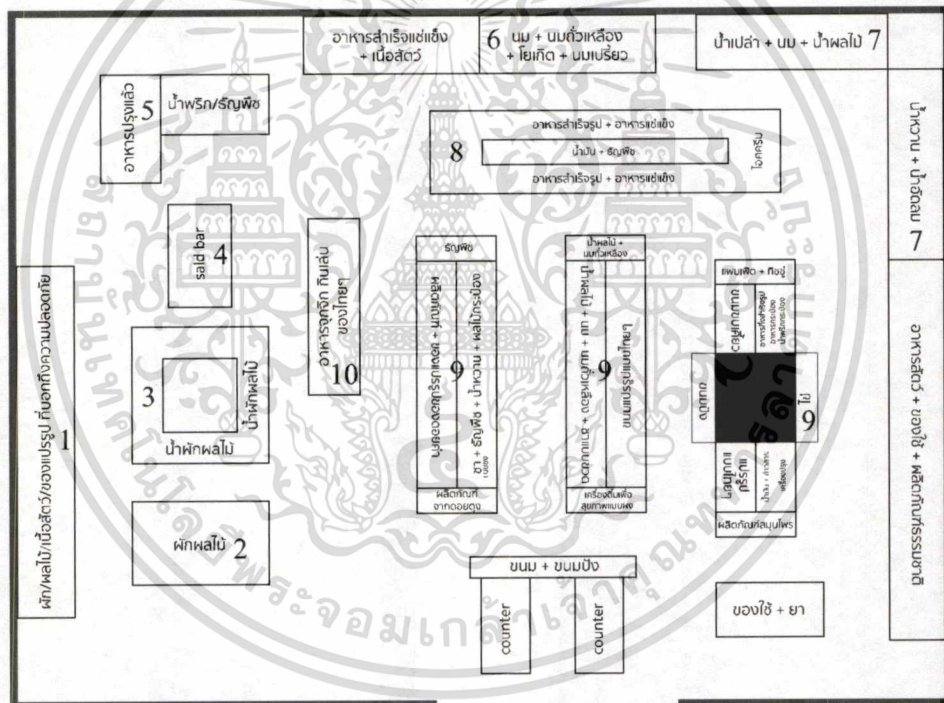
Heritage	พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช(รัชกาลที่9) มีพระราชดำริและพระราชประสงค์ ที่จะจัดตั้งร้านให้มีรูปแบบและการจัดการที่เหมาะสมแก่การดำรงชีวิต ให้เปรียบเป็นตู้เย็นของประชาชนแต่ละพื้นที่ และให้เป็นต้นแบบร้านค้าปลีกของไทย
Vision	1. มีวิสัยทัศน์ที่จะตัดพ้อค้าคนกลางออก เพื่อสนับสนุนกลุ่มเกษตรกรแม่บ้านต่างๆ 2. องค์กรใส่ใจถึงสุขภาพและแหล่งผลิต เพื่อถ่ายทอดความรู้ เทคโนโลยีให้เกษตรกรเพื่อให้ได้มาตรฐานสากลและผู้บริโภค
Promise	โกลด์เพลส สัญญาว่า ผู้บริโภคจะได้สินค้าที่ดีมีคุณภาพ ปลอดภัยจากสารพิษและมีราคาที่เหมาะสม
Value	เป็นผู้นำกระแส(trends) รักสุขภาพ ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2544 และเป็นต้นแบบให้ร้านค้าปลีกของไทย
Personality	รักในสุขภาพ พิถีพิถันในการเลือกสินค้า มีความยุติธรรม มีความเป็นผู้ใหญ่ และถ่ายทอดความรู้ให้แก่กลุ่มเกษตรกร
Benefit	1. ได้รับสินค้าที่ดีมีคุณภาพปลอดภัยจากสารพิษ 2. สินค้ามีราคาเหมาะสม มีความยุติธรรม
Audience	คนที่รักสุขภาพหรืออยากมีสุขภาพที่ดี
Mission	ผู้บริโภคได้ของดีและมีสุขภาพที่ดีผ่านสินค้าขององค์กร ได้ราคาที่ถูกลงและยุติธรรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จากรากฐานของแบรนด์ จึงเห็นว่าพันธกิจขององค์กรคือ พยายามถ่ายทอดความรู้ให้ผู้ผลิตและผู้บริโภค คัดสรรสิ่งดีๆให้กับผู้บริโภคโดยการคัดเลือกสินค้าที่ดี มีคุณภาพปลอดภัยจากสารพิษ โดยที่ร้านโกลเด้นเพลส สาขาศิริราช2 มีกลุ่มลูกค้าหลักเป็นบุคลากรของโรงพยาบาลและผู้ป่วยที่มารักษาอาหารป่วย ซึ่งตรงกับตัวกลุ่มเป้าหมายที่ต้องไปหาหมอเป็นประจำทุก 1-2 เดือน จึงเลือกมาเป็นกรณีศึกษาในการทำโครงการ โดยร้านโกลเด้นเพลส ได้รับสินค้าจากกลุ่มเกษตรกรแม่บ้านต่างๆ และอุดหนุนผลิตภัณฑ์ชุมชนประกอบด้วย 1.โครงการหลวงจิตรลดา 2.โครงการตามพระราชดำริ 3.โครงการซังหัวมัน 4.ดอยคำ 5.ดอยตุง

ข. แพลนร้านโกลเด้นเพลส

จากการสำรวจพบว่าร้านโกลเด้นเพลส มีพื้นที่ที่กระจัดกระจาย โดยมีการจัดวางสินค้าและประเภทของชั้นจัดวางสินค้าที่แตกต่างกัน โดยทำการแจกแจงประเภทของชั้นจัดวางสินค้าดังนี้



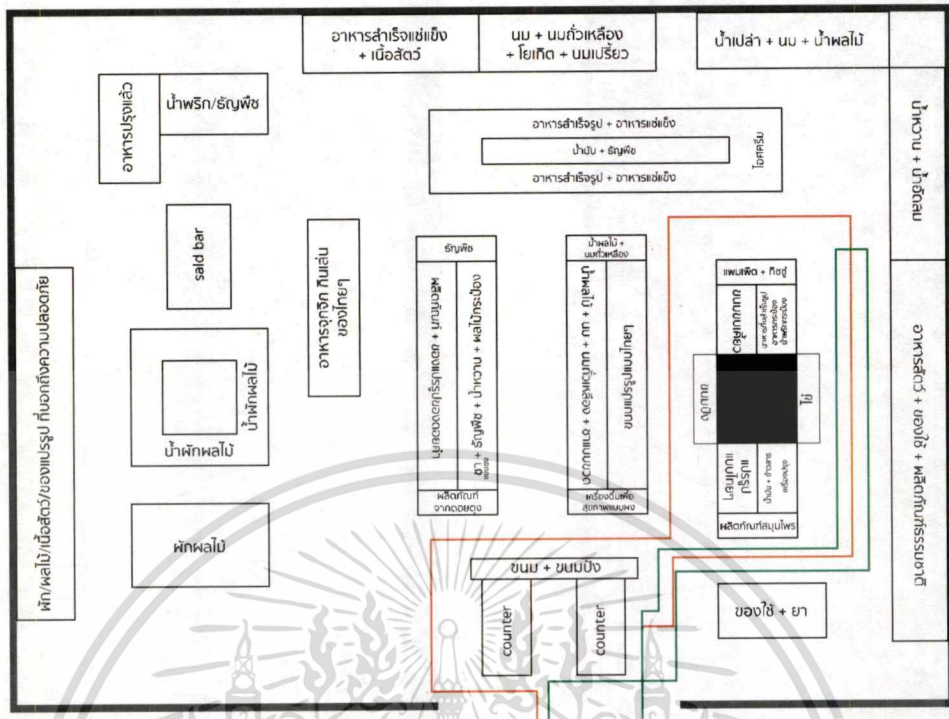
ภาพที่ 2.10 ภาพของแพลนและประเภทชั้นจัดวางสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส

ค. แผนที่พฤติกรรม(Behavior mapping) ภายในร้านโกลเด้นเพลส

ทำการสำรวจพฤติกรรมการเดินทางของผู้บริโภคภายในร้านโกลเด้นเพลส พบว่ามีพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านโกลเด้นเพลสทั้งหมด 3 แบบ ดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. การเดินทางตามจุดประสงค์ที่มาของแต่ละคน

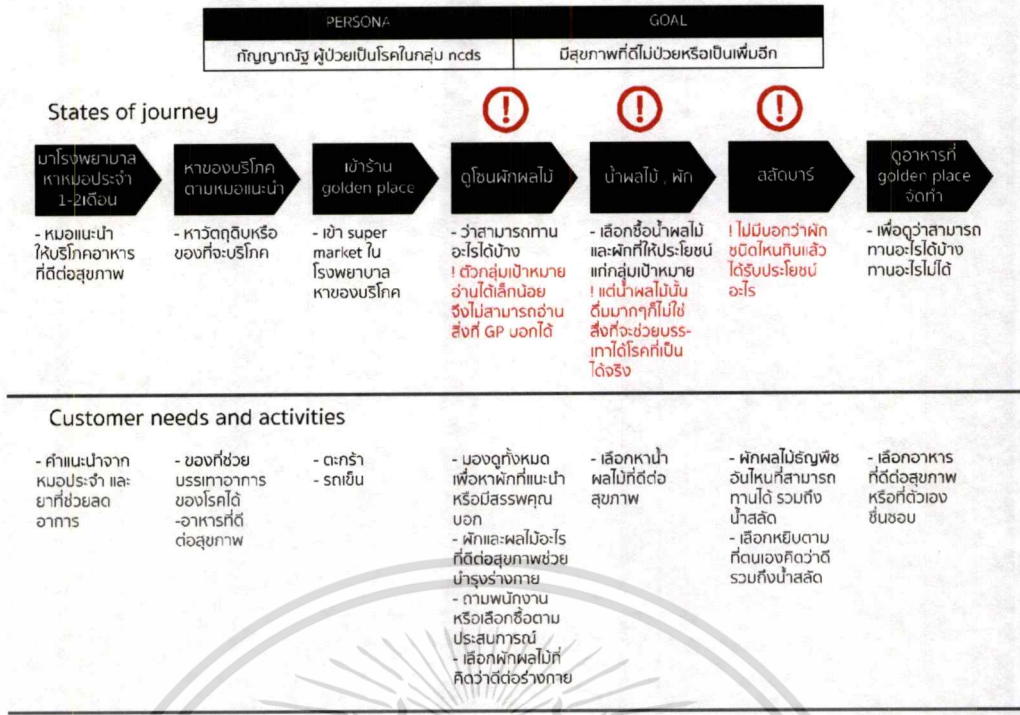


ภาพที่ 2.13 ภาพพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านแบบที่ 3

จากการสำรวจเพื่อหาพฤติกรรมการเดินทางแบบต่างๆของกลุ่มผู้บริโภคในร้านโกลเด้นเพลส ได้พบพฤติกรรมการเดินทางทั้งหมด 3 แบบ โดยผู้จัดทำโครงการเลือกพฤติกรรมการเดินทางภายในร้านแบบที่ 1 มาทำการวิเคราะห์ต่อในลำดับของการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้า

ง. แผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้า (Customer journey)

พบว่าพฤติกรรมการเดินทางผ่านบริเวณสุขภาพที่มีผักผลไม้ มีประโยชน์ในการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรม (Customer journey) เพื่อหาบริเวณที่สามารถสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่พยายามควบคุมการบริโภค



Customer perception of experience

- ไม่มี
- อาหารที่ดีต่อสุขภาพมีอะไรบ้าง
- ไม่มี
- พยายามเปรียบเทียบว่าสิ่งไหนดีกว่า จากการถามพนักงานหรือการเปรียบเทียบตัวเอง
- พยายามเลือกสิ่งที่ดีต่อสุขภาพ ทั้งน้ำผลไม้และผัก
- พยายามคิดว่าทานอันไหนดีต่อสุขภาพบ้าง
- เลือกอาหารที่ดีต่อสุขภาพหรือที่ตัวเองชื่นชอบ

ภาพที่ 2.14 ภาพของการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้าทั้ง 10 บริษัท



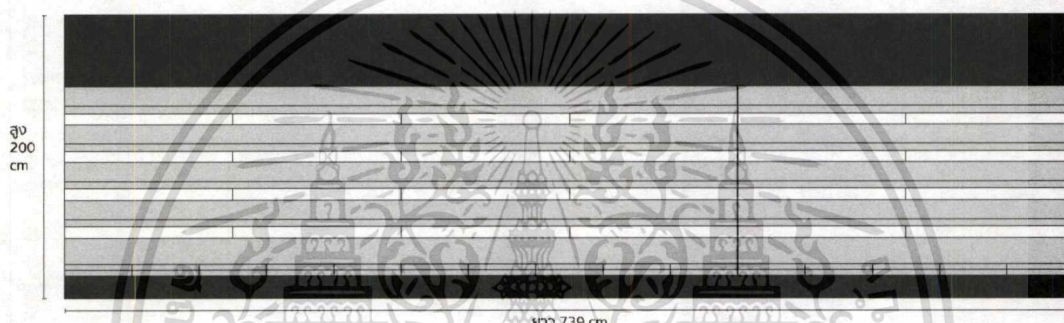
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับกรณีใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่สามารถนำข้อมูลไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ภาพที่ 2.15 ภาพของการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้าทั้ง 10 บริษัท
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จากการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้า(Customer journey) พบว่ากลุ่มเป้าหมายไม่สามารถซื้อสินค้าที่ดีต่อโรคที่ตนเป็นได้ เนื่องจากสามารถอ่านหนังสือได้ในระดับพื้นฐานถึงปานกลาง และสื่อภายในร้านมีจำนวนจำกัด ทำให้ไม่สามารถเลือกสินค้าให้ตรงกับกลุ่มโรคเอ็นซีดีเอสได้ จากการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้า จึงพบบริเวณที่สามารถสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมายได้ 4 บริเวณ

จ. แบบจำลอง(Artifact model) ของทั้ง 4 โซน

จากการทำแผนภาพเส้นทางกิจกรรมของลูกค้า พบว่าบริเวณที่สามารถทำสื่อสารให้กลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดีเอสได้ ทั้งหมด 4 บริเวณ โดยจะอธิบายถึงแบบจำลองของประเภทชั้นจัดวางสินค้าดังนี้

1. บริเวณของผักผลไม้แบบแช่เย็น

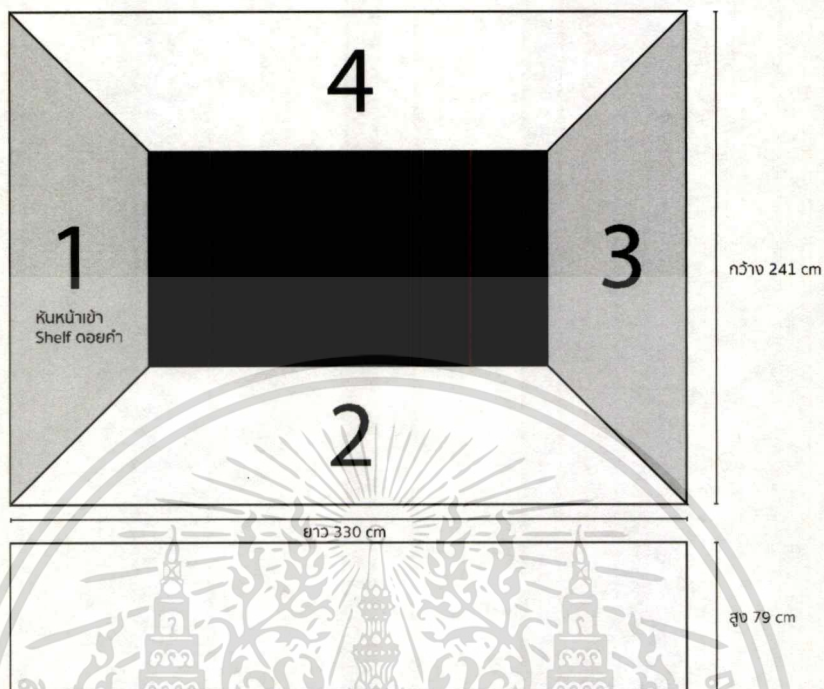


ภาพที่ 2.16 ภาพของชั้นวางสินค้าประเภทที่ 1

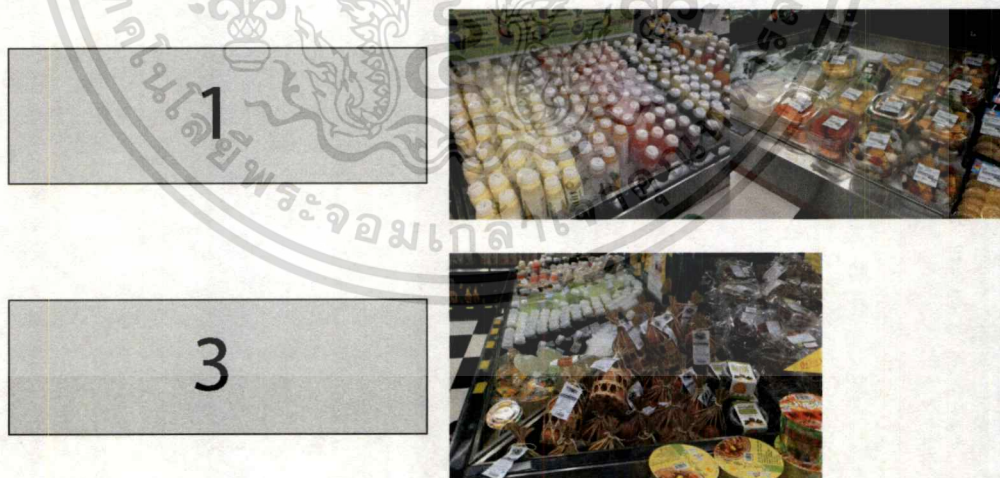


ภาพที่ 2.17 ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในร้าน

2. บริเวณของน้ำผลไม้ , ผลไม้สด และผักในโครงการซิงหัวมัน

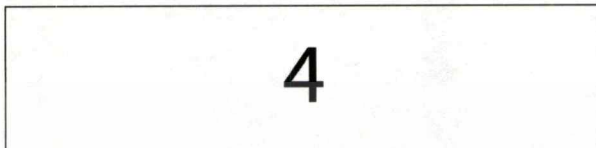
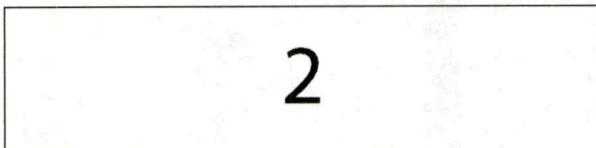


ภาพที่ 2.18 ภาพมุมมองบน(Top) ของชั้นจัดจำหน่ายประเภทที่ 2



ภาพที่ 2.19 ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในดำน 1และ3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดลอกเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



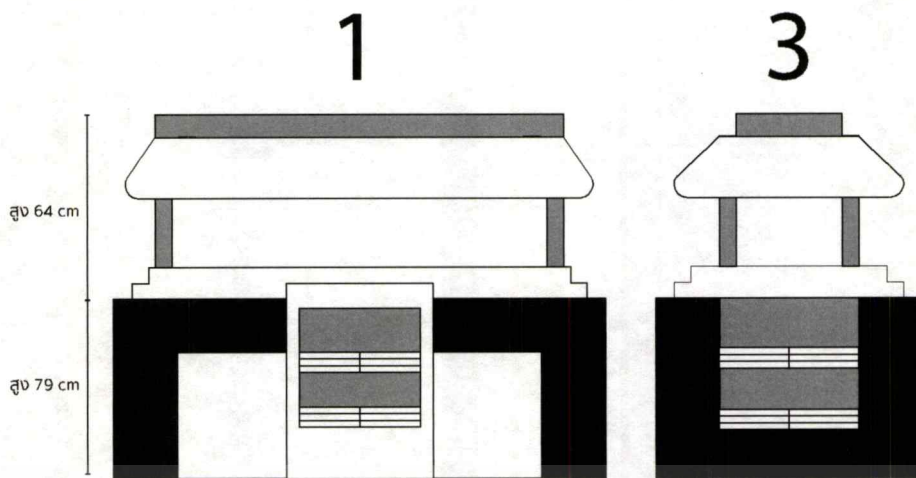
ภาพที่ 2.20 ภาพของสินค้าที่จัดจำหน่ายในชั้น 2 และ 4

3. บริเวณของสลัดบาร์



ภาพที่ 2.21 ภาพมุมมองบน(Top) ของบริเวณสลัดบาร์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.22 ภาพมุมมองด้านของบริเวณสลัดบาร์ที่ 1 และ 3



ภาพที่ 2.23 ภาพของสินค้าของบริเวณสลัดบาร์ที่ 1 และ 3



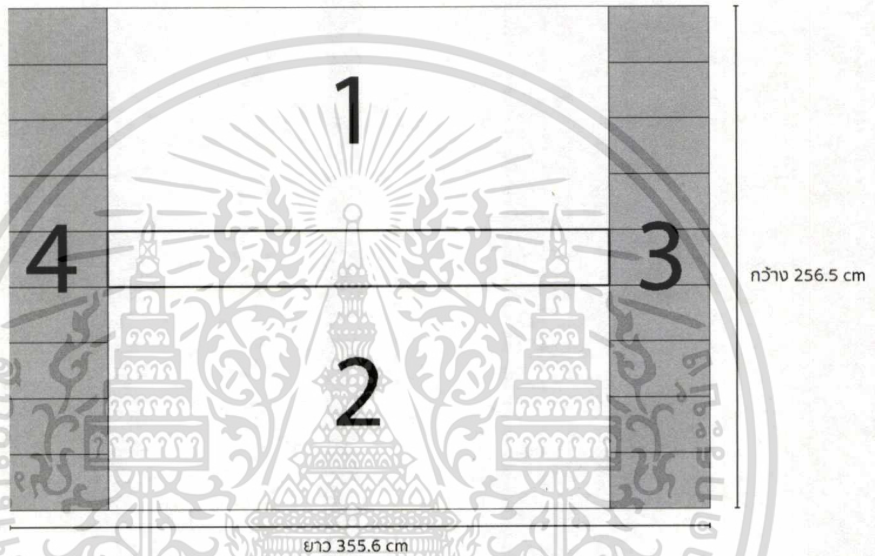
ภาพที่ 2.24 ภาพมุมมองด้านของบริเวณสลัดบาร์ที่ 2 และ 4

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.25 ภาพของสินค้าของบริเวณสลัดบาร์ที่ 2 และ 4

4. โซนของผักผลไม้ไม่แช่เย็น

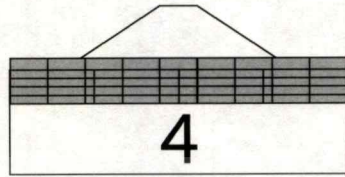
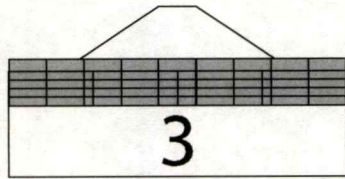


ภาพที่ 2.26 ภาพมุมมองบน(Top) ของบริเวณผักผลไม้ไม่แช่เย็น



ภาพที่ 2.27 ภาพของสินค้าของบริเวณผักผลไม้ไม่แช่เย็น 1และ2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.28 ภาพของสินค้าของบริเวณผักผลไม้ไม่แช่เย็น 3 และ 4

จากการทำแบบจำลอง(Artifact model) พบว่าในแต่ละบริเวณมีรูปแบบของการจัดวางสินค้าและประเภทของชั้นวางสินค้าที่แตกต่างกัน

ฉ. รูปแบบสื่อภายในร้านโกลด์เพลส

รูปแบบสื่อร้านโกลด์เพลส แบ่งออกได้ 7 ชนิด โดยมีประเภทของสื่อดังนี้

1. สื่อที่ให้ข้อมูลของสินค้าแบบเดี่ยว แปะไว้ตามพื้นที่ที่วาง



ภาพที่ 2.29 ภาพของสื่อภายในโกลด์เพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าแบบเดี่ยว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. สื่อที่ให้ข้อมูลของสินค้าแบบเป็นชุดข้อมูล แปะไว้ตามพื้นที่ที่ว่าง



ภาพที่ 2.30 ภาพของสื่อภายในโกลเดินเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าแบบชุด

3. สื่อที่ให้ข้อมูลบนสินค้า



ภาพที่ 2.31 ภาพของสื่อภายในโกลเดินเพลส ที่ให้ข้อมูลบนตัวสินค้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. สื่อที่ให้ข้อมูลและแนะนำของสินค้า โดยติดไว้กับชั้นวางสินค้า



ภาพที่ 2.32 ภาพของสื่อภายในโกลเดินเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้า ที่ชั้นวางสินค้า



ภาพที่ 2.33 ภาพของสื่อภายในโกลเดินเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้า ที่ชั้นวางสินค้า

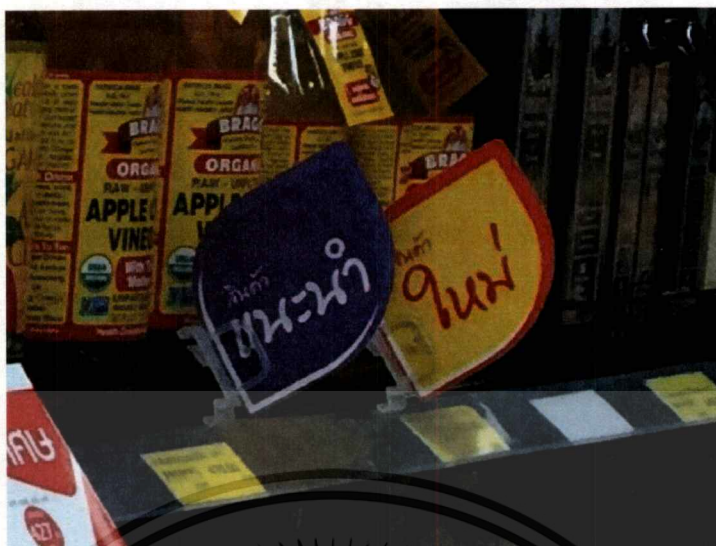
5. สื่อที่ให้ข้อมูลของสินค้า โดยใช้ลิฟเลท(Leaflet) ในการแนะนำสินค้า



ภาพที่ 2.34 ภาพของสื่อภายในโกลเดินเพลส ที่ให้ข้อมูลสินค้าโดยใช้ Leaflet

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

6. สื่อที่แนะนำสินค้า โดยการใช้ Leaflet



ภาพที่ 2.35 ภาพของสื่อภายในร้านโกลเด้นเพลส ที่แนะนำสินค้าโดยใช้ Leaflet

7. สื่อที่ให้ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส ว่าผ่านการตรวจสอบสารพิษ



ภาพที่ 2.36 ภาพของสื่อภายในโกลเด้นเพลส ที่ให้ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.4 ข้อมูลของสินค้าภายในร้านโกลเด้นเพลส

จากการทำคอสโตเมอร์-เจอร์นี่(Customer journey) ในข้อที่ผ่านมา จึงมีขอบเขตของสินค้าอยู่ใน 4 โชนันนั้นคือ

1. บริเวณผักผลไม้แช่เย็น
2. บริเวณน้ำผลไม้ ผลไม้สดและผักในโครงการซังห้วมัน
3. บริเวณสลัดบาร์
4. บริเวณผักผลไม้แบบไม่แช่เย็น

โดยตัวข้อมูลของสินค้าด้านโภชนาการต่างๆ จะนำมาหาสรรพคุณที่ตรงกับโรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็น ซึ่งประกอบด้วยโรคเบาหวาน โรคอ้วนลงพุง โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง ดังนี้

