



รายงานการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา  
ถูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก

**Lime Solid Deodorant**



โดย  
นางสาวสัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์ 5604400197

รายงานนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา  
ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว  
คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม  
ภาคการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560

หัวข้อโครงการ ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก  
Lime Mothball For Eliminating Undesired Smell in the Toilet

รายชื่อผู้จัดทำ นางสาวศัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์ 5604400197

ภาควิชา การโรงแรมและการท่องเที่ยว

อาจารย์ที่ปรึกษา อาจารย์นันท์นที ทองอร

อนุมัติให้โครงการนี้เป็นส่วนหนึ่งของการปฏิบัติงานสหกิจศึกษาภาควิชาการโรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม ประจำปีการศึกษาที่ 2 ปีการศึกษา 2560



คณะกรรมการการสอบโครงการ

นันท์นที ทองอร .....อาจารย์ที่ปรึกษา

(อาจารย์นันท์นที ทองอร)

Kamontip Srdhonghon .....พนักงานที่ปรึกษา

(คุณกมลทิพย์ สระทองหน)

สุเมธ สอนกิจดี .....กรรมการกลาง

(อาจารย์สุนทร สอนกิจดี)

 .....ผู้ช่วยอธิการบดีและผู้อำนวยการสำนักสหกิจศึกษา

(ผศ.ดร. มารุจ ลิ้มประวัฒน์)

ชื่อโครงการ	: ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก
หน่วยกิต	: 5
ผู้จัดทำ	: นางสาวศัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์
อาจารย์ที่ปรึกษา	: อ.นันทินี ทองอร
ระดับการศึกษา	: ปริญญาตรี
สาขาวิชา	: การโรงแรม
คณะ	: ศิลปศาสตร์
ภาคการศึกษา/ปีการศึกษา	: 2/2560

### บทคัดย่อ

โรงแรมบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ เป็นโรงแรมขนาดเล็ก ระดับสามดาว ตั้งอยู่บริเวณย่านวังหลัง ตีศรีมน้ำเจ้าพระยา ถึงแม้จะเป็นโรงแรมขนาดเล็กแต่ก็ให้ความสำคัญในเรื่องของความสะอาดเป็นอย่างมาก ซึ่งการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาในแผนกต่าง ๆ นั้น ทำให้ได้พบว่าภายในห้องพักนั้นมีกลิ่นไม่พึงประสงค์ได้ออกมาจากชักโครก โรงแรมจึงแก้ปัญหาโดยการใช้ก้อนสารเคมีขจัดกลิ่นมาใช้ แต่มีต้นทุนที่ค่อนข้างสูง ทางผู้จัดทำจึงได้คิดค้น “ลูกหอมขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ภายในชักโครก” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยลดต้นทุนให้กับทางโรงแรม นำของเหลือใช้มาแปรรูปให้เกิดประโยชน์ และเพื่อขจัดกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ในห้องน้ำของโรงแรม

เพื่อให้ทราบถึงความพึงพอใจของ “ลูกหอมขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ภายในชักโครก” ผู้จัดทำจึงได้ทำแบบสอบถามความพึงพอใจจำนวน 30 ชุด โดยผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ เป็นเพศหญิงอายุประมาณ 21-30 ปี อยู่แผนกแม่บ้าน (Housekeeping) พบว่าความพึงพอใจด้านกลิ่นหอม ด้านขนาด ด้านความสะดวกต่อการใช้งาน อยู่ในระดับปานกลาง ความพึงพอใจด้านความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เสี่ยงการใช้สารเคมี) ด้านการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน ด้านระยะเวลาการขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ ด้านการขจัดคราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ ด้านระยะเวลาในการขจัดคราบสิ่งสกปรก (ความรวดเร็ว) ด้านประหยัดและคุ้มค่า และความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง โครงการนี้สามารถปรับใช้งานได้จริงในการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์ภายในชักโครกและลดต้นทุนค่าใช้จ่ายให้กับทางโรงแรม โดยเฉลี่ยเดือนละ 2,695 บาท

คำสำคัญ : ขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ / ลดต้นทุน

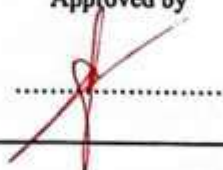
**Project Title** : Lime Mothball for Eliminating Undesired Smell in the Toilet  
**Credits** : 5  
**By** : Miss Sattarat Apichonekkasit  
**Advisor** : Miss Nantinee Thongorn  
**Degree** : Bachelor of Arts  
**Major** : Hotel  
**Faculty** : Liberal Arts  
**Semester / Academic year** : 2/2017

**Abstract**

Baan Wanglang Riverside is a three-star small-sized hotel located in the Wang Lang area along Chao Phraya River. Although its size is small, the hotel pays attention to cleanliness. By participating in the cooperative education in various departments, the author found an undesirable smell inside the rooms and a bad smell coming out of the toilet. The hotel solved this problem by using mothballs to eliminate bad smell. However, these chemicals are quite expensive. The author initiated an idea to develop "Lime Mothball for Eliminating Undesired Smell in the Toilet" with a purpose to save the hotel's cost, to utilize leftovers to produce new product, and to eliminate undesired smells out of the toilet.

To study the satisfaction of "Lime Mothball For Eliminating Undesired Smell in the Toilet," the author developed 30 copies of questionnaires to distribute to the respondents. They were mostly females, aged 21-30 years, and worked in Housekeeping Department. The results showed that the satisfaction with good smell, size, convenience-to-use were at a moderate level. The satisfaction of safety (chemical-free), reduction of undesired smell after use, time spent to reduce undesired smell (quickness), cost-saving and value for money, and overall product were at a moderate level. In conclusion, this project could be practically applied to reduce undesired smell in the toilet and to reduce cost to the hotel by average 2,695 Baht.

**Keywords:** Undesired smell elimination/ Cost reduction

Approved by  
.....  


## กิตติกรรมประกาศ (Acknowledgement)

การที่ผู้จัดทำได้มาปฏิบัติงานในโครงการสหกิจศึกษา ณ โรงแรมบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ (Baanwanglang Riverside) ตั้งแต่วันที่ 8 มกราคม 2561 ถึงวันที่ 30 เมษายน 2561 ส่งผลให้ผู้จัดทำได้รับความรู้และประสบการณ์ต่างๆ ที่มีค่ามากมาย สำหรับรายงานสหกิจศึกษาฉบับนี้ สำเร็จลงได้ด้วยดีจากความร่วมมือและสนับสนุนจากหลายฝ่าย ดังนี้

- |                       |           |                          |
|-----------------------|-----------|--------------------------|
| 1. อาจารย์นันท์นิตินิ | ทองอร     | อาจารย์ที่ปรึกษา         |
| 2. คุณชญารัตน์        | สุขสุheim | Front Office Manager     |
| 3. คุณกมลทิพย์        | สระทองหน  | Front Office Suppervisor |

และบุคคลท่านอื่นๆ ที่ไม่ได้กล่าวนามทุกท่านที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการจัดทำรายงาน ผู้จัดทำขอขอบพระคุณผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่มีส่วนร่วมในการให้ข้อมูล และเป็นที่ปรึกษาในการทำรายงานฉบับนี้จนเสร็จสมบูรณ์ ตลอดจนให้การดูแลและให้ความเข้าใจกับชีวิตของการทำงานจริง ซึ่งผู้จัดทำ ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ผู้จัดทำ

นางสาวตัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์

11 พฤษภาคม 2561

## สารบัญ

	หน้า
จดหมายนำส่งรายงาน	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
บทคัดย่อ	ค
Abstract	ง
<b>บทที่ 1 บทนำ</b>	
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญ.....	1
1.2 วัตถุประสงค์.....	1
1.3 ขอบเขตของโครงการ.....	2
1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ.....	2
<b>บทที่ 2 การทบทวนเอกสาร/วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง</b>	
2.1 เบคกิ้ง โซดา.....	3
2.2 มะนาว.....	6
2.3 น้ำมันหอมระเหย.....	13
2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	15
<b>บทที่ 3 รายละเอียดการปฏิบัติงาน</b>	
3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ.....	17
3.2 ลักษณะการประกอบการและการให้บริการหลักขององค์กร.....	19
3.3 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย.....	26
3.4 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา.....	28
3.5 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน.....	28
3.6 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน.....	28

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
<b>บทที่ 4 ผลการปฏิบัติงาน</b>	
4.1 รายละเอียดโครงการ.....	30
4.2 การเตรียมการและการวางแผนของโครงการ.....	30
4.3 วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการทำโครงการ.....	31
4.4 ขั้นตอนการปฏิบัติงาน.....	31
4.5 ข้อมูลผู้ตอบแบบสอบถาม.....	31
4.6 ผลการปฏิบัติงาน โครงการ.....	33
<b>บทที่ 5 สรุปผลและข้อเสนอแนะ</b>	
5.1 สรุปผลโครงการ.....	42
5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา.....	43
บรรณานุกรม.....	44
ภาคผนวก	
ภาคผนวก ก รูปภาพขณะปฏิบัติงานสหกิจ.....	46
ภาคผนวก ข แบบสอบถาม ความพึงพอใจที่มีต่อลูกหมอมขจัดกลิ่น.....	50
ภาคผนวก ค บทความทางวิชาการ.....	52
ภาคผนวก ง โปสเตอร์.....	57
ประวัติผู้จัดทำ.....	59

## สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 3.1 ตารางประกอบขั้นตอนการดำเนินงาน.....	29
ตารางที่ 4.1 ตารางแสดงลดต้นทุนให้กับทางโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์.....	30
ตารางที่ 4.2 ตารางข้อมูลทั่วไปผู้ตอบแบบสอบถาม.....	33
ตารางที่ 4.3 ตารางแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อโครงการ “ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก”...	40





## สารบัญรูปภาพ

	หน้า
รูปที่ 2.1 เบคกิ้ง โซดา.....	3
รูปที่ 2.2 มะนาว.....	6
รูปที่ 2.3 มะนาวไข่.....	7
รูปที่ 2.4 มะนาวทราย.....	7
รูปที่ 2.5 มะนาวปั่น.....	8
รูปที่ 2.6 มะนาวหั่น.....	8
รูปที่ 2.7 น้ำมันหอมระเหย.....	13
รูปที่ 3.1 โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์.....	17
รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์ของโรงแรม บ้านวังหลังริเวอร์ไซด์.....	18
รูปที่ 3.3 รูปภาพของ ห้องห้องซูพีเรียร์ (Superior Room).....	19
รูปที่ 3.4 รูปภาพของ ห้องริเวอร์ฟรอนท์ (Riverfront room).....	20
รูปที่ 3.5 รูปภาพของ ห้องมุมมีวิวแม่น้ำ (Corner Suite).....	21
รูปที่ 3.6 รูปภาพของ ห้องพาโนรามิก สวีท (Panoramic Suite).....	22
รูปที่ 3.7 รูปภาพของ 342 Bar.....	23
รูปที่ 3.8 รูปภาพของร้านอาหารต้นมะกอก.....	24
รูปที่ 3.9 รูปภาพของ N10 Café.....	25
รูปที่ 3.10 รูปภาพของ นางสาวศัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์ ผู้จัดทำโครงการ.....	26
รูปที่ 3.11 การทำ Booking.....	27
รูปที่ 3.12 รูปการเตรียมเอกสารสำหรับลูกค้าที่จะเข้าพักในวันรุ่งขึ้น.....	27
รูปที่ 3.13 รูปการตัดกระดาษที่ใช้ภายในแผนก.....	27
รูปที่ 3.14 คุณ กมลทิพย์ สระทองหน พนักงานที่ปรึกษาโครงการ.....	28
รูปที่ 4.1 เบคกิ้ง โซดา.....	31
รูปที่ 4.2 ใส่น้ำมันผสมลงในอ่างผสม.....	32
รูปที่ 4.3 ใส่น้ำมันผสมลงในแม่พิมพ์.....	32
รูปที่ 4.4 ลูกหอมตากแดด เพื่อให้แห้งตัว.....	33
รูปที่ 4.5 ความพึงพอใจต่อกลิ่นหอมของลูกหอมขจัดกลิ่น.....	35
รูปที่ 4.6 ความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่น.....	35
รูปที่ 4.7 ความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งาน.....	36
รูปที่ 4.8 ความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เสียงการใช้สารเคมี).....	36

## สารบัญรูปภาพ(ต่อ)

	หน้า
รูปที่ 4.9 ความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน.....	37
รูปที่ 4.10 ความพึงพอใจระยะเวลาการขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ.....	37
รูปที่ 4.11 ความพึงพอใจการขจัดคราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ.....	38
รูปที่ 4.12 ความพึงพอใจระยะเวลาในการขจัดคราบสิ่งสกปรก(ความรวดเร็ว).....	38
รูปที่ 4.13 ความพึงพอใจความประหยัดและคุ้มค่าของลูกหอมขจัดกลิ่น.....	39
รูปที่ 4.14 ความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่น.....	39
รูปที่ 5.1 การแก้ไขปัญหาส่วนผสมไม่เกาะตัวตามแม่พิมพ์แก้ไขโดยการเพิ่มน้ำลงในส่วนผสม....	42



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ประเทศไทยเป็นประเทศที่ได้รับความนิยมกรุงเทพมหานครเป็นเมืองที่ได้รับความนิยมอย่างมากในหมู่นักท่องเที่ยวชาวต่างชาติเป็นจำนวนมาก และกรุงเทพมหานคร ก็ถือว่าเป็นเมืองหนึ่งที่นักท่องเที่ยวจะต้องเลือกมาเยือนจึงส่งผลให้ธุรกิจ โรงแรมมีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วในเขตของกรุงเทพฯ และในขณะเดียวกันนักท่องเที่ยวที่มาเที่ยวในกรุงเทพฯ ส่วนใหญ่จะเลือกพักในสถานที่ที่ใกล้กับการคมนาคมขนส่งที่สะดวกสบาย และอยู่ใกล้กับสถานที่ท่องเที่ยว ซึ่งในการเลือกที่พักนั้นนักท่องเที่ยวยังคงไปถึงความสะอาดของห้องพัก และยังรวมไปถึงห้องน้ำที่อยู่ภายในและภายนอกห้องพักด้วย เพราะห้องน้ำถือว่าเป็นตัวที่บ่งบอกถึงสุขอนามัยของทางโรงแรม ซึ่งหากไม่สะอาดมากเท่าที่ควรหรือมีกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ก็จะส่งผลเสียต่อชื่อเสียงของโรงแรมเป็นอย่างมาก

