



รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

การพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

กรณีศึกษา: หมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์

จังหวัดพัทลุง

Herbal Garden Development for Tourism in Songkhla Lake Basin

A Case Study of Baan Nai Wang, Baan Na Sub-district,

Srinakarin District, Phatthalung Province

โดย ผศ.ดร.ปาริชาติ วิสุทธิสมาจาร และคณะ

ตุลาคม 2553

กิตติกรรมประกาศ

การพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากคณะกรรมการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ในการศึกษาวิจัยตลอดโครงการ นอกจากนี้ยังได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากชาวบ้านในชุมชนหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นายจาย ช่วยนุ้ย ซึ่งเป็นปราชญ์สมุนไพร ที่ให้ความช่วยเหลือทั้งองค์ความรู้เกี่ยวกับสรรพคุณต่างๆ ของสมุนไพรแต่ละชนิด และที่พักตลอดเวลาที่นักวิจัยได้เดินทางไปศึกษาข้อมูล นอกจากนี้ ต้องขอขอบคุณนายกิตติ บุญปวงนิช หรือหมอใบไม้ ที่ช่วยให้ข้อมูลเกี่ยวกับสรรพคุณของสมุนไพรที่สามารถรักษาโรคต่างๆ และการนำสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารรายการต่างๆ ที่สามารถรักษาโรคต่างๆ ได้ รวมถึงการสอน โขคะและให้คำปรึกษาเกี่ยวกับอาการของโรคแก่ชาวบ้านที่เดินทางมาร่วมในเวทีวิจัย

หากงานวิจัยฯ ฉบับนี้เกิดประโยชน์แก่หน่วยงานหนึ่งหรือหน่วยงานใด หรือผู้หนึ่งผู้ใดแล้วขอขอบความดีอันพึงมี แก่พี่น้องชาวชุมชนหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

คณะนักวิจัย

ตุลาคม 2553

คำนำ

พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา อุดมสมบูรณ์ด้วยทรัพยากรต่างๆ ทั้งทางธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ ประเพณี และวิถีชีวิตชุมชน ที่มีศักยภาพพอที่จะนำมาจัดการท่องเที่ยวเพื่อให้ผู้คนทั่วไปได้เรียนรู้ สร้างความภาคภูมิใจแก่ชุมชนผู้สืบทอด การแลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ดีระหว่างเจ้าของบ้านและผู้มาเยือน รวมถึงช่วยสร้างงานและกระจายรายได้สู่ชุมชนหากมีการจัดการท่องเที่ยวอย่างเป็นระบบและเป็นและจัดสรรแบ่งปันอย่างเป็นธรรม ตลอดถึง ซึ่งการท่องเที่ยวในปัจจุบันไม่ใช่เพียงแต่นักท่องเที่ยวเดินทางไปท่องเที่ยวความแหล่งท่องเที่ยว เพื่อไปดูความสวยงามของแหล่งหรือรูปแบบของแหล่งที่แปลกตา แต่พฤติกรรมของนักท่องเที่ยวปัจจุบันเปลี่ยนไปตามกระแสโลก โดยหันมาให้ความสนใจต่อการท่องเที่ยวที่เป็นทางเลือกมากยิ่งขึ้น ซึ่งส่งผลให้ทรัพยากรที่มีอยู่ในพื้นที่ต่างๆ สามารถถูกนำมาปรับปรุงพัฒนาให้เกิดเป็นกิจกรรมท่องเที่ยว เช่นเดียวกับสวนสมุนไพรบ้านโนวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง ซึ่งโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โดยได้กำหนดวัตถุประสงค์ในการศึกษาไว้ เพื่อศึกษาแหล่งท่องเที่ยวสวนสมุนไพรในด้านคุณประโยชน์ และสรรพคุณ ของพืชผักสมุนไพรในพื้นที่บ้านโนวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง และเพื่อเสนอรายการอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวและประชาชนทั่วไป โดยใช้วัตถุดิบของชุมชน เพื่อพัฒนากลุ่มมือนำเที่ยวสวนสมุนไพรอย่างมีส่วนร่วมของประชาชนในลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โดยมุ่งหวังให้เกิดกิจกรรมการท่องเที่ยวและคู่มือการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับพืชพรรณสมุนไพร ซึ่งเป็นทรัพยากรที่สำคัญที่มีอยู่ในชุมชน โดยอาศัยกระบวนการวิจัยแบบมีส่วนร่วม โดยพื้นที่ดังกล่าวมีโอกาสที่จะเป็นต้นแบบในการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ด้านพืช ผัก สมุนไพร และแหล่งอาหารเพื่อสุขภาพ แหล่งใหม่ของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา และภาคใต้ต่อไปในอนาคต

คณะนักวิจัย

ตุลาคม 2553

(1)

บทคัดย่อ

ชื่อเรื่อง	การพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา
ผู้วิจัย	ผศ.ดร.ปาริชาติ วิสุทธิสมาจาร, นางสาวอรพรรณ สกุลแก้ว, นายปรัชญากรณ์ ไชยคช
ที่อยู่	คณะกรรมการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โทรศัพท์ 074 286884 Email: parichat.v@psu.ac.th
ระยะเวลาโครงการ	มิถุนายน – สิงหาคม 2553

การศึกษา เรื่องการพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแหล่งท่องเที่ยวสวนสมุนไพรในด้านคุณภาพและสรรพคุณของพืชผักสมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง เพื่อเสนอรายการอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวและประชาชนทั่วไปโดยใช้วัตถุดิบของชุมชน และพัฒนาภูมิอนาเที่ยวสวนสมุนไพรอย่างมีส่วนร่วมของประชาชนในลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยอาศัยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนในพื้นที่วิจัยเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล โดยการสำรวจพื้นที่จัดประชุมกลุ่มย่อยผู้ที่เกี่ยวข้องทั้งการเกษตรและการท่องเที่ยวเพื่อรับฟังความคิดเห็น รวมถึงการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้เกี่ยวข้องโดยตรง เพื่อนำข้อมูลมากำหนดรูปแบบการจัดการท่องเที่ยวในสวนสมุนไพร พร้อมทั้งข้อเสนอแนะ ซึ่งสรุปได้ ดังนี้

1. ข้อมูลสำคัญและสถานภาพของสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว ตั้งอยู่บริเวณเชิงเขาบรรทัด หมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง ชาวบ้านทั่วไปประกอบอาชีพทำสวนยางพารา สวนผลไม้ และปลูกพืช ผัก สมุนไพร เพื่อบริโภคในครัวเรือนและเป็นอาชีพเสริมรายได้

2. การปลูกพืช ผัก สมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง ชาวบ้านในวัง เกือบทุกบ้านนิยมปลูกพืช ผัก สมุนไพรบริเวณบ้าน เพื่อใช้บริโภคภายในครัวเรือนและขายเป็นอาชีพเสริม อย่างไรก็ตาม สวนสมุนไพรของชาวบ้านที่มีอยู่ในชุมชนสามารถพัฒนาและส่งเสริมให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวได้ มีจำนวน 2 สวน และ 1 แหล่งซึ่งตั้งอยู่ในพื้นที่สาธารณะภายในชุมชนบ้านวังยาว

3. พืช ผัก สมุนไพร ที่ค้นพบกับใช้ประโยชน์ในการพัฒนาโภชนาการ และรายการอาหาร พืช ผัก สมุนไพรที่ค้นพบในพื้นที่ชุมชนบ้านในวังและบ้านวังยาว มีจำนวนทั้งสิ้น 50 ชนิด โดยแบ่งเป็น สมุนไพรที่ใช้ประกอบเป็นอาหาร 33 ชนิด และสมุนไพรที่สามารถนำมาเป็นยารักษาโรคชนิดต่างๆ จำนวน 17 ชนิด โดยมีผลผลิตทั้งปี และรายการอาหารเพื่อสุขภาพที่ปรุงจากพืช ผัก สมุนไพร ที่ค้นพบ จำนวน 7 รายการ

4. การทดลองโปรแกรมท่องเที่ยว การเชื่อมโยงเส้นทางท่องเที่ยวระหว่างสวนสมุนไพรกับแหล่งท่องเที่ยวหลักในจังหวัดพัทลุง และแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ข้อเสนอแนะในการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวจากผู้ประกอบการและคณะสื่อมวลชนด้านการท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อม

5. โอกาสในการพัฒนาสวนสมุนไพรและการจัดการท่องเที่ยวในชุมชนพื้นที่บ้านในวังและบ้านวังยาว ซึ่งมีสวนสมุนไพร และแหล่งท่องเที่ยวในบริเวณใกล้เคียง สามารถพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยว ที่แตกต่างไปจากที่อื่น ช่วยสร้างโอกาสให้บ้านในวังเป็นสถานที่ท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้เกี่ยวกับ พืช สมุนไพรเพื่อสุขภาพ ที่นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางไปเรียนรู้ และรับประทานอาหารที่ปรุงจากสมุนไพรที่มีอยู่ นักท่องเที่ยวยังได้มีโอกาสสัมผัสอากาศที่เย็นเกือบตลอดทั้งปี เนื่องจากพื้นที่ดังกล่าวตั้งอยู่เชิงเขาบรรทัด สัมผัสบรรยากาศที่เงียบสงบ เนื่องจากที่อยู่อาศัยภายในชุมชนคั้งห่างกันออกไป ซึ่งสามารถจัดการท่องเที่ยวแบบสัมผัสวิถีชีวิตชุมชน (โฮมสเตย์) โดยเน้นการเรียนรู้พืชสวนสมุนไพรและรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพมากกว่ากิจกรรมอื่น นอกจากนี้ กิจกรรมท่องเที่ยวที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม เช่น การปั่นจักรยานชมสวนสมุนไพร สวนผลไม้ และ กิจกรรมดูนก เป็นต้น ซึ่งโดยภาพรวมบ้านในวัง สามารถพัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ พืช ผัก สมุนไพร ควบคู่กับการดูแลสุขภาพ โดยอาศัยความร่วมมือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐ เอกชนและชุมชนในการผลักดันให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวแห่งใหม่ของจังหวัดพัทลุง

คำหลัก: สวนสมุนไพร สมุนไพรเพื่อสุขภาพ และสมุนไพรในภาคใต้ของประเทศไทย

Abstract

Title	Herbal garden development for tourism in Songkhla Lake Basin
Authors	Asst. Prof. Parichart Visuthismajarn, Miss Oraphan Sakulkeo and Mr. Prachyakorn Chaiyakot
Address	The faculty of environment, Prince of Songkhla University, Hatyai, Songkhla, 90110 Email: parichat.v@psu.ac.th

The objectives of the participatory action research, herbal garden development for tourism in Songkhla Lake Basin, are to study tourism site of herbal garden in terms of benefit and properties of vegetable and herbal garden in Nai Wang Village, Baanna Sub-district, Srinakarin District, Phatthalung Province, to present the healthy food menu to tourists and general people by using raw material in community and to develop the tourism handbook in herbal garden by participatory process of people in Songkhla Lake Basin. Data collection was made by field survey, focus group of involving stakeholders: the vegetable and herbal gardeners, local government and tourism entrepreneurs and in-depth interview the direct herbal experts. The collected data was formed to determine the model of tourism management in vegetable and herbal gardens. It found that the vegetables and herbal gardens for tourism located close to Bantand mountain foot in Nai Wang Village, Baan Na Sub-district, Srinakarin District, Phatthalung Province. Local people generally grow a variety of vegetables and herbs and around their homes for cooking, healing and also increasing income within households. The study also shown that there are two private vegetables and herbal gardens and one public area can be developed as tourist attractions, 33 species of herbs for cooking, 17 species for curing disease and 7 healthy food menus use herbs as ingredient were found. Tourism route test in area was designed and operated by linking with the main tourism destinations in Songkhla Lake Basin from the group of tour operators and environmental media. Moreover, Nai Wang Village can be developed as the tourism destination to educate the vegetables and herbs of health. Tourists can educate and have the food cooking from existing vegetables and herbs within the communities, touch the cool weather almost the year because the community located close to Bantad mountain range and also stay in calm atmosphere. It should be also developed for home-stay tourism

destination by emphasizing the education of vegetable and herb and having healthy food. Furthermore, the research area still has opportunity to be developed as the main tourist attraction of Phatthalung Province in the term of environmentally and friendly tourism activities such as biking in vegetables and herbs gardens and the fruit farm, birds watching and walking around the village by coordinating with the tourism involving organizations.

Keywords: *Herb garden, Herbs for health, Thailand southern herbs*

•

สารบัญ

	หน้า
- กิตติกรรมประกาศ	(1)
- บทคัดย่อ	(3)
- สารบัญ	(4)
บทที่ 1 บทนำ	
- หลักการและเหตุผล	1
- คำถามในการวิจัย	3
- วัตถุประสงค์ในการวิจัย	3
- ขอบเขตการวิจัย	3
- ระเบียบวิธีวิจัย	4
- ผลประโยชน์ที่จะได้รับ	4
บทที่ 2 ทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	
- พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา	5
- ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดของการท่องเที่ยวชนบท (Rural Tourism)	8
- รูปแบบการท่องเที่ยวชนบทในทวีปออสเตรเลีย	9
- รูปแบบการท่องเที่ยวชนบทในทวีปเอเชีย	11
- ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	13
- ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงเกษตร (Agro-tourism)	17
- แนวคิดการจัดการท่องเที่ยวเกษตรอย่างเป็นระบบ	20
- ความหมาย ลักษณะและแนวคิดของการท่องเที่ยวโดยชุมชน (Communities based tourism)	21
- การจัดการสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว	23
- ภูมิประเทศจังหวัดพัทลุง	25
- ยุทธศาสตร์การพัฒนาจังหวัดพัทลุง	26
- สถานการณ์ ด้านการผลิตและการตลาดของสินค้าเกษตรที่สำคัญของจังหวัดพัทลุง ในปี 2551	29
- พืช ผัก สมุนไพรภาคใต้	26
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	35

- ประชากรกลุ่มตัวอย่าง	36
- เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	36
- การเก็บรวบรวมข้อมูล	37
- การวิเคราะห์ข้อมูล	38

บทที่ 4 ผลการวิจัย 39

- ข้อมูลทั่วไปและสถานภาพของสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว	39
- การปลูกพืช ผัก สมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง	40
- พืช ผัก สมุนไพร ที่ค้นพบกับใช้ประโยชน์ในการพัฒนาโภชนาการและรายการอาหาร	41
- การทดลองนำเที่ยว	50
- โอกาสในการจัดการพัฒนาสวนสมุนไพรและการจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชน	53
- สรุปและข้อเสนอแนะ	59

ภาคผนวก

- ภาคผนวก ก สภาพทั่วไปของตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง	62
- ภาคผนวก ข ประมวลภาพสมุนไพรเพื่อปรุงอาหาร	67
- ภาคผนวก ค ประมวลภาพสมุนไพรเพื่อการรักษาโรค	77
- ภาคผนวก ง ตัวอย่างเส้นทางท่องเที่ยวเชื่อมโยงกับชุมชน	83
- ภาคผนวก จ ประมวลภาพกิจกรรมงานวิจัย	86
- ภาคผนวก ฉ ประมวลภาพนำคณะสื่อมวลชนทัศนศึกษาสวนสมุนไพร	94
- บรรณานุกรมอ้างอิง	97
- ประวัติคณะนักวิจัย	100

บทที่ 1

บทนำ

1. หลักการและเหตุผล

การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมผู้บริโภคของนักท่องเที่ยวทั่วโลกได้ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงด้านรูปแบบการท่องเที่ยวตามมา จากอดีตที่นักท่องเที่ยวเดินทางไปเที่ยวตามแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ อาทิ ทะเล น้ำตก ภูเขา ถ้ำ เป็นต้น เพียงเพื่อไปดูปรากฏการณ์ทางธรรมชาติ หรือความสวยงามของรูปลักษณะ ที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ หรือสิ่งที่มนุษย์สร้างไว้ในอดีต เช่น วัด มัสยิด ปราสาท พระราชวัง เป็นต้น แต่นักท่องเที่ยวพัฒนาตัวเองมาเป็นการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้เพิ่มมากขึ้น รูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้และสัมผัสในเชิงลึกต่อแหล่งท่องเที่ยวที่ได้เดินทางไปท่องเที่ยว หรือที่เรียกว่าการท่องเที่ยวทางเลือก (Alternative Tourisms) เช่น การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ การท่องเที่ยวเชิงเกษตร การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม นอกจากนี้ จากกระแสโรคภัยต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากการรับประทานอาหารที่ไม่สะอาด หรือการเร่งรีบจากการภารกิจหน้าที่การงานในปัจจุบันทำให้ผู้คนขาดความใส่ใจต่อคุณค่าของอาหารที่บริโภค ทำให้เกิดรูปแบบการท่องเที่ยวเพื่อการชิมรสชาติอาหาร (Gastronomic Tourism) ในพื้นที่ที่มีเอกลักษณ์และทรัพยากรที่มีในพื้นที่นั้นๆ รูปแบบของการท่องเที่ยวเหล่านี้ ล้วนแล้วอาศัยฐานทรัพยากรแหล่งท่องเที่ยว และฐานการเรียนรู้ตั้งอยู่ในพื้นที่ชนบท (Rural Sites) เป็นหลัก เนื่องจากชุมชนมีต้นทุนทางทรัพยากรสิ่งแวดล้อม ต้นทุนทางวัฒนธรรม และความเป็นอัตลักษณ์ของแต่ละชุมชนที่แตกต่างกันออกไป (Ratanakomut, 2006)

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา มีแหล่งท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายเนื่องจากลุ่มน้ำมีประวัติศาสตร์ความเป็นมาอย่างยาวนานผ่านยุคต่างๆ ทำให้พื้นที่มีแหล่งท่องเที่ยวที่แตกต่างกันออกไปทั้งแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตชุมชน และการจัดกิจกรรมเพื่อการท่องเที่ยว ในปี 2550 (ททท., 2551) มีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างประเทศเดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในจังหวัดสงขลาและจังหวัดพัทลุง จำนวนทั้งสิ้น 2,645,770 คน และ 501,320 คน ตามลำดับ ส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราชซึ่งมีพื้นที่ 2 อำเภออยู่ในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบมีนักท่องเที่ยวเดินทางเข้าท่องเที่ยวในจังหวัดรวมทั้งสิ้น 1,639,046 คน การส่งเสริมและการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ซึ่งปาริชาติ วิสุทธิสมาจารและคณะ (2548 : 68) ได้สำรวจและศึกษาสภาพทรัพยากรทางการท่องเที่ยวพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา พบว่ามี

จำนวน 212 แห่ง โดยจัดแบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ จำนวน 79 แห่ง ซึ่งจำแนกออกได้เป็นกลุ่มย่อยตามลักษณะของสถานที่ ได้แก่ ภูเขา น้ำตก หาดทราย พื้นที่ชุ่มน้ำ เกาะ จำนวน 54 แห่ง และ ถ้ำจำนวน 25 แห่ง เป็นต้น และแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม จำนวน 133 แห่ง ได้แก่ ศาสนสถานจำนวน 76 แห่ง เมืองและชุมชนโบราณ ที่มีจุดเด่นสำคัญ เช่น เจดีย์ วัด ถ้ำโบราณ เป็นต้น จำนวน 22 แห่ง และโบราณสถานอื่นๆ จำนวน 35 แห่ง นอกจากนี้ ความเชื่อ และหัตถกรรมของผู้คนในพื้นที่ทะเลสาบสงขลา ยังเป็นทรัพยากรการท่องเที่ยวที่สำคัญของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ซึ่งกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นโดยอาศัยทรัพยากรที่มีอยู่ในพื้นที่เป็นฐานในการรองรับทำให้เกิดการท่องเที่ยวทางเลือกจำนวนมาก (Alternative Tourism) ซึ่งประกอบด้วย การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ การท่องเที่ยวเชิงเกษตร การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม การท่องเที่ยวเชิงศาสนา การท่องเที่ยวโดยชุมชน การท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ เป็นต้น

ปัจจุบันนักท่องเที่ยวจะให้ความสำคัญต่อแหล่งท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นการเรียนรู้ สัมผัสวิถีชีวิตชุมชนเชิงลึก เดินทางท่องเที่ยวโดยเน้นคุณภาพของแหล่งท่องเที่ยวมากกว่าเน้นปริมาณของแหล่ง ใส่ใจและตระหนักต่อสิ่งแวดล้อมแล้ว แหล่งท่องเที่ยวภายในชุมชนได้ชื่อว่าเป็นแหล่งรวบรวมทรัพยากรการท่องเที่ยวที่สำคัญ ซึ่งรวมถึงวัดลุดิบ ภูมิปัญญาที่สั่งสม แรงงานที่เกี่ยวข้อง นอกจากนี้ ชุมชนยังเป็นแหล่งผลิตอาหารที่ใช้เลี้ยงผู้คนในเมืองใหญ่ต่างๆ การท่องเที่ยวในปัจจุบันให้ความสำคัญต่อความสนุก ความเพลิดเพลิน ที่ได้รับจากการเดินทางท่องเที่ยวแล้ว การให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพนับเป็นกระแสที่ได้รับความสนใจและตอบรับจากนักท่องเที่ยวทั่วไปอย่างกว้าง ทั้งในประเทศและต่างประเทศ โดยที่พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาซึ่งมีความสมบูรณ์ด้วยระบบนิเวศป่าเขา แม่น้ำ พื้นที่ราบลุ่ม ทะเลสาบ เป็นแหล่งรวบรวมพืชพรรณ สมุนไพร ผักพื้นบ้าน ที่สามารถให้ประโยชน์ทางด้าน โภชนาการ คุณค่าทางสารอาหารนานาชนิด ซึ่งกล่าวได้ว่าอาหารเป็นตัวชีวิตที่สำคัญต่อสุขภาพของมนุษย์ และที่สำคัญคือภูมิปัญญาท้องถิ่นของชาวบ้านที่สืบทอดกันมานับร้อยปี ถือว่าเป็นเป็นอัตลักษณ์เฉพาะถิ่นที่สำคัญ

บ้านในวัง ซึ่งตั้งอยู่ในหมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง บริเวณเชิงเขาบรรทัด เป็นป่าต้นน้ำที่สำคัญของทะเลสาบสงขลา ผู้คนในชุมชนนอกจากจะทำสวนยาง สวนผลไม้ ยังมีการปลูกพืชผักสมุนไพร เป็นอาชีพเสริมเพื่อให้เป็นวัตถุดิบปรุงอาหารในครัวเรือน และส่งออกไปขายตามสถานที่ต่างๆ ทั้งภายในชุมชนและนอกชุมชน ซึ่งพืชผักสมุนไพรที่ปลูกส่วนใหญ่ปลอดสารพิษ อาทิ ผักกูด ผักเหมียง ตาหมัด ชิง ข่า เป็นต้น พืชผักสมุนไพร ดังกล่าว นับว่ามีคุณค่าทั้งในด้านของการเรียนรู้ถึงสรรพคุณ และคุณค่าทางโภชนาการทั้ง

ในด้านของการให้ประโยชน์ทางด้านสารอาหาร และการรักษาโรคภัยต่างๆ ที่ผ่านมามีความรู้ทางด้านพืชผัก สมุนไพรดังกล่าว ยังขาดการถ่ายทอดให้นักท่องเที่ยวหรือผู้ที่สนใจได้รับรู้เท่าที่ควร เนื่องจากชุมชนยังขาดองค์ความรู้ในการสื่อความหมาย การเก็บรวบรวมข้อมูลสมุนไพรอย่างเป็นระบบที่สามารถถ่ายทอดให้นักท่องเที่ยวและผู้คนที่สนใจรับรู้และเข้าใจอย่างเป็นกระบวนการ ดังนั้น เพื่อให้นักท่องเที่ยว และผู้ที่สนใจทั่วไป ได้เห็นคุณค่าของสมุนไพรที่มีอยู่ในชุมชน ทั้งที่เป็นประโยชน์ต่อการรักษาสุขภาพ และเป็นแหล่งเรียนรู้พืชพรรณสมุนไพรที่สำคัญของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาโดยอาศัยกิจกรรมท่องเที่ยวเป็นเครื่องมือในการเรียนรู้ผ่านกระบวนการสื่อความหมายจากปราชญ์ชุมชนและภาคีเครือข่ายท้องถิ่น และสรรพคุณที่ได้จากพืชผัก สมุนไพร จาก การปรุงอาหารรายการต่างๆ โดยใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน

2. คำถามในงานวิจัย

รายการอาหารเพื่อสุขภาพที่ปรุงจากพืชผักสมุนไพรบ้านในวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบล บ้านนา อำเภอสรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง เป็นอย่างไร

3. วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1) เพื่อศึกษาแหล่งท่องเที่ยวสวนสมุนไพรในด้านคุณประโยชน์ และสรรพคุณของพืชผักสมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอสรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

2) เพื่อเสนอรายการอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวและประชาชนทั่วไป โดยใช้วัตถุดิบในชุมชน

3) เพื่อพัฒนาคู่มือนำเที่ยวสวนสมุนไพรอย่างมีส่วนร่วมของประชาชนในกลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

4. ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านพื้นที่

หมู่ที่ 6 และหมู่ที่ 8 บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอสรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

แบ่งระดับการศึกษาใน 2 ด้าน ดังนี้

1) พื้นที่และประเภทของพืชผักสมุนไพรที่สามารถนำมาประกอบอาหารที่พบในตำบลบ้านลำใน

2) รายการอาหารชนิดต่างๆ ที่ปรุงโดยใช้วัตถุดิบในชุมชน

3. ขอบเขตด้านประชากร

ปราชญ์ชาวบ้านด้านอาหารในพื้นที่ ผู้นำชุมชน กลุ่มแม่บ้าน ผู้ประกอบการ โสมสเดย์ มัคคุเทศก์ท้องถิ่น หน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว

5. ระเบียบวิธีวิจัย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นงานวิจัยแบบผสมผสาน ทั้งเชิงปริมาณ และเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีศึกษาวิเคราะห์ด้วยวิธีการต่าง ๆ ในรายละเอียด และกลุ่มประชากรดังนี้ คือ

- วิธีการศึกษาวิเคราะห์จากข้อมูล เอกสาร และงานวิจัยต่าง ๆ รวมทั้งการสำรวจ การสังเกต เพื่อทราบบริบทด้านพื้นที่และทรัพยากรด้านการท่องเที่ยวของกลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา รวมทั้งรูปแบบการท่องเที่ยวในพื้นที่ที่ผ่านมา

- วิธีการประชุมกลุ่ม (Focus group) ประกอบด้วย

1. ปราชญ์ชาวบ้านด้านอาหารในพื้นที่และผู้นำชุมชน จำนวน 3 คน
2. กลุ่มแม่บ้านในพื้นที่ จำนวน 10 คน
3. กลุ่มผู้ประกอบการ โสมสเดย์ มัคคุเทศก์ท้องถิ่นจำนวน 10 คน
4. หน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว เช่น กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย สมาคมธุรกิจการท่องเที่ยวจังหวัดพัทลุง จำนวน 5 ราย

6. ประโยชน์ที่จะได้รับ

คู่มือนำเที่ยวสวนสมุนไพรซึ่งประกอบด้วย

- แหล่งท่องเที่ยวสวนสมุนไพรในพื้นที่กลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา
- ประเภทของพืชผักสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ
- รายการอาหารเพื่อสุขภาพที่ได้จากวัตถุดิบในชุมชน

บทที่ 2

บททวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

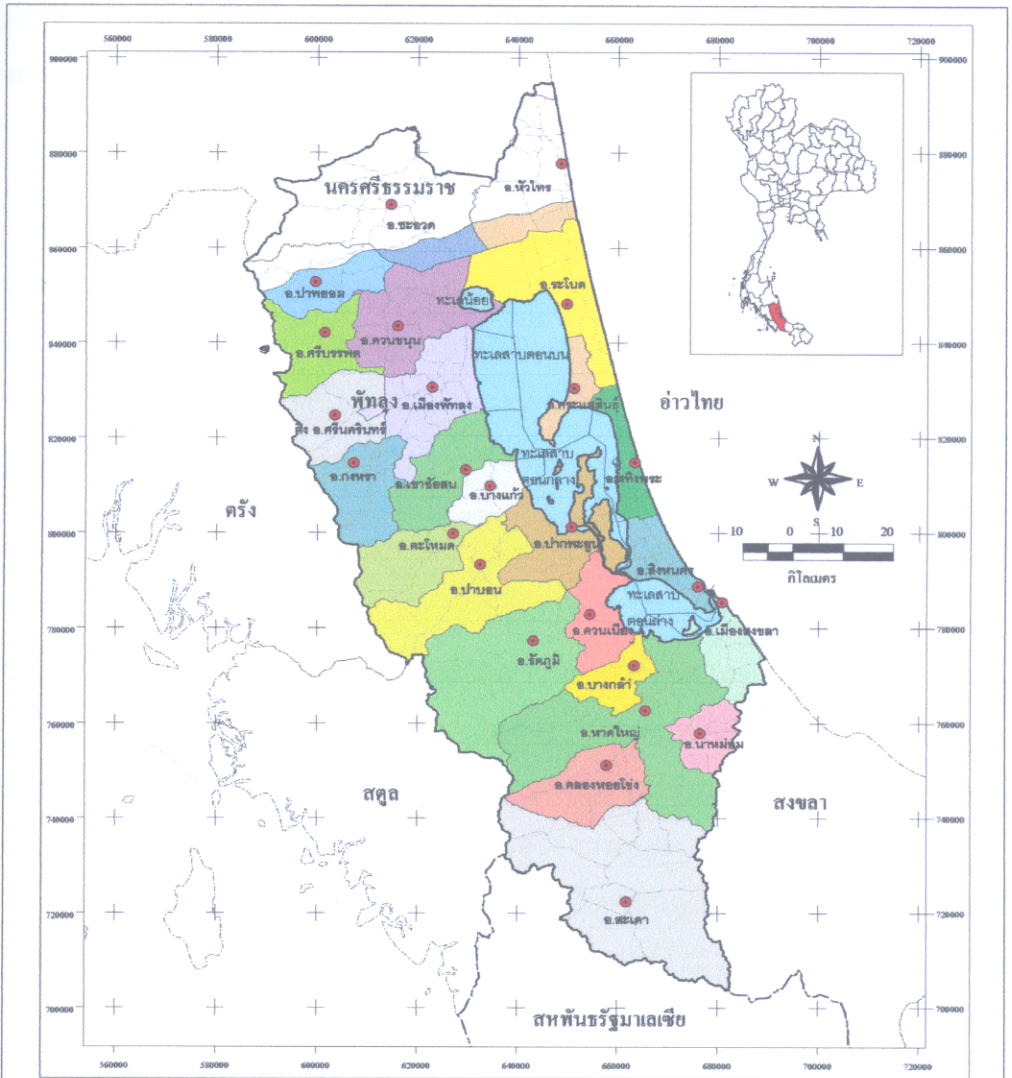
การวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลามีความประสงค์ที่ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ที่มีทรัพยากรการท่องเที่ยวจำนวนมาก ที่สามารถนำมาพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวประเภทต่างๆ เพื่อเป็นเครื่องมือในการส่งเสริมอาชีพ สร้างรายได้เสริมให้กับผู้คนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่นั้นๆ และที่สำคัญที่สุดทรัพยากรต่างๆ ทั้งทางธรรมชาติ ประเพณีวัฒนธรรม วิถีชีวิต ได้รับการอนุรักษ์ และสืบทอดผ่านจากรุ่นสู่รุ่น จึงกล่าวได้ว่าการท่องเที่ยวเป็นเครื่องมือให้ประชาชนเก็บรักษาพื้นแผ่นดินของตนไว้แทนที่จะขายให้กับผู้อื่นไป

การพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว นักวิจัยได้ศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องตลอดจนแนวคิดและทฤษฎีต่างๆ เกี่ยวกับเรื่องที่น่าสนใจว่ามีความอยู่อย่างไร ซึ่งนำมาเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

2.1 พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา พื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา เป็นดินแดนที่มีพัฒนาการทางประวัติศาสตร์มายาวนานไม่น้อย 6,000 ปี มีทรัพยากรด้านการท่องเที่ยวที่หลากหลาย ทั้งธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตของผู้คน และกิจกรรมประเพณีต่างๆ จากการสำรวจจำนวนประชากร ในปี 2547 ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา มีจำนวน ประมาณ 1.6 ล้านคน (ฉัตรไชย รัตนไชย และคณะ, 2548: 1-3) ร้อยละ 69 กระจายอยู่นอกเขตเมือง และร้อยละ 31 อาศัยอยู่ในเขตเมือง ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ครอบคลุมพื้นที่ 3 จังหวัดได้แก่ พัทลุงทั้งจังหวัด ประกอบด้วยอำเภอเมืองพัทลุง ปากพะยูน ป่าบอน บางแก้ว เขาชัยสน ตะโหนด กงหรา ควนขนุน ศรีบรรพต ป่าพะยอม และศรีนครินทร์ จังหวัดสงขลา 12 อำเภอ ได้แก่ อำเภอเมืองสงขลา หาดใหญ่ สะเดา นามหม่อม คลองหอยโข่ง รัตภูมิ บางกล่ำ ควนเนียง สิงหนคร สทิงพระ กระแสสินธุ์ และระโนด และ จังหวัดนครศรีธรรมราช 2 อำเภอ ได้แก่ อำเภอชะอวด และอำเภอหัวไทร ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลามีพื้นที่ประมาณ 8,727 ตร.กม. แบ่งเป็นแผ่นดิน 7,685 ตารางกิโลเมตร และเป็นพื้นที่ทะเลสาบ 1,042 ตารางกิโลเมตร ความยาวจากเหนือจรดใต้ประมาณ 150 กิโลเมตร และจากตะวันออกไปถึงตะวันตกประมาณ 65 กิโลเมตร

ลักษณะภูมิประเทศของพื้นที่ลุ่มน้ำฯ ทางทิศตะวันตกมีเทือกเขาบรรทัดเป็นสันปันน้ำทอดตัวยาวในแนวเหนือ - ใต้ ทางทิศใต้เป็นส่วนหนึ่งของเทือกเขาสันกาลาศีรี เทือกเขาทั้งสองปกคลุมด้วยป่าไม้และเป็นแหล่งต้นน้ำของลุ่มน้ำนี้ ถัดจากพื้นที่ภูเขาสูงมาจะเป็นที่ราบสลับ

เนิน เขาเตี้ยๆ ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ปลูกยางพารา สวนผลไม้ ถัดลงมาเป็นที่ราบขนาดใหญ่ล้อมรอบด้วยทะเลสาบส่วนใหญ่เป็นพื้นที่นาข้าว ทางตอนเหนือของทะเลสาบเป็นพื้นที่ชุ่มน้ำขนาดใหญ่ เรียกว่า "พรุควนเคร็ง" ครอบคลุมพื้นที่ประมาณ 137 ตารางกิโลเมตร (รวมทะเลน้อย) ส่วนทางด้านตะวันออกเป็นที่ราบชายฝั่งทะเลติดต่อกับอ่าวไทย ทะเลสาบสงขลาเป็นแหล่งกักเก็บน้ำและระบายน้ำตามธรรมชาติ ที่มีเอกลักษณ์พิเศษ คือ มีระบบนิเวศ 3 น้ำ ที่มีการผสมผสานทั้งน้ำจืด น้ำกร่อย และน้ำเค็ม ทะเลน้อยซึ่งอยู่ทางเหนือ สุดเป็นน้ำจืด ถัดลงมาคือทะเลสาบตอนบน ส่วนใหญ่ของรอบปีจะเป็นน้ำจืด ทะเลสาบตอนกลางมีความเค็มของน้ำเปลี่ยนแปลงระหว่างน้ำจืดและน้ำกร่อย ขึ้นกับฤดูกาล ทางใต้สุดคือทะเลสาบตอนล่าง ซึ่งเป็นน้ำกร่อยและน้ำเค็ม และทะเลสาบตอนล่าง เชื่อมกับอ่าวไทย ทำให้ความเค็มของน้ำในทะเลสาบเปลี่ยนแปลงไปตามฤดูกาล



ภาพประกอบ 1 แผนที่ แสดงที่ตั้งของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา

ที่มา: โครงการจัดทำแผนแม่บทการพัฒนาลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา (ฉัตรไชย รัตนไชย และคณะ, 2548: 2)

ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา มีแหล่งท่องเที่ยวที่มีความหลากหลายเนื่องจากลุ่มน้ำมีประวัติศาสตร์ความเป็นมาอย่างยาวนานผ่านยุคต่างๆ ทำให้พื้นที่มีแหล่งท่องเที่ยวที่แตกต่างกันออกไปทั้งแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ วิถีชีวิตชุมชน และการจัดกิจกรรมเพื่อการท่องเที่ยว ในปี 2550 (ททท., 2551) มีนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างประเทศเดินทางเข้ามาท่องเที่ยวในจังหวัดสงขลาและจังหวัดพัทลุง จำนวนทั้งสิ้น 2,645,770 คน และ 501,320 คน

ตามลำดับ ส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราชซึ่งมีพื้นที่ 2 อำเภอในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบ มีนักท่องเที่ยวเดินทางเข้าท่องเที่ยวในจังหวัดรวมทั้งสิ้น 1,639,046 คน

การส่งเสริมและการบริหารจัดการแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ซึ่งปรีชาดี สุทธิธมาจาร และกำพล มีสวัสดิ์ (2548 : 68) ได้ทำการสำรวจและศึกษาสภาพทรัพยากรทางการท่องเที่ยวพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา พบว่ามี จำนวน 212 แหล่ง โดยจัดแบ่งเป็น 2 ประเภทใหญ่ๆ คือแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ จำนวน 79 แหล่ง ซึ่งจำแนกออกได้เป็นกลุ่มย่อยตามลักษณะของสถานที่ ได้แก่ ภูเขา น้ำตก หาดทราย พื้นที่ชุ่มน้ำ เกาะ จำนวน 54 แหล่ง และ ถ้ำ จำนวน 25 แหล่ง เป็นต้น และแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม จำนวน 133 แหล่ง ได้แก่ ศาสนสถาน จำนวน 76 แห่ง เมืองและชุมชนโบราณ ที่มีจุดเด่นสำคัญ เช่น เจดีย์ วัด ถ้ำโบราณ เป็นต้น จำนวน 22 แห่ง และโบราณสถานอื่นๆ จำนวน 35 แห่ง

2.2 ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดของการท่องเที่ยวชนบท (Rural Tourism)

ประเทศไทยประชากรส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในเขตพื้นที่ชนบท (กรมการพัฒนาชุมชน , 2550: 1,10) จากการสำรวจพบว่า มีหมู่บ้านและชุมชนทั่วประเทศ มีจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น 7,926,620 หลัง มีประชากรที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนจริง รวมทั้งสิ้น 30,352,820 คน หมู่บ้านที่มีสถานที่ท่องเที่ยว จำนวน 3,381 หมู่บ้าน มีสถานที่ท่องเที่ยวในหมู่บ้านที่ทำให้เกิดรายได้ จำนวน 4,983 แห่ง โดยมีครัวเรือนที่มีรายได้จากการท่องเที่ยว จำนวน 196,112 ครัวเรือน ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ โบราณสถาน โบราณวัตถุ รวมถึงกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ดึงดูดนักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ตั้งอยู่ในชนบท ในพื้นที่ชนบทนอกจากมีแหล่งท่องเที่ยวต่างๆ ยังเป็นแหล่งผลิต รวบรวมสินค้าที่เป็นเอกลักษณ์ที่สำคัญของประเทศ นอกจากนี้ ภูมิปัญญาท้องถิ่น ปราชญ์ชาวบ้าน ซึ่งถือว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการท่องเที่ยวที่ให้นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ ผ่านการสื่อความหมายของบุคคลที่มีคุณค่าในแต่ละด้าน กระจายอยู่ตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย จำนวน 51,526 หมู่บ้านทั่วประเทศ

การท่องเที่ยวชนบท (Rural tourism) ซึ่งรูปแบบการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับภูมิทัศน์การเกษตร วิถีชีวิตชุมชน การประกอบอาชีพ ประเพณีวัฒนธรรมการเป็นอยู่ของผู้คนที่อาศัยอยู่ในชนบท การให้บริการด้านที่พัก อาหาร ของที่ระลึก ซึ่งในประเทศไทย สินค้าหนึ่งผลิตภัณฑ์หนึ่งตำบล (OTOP) แหล่งผลิตสำคัญส่วนมากตั้งอยู่ตามหมู่บ้านในชนบท การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (2544) ได้ให้คำนิยามของการท่องเที่ยวชนบทไว้ว่า การท่องเที่ยวที่นำพื้นฐานธรรมชาติของชนบทมาเป็นจุดดึงดูดใจนักท่องเที่ยว ซึ่งมีหลายรูปแบบ ได้แก่ การท่องเที่ยวใน

รูปแบบฟาร์ม (Farm Tourism) การท่องเที่ยวเชิงเกษตรกรรม (Agro-tourism) ซึ่งเป็นที่นิยมมากในประเทศแถบทวีปยุโรป เป็นการสร้างรายได้ให้กับท้องถิ่น เพราะนักท่องเที่ยวต้องจ่ายค่าที่พักให้กับเจ้าของฟาร์ม หรือซื้อสินค้าที่ผลิตในฟาร์ม ทั้งยังมีการจัดที่พักให้กับเยาวชนที่ต้องการท่องเที่ยวแบบประหยัด การท่องเที่ยวชนบททำให้นักท่องเที่ยวสามารถเรียนรู้ถึงประสบการณ์และมีชีวิตความเป็นอยู่ในชนบท รวมทั้งการเรียนรู้เกี่ยวกับธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยกิจกรรมท่องเที่ยวที่สอดคล้องกับช่วงชั้นโอกาสนั้นทางการในแหล่งท่องเที่ยวชนบท (ททท., 2547) เช่น เดินชมภูมิทัศน์ ชมกิจกรรมและผลงานจากฝีมือมนุษย์ ถ่ายรูป ชี้อัจฉริยะ รถเครื่อง นั่งรถชมทิวทัศน์และสภาพแวดล้อม ชมวัฒนธรรมพื้นถิ่น รถบัสทัศนจร ชมวัด วังและโบราณสถาน ชมการแสดงหนังและละคร ปิกนิก ตกปลา ซ็องของ บริการร้านอาหาร กางเต็นท์พักผ่อน บริการที่พักกับชาวบ้าน โรงแรม เกสต์เฮาส์ รีสอร์ท บริการสื่อความหมายทุกรูปแบบ พิพิธภัณฑ์ บริการเรือและรถโดยสารประจำทาง

Bramwell and Lane (อ้างถึงใน Arie Reichel, 1999) ได้อธิบายความหมายของการท่องเที่ยวชนบทว่าเป็นกิจกรรมที่มีมุมมองอย่างหลากหลายมากกว่าการท่องเที่ยวในฟาร์ม แต่รวมถึงกิจกรรมวันหยุดในฟาร์ม นอกจากนี้ การท่องเที่ยวชนบทยังประกอบด้วยการท่องเที่ยววันหยุดในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ เดินป่า ปีนเขา และขี่ม้าในวันหยุด การผจญภัย การกีฬา และการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ ล่าสัตว์ ตกปลา การท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ การท่องเที่ยวทางศิลปะ มรดก และในบางพื้นที่ การท่องเที่ยวชนบทยังรวมถึงการท่องเที่ยวที่เกี่ยวข้องกับชาติพันธุ์ ซึ่งการท่องเที่ยวชนบท มีความสำคัญต่อการกระจายรายได้ไปสู่ชุมชน

2.2.1 รูปแบบการท่องเที่ยวชนบทในทวีปออสเตรเลีย

Bob Hargreaves (2002: 3 อ้างถึงใน Fairbum, 1994) ได้อธิบายความหมายของการท่องเที่ยวชุมชนในประเทศนิวซีแลนด์ ว่า การท่องเที่ยวชุมชน หมายถึงรูปแบบของการท่องเที่ยวพิเศษได้รับการคิดค้นขึ้นมาใหม่เพื่อดึงดูดสิ่งที่ตรงกันข้ามระหว่าง กิจกรรมหรือแหล่งท่องเที่ยวในชนบทกับชีวิตของผู้คนที่อาศัยอยู่ในเมืองวันต่อวัน โดยมีผู้ประกอบการท่องเที่ยวเสนอต่อนักท่องเที่ยว ซึ่งรูปแบบของการท่องเที่ยวชนบทประกอบด้วย ฟาร์มสเตย์ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศเที่ยวในฟาร์ม ท่องเที่ยวในสวน ขี่ม้า เล่นสกี ล่องแพ และเดินท่องเที่ยวมีมัลคูลุเทคกาน่า

Ian Knowd (2001: 8 อ้างถึงใน Oppermann, 1996) ได้ให้คำนิยามการท่องเที่ยวชนบทว่า การท่องเที่ยวชนบทเป็นการท่องเที่ยว ทั้งที่เป็นและไม่เป็นพื้นที่เพาะปลูกและเลี้ยงสัตว์

ในชนบทและในชุมชน แต่ไม่รวมกิจกรรมการท่องเที่ยวในเขตอุทยานแห่งชาติ ป่าไม้ และพื้นที่ที่รกร้างว่างเปล่า

ประเทศออสเตรเลีย การท่องเที่ยวชนบทได้รับความนิยมสูงเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศอื่นๆ ในปี 1995-96 นักท่องเที่ยวต่างประเทศเดินทางไปท่องเที่ยวในพื้นที่ชนบทของประเทศ ประมาณ 1.3 ล้านคน จากจำนวนนักท่องเที่ยวทั้งสิ้น 3.6 ล้านคนที่เดินทางเข้าไปท่องเที่ยว (Mick O'Hallaran, 2000: 4) ซึ่งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านการท่องเที่ยวของประเทศทั้งในระดับชาติและระดับรัฐในพื้นที่ ได้อธิบายความหมายของการท่องเที่ยวชนบทว่า กิจกรรมที่ได้รับการเยียระไนหลายๆ อย่างที่เกิดขึ้นในพื้นที่ที่มีสิ่งแวดล้อมนอกเมือง และแสดงให้เห็นนักท่องเที่ยวเห็นถึงความสำคัญของชีวิตการทำเกษตร (Ian Knowd, 2001 อ้างถึงใน DOT, 1997:2, DOT, 1994)

การท่องเที่ยวชนบทหมายถึง สิ่งที่ตั้งนักท่องเที่ยวออกจากเมืองหลัก เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่มนุษย์ที่สร้างขึ้น และการท่องเที่ยวชนบทคือสิ่งที่ออกแบบมาโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการท่องเที่ยว (Ian Knowd, 2001 อ้างถึงใน DOT, 1995b:5)

สินค้าด้านการท่องเที่ยวชนบท แบ่งออกเป็นสินค้าหลัก (Core Products) สินค้าที่เป็นตัวช่วย (Auxiliary Products) และความช่วยเหลือทางด้าน โครงการขององค์กรภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้อง (Ian Knowd, 2001 อ้างถึงใน Williams, 1995; DOT, 1995b:5; Hill et al, 1996; Swarbrooke, 1996; EC-AEIDL, 1997; Hall, 1997) โดยเขียนเป็นภาพประกอบได้ดังนี้



ภาพประกอบที่ 2 องค์ประกอบด้านสินค้าการท่องเที่ยวชนบท

2.2.2 รูปแบบการท่องเที่ยวชนบทในทวีปเอเชีย

การท่องเที่ยวชนบทในประเทศอิสราเอล เป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เติบโตขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากการสำรวจการให้บริการที่เรียกว่า Bed & breakfast (B&B) ในปี 2537 พบว่า มีองค์กรที่ให้บริการด้านที่พักในชนบทจำนวน 444 ราย ซึ่งมีห้องพักให้บริการจำนวน 12,572 ห้อง ซึ่งมีอัตราการเจริญเติบโตที่คาดไว้ร้อยละ 25 ซึ่งการท่องเที่ยวชนบท หมายถึงการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในพื้นที่ที่เป็นชนบท ความเป็นชนบทเป็นศูนย์กลางและเป็นจุดขายที่มีความเป็นลักษณะพิเศษในส่วนประกอบทั้งหมดของการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นในชนบท (Arie Reichel อ้างถึงใน OEDC, 1994: 15) ดังนั้น การท่องเที่ยวชนบท ควรตั้งอยู่ในพื้นที่ชนบท สร้างความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะของโลกชนบท สร้างผู้ประกอบการขนาดเล็ก เปิดพื้นที่ว่าง และสร้างความยั่งยืน

ประเทศญี่ปุ่น ซึ่งเป็นประเทศอุตสาหกรรมที่เจริญที่สุดในทวีปเอเชีย การท่องเที่ยวชนบทมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจในระดับชุมชน ซึ่งเมืองโออิตะ เป็นตัวอย่างที่สำคัญในการใช้การท่องเที่ยวเป็นเครื่องมือพัฒนาชุมชน หมู่บ้าน จนเกิดเป็นชุมชนตัวอย่างของการศึกษาดูงานที่สำคัญเกี่ยวกับการผลิตสินค้าภายในชุมชน และการบริหารองค์กร

ขนาดย่อม กระทรวงการเกษตร ป่าไม้และประมงของประเทศญี่ปุ่น ได้นิยามความหมายของการท่องเที่ยวชนบทว่า การท่องเที่ยวชนบทไม่เป็นเพียงพื้นฐานทางการเกษตรและพื้นที่ที่ผู้คนในชนบทอยู่อาศัย แต่ยังรวมถึงพื้นที่สาธารณะของประเทศที่ผู้คนสามารถพักผ่อนและพักผ่อนทำจิตใจให้สงบ (Yutaka Arahi: ม.ป.ป)

Abby Liu (2005) ได้ทำการวิจัยเรื่องการท่องเที่ยวในชนบท ของรัฐเคดาห์ ประเทศมาเลเซีย พบว่ารูปแบบการท่องเที่ยวชนบทในพื้นที่ดังกล่าว ประกอบด้วย การท่องเที่ยวทางธรรมชาติ การพักผ่อนสันทนาการ และการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตชนเผ่า (โอรัง อัสรี)

การท่องเที่ยวในชนบท ที่เมือง Klibanu ประเทศอินโดนีเซีย (Iwantoro: ม.ป.ป.) ได้จ้างแรงงานในพื้นที่ ประมาณ 1000 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นผู้ที่อาศัยอยู่ในชุมชนหมู่บ้าน โดยกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เสนอแก่นักท่องเที่ยว ประกอบด้วย การไปเที่ยวชมสวนดูกระบวนการผลิตกาแฟ โกโก้ การแปรรูปยางพารา พื้นที่การปลูกใบยาสูบและกระบวนการผลิตทั้งแบบดั้งเดิม แบบสมัยใหม่ เดินป่าบนภูเขา เยี่ยมชมพื้นที่ภูเขาไฟ อุทยานแห่งชาติ ดูนก ศึกษาพรรณพืชพันธุ์สัตว์ เต่า วางไข่ตอนกลางคืน รายการท่องเที่ยวรอบหมู่บ้านและใกล้เคียง ประกอบด้วย การเยี่ยมชมดอกเลียงม้าย การเที่ยวข้าว ภาพแสดงวิถีชีวิตของผู้คนในอดีต การทำอิฐ กระเบื้อง และสังกะสี ซึ่งเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือน การล่องแพในแม่น้ำ นอกจากนี้รูปแบบการท่องเที่ยวในชนบทรวมถึง การเที่ยวชมสวนผลไม้ต่างๆ เช่น ไร่นา สวนยาง ไร่กาแฟ สวนปาล์ม แปลงปลูกกล้วย พริกไทย ต้นจันทร์เทศ กานพลู ชินนามอน วนิลา นอกจากนี้ยังรวมถึง การรีดนมวัวด้วย

Ranjan Bandyopadhyay (2003: 119) ได้ทำการศึกษาการท่องเที่ยวชนบทในรัฐเบงกอลตะวันตกของประเทศอินเดีย พบว่า รูปแบบการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวชอบมากที่สุด ศิลปะ การแต่งกายและวัฒนธรรม ความสวยงามของภูมิทัศน์ ความหลากหลายของอาหาร สีสันของงานประณีตกิจกรรมต่างๆ ความมั่นคงทางด้านการเมือง สภาพภูมิอากาศที่มีความเหมาะสม และการดูแลนักท่องเที่ยว เบงกอล แต่เป็นที่น่าแปลกใจว่านักท่องเที่ยวจำนวนน้อยที่ให้ความสำคัญต่อเขตอนุรักษ์พันธุ์สัตว์ป่า ซึ่งมีอยู่ 15 แห่ง อุทยานแห่งชาติ 3 แห่ง และเขตอนุรักษ์พันธุ์เสือ 3 แห่ง

การท่องเที่ยวชนบทมีบทบาทสำคัญในการรักษาความเป็นเอกลักษณ์ของชุมชนในชนบท การพัฒนาชุมชนให้ยั่งยืน ทำให้ผู้คนอาศัยอยู่ในพื้นที่ของตนเอง และส่งผลให้ใกล้ชิดกับดินแดนพื้นที่ที่ยังไม่ได้พัฒนา ความเป็นอยู่ ผลกระทบต่อการเกษตร ภูมิทัศน์ และวัฒนธรรมเหล่านี้ล้วนเป็นหัวใจของสินค้าทางการท่องเที่ยวของชนบท ในขณะเดียวกัน สิ่งเหล่านี้ได้ช่วยอนุรักษ์และฟื้นฟูสภาพสิ่งแวดล้อมของชนบท บำรุงรักษากิจกรรมที่เชื่อมต่อกับชนบท

ศิลปหัตถกรรม สถาปัตยกรรมพื้นบ้านประเพณีทางศาสนาและวัฒนธรรม ซึ่งจะช่วยสร้างความเข้มแข็งและสร้างงานใหม่ๆ ให้กับชุมชนด้วย การท่องเที่ยวชนบทมีบทบาทสำคัญต่อการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมในชุมชน ความภาคภูมิใจของชุมชนขึ้นอยู่กับรายได้ แลกเปลี่ยนความต่างด้านวิถีชีวิต แนวทางการปฏิบัติกับผู้ที่มาเยือน เกิดการเรียนรู้ร่วมกันระหว่างเจ้าบ้านกับนักท่องเที่ยว อย่างเช่น นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปท่องเที่ยวที่ชุมชนลีเล็ด จังหวัดสุราษฎร์ธานี บทเรียนด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติเป็นส่วนหนึ่งที่นักท่องเที่ยวจะได้รับการเรียนรู้ เช่นเดียวกับการจัดการท่องเที่ยวบ้านบ่อเจ็ดลูก จังหวัดสตูล นักท่องเที่ยวจะได้เรียนรู้การอนุรักษ์ทรัพยากรชายฝั่งซึ่งเป็นแหล่งทำมาหากินของผู้คนในชุมชนใหญ่

การท่องเที่ยวชนบทเป็นเครื่องมือในการสร้างงานสร้างรายได้แก่ผู้คนที่อาศัยอยู่ในชุมชน ฐานกำลังที่สำคัญของแรงงานที่อยู่ในภาคอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวโดยส่วนใหญ่อาศัยอยู่ในสังคมชนบทและอพยพมาทำงานในเมือง ดังนั้น การจัดการท่องเที่ยวในชนบทช่วยสนับสนุนไม่ให้เกิดการอพยพแรงงานเข้ามาทำงานในเมือง นอกจากนี้ ยังช่วยสร้างอาชีพเสริมให้กับชาวนา ชาวประมง ชาวสวน รวมถึงกลุ่มแม่บ้านต่างๆ อีกช่องทางหนึ่งด้วย การท่องเที่ยวชนบทช่วยสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้คนที่มีความแตกต่างกัน และผู้คนที่อยู่ในสังคมเมืองกับสังคมชนบท สังคมชนบทเป็นแหล่งกำเนิดของศิลปะ ประเพณี และวัฒนธรรม ที่สืบทอดกันมาอย่างยาวนาน โดยเฉพาะผู้คนที่หนีภัยจากภัยพิบัติทางธรรมชาติ มีความเชื่อต่อบรรพบุรุษ นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปท่องเที่ยวในชนบทของประเทศญี่ปุ่นไม่เพียงแต่ได้เที่ยวชมแหล่งท่องเที่ยวทางโบราณสถาน แต่ยังสามารถสัมผัสประเพณีอันดีงามในด้านของการต้อนรับจากผู้ใหญ่ ได้รับฟังนิทานเกี่ยวกับประวัติของพื้นที่ที่เล่าสืบต่อกันมา รวมถึงได้รับประทานอาหารที่มีรสชาติดั้งเดิมอีกด้วย (Yutaka Arahii: ม.ป.ป.) เช่นเดียวกับบ้านโคกโก่ง จังหวัดกาฬสินธุ์ เมื่อนักท่องเที่ยวเดินทางไปถึงชุมชนจะจัดการต้อนรับนักท่องเที่ยวโดยการบายศรีสู่ขวัญ และธรรมเนียมปฏิบัติเหมือนกันที่บ้านปราสาท จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งจะมีผู้สูงวัยมาให้การต้อนรับ และจัดการบายศรีสู่ขวัญแก่นักท่องเที่ยว ความเป็นมาเกี่ยวกับพื้นที่ได้รับการถ่ายทอดออกมาจากผู้สูงวัยเหล่านั้น

2.3 ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

2.3.1 ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติและวัฒนธรรม ซึ่งมีวัตถุประสงค์เพื่อเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวเพื่อทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและ / หรือการบำบัดรักษาฟื้นฟูสุขภาพ เช่น การรับคำปรึกษาแนะนำด้านสุขภาพ การออก

กำลังกายอย่างถูกวิธี การนวด/อบ/ประคบสมุนไพร การฝึกปฏิบัติสมาธิ ตลอดจนการตรวจร่างกาย การรักษาพยาบาล และอื่นๆ โดยเป็นการท่องเที่ยวที่มีจิตสำนึกต่อการส่งเสริมและรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยทั่วไป การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) จึงมีการจัดรายการท่องเที่ยวพักผ่อนท่ามกลางธรรมชาติ เพื่อเรียนรู้วิถีใช้พลังงานจากธรรมชาติมาบำบัดรักษาและสร้างเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้สดชื่นผ่อนคลาย เป็นการเพิ่มพูนพลังกำลังให้สมบูรณ์แข็งแรง ปรับสภาพจิตใจและร่างกายให้สมดุล และภายหลังการท่องเที่ยวก็สามารถนำกลับไปปรับประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ (กองอนุรักษ์, 2544) ดังนั้นการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพจึงเป็นที่ยั่งยืน (Sustainable) เพื่อให้เกิดการบริหารและจัดการทรัพยากรการท่องเที่ยวอย่างรอบคอบชาญฉลาด บังเกิดประโยชน์สูงสุดต่อเนื่องยาวนานในการพิทักษ์รักษาเอกลักษณ์ทางธรรมชาติและวัฒนธรรมไว้ได้อย่างยั่งยืน และก่อให้เกิดผลดีต่อการพัฒนาเศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อมของประเทศชาติและประชาคมโลกในระยะยาว (ราไพพรรณ แก้วสุริยะ, 2544)

2.3.2 ประเภทของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Tourism) อาจแบ่งออกได้ตามจุดมุ่งหมายและวัตถุประสงค์ของโปรแกรมกิจกรรมการท่องเที่ยวและความต้องการของนักท่องเที่ยวเป็น 2 ประเภทหลัก ดังนี้

1. การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ (Health Promotion Tourism) เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยสดงดงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาจากการท่องเที่ยวส่วนหนึ่งมาทำกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในที่พักผ่อนหรือนอกที่พักผ่อนอย่างถูกวิธี ตามหลักวิชาการและมีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง เช่น การนวด / อบ / ประคบสมุนไพร การบริการสวนคนบำบัด (Aroma Therapy) และวาริบำบัด (Water Therapy) การอาบน้ำแร่หรือน้ำพุร้อน การฝึกกายบริหาร ทำยาฉัดคदन การฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสนา การบริการอาหารและเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ และอื่นๆ โดยทั่วไป จึงมักนิยมการเดินทางไปท่องเที่ยวในชนบทต่างจังหวัดที่มีแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมที่สวยสดงดงาม โดยจัดโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพที่หลากหลายบรรจุไว้ในโปรแกรมการท่องเที่ยวด้วย และเลือกพักผ่อนในสถานที่พักตากอากาศประเภทโรงแรมหรือรีสอร์ทที่มีศูนย์สุขภาพหรือศูนย์กีฬาให้บริการส่งเสริมสุขภาพที่มีมาตรฐานคุณภาพอย่างแท้จริง เพื่อเข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพในสถานที่พักผ่อนนั้นๆ จัดไว้ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว ดังนั้นในการให้บริการดังกล่าวแก่นักท่องเที่ยว ผู้ประกอบการและผู้ให้บริการจึงต้องดำเนินการพัฒนาบริการ จัดโปรแกรมการท่องเที่ยว และกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ถูกต้องตามหลักวิชาการและได้

มาตรฐานคุณภาพที่เหมาะสม การท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพจึงถือเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่ได้รับการนิยมนำหลายเป็นอย่างมาก และมีประโยชน์ในการสร้างจิตสำนึกต่อการส่งเสริมสุขภาพแลพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักท่องเที่ยว รวมทั้งการพัฒนาคุณภาพสิ่งแวดล้อมไปในตัวอีกด้วย

2. การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพ (Heath Healing Tourism) เป็นการเดินทางไปท่องเที่ยวเยี่ยมชมสถานที่ท่องเที่ยวที่สวยงามในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติและวัฒนธรรมเพื่อการเรียนรู้วิถีชีวิตและพักผ่อนหย่อนใจ โดยแบ่งเวลาส่วนหนึ่งจากการท่องเที่ยวไปรับบริการบำบัดรักษาสุขภาพการรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริงเช่นการตรวจร่างกาย การรักษาโรคต่างๆ การทำฟิโนและการรักษาสุขภาพฟิโน การผ่าตัดเสริมความงาม การผ่าตัดแปลงเพศ และอื่นๆ เป็นต้น โดยทั่วไปจึงมักมีการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวที่บรรจุโปรแกรมการเข้ารับบริการบำบัดรักษาโรคการรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพต่างๆที่หลากหลาย เช่น การตรวจร่างกาย การรักษาโรคต่างๆ การทำฟิโน การผ่าตัดเสริมความงาม หรือการผ่าตัดแปลงเพศ ฯลฯ เป็นต้น โดยเลือกใช้บริการในโรงพยาบาลหรือสถานพยาบาลที่มีคุณภาพมาตรฐานอย่างแท้จริง ดังนั้น ผู้ประกอบการและผู้ให้บริการต้องดำเนินการพัฒนาบริการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวและกิจกรรมบำบัดรักษาสุขภาพที่ถูกต้องตามหลักวิชาการและได้มาตรฐานคุณภาพที่เหมาะสม การท่องเที่ยวเชิงบำบัดรักษาสุขภาพจึงเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่มุ่งประโยชน์ต่อการรักษาฟื้นฟูสุขภาพนักท่องเที่ยวเป็นสำคัญ

จุดประสงค์หลักของการท่องเที่ยวทั้ง 2 ประเภทนี้ คือ การส่งเสริมบำรุงรักษาสุขภาพกายและสุขภาพจิต การบำบัดรักษาพยาบาล และการฟื้นฟูสุขภาพ ตลอดจนการได้มีโอกาสได้แลกเปลี่ยนประสบการณ์และสังสรรค์ทางสังคมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีกับผู้อื่นในระหว่างการท่องเที่ยว ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทักษะ และค่านิยมในการส่งเสริมและรักษาฟื้นฟูสุขภาพให้สมบูรณ์ด้วยตัวเองมากยิ่งขึ้น การสร้างเสริมสุขภาพด้วยตนเองนั้นสามารถแสดงออกมาในรูปแบบของการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา การควบคุมน้ำหนักตัว การนิยมเลือกรับประทานอาหารและเครื่องดื่มสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การทำจิตใจให้สงบด้วยการฝึกปฏิบัติสมาธิตามแนวพุทธศาสนา และการใช้ยารักษาโรคจากสมุนไพรที่มีผลกระทบข้างเคียงน้อย

2.3.3 รูปแบบของการจัดการท่องเที่ยวเชิงส่งเสริมสุขภาพ

ในประเทศไทย การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Health Promotion Tourism) มีรูปแบบการจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวที่มีกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่แตกต่างหลากหลาย (ททท. 2544) ดังตัวอย่างต่อไปนี้

1. **ทัวร์แพทย์แผนไทย** เยี่ยมชมวัดโพธิ์ที่มีประวัติความเป็นมาที่มีชื่อเสียงเก่าแก่ ซึ่งได้รับยกย่องว่าเป็นมหาวิทยาลัยเปิดแห่งแรกของประเทศไทย รับฟังการบรรยายสรุปและชมการสาธิตการนวดไทยแผนโบราณเพื่อการรักษาโรคและการส่งเสริมสุขภาพ ตลอดจนเรียนรู้และฝึกปฏิบัติวิธีการนวดไทยแผนโบราณจากผู้ที่มีความสามารถเปรียบเทียบวิธีการนวดแผนโบราณของประเทศไทยกับการนวดของประเทศอื่นๆของโลก

2. **ทัวร์อาหารสมุนไพร** เยี่ยมชมศูนย์เกษตรสมุนไพร สวนพฤกษศาสตร์สมุนไพร และศึกษาเรียนรู้ความมหัศจรรย์แห่งภูมิปัญญาไทยที่สร้างสรรค์โรงวัฒนธรรมทางด้านอาหารสมุนไพร ไร่พืชที่มีแคลอรีต่ำและเครื่องคั้นสมุนไพรที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพ การนวดแพทย์แผนไทยและอบสมุนไพรเพื่อบำบัดรักษาโรคและบำรุงรักษาสุขภาพ รวมทั้งการฝึกปฏิบัติสมาธิแนวพุทธศาสน์ / ฝึกโยคะ / ฝึกกายบริหารท่าฤๅษีคัดคน และชมการสาธิตกระบวนการผลิตอาหารและเครื่องคั้นสมุนไพร

3. **ทัวร์สมุนไพรชนบท** เยี่ยมชมทัศนศึกษาการปฏิบัติงานของกลุ่ม ชมรม สมาคม และผู้สนใจสมุนไพรเพื่อการรักษาโรคและบำรุงร่างกายในชนบทต่างจังหวัดที่ยังอนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่นและหมอพื้นบ้าน โดยจัดให้มีการเยี่ยมชมสวนสมุนไพรในสถานที่จริงและรับฟังการบรรยายสรุปพร้อมทั้งการสนทนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์กับหมอพื้นบ้านและชาวบ้านสมาชิกกลุ่มชมรมหรือสมาคมสมุนไพร

4. **ทัวร์เกษตรธรรมชาติ** เยี่ยมชมแหล่งการทำเกษตรธรรมชาติ เกษตรอินทรีย์ เกษตรทฤษฎีใหม่ตามแนวพระราชดำริและการเรียนรู้ปลูกผักพื้นบ้านปลอดสารพิษ ด้วยการฝึกฝนวิธีการปลูกผักพื้นบ้านสำหรับบริโภคได้เอง การเรียนรู้ภูมิปัญญาไทยในการทำเกษตรยั่งยืนแผนใหม่ ไร่ปุย ไร่ยาม่าแมลง โดยมีการทัศนศึกษาและพบปะสนทนาและพูดคุยกับนักวิชาการพื้นบ้านเกษตรกรรมไทย

5. **ทัวร์น้ำพุร้อนและอาบน้ำแร่** เยี่ยมชมทัศนศึกษาแหล่งน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่ ที่มีอยู่ในหลายจังหวัดทั้ง 4 ภูมิภาคของประเทศไทย และพักในโรงแรมและรีสอร์ทที่ตั้งอยู่ในหรือใกล้สถานที่ให้บริการอาบน้ำแร่เพื่อบำบัดสุขภาพ โดยมีการท่องเที่ยวและพักผ่อนหย่อนใจไปในแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่สวยงามในจังหวัดอันเป็นที่ตั้งของน้ำพุร้อนและบ่อน้ำแร่นั้น

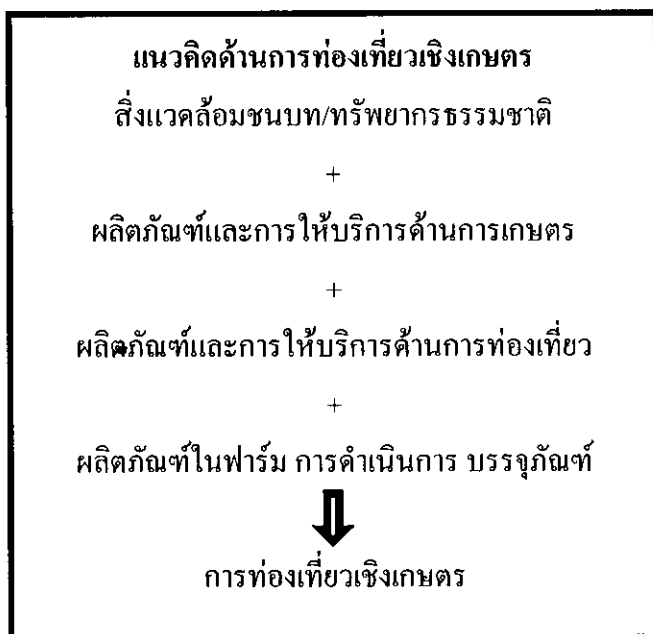
6. ทัวร์ฝึกสมาธิและบำเพ็ญภาวนา เยี่ยมชมวัดป่ากลางธรรมชาติอันสวยงามและสงบสุข ทำการฝึกปฏิบัติแนวสมาธิพุทธศาสนาเพื่อสร้างความสงบเยือกเย็นของจิตใจท่ามกลางสภาพธรรมชาติที่ร่มรื่นงดงาม หรือนั่งวิปัสสนาบำเพ็ญภาวนาขั้นสูงในสถานที่ที่จัดเตรียมไว้ในวัดป่าธรรมชาติ โดยมีกาให้คำปรึกษาแนะนำวิธีปฏิบัติสมาธิอย่างถูกต้องและเป็นประโยชน์ต่อกรคลายเครียดในชีวิตประจำวัน รวมทั้งศึกษาเรียนรู้ปรัชญาชีวิตและจิตวิญญาณตะวันออก

7. ทัวร์แหล่งธรรมชาติ เยี่ยมชมแหล่งธรรมชาติและเรียนรู้ความหลากหลายทางชีวภาพที่สวยงาม โดยการเดินป่าสมุนไพรรหรือขี่จักรยานเสือภูเขาชมธรรมชาติและความหลากหลายทางชีวภาพในอุทยานแห่งชาติและป่าธรรมชาติ รวมทั้งกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพอย่างหลากหลายในสถานที่พักผ่อนประเภท โรงแรมและรีสอร์ทที่มีสถานบริการส่งเสริมสุขภาพแบบสปาให้เลือกใช้บริการได้

2.4 ความหมาย ลักษณะ และแนวคิดการท่องเที่ยวเชิงเกษตร (Agro-tourism)

การท่องเที่ยวเชิงเกษตรมีความสำคัญต่อการพัฒนา ส่งเสริม และสร้างรายได้ให้กับผู้คนที่อาศัยอยู่ในชนบท ในบรรดาประเทศกำลังพัฒนาและด้อยพัฒนา อาชีพการเกษตรเป็นหัวใจสำคัญต่อการดำรงชีวิต เนื่องจากผลิตภัณฑ์การเกษตรเป็นสินค้าหลักในการส่งออก ประเทศโคลินิกัน ซึ่งในแถบทะเลแคริบเบียน (Catalino and Lizardo, 2004: 92) นักท่องเที่ยวที่เดินทางไปท่องเที่ยวในแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตร กิจกรรมการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจมากที่สุดคือ การชมวิวทิวทัศน์ และสำรวจเรียนรู้วัฒนธรรมทางการเกษตร มีส่วนน้อยที่ให้ความสนใจต่อวิธีการผลิตผลทางการเกษตร

