

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญ

ปัจจุบันวิถีชีวิตของคนไทยเปลี่ยนแปลงไป คือ มีความเร่งรีบเพิ่มขึ้นจากการทำงาน เวลาทุกนาทีมีค่ามหาศาล ส่งผลต่อการทำกิจกรรมต่างๆในชีวิต เช่น การบริโภคอาหารก็มีอาหารสำหรับไมโครเวฟ อาหารปรุงสำเร็จซึ่งประหยัดเวลา การพักผ่อนรวมถึงการดูแลสุขภาพของตนก็มีเวลาน้อยลงมาจากความเร่งรีบดังกล่าวก่อให้เกิดความเครียดเพิ่มมากขึ้น สิ่งที่มาพร้อมกับโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ เช่น โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคอ้วน และโรคมะเร็ง เป็นต้น

องค์การอนามัยโลกระบุว่า ประชากรของโลกเสียชีวิตจากโรคที่เกิดจากการไม่ออกกำลังกายมากถึงปีละเกือบ 30 ล้านคน มากที่สุดได้แก่ โรคหัวใจ รองลงมาคือ โรคมะเร็ง เบาหวาน จากการวิเคราะห์สถิติการตายในรอบ 6 ปีมานี้พบว่า คนไทยตายจากโรคหลอดเลือดสมองแตก ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจและหลอดเลือด เบาหวาน และมะเร็งลำไส้ใหญ่เพิ่มขึ้นถึง 3 เท่าตัว คิดเฉลี่ยวันละ 120 คน หรือชั่วโมงละ 5 คน หรือทุกๆ 12 นาที จะตายจากกลุ่มโรคนี้ 1 คน ต้นเหตุของโรคเหล่านี้ ร้อยละ 90 มาจากพฤติกรรมสำคัญคือ กินอาหารที่มีรสเค็ม มีไขมันมาก มีความเครียดสะสมสูง และไม่ออกกำลังกาย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ, 2549)

จากการวิเคราะห์สถิติการเสียชีวิตของคนไทยล่าสุดในปี 2547 เฉพาะ 3 โรคได้แก่ เบาหวาน โรคหัวใจ โรคเส้นเลือดสมองแตก รวม 43,698 คน พบว่าโรคเหล่านี้มักเกิดขึ้นกับคนในจังหวัดใหญ่ๆ โดยมีคนเสียชีวิตจากโรคเบาหวาน 7,665 คน เกิดมากที่สุดที่ จ.ขอนแก่น 538 คน รองลงมาคือกรุงเทพฯ 472 คน เสียชีวิตจากโรคหัวใจ 16,766 คน มากที่สุดที่คือกรุงเทพฯ 2,873 คน รองลงมาคือนครราชสีมา 608 คน และเชียงใหม่ 568 คน และเสียชีวิตจากโรคหลอดเลือดสมองแตก 19,265 คน มากที่สุดที่คือกรุงเทพฯ 2,483 คน รองลงมาคือนครราชสีมา 979 คน และนครสวรรค์ 681 คน ตามลำดับ(สำนักงานกองทุนสนับสนุนเสริมสร้างสุขภาพ, 2549) ล่าสุดในปี 2548 แสดงข้อมูลได้ดังตารางที่ 1.1

ตารางที่ 1.1 จำนวน และอัตราตายต่อประชากร 100,000 คน จำแนกตามสาเหตุที่สำคัญ และเพศ พ.ศ. 2548

สาเหตุการตาย	จำนวน		
	ชาย	หญิง	รวม
โรคหัวใจ	9,795	7,744	17,539
อุบัติเหตุ และการเป็นพิษ	28,214	7,604	35,818
มะเร็งทุกชนิด	29,543	21,079	50,622
ความดันเลือดสูง และ โรคหลอดเลือดในสมอง	10,497	7,674	18,171
การบาดเจ็บจากการฆ่าตัวตาย ถูกฆ่าตายและอื่น ๆ	5,994	1,348	7,342
โรคเกี่ยวกับตับ และตับอ่อน	6,365	2,696	9,061
ปอดอักเสบและโรคอื่น ๆ ของปอด	8,182	5,764	13,946
ไตอักเสบ กลุ่มอาการของไตพิการ และไตพิการ	6,162	6,429	12,591
วัณโรคทุกชนิด	3,939	1,595	5,534
ไข้เลือดออก	60	67	127
อื่น ๆ	116,871	107,752	224,623
รวม	225,622	169,752	395,374

