

โครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะ
ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์
(Interior Architectural Design for Smart Life
Elder Health and Recreation Center)



นางสาว สุชญา ศรีมงคล รหัสนักศึกษา 56020157
MISS SUCHAYA SRIMONGKOL CODE 56020157

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
สถาปัตยกรรมศาสตร์บัณฑิต (สถาปัตยกรรมภายใน)
ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ปีการศึกษา 2560

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตรบัณฑิต (สถาปัตยกรรมภายใน)

..... คณบดีคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัญธิกา สวัสดิ์ศรี)

คณะกรรมการตรวจสอบบัณฑิตวิทยาลัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. อัญธิกา	สวัสดิ์ศรี	ประธานกรรมการ
รองศาสตราจารย์เอกพล	สิระชัยนันท์	กรรมการ
รองศาสตราจารย์ชาติ	ภาสกร	กรรมการ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เบญจมาศ	กัญอินทร์	กรรมการ และเลขานุการ

..... เบญจมาศ กัญอินทร์ อาจารย์ที่ปรึกษาบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เบญจมาศ กัญอินทร์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวข้อวิทยานิพนธ์

หัวข้อวิทยานิพนธ์	ศูนย์สุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์ Smart Life Elder Health and Recreation Center
ประเภทโครงการ	โครงการเสนอแนะ
ชื่อ	นางสาวสุชญา ศรีมงคล Miss Suchaya Srimongkol
รหัส	56020157
สาขาวิชา	สถาปัตยกรรมภายใน
คณะ	สถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ปีการศึกษา	2560-2561
ที่อยู่	164 ซ.โยธินพัฒนา แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240
โทรศัพท์	0830360279
E-mail	aomahm@outlook.com
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผศ.ดร.เบญจมาศ กุญอินทร์
อาจารย์ประจำกลุ่ม	รศ.เอกพล สิริชัยนันท์ รศ.ชาติ ภาสวร ผศ.ดร.เบญจมาศ กุญอินทร์

บทคัดย่อ

เนื่องจากโครงสร้างประชากรของประเทศไทยมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น กระแสสังคมในโลกปัจจุบันเกี่ยวกับสถานการณ์ประชากรกำลังเป็นที่ได้รับความสนใจ โดยเฉพาะเรื่องเกี่ยวกับโครงสร้างประชากรที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นสังคมที่กำลังเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” (Aging Society) มีการเกษียณอายุการทำงานเร็วกว่าในอดีต นอกจากนั้นในประเทศที่พัฒนาแล้วมีอัตราค่าครองชีพสูง จึงมีแนวคิดส่งเสริมให้ผู้สูงอายุของตนออกไปใช้ชีวิตในต่างประเทศที่มีค่าครองชีพที่เหมาะสมและยังคงไว้ซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งผู้สูงอายุในกลุ่มนี้เป็นมักจะผู้เกษียณอายุจากการทำงานมีสวัสดิการหรือเงินบำนาญ มีเงินสะสมส่วนตัว ทั้งนี้ ที่พักอาศัย สถานที่ประกอบกิจกรรม และสถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุที่มีอยู่ในประเทศไทย ณ ปัจจุบัน มีจำนวนน้อย ไม่เพียงพอต่อจำนวนผู้สูงอายุที่มีอยู่ในกรุงเทพมหานครที่กำลังจะมีการขยายตัวเพิ่มขึ้นทุกๆปี และยังขาดสถานที่จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในหลายๆด้านในพื้นที่เดียว รวมทั้งบางแห่งที่เปิดให้บริการอยู่ยังไม่มีการออกแบบพื้นที่ที่สามารถรองรับกลุ่มผู้ใช้งานเหล่านี้ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ และขาดการให้ข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นเฉพาะต่อการใช้ชีวิตช่วงอายุ 60 ขึ้นไป

ดังนั้น โครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์ จึงได้จัดทำขึ้น เพื่อสร้างพื้นที่พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และประกอบกิจกรรมที่สนใจ เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นสถานที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้กับผู้สูงอายุ และเพื่อเป็นที่พักอาศัยระยะยาวและชั่วคราวสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อบุตรหลานติดภารกิจที่ไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้หรือเมื่อผู้สูงอายุต้องการเปลี่ยนบรรยากาศในการพักผ่อน ตอบโจทย์กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีฐานะและรายได้ดี โดยเฉพาะกรุงเทพมหานคร ที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ค่อนข้างมาก และผู้สูงอายุชาวต่างชาติ ที่บางส่วนยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้และมีความสามารถ อีกทั้ง โครงการนี้ยังจัดทำขึ้นเป็นแนวทางในการพัฒนาโครงการในลักษณะนี้ เพื่อช่วยแก้ไขปัญหาสังคมและเศรษฐกิจของประเทศโดยรวม

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ การศึกษาค้นคว้าข้อมูลตลอดจนการรวบรวมข้อมูลต่างๆ ในการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน นี้ได้รับความอนุเคราะห์และความร่วมมือช่วยเหลือเป็นอย่างดีในการเอื้อเฟื้อข้อมูล และ เอกสารต่างๆ และขอคิดเห็นอันเป็นประโยชน์รวมทั้งร่างกาย แรงใจจากบุคคล อันได้แก่ คณาจารย์ทุกๆท่านที่ให้คำแนะนำเป็นอย่างดีตลอดการทำวิทยานิพนธ์นี้ ครอบครัวที่เป็นกำลังใจ สำคัญ เพื่อนๆและรุ่นพี่ รุ่นน้อง ที่ช่วยเหลือในหลายๆกระบวนการ ทุกท่านเป็นแรงผลักดัน ไม่ว่าจะด้วยร่างกาย และแรงใจ ล้วนส่งผลให้ดิฉันสามารถทำวิทยานิพนธ์สำเร็จลุล่วงไปได้

จึงอยากขอแสดงความขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง สำหรับทุกๆท่านที่มีผลต่อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ที่ทำให้ดิฉันมีวันนี้ และการทำสิ่งเหล่านี้ด้วยความชอบและด้วยใจ มันแสดงให้เห็นถึงความรักและมิตรภาพที่มีให้แก่ดิฉัน สิ่งเหล่านี้ถือเป็นสิ่งที่มีคุณค่า เป็นสิ่งที่สร้างรอยยิ้มและความสุขให้ดิฉันตลอดการทำวิทยานิพนธ์ จึงใคร่ขอขอบพระคุณทุกท่านไว้ ณ ที่นี้ด้วย



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คำนำ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร ปริญญาสถาปัตยกรรมศาสตร์ บัณฑิต (สถาปัตยกรรมภายใน) ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ปีการศึกษา 2560 - 2561 เพื่อเป็นข้อมูลเกี่ยวกับโครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์ ซึ่งการศึกษาและเสนอแนะโครงการนี้เนื่องจากกระแสสังคมในโลกปัจจุบัน เกี่ยวกับสถานการณ์ประชากรกำลังเป็นที่ได้รับความสนใจ โดยเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับโครงสร้างประชากรที่กำลังมีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่อง ซึ่งเป็นสังคมที่กำลังเข้าสู่ “สังคมผู้สูงอายุ” (Aging Society) โดยใช้บริการด้านสุขภาพเป็นจุดขาย ให้บริการพักผ่อนระยะยาวพร้อมทั้งบริการด้านสุขภาพอย่างครบวงจร เน้นที่การดูแลสุขภาพและโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อสร้างจุดขายเฉพาะตัวภายในโครงการจะมีการจัดพื้นที่รองรับการทำกิจกรรมเพื่อการบำบัดฟื้นฟูทั้งสภาพกายและจิตใจ โดยมีแพทย์และผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆคอยดูแล

การศึกษาและการเสนอแนะโครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในเสนอแนะ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์ มีจุดประสงค์เพื่อเป็นการเสนอแนะ พื้นที่รองรับผู้สูงอายุที่ต้องการดูแลสุขภาพ แบบครบวงจร โดยเพื่อเป็นการออกแบบตอบสนองมากกว่าแค่บุคคลทั่วไป แต่คำนึงถึงการออกแบบเพื่อทุกคน โดยมุ่งเน้นไปที่เป้าหมายหลักคือผู้สูงอายุ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ใช้เวลาในการจัดทำต่อเนื่องตั้งแต่ปี 2560 - 2561 ข้อมูลที่ศึกษาและเก็บรวบรวมมาจึงเป็นข้อมูลที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งอาจมีข้อมูลบางอย่างได้รับการปรับปรุงและแก้ไขหลังจากที่ได้ทำการศึกษาและเก็บรวบรวมไปแล้วบ้าง ดังนั้นทางผู้จัดทำจึงต้องขอภัยในข้อผิดพลาดบางประการที่เกิดขึ้นในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ไว้ ณ ที่นี้ด้วย ข้าพเจ้าหวังอย่างยิ่งว่าวิทยานิพนธ์ฉบับนี้จะสามารถทำประโยชน์ให้กับนักศึกษาทางด้านนี้ต่อไปไม่มากก็น้อย

นางสาว สุขญา ศรีมงคล
ผู้จัดทำ

สารบัญ

บทที่ 1 บทนำ

1.1	ความเป็นมาของโครงการ	1
1.2	เหตุผลในการเลือกโครงการเสนอแนะ	2
1.3	จุดประสงค์ของโครงการ	3
1.4	กลุ่มเป้าหมาย	3
1.5	ภาพลักษณ์ของโครงการ	4
1.6	ที่ตั้งของโครงการ	4
1.6.1	ที่ตั้งโครงการที่ 1	4
1.6.2	ที่ตั้งโครงการที่ 2	7
1.6.3	การพิจารณาที่ตั้งโครงการ	9
1.7	ลักษณะของอาคาร	10
1.7.1	ลักษณะพึงประสงค์ของอาคาร	10
1.7.2	การวิเคราะห์ของอาคาร	10
1.7.3	แบบอาคาร	13
1.8	องค์ประกอบของโครงการ	21
1.9	ขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ	21

บทที่ 2 ข้อมูลทั่วไป และข้อมูลสนับสนุนโครงการ

2.1	ข้อมูลพื้นฐานของโครงการ	24
2.1.1	ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ	24
2.1.2	ข้อมูลพื้นฐานของสถานบริการด้านสุขภาพ	25
2.1.3	ข้อมูลทั่วไปและลักษณะการดำเนินงานของสโมสร	34
2.1.4	สายการบริหารและอัตรากำลังพื้นฐาน	36
2.2	กรณีศึกษาเปรียบเทียบ	41
2.2.1	กรณีศึกษาประเด็นองค์ประกอบและจุดประสงค์	41
2.2.2	กรณีศึกษาประเด็นการออกแบบเพื่อผู้สูงอายุ	48
2.2.3	กรณีศึกษาประเด็นการออกกำลังกายและดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ	55
2.3	ข้อมูลเฉพาะของโครงการ	61
2.3.1	ความเป็นมาของลักษณะโครงการ	61

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ (ต่อ)

2.3.2	เอกลักษณ์ของโครงการ	62
2.3.3	สถานการณ์และแนวทางแก้ไขของการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ	62
2.3.4	ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพและการดูแลผู้สูงอายุ	70
2.3.5	ลักษณะการออกแบบสถาปัตยกรรมเพื่อผู้สูงอายุ	80
2.3.6	ข้อมูลเกี่ยวกับสถาปัตยกรรม	88
2.4	สายการบริหารและอัตรากำลัง	93
2.5	ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคาร และวัสดุในการตกแต่งภายใน	94
2.5.1	ระบบอาคารที่มีผลต่อการออกแบบภายใน	94
2.5.2	การให้แสงสว่างภายในอาคาร	101
2.5.3	การใช้สีภายในอาคาร	105
2.5.4	วัสดุในการตกแต่งภายใน	106
บทที่ 3	กลุ่มเป้าหมาย พฤติกรรม และพื้นที่ที่ต้องการ	
3.1	ประเภทของผู้ใช้โครงการ	111
3.2	พฤติกรรมผู้ให้บริการ	111
3.3	พฤติกรรมผู้รับบริการ	121
3.4	การบริหารทรัพยากร	127
3.5	พฤติกรรมการใช้งานภายในโครงการโดยรวม	130
3.6	การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยที่ต้องการ	131
บทที่ 4	การวิเคราะห์ข้อมูล และแนวความคิดในการออกแบบ	
4.1	การวิเคราะห์ข้อมูล	145
4.1.1	การวิเคราะห์ที่ตั้งภายในโครงการ	145
4.1.2	การวิเคราะห์อาคารภายในโครงการ	146
4.1.3	แผนภาพความสัมพันธ์ของพื้นที่แบบวงกลม	148
4.1.4	ตารางสรุปผลพื้นที่ที่ต้องการ	148
4.1.5	การวิเคราะห์ค่าพื้นที่เป็นร้อยละและแผนภูมิวงกลมเปรียบเทียบ ขนาดพื้นที่	149
4.1.6	การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่ และทางสัญจร	149
4.1.7	การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์	150
4.2	แนวความคิดในการออกแบบ	156

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ (ต่อ)

4.2.1 แนวความคิดในการออกแบบ	156
4.2.2 ธีม หรือ Mood Board	157
บทที่ 5 ผลงานการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน	
5.1 ผังบริเวณของโครงการ	158
5.2 ผังเฟอร์นิเจอร์ของอาคารโครงการ	159
5.3 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้าของอาคารโครงการ	162
5.4 รูปตัดของอาคารโครงการ	165
5.5 ภาพทัศนียภาพภายในโครงการ	166
5.6 วัสดุตัวอย่าง	175
บรรณานุกรม	176
ภาคผนวก	177



สารบัญตาราง

ตารางที่ 1.4.1	ตารางแสดงกลุ่มเป้าหมาย	3
ตารางที่ 1.6.1	แสดงการพิจารณาการเลือกที่ตั้งโครงการ	9
ตารางที่ 1.8.1	ตารางแสดงองค์ประกอบของโครงการ	21
ตารางที่ 1.9.1	ตารางแสดงขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ	21
ตารางที่ 2.1.4.2	ตารางแสดงอัตรากำลังคนจากข้อมูลการสำรวจ	39
ตารางที่ 2.3.3.2.1	โครงสร้างประชากรโลกและประชากรไทย พ.ศ. 2543 – 2568	66
ตารางที่ 2.3.3.2.2	แสดงสัดส่วนของประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปต่อประชากรทั้งหมด ในประเทศที่พัฒนาแล้วเปรียบเทียบกับประเทศที่กำลังพัฒนา	67
ตารางที่ 2.3.4.1.1	แสดงร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพในด้านต่างๆ จำแนก ตามกลุ่มอายุ เพศ และเขตที่อยู่อาศัย พ.ศ.2554	71
ตารางที่ 2.3.4.1.2	แสดงแผนภูมิสุขภาพจิตของประชากรสูงอายุจำแนกตามกลุ่มอายุ และเพศ พ.ศ. 2554	72
ตารางที่ 2.5.1.1.1	แสดงลักษณะการใช้งานของเครื่องปรับอากาศแบบต่างๆ	94
ตารางที่ 2.5.1.4.2.1	แสดงลักษณะการใช้งานของระบบการประชาสัมพันธ์ และเพลงตามสาย	99
ตารางที่ 3.4	ตารางแสดงจำนวนทรัพยากรบุคคล	127
ตารางที่ 3.6.1	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนลือบี้	131
ตารางที่ 3.6.2	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนคาเฟ่	13
ตารางที่ 3.6.3	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนร้านอาหาร	133
ตารางที่ 3.6.4	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนพยาบาลและสุขภาพ	134
ตารางที่ 3.6.5	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนออกกำลังกาย	135
ตารางที่ 3.6.6	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนสปาและความงาม	136
ตารางที่ 3.6.7	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องนั่งสมาธิ	137
ตารางที่ 3.6.8	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องเล่นเกม	138
ตารางที่ 3.6.5	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Art & Craft	139
ตารางที่ 3.6.10	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องดนตรี	140
ตารางที่ 3.6.11	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องสมุด	141
ตารางที่ 3.6.12	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Work shop	142
ตารางที่ 3.6.13	ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนที่พัก	143
ตารางที่ 4.1.4	ตารางสรุปผลพื้นที่ที่ต้องการ	148

สารบัญภาพ

ภาพที่ 1.6.1.1	แสดงขอบเขตของที่ตั้งโครงการที่ 1	4
ภาพที่ 1.6.1.2	แสดงลักษณะที่ตั้งที่ 1	5
ภาพที่ 1.6.1.3	แสดงลักษณะที่ตั้งที่ 1	5
ภาพที่ 1.6.1.4	แสดงสภาพแวดล้อมทางทิศตะวันออกของที่ตั้งที่ 1	5
ภาพที่ 1.6.1.5	แสดงสภาพแวดล้อมทางทิศตะวันตกของที่ตั้งที่ 1	6
ภาพที่ 1.6.2.1	แสดงขอบเขตของที่ตั้งโครงการที่ 2	7
ภาพที่ 1.6.2.2	แสดงลักษณะและสภาพแวดล้อมที่ตั้งที่ 2	7
ภาพที่ 1.6.2.3	แสดงด้านหน้าที่ตั้งที่ 2	8
ภาพที่ 1.7.2.1	ภาพบริเวณสนามหญ้า ตรงกลางอาคาร	11
ภาพที่ 1.7.2.2	ภาพภายในอาคาร	11
ภาพที่ 1.7.2.3	ภาพอาคาร A	12
ภาพที่ 1.7.2.4	ภาพรวมอาคารทั้งหมด	12
ภาพที่ 1.7.3.1	ผังอาคาร A ชั้น GROUND FLOOR	13
ภาพที่ 1.7.3.2	ผังอาคาร A ชั้น 1	13
ภาพที่ 1.7.3.3	ผังอาคาร A ชั้น 2	14
ภาพที่ 1.7.3.4	ผังอาคาร A ชั้น 3	14
ภาพที่ 1.7.3.5	ผังอาคาร A ชั้น 4	15
ภาพที่ 1.7.3.6	รูปตัดอาคาร A	15
ภาพที่ 1.7.3.7	รูปด้าน(A,B) อาคาร A	16
ภาพที่ 1.7.3.8	รูปด้าน(C,D) อาคาร A	16
ภาพที่ 1.7.3.9	ผังอาคาร C ชั้น GROUND FLOOR	17
ภาพที่ 1.7.3.10	ผังอาคาร C ชั้น 1	18
ภาพที่ 1.7.3.11	ผังอาคาร C ชั้น 2	18
ภาพที่ 1.7.3.12	ผังอาคาร C ห้องใต้หลังคา	19
ภาพที่ 1.7.3.13	รูปตัดอาคาร C	19
ภาพที่ 1.7.3.14	รูปด้าน(A,B) อาคาร C	20
ภาพที่ 1.7.3.15	รูปด้าน(C,D) อาคาร C	20
ภาพที่ 2.2.1.1.1	แสดงโลโก้และภาพรวมของโครงการ Smart Community Inage	41
ภาพที่ 2.2.1.1.2	แสดงภายในพิตเนสของโครงการ Smart Community Inage	42
ภาพที่ 2.2.1.1.3	แสดงส่วนกิจกรรมของโครงการ Smart Community Inage	42

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพที่ 2.2.1.1.4	แสดงภายในห้องพักของโครงการ Smart Community Inage	44
ภาพที่ 2.2.1.1.5	แสดงภายในห้องพักของโครงการ Smart Community Inage	44
ภาพที่ 2.2.1.2.1	บรรยากาศภายนอกของโครงการ Glenaire retirement community	45
ภาพที่ 2.2.1.2.2	บรรยากาศบริเวณพาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire retirement Community	45
ภาพที่ 2.2.1.2.3	ภายในห้องพักแบบพาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire retirement Community	47
ภาพที่ 2.2.1.2.4	ภายในห้องพักแบบ expansion พาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire Retirement community	47
ภาพที่ 2.2.1.2.5	ผังที่พักแบบบ้านพักเดี่ยวของโครงการ Glenaire retirement community	48
ภาพที่ 2.2.2.1.1	ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 1 ห้องน้ำ	49
ภาพที่ 2.2.2.1.2	ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น	50
ภาพที่ 2.2.2.1.3	ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น	51
ภาพที่ 2.2.2.2.1	แสดงลักษณะการวางผังและการออกแบบของโครงการ สวางคินเวศ	52
ภาพที่ 2.2.2.3.1	ภายนอกอาคาร ALCACER DO SAL FORM	53
ภาพที่ 2.2.2.3.2	ผังห้องพักของโครงการ ALCACER DO SAL FORM	54
ภาพที่ 2.2.2.3.3	ภายในห้องพักของโครงการ ALCACER DO SAL FORM	54
ภาพที่ 2.2.3.1.1	บรรยากาศโดยรอบของโครงการ ชีวาศรม	56
ภาพที่ 2.2.3.1.2	ภายในโครงการ ชีวาศรม	57
ภาพที่ 2.2.3.1.3	ภายในโครงการ ชีวาศรม	57
ภาพที่ 2.2.3.1.4	ภายในโครงการ ชีวาศรม	58
ภาพที่ 2.2.3.2.1	ภายในโครงการ Perfect Heart Fitness center	60
ภาพที่ 2.2.3.2.2	ภายในโครงการ Perfect Heart Fitness center	61
ภาพที่ 2.3.2.1	โลโก้โครงการ Smart Life Elderly Health And Recreation Center	62
ภาพที่ 2.3.3.1.1	พีระมิดประชากรของประเทศไทย พ.ศ.2533,2543,2551 และ2573	63
ภาพที่ 4.1.1.1	แสดงตำแหน่งที่ตั้งจาก Google Earth	145

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพที่ 4.1.2.1	ทัศนียภาพอาคาร	147
ภาพที่ 4.1.2.2	ทัศนียภาพอาคาร	147
ภาพที่ 5.1.1	ภาพผังบริเวณโครงการ	158
ภาพที่ 5.2.1	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น G	159
ภาพที่ 5.2.2	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น 1	159
ภาพที่ 5.2.3	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น 2	160
ภาพที่ 5.2.4	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น G	160
ภาพที่ 5.2.5	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น 1	161
ภาพที่ 5.2.6	ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น 2	161
ภาพที่ 5.3.1	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น G	162
ภาพที่ 5.3.2	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น 1	162
ภาพที่ 5.3.3	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น 2	163
ภาพที่ 5.3.4	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น G	163
ภาพที่ 5.3.5	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น 1	164
ภาพที่ 5.3.6	ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น 2	164
ภาพที่ 5.4.1	รูปตัดอาคาร	165
ภาพที่ 5.5.1	ทัศนียภาพส่วนโถงต้อนรับ	166
ภาพที่ 5.5.2	ทัศนียภาพส่วนคาเฟ่	166
ภาพที่ 5.5.3	ทัศนียภาพส่วน Medical	167
ภาพที่ 5.5.4	ทัศนียภาพส่วน Fitness	129
ภาพที่ 5.5.5	ทัศนียภาพส่วนร้านอาหาร	168
ภาพที่ 5.5.6	ทัศนียภาพส่วนร้านอาหาร	168
ภาพที่ 5.5.7	ทัศนียภาพพื้นที่ต้อนรับส่วนสปา	169
ภาพที่ 5.5.8	ทัศนียภาพห้องนวดสวีดิชส่วนสปา	169
ภาพที่ 5.5.9	ทัศนียภาพส่วน Beauty salon	170
ภาพที่ 5.5.10	ทัศนียภาพส่วน Meditation	170
ภาพที่ 5.5.11	ทัศนียภาพส่วนห้องสมุด	171
ภาพที่ 5.5.12	ทัศนียภาพส่วน Art & Craft	171
ภาพที่ 5.5.13	ทัศนียภาพส่วน Cooking workshop	172
ภาพที่ 5.5.14	ทัศนียภาพส่วน Games room	172

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญภาพ (ต่อ)

ภาพที่ 5.5.15	ทัศนียภาพส่วน Music room	173
ภาพที่ 5.5.16	ทัศนียภาพส่วนที่พัก แบบ single bedroom	173
ภาพที่ 5.5.17	ทัศนียภาพส่วนที่พัก แบบ double bedroom	174
ภาพที่ 5.5.18	ทัศนียภาพส่วนที่พัก แบบ double bedroom	174
ภาพที่ 5.6.1	ภาพวัสดุตัวอย่างภายในโครงการ	175



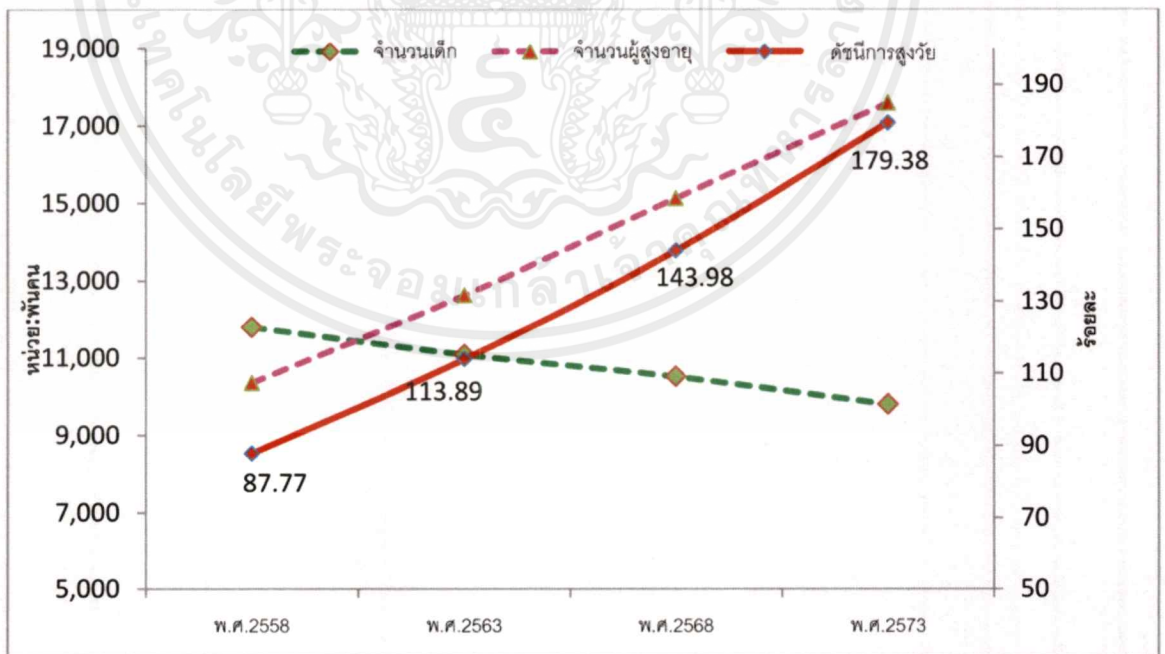
บทที่ 1

บทนำ

1.1 ประวัติความเป็นมา และความสำคัญของโครงการ

เนื่องจากโครงสร้างประชากรของประเทศไทยมีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น (อายุประมาณ 60 ปีขึ้นไป) สาเหตุสำคัญของการเพิ่มสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุอย่างรวดเร็ว เนื่องมาจากปัจจัยสำคัญ 2 ประการ คือ การลดลงของภาวะเจริญพันธุ์หรือการเกิดน้อยลง ซึ่งเป็นผลจากการที่ประเทศไทยประสบผลสำเร็จในนโยบายด้านประชากรและการวางแผนครอบครัว ทำให้อัตราเกิดลดลงอย่างต่อเนื่อง และการลดภาวะการเสียชีวิตทำให้อายุคนไทยยืนยาวขึ้น ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการและการแพทย์ สาธารณสุข และเทคโนโลยี ทำให้อายุขัยประชากรมีอายุยืนยาวขึ้น ดังนั้นประชากรที่อยู่ในวัยสูงอายุ จึงมีอัตราเพิ่มตามไปด้วยส่งผลให้โครงสร้างประชากรของประเทศไทยเปลี่ยนแปลงไปเป็นโครงสร้างแบบผู้สูงอายุ หรืออาจกล่าวได้ว่าประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งในอาเซียนที่เข้าสู่การเป็นสังคมสูงวัย (Aging Society) การเป็นสังคมสูงวัย คือ การที่มีจำนวนผู้สูงอายุหรือประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไป เพิ่มขึ้นจนมากกว่าร้อยละ 10 ของประชากรทั้งหมด

แผนภาพที่ 1.1.1 แสดงแนวโน้มประชากรเด็ก ผู้สูงอายุ และดัชนีการสูงวัย ในช่วง พ.ศ. 2558 - 2573



ที่มา : การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2553 - 2583 จากสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การที่ผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในขณะที่วัยเด็กและแรงงานลดน้อยลงเรื่อยๆ จึงส่งผลกระทบต่อสภาวะทางสังคมและเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ ซึ่งวัยสูงอายุเป็นวัยที่เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกายและสังคม ผู้สูงอายุบางส่วนจึงเกิดการปรับตัวไม่ได้ จะทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตและจะทำให้ปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกายตามมาด้วย ทำให้ต้องมีการจัดระบบการดูแลผู้สูงอายุในระยะยาวให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ทั้งเรื่องการจัดสรรทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่อย่างจำกัด และการจัดสรรสวัสดิการที่จำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ

ปัจจุบันลักษณะครอบครัวในประเทศไทย เป็นลักษณะแบบครอบครัวเดี่ยวมากขึ้น จากการนิยมออกไปตั้งครอบครัวใหม่หลังแต่งงาน ทำให้ผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง ขาดการดูแลเอาใจใส่ หรือมีการดูแลเอาใจใส่ที่ดีแต่ขาดความเข้าใจที่ถูกต้องตามวัย แม้ว่าในประเทศไทยก็มีสถานที่ที่รองรับผู้สูงอายุอยู่หลายแห่งก็ตาม อาทิ บ้านพักคนชรา ศูนย์ดูแลผู้สูงอายุ แต่ก็ยังเป็นสถานที่ที่มีภาพลักษณ์ต่อบุคคลภายนอกที่ไม่ดีนัก และอาจไม่ตอบโจทย์กับกลุ่มผู้สูงอายุที่มีฐานะและรายได้ดี โดยเฉพาะกรุงเทพมหานคร ที่มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่ค่อนข้างมาก และบางส่วนยังสามารถช่วยเหลือตัวเองได้และมีความสามารถ ควรมีพื้นที่สำหรับทำกิจกรรมต่างๆ บางท่านที่ทำงานหนักมาตลอดควรมีชีวิตหลังเกษียณที่มีความสุข ดังนั้นโครงการส่งเสริมสุขภาพชีวิตที่ดีให้กับผู้สูงอายุในอนาคตนี้ จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่สำคัญที่จะตอบสนองความต้องการของคนกลุ่มนี้ได้ จัดตั้งขึ้นเพื่อเข้าไปช่วยเพิ่มคุณค่าให้กับผู้สูงอายุและส่งเสริมกิจกรรมเพื่อรองรับการก้าวเข้าสู่ “สังคมผู้สูงวัยอย่างสมบูรณ์” ซึ่งมีแนวโน้มว่ามีความสำคัญมากขึ้นในสังคมอนาคต

1.2 เหตุผลสนับสนุนการเลือกโครงการ

1. เนื่องด้วยปัจจุบันประชากรผู้สูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น แต่ยังขาดพื้นที่การแบ่งปันประสบการณ์ และความสามารถของผู้สูงอายุที่มีประสิทธิภาพ
2. ขาดสถานที่ส่งเสริมการดูแลสุขภาพ ทั้งทางร่างกายและจิตใจสำหรับผู้สูงอายุ
3. ขาดพื้นที่ทำกิจกรรมที่มีประโยชน์ และเหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพิ่มคุณค่าให้กับผู้สูงอายุ
4. คนทั่วไปหรือบุตรหลานยังขาดความเข้าใจในผู้สูงอายุ หรือแม้กระทั่งตัวผู้สูงอายุเองอาจต้องการข้อมูลหรือคำปรึกษา จึงควรมีพื้นที่ให้ข้อมูล ประชาสัมพันธ์และให้คำปรึกษาเฉพาะด้านเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

1.3 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อเป็นพื้นที่พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และประกอบกิจกรรมที่สนใจเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ
2. เพื่อเป็นสถานที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้กับผู้สูงอายุ
3. เพื่อเป็นที่พักอาศัยระยะยาวและชั่วคราวสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อบุตรหลานติดภารกิจที่ไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้หรือเมื่อผู้สูงอายุต้องการเปลี่ยนบรรยากาศในการพักผ่อน

1.4 กลุ่มเป้าหมาย

ตารางที่ 1.4.1 ตารางแสดงกลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย	ลักษณะและความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย	จำนวน (%)
1. ผู้สูงอายุ 60 ปีขึ้นไปที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้	<ul style="list-style-type: none"> - เป็นผู้ที่เกี่ยวข้องอายุการทำงาน และว่างงาน ต้องการหากิจกรรมทำ เพื่อให้ร่างกายและจิตใจแข็งแรง - ผู้ที่ต้องการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ กับกลุ่มคนใหม่ๆหลากหลายอาชีพ และกลุ่มคนต่างวัย - ผู้ที่ต้องการเรียนรู้ และรับข้อมูลข่าวสารที่เป็นประโยชน์แก่ตนเอง - กลุ่มคนที่ต้องการหาคุณค่าให้กับตัวเอง โดยไม่คิดว่าตัวเองเป็นภาระของลูกหลาน 	70%
2. บุคคลทั่วไป คนในครอบครัว หรือผู้ติดตาม	<ul style="list-style-type: none"> - คนในครอบครัวสามารถเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับผู้สูงอายุ - เป็นสถานที่พัฒนาบุคลากรและครอบครัว เพื่อดูแลผู้สูงอายุอย่างเหมาะสม - แลกเปลี่ยนความคิดและทำกิจกรรมร่วมกับผู้สูงอายุนำข้อมูลที่ได้ไปปรับใช้กับผู้สูงอายุที่บ้าน 	30%

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.5 ภาพลักษณ์ของโครงการ

โครงการเสนอแนะศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ทไลฟ์ เป็นสถานที่สำหรับผู้สูงอายุที่ต้องการดูแลสุขภาพ และพำนักระยะยาว โดยมุ่งเน้นในเรื่องของการดูแลสุขภาพกาย และสุขภาพจิตแบบครบวงจร ตั้งอยู่ในพื้นที่ที่สภาพแวดล้อมที่ดี บรรยากาศรอบข้างค่อนข้างสงบ ไม่วุ่นวาย เหมาะแก่การพักผ่อนและสงบจิตใจของผู้สูงอายุ ภายในโครงการประกอบด้วยพื้นที่ทำกิจกรรม ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เน้นที่การดูแลสุขภาพและโภชนาการที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุ เพื่อสร้างจุดขายเฉพาะตัว เพื่อช่วยฟื้นฟูร่างกายและชะลอการเกิดโรคต่างๆของผู้สูงอายุ โดยมีผู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆและเจ้าหน้าที่คอยดูแลในทุกกิจกรรม กิจกรรมในโครงการเป็นกิจกรรมที่ช่วยชะลอและแก้ไข้ปัญหาทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้ได้มากที่สุด

1.6 ที่ตั้งของโครงการ

1.6.1 ที่ตั้งโครงการที่ 1

พิกัดที่ตั้ง 13.909152, 100.753848

อยู่ติดถนนไมตรีจิต แขวงสามวาตะวันออก เขตคลองสามวา จังหวัดกรุงเทพมหานคร

อาณาเขตของที่ตั้ง

ทิศเหนือ ติดกับ ถนนไมตรีจิต

ทิศใต้ ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่ง

ทิศตะวันออก ติดกับ บ้านพักอาศัยและบริเวณพื้นที่โล่ง

ทิศตะวันตก ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่ง

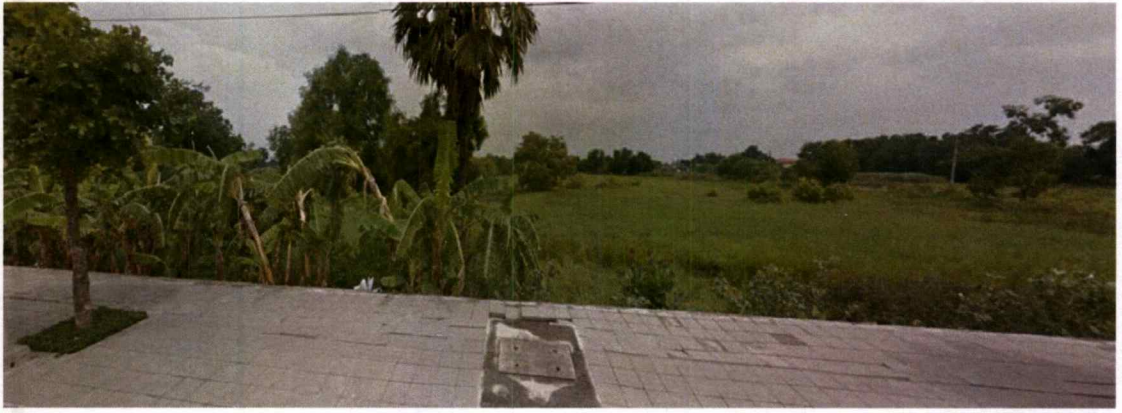
ลักษณะที่ตั้ง เป็นพื้นที่โล่ง มีหญ้าปกคลุมและมีต้นไม้กระจายตามพื้นที่ มีบ่อน้ำทางด้านทิศตะวันออก ไม่มีความลาดชัน โดยรอบส่วนใหญ่เป็นที่ว่างมีบ้านพักอาศัยเล็กน้อย บรรยากาศค่อนข้างเงียบสงบ มลพิษน้อย

พื้นที่โครงการทั้งหมด ประมาณ 49 ไร่



ภาพที่ 1.6.1.1 แสดงขอบเขตของที่ตั้งโครงการที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 1.6.1.2 แสดงลักษณะที่ตั้งที่ 1



ภาพที่ 1.6.1.3 แสดงลักษณะที่ตั้งที่ 1



ภาพที่ 1.6.1.4 แสดงสภาพแวดล้อมทางทิศตะวันออกของที่ตั้งที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 1.6.1.5 แสดงสภาพแวดล้อมทางทิศตะวันตกของที่ตั้งที่ 1

การเข้าถึงโครงการ

การเดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัว สามารถมาจากทางด่วนรามอินทรา-อาจณรงค์ ตัดเข้าไปยังถนนหทัยราษฎร์ เข้าซอยราษฎร์นิมิตร เลี้ยวซ้ายไปทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 3592(ถนนนิมิตใหม่) กลับรถและเลี้ยวเข้าถนนไมตรีจิต หรือมาทางถนนรามคำแหง เลี้ยวซ้ายไปทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 3592(ถนนนิมิตใหม่) กลับรถและเลี้ยวเข้าถนนไมตรีจิต ที่ตั้งโครงการอยู่ระหว่าง ซอยไมตรีจิต 6 และ ซอยไมตรีจิต 8

การเดินทางโดยขนส่งสาธารณะ รถแท็กซี่มอเตอร์และรถสองแถว

สถานที่ใกล้เคียง

- โรงพยาบาลในเขตคลองสามวา (อยู่ฝั่งตรงข้าม กำลังสร้างปัจจุบันเป็นตัวอาคารแล้ว)
- โรงพยาบาลนวมินทร์
- โรงพยาบาลสินแพทย์
- โรงพยาบาลพรตนาราชธานี
- หมู่บ้านเอื้อสุข 3, หมู่บ้านเอื้อสุข 2, หมู่บ้านเค.ซี. การ์เด็น โฮม
- สถานีตำรวจนครบาลนิมิตใหม่
- ห้างสรรพสินค้า Big C สาขาสุวินทวงศ์
- ห้างสรรพสินค้า Tesco Lotus สาขาสุวินทวงศ์

ข้อดี - สามารถรองรับอาคารได้ และพื้นที่สามารถต่อขยายภายในอนาคตได้

- มีระบบสาธารณูปโภคครบครัน
- มีโรงพยาบาลอยู่ฝั่งตรงข้าม ซึ่งจำเป็นในกรณีฉุกเฉิน
- มีสภาพแวดล้อมที่ดี บรรยากาศรอบข้างค่อนข้างสงบ ไม่วุ่นวาย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ปัญหา - ไม่มีการบริการขนส่งสาธารณะถึงหน้าโครงการนอกจากรถแท็กซี่

1.6.2 ที่ตั้งโครงการที่ 2

พิกัดที่ตั้ง 13.720530, 100.793581

ติดถนนหลวงแพ่ง แขวงทับยาว เขตลาดกระบัง จังหวัดกรุงเทพมหานคร

อาณาเขตของที่ตั้ง ติดเหนือ ติดกับ ถนนหลวงแพ่ง
 ติดใต้ ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่ง
 ติดตะวันออก ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่งและอาคารพักอาศัย
 ติดตะวันตก ติดกับ อาคารที่พักอาศัย สถานีตำรวจนครบาลจรเข้
 น้อย และสถานีดับเพลิงลาดกระบัง

ลักษณะที่ตั้ง เป็นพื้นที่โล่ง มีหญ้าปกคลุม ไม่มีความลาดชัน โดยรอบเป็นอาคารพักอาศัย
 และที่ว่าง รอบข้างเป็นที่โล่งและที่พักอาศัย อยู่ในเขตชุมชนแต่บรรยากาศค่อนข้างสงบ ไม่วุ่นวาย
พื้นที่โครงการทั้งหมด ประมาณ 50 ไร่



ภาพที่ 1.6.2.1 แสดงขอบเขตของที่ตั้งโครงการที่ 2



ภาพที่ 1.6.2.2 แสดงลักษณะและสภาพแวดล้อมที่ตั้งที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 1.6.2.3 แสดงด้านหน้าที่ตั้งที่ 2

การเข้าถึงโครงการ

การเดินทางโดยรถยนต์ส่วนตัว ใช้เส้นทาง มอเตอร์เวย์ กรุงเทพ-ชลบุรี ทางไปสนามบินสุวรรณภูมิ ใช้ทางออกอ่อนนุช-ลาดกระบัง เข้าสู่ถนนหลวงแพ่ง หรือใช้เส้นทางลาดกระบัง วังเข้าถนนหลวงแพ่ง

การเดินทางโดยขนส่งสาธารณะ เดินทางโดยรถเมล์สาย 517 หรือรถไฟฟ้าแอร์พอร์ตลิงค์ มาลงที่สถานีลาดกระบัง ออกที่ทางออกหมายเลข 2 และเรียกบริการรถแท็กซี่มิเตอร์หรือรถสองแถว

สถานที่ใกล้เคียง

- โรงพยาบาลลาดกระบัง
- โรงพยาบาลจุฬารัตน์ 8
- สถานีตำรวจนครบาลจระเข้เงิน้อย
- ห้างสรรพสินค้า Seacon Square
- สนามบินสุวรรณภูมิ

ข้อดี - สามารถรองรับอาคารได้ และพื้นที่สามารถต่อขยายภายในอนาคตได้

- มีระบบสาธารณูปโภคครบครัน
- มีถนนสายหลักวิ่งผ่าน ทำให้สามารถเข้าถึงได้ง่าย

ปัญหา - ไม่ใกล้โรงพยาบาลเท่ากับที่ตั้งที่ 1

- บริเวณโดยรอบเป็นพื้นที่ชุมชน และถนนด้านหน้าเป็นถนนหลัก อาจมีมลภาวะรบกวน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดก็ตาม ทั้งนี้ห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.6.3 การพิจารณาที่ตั้งโครงการ

พิจารณาที่ตั้งโครงการ โดยใช้เกณฑ์การพิจารณาในด้านต่างๆเพื่อทำการเปรียบเทียบ จึงพิจารณาโดยให้ค่าคะแนนในด้านต่างๆ ตามเกณฑ์ดังต่อไปนี้

ระดับ 4 มีความเหมาะสมมาก, ดีมาก

ระดับ 3 มีความเหมาะสม, ดี

ระดับ 2 มีความเหมาะสมปานกลาง

ระดับ 1 ไม่มีความเหมาะสม

ตารางที่ 1.6.1 แสดงการพิจารณาการเลือกที่ตั้งโครงการ

ลักษณะพึงประสงค์ของที่ตั้ง	ที่ตั้งโครงการ 1	ที่ตั้งโครงการ 2
1. ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ		
1.1 พื้นที่มีทัศนียภาพที่สวยงาม บรรยากาศที่ดี และมีภูมิอากาศที่เหมาะสม	4	2
1.2 มีทัศนียภาพที่สวยงาม	3	3
2. ความสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมด้านผังเมือง		
2.1 พื้นที่ที่มีความเป็นส่วนตัว ไม่พลุกพล่าน	4	3
2.2 พื้นที่ไม่ควรตั้งใกล้เขตมลพิษต่างๆ	4	3
3. ความเอื้ออำนวยของพื้นที่ต่อการตั้งโครงการ	3	4
4. ระบบสาธารณูปโภค สิ่งอำนวยความสะดวก และบริการทางด้านสาธารณสุข	4	4
5. ด้านการลงทุน	3	3
6. การเข้าถึงโครงการ	3	4
รวม	28	26

จากตารางที่ 1.6.1 สัดส่วนคะแนนของที่ตั้งที่ 1 มีค่ามากที่สุด สามารถสรุปได้ว่าพื้นที่ตั้งโครงการคือ ที่ตั้งโครงการที่ 1

1.7 ลักษณะอาคารของโครงการ

ข้อมูลอาคาร

ชื่อโครงการ Thana City Golf and Sport Club Bangna, Bangkok

ขนาดพื้นที่ (โดยประมาณ)

อาคารที่นำมาใช้คือ อาคาร A และ C

พื้นที่ภายในอาคาร A :	ชั้น G	6,930 ตร.ม.
	ชั้น 1	6,420 ตร.ม.
	ชั้น 2	2,085 ตร.ม.
	ชั้น 3	2,220 ตร.ม.
	ชั้น 4	175 ตร.ม.
พื้นที่ภายในอาคาร C :	ชั้น G	995 ตร.ม.
	ชั้น 1	800 ตร.ม.
	ชั้น 2	1,175 ตร.ม.
	ชั้นใต้หลังคา	100 ตร.ม.

รวมพื้นที่ภายในอาคารทั้งหมดประมาณ : 20,900 ตร.ม.

1.7.1 ลักษณะพึงประสงค์ของอาคาร

1. อาคารต่างๆมีการเชื่อมต่อกันอย่างต่อเนื่อง และมีหลังคาตรงส่วนที่เชื่อมต่อกันระหว่างอาคารแต่ละหลัง
2. มีรูปลักษณะของที่อยู่เป็นกลางและสมัยใหม่
3. เป็นอาคารที่มีจำนวนชั้นไม่มาก เพื่อเอื้อต่อผู้สูงอายุ
4. อาคารมีการระบายอากาศได้ดี สามารถป้องกันแดดและฝนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.7.2 การวิเคราะห์ของอาคาร

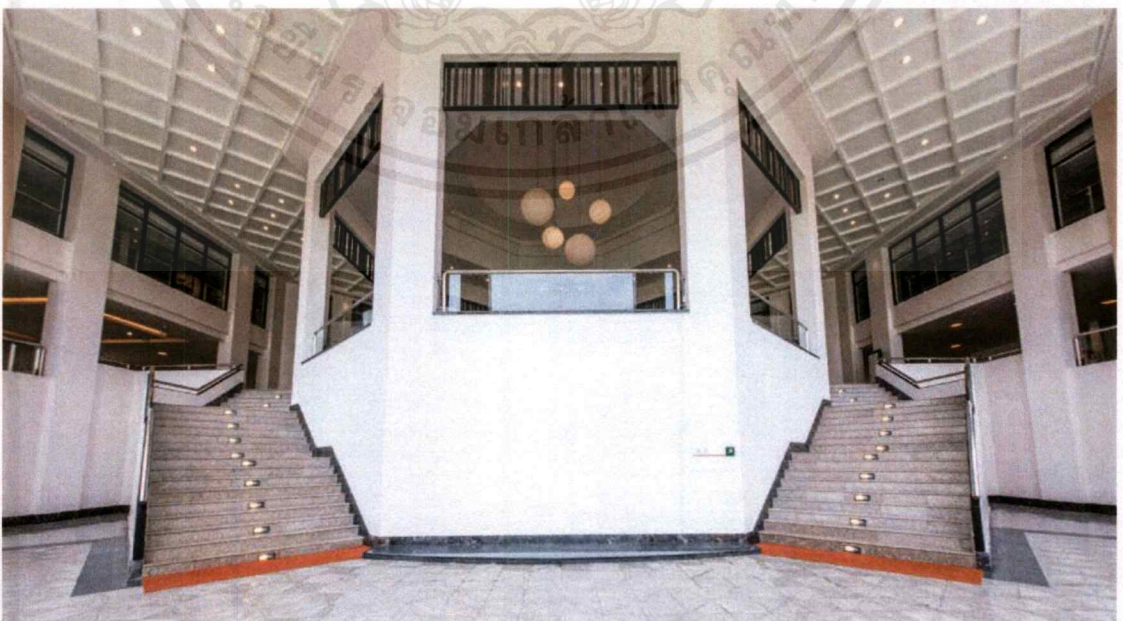
ลักษณะเด่นของอาคาร คือ ส่วนกลางเป็นลักษณะ 8 เหลี่ยม โดยใช้ระบบเสาและคานารับน้ำหนัก เสาที่ใช้รับน้ำหนักเป็นปีกยื่นออกจากเสาสี่เหลี่ยมกางเป็นมุม 135 องศา ตามมุมทั้ง 8 มุม อาคารหลักมีลักษณะอาคารเป็นรูปตัว U โดยมีด้านหลังเป็นสระว่ายน้ำ รูปแบบอาคารเป็นแบบสมัยใหม่ ตัวอาคารฉาบปูนทาสีเรียบไม่มีการตกแต่งลวดลาย มีการเจาะช่องแสงสี่เหลี่ยม รอบตัวอาคารเป็นการสร้างปริมาตรของอาคารให้เกิดแสงและเงา เป็นจังหวะช่วยลดทอนความทื่อทะทึงของอาคารด้วย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การจัดวางอาคารใช้องค์ประกอบให้เกิดแกน Axis เพื่อสร้างความรู้สึกที่สง่าและเข้มแข็ง สร้างความต่อเนื่องระหว่างที่ว่างด้วย Green Space จากตัวถนนเข้ามาจะเห็นแนวต้นปาล์มเป็นระยะค่อนข้างมาก บรรยากาศสื่อลักษณะกึ่งรีสอร์ท เน้นทางเข้าอาคารประกอบกับสวน ด้านหน้าทางเข้าอาคาร เป็น Ramp เล่นระดับขึ้นมา 4 เมตร ทำให้บริเวณนี้เป็นลักษณะโถง Outdoor ก่อนที่จะแยกไปยังอาคารต่างๆ

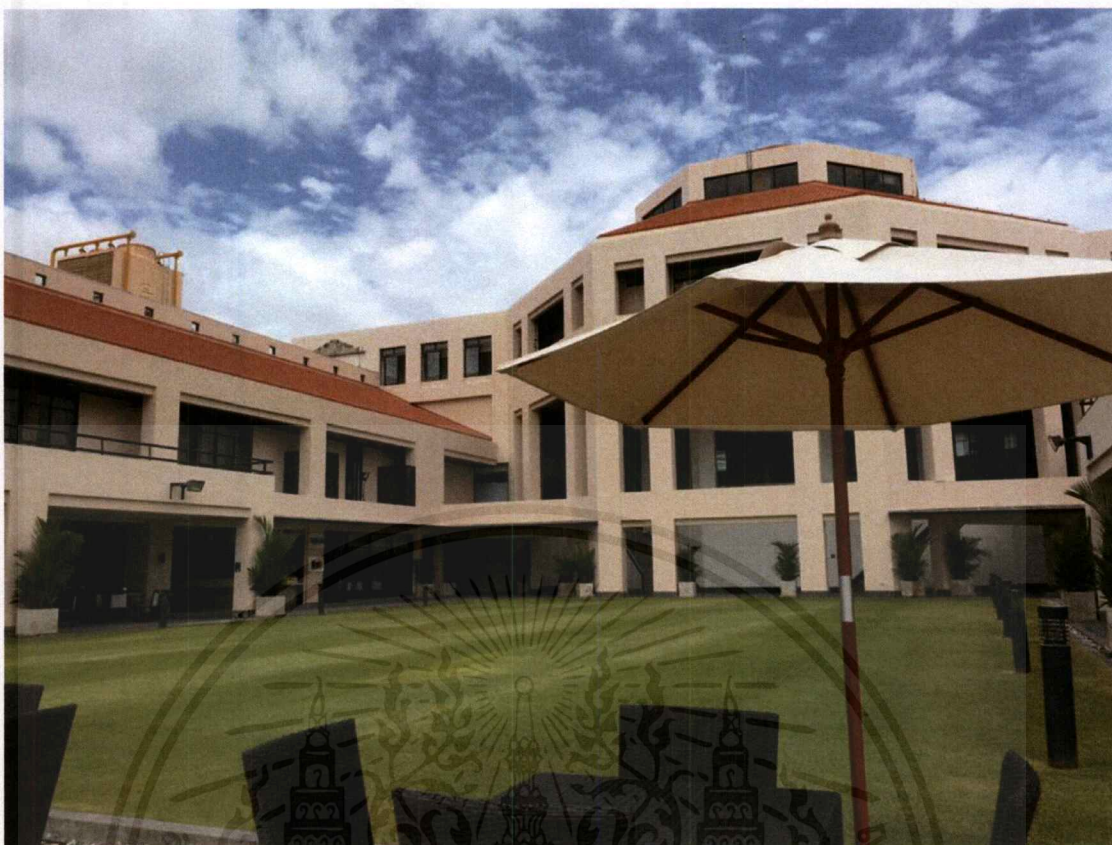


ภาพที่ 1.7.2.1 ภาพบริเวณสนามหญ้า ตรงกลางอาคาร



ภาพที่ 1.7.2.2 ภาพภายในอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



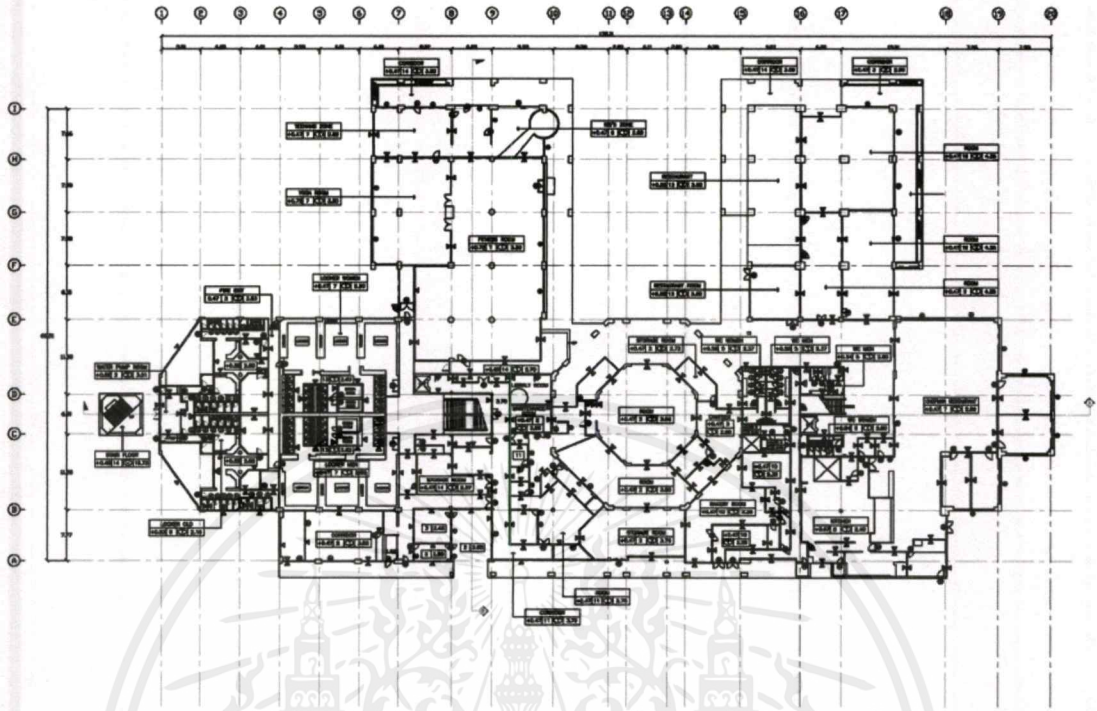
ภาพที่ 1.7.2.3 ภาพอาคาร A



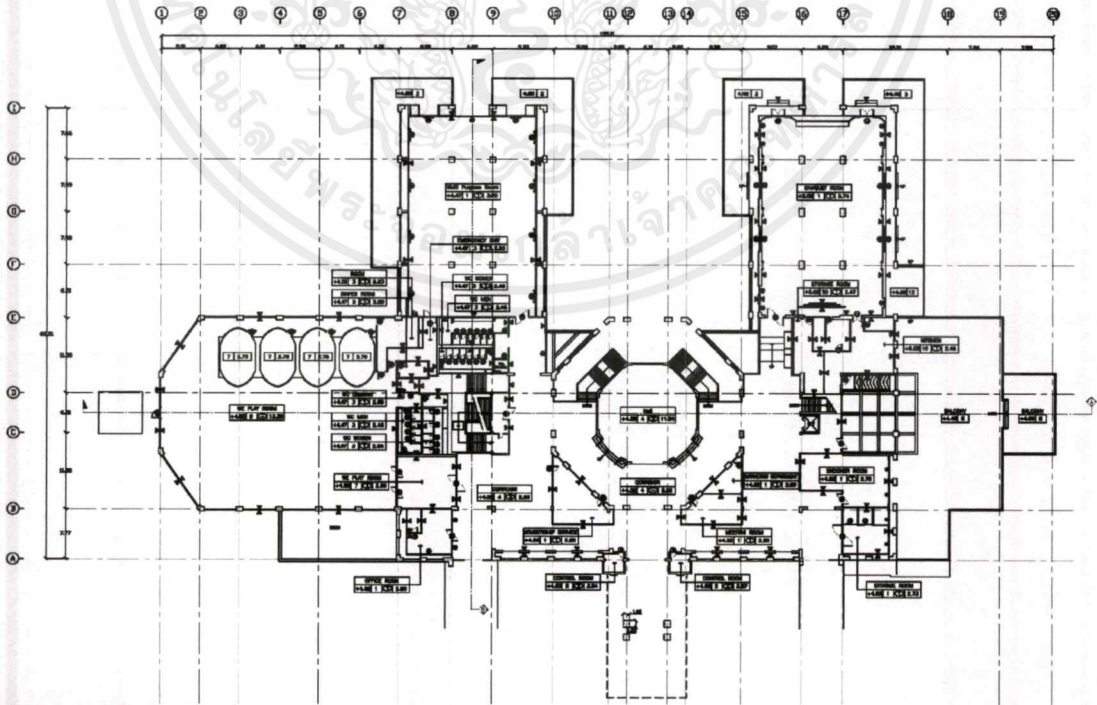
ภาพที่ 1.7.2.4 ภาพรวมอาคารทั้งหมด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.7.3 แบบอาคาร

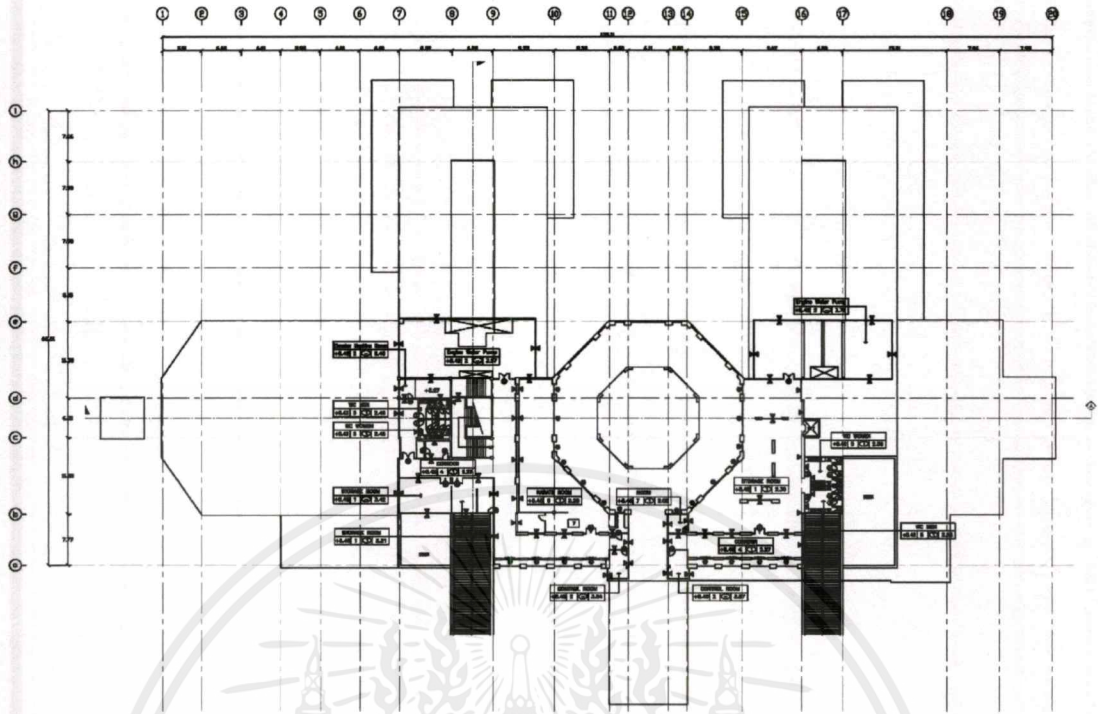


ภาพที่ 1.7.3.1 ผังอาคาร A ชั้น GROUND FLOOR

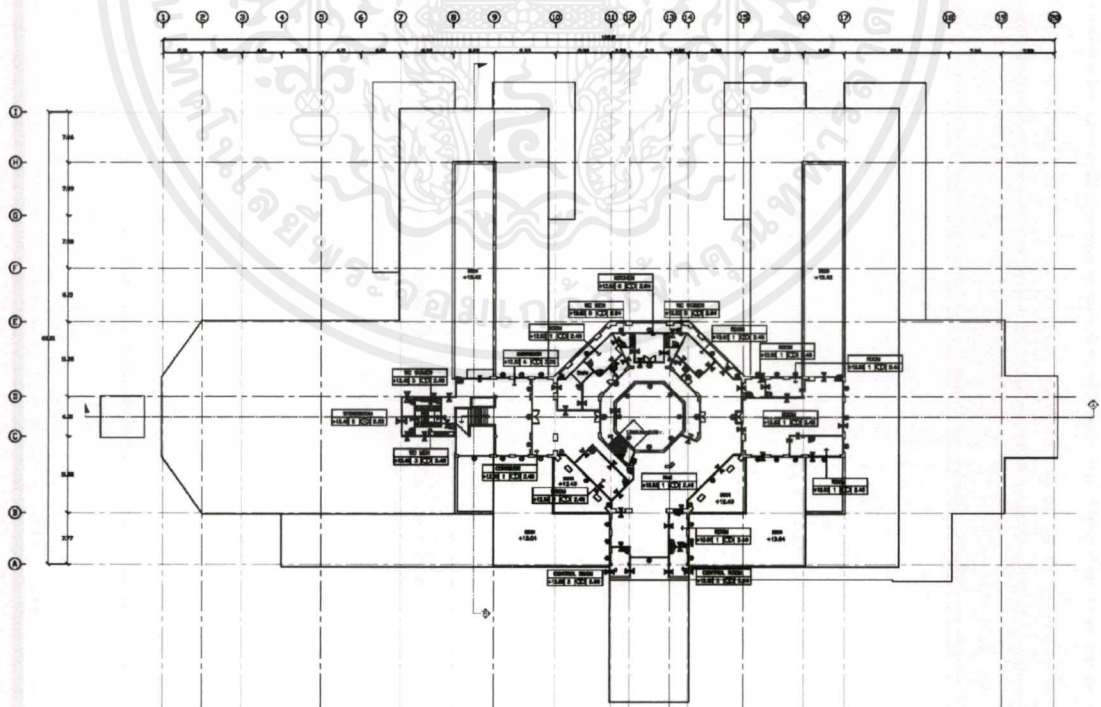


ภาพที่ 1.7.3.2 ผังอาคาร A ชั้น 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

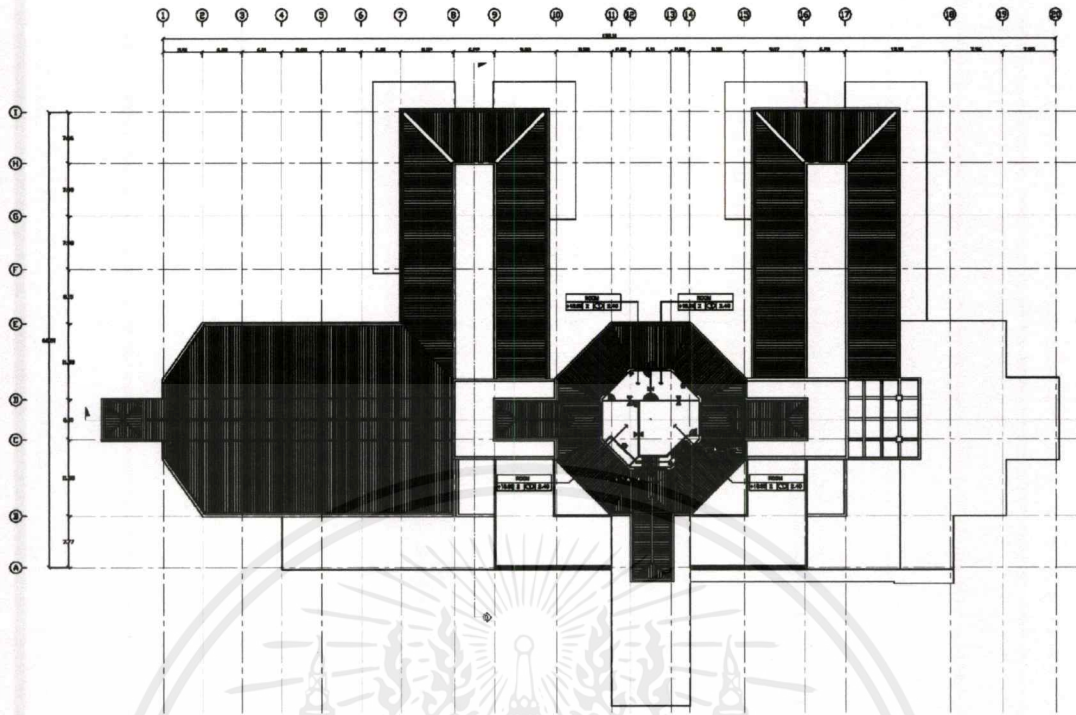


ภาพที่ 1.7.3.3 ผังอาคาร A ชั้น 2

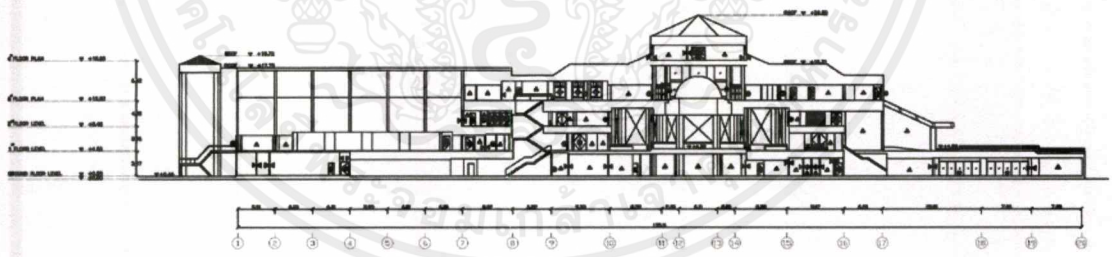


ภาพที่ 1.7.3.4 ผังอาคาร A ชั้น 3

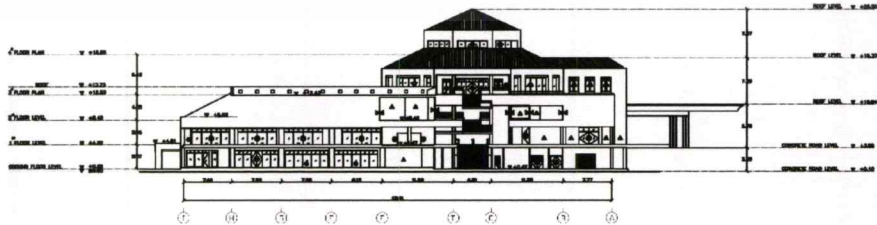
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 1.7.3.5 ผังอาคาร A ชั้น 4



