



การศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตด้านความสุข  
กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

Study on Factors of Slow tourism to Increase the Quality of Life In Terms of Happiness  
of Group of Thai Elderly Tourists in Sam Chuk District, Suphanburi Province

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ (1) เพื่อศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี (2) เพื่อศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข ของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี กลุ่มตัวอย่างได้แก่ นักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไป เครื่องมือที่ใช้ แบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการวิเคราะห์ สถิติที่ใช้วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ One-way ANOVA ใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบเชิงพหุ ในการวัดปัจจัยที่มีอิทธิพล ทั้งนี้ สมมติฐานจะทำการทดสอบสมมติฐานนัยสำคัญ 0.05 ปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุขของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยทำการวิเคราะห์และทดสอบ ตามคำถามที่กำหนดไว้ การท่องเที่ยวแบบเนิบช้าที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี หรือไม่ ปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข ซึ่งมีตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตด้านความสุข โดยเรียงลำดับจากอิทธิพลมากไปน้อย ดังนี้ Slow Food รองลงมา Slow Activity, Slow Stay, Slow Accommodation, Slow Life, Slow Energy, Slow Place/City, Slow Logistic อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ส่วน Slow Money และ Slow Development ไม่มีอิทธิพล

**คำสำคัญ:** การท่องเที่ยวแบบเนิบช้า, คุณภาพชีวิตด้านความสุข



### Abstract

The objectives of this research are (1) to study the behavior of Thai elderly tourists in Sam Chuk district, Suphanburi province and (2) to study the factors of slow tourism influencing the quality of life in terms of happiness of Thai elderly tourists in Sam Chuk district, Suphanburi province. The sample groups include: Thai tourists aged 50 years and over and the tools used in the study are questionnaires. The obtained data was analysis from questionnaires using statistical packages for analysis. Statistics used to analyze quantitative data include frequency, percentage, mean, standard deviation, and One-way ANOVA to test for multiple relationships and to measure influential factors. The hypothesis will be tested for the significance of 0.05. Factors of slow tourism influencing quality of life in terms of happiness of Thai elderly tourists in Sam Chuk district, Suphanburi province by analyzing and testing according to the questions set out as follows: Whether or not Slow tourism influencing the quality of life in terms of happiness of the group of Thai elderly tourists in Sam Chuk district, Suphanburi province and the factor of slow tourism influences the quality of life in terms of happiness. The dependent variable was quality of life in terms of happiness ordered from most to least influence as follows: Slow Food, followed by Slow Activity, Slow Stay, Slow Accommodation, Slow Life, Slow Energy, Slow Place/City, Slow Logistic with statistical significance of 0.05, while Slow Money and Slow Development do not have any influence.

**Keywords:** Slow tourism, Quality of life in terms of happiness

## ความเป็นมาของปัญหา

การท่องเที่ยวในประเทศไทยมีความก้าวหน้าขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้เกิดรายได้หมุนเวียนในประเทศเป็นจำนวนมาก ซึ่งส่งผลดีต่อเศรษฐกิจโดยรวมของประเทศ ปัจจัยสำคัญที่ทำให้การท่องเที่ยวในประเทศเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว ประกอบด้วย การส่งเสริมการท่องเที่ยวของภาครัฐ โดยรัฐบาลมีนโยบายส่งเสริมและพัฒนากิจการดำเนินงานด้านการตลาดเชิงรุก ด้วยการหาตลาดใหม่และตลาดเฉพาะกลุ่ม เพื่อเร่งดึงดูดให้นักท่องเที่ยวได้เดินทางท่องเที่ยวมากขึ้นด้วยการนำเสนอแหล่งท่องเที่ยวที่มีความสวยงาม แตกต่าง และน่าสนใจ ซึ่งรูปแบบการตลาดแบบเฉพาะกลุ่มนี้ทำให้ผู้วิจัยได้ทำการศึกษา แหล่งท่องเที่ยวที่มีศักยภาพและความเป็นไปได้ในการส่งเสริมให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวและกิจกรรมทางการท่องเที่ยวที่เจาะเฉพาะกลุ่มนักท่องเที่ยวแบบความสนใจพิเศษ ซึ่งผู้วิจัยได้ประเมินศักยภาพแหล่งท่องเที่ยวในเบื้องต้นแล้วพบว่า จังหวัดสุพรรณบุรี สามารถตอบโจทย์ความต้องการของการท่องเที่ยวแบบความสนใจพิเศษ ซึ่งได้แก่รูปแบบการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Tourism) โดยบริบทของพื้นที่ที่เอื้อต่อการจัดการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าของพื้นที่โดยสังเขปมีดังนี้