ด้วยเหตุนี้จากการที่ผู้จัดทำโครงการได้มีโอกาสเข้าไปฝึกงานกับทางโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ (Baanwanglang Riverside) ใน ส่วนของแผนกการบริการส่วนหน้า (Front Office Department) ทำให้พบว่ามีการร้องเรียนจากลูกค้า เกี่ยวกับในเรื่องของกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์ต่างๆภายในห้องน้ำทั้งในส่วนของห้องพักของลูกค้า และห้องน้ำในส่วนอื่นๆของโรงแรม ซึ่งทางแม่บ้านของโรงแรมได้พยายามขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ดังกล่าวด้วยวิธีการทำความสะอาดต่างๆแล้ว แต่ก็ไม่เป็นผลเท่าที่ควร ดังนั้น ผู้จัดทำโครงการได้สังเกตเห็นถึงปัญหาจึงได้ทำการคิดค้นลูกหอมขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ขึ้นมา เพื่อทำการขจัดกลิ่นภายในห้องน้ำของโรงแรม ลูกหอมขจัดกลิ่นนี้สามารถลดกลิ่นไม่พึงประสงค์ที่ออกมาจากชักโครก และกลิ่นอับภายในห้องน้ำของโรงแรมได้ดี นอกจากนี้ยังช่วยในการลดค่าใช้จ่ายในการซื้อสารเคมีมาใช้ในห้องน้ำของโรงแรมอีกทางหนึ่งด้วย ซึ่งลูกหอมขจัดกลิ่นนี้เป็นการนำเอาวัตถุดิบที่เหลือใช้จากภายในครัว และบาร์ มาเป็นวัตถุดิบในการทำลูกหอมขจัดกลิ่น และเป็นการช่วยลดต้นทุนในการซื้อน้ำยาดับกลิ่นให้กับทางโรงแรมได้อีกทางหนึ่งด้วย

### 1.2 วัตถุประสงค์ของโครงการ

- 1.2.1 เพื่อช่วยลดต้นทุนให้กับทางโรงแรม
- 1.2.2 นำของเหลือใช้มาแปรรูปให้เกิดประโยชน์
- 1.2.3 เพื่อขจัดกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ในห้องน้ำของ โรงแรม

### 1.3 ขอบเขตของโครงการ

#### 1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่

ศึกษาและหาข้อมูลที่โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์

#### 1.3.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษาหาข้อมูลความรู้และคิดค้นผลิตภัณฑ์ทดแทนจากวัตถุดิบเหลือใช้ภายในโรงแรมมาใช้เพื่อลดต้นทุน

#### 1.3.3 ขอบเขตด้านประชากร

สัมภาษณ์พนักงานภายในโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ (Baanwanglang Riverside) จำนวน 30 คน

### 1.4 ประโยชน์ที่ได้รับ

1.4.1 ช่วยลดต้นทุนในส่วนของการซื้อสารเคมีมากำจัดกลิ่นห้องน้ำ

1.4.2 เป็นการนำวัตถุดิบที่เหลือใช้และเศษขยะมาสร้างเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ในการกำจัดกลิ่นของห้องน้ำภายในโรงแรม

1.4.3 ช่วยลดกลิ่นอับที่ไม่พึงประสงค์ในห้องน้ำของโรงแรม



## บทที่ 2

### การทบทวนเอกสาร / งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การทำโครงการในการสร้างผลิตภัณฑ์ ลูกหอมขจัดกลิ่น ในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ทำการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง จากเอกสาร ตำราวิชาการ บทความที่ โดยนำเสนอเป็นลำดับ ดังนี้

- 2.1 เบคกิ้งโซดา
- 2.2 มะนาว
- 2.3 น้ำมันหอมระเหย
- 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1 เบคกิ้งโซดา

โซเดียมไบคาร์บอเนต (อังกฤษ:Sodium Bicarbonate) ( $\text{NaHCO}_3$ ), หรือ โซเดียมไฮโดรเจนคาร์บอเนตรู้จักทั่วไปในชื่อ เบคกิ้งโซดา และ ไบคาร์บอเนตออฟโซดามีลักษณะเป็นผลึกสีขาวที่ละลายน้ำ ได้ดีมีความเป็นด่างเล็กน้อย ดังรูปที่ 2.1



รูปที่ 2.1 เบคกิ้งโซดา

ที่มา : <https://Club.sanook.com/14480/สารพัดประโยชน์ของเบคกิ้งโซดา>

### 2.1.1 ประโยชน์ของเบคกิ้งโซดา

- 1) บรรเทาอาการผิวไหม้แดด ผสมเบคกิ้งโซดาลงในน้ำอุ่นสำหรับอาบน้ำ จะช่วยบรรเทาอาการปวดแสบปวดร้อนที่เกิดจากผิวไหม้แดดได้
- 2) แก้เจ็บคอ ผสมเบคกิ้งโซดาครึ่งช้อนชาลงในน้ำเปล่า ใช้ล้างคอทุกๆ 4 ชั่วโมง จะช่วยลดอาการเจ็บคออันเกิดจากกรด
- 3) น้ำยาดับกลิ่นปาก ผสมเบคกิ้งโซดา 1/2 ช้อนโต๊ะ ในน้ำ 1 แก้ว ดับกลิ่นหอมกลิ่นกระเทียมได้ ถ้าใช้เบคกิ้งโซดา 1 ช้อนโต๊ะผสมน้ำ 1 แก้ว และผสมเกลือ 1 ช้อนโต๊ะใช้เป็นน้ำยาบ้วนปาก
- 4) ขัดฟันให้ขาว นำเบคกิ้งโซดา 1 ช้อนชาผสมน้ำมะนาว 1/2 ช้อนชา ใช้แปรงสีฟันจุ่มแล้วขัดฟันเบาๆ บ้วนน้ำเปล่าจนสะอาด คราบซากาแฟจะหายไป (ห้ามทำเวลาป่วย เพราะมะนาวมีกรดสูงอาจทำลายเคลือบฟันได้)
- 5) ทำสครับขัดหน้า เอาเบคกิ้งโซดา 3 ส่วน น้ำเปล่า 1 ส่วน ผสมกันให้ได้เปียกๆ แล้วขัดหน้าเบาๆ
- 6) ใช้ทำสครับขัดผิว เบคกิ้งโซดาครึ่งถ้วย เกลือครึ่งถ้วย มะนาว 1 ลูก น้ำมันทาผิว 2 ช้อนโต๊ะ เอาผสมกันก่อนจะใช้แล้วก็เอามาขัดผิวระหว่างอาบน้ำ
- 7) สปาเท้า เบคกิ้งโซดา 1/2 ถ้วย เกลือทะเล 2 ช้อนโต๊ะ น้ำมันหอมระเหยกลิ่นมินต์ และน้ำอุ่นใส่ในกะละมังแช่เท้า จะช่วยฆ่าเชื้อโรค ดับกลิ่นเท้า รวมทั้งความร้อนจะช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อเท้า
- 8) น้ำยาล้างสารพิษจากผักและผลไม้ นำเบคกิ้งโซดา 1/2 ช้อนโต๊ะผสมกับน้ำ 10 ลิตร แช่ผักผลไม้ 15 นาที แล้วล้างออกด้วยน้ำเปล่า 2 ครั้ง สามารถลดสารพิษได้ 90%
- 9) น้ำยาล้างคราบในกาต้มน้ำที่เป็นโลหะ ใส่น้ำลงในกาต้มน้ำชาแล้วเติมเบคกิ้งโซดาลงไป 2 ช้อนโต๊ะ บีบน้ำมะนาวลงไปครึ่งลูก ต้มประมาณ 15 นาที
- 10) ครีملบรอยชูดิจิตเครื่องครัว ละลายเบคกิ้งโซดา 4 ช้อนโต๊ะผสมกับน้ำ 1 ลิตร ทำความสะอาดเครื่องครัวที่ทำด้วยฟอรัไมก้าสแตนเลส พลาสติก โครเมียม (ยกเว้นอะลูมิเนียม) รั้วรอยจะเลือนหายไป
- 11) น้ำยาทำความสะอาดเตาไมโครเวฟ นำเบคกิ้งโซดา 4 ช้อนโต๊ะผสมกับน้ำอุ่น 1 ลิตร นำผ้ามาชุบแล้วเช็ดทำความสะอาดภายใน คราบสกปรกจะเช็ดออกง่าย
- 12) หมักหมูนุ่ม ใส่วเวลาหมักหมูเล็กน้อย จะช่วยให้หมูนุ่ม ถ้าหากใส่มากเกินไปจะมีกลิ่นสารเคมี
- 13) ทำความสะอาดผักผลไม้ ผสมเบคกิ้งโซดา 1 ช้อนโต๊ะกับน้ำอุ่น 4 ถ้วย ใช้ล้างผักผลไม้ โดยแช่ไว้สักครู่ (รอให้ส่วนผสมเย็นก่อน) แล้วค่อยล้างออกด้วยน้ำธรรมดาอีกครั้ง จะช่วยให้ผักผลไม้สะอาดน่ากินมากขึ้น

14) ดับไฟในกระทะ ในกรณีที่มีน้ำมันกระเด็นติดไฟนิดๆขณะทำอาหาร หรือว่าไฟติดในกระทะ ให้ใช้เบคกิ้งโซดา แห้งๆ เทลงไปตรงๆเบคกิ้งโซดาพอโดนความร้อนมันจะปล่อยคาร์บอนไดออกไซด์ออกมาช่วยทำให้ไฟลดน้อยลง

15) ดับกลิ่นอับในตู้เย็น เบคกิ้งโซดาจะดูดกลิ่นอับในตู้เย็น หากคุณนำไปใช้ดูดกลิ่นในตู้เย็น ให้เปิดฝากล่องด้านบนออกให้หมด หรือเทใส่ถ้วย ทิ้งไว้ด้านในสุดของตู้แล้วคอยเปลี่ยนทุก 3 เดือน

16) ขจัดคราบไขมัน ที่ติดรอบท่ออ่างล้างจาน ขจัดคราบไขมันที่ติดรอบท่ออ่างล้างจานโดย นำเกลือแกลงใส่ลงไป 2-3 ช้อน จากนั้นนำเบคกิ้งโซดา ไปต้มกับน้ำให้เดือดแล้วเทลงไปไขมันที่อุดตัน ก็จะหลุดออกไปหมด

17) ปัญหาเรื่องท่ออุดตันด้วยคราบไขมันในอ่างล้าง ให้โรยเกลือรอบๆ ขอบท่อ จากนั้นนำน้ำยาเบคกิ้งโซดา 10 ช้อนโต๊ะผสมน้ำร้อนๆ 1 ขวดลิตร ค่อยๆ เทลงไป เกลือและน้ำยาจะช่วยให้คราบไขมันหลุดออกง่ายขึ้น และทำซ้ำอีก 2-3 รอบ ตามด้วยน้ำเปล่า

18) ทำความสะอาดเบียง ผสมเบคกิ้งโซดากับน้ำทำความสะอาดเบียง จะทำให้เบียงหมดกลิ่นคาว

19) น้ำยาทำความสะอาดเครื่องสุขภัณฑ์ เทเบคกิ้งโซดา 1/2 ถ้วยลงในถังน้ำล้างชักโครก ทิ้งไว้ 1 คืนแล้วกดชักโครก

20) ทำความสะอาดถังและชักโครกสะอาดและปราศจากกลิ่น ขาดดับกลิ่นท่อและแก้ท่อตัน เทเบคกิ้งโซดาลงไปในท่อ 1 ถ้วยก่อนแล้วใส่เกลือแกลงไป 1/4 ถ้วย ตามด้วยน้ำร้อน

21) น้ำยาดับกลิ่นพรม ผสมเบคกิ้งโซดา 1/2 ถ้วยกับแป้งข้าวโพด 1/2 ถ้วย หยคน้ำมันหอมระเหยกลิ่นโปรดลงไป 15 หยด ใส่ขวดสเปรย์ฉีดบนพรม

22) ดับกลิ่นพรม โรยผงเบคกิ้งโซดาให้ทั่ว ปล่อยให้ทิ้งไว้ 15 นาที แล้วดูดออกด้วยเครื่องดูดฝุ่น

23) ทำความสะอาดพรมที่เปื้อนคราบน้ำมัน ให้เทน้ำผสมเบคกิ้งโซดาลงตรงบริเวณที่เปื้อนคราบน้ำมัน ปล่อยให้ทิ้งไว้ประมาณ 12 ชั่วโมง คราบก็จะจางลง จากนั้นให้ใช้น้ำผสมเบคกิ้งโซดาเช็ดทำความสะอาดซ้ำอีกครั้ง

24) กลิ่นในรถ หากมีกลิ่นบูหรีในรถ ให้โรยเบคกิ้งโซดาลงที่ก้นที่เก็บบูหรีในรถ เพราะเบคกิ้งโซดาจะช่วยดับกลิ่น

25) บรรเทาอาการลมพิษ ใช้ผงเบคกิ้งโซดาผสมกับน้ำ 2-3 หยดให้มีลักษณะเป็นครีม ทาบริเวณคันเพื่อลดการระคายเคืองและแก้คัน

26) แก้โรคน้ำกัดเท้า ใช้เบคกิ้งโซดา 1 ช้อนโต๊ะผสมน้ำพอให้เป็นครีม แล้วนำมาทาที่เท้า จากนั้นล้างเท้าและเช็ดให้แห้ง และทาแป้งข้าวโพดบริเวณที่คัน

## 2.2 มะนาว (Lime)

มะนาว (Lime) เป็นไม้ผลชนิดหนึ่ง ผลมีรสเปรี้ยวจัด จัดอยู่ในสกุลส้ม (Citrus) ผลสีเขียวเมื่อสุกจัดจะเป็นสีเหลือง เปลือกบาง ภายในมีเนื้อแบ่งกลีบๆ ชุ่มน้ำมาก นับเป็นผลไม้ที่มีคุณค่า นิยมใช้เป็นเครื่องปรุงรส นอกจากนี้ยังถือว่ามีคุณค่าทางโภชนาการและทางการแพทย์ด้วยผลมะนาวโดยทั่วไปมีขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางประมาณ 4 – 4.5 เซนติเมตร ต้นมะนาวเป็นไม้พุ่มเตี้ย สูงเต็มที่ราว 5 เมตร ก้านมีหนามเล็กน้อย มักมีใบดก ใบยาวรีขนาดเล็กน้อย คล้ายใบส้ม ส่วนดอกสีขาวอมเหลือง ปกติจะมีดอกผลตลอดทั้งปี แต่ในช่วงหน้าแล้ง จะออกผลน้อย และมีน้ำน้อย ดังรูปที่

