

ผู้ประกอบการสมัยใหม่: ธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ

สมिता จุลเขตต์^{1*} และ ทิรวุฒิ แสงมณีเดช²

^{1,2}อาจารย์พิเศษและนักวิจัย

MODERN ENTREPRENEUR: FITNESS BUSINESS FOR ELDERS

Smita Julakate^{1*} and Thirawut Saengmaneedech²

^{1,2} Special Lecturer and Researcher

*Corresponding author e-mail: Mondota27@gmail.com

วันที่รับบทความ (Received) 22 พฤศจิกายน 2566

วันที่ได้รับบทความฉบับแก้ไข (Revised) 31 มกราคม 2567

วันที่ตอบรับบทความ (Accepted) 6 กุมภาพันธ์ 2567

บทคัดย่อ

บทความวิชาการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย ซึ่งมีวัตถุประสงค์ คือ 1) ผู้ประกอบการที่มีแนวคิดและความรู้เกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุแบบ Modern Entrepreneur และ 2) ผู้ประกอบการที่มีมุมมองความคิดและทัศนคติใหม่ต่อผู้สูงอายุในยุคปัจจุบันและอนาคต ธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย เป็นธุรกิจที่มีความน่าสนใจอย่างยิ่งในสภาพแวดล้อมทางสังคมปัจจุบันและเป็นธุรกิจที่ไม่ควรมองข้าม โดยเฉพาะเมื่อสังคมโลกกำลังจะเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างเต็มรูปแบบ ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีอิทธิพลและมีบทบาทต่อสภาพเศรษฐกิจและสังคมมากขึ้นส่งผลให้ผู้ประกอบการหันมาให้ความสนใจธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ โดยบทความฉบับนี้จะนำเสนอมุมมองผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย เพื่อให้ผู้ที่เกี่ยวข้องได้ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการดำเนินธุรกิจที่มีลักษณะคล้ายกัน สามารถนำแนวปฏิบัติไปใช้ในการเตรียมความพร้อม และเตรียมการปรับตัว เพื่อสร้างความได้เปรียบในการแข่งขันทางธุรกิจและความอยู่รอดขององค์กรในอนาคต

คำสำคัญ: ผู้ประกอบการยุคใหม่ ธุรกิจฟิตเนส ผู้สูงอายุ

Abstract

This academic article objective aims to study how to be a Fitness Business for seniors in Thailand in the areas of 1) The entrepreneur with ideas and knowledge in Fitness Business for the seniors in the modern entrepreneur 2) The entrepreneur with perspectives, concepts, and new attitudes towards the seniors in present era and future. Fitness Business for the Seniors in Thailand. At the moment, this is a very interesting business in the social environment and one that should not be overlooked, when the world society is about to enter a fully ageing society. This is a group that has more influence and a role in the economic and social situation, causing entrepreneurs to turn their attention to the fitness business for the elderly. This article will present the perspectives of fitness business operators for seniors in Thailand and for the person involved to use as basic information for conducting businesses with similar characteristics. Practice guidelines can be used to prepare. and prepare for adjustment. Moreover, to creates a competitive advantage in business and the survival of the organization in the future.

Keywords: Modern Entrepreneur, Fitness Business, the seniors

ความสำคัญและที่มา

ในปัจจุบันแนวโน้มรักสุขภาพและการออกกำลังกายของคนไทยกำลังเป็นที่นิยมเป็นอย่างมาก และความนิยมหนึ่งนั้นได้แก่การเข้าฟิตเนสที่ส่งผลให้ธุรกิจฟิตเนสในประเทศไทยเติบโตอย่างต่อเนื่อง (Thai Big USA, 2023) ผู้ประกอบการฟิตเนสทุกขนาดล้วนพยายามดำเนินธุรกิจเพื่อให้สามารถตอบสนองความต้องการของตลาดและอยู่รอดภายใต้การแข่งขันที่รุนแรง จึงทำให้เกิดรูปแบบการให้บริการที่แตกต่างจากในอดีตด้วยการนำเทคโนโลยีเข้ามาผสมผสาน เพื่อเพิ่มรูปแบบและช่วยออกแบบการออกกำลังกายเพื่อขยายการให้บริการไปสู่กลุ่มลูกค้าที่หลากหลายมากขึ้น (Satornsumritpol, 2019) และเมื่อมองถึงความต้องการของผู้บริโภคในตลาดฟิตเนสแล้ว จะพบว่าความต้องการของแต่ละบุคคลนั้นแตกต่างกัน การจะสร้างธุรกิจฟิตเนสขึ้นมาได้นั้นผู้ประกอบการจะต้องเข้าใจความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย เพื่อจะได้ออกแบบการบริการที่ตอบสนองความต้องการของผู้กลุ่มเป้าหมายได้ แต่สำหรับธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุนั้นยังมีจำนวนน้อยเมื่อเทียบกับจำนวนผู้สูงอายุที่เพิ่มมากขึ้นและยังไม่ได้ได้รับความนิยมมากนัก ทำให้ผู้สูงอายุส่วนใหญ่ที่ใส่ใจดูแลสุขภาพหันไปออกกำลังกายตามสวนสาธารณะและฟิตเนสทั่วไป (ปาจริย์ ทองเสม, 2561) ซึ่งการให้บริการและการดูแลความปลอดภัยของฟิตเนสเหล่านั้นอาจจะยังไม่เหมาะสมและไม่สามารถตอบโจทย์กลุ่มผู้สูงอายุได้ดี เนื่องจากการออกกำลังกายในผู้สูงอายุแตกต่างจากการออกกำลังกายในคนหนุ่มสาว ยิ่งถ้ามีโรคประจำตัวก็ยิ่งจะต้องระมัดระวังกันเป็นพิเศษ การเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุจึงนับเป็นโอกาสดีของธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ ที่ช่วยให้คำปรึกษาและออกแบบรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุแต่ละรายที่มีข้อจำกัดที่ต่างกันไป

ปัจจุบันธุรกิจเกี่ยวกับสถานออกกำลังกายมีมากขึ้น จึงส่งผลให้มีการแข่งขันกันระหว่างกัน จึงเป็นสาเหตุให้ผู้ประกอบการต้องมีการปรับเปลี่ยนกลยุทธ์ ใช้การส่งเสริมการตลาดหลายรูปแบบ เช่น ด้านรูปแบบการให้บริการ ด้านค่าใช้จ่าย ด้านสถานที่ หรือด้านอื่น ๆ เพื่อดึงดูดให้ลูกค้ามาใช้บริการหรือสมัครเป็นสมาชิก ซึ่งกลยุทธ์ที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือการเจาะกลุ่มตลาดเฉพาะกลุ่ม (Niche Market) ที่เป็นกลุ่มผู้สูงอายุ โดย

ในการศึกษาถึงผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย จะทำให้ทราบพฤติกรรมการออกกำลังกายของกลุ่มผู้สูงอายุ เพื่อนำผลการศึกษามาเป็นแนวทางในการเจาะกลุ่มลูกค้าที่เป็นผู้สูงอายุ และขยายฐานการตลาดให้มากยิ่งขึ้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาการเป็นผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย เพื่อจะได้นำไปใช้สร้างความได้เปรียบทางการแข่งขันให้ประสบผลสำเร็จและเป็นแนวทางต่อยอดธุรกิจฟิตเนสในอนาคต เพื่อประโยชน์สูงสุดของการดำเนินธุรกิจ

แนวคิดผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ

Golden and Regi (2018) อธิบายว่าผู้ประกอบการ เป็นตัวแปรสำคัญที่ทำให้เกิดการสร้างบริษัทและตลาดใหม่ ๆ อันส่งผลให้เศรษฐกิจพัฒนาต่อไปได้ และ น้ำฝน แยมร่วมญาติ และธีระวัฒน์ จันทิก (2560) กล่าวว่า ผู้ประกอบการต้องทำหน้าที่เป็นผู้นำคอยวางแผนจัดการองค์กร และคอยควบคุม ซึ่งการทำหน้าที่นี้ มีความจำเป็นอย่างมากยิ่งและเพื่อการเติบโตก้าวหน้าของกิจการ ส่วน โอนมา ภาคสุทธิ และคณะ (2564) อธิบายว่าการเป็นผู้ประกอบการคือการที่บุคคลมีความสามารถในการกำหนดเป้าหมายและเริ่มต้นหรือดำเนินกิจการด้วยตนเอง ด้วยความมุ่งมั่นจนประสบความสำเร็จ โดยยอมรับความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการประกอบธุรกิจเพื่อผลกำไรและความพึงพอใจ เป็นผู้ที่กำลังตัดสินใจและมีอิสระทางความคิด เป็นตัวของตัวเอง มีความคิดสร้างสรรค์และสามารถนำนวัตกรรมใหม่ ๆ มาใช้ในการปรับตัวเพื่อสร้างความมั่นคงแก่กิจการและการแสวงหาโอกาสทางธุรกิจ

ปัจจุบันคนไทยให้ความสนใจในเรื่องการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะเรื่องการออกกำลังกาย เพราะจะทำให้มีสุขภาพดี ไม่เจ็บป่วยง่าย ทำให้ธุรกิจเกี่ยวกับสุขภาพได้รับความนิยมเป็นอย่างมาก สามารถสร้างรายได้ให้กับประเทศอย่างมหาศาล และธุรกิจมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว (Department of Business Development, 2019) จากการสำรวจกลุ่มผู้สูงอายุที่ยังทำงานอยู่ส่วนใหญ่ มีแนวโน้มสนใจดูแลสุขภาพโดยออกกำลังกายเพิ่มขึ้น (National Statistical Office, 2021) แต่กลับพบว่าสถานบริการยังมีไม่เพียงพอสำหรับผู้สูงอายุ

คุณลักษณะของผู้ประกอบการธุรกิจ

ธุรกิจที่จะประสบความสำเร็จได้จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีการบริหารที่มีลักษณะของการเป็นผู้ประกอบการที่เชื่อมโยงถึงการปฏิบัติตามกลยุทธ์ที่ได้วางไว้ และใช้ในสถานการณ์ที่มีความท้าทาย การเป็นผู้ประกอบการขึ้นอยู่กับลักษณะของวัฒนธรรมขององค์กรที่แตกต่างกัน (Dess, Lumpkin & Eisner, 2007) คุณลักษณะของการเป็นผู้ประกอบการ เป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการทำให้ธุรกิจสามารถเติบโตได้อย่างรวดเร็ว (Harms, 2009) และพบว่ามีความเกี่ยวข้องกับการเผชิญกับความเสี่ยง โดยเฉพาะในธุรกิจขนาดใหญ่ ซึ่งผู้ประกอบการจะต้องมีความพยายามพัฒนา และค้นหาวิธีการในการประกอบธุรกิจให้ประสบความสำเร็จ โดย Dess, Lumpkin, and Taylor (2005) ได้นำเสนอมิติของการเป็นผู้ประกอบการในมิติที่เกี่ยวข้องกับรูปแบบการตัดสินใจ และการปฏิบัติของธุรกิจ ได้แก่ ความเป็นอิสระในการบริหารงาน การสร้างนวัตกรรม การทำงานเชิงรุก ความสามารถในการแข่งขัน และการเผชิญกับความเสี่ยง โดยทุกมิติสามารถใช้ร่วมกันเพื่อพัฒนาความสามารถในการดำเนินธุรกิจ และจากการศึกษาของ พัทธรินทร์ เพชรช่วย และคณะ (2564) พบว่าคุณลักษณะของผู้ประกอบการที่ส่งผลต่อความสำเร็จ ได้แก่ 1) การมุ่งมั่นในความสำเร็จ 2) ภาวะผู้นำ 3) กล้าเสี่ยงและกล้าตัดสินใจ 4) ความรับผิดชอบ 5) การสร้างสรรค์นวัตกรรม 6) การเรียนรู้และพัฒนาตนเอง และ 7) จริยธรรมทางธุรกิจ

Chareonwongsak (2022) นำเสนอองค์ประกอบของความเป็นผู้ประกอบการใน 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การเป็นนักบุกเบิก ที่คิดริเริ่มสิ่งใหม่เสมอ และมีโอกาสทำให้เป็นจริงได้ เป็นการเริ่มจากสิ่งที่ไม่มีหรือเรื่องที่ไม่เคยมีใครทำ รวมถึง การเป็นผู้ประกอบการแบบ Modern Entrepreneur (สุรเกียรติ์ ฐาตาวัฒนาวิทย์, 2565) ที่เป็นผู้คนที่มีทักษะแห่งอนาคตที่มีความพร้อมทางทัศนคติ ทักษะความสามารถ และความรู้สำหรับการรับมือการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของเทคโนโลยีได้

2. การเริ่มต้นลงมือทำ ไม่เพียงแค่มองดูแต่ผู้ประกอบการจะต้องเริ่มต้นลงมือกระทำในสิ่งต่าง ๆ เพื่อรองรับพันธกิจ เพื่อผลิตสินค้าและบริการได้ตรงความต้องการหรือเกิดประโยชน์อย่างแท้จริง

3. การรวบรวมปัจจัยการผลิต คือการรวบรวมปัจจัยการผลิตต่าง ๆ เช่น บุคลากรที่เชี่ยวชาญ แหล่งเงินทุน การจัดหาวัตถุดิบ และการจัดเตรียมโครงสร้างพื้นฐาน เครื่องมือและอุปกรณ์ที่ทันสมัยเพื่อใช้ในกระบวนการผลิต

4. การตัดสินใจ ต้องมีการชั่งน้ำหนักก่อนตัดสินใจให้ได้ว่า ปัจจัยต่าง ๆ นั้นควรต้องทำอะไร อย่างไร เมื่อไร ที่ไหน และกับใคร เพราะไม่เช่นนั้นจะส่งผลให้หลายเรื่องติดค้างอยู่ ไม่สามารถเดินหน้าต่อไปได้

5. การประสานงาน คือจะต้องทำให้เกิดการทำงานร่วมกันได้อย่างสอดคล้องประสาน บุคลากรส่วนที่ยังไม่พร้อมจะต้องได้รับการพัฒนาแล้วจึงนำมาทำงานประกอบเข้าด้วยกัน เพราะหากไม่มีการประสาน งานจะล้มเหลว