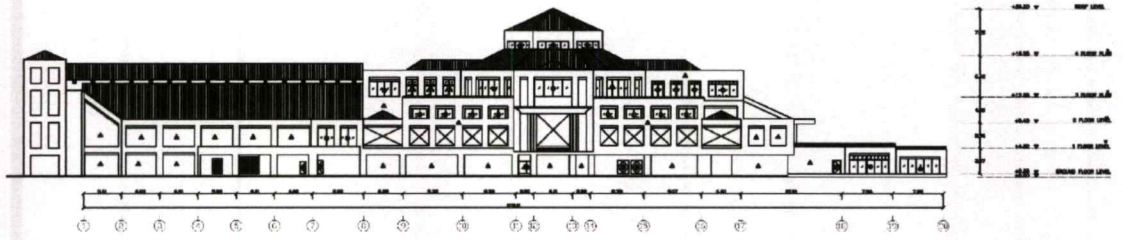
SECTION A



SECTION B

ภาพที่ 1.7.3.6 รูปตัดอาคาร A

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ELEVATION A



ELEVATION B

ภาพที่ 1.7.3.7 รูปด้าน(A,B) อาคาร A



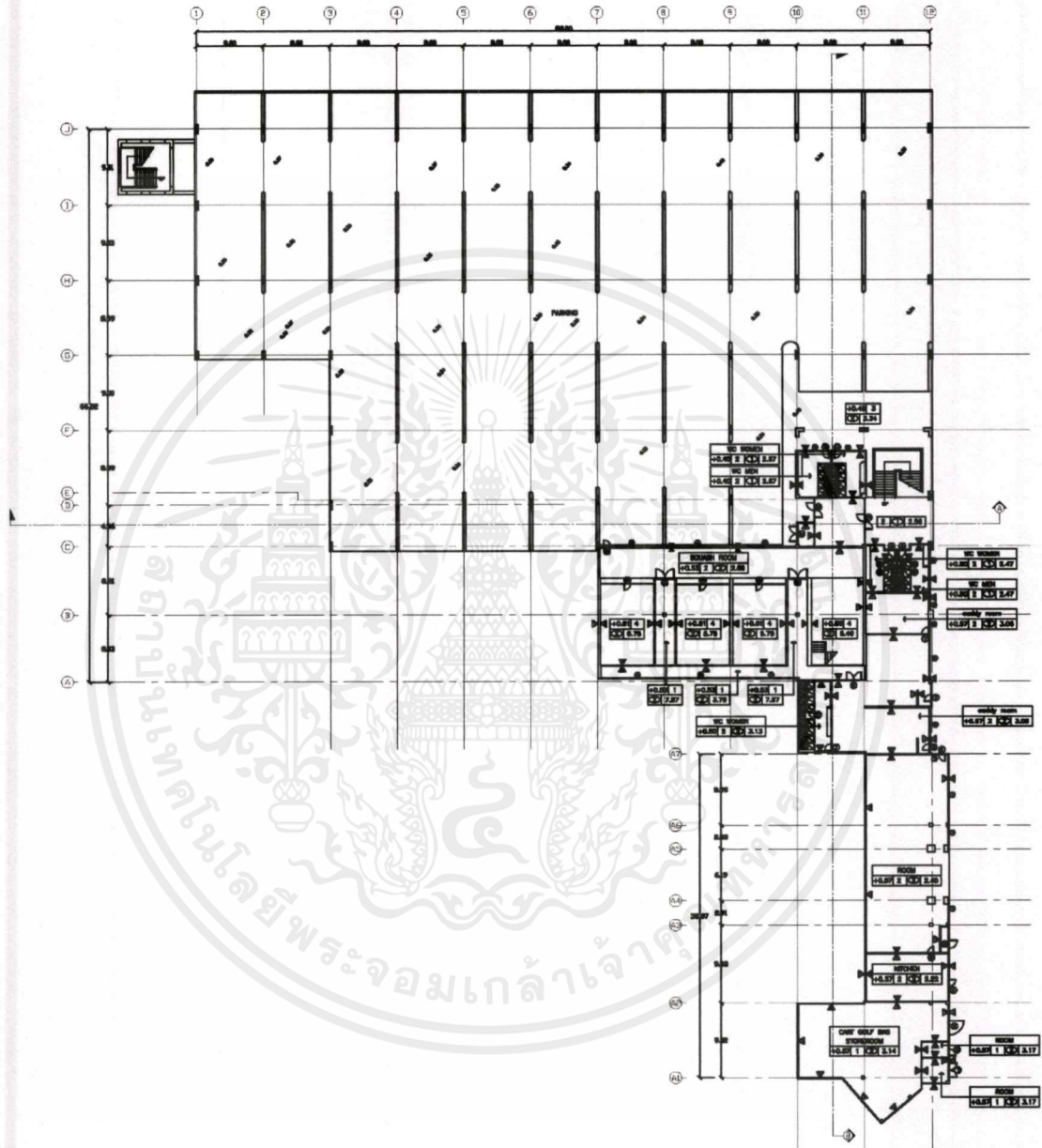
ELEVATION C



ELEVATION D

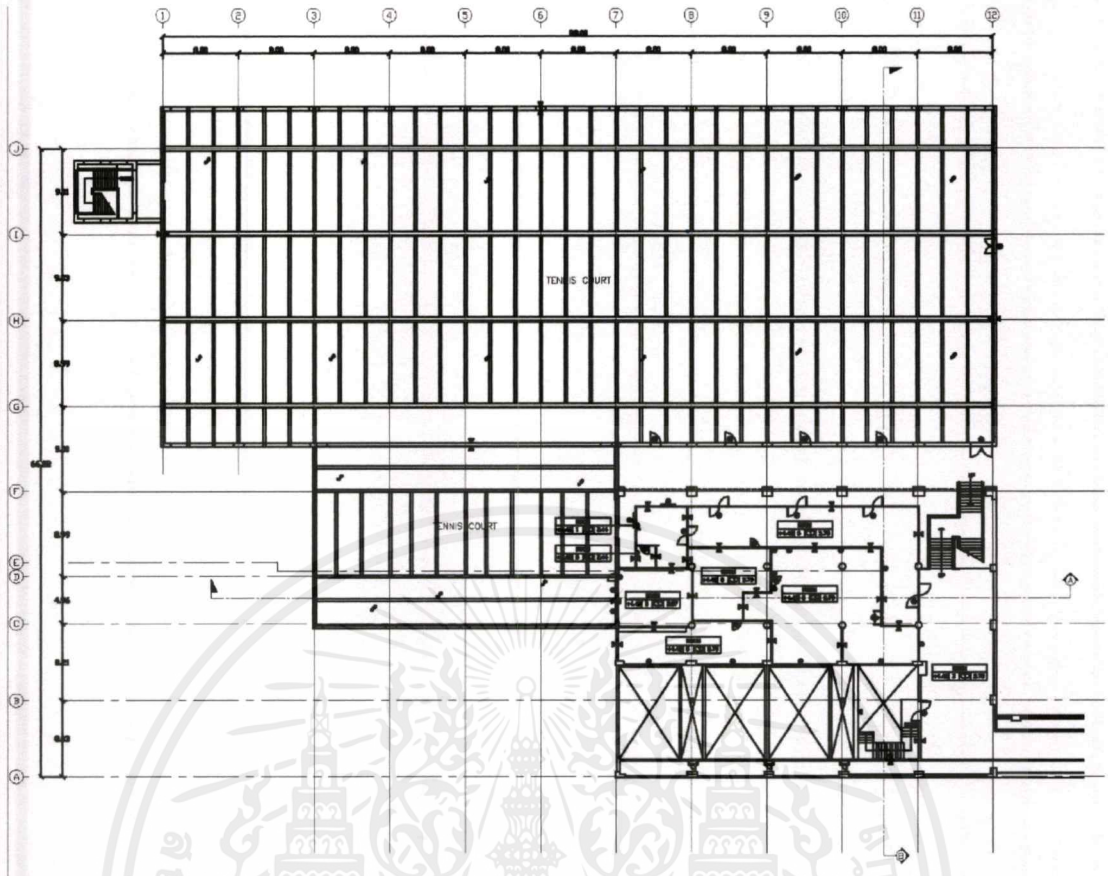
ภาพที่ 1.7.3.8 รูปด้าน(C,D) อาคาร A

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

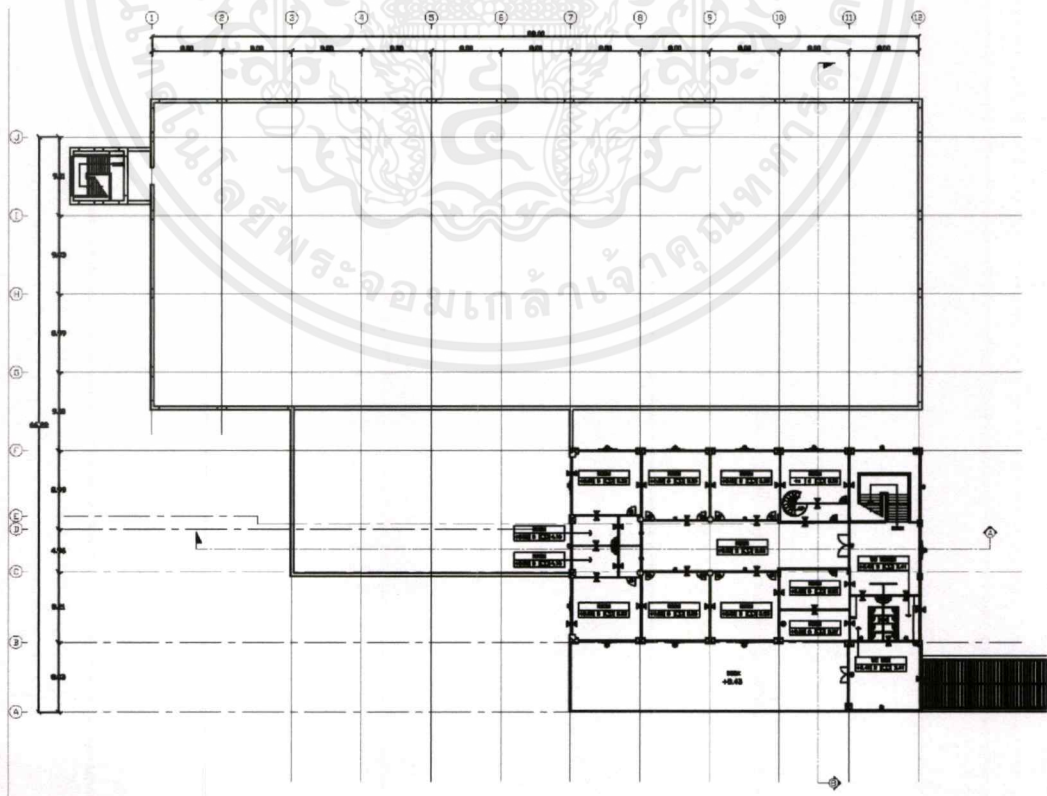


ภาพที่ 1.7.3.9 ผังอาคาร C ชั้น GROUND FLOOR

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

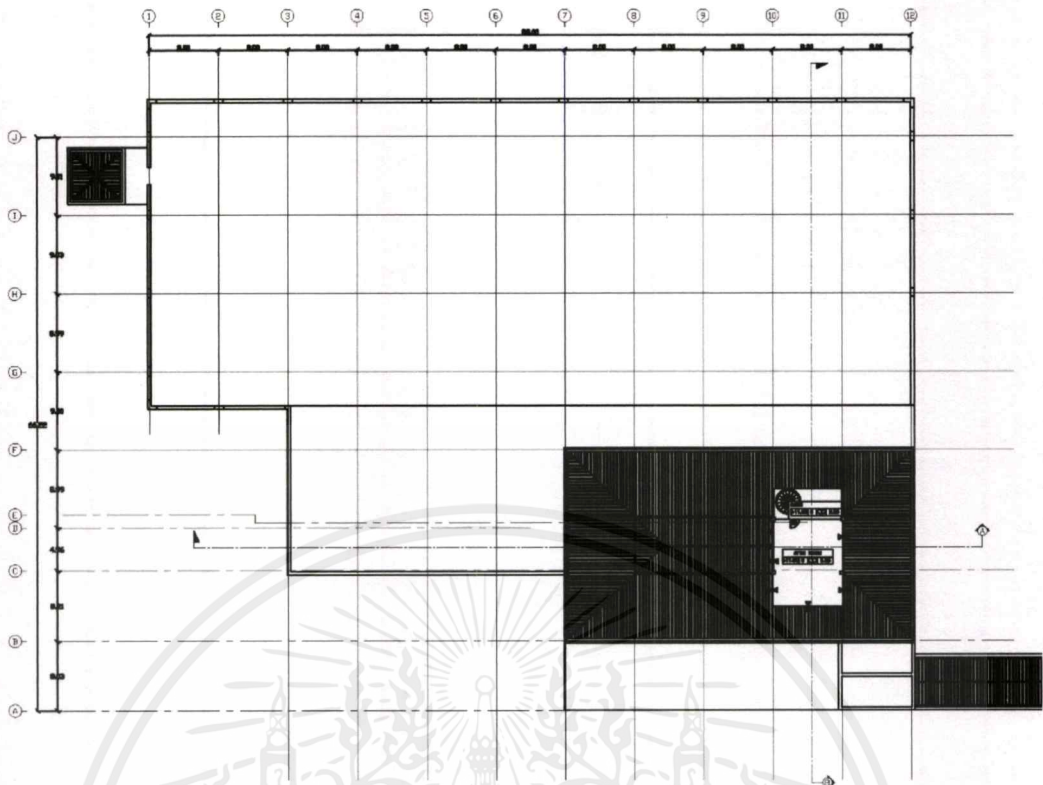


ภาพที่ 1.7.3.10 ผังอาคาร C ชั้น 1

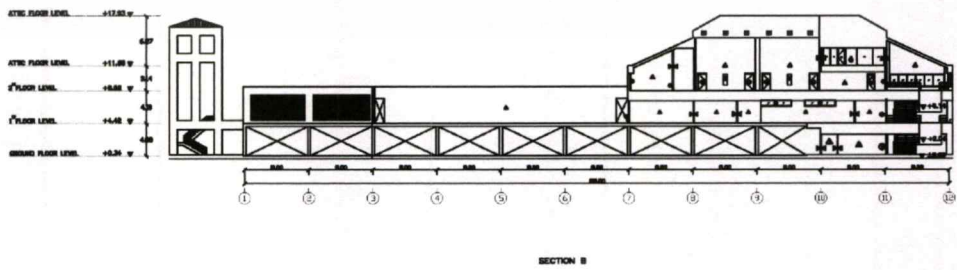
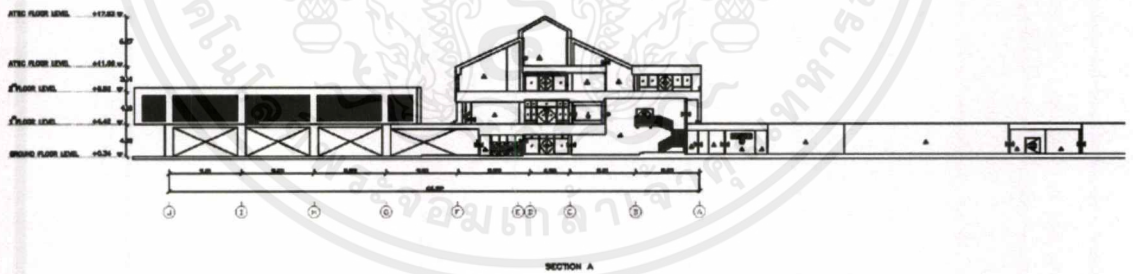


ภาพที่ 1.7.3.11 ผังอาคาร C ชั้น 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

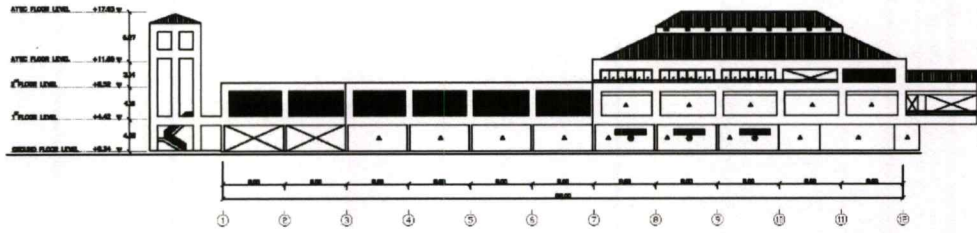


ภาพที่ 1.7.3.12 ผังอาคาร C หอใต้หลังคา

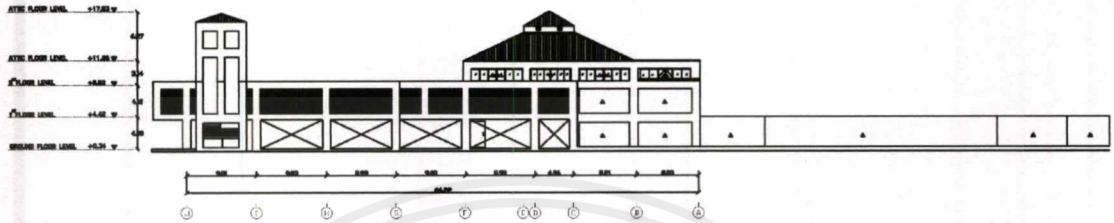


ภาพที่ 1.7.3.13 รูปตัดอาคาร C

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

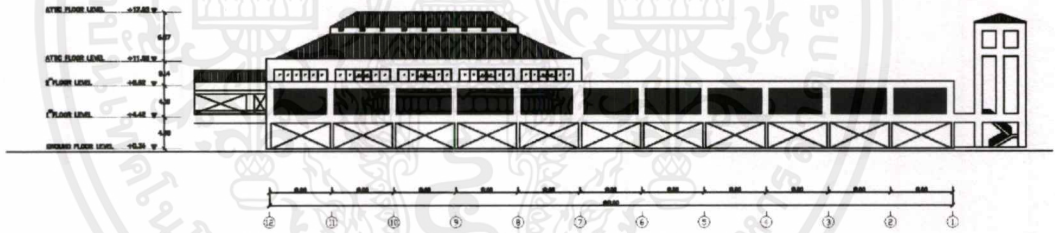


ELEVATION A

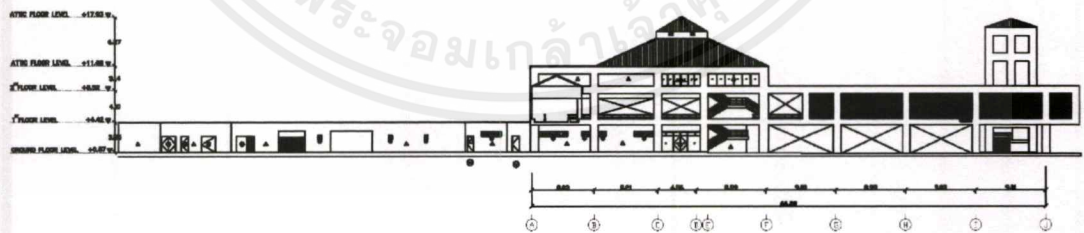


ELEVATION B

ภาพที่ 1.7.3.14 รูปด้าน(A,B) อาคาร C



ELEVATION C



ELEVATION D

ภาพที่ 1.7.3.15 รูปด้าน(C,D) อาคาร C

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.8 องค์ประกอบของโครงการ

ตารางที่ 1.8.1 ตารางแสดงองค์ประกอบของโครงการ

วัตถุประสงค์	กิจกรรม	องค์ประกอบ
1. เพื่อเป็นพื้นที่พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และ ประกอบกิจกรรมที่สนใจ เหมาะสม สำหรับผู้สูงอายุ	- การทำกิจกรรมนันทนาการ ภายใน - จัดการพื้สมมนาผู้สูงอายุ แบบอย่างในการใช้ชีวิต - พุดคุย พบปะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประสบการณ์	- Workshop area - Game room - Music room - Restaurant - Cafe - Library
2. เพื่อเป็นสถานที่ช่วยส่งเสริม สุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและ จิตใจให้กับผู้สูงอายุ	- การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ - ประกอบกิจกรรมเข้าจังหวะ - ให้ความรู้เกี่ยวกับการดูแล สุขภาพ และตรวจสุขภาพ	- Exercise club - Swimming pool - Spa - Medical area - Salon - Meditation room
3. เพื่อเป็นที่พักอาศัยระยะยาว และชั่วคราวสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อ บุตรหลานติดภารกิจที่ไม่สามารถ ดูแลผู้สูงอายุได้หรือเมื่อผู้สูงอายุ ต้องการเปลี่ยนบรรยากาศในการ พักผ่อน	- พักอาศัยระยะยาวและชั่วคราว - การบริการทั่วไป	- Single bedroom - Double bedroom - Community Area

1.9 ขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ

ตารางที่ 1.9.1 ตารางแสดงขอบเขตและขอบข่ายของโครงการ

องค์ประกอบ	ขอบข่าย	ขอบเขต
1. ส่วนต้อนรับ		
1.1 พื้นที่โล่งต้อนรับ (Lobby)		
- เคาน์เตอร์ต้อนรับ (Reception)	●	●
- พื้นที่ส่วนพักคอย (Waiting Area)	●	●

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบ	ขอบข่าย	ขอบเขต
- ห้องน้ำ (W.C.)	●	●
2. ส่วนร้านอาหารและครัว 2.1 ร้านอาหารและ All day dining (Restaurant and all day dining) 2.2 ห้องเตรียมอาหารและพื้นที่ครัว (Preparation area and main kitchen) 2.3 คาเฟ่ (Café) 2.4 ห้องเก็บของ (Storage) 2.5 ห้องน้ำ (W.C.)	● ● ● ● ●	● ● ● ● ●
3. ส่วนนันทนาการและพบปะสังสรรค์ 3.1 พื้นที่ทำกิจกรรมเรียนรู้ (Workshop area) - ส่วนต้อนรับ (reception) - ส่วนทำกิจกรรมเรียนรู้การทำอาหาร (Cooking workshop) - ห้องบรรยาย (Lecture room) - ห้องเก็บของ (Storage) - ห้องน้ำ (W.C.) 3.2 พื้นที่ทำกิจกรรมต่างๆ (Activities area) - ห้องสมุด (library) - ห้องเกม (Games room) - ห้องทำกิจกรรมงานสร้างสรรค์ (Art and craft studio) - ห้องดนตรี (Music room) - พื้นที่พบปะพูดคุย (Community area) - ห้องเก็บของ (Storage) - ห้องน้ำ (W.C.)	● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●	● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●
4. ส่วนบริการด้านสุขภาพและความงาม 4.1 พื้นที่ส่วนสปาและความงาม (Spa & Beauty salon) - พื้นที่ส่วนต้อนรับ (Reception) - ห้องนวด (Massage room) - ส่วนอาบน้ำ (Shower)	● ● ●	● ● ●

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น เมื่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบ	ขอบข่าย	ขอบเขต
- ส่วนบริการด้านความงาม (Beauty salon) - ห้องทำสมาธิ (Meditation room)	● ●	● ●
4.2 พื้นที่ส่วนพยาบาลและตรวจสุขภาพ (Medical area)	●	●
4.3 พื้นที่ออกกำลังกายในร่ม (Exercise club)		
- ส่วนฟิตเนส (Fitness Area)	●	●
- ส่วนห้องโยคะและห้องเต้นรำ (Yoga and dance room)	●	●
- ห้องเก็บของและห้องน้ำสำหรับผู้ที่มาออกกำลังกาย (Locker)	●	●
4.4 พื้นที่ออกกำลังกายกลางแจ้ง (Exercise yard)		
- สระว่ายน้ำ (Swimming pool)	●	
- ห้องเก็บของและห้องน้ำสำหรับผู้ที่มาใช้สระว่ายน้ำ (Locker)	●	
5. ส่วนที่พัก		
5.1 โถง (Lobby)	●	●
5.2 ห้องพักเตียงเดี่ยว	●	●
5.3 ห้องพักเตียงคู่	●	●
6. ส่วนสำนักงานและบริการ		
6.1 พื้นที่สำนักงาน		
- สำนักงานฝ่ายบริหาร	●	
- สำนักงานฝ่ายธุรการ	●	
- สำนักงานฝ่ายบัญชี-การเงิน	●	
- สำนักงานฝ่ายประสานงาน	●	
- สำนักงานฝ่ายประชาสัมพันธ์	●	
6.2 ห้องเก็บของ (Storage)	●	
6.3 ห้องน้ำ (W.C.)	●	
6.4 พื้นที่จอดรถ (Car park)	●	

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 2

ข้อมูลทั่วไป และข้อมูลสนับสนุนโครงการ

2.1 ข้อมูลทั่วไปของโครงการ

2.1.1 ข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

คำจำกัดความหรือข้อตกลงเกี่ยวกับคำว่า “ผู้สูงอายุ” นั้น องค์การ สหประชาชาติ ไม่ได้มีการกำหนดเกณฑ์อายุเริ่มต้นที่เป็นมาตรฐาน เพียงยอมรับโดยทั่วไปว่าหมายถึงบุคคล หรือกลุ่มประชากรที่มีอายุตามปฏิทิน ตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นเกณฑ์อายุเริ่มต้นเดียวกับคำแนะนำ ขององค์การอนามัยโลกที่ใช้ในการกำหนดช่วงอายุของผู้สูงอายุ แต่ในทางปฏิบัติมีความแตกต่างระหว่างประเทศ กล่าวคือกลุ่มประเทศพัฒนาแล้ว แม้ส่วนใหญ่ไม่ได้กำหนดอย่างเป็นทางการหรือระบุชัดเจน ทางกฎหมาย แต่มักถูกอ้างอิงหรือตกลงไว้ที่เกณฑ์อายุตั้งแต่ 65 ปีขึ้นไป ในขณะที่ประเทศกำลังพัฒนาหลายประเทศ รวมถึงประเทศไทย กำหนดไว้หรือตกลงไว้ที่อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป การกำหนดนิยามผู้สูงอายุ ทั้งในประเทศไทยและต่างประเทศ อยู่ภายใต้แนวคิดที่ว่าผู้สูงอายุเป็นวัยที่เปราะบาง สมควรได้รับสวัสดิการ การดูแลหลังจากการทำงาน จึงมักเป็นอายุเดียวกันกับอายุเกษียณ

นอกจากการกำหนดด้วยอายุแล้ว ความหมายของการเป็นผู้สูงอายุมักสามารถอธิบายโดยทฤษฎี ประกอบ ทางสังคมภายใต้มนทัศน์เกี่ยวกับการสร้าง “ภาพแทนความจริง” ว่าภาพลักษณ์ผู้สูงอายุที่ถูก รับรู้และเข้าใจนั้น เกิดจากการสร้างภาพขึ้นในแต่ละสังคม แต่ละวัฒนธรรม และแต่ละช่วงเวลา ซึ่งเป็นเพียง ความจริงบางส่วน ในสังคมสมัยใหม่ ภาพลักษณ์ของผู้สูงอายุที่ปรากฏมักถูกนำเสนอในด้านลบ ซึ่งนำไปสู่การ เลือกปฏิบัติและการรังเกียจอันเนื่องมาจากอายุ หรือ “วัยาคติ” ต่อผู้สูงอายุ สำหรับประเทศไทยในอดีต ตั้งแต่สมัยอยุธยา ถึงแม้จะไม่มีกำหนดนิยามผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการ แต่อุณมานได้ว่าหมายถึงผู้มีอายุ 60 ปีขึ้นไปเช่นกัน กล่าวคือระบบมูลนาย ซึ่งเป็นระบบที่มีไพร่สำหรับ พระมหากษัตริย์หรือขุนนางใช้เป็นกำลังแรงงานในการสงคราม หรือทำงานต่างๆ เช่น การทำเกษตรกรรม และการก่อสร้าง กำหนดให้ผู้ชายสิ้นสุดการเป็นไพร่เมื่ออายุ 60 ปี

ปัจจุบัน ประเทศไทยได้กำหนดนิยามผู้สูงอายุอย่างเป็นทางการตามพระราชบัญญัติผู้สูงอายุ พ.ศ. 2546 โดย “ผู้สูงอายุ” หมายถึง บุคคลซึ่งมีอายุเกิน 60 ปีบริบูรณ์ขึ้นไปและมีสัญชาติไทย

2.1.2 ข้อมูลพื้นฐานของสถานบริการด้านสุขภาพ

นิยามของสถานออกกำลังกาย

เนื่องจากในประเทศไทยยังไม่มีกฎหมายเกี่ยวกับสถานออกกำลังกาย จึงไม่มี กฎหมายฉบับใด กำหนดให้นิยามคำว่า “สถานออกกำลังกาย” เอาไว้ จึงขอยกตัวอย่างนิยามคำว่า “สถานออกกำลังกาย” ที่มีผู้ให้คำจำกัดความไว้ดังนี้

สถานประกอบกิจการด้านการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง สถานประกอบ กิจการที่มี เครื่องมือ สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก และบุคลากรในการให้บริการด้านการ ออกกำลังกายเพื่อ สุขภาพ ที่มุ่งให้การเสริมสร้างสุขภาพ และการป้องกันโรค (Promotion and Prevention) ไม่ รวมสปา การนวด การลดน้ำหนักผู้ป่วยโรคอ้วน และการลดน้ำหนัก ที่ใช้ยาหรือ การใช้ยาเพื่อ เสริมสร้างร่างกาย (Medical Fitness)

ศูนย์ออกกำลังกาย (Health Club, Fitness Center, Sport Center) หมายถึง สถาน ประกอบการธุรกิจอย่างหนึ่งซึ่งให้บริการกิจกรรมการออกกำลังกายหลาย ๆ ชนิดให้แก่ผู้มา ใช้บริการ โดยเก็บค่าใช้บริการเป็นรายวัน รายเดือน รายปี หรือตลอดชีพ ซึ่งสถานบริการเหล่านี้ จะตั้งอยู่ในย่าน ธุรกิจหรือย่านที่อยู่อาศัย

สถานบริการออกกำลังกาย (Fitness Center) หมายถึง สถานที่ให้บริการการ ออกกำลังกาย ในรูปแบบต่าง ๆ แก่ลูกค้าหรือสมาชิก โดยมีอุปกรณ์ออกกำลังกาย หรือสิ่งอำนวยความสะดวกให้แก่ ลูกค้าหรือสมาชิกด้วย

จากกฎหมายของต่างประเทศที่นำมาศึกษาในวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ กฎหมายเฉพาะ ของมลรัฐ California, Nevada และ Florida ของประเทศสหรัฐอเมริกา และมลรัฐ Queensland, Western Australia และ Australian Capital Territory ของประเทศออสเตรเลีย ได้ให้คำนิยาม ของสถาน ออกกำลังกายไว้ โดยใช้คำศัพท์ที่แตกต่างกันไป เช่น “Health Studio” “Health Club” หรือ “Fitness Centre” ซึ่งให้คำนิยามขึ้นเพื่อกำหนดขอบเขตของสถานออกกำลังกายที่อยู่ภายใต้ บังคับ ของกฎหมายเฉพาะดังนี้ คือ

1. The Civil Code of The State of California ของมลรัฐ California ไม่ได้ให้นิยาม ของ สถานประกอบกิจการให้บริการออกกำลังกาย แต่ได้กำหนดนิยามของ “สัญญาให้บริการศูนย์ สุขภาพ” ใน Section 1812.81 ว่าหมายถึง สัญญาเกี่ยวกับการเรียนการสอน การฝึกอบรม หรือ การให้ความ ช่วยเหลือในการฝึกอบรมทางด้านกายภาพ (physical culture), เพาะกาย (body building), การ ออกกำลังกาย, การลดน้ำหนัก, การพัฒนาบุคลิกภาพ (figure development) หรือทักษะทาง กายภาพอื่น ๆ หรือสำหรับการใช้บริการของสมาชิกในศูนย์สุขภาพ, โรงยิมหรือ สถานที่อื่น ๆ ที่ใช้สาหรับวัตถุประสงค์ข้างต้น หรือสำหรับสมาชิกในกลุ่มใด ๆ สโมสร สมาคม หรือ องค์กรใด ๆ ที่ตั้งขึ้นสาหรับจุดประสงค์ข้างต้น แต่ไม่รวมถึง

(1) สัญญาสำหรับการให้บริการของผู้เชี่ยวชาญในวิชาชีพที่ดำเนินการโดยผู้ที่ได้รับอนุญาตตาม provisions of Division 2 of the Business and Professions Code,

(2) สัญญาสำหรับการเรียนการสอนในโรงเรียน ที่ดำเนินการตาม provisions of the Education Code หรือ

(3) สัญญาสำหรับการเรียนการสอน การฝึกอบรม หรือความช่วยเหลือเกี่ยวกับการควบคุมอาหารหรืออุปนิสัยในการรับประทานอาหารที่ไม่เกี่ยวข้องกับทางกายภาพ การเพาะกาย, การออกกำลังกาย, การพัฒนารูปร่าง หรืออื่น ๆ เช่น ทักษะทางกายภาพ

2. Nevada Statutes ของมลรัฐ Nevada ได้กำหนดนิยามของ "สโมสรรักษา" ไว้ใน NRS 598.9415 ว่าหมายถึง กิจการที่จัดให้มีบริการสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับการดูแลหรือ พัฒนาสมรรถภาพทางกายหรือการควบคุมน้ำหนัก ยกเว้น

(1) โรงเรียน วิทยาลัย หรือมหาวิทยาลัยของรัฐหรือเอกชนที่ไม่แสวงหากำไร

(2) รัฐหรือแผนกทางการเมือง หรือ

(3) องค์กรทางศาสนาหรือเชื้อชาติที่ไม่แสวงหากำไร หรือองค์กรที่ไม่แสวงหากำไร เพื่อประโยชน์ของชุมชนหรือสมาชิก

3. Florida Statutes ของมลรัฐ Florida ได้กำหนดนิยามของ "ศูนย์สุขภาพ" เอาไว้ใน Section 501.0125 (1) ว่าหมายถึง บุคคลใด ๆ ผู้ดำเนินการเกี่ยวกับการขายบริการ การเรียนการสอน การฝึกอบรม หรือการให้ความช่วยเหลือในโปรแกรมการออกกำลังกายหรือการขายบริการ สำหรับสิทธิหรือสิทธิประโยชน์ในการใช้อุปกรณ์หรือสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมโปรแกรมการออกกำลังกาย แต่ใน Section 501.013 ได้กำหนดว่า "ศูนย์สุขภาพ" ไม่รวมถึง ธุรกิจหรือกิจกรรมต่อไปซึ่งได้รับการยกเว้นจากกฎหมายดังกล่าว เมื่อยื่นหนังสือรับรองการจัดตั้ง กับหน่วยงานที่มีคุณสมบัติตรงตามที่ระบุไว้ คือ

(1) องค์กรที่ไม่แสวงหากำไรที่ได้รับยกเว้นการเสียภาษีโดย Internal Revenue Service

(2) โรงเรียนมัธยมศึกษาที่ดำเนินการในการเรียนการสอนและการฝึกอบรมที่มีการออกกำลังกายเพื่อการเรียนการสอนและการฝึกอบรมดังกล่าว

(3) สโมสรเทนนิส กอล์ฟ หรือ แรคเกตบอล ที่การเล่นกีฬาเป็นเพียงกิจกรรม ที่จัดให้มีโดยสโมสร แต่ข้อยกเว้นนี้ไม่ใช้บังคับหากสถานประกอบการให้บริการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกาย

(4) โปรแกรมหรือสถานที่ที่จัดให้มีและใช้เพื่อจุดประสงค์ของการเต้นรำ เต้น แอโรบิค หรือศิลปะการต่อสู้ และการใช้อุปกรณ์ที่ไม่ได้เป็นการออกกำลังกายทางกายภาพ

(5) คันทรีคลับที่มีหน้าที่หลักในการจัดหากิจกรรมทางสังคมและสิ่งอำนวยความสะดวกในการสนทนาการให้แก่สมาชิก ซึ่งโปรแกรมการออกกำลังกายไม่ใช่วัตถุประสงค์หลัก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตาม อนุมาตรานี้ คำว่า "คันทรีคลับ" หมายถึง สถานที่ที่จัดให้มีความหลากหลายของบริการ แก่สมาชิก ซึ่งอาจรวมถึงกิจกรรมทางสังคม การรับประทานอาหาร, การจัดเลี้ยง, สิ่งอำนวยความสะดวก ในการพักผ่อน เช่น วายน้ำ, แล่นเรือสราญ, กอล์ฟ, เทนนิส, เกมไพ่ เช่น ไพ่ บริดจ์และคานาस्ता, และโปรแกรมพิเศษสำหรับเด็กของสมาชิก เมื่อได้มีการยื่นหนังสือ รับรองการจัดตั้งกับหน่วยงาน ของรัฐ

4. Fair Trading (Code of Practice—Fitness Industry) Regulation 2003 ของ มลรัฐ Queensland ได้กำหนดนิยามของ “ศูนย์ออกกำลังกาย” เอาไว้ใน Schedule Dictionary ของ กฎหมายดังกล่าว ว่าหมายถึง สถานที่ในร่มซึ่งผู้ให้บริการเป็นเจ้าของ เช่า หรือใช้ โดยเป็นการ (1) เสนออุปกรณ์ออกกำลังกาย และ (2) ดำเนินการจัดให้มีบริการออกกำลังกายเป็นหลัก และ Section 4 ได้กำหนดนิยามของ “การให้บริการออกกำลังกาย” หมายถึง การให้บริการออกกำลังกาย รวมถึง

- (1) การให้คำปรึกษาในการออกกำลังกาย
- (2) โปรแกรมการออกกำลังกายที่มีการควบคุมดูแลตัวต่อตัว
- (3) โปรแกรมการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม
- (4) โปรแกรมการออกกำลังกาย
- (5) อุปกรณ์การออกกำลังกายในศูนย์ออกกำลังกายสำหรับใช้งานโดยลูกค้า

แต่การให้บริการออกกำลังกาย ไม่รวมถึงบริการที่จัดทำโดย

- (1) แพทย์ตามหลักสูตรวิชาชีพแพทย์ หรือ
- (2) นักกายภาพบำบัดตามหลักสูตรวิชาชีพนักกายภาพบำบัด หรือ
- (3) สถาบันการศึกษา เป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรของสถาบัน

และถ้าไม่มีการจัดให้ซึ่งบริการออกกำลังกายอื่น ๆ ได้แก่

- (1) การใช้บริการสปา ชาวน่า สระวายน้ำ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นที่ คล้ายคลึง กัน หรือ
- (2) อุปกรณ์การออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายที่เป็นส่วนหนึ่งของโรงแรม สาหรับใช้งานโดยผู้เข้าพักที่โรงแรม
- (3) สโมสรการกีฬาหรือองค์กรสำหรับการเล่นหรือการฝึกฝนเพื่อการแข่งขันกีฬา
- (4) บริการที่ศูนย์ออกกำลังกายสำหรับวัตถุประสงค์ในการฟื้นฟูทางการแพทย์
- (5) บริการสำหรับกิจกรรมกลางแจ้งโดยไม่มีการควบคุมดูแล
- (6) การเช่าคอร์ตหรือสิ่งอำนวยความสะดวกในการเล่นกีฬา

5. Fair Trading (Fitness Industry Code of Practice) Regulations 2010 ของ มลรัฐ Western Australia ได้กำหนดนิยามของ “ศูนย์ออกกำลังกาย” เอาไว้ใน Clause 2 ว่าหมายถึง สถานที่หลักในร่มที่ใช้สำหรับจัดให้บริการฟิตเนส ซึ่ง Clause 3 ได้กำหนดนิยามของคำว่า “การ ให้บริการออกกำลังกาย” ว่า การให้บริการออกกำลังกาย รวมถึง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- (1) การคัดกรองการออกกำลังกาย หรือ
- (2) โปรแกรมการออกกำลังกายตัวต่อตัว หรือ
- (3) โปรแกรมการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม หรือ
- (4) การจัดให้มีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายเพื่อการใช้งานโดยลูกค้า แต่บริการออกกำลังกายไม่รวมถึง บริการออกกำลังกายที่จัดโดย

(1) แพทย์ที่จดทะเบียนเป็นผู้ประกอบการทางการแพทย์ภายใต้ the Medical Act 1894

(2) นักกายภาพบำบัดที่จดทะเบียนภายใต้ the Physiotherapists Act 2005 หรือ

(3) สโมสรการกีฬาหรือองค์กร สำหรับการเล่นกีฬาหรือการฝึกอบรมกีฬา หรือ

(4) สถาบันการศึกษาสำหรับการใช้งานเฉพาะพนักงานหรือนักเรียน หรือ

(5) บุคคลเพื่อการประกอบการหรือการฝึกอบรมสำหรับศิลปะการต่อสู้ เต้นรำ หรือ การเต้นบัลเล่ต์และในกรณีที่ไม่ให้บริการออกกำลังกายอื่น ๆ จัดให้ ได้แก่

(1) การใช้อ่างสปา ซาวน่า สระว่ายน้ำ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกอื่นที่ คล้ายคลึงกัน หรือ

(2) การให้บริการออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายที่จัดไว้เพื่อวัตถุประสงค์ ในการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์ หรือ

(3) การเช่าคอร์ตหรือสถานที่อื่น ๆ สำหรับเล่นกีฬา

6. Fair Trading Act 1992 Fitness Industry Code of Practice 2009 ของ Australian Capital Territory ได้กำหนดนิยามของ “ศูนย์ออกกำลังกาย” เอาไว้ใน Clause 2 ว่าหมายถึง สถานที่ซึ่งมีไว้สำหรับให้บริการออกกำลังกาย แต่ไม่รวมถึงกีฬาและสันตนาการกลางแจ้ง หรือ กิจกรรมที่ไม่มีการควบคุมดูแลที่รวมถึงการมีปฏิสัมพันธ์กับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ และกำหนดนิยามของ "การให้บริการออกกำลังกาย" ว่าหมายถึง การให้บริการใด ๆ ดังต่อไปนี้

(1) การประเมินผลก่อนการออกกำลังกาย

(2) การประเมินผลโปรแกรมการออกกำลังกายและโปรแกรมการออกกำลังกาย

ตัวต่อตัว

(3) โปรแกรมการออกกำลังกายภายใต้การควบคุมดูแล

(4) โปรแกรมการออกกำลังกายเป็นกลุ่ม

(5) การจัดให้มีอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ศูนย์ออกกำลังกายเพื่อการใช้งานโดย

ผู้บริโภค

ดังนั้น อาจสรุปลักษณะของ “สถานให้บริการออกกำลังกาย” ว่าหมายถึง สถานที่ในการจัดให้มีบริการหลักเกี่ยวกับการเรียนการสอน การฝึกอบรม หรือการให้ความช่วยเหลือ ในโปรแกรมการออกกำลังกาย หรือการขายบริการสำหรับสิทธิหรือสิทธิประโยชน์ในการใช้อุปกรณ์ หรือสิ่งอำนวยความสะดวกในการส่งเสริมโปรแกรมการออกกำลังกาย ทั้งนี้ ยกเว้น องค์กร ที่ไม่แสวงหากำไร การจัดให้มีตามหลักสูตรของสถาบันการศึกษา หรือบริการที่จัดโดยผู้เชี่ยวชาญ ในวิชาชีพที่ดำเนินการโดยผู้ที่ได้รับอนุญาตตามกฎหมาย เช่น แพทย์ หรือนักกายภาพบำบัด สโมสรการกีฬาหรือองค์กรสำหรับการเล่นกีฬาหรือการฝึกอบรมกีฬา

มาตรฐานของสถานออกกำลังกาย

สถานออกกำลังกายในประเทศสามารถจำแนกออกเป็น 4 ประเภท ตามลักษณะการให้บริการ คือ

1. สโมสร (Mega Club) ซึ่งเป็นสถานออกกำลังกายที่มีบริเวณขนาดใหญ่ มีกีฬา เกือบทุกประเภทไม่ว่าจะเป็นกีฬากลางแจ้งหรือในอาคาร มีห้องอาหารและห้องเสริมสวยไว้บริการ ค่าธรรมเนียมแรกเข้าและค่าธรรมเนียมรายเดือนสูง อาทิเช่น ราชกรีฑาสโมสร สปอร์ต คลับ (Royal Bangkok Sports Club) และสโมสรราชพฤกษ์ (Rajaprueg Sports Club)
2. ศูนย์กีฬา (Multi-Sports Center) เป็นสถานออกกำลังกายขนาดปานกลาง โดยมากจะอยู่ในโรงแรมหรืออาคารสำนักงานขนาดใหญ่ มีกีฬากลางแจ้งและในอาคารบางประเภท ไว้บริการ โดยมีค่าธรรมเนียมแรกเข้าและรายเดือนค่อนข้างสูง อาทิเช่น สปอร์ต ซิตี้ (Sports City)
3. ฟิตเนส เซ็นเตอร์ (Fitness Center) เป็นสถานออกกำลังกายที่มีขนาดเล็กเน้น การออกกำลังกายเฉพาะและให้ความสำคัญกับความสะอาดสบายและค่าบริการเป็นหลัก มีที่ตั้ง อยู่ในแหล่งชุมชนต่าง ๆ อาทิเช่น ฟิตเนส เฟิร์สท์ (Fitness First) เยส ฟิตเนส (Yes Fitness) คลาก แฮช (Clark Hatch) และ ทรู ฟิตเนส (True Fitness)
4. ศูนย์บริการเฉพาะ (Niche Club) เป็นสถานบริการที่รวมการออกกำลังกายเฉพาะและการควบคุมน้ำหนักซึ่งจะมีกลุ่มลูกค้าเฉพาะที่ชัดเจน อาทิเช่น บอดี เชป (Body Shape) ฟิลลิป เวิน (Philip Wein) มารี แฟรนซ์ บอดี โลน์ (Marie France Body Line)

ทั้งนี้ เนื่องจากปัจจุบันมีสถานออกกำลังกายเกิดขึ้นมากมาย แต่ละแห่งมีมาตรฐาน และการปฏิบัติที่แตกต่างกัน ดังนั้น เพื่อเป็นการคุ้มครองผู้ใช้บริการและพัฒนาสถานประกอบการ สมาคมวิทยาลัยเวชศาสตร์กีฬาแห่งประเทศไทยรัฐอเมริกาจึงได้จัดทำหนังสือ ACSM’s Health/Fitness Facility Standards and Guidelines เพื่อแนะนำมาตรฐานสำหรับสถานออกกำลังกาย ซึ่ง ACSM เป็นองค์กรผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับการออกกำลังกายและอุปกรณ์ออกกำลังกาย ที่ได้รับการยอมรับโดยส่วนใหญ่ โดยอาจแบ่งมาตรฐานออกเป็นด้านต่าง ๆ ได้ ดังนี้

1) มาตรฐานด้านสถานที่/ตัวอาคาร

- ความปลอดภัยทั่วไปของสถานที่ ผู้ประกอบการต้องทราบถึงกฎระเบียบ ของการก่อสร้างอาคารสถานที่ตามที่เขตหรือท้องถิ่นกำหนดให้ถูกต้อง

- ตัวอาคารต้องปลอดภัยต่อผู้มาใช้บริการในสถานที่ ทั้งอาคาร ทางเดินเข้า ตัวอาคาร พื้นรวมถึงที่จอดรถ

- ควรมีป้ายหรือเครื่องบ่งชี้ต่าง ๆ ที่เหมาะสม เช่น ป้ายทางเข้าออก พื้นที่ อันตราย ป้ายสัญลักษณ์ และ แผนผังสถานที่ประกอบการ

- พื้นที่ทุกส่วนในสถานประกอบการ ต้องมีแสงสว่างที่เพียงพอ

- ตัวอาคารและสิ่งก่อสร้างต่าง ๆ หรือสิ่งที่เป็นวัตถุใหญ่ต่าง ๆ เช่น ต้นไม้ ต้องได้รับการตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอและดูแลสถานที่ให้ปลอดภัยอยู่เสมอ

- สำหรับพื้นที่ภายในส่วนต่าง ๆ ของสถานประกอบการ ผู้ประกอบการจะต้อง ทา การตรวจตราเพื่อให้แน่ใจว่าพื้นที่ส่วนต่าง ๆ เหมาะสมสำหรับกิจกรรมนั้น ๆ ในแต่ละพื้นที่ เพื่อ ป้องกันการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุจากการลื่นล้ม และพื้นที่ต่าง ๆ ควรได้รับการออกแบบ ให้ เหมาะสมสำหรับกิจกรรมนั้น ๆ

- สถานประกอบการต้องทำตามกฎระเบียบของเขตเกี่ยวกับความปลอดภัย ใน อัคคีภัยต่าง ๆ เช่น ต้องมีเครื่องส่งสัญญาณเตือนอัคคีภัย อุปกรณ์ดับไฟรวมถึงระบบการดับ ไฟ แบบหัวฉีด

- ในพื้นที่ที่ผู้ใช้สามารถใช้เครื่องไฟฟ้า จะต้องมียระบบสายดินรวมถึงจะต้องมี ตัวตัด ไฟฟ้ากรณิไฟฟ้าลัดวงจรได้ทันที

- ในพื้นที่ที่มีความชื้น เช่น ห้องอาบน้ำ จะต้องมียเครื่องมือตัดไฟฟ้าฉุกเฉิน ในกรณี เกิดเหตุขัดข้อง และควรมีการตรวจสอบอย่างสม่ำเสมอ ไม่ควรมียวัตถุที่เป็นเหล็กหรือสื่อ นำ ความร้อนในห้องเหล่านี้

- ทางเดินจะต้องไม่มีสิ่งกีดขวาง โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางหนีไฟ โดยทางเดินควรมี ความกว้างอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 60 นิ้ว

2) มาตรฐานห้องออกกำลังกาย

สถานออกกำลังกายครบวงจรโดยทั่วไปมีการให้บริการห้องออกกำลังกายแบบเป็น กลุ่มที่มี การควบคุมโดยผู้ฝึกสอน ซึ่งจะเน้นความสนุกสนาน ความผ่อนคลาย เป็นกิจกรรมหนึ่ง ที่ได้รับความนิยม เป็นอย่างสูง การออกกำลังกายแบบกลุ่มที่นิยมโดยทั่วไปสามารถแบ่งออกเป็น ห้องออกกำลังกาย 4 ห้อง ดังนี้

(1) ห้องแอโรบิค มีบริการออกกำลังกายเข้าจังหวะในบรรยากาศสนุกสนาน มีแสง สี เสียง ที่เร้าใจเหมาะกับการเข้าจังหวะ อาทิเช่น Body Combat, Body Pump, Intro Aerobic, Intro Step, Hip Hop, Latin Dance, Tai-Chi เป็นต้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- (2) ห้องปั่นจักรยาน (Spinning) เป็นการออกกำลังกายที่เป็นการประยุกต์ การปั่นจักรยานและการออกกำลังกายเข้า จังหวะเข้าด้วยกัน ในห้องปั่นจักรยานนี้มีบรรยากาศ ที่เต็มไปด้วยแสง สี เสียง ซึ่งทำให้เกิดความเร้าใจและสนุกสนาน
- (3) ห้องโยคะ ให้บริการการสอนโยคะ ควบคุมดูแลโดยผู้ฝึกสอนที่ได้รับประกาศนียบัตร
- (4) ห้องฟิลาเทส ให้บริการสอนการยืดกล้ามเนื้อ การหายใจ และการควบคุม การเคลื่อนไหว

มาตรฐานห้องออกกำลังกายควรมีดังนี้ คือ

- สถานประกอบการควรมีพื้นที่เพียงพอสำหรับการตั้งเครื่องมือออกกำลังกาย ด้านสมรรถภาพหัวใจ เครื่องมือเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และพื้นที่สำหรับการยืดกล้ามเนื้อ
- การออกแบบพื้นที่ควรมีเนื้อที่อย่างต่ำ 20 ถึง 40 ตารางฟุต สำหรับเครื่องมือ ออกกำลังกายหนึ่งเครื่อง
- ควรออกแบบเนื้อที่ประมาณ 20-25 ตารางฟุต สำหรับผู้ใช้บริการหนึ่งคน
- พื้นที่ออกกำลังกาย ควรมีพื้นที่เหมาะสม
- กำหนดให้มีการแนะนำสถานที่ ทางหนีไฟ และทางออกอื่น ๆ แก่สมาชิก รวมถึงการให้คำแนะนำในเครื่องมือ ตำแหน่ง รวมถึงกำหนดผู้ที่มีหน้าที่ดูแลในห้องออกกำลังกายในแต่ละวัน

3) มาตรฐานอุปกรณ์และเครื่องมือออกกำลังกายต่าง ๆ

สถานออกกำลังกายครบวงจรในประเทศไทย โดยทั่วไปจะให้บริการห้องออกกำลังกาย ที่ประกอบไปด้วยอุปกรณ์ออกกำลังกายไว้ให้บริการ ซึ่งเหมาะสมสำหรับสมาชิกที่ต้องการการ ออกกำลังกายตามเวลาที่ตัวเองกำหนดและเน้นการออกกำลังกายเฉพาะส่วน โดยอุปกรณ์ที่มีไว้ บริการสามารถแบ่งเป็น 3 ประเภทหลัก ดังนี้¹⁰

- (1) อุปกรณ์เคลื่อนไหว (Cardiovascular) คืออุปกรณ์ประเภทที่เคลื่อนไหวตลอดเวลา เหมาะสำหรับการออกกำลังกายทุกส่วนและเผาผลาญแคลอรี เช่น Stair climbers, Stepper, Elliptic Movement, Treadmill, Upright & Recumbent Bicycle, Cross Trainer
- (2) อุปกรณ์อยู่กับที่ (Resistance) คืออุปกรณ์ที่เน้นความคงที่ เหมาะกับการ ออกกำลังกายเฉพาะส่วน เช่น Body Master, Cyber Flex, Hammer Strength, Icarian, Life Fitness, Sprint
- (3) อุปกรณ์ยกน้ำหนัก (Free Weights) คือ อุปกรณ์ที่เป็นชิ้นเดียวโดยมาก เป็นอุปกรณ์ยกน้ำหนัก เช่น Dumbbell เหมาะสำหรับการออกกำลังกายเฉพาะส่วน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มาตรฐานสำหรับอุปกรณ์และเครื่องมือออกกาลังกายต่าง ๆ ควรมีดังนี้

- เครื่องมือออกกาลังกายทุกเครื่องจะต้องได้รับการตรวจสอบก่อนการติดตั้ง เสมอเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีข้อบกพร่องใด ๆ ก่อนจะใช้

- เครื่องมือทุกเครื่องจะต้องได้รับการติดตั้งและจัดวางตามคำแนะนำของ ผู้ผลิตหรือผู้เชี่ยวชาญและต้องมีการตรวจสอบก่อนใช้อย่างละเอียด

- สถานประกอบการจะต้องมีคำแนะนำและเครื่องหมายต่าง ๆ เกี่ยวกับการใช้ เครื่องมือต่าง ๆ เป็นภาษาไทยที่เหมาะสม โดยประกอบด้วยวัตถุประสงค์ของเครื่องมือ คำแนะนำ ในการใช้อย่างละเอียด คำเตือนที่เป็นอักษร รูปภาพและสี สำหรับอันตรายที่อาจเกิดได้จากการใช้ เครื่องมือนั้น ๆ

- สถานประกอบการต้องให้คำแนะนำในการใช้เครื่องมืออย่างต่อเนื่อง และ ต้องหมั่นดูแลการใช้เครื่องมือของผู้ใช้ตลอดเวลา

- ควรมีการวางแผนการเคลื่อนย้ายวัตถุอันตรายหรือเครื่องออกกาลังกายที่ชำรุด เสียหาย ออกจากพื้นที่จนกว่าจะได้รับการซ่อมแซมและทดสอบจนใช้ได้

4) มาตรฐานด้านสมาชิกและการบริการสมาชิก

- ผู้ประกอบการต้องมีขั้นตอนการตรวจสอบสุขภาพสำหรับสมาชิกทุกท่านก่อนการใช้ บริการด้วยเครื่องมือที่เชื่อถือได้ในการตรวจ เช่น เครื่องชั่งน้ำหนัก เครื่องมือวัดความดันโลหิต เครื่องมือวัดไขมัน และแบบสอบถามประวัติสุขภาพ

- หากสมาชิกรายใดที่ตรวจแล้วพบว่ามีปัญหาด้านสุขภาพและอาจจะมี ความเสี่ยงในการเกิดอันตรายจากการออกกาลังกายได้จะต้องได้รับการแนะนำให้ปรึกษาแพทย์ ก่อนเข้ารับบริการ

- หากตรวจสุขภาพแล้ว พบว่าบุคคลนั้นเป็นบุคคลที่มีความผิดปกติทางร่างกาย บุคคลนั้นจะต้องไปพบแพทย์ก่อนอนุญาตให้ใช้บริการ

- ผู้ประกอบการต้องทำการแจ้งข้อมูลแก่สมาชิกถึงผลของการตรวจสุขภาพ การแจ้ง ข้อมูลต้องแจ้งทั้งผลดีและความเสี่ยงของอันตรายอันอาจเกิดจากการออกกาลังกาย

- ต้องมีการกำหนดในขั้นตอนการตรวจสอบสุขภาพว่าบุคคลใดที่จำเป็นต้องใช้ ใบริรับรองแพทย์ ก่อนการใช้บริการ

5) มาตรฐานด้านความปลอดภัยและขั้นตอนกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน

- สถานประกอบการจะต้องทำการตรวจและบำรุงรักษาเครื่องมือทุกชิ้นเพื่อ หลีกเลี่ยงการเกิดอุบัติเหตุจากอุปกรณ์ต่าง ๆ

- ต้องมีจุดน้ำดื่มสำหรับสมาชิกในจุดที่ใกล้เคียงและเพียงพอ

- สถานประกอบการต้องมีการทำความสะอาดเพื่อทำให้ห้องออกกาลังกาย สะอาดและถูกหลักอนามัย

- สถานประกอบการจะต้องหาทางเข้าออกให้ปลอดภัย อย่างน้อยทางออกต้อง กว้างสามฟุต

- สถานประกอบการต้องมีแผนการสำหรับเหตุการณ์ฉุกเฉิน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นอนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- แผนการฉุกเฉินจะต้องมีการเตรียมพร้อมสำหรับการเข้าไปในอาคารได้ในทุกส่วน รวมถึงการวางแผนการรักษาผู้บาดเจ็บด้วย

- ในแผนการฉุกเฉินต้องมีการเตรียมความพร้อมสำหรับการบันทึกเหตุการณ์ต่าง ๆ เพื่อที่จะได้ทำการประเมินผลอย่างเป็นขั้นตอนภายหลังได้

- ในแผนการฉุกเฉินต้องมีเบอร์ติดต่อสถานรักษาพยาบาลใกล้เคียงได้

- ต้องมีการซ้อมแผนฉุกเฉินประมาณ 2 ครั้งต่อปี

- พนักงานทั้งหมดต้องเข้าร่วมซ้อม

- ในการซ้อมทุกครั้งต้องมีการเขียนรายงานเพื่อการพิจารณาและการทำ ข้อเสนอแนะในการซ้อมครั้งต่อไป

- สถานประกอบการต้องมีกล่องหรือเครื่องมือปฐมพยาบาลประจำไว้ที่สถานประกอบการตลอดเวลา

- ตำแหน่งของอุปกรณ์ปฐมพยาบาลต้องแสดงให้เห็นอย่างเด่นชัด และหยิบง่าย ในเวลาที่ต้องการใช้

- กล่องปฐมพยาบาลต้องง่ายต่อการเคลื่อนย้าย

- เครื่องมือต่าง ๆ ในกล่องต้องได้รับการตรวจสอบทุกเดือน

นอกจากนั้น กฎหมายของหลายมลรัฐในประเทศสหรัฐอเมริกา ได้กำหนดให้สถาน ออกกำลังกายต้องมีอุปกรณ์เครื่องกระตุ้นหัวใจไฟฟ้า ที่เรียกว่า an automated external defibrillator หรือ AED และจะต้องมีผู้ที่สามารถใช้เครื่องดังกล่าวเป็น โดยผลจากการบันทึกของ The American Heart Association ปรากฏว่า เครื่องดังกล่าวสามารถช่วยป้องกันผู้เสียชีวิตจาก ภาวะหัวใจหยุดเต้นกะทันหันได้เป็นจำนวนมาก

ประเด็นที่สำคัญในการกำหนดมาตรฐานของสถานออกกำลังกายคือจะต้องคำนึงถึงความปลอดภัยและสุขภาพของผู้ใช้บริการเป็นหลัก

6) มาตรฐานของพนักงานในสถานออกกำลังกาย

พนักงานสถานออกกำลังกายในประเทศไทย 12 แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

(1) พนักงานขายที่ทาหน้าที่การขายสมาชิกให้กับลูกค้าผู้มาใช้บริการ โดยสถาน ออกกำลังกายแต่ละแห่งจะมีการใช้พนักงานขายเป็นปัจจัยจูงใจให้มาสมัครสมาชิก รวมถึงแจ้งถึงสิทธิพิเศษต่าง ๆ ที่ลูกค้าจะได้รับเมื่อสมัครสมาชิก

(2) พนักงานให้คำแนะนำการออกกำลังกาย หรือ ที่เรียกว่าผู้ฝึกสอนส่วนบุคคล (Personal Trainer) ซึ่งจะแนะนำวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้องให้กับผู้มาใช้บริการ

สถานออกกำลังกายแห่งใหญ่ ๆ จะมีผู้ฝึกสอนส่วนบุคคลให้บริการฟรี โดยลักษณะ ในการให้บริการฟรีนั้นเป็นการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายในเบื้องต้น รวมถึงดูแลเรื่องความปลอดภัยในการใช้เครื่องเล่นบางเครื่องเท่านั้น สำหรับการดูแลในการออกกำลังกายเป็นพิเศษ นิยมขายเป็นบริการเสริม คือ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คอร์สฝึกสอนส่วนบุคคล (Personal Training Course) ทั้งนี้ พนักงานที่ เป็นผู้ฝึกสอนส่วนบุคคล (Personal Trainer) ซึ่งมีหน้าที่ในการแนะนำวิธีการออกกำลังกาย ให้กับผู้ใช้บริการนั้น มีความสำคัญอย่างมาก ดังนั้น ผู้ที่จะมาทำหน้าที่ดังกล่าวจะต้องเป็น ผู้เชี่ยวชาญที่มีความรู้ความสามารถในวิชาชีพเกี่ยวกับการกีฬา โดยในประเทศไทยมีหลักสูตรการเรียนการสอนในระดับปริญญาตรีที่เกี่ยวกับการกีฬา อาทิเช่น หลักสูตรการเรียนการสอนเกี่ยวกับ วิทยาศาสตร์การกีฬาของมหาวิทยาลัยหลัก ๆ ได้แก่

1. หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย
2. หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต วท.บ. วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการ กีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล
3. หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและ การกีฬา คณะพลศึกษา ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. หลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะ วิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ดังนั้น สถานออกกกำลังกายจึงควรกำหนดคุณสมบัติของผู้ที่จะเข้ามาทำหน้าที่เป็น ผู้ฝึกสอนส่วนบุคคล (Personal Trainer) ซึ่งจบหลักสูตรตามที่กล่าวมาข้างต้นหรือหลักสูตรที่มีการ เรียนการสอนสำหรับเป็นผู้ฝึกสอนออกกกำลังกาย เพื่อทำหน้าที่ในการแนะนำช่วยเหลือผู้ใช้บริการ สถานออกกกำลังกายได้อย่างมีประสิทธิภาพและไม่ก่อให้เกิดอันตรายต่อผู้ใช้บริการ

ทั้งนี้ หนังสือ ACSM's Health/Fitness Facility Standards and Guidelines ซึ่งนอกจากจะได้แนะนำมาตรฐานสำหรับสถานออกกกำลังกายด้านต่าง ๆ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว ข้างต้น ยังได้กล่าวถึงมาตรฐานด้านบุคลากรผู้ให้บริการไว้ดังนี้

- สถานประกอบการต้องจัดให้มีผู้บริการที่มีคุณสมบัติตามที่ประกาศ และต้อง เป็นผู้ที่ได้รับการอบรมตามหลักสูตรผู้ฝึกสอนการออกกกำลังกายจากกองออกกกำลังกายหรือ สถานศึกษาหรือได้รับการรับรองจากคณะกรรมการที่ได้รับการแต่งตั้งให้รับผิดชอบในการประเมิน หลักสูตร หรือเป็นผู้ที่มีวุฒิทางการศึกษาในสาขาที่เกี่ยวข้องกับการออกกกำลังกาย
- ควรมีการจัดการอบรมช่วยชีวิต/กู้ชีพขั้นพื้นฐานจากหน่วยงานที่ได้มาตรฐาน
- สถานบริการควรมีพนักงานหรือผู้ฝึกสอนอย่างน้อยหนึ่งคน ต่อสมาชิกที่ออก กายกายนั้นอย่างน้อยมากที่สุดจำนวน 30 คน

2.1.3 ข้อมูลพื้นฐานของสโมสร

สโมสร คือ สถานที่หมู่ชนมาใช้เพื่อเป็นที่พบปะสังสรรค์แลกเปลี่ยนกัน ตลอดจนหาความสุขสำราญในด้านต่างๆ ทั้งด้านการกีฬาตลอดจนเป็นที่รวมกันเพื่อส่งเสริมกิจกรรมต่างๆ ที่เป็นประโยชน์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ต่อสมาชิก รวมไปถึงการเสริมสร้างทักษะและไหวพริบต่างๆ ทั้งยังเป็นสถานที่ให้ความบันเทิงเริงรมย์ในด้านต่างๆ ต่อผู้ใช้ และเป็นที่ยอมรับของผู้ที่ชอบอะไรเหมือนกัน

-สโมสรทั่วไป ในที่นี้หมายถึงสโมสรที่ให้บริการแก่ประชาชนทั่วไป ไม่จำเพาะเจาะจง เช่น สโมสรข้าราชการตามจังหวัดต่างๆ สโมสรทางด้านกีฬา สโมสรทางด้านกีฬา สโมสรบิลเลียด สโมสรเทนนิส

-สโมสรเฉพาะ ในที่นี้หมายถึง สโมสรที่ให้บริการเฉพาะสมาชิกของสโมสรเท่านั้น เช่น สโมสรนานาชาติ ราชกรีฑาสโมสร

นอกจากสถานที่จัดอยู่ใน 2 ประเภทแล้วยังมีสถานที่ๆจัดอยู่ในลักษณะของกึ่งสโมสร เช่น ไนต์คลับ ที่บริการเฉพาะสมาชิก ได้แก่ รวมถึงสถานที่ที่บริหารร่างกายต่างๆเป็นต้น ซึ่งปรกติสถานที่เหล่านี้มีขนาดเล็ก และบริการเฉพาะอย่าง มีจุดประสงค์ของการดำเนินการไม่กว้างเกินไป

ลักษณะการดำเนินงานของสโมสร

1. สโมสรทั่วไป

สโมสรข้าราชการเป็นสโมสรของรัฐที่สร้างขึ้น สำหรับข้าราชการหรือประชาชนในท้องถิ่นนั้นๆ ได้มาพบปะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันในฝ่ายข้าราชการของประชาชน พ่อค้า นักธุรกิจ และได้รับความบันเทิงจากสโมสรที่มีให้ เช่น ร้านอาหาร ดนตรี สนามเทนนิส สนามกีฬา ห้องเล่นเกมส์ ตามอัตรากำลังของสโมสร

การดำเนินการของสโมสรข้าราชการสโมสรข้าราชการได้รับการสนับสนุนจากรัฐบาลหรือแรงศรัทธาของประชาชนในท้องถิ่นนั้นๆ ในการที่จะก่อตั้งให้เป็นส่วนรวมของข้าราชการและประชาชนร่วมกันได้ โดยปกติแล้วสโมสรประเภทนี้จะให้บริการตามอัตรากำลังที่ไม่ใหญ่โตและฟุ่มเฟือยจนเกินไป

การดำเนินการโดยทั่วไป จะมีผู้ให้บริการที่ทางราชการจ้างมาช่วยดูแลการดำเนินงานของสโมสรนอกจากนี้ สโมสรประเภทนี้อาจจะมีรายได้จากการให้บริการทางด้านต่างๆ ค่าบริการจากผู้เข้าชมและการแข่งขันซึ่งรายได้เหล่านี้ ทางสโมสรจะนำเงินมาใช้ในการดำเนินงานและปรับปรุงขบวนการดำเนินการบริการ ภายใต้ความเห็นของทางราชการที่มีหน้าที่ดูแลรับผิดชอบ

2. สโมสรเฉพาะ

สโมสรประเภทนี้ ส่วนมากจะดำเนินการโดยเอกชน เช่น สโมสรนานาชาติ ราชกรีฑาสโมสร ซึ่งสโมสรเหล่านี้ได้ก่อตั้งขึ้นเพื่อเป็นแหล่งพบปะกันของกลุ่มสมาชิกเพื่อ ต้องเสียค่าสมัครเป็นสมาชิก และเสียค่าบริการต่างหากตามสิ่งบันเทิงต่างๆ ที่สโมสรมีให้ สโมสรประเภทนี้ค่อนข้างจะคัดเลือกสมาชิก และการให้บริการสมาชิกเป็นพิเศษ

โดยปกติที่สโมสรเฉพาะ จะมีหลักการในการดำเนินงานคล้ายคลึงกัน ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ส่งเสริมความสามัคคี
- ให้สมาชิกได้มีโอกาสพบปะสนทนากัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็น
- เพื่อประกอบสาธารณะกุศลโดยทั่วไป
- เพื่อส่งเสริมความสามารถที่หลากหลายของสมาชิก

