

การออกแบบสื่อโฆษณาณรงค์
เพื่อเฝ้าระวังกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ‘เพิ่มสอง ลดเสี่ยง’
ADVERTISING CAMPAIGN DESIGN FOR SURVEILLANCE
OF NON-COMMUNICABLE DISEASES (NCDs) ‘THE NCDs’

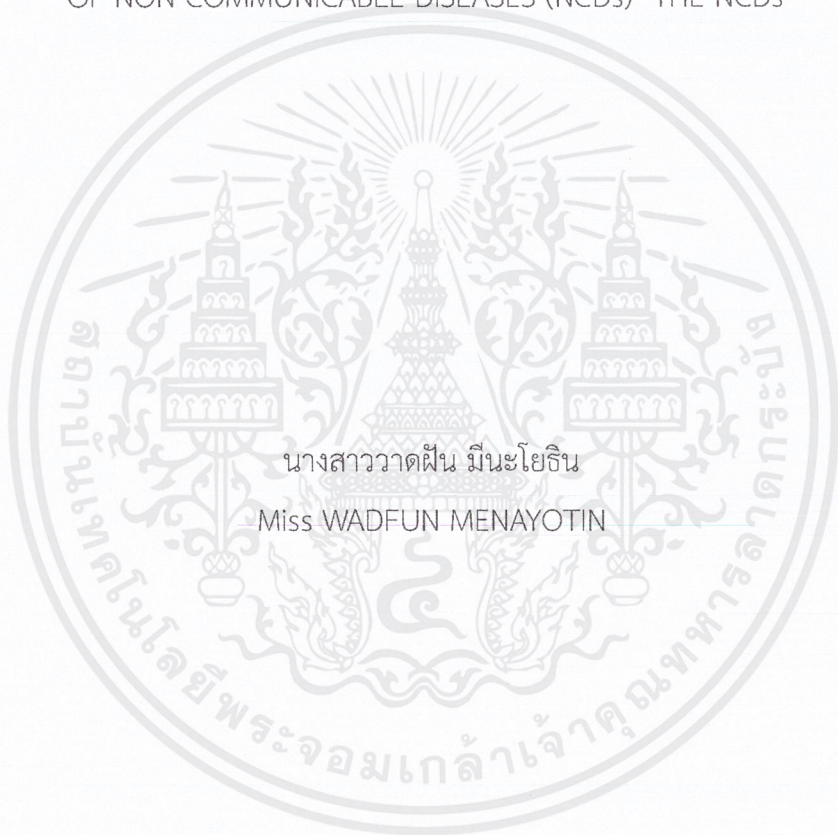


ศิลปนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชานิเทศศิลป์ ภาควิชานิเทศศิลป์ คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
ปีการศึกษา 2561

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ใบอนุญาตศิลปนิพนธ์

การออกแบบสื่อโฆษณาณรงค์
เพื่อเฝ้าระวังกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ‘เพิ่มสอง ลดเสี่ยง’
ADVERTISING CAMPAIGN DESIGN FOR SURVEILLANCE
OF NON-COMMUNICABLE DISEASES (NCDs) ‘THE NCDs’



นางสาววาทฝัน มินะโยธิน
Miss WADFUN MENAYOTIN

คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง
อนุมัติให้ศิลปนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรศิลปกรรมศาสตรบัณฑิต
สาขาวิชานิตศศิลป์

อาจารย์ที่ปรึกษาศิลปนิพนธ์.....วันที่ 30 พ.ย. 2562
(อ.ดร.อภิวัฒน์ สุ่มทุมพุกข์)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หัวข้อศิลปนิพนธ์	การออกแบบสื่อโฆษณาณรงค์เพื่อเฝ้าระวัง กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ‘เพิ่มส่อง ลดเสี่ยง’ ADVERTISING CAMPAIGN DESIGN FOR SURVEILLANCE OF NON-COMMUNICABLE DISEASES (NCDs) ‘THE NCDs’
ชื่อ	นางสาววาดฝัน มีนะโยธิน
สาขาวิชา	นิเทศศิลป์
ภาควิชา	นิเทศศิลป์
คณะ	สถาปัตยกรรมศาสตร์
ปีการศึกษา	2561
อาจารย์ที่ปรึกษา	อ.ดร.อภิวัฒน์ สุ่มทุมพุกษ์

บทคัดย่อ

หากพูดถึงกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) คนไทยส่วนใหญ่อาจจะยังไม่ค่อยรู้จักมากนัก แต่ถ้าหากพูดถึงโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดัน โรคมะเร็ง โรคอ้วน หลายนๆ คนคงจะรู้จักดีว่าเป็นโรคที่มีความรุนแรงมากขนาดไหน ซึ่งโรคที่กล่าวมาข้างต้นนี้ เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) หรือ Non-communicable disease เป็นกลุ่มโรคที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค เชื้อไวรัสแต่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมการใช้ชีวิต ทั้งการกิน การพักผ่อน ความเครียดที่เกิดขึ้นจากการทำงาน เป็นต้น ซึ่งกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) จะแสดงอาการก็ต่อเมื่อ การสะสมของพฤติกรรมบางอย่างมาถึงจุดสูงสุด เช่น โรคไขมันอุดตันในเส้นเลือด ก็เกิดจากการสะสมไขมันมากอย่างยาวนาน จนหัวใจไม่สามารถสูบฉีดเลือดผ่านเส้นเลือดต่างๆ ได้ ทำให้ผู้ป่วยเสียชีวิตได้ในที่สุด

ในปัจจุบันพบว่าคนไทยกว่า 14 ล้านคน ป่วยด้วยโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) และกว่า 320,000 คนต่อปี เสียชีวิตด้วยโรคในกลุ่มนี้ สถิติที่น่าตกใจยังพบว่าโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เริ่มพบมากในกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงาน ซึ่งพฤติกรรมสะสมที่ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย เราเรียกว่า การสะสมพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ การรับประทานอาหารรสจัดทั้งหวาน มัน เค็ม การพักผ่อนไม่เพียงพอ การไม่ออกกำลังกายหรือมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่จัด มีความเครียด การทานยาโดยไม่ปรึกษาแพทย์ ซึ่งการสะสมพฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้จะทวีความรุนแรงมากขึ้น หากก่อเกิดเป็นไลฟ์สไตล์ที่ซ้ำๆ จนชินและส่งผลเสียต่อร่างกายและชีวิตได้ในที่สุด

จึงเกิดเป็นโฆษณาณรงค์ “เพิ่มส่อง ลดเสี่ยง : The NCDs” มีจุดประสงค์เพื่อใช้สื่อโซเชียลมีเดีย ในการเตือนคนใกล้ขีด ให้ห่างไกลจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ประกอบด้วย ภาพยนตร์โฆษณา สื่อสิ่งพิมพ์ให้ความรู้ แสขแท้กและการออกแบบอีโมจิ

กิตติกรรมประกาศ

สำหรับการทำโฆษณาณรงค์และสื่อประชาสัมพันธ์นี้เกิดจากความสนใจของข้าพเจ้าที่อยากจะบอกต่อถึงการมองเห็นปัญหาใกล้ตัวในชีวิตและนำมาพัฒนาต่อยอดให้เกิดเป็นกระแสของสังคมขึ้นมา ก่อนที่จะมาเป็นโฆษณาณรงค์ ‘เพิ่มส่อง ลดเสี่ยง : The NCDs’ นั้น ขอขอบพระคุณอาจารย์ที่ปรึกษา อ.ดร. อภินันท์ สุมทุมพฤษ์ ที่เข้าใจและช่วยเหลือข้าพเจ้าเป็นอย่างดี ขอขอบพระคุณอาจารย์ประจำสาขาวิชานิเทศศิลป์ทุกท่านที่อนุญาตให้ข้าพเจ้าเปลี่ยนหัวข้อพร้อมทั้งให้บทเรียนที่ราคาไม่แพงแต่จะทำให้ข้าพเจ้านำไปใช้ได้จนแก่เพราะ ‘ความรับผิดชอบ’ เป็นสิ่งที่มนุษย์พึงมี

โฆษณาณรงค์และสื่อสิ่งพิมพ์ ‘เพิ่มส่อง ลดเสี่ยง : The NCDs’ นี้ ขอขอบคุณสถานที่ฝึกงาน Studio Dialogue ที่ทำให้ข้าพเจ้ารู้จักกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ขอขอบคุณเฟซบุ๊ก Kalil Binsukor สำหรับเรื่องราวในทวิตเตอร์ที่เกิดขึ้น ขอขอบคุณพี่เต้ย นวพล เจริญธรรมรักษา ที่อยู่เคียงข้าง ช่วยเหลือและให้คำปรึกษาตั้งแต่เริ่มคิดหัวข้อศิลปะนิพนธ์จนถึงวันที่เผยแพร่งานโฆษณาชิ้นนี้ ขอขอบคุณพ่อกับแม่ ครอบครัวมีนะโยธินที่สนับสนุนให้ลูกคนนี้ได้ทำในสิ่งที่เชื่อมาโดยตลอด ขอขอบคุณทีมงาน WADFUN'S THESIS พี่เต้ย พี่ติว พี่เมย์ พี่นาย พี่ลมลาตกระบัง ฉาก 29 พี่เค พี่ลมลาตกระบัง ฉาก 28 ภาย พี่ลมลาตกระบังฉาก 33 น้องจ๊อบ น้องเบสท์ พี่ลมลาตกระบังฉาก 35 น้องเพ พี่ลมลาตกระบังฉาก 36 ฝ่าย พี่แม็กซ์ พี่พลอย พี่โลมา พี่แอน ขอขอบคุณนักแสดง พี่เม้ง พี่ติไซน์ พี่ฟลุ๊ค พี่มาย พี่เจ๋งเป้งและเอ็กซ์ ตรี๊ว พี่หวาน ลูกชายพี่แอน เพื่อนๆ กลุ่มนักกินเหล้าลาตกระบังทั้ง 7 คน ที่ทำให้วันออกกองครั้งแรกในชีวิตของข้าพเจ้าสนุก กตสัน เครียดและมีความหมายในทุกๆ วินาที

สุดท้ายขออุทิศโฆษณาณรงค์ชุดนี้ให้กับนายคาลิล บินซุกอร์ แรงบันดาลใจในการใช้โซเชียลมีเดียในการเตือนคนใกล้ตัวและออกมาเป็นส่วนหนึ่งของโฆษณาชุดนี้

วาดฝัน มีนะโยธิน

23 พฤษภาคม 2562

ข

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ.....	ก
กิตติกรรมประกาศ.....	ข
สารบัญ.....	ค
สารบัญภาพ.....	ง
บทที่	
1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาของโครงการ.....	1
1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ.....	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	2
1.4 แนวทางการบรรลุเป้าหมาย.....	2
2 การศึกษาค้นคว้า วิเคราะห์ข้อมูลและการนำไปใช้.....	4
2.1 การค้นคว้าข้อมูล.....	4
2.2 การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย.....	15
2.2 แนวทางการออกแบบโฆษณา.....	17
2.4 การออกแบบกลยุทธ์การสร้างสรรค์ในงานโฆษณา.....	17
3 การออกแบบภาพยนตร์โฆษณาและสื่อสิ่งพิมพ์.....	21
3.1 ข้อมูลเกี่ยวกับภาพยนตร์โฆษณา.....	21
3.2 ประเด็น (Theme).....	21
3.3 พล็อต (Plot).....	21
3.4 โครงเรื่องขยาย (Treatment).....	21
3.5 บทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 (Screenplay).....	23
3.6 สรุปร่างจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1.....	34
3.7 สรุปร่างจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 2-4.....	34
3.8 บทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 (Screenplay).....	35
3.9 สตอรี่บอร์ด (Storyboard).....	43
3.10 การออกแบบสัญลักษณ์โครงการ.....	50
3.11 การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์.....	51
3.12 การออกแบบอีโมจิ.....	55

ค

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

	หน้า
4 การเตรียมการผลิตภาพยนตร์โฆษณา.....	57
4.1 วิธีตีความภาพยนตร์โฆษณา.....	57
4.2 การคัดเลือกนักแสดง.....	57
4.3 การเลือกสถานที่ถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	63
4.4 การออกแบบเสื้อผ้าให้กับตัวละคร.....	65
4.5 การจัดตารางเวลาสำหรับถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	65
4.6 ตารางเวลาในการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	66
5 การถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	71
5.1 การเตรียมการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	71
5.2 แผนผังการถ่ายทำ.....	72
5.3 การรักษาความต่อเนื่องของการแสดง.....	75
5.4 การควบคุมและจัดการกับนักแสดง.....	76
5.5 Shooting Script.....	76
6 ขั้นตอนหลังการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา.....	87
6.1 การตัดต่อ.....	87
6.2 การตัดต่อแบบหยาบ (Rough Cut).....	87
6.3 การตัดต่อแบบละเอียด (Fine Cut).....	87
6.4 การผสมเสียง.....	95
6.5 การปรับสี.....	95
6.6 เพลงประกอบภาพยนตร์โฆษณา.....	96
7 บทสรุปและข้อเสนอแนะ.....	97
7.1 บทสรุปจากการทำงาน.....	97
7.2 ข้อเสนอแนะ.....	97
บรรณานุกรม.....	98
ประวัติผู้วิจัย.....	99

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
2.1	กระบวนการสร้างสรรค์โฆษณา ตามแนวคิด James Webb Young.....	18
3.1	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 1.....	43
3.2	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 2.....	43
3.3	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 3.....	44
3.4	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 4.....	44
3.5	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 1.....	45
3.6	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 2.....	45
3.7	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 3.....	46
3.8	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 4.....	46
3.9	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 5.....	47
3.10	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 6.....	47
3.11	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 7.....	48
3.12	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 8.....	48
3.13	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 9.....	49
3.14	สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 10.....	49
3.15	ตัวอย่างตัวอักษร DB BrandVoice X.....	50
3.16	สัญลักษณ์แว่นขยาย.....	50
3.17	สัญลักษณ์โครงการแบบสีหลัก แบบบนพื้นหลังสีและแบบบนพื้นหลังสีขาว ตามลำดับ....	50
3.18	การใช้สัญลักษณ์โครงการไปใช้ในสื่อทุกรูปแบบและใช้ในพื้นที่ขนาดใหญ่.....	51
3.19	การใช้สัญลักษณ์โครงการไปใช้ในสื่อทุกรูปแบบและใช้ในพื้นที่ขนาดเล็ก.....	51
3.20	'Dare to Become' ออกแบบโดย Bureau Mirko Borsche ภาพที่ 1.....	51
3.21	'Dare to Become' ออกแบบโดย Bureau Mirko Borsche ภาพที่ 2.....	52
3.22	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs).....	52
3.23	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคอ้วน.....	53
3.24	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคเครียด.....	53
3.25	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคถุงลมโป่งพอง.....	53
3.26	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคเบาหวาน.....	54
3.27	สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคหัวใจ.....	54
3.28	อีโมจิ ออกแบบโดย ชิตาเกะ คูริตะ.....	55
3.29	ชุดอีโมจิที่พัฒนาจากรูปแบบเดิมที่ใช้กับระบบปฏิบัติการ iOS.....	56
3.30	ชุดอีโมจิที่คิดขึ้นใหม่สำหรับโครงการ.....	56

ภาพที่	หน้า
4.1 การทดสอบการแสดงในบทบาทของมิกซ์.....	59
4.2 การทดสอบการแสดงในบทบาทของแพรว.....	59
4.3 การทดสอบการแสดงในบทบาทของตั้มและก๊ก.....	60
4.4 Casting Sheet บทของมิกซ์.....	60
4.5 Casting Sheet บทของแพรว.....	61
4.6 Casting Sheet บทของตั้ม.....	61
4.7 Casting Sheet บทของก๊ก.....	62
4.8 Casting Sheet บทของดาว.....	62
4.9 ภายนอกศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดบำเพ็ญเหนือ ภาพที่ 1.....	63
4.10 ภายนอกศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดบำเพ็ญเหนือ ภาพที่ 2.....	64
4.11 ภายในศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดบำเพ็ญเหนือ ภาพที่ 1.....	64
4.12 ภายในศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดบำเพ็ญเหนือ ภาพที่ 2.....	64
4.13 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 1.....	66
4.14 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 2.....	66
4.15 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 3.....	67
4.16 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 4.....	67
4.17 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 5.....	68
4.18 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 6.....	68
4.19 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 7.....	69
4.20 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 8.....	69
4.21 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 9.....	70
5.1 เอกสารใช้เรียกทีมงานและนักแสดง (Call Sheet).....	71
5.2 แผนผังภายในศาลาการเปรียญ วัดบำเพ็ญเหนือ.....	72
5.3 แผนผังการถ่ายทำฉากแพรว ตั้ม ก๊กและคนในงานนั่งฟังพระสวดศพ.....	72
5.4 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉากแพรว ตั้ม ก๊กและคนในงานนั่งฟังพระสวดศพ.....	73
5.5 แผนผังการถ่ายทำฉาก แพรว ตั้ม ก๊ก ทานกระเพาะปลา.....	73
5.6 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉาก แพรว ตั้ม ก๊ก ทานกระเพาะปลา.....	74
5.7 แผนผังการถ่ายทำฉาก แพรว ตั้ม ก๊กและดาวคุยกัน.....	74
5.8 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉาก แพรว ตั้ม ก๊กและดาวคุยกัน.....	75
6.1 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 1.....	95
6.2 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 2.....	96
6.3 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 3.....	96

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ

หากพูดถึงกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) คนไทยส่วนใหญ่อาจจะยังไม่ค่อยรู้จักมากนัก แต่ถ้าหากพูดถึงโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคความดัน โรคมะเร็ง โรคอ้วน หลายนๆ คนคงจะรู้จักดีว่าเป็นโรคที่มีความรุนแรงมากขนาดไหน ซึ่งโรคที่กล่าวมาข้างต้นนี้ เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) หรือ Non-communicable disease หรือกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง เป็นกลุ่มโรคที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค เชื้อไวรัสแต่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมการใช้ชีวิต ทั้งการกิน การพักผ่อน ความเครียดที่เกิดขึ้นจากการทำงาน เป็นต้น ซึ่งกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) จะแสดงอาการก็ต่อเมื่อ การสะสมของพฤติกรรมบางอย่างมาถึงจุดสูงสุด

ข้อมูลสุขภาพและพฤติกรรมเสี่ยงของคนไทย จากสสส. พบว่า ในปัจจุบันคนไทยกว่า 14 ล้านคนป่วยด้วยโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) และกว่า 320,000 คนต่อปี เสียชีวิตด้วยโรคในกลุ่มนี้ สถิติที่น่าตกใจยังพบว่าโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เริ่มพบมากในกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงาน ซึ่งพฤติกรรมสะสมที่ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกาย เราเรียกว่า การสะสมพฤติกรรมเสี่ยง ได้แก่ การรับประทานอาหารรสจัดทั้งหวาน มัน เค็ม การพักผ่อนไม่เพียงพอ การไม่ออกกำลังกายหรือมีกิจกรรมทางกายที่ไม่เพียงพอ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่จัด ความเครียด การทานยาโดยไม่ปรึกษาแพทย์ ซึ่งการสะสมพฤติกรรมเสี่ยงเหล่านี้จะทวีความรุนแรงมากขึ้น ก่อเกิดเป็นไลฟ์สไตล์ที่ทำซ้ำๆ จนชิน ส่งผลเสียต่อร่างกายและชีวิตได้ในที่สุด

ข้าพเจ้าเล็งเห็นว่า การออกแบบโฆษณาสามารถช่วยสร้างความตระหนัก และโน้มน้าวให้กลุ่มเป้าหมายเกิดพฤติกรรมเฝ้าระวัง ทั้งจากพฤติกรรมตนเองและผู้ที่อยู่ร่วมข้าง รวมทั้งพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายในยุคนี้มีความนิยมเปิดรับและเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์ได้มากที่สุด จึงเลือกใช้สื่อออนไลน์มาเป็นสื่อประชาสัมพันธ์ของโครงการ

1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายที่มีความเสี่ยงต่อการเป็นโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)
2. เพื่อศึกษาแนวทางการกำกับศิลป์และกระบวนการผลิตโฆษณาณรงค์
3. เพื่อออกแบบสื่อโฆษณาและสื่อสิ่งพิมพ์ที่สามารถสร้างความตระหนักต่อกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

1.3 ขอบเขตของโครงการ

1. ออกแบบตราสัญลักษณ์โครงการรณรงค์
2. กำกับภาพยนตร์โฆษณา
3. ออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ ประกอบด้วย
 - 3.1 แผนพับให้ความรู้เกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)
 - 3.2 สิ่งพิมพ์โปสเตอร์ประชาสัมพันธ์โครงการ
4. ออกแบบสื่อออนไลน์และดิจิทัล

1.4 แนวทางการบรรลุเป้าหมาย

1. ศึกษาและรวบรวมข้อมูล
 - 1.1 ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) จากหนังสือแผนยุทธศาสตร์การป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ
 - 1.2 ศึกษาตัวอย่างโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ที่คนไทยเป็นมากที่สุด
 - 1.3 ศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายวัยทำงาน อายุ 25-39 ปี
 - 1.4 ศึกษาการกำกับภาพยนตร์โฆษณาจากโฆษณาอินเทอร์เน็ตฟิล์มที่ได้รับความนิยม
2. วิเคราะห์และสรุปข้อมูล
 - 2.1 วิเคราะห์ข้อมูลของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เพื่อนำมาประกอบบทภาพยนตร์
 - 2.2 วิเคราะห์พฤติกรรมของกลุ่มเป้าหมายวัยทำงาน อายุ 25-39 ปี
 - 2.3 เขียนพล็อต (Plot) และโครงเรื่องขยายของภาพยนตร์ (Treatment)
 - 2.4 วิเคราะห์กราฟิกสำหรับการทำสื่อรณรงค์เพื่อให้เห็นที่สนใจในคนหนุ่มมาก จากแคมเปญ 'Dare to Become' จาก NIKE

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3. การออกแบบและพัฒนาแบบร่าง

3.1 เตรียมการก่อนการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา (Pre Production)

1. เขียนบทภาพยนตร์ (Screenplay)
2. คัดเลือกนักแสดง (Casting)
3. เตรียมของประกอบฉาก (Props) และออกแบบฉาก (Production design)
4. เตรียมเสื้อผ้าและเครื่องประดับสำหรับนักแสดง (Costume)
5. หาสถานที่ถ่ายทำ (Location)
6. วาดสตอรี่บอร์ด (Storyboard)
7. วาง Breakdown สำหรับการถ่ายทำจริง
8. ทำ Shooting Script สำหรับการตัดต่อภาพยนตร์โฆษณา

3.2 ออกแบบกราฟิกสำหรับสื่อสิ่งพิมพ์

4. ขั้นตอนการผลิต

4.1 ขั้นตอนการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา (Production)

4.2 ขั้นตอนการตัดต่อภาพยนตร์โฆษณา (Post Production)

1. การตัดต่อภาพยนตร์โฆษณา
2. การทำเพลงประกอบและเสียงเอฟเฟกต์
3. การปรับสีภาพยนตร์โฆษณา (Color grading)

4.3 พิมพ์สื่อสิ่งพิมพ์ลงบนกระดาษขนาดจริง

บทที่ 2

การศึกษาค้นคว้า วิเคราะห์ข้อมูลและการนำไปใช้

2.1 การค้นคว้าข้อมูล

ในการผลิตภาพยนตร์โฆษณาและออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ จะต้องทำการศึกษ วิเคราะห์ข้อมูล จนถึงรวบรวมและสรุป เพื่อใช้เป็นแนวทางในการเขียนบทภาพยนตร์โฆษณาและออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญที่ใช้เพื่อกำหนดแนวทางก่อนจะถึงขั้นตอนการผลิตจริง

1. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)
2. ศึกษาโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) ที่คนไทยเป็นมากที่สุด
3. ศึกษาการกำกับภาพยนตร์

1. ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรค NCDs

1.1 กลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

กลุ่มโรค NCDs หรือ Non-communicable diseases เป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง คือ ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรคและไม่สามารถแพร่กระจายจากคนสู่คนได้ แต่เป็นโรคที่เกิดจากนิสัยหรือพฤติกรรมเสี่ยงในการดำเนินชีวิต ซึ่งจะมีการดำเนินโรคอย่างช้าๆ ค่อยๆ สะสมอาการอย่างต่อเนื่องและเมื่อมีอาการของโรคแล้วมักจะเกิดการเรื้อรังของโรคด้วย จึงอาจจัดว่าโรค NCDs เป็นกลุ่มโรคเรื้อรังได้

1.2 ตัวอย่างของโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

1.2.1 โรคทางระบบหัวใจและหลอดเลือด

โรคหัวใจและหลอดเลือดหรือโรคหัวใจร่วมหลอดเลือด (Cardiovascular-disease ตัวย่อ CVD) เป็นโรคที่มีผลต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด รวมทั้งกลุ่มโรคหลอดเลือดเลี้ยงหัวใจ (coronary artery disease) เช่น อาการปวดเค้นหัวใจ (angina) และกล้ามเนื้อหัวใจตายเหตุขาดเลือด (myocardial infarction) ตลอดจนโรคหลอดเลือดสมอง โรคหัวใจเหตุความดันสูง (hypertensive heart disease) โรคหัวใจเหตุไขรูมาติก (rheumatic heart disease) โรคกล้ามเนื้อหัวใจ (cardiomyopathy) ภาวะหัวใจเสียจังหวะ (heart arrhythmia) โรคหัวใจแต่กำเนิด (congenital heart disease) โรคลิ้นหัวใจ (valvular heart disease) หัวใจอักเสบ (carditis) ท่อเลือดแดงโป่งพอง (aortic aneurysm) โรคหลอดเลือดแดงส่วนปลาย (peripheral artery disease) และภาวะลิ่มเลือดอุดตันหลอดเลือดดำ (venous thrombosis)

กรณี 90% ของโรคประเมินว่าป้องกันได้ โดยหลอดเลือดแดงแข็งสามารถป้องกันโดยลดปัจจัยเสี่ยง เช่น ทานอาหารให้ถูกสุขภาพ ออกกำลังกาย หลีกเลี่ยงควันบุหรี่และจำกัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การดื่มแอลกอฮอล์ การรักษาความดันสูงและโรคเบาหวานก็มีประโยชน์ด้วย การรักษาคอหอยอักเสบ จากเชื้อสเตรปโตค็อกคัสด้วยยาปฏิชีวนะสามารถลดความเสี่ยงโรคหัวใจเหตุใช้รูมาติกหรือการทานยา แอสไพรินเพื่อป้องกันลิ่มหน้ามีประโยชน์ไม่ชัดเจนสำหรับผู้มีสุขภาพดีและคณะทำงานป้องกันเฉพาะ กิจของสหรัฐ (USPSTF) ก็แนะนำไม่ให้ทำสำหรับหญิงอายุน้อยกว่า 55 ปีและสำหรับชายอายุน้อยกว่า 45 ปี แต่แนะนำสำหรับผู้สูงอายุกว่านั้นเป็นบางพวก การรักษาโรคจะทำให้ได้ผลดีกว่าไม่รักษา

โรคหัวใจมีปัจจัยเสี่ยงหลายอย่างรวมทั้งอายุ เพศ การใช้ยาสูบ การขาดออก กำลังกาย การดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไป อาหารที่ไม่ถูกสุขภาพ โรคอ้วน ประวัติโรคหัวใจในครอบครัว ความดันโลหิตสูง น้ำตาลในเลือดสูง (เพราะโรคเบาหวาน) คอเลสเตอรอลในเลือดสูง (ภาวะสารไขมัน สูงในเลือด) ปัจจัยทางจิตและสังคม ความยากจน การด้อยการศึกษา และมลพิษทางอากาศ แม้ปัจจัย เสี่ยงแต่ละอย่างจะมีอิทธิพลในระดับต่างๆ กันต่อชุมชนและกลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ แต่อิทธิพลโดยรวมของ ปัจจัยเหล่านี้ก็คงเส้นความมากและแม้ปัจจัยบางอย่าง เช่น อายุ เพศ ประวัติครอบครัวจะเปลี่ยนไม่ได้ แต่ปัจจัยสำคัญหลายอย่างก็เปลี่ยนได้ด้วยการเปลี่ยนพฤติกรรม การรักษาด้วยยาและการป้องกันโรค ต่างๆ รวมทั้งความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดสูงและโรคเบาหวาน

1.2.2 โรคหลอดเลือดสมอง

โรคลมปัจจุบันหรือโรคลมเหตุหลอดเลือดสมองหรือโรคหลอดเลือดสมอง (stroke) เป็นการหยุดการทำงานของสมองอย่างฉับพลันโดยมีสาเหตุจากการรบกวนหลอดเลือดที่ เสี่ยงสมอง โรคนี้อาจเกิดจากการขาดเลือดเฉพาะที่ของสมอง (ischemia) ซึ่งมีสาเหตุจากภาวะหลอดเลือด มีลิ่มเลือด (thrombosis) หรือภาวะมีสิ่งหลุดอุดหลอดเลือด (embolism) หรืออาจเกิดจากการ ตกเลือด (hemorrhage) ในสมองผลจากภาวะดังกล่าวทำให้สมองส่วนที่ขาดเลือดหรือตกเลือดทำงาน ไม่ได้และอาจส่งผลทำให้อัมพาตครึ่งซีก ไม่สามารถที่จะทำความเข้าใจหรือพูดได้หรือตาบอดครึ่งซีก ทั้งนี้ถ้ามีความรุนแรงมาก อาจทำให้ถึงตายได้ โรคหลอดเลือดสมองเป็นภาวะฉุกเฉินทางการแพทย์ ซึ่ง สามารถทำให้เสียการทำงานของระบบประสาทอย่างถาวร อาจเกิดภาวะแทรกซ้อนทำให้พิการและเสียชีวิตได้ นับเป็นสาเหตุหลักของความพิการในสหรัฐอเมริกาและยุโรปและเป็นสาเหตุการตายอันดับที่สอง ของทั่วโลกและกำลังจะขึ้นเป็นสาเหตุการตายอันดับแรกในไม่ช้า

ปัจจัยเสี่ยงของโรคลมปัจจุบันได้แก่ ความดันโลหิตสูง การสูบบุหรี่ การใช้ ยาเสพติดและยารักษาโรคบางประเภท ความชรา น้ำหนักตัวเกินมาตรฐาน ประวัติการเป็นโรคลมปัจจุบัน ในอดีตหรือภาวะสมองขาดเลือดชั่วคราว (transient ischemic attack, TIA) เบาหวาน ภาวะเลือดมีคอ เลสเตอรอลสูง การรับประทานอาหารที่มีเกลือสูงเสมอๆ และอาการหัวใจห้องบนเต้นแผ่วระรัว (atrial fibrillation) ซึ่งความดันโลหิตสูงเป็นปัจจัยเสี่ยงที่สำคัญที่สุดของโรคนี้

1.2.3 โรคเบาหวาน

โรคเบาหวาน (Diabetes mellitus (DM) หรือทั่วไปว่า Diabetes) เป็นกลุ่ม โรคเกี่ยวกับการเผาผลาญอาหารซึ่งมีระดับน้ำตาลในเลือดสูงเป็นเวลานาน น้ำตาลในเลือดสูงก่อให้เกิด อาการปัสสาวะบ่อย กระหายน้ำและความหิวเพิ่มขึ้น หากไม่ได้รับการรักษา เบาหวานอาจก่อให้เกิด อาการแทรกซ้อนจำนวนมาก ภาวะแทรกซ้อนเฉียบพลัน ได้แก่ ภาวะเลือดเป็นกรดจากคีโตนจากเบา

หวาน (diabetic ketoacidosis) และโคม่าเนื่องจากออสโมลาร์สูงที่ไม่ได้เกิดจากคีโตน (nonketotic hyperosmolar coma) ภาวะแทรกซ้อนระยะยาวที่ร้ายแรงรวมถึงโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง ไตวาย แผลที่เท้าและความเสียหายต่อตา

เบาหวานเกิดจากตับอ่อนผลิตอินซูลินไม่เพียงพอหรือเซลล์ร่างกายไม่ตอบสนองอย่างเหมาะสมต่ออินซูลินที่ผลิตได้อย่างใดอย่างหนึ่ง น้ำตาลที่ถูกดูดซึมเข้าสู่ร่างกายจะถูกนำไปเปลี่ยนเป็นพลังงานโดยการควบคุมของอินซูลิน ในเมื่ออินซูลินมีปัญหา ทำให้ไม่สามารถดึงน้ำตาลไปใช้ได้ จึงมีน้ำตาลตกค้างในกระแสเลือดมาก ไตจึงขับของเสียออกมาทางปัสสาวะ อันเป็นเหตุให้ปัสสาวะหวานนั่นเอง เบาหวานมีสามชนิดหลัก ได้แก่

เบาหวานชนิดที่ 1 เกิดจากร่างกายผลิตอินซูลินได้ไม่เพียงพอ แบบนี้อดีตเคยเรียกว่า “เบาหวานชนิดพึ่งอินซูลิน” หรือ “เบาหวานวัยแรกรุ่น” เป็นลักษณะของการสูญเสียเบต้าเซลล์ของเกาะเล็กเกาะน้อยของ Langerhan ในตับอ่อนที่ผลิตอินซูลินซึ่งนำไปสู่การขาดอินซูลิน ประเภทนี้สามารถแบ่งต่อไปเป็นแบบภูมิคุ้มกันหรือแบบไม่ทราบสาเหตุ ส่วนใหญ่ของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 1 เป็นโดยธรรมชาติเมื่อภูมิคุ้มกันที่สร้างโดยอัตโนมัติเข้าโจมตีทำให้เกิดการสูญเสียของเบต้าเซลล์และทำให้สูญเสียอินซูลินไปด้วย มันเป็นสาเหตุให้เกิดประมาณ 10% ของผู้ป่วยโรคเบาหวานในทวีปอเมริกาเหนือและยุโรป ผู้ที่ได้รับผลกระทบส่วนใหญ่กลับกลายเป็นว่ามีสุขภาพดีและมีน้ำหนักที่มีสุขภาพดีเมื่อเริ่มต้นมีอาการของโรค ความไวและการตอบสนองต่ออินซูลินมักจะปกติโดยเฉพาะอย่างยิ่งในขั้นเริ่มต้น โรคเบาหวานชนิดที่ 1 จะมีผลต่อเด็กหรือผู้ใหญ่ แต่ถูกเรียกตามประเพณีว่า “โรคเบาหวานเด็กและเยาวชน” เพราะส่วนใหญ่ของผู้ป่วยโรคเบาหวานเหล่านี้เป็นในเด็ก

