

บทที่ 2

การดำเนินงานของธุรกิจร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

การพัฒนาที่รวดเร็วของสังคมโลกในปัจจุบัน ที่กำลังก้าวไปสู่สังคมข้อมูลข่าวสาร สังคมเศรษฐกิจใหม่ และสังคมยุคโลกาภิวัตน์ ล้วนมีผลกระทบต่อพฤติกรรมทางอาหาร และโภชนาการของคนไทยอย่างมาก เทคโนโลยีสารสนเทศ ได้มีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว และแพร่กระจายเข้ามามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนไทย ซึ่งผลลัพธ์ที่ได้มีทั้งแง่บวก และแง่ลบ ซึ่งเหล่านี้ส่วนก่อให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ทางอาหาร และโภชนาการ นำไปสู่การเกิดภาวะทุพโภชนาการทั้งขาด และเกิน โดยเฉพาะภาวะโภชนาการเกิน เป็นปัญหาที่ถูกจัดให้เป็นปัญหาสำคัญของกลุ่มโรคที่ไม่ติดต่อ ซึ่งเป็นสาเหตุการตายของคนไทย โดยเฉพาะในสังคมเมือง ที่ทวีความรุนแรงมากขึ้นเรื่อย ๆ⁴

พฤติกรรมทางอาหาร และ โภชนาการของคนไทย ยุคโลกไร้พรมแดนนี้ถูกครอบงำด้วยไอที กล่าวคือ ข้อมูลข่าวสารที่ผ่านช่องทาง หรือสื่อต่าง ๆ เข้าถึงอย่างรวดเร็ว มีประสิทธิภาพ น่าเชื่อถือ ซึ่งเป็นปัจจัยหลักที่เมียงเบน ค่านิยม และพฤติกรรมของคนในสังคม ประกอบกับสังคมไทยเป็นสังคมที่แสวงหาข้อมูลข่าวสารมากขึ้น จึงทำให้พฤติกรรมทางอาหารและโภชนาการของคนเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว สังคมในเขตเมืองนั้น การได้มาซึ่งอาหารนั้นได้ผ่านระบบตลาดโดยสิ้นเชิง รวมถึงอาหารสดที่จะนำมาปรุงเอง อาหารพร้อมปรุง อาหารกึ่งสำเร็จรูป และอาหารสำเร็จรูป โดยได้มาจากแหล่งต่าง ๆ ทั้งตลาดสด หาบเร่ แผงลอย ร้านอาหาร ศูนย์การค้า หรือในซูเปอร์มาร์เก็ต ดังนั้นปัจจุบันในเขตเมืองจึงไม่สามารถจะควบคุม ชนิด คุณภาพ และความปลอดภัยของอาหารได้ด้วยตนเอง เพราะไม่ได้ปรุงอาหารด้วยตนเอง⁵ เนื่องจาก การพัฒนาด้านเศรษฐกิจ และสังคมทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงบทบาท และวิถีชีวิต ของบุคคลในครอบครัว และสังคม ที่ต้องทำงานนอกบ้าน บุคคลจากหลายสาขาอาชีพต่างก็มีภาระกิจมาก ทำให้ไม่มีเวลาประกอบอาหารด้วยตนเอง จึงจำเป็นต้องรับประทานอาหารนอกบ้าน หรือซื้ออาหารสำเร็จรูปมากขึ้น กล่าวคือ ความสะดวกสบายในการบริโภคอาหารนอกบ้าน เริ่มซึมซับเข้าเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตคนในสังคม และด้วยอาหารตามนิยามของปัจจัย 4 เป็นสิ่งพื้นฐานประการแรกที่สำคัญที่สุดในการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่าง

⁴ วิณะ วีระไวทยะ และสง่า ตามาพงษ์, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541), หน้า 3.

⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 13.

หลีกเลี่ยงไม่ได้ คิวเหตุการณ์จึงเป็นปัจจัยเสี่ยง ที่จะได้อาหารที่ค้อยคุณค่า ขาดความสมดุลทางโภชนาการ แต่ในขณะที่เดียวกันราคากลับแพงเมื่อเทียบกับคุณค่าทางอาหารที่ได้รับ รวมทั้งยังอาจได้รับพิษภัยที่ปนเปื้อนมาพร้อมกับอาหารอีกด้วย

ปัจจุบัน การบริโภคอาหาร และเครื่องดื่มของคนในสังคมเมือง ได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรม การบริโภคอาหารจากตะวันตกเป็นส่วนใหญ่ ทั้งประเภทอาหาร การบริการ รูปแบบการบริโภค เป็นต้น⁶ จึงส่งผลให้เกิดธุรกิจบริการอาหาร อย่างกว้างขวางหลายรูปแบบ มีการพัฒนาและการแข่งขันกันมากขึ้นเพื่อตอบสนองความต้องการของบุคคลทั่วไป ไม่ว่าจะภาวะเศรษฐกิจ จะขยายตัว หรือชะลอตัวอย่างไร ธุรกิจบริการอาหารก็ขยายตัวเจริญเติบโตมาโดยตลอด ซึ่งธุรกิจร้านอาหารที่มีอยู่มากมายหลายประเภท เป็นผลเนื่องมาจากตัวมนุษย์เอง ที่พยายามแสวงหา อาหารและเครื่องดื่มที่แปลกใหม่ เพื่อการบริโภค ไม่ว่าจะอาหาร และเครื่องดื่มนั้น จะอยู่ในส่วนไหนของมุมโลกก็ตาม ถ้ามีรสชาติ ถูกปาก และเป็นที่ถูกถ่าวชานกันย่อมเป็นอาหารที่เป็นที่นิยมกันอย่างรวดเร็ว เพราะโลกของเทคโนโลยีอินเทอร์เน็ต สามารถติดต่อสื่อสารกันทั่วโลกได้ โดยใช้เวลาไม่นาน และยังอำนวยความสะดวกสบาย เพียงแค่โทรศัพท์ หรือทางอินเทอร์เน็ต แล้วสั่งอาหาร รอเพียงไม่นานก็ได้บริโภคตามความต้องการ หรือที่เรียกกันว่า Delivery ส่งตรงถึงบ้าน ซึ่งอาหารบางชนิดในปัจจุบันนี้ อาจจะพูดได้ว่าไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายของมนุษย์ หรืออาจจะก่อให้เกิดโทษกับมนุษย์อีกด้วย เรามักจะเรียกกันว่า อาหารขยะ ซึ่งอาหารจะพวกนี้มักจะประกอบด้วย เนื้อสัตว์ ข้าว แป้ง น้ำตาล และไขมันมาก เป็นที่มาและก่อให้เกิดโรคร้ายต่าง ๆ เช่น ไขมันอุดตัน โรคอ้วน โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง และโรคมะเร็ง เป็นต้น ผลกระทบดังกล่าว แสดงออกมาให้เห็นถึงความรุนแรงของภาวะทุพโภชนาการ ของคนในเขตเมือง โดยเฉพาะภาวะโภชนาการเกิน และจากพิษภัยของอาหาร

จากอดีตจนถึงปัจจุบัน ทำให้เราได้มองเห็นถึงการเปลี่ยนแปลงไปของการเลือกซื้ออาหาร เพื่อให้เหมาะสม และมีประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งการที่จะบริโภคได้อย่างดี หรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับความรู้ และจิตสำนึกในการบริโภคว่า มีมากน้อยเพียงใด แต่ในขณะที่เดียวกันก็มีปัจจัยอื่นอีกมากมาย ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม ทางอาหาร และโภชนาการของคนในเขตเมือง ซึ่งต่างก็ส่งผลให้เกิดกระแสความนิยมที่กลับมามองเห็น และหันมาให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพ จากการบริโภคอาหาร โดยเริ่มจากการบริโภคอาหารที่ดีมีประโยชน์ ดังนั้น คำว่า อาหารเพื่อสุขภาพจึงเกิดขึ้นมา และเป็นที่รู้จักกันดีมากขึ้น

⁶ เรืองเดียวกัน, หน้า 32.

แนวความคิดเรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ

มีผู้กล่าวไว้ตั้งแต่สมัยโบราณแล้วว่า อาหารบางชนิดให้พลังชีวิต (Life Force) แก่คนเราได้มากกว่าอาหารชนิดอื่น ปีชากอร์ส นักปราชญ์เอกเมื่อ 2,500 ปีมาแล้ว ได้ทราบถึงความจริงในเรื่องนี้เป็นอย่างดี และได้กล่าวไว้ว่า “อาหารสดเท่านั้นที่จะให้พลังชีวิต และความสดชื่น แจ่มใสแก่มนุษย์ได้อย่างเต็มที่” นั่นก็คือ สิ่งที่เราบริโภคจะมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อร่างกาย และจิตใจของเรา ดังคำกล่าวของนักปราชญ์โบราณว่า you are, what you eat ผู้ที่ต้องการมีร่างกายแข็งแรง จิตใจสดชื่น แจ่มใส มีชีวิตชีวา ก็ควรเลือกทานอาหารที่ให้พลังชีวิตสูง และอาหารจากพืชเท่านั้นที่มีคุณสมบัตินี้⁷

ลักษณะอาหารเพื่อสุขภาพ

อาหารเพื่อสุขภาพ โดยความจริงแล้ว คือการรับประทานอาหารให้ถูกหลักโภชนาการ โดยรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ และเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย⁸ ไม่จำเป็นต้องเป็นอาหารเสริมสุขภาพจากต่างประเทศ และมีราคาแพงมาก ๆ แต่จะเป็นอาหารที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพทั้งในด้านป้องกัน ด้านบำบัดอาการ และด้านรักษา ทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง มีระบบภูมิคุ้มกันที่ดี⁹ ซึ่งอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ไม่ได้อยู่ที่รสชาติ กลิ่น สี สีสัน และรูปร่างที่สวยงาม ลักษณะเหล่านี้เป็นเพียงภาพซึ่งสัมผัสด้วย สายตา จมูก และลิ้นเท่านั้น แต่อาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จะต้องมีคุณสมบัติทางเคมี และชีวภาพที่ดีมากกว่าคุณสมบัติทางกายภาพ คืออาหารต้องมีความสมดุล ความพอดี และความสมบูรณ์ของส่วนประกอบมีสารอาหารที่สำคัญครบถ้วนทั้ง โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน วิตามิน เกลือแร่ รวมถึงสารอื่น ๆ ที่ไม่ใช่สารอาหาร เช่น เส้นใยอาหารต่าง ๆ กล่าวคือ อาหารเพื่อสุขภาพ ต้องมาจากธรรมชาติให้มากที่สุด มีปริมาณไขมันน้อย แต่มีเส้นใยมาก มีไขมันอิ่มตัวหลายชนิด มีโปรตีนที่ย่อยสลายง่าย มีวิตามินและเกลือแร่ครบ และอาจมีสารต่อต้านอนุมูลอิสระด้วย เพื่อปรับสภาวะภายในร่างกายให้ได้สมดุล อันได้แก่ อาหารมังสวิรัต อาหารเจ และอาหารชีวจิต หรืออาหารแมคโครไบโอติกส์¹⁰

⁷ เกียรติวรรณ อมาตยกุล, อาหารสุขภาพใหม่ (กรุงเทพมหานคร : ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์, 2537), หน้า 45.

⁸ วีนะ วีระไวทยะ และสง่า ดามาพงษ์, พฤติกรรมการบริโภคอาหาร (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541), หน้า 68.

⁹ สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน, การดูแลสุขภาพแบบธรรมชาติ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541), หน้า 76.

¹⁰ เรื่องเดียวกัน, หน้า 95.

ประเภทของอาหารเพื่อสุขภาพ

อาหารมังสวิรัต

คำว่า มังสวิรัตินี้ มาจากคำว่า “มังสะ” แปลว่า เนื้อสัตว์ “วิรัต” แปลว่าการงดเว้น มังสวิรัตจึงแปลว่า งดเว้นเนื้อสัตว์ ซึ่งหมายถึง การไม่รับประทานเนื้อสัตว์ ซึ่งตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า เวเจเทเรียนนิซึม (Vegetarianism) มีรากศัพท์มาจากภาษาละติน คือ เวเจตัส (Vegetus) แปลว่า “สมบูรณ์ดีพร้อม สดชื่น เบิกบาน” หรือมีความหมายว่า “ผู้ซึ่งละเว้นจากการนำสัตว์ทุกชนิดมาเป็นอาหาร” ทั้งนี้อาจรวมหรือไม่รวมถึงไข่ และผลิตภัณฑ์จากนม¹¹

กล่าวคือ อาหารมังสวิรัตเป็นอาหารที่ปราศจากเนื้อสัตว์ และผลิตภัณฑ์จากเนื้อ หรืออวัยวะใด ๆ ของสัตว์ทุกชนิด ซึ่งการกินอาหารมังสวิรัต ก็จะกินอาหารหลายอย่างให้ครบถ้วน คือ ต้องมีข้าวซ้อมมือ แป้งข้าวสาลี ถั่วชนิดต่าง ๆ เมล็ดงา เห็ด เมล็ดธัญพืช ผัก ผลไม้ นม และไข่ ไม่ใช่กินแต่ผักอย่างเดียว จะต้องมีความถูกต้องทางโภชนาการ และจะไม่มีการขาดสารอาหาร¹²

เราอาจแบ่งมังสวิรัตออกได้เป็น 3 กลุ่มใหญ่¹³ คือ

1. มังสวิรัตที่ดื่มนม และกินไข่ (Lacto-ovo-vegetarian) อาหารมังสวิรัตประเภทนี้มี นม ไข่ และผลิตภัณฑ์ของนม นอกเหนือจากอาหารของพืช แต่ไม่มีเนื้อสัตว์เป็นส่วนประกอบของอาหารเลย

2. มังสวิรัตที่ดื่มนม (Lacto-vegetarian) เป็นมังสวิรัตที่ดื่มนม อาหารมังสวิรัตประเภทนี้มีนม และผลิตภัณฑ์ของนม นอกเหนือจากอาหารพืช แต่ไม่มีเนื้อสัตว์ และไข่เป็นส่วนประกอบของอาหารเลย

3. มังสวิรัตบริสุทธิ์ (Pure vegetarian) เป็นมังสวิรัตที่เคร่งครัดมาก กินอาหารจากพืชเพียงอย่างเดียว ไม่มีอาหารเนื้อสัตว์ ไข่ นม หรือผลิตภัณฑ์ของไข่ และนม เป็นส่วนประกอบของอาหารเลย ซึ่งบางทีอาจกินแต่ผักเพียงอย่างเดียว ซึ่งเรียกว่า นักนิยมผัก หรือ วีแกน (Vegan) หรือบางทีอาจกินแต่ผลไม้อย่างเดียว เรียกว่า นักนิยมผลไม้ หรือ ฟรุคตาเรียน (Fruitarian)

¹¹ ศรีสมร คงพันธุ์ และเมณี สุวรรณผ่อง, อาหารมังสวิรัต (กรุงเทพมหานคร : บริษัทด้านสุขภาพการพิมพ์, 2529), หน้า 180.

¹² สำนักงานคณะกรรมการการสาธารณสุขมูลฐาน, การดูแลสุขภาพแบบธรรมชาติ (กรุงเทพมหานคร : โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2541), หน้า 90.