สโมสรเฉพาะนี้ จะมีคณะกรรมการที่มีหน้าที่ดูแลรับผิดชอบต่อสโมสรบางแห่งจะเป็น คณะกรรมการ และเป็นผู้ดำเนินงานที่ถาวรได้โดยได้รับการว่าจ้างจากเจ้าของสโมสร เช่น สโมสรนานาชาติ แต่บางแห่งอยู่ใต้พระบรมราชูปถัมภ์ สมาชิกจะเสียค่าสมาชิกเป็นรายปี และจะมีกำหนดที่ ถ้าหากคนที่ เป็นสมาชิกกระทำผิดก็จะโดยตัดออกจากการเป็นสมาชิกทันที

3.สถานที่ จัดอยู่ในรูปแบบลักษณะกึ่งสโมสร

โดยมากเป็นสถานที่ๆ จัดขึ้นมาเพื่อให้บริการเพียงอย่างเดียวอย่างหนึ่งหรือเฉพาะด้าน ซึ่งมีลักษณะการให้บริการแต่สมาชิกตามอัตราอายุการเป็นสมาชิก หรืออัตราค่าบริการเฉพาะด้าน บริการเป็นวาระ ตัวอย่างของสถานที่บริการประเภทนี้ได้แก่ สถานบันเทิงเรีงรมย์ต่างๆ เช่น ไนท์คลับ ชื่อ บริการเฉพาะสมาชิก ได้แก่ ELITE SPAR, NACICUS

การดำเนินการเป็นสถานที่ตั้งโดยเอกชน เพื่อให้บริการตามลักษณะโครง มีเจ้าหน้าที่ดูแลเฉพาะอย่าง เพื่อช่วยดำเนินการสถานที่เหล่านี้ให้มีรายได้เป็นจำนวนมากและมีการให้บริการเป็นจำนวนมาก

2.1.4 สายการบริหารและอัตรากำลัง

2.1.4.1 การศึกษาการดำเนินงานของโครงการ หลักการดำเนินการทางด้านบริหารและการบริการ สามารถแบ่งตามลักษณะของหน้าที่การทำงานของแต่ละฝ่าย แต่ละบุคคลดังนี้

- 1) ฝ่ายบริหารและการตลาด (Administration & Marketing)
- 2) ฝ่ายบริการ (Services)
- 3) ฝ่ายอาหารเครื่องดื่ม (Food & Beverage)
- 4) ฝ่ายแม่บ้าน (Housekeeping)
- 5) ฝ่ายช่างเทคนิคและซ่อมบำรุง (Maintenance & Engineering)

2.1.4.1.1 ฝ่ายบริหารและการตลาด (Administration & Marketing)

1) ผู้จัดการทั่วไป (General Manager) หน้าที่แบ่งงานไปแต่ละแผนก ควบคุมและวางแผนการดำเนินงานตลอดจนกิจกรรมต่างๆ

2) แผนกบุคคล (Personal Manager) หน้าที่รวบรวมประวัติของพนักงานทั้งหมด วางแผนกำลังคน ควบคุมด้านสวัสดิการ คัดเลือกและรับสมัครพนักงานใหม่ควบคุมรายได้ให้เหมาะกับค่าครองชีพ กำหนดสภาพความเป็นอยู่ สวัสดิการ รวมไปถึงการอบรมพนักงาน ให้มีความรู้ทันเหตุการณ์ ประกอบด้วยหน้าที่ ดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ทำทะเบียนประวัติพนักงาน
- จัดครัวและห้องพักอาหารพนักงาน
- จัดระเบียบและจัดห้องเก็บของห้องพนักงาน

3) แผนกการตลาด (Planning & sale manager) หน้าที่ติดต่อ บริหารฝ่ายขาย และประชาสัมพันธ์บริการเพื่อชักจูงลูกค้าภายนอก

4) แผนกคลังและวัสดุ ควบคุมดูแลเรื่องรายการสั่งซื้ออุปกรณ์และเครื่องใช้ภายในโครงการ

5) แผนกบัญชี (Account Department) หน้าที่จัดทำบัญชีรายรับรายจ่ายทั้งหมดของ โรงแรม ได้แก่การจัดซื้อรวบรวมเงินรายได้จากส่วนอาหาร เงินเดือนพนักงาน รวมทั้งสวัสดิการของ พนักงาน การควบคุมชั่วโมงการทำงาน การจ่ายค่าแรงงานปฏิบัติงานจาเป็นต้องประสานกับพนักงาน การควบคุมชั่วโมงการทำงาน การจ่ายค่าแรงปฏิบัติงานจาเป็นต้องประสานกับหน่วยอื่นๆอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันการผิดพลาด ประกอบด้วยรายงานดังนี้

- งานบัญชี (Control) หน้าที่ควบคุมรายได้และรายจ่ายทั้งหมด สวัสดิการของ พนักงาน

- งานบิล (Bill) หน้าที่รวบรวมจากทุกแผนก ทาหลักฐานเป็น Arrival และ Department ลงแยกรายละเอียดของแขกที่พักได้ซึ่งจากฝ่ายต้อนรับและยังทาเป็น Visitor Ledger ซึ่งหมายถึงบันทึกรายการได้จากส่วนต่างๆในโครงการก่อนที่จะลงบัญชีอื่นซึ่งทั้งสอง รายการสามารถเปรียบเทียบกันได้กับส่วนตรวจบัญชี

- งานการเงิน (Cashier) หน้าที่รวบรวมเงินทั้งหมดของโครงการที่รับจากแขก ส่วน บริการอื่นๆ รายการนี้สามารถตรวจสอบกันได้

- งานจัดซื้อ (Purchase) หน้าที่จัดซื้ออาหาร เครื่องดื่ม รวมทั้งอุปกรณ์สิ่งของต่างๆ

- งานวัสดุ (Store) หน้าที่เก็บรักษา แบ่งเป็นสองส่วน คือ วัสดุอุปกรณ์ และอาหาร เครื่องดื่ม

2.1.4.1.2 ฝ่ายบริการ

1) แผนกต้อนรับ (Reception department) หน้าที่จัดทำทะเบียน การจองห้องพัก และทา ใบแจกผู้มาเข้าพัก ส่งไปยังแผนกต่างๆที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้การทำงานประสาน ฝ่ายต้อนรับ ประกอบด้วยหน้าที่ดังนี้ คือ

- งานสั่งจอง (Reservation) หน้าที่ทำทะเบียนห้องพัก เพื่อนำไปส่งยังแผนกต่างๆ และ สำรวจห้องพักล่วงหน้า ลงชื่อผู้มาพัก จดบันทึกทาทะเบียนประวัติโดย Check list requirement ของแขกที่มาพัก กำหนดและมีหน้าที่ทำสถิติในการจองห้องพัก เพื่อทราบรายได้เฉลี่ยรายวัน ราย เดือน รายปี

- งานต้อนรับ (Reception) หน้าที่ ลงทะเบียนห้องพักและติดต่อสอบถาม

- งานรับโทรศัพท์และไปรษณีย์ (Telephone, mail, telex) หน้าที่ติดต่อโทรศัพท์และเอกสารจดหมาย

2.1.4.1.3 ฝ่ายแม่บ้าน (Housekeeping Department)

หน้าที่ควบคุมการรักษาความสะอาดเรียบริยบรีบริเวณห้องพักแขก และบริเวณโรงแรม รวมทั้งอำนวยความสะดวกในเรื่องเครื่องใช้ไม้สอยแก่แขกที่เข้ามาพัก แยกออกเป็น

- แม่ครัวประจำบ้าน
- แผนกสวนและดอกไม้ประดับ
- แผนกผ้าและวัสดุเกี่ยวกับผ้า
- แผนกเย็บ
- แผนกซักกรีด (Laundry) หน้าที่ซักกรีดผ้าและเครื่องแบบของพนักงาน รวมทั้งเสื้อผ้าของแขกที่ต้องการให้ซักกรีด และจัดส่งเสื้อผ้าไปยังห้องพัก
- แผนกดูแลรักษาความสะอาด (Lip keep) หน้าที่รักษาความสะอาด ความเรียบริยบรีของบริเวณและเฟอร์นิเจอร์ในโครงการ

2.1.4.1.3 ฝ่ายอาหารและเครื่องดื่ม

แผนกห้องอาหาร มีพนักงานทาหน้าที่เสิร์ฟอาหาร ต้อนรับและเก็บเงินโดยมี หัวหน้าพนักงานบริการเป็นผู้ดูแล

แผนกห้องครัว มีหัวหน้าครัวเป็นผู้ควบคุมและสั่งการเกี่ยวกับชนิดและจำนวนของอาหารประกอบด้วย

- พ่อครัวประจำแผนก ได้แก่ ครัวร้อน ครัวเย็น แผนกขนมปัง
- พนักงานครัว ได้แก่ พนักงานปรุงอาหาร เตรียมอาหาร ล้างจานและพนักงานทาความสะอาด ส่วนนี้มีพนักงานบริการ Waiter คอยจัดการส่งอาหารตามห้องพักแขก โดยรับจากครัวใหญ่

2.1.4.1.5 ฝ่ายช่างเทคนิคและซ่อมบำรุง

- งานช่างไฟฟ้า (Electric) หน้าที่ดูแลทางด้านไฟฟ้าและการซ่อม
- งานช่างไม้ (Carpenter) หน้าที่ซ่อมแซมอุปกรณ์และเครื่องเรือนทั่วไป
- งานบำรุงรักษาสระน้ำ (Swimming) หน้าที่ดูแลรักษาความสะอาดและระบบการหมุนเวียนของน้ำลธารและน้ำตก
- งานจัดสวน (Gardening) หน้าที่ดูแลรักษาต้นไม้ สนาม รวมทั้งการจัดไม้ประดับในโครงการ

2.1.4.2 จำนวนและตำแหน่งบุคลากรในโครงการ

ตารางที่ 2.1.4.2 ตารางแสดงอัตรากำลังคนจากข้อมูลการสำรวจ

Department	Positions	Staff
Administration	Chairman	1
	ผู้จัดการ	1
	ผู้ช่วยผู้จัดการ	1
	เลขานุการ	1
Residential	พนักงานต้อนรับ & Reservation	2
	Porter	2
Food and Beverage	หัวหน้าแผนก Food and Beverage	1
	Cashier	3
	โภชนาการ	1
	Chef	2
	ผู้ช่วยchef	2
	Bartender	1
	Barista	2
	บริกร	9
Health	ส่วนสุขภาพ	
	-Medical Area	
	พนักงานต้อนรับ	1
	พยาบาล	3

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	-Spa	
	หัวหน้า Spa	1
	พนักงานต้อนรับ & Locker	1
	เจ้าหน้าที่ Massage	8
	เจ้าหน้าที่ Sauna & Steam	2
	- Pool	
	เจ้าหน้าที่ดูแล	2
	ครูฝึก	2
	-Exercise Area	
	หัวหน้าฝ่ายออกกำลังกาย	1
	เจ้าหน้าที่ Gym	2
	เจ้าหน้าที่ Fitness	3
	ครูฝึก	5
Recreation	ส่วนนันทนาการ	
	เจ้าหน้าที่ Meditation	1
	เจ้าหน้าที่ Music Room	1
	เจ้าหน้าที่ Art & Craft Studio	2
	เจ้าหน้าที่ห้องสมุด	2
	เจ้าหน้าที่ Game Room	2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Housekeeping	หัวหน้าแม่บ้าน	1
	พนักงานซักรีด	3
	พนักงานทำความสะอาดส่วนที่พัก	3
	พนักงานทำความสะอาดส่วนอื่นๆ	9
	ช่างจัดสวน	3
Maintenance & Engineering	ช่างดูแลสถานที่	2
	ช่างไฟฟ้า	2
	ช่างประปา	2
	พนักงานรักษาความปลอดภัย	6
	รวม	108

2.2 กรณีศึกษาเปรียบเทียบ

2.2.1 กรณีศึกษาประเด็นองค์ประกอบและจุดประสงค์

2.2.1.1 Smart Community Inage, Japan



もっと楽しく、
もっと自由に。



ภาพที่ 2.2.1.1.1 แสดงโลโก้และภาพรวมของโครงการ Smart Community Inage
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ให้บริการแก่ผู้สูงอายุที่ยังแข็งแรงและมีวิถีชีวิตที่ไม่ต้องพึ่งพาบริการทางการแพทย์ (Medical Care Services) มากนัก โดยจะแบ่งพื้นที่ 33,000 ตารางกิโลเมตร ภายในของ Smart Community เป็น 3 ส่วน คือ

- 1) พื้นที่สำหรับออกกำลังกาย (Sports Ground)
- 2) ที่อยู่อาศัย
- 3) พื้นที่กิจกรรมในร่ม (Club House)

Smart Community ไม่ใช่การให้บริการแบบ High quality nursing home แต่เป็นสังคมของผู้สูงอายุที่กระฉับกระเฉงมาอยู่ร่วมกัน หรือเป็น Active Retirement Community ที่จะช่วยยกระดับชีวิตของผู้สูงอายุให้ดีขึ้น



ภาพที่ 2.2.1.1.2 แสดงภายในฟิตเนสของโครงการ Smart Community Inage



ภาพที่ 2.2.1.1.3 แสดงส่วนกิจกรรมของโครงการ Smart Community Inage

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จุดประสงค์หลักของโครงการ

เพื่อลดความกังวลหลักของผู้สูงอายุ 3 ด้าน

1) ด้านการเงิน ทางโครงการจะจัดหาที่อยู่ในคอนโดมิเนียมของโครงการ ราคา 13 ล้านบาท หลังจากนั้นจะจ่ายค่าสมาชิกเดือนละ 90,000 เยน สำหรับค่าใช้จ่ายประจำวันและค่าบำรุงรักษาต่างๆ ภายในโครงการ ซึ่งเป็นระดับราคาที่ระบบบำนาญของรัฐบาลญี่ปุ่นสามารถจ่ายได้แม้แต่ชนชั้นกลาง

2) ด้านสุขภาพจิต มีแนวคิดที่เมื่อผู้สูงอายุมาใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันจำนวนมากจะมีส่วนช่วยให้เกิดสังคมและกิจกรรมต่างๆ ที่สามารถทำร่วมกันขึ้นภายใน Smart Community ที่เหมาะสมกับผู้สูงอายุแต่ละกลุ่มและลดความกังวลว่าจะถูกทอดทิ้งให้อยู่คนเดียว

3) ด้านสุขภาพกาย ภายในศูนย์จะมีเจ้าหน้าที่ดูแล 24 ชั่วโมง จึงไม่ต้องกังวลเรื่องความปลอดภัย รวมไปถึงกรณีฉุกเฉินต่างๆ ที่อาจจะเกิดขึ้นได้

การให้บริการที่เป็นรูปธรรมของ Smart Community จะเน้นไปที่ 3 เรื่องหลักจากแนวคิดดังกล่าว

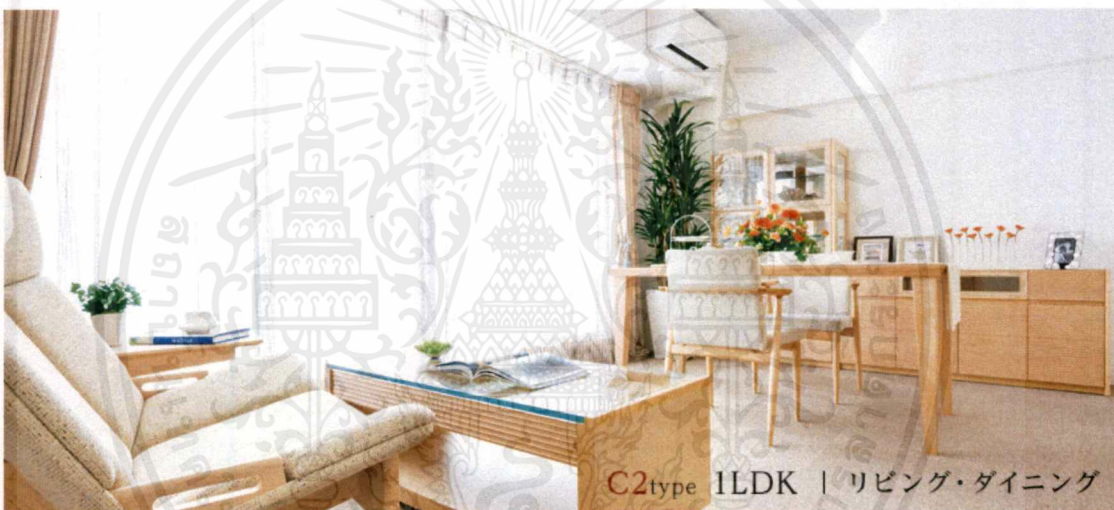
1) สนับสนุนความปลอดภัยและอบอุ่นใจเชื่อถือได้ โดยจะมีเจ้าหน้าที่ประจำ 24 ชั่วโมง ให้บริการส่งอาหาร, ประสานงานกับโรงพยาบาลกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน, บริการรับส่งไปยังโรงพยาบาลที่ประสานงานไว้ และรักษาความปลอดภัยที่สามารถเข้าถึงได้ 24 ชั่วโมง นอกจากนี้ ยังอาศัยความร่วมมือจากสมาชิกดูแลซึ่งกันและกันอีกทางหนึ่ง

2) สนับสนุนด้านอาหารและสุขภาพ มีบริการอาหาร 2 มื้อต่อวัน โดยจะพิจารณาโภชนาการตามสุขภาพของสมาชิกให้ได้สารอาหารที่สมดุลและเพียงพอ นอกจากนี้ Smart Community ยังเน้นเรื่องความสนุกของการรับประทานอาหารร่วมกับเพื่อนสมาชิก ช่วยให้สามารถรับประทานอาหารได้มากขึ้น ส่วนด้านสุขภาพจะเน้นไปที่การให้บริการสุขภาพเชิงป้องกัน (Preventive Health Care) แต่หากเกิดเหตุฉุกเฉิน ทาง Smart Community พร้อมประสานงานกับสถานพยาบาลข้างเคียง

3) สนับสนุนการใช้ชีวิตประจำวันแบบแอคทีฟ ในคลับเฮ้าส์จะมีกิจกรรมต่าง ให้บริการประมาณ 50 กิจกรรม โดยแต่ละวัน Smart Community จะเสนอกิจกรรมประมาณ 7-8 กิจกรรมหมุนเวียนกันไปเรื่อยๆ นอกจากนี้ ยังมีชมรมที่จัดตั้งโดยสมาชิกอีกประมาณ 40 ชมรม ตามความต้องการของสมาชิกด้วย



ภาพที่ 2.2.1.1.4 แสดงภายในห้องพักของโครงการ Smart Community Inage



ภาพที่ 2.2.1.1.5 แสดงภายในห้องพักของโครงการ Smart Community Inage

2.2.1.2 Glenaire retirement community

สถานที่ตั้ง	4000 Glenaire Circle Cary, North Carolina, USA
ขอบเขตที่ตั้ง	70 ไร่
สถาปนิก	Calloway Johnson Moore & west

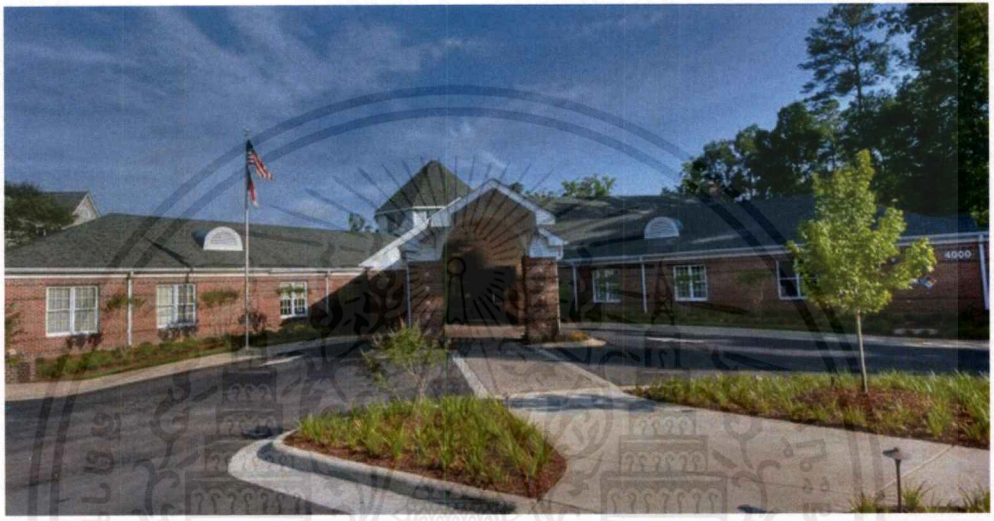
ลักษณะทั่วไปของโครงการ

เป็นที่พักอาศัยสำหรับผู้เกษียณอายุ สามารถรองรับ ผู้สูงอายุได้ 200 คน ประกอบด้วยที่พักสำหรับผู้สูงอายุที่สามารถ ช่วยเหลือตนเองได้ 144 ยูนิต และที่พักสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถ ช่วยเหลือตนเองอีก 40 ยูนิต

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แนวคิดในการออกแบบ

สถาปนิกกำหนดแนวคิดหลักในการออกแบบคือ ให้ส่วน Community Center เป็นส่วนเชื่อมต่อระหว่างองค์ประกอบต่างๆ เข้าด้วยกัน โดยใช้ทางเดินที่มีหลังคาคลุม เลือกใช้วัสดุและสีของอาคาร ที่สื่อถึงลักษณะความเป็น”บ้าน” มีการจัดสวนสีเขียวที่ประกอบด้วย ต้นไม้ใหญ่ ไม้พุ่ม หญ้า และสวนดอกไม้ต่างๆ ให้เกิดบรรยากาศที่ ร่มรื่น



ภาพที่ 2.2.1.2.1 บรรยากาศภายนอกของโครงการ Glenaire retirement community



ภาพที่ 2.2.1.2.2 บรรยากาศบริเวณพาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire retirement community

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

องค์ประกอบหลักของโครงการ

1. ที่จอดรถ

ภายในโครงการ แบ่งที่จอดรถออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ที่จอดรถบริเวณด้านหน้าสำหรับผู้ใช้บริการทั่วไปและสำนักงาน ที่จอดรถบริเวณที่พักอาศัยแบบบ้านเดี่ยวสำหรับผู้สูงอายุที่เข้าพักอาศัย และที่จอดรถสำหรับส่วน Service

2. ส่วนบริหารโครงการ

3. ส่วน Community Center

อยู่ด้านสุดของโครงการ ใกล้กับที่จอดรถและส่วนสำนักงาน ภายในมีโถงต้อนรับ ส่วนเคาน์เตอร์ติดต่อ-สอบถาม ร้านค้าต่างๆ และ Auditorium

4. ส่วนศูนย์สุขภาพ

5. ส่วนที่พักอาศัย

ส่วนที่พักอาศัยมี 2 แบบ คือ แบบอพาร์ทเมนต์ จะเป็นลักษณะอาคารสูง 3 ชั้น และแบบบ้านพักเดี่ยว ซึ่งมีการแบ่งเป็น 2 ส่วนดังต่อไปนี้

- ที่พักสำหรับผู้สูงอายุที่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ 144 ยูนิต

ห้องพักแบบสตูดิโอ 6 ห้อง

ห้องพักแบบเตียงเดี่ยว 60 ห้อง

ห้องพักแบบเตียงคู่ 48 ห้อง

บ้านพักเดี่ยว 30 หลัง

- ที่พักสำหรับผู้สูงอายุที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ 40 ยูนิต

ห้องพักแบบเตียงพิเศษ 20 ห้อง

ห้องพักแบบกึ่งดูแล 20 ห้อง

6. ส่วนงานระบบและซ่อมบำรุง



ภาพที่ 2.2.1.2.3 ภายในห้องพักแบบอพาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire retirement community



ภาพที่ 2.2.1.2.4 ภายในห้องพักแบบ expansion อพาร์ทเมนต์ของโครงการ Glenaire retirement community

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.2.1.2.5 ผังที่พักแบบบ้านพักเดี่ยวของโครงการ Glenaire retirement community

2.2.2 กรณีศึกษาประเด็นการออกแบบเพื่อผู้สูงอายุ

2.2.2.1 โครงการตัวอย่างบ้านเอสซีจี โฮม Care Series

ออกแบบทุกส่วนของบ้านสำหรับผู้สูงวัยคำนึงถึงความปลอดภัยและความสบายในการอยู่อาศัย

การออกแบบโดยคำนึงถึงสรีระร่างกายและข้อจำกัดต่าง ๆ ของผู้สูงวัย

- ช่องพิเศษบริเวณหัวเตียงสำหรับถึงออกซิเจน พร้อมช่องสำหรับเดินสายออกซิเจน
- แผงควบคุมไฟส่องสว่างในห้องนอนและห้องน้ำ (สวิตช์สองทาง)
- ชั้นวางของสำหรับเก็บหนังสือ กระเป๋า
- ชั้นสำหรับวางที่บูชาพระ
- ตู้เสื้อผ้า เน้นพื้นที่ใช้สอยบริเวณด้านล่างของตู้ เพื่อช่วยให้ผู้สูงวัยใช้งานได้อย่างสะดวกและปลอดภัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ความปลอดภัย ภายในบ้านสำหรับผู้สูงวัย

- เพื่อความปลอดภัยของผู้สูงวัยขณะอยู่คนเดียวหรือทำกิจกรรมส่วนตัว ระบบการส่งสัญญาณแจ้งเตือนเหตุฉุกเฉินในบ้านเอสซีจี โฮม CARE Series ถูกออกแบบให้เชื่อมต่อเข้ากับบ้านหลังใหญ่ รวมทั้งสามารถเพิ่มระบบส่งสัญญาณเตือนให้เชื่อมต่อเข้ากับโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ด้วย หากผู้สูงวัยรู้สึกไม่ปลอดภัย สามารถกดปุ่มAlarm ที่หัวเตียง ในห้องน้ำ หรือข้อมือ ส่งสัญญาณให้ลูกหลานทราบได้ทันที
- ใช้ประตูบานเลื่อนพร้อมมือจับ เพื่อความสะดวกในการเข้า-ออกห้องต่าง ๆ
- ติดตั้งราวจับเพื่อช่วยพยุงตัวในห้องน้ำ ทั้งบริเวณอ่างล้างหน้า โถสุขภัณฑ์ และส่วนอาบน้ำ
- ติดตั้งหลอดไฟเพื่อให้แสงสว่างอย่างเพียงพอช่วยอำนวยความสะดวก และเพิ่มความปลอดภัยสำหรับผู้สูงวัย
- ติดตั้งระบบรักษาความปลอดภัย (Security System) ที่หน้าต่างและประตูเพื่อป้องกันการโจรกรรม

การวางผัง



ภาพที่ 2.2.2.1.1 ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 1 ห้องน้ำ

1 ห้องนอน 1 ห้องน้ำ พร้อมโซนรับประทานอาหาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

House usage	35.8 sq.m.
Terrace and Ramp	18.9 sq.m.
Land size includes terrace and ramp 11.5 x 11.8 m.	34.0 sq.wa.
TOTAL	54.7 sq.m.



ภาพที่ 2.2.2.1.2 ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น

1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น และรับประทานอาหาร

House usage	74.0 sq.m.
Terrace and Ramp	31.8 sq.m.
Land size includes terrace and ramp 11.5 x 11.8 m.	52.0 sq.wa.
TOTAL	105.8 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.2.2.1.3 ผังบ้านเอสซีจี โฮม Care Series 1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น

1 ห้องนอน 2 ห้องน้ำ 1 ห้องคนดูแล 1 ห้องนั่งเล่น และรับประทานอาหาร

House usage	120.3 sq.m.
Terrace and Ramp	43.0 sq.m.
Land size includes terrace and ramp 11.5 x 11.8 m.	84.2 sq.wa.
TOTAL	163.3 sq.m.

2.2.2.2 โครงการสวนคนิเวศ โดย สถาปนิกชาวไทย

สถานที่ตั้ง หมู่ 2 ถนนสุขุมวิท ต.บางปู อ.เมือง
จ.สมุทรปราการ
ขอบเขตที่ตั้ง 130 ไร่

ลักษณะทั่วไปของโครงการ

จัดให้เป็นพื้นที่สำหรับการดูแลระยะยาวทั้งผู้ป่วยและ ผู้สูงอายุ ประกอบด้วย สถานีกาชาดที่ 5 ศูนย์เวชศาสตร์ฟื้นฟู และโครงการสวนคนิเวศ 2 เฟส เฟสแรกนั้นถูกสร้าง ขึ้นเมื่อปี พ.ศ.2539 เป็นอาคารสูง 8 ชั้น มีจำนวน 163 ห้อง ต่อมามีการอนุมัติให้สร้างเฟส 2 ขึ้นเพราะได้รับความ สนใจจากกลุ่มผู้สูงอายุเป็นจำนวนมากเป็นอาคาร 6 ชั้น ทั้งหมด 8 อาคาร รวม 300 ห้อง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แนวคิดในการออกแบบ

ผู้ออกแบบโครงการมีแนวคิด “เน้นในเรื่องของความปลอดภัยเป็นหลัก” โดยจะมีห้องน้ำ ที่กว้างสามารถนำรถเข็นเข้าไปได้ รวมทั้งในส่วนอื่นๆ ก็ สามารถนำรถเข็นเข้าไปได้ทุกพื้นที่ของห้องและยังมีการติดตั้งปุ่มสัญญาณขอความช่วยเหลืออัตโนมัติไว้ที่หัวเตียงและภายในห้องน้ำ

แนวคิด การออกแบบ เพื่อผู้สูงอายุโดยเฉพาะ

ออกแบบโดย รศ.ไตรรัตน์ จตุรทัศน์
คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ห้องพัก

- พื้นห้องพักใช้วัสดุไม้ลามิเนต
- ไม้ปาร์เก้บริเวณประตู
- ไม้ปาร์เก้บริเวณห้องน้ำ
- ห้องพักได้รับแสงธรรมชาติทั่วถึง
- และมีประตูบานกระจก

สัญญาณฉุกเฉิน

- ติดตั้ง บริเวณเตียงนอน
- และในห้องน้ำ

ปลั๊กไฟและสวิตช์ไฟ

- ปลั๊กไฟและสวิตช์ไฟสูงจากพื้น 90 ซม.
- เพื่อหลีกเลี่ยงการก้ม
- สวิตช์ไฟมีขนาดใหญ่มากกว่าปกติและมีเสียงเมื่อเปิดสวิตช์

ห้องครัว

- มีระบบระบายอากาศที่ดี

ห้องน้ำ

- ติดตั้งราวจับที่อ่างล้างหน้า โถส้วม เพื่อช่วยในการทรงตัว
- พื้นกระเบื้องเป็นวัสดุชนิดไม้ลามิเนต

ประตู ทุกบานเป็นบานเลื่อนกว้างสุทธิ 90 ซม. เข้า-ออก สดวก

ภาพจำลอง

ภาพจำลอง

ภาพจำลอง

ภาพที่ 2.2.2.2.1 แสดงลักษณะการวางผังและการออกแบบเพื่อผู้สูงอายุของโครงการ สวางคณิเวศ

องค์ประกอบหลักของโครงการ

1. อาคารสวางคณิเวศ (อาคารที่พักอาศัยเฟส 1)
2. อาคารที่พักอาศัยเฟส 2 (อาคาร 1)
3. อาคารที่พักอาศัยเฟส 2 (อาคาร 2-8)
4. สระว่ายน้ำ
5. ที่จอดรถ
6. สวนสุขภาพ
7. สวนครัวขนาดเล็ก
8. ห้องพักเจ้าหน้าที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

9. ป้อมยาม

10. ลานสุขภาพกลางแจ้ง

รูปแบบการเข้าพักอาศัย

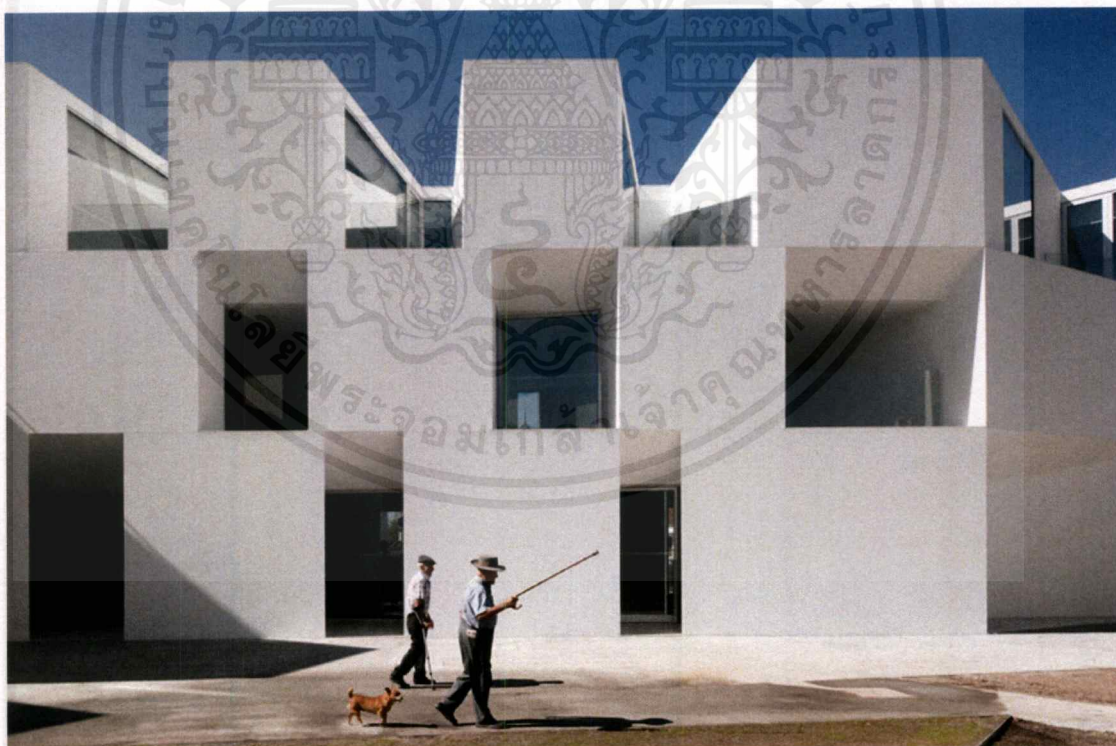
ผู้สูงอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป

(ต้องช่วยเหลือตนเองได้ในวันที่เข้าพักอาศัย)- คอนโดมิเนียม- ผังบริเวณมีความต่อเนื่องของ space

แบ่งโซนอาคารเป็นส่วน

- สามารถเข้าถึงอาคารได้ง่ายเนื่องจากอยู่ติดถนนสายหลัก
- สามารถเห็นวิวของชายทะเลได้จากระเบียงห้องพัก
- อาคารมีหลายชั้น อาจไม่เหมาะกับผู้สูงอายุบางท่าน เสี่ยงเกิดอันตราย
- มีการตกแต่งภายในที่สวยงามน่าอยู่ ใช้โทนสีที่อบอุ่นทำให้ไม่รู้สึกหดหู
- สีอาคารเป็นโทนสีเทาสร้างความรู้สึกมีตัวตน

2.2.2.3 ALCACER DO SAL FORM, Portugal

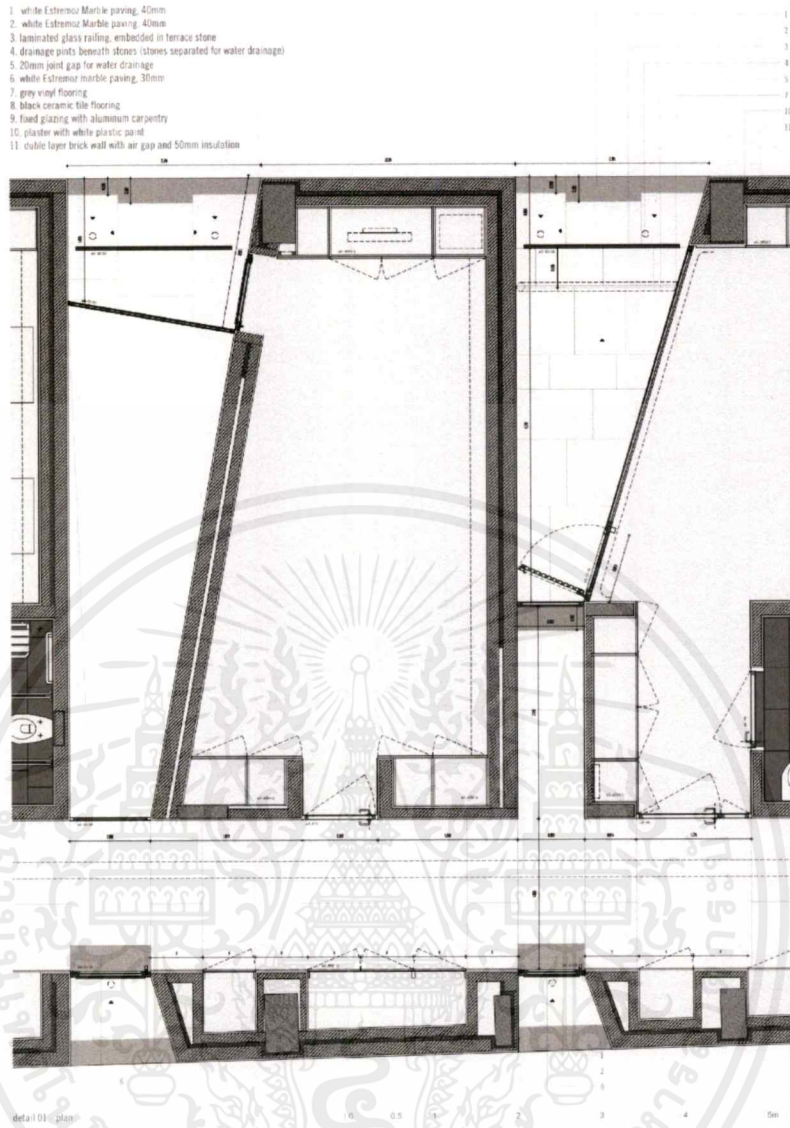


ภาพที่ 2.2.2.3.1 ภายนอกอาคาร ALCACER DO SAL FORM

สถานที่ตั้ง Alcacer do Sal, Portugal

สถาปนิก Aires Mateus

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.2.2.3.2 ผังห้องพักของโครงการ ALCACER DO SAL FORM



ภาพที่ 2.2.2.3.3 ภายในห้องพักของโครงการ ALCACER DO SAL FORM

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การออกแบบเพื่อผู้สูงอายุ

- ช่องหน้าต่างของอาคารนั้นมาจาก ตารางหมากรุกที่ผู้สูงอายุมักใช้เวลาว่างไปกับมัน สะท้อนช่องขาวและดำกลายเป็นช่อง หน้าต่างที่เมื่อแสงแดดส่องก็จะเกิดเงาตกกระทบที่สร้างมิติให้อาคาร ตัวอาคารที่ทอด ยาวนั้นสถาปนิกอยากให้ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ ที่นี้ได้รับรู้ถึงสิ่งแวดล้อมรอบตัวเพราะได้ออกแบบช่องแสงที่เมื่อเวลาเปลี่ยนไป ความรู้สึกและ ความงามที่เกิดจากบรรยากาศโดยรอบก็เปลี่ยนแปลงตามไปด้วย

- ส่วนอาคารที่เป็นสีขาวทั้งหมดเพราะ สีขาวนั้นให้ความรู้สึกที่อบอุ่น ปลอดภัยและโปร่งสบายมากที่สุด

- มีสิ่งอำนวยความสะดวกในการเดินทางภายใน คือมีราวจับ มีทางเดินที่กว้างพอ การใช้ทางลาดแทนบันได หรือการมีขั้นบันไดให้น้อยที่สุด และมีแสงสว่างที่ทำให้ผู้สูงอายุเดินได้สะดวก รวมไปถึงสีของ วัสดุที่มีความต่างกัน เช่น ในส่วนของพื้นและผนัง ที่นี้ใช้สีขาว (ผนัง) และสีของหินอ่อน (พื้น) ตัดกันชัดเจน ในส่วนของพื้นที่ต่าง ระดับก็จะมีการแบ่งสีเพื่อให้ผู้สูงอายุมองเห็นได้ชัดเจน การลบมุม ผนังเพื่อความปลอดภัยเวลาเดินชน หรือการมีพนักงานคอยสอดส่องดูแลตลอดเวลา เป็นต้น

- พื้นที่ทางสังคม หรือ พื้นที่ที่ให้ทุกคนได้มาพบเจอพูดคุยกัน อยู่บริเวณชั้นล่างของอาคาร

ประกอบด้วย ห้องพักผ่อน ห้องสนทนา การ ห้องรับประทานอาหาร ห้องครัว เป็นต้น

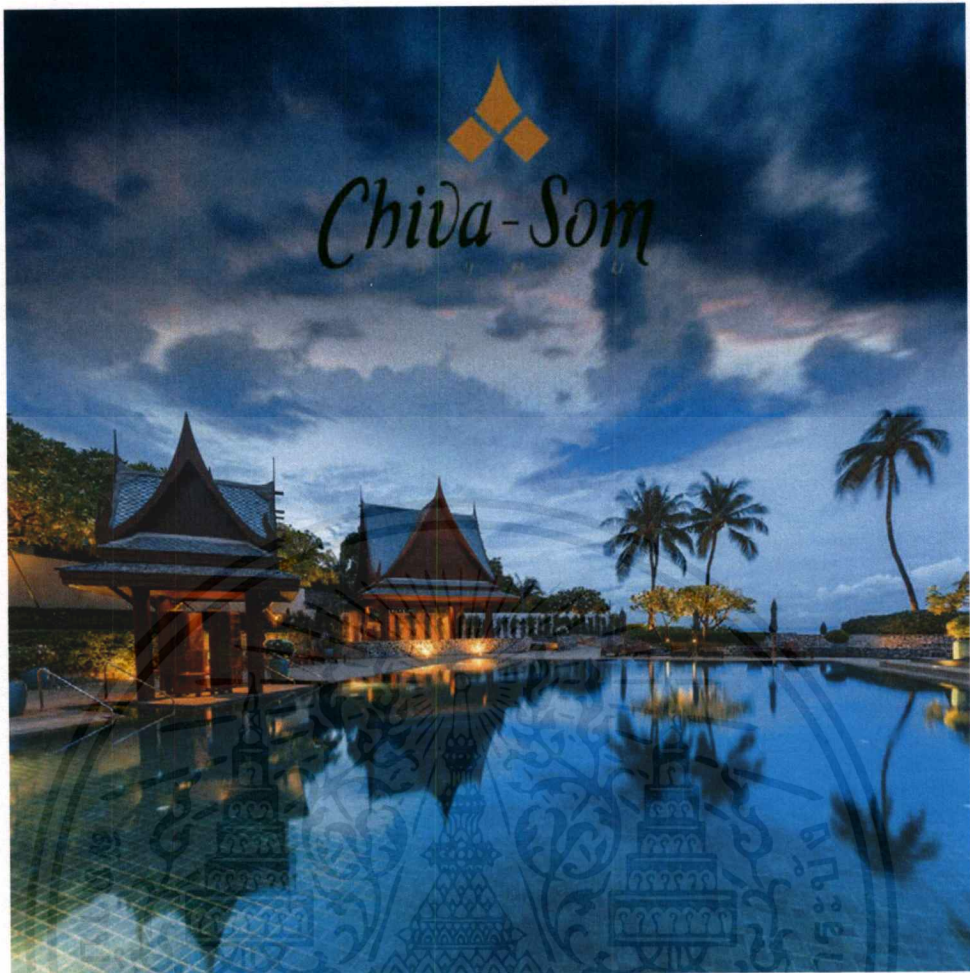
- ที่นี้เป็นจุดกึ่งกลางระหว่างโรงแรมและโรงพยาบาล จะไม่มี ห้องโถงที่หันหน้าเข้าหากันและเกิดความไม่เป็นส่วนตัวขึ้น ความปลอดภัยและส่วนของการรักษามีห้องพยาบาล ห้องพักฟื้น ส่วนนี้จะแยกออกมาซึ่งเป็นอาคารสีเทาที่อยู่ข้างห้องพัก

2.2.3 กรณีศึกษาประเด็นการออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ

2.2.3.1 ชีวาครม (Chiva-Som International Health Resorts)

ลักษณะโครงการ

เป็นรีสอร์ทเพื่อสุขภาพ ที่จัดตั้งเพื่อให้การบริการด้านสุขภาพทั้งด้านการธรรมชาติบำบัด การออกกำลังกาย อาหารการกิน โดยตั้งอยู่ที่ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์ ติดชายทะเล เน้นกิจกรรมภายในรีสอร์ทเป็นหลัก ตั้งอยู่บนความเชื่อที่ว่า สุขภาพและ ความสุขในระยะยาวเป็นผลพวงของความเจริญอย่างสอดรับเป็นเอกภาพกันระหว่าง จิตใจ (Mind) ร่างกาย (Body) และจิตวิญญาณ (Spirit) มีจุดประสงค์หลักเพื่อนำเสนอการบำบัดรักษาสุขภาพที่สมบูรณ์แบบ



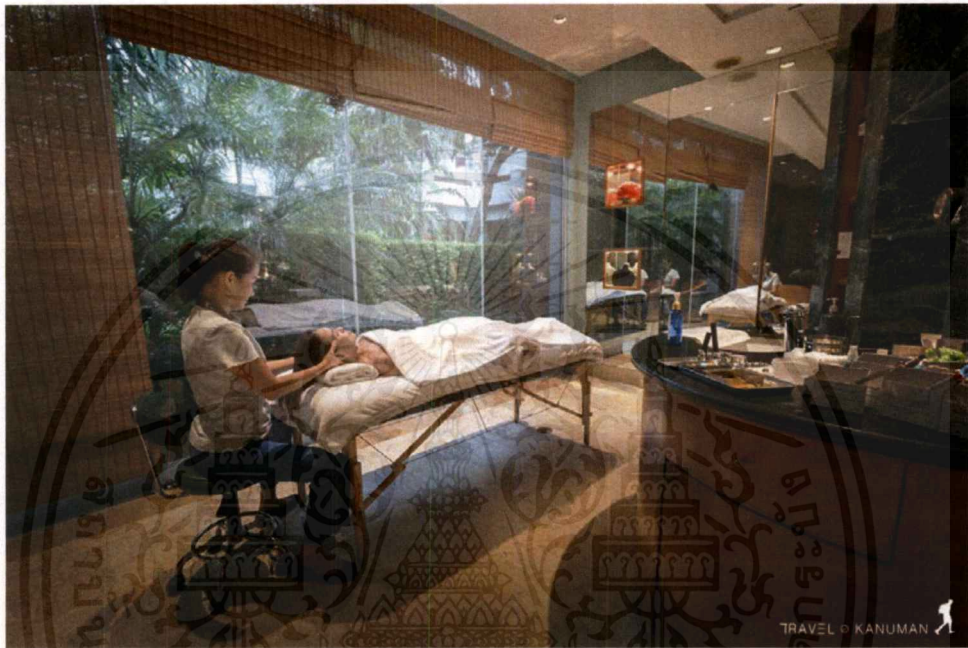
ภาพที่ 2.2.3.1.1 บรรยากาศโดยรอบของโครงการ ชีวาศรม

องค์ประกอบหลักของโครงการ

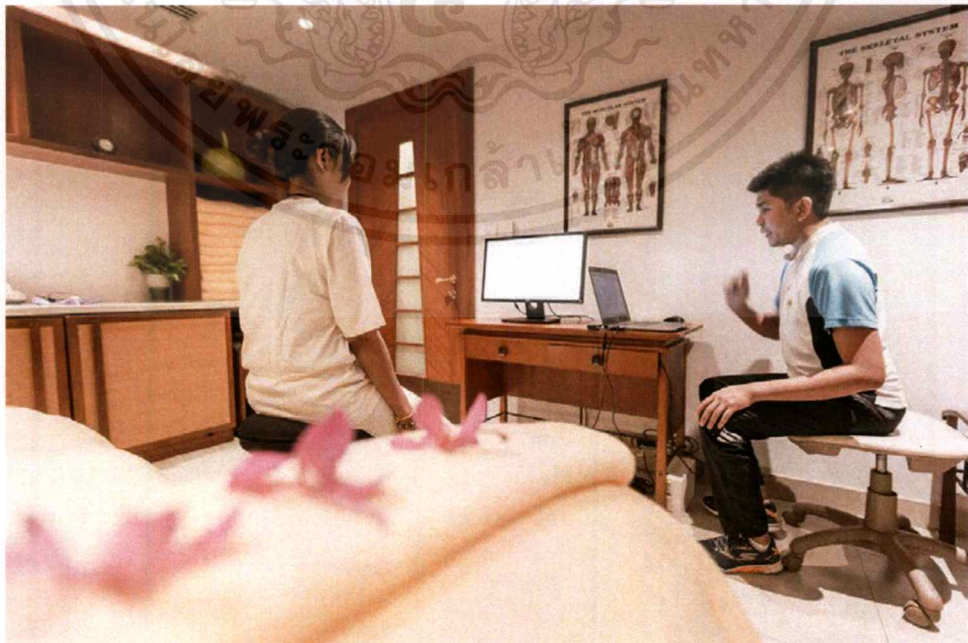
1. Lobby & Recreation Area
2. ที่พัก
3. Swimming Pool
4. Library
5. Health & Beauty Spa
6. Hairdressing
7. Boutique
8. Massage Room
9. Gymnasium
10. Dance Studio

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

11. Taichi
12. Yoga
13. Medical Area
14. Restaurant
15. Lounge

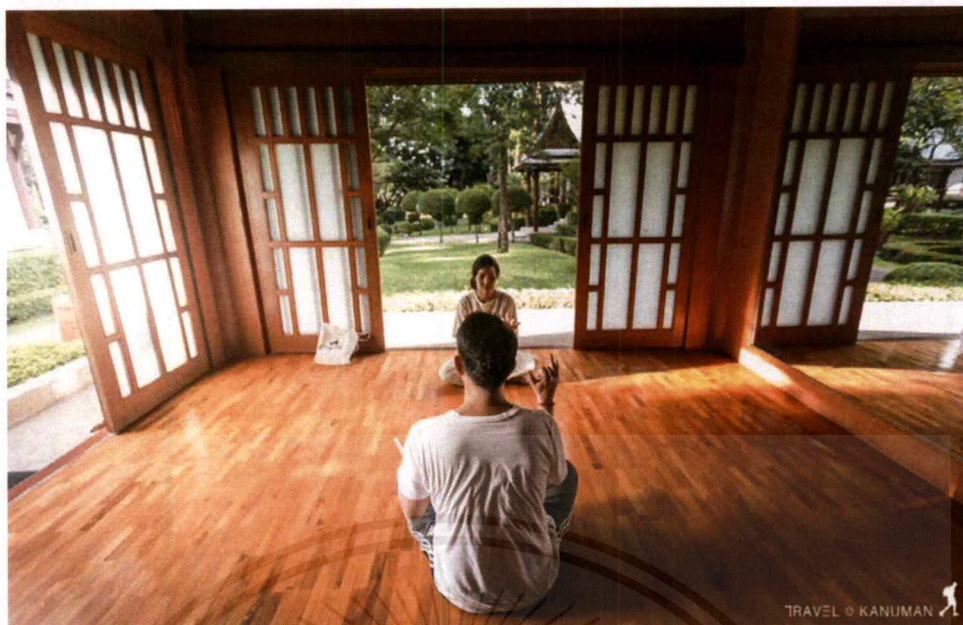


ภาพที่ 2.2.3.1.2 ภายในโครงการ ชีวาศรม



ภาพที่ 2.2.3.1.3 ภายในโครงการ ชีวาศรม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.2.3.1.4 ภายในโครงการ ชีวาศรม

โปรแกรม Health & Wellness

Fitness

Fitness Facility

- Gymnasium
- Dance Studio
- Pilates Studio
- Fitness Testing Room
- Yoga Sala
- Yoga Pavilion
- Outdoor Swimming Pool
- Watsu Pool
- Bathing Pavilion

Etc.

Niranlada Medi-Spa

- Laser Skin Rejuvenation
- Skin Cleaning & Rejuvenation by Jet peel
- Skin Tightening with Titan

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- Skin Tightening & Contouring With ThermageCPT
- Lipolysis by Ultra-Z
- Botox for Wrinkles
- Etc.

Spa

- Chiva-Som

Signature

Treatments

- Pure Source
- Therapy
- Facial Therapy
- Body Therapy
- Hand & Foot
- Therapy
- Crystal Therapy
- Exclusively for Men
- Massage Therapy
- Hydrotherapy
- Hair Studio Services

Holistic Health

- Holistic Treatments
- Medical Treatments

Physiotherapy

- Therapeutic Treatment
- Therapeutic Exercise
- Sport Injury Centre

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.2.3.2 Perfect Heart Fitness center

เพอร์เฟค ฮาร์ท ฟิตเนส เซ็นเตอร์ เป็นฟิตเนสที่จัดขึ้นโดยโรงพยาบาลปิยะเวท เนื่องจากผู้สูงอายุมีปัญหาเรื่องการเคลื่อนไหวร่างกาย จึงมีหลักการแบ่งประเภทการออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น แบ่งเป็น 5 หลักการ

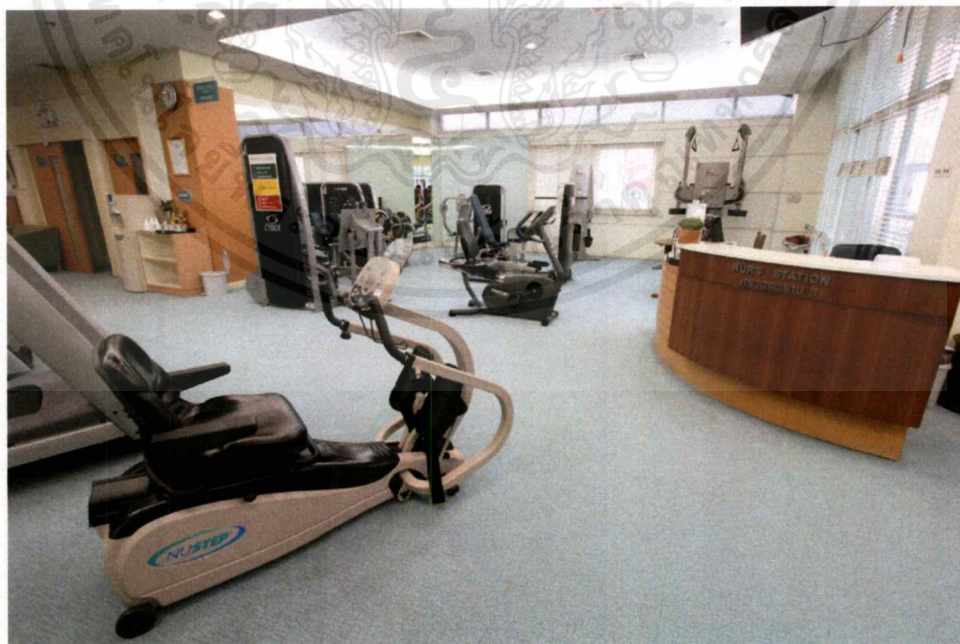
1. การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ (Flexibly Exercise) เนื่องจากมีผู้สูงอายุหลายคน กล้ามเนื้อ เอ็นเริ่มยึด ตึง เมื่อย การยืดกล้ามเนื้อจึงเป็นการช่วยให้มีความกระฉับกระเฉงขึ้น

2. การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของระบบหัวใจและหลอดเลือด (Aerobic Exercise) เช่น การเดินพื้นราบ เดินสายพาน ขี่จักรยาน ปั่นจักรยานแขน เป็นต้น

3. การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความแข็งแรงของระบบกระดูกกล้ามเนื้อ (Resistance Exercise) เช่น การออกกำลังกายโดยใช้แรงต้าน การยกน้ำหนัก เป็นต้น

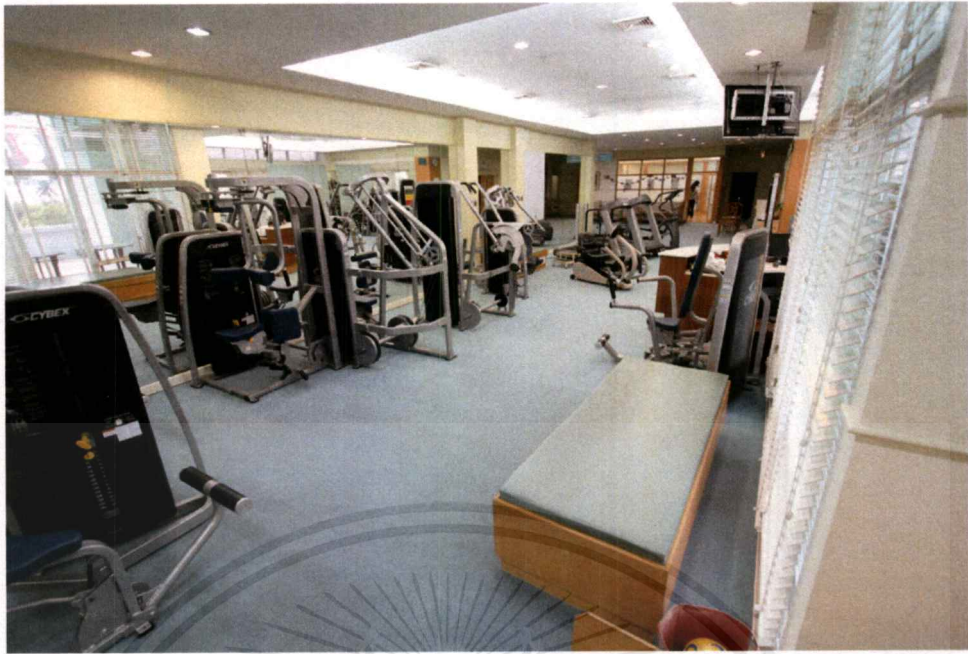
4. การฝึกความสมดุลในการทรงตัว ทั้งในท่านั่ง ยืน และเดิน (Balance Training Exercise) เนื่องจากผู้สูงอายุมักจะเสียความสมดุลในการทรงตัวและเกิดการล้มง่าย และสุดท้าย

5. การออกกำลังกายเป็นกลุ่ม (Group Exercise) เช่น มวยจีน โยคะ การออกกำลังกายโดยใช้บอลที่จะมีการการปรับเปลี่ยนเพื่อความเหมาะสมกับผู้สูงอายุ ซึ่งการออกกำลังกายทั้ง 5 ด้าน มีความเชื่อมโยงกัน จึงควรค่อยๆ ปฏิบัติไปด้วยกัน



ภาพที่ 2.2.3.2.1 ภายในโครงการ Perfect Heart Fitness center

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 2.2.3.2.2 ภายในโครงการ Perfect Heart Fitness center

2.3 ข้อมูลเฉพาะของโครงการ

2.3.1 ความเป็นมาของลักษณะโครงการ

เนื่องจากที่พักอาศัย สถานที่ประกอบกิจกรรม และสถานที่ออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุที่มีอยู่ในประเทศไทย ณ ปัจจุบัน มีจำนวนน้อย ไม่เพียงพอต่อจำนวนผู้สูงอายุที่มีอยู่ในกรุงเทพมหานครที่กำลังจะมีการขยายตัวเพิ่มขึ้นทุกๆปี และยังไม่ค่อยมีสถานที่จัดกิจกรรมเพื่อพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุในหลายๆด้านในพื้นที่เดียว รวมทั้งบางแห่งที่เปิดให้บริการอยู่ยังไม่มีการออกแบบพื้นที่ที่สามารถรองรับกลุ่มผู้ใช้งานเหล่านี้ได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ และขาดการให้ข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นเฉพาะต่อการใช้ชีวิตช่วงอายุ 60 ขึ้นไป ดังนั้น

โครงการออกแบบสถาปัตยกรรมภายในศูนย์ส่งเสริมสุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ สมาร์ท โลก จึงได้จัดทำขึ้นเพื่อเป็นพื้นที่พบปะสังสรรค์ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และประกอบกิจกรรมที่สนใจ เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ เพื่อเป็นสถานที่ช่วยส่งเสริมสุขภาพทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจให้กับผู้สูงอายุ และเพื่อเป็นที่พำนักระยะยาวและชั่วคราวสำหรับผู้สูงอายุ เมื่อบุตรหลานติดภารกิจที่ไม่สามารถดูแลผู้สูงอายุได้หรือเมื่อผู้สูงอายุต้องการเปลี่ยนบรรยากาศในการพักผ่อน

2.3.2 เอกลักษณ์ของโครงการ



SMART LIFE

ภาพที่ 2.3.2.1 โลโก้โครงการ Smart Life Elderly Health And Recreation Center

“Smart” หมายถึง ฉลาด คล่องแคล่ว ดุติ “Life” หมายถึง ชีวิต ดังนั้นคำว่า “Smart Life” จึงหมายความว่า ชีวิตที่ดี คล่องแคล่ว มีการใช้ชีวิตอย่างชาญฉลาด

สี่ประจำโครงการ คือ สี่ฟ้า - ความสงบ ความเงียบ สี่เหลือง - ความรื่นเริงเบิกบานใจ ความสุข ความสดใสรุ่งเรือง พลัง อนาคต การมองโลกในแง่ดี

2.3.3 สถานการณ์และแนวทางแก้ไขของการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

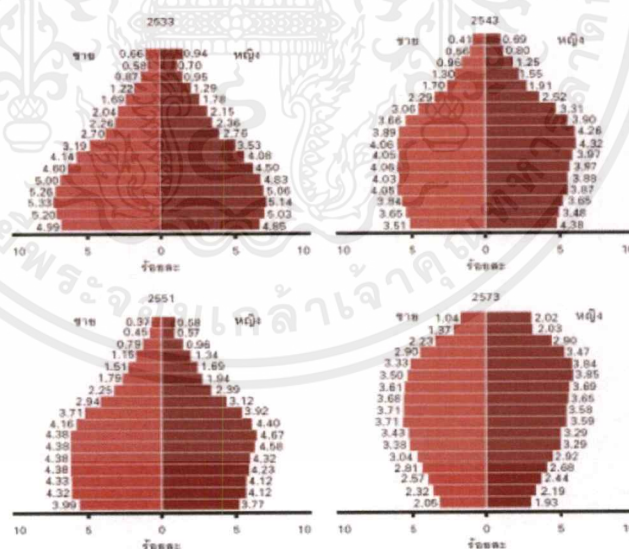
2.3.3.1 สถานการณ์ผู้สูงอายุไทย

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ คือการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยสัดส่วนจำนวนประชากรในวัยทำงานและวัยเด็กลดลง เนื่องจากอัตราการเกิดและอัตราการตายลดลงอย่างต่อเนื่อง ทำให้ประชากรไทยโดยเฉลี่ยมีอายุยืนยาวขึ้น สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (สศช.) คาดว่าประชากรของไทยจะเพิ่มขึ้นจาก 66.48 ล้านคนในปี 2551 เป็น 70.65 ล้านคนในปี 2568 และจะค่อยๆ ลดลง (Depopulation) เป็น 70.63 ล้านคนในปี 2573 จำนวนประชากรวัยเด็ก (อายุ 0 - 14 ปี) จะลดลงอย่างสม่ำเสมอจาก 15.95 ล้านคนในปี 2533 เหลือเพียง 9.54 ล้านคนในปี 2573

โดยเมื่อคิดเป็นสัดส่วนจะลดลงจากร้อยละ 29.23 เหลือเพียงร้อยละ 13.50 ประชากรวัยทำงาน (อายุ 15-59 ปี) จะเพิ่มจาก 34.59 ล้านคนในปี 2533 เป็น 46.34 ล้านคนในปี 2560 จากนั้นจะลดลงเป็นลำดับ เหลือ 43.35 ล้านคนในปี 2573 เมื่อคิดเป็นสัดส่วนจะเพิ่มจากร้อยละ 63.40 เป็นร้อยละ 67.67 แล้วลดลงเป็นร้อยละ 61.38

ส่วนประชากรวัยสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) จะเพิ่มขึ้นกว่า 3 เท่าจาก 4.02 ล้านคนในปี 2533 เป็น 17.74 ล้านคนในปี 2573 เมื่อคิดเป็นสัดส่วนจะเพิ่มจากร้อยละ 7.36 เป็นร้อยละ 25.12 และตามนิยามของสังคมผู้สูงอายุ ประเทศไทยเริ่มก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุในปี 2547 เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 10 และจะเป็นสังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในปี 2567 เมื่อประชากรอายุ 60 ปีขึ้นไปมีสัดส่วนมากกว่าร้อยละ 20

การเปลี่ยนแปลงทางโครงสร้างของประชากรดังกล่าวส่งผลให้อัตราส่วนภาวะพึ่งพิงหรือภาระโดยรวมที่ประชากรวัยทำงานจะต้องเลี้ยงดูประชากรวัยเด็กและวัยสูงอายุมีจำนวนเพิ่มขึ้น โดยที่ยังมีได้ค้ำจนถึงเรื่องค่าใช้จ่ายในการเลี้ยงดูซึ่งสูงขึ้นตามอายุ อัตราส่วนภาวะพึ่งพิงของประชากรวัยเด็ก ลดลงจากร้อยละ 46.11 ในปี 2533 เหลือร้อยละ 21.99 ในปี 2573 ขณะที่อัตราส่วนภาวะพึ่งพิงของประชากรวัยสูงอายุเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 11.61 เป็นร้อยละ 40.93 ในช่วงเวลาเดียวกัน ทำให้อัตราส่วนภาวะพึ่งพิงรวมลดลงจากร้อยละ 57.72 ในปี 2533 เป็นร้อยละ 47.78 ในปี 2554 จากนั้นจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว เป็นร้อยละ 62.92 ในปี 2573



ภาพที่ 2.3.3.1.1 พีระมิตประชากรของประเทศไทย พ.ศ.2533,2543,2551 และ2573

จากแผนภูมิ จะเห็นได้ว่าการกระจายตัวของประชากรตามกลุ่มอายุและเพศของประเทศไทยระหว่างปี พ.ศ.2533 ถึง พ.ศ.2573 เป็นการนำเสนอด้วยพีระมิตประชากร โดยฐานของพีระมิตคือประชากรในวัยเด็ก ประชากรที่อายุสูงขึ้นๆ จะมีสัดส่วนน้อยลงตามลำดับ เนื่องจากการตายในแต่ละปีส่วนกลางของพีระมิตแสดงถึงประชากรวัยแรงงาน ในขณะที่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดลอกเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ส่วนบนของพีรามิดแสดงถึงประชากรในวัยสูงอายุ พีรามิดประชากรของประเทศไทยระหว่างปี พ.ศ.2533 ถึง พ.ศ.2573 มีการเปลี่ยนแปลงรูปร่างอย่างชัดเจนจากลักษณะของพีรามิดที่มีฐานกว้าง

ในปี พ.ศ. 2533 กลายเป็นพีรามิดที่มีรูปคล้ายรวงผึ้งในปี พ.ศ.2573 ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าประเทศไทยมีอัตราเกิดและอัตรามตายอยู่ในระดับต่ำ อัตราเกิดที่ลดลงอย่างรวดเร็วทำให้ฐาน พีรามิดแคบลงเพราะเด็กเกิดน้อยลง อัตราตายที่ต่ำทำให้สัดส่วนของประชากรแต่ละกลุ่มอายุไม่แตกต่างกันมากนัก กล่าวได้ว่า ในปี พ.ศ. 2551 ประเทศไทยอยู่ในภาวะที่เรียกว่า “การปันผลทางประชากร” (Population dividend) ซึ่งเป็นสถานการณ์ที่สัดส่วนของประชากรในวัยแรงงาน (อายุ 15 - 59 ปี) ซึ่งเป็นวัยผลิต และสามารถให้การเกื้อหนุนกลุ่มอายุอื่นๆ โดยเฉพาะกลุ่มเด็กและกลุ่มผู้สูงอายุอยู่ในระดับสูง

อย่างไรก็ตาม จากภาพประชากรใน ปี พ.ศ. 2573 แสดงให้เห็นอย่างชัดเจนว่า สัดส่วนประชากรวัยเด็กลดลงอย่างมาก และถึงแม้ประเทศไทยยังคงมีสัดส่วนของประชากรในวัยแรงงานที่สูงอยู่แต่ประชากรในวัยสูงอายุก็เพิ่มขึ้นเป็นสัดส่วนที่สูงมากอย่างชัดเจน¹

1.สถานการณ์ด้านสุขภาพ

สถานการณ์ด้านสุขภาพ พบว่า กลุ่มโรคที่ผู้สูงอายุป่วยมาก 3 อันดับแรก คือ กลุ่มโรคระบบกล้ามเนื้อเส้นเอ็น กระดูกและข้อ กลุ่มโรคระบบทางเดินหายใจ และกลุ่มโรคหัวใจและหลอดเลือด ส่วนสาเหตุการตายของผู้สูงอายุที่สำคัญ คือ โรคมะเร็งทุกชนิด โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง หลอดลมอักเสบและปอดอักเสบ นอกจากนี้ผู้สูงอายุยังมีแนวโน้มพิการมากขึ้น จากร้อยละ 5.8 ในปี 2544 เป็นร้อยละ 15.3 ในปี 2550 โดยความพิการที่พบมาก คือ สายตาเลือนรางทั้งสองข้าง หูตึงสองข้าง และ อัมพฤกษ์

2.สถานการณ์ด้านสวัสดิการคำรักษาพยาบาล

สถานการณ์ด้านสวัสดิการคำรักษาพยาบาล พบว่า ผู้สูงอายุได้รับสวัสดิการในช่วง 5 ปีที่ผ่านมา สูงถึงร้อยละ 97 ผู้สูงอายุส่วนใหญ่มีสวัสดิการคำรักษาประเภทบัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้าหรือบัตรทอง รองลงมาเป็นสวัสดิการข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ ส่วนสวัสดิการที่จัดโดยนายจ้างมีน้อย

¹มูลนิธิสถาบันวิจัยและพัฒนาผู้สูงอายุไทย, 2552.