โรคเบาหวานแบบ “เปราะ” หรือที่เรียกว่าโรคเบาหวานแบบไม่แน่นอนหรือ ‘ไม่คงที่’ เป็นคำที่ใช้แบบดั้งเดิมที่จะอธิบายการเปลี่ยนแปลงไปมาของระดับน้ำตาลที่มักจะเกิดขึ้นโดยไม่มีเหตุผลที่ชัดเจนสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานที่ขึ้นอยู่กับอินซูลิน อย่างไรก็ตาม คำนี้ไม่มีพื้นฐานทางชีววิทยาและไม่ควรใช้ ยังเป็นเช่นเดิม โรคเบาหวานชนิดที่ 1 สามารถมาพร้อมกับความผิดปกติและคาดเดาไม่ได้ของสภาวะน้ำตาลในเลือดสูง มักมีสารพวกคีโตนในเลือดและปัสสาวะและบางครั้งมีภาวะน้ำตาลในเลือดสูงอย่างรุนแรง ภาวะแทรกซ้อนอื่นๆ รวมถึงการตอบสนองเพื่อต่อต้านความไม่แน่นอนของภาวะน้ำตาลในเลือดสูงบกพร่อง การติดเชื้อ อัมพาตกระเพาะ (gastroparesis) และความผิดปกติของระบบต่อมไร้ท่อ (endocrinopathies) ปรากฏการณ์เหล่านี้เชื่อว่าจะเกิดขึ้นไม่บ่อยนักเพียง 1% ถึง 2% ของผู้ป่วยโรคเบาหวานชนิดที่ 1

โรคเบาหวานชนิดที่ 1 จะสืบทอดได้บางส่วนด้วยยีนหลายๆ ตัว รวมทั้งยีนรูปแบบพันธุกรรม HLA บางอย่าง ที่รู้จักกันว่ามีส่วนต่อความเสี่ยงของการเป็นโรคเบาหวาน ในคนที่ไวต่อทางพันธุกรรม การเริ่มมีอาการของโรคเบาหวานสามารถถูกกระตุ้นโดยปัจจัยสิ่งแวดล้อมหนึ่งอย่างหรือมากกว่า เช่น การติดเชื้อไวรัสหรืออาหาร มีหลักฐานที่แสดงให้เห็นความสัมพันธ์ระหว่างโรคเบาหวานชนิดที่ 1 กับ Cocksackie B4 virus ซึ่งแตกต่างจากโรคเบาหวานชนิดที่ 2 อาการเริ่มต้นของโรคเบาหวานชนิดที่ 1 ไม่มีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินชีวิต

เบาหวานชนิดที่ 2 เริ่มขึ้นจากการดื้อต่ออินซูลิน คือ ภาวะที่เซลล์ไม่สามารถ

ตอบสนองต่ออินซูลินอย่างเหมาะสม เมื่อโรคดำเนินไป อาจมีการขาดอินซูลินด้วย แบบนี้อัตตาเคยเรียกเบาหวานชนิดไม่พึ่งอินซูลินหรือ “เบาหวานที่เกิดในผู้ใหญ่” สาเหตุหลักเกิดจากน้ำหนักกายเกินและออกกำลังกายไม่เพียงพอ มีลักษณะที่ต้านทานอิตต่ออินซูลิน ซึ่งอาจรวมกับการลดลงที่สัมพันธ์กันของการหลั่งอินซูลิน การตอบสนองที่บกพร่องของเนื้อเยื่อของร่างกายต่ออินซูลินเชื่อว่าเกี่ยวข้องกับตัวรับอินซูลิน อย่างไรก็ตาม ข้อบกพร่องที่เฉพาะเจาะจงไม่เป็นที่รู้จัก กรณีของโรคเบาหวานอันเนื่องมาจากข้อบกพร่องที่เคอร์รี่จักกันจะถูกจัดแยกต่างหาก เบาหวานชนิดที่ 2 เป็นประเภทที่พบมากที่สุด

ในช่วงต้นของชนิดที่ 2 ความผิดปกติที่โดดเด่นคือความไวต่ออินซูลินจะลดลง ในขั้นตอนนี้ภาวะน้ำตาลในเลือดสูงสามารถกลับทางด้วยความหลากหลายของมาตรการและยาที่เพิ่มความไวต่ออินซูลินหรือลดการผลิตกลูโคสโดยตับ

เบาหวานชนิดที่ 2 ส่วนใหญ่เป็นเพราะปัจจัยการดำเนินชีวิตและพันธุกรรม ปัจจัยการดำเนินชีวิตหลายอย่างมีความสำคัญต่อการพัฒนาของโรคเบาหวานชนิดที่ 2 รวมทั้งโรคอ้วน (ที่กำหนดโดยดัชนีมวลกายมากกว่าสามสิบ) การขาดกิจกรรมออกกำลังกาย อาหารที่ไม่ดี ความเครียดและความสะดวกสบายในเมือง ไขมันในร่างกายส่วนเกินจะเกี่ยวข้องกับ 30% ของกรณีสำหรับผู้สืบเชื้อสายจากจีนและญี่ปุ่น 60-80% ของกรณีในบรรดาผู้สืบเชื้อสายจากยุโรปและแอฟริกันและ 100% ของชาวอินเดียและชาวเกาะแปซิฟิก ผู้ที่ไม่ได้เป็นโรคอ้วนมักจะมีอัตราส่วนเอตต่อสะโพกสูง

ปัจจัยของอาหารยังมีอิทธิพลต่อความเสี่ยงของการเป็นโรคเบาหวานชนิดที่ 2 การบริโภคเครื่องดื่มที่มีความหวานด้วยน้ำตาลส่วนเกินจะเกี่ยวข้องกับความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้น ชนิดของไขมันในอาหารก็เป็นสิ่งสำคัญ ด้วยไขมันอิ่มตัวและกรดไขมันทรานส์จะเพิ่มความเสี่ยงและไขมันไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยวและหลายเชิงช่วยลดความเสี่ยง การบริโภคข้าวขาวจำนวนมากดูเหมือนจะยังมีบทบาทในการเพิ่มความเสี่ยง การขาดการออกกำลังกายเชื่อว่าจะทำให้เกิด 7% ของกรณี

1.2.4 โรคมะเร็งต่างๆ

มะเร็งหรือทางการแพทย์ว่า เนื้องอกร้าย (malignant tumor) เป็นกลุ่มของโรคที่เกี่ยวข้องกับการเจริญเติบโตของเซลล์ที่ผิดปกติ คือ เซลล์จะแบ่งตัวและเจริญอย่างควบคุมไม่ได้ ก่อเป็นเนื้องอกร้ายและมีศักยภาพในการรุกรานร่างกายส่วนข้างเคียง มะเร็งอาจแพร่กระจายไปยังร่างกายส่วนที่อยู่ห่างไกลได้ ผ่านระบบน้ำเหลืองหรือกระแสเลือด แต่ไม่ใช่เนื้องอกทุกชนิดจะเป็นมะเร็ง เพราะเนื้องอกไม่ร้ายจะไม่ลุกลามไปยังอวัยวะข้างเคียงและไม่กระจายไปทั่วร่างกาย อาการและอาการแสดงของโรคมะเร็งที่เป็นไปได้รวมถึงมีก้อนเนื้อเกิดใหม่ มีเลือดออกผิดปกติ มีการไอเป็นเวลานาน การสูญเสียน้ำหนักที่อธิบายไม่ได้ และการเปลี่ยนแปลงในการขับถ่ายของลำไส้และอื่นๆ แต่อาการเหล่านี้อาจเกิดขึ้นเนื่องจากปัญหาอื่น ๆ ได้เช่นกัน มีมะเร็งที่ส่งผลต่อมนุษย์ที่ทราบแล้วกว่า 100 ชนิด

สาเหตุของมะเร็งนั้นมีหลากหลาย ซับซ้อนและเข้าใจเพียงบางส่วนเท่านั้น มีหลายปัจจัยที่ทราบแล้วว่าเพิ่มปัจจัยเสี่ยงมะเร็ง ได้แก่ การสูบบุหรี่ (อัตราการตาย 22%) ปัจจัยด้านอาหาร การขาดกิจกรรมการออกกำลังกาย โรคอ้วนและการบริโภคแอลกอฮอล์ (อัตราการตายรวมกัน 10%) นอกนั้นเป็นการติดเชื้อบางอย่าง การสัมผัสรังสีและมลภาวะสิ่งแวดล้อม ในกลุ่มประเทศกำลังพัฒนา เกือบ 20% ของโรคมะเร็งเกิดจากการติดเชื้อเช่นโรคตับอักเสบบจากไวรัสชนิด B ชนิด C และ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

human papillomavirus โดยทั่วไปก่อนที่มะเร็งจะพัฒนาขึ้น การเปลี่ยนแปลงหลายอย่างของยีนจะเกิดขึ้นก่อน ประมาณ 5–10% ของมะเร็งเกิดจากการติดเชื้อทางพันธุกรรมที่ถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ ปัจจัยเหล่านี้สามารถทำให้ยีนเสียหายโดยตรงหรืออาจประกอบกับความบกพร่องทางพันธุกรรมที่มีอยู่เดิมในเซลล์ก่อให้เกิดการกลายพันธุ์เป็นมะเร็งได้ มะเร็งราว 5–10% สามารถติดตามไปยังความบกพร่องทางพันธุกรรมแต่กำเนิดโดยตรง

มะเร็งหลายประเภทสามารถป้องกันได้โดยการไม่สูบบุหรี่ รักษาน้ำหนักตัวเพื่อสุขภาพที่ดี ไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไป กินอาหารประเภทผักผลไม้และธัญพืชมากๆ ฉีดวัคซีนป้องกันโรคติดเชื้อบางอย่าง ไม่กินเนื้อแดงมากเกินไป และหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับแสงแดดมากเกินไป การตรวจพบแต่เนิ่นๆ ผ่านการตรวจคัดกรองจะเป็นประโยชน์สำหรับโรคมะเร็งปากมดลูกและมะเร็งลำไส้ใหญ่ ประโยชน์ของการตรวจคัดกรองสำหรับมะเร็งเต้านมยังมีความขัดแย้ง โรคมะเร็งมักจะได้รับการรักษาผสมกันของการรักษาด้วยรังสีบางอย่าง การผ่าตัด การรักษาด้วยเคมีบำบัดและการรักษาด้วยการกำหนดเป้าหมาย การจัดการกับการปวดและอาการอื่นเป็นส่วนสำคัญของการดูแล การดูแลแบบประคับประคองเป็นสิ่งสำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งในผู้ป่วยที่โรคมะเร็งพัฒนาไปมาก โอกาสของการอยู่รอดขึ้นอยู่กับชนิดของโรคมะเร็งและระยะของโรคในช่วงเริ่มต้นของการรักษา ในเด็กอายุต่ำกว่า 15 ที่วินิจฉัยอัตราการรอดตายในช่วงห้าปีใน โลกที่พัฒนาแล้วโดยเฉลี่ยอยู่ที่ 80% สำหรับโรคมะเร็งในประเทศสหรัฐอเมริกาอัตราการรอดตายห้าปีเฉลี่ยอยู่ที่ 66%

1.2.5 โรกระบบทางเดินหายใจเรื้อรัง

โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (chronic obstructive pulmonary disease, COPD, chronic obstructive lung disease, COLD, chronic obstructive airway disease, COAD) เป็นโรคปอดอุดกั้นที่มีลักษณะเฉพาะคือความบกพร่องอย่างเรื้อรังในการไหลผ่านของอากาศของระบบทางเดินหายใจ และมักจะแย่ลงเมื่อเวลาผ่านไป อาการที่พบบ่อยได้แก่ เหนื่อย ไอ และมีเสมหะ ผู้ป่วยหลอดลมอักเสบเรื้อรังส่วนใหญ่จะมี COPD ด้วย

สาเหตุพบบ่อยที่สุดของ COPD คือการสูบบุหรี่ สาเหตุอื่นๆ ที่มีบทบาทบ้างแต่น้อยกว่าการสูบบุหรี่ได้แก่ มลพิษทางอากาศและพันธุกรรม เป็นต้น สาเหตุของมลพิษทางอากาศที่พบบ่อยในประเทศที่กำลังพัฒนาอีกอย่างหนึ่ง ได้แก่ อากาศเสียจากการทำอาหาร ควันไฟ การสัมผัสสิ่งระคายเคืองเหล่านี้ต่อเนื่องกันเป็นเวลานานจะกระตุ้นให้เกิดปฏิกิริยาการอักเสบขึ้นในเนื้อปอด ทำให้หลอดลมฝอยตีบลงและการแตกตัวของเนื้อเยื่อปอด เรียกว่า ถุงลมโป่งพอง (emphysema) การวินิจฉัยนั้นใช้พื้นฐานของความสามารถในการไหลผ่านของอากาศด้วยการตรวจวัดโดย การทดสอบการทำงานของปอด โดยมีความแตกต่างจากโรคหอบหืด คือ การลดลงของปริมาณอากาศที่ไหลผ่านด้วยการให้ยานั้นไม่ดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

COPD สามารถป้องกันได้ โดยการลดปัจจัยเสี่ยงของสาเหตุของโรคที่ทราบ ซึ่งรวมถึงการลด ปริมาณการสูบบุหรี่และการปรับปรุงคุณภาพของอากาศทั้งภายในและภายนอก การรักษา COPD ได้แก่ การเลิกสูบบุหรี่ การฉีดวัคซีน การฟื้นฟูสภาพ และการฟื้นฟูสุขภาพ หลอดลมบ่งบอ และ การใช้ยาสเตียรอยด์ บางคนอาจได้รับประโยชน์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จากการบำบัดด้วยออกซิเจนระยะยาวหรือการปลูกถ่ายปอด ในกลุ่มผู้ที่มีการทรุดลงอย่างเฉียบพลันช่วงหนึ่ง การเพิ่มยาที่ใช้รักษาและการเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลอาจเป็นสิ่งจำเป็น ซึ่งรวมถึงการลดปริมาณการสูบบุหรี่และการปรับปรุงคุณภาพของอากาศทั้งภายในและภายนอก การรักษา COPD ได้แก่ การเลิกสูบบุหรี่ การฉีดวัคซีน การฟื้นฟูสภาพ และการฟื้นฟูสุขภาพอย่างต่อเนื่อง และการใช้ยาสเตียรอยด์ บางคนอาจได้รับประโยชน์จากการบำบัดด้วยออกซิเจนระยะยาวหรือการปลูกถ่ายปอด ในกลุ่มผู้ที่มีการทรุดลงอย่างเฉียบพลันช่วงหนึ่ง การเพิ่มยาที่ใช้รักษาและการเข้าพักรักษาตัวในโรงพยาบาลอาจเป็นสิ่งจำเป็น

ในทั่วโลกมีผู้ที่ป่วยด้วย COPD จำนวน 329 ล้านคนหรือเกือบ 5% ของจำนวนประชากร ในปี ค.ศ. 2012 โรคนี้เป็นโรคอันดับที่สามที่เป็นสาเหตุของการเสียชีวิต ซึ่งคร่าชีวิตผู้คนจำนวนกว่า 3 ล้านคน จำนวนของผู้เสียชีวิตนั้นประมาณว่าจะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากอัตราการสูบบุหรี่ที่เพิ่มขึ้นและอายุของประชากรในหลายๆ ประเทศซึ่งมีการประมาณว่าจะส่งผลที่เป็นค่าใช้จ่ายทางเศรษฐกิจจำนวน \$2.1 พันล้านในปี ค.ศ. 2010

อาการของ COPD ที่พบมากที่สุดคือ มีเสมหะ เหนื่อยและไอ อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นเวลานานและโดยมากจะแย่งลงเรื่อยๆ เมื่อเวลาผ่านไป ทั้งนี้ยังไม่มี ความชัดเจนว่า COPD มีหลายประเภทหรือไม่ ทั้งนี้ในอดีตมีการแบ่งประเภทออกเป็น โรคถุงลมโป่งพอง และ โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง โรคถุงลมโป่งพองนั้นเป็นเพียงการอธิบายของการเปลี่ยนแปลงของปอดมากกว่าของโรค และโรคหลอดลมอักเสบเรื้อรังนั้นเป็นเพียงคำอธิบายของอาการที่อาจเกิดกับ COPD หรือไม่ก็ได้

การจัดการ COPD นั้นไม่มีการรักษาที่เป็นที่ทราบ แต่อาการของโรคนั้นสามารถรักษาได้และสามารถชะลอความก้าวหน้าของโรคได้ เป้าหมายหลักของการจัดการโรค คือ การลดปัจจัยเสี่ยง จัดการความคั่งที่ของ COPD ป้องกันการกำเริบของโรคแบบเฉียบพลันและจัดการความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้อง มาตรการที่ได้แสดงถึงการลดการเสียชีวิตคือการหยุดสูบบุหรี่และการใช้ออกซิเจนเสริมเท่านั้น การหยุดสูบบุหรี่นั้นเป็นการลดความเสี่ยงของการเสียชีวิตได้ 18% ข้อเสนอแนะอื่นๆ นั้น ได้แก่ การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ปีละครั้ง การฉีดวัคซีนป้องกันเชื้อปอดบวมทุกๆ 5 ปี และการลดการสัมผัสจากสภาพแวดล้อมที่มีมลพิษทางอากาศ ในกลุ่มผู้ที่เป็นโรคขั้นลุกลาม การรักษาบรรเทาอาจช่วยลดอาการต่างๆ พร้อมกับช่วยให้ความรู้สึกเนื่องจากความเหนื่อยดีขึ้นด้วยมอร์ฟีน การใช้เครื่องช่วยหายใจแบบไม่มีการเจาะผ่าอาจใช้เพื่อสนับสนุนการหายใจได้

1.2.6 โรคไตเรื้อรัง

ไตเป็นอวัยวะสำคัญของร่างกาย ทำหน้าที่ช่วยขับของเสีย รักษาสมดุลของของเหลวและแร่ธาตุต่างๆ ในร่างกาย หากไตเสียหายไป ไม่มีทางทำให้กลับมาเป็นปกติเหมือนเดิมได้ เราควรป้องกันไม่ให้ไตเป็นโรคไต หรือถ้าสังเกตพบอาการในระยะเริ่มต้น ให้รีบไปพบแพทย์เพื่อรักษา จะช่วยชะลอความเสื่อมของไตให้ช้าลงได้

โรคไตเรื้อรัง คือ โรคที่ความสามารถของไตในการทำงานลดลง ทำให้การรักษาสมดุลของเหลวและแร่ธาตุต่างๆ ในเลือด การกำจัดของเสียออกจากเลือดทำงานผิดปกติ โรคไตเรื้อรังเกิดได้จากหลายสาเหตุ ส่วนใหญ่แล้วโรคไตเกิดจาก โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไตอักเสบ

ในทั่วโลกมีผู้ที่ป่วยด้วย COPD จำนวน 329 ล้านคนหรือเกือบ 5% ของจำนวนประชากร ในปี ค.ศ. 2012 โรคนี้อันตรายอันดับที่สามที่เป็นสาเหตุของการเสียชีวิต ซึ่งคร่าชีวิตผู้คนจำนวนกว่า 3 ล้านคน จำนวนของผู้เสียชีวิตนั้นประมาณว่าจะมีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเนื่องจากอัตราการสูบบุหรี่ที่เพิ่มขึ้นและอายุของประชากรในหลายๆ ประเทศซึ่งมีการประมาณว่าจะส่งผลที่เป็นค่าใช้จ่ายทางเศรษฐกิจจำนวน \$2.1 พันล้านในปี ค.ศ. 2010

อาการของ COPD ที่พบมากที่สุดคือ มีเสมหะ เหนื่อยและไอ อาการเหล่านี้จะเกิดขึ้นเป็นเวลานานและโดยมากจะแย่ลงเรื่อยๆ เมื่อเวลาผ่านไป ทั้งนี้ยังไม่มีความชัดเจนว่า COPD มีหลายประเภทหรือไม่ ทั้งนี้ในอดีตมีการแบ่งประเภทออกเป็น โรคถุงลมโป่งพอง และ โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง โรคถุงลมโป่งพองนั้นเป็นเพียงการอธิบายของการเปลี่ยนแปลงของปอดมากกว่าของโรค และโรคหลอดลมอักเสบเรื้อรังนั้นเป็นเพียงคำอธิบายของอาการที่อาจเกิดกับ COPD หรือไม่ก็ได้

การจัดการ COPD นั้นไม่มีการรักษาที่เป็นที่ทราบ แต่อาการของโรคนั้นสามารถรักษาได้และสามารถชะลอความก้าวหน้าของโรคได้ เป้าหมายหลักของการจัดการโรค คือ การลดปัจจัยเสี่ยง จัดการความคั่งที่ของ COPD ป้องกันการกำเริบของโรคแบบเฉียบพลันและจัดการความเจ็บป่วยที่เกี่ยวข้อง มาตรการที่ได้แสดงถึงการลดการเสียชีวิตคือการหยุดสูบบุหรี่และการใช้ออกซิเจนเสริมเท่านั้น การหยุดสูบบุหรี่นั้นเป็นการลดความเสี่ยงของการเสียชีวิตได้ 18% ข้อเสนอแนะอื่นๆ นั้น ได้แก่: การฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ปีละครั้ง การฉีดวัคซีนป้องกันเชื้อปอดบวมทุกๆ 5 ปี และการลดการสัมผัสจากสภาพแวดล้อมที่มีมลพิษทางอากาศ ในกลุ่มผู้ที่เป็นโรคขั้นลุกลาม การรักษابرรเทาอาจช่วยลดอาการต่างๆ พร้อมกับการช่วยให้ความรู้สึกเนื่องจากความเหนื่อยดีขึ้นด้วยมอร์ฟิน การใช้เครื่องช่วยหายใจแบบไม่มีการเจาะผ่าอาจใช้เพื่อสนับสนุนการหายใจได้

1.2.6 โรคไตเรื้อรัง

ไตเป็นอวัยวะสำคัญของร่างกาย ทำหน้าที่ช่วยขับของเสีย รักษาสมดุลของของเหลวและแร่ธาตุต่างๆ ในร่างกาย หากไตเสียหายไป ไม่มีทางทำให้กลับมาเป็นปกติเหมือนเดิมได้ เราควรป้องกันไม่ให้ไตเป็นโรคไต หรือถ้าสังเกตพบอาการในระยะเริ่มต้น ให้รีบไปพบแพทย์เพื่อรักษา จะช่วยชะลอความเสื่อมของไตให้ช้าลงได้

โรคไตเรื้อรัง คือ โรคที่ความสามารถของไตในการทำงานลดลง ทำให้การรักษาสมดุลของเหลวและแร่ธาตุต่างๆ ในเลือด การกำจัดของเสียออกจากเลือดทำงานผิดปกติ โรคไตเรื้อรังเกิดได้จากหลายสาเหตุ ส่วนใหญ่แล้วโรคไตเกิดจาก โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ไตอักเสบ โรคถุงน้ำในไต โรคอ้วน เป็นต้น ซึ่งคนที่เป็นโรสดังกล่าว จะมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคไตเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ อีก เช่น อายุมาก สูบบุหรี่ ได้รับยาหรือสารพิษบางชนิด มีประวัติคนในครอบครัวเป็นโรคไตเรื้อรัง มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ดังนั้น หากผู้ป่วยมีปัจจัยเสี่ยงตามที่กล่าวมา ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพ โดยทั่วไปแพทย์จะตรวจหาโปรตีนในปัสสาวะ (protein-creatinine ratio) และตรวจเลือดเพื่อหาค่าครีเอตินิน (creatinine) เพื่อประเมินค่าการทำงานของ ไตหรือ GFR (Glomerular filtration rate)

อาการของโรคไตเรื้อรัง คือ ผู้ป่วยโรคไตในระยะเริ่มแรกหลายท่านอาจไม่มี

ถุงน้ำในไต โรคอ้วน เป็นต้น ซึ่งคนที่เป็โรคดังกล่าว จะมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคไตเรื้อรัง โดยเฉพาะโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง นอกจากนี้ยังมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ อีก เช่น อายุมาก สูบบุหรี่ รับประทานหรือสารพิษบางชนิด มีประวัติคนในครอบครัวเป็นโรคไตเรื้อรัง มีน้ำหนักเกินหรืออ้วน ดังนั้น หากผู้ป่วยมีปัจจัยเสี่ยงตามที่กล่าวมา ควรไปพบแพทย์เพื่อตรวจสุขภาพ โดยทั่วไปแพทย์จะตรวจหาโปรตีนในปัสสาวะ (protein-creatinine ratio) และตรวจเลือดเพื่อหาค่าครีเอตินิน (creatinine) เพื่อประเมินค่าการทำงานของ ไตหรือ GFR (Glomerular filtration rate)

อาการของโรคไตเรื้อรัง คือ ผู้ป่วยโรคไตในระยะเริ่มแรกหลายท่านอาจไม่มีอาการรุนแรง จนกระทั่งโรคมารถึงขั้นร้ายแรงแล้ว อาจมีอาการอ่อนแรง คิดอะไรไม่ค่อยออก รู้สึกเบื่ออาหาร ลมหายใจมีกลิ่นปัสสาวะ มีอาการคันตามผิวหนัง ตัวซีด เหนื่อยและข้อเท้าบวม ปัสสาวะบ่อยตอนกลางคืน แพทย์จะทำการตรวจเพื่อวางแผนการรักษาผู้ป่วย โดยการตรวจเลือดเพื่อประเมินการทำงานของไตหรือ GFR (Glomerular filtration rate) ทำการตรวจอัลตราซาวด์หรือ CT Scan เพื่อถ่ายภาพไตและทางเดินปัสสาวะและในบางกรณีจะตัดชิ้นเนื้อไตส่งตรวจ โดยโรคไตเป็นโรคที่ไม่แสดงอาการในระยะแรก การเข้ารับการตรวจเลือดเพื่อประเมินการทำงานของไตหรือ GFR (Glomerular filtration rate) เท่านั้นถึงจะทราบว่าโรคดำเนินไปถึงระยะใดแล้ว

1.2.7 โรคอ้วนลงพุง

ในยุคประวัติศาสตร์ช่วงต้น โรคอ้วนพบน้อย และมีเพียงอภิชนกลุ่มเล็กเท่านั้นที่เป็น แม้ยอมรับแล้วว่าเป็นปัญหาสุขภาพ แต่เมื่อความมั่งคั่งเพิ่มขึ้นในสมัยใหม่ตอนต้น โรคอ้วนมีผลในประชากรกลุ่มใหญ่เพิ่มขึ้น ในปี 2540 องค์การอนามัยโลกรับรองโรคอ้วนเป็นโรคระบาดทั่วโลกอย่างเป็นทางการ ในปี 2551 องค์การอนามัยโลกประเมินว่า ผู้ใหญ่ออย่างน้อย 500 ล้านคน (กว่า 10%) อ้วน โดยมีอัตราในหญิงสูงกว่าชาย อัตราโรคอ้วนยังเพิ่มขึ้นตามอายุอย่างน้อยถึง 50 หรือ 60 ปี และโรคอ้วนรุนแรงในสหรัฐอเมริกา ออสเตรเลียและแคนาดาเพิ่มขึ้นเร็วกว่าอัตราโรคอ้วนโดยรวม

โรคอ้วนเป็นสภาวะทางการแพทย์ที่มีการสะสมไขมันในร่างกายมากถึงขนาดที่อาจมีผลเสียต่อสุขภาพ ทำให้มีอายุสั้นลง และมีปัญหาสุขภาพเพิ่มขึ้นหรืออย่างใดอย่างหนึ่ง การพิจารณาว่าบุคคลใดอ้วนนั้นพิจารณาจากดัชนีมวลกาย (BMI) ซึ่งเป็นการวัด มีค่าเท่ากับน้ำหนัก (หน่วยเป็นกิโลกรัม) หารด้วยส่วนสูง (หน่วยเป็นเมตร) ยกกำลังสอง บุคคลที่มีดัชนีมวลกายเกิน 30 กิโลกรัมต่อตารางเมตรถือว่าเป็นโรคอ้วน โดยในช่วง 25-30 กิโลกรัมต่อตารางเมตรนิยามเป็นน้ำหนักเกิน

โรคอ้วนเพิ่มโอกาสการป่วยเป็นโรคหลายอย่าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งโรคหัวใจ เบาหวานชนิดที่ 2 ภาวะหยุดหายใจขณะหลับชนิดอุดกั้น มะเร็งบางชนิด และโรคข้อเสื่อม โรคอ้วนมีสาเหตุมาจากการรับพลังงานจากอาหารมากเกินไป การขาดการออกกำลังกาย และความเสี่ยงทางพันธุกรรมร่วมกันมากที่สุด แม้ว่าผู้ป่วยน้อยรายจะเกิดจากยีนหรือพันธุกรรม ความผิดปกติของต่อมไร้ท่อ ยาหรือการป่วยจิตเวชเป็นหลัก สำหรับมุมมองที่ว่าคนอ้วนบางรายกินน้อยแต่น้ำหนักเพิ่มเพราะเมแทบอลิซึมช้า นั้นมีหลักฐานสนับสนุนจำกัด โดยเฉลี่ยแล้ว คนอ้วนมีการเสียพลังงานมากกว่าคนผอม เนื่องจากต้องใช้พลังงานมากกว่าในการรักษามวลร่างกายที่เพิ่มขึ้นคนอ้วนจึงเหนื่อยเร็วกว่าคนผอม

การจำกัดอาหารและการออกกำลังกาย เป็นหลักของการรักษาโรคอ้วน

สามารถปรับปรุงคุณภาพอาหารได้โดยการลดการบริโภคอาหารพลังงานสูง เช่น อาหารที่มีไขมันและน้ำตาลสูง และโดยการเพิ่มการรับใยอาหาร อาจบริโภคยาลดความอ้วนเพื่อลดความอยากอาหารหรือลดการดูดซึมไขมันเมื่อใช้ร่วมกับกับอาหารที่เหมาะสม หากอาหาร การออกกำลังกายและยาไม่ได้ผลการทำบอลลูนกระเพาะอาหาร (gastric balloon) อาจช่วยให้น้ำหนักลดได้ หรืออาจมีการผ่าตัดเพื่อลดปริมาตรกระเพาะอาหารและความยาวลำไส้ หรืออย่างใดอย่างหนึ่ง ซึ่งทำให้รู้สึกอิ่มเร็วขึ้นและลดความสามารถในการดูดซึมสารอาหาร

โรคอ้วนเป็นสาเหตุการตายอันดับต้นๆ ทั่วโลกที่สามารถป้องกันได้ โดยมีอัตราเพิ่มขึ้นทั้งในผู้ใหญ่และเด็ก ทางกรมมองว่าโรคอ้วนเป็นหนึ่งในปัญหาสาธารณสุขที่ร้ายแรงที่สุดในคริสต์ศตวรรษที่ 21 โรคอ้วนถูกระบุว่าเป็นปัญหาในโลกลสมัยใหม่อย่างมาก (โดยเฉพาะอย่างยิ่งในโลกตะวันตก) ทว่าในอดีต ความอ้วนถูกมองอย่างกว้างขวางว่าเป็นสัญลักษณ์แห่งความมั่งคั่งและความอุดมสมบูรณ์ และกระทั่งปัจจุบันก็ยังมีคนเชื่อดังกล่าวนั้นในบางบริเวณของโลก ใน ค.ศ. 2013 สมาคมแพทยอเมริกาจัดความอ้วนเป็นโรค

โรคอ้วนมีหลายสาเหตุ ได้แก่ กรรมพันธุ์ ถ้าพ่อและแม่อ้วนทั้งคู่ลูกจะมีโอกาสอ้วนถึงร้อยละ 80 แต่ถ้าพ่อหรือแม่คนใดคนหนึ่งอ้วนลูกจะมีโอกาสอ้วนถึงร้อยละ 40 แต่ไม่ควรที่จะวิตกกังวลจนเกินเหตุ ไม่ใช่ว่าคุณจะสิ้นโอกาสผอมหรือหุ่นดี นิสัยจากการรับประทานอาหาร คนที่นิสัยไม่ดีในการรับประทานอาหารหรือกินจุบจิบ ไม่เป็นเวลาทำให้อ้วนขึ้นได้ การไม่ออกกำลังกาย ถ้ารับประทานอาหารที่มากเกินไปแล้วนั่งๆ นอนๆ โดยไร้ซึ่งการยืดเส้นยืดสาย ไขมันเข้าก็จะเกิดการสะสมไขมันในร่างกาย อารมณ์และจิตใจ มีบางคนที่ได้รับประทานอาหารตามอารมณ์และจิตใจ เช่น กินอาหารเพื่อดับความโกรธแค้น กลุ้มใจ กังวลใจ บุคคลเหล่านี้จะรู้สึกว่าการกินทำให้ใจสงบ จึงยึดอาหารไว้เป็นสิ่งที่สร้างความสบายใจ แต่ในทางกลับกัน บางคนก็รู้สึกเสียใจ กลุ้มใจ ก็กินอาหารไม่ได้ ถ้าในระยะเวลาต่างๆ ก็มีผลทำให้เกิดการขาดอาหาร ฯลฯ ความไม่สมดุลกับความรู้สึกอิ่ม ความหิว ความอยากอาหาร เมื่อใดที่ความอยากกินเพิ่มขึ้นเมื่อนั้นการบริโภคก็จะเพิ่มมากขึ้น ซึ่งถึงขั้น "กินจุ" ในที่สุดก็จะทำให้เกิดความอ้วน เพศ ผู้หญิงสามารถอ้วนได้ง่ายกว่าผู้ชาย เพราะโดยธรรมชาติมักสรรหาอาหารมากินได้ตลอดเวลา อีกทั้งผู้หญิงจะต้องตั้งครรภ์ทำให้น้ำหนักตัวมากขึ้น เพราะต้องกินอาหารมากขึ้น เพื่อบำรุงร่างกายและทารกในครรภ์ และบางคนหลังจากคลอดบุตรแล้วก็ไม่สามารถลดน้ำหนักลงให้เท่ากับเมื่อก่อนตั้งครรภ์ได้ อายุ เมื่ออายุมากขึ้น โอกาสที่จะอ้วนก็เพิ่มขึ้น ทั้งผู้ชายและผู้หญิง ซึ่งอาจเกิดจากการใช้พลังงานน้อยลง ยา ผู้ป่วยบางโรคนั้น จะได้รับสเตียรอยด์เป็นเวลานานก็ทำให้อ้วนได้ และในผู้หญิงที่ฉีดยาหรือใช้ยาคุมกำเนิดก็ทำให้อ้วนได้เหมือนกัน โรคบางชนิด เช่น ไฮโปไทรอยด์

