



# THAILAND HOLISTIC Health & Wellness TOURISM

## การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

- หลักเกณฑ์คุณภาพการให้บริการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism Services)
- 11 ต้นแบบสถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ



## คำนำ

กรมการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา มีภารกิจหลักในการพัฒนาสินค้าและบริการท่องเที่ยว ได้จัดทำหลักเกณฑ์คุณภาพการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพขึ้น ในปี พ.ศ. 2566 เพื่อเป็นการสร้างความเชื่อมั่นในคุณภาพการให้บริการทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของกรม รวมถึงการดูแลสิ่งแวดล้อมเพื่อท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน เพื่อยกระดับผู้ประกอบการโดยมุ่งเน้นการบริหารจัดการกระบวนการ และรูปแบบการให้บริการต่าง ๆ เพิ่มโอกาสทางการตลาดในการเสนอขายสินค้าและบริการให้นักท่องเที่ยว

กรมการท่องเที่ยวมุ่งสนับสนุนให้สถานประกอบการเพื่อการท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ โดยจัดทำเครื่องมือในการส่งเสริมด้านโครงสร้างพื้นฐานและแนวปฏิบัติด้านสุขภาพ ด้านความยั่งยืนและหลักปฏิบัติด้านจริยธรรม และด้านความเป็นเลิศในการดำเนินงานและผลลัพธ์ มุ่งเน้นให้ประเทศไทยเป็นผู้นำด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพระดับโลก ด้วยการส่งเสริมประสบการณ์การท่องเที่ยวส่งเสริมสุขภาพที่ดีแบบองค์รวมอย่างสมดุลและยั่งยืน

กรมการท่องเที่ยว  
มกราคม 2567



## สารบัญ

GLOBAL WELLNESS INSTITUTE (GWI)	1
ทิศทาง การขับเคลื่อนภาคการท่องเที่ยวไทย	2
นิยามการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	3
4 มิติของการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (WELLNESS TOURISM DIMENSIONS)	4
การประเมินหลักเกณฑ์คุณภาพ การให้บริการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ	5
11 ต้นแบบ สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ THAILAND HOLISTIC HEALTH & WELLNESS TOURISM	6





## GLOBAL WELLNESS INSTITUTE (GWI)

คาดการณ์ว่ามูลค่าเศรษฐกิจเพื่อสุขภาพทั่วโลก  
จะเพิ่มขึ้นจาก 4.3 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐในปี 2563  
เป็นกว่า 7 ล้านล้านดอลลาร์สหรัฐ ในปี 2568  
หรือเติบโตเฉลี่ยปีละ 10% **โดยกลุ่มธุรกิจที่มีแนวโน้ม  
เติบโตมากที่สุด คือ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ  
(Wellness Tourism) ที่ปัจจุบันมีมูลค่าตลาดสูงสุด  
เป็นอันดับที่ 4 จากทั้งหมด 11 กลุ่มธุรกิจ และ  
จะเติบโตต่อเนื่องในอัตราเฉลี่ยปีละ 21%**



นอกจากนี้ยังคาดการณ์ด้วยว่า ตั้งแต่ปี 2563-2568  
ธุรกิจสปาจะมีการเติบโตเฉลี่ยต่อปี อยู่ที่อัตรา 17.2%  
ส่วนการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ จะเติบโตเฉลี่ยที่อัตรา  
20.9% โดยประเมินถึง **'เทรนด์' ของธุรกิจเวลาเนส**  
เอาไว้ 5 เทรนด์ใหญ่ๆได้แก่

1. การดูแลความงามส่วนบุคคลและเวชศาสตร์ชะลอวัย  
เช่น (Personal Care, Beauty & Anti-Aging)
2. ด้านการออกกำลังกาย คือเป็นกิจกรรมที่ต้องใช้ร่างกาย  
(Physical Activity)
3. ด้านอาหารสุขภาพ
4. ด้านการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism)
5. ด้านการป้องกันและการดูแลสุขภาพ (Preventive  
Personalized Medical)