3. สถานการณ์ด้านการทำงาน

สถานการณ์ด้านการทำงาน พบว่า ผู้สูงอายุมีแนวโน้มเข้ามามีส่วนร่วมในกำลังแรงงานมากขึ้น โดยร้อยละ 51.0 ให้เหตุผลว่าต้องทำงานเพื่อเลี้ยงตนเองและครอบครัว ร้อยละ 36.5 เห็นว่าตนยังแข็งแรง ทำงานได้อีกร้อยละ 12.5 ต้องส่งเสียบุตร เป็นอาชีพประจำไม่มีผู้ทำแทน และมีหนี้สิน

4. สถานการณ์ผลกระทบทางด้านสังคม

ปัญหาผู้สูงอายุถูกทอดทิ้ง การที่มีสัดส่วนผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทำให้ผู้ที่อยู่ในวัยทำงานจะต้องทำงานมากขึ้นและต้องรับภาระดูแลผู้สูงอายุในสัดส่วนที่เพิ่มขึ้น บางครั้งอาจทำให้ผู้สูงอายุขาดความอบอุ่นหรืออาจถูกทอดทิ้งได้

ปัญหาทางด้านสภาพจิตใจ เมื่อถึงวัยเกษียณอายุ ไม่ได้ทำงานทำให้ผู้สูงอายู้สึกเหงา ไม่ภาคภูมิใจเหมือนเป็นภาระกับลูกหลาน อาจรู้สึกน้อยใจ ซึมเศร้า จึงจำเป็นต้องมีคนดูแลเอาใจใส่

ปัญหาสุขภาพร่างกาย ตามปกติผู้สูงอายุจะมีสุขภาพร่างกายเสื่อมโทรม ไม่แข็งแรง จึงจำเป็นต้องมีผู้ดูแลเอาใจใส่และจะต้องใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลทำให้มีรายจ่ายเพิ่มขึ้นขณะที่ไม่มีรายได้ จึงทำให้ผู้สูงอายุมีความเป็นอยู่ที่ยากลำบาก หากไม่มีการวางแผนสะสมเงินออมเพื่อเก็บไว้ใช้จ่ายในวัยชราจึงจำเป็นที่จะเตรียมพร้อมรับการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ จะต้องมีการวางแผนการออม การลงทุนและการบริโภคเพื่อที่จะเตรียมพร้อมเมื่อเข้าสู่วัยผู้สูงอายุ เนื่องจากเมื่อสูงอายุแล้วจะต้องหยุดทำงานและขาดรายได้ จึงจำเป็นต้องเตรียมสะสมเงินออมหรือวางแผนการลงทุนเพื่อจะได้มีรายได้หรือเงินสะสมไว้ใช้ในวัยสูงอายุหรือสามารถนำเงินออมที่สะสมไว้มาใช้ในช่วงบั้นปลายชีวิต

นอกจากนี้ สำนักงานสถิติแห่งชาติยังได้ระบุว่า ประเทศไทยได้ถูกจัดให้เป็นประเทศที่อยู่ในสังคมผู้สูงอายุมานับตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 กล่าวคือ ในขณะนั้น ประเทศไทยมีประชากรผู้สูงอายุ ร้อยละ 10.4 ของประชากรทั้งหมด ซึ่งสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติได้คาดการณ์ว่าโครงสร้างประชากรไทยกำลังเปลี่ยนผ่านเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุว่า “ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุถึง 1 ใน 4 ของประชากรและเป็นสังคมผู้สูงอายุสมบูรณ์แบบภายในช่วงระหว่างปี พ.ศ. 2551 – 2571 สัดส่วนประชากรที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไปจะเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 11.1 เป็นร้อยละ 23.5 หรือ 1 ใน 4 ของประชากรทั้งประเทศ

โดยการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุในสังคมไทยนั้น ได้มีสาเหตุหลักอันเนื่องมาจากการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดการเพิ่มจำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุและส่งผลกระทบต่อสังคมและระบบเศรษฐกิจ ตลอดจนการจัดสรรทรัพยากรของประเทศในอนาคตหากไม่มีนโยบายหรือแผนปฏิบัติการที่เหมาะสมรองรับประเด็นที่เด่นชัด คือ จำนวนประชากรวัยแรงงานที่ลดลงจะมีผลต่อผลผลิตรวมของประเทศ ในขณะที่การจัดสรรทรัพยากรเพื่อผู้สูงอายุของประเทศเพิ่มขึ้น ผลกระทบต่อการจัดการด้านสังคม คือ การพึ่งพิงสมาชิกในครอบครัวที่สูงขึ้น อันเนื่องมาจากภาวะถดถอยทางกายภาพของผู้สูงอายุ ซึ่งปรากฏการณ์ดังกล่าวนี้จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศอย่างต่อเนื่องในระยะยาว²

2.3.3.2 สถานการณ์ผู้สูงอายุในต่างประเทศ

ประชากรโลกได้มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องจาก 6,070.6 ล้านคนในปี 2543 เป็น 7,851.4 ล้านคนในอีก 25 ปีข้างหน้า คือ ในปี 2568 ในขณะที่ประชากรไทยก็มีแนวโน้มเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกันจาก 62.2 ล้านคน ในปี 2543 เป็น 72.3 ล้านคน ในปี 2568 จะเห็นได้ว่าโครงสร้างของประชากรโลก และประชากรไทยมีการเปลี่ยนแปลงที่คล้ายคลึงกัน โดยที่ประชากรวัยสูงอายุ (อายุ 60 ปีขึ้นไป) มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นในอัตราที่เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 10.0 ในปี 2543 เป็นร้อยละ 15.0 ในปี 2568 ในขณะที่ประชากรวัยเด็ก (อายุ 0 - 14 ปี) มีจำนวนลดลงจากร้อยละ 30.1 ในปี 2543 เหลือร้อยละ 24.2 ในปี 2568 แสดงให้เห็นว่า โครงสร้างของประชากรกำลังเปลี่ยนจากโครงสร้างประชากรวัยเด็กในอดีต เป็นประชากรวัยสูงอายุหรือสังคมผู้สูงอายุในอนาคต ดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2.3.3.2.1 โครงสร้างประชากรโลกและประชากรไทย พ.ศ. 2543 - 2568

พ.ศ.	ประชากรโลก (%)				ประชากรไทย (%)			
	จำนวนรวม	0 - 14 ปี	15 - 59 ปี	60 ปีขึ้นไป	จำนวนรวม	0 - 14 ปี	15 - 59 ปี	60 ปีขึ้นไป
2543	6,070,578	30.1	59.9	10.0	62,237	24.7	65.9	9.4
2548	6,453,627	28.3	61.3	10.4	64,765	23.0	66.7	10.3
2553	6,830,282	27.0	61.9	11.1	67,042	21.2	67.1	11.7
2558	7,197,247	26.1	61.6	12.3	69,056	20.2	66.0	13.8
2563	7,540,238	25.2	61.2	13.6	70,821	19.0	64.2	16.8
2568	7,851,455	24.2	60.8	15.0	72,288	18.0	62.0	20.0

²สถาบันวิจัยและพัฒนาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน, 2553.

การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้เป็นภาพรวมของประชากรโลก แต่ถ้าพิจารณาในแต่ละภูมิภาคของโลก เพื่อให้ทราบว่า การเปลี่ยนแปลงดังกล่าวนี้ ส่วนใหญ่กำลังเกิดขึ้นในภูมิภาคใดของโลก พบว่ายุโรปเป็นภูมิภาคที่กำลังเกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างของประชากรเข้าสู่ "สังคมผู้สูงอายุ" มากที่สุดในโลก ยุโรปมีสัดส่วนของประชากรวัยเด็กน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 16 และมีสัดส่วนของประชากรวัยสูงอายุมากที่สุดร้อยละ 21 ของประชากรทั้งหมดในยุโรป ในขณะที่แอฟริกา มีสัดส่วนของประชากรวัยเด็กสูงถึงร้อยละ 42 และมีสัดส่วนของประชากรวัยสูงอายุเพียงร้อยละ 5 ของประชากรทั้งหมดในแอฟริกา

ประเทศที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุมากที่สุดในโลก 5 ประเทศ คือ อิตาลี ญี่ปุ่น กรีซ เยอรมนี และสวีเดน ประเทศเหล่านี้มีลักษณะทางประชากรที่สำคัญ เช่น อัตราเกิดต่อประชากรพันคนค่อนข้างต่ำ และมีอัตราตายต่อประชากรพันคนต่ำเช่นกัน แต่มีอายุขัยเฉลี่ยค่อนข้างสูง ญี่ปุ่นเป็นประเทศเดียวในภูมิภาคเอเชียที่มีสัดส่วนของผู้สูงอายุมากที่สุดในโลกเท่ากับประเทศอิตาลีในยุโรป (ร้อยละ 25) และที่น่าสนใจ คือ คนญี่ปุ่นเป็นคนที่อายุขัยเฉลี่ยหรือมีอายุยืนยาวมากที่สุดในโลกด้วย (82 ปี) ในขณะที่แอฟริกายังเป็นภูมิภาคที่มีสัดส่วนประชากรวัยเด็กมากเกือบร้อยละ 42 ของประชากรทั้งหมดในภูมิภาค มีอัตราเจริญพันธุ์รวมและอัตราตายต่อประชากรพันคนสูงมาก (4.9 และ 15 ตามลำดับ) และประชากรมีอายุขัยเฉลี่ยที่ต่ำมากเพียง 49 ปีเท่านั้น³

ตารางที่ 2.3.3.2 แสดงสัดส่วนของประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปต่อประชากรทั้งหมดในประเทศที่พัฒนาแล้วเปรียบเทียบกับประเทศที่กำลังพัฒนา

กลุ่มประเทศ	ร้อยละ 7	ร้อยละ 14	จำนวนปีที่ใช้เวลาก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ
กลุ่มประเทศที่พัฒนาแล้ว			
- ฝรั่งเศส	พ.ศ. 2408	พ.ศ. 2523	115
- สวีเดน	พ.ศ. 2429	พ.ศ. 2514	85
- สหรัฐอเมริกา	พ.ศ. 2484	พ.ศ. 2556	72
- อิตาลี	พ.ศ. 2467	พ.ศ. 2530	63
- ญี่ปุ่น	พ.ศ. 2512	พ.ศ. 2537	26
กลุ่มประเทศที่กำลังพัฒนา			
- เกาหลี	พ.ศ. 2543	พ.ศ. 2563	20
- สิงคโปร์	พ.ศ. 2543	พ.ศ. 2560	17
- ไทย	พ.ศ. 2553	พ.ศ. 2573	20
- จีน	พ.ศ. 2545	พ.ศ. 2570	25

³สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2557.

จากข้อมูลในตาราง จะเห็นได้ว่าการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุในประเทศที่พัฒนาแล้วกับประเทศที่กำลังพัฒนา จากสัดส่วนของประชากรอายุ 65 ปีขึ้นไปต่อประชากรทั้งหมดเท่ากับร้อยละ 7 และร้อยละ 14 ในสัดส่วนเดียวกัน ซึ่งในประเทศที่พัฒนาแล้วมีเวลาค่อนข้างมากในการปรับตัว เช่น ฝรั่งเศสใช้เวลา 115 ปี สวีเดน 85 ปี สหรัฐอเมริกา 72 ปี อิตาลี 63 ปี ญี่ปุ่น 26 ปี ทำให้ประเทศเหล่านี้มีเวลาปรับตัว ปรับโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมเพื่อรองรับสังคมผู้สูงอายุอย่างเพียงพอ ขณะที่ประเทศที่กำลังพัฒนา ใช้เวลาสั้นกว่ามาก เช่น เกาหลี ใช้เวลา 20 ปี จีน 25 ปี ไทย 20 ปี และสิงคโปร์ 17 ปี ทำให้มีเวลาเตรียมตัวในการก้าวสู่สังคมผู้สูงอายุค่อนข้างน้อย

2.3.3.3 ผลกระทบจากการที่ประเทศไทยก้าวเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุได้ส่งผลกระทบต่ออย่างกว้างขวางทั้งใน ระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวประชากร การออม การลงทุน งบประมาณของรัฐบาลและการคลัง ผลิตภาพแรงงานและการจ้างงาน และในระดับจุลภาค ได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์และบริการด้านต่างๆ โดยเฉพาะด้านการเงินและด้านสุขภาพ การเตรียมพร้อมเพื่อรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวต้องเริ่มตั้งแต่บัดนี้ เพราะมาตรการเกือบทุกอย่างล้วนต้องใช้เวลาในการดำเนินการ

ปัจจุบันสังคมไทยกำลังเผชิญกับการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางประชากรครั้งสำคัญ คือ การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ โดยการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างอายุในสังคมไทยนั้น ได้มีสาเหตุหลักอันเนื่องมาจากการลดลงของภาวะเจริญพันธุ์อย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดการเพิ่มจำนวนและสัดส่วนประชากรผู้สูงอายุและส่งผลกระทบต่อสังคมและระบบเศรษฐกิจ ตลอดจนการจัดสรรทรัพยากรของประเทศในอนาคต ทั้งในระดับมหภาค ได้แก่ ผลต่อผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ (GDP) รายได้ต่อหัวประชากร การออม การลงทุน งบประมาณของรัฐบาลและการคลัง ผลิตภาพแรงงานและการจ้างงานและในระดับจุลภาค ได้แก่ ผลต่อตลาดผลิตภัณฑ์และบริการด้านต่างๆ โดยเฉพาะด้านการเงินและด้านสุขภาพ การเตรียมความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงดังกล่าว จึงเป็นเรื่องเร่งด่วนสำคัญที่ต้องการการวางแผนอย่างเป็นระบบและดำเนินการล่วงหน้า เนื่องจากมาตรการต่างๆ หลายประการล้วนแล้วแต่ต้องใช้เวลาในการดำเนินการกว่าจะเห็นผลอย่างเป็นรูปธรรม

2.3.3.4 แนวทางแก้ไขและการเตรียมความพร้อมในการเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ

ประเทศไทยจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์ในอีกไม่นานนักนั้น จึงมีเวลาค่อนข้างน้อยในการเตรียมความพร้อม ทั้งด้านบุคลากรและระบบต่างๆ เพื่อเสริมสร้างหลักประกัน

ทางสังคมชั้นพื้นฐานสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะมาตรการที่ควรต้องรีบดำเนินการทั้งด้านบุคลากรและระบบ โดยจะต้องเร่งดำเนินการ ดังต่อไปนี้⁴

- 1) การปรับปรุงฐานข้อมูลเกี่ยวกับผู้สูงอายุให้ทันสมัย เพื่อที่จะได้ติดตามดูแลอย่างใกล้ชิด และให้ความช่วยเหลือได้อย่างทั่วถึงและตรงกับความต้องการอย่างแท้จริง
- 2) สร้างหลักประกันด้านสุขภาพและการรักษาพยาบาล ซึ่งยังมีปัญหาเรื่องโรงพยาบาลที่ให้เลือกใช้บริการมีจำกัด และไม่คอยได้รับความเชื่อถือด้านคุณภาพการบริการ นอกจากนี้ยังมีปัญหาเรื่องการส่งต่อในกรณีฉุกเฉิน จึงเป็นหน้าที่ของรัฐในการปรับปรุงและควบคุมคุณภาพของโรงพยาบาลและสถานพยาบาลทุกแห่งให้ได้มาตรฐาน
- 3) สนับสนุนการดูแลระยะยาว และแก้ปัญหาการขาดแคลนผู้ดูแล ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจและสังคม ทำให้รูปแบบและขนาดของครัวเรือนเปลี่ยนแปลงไป ขณะเดียวกันภาวะการเจ็บป่วยและพิการของผู้สูงอายุก็มีมากขึ้น ทำให้เกิดปัญหาด้านการดูแลระยะยาว และการขาดแคลนผู้ดูแล จึงมีการเสนอให้คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานผู้สูงอายุแห่งชาติ เร่งจัดทำนโยบายแผนการผลิตและพัฒนากำลังคนด้านการดูแลผู้สูงอายุที่เป็นทางการ
- 4) การสร้างหลักประกันด้านรายได้และส่งเสริมการออมเพื่อวัยหลังเกษียณ โดยส่งเสริมการออมเพื่อวัยหลังเกษียณ ผ่านเครื่องมือหรือระบบการออมประเภทต่างๆ ได้แก่ กองทุนประกันสังคมกรณีชราภาพ กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการและพนักงานรัฐวิสาหกิจ กองทุนสำรองเลี้ยงชีพกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ กองทุนรวมหุ้นระยะยาว การประกันชีวิต และกองทุนบำเหน็จบำนาญแห่งชาติ
- 5) สร้างความเข้มแข็งให้แก่ระบบครอบครัวและชุมชน การสร้างเสริมความเข้มแข็งของครอบครัวและชุมชน เพื่อให้สามารถดูแลปัญหาผู้สูงอายุได้ด้วยตัวเองให้มากที่สุด

นอกจากนี้ จากโครงสร้างประชากรที่มีการเปลี่ยนแปลงไปสู่สังคมสูงอายุมากขึ้นเป็นอุปสรรคสำคัญต่อการพัฒนาประเทศ รัฐจึงควรมองถึงอนาคตที่จะให้ผู้สูงวัยสามารถใช้ความรู้ความสามารถและศักยภาพได้อย่างสูงสุดตามที่ช่วงวัยนั้นๆสามารถทำได้ และรัฐต้องปรับแผนงานต่างๆให้สอดคล้องกับโครงสร้างทางสังคมที่จะเปลี่ยนไปมากขึ้น

⁴เราจะเตรียมรับมือกันอย่างไร...สังคมผู้สูงอายุ, 2556.

2.3.4 ข้อมูลเกี่ยวกับสุขภาพและการดูแลผู้สูงอายุ

2.3.4.1 ปัญหาสุขภาพในประชากรสูงอายุ

ปัญหาด้านการมองเห็นเป็นอีกปัญหาที่สำคัญที่เป็นอุปสรรคต่อการใช้ชีวิตประจำวันของผู้สูงอายุ และอาจนำไปสู่การเกิดอุบัติเหตุและการพลัดตกหกล้ม จากข้อมูลพบว่าในปี พ.ศ.2554 ร้อยละ 47.4 ของผู้สูงอายุรายงานว่ามีปัญหาด้านการมองเห็น ซึ่งเพิ่มขึ้นจากปี พ.ศ.2550 เล็กน้อย โดยปัญหาดังกล่าวมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามอายุ ผู้สูงอายุหญิงมีแนวโน้มประสบปัญหาดังกล่าวมากกว่าเพศชาย และผู้ที่อาศัยในเขตเมืองมีแนวโน้มที่จะประสบปัญหามากกว่าในเขตชนบทอีกปัญหาที่ผู้สูงอายุประสบคือ ปัญหาด้านการได้ยิน พบว่า ในปี พ.ศ.2554 ประมาณร้อยละ 15 ของผู้สูงอายุประสบปัญหาดังกล่าว และปัญหาดังกล่าวแทบจะไม่เปลี่ยนแปลงจากผลการสำรวจในรอบก่อน โดยปัญหาการได้ยินจะเพิ่มมากขึ้นตามอายุ และเพศหญิงจะประสบปัญหามากกว่าเพศชาย รวมทั้งผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตชนบทจะมีปัญหาสูงกว่าในเขตเมืองปัญหาสุขภาพที่บ้านทอนคุณภาพชีวิตของผู้สูงอายุปัญหาหนึ่งที่ส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุและอาจนำไปสู่ความพิการได้คือการพลัดตกหกล้ม ซึ่งการพลัดตกหกล้มนี้ เกิดจากทั้งสภาพร่างกาย และศักยภาพในการควบคุมการเคลื่อนไหวที่ถดถอยตามอายุ และ สภาพแวดล้อมทั้งภายในบ้านและนอกบ้าน จากตารางที่ 1.2 ข้อมูลการสำรวจประชากรสูงอายุไทยในปีพ.ศ.2550 และปีพ.ศ.2554 พบว่า สัดส่วนการพลัดตกหกล้มลดลงเล็กน้อย จากร้อยละ 10.3 เหลือเพียง ร้อยละ 8.6 เมื่อพิจารณาตามลักษณะประชากรจะพบว่า การพลัดตกหกล้มมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นตามอายุที่เพิ่มขึ้น ผู้สูงอายุหญิงมีแนวโน้มที่จะพลัดตกหกล้มมากกว่าผู้สูงอายุชาย และผู้สูงอายุที่อาศัยในเขตเมืองมีแนวโน้มที่จะมีการหกล้มมากกว่าในเขตชนบท อย่างไรก็ตามเมื่อเทียบระหว่างปีพ.ศ. 2550 กับ 2554 มีแนวโน้มลดลงในทุกกลุ่มประชากรโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้สูงอายุหญิงแม้ว่าแนวโน้มการหกล้มจะลดลง แต่ก็ควรจะลดประเด็นปัญหานี้ให้เหลือน้อยที่สุดตั้งนั้นจึงควรเร่งส่งเสริมให้มีการปรับปรุงสิ่งแวดล้อมทั้งภายในบ้านและนอกบ้านให้เหมาะสมและปลอดภัยสำหรับผู้สูงอายุ ปัญหาเกี่ยวกับการควบคุมระบบการขับถ่ายเป็นอีกปัญหาหนึ่งของผู้สูงอายุ ปัญหาการกลั้นอุจจาระไม่ได้ เป็นปัญหาที่เพิ่มมากขึ้นในกลุ่มประชากรสูงอายุโดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้สูงอายุวัยปลาย ผู้สูงอายุเพศหญิง และผู้สูงอายุที่อยู่ในเขตชนบท (ตารางที่ 2.4)

ตารางที่ 2.3.4.1.1 แสดงร้อยละของประชากรสูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพในด้านต่างๆ จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ และเขตที่อยู่อาศัย พ.ศ.2554

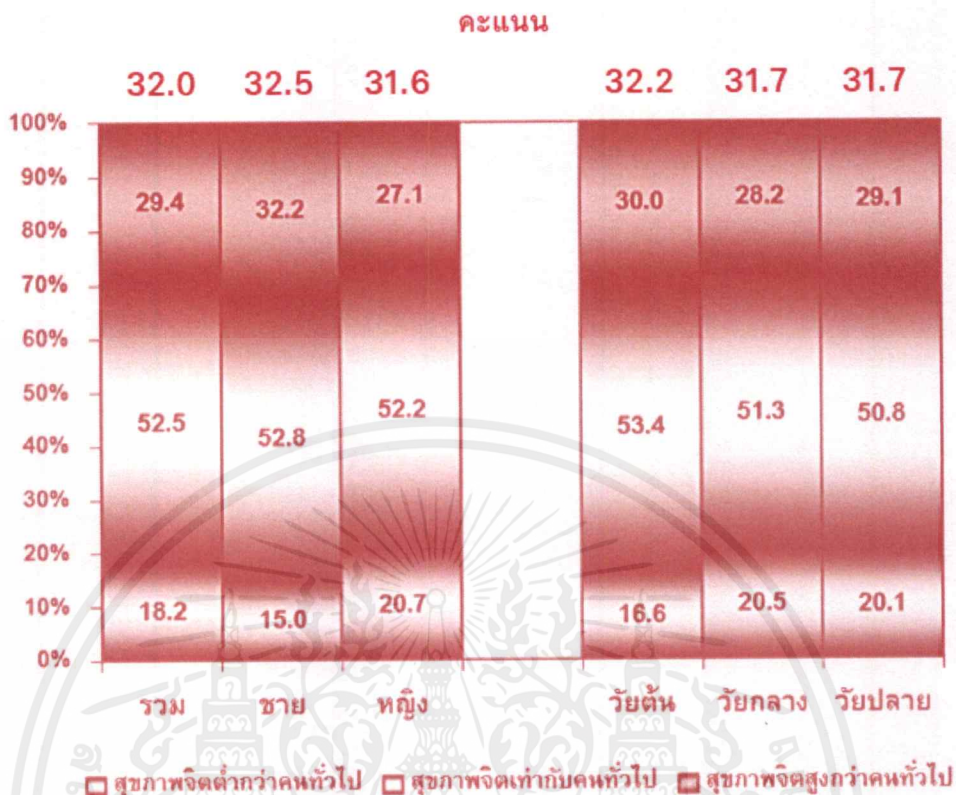
ปัญหาสุขภาพ	รวม	กลุ่มอายุ			เพศ		เขตที่อยู่อาศัย	
		60 - 69	70 - 79	80+	ชาย	หญิง	เขตเมือง	เขตชนบท
การหกล้ม								
2550	10.3	9.2	11.7	12.7	7.4	12.6	9.3	10.7
2554	8.6	7.4	9.7	11.8	7.0	9.8	8.2	8.7
การกลืนอาหาร								
2550	17.0	12.3	21.2	32.3	13.6	19.8	14.6	18.0
2554	24.3	18.9	28.4	42.3	21.5	26.5	22.4	25.3
การมองเห็น								
2550	46.3	39.3	53.2	66.4	43.9	48.3	53.2	43.6
2554	47.4	41.0	53.6	64.1	46.1	49.2	52.2	45.0
การได้ยิน								
2550	15.6	8.3	20.9	42.9	14.4	16.6	13.2	16.6
2554	14.6	7.4	19.2	41.5	13.6	15.4	13.6	15.2

ที่มา: Knodel, J., Chayovan, N. and Prachuabmoh, V. 2013. *The Changing Well-being of Thai Elderly: An update from the 2011 Survey of Older Persons in Thailand.* HelpAge International.

สุขภาพจิตของประชากรสูงอายุ

ในการวัดภาวะสุขภาพของผู้สูงอายุนั้น นอกจากสุขภาพทางกายแล้ว สุขภาพทางใจ/สุขภาพจิตก็เป็นมิติที่ควรให้ความสำคัญเช่นกัน จากการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2554 ได้มีการวัดสุขภาพจิตของผู้สูงอายุจากข้อคำถาม 15 ข้อ โดยแต่ละข้อมีคะแนนอยู่ระหว่าง 0-3 คะแนน พบว่า ผู้สูงอายุไทยมีคะแนนสุขภาพจิตโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 32.0 คะแนน ซึ่งอยู่ในเกณฑ์มาตรฐานสำหรับสุขภาพจิตของคนไทยทั่วไป (ค่ามาตรฐาน คือ 27.0-34.0 คะแนน) โดยผู้สูงอายุชายมีคะแนนสุขภาพจิตสูงกว่าผู้สูงอายุหญิง (คะแนน 32.5 และ 31.6 ตามลำดับ) เมื่อพิจารณาสุขภาพจิตของผู้สูงอายุไทยตามกลุ่มอายุ พบว่าผู้สูงอายุวัยต้นมีคะแนนสุขภาพจิตสูงกว่าผู้สูงอายุวัยปลายและผู้สูงอายุวัยกลาง (คะแนน 32.2 31.7 และ 31.7 ตามลำดับ (ภาพที่ 2.26)

ตารางที่ 2.3.4.1.2 แสดงแผนภูมิสุขภาพจิตของประชากรสูงอายุจำแนกตามกลุ่มอายุ และเพศ พ.ศ. 2554



ที่มา: โครงการสำรวจประชากรสูงอายุในประเทศไทย พ.ศ.2554 สำนักงานสถิติแห่งชาติ

2.3.4.2 หลักการดูแลผู้สูงอายุเบื้องต้น

ตั้งแต่อายุประมาณ 40 กว่าปีเป็นต้นไป ผู้สูงอายุ จะมีการเปลี่ยนแปลงสภาพร่างกาย เนื่องจากความสูงอายุ ซึ่งแต่ละคน จะมีการเปลี่ยนแปลงมากน้อยไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับสุขภาพ และการใช้ชีวิตในวัยที่ผ่านมา ร่วมกับผู้สูงอายุบางคนมีโรคประจำตัว ซึ่งทำให้สมรรถภาพของ ร่างกายเสื่อมถอยลงไป จุดประสงค์ที่สำคัญที่สุดในการดูแลผู้สูงอายุคือ เพื่อให้ท่านทั้งหลาย ได้สามารถใช้ชีวิตแต่ละวันอย่างมีความสุข มีอิสระที่จะดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพตามที่ตน ต้องการ ถึงแม้สภาพร่างกายจะเสื่อมถอยไป และมีโรคเรื้อรังต่างๆ อยู่ก็ตาม

เพื่อให้บรรลุจุดประสงค์ดังกล่าวนี้ การดูแลผู้สูงอายุจะต้องเน้นที่จะทำให้ร่างกายอยู่ในสภาพที่ดีที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ ร่วมกับส่งเสริมให้ผู้สูงอายุสามารถร่วมกิจกรรมต่างๆ ได้ ตามที่สภาพร่างกาย จิตใจ และเวลาเอื้ออำนวย โดยยึดหลัก 11 อ.เพื่อสุขภาพกายใจที่ดี ดังนี้

- 1) **อาหาร** ความต้องการพลังงานลดลง แต่ความต้องการสารอาหารต่างๆ ยังใกล้เคียงกับวัยผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุควรลดอาหารประเภทไขมัน (น้ำมันจากสัตว์ และพืช ไข่แดง เนย) และประเภทคาร์โบไฮเดรต (ข้าว แป้ง และน้ำตาล) ผู้สูงอายุควรได้รับอาหารโปรตีน หรือกลุ่มเนื้อสัตว์ ประมาณ 50-60 กรัมต่อวัน หรือประมาณมื้อละ 2 ช้อนโต๊ะ ควรเป็นเนื้อสัตว์ที่ย่อยง่าย พวกปลาจะดีที่สุด ผู้สูงอายุกินไข่ขาวได้ไม่จำกัด แต่ควรกินไข่แดงไม่เกิน 3 ฟองต่อสัปดาห์ ผู้สูงอายุควรกินผักมากๆ ทั้งผักที่ใช้ใบหัว และถั่วต่างๆ ผลไม้รับประทานได้มากเช่นกัน แต่ควรเลือกผลไม้ที่ไม่หวานจัด ผลไม้ที่หวานจัด เช่น กล้วยสุก มะม่วงสุก ทูเรียน ลำไย ควรรับประทานแต่น้อย เพราะถ้ารับประทานมาก อาจจะทำให้เกิดโรคตามมาได้ เช่น เบาหวาน เป็นต้น
- 2) **ออกกำลังกาย** ผู้สูงอายุควรออกกำลังกายประมาณสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง เพื่อให้ร่างกายมีความคล่องตัว แข็งแรง ซึ่งจะทำให้การทรงตัว และการเคลื่อนไหวดีขึ้น ไม่หกล้มง่าย
- 3) **อนามัย** การดูแลตนเองโดยเฉพาะให้พยายาม ลด ละ เลิก สิ่งที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ เช่น บุหรี่ เหล้า และพฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ รวมทั้งสังเกตการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ในร่างกาย การขับถ่าย เป็นต้น และควรได้รับการตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี ตั้งแต่อายุประมาณ 65 ปี เป็นต้นไป
- 4) **อุจจาระ ปัสสาวะ** ต้องให้ความสนใจการขับถ่ายของผู้สูงอายุด้วยว่ามีปัญหาหรือไม่ บางรายอาจจะเกิดปัญหาถ่ายยาก ถ่ายลำบาก อีกส่วนหนึ่งอาจมีปัญหาเรื่องกลั่น การขับถ่ายไม่ได้ ซึ่งแต่ละปัญหาจะต้องให้การดูแลแก้ไขไปตามสาเหตุ
- 5) **อากาศ และแสงอาทิตย์** เน้นให้อยู่ในสถานที่ ๆ มีสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติที่เหมาะสม
- 6) **อารมณ์ อติเรก อนาคต และอบอุ่น** เป็น 4 อ. ที่เน้นทางด้านความรู้สึกนึกคิด และจิตใจของผู้สูงอายุ เพื่อช่วยให้การมีชีวิตอยู่แต่ละวันมีความสุข มีความรื่นรมย์กับการมีชีวิตอยู่ และมีคุณภาพชีวิตที่ดี ควรเข้าใจธรรมชาติของสิ่งต่างๆ และปรับความรู้สึกนึกคิดไปตามนั้น ไม่ยึดแต่ลักษณะเก่าๆ ดั้งเดิมที่เคยเป็นมา ควรมึงานอติเรกที่น่าสนใจ แต่ไม่ควรเป็นสิ่งที่เป็นการระมากนักร เช่น ถ้าอยู่คนเดียวก็ไม่ควรเลี้ยงสัตว์จำนวนมาก เพราะจะเป็นภาระในการซื้อหา และให้อาหาร และถ้าสัตว์เจ็บป่วย เสียชีวิต ก็จะเกิดความสลดหดหู่ และจิตใจเศร้าหมองได้ ผู้สูงอายุควร

คิดถึงอนาคตด้วย และควรพยายามเข้าร่วมในสังคมกลุ่มต่างๆ ตามสมควร การมีเพื่อนรุ่นเดียวกัน หรือต่างรุ่นจะทำให้มีความอบอุ่น และรู้สึกถึงคุณค่าของตน

- 7) **อุบัติเหตุ** เกิดขึ้นได้ทุกขณะ และอาจทำให้เกิดความบาดเจ็บ และความพิการต่างๆ ได้ ควรพยายามดูแลสภาพบ้านเรือนให้ปลอดภัย มีแสงสว่างพอเหมาะ พื้นไม่ลื่น หรือควรมีราวจับในบางแห่งที่เกิดอุบัติเหตุได้บ่อยๆ เช่น ห้องน้ำ เป็นต้น

ทั้งหมดนี้เป็นหลักการเบื้องต้น ในการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งแต่ละคนจะมีปัญหาแตกต่างกันไป ดังนั้น จะต้องปรับการดูแลให้เหมาะสม หลักสำคัญก็คือ ต้องให้ท่านเหล่านั้นสามารถดำเนินชีวิตได้ด้วยตนเอง โดยพึ่งพาผู้อื่นน้อยที่สุด และมีความสุขกายสบายใจในบั้นปลายของชีวิต⁵

2.3.4.3 การบำบัดและฟื้นฟูสมรรถภาพทางกายในผู้สูงอายุ

การฟื้นฟูสภาพในผู้สูงอายุอาจจำแนกออกได้เป็น หลายกลุ่ม คือ กลุ่มผู้สูงอายุที่มีสุขภาพโดยทั่วไปค่อนข้างดี สามารถช่วยเหลือตนเองในการประกอบกิจวัตรประจำวันได้ โดยไม่เป็นภาระแก่ลูกหลาน และกลุ่มผู้สูงอายุที่มีปัญหาสุขภาพมากบ้างน้อยบ้าง ทั้งนี้ขึ้นกับจำนวนและความรุนแรงของโรคเรื้อรังของระบบต่างๆ ในร่างกาย การฟื้นฟูสภาพในผู้สูงอายุมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้สูงอายุสามารถประกอบกิจวัตรประจำวันหลักๆ ได้เอง สามารถไปไหนมาไหนด้วยตนเอง ลดการพึ่งพาผู้อื่น และให้ผู้สูงอายุมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม รู้สึกมีความสุข และมีศักดิ์ศรี เทียบเท่าบุคคลอื่นในสังคม โดยการฟื้นฟูสมรรถภาพพื้นฐานในผู้สูงอายุ นั้นจะจัดเป็นโปรแกรมกิจกรรมบำบัดและกายภาพบำบัด ดังนี้⁶

โปรแกรมกิจกรรมบำบัดในผู้สูงอายุกิจกรรมกลางวัน (Day Program)

โปรแกรมกิจกรรมบำบัดในผู้สูงอายุเป็นบริการเพื่อช่วยฟื้นฟูและพัฒนาศักยภาพของผู้รับบริการโดยใช้กิจกรรมต่างๆ เป็นสื่อในการบำบัดรักษาและส่งเสริมให้ผู้รับบริการสามารถใช้ชีวิตประจำวันร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีคุณภาพ

มูลนิธิเครือข่ายครอบครัว, ธพน กัมตา, 2555.

กิจกรรม ฟื้นฟูผู้สูงอายุ โรงพยาบาลมหารมภ์, 2556.

โปรแกรมประกอบด้วยบริการทางกิจกรรมบำบัดและบริการทางกายภาพบำบัด

กิจกรรมบำบัด

- การประเมิน สังเกต และให้คำปรึกษา ในการประกอบกิจวัตรประจำวัน
- การประเมินและให้การบำบัดในด้านการรับรู้ การรับสัมผัสและการเคลื่อนไหว
- การฝึกทักษะสังคม
- การฝึกวางแผนการเดินทางโดยวิธีที่เหมาะสม และการดำเนินชีวิตอย่างปลอดภัยจากอุบัติเหตุ
- การจัดการความเครียดและการจัดการปัญหา
- การจัดการเวลาและการเงิน
- ฝึกปฏิบัติและเสริมทักษะในบ้านให้เหมาะสม เช่น การดูแลเสื้อผ้า การจัดการเกี่ยวกับความสะอาด ภายในบ้าน การทำครัว เป็นต้น
- กิจกรรมนันทนาการ : ดนตรีบำบัด การจัดสวน
- การฝึกทักษะการใช้มือ ให้สามารถทำกิจกรรมได้ตามศักยภาพ
- แนะนำ วางแผน และเตรียมความพร้อมเข้าสู่วัยสูงอายุ
- แนะนำและจัดตารางเกี่ยวกับการดำเนินชีวิต ภายหลังเกษียณอายุ

กายภาพบำบัด

- การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความยืดหยุ่น และความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ
- การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มความทนทานของหัวใจและหลอดเลือด
- การควบคุมและเสริมสร้างสมดุลในการทรงตัว

และรูปแบบของโปรแกรมประกอบด้วยบริการทางกิจกรรมบำบัดและบริการทางกายภาพบำบัดแบ่งออกเป็นรูปแบบกิจกรรม มี 2 รูปแบบ คือ

1) กิจกรรมกลุ่ม

เพื่อช่วยฟื้นฟูทักษะต่างๆ เช่น ทักษะสังคม ทักษะการจัดการอารมณ์

2) กิจกรรมเดี่ยว

- กิจกรรมบำบัด การนำกิจกรรมและอุปกรณ์ที่เหมาะสม มาใช้ในการบำบัด เพื่อส่งเสริมและฟื้นฟูความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ ในชีวิตประจำวัน และคงไว้ซึ่งการมีสุขภาพที่ดี

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ภาพภาพบำบัด ช่วยเหลือและฟื้นฟูในเรื่องของทักษะการเคลื่อนไหว การออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุและคงศักยภาพทางด้านสุขภาพ
- โปรแกรมจิตวิทยา ให้คำปรึกษาญาติและตัวผู้สูงอายุ เรื่องการปรับตัว ส่งเสริมเรื่องความจำ

2.3.4.4 สภาพแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ

2.3.4.4.1 การจัดสภาพแวดล้อมสำหรับผู้สูงอายุ

การจัดสภาวะแวดล้อมมีความสำคัญกับผู้สูงอายุเป็นอย่างมาก เนื่องจากผู้สูงอายุมีความสามารถในการควบคุมสภาวะแวดล้อมลดลง 8 ไม่ว่าจะ เป็นความสามารถในการทนต่อความกดดัน ความเครียดต่าง ๆ รวมถึงการโยกย้ายจากที่อยู่อาศัยที่ไม่พึงประสงค์ ซึ่งเหล่านี้จะทำให้เกิดปัญหา และมีผลกระทบทั้งทางร่างกาย สังคมและจิตใจของผู้สูงอายุ

การจัดหรือการปรับเปลี่ยนสภาวะแวดล้อมนั้น (Environmental Design) หมายถึง การวางแผน และการแทรกแซงต่าง ๆ เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในสภาวะแวดล้อม ซึ่งครอบคลุมในทุก ๆ เรื่องที่มีผลกระทบกับปัจเจกบุคคล นับตั้งแต่การก่อสร้างบ้านเรือน การออกแบบตกแต่งภายใน การจัดหาเครื่องอำนวยความสะดวกในการดำเนินชีวิตต่าง ๆ การแต่งกาย การเมือง การปกครอง ทั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อให้บุคคลเกิดการปรับเปลี่ยนและพัฒนาสิ่งใหม่ขึ้นมาเพื่อนำไปสู่สิ่งที่ดี และเหมาะสมยิ่งขึ้น

หากมีการศึกษาและทำความเข้าใจกับสภาวะแวดล้อมที่เป็นอยู่ของผู้สูงอายุ และจัดสภาวะแวดล้อมเสียใหม่ให้เหมาะสม จะเป็นการช่วยแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เป็นการป้องกันและฟื้นฟูสมรรถภาพ รวมทั้งสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับผู้สูงอายุได้ดีอีกด้วย ซึ่งการจัดสภาวะแวดล้อมให้เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุนั้น ควรเอื้อต่อการดำรงชีวิตของผู้สูงอายุในสภาวะแวดล้อมทั้ง 3 ส่วน คือ

1) สภาวะแวดล้อมส่วนบุคคล (Individual Environment)

ควรปรับเปลี่ยนสภาวะแวดล้อม เพื่อให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรมต่าง ๆ มากยิ่งขึ้น ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับภาวะเสื่อมถอย การผิดปกติ และสภาพปัญหาที่ผู้สูงอายุประสบอยู่ เช่น ผู้สูงอายุที่มีปัญหาทางสายตา ควรจัดให้มีแว่นตา หรือผู้ที่มีปัญหาในการทรงตัว ควรจัดให้มีไม้เท้าช่วยในการทรงตัวและการเดิน ผู้สูงอายุที่มีอาการ

ซีมิเศร้าอาจเกิดจากสภาวะแวดล้อมในบ้านที่มีแสงสว่างน้อย ขาดสีสน แก่ทรุดโทรม ไร้มิติและราบเรียบเกินไป ทำให้ผู้ที่มีสภาพปัญหาทางด้านจิตใจอยู่แล้วเกิดความรู้สึก หดหู่มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ สิ่งที่คนทั่วไปค่อนข้างละเลย คือ เครื่องตกแต่งบ้านหรือ อุปกรณ์ที่ทำให้ผู้สูงอายุรู้สึกไม่สะดวก และอาจเกิดอันตรายได้ เช่น ประตูที่หนัก โตะที่ตั้งขวางทางเดิน ปลั๊กไฟที่มีสภาพชำรุด การวางของไม่เป็นที่เป็นทาง สิ่งเหล่านี้ ควรได้รับการปรับปรุงเช่นเดียวกัน

2) สภาวะแวดล้อมทางสังคม (Social Environment)

ควรเน้นการจัดสภาวะแวดล้อมที่เหมาะสมสำหรับการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือแม้แต่การพูดคุยเพื่อเสริมสร้าง กำลังใจ ดังนั้นการดำเนินงานเตรียมที่อยู่อาศัยให้กับผู้สูงอายุ หรือการดำเนินงาน ระหว่างวิศวกร สถาปนิก มัณฑนากรครอบครัวและผู้สูงอายุควรมีการประสานงาน กันเพื่อให้เกิดผลตามวัตถุประสงค์ดังกล่าว เช่น การมีมุมเครื่องตี๋ม หรือมุมหนังสือใน ห้องพักของผู้สูงอายุ จะทำให้ผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยเรื้อรัง หรือเคลื่อนไหวลำบากได้มี การตี๋มเครื่องตี๋มพร้อมกับสนทนากับเพื่อนฝูงในห้อง การมีกระดานหมากรุก หรือ เกมอื่น ๆ ไว้ในห้องเมื่อมีผู้มาเยี่ยมเยียนทำให้ผู้สูงอายุสามารถผ่อนคลายโดยการ เล่น เกมชนิดนั้นกับเพื่อนฝูงได้ กรณีมีผู้สูงอายุที่เจ็บป่วยไม่สามารถลุกนั่งได้ ควรจัดวาง เก้าอี้ที่ทำให้แขนง้เรียงกันด้านเดียว จะทำให้ผู้สูงอายุหันหน้าพูดคุยได้สะดวก สามารถมีปฏิสัมพันธ์กับทุกคน ดีกว่าการจัดที่นั่งเป็นวงกลมรอบตัวผู้สูงอายุ ซึ่งทำให้ ผู้สูงอายุต้องหัน หรือพลิกตัวพูดคุยกับแต่ละคนอย่างยากลำบาก

2.6.6.4 สภาวะแวดล้อมทางกายภาพ (Physical Environment)

ควรให้ความสนใจในเรื่องความมั่นคงปลอดภัยของผู้สูงอายุ นอกเหนือจาก ความสวยงามตัวอย่างเช่น ผู้สูงอายุที่เดินไม่สะดวกอาจลื่นหกล้มได้หากทางเดินไม่มี ที่เกาะยึด หรือพื้นห้องน้ำอยู่ในสภาพที่ลื่นมาก เก้าอี้ล้อเลื่อนไม่สามารถใช้งานได้ หากไม่มีทางลาดยาว หรือทางเดินไม่มีแสงสว่างที่เพียงพอ นอกจากนี้ การจัด อุปกรณ์ตกแต่งบ้านก็มีผลต่อสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุเช่นกัน มีผู้ศึกษาและพบว่า การจัดเก้าอี้นั่งให้หันหน้าชนกัน การใช้โตะกลมมากกว่าโตะสี่เหลี่ยมต่างมีส่วนช่วย ให้ผู้สูงอายุมีการสนทนา พูดคุยกับผู้อื่นได้มากขึ้นสภาวะแวดล้อมเป็นองค์ประกอบ สำคัญของการดำเนินชีวิตของผู้สูงอายุมากกว่าวัยอื่น ๆ

ดังนั้น เพียงการปรับเปลี่ยนสภาวะแวดล้อมของผู้สูงอายุให้เหมาะสม โดยใส่ใจในทุกรายละเอียดข้างต้น ไม่ว่าจะเป็นสภาวะแวดล้อมส่วนบุคคล สภาวะแวดล้อมทางสังคม หรือสภาวะแวดล้อมทางกายภาพ จะช่วยป้องกัน ลด และแก้ไข ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุได้เป็นอย่างดี ซึ่งการปรับเปลี่ยนนี้ต้องคำนึงถึงความแตกต่างของผู้สูงอายุแต่ละคนประกอบด้วย โดยเฉพาะผู้สูงอายุที่ทุพพลภาพ

2.3.4.4.2 สิ่งอำนวยความสะดวกและบริการในละแวกบ้าน

การติดต่อกับสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการในละแวกบ้าน การเดินทางที่สะดวก มีข่าวสารเกี่ยวกับบริการและงานเทศกาลต่าง ๆ แก่ผู้สูงอายุ เหล่านี้สำคัญต่อความพึงพอใจในชีวิต การใช้ชีวิตที่เป็นปกติ และการมองโลกในแง่ดี ตัวอย่างเช่น มีรถขนส่งมวลชน ป้ายรถเมล์ ที่สะดวกและใกล้ เส้นทางเดินไปสู่ชุมชนได้ง่ายและปลอดภัย และมีพื้นที่สิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับชุมชนได้ เช่น การแสดงผลงานหัตถกรรม การทำอาหารแบ่งกัน เป็นต้น สอดคล้องกับการศึกษาเกี่ยวกับผู้สูงอายุ กับการคาดหวังในการเข้ารับการสงเคราะห์ประเภทเสียค่าบริการ โดยทำการศึกษาจากการสัมภาษณ์ กลุ่มที่ใช้เป็นกรณีศึกษา ได้แก่ ผู้สูงอายุที่เป็นผู้มาสมัครชั้นบัญชีรอการถูกเรียกตัวเข้ารับการสงเคราะห์ ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางแค ความคาดหวังของผู้สูงอายุที่มีต่อสถานสงเคราะห์คนชรา นั้นพบว่า กลุ่มกรณีศึกษามองสถานสงเคราะห์ว่าเป็นสถานที่เงียบสงบ มีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีผู้คอยช่วยเหลือดูแล มีความเป็นอิสระ มีเพื่อนวัยเดียวกันคอยพูดคุยแก้เหงา และความสะดวกสบายในเรื่องการคมนาคมและที่อยู่อาศัย ช่างหน้าสถานสงเคราะห์เป็นตลาดบางแค สะดวกในการซื้อของรับประทาน และอยู่ใกล้วัด แสดงให้เห็นว่าสิ่งอำนวยความสะดวกและบริการในละแวกบ้านเป็นปัจจัยหนึ่งที่สำคัญในการเลือกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุ

2.3.4.4.3 สวนเพื่อการบำบัด (Healing Therapeutic Garden)

สวนเพื่อการบำบัด (Healing Therapeutic Garden) เป็นทฤษฎีที่ว่า สวนมีส่วนช่วยลดช่วงเวลาการพักฟื้นของคนไข้หนักในโรงพยาบาล และการใช้สวนเป็นการออกกำลังกายทางจิตใจในการจินตนาการที่สร้างผลดีต่อการบำบัด อีกทั้งการเดินทางเป็นการออกกำลังกายด้วย ซึ่ง 9 หลักของสวนเพื่อการบำบัดที่มีประสิทธิภาพคือ คล้ายบ้าน มีความเป็นส่วนตัว กระตุ้นจิตใจให้ตื่นตัว โอกาสการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ครอบครัวสามารถใช้พบปะกัน ใหญ่เพียงพอสำหรับการจัดกิจกรรม ที่นั่ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สบาย รู้สึกปลอดภัย ผู้พิการเข้าถึงได้ โดยพืชพันธุ์ควรเหมาะสมทั้งสี ผิวสัมผัส กลิ่น และความหลากหลายทำให้พื้นที่มีเอกลักษณ์และมุมมองที่สวยงาม ซึ่งเป็นการกระตุ้นประสาทสัมผัส อีกทั้งสวนยังมีส่วนช่วยในการสร้างความต่อเนื่องในการใช้ชีวิต ผู้สูงอายุจำนวนมากมีประสบการณ์ในการทำสวน ไม่ว่าจะป็นงานอดิเรก หรือทำสวนภายในบ้านมาก่อน ซึ่งจะเป็นกิจกรรมที่จะสร้างความต่อเนื่องจากอดีตสู่ปัจจุบัน

พื้นที่ภายนอกอาคารควรคล้ายคลึงกับส่วนประกอบของพื้นที่ภายในอาคาร และตอบสนองกับลักษณะทำเลที่ตั้งโครงการ วัฒนธรรม และความต้องการกิจกรรมของผู้พักอาศัย ในการสร้างความเชื่อมโยงระหว่างพื้นที่ภายนอกและภายในอาคาร สามารถสร้างได้ด้วยพื้นที่ภายในอาคารที่มีลักษณะคล้ายพื้นที่ภายนอกอาคาร หรือระเบียง ช่วยสร้างร่มเงา ความปลอดภัย มุมมองที่กว้างไกล และประสบการณ์สำหรับผู้พักอาศัยที่ไม่ต้องการเดินออกไปภายนอกอาคาร โดยเฉพาะผู้ที่มีอาการ ความจำเสื่อม พื้นที่ที่ให้ความรู้สึกคล้ายห้องสามารถเข้าใจได้ง่ายกว่า เนื่องจากผู้สูงอายุมองเห็นในเรื่องราวและการมองเห็นเมื่อโดนแดดมากเกินไป สามารถสร้างร่มเงาได้หลายแบบ เช่น ร่ม พืชพรรณ เป็นต้น และองค์ประกอบของอาคาร เช่น เฉลียงและระแนงไม้ เป็นต้น

องค์ประกอบในสวนที่เหมาะสมเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมการใช้งานในสวน องค์ประกอบในสวน เช่น ที่นั่งพักระหว่างทางช่วยให้ผู้พักอาศัยรู้สึกสะดวกสบายในการเดิน ควรมีที่นั่งทุก ๆ 100-125 ฟุต ควรมีความกว้างอย่างน้อย 5 ฟุตขึ้นไป ทำให้สามารถนั่งได้อย่างน้อย 2 คน และตั้งในพื้นที่ที่มีวิวที่น่าสนใจ ควรมีที่วางแขนทั้ง 2 ด้านเพื่ออำนวยความสะดวกและนั่ง ผู้พักอาศัยที่มีปัญหาในการเคลื่อนไหวมักพอใจให้มีที่นั่งพักอีกอันในระยะที่มองเห็น ก่อนที่จะลุกขึ้นเดินอีกครั้ง เพื่อจะรู้ว่าที่ใดที่จะสามารถนั่งพักได้อีก และที่นั่งที่มีพนักพิง และที่วางแขนที่ตั้งบริเวณทางเข้าช่วยส่งเสริมปฏิสัมพันธ์ทางสังคมอีกด้วย

นอกจากการใช้งานโดยตรงแล้ว พื้นที่ภายนอกยังมีการใช้งานทางอ้อมที่สำคัญอีกทางหนึ่ง คือ การเป็นมุมมองที่สวยงามจากภายในอาคาร ซึ่งสำคัญอย่างยิ่งสำหรับผู้สูงอายุที่เคลื่อนไหวได้ลำบาก และใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่บนเตียง

ผู้พักอาศัยสูงอายุมักใช้เวลาในอาคารมากกว่านอกอาคาร มุมมองภายนอกจึงเป็นสิ่งสำคัญ โดยแบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ วิวที่เคลื่อนไหว (Active View) โดยมากจะมองเข้าสู่เมืองเห็นถนน ทางเท้า และกิจกรรมต่าง ๆ หน้าที่ทางเข้า โดยจะให้ความรู้สึกแข็งแรงกระตือรือร้น มีพลังงานเคลื่อนไหว เสียงดัง เปลี่ยนแปลงเสมอ และกระตุ้นให้ตื่นตัวและวิวที่สงบนิ่ง (Passive View) มองเห็นธรรมชาติ เช่นสนามหญ้า สวน ต้นไม้ บึงน้ำ โดยจะให้ความรู้สึกนุ่มนวล ราบเรียบ เชื่องช้าและผ่อนคลาย ซึ่งทั้ง 2 แบบมีทั้งข้อดีและข้อเสีย พื้นที่ส่วนกลางจึงควรมีวิวที่หลากหลาย ระยะเวลาของวิวมีหลายระดับ เช่น ระยะเวลาใกล้ตัว ระยะเวลากลาง ระยะเวลาไกล ตัวอย่างเช่น มุมมองจากห้องพักชั้นบนไปสู่ชุมชนข้างเคียง มีความแตกต่างจากมุมมองของชั้นล่างมองไปสู่สนามหญ้า ซึ่งโดยทั่วไปแล้ว มุมมองใกล้ตัวมักเป็นที่นิยมกว่า โดยเฉพาะผู้ที่มีการอาการของความจำเสื่อม ที่วิวในระยะไกล อาจสร้างความสับสนและวุ่นวายใจ โดยวิวที่ดีที่สุดคือวิวที่สามารถเห็นได้ทั้งชุมชนข้างเคียงและเมือง วิวนี้จะช่วยพัฒนาจินตนาการและสร้างเสริมกำลังใจที่ดี ระเบียบอาคารชั้นบนจะได้ข้อได้เปรียบนี้ และหน้าต่างของห้องพักที่มีขอบล่างสูงจากพื้น 16-24 นิ้ว ทำให้ผู้พักอาศัยสามารถมองเห็นวิวภายนอกได้จากเตียงนอน ขอบหน้าต่างที่เตี้ยช่วยสร้างความรู้สึกเชื่อมโยงจากภายนอกสู่ภายในห้องพัก

การวางผังและรูปแบบอาคารในโครงการที่พักอาศัยสำหรับผู้สูงอายุเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการทำกิจกรรมของผู้สูงอายุ โครงการบ้านพักอาศัยที่มีลักษณะเป็นอาคารที่มีสวนภายใน (Courtyards) เป็นการแก้ปัญหาที่ดีสำหรับโครงการในเมืองที่มีพื้นที่โครงการที่จำกัดที่มีโอกาสเล็กน้อยในการสร้างสวน โดยใช้อาคารเป็นตัวกำหนดขอบเขต ป้องกันพื้นที่ใช้งานจากถนน อาคารลักษณะนี้มีทางเดินระหว่างห้องพักและสวน (Single-Loaded Corridors) มุมมองสู่สวนสร้างลำดับของพื้นที่ (Orientation) ทำให้สามารถจับทิศทางได้ง่ายขึ้น และยังช่วยสร้างความเป็นมิตรระหว่างผู้พักอาศัย เนื่องจากสามารถเห็นกันได้ง่าย

2.3.5 ลักษณะการออกแบบสถาปัตยกรรมเพื่อผู้สูงอายุ

Aging-In-Place Design หมายถึง แนวทางการออกแบบสร้างที่อยู่อาศัย ให้ผู้สูงอายุในรูปแบบที่ให้ผู้สูงอายุสามารถอยู่อาศัยในบ้านของตนเองได้ อย่าง ยาวนานยิ่งขึ้น ทาให้ไม่ต้องถูกส่งไปอยู่ในสถานที่ที่จัดไว้ให้ผู้สูงอายุ ที่ไม่ใช่บ้านของตนเอง เช่น โรงพยาบาล สถานรับเลี้ยงคนชรา แบบ Day care หรือ Nursing home เป็นต้น โดยหลักการ จะออกแบบเน้นในเรื่อง ความสะดวกสบาย ความปลอดภัยของผู้สูงอายุที่อยู่อาศัย สำหรับ aging in place แล้ว หัวข้อที่ต้องนำมาพิจารณาคือ

2.3.5.1 ภายนอกบ้าน (Exterior)

- ใช้วัสดุภายนอก ที่ไม่ต้องการการดูแลรักษามากนัก เช่น ใช้อุปกรณ์เคลือบไวเนิล เช่น หลังคาไวเนิล ผนังบ้านไวเนิล หรือ ใช้อุปกรณ์ที่ทาจากอิฐ (Brick)
- ปลูกต้นไม้ ที่ไม่ต้องการการดูแลรักษามาก เช่น ปลูกพืชคลุมดินด้วยพืชคลุมดินใหม่ที่ไม่ต้องบำรุงรักษามาก เช่น ไม่ต้องตัด อย่างต้นถั่วลิสงเถา หรือต้น kidney weed เป็นต้น
- ผนังของระเบียง หรือนอกชาน ต้องไม่ต่างระดับจากพื้นบ้านด้านในมากจนเกินไป (ไม่เกิน 0.5 นิ้ว) เพื่อป้องกันการหกล้ม หรือการก้าวข้ามที่ลำบาก

2.3.5.2 การวางแผนทำพื้นบ้าน

- พื้นที่ใช้สอยหลัก และพื้นที่ใช้สอยส่วนใหญ่ จะอยู่ที่ชั้นล่างสุดของบ้าน (คนสูงอายุมักจะไม่สะดวก ที่จะขึ้นลงบันไดบ้านหลายๆ ชั้น) ในพื้นที่ใช้สอยหลัก จะต้องมียุทธศาสตร์ และห้องส้วมหลัก อยู่ในชั้นนั้นด้วย
- จะต้องไม่มี ความต่างระดับกันของพื้นในแต่ละห้อง หรือพื้นที่ใช้สอยอื่นๆ ที่อยู่บนชั้นเดียวกัน
- มีพื้นที่อย่างน้อย 5 x 5 ฟุต ในแต่ละห้องพื้นที่ใช้สอย เช่น ห้องนั่งเล่น ห้องครัว ห้องนอน และห้องน้ำ เพื่อใช้ในการหมุน กลับตัวของผู้สูงอายุ

2.3.5.3 ห้องที่อยู่ด้านหน้าบ้านที่มีประตูไปสู่ห้องอื่นๆ (Hallway)

- ประตูควรกว้างอย่างน้อย หรือมากกว่า 36 นิ้ว (3 ฟุต)
- ควรมีแสงสว่างเพียงพอชัดเจน ทางเข้าบ้าน
- มีช่องทางเดินที่ง่าย แก่การเข้าสู่ตัวบ้าน
- มีช่องทางเข้าสู่ตัวบ้าน อย่างน้อยหนึ่งช่องทาง ที่ไม่มีความต่างระดับ และมีหลังคา กันฝนและแดดด้วย
- มีไฟส่องสว่าง ระบบ sensor ที่ช่องทางเดินเข้าบ้าน ที่ไม่ต่างระดับ โดยแสงไฟจะเน้นที่ ประตูทางเข้าบ้าน และที่ปิดล็อกประตู
- ช่องทางเดิน ควรกว้างอย่างน้อย 32 นิ้ว ในขณะที่ประตูทางเข้าบ้านขนาดกว้างอย่างน้อย 36 นิ้ว
- มีพื้นที่ห้องโถง ที่ไม่ลื่น หรือง่ายต่อการลื่นล้ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- แสงไฟส่องสว่าง ที่ประตูและที่บริเวณ การมองเห็นของรูอบมองจากด้านในประตู ควรจะให้ทั้งความเป็นส่วนตัว และคำนึงถึงความปลอดภัยด้วย
- กระจกที่ประตู ควรอยู่ในตำแหน่งที่เห็น และเข้าถึงได้ง่าย
- มีพื้นที่สำหรับวางของ ในขณะที่กำลังจะเปิดประตูด้วย

2.3.5.4 ธรณีประตู

- ไม่มีได้ยิ่งดีมาก (คือไม่ควรมี)
- ถ้าจะมีธรณีประตูด้านนอก ควรสูงไม่เกิน 0.5 นิ้ว และทาขอบลาดเอียง
- ถ้าจะมีธรณีประตูด้านใน ควรสูงไม่เกิน 0.25 นิ้ว และทาขอบลาดเอียง
- ประตูด้านใน ควรใช้ประตู ขนาดความกว้างอย่างน้อย 36 นิ้ว ที่จะทำให้มีความกว้าง ในทางเดินประมาณ 32 นิ้ว
- ที่เปิดประตู ควรเป็นแบบก้าน

2.3.5.5 หน้าต่าง

- ควรมีหน้าต่างหลายๆ เพื่อให้แสงตามธรรมชาติ ส่องเข้ามาในบ้านได้มากพอ เพื่อประหยัดไฟฟ้า และเพิ่มทัศนวิสัยในการมองเห็น
- หน้าต่างสูงหรือเตี้ยก็ได้ แต่ควรมีฐานของหน้าต่าง ไม่สูงเกินไป
- ควรเป็นหน้าต่าง ที่ใช้วัสดุ ที่ไม่ต้องการการดูแลรักษามากนัก
- ควรเป็นหน้าต่าง ที่ใช้งานง่าย

2.3.5.6 ที่จอดรถ

- ควรเป็นที่จอดรถ ที่มีหลังคา
- ควรมีขนาดกว้างใหญ่ กว่าที่จอดรถทั่วไป
- ประตูโรงจอดรถ ควรสูงกว่า 9 ฟุต เผื่อไว้สำหรับรถตู้ ที่มีหลังคาสูง (โรงจอดรถของต่างประเทศ มักเป็นแบบมีประตูปิดได้ แต่ที่เมืองไทยมักไม่นิยม
- ควรมีหลังคากันแดดฝนได้ก็เพียงพอแล้ว
- มีช่องทางเดิน ระหว่างรถสองคัน ที่จอดอยู่ในโรงรถ กว้างอย่างน้อย 5 ฟุต

- โรงรถที่ติดกับตัวบ้าน พื้นโรงรถควรต่ำกว่าประตู ทางเข้าบ้าน เพื่อป้องกัน ฝุ่นควัน ฟุ้งกระจายเข้าตัวบ้าน และพื้นควรจะค่อยๆ เอียงลาดเล็กน้อย จากหน้าไปหลัง เพื่อลดการมีทางลาดเอียงมากๆ หรือขั้นบันได (ในกรณีที่มีความต่างระดับของพื้น)
- ควรมีที่สำหรับมือจับยึด ถ้าโรงรถ มี Step หรือขั้นบันได หรือความต่างระดับของพื้น

2.3.5.7 ก๊อกน้ำ

- ควรเป็นก๊อกแบบโยก หรือแบบควบคุมด้วยเท้า
- ถ้ามีก๊อกน้ำร้อน ควรมีระบบควบคุมความร้อนของน้ำ หรือระบบควบคุมการลวกมือ
- ควรเป็นก๊อกน้ำ ที่ควบคุมความดันน้ำให้สมดุล (Pressure balanced faucets)

2.3.5.8 เคาน์เตอร์

- มีผนังที่เตรียมการไว้สำหรับการวางตู้ ในขนาดความสูงของตู้ต่างๆ กัน
- ตู้ติดผนังควรติดที่ระดับต่ำกว่าการติดในบ้านทั่วๆ ไป สัก 3 นิ้ว
- ติดขอบส่วนบนของเคาน์เตอร์ ด้วยอุปกรณ์ หรือแถบสี ที่สร้างความชัดเจน ในการมองเห็น เพื่อการมองเห็น ที่ชัดเจนในขณะทากิจกรรมต่างๆ ภายในครัว งานที่เคาน์เตอร์ในครัว - มีพื้นที่เคาน์เตอร์ สำหรับวางจาน ไกลๆ หรือ ที่ที่สามารถหยิบใช้ได้สะดวกมากๆ
- มีตู้ล่างที่มีลิ้นชักดึงออกมาได้ และมี lazy Susan สำหรับเพิ่มความสะดวกในการใช้งานต่างๆ
- มี Pull-down shelving (ชั้นที่สามารถดึงลงมาได้)
- ตู้ที่มีประตูเปิดปิด ควรมีหน้าต่าง ที่เป็นกระจก ที่สามารถมองเข้าไปเห็นสิ่งของภายในได้
- มีชั้นที่ไม่มีฝาปิด สำหรับวางของที่ใช้งบ่อยๆ

2.3.5.9 อุปกรณ์เครื่องใช้ไม้สอย

- ควรเป็นอุปกรณ์ที่ง่าย แก่การอ่านคาแนะนาการใช้ ระบบการควบคุมเครื่องใช้นี้ๆ
- เครื่องซักผ้าหรือเครื่องอบแห้งผ้า ควรยกสูงกว่าพื้น ประมาณ 12-15 นิ้ว
- เครื่องซักผ้าควรเป็นแบบ ใส่ผ้าหน้าต่าง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ตู้โคมไฟ โคมไฟแขวน ครอบวางอยู่บนเคาน์เตอร์ หรือฝังในผนัง
- ตู้เย็นควรเป็นแบบสองประตู
- ตู้อบควรเป็นแบบ ประตูบานสวิงออก หรือตู้อบในผนัง
- มีเครื่องล้างจาน ยกจากพื้น และมีปุ่มกดควบคุมการทำงาน
- มีเตาหุงต้มแบบไฟฟ้า ที่มีระบบควบคุมความร้อนด้านหน้า และมีแสงสีแดงความร้อน เพื่อป้องกันอันตราย จากความร้อน ถ้าเตายังร้อนอยู่
- มีพื้นที่ว่างสำหรับใช้สอย บนเคาน์เตอร์ ขนาดพื้นที่ประมาณอย่างน้อย 30x48 นิ้ว
- มีพื้นที่ว่างในครัว ใช้ในการหมุนตัวกลับง่ายๆ ขนาดอย่างน้อย ประมาณ 5x5 ฟุต
- มีพื้นที่ว่างใต้เคาน์เตอร์ เก็บเก้าอี้สำหรับนั่งเวลาทำงาน ดึงออกมาใช้งานได้ เวลาจะใช้งาน
- มีอุปกรณ์ให้แสงสว่าง อย่างเพียงพอในพื้นที่ใช้งาน
- มีมือจับ ที่เป็นแบบ ลูป (Loop) เพื่อให้ง่ายแก่การจับดึง
- ก๊อกน้ำเป็นแบบ คันโยกมือ และพ่นน้ำออกมาเป็นสเปรย์
- สำหรับบ้านที่มีหลายชั้น อาจจะมีช่องในห้องนอนหลักชั้นบน สำหรับทิ้งเสื้อผ้าใช้แล้ว ลงมาที่ห้องซักล้าง