2.2

ในผลมะนาวมีน้ำมันหอมระเหยถึง 7% แต่กลิ่นไม่จุนอย่างมะกรูด น้ำมะนาวจึงมีประโยชน์สำหรับใช้เป็นส่วนผสมน้ำยาทำความสะอาด เครื่องหอม และการบำบัดด้วยกลิ่น (aromatherapy) หรือน้ำยาล้างจาน ส่วนคุณสมบัติที่สำคัญ ทว่าเพิ่งได้ทราบเมื่อไม่ช้านานมานี้ (ราวคริสต์ศตวรรษที่ 19) ก็คือ การป้องกันและรักษาโรคลัทธิปิดลัทธิเปิด ซึ่งเคยเป็นปัญหาของนักเดินเรือมาช้านาน ภายหลังได้มีการค้นพบว่าสาเหตุที่มะนาวสามารถช่วยป้องกันโรคลัทธิปิดลัทธิเปิด เพราะในมะนาวมีวิตามินซีเป็นปริมาณมาก



รูปที่ 2.2 มะนาว

ที่มา : <https://th.wikipedia.org/wiki/มะนาว>



### 2.2.1 พันธุ์มะนาวที่นิยมปลูกในเมืองไทย

1) มะนาวไข่ มะนาวไข่เป็นพันธุ์ที่มีลักษณะผลกลม หัวท้ายจะยาว และมีสีอ่อนที่คล้ายกับสีของไข่เป็ด ขนาดของผลมะนาวสายพันธุ์นี้ใหญ่ประมาณ 2-3 เซนติเมตร และมีเปลือกที่ค่อนข้างบาง ดังรูปที่ 2.3



รูปที่ 2.3 มะนาวไข่

ที่มา : <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวไข่>

2) มะนาวทราย มะนาวทรายสายพันธุ์นี้จะมีลักษณะของต้นเป็นพุ่มสวย สามารถนำมาทำเป็นไม้ประดับหน้าบ้านได้ อีกทั้งยังเป็นสายพันธุ์ที่ให้ผลตลอดปี ทั้งนี้กลายเป็นมะนาวสายพันธุ์ที่ผู้คนไม่ค่อยนิยมนำมาบริโภคสักเท่าไร เพราะรสชาติของน้ำมะนาวจะมีรสขมเจือปนอยู่ด้วย ดังรูปที่ 2.4



รูปที่ 2.4 มะนาวทราย

ที่มา : <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวทราย>

3) มะนาวแป้น มะนาวแป้นสายพันธุ์นี้จะมีขนาดของผลค่อนข้างใหญ่ ลักษณะของผลค่อนข้างกลมแป้น ให้น้ำมะนาวในปริมาณที่มาก แลยังมีเปลือกที่บาง มะนาวแป้นจัดเป็นสายพันธุ์ที่ผู้คนนิยมนำมาบริโภคเป็นส่วนมาก และในทางเชิงพาณิชย์จะมีการปลูกมะนาวพันธุ์แป้นรำไพและพันธุ์แป้นคพิเศษ เพราะมันสามารถบังคับให้ออกผลในฤดูแล้งได้ ดังรูปที่ 2.5



รูปที่ 2.5 มะนาวแป้น

ที่มา : <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>

4) มะนาวหนัง ในส่วนของสายพันธุ์มะนาวหนังจะมีลักษณะของผลที่กลมยาว ส่วนของหัวท้ายจะแหลม และเมื่อผลของมันโตเต็มที่ก็จะมีลักษณะผลเป็นกลมที่ค่อนข้างยาวและมีเปลือกที่หนา ดังนั้นจึงทำให้ผู้บริโภคสามารถเก็บมะนาวสายพันธุ์นี้ได้ยาวนาน ดังรูปที่ 2.6



รูปที่ 2.6 มะนาวหนัง

ที่มา : <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits>

## 2.2.2 ประโยชน์ของมะนาว

มะนาวมีประโยชน์มากมาย ตั้งแต่ส่วนต้น ใบ ผล นอกจากน้ำมะนาวที่มีวิตามินซีสูงแล้ว ส่วนอื่นๆ ก็สามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้เช่นกัน มาดูส่วนต่างๆ ของมะนาวว่ามีประโยชน์ทำอะไรได้บ้าง

- 1) ช่วยบำรุงสายตาของคนเราให้มีความสดใสอยู่ตลอดเวลา
- 2) ช่วยบำรุงผิวพรรณให้มีความเปล่งปลั่งและสดใสอยู่เสมอ
- 3) มีน้ำมันระเหยที่ช่วยให้ความสดชื่นแก่ร่างกาย
- 4) สามารถนำน้ำมันระเหยที่ได้ประมาณ 7% ในมะนาว 1 ลูกมาผสมเป็นน้ำยาทำความสะอาดได้
- 5) มะนาวเป็นผลไม้ที่มีฤทธิ์ช่วยในการกัด ถือเป็นกรดผลไม้ชนิดหนึ่งหรือที่เรียกว่า AHA ที่เป็นที่ยอมรับ และเป็นกรดที่ช่วยเร่งการผลัดเซลล์ผิวที่เสื่อมได้
- 6) นำมาปรุงรสชาติในอาหารและเครื่องดื่มได้อย่างอร่อย และไม่ทำให้อาหารจานนั้นรู้สึกเลี่ยนได้
- 7) ช่วยแก้ปัญหาลายที่เกิดจากสาเหตุต่างๆ รวมทั้งปัญหาสีผิวไม่สม่ำเสมอ ด้วยการนำมะนาวมาผสมเข้ากับคินสอพอง จากนั้นนำมาทาทิ้งไว้ก่อนนอน ตื่นเช้าขึ้นมาค่อยล้างออกให้สะอาด
- 8) ช่วยรักษาสิวให้มีปริมาณที่ลดลง เนื่องจากกรดอ่อนๆ ที่อยู่ในมะนาวนั้นจะช่วยลดการอุดตันของรูขุมขนจากสิว อีกทั้งยังช่วยขจัดความมันและเชื้อโรคบนใบหน้าได้เป็นอย่างดี
- 9) นำเปลือกมะนาวที่บีบน้ำมะนาวออกหมดแล้ว มาทาหรือขัดในบริเวณคาง ข้อศอก เข่า หรือส้นเท้า จะช่วยให้ผิวในบริเวณนี้มีความนุ่มนวลมากยิ่งขึ้น
- 10) นำเปลือกผลแห้งของมะนาวมาต้มเพื่อเอาน้ำมาดื่ม จะช่วยแก้อาการจุกเสียด แน่นท้อง ช่วยขับเสมหะที่ติดอยู่ในลำคอ และยังช่วยบำรุงกระเพาะอาหาร
- 11) นำมาแปรรูปเป็นอาหารหลากหลายชนิด เช่น มะนาวแช่อิ่มตากแห้ง น้ำมะนาวรสชาติเข้มข้น แยมมะนาว แยมเปลือกมะนาว แยมมะนาวคอง กิมจ๊อมะนาว เปลือกมะนาวสามรส เปลือกมะนาวเชื่อม มาร์มาเลดมะนาว เป็นต้น
- 12) ใต้มะนาว 2-3 ลูกไว้ในถังข้าวสาร จะช่วยป้องกันมอดได้นำเปลือกมะนาวมาเช็ดทำความสะอาดภาชนะให้เงางามขึ้น ไม่ว่าจะเป็นทองเหลือง ทองแดง เครื่องเงิน เป็นต้น
- 13) ให้สารวิตามินเอ วิตามินซี ธาตุฟอสฟอรัส แคลเซียม กรดมาลิก และกรดซิตริกแก่ร่างกาย
- 14) ช่วยรักษาผิวแตก เพียงแค่นำน้ำมะนาวมาทาในบริเวณที่ผิวแตกก็เป็นอันเสร็จ
- 15) รักษาปัญหาส้นเท้าแตก โดยนำน้ำมะนาวมาทาในบริเวณส้นเท้าวันละ 3 ครั้ง จะช่วยให้รอยแตกในบริเวณส้นเท้าค่อยๆ ดีขึ้น

- 16) หยอดน้ำมะนาวลงไปในไข่เจียว จะช่วยให้ไข่ฟูขึ้นและมีความนุ่มร่วมอยู่ด้วย
- 17) บีบมะนาวลงบนฝ่ามือ จากนั้นลูบไล้ให้ทั่วมือทั้งสองข้าง ช่วยลดกลิ่นคาวปลาหลังจากทำอาหารได้
- 18) แก้ปัญหาเล็บดำจากการหันหรือเด็ดผักเป็นประจำ ด้วยการนำน้ำมะนาวมาถูในบริเวณเล็บจะช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้ใส่น้ำมะนาวประมาณ 2-3 ช้อนชาลงไปในช่วงนั้นนำไปซาวข้าว จะช่วยให้ข้าวเป็นสีขาวและอร่อยมากยิ่งขึ้น

### 2.2.3 สรรพคุณทางยาของมะนาว

นอกจากประโยชน์ที่ให้ได้ในชีวิตประจำวันทั่วไป มะนาวยังมีสรรพคุณทางยาตามตำรับสมุนไพรไทย ที่สามารถใช้ได้ และรักษาโรคที่เกิดจากธาตุต่างๆ ได้อีกหลายโรค โดยเฉพาะน้ำมะนาวที่เป็นกรด มีรสเปรี้ยว สามารถรับประทานได้นั้น มีประโยชน์สารพัด

- 1) ช่วยรักษาอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ แน่นท้อง หรือปวดท้องได้ เพียงนำน้ำมะนาวมาผสมกับน้ำตาลจะช่วยรักษาอาการดังกล่าวได้
- 2) เมื่อมีอาการท้องร่วง ควรดื่มน้ำมะนาวตามเข้าไป มันจะช่วยหยุดอาการดังกล่าวได้เป็นอย่างดี
- 3) นำน้ำมะนาวมาผสมเข้ากับน้ำผึ้งแล้วทานเข้าไป จะช่วยขับพยาธิไส้เดือนได้
- 4) นำมะนาวผสมกับน้ำเกลือแต่เพียงเล็กน้อย จะช่วยรักษาอาการท้องผูก อีกทั้งยังเป็นยาระบายชนิดดี
- 5) นำน้ำมะนาวมาผสมกับน้ำผึ้งในอัตราส่วนที่เท่ากัน จากนั้นนำมาดื่ม จะช่วยแก้อาการบิดได้
- 6) น้ำมะนาวมีส่วนช่วยในการรักษาโรคนี้ไว้ได้
- 7) ดื่มน้ำมะนาวผสมกับเกลือและน้ำตาลเพียงเล็กน้อย ช่วยแก้อาการระดูขาว
- 8) เมื่อเจอกับปัญหาแก้งปลาติดคอ ให้นำน้ำมะนาวคั้นสดเติมเกลือเพียงเล็กน้อย จากนั้นกรอกลงไปให้ตรงกับบริเวณที่แก้งติดคอ อมน้ำมะนาวไว้สักครู่แล้วจึงค่อยกลืนลงไป จะทำให้แก้งปลาเกิดการอ่อนตัวลงแล้วหลุดลงไปในกระเพาะอาหารต่อไป
- 9) มะนาวมีส่วนช่วยในการแก้ลิ้นเป็นฝ้า โดยนำสำลีสะอาดไปชุบน้ำมะนาว จากนั้นเช็ดที่ลิ้นวันละ 2-3 ครั้ง จะช่วยลดฝ้าบนลิ้นให้จางลงได้
- 10) นำน้ำมะนาวมาใช้เป็นน้ำยาบ้วนปากจะช่วยทำให้ช่องปากสะอาดมากยิ่งขึ้น
- 11) น้ำมะนาวช่วยลดอาการอักเสบของเหงือกบวมได้
- 12) น้ำมะนาวช่วยบรรเทาอาการคอแสบแห้งจากการใช้เสียงมากเกินไป
- 13) บรรเทาอาการของโรคต่อมทอนซิลอักเสบได้ด้วยการดื่มน้ำมะนาว

14) หากมีอาการไอที่มีเลือดปนออกมานั้น การใช้น้ำมะนาวดื่มเพื่อรักษาจะช่วยบรรเทาอาการดังกล่าวลงได้ดีในระดับหนึ่ง

15) ดื่มน้ำมะนาวคั้นสดจะช่วยขับเสมหะที่เกิดจากการเป็นหวัด หรือสูดดมควันเข้าไปบ่อยได้ช่วยบรรเทาอาการปวดหัว

16) มีส่วนช่วยในการแก้อาการอาเจียน คลื่นไส้ หรือเป็นลมวิงเวียนศีรษะ

17) น้ำมะนาวเป็นยาอายุวัฒนะ อีกทั้งยังมีส่วนช่วยในการเจริญอาหารได้

18) สามารถนำมาใช้เพื่อรักษาโรคความดันโลหิตสูงและต่ำได้อย่างน่าเหลือเชื่อ

19) วิตามินซีสูงที่อุดมอยู่ในน้ำมะนาว จะช่วยรักษาโรคลักปิดลักเปิด หรือเลือดออกตามไรฟันได้

20) นำน้ำมะนาวผสมเข้ากับน้ำหวาน แล้วตามด้วยเกลือเพียงเล็กน้อยมาดื่ม จะเป็นการช่วยบำรุงโลหิตและรักษาโรคโลหิตจางได้

21) การดื่มน้ำมะนาวคั้นสดมีส่วนช่วยในการแก้โรคเหน็บชา และอาการร้อนในได้

22) น้ำมะนาวผสมกับน้ำตาลช่วยบรรเทาอาการอ่อนเพลียจากการทำงานหนักหรือพักผ่อนไม่เพียงพอ

23) ดื่มน้ำมะนาวจะช่วยบรรเทาอาการปวดตามข้อได้เป็นอย่างดี

24) รักษาโรคผิวหนังได้ด้วยการนำน้ำมะนาวมาทาบริเวณผิวหนังที่เป็นโรคดังกล่าวการนำมะนาวมาผ่าซีก จากนั้นนำไปทาในบริเวณที่เป็นสังคัง ก่อนนอนและตื่นนอน จะช่วยให้อาการดีขึ้น

25) แก้อาการไอ คัดจมูก และหืด ด้วยการเอาก้ามะถันมาตำให้ละเอียด จากนั้นมาผสมเข้ากับน้ำมะนาว นำไปทาในบริเวณที่เป็นโรคดังกล่าวหลังอาบน้ำ จะช่วยรักษาให้หายได้

26) รักษาโรคน้ำกัดเท้าด้วยการใช้น้ำมะนาวสดมาทาในบริเวณดังกล่าว จากนั้นทิ้งไว้ให้แห้งแล้วจึงล้างออกด้วยน้ำสะอาด

27) นำน้ำมะนาวมาชโลมลงบนบริเวณที่เป็นแผลจากการโดนน้ำร้อนลวก จะช่วยรักษาแผลให้หายเร็วขึ้น