## ทิศทางกรจับเคลื่อน ภาคการท่องเที่ยวไทย

อุตสาหกรรม Wellness Economy มีการเติบโตเร็วกว่าภาพรวมของอุตสาหกรรมทั้งหมดของโลกประมาณ 2 เท่า และถูกคาดการณ์ว่าจะมีอัตราการเติบโตที่เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ในปี 2020 Wellness Economy ได้มีการชะลอตัวลดลงเป็น -11% เนื่องจากภาวะการแพร่ระบาดของ COVID-19 ซึ่งจากเดิมที่ GWI (Global Wellness Institute) เคยคาดการณ์ไว้ว่าในปี 2020 อุตสาหกรรม Wellness จะเติบโตสูงถึง 910,000 ล้านดอลลาร์สหรัฐฯ แต่พอเจอ COVID-19 ทำให้ลดลงเหลือ 436,000 ล้านดอลลาร์สหรัฐฯ และมีการตั้งเป้าหมายอุตสาหกรรมท่องเที่ยวปี 2567 พลิกคืนรายได้ในระดับใกล้เคียงกับ

รายได้ที่อุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทยได้รับในปี 2562 ก่อนสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด โดยบนพื้นฐานของสถานการณ์ท่องเที่ยวที่มีปัจจัยเอื้ออำนวยในทุกด้าน (Best Case Scenario) จะมีรายได้จากการท่องเที่ยวรวมทั้งสิ้น 3 ล้านล้านบาท แบ่งเป็นรายได้จากต่างประเทศ 1.92 ล้านล้านบาท ดึงนักท่องเที่ยวต่างชาติเข้าไทยจำนวน 35 ล้านคน ขณะที่ตลาดในประเทศสร้างรายได้หมุนเวียน 1.08 ล้านล้านบาท จากการเดินทางท่องเที่ยวในประเทศของคนไทย 200 ล้านคนต่อครั้ง ททท.จัดอันดับประเทศไทยอยู่ในอันดับที่ 15 ของโลก สำหรับจุดหมายปลายทางที่นักท่องเที่ยวต่างชาติเดินทางเข้ามาใช้จ่ายเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพและในขณะเดียวกันสำหรับนักท่องเที่ยวชาวไทยแล้วการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism)



# นิยาม

## การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

### สุขภาพ: (Wellness)

หมายถึง การแสวงหากิจกรรมทางเลือกและการดำเนินวิถีชีวิตที่นำไปสู่ภาวะสุขภาพแบบองค์รวมที่ดีทั้งทางกายภาพ จิต อารมณ์ จิตวิญญาณ สังคม และภาวะแวดล้อม

### การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness tourism)

หมายถึง การเดินทางท่องเที่ยวที่เน้นการดูแลและส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดี เกี่ยวข้องกับกิจกรรมและประสบการณ์ที่มุ่งเน้นไปที่การส่งเสริมสุขภาพ ร่างกาย จิตใจ หรือจิตวิญญาณ และสุขภาพองค์รวม โดยนักท่องเที่ยวมีส่วนร่วมในกิจกรรม โปรแกรม และประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมสุขภาพที่ดี หรือการค้นหาความสมดุล และการฟื้นฟูสุขภาพองค์รวม

### การบริการเชิงสุขภาพ (Wellness Services)

หมายถึงการบริการที่ส่งผลให้เกิดความผาสุก เช่น การนวด/อบ/อบ/ประคบเพื่อสุขภาพ อาหารเพื่อสุขภาพ การบริการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ รวมถึงโปรแกรมการลดน้ำหนักปีกโยคะ โทเก็ก/สมาธิ (มาตรฐานอุตสาหกรรมเอส 192-2565)





# 4 มิติของ การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (WELLNESS TOURISM DIMENSIONS)

## มิติที่ 1

### การส่งเสริมสุขภาพกายให้แข็งแรงสมบูรณ์ (Physical wellness)

หมายถึง กระบวนการหรือกิจกรรม  
เสริมสร้างสุขภาพที่ดีโดยเน้นทาง  
กายภาพ อาทิ การออกกำลังกาย  
การดูแลสุขภาพผ่อนคลาย  
ความเมื่อยล้า การบริโภคอาหาร  
ที่มีโภชนาการที่ดี การนอนหลับ  
อย่างมีคุณภาพ เป็นต้น