2.3.5.10 ห้องอาบน้ำ

- มีผนังสำหรับติดตั้งเคาน์เตอร์ ที่มีตู้เล็กๆ อยู่ฐานของเคาน์เตอร์
- เคาน์เตอร์มีขอบบน ที่มีสีหรือสิ่งแสดงความชัดเจน เห็นได้ง่าย เพื่อป้องกันอุบัติเหตุที่จะเกิดกับผู้สูงอายุ ในห้องน้ำ จากการมองเห็นที่ไม่ชัดเจน
- มีห้องอาบน้ำ ที่สามารถเอารถเข็น wheelchair เข็นเข้าไปข้างในได้ อย่างน้อยหนึ่งห้อง ในชั้นหลักของบ้าน (ซึ่งส่วนใหญ่ก็คือ ชั้นล่างสุดของบ้าน) โดยมีรัศมีการหมุนตัวของรถขนาด 60 นิ้ว หรือมี T-turn space ขนาด 36 x 36 นิ้ว หรือมีพื้นที่ว่างในห้องน้ำอย่างน้อย 30 x 48 นิ้ว
- มีการติดตั้งมือจับสำหรับจับ ที่รอบอ่างอาบน้ำ ที่นั่งอาบน้ำ หรือที่นั่งขับถ่าย ที่สามารถรับน้ำหนักได้ ประมาณ 250-300 ปอนด์
- ถ้ามีการติดตั้งห้อง (ตู้) อาบน้ำเล็กในห้องอาบน้ำใหญ่ ควรเป็นชนิดที่ไม่มีขอบมุมที่แหลมคม และกว้างอย่างน้อย 36 นิ้ว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- อ่างอาบน้ำ ควรต่ำกว่าปกติ ทั่วไปเพื่อ่ง่าย ในการลงอาบ เช่ตัวของผู้สูงอายุ
- มีที่นั่งพับเก็บได้ในห้อง (ตุ้) อาบน้ำเล็ก
- หัวฝักบัวที่ถือด้วยมือได้ และปรับลักษณะสายน้ำได้ง่าย และมีสายยางส่งน้ำยาว ประมาณ 6 ฟุต
- มีปุ่มปรับความแรงน้ำ ของอ่างอาบอยู่ตรงกลาง
- ห้อง (ตุ้) อาบน้ำเล็ก ทาด้วยวัสดุที่ต่อต้านการสะสมตัวของเชื้อแบคทีเรีย
- มีไฟส่องสว่าง ในห้อง (ตุ้) อาบน้ำเล็ก
- โถส้วม สูงกว่าโถส้วมมาตรฐานทั่วไป ประมาณ 2.5 นิ้ว (ปกติมาตรฐานคือ 17-19 นิ้ว) หรือเป็นแบบปรับระดับความสูงได้
- การออกแบบ ที่แขวนม้วนกระดาษชำระ ออกแบบให้สามารถเปลี่ยนม้วนกระดาษ ได้ ด้วยมือข้างเดียว
- มีอ่างซิงก์ แขนงผนังที่มีช่องว่างบริเวณเข้า และมีแผ่นป้องกันบดบังท่อน้ำ เพื่อ ความสวยงาม
- พื้นห้องน้ำหรือห้องอาบน้ำ ต้องเป็นแบบ พื้นป้องกันการลื่นล้มได้ง่าย

2.3.5.11 บริเวณบันได และลิฟต์

- มีที่จับยึดเกาะอย่างพอเพียง ทั้งสองด้านของบันได มีเส้นผ่าศูนย์กลางประมาณ 1.25 นิ้ว
- มีการเพิ่มศักยภาพ ในการมองเห็นด้วยการติดแถบสีเข้มตัดกัน ที่บันไดขั้นบนและล่าง และที่บริเวณชั้นบันได อีกทั้งเพิ่มไฟส่องสว่าง
- สำหรับบ้านที่มีหลายชั้น ควรเตรียมช่อง ว่างสำหรับติดตั้งลิฟต์ในอนาคต และ ช่องทางบันไดควรมีความกว้างอย่างน้อย 4 ฟุต
- มีลิฟต์ในที่อยู่อาศัย (ได้ก็จะดีมาก) ทางลาดเอียง
- ความลาดเอียง จะต้องไม่เพิ่มเกิน 1 นิ้วในทุกๆทางยาว 12 นิ้ว และจะต้องมีมือจับ สำหรับยึดเกาะ จำนวนที่เพียงพอ
- มีจุดพักขนาดประมาณ 5 ฟุต ที่ทางเข้า หรือทางออกจุดลาดเอียง
- มีขอบทาง ขนาดประมาณ 2 นิ้ว เพื่อความปลอดภัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3.5.12 ห้องเก็บของ

- มีชั้นวางของ ที่สามารถปรับระดับได้
- มีไฟส่องสว่าง ภายในห้องเก็บของ
- มีประตูที่เปิดออกง่าย และไม่ขวางทาง จนเข้าถึงลาบาก

2.3.5.13 ระบบไฟฟ้า ระบบไฟส่องสว่าง และความปลอดภัย

- มีสวิตช์เปิดไฟส่องสว่าง ในทุกๆ ทางเข้าของห้องหรือห้องโถง
- มีเต้ารับหลอดไฟอย่างน้อย 2 ดวงที่จุดสำคัญ เช่นทางเข้าออก หรือห้องน้ำ
- สวิตช์ไฟ สวิตช์ที่ควบคุมอุณหภูมิ และสวิตช์ตัวควบคุมสภาพแวดล้อม ควรจัดไว้ในที่ ที่สามารถเข้าถึงได้ง่าย คือไม่สูงไปกว่า 48 นิ้ว เหนือจากพื้น
- เต้าเสียบไฟฟ้า 15 นิ้วตรงกลางจากพื้น และห่างกันไม่เกิน 12 ฟุต
- มีพื้นที่ว่างขนาด 30 x 48 นิ้ว หน้าต่อสวิตช์ ของตัวควบคุมต่างๆ
- ใช้สวิตช์แบบ Rocker or touch light switches
- มีสัญญาณเตือน ทางเสียงและแสง เมื่อมีการกดกริ่งประตู หรือเมื่อมีโทรศัพท์เข้า หรือเมื่อสัญญาณเตือนควันไฟ หรือตัวตรวจจับคาร์บอนไดออกไซด์ ถูกกระตุ้น
- มีระบบความปลอดภัยขั้นสูง หรือระบบอินเตอร์คอม ที่สามารถเฝ้าดูตรวจจับความร้อน เครื่องทาความเย็น ระบบแสงสว่าง จากโทรทัศน์เครื่องใดๆ ภายในบ้าน
- มีตัวควบคุมอุณหภูมิ ที่สามารถมองเห็นได้ง่าย
- มีตัวควบคุมอุณหภูมิ ที่สามารถโปรแกรมล่วงหน้าได้
- มีไฟเตือนภาวะฉุกเฉิน ที่ชานบ้าน หรือมีปุ่มกดต่อโทรศัพท์ ไปศูนย์รับแจ้งเหตุฉุกเฉิน
- มีสายสัญญาณแจ้งเหตุ ต่อโดยตรงไปยัง สถานีตำรวจ สถานีดับเพลิง หรือ ศูนย์รับแจ้งเหตุฉุกเฉิน (อาจจะไม่มีหรือไม่มีก็ได้ แต่ถ้ามีได้ก็จะดีมาก)
- มีสายสำหรับ กรณีเพื่อความปลอดภัยต่างๆ
- มีสายสำหรับ ใช้คอมพิวเตอร์

2.3.5.14 พื้น

- วัสดุทาพื้นที่เรียบ ไม่สะท้อนแสง ไม่ลื่นง่าย ทั้งในและนอกบ้าน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ถ้าจะปูพรม ใช้พรมที่ไม่หนา คือมีความหนาแน่นต่ำ
- ใช้สี และลักษณะผิวเนื้อของพื้นผิว (หยาบ ขรุขระ ฯลฯ) ในการแยกความแตกต่างของพื้นผิวที่ต่างระดับออกไป

2.3.5.15 ระบบทำความร้อน การระบายอากาศ และระบบปรับอากาศ

- ควรเป็นระบบที่ออกแบบมาเพื่อให้ใช้งานง่าย -ควรเป็นระบบประหยัดไฟฟ้า
- ควรมีหน้าต่าง ที่สามารถเปิดเพื่อระบายอากาศ เพื่อทำให้อากาศบริสุทธิ์ สามารถไหลเวียนเข้ามาในบ้านได้

2.3.5.16 ระบบประหยัดพลังงาน

- สร้างบ้านที่มี ระบบกันความร้อนที่ผนัง
- ลดขนาดของเครื่องปรับอากาศ ด้วยการมีเตาผิง (สำหรับประเทศเมืองหนาว)
- เครื่องถ่ายเทอากาศระบบกล สำหรับห้องนอนทุกห้อง และมีเครื่องตรวจจับคาร์บอนมอนนอกไซด์ด้วย
- ติดตั้งหน้าต่าง ที่มีกระจก Low E glass คือกระจก แผ่นรังสีต่ำ

2.3.5.17 ลดการบำรุงรักษา และการใช้งานได้ง่าย สะดวกสบาย

- ใช้พื้นผิวที่ง่ายต่อการทำความสะอาด
- ระบบดูดฝุ่นแบบศูนย์รวม
- มีระบบ ให้อาหารสัตว์เลี้ยง
- มีระบบ Recycling System
- มีระบบ วีดีโอโฟน
- มีระบบ อินเทอร์เน็ต

2.3.5.18 แนวคิดอื่นๆ

- มีอพาร์ทเมนต์ สำหรับให้เช่าเพื่อนำรายได้ มาใช้จ้างผู้ช่วยดูแลผู้สูงอายุ
- มีห้องเอนกประสงค์ ที่สามารถเปลี่ยนไปใช้ เพื่อวัตถุประสงค์ต่างๆ ที่เปลี่ยนไปตามกาลเวลา เช่น เป็นห้องอนุบาล ห้องสำหรับเล่น ของเด็กๆ หรือห้องทำงานในอนาคต

2.3.6 ข้อมูลเกี่ยวกับสปา (spa)

สปา มาจากภาษาลาตินว่า “Sanitas Per Aquas” หรือ Senare Per Aqua หรือ “Salus Per Aquam” หรือ Sanare Per Aquam ซึ่งแปลความได้ว่า สุขภาพจากสายน้ำ การบำบัดด้วยน้ำ หรือการดูแลสุขภาพโดยการใช้น้ำ (Health Through Waters or To Heal Through Water)

ปัจจุบันคาค้างกล่าวถูกใช้ในภาษาอังกฤษว่า “Spa” ซึ่งใช้กันอย่างแพร่หลายในความหมาย ของสถานที่ตากอากาศเพื่อสุขภาพ (Health Resort) “สปา” คือ การบำบัดด้วยน้ำ การดูแลสุขภาพแบบองค์รวม ภายใต้การดูแลของนักบำบัด ผู้เชี่ยวชาญหรือแพทย์ รวมถึงเป็นสถานที่ ใช้ในการพักผ่อนเพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพองค์รวมที่ดี ในเชิงความเชื่อตามประวัติศาสตร์ สปา หมายถึงสถานที่ที่มีน้ำพุตามธรรมชาติที่สามารถบรรเทาและรักษาอาการเจ็บป่วยจาก โรคภัยต่าง ๆ ได้ ซึ่งน้ำเหล่านี้สร้างศรัทธาและความเชื่อถือทางจิตวิญญาณอย่างมาก โดย ยังคงความเป็นปริศนาในการบำบัดโรคภัยในเชิงร่วมสมัย เป็นสถานที่ที่อำนวยความสะดวก และทุ่มเทให้กับทั้งทางด้านการ บำบัดทั้งกายภาพและจิตใจ อารมณ์ เพื่อให้ได้มาซึ่งสุขภาพที่ดีและชีวิตที่ผาสุก สปาต้องใช้ น้ำในแง่ของการให้การรักษา และบำบัด โดยมีพื้นฐานมาจากการใช้ประโยชน์ของวิตามินและ เกลือแร่จากธรรมชาติ สปา ร่วมสมัย ยังให้การบรรเทาอาการบาดเจ็บจากการเล่นกีฬา ผ่าน การรักษาด้วยวิธีการ การแพทย์ที่ครบครัน ผ่อนคลายความตึงเครียด ให้การดูแลและทะนุ ถนอมทั้งความงามทางร่างกายและอารมณ์ ความรู้สึก ณ ปัจจุบันนี้ สปาได้สร้างเอกลักษณ์ ขึ้นมาได้อย่างเด่นชัดในเรื่องของสถานที่และการตกแต่งที่คำนึงถึงการอนุรักษ์ธรรมชาติและ รักษาสิ่งแวดล้อม

องค์ประกอบของสปา ตามคานิยามของ The International SPA Association (ISPA) สปาประกอบไปด้วยปัจจัยสำคัญ 10 ประการ ได้แก่

1. น้ำ (Water) สามารถนำไปใช้ได้หลายรูปแบบทั้งภายใน เช่น การดื่ม การกิน และภายนอก เช่น การอบ การแช่ หรือการนำมาเป็นส่วนประกอบในการบริการและการตกแต่งสถานที่
2. การบำรุง (Nourishment) เช่น อาหารสุขภาพ เครื่องดื่มสมุนไพรและสารอาหารบำรุง ต่าง ๆ
3. การเคลื่อนไหวและการออกกำลังกาย (Movement, Exercise & Fitness) การเคลื่อนไหวในท่าทางที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่าง ๆ กัน สร้างความกระปรี้กระเปร่า เพิ่มพลังงาน เช่น การออกกำลังกายแบบต่าง ๆ การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ บริการห้องออกกำลังกาย
4. การสัมผัส (Touch) เช่น การนวดและการสัมผัสที่สื่อสารความรู้สึกต่าง ๆ ให้ ความรู้สึกที่ อบอุ่น ผ่อนคลาย และบำบัดอาการปวดเมื่อย
5. Integration กิจกรรมสุขภาพที่บูรณาการความสัมพันธ์ที่สอดคล้องกันระหว่าง กาย ความคิด จิตใจ จิตวิญญาณกับสภาพแวดล้อม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

6. ศาสตร์ด้านความงาม (Aesthetics) การบำรุงรักษาความงามกับกระบวนการที่ใช้ผลิตภัณฑ์พีชพรรณธรรมชาติ สมุนไพรต่าง ๆ ที่มีผลกับร่างกายมนุษย์

7. สภาพแวดล้อม (Environment) สถานที่ตั้งประกอบไปด้วยสภาพแวดล้อมที่ดี สภาพภูมิอากาศที่เหมาะสม การออกแบบตกแต่ง รูปแบบบรรยากาศดี ให้ความรู้สึกผ่อนคลาย

8. การแสดงออกถึงศิลปวัฒนธรรม (Art, Culture & Social) เป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่สร้าง ความสุนทรีย์และประทับใจในเวลาที่ได้พักผ่อนและมีสังคมที่ดีกับมิตรสหาย

9. เวลา และจังหวะ (Time, Space, Rhythms) ตระหนักถึงการใช้เวลาและจังหวะชีวิตที่ได้ ดูแลสุขภาพให้แก่ตนเอง มีเวลาปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ดีต่อสุขภาพโดยสอดคล้องกับวงจร ธรรมชาติ

10. ระบบการบริหารจัดการที่ดี (Management and Operation System) มีการบริหารงานอย่างเป็นระบบ

การแบ่งประเภทสปา

ตามคำนิยามของประกาศกระทรวงสาธารณสุข ตามพระราชบัญญัติสถานบริการแก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 4) พ.ศ. 2546 ได้กำหนดรูปแบบของธุรกิจประเภทสปาไว้ 3 แบบ ดังนี้

1. กิจการสปาเพื่อสุขภาพ
2. กิจการนวดเพื่อสุขภาพ
3. กิจการนวดเพื่อเสริมสวย

กิจการสปาเพื่อสุขภาพคือ การประกอบกิจการที่ให้การดูแลเสริมสร้างสุขภาพ โดยประกอบไปด้วยบริการหลักและบริการเสริมประเภทต่างๆ

- บริการหลักประกอบด้วย: การนวดเพื่อสุขภาพและการใช้น้ำเพื่อสุขภาพ

- บริการเสริมคือ กิจกรรมต่าง ๆ ที่ควรจัดให้มีอยู่ในเมนู เพื่อเป็นการดึงดูดให้ลูกค้า

สนใจ ให้ มาใช้บริการบ่อยขึ้นและมีความหลากหลายในสปามากขึ้น ตัวอย่างของกิจกรรมต่าง ๆ เช่น

1. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
2. การทำสมาธิและโยคะ
3. การอบเพื่อสุขภาพ
4. การแพทย์ทางเลือก
5. โภชนาบำบัดและการควบคุมอาหาร

ตามคำนิยามของ The International Spa Association (ISPA- พ.ศ. 2538) แบ่งชนิดของสปาออกเป็น 7 ประเภทดังนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1. Club Spa คือสปาที่ตั้งขึ้นเพื่อให้บริการเฉพาะสมาชิก (Member) โดยเน้นการให้ความ สดวกสบายและครบครันเกี่ยวกับวัตถุดิบประสงคในการออกกาลังกายและดูแล สุขภาพร่างกาย พร้อมกับบริการด้านอื่น ๆ
2. Day Spa คือสปาที่ตั้งอยู่ในทำเลที่สะดวกต่อการเดินทางสำหรับลูกค้ามาใช้ บริการ เช่น ในที่พักอาศัย อาคารพาณิชย์ ห้างสรรพสินค้า หรือตามสนามบิน โปรแกรมการ บริการ ค่อนข้างหลากหลาย ลักษณะผู้มาใช้บริการจะเป็นระยะเวลาสั้น ๆ จากการสำรวจ พบว่า เป็นสปาที่เปิดให้บริการมากที่สุด
3. Hotel & Resort Spa คือสปาที่ตั้งอยู่ภายในหรือในบริเวณเดียวกันกับโรงแรม หรือรีสอร์ท ที่มีสถานที่ออกกาลังกาย อาหาร โปรแกรมบริการมักประกอบด้วย การนวด แบบต่าง ๆ เพื่อ ผ่อนคลายสำหรับผู้คนที่ต้องการเปลี่ยนบรรยากาศและหลีกเลี่ยงความจางใน ชีวิตประจำวัน มักจะมีขนาดใหญ่กว่าเมื่อเทียบกับ Day Spa ทั่วไป
4. Cruise Ship Spa คือสปาที่ตั้งอยู่ในเรือ โปรแกรมการบริการประกอบด้วย การ นวดแบบ ต่าง ๆ การออกกาลังกายกิจกรรมเพื่อสุขภาพ อาหารเพื่อสุขภาพ
5. Mineral Spring Spa คือสปาที่ตั้งอยู่ในสถานที่ที่เป็นแหล่งน้ำพุร้อน หรือน้ำแร่ ธรรมชาติ โปรแกรมการบริการจะเน้นการบำบัดโดยใช้ความร้อนของน้ำ หรือแร่ธาตุต่าง ๆ เช่น ใช้ กลือมาเป็นส่วนหนึ่งในการบำบัดรักษา ตัวอย่างเช่น สปาที่ตั้งอยู่ตามแหล่งบ่อน้ำ ร้อน ใน ประเทศญี่ปุ่นและรัสเซีย ประเทศไทยมีโอกาสที่จะพัฒนาแหล่งน้ำพุร้อนธรรมชาติ หลายแห่ง ให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวได้เป็นอย่างดีในอนาคต เช่นที่จังหวัดเชียงใหม่ เชียงราย ะนอง สุ ราษฎร์ธานี
6. Destination Spa คือสปาที่ตั้งขึ้นเพื่อให้การดูแลสุขภาพเป็นหลักโดยมีที่พักอยู่ ภายในนั้น มีกิจกรรมเพื่อสุขภาพครบวงจร อาหารสุขภาพ การออกกาลังกาย การให้ความรู้ ในด้านต่าง ๆ ผู้มาใช้บริการส่วนใหญ่มักจะมีความต้องการการพานักอยู่เป็นระยะเวลานาน เพื่อผ่อนคลายและปรับปรุงวิถีชีวิตให้ดีขึ้น ปรับความสมดุลของร่างกายและจิตใจ ลดน้ำ หนัก ออก กาลังกายที่ถูกต้อง โดยทีมงานผู้เชี่ยวชาญจะเป็นผู้พิจารณาจัดโปรแกรมให้ เหมาะสมกับ ลักษณะสุขภาพแต่ละคน มักตั้งอยู่ใกล้แหล่งทรัพยากรทางธรรมชาติ โดยส่วน ใหญ่จะใช้ ประโยชน์จากแหล่งธรรมชาตินั้นเข้ามาเป็นตัวช่วยในการจัดกิจกรรม เช่น ภูเขา ทะเล น้ำพุ ร้อน โคลน ฯลฯ
7. Medical Spa คือสปาที่ตั้งโดย พ.ร.บ.สถานพยาบาล โดยมีแพทย์ และพยาบาล ดูแลกากับ มีวัตถุดิบประสงคเพื่อบำบัดรักษาสุขภาพและความสวยงาม โปรแกรมการบริการ ประกอบด้วย โภชนาการบำบัดและอาหารสุขภาพ การออกกาลังกาย กิจกรรมเพื่อสุขภาพ การนวดแบบ ต่าง ๆ การบำบัดและดูแลลูกค้าโดยใช้ความรู้ด้านสุขภาพ มีบริการทาง การแพทย์ให้เลือก ทั้ง แพทย์แผนปัจจุบัน และการแพทย์แผนไทย แผนจีน ฯลฯ มีโปรแกรม การนวดที่รักษาอาการ เจ็บป่วย เช่น การนวดกดจุด การบำบัดด้วยสมุนไพร การปรับ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

โครงสร้างร่างกาย การสะกดจิต การฝังเข็ม ศัลยกรรมผิวหนัง การต่อต้านริ้วรอย ผู้มาใช้บริการส่วนใหญ่มักจะมีคาม ต้องการการพานักกระยะยาวและการบำบัดที่ชี้เฉพาะ เช่น การลดน้ำหนัก การออกกกำลังกาย ที่ถูกต้อง การเลิกบุหรี่ เป็นต้น

อย่างไรก็ตามในการปฏิบัติยังเกิดความสับสนในการแยกประเภทให้ชัดเจน และบางประเภท ยังมีความก้ำกึ่งกันในการให้บริการ จึงได้มีการแบ่งประเภทของสปาขึ้นใหม่ในปี พ.ศ. 2551 โดยแบ่งสปาออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สปาแบบมีที่พัก
2. สปาแบบไม่มีที่พัก

ประเภทการบริการในสปาเป็นการจัดนาเสนอรายการทริทเมนท์ต่าง ๆ เพื่อให้ผู้มาใช้บริการได้เลือก โดยมี รายละเอียดแสดงให้ทราบถึงประโยชน์ของการทำทริทเมนท์ในแต่ละชนิด ส่วนผสมของการ ใช้ผลิตภัณฑ์ ระยะเวลาที่ใช้ในการทำทริทเมนท์ ราคา แนวทางในการกำหนดรายการในสปา เมนู (Spa Menu) ของแต่ละกิจการจะมีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับจุดเด่นและความชำนาญ ของผู้ประกอบการ การบริการในสปาแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท ดังนี้

A. บริการหลัก และ B. บริการเสริม

A. บริการหลักหมายถึง การให้บริการทริทเมนท์ที่จำเป็นต้องมีในสปา

ประเภทของการบริการหลัก ประกอบด้วย : การนวดเพื่อสุขภาพ และการใช้น้ำเพื่อสุขภาพ

1. การนวดเพื่อสุขภาพ

- การนวดแบบตะวันออก ได้แก่ การนวดกดจุดแบบราชสำนัก การนวดไทยแบบเชลยศักดิ์ การนวดแบบญี่ปุ่น (Shiatsu) การนวดกดจุดแบบจีน (Reflexology) การนวดแบบอินเดีย (Ayurvedic Massage) และอื่น ๆ

- การนวดแบบตะวันตก ได้แก่ การนวดอโรมาเทอราพี (Aromatherapy) การนวดแบบสวีดิช (Swedish) และอื่น ๆ

- ทริทเมนท์ความงามและการนวดหน้า (Facial Massage) หลักเบื้องต้นในการทาทริทเมนท์หน้าประกอบด้วย 6 ขั้นตอน ดังนี้ การล้างหน้า/การปรับสภาพผิว/การขัดหน้า/การ นวดหน้า/การพอกหน้า/การบำรุงผิวหน้า

2. การใช้น้ำเพื่อสุขภาพ

B. บริการเสริมคือ กิจกรรมต่าง ๆ ที่ควรจัดให้มีอยู่ในเมนู เพื่อเป็นการดึงดูดให้ลูกค้าสนใจให้มาใช้บริการบ่อยขึ้นและมีความหลากหลายในสปามากขึ้น

ตัวอย่างของกิจกรรมต่าง ๆ เช่น

1. การออกกกำลังกายเพื่อสุขภาพ
2. การทำสมาธิและโยคะ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. การอบเพื่อสุขภาพ
4. การแพทย์ทางเลือก
5. โภชนบำบัดและการควบคุมอาหาร

สปาแบบไทยแท้ หรือ สปาไทยพื้นบ้านคือ สปาที่เกิดจากการฟื้นฟูภูมิปัญญาพื้นบ้านดั้งเดิมของคนไทยในด้านการดูแลสุขภาพแบบโบราณ นามาประยุกต์ใช้ในรูปแบบสปา โดยยังคงรักษาแบบพื้นบ้าน เช่น การอบสมุนไพร การอบสมุนไพร การนวดสมุนไพร ไทย การแช่น้ำสมุนไพร การนวดประคบ ขัดผิว การอยู่ไฟหลังคลอดบุตร ตามวิถีธรรมชาติของบรรพบุรุษชาติไทย ที่มีความเรียบง่ายและมีกลิ่นไอพื้นบ้านของไทย ผู้ให้บริการในสปาไทยพื้นบ้าน มักมีความสามารถในเชิงบำบัดเทียบได้ใกล้เคียงกับหมอพื้นบ้านในอดีต โดยเน้นการผ่อนคลายและการบำบัดโรคบางชนิด สถานที่ของสปาไทยพื้นบ้านจะมีการตกแต่งโดยใช้วัสดุที่มีในท้องถิ่น ในรูปแบบสถาปัตยกรรมไทยอาจจะจัดสถานที่บริการให้มีบรรยากาศเหมือนอยู่ในบ้านหรือสวน และนาเอกลักษณ์ที่โดดเด่นของไทยมาประยุกต์ให้เข้ากับบรรยากาศของสปา

การนวดแผนไทย ถือเป็นวิธีบำบัดรักษาโรคของไทยที่มีมาแต่ดั้งเดิม เริ่มต้นมาจากความพยายามในการบรรเทาอาการปวดเมื่อย ฟกช้ำ ด้วยการสัมผัสจับต้อง หรือกดบริเวณที่เจ็บเพื่อช่วยเลือดตนเองและสิ่งสมประสพการณ์มาเป็นการนวด เริ่มจาก การนวดตนเอง นวดเพื่อช่วยเหลือบุคคลในครอบครัวและกระจายกว้างขวางออกไปในชุมชน ประโยชน์ของการนวดแผนไทยคือ

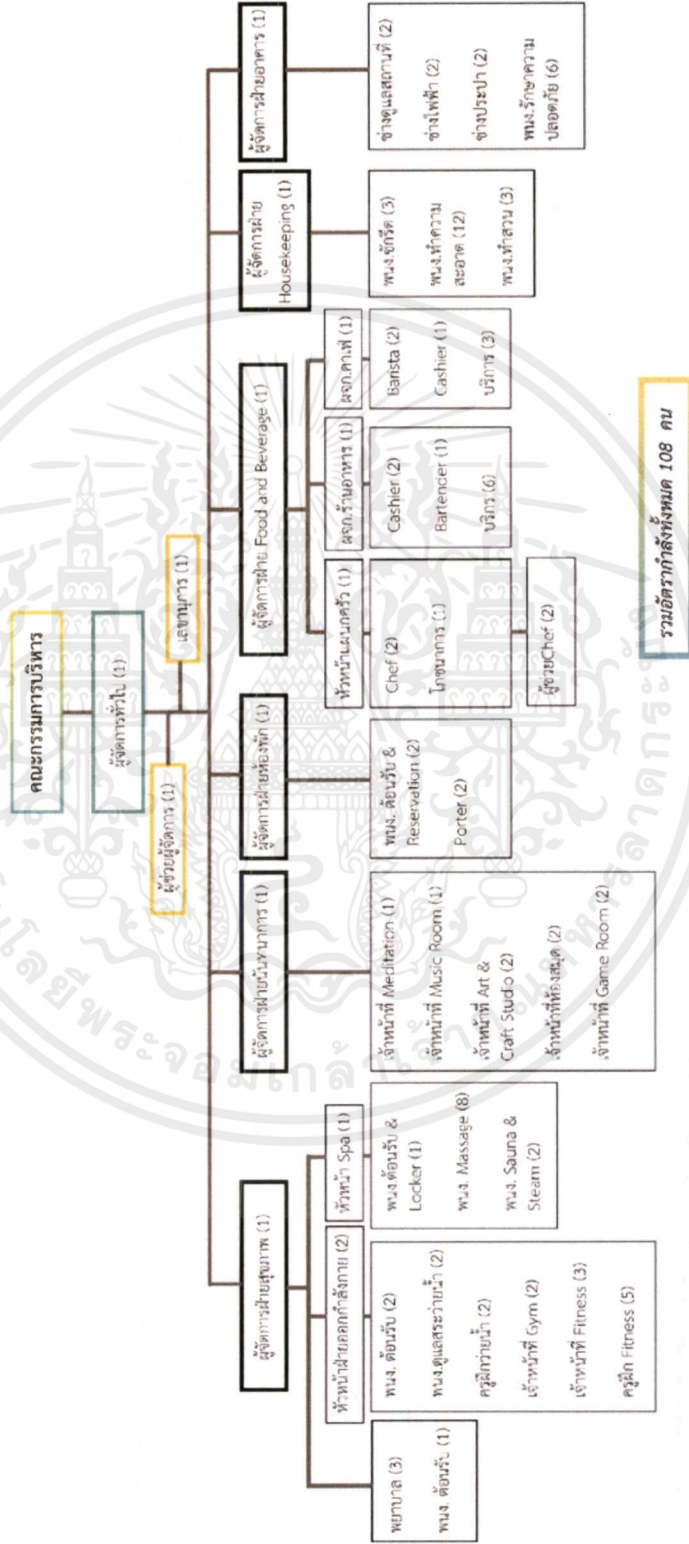
1. ช่วยทำให้ระบบหมุนเวียนของโลหิตดี สุขภาพแข็งแรง
2. ช่วยทำให้การเคลื่อนไหวของสรีระ คล่องแคล่วอย่างธรรมชาติ
3. สามารถบรรเทาโรค และอาการปวดต่างๆ ของข้อต่อและกล้ามเนื้อ
4. เป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีและถ่ายทอดความเอื้ออาทรต่อผู้ถูกนวด

การอบแห้งหรือชาวน้ำ เป็นประเพณีไทยดั้งเดิม ที่ใช้ในการรักษาขั้วงูกาถึงใจ สหรั้บมารดา หลังคลอด โดยมีการให้อาบน้ำต้มสมุนไพรและทาตัวด้วยขมิ้นเพื่อ บำรุงรักษาอาการอักเสบที่ผิวหนัง ในอดีตมีการใช้ความร้อนจากกองฟืนในเตาถ่าน ประกอบการรักษาผิวพรรณ ลด น้ำหนักและไขมันส่วนเกิน ปรับสมดุลระหว่างร่างกายกับ อุนภูมิภายนอก

2.4 สายการบริหารและอัตรากำลัง



ORGANIZATION



รวมอัตรากำลังทั้งหมด 108 คน

*** อ้างอิงจาก - หนังสือ ACSM's Health/Fitness Facility Standards and Guidelines - Atrium Athletic club

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.5 ระบบสภาพแวดล้อมภายในอาคาร และวัสดุในการตกแต่งภายใน

2.5.1 ระบบอาคารที่มีผลต่อการออกแบบภายใน

2.5.1.1 ระบบปรับอากาศและการหมุนเวียนอากาศ

การปรับอากาศในโครงการบ้านพักผู้สูงอายุ นั้น ถือว่าเป็นสิ่งที่สำคัญอีกอย่างหนึ่ง ความสบายและอากาศที่เหมาะสม (Suitable Climate) จะก่อให้เกิดภาวะความสบาย เหมาะแก่การทำการกิจกรรมต่างๆ หากภายในอาคาร มีความร้อนอบอ้าวหรือเย็นจนเกินไป จะทำให้เกิดความไม่สบายและไม่ส่งเสริมให้ผู้คนเข้ามาใช้งาน ระบบปรับอากาศสามารถแบ่งออกเป็นชนิดต่างๆ ได้ดังต่อไปนี้

ตารางที่ 2.5.1.1.1 แสดงลักษณะการใช้งานของเครื่องปรับอากาศแบบต่างๆ

ลักษณะของเครื่องปรับอากาศ	ขนาด (ตันความเย็น)	ประมาณการ สิ้นเปลืองไฟฟ้า (กิโลวัตต์/ตัน)	ลักษณะการใช้งาน ทั่วไป
Split Type	0.75-3	1.3-1.5	บ้านพักอาศัย สำนักงาน
Package Air-cooled Air conditioner	3.0-30	1.3-1.5	คอนโดมิเนียมสำนักงาน
Package Water-cooled Air conditioner	1.0-50	1.2	สำนักงาน คอนโดมิเนียมสำนักงาน
Air-cooled Water Chiller	3.0-10 10.0-500	1.4-1.6 1.4-1.6 (ประมาณการ สิ้นเปลืองไฟฟ้าทั้ง ระบบ)	บ้านพักอาศัย ศูนย์คอมพิวเตอร์ โรงแรมขนาดกลาง ห้องส่งสถานีโทรทัศน์ โรงพยาบาลขนาดกลาง
Water-cooled Water Chiller	500-10,000 หรือมากกว่านี้	0.8-1 (ประมาณการ สิ้นเปลืองไฟฟ้าทั้ง ระบบ)	โรงแรม โรงพยาบาล ศูนย์การค้าขนาดใหญ่ สำนักงานขนาดใหญ่ ศูนย์คอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์อื่นใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

รายละเอียดของระบบปรับอากาศที่ใช้ในโครงการ

เนื่องจากผู้ใช้โครงการส่วนใหญ่เป็นผู้สูงอายุ บางรายอาจไม่ชินกับระบบปรับอากาศ ดังนั้น ห้องพักภายในโครงการจึงไม่จำเป็นต้องมีระบบปรับอากาศครบทุกห้อง แต่ถึงอย่างไรก็ตาม ภายในห้องพักทุกห้อง จะมีการติดตั้งระบบปรับอากาศไว้เพื่อรองรับการใช้งานในแต่ละส่วน โดยแบ่งออกเป็นดังต่อไปนี้

- ระบบปรับอากาศแบบศูนย์รวม (Central System)

เครื่องปรับอากาศแบบนี้มีขนาดใหญ่มากใช้สำหรับสำนักงานหรืออาคารใหญ่ๆ ส่วนประกอบต่างๆ แต่ละอย่างจะตั้งอยู่โดดๆ มีท่อต่อถึงกัน และอากาศที่ใช้ในการนำความเย็นจะถูกส่งออกทางท่อไปยังส่วนต่างๆ ของสถานที่ตามระบบที่ส่งจ่ายการปรับอากาศด้วยระบบчилเลอร์ (Water Cooled Chilled System)

การติดตั้งเครื่อง

จัดให้มีห้องโดยเฉพาะและตั้งอยู่ประมาณส่วนกลางของอาคาร ห้องที่ใช้ระบบปรับอากาศต้องมีปริมาณที่เหมาะสม ไม่ควรมีที่ว่างมากเกินไปเกินความต้องการเพื่อความประหยัดและสะดวกในการจ่ายไปยังส่วนต่างๆ ของอาคารอีกด้วย ระบบการถ่ายเทอากาศในห้อง ลมเย็นจะไปตาม Supply Air Duct ไปช่วยระบายความร้อนภายในห้อง และอากาศเสียที่ลมร้อนจะถูกดูดกลับมาทาง Air Return Duct และที่นั่นจะมี Filter กรองอากาศเสียปล่อยแต่ลมเย็นประมาณ 75% ผสมกับอากาศบริสุทธิ์จากภายนอกอีก 25% ผ่านไปยังความเย็นที่เกิดจากน้ำกลายเป็นลมเย็นต่อไป

ระบบчилเลอร์อาศัยการทำน้ำให้เย็นก่อน แล้วจึงส่งน้ำนี้ไปเข้าเครื่องเป่าลม เป่าลมให้ผ่านน้ำเย็นก็จะได้ลมเย็น โดยเครื่องเป่าลมนั้นเรียกว่า แพนคอยล์ยูนิต หรือแอร์แฮนด์ลิ่งยูนิต มีระบบการทำงานง่าย คือ มีเครื่องทำน้ำเย็นเก็บในห้องเครื่อง (อาจเป็นที่ใต้ถุนตึก) แล้วต่อท่อน้ำเย็นจากห้องเครื่องไปยังเครื่องเป่าลม (ติดตั้งตามชั้นต่างๆ ของตึก) มีห้องเครื่องเป่าลมเย็น อาจมีท่อลมต่อจากเครื่องเป่าลมแจกจ่ายตามจุดต่างๆ

- ระบบปรับอากาศแบบห้อง (ROOM AIR-CONDITIONER)

หรือระบบ Split type system เป็นระบบที่แยกส่วนการระบายความร้อน และส่วนให้ความเย็นออกจากกัน ส่วนประกอบของเครื่องปรับอากาศชนิดนี้มี 2 ส่วนใหญ่ๆ คือ

- เครื่องระบายความร้อน เป็นส่วนที่มีเสียงดังจึงแยกไว้ภายนอกอาคาร

- เครื่องเป่าลมเย็น เป็นส่วนที่มีท่อน้ำยาจากส่วนแรกเข้ามายังคอยล์เย็น จึงจัดส่วนนี้ไว้ในห้องการให้ความเย็นจะใช้ลมเป่าผ่านคอยล์เย็นเช่นเดียวกับระบบแรก

วิธีการติดตั้งระบบแยกส่วนออกเป็น 3 ระบบ คือ

- แบบตั้งพื้น คือ ติดตั้งส่วนที่เป่าลมเย็นไว้กับพื้น วิธีนี้จะสะดวกในการติดตั้งสามารถซ่อนท่อน้ำทิ้งได้สะดวก ดูแลรักษาง่าย แต่จะเสียพื้นที่ในการติดตั้งไม่เหมาะสำหรับห้องเล็ก

- แบบติดผนัง คือส่วนที่เป่าลมเย็นไว้กับผนัง การ ติดตั้งค่อนข้างลำบากเสียพื้นที่การใช้งานในส่วนผนัง แต่ไม่ เสียพื้นที่การใช้งานของห้อง ถ้าเกิดการรั่วซึม จะทำให้ห้อง เลอะเทอะบริเวณผนัง

- แบบแขวนเพดาน คือ ติดตั้งส่วนที่เป่าลมเย็นไว้ บนเพดาน ข้อดี คือใช้พื้นที่ห้องได้เต็มทีมากกว่า 2 แบบ แรก การติดตั้งลำบากมาก เพราะต้องแขวนกับฝ้าเพดาน ต้องเตรียมวางแผนล่วงหน้า การดูแลรักษายากยิ่งเกิดการ รั่วซึมจะทำให้พื้นที่ใช้งานใต้เครื่องเปียกได้ หลักการทำงานของเครื่องปรับอากาศ

2.5.1.2 ระบบไฟฟ้าในอาคาร

2.5.1.2.1 การเลือกระบบไฟฟ้า

โครงการเป็นอาคารที่ต้องใช้ไฟฟ้ามก จึงควรใช้ระบบไฟฟ้าสำหรับอาคารใหญ่โดยมีระบบไฟฟ้าสำรองจ่ายเมื่อเกิดเหตุขัดข้องของการไฟฟ้า และระบบป้องกันไฟรั่ว (Grounding System) การออกแบบระบบไฟฟ้าจำเป็นต้องทราบปริมาณกระแสไฟฟ้าในโครงการ โดยคำนวณจากอุปกรณ์ต่างๆ ทั้งหมดเพื่อเลือกใช้หม้อแปลง (transformer) ที่มีขนาดเหมาะสมและเพียงพอกับ Demand Load

2.5.1.2.2 การออกแบบระบบไฟฟ้า

สิ่งที่ต้องคำนึงถึงมากที่สุดคือ ความปลอดภัยและประสิทธิภาพในการทำงาน ปัญหาที่ตามมาคือต้องการให้โครงการสามารถมีไฟฟ้าใช้ตลอด 24 ชั่วโมง ซึ่งจำเป็นอย่างยิ่งที่ต้องติดตั้งเครื่องกำเนิดไฟฟ้าแบบอัตโนมัติ (Automatic Diesel Generator) การป้องกันอันตรายที่เกิดขึ้นจากกระแสไฟฟ้าลัดวงจร หรือจากการใช้กระแสไฟฟ้า Over Load โดยการติดตั้งแผงควบคุม (Switch Board) แยกระบบต่างๆ เฉพาะ 3 ระบบ คือ

- Air Condition Switch Board
- Power and Lighting Switch Board

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- Mechanical Power Switch Board

2.5.1.2.3 ระบบสำรองจ่ายไฟฟ้า

ในกรณีที่กระแสไฟฟ้าเกิดขัดข้อง ทางโครงการได้จัดเตรียมเครื่องปั่นไฟฟ้าสำรองไว้จำนวน 1 เครื่อง เรียกว่า Automatic Emergency Diesel) มีสมบัติทั่วไปคือ

- Continuous Service เครื่องกำเนิดไฟฟ้าที่สามารถจ่ายกระแสไฟฟ้าที่โดยไม่จำกัดระยะเวลา

- Motor Starting Capability เครื่องกำเนิดไฟฟ้าที่สามารถใช้กับอุปกรณ์ไฟฟ้าที่เป็น Motor ได้โดย Automatic Transfer Switch

- เมื่อกระแสไฟฟ้าของการไฟฟ้าตกลงกว่า 70% เป็นเวลา 3 นาที Transfer Switch จะต่อ Pilot Contact สำหรับ Start เครื่องกำเนิดไฟฟ้าและเมื่อกระแสไฟฟ้าจากการไฟฟ้ากลับคืนสู่สภาพปกติ Transfer Switch จะสับเปลี่ยนให้ต่อเข้ากับวงจรของการไฟฟ้าแต่ควรจะเดินเครื่องต่อไปเป็นเวลา 5 นาที จึงจะหยุดเครื่องจ่ายไฟฟ้าสำรอง

- Time Delay ช่วงเวลาที่เข้าไปตั้งแต่ไฟฟ้าดับลงจนกระทั่งเครื่องกำเนิดไฟฟ้าไม่ควรนานกว่า 10 นาที

2.5.1.2.4 ระบบ Conduit System

เป็นระบบการเดินไฟฟ้าในท่อโลหะ ซึ่งจะช่วยป้องกันสายไฟฟ้าจากความร้อน ความชื้น และยังป้องกันอุบัติเหตุจากไฟฟ้าไหม้ อันเนื่องมาจากกระแสไฟฟ้าลัดวงจรอีกด้วย ท่อ Conduit ปกติทำด้วยเหล็กชุบ Galvanized ภายในท่อเรียบไม่มีตะเข็บเพื่อป้องกันสายไฟฟ้าชำรุดจากความร้อน แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ

- Electrical Metal Tube (E.M.T.) เป็นท่อชนิดบางใช้ฝังในกำแพงหรือแขวนในฝ้าเพดาน

- Rigid Steel Conduit เป็นท่อชนิดหนึ่งใช้ฝังในพื้นที่ดินที่มีความชื้น

2.5.1.3 ระบบรักษาความปลอดภัยและอัคคีภัย

1. ระบบท่อน้ำแรงดันและสายสูบ

ในส่วนของโถงทางเดิน ห้องพัก และบริเวณอื่นๆ โดยทั่วไป

2. ระบบสปริงเกอร์

ใช้ระบบสปริงเกอร์แบบ WET PIPE เป็นระบบที่ท่อน้ำมีแรงดันตลอดเวลา เมื่อเกิดเพลิงไหม้ ความร้อนจะกระตุ้นให้กลไกที่หัวสปริงเกอร์เปิด และน้ำที่มีแรงดันสูงจะพ่นกระจายลงมา ติดตั้งในส่วนบริเวณหลักของโรงแรม BACK OF THE HOUSE เช่น คริว ห้องซักกรีด และส่วนอื่นที่เสี่ยงต่อการเกิดเพลิงไหม้

3. ระบบก๊าซ

ใช้ระบบก๊าซฮาลอน 1301 ซึ่งมีคุณสมบัติ คือ สามารถหยุดปฏิกิริยาลุกไหม้ของระบบการเผาไหม้จากโมเลกุลหนึ่งภายใน 10 วินาที เป็นก๊าซเหลว ไม่เป็นอันตรายต่อคน และมีประสิทธิภาพมากเหมาะกับห้องที่ไม่สามารถดับไฟโดยการใช้น้ำได้ เช่น ในห้องที่มีระบบอิเล็กทรอนิกส์ ห้องควบคุมอาหาร ห้องควบคุมระบบโทรศัพท์

4. เครื่องมือผจญเพลิง

ดับเพลิง ที่เคลื่อนที่ได้ ติดตั้งอยู่รวมกัน สายสูบลมและท่อน้ำ ระบบท่อน้ำแรงดัน รวมเป็น 1 หนึ่ง ทูกระยะ 20 เมตร

5. ระบบน้ำดับเพลิง

ใช้น้ำจากระบบน้ำใช้ โดยมีการสำรองระดับน้ำเอาไว้ใช้เพื่อการดับเพลิง นอกจากนี้ยังมีปั้มน้ำฉุกเฉินที่สามารถทำงานได้โดยใช้ไฟฟ้า และน้ำมันดีเซล เพื่อให้สามารถทำงานได้ในกรณีฉุกเฉิน

2.5.1.4 ระบบอุปกรณ์พิเศษ

2.5.1.3.1 ระบบการติดต่อสื่อสารภายในและภายนอกทางอิเล็กทรอนิกส์

1.ระบบโทรศัพท์ของโครงการ

ระบบโทรศัพท์ของโครงการเลือกใช้แบบ PABX (PRIVATE AUTOMATIC BRANCH EXCHANGE) เพราะเป็นระบบที่ติดต่อระหว่างภายนอกและภายใน หรือภายในกับภายนอก โดยผ่านเครื่องอัตโนมัติหรือพนักงานต่อสาย ซึ่งสามารถติดต่อได้มากกว่า 50 คู่สาย ทำให้เหมาะกับธุรกิจโรงแรมมากกว่าระบบอื่นๆ ซึ่งแบ่งออกเป็นส่วนๆ คือ

- ส่วนที่พักแขก
- ส่วนบริหาร
- ส่วนบริการ

และอาจมีการเพิ่มโทรศัพท์สายตรงภายใน เพื่อความสะดวกในเหตุการณ์ฉุกเฉิน หรือการซ่อมบำรุง บริเวณดังนี้

- ลิฟต์
- ห้องเครื่องลิฟต์
- ห้องวิศวกรเครื่องกล
- คริว ภัตตาคาร คาเฟ่ ห้องเก็บของ
- ห้องควบคุมระบบวิทยุ และโทรศัพท์

ส่วนโทรศัพท์สาธารณะจะติดตั้งตามตำแหน่งต่างๆต่อไป

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- ห้องโถงใหญ่
- ส่วนพักผ่อนที่เป็นสาธารณะ
- ห้องพักผ่อนทำงาน

2. ระบบโทรศัพท์ (TELEX) และอุปกรณ์ติดต่ออื่นๆ

ระบบโทรศัพท์เป็นอุปกรณ์การพิมพ์ซึ่งสามารถติดต่อได้โดยตรงจากผู้ส่งถึงผู้รับ เป็นอุปกรณ์การพิมพ์ซึ่งรวมทั้งภาคส่งและภาครับในหน่วยเดียวกัน ขนาดประมาณ 1000 มม. X 700 มม. โทรทัศน์วงจรปิดเป็นอุปกรณ์ซึ่งติดตั้งเพื่อใช้ในระบบรักษาความปลอดภัย ในการนำไปใช้อาจมีขีดจำกัด ในเรื่องความสว่าง การใช้แสงและไม่สามารถทนต่อที่ที่มีอุณหภูมิสูงได้ การให้แสงสว่างจะต้องมีการป้องกัน เช่น แสงที่จะฉายถูกตัวกล้องโดยตรง

2.5.1.4.2 อุปกรณ์ทางอิเล็กทรอนิกส์อื่นๆ

1.ระบบการประชาสัมพันธ์ และบริการเพลงตามสาย (BAGKGROUND MUSIC & PAGING SYSTEM)

ประกอบด้วยตัวกระจายเสียง เครื่องรับวิทยุ เครื่องเล่นแผ่นเสียง เทป และลำโพง ซึ่งจะติดตั้งตามส่วนต่างๆ ที่กำหนดขึ้นภายในโรงแรม และระบบนี้ยังมีวงจรของไมโครโฟนติดอยู่เพื่อใช้ในการประชาสัมพันธ์ในการทำงานของระบบประชาสัมพันธ์ แบ่งออกเป็น

- การทำงานโดยทั่วไป กระทำโดยการทำงานครอบคลุมส่วนของผู้เข้าพัก ส่วนของพนักงาน
- การทำงานเฉพาะเขตกระทำโดยการเจาะจงส่วนที่ต้องการจะให้มีการประชาสัมพันธ์ เช่น ห้องสัมมนา ห้องจัดเลี้ยง ห้องนิทรรศการ และอื่นๆ

ตารางที่ 2.5.1.4.2.1 แสดงลักษณะการใช้งานของระบบการประชาสัมพันธ์ และบริการเพลงตามสาย

ระบบ	ส่วนผู้พัก	ส่วนพนักงาน
ทั่วไป	ห้องโถง, LOBBY, โถง, ลิฟต์, ร้านอาหาร	ห้องพักผ่อนทำงาน, ส่วนบริหาร, ส่วนทำงานอื่นๆ
เฉพาะส่วน	ห้องสัมมนา, ส่วนพักผ่อน, สระว่ายน้ำ, สปา, FITNESS	

ลำโพงอาจติดตั้งไว้ภายในตู้ลำโพง เสา หรือเพดาน ซึ่งสามารถทำให้กลมกลืนกับการตกแต่งได้

2. ระบบโทรทัศน์และวิทยุ

การรับและการแพร่ภาพขึ้นอยู่กับสภาพพื้นที่ การจัด และการติดตั้ง อุปกรณ์ ซึ่งโดยทั่วไปจะประกอบด้วยระบบสายอากาศหลัก (TELEVISION SYSTEM) เครื่องขยายสัญญาณ และเครื่องกระจายสัญญาณไปตามเครื่องรับแต่ละเครื่อง โทรทัศน์วงจรเปิด และเชื่อมต่อเข้ากับเครื่องรับโดยใช้ระบบ VHF ระบบสายอากาศที่นำมาใช้ภายในโครงการ ใช้ระบบสายอากาศเดี่ยว เพราะที่ตั้งของโครงการในบริเวณใจกลางกรุงเทพมหานคร

3. ระบบส่งเอกสาร

เครื่องมือที่ใช้ติดตั้งเพื่อการส่งเอกสาร บัญชี ใบส่ง หรือจดหมายติดต่อระหว่างส่วนบริการ ส่วนงานต่างๆหรืออื่นๆ มีแนวโน้มที่จะใช้อุปกรณ์ทางอิเล็กทรอนิกส์อย่างมาก เนื่องจากมีความรวดเร็ว และแน่นอนในการเชื่อมโยงของข้อมูล และการแจ้งข่าวสาร

4. ระบบคอมพิวเตอร์

เป็นการส่งข้อมูลของอิเล็กทรอนิกส์ ประกอบด้วยแทนพิมพ์อักษรและจอภาพ สามารถป้อนข้อมูลส่งไปยังแหล่งเก็บข้อมูลและเรียกข้อมูลที่บันทึกเอาไว้มาใช้ได้ตลอดเวลา การส่งข้อมูลด้วยวิธีนี้จะแน่นอนและรวดเร็วในการแจ้งข่าวสารมากกว่าระบบอื่นๆ

2.5.1.4 อุปกรณ์พิเศษที่ช่วยในการประหยัดพลังงาน (ENERGY SAVING DEVICE)

1. อุปกรณ์ควบคุมการทำงานของเครื่องปรับอากาศ

ติดตั้งเพื่อช่วยควบคุมการทำงานของเครื่องให้เหมาะสมกับสภาพอากาศ อุณหภูมิ ความชื้นโดยรวม เครื่องปรับอากาศจะทำงานภายใต้การควบคุมของ MICROPROCESSOR โดยมี CAROLIC COMPUTER เป็นตัววัดปริมาณน้ำเย็นที่ใช้ภายในระบบและวัดความแตกต่างอุณหภูมิของน้ำเย็นในระบบ และส่งผ่านไปที่ PARAMATRIX SEQUENCE CONTROLLER ซึ่งจะเป็นตัวกำหนด CHILLER ให้ทำงานเหมาะสมกับความต้องการของระบบ นอกจากนี้ภายในห้องพักแขกยังมีระบบสำหรับปรับอุณหภูมิของลมที่ออกจาก FAN COIL UNIT ให้เหมาะสมกับอุณหภูมิภายนอก เป็นการช่วยประหยัดพลังงานอีกส่วนหนึ่งด้วย

2.5.1.5 สระว่ายน้ำระบบโอโซน (HYDROPOOL)

สระว่ายน้ำในที่ร่ม และน้ำที่นำมาใช้ในการบำบัด ในส่วน SPA TREATMENT ของโครงการ เป็นสระว่ายน้ำที่นาระบบการเติมโอโซนมาใช้ในขั้นตอนการฆ่าเชื้อโรค แทนการใช้สารคลอรีน ซึ่งการระเหยของคลอรีนถ้าอยู่ในสภาพที่ปิดล้อม ก่อให้เกิดกลิ่นเหม็น และเกิดการระคายเคืองแก่ผู้ใช้บริการได้ ซึ่งโอโซน (OZONE) สามารถฆ่าเชื้อโรคได้อย่างมีประสิทธิภาพ และสามารถ OXIDIES สิ่งเจือปนที่ละลายอยู่ในน้ำได้ โดยไม่ก่อให้เกิดสารพิษ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

(OXIDISES คือ ปฏิกิริยาทางเคมี ที่โอโซนแตกตัวเข้าทำปฏิกิริยากับสารอื่น โดยผลลัพธ์เป็นออกซิเจน) แต่อย่างไรก็ตาม OZONE ไม่สามารถเก็บกักไว้ได้นาน จึงมักจะผลิตขึ้นมาในปริมาณที่ต้องการและจำเป็นต้องมีการใช้เครื่องผลิตโอโซน โดยการเติม OZONE เข้าสู่สระว่ายน้ำหลังการกรอง

การใช้โอโซน ไม่ได้เป็นการงดใช้สารคลอรีนเสียทีเดียว แต่เป็นการลดปริมาณการใช้ลง จากความเข้มข้นประมาณ 2.5 ppm. เหลือเพียง 0.5-1.0 ppm. ซึ่งปริมาณสารคลอรีนที่ใช้เป็นการใช้เพื่อป้องกันการติดของเชื้อโรคนอกในสระ นอกจากนี้ การใช้ระบบโอโซนยังช่วยในการประหยัดพลังงาน จากการลดจำนวนเครื่องหมุนเวียนอากาศเนื่องมาจากการลดการใช้สารคลอรีนลงประมาณ 75-80%

พื้นที่สำหรับห้องเครื่อง (POOL FITRATION AND WATER TREATMENT) ของสระว่ายน้ำระบบโอโซน คือ ประมาณ 30% ของพื้นที่สระว่ายน้ำ และ 20% สำหรับสระว่ายน้ำที่ใช้สารคลอรีน

2.5.2 การให้แสงสว่างภายในอาคาร

2.5.2.1 การใช้แสงในการตกแต่งภายใน

แสงเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญในงานตกแต่งภายใน แสงไฟนอกจากจะให้ความสว่างในการมองเห็นแล้วยังมีผลต่อความรู้สึก ทำให้เกิดความน่าสนใจได้ ซึ่งในการออกแบบแสงไฟในอาคารจะต้องคำนึงถึง

- คุณภาพ หรือความสว่างของไฟสามารถเปลี่ยนแปลงได้
- คุณสมบัติในการสะท้อนของวัสดุไม่เท่ากัน
- ตำแหน่งที่ตั้งของดวงไฟ
- สี เงาน และบริเวณโดยรอบ

แสงประดิษฐ์ นับเป็นสิ่งที่มีความสำคัญในการตกแต่งภายใน เกือบจะเรียกว่าเป็นเครื่องมือกลไกในงานสถาปัตยกรรม (Tool of the Architect) แสงประดิษฐ์เป็นสิ่งที่ความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีช่วยกันสร้างสรรค์ขึ้นมาจนในปัจจุบันแทบทุกมุมของโลกใช้แสงประดิษฐ์และการใช้ไฟช่วยจัด Display อันเป็นประโยชน์ต่อยอดขาย เป็นต้น

2.5.2.2 การใช้แสงสว่าง

1. ต้องเข้าใจพฤติกรรมของผู้ใช้บริการและผู้ให้บริการเป็นหลัก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2. ต้องศึกษากิจกรรมของสถานที่แต่ละแห่ง
3. ทาความเข้าใจคุณลักษณะและคุณสมบัติของดวงไฟแต่ละชนิด
4. การใช้แสงไฟที่ดีต้องไม่ทำลาย จุดประสงค์ ความงาม ความโดดเด่นของส่วนที่ใช้หรือบริเวณใกล้เคียง แต่ต้องช่วยให้หุ่นส่วนต่างๆ ตรงจุดหมายที่ต้องการ
5. การใช้แสงไฟที่ดี ต้องไม่ใช่ดวงไฟมากๆ หรือรูปแบบที่วิจิตรพิสดารเท่านั้น
6. การใช้แสงไฟที่ดี ต้องไม่ใช่แต่ติดตั้งเข้าไป ยังต้องมีการออกแบบป้องกันหรือระวังสิ่งที่ไม่ดีอันเกิดจากดวงไฟ เช่น ตำแหน่ง

2.5.2.3 ปัจจัยในการติดตั้งเบื้องต้น

1. ความกว้างของห้อง ห้องที่กว้างมากด้วยการแสงสว่างมาก เพื่อขจัดความมืดและเงา แสงสว่างจะต้องมีความเข้มสม่ำเสมอและเท่าๆกัน โดยต้องมีจุดกำเนิดไฟที่มากกว่า 2 ตำแหน่งขึ้นไป ถ้าจะให้เสมอกันควรแบ่งพื้นที่ทั้งหมด (เพดาน) เป็นตารางสี่เหลี่ยมเรียกว่า จินตภาพตาราง
 2. การแบ่งพื้นที่ยอมขึ้นอยู่กับความสูงของเพดาน พื้นที่ของจินตภาพเพดานต้องมีขนาดเท่ากันหรือเกือบเท่ากับความสูงของเพดาน สำหรับที่ทำงานที่ไม่มีไฟเฉพาะตามโต๊ะทำงานความกว้างของจินตภาพตารางต้องแคบลงไปตามความสูงของเพดาน
 3. ระยะห่างระหว่างดวงไฟ สำหรับการส่องสว่างโดยตรง การพิจารณาขึ้นอยู่กับความสูงของเพดาน ความกว้างของวงห้องและการส่องสว่างโดยทางตรงหรือทางอ้อมสำหรับทางปฏิบัติ ระยะห่างดวงไฟจะใกล้เคียงกับความสูงเพดาน

สำหรับรายละเอียดของสิ่งแวดล้อมกับตัวกำเนิดไฟจะแยกออกเป็นการพิจารณาเป็นหมวดหมู่ดังนี้

3.1 ข้อพิจารณาสิ่งแวดล้อมกับการติดตั้งดวงไฟ

- หลีกเลี่ยงการมองที่มาจากแสงโดยตรง
- หลีกเลี่ยงการสะท้อนกลับของวัตถุผิวเงา
- หลีกเลี่ยงการสะท้อนกลับของกระจกที่ไม่ได้อยู่กับที่ (เช่น หน้าต่างเมื่อปิด)
- กำหนดให้มีส่วนที่ยังมีแสงสว่างและเงาพอเหมาะ เพื่อการมองเห็นได้ชัดเจน การที่มีเงาสะท้อนของแสงจะทำให้มีปัญหาในการมอง
- พิจารณาปริมาณของแสงสว่างที่เป็นแสง-สี

3.2 ลักษณะวิธีการติดตั้งแหล่งกำเนิดแสง

- CEILING MOUNTED FITTING คือ ชนิดติดตั้งใช้เพดาน (ฝ้าเพดาน)

- CEILING RECESSED UNITS คือ ชนิดฝังในเพดาน (ฝ้าเพดาน)
- SUSPENDED FITTINGS คือ ชนิดแขวนหรือห้องจากเพดาน
- WALL BRACKETS คือ ชนิดติดผนังหรือเรียกว่า ไฟกิ่ง
- PORTABLE FITTINGS คือ ชนิดเคลื่อนย้ายได้

3.3 การติดตั้งไฟจากเพดาน

- ติดตั้งสปอตไลท์ ให้ส่องตรงจุดที่ต้องการเน้นหรือโชว์
- ให้แสงจากโคมไฟผ่านวัสดุกรองแสงเสียก่อน เพื่อจะได้ไม่เกิดเงาเข้ม เพราะความถี่ของแสงไฟสูง
- ช้อนไฟใต้เพดานหลายดวง จะทำให้ไม่เกิดเงาเข้ม และให้ความสว่างทั่วถึง
- ให้แสงสะท้อนเพดานกระจายลงมา ช่วยลดความจ้าของแสงและทำให้ความสว่างให้ทั่วถึงด้วย
- ในกรณีที่ติดตั้งดวงไฟใต้เพดาน ควรจะมีแผงพลาสติก การออกแบบติดตั้งควรจจะระวังแสงเข้าตา อาจหาโดยมีแผ่นไม้กัน

2.5.2.4 การใช้แสงไฟในส่วนต่างๆของโครงการ

1. LOBBY

เป็นส่วนบริการที่ต้อนรับผู้ใช้บริการ (ทั้งผู้ที่จะมาพักอาศัยและผู้ที่มาใช้บริการด้านอื่นๆ) และเป็นที่ยอมรับผู้ใช้บริการสำหรับการย้ายออกไปทัศนศึกษาหรือผู้ที่เพิ่งจะมาพักที่โรงแรม ส่วนบริการที่มีอยู่คือ แผนกสอบถาม แผนกต้อนรับ ที่โทรศัพท์ ห้องน้ำ ที่นั่งพักคอย อาจจะมีดนตรีและจำหน่ายเครื่องดื่ม โถงพักคอยถือเป็นส่วนแนะนำตัวของโรงแรมว่าโรงแรมนี้มีบริการระดับไหนหรือเป็นโรงแรมระดับไหน และหรูหราทั้งด้านรูปแบบและวัสดุ จะมี 2 ส่วน คือ ส่วนพักคอยธรรมดา คือมีโซฟาสำหรับนั่งคอยและส่วนพักคอยที่มีบริการเสียงเพลงและเครื่องดื่ม เป็นการหารายได้ให้แก่โรงแรมทางหนึ่ง และเป็นส่วนนัดพบของแขกได้ทีหนึ่ง

การใช้แสงไฟควรจะสว่างพอสมควร ไม่จ้าเกินไปเพราะจะทำให้ผู้ที่มานั่งอยู่ได้นานถ้ามืดเกินไปก็จะมีใครกล้านั่ง เพราะรู้สึกเหมือนสถานที่กำลังซ่อมบำรุง ห้ามเข้า ยังไม่เรียบร้อยหรือบกร่องไป การใช้แสงสำหรับบริเวณโถงพักคอย ใช้ได้ทั้งแสงประดิษฐ์ และแสงธรรมชาติเพราะเป็นส่วนที่อยู่ด้านหน้าของโรงแรม และเปิดบริการทั้งกลางวันและกลางคืน สำหรับกลางวันถ้าใช้แสงธรรมชาติช่วยได้ก็จะเป็นการดีและประหยัด ทั้งยังสวยงามตามธรรมชาติ

การให้แสงไฟประดิษฐ์ในบริเวณ LOBBY ง่ายพอสมควร เพราะใช้ได้กับดวงไฟเกือบทุกประเภท เนื่องจากเหตุผลของการใช้แยกเป็นส่วนๆ ดังนี้

1. ส่วนประชาสัมพันธ์ หรือแผนกทะเบียนของโรงแรม

ลักษณะเฟอร์นิเจอร์มักเป็น COUNTER ดวงไฟจึงเป็นแบบติดเพดานหรือห้อยจากเพดานให้แสงสอดลงล่าง เพื่อให้ความสว่างหน้าเคาน์เตอร์ และแสงจะต้องไม่พุ่งเข้าสายตาคอน

2. ส่วนพักคอย

ลักษณะการตกแต่งจะมีโซฟาและโต๊ะกลาง การใช้แสงมีทั้งแบบโคมไฟห้อย โคมตั้งโต๊ะไฟผนัง เพดาน และไฟติดผนัง ลักษณะโคมไฟควรกระจายแสงทั้งสองชั้นและลง กระจายออกรอบด้าน สำหรับไฟตั้งโต๊ะระวางอย่าให้แสงกระจายออกรอบข้างมาเข้าคาน ที่นั่งโซฟาแสงไฟควรส่องขึ้นและลงเท่านั้น

2. บริเวณโทรศัพท์และทางเดินเข้าห้องน้ำ

ควรใช้แสงไฟแต่น้อย เพียงเพื่อให้เห็นทางเท่านั้นพอ เพราะคนที่โทรศัพท์ชอบความเป็นส่วนตัว และการที่คนจะเข้าออกห้องน้ำก็ไม่ชอบให้มีแสงสว่างจ้า ทำให้รู้สึกเงินทั้งตอนเดินเข้าและออกมา

โดยสรุปแล้ว LOBBY เป็นบริเวณที่ใช้ไฟได้หลายประเภท จากที่กล่าวมาแล้วจะเห็นได้ว่าบริเวณ LOBBY มีส่วนปลีกย่อยหลายส่วน การใช้ไฟมีหลายประเภทที่เหมาะสมกัน แต่ที่สำคัญและน่าสังวรไว้ คือ การใช้ไฟหลายดวงแต่แต่ละดวงมีกำลังส่องสว่างน้อย เมื่อรวมกันแล้วได้ความสว่างที่สมควร จะดูสวยงามมากและแพรวพราว แต่ที่ต้องระวังคือ อย่าให้ผู้ที่มาใช้บริการรู้สึกว่ายาวไฟมากเกินไป จะทำให้รู้สึกร้อนและน่ากลัว ทำให้ไม่อยากเข้าใกล้ และที่สำคัญมากคือ ต้องไม่ห้อยโคมไฟให้ต่ำนัก ในกรณีที่เพดานต่ำจะทำให้รู้สึกไม่สะดวกสบายนัก และ LOBBY จะขาดผู้ใช้บริการในที่สุด

3. COFFEE SHOP

เป็นส่วนให้บริการอาหารอย่างเป็นกันเอง ส่วนนี้เปิดให้บริการอาหารเกือบตลอด 24 ชั่วโมง เน้นการให้บริการอาหารแบบรวดเร็ว บรรยากาศโดยรวมจึงควรสบายๆเป็นกันเอง ไม่ควรหรูหราเกินไปนัก การให้แสงสว่างในส่วนนี้ควรให้แสงสว่างปานกลาง มีความสว่างทั่วทั้งบริเวณ ไม่ควรเล่นแสงไฟเป็นจุดๆให้มากนัก หากเป็นไปได้ ควรดึงแสงสว่างจากธรรมชาติเข้ามาใช้ในส่วนนี้ให้มากๆ ก็จะเป็นผลดีทั้งในเรื่องของความประหยัด และยังช่วยให้บรรยากาศโดยรวมดู RELAX สบายๆขึ้นอีกด้วย การเลือกใช้หลอดไฟนั้น อาจเลือกใช้ทั้งหลอดไฟแบบมีไส้ (INCANDESCENT) ร่วมกับหลอดไฟนีออน (FLUORESCENT) ไม่ว่าจะใช้ไฟแบบใดก็ตาม สิ่งที่ต้องคำนึงถึงก็คือ ระวังการติดตั้งไฟที่จะสะท้อนเข้าตาผู้มารับประทานอาหาร

4. RESTAURANT

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ภัตตาคารเป็นส่วนจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มเป็นเวลาเฉพาะ โดยภัตตาคารในโครงการให้บริการอาหารตั้งแต่เวลา 10.00 น. จนถึง 22.00 น. โดยจะให้ความสำคัญกับการให้บริการอาหารในมือค่าน้อยมาก ฉะนั้นการให้แสงสว่างในส่วนนี้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างยิ่ง การให้แสงไฟในส่วนนี้จะขึ้นกับลักษณะของการออกแบบว่าเป็นภัตตาคารประเภทใด ให้บริการอาหารประเภทใด และมี CONCEPT ในการออกแบบอย่างไร แสงที่ใช้ในภัตตาคารเป็นตัวช่วยเสริมสร้างบรรยากาศ ใช้ในการเน้นจุดที่สำคัญ การเลือกใช้ไฟในภัตตาคารนิยมหลอดไฟชนิดมีไส้ (INCANDESCENT) เนื่องจากหลอดไฟชนิดนี้ให้แสงสว่างที่ค่อนข้างนุ่มนวลและเหลือง ซึ่งส่งผลให้เกิดความรู้สึกอบอุ่นเป็นกันเอง และให้ความรู้สึกหุหุมากกว่าหลอดไฟน้อน การให้แสงสว่างภายในภัตตาคารมักจะใช้แสงหลายๆชนิดปะปนกัน แล้วแต่ลักษณะการออกแบบและประโยชน์ใช้สอย การให้แสงสว่างเฉพาะโต๊ะอาหารให้ความรู้สึกเป็นส่วนตัวได้ นอกจากนี้การติดตั้งวงจรไฟฟ้าแบบพิเศษ เช่น สวิตช์สำหรับหรี่แสงนั้น มีประโยชน์ในการให้แสงสว่างในภัตตาคารเป็นอย่างมาก จะปรับให้สว่างหรือสลัวก็ได้ และการให้แสงจัดในบริเวณที่ต้องการเน้น หรือจุดที่น่าสนใจ จะทำให้ภัตตาคารดูสวยงามขึ้น