ที่มา : สำนักงานปลัดสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข

ประโยชน์ของการออกกำลังกายมีมากมาย คือ ทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง ระบบและอวัยวะส่วนต่าง ๆ ทั้งภายในและภายนอกร่างกายทำงานได้อย่างเป็นปกติ มีประสิทธิภาพ และเกิดความสัมพันธ์กันอย่างดีไม่ว่าจะเป็นระบบหัวใจ ระบบการหายใจ ระบบกล้ามเนื้อ ข้อต่อและกระดูก รวมทั้งทำให้รูปร่างทรวดทรงดี มีบุคลิกภาพที่ดี มีอิริยาบถสง่างาม อีกทั้งยังมีสุขภาพจิตที่ดีด้วย เช่น มีอารมณ์แจ่มใส ร่าเริง เบิกบาน เป็นต้น นอกจากนี้ การออกกำลังกายยังมีผลต่อครอบครัว คือ การออกกำลังกายทำให้สมาชิกในครอบครัวมีร่างกายและจิตใจแข็งแรง ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เบียดเบียน สามารถดำเนินชีวิตประจำวันได้เป็นปกติ เช่น สามารถศึกษาเล่าเรียน ได้อย่างเต็มที่ ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถประหยัดค่าใช้จ่ายจากค่ารักษาพยาบาลสมาชิก ในครอบครัว หรือบุคคลที่ร่วมออกกำลังกายด้วยกันมีความใกล้ชิดกัน เกิดมิตรภาพที่ดี ดังนั้นหากทุกคนในครอบครัวออกกำลังกายแล้ว ย่อมมีผลดีต่อประเทศชาติและส่วนรวม คือประเทศมีพลเมืองที่มีสุขภาพดีทั้งร่างกายและจิตใจ

กรมอนามัยเล็งเห็นความสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน จึงได้กำหนดเป้าหมายการพัฒนาคุณภาพชีวิตประชาชนเกี่ยวกับการออกกำลังกายไว้คือ การส่งเสริมให้ประชาชนอายุ 6 ปีขึ้นไป ออกกำลังกายสะสมวันละ 30 นาที ไม่น้อยกว่า 3 วันต่อสัปดาห์ ไม่น่ากว่าร้อยละ 55 ของจำนวนประชากร โดยเน้นหนักในกลุ่มวัยเรียนซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่มีการพัฒนาทางร่างกายและสมองเพื่อจะได้เป็นกำลังที่สำคัญของประเทศชาติต่อไป(พูนศิริ ฤทธิรอน ,2548) อีกทั้งรัฐบาลในชุดปัจจุบันยังได้จัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 10 เป็นแผนยุทธศาสตร์ที่จัดทำขึ้นเพื่อชี้นำทิศทางการพัฒนาสุขภาพในช่วงแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 10 พ.ศ. 2550-2554 โดยมีเป้าหมายสำคัญคือการพัฒนาสุขภาพของคนไทยไปสู่ระบบสุขภาพพอเพียงซึ่งสอดคล้องกับปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง อันเป็นแนวทางที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดชทรงมีพระราชดำรัสชี้แนะแก่พสกนิกรชาวไทย (คณะกรรมการจัดทำแผนพัฒนาสุขภาพแห่งชาติ ฉบับที่ 9, 2549)

จากความสำคัญของการออกกำลังกายดังกล่าวทำให้สถานออกกำลังกายมีบทบาทสำคัญ เพราะจะเป็นสถานที่รองรับการทำกิจกรรมต่างๆ ในการออกกำลังกาย โดยสถานออกกำลังกายสามารถจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ ได้แก่ สถานออกกำลังกายสาธารณะ เป็นสถานออกกำลังกายที่หน่วยงานต่างๆ จัดไว้ให้สมาชิกของหน่วยงานและประชาชนทั่วไปใช้บริการ ได้แก่ สวนสุขภาพ สวนสาธารณะ และสนามกีฬากลางแจ้ง และอีกลักษณะหนึ่งคือ สถานออกกำลังกายที่ดำเนินงานโดยเอกชน ที่เรียกว่า สपोर्टคลับ (Sport club) หรือฟิตเนส (Fitness center) ซึ่งเป็นสถานออกกำลังกายแบบครบวงจร มีบริการหลากหลายให้สมาชิกเลือกใช้ เช่น ห้องออกกำลังกาย ห้องนวดแผนโบราณ ห้องพักผ่อน ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส สนามแบดมินตัน สนุกเกอร์ เป็นต้น (กรรณิการ์ โพธิ์, 2539)

ขณะเดียวกันผู้บริโภคในเมืองก็มีพฤติกรรม และความต้องการในการออกกำลังกายที่เปลี่ยนแปลงไปโดยให้ความสนใจกับสปอร์ตคลับ (Sport club) หรือฟิตเนส (Fitness center) เป็นส่วนใหญ่ เพราะสะดวก ใกล้ที่ทำงาน และอีกหลายเหตุผลแตกต่างกันออกไป (นำชัย เดิมศิริเกียรติ, 2537)