## มิติที่ 3

### การส่งเสริมการสร้างความสัมพันธ์ทางสังคม (Social wellness)

หมายถึง กระบวนการหรือกิจกรรมเสริมสร้าง  
ความสัมพันธ์อันดีระหว่างบุคคล ชุมชน สังคม  
ในการสร้างคุณค่าและแบ่งปันเพื่อร่วมกันสรรสร้าง  
ชีวิตและสังคมที่ดีขึ้น ทำให้เกิดความอบอุ่นใจ

## มิติที่ 2

### การส่งเสริมสุขภาพทางใจ จิตวิญญาณและ อารมณ์เพื่อปรับสมดุล (Mindfulness Spiritual and Emotional Wellness)

หมายถึง กระบวนการหรือกิจกรรมเสริมสร้างสุขภาพ  
ทางจิตใจ อารมณ์ การผ่อนคลาย ส่งผลให้เกิดความ  
สมดุลแห่งอารมณ์และสติแห่งตน



## มิติที่ 4

### การสร้างเสริมสุขภาพที่ดีเชื่อมต่อกับภาวะแวดล้อม ธรรมชาติ (Environmental Wellness)

หมายถึง กระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อสร้างเสริม  
สุขภาพที่ดี โดยสร้างประสบการณ์ที่มีคุณค่า  
จากการเชื่อมต่อกับภาวะแวดล้อม บรรยากาศ ธรรมชาติ  
พร้อมทั้งมีแนวทางปฏิบัติที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม  
นำไปสู่วิถีชีวิตที่ดีของบุคคล และชุมชนแวดล้อมที่  
ร่วมกัน อันช่วยเติมคุณค่าของการดำรงอยู่ร่วมกัน



# หลักเกณฑ์คุณภาพ การให้บริการการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ (Wellness Tourism Services)

หมายถึงหลักเกณฑ์ในการสร้างความเชื่อมั่นในคุณภาพการให้บริการทางการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพของกรม รวมถึงการดูแลสิ่งแวดล้อมเพื่อท่องเที่ยวอย่างยั่งยืน เพื่อยกระดับผู้ประกอบการโดยมุ่งเน้นการบริหารจัดการกระบวนการ และรูปแบบการให้บริการต่าง ๆ เพิ่มโอกาสทางการตลาดในการเสนอขายสินค้าและบริการให้นักท่องเที่ยว

## 01 โครงสร้างพื้นฐานและแนวปฏิบัติด้านสุขภาพ: Wellness Service Infrastructure and Practices

1. รายการตรวจสอบคุณสมบัติของพนักงาน  
: Staff qualification and training
2. รายการตรวจสอบโปรแกรมและพื้นที่กิจกรรม  
: Program and activity space
3. รายการตรวจสอบอุปกรณ์  
และสิ่งอำนวยความสะดวก  
: Equipment and Facilities



4. มาตรฐานความปลอดภัยและรายการตรวจสอบ และการจัดการความเสี่ยง: Safety Standards and Risk Management
5. รายการตรวจสอบหลักปฏิบัติด้านสุขอนามัยและสุขาภิบาล  
: Hygiene and Sanitization practices
6. รายการตรวจสอบความเป็นส่วนตัวและความสะดวกสบาย  
ของผู้รับบริการ: Guest Privacy and Comfort
7. รายการตรวจสอบการเข้าถึง  
อย่างเท่าเทียม: Accessibility



### องค์ประกอบที่ 1



การประเมิน  
หลักเกณฑ์คุณภาพ  
การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

### องค์ประกอบที่ 2

## 02

ความยั่งยืนและหลักปฏิบัติ  
ด้านจริยธรรม: Sustainability  
and Ethical Practices

8. รายการตรวจสอบหลักปฏิบัติด้าน  
การจัดการสิ่งแวดล้อมและ จริยธรรม  
Sustainability and Ethical Practices



### องค์ประกอบที่ 3

## 03

ความเป็นเลิศ  
ในการดำเนินงานและผลลัพธ์:  
Operational Excellence  
and Outcomes

9. รายการตรวจสอบข้อเสนอแนะและการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง:  
Feedback and Continuous Improvement
10. รายการตรวจสอบการปฏิบัติตามมาตรฐานการกำกับดูแล:  
Compliance with Regulatory standards
11. รายการตรวจสอบการประเมินผล และผลลัพธ์ของกิจกรรม  
/โปรแกรมต่อสุขภาพ:  
Wellness Benefit Program Evaluation and Outcomes
- รายการตรวจสอบความสอดคล้องทางวัฒนธรรม:  
12. Cultural sensitivity and Respect



# 11 ต้นแบบ

สถานประกอบการท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

**THAILAND HOLISTIC HEALTH & WELLNESS TOURISM**



1.