การรักษาโรคอ้วน ประกอบด้วย การจำกัดอาหารและการออกกำลังกาย โปรแกรมอาหารอาจทำให้น้ำหนักลดได้ในช่วงสั้นๆ แต่การรักษาการลดน้ำหนักบ่อยครั้งเป็นเรื่องยาก และมักต้องอาศัยการออกกำลังกายและการได้รับพลังงานจากอาหารน้อยลงเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของบุคคลอย่างถาวร สัดส่วนความสำเร็จของการรักษาการลดน้ำหนักโดยไม่มี การเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตนั้นต่ำ โดยมีพิสัยระหว่าง 2-20% การเปลี่ยนแปลงอาหารและวิถีชีวิตมีประสิทธิภาพในการจำกัดน้ำหนักเพิ่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เกินในสตรีมีครรภ์และให้ผลลัพธ์ดีขึ้นแก่ทั้งมารดาและบุตร

โรคแทรกซ้อนต่างๆ ที่อาจมาพร้อมกับโรคอ้วนลงพุง บางโรคอาจจะแสดงอาการให้เห็นชัดเจน ในขณะที่บางโรคก็อาจไม่แสดงอาการภายนอกแต่ส่งผลต่อสุขภาพในระยะยาว ได้แก่ ไขมันพอกตับ การรับประทานอาหารมากเกินไป เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดไขมันก่อตัวขึ้นในตับ เมื่อตับไม่ได้นำไขมันไปใช้หรือย่อยสลายอย่างที่ควรจะเป็นก็อาจเกิดการสะสมไขมันขึ้น โดยร้อยละ 20 ของคนที่เป็โรคอ้วนจะมีโรคไขมันพอกตับร่วมอยู่ด้วย ภาวะหยุดหายใจขณะหลับ สำหรับคนที่มึน้ำหนักรเกินและเป็นโรคอ้วน มักมีไขมันสะสมในผนังลำคอกมากขึ้น ผนังลำคอจึงหนาและมีลักษณะลำคอหดสั้นมากขึ้น ช่องลำคอจึงแคบลง ทำให้เกิดการอุดกั้นทางเดินหายใจ และเสี่ยงเกิดภาวะหยุดหายใจขณะหลับได้ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคอ้วนมักทำให้เกิดภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือดโดยตรง เนื่องจากระดับของไขมันคอเลสเตอรอลและไขมันสะสมในร่างกายสูงกว่าปกติ ส่งผลให้หลอดเลือดหนาขึ้น หลอดเลือดแดงจึงตีบแคบ ทำให้เลือดไหลเวียนได้น้อย จนเกิดหลอดเลือดอุดตันในที่สุดและอาจพัฒนากลายเป็นภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายได้ กรดไหลย้อน ในผู้ที่เป็โรคอ้วนจะมีความดันในช่องท้องและความดันในกระเพาะอาหารสูงขึ้น ทำให้กรดและอาหารที่กำลังย่อยในกระเพาะอาหารไหลทวนย้อนกลับเข้าสู่หลอดอาหาร เกิดเป็นโรคกรดไหลย้อนได้ ภาวะไอบามบัสสภาวะเลือด ภาวะไอบามบัสสภาวะเลือด เกิดจากกล้ามเนื้ออุ้งเชิงกรานที่คอยพยุงท่อปัสสาวะและกระเพาะปัสสาวะหย่อนยาน สามารถเกิดขึ้นได้จากภาวะผิดปกติของร่างกายด้านต่าง ๆ รวมถึงโรคอ้วนด้วย เมื่อขาดตัวช่วยพยุงท่อปัสสาวะเมื่อเวลาไอหรือจาม ท่อปัสสาวะเปิดตัวทำให้ปัสสาวะเล็ดออกมา ประจำเดือนผิดปกติ ในสตรีที่มีน้ำหนักเกินเกณฑ์ปกติและมีภาวะอ้วนอาจส่งผลให้ประจำเดือนมาไม่ปกติ ขาดประจำเดือนไปได้คราวละหลาย ๆ เดือน เนื่องจากในคนอ้วนผิวหนังสามารถเปลี่ยนเซลล์ไขมันไปเป็นฮอร์โมนเอสโตรเจน ซึ่งมีผลต่อการหลั่งฮอร์โมน FSH และฮอร์โมน LH ทำให้ประจำเดือนมาไม่ปกติ โรคเบาหวาน น้ำหนักเกินเกณฑ์ หรือความอ้วนเป็นปัจจัยหนึ่งของความเสี่ยงของการเป็นเบาหวาน เนื่องจากในผู้ป่วยโรคอ้วน อินซูลินที่หลั่งจากตับอ่อนอาจออกฤทธิ์ไม่ดี และส่งผลให้เกิดภาวะดื้อต่ออินซูลิน ทำให้เนื้อเยื่อตอนปลายตอบสนองต่ออินซูลินได้น้อยลง เบตาเซลล์ไม่ทำงาน ไขมันในเลือดสูง ทำให้เกิดโรคที่เกี่ยวข้องระบบการเผาผลาญ (Metabolic syndrome) โรคข้อเสื่อม ในการเดินของคนอ้วนแต่ละก้าวจะเกิดแรงกดกระทันหันที่ข้อเข่ามากกว่าคนไม่อ้วน อีกทั้งข้อเข่าที่มีเนื้อเยื่อไขมันมากๆ จะลั่นไปกดและทำลายผิวกระดูกอ่อนที่อยู่ใกล้ๆ เป็นการเร่งให้เกิดโรคข้อเสื่อมเร็วขึ้น

1.2.8 โรคตับแข็ง

โรคตับแข็ง (Cirrhosis) เป็นภาวะซึ่งเป็นผลจากโรคตับเรื้อรัง มีลักษณะเฉพาะคือการมีเนื้อเยื่อพังผืดเกิดขึ้นในเนื้อตับ ดึงรั้งเนื้อตับตึงจนเป็นผิวตะปุ่มตะป่ำ ทำให้ตับเสียการทำงานลงไป ตับแข็งมักเกิดขึ้นเป็นผลจากพิษสุราเรื้อรัง ตับอักเสบจากไวรัส (โดยเฉพาะจากไวรัสตับอักเสบบีและซี) และโรคตับแข็งไขมัน รวมถึงสาเหตุอื่นๆ อีกหลายอย่าง ภาวะแทรกซ้อนจากตับแข็งที่พบบ่อย คือ ภาวะท้องมาน ซึ่งมีความสัมพันธ์อย่างมากกับการสูญเสียคุณภาพชีวิต เพิ่มความเสี่ยงต่อการติดเชื้อ และผลเสียในระยะยาว ภาวะแทรกซ้อนอื่นที่อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตคือโรคสมองที่เกิดจากตับ (hepatic encephalopathy) และ

การมีเลือดออกจากหลอดเลือดชดในหลอดอาหาร (esophageal varices) ตับแข็งนั้นเมื่อเกิดแล้วมักไม่สามารถกลับเป็นปกติได้ การรักษาจึงมักมุ่งไปที่การยับยั้งการดำเนินโรคและป้องกันภาวะแทรกซ้อน หากเป็นมากอาจมีทางเลือกในการรักษาเพียงทางเดียวคือการผ่าตัดเปลี่ยนตับ

ผู้ป่วยที่เป็นโรคตับแข็ง อาจไม่มีอาการหรือมีอาการน้อยมาก หรืออาจมีอาการเนื่องจากภาวะแทรกซ้อนตามระยะของโรค ทั้งนี้อาการที่อาจพบได้ เช่น อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย ไม่อยากอาหาร ในบางครั้งอาจเกิดร่วมกับอาการคลื่นไส้ น้ำหนักลด ในผู้หญิงอาจมีประจำเดือนผิดปกติ ในผู้ชายอาจมีเต้านมขยายใหญ่ขึ้นพร้อมอาการปวด สมรรถภาพทางเพศลดลง ขาบวมหรือท้องโตขึ้น เนื่องจากโปรตีนอัลบูมินถูกผลิตน้อยลง ส่งผลให้มีน้ำสะสมในขาหรือท้อง ฟกช้ำหรือเลือดออกได้ง่าย เนื่องจากมีการผลิตโปรตีนที่เป็นส่วนประกอบในการทำให้เลือดแข็งตัวลดลง อาการดีซ่าน หรืออาการตัวเหลือง ตาเหลือง ซึ่งเกิดจากการสะสมเม็ดสีของน้ำดี มีอาการคันที่ผิวหนังอย่างรุนแรง เนื่องจากสารประกอบของน้ำดีถูกฝังอยู่ในผิวหนัง มีอาการทางสมอง เนื่องจากตับไม่สามารถกรองสารพิษออกมาได้ จึงเริ่มสะสมในเลือด โดยสัญญาณแรกของการสะสมสารพิษในสมองอาจสังเกตได้จากการที่ผู้ป่วยละเลยการดูแลตนเอง ไม่มีอาการตอบโต้ สีม่วง่าย ไม่มีสมาธิ มีความไวต่อยาและผลข้างเคียง เนื่องจากในผู้ป่วยโรคตับแข็งตับจะไม่สามารถกรองยาออกจากเลือดได้ในอัตราปกติ ด้วยยาจึงออกฤทธิ์นานขึ้นและสะสมอยู่ในร่างกาย มีเลือดออกอย่างรุนแรงในกระเพาะอาหารส่วนบนหรือหลอดอาหาร เนื่องมาจากการไหลเวียนของเลือดผิดปกติ ซึ่งจัดเป็นอาการที่รุนแรงและอันตราย แพทย์ต้องรีบหยุดเลือดโดยเร็ว

การรักษาภาวะตับแข็งมีวัตถุประสงค์เพื่อหยุดการพัฒนาของเนื้อเยื่อแผลเป็นในตับและเพื่อป้องกันภาวะแทรกซ้อน โดยมีหลักสำคัญคือการรักษาที่สาเหตุที่ทำให้เกิดตับแข็ง ซึ่งไม่เพียงแต่แพทย์เท่านั้นที่มีบทบาทในการรักษา ผู้ป่วยเองก็มีบทบาทที่สำคัญยิ่งในการหลีกเลี่ยงทุกสิ่งทุกอย่างที่ก่อให้เกิดความเสียหายต่อตับ ซึ่งอาจนำไปสู่ภาวะตับล้มเหลวได้ การปฏิบัติตัวในการดูแลและป้องกันภาวะแทรกซ้อนสำหรับผู้ที่มีภาวะตับแข็ง

1.2.9 โรคสมองเสื่อม

ภาวะสมองเสื่อมหรือโรคสมองเสื่อม (Dementia, มาจากภาษาละติน de- “ออกไป” และ mens มาจาก mentis “จิตใจ”) เป็นภาวะการเสื่อมถอยของหน้าที่การรับรู้อันเนื่องมาจากความเสียหายหรือโรคที่เกิดในสมองซึ่งมักเกิดจากการเสื่อมถอยไปตามอายุ แม้ว่าภาวะสมองเสื่อมจะเกิดขึ้นโดยปกติในประชากรผู้สูงอายุ แต่ก็อาจเกิดขึ้นได้ในผู้ใหญ่ในทุกๆวัย สำหรับกลุ่มอาการที่คล้ายคลึงกันอันเนื่องมาจากหน้าที่ของสมองผิดปกติในประชากรที่อายุน้อยกว่าวัยผู้ใหญ่จะเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า ความผิดปกติในพัฒนาการ (developmental disorders)

ภาวะสมองเสื่อมเป็นกลุ่มอาการที่ไม่จำเพาะซึ่งเกิดจากความเสื่อมของการรับรู้ไม่ว่าจะเป็นความจำ, ความใส่ใจ, ภาษา, และการแก้ปัญหา ซึ่งหน้าที่การรับรู้ในระดับสูงจะได้รับผลกระทบก่อน ในระยะท้าย ๆ ของภาวะสมองเสื่อมผู้ป่วยจะมีอาการไม่รับรู้เวลา (ไม่รู้ว่าเป็นวัน เดือน หรือปีอะไร) สถานที่ (ไม่รู้ว่าจะกำลังอยู่ที่ไหน) และบุคคล (ไม่รู้จักบุคคลว่าเป็นใคร)

กลุ่มอาการของภาวะสมองเสื่อมนั้นจัดแบ่งออกได้เป็นประเภทย้อนกลับได้ และย้อนกลับไม่ได้ ซึ่งขึ้นกับสมุฏฐานโรค (etiology) ผู้ป่วยโรคสมองเสื่อมน้อยกว่าร้อยละ 10 ซึ่ง

สามารถกลับมาเป็นปกติหลังจากการรักษาได้ สาเหตุของโรคเกิดจากการดำเนินโรคที่จำเพาะที่แตกต่างกัน เช่นเดียวกับการทำหน้าที่ผิดปกติของอวัยวะอื่น ๆ เช่น อาการหายใจสั้น, ตีข่าน, หรืออาการปวด ซึ่งเกิดมาจากสมุฏฐานต่าง ๆ กัน หากแพทย์เก็บประวัติผู้ป่วยได้ไม่ีอาจทำให้สับสนกับกลุ่มอาการเพ้อ (delirium) เนื่องจากมีอาการแสดงที่คล้ายคลึงกันมาก อาการป่วยทางจิต (mental illness) บางชนิด เช่น ภาวะซึมเศร้า (depression) และโรคจิต (psychosis) อาจทำให้เกิดอาการแสดงซึ่งต้องแยกออกจากภาวะสมองเสื่อมและอาการเพ้อ

1.3 พฤติกรรมเสี่ยง ตัวการก่อโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

สาเหตุหลักสำคัญของกลุ่มโรค NCDs คือพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ในการดำเนินชีวิต ไม่ว่าจะเป็นการรับประทานอาหารรสจัด เช่น หวานจัด เค็มจัด อาหารที่มีไขมันสูง อาหารปิ้งย่าง การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ การสูบบุหรี่ การไม่ออกกำลังกาย การนอนดึก การมีความเครียดสูง การรับประทานยาโดยไม่ปรึกษาแพทย์ เป็นต้น ดังนั้นคนที่มีพฤติกรรมดำเนินชีวิตเช่นนี้จึงมีความเสี่ยงที่จะเป็นโรค NCDs ได้มากกว่าคนอื่นๆ

1.4 ความรุนแรงของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

แม้กลุ่มโรค NCDs จะไม่ใช่โรคติดต่อ แต่จากข้อมูลขององค์การอนามัยโลกพบว่า ตลอดช่วงเวลา 10 ปีที่ผ่านมา กลุ่มโรค NCDs เป็นสาเหตุของการเสียชีวิตอันดับหนึ่งของคนไทย โดยมีคนไทยป่วยด้วยโรค NCDs ถึง 14 ล้านคน เสียชีวิตกว่า 320,000 คนต่อปีและคาดว่าจะมีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้นในทุกๆ ปี ซึ่งส่วนใหญ่เสียชีวิตก่อนอายุ 60 ปี

1.5 ปรับพฤติกรรมลดความเสี่ยงจากกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

การป้องกันกลุ่มโรค NCDs ทำได้ง่ายๆ โดยเริ่มจากตัวเรา คือการปรับพฤติกรรมการดำเนินชีวิต เช่น รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ให้ครบ 5 หมู่ เน้นการรับประทานผักและผลไม้ หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารรสหวานจัด เค็มจัด อาหารมัน รวมถึงอาหารปิ้งย่าง ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อย 30 นาที/ครั้ง สัปดาห์ละ 5 ครั้ง งดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ งดสูบบุหรี่ พักผ่อนให้เพียงพอ ผ่อนคลายความเครียด ตรวจสุขภาพประจำปีอย่างสม่ำเสมอ รับประทานยาตามแพทย์สั่ง ไม่ซื้อยารับประทานเองโดยไม่ปรึกษาแพทย์หรือเภสัชกร หากมีอาการผิดปกติใดๆ ควรปรึกษาแพทย์

2.2 การวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย

ในการวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมาย โดยเลือกจากกลุ่มวัยที่ต้องเน้น คือ กลุ่มเยาวชนและวัยทำงาน ที่มีแนวโน้มความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องบุหรี่ยาเสพติด การกินอาหารผักผลไม้ การออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอและแนวโน้มวิถีชีวิตที่อยู่นิ่งเฉย รวมทั้งแนวโน้มการตายในกลุ่มอายุ 30-39 ปีก็เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ถือเป็นความเสี่ยงชีวิตก่อนวัยอันควร โดยมีข้อมูลจากหนังสือแผนยุทธศาสตร์ป้องกันและควบคุมโรคไม่ติดต่อ ระดับชาติ 5 ปี (พ.ศ. 2560-2564) ดังนี้

จากสถานการณ์โรค ความเสี่ยงและระบบบริการ ที่พบจากการประเมินผล

1. กลุ่มเป้าหมายที่ต้องเน้น และดำเนินการในช่วงระยะนี้และระยะต่อไป คือกลุ่มเยาวชนและวัยทำงานที่มีแนวโน้มความเสี่ยงเพิ่มขึ้นในทุกด้าน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องบุหรี่ยาเสพติด การกิน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- อาหารผักผลไม้ การออกกำลังกายที่ไม่เพียงพอ และแนวโน้มวิถีชีวิต ที่อยู่นิ่งเฉยๆ รวมทั้งแนวโน้มการตายในกลุ่มอายุ 30-39 ปีก็เพิ่มขึ้นเรื่อยๆ
2. กลุ่มผู้ชาย ที่เป็นวัยทำงาน เป็นกลุ่มที่เข้าถึงบริการ และใช้บริการสุขภาพ เพื่อการคัดกรองโรค และการดูแลรักษา น้อยกว่ากลุ่มอื่นๆ ซึ่งน่าจะเป็นกลุ่มเสี่ยง ซึ่งควรมีการปรับรูปแบบวิธีการบริการ และการสื่อสารกับประชากรกลุ่มนี้มากขึ้น
 3. ความเสี่ยงที่ควรเน้นและนำเพื่อการขับเคลื่อน คือ เรื่องความอ้วน ที่ควรมีการติดตาม สร้างความตระหนักและเฝ้าระวังเรื่องนี้อย่างเป็นระบบมากขึ้น
 4. มาตรการและการดำเนินงาน ที่ควรเน้นและทำให้เป็นระบบมากขึ้น คือ การสื่อสาร สร้างความเข้าใจและความตระหนักต่อการระวังภาวะเสี่ยง ต่อการเป็นโรคไม่ติดต่ออย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะประเด็นด้านอาหาร
 5. มาตรการเพื่อการประสานระดับนโยบายในการป้องกัน ควบคุมโรค ในภาคส่วนอื่น ควรดำเนินการเข้มข้นมากขึ้น ได้แก่ ภาคการศึกษา สถานประกอบการ การโฆษณาและการผลิตอาหาร ควรมีหน่วยงานที่รับผิดชอบดำเนินการที่ชัดเจนต่อเนื่อง และคิดกิจกรรม มาตรการที่หลากหลายเพื่อให้บรรลุผล
 6. มาตรการเพื่อการส่งเสริมการดูแลตนเองในเรื่องการป้องกันควบคุมโรค ให้แก่ประชาชนกลุ่มต่างๆ เป็นพื้นฐาน ยังเป็นเรื่องสำคัญที่ต้องดำเนินการต่อเนื่อง และคิดค้นหามาตรการที่เกิดประสิทธิผลได้
 7. มาตรการด้านการจัดบริการรักษาพยาบาลนั้น ควรมีการจัดการที่ targeting ผู้ป่วยแต่ละกลุ่มและมีการออกแบบการดูแลแบบผสมผสานที่จำเพาะแก่กลุ่มนั้นและเน้นการดูแลในมิติทางด้านพฤติกรรมสังคม ควบคู่กับการดูแลทางการแพทย์ร่วมด้วย เพื่อเพิ่มประสิทธิผลและประสิทธิภาพการจัดบริการมากขึ้น (มีการทบทวนใช้ข้อมูลผลการดูแล ร่วมกับการเพิ่มคุณภาพบริการคลินิก NCDs แบบใหม่)
- ในการวิเคราะห์สื่อที่จะทำให้กลุ่มเป้าหมายสนใจและเข้าถึงได้ พบว่าประเทศไทยมีสถิติที่น่าตกใจอีกหนึ่งอย่าง รายงานจาก Global Digital ได้นำเสนอสถิติเกี่ยวกับการใช้โซเชียลมีเดีย ประจำปี 2018 โดยอาศัยข้อมูลจาก We Are Social และ Hootsuite เผยว่า Facebook ยังคงเป็นโซเชียลเน็ตเวิร์คอันดับ 1 ของโลก ด้วยจำนวนผู้ใช้ (Active Users) ทั่วโลก 2,234 ล้านคน ในรายงานฉบับเดียวกัน ยังมีการเปิดเผยว่า กรุงเทพมหานคร คือ เมืองที่มีจำนวนผู้ใช้งาน Facebook สูงสุดเป็นอันดับ 1 ของโลก ด้วยผู้ใช้งานกว่า 25 ล้านคน โดยมีจาการ์ตา เมืองหลวงของอินโดนีเซีย ตามมาเป็นอันดับ 2 ซึ่งช่วงวัยของผู้ใช้ Facebook ที่มีจำนวนมากที่สุด คือ 25-34 ปี ที่จำนวน 670 ล้านคนทั่วโลก และตามด้วย 18-24 ปี จำนวน 620 ล้านคนทั่วโลก Facebook จึงเป็นสื่อและช่องทางที่น่าสนใจเป็นอย่างมากที่จะทำให้กลุ่มเป้าหมายเห็นโฆษณาตรงใจได้มากที่สุดและเกิดเป็นกระแสไวรัลไวโอ
- โดยสรุปแล้วการวิเคราะห์กลุ่มเป้าหมายและสื่อที่จะเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้ง่าย จึงเลือกเป็น กลุ่มเป้าหมายวัย 25-39 ปี ช่วงวัยทำงานที่กำลังสะสมพฤติกรรมเสี่ยงในการดำเนินชีวิตและมีแนวโน้มในการเป็นโรคในกลุ่ม NCDs มากขึ้นในทุกๆ ปี โดยมีโซเชียลมีเดียในการประชาสัมพันธ์ให้กลุ่มเป้าหมายเข้าถึงได้ง่าย เกิดความตระหนักและการส่งต่อในโลกออนไลน์

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

2.3 แนวทางการออกแบบโฆษณา

ในการนำไปใช้ให้ตรงจุดประสงค์ของโฆษณารณรงค์ จำเป็นต้องวิเคราะห์ที่ในหลายๆ ด้าน ได้แก่ ผู้ส่งสาร ช่องทางการสื่อสารหรือสื่อ สาร ผู้รับสาร ซึ่งข้าพเจ้าวิเคราะห์และนำไปใช้ ดังนี้

ผู้ส่งสาร คือ บุคคลหรือกลุ่มบุคคลที่มีความคิด ความต้องการจะส่งข่าวสาร อารมณ์ ความรู้สึกนึกคิดไปยังผู้รับสาร โดยเลือกวิธีการถ่ายทอดอย่างมีชั้นเชิง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในระดับหนึ่ง ซึ่งข้าพเจ้าหวังว่าโฆษณารณรงค์ชิ้นนี้จะเป็นจุดเริ่มต้นของการเฝ้าระวังกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

สาร คือ สื่อที่จะส่งให้ถึงกลุ่มเป้าหมาย หากวิเคราะห์จากกลุ่มเป้าหมายวัย 25-39 ปี ที่ใช้ Facebook เป็นประจำทุกวัน โดยพบว่า Facebook เป็นที่ที่คนเราจะโพสต์ข้อความหรือรูปภาพเกี่ยวกับไลฟ์สไตล์ การใช้ชีวิตของตัวเองมากที่สุด เพื่อให้บุคคลอื่นรู้หรือเพื่อเป็นการแสดงตัวตนของตัวเอง การส่งสารที่เป็นข้อมูล ตัวอักษรหรือภาพวาด อาจจะไม่เหมาะกับคนกลุ่มนี้ เพราะการใช้โซเชียลมีเดียมีความไว หากกลุ่มเป้าหมายเลื่อนผ่าน อาจจะทำให้ตกหล่นข้อมูลที่ยากส่งต่อได้ ข้าพเจ้าจึงเลือกส่งสารโดยการผลิตภาพยนตร์โฆษณา ความยาว 8 นาที เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายดูภาพเคลื่อนไหวและเรื่องราวที่ทำให้คิดต่อได้แทนการอ่านข้อมูลดิบ

ช่องทางการสื่อสารหรือสื่อ คือ ตัวกลางที่จะทำให้สารส่งไปถึงผู้รับสารได้ โดยเลือกใช้โซเชียลมีเดีย โดยเฉพาะ Facebook เป็นช่องทางในการนำสารไปให้ถึงกลุ่มเป้าหมาย เพราะจากสถิติพบว่า กลุ่มคนวัยทำงาน 25-34 ปีมีการใช้ Facebook มากที่สุด รวมถึงกรุงเทพมหานครเองก็มีคนใช้ Facebook มากที่สุดในโลก โดยตัว Facebook เองยังมีตัวเลือก Like Hashtag และ Share ซึ่งทำให้สารนั้นสามารถส่งไปถึงกลุ่มเป้าหมายได้กว้างขวางขึ้น

ผู้รับสาร คือ กลุ่มเป้าหมายที่เราต้องการจะประชาสัมพันธ์โฆษณารณรงค์ออกไป โดยเลือกเป็นกลุ่มเป้าหมายวัย 25-39 ปี ช่วงวัยทำงานที่กำลังสะสมพฤติกรรมเสี่ยงในการดำเนินชีวิตและมีแนวโน้มในการเป็นโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) มากขึ้นในทุกๆ ปี

2.4 การออกแบบกลยุทธ์การสร้างสรรค์ในงานโฆษณา (Creative Strategy)

กลยุทธ์การสร้างสรรค์ในงานโฆษณารณรงค์ คือ การกำหนดข้อความที่จะสื่อสารกับกลุ่มเป้าหมาย โดยต้องการให้เป็นข้อความที่เข้าใจง่ายที่สุด สื่อสารได้ตรงกลุ่มและสื่อสารได้ตรงกับช่องทางที่ใช้

คำว่า “ความคิดสร้างสรรค์” หรือ “creativity” หมายถึง ความสามารถในการคิดริเริ่มและความคิดใหม่ๆ หรือวิธีการใหม่ๆ อันเป็นแนวคิดที่มีคุณค่าแตกต่างจากความคิดเดิมที่มีอยู่ และความคิดนั้นสามารถนำมาใช้เพื่อแก้ปัญหาทางด้านการสื่อสารได้สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมาย (Belch and Belch, 2004) ความคิดสร้างสรรค์ในทางโฆษณา (advertising creativity) จะเกิดจากความคิดฝันในจินตนาการที่ฉลาดปราดเปรื่อง และออกมาในงานศิลป์ (artwork) และข้อความโฆษณา (copy) ที่ฉลาดๆ เพื่อเรียกร้องความสนใจ โน้มน้าวจิตใจ เชิญชวนให้ตัดสินใจซื้อ และซื้อสินค้าในที่สุด

กระบวนการสร้างสรรค์งานโฆษณา ตามแนวคิดของ James Webb Young รองประธานด้าน

ครีเอทีฟของ J. Walter Thomson โดย Young ได้นำเสนอโมเดลของกระบวนการสร้างสรรค์ (Young Model) ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ดังนี้

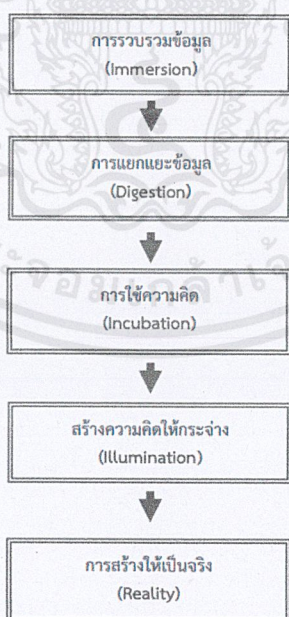
1. การรวบรวมข้อมูล (Immersion) เป็นการรวบรวมข้อมูลโดยอาศัยการวิจัย โดยข้อมูลที่เกี่ยวข้องทั้งหมด ได้แก่ ข้อมูลด้านผลิตภัณฑ์ ข้อมูลเกี่ยวกับคู่แข่ง ข้อมูลเกี่ยวกับลูกค้า ข้อมูลการตลาด เป็นต้น

2. การแยกแยะข้อมูล (Digestion) เป็นการนำเอาข้อมูลจากขั้นที่ 1 มาแยกแยะประเภทและวิเคราะห์ประเด็นสำคัญ เพื่อให้ง่ายต่อการใช้ข้อมูลดังกล่าว ทั้งนี้ ข้อมูลบางส่วนในขั้นที่ 1 ที่ไม่มีความเกี่ยวข้องโดยตรง หรือมีความสำคัญน้อย จะถูกคัดออก เหลือเพียงข้อมูลสำคัญที่สามารถใช้เป็นประโยชน์โดยตรงในการสร้างสรรค์

3. การใช้ความคิด (Incubation) การนำเอาข้อมูลที่ได้อา ประมวลเพื่อกำหนดเป็นแนวความคิดหลักในการนำเสนอ (Concept) ซึ่งในขั้นนี้ ความคิดที่ได้มาจะมีหลากหลาย ผู้สร้างสรรค์จะต้องพยายามกลั่นกรองเอาความคิดที่สร้างสรรค์ที่สุดออกมาให้ได้มากที่สุด

4. การสร้างความคิดให้กระจ่าง (Illumination) เป็นขั้นที่กำหนดความคิด (Idea) ที่ถูกเลือกใช้ในงานโฆษณา จากความคิดที่หลากหลายในขั้นที่ 3 จะถูกคัดเลือกเหลือเพียง 1 ความคิดเท่านั้น ที่จะถูกพัฒนาความคิดสร้างสรรค์เป็นงานโฆษณาต่อไป

5. การสร้างให้เป็นจริง (Reality) เป็นขั้นของการนำเอา Idea มาเลือกใช้กลยุทธ์ (Strategy) และยุทธวิธี (Tactics) เพื่อให้แนวความคิดหลักของงานโฆษณานั้นมีความสมเหตุสมผลและเป็นจริงของงานโฆษณามากที่สุด



ภาพที่.2.1 กระบวนการสร้างสรรค์โฆษณา ตามแนวคิด James Webb Young

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หลักการในการสร้างสรรค์เพื่อการสื่อสารการโฆษณา ตามเอกสารประกอบการสอน สาขาวิชา โฆษณา คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต มีดังนี้

1. การสื่อสารที่ดีต้องตรงประเด็น ไม่ซ้ำใคร ได้ผลชัดเจน (Good communication must be relevant, original and impact) คำว่า ไม่ซ้ำใครในที่นี้ไม่ใช่ว่าจะต้องไม่เคยมีใครเคยทำมาก่อน เพราะ การสร้างสรรค์ไม่ใช่การประดิษฐ์ดังที่กล่าวมาแล้ว แต่การสื่อสารทางการโฆษณาที่ดีจะต้องเป็นลักษณะ ของการไม่ซ้ำกันกับคู่แข่งหรือสินค้าประเภทเดียวกันที่มีอยู่ในตลาดขณะนั้น

2. ง่ายและชัดเจน (Simple and clear) คือ งานสร้างสรรค์นั้นต้องไม่ยากต่อการทำความเข้าใจ คือ ยิ่งทำให้ผู้รับสารเข้าใจง่ายเท่าไรก็จะยิ่งทำให้ความชัดเจนในการจดจำมากขึ้นตามไปด้วย

3. เนื้อหามาก่อนรูปแบบ (Contents before forms) ตามที่ได้อธิบายไปว่าบทโฆษณาคืออยู่ในองค์ประกอบในส่วนที่เป็น สาร ซึ่งคือแนวความคิดหลัก เนื้อหาที่ปรากฏในชิ้นงานโฆษณา ดังนั้น ความสำคัญในการสร้างสรรค์จึงจำเป็นต้องอยู่ที่เนื้อหาหรือสิ่งที่ต้องการจะพูดอะไรและจะพูดกับสิ่งนั้น อย่างไร

4. ต้องสร้างความน่าเชื่อถือ (Building trust) ซึ่งความน่าเชื่อถือนี้อาจจะมาจากการทำให้เนื้อหาของงานมีเหตุและผล สมจริง ไม่เป็นการกล่าวอ้างแบบเกินจริง รวมไปถึงการให้ข้อมูลอ้างอิงเพิ่มเติม เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้กับผู้บริโภค

5. ต้องกระตุ้นทั้งเหตุผลและอารมณ์ (Appealing to head and heart) ในส่วนของเหตุผลนั้น คือ การกระตุ้นด้วยเหตุและผลซึ่งส่วนใหญ่ใช้โน้มน้าวใจกลุ่มเป้าหมายเพศชาย ในขณะที่การกระตุ้น ด้วยอารมณ์นั้นใช้กระตุ้นความต้องการล้วนๆ โดยไม่มีเหตุผลเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งส่วนใหญ่ ใช้โน้มน้าวใจกลุ่มเป้าหมายเพศหญิง แต่งานสร้างสรรค์ที่จะต้องสามารถกระตุ้นทั้งเหตุผลและอารมณ์ ได้ในการ โฆษณาขึ้นเดียวกัน