28) นำน้ำมะนาวมาทาคือให้ทั่วศีรษะก่อนสระผม จะช่วยบรรเทาอาการคันหนังศีรษะได้

29) นำใบมะนาวมาต้มกับน้ำตาลแดง จากนั้นนำมาดื่มจะช่วยแก้อาการบิดเสาะสะกะปริบกะปรอย

30) อาการผิวดำแดงสามารถรักษาได้ด้วยการนำรากของต้นมะนาวมาฝนกับน้ำข้าวขำ จากนั้นนำมาดื่มเป็นประจำทุกวัน

- 31) นำใบมะนาวมาหั่นเป็นฝอยๆ แล้วนำมาชงในน้ำเดือด ดื่มเป็นชาสมุนไพรช่วยรักษาอาการไอได้ หรือจะนำมาตากแล้วคั่วเพื่อช่วยฆ่าเชื้อโรคก็ได้เช่นกัน
- 32) แก้อาการลมเจียบได้ด้วยการนำใบมะนาวมาต้มน้ำดื่ม
- 33) นำใบมะนาวประมาณ 100 ใบมาต้มน้ำดื่ม ช่วยรักษาไข้ทับระดู
- 34) นำใบมะนาวมาต้มน้ำดื่มเป็นประจำทุกวัน จะเป็นการช่วยฟอกโลหิต

#### 2.2.4 ประโยชน์ของเปลือกมะนาว

- 1) นำเปลือกมะนาวที่บีบน้ำมะนาวออกหมดแล้ว มาทาหรือขัดในบริเวณคาง ข้อศอก เข่า หรือส้นเท้า จะช่วยให้ผิวในบริเวณนี้มีความนุ่มนวลมากยิ่งขึ้น
- 2) นำเปลือกผลแห้งของมะนาวมาต้มน้ำดื่ม จะช่วยแก้อาการจุกเสียด แน่นท้อง ช่วยขับเสมหะที่ติดอยู่ในลำคอ และยังช่วยบำรุงกระเพาะอาหาร
- 3) นำมาแปรรูปเป็นอาหารหลากหลายชนิด เช่น มะนาวแช่อิ่มตากแห้ง น้ำมะนาวรสชาติเข้มข้น แยมมะนาว แยมเปลือกมะนาว แยมมะนาวดอง กิมจ๊อมะนาว เปลือกมะนาวสามรส เปลือกมะนาวเชื่อม มาร์มาเลดมะนาว เป็นต้น

#### 2.2.5 สรรพคุณทางยาของเปลือกมะนาว

- 1) การนำเปลือกมะนาวมาชงกับน้ำอุ่นๆ แล้วนำมาจิบทีละนิดจะช่วยรักษาโรคกระเพาะได้
- 2) แก้เจ็บขบได้ด้วยการนำมะนาวมาผ่าส่วนหัว จากนั้นควั่นเอาเนื้อข้างในออกเพียงเล็กน้อย แล้วจึงใช้ปูนทาบางๆ ตามด้วยการเอาน้ำที่เป็นเจ็บขบสอดเข้าไป
- 3) สำหรับคุณแม่หลังคลอดที่มักมีอาการวิงเวียนศีรษะ แนะนำให้นำมะนาวมาต้มแทนการให้ยาต้มเพื่อลดอาการดังกล่าว
- 4) นำเปลือกมะนาวมาหมักเข้ากับน้ำส้มสายชูประมาณ 2 วัน จากนั้นนำเปลือกมะนาวที่ได้หมักเรียบร้อยแล้วมาปิดทับบริเวณที่เป็นหูด วิธีนี้จะช่วยแก้ปัญหาดังกล่าวได้

## 2.3 น้ำมันหอมระเหย

น้ำมันหอมระเหย (อังกฤษ: Essential Oil) เป็นน้ำมันที่สกัดได้มาจากพืชเช่น ส่วนดอก ใบ ผล ลำต้น มาใช้ในการบำบัดตามศาสตร์สุขภาพบำบัด(Aromatherapy) ซึ่งหมายถึง การบำบัดรักษา โดยการใช้กลิ่นหอมของสารหอมในพืชโดยทั่วไปน้ำมันหอมระเหยจะถูกสกัดได้หลายรูปแบบ เช่น การกลั่น(Distillation) การสกัดโดยใช้ไขมัน (Enfleurage) การสกัดด้วยตัวทำละลาย (Solvent extraction) การบีบอัด (Expression) การใช้คาร์บอนไดออกไซด์เหลวภายใต้ความดันสูง (Supercritical Fluid Extraction) ซึ่งการกลั่นหลายประเภทนี้ถูกนำมาใช้ในอุตสาหกรรมน้ำหอม เครื่องสำอาง สบู่ ฐูปและผลิตภัณฑ์อื่นๆ เพื่อเพิ่มความหอม และบางครั้ง ทำให้คนผ่อนคลายได้ด้วย ดังรูปที่ 2.7



รูปที่ 2.7 น้ำมันหอมระเหย

ที่มา : <https://th.wikipedia.org/wiki/น้ำมันหอมระเหย>

### 2.3.1 ประโยชน์ของน้ำมันหอมระเหยเพื่อสุขภาพ

#### 2.3.1.1 ใช้ทำความสะอาดขวดน้ำ

Lemon Oil มีคุณสมบัติต้านไวรัสและเป็นน้ำยาฆ่าเชื้อที่สำคัญยังมีรสชาติดีด้วย หยดลงในขวดน้ำที่บ้านประมาณ 1-2 หยดเพื่อบรรเทากลิ่นเหม็นอับ นี่เป็นเคล็ดลับแสนง่ายสำหรับขวดน้ำไปโรงเรียนของเด็กๆ และด้วยประสิทธิภาพของ Lemon oil เพียงไม่กี่หยดก็สามารถนำไปใช้งานได้หลายครั้งเลยทีเดียว

## 2.3.2 สรรพคุณของน้ำมันหอมระเหยเพื่อสุขภาพ

### 2.3.2.1 บรรเทาอาการปวดท้องและปวดศีรษะ

Peppermint Oil มีสรรพคุณเย็นและอาจช่วยระงับอาการปวดและช่วยในเรื่องการย่อยอาหาร ซึ่งน้ำมันหอมระเหยที่ใช้ในการรักษาจะมีความเข้มข้นมากและอาจทำให้ระคายเคืองผิว ดังนั้นควรผสมกับ Carrier Oil หรือน้ำมันธรรมชาติ ได้แก่ อัลมอนด์หวาน, น้ำมันเมล็ดแอปริคอต, องุ่น, โจโจ้บา, อะโวคาโด, มะพร้าว หรือน้ำมันมะกอก โดยผสม Peppermint Oil 1 ช้อนชา กับน้ำมันอื่นๆ และหยดลงไปยังบริเวณที่ปวดประมาณ 1-2 หยด ส่วนอาการปวดศีรษะให้พรมเบาๆ ที่ขมับและคิงจุก ควรหลีกเลี่ยงบริเวณรอบดวงตา ส่วนอาการปวดท้องให้หยดลงไปบนท้องประมาณ 1-2 หยดโดยให้ซึมลงสู่ผิว

### 2.3.2.2 ใช้เป็นยาฆ่าเชื้อ

ใช้แทนยาสามัญประจำบ้าน เราสามารถทาน้ำมันหอมระเหยลงไปตามบาดแผลที่โดนของมีคมบาด นอกจากนี้มันยังช่วยเยียวยาบาดแผลเล็กๆ เช่น บริเวณหัวเข่า รวมถึงแผลที่มีขนาดใหญ่ และแผลลึกด้วย น้ำมันที่มีส่วนผสมจากตะไคร้หอม, ตะไคร้, ดอกโรสแมรี่, เสมีดขาว, ลาเวนดูลิน และดอกเมอเทิลล้วนมีสรรพคุณในการต้านเชื้อโรค ไวรัส แบคทีเรีย เชื้อรา และฆ่าเชื้อได้ด้วย

### 2.3.2.3 ช่วยบรรเทาอาการไอ

Peppermint Oil ช่วยลดไอ หยดลงในน้ำอุ่น 1-2 หยดและจิบหรือผสมกับ Carrier Oil 2-3 หยดแล้วทาที่บริเวณเท้า กลิ่นหอมของมันจะช่วยบำบัดและกระตุ้น อีกทั้งยังช่วยให้ผ่อนคลายอีกด้วย

### 2.3.2.4 ช่วยในเรื่องการนอน ผื่นร้ายและความวิตกกังวล

การนอนหลับถือเป็นสิ่งสำคัญสำหรับทุกคน แต่น่าเสียดายที่หลายคนอาจนอนไม่หลับ น้ำมันที่ช่วยส่งเสริมการนอนหลับได้ดีคือลาเวนเดอร์ ส่วนน้ำมันที่ช่วยให้รู้สึกสงบคือการผสมผสานน้ำมันจากส้มเขียวหวาน, ดอกกระดังงา, ส้ม, แพทชูลี และแทนซีสีฟ้า ส่วนน้ำมันที่ช่วยบรรเทาอาการหงุดหงิดและความวิตกกังวลให้ลอง Valor ซึ่งเป็นส่วนผสมของไม้สน, แทนซีสีฟ้า และกำยาน ภูมิภาคเหนือและหอมอน หรือจะใช้ตัวช่วยในการกระจายกลิ่นหอมอย่างเตาน้ำมันหอมระเหยก็ได้

### 2.3.2.5 ช่วยป้องกันโรคหวัดและไข้หวัดใหญ่

ในช่วงฤดูหนาวไข้หวัดจะมีการแพร่กระจายได้โดยง่าย ดังนั้นเราควรหาตัวช่วยในการสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรงยิ่งขึ้น การใช้ น้ำมัน Thieves Oil Blend อาจช่วยให้คนในครอบครัวของคุณมีภูมิคุ้มกันมากขึ้น เนื่องจากการผสมผสานของกานพลู, มะนาว, เปลือกอบเชย, ยูคาลิปตัส และ โรสแมรี่, Thieves ซึ่งถูกพิจารณาแล้วว่าสามารถต้านเชื้อไวรัสและแบคทีเรีย อีกทั้ง



ยังช่วยป้องกันร่างกายจากการโจมตีของโรคหัวใจหรือใช้หัวใจใหญ่ได้ด้วยเพียงหยดลงไปประมาณ 1-2 หยดบริเวณฝ่าเท้า

### 2.3.2.6 ช่วยรักษาแผลไฟไหม้ บวมซ้ำ ของมีคมบาดและแมลงกัดต่อย

Lavender Oil มักใช้เพื่อบรรเทาปัญหาผิวจากการถูกแสงแดดเผาไปจนถึง ผึ้งต่อย เพียงใช้ทาบริเวณผิวที่มีปัญหาจะช่วยบรรเทาความเจ็บปวดได้อย่างรวดเร็ว

### 2.3.2.7 ช่วยบรรเทาปัญหาาระบบทางเดินหายใจและภูมิแพ้ตามฤดูกาล

ลอง RC และยูคาลิปตัส เพื่อบรรเทาปัญหาทางเดินหายใจ เช่น โรคภูมิแพ้ตามฤดูกาล RC คือส่วนผสมของ ยูคาลิปตัส, ดอกเมอเทิล, สะระแหน่, Tsuga, ต้นไซปรัส, สน, ต้นมินต์ และลาเวนเดอร์ ที่จะทำให้ระบบหายใจปลอดโปร่ง เพียงนำลงบนหน้าอก หยดลงไปสักเล็กน้อยลงบนหมอนในเวลากลางคืน หรือหยดไว้ที่เต้าน้ำมันหอมระเหยเพื่อกระจายกลิ่นไปทั่วบริเวณห้องนอน

### 2.3.2.8 ลดความตึงเครียด

การอาบน้ำเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการผ่อนคลาย เพียงหยดกลิ่นน้ำมันที่คุณชื่นชอบลงไปสัก 1-2 หยด และให้กลิ่นของมันช่วยบำบัด นอกจากนี้ยังเป็นวิธีที่เยี่ยมมาก ๆ ในการทำให้เด็กมีความรู้สึกสงบก่อนเข้านอน เพียงหยดกลิ่น Lavender 2-3 หยด หรือ Peace & Calming ลงในอ่างอาบน้ำ

### 2.3.2.9 ข้อควรระวังในการใช้น้ำมันระเหย

ก่อนใช้งาน โปรดปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสุขภาพเกี่ยวกับการใช้น้ำมันเพื่อบริโภคหรือใช้เฉพาะที่ อ่านส่วนผสมทั้งหมดเพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีใครในครอบครัวของคุณเป็นโรคภูมิแพ้และควรทดสอบภูมิแพ้ก่อนใช้

## 2.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

### 2.4.1 ผลกระทบที่สเปรย์มะนาวดับกลิ่น (วิทยาลัยเทคนิคปทุมธานี)

ปาณิสรา การนอก(2559) ได้ทำการวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อ ลดต้นทุนในการซื้อสเปรย์ดับกลิ่น และเพื่อเพิ่มคุณค่าของสมุนไพรในท้องถิ่น โดยมีสมมุติฐานในการวิจัย คือความพึงพอใจของผู้บริโภคต่อการใช้ผลิตภัณฑ์สเปรย์มะนาวดับกลิ่น กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย ประชากรชุมชน อำเภอปทุมธานี จังหวัดนครราชสีมา จำนวน 50 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบสอบถามความพึงพอใจจากการใช้ผลิตภัณฑ์สเปรย์มะนาวดับกลิ่น ค่าสถิติที่ใช้ในการวิจัยคือค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) จากผลการวิจัยพบว่า ความพึงพอใจของประชากร ในเขตอำเภอปทุมธานี จังหวัดนครราชสีมาที่มีต่อสิ่งประดิษฐ์ สเปรย์มะนาวดับกลิ่น สรุปลงโดยภาพรวม อยู่ในระดับดีมาก โดยพิจารณา พบว่า ภาพรวมของผลิตภัณฑ์สามารถดับกลิ่นอับได้ มีค่าเฉลี่ยมากที่สุด

#### 2.4.2 สมุนไพรดับกลิ่นที่ไม่ประสงค์

อัญชลี กล้าขยัน(2551)ได้ทำการศึกษาสมุนไพรดับกลิ่นที่ไม่พึงประสงค์เพื่อทดลองประสิทธิภาพของสมุนไพรในการดับกลิ่นอับต่างๆ ปัจจุบันภาวะแวดล้อมมีกลิ่นเป็นมลพิษต่อระบบหายใจหากเราสู่น้ำยาดับกลิ่นตามท้องตลาดมาใช้มันจะมีราคาแพงซึ่งส่วนใหญ่จะผลิตจากสารเคมีทำให้เกิดอันตรายต่อสภาพแวดล้อมมากขึ้น คณะผู้จัดทำจึงศึกษาสมุนไพรที่หาง่ายในท้องถิ่นและเป็นสมุนไพรที่มีกลิ่นหอม เช่น ใบเตย ผิวมะกรูด ตะไคร้ มะนาว มาทดลองกลิ่นหอมของสมุนไพรเพื่อเปรียบเทียบปริมาณที่เหมาะสมและชนิดของสมุนไพรที่สามารถขจัดกลิ่นในสถานที่ต่างๆที่มีกลิ่นไม่พึงประสงค์ จากการศึกษาพบว่าสมุนไพรที่เหมาะสมสามารถกำจัดกลิ่นได้ดีที่สุดคือ ผิวของมะกรูด