6. การนำเสนอนวัตกรรม ที่ต้องเป็นสิ่งใหม่ หรือแนวคิดใหม่ คุณค่าใหม่ วิธีการใหม่ เครื่องมือใหม่ รวมถึงกระบวนการเสนอสิ่งใหม่สู่สังคม ตามแนวคิดของ Dr. Dan Can Do 3I Innovation Model ประกอบด้วย 1) นวัตกรรมความคิด (Ideation Innovation) 2) นวัตกรรมการปฏิบัติ (Implementation Innovation) และ 3) นวัตกรรมผลกระทบ (Impact Innovation) ที่สามารถสร้างการยอมรับหรือผลกระทบทางบวกได้อย่างแพร่หลาย

7. การควบคุมงบประมาณของธุรกิจ จะต้องเข้าใจโมเดลรายได้ (Revenue Model) โมเดลต้นทุน (Cost Model) และโมเดลค่าใช้จ่าย (Expenses Model) ในการจัดทำงบประมาณในทุกระยะ เพื่อให้การดำเนินงานราบรื่น

8. การแบกรับความเสี่ยง (Risk Bearing Function) ต้องเป็นคนใจกล้าต่อสู้กับความเสี่ยงได้ ความเสี่ยงเป็นเรื่องปกติ จะต้องหาวิธีปิดความเสี่ยงให้ได้ แต่หากยังมีโอกาสสำเร็จอยู่ ก็ควรทำต่อไปจนกว่าจะถึงเส้นชัย

9. การสร้างองค์กร ต้องให้มีความเป็นองค์กรที่รองรับพันธกิจได้อย่างแท้จริง เป็นองค์กรที่มีคนมาเข้าร่วมและดำรงอยู่ได้ด้วยการทำตามพันธกิจที่สะท้อนความเป็นหนึ่งเดียวกันภายใต้พันธกิจร่วมกันไปจนถึงความสำเร็จ

10. การสร้างความยั่งยืน องค์กรจะต้องมีความยั่งยืนยาว ข้ามกาลเวลาหรือข้ามชั่วอายุคนได้ จำเป็นจะต้องมีผู้สืบทอดงานพันธกิจ การสร้างทีมงานจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้องค์กรเกิดความยั่งยืน

จากข้างต้นจึงสรุปได้ว่าผู้ประกอบการที่ดีนั้นจะต้องประกอบไปด้วย การมีวิสัยทัศน์ และเป้าหมาย การกำหนดเป้าหมายในการทำธุรกิจเพื่อเพิ่มโอกาสประสบความสำเร็จมากขึ้น มีความมุ่งมั่นและอดทน เป็นบุคคลที่มีความพยายาม และสามารถหาทางในการแก้ไขปัญหา สามารถรับผิชอบการตัดสินใจ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเล็กน้อย รวมถึงมีความกล้าที่จะยอมรับความเสี่ยงในการทำธุรกิจของตัวเอง และต้องวิเคราะห์สถานการณ์และโอกาสเพื่อที่จะความมั่นใจก่อนเสมอ และมีการศึกษาหาความรู้อยู่เสมอ เพื่อที่จะค้นหากลยุทธ์ต่างๆ เพื่อเป็นประโยชน์ให้ธุรกิจเติบโตมากยิ่งขึ้น

แนวคิดเกี่ยวกับผู้สูงอายุ

ในการเรียก “ผู้สูงอายุ” ประเทศไทยใช้เกณฑ์เรียกชายหญิงที่อายุ 60 ปีขึ้นไป แต่ประเทศพัฒนาแล้วส่วนใหญ่ใช้อายุ 65 ปีขึ้นไป (Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute, 2017)

อาชัญญา รัตนอุบล (2559) กล่าวว่า ผู้สูงอายุ หมายถึง บุคคลที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในระยะสุดท้ายของช่วงอายุนมนุษย์ เป็นบุคคลที่เข้าสู่วัยชรา หรือบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป และมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่สามารถมองเห็นได้ ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของทั้งทางร่างกาย จิตใจและพฤติกรรม ที่เกิดขึ้นตามอายุ เป็นวัยที่บุคคลต้องเผชิญกับวิกฤติการณ์อย่างมากมาตั้งแต่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น ซึ่งโดยมากเป็นไปในทางลบ ความสามารถทางร่างกายลดลง ความสามารถในการปรับตัวกับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ลดลง แบ่งได้เป็น 2 ลักษณะคือความชราแบบปฐมภูมิ และความชราแบบทุติยภูมิ ส่วน “พัฒนาการของผู้สูงอายุ” หมายถึงสิ่งที่ใช้อธิบายความเปลี่ยนแปลงทั้งทางร่างกาย จิตใจ และสังคมของผู้สูงอายุ เนื่องจากบุคคลที่อยู่ในช่วงสูงวัยเป็นช่วงเวลาที่เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพและลักษณะของบุคคล แบ่งออกเป็น 4 ด้าน ได้แก่ 1) พัฒนาการด้านร่างกาย คือ ร่างกายมีการพัฒนาในลักษณะที่ถดถอย หรือเสื่อมโทรมทั้งภายในและภายนอก 2) พัฒนาการทางด้านอารมณ์ เป็นการเปลี่ยนแปลงที่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนทางร่างกาย โดยเฉพาะระดับฮอร์โมนที่เปลี่ยนแปลง ส่วนใหญ่จะเกี่ยวกับการแสดงออกทางอารมณ์ทางลบมากกว่าทางบวก เช่น ความเหงา ความโดดเดี่ยว 3) พัฒนาการทางด้านสังคม คือ การเปลี่ยนแปลงทางด้านสังคมที่แตกต่างกัน ผู้สูงอายุที่ประสบความสำเร็จในชีวิตจะมีพัฒนาการทางสังคม ที่ก้าวหน้ามากกว่าผู้สูงอายุที่ล้มเหลวในชีวิต เนื่องจากมีความมั่นใจ และความพึงพอใจในชีวิตส่งผลให้มีส่วนร่วมหรือเข้าร่วมกิจกรรมในสังคม 4) พัฒนาการทางด้านสติปัญญา คือ พัฒนาการด้านนี้จะส่งผลมาจากพัฒนาการทางร่างกาย โดยเฉพาะสมอง เมื่อสมองเกิดความเสื่อมโทรม ส่งผลให้เกิดอาการสมองฝ่อ ทำให้มีข้อจำกัดเรื่องความจำและสติปัญญา