จังหวัดสุพรรณบุรี มีเนื้อที่ประมาณ 5,358.8 ตารางกิโลเมตร อยู่ห่างจากกรุงเทพมหานคร ตามเส้นทางหลวง หมายเลข 340 ประมาณ 107 กิโลเมตร มีแม่น้ำที่สำคัญ คือ แม่น้ำท่าจีน แบ่งเขตการปกครองออกเป็น 10 อำเภอ ซึ่งได้แก่ อำเภอเมืองสุพรรณบุรี, อำเภอสองพี่น้อง, อำเภออู่ทอง, อำเภอเดิมบางนางบวช, อำเภอด่านช้าง, อำเภอสามชุก, อำเภอบางปลาม้า, อำเภอดอนเจดีย์, อำเภอศรีประจันต์ และอำเภอหนองหญ้าไซ สถานที่ท่องเที่ยวของจังหวัดสุพรรณบุรีนั้น มีทั้งสถานที่ที่เป็นธรรมชาติ ศิลปวัฒนธรรม และวิถีชีวิต

จากแนวโน้มของรูปแบบการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Tourism) ประกอบกับกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่กำลังเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างต่อเนื่องนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตด้านความสุข กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี และมุ่งเน้นไปยังกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มีพฤติกรรมทางการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับรูปแบบการท่องเที่ยวดังกล่าว โดยจุดมุ่งหมายของการศึกษานี้ จะเป็นการศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี
2. เพื่อศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Tourism) ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข ของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี

## วิธีดำเนินการวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทยที่เดินทางมาท่องเที่ยวยังแหล่งท่องเที่ยวในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยผู้วิจัยใช้สูตรคำนวณของ Taro Yamane โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการสุ่มตัวอย่างโดยไม่ใช้หลักความน่าจะเป็นในการสุ่มตัวอย่าง (Nonprobability Sampling) โดยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดกลุ่มตัวอย่างเฉพาะกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวไทยที่มีอายุตั้งแต่ 50 ปีขึ้นไปเท่านั้น และทำการเก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยวชาวไทย จำนวน 400 ตัวอย่าง

2. การสร้างและพัฒนาคุณภาพเครื่องมือ

แบบสอบถาม (Questionnaire) สำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ซึ่งแบบสอบถามที่สร้างขึ้นนั้นได้แบ่งออกเป็น 5 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับข้อมูลตามลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยมีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด ประกอบด้วย ข้อคำถาม 3 ข้อได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา

ส่วนที่ 2 พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวสูงอายุที่มีต่อรูปแบบการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยมีลักษณะเป็นคำถามปลายปิด ประกอบด้วยข้อคำถาม 6 ข้อได้แก่ ใช้เวลาว่างเดินทางท่องเที่ยวในช่วงเวลาใด แหล่งท่องเที่ยวประเภทไหนที่นิยมเดินทางไปพักผ่อน ความถี่ในการเดินทางในแต่ละครั้ง ปัจจัยที่ทำให้ตัดสินใจเดินทางท่องเที่ยว เคยมาท่องเที่ยวที่จังหวัดสุพรรณบุรีมาแล้วกี่ครั้ง และบุคคลที่เดินทางมาด้วย

ส่วนที่ 3 เป็นระดับความคิดเห็น/ความสนใจ ที่มีต่อรูปแบบของกิจกรรมทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าและกิจกรรมที่นักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทยให้ความสนใจที่จะเข้าร่วมภายใต้แนวคิด 10 Slow โดยลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนโดยใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert's Scale) 5 ระดับ คือ ระดับความน่าสนใจของกิจกรรมและรูปแบบทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในระดับมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ส่วนที่ 4 เป็นระดับความสุข ความสุข 8 ประการ ซึ่งประกอบด้วย Happy Body, Happy Heart, Happy Relax, Happy Brain, Happy Soul, Happy Money, Happy Family, Happy Society โดยลักษณะคำถามเป็นแบบมาตราส่วนโดยใช้มาตรวัดแบบลิเคิร์ตสเกล (Likert's Scale) 5 ระดับ คือ ระดับความสุขของกิจกรรมและรูปแบบทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในระดับมากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ส่วนที่ 5 ข้อเสนอแนะอื่นๆ ลักษณะเป็นคำถามปลายเปิด (Open ended question) โดยให้เขียนบรรยาย