**Aonang Princeville Villa Resort and Spa**  
Krabi



**ชื่อภาษาไทย** : โรงแรม อ่าวนาง ปรี้นซ์วิลล์ วิลล่า รีสอร์ท แอนด์ สปา

**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Aonang Princeville Villa Resort and Spa

**ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม

**ที่อยู่** : 164 หมู่ 2 ตำบลอ่าวนาง อำเภอเมือง จังหวัดกระบี่

**เบอร์โทร** : 075 637 971

**เว็บไซต์** : <https://www.aonang-princeville.com/>

**เฟซบุ๊ก** : Aonang Princeville Villa Resort & Spa

### โดดเด่นด้วยการบริหารจัดการเชื่อมโยงการท่องเที่ยวชุมชน และสปาด้วยเปลือกหอย

(Seashell Massage) การใช้เปลือกหอยเป็นตัวช่วยในการนวดในพื้นที่ชายฝั่งทะเลมาเป็นเวลานาน เปลือกหอยช่วยในการนวดเพื่อช่วยชีวิตผู้นวด ผู้ถูกนวดสามารถสัมผัสได้ถึงความนุ่มนวลของการนวด และการใช้ Aail Dolphins จะช่วยให้คุณรู้สึกผ่อนคลายเชื่อมโยงการท่องเที่ยวชุมชนและผลิตภัณฑ์จากธรรมชาติและการสนับสนุนจากชุมชนเป็นแรงดึงดูดและเป็นเอกลักษณ์ให้ทางโรงแรมมีเสน่ห์มาก เช่น เผลสาหร่ายแห้งกระรอก , น้ำมันป่า , กั้นแดดจากส้ม , ชาใบงู , สคันทาเฟโรนิสชาติ เป็นต้น

2.

## Amataya Wellness Krabi





**ชื่อภาษาไทย** : อมตยา เวลเนส  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Amataya Wellness  
**ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม  
**ที่อยู่** : 88/1 หมู่ที่ 7 ตำบลห้วยน้ำขาว  
อำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่  
**เบอร์โทร** : 08 2850 3159, 09 8514 5222  
**เว็บไซต์** : <https://amatayawellness.com/>  
**เฟซบุ๊ก** : Amataya Wellness

### โดดเด่นด้วยการแช่น้ำพุร้อนเค็มแบบออนเซ็น

คลองท่อม และแนวแผนภูมิ Amataya Wellness อณาจักรแห่งการบำบัดและฟื้นฟูสุขภาพครบวงจร ซึ่งประกอบด้วย Amataya Rehabilitation Hospital, Amataya Holistic Medical Treatment ด้วยหัตถศรัยจากแพทย์ใต้ดินที่ทำให้เกิดน้ำพุร้อนเค็มธรรมชาติ "การทำวารีบำบัดในน้ำพุร้อนเค็ม" เป็นอีกหนึ่งทางเลือกในการช่วยฟื้นฟูผู้ที่มีปัญหาโรคหลอดเลือดสมองในระยะยาวได้เป็นอย่างดีเนื่องจากในน้ำพุร้อนเค็มจะมีปริมาณรวมของแร่ธาตุที่ละลายอยู่ในน้ำที่มีค่า TDS สูง ซึ่งหมายถึงมีแร่ธาตุต่างๆ อยู่มาก และมีแร่ธาตุสำคัญหลายชนิดที่ช่วยในการไหลเวียนของโลหิต และมีประโยชน์ต่อกล้ามเนื้อ และไขข้อต่างๆ สำหรับผู้ที่อาการอ่อนแรงของแขนขาได้เป็นอย่างดี

3.