Techateerapreed (2014) อธิบาย “ผู้สูงอายุ” เป็นช่วงวัยที่เกษียณจากงาน โดยเกณฑ์การเกษียณเป็นตัวกำหนดความเป็นผู้สูงอายุซึ่งแตกต่างกันไปตามพื้นที่ ในต่างประเทศนับอายุ 65 ปีขึ้นไป ประเทศไทย นับอายุ 60 ปีขึ้นไป นอกจากนี้ “ผู้สูงอายุ” ยังนิยามตามการเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติ แบ่งออกเป็น 3 รูปแบบ ได้แก่ 1) ความสูงอายุนทางร่างกาย (Biological Aging) ที่ประสิทธิภาพการทำงานของร่างกายลดน้อยลงอันเนื่องมาจากความเสื่อมโทรมของอวัยวะทางร่างกาย 2) ความสูงอายุนทางจิตใจ (Psychological Aging) เป็นความเสื่อมโทรมของการปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป 3) ความสูงอายุนทางสังคม (Sociological Aging) เป็นการเปลี่ยนแปลงทางบทบาท หรือ พฤติกรรมที่กระทำเป็นประจำ เนื่องจากการกระทำและบทบาทเดิมได้ถูกทำให้ขาดหายไปเนื่องจากการเกษียณอายุและต้องปรับตัวเข้ากับสังคมใหม่ ที่แตกต่างไปจากเดิม ตัวอย่างเช่น การที่เกษียณจากการทำงานมาอาศัยอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรืออยู่เพียงลำพัง ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางสังคมจึงส่งผลกระทบต่อจิตใจ

สรุปได้ว่าผู้สูงอายุ คือ บุคคลที่เข้าสู่วัยชรา หรือบุคคลที่มีอายุ 60 ปีขึ้นไป และมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่สามารถมองเห็นได้ อยู่ในช่วงวัยที่มีอายุตามเกณฑ์ตัดสินความชราว่าเป็นบุคคลที่อยู่ในวัยระยะสุดท้ายของชีวิต ที่เข้าสู่ภาวะความสูงอายุนหรือภาวะความชราภาพ ซึ่งจะเห็นได้จากความชราภาพที่เกิดขึ้นเองตามธรรมชาติโดยเป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ และเป็นบุคคลที่อยู่ในความชราภาพซึ่งเป็นช่วงเวลาที่เกิดการเปลี่ยนแปลงต่อสภาพและลักษณะของบุคคล จึงมีความเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ของทั้งทางร่างกาย จิตใจ และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นตามอายุ

แนวคิดและความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนส

ปัจจุบันกระแสการดูแลสุขภาพได้รับความนิยมอย่างมาก ทำให้มีการตั้งธุรกิจฟิตเนสและสถานบริการการออกกำลังกายเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จากการให้บริการฟิตเนสในรูปแบบใหม่ ๆ เช่น ฟิตเนสที่มีเทรนเนอร์ส่วนตัว และสตูดิโอออกกำลังกายแบบเฉพาะด้านได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น และช่วยส่งเสริมการเติบโตของธุรกิจ การจัดตั้งธุรกิจฟิตเนสในปีพ.ศ. 2562 (ม.ค.-พ.ค.) ในกรุงเทพมหานคร มีจำนวน 70 ราย เพิ่มขึ้น 12 ราย คิดเป็น 20.68% เมื่อเทียบกับช่วงเดียวกันของปีก่อนหน้า โดยตั้งแต่ปีพ.ศ. 2559-2561 มีจำนวนการจัดตั้งเฉลี่ยอยู่ที่ 150 ราย ตั้งแต่ปีพ.ศ. 2559 - 2561 มูลค่าทุนจดทะเบียนมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง โดยปีพ.ศ. 2561 มีจำนวนมูลค่าทุนจดทะเบียนจำนวน 377 ล้านบาท เพิ่มขึ้น 87 ล้านบาท คิดเป็นเพิ่มขึ้น 30% แสดงให้เห็นถึงการลงทุนที่เพิ่มขึ้นในธุรกิจฟิตเนส ซึ่งสอดคล้องกับการเพิ่มขึ้นของธุรกิจจัดตั้งใหม่ การจัดตั้งธุรกิจที่เพิ่มขึ้นนี้สะท้อนการใช้ชีวิตที่เปลี่ยนไปของผู้บริโภค ซึ่งมักเลือกทำเลที่ตั้งเพื่อตอบสนองกลุ่มลูกค้ามากขึ้น (Department of Business Development, 2019)

จากการสำรวจการออกกำลังกายของคนไทยในช่วงอายุ 20 ปีขึ้นไป เพื่อสนับสนุนธุรกิจการออกกำลังกาย/ เล่นกีฬา (Kasikorn Bank, 2019) ทำให้เข้าใจความต้องการตลาดมากขึ้น และพบว่านอกเหนือจากเป้าหมายเดิมคือเพื่อสุขภาพหรือป้องกันรักษาโรค (91.3%) แล้วยังมีเป้าหมายใหม่ที่น่าสนใจและมีบทบาทมากขึ้นโดยเฉพาะในกลุ่มคนรุ่นใหม่ได้แก่ การรักษา ฟื้นฟู/ เสริมสร้างกล้ามเนื้อ (47.0%) อยากรลดน้ำหนัก (44.3%) เพื่อรักษาป้องกันโรค 40.0% ขณะที่ความต้องการเข้าร่วมแข่งขันกีฬาเพื่อพิสูจน์ความสามารถของตนเอง (22.6%) ซึ่งผลการศึกษากลายเป็นโอกาสสำหรับธุรกิจสถานออกกำลังกายที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ ผู้ตอบแบบสอบถามบางคนยอมเสียค่าใช้จ่ายเพื่อหวังผลสำเร็จคือเป้าหมายการออกกำลังกายโดยจำนวนเกือบ 1 ใน 3 ของคนที่ออกกำลังกายหรือ 31.3% ให้ความสนใจใช้บริการสถานออกกำลังกายโดยเฉพาะ เช่น สถานออกกำลังกายในรูปแบบต่าง ๆ เนื่องจากมีอุปกรณ์และผู้เชี่ยวชาญคอยให้คำแนะนำ ซึ่งพบว่าเพศหญิงให้ความสนใจใช้บริการสถานออกกำลังกายสูงกว่าเพศชาย และหากแยกตามอายุพบว่า กลุ่มคนรุ่นใหม่อายุ 20-39 ปี (GEN Y และ GEN Z) ใช้บริการสถานออกกำลังกายสูงกว่ากลุ่มอื่น ขณะเดียวกัน ยังพบว่า 28.7% สนใจรูปแบบการออกกำลังกายที่ออกแบบมาเฉพาะบุคคล (วิเคราะห์สภาพร่างกายหรือเป้าหมายการออกกำลังกายสำหรับแต่ละบุคคล) ที่สถานบริการหรือเทรนเนอร์จัดให้ ส่วนอีก 37.4% สนใจแต่ต้องพิจารณาควบคู่กับค่าใช้จ่ายก่อน การเข้าสถานออกกำลังกายที่มีค่าใช้จ่ายจึงได้รับความสำคัญรองลงมา จากการเดิน/ วิ่ง ความสนใจของคนส่วนใหญ่ยังคงมุ่งไปที่การเดิน/ วิ่งออกกำลังกาย สัดส่วน 58.3% เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ทำได้ง่ายไม่ต้องใช้อุปกรณ์หรือเครื่องแต่งกายมาก ประกอบกับมีกระแสสังคมเรื่องวิ่งเพื่อช่วยสนับสนุน แต่ขณะเดียวกันกิจกรรมออกกำลังกายรูปแบบอื่น ๆ ก็ได้รับความสนใจเช่นเดียวกัน โดยเฉพาะการเข้าสถานออกกำลังกาย เพื่อออกกำลังกายทั้งเวทเทรนนิ่ง โยคะหรือซุมวอย โดยมีสัดส่วนถึง 28.7%