6. ต้องแสดงตำแหน่งครองใจของสินค้าให้ชัดเจน (Strongly projecting product positioning) คือ การโฆษณาจะต้องแสดงให้เห็นว่าตำแหน่งครองใจสินค้าที่ทำการสื่อสารออกไปนั้นเป็นอย่างไร และสามารถถ่ายทอดออกมาได้ตรง ถูกต้อง และชัดเจน เช่น เป็นผลิตภัณฑ์ของคนไทยเพื่อคนไทย เป็นต้น

7. ต้องมีความแปลกใหม่ (Breaking the pattern) ความแปลกใหม่ในที่นี้ คือ การพยายามที่จะ สร้างสรรค์ความแตกต่างให้กับผลงานโฆษณาของสินค้าและบริการที่ได้รับมอบหมายโดยที่ต้องพิจารณา ลงไปว่าที่ผ่านมาเคยได้มีการทำโฆษณาในลักษณะใดมาบ้างแล้ว เพื่อที่จะหาแนวทางการสร้างสรรค์ ให้เกิดความแปลกใหม่ให้เกิดขึ้นกับบริษัทผู้ผลิตสินค้าและบริการที่ได้รับมอบหมาย

8. มีจุดขายที่เด่นชัดและจูงใจให้ซื้อ (Featuring compelling selling points) จุดขายที่เด่นชัด ต้องมาจากการกำหนดตำแหน่งผลิตภัณฑ์ เพื่อให้จุดขายนำเสนอมีความเด่นชัดและสามารถจูงใจ ให้ซื้อได้

9. สะท้อนบุคลิกของตราสินค้าอย่างชัดเจน (Clearly projecting brand personally) เมื่อนัก โฆษณามีความเข้าใจในบุคลิกของตราสินค้า ก็จะสามารถสร้างสรรค์ชิ้นงานโฆษณาให้ออกมา มีความ สอดคล้องและสะท้อนบุคลิกของตราสินค้าออกมาได้ตามความต้องการของนักเขียนบทโฆษณาได้อย่าง ชัดเจน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

10. ต้องสามารถที่จะสร้างชิ้นงานเพื่อการสื่อสารได้ต่อเนื่องระยะยาว (Big ideas must be expandable and long-lasting) ในงานสร้างสรรค์ที่ดี นักเขียนบทโฆษณาจะต้องสามารถ สร้างสรรค์ ผลงานโฆษณานั้นให้สามารถใช้งานในการสื่อสารได้อย่างต่อเนื่องในระยะยาว เช่น โลโก้ สโลแกน คำอธิบายรายละเอียดผลิตภัณฑ์ เป็นต้น



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 3

การออกแบบภาพยนตร์โฆษณาและสื่อสิ่งพิมพ์

การสร้างอัตลักษณ์ต่อองค์กรหรือแบรนด์ สิ่งสำคัญอย่างหนึ่งคือ การออกแบบอัตลักษณ์ เพื่อให้ภาพลักษณ์ที่ตั้งไว้ขององค์กรหรือแบรนด์เป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น

3.1 ข้อมูลเกี่ยวกับภาพยนตร์โฆษณา

ผลิตภาพยนตร์โฆษณาเพื่อเฝ้าระวังกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) 1 เรื่อง แบ่งเป็น 4 ตอน ประกอบด้วย

1. #ชีวิตอยู่บนความเสี่ยง
2. #นักส่องเฟซ
3. #สะสมพฤติกรรมเสี่ยง
4. #เสียง #ส่อง #เตือน

โดยมีความยาว 8 นาที และตัวอย่างภาพยนตร์โฆษณา 45 วินาที ถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณาด้วยระบบดิจิทัลความละเอียดสูง (High Definition) เสียงภาษาไทยและบรรยายภาษาไทย

3.2 ประเด็น (Theme)

เพิ่มการส่องเฟซบุ๊กรู้จักคนใกล้ตัวคุณ เพื่อลดความเสี่ยงในการเป็นโรคในกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

3.3 พล็อต (Plot)

แพรว ต้มและก๊ก กลับมาเจอกันในงานสวดศพของมิกซ์ ซึ่งเพื่อนสนิทสมัยเรียน โดยมิกซ์เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ ทั้งสามคุยกันถึงการเห็นพฤติกรรมเสี่ยงที่มิกซ์ทำ ผ่านการส่องเฟซบุ๊กของมิกซ์ จากการพูดคุยกันธรรมดากลับกลายเป็นการนินทาคนตายอย่างสนุกสนาน แล้วเหตุการณ์ไฟตกในศาลาวัดก็เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง พร้อมกับความกลัว และความรู้สึกผิดของเพื่อนทั้งสามคนที่ไม่นำพุดถึงคนตายในทางที่ไม่ดี

3.4 โครงเรื่องขยาย (Treatment)

Sequence 1

Chapter 1 ชีวิตอยู่บนความเสี่ยง/ ในงานศพเพื่อนที่ตาย พระ 4 รูป สวดศพ/ แยกในงานต่าง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

พนมมือไหว้/ แพรว ต้ม ก๊ก เพื่อนสมัยเรียน ทั้งสามคนกลับมาเจอกันหลังจากไม่ได้เจอกันนาน/ เพื่อนสามคนพนมมือไหว้/ ต้ม ชายรูปร่างผอม กระซิบถามแพรวถึงการตายของมิกซ์/ แพรว หญิงสาวลุดเปรี้ยว เล่าว่าเธอไม่คิดว่ามิกซ์จะตายด้วยโรคหัวใจ/ ต้มเห็นด้วยเพราะคิดว่ามิกซ์น่าจะตายเพราะชอบทำกิจกรรมเสี่ยงๆ มากกว่า

Sequence 2

Chapter 2 นักส่องเฟช/ ก๊ก ชายรูปร่างอ้วน เล่าถึงการส่องเฟชมิกซ์ว่าเห็นแต่รูปมิกซ์ในร้านเหล้า/ ต้มคิดว่ามิกซ์น่าจะตายเพราะกินเหล้าเยอะ/ ไฟศาลากระพริบ/ แพรวขัดว่าอาจจะไม่ใช่ก็ได้/ พระสวดจบ/ แฉกในงานยกมือสาธุ/ ต้มบอกแพรวกับก๊กว่าจะออกไปสูบบุหรี่/ ไฟในศาลากระพริบ

Sequence 3

Chapter 3 สะสมพฤติกรรมเสี่ยง/ เพื่อนทั้งสามนั่งกินกระเพาะปลาด้วยกัน/ แพรวเติมน้ำตาลหลายช้อนแบบพุงๆ ลงในชาม/ ก๊กและต้มตกใจในการปรุงของแพรว/ แพรวเล่าว่าเคยไปกินก๋วยเตี๋ยวกับมิกซ์ๆ ปรุงเก่งกว่านี้อีก/ ต้มเล่าว่าเคยไปกินบึงย่างกับมิกซ์ๆ กินเก่งมาก/ ทั้งสามหัวเราะกัน/ ไฟศาลากระพริบ/ ต้มเริ่มรู้สึกว่บรรยากาศแปลกๆ/ ก๊กตีตบหัวว่าแปลกสิ เล่นเกมมาตั้งนานแต่ขายไอเทมในเกมไม่ได้/ ต้มเตือนก๊กเรื่องการเล่นเกมจนไม่ยอมหลับยอมนอน/ แพรวสวนขึ้นว่า หากทำตัวแบบนี้เดี๋ยวก็ตายตามมิกซ์ไปอีกคน/ ไฟศาลากระพริบ/ ทั้งสามคนรู้สึกกลัว/ ทั้งสามคนคิดว่ามิกซ์น่าจะมาหลอกพวกเขา/ ไฟศาลากระพริบถี่มากขึ้น/ ก๊กกลัวจนสวดมนต์พิมพ์/ ต้มกลัวจนต้องจับขาก๊กไว้/ แพรวกลัวจนไหว้ขออภัยชีวิตจากมิกซ์/ ทันใดนั้นไฟทั้งศาลาดับ/ ทั้งสามคนกรี๊ดจนสุดเสียง/ ไฟติด/ แพรว ต้ม ก๊ก มองค้างไปที่เพดาน/ เพี้ยะ เสียงคนถูตี/ แพรว ต้ม ก๊ก หันหลังมองตามเสียง/ ป้าแม่ครัวกำลังลากหลานที่แอบมาเล่นสวิตซ์ไฟ/ ทั้งสามถอนหายใจ/ หันกลับมา เจอดาวนั่งอยู่

Sequence 4

Chapter 4 เสียง ส่อง เตือน/ ทั้งสามหันกลับมาตกใจ/ แพรวถามดาวมาตั้งแต่เมื่อไหร่/ ดาวหญิงสาวผอมยาว ลุดเรียบริ้ว มาในชุดสีขาว บอกว่ามาช้าเพราะติดธุระ/ ดาวถามได้ทั้งสามเป็นอะไรทำไมได้ยินเสียงกรี๊ด/ ต้มเล่าว่าคิดว่ามิกซ์มันจะมาเอาชีวิต/ ทั้งสามที่มัวแต่คิดว่าใครนินทาจนมิกซ์โกรธ/ ดาวที่นั่งเศร้าเหมือนรู้สึกผิดอะไรบางอย่าง/ ดาวพูดขึ้นมาว่าเป็นคนผิดที่ทำให้มิกซ์ตาย/ แพรวปลอบใจว่าไม่ใช่ความผิดดาว/ ดาวเล่าว่าเห็นมิกซ์ทำพฤติกรรมเสี่ยงอะไรบางอย่างเพราะเธอเห็นมาจากในเฟชบุ๊ก/ เพื่อนทั้งสามต่างบอกว่าทุกคนก็เห็นเหมือนกัน

Sequence 5

ดาวร้องไห้ ระเบิดอารมณ์ในความรู้สึกผิดนี้/ ดาวเล่าว่าเธอเห็นทุกอย่างแต่ไม่เคยได้เตือนอะไรมิกซ์เลย หากเธอเตือนมิกซ์ก็คงไม่ตาย/ เพื่อนทั้งสามอยู่ในอาการรู้สึกผิดเช่นกัน/ แพรวกอดปลอบใจดาว/ แพรวมองไปที่รูปศพของมิกซ์ พร้อมเอ่ยคำขอโทษ/ Dolly out ภาพหน้างานศพของมิกซ์/ ขึ้นสถิติของกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)/ ขึ้นสัญลักษณ์โครงการ

3.4 บทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 (Screenplay)

Screenplay
‘กรุณา Tag เพื่อนของคุณ’

Scene 1

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ศาลาการเปรียญของวัดแห่งหนึ่ง เสียงพระค่อยๆ สวดจบลง แยกในงานเริ่มทยอยลุกกันออก
แพรว ก๊กและตั้ม สามเพื่อนสนิท ยังคงนั่งนิ่งๆ จ้องมองรูปผู้ตายอยู่ในงาน
ใบหน้าที่ปรากฏอยู่บนรูปของผู้ชาย ปรากฏภาพของ ‘มิกซ์’ ชายหนุ่มอายุ 30 ปี
สีหน้าของแพรวที่จ้องมองรูปอย่างอาลัยอาวรณ์

แพรว

“กูรู้สึกผิดวะ กูบอกมันว่าจะมาเยี่ยมมัน แต่กูก็มาไม่ทัน”

ตั้ม

“แต่มึงก็ยังพอได้คุยกับมันในเฟส แต่กูก็ไม่ทันได้คุยอะไรกับมันเลย”

ก๊กเงยหน้าดูเพื่อนสองคน ที่กำลังรู้สึกผิดกับมิก แล้วเขาก็ก้มหน้ากลับไปเล่นเกมในโทรศัพท์มือถือต่อ

Scene 2 (ต่อเนื่อง)

ภายนอก/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

แพรวพูดลอยๆออกมา

แพรว

“กูส่องเฟสมันมา มันก็ดูปกติอะ เลยกะว่าว่างเมื่อไหร่จะไปหามัน”

ตั้ม

“กูจำได้ ล่าสุดที่กูเห็นอะ มันแท็กกูว่าซื้อรองเท้าวิ่งมา จะชวนกูไปวิ่ง แต่กูดันลืมตอบมัน”

Insert

รองเท้าวิ่งคูใหม่ของมิกซ์

ก๊กเงยหน้าขึ้นมาจากโทรศัพท์ หันมาพูดกับตั้ม

ก๊ก

“อันนั้นมันนานแล้วนะ ล่าสุดที่กูเห็น มันก็ไปลงวิ่ง 10 กิโลเมตร”

Insert

มิกซ์ถ่ายรูปตัวเองชูเหรียญกับเส้นชัย ด้วยสีหน้าที่เหนื่อยขาดใจ

เสียงแพรวสวนขึ้นมา

แพรว

“นี่พวกมึงส่องเฟสจริงปะเนี่ย มึงไม่เห็นรูปที่โรงพยาบาลหรือ?”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Insert

มิกซ์ถ่ายรูปชูสองนิ้วใส่หมวกไหมพรม ชูสองนิ้วอยู่ที่โรงพยาบาล
ตุ้ม

“กูนี่กว่ามันไม่สบายเฉยๆ”

แพรว

“มันเป็นมะเร็งใหม่ มึงไม่เห็นมันใส่หมวกเหรอ?”

Insert

มิกซ์รูปเดิม แต่เน้นไปที่หัวที่ใส่หมวกไหมพรม

ตุ้ม

“ก็โรงพยาบาลปะวะ”

แพรวกับก๊กจ้องมองมาที่ตุ้ม ด้วยอารมณ์ว่าไม่ตลก ตุ้มมองทั้งสองคนแบบเงื่อนๆ

ตุ้ม

“เอ้า! ก็กูโง่ เพชแล้วเห็น ไม่ได้เข้าไปส่องเหมือนพวกมึงหนี!”

ก๊วยยื่นโทรศัพท์ให้ตุ้มดู

Insert

ภาพบนจอมือถือของก๊วย ที่เปิดรูปมิกซ์ชูสองนิ้วในโรงพยาบาล

ตุ้ม

“เออ กูเห็นรูปนี่แหละ”

แพรว

“มึงลองอ่านสเตตัสมันไหมหละ”

ตุ้ม

“อ้อๆ ดินะที่เป็นมาเล็ง ไม่ได้มายิง”

ตุ้มอ่านจบก็หัวเราะ

ตุ้ม

“คนห่วยอะไรเป็นมะเร็งแล้วยังเล่นมุกเสียว 555”

แพรวกับก๊กจ้องมองมาที่ตุ้ม ด้วยอารมณ์ว่าไม่ตลก

ตุ้มมองทั้งสองคนแบบเงื่อนๆ ก๊วยดึงมือถือคืนมากจากตุ้ม

Scene 3 (ต่อเนื่อง)

ภายนอก/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ก๊วยนั่งดูรูปของมิกซ์ เขาค่อยๆ เบิ่งตาและใช้นิ้วซูมไปที่รูป เอียงคอไปมาด้วยความสงสัย

ก๊วย

“แพรว นี่ใช่ ดาวปะวะ?”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ก็ยื่นโทรศัพท์มาให้แพรวกับตั้มดู แพรวหยิบโทรศัพท์ก็มาดู
แพรวซูมเข้าไปที่เงาในกระจกของโรงพยาบาล เห็นครอบครัวมิกซ์ยืนดูมิกซ์
แล้วเห็นผู้หญิงคนหนึ่งเป็นคนถ่ายรูปให้

ตั้ม

“กูยังไม่เห็นอะไรเลย มึงเห็นอะไรวะ?”

แพรวหรีตาและเงาหน้าขึ้นพูดเหมือนคนที่กำลังค้นพบความลับอะไรสักอย่าง
อย่างช้าๆ กล้องค่อยๆ Dolly in เข้าใบหน้าแพรว

แพรว

“กว่าใช่ ต้องใช่แน่ๆ มันเป็นอย่างที่พูดยาก”

ตั้มสวนคำพูดของแพรว ชัดจังหะของแพรวที่กำลังทำหน้าที่แบบก๊ิก สุวจันโบร์ใหญ่สุด

ตั้ม

“อีแพรว! มึงทำหน้าที่ทำอะไร กูถามหน่อย ถ้าเป็นดาวแล้วจะทำไมวะ?”

แพรว

“กูแค่สงสัย ว่ามันสองคน มีอะไรไม่บอกเพื่อนอยู่หรือเปล่า?”

Scene 4 (ต่อเนื่อง)

ภายนอก/ ศาลาการเปรียญ-วัด/ กลางคืน

แพรวหันไปมองหน้าก๊ิกแบบเร็วๆ กล้องระเบิด Zoom ไปที่หน้าของแพรว

แพรว

“ก๊ิก มึงเปิดเฟซของมิกซ์รอไว้ เตรียมตัวสิบ!”

ก๊ิกเดินแว่นตรงจุมกอย่างรวดเร็ว

หยิบมือถือ

กดปุ่มแอปเฟซบุ๊กอย่างรวดเร็ว

พิมพ์ชื่อของมิกซ์ในเฟซบุ๊ก

ปรากฏภาพของเฟซบุ๊กมิกซ์อย่างรวดเร็ว

แพรว

“ส่วนกูจะเปิดเฟซของอีดาวรอไว้!”

แพรวหยิบมือถือ

กดปุ่มแอปเฟซบุ๊กอย่างรวดเร็ว

พิมพ์ชื่อของดาวในเฟซบุ๊ก

ปรากฏภาพของเฟซบุ๊กดาวอย่างรวดเร็ว

ทั้งสองคนเตรียมตัว ตั้มถามแทรกขึ้นมา

ตั้ม

“มึงๆ แล้วกูอะ?”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แพรวที่เป็นก๊ก สุวัจน์นี่เต็มขั้นไปแล้ว หันหน้ามาหาตัมแบบรวดเร็ว

แพรว

“เสือก!!!”

ตัมทำสีหน้าตกใจที่โดนด่า

แพรว

“กฎหมายถึง เตรียมตัวปฏิบัติการเสือกและส่อง!”

Scene 5(ต่อเนื่อง)

ภายนอก/ ศาลาการเปรียญ-วัด/ กลางคืน

กล้องระเบิด Zoom ไปที่มือถือของแพรว

แพรว

“นี่ไง ดาวมันไปงานวิ่งเหมือนกัน”

Insert

ดาวถ่ายภาพตัวเองจากงานวิ่งเหมือนกัน ดาวกำลังกินอาหารในงานอย่างเอร็ดอร่อย ตั้งสเตตัสว่า ‘ผู้พิชิต 10 กิโล...กรัม ของกินเยอะมาก 555’

ก๊

“ยืนยันครับ!”

ก๊ยื่นมือถือขึ้นมา เปิดรูปมิกซ์ตอนไปงานวิ่ง กล้องระเบิดซูมเข้าไป

Insert ภาพเทียบซ้ายขวารูปซ้ายเป็นดาวรูปขวาเป็นมิกซ์

แพรว

“นี่ไง มันถ่ายรองเท้าคู่กัน”

Insert

รองเท้า converse สีแดงอยู่เคียงข้างกับรองเท้า converse สีดำ สเตตัส “วันอาทิตย์พร้อมลุย”

ก๊

“ยืนยันครับ!”

ก๊ยื่นมือถือขึ้นมา เปิดรูปมิกซ์ตอนยืนถ่ายอยู่ที่ภูเขา กล้องระเบิดซูมเข้าไป

Insert ภาพเทียบซ้ายขวารูปซ้ายเป็นดาวรูปขวาเป็นมิกซ์ ในรูปมิกซ์ มีดาวยืนไกลๆ กับวิวเขา

ตัม

“ไหนวะ กูดูไม่เห็น”

ตัมมองซ้ายมองขวาอย่างรวดเร็ว จนทำมือถือตัวเองร่วงลง

แพรว

“นี่ไง! ร้านหลักกับแก้วปริศนา!”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Insert

ดาวถ่ายแก้วเหล้าของตัวเองคู่กับแก้วเหล้าอีกใบ
สเตตัส ‘ยาวไป คีนี่’

ก๊ก

“ยื่นยันครับ!”

ก๊ยกยื่นมือถือขึ้นมา เปิดรูปมิกซ์ กล้องระเบิดซูมเข้าไป

Insert ภาพเทียบซ้ายขวารูปซ้ายเป็นดาวรูปขวาเป็นมิกซ์

ในรูปมิกซ์ Selfie ตัวเอง แต่ติดรูปแก้วลงสองใบวางเคียงกัน

ตัม

“เดี๋ยว! นี่พวกมึงมานั่งจับผิดเอาอะไร มันก็สนิทกันแบบนี้ตั้งแต่สมัยเรียนแล้วป่าววะ?”

Scene 6 (ต่อเนื่อง)

ภายนอก/ ศาลาการเปรียญ-วัด/ กลางคืน

ตัมถอนหายใจ แล้วเงยหน้าพูด

ตัม

“กูเห็นไปไหนมันก็ไปด้วยกันสองคนอยู่แล้ว”

Montage

POV จากตัมที่เห็นมิกซ์กับดาวดูสนิทสนมกันตั้งแต่ในมหาลัย

ดาวกับมิกซ์มักเดินตามหลังคู่กัน

ดาวกับมิกซ์มักนั่งติดกันในโรงอาหารเสมอ

ตัมมองไปที่แพรว

ตัม

“พอมิกซ์มันชวนมึงไปไหน มึงก็ติดไปแต่กับแพรว”

แพรวทำหน้าที่คิดตาม

ตัม

“ส่วนมึงก็เล่นเกมอยู่แต่ที่ห้องไม่ออกไปไหน”

ก๊ยกที่จับมือถืออยู่ ค่อยๆลดมือลง

ตัม

“มันสองคนก็ชวนกูบ่อยแล้ว ช่วงนั้นกูก็เริ่มหางานนอกทำแล้ว เลยไม่ค่อยว่าง”

Insert

ภาพมิกซ์กับดาวเมื่อในอดีต นั่งสูบบุหรี่ด้วยกันหลังตึก

ทั้งคู่เดินหันหลังไปกันสองคนเมื่อในอดีต

ตัม

“จริงๆ ตอนนั้นพวกเราก็ดูสนิทกันนะ ทำอะไรด้วยกันก็ดูสนุกไปหมดทุกอย่าง”

Montage

เพื่อนทุกคน ไปนั่งสูบบุหรี่ด้วยกันหลังตึก
ทุกคนในกลุ่มไปร้านเหล้ากัน กินเหล้ากันอย่างสุดเหวี่ยง
ใบหน้าของทั้งห้าคนดูสนุก
ยกเว้นก๊ิก ที่มีสีหน้าเรียบเฉย
ในมือของมิกซ์ถือแก้วเหล้าแล้วคิบบุหรี่ไว้ในมือ

V.O. ต้ม

“ตอนนั้นที่เราเล่นกันอะ มึงจำได้ป่าว ใครมาก่อนโดนปล้นอะ”

แพรวหัวเราะออกมาเบาๆ

แพรว

“กูนี่โง่โดนปล้น”

แพรวเมาสลบนอนไปกับพื้น มือถือขวดเหล้า
มิกซ์เปิดกระเป๋าตังค์แพรวแล้วหยิบเงินออกมา
ทั้งสี่คนที่เหลือกระโดดเหล้าตามไปเรื่อยๆ ดูน่ากลัวๆ
ดาวสลบ ต้มสลบ มิกซ์สลบเช่นกัน

แพรว

“แล้วทำไมอีดาวมันไม่มาล่ะ ไหนบอกสนิทกัน”

Scene 7 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ ศาลาการเปรียญ-วัด/ กลางคืน

เสียงมือถือของทุกคนดังขึ้น (เป็นเสียงแจ้เตือนจากเฟซบุ๊กเวลาถูกแท็ก)

แพรวหยิบมือถือขึ้นมาดู สีหน้าแพรวตกใจ แพรวหันไปมองก๊ิก

แพรว

“ก๊ิก มึงเห็นเหมือนกูใช่ปะ?”

ก๊ิกพยักหน้าแบบสั้นๆ แล้วหันไปมองต้ม

ต้มมองก๊ิกกับแพรวก่อนก้มดูมือถือตัวเอง

ต้ม

“มึง คนตายแท็กเฟซบุ๊กได้ด้วยหรอวะ?”

Insert

ภาพในมือถือของต้ม เห็นมิกซ์ตั้งสเตตัส ‘มึงส่องเฟซกูหรอ?’ แล้วแท็กชื่อทั้งสามคน
ทั้งสามคนมองไปที่รูปมิก

กล้องค่อยๆ Dolly in ไปที่รูปมิกซ์ ไฟในศาลาเริ่มกระพริบ

ทั้งสามคนสะดุ้ง กล้องค่อยๆ Dolly ib เข้าไปที่ทั้งสามคน เสียงแจ้เตือนดังอีกครั้ง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แพรว

“ทำไมเสียงแจ๊งเตือนดังอีกแล้ววะ? ต้มมีงเปิดดูดิ”

ต้ม

“กูไม่กล้า”

ภาพตัดสลับระหว่างรูปมิกซ์กับเพื่อนสามคน

ไฟเริ่มกระพริบถี่ขึ้น

ทั้งสามคนมีสีหน้าที่กลัวมากขึ้นและยกมือขอขนามิกซ์

แพรว

“กูขอโทษ กูจะไม่ส่องแล้ว!”

กิก

“นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ”

ต้มมองไปที่ไฟข้างบนเริ่มหายใจถี่ขึ้น ไฟศาลายังคงกระพริบ

ทันใดนั้น โบหน้าหญิงสาวผมยาวก็ปรากฏต่อหน้าต้ม

ต้มร้องเสียงหลงตกใจ

ต้ม

“กรี๊ด”

แพรว

“กรี๊ด”

กิก

“กรี๊ด”

เสียงคนถูกตีดังเพียะ ทุกอย่างเงียบลง ทั้งสามหยุดร้อง

เด็กชายคนหนึ่งโดนแม่ตีเพราะไปเปิดปิดไฟเล่น แม่ลากออกไป

ทั้งสามคนหันไปดูแล้วถอนหายใจพร้อมกัน ก่อนที่จะหันมามองดาวแล้วสะดุ้งพร้อมกัน

Scene 8 (ต่อเนื้อ)

ภายนอก/ ศาลาการเปรียญ-วัด/ กลางคืน

ดาวยิ้มให้ทุกคน

ดาว

“นี่ถ้าไอ้มิกซ์ไม่ตาย ก็ไม่ได้เจอกันใช่ปะ?”

แพรว

“ไม่หอรอกมึง เจอกันดิ พวกกูคิดถึงมึงจะตาย เนอะต้ม”

ต้มกับกิกยิ้มให้ดาว ก่อนที่ต้มจะโยกตัวไปหากิก แล้วกระซิบที่มุมปาก

ต้ม

“อ๊แพรวนี่ต่อแหละจริง!”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ก็กพยักหน้ารับเช่นกัน

แพรว

“มีง เมื่อก็ก่อนมีงมา ไอ้มีกซ์มันแท้กเพชหาพวกกูด้วยวะ มันทำได้ไงวะ?”

ดาวหัวเราะออกมาเบา

ดาว

“ก็กูนี่แหละ เล่นเฟชมัน กูกำลังเดินเข้ามาแล้วเห็นพวกมีงกำลังกั่มหน้าส่องเฟชกูกับมันอยู่”
ตัมกับก๊กมองไปที่แพรว

แพรวหันซ้ายหันขวายิ้มแห้ง

ก่อนจะยกมือไหว้ที่มีกซ์กับดาว

ดาว

“โพสต์ล่าสุด กูอยากให้พวกมีงดูพร้อมกัน”

แพรวหยิบโทรศัพท์ขึ้นมาดู

เป็นคลิปวิดีโอหมีจิ้มจุ่มดูน่ากิน

ตัมกับก๊กยื่นหน้าเข้ามาดูโทรศัพท์ของแพรว

แพรวกดเล่นคลิปวิดีโอ เสียงจากร้านจิ้มจุ่มออกมาจากโทรศัพท์

Scene 6 (Flash back)

ภายใน/ ร้านจิ้มจุ่ม/ กลางคืน

ดาวถ่ายวิดีโอที่หมีจิ้มจุ่มดูน่ากิน ดาวค่อยๆ เคลื่อนกล้องไปที่หน้ามีก

ดาว

“มีงๆ”

มีกซ์หันมาเก๊กทำใส่ดาว ในมือมีกกำลังล้วงเนื้อหมูจากหมีจิ้มจุ่ม

ดาว

“กูถ่ายวิดีโอ พูตอะไรถึงเพื่อนหน่อยเร็ว”

V.O. มีกซ์

“มาสองคนแหม่งเหงาหะ พวกมีงน่าจะมาด้วย นี่เปียร์รุ่นที่มึงชอบไงตัม
แต่ตอนนี้กูกินไม่ได้แล้วนะ ให้ดาวมันกินแทนมีงแล้วกัน”

ทั้งสามคนหัวเราะ

ตัม

“มันไม่แตกเปียร์แล้ววะ”

V.O. มีกซ์

“กูเลิกเปียร์แล้วนะเว่ย”

V.O. มีกซ์

“เมื่อก่อนแหม่งสุดไปหน่อย กูน่าจะเลิกให้เร็วกว่านี้อีกนิด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แล้วพวกมึงก็เพลลาๆ กันหน่อยนะ มันไม่ดี
นี่กูพูดเหมือนพ่อเลย”

เสียงดาวหัวเราะตามมาจากในคลิป

V.O. ดาว

“มึงชวนพวกมันดี เตือนหน้ามากินจิ้มจุ่มกัน”

V.O. มิกซ์

“เออ เตือนหน้าวันหยุดยาวนัดเจอกันหน่อยนะ กูเบื่อส่องเฟซแล้ว กูอยากเจอตัวจริงมากกว่า”

ไอ้ก๊าก วันก่อนกูเจอแม่มึง แม่บอกว่ามึงไม่ค่อยยอมออกจากบ้านเลย

ระวังนะเว้ยไม่ขยับร่างกายมึงจะเป็นโรคอ้วนเอา”

ก๊ากหัวเราะในลำคอเบาๆ

V.O. มิกซ์

“ไอ้ตั้ม มึงก็เพลลาๆ เหล้าบุหรีหน่อยนะ คนเรามันมีวิธีระบายความเครียดได้หลายอย่าง

มึงลองออกมาวิ่งกับกูดูดี แม่่งช่วยจริงๆ นะ”

ตั้มยิ้ม

ตั้ม

“กูขอโทษวะ ที่ไม่ได้ตอบที่มึงแท็กกูมา”

ตั้มพูดจบกุน้ำตาไหล

V.O. มิกซ์

“แพรว มึงก็เพลลาๆ ลงหน่อยนะ วิถีสาวคาเฟ่ ค่าขนมหวานที่มึงจ่ายไป

ระวังเถอะมึง เบาหวานจะขึ้นตาสักวัน”

แพรวร้องไห้ออกมา

แพรว

“มึงแม่่งแข่งกู เออ กูจะพยายาม”

V.O. มิกซ์

“ดาวมึงร้องไห้ทำไม”

ดาวปาดน้ำตาร้องไห้ตามในคลิป

มิกซ์หยิบโทรศัพท์มือถือจากมือดาวมาถ่ายดาว

ดาวกำลังร้องไห้ เธอพยายามเอามือปิดหน้าปิดตา

V.O. มิกซ์

“มึงบอกพวกมันดี ว่ามึงเลิกบุหรีแล้ว”

V.O. ดาว

“เออๆ กูเลิกแล้ว”

ดาวร้องไห้และหัวเราะออกมา แพรวเอามือลูบหัวดาว

แพรวยิ้มให้ดาว

V.O. มิกซ์

“ถ้าพวกมึงเห็นมันดูคบหรืออีก ปลิ้นมันได้เลยนะ พวกมึงดูนี่”
 มิกซ์หันโทรศัพท์ไปที่หม้อจิ้มจุ่ม เขาใช้ตะเกียบคีบเนื้อหมูสามชั้นดูน่ากินขึ้นมา
 มิกซ์ค่อยๆ จิ้มน้ำจิ้มก่อนจะเอาเข้าปาก ทำท่ากินหมูแบบเอร็ดอร่อย
 มิกซ์ยิ้มแบบฟิน

V.O. มิกซ์

“พวกมึงก็อย่ามัวแต่ส่องเฟซ ออกมาเจอกันบ้าง มาช่วยกูกินหน่อย ของดีๆ
 ทั้งนั้นไม่อยากให้พลาด เดือนหน้าเจอกันเว้ย บาย”
 ทั้งสี่คนเข็ดน้ำตามองหน้ากัน ก่อนจะหันไปที่รูปมิกซ์

ตั้ม

“ใครจะคิดว่าเดือนหน้าของมึง จะนัดเจอกันที่นี้วะ”

Scene 9 (ต่อเรื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ทั้งสี่คนมานั่งอยู่ที่พื้น หน้าโลงศพมิกซ์ กำลังจะนั่งกินข้าวต้มกัน
 ชามข้าวต้มในมือแพรว ดูน่ากิน แพรวคนข้าวต้มในชามไปมา
 แพรวพูดแทรกขึ้นมา

แพรว

“มึงมีน้ำตาลปรุงปะ?”

ไฟศาลากระพริบอีกครั้ง ทุกคนมองไปข้างบนเพดาน ก่อนจะหันไปดูสวิตช์ไฟที่เด็กมาเล่น
 ที่สวิตช์ไฟไม่มีใครอยู่ ทั้งสี่คนมองนิ่งไปที่สวิตช์ไฟพร้อมกัน
 กล้องคล้อยๆ Dolly in ไปที่หน้าแพรว

แพรว

“มึง...มี...น้ำตาล...ปรุงปะ?”