¹³ เรื่องเดียวกัน, หน้า 89.

อาหารเจ

คำว่า เจ ตามความหมายแท้จริง คือ การรับประทานอาหารก่อนเที่ยง แต่เนื่องจากการถืออุโบสถของชาวพุทธฝ่ายมหายาน ไม่กินเนื้อสัตว์ ซึ่งนิยมเรียก “การไม่กินเนื้อสัตว์” ไปรวมกับคำว่า “กินเจ” ซึ่งเป็นการถือศีลไปด้วย ในปัจจุบันผู้ที่รับประทานอาหารทั้ง 3 มื้อ แต่ไม่กินเนื้อสัตว์ก็ยังคงเรียกว่า “กินเจ” ฉะนั้น ความหมายก็คือ “คนกินเจ” มิใช่เพียงแต่ไม่กินเนื้อสัตว์ แต่คนที่กินเจยังต้องดำรงอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม มีความบริสุทธิ์สะอาด งดงามทั้งกาย วาจา ใจ เป็นการถือศีลบำเพ็ญธรรมไปด้วยพร้อมกัน เป็นการเจริญเมตตาคุณธรรม โดยแท้ อันนำมาซึ่งความเป็นสิริมงคลแก่ตนเอง ไม่มีเนื้อสัตว์ปะปน กล่าวคือ เป็นอาหารที่งดบริโภคอาหาร และผลิตภัณฑ์จากเนื้อสัตว์โดยสิ้นเชิง เป็นการปฏิบัติด้วยตนเอง เยี่ยมด้วยความเมตตาธรรมต่อสรรพสัตว์ และสุขภาพที่ดี ซึ่งการกินเจมักจะถือศีลร่วมด้วย จึงมักเรียกว่า “ถือศีลกินเจ” นอกจากนี้การกินเจยังจะต้องไม่กินอาหารที่ปรุงด้วยผักซึ่งมีกลิ่นฉุน 5 ชนิด เนื่องจากเชื่อว่าจะส่งผลให้อวัยวะภายในทั้ง 5 อวัยวะทำงานไม่ปกติ ได้แก่

1. กระเทียม ทำลายการทำงานของหัวใจ ซึ่งจะกระทบกระเทือนต่อ ธาตุไฟในกาย
2. หัวหอมทุกชนิด ทำลายการทำงานของไต ซึ่งจะกระทบกระเทือนต่อ ธาตุน้ำในกาย
3. หัวหลักเคียง ทำลายการทำงานของม้าม ซึ่งจะกระทบกระเทือนต่อ ธาตุดินในกาย
4. ผักกุ่มฉ่าย ทำลายการทำงานของตับ ซึ่งจะกระทบกระเทือนต่อ ธาตุไม้ในกาย
5. ใบยาสูบ ทำลายการทำงานของปอด ซึ่งจะกระทบกระเทือนต่อ ธาตุโลหะในกาย

อนึ่ง ผักทั้ง 5 นี้สามารถรบกวนจิตใจ โดยการกระตุ้นอารมณ์ ทำให้จิตใจไม่สงบ รบกวนความสัมพันธ์ระหว่างพลังกาย และพลังใจ รวมถึงเจบางกลุ่มที่อาจพลิกแพลงไปจากเดิมเป็นเจที่ไม่กินเนื้อสัตว์ใหญ่ แต่กินเนื้อปลา และกินหอยนางรมด้วย¹⁴

การกินเจ นอกจากการบริโภคของบางกลุ่มคนในชีวิตประจำวันแล้ว ยังมีช่วงที่ เรียกว่า เทศกาลกินเจ ซึ่งกำหนดเอาตามจันทรคติ คือเริ่มตั้งแต่วันขึ้น 1 ค่ำ ถึง 9 ค่ำ เดือน 9 ตามปฏิทินจีนทุกปี รวม 9 วัน 9 ค่ำ เป็นการประกอบพิธีกรรมเพื่อสักการะบูชาพระพุทธเจ้าในอดีต 7 พระองค์ และพระมหาโพธิสัตว์อีก 2 พระองค์ รวมเป็น 9 พระองค์ เพื่อเป็นการชดฝอกมลทินทั้งมวลออกจากร่างกาย วาจา และจิตใจ ผู้ที่กินเจต้องสวมเสื้อผ้าสีขาวสะอาดบริสุทธิ์ และรักษาศีล 3 ข้อ คือ

1. เว้นจากการเอาชีวิตของสัตว์มาบำรุงชีวิตตน
2. เว้นจากการเอาเลือดของสัตว์มาเพิ่มเลือดของตน
3. เว้นจากการเอาเนื้อของสัตว์มาเป็นเนื้อของตน

¹⁴ เรื่องเดียวกัน, หน้า 91.

อาหารแมโครไบโอติกส์ หรืออาหารชีวจิต

Macro แปลว่า ยิ่งใหญ่ คำทำยว่าBiotics หมายถึงแห่งชีวิต ฉะนั้น แมโครไบโอติกส์ คือ วิถีชีวิตที่ยิ่งใหญ่ ซึ่งหมายถึง ความงดงาม และยืนยาวของชีวิต เน้นไปที่สุขภาพกับการดำเนินชีวิตประจำวันอย่างเหมาะสม ความรู้ในแมโครไบโอติกส์ ถือว่าเป็นอายุวัฒนาศาสตร์ เป็นแนวความคิดที่มาจากจีน และญี่ปุ่น ซึ่งชีวจิต เป็นการคัดแปลงวิธีการของแมโครไบโอติกส์ มาเป็นการดำเนินชีวิตแบบไทย ซึ่งจะไม่ได้เน้นเฉพาะเรื่องอาหารเพียงอย่างเดียว แต่จะมุ่งเน้นไปที่การดำเนินชีวิต และปรัชญาที่ผสมผสานไว้ด้วยกัน เพื่อสุขภาพ และคุณภาพของการดำรงชีวิต คือ ความสุขสมบูรณ์ทั้งกาย และใจ โดยยึดเอาวิถีปฏิบัติ และความคิดในแนวธรรมชาติเป็นหลัก ต้องพยายามหลีกเลี่ยงการใช้สารพิษและสารเคมีอันตรายทั้งหลาย ซึ่งชนิดของอาหารจะเปลี่ยนแปลงไปตามสภาวะของบุคคล ช่วงฤดูกาลของปี และสถานที่ที่อาศัยอยู่ มักจะประกอบด้วย ข้าวกล้อง ถั่วเหลืองต้ม เต้าหู้ เมล็ดธัญพืช งาป่น ผัก และผลไม้ทุกชนิด ที่ปลอดจากสารพิษ ไร้อาหารแมลง โดยเฉพาะ ผัก และผลไม้ตามฤดูกาลที่มาจากท้องถิ่น¹⁵ อาหารที่ควรรงค ได้แก่ งคอาหารเนื้อสัตว์ เช่น เนื้อ หมู ไก่ งคน้ำตาลขาวทุกชนิด รวมทั้งอาหาร และเครื่องค้มที่ผลิตจากน้ำตาล งคอาหารมันที่ใช้ น้ำมัน นม เนย กะทิ และงคแป้งขาวทุกชนิด เช่น ข้าวขาว ก้วยเตี๋ยว ขนมจีน และขนมปังขาว โดยอาหารทุกอย่างควรปรุงรสอ่อนที่สุด เพื่อที่ว่าจะได้รู้ถึงรสชาติแท้ ๆ ของอาหารนั้น¹⁶

¹⁵ เรื่องเดียวกัน, หน้า 91-93.

¹⁶ สาทิส อินทรกำแหง, ชิวจิต (กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์คลินิกบ้าน และสวน, 2541), หน้า 30.