การท่องเที่ยวเชิงเกษตร (Inter America Institute for Cooperation on Agriculture (IICA), 2009: 2) หมายถึงการเดินทางที่รวมถึงผลผลิต และการดำเนินการทางด้านการเกษตรในพื้นที่ชนบท ซึ่งให้ประสบการณ์การท่องเที่ยวแก่ผู้เดินทางท่องเที่ยว ตัวอย่างของประสบการณ์ที่นักท่องเที่ยวจะได้รับเมื่อเดินทางไปเที่ยวที่ฟาร์ม คือ การเลือกซื้อสินค้าจากฟาร์ม เที่ยวชมสวนผลไม้ สวนดอกไม้ พักค้างคืนในฟาร์มพร้อมด้วยการรับประทานอาหารเช้า มีส่วนร่วมในฤดูกาลเก็บเกี่ยว ซึ่งสามารถสรุปเป็นแผนภาพประกอบได้ดังนี้



ที่มา : Inter America Institutes for Cooperation on Agriculture (2009: 2)

กิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงเกษตรที่ Prince Edward Island ประเทศแคนาดา (PEI Department of Agriculture & Forestry, 2000) นักท่องเที่ยวจะได้พักในกระท่อม (Cottage) ที่สามารถมองเห็นสายน้ำ ลำธาร พื้นที่ทำปศุสัตว์ พร้อมอาหารเช้า นอกจากนี้ ยังจัดให้มีกิจกรรมท่องเที่ยวในพื้นที่ทำฟาร์ม ที่นักท่องเที่ยวได้เรียนรู้ สาธิต และเพลิดเพลินกับกิจกรรมที่จัดไว้ ประกอบด้วย เส้นทางเดินศึกษาธรรมชาติ กิจกรรมขี่ม้า เที่ยวชมสวนสัตว์เลี้ยง ทั้วในฟาร์มพร้อมการสาธิต พิธีกรรมเกี่ยวกับการทำฟาร์ม การเรียนรู้มรดกต่างๆ การตกปลาในบ่อเลี้ยง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีนักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ในชุมชน เช่น เนื้อสัตว์ เนยแข็ง แอปเปิล และพืชเชื่อม และดอกไม้แห้ง เป็นต้น ซึ่งเป็นผลิตภัณฑ์ทางการท่องเที่ยว

การท่องเที่ยวเชิงเกษตรนับเป็นกิจกรรมเสริมรายได้ให้เกษตรกรในหลายประเทศรวมทั้งในประเทศออสเตรเลีย (Connors, 1997:11-13) รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงเกษตรที่ผู้ประกอบการและเกษตรกรจัดไว้บริการนักท่องเที่ยวที่เดินทางไปท่องเที่ยวประกอบด้วย ที่พัก ซึ่งในบางที่เปรียบได้กับโรงแรมในระดับ 5 ดาว ขณะที่บางพื้นที่ไม่มีโทรทัศน์ โทรศัพท์ โทรสาร หนังสือพิมพ์ ทั้งนี้ เพื่อให้บริการนักท่องเที่ยวที่ต้องการหนีความวุ่นวายในเมือง การให้บริการด้านอาหาร บางพื้นที่นักท่องเที่ยวสามารถปรุงอาหารได้ด้วยตัวเอง เปิดโอกาสให้นักท่องเที่ยวไปทำกิจกรรมร่วมกับเจ้าของฟาร์ม เช่น การด้อนฝูงแกะ เก็บไข่ ให้หญ้าแห้งสัตว์ ขี่ม้า ตกปลาในลำธาร ฝึ่คู้สัตว์ประจำถิ่น (จิงโจ้) กิจกรรมส่องสัตว์ในตอนกลางคืน การท่องเที่ยวเชิงเกษตรยังรวมถึง

การเรียนรู้ และการฝึกปฏิบัติ เช่น การจับถักเย็บ เรียนรู้การตั้งถิ่นฐาน การตัดขนแกะ กระบวนการรีดนมวัว การจัดเตรียมโต๊ะอาหารเย็นพร้อมเสิร์ฟอาหารที่ได้จากฟาร์ม เป็นต้น การท่องเที่ยวเชิงเกษตรช่วยสร้างความใกล้ชิดระหว่างนักท่องเที่ยวกับทรัพยากรธรรมชาติ และรวมถึงการเรียนรู้พฤติกรรมของเพื่อนมนุษย์ด้วยตนเอง

พื้นที่บริเวณ New York's Great Lake มีกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงเกษตรทั้งในด้านของกิจกรรมท่องเที่ยวและสินค้าทางการเกษตรไว้บริการแก่นักท่องเที่ยว (Kuehn, 1998: 7-10) นักท่องเที่ยวสามารถไปท่องเที่ยวและเรียนรู้ ความหลากหลายของผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร โดยผู้ประกอบการธุรกิจท่องเที่ยวได้จัดไว้บริการ เช่น จัดทัวร์เรียนรู้การทำฟาร์ม ทั้งในพื้นที่จริง และในชั้นเรียน รวมถึงงานประเพณีทางการเกษตร เช่น เทศกาลเก็บแอปเปิ้ล พิภททอง การพักผ่อนในสนามที่จัดไว้ การเดินเยี่ยมชมสวนประวัติศาสตร์ รวมถึงการจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหารที่มาจากเกษตร เช่น ร้านขายไอศกรีม ร้านขายขนมปัง แยม เจลลี่ ขนมหวาน เป็นต้น

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยได้ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงเกษตรในรูปแบบต่างๆ โดยอาศัยศักยภาพของแต่ละพื้นที่ที่มีความแตกต่างกัน รูปแบบการท่องเที่ยวเชิงเกษตรที่พบเห็นและมีการพัฒนาอย่างเป็นระบบ และได้รับความสนใจจากนักท่องเที่ยวทั่วมาอย่างต่อเนื่องได้แก่ ฟาร์มโชคชัย อำเภอห้วยกระเจา จังหวัดสระบุรี โดยความหมายของการท่องเที่ยวเชิงเกษตร ซึ่งราไพพรรณ แก้วสุริยะ (2542) ได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยวเชิงเกษตรว่า เป็นการเดินทางท่องเที่ยวไปยังพื้นที่เกษตรกรรม เพื่อชื่นชมความสวยงาม ความสำเร็จ และเพลิดเพลินในสวนเกษตร ได้ความรู้ได้ประสบการณ์ใหม่ๆ บนพื้นฐานของการท่องเที่ยวที่มีความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกต่อการรักษาสภาพแวดล้อมของสถานที่แห่งนั้น

ภาควิชาการเทคนิคการเกษตร คณะเทคโนโลยีการเกษตร สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง (www.kmitl.ac.th, 2553) ได้นิยามการท่องเที่ยวเชิงเกษตรว่า เป็นการท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นทางการเรียนรู้วิถีเกษตรกรรมของชาวชนบทโดยเน้นการมีส่วนร่วมของนักท่องเที่ยวในการดำเนินกิจกรรมให้เกิดการเรียนรู้ด้านการเกษตรและวิถีการดำรงชีวิต วัฒนธรรม ประเพณี และเป็นการนำเอาทรัพยากรที่มีอยู่ให้เกิดการเรียนรู้มาทำให้เกิดประโยชน์ก่อให้เกิดรายได้ต่อชุมชน และตัวเกษตรกร การท่องเที่ยวเชิงเกษตร จะเป็นการอนุรักษ์ควบคู่ไปกับการท่องเที่ยวเพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบต่อชุมชนและผลกระทบต่อสภาพสิ่งแวดล้อม การท่องเที่ยวเชิงเกษตรเป็นการเดินทางท่องเที่ยวไปยังพื้นที่เกษตรกรรม สวนเกษตร วนเกษตร สวนสมุนไพร ฟาร์มปศุสัตว์และสัตว์เลี้ยง เพื่อชื่นชมความสวยงาม ความสำเร็จ และเพลิดเพลินในสวนเกษตร

สำนักบริหารการเรือนักอนุรักษ์แห่งชาติ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช

ได้ความรู้ ได้ประสบการณ์ใหม่ บนพื้นฐานความรับผิดชอบ มีจิตสำนึกต่อการรักษาสภาพแวดล้อมของสถานที่แห่งนั้น

2.4 แนวคิดการจัดการท่องเที่ยวเชิงเกษตรอย่างเป็นระบบ สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย (2543) ได้ดำเนินการศึกษาแนวทางการพัฒนาและการจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตร สรุปแนวทางการพัฒนาได้ดังนี้

1) พื้นที่เกษตรกรรมมีศักยภาพของการท่องเที่ยวสูง ประเทศไทยเป็นประเทศเกษตรกรรมที่มีผลิตผลทางการเกษตรหลากหลาย กิจกรรมการเกษตร คือ การกลั่นกรอง ประมง ปศุสัตว์ และป่าไม้ ซึ่งมีทั้งก้าวหน้าและล้าหลัง แต่แฝงด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นสูง จึงมีศักยภาพในการนำมาใช้ในการส่งเสริมการท่องเที่ยว การที่ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพการเกษตรแต่มีความยากจน การท่องเที่ยวเชิงเกษตรจะเป็นสาขาทางเศรษฐกิจใหม่อาจช่วยยกระดับความเป็นอยู่ของเกษตรกรได้

2) การตลาดการท่องเที่ยวที่มุ่งสู่การท่องเที่ยวเชิงเกษตร ความเสื่อมโทรมของแหล่งท่องเที่ยวที่ขาดการจัดการที่ดี ทำให้มีการแสวงหาการท่องเที่ยวรูปแบบใหม่ การท่องเที่ยวเชิงนิเวศ (Ecotourism) เป็นรูปแบบที่ได้รับความนิยมสูง อย่างไรก็ตาม ข้อจำกัดด้านพื้นที่และกระบวนการจัดการสิ่งแวดล้อม ทำให้การท่องเที่ยวเชิงนิเวศนี้อาจพัฒนาให้ดีขึ้นได้ ในขณะที่ยังต้องการตลาดการท่องเที่ยวเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว การท่องเที่ยวเชิงเกษตรจะสามารถพัฒนาได้รวดเร็วและรองรับตลาดที่ขยายตัวได้ง่ายกว่า ประชาชนในท้องถิ่นสามารถเข้าร่วมได้สะดวกกว่า และยังตอบสนองความต้องการของประเทศในวงกว้างทุกระดับ

3) การท่องเที่ยวเชิงเกษตรเป็นการท่องเที่ยวในพื้นที่เกษตรกรรม การท่องเที่ยวเชิงเกษตรเป็นการท่องเที่ยวในทรัพยากรที่เป็นพื้นที่เกษตรกรรมหรือมีกิจกรรมทางการเกษตรและที่เกี่ยวข้อง ซึ่งอาจจัดได้เป็นแหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรม (กระบวนการที่มนุษย์สร้างสรรค์ขึ้น) ที่เป็นวัฒนธรรมทางการผลิต และการดำรงชีพที่สำคัญ โดยในบางกรณีอาจมีการจัดให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติที่มนุษย์สร้างหรือคัดแปลงขึ้นมา การพิจารณาพื้นที่เกษตรกรรมมีมิติหลายด้าน คือ การจำแนกตามผลผลิต กระบวนการผลิต ด้านธุรกิจการทำฟาร์ม เป็นต้น ดังนั้น เมื่อพิจารณาในส่วนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว จึงจำเป็นต้องจัดประเภทให้สอดคล้องกับวิธีการจัดการการท่องเที่ยวเพื่อรองรับตลาดต่างๆ วิธีการจัดการแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ การจัดการทรัพยากรท่องเที่ยว การจัดการตลาดการท่องเที่ยว และการจัดการบริการท่องเที่ยว

4) การจัดการท่องเที่ยวเชิงเกษตรเป็นการประสานของธุรกิจ การเกษตรได้พัฒนาเป็นระบบธุรกิจมากขึ้น จนสามารถพัฒนาเป็นธุรกิจขนาดใหญ่และธุรกิจข้ามชาติ ในขณะที่การเกษตรกรรมขนาดเล็กและการเกษตรกรรมเลี้ยงชีพ มีสัดส่วนน้อยลง ในบางสถานะได้เปลี่ยนเป็น

ธุรกิจชุมชนเพื่อความอยู่รอดมากขึ้นเป็นลำดับ สำหรับการท่องเที่ยวเป็นธุรกิจที่ได้พัฒนามากจนกลายเป็นอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว ซึ่งมีระบบการจัดการที่ซับซ้อนยิ่งขึ้น การจำแนกกิจกรรมการเกษตรเพื่อจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวที่เหมาะสม จะทำให้ได้ประเภทของการท่องเที่ยวที่สนองตอบต่อตลาดและสร้างประโยชน์ได้หลากหลาย เช่น รองรับตลาดกลุ่มใหญ่ ตลาดการศึกษา ตลาดเยาวชน และตลาดสนใจเฉพาะ ดังนั้น การกำหนดประเภทแหล่งขึ้นเฉพาะ โดยพิจารณาจากลักษณะการทำฟาร์ม ขนาดธุรกิจ วิธีการผลิต และชนิดของการผลิต เพื่อให้ได้รูปแบบการจัดการที่สอดคล้องในระบบการท่องเที่ยว จะเป็นการประสานระบบธุรกิจได้อย่างมั่นคงและเกิดการกระจายผลตอบแทนทางเศรษฐกิจได้ดียิ่งขึ้น

5) แนวทางการจัดการที่สอดคล้องกับการพัฒนาโดยรวมและปฏิบัติได้ การกำหนดนโยบายและกลยุทธ์เพื่อเป็นแนวทางการจัดการการท่องเที่ยว ควรสอดคล้องกับการพัฒนาโดยรวมและสามารถปฏิบัติได้ กล่าวคือ ควรคำนึงถึงนโยบายระดับชาติด้านต่างๆ และต้องเหมาะสมกับสภาพทางสังคม การท่องเที่ยวจึงสามารถเป็นเครื่องมือที่ดีในการรักษาสิ่งแวดล้อมและพัฒนาสังคมได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสังคมชนบท ดังนั้น แผนพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ และแผนแม่บทการพัฒนาการท่องเที่ยวประเทศไทย นโยบายการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ จะเป็นกรอบที่สำคัญในการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงเกษตร โดยเฉพาะอย่างยิ่งต่อเกษตรกรรมโดยทั่วไป

6) นโยบายและเป้าหมายเชิงพื้นที่ยึดถือหลักการจัดการระบบนิเวศ การจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตร จัดเป็นพื้นที่ประสานและเชื่อมโยงเชิงบูรณาการระหว่างพื้นที่ชุมชนกับแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ ระหว่างแหล่งท่องเที่ยววัฒนธรรมกับแหล่งท่องเที่ยวธรรมชาติ เป็นเสมือนทางผ่านที่แตกต่าง (Corridor) และยังเป็นระบบการจัดการที่ทำหน้าที่ส่งเสริมและบูรณาการการอนุรักษ์กับการพัฒนาโดยรวมอีกด้วย การจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตรทั้งในระดับนโยบาย การกำหนดเป้าหมาย และวิธีการจัดการต้องยึดถือหลักการการจัดการระบบนิเวศเป็นสำคัญ (สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย 2543)

2.5 ความหมาย ลักษณะและแนวคิดของการท่องเที่ยวโดยชุมชน (Communities based tourism)

การท่องเที่ยวโดยชุมชน คือการท่องเที่ยวที่บริหารจัดการโดยชุมชนหรือชาวบ้านในท้องถิ่นที่รวมตัวกันเพื่อจัดการทรัพยากรที่มีอยู่ในชุมชน ซึ่งเป็นผลมาจากการร่วมกันอนุรักษ์ ทั้งทรัพยากรทางธรรมชาติ วัฒนธรรม วิถีชีวิตความเป็นอยู่ งานกิจกรรมประเพณีที่มีการสืบทอดกันมาเป็นต้น เพื่อการท่องเที่ยว ทั้งนี้ เพื่ออนุรักษ์ทรัพยากรเหล่านั้นให้เกิดความยั่งยืน และเป็นรายได้

เสริมให้กับคนในชุมชน โดยแบ่งงานกันทำตามที่ตนเองถนัดหรือได้ที่ได้รับมอบหมาย การท่องเที่ยว นอกจากนี้การท่องเที่ยวโดยชุมชนยังช่วยพัฒนาบุคลากรในชุมชนให้มีศักยภาพอีกด้วย

โครงการท่องเที่ยวเพื่อชีวิตและธรรมชาติ (2540: 14) ได้ให้ความหมายของการท่องเที่ยวโดยชุมชนไว้ว่า เป็นการท่องเที่ยวที่คำนึงถึงความยั่งยืนของสิ่งแวดล้อม สังคม และวัฒนธรรม กำหนดทิศทางโดยชุมชน จัดการโดยชุมชนเพื่อชุมชนและชุมชนมีบทบาทเป็นเจ้าของมีสิทธิในการจัดการดูแลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้แก่ผู้มาเยือน

หลักการท่องเที่ยวโดยชุมชน (ททช., 2544 อ้างถึงใน Mann, 2000:1) มีดังต่อไปนี้

- 1) เป็นการดำเนินงานโดยความร่วมมือและยินยอมของคนในท้องถิ่น โดยคนในชุมชนควรมีส่วนร่วมในการวางแผนและการจัดการ
- 2) มีความเท่าเทียมกันในการแบ่งปันผลกำไรที่จะคืนสู่ชุมชนท้องถิ่น
- 3) เป็นเรื่องของชุมชนส่วนรวมมากกว่าเป็นเรื่องส่วนบุคคล
- 4) เป็นการดำเนินงานเพื่อความยั่งยืนทางสิ่งแวดล้อม
- 5) เป็นการจัดการที่ให้ความเคารพวัฒนธรรม ประเพณี และโครงสร้างทางสังคมของชุมชน
- 6) มีกลไกในการจัดการกับผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากนักท่องเที่ยว
- 7) จัดให้มีนักท่องเที่ยวกลุ่มเล็กๆ เพื่อผลกระทบต่อวัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมน้อยที่สุด
- 8) มีการชี้แจงนักท่องเที่ยวก่อนออกเดินทาง เพื่อให้มีการประพฤติตัวที่เหมาะสม
- 9) ไม่ควรให้คนในท้องถิ่นแสดงพิธีกรรมในโอกาสที่ไม่เหมาะสม
- 10) หากชุมชนไม่ต้องการให้มีนักท่องเที่ยวเข้ามาในชุมชน ชุมชนก็มีสิทธิที่จะปฏิเสธการท่องเที่ยวในครั้งนั้นไป

การท่องเที่ยวโดยชุมชน (Communities Based Tourism-CBT) เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีลักษณะเฉพาะตัว แตกต่างอย่างสิ้นเชิงจากการท่องเที่ยวโดยทั่วไป (พจนา สวนศรี, 2546: 12-13) ซึ่งผู้ที่นำแนวคิดนี้ไปปฏิบัติควรต้องทำความเข้าใจถึงเบื้องหลัง ความคิด หลักการ ความหมาย และองค์ประกอบที่สำคัญ ซึ่งหลักการของการท่องเที่ยวโดยชุมชนประกอบด้วย

- 1) ชุมชนเป็นเจ้าของ
- 2) ชาวบ้านเข้ามามีส่วนร่วมในการตัดสินใจและกำหนดทิศทาง
- 3) ส่งเสริมความภาคภูมิใจตนเอง
- 4) ยกระดับคุณภาพชีวิต
- 5) มีความยั่งยืนทางด้านสิ่งแวดล้อม
- 6) คงเอกลักษณ์และวัฒนธรรมท้องถิ่น
- 7) ก่อให้เกิดการเรียนรู้ระหว่างคนต่างวัฒนธรรม
- 8) เคารพในวัฒนธรรมที่แตกต่างและศักดิ์ศรีของความเป็นมนุษย์

- 9) เกิดผลตอบแทนที่เป็นธรรมกับท้องถิ่น
- 10) มีการกระจายรายได้สู่สาธารณะประโยชน์ของชุมชน

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว. สโรบล 2546:12) ได้ให้ความสำคัญกับบทบาทของชุมชนในการจัดการการท่องเที่ยวของตนเอง โดยนิยามเชิงปฏิบัติการในงานการท่องเที่ยวโดยชุมชนว่าหมายถึง ทางเลือกในการจัดการท่องเที่ยวที่ชุมชนเข้ามามีส่วนร่วมในการกำหนดทิศทางของการท่องเที่ยวบนฐานคิดที่ว่าชาวบ้านทุกคนเป็นเจ้าของทรัพยากรและเป็นผู้มีส่วนได้ส่วนเสียจากการท่องเที่ยว โดยการนำเอาทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่นด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นธรรมชาติ ประวัติศาสตร์ วัฒนธรรมประเพณี วิถีชีวิตและการผลิต ของชุมชน มาใช้เป็นต้นทุนหรือปัจจัยในการจัดการท่องเที่ยวอย่างเหมาะสม รวมทั้งมีการพัฒนาศักยภาพของคนในชุมชนให้มีความรู้ความสามารถในการดำเนินงานตั้งแต่การตัดสินใจ การวางแผน การดำเนินงาน การสรุปบทเรียน โดยเน้นให้เกิดความยั่งยืนสู่คนรุ่นลูกหลานและเกิดประโยชน์ต่อท้องถิ่นตลอดถึงการคำนึงถึงความสามารถในการรองรับของธรรมชาติเป็นสำคัญ

2.6 การจัดการสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว

1. สวนสมุนไพรสิริรุกษชาติ นครปฐม ตั้งอยู่ในพื้นที่มหาวิทยาลัยมหิดล ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล สร้างขึ้นเพื่อเป็นแหล่งอนุรักษ์พันธุ์พืชสมุนไพรไทย สำหรับศึกษา วิจัย พัฒนา และการเรียนรู้ของสังคม มีพื้นที่ประมาณ 38 ไร่ รวบรวมพันธุ์สมุนไพรกว่า 1,200 ชนิด จัดปลูกไว้ในลักษณะต่าง ๆ กัน พร้อมแสดงป้ายชื่อและสรรพคุณที่ชัดเจน จึงเหมาะที่จะเป็นห้องเรียนธรรมชาติสำหรับนักเรียน นักศึกษา รวมทั้งผู้สนใจ คณะกรรมการเอกลักษณ์ของชาติ สำนักนายกรัฐมนตรี ได้พิจารณาให้เป็นโครงการดีเด่นแห่งชาติ สาขาอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (ด้านสมุนไพร) ประจำปี 2539

พื้นที่สวนแบ่งเป็น 3 ส่วน ส่วนแรกเป็นเรือนเพาะชำ ปลูกสมุนไพรที่ต้องการการดูแลพิเศษ ส่วนที่สองเป็นสวนห่อมสมุนไพร และส่วนสุดท้ายปลูกในลักษณะสวนป่า เพื่อแสดงระบบนิเวศที่สมุนไพรเติบโตอย่างเป็นธรรมชาติ มีสมุนไพรที่หายากได้แก่หลายชนิด เช่น โมกราชินี สิรินครวัลลี สามสิบกีบน้อย และจิกคง ซึ่งเป็นพืชชนิดใหม่ของโลก มะลิซาไก สมุนไพรหายากที่ใช้เป็นยาคุมกำเนิดของชนเผ่าซาไก กำแพงเจ็ดชั้น กวาวเครือขาว และกวาวเครือแดง รวมทั้งสมุนไพรที่เป็นพืชผักพื้นบ้านอีกหลายชนิด www.pharmacy.mahidol.ac.th

2. สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี สวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่ทางบริษัท ปตท. จำกัด (มหาชน) สร้างขึ้นภายใต้แนวคิด มิติการเรียนรู้ด้านสมุนไพรอย่างสนุกสนาน เป็นแหล่งรวบรวมพันธุ์สมุนไพรมากกว่า 20,000 ต้น (260 ชนิดโดยจัดกลุ่มจำแนกตามสรรพคุณการรักษาตามคัมภีร์ยาไทยโบราณ 20 กลุ่มอาการ) เปิดให้บุคคลทั่วไปได้เข้าเยี่ยมชม พักผ่อนหย่อนใจ และศึกษาหาความรู้ด้านพฤกษศาสตร์และสมุนไพร แบ่งออกเป็น 2 ส่วนใหญ่ๆ ได้แก่ อาคารเฉลิมพระเกียรติ 50 พรรษาซึ่งประกอบด้วยห้องประชุมสัมมนา ห้องนิทรรศการความรู้เกี่ยวกับสมุนไพรไทย ทั้งที่ควรอนุรักษ์และที่ใกล้ตัวในวิถีชีวิตประจำวัน โดยมีมัคคุเทศก์บรรยายและนำชมตลอดเส้นทาง โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายทั้งสิ้น

ในส่วนสวนสมุนไพรสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี จะมีการชมโดยรถ NGV (รถที่ใช้เชื้อเพลิงจากก๊าซธรรมชาติ) โดยมีมัคคุเทศก์บรรยายและนำชมตลอดเส้นทางเช่นเดียวกัน โดยรถ NGV จะออกทุกๆ 30 นาที (ตามตารางรอบกำหนด) โดยไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆทั้งสิ้น นอกจากนี้ทางสวนสมุนไพรฯ ยังได้จัดให้มีร้านค้าส่วนบริการ ได้แก่ ร้านอาหารเครื่องดื่ม ร้านขายของที่ระลึก และร้านนวดเพื่อสุขภาพ เพื่อบริการนักท่องเที่ยวทั่วไป (ตัวอย่างอัตราค่าบริการนวดเพื่อสุขภาพดังนี้)

1. นวดเพื่อสุขภาพ 1 ชม. ราคา 150 บาท
2. นวดตัวด้วยน้ำมัน 1 ชม. ราคา 150 บาท
3. นวดเท้าเพื่อสุขภาพ 1 ชม. ราคา 150 บาท (www.tat-rayong.com)

3. การท่องเที่ยวสวนสมุนไพรบ้านดงบังบ้านดงบัง ตำบลคงขี้เหล็ก อำเภอเมืองจังหวัดปราจีนบุรี นับเป็นหมู่บ้านท่องเที่ยวสมุนไพรแห่งแรกของไทย โดยเป็นการท่องเที่ยวแบบครบวงจร ผู้ที่มาเยือนจะได้เรียนรู้วิถีชีวิตของชาวบ้านตั้งแต่การปลูกสมุนไพร การเก็บเกี่ยว และการแปรรูป โดยจะมีชาวบ้านและลูกๆหลานๆ เป็นไกด์นำชมสวนสมุนไพรพร้อมทั้งอธิบายถึงขั้นตอนการปลูก การแปรรูป รวมทั้งสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละตัวด้วย โดยเส้นทางท่องเที่ยวในหมู่บ้านสมุนไพรนั้นจะพานักท่องเที่ยวไปชมแปลงเพาะปลูกพืชผักสมุนไพรนานาชนิด คูโรงตากและอบสมุนไพรที่ใช้ความร้อนจากแสงอาทิตย์ โรงบดสมุนไพรก่อนที่จะนำไปแปรรูป โรงงานแปรรูปสมุนไพรให้เป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ เช่น น้ำพริกสมุนไพรหญาปักกิ่ง สะเดาอบแห้ง น้ำมันเหลือง ลูกประคบสมุนไพรชนิดแห้ง ชุดสมุนไพรสำหรับอบตัว และโรงทำปุ๋ยหมัก เมื่อนักท่องเที่ยวเกิดอาการเมื่อยล้าจากการเดินก็มีบริการสปา (SPA) เพื่อสุขภาพ มีทั้งบริการนวดฝ่าเท้า นวดแผนไทย อบตัว และประคบด้วยสมุนไพร โดยจะใช้ผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรที่ชาวบ้าน

ปลูกขึ้นเอง หรือหากต้องการจะค้างคืนก็มีที่พักแบบโฮมสเตย์ไว้บริการ อีกทั้งมีผลิตภัณฑ์จากสมุนไพรชนิดต่างๆจำหน่ายให้แก่ผู้สนใจด้วย นอกจากนี้ บ้านดงบัง ได้นำเสนอเมนูสมุนไพรเลิศรสที่บรรดาแม่ครัวในชุมชนได้นำเอาพืชผักสมุนไพรพื้นบ้านมาปรุงแต่ง เป็นอาหารจานเด็ดไว้จำหน่ายแก่นักเที่ยว ซึ่งอาหารเหล่านี้ล้วนแต่ช่วยบำรุงร่างกายและมีคุณค่าทางโภชนาการ รายการอาหารประกอบด้วย ยำผักกะสังข์ แกงไหลม่วงกับประหลาดคุก ส้มตำลูกขอม ยำใบบัวบก แกงขี้เหล็ก น้ำพริกปลาทุสค เป็นต้น (<http://www.yourhealthyguide.com/travel/tn-dongbang.htm>)

4. โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี เป็นตึกที่เจ้าพระยาอภัยภูเบศรสร้างขึ้น โดยทรัพย์สินส่วนตัว ในปี พ.ศ.2452 เพื่อถวายเป็นที่ประทับของพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวในคราวเสด็จประพาสสมณชลปราจีน มีลักษณะสถาปัตยกรรมเป็นตึกสองชั้นแบบยุโรป สมัยเรอเนสซองส์ มีมุขค้ำหน้า ตรงกลางเป็นโดม ผนังด้านนอกเป็นปูนปั้นลายพฤกษาประดับซุ้มประตูและหน้าต่าง ภายในตกแต่งแบบตะวันตก ชั้นล่าง มีการจัดแสดงเครื่องมือทางการแพทย์ในสมัยก่อน รวมทั้งสมุนไพรที่ใช้รักษาโรคต่างๆ ชั้นบน มีการจัดแสดงหนังสือและตำรายาโบราณ และหีบคยาในสมัยทวารวดี โดยกรมศิลปากรได้ขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานแล้ว ภายในตึกจัดทำเป็นพิพิธภัณฑ์การแพทย์แผนไทยอภัยภูเบศร โดยจะเป็นศูนย์การรวบรวมอนุรักษ์ตำราไทย สมุนไพรไทย การแพทย์แผนไทย การแพทย์พื้นบ้านของ

2.7 ภูมิประเทศจังหวัดพัทลุง

สภาพภูมิประเทศโดยทั่วไปของจังหวัดพัทลุง นอกจากบริเวณทะเลสาบสงขลา ซึ่งเป็นแหล่งน้ำธรรมชาติที่สำคัญแล้ว (สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 10-11) ยังมีส่วนที่เป็นพื้นที่ดินค่อยๆ ลาดต่ำจากทิศตะวันตกมายังทิศตะวันออกของจังหวัด กล่าวคือ พื้นที่ตอนในสุดมีความลาดชันมากกว่า 35 เปอร์เซ็นต์ ถัดมาทางทิศตะวันออกเป็นพื้นที่ดิน ถัดมาอีกเป็นพื้นที่ราบจนจดพื้นที่ที่เป็นทะเลสาบสงขลา ภูมิประเทศของจังหวัดพัทลุงสามารถจำแนกออกเป็น 4 ลักษณะ ได้แก่ พื้นที่ภูเขา พื้นที่คลื่นลาดชัน พื้นที่ราบ และพื้นที่เกาะ

1) **พื้นที่ภูเขา** มีลักษณะเป็นเทือกเขาที่มียอดสูงๆ ต่ำๆ มีความสูงเฉลี่ยประมาณ 800 เมตร และลาดไปทางทิศตะวันออกสู่ทะเลสาบสงขลาในอัตราความลาดชัน 25-30 เปอร์เซ็นต์ เทือกเขานี้เป็นส่วนหนึ่งของเทือกเขานครศรีธรรมราช เรียกกันโดยทั่วไปในท้องถิ่นว่า เขาบรรทัด พื้นที่เขามีเนื้อที่รวมกันประมาณ 835.90 ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ 24.41 ของพื้นที่ทั้งหมดอยู่ในเขตพื้นที่อำเภอป่าบอน ตะโหมด กงหรา ศรีนครินทร์ ศรีบรรพต และป่าพะยอม

2) พื้นที่ลูกคลื่นลาดชัน เป็นส่วนที่อยู่ถัดจากภูเขาบรรทัด หรือพื้นที่เชิงเขา ลักษณะ ภูมิประเทศเป็นเนินเขาเตี้ยๆ ที่เรียกกันโดยทั่วไปในท้องถิ่นว่า ควน สลับด้วยที่ราบที่มีความลาดชันประมาณ 5-10 เปอร์เซ็นต์ ความสูงโดยเฉลี่ยประมาณ 150 เมตร จากระดับน้ำทะเลปานกลาง มีเนื้อที่โดยประมาณ 539.70 ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ 15.76 ของพื้นที่ทั้งหมด อยู่ในเขตอำเภอป่าบอน ตะโหมด กงหรา ศรีนครินทร์ ศรีบรรพต และป่าพะยอม

3) พื้นที่ราบ มีเนื้อที่รวมกันโดยประมาณ 1,485.54 ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ 43.38 ของพื้นที่ทั้งหมด ลักษณะพื้นที่ราบ มีเนินเขาปนอยู่ด้วย เนื่องจากอยู่ติดกับพื้นที่ภูเขา ความลาดชันประมาณ 2-5 เปอร์เซ็นต์ ความสูงเฉลี่ยประมาณ 6 เมตร จากระดับน้ำทะเลปานกลาง และเนื่องจากเป็นที่ที่เหมาะสมแก่การกสิกรรม ประชากรส่วนใหญ่ของจังหวัดจึงนิยมตั้งถิ่นฐานในบริเวณนี้ ซึ่งอยู่ในเขตอำเภอป่าพะยอม ควนขนุน เมืองพัทลุง เขาชัยสน บางแก้ว และปากพะยูน

4) พื้นที่เกาะ เป็นพื้นที่ในบริเวณทะเลสาบสงขลาในเขตจังหวัดพัทลุง ตั้งอยู่ในเขตอำเภอปากพะยูน มีพื้นที่รวมกันประมาณ 219.17 ตารางกิโลเมตร หรือร้อยละ 6.40 ของพื้นที่ทั้งหมด ส่วนใหญ่เป็นเขตพื้นที่ที่มีการตั้งถิ่นฐานของประชากร ได้แก่ เกาะราบ เกาะหมาก เกาะเสื่อ เกาะโคบ เกาะนาง-คำ เกาะแกง และเกาะขวน ส่วนพื้นที่เกาะเป็นถิ่นที่อยู่ของนกนางแอ่นกินรัง มีเนื้อที่ประมาณ 700 ไร่ หรือ 1.12 ตารางกิโลเมตร

2.8 ยุทธศาสตร์การพัฒนาจังหวัดพัทลุง

2. 8.1 วิสัยทัศน์และพันธกิจของจังหวัดพัทลุง การกำหนดวิสัยทัศน์ (Vision) เพื่อพัฒนาจังหวัดจึงวิเคราะห์จากศักยภาพของพื้นที่ ความสามารถในการผลิต และสมรรถภาพของบุคลากร (สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 83-87) จังหวัดพัทลุงได้กำหนดวิสัยทัศน์ในการพัฒนาจังหวัด คือ “เมืองเกษตรยั่งยืน ท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ คนมีคุณภาพชีวิตที่ดี” โดยจัดทำพันธกิจ (Mission) บริหารเชิงพื้นที่ และการพัฒนาจังหวัดพัทลุง มุ่งสู่เมืองเกษตรยั่งยืน การท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ และคนมีคุณภาพชีวิตที่ดี ภายใต้แนวปฏิบัติของ “ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง” โดยกำหนดพันธกิจการพัฒนาจังหวัด ดังนี้

- 1) พัฒนาการเกษตรให้มีความก้าวหน้าและยั่งยืนเป็นรายได้หลักทางเศรษฐกิจของจังหวัด
- 2) ส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์
- 3) เสริมสร้างความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและดูแลรักษาคุณภาพ สิ่งแวดล้อม

4) พัฒนาคอนให้มีคุณภาพ พร้อมคุณธรรม ครอบครัวยุบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง
พึ่งพาตนเองได้

จังหวัดได้กำหนดเป้าประสงค์ (Objectives) เพื่อให้สอดคล้องกับศักยภาพการ
พัฒนาจังหวัดและบริบทการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคม ของประเทศ ฉะนั้น เพื่อก้าวไปสู่
วิสัยทัศน์การพัฒนาจังหวัดที่พึงปรารถนาในระยะเวลา 4 ปี จังหวัดจึงกำหนดเป้าประสงค์รวมของ
การพัฒนา ดังนี้