ไฟบนศาลากระพริบอีกครั้ง

ทั้งสี่คนหันไปมองที่รูปมิกซ์พร้อมกัน
 รูปหน้าโลงศพของมิกซ์ ที่จ้องมองเพื่อน
 แพรวจ้องมองไปที่รูปมิกซ์ ก่อนจะพูดออกมา

แพรว

“กูว่า เรากินแบบไม่ปรุงดีกว่า”

แพรวพูดจบก็เกร็งหน้ามองไปที่ไฟข้างบนทันที ปรากฏว่าไฟไม่กระพริบ
 แพรวถอนหายใจและยิ้มแบบโล่งใจออกมาทันที
 ภาพกว้างทั้งสี่คนนั่งกินข้าวต้มด้วยกันหน้าโลงศพของมิกซ์ ทั้งสี่ได้กลับมาคุยกันอีกครั้ง

ต้ม

“ออกปล้นข้าวต้มมัย”

แพรว

“พ่อมิ่งสิ! ใครมันจะมาเมาข้าวต้ม”

ทุกคนในวงข้าวต้มนั่งข้าต้มกับแพรวกัน

ภาพทั้งสี่คนถ่ายรูป Selfie กับรูปหน้าโรงศพของมิกซ์ ด้วยสีหน้ายิ้มแย้มกัน

สแตตัส ‘ไม่แท้กมิ่งนะ รอให้มิ่งมาส่งเอง’

ขึ้น #เพิ่มส่องลดเสียง



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.6 สรุปจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1

สิ่งที่ต้องพัฒนาจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1

1. โดยภาพรวมโครงสร้างของภาพยนตร์โฆษณายังไม่ชัดเจนและไม่ค่อยกระชับ
2. การดำเนินไปของบทภาพยนตร์ให้ความรู้สึกไปในทางการคิดถึงความสัมพันธ์ของเพื่อนสนิทสมัยเรียนมากกว่าการใช้เฟซบุ๊กเพื่อส่องพฤติกรรมเสี่ยง
3. คำพูดของตัวละครยังขาดความน่าเชื่อถือและเยอะเกินความจำเป็น
4. ตัวละครทั้งหมดดูเป็นคนเดียวกัน ควรสร้างบุคลิกตัวละครให้แตกต่างกัน ผ่านคำพูดและพฤติกรรม
5. เพิ่มประเด็นการสะสมพฤติกรรมเสี่ยงและการส่องเฟซบุ๊กเพื่อหาโรคให้ชัดเจน
6. ลำดับอารมณ์ของเรื่องให้ดียิ่งขึ้น

3.6 สรุปจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 2-4

สิ่งที่ต้องพัฒนาจากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 2-4

1. ทำให้บทภาพยนตร์กระชับยิ่งขึ้น โดยใช้วิธีแบ่งเป็น 4 ตอนสั้นๆ ใน 1 เรื่อง
2. แทรกภาพพฤติกรรมของตัวละครที่เสียชีวิตไปแล้ว ลงในภาพยนตร์โฆษณา ในรูปแบบของกราฟิกเฟซบุ๊ก
3. ชื่อภาพยนตร์จาก ‘กรุณา Tag เพื่อนของคุณ’ เป็น ‘The NCDs’
4. ในส่วนของกราฟิกที่ขึ้นในเรื่อง ทำให้มีความเป็นเฟซบุ๊กมากกว่านี้
5. ฉากจบของเรื่องควรขึ้นสถิติที่กระชับ ให้ผู้ชมอ่านแล้วสะเทือนใจมากกว่านี้

3.8 บทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 (Screenplay)

Screenplay

'The NCDs'

Scene 1

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

Super

#The NCDs

พระสงฆ์กำลังสวดมนต์ โดยจับตาลปัตรบังใบหน้าไว้
รูปที่ตั้งอยู่บนหน้าโลงศพ ปรากรูปของ 'มิกซ์' ชายหนุ่มวัย 30 ปีที่เพิ่งเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ
'ตัม แพรว' นั่งพนมมือไหว้พระ ฟังพระสวดมนต์เช่นเดียวกับแขกคนอื่นๆ

Super

#ชีวิตอยู่บนความเสี่ยง

ตัมกระซิบคุยกับแพรว

ตัม

“แพรว ไอ้มิกซ์มันตายด้วยโรคหัวใจใช่ป่าววะ?”

แพรวมองหน้าตัมแล้วพยักหน้า

ตัมตอบกลับแพรว

ตัม

“กูไม่อยากจะเชื่อเลยวะ กูคิดว่าคนอย่างมันน่าจะตายเพราะชอบทำอะไรเสี่ยงๆ มากกว่า”

แพรว

“เออ...กูคิดว่ามันจะตายตั้งแต่ตอนนั้นแล้ว ที่มันไปดำน้ำดูปลาฉลามแล้วเรือล่มอะ...”

Insert

มิกซ์ถ่ายซั๊กโครก แคปชั่น ‘ปะการังเหลวมมาก’

แพรว

“มึง...แล้วตอนนั้นอีก ที่มันจะไปปีนเขาที่เสี่ยงใหม่ แล้วรถทัวร์คว่ำตายยกคัน!”

ตัม

“เฮ้ย! แล้วแม่รอดมาได้ไงวะ?”

แพรว

“มันจำวันผิด เลยไม่ได้ไป”

ตัม

“โห้!”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แพรว

“อย่างตอนนั้นอีก ที่แม่ไปถ่ายรูปกับพลเอกประ...

Insert

มิกซ์ถ่ายรูปกับคนหน้าคล้ายประยุทธ์แบบเร็วๆ แคปชั่น ‘เซลฟี่กันครับท่าน’
เสียงตัมแทรกแพรวขึ้นมา

ตัม

“พอแล้วมึง...รู้แล้วว่าแม่ชอบทำอะไรเสี่ยๆ แล้วมันตายได้ยังไงวะ?”

แพรว

“มึงเห็นสเตตัสของมันปะ ที่มันตั้งว่า ‘ยังไม่ได้นอน~’

Insert สเตตัสมิกซ์ ‘ยังไม่ได้นอน ตอนนี้อย่างไม่ได้นอนเลยจะสิบโมงเข้ามา 3 วัน’

“...หลังจากนั้นมันก็วูบตายคาคอมพ์ไปเลย...”

Scene 2 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

‘ก๊ก’ นั่งอยู่ข้างๆ แพรว พนมมือไหว้และเล่นเกมไปพร้อมๆ กัน หันมากระซิบแพรวและพูดแทรกขึ้นมา

Super

‘#นักส่องเฟซ’

ก๊ก

“เออ...บนเฟซไอ้มิกซ์อะ มีคนมาโพสต์ R.I.P โคตรเยอะเลย
แต่กูสังเกตุรูปที่คนมาโพสต์อะ มีแต่รูปไปร้านเหล้ากับมัน”

Insert

ภาพถ่ายที่เพื่อนๆ มาโพสต์ R.I.P มิกซ์ ทั้งหมดถ่ายในร้านเหล้า 5 ภาพ

ตัม

“หรือมันตายเพราะกินเหล้าเยอะวะ?”

แพรวยิ้มเจื่อน

แพรว

“ไม่น่าห rokok มึง...ไม่จั้นกูคงตามไปแล้ว 555”

Insert ภาพเดิม

ภาพที่เพื่อนๆ ไปร้านเหล้ากับมิกซ์ ขอบรูปมีวงกลมสีแดง วงภาพแพรวยืนอยู่ด้วย
ตัมและก๊กมองมาที่แพรว แพรวมองซ้ายขวาแล้วรู้สึกผิดเจื่อนๆ แพรวพูดขึ้นมา

แพรว

“กูเห็นในเฟซไอ้มิกซ์ เวลาออกกอง มันสูบบุหรี่จัดมากเลยนะ”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Insert

ภาพของบุหรืที่ถูกขยำอยู่ในมือ สเตตัส ‘ยังไม่ถึงวันเลยจ้า หมดของแล้ว’

ตั้มพูดสวนขึ้นมา

ตั้ม

“แต่กูก็ออกกองบ้อยพอยๆ กับมัน กูยังไม่เห็นเป็นไรเลย”

เมื่อตั้มพูดจบ ทั้งสามคนยกมือสาธุพร้อมกันกับแขกคนอื่นๆ

ตั้มลุกขึ้น หันมาบอกแพรว

ตั้ม

“กูไปสูบบุหรี่แปปน่ะ”

ทันใดนั้น ไฟในวัดก็กระพริบขึ้นมา ตั้มมองไปข้างบนหลอดไฟ

แพรวและก๊กก็มองตาม

ตั้มมองไฟข้างบน ก่อนหันมาบอกแพรวกับก๊ก แล้วพูดออกมา

ตั้ม

“งั้นเดี๋ยวกูไปเอากระเพาะปลามาให้”

ตั้มพูดจบแล้วเดินออกไป

Scene 3 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ภาพกระเพาะปลาร้อนๆ ควันขึ้นดูน่ากิน แพรวปรุงน้ำตาลพูนซ้อน แล้วใช้ช้อนคนให้เข้ากัน

Super

‘#สะสมพฤติกรรมเสี่ยง’

ทั้งสามคนนั่งล้อมวงกินกระเพาะปลากัน ตั้มและก๊กมองไปที่แพรว

ตั้ม

“นี่มึงจะแตกหวานอะไรขนาดนั้น”

แพรวหยุดเติมน้ำตาล แล้วยิ้มเจื่อนให้ตั้ม

แพรว

“แหม นิดหน่อยเองมึง 555”

ทันทีที่แพรวพูดจบ ไฟในวัดก็กระพริบอีกครั้ง ทั้งสามคนมองไปข้างบน

ก่อนที่จะมองหน้ากันแล้วกินกระเพาะปลาต่อ

แพรว

“มึงเชื่อไหม? มึงเห็นว่ากูเติมน้ำตาลโหดแล้ว ไอ้เซี่ยมิกซ์แหมงโหดกว่ากูอีก”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตั้ม

“ไอ้รูบนั้นที่มึงถ่ายลงเฟซอะนะ”

Insert

แพรว tag มิกซ์ ภาพขามก้วยเตียวมิกซ์ ที่มีน้ำตาล น้ำปลาและพริกเยอะมาก
แคปชั่น ‘บุฟเฟ่ต์เครื่องปรุงร่ง’

V.O. เสียงของแพรว

“แม่งกินลงได้ไงก็ไม่รู้ แล้วมันกินแบบนี้มานานแล้วนะเว้ย”

ตั้มพูดแทรกขึ้นมา

ตั้ม

“กูเห็นในเฟซไอ้มิกซ์ ไปร้านปิ้งย่างบ่อยฉิบหาย กูเคยไปกินกับมันมาที่
โอโห! กินเก่ง! กินจนกระเพาะจะต้องร้องขอชีวิตอะ!”

Insert

ภาพเตาร้านปิ้งย่าง แคปชั่น ‘รางวัลชีวิต(อีกแล้ว555)’
ทั้งสามคนหัวเราะพร้อมกัน ทันใดนั้นไฟก็กระพริบอีกครั้ง
ทั้งสามคนหยุดหัวเราะและมองข้างบนพร้อมกัน

Scene 4 (ต่อเนือง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ตั้มพูดขึ้น ในขณะที่สายตายังมองเพดานข้างบนอยู่

ตั้ม

“มึงเริ่มรู้สึกว่ามันแปลกๆ ป่าววะ?”

แพรวมองด้วยความหวาดระแวง เสียงก๊กแทรกขึ้น
ก๊กมองเพดานข้างบนเช่นกัน

ก๊ก

“กว่าแปลก...”

ตั้มมองเพดานไปมา

ตั้ม

“แปลกยังไวะ?”

ก๊ก

“แปลกดี! กูสะสมไอ้เทมมาตั้งเยอะ แม่งขายไม่ได้เลย”

ก๊กก้มหน้ามาดูที่โทรศัพท์อย่างรวดเร็ว

กล้อง Tilt Down ตามอย่างรวดเร็วทันที

ก๊กบ่นพึมพำ ตั้มและแพรวมองหน้าก๊ก แล้วส่ายหน้าพร้อมกัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตั้ม

“ไว้! มึงก็เหมือนกันเล่นแต่เกม แม่มึงก็มาฟ้องกูว่ามึงอะชอบนอนตีก
แถมไม่ยอมออกกำลังกายด้วย”

ก๊ก

“ขึ้นเลย คนอย่างผมไม่มีนอนตีก ผมนอนเข้าอย่างเดียวครับ 555”

แพรว

“ระวังเถอะมึง ถ้าปล่อยตัวเองแบบนี้ จะตายตามไอ้มิกซ์ไปอีกคน!”

ทันใดนั้นไฟในวัดก็กระพริบอีกครั้ง แพรวมองไปข้างบน

ตั้มก็มองไปข้างบน ไฟกระพริบต่อเนื่อง

แพรว

“เรานินทาไอ้มิกซ์หนักไปป่าววะ?”

ตั้ม

“กูว่าเมื่อกี้มึงพูดแรงไปนะ”

ก๊ก

“หรือว่าไอ้มิกซ์มันเอาจริง มันจะมาเอากูไปแล้วหรือวะ”

ก๊กพูดเสียงสั่น กลัวมิกซ์มาหลอก

ไฟกระพริบต่อเนื่อง

ก๊กค่อยๆ หันไปมองรูปที่หน้าโลงศพมิกซ์

เสียงดนตรีค่อยๆ รั้าอารมณ์ความหลอน

ทั้งสามค่อยๆ หันไปมองรูปมิกซ์ ไฟกระพริบต่อเนื่อง

กล้อง Dolly in รูปมิกซ์จ้องมอง ไฟกระพริบต่อเนื่อง

กล้อง Dolly in ก๊กเริ่มพึมพำ สวดมนต์ (เหงื่อแตก) ไฟกระพริบต่อเนื่อง

กล้อง Dolly in ตั้มสืหน้ากังวล (เหงื่อแตก) ไฟกระพริบต่อเนื่อง

กล้อง Dolly in แพรวบ่นพึมพำ ร้องขอชีวิต (เหงื่อแตก) ไฟกระพริบต่อเนื่อง

แพรว

“มิกซ์ กูขอโทษนะที่นินทามึง กูขอโทษนะ”

รูปมิกซ์จ้องมอง ไฟกระพริบต่อเนื่อง

ทันใดนั้นไฟก็ดับลง! ทั้งสามคนร้องกรี๊ดด้วยความตกใจ!

เสียงคนถูกตี ‘เพี้ยะ!!!’ ดังขึ้น ไฟกลับมาสว่างปกติ

ทั้งสามหยุดกรี๊ดและมีอาการหอบด้วยความตกใจมองไปมองมา

เสียงป่าคนหนึ่งดังขึ้น ทั้งสามหันไปมอง

V.O.ป่า

“บอกก็ทีแล้วว่าอย่าเล่นๆ”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ป่ากำลังตีเด็กชาย ที่ไปยืนกดสวิทช์ไฟเล่น ก่อนที่ป่าจะจูงออกไป
ทั้งสามคนมองป่าที่เดินออกไป ก่อนที่แพรวจะหันหน้ากลับมา
แล้วมีใบหน้าของผู้หญิงอีกคนจ้องหน้าอยู่ แพรวตกใจแรง

Scene 5 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

‘ดาว’ หญิงสาวสวยมาดนางเอก มาในชุดกระโปรงสีขาว ยิ้มให้กับทุกคน

Super

‘#เสียง #ส่อง #เตือน’

ดาว

“ตกใจอะไรกันอะ?”

แพรวถอนหายใจ

แพรว

“ดาวมาตั้งแต่เมื่อไหร่อะ?”

ดาว

“พอดีไปต่างจังหวัดมาเลยมาเข้าไปหน่อย เมื่อกี้ได้ยินเสียงกรีดด้วยเป็นอะไรกันหรือเปล่า?”
ทั้งสามคนมองหน้ากัน ก่อนที่ตั้มจะพูดกับดาว

ตั้ม

“พอดีนั่งคุยเรื่องไอ้มีกซ์อะแหละ สงสัยนิทานาเยอะไปหน่อย เลยคิดว่ามันจะมาหาซะแล้ว”
ดาวยิ้มมุมปากเล็กน้อย กล้องเตรียม Dolly In

V.O. ก๊ก

“มีงสองคนเลยนิทานาอะ?”

V.O. แพรว

“พวกมีงก็นิทานากับกูปะ?”

V.O. ตั้ม

“กูแค่ถามเฉยๆ ว่ามันตายได้ไง?”

V.O. ก๊ก

“กูนี่กว่าโดนแล้วแน่ๆ เมื่อกี้ 555”

V.O. แพรว

“กูก็ตกใจจริง555”

ในขณะที่แพรว ตั้ม ก๊กกำลังคุยกัน ดาวกำลังครุ่นคิดอะไรบางอย่าง กล้องค่อยๆ Dolly In เข้าไปที่
หน้าของเธอ ดาวพูดออกมา เสียงทั้งสามคนหยุดคุย

ดาว

“กูเป็นคนปล่อยให้มันตายเองแหละ”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

V.O. แพรว

“ปล่อยให้มันตายอะไรมึง? ไอ้มีกซ์มันก็ตายของมันเอง ไม่ใช่ความผิดมึงหรือก”
รูปของมีกซ์ที่ตั้งหน้าโลงศพ กล้องค่อยๆ Dolly In เข้า

Scene 6 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ดาวก้มหน้าก้มตาพูดด้วยความรู้สึกผิด ในท่าทางเหมือนคนกำลังสารภาพบาป)

V.O.ดาว

“กูเห็นว่ามันชอบไปกินหมูกระทะ...สัปดาห์ละสองสามครั้ง”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์กำลังปิ้งหมูกระทะ แล้วคีบหมูติดมันเข้าปาก

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันปรุงอาหารรสจัดมาก...โดยเฉพาะน้ำตาลกับน้ำปลา”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์ปีบน้ำปลาใส่กองน้ำตาลที่อยู่ในชามถ้วยเดียวของเขา

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันซื้อรองเท้าวิ่ง...แต่ไม่ได้เอามาใช้วิ่งเลยสักครั้ง”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์ถือรองเท้าวิ่งคูใหม่แกะกล่องอวดกล้อง

V.O.ดาว

“ก็ยังเห็นว่ามันไปกินเหล้าบ่อยๆ...เวลาที่มันเครียด”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์กระดกแก้วเหล้าในร้านเหล้า

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันสูบบุหรี่วันละสองสามซอง...เวลาทำงาน”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์พ่นควันบุหรี่ใส่กล้อง

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันไม่ค่อยได้พักผ่อน...ก็ไม่เคยบอกให้มันพักบ้าง”

Insert วิดีโอ Boomerang

มีกซ์หลับกลางอากาศ ผงกหัวไปมา ในบรรยากาศกองถ่ายที่มีกซ์ทำงาน
ทั้งสามคนมองมองดาว แพรวพูดออกมา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

แพรว

“กว่ามึงคิดมากไปป่าวดาว...ใครๆ ก็เห็นเหมือนกันนั่นแหละ”

Scene 7 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

ดาวเงยหน้ามองทุกคน

ดาว

“แต่กูเห็น กูเห็นพฤติกรรมแบบนี้มานานแล้ว ถ้ากูได้เตือนมันหน่อย มันอาจจะยังไม่ตายปะ!”
ดาวพูดจบก็ร้องไห้ออกมา เธอก็มหันาร้องไห้เสียใจเพราะความรู้สึกผิด

แพรวโผล่เข้ากอดดาวและเอามือลูบหลังปลอบใจดาว
ต็มและก๊กที่นั่งคิดตามดาว เขามองหน้ากันและก็รู้สึกผิดเช่นกัน

แพรวกอดดาวอยู่ แพรวมองไปที่รูปของมิทซ์หน้าโลศพ

แพรว

“พวกกูขอโทษที่เอาแต่ส่องเฟซมึงนะมิทซ์ แต่ไม่เคยได้เตือนอะไรมึงเลย”

แพรวพูดจบแพรวก็น้ำตาไหลออกมา

กล้องค่อยๆ Dolly Out ภาพกว้างโลศพของมิทซ์

สถิติข้อมูลขึ้น

‘กว่า 14 ล้านคน...คนไทยป่วยด้วยโรคในกลุ่ม NCDs

กว่า 320,000 คนต่อปี...เสียชีวิตด้วยโรคในกลุ่มนี้

การส่อง Facebook ทำให้สามารถเห็นพฤติกรรมสะสมของคนใกล้ตัวคุณ

การช่วยเตือนกันผ่าน Facebook เป็นอีกหนึ่งวิธีที่อาจช่วยลดจำนวนผู้ป่วยโรค NCDs ได้




#เพิ่มส่องลดส่อง #TheNCDs’

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้





3.9 สตอรี่บอร์ด (Storyboard)

3.9.1 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1

Breakdown : The NCDs รักไม่รักก็คิดเสีย
 Date : 26/3/2562 Location : ไร่บ้านอัญมณี ศาลา 7
 Director : วาสนา Camera : วรชฎา

Date/Time	Scene	Description	Shot	Cast	Art / Props	Costume	Remark
7.00 นัดก่อนอาหารเช้า							
8.15-8.45น.	1	2.15 พงษ์สงัดกำลังดูคอมน์ โดยชี้ศาลาให้ชัชวาลย์ดูหน้าทีวี		พงษ์ศักดิ์ 4 ฐปน	ศาลาทีวี	ทรงเสณี	
ย้ายไปถ่ายสวนเกษตร							
9.15-9.35น.	1	4.5MS พงษ์ shot ชัชวาลย์ แพร้ว กิ่งก้านบนมือไม้โพธิ์ระ พงษ์ระชวลย์มีขนมใส่ถ้วยกับแอมบริโอ 18.5MS Two shot ชัชวาลย์กับแพร้ว		พิมพ์วิภา พัทธยา Extra		ชุดตัวรวมงานศพ	
9.35-10.00น.	1	5.1MCU ชัชวาลย์คุยกับแพร้ว 7.1MCU ชัชวาลย์กับแพร้ว 13.1MCU ชัชวาลย์กับแพร้ว 15.1MCU ชัชวาลย์กับแพร้ว		พิมพ์วิภา พัทธยา Extra		ชุดตัวรวมงานศพ	

ภาพที่ 3.1 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 1

10.00-10.30น.	1	6.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 8.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 10.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 12.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 14.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 16.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 19.1MCU แพร้วคุยกับชัชวาลย์ 24.1MCU แพร้วกับชัชวาลย์		พิมพ์วิภา พัทธยา Extra		ชุดตัวรวมงานศพ	
10.30-10.40น.	2	21.1MS ชัชวาลย์คุยกับแพร้ว พงษ์สงัดฟังและเล่นมือถือ 22.1MS ชัชวาลย์คุยกับแพร้ว พงษ์สงัดฟังและเล่นมือถือ		พงษ์ศักดิ์ พิมพ์วิภา พัทธยา Extra	มือถือ	ชุดตัวรวมงานศพ	
10.40-11.10น.	2	23.1MCU ชัชวาลย์คุยกับชัชวาลย์ 28.1MCU ชัชวาลย์กับชัชวาลย์		พิมพ์วิภา พัทธยา พัทธยา Extra		ชุดตัวรวมงานศพ	
11.10-11.30น.	2	29.1MS ชัชวาลย์ ชัชวาลย์กับแพร้ว 31.1MS ชัชวาลย์กับชัชวาลย์พูดกับชัชวาลย์		พิมพ์วิภา พัทธยา พัทธยา Extra		ชุดตัวรวมงานศพ	

ภาพที่ 3.2 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

11:30-11:40น.	2	30.MCU Two shot ปรากฏภาพรถ และถือกล้องขาว		พีมี่ พิภพรช พิภพภู Extra	โจรสลัด	ชุดดำรวมงาน สก	
11:40-12:00น.	2	26.M.S Group shot ปรากฏตัว และถือกล้องขาว 3 ตัวพร้อมกัน		พีมี่ พิภพรช พิภพภู Extra	โจรสลัด	ชุดดำรวมงาน สก	
12:00-12:10น. (Section Header)							
12:40-13:10น.	3, 4	33.M.S 3 ตัวคนนอกถือระเบิด 39.M.S 3 ตัวคนนอกวิ่งพร้อมกัน 45.M.S 3 ตัวชูหัวถือ		พีมี่ พิภพรช พิภพภู	กษณะปลา ชุดดำรวมงาน ภาควิศวกร	ชุดดำรวมงาน สก	แผนที่พีมี่ 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัด 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัดแบบเคลื่อนไหว

ภาพที่ 3.3 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 3

13:10-13:50น.	4	51.MCU Three shot พีมี่ พิศมัย พิภพรช พิภพภู 55.M.S 3 ตัวคนนอกวิ่งพร้อมกัน 58.M.S 3 ตัวชูหัวถือ		พีมี่ พิภพรช พิภพภู	กษณะปลา ชุดดำรวมงาน ภาควิศวกร	ชุดดำรวมงาน สก	แผนที่พีมี่ 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัด 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัดแบบเคลื่อนไหว
13:30-14:00น.	3, 4	35.MCU 3 ตัว 37.MCU 3 ตัวคนนอกวิ่งมา 40.MCU 3 ตัวชูหัว 43.MCU 3 ตัวคนนอกวิ่งมา 47.MCU 3 ตัวคนนอกวิ่งมา 49.MCU 3 ตัวชูหัว		พีมี่ พิภพรช พิภพภู	กษณะปลา ชุดดำรวมงาน ภาควิศวกร	ชุดดำรวมงาน สก	แผนที่พีมี่ 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัด 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัดแบบเคลื่อนไหว
14:00-14:15น.	4	58.CU พีมี่พาดหัวรถ (เงา) ปรากฏพร้อมตัวพีมี่ Daily in		พีมี่ พิภพรช พิภพภู	กษณะปลา ชุดดำรวมงาน ภาควิศวกร	ชุดดำรวมงาน สก	แผนที่พีมี่ 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัด 1.2 ครึ่ง แผนที่โจรสลัดแบบเคลื่อนไหว

ภาพที่ 3.4 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 1 ภาพที่ 4

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

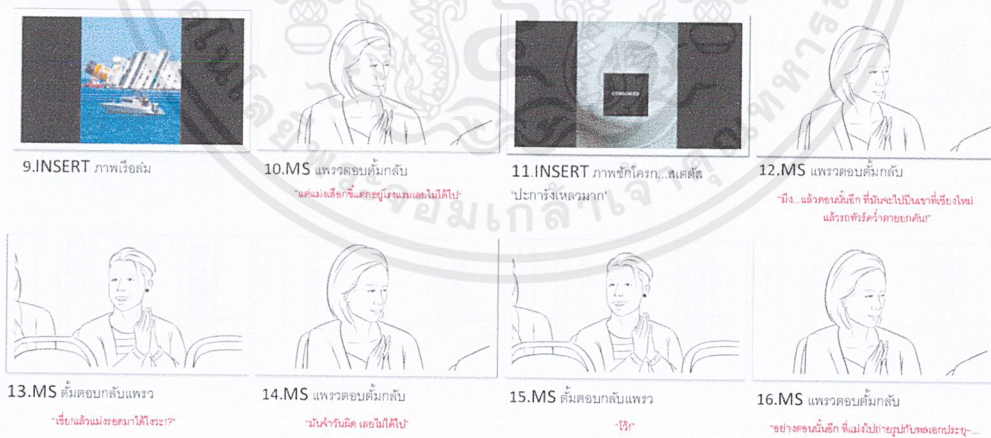
3.9.2 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสีย



ภาพที่ 3.5 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 1

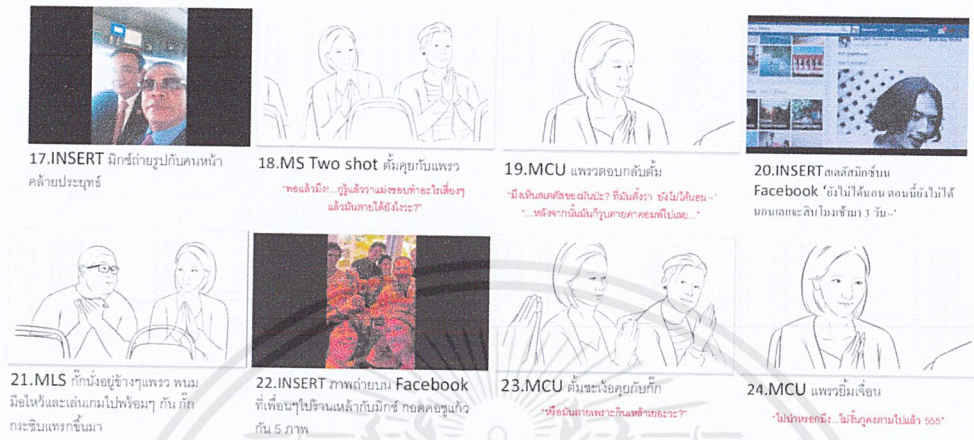
Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสีย



ภาพที่ 3.6 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 2

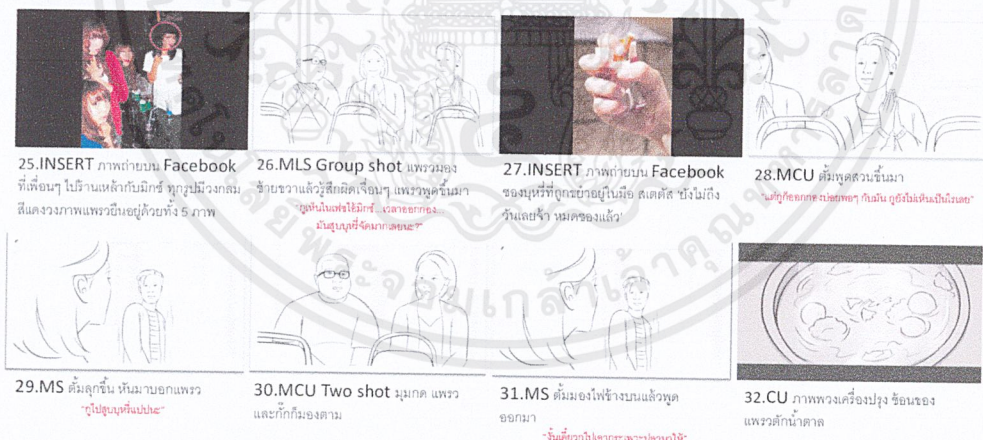
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.7 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 3

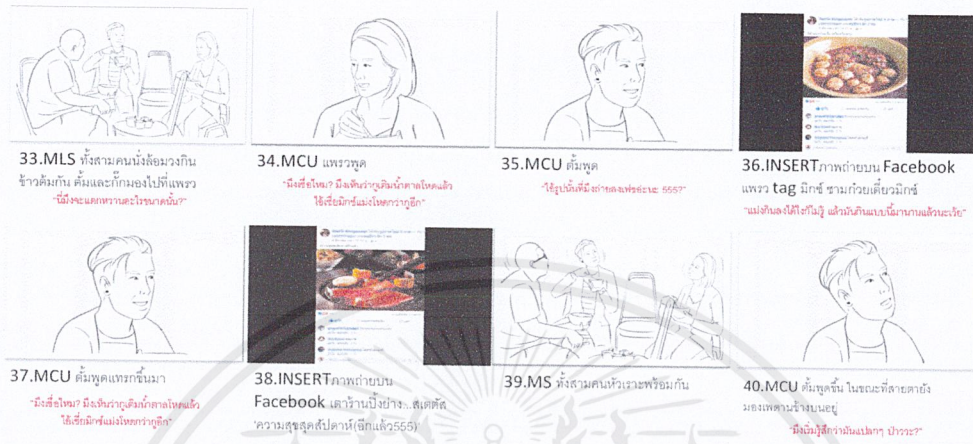
Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.8 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 4

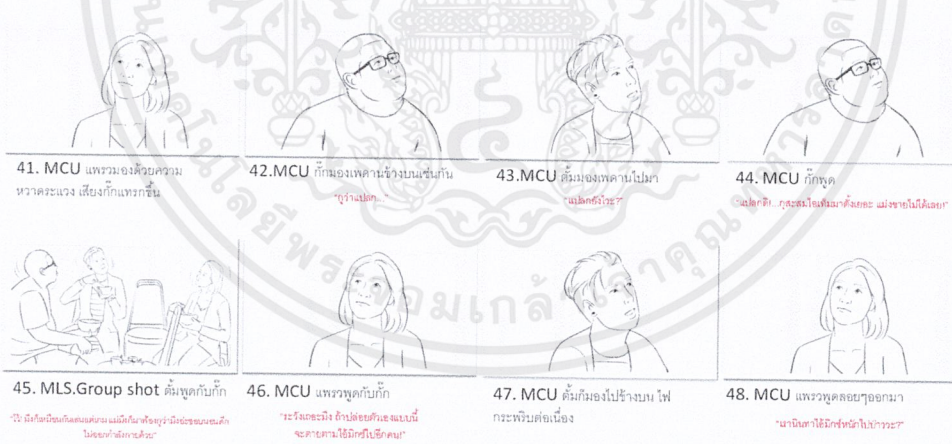
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.9 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 5

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.10 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 6

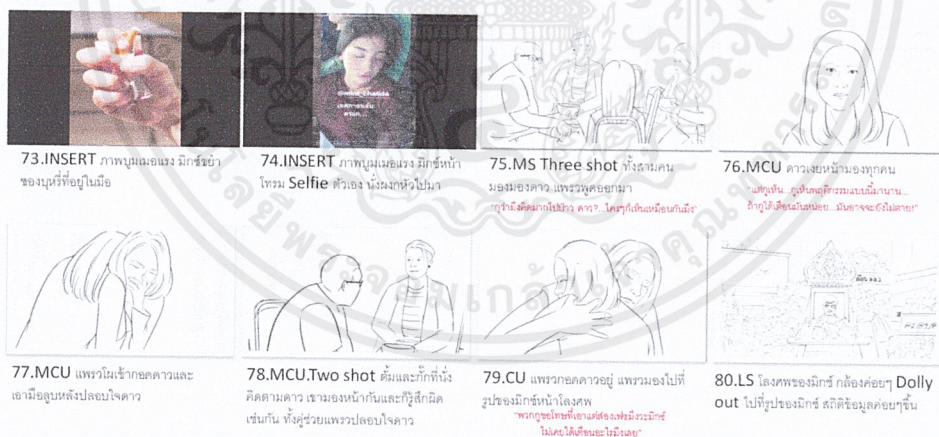
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.13 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 9