สรุปได้ว่ากระแสความใส่ใจด้านสุขภาพ ส่งผลให้จำนวนคนที่หันมาเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายมีเพิ่มขึ้น และช่วยสร้างโอกาสทางด้านการตลาด และยอดขายให้กับธุรกิจที่เกี่ยวข้อง อย่างไรก็ตาม การแข่งขันที่รุนแรง ประกอบกับไลฟ์สไตล์ที่แตกต่างของคนวัยเรียนและวัยทำงาน ซึ่งสนใจเล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุดเมื่อเทียบกับกลุ่มอื่น ถือเป็นโจทย์ที่ท้าทายสำหรับผู้ประกอบการ ในการกำหนดกลยุทธ์การตลาดที่สอดคล้องกับความต้องการ และเพื่อความสำเร็จในการทำธุรกิจ

แม้ภาพรวมทางเศรษฐกิจของประเทศไทยจะมีการชะลอตัวลงแต่แนวโน้มธุรกิจสถานออกกำลังกายยังคงขยายตัวอย่างต่อเนื่องสวนทางกับภาวะเศรษฐกิจ ทำให้ธุรกิจยังคงมีความน่าสนใจ บวกกับผลประโยชน์จากนโยบายดอกเบี้ยที่ถูกลด ทำให้ช่วยส่งเสริมให้ธุรกิจมีอัตราการทำการกำไรที่สูงขึ้น อย่างไรก็ตาม การที่เศรษฐกิจชะลอตัวลงจะทำให้กำลังซื้อของผู้บริโภคลดลงบวกกับธุรกิจสถานออกกำลังกายที่ตั้งใหม่มีมากขึ้นใน

แต่ละปีทำให้มีคู่แข่งจำนวนมากขึ้น ความท้าทายที่จะทำให้ธุรกิจประสบความสำเร็จได้นั้น คือ การบริหารต้นทุน การรักษาฐานลูกค้าเดิม และการดึงดูดลูกค้าใหม่เข้ามาใช้บริการ

แนวคิดเกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ

แม้ว่าในปัจจุบันจะมีธุรกิจฟิตเนสอยู่เป็นจำนวนมาก แต่หากพิจารณาแบบเจาะลึกแล้ว ฟิตเนสที่เจาะตลาดผู้สูงอายุโดยเฉพาะยังถือว่ามีย่านน้อยมากเมื่อเทียบกับปริมาณความต้องการที่มีอยู่ เนื่องจากกลุ่มผู้สูงอายุจะมีความต้องการสถานที่ให้บริการครบวงจรและเหมาะสมกับตนเองมากที่สุด ไม่ว่าจะเป็นอุปกรณ์ออกกำลังกายต่าง ๆ รวมทั้งคอร์สเทรนนิ่ง เพื่อเป็นทางเลือกในการดูแลสุขภาพของตนเองได้ (พรประธาร ครองราชย์, 2566) จากฐานลูกค้ากลุ่มสูงอายุที่กำลังขยายตัว ซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวจาก Department of Older Person (DOP) (2021) ที่ว่าสิบเทรนด์ธุรกิจที่จะมาแรงในอนาคตในการรองรับสังคมผู้สูงอายุ และหนึ่งในนั้นคือ ธุรกิจฟิตเนสเทรนเนอร์ เฉพาะทางสำหรับผู้สูงอายุ นั่นเอง ดังนั้นการดำเนินธุรกิจเกี่ยวกับผู้สูงอายุจึงกลายเป็นธุรกิจที่มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วและต่อเนื่อง (เกษรา โพธิ์เย็น, 2562) แต่อย่างไรก็ตาม เนื่องจากสภาพร่างกายของผู้สูงอายุเปลี่ยนแปลงไปตามวัย ผู้ประกอบการจึงควรมีความรู้เรื่องเหล่านี้ รวมถึงการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุอย่างถูกต้องควบคู่ไปด้วยเช่นกัน (นวรรตน์ ไวมภู และนุรริยะ ล่าตะเกะ, 2562)

การใช้เทคโนโลยีที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพของผู้สูงอายุ

ญี่ปุ่นเป็นประเทศแรกที่ก้าวเข้าสู่ สังคมผู้สูงอายุ (Aging Society) ซึ่งญี่ปุ่นมีการเตรียมความพร้อมสำหรับการรองรับสังคมสูงอายุในหลาย ๆ ด้าน เช่น สวัสดิการภาครัฐ ศูนย์ฟื้นฟูสุขภาพผู้สูงอายุ Nursing Home การจัดเตรียมสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับผู้สูงอายุเพื่อลดความเสี่ยงหรืออุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้ ไม่ว่าจะเป็นที่พักอาศัย การออกกำลังกาย การพักผ่อน-ฟื้นฟูร่างกาย โดยในแง่ของการออกกำลังกายนั้น นอกจากต้องมีเทรนเนอร์หรือผู้ดูแลแล้ว ยังต้องคำนึงถึงปัจจัยหลัก ดังนี้ (Lerksirinukul, 2022)

1. รู้ระดับความแข็งแรงและปัญหาสุขภาพของตนเองก่อน เนื่องจากผู้สูงอายุมีเรียวแรงลดน้อยถอยลง ออกแรงได้มากบ้างน้อยบ้าง ควรมีการตรวจเช็คสุขภาพ ความพร้อมและปรึกษาแพทย์ก่อนการออกกำลังกาย
2. รู้ก่อน ตรวจสอบความสมบูรณ์ของเครื่องออกกำลังกายและอุปกรณ์ความปลอดภัยก่อน อุปกรณ์ต้องใช้งานง่าย สามารถปรับระดับการออกแรงได้ มีระบบควบคุมด้วยไฟฟ้าเพื่อช่วยเรื่องความปลอดภัย
3. รู้ว่าอุปกรณ์ออกกำลังกายแบบใดที่เหมาะสมที่ใช้ เครื่องออกกำลังกายรุ่นใหม่ ๆ ได้รับการออกแบบมาให้ส่งเสริมดูแลปัญหาสุขภาพแบบเฉพาะส่วน - เฉพาะทางมากขึ้น นอกจากการขอคำปรึกษาจากแพทย์ก่อนออกกำลังกายแล้ว เทรนเนอร์ก็เป็นอีกคนที่ควรรับรู้ปัญหาสุขภาพของผู้ที่ต้องการออกกำลังกาย