2.5.3 การใช้สีภายในอาคาร

สีต่างๆ มีอิทธิพลอย่างแรงกล้าต่อจิตใจมนุษย์ เป็นเหตุให้เกิดอารมณ์เปลี่ยนแปลงได้หลายอารมณ์ ทั้งร้อนแรง อบอุ่น และชุ่มชื้น เยือกเย็น กระปรี้กระเปร่า เป็นต้น สำหรับในด้านการตกแต่งภายในจำเป็นต้องรู้ถึงจิตวิทยาของสีว่าสีใดให้ความรู้สึกอย่างไร เพราะการใช้สีให้คล้อยตามไปกับหน้าที่ประโยชน์ใช้สอยของสถานที่นั้นๆ ทำให้การใช้สีมีประสิทธิภาพดีขึ้นและในบางเวลาจะช่วยแก้ความรู้สึกที่ร้อนอบอ้าว อาจแก้ด้วยสีที่ให้ความรู้สึกเย็นสบาย ทำให้คลายร้อนไปได้

อันที่จริงแล้วอิทธิพลของสีที่กระทบจิตใจของเราจะรู้สึกไม่เหมือนกันทุกคน ทั้งนี้เพราะในการตกแต่งภายใน ควรจะคำนึงถึงคุณลักษณะและความรู้สึกในเรื่องสีด้วย เช่น

- สีสามารถสร้างความรู้สึกเข้าใกล้หรือห่างออกไป คือ สีอุ่น ดูแล้วรู้สึกเข้าใกล้ตัวแต่สีเย็นดูแล้วออกห่างจากตัว

- สีบางสีอาจไม่น่าดูเมื่อใช้กับพื้นที่มากๆ แต่เสริมให้นำมาดูแกสีอื่นๆ เมื่อใช้ในพื้นที่เล็กๆ เช่น สีส้มสดบนพื้นที่สีเขียวเข้ม

- เมื่อใช้สีเข้มจัดคู่กับสีอ่อนจัด จะดูเด่น มีชีวิตชีวากว่าการใช้สีที่มีความเข้มใกล้เคียงกันไว้ด้วยกัน

- ความเด่นของสี จะเกิดขึ้นเมื่อใช้สีต่างกันในเรื่องที่หรือปริมาณไม่เท่ากัน เพราะการใช้สีแต่ละสีในปริมาณเท่ากันหมด หรือเนื้อที่เท่าๆ กันทั้งหมด จะเกิดความน่าเบื่อหรือการตัดกันอย่างรุนแรง เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จิตวิทยาการใช้สี สัมผัสปฏิริยาต่อความรู้สึกของมนุษย์โดยตรง เช่น

- สีเทา ให้ความรู้สึกเคร่งขรึม สุภาพ ผู้ดี เรียบร้อย เงียบสงัด
- สีดำ ให้ความรู้สึกลึกลับ มีด ทุกข์โศก น่ากลัว ให้ความแข็งแกร่ง มีพลัง
- สีขาว ให้ความรู้สึกสะอาด บริสุทธิ์ ปราศจากมลทิน เปิดเผย
- สีแสด ให้ความรู้สึกตื่นเต้น เร้าใจ สนุก อันตราย เบิกบาน ต้อนรับ รบกวณ ไม่สบายใจแทรกอยู่
- สีเหลือง ให้ความรู้สึกเปรี้ยว ร่าเริง ดีใจ มีอำนาจ ชักจูง ความมั่งคั่ง
- สีแดง ให้ความรู้สึกมั่งคั่ง สมบูรณ์ ความสวย ความสุข ต้อร้อน ทำทหาย กระตุ้นความหวาน ความอบอุ่น กระตือรือร้น ร้อน ดุร้าย แรงกล้า
- สีน้ำเงิน ให้ความรู้สึกสุภาพ ถ่อมตน หนักแน่น เยือกเย็น สุขุม คงสภาพ มีฐานันดรศักดิ์ มั่นคง
- สีเขียว ให้ความรู้สึกร่าเริง สดชื่น กระชุ่มกระชวย สุขุม เยือกเย็น สันติ

2.5.4 วัสดุในการตกแต่งภายใน

2.5.4.1 วัสดุประเภทหิน

วัสดุประเภทหิน สำหรับผนังภายในและภายนอกของอาคารชุด นับว่าเหมาะสมที่จะกรุด้วยวัสดุประเภทหิน อันได้แก่ หินประเภทเนื้อละเอียด สามารถทนต่อฟ้าอากาศหรือใช้กันผนัง และพื้นที่ใช้งานสมบุกสมบัน ตลอดจนเนื้อที่ที่คนพลุกพล่าน เพราะหินทนต่อการสัมผัสและทำความสะอาดง่าย และหินยังมีคุณสมบัติที่ให้ความงดงาม ประทับใจ มีค่า หรุหระ วัสดุประเภทหิน แยกชนิดได้ดังต่อไปนี้

- หินอ่อน

เป็นหินที่สามารถทนสกปรกได้ดี ทนต่อสารเคมีได้บ้างในบางชนิด ซึ่งจะใช้หินอ่อนกับผนังภายในเป็นส่วนมาก หินอ่อนให้ลักษณะที่มีคุณค่าในด้านความงามกว่าหินประเภทอื่นๆ มีสีให้เลือกหลายสี เช่น ขาว ดา เทา ชมพู เขียว เนื้อ น้ำตาล เป็นต้น หินชนิดนี้ทนกับน้ำหนักปานกลาง ทนต่อการขีดสี ไม่เก็บเสียง หรุหระ และมีผิวหน้าที่ดูสวยงาม ถ้าถูกน้ำมัน อาจต่างเป็นดวง มีทั้งแบบด้านและมัน มักใช้ปูพื้นห้องน้ำที่ต้องการความหรุหระ

- หินกาบ

หินกาบ คือ หินซ้อนกันเป็นชั้นๆ ที่นิยมใช้มีหลายสี คือ สีน้ำตาล ดา เหลือง ส้ม แดง ม่วง (ราคาแพงที่สุด) หายากแต่ดูไม่ธรรมดาติ การปูหินกาบ เตรียมพื้นที่ที่จะปูให้มีผิวขรุขระ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เพื่อหินกาบจะได้ติดแน่นกับพื้น ใช้แปรงชุบน้ำตีผนังให้ชุ่มขณะปูตลอดเวลา ใช้ปูนทรายเป็นตัวเชื่อม เมื่อปูต้องคอยจับแผนหินไปด้วย เพื่อไม่ให้หน้าปูนเกาะที่หินกาบ เมื่อเสร็จ ใช้ฟองน้ำทาความสะอาดและลงแว็กซ์

- หินแกรนิต

ส่วนมากใช้กรุผนังหรือพื้นทางเดินของส่วนต่างๆ เนื่องจากเป็นหินแข็งที่สุด เนื้อแน่นและทนทานเมื่อขัดให้ชั้นเงาจะมีลักษณะคล้ายหินอ่อน และบำรุงรักษาความสะอาดได้ง่าย

- หินชนวน

หินชนวนมีสีต่างๆ ให้เลือกหลายสี ได้แก่ สีฟ้า สีดำ และสีน้ำตาล มีราคาแพงอยู่บ้าง แต่ประหยัดค่าบำรุงรักษาได้ดี

- หินหล่อ

ได้แก่ วัสดุประเภทหินผสมกับซีเมนต์ ดูมีคุณค่าน้อยกว่าหินแท้ แต่มีความงดงามคงทนและบำรุงรักษาง่ายเท่ากับหินแท้

2.5.4.2 วัสดุประเภทดินเผา

วัสดุประเภทดินเผา เช่น อิฐ กระเบื้อง และเซรามิค สามารถใช้กรุพื้นและผนัง ราคาถูกกว่าหินทนทานดี ทนการสึกกร่อน บำรุงรักษาง่าย ตลอดจนมีลวดลายให้เลือกได้มากกว่า

- อิฐ

สามารถนำมาใช้ได้โดยธรรมชาติของมัน หรือทาสีทับ สีธรรมชาติมีสีแดง สีแสด สีเหลือง หรือสีเทา ขาว ราคาถูกกว่าหิน คงทนและง่ายต่อการรักษา

- กระเบื้อง

เป็นวัสดุที่สามารถปูได้ทั้งพื้นและผนัง ให้ในทุกห้องตามที่ต้องการ และเหมาะสมกับสภาพดินฟ้าอากาศ และทนต่อผลจากไอน้ำเค็มได้เป็นอย่างดี และยังมีหลายขนาดหลายแบบ และหลายสีให้เลือกได้ตามความพอใจ

2.5.4.3 วัสดุประเภทไม้

เป็นวัสดุที่เหมาะสมกับการตกแต่งภายในที่ต้องการความเป็นธรรมชาติ เพราะหาได้ง่าย ทนต่อสภาพดินฟ้าอากาศ และมีความกลมกลืนกับสภาพแวดล้อม ไม่มีหลายชนิด เช่น

- ไม้อัดสัก

เป็นไม้เนื้อปานกลางระหว่างไม้เนื้อแข็งและไม้เนื้ออ่อน ใช้กับงานประณีตได้ดี รวมทั้งมีสีและลวดลายสวยงามเหมาะสมแก่การทำเครื่องเรือน ในส่วนที่ต้องการความสวยงามและคงทน การนำมาใช้ควรขัดผิวให้เรียบเนียน อาจย้อมสีให้เข้มข้นเล็กน้อยก็จะสวยงาม

- ไม้อัดยาง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

คือ ไม้สักที่แปรรูปให้เป็นแผ่นบางอัดทับกับไม้เนื้อแข็ง เพื่อให้มีความแข็งแรงไม่บิดงอหรือหัก ใช้กรุเครื่องเรือน จะดูแลรักษายากกว่าเครื่องเรือนที่ทำผิวด้วยไม้สัก

- ไม้อัดมะปิ่น

เป็นไม้อัดที่มีคุณภาพและราคาปานกลางมีเนื้ออ่อนและทำผิวได้ดีโดยไม่ต้องย้อมสี

- ไม้อัดลมหิน

เป็นไม้อัดที่มีลักษณะคล้ายไม้อัดสัก แต่มีลวดลายแปลกกว่า คือไม่เป็นระเบียบเรียบร้อยเหมือนลายของไม้สัก แต่ผลิตน้อยจึงหายาก ราคาไม่แน่นอน มีความคงทนมาก อาจใช้ปนกับไม้สักได้

- ไม้สนหรือฉำฉา

เป็นไม้เนื้ออ่อน ไม้นิยมใช้ทาเครื่องเรือนมากนักร แต่มีใช้ประกอบหรือตกแต่งบางส่วน of เครื่องเรือนให้ดูสวยงามมากขึ้น ปัจจุบันมีการนำไปใช้ทาเครื่องเรือนทั้งตัว ด้วยมีความสวยงาม แต่ไม่ค่อยแข็งแรง จึงใช้กับเครื่องเรือนที่มีขนาดเล็กๆ ไม่รับน้ำหนักมากนัก หรือใช้ประกอบบนโครงสร้างไม้เนื้อแข็งแทน ก็จะได้ผลดีเพราะมีความสวยงาม และราคาค่อนข้างถูก

- ไม้จำปา

เป็นเนื้อไม้สีอ่อน ใช้กับงานประณีต ไม้นิยมย้อมสี

- ไม้ประสานสัก

เป็นไม้ชิ้นเล็กที่นำมาติดต่อกันเป็นแผ่น เพื่อทาเครื่องเรือน ไม่ทนทานเท่าไม้สัก แต่ราคาถูกนอกจากนี้ยังมีผลิตภัณฑ์ที่อัดแปรรูปแล้วใช้เครื่องเรือนได้อีก มีความแข็งแรงเท่าเทียมกับไม้ แต่ราคาถูกกว่า เรียกว่า “ยิปซัมบอร์ด” แต่ต้องมีวัสดุกรุทับผิวหน้า

2.5.4.4 วัสดุจากพวกหวายและไม้สัก

- หวาย

เป็นวัสดุที่มีอยู่ตามธรรมชาติในเมืองร้อน เหมาะสมกับการนำมาใช้ตกแต่งอาคารประเภทโรงแรมพักตากอากาศเป็นอย่างยิ่ง เพราะมีความกลมกลืนกับธรรมชาติ ได้บรรยากาศพื้นถิ่น ไม่ทำปฏิกิริยากับไอเค็มจากน้ำทะเลเหมือนโลหะ รวมทั้งราคาถูก สวยงาม น้ำหนักเบา เคลื่อนย้ายได้สะดวก นอกจากนี้ในปัจจุบันเครื่องเรือนที่ทำด้วยหวาย มีผลิออกมามากมายหลายแบบ สามารถย้อมด้วยสีฝุ่น หรือทาสีพ่นได้ อย่างไรก็ตามก็ยังคงนิยมใช้สีธรรมชาติของหวายอยู่เช่นกัน

ข้อเสียของหวาย

- ไม่ทนทานต่อการกัดของมอดและเชื้อรา ซึ่งเป็นตัวทำลายเนื้อหยาบ ซึ่งหยาบมีคุณสมบัติคล้ายไม้ คือ เนื้อหยาบจะมีสารพวกแป้งและเซลลูโลส แต่สามารถป้องกันได้ด้วย การใช้สารเคมีที่เป็นยาฆ่าเชื้อเนื้อไม้

- หยาบไม่แข็งแรงเท่าไม้ โดยเฉพาะส่วนประกอบที่เป็นหยาบเส้นเล็กๆ อาจขาดง่าย ทำความสะอาดยาก มีชอกมูมิให้ฝุ่นเกาะมาก แต่สามารถเลี้ยงได้ด้วยการทำเฟอร์นิเจอร์ด้วยหยาบเส้นใหญ่

- จะเก่าและผุเร็วหลังจาก 18 เดือน หรือ 2 ปีไปแล้ว หากขาดการดูแลรักษา

- ติดไฟได้ง่าย

การนำไปใช้ในลักษณะอื่น

การเลือกใช้เครื่องเรือนหยาบนั้น นอกจากจะซื้อสำเร็จรูป หรือสั่งทำตามแบบที่ต้องการแล้ว ยังสามารถซื้อเพียงบางส่วนของผลิตภัณฑ์หยาบ เพื่อนำไปใช้ประกอบกับเครื่องเรือนได้ เช่น ซื่อหยาบสานลายดอกพิกล ซึ่งมีสานเป็นแผ่นขายเป็นตารางพุด เพื่อนำไปกรุเป็นพื้นและพนักเก้าอี้ กรูที่หัวเตียง ซึ่งหัวเตียงนี้นำไปประกอบกับหัวเตียงชนิดอื่นๆที่ไม่ใช่หยาบได้ เบาะที่ใช้กับเก้าอี้หยาบนั้น มีทั้งที่มีไส้เป็นนุ่น และเป็นฟองน้ำ ผ้าหุ้มเบาะมักใช้ผ้าฝ้ายเพราะมีเนื้อหยาบ ซึ่งดูเหมาะสมกับลักษณะของหยาบ จะมีอยู่บ้างเหมือนกันที่เลือกใช้วัสดุที่ตรงกันข้ามกับลักษณะของหยาบ เพื่อให้เกิดความรู้สึกใหม่ๆ เช่น ใช้ผ้าแพรต่วนที่ดูเป็นมันหรือผ้าไหม เป็นต้น

2.5.4.5 กระจก

กระจกเป็นวัสดุที่มีความสำคัญต่อการตกแต่งภายในเป็นอย่างมาก เพราะมีความสวยงามในตัวเองสามารถใช้ร่วมกับวัสดุอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี มีความโปร่งแสง ทนไฟ และกระจกเงาก็มีความสำคัญในการเพิ่มความโปร่ง โล่ง และมีคุณค่า หูหระ ให้กับสถานที่

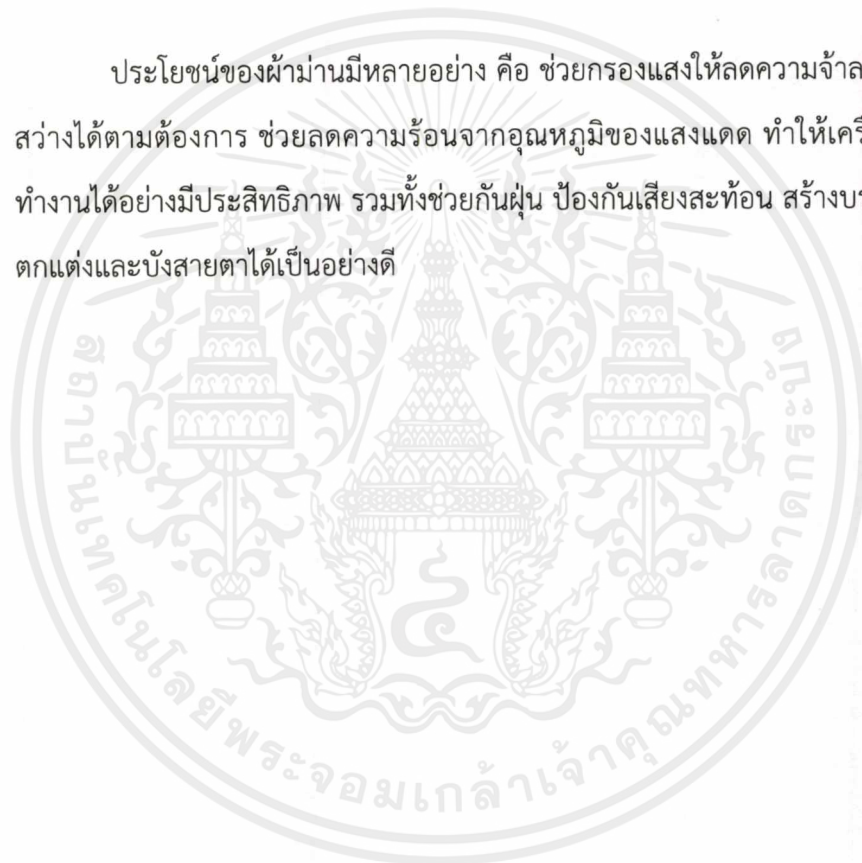
กระจกมีหลายแบบ สามารถเลือกใช้ได้ตามความต้องการ เช่น กระจกดูความร้อน กระจก 2 ชั้น ช่วยกระจายแสง และกรองความร้อน กระจกบานเกล็ด รับลมได้ กระจกมีข้อดีคือ สามารถกันน้ำ ลม ฝนได้ ปลอดภัยจากเชื้อรา และสามารถป้องกันเสียงรบกวนได้ แต่มีข้อเสียคือ มีขนาดใหญ่ไม่มาก (ถ้าต้องการขนาดใหญ่พิเศษ ต้องสั่งทำจากต่างประเทศ และมีราคาสูงมาก) ยากต่อการขนส่ง ผิวหน้ามักจะเป็นรอยขีดข่วน และฝุ่นเกาะได้ง่าย

2.4.4.6 ผ้าผ่าน

ผ้าผ่านเป็นวัสดุสำคัญในการตกแต่งภายใน ที่มีความจำเป็นต่อประตู หน้าต่าง และกระจก บางครั้งอาจนำมาใช้ในลักษณะการปิดกันอื่นๆได้ ผ้าที่นำมาใช้หาผ้าผ่านมีหลายชนิดด้วยกัน เช่น

- ผ้าไหม เป็นผ้าที่มีคุณค่ามาก ให้ความรู้สึกเป็นทางการ สง่างาม เป็นระเบียบ
- ผ้ายกมะหยี่ ให้ความรู้สึกหรูหรา ฟุ่มเฟือย ภูมิฐาน นุ่มนวล มีราคา
- ผ้าฝ้าย ให้ความรู้สึกเป็นกันเอง
- ผ้าป่าน ให้ความรู้สึกเบา โปร่งสบาย
- ผ้าลูกไม้ ให้ความรู้สึกนุ่มนวล โรแมนติก
- ม่านไม้ไผ่ ให้ความรู้สึกเป็นธรรมชาติ โปร่งแสง

ประโยชน์ของผ้ามีหลายอย่าง คือ ช่วยกรองแสงให้ลดความจ้าลง ควบคุมความสว่างได้ตามต้องการ ช่วยลดความร้อนจากอุณหภูมิของแสงแดด ทำให้เครื่องปรับอากาศทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งช่วยกันฝุ่น ป้องกันเสียงสะท้อน สร้างบรรยากาศในการตกแต่งและบังสายตาได้เป็นอย่างดี



บทที่ 3

กลุ่มเป้าหมาย พฤติกรรม พื้นที่ที่ต้องการ

3.1 ประเภทของผู้ใช้โครงการ

ผู้ใช้อาคารโครงการ แบ่งออกเป็นประเภทใหญ่ๆได้ 2 ประเภทคือ

3.1.1 ผู้ให้บริการ ได้แก่ เจ้าหน้าที่พนักงาน อำนวยความสะดวกต่างๆภายในโครงการ
ผู้ให้บริการสามารถแยกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. ฝ่ายบริหาร คือ บุคคลที่ทำงานในระดับบริหาร หรือระดับสมองของโครงการ เช่น ผู้จัดการหรือผู้ช่วยผู้จัดการแผนกต่างๆ

2. เจ้าหน้าที่ คือ บุคคลที่ทำงานภายในโครงการ แต่มีตำแหน่งหน้าที่ประจำของโครงการ เช่นเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์ ฝ่ายแคชเชียร์ ฝ่ายลงทะเบียนห้องพักแวก เป็นต้น เจ้าหน้าที่เหล่านี้มักจะทำงานอยู่ใน Front of the House ซึ่งต้องพบปะติดต่อแขกอยู่เสมอ

3. พนักงานทั่วไป คือ พนักงานครัว, พนักงานช่าง, พนักงานทำความสะอาด, พนักงานขนของ เป็นต้น พนักงานส่วนนี้จะทำงานอยู่ในส่วนของ Back Of the House

3.1.2 ผู้รับบริการ ได้แก่ ผู้ที่เป็นสมาชิกที่เข้ามาในอาคารเพื่อเข้ามาใช้บริการทั้งในด้านการพักอาศัยและประกอบกิจกรรมต่างๆ, บุคคลภายนอก ญาติหรือผู้ติดตามของผู้สูงอายุ ที่เข้ามาใช้บริการได้เพียงบางส่วน

ผู้รับบริการสามารถแยกได้ 2 ประเภท คือ

3.2.2.1 ผู้พักอาศัยและเป็นสมาชิก โดยทั่วไปแบ่งสามารถแบ่งประเภทได้ดังนี้

1. ผู้สูงอายุที่พักอาศัยอยู่ในโครงการ จะเป็นสมาชิกโดยปริยาย
2. ผู้สูงอายุที่เป็นสมาชิกโครงการ แต่ไม่ได้พักอาศัยในโครงการ

3.2.2.2 ผู้มาใช้บริการร่วม

1. ญาติหรือผู้ติดตามของผู้สูงอายุ
2. บุคคลทั่วไปผู้มาติดต่อธุรกิจกับแวกที่โครงการ

3.2 พฤติกรรมผู้ให้บริการ

พฤติกรรมของผู้ให้บริการ บริเวณส่วนต่างๆ

3.3.1 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนต้อนรับและลิโอบี

เปิดบริการ 8.00 น. - 22.00 น. พนักงานบริเวณ เคาน์เตอร์ต้อนรับ แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่ 1 7.00 น. - 15.00 น.

ผลัดที่ 2 15.00 น. - 23.00 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แบ่งหน้าที่ของหน่วยงานดังนี้

1. แผนกทะเบียน (Registration)

หน้าที่ : ลงทะเบียนการเข้าพักและสมัครสมาชิก

บทบาท : ประจำ เคาน์เตอร์ต้อนรับ ต้อนรับแขก ทำการเข้าลงทะเบียนของแขกแต่ละคน

พฤติกรรม : - ต้อนรับแขก
 - ให้คำแนะนำ และ ลงทะเบียนสมาชิกให้แก่ผู้สูงอายุ
 - ถ้าผู้สูงอายุจะมาพักอาศัย จะให้ลงทะเบียนเป็นสมาชิกเลย อธิบายรายละเอียดการเข้าพักและสิทธิ สอบถามรายละเอียด และขอเอกสารแสดงตัวตนเก็บไว้ ทำบัตรผู้เข้าพักให้
 - ถ้าจะเป็นสมาชิก อย่างเดียว จะอธิบายรายละเอียดและสิทธิ ขอเอกสารแสดงตัวตน และทำบัตรสมาชิกให้
 - ส่งตัวสมาชิกไปที่แผนกสุขภาพ เพื่อตรวจสุขภาพก่อนเข้าใช้
 - เก็บค่าสมาชิกและออกใบเสร็จ
 - ลงทะเบียนผู้เข้าใช้งานในโครงการในแต่ละวัน

2. ส่วนพนักงานบริการสัมภาระ (Porter)

หน้าที่ : ให้ความสะดวกแก่ลูกค้า ขนสัมภาระ

บทบาท : พนักงานยกกระเป๋า จะเป็นผู้ดูแลการทางานของ พนักงานยกกระเป๋า ให้มีประสิทธิภาพและในกรณีที่แขกมาเป็นจำนวนมาก หัวหน้าพนักงานยกกระเป๋าจะเป็นผู้ช่วยเหลือ พนักงานยกกระเป๋า ด้วย

พฤติกรรม : - นั่งทำงานอยู่บริเวณเคาน์เตอร์
 - คอยดูแลและช่วยขนสัมภาระของผู้สูงอายุ
 - ให้ความช่วยเหลือในการใช้ wheel chair

3.3.2 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนร้านอาหาร

เปิดบริการ เวลา 08.00 น. – 20.00 น.

แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่ 1 7.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่ 2 14.00 น. - 21.00 น.

1. ผู้จัดการ (Manager Restaurant)

หน้าที่ : ดูแลงานบริการให้เป็นที่พอใจของลูกค้าและผู้บริหารและควบคุมดูแล

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทบาท : - รับคำสั่งจากฝ่ายบริหารมาดำเนินการ และประสานงานกับพนักงานใน
ความรับผิดชอบ

- ตรวจสอบตราดูแลความเรียบร้อยภายในร้านอาหาร
- ให้คำแนะนำแก้ไข ปรับปรุงบริการอยู่เสมอ

พฤติกรรม : - คอยต้อนรับและแนะนำแขก
- ให้คำแนะนำด้านปรับปรุงแก่พนักงาน
- แก้ไขปัญหาอันเกิดจากการบริการและปัญหาอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง
- ควบคุมรายได้ของร้านอาหาร

2. พนักงานการเงิน (Cashier)

หน้าที่ : ทำบัญชีรายรับและเช็คยอดการรับบริการของแขก

บทบาท : - รับเงินจากแขก
- คิดค่าอาหารที่แขกสั่งแต่ละโต๊ะ
- ทำบัญชีรายวันเสนอผู้จัดการ

พฤติกรรม : - บริการจะนำใบสั่งเครื่องดื่มมาเสียบที่โต๊ะแคชเชียร์
- เมื่อคิดเงินแคชเชียร์จะหยิบเอาคำสั่งรายการอาหารมารวมยอดค่า
เครื่องดื่ม แล้วลงบิลให้บริการไปเก็บเงินและทอนเงิน
- รวมยอดใบเสร็จ
- ทำบัญชีรวมยอดเงินแต่ละวันเสนอ ผู้จัดการแผนกบัญชี

3. พนักงานบริการ (Waiter)

หน้าที่ : บริการเสิร์ฟอาหารและจดยอดการสั่งอาหาร

บทบาท : - รับคำสั่งจากแขกไปแจ้งพ่อครัว
- เสิร์ฟอาหารตามสั่ง
- นำบิลไปเก็บเงินจากแขกผู้มาใช้บริการ

พฤติกรรม : - ช่วยกันจัดโต๊ะ โดยปูผ้าปูโต๊ะ จัดช้อนส้อม แก้วน้ำ จาน ชาม ถ้วย และ
เชิงเทียน แผ่นรองจานให้อยู่ในภาพเรียบร้อยพร้อมจะใช้ได้ทันที
- เมื่อแขกเข้ามาคอยบริการกล่าวทักทาย พาแขกไปนั่งโต๊ะที่ว่างอยู่ ตาม
จำนวนแขก และเลื่อนเก้าอี้ให้แขก

- จดรายการเครื่องดื่มที่แขกสั่งเป็น 2 ชุด ให้พ่อครัว 1 ชุด และแคชเชียร์ 1 ชุด
- รับอาหารจากครัวไปเสิร์ฟให้แขก
- คอยดูแลหากแขกต้องการสั่งอาหารเพิ่มหรือต้องการสิ่งใดเพิ่ม โดยให้บริการอย่างสุภาพตลอดเวลา
- เก็บโต๊ะเมื่อแขกรับประทานอาหารเรียบร้อยแล้ว ส่งไปยังครัวแล้วถามแขก ว่าต้องการอะไรเพิ่มเติมอีก หลังอาหารเสนอรายการของหวาน
- นำบิลจากแคชเชียร์มาเก็บเงินเมื่อแขกใช้บริการแล้ว

3.3.3 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน คาเฟ่

บริการอาหารว่างและเครื่องดื่ม เปิดบริการ เวลา 08.00 น. – 22.00 น. แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่ 1 7.00 น. - 15.00 น.

ผลัดที่ 2 15.00 น. - 23.00 น.

1. บาริสต้า (Barista)

หน้าที่ : ชงเครื่องดื่มและรับผิดชอบประจำบาร์

- บทบาท :
- ค่อยรับบริการจากพนักงานบริการ
 - ชงเครื่องดื่มตามกรรมวิธี
 - เช็คปริมาณของเครื่องดื่มในบาร์และคอยรายงานผู้จัดการ เมื่อต้องการสั่งของเพิ่ม

- พฤติกรรม :
- พนักงานบริการนำใบสั่งเครื่องดื่มมาเสียไว้
 - เตรียมเครื่องดื่มตามรายการ
 - วางเครื่องดื่มที่เตรียมเรียบร้อยแล้วบนเคาน์เตอร์
 - พนักงานจะนำบิลมาไว้ 1 ใบ เพื่อเก็บไว้ที่แคชเชียร์

2. พนักงานบริการ (Waiter)

หน้าที่ : ให้บริการแก่แขกที่มานั่งในคาเฟ่

บทบาท : ให้บริการแก่ลูกค้าและดูแลความเรียบร้อยภายในร้านทั้งหมด

- พฤติกรรม :
- คอยยืนอยู่ในบริเวณบาร์ เพื่อแขกจะได้สั่งบริการอย่างสะดวก
 - นำรายการอาหารและเครื่องดื่มไปยังเคาน์เตอร์ผสมเครื่องดื่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- นำเครื่องตีไปเสิร์ฟให้แขก และคิดเงินเมื่อแขกจะกลับ

3. พนักงานการเงิน (Cashier)

หน้าที่ : ทำบัญชีรายรับและเช็คยอดการรับบริการของแขก

- บทบาท :
- เช็คยอดเงินแต่ละโต๊ะ
 - รับเงินเข้าบัญชี ทอนเงิน
 - ทำบัญชีแต่ละวันเสนอฝ่ายบัญชีของโครงการ

- พฤติกรรม :
- นั่งบริเวณเคาน์เตอร์แคชเชียร์
 - รับรายการจากพนักงาน
 - นำบิลจากแคชเชียร์มาเก็บเงินเมื่อแขกใช้บริการแล้ว
 - คิดเงิน เก็บเงิน ทอนเงิน และทำบัญชี
 - ทำบัญชีรวมยอดเงินแต่ละวันเสนอ แผนกบัญชี

3.3.4 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนพยาบาลและสุขภาพ

1. พยาบาล

หน้าที่ : ประจําอยู่ที่ส่วนสเดชั่นตลอด แบ่งเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่1 7.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่2 14.00 น. - 21.00 น.

บทบาท : ประจําอยู่ที่ส่วนพยาบาลและสุขภาพ หากมีการต้องจ่ายยาตามใบสั่งของแพทย์ พยาบาลจะเป็นคนทำธุรกรรมการเงิน คอยให้คำปรึกษากับผู้ดูแลผู้สูงอายุ

- พฤติกรรม :
- เข้ามาทุกวันเพื่อประจําส่วนสเดชั่น
 - เมื่อแขกเข้ามา กล่าวคำทักทาย และสอบถามประวัติ ตรวจวัดความดัน ก่อนเข้ารับบริการ
 - พูดคุยเรื่องสุขภาพให้คำแนะนำด้านการออกกำลังกาย การป้องกัน และฟื้นฟูร่างกาย
 - คอยให้คำปรึกษากับผู้ดูแลผู้สูงอายุ

2. หมอ (Doctor)

หน้าที่ : ให้คำแนะนำและตรวจร่างกายผู้เข้ารับบริการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทบาท : ประจําอยู่ห้องตรวจ สอบถามข้อมูลและตรวจวัดความดัน ให้คำแนะนำกับ ผู้รับบริการ

พฤติกรรม : - เข้ามาทุกวันเพื่อประจําห้องตรวจ
- เมื่อแขกเข้ามาภายในห้อง กล่าวคำทักทาย และสอบถามประวัติ ตรวจวัด ความดันก่อนเข้ารับบริการ
- ทำการตรวจสุขภาพและร่างกายโดยรวมให้ผู้สูงอายุ
- พูดคุยเรื่องสุขภาพให้คำแนะนำด้านการออกกำลังกาย การป้องกัน และ พิ้นฟูร่างกาย
- ตรวจเลือดเพื่อวัดระดับต่างๆภายในร่างกาย

3.3.5 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนออกกำลังกาย

เปิดบริการ เวลา 08.00 น. - 20.00 น. แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่1 7.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่2 14.00 น. - 21.00 น.

1. เจ้าหน้าที่ฟิตเนส

หน้าที่ : ดูแลความเรียบร้อยในฟิตเนส

บทบาท : ประจําอยู่ที่ฟิตเนสและสระว่ายน้ำ คอยดูแลความเรียบร้อย ให้คำแนะนำ ผู้ใช้งาน

พฤติกรรม : - ต้อนรับผู้เข้าใช้
- ให้คำแนะนำการใช้งานแก่ผู้เข้าใช้
- ให้กุญแจล็อกเกอร์แก่ผู้เข้าใช้งานที่ต้องการเปลี่ยนชุดและเก็บของ
- ตรวจเช็คสภาพอุปกรณ์ต่างๆทุกวัน หากเสียหาย จะจดบันทึกไว้ และทำ การส่งซ่อมหรือสั่งซื้อ
- ตรวจเช็คกุญแจล็อกเกอร์ให้ครบทุกครั้ง

2. ครูฝึก

หน้าที่ : สอนการออกกำลังกายกับสมาชิก

บทบาท : ประจําอยู่ที่ฟิตเนสและสระว่ายน้ำ คอยให้คำแนะนำเรื่องการออกกำลังกาย และสอนวิธีการออกกำลังกายที่ถูกต้อง

พฤติกรรม : - ตรวจดูผลการตรวจสุขภาพของสมาชิกแต่ละคน
- สอนการออกกำลังกายที่ถูกต้องและเหมาะสมกับแต่ละคน
- บันทึกผลการออกกำลังกายแต่ละครั้ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.3.6 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนสปาและความงาม

สปาให้บริการเฉพาะสมาชิกภายในโครงการ เปิดบริการ เวลา 08.00 น. - 20.00 น.

โดยสปาจะแบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด ดังนี้

ผลัดที่ 1 7.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่ 2 14.00 น. - 21.30 น.

1. ผู้จัดการสปา (Spa Manager)

หน้าที่ : ดูแลงานบริการให้เป็นที่พอใจของลูกค้าและผู้บริหารและควบคุมดูแล

- บทบาท :
- รับคำสั่งจากฝ่ายบริหารและมาประสานงานกับพนักงาน
 - ตรวจสอบตราดูแลความเรียบร้อย
 - ให้คำแนะนำแก้ไขปรับปรุงการบริการอยู่เสมอ

- พฤติกรรม :
- คอยต้อนรับและแนะนำแขก
 - ดูแลความเรียบร้อยภายใน

2. พนักงานต้อนรับ (Spa Receptionist)

หน้าที่ : ต้อนรับและให้คำแนะนำกับแขกที่เข้ามาใช้บริการในสปา

- บทบาท :
- ประจำอยู่ที่เคาน์เตอร์ต้อนรับ
 - ทำการลงทะเบียนของแขกที่มาใช้บริการ
 - เตรียมน้ำมาเสิร์ฟให้แขก
 - ให้คำแนะนำและข้อมูลแก่แขกเรื่องสปาดีที่ออกซ์และสปาความงาม
 - ดูแลเรื่องการเงินภายในสปา

- พฤติกรรม :
- เมื่อแขกเข้ามาเพื่อรับบริการจะต้อนรับแขกด้วยการกล่าวทักทายและเสิร์ฟน้ำ
 - ตรวจสอบข้อมูลประวัติของแขกและแนะนำโปรแกรมที่เหมาะสมสำหรับแขกคนนั้น จากคอมพิวเตอร์ แล้วติดต่อไปยังพนักงานบำบัดภายในสปา
 - เชิญแขกเข้าไปใช้บริการภายใน

3. พนักงานนวด (Massage)

หน้าที่ : ให้บริการนวด

- บทบาท :
- ประจำอยู่แผนกนวด
 - ทำความสะอาดเท้าให้แขก

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- คอยให้บริการนวด
- หากมีการ นวดสวีดิช ต้องเตรียมน้ำมัน
- เสิร์ฟน้ำหลังจากนวดเสร็จ

พฤติกรรม : - เมื่อแขกพร้อมที่จะรับบริการนวด พนักงานจะทำการเช็ด-ล้างเท้าให้แขก โดยให้แขกนั่งบนเก้าอี้ ไกลักันจะวางอ่างใส่น้ำ (1 ใบ สำหรับแขก 1 คน) และ อุปกรณ์ในการทำความสะอาดรวมทั้งผ้าขนหนูสำหรับเช็ดเท้าพนักงานจะย่อตัวลงไปทำความสะอาดเท้าและเล็บเท้าให้กับแขก

- หลังจากนั้นพนักงานก็จะพาแขกไปนวดยังเบาะนวด
- สำหรับแขกที่ต้องการนวดสวีดิช พนักงานต้องไปเตรียมน้ำมัน (จึงควรมี เคนเตอร์วางของ อยู่ใกล้กัน) แล้วนำมาน้ำมันมานวดให้กับแขก
- พาแขกไปล้างตัว และเตรียมเสิร์ฟน้ำให้กับแขก

4. พนักงานสครับผิว (Scrub Staff)

หน้าที่ : ให้บริการสครับผิว

บทบาท : - ล้างเท้าให้แขก

- เปิดเพลงบรรเลงให้บรรยากาศ
- หากมีการสคลับผิว ต้องเตรียมอุปกรณ์สคลับชนิดต่างๆ
- เสิร์ฟน้ำหลังจากนวดเสร็จ

พฤติกรรม : - เมื่อแขกพร้อมที่จะรับบริการสครับ พนักงานจะทำการเช็ด-ล้างเท้าให้แขก โดยให้แขกนั่งบนเก้าอี้ ไกลักันจะวางอ่างใส่น้ำ (1 ใบ สำหรับแขก 1 คน) และ อุปกรณ์ในการทำความสะอาดรวมทั้งผ้าขนหนูสำหรับเช็ดเท้าพนักงานจะย่อตัวลงไปทำความสะอาดเท้าและเล็บเท้าให้กับแขก

- หลังจากนั้นพนักงานก็จะพาแขกไปนวดเตียง
- ทาการสคลับผิว พนักงานต้องไปเตรียมครีมสคลับและน้ำอุ่น (จึงควรมี เคนเตอร์วางของ อยู่ใกล้กัน) แล้วนำครีมมาสคลับให้กับแขก

3.3.7 การศึกษาพฤติกรรมภายในห้องนั้งสมาธิ

เปิดบริการ เวลา 08.00 น. - 20.00 น. แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่1 7.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่2 14.00 น. - 21.00 น.

หน้าที่ : ให้บริการผู้ที่มาใช้ห้องเล่นเกม

บทบาท : ประจำอยู่ที่ห้องเล่นเกม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- พฤติกรรม : - เข้ามาตรวจดูแลความเรียบร้อย
- ให้การต้อนรับผู้สูงอายุ
- เดินตรวจดูแลความปลอดภัยและความสะอาด

3.3.8 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนห้องเล่นเกม

เปิดบริการ เวลา 09.00 น. - 22.00 น. แบ่งการทำงานเป็น 2 ผลัด

ผลัดที่1 8.00 น. - 16.00 น.

ผลัดที่2 16.00 น. - 23.00 น.

หน้าที่ : ให้บริการผู้ที่มาใช้ห้องเล่นเกม

บทบาท : ประจำอยู่ที่ห้องเล่นเกม คอยดูแลความเรียบร้อย

- พฤติกรรม : - เข้ามาตรวจดูแลความเรียบร้อย
- ให้การต้อนรับผู้สูงอายุ
- เดินตรวจดูแลความปลอดภัยและความสะอาด

3.3.9 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน Art & Craft

เปิดบริการ เวลา 09.00 น. - 18.00 น. เวลาการทำงาน 8.00 น. - 19.00 น.

หน้าที่ : ให้บริการผู้ที่มาใช้ส่วน Art & Craft

บทบาท : ประจำอยู่ที่ส่วน Art & Craft คอยดูแลความเรียบร้อย และให้คำแนะนำ

- พฤติกรรม : - ต้อนรับสมาชิกที่เข้าใช้
- ในกรณีสมาชิกเป็นผู้ที่ไม่เคยเข้าใช้ จะคอยให้คำแนะนำต่างๆ
- คอยดูแลเรื่องอุปกรณ์การทำงานศิลปะต่างๆ
- นำงานศิลปะมาจัดแสดงบริเวณ Gallery
- ตรวจเช็คอุปกรณ์ ทำการบันทึกและซ่อมแซมหรือสั่งซื้อในกรณีที่มีการชำรุดเสียหาย

3.3.10 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนห้องดนตรี

เปิดบริการ เวลา 09.00 น. - 18.00 น. เวลาการทำงาน 8.00 น. - 19.00 น.

หน้าที่ : ให้บริการผู้ที่มาใช้ห้องดนตรี

บทบาท : ประจำอยู่ที่ห้องดนตรี คอยดูแลความเรียบร้อยและให้คำแนะนำ

- พฤติกรรม : - ตรวจสอบความเรียบร้อยบริเวณห้องดนตรี
- ตรวจสอบเครื่องดนตรีทุกชิ้น
- เตรียมความพร้อมห้องเรียนก่อนเริ่ม Class
- ลงทะเบียนผู้ที่จะเข้าใช้ห้องดนตรี

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.3.11 การศึกษาพฤติกรรมภายในห้องสมุด

เปิดบริการ เวลา 09.00 น. - 18.00 น. เวลาการทำงาน 8.00 น. - 19.00 น.

- หน้าที่ : ดูแลห้องสมุด
- บทบาท : ประจำอยู่ที่ห้องสมุด ให้คำแนะนำและบริการแก่ผู้เข้าใช้ในห้องสมุด
ดูแลและจัดหนังสือ ให้เป็นระเบียบและเรียบร้อย
- พฤติกรรม : - เข้ามาในห้องสมุด
- ตรวจเช็คหนังสือ
- จัดระเบียบภายในห้องสมุด
- ให้คำแนะนำแก่ผู้ที่เข้าใช้ห้องสมุด

3.3.12 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน Workshop

เปิดบริการ เวลา 09.00 น. - 18.00 น. เวลาการทำงาน 8.00 น. - 19.00 น.

- หน้าที่ : ให้บริการผู้ที่มาทำ Work shop ทำอาหาร
- บทบาท : ประจำอยู่ที่ส่วน Workshop
- พฤติกรรม : - เข้ามาตรวจพื้นที่และจัดเตรียมก่อนมีการทำ Work shop
- ต้อนรับและลงทะเบียนผู้สูงอายุที่เข้ามาทำ Work shop
- ดูแล ให้ความช่วยเหลือผู้สูงอายุ
- เมื่อ Work shop เสร็จในแต่ละวัน จะตรวจความเรียบร้อย และดูแลความสะอาด

3.3.13 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนที่พัก

1. พนักงานต้อนรับ

ส่วนต้อนรับของที่พักรจะเปิดตลอด 24 ชม. แบ่งการทำงานเป็น 3 ผลัด

ผลัดที่1 6.00 น. - 14.00 น.

ผลัดที่1 14.00 น. - 22.00 น.

ผลัดที่1 22.00 น. - 6.00 น.

- หน้าที่ : ลงทะเบียนการเข้าพักและให้คำแนะนำ
- บทบาท : ต้อนรับแขกให้คำแนะนำผู้เข้าพักลงทะเบียนและจองห้องให้ผู้สูงอายุที่ต้องการเข้าพักประจำ เคาน์เตอร์ต้อนรับ บันทึกสถิติการเข้าพัก เก็บรักษากุญแจห้องพัก
- พฤติกรรม : - ต้อนรับและให้คำแนะนำผู้สูงอายุและญาติที่มาติดต่อ
- เมื่อแขกแสดงความจำนงจะขอเข้าพัก(ซึ่งถูกส่งมาจากล็อบบี้หลัก) จะมาติดต่อที่เคาน์เตอร์ตรงบริเวณแผนกลงทะเบียน ทำการสอบถามห้องแบบที่ต้องการเข้าพัก

- ส่งต่อให้เจ้าหน้าที่พาไปดูห้อง
- มอบบัตรและกุญแจห้องให้ผู้เข้าพัก
- ทำการลงรายงานประจำวัน ว่ามีผู้เข้าพักใหม่หรือมีใครย้ายออกหรือไม่
- โทรศัพท์ไปทางแผนกแม่บ้านว่าแขกเข้าพักห้องไหน จะได้เตรียมห้องและของตกแต่งให้พร้อม
- ทำการตอบข้อซักถามและคอยต้อนรับแขก

2. พนักงานทำความสะอาดห้องพัก

เวลาการทำงาน 6.00 น. - 14.30 น.

- หน้าที่ : ทำความสะอาดห้องพัก
- บทบาท : ดูแลความสะอาด ภายในที่พัก
- พฤติกรรม :
 - ตรวจสอบตารางการทำงานทำความสะอาด
 - เตรียมอุปกรณ์ทำความสะอาด
 - ทำความสะอาดภายในที่พัก
 - ลงบันทึกประจำวัน (ถ้ามีความผิดปกติหรืออะไรเสียหายจะแจ้งไปที่เคาน์เตอร์)

3.3 พฤติกรรมผู้รับบริการ

พฤติกรรมของผู้รับบริการ ในส่วนต่างๆ ของโครงการ

3.3.1 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน ต้อนรับ&ล๊อบบี้

ผู้เข้ารับบริการภายใน ล็อบบี้ แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

1. แขกที่รับบริการภายใน

- หน้าที่ : เป็นสมาชิกของโครงการ
- บทบาท : ปฏิบัติตามกฎหมายที่วางไว้
- พฤติกรรม : ผู้รับบริการ จะมาติดต่อสอบถามที่เคาน์เตอร์ หรืออาจมีการนัดหมายเพื่อนฝูง ก็จะไปนั่งรอที่ชุดรับรองหรือหากผู้ที่เป็นสมาชิกอยู่แล้วต้องการไปใช้บริการส่วนอื่นๆ ก็ผ่านส่วน Lobby ไปเลยก็ได้ กิจกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นในส่วนนี้ได้แก่
- การติดต่อสอบถามทั่วไป
 - การนั่งรอนัดหมายเพื่อพบปะต่างๆ หรือพักผ่อนให้หายเหนื่อยล้า
 - บริการรับฝากกุญแจ, Check in และ Check out
 - บริการขนกระเป๋าสัมภาระ

2. บุคคลภายนอกที่เข้ามาใช้บริการภายในของโครงการ

หน้าที่ : เป็นแขกที่เข้ามาใช้บริการ

บทบาท : เข้ามาในบริเวณ ล็อบบี้, ร้านอาหาร
ปฏิบัติตามกฎของโครงการ

พฤติกรรม : - บุคคลภายนอกที่เข้ามาพักรอในบริเวณ ล็อบบี้ เพื่อรอพบปะพูดคุยกับ
แขกในโครงการ หลังจากได้ติดต่อกับแขกที่มาพักผ่อน โอเปอเรเตอร์แล้ว
- ญาติของผู้สูงอายุมานั่งรอผู้สูงอายุ

3.3.2 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนร้านอาหาร

ผู้เข้ารับบริการจะเป็นกลุ่มของแขกที่มาพักภายในโครงการ เข้ามาใช้บริการเป็นกลุ่ม
เล็กๆหรือบุคคลทั่วไป

1. ผู้สูงอายุภายในโครงการ

หน้าที่ : เข้ามารับประทานอาหาร

บทบาท : - แต่งกายสุภาพ
- เข้ามาเลือกที่นั่ง
- หยิบเมนูสั่งเครื่องดื่มและอาหารกับพนักงานบริการ
- รับประทานอาหาร สนทนา

- จ่ายค่าบริการ

พฤติกรรม : - เข้าในห้องอาหาร อาจจะมีการนั่งรอ ในบริเวณพื้นที่ที่จัดให้
- เมื่อเข้าไปในร้านอาหาร พนักงานจะพาไปนั่งโต๊ะตามจำนวนคน
- สั่งเครื่องดื่มและ สั่งอาหารรับประทาน ตามลำดับจากพนักงานบริการ
- เมื่อจะดื่มหรือรับประทานเสร็จ เรียกพนักงานให้เช็คบิล จ่ายค่าเครื่องดื่ม
หรือถ้าเป็นผู้ที่พักอาศัยภายในโครงการจะรวมอยู่ในค่าใช้จ่ายรายเดือน

2. บุคคลภายนอก

หน้าที่ : เข้ามารับประทานอาหาร

บทบาท : - แต่งกายสุภาพ
- เข้ามาเลือกที่นั่ง
- หยิบเมนูสั่งเครื่องดื่มและอาหารกับพนักงานบริการ
- รับประทานอาหาร สนทนา
- จ่ายค่าบริการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- พฤติกรรม : - เข้าในห้องอาหาร อาจจะมีการนั่งรอ ในบริเวณพื้นที่ที่จัดให้
 - เมื่อเข้าไปในร้านอาหาร พนักงานจะพาไปนั่งโต๊ะตามจำนวนคน
 - สั่งเครื่องดื่มและ สั่งอาหารรับประทาน ตามลำดับจากพนักงานบริการ
 - เมื่อจะดื่มหรือรับประทานเสร็จ เรียกพนักงานให้เช็คบิล จ่ายค่าเครื่องดื่ม

3.3.3 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน คาเฟ่

หน้าที่ : เข้ามารับบริการเครื่องดื่ม

- บทบาท : - แต่งกายสุภาพ
 - นั่งพูดคุยกันอย่างสุภาพ ไม่ส่งเสียงดังรบกวนผู้อื่น

- พฤติกรรม : - เข้ามาในบริเวณคาเฟ่ สั่งเครื่องดื่มหรืออาหารบริเวณเคาน์เตอร์
 - สนทนา พูดคุย
 - เมื่อจะดื่มหรือรับประทานเสร็จ เรียกพนักงานให้เช็คบิล จ่ายค่าเครื่องดื่ม
 - ถ้าหากเป็นผู้เข้าพักให้เซ็นชื่อไว้เพื่อนำไปหักจ่ายตอน check out

3.3.4 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนพยาบาลและสุขภาพ

หน้าที่ : เข้ามารับบริการตรวจและรักษาสุขภาพร่างกาย

บทบาท : รับการตรวจร่างกาย รับการรักษา

- พฤติกรรม : - ติดต่อที่เคาน์เตอร์
 - รับการตรวจเช็คร่างกาย
 - รับการรักษาพยาบาลในกรณีเจ็บ/ป่วยฉุกเฉิน

3.3.5 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนออกกำลังกาย

หน้าที่ : เข้าออกกำลังกาย

บทบาท : ออกกำลังกายตามผลการตรวจร่างกาย ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การใช้งาน

- พฤติกรรม : - ติดต่อที่เคาน์เตอร์
 - รับกุญแจล็อกเกอร์
 - เก็บของ เปลี่ยนชุด
 - ออกกำลังตามคำแนะนำแพทย์ และครูฝึก
 - อาบน้ำเปลี่ยนชุด
 - นำกุญแจล็อกเกอร์มาคืนที่เคาน์เตอร์

3.3.6 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนสปาและความงาม

ผู้เข้ารับบริการจะต้องเป็นสมาชิกของโครงการ จะแบ่งเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

1. ผู้ที่ใช้บริการสปาความงาม

หน้าที่ : เข้ามารับบริการด้านสปาความงาม

บทบาท : - เข้ามารับการบำบัดในเรื่องของสุขภาพ
- ติดต่อประสานงานกับประชาสัมพันธ์

- เลือกโปรแกรม ทรีทเมนต์

พฤติกรรม : - ไปเลือกโปรแกรมและลงทะเบียนที่เคาน์เตอร์
- เปลี่ยนรองเท้าเป็นรองเท้าผ้าที่ทางสปาเตรียมไว้ให้
- เปลี่ยนเสื้อผ้าในห้องล็อกเกอร์ เพื่อไปอาบน้ำ เข้าห้อง SAUNA หรือ STEAM พักสักครู่แล้วจึงเข้าไปอาบน้ำอีกครั้ง
- เข้าไปใช้บริการด้านต่างๆ นวด, สครับ, แชน้ำ
- กลับเข้ามาเพื่อเปลี่ยนเสื้อผ้าในห้องล็อกเกอร์ แล้วเปลี่ยนรองเท้า
- นำกุญแจไปคืน

2. ผู้ที่ใช้บริการความงามโดยเฉพาะ

หน้าที่ : เข้ามารับบริการด้านสปาความงาม

บทบาท : - เข้ามารับการดูแลเรื่องตัดแต่งทรงผม และเล็บ
- ติดต่อประสานงานกับประชาสัมพันธ์

พฤติกรรม : - เมื่อเข้ามาที่โถงทางเข้า ไปเลือกโปรแกรมและลงทะเบียนที่เคาน์เตอร์
- เปลี่ยนรองเท้าเป็นรองเท้าผ้าที่ทางสปาเตรียมไว้ให้
- กลับเข้ามาเพื่อเปลี่ยนเสื้อผ้าในห้องล็อกเกอร์ แล้วเปลี่ยนรองเท้า
- นำกุญแจไปคืน

3.3.7 การศึกษาพฤติกรรมภายในห้องนั่งสมาธิ

หน้าที่ : เข้าฝึกสมาธิ

บทบาท : ทำจิตใจให้สงบ ฝึกสมาธิ ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน

พฤติกรรม : - มาใช้บริการที่ห้องตามเวลาที่กำหนด Class
- ทำสมาธิกำหนดจิตตามครูฝึกบอก
- อาจจะเข้ามาทำสมาธิเองนอกเวลา Class

3.3.8 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนห้องเล่นเกม

1. ผู้สูงอายุที่ใช้บริการ

หน้าที่ : เข้าเล่นเกมต่างๆ

บทบาท : เล่นเกมหรือทำกิจกรรมต่างๆร่วมกัน ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน

- พฤติกรรม :
- ติดต่อกับเคาน์เตอร์
 - เล่นเกมต่างๆ ตามความสนใจ
 - พักกินน้ำและขนม บริเวณ Snack bar
 - นั่งเล่นผ่อนคลายบริเวณโซฟา

2.ญาติหรือผู้ติดตามผู้สูงอายุที่ใช้บริการ

หน้าที่ : เข้าร่วมเล่นเกมกับผู้สูงอายุ

บทบาท : เล่นเกมหรือทำกิจกรรมต่างๆกับผู้สูงอายุ ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน

- พฤติกรรม :
- ติดต่อกับเคาน์เตอร์
 - เล่นเกมต่างๆ กับผู้สูงอายุ
 - พักกินน้ำและขนม บริเวณ Snack bar
 - นั่งเล่นผ่อนคลายบริเวณโซฟา

3.3.9 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน Art & Craft

หน้าที่ : ผู้ที่ทำงานศิลปะและงานฝีมือ

บทบาท : สร้างสรรค์งานศิลปะตามความสนใจ ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน

- พฤติกรรม :
- ติดต่อกับเคาน์เตอร์
 - นำอุปกรณ์มาเตรียม ทำงานศิลปะตามความสนใจ
 - ชม Gallery ที่จัดแสดงผลงาน
 - นำอุปกรณ์ไปล้างทำความสะอาด

3.3.10 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนห้องดนตรี

1. ผู้ใช้บริการดนตรีบำบัด

หน้าที่ : ผู้รับการบำบัดด้วยดนตรี

บทบาท : เข้าฟังการบรรเลงดนตรีเพื่อบำบัดหรือผ่อนคลาย ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน

- พฤติกรรม :
- ผู้ใช้บริการมาที่ห้องตามเวลาที่กำหนด Class
 - กำหนดจิตใจให้สงบ

- ฟังเพลงที่ครูฝึกเปิดหรือบรรเลง และอาจมีการทำท่าทางไปตามที่ครูฝึกนำไปปฏิบัติ

2. ผู้ใช้บริการเรียนและซ่อมดนตรี

หน้าที่ : ผู้มาเรียนและฝึกซ่อมดนตรี

บทบาท : เรียนและฝึกซ่อมดนตรีตามเครื่องดนตรีที่สนใจ ปฏิบัติตามกฎหมายเกณฑ์การเข้าใช้งาน

พฤติกรรม : - เข้าเรียนตามเวลา Class ที่มีกำหนดไว้
- นำเครื่องดนตรีออกมาเรียนและฝึกเครื่องดนตรีตามความสนใจ
- อาจจะเข้ามาฝึกซ่อมช่วงเวลาที่ห้องว่างได้
- นำเครื่องดนตรีไปเก็บเข้าที่

3.3.11 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนห้องสมุด

1. ผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการ

หน้าที่ : เข้าอ่านหนังสือ

บทบาท : อ่านหนังสือ/เล่นอินเทอร์เน็ต/นั่งพักผ่อน แต่งกายสุภาพ ปฏิบัติตามกฎหมายเกณฑ์การเข้าใช้งาน

พฤติกรรม : - ติดต่อขอคำแนะนำที่เคาน์เตอร์
- เข้ามาในห้องสมุดหาหนังสือที่สนใจ
- ไปยังมุมอินเทอร์เน็ตเพื่อค้นคว้า
- นั่งพักผ่อน/อ่านหนังสือ ที่ชุดโต๊ะหรือโซฟา

2.ญาติหรือผู้ติดตามผู้สูงอายุที่เข้าใช้บริการ

หน้าที่ : เข้าอ่านหนังสือ

บทบาท : นั่งพักผ่อน/อ่านหนังสือ/เล่นอินเทอร์เน็ต แต่งกายสุภาพ ปฏิบัติตามกฎหมายเกณฑ์การเข้าใช้งาน

พฤติกรรม : - ติดต่อขอคำแนะนำที่เคาน์เตอร์
- นั่งพักผ่อน/อ่านหนังสือ ระหว่างรอผู้สูงอายุ

3.3.12 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วน Workshop

หน้าที่ : เรียนทำอาหารและทำWorkshop

บทบาท : เข้าเรียนเรื่องโภชนาการ และฝึกการทำอาหารตามหลักโภชนาการ ปฏิบัติตามกฎหมายเกณฑ์การเข้าใช้งาน

พฤติกรรม : - ติดต่อที่เคาน์เตอร์ ลงทะเบียน/ติดต่อสอบถาม
- เข้าฟังบรรยายทฤษฎี เรียนการทำอาหารและปฏิบัติจริง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.3.13 การศึกษาพฤติกรรมภายในส่วนที่พัก

หน้าที่ : เข้าพักอาศัย

บทบาท : เข้าพักในห้อง ใช้งานส่วนต่างๆ ปฏิบัติตามกฎเกณฑ์การเข้าใช้งาน ผู้เข้าพักอาศัยจะเป็นสมาชิกโดยปริยาย

พฤติกรรม : - มาติดต่อ/สอบถามที่ส่วนต้อนรับ
- เลือกรูปแบบห้องพัก
- ยื่นเอกสาร ลงทะเบียนและชำระเงิน
- เก็บสัมภาระ เข้าพักภายในห้องพัก ใช้งานส่วนต่างๆ

3.4 การบริหารทรัพยากร

ตารางที่ 3.4 ตารางแสดงจำนวนทรัพยากรบุคคล

Department	Positions	Staff
Administration	Chairman	1
	ผู้จัดการ	1
	ผู้ช่วยผู้จัดการ	1
	เลขานุการ	1
Residential	พนักงานต้อนรับ & Reservation	2
	Porter	2
Food and Beverage	หัวหน้าแผนก Food and Beverage	1
	Cashier	3
	โภชนาการ	1
	Chef	2
	ผู้ช่วยchef	2
	Bartender	1
	Barista	2
	บริกร	9

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Health	ส่วนสุขภาพ -Medical Area พนักงานต้อนรับ 1 พยาบาล 3 -Spa หัวหน้า Spa 1 พนักงานต้อนรับ & Locker 1 เจ้าหน้าที่ Massage 8 เจ้าหน้าที่ Sauna & Steam 2 - Pool เจ้าหน้าที่ดูแล 2 ครูฝึก 2 -Exercise Area หัวหน้าฝ่ายออกกำลังกาย 1 เจ้าหน้าที่ Gym 2 เจ้าหน้าที่ Fitness 3 ครูฝึก 5	
Recreation	ส่วนนันทนาการ เจ้าหน้าที่ Meditation 1 เจ้าหน้าที่ Music Room 1 เจ้าหน้าที่ Art & Craft Studio 2 เจ้าหน้าที่ห้องสมุด 2 เจ้าหน้าที่ Game Room 2	
Housekeeping	หัวหน้าแม่บ้าน 1 พนักงานซักรีด 3 พนักงานทำความสะอาดส่วนที่พัก 3 พนักงานทำความสะอาดส่วนอื่นๆ 9 ช่างจัดสวน 3	

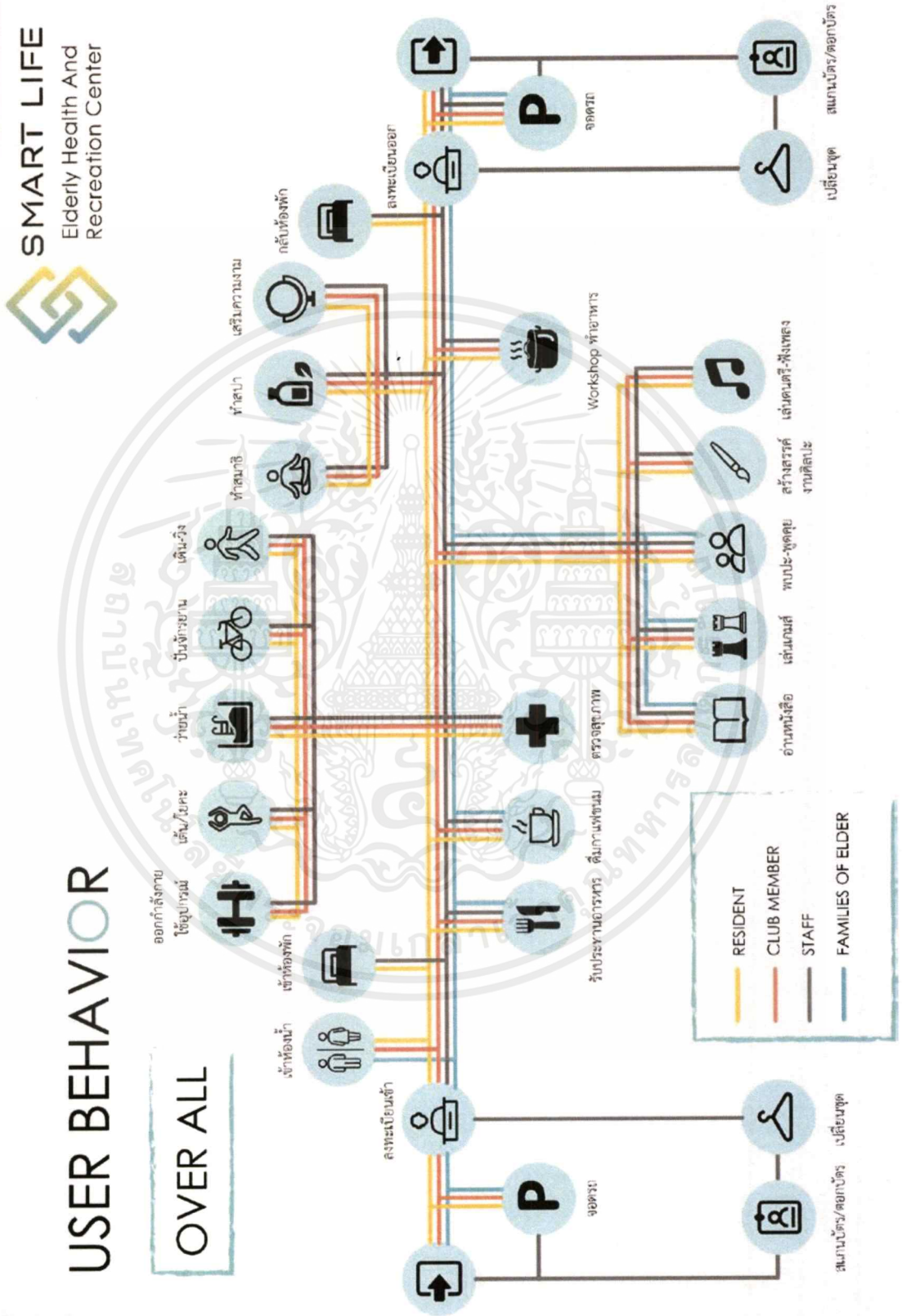
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Maintenance & Engineering	ช่างดูแลสถานที่	2
	ช่างไฟฟ้า	2
	ช่างประปา	2
	พนักงานรักษาความปลอดภัย	2
		6
	รวม	108



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.5 พฤติกรรมการใช้งานภายในโครงการโดยรวม



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

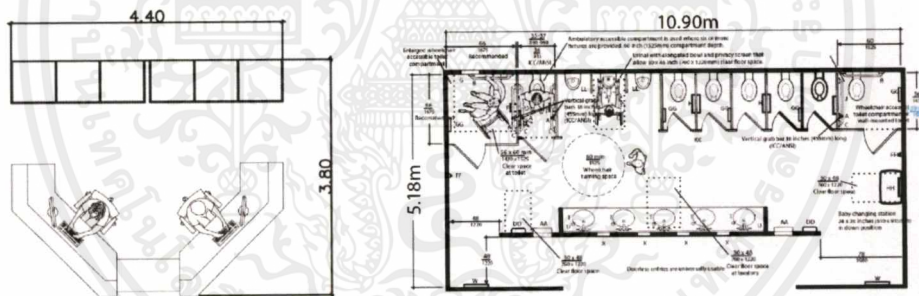
3.6 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยที่ต้องการ

3.6.1 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนล็อบบี้

ตารางที่ 3.6.1 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนล็อบบี้

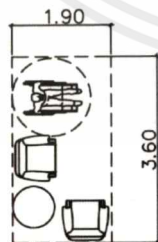
MAIN LOBBY

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Hall	1.28	25	32.00	Human Dimension
Front desk	16.72	1	16.72	Human Dimension ①
Sofa set (2seats)	6.84	2	13.68	Time Saver ②
Sofa set (4seats)	12.00	2	24.00	Time Saver ③
Toilet	56.46	2	112.92	ADA Standards ④
Cleaning tool S.	4.00	1	4.00	
Circulation			101.66	50% of area
Total			304.98	

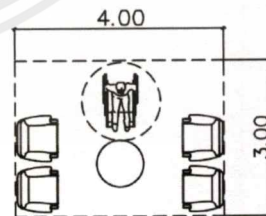


① Front desk 16.72 sq.m.

④ Toilet 56.46 sq.m.



② Sofa set (2seats) 6.84 sq.m.