### บทที่ 3

#### รายละเอียดการปฏิบัติงาน

##### 3.1 ชื่อและที่ตั้งของสถานประกอบการ

ชื่อหน่วยงาน     โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ (Baan Wanglang Riverside)  
สถานที่ตั้ง         342 ซอย อรุณอัมรินทร์ 18 ถ.พรานนก แขวง ศิริราช เขต บางกอกน้อย  
                           กรุงเทพฯ 10700  
หมายเลขโทรศัพท์ 02-412-7234  
หมายเลขโทรสาร 02-412-7235  
เว็บไซต์ : www.baanwanglang.com  
Email: info@baanwanglang.com



รูปที่ 3.1 โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์

ที่มา : [https://www.oyster.com/bangkok/hotels/baan-wanglang-riverside/photos/the-hotel--v10999393/โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์](https://www.oyster.com/bangkok/hotels/baan-wanglang-riverside/photos/the-hotel-v10999393/โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์)

## ข้อมูลทั่วไปของโรงแรมบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์



รูปที่ 3.2 สัญลักษณ์ของ โรงแรม บ้านวังหลังริเวอร์ไซด์

ที่มา : <http://www.baanwanglang.com/index.php>

จุดเริ่มต้นนั้นมาจากคุณทรงชัย เซาว์นแหลม ที่เป็นเพื่อนกันกับตระกูลไวหงส์ ซึ่งเติบโตมาด้วยกันกับอาคารแห่งนี้ตั้งแต่ยังเป็นเด็ก ความรักและความผูกพันที่มีต่อที่แห่งนี้ บวกกับความสวยงามของทิวทัศน์ ชุมชนวังหลังที่เก่าแก่ ซึ่งเป็นทั้งชุมชนและตลาดที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยอาหารหลากหลายชนิด ของซื้อของขายมากมายแล้ว ยังอยู่ใกล้ๆกันกับท่าเรือและถนนที่ตัดผ่านระหว่างโรงพยาบาลศิริราชอีกด้วย นั่นก็หมายถึงความสะดวกต่อการเดินทาง ทำให้คุณทรงชัยสนใจคิดที่จะก่อตั้งโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ ขึ้นมา

โรงแรมบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ นั้นเป็นของตระกูลไวหงส์ (เป็นตระกูลที่เก่าแก่ในย่านวังหลัง) ในอดีตตัวอาคารนั้นเป็นเพียงอพาทเมนต์ที่มีความเก่าแก่ประมาณ 20 ปี ตั้งอยู่ติดกับริมแม่น้ำเจ้าพระยา มีความสูงที่จำกัดเพียง 5 ชั้น มีทิวทัศน์ที่สวยงามไม่น้อย เชื่อว่าเป็นวิวที่สวยงามที่สุดในกรุงเทพมหานครอีกแห่งหนึ่งก็ได้ และหลังจากนั้นคุณทรงชัย เซาว์นแหลม จึงได้เริ่มที่จะแข่งและปรับปรุงเป็นโรงแรม

ในปี พ.ศ.2554 เป็นการเริ่มก่อสร้างโรงแรมที่ไม่ดีนัก เหตุมาจากในปีนี้เป็นปีที่น้ำท่วมกรุงเทพมหานครครั้งยิ่งใหญ่ ทำให้เกิดปัญหาในการก่อสร้าง เพราะทำเลที่ตั้งอยู่ในชอยค่อนข้างเล็กและเป็นชุมชน จึงทำให้การขนย้ายอุปกรณ์ก่อสร้างเข้าถึงได้ยาก ระยะเวลาการก่อสร้างจึงล่าช้าออกไปเป็นประมาณ 1 ปีครึ่ง

เริ่มเปิดให้บริการในวันที่ 1 มกราคม 2556 บริหารงานโดยคุณนวเทพ เซาว์นแหลม ลักษณะการออกแบบบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์จะออกแบบเป็นสถาปัตยกรรมไทยร่วมสมัย.5 และในส่วนของการออกแบบของล็อบบี้ บาร์ ร้านอาหาร จะเป็นไทยในรูปแบบต่างๆ ที่ผสมผสานกันอย่างลงตัว

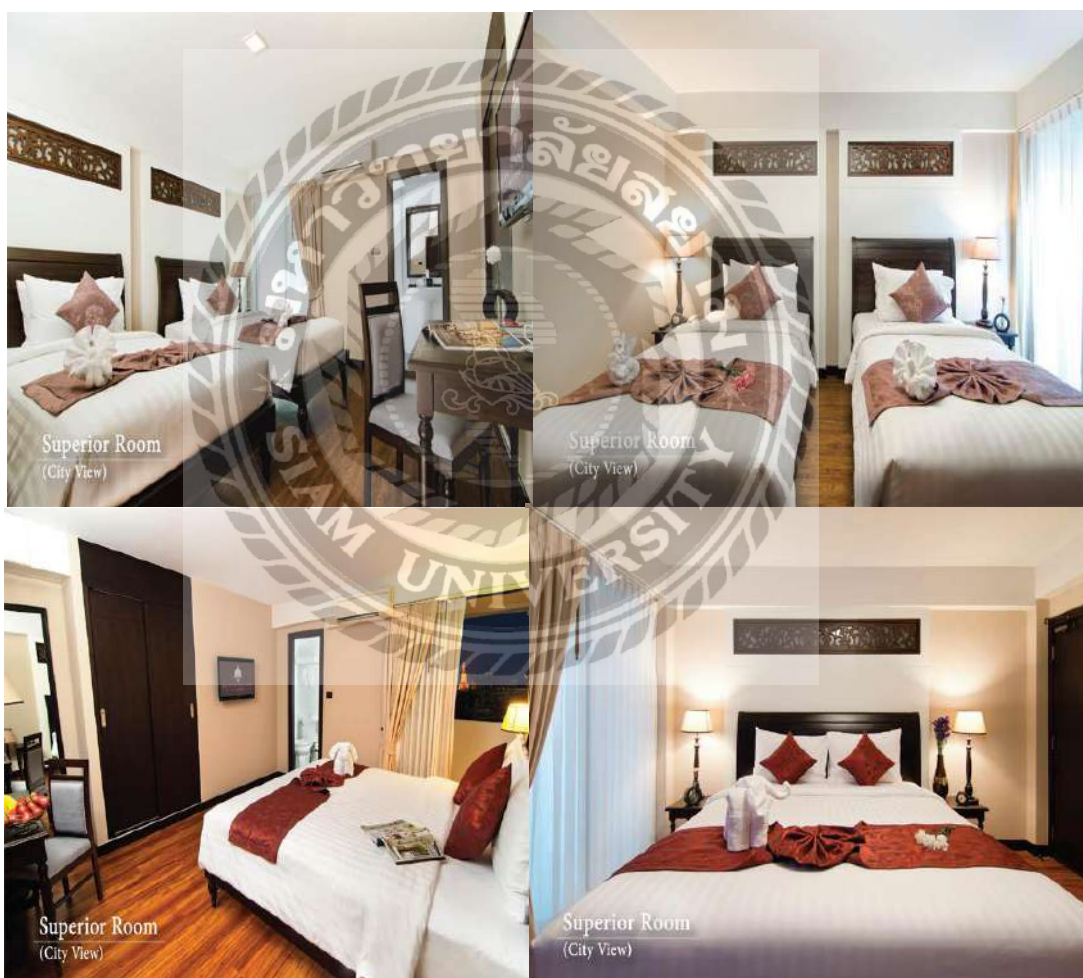
### 3.2 ลักษณะการประกอบการและการให้บริการหลักขององค์กร

#### 3.2.1 รายละเอียดห้องพักโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ มีดังนี้

##### 3.2.1.1 ห้องห้องซูพีเรียร์ (Superior Room)

ห้องซูพีเรียร์มาพร้อมกับทิวทัศน์ของเมืองและฉากหลังของย่านวังหลัง  
ห้องพักที่สะดวกสบายขนาดกระทัดรัดนี้มีพื้นที่ 20 ตารางเมตรพร้อมเตียงเดี่ยวหรือเตียงคู่ที่สามารถ  
เลือกได้

- ขนาดห้อง: 20 ตร.ม.
- จำนวนห้อง: 25 ห้อง (เตียงคู่ 16 ห้องและเตียงเดี่ยว 9 ห้อง)
- ประเภทเตียง: เตียงคู่และเตียงเดี่ยว



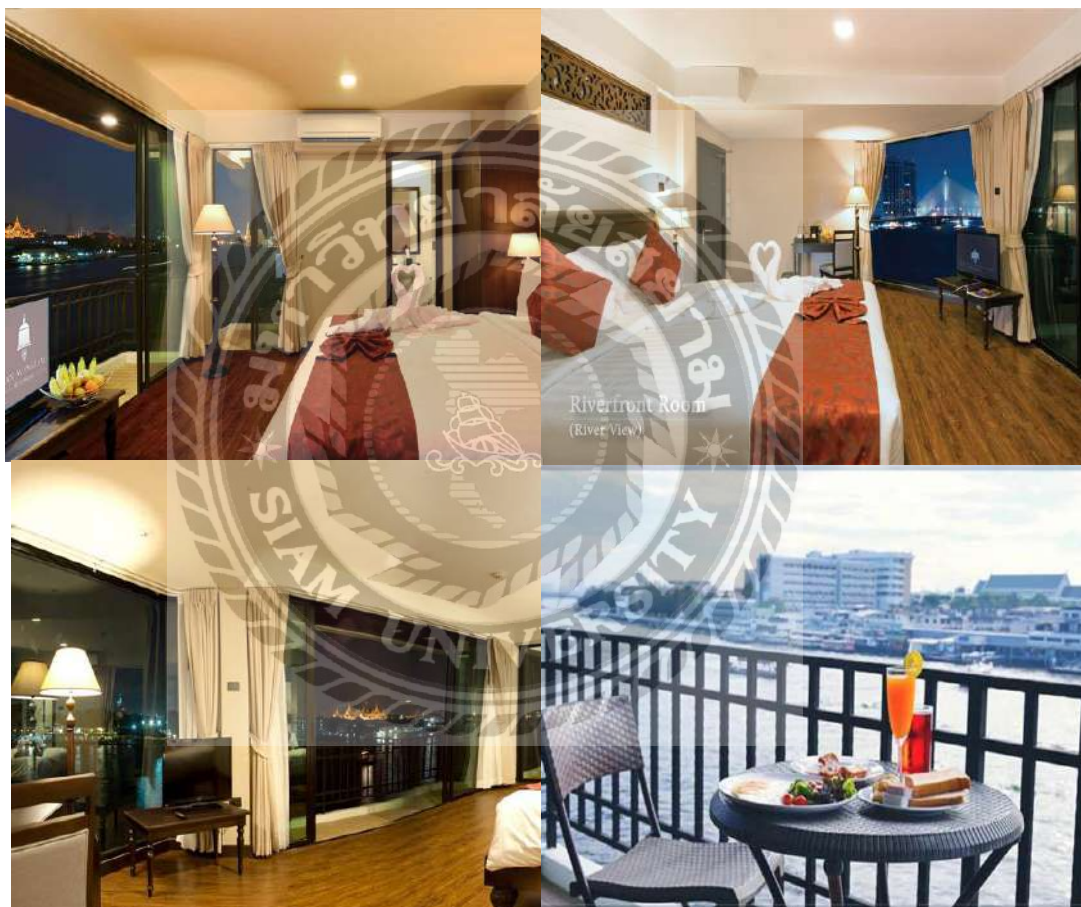
รูปที่ 3.3 รูปภาพของ ห้องห้องซูพีเรียร์ (Superior Room)

ที่มา : [http://www.baanwanglang.com/superior\\_room.php](http://www.baanwanglang.com/superior_room.php)

### 3.2.1.2 ห้องริเวอร์ฟรอนท์ (Riverfront room)

ห้องริเวอร์ฟรอนท์มาพร้อมกับทัศนียภาพอันงดงามของแม่น้ำเจ้าพระยาที่สามารถมองเห็นวิวสะพานพระรามหกพระบรมมหาราชวังและวัดอรุณราชวราราม ห้องพักขนาด 23 ตร.ม. มีระเบียงส่วนตัวที่กว้างขวางทำให้รู้สึกสดชื่นและผ่อนคลายด้วยสายลมเย็น ๆ ไหลจากแม่น้ำ เพิ่มสัมผัสไม้ตู้เล็ก ๆ เก็บตู้เย็นขนาดกะทัดรัดเพื่อความสะดวกของคุณ

- ขนาดห้อง: 23 ตร.ม.
- จำนวนห้อง: 2 ห้อง
- ประเภทเตียง: เตียงคู่



รูปที่ 3.4 รูปภาพของ ห้องริเวอร์ฟรอนท์ (Riverfront room)

ที่มา : <http://www.baanwanglang.com/riverfront.php>

### 3.2.1.3 ห้องมุมมีวิวแม่น้ำ (Corner Suite)

ห้องมุมมีวิวแม่น้ำสะพานพระราม 8 และโรงพยาบาลศิริราชที่มีชื่อเสียง และเป็นที่ยอมรับ ห้องสวีทขนาด 40 ตารางเมตรสามารถรองรับพื้นที่นั่งเล่นอันสะดวกสบาย สำหรับสองท่านพร้อมเก้าอี้หนังที่ผ่อนคลาย นอกจากนี้การเพิ่มสัมผัสเล็กน้อยของผู้ไม่เก็บตู้เย็น ขนาดกะทัดรัดเพื่อความสะดวกของคุณ

- ขนาดห้อง: 40 ตร.ม.
- จำนวนห้อง: 3 ห้อง
- ประเภทเตียง: เตียงคู่



รูปที่ 3.5 รูปภาพของ ห้องมุมมีวิวแม่น้ำ (Corner Suite)

ที่มา : [http://www.baanwanglang.com/corner\\_suite.php](http://www.baanwanglang.com/corner_suite.php)