# Wareerak Hot Spring & Wellness

Krabi





**ชื่อภาษาไทย** : วาริรัก ฮีทสปริง แอนด์ เวลเนส

**ชื่อภาษาอังกฤษ** : WAREERAK HOT SPRING & WELLNESS

**ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม

**ที่อยู่** : 18 หมู่ 7 ตำบลคลองท่อมเหนือ อำเภอกลองท่อม จังหวัดกระบี่

**เบอร์โทร** : 075 637 130

**เว็บไซต์** : <https://www.wareerak.co.th/>

**เฟซบุ๊ก** : Wareerak Hot Spring and Wellness

**โดดเด่นด้วยวาริรักบำบัด การแช่น้ำพุร้อน และโปรแกรมพระสุนทรหลวงวาริรัก** ธีสรภักดิ์ต้นตำรับ สปา น้ำพุร้อนไทย ตั้งอยู่ท่ามกลางธรรมชาติอันอุดมสมบูรณ์ในป่าเขตร้อนของอำเภอคลองท่อม จังหวัดกระบี่ บ่อน้ำพุร้อนธรรมชาติของเราอุดมไปด้วยคุณประโยชน์จากธรรมชาติที่จะช่วยบำบัดร่างกายและจิตใจของคุณได้อย่างดีเราให้บริการที่พักที่เป็นมิตรกับธรรมชาติ บริการการรักษาสุขภาพด้วยธรรมชาติแบบองค์รวมและสปาที่ผสมผสานศาสตร์แห่งวาริรักบำบัดกับภูมิปัญญาไทยโบราณเอาไว้ด้วยกันอย่างลงตัว วาริรัก ฮีท สปริง แอนด์ เวลเนส จะทำให้วันหยุดพักผ่อนของคุณน่าจดจำ

4.

## River Kwai Village Resort and Onsen

Kanchanaburi





- ชื่อภาษาไทย** : โรงแรมริเวอร์แคววิลเลจ  
รีสอร์ทแอนด์ออนเซ็น
- ชื่อภาษาอังกฤษ** : River Kwai Village Resort  
and Onsen
- ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม
- ที่อยู่** : 74/12 หมู่ 4 ตำบลท่าเสา  
อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี
- เบอร์โทร** : 022 517 828, 022 517 096
- เว็บไซต์** : <https://www.riverkwai-villagehotel.com/th/index>
- เฟซบุ๊ก** : River Kwai Village

**โดดเด่นด้วยใช้ธรรมชาติบำบัดเป็นหลัก** ทั้งสถานที่และผลิตภัณฑ์ที่ใช้ให้บริการทางสปา ยกตัวอย่างเช่น การแช่น้ำแร่ร้อนท่ามกลางธรรมชาติ พืชสมุนไพร และสายน้ำ โดยน้ำแร่ร้อนเราใส่สมุนไพรสดลงไปเพื่อเพิ่มคุณค่าและเอกลักษณ์ความเป็นไทย หรือ การนวดคอโรม่าน้ำมีนสกัดใบพลับพลึง เราใช้ใบพลับพลึงสดที่ปลูกเอง มาหนึ่งและรดน้ำมันสด ๆ เพื่อบริการให้กับลูกค้ารวมถึงกูโคลน เป็นโคลนธรรมชาติที่คัดอันดับโคลนสุขภาพ 1 ใน 3 ของโลก

5.

**Kosa Hotel & Wellness Center Khon Kaen**  
Khon Kaen





- ชื่อภาษาไทย** : โรงแรมโซะอะ แอนด์ เวลเนส เซ็นเตอร์  
ขอนแก่น
- ชื่อภาษาอังกฤษ** : Kosa Hotel & Wellness Center  
Khon Kaen
- ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม
- ที่อยู่** : 250-252 ถนนศรีจันทร์ ตำบลในเมือง  
อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
- เบอร์โทร** : 043 320 320
- เว็บไซต์** : <https://www.kosahotel.com/>
- เฟซบุ๊ก** : โรงแรมโซะอะ ขอนแก่น  
Kosahotel Khonkaen

**โดดเด่นด้วยรองรับกลุ่มลูกค้าที่มีความ**  
**ติดปกติทางด้านร่างกายและผู้พิการ** ให้บริการ  
ในด้านการรักษาสุขภาพโดยมีนักกายภาพบำบัด  
มีโปรแกรมฟื้นฟู ศาสตร์ทางการแพทย์แผนไทย  
นวดเพื่อสุขภาพ เทรนเนอร์กิจกรรมออกกำลังกาย  
ฟิตเนส โยคะ ที่ได้ผ่านการอบรมและมีใบอนุญาต  
การประกอบวิชาชีพทั้งหมดและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่อง  
โดยการศึกษาานวัฒนธรรมศาสตร์การแพทย์แผนจีน  
เพื่อนำมาเพิ่มบริการให้ลูกค้าในอนาคต

6.