2.4.1 บริเวณผักผลไม้แบบแช่เย็น

1. โดยผักมีสรรพคุณต่อโรคทั้ง 4 ดังนี้

ตารางที่ 2.5 ตารางแสดงสรรพคุณของผักต่อโรคทั้ง 4

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
ถั่วลันเตา	บำบัดโรคเบาหวาน	รักษาความดันโลหิตสูง	ละลายลิ่มเลือดด้วยการดื่มน้ำ	ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด
ถั่วหวาน (คล้ายถั่วลันเตา)	บำบัดโรคเบาหวาน	รักษาความดันโลหิตสูง	ละลายลิ่มเลือดด้วยการดื่มน้ำ	ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด
กระเจี๊ยบมอญ	ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	รักษาความดันให้เป็นปกติ	ลดไขมันและคอเลสเตอรอล	ลดไขมันและคอเลสเตอรอล
มะเขือพวง	ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	รักษาความดันโลหิตสูง	ลดระดับคอเลสเตอรอล และป้องกันภาวะเลือดแข็งตัว	ดูดซับไขมันส่วนเกินลดระดับคอเลสเตอรอล
ขมิ้นชัน	บรรเทาโรคเบาหวาน	รักษาความดันโลหิตสูง	ลดระดับคอเลสเตอรอล , ป้องกันผนังหลอดเลือดหนาและแข็งตัว , ละลายลิ่มเลือด	ลดระดับคอเลสเตอรอล
กระเทียม	ลดระดับน้ำตาลในเลือด	รักษาความดันโลหิตสูง	ลดระดับคอเลสเตอรอล , ป้องกันผนังหลอดเลือดหนาและแข็งตัว , ละลายลิ่มเลือด	ลดระดับคอเลสเตอรอล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิต สูง	โรคหลอดเลือด สมอง	โรคอ้วนลงพุง
บล็อกโคลี	ป้องกันการเปิด โรคเบาหวาน	ป้องกันการเกิดโรค ความดันโลหิตสูง	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
มะระขี้นก	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์
ใบกะเพรา	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	ลดระดับไขมัน LDL เพิ่มระดับไข มัน HDL	ลดระดับไขมัน LDL เพิ่มระดับไข มัน HDL
กะหล่ำปลี	ยับยั้งไม่ให้น้ำตาล และแบ่งหลายเป็น ไขมัน	-	ลดคอเลสเตอรอล	ช่วยในการลดน้ำ หนัก
ต้นอ่อนทานตะวัน	ป้องกันเบาหวาน	-	ควบคุมระดับ คอเลสเตอรอลใน เลือด	ควบคุมระดับ คอเลสเตอรอลใน เลือด , ควบคุมน้ำ หนัก
พริกหยวก	บำบัดเบาหวาน , ทำให้น้ำตาลใน เลือดลดลง	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์	ควบคุมระดับ คอเลสเตอรอลใน เลือด
แก่นตะวันพร้อม ทาน	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	ป้องกันไขมันใน เลือดสูง คอเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ ไข มัน LDL	ลดน้ำหนักได้ดี
แตงกวา	รักษาระดับน้ำตาล ในเลือด	ลดความดันโลหิต สูง, ช่วยควบคุม ความดันเลือด	ควบคุม คอเลสเตอรอลใน เลือด	ควบคุมระดับ คอเลสเตอรอล
แครอท	รักษาระดับน้ำตาล ในเลือด	รักษาโรคความดัน โลหิตสูง	ลดระดับ คอเลสเตอรอล, ลดอัตราการเกิด โรคหลอดเลือด สมอง	ลดระดับ คอเลสเตอรอล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิต สูง	โรคหลอดเลือด สมอง	โรคอ้วนลงพุง
ข้าวโพดอ่อน	รักษาโรคเบาหวาน	รักษาความดัน โลหิตสูง	ลดระดับ คอเลสเตอรอล , ป้องกันเส้นเลือด แข็งตัว	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
แก่นตะวัน	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	ป้องกันไขมันใน เลือดสูง คอเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ ไขมัน LDL	ช่วยลดน้ำหนักได้ ดี
คะน้าฮ่องเต้	เป็นผักที่มีน้ำตาล น้อย เหมาะแก่ผู้ ป่วยเบาหวาน	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ยอดคะน้า	เป็นผักที่มีน้ำตาล น้อย เหมาะแก่ผู้ ป่วยเบาหวาน	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ผักโขม	-	-	ลดระดับคอเลส เตอรอลในเลือด	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ชิงอ่อนชอย	-	รักษาความดัน โลหิตสูง	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล
มะเขือยาว	-	ป้องกันความดัน โลหิตสูง	มีส่วนช่วยรักษา หลอดเลือด	ยับยั้งการดูดซึม ของ คอเลสเตอรอล ผ่านลำไส้
กะหล่ำดอก	-	ควบคุมความดัน โลหิตสูง	ป้องกันโรคหลอดเลือด สมอง	ให้พลังงานต่ำ เหมาะสำหรับ ควบคุมน้ำหนัก
ชิง	-	รักษาความดัน โลหิตสูง	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล
เห็ดหอมชอย	-	ป้องกันโรคความ ดันโลหิตสูง	ลดปริมาณไขมัน ในหลอดเลือดและ ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดปริมาณไขมัน ในหลอดเลือดและ ลดระดับ คอเลสเตอรอล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิต สูง	โรคหลอดเลือด สมอง	โรคอ้วนลงพุง
เห็ดหูหนู	-	รักษาโรคความดัน โลหิตสูง	รักษาเส้นเลือด แข็งตัว	-
ถั่วฝักยาว	-	รักษาความดัน โลหิตสูง	รักษาเส้นเลือด แข็งตัว	-
หัวไชเท้า	-	ลดความดันเลือด	ขยายหลอดเลือด และหลอดเลือด	-
พริกขี้หนูสวน	-	ลดความดันเลือด , ทำให้หลอดเลือด อ่อนตัว ระบบไหล เวียนเลือดไปได้ดี	เพิ่มการไหลเวียน เลือด , สลายลิ่ม เลือด , สดการอุด ตันของหลอดเลือด	-
ชุกินี	-	ลดความดันเลือด	-	มีคอเลสเตอรอล ต่ำ
เห็ดออริโนจิ	ลดปริมาณน้ำตาล ในเลือด	ลดความดันโลหิต สูง และปรับความ ดันให้เป็นปกติ	-	-
น้ำเต้าออ่อน	ควบคุมเบาหวาน ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	ควบคุมโรคความ ดันเลือด	-	-
หน่อไม้	ทำให้ระดับน้ำตาล ในเลือดให้คงที่	-	-	เผาผลาญไขมันใน ร่างกาย
พริกหวานแดง	-	-	ลดคอเลสเตอรอล	ลดคอเลสเตอรอล เพิ่มระดับ คอเลสเตอรอล ชนิดดี กำจัด LDL
พริกหวานเหลือง	-	-	ลดคอเลสเตอรอล	ลดคอเลสเตอรอล เพิ่มระดับ คอเลสเตอรอล ชนิดดี กำจัด LDL
พริกหวานเขียว	-	-	ลดคอเลสเตอรอล	ลดคอเลสเตอรอล เพิ่มระดับ คอเลสเตอรอล ชนิดดี กำจัด LDL

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิต สูง	โรคหลอดเลือด สมอง	โรคอ้วนลงพุง
เห็ดนางฟ้าภูฐาน	-	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไขมันในเลือด	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไขมันในเลือด
เห็ดเข็มทอง	-	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และไขมันที่สะสม ในเลือด	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ดอกแค	-	-	ลดระดับคอเลสเต อรอล ไตรกลีเซอไรด์ ฟอสโฟไลพิด ปละ กรดไขมันอิสระ	ลดระดับคอเลสเต อรอล ไตรกลีเซอไรด์ ฟอสโฟไลพิด ปละ กรดไขมันอิสระ
วอเตอร์เครส	-	-	ลดระดับไขมันใน เลือด , ไครกลีเซอ ไรด์ในกระแสเลือด	ลดระดับไขมันใน เลือด , ไครกลีเซอ ไรด์ในกระแสเลือด
กะหล่ำปลีม่วง	-	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ใบโหระพา	-	-	ลดคอเลสเตอรอล และแผ่นคราบไข มันที่เกาะที่ผนัง หลอดเลือด	ลดคอเลสเตอรอล
ต้นหอม	-	-	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล	ลดไขมันและ คอเลสเตอรอล
ผักกาดขาวปลี	-	ลดระดับความดัน โลหิต	-	-
เห็ดหิมะขาว	-	ลดความดันโลหิต สูง	-	-
กระชายชอย	-	ปรับความดันใน โลหิต	-	-
ต้นอ่อนข้าวสาลี	-	ลดความดันโลหิต, ขยายทางเดิน เลือดทั่วร่างกาย	-	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.5 (ต่อ)

สรรพคุณของผัก/ โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิต สูง	โรคหลอดเลือด สมอง	โรคอ้วนลงพุง
ยอดผักแม้ว	-	รักษาความดัน โลหิตสูง	-	-
ตะไคร้	-	ลดความดันโลหิต สูง	-	-
แตงกวาญี่ปุ่น	-	ลดความดันโลหิต สูง	-	-
มะนาว	-	รักษาความดัน โลหิตสูงและต่ำ	-	-
ผักชี	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	-	-
สลัดแก้ว	ผักที่เหมาะสมที่สุด สำหรับผู้ป่วยเบา หวาน	-	-	-
มะระ	บำบัดโรคเบา หวาน ลดระดับ น้ำตาลในเลือด	-	-	-
ข่า	ลดระดับน้ำตาลใน เลือด	-	-	-
สลัดคอส	บำบัดโรคเบา หวาน	-	-	-
แตงไทยอ่อน	-	-	บำรุงประสาทและ สมอง	-
เห็ดหิมะขาว	-	-	-	มีแคลอรีต่ำเหมาะ แก่การลดน้ำหนัก
ดอกไม้จีนสด	-	-	-	เป็นพืชที่มีแคลอรี ต่ำ

2. โดยผลไม้มีสรรพคุณต่อโรคทั้ง 4 ดังนี้

ตารางที่ 2.6 ตารางแสดงสรรพคุณของผลไม้ต่อโรคทั้ง 4

สรรพคุณของผลไม้/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
แอปเปิ้ลแดง	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด
แอปเปิ้ลกาล่าพรีเมียม	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด
แอปเปิ้ลแอมโบเซีย	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด
แอปเปิ้ลฟูจิพรีเมียม	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด
แอปเปิ้ลแปซิฟิกโรส	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด
แอปเปิ้ลคิดพรีเมียม	เหมาะแก่ผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำตาล	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันหลอดเลือดในสมอง , ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดคอเลสเตอรอลในเลือด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.6 (ต่อ)

สรรพคุณของผลไม้/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
ลูกแพร์แดง พรีเมียม	รักษาระดับน้ำตาล ในเลือดให้คงที่ ป้องกันการเกิด โรคเบาหวาน	ป้องกันการเกิดโรค ความดันโลหิตสูง	ป้องกันการเกิดโรค หลอดเลือดสมอง	ช่วยในการลดน้ำ หนัก , ลดระดับ คอเลสเตอรอล LDL
แก้วมังกร	ช่วยรักษาโรคเบา หวาน	บรรเทาอาการของ โรคความดันโลหิต	ลดความเสี่ยงใน การเกิดโรคที่เกี่ยว กับหลอดเลือด เช่น โรคไขมันอุด ตันในเส้นเลือด	มีแคลอรีต่ำ ทาน เพื่อลดความอ้วน ได้
สาลี่หอม	ปรับสมดุลน้ำตาล ในเลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
สาลี่น้ำผึ้ง	ปรับสมดุลน้ำตาล ในเลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
สาลี่หิมะ	ปรับสมดุลน้ำตาล ในเลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
สาลี่ทอง	ปรับสมดุลน้ำตาล ในเลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
ส้มชั้นควิก	ปรับระดับน้ำตาล ในเลือด	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล
กีวี	-	ลดความดันโลหิต สูง	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และ ไตรกลีเซอไรด์ใน เลือด	ลดระดับ คอเลสเตอรอล และ ไตรกลีเซอไรด์ใน เลือด
ลูกพลับ	-	ลดความดันโลหิต	-	มีแคลอรีและไขมันต่ำ เหมาะแก่ การทานเพื่อลด น้ำหนัก
ชมพูทับทิมจันทร์	-	-	ลดระดับ คอเลสเตอรอล	ลดระดับ คอเลสเตอรอล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.6 (ต่อ)

สรรพคุณของผลไม้/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
อะโวคาโด	-	-	ลดระดับไขมัน LDL และเป็นแหล่งของไขมัน HDL	ลดน้ำหนักและไขมันชนิด LDL และเป็นแหล่งของไขมัน HDL
องุ่นแดงไร้เมล็ด	-	-	ลดระดับคอเลสเตอรอล	ลดระดับคอเลสเตอรอล
องุ่นแบล็คโอปอร์	-	-	-	ลดไขมันส่วนเกินในร่างกาย เผาผลาญไขมันได้อย่างดี

2.4.2 บริเวณน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักในโครงการชั่งหัวมัน

ตารางที่ 2.7 ตารางแสดงสรรพคุณของน้ำผลไม้, ผลไม้สดและผักต่อโรคทั้ง 4

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
น้ำแครอท	ช่วยรักษาระดับน้ำตาลในเลือด	รักษาโรคความดันโลหิตสูง เพิ่มการไหลเวียนของเลือด	ลดความดันเลือด เพิ่มความยืดหยุ่นให้หลอดเลือด และช่วยเพิ่มการไหลเวียนเลือด	ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด
น้ำกระเจี๊ยบ	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน	ช่วยลดความดันโลหิต	ระดับไตรกลีเซอไรด์ คอเลสเตอรอล และไขมัน LDL ลดลง และมีปริมาณไขมันชนิดดี HDL เพิ่มขึ้น ช่วยละลายไขมันในเส้นเลือด	ช่วยลดไขมันในเส้นเลือด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.7 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
น้ำใบบัวบก	ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด	รักษาโรคความดันโลหิตสูง , ลดความดันเลือด , เพิ่มความยืดหยุ่นในหลอดเลือด ช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด	ลดความดันเลือด เพิ่มความยืดหยุ่นให้หลอดเลือด และช่วยเพิ่มการไหลเวียนของเลือด	-
ใบเตยหอม	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	ลดความดันโลหิต	ป้องกันการแข็งตัวของหลอดเลือด	-
แตงโม	ช่วยแก้เบาหวาน	-	ป้องกันการสะสมไขมันที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย , ลดปริมาณไขมันที่จับอยู่ในเลือด , รักษาโรคหลอดเลือดแดงแข็งตัว	เหมาะกับผู้ต้องการลดความอ้วน , เป็นผลไม้ที่มีแคลอรีต่ำ
บลูเบอร์รี่	ป้องกันโรคเบาหวาน ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	-	ลดการอักเสบของหลอดเลือด , ทำให้หลอดเลือดแข็งตัว , ลดระดับของคอเลสเตอรอล และลดระดับไตรกลีเซอไรด์	มีแคลอรีต่ำ มีเส้นใยอาหารที่ทำให้อิ่มเร็ว , ลดระดับคอเลสเตอรอล , ระดับไตรกลีเซอไรด์ลดลง
ส้มชั้นควิก	ปรับระดับน้ำตาลในเลือด	-	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล
ยอดคะน้า	เหมาะกับผู้ป่วยเป็นเบาหวาน เป็นผักที่มีน้ำตาลน้อย	-	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.7 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
คะน้า	เหมาะกับผู้ที่เป็นเบาหวาน เป็นผักที่มีน้ำตาลน้อย	-	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล
ผักชุนฉ่าย	-	ช่วยควบคุมความดันโลหิต	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล	ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล
สตรอว์เบอร์รี่	-	ลดความดันโลหิต	เพิ่มปริมาณไขมัน HDL ซึ่งช่วยให้หลอดเลือดสะอาดปราศจากไขมัน , ป้องกันการเกิดโรคหลอดเลือดอุดตัน , ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล	มีพลังงานต่ำ , ลดระดับคอเลสเตอรอล
น้ำเสาวรสม	-	ใช้ในการลดความดันโลหิต	ลดไขมันในเส้นเลือด	เผาผลาญไขมัน
น้ำอัญชัญ	ลดระดับน้ำตาลในเลือด	-	ป้องกันโรคเส้นเลือดสมองตีบ , มีฤทธิ์ในการละลายลิ่มเลือด , ลดความเสี่ยงจากการอุดตันของเส้นเลือด	-
น้ำนมข้าวโพด	ควบคุมระดับน้ำตาล	-	ชะลอการเกิดไขมันอุดตันในเส้นเลือด	-
พริกกะเทียม	-	ลดความดันโลหิต เพราะทำให้หลอดเลือดอ่อนตัว ทำให้ระบบไหลเวียนเลือดดี	เพิ่มการไหลเวียนของเลือด , สลายลิ่มเลือด , ช่วยลดการอุดตันของหลอดเลือด	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.7 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
น้ำนมข้าวโพด	-	ช่วยให้เลือดไหลเวียนดี , ลดความดันในร่างกาย	สามารถทำลายเส้นเลือดที่นำไปสู่หัวใจวายโรคหลอดเลือดสมองและโรคหลอดเลือด	-
น้ำเก็กฮวย	-	ป้องกันการเกิดโรคความดันโลหิตสูง	ป้องกันการเกิดโรคเส้นเลือดตีบ	-
น้ำตะไคร้	-	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	-	ช่วยในการขับน้ำดีมาช่วยในการย่อยอาหาร
ยอดมันญี่ปุ่น	-	-	ช่วยลดไขมันในเลือด	ช่วยลดไขมันในเลือด
ส้มเข็ง	-	-	ลดระดับคอเลสเตอรอล	ลดระดับคอเลสเตอรอล
องุ่นแดงไร้เมล็ด	-	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอลในกระแสเลือด	ช่วยลดคอเลสเตอรอลในกระแสเลือด
น้ำปืทรูท	-	-	ช่วยลดการสะสมของไขมันและลดการอุดตันในหลอดเลือด	ช่วยลดการสะสมไขมันและลดการอุดตันในหลอดเลือด
ผักบุงไทย	ลดระดับน้ำตาลในเลือด	-	-	-
ผักบุงจีน	ลดระดับน้ำตาลในเลือด	-	-	-
น้ำวุ้นหางจระเข้	ป้องกันโรคเบาหวาน	-	-	-
สับปะรด	-	รักษาความดันโลหิตสูง	-	-
มะนาว	-	รักษาความดันโลหิตสูง	-	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.7 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
เมลอนญี่ปุ่นเนื้อเขียว	-	-	-	ไม่มีไขมันและคอเลสเตอรอล , แคลอรีต่ำ
มะม่วงมันเกือบสุก	-	-	-	ช่วยสำหรับการย่อยอาหาร , เฝာผลาญพลังงาน
น้ำลูกสำรอง	-	-	-	ลดการดูดซึมของไขมัน

2.4.3 บริเวณสกัดบาร์

ตารางที่ 2.8 ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
หัวหอม	ลดน้ำตาลในเลือด , ป้องกันโรคเบาหวาน	ลดความดันโลหิตสูง	รักษาโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด , ลดปริมาณของไขมันในเส้นเลือด , ช่วยให้เลือดไม่แข็งตัว , ลดไขมัน LDL และเพิ่มไขมัน HDL	ช่วยลดคอเลสเตอรอล ลดไขมันในเส้นเลือด , ลดระดับไขมัน LDL และช่วยเพิ่มไขมัน HDL
แก้วมังกร	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน	บรรเทาอาการของโรคความดันโลหิต	ลดความเสี่ยงในการเกิดโรค เช่น โรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด	แคลอรีต่ำ สามารถทานแทนอาหารเพื่อลดความอ้วนได้
ส้มชันควิก	ปรับระดับน้ำตาลในเลือด	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอล	ช่วยลดคอเลสเตอรอล
แห้ว	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน	ลดความดันโลหิตสูง	-	-

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.8 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
ฟังทอง	ลดระดับน้ำตาลในเลือด , กระตุ้นการหลั่งอินซูลินในร่างกาย ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ป้องกันการเกิดโรคเบาหวาน	-	-	เหมาะกับผู้ที่ต้องการ ควบคุม น้ำหนัก
เส้นบุก	ชะลอการดูดซึมของกลูโคสจากทางเดินอาหาร ไปยังส่วนอื่นของร่างกาย	-	-	ช่วยถ่วงท้องให้อิ่มเร็ว การทานอย่างอื่นจึงน้อยลง เนื่องจากอิ่มเร็ว
มะเขือเทศ	-	รักษาความดันโลหิตสูง	ป้องกันการแข็งตัวของหลอดเลือด , ลดความเสี่ยงจากการเกิดภาวะเส้นเลือดตีบ	-
แตงกวา	-	-	ช่วยควบคุมระดับคอเลสเตอรอล	ช่วยควบคุมระดับคอเลสเตอรอล
ชมพู	-	-	ลดระดับคอเลสเตอรอลในร่างกาย	ลดระดับคอเลสเตอรอลในร่างกาย , ลดความเสี่ยงการเกิดภาวะไขมันในเลือดสูง , ให้พลังงานน้อย
มันเทศ	-	-	ลดไขมันในเลือดได้	ลดไขมันในเลือดได้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.8 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
พริกหวานแดง	-	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอล	ช่วยลดคอเลสเตอรอล , เพิ่มระดับคอเลสเตอรอลชนิดดี และกำจัดคอเลสเตอรอล LDL
พริกหวานเหลือง	-	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอล	ช่วยลดคอเลสเตอรอล , เพิ่มระดับคอเลสเตอรอลชนิดดี และกำจัดคอเลสเตอรอล LDL
พริกหวานเขียว	-	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอล	ช่วยลดคอเลสเตอรอล , เพิ่มระดับคอเลสเตอรอลชนิดดี และกำจัดคอเลสเตอรอล LDL
ถั่วลูกไก่	-	-	ช่วยลดคอเลสเตอรอล	ช่วยลดคอเลสเตอรอล
เมล็ดถั่วลิสง	-	-	บำรุงไขมัน , ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด	ลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด
องุ่นแดง	-	-	ลดการดูดซึมของคอเลสเตอรอลในกระแสเลือด	ลดการดูดซึมของคอเลสเตอรอลในกระแสเลือด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.8 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
สับปะรด	-	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	-	-
ถั่วแดง	-	-	ลดความเสี่ยงของการเกิดโรคเส้นเลือดในสมองปริแตก	-
วุ้นมะพร้าว	-	-	-	แคลอรีต่ำ ช่วยควบคุมน้ำหนัก

2.4.4 บริเวณผักผลไม้ไม่แช่เย็น

ตารางที่ 2.9 ตารางแสดงสรรพคุณของผักและผลไม้ต่อโรคทั้ง 4

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
หัวหอม	ลดน้ำตาลในเลือด , ป้องกันโรคเบาหวาน	ลดความดันโลหิตสูง	รักษาโรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด , ลดปริมาณของไขมันในเส้นเลือด , ช่วยให้เลือดไม่แข็งตัว , ลดไขมัน LDL และเพิ่มไขมัน HDL	ช่วยลดคอเลสเตอรอล ลดไขมันในเส้นเลือด , ลดระดับไขมัน LDL และช่วยเพิ่มไขมัน HDL
อินทผลัม	ลดระดับน้ำตาลในเลือด	ลดความดันโลหิตสูง	มีโพแทสเซียมช่วยลดความเสี่ยงการเกิดโรคหลอดเลือดในสมอง	ลดความหิว , ช่วยในการย่อยอาหาร
แอปเปิ้ลแจสพรีเมียม	เหมาะกับผู้ควบคุมน้ำตาลในเลือด มีไฟเบอร์ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด	ลดความดันโลหิตสูง	ป้องกันโรคหลอดเลือดในสมอง , ลดคอเลสเตอรอลในเลือด	ช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด
ผัก	ช่วยรักษาโรคเบาหวาน	ลดความดันโลหิตสูง	ลดอัตราการออกซิเดชันของไขมัน LDL	ลดขนาดของเซลล์ไขมัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.9 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
ฝรั่งกิมจู	รักษาโรคเบาหวาน	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	ลดไขมันในเลือด	ควบคุมน้ำหนัก, ลดไขมันในเลือด
ฝรั่งจินจู	รักษาโรคเบาหวาน	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	ลดไขมันในเลือด	ควบคุมน้ำหนัก, ลดไขมันในเลือด
แตงโม	รักษาโรคเบาหวาน	-	ป้องกันการสะสมของไขมันที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย, ลดไขมันที่จับอยู่ภายในเลือด, รักษาโรคหลอดเลือดแดงแข็งตัว	เหมาะกับผู้ต้องควบคุมน้ำหนัก, แคลอรีต่ำ
หอมแดง	ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด	-	ลดระดับคอเลสเตอรอล, กำจัดไขมัน LDL และรักษาระดับไขมัน HDL, ลดไขมันในเส้นเลือด, ยับยั้งการเกิดโรคเส้นเลือดอุดตัน	ลดระดับคอเลสเตอรอล
เสาวรส	-	ใช้ในการลดความดันโลหิต, รักษาโรคความดันโลหิตสูง	ลดไขมันในเส้นเลือด	ช่วยในการเผาผลาญไขมัน
ฟักทอง	ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด, กระตุ้นการหลั่งของอินซูลินในร่างกาย, ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด	-	-	เหมาะกับผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.9 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
อะโวคาโดไทย	-	-	ลดระดับไขมัน LDL ลงอย่างชัดเจน , เป็นแหล่งของกรดไขมัน HDL , ช่วยลดไขมัน LDL ในหลอดเลือด , ป้องกันการสะสมของไขมันในเส้นเลือด	ช่วยลดน้ำหนัก , ลดระดับไขมัน LDL
บิทรูท	-	-	ช่วยลดการสะสมไขมันในเส้นเลือด , ลดการอุดตันในหลอดเลือด	ลดการสะสมของไขมัน
มัน	-	-	ลดไขมันในเส้นเลือด	ลดไขมันในเส้นเลือด
กล้วยน้ำว้า	ลดน้ำตาลในเลือด	-	-	-
มะพร้าว	รักษาโรคเบาหวาน	-	-	-
สับปะรด	-	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	-	-
แคนตาลูป	-	รักษาโรคความดันโลหิตสูง	-	-
เมลอนเนื้อขาว	-	-	-	ไม่มีไขมันและคอเลสเตอรอล , แคลอรีต่ำ เหมาะแก่การลดน้ำหนัก
กล้วยหอมคาเวนดิช	-	-	-	นิยมใช้รับประทานแทนอาหารเช้าเพื่อลดความอ้วน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.9 (ต่อ)

สรรพคุณ/โรค	โรคเบาหวาน	โรคความดันโลหิตสูง	โรคหลอดเลือดสมอง	โรคอ้วนลงพุง
กล้วยหอม	-	-	-	นิยมใช้รับประทานแทนอาหารเช้าเพื่อลดความอ้วน
มะละกอน้ำดอกไม้สด	-	-	-	ช่วยในการย่อยอาหาร
มะม่วง	-	-	-	ช่วยสำหรับการย่อยอาหารและเผาผลาญพลังงาน

จากการทำตารางของสรรพคุณของสินค้าด้านโภชนาการกับโรคเบาหวาน โรคอ้วนลงพุง โรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดสมอง พบว่าผักมีสรรพคุณที่ดีต่อโรคมามากมาย ส่วนผลไม้ต้องบอกข้อมูลถึงปริมาณที่จำกัดของการบริโภคต่อวัน เพื่อช่วยให้กลุ่มเป้าหมายได้ทานอย่างถูกต้อง

2.5 กรณีศึกษา

จากขอบเขตของโครงการ จึงต้องศึกษางานในด้าน สื่อ ๓ จุดขาย ที่ให้ข้อมูลและแนะนำ กับตัวโครงการนี้

2.5.1 สื่อ ๓ จุดขาย



ภาพที่ 2.37 ภาพกรณีศึกษา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่วางไว้สำหรับใคร่ใช้วงเพื่อจรรวสิ่งจรรววงนี้ไปขอใช้ขยชนด้านการค้า
ที่มา : (<https://www.pinterest.com/pin/243264817347181829/>)
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จากขอบเขตของโครงการได้ทำการศึกษาสื่อ ณ จุดขาย เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการทำการ ออกแบบ โดยจากในภาพนี้ได้วิเคราะห์ออกมาว่า ตัวสื่อพยายามบอกเล่าถึงสรรพคุณและคุณ ประโยชน์ของตัวผลิตภัณฑ์ว่า มีประโยชน์ทางด้านใด โดยตัวแบรนด์ได้ทำการสื่อสารสรรพคุณผ่าน สื่อ ณ จุดขาย

2.6 สรุปแนวทางในการออกแบบ

จากข้อมูลในบทที่ 2 จะเห็นถึงความต้องการและข้อจำกัดในการออกแบบของแต่ละหัวข้อย่อย ดัง นั้นในหัวข้อสุดท้ายนี้ จะทำการสรุปอีกที เพื่อให้เป็นการเข้าใจตรงกันว่าในโครงการออกแบบนี้ ต้องออกแบบอะไรและอย่างไรบ้าง

2.6.1 ข้อมูลกำหนดและแนวทางในการออกแบบ

ข้อมูลนี้จะกำหนดข้อจำกัดและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย , ร้านโกลเด้นเพลส และเนื้อหา ที่นำมาออกแบบ ดังนี้