### 3.2.1.4 ห้องพานoramิก สวีท (Panoramic Suite)

ห้องพานoramิก สวีท (Panoramic Suite) มีทัศนียภาพ 180 องศาที่ชัดเจน และปราศจากสิ่งกีดขวางโดยแม่น้ำเจ้าพระยาไหลคดเคี้ยวไปกับทัศนียภาพที่งดงามทั้งกลางวันและกลางคืน ได้เห็นสะพานพระราม 8, วัดทองและพระบรมมหาราชวังตลอดจนวัดอรุณราชวราราม

ห้องสวีทที่ตกแต่งอย่างสวยงามนี้มีพื้นที่กว้างขวาง 45 ตร.ม. ประกอบด้วยห้องนั่งเล่นพร้อมห้องน้ำในตัวซึ่งประกอบไปด้วยชุดเฟอร์นิเจอร์ตกแต่งที่สวยงามและน่าดึงดูดใจเพื่อให้ท่านได้ชื่นชมกับทัศนียภาพที่น่าตื่นตาตื่นใจที่สุดของกรุงเทพฯริมแม่น้ำ นอกจากนี้การเพิ่มสัมผัสเล็กน้อยของผู้ไม่เก็บผู้เย็นขนาดกะทัดรัดเพื่อความสะดวกของคุณ

- ขนาดห้อง: 45 ตร.ม.
- จำนวนห้อง: 1 ห้อง
- ประเภทเตียง: เตียงคู่



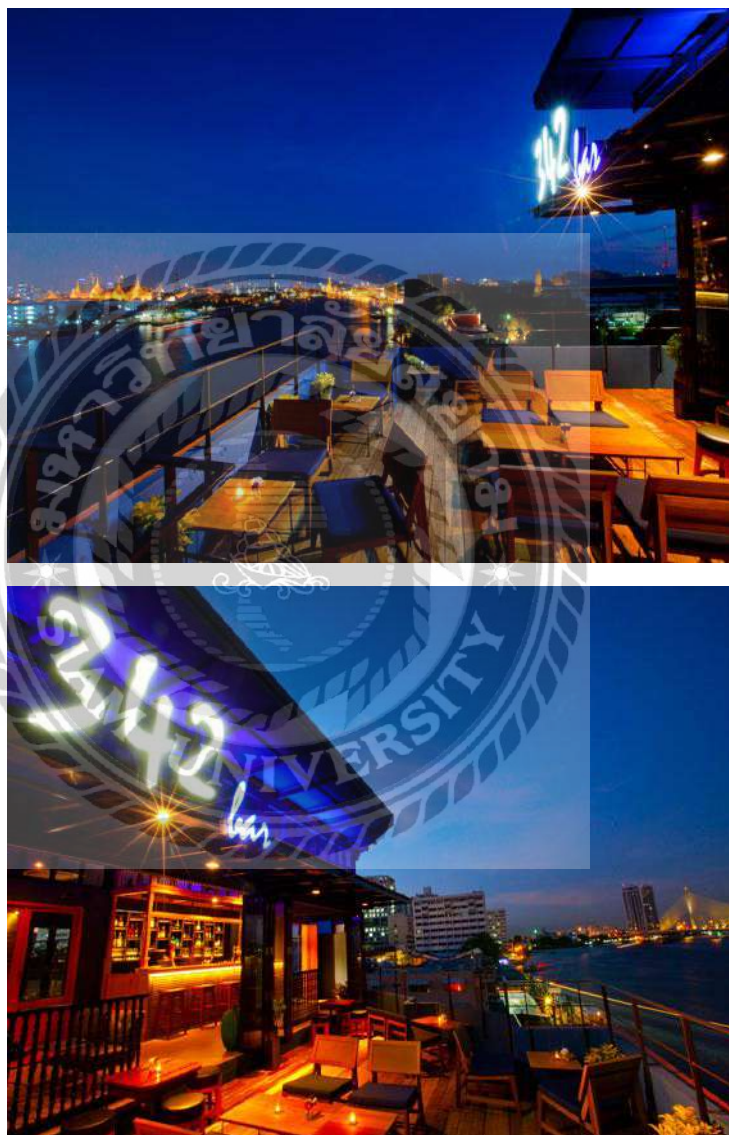
รูปที่ 3.6 รูปภาพของ ห้องพานoramิก สวีท (Panoramic Suite)

ที่มา : [http://www.baanwanglang.com/panoramic\\_suite.php](http://www.baanwanglang.com/panoramic_suite.php)



### 3.2.1.5 342 BAR

342 Bar ตั้งอยู่บนดาดฟ้าของโรงแรม หันหน้าเข้าแม่น้ำเจ้าพระยา เห็นวิวของกรุงเทพฯแบบมุมกว้าง โดยถือเป็นจุดชมวิวยที่สวยงามที่สุดแห่งหนึ่งของกรุงเทพฯ ตัวร้านจะแบ่งเป็น 3 ส่วนหลักคือ ด้านนอก (Outdoor), ด้านใน (Indoor) และห้องแอร์ มีบริการเครื่องดื่มหลากหลาย จุดเด่นอยู่ที่ Cocktail ซึ่งมีให้เลือกมากกว่า 50 รายการ ส่วนอาหารจะเป็นของทานเล่นที่ไว้ทานคู่กับเครื่องดื่มเท่านั้น เวลาให้บริการ 16:00 – 24:00 เบอร์ติดต่อ 082-342-777



รูปที่ 3.7 รูปภาพของ 342 Bar

ที่มา : [http://www.baanwanglang.com/342\\_bar\\_bangkok.php](http://www.baanwanglang.com/342_bar_bangkok.php)

### 3.2.1.6 ร้านอาหารต้นมะกอก (Tonmakok Restaurant)

ร้านอาหารต้นมะกอก (Tonmakok Restaurant) เป็นร้านอาหารไทย ตั้งอยู่บนชั้น 2 ของโรงแรมฝั่งริมแม่น้ำ ในส่วนของครัวนั้นเปิดให้บริการตั้งแต่อาหารเช้าจนถึงอาหารเย็น ในส่วนของร้านถูกแบ่งเป็น 3 ส่วนคือ ด้านนอก ด้านในและห้องแอร์ โดยห้องแอร์สามารถใช้อัดเป็นสถานที่จัดประชุมหรือสถานที่จัดเลี้ยงได้ เพียบพร้อมด้วยอุปกรณ์อำนวยความสะดวกครบครัน เวลาให้บริการ 06:30 – 22:00 ครัวปิดให้บริการตั้งแต่ 21:30 เป็นต้นไป เบอร์ติดต่อ 080-259-6207, 02-866-086



รูปที่ 3.8 รูปภาพของร้านอาหารต้นมะกอก

ที่มา : <http://www.baanwanglang.com/Tonmakok-Thai-Cuisine.ph>

### 3.2.1.6 ห้องอาหาร N10 Café

N10 Café ร้านกาแฟที่บรรยากาศดีที่สุดในย่านบูรีมน้ำชั้นล่างสุดของโรงแรม เน้นให้บริการด้านชา กาแฟและเครื่องดื่มอื่นๆ รวมถึงเบเกอรี่นานาชนิด มีทั้งหมด 2 ส่วนหลักคือ ด้านนอกติดริมแม่น้ำและห้องแอร์ เวลาให้บริการ 09:00 – 20:00 เบอร์ติดต่อ 088-000-8342



รูปที่ 3.9 รูปภาพของ N10 Café

ที่มา : [http://www.baanwanglang.com/N\\_10\\_cafe.php](http://www.baanwanglang.com/N_10_cafe.php)

### 3.3 ตำแหน่งและลักษณะงานที่ได้รับมอบหมาย

ชื่อ (Name)	นางสาว สัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์
ตำแหน่ง (Position)	Trainee Front Office
แผนก (Department)	Front Office



รูปที่ 3.10 รูปภาพของ นางสาวสัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์ ผู้จัดทำโครงการ

#### หน้าที่และงานที่ต้องรับผิดชอบ

- 1) ทำ Booking ที่ลูกค้าจองห้องพักในแต่ละวัน
- 2) เตรียมเอกสารสำหรับลูกค้าที่จะเข้าพักในวันรุ่งขึ้น
- 3) เตรียมน้ำ Welcome Drink
- 4) ทำการ Check-in และ Check-out
- 5) ยืนยันการจองที่พักของลูกค้า
- 6) ตัดกระดาษต่างๆที่ต้องใช้ในแผนก
- 7) เขียน Thank you Card
- 8) ทำรายงาน Occupancy Report
- 9) ทำรายงาน Room Rate ของแต่ละเดือน
- 10) ทำรายงานการใช้บริการอาหารเช้า
- 11) ตรวจสอบห้องพักหลังจากที่แม่บ้านทำความสะอาดเรียบร้อยแล้ว
- 12) เบิกเงินและของที่ต้องใช้ภายในแผนก



รูปที่ 3.11 การทำ Booking



รูปที่ 3.12 รูปการเตรียมเอกสารสำหรับลูกค้าที่จะเข้าพักในวันรุ่งขึ้น



รูปที่ 3.13 รูปการตัดกระดาษที่ใช้ภายในแผนก

### 3.4 ชื่อและตำแหน่งงานของพนักงานที่ปรึกษา

ชื่อ ( Name )	คุณกมลทิพย์ สระทองหน
ตำแหน่ง ( Position )	Supervisor Front Office
แผนก ( Department )	Front Office



รูปที่ 3.14 คุณ กมลทิพย์ สระทองหน พนักงานที่ปรึกษาโครงการ

### 3.5 ระยะเวลาที่ปฏิบัติงาน

ระยะเวลาในการฝึกงานระหว่างวันที่ 8 มกราคม 2561 ถึง วันที่ 29 พฤษภาคม 2561 เป็นระยะเวลา 16 สัปดาห์ หยุด 6 วัน ต่อเดือน ไม่มีวันหยุดนักขัตฤกษ์ ทำงานวันละ 9 ชั่วโมง พัก 1 ชั่วโมง

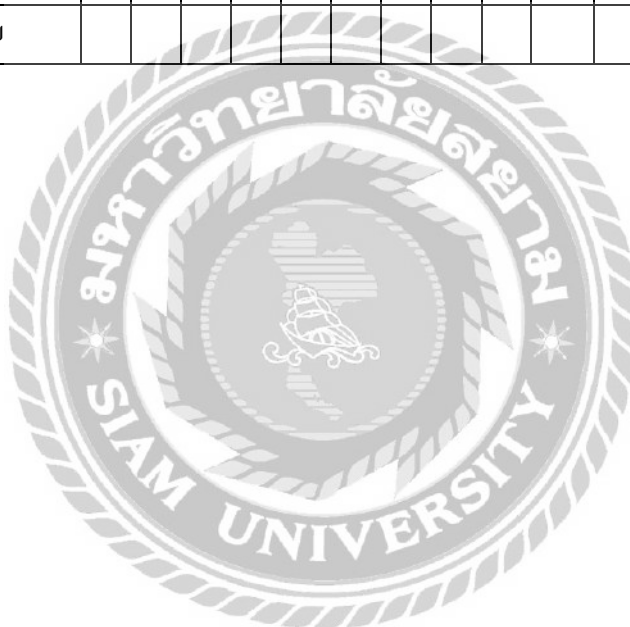
### 3.6 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน มีดังนี้

- 3.6.1 ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหา
- 3.6.2 กำหนดหัวข้อโครงการ
- 3.6.3 ออกแบบและวางแผนการวิจัย
- 3.6.4 สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.6.5 เก็บรวบรวมข้อมูล
- 3.6.6 วิเคราะห์ข้อมูล
- 3.6.7 สรุปและจัดทำรายงานวิจัย

ตารางที่ 3.1 ขั้นตอนและวิธีการดำเนินงาน

ขั้นตอนการทำงาน	สัปดาห์ที่															
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
ศึกษาข้อมูลและวิเคราะห์ปัญหา	■	■	■													
กำหนดหัวข้อโครงการ				■	■											
ออกแบบและวางแผนการวิจัย					■	■	■	■								
สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล									■							
เก็บรวบรวมข้อมูล										■	■					
วิเคราะห์ข้อมูล												■				
สรุปและจัดทำรายงานวิจัย													■	■	■	■



## บทที่ 4

### ผลการดำเนินงาน

#### 4.1 รายละเอียดโครงการ

โครงการวิจัย “ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก” มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยลดต้นทุนให้กับทางโรงแรม ยังได้นำของเหลือใช้มาแปรรูปให้เกิดประโยชน์และ เพื่อขจัดกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ในห้องน้ำของโรงแรม ซึ่งเกิดจากการศึกษาหาข้อมูลความรู้และคิดค้นผลิตภัณฑ์ทดแทนจากวัตถุดิบเหลือใช้ภายในโรงแรมมาใช้เพื่อลดต้นทุน ซึ่งโครงการนี้ได้จัดทำโครงการ เพื่อช่วยลดต้นทุนในส่วนของการซื้อสารเคมีมากำจัดกลิ่นห้องน้ำให้กับทางโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ เป็นจำนวนเงิน 2,695 บาท ต่อเดือน โดยมีรายละเอียดดังนี้

ตารางที่ 4.1 ตารางแสดงลดต้นทุนให้กับทางโรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์

ก่อนสารเคมี	ลูกหอมขจัดกลิ่น
ราคาเฉลี่ยก่อนละ 24.75฿	ราคาเฉลี่ยก่อนละ 5.5฿
1 เดือน ใช้ 140 ก้อน คิดเป็นเงิน 3,465 ฿	1 เดือนใช้ 140 ก้อน คิดเป็นเงิน 770฿

#### 4.2 การเตรียมการและการวางแผนของโครงการ

4.2.1 ศึกษาข้อมูลและปัญหาภายในห้องพักของทางโรงแรมโดยสังเกตจากการบอกล่าของลูกค้ำที่มาใช้บริการ เพื่อวิเคราะห์ปัญหาที่เกิดขึ้นและแก้ไขปัญหานั้นได้ถูกจุด

4.2.2 ปรึกษาหัวหน้าโครงการทำโครงการกับพนักงานที่ปรึกษาและอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อรับคำแนะนำในการทำโครงการ

4.2.3 ออกแบบและวางแผนงานวิจัยตามหัวข้อที่กำหนดไว้

4.2.4 จัดเตรียมอุปกรณ์เพื่อทำโครงการ เก็บข้อมูลการทำความสะอาดภายในชักโครก และลงมือปฏิบัติงาน



#### 4.3 วัสดุอุปกรณ์/เครื่องมือในการทำโครงการนี้มีดังนี้

- 4.3.1 เครื่องปั่น
- 4.3.2 ช้อน
- 4.3.3 อ่างผสม
- 4.3.4 ตาชั่ง
- 4.3.5 ถ้วยตวง
- 4.3.6 แม่พิมพ์
- 4.3.7 ถาดรอง