ด้วยเงื่อนไขด้านสุขภาพที่ไม่เอื้อให้ทำกิจกรรมได้เหมือนวัยหนุ่มสาวหรือวัยทำงาน ฟิตเนสเทรนเนอร์สำหรับผู้สูงอายุจึงเป็นหนึ่งในธุรกิจที่มาแรงและเป็นที่ต้องการอย่างสูง (Phatphicha, 2022) ยกตัวอย่างเช่น Turtle Gym เป็นยิมที่ใช้แนวคิดและอุปกรณ์ออกกำลังกายแบบเดียวกับ Tryus ศูนย์ฟื้นฟูผู้สูงอายุ Specialized Day service โดย ASICS Japan ที่ศูนย์ Tryus มีโปรแกรมการออกกำลังกายที่หลากหลาย เช่น โปรแกรมฝึกการสร้างกล้ามเนื้อ (มวลกล้ามเนื้อเพิ่มขึ้นได้โดยไม่คำนึงถึงอายุ) โปรแกรมฝึกการฟื้นฟูสมรรถภาพร่างกาย ทั้งยังมีเครื่องช่วยไอโซคิเนติกแบบใช้ไฟฟ้าที่จะปรับการทำงานตามกำลังของผู้ใช้งานอัตโนมัติ ตัวอย่างเครื่องออกกำลังกายที่ช่วยสร้างความแข็งแรงให้กล้ามเนื้อบางส่วนในร่างกายใน Turtle Gym ล้วนแล้วแต่ผ่านการจดสิทธิบัตร อาทิเช่น (Turtle Gym, 2022)

Shoulder Press เป็นเครื่องฝึกกล้ามเนื้อหัวไหล่และต้นแขน ช่วยแก้ไขและพัฒนาความแข็งแรงของแขนและการเคลื่อนไหวรอบหัวไหล่ ช่วยเรื่องการเคลื่อนไหวเมื่อต้องตากเสื้อผ้าขนราว การเก็บสิ่งของบนหิ้ง การหยิบจับสายรัด และอื่น ๆ

Chest Press เป็นเครื่องเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อแขนส่วนบนและอก เพิ่มความสามารถในการยกสัมภาระ สิ่งของช่วยให้ขยับแขนได้คล่องแคล่วขึ้น

Twister เป็นเครื่องเสริมสร้างความยืดหยุ่นและความแข็งแรงของกล้ามเนื้อในการหยิบจับกระดาดหิซซู ในการพลิกตัวนอนหันซ้ายขวา เพิ่มความยืดหยุ่นของหลังส่วนล่าง เพื่อให้บิดร่างกายได้ง่ายขึ้น

Leg Curl เป็นเครื่องฝึกกล้ามเนื้อขาที่ใช้ในการขึ้นลงบันได การลุกขึ้นยืน การยืดและงอเข่า เพื่อให้การลุกขึ้นยืนเมื่อนั่งเก้าอี้และเดินขึ้นลงบันไดทำได้ง่ายขึ้น

ปาจารย์ ทองเสมอ (2561) ได้นำเสนอเทคโนโลยีในธุรกิจสถานออกกำลังกายสำหรับผู้สูงอายุ ประกอบด้วยอุปกรณ์ออกกำลังกายที่ทันสมัยและมีมาตรฐาน มีความหลากหลายที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้สูงอายุที่มาใช้บริการ มีการนำเสนอเทคโนโลยี wristband ที่ทำงานร่วมกับเครื่องออกกำลังกายพิเศษ (Air-pressure system) ซึ่งเป็นเครื่องออกกำลังกายที่ใช้ระบบแรงดันเพื่อให้เกิดการเคลื่อนไหวอย่างช้า ๆ และสามารถปรับน้ำหนักได้ทีละ 10 กรัม โดยผู้เล่นจะต้องทำการแตะ wristband ที่ตัวรับสัญญาณที่เครื่อง หลังจากนั้นข้อมูลส่วนตัวของผู้เล่นทั้งน้ำหนัก ส่วนสูง โรคประจำตัว ข้อมูลสุขภาพ จะถูกนำมาประมวลผลทันที และเครื่องจะตั้งค่าและปรับอัตโนมัติให้เหมาะสมกับสมรรถภาพร่างกายของผู้เล่นในแต่ละบุคคล ทำให้ผู้สูงอายุไม่ต้องคอยปรับระดับความเร็วหรือตั้งค่าเครื่องออกกำลังกาย มีการออกแบบพื้นที่ในส่วน อย่างเหมาะสม รวมถึงการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมแก่ผู้สูงอายุ มีการจ้างผู้เชี่ยวชาญเฉพาะทางที่มีประสบการณ์ และความเชี่ยวชาญตามเกณฑ์มาตรฐาน ทำการตรวจเช็คสภาพร่างกาย การแนะนำและออกแบบโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสมในแต่ละราย เพื่อสร้างความพึงพอใจและความปลอดภัยสูงสุดระหว่างการให้บริการ มีการติดตามผลเพื่อพัฒนาการของร่างกายและปรับโปรแกรมการ

ออกกำลังกายให้เหมาะสมอย่างต่อเนื่องโดยมีการตรวจร่างกายก่อนในอันดับแรก การนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาใช้ในฟิตเนส รวมถึงการใช้เทคโนโลยีมาช่วยในการอำนวยความสะดวกแก่ผู้ใช้บริการ ซึ่งการนำเทคโนโลยีที่ทันสมัยมาผนวกใช้กับการออกกำลังกายจะสร้างความแตกต่างเชิงการแข่งขัน และทำให้แตกต่างจากฟิตเนสที่อื่น ๆ ในตลาดที่มีอยู่ในปัจจุบัน โดยฟิตเนสที่นำเทคโนโลยีที่นำเข้ามาใช้ในธุรกิจมีดังนี้

Fitness First: จุดเด่นของที่นี่คือการมีเครื่องออกกำลังกายที่ทันสมัย มีอุปกรณ์การเล่นกีฬา และคอร์สออกกำลังกายที่หลากหลาย ใช้กลยุทธ์ด้านดิจิทัลแพลตฟอร์ม (Digital Platform) โดยทำการพัฒนาแอปพลิเคชัน “Custom Fit” เพื่อใช้เชื่อมต่อกิจกรรมในชีวิตประจำวันของสมาชิกเข้ากับแผนการออกกำลังกาย ทั้งขณะออกกำลังกายในคลับ หรือใช้ชีวิตตามปกตินอกคลับ โดยสามารถออกแบบโปรแกรมที่เฉพาะกับแต่ละบุคคลได้

เพอร์เฟคเฮิร์ท ฟิตเนส เซ็นเตอร์ : ระหว่างการออกกำลังกายจะมีผู้ดูแลผู้สูงอายุแบบรายบุคคล มีเครื่องจับชีพจรและออกซิเจนประจำเครื่อง พร้อมให้คำแนะนำการนำโปรแกรมออกกำลังกายกลับไปปฏิบัติต่อได้เองที่บ้าน ดูแลการรับประทานอาหารตั้งแต่กรรมวิธีการปรุงและสัดส่วนของเครื่องปรุงที่เหมาะสม ก่อนเข้ารับบริการบริการผู้สูงอายุควรเข้ารับการตรวจร่างกายจากแพทย์ พร้อมทั้งเช็คประวัติสุขภาพเบื้องต้น ตรวจประเมินสมรรถภาพร่างกาย และตรวจประเมินความสามารถในการทำกิจกรรมประจำวันต่าง ๆ แล้วนำข้อมูลมาประมวลผลเพื่อจัดโปรแกรมการออกกำลังกายที่เหมาะสม หรือสั่งการรักษาให้เหมาะสมกับสภาพร่างกาย สภาพปัญหาสุขภาพของแต่ละบุคคล หลักของการออกกำลังกายจะเน้นกิจกรรมหลัก 5 อย่าง ได้แก่ 1. โปรแกรมฟื้นฟูสมรรถภาพหัวใจ (Cardiac Rehabilitation Program) เป็นโปรแกรมที่ปลอดภัยและจัดขึ้นจำเพาะสำหรับผู้ป่วยโรคหัวใจเฉพาะ