### 3. การเก็บและรวบรวมข้อมูล

3.1 การเก็บรวบรวมข้อมูลทุติยภูมิ (Secondary Data) ได้จากการรวบรวม ค้นคว้า ศึกษาจากเอกสาร หนังสือ วารสาร และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมทางการท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับบริบทชุมชนในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี เพื่อเสนอเป็นเส้นทางการท่องเที่ยวแบบ Slow Tourism ให้กับกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุต่อไป

3.2 การเก็บรวบรวมข้อมูลปฐมภูมิ (Primary Data) โดยใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

การวิจัยเชิงสำรวจ ได้จากจากแบบสอบถามที่ใช้ในการสอบถามข้อมูลของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ที่เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยผู้วิจัยจะทำการรวบรวมแบบสอบถามที่ได้แบบวันต่อวัน เพื่อดูความถูกต้อง ความสมบูรณ์ และความเป็นเอกภาพของข้อมูล ก่อนนำไปวิเคราะห์

### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

แบบสอบถามใช้การวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

4.1 สำหรับแบบสอบถามใช้การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับคำถามแบบปิด (Close ended question) ใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติในการวิเคราะห์ โดยข้อมูลตามลักษณะประชากรศาสตร์ใช้การวิเคราะห์เชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) โดยใช้ค่าความถี่ (Frequency) ร้อยละ (Percentage) ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และนำเสนอด้วยสถิติเชิงบรรยาย ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ใช้ t-test และ One-way ANOVA (F-test) เพื่อวิเคราะห์ความแตกต่างลักษณะส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และวัตถุประสงค์ในการเดินทาง ที่แตกต่างกัน มีผลต่อระดับความคิดเห็นต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าที่ต่างกัน หากค่าความแปรปรวนไม่เท่ากันใช้ Welch Statistic หากค่าความแปรปรวนเท่ากันใช้ One-way ANOVA ใช้สถิติทดสอบหาความสัมพันธ์แบบเชิงพหุ (Multiple Regression- Analysis) ในการวัดปัจจัยที่มีอิทธิพล ทั้งนี้สมมติฐานจะทำการทดสอบสมมติฐานนัยสำคัญ 0.05

4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลสำหรับคำถามแบบเปิด (Open ended question) ผู้วิจัยจะใช้วิธีการวิเคราะห์ด้วยเนื้อหา (Contents Analysis) โดยจับเนื้อหาที่มีประเด็นคล้ายคลึงกันมาอยู่ในกลุ่มเดียวกันเพื่อการสรุปผลการวิจัย

## อภิปรายผล

การนำเสนอสรุปผลการวิจัย ผู้วิจัยขอแสดงผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์แต่ละข้อดังต่อไปนี้

**วัตถุประสงค์ข้อที่ 1** เพื่อศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี ผลการศึกษาพฤติกรรมของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย จำนวน 400 คน ที่เดินทางมาท่องเที่ยวในสถานที่ท่องเที่ยวในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี



**ส่วนที่ 1** ข้อมูลส่วนบุคคลของนักท่องเที่ยว ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 297 คน คิดเป็นร้อยละ 74.25 และเป็นเพศชายจำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 25.75 ส่วนใหญ่ มีอายุ 50-59 ปี จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 49.50 รองลงมา มีอายุ 60-69 ปี จำนวน 188 คน คิดเป็นร้อยละ 47.00 และ 70-79 ปี จำนวน 9 คน คิดเป็นร้อยละ 2.25 และน้อยที่สุด 80 ปีขึ้นไป จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 1.25 ส่วนใหญ่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 195 คน คิดเป็นร้อยละ 48.75 รองลงมา มีการศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 24.25 และมัธยมศึกษา จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 17.00 และน้อยที่สุด สูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00