ธุรกิจร้านอาหารเพื่อสุขภาพ

ร้านอาหารแนวสุขภาพจำนวนมากถือกำเนิดขึ้น รวมถึงร้านค้าเพื่อสุขภาพต่าง ๆ ด้วย ต่างก็ทยอยเปิดตัวกัน เพื่อตอบรับการตื่นตัวของกระแสการดูแลสุขภาพของสังคมไทยในปัจจุบัน กล่าวคือ เมื่อมีความต้องการบริโภค และอุปโภคผลิตภัณฑ์ และผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพ ก็ได้มีผู้ผลิต และผู้ประกอบการจำนวนมาก ที่ได้สังเกตเห็น และเข้ามาสู่ธุรกิจนี้ ด้วยการผลิตสินค้า และบริการที่มีความปลอดภัย และมีประโยชน์ป้อนสู่ตลาดผู้บริโภค

ตารางที่ 1 ตารางจำนวนร้านอาหารเพื่อสุขภาพของจังหวัดต่าง ๆ ในประเทศไทย

1 กรุงเทพมหานคร	181 แห่ง	28 แพร่	2 แห่ง
2 กาญจนบุรี	1 แห่ง	29 พังงา	1 แห่ง
3 ขอนแก่น	8 แห่ง	30 พัทลุง	2 แห่ง
4 จันทบุรี	6 แห่ง	31 พัทธยา	1 แห่ง
5 ฉะเชิงเทรา	1 แห่ง	32 ภูเก็ต	2 แห่ง
6 ชลบุรี	5 แห่ง	33 ยะลา	1 แห่ง
7 ชัยภูมิ	2 แห่ง	34 ร้อยเอ็ด	2 แห่ง
8 จุฬมพร	1 แห่ง	35 ระยอง	1 แห่ง
9 เชียงราย	4 แห่ง	36 ราชบุรี	2 แห่ง
10 เชียงใหม่	49 แห่ง	37 ลพบุรี	2 แห่ง
11 ตรัง	2 แห่ง	38 ลำปาง	5 แห่ง
12 ตราด	1 แห่ง	39 ลำพูน	1 แห่ง
13 ตาก	2 แห่ง	40 เลย	1 แห่ง
14 นครนายก	1 แห่ง	41 ศรีสะเกษ	2 แห่ง
15 นครปฐม	3 แห่ง	42 สกลนคร	2 แห่ง
16 นครพนม	3 แห่ง	43 สงขลา	6 แห่ง
17 นครราชสีมา	6 แห่ง	44 สมุทรปราการ	5 แห่ง
18 นครศรีธรรมราช	1 แห่ง	45 สระแก้ว	1 แห่ง
19 นครสวรรค์	3 แห่ง	46 สิงห์บุรี	2 แห่ง
20 นนทบุรี	2 แห่ง	47 สุพรรณบุรี	3 แห่ง
21 ประจวบคีรีขันธ์	1 แห่ง	48 สุราษฎร์ธานี	1 แห่ง
22 ปราจีนบุรี	2 แห่ง	49 สุรินทร์	1 แห่ง
23 ปัตตานี	1 แห่ง	50 หนองคาย	1 แห่ง

24	พระนครศรีอยุธยา	2 แห่ง	51	อุบลราชธานี	5 แห่ง
25	พิจิตร	2 แห่ง	52	อุตรธานี	4 แห่ง
26	พิษณุโลก	2 แห่ง	53	อุตรดิตถ์	1 แห่ง
27	เพชรบูรณ์	3 แห่ง		รวม	352 แห่ง

(ที่มาจาก : www.thaivegetarian.com รายละเอียดที่ตั้งของร้านอาหารดูที่ภาคผนวก)

จากจำนวนร้านอาหารเพื่อสุขภาพในจังหวัดต่าง ๆ ดังกล่าว ในตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่า จังหวัดเชียงใหม่ มีจำนวนร้านอาหารมาเป็นอันดับ 2 ของประเทศ รองจากกรุงเทพ โดยมีถึง 49 แห่งอยู่นอกเขตเทศบาล 5 แห่ง และอยู่ในเขตเทศบาลทั้งหมด 44 แห่ง และจากจำนวนร้านอาหารในเขตเทศบาลจังหวัดเชียงใหม่ 1,018 แห่ง ร้านอาหารเพื่อสุขภาพถือเป็นสัดส่วนร้อยละ 4.32 ของร้านอาหารทั้งไปในเขตเทศบาลจังหวัดเชียงใหม่ ซึ่งยังถือว่าร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ในจังหวัดเชียงใหม่ ยังมีจำนวนไม่มากนัก ประกอบกับในปัจจุบัน ประชาชนต่างก็มีแนวโน้มมาให้ความสนใจกับสุขภาพ ในการที่จะเลือกบริโภคสิ่งที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย ซึ่งหากมีการวิเคราะห์ วางแผน ที่มีประสิทธิภาพ ทั้งด้านการตลาด การเงิน การจัดการที่ดี และคุณภาพของสินค้าและบริการ ธุรกิจร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ คงเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่น่าสนใจสำหรับการลงทุนเป็นอย่างมาก เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคที่มีมากขึ้น

ตัวอย่างรูปแบบ และลักษณะของร้านอาหารเพื่อสุขภาพที่มีชื่อเสียงในจังหวัดเชียงใหม่

1.ร้าน Whole Earth

ตั้งอยู่ที่ถนนศรีคอนไชย ข้างโรงพยาบาลนครแสวงตะวันเก่า เป็นร้านมังสวิรัตที่เก่าแก่มากซึ่งเปิดบริการมากกว่า 20 ปี ลักษณะในการตกแต่งร้านจะเป็นในรูปแบบที่เน้นธรรมชาติ รมรื่น ก่อนข้างจะเป็นสไตล์ตะวันตก ซึ่งลูกค้าส่วนมากจะเป็นชาวต่างชาติ

2.ร้านอาหารชมรมมังสวิรัตแห่งประเทศไทย

ตั้งอยู่ที่ถนนมหิดล ทางไปศูนย์การค้าโรบินสัน แอร์พอร์ตพลาซ่า ลักษณะของร้านจะเป็นบริเวณกว้าง หลังคาสูง มีเก้าอี้ล้อมรอบ ช่วยสร้างความร่มรื่น ซึ่งจุดเด่นของร้าน คือ ราคาอาหารถูกมาก ผู้ให้บริการ ผู้ปรุงอาหาร ต่างก็จะมาช่วยกันด้วยความเต็มใจ โดยจะไม่มีคำตอบแทนแต่อย่างใด แม้ว่าจะส่งผลให้รสชาติอาหารไม่เป็นมาตรฐานเดียวกัน แต่ทั้งผู้ให้บริการ และรับบริการต่างก็ไม่ได้ยึดติดกับรสชาติมากนัก แต่จะมุ่งที่ความรู้สึกสบายใจ ด้วยจิตใจที่เป็นบุญเป็นกุศล

3.ร้านมาตาง

ตั้งอยู่ที่ถนนหัตถิเสวี ใกล้สี่แยกแจ้งหัวริน ลักษณะร้านจะมีรูปแบบง่าย ๆ สบาย ๆ เหมือนร้านขายอาหารจานเดียว อาหารตามสั่งทั่ว ๆ ไป ทั้งราคา และรูปแบบของร้านอาหาร และจะมีร้านค้าพวกอุปกรณ์ที่จะนำไปประกอบอาหารที่บ้านอยู่ด้านหน้าร้าน