ตารางที่ 2.10 ตารางแสดง Stakeholder ของโครงการ

stakeholder	requirement	limitation	criteria
user (persona)	<ol style="list-style-type: none"> ต้องการรู้ข้อมูลด้านสรรพคุณของสินค้าที่มีประโยชน์แก่โรคที่เป็น ตัวกลุ่มเป้าหมายมีการศึกษาระดับต้นสามารถอ่านหนังสือได้ระดับนี้ ต้องการการถูกแนะนำสิ่งที่ดีมีประโยชน์แก่โรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็น 	<ol style="list-style-type: none"> กลุ่มเป้าหมายอ่านหนังสือได้ในระดับนี้ ควรใช้คำพูดสั้นๆ ที่สามารถเข้าใจได้ง่าย เช่น ดี, ไซ, ลด, น้ำตาล, สมอง เป็นต้น โดยคำที่นำมาใช้ต้องไม่ซับซ้อนในการแปลงในภาพ กลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ง่าย 	<ol style="list-style-type: none"> คำที่นำมาใช้แนะนำสินค้า ต้องเป็นคำที่สั้น เข้าใจง่าย ภาพที่ถูกแปลงออกมาเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจได้ ต้องเป็นภาพที่ไม่ซับซ้อน เนื่องจากกลุ่มเป้าหมาย มีการศึกษาในระดับต้น จึงสามารถเข้าใจอะไรที่ไม่ซับซ้อนมากเกินไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภาพที่ 2.10 (ต่อ)

stakeholder	requirement	limitation	criteria
golden place	<ol style="list-style-type: none"> 1. สื่อเพื่อแนะนำสินค้าแก่กลุ่มเป้าหมาย 2. การบอกข้อมูลของโกลเด้นเพลซ ต้องมีน้ำเสียงตามบุคลิกภาพของโกลเด้นเพลซ 3. สินค้าที่จะแนะนำและให้ข้อมูลแก่กลุ่มเป้าหมาย คือสินค้าด้านบริโภคที่อยู่ในโกลเด้นเพลซ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ในขนาดพื้นที่ที่จำกัด และตัวอาติแพคโมเดล ของโกลเด้นเพลซ 2. สามารถติดตั้ง สลับปรับเปลี่ยนสื่อได้ง่าย ตามสินค้าบริโภคตามฤดูกาล 3. บุคลิกภาพของตัวองค์กร คือจริงจัง น่าเชื่อถือ มีมาตรฐานสูงของผู้บริโภค มีความเป็นห่วงเป็นใย 4. สินค้าที่จะนำมาทำสื่ออยู่ที่ร้านโกลเด้นเพลซ แบบอยู่ใน 4 โซน โดยผ่านการคิดวิเคราะห์จากการทำคอสโตเมอร์เจอร์นี่ และเลือกจากสินค้าของโกลเด้นเพลซ เท่านั้น 5. สื่อที่จะติดตั้งต้องมีข้อมูลที่ค้นหาแล้วว่ามีสรรพคุณที่ดีต่อโรคทั้ง 4 6. สื่อที่ติดตั้งต้องไม่บดบังสินค้าของโกลเด้นเพลซ 	<p>ตัวสื่อที่ให้ข้อมูล ณ จุดขายต้องพูดถูกต้องถึงสรรพคุณที่ดีต่อตัวสินค้าทั้ง 4 โซนที่ได้ทำการเลือกมา โดยตัวสื่อต้องติดตั้งง่าย , เปลี่ยนได้ง่าย ต่อสินค้าบริโภคตามฤดูกาล สามารถสลับตำแหน่งได้และไม่บดบังสินค้า</p>

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2.10 (ต่อ)

stakeholder	requirement	limitation	criteria
content	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกข้อมูลด้านสรรพคุณของตัวสินค้า ที่ โกลเด้นเพลซ เป็นคนจัด 2. สินค้าที่นำมาหาข้อมูลเป็นสินค้าที่เกิดจากการทำ คอสโตเมอร์ เจอร์นี่ แล้วเจอถึงปัญหา จึงเลือกสินค้ามาจาก 4 โซนนั้น 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ข้อมูลที่เกี่ยวกับการช่วยผู้ป่วยในกลุ่มโรค NCDs คือ เบาหวาน , อ้วนลงพุง , ความดันโลหิตสูง , หลอดเลือดสมอง 2. โดยตัวสินค้าที่นำมาหาข้อมูล อยู่ใน 6 โซนคือ 1.โซนผักและผลไม้ 2.โซนน้ำผลไม้ , ผลไม้สด และผักในโครงการชั่งหัวมัน 3.โซนสลัดบาร์ 4.โซนผักผลไม้แบบไม่แช่เย็น 3. สินค้าด้านโภชนาการบางอย่าง เช่นผลไม้ , น้ำผลไม้ ต้องบอกถึงปริมาณการบริโภคแต่ละวันให้กลุ่มเป้าหมาย 	<p>ข้อมูลของสินค้าด้านการบริโภคบอกถึงสรรพคุณของโรคเบาหวาน , โรคอ้วนลงพุง , โรคความดันโลหิตสูง , โรคหลอดเลือดสมอง ได้อย่างถูกต้อง โดยข้อมูลของสินค้าได้มากจากการทำการวิเคราะห์เห็นว่าสามารถทำสื่อได้ 6 โซนคือ 1.โซนผักและผลไม้ 2.โซนน้ำผลไม้ , ผลไม้สด และผักในโครงการชั่งหัวมัน 3.โซนสลัดบาร์ 4.โซนผักผลไม้แบบไม่แช่เย็น</p>

2.6.2 กลุ่มเป้าหมาย

โดยกลุ่มเป้าหมายที่เลือกนำมาสื่อสารในโครงการออกแบบนี้คือ กลุ่มผู้ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี ที่เป็นด้วยพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตในแต่ละวัน ซึ่งไปหาหมอทุก 1-2 เดือน โดยพยายามทำตามทั้งหมดบอกให้บรรลุเป้าหมาย เพื่อจะได้ไม่เป็นโรคใดเพิ่มอีก แต่ค้นพบว่าการบริโภคของกลุ่มเป้าหมายทำให้ไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้

ก. เพอโซนาของกลุ่มเป้าหมาย

จากคนหลายกลุ่มคนจำกัดมาเหลือหนึ่งกลุ่มคน และได้ทำการติดตามชีวิตประจำวัน และเฝ้าสังเกตพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย จนได้มาเป็นเพอโซนา ที่เป็นผู้สูงอายุ 55-70 ปี ที่มีการศึกษาในชั้นต้น สามารถอ่านได้ในระดับพื้นฐานถึงปานกลาง โดยป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี ที่เกิดจากพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมาย โดยทำการกำหนดขอบเขตในโครงการมา 4 โรค ประกอบด้วย 1.โรคเบาหวาน 2.โรคความดันโลหิตสูง 3.โรคอ้วนลงพุง 4.โรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งจากการเฝ้าสังเกตพฤติกรรมกรรมการบริโภคและการดำเนินชีวิตของกลุ่มเป้าหมายพบว่า การดำเนินชีวิตประพัตติตัวเหมาะสม คือนอนพักผ่อนเพียงพอ ออกกำลังกาย ส่วนในด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคของกลุ่มเป้าหมาย พบว่าพยายามทานอาหารที่ดีต่อสุขภาพ แต่ยังขาดความรู้ข้อมูลสินค้าด้านบริโภคที่มีสรรพคุณดีต่อโรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคอ้วนลงพุง และโรคหลอดเลือดสมอง โดยมีข้อมูลดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

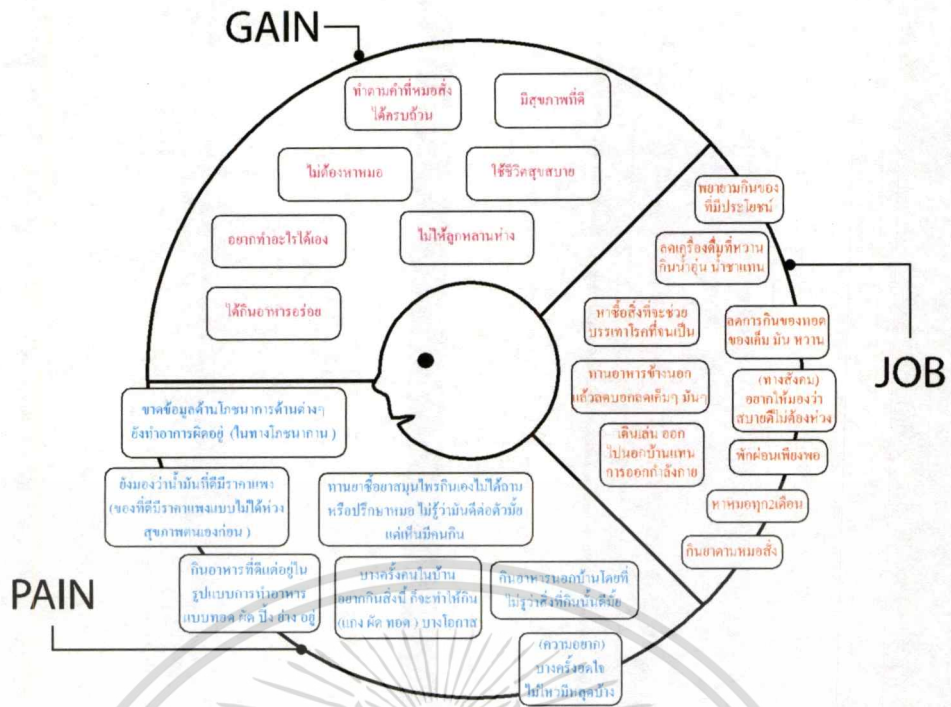


ชื่อ / นางสาว กัญญาณัฐ ภัคตวิงศ์ชัย	eating habit / พฤติกรรมการบริโภค
อายุ / 55 - 70 ปี	เช้า
การศึกษา / การศึกษาระดับต้น อ่านได้นิดหน่อย	- ตื่นน้ำหวาน (-)
อาชีพ / ธุรกิจส่วนตัว	- ทานอาหารทอดผัดนั่งตมภายในบ้านพยายามทาน
เงินเดือน / 30,000 - 45,000 บาท	อาหารที่มีผัก (-,+)
สถานะ / แต่งงาน	
day in a life /	กลางวัน
กัญญาณัฐ ตื่น 6 โมงเช้า	- ทานอาหารกลางวัน พยายามให้มีผัก
เพื่อทำอาหารเช้า	ด้วยการกินข้างนอกหรือสั่งมากินที่
ตื่นน้ำหวาน 1 แก้ว	บ้าน (-,+)
กินยาก่อนอาหาร 1 ชั่วโมง กินข้าวเช้า	- ทานของจุกจิก (-)
กลางวัน กินข้าวและออกไปข้างนอก	- ทานน้ำอุ่น (+)
เย็น ดูทีวี กินข้าวเย็น เข้านอน	
lifestyle goals /	เย็น
“ โรคไม่กำเริบ ไม่ทำให้ลูกหลานเป็นห่วง	- ทานข้าวเย็นที่บ้าน ด้วยอาหารที่ทำเอง
	หรือสั่งจากข้างนอกมากิน (-,+)

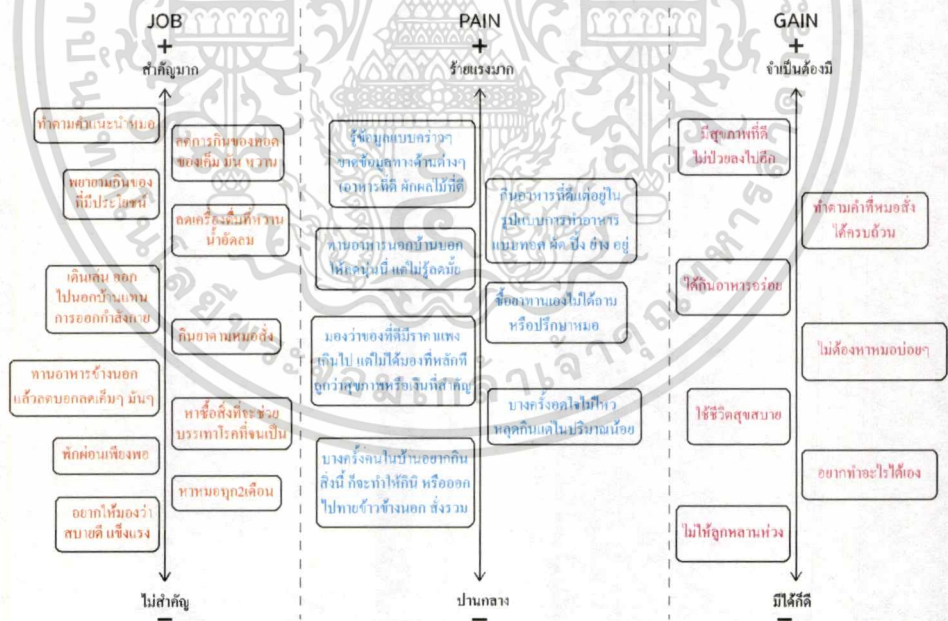
ภาพที่ 2.38 ภาพและข้อมูลของลูกค้าจำลอง(Persona)

จากการทำลูกค้าจำลอง(Persona) จึงพบว่า Gain Pain Job ของลูกค้าจำลอง(Persona) ในลำดับต่อไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.39 ภาพวิเคราะห์ Gain Pain Job



ภาพที่ 2.40 นำมาเรียงลำดับความร้ายแรง(Pain) ของกลุ่มเป้าหมาย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.6.3 เนื้อหาที่นำมาใช้ในการออกแบบ

โดยข้อมูลทางการออกแบบนี้ ได้มาจากการวิเคราะห์กับหัวข้อที่ผ่านมาว่า ต้องใช้หลักทฤษฎีใดบ้างในการทำโครงการออกแบบในหัวข้อนี้ เพื่อสื่อสารให้กลุ่มเป้าหมาย ที่เป็นผู้สูงอายุ และมีการศึกษาขั้นต้น สามารถอ่านหนังสือได้เล็กน้อย ได้เข้าใจสิ่งที่พยายามสื่อสาร โดยไม่ได้เน้นการให้ข้อมูลเป็นหลัก แต่เป็นการแนะนำผ่านร้านโกลเด้นเพลส เพื่อให้ดูน่าเชื่อถือ จึงสรุปมาได้ดังต่อไปนี้

ก. การออกแบบโดยการใช้ ภาษาภาพ

การใช้ภาษาภาพ(Visual language) มาใช้ในการออกแบบ เพื่อแปลงสิ่งจากคำพูด, วลี สำหรับกลุ่มเป้าหมายไปเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ง่ายขึ้น โดยนำคำวลีที่ง่ายและกลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ มาแปลงเป็นภาษาภาพร่วม

1. ภาษาภาพคือ

ภาษาภาพคือ การเล่าด้วยภาพ โดยไม่เน้นตัวอักษร ใช้คำพูดที่น้อย ซึ่งจะเกิดจากความเข้าใจของกลุ่มเป้าหมาย โดยขึ้นอยู่กับประสบการณ์, วัฒนธรรม และการรับรู้ของกลุ่มเป้าหมายว่ามีการรับรู้ได้มากน้อยเพียงใด การตีความ ความรู้สึกของกลุ่มเป้าหมายเมื่อพบเจอสื่อนี้ โดยกลุ่มเป้าหมายในโครงการออกแบบนี้ จะใช้ภาษาภาพที่ไม่ซับซ้อนมากนัก เนื่องจากกลุ่มเป้าหมายมีการศึกษาเพียงขั้นต้นเท่านั้น จึงต้องเน้นการบอกด้วยภาษาภาพที่ไม่ใช่ตัวอักษร โดยการจะรู้ได้ว่ากลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจสิ่งที่พยายามสื่อสารหรือไม่นั้น ต้องเกิดจากการทดลองการรับรู้ของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อศึกษาหาวิธีการรับรู้ เพื่อนำมาปรับและแก้ไขให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจได้ดีขึ้น โดยภาษาภาพ ประกอบไปด้วย ภาษาทางกาย ที่สามารถแสดงออกทางสีหน้า หรือท่าทาง เพื่อบอกถึงอารมณ์ ความคิด ความรู้สึก ผ่านทางทางได้, การสื่อสารโดยใช้เสียง ซึ่งเป็นสิ่งที่เข้าใจได้ง่าย เพราะใช้การรับฟังโดยไม่ต้องผ่านการอ่าน อาจออกมาในรูปแบบของดนตรีและเสียงธรรมชาติ เป็นต้น, พื้นที่ สามารถสร้างความรู้สึกได้จากพื้นที่กว้าง-แคบ และการจัดพื้นที่ที่ทำให้ความรู้สึกนั้นแตกต่างกันออกไป, กลิ่น โดยการสื่อสารผ่านกลิ่นนั้น เต็มไปด้วยอารมณ์และความรู้สึกที่ต่างกันไป ของแต่ละกลิ่น และการสัมผัส ที่สื่อสารโดยการให้สัมผัสเพื่อรู้สึกถึง ความเจ็บปวด ความนุ่ม ตื่นเต้น นั้น แล้วแต่ผิวสัมผัสที่เราได้สัมผัสมัน

2. องค์ประกอบของภาษาภาพ

ภาษาภาพมีส่วนประกอบสำคัญในการสื่อสาร ที่นำมาใช้เพื่อให้สมบูรณ์ในการสื่อสาร ซึ่งในแต่ละส่วนขององค์ประกอบ มีความสำคัญแตกต่างกันออกไป แต่ละส่วนย่อยนั้น ซึ่งในแต่ละส่วนย่อยนั้น พยายามสื่อสารถึงสิ่งที่ต้องการสื่อออกมาด้วยกัน ประกอบด้วยสี ที่ให้ความรู้สึกที่ต่างกันไป ด้วยโทนของสีที่มีทั้งร้อน-เย็น มีความรู้สึกอดีตและตื่นเต้น เป็นต้น, ถัดมาคือ ตัวอักษรที่นำมาใช้ในการสื่อสาร ต้องเลือกตัวอักษรที่เหมาะสมและเข้ากันกับการที่จะสื่อออกมา, รูปร่าง โดยการเล่าผ่านรูปร่าง เพื่อพยายามสื่อสารผ่านรูปร่างบางอย่างที่ทำให้รู้สึก ตามประสบการณ์ของคน เช่น เส้นตรงและเส้นนอน ให้ความรู้สึกที่ต่างกันไป , สัดส่วนของภาพ การจัดให้มีเล็ก-ใหญ่ เพื่อแสดงถึงการเน้นจุดที่สำคัญ วางในจุดที่ต่างกัน ให้นำหนักที่ต่างกัน ในการวางภาพ ก็ทำให้เกิดการรับรู้ของสารที่แตกต่าง, น้ำเสียงและผิวสัมผัส ถูกสร้างขึ้นมาเพื่อให้เกิดอารมณ์ที่ต่างกันใน การสื่อสาร รวมทั้งโทนเสียงที่สามารถสื่อออกมาได้ว่า ต้องการสื่อไปในทางไหน เช่นการสื่อสารแบบเชิงทางการและเชิงน้ำเสียงที่เล่นที่จริง ก็จะมีโทนเสียงที่ต่างกันไป และภาพ (Imagery) โดยภาพไม่ใช่ขององค์ประกอบ แต่เป็นการรวมการใช้ โทนของสี, ตัวอักษรที่นำมาสื่อสาร, สัดส่วนของภาพ และอื่นๆมาผสมกันจนเกิดออกมาเป็นภาพที่สื่อสารถึง

เนื้อหาที่พยายามสื่อสารออกมา เอกสารนี้เขียนขึ้นเพื่อส่งเสริมและให้การใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข. การออกแบบโดยใช้หลัก Information design

ที่ต้องใช้หลักในการออกแบบของอินฟอร์เมชัน-ดีไซน์ เข้ามามีส่วนในการออกแบบนั้น เพราะการให้ข้อมูลกับกลุ่มเป้าหมาย ต้องทำการอ่านและวิเคราะห์ สรุปใจความมาแล้วเพื่อบอกแต่สาระสำคัญ ที่กลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ ผ่านหลักการออกแบบอินฟอร์เมชัน-ดีไซน์

1. Information design

Information design ย่อมาจาก อินโฟกราฟฟิก (infographic) มีขึ้นมาเพื่อแปลงข้อมูล เนื้อหา มาสรุปและแปลงออกมาเป็นภาพ หรือทำการเลือกแต่สิ่งที่เป็นประโยชน์ มาสื่อสารให้กับคนทั่วไปได้รับรู้สาร โดยไม่ผ่านการอ่านเป็นบทความ แต่ได้อ่านผ่านการสรุปมาแล้ว โดยขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ในการใช้งาน เช่น การสอนเป็นขั้นตอน , การให้ความรู้ , การบอกเล่า เป็นช่วงเวลา เป็นต้น โดยในโครงการออกแบบนี้จะเน้น การให้ข้อมูลด้านความรู้ ที่ถูกคัดกรองมาแล้วว่าดีต่อกลุ่มเป้าหมายในด้านของโรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็น

ดังนั้นจากการพูดถึงภาษาภาพและองค์ประกอบของการเกิดภาษาภาพนั้น เพื่อที่จะนำ ทฤษฎีและองค์ประกอบของภาพ มาใช้ในการสื่อสารเนื้อหาในโครงการออกแบบ และนำไปทดสอบ กับกลุ่มเป้าหมายเพื่อหาว่า การใช้ภาษาภาพแบบไหนที่ทำให้กลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจสิ่งที่ พยายามสื่อสารออกมาใหม่ โดยผ่านการออกแบบด้านอินโฟกราฟฟิก เพื่อการบอกข้อมูลแก่กลุ่ม เป้าหมาย



การดำเนินการออกแบบ

การศึกษาและวิเคราะห์ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการออกแบบในบทที่2 ทำให้ทราบถึงความ ต้องการและขอบเขตในการออกแบบ การดำเนินการออกแบบแบ่งเป็นหัวข้อต่างๆได้ดังนี้

3.1 สรุปของขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ

3.2 สรุปเกณฑ์ที่ใช้ในการออกแบบ

3.1 สรุปขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ

จากการรวบรวมข้อมูลการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย ที่บอกข้อมูลและแนะนำแก่กลุ่มเป้าหมาย สามารถสรุปเป็นขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบได้ดังนี้

3.1.1 สรุปขอบเขตของตัวงาน

โดยมีขอบเขตที่ต้องคำนึงถึงการออกแบบทั้งหมด 3 ส่วน โดยจะเน้นที่ส่วนของ กลุ่มเป้าหมายและเนื้อหาในการนำมาสื่อสาร ในส่วนของร้านโกลเด้นเพลซ นำบุคลิกภาพมาเป็นตัวยึด

ตารางที่ 3.1 ขอบเขตเนื้อหาในการออกแบบ(Criteria)

stakeholder	requirement	limitation	criteria
user (persona)	<ol style="list-style-type: none"> 1. ต้องการรู้ข้อมูลด้านสรรพคุณของสินค้าที่มีประโยชน์แก่โรคที่เป็น 2. ตัวกลุ่มเป้าหมายมีการศึกษาระดับต้นสามารถอ่านหนังสือได้ระดับนี้ 3. ต้องการการถูกแนะนำสิ่งที่ดีมีประโยชน์แก่โรคที่กลุ่มเป้าหมายเป็น 	<ol style="list-style-type: none"> 1. กลุ่มเป้าหมายอ่านหนังสือได้ในระดับนี้ ควรใช้คำพูดสั้นๆ ที่สามารถเข้าใจได้ง่าย เช่น ดี, ไข้, ลด, น้ำตาล, สมอง เป็นต้น โดยคำที่นำมาใช้ต้องไม่ซับซ้อนในการแปลงเนื้อหาภาพ กลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ง่าย 	<ol style="list-style-type: none"> 1. คำที่นำมาใช้แนะนำสินค้า ต้องเป็นคำที่สั้น เข้าใจง่าย 2. ภาพที่ถูกแปลงออกมาเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจได้ต้องเป็นภาพที่ไม่ซับซ้อน เนื่องจากกลุ่มเป้าหมาย มีการศึกษาในระดับต้น จึงสามารถเข้าใจอะไรที่ไม่ซับซ้อนมากเกินไป

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

stakeholder	requirement	limitation	criteria
golden place	<ol style="list-style-type: none"> 1. สื่อเพื่อแนะนำสินค้า แก่กลุ่มเป้าหมาย 2. การบอกข้อมูลของ โกลเด็นเพลซ ต้องมี น้ำเสียงตาม บุคลิกภาพของ โกลเด็นเพลซ 3. สินค้าที่จะแนะนำ และให้ข้อมูลแก่ กลุ่มเป้าหมาย คือ สินค้าด้านบริโภคที่อยู่ในโกลเด็นเพลซ 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ในขนาดพื้นที่ที่ จำกัด และตัวอาติ แพคโมเดล ของ โกลเด็นเพลซ 2. สามารถติดตั้ง สลับ เปลี่ยนสื่อได้ ง่าย ตามสินค้า บริโภคตามฤดูกาล 3. บุคลิกภาพของตัว องค์กร คือจริงจัง น่าเชื่อถือ มีมาตรฐานสูงของผู้บริโภค มีความเป็นห่วงเป็นใย 4. สินค้าที่จะนำมาทำ สื่ออยู่ที่ร้าน โกลเด็นเพลซ แบบ อยู่ใน 4 โซน โดย ผ่านการคิด วิเคราะห์จากการทำ คอสโตเมอร์เจอร์นี่ และเลือกจากสินค้า ของโกลเด็นเพลซ เท่านั้น 5. สื่อที่จะติดตั้งต้องมี ข้อมูลที่ค้นหาแล้วว่ามีสรรพคุณที่ ดีต่อโรคทั้ง 4 6. สื่อที่ติดตั้งต้องไม่ บดบังสินค้าของ โกลเด็นเพลซ 	<p>ตัวสื่อที่ให้ข้อมูล ณ จุดขายต้องพูดถูกต้องถึง สรรพคุณที่ดีต่อตัวสินค้า ทั้ง 4 โซนที่ได้ทำการ เลือกมา โดยตัวสื่อต้อง ติดตั้งง่าย , เปลี่ยนได้ง่าย ต่อสินค้าบริโภคตาม ฤดูกาล สามารถสลับ ตำแหน่งได้และไม่บดบัง สินค้า</p>

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 3.1 (ต่อ)

stakeholder	requirement	limitation	criteria
content	<ol style="list-style-type: none"> 1. บอกข้อมูลด้านสรรพคุณของตัวสินค้า ที่ โกลเด้นเพลซ เป็นคนจัด 2. สินค้าที่นำมาหาข้อมูลเป็นสินค้าที่เกิดจากการทำ คอสโตเมอร์ เจอร์นี่ แล้วเจอถึงปัญหา จึงเลือกสินค้ามาจาก 4 โชนะนั้น 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ข้อมูลที่เกี่ยวกับการช่วยผู้ป่วยในกลุ่มโรค NCDs คือ เบาหวาน , อ้วนลงพุง , ความดันโลหิตสูง , หลอดเลือดสมอง 2. โดยตัวสินค้าที่นำมาหาข้อมูล อยู่ใน 6 โชนคือ 1.โชนผักและผลไม้ 2.โชนน้ำผลไม้ , ผลไม้สด และผักในโครงการชั่งหัวมัน 3.โชนสลัดบาร์ 4.โชนผักผลไม้แบบไม่แช่เย็น 3. สินค้าด้านโภชนาการบางอย่าง เช่นผลไม้ , น้ำผลไม้ ต้องบอกถึงปริมาณการบริโภคแต่ละวันให้กลุ่มเป้าหมาย 	<p>ข้อมูลของสินค้าด้านการบริโภคบอกถึงสรรพคุณของโรคเบาหวาน , โรคอ้วนลงพุง , โรคความดันโลหิตสูง , โรคหลอดเลือดสมอง ได้อย่างถูกต้อง โดยข้อมูลของสินค้าได้มากจากการทำการวิเคราะห์เห็นว่าสามารถทำสื่อได้ 6 โชนคือ 1.โชนผักและผลไม้ 2.โชนน้ำผลไม้ , ผลไม้สด และผักในโครงการชั่งหัวมัน 3.โชนสลัดบาร์ 4.โชนผักผลไม้แบบไม่แช่เย็น</p>

3.2 สรุปเกณฑ์ที่ใช้ในการออกแบบ

เกณฑ์ในการออกแบบสื่อนี้ขึ้นอยู่กับขอบเขตของโครงการ การนำสื่อไปทดลองแก่กลุ่มเป้าหมายว่าสามารถเข้าใจได้อย่างไรบ้าง และเข้าใจสิ่งที่ผู้จัดทำโครงการพยายามสื่อสารหรือไม่

ตารางที่ 3.2 เกณฑ์การออกแบบที่ใช้ในการออกแบบสื่อ ณ จุดขาย

หัวข้อเกณฑ์การออกแบบ	รายละเอียด
สื่อที่แนะนำสินค้าแก่กลุ่มเป้าหมาย	สื่อที่นำมาให้อยู่ในรูปแบบของสัญลักษณ์ (Icon) ซึ่งแปลงมาจากคำหรือวลี ที่ได้ทำการคัดเลือกมาว่ากลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้จากการทดลอง
สื่อที่บอกข้อมูลแก่กลุ่มเป้าหมาย	อยู่ในรูปแบบของสื่อเพื่อส่งเสริมการขาย โดยเป็นการบอกข้อมูลของตัวโรคทั้ง 4 โรค ถึงปัจจัยเสี่ยง และบอกว่าโรคเอ็นซีดี(NCDs) คือโรคที่เกิดจากอะไร ต้องมีการสรุปใจความมาแล้ว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 3.2 (ต่อ)