บุคคล มีการติดตามด้วยคลื่นไฟฟ้าหัวใจขณะออกกำลังกาย (Monitored ECG) 2. โปรแกรมฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ (Optimal Aging Program) เป็นโปรแกรมที่ออกแบบสำหรับผู้สูงอายุโดยเฉพาะ เพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหามักเกิดขึ้นกับผู้สูงอายุ เช่น การล้ม เป็นต้น 3. โปรแกรมควบคุมน้ำหนักอย่างสุขภาพดี (Healthy Weight Control Program) เป็นโปรแกรมสำหรับผู้ที่ต้องการลดน้ำหนัก 4. โปรแกรมฟิตเนสสำหรับบุคคลทั่วไป (Medical Fitness Program) 5. Perfect Heart Food Corner จำหน่ายอาหารสำหรับผู้ที่เป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ไขมันในเลือดผิดปกติ โรคไต และผู้ที่ต้องการลดน้ำหนัก

วัตถุประสงค์ของบทความวิชาการ

1. เพื่อนำเสนอแนวคิด และความรู้เกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยแบบ Modern Entrepreneur
2. เพื่อสังเคราะห์มุมมองความคิดและทัศนคติใหม่ต่อผู้สูงอายุในยุคปัจจุบันและอนาคต

สรุป

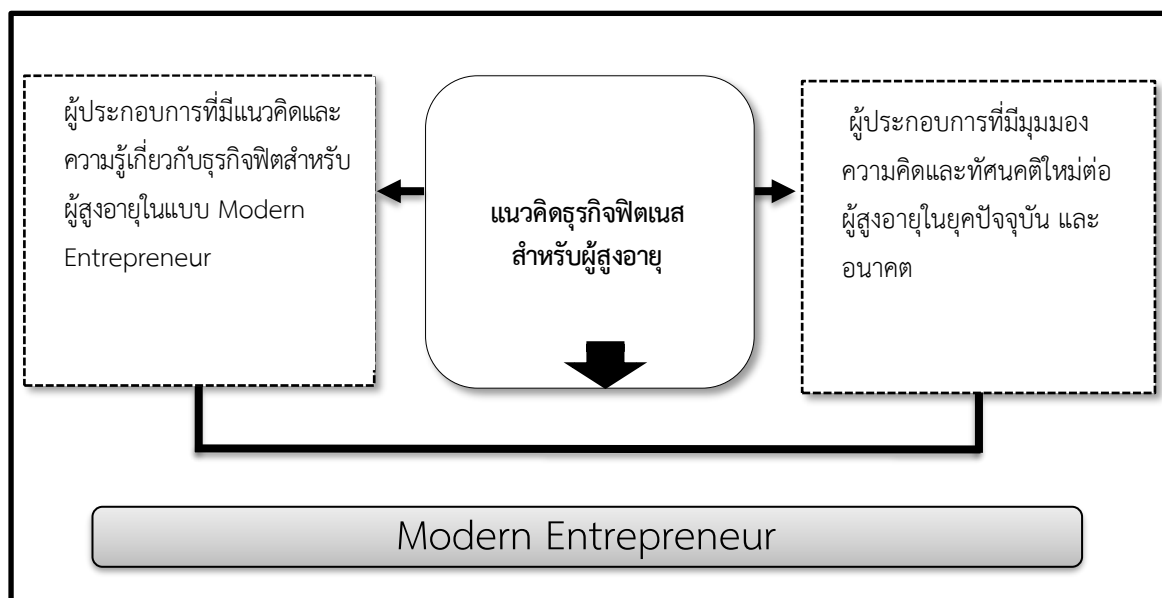
การสังเคราะห์การเป็นผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทยในบทความนี้ สามารถสรุปผลการสังเคราะห์ตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

1. ผู้ประกอบการที่มีแนวคิดและความรู้เกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนสทรেনเนอร์เฉพาะทางสำหรับผู้สูงอายุแบบ Modern Entrepreneur คือ การสร้างสรรค์นวัตกรรมใหม่ ๆ ในการดำเนินธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย การมีความคิดริเริ่มนำนวัตกรรมที่เกี่ยวกับการใช้เทคโนโลยีใหม่ ๆ เข้ามาใช้เพื่อสร้างความแตกต่างของธุรกิจตนเองให้ต่างจากคู่แข่งภายในตลาด การวางแผนรับมือกับเหตุการณ์ที่จะเปลี่ยนแปลง และมีความคิดสร้างสรรค์มีจินตนาการไม่เหมือนคนอื่น เพื่อตอบสนองความต้องการของกลุ่มผู้สูงอายุในประเทศไทย การเรียนรู้และพัฒนาตนเองเพื่อเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้ประกอบการแบบ Modern Entrepreneur ที่มีความสามารถและมีความรู้เกี่ยวกับการออกกำลังกาย หรือและการดูแลสุขภาพ

2. ผู้ประกอบการที่มีมุมมองความคิดและทัศนคติใหม่ต่อผู้สูงอายุในยุคปัจจุบัน และอนาคต กล่าวคือ ผู้สูงอายุสามารถเป็นกำลังในการช่วยขับเคลื่อนเศรษฐกิจของสังคมได้ ผู้สูงอายุเป็นกลุ่มที่มีศักยภาพ และมีความสามารถในการช่วยเหลือตนเองและช่วยเหลือผู้อื่นได้ สามารถนำความรู้และประสบการณ์ที่ตนเองมีนั้นมาสร้างประโยชน์ ให้กับตนเองและสังคมได้ และผู้สูงอายุกล้าที่จะเรียนรู้ และพัฒนาตนเองให้อยู่กับความล้ำหน้าของเทคโนโลยีในโลกปัจจุบันได้ การเรียนรู้จะเป็นการเพิ่มโอกาสได้รับสิ่งใหม่ ๆ ที่สามารถนำมาพัฒนาตนเองให้เกิดความก้าวหน้าและมั่นคง

องค์ความรู้ใหม่

ผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย ควรเป็นผู้ประกอบการแบบ Modern Entrepreneur ที่มีความสามารถ มีความคิดสร้างสรรค์ และเป็นผู้ที่มีความคิดอย่างมีหลักการโดยเฉพาะการให้บริการอย่างเป็นมิตรและเอาใจใส่กับผู้สูงอายุ ทำให้ลูกค้ากลุ่มนี้รู้สึกมั่นใจ ทำเลที่ตั้งควรอยู่ใกล้แหล่งรวมตัวของผู้สูงอายุ หรือพัฒนาให้เป็นแหล่งรวมกลุ่มเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันได้ ซึ่งเมื่อธุรกิจสามารถเข้าถึงลูกค้ากลุ่มนี้ได้ก็เท่ากับสามารถขยายโอกาสทางธุรกิจได้ไปพร้อมกัน สรุปคือ ผู้ประกอบการธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุในประเทศไทย จะต้องมียุทธศาสตร์ดังนี้ คือ ผู้ประกอบการที่มีแนวคิดและความรู้เกี่ยวกับธุรกิจฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุแบบ Modern Entrepreneur และ ผู้ประกอบการที่มีมุมมองความคิดและทัศนคติใหม่ต่อผู้สูงอายุในยุคปัจจุบัน และอนาคต ดังแสดงไว้ในแผนภาพที่ 1 เรื่องกรอบแนวคิดองค์ความรู้ใหม่