**Kusatsu Onsen Chonburi**  
Chonburi





**ชื่อภาษาไทย** : कुชुकसी ออนเซ็น ชลบุรี  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Kusatsu Onsen Chonburi  
**ประเภทธุรกิจ** : สปา  
**ที่อยู่** : 97/15 หมู่ 5 ตำบลห้วยกะปิ  
 อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี  
**เบอร์โทร** : 038 198 999, 06 2590 9111  
**เว็บไซต์** : [www.onsenkusatsu.com](http://www.onsenkusatsu.com)  
**เฟซบุ๊ก** : Kusatsu Onsen Chonburi

**โดดเด่นด้วยน้ำแร่ร้อนขึ้นจากเมืองคุชุกซี** ออนเซ็น ที่ออกแบบให้ได้กลิ่นอายของความเป็นญี่ปุ่นให้มากที่สุดเสมือนยกออนเซ็นจากเมืองคุชุกซีมาไว้ที่นี่เลย เรานำน้ำพุร้อนจากเมืองคุชุกซี จังหวัด กุนมะมาใช้กับ บ่อน้ำร้อนของเรา เมืองคุชุกซีเป็นเมืองออนเซ็นที่ติด 1 ใน 3 ของประเทศญี่ปุ่นด้วยสรรพคุณของแร่ธาตุในน้ำแร่และความสวยงามของธรรมชาติในบ่อออนเซ็น ที่นี่เรามีบ่อน้ำร้อน และน้ำเย็นรวมถึง 9 บ่อและกึ่งไม้แช่อัง 3 กิ่ง ผู้ใช้บริการ จะได้รับความผ่อนคลายด้วยบ่อน้ำร้อน น้ำเย็น ชาวน้ำ และสดริ่ม ท่ามกลางบรรยากาศสไตล์ญี่ปุ่นที่ตกแต่งด้วย ไม้สนและ สวนญี่ปุ่น ทำให้สามารถผ่อนคลายทั้งร่างกาย และจิตใจอย่างแท้จริง

7.

**Zira Spa**  
Chiang Mai





**ชื่อภาษาไทย** : ศิรา สปา  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Zira Spa  
**ประเภทธุรกิจ** : สปา  
**ที่อยู่** : 8/1 ถนนราชวิถี ตำบลศรีภูมิ  
 อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่  
**เบอร์โทร** : 053 222 288, 09 5793 5888  
**เว็บไซต์** : <https://www.ziraspa.com/>  
**เฟซบุ๊ก** : Zira Spa

**โดดเด่นด้วยการนวดสปาตามธาตุเจ้าเรือน**

และรางวัลมาตรฐานระดับสากล ศิรา สปา มีภูมิสถาปัตยกรรมของอาคาร/สิ่งก่อสร้างเน้นความเป็นไทย วัฒนธรรมท้องถิ่นควบคู่และสอดคล้องกับการใช้ชีวิต ตกแต่ง สิ่งประดับและเครื่องเรือน มีเอกลักษณ์ ความเป็นไทยอย่างชัดเจน การนวดตามราศีคู่และตามธาตุเจ้าเรือนมูลเหตุแห่งธาตุทั้ง 4 คือ ธาตุดิน ธาตุน้ำ ธาตุลม และธาตุไฟเมื่อธาตุทั้ง 4 อยู่ในภาวะสมดุลก็จะทำให้ร่างกายเราปกติ หากมีธาตุหนึ่งธาตุใดเกิดกำเริบ หย่อน พิจารไป ก็จะทำให้ร่างกายเสียสมดุลองค์ประกอบของธาตุทั้ง 4 การแพทย์แผนไทยประกอบด้วยปรัชญาและทัศนะของการแพทย์แบบตะวันออกชีวิตของมนุษย์ประกอบด้วย กาย และจิตใจ สำหรับร่างกายของมนุษย์ ประกอบด้วยธาตุ ทั้ง 4 ได้แก่ ธาตุดิน (ธาตุน้ำ (อาโปธาตุ) ธาตุลม (วาโยธาตุ) และธาตุไฟ (เตโชธาตุ)



8.