**ส่วนที่ 2** ข้อมูลพฤติกรรมการเดินทางท่องเที่ยว ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ใช้ช่วงเวลาว่างในการเดินทางท่องเที่ยว ในวันหยุดสุดสัปดาห์ มากที่สุด เป็นจำนวน 239 คน คิดเป็นร้อยละ 59.75 รองลงมา เป็นวันหยุดนักขัตฤกษ์ 103 คน คิดเป็นร้อยละ 25.75 และน้อยสุดตามเทศกาลต่างๆ จำนวน 58 คน คิดเป็นร้อยละ 14.50 ส่วนใหญ่แหล่งท่องเที่ยวที่นิยมเดินทางไปพักผ่อนมากที่สุด คือ แหล่งท่องเที่ยวชุมชน/วิถีชีวิต จำนวน 203 คน คิดเป็นร้อยละ 50.75 รองลงมา แหล่งท่องเที่ยวตามธรรมชาติ จำนวน 119 คน คิดเป็นร้อยละ 29.75 แหล่งท่องเที่ยวประวัติศาสตร์ จำนวน 50 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 และน้อยที่สุดแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศ จำนวน 28 คน คิดเป็นร้อยละ 7.00 ส่วนใหญ่ใช้ระยะเวลาในการเดินทางท่องเที่ยว 3 วัน มากที่สุด จำนวน 258 คน คิดเป็นร้อยละ 64.50 รองลงมา มากกว่า 3 วัน จำนวน 135 คน คิดเป็นร้อยละ 33.75 และน้อยที่สุด 1 วัน จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 1.75 ส่วนใหญ่ ปัจจัยที่ทำให้ตัดสินใจเดินทางท่องเที่ยว มากที่สุด คือ แหล่งท่องเที่ยว/ทรัพยากรทางการท่องเที่ยว จำนวน 247 คน คิดเป็นร้อยละ 61.75 รองลงมา การคมนาคมขนส่งที่สะดวกต่อการเข้าถึง จำนวน 98 คน คิดเป็นร้อยละ 24.50 และน้อยที่สุดระยะเวลาในการเดินทางสะดวกและรวดเร็ว จำนวน 55 คน คิดเป็นร้อยละ 13.75 ส่วนใหญ่ มีความถี่ในการเดินทางท่องเที่ยวที่อำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี มากที่สุด 1-3 ครั้ง จำนวน 157 คน คิดเป็นร้อยละ 39.25 รองลงมา 4-6 ครั้ง จำนวน 138 คน คิดเป็นร้อยละ 34.50 และน้อยที่สุด มากกว่า 7 ครั้งขึ้นไป จำนวน 105 คน คิดเป็นร้อยละ 26.25 ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมการเดินทางมากับญาติหรือคนในครอบครัว จำนวน 258 คน คิดเป็นร้อยละ 64.50 รองลงมา คือ เดินทางมากับเพื่อน จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 25.50 และน้อยที่สุดคือ เดินทางมาคนเดียว จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 10.00

**ส่วนที่ 3** ข้อมูลความคิดเห็นและระดับความสนใจของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุที่มีต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี ผู้ตอบแบบสอบถามมีความสนใจต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยแยกเป็นรายด้าน พบว่า

ด้านกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Activity) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจกิจกรรมท่องเที่ยวในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี มีให้เลือกหลากหลาย อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.45 รองลงมาคือ กิจกรรมภายในแหล่งท่องเที่ยว มีความเหมาะสมกับเวลาเปิด-ปิดให้บริการ และ กิจกรรมแหล่งท่องเที่ยวมีความเหมาะสมกับสถานที่ท่องเที่ยว มีค่าเฉลี่ยเท่ากัน คือ 4.21

ด้านการเดินทางแบบเนิบช้า (Slow Logistic) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจมีช่องทางการเข้าถึงแหล่งท่องเที่ยวเพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้สูงอายุ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.56 รองลงมา คือ การเดินทางเชื่อมโยงในแหล่งท่องเที่ยว มีความสะดวก มีค่าเฉลี่ย 4.25 และน้อยที่สุดการเดินทางมีความปลอดภัยและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม มีค่าเฉลี่ย 4.18

ด้านอาหารสำหรับการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Food) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจอาหารในท้องถิ่น มีความสะอาดปลอดภัย ถูกหลักอนามัยอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.64 รองลงมาคืออาหารมีรสชาติอร่อยเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุ มีความสนใจอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.56 และน้อยที่สุดคืออาหารเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม โดยปราศจากมลพิษ มีความสนใจในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.14