- 1) การเพิ่มมูลค่าผลผลิตและรายได้ทางการเกษตร อุตสาหกรรมต่อเนื่อง
จากการเกษตร ตลอดจนผลิตภัณฑ์ชุมชนและท้องถิ่น
- 2) สร้างรายได้ที่ยั่งยืนแก่ชุมชน จากการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ที่มีมาตรฐาน
ภายใต้การมีส่วนร่วมของชุมชน
- 3) คงความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติ ภายใต้สิ่งแวดล้อมที่ดี โดย
การมีส่วนร่วมของชุมชนและท้องถิ่นและมีการจัดการที่ดินของรัฐ เพื่อ
การใช้ประโยชน์ของประชาชนอย่างเหมาะสมและเป็นธรรม
- 4) ประชาชนเป็นคนดี มีคุณธรรม จริยธรรม มีคุณภาพ ศักยภาพ
ความสามารถในการแข่งขัน รู้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงสู่สังคมฐานความรู้
ได้รับการศึกษาอย่างมีคุณภาพ มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทุกมิติ ได้รับการบริการ
ทางการแพทย์ และ ภาพ ผู้สูงอายุ ผู้พิการ ครวเรือนยากจนและ
ผู้ด้อยโอกาส มีหลักประกันด้านความมั่นคงในชีวิต มีศักดิ์ศรีของความ
เป็นมนุษย์ ครอบครัวยุบอุ่น ชุมชนเข้มแข็ง มีความสามารถในการบริหาร
จัดการชุมชน และพึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน สังคมมีความมั่นคง
ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ปราศจากอบายมุขและสิ่งเสพติด มี
สภาพแวดล้อมที่ดีไปสู่สังคมสงบสุข
- 5) บุคลากรภาครัฐน่าน โยบายและกฎหมายไปใช้พัฒนางานได้อย่างมี
ประสิทธิภาพ ปฏิบัติหน้าที่อย่างถูกต้อง มีระเบียบวินัยและจรรยาบรรณ
เปิดเผยข้อมูลข่าวสารต่อสังคมอย่างถูกต้อง และเข้าถึงได้โดยสะดวก มี
การบริหารจัดการและใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัด อย่างคุ้มค่าและเกิด
ประโยชน์สูงสุด ทั้งนี้ ประชาชนมีส่วนร่วมรับรู้ ร่วมคิด ร่วมทำและร่วม
รับผิดชอบ ทุกภาคส่วนมีความรับผิดชอบต่อสังคม และปฏิบัติหน้าที่โดย
คำนึงถึงสิทธิและเสรีภาพของประชาชน

2.8.2 ยุทธศาสตร์การพัฒนาจังหวัดพัทลุง

การจัดทำยุทธศาสตร์ของแต่ละพื้นที่ ก็เพื่อที่จะสนับสนุนให้เกิดการพัฒนาทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคมอย่างยั่งยืน โดยมีการใช้ศักยภาพของพื้นที่และทรัพยากรธรรมชาติอย่างมีประสิทธิภาพและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมให้สอดคล้องกับเงื่อนไขของแต่ละภูมิภาคและท้องถิ่น ซึ่งจังหวัดพัทลุงได้จัดทำยุทธศาสตร์ในการพัฒนาจังหวัด 5 ประเด็น ยุทธศาสตร์ ประกอบด้วย

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การเพิ่มขีดความสามารถภาคเกษตร อุตสาหกรรมต่อเนื่องจากการเกษตรและผลิตภัณฑ์ชุมชนและท้องถิ่น

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 2 พัฒนาการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 3 การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ยั่งยืน

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 4 การพัฒนาคนและสังคมให้มีคุณภาพ

ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 5 เสริมสร้างการบริหารกิจการบ้านเมืองที่ดี

2.8.3 ตัวชี้วัดและค่าเป้าหมายการพัฒนา (KPI/Target) ของจังหวัดพัทลุง ที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

จังหวัดพัทลุงได้กำหนดตัวชี้วัดค่าเป้าหมายการพัฒนา เมื่อสิ้นปี 2556 ในประเด็นที่เกี่ยวข้องกับการเกษตร การท่องเที่ยว และความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ไว้ ดังนี้

(1) เป้าหมายด้านการเพิ่มมูลค่าผลผลิตและรายได้ด้านการเกษตร

1. มูลค่าผลิตภัณฑ์มวลรวมจังหวัดภาคเกษตร (ณ ราคาคงที่) เพิ่มขึ้นร้อยละ 8
2. มูลค่าผลิตภัณฑ์มวลรวมจังหวัดสาขาอุตสาหกรรม (ณ ราคาคงที่) เพิ่มขึ้นร้อยละ 4
3. รายได้จากการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ชุมชนและท้องถิ่นเพิ่มขึ้นร้อยละ 4

(2) เป้าหมายด้านการสร้างรายได้ที่ยั่งยืนแก่ชุมชนจากการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์

1. รายได้จากการท่องเที่ยว เพิ่มขึ้นร้อยละ 3 ต่อปี
2. จำนวนนักท่องเที่ยว เพิ่มขึ้นร้อยละ 3 ต่อปี
3. จำนวนแหล่งท่องเที่ยวที่ได้รับการพัฒนาตามมาตรฐานการท่องเที่ยวอย่างน้อยปีละ 1 แห่ง

(3) เป้าหมายด้านการคงความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมและ การจัดการที่ดินของรัฐ

1. พื้นที่ป่าไม้ เพิ่มขึ้นร้อยละ 0.1
2. คุณภาพแหล่งน้ำอยู่ในเกณฑ์พอใช้และดี เพิ่มขึ้นร้อยละ 46
3. ขยะถูกนำกลับมาใช้ประโยชน์ เพิ่มขึ้นร้อยละ 33
4. ชุมชน/ประชาคมในพื้นที่เป้าหมายที่เข้าร่วมกิจกรรมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ 50%
5. จำนวนครัวเรือนที่ได้รับการรับรองสิทธิหรือหลักประกันในการอยู่อาศัยและทำกินเพิ่มขึ้น จำนวน 4,398 ครัว

2.9 สถานการณ์ ด้านการผลิตและการตลาดของสินค้าเกษตรที่สำคัญของจังหวัดพัทลุง ในปี 2551

2.9.1 ไม้ผล พื้นที่จังหวัดพัทลุง ไม้ผลที่สำคัญ (สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 17-19) คือ ทูเรียน เงาะ มังคุด และลองกอง มีการปลูกเป็นบริเวณกว้างในพื้นที่บริเวณที่ราบเชิงเขาในอำเภอป่าบอน ตะโหมด กงหรา ศรีนครินทร์ ศรีบรรพต และป่าพะยอม สรุปพื้นที่ปลูกผลไม้มดังกล่าว ดังนี้

ชนิด	พื้นที่ปลูก (ไร่)
ทูเรียน	5,884
เงาะ	5,554
มังคุด	14,200
ลองกอง	16,099

ตารางแสดงการพื้นที่ปลูกไม้ผลของจังหวัดพัทลุง ในปี 2551

ที่มา: สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 17

2.9.2 พืชผัก พืชผักที่มูลค่าสูง 5 อันดับแรกของจังหวัดพัทลุงในปี 2551 (สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 17-19) คือ พริกชี้หนู ขมิ้น ต้นหอม ผักบุ้งน้ำ และถั่วฝักยาว สรุปพื้นที่ปลูกผลไม้มดังกล่าว ดังนี้

ชนิด	พื้นที่ปลูก (ไร่)
พริกชี้หนู	1,748
ขมิ้น	537
ต้นหอม	112
ผักบุ้งน้ำ	186
ถั่วฝักยาว	139

ตารางแสดงการพื้นที่ปลูกไม้ผลของจังหวัดพัทลุง ในปี 2551

ที่มา: สำนักงานจังหวัดพัทลุง, 2552: 18-19

เมื่อพิจารณาจากทำเลที่ตั้ง ยุทธศาสตร์ ผลผลิตทางการเกษตรของจังหวัดพัทลุง วิเคราะห์ได้ว่า การจัดกิจกรรมท่องเที่ยวที่เน้นการศึกษาเรียนรู้วิถีชีวิต การทำกิจกรรมธรรมชาติสิ่งแวดล้อม มีความเป็นไปได้สูงในการตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวที่นิยมชมชอบด้านการเกษตร ซึ่งเป็นกิจกรรมทางเลือกหนึ่งของการท่องเที่ยวในปัจจุบัน ที่มนุษย์หันกลับมาให้ความสำคัญต่อวิถีชีวิตชนบท (Rural) ซึ่งเป็นรากฐานที่สำคัญของการพัฒนาประเทศต่างๆ เนื่องจากพื้นที่ชนบทเป็นแหล่งกำเนิดทรัพยากรที่เกี่ยวข้องกับการผลิต ทั้งวัตถุดิบ ภูมิปัญญา หรือแม้แต่แรงงานต่างๆ

2.10 พืชผักสมุนไพรของภาคใต้

ด้วยความสมบูรณ์ของภาคใต้ที่โอบล้อมด้วยทะเลทั้งสองฝั่งทำให้ภาคใต้มีพืช ผักสมุนไพร จำนวนมาก ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้ยังคงถูกใช้ในการปรุงยา รักษาอาการป่วย รวมถึงการปรุงอาหารรายการต่างๆ ซึ่ง พืชผัก สมุนไพรของภาคใต้ ที่มีอยู่สามารถสรุปได้ (เคียง คงแก้ว : 2553) ดังนี้

ชื่อ	กลิ่น	รส	สรรพคุณ
มหาหงษ์	หอม	สุขุม	แก้โรคกระเพาะ บำรุงเลือด
ผักชีฝรั่ง	หอมเย็น	จืด	บำรุงประสาท หัวใจ
ขุมเห็ดใหญ่ (ไทย)	ซ่า	ขม	บิคมูกเลือด ท้องผูก บำรุงกำลัง บำรุงธาตุ
ดีปลี	หอม ซ่า	เผ็ดร้อน	บำรุงธาตุ เจริญอาหาร บำรุงกำลัง

หอมรุษ หอม	หอม สุขุม	ซ่ามัน	บำรุงประสาท เจริญอาหาร แก้โรค กระเพาะ บำรุงน้ำดี
หอมรุษ ขม	หอม	ขมจัด	บำรุงเลือด และน้ำดี แก้โรคน้ำดี
หอม (ไฟสามกอง)	หอม	ขม มัน	แก้โรคกระเพาะอาหาร สมานแผล ภายใน ภายนอก แก้พิษ
ทองกลาง		หวานมัน	แก้เบื่ออาหาร แก้พยาธิ
พลูแก่	หอมซ่า	สุขุม	แก้มะเร็งผิวหนัง บำรุงผิวหนัง บำรุง เส้นเอ็น บำรุงกำลัง
ตะไคร้	หอมซ่า	ร้อน	กระเพาะเจริญอาหาร บำรุงธาตุ
ตาคหัด	-	หวาน	ใช้ทับทุม ทุคทับใช้ แก้โรคกระเพาะ โรคนิว ไต
ฉิ่ง	-	ขवाद มัน	สมานแผลในกระเพาะ ถ้าใส่ ขับ สารพิษออกจากร่างกาย
เล็บครุฑ	หอม	ซ่า	แมลงสัตว์กัดต่อย แก้โรคกระเพาะ บำรุงประสาท
เทพธาโร (จวง)	หอมเย็น	ร้อนซ่า	โรคกระเพาะลมปวง บำรุงกำลัง
สมุนทะเว้ง (ฮ้ายแหวง)	หอม	ฝาดร้อน	สมานแผลภายนอก ภายใน แก้ลมวง บำรุงกำลัง
ถั่วพู	หอม ซ่า	หวาน	บำรุงกำลัง บำรุงประสาท แก้โรค กระเพาะ
หัวปลี	-	ฝาด มัน	บำรุงน้ำนม แก้ขัดยอก
ถั่วฝักยาว	-	หวาน	แก้โรคกระเพาะ บำรุงประสาท บำรุง สายตา
ถั่วงอก	-	หวาน	แก้โรคกระเพาะ บำรุงประสาท บำรุง สายตา
มะเดื่อ	-	ฝาด มัน	แก้ไข้ร้อนใน กระหายน้ำ ขับสารพิษ ออกจากร่างกาย สมานแผลใน กระเพาะ
มันปู	-	ฝาด	สมานแผลในกระเพาะ

ชื่อ	กลิ่น	รส	สรรพคุณ
มะกอก	หอม	เปรี้ยว	แก้พยาธิ บำรุงสายตาและกระดูก
พิลังกาสา	-	ฝาด มัน อมเปรี้ยว	บำรุงกำลัง แก้หนอง ขัดยอก เหน็บ ชาเส้น
ตาเบิดตาไก่	-	ฝาด มัน	ขัดยอก เหน็บชาเส้น
กระถิน (ตอเบา)	-	ขำมัน	แก้พยาธิ บำรุงประสาท ดอกแก้ฤดูขาว (ยอดแสงฤดูขาว)
จิกโคน	-	ฝาดมัน	สมานแผลในกระเพาะและลำไส้ดูด ซับสารพิษออกจากร่างกาย
มะตูม	หอม	ร้อนขำ	บำรุงประสาท เจริญอาหาร แกโรครกระเพาะ บำรุงเลือด
มะดัน	-	เปรี้ยว	บำรุงกำลัง เจริญอาหาร บำรุงกระดูก สายตา
มะสัง	หอม	ขำ	บำรุงประสาท เจริญอาหาร บำรุงเลือด
พาइन(พาดไหนด)	-	เมามันร้อน	แก้พิษภายนอก ภายใน
เล็บมือนาง	-	จีด ฝาด	บำรุงเอ็น ผิวหนัง แก้พยาธิเด็ก เลือดพิการ
ไพลเผือก	-	ขมจัด	บำรุงน้ำดี เจริญอาหาร
ขยถีบหลาน	-	ฝาดมัน	สมานแผล บำรุงเส้นเอ็น
สารพี	หอม	ฝาด	บำรุงประสาทหัวใจ
ตาลลูกอ่อน	-	ฝาด	สมานแผลในปาก
ดิงู	-	ขม	บำรุงน้ำดี โลหิต
ทุ้งฟ้า	-	ขม มัน	บำรุงโลหิต น้ำดี บำรุงกำลัง
เคือยบิด	-	ฝาดมัน	บิคมูกเลือด ท้องเลือด
เม่าไขปลาด	-	เปรี้ยวฝาด	บำรุงสายตา กระดูก สมานแผล
เถาวัลย์เปรียง	-	ฝาดมัน	แก้เส้นเอ็นพิการ เลือดสตรีพิการ แก้ร้อนใน บำรุงกำลัง

ชื่อ	กลิ่น	รส	สรรพคุณ
กระดุกไก่อ	-	ขม	ยาอายุวัฒนะ บำรุงเส้นเอ็น บำรุง น้ำดี
นูด	หอม	มัน ขม	หัวใจ เส้นเอ็น กำล้าง
ใบเงิน - ใบทอง	-	จืด	แก้ร้อนใน ไ้ม้มงคล
เสลดพังพอน(พญาขอ)	-	จืด	แก้พิษ ถอนพิษไฟไหม้ น้ำร้อนลวก
ยาขกัถ้ง	-	หวานจืด	ซึมซับผิวหนัง
หัน	หอม	หวาน มัน	บำรุงหัวใจ เส้นเอ็น ผิวหนัง บำรุงกำล้าง
เรือกหนู	-	จืด	บำรุงกำล้าง บำรุงเลือด
ชะพลูช้าง	หอม	เผ็ด ร้อน	แก้ไฟไหม้ น้ำร้อนลวก แก้โรคผิวหนัง บำรุงผิวหนัง กินมากทำให้หนังเหี่ยว (ต้มอาบ คน ไก่อ (แซ่) หนังเหนียว ต้มผสมขมิ้นอ้อย ถาฮิวแซ่ ได้ทั้งคน ไก่อ
หนูมี	หอม	ขม มัน	บำรุงน้ำดี เส้นเอ็น กำล้าง
ตาลเดี่ยว		หวาน	แก้สิวฝ้า บำรุงผิวหนัง แก้ตาลขางเด็ก
เอื้องช้าง	-	หวาน	แก้โรคผิวหนัง บำรุงผิวหนัง
ยาหนูลับ	-	เมา	แก้พิษภายนอกแมลงสัตว์กัดต่อย
เตยแดง	-	จืด	บำรุงเลือด
ถอบแถบ	-	ฝาดมัน	แก้ตาลขางเด็ก โรคไต เป็นผักดิบเจริญอาหาร
อบเชย	หอม	เผ็ด ร้อน สุขุม	บำรุงประสาท หัวใจ แก้ร้อนใน กระจายน้ำ เจริญอาหาร
เจ็ดหมุนเพลิง (ราก) ดอกขาว (เจ็ดตะพังกี่) ดอกแดง	หอม	หวาน ร้อนจืด	บำรุงเส้นเอ็น บำรุงธาตุ เจริญอาหาร แก้ริดสีดวงทวาร

ชื่อ	กลิ่น	รส	สรรพคุณ
พญาฉายา	-	จืด	แก้กรอบไซ้ต่างๆ
กลอนคู่		ขม	แก้ฝีหนอง น้ำเหลืองเสีย บำรุงกำลัง (ยางคองโนด)
กระทิงหมา	-	ขม	แก้พิษสุนัขกัด
แนวมยุรี	-	จืด	บำรุงเลือด
ช้างให้	-	ฝาด	สมานแผล
ฟ้าแลบ	-	จืด ลูกเปรี้ยว	แก้หนองใน นิ้ว ไต เบาหวาน
ชะเอมไทย (อ้อยช้าง)	-	หวาน ฝาด	บำรุงเส้นเอ็น บำรุงกำลัง สมานแผล ชุ่มคอ
ส้อมท้อ	-	หวาน มัน ฝาด	บำรุงผิวหนัง บำรุงเส้นเอ็น สมาน แผล
อีป็น (ไม้ป็น)	เอียน	เมา เบื่อปลา	แก้โรคผิวหนัง (ทำยาเมา)
ถั่วแระ (ถั่วมะแระ)	-	หวานนิดๆ	บำรุงเลือด แก้ตาลเค็ก
พญาหวาน	เอียน	หวาน	ชุ่มคอ บำรุงเลือด
ขี้มูกมุดสังข์ แห้งทำใบชา	หอม	จืด	ผิวหนัง บำรุงหัวใจ บำรุงประสาท
พญาไม้	-	ฝาด	ไม้มงคล
หญ้าใต้ใบ	เอียน	ขมจืด	แก้โรคกระเพาะ นิ้วไต เบาหวาน
ไม้คานหามเสื่อ (กำลังเสื่อโคร่ง)	-	ฝาด ขม	บำรุงเส้นเอ็น
ลำแพน	หวาน	ฝาดมัน	บำรุงหัวใจ เจริญอาหาร ขับสารพิษ ยอด ดอก ลูก ผักสด ไม้ใช้สอย

ที่มา: เคียง คงแก้ว: 2553

บทที่ 3

วิธีวิจัย

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา เป็นการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research : PAR) การวิจัยที่มีคุณลักษณะหลายประการแตกต่างไปจากการวิจัยแบบปกติทั่วไป เช่น กระบวนการที่ใช้สามารถปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ มีพันธกรณีระหว่างนักวิจัยกับชุมชน กรอบของการดำเนินงานกำหนดขึ้นโดยกลุ่มคนในพื้นที่วิจัย จุดเน้นของการวิจัยเริ่มที่คนเป็นหลัก โดยทำให้คนมีคุณค่า มีความภูมิใจในการกระทำ เป้าหมายของการวิจัยสามารถปรับเปลี่ยนได้ตามความต้องการของกลุ่มคนในพื้นที่ตามเงื่อนไขที่เหมาะสมและตามความจำเป็น เน้นการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนถึงแม้ว่าแต่ละคนจะแตกต่างในด้านพื้นฐาน ทักษะและโครงสร้างทางสังคม ซึ่งการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีจุดมุ่งหมายเพื่อปรับปรุงคุณภาพองค์การประชาชนชุมชน และชีวิตครอบครัว (Stringer, 1999, Cited in Creswell, 2002 : 609 อ้างใน สมโภช อนุเกศสุข, 2548: 20) โดยมีสาระที่สำคัญ คือ การใช้กระบวนการวิจัยเพื่อส่งเสริมจุดมุ่งหมายของความเสมอภาค และความเป็นประชาธิปไตย เปิดกว้างให้ผู้มีส่วนร่วมในการวิจัยเกิดความร่วมมือในการตัดสินใจ มีความเห็นร่วมกันทั้งในฐานะผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับองค์การและเป็นผู้ร่วมกระทำกิจกรรมการวิจัยบนพื้นฐานของความเท่าเทียมกัน นอกจากนี้ในทางการเมือง การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมยังมีจุดเน้นที่การกระจายอำนาจทางการเมืองไปสู่ประชาชนให้มีส่วนร่วมในการออกแบบ และกำหนดวิธีการปฏิบัติในโครงการวิจัยนั้น การร่วมกันปฏิบัติในการดำเนินการวิจัยเป็นส่วนประกอบที่สำคัญของการวิจัย รูปแบบนี้ ดังนั้นการมีส่วนร่วมของแต่ละบุคคลในการวิจัย จะทำให้คนส่วนใหญ่เกิดความเข้าใจ ที่ดีในรายละเอียดและทำให้เกิดข้อปฏิบัติที่ชัดเจน ซึ่งจะนำไปสู่การควบคุมวิถีชีวิตในส่วนที่เกี่ยวข้องตลอดจนวิธีการที่จะต้องปฏิบัติทั้งหมด (Merriam, 2002 : 138-139)

การวิจัยโครงการดังกล่าว นักวิจัยได้กำหนดรูปแบบการเก็บรวบรวมข้อมูล ซึ่งประกอบด้วย การสำรวจข้อมูลพื้นที่ปลูก พืช ผัก สมุนไพร ที่มีศักยภาพที่สามารถจัดทำเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่ในชุมชน การสอบถามข้อมูลจากปราชญ์ชาวบ้าน ชุมชน รวมถึงเจ้าของสวนสมุนไพร ผู้เชี่ยวชาญในการนำสมุนไพร หรือพืชกึ่งสมุนไพรเหล่านั้นมาปรุงอาหาร นอกจากนี้ การจัดการท่องเที่ยว เพื่อให้สอดคล้องกับพื้นที่ ทรัพยากร ซึ่งในที่นี้หมายถึงสวนสมุนไพร สวนวนเกษตร การเก็บข้อมูลจึงจำเป็นต้อง อาศัยผู้ชำนาญการ และผู้เชี่ยวชาญในสาขาที่เกี่ยวข้อง ดังนั้นรูปแบบการวิจัยจึงเน้นกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนท้องถิ่นในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทั้งใน

รูปแบบของการสัมภาษณ์เชิงลึก การสังเกต การจดบันทึก การบันทึกด้วยภาพถ่าย การสำรวจพื้นที่ การจัดเวทีเสวนา และการประชุมกลุ่มย่อย กับหน่วยงานและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ในพื้นที่ หมู่ที่ 6 และ หมู่ที่ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง เพื่อได้มาซึ่งข้อมูลเพื่อได้มาซึ่งข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับโครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โดยจะนำไปสู่การจัดทำคู่มือท่องเที่ยวที่เป็นประโยชน์กับนักท่องเที่ยว นักเรียน นักศึกษา ประชาชนทั่วไป ซึ่งรูปแบบการวิจัยประกอบด้วย

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากร

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ผู้วิจัยได้กำหนดประชากรที่ใช้ในการศึกษาวิจัย ได้แก่ ประชาชนชาวบ้านด้านอาหารในพื้นที่ ผู้นำชุมชน กลุ่มแม่บ้าน ผู้ประกอบการ โฮมสเตย์ มัคคุเทศก์ท้องถิ่น นักวิจัยในท้องถิ่น ผู้ทรงคุณวุฒิ ในท้องถิ่น ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ และหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวของจังหวัดพัทลุง

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ผู้วิจัยได้คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการวิจัยเพื่อร่วมสำรวจสวนพืชผักสมุนไพรและแหล่งท่องเที่ยวภายในชุมชน และจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง ดังนี้

กลุ่มที่ 1 เพื่อร่วมสำรวจข้อมูลพืชผัก สมุนไพร ภายในชุมชนบ้านในวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา จำนวน 3 คน ประกอบด้วย ประชาชนชุมชนด้านสมุนไพร ผู้นำชุมชน และผู้ชำนาญด้านการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพโดยใช้สมุนไพรเป็นองค์ประกอบ

กลุ่มที่ 2 เพื่อจัดประชุมกลุ่มย่อย (Focus Group) นักวิจัยได้เลือกกลุ่มตัวอย่างเพื่อจัดทำเวทีชุมชน จำนวน 20 คน จากผู้นำชุมชน ประชาชนชาวบ้าน ชุมชนที่เป็นเจ้าของสวนพืชผักสมุนไพรและสนใจในการจัดทำโฮมสเตย์เพื่อให้บริการแก่นักท่องเที่ยวทั้งนี้เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสวนสมุนไพรที่มีอยู่ในชุมชน และจำนวนบ้านที่มีความประสงค์ให้บริการด้านที่พักและนำเที่ยวภายในชุมชน

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ผู้วิจัยได้ใช้เครื่องมือ ดังต่อไปนี้

1) แบบสอบถามอย่างไม่เป็นทางการเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล ชนิด และสรรพคุณของ พืชผัก สมุนไพร และรายการอาหารที่ได้จากการนำพืชผัก สมุนไพรไปปรุง

2) กล้องถ่ายภาพเพื่อบันทึกพืชผัก สมุนไพรชนิดต่างๆ และแหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่ใน ชุมชน และเครื่องบันทึกเสียง (เครื่องเล่น MP3)

3) การจัดเวทีชุมชน โดยการเชิญกลุ่มปราชญ์ชาวบ้านด้านอาหารในพื้นที่ ผู้นำชุมชน กลุ่มแม่บ้าน ผู้ประกอบการ โฮมสเตย์ มัคคุเทศก์ท้องถิ่น นักวิจัยในท้องถิ่น ผู้ทรงคุณวุฒิในท้องถิ่น

3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในขั้นตอนของการตอบคำถามวิจัย 1 จะใช้การวิจัยแบบเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research: PAR) รวมเป็น 3 วิธี ประกอบด้วย

1. การสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) นักวิจัยได้ประสานงานปราชญ์ ชุมชนด้านพืชผัก สมุนไพร นายจาย ช่วยนุ้ย ซึ่งเป็นเจ้าของสวนพืชผัก สมุนไพร จำนวน 20 ไร่ และ นายกิตติ บุษปวนิช หรือหอมใบไม้ ซึ่งมีความชำนาญด้านการรักษาโรคต่างๆ โดยใช้พืชผัก สมุนไพรมาประกอบเป็นอาหารให้ผู้ป่วยรับประทาน และเป็นนักเขียนหนังสือเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ “คนเหนือโรค” โดยได้สำรวจสวนวนเกษตรของนายจาย ช่วยนุ้ย และของสมาชิกกลุ่ม สังคมวนเกษตร ในหมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา โดยการสัมภาษณ์สนทนากลุ่มย่อย (2-3 คน) ตามแต่สถานการณ์ สภาพและข้อจำกัดของผู้ให้ข้อมูล การสัมภาษณ์หรือพูดคุยในแต่ละรายจะใช้ เวลา 1-2 ชั่วโมง ในกรณีของการพูดคุยกับสมาชิกกลุ่มสังคมวนเกษตร ในส่วนของปราชญ์ชุมชนด้าน พืชผัก สมุนไพร และหอมใบไม้ มีการสัมภาษณ์และพูดคุยกันอย่างต่อเนื่อง เนื่องจากนักวิจัยได้ลงไปพักอาศัยในพื้นที่ จำนวน 7 วัน โดยได้ไปพักอาศัยที่บ้านปราชญ์ชุมชน

2. การสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group) จัดประชุมกลุ่มย่อยแกนนำชุมชน ในหมู่ ที่ 6 และ 8 จำนวน 2 ครั้ง ๆ ละ 15 คน โดยได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากกลุ่มตัวอย่าง นักวิจัย ได้กำหนดหัวข้อสนทนาประกอบด้วย (1) การปลูกพืชสมุนไพร สรรพคุณของสมุนไพร การนำ สมุนไพรมาปรุงเป็นอาหารรายการต่างๆ และ (2) การจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชน การจัดทำเส้นทาง ท่องเที่ยวภายในชุมชน และแนวทางการบริหารจัดการ โฮมสเตย์ ในชุมชน สำหรับการจัดประชุม ในกลุ่มแรกนั้น ผู้ร่วมประชุมได้จัดขึ้นในเวลาบ่ายหลังจากที่ชุมชนเสร็จจากภารกิจการทำสวน (กรีดยาง เก็บผล ไม้ ใส่น้ำคั้น ไม้ ฯลฯ) ส่วนการจัดประชุมในกลุ่มที่หลัง นักวิจัยได้จัดขึ้นตอน กลางคืน และตรงกับวันที่ฝนตก ชาวบ้านไม่สามารถจัดกรีดยางได้จึงมีเวลาในการมาประชุม ร่วมกัน ซึ่งในวันประชุมดังกล่าว นักวิจัยได้จัดทำอาหารที่ปรุงจากสมุนไพร ผัก สมุนไพร มาเลี้ยง ผู้เข้าร่วมประชุมด้วย

3. การสำรวจพื้นที่แหล่งท่องเที่ยว นักวิจัยได้สำรวจแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา ร่วมกับตัวแทนชุมชน แม้ว่าทั้ง 2 หมู่บ้านจะอยู่ติดกัน แต่ระยะทางห่างกันพอสมควร ทำให้ต้องใช้เวลาในการสำรวจแหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่ภายในชุมชน ด้วยสภาพภูมิศาสตร์ของพื้นที่ตั้งอยู่บริเวณพื้นที่ภูเขา และแหล่งท่องเที่ยวเป็นประเภทถ้ำ และถูกปล่อยให้รกร้างมาเป็นเวลานาน ประกอบเส้นทางที่เดินเข้าไปไม่ได้รับการปรับปรุงมาเป็นเวลานาน ทำให้ทีมวิจัยต้องจัดเตรียมอุปกรณ์การเดินทาง ไฟฉาย มีคพรี่า เป็นต้น ใช้ประกอบการสำรวจ

สำหรับข้อมูลทุติยภูมิ การสังเคราะห์ข้อมูลเอกสารจากงานวิจัยปราชญ์ชุมชนดังกล่าวแล้ว โดยสืบค้นข้อมูลด้วยวิธีการทางการศึกษาเอกสารจากหนังสือ รายงานการวิจัย และข้อมูลจากอินเทอร์เน็ต

3.4 การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการศึกษาโดยใช้เครื่องมือวิจัยต่างๆ เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ ดังนั้น การวิเคราะห์ข้อมูลจึงเป็นการวิเคราะห์โดยใช้หลักการทางการวิจัยเชิงคุณภาพ ซึ่งนักวิจัยเป็นผู้ประเมินและรายงานข้อมูลตามที่ได้สืบค้นจากกระบวนการมีส่วนร่วมในกิจกรรมการวิจัยของผู้ให้ข้อมูล หรือกลุ่มตัวอย่างกล่าวคือ การวิเคราะห์ข้อมูลเป็นการประเมินผลการดำเนินกิจกรรมแต่ละกิจกรรมตลอดโครงการและสังเคราะห์ข้อมูลเหล่านั้น ให้อยู่ในรูปแบบที่เหมาะสม ที่สามารถนำไปสู่การพัฒนาสวนสมุนไพรให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาต่อไป

บทที่ 4

ผลการวิจัย

โครงการวิจัยเชิงปฏิบัติการเพื่อพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาแหล่งท่องเที่ยวสวนสมุนไพรในด้านคุณประโยชน์ และสรรพคุณ ของพืชผักสมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง หมู่ที่ 6 และ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง (2) เพื่อเสนอรายการอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวและประชาชนทั่วไปโดยใช้วัตถุดิบของชุมชนเป็นหลัก และ (3) เพื่อพัฒนากลุ่มีอนำเที่ยวสวนสมุนไพรอย่างมีส่วนร่วมของประชาชนในลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา การรวบรวมข้อมูลงานวิจัย ดำเนินการระหว่างเดือนกรกฎาคม – สิงหาคม 2553 โดยนักวิจัยได้เดินทางไปสำรวจข้อมูล ร่วมกับปราชญ์ชุมชนด้านสวนวนเกษตร (นายจาย ช้วยนุ้ย) และ “หมอใบไม้” (นายกิตติบุษปวนิช) ผู้มีผลงานสื่อสิ่งพิมพ์ (พอกเก็ตบุ๊ก) เรื่อง “คนเหนือโรค” ระหว่างการเก็บข้อมูล นักวิจัยได้อาศัยอยู่ในพื้นที่ซึ่งเป็นบ้านอาศัยของปราชญ์ชุมชน

ผลการเก็บข้อมูลในชุมชน

จากการที่นักวิจัยได้ลงไปอาศัยอยู่ในชุมชน ร่วมกิจกรรมกับชุมชน ทำให้ได้รับทราบข้อมูลพื้นฐานของชุมชนในประเด็นที่เกี่ยวกับหัวข้องานวิจัย สรุปได้ดังนี้

4.1 ข้อมูลสำคัญและสถานภาพของสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว นักวิจัยได้สำรวจพื้นที่ในหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง ตำบลบ้านนา พบว่าประชากรแทบทุกคนครัวเรือนได้ปลูกพืชสมุนไพร และพืชผักสมุนไพร ไว้ในพื้นที่บริเวณบ้าน พื้นที่ริมรั้ว ทั้งที่ตั้งใจปลูก และงอกขึ้นเองตามธรรมชาติ ทั้งนี้ เพื่อเป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหารในแต่ละวัน เช่น ผักหวาน พริก พริกไทย ขมิ้น ใบเปราะ ผักกูด มะนาว เป็นต้น ซึ่งพืชผักสมุนไพรเหล่านี้ เป็นองค์ประกอบพื้นฐานสำหรับการปรุงอาหารของผู้คนในพื้นที่ภาคใต้ เพื่อบริโภคในชีวิตประจำวัน การปลูกพืช ผักสมุนไพรเหล่านี้ สามารถพบเห็นได้โดยทั่วไป บริเวณบ้านของผู้คนแถบพื้นที่เชิงเขา โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในพื้นที่ป่าต้นน้ำของทะเลสาบสงขลา ซึ่งพื้นที่ส่วนใหญ่ตั้งอยู่บริเวณเชิงเขา บริเวณเทือกเขาบรรทัด ในพื้นที่จังหวัดพัทลุง ประกอบด้วย อำเภอป่าบอน ตะโหมด กงหรา ศรีนครินทร์ ศรีบรรพต และป่าพะยอม ซึ่งมีการปลูกพืชผักสมุนไพร ที่มีความคล้ายคลึงกัน เนื่องมาวัฒนธรรมการปรุงอาหาร และการรับประทานอาหารไม่แตกต่างกัน ดังนั้นการปลูกพืชผักสมุนไพร ไว้รับประทานในชีวิตประจำวันไม่เพียงแต่ช่วยลดต้นทุน แต่ยังเป็นการช่วยส่งเสริมสุขภาพให้มีภูมิชีวิตหรือภูมิคุ้มกันโรคแข็งแรงขึ้น ซึ่งมีผลดีทั้งในเชิงป้องกันและการรักษา

การเก็บข้อมูลในงานวิจัยครั้งนี้ ช่วงเวลาที่มีความสำคัญอย่างมากในการเก็บข้อมูล เนื่องจากบ้านที่อาศัยอยู่ในหมู่ที่ 6 และ 8 ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพกรีดยาง และทำสวนผลไม้ ซึ่งอาชีพกรีดยาง ผู้กรีดยางจะต้องตื่นแต่เช้าตรู่ (1 นาฬิกา เป็นต้นไป สำหรับผู้ที่มีสวนยางจำนวนมาก) ซึ่งหลังจากกรีดยางแล้วรอเก็บรวบรวมน้ำยางเพื่อนำไปทำแผ่น หรือบางรายนำน้ำยางสดไปขาย แต่กว่าจะเสร็จสิ้นกระบวนการต้องใช้เวลาเกือบถึงเที่ยงวัน หลังจากนั้น คนกรีดยางต้องนอนพักผ่อน เมื่อตื่นขึ้นมาก็ต้องลับมีดกรีดยางเพื่อนำเตรียมไว้กรีดยางในวันต่อไป ขณะที่ คนทำสวนผลไม้ในตอนเช้าต้องเข้าสวนเพื่อรดน้ำ ใส่ปุ๋ย พืช ผัก ต้นไม้ต่างๆ รวมถึงการตกแต่งกิ่งไม้ต่างๆ ที่สำคัญคือการเก็บผลผลิตเพื่อส่งไปส่งผู้บริโภคร โดยมิพ้อค้าคนกลางเดินทางมารับถึงสวน โดยมีบางรายนำผลผลิตไปขายเองโดยไม่ผ่านพ้อค้าคนกลาง