หัวข้อเกณฑ์การออกแบบ	รายละเอียด
ภาษาภาพ	ได้จากการแปลงภาษา(Verbal) เป็นภาษาภาพ (Visual) โดยเลือกใช้คำว่า ลด , น้ำตาล , ไขมัน , หัวใจ , สมอ , ดี และมีการนำมาผสมผสานกับตัวอักษรเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้

3.2.1 การร่างแบบ(Sketch)

ในขั้นตอนการออกแบบเบื้องต้น ใช้วิธีการร่างแบบเพื่อสร้างแนวคิดหาวิธีการ ในการสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย โดยใช้สีที่แตกต่างกันของแต่ละโรค และใช้เครื่องมือในภาษาภาพที่แตกต่างกันของแต่ละโรค



ภาพที่ 3.1 ร่างแบบสัญลักษณ์(icon) ออกมาเป็นตัวอุปกรณ์และอวัยวะบางส่วน



ภาพที่ 3.2 ร่างแบบโดยลงกำกับชื่อโรคลงไปทีตัวสัญลักษณ์(icon)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.3 ร่างแบบโดยใช้สีพื้นหลังที่ต่างกันและกำกับชื่อโรค



ภาพที่ 3.4 ร่างแบบโดยไม่มีตัวสัญลักษณ์(icon) แต่ใช้ตัวอักษรในการสื่อสาร

ภาพที่ 3.5 ร่างแบบโดยไม่มีตัวสัญลักษณ์(icon) แต่ใช้ตัวอักษรในการสื่อสาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



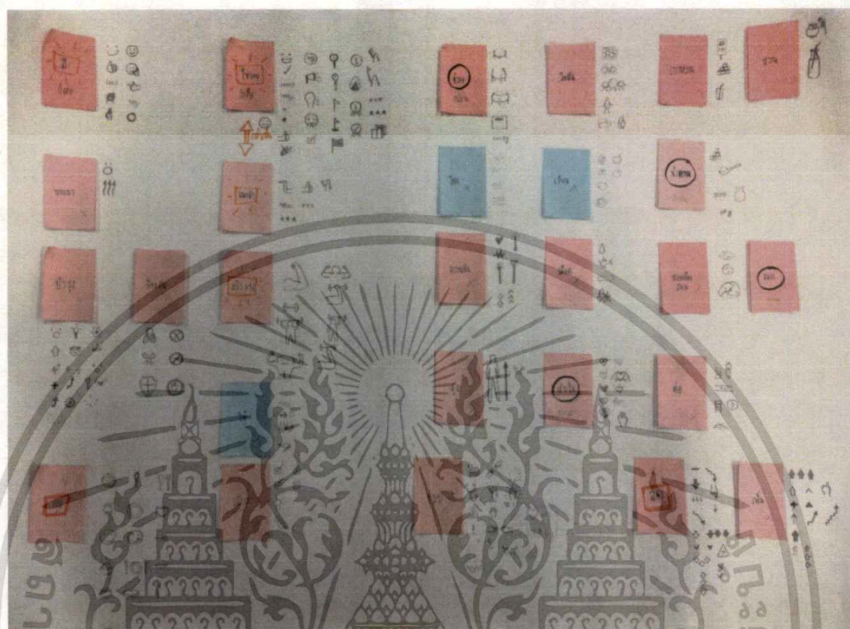
ภาพที่ 3.6 ลอกร่างตัวสัญลักษณ์(icon) โดยแทนเป็นตัวคุณลุงที่มีอายุ



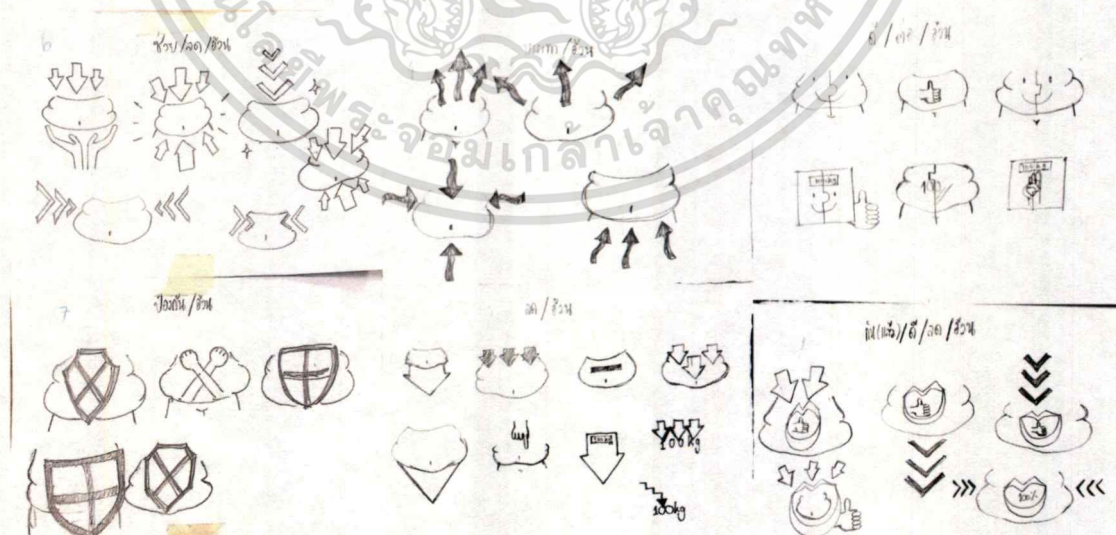
ภาพที่ 3.7 ร่างตัวสื่อส่งเสริมการขาย ผ่านนำเสนอผลงานหน้าทางเข้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ผลสรุปของการส่งแบบร่างครั้งนี้พบว่า 1.แบบร่างนี้ทำให้บรรยากาศไม่น่าทาน จากภาพประกอบที่แทนด้วยผู้ป่วยและมีหน้าตาเจ็บปวด 2.ต้องลองหาสามารถเข้าใจได้ง่ายต่อตัวกลุ่มเป้าหมาย โดยอาจไม่ได้บอกถึงตัวโรคโดยตรง แต่เป็นการแนะนำสินค้าโดยบอกถึงสรรพคุณแทน 3.สามารถทำยังงี้ได้บ้างในตัวชั้นวางสินค้า

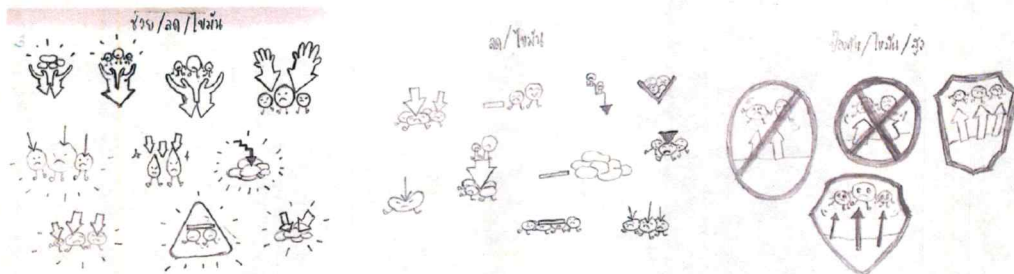


ภาพที่ 3.8 ได้ลองใช้คำวลีที่ง่ายกับกลุ่มเป้าหมาย ในการสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย



ภาพที่ 3.9 โรคอ้วนลงพุง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



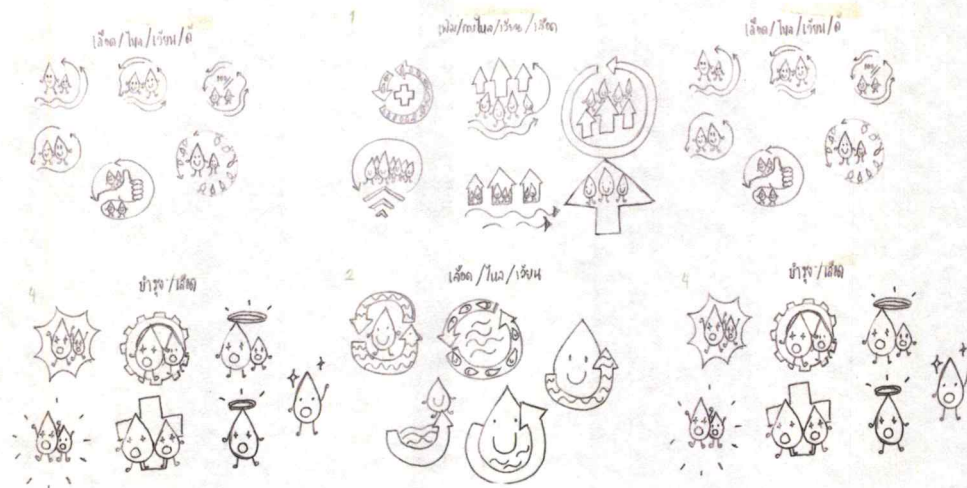
ภาพที่ 3.10 โรคอ้วนลงพุง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)



ภาพที่ 3.11 โรคเบาหวาน โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)

ภาพที่ 3.12 โรคหลอดเลือดสมอง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.13 โรคความดันเลือดสูง โดยนำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)

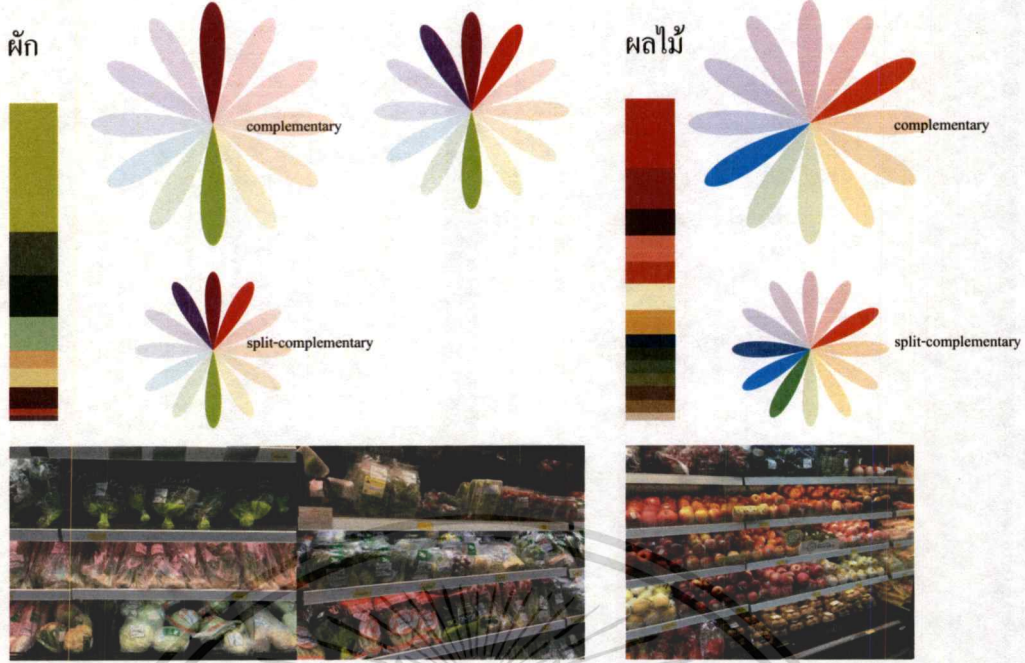


ภาพที่ 3.14 นำคำมาผสมและร่างออกมาเป็นสัญลักษณ์(icon)

สรุปการส่งในรอบนี้ พบว่าแบบร่างที่ได้วาดมา ทำให้งานดูเด็กไม่ตรงกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ ให้อัฒระหและเลือกคำที่ดีที่สุด เข้าใจง่าย ภาษาไม่ทางการจนเกินไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ZONE 1



ภาพที่ 3.15 การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 1

ZONE 2

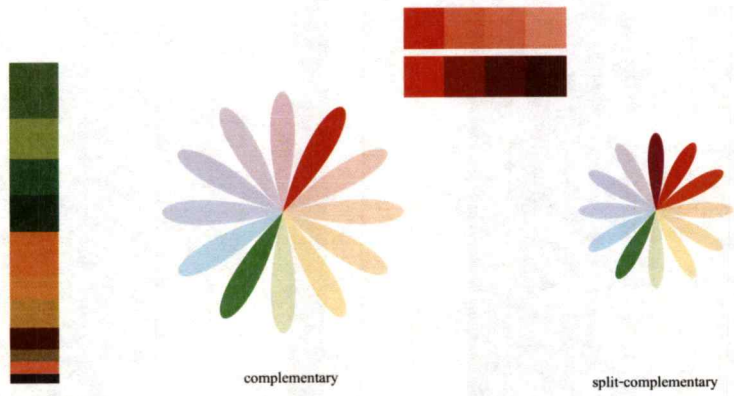


ภาพที่ 3.16 การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ZONE 3

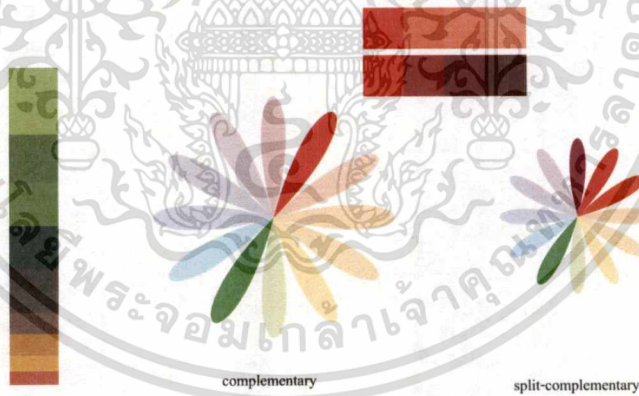
ผัก



ภาพที่ 3.17 การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 3

ZONE 4

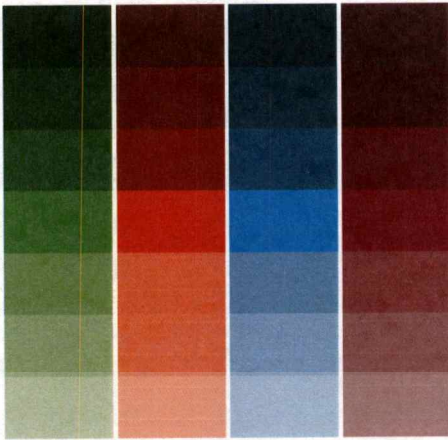
ผัก , ผลไม้



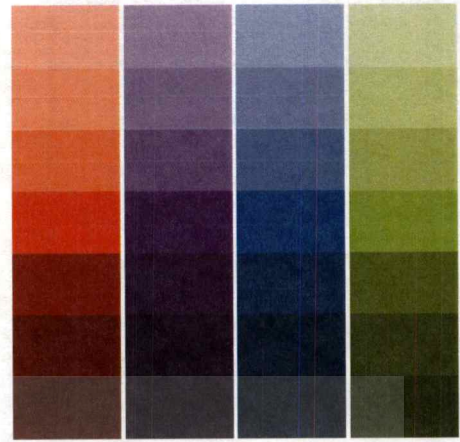
ภาพที่ 3.18 การวิเคราะห์สี(Color Wheel Analysis) ของบริเวณที่ 4

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

complementary
color tint-shade

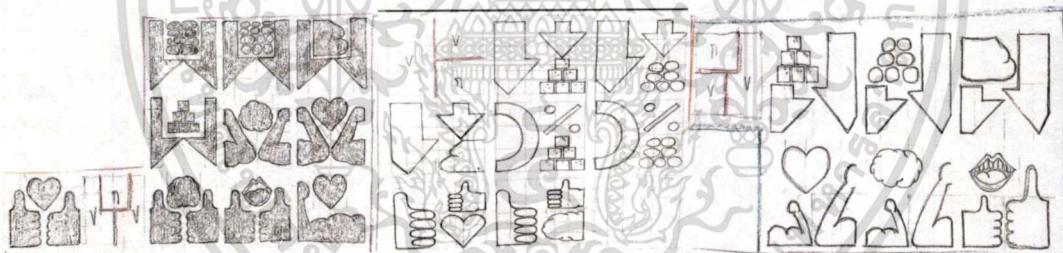


split-complementary
color tint-shade

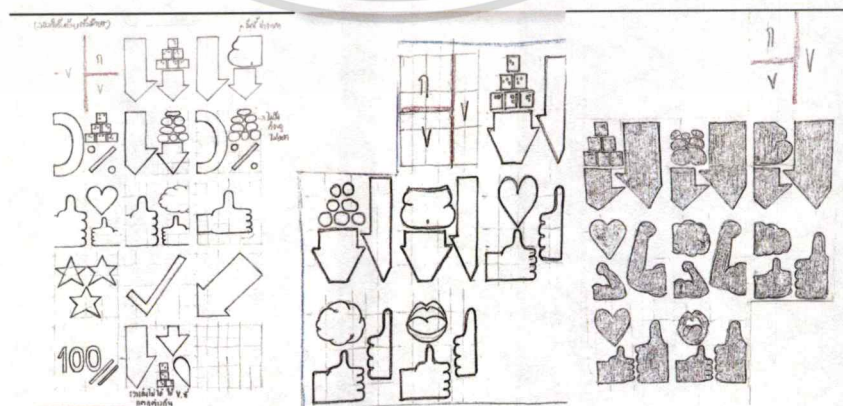


ภาพที่ 3.19 จากการวิเคราะห์สีของทั้ง 4 บริเวณ

เลือกคำมาใช้ในแต่ละโรค ประกอบไปด้วย 1.โรคเบาหวาน ไม่มีน้ำตาล 2.โรคอ้วนลงพุง ไม่มีไขมัน 3.โรคความดันโลหิตสูง ตีต่อหัวใจ 4.โรคหลอดเลือดสมอง ตีต่อสมอง โดยใช้วิธีการสื่อสาร(Method) ประกอบไปด้วย การแทนด้วยภาพและการจัดตัวสัญลักษณ์ให้อยู่ในระบบเดียวกัน การแทนด้วยตัวอักษรเกือบทั้งหมด ใช้ภาษาภาพและการรวมวิธีการของทั้งสองแบบข้างต้นเข้าด้วยกัน

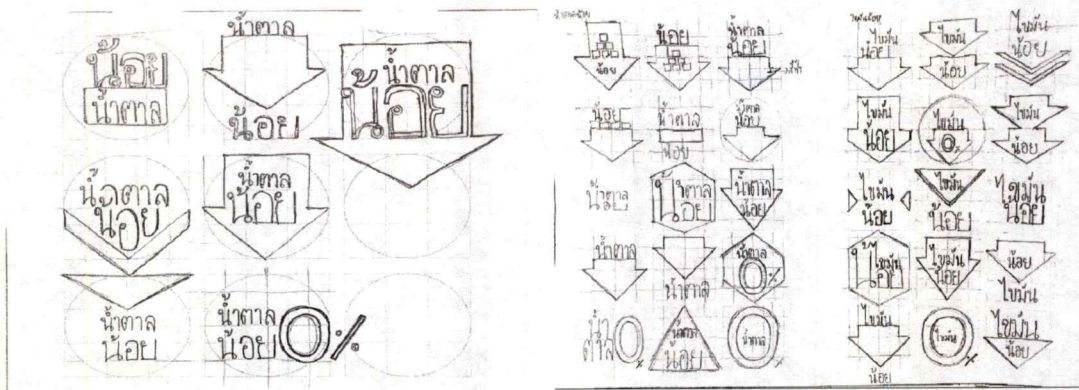


ภาพที่ 3.20 การร่างแบบของตัวสัญลักษณ์(Icon)ให้อยู่ใน Compose เดียวกัน

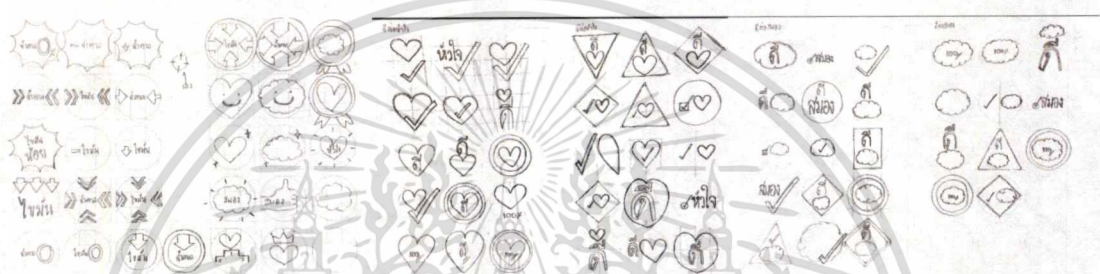


ภาพที่ 3.21 ร่างแบบของตัวสัญลักษณ์(Icon)ให้อยู่ในคอมโพส Compose เดียวกัน

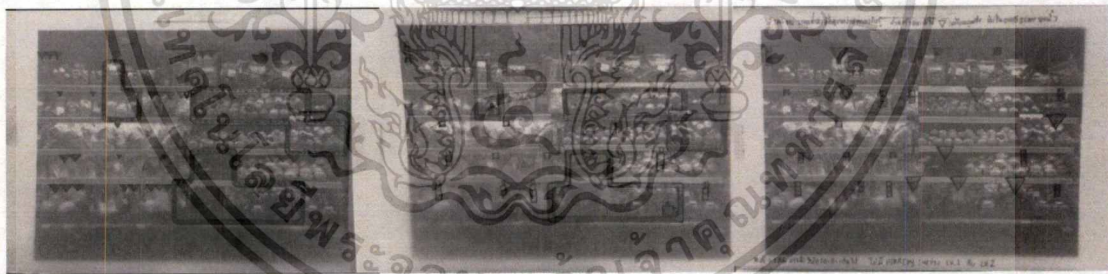
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.22 ใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด มีการใช้ภาษาภาพเล็กน้อย



ภาพที่ 3.23 รวบรวมด้วยการใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด มีการใช้ภาษาภาพเล็กน้อย



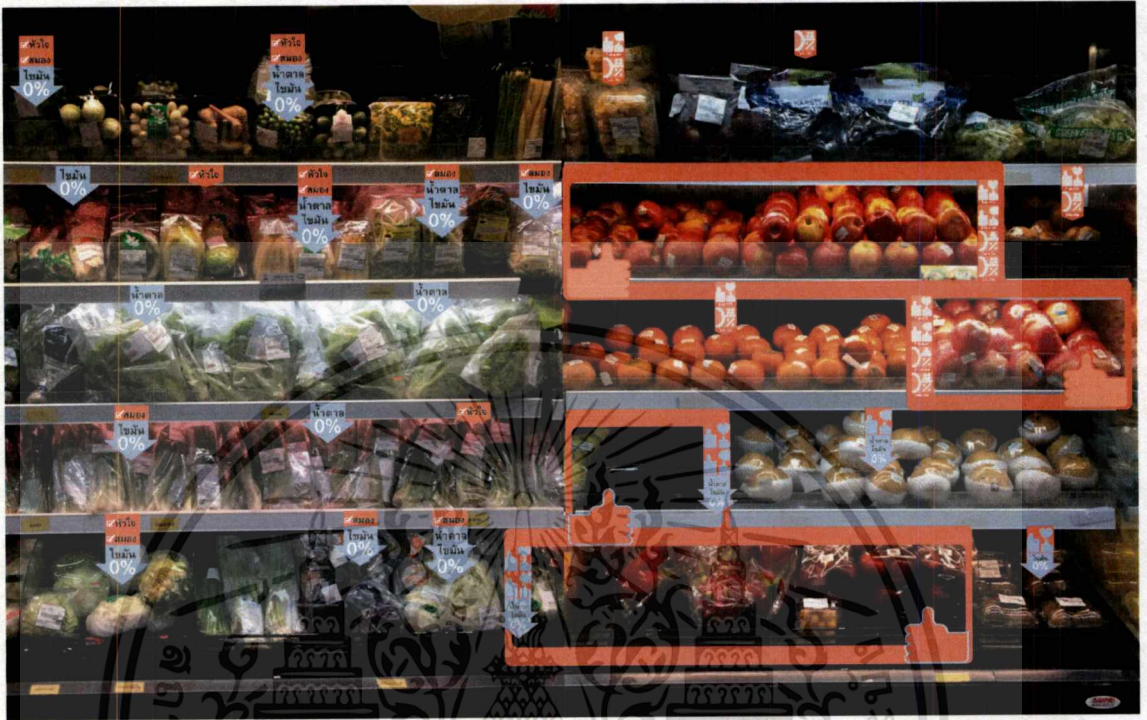
ภาพที่ 3.24 รวบรวมที่ตัวชั้นจัดวางสินค้าว่าภาพรวมเป็นอย่างไร

ได้ทำการเลือกตัวไอคอนและคำที่เข้าใจง่ายมาพัฒนาต่อในขั้นของแบบร่าง และใช้การวิเคราะห์สี เพื่อหาสีที่สามารถนำมาใช้ได้ในงาน เพื่อไม่ให้งานออกแบบกลมกลืนกับสินค้าด้านหลัง

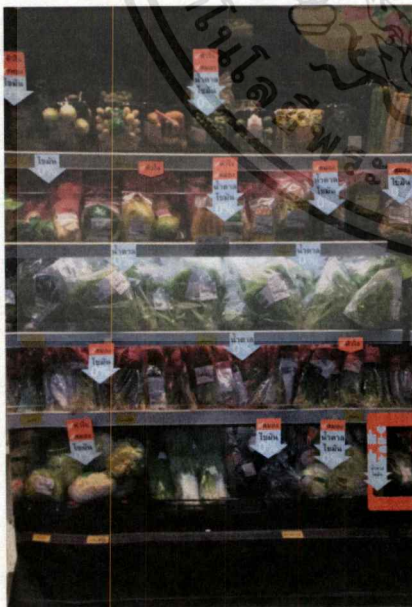
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.2.2 ส่งแบบร่างครั้งที่ 1

ส่งแบบร่างในครั้งนี้ได้นำเสนอขอบเขตของงานเพียงที่ตัวชั้นวางสินค้า นำโซนที่ 1 โซนผักผลไม้แช่เย็นมาแนะนำจนถึงวิธีการในการสื่อสาร โดยนำเสนอวิธีการสื่อสาร 3 แบบ ที่มีความแตกต่างกันในการสื่อสาร และอาจมีผลต่อความเข้าใจของกลุ่มเป้าหมาย



ภาพที่ 3.25 นำเสนอผ่านชั้นจัดวางสินค้าในโซนที่ 1

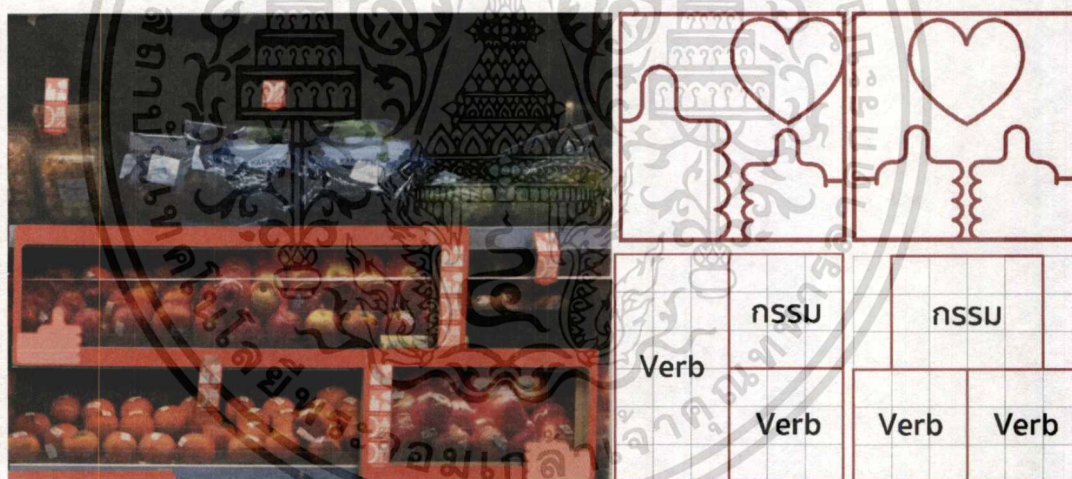


ภาพที่ 3.26 วิธีการที่ 1 ใช้ตัวอักษรเกือบทั้งหมด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.27 วิธีการที่ 2 ใช้ภาษาภาพ และการวาง Compose



ภาพที่ 3.28 วิธีการที่ 3 ใช้ผสมระหว่างภาษาภาพและตัวอักษร ในการสื่อสาร

จากการส่งแบบร่างครั้งที่ 1 ที่ปรึกษาและเหล่าคณะกรรมการ ลงความเห็นเห็นว่า 1.สินค้าภายในชั้นเดียวกันและประเภทเดียวกันสามารถสลับปรับที่ได้ ตามความเหมาะสมของการวางเนื้อหา(Content) 2.เลือกใช้น้ำเสียงในการพูดกับกลุ่มเป้าหมายแบบไหน 3.ควรมีสื่อเพื่อให้ข้อมูลแก่กลุ่มเป้าหมาย 4.การยื่นออกมาอาจไม่เหมาะเพราะจะทำให้ไปบดบังสินค้าภายในร้าน 5.Art direction อาจยังไม่เหมาะกับตัวกลุ่มเป้าหมาย 6.สามารถเล่นอะไรที่ตะกร้าได้ไหม

จากผลการทดลองกับกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงวัย สามารถเข้าใจได้กับตัวสัญลักษณ์(Icon) ที่พยายามสื่อสาร แต่สัญลักษณ์มองไม่สามารถเข้าใจได้ เพราะมีลักษณะคล้ายก้อนเมฆ อาจต้องเปลี่ยนรูปทรงให้มีความเหมือนจริงมากขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.2.3 แบบร่างครั้งที่ 2

จากการเสนอแนะจากคณะกรรมการจากแบบร่างครั้งที่ 1 ได้ทำการพัฒนาแบบคือ
 1. สัญลักษณ์(Icon) 2. โทนสีที่นำมาใช้ภายในงาน 3. ตัวสื่อที่จะอยู่ที่ตะกร้า 4. คิดหาวิธีให้ง่ายต่อ
 การใช้งาน ครั้งนี้ไม่ใช่สัญลักษณ์(Icon) บนตัวชั้นวางสินค้า โดยใช้รหัสสีแทนตัวโรค(Color
 Coding) โดย 1.สีฟ้า โรคเบาหวาน 2.สีน้ำเงิน โรคอ้วนลงพุง 3.สีส้ม โรคความดันโลหิตสูง 4.สี
 แดง หลอดเลือดสมอง โดยในรอบการส่งการร่างแบบนี้ได้ใช้อาร์ตไดเรกชัน 1 แบบ มาทำเป็นแบบ
 ร่างครั้งที่ 2



ภาพที่ 3.30 เลือกใช้สีที่ได้จากการวิเคราะห์จากชั้นวางสินค้า(Color Wheel Analysis)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

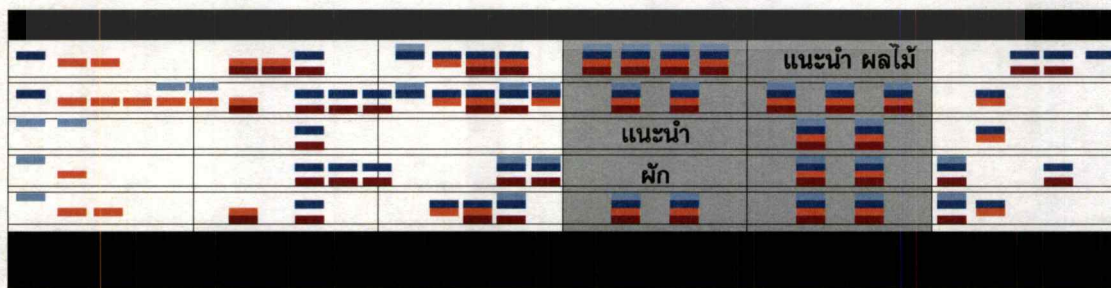


ภาพที่ 3.31 ใช้ป้ายแขวนเป็นตัวเลขรหัสสี(Color Coding)แทนตัวโรค



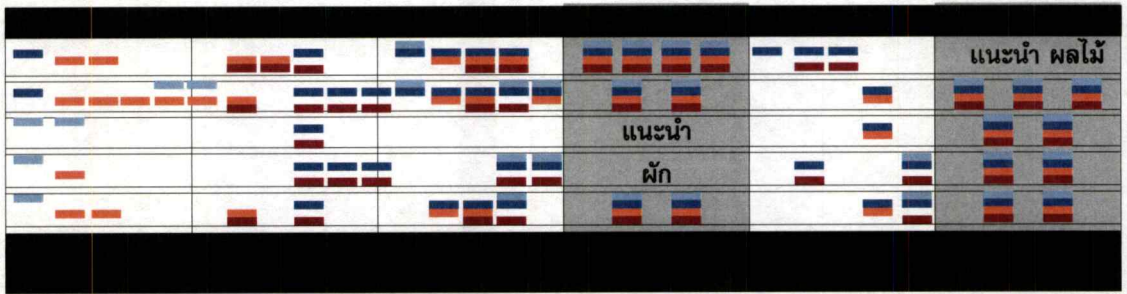
ภาพที่ 3.32 จำลองภาพแท่งที่แขวนอยู่บนตะกร้า

ได้ทำการจัดเรียงสินค้าจากสิ่งที่ดีต่อโรคเพียงหนึ่งโรคไปสิ่งที่ดีต่อโรคทั้ง 4 และเรียงกลับจากดีต่อโรคทั้ง 4 ไปดีต่อโรคเพียง 1 โรค แนะนำสินค้าที่ดีต่อโรคทั้ง 4 มาอยู่ตรงกลางระหว่างประเภทผักและผลไม้(Recommend) และจัดเรียงสินค้าจากมากไปน้อย ในแต่ละประเภท ส่วนตัวที่ดีต่อโรคทั้ง 4 จะอยู่ด้านขวาสุดของชั้นวางสินค้าแต่ละประเภท

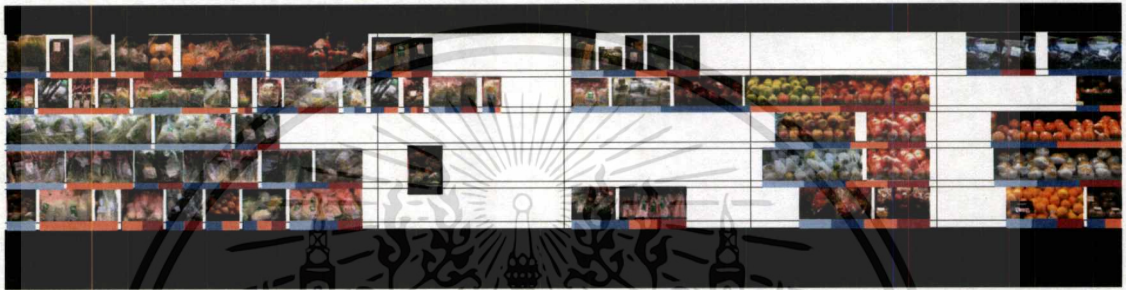


ภาพที่ 3.33 ภาพการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 1 เรียงจากน้อยไปมาก

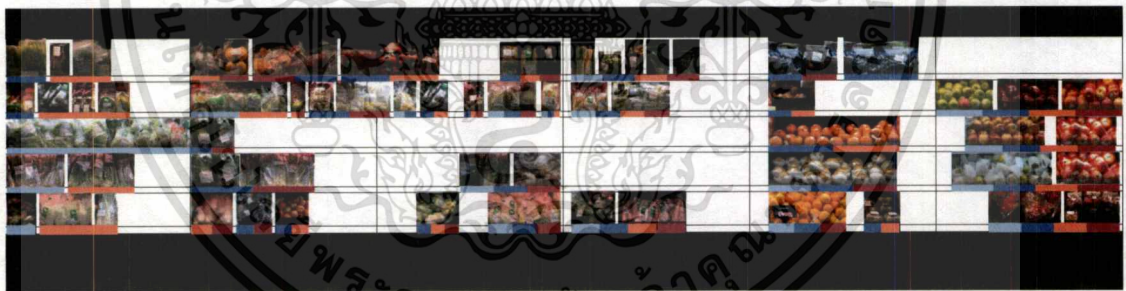
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.34 ภาพการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 2 สินค้าที่ดีทั้งหมดอยู่ขวาสุด



ภาพที่ 3.35 ภาพจำลองการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 1



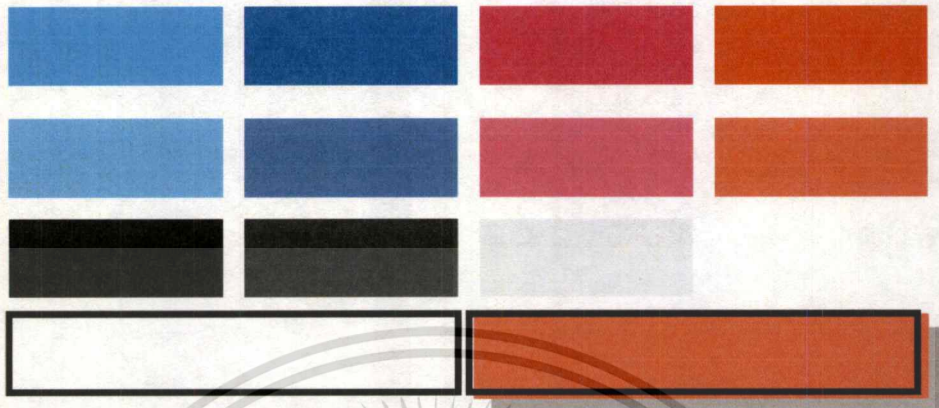
ภาพที่ 3.36 ภาพจำลองการจัดเรียงสินค้าแบบที่ 2

จากการได้พูดคุยกับที่ปรึกษาพบว่า 1.สีที่นำมาใช้ทำให้งานดูหม่นหมองสามารถปรับให้ดูสดใสสว่างได้ 2.ชุดสีที่นำมาใช้ยังไม่เข้ากัน 3.เปลี่ยนสีส้มแทนเป็นสมอง สีแดงแทนด้วยหัวใจ 4.ตัวแทรกดูใช้ได้ แต่ยุ่งยากเกินไปหากแยกเป็นแค่ของแต่ละโรค 5.Art Direction ไม่เหมาะกับกลุ่มเป้าหมาย 6.ใช้ตัวอักษรไม่เข้ากับบุคลิกภาพของโกลเด้นเพลซที่มีความเป็นผู้ใหญ่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.2.4 แบบร่างครั้งที่ 3

ได้พัฒนาแบบโดย 1.หา Graphic Element เพื่อใช้ตกแต่งภายในงาน 2.เปลี่ยน Art Direction ให้มีเงาและตัดขอบ 3.ปรับโทนสีของตัวโค้ดสีให้มีความสดใสมากขึ้น



ภาพที่ 3.37 Art Direction แบบที่ 1



ภาพที่ 3.38 เลือกใช้สีที่ได้จากการวิเคราะห์จากชั้นวางสินค้า(Color Wheel Analysis)



ภาพที่ 3.39 ร่างแบบตัวสัญลักษณ์(Icon)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.40 ลองทำตัวเลขในตะกร้า



ภาพที่ 3.41 ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1



ภาพที่ 3.42 ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1

ลมน้ำตาล ลมไขมัน ลมหัวใจ ลมสมอง

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เลือกสิ่งที่ดีให้กับตัวคุณ

เพิ่ม brightness

สีที่คอนแรกเริ่มทำ color wheel analysis

เพิ่ม hue + saturation

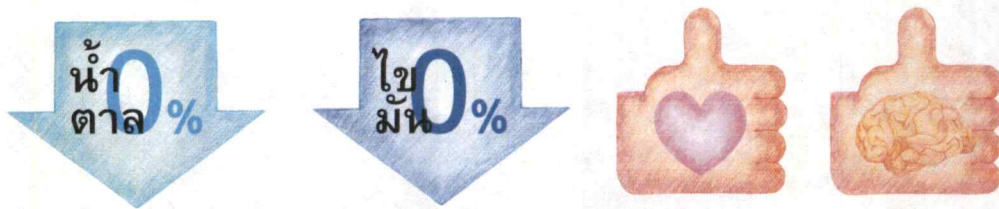
- โดยแทนสีด้วยตัว color coding ของโรคทั้ง 4 ซึ่งเลือกมาจากการทำ color wheel analysis

- ที่เลือกใช้บางสี เพราะมีหลายสี ที่ทำให้เมื่อไปคิดที่ชั้นวางสินค้าแล้ว สินค้าดูไม่น่าซื้อ และมีสีที่คล้ายกับตัวสินค้ามากจนเกินไป

- จึงเลือกสีที่สดโต น่านาน ไม่เข้มจนเกินไป

ภาพที่ 3.43 Art Direction ที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.44 ทำไอคอน(icon) โดยปรับเทกเจอร์ให้ความหนาบางน้อยลง



ภาพที่ 3.45 ทำตัวไอคอนและโค้ดสีมาเฉลยที่แตกตะกร้า

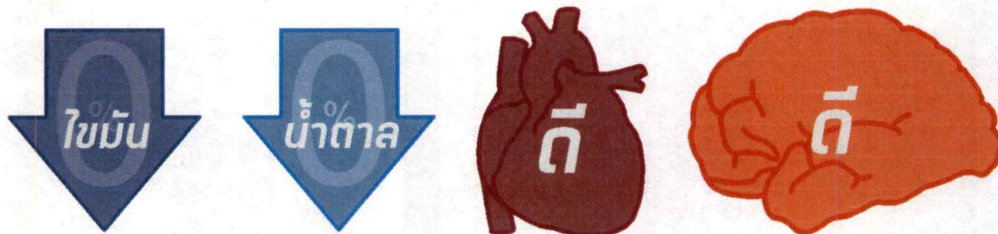


ภาพที่ 3.46 ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1



ภาพที่ 3.47 ทำภาพรวมของชั้นจัดวางสินค้าของโซนที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.48 ทำสัญลักษณ์(Icon)

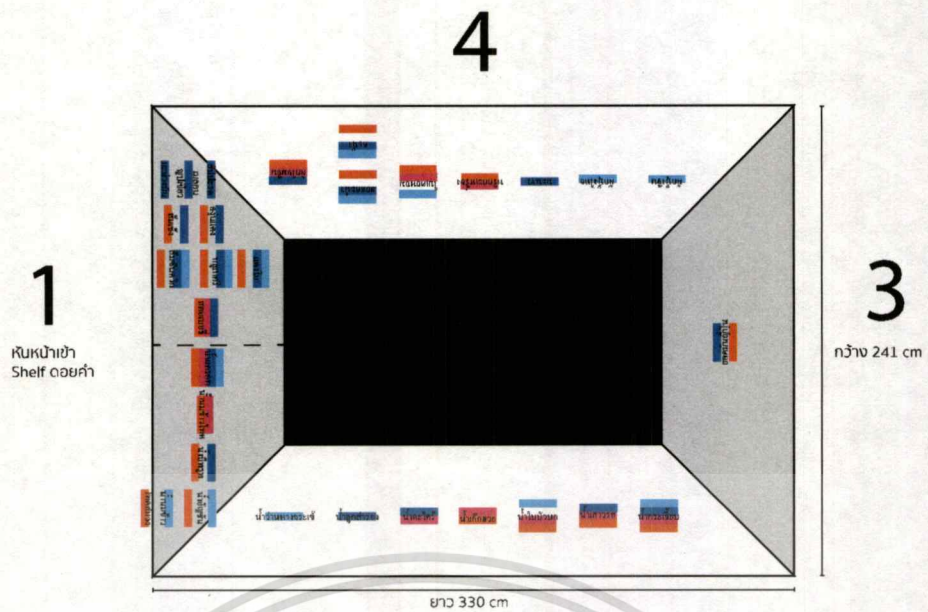


ภาพที่ 3.49 ทำภาพรวมและใส่กราฟฟิก อิลลิเมน เป็นเส้นตรงและเฉียง

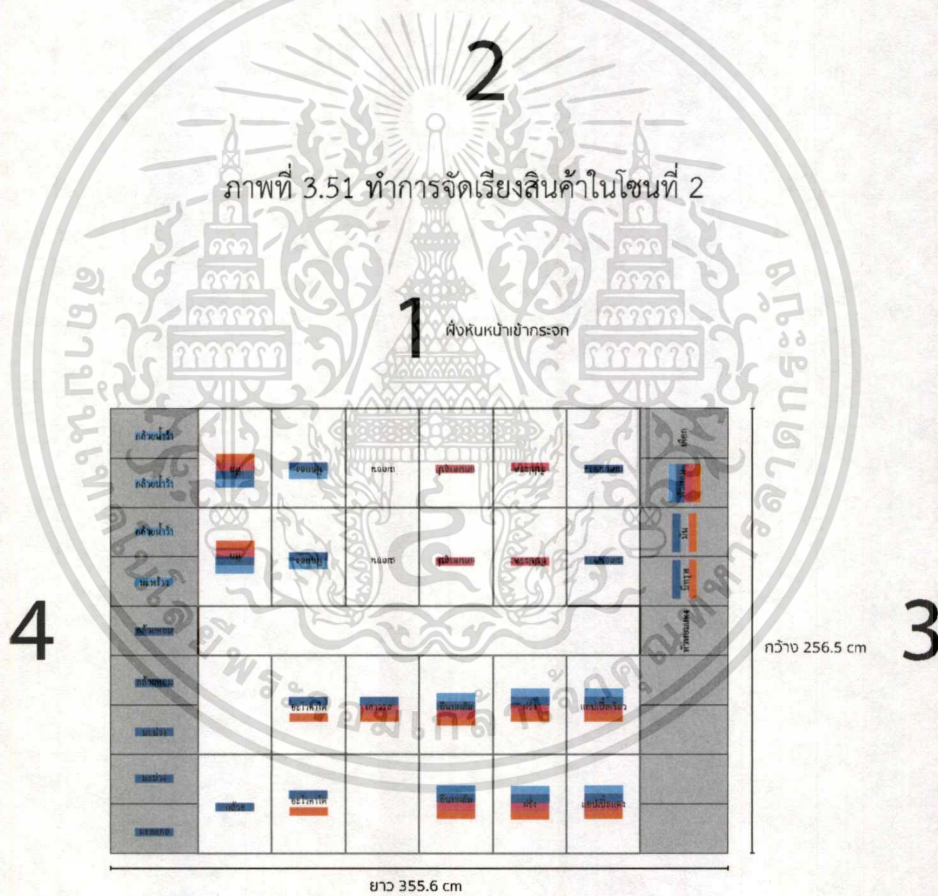


ภาพที่ 3.50 ทำภาพรวม และใส่องค์ประกอบกราฟฟิกเป็นรูปร่าง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.51 ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 2

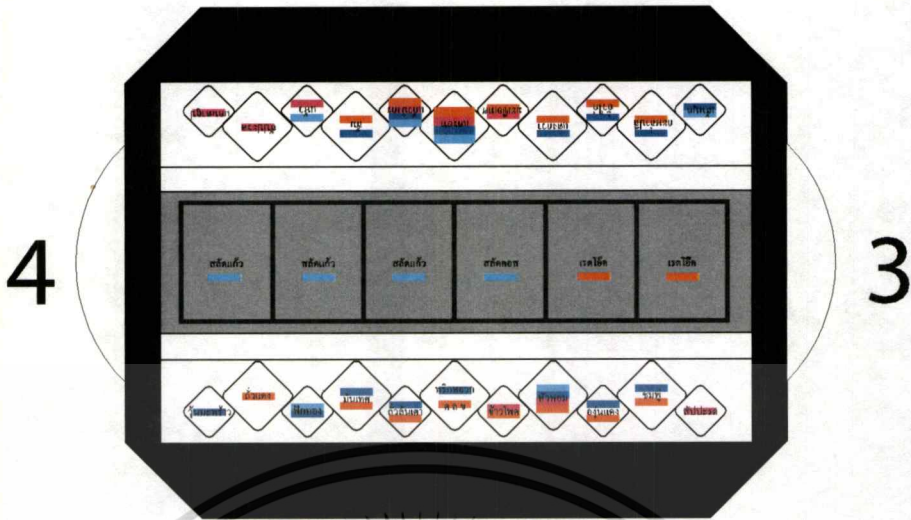


ภาพที่ 3.52 ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1

หน้าเข้า
Shelf ขายของห้างเซเชียน

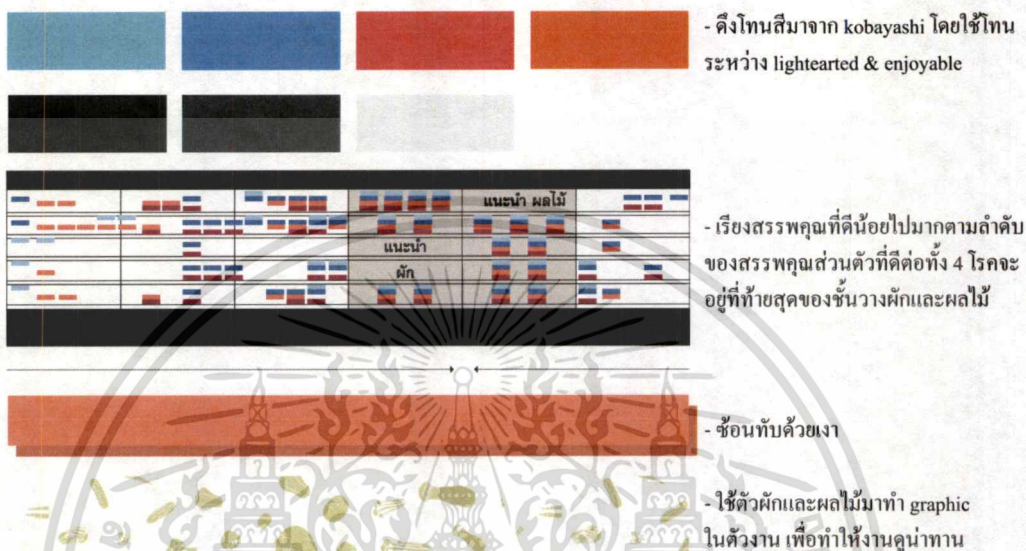


ภาพที่ 3.53 ทำการจัดเรียงสินค้าในโซนที่ 4

จากการคุยแบบร่างกับที่ปรึกษาพบว่า 1.สามารถปรับเปลี่ยนตัวชั้นวางสินค้าให้เป็นสีขาวได้ เนื่องจากสีดำทำให้ภาพรวมของงานไม่น่าทานและเมื่อมาอยู่กับองค์ประกอบของกราฟฟิก (Graphic Element) ที่ร่างแบบมา ทำให้งานดูสนุกเกินไป 2.สีที่นำมาใช้มีความสดใสเกินไป สำหรับกลุ่มเป้าหมาย สามารถปรับให้สว่างและลดความสดใส 3.ตัวแทกป้ายแขวนตะกร้าดีกว่าตัวที่ติดรอบด้านในของตะกร้า 4.ให้ตัวเฉลยติดกับตัวตะกร้าเลย

3.2.5 แบบร่างครั้งที่ 4

ในขั้นของการพัฒนาแบบร่างนี้ 1.ทดลองตัวสื่อที่ตะกร้า 2.ทำให้สัญลักษณ์เป็นระบบเดียวกัน 3.ทดลองใช้องค์ประกอบของกราฟิก(Graphic Element) เป็นผักผลไม้ที่ติดต่อกัน 4.ทดลองทำ Metrix เพื่อหาองค์ประกอบ (Element) มาใช้ภายในงาน 5.ปรับโทนสว่างและดูเป็นสีในโทนเดียวกัน



ภาพที่ 3.54 Art Direction ในการพัฒนาแบบร่างครั้งนี้

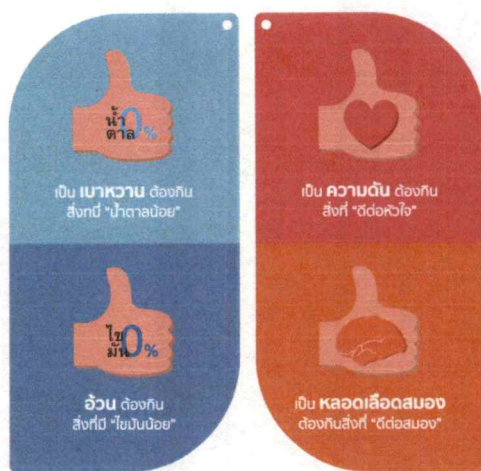


ภาพที่ 3.55 สัญลักษณ์(Icon) ที่ปรับเส้น ใสเงา และปรับให้สัญลักษณ์อยู่ในระบบเดียวกัน



ภาพที่ 3.56 สัญลักษณ์(Icon) ที่ปรับเส้น ใสเงา และปรับให้อีคอนดูอยู่ในระบบเดียวกัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.57 ป้ายแทกที่แขวนอยู่ที่ตะกร้า

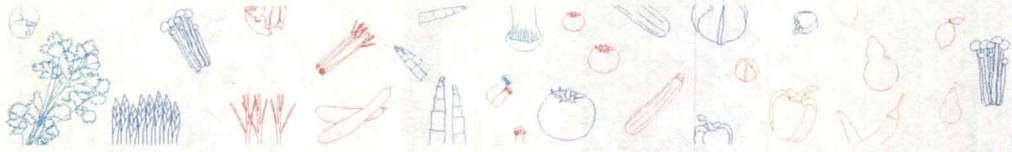


ภาพที่ 3.58 ป้ายแทกที่แขวนอยู่ที่ตะกร้า



ภาพที่ 3.59 ทดลองทำสื่อที่ตะกร้าในรูปแบบอื่น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.60 องค์ประกอบกราฟิก(Graphic Element) เป็นรูปผักผลไม้



ภาพที่ 3.61 แทนสีของโรคและห้วงกลมมน

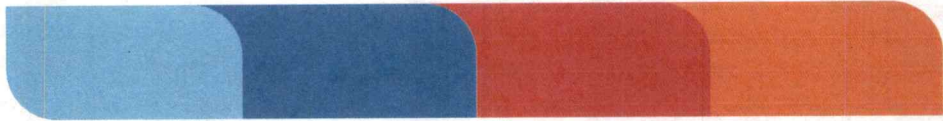


ภาพที่ 3.62 ภาพรวมของงานเมื่ออยู่รวมกับองค์ประกอบกราฟิก(Graphic Element)



ภาพที่ 3.63 แผ่นนำเสนอผลงานที่บอกข้อมูล ด้านหน้าก่อนเข้าร้าน

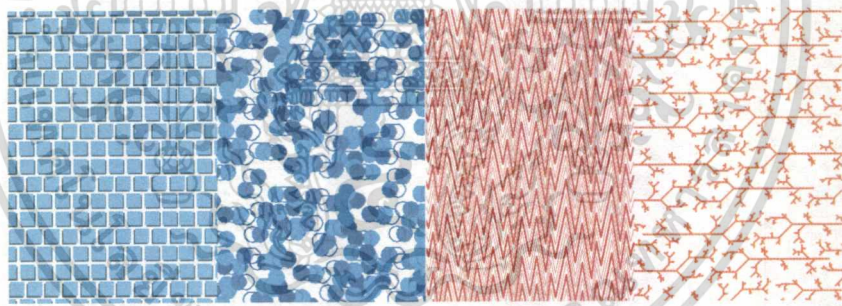
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.64 แพนรหัสสีของโรคและขอบมนด้านเดียว

เพื่อนำมาทำ element graphic ในตัวงาน	(คิดออกมาเป็น ภาพแบบง่าย)	dot	line	color	element
เบาหวาน					
อ้วนลงพุง					
ความดันสูง					
หลอดเลือดสมอง					

ภาพที่ 3.65 ทำ Matrix Element ของตัวโรค



ภาพที่ 3.66 องค์ประกอบ(Element) ของตัวโรคทั้ง 4

น้ำตาลน้อย

เป็น เบาหวาน ความดัน สังกัป์ "น้ำตาลน้อย"

ดีต่อหัวใจ

เป็น ความดัน ความดัน สังกัป์ "ดีต่อหัวใจ"

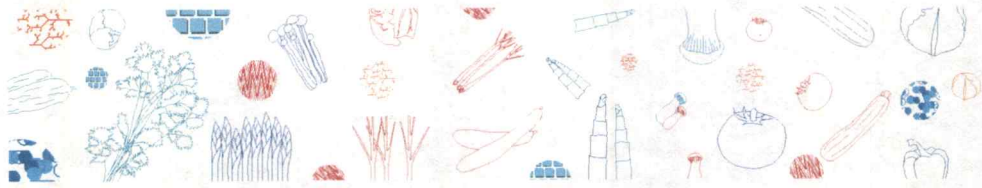
ไขมันน้อย

เป็น อ้วน ความดัน สังกัป์ "ไขมันน้อย"

ดีต่อสมอง

เป็น หลอดเลือดสมอง ความดัน สังกัป์ "ดีต่อสมอง"

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์ไว้เพื่อใช้ในการเรียนการสอนเท่านั้น ไม่สามารถนำข้อมูลไปใช้ในการค้าโดยไม่ขออนุญาต
 ภาพที่ 3.67 จำลององค์ประกอบ(Element) มาใช้ที่ป้ายแขนของตะกร้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.68 ลองใช้องค์ประกอบกราฟิก(Graphic) ของผักผลไม้มารวมกับ Element

“ มาเริ่มเลือกสิ่งที่ดี
เพื่อตัวของคุณ ”



ภาพที่ 3.69 ลองใช้องค์ประกอบกราฟิก(Graphic) ของผักผลไม้มารวมกับ Element

จากการคุยแบบร่างครั้งที่3 กับที่ปรึกษาพบว่า 1.กำหนดสีและตัวหัวของแต่ละโรคให้แตกต่างกัน เพื่อให้เกิดความแตกต่างและจำแยกได้ง่ายขึ้นสำหรับกลุ่มเป้าหมาย 2.ทำให้ตัวองค์ประกอบกราฟิก (Graphic) เป็น Pattern 3.ไม่ควรใช้องค์ประกอบ(Element) มาใส่ในสื่อ 4.ปรับสีให้ต่างกัน บางสีมีความใกล้เคียงกันเกินไป 5.กำหนดเกณฑ์ในแผ่นนำเสนอผลงาน(Poster) ว่าควรสื่อสารถึงเรื่องอะไรบ้าง 6.ตัวป้ายห้อยตะกร้า สามารถหยิบและคืนได้