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดองค์ความรู้ใหม่

เอกสารอ้างอิง

- เกษรา โพธิ์เย็น. (2562). สังคมผู้สูงอายุ: โอกาสของธุรกิจที่ยั่งยืนในอนาคต. *วารสารวิทยาการจัดการปริทัศน์*, 21(1), 201-209.
- นวรรตน์ ไชวมภู และนุรีย๊ะ ลำเตชะเกะ. (2562). ธุรกิจสุขภาพสำหรับผู้สูงอายุ. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเซีย ฉบับสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์*, 9(3), 75-83.
- น้ำฝน แยมร่วมญาติ และธีระวัฒน์ จันทิก. (2560). การศึกษาความเต็มใจจ่ายโปรแกรมการออกกำลังกายของธุรกิจประเภทฟิตเนส ในเขตเทศบาลนครนครปฐม จังหวัดนครปฐม. (วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาหลักสูตรบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร).
- ปจรรย์ ทองเสม. (2561). แผนธุรกิจฟิตเนสเซ็นเตอร์สำหรับผู้สูงอายุ “Never o fitness”. (สารนิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, วิทยาลัยการจัดการ มหาวิทยาลัยมหิดล)
- พรประธาร ครองราช. (2566). แผนธุรกิจ Young Cool Club บริการจัดกิจกรรมรวมกลุ่มของผู้สูงอายุ เสริมสร้างร่างกายให้แข็งแรง และสุขภาพจิตที่ดี. (วิทยานิพนธ์การจัดการมหาบัณฑิต วิทยาลัยการจัดการ, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล)
- พัชรินทร์ เพชรช่วย ,ปลื้มใจ ไพจิตร, และรัตติยาภรณ์ รอดสีเสน. (2564). คุณลักษณะของผู้ประกอบการที่มีผลต่อความสำเร็จในการบริหารงานของผู้ประกอบการวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม กรณีศึกษา อุตสาหกรรมปาล์มน้ำมันในจังหวัดสุราษฎร์ธานี. *วารสารวิทยาการจัดการ*, 8(1), 107-121.
- สุรเกียรติ์ ธาตาวฒนาวิทย์. (2565). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความเป็นผู้ประกอบการสมัยใหม่ของผู้ประกอบการรายใหม่ด้านอุตสาหกรรมบริการและท่องเที่ยว. *วารสารมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครพนม*, 12(2). 42-54.
- อโนมา ภาคสุทธิ, ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ และประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. (2564). การเป็นผู้ประกอบการที่ประสบความสำเร็จ. *วารสารจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต*, 11(1). 75-85.

- อาชัญญา รัตนอุบล. (2559). *การเรียนรู้ของผู้ใหญ่และผู้สูงอายุในสังคมไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Thai Big USA. (2023). ธุรกิจขนาดเล็กที่เติบโตในปี 2565 และมีแนวโน้มในทิศทางบวกในปี 2566. สืบค้นจาก <https://www.thaibicusa.com/2023/04/12/smallbiz-2022-2023/>
- Phatphicha, L. (2022). *Turtle Gym* ฟิตเนสสำหรับผู้สูงอายุ ออกแรงไม่ได้ตั้งใจ...ไม่ใช่ปัญหา. สืบค้นจาก <https://www.springnews.co.th/spring-life/825816>
- Bumrungrad Hospital. (2021). Gender-affirming hormone therapy. Retrieved from <https://www.bumrungrad.com/th/health-blog/may-2022/gender-affirming-hormone-therapy>
- Chareonwongsak, D. (2022). 10 elements of entrepreneurship. Retrieved from <http://www.kriengsak.com/10-elements-entrepreneurship>
- Department of older person (DOP). (2021). 10 business trends that will be strong in the future to support aging society. Retrieved from <https://www.dop.go.th/th/know/15/494>
- Dess, G. G., Lumpkin G.T., & Eisner, A. B. (2007). *Strategic management: Text & Case*. (3rd ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Dess, G. G., Lumpkin, G.T., & Taylor, M. L. (2005). *Strategic management: Creating competitive advantage*. (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Dongnadeng, H., Theekhapon, S., Sasirat, P., Chuaytaen, P., Kamphon, S., Madcharoen, B., & Fuakong, J. (2021). Demanding rights of gender diversity group: a case study of students of Prince of Songkhla University in Trang campus. *Journal of Humanities and Social Sciences, SKRU*, 3(2), 1-30.
- Foundation of Thai Gerontology Research and Development Institute. (2017). Elderly situation 2016. Bangkok: Amarin Printing and Publishing Public Company Limited. (in Thai)
- Golden, S. A. R. & Regi, S. B. (2018). Entrepreneurship- A way for Economic development and growth of India. *International Journal of Emerging Technologies and Innovative Research*, 5(12). 658-665.
- Harms, R. (2009). A Multivariate Analysis of the Characteristics of Rapid Growth Firms, Their Leaders, and Their Market. *Journal of Small Business and Entrepreneurship*, 22(4), 429-454.
- Kasikorn Bank. (2019). *Exercise to awaken the health-loving business trend*. Kasikorn Research Center.
- Lerksirinukul, P. (2022). Turtle gym: Fitness for the elderly, can not exert as you wish.....its not a problem. Retrieved from <https://www.springnews.co.th/spring-life/825816>
- Miller, D. (1983). The correlates of entrepreneurship in three types of firms. *Management Science*, 29(7), 770-791.
- National Statistical Office. (2022). *Survey of the elderly in Thailand 2021*. Bangkok: National Statistical Office.

- Satornsumritpol, S. (2019). *Business Plan: Infinity Fitness Studio*. An Independent Study Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for The Degree of Master of Business Administration Faculty of Commerce and Accountancy Thammasat University.
- SCB. (2022). Knowing LGBTQ behaviour, heroes are buying and recovering sales. Retrieved from <https://www.scb.co.th/th/personal-banking/stories/tips-for-you/lbgqt-increase-sales-banner.html>
- Siripa, J. (2021). Advancing LGBTI rights in workplaces in Thailand: Good corporate brand images for contemporary organizations. *Journal of Thai Justice System*, 14(2). 115-140.
- Techateerapreeda, S. (2014). The Management of the Elderly Recreation in Sikiew Municipal District, Sikiew District, Nakhon Ratchasima Province. *Journal of Business Administration of the Association of Private Higher Education Institutions of Thailand (Public Higher Education Institutions)*, 3(2), 89-100.
- Turtle Gym. (2022). *Elderly gym, life energy medical*. Retrieved from https://life-energy-medical.com/?page_id=175