## Amaravati Wellness Center and Origin Spa

Chiang Mai





**ชื่อภาษาไทย** : อมราวตีเวลเนสเซ็นเตอร์ และ-โอริแกนสปา

**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Amaravati Wellness Center and Origan Spa

**ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม

**ที่อยู่** : 100 หมู่ 7 ถนนแม่ริม-สะเมิง (1096) ตำบลริมใต้ อำเภอแม่ริม จังหวัดเชียงใหม่

**เบอร์โทร** : 098 858 8656

**เว็บไซต์** : <https://www.amaravatiwellness.com/>

**เฟซบุ๊ก** : Amaravati Wellness Center

**โดดเด่นด้วยการออกแบบที่พักที่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ** พร้อมทั้งกรรมทำสมาธิ โยคะ-นิกธการอบสมุนไพร และแช่น้ำเย็น (Ice Bath) อมราวตีเวลเนสเซ็นเตอร์แอนด์โอริแกนสปา อมราวตีมีความกลมกลืนอย่างสมบูรณ์ระหว่างชีวิตของปัจเจกบุคคลและจักรวาลสามารถช่วยให้ท่านคืนความสมดุลท่ามกลางความสงบและแวดล้อมด้วยธรรมชาติ ที่นี้คือความสมบูรณ์แบบของสภาพแวดล้อมในแนวของความแบบอยู่ดีแบบองค์รวมเราให้บริการอาหารสดทิวชอายุเวช ที่เป็นอาหารตามฤดูกาลและสดใหม่ กิจกรรมบำบัดกลุ่ม อาทิ โยคะ, สมาธิ, วีปัสยานา, นวด, โทชี, ดนตรี, เต้นรำ หรือ การเคลื่อนไหวต่าง ๆ อมราวตีเวลเนสเซ็นเตอร์มีความเหมาะสมตามหลักของวาสตุ อีกทั้งรายังตั้งอยู่บนยอดเขาที่อยู่ห่างจากความวุ่นวายของเมือง และความคึกคักของโรงแรมและที่พักขนาดใหญ่แวดล้อมด้วยป่าไม้ พืชเขา

9.

**Fah Lanna Spa**  
Chiang Mai





**ชื่อภาษาไทย** : ฟาลันนาสปา  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : Fah Lanna Spa  
**ประเภทธุรกิจ** : สปา  
**ที่อยู่** : 57 หมู่ 57/1 ถนนจำบ้าน  
 ตำบลลครภูมิ อำเภอเมือง  
 จังหวัดเชียงใหม่  
**เบอร์โทร** : 08 8804 9984  
**เว็บไซต์** : <https://fahlanna.com/>  
**เฟซบุ๊ก** : Fah Lanna Spa

**โดดเด่นด้วยการตกแต่งสไตล์ล้านนา** เมนุอาหาร เพื่อสุขภาพ การนวดไทยประคบสมุนไพร และฟ้อนเจิงล้านนา เพื่อสุขภาพ การฟ้อนเจิง เป็นนาฏกรรมที่สะท้อนรูปแบบ ศิลปวัฒนธรรมอย่างหนึ่งของคนไทยทางภาคเหนือ ที่นำเอาเรื่องราวของศิลปะป้องกันตัวซึ่งเมื่อครั้งอดีตผู้ชาย ชาวล้านนามักจะมีการแสวงหาเรียนรู้ “เจิง” เพื่อใช้เป็น เครื่องมือในการป้องกันภัยให้กับตัวเอง ฟ้อนเจิงเป็น ศิลปะ-การฟ้อนที่แสดงให้เห็นถึงชั้นเชิง สิลการต่อสู้ อันเป็นภูมิปัญญาของบรรพชนไทย มีการต่อสู้ทั้งรุกและรับ หลอกล่อกันอย่างสนุกสนาน ประลองไหวพริบปฏิภาณกัน เอาชนะกันอย่างมีชั้นเชิงให้เกียรติซึ่งกันและกัน ไม่งมแง เอาเปรียบกัน ฟ้อนเจิง แบ่งออกได้เป็น ๒ ประเภทใหญ่ๆ คือ ๑. ฟ้อนเจิงมือเปล่า ๒. ฟ้อนเจิงที่ใช้อาวุธ เช่น เจิงหอก เจิงดาบ เจิงไม้ค้อน เป็นต้น

10.