การนำเสนอผลงานออกแบบ

การนำเสนอผลงานการออกแบบสุดท้าย ของการออกแบบสื่อ ณ จุดขายเพื่อบอกข้อมูล กับผู้
ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดี(NCDs) ภายในร้านโกลเด้นเพลส(Golden Place) มีการนำเสนอผลงานการ
ออกแบบดังนี้

- 4.1 ภาพถ่ายหุ่นจำลอง
- 4.2 ภาพแสดงโครงสร้าง
- 4.3 การจัดแสดงผลงาน

4.1 ภาพถ่ายหุ่นจำลอง

ผลงานสุดท้ายของทั้งหมดในโครงการนี้ ประกอบไปด้วย สื่อ ณ จุดขายเพื่อให้ข้อมูล
และแนะนำสินค้าด้านโภชนาการแก่กลุ่มเป้าหมาย และสื่อส่งเสริมการขายภายในร้านโกลเด้นเพลส
(Golden Place) รายละเอียดของผลงานมีดังนี้

4.1.1 สื่อเพื่อให้ข้อมูล ณ จุดขาย

สื่อเพื่อให้ข้อมูล ณ จุดขาย ที่ชั้นจัดวางสินค้าทั้งหมด 4 โซนภายในร้านโกลเด้นเพลส
(Golden Place) และป้ายแขวนตะกร้าที่เป็นตัวเฉลี่ยของรหัสสีที่แทนโรคทั้ง 4 ภายในงาน

4.1.1.1 ใช้หลักการแทนรหัสสี(Color Coding) ทำการวิเคราะห์สี(Color Wheel
Analysis) ว่าทั้ง 4 โซนนั้นมีสีอะไรบ้างที่ไม่ทำให้งานดูกลมกลืนไปกับตัวสินค้าภายในร้าน ได้
ทำการเลือกใช้สีคู่ตรงข้าม
(Complementary Color) และสีข้างเคียง(Split-Complementary Color) มาใช้ภายในสื่อ โดย
ทั้ง 4 สี ได้เลือกสีที่ทำให้ดูสดใส

4.1.1.2 ใช้รหัสสีเฉลี่ยว่าแทนด้วยโรคอะไร จากการทำสัญลักษณ์(Icon) ที่ผ่านการ
ทดลอง เพื่อหาคำและวลีที่ง่ายที่สุด โดยสินค้าที่ดีต่อ ดยทั้ง 4 สีที่เลือกมานี้ผ่านการวิเคราะห์สี
และปรับสีให้ดูสดใสไม่หม่นหมอง

ก. โรคเบาหวาน

จะแทนด้วยคำว่า “น้ำตาลน้อย” โดยคำว่าน้อยเหมาะกับการใช้สีฟ้า

ข. โรคอ้วนลงพุง

จะแทนด้วยคำว่า “ไขมันน้อย” มีคำว่าน้อยเหมือนกันจึงเลือกใช้สีที่เข้ม
กว่าสีฟ้า นั่นคือสีน้ำเงิน

ค. โรคความดันโลหิตสูง

จะแทนด้วยคำว่า “ดีต่อหัวใจ” ใช้สีชมพูในการแทนคำว่าหัวใจ

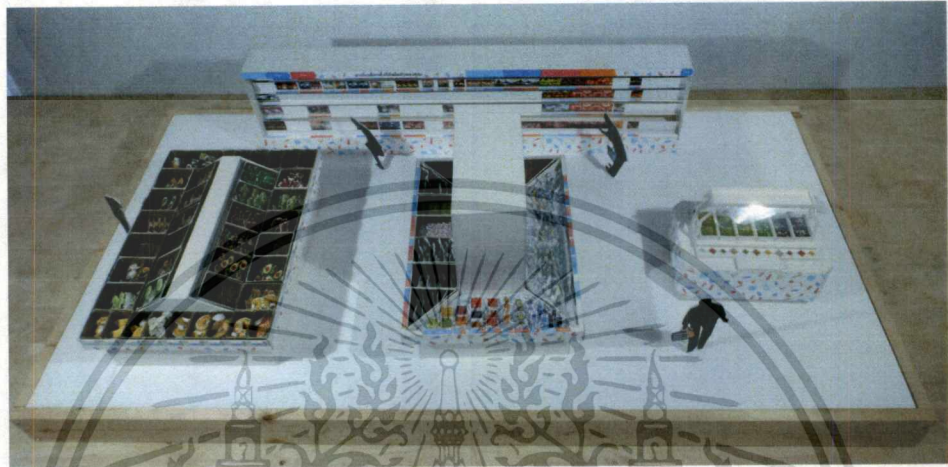
ง. โรคหลอดเลือดสมอง

จะแทนด้วยคำว่า “ดีต่อสมอง” ใช้สีส้มในการแทนคำว่าสมอง

4.1.1.3 คำที่เลือกมานี้ได้ผ่านกระบวนการแทนคำและวลี จากตัวโรคทั้ง 4 หาคำที่ดู
ง่ายและกลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ มาสื่อสารผ่านทางภาษาภาพและตัวอักษรมารวมกัน ซึ่งค้น
พบว่ากลุ่มเป้าหมายสามารถเข้าใจได้ ด้วยการทดลอง(Test) กับกลุ่มเป้าหมาย เลือกแทนหัวของ

แต่ละโรคให้แตกต่างกันเพื่อให้กลุ่มเป้าหมายสามารถจำแยกสีและประเภทที่ติดต่อแต่ละโรคได้ง่ายขึ้น

4.1.1.4 ใช้โทนเสียงและสีที่เชิญชวนให้มาเลือกทานสิ่งที่ดีต่อสุขภาพ และเลือกใช้องค์ประกอบของกราฟฟิก(Graphic Element) ของผักที่ติดต่อโรคทั้ง 4 ในการตกแต่งชั้นจัดวางสินค้า



ภาพที่ 4.1 จำลองขนาด 1:10 ชั้นจัดวางสินค้าทั้ง 4 บริเวณ

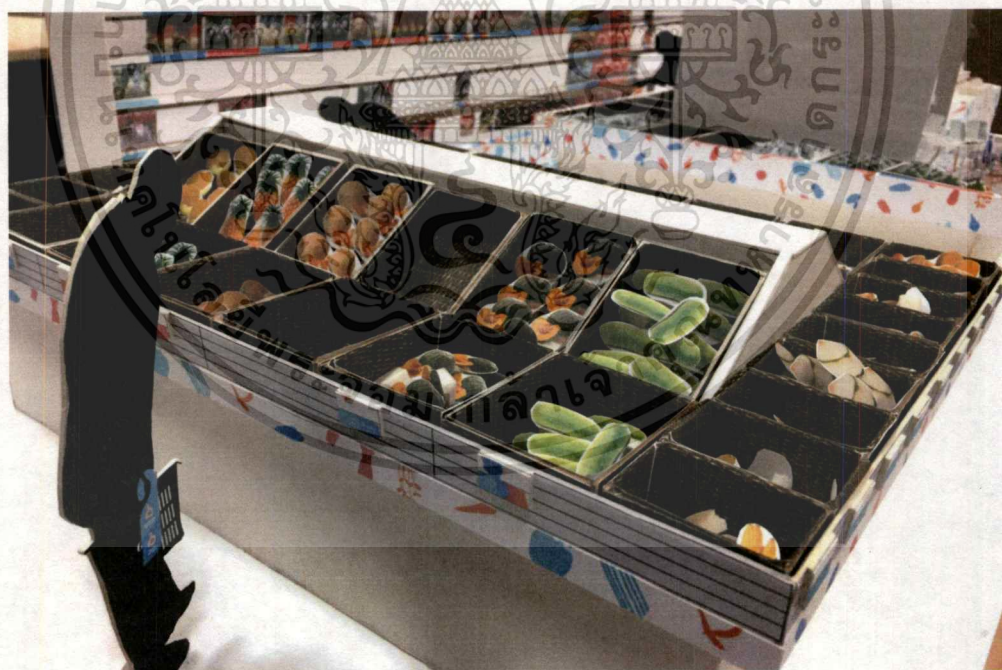


ภาพที่ 4.2 ภาพชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.3 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 2



ภาพที่ 4.4 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.5 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 3

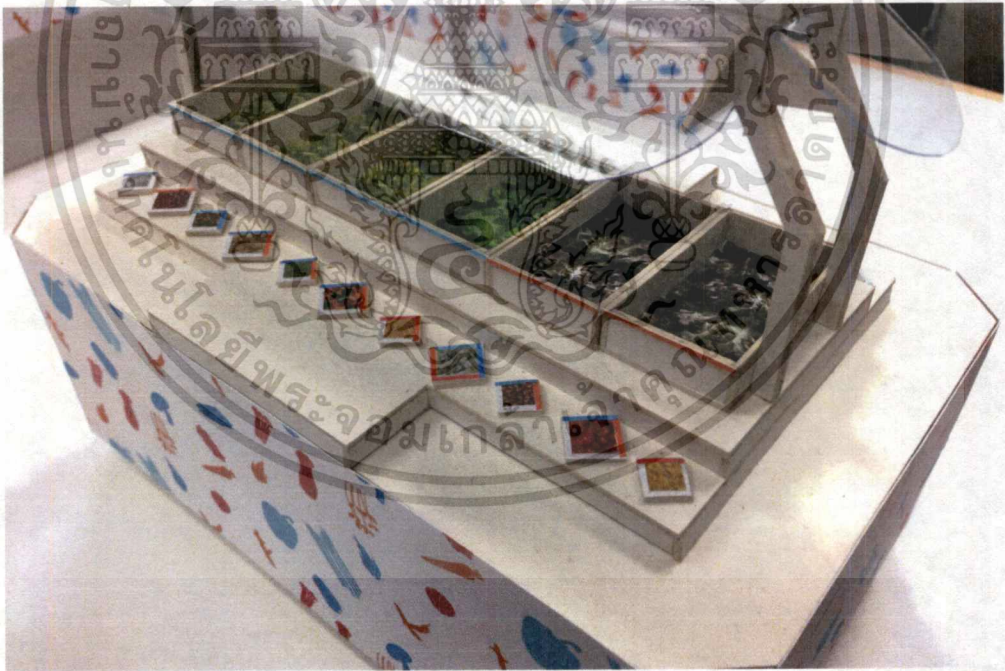


ภาพที่ 4.6 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.7 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 4

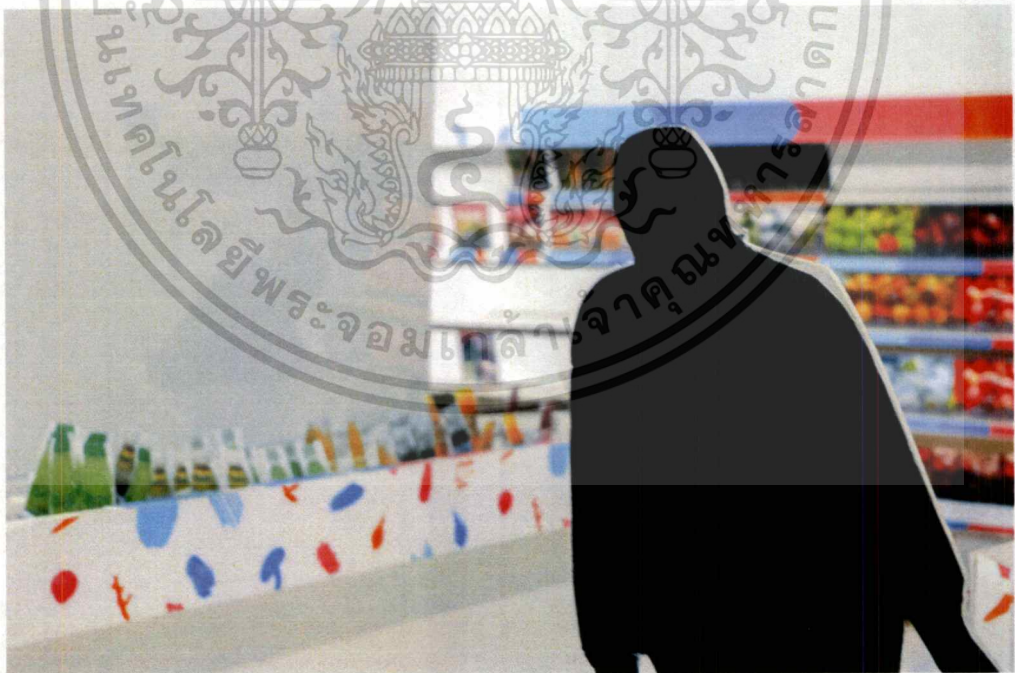


ภาพที่ 4.8 ภาพชั้นจัดวางสินค้าในบริเวณที่ 4

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

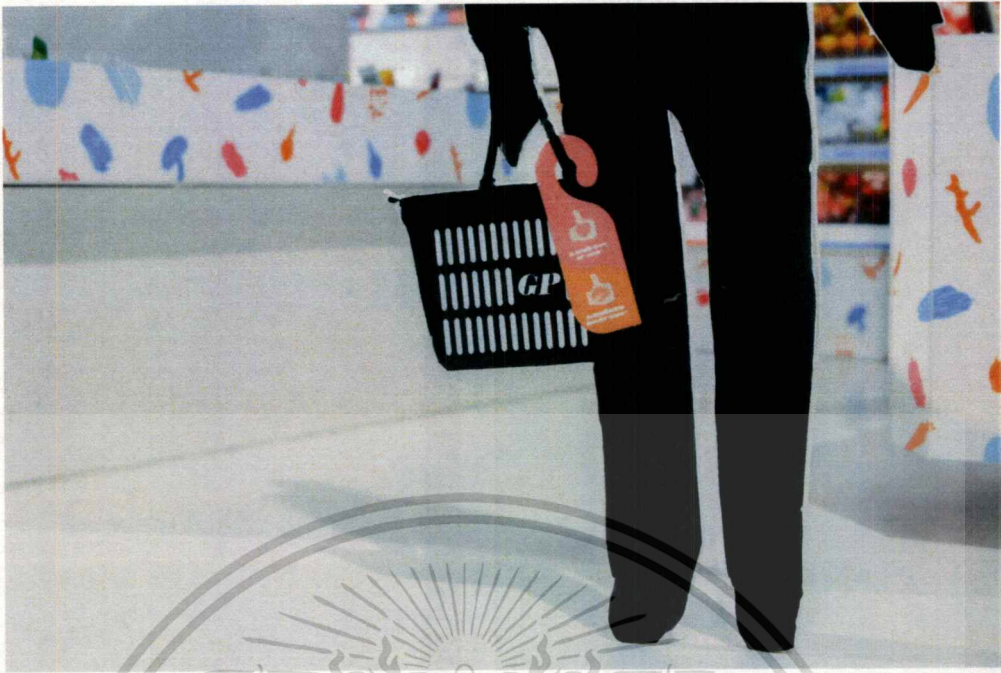


ภาพที่ 4.9 ภาพชั้นจัดวางสินค้าภายในร้าน



ภาพที่ 4.10 ภาพจำลองคนภายในร้าน 1:10

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.11 ภาพจำลองคนถือตะกร้าและป้ายแขวนตะกร้าภายในร้าน 1:10



ภาพที่ 4.12 ป้ายแขวนตะกร้าภายในร้าน 1:1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.13 ป้ายแขวนตะกร้าและตะกร้า 1:1

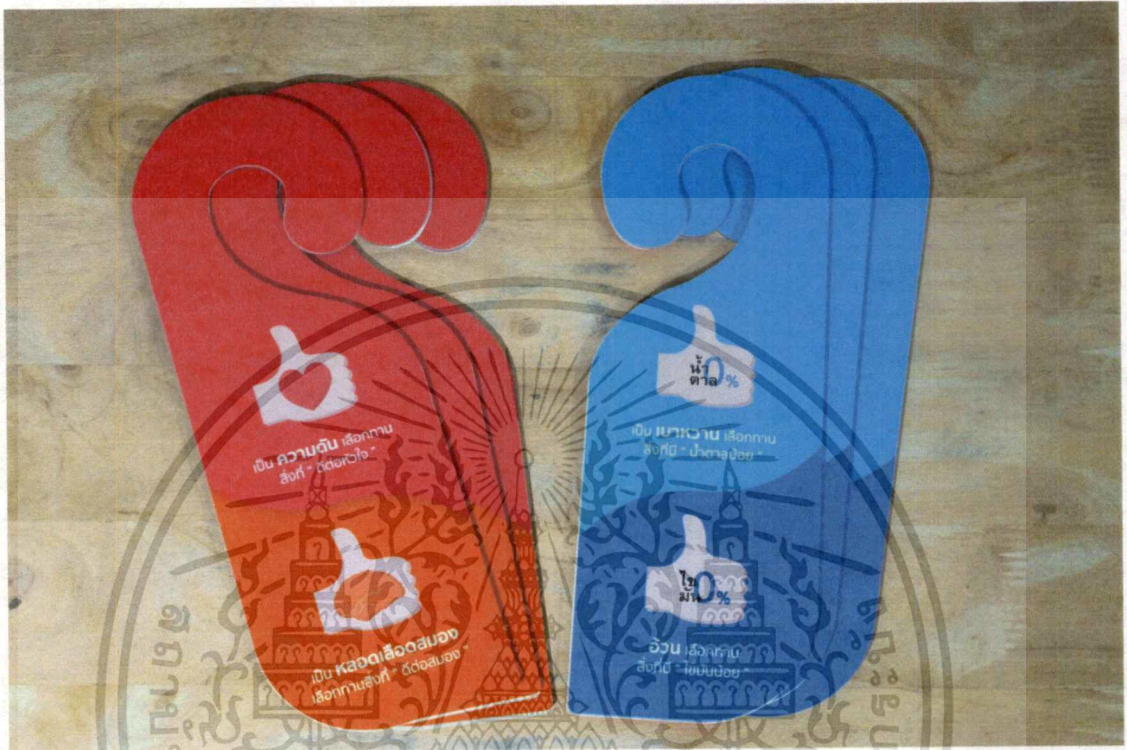


ภาพที่ 4.14 จำลองการถือตะกร้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.1.2 สื่อส่งเสริมการขาย

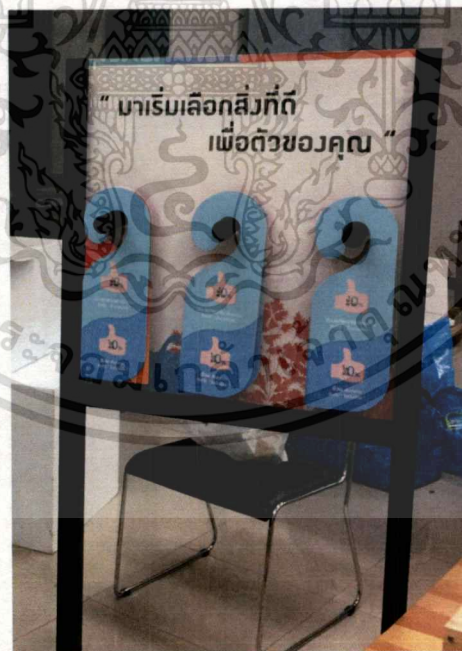
สื่อส่งเสริมการขายประกอบไปด้วย 1.แผ่นนำเสนอผลงาน(Poster) หน้าทางเข้า กำหนดเกณฑ์ของโปสเตอร์ต้องมี คำเชิญชวน ตัวไอคอน รหัสสี(Color Coding) 2.ตัวโรคทั้ง 4 โรค ภาพจำลองมือแขวนป้ายห้อยตะกร้า และโปสเตอร์ตรงที่วางตะกร้า มีคำเชิญชวน



ภาพที่ 4.15 ป้ายแขวนตะกร้าและตะกร้า 1:1



ภาพที่ 4.16 แผ่นนำเสนอผลงานหน้าทางเข้าร้าน

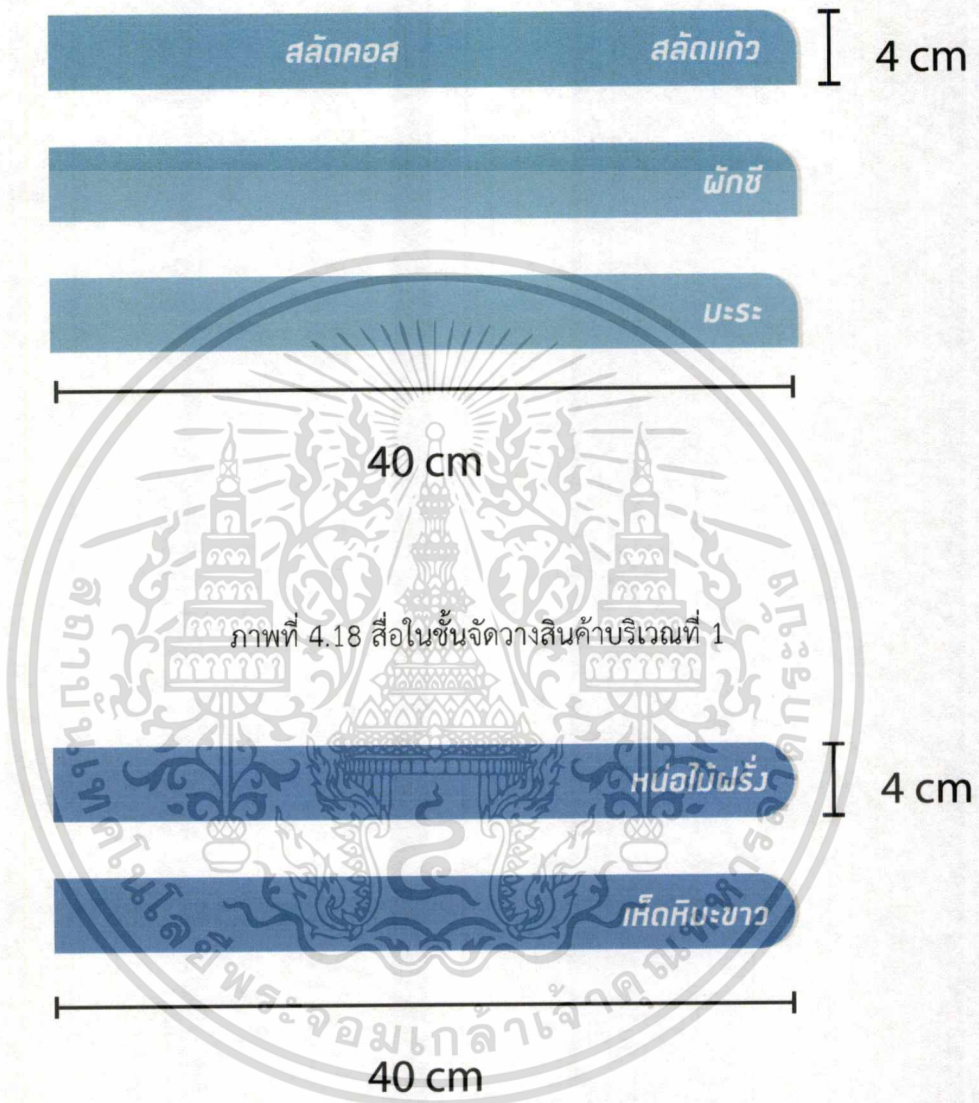


ภาพที่ 4.17 แผ่นนำเสนอผลงานตรงที่วางตะกร้าและป้ายแขวนตะกร้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2 ภาพแสดงโครงสร้าง

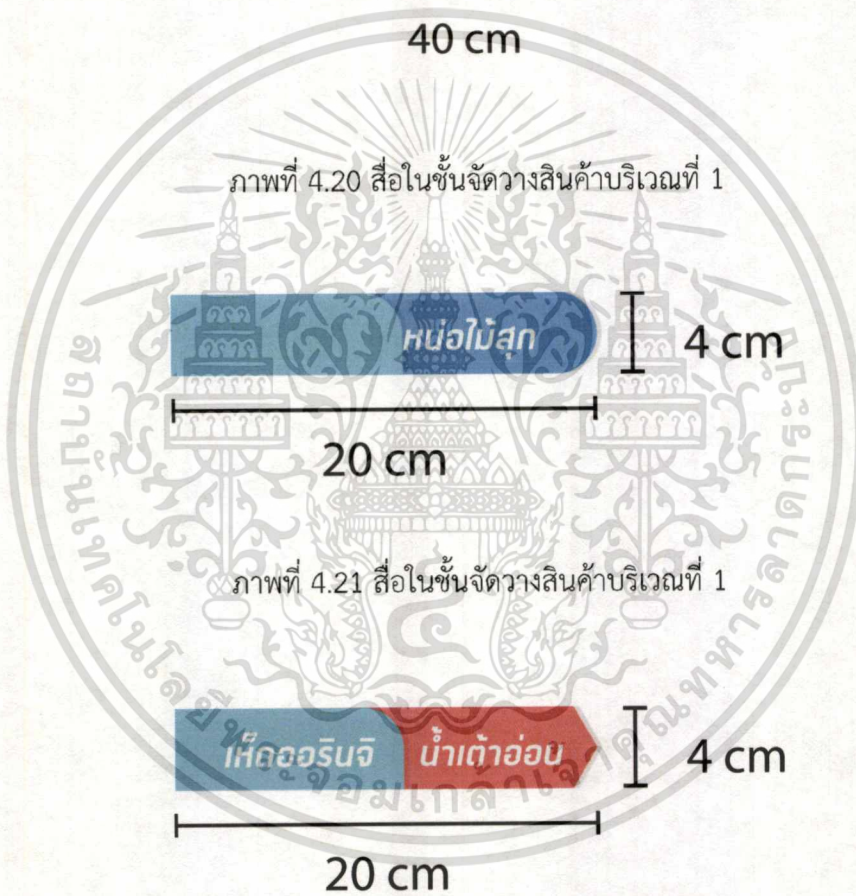
โครงสร้างของสื่อ ณ จุดขายเพื่อให้ข้อมูลและแนะนำจำนวน 4 โชน และสื่อส่งเสริมการขายภายในร้าน ได้แก่ 1.สื่อบนป้ายแขวนตะกร้า 2.แผ่นนำเสนอผลงานหน้าทางเข้าร้าน 3.แผ่นนำเสนอผลงานตรงที่วางตะกร้า



ภาพที่ 4.19 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



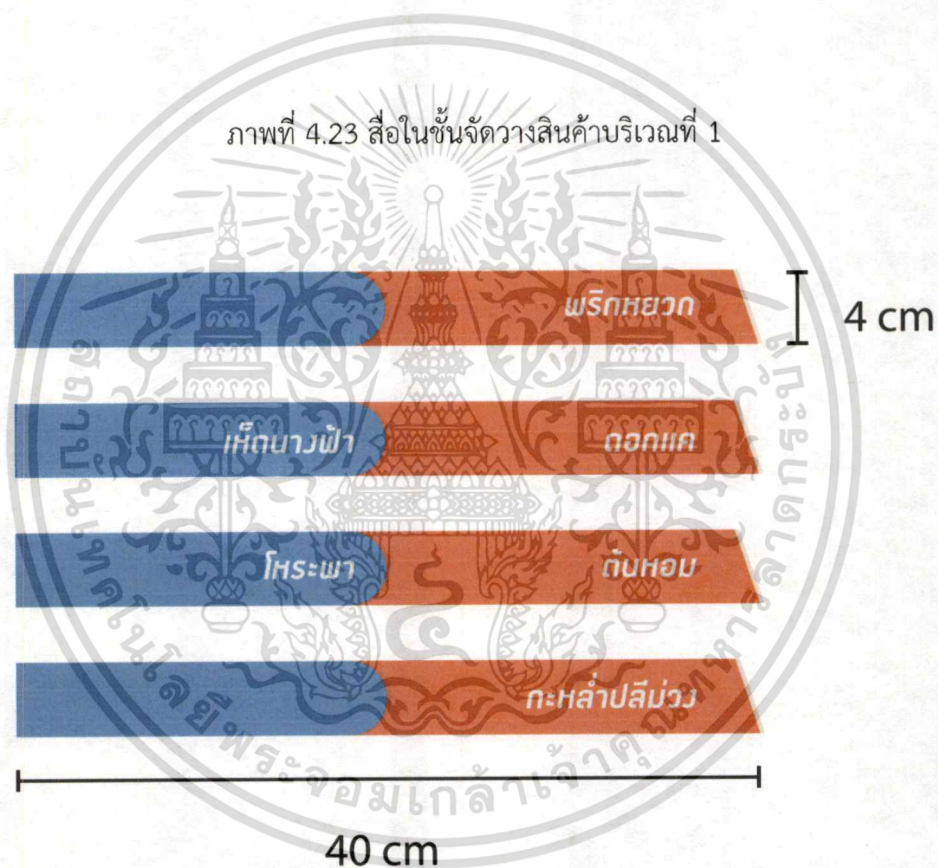
ภาพที่ 4.20 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.22 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



