

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภาพ	ฒ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	4
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
วิธีดำเนินการวิจัย	8
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	20
ความรู้เกี่ยวกับธุรกิจอาหาร	20
ลักษณะสังคมไทยโดยทั่วไป	21
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพ	23
ความเป็นมาและแนวคิดของการส่งเสริมสุขภาพในที่ทำงาน	26
กฎหมายนโยบายเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ	38
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	48
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	55
บทที่ 3 บริบทของสวนอาหารทะเลนางนวลสาขาเชียงใหม่	65
ประวัติและความเป็นมา	65
สิ่งแวดล้อมและกายภาพของสถานประกอบการ	66
ลักษณะทางประชากร	73

ญ

สารบาญ (ต่อ)

	หน้า
โครงสร้างการบริหารงาน	78
การติดต่อสื่อสารขององค์กร	88
การจัดตั้งกลุ่มในองค์กร และความสัมพันธ์	89
ระบบงาน	90
สรุป	95
บทที่ 4 พื้นฐานทางสังคมและวัฒนธรรมที่มีผลต่อการส่งเสริมสุขภาพ	
ในสวนอาหารทะเลนางนวลเชียงใหม่	98
ความเชื่อและประเพณี	98
ค่านิยมในการทำงานและการดำเนินชีวิต	101
สรุป	110
บทที่ 5 นโยบายเพื่อสุขภาพของสวนอาหารทะเลนางนวลเชียงใหม่	
และการดำเนินงานด้านชีวอนามัย	113
นโยบายเพื่อการส่งเสริมสุขภาพ	113
การดำเนินงานด้านชีวอนามัยและความปลอดภัย	119
สรุป	124
บทที่ 6 การสร้างสิ่งแวดล้อมในการทำงานที่เอื้อต่อการส่งเสริมสุขภาพ	126
การสร้างสิ่งแวดล้อมทางด้านกายภาพ	126
การสร้างสิ่งแวดล้อมทางด้านสังคม	129
สรุป	132
บทที่ 7 การสร้างความเข้มแข็งและการมีส่วนร่วมของพนักงานในเรื่องสุขภาพ	133
การทำให้องค์กรมีความเข้มแข็ง	133
การสร้างความเข้มแข็งและการมีส่วนร่วมของพนักงานในเรื่องสุขภาพ	
และการทำงาน	134
ด้านการทำงานและความปลอดภัย	135
เครือข่ายและช่องทางข่าวสารที่สร้างความเข้มแข็งและการมีส่วนร่วมของพนักงาน	138
สรุป	140

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 8 การพัฒนาทักษะส่วนบุคคล	141
การพัฒนาทักษะด้านความรู้ในการทำงาน	141
การพัฒนาทักษะด้านการอยู่ร่วมกันและการทำงานเป็นทีม	145
การพัฒนาทักษะด้านสุขภาพและความปลอดภัยส่วนบุคคลแก่พนักงาน	147
สรุป	155
บทที่ 9 การปรับเปลี่ยนบริการด้านสุขภาพ	157
การจัดบริการด้านสุขภาพแก่พนักงาน	157
ความต้องการกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและการป้องกันโรค	158
การลงทุนส่งเสริมสุขภาพให้แก่พนักงาน	159
ความคิดเห็นเกี่ยวกับการดำเนินงานส่งเสริมสุขภาพ	160
สรุป	161
บทที่ 10 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	162
สรุปผลการวิจัย	162
อภิปรายผล	183
ข้อเสนอแนะ	210
บรรณานุกรม	213
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก แบบสัมภาษณ์ผู้บริหาร	220
ภาคผนวก ข แบบสอบถามพนักงาน	230
ภาคผนวก ค การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม	257
ภาคผนวก ง ตารางแสดงข้อมูลจากแบบสอบถาม	265
ประวัติผู้เขียน	299

สารบัญตาราง

ตาราง		หน้า
1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสถานภาพทางกายของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่	273
2	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสถานภาพทางอารมณ์ของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่	274
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความสัมพันธ์ทางสังคมในการทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	275
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้ความสามารถในการทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	276
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสถานภาพทางเศรษฐกิจทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	277
6	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับรู้สภาวะสุขภาพของตนเองของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	278
7	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสภาวะสุขภาพในการทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายด้าน	279
8	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนสุขนิสัยของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่	280
9	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนการรับประทานอาหารของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่	281

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
10	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพเรื่องการออกกำลังกายและส่งเสริมสมรรถภาพทางกายของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล จังหวัดเชียงใหม่ จำแนกเป็นรายด้าน	282
11	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการควบคุมความเครียดของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	283
12	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมการพักผ่อนนอนหลับ ของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	284
13	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพเรื่องการสูบบุหรี่ ดื่มชา กาแฟ เครื่องดื่มชูกำลัง แอลกอฮอล์ และสารเสพติดของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	285
14	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพในการทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	287
15	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมเรื่องการดูแลสุขภาพตนเองของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่	288
16	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมด้านสุขภาพจิตของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกรายข้อ	289
17	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายด้าน	290
18	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความรู้ของพนักงานที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ ของพนักงาน สวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	291

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
19	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความเชื่อของพนักงานที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	293
20	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทัศนคติของพนักงานที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	294
21	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยเอื้อที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	296
22	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของปัจจัยเสริมที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกเป็นรายข้อ	297
23	คะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนคุณภาพชีวิตในการทำงานของพนักงานสวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่ จำแนกรายด้าน	298

สารบัญแผนภาพ

แผนภาพ		หน้า
1	หลักการและแนวทางปฏิบัติที่จะนำไปสู่ภาวะ "งานสุภาพ"	33
2	ภาพรวมของผู้ปฏิบัติที่เป็นแกนนำในการสร้างงานสุภาพ	35
3	กรอบแนวคิดของการวิจัย	64
4	แผนที่สวนอาหารทะเลนางนวล เชียงใหม่	72
5	การจัดองค์กรของบริษัทนางนวล โภชนา สาขาเชียงใหม่	79