

การพัฒนาแผนที่นำทางร้านอาหารย่านเยาวราชเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ

ธนวัฒน์ แซ่ฮ้อ

สาขาวิชาอุตสาหกรรมการพิมพ์ แขนงการออกแบบสิ่งพิมพ์ คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม

บทคัดย่อ

การวิจัยการพัฒนาแผนที่นำทางร้านอาหารย่านเยาวราชเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ วัตถุประสงค์ของงานวิจัย 1. เพื่อศึกษาข้อมูลอาหารที่สามารถนำไปสร้างกล้ามเนื้อ 2. เพื่อออกแบบแผนที่นำทางย่านเยาวราชสำหรับคนเริ่มสร้างกล้ามเนื้อ โดยวิธีการดำเนินงานวิจัย จากประชากรในการศึกษาวิจัย คือ นักท่องเที่ยว ที่เที่ยวในย่านเยาวราช ทั้งเพศชาย และ เพศหญิง กลุ่มเป้าหมายเป็น นักท่องเที่ยวที่สนใจในเรื่องสุขภาพ ช่วงอายุ 20-35 ปี บริบูรณ์ กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในงานวิจัย คือ กลุ่มเป้าหมาย นักท่องเที่ยวที่สนใจในเรื่องสุขภาพ จำนวน 50 คน ผู้วิจัยทำการสุ่มแบบสอบถามจำนวน 50 คน โดยใช้การเลือกสุ่มแบบเจาะจง และคัดเลือก ในย่านเยาวราช เป็นการเลือกสุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้โดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง โดยมีหลักเกณฑ์เป็นกลุ่มเป้าหมายนักท่องเที่ยวย่านเยาวราช กลุ่มตัวอย่างเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

คำสำคัญ : แผนที่นำทาง, เยาวราช, สร้างกล้ามเนื้อ

Developing a map to guide restaurants in Yaowarat area for muscle building groups

Mr. Tanawat Sae-hoe

Major in Printing Industry. Print Design Faculty of Industrial Technology. SSRU

ABSTRACT

The purpose of this research was to study and find a way to design a map for navigation map design. Because food is an important part of the body that will bring energy to use in daily life and exercise to strengthen the muscles, so food is an important part of the body that will be used to build muscle for muscle building groups. That needs protein And enough carbohydrates Muscle building group Travel in Yaowarat area Looking for a high protein diet Sufficient energy needed to be used in muscle building But do not know which foods contain high protein carbohydrates that are sufficient to build muscle And the energy received Don't know the location Objectives of the research 1. To study food information that can be used to build muscle 2. To design a map to guide Yaowarat district for people to build muscle. By research methodology From the population of the research study is tourists Travel in Yaowarat district, both male and female, target groups are Travelers interested in health during the age of 20-35 years old. The sample group studied in the research is the target group. 50 people interested in health issues. The researcher randomly selected 50 questionnaires using random selection and selection in Yaowarat district. Is a random selection for consideration based on the researcher's decision With the criteria as a target group for tourists in Yaowarat area The sample group is in accordance with the objectives of the research.

Research results 1. Obtain information about the location of restaurants in Yaowarat area Muscle building group 4. Get a sample of graphic design, map navigation, Yaowarat area.