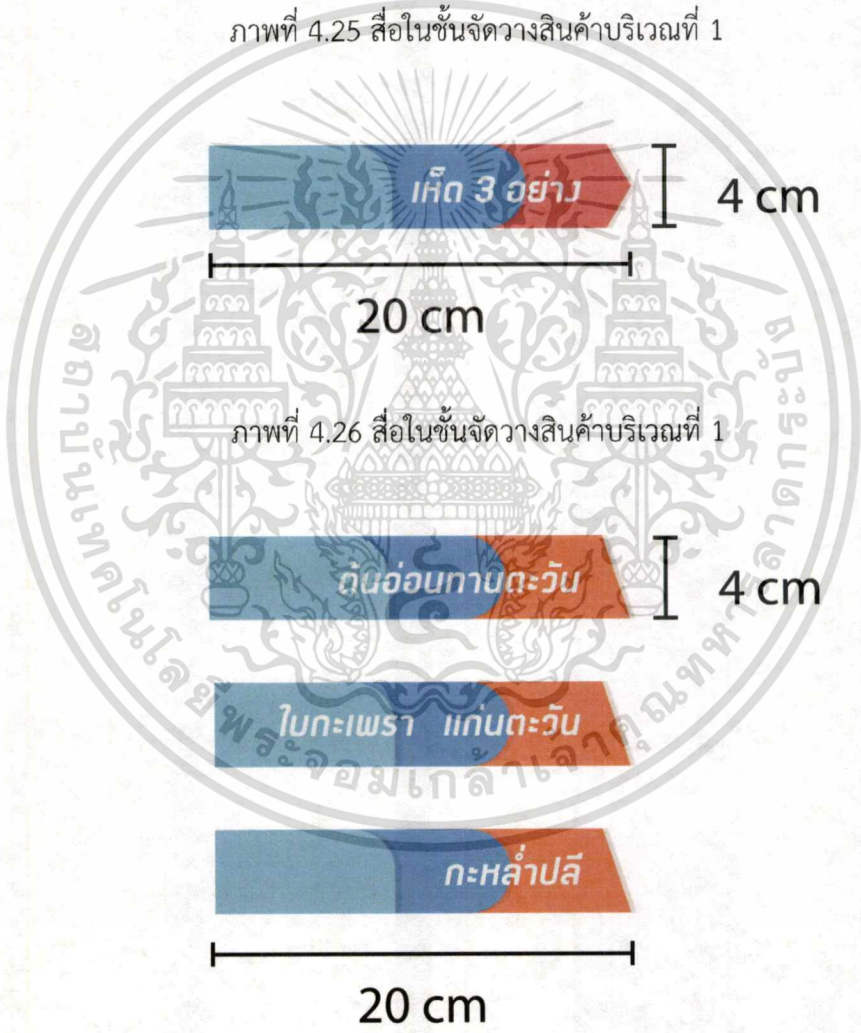
ภาพที่ 4.23 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.24 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



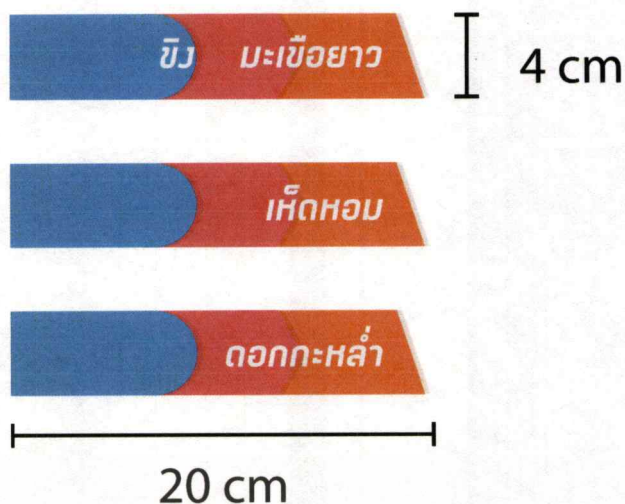
ภาพที่ 4.25 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.26 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1

ภาพที่ 4.27 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.28 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



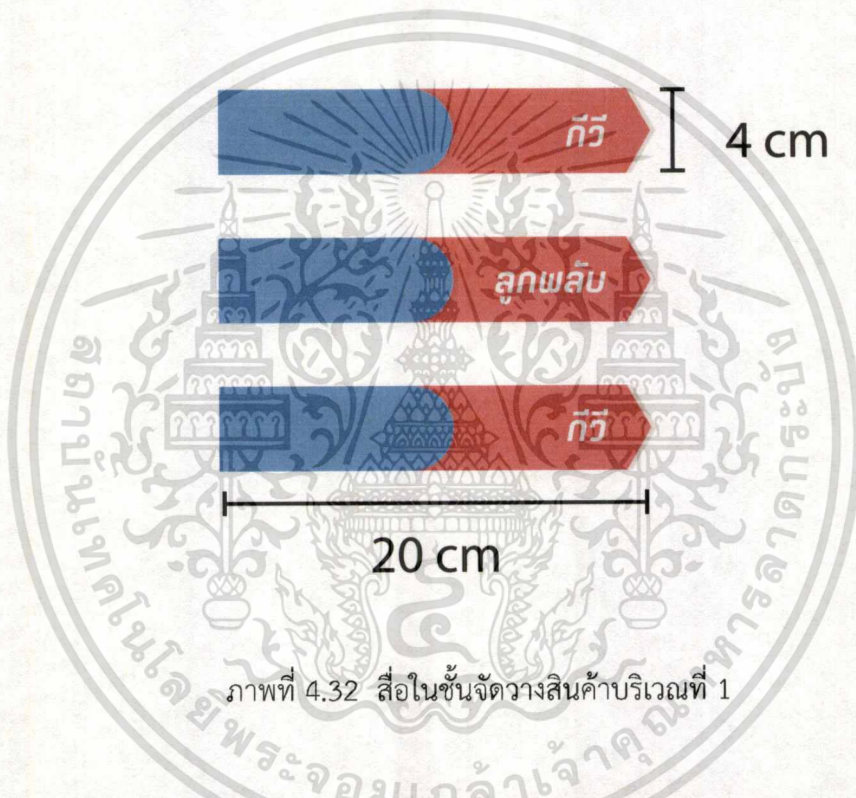
ภาพที่ 4.29 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.30 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.31 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.32 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1

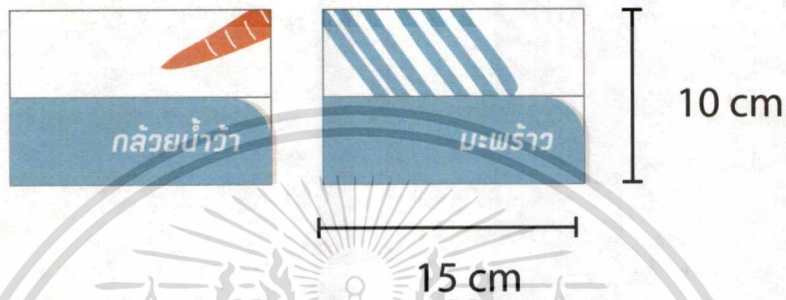


ภาพที่ 4.33 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1

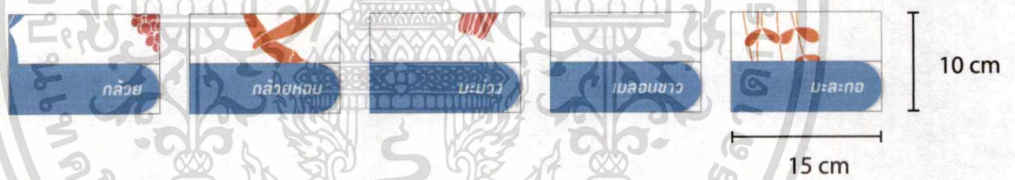
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.34 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 1



ภาพที่ 4.35 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2

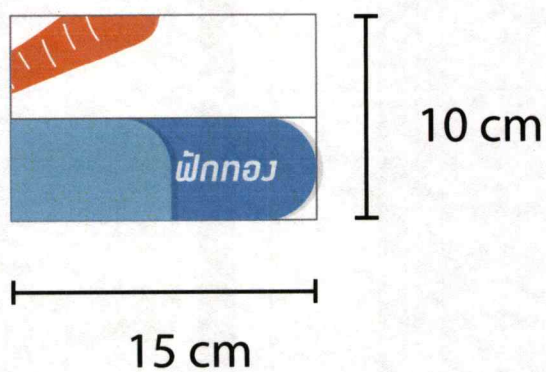


ภาพที่ 4.36 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2

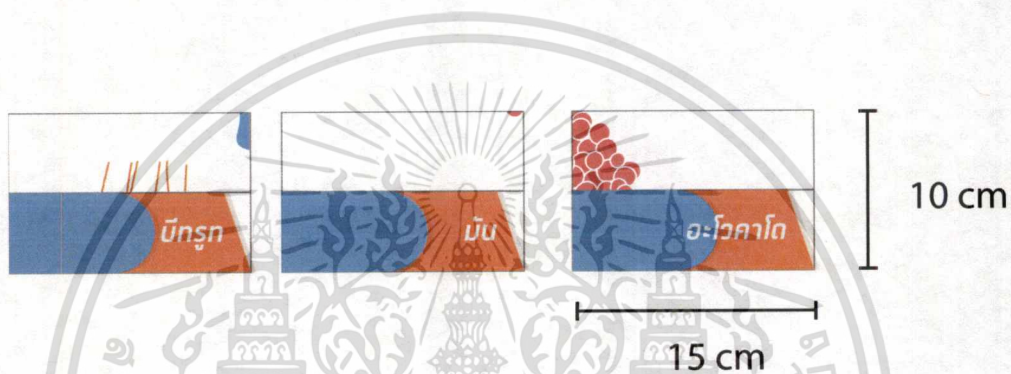


ภาพที่ 4.37 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2

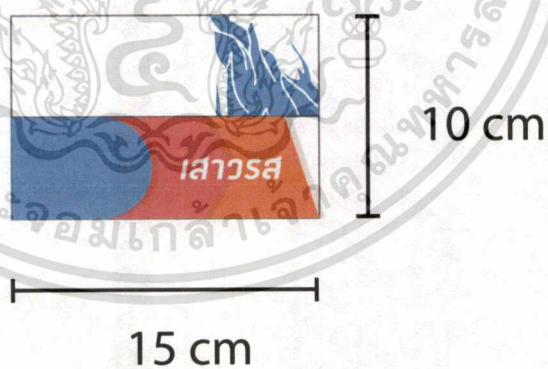
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



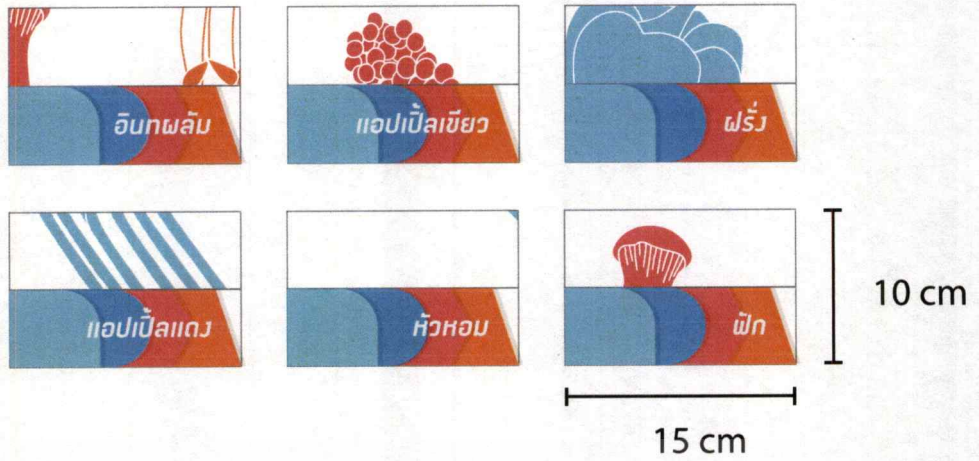
ภาพที่ 4.38 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2



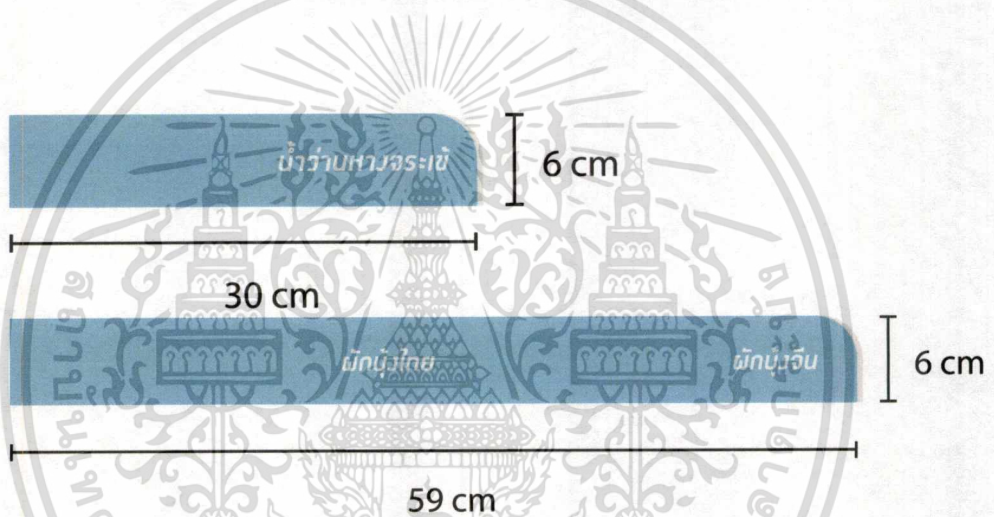
ภาพที่ 4.39 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2



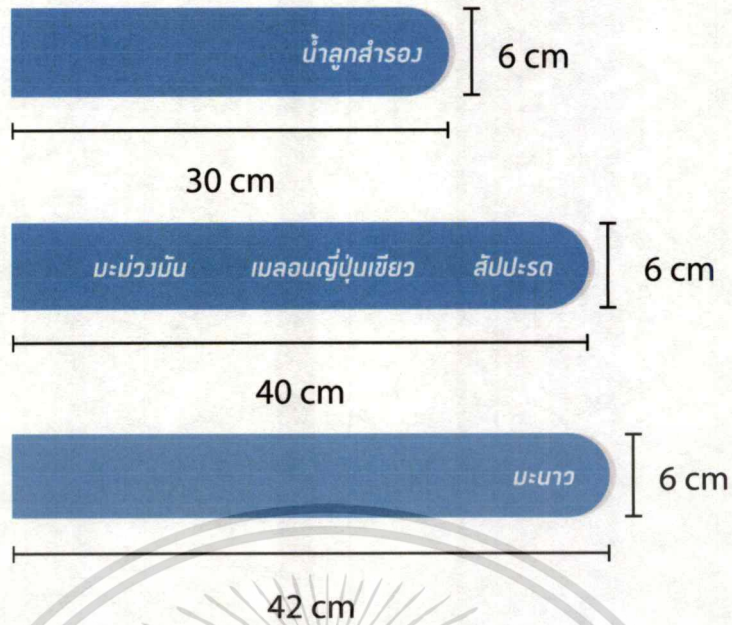
ภาพที่ 4.40 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2



ภาพที่ 4.41 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 2



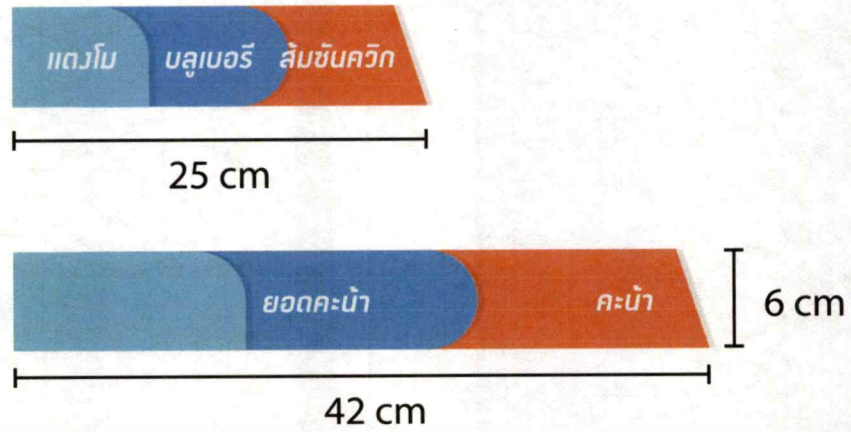
ภาพที่ 4.42 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3



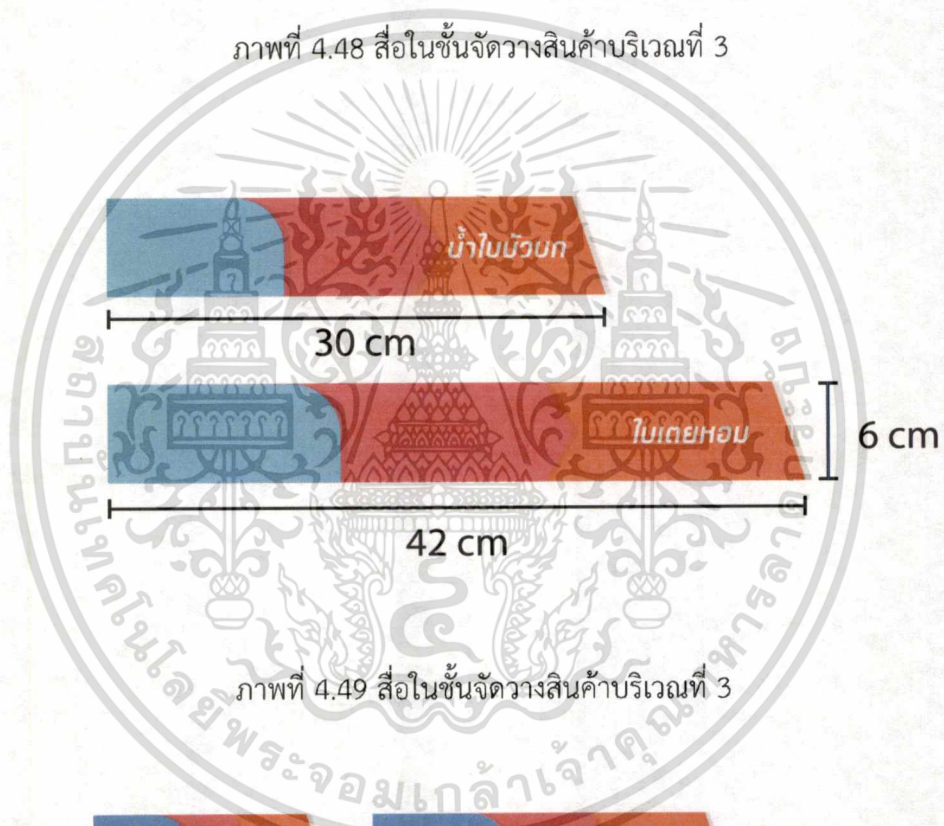
ภาพที่ 4.43 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3



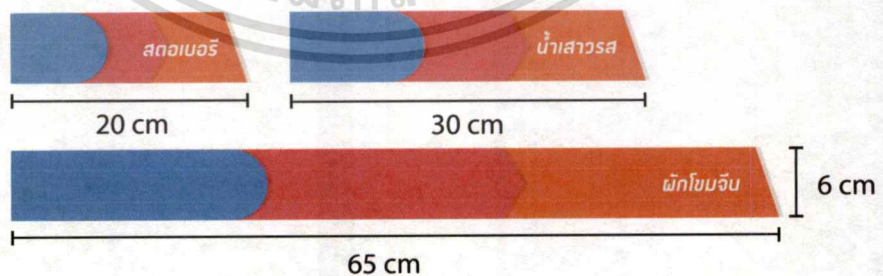
ภาพที่ 4.44 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3



ภาพที่ 4.48 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3

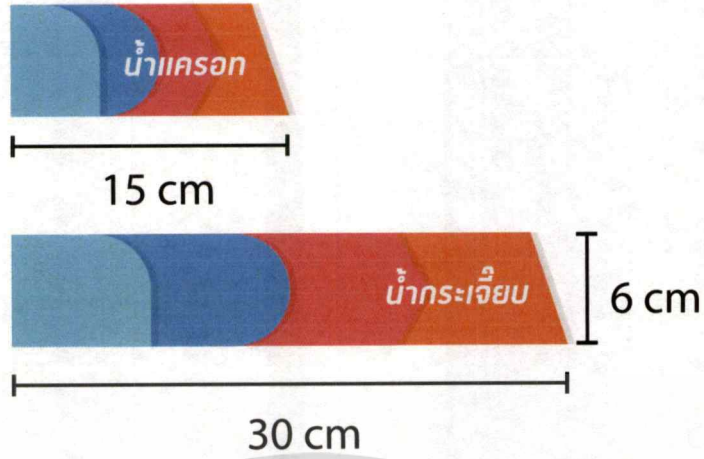


ภาพที่ 4.49 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3



ภาพที่ 4.50 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3

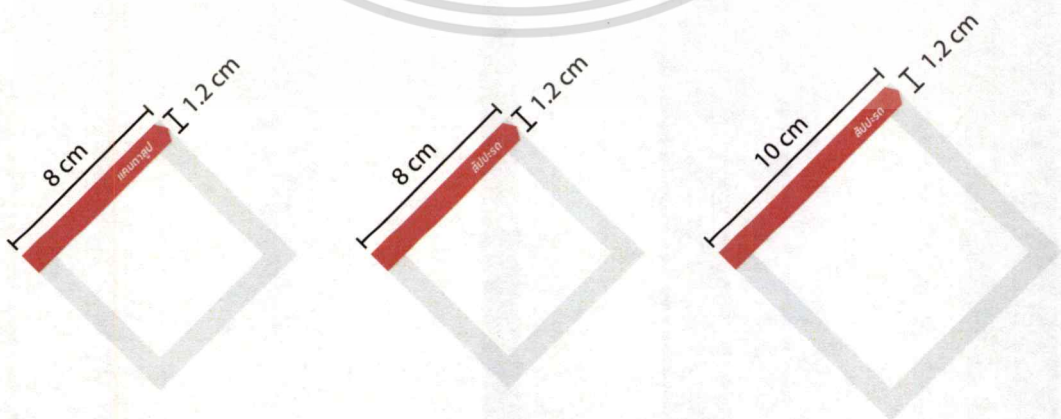
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.51 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 3

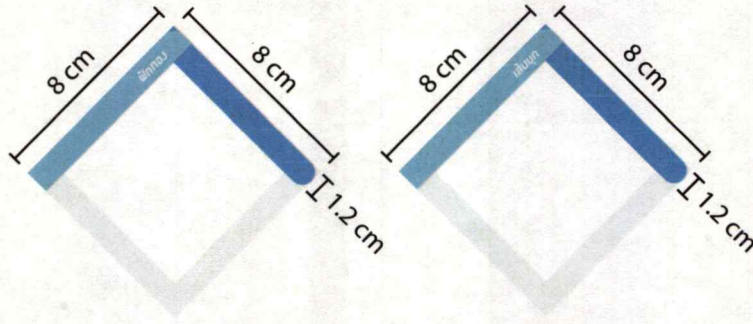


ภาพที่ 4.52 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4

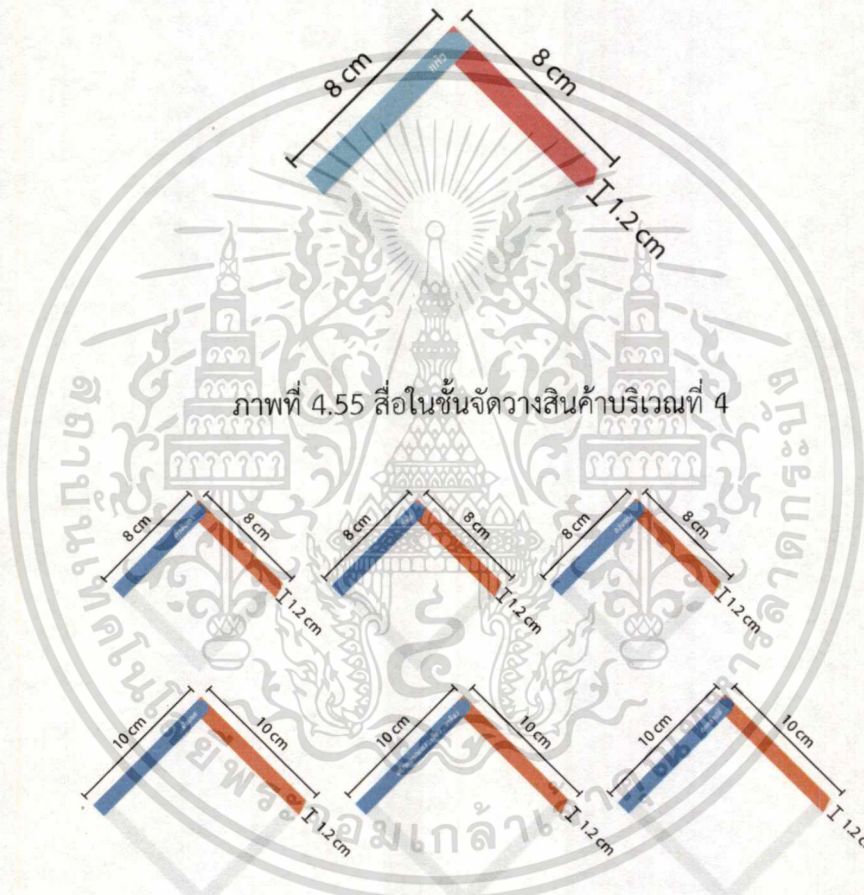


ภาพที่ 4.53 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4

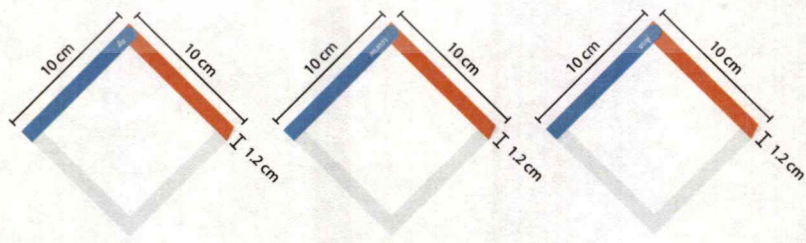
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับกิจกรรมเพื่อการศึกษาเท่านั้น เมื่ออนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.54 สี่เหลี่ยมจัตุรัสวงสื่อน้ำเงินที่ 4

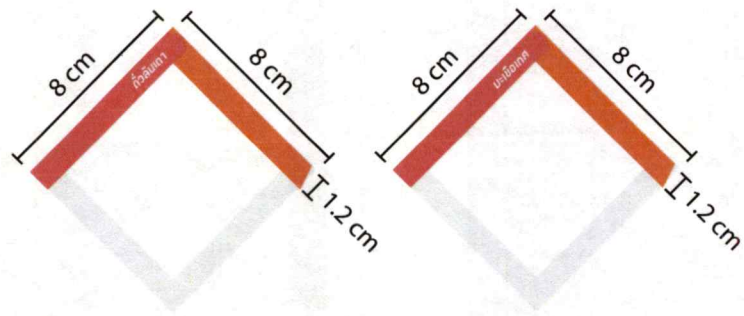


ภาพที่ 4.55 สี่เหลี่ยมจัตุรัสวงสื่อน้ำเงินที่ 4

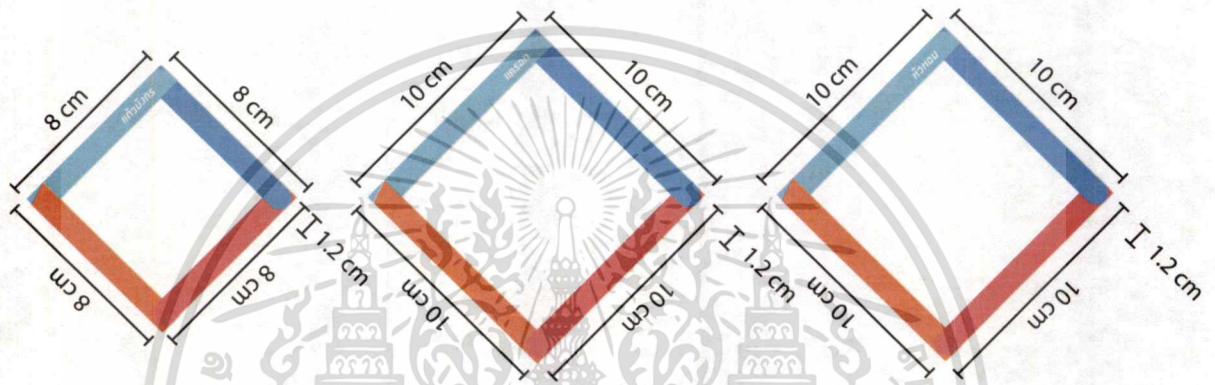


ภาพที่ 4.56 สี่เหลี่ยมจัตุรัสวงสื่อน้ำเงินที่ 4

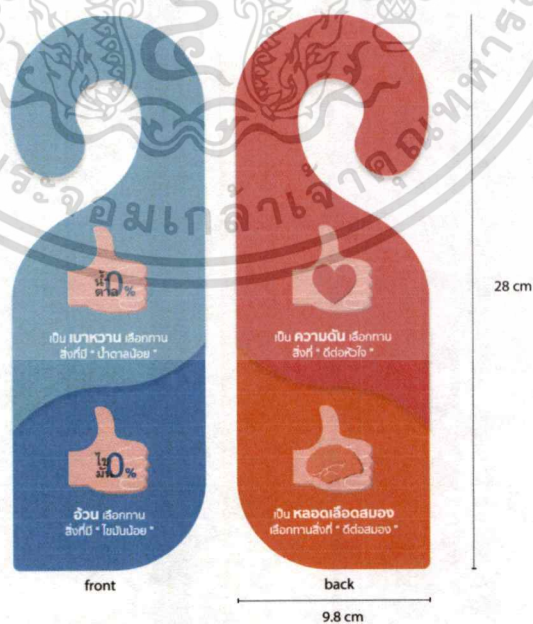
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.57 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4