ดังนั้น การเก็บข้อมูลของนักวิจัยทำได้เฉพาะในเวลาตอนเย็น (16.00-21.00 น. เท่านั้น) เพื่อให้ประชาชนว่างเว้นจากภาระกิจการงาน ซึ่งได้ประโยชน์ทั้งสองฝ่าย การเก็บข้อมูลในครั้งนี้ นักวิจัย ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ กับผู้คนในชุมชนซึ่งระหว่างการเก็บข้อมูลพบว่า มีผู้คนในชุมชนจำนวนหนึ่งที่เป็นโรคต่างๆ ได้เดินทางมาขอคำปรึกษากับหมอใบไม้ ซึ่งโรคที่พบเป็นส่วนใหญ่ คือ โรคเบาหวาน โรคความดันฯ ไตรั่ว ไตวาย สะเก็ดเงิน ปวดเมื่อย นิ้วล็อก เป็นต้น แต่ยังไม่พบในกรณีของ โรคมะเร็ง สาเหตุของความเจ็บป่วยส่วนหนึ่งมาจากการทำงานหนัก รับประทานอาหารไม่ถูกหลักโภชนาการ แม้ว่าจะมีผัก มีพืชสมุนไพรอยู่ในบริเวณบ้านแต่ไม่นำมารับประทานให้ ได้สัดส่วนที่เหมาะสมกับอาหารอื่น รวมถึงการปรุง ไม่ถูกวิธี ระหว่างการเก็บข้อมูล หมอใบไม้ได้ให้คำแนะนำเกี่ยวกับการรับประทานอาหารให้ถูกหลัก และฝึกโยคะ ขึ้นพื้นฐานให้ชาวบ้านที่มาร่วมสนทนากลุ่มด้วย

4.2 การปลูกพืช ผัก สมุนไพรในพื้นที่บ้านในวัง การปลูกพืชผักสมุนไพร ของ

ชาวบ้านในหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านวังใน ตำบลบ้านนา พบว่าชาวบ้านปลูกพืช ผักสมุนไพร ไว้เพื่อบริโภค ในครัวเรือนเป็นหลัก แต่มีบางครอบครัวที่ปลูกพืชผักสมุนไพร เพื่อประกอบอาชีพ เช่น บ้านของนายจาย ช่วยนุ้ย มีพื้นที่ปลูกพืชผักสมุนไพร ประมาณ 20 ไร่ ในบริเวณพื้นที่ที่อยู่อาศัย ซึ่งการสร้างบ้านเรือนของผู้คนในบ้านวังใน พบว่า บ้านจะอยู่ห่างกัน ไม่ปลูกติดกันเหมือนกับชุมชนอื่นๆ ที่ปลูกบ้านติดกัน ในหมู่บ้าน ขณะที่พื้นที่สวนจะตั้งอยู่บริเวณภายนอกชุมชนหมู่บ้าน ทำให้ชาวบ้านในวังมีบริเวณบ้านกว้างมากเป็นพิเศษ เช่นเดียวกับบ้านของนายประพล ดินด้วง ซึ่งอยู่ห่างจากบ้านของปราชญ์สมุนไพร ประมาณ 500 เมตร มีสวนปลูกพืชสมุนไพร ประมาณ 50 ไร่ ส่วนมากจะเป็นพืชผักที่ใช้ปรุงอาหารในชีวิตประจำวันของผู้คนในพื้นที่ เช่น พริกไทย ขมิ้น ผักกูด มะเขือพวง ตะไคร้ ฝรั่ง มะนาว เป็นต้น ลักษณะการตกแต่งสวนมีการดูแลอย่างต่อเนื่อง โดยสังเกตเห็นได้จากการกำจัด

วัชพืชต่างๆ ที่ไม่จำเป็นออกไป โดยไม่ใช้สารเคมีแต่ใช้การตัดแทนเช่นการตัดหญ้า ซึ่งสามารถเดินชมสวนได้อย่างสะดวกสบาย ไปตามทางเดินที่เป็นธรรมชาติ

จากการสอบถามชาวบ้านที่ปลูกพืชผักสมุนไพรเพื่อขายทราบว่า พืชสมุนไพรที่มีราคาดี ได้แก่ ผักกูด โดยราคารับซื้อจากสวน กิโลกรัมละ ประมาณ 15 บาท ขณะที่ใบเหมียง (บางพื้นที่เรียกเหียง) ราคารับซื้อจากสวนกิโลกรัมละ 50-60 บาท ซึ่งนับว่าเป็นพืชเศรษฐกิจของชุมชนดังกล่าว นอกจากนี้ ผักสมุนไพรบางชนิดจะมีราคาสูงแล้ว ชาวบ้านบางคน ยังได้เพาะกล้าไม้ ไม้ขายอีกด้วย ซึ่งกล้าไม้ที่พบเห็นตามสวนต่างๆ เช่น ต้นชะมวง ต้นตาหมัด หรือแม้แต่ต้นทุเรียนและต้นสะตอ ซึ่งเป็นไม้เศรษฐกิจที่สำคัญของพื้นที่ภาคใต้

นอกจากสวนสมุนไพรที่ปลูกในพื้นที่ดินที่มีเจ้าของ มีการดูแลรดน้ำ บำรุงด้วยปุ๋ยอย่างเป็นระบบแล้ว บริเวณหมู่ที่ 8 บ้านวังยาว มีเส้นทางเดินจากหมู่บ้านไปถ้ำ (ยังไม่มีชื่อ) ระยะทางประมาณ 1 กิโลเมตร เต็มไปด้วยสมุนไพรที่งอกขึ้นเองตามธรรมชาติ สองข้างทาง อาทิ ต้นกุ่ม มะเดื่อ ส้มเกรียบ เป็นต้น ซึ่งชาวบ้านได้ใช้สมุนไพรเหล่านั้นบางส่วนมาปรุงเป็นอาหารในชีวิตประจำวัน หากว่าไปแล้ว สวนสมุนไพรที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติมีอยู่ทั่วไปตามพื้นที่ต่างๆ ที่มีระบบนิเวศที่สมบูรณ์ สำหรับเส้นทางศึกษาสมุนไพรบริเวณบ้านวังยาวที่ทอดยาวไปตามลำคลองขนาดเล็ก จัดได้ว่าเป็นเส้นทางศึกษาพันธุ์พืช สมุนไพร ที่อยู่ในพื้นที่สาธารณะ ที่ทุกคนในหมู่บ้านสามารถเข้าไปใช้ประโยชน์ได้ โดยไม่มีการซื้อหรือการขาย ประกอบกับชุมชนดังกล่าว เป็นสังคมเครือญาติ ที่คนในซอย ในหมู่บ้านเป็นญาติสนิทชิดเชื้อกัน เส้นทางดังกล่าวเคยได้รับการพัฒนาโดยการขุดลอกคลองของเทศบาลตำบลบ้านนา เพื่อปรับปรุงภูมิทัศน์ และได้จัดทำฝายชะลอน้ำเพื่อกักน้ำไว้ใช้ และเป็นที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำต่างๆ อย่างไรก็ตาม เส้นทางดังกล่าวขาดการดูแลรักษาทำให้วัชพืชต่างๆ ขึ้นเต็มบริเวณ ทำให้เป็นอุปสรรคบ้างต่อการเดินทางเข้าไปเที่ยวชม

ในสวนวนเกษตรที่นักวิจัยได้ลงไปสำรวจร่วมกับปราชญ์ชุมชนและหมอใบไม้พบว่า นอกจากจะมีการปลูกพืช ผัก สมุนไพรแล้ว ชาวบ้านยังได้ปลูกไม้ผลต่างๆ ควบคู่ไปด้วย อาทิ มังคุด เงาะ ทุเรียน ลองกอง จำปาอะ ขนุน เนียง เป็นต้น เพื่อให้ต้นไม้เหล่านี้อาศัยอยู่ร่วมกัน นอกจากนี้สมุนไพรบางชนิด ก็ไม่สามารถปลูกเดี่ยวๆ ได้ต้องอาศัยพืชชนิดอื่น เพื่อเป็นร่มกำบังและปุ๋ย และเพื่อป้องกันการเหยียบย่ำ และการถูกตัดทำลาย ในการตัดหญ้าแต่ละครั้ง เจ้าของสวนบางรายได้ใช้ยางรถยนต์ที่ไม่ใช่แล้วมาดัดแปลงเป็นกระดางล้อมไว้ เช่น เปราะ ขมิ้น ข่า ตะไคร้ เป็นต้น

4.3 พืช ผัก สมุนไพร ที่ค้นพบกับใช้ประโยชน์ในการพัฒนาโภชนาการและรายการอาหาร จากการเข้าไปใช้ชีวิตร่วมกับชุมชนของหมู่ที่ 8 บ้านในวัง โดยเลือกบ้านของนายจาย

ช่วยนุ้ย เป็นพื้นที่หลักเพื่อทำการวิจัยครั้งนี้ พบว่าพื้นที่ของนายจายมีความหลากหลายทางระบบนิเวศ ด้วยนายจายเองแรกเริ่มเคยทำสวนยางมาก่อน เมื่อเลิกการทำสวนยางจึงหันมาทำสวนผสมอย่างที่เขาได้ทั่วไปทำคือสวนสมรม เน้นการปลูกพืชกินใบและปลูกไม้ผลให้สามารถมีกินมีขายได้ทั้งฤดูกาล

ปัจจุบันสวนสมรมของนายจาย ได้พัฒนาไปสู่ระบบ"วนเกษตร"อย่างสมบูรณ์ โดยระบบดังกล่าวคือการย้อนกลับไปหาวิถีดั้งเดิม 50 ปีขึ้นไป ซึ่งเป็นวิธีการพึ่งพาตนเองให้มากที่สุด โดยการสร้างแหล่งอาหารไว้บนครวเรือนอย่างยั่งยืน ด้วยเขาได้มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารแม้จะกินแป้งหรือเนื้อสัตว์ไม่ต่างจากคนภาคอื่น แต่เขาได้เป็นนักบริโภคผักเป็นหลักอาจจะกล่าวได้ว่ามากกว่าคนภาคอื่นๆ แต่สถานการณ์ปัจจุบัน พฤติกรรมกินผักของคนปักษ์ใต้เปลี่ยนไปเนื่องจากไม่ได้สัดส่วนที่สมดุลของปริมาณ และวิธีการปรุง

จากการเข้าไปศึกษาพื้นที่สวนสมรมไพรของนายจาย ช่วยนุ้ย พบว่าในพื้นที่สวนผสมรวมถึงระบบวนเกษตรของนายจาย ช่วยนุ้ย มีพืชพรรณอยู่นับร้อยชนิด โดยมีสถาบันการศึกษาเข้าไปสำรวจครั้งแรกพบว่ามียูร่าว 150 ชนิด เป็นพืชอาหารและพืชเศรษฐกิจ แต่จากการสังเกตของทีมวิจัยหากรวมพืชอื่นแม้ว่าจะไม่มีคุณค่าอะไรแต่เป็นองค์ประกอบเพื่อความสมดุลทางธรรมชาติ สวนวนเกษตรของนายจายต้องมีพรรณไม้มารวมทั้งสิ้นเกินกว่า 200 ชนิด โดยส่วนใหญ่คือพืชที่สามารถให้เป็นอาหารและใช้เป็นยาได้ ได้แก่

ต้นคาหมัด...เป็นชื่อมุสลิม ไม่มีชื่อในภาษาไทย มีรสหวาน มัน ใช้แกงคล้ายใบชาพลู กินสดเหมือนเขี้ยวชนิดหน่อ ยิง ไม่นิยมกินกัน

ใบเหมียง...บางถิ่นเรียกใบเหลียง ใช้แกงส้ม หรือแกงกะทิ ผัดไข่ สรรพคุณทางยา ขับไขมันในลำไส้

ว่านขุนแผน...ใช้ทั้ง 5 ดัมคิมแก้เหนื่อย หอบ

ตาลปัดยาศี...ใช้เป็นยาบำรุงเลือดสำหรับสตรี

ชะมวง...แกงกับหมู ไก่ ปลา มีรสเปรี้ยว สรรพคุณทางยา กินสดลดเบาหวาน ความดันฯ

ขุนแสนหา...ใบนำไปคั่วไฟใส่แกงมัสมั่น พะโล้ ให้ความหอม สรรพคุณทางยา ขับเลือดลม แก้ปวดเมื่อย

พญาไม้...สรรพคุณทางยา รักษาไต

สาวสะตู่...สรรพคุณทางยา บำรุงร่างกาย

บอนส้ม...ใช้แกงส้ม แกงเลียง สรรพคุณทางยา บำรุงกะเพาะ เจริญอาหาร บำรุงเลือด

มะเมาะ...ใช้แกงส้ม ใส่ข้าวยา สรรพคุณทางยา เจริญอาหาร ขับสารพิษ

จิงจ้าย...สรรพคุณทางยา แก้ไข้มาเลเลีย

กำลังหนุมาน...สรรพคุณทางยา บำรุงกำลัง แก้เส้นเอ็นพิการ

หมุยมัน...ใบกินสด สรรพคุณทางยา ขับลม

ใบย่านาง...ใบอ่อนใส่แกงเลียง สรรพคุณทางยา แก้ปวดเมื่อย ข้อ กระดูก

กระวาน...ใช้ดับกลิ่นคาวอาหารบางชนิด สรรพคุณทางยา ช่วยขับลม ขับเลือด

จิง...ผล มีรสฝาดเล็กน้อย ใช้กินสดกับน้ำพริก หรือแกงเผ็ด สรรพคุณทางยา ช่วย

กะเพาะอาหาร ผลทำให้ละเอียดใช้ดูดพิษ

ครก...ผลมีรสฝาดเล็กน้อยคล้ายจิง แต่ห้ามกินเยอะเพราะทำให้ท้องผูก สรรพคุณทางยา ช่วยเจริญอาหาร ลดน้ำตาลและไขมันในเลือด

ทำม้ง...กลิ่นหอมคล้ายแมงคานา จึงนิยมใช้ดำน้ำพริก สรรพคุณทางยา บำรุงหัวใจ

ทั้งหมดคือพืชสมุนไพรและกิ่งสมุนไพรส่วนหนึ่ง ซึ่งนายจาย ช่วยนุ้ยได้ใช้ระบบ

วนเกษตรจัดการพื้นที่จำนวน 20 ไร่ให้มีระบบนิเวศวิทยาสมบูรณ์แบบที่สุด โดยพืชสมุนไพรและกิ่งสมุนไพรทั้งหมด ได้ปลูกร่วมกับผลไม้ภายในสวนสมรม อันประกอบด้วย ลองกอง มังคุด เงาะกล้วย... เป็นต้น ทั้งยังต้องระมัดระวังในเรื่องของพืชต่างถิ่นหากต้องการนำไปปลูก ก็ต้องคำนึงถึงความเหมาะสมหรือความจำเป็นเท่านั้น...สำคัญที่สุด ในระบบวนเกษตรที่นายจายใช้ ต้องปลูกพืชทุกระดับชั้น ตั้งแต่พืชระดับล่างใช้คลุมหน้าดินเพื่อรักษาความชุ่มชื้น...พืชระดับกลางที่ให้ทรงพุ่มให้ใบและผลเป็นยาแก้บออาหาร...และพืชยืนต้นที่ให้ร่มเงา

การทำระบบวนเกษตรของนายจาย ถือว่าต้องใช้ความรู้ความเข้าใจและความระมัดระวังในทุกด้าน ต้องทำความเข้าใจถึงความสมดุลทางธรรมชาติ ต้องปลูกต้นไม้ที่เกื้อกูลซึ่งกันและกัน เช่นต้นสะคานซึ่งเป็นไม้เลื้อยหรือไม้จำพวกอิงอาศัย เป็นต้น ไม้มีเนื้อไม้กลิ่นหอมแรงใช้เป็นได้ทั้งอาหารและยา นายจายใช้ต้นหมากให้เถาสะคานเลื้อยเกาะ เพราะปลอดภัยกว่าที่จะให้เถาสะคานเกาะไม้ชนิดอื่น เพราะสะคานมีรากฝอยตลอดทั้งต้น รากของสะคานอาจไปดูดน้ำเลี้ยงของต้นไม้บางชนิด ทำให้ต้นที่ถูกสะคานเกาะตายได้ แต่เถาสะคานไม่ชอบไชดินหมาก หรืออาจเป็นไปได้ว่าเปลือกนอกของต้นหมากมีความแข็งแรงของเถาสะคานเจาะผ่านไม่ได้...อีกตัวอย่างหนึ่ง ในระบบวนเกษตรของนายจาย จะมีต้นพญาสัตบรรณ และต้นไฟกา ต้นไม้ทั้งสองชนิดมีสรรพคุณเป็นยา และตัวมันสามารถฆ่าเชื้อราในดินได้ หากรากของพญาสัตบรรณกับไฟกาชอนไชไปถึงไหน หรือใบของมันร่วงหล่น เชื่อได้ว่าบริเวณโดยรอบจึงปลอดภัยจากเชื้อรา

ข้อดีของระบบขบวนการทางวนเกษตรจึงไม่ต้องใช้สารเคมีในการสู้กับปัญหาโรคพืช ทั้งยังไม่พบแมลงศัตรูพืช ทั้งนี้คงเพราะการปลูกพืชสมุนไพรทั่วพื้นที่ กลิ่นของพืชสมุนไพรมัก

ไม่เป็นที่ชื่นชอบของแมลงศัตรูพืช แม้แต่หนอนผีเสื้อชนิดต่างๆซึ่งมักพบทั่วไปในการทำเกษตรเชิงเดี่ยว ภายในสวนของนายจำกลับพบหนอนผีเสื้อน้อยมาก จึงไม่มีอันตรายใดๆน่าวิตก มีการพบผีเสื้อบ้างบางชนิด เช่นผีเสื้อส้มใหญ่...ผีเสื้อหนอนมะนาว...ผีเสื้อกลางคืนจำพวกมอช จำนวนประชากรผีเสื้อและจำนวนสายพันธุ์ที่พบซึ่ง ไม่มากนักจึงเป็นคุณมากกว่าโทษ เพราะผีเสื้อเหล่านี้ทำหน้าที่ในการผสมเกสรตามกลไกทางธรรมชาติ

เนื่องจากอาณาบริเวณหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านในวัง มีพืชที่เป็นอาหารของผีเสื้อไม่มาก จึงเท่ากับว่าระบบทางนิเวศ เป็นกลไกควบคุมประชากรผีเสื้อเปิดเสร็จ เช่นผีเสื้อหนอนมะนาว มันต้องวางไข่กับต้นมะนาวหรือส้มเท่านั้น แต่ในพื้นที่แทบไม่มีต้นส้มเลย มะนาวก็ปลูกเพื่อบริโภคในครัวเรือนเท่านั้น ผีเสื้อหนอนมะนาวจึงขาดแหล่งอาหารคือใบมะนาวที่ต้องให้ลูกอ่อนเมื่อยังเป็นหนอนเขียวกิน ซึ่งหนอนเล็กๆเพียงไม่กี่ตัวมีความจำเป็นต้องใช้ใบมะนาวจำนวนมากเพื่อเสริมสร้างชีวิตให้เจริญเติบโต ซึ่งหนอนผีเสื้อมะนาวคงไม่ต่างจากหนอนผีเสื้อทั่วไปที่ต้องกินใบไม้ทั้งวันทั้งคืนเพื่อเร่งความเจริญเติบโต แต่ที่นี่ไม่ใช่แหล่งอาหารของมัน เราจึงพบผีเสื้อหนอนมะนาวเพียงไม่กี่ตัว รวมถึงผีเสื้อชนิดอื่นๆ แต่เป็นเรื่องน่าแปลกที่มีการพบ”ตัวแมงอีโป่ง” แมงอีโป่งเป็นแมลงป่า เป็นแมลงมีพิษในตัว เป็นตัวแตนเล็กมากสายพันธุ์หนึ่ง หากสัตว์ใหญ่ปล่อยกินเข้าไปเพียงตัวเดียวจะเกิดอาการเมา แม้แต่ช้างยังทนไม่ไหว การพบแมงอีโป่งจึงเป็นตัวบอกได้ว่าพื้นที่วนเกษตรของลุงจำมีสภาพแวดล้อมใกล้เคียงป่า คืออากาศต้องบริสุทธิ์มาก น้ำไม่เสีย หากสภาพแวดล้อมมีปัญหาแมงอีโป่งต้องหนีเข้าป่าบนเทือกเขาบรรทัด

ปัญหาของศัตรูพืชจึงมีน้อยมาก...ในทางตรงกันข้าม ระบบวนเกษตรพืชทุกชนิดกลับมีธาตุอาหารอย่างเพียงพอ จากการย่อยสลายของใบไม้ที่หล่นร่วงในพื้นที่ทั้ง 20 ไร่ ความหลากหลายของสายพันธุ์พืชกว่า 200 ชนิด ได้ก่อให้เกิดความสมดุลทางธรรมชาติ ใบไม้หลายหลากที่ร่วงหล่นลงสู่พื้นล่าง เมื่อทับถมนานวันเข้า เกิดการย่อยสลายโดยจุลินทรีย์ เกิดปฏิกิริยาทางชีวเคมีเมื่อกลไกธรรมชาติจัดการตัวเองจนระบบชีวสมดุล ตรงนั้นจึงเหมือน โรงงานผลิตปุ๋ยครบวงจรป้อนเข้าสู่ระบบโดยที่คนไม่ต้องเข้าไปยุ่งเกี่ยว อาจมีบ้างเช่นการใช้น้ำหมักชีวภาพเสริมในรูปฮอร์โมน หรือเติมปุ๋ยคอกในส่วนที่อยู่ใกล้บ้านเพื่อให้ต้นไม้แข็งแรง หรือให้ติดดอกออกผลเต็มที่ พืชในระบบวนเกษตรจึงได้รับธาตุอาหารตามธรรมชาติแทบไม่ต่างจากพืชป่า ซึ่งได้ธาตุอาหารจากการทับถมของสิ่งมีชีวิตต่างๆมานานับล้านปี ที่เรียกว่า”ฮิวมัส” อันเป็นสุดยอดหัวอาหารของพืชอย่างที่มนุษย์ไม่สามารถทำได้

เมื่อไม่มีการใช้สารเคมี ระบบนิเวศย่อมไม่เสียหาย โดยมีพืชบางอย่างเป็นตัวชี้วัดถึงความสะอาดของพื้นที่ได้อีกเช่นกันนอกแมงอีโป่ง นั่นคือ...ผักกูด...ผักกูด เป็นผักต้องอยู่ใน

สภาพแวดล้อมสะอาดเท่านั้น โครงสร้างทางพันธุกรรมของผักกูดอ่อนไหวมากกับสภาพของดิน น้ำ และอากาศที่ไม่บริสุทธิ์ ผักกูดไม่สามารถขึ้นได้ในพื้นที่เมือง หรือใกล้โรงงานอุตสาหกรรม ในขณะที่ผักอื่นทนโลหะหนักได้ ทนน้ำเสียได้ แต่กับผักกูดเปราะบางมาก ซึ่งในระบบวนเกษตรของนายจาย รวมถึงสวนของนายประพล ในพื้นที่ที่มีผักกูดขึ้นทั่วไปเป็นตัวฟ้องว่าที่นี้แม้มีมนุษย์เข้าจัดการแต่ก็ปลอดภัยไว้มลภาวะอย่างน่าทึ่ง แม้มาตรฐานอาจได้ไม่เท่ามาตรฐานของป่าตามกลไกธรรมชาติ แต่ช่วงเวลานับสิบปีที่นายจายลงมือทำสวนสมรมจนเข้าสู่ววนเกษตร พื้นที่ทั้ง 20 ไร่มันสามารถปรับสภาพไปได้แล้วในระดับหนึ่ง

ระดับดังกล่าวคือพืชสามารถสร้างอาหารเลี้ยงตัวเองได้ จนภูมิคุ้มกันในตัวมันเองแข็งแรงมาก หรือหากพืชได้รับโรคขบวนการยับยั้งของฮิวม์สังเคราะห์เปรียบเสมือนเป็นสารปฏิชีวนะ มีสรรพคุณเป็นยาอีก...คนหรือพืชจึงไม่แตกต่างกัน ว่าต้องกินอาหารให้หลากหลาย ไม่ใช่เลือกกินแต่ของที่ชอบ กินอย่างนั้นจะทำให้ป่วย

เมื่อพิจารณาถึงความหลากหลายทางชีวภาพในพื้นที่วนเกษตรของนายจาย พบว่านายจายมีความสามารถในการผลิตอาหารสำหรับครัวเรือนของตนเองอย่างเพียงพอ ทั้งยังเหลือใช้เหลือกินสามารถนำไปขายในพื้นที่ข้างเคียงได้จนก่อเกิดรายได้ เป็นรายได้หลักเลี้ยงชีพ จากการทำทีมวิจัยได้เข้าไปใช้ชีวิตร่วมกับนายจายนานพอควร เพื่อดูพฤติกรรมความเป็นอยู่ของครอบครัวนายจาย โดยเฉพาะพฤติกรรมการกิน

ครอบครัวนายจายนิยมการปรุงอาหารเอง และยังกินอาหารดั้งเดิมตามแบบอย่างชาวใต้ทุกมื้อ โดยทีมวิจัยไม่เคยให้คำแนะนำหรือร้องขอให้นายจายทำอาหารแต่อย่างใด ด้วยเหตุผลว่าเพราะต้องการสืบหาความเป็นตัวตนของนายจายและครอบครัวให้เด่นชัด ซึ่งในการปรุงอาหารทุกมื้อ นายจายและภรรยาจะเป็นผู้เสาะแสวงหาวัตถุดิบในพื้นที่ของตนเองเสียส่วนใหญ่ โดยเฉพาะผัก ใบไม้ต่างๆ ในรูปของพืชกิ่งสมุนไพรที่กินได้ ยกเว้นข้าวและจำพวกเนื้อสัตว์ที่นายจายไม่มี

สำหรับรายการอาหารที่นายจายและครอบครัวกินกันเป็นประจำ โดยหมุนเวียนเปลี่ยนไปแต่ละวัน มีอาทิเช่น...

น้ำซุบหรือน้ำพริกกะปಿಯ่างภาคกลาง อาหารรายการนี้ ถือเป็นอาหารครบสูตรให้คุณค่าทางโภชนาการสูงมาก เพราะองค์ประกอบของน้ำซุบ ต้องมีผักรวมขนาดใหญ่ซึ่งชาวใต้เรียกผักเหนาะ...ผักเหนาะจะประกอบไปด้วยผักสดนานาชนิด เช่น ใบหมุยมัน ยอดกาหยูหรือมะม่วงหิมพานต์ ยอดกระถินยอดมะกอก ผักกาดนกเขา ขมิ้นขาว มะเขือเปราะ มะเขือพวง ลูกฉิ่ง สะตอ... ฯลฯ

เมื่อพิจารณาสรรพคุณทางยา กับคุณค่าทางอาหารแสนอร่อยของอาหารรายการนี้ น้ำซุบหรือน้ำพริก ในกะปิมี่ทั้งโปรตีนและแคลเซียมสูงมาก

ขมิ้นขาวช่วยขับลม รักษาอุณหภูมิในร่างกาย

มะเขือพวงมีไฟเบอร์หรือกากใยชนิดเหลว มากกว่ามะเขือทุกชนิด ช่วยในระบบขับถ่ายเหนือกว่ามะเขือยาวถึง 65 เท่า

สะตอ ช่วยในการล้างไต แคลเซียมสูง ป้องกันหลอดเลือดอุดตัน

แกงส้ม...เป็นแกงส้มสูตรพัทลุง ซึ่งรสชาติต่างจากที่อื่นเล็กน้อย แกงส้มที่นี่ไม่เผ็ดร้อนแรง แต่เครื่องแกงยังเข้มข้น คือใช้พริกเล็กน้อย หอมแดง และขาดไม่ได้คือขมิ้นหัวช่วยชูรสบ่งบอกเอกลักษณ์การเป็นอาหารใต้ เป็นแกงส้มใบตาทัดกับปลาชุก ปลาชุกคือแหล่งโปรตีน เป็นปลาชุกที่เลี้ยงไว้เอง ใบตาทัดต้องใช้แกงเพราะกินสดมีกลิ่นเหม็นเขียวเล็กน้อยจึงไม่มีใครนิยม ขมิ้นมีสารเคอควิเมน ช่วยต้านมะเร็ง กินทุกวัน โอกาสเป็นมะเร็งจึงน้อยมาก

ปลาทอดขมิ้น...เป็นอาหารโปรดของชาวใต้ทั่วไป ปลาแทบทุกชนิดไม่ว่าปลาอะไร ชาวใต้นิยมทอดขมิ้นแล้วนำไปทอด ขมิ้นช่วยดับคาวนอกจากมีฤทธิ์ต้านมะเร็งแล้ว เนื้อปลาเป็นแหล่งโปรตีน ไขมันปลายังมีโอเมก้า 3 ช่วยด้านสมองอีก

แกงเลียง...รสชาติแกงเลียงใต้คงต่างจากของภาคกลาง แกงเลียงที่นี่ใส่ผักมากเช่นกัน แต่ผักใช้ต่างกันหลายอย่าง มื้อนี้เป็นแกงเลียงใส่ใบตาทัด ใบเหมียง หัวปลี ผักหวานช้าง โขลง ใบย่านาง แมงลัก ฟักทอง...แกงเลียงหม้อนี้อู่มากแล้วมีคุณค่าทางอาหารพร้อมสรรพคุณยาครบถ้วน...ใบย่านางลดน้ำตาลในเลือด ลดความดัน ผักหวานช้าง โขลงช่วยเจริญอาหาร ฟักทองมีวิตามินเอบำรุงสายตา และอื่นๆอีกมากมาย

แกงพริก...ทางภาคกลางเรียกแกงเผ็ด แต่รสชาติต่างกัน สามารถใช้เนื้อวัว เนื้อหมู ไก่ ปลา หรือโปรตีนจากสัตว์ได้หลากหลายแต่มื้อนี้เป็นแกงพริกไก่บ้านใส่มะเขือพวง สรรพคุณมะเขือพวงหลุดไปแล้ว สำหรับพริกซึ่งมีสารแคปไซซิน คีโตหัวใจหากกินพริกเป็นประจำแต่ไม่ควรกินเผ็ดเกินไป

แกงไตปลา...ถือเป็นแกงประจำถิ่นเป็นเอกลักษณ์ของถิ่นใต้ ไตปลาหรือฟุงปลา เป็นส่วนที่คนภาคอื่นมักทิ้ง แต่ชาวใต้รู้จักวิธีการถนอมอาหาร จึงนำฟุงปลามาแช่เกลือ ขบวนการนี้เกิดการย่อยสลายทำให้มีการสกัดตัวสารอาหารออกมาในรูปของหัวอาหารที่มีประโยชน์สูงสุด แกงไตปลาจึงเป็นอาหารที่มีไขมัน โอเมก้า 3 มาก ทั้งที่คนภาคอื่นอาจดูไม่น่ากิน

ขนมจีนน้ำยา...นี่คืออาหารในชีวิตประจำวัน มีขายตามตลาดสดตั้งแต่เมื่อเช้า ขนมจีนน้ำยาชาวใต้เลื่องชื่อในรสชาติที่เข้มข้น ซึ่งเครื่องแกงสดที่ใช้คงไม่ต่างจากน้ำยาภาคกลางนัก เช่นมีพริก ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด หอม กระเทียม หัวกระชาย เป็นต้น แต่เอกลักษณ์แบบใต้ต้องใช้ขมิ้นหัวหรือขมิ้นชันให้น้ำยาออกสีเหลือง ใช้หัวกะทิชั้นๆ ตักแล้วมีความหนืด ราดลงบนขนมจีน กินกับผักเคียงหรือผักเหนาะ ให้อร่อยอีกแบบกินกับผักสดหัวกะทิ ได้คุณค่าอาหารและสรรพคุณยาครบอีกสูตร เป็นสูตรอาหารให้พลังงานสูง เพราะอาหารจานนี้มีกะทิมาก มีแป้งจากขนมจีน แต่ก็ได้

สารอาหารสารพัด อาทิเช่น กลุ่มเครื่องแกงสด ช่วยด้านหัวใจ ลดน้ำตาล ลดความดันฯ ขับลม ได้สารต้านมะเร็งจากขมิ้นอีก กะทิที่หลายคนกลัวว่าจะมีปัญหาไขมันจับผนังหลอดเลือด ข้อมูลล่าสุดตรงกันข้ามข้อมูลเดิม กะทิเป็นไขมันดีหากผ่านความร้อนเพียงครั้งเดียวในการปรุง กะทิมีห่วงโซ่ไขมันชนิดกลาง จึงช่วยในการดึงไขมันห่วงโซ่ใหญ่และห่วงโซ่เล็กให้ถูกนำมาใช้เป็นพลังงาน หากกินผักลวกราดกะทิด้วยจะได้วิตามินเอช่วยระบบสายตา เพราะวิตามินเอละลายในไขมัน ไขมันช่วยให้วิตามินเอทำงานนั่นเอง หากกินผักสดด้วยจะได้วิตามินซีมากมายจนร่างกายต้องขับส่วนเกินทิ้ง...ขนมจีนน้ำยาจานเดียวให้คุณค่ามากมาย

ข้าวยา ข้าวยาเป็นอาหารที่ชาวใต้โปรดปราน แต่ข้าวยากี้มิใช่จะมีผู้ขายมากอย่างเช่นแกงหรือขนมจีน ตามตลาดสดหรือชุมชนจะมีร้านข้าวยาเพียงร้านเดียวส่วนใหญ่ บางแห่งอาจไม่มีด้วยซ้ำ ทั้งนี้เพราะขบวนการทำข้าวยามีความซับซ้อนกว่าการทำแกงทั่วไป ผักที่ใช้ในข้าวยาที่เป็นมาตรฐานมักมีราว 4 ชนิด เช่นถั่วฝักยาวขอยละเอียด ใบมะกรูดขอย แล้วมีกุ้งแห้งโรย กับมะพร้าวคั่ว และส้มโอ ราดด้วยน้ำข้าวยาที่ใสรสหวาน ความอร่อยของข้าวยา จึงอยู่ที่ตัวน้ำราดเป็นหลักว่าใครมีฝีมือเหนือกว่า ส่วนผัก เครื่องปรุงอื่นค่อนข้างใกล้เคียงแทบทุกเจ้า

วันนี้เป็นวันสำคัญมีการนัดหมาย คนจากหลายหมู่บ้านจะมาชุมนุมกันเพื่อฟังการบรรยายในหัวข้อเรื่องการสร้างชุมชนเพื่อเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้อย่างไร นายจ่ายหรือลุงจ่ายจึงถือโอกาสเล็งข้าวยาสูตรในวัง อันเป็นสูตรของนายจ่ายเอง สูตรนี้ใหม่เหมือนข้าวยาตามตลาดสด เป็นสูตรข้าวยาที่นำพืชกึ่งสมุนไพรนับสิบชนิดมาปรุงรวมกัน จนได้สูตรข้าวยาร้อยจนใครก็ต้องกินสองจาน เคล็ดลับของนายจ่ายคือการใช้พืชกึ่งสมุนไพรจำนวนมาก นำมาหั่นแล้วผสมคลุกเคล้าในงานจนได้รสชาติลงตัวที่สุด ซึ่งพืชกึ่งสมุนไพรที่เลือกสรรนำมาปรุงข้าวยาในวังได้แก่ ดอกคาหลา ใบตาคาหลา ใบหมุยหอม ใบพริกไท ใบทำมิ่ง ใบชะมวง ใบข่าเล็ก ใบขมิ้น ผักชีฝรั่ง ดีปลีเชือก ยอดเม่า ขุนเส่นหา ใบมะกรูด พาโหมคั้น ขอบ่า ชะพลู เจตมูล มะกอก...ฯลฯ และมีกุ้งแห้ง มะพร้าวคั่ว ส้มโอ