Story Board : The NCDs รักไม่รักก็ต้องเสี่ยง



ภาพที่ 3.14 สตอรี่บอร์ด (Storyboard) จากบทภาพยนตร์ ร่างที่ 5 ภาพที่ 10

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.10 การออกแบบสัญลักษณ์โครงการ

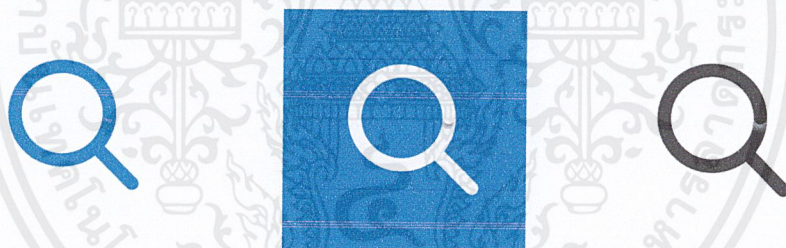
ในการออกแบบสัญลักษณ์โครงการ ‘เพิ่มส่ง ลดเสียง’ มีจุดประสงค์เพื่อให้คนจดจำโครงการได้ และสื่อถึงโครงการได้อย่างชัดเจน มีหลักการในการออกแบบ ดังนี้

1. สัญลักษณ์โครงการ สื่อถึงความทันสมัยและใช้รูปแบบเส้นเฉียง เพื่อให้ความรู้สึกรวดเร็วและเคลื่อนไหว ไม่น่าเบื่อ
2. ตัวอักษรในสัญลักษณ์โครงการ เลือกใช้ DB BrandVoice X เพราะเป็นตัวอักษรที่ทันสมัย อ่านง่ายและสื่อภาพลักษณ์โครงการที่ใช้เรื่องโซเชียลมีเดียเข้ามาประกอบได้อย่างชัดเจน

ก ข ช ค ฅ ฆ ง จ ฉ ช ฌ ญ ฎ ฏ ฐ ฑ
ฒ ณ ด ต ถ ท กร น บ ป ผ ฝ พ ฟ ภ ม
ย ร ล ว ศ ษ ส ห ฬ อ ฮ

ภาพที่ 3.15 ตัวอย่างตัวอักษร DB BrandVoice X

3. ลักษณะเฉพาะของสัญลักษณ์โครงการ คือ สัญลักษณ์แว่นขยาย ที่สื่อถึงการส่องและสื่อถึงการค้นหาสำหรับเฟซบุ๊ก



ภาพที่ 3.16 สัญลักษณ์แว่นขยาย

3. การออกแบบสัญลักษณ์โครงการในรูปแบบ Logotype โดยมีการใช้ Symbol แว่นขยาย เข้ามาประกอบในสัญลักษณ์โครงการ

เพิ่มส่ง
ลดเสียง



เพิ่มส่ง
ลดเสียง

ภาพที่ 3.17 สัญลักษณ์โครงการแบบสีหลัก แบบบนพื้นหลังสีและแบบบนพื้นหลังสีขาว ตามลำดับ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4. การนำไปใช้ โดยการนำไปใช้ในสื่อทุกรูปแบบและใช้ในพื้นที่ขนาดใหญ่ ทั้งแนวตั้งและแนวนอน เราจะใช้สัญลักษณ์โครงการตาม ภาพที่ 3.18 แต่หากมีการนำสัญลักษณ์โครงการไปใช้กับสื่อทุกรูปแบบ และใช้ในพื้นที่ขนาดเล็ก เราจะใช้สัญลักษณ์โครงการตาม ภาพที่ 3.19

เพิ่มสูง ลดเสียง

ภาพที่ 3.18 การใช้สัญลักษณ์โครงการไปใช้ในสื่อทุกรูปแบบและใช้ในพื้นที่ขนาดใหญ่



ภาพที่ 3.19 การใช้สัญลักษณ์โครงการไปใช้ในสื่อทุกรูปแบบและใช้ในพื้นที่ขนาดเล็ก

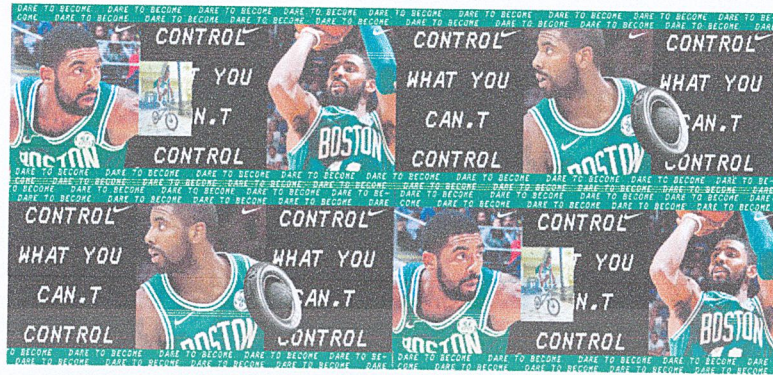
3.11 การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์

3.11.1 การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ได้รับแรงบันดาลใจมาจากโครงการ ‘Dare to Become’ จาก NIKE ออกแบบโดย Bureau Mirko Borsche สตูดิโอกราฟิก จากประเทศอิตาลี โดยทางสตูดิโอมีการออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์อย่างเรียบง่าย ใช้ภาพนักกีฬา ใส่องค์ประกอบแบบตัดทอนของกีฬาชนิดนั้นๆ ใส่ชื่อโครงการตัวใหญ่และสีพื้นหลังให้เด่น เพื่อง่ายต่อการดึงดูดสายตาและทำให้ผู้คนจดจำได้ง่าย



ภาพที่ 3.20 ‘Dare to Become’ ออกแบบโดย Bureau Mirko Borsche ภาพที่ 1
ที่มา : <https://bureauborsche.com/projects/nike-dare-to-become>

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.21 'Dare to Become' ออกแบบโดย Bureau Mirko Borsche ภาพที่ 2
ที่มา : <https://bureauborsche.com/projects/nike-dare-to-become>

3.11.2 การออกแบบสื่อสิ่งพิมพ์ของโครงการ มีจุดประสงค์เพื่อให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) โดยออกแบบปกให้เหมือนเป็นการอ่านข่าวทางออนไลน์ คือ มีการพาดหัวข้อข่าวเป็นคำโฆษณา (Copywriting) ขนาดใหญ่ ใส่การแสดงความคิดเห็น ให้เหมือนเป็นการแชร์ข่าวนั้นในเฟซบุ๊ก ส่วนเนื้อหาภายใน ออกแบบเชิงทดลอง ให้คนอ่านรู้สึกถึงการเป็นโรคนั้นจริงๆ ซึ่งประกอบด้วย 5 โรค คือ โรคอ้วน โรคเครียด โรคถุงลมโป่งพอง โรคเบาหวานและโรคหัวใจ เพื่อให้สอดคล้องกับบุคลิกของตัวละครในภาพยนตร์โฆษณาที่แฝงโรคกลุ่มนี้อยู่ โดยแนวคิดการออกแบบนี้เพื่อให้ผู้อ่านสนใจที่จะหยิบข้อมูลเกี่ยวกับโรคต่างๆ มาอ่านและเพื่อดึงดูดความสนใจผู้อ่าน



ภาพที่ 3.22 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.23 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรคอ้วน

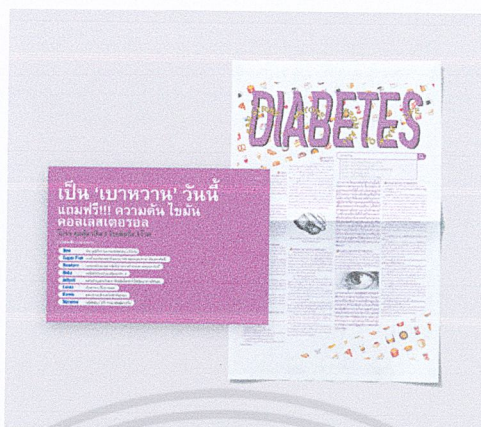


ภาพที่ 3.24 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรคเครียด



ภาพที่ 3.25 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรคถุงลมโป่งพอง

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 3.26 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรคเบาหวาน



ภาพที่ 3.27 สื่อสิ่งพิมพ์ให้ข้อมูลเกี่ยวกับโรคหัวใจ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3.12 การออกแบบอีโมจิ

3.12.1 ความหมายของอีโมจิ

อีโมจิ หรือ เอโมจิ (อังกฤษ: emoji) คือ ตัวหนังสือความคิดและสไมล์ที่ใช้กันในข้อความ อิเล็กทรอนิกส์และเว็บเพจ อีโมจิปรากฏในหลายรูปแบบ เช่น การแสดงสีหน้าและกิริยาอาการ วัตถุ สถานที่ ลมฟ้าอากาศ สัตว์ เป็นต้น เดิมคำว่า อีโมจิ มีความหมายว่า ตัวหนังสือภาพ โดยมาจากคำ เอะ ในภาษาญี่ปุ่นแปลว่า ภาพ ประสมกับคำ โมจิ ในภาษาญี่ปุ่นแปลว่า ตัวหนังสือ

อีโมจิมีต้นกำเนิดมาจากโทรศัพท์เคลื่อนที่ของญี่ปุ่น ในปี พ.ศ. 2542 โดยนายชิเกตากะ คิริตะ นักออกแบบในทีมพัฒนาของ DOKOMO บริษัทผู้ให้บริการโทรศัพท์ในญี่ปุ่น ออกแบบอีโมจิโดย จากจุดเริ่มต้นที่สร้างอีโมจิเพื่อช่วยประหยัดพื้นที่ตัวอักษรในการส่งข้อความ และสื่อสารแบบง่าย ๆ ผ่านภาพ

ในปี พ.ศ. 2553 อีโมจิได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นทั่วโลกหลังจากที่มีการเพิ่มอีโมจิเข้าไปในระบบปฏิบัติการ สำหรับอุปกรณ์เคลื่อนที่หลายระบบ ปัจจุบันถือว่าอีโมจิเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมประชาชนิยมในโลกตะวันตก ในปี พ.ศ. 2558 ออกซฟอร์ดดิคชันนารีส์ ประกาศให้อีโมจิสรูปใบหน้ากับน้ำตาแห่งความยินดี (Face with Tears of Joy emoji) เป็นคำแห่งปี



ภาพที่ 3.28 อีโมจิ ออกแบบโดย ชิตาเกะ คิริตะ

ที่มา : <https://becommon.co/world/new-emoji-2019/>

3.12.2 การออกแบบอีโมจิในโครงการ

สำหรับโครงการ ‘เพิ่มส่อง ลดเสี่ยง’ ได้ออกแบบอีโมจิไว้ 2 ชุด คือ ชุดอีโมจิที่พัฒนาจากรูปแบบเดิมที่ใช้กับระบบปฏิบัติการ iOS และชุดอีโมจิที่คิดขึ้นใหม่สำหรับโครงการ

1. ชุดอีโมจิที่พัฒนาจากรูปแบบเดิมที่ใช้กับระบบปฏิบัติการ iOS ได้ออกแบบให้มีความใกล้เคียงกับอีโมจิชุดใกล้ โดยนำลักษณะเด่น คือ หน้าวงกลมสีเหลือง มาประกอบกับ อาการ สิ่งของที่เกี่ยวข้องกับการเป็นกลุ่มโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs)

บทที่ 4

การเตรียมการผลิตภาพยนตร์โฆษณา

4.1 วิธีตีความภาพยนตร์โฆษณา

จากบทภาพยนตร์โฆษณา ร่างที่ 5 ร่างที่ได้รับการอนุมัติในการผลิตเป็นภาพยนตร์โฆษณา จะเห็นได้ว่าแบ่งเป็น 2 ส่วน อย่างชัดเจน ได้แก่ ส่วนที่เป็นภาพยนตร์และส่วนที่เป็นภาพนิ่งและวิดีโอ บูมเมอร์แรง

1. ส่วนที่เป็นภาพยนตร์โฆษณา ถ่ายภายในสถานที่เดียว คือ ศาลาวัด ดังนั้น ต้องเลือกวัดที่มีขนาดใหญ่ มีที่สำหรับจอดรถและมีพื้นที่พอสำหรับเป็นที่พักของกองถ่าย โดยในวันถ่ายภาพยนตร์โฆษณาจะใช้ทีมงานจำนวนมาก ต้องจัดการเรื่องความสะดวกให้ดีอีกด้วย

2. ส่วนที่เป็นภาพนิ่งและวิดีโอบูมเมอร์แรง ใช้แทรกในภาพยนตร์โฆษณา โดยถ่ายทำกันคนละวันเพื่อความสะดวกของกองถ่าย ง่ายต่อการกำกับและลดงบประมาณที่ไม่จำเป็น ในวันที่ถ่ายภาพนิ่งจะออกกองเล็ก ใช้ทีมงานเพียง 2 คน กับนักแสดง 1 คน โดยสถานที่ คือ ซอปปา สตูดีโอ เพราะมีมุมสำหรับถ่ายเป็นบ้าน ร้านเหล้าและกองถ่าย ครบทุกฉากที่ต้องการ

สำหรับอุปกรณ์การถ่ายทำ ภาพยนตร์โฆษณาเรื่องนี้ใช้กล้อง Panasonic Lumix GH5 ตลอดการถ่ายทำ เนื่องจากภาพยนตร์เรื่องนี้จะมีการถ่ายทำต่อเนื่องกันเป็นเวลานานต่อหนึ่งคิว มีบทสนทนาในเรื่องค่อนข้างยาก เปลี่ยนมุมกล้องบ่อยและที่สำคัญ คือ ต้องการไฟล์ที่มีคุณภาพดีที่สุด สำหรับการนำไปปรับสีหรือแก้ไขในกระบวนการหลังการถ่ายทำภาพยนตร์ต่อ ดังนั้น Panasonic Lumix GH5 จึงเหมาะสำหรับการถ่ายทำมากที่สุด ทั้งมีขนาดกะทัดรัด เคลื่อนย้ายง่าย แบตเตอรี่ใช้ได้นานและการอัปโหลดไฟล์ระหว่างงานทำได้อย่างรวดเร็ว ในส่วนของภาพนิ่งและวิดีโอบูมเมอร์แรง จะใช้กล้องโทรศัพท์ถ่าย เนื่องจากต้องการความละเอียดที่สมจริง ขนาดภาพที่เหมือนจริงและง่ายต่อการแสดง

4.2 การคัดเลือกนักแสดง

4.2.1 บทบาทที่จะคัดเลือก

บทของมิกซ์

มิกซ์ คือ ชายวัย 30 ปี ที่เสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ ประกอบอาชีพเป็นผู้ช่วยผู้กำกับ มีบุคลิกค่อนข้างเรียกร้อยและชอบโพสต์เรื่องราวของตัวเองลงในเฟซบุ๊ก ซึ่งมิกซ์มักโพสต์เกี่ยวกับไลฟ์สไตล์การมีชีวิตเสียงตายน้อยๆ ทั้งกิจกรรมที่ทำ อาหารที่กิน โดยบทของมิกซ์จะถ่ายแค่ภาพนิ่งและวิดีโอบูมเมอร์แรงเพื่อนำมาแทรกในภาพยนตร์โฆษณานั่น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทของแพรว

แพรว คือ หญิงวัย 30 ปี เพื่อนสมัยเรียนมหาวิทยาลัยของมิกซ์ ประกอบอาชีพเป็นครีเอทีฟเอเจนซี มีบุคลิกเป็นสาวทันสมัย คล่องแคล่ว มั่นใจในตัวเองสูง รักการทานขนมหวานเป็นนิสัย ดัดไซเซียมมีเดียขึ้นหนักและชอบเข้าสังคม

บทของด้อม

ด้อม คือ ชายวัย 30 ปี เพื่อนสมัยเรียนกลุ่มเดียวกับมิกซ์ แพรวและกิ๊ก ประกอบอาชีพเป็นอาร์ตไดเรกเตอร์ มีบุคลิกเป็นคนตรงไปตรงมา ทิศการสูบบุหรี่ มักชอบเลี้ยงกับแพรวตั้งแต่สมัยเรียนและสนิทกับมิกซ์ที่สุด เพราะชอบไปกินเที่ยวด้วยกัน

บทของกิ๊ก

กิ๊ก คือ ชายวัย 30 ปี รูปร่างอ้วน ทำธุรกิจส่วนตัวที่บ้าน กิ๊กเป็นคนติดเกมตั้งแต่สมัยเรียน จะเล่นเกมตลอดจนถึงขั้นไม่หลับไม่นอนและชอบทานอาหารฟาสต์ฟู้ด เวลาอยู่ในกลุ่มกิ๊กมักจะเป็นคนคอยสังเกตการณ์มากกว่าเป็นคนพูด ไซเซียมมีเดียในการแสดงตัวตน

บทของดาว

ดาว คือ หญิงวัย 30 ปี ประกอบอาชีพนักเขียนของสำนักข่าวออนไลน์ เพื่อนในกลุ่มเดียวกับทั้ง 4 คน เป็นคนเรียบร้อย จริงจัง ใส่ใจรายละเอียดเล็กน้อยของคนรอบข้างและดาวคือตัวละครที่จะมาคลี่ปมของเรื่อง

4.2.2 วิธีคัดเลือกนักแสดง

1. เลือกนักแสดงที่มีชื่อเสียง เคยผ่านการแสดงและมีบุคลิกภาพที่โดดเด่น เพื่อให้สะดวกต่อการถ่ายทำในเวลาที่จำกัด และที่สำคัญเพื่อให้ภาพยนตร์โฆษณาที่ฉายทางเพชบุ๊คดึงดูดความสนใจจากผู้ชมได้ ซึ่งผ่านตัวนักแสดงที่เคยมีผลงานมาแล้ว
2. เลือกนักแสดงที่มีอายุหรือบุคลิกเทียบเท่ากับอายุจริงในภาพยนตร์โฆษณา
3. ดูตัวอย่างผลงานที่เคยผ่านมาของนักแสดงที่สนใจ ก่อนที่จะนัดมาทดสอบการแสดง (Casting)
4. ตกลงเรื่องค่าจ้างกับนักแสดงก่อนการนัดมาทดสอบการแสดง (Casting)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

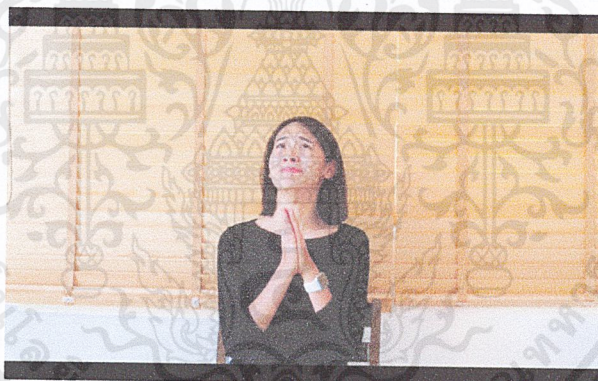
4.2.3 การทดสอบการแสดง (Casting)

บทของมิวกซ์



ภาพที่ 4.1 การทดสอบการแสดงในบทบาทของมิวกซ์

บทของแพรว



ภาพที่ 4.2 การทดสอบการแสดงในบทบาทของแพรว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทของต๋มและก๊าก



ภาพที่ 4.3 การทดสอบการแสดงในบทบาทของต๋มและก๊าก

4.2.4 นักแสดงที่ได้รับคัดเลือก (Casting Sheet)

มิکش รับบทโดย เจ้งเป้ง อิศรียา ชานุพล



ภาพที่ 4.4 Casting Sheet บทของมิکش

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ฝวสว รับทโดย ตีไชน่ นัฏฐกา เขาวะวนิชย์



ชื่อ : นางสาว นัฏฐกา เขาวะวนิชย์
 ชื่อเล่น : ตีไชน่
 อายุ : 29 ปี
 อาชีพ : Acting Coach/ นักแสดงอิสระ
 น้ำหนัก : 42 กิโลกรัม
 ส่วนสูง : 155 เซนติเมตร
 รองเท้า : เบอร์ 36
 เสื้อ กางเกง : size s
 สีผิว : ขาวเหลือง
 สีตา : น้ำตาลเข้ม
 สีมม : ดำ
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ :ไทย
 ผลงานที่ผ่านมา :
 MV คนปัจจุบัน-เสตมปี / MV หรือมันไม่มีอยู่
 จริง-สกรรารณ์ / MV ปลุก-Zeal / หนังสั้น รมิตา
 / โฆษณาวีรตสัน 1 บาท ปี2016 / โฆษณาไทย
 ประกันชีวิต / โฆษณา Oppo / โฆษณา K
 PLUS-FACE OFF / MV เจ็บจนพอ-Wanyai

ภาพที่ 4.5 Casting Sheet บทของแพรว

ตัม รับทโดย เม้ง กักรสวา ทองสุขา



ชื่อ : นาย กักรสวา ทองสุขา
 ชื่อเล่น : เม้ง
 อายุ : 32 ปี
 อาชีพ : มือกลองวง Desktop Error
 และนักแสดงอิสระ
 น้ำหนัก : 67 กิโลกรัม
 ส่วนสูง : 170 เซนติเมตร
 สีผิว : ขาวเหลือง
 สีตา : ดำ
 สีมม : ดำ
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ :ไทย
 ผลงานที่ผ่านมา :
 ภาพยนตร์เปรมิกาปวาราน / โฆษณา Unsung
 Hero ไทยประกันชีวิต / โฆษณาอิน / โฆษณา
 คิวจะเซ / โฆษณาดีเบย์ออร์ดู / Internet film
 Dudesweet / โฆษณาฟักตัม พักยก กับ สสส. /
 โฆษณาบาสีฟีนอลอูเกตุ

ภาพที่ 4.6 Casting Sheet บทของตัม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ก๊ก รับบทโดย ฟลุ๊ค ศุภชัย ทรัพย์ประเสริฐ



ชื่อ : นายฟลุ๊ค ศุภชัย ทรัพย์ประเสริฐ
 ชื่อเล่น : ฟลุ๊ค
 อายุ : 28 ปี
 อาชีพ : นักแสดงอิสระ / ดากล้อง casting
 น้ำหนัก : 130 กิโลกรัม
 ส่วนสูง : 170 เซนติเมตร
 สิว : ขาวเหลือง
 สีตา : ดำ
 สันผม : ดำ
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ :ไทย
 ผลงานที่ผ่านมา :
 ภาพยนตร์ Oversize ทลายทุ่ง /
 ภาพยนตร์สลับบอย ซอยสี่ /
 โฆษณาประกันหัวใจ
 *** ปัจจุบันยังไม่หมกกับและตัดสกินเซต

ภาพที่ 4.7 Casting Sheet บทของก๊ก

ดาว รับบทโดย มาย ณัชชา มีระลึก



ชื่อ : นางสาว ณัชชา มีระลึก
 ชื่อเล่น : มาย
 อายุ : 29 ปี
 อาชีพ : นักแสดงอิสระ
 น้ำหนัก : 80 กิโลกรัม
 ส่วนสูง : 170 เซนติเมตร
 สิว : แขน
 สีตา : น้ำตาลเข้ม
 สันผม : น้ำตาลเข้ม
 เชื้อชาติ : ไทย สัญชาติ :ไทย
 ผลงานที่ผ่านมา :
 โฆษณารายยนต์ MG / โฆษณาทางแก๊งอินส์
 Lewis / โฆษณาเฟอร์นิเจอร์ของ index /
 โฆษณา True Wallet / โฆษณาททท. /
 โฆษณา Maybelline / โฆษณาโรงพยาบาล
 บำรุงราษฎร์ / โฆษณา Lipon F

ภาพที่ 4.8 Casting Sheet บทของดาว

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.3 การเลือกสถานที่ถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา

ในการเลือกสถานที่ถ่ายทำ (Location) จำเป็นต้องพิจารณาจากหลายเหตุผล ดังนี้

1. สถานที่ถ่ายทำต้องเป็นศาลาการเปรียญขนาดใหญ่ สะอาด ให้ความรู้สึกถึงความเป็นวัดในกรุงเทพมหานครกว่าวัดในต่างจังหวัด
2. ศาลาการเปรียญต้องมีประตู หน้าต่างที่ปิดมิดชิด เพื่อกันเสียงรบกวนจากภายนอก
3. ศาลาการเปรียญต้องเป็นศาลาเดี่ยว ไม่ติดกับศาลาข้างเคียง เพื่อง่ายต่อการบันทึกเสียง ในกรณีที่วันถ่ายทำจริง ศาลาข้างเคียงมีพิธีสวดศพ
4. ศาลาการเปรียญต้องสามารถคลุมผ้าดำทั้งหลังได้ เพราะการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณาเรื่องนี้ใช้เทคนิคการถ่ายกลางวันให้เป็นกลางคืน (Day for Night)
5. บริเวณวัดต้องมีที่จอดรถที่เพียงพอสำหรับนักแสดง ทีมงาน ทีมกล้องและทีมไฟกว่า 40 คน
6. บริเวณศาลาการเปรียญมีที่สำหรับทีมงานในกองถ่ายไว้วางอุปกรณ์ ตั้งเครื่องมือที่ใช้ในการถ่ายทำ
7. เนื่องจากมีการถ่ายภาพกว้าง ด้านนอกของศาลาการเปรียญ ดังนั้นจะต้องเลือกศาลาที่มีสภาพด้านนอกและด้านในสวย
8. สำหรับเรื่องการติดต่อขอใช้สถานที่ ต้องคุยรายละเอียดสำหรับวันมาถ่ายทำอย่างชัดเจน เพราะสถานที่ถ่ายทำ คือ วัด ดังนั้นการตามหาวัดที่ให้อนุญาตถ่ายทำและเข้าใจกระบวนการทำงานของกองถ่ายได้นั้น ต้องรีบพิจารณาเป็นอันดับแรกๆ

ศาลาสวดพระอภิธรรมศพของมิถุ์



ภาพที่ 4.9 ภายนอกศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดป่าเพ็ญเหนือ ภาพที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 4.10 ภายนอกศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดป่าเพ็ญเหนือ ภาพที่ 2



ภาพที่ 4.11 ภายในศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดป่าเพ็ญเหนือ ภาพที่ 1



ภาพที่ 4.12 ภายในศาลาสวดพระอภิธรรมศพ ศาลาที่ 7 วัดป่าเพ็ญเหนือ ภาพที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4.4 การออกแบบเสื้อผ้าให้กับตัวละคร

การออกแบบเสื้อผ้าให้กับตัวละคร จะเลือกตามอาชีพที่ตัวละครนั้นทำอยู่ เพราะการทำอาชีพนั้นจะเป็นตัวสะท้อนบุคลิกของตัวละครได้อย่างดี ซึ่งในเรื่องนี้ตัวละครส่วนใหญ่จะอยู่ในสายอาชีพศิลปกรรมศาสตร์ จึงมีการแต่งตัวที่ไม่เป็นทางการมาก มีความสบายแต่เป็นตัวของตัวเอง ถึงแม้จะอยู่ในสายงานเดียวกันก็ตามแต่เพื่อเพิ่มมิติให้กับตัวละคร จึงมีการลงรายละเอียดตามบทบาทยนตร์โฆษณา ดังนี้

1. บทของมิกซ์ ใส่เสื้อยืดสีเข้มและคลุมด้วยเสื้อเชิ้ตมีลาย สวมกางเกงยีนส์สีเข้ม สวมแว่นสายตารองเท้าผ้าใบทรง Vans สีดำ แสดงถึงการเป็นคนทำงานในกองถ่าย แต่งตัวกระชับกระเฉง แต่แอบเพิ่มความแพชั่นทันสมัยโดยการใส่เสื้อคลุมมีลาย

2. บทของแพรว ใส่เสื้อสายเดี่ยวสีขาว คลุมทับด้วยเสื้อคลุมสีดำพอดีสักตัว สวมกางเกงเอวสูงสีดำ และรองเท้าส้นสูง แสดงถึงความเป็นสาวทันสมัย

3. บทของตั้ม ใส่เสื้อยืดสีดำและคลุมด้วยเสื้อเชิ้ตสีดำไม่มีลาย สวมกางเกงลำลองขาสั้นสีดำและรองเท้าผ้าใบหุ้มข้อสีดำ แสดงถึงการเป็นคนทำงานในกองถ่าย แต่งตัวกระชับกระเฉง แต่ดูแพชั่นน้อยกว่ามิกซ์

4. บทของก๊าก ใส่เสื้อยืดตัวโคลงสีดำ สกรีนคำว่า Fast & Furious สวมกางเกงลำลองขาสั้น สวมแว่นสายตาสีเทาและรองเท้าแตะหูกีบ แสดงถึงคนติดเกมที่ไม่ค่อยเข้าสังคม แต่งตัวตามสไตล์เหมือนอยู่บ้าน

5. บทของดาว ใส่เสื้อสีขาวมีปก สวมกางเกงขา สพายกระเป๋าสีขาว รองเท้าหุ้มส้นสีเนื้อ ฝอยยาวรอบตึง การที่ดาวใส่ชุดขาว แสดงถึงการมาด้วยใจบริสุทธิ์ มาปลดปล่อยความรู้สึกผิดให้กับเพื่อนๆ อีก 3 คน และส่งเสริมบุคลิกความเป็นคนเรียบร้อย เป็นนางเอกของดาว




4.5 การจัดการเวลาสำหรับถ่ายภาพยนตร์โฆษณา

สำหรับเวลาในการถ่ายทำภาพยนตร์เรื่องนี้ ข้าพเจ้ากำหนดตามบทภาพยนตร์เป็นหลัก โดยถ่ายเรียงตามบทที่เขียนมา เพื่อให้ถ่ายต่อนักแสดงและการกำกับ เนื่องด้วยบทพูดในภาพยนตร์ค่อนข้างยาก จึงต้องทำให้นักแสดงคุ้นชินกับบทพูดและสามารถจินตนาการความต่อเนื่องของภาพยนตร์ได้เป็นอย่างดี ซึ่งในช่วงแรกของภาพยนตร์จะเป็นช่วงที่ยังไม่ใช้อารมณ์มากและค่อยๆ ใต้ อารมณ์ขึ้นไปในช่วงท้ายของการถ่ายทำ ช่วยให้นักแสดงลำดับอารมณ์ได้ดี




ส่วนการถ่ายภาพแคบของขามกระเพาะปลา การถ่ายภาพกว้างศาลาการเปรียญ การถ่าย Dolly in และ Dolly out หน้าโรงศพของมิกซ์ ข้าพเจ้าเลือกที่จะถ่ายที่หลัง เพื่อรับเคลียร์ฉากที่มินักแสดงออกไปก่อนแล้วค่อยมาปั้นฉากที่เป็นวัตถุให้ได้ภาพสวยๆ ก่อนปิดกอง

4.6 ตารางเวลาในการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา

Breakdown : The NCDs วิกิไม่ใช้ก็ดังเสียง
 Date : 26/3/2562 Location : วิทยาลัยเทคนิค ศาลา 7
 Director : วาสนัน Camera : วราญญณ์




Date/Time	Scene	Description	Shot	Cast	Art / Props	Costume	Remark
7.00 นักร้องพาดวงหารเช้า							
8.15-8.45น.	1	2MS พาดวงหารเช้าที่วงดนตรี โดย ซันดาปอริชต์มิวสิค-15		พวงดี 6 รูป	ศาลา ๒๐๖	พวงดี	
ถ่ายไม่ถ่ายวงดนตรี							
9.15-9.35น.	1	4MS Two shot 'ดื่ม แทรว ดึก' ดื่มแอลกอฮอล์หรือ พืชระสอยชนิด เช่นเดียวกับคนอื่น ๆ 18MS Two shot ดื่มอยู่กับแพรว		พินิจ พิชญะ Extra		ชุดดำ-ขาว ศค	
9.35-10.00น.	1	5MSU ดื่มอยู่กับแพรว 7MSU ดื่มอยู่กับแพรว 13MSU ดื่มอยู่กับแพรว 15MSU ดื่มอยู่กับแพรว		พินิจ พิชญะ Extra		ชุดดำ-ขาว ศค	

ภาพที่ 4.13 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 1




10.00-10.30น.	1	6MSU แพรวเองจับแก้วกับแก้ว 8MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 10MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 12MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 14MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 16MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 19MSU แพรวคุยกับมัลลิกา 24MSU แพรวดื่มคนเดียว		พินิจ พิชญะ Extra		ชุดดำ-ขาว ศค	
10.30-10.40น.	2	21MS 5 ก็กินของข้างแพรว จนม มีกลิ่นระสอยกลิ่นไปทั่วๆกัน ก็ ก็กินกับแพรว-มัลลิกา		พินิจ พิชญะ Extra	วงดนตรี	ชุดดำ-ขาว ศค	
10.40-11.10น.	2	23MSU ดื่มจะจับแก้วกับแก้ว 28MSU ดื่มอยู่กับมัลลิกา		พินิจ พิชญะ Extra		ชุดดำ-ขาว ศค	
11.10-11.30น.	2	29MS ขึ้นอยู่กับ พินิจกับแพรว 31MS ขึ้นอยู่กับ พินิจกับแพรว ดลกมา		พินิจ พิชญะ Extra		ชุดดำ-ขาว ศค	

ภาพที่ 4.14 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 2

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้





11:30-11:40น.	2	30 MCU Two shot สุนัข แกรว และไก่ก้อยตาม		พินิจ พิชญ พิชญ Extra	โหนดินทร์	ชุดตัวบน ชุด	
11:40-12:00น.	2	26 M/S Group shot หน้บระ ฒึ และอีกกลุ่มมาที่เสวรา แกรวมอง ฉับขาวแล้วสู้ศึกผิงฉิงงู		พินิจ พิชญ พิชญ Extra	โหนดินทร์	ชุดตัวบน ชุด	
12:00 ปิดเทอมไปกินข้าว							
12:40-13:10น.	3, 4	33 M/S ที่สนามหน้าถ้ำถ้ำมวง 39 M/S ที่สนามหน้าวัดระฆังโฆสิต 45 M/S คุยกับพี่		พินิจ พิชญ พิชญ	กะเพราปลา ชุดตัวบน ชุดตัววัด	ชุดตัวบน ชุด	ฉากที่หนึ่ง โหนดินทร์ 1-2 ครั้ง แบบถือของ โหนดินทร์แบบคนเดียว