ภาพที่ 4.58 สื่อในชั้นจัดวางสินค้าบริเวณที่ 4



ภาพที่ 4.59 สื่อส่งเสริมบนป้ายแขวนตะกร้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

“ มาเริ่มเลือกสิ่งที่ดี
เพื่อตัวของคุณ ”



66 cm



48 cm

ภาพที่ 4.60 แผ่นนำเสนอผลงานหน้าทางเข้าร้าน

“ มาเริ่มเลือกสิ่งที่ดี
เพื่อตัวของคุณ ”

50 cm



45 cm

ภาพที่ 4.61 แผ่นนำเสนอผลงานตรงที่วางตะกร้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.3 การจัดแสดงผลงาน



ภาพที่ 4.62 ภาพจัดแสดงผลงาน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การสรุปผล อภิปรายและข้อเสนอแนะ

การดำเนินโครงการเสนอแนะการออกแบบสื่อ ณ จุดขายเพื่อให้ข้อมูลด้านโภชนาการ กับกลุ่มเป้าหมายที่ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี(NCDs) สำหรับร้านโกลด์เพลส(Golden Place) มีการสรุปผล และข้อเสนอแนะ ดังนี้

- 5.1 ผลงานการออกแบบที่ได้จากการดำเนินโครงการ
- 5.2 การอภิปรายผลงานการออกแบบ
- 5.3 ข้อเสนอแนะจากคณะกรรมการตรวจศิลปนิพนธ์
- 5.4 ข้อเสนอแนะจากผู้ทำโครงการ
- 5.5 การแก้ไขผลงานการออกแบบ

5.1 ผลงานการออกแบบที่ได้จากการดำเนินโครงการ

5.1.1 สื่อ ณ จุดขายที่ให้ข้อมูลด้านโภชนาการของสินค้าที่ติดต่อโรคเบาหวาน โรคอ้วน ลงพุง โรคความดันโลหิตสูง และโรคหลอดเลือดสมอง สำหรับร้านโกลด์เพลส(Golden Place) จำนวน 4 โชน (โมเดลจำลอง 1:10)

5.1.2 สื่อ ณ จุดขายที่แสดงข้อมูลของตัวสัญลักษณ์(Icon) และรหัสสี(Color Coding) ที่บอกเฉลยสัญลักษณ์ รหัสสี และโรคทั้ง 4 โรค บนป้ายแขวนตรงตะกร้า จำนวน 1 ชิ้น

5.1.3 สื่อส่งเสริมการขาย แผ่นนำเสนองานผ่านทางเข้าร้านโกลด์เพลส (Golden Place) จำนวน 1 ชิ้น หน้า-หลัง และแผ่นนำเสนองานที่วางตะกร้า จำนวน 1 ชิ้น

5.2 การอภิปรายผลงานการออกแบบ

5.2.1 จุดเด่น

การบอกสินค้าที่ต่อโรคไม่ติดต้อทั้ง 4 โรค ประกอบไปด้วย 1.โรคเบาหวาน 2.โรคอ้วนลงพุง 3.โรคความดันโลหิตสูง 4.โรคหลอดเลือดสมอง ที่ไม่สามารถรักษาให้หายได้ จึงจำเป็นต้องทานอาหารที่ดี โดยแพทย์จะบอกเพียงว่าควรดอะไร แต่ไม่ได้บอกว่าจะทานอะไรเพิ่ม ช่วยให้โรคที่เป็นดีขึ้น โครงการนี้จึงเป็นตัวช่วยในการบอกข้อมูลและแนะนำสินค้าที่ดีต่อโรคทั้ง 4 เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่ช่วยให้ผู้ป่วยได้ทานสิ่งที่ดีต่อสุขภาพและโรคที่เป็น โดยใช้กรณีศึกษาเป็นร้านโกลด์เพลส(Golden Place) ในโรงพยาบาลศิริราช ตึกปิยการุณ ซึ่งในสื่อจะเชิญชวนให้เริ่มรักสุขภาพ เชิญชวนให้ทาน โดยใช้สีเส้นที่สดใสแต่ไม่ดูสนุกมากนัก และใช้สัญลักษณ์ ที่ได้ทำการทดลอง(Test) กับกลุ่มเป้าหมายว่าสามารถเข้าใจได้ ดังนั้นจึงสะดวกต่อกลุ่มเป้าหมายหรือผู้ที่มาเข้าร้านและต้องการสิ่งที่ดีต่อโรคเอ็นซีดีทั้ง 4 โดยสีที่นำมาใช้ได้ผ่านการวิเคราะห์มาแล้วว่าไม่กลมกลืนกับตัวสินค้าทั้ง 4 บริเวณ และองค์ประกอบของกราฟฟิก(Graphic Element) ที่นำมาใช้บรรยากาศภายในร้าน เลือกใช้ผักผลไม้ที่ดีต่อตัวโรคแต่ละโรคมามากแต่งที่ชั้นจัดวางสินค้า

5.2.2 จุดด้อย

ป้ายแขวนตะกร้า ใช้วัสดุที่แข็งเกินไป จึงไม่สะดวกในการใช้งานจริง
ขาดข้อมูลของโรคเอ็นซีดีทั้ง 4 โรค แผ่นนำเสนอผลงานตรงทางเข้าร้านควรทำเนื้อหาหน้า-หลังที่
แตกต่างกัน

5.3 ข้อเสนอแนะจากคณะกรรมการตรวจศิลปนิพนธ์

5.3.1 องค์ประกอบกราฟฟิก(Graphic Element) ที่นำมาทำ Pattern ไม่มีความเป็น
ระบบ และไม่มี Function ในการส่งสาร

5.3.2 ขาดข้อมูล(Content) ของโรคเอ็นซีดีคืออะไร และโรคทั้ง 4 ที่นำ
มีปัจจัยเสี่ยงอะไรบ้าง สำหรับกลุ่มผู้ที่กังวลกับโรคเอ็นซีดีหรือผู้ที่อยากรู้

5.3.3 บอกริมาณการทานของแต่ละสินค้าในฉลาก(ผลไม้บางชนิด)

5.3.4 ตัวสื่อภายในร้านผิด Ergonomic ของกลุ่มเป้าหมายที่เป็นผู้สูงอายุ

5.3.5 ตัวสื่อที่ขึ้นวางสินค้าสามารถพัฒนาต่อไปได้อีก จากหลักการจัดวางสินค้า
ที่ได้กำหนดไว้

5.4 ข้อเสนอแนะจากผู้ทำโครงการ

ตารางที่ 5.1 ข้อเสนอแนะจากผู้ทำโครงการ

ชั้นจัดวางสินค้าทั้ง 4 ชั้น	ทำให้ถูก Ergonomic เพิ่มชั้นต่ำ-สูงให้กับสินค้าที่ต่อ 1 โรค - 4 โรค
ข้อมูลของโรคเอ็นซีดี(NCDs)	เพิ่มข้อมูลในบริเวณที่ 3 แผ่นนำเสนอผลงานหน้าทางเข้าร้าน และตัว ป้ายแขวนตะกร้า
ป้ายแขวนแขวนตะกร้า	นำข้อมูลมาใส่ที่ป้ายแขวนตะกร้า
ฉลากสินค้า	เฉลยรหัสสีในฉลาก เพื่อความสะดวกในการใช้ งานของลูกค้าที่ซื้อ

5.5 การแก้ไขผลงานการออกแบบ

จากการส่งแบบร่างครั้งสุดท้าย ได้ทำการแก้ตามคำแนะนำของคณะกรรมการและตามความคิดเห็นของผู้ทำโครงการ จนได้ออกมาเป็นแบบร่างครั้งสุดท้าย



ภาพที่ 5.1 บริเวณที่ 1 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.2 บริเวณที่ 1 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



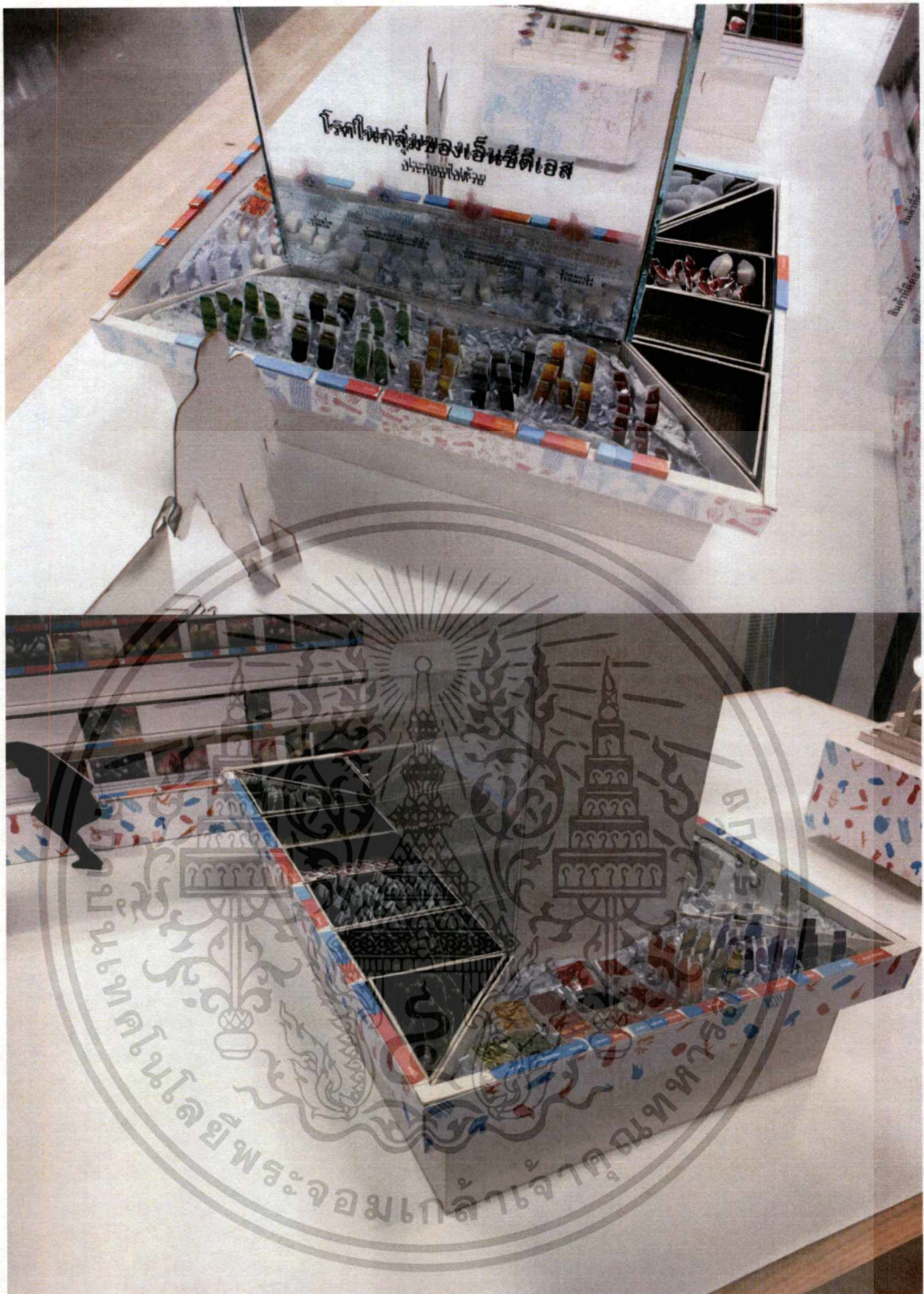
ภาพที่ 5.3 บริเวณที่ 2 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



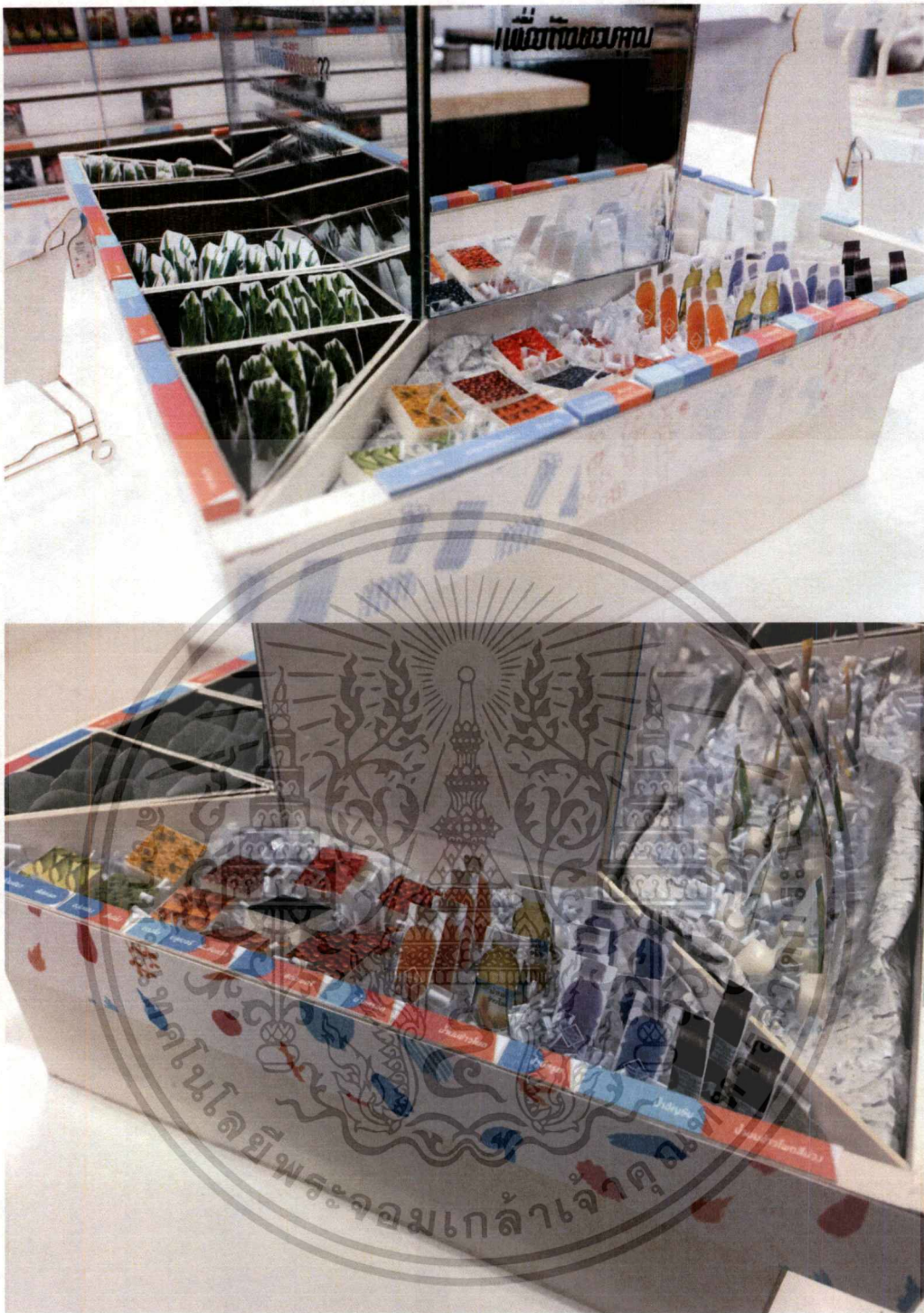
ภาพที่ 5.4 บริเวณที่ 2 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



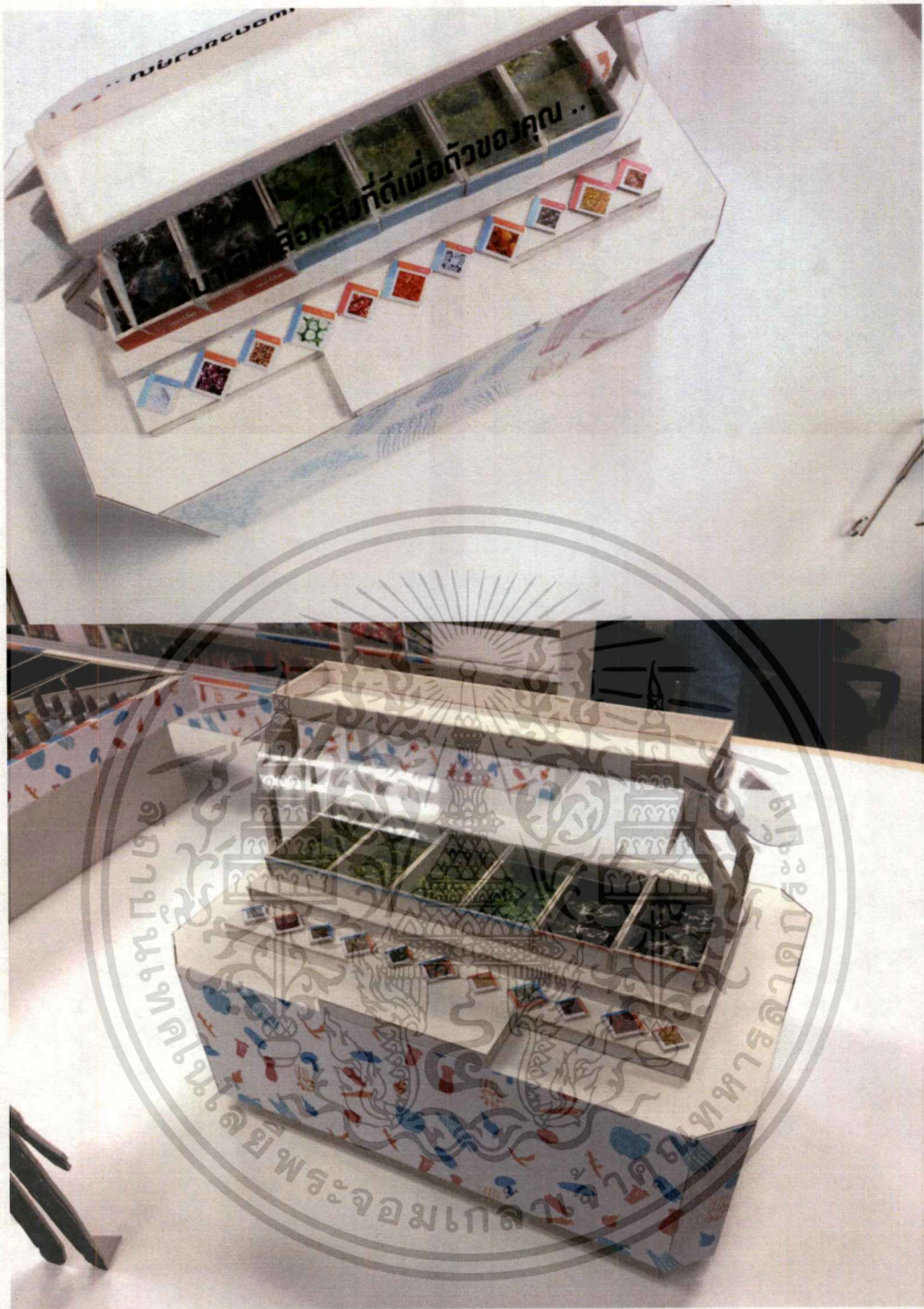
ภาพที่ 5.5 บริเวณที่ 3 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.6 บริเวณที่ 3 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.7 บริเวณที่ 4 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.8 บริเวณที่ 4 เปรียบเทียบกับแบบก่อนแก้ไข(บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.9 ป้ายแขวนตะกร้า (บน-แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.10 เพิ่มข้อมูลภายในงาน (แก้ไขแล้ว)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.11 เพิ่มฉลากสินค้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.12 แผ่นนำเสนอผลงานหน้าทางเข้าร้าน และโปสเตอร์ตรงที่วางตะกร้า

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

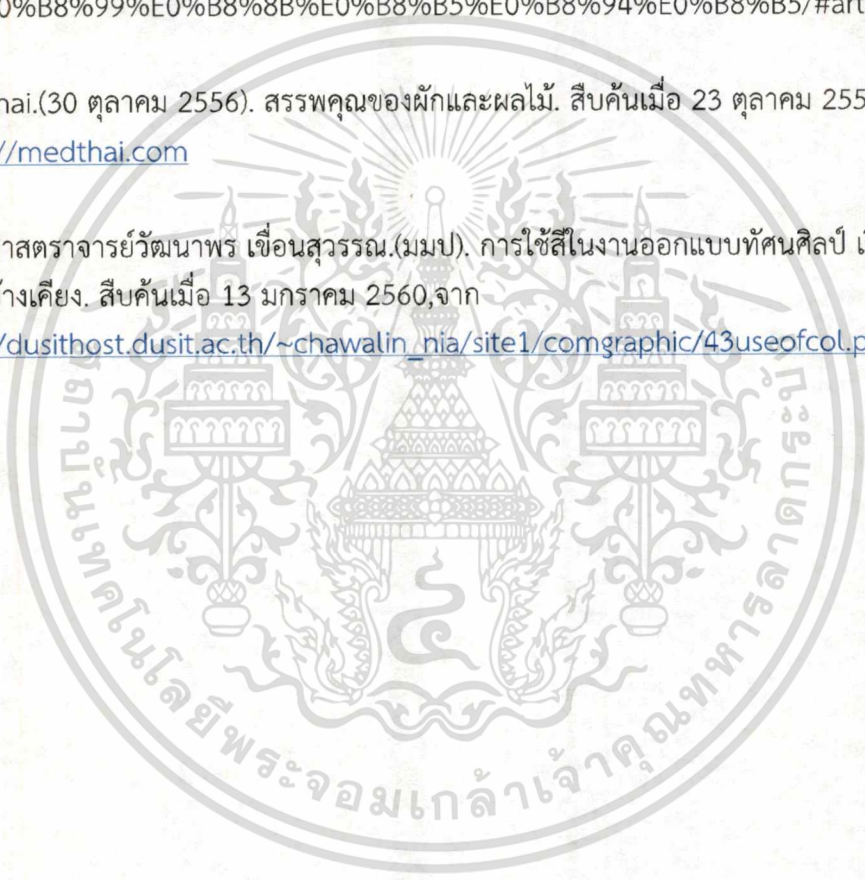
ศาสตราจารย์เกียรติคุณ แพทย์หญิง พวงทอง ไกรพิบูลย์ ว.รังสีรักษา และเวชศาสตร์นิวเคลียร์.
(มมป). โรคเอ็นซีดี กลุ่มโรคเอ็นซีดี กลุ่มโรคไม่ติดต่อ (NCDs: Non-communicable diseases).
สืบค้นเมื่อ 15 ตุลาคม 2559, จาก

<http://haamor.com/th/%E0%B9%82%E0%B8%A3%E0%B8%84%E0%B9%80%E0%B8%AD%E0%B8%99%E0%B8%8B%E0%B8%B5%E0%B8%94%E0%B8%B5/#article103>

MedThai.(30 ตุลาคม 2556). สรรพคุณของผักและผลไม้. สืบค้นเมื่อ 23 ตุลาคม 2559, จาก
<https://medthai.com>

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วัฒนาพร เชื้อนสุวรรณ.(มมป). การใช้สีในงานออกแบบทัศนศิลป์ เรื่องสีคู่ตรงข้าม
และสีข้างเคียง. สืบค้นเมื่อ 13 มกราคม 2560, จาก

http://dusithost.dusit.ac.th/~chawalin_nia/site1/comgraphic/43useofcol.pdf





เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แบบสอบถามของผู้ป่วยในกลุ่มโรคเอ็นซีดีและกลุ่มผู้ที่มีปัจจัยเสี่ยงจะป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี

ชื่อจริง-สกุล

แบบสอบถามของผู้ป่วยเป็นโรคในกลุ่มเอ็นซีดี(NCDs)

1. เพศ () หญิง () ชาย
2. อายุปี
3. ป่วยเป็นโรคอะไรในกลุ่มเอ็นซีดี ?

() โรคเบาหวาน	() โรคอ้วนลงพุง
() โรคความดันโลหิตสูง	() โรคหลอดเลือดสมอง
() โรคมะเร็ง.....(โปรดระบุ)	() โรคไต
() โรคหลอดเลือดหัวใจ	() โรคสมองเสื่อม
() โรคตับแข็ง	()(โปรดระบุ)
4. กินอาหารที่ทำเองหรืออาหารนอกบ้าน ?

() ทานอาหารทำเอง	() ทานอาหารนอกบ้าน
-------------------	---------------------
3. กินบิ๊งย่างทอดบ่อยแค่ไหน/สัปดาห์

() 1-2 สัปดาห์	() 2-3 สัปดาห์
() 3-4 สัปดาห์	() อื่นๆ.....(โปรดระบุ)
4. เวลาบริโภคอาหารปรุงเพิ่มหรือไม่ () ปรุง () ไม่ปรุง

() น้ำตาล	() น้ำปลา
() พริก	() พริกน้ำส้ม
() อื่นๆ.....(โปรดระบุ)	
5. ดื่มน้ำหวานหรือไม่ ? () ดื่ม () ไม่ดื่ม
6. ดื่มน้ำบ่อยเท่าไร/วัน

() 1 แก้ว/วัน	() 2 แก้ว/วัน
() 3 แก้ว/วัน	() 4 แก้ว/วัน
() มากกว่าที่กล่าวมา	
6. ทานขนมหวานหรือขนมขบเคี้ยวมัย () ทาน () ทาน
7. ทานบ่อยแค่ไหน/วัน

() 1 ท่อ/วัน	() 2 ท่อ/วัน
() 3 ท่อ/วัน	() 4 ท่อ/วัน
() มากกว่าที่กล่าวมา	
7. ออกกำลังกายมัย ? () ออกกำลังกาย () ไม่ออกกาย
8. ความถี่ต่อสัปดาห์ ?

() 1 วัน/สัปดาห์	() 2 วัน/สัปดาห์
() 3 วัน/สัปดาห์	() 4 วัน/สัปดาห์
() มากกว่าที่กล่าวมา	
8. นอนกี่โมง ?

() 8-10 ชั่วโมง	() 6-7 ชั่วโมง
------------------	-----------------

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- () 5-4 ชั่วโมง () 2-3 ชั่วโมง
- () น้อยกว่าที่กล่าวมา
9. มีภาวะเครียดมั๊ย ? () มี () มีบ้าง () ไม่มี
10. ตื่นแอลกอฮอล์มั๊ย ?
- () 1 แก้ว/วัน () 2 แก้ว/วัน
- () 3 แก้ว/วัน () 4 แก้ว/วัน
- () มากกว่าที่กล่าวมา
11. สุขบุหรืมั๊ย ?
- () 1 มวน/วัน () 2 มวน/วัน
- () 3 มวน/วัน () 4 มวน/วัน
- () มากกว่าที่กล่าวมา
12. ทราบหรือไม่ว่าการที่ยังบริโภคอาหารและใช้ชีวิตแบบนี้มีผลไม่ดีต่อโรคที่เป็นอยู่ ?
- () ทราบ () พอทราบ () ไม่ทราบ
13. ถ้ารู้ทำไมถึงยังบริโภคแบบนี้อยู่ ?
.....(โปรดระบุ)



ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-นามสกุล
วัน-เดือน-ปี
สถานที่เกิด
ที่อยู่ปัจจุบัน

วริญุพา ชินโชติลีสกุล
27 กรกฎาคม 2537
กรุงเทพมหานคร
17/32-33 เพชรเกษม 88/1 ถนนเพชรเกษม
เขตบางแค แขวงบางแคเหนือ กรุงเทพมหานคร 10160

ประวัติการศึกษา
ประถมศึกษา
มัธยมศึกษา
ระดับปริญญาตรี

โรงเรียนช่างตาครูส์คอนเวนท์
โรงเรียนเบญจมราชาลัยในพระบรมราชูปถัมภ์
ภาควิชาอุตสาหกรรม สาขาการออกแบบสเนเทศสามมิติ
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้