ด้านการพักแบบเนิบช้า (Slow Stay) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจในการพักแบบเนิบช้าโดยการให้ที่พักแรม มีกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เหมาะสมกับท้องถิ่น อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.05 รองลงมาคือต้องการพักค้างแรมในพื้นที่ยาวนานขึ้น มีความสนใจอยู่ในระดับปานกลาง มีค่าเฉลี่ย 3.40

ด้านสถานที่ท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Place/City) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจแหล่งท่องเที่ยวแต่ละแหล่งท่องเที่ยวมีความปลอดภัยต่อทรัพย์สิน อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.34 รองลงมาคือ แหล่งท่องเที่ยวมีความสงบ

ปราศจากมลพิษ และเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม มีความสนใจอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.25 และน้อยที่สุดคือแหล่งท่องเที่ยวแต่ละแหล่งท่องเที่ยวมีความเหมาะสมกับที่ตั้งทำเลและสิ่งอำนวยความสะดวกไว้ให้บริการ มีความสนใจในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.92

ด้านการใช้จ่ายแบบเนิบช้า (Slow Money) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจมีความคุ้มค่ากับเงินที่ใช้จ่ายในการเที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวและที่พักแรม อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.41 รองลงมาคือ มีราคาพิเศษให้กับผู้สูงอายุ มีความสนใจอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.31

ด้านการพัฒนาของแหล่งท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Development) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีป้ายบอกแสดงอธิบายสิ่งสำคัญของแต่ละแหล่งท่องเที่ยวที่ชัดเจนมีความสนใจ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.39 รองลงมาคือ มีความสนใจในการแจกแผ่นพับ แผนที่ และข้อมูลในการท่องเที่ยวที่ชัดเจน อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 3.97

ด้านที่พักสำหรับการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Accommodation) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจสถานที่พักมีความสงบรู้สึกผ่อนคลาย อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.21 รองลงมาคือ สถานที่พักมีความปลอดภัย กับ สิ่งแวดล้อมบริเวณรอบที่พักเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม มีความสนใจอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.98 และน้อยที่สุดคือ สถานที่พักมีสิ่งอำนวยความสะดวกทางกายภาพให้กับผู้สูงอายุ มีค่าเฉลี่ย 3.07

ด้านการใช้ชีวิตแบบเนิบช้า (Slow Life) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจใช้ชีวิตอยู่กับแหล่งท่องเที่ยวแบบค่อยเป็นค่อยไป อย่างมีการรับรู้และประสบการณ์ อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.48 รองลงมาคือ สามารถเข้าถึงแก่นของการท่องเที่ยวได้อย่างลึกซึ้ง มีความสนใจอยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.46 และน้อยที่สุดคือ การเดินทางท่องเที่ยวเป็นไปอย่างมิตรไมตรีกับคนในท้องถิ่น มีความสนใจในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.82

ด้านการใช้พลังงานแบบเนิบช้า (Slow Energy) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีความสนใจการท่องเที่ยวที่ส่งผลกระทบต่อทรัพยากรการท่องเที่ยวน้อยที่สุด อยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 4.04 รองลงมาคือ มีการส่งเสริมกิจกรรมประหยัดพลังงานในท้องถิ่น มีความสนใจอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ย 3.95

ค่าเฉลี่ยรายด้านของระดับความน่าสนใจในกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ส่วนใหญ่มีความสนใจในด้านอาหารสำหรับการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Food) อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.42 รองลงมาคือด้านการใช้จ่ายแบบเนิบช้า (Slow Money) อยู่ในระดับมากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.40 และด้านการเดินทางแบบเนิบช้า (Slow Logistic) อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.35

การเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามปัจจัยส่วนบุคคล นักท่องเที่ยวที่มี เพศ อายุ ระดับการศึกษา ที่แตกต่างกัน การท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามอายุ เป็นรายคู่ นักท่องเที่ยวที่มีอายุ 60-69 ปี มีความคิดเห็นต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี แตกต่างกับนักท่องเที่ยวที่มีอายุ 70-79 ปี และ 80 ปีขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