4.ร้านคุณเจริญ

มีอยู่ 2 สาขา สาขาแรก ตั้งอยู่ที่ถนนรถไฟ ใกล้สถานีรถไฟเชียงใหม่ ส่วนสาขาที่สอง ตั้งอยู่ที่ถนนนิมานเหมินทร์ ซอย 11 ซึ่งร้านทั้ง 2 สาขาจะมีบรรยากาศที่ร่มรื่น และสิ่งที่สำคัญที่สุด อยู่ที่คุณภาพของอาหาร และบริการ คือ ในการปรุงอาหารทุกจาน จะเน้นที่การใส่ความตั้งใจกับรายละเอียดทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการให้บริการแบบเป็นกันเอง วัตถุดิบที่เลือกใช้ และอาหารจะเป็นแบบโฮมเมด คือเป็นอาหารที่ทำสด ๆ ใหม่ ๆ ตลอด ผักสดที่ใช้ก็จะล้างสะอาดอย่างดี ไม่ใช่ผงชูรส ไม่ใช่ใช้น้ำตาลขัดขาว เมนูอาหารหลากหลาย รสชาติถูกปาก ¹⁷

¹⁷ กลิ่งกล่อม, "ชีวิตชนชิม", ชีวิต, 2 (ตุลาคม, 2543) ,หน้า 91.

ประโยชน์ของอาหารเพื่อสุขภาพ

การกินอาหารเพื่อสุขภาพให้เป็น หมายถึง กินให้ได้คุณค่าของสารอาหารครบถ้วนตามหลักโภชนาการ ซึ่งไม่เพียงแต่จะมีประโยชน์ต่อร่างกายเท่านั้น ยังมีประโยชน์โดยอ้อมอื่น ๆ อีกหลายประการ¹⁸ กล่าวคือ

1.สุขภาพจิตดีสร้างกำลังใจ

ในภาวะปัจจุบัน การสร้างกำลังใจให้กับตนเองนับเป็นเรื่องสำคัญที่ไม่ควรมองข้ามไป เพราะกำลังใจจะเป็นพลังผลักดันภายในให้คนเราสามารถต่อสู้กับปัญหานานับประการในสังคมที่วุ่นวายทุกวันนี้ ซึ่งเมื่อจกเนื้อสัตว์แล้วจะส่งผลให้มีสมาธิ มีสุขภาพจิตดี มีกำลังใจ และรู้สึกมีความสุข เมตตา จิตใจลดความรุนแรง และความดุร้ายลง พบว่าชีวิตมีความสุข สะอาด และสงบได้

2.ช่วยให้สุขภาพดีอายุยืน

วงการแพทย์ของโลกได้เคยพิสูจน์แล้วว่าอาหารโดยเฉพาะเนื้อสัตว์ เป็นสาเหตุสำคัญของโรคร้ายแรงต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ โรคมะเร็ง โรคเส้นเลือดหัวใจตีบตัน โรคเก๊าต์ วัณโรค โรคกล้ามเนื้อหัวใจ โรคคอโรนารี โรคแอนแทรกซ์ โรคตับ โรคไต โรคถุงน้ำดี ฯลฯ แต่อาหารเพื่อสุขภาพ หรืออาหารตามธรรมชาติ ได้แก่ พืช ผัก ผลไม้ กลับเป็นอาหารที่ให้ประโยชน์ เสริมคุณค่าทั้งสุขภาพ พลานามัย และจิตใจ ทั้งยังมีสารอาหารทุกชนิดที่ร่างกายต้องการด้วย แต่จากความเคยชินของคนส่วนใหญ่ในการบริโภคเนื้อสัตว์ ซึ่งมีรสชาติอร่อยถูกปากจนยากที่จะอดได้ แต่รสชาติความอร่อยของเนื้อสัตว์นี้เอง กลับเป็นโทษต่อร่างกายของคนเรา เนื่องจากการค้นพบว่า ในร่างกายสัตว์มีสิ่งโสโครก เช่น ยูเรีย และกรดยูริก อยู่ในน้ำของเนื้อนั้น ซึ่งเมื่อคนกินเข้าไปจึงเท่ากับเพิ่ม และสะสมสิ่งโสโครกในร่างกายของเราให้มากขึ้น ทำให้ไตต้องทำงานหนักเพื่อขับสิ่งโสโครกที่สะสมนั้น ออกจากร่างกาย นอกจากนี้เนื้อสัตว์ยังเป็นพาหะนำโรคต่าง ๆ มาสู่คนอีกด้วย เพราะปัจจุบันการเลี้ยงสัตว์สำหรับบริโภคนั้นมักจะมีการฉีดวัคซีน เชื้อรุม เพื่อเร่งการเจริญเติบโต และเพื่อให้เนื้อสัตว์นั้นนุ่ม จึงเป็นสาเหตุทำให้คนกินได้รับสารเหล่านั้นเข้าไปในร่างกายด้วย จนกลายเป็นที่มาของอาการเจ็บป่วย และโรคต่าง ๆ

¹⁸ ศรีสุมร คงพันธุ์ และมณี สุวรรณพงษ์, อาหารมังสวิรัต (กรุงเทพมหานคร : บริษัทด้านสุขภาพการพิมพ์, 2529), หน้า 182-185.

ชนเผ่าที่กินพืช มักจะมีอายุยืนยาวกว่า พัน ๆ ปี อายุเฉลี่ยของชนเผ่านี้ จะมากกว่า 100 ปีขึ้นไป สำหรับคนไทยเรามีอายุเฉลี่ยประมาณ 50-60 ปี เท่านั้น นอกจากนี้ยังมีการยืนยันว่าคนเราไม่จำเป็นต้องพึ่งสัตว์เป็นอาหารเพราะจริง ๆ แล้ว โดยลักษณะทางสรีระวิทยา คนไม่มีโครงสร้าง หรืออวัยวะที่เหมาะสมสำหรับยังชีพด้วยการอาศัยสัตว์อื่นเป็นอาหารเลย เช่นลักษณะฟันของมนุษย์ เป็นฟันบด หรือฟันกัด ไม่แหลมคมอย่างฟันของสัตว์กินเนื้อ เช่น เสือ สิงโต ฉลาม ฯลฯ ซึ่งมีฟันแหลมคมสำหรับกัดฉีกกินเนื้อ โดยเฉพาะ และแตกต่างจากสัตว์กินเนื้อ (Carnivora) ต่างจากสัตว์กินรากไม้ ใบไม้ (Herbivora) และต่างจากสัตว์ที่กินทุกสิ่งทุกอย่าง (Omnivora) เป็นอย่างมาก แต่ลักษณะของมนุษย์ใกล้เคียงเป็นพิเศษกับสัตว์ประเภทกินผลไม้มากกว่า เช่น ลิง

ถ้าคนเป็นสัตว์ที่กินทั้งพืช และสัตว์โดยธรรมชาติจริง ๆ ก็แปลว่า จะขาดพืช หรือสัตว์อย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ แต่วิทยาการทางการแพทย์ปัจจุบัน ยืนยันว่ามนุษย์ดำรงชีวิตได้ด้วยสารอาหารจากพืชเท่านั้น ไม่ต้องพึ่งสัตว์เลยก็อยู่ได้ แต่ถ้าคนจะพึ่งแต่เนื้อสัตว์ และสารอาหารต่าง ๆ จากสัตว์เท่านั้นต่างหากคนจะอยู่ไม่ได้ เพราะสารอาหารหลายอย่าง เช่น กรดลิโนเลอิก (Linoleic Acid) ซึ่งเป็นกรดไขมันที่สำคัญสำหรับคน เพราะร่างกายคนเราสังเคราะห์ไม่ได้เองนั้น จะมีอยู่มากในน้ำมันพืชต่าง ๆ และมีไม่เพียงพอในเนื้อสัตว์ และน้ำมันสัตว์เลย