Keywords : Navigation map, Yaowarat, muscle building

บทนำ

เมื่อแรกตัดถนนเยาวราชใหม่ ๆ นั้น มีชาวจีนอยู่อาศัยกันหนาแน่น แม้ต่อมาถนนเยาวราชก็ยังคงมีความสำคัญ เพราะเป็นย่านร้านอาหารชั้นนำ ตึกที่สร้างสูงที่สุดตึกแรกในสมัยรัตนโกสินทร์ก็สร้างที่ถนนเยาวราชเป็นแห่งแรก ช่วงปี พ.ศ. 2500 ถนนเยาวราชรดยังวิ่งสวนทางกัน มีรถเมล์สาย 23 หรือที่เรียกกันว่า "เมล์แดง" และรถเมล์สาย 24 ที่เรียกกันว่า "ไทยประดิษฐ์" วิ่งสวนทางกัน และมีรถรางวิ่งอยู่อีกช่องทางหนึ่ง ถนนเยาวราชจะเป็นที่จัดงานประจำปีอยู่เนื่อง ๆ โดยจะปิดการจราจรชั่วคราว เป็น "ถนนคนเดิน" มีการขายอาหารจีนที่มีชื่อ การแสดง และออกร้านมากมายจากร้านค้าที่อยู่สองข้างทาง ปัจจุบันมีนักท่องเที่ยวได้ไปรับประทานอาหารย่านเยาวราชเป็นจำนวนมาก แต่มีนักท่องเที่ยวบางกลุ่มที่อยากรับประทานอาหารย่านเยาวราช ที่อยากรับประทานอาหารเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ที่ไม่รู้สถานที่ โภชนาการต่างๆ ด้านโปรตีน และคาร์โบไฮเดรต ทำให้กลุ่มคนที่สร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราชไม่ได้รับประทานอาหารที่ เสริมสร้างกล้ามเนื้อ มากนัก ผู้วิจัยจึงเห็นความสำคัญแผนที่นำทางเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช ที่จะได้รับพลังงานเพียงพอในการออกกำลังกาย และโปรตีนที่จะนำไปซ่อมแซมกล้ามเนื้อได้ โภชนาการอาหารต่างๆ และรับประทานอาหารเมนูนี้ไปแล้วควรคาร์ดิโออย่างไร ก็นาที่ถึงจะนำไขมันที่เรารับประทานไปแล้วได้หมด และ กระตุ้นเศรษฐกิจให้กับแม่ค้า พ่อค้า ร้านอาหารย่านเยาวราชอีกด้วย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาข้อมูลอาหารที่สามารถนำไปสร้างกล้ามเนื้อ
2. เพื่อออกแบบแผนที่นำทางย่านเยาวราชสำหรับคนสร้างกล้ามเนื้อ

ระเบียบวิธีวิจัย

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการศึกษาวิจัย คือ นักท่องเที่ยว ที่เที่ยวในย่านเยาวราช ทั้งเพศชาย และ เพศหญิง กลุ่มเป้าหมายเป็น นักท่องเที่ยวที่สนใจในเรื่องสุขภาพ ช่วงอายุ 20-35 ปี

1.2 กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในงานวิจัย คือ กลุ่มเป้าหมาย นักท่องเที่ยวที่สนใจในเรื่องสุขภาพ จำนวน 50 คน ผู้วิจัยทำการสุ่มแบบสอบถาม จำนวน 50 คน โดยใช้การเลือกสุ่มแบบเจาะจง และคัดเลือก ในย่านเยาวราช เป็นการเลือกสุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้โดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง โดยมีหลักเกณฑ์เป็นกลุ่มเป้าหมาย นักท่องเที่ยวย่านเยาวราช ช่วงอายุ 20-35 ปี กลุ่มตัวอย่างเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของงานวิจัย

2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

แบบสอบถาม มีทั้งหมด 50 ชุด โดบเก็บข้อมูลทั่วไปและข้อมูลด้านการออกแบบ โดยสอบถามกลุ่มตัวอย่าง คือ กลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ ที่เที่ยวในย่านเยาวราช จำนวน 50 คน ทั้งเพศชาย/เพศหญิง อายุ 20-35 ปี เป็นการเลือกสุ่มตัวอย่างเพื่อให้ได้โดยพิจารณาจากการตัดสินใจของผู้วิจัยเอง

3. ประเภทข้อมูล

3.1 ข้อมูลปฐมภูมิ จากการตอบสนองแบบสอบถามผู้วิจัยได้ดำเนินการสังเกตพฤติกรรม และสัมภาษณ์โดยตรงกับกลุ่มตัวอย่าง

3.2 ข้อมูลทุติยภูมิ เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลจากทฤษฎีที่เรียบเรียงมาแล้วอย่างเป็นขั้นเป็นตอน อีกทั้งผู้วิจัยได้ศึกษาจากรวบรวมการออกแบบต่าง ๆ มาเป็นแนวทางในงานวิจัย

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

4.1 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา รายได้ต่อเดือน

4.2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการคาดหวังในการออกแบบกราฟิกแผนที่นำทางย่านเยาวราช และระดับความเห็นในการออกแบบ วิเคราะห์ข้อมูลประเมินโดยใช้ค่าเฉลี่ย

5. สถิติที่ใช้ในงานวิจัย

5.1 ค่าร้อยละ

5.2 ค่าเฉลี่ยเลขคณิต

ผลการวิจัย

1. ได้ข้อมูลสถานที่ร้านอาหารย่านเยาวราช
2. ได้ศึกษาร้านอาหารเสริมสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช
3. ได้ศึกษาข้อมูล กลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ
4. ได้ตัวอย่างออกแบบกราฟิกแผนที่นำทางย่านเยาวราช