พิจารณาสูตรข้าวยาของนายจ่าย ถือว่าด้านคุณค่าอาหาร ด้านสรรพคุณยามีครบถ้วน

ดอกคาหลา...ให้ความสดชื่น บำรุงประสาท หัวใจ บำรุงเลือด

ใบตาคาหลา...มีวิตามินซี ช่วยระบบลำไส้

ยอดหมุย...ขับลม

ใบพริกไท...ช่วยขับลม

ใบทำมิ่ง...บำรุงหัวใจ

ชะมวง...ขับไขมัน

ใบข่าเล็ก...ขับลม

ใบขมิ้น... ขับลม

ผักชีฝรั่ง... มีวิตามินบี1 บี2 และวิตามินซี

ดีปลีเชือก... บำรุงเลือด กระดูก เส้นเอ็น

ยอดเม่า... ขับสารพิษ

ขุนแส่นหา... ขับเลือด ปวดเมื่อย

ใบมะกรูด... มีน้ำมันหอมระเหยแก้ท้องอืด เจริญอาหาร

พาโหมตัน... แก้ปวดเมื่อยกระดูก คนท้องไว้ได้ทีนอน 7 ใบทำให้คลอดลูกง่าย

ใบขมิ้น... รักษาแผลลำไส้ ฟอกเลือด

ชะพลู... มีแคลเซียมสูง

เจตมูล... บำรุงเลือด เส้นเลือด

มะกอก... มีวิตามินซี สมานแผล

ตะไคร้... ลดน้ำตาลในเลือด

ส้มเกรียบ..... ขับไขมัน

ถั่วฝักยาว... บำรุงเลือด บำรุงผิว

ถั่วงอก... ให้พลังงานต่ำ มีธาตุอาหารสะสมหลายชนิด ตามคุณสมบัติของพืชที่กำลังออก

พาโหมย่าน... ขับลม

สะคาน... แก้ปวดเมื่อย ปวดกระเพาะ

ยอดลำทำ... หัวใจ

ยอดจิกนา... ขยายหลอดเลือดหัวใจ

ดอกขมิ้น... เจริญอาหาร

ดอกกระทือ... ขับลม

ใบหัวเปราะ..... ขับลม

ใบกระชาย... ช่วยบีบกระเพาะและลำไส้ ได้ชื่อว่าเป็นสมุนไพรไทย

ยอดหวม... บำรุงหัวใจ

มะม่วง วิตามินซี เจริญอาหาร

จิง... พาสารอาหารเลี้ยงร่างกาย แก้ไอ ขับเสมหะ

มะนาว... วิตามินซี

ส้มโอ... วิตามินซี

มะพร้าวคั่ว... มีกรดไขมันชนิดดี

กุ้งแห้ง... แคลเซียม ไอ โอดีน

ส่วนน้ำราดข้าวต้ม มีสูตรการปรุงดังนี้

น้ำตาลคนด...ให้ความสดชื่น

ข้า...จับลม จับเสมหะ หลอดลมอักเสบ ลดการเกร็งกล้ามเนื้อ

ตะไคร้...ลดน้ำตาลในเลือด แก้ปวดท้อง

หอมแดง...จับลม มีปริมาณแคลเซียมกับฟอสฟอรัสในปริมาณที่ร่างกายต้องการพอดี

กะปิ...โปรตีน

ปลาป่น หรือกุ้งป่น...โปรตีน แคลเซียม

ยอคมะกรูดดำ...เจริญอาหาร บำรุงประสาท หัวใจ

หากต้องการความเข้มข้นให้เติมน้ำตาลมะพร้าว

ส่วนข้าวที่ใช้ชาวพืชนิยมใช้ข้าวสังข์หยด ซึ่งเป็นข้าวสายพันธุ์ดีสายพันธุ์หนึ่งของไทย โดยข้าวต้มอาจใช้ข้าวสวยเปล่าๆก็ได้ หรือต้องการคุณค่าทางอาหารอีก ก็ใช้ข้าวหุงน้ำใบเตย กับ ดอกอัญชันหรือหุงน้ำมัน นำข้าวไปคลุกเครื่องแกงก็อร่อย เหล่านี้เป็นสูตรข้าวต้มดั้งเดิมที่ชาวใต้กินกันมานาน ไม่ใช่เรื่องของกระแส

หากใช้ข้าวกล้องสังข์หยด จะได้รับวิตามินบีหลากหลายช่วยบำรุงประสาทและป้องกันเหน็บชา ทั้งยังมีกากใยมากกว่าข้าวขาวที่ถูกขัดสี

หากใช้ข้าวกล้องงอกสังข์หยด จะได้รับสารกาบามากขึ้น สารกาบาช่วยบำรุงประสาท ให้ระบบสั่งการมีประสิทธิภาพสูง นอกจากนั้นน้ำมันรำในข้าวกล้องยังมีสารแกมมาโอไซซีนอล เป็นสารสร้างภูมิคุ้มกันมีฤทธิ์มากกว่าวิตามินอี 6 เท่า

ดังนั้น หากเปรียบเทียบข้าวต้มที่ขายทั่วไปในท้องตลาด กับข้าวต้มของนายจาย ข้าวต้มสูตรสมุนไพรบ้านในวัง ผู้บริโภคเห็นความแตกต่างชัดเจนแทบไม่ต้องอธิบายอะไร ยิ่งหากกินร่วมกับขนมจีนน้ำยาอย่างละจาน คุณค่าทางโภชนาการยิ่งอเนกอนันต์ประมาณไม่ได้ว่าร่างกายได้รับอะไรไปบ้าง คงไม่ต่างจากพืชในระบบวนเกษตรที่ได้รับสารอาหารจากชีวมวลที่เกิดจากกระบวนการย่อยสลายแล้วก่อให้เกิดสุขุขอดสารอาหารครบถ้วน ทั้งยังได้สรรพคุณทางยาอีกในเวลาเดียวกันเพียงแคร์ับอาหารเพียงมือเดียว ที่สำคัญวันนี้ร่างกายได้รับวิตามินซีไปมาก ซึ่งมันเป็นวิตามินพื้นฐานที่ระบบส่วนใหญ่ในร่างกายต้องการ ทั้งยังได้รับสารเบต้าแคโรทีน สารต้านมะเร็งในผักใบเขียวเข้ม ซึ่งผักในโลกที่มีสีเขียวเข้มคือผักป่าหรือใบไม้จำพวกกิ่งสมุนไพรที่ใส่ในข้าวต้มนี้แหละ ซึ่งเบต้าแคโรทีน คือ สารอาหารหลักในการต้านมะเร็ง มันทำหน้าที่ไปกำจัดอนุมูลอิสระ ใครกินข้าวต้มสูตรในวังบ่อยๆชนิดนี้ก็ไม่ต้องกลัวมะเร็ง หรือโรคอะไรอีกหลายโรคคงไม่ใช่เรื่องที่น่ากลัวอีกต่อไป ไม่ว่าจะ เบาหวาน ความดันฯ หัวใจ ปวดท้องปวดไส้ก็ไม่มี ระบบขับถ่ายก็สบายไร้กังวล

ในความเป็นจริงความรู้ทางด้านวิทยาศาสตร์ ชาวบ้านทั่วไปจะไม่ทราบในเชิงวิชาการ แต่ในเชิงปฏิบัติ การเฝ้าสังเกต การทดสอบทดลองทำให้เขารู้ว่าอาหารที่กินมีประโยชน์ให้คุณให้โทษอย่างไร โดยมีธรรมชาติเป็นครู เพราะธรรมชาติกำหนดชะตากรรมชีวิตของผู้คนในถิ่นนั้นๆ ไว้แล้วว่าต้องอยู่กินอย่างไร ชาวใต้ต้องกินผัก กินใบไม้ กินของเผ็ดร้อนมากกว่าชนภาคอื่น เพราะชาวใต้อยู่ในเขตฝน จึงต้องใช้ธาตุอาหารสู่ฟ้าสู่ฝนสู่ความเย็นความชื้น พืชพรรณในถิ่นจึงต่างจากถิ่นอื่นที่หลายอย่างเรียกพืชเฉพาะถิ่น โดยรวมพืชที่กินได้มักมีคุณสมบัติเป็นพืชกึ่งสมุนไพร จึงมีทั้งคุณค่าทางอาหารและเป็นยาเสริมสรรพในตัวมัน

4.4 การทดลองนำเที่ยว (Test route) การวิจัยการพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว ไม่เพียงแต่การนำเสนอชนิดของสมุนไพรอย่างเดียว แต่เพื่อเติมเต็มให้พื้นที่ดังกล่าวมีความน่าสนใจตลอดถึงการทดลองสินค้าทางการท่องเที่ยวและความพร้อมในการรองรับของพื้นที่ทางการท่องเที่ยว นักวิจัยได้ร่วมกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานภาคใหญ่ จัดกิจกรรมนำเที่ยวในพื้นที่ดังกล่าวโดยได้เชิญคณะสื่อมวลชนและผู้ประกอบการด้านการท่องเที่ยวจากกรุงเทพฯ จำนวน 12 คน มาทดสอบสินค้าและเส้นทางท่องเที่ยวเชื่อมโยงกับแหล่งท่องเที่ยวอื่นๆ ภายในจังหวัดพัทลุง โดยมี นายจาย ช่วยนุ้ย เจ้าของสวนสมุนไพร และนาย กิตติ บุษปวนิช หรือ "หมอใบไม้" เป็นมัคคุเทศก์ ร่วมกัน กิจกรรมการท่องเที่ยวในสวนสมุนไพรเริ่มจากการบรรยายสรุปความเป็นมาของสวนสมุนไพร แรงจูงใจของนายจาย ช่วยนุ้ย ในการพัฒนาสวนสมุนไพร ขณะที่ หมอใบไม้ ได้บรรยายสรุปถึงสรรพคุณของสมุนไพรชนิดต่างๆ ที่มีอยู่ในสวนของนายจาย ช่วยนุ้ย และพื้นที่ในหมู่บ้านวังใน จากการที่เคยได้สำรวจร่วมกัน หลังจากนั้น ได้นำชมพื้นที่การปลูกสมุนไพร ในสวนนายจาย ช่วยนุ้ย โดยนายจาย เป็นคนนำชมและให้ข้อมูลวิธีการปลูก การดูแลรักษา การใส่ปุ๋ย การเก็บผลผลิต และสรรพคุณของสมุนไพรแต่ละชนิด ขณะที่ หมอใบไม้ได้เสริมข้อมูลสรรพคุณของสมุนไพรในแต่ละชนิดให้นักท่องเที่ยวได้รับทราบถึงความสำคัญของสมุนไพรที่มีอยู่ในสวนของนายจาย ช่วยนุ้ย หลังจากที่ได้เดินชมสวนสมุนไพรแล้ว นักท่องเที่ยวได้รับประทานอาหารที่ปรุงจากวัตถุดิบที่มีอยู่ในพื้นที่ทั้งหมด ประกอบด้วยข้าวยาสมุนไพร ผลไม้ตามฤดูกาล และน้ำสมุนไพร กิจกรรมการท่องเที่ยวที่นักท่องเที่ยวได้ทำร่วมกันระหว่างทดสอบเส้นทางทางการท่องเที่ยวคือการเลือกซื้อของที่ระลึก ซึ่งของที่ระลึกในชุมชนที่นักท่องเที่ยวให้ความสนใจคือ ต้นกล้าสมุนไพรต่างๆ และที่ได้รับความนิยมมากที่สุดได้แก่ ต้นตำหมัก เนื่องจากปลูกได้ง่ายและเป็นสมุนไพรเพื่อสุขภาพ ขณะที่สมุนไพรตากแห้ง ก็ได้รับความสนใจจากนักท่องเที่ยวอีกด้วย

การทดสอบเส้นทางท่องเที่ยวเชื่อมโยง การเชื่อมโยงเส้นทางท่องเที่ยวมีความสำคัญอย่างมาก เนื่องจากสวนสมุนไพรอย่างเดียวยังขาดแรงจูงใจที่จะทำให้นักท่องเที่ยว

เดินทางมาท่องเที่ยวได้ ในการเชื่อมโยงเส้นทางท่องเที่ยวระหว่างสวนสมุนไพรรักษ์แหล่งท่องเที่ยวอื่นๆ นั้น นักวิจัยได้ร่วมกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานหาดใหญ่ จัดทำโปรแกรมท่องเที่ยวร่วมกัน โดยเริ่มจากอำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา ซึ่งเป็นศูนย์กลางในการกระจายนักท่องเที่ยวไปตามแหล่งท่องเที่ยวในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โปรแกรมที่จัดขึ้นเป็นการผสมผสานระหว่างแหล่งท่องเที่ยวทางธรรมชาติ ประเพณีวัฒนธรรมและวิถีชีวิตชุมชนในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โปรแกรมที่จัดทำขึ้นเป็นการเชื่อมโยงระหว่าง 2 จังหวัด คือจังหวัดสงขลาและพัทลุง เพื่อให้นักท่องเที่ยวได้สัมผัสและเรียนรู้แหล่งท่องเที่ยวที่หลากหลาย รายการท่องเที่ยว 3 วัน 2 คืน มีรายละเอียด ดังนี้

กำหนดการ สํารวจแหล่งท่องเที่ยวจังหวัดพัทลุง ระหว่างวันที่ 3-5 ตุลาคม 2553

วันที่ 1

- 09.20 ออกเดินทางจากสนามบินคอนเมือง โดยสายการบินนกแอร์เที่ยวบินDD 7104
- 10.40 เดินทางถึงสนามบินหาดใหญ่ และเดินทางต่อไปจังหวัดพัทลุง
- 12.00 รับประทานอาหารเที่ยงที่สวนสมุนไพรรูจาย บ้านในวัง อำเภอศรีนครินทร์
- 13.00 ทิวชมสวนสมุนไพรรูจาย บ้านในวัง
- 15.00 ทิวชมหมู่บ้านทำโพน บ้านปรางหมู๋
- 17.00 เดินทางเข้าที่พัก โรงแรมวังโนรา
- 18.00 รับประทานอาหารเย็นและหารือร่วมกับนายกเทศมนตรีเมืองพัทลุง
- 20.00 พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 2

- 08.30 เดินทางไปสำรวจแหล่งท่องเที่ยวในอำเภอควนขนุน เช่น วัดบ้านสวน วัดเขาอ้อ เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย
- 12.00 รับประทานอาหารเที่ยง
- 13.00 ทิวชมเส้นทางตามรอยพระพุทธเจ้าหลวง และหอโพนมงคล 9 หอ ประกอบด้วย วังเจ้าเมืองพัทลุง ภาพจิตรกรรมฝาผนัง วัดวัง เรือขุดโบราณ วัดยาง วัดคูหาสวรรค์ และสักการะพระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ และหอโพนมงคล 9 หอ
- 18.00 ร่วมงานแถลงข่าวการแข่งขันโพนลากพระ จัดโดยเทศบาล เมืองพัทลุง
- 19.00 รับประทานอาหารเย็น
- 20.00 พักผ่อนตามอัธยาศัย

วันที่ 3

- 08.30 เดินทางจากที่พักจังหวัดพัทลุง เขียวชมวัดท่าแค
- 10.00 สักการะพระธาตุเจดีย์วัดเขียนบางแก้ว
- 12.00 รับประทานอาหารเที่ยง
- 14.00 เดินทางถึงสนามบินหาดใหญ่
- 15.05 เดินทางกลับกรุงเทพฯ โดยสายการบินนกแอร์ เที่ยวบิน DD 7111
- 16.30 เดินทางถึงกรุงเทพฯ

การทดสอบเส้นทางท่องเที่ยวในครั้งนี้ ททท. สำนักงานหาดใหญ่ ได้ร่วมกับศูนย์ประสานงานสื่อท่องเที่ยวและสิ่งแวดล้อม เชิญคณะสื่อมวลชนและผู้ประกอบการจากกรุงเทพฯ มาร่วมสำรวจทดสอบเส้นทางประกอบด้วยหน่วยงานดังต่อไปนี้

1. นายกสมาคมส่งเสริมธุรกิจท่องเที่ยวไทย (สรทท)
2. หนังสือพิมพ์โพสต์ทูเดย์
3. หนังสือพิมพ์เดลินิวส์
4. หนังสือพิมพ์ไทยรัฐ
5. หนังสือพิมพ์ประชาชาติธุรกิจ
6. นิตยสารสตาร์ออนทัวร์/สยามกีฬา
7. หนังสือพิมพ์TRAVELER
8. การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานหาดใหญ่

ข้อเสนอแนะที่คณะสื่อมวลชนได้เดินทางมาสำรวจแหล่งท่องเที่ยวบริเวณสวน

สมุนไพรมงจาย ช่วยนุ้ย โดยสรุปคือ

1. พัฒนาคู่มือท่องเที่ยวโดยเน้นความสำคัญสรรพคุณของสมุนไพรมงจายที่มีอยู่ในสวน
2. มัคคุเทศก์ท้องถิ่นที่สามารถสื่อความหมายของแหล่งท่องเที่ยวโดยเฉพาะ

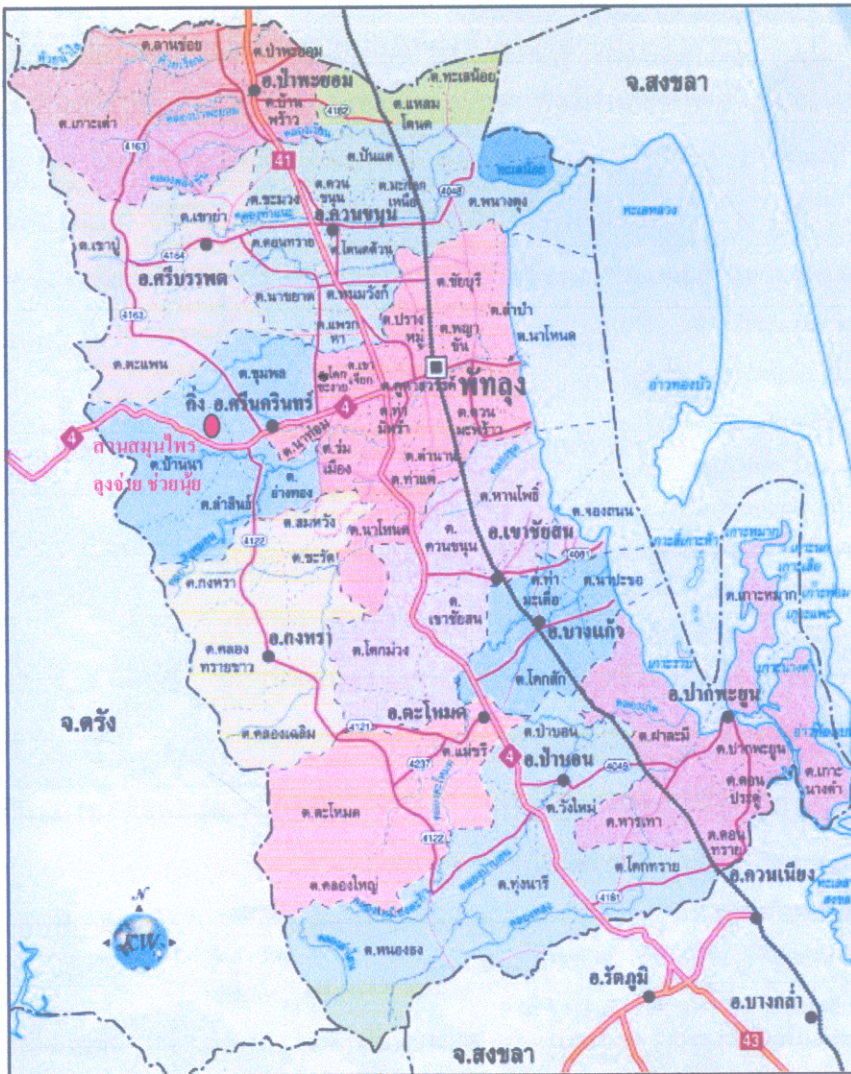
สรรพคุณของสมุนไพรมงจาย

3. การพัฒนาป้ายสื่อความหมายและสรรพคุณต่างๆ บริเวณสวนสมุนไพรมงจาย
4. เพิ่มจำนวนของฝักของที่ระลึก นอกจากที่มีอยู่แล้ว โดยการแปรรูปสมุนไพรมงจายเป็น

เป็นสมุนไพรมงจาย

5. การส่งเสริมให้บ้านในวังพื้นที่วิจัย เป็นแหล่งท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพโดยใช้

สมุนไพรมงจาย



ภาพประกอบที่ 3 แผนที่แสดงที่ตั้งของสวนสมุนไพรมายจ่ายช่วยนุ้ย ปรับปรุงจาก www.pth.moph.go.th

4.5 โอกาสในการพัฒนาสวนสมุนไพรมายจ่ายช่วยนุ้ยและการจัดการท่องเที่ยวในชุมชน การจัดการท่องเที่ยวในชุมชนเป็นอีกเป้าประสงค์หนึ่งที่ชุมชนมีความต้องการให้เกิดขึ้น โดยอาศัยแหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรมท่องเที่ยวที่มีอยู่เป็นสินค้าด้านการท่องเที่ยว ซึ่งชุมชนได้เสนอรูปแบบการท่องเที่ยวโดยการจัดทำรูปแบบโฮมสเตย์กับบ้านที่มีความพร้อมในการต้อนรับนักท่องเที่ยว อย่างไรก็ตาม หากพิจารณาถึงภาพรวมของตำบลบ้านนาแล้ว พบว่ามีแหล่งท่องเที่ยวจำนวนมากและเป็นที่รู้จักของนักท่องเที่ยวเป็นอย่างดี อาทิ วัดถ้ำสุเมะโน ถ้ำพุทธโคดม สวนกางเขน กฤษศิลาโฮมสเตย์ เป็นต้น ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวเหล่านี้ บางแห่งอยู่ในระดับแนวหน้าของจังหวัดพัทลุง และ

เป็นที่รู้จักกันเป็นอย่างดีในหมู่นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างประเทศ โดยเฉพาะวัดถ้ำสุเมธาโน ซึ่งเป็นสถานที่ปฏิบัติธรรมของพุทธศาสนิกชนทั่วไป และของหน่วยงานราชการต่างๆ ตลอดจนสถาบันทางการศึกษาที่จัดให้พื้นที่ดังกล่าวเป็นแหล่งปฏิบัติธรรมของผู้ที่เข้าร่วมโครงการที่หน่วยงานต่างๆ จัดขึ้น ขณะที่กฤษฎิลาโฮมสเตย์ ซึ่งตั้งอยู่ในหมู่ที่ 12 บ้านลำโน ได้นำเสนอรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีการจัดการโดยชุมชน หรือที่เรียกว่า การท่องเที่ยวโดยชุมชน (Communities Based Tourism) ซึ่งได้รับรางวัลต่างๆ ประกอบด้วย

1. รางวัลหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง ปี 2550
2. รางวัลหมู่บ้านต้นแบบมังมีศรีสุขปี 2551
3. รางวัลหมู่บ้านเขียวขจี 2551
4. ชุมชนท่องเที่ยวต้นแบบจังหวัดพัทลุง 2552
5. ชุมชนหมู่บ้านประชาธิปไตย 2552
6. ชุมชนหมู่บ้านสายใจรักแห่งครอบครัว รับเสด็จ 2553

รางวัลที่ได้รับแสดงให้เห็นถึงความพร้อมของชุมชน ในด้านต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้านเศรษฐกิจพอเพียง และสิ่งแวดล้อม (หมู่บ้านเขียวขจี) สะท้อนถึงความการมีส่วนร่วม ความสมบูรณ์ของสภาพแวดล้อมภายในชุมชน และการยึดปรัชญาแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงในการประกอบอาชีพและความเป็นอยู่ของผู้คนในชุมชน

อย่างไรก็ตาม ในพื้นที่วิจัย คือหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านโนวัง ยังไม่มีการจัดการท่องเที่ยวแต่อย่างใด เพียงแต่ชุมชนมีความประสงค์ที่จะจัดตั้งชมรมขึ้นเพื่อจัดการท่องเที่ยวร่วมกัน โดยอาศัยกลุ่มต่างๆ ที่มีอยู่แล้ว เป็นฐานในการทำงานร่วมกันเพื่อการท่องเที่ยว จากการสอบถามและพูดคุยกับชาวบ้านส่วนใหญ่พบว่า ชุมชนทั้งสองหมู่บ้านมีความเข้มแข็งในการทำงานร่วมกัน ซึ่งพิจารณาจากการทำงานกลุ่มอื่นๆ ที่ไม่ใช่การท่องเที่ยว เช่น กลุ่มไม้ผล เกษตร แสดงให้เห็นถึงความร่วมมือของผู้คนที่อาศัยอยู่ในชุมชน ซึ่งเมื่อวิเคราะห์โอกาสในการจัดการท่องเที่ยวภายในชุมชนได้พบความพร้อมและศักยภาพด้านการท่องเที่ยวของชุมชน ดังนี้

4.5.1 แหล่งท่องเที่ยวภายในชุมชน การจัดการท่องเที่ยวจะประสบความสำเร็จได้ ต้องอาศัยแหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรมท่องเที่ยวเป็นตัวดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เดินทางมาท่องเที่ยวในพื้นที่ บ้านโนวัง ซึ่งเป็นหมู่บ้านที่ตั้งอยู่ห่างจากวัดถ้ำพุทธโคดม ประมาณ 5 กิโลเมตร แหล่งท่องเที่ยวที่มีอยู่ในหมู่บ้าน ประกอบด้วย สวนสมุนไพร รายการอาหารต่างๆ ที่ปรุงจากพืชผักสมุนไพรในชุมชน สวนผลไม้ ซึ่งมีอยู่ทั้งสองหมู่บ้าน และถ้ำซึ่งตั้งอยู่ในหมู่ที่ 8 ที่เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สามารถพัฒนาเป็นแหล่งท่องเที่ยวได้ ถึงกระนั้น ภูมิทัศน์ ภูมิปัญญาของปราชญ์ท้องถิ่น ตลอดจนสภาพภูมิอากาศ มีศักยภาพในการดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เดินทางมาท่องเที่ยวในหมู่บ้าน

จากการประชุมร่วมกับชาวบ้านและทีมวิจัย มีข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการส่งเสริมให้หมู่บ้านดังกล่าว เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและสิ่งแวดล้อม โดยมีโปรแกรมการบำบัดโรคต่างๆในเชิงป้องกันด้วยการพัฒนาสุขภาพโดยใช้พืชผักสมุนไพรมาปรุงเป็นอาหาร ทั้งนี้ให้มีสรรพคุณเป็นยาที่ใครก็สามารถรับประทานได้โดยไม่ต้องกลัวผลข้างเคียงอย่างการใช้สารเคมี ให้บริการแก่นักท่องเที่ยว ที่สนใจด้านธรรมชาติบำบัด โดยมีเงื่อนไขว่าบ้านที่จะพัฒนาเป็นโฮมสเตย์ นั้น บริเวณบ้านต้องปลูกพืช ผัก สมุนไพร เพื่อเป็นส่วนในระบบวนเกษตรมีสัดส่วนให้มากขึ้น เพื่อให้นักท่องเที่ยวที่เดินทางมาพักได้มีโอกาสเรียนรู้ถึงสรรพคุณ และความสำคัญของสมุนไพรเหล่านั้น เพื่อนำความรู้กลับไปใช้ในชีวิตประจำวันของตนเอง โดยมีปราชญ์ชาวบ้าน (เช่น นายจายช่วยนุ้ย) วิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิด้านธรรมชาติบำบัด(เช่น หมอโอบไม้)ให้ความรู้ในเรื่องนี้ ด้วยการใช้ความรู้พื้นถิ่นกับงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์ผสมผสานถ่ายทอดประสบการณ์ให้นักท่องเที่ยว โดยต้องจัดทำรายการอาหารให้สอดคล้องกันในแต่ละมื้อ และสอดคล้องกับฤดูกาลอีกด้วย ซึ่งอาหารทุกจานต้องมีคำอธิบายในคุณค่าทางโภชนาการ และสรรพคุณทางยาได้ อันเปรียบเสมือนการขายสินค้า ผู้ขายต้องสามารถพูดถึงรายละเอียดในสินค้านั้น ผู้บริโภคเกิดความพึงพอใจจึงเต็มใจซื้อสินค้า ในแต่ละบ้านที่ให้บริการโฮมสเตย์จึงต้องมีผู้สื่อความหมายที่มีความรู้ด้านสมุนไพรชนิดต่างๆ ที่มีอยู่ ซึ่งข้อเสนอแนะเบื้องต้นให้สำรวจบ้านที่มีความพร้อมทั้งในด้านของห้องพักและสวนสมุนไพร

4.5.2 แหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยง การท่องเที่ยวโดยชุมชนเป็นทางเลือกอย่างหนึ่งของกิจกรรมท่องเที่ยวที่สอดคล้องต่อกระแสการท่องเที่ยวในโลกปัจจุบันที่นักท่องเที่ยวมีกลุ่มขนาดเล็กๆ (Smaller) ใส่ใจต่อสิ่งแวดล้อมในแหล่งท่องเที่ยวที่ได้เดินทางไปเยือน (Greener) ให้เวลากับการเรียนรู้ในแหล่งใดแหล่งหนึ่งมากกว่าปริมาณ (Slower) ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวที่บริหารจัดการโดยชุมชนบางแห่งไม่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยวได้เพียงพอ จำเป็นต้องอาศัยแหล่งท่องเที่ยวในบริเวณใกล้เคียง หรือที่เรียกกันว่าแหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยงในการดึงดูดนักท่องเที่ยวให้เดินทางเข้ามาท่องเที่ยวเพิ่มมากขึ้น เช่นเดียวกันกับบ้านในวัง แหล่งท่องเที่ยวในชุมชนยังขาดความโดดเด่นในการดึงดูดให้นักท่องเที่ยวบางกลุ่มเดินทางเข้ามาท่องเที่ยว ดังนั้น ต้องอาศัยแหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยง เป็นแม่เหล็กดึงดูดนักท่องเที่ยว ซึ่งแหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยง แบ่งออกเป็น 2 ระดับ คือ

1) การเชื่อมโยงเส้นทางท่องเที่ยวในระดับจังหวัด การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานหาดใหญ่ (2553) ได้ดำเนินการโครงการเปิดโลกเมืองลุง โดยได้แบ่งเส้นทางท่องเที่ยวของจังหวัดพัทลุงออกเป็นหัวข้อต่างๆ จำนวน 6 หัวข้อ ซึ่งประกอบด้วย

1.1 เรียนรู้ระบบนิเวศทะเลสาบ: กิจกรรมล่องเรือชมทะเลบัว และดูนกตามฤดูกาล

1.2 ตามรอยเกจิ สักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์เมืองลู่: กิจกรรม ตามรอยเกจิสายวัดเขาอ้อ และเส้นทางตามรอยพระพุทธเจ้าหลวงเสด็จประกาศเมืองพัทลุง หมู่เกาะสี่ เกาะห้า เกาะกระหาดลำปำ เป็นต้น

1.3 ผจญภัยใน เล ป่า เขา: กิจกรรม ล่องเรือชะงักในป่าเสม็ดขาวทะเลน้อย ล่องแก่ง โคนหินลาด และเดินป่าศึกษาธรรมชาติเทือกเขาบรรทัด เป็นต้น

1.4 ย้อนรอยตำนาน โพน และ โนรา: กิจกรรม เรียนรู้พิธีไหว้ครู โนรา วัดท่าแค และงานแข่ง โพนลากพระพัทลุง

1.5 ลดพลังงาน ลดโลกร้อน: กิจกรรม แรลลี่จักรยานรอบทะเลสาบสงขลา

1.6 สัมผัสวิถีชีวิตชุมชนจากภูเขาสู่ทะเล: กิจกรรม ท่องเที่ยวเชิงเกษตรป่าบอน วิถีชีวิตชาวป่าซาไก สวนเกษตรวิถีพุทธ ประวัติศาสตร์ดังแดง กฤษสิลา โสมสเดย์ เป็นต้น

2) การเชื่อมโยงแหล่งท่องเที่ยวในระดับอำเภอ พื้นที่ที่ติดกับเทือกเขาบรรทัด ในจังหวัดพัทลุง ประกอบด้วยอำเภอป่าบอน ตะโหมด กงหรา ศรีนครินทร์ ศรีบรรพต และป่าพะยอม โดยได้มีการจัดตั้งเครือข่ายท่องเที่ยว 4 อำเภอ (ป่าบอน ตะโหมด กงหรา และศรีนครินทร์) ขึ้นมาจัดการท่องเที่ยวร่วมกัน ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากเทศบาลตำบลเขาหัวช้างใน ด้านของสถานที่ และศูนย์ประสานงาน แหล่งท่องเที่ยวหลักประกอบด้วย สวนสละลุงถัน อ่างเก็บน้ำป่าบอน น้ำตกลานหม่อมจ้อย น้ำตกไพรวัลย์ วัดตะโหมด กิจกรรมล่องแก่งโคนหินลาด ถ้ำพุทธโคดม ถ้ำสุมะโน เป็นต้น

ดังนั้น เมื่อพิจารณาถึงแหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยงทั้งในระดับจังหวัดและระดับอำเภอแล้ว บ้านในวังมีความโดดเด่นในด้านของสวนสมุนไพร ที่สามารถพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของจังหวัดพัทลุงได้ นอกจากสวนสมุนไพรแล้ว อาหารที่ปรุงจากพืชสมุนไพรต่างๆ สามารถเป็นสินค้าทางการท่องเที่ยวได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งไม่เพียงแต่จะเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ส่งเสริมสุขภาพแก่นักท่องเที่ยวที่ได้มาเยือนแล้ว แต่ยังสอดคล้องกับกระแสการท่องเที่ยวในโลกปัจจุบันที่ผู้คนให้ความสำคัญต่อการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ซึ่งเป็นองค์กรที่รับผิดชอบด้านการท่องเที่ยวของประเทศครบ 50 ปีในปี 2553 ได้เสนอแนวคิดการท่องเที่ยวที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม เพื่อลดพลังงานและลดภาวะโลกร้อนที่เกิดขึ้นกับกิจกรรมการท่องเที่ยว ภายใต้ชื่อ “เที่ยวไทย ด้านภัยโลกร้อน” (ททท., 2552) ซึ่งประกอบด้วย 7 แนวทาง (7 Green) ในการจัดการท่องเที่ยวสอดคล้องกับกระแสการท่องเที่ยวในโลกปัจจุบัน ดังนั้น เมื่อพิจารณาด้านพื้นที่ กิจกรรมการท่องเที่ยวที่จะเกิดขึ้น และกระบวนการทำงานของชุมชน

ด้านการท่องเที่ยวบ้านในวัง สอดคล้องกับแนวทางดังกล่าว ทั้งประเด็นของ แหล่งท่องเที่ยวสีเขียว (Green Attraction) ชุมชนสีเขียว (Green Community) และกิจกรรมสีเขียว (Green Activity)

ดังนั้น จุดขายด้านการท่องเที่ยวในกระแสโลกปัจจุบัน ชุมชนต้องมีแนวทาง และรูปแบบที่ชัดเจนในการดำเนินการเพื่อให้เกิดความสมดุลทั้งการรักษาแหล่งท่องเที่ยวและความ ต้องการของนักท่องเที่ยวที่เน้นการเดินทางท่องเที่ยวในชุมชน เรียนรู้ไปด้วยกันระหว่างเจ้าของบ้าน และผู้มาเยือน และต้องไม่ส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมต่างๆ รวมถึงการแบ่งปันผลประโยชน์ อย่างเป็นธรรมในชุมชน

4.5.3 รูปแบบการท่องเที่ยวในชุมชน เมื่อวิเคราะห์ศักยภาพด้านการท่องเที่ยว และแหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยงของพื้นที่ ซึ่งชี้ให้เห็นถึงโอกาสในการจัดการท่องเที่ยวภายในชุมชนกับ แหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยง โดยจุดเด่นของการท่องเที่ยวภายในชุมชนบ้านในวัง คือ นักท่องเที่ยวต้อง เดินทางมาพักอย่างน้อย 1 คืน เนื่องจากว่าแหล่งท่องเที่ยวและกิจกรรมท่องเที่ยวที่มีอยู่นั้น ช่วย สนับสนุนให้เกิดการพักค้างคืน ประกอบด้วย