③ Sofa set (4seats) 12.00 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

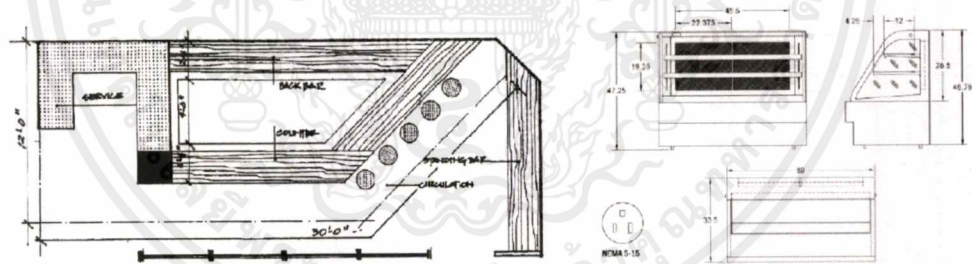
3.6.2 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนคาเฟ่

ตารางที่ 3.6.2 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนคาเฟ่

CAFE

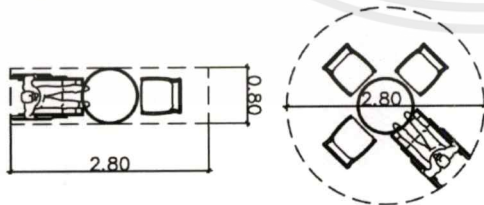
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Counter bar/cashier & Service station	30.00	1	30.00	Human Dimension ①
Bakery showcase	1.28	1	1.28	②
Seating (2seats)	2.24	10	22.40	Time Saver ③
Seating (4seats)	6.15	12	73.80	Time Saver ④
Toilet	21.80	2	43.60	ADA Standards ⑤
Storage	15.00	1	15.00	1:5 of eating area
Circulation			83.74	45% of area
Total			269.82	

จำนวนผู้ใช้บริการร้านอาหาร คิดเป็น 40% ของผู้ใช้บริการภายในโครงการ 180 คน/วัน



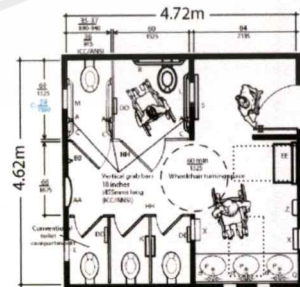
① Counter bar/cashier 30.00 sq.m.

② Bakery showcase dimension



③ Seating (2seats) 2.24 sq.m.

④ Seating (4seats) 6.15 sq.m.



⑤ Toilet 21.80 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

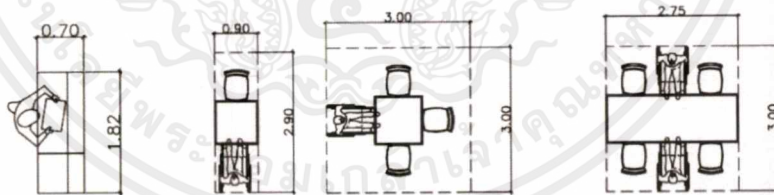
3.6.3 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนร้านอาหาร

ตารางที่ 3.6.3 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนร้านอาหาร

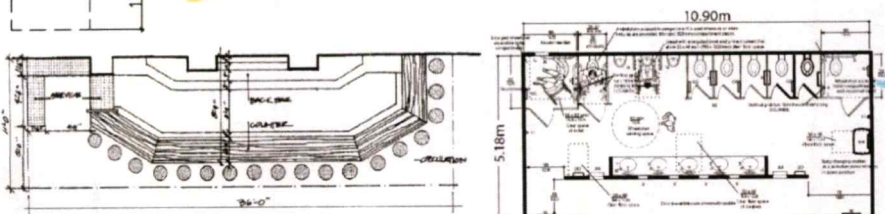
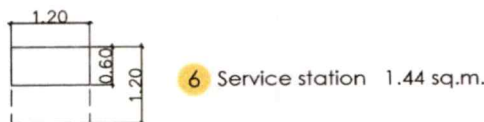
RESTAURANT

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Reception/Cashier	1.27	1	1.27	Neufert Arch. Data 1
Dining area				
Seating (2seats)	2.61	10	26.10	Neufert Arch. Data 2
Seating (4seats)	9.00	15	135.00	Neufert Arch. Data 3
Seating (6seats)	8.25	5	41.25	Neufert Arch. Data 4
Counter bar	36.80	1	36.80	Time Saver 5
Total (Dining area)			239.15	
Service station	1.44	5	7.20	Neufert Arch. Data 6
Kitchen				
Cooking area			79.72	1:3 of eating area
Pantry			39.86	1:6 of eating area
Storage			47.83	1:5 of eating area
Washing area			39.86	1:6 of eating area
Total (Kitchen)			207.27	
Toilet	56.46	2	112.92	ADA Standards 7
Cleaning tool S.	4.00	1	4.00	
Circulation			257.31	45% of area
Total			829.12	

จำนวนผู้ใช้บริการร้านอาหาร คิดเป็น 70% ของผู้เข้าใช้บริการภายในโครงการ 180 คน/วัน



- 1 Reception 1.27 sq.m. 2 Seating (2seats) 2.61 sq.m. 4 Seating (6seats) 8.25 sq.m.
3 Seating (4seats) 9.00 sq.m.



- 5 Counter bar 36.80 sq.m.

- 7 Toilet 56.46 sq.m.

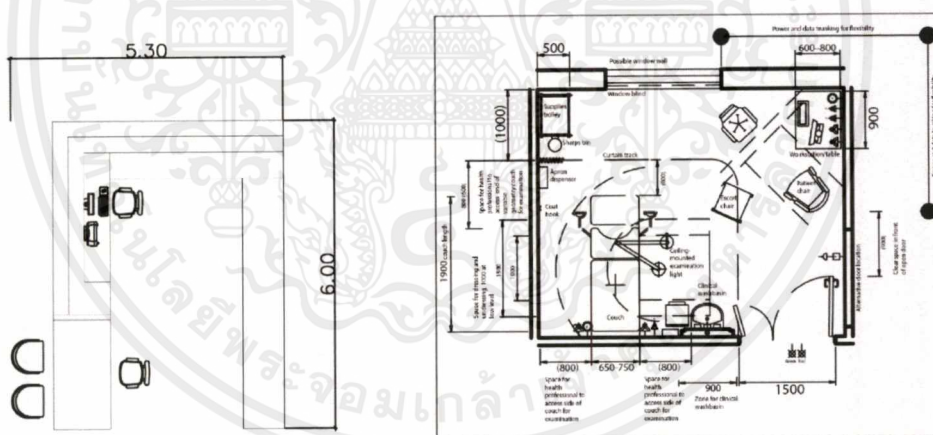
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.4 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนพยาบาลและสุขภาพ

ตารางที่ 3.6.4 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนพยาบาลและสุขภาพ

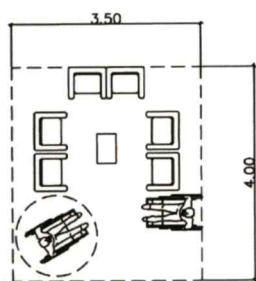
MEDICAL AREA

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Waiting Area	14.00	2	28.00	Time saver 1
Nurse station	31.80	1	31.80	Human Dimension 2
Examination & Consulting room	15.00	3	45.00	Neufert Arch. Data 3
Blood test room	5.76	1	5.76	Neufert Arch. Data 4
Storage	4.00	1	4.00	Neufert Arch. Data
Files storage	7.25	1	7.25	Neufert Arch. Data
Toilet	4.00	2	8.00	ADA Standards 5
Cleaning tool S.	3.00	1	3.00	
Circulation			59.76	45% of area
Total			192.57	

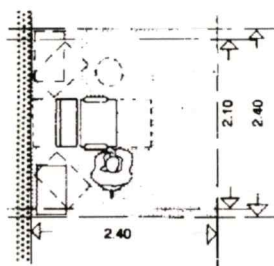


2 Nurse station 31.80 sq.m.

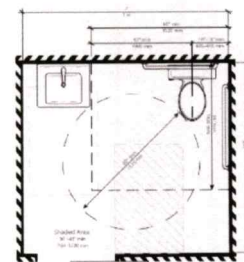
3 Examination & Consulting room 15.00 sq.m.



1 Waiting Area 14.00 sq.m.



4 Blood test room 5.76 sq.m.



5 Toilet 4.00 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.5 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนนอกกำลังกาย

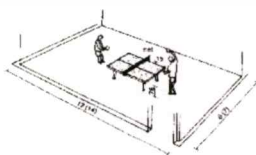
ตารางที่ 3.6.5 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนนอกกำลังกาย

FITNESS

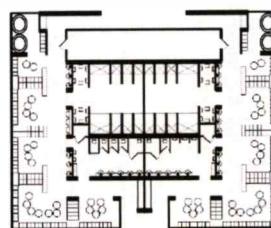
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Fitness gym	676.00	1	676.00	*** 1
Table tennis	72.00	3	216.00	Neufert Arch. Data 2
Yoga & Taichi room	204.00	2	408.00	Design Guidance Note by Sport England 2008 3
Dance studio	242.50	1	242.50	Design Guidance Note by Sport England 2008 4
Locker room	437.00	1	437.00	Design Guidance Note by Sport England 2012 5
Storage	20.00	2	40.00	Design Guidance Note by Sport England 2008
Total			2,019.50	



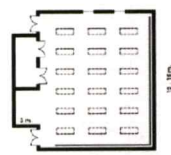
*** อ้างอิงจาก วิลลาร์ด รอดหมื่นไวย. (2555). แนวทางการปรับปรุงสถาปัตยกรรมภายในห้องฟิตเนสของศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาที่เอื้อต่อคนพิการและผู้สูงอายุ



2 Table tennis 72.00 sq.m.



5 Locker room 437.00 sq.m.



3 Yoga & Taichi room 204.00 sq.m.



4 Dance studio 242.50 sq.m.

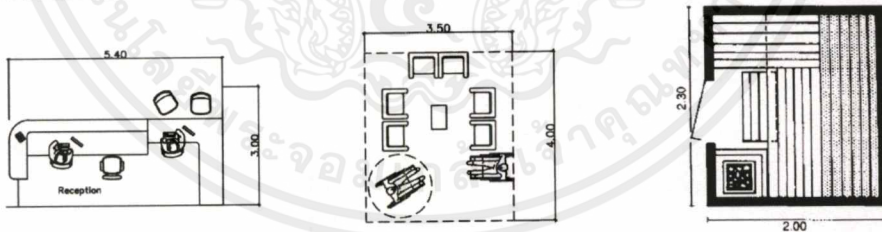
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.6 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนสปาและความงาม

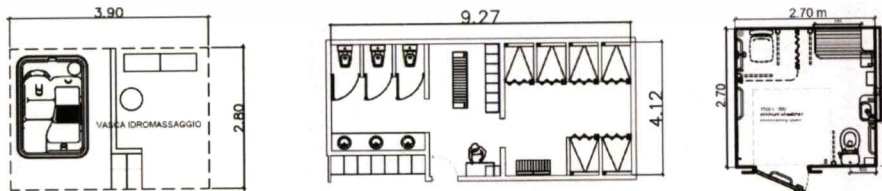
ตารางที่ 3.6.6 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนสปาและความงาม

SPA & BEAUTY SALON

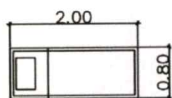
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Reception	16.20	1	16.20	Neufert Arch. Data ①
Waiting area	14.00	2	28.00	Time Saver ②
Massage room				
Thai massage	1.60	10	16.00	Chiva-Som ③
Swedish massage	1.60	10	16.00	Chiva-Som ③
Service station	0.96	10	9.60	Chiva-Som ④
Sauna room	4.60	3	13.80	Neufert Arch. Data ⑤
Jacuzzi	10.92	3	32.76	Neufert Arch. Data ⑥
Shower/changing	45.48	2	90.96	Neufert Arch. Data ⑦
Facial treatment	19.60	3	58.80	Chiva-Som ⑧
Hair salon				
Styling stations	5.50	10	55.00	Human Dimension ⑨
Shampoo stations	3.75	5	18.75	Human Dimension ⑩
Drying area	2.25	3	6.75	Human Dimension ⑪
Waiting area	2.25	5	11.25	Human Dimension ⑫
Mani & Pedicure	16.00	3	48.00	Human Dimension ⑬
Toilet	21.80	2	43.60	ADA Standards ⑭
Cleaning tool S.	4.00	1	4.00	
Circulation			211.26	45% of area
Total			680.73	



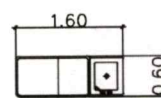
① Reception 16.20 sq.m. ② Waiting area 14.00 sq.m. ⑤ Sauna room 4.60 sq.m.



⑥ Jacuzzi 10.92 sq.m. ⑦ Shower/changing 38.19 + 7.29 sq.m.

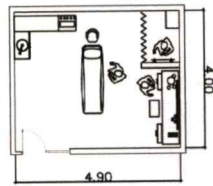


③ Massage bed 1.60 sq.m.

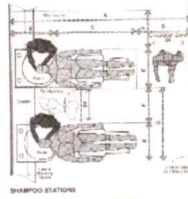


④ Service station 0.96 sq.m.

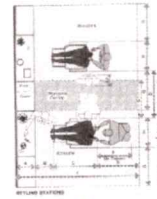
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



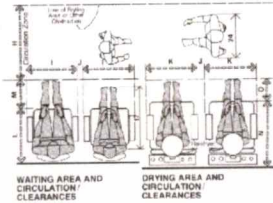
8 Facial treatment 19.60 sq.m.



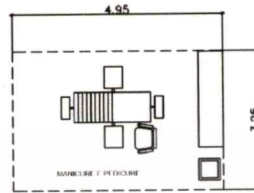
9



10

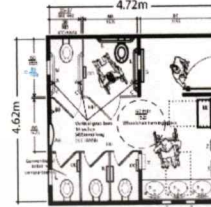


12



11

13 Mani and Pedi 16.00 sq.m.



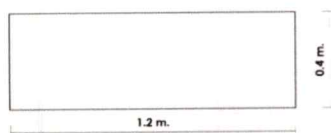
14 Toilet 21.80 sq.m.

3.6.7 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องนั่งสมาธิ

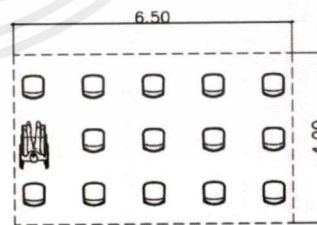
ตารางที่ 3.6.7 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องนั่งสมาธิ

MEDITATION ROOM

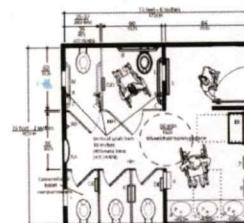
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Altar	0.75	1	0.75	
Meditation Cushion	1.20	40	48.00	Humen Dimension
Chairs	26.00	1	26.00	Humen Dimension ①
Storage cabinet	0.48	6	2.88	Time saver ②
Toilet	21.80	2	43.60	ADA Standards ③
Circulation			54.55	45% of area
Total			175.78	



② Storage cabinet 0.48 sq.m.



① Chairs 26.00 sq.m.



③ Toilet 21.80 sq.m.

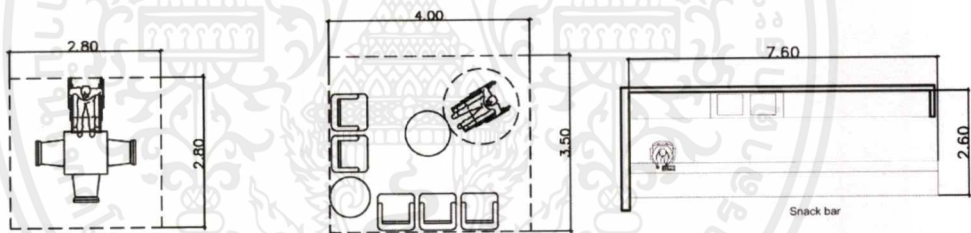
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.8 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องเล่นเกม

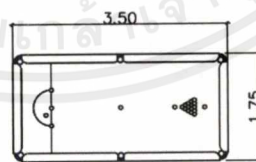
ตารางที่ 3.6.8 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องเล่นเกม

GAMES ROOM

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Card Game table	7.84	6	47.04	Time saver ①
Sofa set	14.00	2	28.00	Time saver ②
Snack bar	19.76	1	19.76	Time saver ③
Driving simulator	3.40	3	10.20	Neufert Arch. Data ④
Snooker Table	3.50 x 1.75	2	12.25	Neufert Arch. Data ⑤
Darts area	3.00	3	9.00	2.00 m. from dartboard ⑥
Toilet	21.80	2	43.60	ADA Standards
Cleaning tool S.	3.00	1	3.00	
Circulation			77.78	45% of area
Total			250.63	

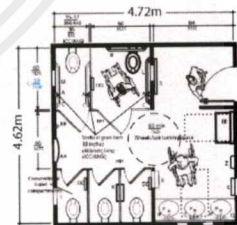


① Card Game table 7.84 sq.m. ② Sofa set 14.00 sq.m. ③ Snack bar 19.76 sq.m.



④ Driving simulator 3.40 sq.m.

⑤ Snooker Table 3.50 x 1.75 m.



⑥ Toilet 21.80 sq.m.

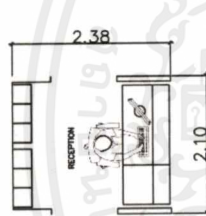
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.9 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Art & Craft

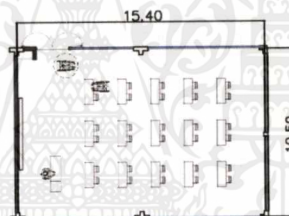
ตารางที่ 3.6.5 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Art & Craft

ART & CRAFT

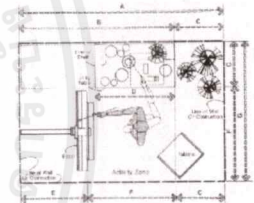
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Reception	5.00	1	5.00	Neufert Arch. Data 1
Lecture room	161.70	1	161.70	Neufert Arch. Data 2
Painting area	5.02	10	50.20	Humen Dimension 3
Crafts area	95.00	1	95.00	Neufert Arch. Data 4
Molding & casting	118.70	1	118.70	Neufert Arch. Data 5
Storage	35.00	1	35.00	Neufert Arch. Data
Gallery	230.00	1	230.00	Neufert Arch. Data 6
washing area	27.60	1	27.60	Neufert Arch. Data 7
Toilet	56.46	2	112.92	ADA Standards 8
Cleaning tool S.	4.00	1	4.00	
Circulation			378.05	45% of area
Total			1,218.17	



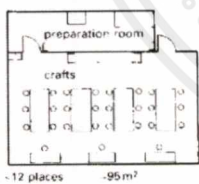
1 Reception 5.00 sq.m.



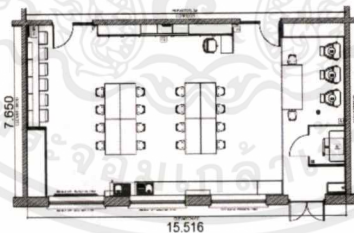
2 Lecture room 161.70 sq.m.



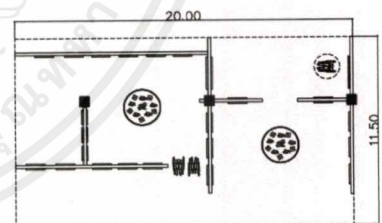
3 Painting area 5.02 sq.m.



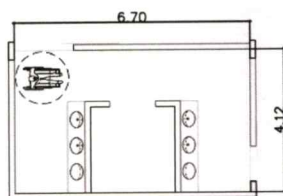
4 Crafts area 95.00 sq.m.



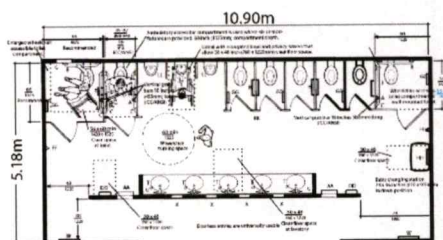
5 Molding & casting 118.70 sq.m.



6 Gallery 230.00 sq.m.



7 washing area sq.m.



8 Toilet 56.46 sq.m.

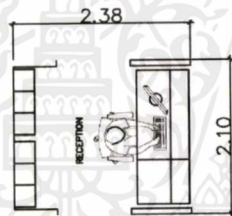
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.10 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องดนตรี

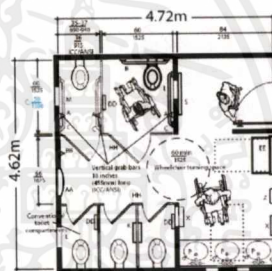
ตารางที่ 3.6.10 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องดนตรี

MUSIC ROOM

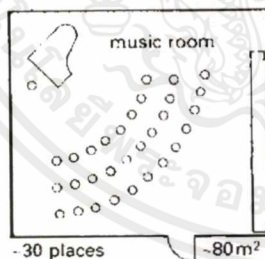
Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Reception	5.00	1	5.00	Neufert Arch. Data 1
Music Theraphy rm.	80.00	1	80.00	Neufert Arch. Data 2
Music classroom	88.60	1	88.60	Neufert Arch. Data 3
Toilet	21.80	1	43.60	ADA Standards 4
Cleaning tool S.	3.00	1	3.00	
Circulation			99.09	45% of area
Total			319.29	



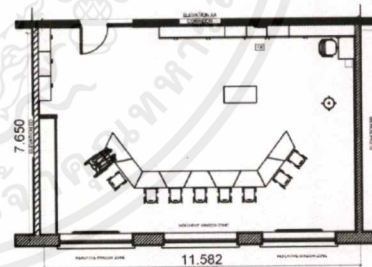
1 Reception 5.00 sq.m.



4 Toilet 21.80 sq.m.



2 Music therapy room 80.00 sq.m.



3 Music classroom 88.60 sq.m.

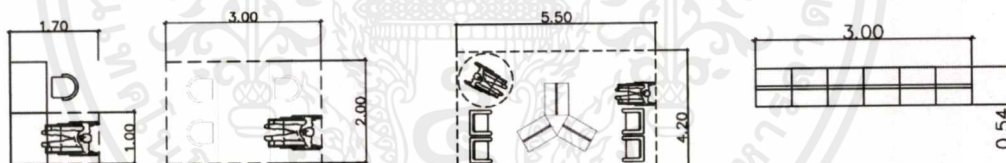
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.11 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องสมุด

ตารางที่ 3.6.11 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยห้องสมุด

LIBRARY

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Counter	5.00	1	5.00	Neufert Arch. Data
Seating	1.70	25	42.50	Neufert Arch. Data ①
Seating (4 seats)	6.00	10	60.00	Neufert Arch. Data ②
Sofa set	23.10	2	46.20	Time saver ③
Bookshelf	1.62	12	19.44	Neufert Arch. Data ④
Internet zone	7.56	2	15.12	Neufert Arch. Data ⑤
Toilet	21.80	1	43.60	ADA Standards ⑥
Cleaning tool S.	4.00	1	4.00	
Circulation			106.14	45% of area
Total			342.00	

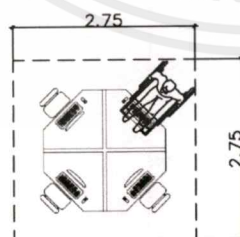


① Seating 1.70 sq.m./person

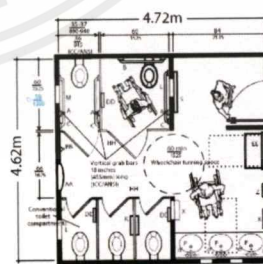
② Seating (4 seats) 6.00 sq.m.

③ Sofa set 23.10 sq.m.

④ Bookshelf 1.62 sq.m.



⑤ Internet zone 7.56 sq.m.



⑥ Toilet 21.80 sq.m.

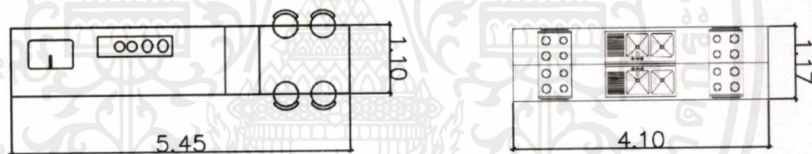
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6.12 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Work shop

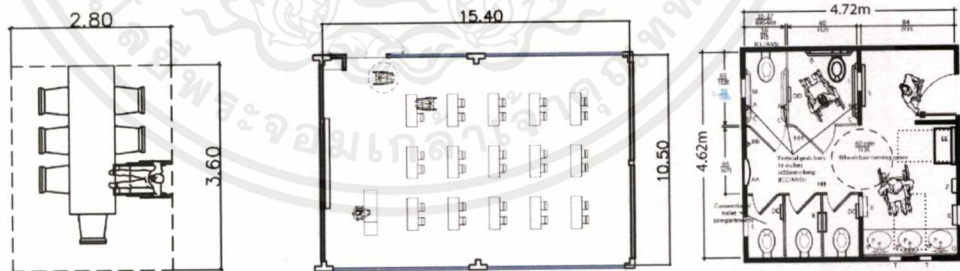
ตารางที่ 3.6.12 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วน Work shop

COOKING WORKSHOP AREA

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Cooking area(1)	6.00	10	60.00	Human Dimension ①
Cooking area(2)	4.80	10	48.00	Human Dimension ②
Ref. and oven	6.00	3	18.00	Human Dimension
Table & chair set	10.08	2	20.16	Neufert Arch. Data ③
Lecture room	161.70	1	161.70	Neufert Arch. Data ④
Storage			59.28	30% of stand area
Toilet	21.80	2	43.60	ADA Standards ⑤
Circulation			184.83	45% of area
Total			595.57	



① Cooking area(1) 19.76 sq.m. ② Cooking area(2) 4.80 sq.m.



③ Table & chair set 10.08 sq.m. ④ Lecture room 161.70 sq.m. ⑤ Toilet 21.80 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

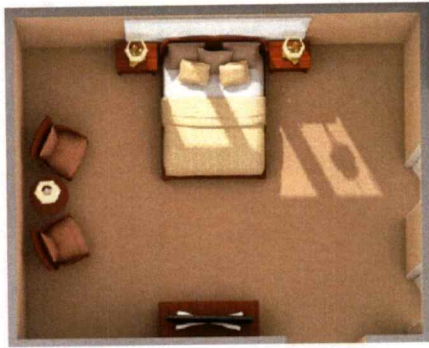
3.6.13 การวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนที่พัก

ตารางที่ 3.6.13 ตารางแสดงการวิเคราะห์พื้นที่ใช้สอยส่วนที่พัก

ACCOMMODATION

Component	Area/unit (sq.m.)	Unit	Area req. (sq.m.)	Remark
Single bedroom				
Bedroom	31.00	1	31.00	Glenaire Retirement Community 1
Closet	2.56	1	2.56	Glenaire Retirement Community 2
Living/Dining	22.00	1	22.00	Neufert Arch. Data 3
Kitchen	4.70	1	4.70	Glenaire Retirement Community 4
W.C.	6.30	1	6.30	ADA Standards 5
Circulation			19.97	30% of area
Balcony	5.00	1	5.00	Neufert Arch. Data
Total (Single bedroom)			91.53	
Double bedroom				
Bedroom	30.00	2	60.00	Glenaire Retirement Community 6
Closet	2.56	2	5.12	Glenaire Retirement Community 2
Living/Dining	23.75	1	23.75	Neufert Arch. Data
Kitchen	5.95	1	5.95	Glenaire Retirement Community
W.C.	6.30	2	12.60	ADA Standards 5
Circulation			32.23	30% of area
Balcony	5.25	1	5.25	Neufert Arch. Data
Total (Double bedroom)			144.90	
Single bedroom 20 rooms			1,833.60	
Double bedroom 10 rooms			1,449.00	
First aid room	30.00	1	30.00	
Convenience store	297.30	1	297.30	
Laundry service	67.50	1	67.50	
Total			3,674.40	

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



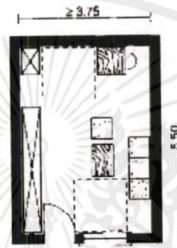
1 Bedroom 31.00 sq.m.



6 Bedroom 30.00 sq.m.



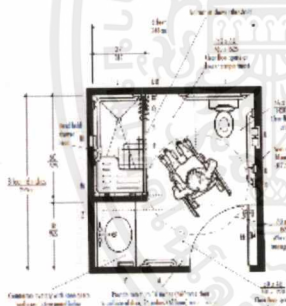
2 Closet 2.56 sq.m.



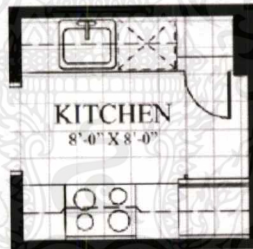
3 Living/Dining 22.00 sq.m.



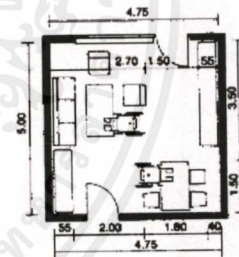
4 Kitchen 4.70 sq.m.



5 W.C. 6.30 sq.m.



7 Kitchen 5.95 sq.m.



8 Living/Dining 23.75 sq.m.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 4

การวิเคราะห์ข้อมูลและแนวคิดในการออกแบบ

4.1 การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1.1 การวิเคราะห์ที่ตั้งภายในโครงการ

โครงการตั้งอยู่ติดถนนไมตรีจิต แขวงสามวาตะวันออก เขตคลองสามวา จังหวัด
กรุงเทพมหานคร

พิกัดที่ตั้งโครงการ 13.909152, 100.753848

อาณาเขตของที่ตั้ง ทิศเหนือ ติดกับ ถนนไมตรีจิต

ทิศใต้ ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่ง

ทิศตะวันออก ติดกับ บ้านพักอาศัยและบริเวณพื้นที่โล่ง

ทิศตะวันตก ติดกับ บริเวณพื้นที่โล่ง

ลักษณะที่ตั้ง เป็นพื้นที่โล่ง มีหญ้าปกคลุมและมีต้นไม้กระจายตามพื้นที่ มีบ่อน้ำทางด้านทิศ
ตะวันออก ไม่มีความลาดชัน โดยรอบส่วนใหญ่เป็นที่ว่างมีบ้านพักอาศัยเล็กน้อย บรรยากาศ
ค่อนข้างเงียบสงบ มลพิษน้อย เส้นทางสะดวกสบาย สามารถเดินทางได้ด้วยรถยนต์
พื้นที่โครงการทั้งหมด ประมาณ 49 ไร่



ภาพที่ 4.1.1.1 แสดงตำแหน่งที่ตั้งจาก Google Earth

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.1.2 การวิเคราะห์อาคารภายในโครงการ

ชื่อโครงการ Thana City Golf and Sport Club Bangna, Bangkok

ขนาดพื้นที่ (โดยประมาณ)	อาคารที่นำมาใช้คือ อาคาร A และ C	
	พื้นที่ภายในอาคาร A :	
	ชั้น G	6,930 ตร.ม.
	ชั้น 1	6,420 ตร.ม.
	ชั้น 2	2,085 ตร.ม.
	ชั้น 3	2,220 ตร.ม.
	ชั้น 4	175 ตร.ม.
	พื้นที่ภายในอาคาร C :	
	ชั้น G	995 ตร.ม.
	ชั้น 1	800 ตร.ม.
	ชั้น 2	1,175 ตร.ม.
	ชั้นใต้หลังคา	100 ตร.ม.

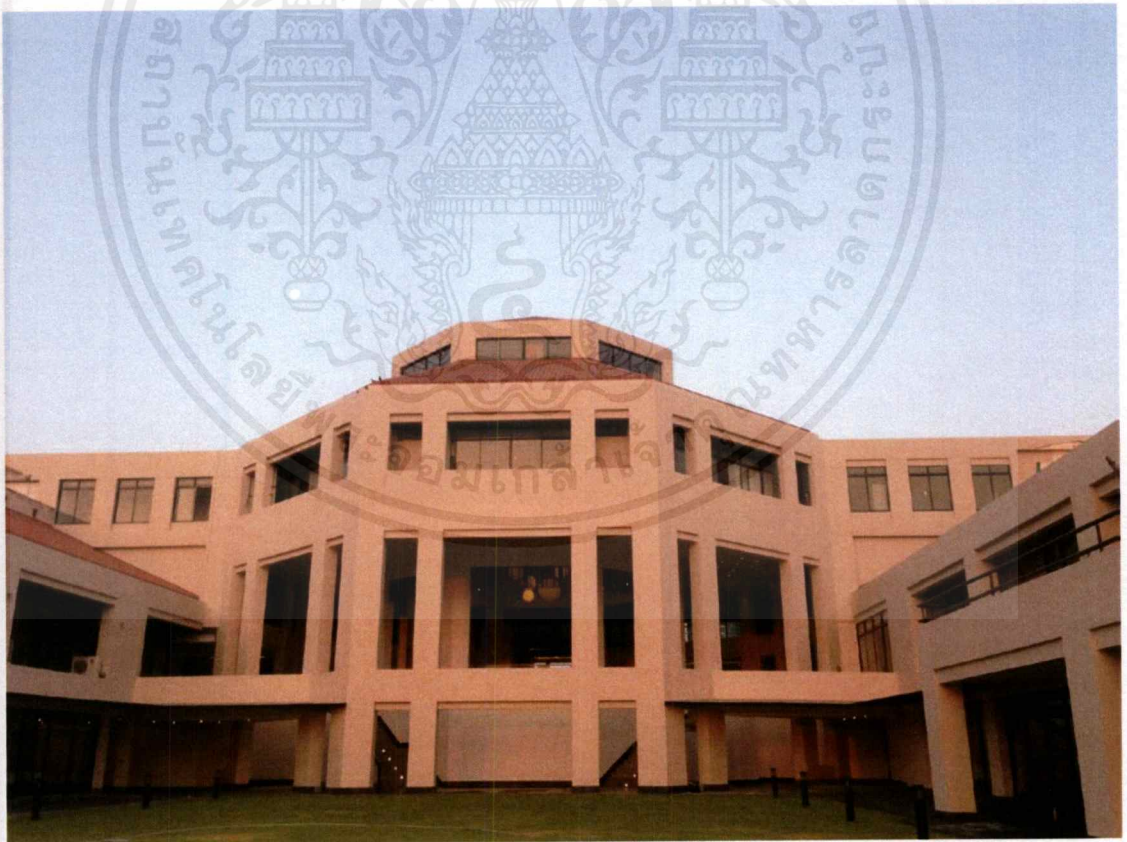
รวมพื้นที่ภายในอาคารทั้งหมดประมาณ : 20,900 ตร.ม.

ลักษณะเด่นของอาคาร คือ ส่วนกลางเป็นลักษณะ 8 เหลี่ยม โดยใช้ระบบเสาและคานรับน้ำหนัก เสาที่ใช้รับน้ำหนักเป็นปีกยื่นออกจากเสาสี่เหลี่ยมกางเป็นมุม 135 องศา ตามมุมทั้ง 8 มุม อาคารหลักมีลักษณะอาคารเป็นรูปตัว U โดยมีด้านหลังเป็นสรวายน้ำ รูปแบบอาคารเป็นแบบสมัยใหม่ ตัวอาคารฉาบปูนทาสีเรียบไม่มีการตกแต่งลวดลาย มีการเจาะช่องแสงสี่เหลี่ยม รอบตัวอาคารเป็นการสร้างปริมาตรของอาคารให้เกิดแสงและเงา เป็นจังหวะช่วยลดทอนความทื่อทะของอาคารด้วย

การจัดวางอาคารใช้องค์ประกอบให้เกิดแกน Axis เพื่อสร้างความรู้สึกที่สง่าและเข้มแข็ง สร้างความต่อเนื่องระหว่างที่ว่างด้วย Green Space จากตัวถนนเข้ามาจะเห็นแนวต้นปาล์มเป็นระยะค่อนข้างมาก บรรยากาศสี่อักษณะกึ่งรีสอร์ท เน้นทางเข้าอาคารประกอบกับสวน ด้านหน้าทางเข้าอาคาร เป็น Ramp เล่นระดับขึ้นมา 4 เมตร ทำให้บริเวณนี้เป็นลักษณะโถง Outdoor ก่อนที่จะแยกไปยังอาคารต่างๆ



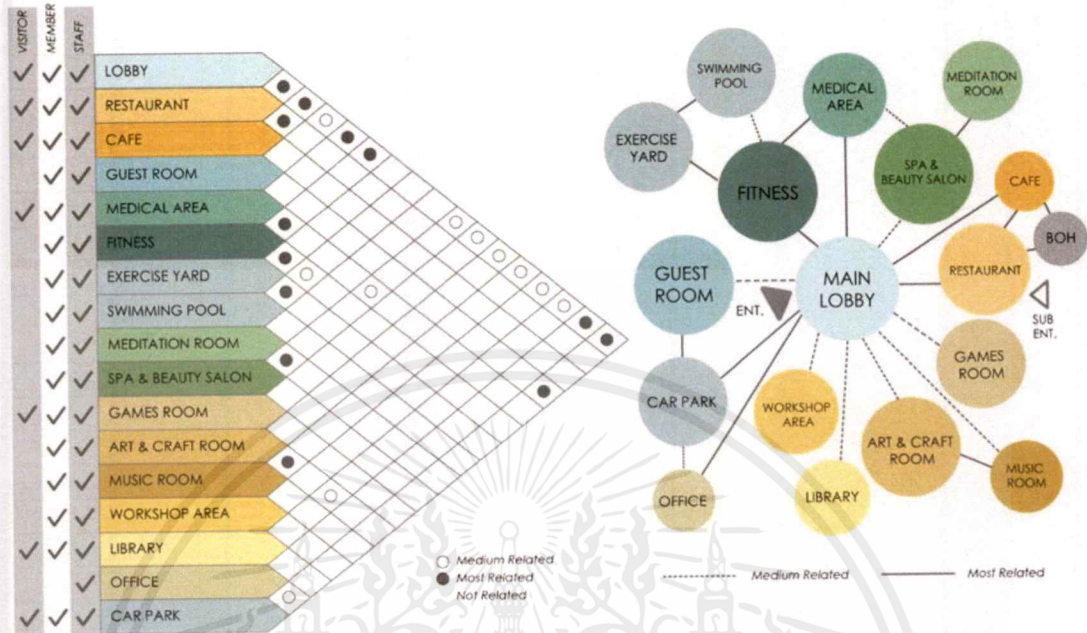
ภาพที่ 4.1.2.1 ทศนิยมภาพอาคาร



ภาพที่ 4.1.2.2 ทศนิยมภาพอาคาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.1.3 การวิเคราะห์ค่าความสัมพันธ์ของพื้นที่ (Relationship Matrix) และ ความสัมพันธ์ของพื้นที่แบบวงกลม (Bubble Diagram)



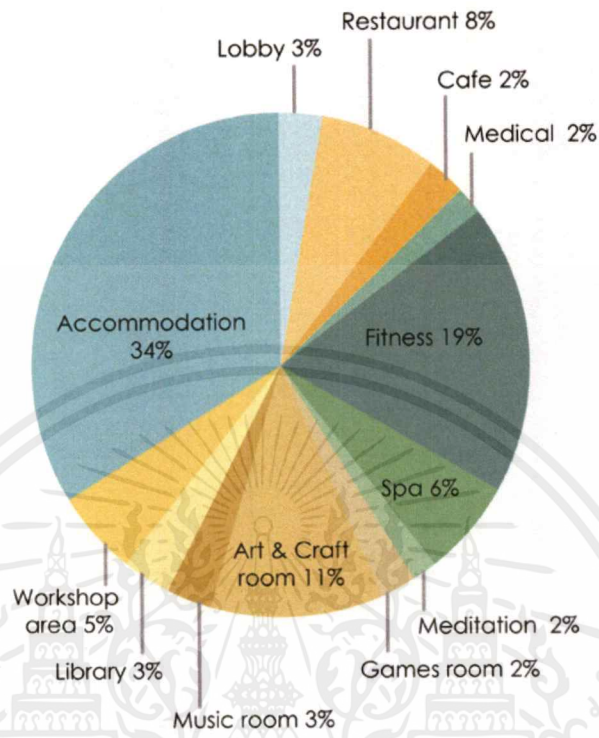
4.1.4 ตารางสรุปผลพื้นที่ที่ต้องการ

ตารางที่ 4.1.4 ตารางสรุปผลพื้นที่ที่ต้องการ

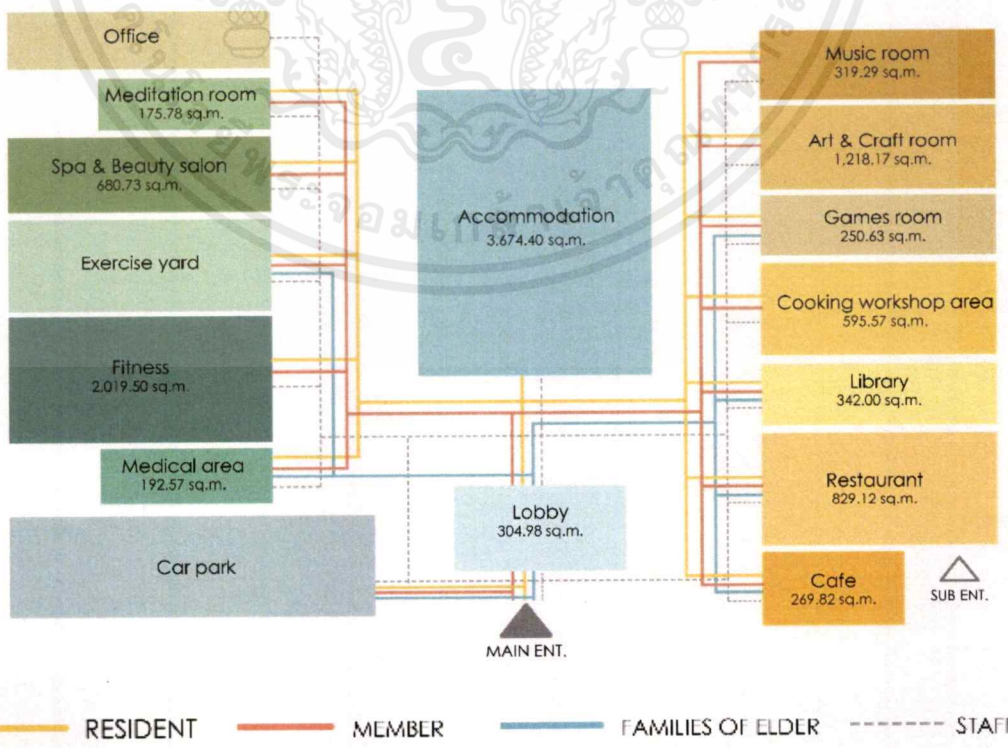
Element	Area (sq.m.)	Percentage
Lobby	304.98	3%
Restaurant	829.12	8%
Cafe	269.82	2%
Medical area	192.57	2%
Fitness	2,019.50	19%
Spa & Beauty salon	680.73	6%
Meditation room	175.78	2%
Games room	250.63	2%
Art & Craft room	1,218.17	11%
Music room	319.29	3%
Library	342.00	3%
Workshop area	595.57	5%
Accommodation	3,674.40	34%
Total	10,872.56	100%
พื้นที่ที่คำนวณได้	10,872.56	ตารางเมตร
พื้นที่จริง	20,900.00	ตารางเมตร
เหลือพื้นที่	10,027.44	ตารางเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.1.5 การวิเคราะห์ค่าพื้นที่เป็นร้อยละและแผนภูมิวงกลมเปรียบเทียบขนาดพื้นที่ (Pie Chart)

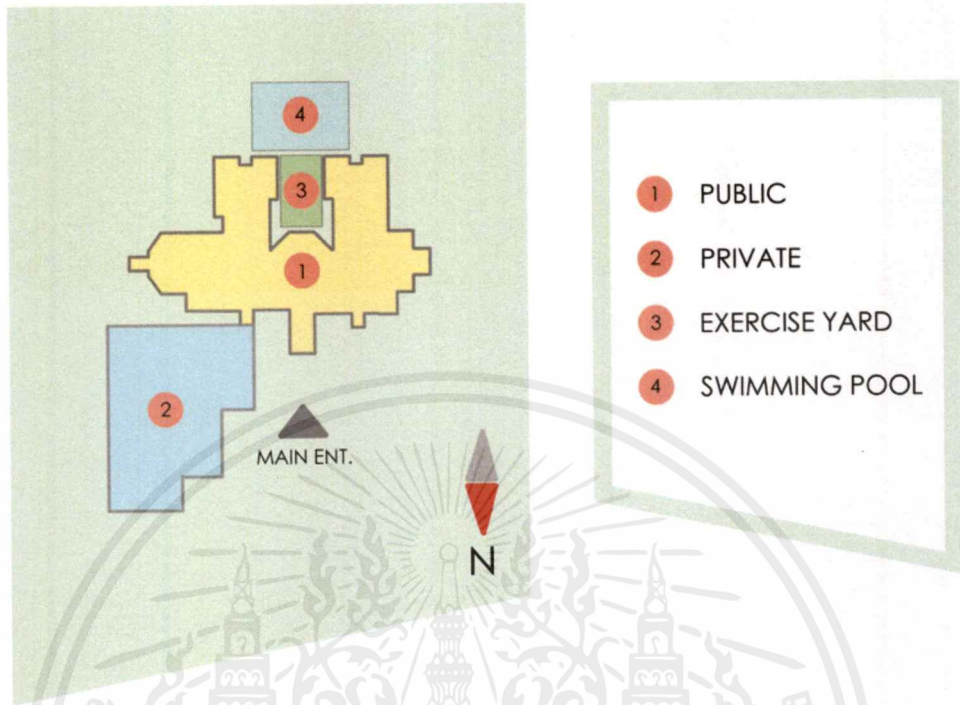


4.1.6 การวิเคราะห์ขนาดพื้นที่ และทางสัญจร (Functional Diagram)

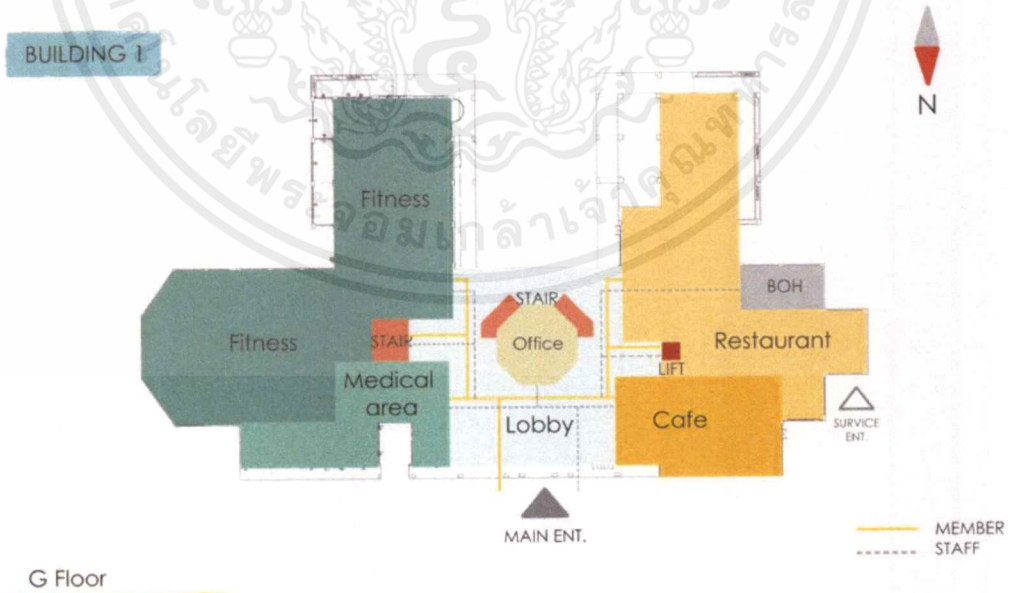


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

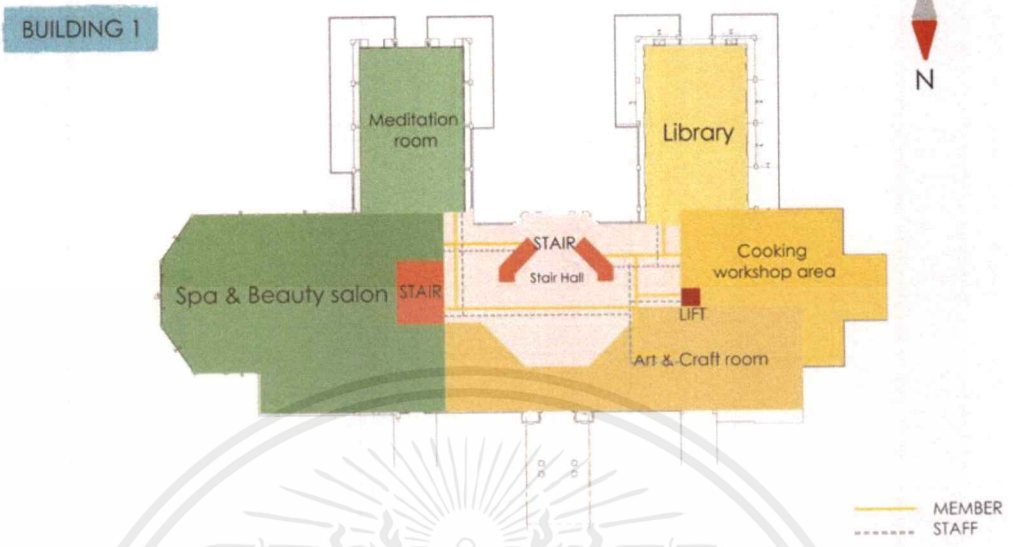
4.1.7 การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์ (Zoning)



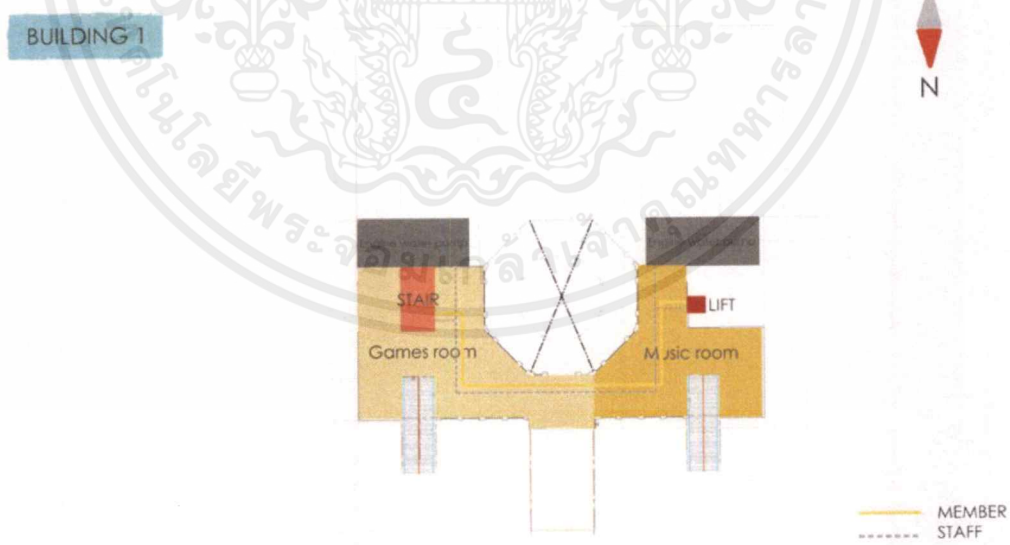
4.1.7.1 การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์อาคาร 1



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



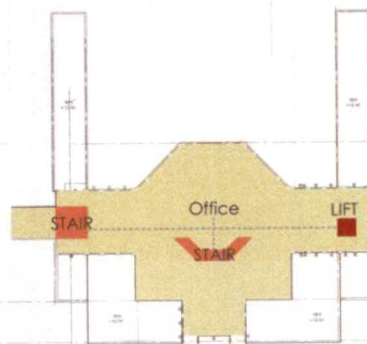
1st Floor



2ndFloor

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

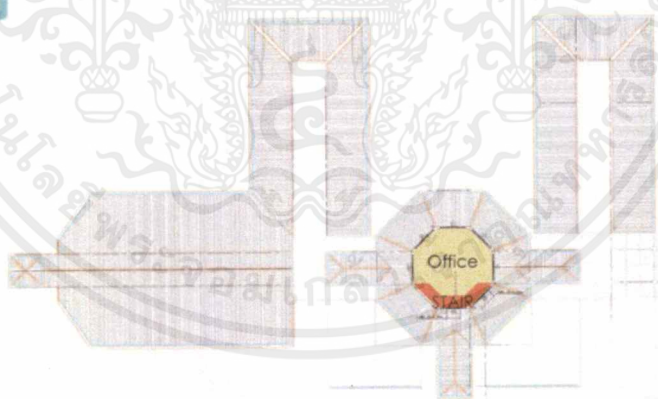
BUILDING 1



3rd Floor

MEMBER
STAFF

BUILDING 1

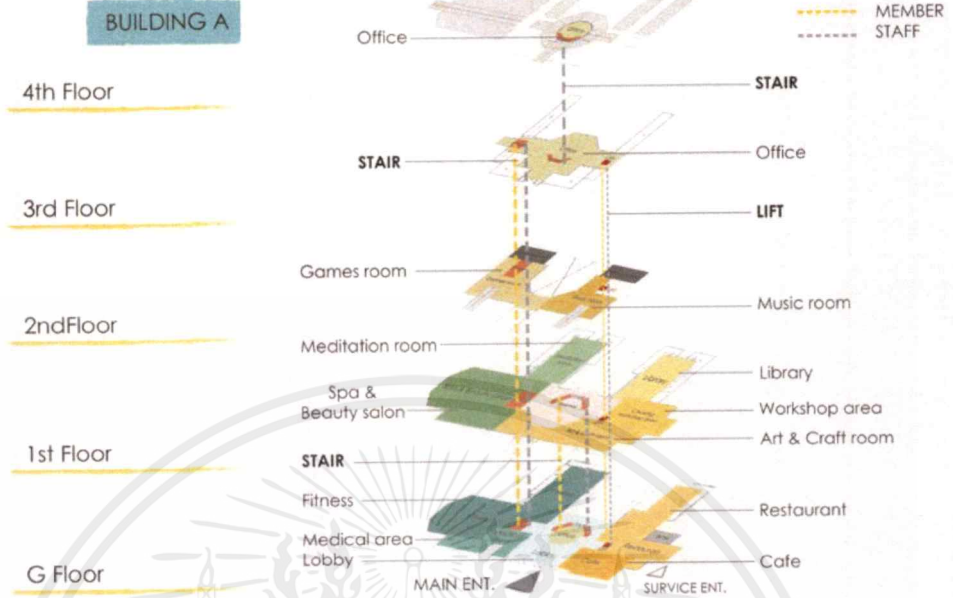


4th Floor

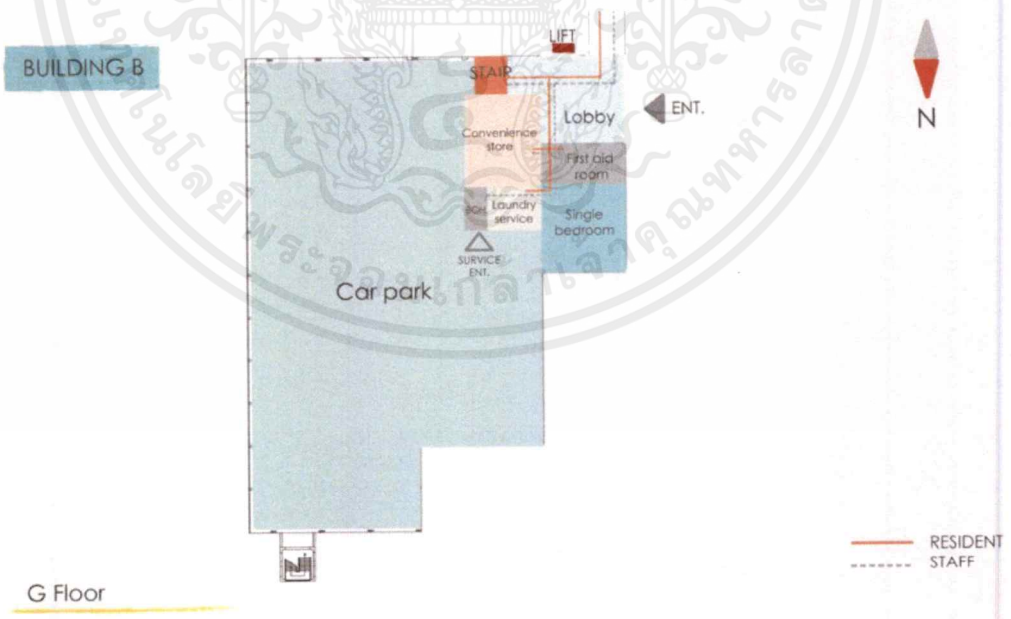
MEMBER
STAFF

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

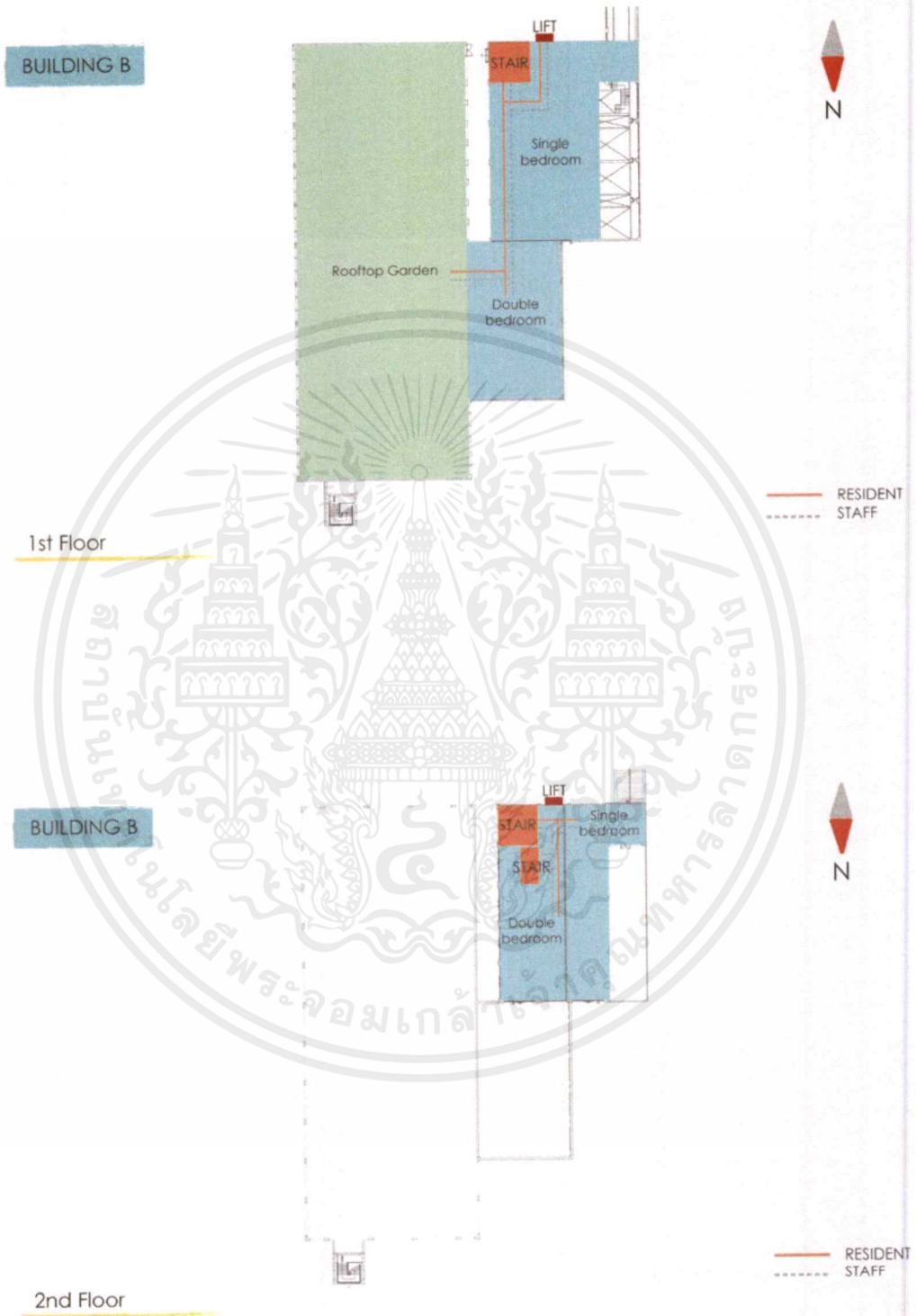
STACKING DIAGRAM



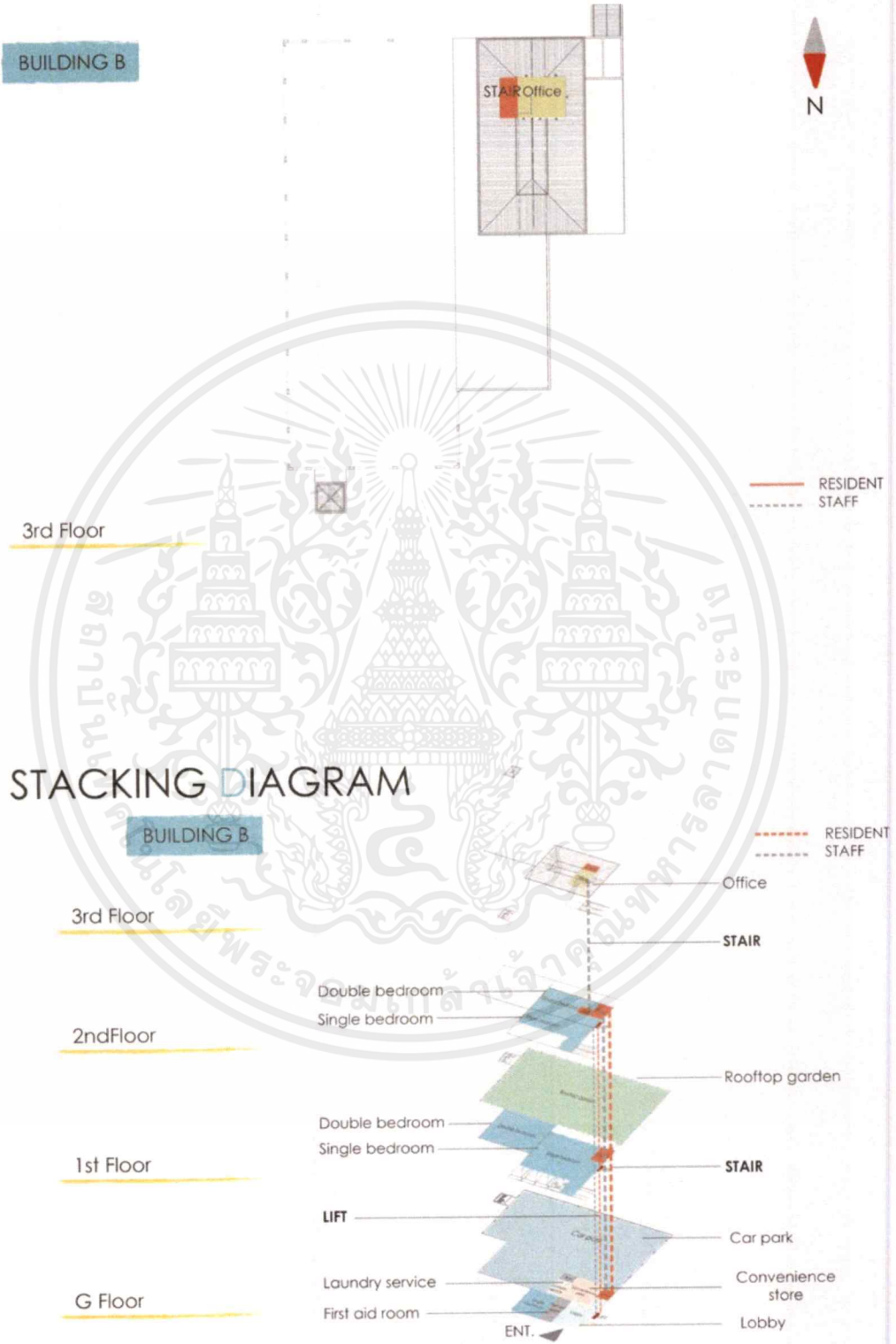
4.1.7.2 การวิเคราะห์กลุ่มพื้นที่สัมพันธ์อาคาร 2



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



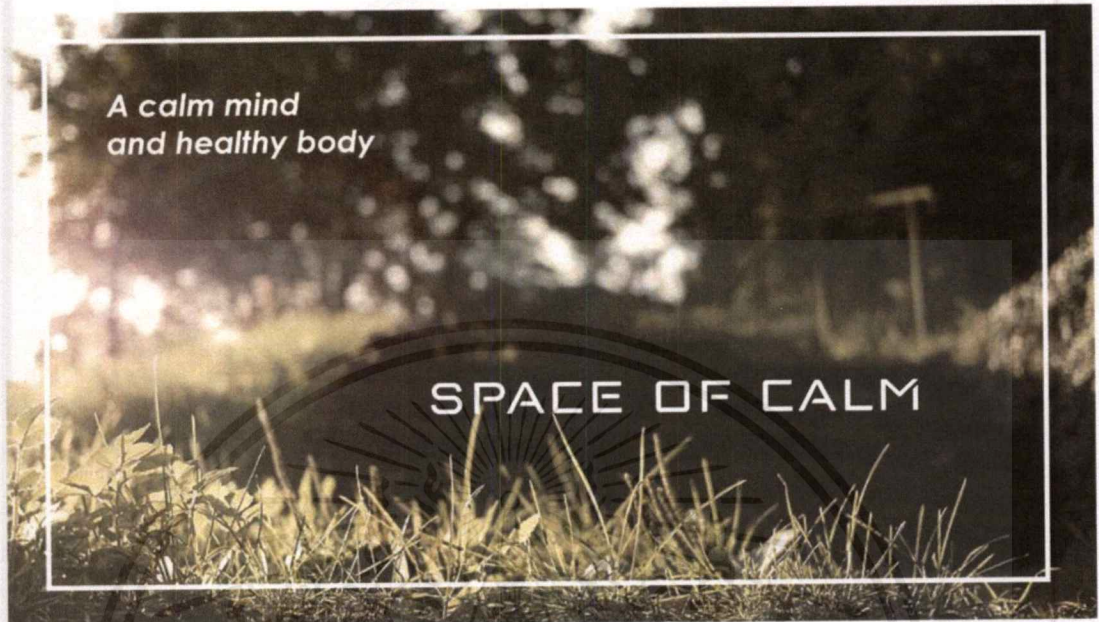
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.2 แนวคิดในการออกแบบ

4.2.1 แนวความคิดในการออกแบบ



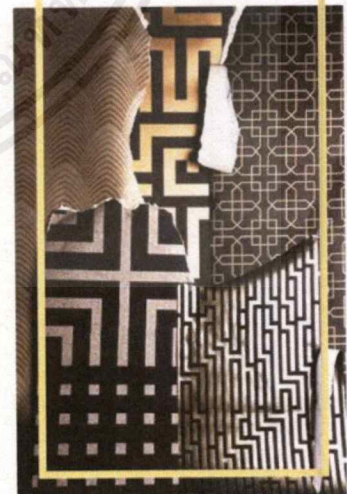
4.2.2 ธีม หรือ Mood Board

KEEP CALM AND...