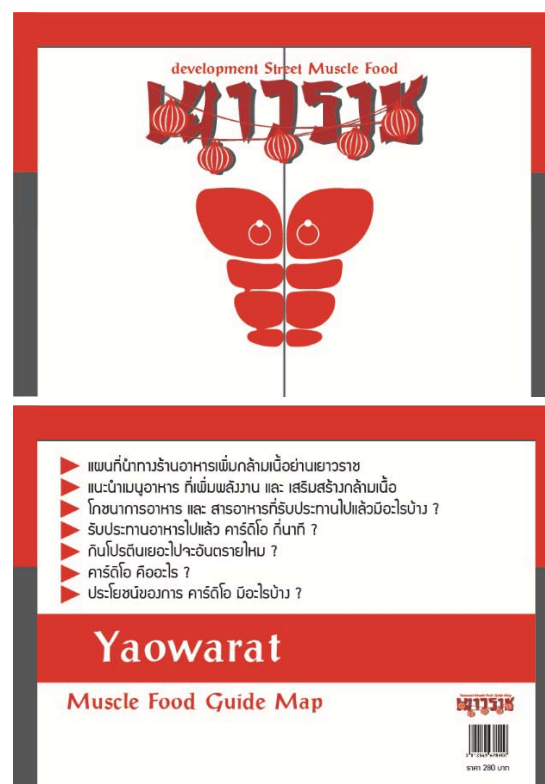
สรุปและอภิปรายผล

จากการศึกษาการออกแบบแผนที่นำทางร้านอาหารเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช สรุปและอภิปรายผลได้ ดังนี้

1. การออกแบบแผนที่นำทางร้านอาหารเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช ในรูปแบบของกราฟิก พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการให้การออกแบบกราฟิก แผนที่ โดยใช้เป็นรูปแบบของ vector

2. การออกแบบแผนที่นำทางร้านอาหารเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการให้การออกแบบ แผนที่นำทาง โดยใช้หลักการใช้สีแบบ Monochrome

3. การออกแบบแผนที่นำทางร้านอาหารเพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราช พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความต้องการให้การออกแบบ แผนที่นำทาง โดยใช้



ภาพที่ 1 หน้าปกและปกหลัง Guidebook

การประชุมวิชาการสำหรับนักศึกษาาระดับชาติ ครั้งที่ ๒
The Second FIT SSRU Conference 2019



ภาพที่ 2 หน้าเปิด



ภาพที่ 5 หน้าหัวข้อ



ภาพที่ 3 หน้าคำนำ



ภาพที่ 6 หน้าแผนที่ร้านอาหาร และเมนูแนะนำ เพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ



ภาพที่ 4 หน้าสารบัญ



ภาพที่ 7 หน้าข้อมูลโภชนาการ



จากเว็บไซต์ <http://nasasitornna.wordpress.com>

PlanForFit. (2557). How to **ฟิตพิชิตหุ่นนายแบบ** (How to Get a Fit Body Like a Model by PlanForFit). นนทบุรี: บริษัท **อิงค์ ปียอนด์ บุ๊คส์ จำกัด**

ภาพที่ 8 หน้าเนื้อหา

ข้อเสนอแนะ

1. พัฒนาการออกแบบแผนที่นำทางร้านอาหาร เพื่อกลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อย่านเยาวราชให้ดึงดูด น่าสนใจ และสามารถสื่อสารได้ชัดเจน สามารถนำไปใช้ได้จริง
2. การจัดวางองค์ประกอบ ตัวหนังสือ และกราฟิตควรมีการจัดวางที่เหมาะสม
3. รายละเอียดข้อมูลควรมีการจัดวางอย่างลงตัว ตัวอักษรไม่เล็กไม่ใหญ่จนเกินไป

เอกสารอ้างอิง

- Culinary. (2557). **กลุ่มคนสร้างกล้ามเนื้อ**. สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2561, จากเว็บไซต์ <http://www.pacificpremiere.com/culinary-arts.html>
- Honestdocs. (2558). **โภชนาการอาหาร**. สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2561, จากเว็บไซต์ <https://healthathome.in.th/blog/>
- Pay Junyphom. (2556). **ทฤษฎีการใช้ตัวอักษร**. สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2561, จากเว็บไซต์ <http://arit.rmutsv.ac.th/th/blogs>
- Atcharayongthum. (2555). **ทฤษฎีการใช้ภาพประกอบ**. สืบค้นเมื่อ 3 กันยายน 2561,