#### 4.4 วัตถุดิบที่ใช้ในการทำโครงการนี้มีดังนี้

- 4.4.1 เบคกิ้งโซดา 300 กรัม
- 4.4.2 เปลือกมะนาวปั่นละเอียด 75 กรัม
- 4.4.3 น้ำมันหอมระเหยกลิ่นมะนาว 0.5 มล.
- 4.4.4 น้ำเปล่า 20 มล.
- 4.4.5 แม่พิมพ์

#### 4.5 ขั้นตอนในการปฏิบัติงานมีดังนี้

- 4.5.1 เทเบคกิ้งโซดาลงในอ่างผสม ดังรูปที่ 4.1



รูปที่ 4.1 เบคกิ้งโซดา

ที่มา : ผู้จัดทำ 2561

4.5.2 ใส่เปลือกมะนาวปั่นละเอียด หัวน้ำมันหอมระเหย น้ำเปล่า ตามส่วนผสม และคนให้เข้ากัน ดังรูปที่ 4.2



รูปที่ 4.2 ใส่ส่วนผสมลงในอ่างผสม

ที่มา : ผู้จัดทำ 2561

4.5.3 อัดส่วนผสมลงในแม่พิมพ์ที่เตรียมไว้ ดังรูปที่ 4.3



รูปที่ 4.3 อัดส่วนผสมลงในแม่พิมพ์

ที่มา : ผู้จัดทำ 2561

4.5.4 นำไปวางตากแดด 1 วัน เพื่อให้ลูกหอมขจัดกลิ่นแข็งตัว ดังรูปที่ 4.4



รูปที่ 4.4 ลูกหอมตากแดด เพื่อให้แข็งตัว

ที่มา : ผู้จัดทำ 2561

4.5.5 เก็บใส่ภาชนะปิด พร้อมใช้งาน



#### 4.6 ผลการปฏิบัติงานโครงการ

การปฏิบัติโครงการสหกิจศึกษา เรื่องลูกหอมขจัดกลิ่นภายในซั๊กโครก มีผลการคำนวณ ดังนี้

##### 4.6.1 ข้อมูลทั่วไปผู้ตอบแบบสอบถาม

จากการสอบถามข้อมูลทั่วไป ผู้ตอบแบบสอบถาม ดังตารางที่ 4.2

ตารางที่ 4.2 ตารางข้อมูลทั่วไปผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
<b>เพศ</b>		
ชาย	13	43.00
หญิง	17	57.00
<b>รวม</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>อายุ</b>		
15-20 ปี	1	3.00
21-30 ปี	16	53.00
31-40 ปี	8	11.00
41 ปีขึ้นไป	5	33.00
<b>รวม</b>	<b>30</b>	<b>100</b>
<b>แผนก</b>		
Front Office	9	31.00
Houseskeeping	15	50.00
Food and Beverage	6	19.00
<b>รวม</b>	<b>30</b>	<b>100</b>

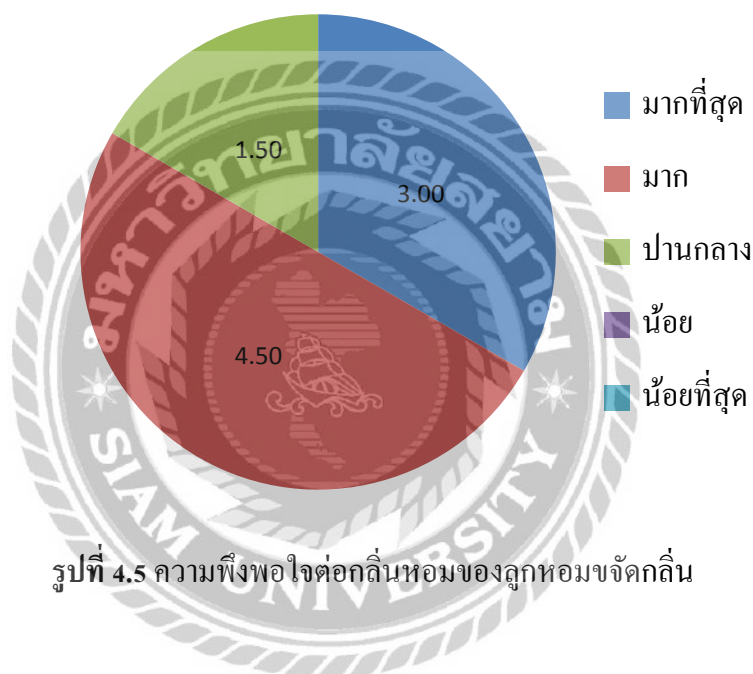
ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.00 และเพศชายคิดเป็นร้อยละ 43.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน และ ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุเฉลี่ยอยู่ที่ประมาณ 21-30 ปีมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.00 ที่เหลืออีกได้แก่ อายุระหว่าง 41 ปีขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 33.00 อายุระหว่าง 31-40 ปี คิดเป็นร้อยละ 11.00 และอายุระหว่าง 15-20 ปี คิดเป็นร้อยละ 3.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อยู่แผนก Houseskeeping คิดเป็นร้อยละ 50.00 ส่วนแผนกที่เหลือคิดได้แก่ แผนก Front Office คิดเป็นร้อยละ 31.00 แผนก Food and Beverage คิดเป็นร้อยละ 19.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมด จำนวน 30 คน

#### 4.6.2 ความพึงพอใจของผู้ตอบแบบสอบถามต่อผลิตภัณฑ์ “ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก”

จากการประเมินความพึงพอใจของผู้ที่ได้ใช้บริการห้องน้ำภายในโรงแรม มีผลดังนี้

##### 4.6.2.1 ความพึงพอใจต่อกลิ่น

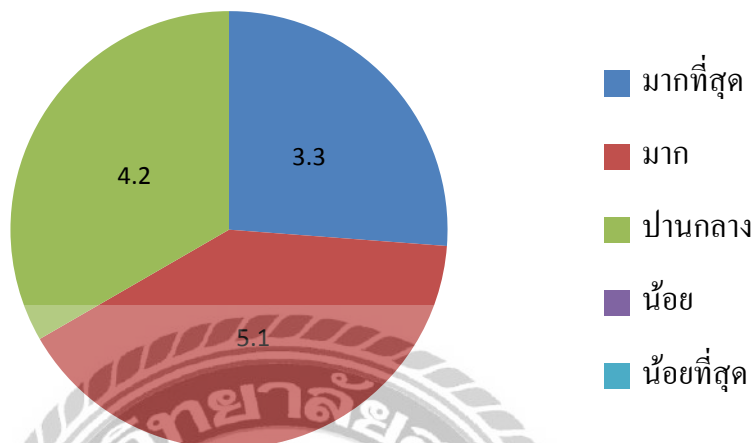
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจต่อกลิ่นหอมของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 50.00 มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 33.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 17.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.5



รูปที่ 4.5 ความพึงพอใจต่อกลิ่นหอมของลูกหอมขจัดกลิ่น

#### 4.6.2.2 ความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสม

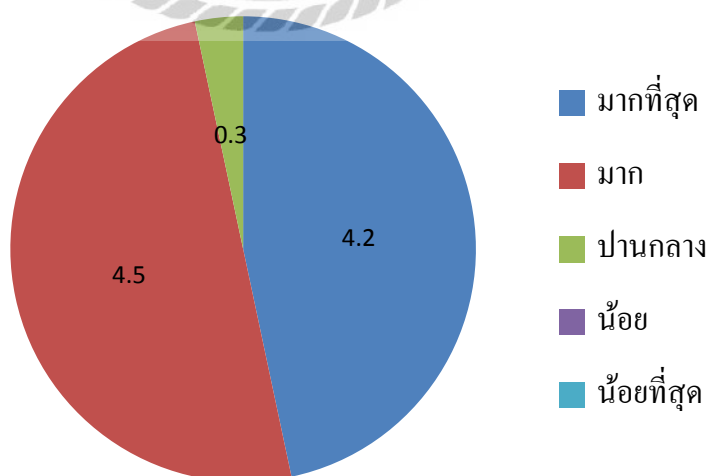
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 52.00 มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 33.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 15.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.6



รูปที่ 4.6 ความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่น

#### 4.6.2.3 ความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งาน

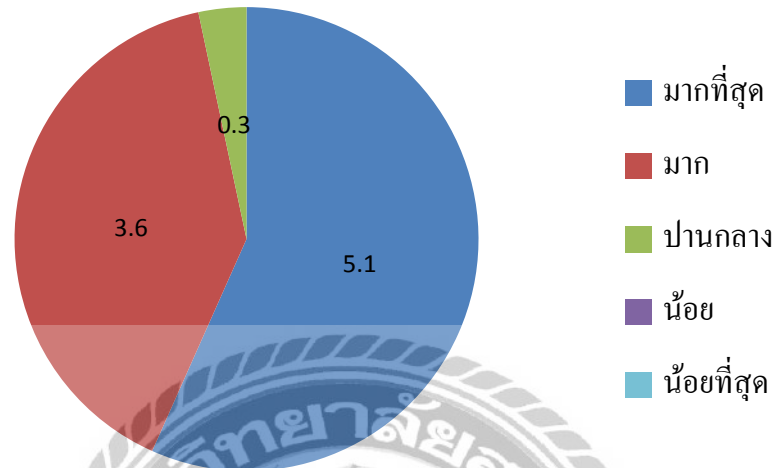
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งานของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 50.00 มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 3.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.7



รูปที่ 4.7 ความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งาน

#### 4.6.2.4 ความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เสียงการใช้สารเคมี)

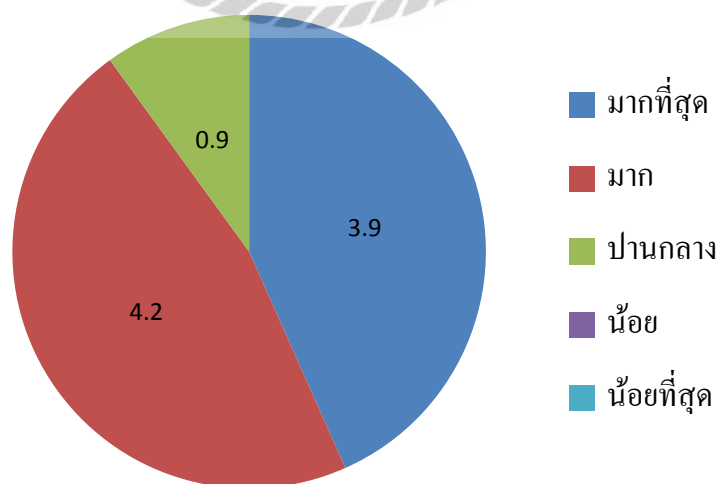
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เสียงการใช้สารเคมี) ของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 40.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 3.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.8



แผนภูมิที่ 4.8 ความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เสียงการใช้สารเคมี)

#### 4.6.2.5 ความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน

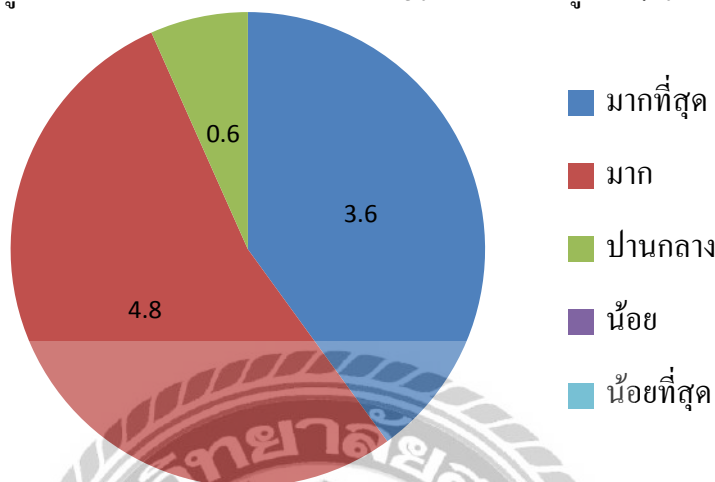
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งานของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 47.00 มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.9



รูปที่ 4.9 ความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน

#### 4.6.2.6 ความพึงพอใจระยะเวลาการจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ

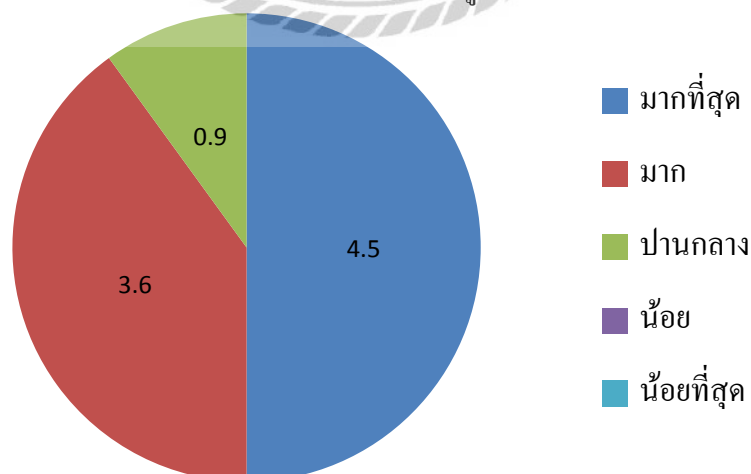
จากผลการตอบแบบสอบถาม โครงการมีความพึงพอใจระยะเวลาการจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำของลูกหอมจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 53.00 มีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 7.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.10



รูปที่ 4.10 ความพึงพอใจระยะเวลาการจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ

#### 4.6.2.7 ความพึงพอใจการจัดปราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ

จากผลการตอบแบบสอบถาม โครงการมีความพึงพอใจการจัดปราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆของลูกหอมจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 40.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.11

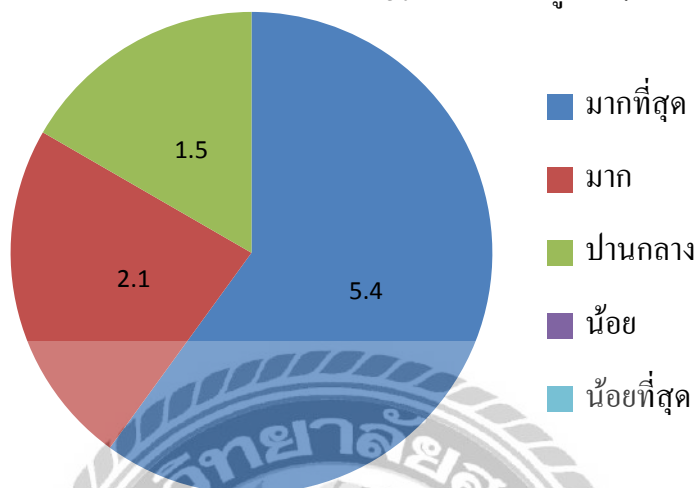


รูปที่ 4.11 ความพึงพอใจการจัดปราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ



#### 4.6.2.8 ความพึงพอใจระยะเวลาในการจัดคราบสิ่งสกปรก(ความรวดเร็ว)

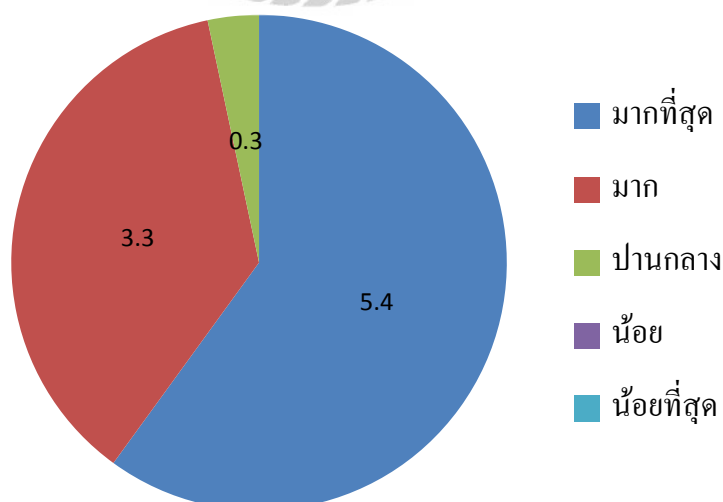
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจระยะเวลาในการจัดคราบสิ่งสกปรก(ความรวดเร็ว)ของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 23.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 17.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.12



รูปที่ 4.12 ความพึงพอใจระยะเวลาในการจัดคราบสิ่งสกปรก(ความรวดเร็ว)

#### 4.6.2.9 ความพึงพอใจความประหยัดและคุ้มค่าของลูกหอมขจัดกลิ่น

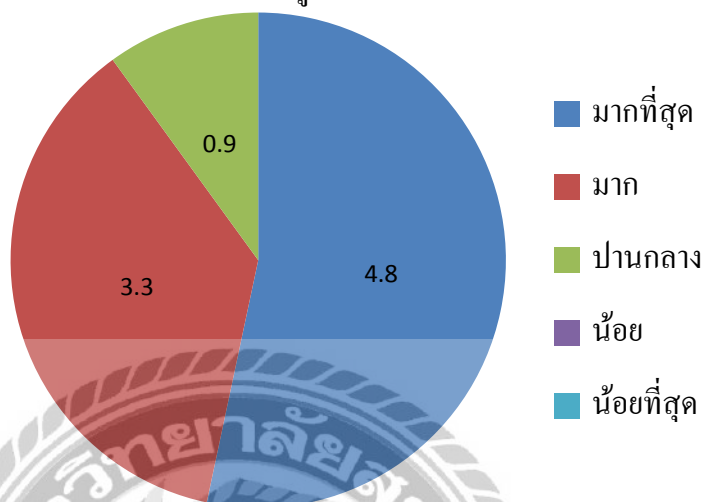
จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 37.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 3.00 ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.13



รูปที่ 4.13 ความพึงพอใจความประหยัดและคุ้มค่าของลูกหอมขจัดกลิ่น

#### 4.6.2.10 ความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่น

จากผลการตอบแบบสอบถามโครงการมีความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่นของลูกหอมขจัดกลิ่นมีความพึงพอใจระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.00 มีความพึงพอใจระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 37.00 และมีความพึงพอใจระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 10.00ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้งหมดจำนวน 30 คน ดังแผนภูมิที่ 4.14



รูปที่ 4.14 ความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่น

การแปลผลคะแนนความพึงพอใจลูกหอมขจัดกลิ่น

(บุญชม ศรีสะอาด 2543 : 100) การวิเคราะห์ข้อมูลความหมายค่าเฉลี่ย (Mean) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 4.51 – 5.00 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 3.51 – 4.50 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 2.51 – 3.50 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.51 – 2.50 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยของคะแนน 1.00 – 1.50 หมายถึง ชอบมากที่สุด

ตารางที่ 4.3 ตารางแสดงค่าเฉลี่ยความพึงพอใจต่อโครงการ “ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก”

รายละเอียด	ค่าเฉลี่ย $\bar{X}$	S.D.	ระดับความ พึงพอใจ
1. ความพึงพอใจต่อกลิ่นหอมของลูกหอมขจัดกลิ่น	3.00	1.22	ปานกลาง
2. ความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่น	3.00	1.85	ปานกลาง
3. ความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งาน	3.00	2.00	ปานกลาง
4. ความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เลี่ยงการใช้สารเคมี)	3.00	1.49	ปานกลาง
5. ความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน	3.00	1.77	ปานกลาง
6. ความพึงพอใจระยะเวลาการขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ	3.00	1.53	ปานกลาง
7. ความพึงพอใจการขจัดคราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ	3.00	1.71	ปานกลาง
8. ความพึงพอใจระยะเวลาในการขจัดคราบสิ่งสกปรก (ความรวดเร็ว)	3.00	2.09	ปานกลาง
9. ความพึงพอใจความประหยัดและคุ้มค่าของลูกหอมขจัดกลิ่น	3.00	1.61	ปานกลาง
10. ความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่น	3.00	1.61	ปานกลาง
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	3.00	0.26	ปานกลาง

เกณฑ์การประเมินค่าเฉลี่ย  $\bar{X}$  : 1.00-1.50 = น้อยที่สุด, 1.51-2.50 = น้อย, 2.51-3.50 = ปานกลาง, 3.51-4.50 = มาก, 4.51-5.00 = มากที่สุด (บุญชม ศรีสะอาด, 2545: 103)

ตารางที่ 4.3 ผลสำรวจความพึงพอใจพบว่า ความพึงพอใจต่อกลิ่นหอมของลูกหอมขจัดกลิ่น ความพึงพอใจต่อขนาดความเหมาะสมของลูกหอมขจัดกลิ่น ความพึงพอใจความสะดวกต่อการใช้งาน ความพึงพอใจความปลอดภัยต่อผู้ใช้งาน (เลี่ยงการใช้สารเคมี) ความพึงพอใจการลดกลิ่นไม่พึงประสงค์หลังการใช้งาน ความพึงพอใจระยะเวลาการขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ไม่ให้เกิดซ้ำ ความพึงพอใจการขจัดคราบฝังแน่นและสิ่งสกปรกต่างๆ ความพึงพอใจระยะเวลาในการขจัดคราบสิ่งสกปรก(ความรวดเร็ว) ความพึงพอใจความประหยัดและคุ้มค่าของลูกหอมขจัดกลิ่น ความพึงพอใจโดยรวมของลูกหอมขจัดกลิ่น หากค่าเฉลี่ยโดยรวมซึ่งอยู่ในระดับ ปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 3.00

## บทที่ 5

### สรุปผลและข้อเสนอแนะ

#### 5.1 สรุปผลโครงการ

##### 5.1.1 สรุปผลโครงการ

จากการที่ผู้จัดทำได้เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจศึกษาที่โรงแรม บ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ ในแผนก Front Office ทำให้ผู้จัดทำได้เรียนรู้งานเกี่ยวกับการบริการต่างๆ ทั้งการบริการส่วนหน้า และห้องพัก ทำให้ได้ทราบถึงปัญหาที่พบบ่อยภายในโรงแรม คือเรื่องกลิ่นไม่พึงประสงค์ในซักรีดโครกภายในห้องพัก จึงได้คิดหาแนวทางแก้ไขปัญหานั้นเพื่อขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์และลดต้นทุนค่าใช้จ่ายให้กับทางโรงแรม พร้อมทั้งสร้างแบบสอบถามเพื่อเป็นการประเมินผลโครงการกับพนักงานในแผนกต่างๆของโรงแรมเป็นจำนวน 30 คน ผลประเมินที่ได้อยู่ในเกณฑ์ที่น่าพึงพอใจ

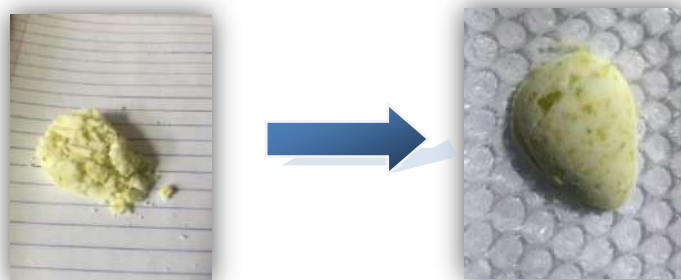
จากการประเมินโครงการวิจัยพบว่าลูกหอมขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ภายในซักรีดโครกสามารถช่วยขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์ได้ ทำให้ในห้องพักนั้นไม่มีกลิ่นไม่พึงประสงค์และภายในซักรีดโครกมีความสะอาด ไม่มีคราบฝังแน่น โครงการนี้ยังสามารถนำไปใช้งานได้จริง พร้อมทั้งเป็นตัวช่วยในการลดต้นทุนค่าใช้จ่ายภายในโรงแรมและจากการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา ณ โรงแรมบ้านวังหลัง ริเวอร์ไซด์ ส่งผลให้เกิดประโยชน์ต่อผู้จัดทำและสถานประกอบการหลายๆ ด้าน

##### 5.1.2 ปัญหาที่พบ

เนื่องจากสูตรที่คำนวณมาในตอนแรกไม่มีการใส่น้ำเปล่าลงไปในส่วนผสมส่งผลให้ส่วนผสมต่างๆไม่เกาะตัวกัน ไม่สามารถอัดให้คงรูปตามแม่พิมพ์ได้

##### 5.1.3 การแก้ไขปัญหา

ทำการดัดแปลงสูตรโดยการเพิ่มน้ำเปล่าไปในส่วนผสมเพื่อให้ส่วนผสมต่างๆสามารถเกาะตัวและคงรูปได้ตามแม่พิมพ์ แสดงดังภาพที่ 5.1



รูปที่ 5.1 การแก้ไขปัญหาส่วนผสมไม่เกาะตัวตามแม่พิมพ์แก้ไขโดยการเพิ่มน้ำลงในส่วนผสม

## 5.2 สรุปผลการปฏิบัติงานสหกิจศึกษา

5.2.1 ในช่วงแรกที่ปฏิบัติงานไม่รู้ถึงกระบวนการและขั้นตอนการทำงานภายในโรงแรม เนื่องจากทุกแผนกทำงานต่อเนื่องกันและทำงานอย่างเป็นระบบ จึงต้องเริ่มต้น ทำความเข้าใจ เกี่ยวกับการทำงานใหม่ และมากยิ่งขึ้นเพื่อความเข้าใจในการทำงาน

5.2.2 การสื่อสารและการใช้ภาษา เนื่องจากโรงแรมเป็นสถานประกอบการที่ต้องใช้ภาษา ในการสื่อสารเป็นอย่างมาก ทั้งการพูด การฟัง และการเขียน จึงทำให้ต้องหมั่นทบทวนและฝึกฝน ทางด้านภาษาให้แม่นยำมากยิ่งขึ้น โดยการสอบถามหรือรับคำแนะนำจากพนักงานที่ปรึกษา

5.2.3 ไม่รู้ถึงระบบการทำงานของโปรแกรม EasyFo มาก่อน ซึ่งทางแผนก Front Office มีความจำเป็นที่ต้องใช้โปรแกรม EasyFo เป็นอย่างมากในการจองห้องพักให้ลูกค้าที่เข้ามาใช้บริการ ดังนั้นจะต้องใช้ความแม่นยำและรอบครอบสูง ถือเป็นการเรียนรู้ใหม่ที่ไม่เคยเรียนรู้มาก่อน ในระหว่างที่เรียนรู้งานจากพนักงานที่ปรึกษาจึงจะต้องจดทุกขั้นตอนอย่างละเอียดเพื่อป้องกันการเกิด ข้อผิดพลาด



## บรรณานุกรม

- ปาณิสรา การนอก. (2559). *ผลิตภัณฑ์สเปรย์มะนาวคัปลิ้น*. นครราชสีมา: วิทยาลัยเทคนิคปักธงชัย.
- วิกิพีเดีย. (ม.ป.ป.). *น้ำมันหอมระเหย*. สืบค้นเมื่อวันที่ 18 พฤษภาคม 2561, จาก <https://th.wikipedia.org/wiki/น้ำมันหอมระเหย>
- วิกิพีเดีย. (ม.ป.ป.). *มะนาว*. สืบค้นเมื่อวันที่ 17 พฤษภาคม 2561, จาก <https://th.wikipedia.org/wiki/มะนาว>
- อัญชลี กล้าขยัน. (2551). *สมุนไพรคัปลิ้นที่ไม่พึงประสงค์*. (ม.ป.ท.).
- Honestdocs. (2560). *มะนาวไซ้*. เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวไซ้>
- Honestdocs. (2560). *มะนาวทราย*. เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวทราย>
- Honestdocs. (2560). *มะนาวแป้น*. เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวแป้น>
- Honestdocs. (2560). *มะนาวหนัง*. เข้าถึงได้จาก <https://www.honestdocs.co/lemon-and-its-benefits/มะนาวหนัง>
- Sanook. (2556). *เบคกิ้งโซดา*. เข้าถึงได้จาก <https://Club.sanook.com/14480/สารพัดประโยชน์ของเบคกิ้งโซดา>



ภาคผนวก ก  
ภาพขณะปฏิบัติงาน



ภาพการทำงานที่พัสดุลูกค้า



ภาพการจัดแฟ้มเตรียมเข้าพัสดุลูกค้า





ภาพการตัดกระดาษคำแนะนำต่างๆที่ใช้ในห้องพัก



ภาพกิจกรรมงาน Staff Party



ภาพถ่ายกับอาจารย์ที่ปรึกษาที่มาสหกิจนักศึกษา



ภาพถ่ายงานวันสงกรานต์



ภาคผนวก ข

แบบสอบถาม ความพึงพอใจที่มีต่อลูกหอมขจัดกลิ่น



ภาคผนวก ค  
บทความวิชาการ



ภาคผนวก  
โปรเตอร์

## ประวัติผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5604400197  
ชื่อ-นามสกุล : นางสาว สัตตรัตน์ อภิชนเอกสิทธิ์  
คณะ : ศิลปศาสตร์  
สาขาวิชา : การโรงแรม  
ที่อยู่ : 90/434 หมู่ 6 ถนนบางกรวย-ไทรน้อย ต.บางบัวทอง อ.บางบัวทอง  
จ.นนทบุรี 11110  
ผลงาน : ลูกหอมขจัดกลิ่นภายในชักโครก