3. เป็นยารักษาโรคที่ดี

การรักษาเมื่อเจ็บป่วย เป็นการแก้ที่ปลายเหตุ และเป็นการสูญเสียเงินทองที่หามาด้วยความยากลำบากอย่างน่าเสียดายที่สุด ปัจจุบันวิธีรักษาคนไข้ในบางแห่ง ไม่ใช่ยาเหมือนโรงพยาบาลทั่วไป แต่จะรักษาด้วยอาหารที่มาจากพืช ไม่มีเนื้อสัตว์ หรือสิ่งเกี่ยวข้องกับเนื้อสัตว์เจือปนเลย เพราะถือว่าการกินอาหารแบบนี้เป็นการถ่ายถอนพิษของโรคออกจากตัว การรักษาแบบนี้ ให้ผลทันตาทีเดียว เช่น คนที่เป็นโรคหมกกำลังขา โรคกระเพาะอาหาร โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง ซึ่งคนไข้ที่มีคอเลสเตอรอลสูง ซึ่งเป็นสารที่มีมากเกินไป ในคนที่เป็นโรคหลอดเลือดคืบแข็ง เมื่อบริโภค อาหารมังสวิรัตินี้ต่อไป คอเลสเตอรอลจะลดลง เนื่องจากพืชไม่มีสารคอเลสเตอรอลอยู่เลย นอกจากนี้เนื้อสัตว์ ยังมีธาตุโซเดียม ซึ่งไม่เป็นผลดีสำหรับคนที่เป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ และโรคไต แต่ผัก และผลไม้สด ซึ่งเก็บมาใหม่ ๆ นั้น เป็นอาหารที่มีอาณาภาพจะสู้กับโรคได้มากมายหลายชนิด ประกอบการหายใจ การออกกำลังกาย การพักผ่อนหลับนอน อากาศ น้ำ และแสงแดด เหล่านี้ประกอบกันก็จะทำให้สุขภาพดีขึ้น จากโรคร้ายต่าง ๆ ได้

4. ให้พลังงาน

บางคนเกรงว่าการงดเนื้อสัตว์จะทำให้ร่างกายไม่แข็งแรง หรือมีผลกำลังลดน้อยลง พลังกำลังของคนเราได้มาจากสารอาหาร และอาหารที่ให้พลังงานหลักของร่างกายได้มาจากน้ำตาล โดยเฉพาะน้ำตาลกลูโคส แต่กลูโคสให้พลังงานที่จำกัด และผลทางปฏิกิริยาของมันเองต่างกับน้ำตาลฟรักโตส ซึ่งสามารถเอาพลังงานมาใช้ได้เต็มอัตรา ในผลไม้พืชผักต่าง ๆ มีน้ำตาลฟรักโตสสูงมาก ผู้ที่รับประทานพืชผัก และผลไม้สดจึงมีโอกาสได้รับน้ำตาลฟรักโตสมากกว่าผู้กินเนื้อสัตว์ ดังนั้นจึงส่งผลให้ร่างกายมีพลังงานสามารถทำงานได้ทั้งวัน โดยไม่เหนื่อยง่าย หรืออ่อนเพลีย กลับดูคล่องแคล่ว กระฉับกระเฉงอีกด้วย

5. ประหยัด

ในแง่เศรษฐกิจ ผู้ที่รับประทานพืชผัก และผลไม้ ช่วยโลกประหยัดได้อย่างดีที่สุด เคยมีการคำนวณไว้ว่า ในโลกนี้คนเราสามารถมีพื้นที่ทำกินโดยเฉลี่ยประมาณ 2 ไร่ครึ่ง แต่คนที่กินสัตว์ จำเป็นต้องใช้พื้นที่ถึง 5 ไร่ ในขณะที่ผู้ที่รับประทานพืชผัก ใช้พื้นที่เพียง 1 ไร่ครึ่งเท่านั้น สมมุติว่าเรามีที่ดิน 1 ไร่ ทำการปลูกถั่วเหลืองสำหรับ โปรตีนเพื่อบริโภค ส่วนที่ดินอีก 1 ไร่ ทำการเลี้ยงวัว ควาย ไก่ เพื่อผลิตโปรตีนเช่นกัน แปลงที่ปลูกถั่วเหลืองจะได้โปรตีนมากกว่าแปลงที่เลี้ยงวัวควายถึง 8 เท่า อาหารเพียงพอที่จะไปเลี้ยงคนจน หรือส่งไปช่วยประเทศไหนก็ได้มากกว่าเกือบ 8 เท่า ด้วยเหตุนี้จึงมีส่วนช่วยแก้ไขปัญหาการขาดแคลนอาหารอย่างมาก

จากกระแสการให้ความสำคัญ และเอาใจใส่กับสุขภาพกันมากขึ้น ส่งผลให้ปัจจุบันมีผู้นิยมซื้ออาหาร เพื่อสุขภาพในรูปแบบต่าง ๆ ในราคาที่แพงมาก มารับประทาน ด้วยเชื่อว่าเป็นอาหารที่ดี มีประโยชน์ และจะทำให้มีสุขภาพดีแข็งแรง ปลอดภัยจากโรคร้ายต่าง ๆ ตามคำโฆษณาของผู้ผลิต และผู้จำหน่าย ซึ่งความเชื่อเหล่านี้ได้ขยายวงออกไปอย่างรวดเร็ว จนกลายเป็นขนบธรรมเนียม ประเพณีว่า หากต้องการให้คนที่ตนรัก และเคารพนับถือมีสุขภาพดี ก็ต้องพยายามจัดหาอาหารเพื่อสุขภาพชนิดต่าง ๆ ตามโฆษณาไปมอบให้ และยังคงเห็นได้จากการอำนวยความสะดวกของร้านค้า เพื่อสุขภาพต่าง ๆ ที่มีมากขึ้น มีอาหารเพื่อสุขภาพที่จำหน่ายออกมาในรูปแบบต่าง ๆ ทั้งอาหารสำเร็จรูป แบบบรรจุซอง ใส่ถุง ใส่ขวด และกระป๋อง เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคที่มีการตื่นตัว ในเรื่องสุขภาพ และนิยมอาหารเพื่อสุขภาพที่มากขึ้นเรื่อย ๆ ดังนั้น เพื่อให้ผู้บริโภคในเขตเมืองของจังหวัดเชียงใหม่ ได้มีโอกาส และทางเลือกในการบริโภคที่เพิ่มมากขึ้น จึงเกิดแนวความคิดที่จะศึกษาความเป็นไปได้ ในการลงทุนในธุรกิจร้านอาหารเพื่อสุขภาพ ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

กฎหมายที่เกี่ยวข้องในการตั้งร้านอาหาร

จากการศึกษาค้นคว้า เทศบัญญัตินครเชียงใหม่ ว่าด้วย การสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เรื่อง สถานที่จำหน่ายอาหาร และสะสมอาหาร¹⁹ ซึ่งมีหลักเกณฑ์ตามความในพระราชบัญญัติสาธารณสุข พ.ศ. 2535 มีรายละเอียด ในส่วนที่เกี่ยวข้อง มีดังนี้

ข้อ 4 ได้ให้คำจำกัดความ ดังนี้

สถานที่จำหน่ายอาหาร หมายความว่า อาคาร สถานที่ หรือบริเวณใด ๆ ที่มีใช้ที่ หรือทางสาธารณะ ที่จัดไว้เพื่อประกอบอาหาร หรือปรุงอาหารสำเร็จ และจำหน่ายให้ผู้ซื้อ สามารถบริโภคได้ทันที ทั้งนี้ ไม่ว่าจะเป็นการจำหน่ายโดยจัดให้มีบริเวณไว้สำหรับการบริโภค ณ ที่นั้น หรือนำไปบริโภคที่อื่นก็ตาม รวมทั้งสถานที่จำหน่ายเครื่องดื่มทุกชนิด