ภาพที่ 4.15 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 3


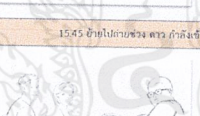

13:10-13:30น.	4	51 MCU Three shot ทุ่งสม ค้อยๆ ทุ่งไปบ่อรูบึงเข้า โหนดินทร์ คนเดียว 58 M/S ที่สนามหน้าถ้ำถ้ำมวง ฉากที่หนึ่งหน้าถ้ำถ้ำมวง ทุกคนถือโหนดินทร์		พินิจ พิชญ พิชญ	กะเพราปลา ชุดตัวบน ชุดตัววัด	ชุดตัวบน ชุด	ฉากที่หนึ่ง โหนดินทร์ โหนดินทร์ โหนดินทร์
13:30-14:00น.	3, 4	35 MCU คุยกับ 37 MCU คุยกับพี่ที่สนาม 40 MCU คุยกับ 43 MCU คุยกับพี่ที่สนาม 47 MCU คุยกับพี่ที่สนาม-โหนดินทร์ 49 MCU คุยกับ		พินิจ พิชญ พิชญ	กะเพราปลา ชุดตัวบน ชุดตัววัด	ชุดตัวบน ชุด	ฉากที่หนึ่ง โหนดินทร์ 1-2 ครั้ง แบบถือของ โหนดินทร์แบบคนเดียว
14:00-14:15น.	4	54 CU คุยกับพี่ที่สนาม (เก็บฉาก) โหนดินทร์คนเดียว Dolly in		พินิจ พิชญ พิชญ	กะเพราปลา ชุดตัวบน ชุดตัววัด	ชุดตัวบน ชุด	โหนดินทร์แบบคนเดียว

ภาพที่ 4.16 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 4

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้





14.15-14.30น.	3, 4	34 MCU แพร่ซูก 41 MCU แพร่ลอรระวาง 45 MCU แพร่ซูกกับกัท 48 MCU แพร่ซูกยกยอกอลน		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	แบบที่นี้ โฟกัส 1.2 ครั้ง แบบที่อื่น โฟกัสแบบต่อเนื่อง
14.30-14.45น.	4	55 CU แพร่กัท (พักคน) โฟกัสต่อเนื่อง Dolly in 57 CU แพร่เอ็งเรียนไป แล้วตอนหัวใจ		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	แบบที่นี้ โฟกัสแบบต่อเนื่อง แบบที่อื่น โฟกัสแบบต่อเนื่อง
14.45-15.00น.	4	42 MCU สิ้นของพรชังน เขมกัน 44 MCU กัท 50 MCU กัท		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	แบบที่นี้ โฟกัส 1.2 ครั้ง แบบที่อื่น โฟกัสแบบต่อเนื่อง
15.00-15.15น.	4	53 CU ที่เรียนที่ กัท กรรพมเอ็ง Dolly in		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	โฟกัสแบบต่อเนื่อง

ภาพที่ 4.17 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 5





15.15 ถ่ายไปพักชงข้าวที่คอกออกไป							
15.30-15.45น.	4	59 LS ซักที่กินที่ กัท สไลด์ใหม่ กัทที่ฝึกชงคอกไป		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	บันทึกแสดงหลักฐานการถ่ายทำ
15.45 ถ่ายไปพักชง ข้าว ทำสิ่งต่าง							
16.00-16.15น.	4	60 MS ที่เรียนคนเอ็งที่ ออลน		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	
16.15-16.30น.	5	61 CU ที่เรียนคนเอ็งที่ กัทที่ฝึกชงคอก		พิมพ์ ที่รวม ที่ฝึก พิมพ์	ระยะเวลา ชุดวิชา ภาคตัววัด	ชุดวิชา ศค	

ภาพที่ 4.18 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 6

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้




16.30-16.50น.	5, 6	62 MS ทิวทัศน์ 64 MCU ครัว 65 MCU ลาวีลูปปางเส้าชื้อ กล้องเดิน Dolly in		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค
16.50-17.05น.	6	76 MCU ครัวตอนหัวมุม เลนส์ไปนอกตัว 77 MCU ครัวข้างนอกตัว		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค
17.05-17.15น.	5, 7	63 MCU ครัวรูปถ่าย		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค
17.15-17.30น.	7	79 CU ครัวตอนหัวมุม ใบที่ปูเช็กที่หน้าโต๊ะ		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค

ภาพที่ 4.19 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 7

17.30-18.00น.	5, 6	75 MS Three shot ครัวตอนหัวมุม มองครัว ครัวตอนหัวมุม		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค
18.00-18.20น.	7	78 MCU Two shot ครัวตอนหัวมุม ครัวตอนหัวมุม		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ	กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้	ชุดตัวบน ศค
18.20-18.40น.	3, 4	32 CU ภาพตอนหัวมุม		กะเพราปลา ชุดถ้วยชาม ภาคใต้		
18.40-19.00น.	1	11S บรรยากาศศาลาการเปรียญ ด้านนอก ฝั่งหน้าประตูกับสะพาน สะพานวัด		ฟิล์ม ที่รวม ฟิล์ม พิเศษ Extra		ชุดตัวบน ศค

ภาพที่ 4.20 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 8

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดลอกเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

19.20-19.30น.	1, 5	3. Mo ชุดพีดีเอชซีโครงการ ปรากฏรูปของ "โม" ภายหลุมมี 30 ปีจึงเป็นยี่สิบสามตัวโรตารีใจ 67 CU ภายหลุมพีดีเอชซี-โม กล้องระยะ Dolly in		Set งานศพ ภาพมิก		
19.30-19.40น.	7	80LS โคมระยงไม้พีดี กล้องตอปอๆ Dolly out สปีดรัยลุดยู่ขึ้น		Set งานศพ ภาพมิก		
19.40-20.00น.	5, 6	52 MCU to CU Dolly in รูป พีดีซีตอมอง โคมระยงไม้คตมิดอง 56 CU รูปพีดีซีตอมอง โคมระยงไม้ คตมิดอง จนไม้พุดระยงไม้		Set งานศพ ภาพมิก	แบบที่หนึ่ง โคมระยงไม้คตมิดอง แบบที่สอง โคมระยงไม้คตมิดองจนพุด	

ภาพที่ 4.21 ตารางเวลาในการถ่ายทำ ภาพที่ 9

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 5

การถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา

5.1 การเตรียมการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา

เอกสารที่ใช้ในการถ่ายทำ

1. บทภาพยนตร์ (Screenplay)
2. ตารางเวลาในการถ่ายทำ (Breakdown)
3. เอกสารใช้เรียกทีมงานและนักแสดง (Call Sheet)

THE NCDS
งานโฆษณา

WADFUN'S THESIS

CALL 7.00
29 มีนาคม 62

1. เมื่อถ่ายทำเสร็จใน 1 วันหรือ 1 ช่วงของเขตปกครองราชการ
ให้ส่งเอกสารอยู่ภายใน 02.45 น. ให้ทางเขตปกครอง
ที่ผู้รับทราบทันที

2. เมื่อถึง Location ติดต่อ PM
ชื่อ 0897660646
ชื่อ 0899202556

#	CAST	CHARACTER	CALL TIME	SPECIAL INSTRUCTIONS
1	ศิโรต	แพร	8.00	เตรียมชุดตามที่บอกไว้
2	พิมพ์	พิมพ์	8.00	เตรียมชุดตามที่บอกไว้
3	พีพี	พีพี	8.00	เตรียมชุดตามที่บอกไว้
4	พิมพ์	พิมพ์	14.00	เตรียมชุดตามที่บอกไว้
5	Extra หรือ	พรอเซส	7.00	โดยนวด โคนตรง
6	Extra หรือ	เพื่อนที่มี 5 คน	10.00	ชุดสีขาว 50 ปี พาเช็กเข้ามาได้เรียบร้อย
7	Extra หรือ	เพื่อนที่มี 7 คน	17.00	ชุดสีขาวพร้อมเช็ก 50 ปี
8	ช่างฉาบ	ช่างฉาบ	8.00	

PRODUCTION NOTES

1. ไม่พอร์ทกับเขตปกครอง กรุณาไม่ลืมแจ้ง เมื่อการฉีกฉาบเสร็จจากพื้นที่ Extra

POSITION	NAME	PHONE	EMAIL	CALL TIME
Producer	เชิด	0877660601		7.00
Director	โน้	080082357		7.00
PM	ทวย	0897660646		6.30
DOP	เมธ	0958766937		7.00
Assistant DOP	เค	0868766937		7.00
Assistant Director 1	สิริ	0815784873		7.00
Assistant Director 2	เจษฎ	0895084679		7.00
Sound	เมธิศ	0957791783		6.00
Art Director	นง	094644309		7.00
Assistant Art	แอน	0973591191		6.00
Make up/ Hair	พชช	0873231447		6.00
Assistant Make up	แพน	0653133961		7.00
Assistant PM	พีช	0959399900		13.00
Runner	เมธ	0847742411		6.30
Extra Manager	โมก	0928519416		6.00
Behind the scene	พี	0807727771		7.00
Camera equipment	Camera B	0615632416		7.00
Lighting	Targ Lighting	0899202556		7.00

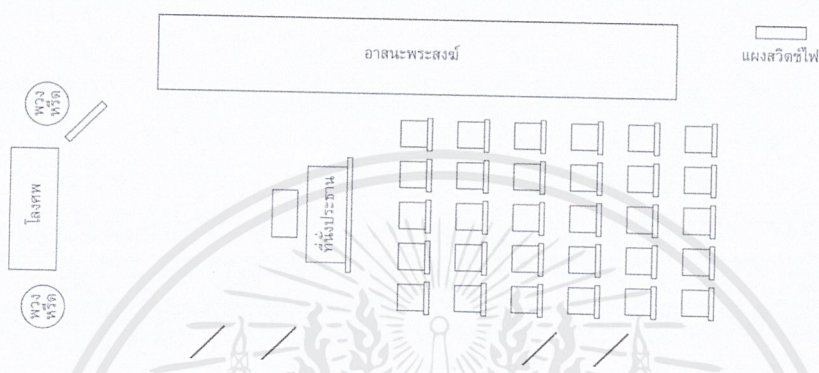
ภาพที่ 5.1 เอกสารใช้เรียกทีมงานและนักแสดง (Call Sheet)

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

5.2 แผนผังการถ่ายทำ

ในการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา ต้องใช้เทคนิคการถ่ายหลอกมุม เนื่องจากไม่สามารถนำพระสงฆ์มาอยู่ในการถ่ายทำตลอดช่วงเวลาสวดศพได้ ดังนั้นจึงต้องวางกล้องและเบี่ยงมุมนักแสดงเพื่อหลอกสายตาและไม่ให้ติดพระสงฆ์ แต่เหมือนว่ามีพระสงฆ์สวดอยู่ จึงต้องวางแผนผัง ดังนี้

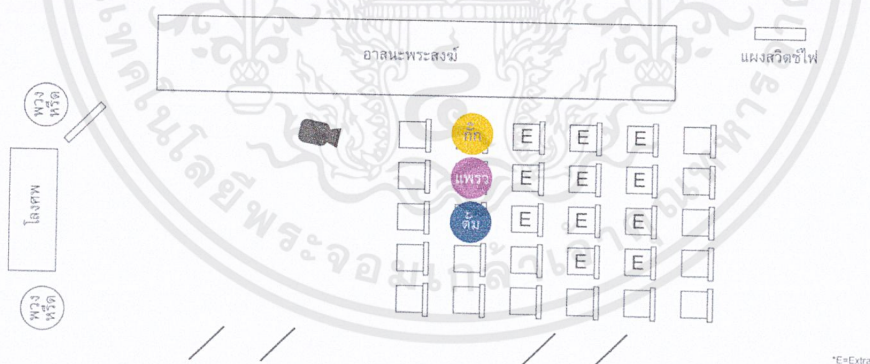
1. แผนผังภายในศาลาการเปรียญ วัดป่าเพ็ญเหนือ



ภาพที่ 5.2 แผนผังภายในศาลาการเปรียญ วัดป่าเพ็ญเหนือ

2. ฉาก แพรว ต้ม ก๊กและคนในงานนั่งฟังพระสวด

ในฉากนี้ต้องการยืนยัน แพรว ต้ม ก๊กและคนในงานที่นั่งฟังสวดศพ ดังนั้นจึงไม่อ้างอิงตำแหน่งอาสนะพระสงฆ์



ภาพที่ 5.3 แผนผังการถ่ายทำฉาก แพรว ต้ม ก๊กและคนในงานนั่งฟังพระสวด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.4 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉาก แพรว ต้ม ก๊กและคนในงานนั่งฟังพระสวด

3. ฉาก แพรว ต้ม ก๊ก ทานกระเพาะปลา

ในฉากนี้ต้องการยืนยัน แพรว ต้ม ก๊กทานกระเพาะปลา ดังนั้นจึงไม่อ้างอิงตำแหน่งอาสนะพระสงฆ์



ภาพที่ 5.5 แผนผังการถ่ายทำฉาก แพรว ต้ม ก๊ก ทานกระเพาะปลา

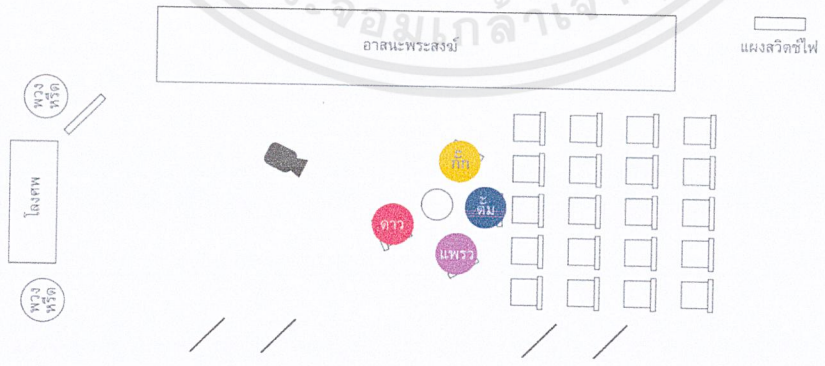
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.6 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉาก แพรว ต้ม ก๊ก ทานกระเพาะปลา

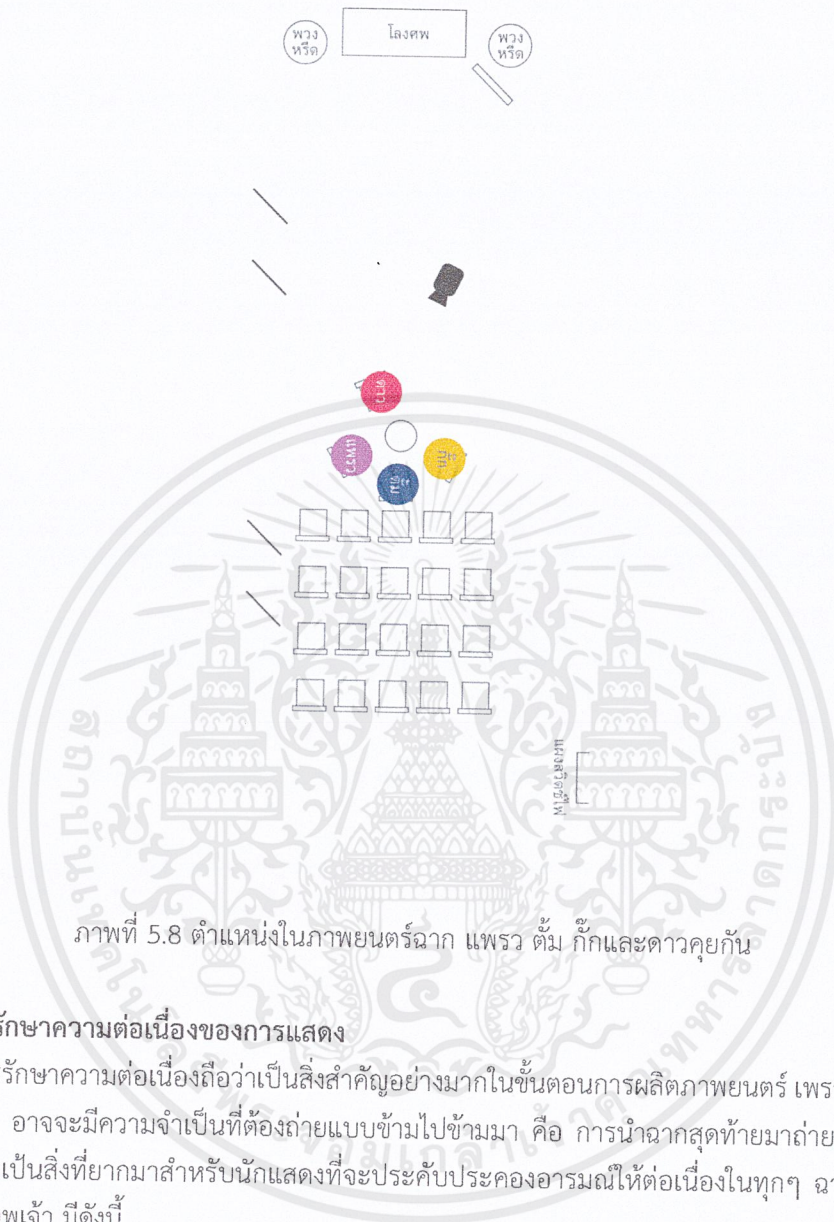
4. ฉาก แพรว ต้ม ก๊กและดาวคู่กัน

ในฉากนี้ต้องการยืนยัน แพรว ต้ม ก๊กและดาวคู่กัน ดังนั้นจึงไม่อ้างอิงตำแหน่งอาสนะพระสงฆ์



ภาพที่ 5.7 แผนผังการถ่ายทำฉาก แพรว ต้ม ก๊กและดาวคู่กัน

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 5.8 ตำแหน่งในภาพยนตร์ฉาก แพรว ต้ม ก๊กและดาวคู่ยกัน

5.3 การรักษาความต่อเนื่องของการแสดง

การรักษาความต่อเนื่องถือว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในขั้นตอนการผลิตภาพยนตร์ เพราะในการถ่ายทำนั้น อาจมีความจำเป็นที่ต้องถ่ายแบบข้ามไปข้ามมา คือ การนำฉากสุดท้ายมาถ่ายก่อนฉากเริ่มต้น ซึ่งเป็นสิ่งที่ยากมาสำหรับนักแสดงที่จะประคับประคองอารมณ์ให้ต่อเนื่องในทุกๆ ฉาก ซึ่งวิธีการของข้าพเจ้า มีดังนี้

1. ใช้บทภาพยนตร์ในการรักษาความต่อเนื่อง ซึ่งหมายความว่าบทภาพยนตร์นั้นถือเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยชี้นำสภาวะอารมณ์ได้ดีที่สุด เพราะทุกครั้งที่นักแสดงได้อ่านบทภาพยนตร์ นักแสดงจะสามารถตีความสภาวะอารมณ์และมีความเข้าใจตรงกับผู้กำกับ โดยทีมงาน นักแสดง ต้องใช้บทภาพยนตร์ร่างเดียวกันตลอดการถ่ายทำ

2. ในขณะที่ถ่ายทำข้อต่อปัจจุบัน ผู้กำกับควรจะนึกภาพข้อต่อก่อนหน้าและหลัง 2-3 ข้อต่อ เปรียบเสมือนการตัดต่อเพื่อนึกอารมณ์และความต่อเนื่องทางการแสดง

3. ในระหว่างที่กำลังถ่ายทำในแต่ละฉากนั้น จะมีฉากที่นักแสดงต้องใช้อารมณ์ในการแสดงสูงจนบางครั้งนักแสดงไม่อาจที่จะเล่นซ้ำหรือเล่นหลายครั้งได้ ในการเตรียมความพร้อมจึงจำเป็นต้องนัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

จังหวะทั้งที่มกล้อง ทีมไฟ นักแสดงหรือมีการซ้อมตำแหน่งล่วงหน้าไว้ก่อน และสิ่งที่สำคัญก่อนการเล่นจริง ควรให้นักแสดงทำสมาธิและซึมซับความรู้สึกได้มากที่สุด

5.4 การควบคุมและจัดการกับนักแสดง

นักแสดงสำหรับภาพยนตร์โฆษณาเรื่องนี้ ข้าพเจ้าคัดเลือกแต่นักแสดงอาชีพที่มีผลงานให้เห็นกันอยู่เป็นประจำ ดังนั้นนักแสดงจะมีความเป็นตัวของตัวเองสูง มีความมั่นใจในการแสดงและสามารถเล่นเอง นึกเองได้อย่างเป็นธรรมชาติ แต่การปล่อยให้นักแสดงเล่นเองนั้น อาจเกิดปัญหาในขั้นตอนการตัดต่อที่ไม่เป็นไปตามที่ข้าพเจ้าวางไว้ และบทสนทนาบางคำอาจจะเบี่ยงประเด็นของภาพยนตร์โฆษณาเรื่องนี้ไป ข้าพเจ้าจึงมีการจัดการ ดังนี้

1. ให้นักแสดงอ่านบทภาพยนตร์โฆษณามาอย่างละเอียด และจำบทพูดของตัวเองให้แม่นยำ โดยส่งบทให้นักแสดงอ่านล่วงหน้า 2-3 วัน ก่อนถ่ายทำจริง

2. ในหนึ่งฉาก มีนักแสดงที่อยู่ร่วมเฟรมกันมากที่สุดถึง 3 คน ซึ่งในชีวิตจริงนักแสดงทั้ง 3 คนนี้ เคยทำงานร่วมกัน ทำให้มีความสนิทสนมกันและสามารถตอบสนทนากันเองไปเรื่อยๆ ได้ แต่การปล่อยให้นักแสดงเล่นเองจะเป็นอุปสรรคต่อการตัดต่อและเบี่ยงประเด็นของสารที่เราต้องการส่งให้คนดู ข้าพเจ้าจึงแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วยการให้นักแสดงพูดตามบท ท่องให้เข้าปาก เพื่อที่จะได้เกิดความเป็นธรรมชาติในการแสดง

3. ในฉากที่ตัวละครดาว ต้องร้องไห้อย่างหนัก เป็นฉากที่ทำอารมณ์ยากที่สุดในเรื่อง เพราะบทพูดและอารมณ์นั้นไม่ได้ไปในทิศทางเดียวกัน โดยบทพูดจะเน้นเล่าเรื่องไปเรื่อยๆ แต่อารมณ์ของดาวนั้นต้องพร้อมที่จะโศกเศร้า จนเมื่อพูดจบต้องมีน้ำตาไหลออกมา ข้าพเจ้าจึงเก็บฉากนี้ไว้ถ่ายตอนสุดท้ายเพื่อให้นักแสดงบทร้องที่เหลือกลับได้ก่อน และเพื่อให้นักแสดงบทร้องมีสมาธิที่สุด และค่อยๆ เล่น สร้างอารมณ์จนร้องไห้ออกมาได้ในที่สุด

4. รู้ขีดจำกัดของนักแสดง ถึงแม้ว่าจะได้นักแสดงมืออาชีพมาร่วมแสดงด้วยหลายคน แต่นักแสดงทุกคนก็มีขีดจำกัดในการเล่น หากมีการขอถ่ายเพิ่มจนมากเกินไป อาจทำให้นักแสดงไม่อยากเล่นต่อ ส่งผลถึงบรรยากาศในกองถ่าย เมื่อเรารู้แล้วว่าจากการถ่ายและอธิบายไปทั้งหมด 4-5 ครั้งแต่นักแสดงยังเล่นได้เท่าเดิม ก็ต้องเปลี่ยนไปถ่ายฉากต่อไปทันที และฉากนั้นอาจจะใช้การแทรกภาพ เสียงหรือการตัดต่อเข้ามาช่วยแทน

5.5 Shooting Script

Shooting Script คือ เอกสารที่กำหนดการตัดต่อของภาพยนตร์โฆษณา ซึ่งเมื่อบทภาพยนตร์เสร็จสมบูรณ์ เราควรจะทำ Shooting Script ก่อนการถ่ายทำจริง เพื่อรู้การตัดต่อของภาพยนตร์โฆษณาในขั้นต้น และเพื่อช่วยต่อการสังคัล ปรับเปลี่ยนหรือเมื่อมีปัญหาการถ่ายทำเกิดขึ้นหน้ากอง หากเรายึดตาม Shooting Script จะทำให้เรารู้ว่าเราหวังผลในการถ่ายแต่ละฉากแค่ไหน ไม่เป็นการยึดเยื้อในการถ่ายทำ และง่ายต่อการระบวนการตัดต่อ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

Shooting Script

'The NCDs'

Sequence 1 ชีวิตอยู่บนความเสี่ยง

Scene 1

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

1. LS บรรยากาศศาลาการเปรียญด้านนอก มีผู้คนนั่งอยู่ข้างในฟังพระสวดมนต์

Super

'The NCDs'

CUT

2. MS พระสงฆ์กำลังสวดมนต์ โดยจับตาลปัตรบังใบหน้าไว้(เห็นพระสงฆ์สามรูป)

CUT

3. MS รูปที่ตั้งอยู่หน้าโลงศพ ปรางค์รูปของ 'มิก' ชายหนุ่มวัย 30 ปีที่เพิ่งเสียชีวิตด้วยโรคหัวใจ

CUT

4. MS 'ตัม แพรว' นั่งพนมมือไหว้พระ ฟังพระสวดมนต์เช่นเดียวกับแขกคนอื่นๆ

Super

'ชีวิตอยู่บนความเสี่ยง'

CUT

5. MS ตัมกระซิบคุยกับแพรว ตัม "แพรว ไอมิกซ์มันตายด้วยโรคหัวใจใช่ป่าววะ?"

CUT

6. MS แพรวมองหน้าตัมแล้วพยักหน้า

CUT

7. MS ตัมตอบกลับแพรว "กูไม่อยากจะเชื่อเลยวะ กูคิดว่าคนอย่างมันน่าจะตายเพราะชอบทำอะไรเสี่ยงๆ มากกว่า"

CUT

8. MS แพรวตอบตัมกลับ แพรว "เออ...กูคิดว่ามันจะตายตั้งแต่ตอนนั้นแล้ว ที่มันไปดำน้ำดูปลาฉลามแล้วเรือล่มอะ..."

CUT

9. ภาพเรือล่ม

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- INSERT
10. MS แพรวตอบต้อมกลับ แพรว “...แต่แม่่งเลือกซี้แตกอยู่โรงแรมเลยไม่ได้ไป”
- CUT
11. ภาพซึกโครก...สเด็ดส์ ‘ปะการังเหลวมมาก’
Super
‘ปะการังเหลวมมาก’
- INSERT
12. MS แพรวตอบต้อมกลับ แพรว “มึง...แล้วตอนนั้นอีก ที่มันจะไปปิ่นเขาที่
เชียงใหม่ แล้วรถทัวร์คว่าตายยกคัน!”
- CUT
13. MS ต้อมตอบกลับแพรว ต้อม “เฮีย! แล้วแม่่งรอดมาได้ไงวะ?”
- CUT
14. MS แพรวตอบต้อมกลับ แพรว “มันจำวันผิด เลยไม่ได้ไป”
- CUT
15. MS ต้อมตอบกลับแพรว ต้อม “โว้!”
- CUT
16. MS แพรวตอบต้อมกลับ แพรว “อย่างตอนนั้นอีก ที่มันไปถ่ายรูปกับพลเอก
ประ...”
- CUT
17. มิกซ์ถ่ายรูปกับคนหน้าคล้ายประยุทธ์
- INSERT
18. MS.Two shot ต้อมคุยกับแพรว ต้อม “พอแล้วมึง!...กูรู้แล้วว่าแม่่งชอบทำอะไร
เสี่ยงๆ แล้วมันตายได้ยังไงวะ?”
- CUT
19. MCU แพรวตอบกลับต้อม แพรว “มึงเห็นสเด็ดส์ล่าสุดของมันปะ? ที่มันตั้งว่า
‘ยังไม่ได้นอน~’
- CUT
20. สเด็ดส์มิกซ์บน Facebook ‘ยังไม่ได้นอน ตอนนี้ยังไม่ได้นอนเลยจะสิบโมงเช้า
มา 3 วัน~’

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

V.O.แพรว

“...หลังจากนั้นมันก็วูบคาคอมไปเลย...”

INSERT

Sequence 2 นักส่องเฟซ

Scene 2 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

21. MS ก็นั่งอยู่ข้างๆแพรว พนมมือไหว้และเล่นเกมไปพร้อมๆ กัน หันมากระซิบแพรวและพูดแทรกขึ้นมา

Super

‘นักส่องเฟซ’

ก๊ ก “เออ...บนเฟซไอ้มิกซ์อะ มีคนมาโพสต์ R.I.P โคตรเยอะเลย แต่กูสังเกตุรูปที่คนมาโพสต์อะ มีแต่รูปไปร้านเหล้ากับมัน”

CUT

22. ภาพถ่ายบน Facebook ที่เพื่อนๆ ไปร้านเหล้ากับมิกซ์ กอดคอกูแก้วกัน 5 ภาพ

INSERT

23. MCU ต้มชะเง้อคุยกับก๊ ต้ม “หรือมันตายเพราะกินเหล้าเยอะวะ?”

CUT

24. MCU แพรวยิ้มเจื่อน แพรว “ไม่น่าห rokok มึง...ไม่จั้นกูคงตามไปแล้ว 555”

CUT

25. ภาพถ่ายบน Facebook ที่เพื่อนๆ ไปร้านเหล้ากับมิกซ์ ขอบๆ รูปทุกรูปมีวงกลมสีแดงวงภาพแพรว ยืนอยู่ด้วยทั้ง 5 ภาพ

INSERT

26. MLS.Group shot หน้าตรง ต้มและมิกซ์มองมาที่แพรว แพรวมองซ้ายขวาแล้วรู้สึกผิดเจื่อนๆ แพรวพูดขึ้นมา แพรว “กูเห็นในเฟซไอ้มิกซ์...เวลาออกกอง...มันสูบบุหรี่จัดมากเลยนะ?”

CUT

27. ภาพถ่ายบน Facebook ของบุหรี่ที่ถูกขยำอยู่ในมือ สเตตัส ‘ยังไม่ถึงวันเลยจ้าหมดของแล้ว’

INSERT

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

28. MCU ต้มพูดสวนขึ้นมา ต้ม “แต่กูก็ออกกองบ่อยพอๆ กับมัน กูยังไม่เห็นเป็นไรเลย” เมื่อต้มพูดจบ ทั้งสามคนยกมือสาธุพร้อมกันกับแขกคนอื่นๆ(มีคณายกสวดจบ)

CUT

29. MS ต้มลุกขึ้น หันมาบอกแพรว ต้ม “กูไปสูบบุหรี่แปปน่ะ” ทันใดนั้น ไฟในวัดก็เกิดกระพริบขึ้นมา ต้มมองไปข้างบนหลอดไฟ

CUT

30. MCU.Two shot มุมกต แพรวและก๊กก็มองตาม

CUT

31. MS ต้มมองไฟข้างบนแล้วพูดออกมา ต้ม “งั้นเดี๋ยวกูไปเอากระเพาะปลามาให้” ต้มพูดจบแล้วเดินออกไป

CUT

Sequence 3 สะสมพฤติกรรมเสี่ยง

Scene 3 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

32. CU ภาพกระเพาะปลาร้อนๆ ควันขึ้นดูน้ำกิน แพรวปรงน้ำตาล แล้วใช้ช้อนคนให้เข้ากัน

Super

‘สะสมพฤติกรรมเสี่ยง’

CUT

33. MLS ทั้งสามคนนั่งล้อมวงกินข้าวต้มกัน ต้มและก๊กมองไปที่แพรว ต้ม “นี่มึงจะแตกหวานอะไรขนาดนั้น?” แพรวหยุดเติมน้ำตาล แล้วยิ้มเจื่อนให้ต้ม แพรว “แหม นิดหน่อยเองมึง 555” ทันทีที่แพรวพูดจบ ไฟในวัดก็กระพริบอีกครั้ง ทั้งสามคนมองไปข้างบนก่อนที่จะมองหน้ากันแล้วกินข้าวต้มต่อ แพรวกินข้าวต้ม ก่อนที่จะพูดไปกินไป

CUT

34. MCU แพรวพูด แพรว “มึงเชื่อไหม? มึงเห็นว่ากูเติมน้ำตาลโหดแล้ว ไอ้เซี่ยมิกซ์แหม้งโหดกว่ากูอีก”

CUT

35. MCU ต้มพูด ต้ม “ไอ้รูปนั่นที่มึงถ่ายลงเฟซอะนะ 555?”

CUT

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

36. ภาพถ่ายบน Facebook แพรว tag มิกซ์ ชามก้วยเตี๋ยวมิกซ์ ที่มีน้ำตาล น้ำปลา และพริกเยอะมาก

V.O.เสียงของแพรว

“แม่งแตกลงได้ไงก็ไม่รู้ แล้วมันกินแบบนี้มานานแล้วนะเว้ย”

INSERT

37. MCU ต้มพูดแทรกขึ้นมา ต้ม “กูเห็นในเฟซไอ้มิกซ์ ไร่ร้านปิ้งย่างบ่อยจิบหาย... กูเคยไปกินกับมันมาที โอโห! แดกเก่ง! แดกจนกระเพาะจะต้องร้องขอชีวิตอะ!”