# Kachonghills Tented Resort Trang





**ชื่อภาษาไทย** : กะช่องฮิลล์ เต็นท์ รีสอร์ท  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : KACHONGHILLS TENTED RESORT  
**ประเภทธุรกิจ** : โรงแรม  
**ที่อยู่** : 45 หมู่ 7 ตำบลช่อง อำเภอนาโงะ จังหวัดตรัง  
**เบอร์โทร** : 075 573 513  
**เฟซบุ๊ก** : Kachong Hills Tented Resort, Trang, Thailand

**โดดเด่นด้วยนอนเต็นท์ ชมหมอกท่ามกลางอ้อมกอดขุนเขา** Kachong Hills Tented Resort เป็นที่พักสไตล์รีสอร์ทกิจกรรมในรีสอร์ทมีหลากหลาย ทั้งจุดชมวิวให้ขึ้นไปชมแสงแรกและแสงสุดท้ายของวัน มีฟาร์มแกะเล็ก ๆ มีมุมให้แวะส่องนกหรือเดินไปแช่น้ำในลำธารเพื่อผ่อนคลาย และยังฝากท้องได้ที่ 'ห้องอาหารลูกลม' ของทางรีสอร์ท เสิร์ฟอาหารใต้พิวชัน วัตถุดิบโลคัลตามฤดูกาล เมนูซิกเนเจอร์คือ พืชชาโฮมเมดหน้าหมู่บ้านเมืองตรัง หรือจะสั่งเมนูพื้นบ้านหากินยากอย่าง แกงส้มทุเรียนหมูย่าง และหมูเกาหลียก ก็น่าลอง สำหรับคอกาแฟห้ามพลาดกิจกรรมทดลองคั่วและชิมกาแฟฝีมือตัวเอง ที่โรงกาแฟช่องต้นกำเนิดกาแฟคนตรังแบรนด์ดัง 'เงาช่อง' ดำเนินการ啡โอบัสต้า ชื่อดังจากชุมชนเกือบบรรทัด ซึ่งอยู่ในพื้นที่เดียวกับที่พัก

# 11. SENSE Phuket Phuket





**ชื่อภาษาไทย** : เซนส์ ภูเก็ต  
**ชื่อภาษาอังกฤษ** : SENSE Phuket  
**ประเภทธุรกิจ** : สปา  
**ที่อยู่** : 33/13 ถนนวิชิตสงคราม  
ตำบลตลาดเหนือ อำเภอเมือง  
จังหวัดภูเก็ต  
**เบอร์โทร** : 09 4461 6446  
**เว็บไซต์** : <https://sensespaphuket.com/>  
**เฟซบุ๊ก** : SENSE Spa Phuket

#### **โดดเด่นด้วย “SENSE Aroma Oils Deluxe”**

Exclusive Package ที่จะช่วยให้คุณได้พักผ่อนกายและใจไปพร้อมๆกัน ด้วยการนวดผ่อนคลายร่างกายด้วยอโรมาออย ออกแกนิกบรีสจูลี่ และ ทำสปาใจ ด้วยการ อาบคลื่นเสียง หรือ Sound Bath ที่จะใช้แรงสั่นสะเทือนของขั้วริเบต เข้าไปในร่างกายของคุณ เป็นการเปิดโลกประสบการณ์การนวดในรูปแบบใหม่




# THAILAND HOLISTIC Health & Wellness TOURISM

การท่องเที่ยวเชิงสุขภาพ

 [www.dot.go.th](http://www.dot.go.th)

 กรมการท่องเที่ยว Department of Tourism

 PR กรมการท่องเที่ยว