จากการสำรวจจำนวนสถานออกกำลังกายที่ดำเนินงานโดยเอกชนเฉพาะในเขตอำเภอเมืองจังหวัดเชียงใหม่พบว่า มีจำนวนมากถึง 20 แห่ง ได้แก่ อาร์ทิส บิวตี้ แอนด์ เดย์สปา , เดอะ เฟลต-ดินัม ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , เชียงใหม่สปอร์ตคลับ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , สุริวงส์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , เวียงคำ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , ฮิลล์ไซด์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , ศูนย์กีฬาล้านนา (ลานนา) , สपोर्टคลับ เชียงใหม่ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , เชียงใหม่ฮิลล์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , บริษัทเชียงใหม่ออร์คิด ฟิตเนส เซ็นเตอร์ จำกัด , เอ็มเพรส ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , เพาเวอร์เฮาส์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ , ชิน ยู คอมเพ็กซ์ แม็ค-

เคน เรสเปบิลิตีชั่น เซ็นเตอร์ , โรงพยาบาลรวมแพทย์ เชียงใหม่ , ชวน่า เฮลท์ แอนด์ ฟิตเนส, แคลิฟอร์เนียว้าว ฟิตเนส,ฟิตเนส(ไทยแลนด์),บอดีแอนด์มายด์ฟิตเนส และยิมนาทาคลับ(ไทยแลนด์ เบลโล่เพจเจส, 2550) ซึ่งจากจำนวนของสถานออกกำลังกายดังกล่าวแสดงให้เห็นถึงอุปทานของสถานออกกำลังกายเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ว่ามีเป็นจำนวนมากเพียงใด

ดังนั้นการทราบถึงพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีต่อสถานออกกำลังกายเอกชน และปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลต่ออุปสงค์การใช้บริการสถานออกกำลังกายของผู้บริโภค เพื่อที่จะเป็นประโยชน์ต่อธุรกิจสถานออกกำลังกายในการตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคและเป็นข้อมูลสำหรับตัดสินใจในการประกอบธุรกิจสถานออกกำลังกายอย่างเหมาะสมต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์ในการศึกษา

- (1) เพื่อศึกษาลักษณะทั่วไปของผู้บริโภคที่ใช้บริการสถานออกกำลังกายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เช่น เพศ ระดับอายุ ระดับรายได้ เป็นต้น
- (2) เพื่อศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคที่ใช้บริการสถานออกกำลังกายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ เช่น อุปนิสัยในการออกกำลังกาย ชนิดของกีฬาที่ชื่นชอบ ระยะเวลาที่ใช้ในการออกกำลังกาย ช่วงเวลาในการออกกำลังกาย เป็นต้น
- (3) เพื่อศึกษาว่ามีปัจจัยใดบ้างที่มีอิทธิพลต่ออุปสงค์การใช้บริการสถานออกกำลังกายในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

1.3 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- (1) เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ประกอบการธุรกิจสถานออกกำลังกายจัดสินค้าและบริการให้ตรงความต้องการของผู้บริโภค
- (2) เพื่อเป็นข้อมูลให้นักลงทุนตัดสินใจในการลงทุน
- (3) เพื่อนำข้อมูลลักษณะทั่วไปของผู้บริโภค พฤติกรรมของผู้บริโภค และปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออุปสงค์การใช้บริการสถานออกกำลังกาย มาใช้วางแผนพัฒนา ปรับปรุง สถานออกกำลังกายทั้งของภาครัฐและภาคเอกชน

1.4 ขอบเขตการศึกษา

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยจะทำการศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่ออุปสงค์การใช้บริการสถานออกกำลังกายของเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยจะทำการสุ่มตัวอย่างจากประชากรที่ออกกำลังกายตามสถานที่ต่างๆ ได้แก่ ในบริเวณมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ สนามกีฬา 700 ปี สวนสาธารณะ และสถานออกกำลังกายที่เป็นสปอร์ตคลับหรือฟิตเนส ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ

สถานออกกำลังกายของเอกชน หมายถึง สถานออกกำลังกายที่ดำเนินงานโดยเอกชน ที่เรียกว่า สปอร์ตคลับ (Sport club) หรือฟิตเนส (Fitness center) ซึ่งเป็นสถานออกกำลังกายแบบครบวงจร มีบริการหลากหลายให้สมาชิกเลือกใช้ เช่น ห้องออกกำลังกาย ห้องนวดแผนโบราณ ห้องพักผ่อน ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องอาบน้ำ สระว่ายน้ำ สนามเทนนิส สนามแบดมินตัน สนุกเกอร์ เป็นต้น (กรรณิการ์ โพรธิมุ, 2539)

การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ หมายถึง การออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เช่น การเล่นกีฬา การวิ่ง การขี่จักรยาน การว่ายน้ำ การเดินวิ่งอยู่กับที่ ทำติดต่อกันไม่น้อยกว่า 10 นาที จึงจะเริ่มเข้าสภาพที่เรียกว่า การออกกำลังกายที่ได้ประโยชน์เต็มที่ หรือที่เรียกว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (aerobic exercise) ทำให้หัวใจหรือชีพจรเต้นถึงระดับหนึ่งที่เหมาะสมกับสุขภาพของตนเอง และเพื่อประโยชน์ต่อปอดและหัวใจ (รัชชัย มุ่งการดี, 2534:11)