การเปรียบเทียบความคิดเห็นของนักท่องเที่ยวต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี จำแนกตามระดับการศึกษา เป็นรายคู่ นักท่องเที่ยวที่มีการศึกษาระดับประถมศึกษา มีความคิดเห็นต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี แตกต่างกับ นักท่องเที่ยวที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา ปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี และนักท่องเที่ยวที่มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษา มีความคิดเห็นต่อการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรีแตกต่างกับ นักท่องเที่ยวที่มีการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**ส่วนที่ 4 ข้อมูลความสุข 8 ประการ ระดับความสุขของนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ผู้ตอบแบบสอบถามมีความสุขโดยแยกเป็นรายด้านพบว่า**

ด้าน Happy Body (สุขภาพดี) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มากที่สุด คือ การมีจิตใจที่เข้มแข็ง และสุขภาพจิตที่ดี มีค่าเฉลี่ย 4.45 รองลงมา คือ การมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง มีค่าเฉลี่ย 4.21





ด้าน Happy Heart (น้ำใจงาม) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มากที่สุด คือ มีน้ำใจไม่ตรีต่อเพื่อนมนุษย์ มีค่าเฉลี่ย 4.21 รองลงมา คือ การเป็นผู้ให้ ช่วยเหลือสังคม มีค่าเฉลี่ย 4.04

ด้าน Happy Relax (การผ่อนคลาย) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มากที่สุด คือ การท่องเที่ยวช่วยให้ผ่อนคลาย มีค่าเฉลี่ย 4.41 รองลงมา คือ การนั่งสมาธิ ทำบุญ ปฏิบัติธรรม มีค่าเฉลี่ย 4.40

ด้าน Happy Brain (การหาความรู้) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มาก คือ การศึกษาหาความรู้เพิ่มเติม มีค่าเฉลี่ย 4.13 รองลงมา คือ การเข้ารับการฝึกอบรม มีค่าเฉลี่ย 3.92 ตามลำดับ

ด้าน Happy Soul (คุณธรรม) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มาก คือ เป็นคนดี มีค่าเฉลี่ย 4.16 รองลงมา คือ ซื่อสัตย์ สุจริต มีค่าเฉลี่ย 4.08

ด้าน Happy Money (ใช้เงินเป็น) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มาก คือ ยึดหลักคำสอนแบบเศรษฐกิจพอเพียง มีค่าเฉลี่ย 4.18 รองลงมา คือ ประหยัด รู้จักใช้เงิน มีค่าเฉลี่ย 4.09

ด้าน Happy Family (ครอบครัวที่ดี) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มากที่สุด คือ มีครอบครัวอบอุ่น มั่นคง มีค่าเฉลี่ย 4.28 รองลงมา คือ ความเชื่อมั่นและความศรัทธา มีค่าเฉลี่ย 4.15

ด้าน Happy Society (สังคมดี) พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข มาก คือ มีความรักเอื้อเฟื้อต่อทุกคน มีค่าเฉลี่ย 3.95 รองลงมา คือ ความปรองดอง สามัคคีกัน มีค่าเฉลี่ย 3.82

ค่าเฉลี่ยรายด้านของระดับความสุข ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข ด้าน Happy Relax มากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.45 รองลงมาด้าน Happy Money ค่าเฉลี่ย 4.40 และระดับความสุข น้อยที่สุด คือ ด้าน Happy Society ค่าเฉลี่ย 4.18

**วัตถุประสงค์ข้อที่ 2** เพื่อศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (Slow Tourism) ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุขของกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี โดยทำการวิเคราะห์และทดสอบ ตามคำถามที่กำหนดไว้ การท่องเที่ยวแบบเนิบช้า ที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี หรือไม่ ปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าที่มีอิทธิพลต่อคุณภาพชีวิตด้านความสุข ซึ่งมีตัวแปรตาม คือ คุณภาพชีวิตด้านความสุข โดยเรียงลำดับจากอิทธิพลมากไปน้อยดังนี้ Slow Food รองลงมา Slow Activity, Slow Stay, Slow Accommodation, Slow Life, Slow Energy, Slow Place/City, Slow Logistic อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ 0.05 ส่วน Slow Money และ Slow Development ไม่มีอิทธิพล