ข้อ 5 ห้ามมิให้ผู้ใดจัดตั้งสถานที่จำหน่ายอาหาร ในอาคาร หรือพื้นที่ใด ที่มีใช้เป็นการขายของในตลาด ในกรณีที่มีพื้นที่ไม่เกินสองร้อยตารางเมตรจะต้องแจ้งต่อเจ้าพนักงานท้องถิ่นเพื่อขอรับหนังสือรับรองการแจ้ง หรือในกรณีที่มีพื้นที่เกินกว่าสองร้อยตารางเมตรจะต้องได้รับใบอนุญาตจากเจ้าพนักงานท้องถิ่น

ข้อ 7 ประเภทของสถานที่จำหน่ายอาหาร กำหนดตามลักษณะของสถานที่ประกอบกิจการ เพื่อการคิดค่าธรรมเนียม ดังนี้

7.1.สถานที่จำหน่ายอาหารที่มีลักษณะเป็นคิกแถว หรืออาคารอื่นที่มีลักษณะคล้ายคลึง ให้คำนวณพื้นที่บริเวณที่จำหน่ายอาหารทั้งหมด ในอาคาร นับจากขอบผนังด้านในทุกชั้นที่ประกอบกิจการ ยกเว้น พื้นที่ซึ่งกั้นไว้เป็นสัดส่วนสำหรับใช้สอยเพื่อการอื่น

7.2.สถานที่จำหน่ายอาหารที่มีบริเวณ ให้คิดพื้นที่ภายในคัวอาคาร และรวมพื้นที่รอบอาคารที่ใช้สำหรับการค้าอาหารนั้นด้วย ถ้าไม่มีขอบเขตที่แน่นอนให้คิดจากแนวเขตของพื้นที่ประกอบกิจการนั้น

¹⁹ งานนิติการ กองวิชาการ และแผนงาน, เทศบัญญัตินครเชียงใหม่ ว่าด้วยสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เรื่อง สถานที่จำหน่ายอาหาร และสถานที่สะสมอาหาร (เชียงใหม่ : สำนักงานเทศบาลนครเชียงใหม่), หน้า 2-15.

7.3.สถานที่จำหน่ายอาหารที่มีอาคารเชื่อมติดถึงกัน ให้คิดพื้นที่ที่ประกอบกิจการรวมกัน และมีใบอนุญาตให้ใช้สถานที่เป็นสถานที่จำหน่ายอาหารฉบับเดียว ถ้าอาคารนั้นไม่เชื่อมติดถึงกัน ให้คิดพื้นที่แต่ละอาคาร และแยกใบอนุญาตแห่งละฉบับ

7.4.สถานที่จำหน่ายอาหารที่ตั้งอยู่ในอาคารใด ๆ ให้ใช้เลขที่ของอาคารนั้น การพิจารณาอนุญาตให้พิจารณาจากลักษณะพื้นที่ที่ประกอบการ ถ้าแยกเป็นสัดส่วนแต่ละแห่ง ไม่ว่าจะเป็นเจ้าของเดียวกัน หรือไม่ ให้มีใบอนุญาตประกอบกิจการแห่งละฉบับ การคิดพื้นที่ให้คิดพื้นที่ประกอบการ กรณีอาคารใดที่ได้จัดห้องน้ำห้องส้วมรวมซึ่งแยกไว้ต่างหาก ไม่นับรวมพื้นที่ของห้องน้ำห้องส้วมนั้น

ข้อ 8 หลักเกณฑ์การจัดตั้ง ใช้ และดูแลรักษาสถานที่ และสุขลักษณะของบริเวณที่ใช้จำหน่ายอาหาร ที่จัดไว้สำหรับบริโภคอาหารที่ใช้ทำ ประกอบ หรือปรุงอาหาร หรือที่ใช้สะสมอาหาร

8.1.จัดให้มีโต๊ะ เก้าอี้ หรือที่นั่งอย่างอื่นให้เป็นระเบียบเรียบร้อย และสะอาดอยู่เสมอ

8.2.ผนัง และบริเวณที่ปรุงอาหารต้องใช้วัสดุถาวร แข็งแรง และมีผิวเรียบ ไม่ดูดซึมน้ำ และทำความสะอาดได้ง่าย การจัดตั้งถังบรรจุน้ำ ต้องตั้งอยู่ในที่ปลอดภัย ตามคำแนะนำของเจ้าพนักงานสาธารณสุข

8.3.จัดให้มีภาชนะ และอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ในการประกอบ ปรุง การเก็บ และการบริโภคไว้ให้เพียงพอ ตามคำแนะนำของเจ้าพนักงานสาธารณสุข หรือผู้ซึ่งได้รับการแต่งตั้งจากเจ้าพนักงานท้องถิ่น

8.4.จัดให้มีที่สำหรับทำความสะอาดภาชนะ และอุปกรณ์เครื่องใช้ต่าง ๆ ให้เพียงพอตามคำแนะนำของเจ้าพนักงานสาธารณสุข

8.5.จัดให้มีที่อ่างล้างมือที่ใช้การได้ดี และมีจำนวนตามเกณฑ์ที่กำหนดใน พ.ร.บ. รักษาความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อยของบ้านเมือง พ.ศ. 2534 ตลอดจนให้มีสบู่ล้างมือได้ตลอดเวลา

8.6.จัดให้มีระบบบำบัดน้ำเสีย หรือระบบกำจัดของเสียตามคำแนะนำของเจ้าพนักงานสาธารณสุข หรือตามคำสั่งของเจ้าพนักงานท้องถิ่น

8.7.ไม่ตั้งอยู่ในที่ที่น่าจะเป็นอันตรายแก่สุขภาพ หรือแหล่งที่น่ารังเกียจ เช่น ใกล้ชิดกับที่ฝังศพ หรือที่เก็บศพ ที่ทิ้ง กำจัดสิ่งปฏิกูล ที่เลี้ยงสัตว์ หรือที่อื่นใดซึ่งเจ้าพนักงานสาธารณสุขเห็นว่า เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

8.8.พื้นทำด้วยวัสดุถาวร และไม่มีน้ำขัง

8.9.จัดให้มีรายงานน้ำด้วยวัสดุถาวร เพื่อให้น้ำไหลไปสู่รางระบายน้ำสาธารณะ หรือบ่อรับน้ำเสียได้สะดวกตามที่เจ้าพนักงานสาธารณสุข หรือผู้ซึ่งเจ้าพนักงานท้องถิ่นแต่งตั้งเห็นชอบ

8.10.จัดให้มีแสงสว่างภายในเพียงพอ ณ จุดที่ทำการปรุง ประกอบ และจำหน่ายอาหาร และต้องมีการระบายอากาศภายในร้านอย่างเพียงพอ โดยมีช่องระบายอากาศไม่น้อยกว่าร้อยละ 20 ของพื้นที่ห้อง สำหรับห้องรับประทานอาหารที่มีเครื่องปรับอากาศ ต้องมีเครื่องดูดอากาศ หรือเครื่องฟอกอากาศ รวมทั้งต้องติดเครื่องหมาย “ห้ามสูบบุหรี่” ไว้ด้วย

8.11.จัดให้มีส้วมที่ได้สุขลักษณะ และมีจำนวนเพียงพอ ตามกฎกระทรวง ฉบับที่ 2 (พ.ศ.2536) ออกตามความในพระราชบัญญัติรักษาความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อยของบ้านเมือง พ.ศ. 2535