1) อาหาร อาหารที่ปรุงจากสมุนไพรซึ่งปลูกในชุมชน ซึ่งการรับประทาน อาหารที่เกี่ยวข้องกับสมุนไพรควรรับประทานให้ครบทั้ง 3 มื้อ/วัน เพื่อให้ได้สารอาหารที่ครบถ้วน จะช่วยขับสารพิษออกจากร่างกาย ซึ่งกล่าวได้ว่า บ้านในวังมี พืชผัก สมุนไพร ที่สมบูรณ์ แห่งหนึ่ง ในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา นอกจากนี้ ในฤดูผลไม้ นักท่องเที่ยวสามารถเลือกรับประทาน ผลไม้ต่างๆ ที่ปลูกภายในชุมชน เช่น เงาะ มังคุด ลองกอง ทูเรียน เป็นต้น

รายการอาหารและกิจกรรมสำหรับนักท่องเที่ยว 2 วัน 1 คืน

วันแรก

10.00 น.	ต้อนรับด้วยน้ำผลไม้ หรือใบเตย
12.00.น	อาหารกลางวัน ขนมจีนน้ำยาพร้อมผักเหนาะ ปลาเล็กทอดกรอบ แกงจืด คำลึ่งหมูสับ ผลไม้ตามฤดูกาล
14.00.น	ฟังการบรรยายสรุป เยี่ยมชมสวนวนเกษตร กับปราชญ์ชาวบ้าน
16.00.น	อาหารว่างพร้อมชา-กาแฟ หรือน้ำผลไม้
18.00.น	อาหารเย็น ข้าวต้มสมุนไพรสูตรในวัง ไข่ต้ม ปลาทอดขมิ้น กุ้งยวบวชซี
19.00.น	ฟังการบรรยายเรื่อง กินอย่างไรให้ถูกวิธี และเรื่อง โยคะรักษาโรคได้จริง หรือ...? พร้อมทั้งมีการถาม-ตอบไขข้อข้องใจเรื่องสุขภาพ โดยหมอใบไม้

วันที่สอง

- 06.00.น รับประทานอาหารเย็น โยคะเบื้องต้น เป็นเวลา 45 นาที
- 07.30.น เติมน้ำดื่มกลับคืนด้วยอาหารเช้า ด้วยข้าวต้มหมูสับ ตับหมู...ผัก ผลไม้ เครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
- 08.30.น เดินทางไปชมแหล่งท่องเที่ยวข้างเคียง
- 12.00.น กลับที่พักรับประทานอาหารเที่ยง...น้ำซุบ ผักเหนาะสด ชะอมซุบไข่ และ ผักต่างๆราดหัวกะทิ แกงส้ม ปลาทอดขมิ้น...ของหวาน มันต้มน้ำขิง ผลไม้
- 14.00.น เรียนการทำเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพ
- 18.00.น รับประทานอาหารเย็น...คั่วกลิ้ง หลนปู ผักเหนาะ ไข่เจียว ต้มยำทะเล ผัดเผ็ด 3 อย่าง และเดินทางกลับ

รายการอาหารทั้งหมด ประกอบด้วยคุณค่าทางโภชนาการ มีสรรพคุณเป็นยา ช่วยลดน้ำตาลในกระแสเลือด ลดไขมัน ช่วยระบบการย่อย การขับถ่าย ระบบหัวใจ ลำไส้พิษ ปรับสมดุลให้ร่างกาย และอื่นๆอีกมาก ซึ่งตลอด 2 วันที่นักท่องเที่ยวได้ใช้บริการ สามารถเห็นการเปลี่ยนแปลงของตัวเองได้ไม่มากนักน้อย

2) อากาศ นับว่าเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของการท่องเที่ยว บ้านในวังซึ่งตั้งอยู่ในหุบเขา มีสวนผลไม้ และสวนยางพารา มีอากาศที่เย็นสบายตลอดทั้งปีอุณหภูมิเฉลี่ยประมาณ 22-26.4 องศาเซลเซียส ตลอดทั้งปี เพราะพื้นที่ของตำบลบ้านนา มีผืนป่าที่ปกคลุมบรรทัดล้อมรอบ จึงมีปริมาณออกซิเจนมากกว่ามาตรฐานที่มนุษย์ใช้หายใจจึงมีความเหมาะสมที่นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางไปพักผ่อนหลีกหนีจากความวุ่นวาย ในรูปแบบของการใช้ชีวิตในวิถีของชุมชนและแนบชิดกับธรรมชาติได้

3) สิ่งแวดล้อมภายในชุมชน บรรยากาศของชุมชนบ้านในวัง มีความเงียบสงบ ไม่พลุกพล่าน เนื่องจากการตั้งบ้านเรือนของชุมชนมีระยะห่างกัน ทำให้มีบรรยากาศที่เป็นส่วนตัว โดยไม่ถูกรบกวนหรือไปรบกวนคนอื่น นอกจากนี้ ชุมชนยังตั้งอยู่ใกล้สถานปฏิบัติธรรมที่มีชื่อเสียงของจังหวัดพัทลุง คือวัดถ้ำสุมะโน ที่ที่ความเงียบสงบ ที่นักท่องเที่ยวสามารถเดินทางไปปฏิบัติธรรมแล้วกลับมาพักค้างคืนได้

4) กิจกรรมการท่องเที่ยวที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ด้วยทำเลที่ตั้งของบ้านในวังซึ่งสภาพพื้นที่มีทั้งที่ราบ ลาดชัน และเนินเขา ซึ่งมีพื้นที่ห่างกันพอสมควรของสองหมู่บ้าน การเดินทางท่องเที่ยวภายในหมู่บ้านควรใช้พาหนะที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ซึ่งการใช้จักรยานเดินทางท่องเที่ยวภายในหมู่บ้านมีความเหมาะสมกว่าการใช้ยานพาหนะอื่นๆ ซึ่งนักท่องเที่ยว

สามารถผลิตผลิตภัณฑ์บรรยากาศสองข้างทาง ทั้งสวนผลไม้และสวนสมุนไพร วิถีทัศน์ต่างๆ ภายในชุมชน

5) **สินค้าที่ระลึกภายในชุมชน** ชุมชนในวังมีความโดดเด่นด้านสวนสมุนไพร สวนผลไม้ และบรรยากาศที่เงียบสงบ สินค้าของที่ระลึกที่นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อได้นอกจาก พืชผัก สมุนไพร และผลไม้ตามฤดูกาลแล้ว กล้าไม้พันธุ์ต่างๆ เช่น มะฮอกกานี ชะมวง ดาหลา ตาหมัด ว่านหางช้าง จันทน์ผา เป็นต้น ซึ่งพบเห็นได้ในบ้านที่มีการปลูกพืช ผัก สมุนไพร นักท่องเที่ยวสามารถเลือกซื้อเพื่อเป็นของฝากหรือของที่ระลึกได้ ซึ่งพันธุ์ไม้เหล่านี้ ชาวบ้านในชุมชนได้เพาะชำขึ้นเพื่อนำไปขายส่งและขายปลีกซึ่งเป็นอาชีพเสริมที่สืบทอดมายาวนาน

องค์กรประกอบเหล่านี้เป็นปัจจัยที่สำคัญที่ช่วยดึงดูดให้นักท่องเที่ยวเดินทางเข้ามาเที่ยวชมหมู่บ้าน

4.6 สรุปและข้อเสนอแนะ จากกระแสรูปแบบการท่องเที่ยวของโลกเปลี่ยนแปลงไป โดยที่พฤติกรรมนักท่องเที่ยว (ผู้บริโภค) เปลี่ยนแปลงไป สวนสมุนไพร ซึ่งเป็นแหล่งทำมาหากินของชาวบ้านทั้งในพื้นที่ดินน้ำ กลางน้ำ และปลายน้ำ แม้ว่าไม้พันธุ์พืชต่างๆ แตกต่างกันไป แต่โดยพื้นฐานสวนสมุนไพรเหล่านี้เป็นทั้งครัวช่วยบรรเทาอาการ เป็นยารักษาโรคเมื่อเจ็บไข้ได้ป่วย และเป็นแหล่งรายได้ที่สำคัญของหลายครัวเรือน อย่างไรก็ตามเมื่อกระแสการท่องเที่ยวเพื่อการเรียนรู้ได้อุบัติขึ้นในโลก สมุนไพรก็เป็นศาสตร์ที่มีคุณค่าอย่างมหาศาลที่เปิดให้ผู้คนได้มีโอกาสสัมผัสความมหัศจรรย์ของสวนสมุนไพร ซึ่งไม่เพียงแต่นักท่องเที่ยวจะได้เรียนรู้ชนิดของพืช ผัก สมุนไพรแล้ว แต่ยังรวมถึงองค์ความรู้ด้านสรรพคุณต่างๆ ที่สามารถรักษาโรคได้ และสำคัญกว่านั้น คือการนำสมุนไพรบางชนิดมาปรุงเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ ที่สามารถรักษาโรคบางอย่างได้ ถือว่าเป็นสิ่งที่ควรค่าต่อการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติให้กว้างขวางมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะช่วยอนุรักษ์พรรณพืชและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สืบทอดกันมา

สิ่งที่ท้าทายสำหรับเกษตรกรที่เป็นเจ้าของสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยว คือ การรักษาคุณภาพทั้งในด้านของตัวสวนสมุนไพร ซึ่งต้องคำนึงถึงความเป็นธรรมชาติ และการให้ข้อมูลที่เป็นจริงและเป็นประโยชน์ต่อนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาท่องเที่ยวตามที่คาดหวังไว้ ซึ่งความต่อเนื่องในการพัฒนาทั้งในด้านของสวน การให้ข้อมูลเกี่ยวกับสรรพคุณของสมุนไพร ตลอดจนผลิตภัณฑ์ที่ทำจากสมุนไพร เหล่านี้จะช่วยสร้างมูลค่าให้กับสวนและผู้ที่เป็นเจ้าของสวนสมุนไพรนั้นๆ

ขณะที่หน่วยงานรัฐที่ทำหน้าที่พัฒนาและส่งเสริมทั้งในด้านของการปลูกสมุนไพร และการท่องเที่ยวควรมีการบูรณาการการทำงานร่วมกันเพื่อก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดทั้งในด้านของมูลค่าและการอนุรักษ์ การพัฒนาสวนสมุนไพรเพื่อการท่องเที่ยวของบ้านใน

วัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง นับว่าเป็นการสร้างนวัตกรรมใหม่ ด้านการท่องเที่ยวให้กับพื้นที่จังหวัดพัทลุง เนื่องจากพื้นที่มีศักยภาพที่สามารถพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวที่เป็นเอกลักษณ์ และสอดคล้องกับกระแสของการท่องเที่ยวในปัจจุบัน ดังนั้นหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในทุกระดับควรให้ความสำคัญต่อแหล่งท่องเที่ยวดังกล่าว ซึ่งสวนสมุนไพรมองนอกจากจะเป็นแหล่งเรียนรู้ ช่วยรักษาโรค แล้ว ยังเป็นแหล่งอาหารเพื่อสุขภาพที่สำคัญ ซึ่งหากมีการวางแผนและศึกษาประโยชน์ของสมุนไพรมที่พบในพื้นที่บ้านในวังอย่างเป็นระบบของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ก็จะพบว่าพื้นที่นี้สามารถพัฒนาเป็นโรงพยาบาลชุมชนที่รักษาผู้ป่วยด้วยสมุนไพรมที่มีอยู่ ซึ่งจะช่วยส่งเสริมอาชีพการทำสวน การจ้างงาน และลดการพึ่งพาการใช้ยาหรือบริการจากหน่วยงานที่ให้การดูแลรักษาผู้ป่วยรูปแบบต่างๆ อีกด้วย

สิ่งจำเป็นพื้นฐานที่หน่วยงานรัฐที่เกี่ยวข้องควรให้การส่งเสริม สนับสนุนเพื่อให้เป็นสวนสมุนไพรมเพื่อการท่องเที่ยวอย่างเป็นระบบและเร่งด่วน ประกอบด้วย ป้ายชี้ทางบอกแหล่งท่องเที่ยว คู่มือท่องเที่ยวสวนสมุนไพรม จัดอบรมให้ความรู้ด้านการสื่อความหมาย หรือมีคฤุเทศก์อาสาแก่ผู้คนในชุมชน และการวิจัยเพื่อศึกษาความเป็นไปได้ในการพัฒนาที่พักโฮมสเตย์ เพื่อการบำบัดรักษาโรคโดยใช้สมุนไพรมที่มีอยู่ในชุมชนเป็นยารักษา

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก สภาพทั่วไปของตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

1. ที่ตั้ง ที่ทำการเทศบาลตำบลบ้านนา ตั้งอยู่เลขที่ 29 หมู่ที่ 5 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง ระยะทางห่างจากศาลากลางจังหวัดพัทลุงไปตามทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 4 (พัทลุง-ตรัง) ประมาณ 24 กิโลเมตร ระยะทางห่างจากที่ว่าการอำเภอศรีนครินทร์ ประมาณ 5 กิโลเมตร โดยแบ่งเขตการปกครอง ดังนี้

2. เขตการปกครอง

เขตปกครองที่ 1	เขตปกครองที่ 2
หมู่ที่ 1 บ้านนาง	หมู่ที่ 2 บ้านลำใน
หมู่ที่ 5 บ้านต้นไทร	หมู่ที่ 3 บ้านนา
หมู่ที่ 6 บ้านดินนา	หมู่ที่ 4 บ้านเขาคราม
หมู่ที่ 8 บ้านคอกเสือ	หมู่ที่ 7 บ้านหนองเหียง
หมู่ที่ 11 บ้านน้ำไต่บ่อ	หมู่ที่ 9 บ้านวงศ์
-	หมู่ที่ 10 บ้านป่าสน
-	หมู่ที่ 12 บ้านลำในใต้

3. อาณาเขต เทศบาลตำบลบ้านนา มีอาณาเขตติดต่อกับตำบลต่าง ๆ ดังนี้

ทิศเหนือ ติดต่อกับตำบลตะพาน อำเภอศรีบรรพต จังหวัดพัทลุง

ทิศใต้ ติดต่อกับตำบลลำสินธุ์ อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

ทิศตะวันออก ติดต่อกับตำบลชุมพล อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง

ทิศตะวันตก ติดต่อกับตำบลกะช่อง อำเภอนาโยง จังหวัดตรัง

4. สภาพภูมิประเทศ ภูมิประเทศของเทศบาลตำบลบ้านนาบ้านนาส่วนใหญ่เป็นภูเขาสูงและที่ราบสูงเนินเขา และที่ราบ โดยมีเทือกเขาบรรทัดซึ่งเป็นป่าดงดิบอยู่ทางทิศตะวันตก เป็นป่าต้นน้ำลำธารที่ก่อเกิดแหล่งน้ำที่สำคัญได้แก่ คลองเขาคราม คลองลำใน คลองวงศ์ และลำห้วยต่างๆ เช่น ห้วยลำทับ ห้วยลำเรียง ห้วยกุย

5. สภาพภูมิอากาศ เทศบาลตำบลบ้านนา มีสภาพภูมิอากาศร้อนชื้น มี 2 ฤดูกาล คือ ฤดูร้อนและฤดูฝน

6. จำนวนประชากร ประชากรและครัวเรือนในพื้นที่ ตำบลบ้านนา มีจำนวนครัวเรือน 2,478 ครัวเรือน จำนวนประชากรทั้งสิ้น 7,396 คน แยกเป็น ชาย 3,709 คน หญิง 3,687 คน ซึ่งจำแนกได้ ดังนี้

หมู่ที่	จำนวน ครัวเรือน	ประชากรทั้งสิ้น		รวม
		ชาย	หญิง	
1. บ้านนาง	383	535	515	1,050
2. บ้านลำไ	82	129	130	259
3. บ้านนา	270	405	393	798
4. บ้านเขาคราม	187	309	318	627
5. บ้านต้นไทร	191	249	274	523
6. บ้านดินนา	181	308	297	605
7. บ้านหนองเหรียญ	194	289	291	580
8. บ้านคอกเสือ	365	481	439	920
9. บ้านวงศ์	159	235	229	464
10. บ้านป่าสน	143	241	240	481
11. บ้านน้ำไต่บ่อ	171	298	323	621
12. บ้านลำไในไต่	152	230	238	468
รวม	2,478	3,709	3,687	7,396

ที่มา : เทศบาลตำบลบ้านนา (2552)

7. สภาพทางเศรษฐกิจ

7.1 อาชีพ ประชาชนในพื้นที่เทศบาลตำบลบ้านนาส่วนใหญ่ประกอบอาชีพด้านการเกษตร ซึ่งตำบลบ้านนาที่เนื้อที่ประมาณ 117 ตารางกิโลเมตร หรือประมาณ 73,215 ไร่ สามารถแยกได้ ดังนี้

ลำดับที่	ลักษณะพื้นที่	จำนวนเนื้อที่ (ไร่)
1	พื้นที่ป่าไม้	32,840
2	พื้นที่ทำการเกษตรแบบผสมผสาน	4,500
3	พื้นที่ปลูกข้าว	482
4	พื้นที่ปลูกพืชไร่	471
5	พื้นที่ปลูกไม้ผลและที่อยู่อาศัย	18,250
6	พื้นที่ปลูกยางพารา	16,582

7.2 หน่วยธุรกิจในพื้นที่

ลำดับที่	หน่วยธุรกิจ	จำนวน (แห่ง)
1	ปั้มน้ำมันและก๊าซ	1
2	โรงงานอุตสาหกรรม	3
3	โรงงานอุตสาหกรรมการก่อสร้าง	1
4	โรงยางแผ่น	1
5	โรงงานประกอบกิจการดูทราย	1
6	โรงสี	4
7	การปศุสัตว์	40
8	ร้านค้าต่างๆ	60

8. กลุ่มอาชีพในพื้นที่

- กลุ่มออมทรัพย์เพื่อการผลิต หมู่ที่ 1-12
- กลุ่มเงินทุนหมุนเวียนเพื่อการเกษตร หมู่ที่ 1.12
- กลุ่มแม่บ้าน หมู่ที่ 1-12
- กลุ่มอาชีพโครงการเศรษฐกิจชุมชน หมู่ที่ 1-12

9. สภาพทางสังคม

9.1 การศึกษา

9.1.1 สถานศึกษาก่อนวัยเรียน 3 แห่ง

- ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านนาวง ตั้งอยู่หมู่ที่ 1
- ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านลำโน ตั้งอยู่หมู่ที่ 2

- ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านนา ตั้งอยู่หมู่ที่ 3
- 9.1.2 สถานศึกษาระดับประถมศึกษา 3 แห่ง
 - โรงเรียนบ้านนาวง ตั้งอยู่หมู่ที่ 1
 - โรงเรียนวัดลำไย ตั้งอยู่หมู่ที่ 2
 - โรงเรียนวัดบ้านนา ตั้งอยู่หมู่ที่ 3
- 9.1.3 สถานศึกษาระดับมัธยมศึกษา 1 แห่ง
 - โรงเรียนวัดบ้านนา (โรงเรียนขยายโอกาส) ตั้งอยู่หมู่ที่ 3

9.2 สถาบันและองค์กรทางศาสนา

- 9.2.1 วัด 3 แห่ง
 - วัดถ้ำสุมนิ ตั้งอยู่หมู่ที่ 1
 - วัดลำไย ตั้งอยู่หมู่ที่ 2
 - วัดบ้านนา ตั้งอยู่หมู่ที่ 3
- 9.2.2 สำนักสงฆ์ 3 แห่ง
 - สำนักสงฆ์บ้านนาวง ตั้งอยู่หมู่ที่ 1
 - สำนักสงฆ์พุทธโคดม ตั้งอยู่หมู่ที่ 7
 - สำนักสงฆ์ป่าสน ตั้งอยู่หมู่ที่ 10

10. สาธารณสุข

- สถานีอนามัย จำนวน 2 แห่ง
- ศูนย์ ศสมช. จำนวน 12 ศูนย์
- อาสาสมัครสาธารณสุข จำนวน 520 คน
- อาสาปศุสัตว์ประจำตำบล จำนวน 36 คน
- อาสาสมัครฉีดพ่นป้องกันยุงลาย จำนวน 36 คน
- อัตราการมีและใช้ส้วมราดน้ำ 100 เปอร์เซ็นต์

11. ความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

- 11.1 ป้อมตำรวจ จำนวน 2 ป้อม
 - ป้อมตำรวจบ้านนาวง ตั้งอยู่หมู่ที่ 1
 - ป้อมตำรวจบ้านนา ตั้งอยู่หมู่ที่ 3
- 11.2 สมาชิก อปพร. จำนวน 34 คน

12. การสวัสดิการและสังคมสงเคราะห์ในพื้นที่

- ผู้สูงอายุที่ได้รับเบี้ยยังชีพในพื้นที่ จำนวน 233 คน
- ผู้พิการที่ได้รับเบี้ยยังชีพในพื้นที่ จำนวน 52 คน
- ผู้ป่วยเอดส์ที่ได้รับเบี้ยยังชีพในพื้นที่ จำนวน 2 คน

13. การบริการพื้นฐาน

13.1 การคมนาคม

- ทางหลวงแผ่นดินหมายเลข 4 ถนนเพชรเกษม (พัทลุง – ตรัง)
- ทางหลวงชนบท สายคันไทร-บ้านพน และมีถนนเชื่อมภายในหมู่บ้าน ครอบคลุมหมู่บ้าน
- ถนนลาดยาง 2 สาย ในพื้นที่หมู่ที่ 6 และหมู่ที่ 8
- ถนนคอนกรีตเชื่อมระหว่างหมู่บ้านและภายในหมู่บ้าน
- ถนนวัสดุคัดเลือกและถนนลูกรังภายในหมู่บ้าน

13.2 การโทรคมนาคม

- ที่ทำการไปรษณีย์ โทรเลข (ตั้งอยู่หมู่ที่ 5) 1 แห่ง
- สถานีโทรคมนาคมอื่นๆ 14 แห่ง

13.4 การไฟฟ้า

ประชาชนในพื้นที่ตำบลบ้านนามีไฟฟ้าใช้ครบทุกหมู่บ้าน แต่ไม่ครบทุกครัวเรือน

13.5 การประปา

ประชาชนในพื้นที่ตำบลบ้านนามีน้ำประปา(ประปาภูเขา ประปาหอดัง)ใช้ครบทุกหมู่บ้าน แต่ไม่ครบทุกครัวเรือน

ภาคผนวก ข

ประมวลภาพสมุนไพรสำหรับปรุงอาหาร ที่สำรวจพบในสวน นายจาย ช่วยนุ้ย
บ้านเลขที่ 168 หมู่ที่ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง และประโยชน์ใช้สอย



ชื่อ: ผักหวานช้างโขลง

สรรพคุณ : ลด/แก้ความดัน

เบ้าหวาน ลดน้ำตาล

รายการอาหาร : แกงเลียง

ชื่อ: ตาหมัด

สรรพคุณ : แก้ไข้ทับอุจูด ขับเลือด

รายการอาหาร : แกงส้ม ลวกกะทิ



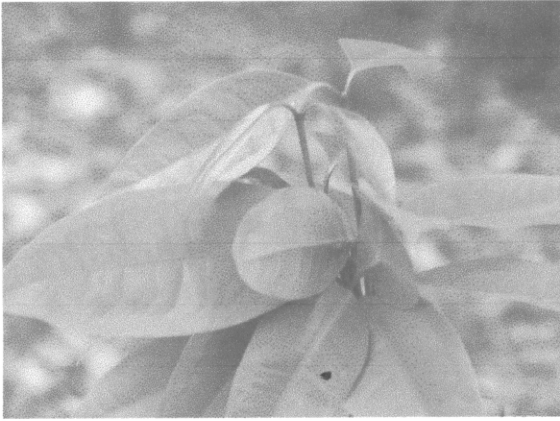
ชื่อ: พาโหมต้น

สรรพคุณ : ขับลมพิษในร่างกาย เจริญ

อาหาร

รายการอาหาร : ข้าวยา ไตปลา แกงคั่ว





ชื่อ: เหมียง หรือ เหลียง

สรรพคุณ : บำรุงสายตา

รายการอาหาร : ผัดไข่ ต้มกะทิ

ชื่อ: ชะมวง

สรรพคุณ : ลดไขมัน

รายการอาหาร : ต้มหมู ไข่ ปลา ข้าว

ยำ แกงส้ม



ชื่อ: บอนส้ม

สรรพคุณ : เจริญอาหาร

รายการอาหาร : แกงส้ม แกงเลียง

ลวกจิ้ม





ชื่อ: มะเหม่า

สรรพคุณ : ขับสารพิษตกค้างใน

ร่างกาย เจริญอาหาร

รายการอาหาร : ต้มหมู ปลา กบ ยำ

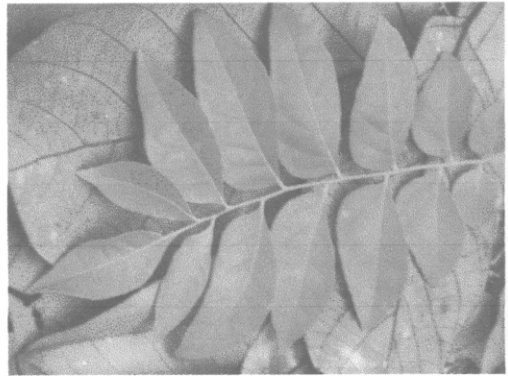
แกง ผักเหนาะ

ชื่อ: หมรุยหอม

สรรพคุณ : เจริญอาหาร

รายการอาหาร : ผักเหนาะ หมวด

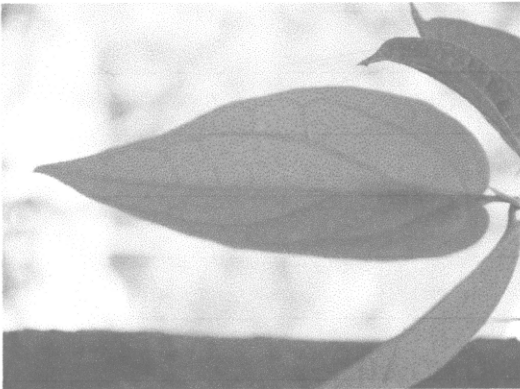
ข้าวย่ำ ขนمجิ้น ไตปลา



ชื่อ: พริกไท

สรรพคุณ : ขับลม

รายการอาหาร : ผสมเครื่องแกงคั่ว





ชื่อ: คีปี่เชือก

สรรพคุณ : เจริญอาหาร ขับลม บำรุง

เลือดผู้หญิง

รายการอาหาร : ข้าวต้ม เครื่องแกง

ชื่อ: จวง (เทพธาโร)

สรรพคุณ : บำรุงหัวใจ

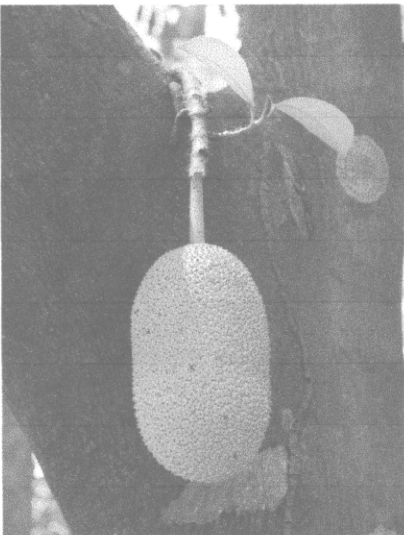
รายการอาหาร : ข้าวต้ม ผักเหนาะ



ชื่อ: จำปาตะ

สรรพคุณ : เจริญอาหาร แก้กะหรายน้ำ

รายการอาหาร : กินผล





ชื่อ: เล็บครุฑ

สรรพคุณ : เจริญอาหาร ชูรส

รายการอาหาร : ทอดมันกุ้ง คั่วเผ็ด

ปลาตุก ผักเหนาะ

ชื่อ: ดาหลา

สรรพคุณ : บำรุงหัวใจ แก้ท้องอืด

รายการอาหาร : ข้าวยา แดงส้ม ต้ม

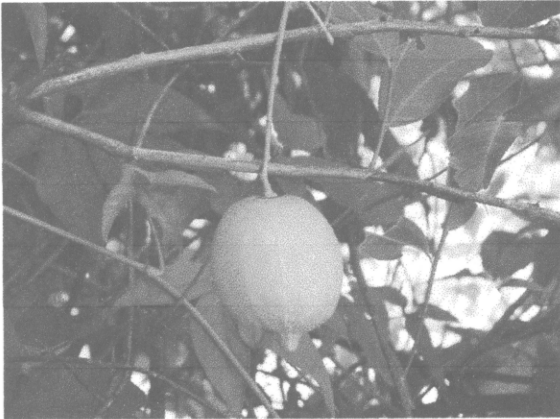
กะทิไก่



ชื่อ: มะนาวควาย

สรรพคุณ : วิตามินซี

รายการอาหาร : ใช้แทนมะนาว





ชื่อ: มั่นหมู

สรรพคุณ : เจริญอาหาร บำรุง

ประสาท

รายการอาหาร : ผัดน้ำมัน

ชื่อ: ส้ม

สรรพคุณ : ช่วยเจริญอาหาร

รายการอาหาร : ยำลูกโหนด ผัก



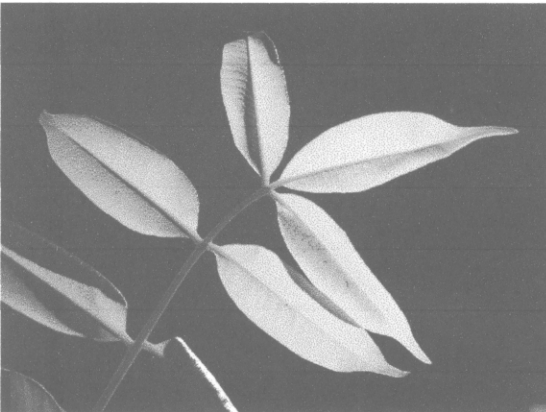
ชื่อ: มะกอก

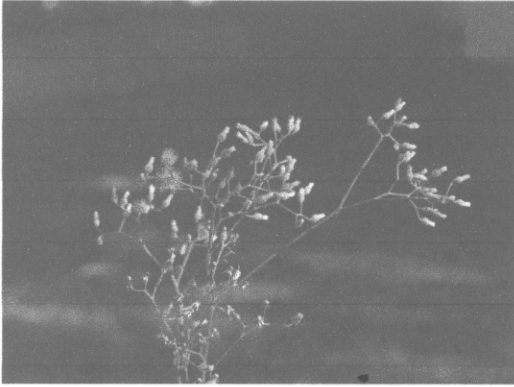
สรรพคุณ : เจริญอาหาร ขับสารพิษ

ในร่างกาย

รายการอาหาร : ผักเหนาะ ส้มตำ

พริกเกลือ





ชื่อ: กล้วยดอกขาว (กล้วยดอกปลิว)

สรรพคุณ : แก้ไข้

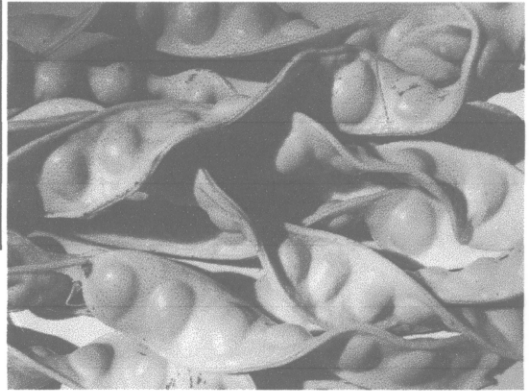
รายการอาหาร : ผักเหนาะ

ชื่อ: สะตอ

สรรพคุณ : บำรุงไต (เปลือก)

รายการอาหาร : ผักเหนาะ แกลงส้ม

ผัดกุ้ง

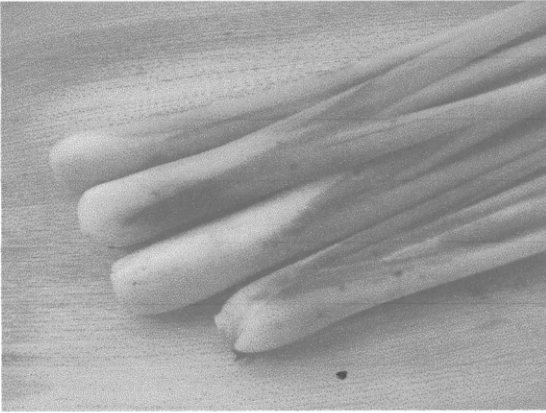


ชื่อ: มะเดื่อชุมพร

สรรพคุณ : ขับถ่าย เจริญอาหาร ยาง
แก้ปวดฟัน

รายการอาหาร : แกลงส้ม แกลงกะทิ ผัก
เหนาะ





ชื่อ: ตะไคร้

สรรพคุณ : ขับลม ลดน้ำตาล

รายการอาหาร : เครื่องแกงสด

ชื่อ: ขมิ้น

สรรพคุณ : สมานแผลในกระเพาะ

และลำไส้ บำรุงผิวหนัง

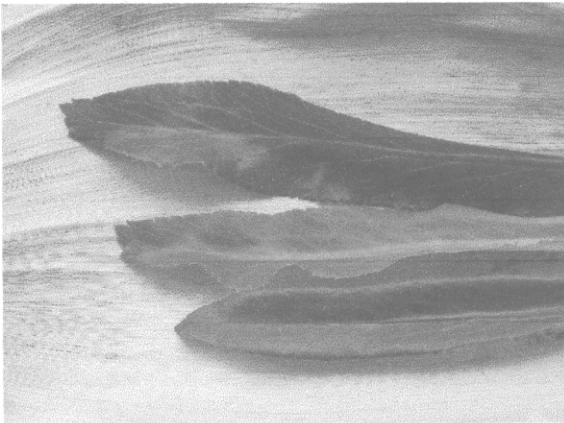
รายการอาหาร : เครื่องแกงสด

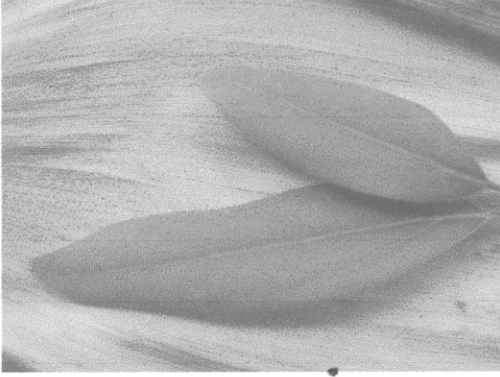


ชื่อ: ผักชีฝรั่ง

สรรพคุณ : เจริญอาหาร ดับกลิ่นคาว

รายการอาหาร : แต่งกลิ่น ผักเหนาะ





ชื่อ: กระชาย

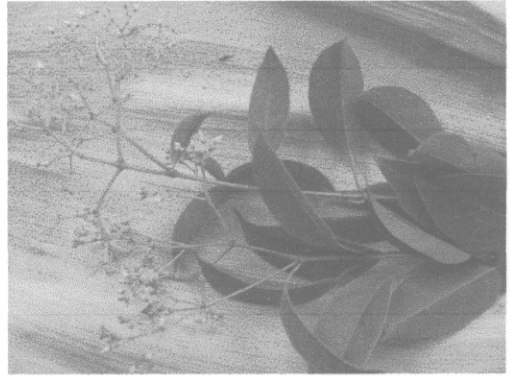
สรรพคุณ : ขับลม หัว (แคลเซียมสูง)