## สรุปผลการวิจัย

การศึกษาเรื่อง “การศึกษาปัจจัยการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าเพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตด้านความสุข กลุ่มนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุชาวไทย ในเขตอำเภอสามชุก จังหวัดสุพรรณบุรี” มีความสนใจในด้านอาหารสำหรับการท่องเที่ยวเนิบช้า (Slow Food) อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.42 รองลงมาคือด้านการใช้จ่ายแบบเนิบช้า (Slow Money) อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.40 และด้านการเดินทางแบบเนิบช้า (Slow Logistic) อยู่ในระดับ มากที่สุด มีค่าเฉลี่ย 4.35 สอดคล้องกับชลดรงค์ ทองสง (2558) ได้กล่าวถึงแนวคิดในการพัฒนา Slow Tourism ในประเทศไทยว่าควรเกิดขึ้นภายใต้แนวคิด 10 ประการ (10 Slow : 10S) ประกอบด้วย 1) Slow Activity คือ การประกอบกิจกรรมการท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวแต่ละแห่งที่ยาวนานขึ้น เน้นการพักผ่อนหย่อนใจท่ามกลางธรรมชาติหรือวัฒนธรรม 2) Slow Logistic คือ การเดินทางที่ไม่เร่งรีบจนเกินไป มีความปลอดภัยและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อมจากการเดินทาง 3) Slow Food คือ การปรุงแต่งอาหารที่ประณีต ใช้วัตถุดิบสด สะอาดและปลอดภัย 4) Slow Stay คือ การพักค้างแรมในแหล่งท่องเที่ยวที่ยาวนานขึ้นและมีการประกอบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เหมาะสมกับท้องถิ่น 5) Slow Place/City คือ สถานที่ท่องเที่ยวที่เป็นชุมชนหรือเมืองขนาดเล็กที่มีความสงบและปราศจากมลพิษ 6) Slow Money คือ การใช้จ่ายที่สมควรจ่าย ไม่เอารัดเอาเปรียบซึ่งกันและกันของผู้ประกอบการและนักท่องเที่ยว 7) Slow Development คือ การพัฒนาขนาดเล็กเพื่อการรองรับการท่องเที่ยว 8) Slow Accommodation คือ สถานที่พักแรมที่มีความสงบ สะอาด ปลอดภัยและมีการจัดการด้านสิ่งแวดล้อมที่ดี 9) Slow Life คือ การท่องเที่ยวท่ามกลางความสงบในธรรมชาติและวิถีความเป็นชนบท 10) Slow Energy คือ การประกอบกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ประหยัดพลังงานซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง การประเมินศักยภาพ

ของแหล่งท่องเที่ยวแบบ Slow Tourism ในภาคเหนือตอนบนที่เหมาะสมกับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ ซึ่งได้กล่าวถึงลักษณะของการท่องเที่ยวแบบ Slow Tourism ว่าเป็นการท่องเที่ยวไปอย่างช้า ๆ ไม่เร่งรีบ เน้นการสัมผัสและคุณภาพ วางแผนการท่องเที่ยวไว้อย่างคร่าว ๆ และให้ความสำคัญกับกิจกรรมระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว (สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, 2554) อิทธิพลด้านความสุขผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีระดับความสุข ด้าน Happy Relax มากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.45 รองลงมาด้าน Happy Money ค่าเฉลี่ย 4.40 และระดับความสุข น้อยที่สุด คือ ด้าน Happy Society ค่าเฉลี่ย 4.18 สอดคล้องกับ แนวคิดในการสร้างองค์กรแห่งความสุข ทำให้เกิดความสุข 8 ประการ (Happy 8) ในการจัดสมดุลชีวิตมนุษย์เพื่อให้เกิดความสมดุลของชีวิตในทางงานและการใช้ชีวิตโดยมองความสุข 3 ส่วนประกอบกันคือ ความสุขของตัวเอง ความสุขของครอบครัว และความสุขขององค์กรและสังคม โดยความสุขทั้ง 3 ส่วนนี้มีรายละเอียดดังนี้คือ