8.12.ถ้าจะขยาย หรือเปลี่ยนแปลงสถานที่ประกอบการค้า และทำให้สุขลักษณะของสถานที่เปลี่ยนแปลงไปด้วยแล้ว จะต้องได้รับอนุญาตจากเจ้าพนักงานท้องถิ่นก่อน

8.13.จัดให้มีเครื่องดับเพลิงประเภทที่เหมาะสม จำนวนเพียงพอ และอยู่ในสภาพที่สามารถใช้ได้สะดวกเมื่อเกิดเพลิงไหม้ ตลอดจนต้องมีการตรวจสอบเครื่องดับเพลิงให้อยู่ในสภาพใช้งานได้ทุกที

8.14.ปฏิบัติการอื่น ๆ ให้ต้องด้วยสุขลักษณะตามที่เจ้าพนักงานสาธารณสุข หรือผู้ซึ่งได้รับการแต่งตั้งจากเจ้าพนักงานท้องถิ่นแนะนำ หรือตามคำสั่งของเจ้าพนักงานท้องถิ่น

ข้อ 11 หลักเกณฑ์เกี่ยวกับสุขลักษณะส่วนบุคคลของผู้จำหน่ายอาหาร ผู้ปรุงอาหาร และผู้ให้บริการ ต้องมีการปฏิบัติ ดังนี้

11.1.ผู้จำหน่าย ผู้ปรุงอาหาร และให้บริการต้องแต่งกายให้สะอาดเรียบร้อย

11.2.ผู้จำหน่าย ปรุง และให้บริการอาหาร ต้องผ่านการตรวจสุขภาพว่าไม่เป็นโรคติดต่อที่น่ารังเกียจ และต้องผ่านการทดสอบความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหาร

11.3.ห้ามผู้ได้รับใบอนุญาต ทำการจำหน่าย ปรุง สะสมอาหาร เมื่อมีเหตุควรเชื่อว่าตนเป็นโรคติดต่อ หรือซึ่งเจ้าพนักงานสาธารณสุขได้ตรวจแล้ว ปรากฏเป็นพาหะ และได้รับแจ้งความเป็นหนังสือว่าตนเป็นพาหะของโรคติดต่อ

ข้อ 13 การแจ้งให้เจ้าพนักงานท้องถิ่นทราบเพื่อดำเนินการสถานที่จำหน่ายอาหาร ในอาคาร หรือพื้นที่ใดซึ่งมีไม่เกินสองร้อยตารางเมตร ให้ยื่นใบแจ้ง พร้อมหลักฐานต่อไปนี้

13.1.บัตรประจำตัว พร้อมสำเนาที่รับรองถูกต้อง จำนวน 2 ชุด

13.2.ทะเบียนบ้าน พร้อมสำเนาที่รับรองถูกต้อง จำนวน 2 ชุด

13.3.ใบรับรองแพทย์

13.4.เอกสารแสดงการผ่านการทดสอบความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหาร

13.5.สำเนาหนังสือรับรองการจดทะเบียนนิติบุคคล พร้อมสำเนาบัตรประจำตัวประชาชนของผู้แทนนิติบุคคล (ในกรณีที่ผู้ขออนุญาตเป็นนิติบุคคล)

13.6.หนังสือมอบอำนาจ ในกรณีที่เจ้าของกิจการไม่มายื่นขอรับใบอนุญาตด้วยตนเอง

เมื่อเจ้าพนักงานท้องถิ่นได้รับแจ้ง ให้ออกใบรับแก่ผู้แจ้งเพื่อใช้เป็นหลักฐานในการประกอบกิจการตามที่แจ้งได้ชั่วคราว ในระหว่างเวลาที่เจ้าพนักงานท้องถิ่นยังมีได้ออกหนังสือรับรองการแจ้ง

ให้เจ้าพนักงานท้องถิ่นตรวจการแจ้งให้ถูกต้องตามแบบที่กำหนดท้ายเทศบัญญัตินี้ ถ้าการแจ้งเป็นไปโดยถูกต้อง ให้เจ้าพนักงานท้องถิ่น ออกหนังสือรับรองการแจ้งให้ผู้แจ้งภายในเจ็ดวันทำการ นับแต่วันที่ได้รับการแจ้ง

ในใบรับแจ้งหรือหนังสือรับรองการแจ้ง เจ้าพนักงานท้องถิ่นจะกำหนดเงื่อนไขให้ผู้แจ้ง หรือผู้ได้รับหนังสือรับรองการแจ้งปฏิบัติเป็นการเฉพาะรายก็ได้

ในกรณีที่การแจ้งไม่ถูกต้อง หรือไม่สมบูรณ์ ให้เจ้าพนักงานท้องถิ่นแจ้งให้ผู้แจ้งทราบภายในเจ็ดวันทำการ นับแต่วันที่ได้รับการแจ้ง ถ้าผู้แจ้งไม่ดำเนินการแก้ไขให้ถูกต้องภายในเจ็ดวันทำการ นับแต่วันที่ได้รับการแจ้งจากเจ้าพนักงานท้องถิ่น ให้เจ้าพนักงานท้องถิ่นมีอำนาจสั่งให้การแจ้งของผู้แจ้งเป็นอันสิ้นสุด แต่ถ้าผู้แจ้งได้ดำเนินการแก้ไขภายในเวลาที่กำหนดแล้ว ให้เจ้าพนักงานท้องถิ่น ออกหนังสือรับรองการแจ้งให้ผู้แจ้งภายในเจ็ดวันทำการ นับแต่วันที่ได้รับการแจ้งซึ่งมีรายละเอียดถูกต้องตามแบบที่กำหนดในเทศบัญญัตินี้

ข้อ 19 ใบอนุญาตจัดตั้งสถานที่จำหน่ายอาหาร ให้มีอายุหนึ่งปี นับแต่วันที่ออกใบอนุญาต และให้ใช้ได้เพียงในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ การขอต่ออายุใบอนุญาต จะต้องยื่นคำขอก่อนใบอนุญาตสิ้นอายุ เมื่อได้ยื่นคำขอพร้อมกับเสียค่าธรรมเนียมแล้ว ให้ประกอบกิจการต่อไปได้จนกว่าเจ้าพนักงานท้องถิ่นจะสั่งไม่ต่ออายุใบอนุญาต

ข้อ 22 ผู้รับใบอนุญาตตามเทศบัญญัตินี้ ต้องแสดงใบอนุญาตไว้โดยเปิดเผย และเห็นได้ง่าย ณ สถานที่ประกอบกิจการตลอดเวลาที่ประกอบกิจการ

อัตราค่าธรรมเนียม หนังสือรับรองการแจ้ง/ใบอนุญาต จัดตั้งสถานที่จำหน่ายอาหาร และ สถานที่สะสมอาหาร ท้ายเทศบัญญัตินครเชียงใหม่ เรื่อง สถานที่จำหน่ายอาหาร และสถานที่สะสมอาหาร พ.ศ. 2542 แสดงได้ดังตาราง

ตารางที่ 2 ตารางอัตราค่าธรรมเนียมในการจัดตั้งสถานที่จำหน่ายอาหาร

ลำดับที่	รายการ	ค่าธรรมเนียม (บาท)
1.	หนังสือรับรองการแจ้งสถานที่จำหน่ายอาหาร ก.สถานที่ประกอบการมีพื้นที่ไม่เกิน 100 ตร.ม. ฉบับละ ข.สถานที่ประกอบการมีพื้นที่ตั้งแต่ 51-200 ตร.ม. ฉบับละ ค.สถานที่ประกอบการมีพื้นที่ตั้งแต่ 101-200 ตร.ม. ฉบับละ	500 800 1,000
2.	ใบอนุญาตจัดตั้งสถานที่จำหน่ายอาหาร	3,000