CUT

38. ภาพถ่ายบน Facebook เตาร้านปิ้งย่าง...สเด็ดส์ ‘รางวัลชีวิต(อีกแล้ว555)’

INSERT

39. MS ทั้งสามคนหัวเราะพร้อมกัน ทันใดนั้นไฟก็กระพริบอีกครั้ง ทั้งสามคนหยุดหัวเราะและมองข้างบนพร้อมกัน

CUT

Scene 4 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

40. MCU ต้มพูดขึ้น ในขณะที่สายตายังมองเพดานข้างบนอยู่ ต้ม “มึงเริ่มรู้สึกว่ามันแปลกๆ ป่าววะ?”

CUT

41. MCU แพรวมองด้วยความหวาดระแวง เสียงก๊กแทรกขึ้น

CUT

42. MCU ก๊กมองเพดานข้างบนเช่นกัน ก๊ก “กว่าแปลก...”

CUT

43. MCU ต้มมองเพดานไปมา ต้ม “แปลกยังวะ?”

CUT

44. MCU ก๊กพูด ก๊ก “แปลกดี...กูสะสมไอ้เพิ่มมาตั้งเยอะ แม่งขายไม่ได้เลย!” ก๊กก้มหน้ามาดูที่โทรศัพท์อย่างรวดเร็ว กล้อง Tilt Down ตามอย่างรวดเร็วทันที ก๊กบ่นพึมพำ ต้มและแพรวมองหน้าก๊ก แล้วส่ายหน้าพร้อมกัน

CUT

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

45. MLS.Group shot ต้มพูดกับก๊ก ต้ม “โว้! มึงก็เหมือนกันเล่นแต่เกม แม่มึงก็มา ฟ้องกว่ามึงอะชอบนอนตึก ไม่ออกกำลังกายด้วย” ก๊ก “ม่ายย!...คนอย่างผมไม่มีนอนตึก ผม นอนเช้าอย่างเดียว 555”

CUT

46. MCU แพรวพูดกับก๊ก แพรว “ระวังเถอะมึง ถ้าปล่อยตัวเองแบบนี้ จะตายตาม ไอ้มิกซ์ไปอีกคน!” ทันใดนั้นไฟในวัดก็กระพริบอีกครั้ง แพรวมองไปข้างบน

CUT

47. MCU ต้มก็มองไปข้างบน ไฟกระพริบต่อเนื่อง

CUT

48. MCU แพรวพูดลอยๆ ออกมา แพรว “เรานินทาไอ้มิกซ์หนักไปป่าววะ?”

CUT

49. MCU ต้มพูด ต้ม “กว่าเมื่อก็มึงพูดแรงไปนะ?”

CUT

50. MCU ก๊ก “หรือว่าไอ้มิกซ์มันเอาจริง มันจะมาเอากูไปแล้วหรอ~” ก๊กพูดเสียง สั่น กลัวมิกซ์มาหลอก ไฟกระพริบต่อเนื่อง ก๊กค่อยๆ หันไปมองรูปที่หน้าโลงศพมิกซ์

CUT

51. MCU.Three shot ทั้งสามค่อยๆ หันไปมองรูปมิกซ์ ไฟกระพริบต่อเนื่อง

CUT

52. MCU to CU.Dolly in รูปมิกซ์จ้องมอง ไฟกระพริบต่อเนื่อง

CUT

53. CU ก๊กเริ่มพึมพำสวดมนต์ ไฟกระพริบต่อเนื่อง

CUT

54. CU ต้มสีหน้ากังวล(เหงื่อแตก) ไฟกระพริบต่อเนื่อง

CUT

55. CU แพรวบ่นพึมพำ(เหงื่อแตก) ไฟกระพริบต่อเนื่อง แพรว “กูขอโทษๆ ที่ นินทามึงนะ!”

CUT

56. CU รูปมิกซ์จ้องมอง ไฟกระพริบต่อเนื่อง จนไฟหยุดกระพริบ

CUT

57. CU แพรวมองไฟข้างบนไปมา แล้วถอนหายใจ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

CUT

58. MS ทั้งสามคนมองหน้ากันเล็กน้อย ทันใดนั้นไฟก็ดับลง! ทั้งสามคนร้องด้วยความตกใจ! เสียงคนถูกตี ‘เพี้ย!!!’ ดังขึ้น ไฟกลับมาสว่างปกติ ทั้งสามหยุดกรี๊ดและมีอาการหอบด้วยความตกใจมองไปมองมา เสียงป่าคนหนึ่งดังขึ้น ทั้งสามหันไปมอง

V.O.ป่า

“บอกก็ที่แล้วอย่าเล่นๆ!”

CUT

59. LS ป้ากำลังตีเด็กชาย ที่ไปยืนกดสวิสซ์ไฟเล่น ก่อนที่ป่าจะจูงออกไป

CUT

60. MLS ทั้งสามคนมองป่าที่เดินออกไป

CUT

61. CU แพรวหันกลับ กล้องแพนตามเร็วๆ ดาวจ้องหน้าแพรว แพรวตกใจมาก

CUT

Sequence 4 ฆ่าตัวตาย

Scene 5 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

62. MS ‘ดาว’ ทนึ่งสาวสวยมาดนางเอกยืมให้กับทุกคน

Super

‘ฆ่าตัวตาย’

ดาว “เฮ้ย! ตกใจอะไรกัน?”

CUT

63. MCU แพรวพูดกับดาว แพรว “ดาวมาตั้งแต่เมื่อไหร่ล่ะ?”

CUT

64. MCU ดาวพูด “พอดีไปต่างจังหวัดมาเลยมาซ่าไปหน่อย เมื่อกี้ได้ยินเสียงกรี๊ดด้วยเป็นอะไรกันหรือเปล่า?”

CUT

65. MLS ทั้งสามคนมองหน้ากัน ก่อนที่แพรวจะพูดกับดาว แพรว “พอดีนั่งคุยเรื่องไอ้มีกซ์อะแหละ สงสัยนิทานาเยอะไปหน่อย เลยคิดว่ามันจะมาหาซะแล้ว” ต้ม “ก็มึงไปนิทานามันเยอะ...อีแพรว”

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

CUT

66. MCU ดาวยิ้มมุมปากเล็กน้อย กล้องเตรียม Dolly In

V.O.ก๊าก

“มีงสองคนเลยนินทานั่นอะ”

V.O.แพรว

“พวกมีงก็นินทากับกูอะ”

V.O.ตัม

“กูแค่ถามเฉยๆว่ามันตายได้ไง”

V.O.ก๊าก

“กูนี้กว่าโดนแล้วแน่ๆเมื่อกี้อะ 555”

V.O.แพรว

“กูตกใจจริงเมื่อกี้อะ 555”

ในขณะที่ตัมกับก๊ากกำลังคุยกันดาวกำลังครุ่นคิดอะไรบางอย่าง กล้องค่อยๆ Dolly In เข้าไปที่หน้าของเธอ ดาวค่อยๆพูดออกมา เสียงทั้งสามคนหยุดคุย ดาว “กูเป็นคนปล่อยให้มันตายเองล่ะ”

V.O.แพรว

“ปล่อยให้มันตายอะไรมีง?...ไอ้มีงมันก็ตายของมันเอง...ไม่ใช่ความผิดมีงหรอก”

CUT

67. CU รูปของมีงที่ตั้งหน้าโลงศพ กล้องค่อย Dolly In

CUT

Scene 6 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

68. MCU ดาวจ้องไปที่รูปมีง Dolly in ต่อเนื่องจนจบ Scene

CUT

69. ภาพมุมเมอเรง มีงกำลังปิ้งหมูกระทะ แล้วคีบหมูเข้าปาก

V.O.ดาว

“กูเห็นว่ามันชอบไปกินหมูกระทะ...สัปดาห์ละสองสามครั้ง”

INSERT

70. ภาพมุมเมอเรง มีงคีบน้ำปลาใส่กองน้ำตาลที่อยู่ในชามถ้วยเตี้ยของเขา

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันปรุงอาหารรสจัดมาก...โดยเฉพาะน้ำตาลกับน้ำปลา”

INSERT

71. ภาพบูมเมอแรง มิกซ์ถือรองเท้าคูใหม่อวดโซเซียล

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันซื้อรองเท้าวิ่ง...แต่ไม่ได้เอามาใช้วิ่งเลยสักครั้ง”

INSERT

72. ภาพบูมเมอแรง มิกซ์กระดกแก้วเหล้าในร้านเหล้า

V.O.ดาว

“ก็ยังเห็นว่ามันไปกินเหล้าบ่อย...เวลาทำงาน”

INSERT

73. ภาพบูมเมอแรง มิกซ์ขยำซองบุหรี่ที่อยู่ในมือ

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันสูบบุหรี่วันละสองซอง...เพราะมันไม่รู้จะคุยกับใคร”

INSERT

74. ภาพบูมเมอแรง มิกซ์หน้าโทรม Selfie ตัวเอง นั่งผงกหัวไปมา

V.O.ดาว

“เห็นว่ามันไม่ค่อยได้พักผ่อน...ก็ไม่เคยบอกให้มันพักบ้าง”

INSERT

75. MS.Three shot ทั้งสามคนมองมองดาว แพรวพูดออกมา “กว่ามึงคิดมากไป
ป่าว ดาว?...ใครก็เห็นเหมือนกันมึง”

CUT

Sequence 5 เพิ่มการส่องเฟส ลดการเป็นNCDs

Scene 7 (ต่อเนื่อง)

ภายใน/ วัด-ศาลาการเปรียญ/ กลางคืน

76. MCU ดาวเงยหน้ามองทุกคน ดาว “แต่กูเห็น...กูเห็นพฤติกรรมแบบนี้มานาน...
ถ้ากูได้เตือนมันหน่อย...มันอาจจะยังไม่ตาย!” ดาวพูดจบก็ร้องให้ออกมา เธอก้มหน้าร้องไห้
เสียใจเพราะความรู้สึกผิด

CUT

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

77. MCU แพรวโม่เข้ากอดดาวและเอามือลูบหลังปลอบใจดาว

CUT

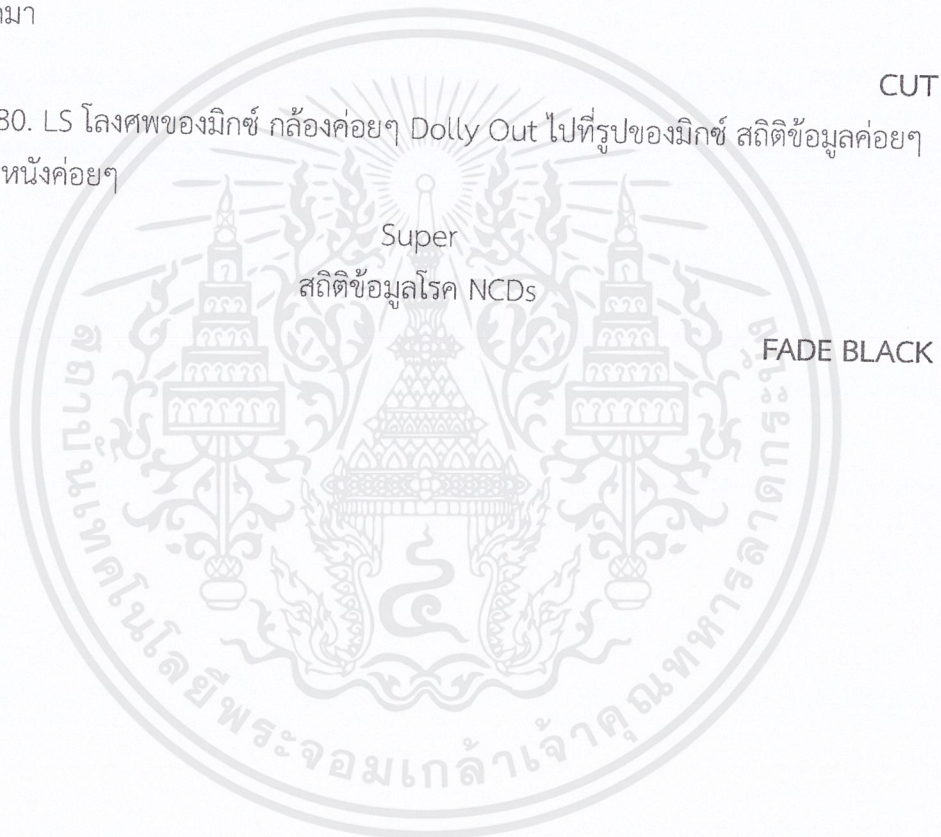
78. MCU.Two shot ต้มและก๊กที่นั่งคิดตามดาว เขามองหน้ากันและก๊วก็รู้สึกผิดเช่นกัน ทั้งคู่ช่วยแพรวปลอบใจดาว

CUT

79. CU แพรวกอดดาวอยู่ แพรวมองไปที่รูปของมิคซ์หน้าโรงศพ แพรว “พวกกูขอโทษที่เอาแต่ส่องเฟชมิงวะมิคซ์ ไม่เคยได้เตือนอะไรมึงเลย” แพรวพุดจบแพรวก็น้ำตาไหลออกมา

CUT

80. LS โรงศพของมิคซ์ กล้องค่อยๆ Dolly Out ไปที่รูปของมิคซ์ สถิติข้อมูลค่อยๆ ขึ้น ภาพหนึ่งค่อยๆ



บทที่ 6

ขั้นตอนหลังการถ่ายทำภาพยนตร์โฆษณา

6.1 การตัดต่อ

ถึงแม้จะเป็นภาพยนตร์โฆษณขนาดสั้น แต่ก็มีจำนวนทั้งหมดกว่า 100 ข้อต่อ ซึ่งต้องใช้จริง 80 ข้อต่อ ดังนั้นจึงต้องจัดการไฟล์ให้เป็นระเบียบ โดยขณะถ่ายทำต้องมีการขานสเลท จดจำนวนข้อต่อให้ตรงกับชื่อไฟล์ทั้งที่ใช้และไม่ใช้ เพื่อช่วยต่อการนำมาตัดต่อและหาไฟล์ในภายหลัง โดยมีการแยกไฟล์เดออร์ไว้ เช่น ไฟล์เดออร์ insert ไฟล์เดออร์ Footage โดยการตัดต่อทั้งหมดใช้โปรแกรม Adobe Premiere Pro CC 2018

6.2 การตัดต่อแบบหยาบ (Rough Cut)

การตัดต่อแบบหยาบของข้าพเจ้า ในเบื้องต้นข้าพเจ้าได้ตัดตามการเล่าเรื่องของบทภาพยนตร์ แต่อาจจะมีการตัดต่อภาพและเสียงเพื่อทดลองเทคนิคต่างๆ สิ่งที่สำคัญในการตัดต่อแบบหยาบ คือ การตรวจสอบความต่อเนื่องของแต่ละฉาก ได้ทดลองตัดข้อต่อบางข้อต่อให้ยาวขึ้นหรือสั้นลง โดยเมื่อพอตัดเสร็จทั้งเรื่องจะพอเห็นอารมณ์ของภาพยนตร์โฆษณาและเห็นภาพรวมของการเล่าเรื่อง ซึ่งในบางฉากอาจจะยังไม่สมบูรณ์มากนัก เช่น จังหวะยังไม่ลงตัว ไม่แน่ใจเรื่องการใช้เพลงประกอบ เป็นต้น

6.3 การตัดต่อแบบละเอียด (Fine Cut)

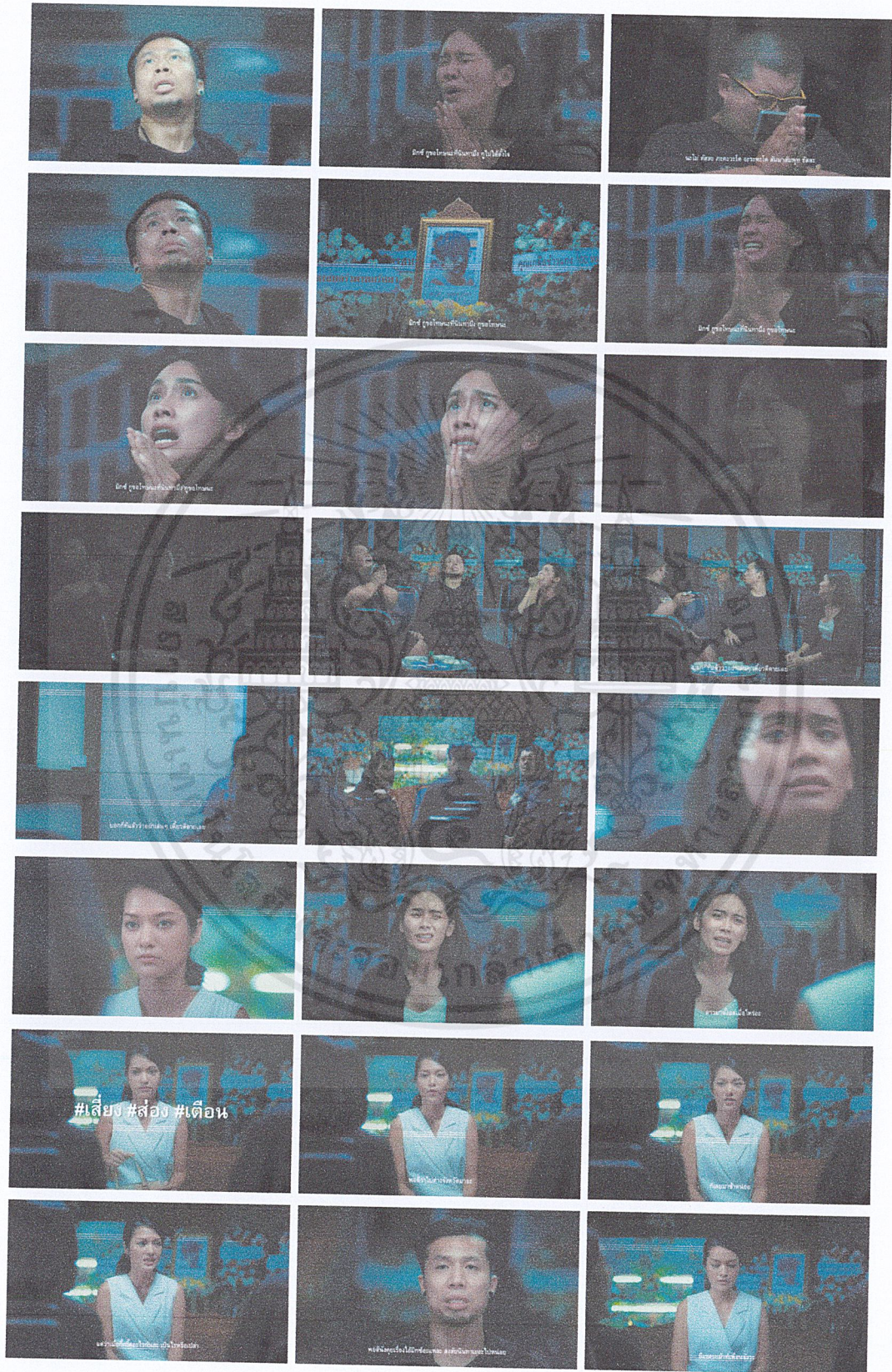
หลังจากที่ได้ทดลองตัดต่อแบบหยาบไปแล้ว ทำให้ข้าพเจ้าเห็นภาพรวมของภาพยนตร์โฆษณามากขึ้น หลังจากนั้นข้าพเจ้าจึงได้ทำการนั่งดูภาพยนตร์โฆษณานี้ใหม่อีกรอบ อย่างเป็นทางการมากกว่าผู้ทำ ทำให้ข้าพเจ้ารู้ถึงปัญหาของการตัดต่อว่าเร็วไปพอสมควร ดังนั้นข้าพเจ้าจึงยึดบางข้อต่อเพื่อให้เล่าเรื่องได้มากกว่านี้ ส่วนบางช่วงข้าพเจ้าเลือกที่จะเว้นช่วงไม่มีบทสนทนา เพื่อมาพักเบรกจากทั้งเรื่องที่เน้นแต่บทสนทนามากไป

ในแง่อารมณ์ของภาพยนตร์ ข้าพเจ้าทำให้ดูมีทิศทางของความรู้สึกมากขึ้น พยายามตัดต่อให้เรื่องดำเนินไปข้างหน้ามากกว่าอยู่กับที่ เพราะด้วยเวลาที่จำกัด ทำให้ข้าพเจ้าไม่สามารถเล่าแบบภาพยนตร์ยาวได้

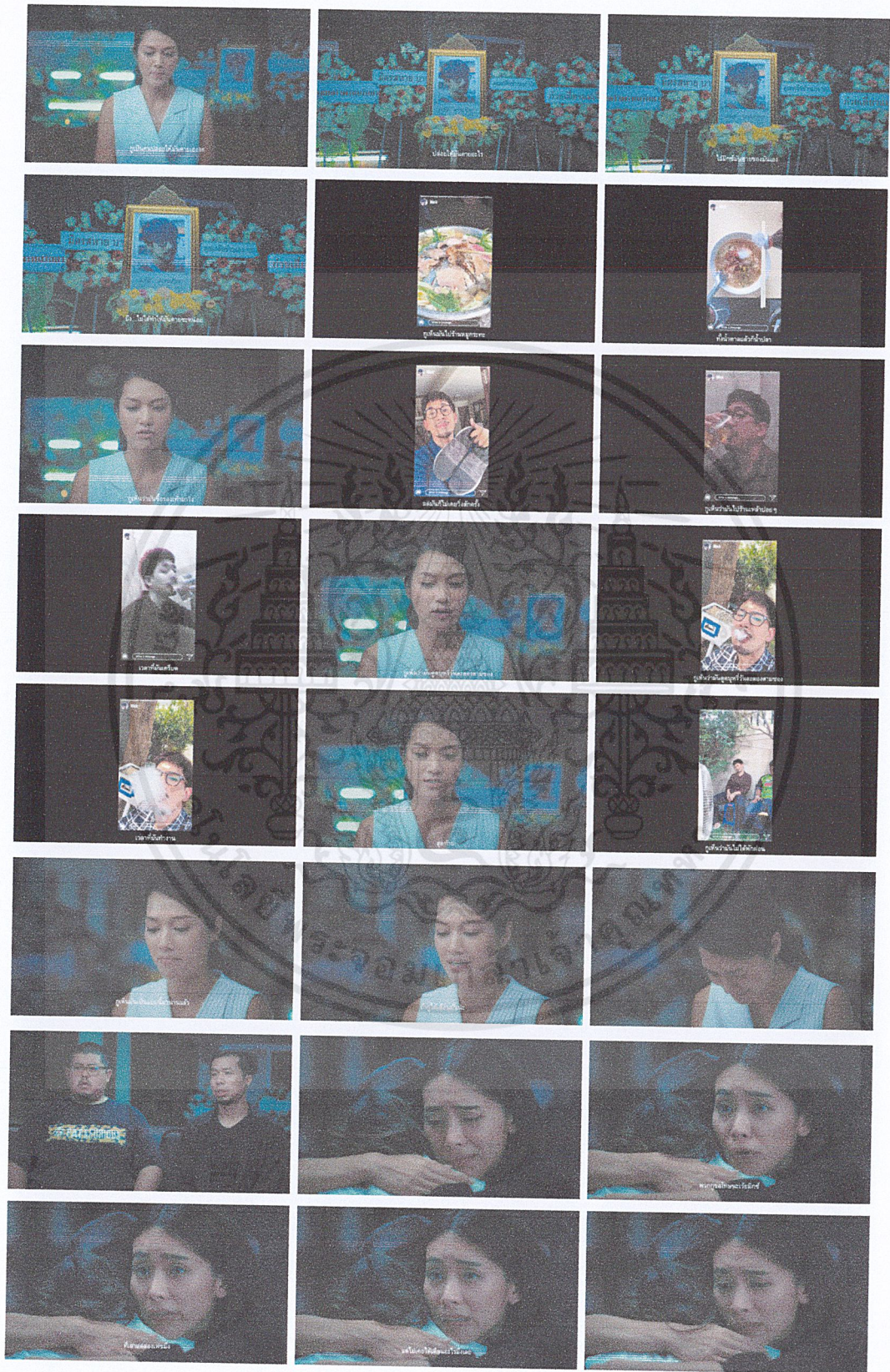
ในส่วนของเพลงและเสียงเอฟเฟกต์ ข้าพเจ้าได้วางทั้งสองอย่างๆ พอเหมาะสมพอควร และพอดีกับ การที่จะเล่าอารมณ์ความรู้สึกของคนดู



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



การโพสต์ Facebook
 ทำได้โดยการคลิกที่ปุ่มแชร์บนโพสต์ของคนที่ได้พิมพ์
 การช่วยเหลือบน Facebook
 เป็นอีกหนึ่งวิธีที่ง่ายและสะดวกในการโพสต์ NCDs ได้

เว็บไซต์ของกรมควบคุมโรค **เหมืองแร่ไทย - The NCDs**



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
 ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

6.4 การผสมเสียง

ขั้นตอนการผสมเสียง เกิดขึ้นหลังจากทำ Fine Cut เรียบร้อยแล้ว จึงนำไปส่งให้คนผสมเสียงทำงานต่อ ซึ่งวิธีการเตรียมไฟล์ คือ Export ไฟล์ภาพและเสียงแยกกันไป โดยที่ไฟล์ภาพอาจจะไม่ต้องเน้นคุณภาพความชัดมาก แต่สิ่งสำคัญ คือ ไฟล์เสียง ให้ Export เป็น Track แยกไป แล้วส่งไฟล์ไปผสมเสียง หลังจากนั้นเขาจะส่งเป็นไฟล์เสียงของภาพยนตร์ทั้งเรื่องกลับมา แล้วเราจึงนำมาวางให้ตรงกับ Footage ของภาพยนตร์เรา

2.1 เสียงพูดของตัวละคร ในภาพยนตร์เรื่องนี้มีการอัดเสียงสนทนาที่มีคุณภาพค่อนข้างดี เนื่องจากก่อนการถ่ายทำ มีการวางแผนสำหรับอุปกรณ์ที่ใช้ในการถ่ายเป็นอย่างดี โดยการแก้เสียงบทสนทนาจะเน้นไปในเรื่องการทำให้ระดับความดังสม่ำเสมอของเสียงเท่ากันทั้งเรื่อง

2.2 เสียงบรรยากาศ เนื่องจากการบันทึกเสียงบทสนทนาคุณภาพค่อนข้างดี ทำให้การบันทึกเสียงบรรยากาศนั้นดีตามไปด้วย ซึ่งการแก้ไขส่วนใหญ่จะเน้นแก้เรื่องของเสียงก้องและระดับความดังสม่ำเสมอของเสียง

6.5 การปรับสี

ขั้นตอนการปรับสี ข้าพเจ้าส่งต่อให้ฝ่ายปรับสีทำ ซึ่งใช้โปรแกรม Davinci Resolve เป็นโปรแกรมสำหรับวิดีโอโดยเฉพาะ ในส่วนของการผสมเสียงและปรับสี สามารถทำได้พร้อมๆ กัน ซึ่งการส่งไฟล์สำหรับการปรับสีนั้น จะเน้นที่คุณภาพไฟล์ของภาพเป็นหลัก กระบวนการนี้ยังไม่ต้องรอให้เสียงเสร็จสมบูรณ์ก็ได้ จากนั้นทำการคุยกับคนปรับสีว่าต้องการให้ภาพยนตร์มีสีไปในโทนไหน ให้ความรู้สึกอะไร และสิ่งสำคัญคือ ข้าพเจ้าจะดูที่สีผิวของวัตถุ และสีผิวของมนุษย์มากที่สุด หากสีผิวไม่ขาว สีผิวซีดหรือเหลืองเกินไป ข้าพเจ้าจะเร่งให้ปรับแก้ทันที

โดยภาพยนตร์โฆษณาเรื่องนี้มีทิศทางไปในแนวสยองขวัญ จึงต้องการให้มีโทนสีเป็นสีเขียวอมน้ำเงิน มีความหม่น แต่ยังคงสีผิวของคนและสีผิวของวัตถุไว้มิให้เพี้ยนจากสีจริง



ภาพที่ 6.1 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 1

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้



ภาพที่ 6.2 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 2



ภาพที่ 6.3 ก่อนและหลังปรับสี ภาพที่ 3

6.6 เพลงประกอบภาพยนตร์โฆษณา

ในเพลงประกอบของภาพยนตร์ ข้าพเจ้าได้ศึกษาจากภาพยนตร์สองขวัญ เพื่อให้อ่านว่าควรใช้เพลงประกอบที่ฟังดูน่ากลัวในระดับไหน ซึ่งภาพยนตร์โฆษณาของข้าพเจ้า จะไม่ได้มีน่ากลัวขนาดนี้เป็นเสียงกรีดร้องหรือเสียงดนตรีไทย แต่เน้นเสียงที่ทำให้ตกใจและสงสัยมากกว่า ส่วนเพลงในพาร์ทหลังของภาพยนตร์โฆษณา จะเป็นเพลงช้าที่ใช้เครื่องดนตรีจีนเดียว เพื่อทำให้ไม่หนักหูและรู้สึกผ่อนคลายจากช่วงแรกมากขึ้น

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

บทที่ 7

บทสรุปและข้อเสนอแนะ

7.1 บทสรุปจากการทำงาน

โฆษณาณรงค์และสื่อสิ่งพิมพ์ชุดนี้ ข้าพเจ้าตั้งใจว่าอยากจะทำสื่อทั้งออนไลน์และออฟไลน์ให้ได้ครบถ้วนที่สุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อเป็นการทึ่งทวนและสรุปองค์ความรู้ที่มีทั้งหมดจากการเรียน การทำงาน การช่วยเหลือเพื่อนหรือประสบการณ์ทั้งหมดที่ได้มาในระหว่างที่กำลังศึกษาอยู่นี้ ให้มาอยู่ในศิลปนิพนธ์ชิ้นนี้ได้อย่างลงตัว และไม่รู้สึกรอคอยใจตอนหลัง หากไม่ได้ทำลงไป

สำหรับสื่อสิ่งพิมพ์ ข้าพเจ้าได้ลองออกแบบกราฟิกในหลายๆ แบบ ที่ไม่เคยทำมาก่อน ทั้งการกล้าวาง Lay out การกล้าใช้สีหลายๆ สีในงานเดียว และอีกสิ่งหนึ่งที่ข้าพเจ้าถนัด คือ การเขียนคำโฆษณา เพื่อให้ดึงดูดความสนใจของคน ข้าพเจ้าก็ได้ใช้ความถนัดนี้ลงไปในงานสื่อสิ่งพิมพ์แล้ว ส่วนความไม่ถนัดในอีกหลายๆ ด้านนั้น ข้าพเจ้าก็ได้ลองทำทุกอย่าง เช่น การออกแบบภาพประกอบ การถ่ายภาพบุคคล การออกแบบโปสเตอร์ขนาดใหญ่ เป็นต้น

สำหรับภาพยนตร์โฆษณา เป็นการเรียนรู้ที่ใหม่มากสำหรับข้าพเจ้า เพราะตลอด 4 ปีที่ผ่านมา ข้าพเจ้าศึกษาแต่การออกแบบกราฟิก ได้แต่อาศัยจดจำวิธีการทำงานของกองเพื่อน กองรุ่นพี่ กองรุ่นน้อง ที่ได้ไปช่วยเหลือมาเท่านั้น แต่ภาพยนตร์โฆษณาก็ยังเป็นสิ่งที่ข้าพเจ้าคิดเสมอว่ามาอยากทำสักครั้ง อยากมีหนึ่งเป็นของตัวเองสักครั้ง และถ้าไม่ได้ทำในศิลปนิพนธ์นี้ ข้าพเจ้าก็ไม่มั่นใจว่าจะมีโอกาสอีกเมื่อไหร่ ภายในเวลา 2 เดือน ก่อนการถ่ายทำจริง ข้าพเจ้าเริ่มเรียนรู้ตั้งแต่กระบวนการเขียนบทภาพยนตร์ การเขียนเรื่องย่อ การเขียนโครงเรื่องขยาย การติดต่อบุคคลมากกว่า 20 คน การหาสถานที่ถ่ายทำ การคุยกับนักแสดง การรวบรวมทีมงาน การคุยและปรึกษากับทีมงาน ที่สำคัญที่สุด การทำงานเป็นทีมเวิร์ค โดยตลอด 4 ปีที่ผ่านมา ข้าพเจ้ามักจะจบงานกราฟิกด้วยตัวคนเดียวแต่ในครั้งนี้ มันสอนให้ข้าพเจ้ารู้จักแบ่งงานให้ดี วางแผนให้รอบคอบ เพราะนอกจากเราที่จะต้องทำงานแล้วยังมีอีกหลายๆ ฝ่ายที่รอเราทำงานอยู่ ถึงแม้ว่าใครจะบอกว่าข้าพเจ้าใช้เงินเยอะในการทำภาพยนตร์โฆษณาชิ้นนี้ แต่ข้าพเจ้าเชื่อมั่นคือการศึกษาราคาที่สมเหตุสมผลที่คนพูดไม่มีวันรู้ นอกจากคุณจะลองทำ

7.2 ข้อเสนอแนะ

จดจำความรู้สึกแรกที่ยอยากทำศิลปนิพนธ์เรื่องนี้มาตั้งแต่ต้น เพื่อมาเป็นแรงผลักดันในวันที่ท้อ

บรรณานุกรม

ประกายกาวิล ศรีจินดา. (2550). กลยุทธ์การสร้างสรรค้โฆษณา. เอกสารประกอบการสอน สาขาวิชาการโฆษณา คณะนิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต.

ธีรพันธ์ โล่ห์ทองคำ. (2540). “สร้างสรรค์งานโฆษณาอย่างไร จึงจะเข้าข่าย Big Idea” ใน เอกสารประกอบการสัมมนาวิชาการเรื่อง ทิศทางการตลาดไทยปี 2000 กรุงเทพฯ : คณะวิทยาการจัดการ สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.

สุพัตรา ศรีวิเศษขจร. (2560). สถานการณ์การป่วยและการตายด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคเบาหวานชนิดที่ 2 และโรคหัวใจและหลอดเลือด) ในประเทศไทย ในระยะ 5 ปี (2553-2557). วารสารควบคุมโรค, 43(4), 379-389.

Arphawan Sopontammarak. (2557). โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง “ผล” ของพฤติกรรมการใช้ชีวิต. สืบค้นเมื่อ 22 มกราคม, 2562, จาก ชื่อเว็บไซต์: <https://www.thaihealth.or.th/Content/24176-โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง%20“ผล”%20ของพฤติกรรมการใช้ชีวิต.html>

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหาและต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