รายการอาหาร : เครื่องแกง เครื่องต้มยำ

ชื่อ: ส้มเกรียบ

สรรพคุณ : ลดไขมัน

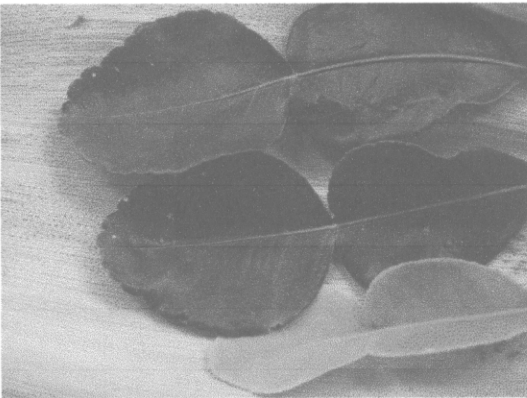
รายการอาหาร : ผักเหนาะ ต้ม ข้าวต้ม



ชื่อ: มะกรูด

สรรพคุณ : วิตามินซี น้ำมันหอมระเหย

รายการอาหาร : แต่งกลิ่น เครื่องแกงสด





ชื่อ: ชะพลู

สรรพคุณ : แคลเซียมสูง

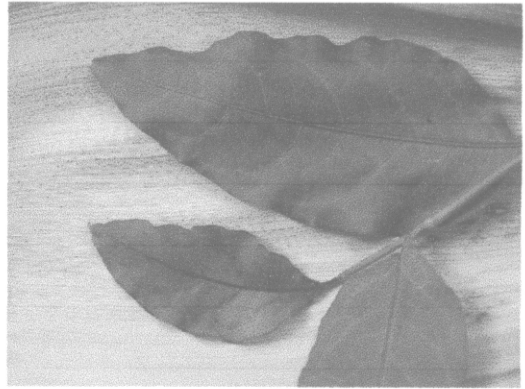
รายการอาหาร : แกงกะทิ ผักเหนาะ
เมี่ยง

ชื่อ: เจตมูลเพลิง

สรรพคุณ : ริดสีดวงทวาร ขับลม

รายการอาหาร : ยอดอ่อนใส่

เครื่องแกง



ชื่อ: ผักกูด

สรรพคุณ : บำรุงสายตา บำรุงโลหิต

ขับสารพิษ แก้ความดันโลหิตสูง

รายการอาหาร : ยำ ลวก ต้ม



ภาคผนวก ค

ประมวลภาพสมุนไพรสำหรับรักษาโรค ที่สำรวจพบในสวน นายจาย ช่วยนุ้ย
บ้านเลขที่ 168 หมู่ที่ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง และประโยชน์ใช้สอย



ชื่อ: ว่านขุนแผน

สรรพคุณ : แก้หอบ แก้กระหายน้ำ

วิธีการปรุง : ต้มกินน้ำ กินราก

ชื่อ: ตาลปัตรยายชี

สรรพคุณ : บำรุงเลือด บำรุงร่างกาย

วิธีการปรุง : ตากแห้ง ต้มกินน้ำ





ชื่อ: พลุสามง่าม (หมากหมก)
 สรรพคุณ : เจริญอาหาร ชูกำลัง
 วิธีการปรุง : นำหัวอ่อนมากินกับพลุ

ชื่อ: สมุนแวง
 สรรพคุณ : เจริญอาหาร แก้ท้องร่วง
 วิธีการปรุง : เปลือกตากแห้ง ผสมใน
 แกงโผล่ ใบสดใส่แกงคั่วกลิ้ง



ชื่อ: พญาไม้
 สรรพคุณ : แก้โรคไต ใช้ใบกับเปลือก
 วิธีการปรุง : ตากแห้งต้มกินน้ำ



ชื่อ: ฝรั่งดอกเดี่ยว
 สรรพคุณ : บำรุงเลือด ร่างกาย แก่
 ปวดหลัง
 วิธีการปรุง : ตากแห้งนำมาต้ม

ชื่อ: ดาวชะคั้ง

สรรพคุณ : บำรุงกำลัง ร่างกาย บำรุง
 เลือดผู้หญิง
 วิธีการปรุง : ตากแห้ง แล้วต้ม



ชื่อ: จิ้งจาย

สรรพคุณ : รักษาไข้มาเลเรีย



ชื่อ: ว่านกำลังอ่อนมาน

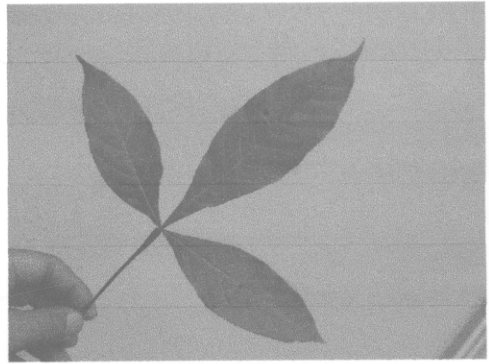
สรรพคุณ : บำรุงกระดูก บำรุงเส้น

เอ็น รำกาย แก้อัมพฤกษ์ อัมพาต

ชื่อ: ไม้หนอล

สรรพคุณ : รักษาฝีหนอง โดย

รับประทานผลสุก

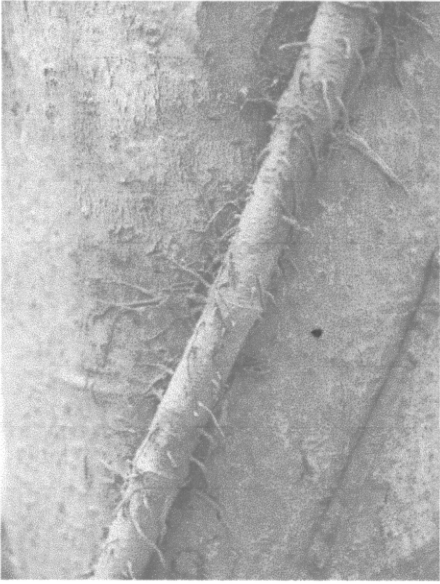


ชื่อ: ตาลแดง

สรรพคุณ : แก้ตาในเด็ก

วิธีการปรุง : นำมาต้ม





ชื่อ: สะค้าน

สรรพคุณ : บำรุงเลือด กระดูก ปวด
เอว ปวดท้อง แก้ไอ

วิธีการปรุง : ตากแห้งแล้วต้ม

ชื่อ: มะพร้าววนกุ่ม

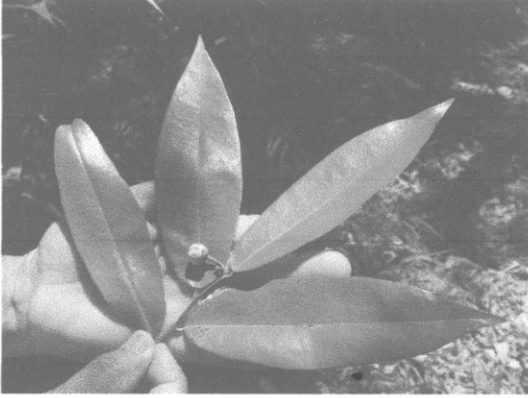
สรรพคุณ : บำรุงหัวใจ

วิธีการปรุง : กินผล หรือนำใบและ
ต้น มาตากแห้งแล้วต้ม



ชื่อ: กำแพงเจ็ดชั้น

สรรพคุณ : บำรุงเลือด กระดูก ปวดเมื่อย



ชื่อ: นมแมว

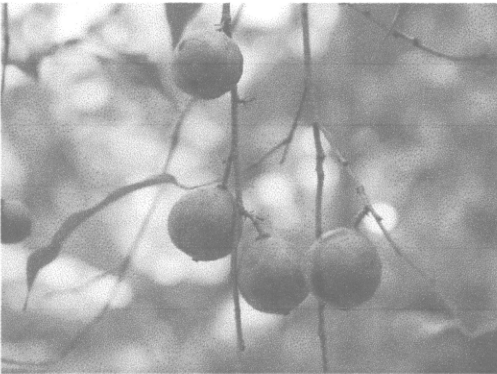
สรรพคุณ : บำรุงหัวใจ

วิธีการปรุง : ดอกตากแห้ง ชงชา

ชื่อ: หุ้งฟ้า

สรรพคุณ : บำรุงกระดูก แก้ปวด

เมื่อย หลัง สะเอว



ชื่อ: ขลบ

สรรพคุณ : ลดความดัน เบาหวาน

เจริญอาหาร สมานแผล

รายการอาหาร : รับประทานผลสุก

ภาคผนวก ง

ตัวอย่างเส้นทางท่องเที่ยวเชื่อมโยงกับชุมชน

เส้นทางที่ 1 แหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยงระหว่างชุมชนในวัง กับแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศและเชิง
เกษตรหลักของจังหวัดพัทลุง (2 วัน 1 คืน)

- วันที่ 1** **หาดใหญ่-ป่าบอน-ตะโหมด-กงหรา-ศรีนครินทร์**
- 08.30 น. เดินทางจากหาดใหญ่
- 09.15 น. ทิวชมสวนสละลุงถัน ชมการผสมเกสรสละ
- 11.00 น. เดินทางถึงสถานวัดตะโหมด ชมศูนย์วัฒนธรรม หลักยึดเหนี่ยวสองศาสนา
(พุทธและมุสลิม) และสวนเกษตรวิถีพุทธ
- 12.00 น. รับประทานอาหารเที่ยงที่สวนวิถีพุทธ (อาหารพื้นบ้าน)
- 13.00 น. ล่องแก่งโดนหินลาด โห้ลิ้งจังกระ
- 15.30 น. เล่นน้ำตกไพรวัลย์ น้ำตกใหญ่สุดของจังหวัด
- 17.00 น. เดินทางเข้าพักที่โฮมสเตย์บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัด
พัทลุง
- 18.30 น. รับฟังบรรยายสรุปเกี่ยวกับสมุนไพรมินิต่างๆ
- 19.30 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรมินิต่างๆ
- วันที่ 2** **บ้านในวัง-สวนพฤกษศาสตร์ พัทลุง- สะพานเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา**
- 07.00 น. รับประทานอาหารเช้าแบบชาวบ้าน
- 08.30 น. ทิวชมสวนสมุนไพรมินิภายในชุมชน พูดคุยกับชาวบ้านในกาทำสวน
- เลือกซื้อของที่ระลึกจากชุมชน พืช ผัก ผลไม้ตามฤดูกาล
- 12.00 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพปรุงจากวัตถุดิบภายในชุมชน
- 13.30 น. เดินทางไปสวนพฤกษศาสตร์ จังหวัดพัทลุง
- ล่องคายัคชมป่า (เสม็ด) ดื่กดน้ำบรรพน์แห่งทะเลน้อย
- เดินป่าศึกษาธรรมชาติ ระบบนิเวศป่าชายเลน
- ทิวชมสะพานยกระดับเฉลิมพระเกียรติ 80 พรรษา (หัวป่า ไสกลิ่ง)
- 17.30 น. เดินทางกลับที่พัก

ตัวอย่างเส้นทางท่องเที่ยว

เส้นทางที่ 2 แหล่งท่องเที่ยวเชื่อมโยงระหว่างชุมชนในวัง กับแหล่งท่องเที่ยวโบราณสถาน โบราณวัตถุ และวิถีชีวิตชุมชนที่มีชื่อเสียง ของจังหวัดพัทลุง

- วันที่ 1** **หาดใหญ่-บาแก้ว-เขาชัยสน-บ้านในวัง**
- 08.00 น. เดินทางจากหาดใหญ่
- 09.00 น. เที่ยวชมศูนย์ศิลปะหัตถกรรมบางแก้ว แหล่งรวบรวมภาพแกะสลักรูปหนังตะลุง และรูป แกะสลักอื่นๆ อีกมากมาย
- 10.00 น. แวะซื้อข้าวสังข์หยดซึ่งเป็นข้าวพันธุ์พื้นเมืองของจังหวัดพัทลุงที่กลุ่มข้าวหอมมือ บ้าน หูแร่
- 11.00 น. สักการะพระธาตุ ซึ่งสร้างแบบเดียวกันกับพระมหาธาตุเจดีย์นครศรีธรรมราช
- 12.00 น. รับประทานอาหารเที่ยงบรรยากาศริมทะเลสาบสงขลาที่แหลมจองถนน
- 13.30 น. เที่ยวชมบ่อน้ำร้อน ชาร์น้ำเย็นเขาชัยสน
- 15.00 น. เที่ยวชมวัดถ้ำสุมะโน สถานที่ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ ที่มีชื่อเสียงของจังหวัดพัทลุง
- 17.00 น. เดินทางเข้าพักโฮมสเตย์ บ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง
- 18.30 น. รับฟังบรรยายสรุปเกี่ยวกับสมุนไพรชนิดต่างๆ
- 19.30 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรชนิดต่างๆ
- วันที่ 2** **บ้านในวัง-เมืองพัทลุง-หาดแสนสุขลำปำ**
- 07.00 น. รับประทานอาหารเช้าแบบชาวบ้าน
- 08.30 น. เที่ยวชมสวนสมุนไพรภายในชุมชน พุดคุยกับชาวบ้านในกาทำสวน
- เลือกซื้อของที่ระลึกจากชุมชน พืช ผัก ผล ไม้ตามฤดูกาล
- 12.00 น. รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพปรุงจากวัตถุดิบภายในชุมชน
- 13.30 น. เดินทางไปจังหวัดพัทลุง
- นมัสการพระพุทธนิรโรคันตรายชัยวัฒน์จตุรทิศ รัชกาลปัจจุบัน ได้โปรดเกล้าให้ สร้างขึ้นเพื่อทรงมอบให้ไว้ประจำภาคต่างๆ ของประเทศ เมื่อปี พ.ศ. 2511
- ติโพนมงคลเก้าถูกรอบเมืองพัทลุง เพื่อเสริมบารมีให้ตัวเอง
- ชมจิตกรรมฝาผนังสีฝุ่น เรื่องราวเกี่ยวกับพุทธประวัติและเทพชุมนุม ที่วัดวัง
- สักการะพระบรมรูปพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5
- 17.30 น. เดินทางกลับที่พัก

ตัวอย่างเส้นทางท่องเที่ยว

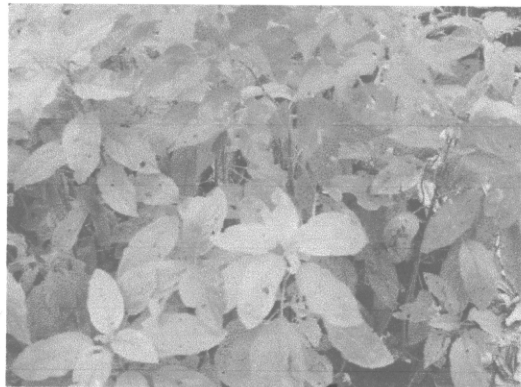
เส้นทางที่ 3 แหล่งท่องเที่ยวภายในตำบลบ้านนา (2 วัน 1 คืน)

วันที่ 1	สวนสมุนไพร-ถ้ำบ้านวังยาว-วัดถ้ำสุมะโน-สะพานประวัติศาสตร์
08.00 น.	เดินทางถึงบ้านในวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง
08.30 น.	รับฟังบรรยายสรุปเกี่ยวกับสมุนไพรชนิดต่างๆ
09.00 น.	เที่ยวชมสวนสมุนไพรภายในชุมชน พูดคุยกับชาวบ้านในการทำสวน
12.00 น.	รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพปรุงจากสมุนไพรภายในชุมชน
13.00 น.	เดินป่า เที่ยวถ้ำ บ้านวังยาว หมู่ที่ 6
15.00 น.	เที่ยวชมวัดถ้ำสุมะโน สถานที่ปฏิบัติธรรม นั่งสมาธิ ที่มีชื่อเสียงของจังหวัดพัทลุง
16.00 น.	เที่ยวชมสะพานประวัติศาสตร์สมัยสงครามโลกครั้งที่ 2
17.00 น.	เดินทางเข้าพักโฮมสเตย์ บ้านในวัง
18.30 น.	รับประทานอาหารเพื่อสุขภาพจากสมุนไพรชนิดต่างๆ
19.30 น.	พูดคุยกับเจ้าของบ้านแลกเปลี่ยนประสบการณ์ร่วมกัน
20.30 น.	พักผ่อนตามอัธยาศัย
วันที่ 2	บ้านในวัง – ถ้ำพุทธโคดม – กฤชศิลา โฮมสเตย์
07.00 น.	รับประทานอาหารเช้าแบบชาวบ้าน
08.30 น.	- เลือกซื้อของที่ระลึกจากชุมชน พืช ผัก ผลไม้ตามฤดูกาล
10.00 น.	เที่ยวชมถ้ำพุทธโคดม ถ้ำขนาดเล็ก แต่เต็มไปด้วยความสงบ
12.00 น.	รับประทานอาหารเที่ยงที่กฤชศิลา โฮมสเตย์
13.30 น.	เดินทางกลับ

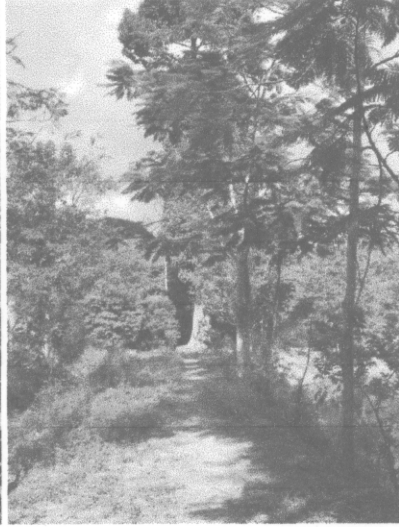
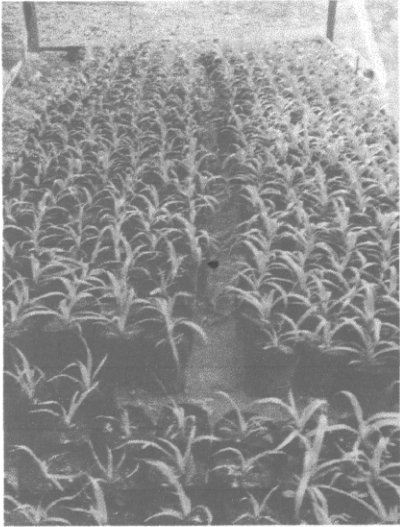
ภาคผนวก จ ประมวลภาพกิจกรรมวิจัย

ประมวลภาพสำรวจสวนสมุนไพรนายจาย ช่วยนุ้ย
หมู่ที่ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง





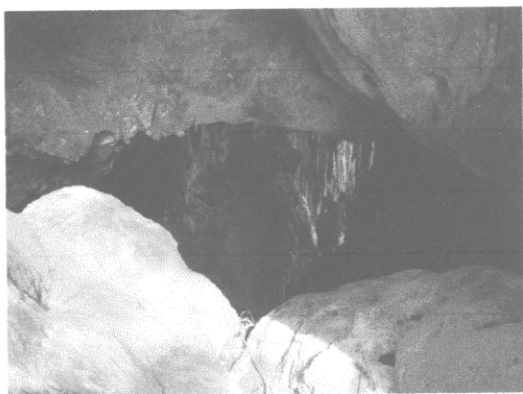
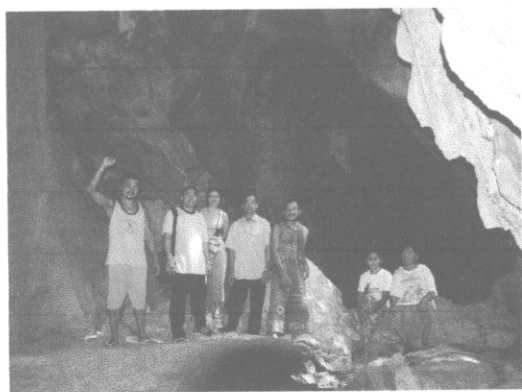
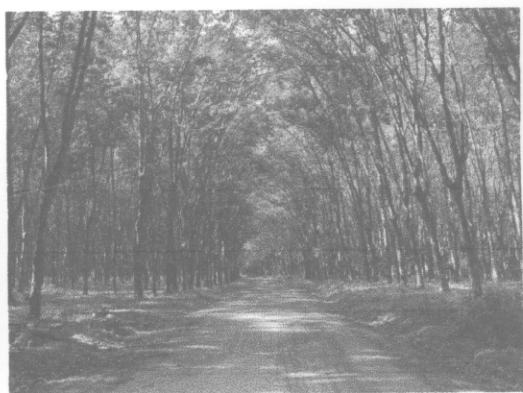
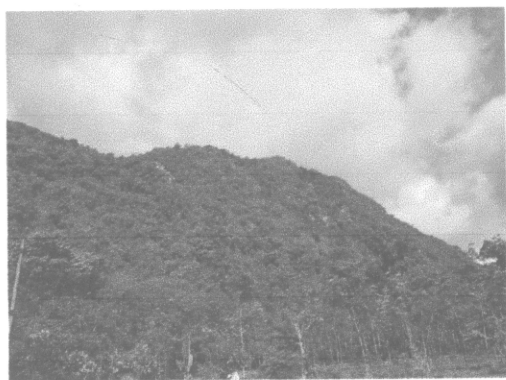
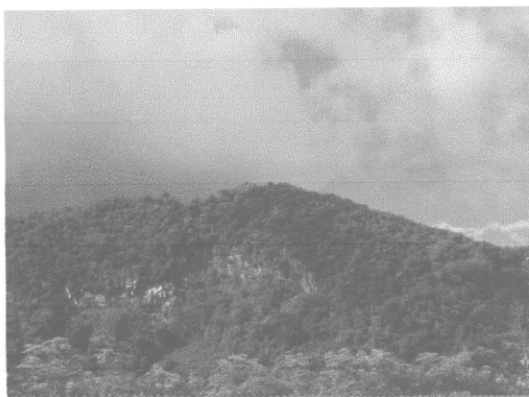
ประมวลภาพถ่ายสวนสมุนไพรคุณประพล อินคัง หมู่ที่ 8 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง



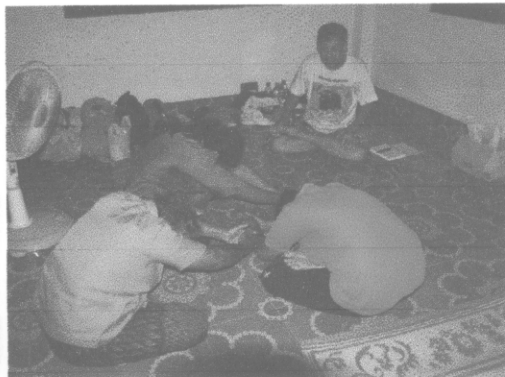
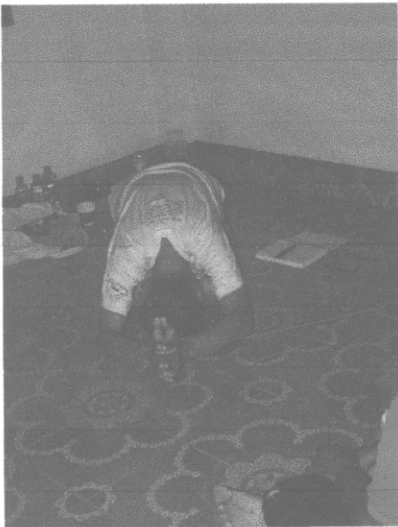
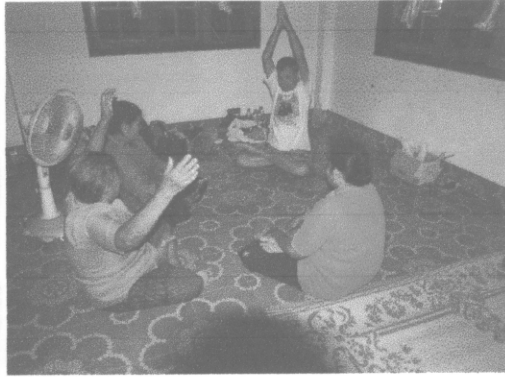
ประมวลภาพถ่ายตรวจสอบสวนสมุนไพรบ้านวังยาวหมู่ที่ 6 ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง



ประมวลภาพแหล่งท่องเที่ยวในหมู่ที่ 6 และ 8 บ้านโนนวัง ตำบลบ้านนา อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง



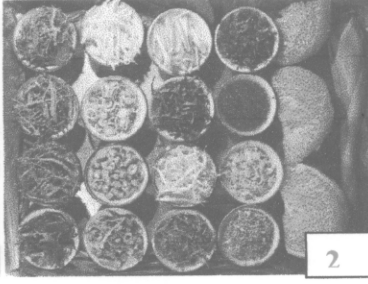
หมอบไม้สาริตและสอนการออกกำลังกายด้วยการเล่นโยคะ



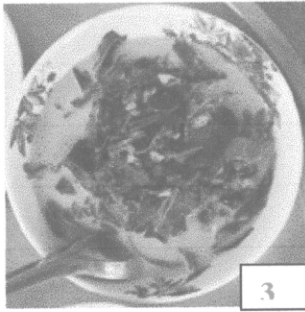
รายการอาหารปรุงจากสมุนไพร



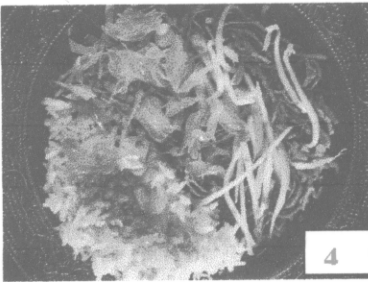
1



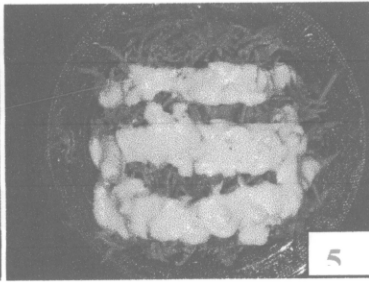
2



3



4



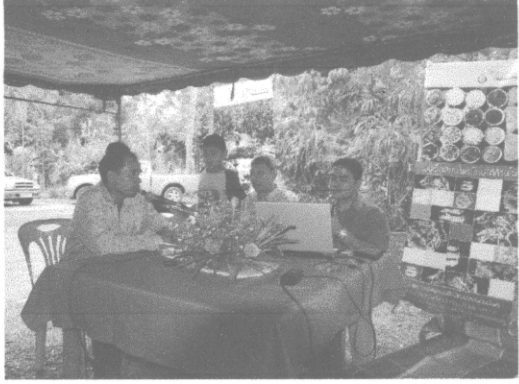
5

1. ยำผักกูด
2. เครื่องสมุนไพรผสมข้าวยา
3. ยอดตำหนัดต้มกะทิ
4. ข้าวยาสมุนไพร
5. ผักกูดลวกกะทิสด

ประมวลภาพการสัมภาษณ์เชิงลึก



ประมวลภาพวันปิดเวทีวิจัย



ภคผนวก ฉ ประมวลภาพร่วมกับการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) สำนักงานหาดใหญ่
นำคณะสื่อมวลชนจากกรุงเทพฯ ทักศนศึกษาสวนสมุนไพร นายจาย ช่วยนุ้ย



บรรณานุกรมอ้างอิง

- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. 2551. สถิติการท่องเที่ยวภายในประเทศ ประจำปี 2550 ภาคใต้
- การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. 2550. รายงานฉบับสมบูรณ์ แผนปฏิบัติการเพื่อกำหนดสินค้า
ทางการท่องเที่ยว.
- กรมการพัฒนาชุมชน. 2550. หมู่บ้านชนบทไทย จากข้อมูลพื้นฐานระดับหมู่บ้าน (กชช.2 ค) ปี
2550. กรุงเทพฯ: สุภัชณีญ์ พรินดี กวีป
- กิตติ บุญปวนิช. 2553. คนเหนือโรค. สำนักพิมพ์รักการอ่าน. 2553
- เคียง กงแก้ว. 2553. บันทึกพืชผักอาหาร สมุนไพรภาคใต้.
- จริน ศิริ. 2550. การพัฒนาธุรกิจการท่องเที่ยวในชุมชน กับการใช้วัฒนธรรมชุมชนพัฒนาธุรกิจการ
ท่องเที่ยว. วิทยาลัยการจัดการเพื่อการพัฒนา มหาวิทยาลัยทักษิณ. กรุงเทพฯ
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. 2548. อุตสาหกรรมการท่องเที่ยว (TOURISM INDUSTRY). กรุงเทพฯ.
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2548). การพัฒนาการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน. กรุงเทพมหานคร :
เพรสแอนด์ดีไซน์
- ปาริชาติ วิสุทธีสมาจาร และกัปพล มีสวัสดิ์. 2548. การประสานข้อมูลและเครือข่ายการท่องเที่ยวใน
ระดับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรอบลุ่มทะเลสาบสงขลา
- พจนนา สวนศรี. 2546. คู่มือการจัดการท่องเที่ยวโดยชุมชน. กรุงเทพฯ. โครงการท่องเที่ยวเพื่อชีวิตและ
ธรรมชาติ.
- มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา. 2550. เลสาบเรา. สงขลา.
- มูลนิธิโตโยต้า. 2545. มหัศจรรย์ผัก 108.
- รสสุคนธ์ พุ่มพินวงค์. แพทย์ทางเลือก.
- สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม. 2548. รายงานฉบับสมบูรณ์ โครงการ
จัดทำ แผนแม่บทการพัฒนาลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา
- สถาบันนวัตกรรมสุขภาพ ฯ. 2553. มะเขือพวงต้านเบาหวาน
- สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. 2542. รายงานผลดำเนินการเพื่อกำหนด
นโยบายการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ
- สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งประเทศไทย. การศึกษาเพื่อกำหนดแนวทางการพัฒนา
และจัดการการท่องเที่ยวเชิงเกษตร (Agro-tourism). กรุงเทพมหานคร, 2543

สินธุ์ สโรบล. 2546. การท่องเที่ยวเชิงนิเวศโยชุมชน แนวคิดและประสบการณ์พื้นที่ภาคเหนือ,
เชียงใหม่: วนิศา เพรส

สำนักงานพัฒนาการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.2550. เกณฑ์มาตรฐานแหล่ง
ท่องเที่ยว.

Abby Liu. 2007. Tourism in rural areas: Kedah, Malaysia. www.sciencedirect.com

Arie Reichel, Oded Lowengart, Ady Milman. 1999. Rural tourism in Israel: service quality
and orientation. www.bgu.ac.il

Bob Hargreaves. 2002. The Banks Peninsular Track-A Case Study in Rural Tourism.
www.prest.net

Ian Knowd. 2001. Rural Tourism: Panacea and Paradox. www.hsc.csu.edu.au.
Hungary.

OECD. 2009. Trade and agriculture directorate. The role of agriculture and farm household
diversification in the rural economy of New Zealand. www.oecd.org

O'Halloran M., Cook S., Sbragi A. and Buchanan, I. (2000), BTR Occasional Paper

Number 30, Rural Tourism in Australia: The visitor's perspective, Bureau of Tourism
Research, Canberra. www.tra.australia.com

Ranjan Bandyopadhyay.2003. Indian students' perception of rural West Bengal as a tourist
destination. www.fs.fed.us

Somchai Ratanakomut. 2006. Community Awareness and cultural tourism sustainability.
APEC Study Center Consortium Conference Ho Chi Minh City, Viet Nam 23-24
March 2006

Tom Connors.1997. Ago-tourism in Australia. A potential success story. www.apaari.org

Yutaka Arahi. Rural Tourism in Japan: the regeneration of rural communities. www.gnet.org

รายงานการประชุมทางวิชาการ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.2544. คำศัพท์ในอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว (The Vocabularies of
International Tourism Industries).

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.กองทุนวิจัย เอกสารประกอบการประชุมเชิงปฏิบัติการด้านการ
ท่องเที่ยวเชิงนิเวศภายใต้โครงการส่งเสริมและพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ 2545,
กรุงเทพฯ: การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.2544. กองอนุรักษ์. เอกสารประกอบการบรรยาย การท่องเที่ยวเชิง
สุขภาพ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. 2547. เอกสารประกอบการสัมมนา อุตสาหกรรมการท่องเที่ยวกับ
การส่งเสริมการตลาด. กรุงเทพฯ

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. 2548. เอกสารประกอบการอบรมหลักสูตรความรู้ด้านการตลาด
สมัยใหม่เพื่อการท่องเที่ยว รุ่นที่ 14.กรุงเทพฯ

Agriculture and Forestry. Agricultural Business Profile on Agri-Tourism. Agdex 888/00.

February 2000. <http://ric.nal.usda.gov>

เว็บไซต์ www.kmitl.ac.th เข้าถึงเมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2553

เว็บไซต์ http://www.phatthalung.go.th/pt_vision.pdf เข้าถึงเมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2553

เว็บไซต์ <http://www.doae.go.th/report/2549/270606/02.pdf> เข้าถึงเมื่อวันที่ 29 กรกฎาคม 2553

เว็บไซต์ www.tat.or.th/uploaddept เข้าถึงเมื่อวันที่ 29 กรกฎาคม 2553

บุคลากรกรม

1. นายกิตติ บุญปวนิช “หมอใบไม้”
2. นายจาย ช่วยนุ้ย เจ้าของสวนสมุนไพรบ้านโนวัง
3. นายเชาว์ อ่อนคำ กฤษศิลาโฮมสเตย์ อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง
4. นายบุญเลิศ ชายเกตุ ผู้สื่อข่าวหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ จังหวัดพัทลุง
5. นายประพล คินด้าง เจ้าของสวนสมุนไพร บ้านโนวัง
6. นายวิฑูร แก้วเสน สวนเกษตรวิถีพุทธ อำเภอตะโหมด จังหวัดพัทลุง
7. นายสมเกียรติ พัฒนศักดิ์ ประธานชมรมท่องเที่ยวสภากาชาดตะโหมด

ประวัติคณะผู้วิจัย

หัวหน้าโครงการ

- ชื่อ : ผศ.ดร.ปาริชาติ วิสุทธิสมาจาร
Asst. Dr. Parichart Visuthismajarn
- ตำแหน่งปัจจุบัน : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8
- หน่วยงาน : คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ตู้ ปณ. 50 ปณฝ. คอหงส์ อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา 90112
หมายเลขโทรศัพท์: 074 286825
หมายเลขโทรสาร: 074 429307
e-mail: prichart.v@psu.ac.th

- ประวัติการศึกษา

วุฒิปริญญา	สาขาวิชา	สถาบัน	พ.ศ.
เอก (Dr. phil.)	ชีวภูมิศาสตร์ (Biogeography)	มหาวิทยาลัยซาร์แลนด์ (Universitat des Saarlandes) ประเทศเยอรมัน, Recipient of DAAD Scholarship	2541
M.S.	การประเมินความเสี่ยง ทางด้านสิ่งแวดล้อมใน ระบบนิเวศเขตร้อน (หลักสูตรนานาชาติ)	มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ร่วมกับ มหาวิทยาลัยซาร์แลนด์, Recipient of GTZ Scholarship	2537
วท.บ.	วิทยาศาสตร์ (ชีววิทยา)	มหาวิทยาลัยขอนแก่น	2535

6. สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ: การประเมินความเสี่ยง และการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ

นักวิจัยร่วม

1. ชื่อ: นางสาวอรพรรณ สกุลแก้ว
 - ตำแหน่งปัจจุบัน: อาจารย์ คณะการแพทย์แผนไทย
 - หน่วยงาน: คณะการแพทย์แผนไทย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
ตู้ ปณ. 50 ปณฝ.คอหงส์ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา 90112
หมายเลขโทรศัพท์: 089-7331262
E-mail: orphan_116@yahoo.com

- ประวัติการศึกษา

วุฒิการศึกษา	สถาบัน	ปีที่ยจบ
เกสัชศาสตร์บัณฑิต (ภ.บ.)	คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	2548
เกสัชศาสตร์มหาบัณฑิต (ภ.ม.)	คณะเภสัชศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	2550
ปริญญาเอก	คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	กำลังศึกษา

- สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ: เกสัชศาสตร์

2. ชื่อ: นายปรัชญากรณ์ ไชยคช

Mr. Prachyakorn Chaiyakot

- ตำแหน่งปัจจุบัน: นักศึกษาปริญญาเอก

- หน่วยงาน: คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ตู้ ปณ. 50 ปณฝ. คอหงส์ อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา 90112

หมายเลขโทรศัพท์: 074 286825

หมายเลขโทรสาร: 074 429307

e-mail: Prachyakomec@gmail.com

- ประวัติการศึกษา:

วุฒิการศึกษา	สถาบัน	ปีที่ยจบ
ศิลปศาสตรบัณฑิต (ภาษาอังกฤษ)	ภาควิชาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง	2535
รัฐประศาสนศาสตร์ มหาบัณฑิต (รัฐประศาสน ศาสตร์)	ภาควิชารัฐประศาสนศาสตร์ คณะวิทยาการ จัดการ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	2550
ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต (การจัดการสิ่งแวดล้อม)	ภาควิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม คณะการจัดการ สิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์	กำลังศึกษา

- สาขาวิชาการที่มีความชำนาญพิเศษ: การจัดการท่องเที่ยว