1. สุขภาพดี (Happy Body) คือการมีสุขภาพกายและใจที่แข็งแรง เกิดจากการรู้จักใช้ชีวิต รู้จักกิน รู้จักนอน ชีวิตมีสุข
  2. น้ำใจงาม (Happy Heart) คือการมีน้ำใจเอื้ออาทรต่อกันรู้จักแบ่งปันอย่างเหมาะสม รู้จักบทบาทของแต่ละคนตั้งแต่เจ้านาย ลูกน้อง พ่อแม่ และสิ่งต่างๆที่เข้ามาในชีวิต
  3. การผ่อนคลาย (Happy Relax) คือการรู้จักผ่อนคลายต่อสิ่งต่างๆในการดำเนินชีวิต
  4. การหาความรู้ (Happy Brain) คือ การศึกษาหาความรู้เพื่อพัฒนาตนเอง และนำไปสู่การเป็นมืออาชีพ เพื่อให้เกิดความก้าวหน้าและมั่นคงในการทำงาน และพร้อมที่จะเป็นครูที่สอนคนอื่น
  5. คุณธรรม (Happy Soul) คือการมี หิริ โอตตัปปะ หมายถึงการละอายและเกรงกลัวต่อการกระทำที่ไม่ดีของตนเอง ซึ่งเป็นคุณธรรมเบื้องต้นของการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม ในการทำงานเป็นทีม
  6. ใช้เงินเป็น (Happy Money) คือความสามารถในการจัดการรายรับและรายจ่ายตนเองและครอบครัวได้ รวมถึงการรู้จักการทำบัญชีครัวเรือน
  7. ครอบครัวที่ดี (Happy Family) คือการมีครอบครัวที่อบอุ่นและมั่นคง เพราะครอบครัวเป็นภูมิคุ้มกันและเป็นกำลังใจที่ดีในการที่จะเผชิญกับอนาคตหรืออุปสรรคต่างๆ
  8. สังคมดี (Happy Society) คือการมีความรัก ความสามัคคีเอื้อเฟื้อต่อสังคมที่ตนเองทำงานและสังคมที่พักอาศัย
- แนวคิดดังกล่าว เป็นแนวคิดในการสร้างองค์กรแห่งความสุข ซึ่งสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) พิจารณาเห็นว่า “คน” เป็นทรัพยากรที่สำคัญ และ “ความสุข” คือ สิ่ง que ทุกคนปรารถนา ดังนั้น ความสุข 8 ประการ หรือ Happy 8 จึงเป็นแนวคิดที่ต้องการจัดสมดุลของการใช้ชีวิตในโลกส่วนตัว โลกครอบครัว และโลกทางสังคมของคนนั่นเอง

### ข้อเสนอแนะ

1. ผลการวิจัยในครั้งนี้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ได้เป็นอย่างดีในอำเภอสามชูก จังหวัดสุพรรณบุรี รวมถึงจังหวัดอื่น ๆ สามารถนำกิจกรรมทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าไปนำเสนอเป็นทางเลือกให้แก่นักท่องเที่ยว และสามารถสร้างความหลากหลายในรูปแบบการท่องเที่ยวจากเดิมได้มากยิ่งขึ้น
2. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สามารถนำผลที่ได้การวิจัยครั้งนี้ไปเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าในพื้นที่อื่นๆ เพื่อประชาสัมพันธ์ให้เกิดกิจกรรมทางการท่องเที่ยวแบบเนิบช้าในแหล่งท่องเที่ยวอื่น ๆ ได้ต่อไป

### เอกสารอ้างอิง

- คณะกรรมการท่องเที่ยวและอุตสาหกรรมบริการ. (ม.ป.ป). **การท่องเที่ยวแบบเนิบช้า (SLOW TOURISM)**. < <https://tourism.utcc.ac.th>> (สืบค้นเมื่อ 3 มกราคม).
- คนเดินทาง. (2561). **สุพรรณบุรี**. <<https://www.konderntang.com>> (สืบค้นเมื่อ 10 มกราคม).
- ชลตรงค์ ทองสง. (2558). แนวคิดการพัฒนา Slow tourism ในประเทศไทย. **วิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา**. 12(2), 1-12.





ทิพย์วิมล งามรุ่ง และคณะ. (2557). สรรสาระองค์กรแห่งความสุข เล่ม 2: เรื่องดีๆ ของความสุขในองค์กร. กรุงเทพฯ: พี.เอ. ลีฟวิ่ง.  
สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. (2555). การจัดการแหล่งท่องเที่ยวแบบ Slow Tourism สำหรับนักท่องเที่ยวผู้สูงอายุ  
ในภาคเหนือตอนบน. วารสารวิทยาลัยบัณฑิตศึกษาการจัดการ มหาวิทยาลัยขอนแก่น. 5(1), 85-100.