RELAX

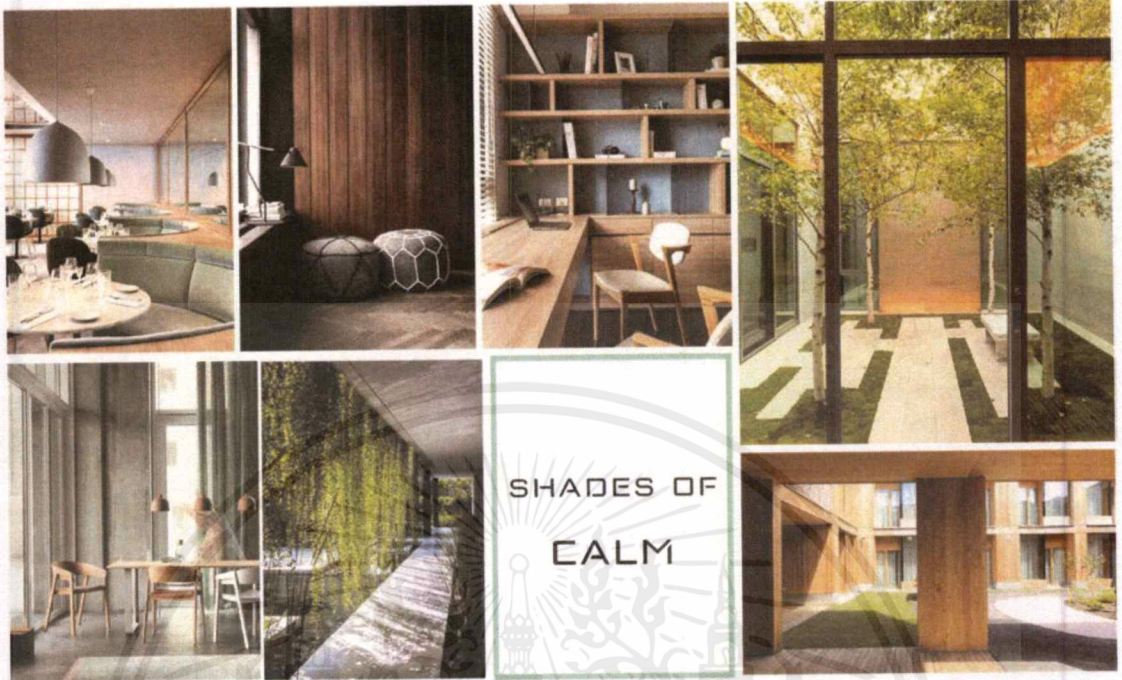
REFRESH

REVIVE



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

MOOD & TONE

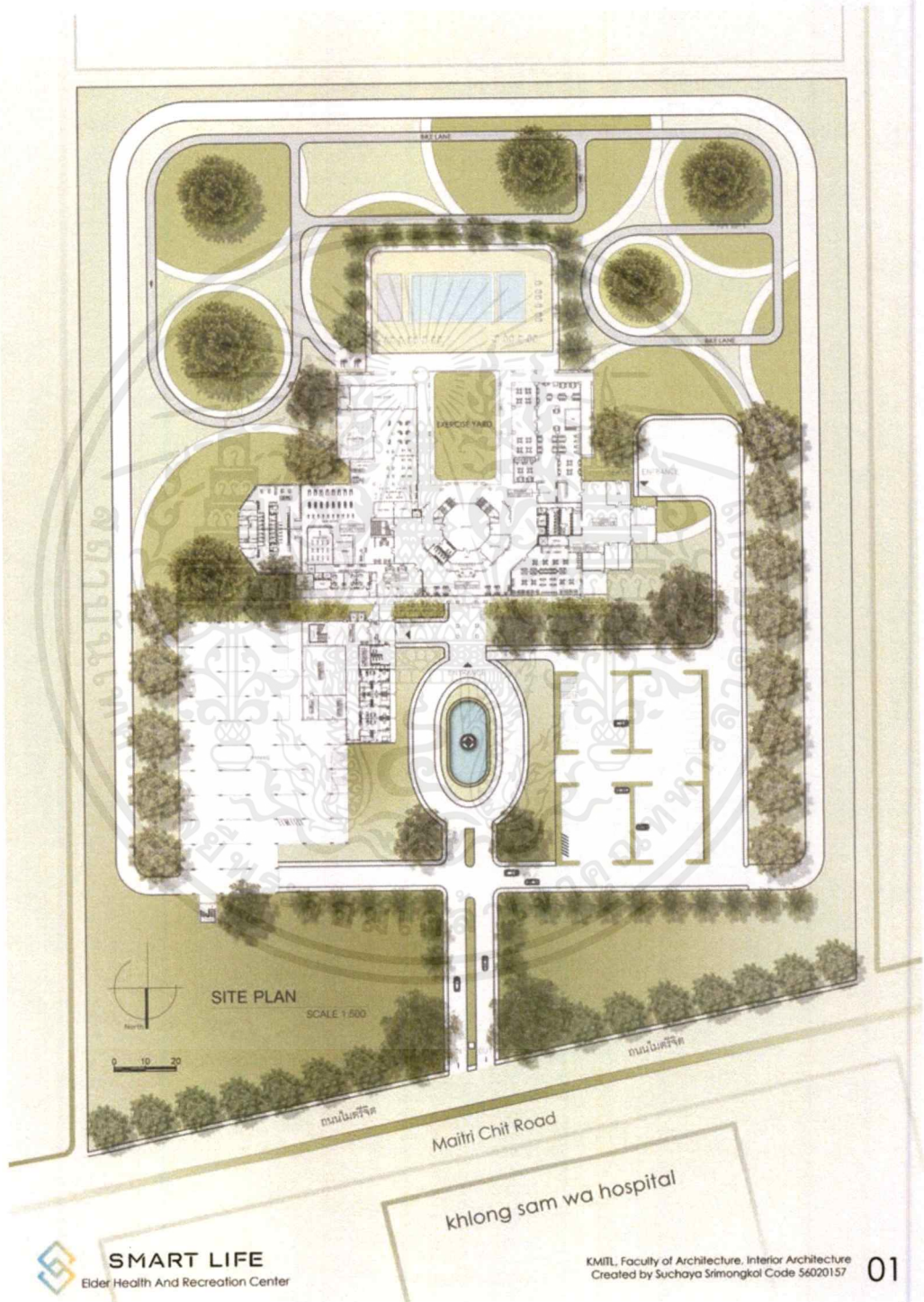


เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 5

ผลงานการออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน

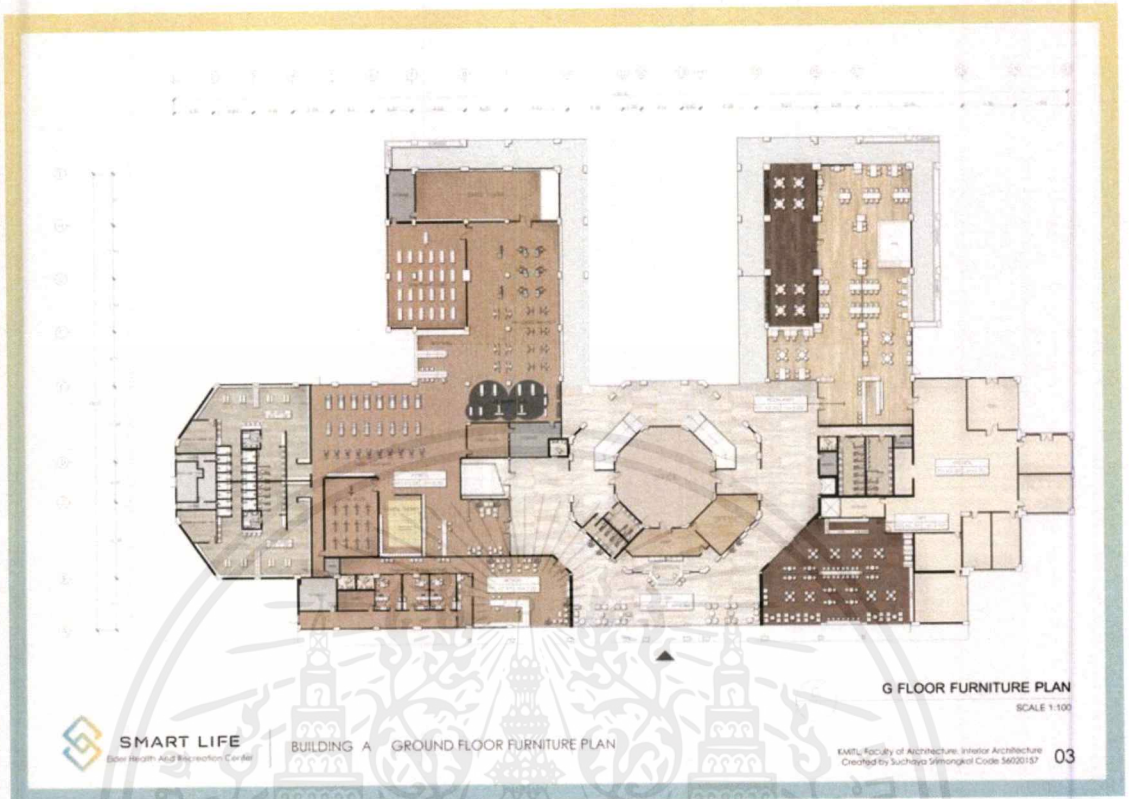
5.1 ผังบริเวณของโครงการ



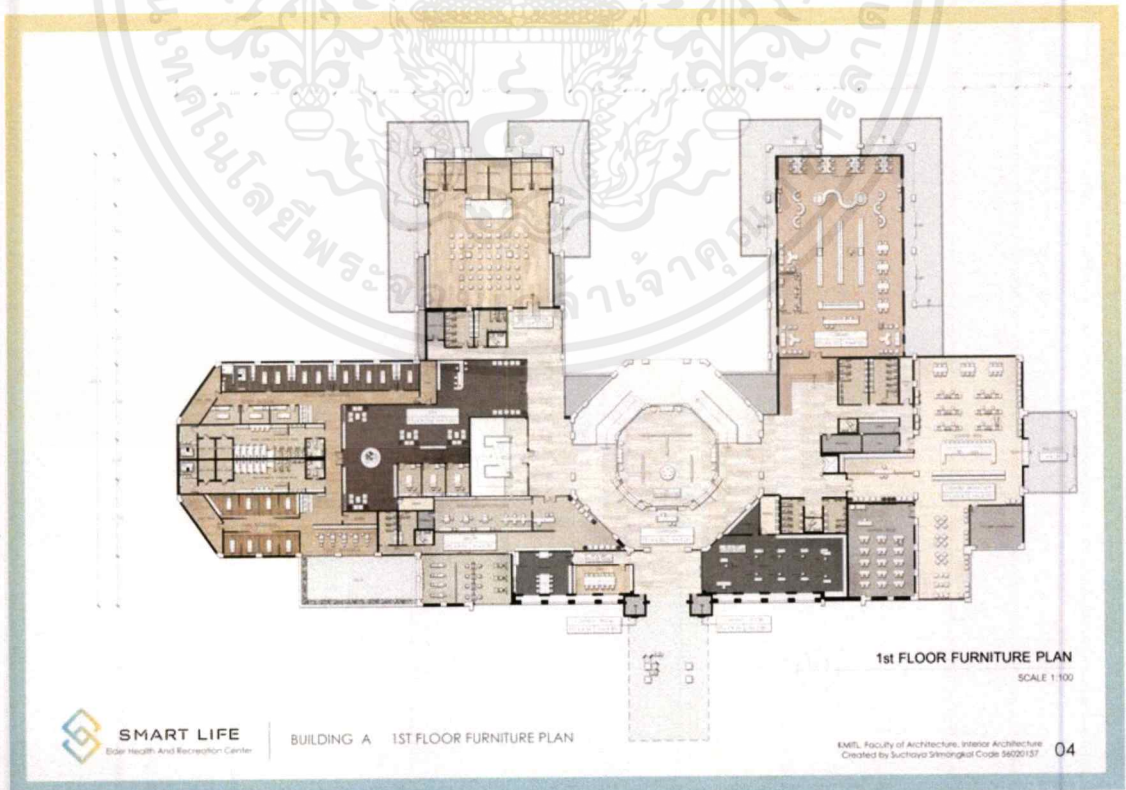
ภาพที่ 5.1.1 ภาพผังบริเวณโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.2 ผังเฟอร์นิเจอร์ของอาคารโครงการ

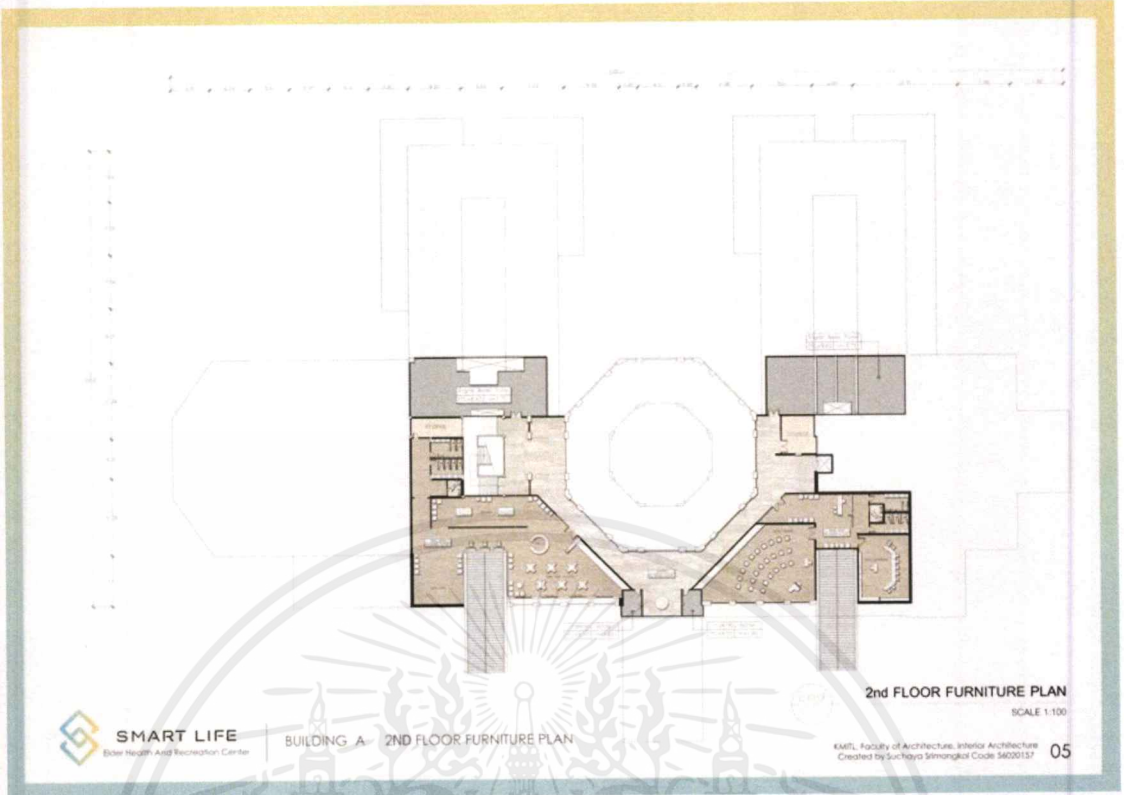


ภาพที่ 5.2.1 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น G

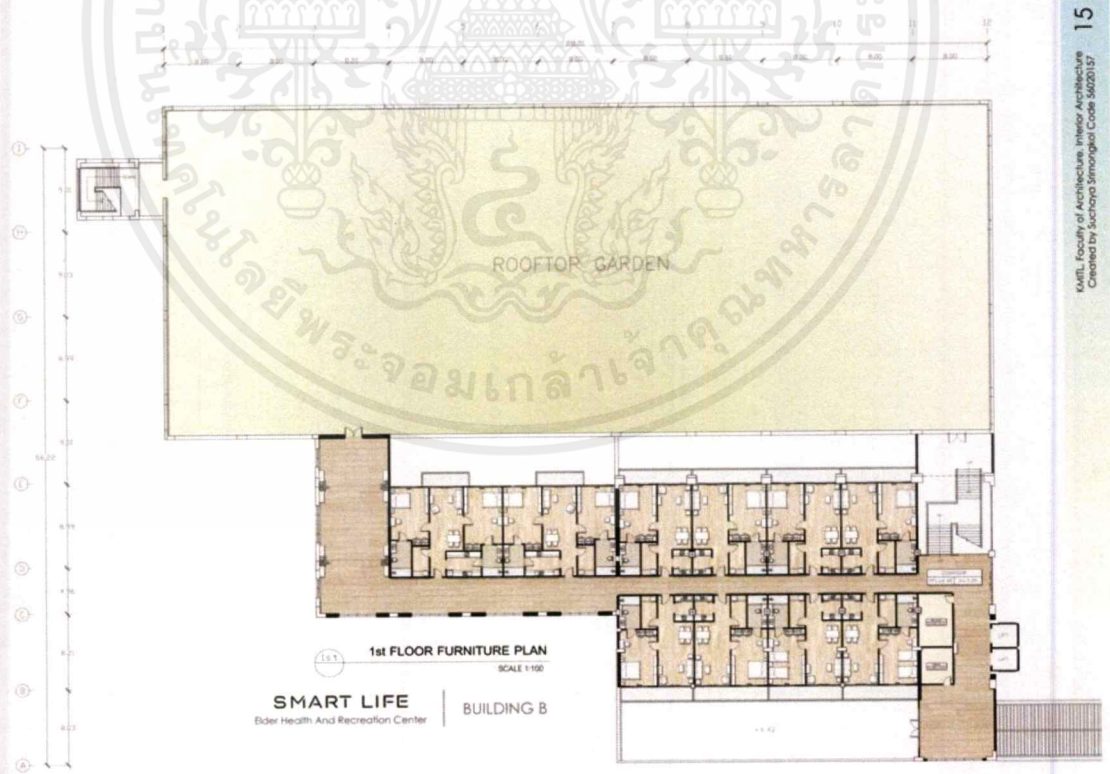


ภาพที่ 5.2.2 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

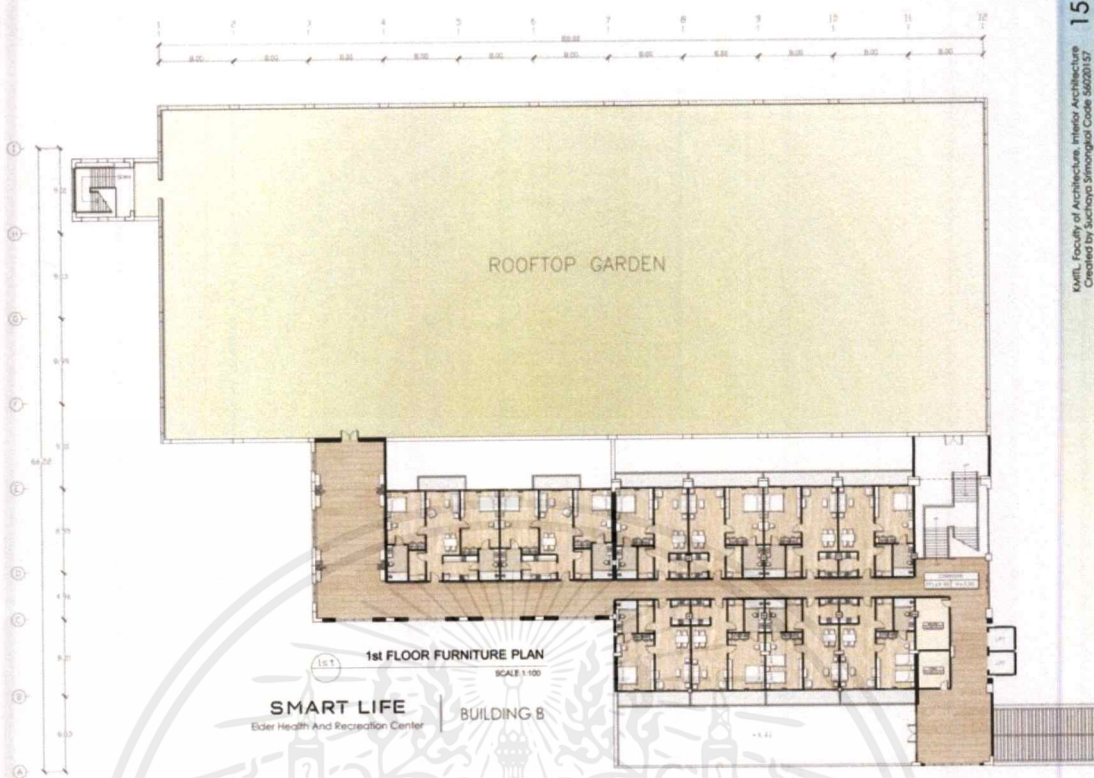


ภาพที่ 5.2.3 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร A ชั้น 2

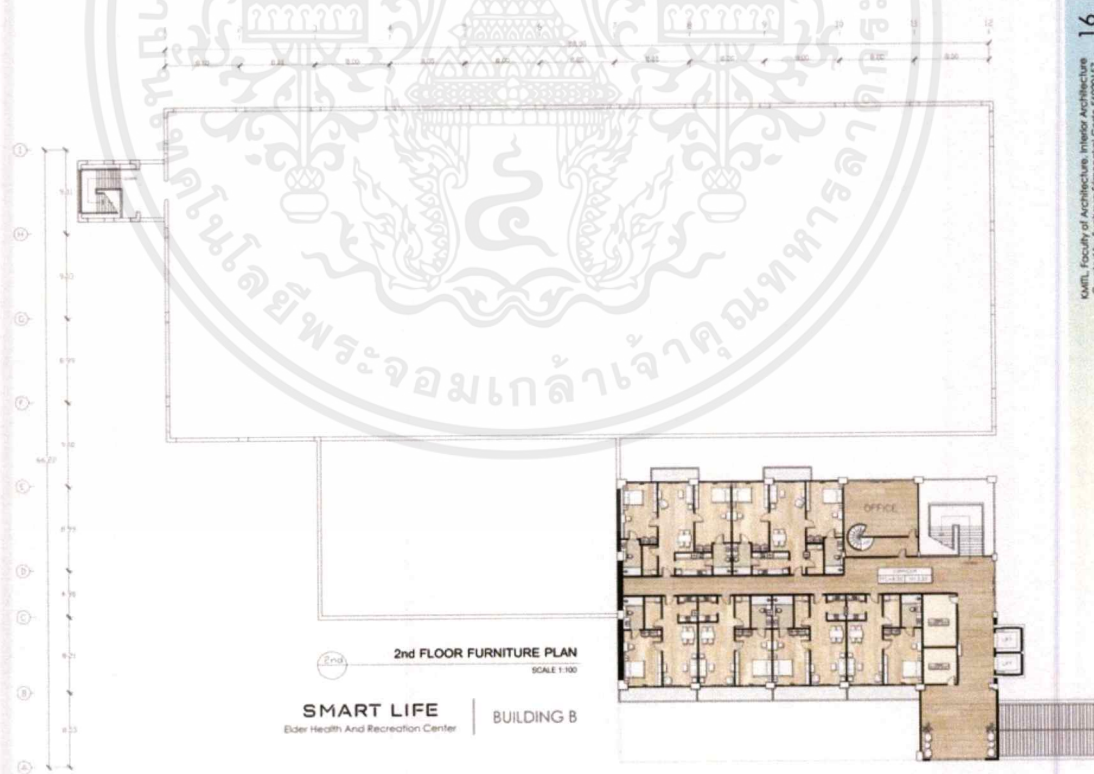


ภาพที่ 5.2.4 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น G

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



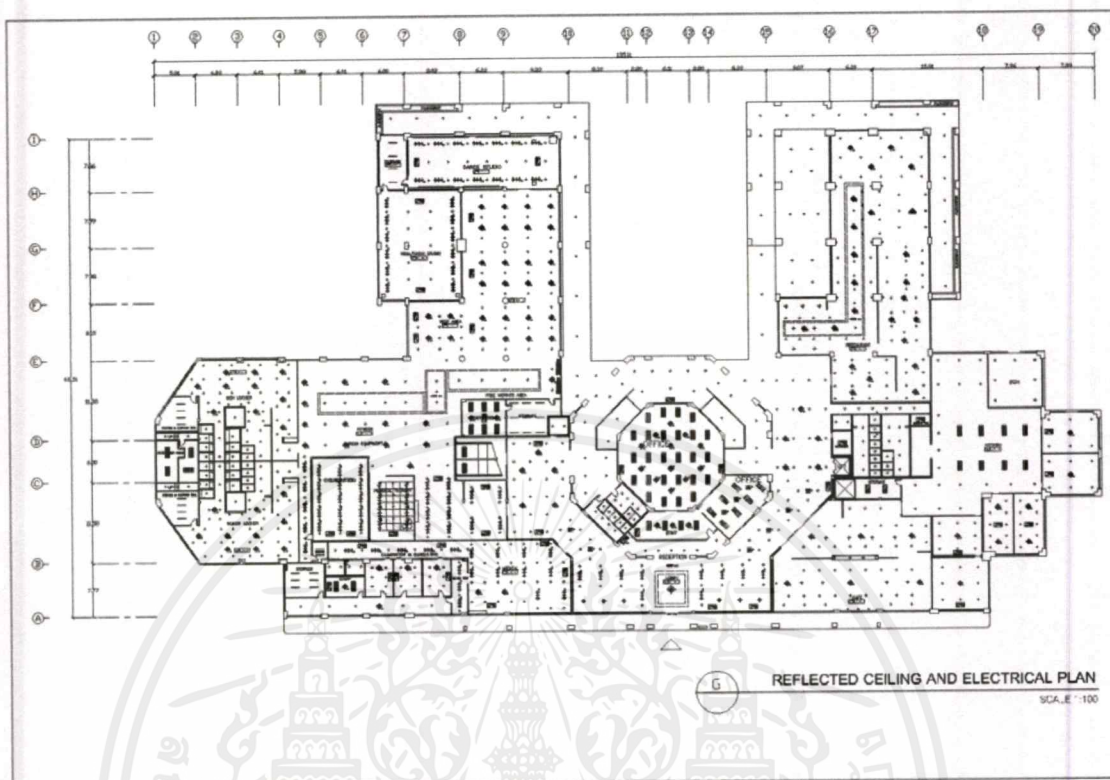
ภาพที่ 5.2.5 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น 1



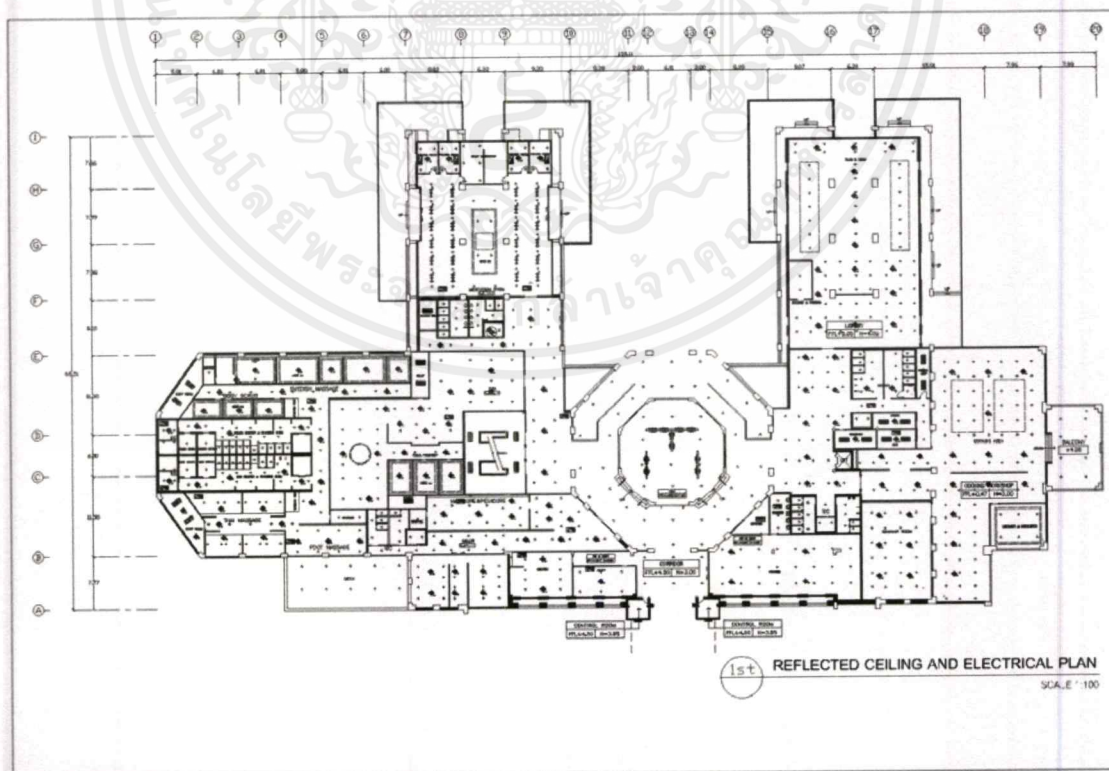
ภาพที่ 5.2.6 ภาพผังเฟอร์นิเจอร์ อาคาร B ชั้น 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.3 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้าของอาคารโครงการ

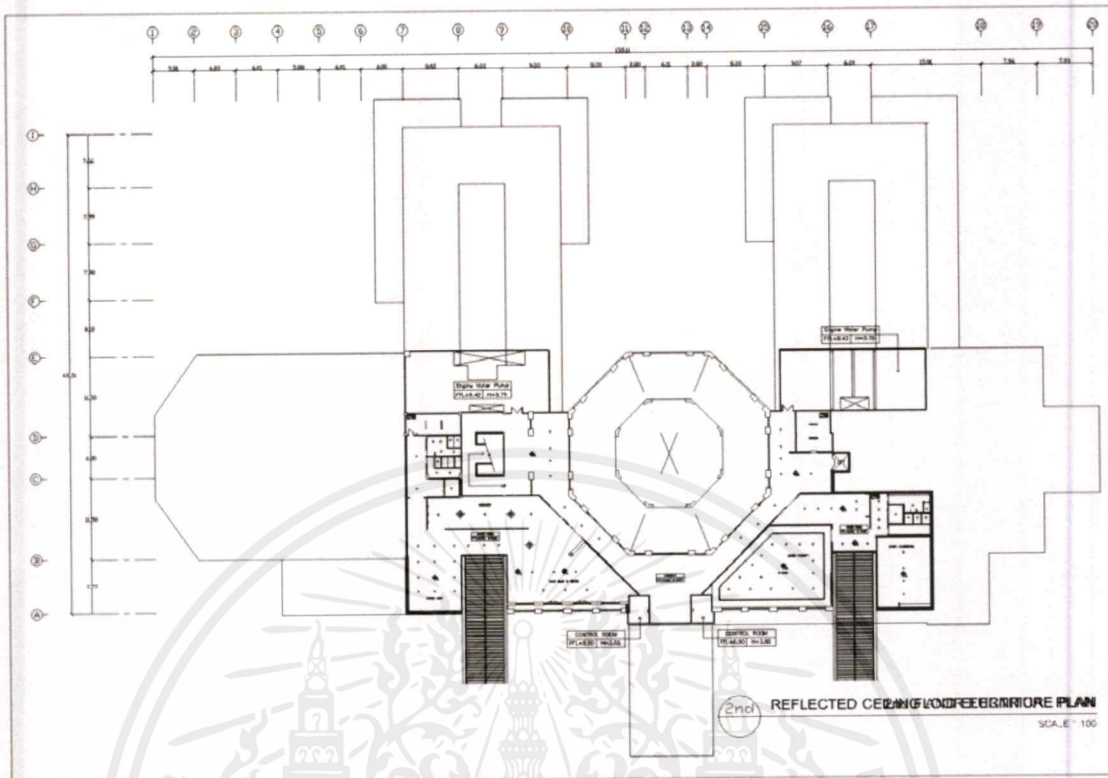


ภาพที่ 5.3.1 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น G

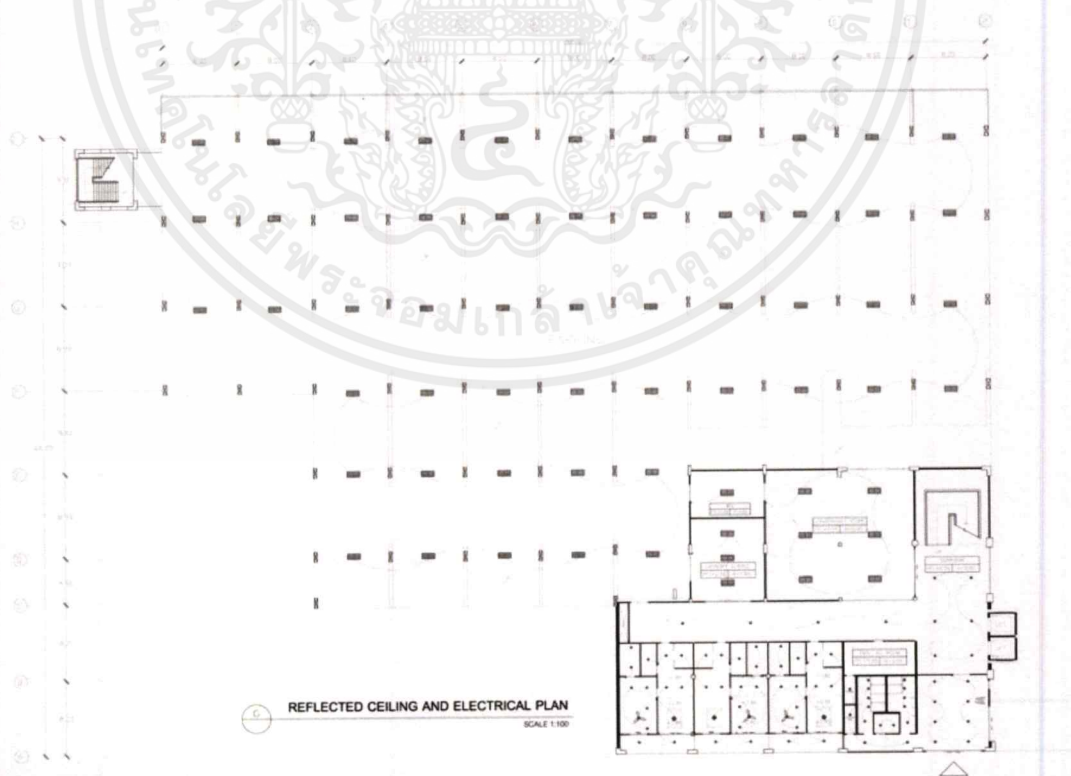


ภาพที่ 5.3.2 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใด ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

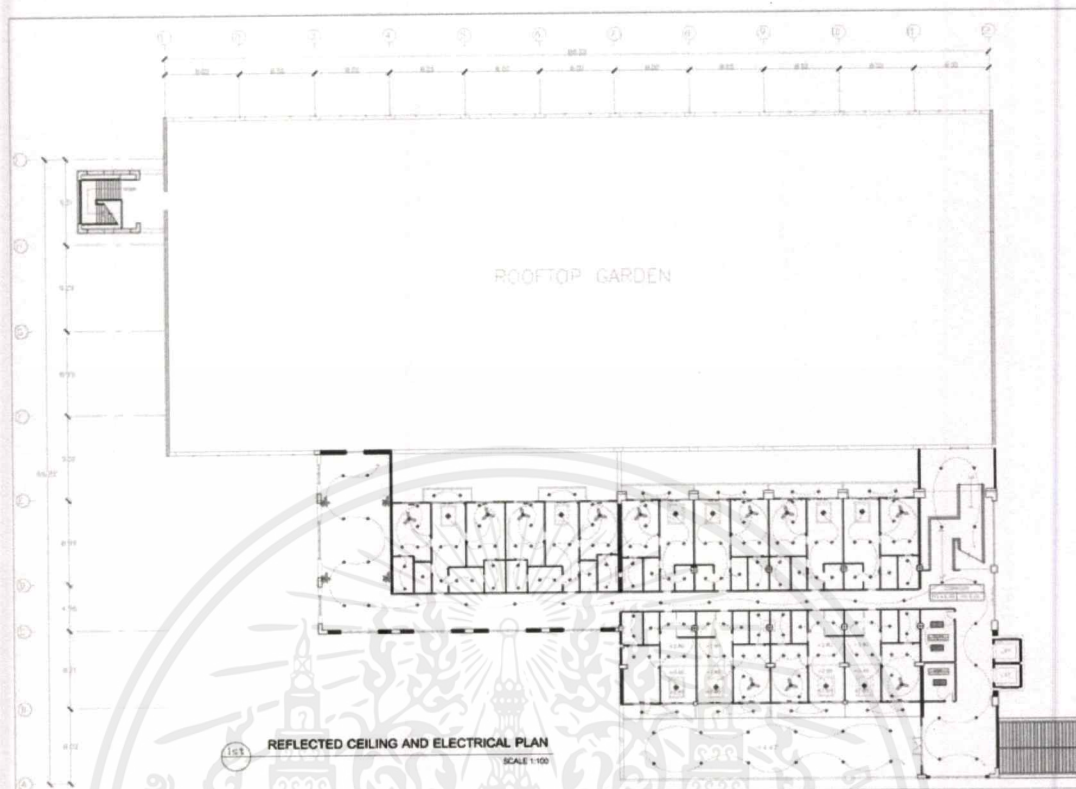


ภาพที่ 5.3.3 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร A ชั้น 2

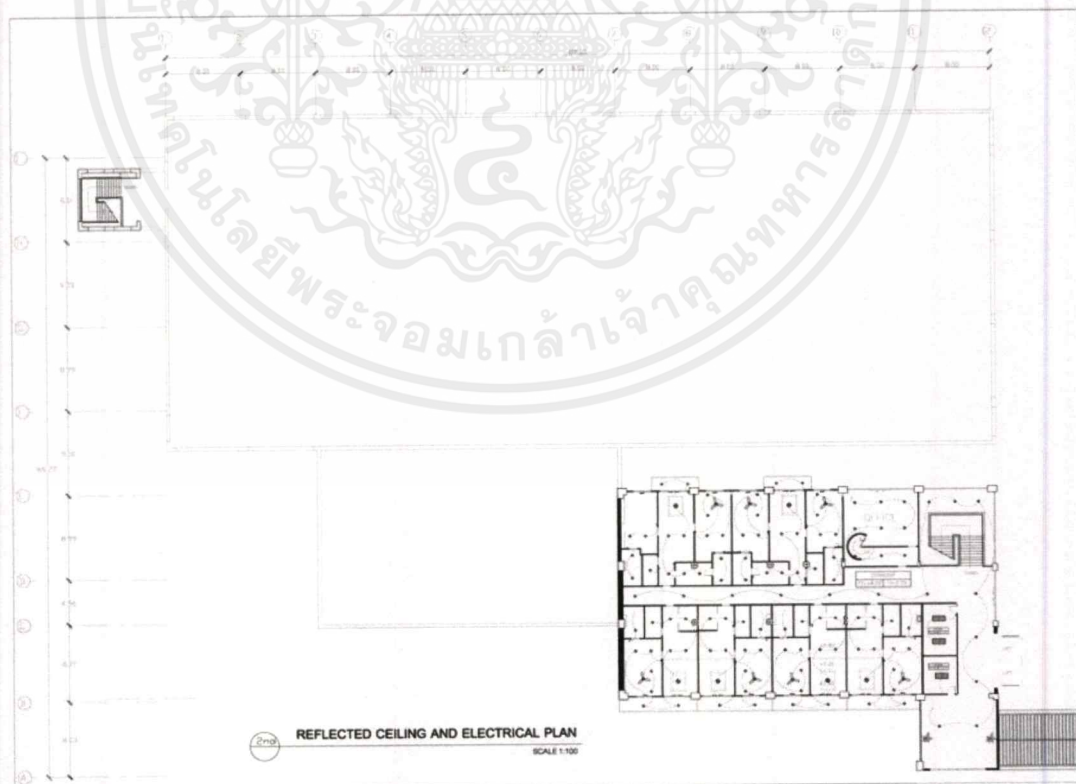


ภาพที่ 5.3.4 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น G

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



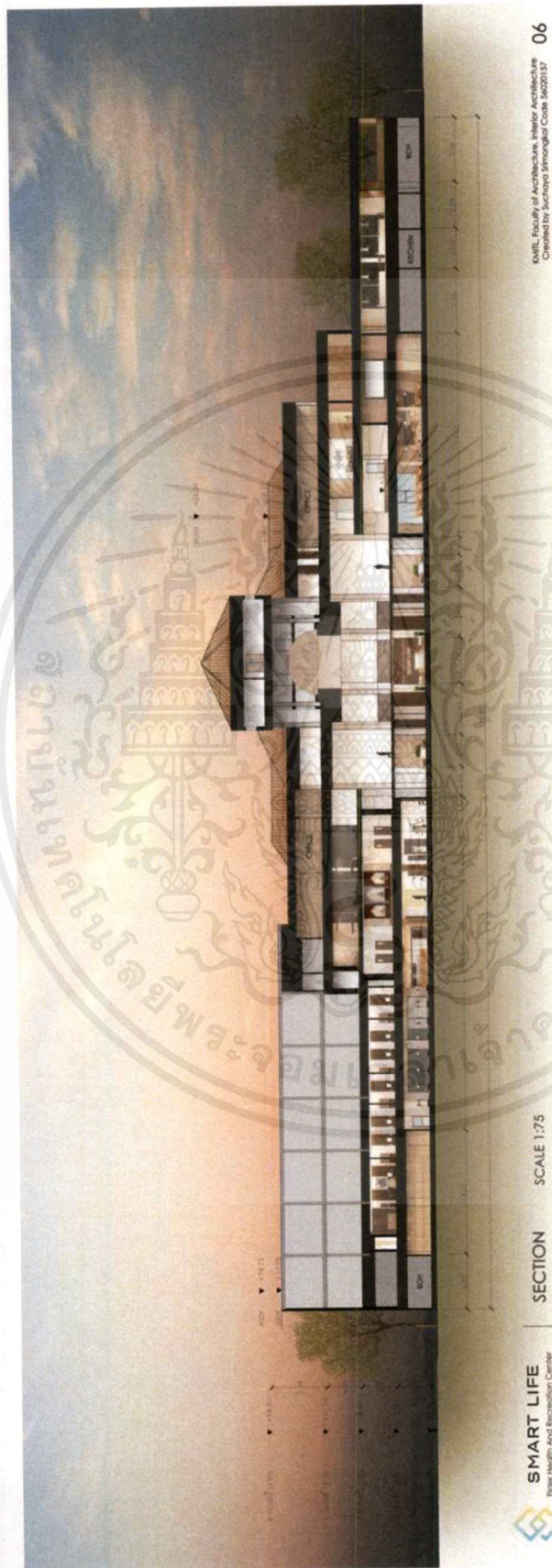
ภาพที่ 5.3.5 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น 1



ภาพที่ 5.3.6 ผังเพดานและอุปกรณ์ไฟฟ้า อาคาร B ชั้น 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.4 รูปตัดของอาคารโครงการ



06
KMITL, Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Jachaya Jiramongkol Code 56202137

ภาพที่ 5.4.1 รูปตัดอาคาร

SCALE 1:75

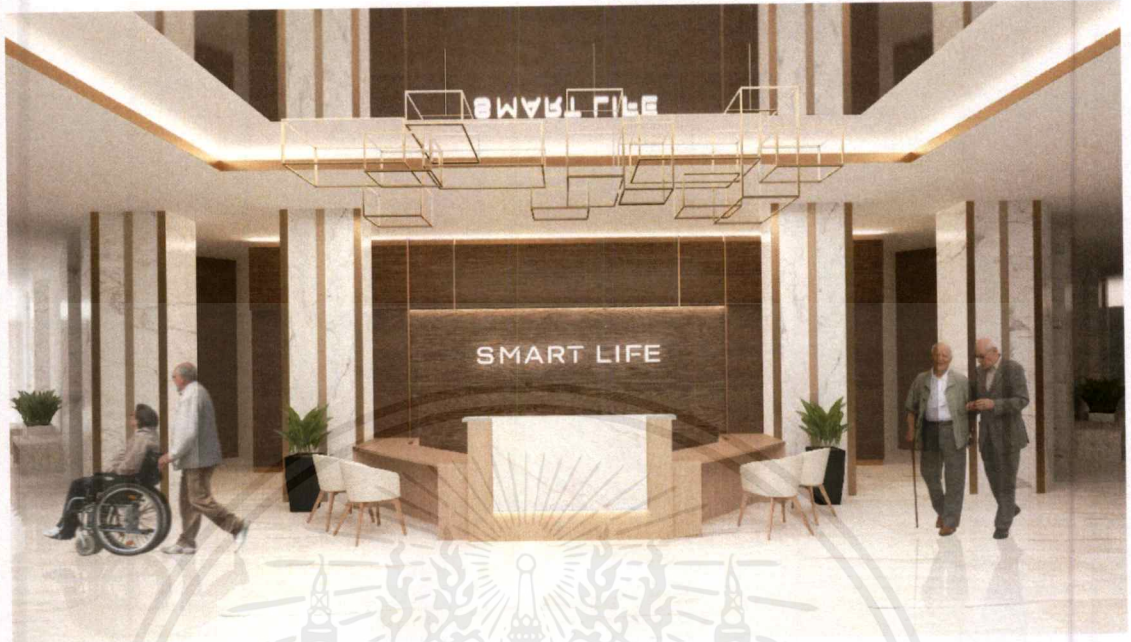
SECTION

SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.5 ภาพทัศนียภาพภายในโครงการ



ภาพที่ 5.5.1 ทัศนียภาพส่วนโถงต้อนรับ

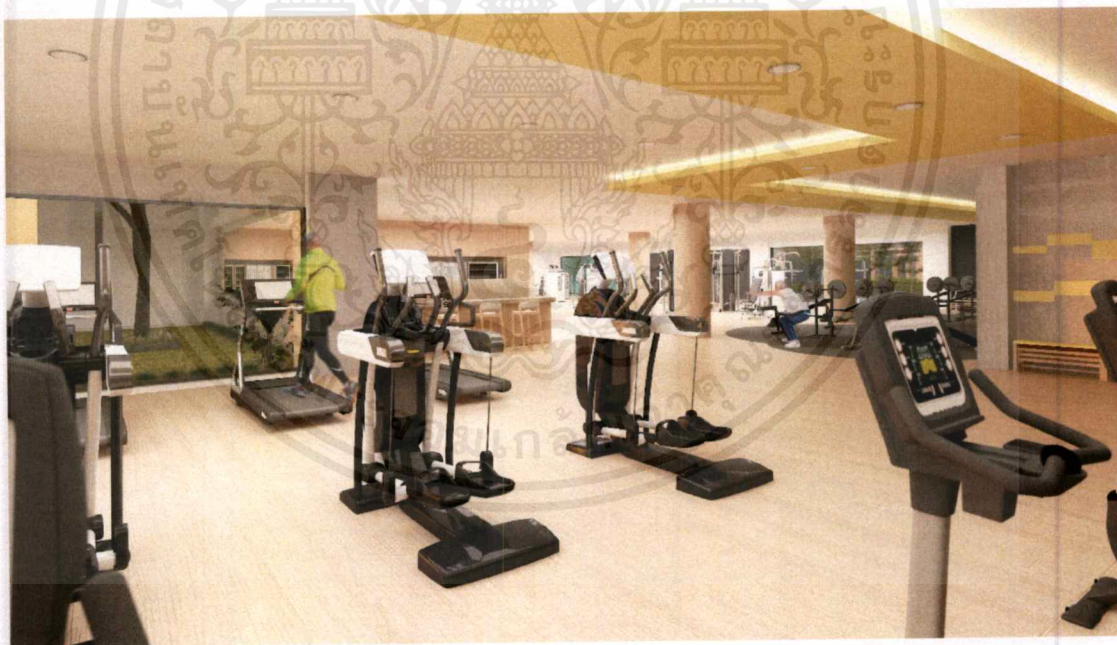


ภาพที่ 5.5.2 ทัศนียภาพส่วนคาเฟ่

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.3 ทศนียภาพส่วน Medical



ภาพที่ 5.5.4 ทศนียภาพส่วน Fitness

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.5 ทศนียภาพส่วนร้านอาหาร

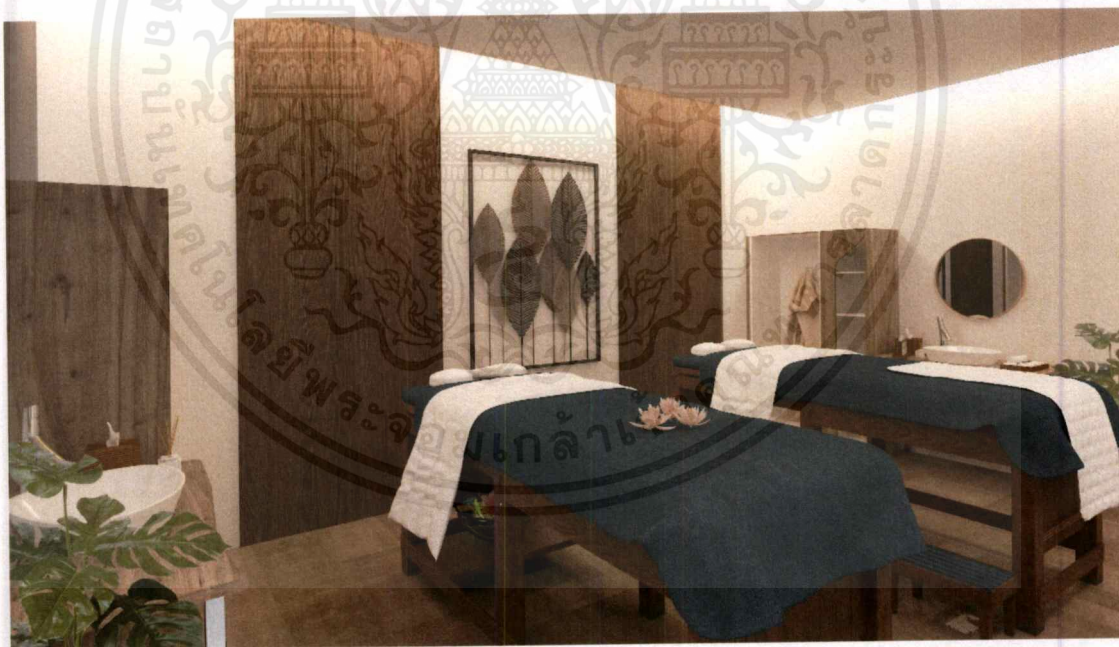


ภาพที่ 5.5.6 ทศนียภาพส่วนร้านอาหาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

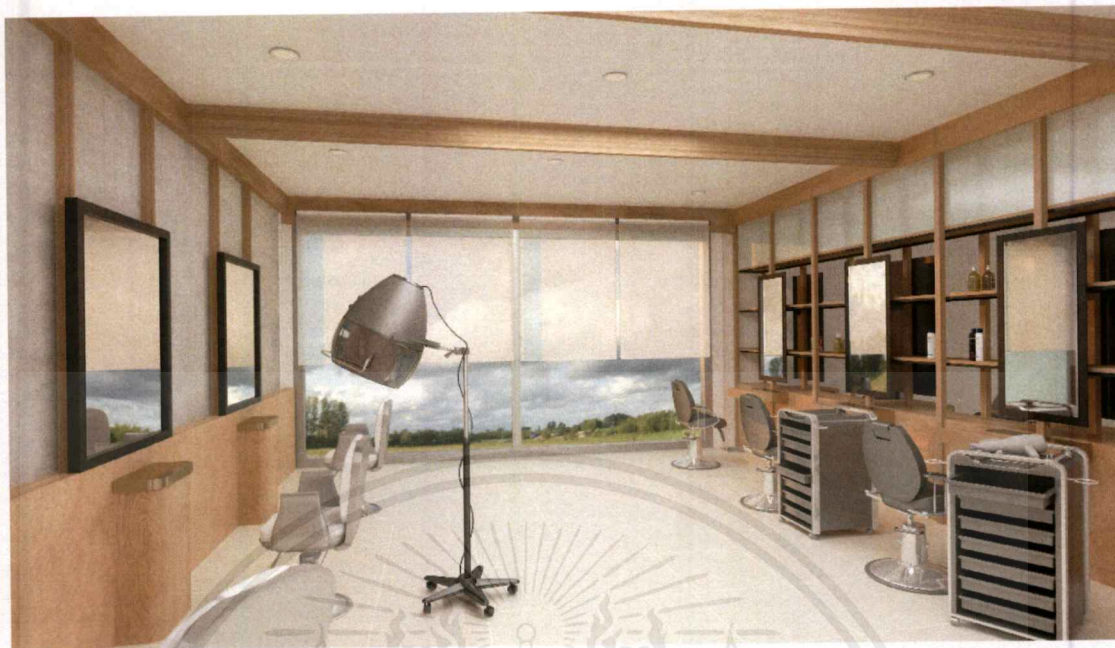


ภาพที่ 5.5.7 ทศนิยมภาพพื้นที่ต้อนรับส่วนสปา



ภาพที่ 5.5.8 ทศนิยมภาพห้องนวดสวีดิชส่วนสปา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.9 ทรรศนียภาพส่วน Beauty salon

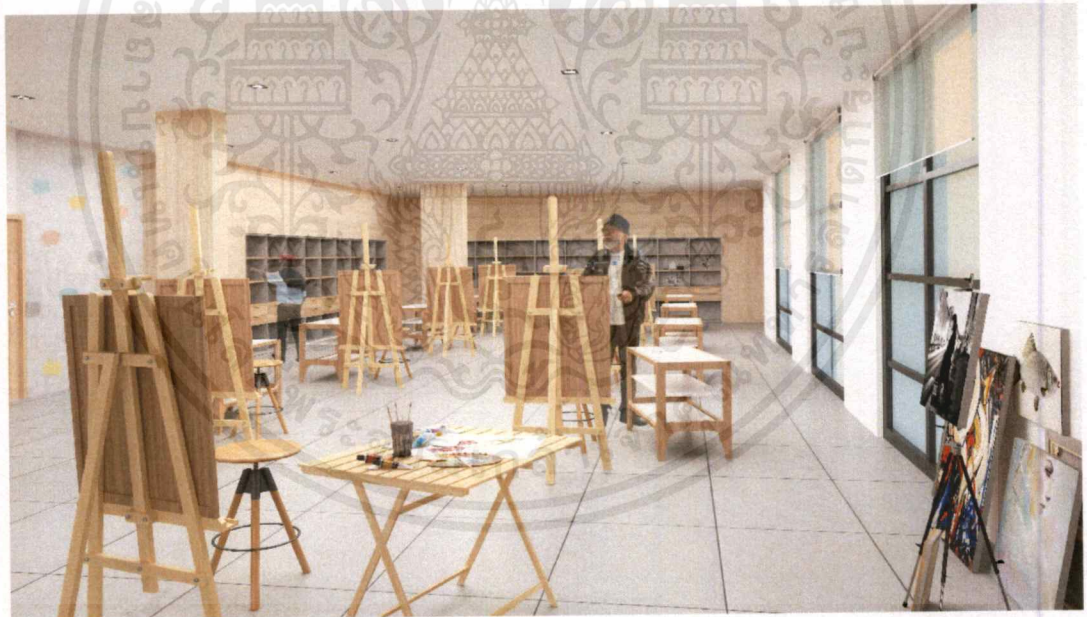


ภาพที่ 5.5.10 ทรรศนียภาพส่วน Meditation

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.11 ทศนิยมภาพส่วนห้องสมุด



ภาพที่ 5.5.12 ทศนิยมภาพส่วน Art & Craft

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

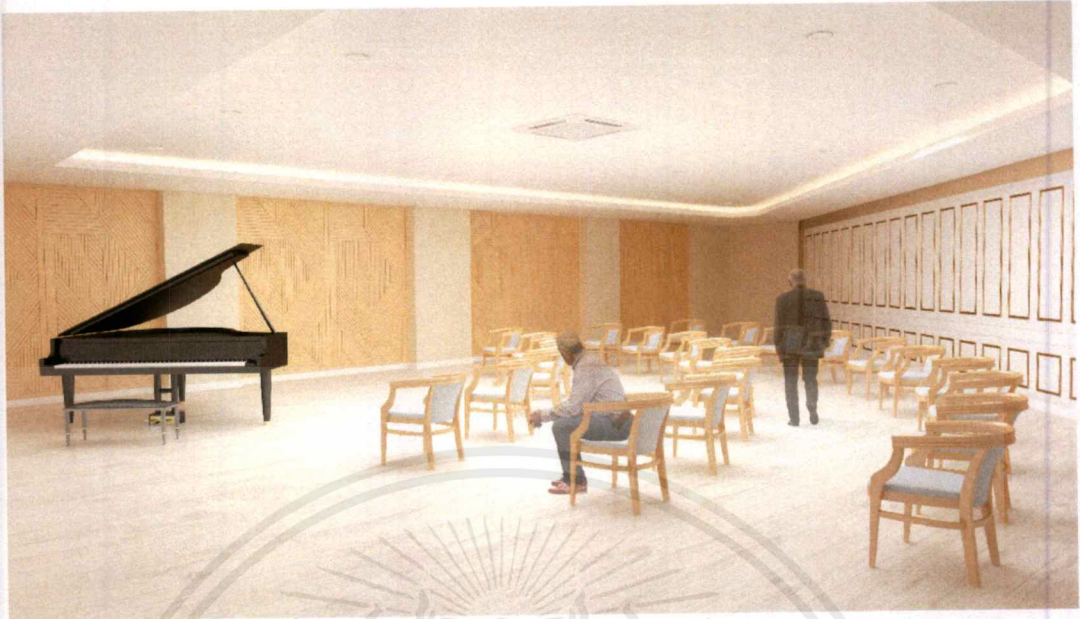


ภาพที่ 5.5.13 ทรรศนียภาพส่วน Cooking workshop

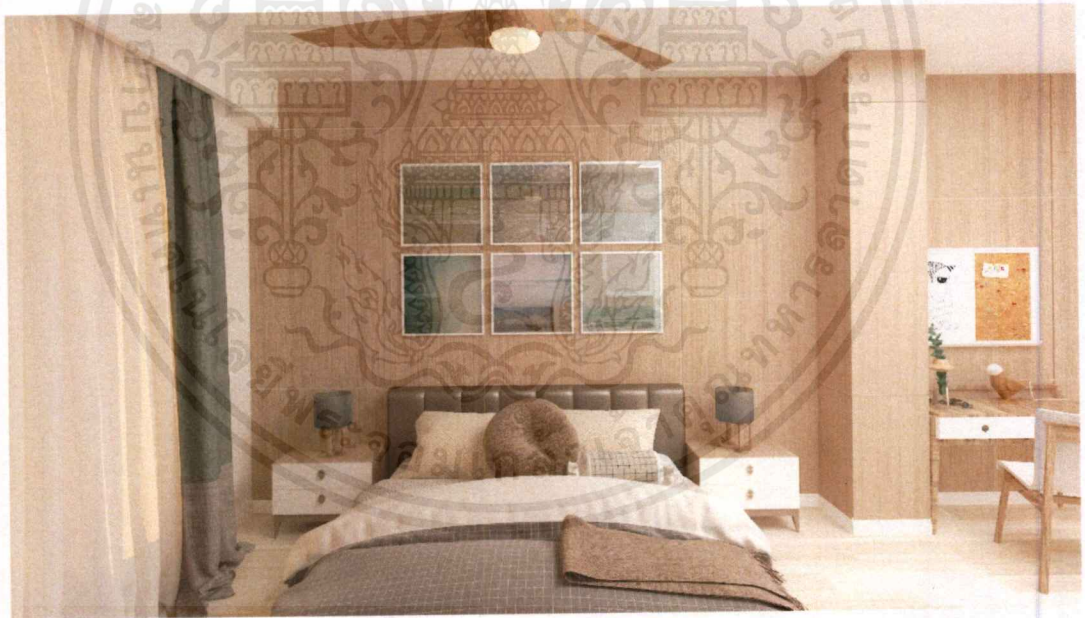


ภาพที่ 5.5.14 ทรรศนียภาพส่วน Games room

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.15 ทศนียภาพส่วน Music room



ภาพที่ 5.5.16 ทศนียภาพส่วนที่พัก แบบ single bedroom

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.5.17 ทศนียภาพส่วนที่พัก แบบ double bedroom



ภาพที่ 5.5.18 ทศนียภาพส่วนที่พัก แบบ double bedroom

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.6 วัสดุตัวอย่าง



ภาพที่ 5.6.1 ภาพวัสดุตัวอย่างภายในโครงการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บรรณานุกรม

ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์.

“ประชากรสูงอายุไทย ปัจจุบันและอนาคต.” ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์, 2557

ไตรรัตน์ จารุทัศน์. คู่มือการออกแบบเพื่อทุกคน. กรุงเทพฯ : กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ, 2558

สุนิสา วิวัฒนาคม. “โครงการเสนอแนะออกแบบสถาปัตยกรรมภายใน ศูนย์สุขภาพและนันทนาการผู้สูงอายุ.” วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต ภาควิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหาร ลาดกระบัง, 2543

ดุงเดือน กิจศิริพิพัฒน์. “บ้านพักผู้สูงอายุ.” วิทยานิพนธ์ปริญญาบัณฑิต สาขาสถาปัตยกรรมและการวางแผน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหาร ลาดกระบัง, 2556

วิไลวรรณ รอดหมื่นไวย. “แนวทางการปรับปรุงสถาปัตยกรรมภายในห้องฟิตเนสของศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาที่เอื้อต่อคนพิการและผู้สูงอายุ.” วิทยานิพนธ์ปริญญาโท สาขาวิชาสถาปัตยกรรมภายใน คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหาร ลาดกระบัง, 2555

ภาพถ่ายดาวเทียม [ออนไลน์].เข้าถึงได้จาก โปรแกรม Google Earth/software

ภาคผนวก

KEEP CALM AND RELAX



KEEP CALM AND REFRESH

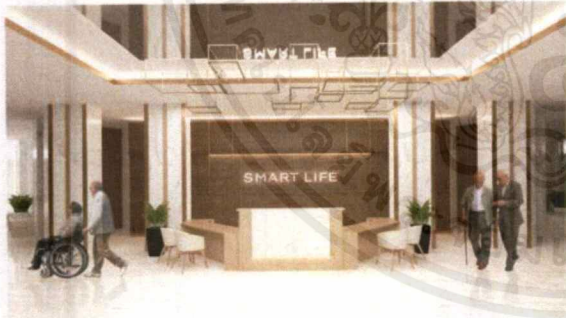


KEEP CALM AND REVIVE



A calm mind
and healthy body

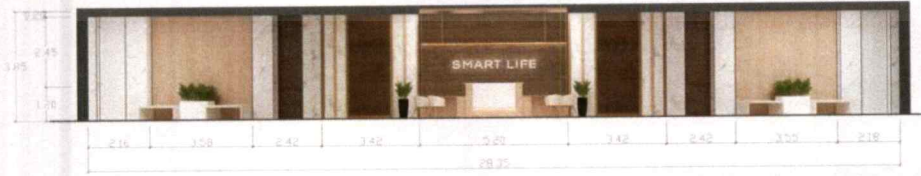
SPACE OF CALM



LOBBY



CAFE



SECTION
SCALE 1:50

KEEP CALM AND RELAX

สร้างควมรู้สึกที่ผ่อนคลายเมื่อเริ่มทำกิจกรรม เพื่อช่วยให้ความรู้สึกเป็นปกติ



MATERIAL



SECTION
SCALE 1:50

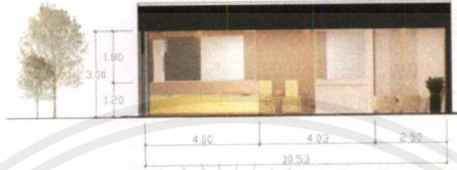
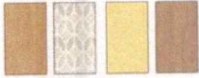
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



MEDICAL

FITNESS

MATERIAL

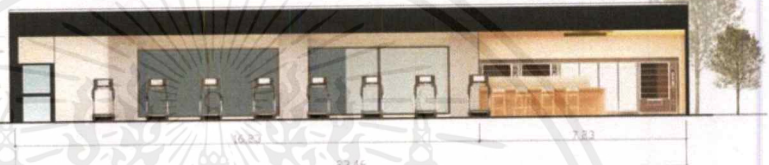
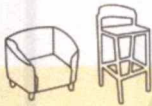


MATERIAL



KEEP CALM AND REVIVE

ให้เป็นพื้นที่ที่ช่วยการฟื้นฟูผู้ป่วย
ให้มีคุณภาพและความปลอดภัย
เป็นพื้นที่ผ่อนคลายให้ผู้ใช้บริการสุขภาพดีขึ้น



SECTION

SCALE 1:50



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Srimongkol Code 5620157

08

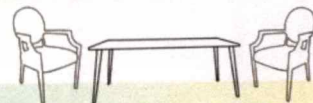
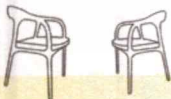


MATERIAL



KEEP CALM AND REFRESH

การรับประทานอาหารเป็นกิจกรรม
ที่ไม่ควรขาด เป็นการส่งเสริมสุขภาพที่ดี
และเพิ่มความสุขทั้งใจ รรรมชาติ ทั้งให้ผู้ใช้
บริการ และเจ้าหน้าที่ได้สัมผัสความสุขใจไป
พร้อมกัน



RESTAURANT



SECTION

SCALE 1:50



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Srimongkol Code 5620157

09

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



MATERIAL



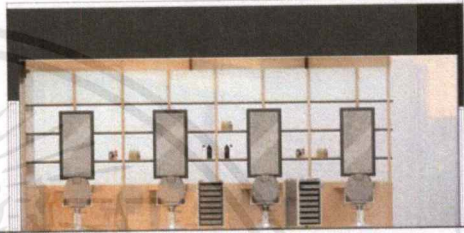
KEEP CALM AND REFRESH

การบำบัดช่วยให้เกิดความสดชื่น
มากขึ้น โดยใช้วัสดุธรรมชาติและ
ต้นไม้ ช่วยสร้างบรรยากาศ

SPA & BEAUTY SALON



MATERIAL



SECTION

SCALE 1:25



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Simongkol Code 5620157

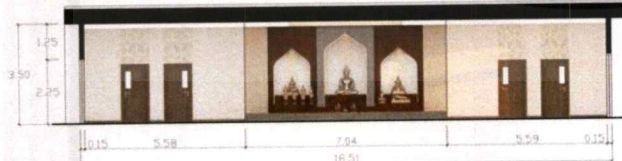
10



MEDITATION ROOM



LIBRARY



KEEP CALM AND RELAX

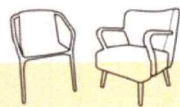
ส่วนชานคือผนังและห้องสมุดเน้นการผ่อนคลาย
ทางจิตใจ คือทำผนังเน้นการเปิดโล่งเพื่อ
ให้รู้สึกสงบ และมีที่เอ้าท์สำหรับบริการส่วนนี้
ที่เบญจมิตรสำหรับดูหนังสือและฟังเพลง



MATERIAL



MATERIAL



SECTION

SCALE 1:50



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Simongkol Code 5620157

11

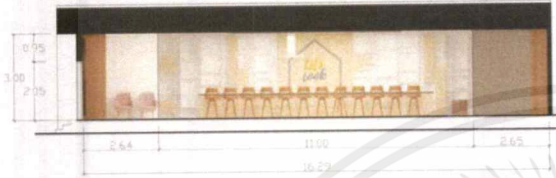
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



COOKING WORKSHOP

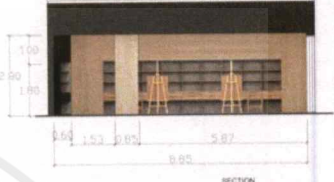


ART & CRAFT



KEEP CALM AND REVIVE

ส่วนนี้คือ Cooking workshop และ Art & Craft ที่จัดอยู่ใน โถงกิจกรรมและในอาคารของ ผู้สูงอายุ ส่วน Cooking Workshop จะเป็นการเรียนรู้ มีของ อุปกรณ์ ที่ถูกต้องและปลอดภัยในการ เพื่อช่วยเหลือผู้สูงอายุ ส่วน Art & Craft จะช่วยเสริมสร้างในด้านการดูแลและทรมานใจ ในเวลาของผู้สูงอายุ



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Simongkol Code 56020157

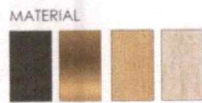
12



GAMES ROOM



MUSIC ROOM

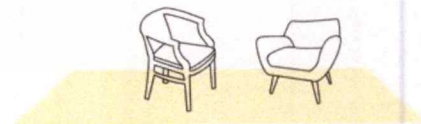


GAMES ROOM

การเล่นเกมส์ที่ช่วยทำกิจกรรมร่วมกันทำให้ผ่อนคลายจิตใจ และเป็นกิจกรรมของการเฝ้าระวังของเมีไม่ได้

KEEP CALM AND RELAX

พื้นที่สำหรับการผ่อนคลายทางด้านอารมณ์ และร่างกายสำหรับผู้สูงอายุ ออกแบบให้พื้นที่กว้างขวางให้ที่นั่งไม่รู้สึกอึดอัด



MUSIC ROOM

ดนตรีมีส่วนช่วยในการทำให้ผ่อนคลายและลดความเครียด ซึ่งส่งผลในด้านร่างกายและจิตใจโดยทั่วไปต่อคนเฒ่า และเป็นส่วนที่ช่วยเสริมสร้าง และป้องกันโรคภัยไข้เจ็บ



SMART LIFE
Elder Health And Recreation Center

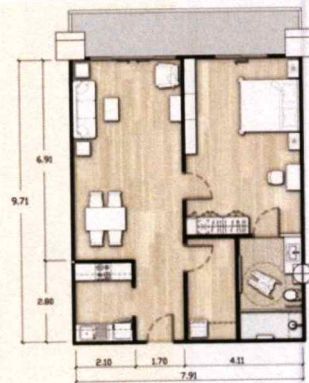
KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture
Created by Suchaya Simongkol Code 56020157

13

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



SINGLE BEDROOM



SINGLE BEDROOM PLAN

SCALE 1:50

MATERIAL



และสว่าง เพื่อให้แสงสว่างที่ความสบายตาในการอ่านหนังสือและใช้คอมพิวเตอร์



SECTION

SCALE 1:25

ACCOMODATION

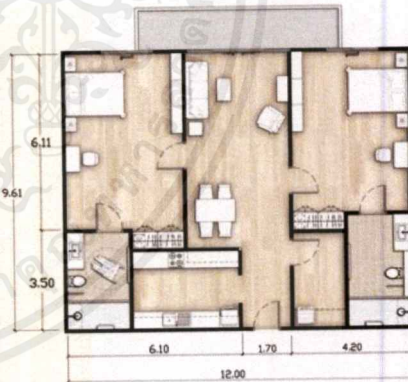
ส่วนต่อเติม เน้นความอบอุ่นในการใช้ชีวิตประจำวัน ซอยดูสะอาด ใช้วัสดุที่ทนแวกคั้นกับกรรมภาพที่ไม่สูง ไม่ชื้นกับและใช้โทนสว่าง มีที่นอนแบบอื่น มีตู้เสื้อผ้าที่ดูสะอาดที่ไม่มากเพื่อให้เห็นพื้นที่ที่มากขึ้น รวมทั้งได้เป็นแสงสว่างและระบายอากาศได้ดี



KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture Created by Suchaya Srimongkol Code 54020157



DOUBLE BEDROOM



DOUBLE BEDROOM PLAN

SCALE 1:50

MATERIAL



SECTION

SCALE 1:50



KMITL Faculty of Architecture, Interior Architecture Created by Suchaya Srimongkol Code 54020157

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้