

ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร
ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2549

ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร
ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
พฤษภาคม 2549

วิรุพห์ แสงเรือน. (2549). ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร
ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท. วท.ม. (การจัดการนันทนาการ).
กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม :
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ กนกวุฒิ ฟิงโพธิ์ทอง. รองศาสตราจารย์ ดร. อารมณ นาวากาญจน์.

ความมุ่งหมายในการวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรม
นันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรและ
เจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 ได้แก่ สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม
สำนักงานเขตยานนาวา สำนักงานเขตพระโขนง สำนักงานเขตบางนา จำนวน 345 คน ได้มา
โดยวิธีการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
เป็นแบบสอบถาม ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของ
ข้อมูล

ผลการวิจัยพบว่า

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรม
นันทนาการ ทั้ง 5 ประเภท คือ ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย ประเภทการท่องเที่ยว ประเภท
ดนตรี และร้องเพลง ประเภทงานอดิเรก และประเภทการอ่าน การพูด และการเขียน ได้แก่ กิจ
กรรม การเดินเที่ยวหน้าตก ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่างๆ การเล่นอินเทอร์เน็ต และการอ่าน
หนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 51.9, 21.4, 24.9 และ 69.6 ตามลำดับ

A STUDY ON THE USE OF LEISURE TIME FOR RECREATIONAL ACTIVITIES OF
PERSONNEL IN OFFICIAL DISTRICT OFFICE 4, BANGKOK



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Master of Science Degree in Recreation Management
at Srinakharinwirot University
May 2006

Wirun sangruen. (2006). *A study on the use of leisure time for recreational activities of personnel in official district Office 4, Bangkok*. Master thesis, M.S. (Recreation Management). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assist. Prof. Kanokvadee puingphothong, Assoc. Prof. Dr. Arom nawagarn

The purpose of this research aimed to *study on the use of leisure time for recreational activities of personnel in Official district Office 4, Bangkok*. The subjects used in this research were 345 personnel from the Official district Office 4: Klong-toey, Bang-kor-laem, Yannaya, Pra-kanong and Bangna through Stratified Random Sampling. The instrument used in collecting the data was the questionnaire with Frequency and Percentile used as the statistical methods for analyzing those collected data.

The results revealed that

There were 5 categories of the recreational activities performed by those personnel at the Official district Office 4, Bangkok during their leisure time : 1) Sports and Exercises, 2) Travel, 3) Music and Singing, 4) Hobby and 5) Reading, Speaking and Writing which were activities, traveling along the waterfall, singing in the parties, playing the internet and reading the comic books with percentile of 51.9, 21.4, 24.9 and 69.6 respectively.

ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร
ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ

พฤษภาคม 2549

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร
ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

ของ
วิรุพห์ แสงเรือน

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการนันทนาการ
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญสิริ จีระเดชากุล)
วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2549

.....ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์กนกทวี ฟุ้งโพธิ์ทอง)

.....กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

(รองศาสตราจารย์ ดร.อารมณ นาวากาญจน์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์แผน เจริญชัย)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธุ์)

ประกาศคุณประการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดี เนื่องด้วยได้รับความอนุเคราะห์ จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ กนกนกวดี พึ่งโพธิ์ทอง ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.อารมณ นาวากาญจน์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ แผน เจียรนัย กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชัยโรจน์ สายพันธุ์ กรรมการแต่งตั้งเพิ่มเติม และรองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพฤษ์ ที่คอยให้คำปรึกษาให้แนวคิดและข้อแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่เป็นอย่างดีมาโดยตลอด ผู้วิจัยขอกราบขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณผู้อำนวยการเขตทุกสำนักงานเขตในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูล ขอขอบคุณบุคลากรในแต่ละสำนักงานเขตที่ให้ความร่วมมือในการให้ข้อมูลเป็นอย่างดี

สุดท้ายนี้ ผู้วิจัยขอขอบคุณ คุณพ่อเหรียญ คุณแม่สวน แสงเรือน ญาติพี่น้อง และพี่ เพื่อน น้องรวมรุ่นที่เป็นกำลังใจในการผลักดันให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

วิรุพห์ แสงเรือน

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	3
ตัวแปรที่ศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	5
กรอบแนวความคิดในการวิจัย	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
หลักการใช้เวลาว่าง	7
ความหมายของเวลาว่าง	7
ลักษณะของการใช้เวลาว่าง	9
ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง	10
ประเภทของการใช้เวลาว่าง	11
ประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง	12
แนวความคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ	15
ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ	15
คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ	16
ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ	17
ประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ	18
ระเบียบบริหารราชการของสำนักงานเขต	19
กลุ่มสำนักงานเขตของกรุงเทพมหานคร	20
ประวัติและความเป็นมาของกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร	23
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	28
งานวิจัยในต่างประเทศ	28
งานวิจัยในประเทศ	29

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3(ต่อ) ดำเนินการวิจัย	35
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	35
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	36
การหาคุณภาพเครื่องมือ	37
การเก็บรวบรวมข้อมูล	38
การวิเคราะห์ข้อมูลและการจัดกระทำข้อมูล	38
4 การวิเคราะห์ข้อมูล	39
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	39
5 สรุปผลการอภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	83
ความมุ่งหมายของการวิจัย	83
วิธีดำเนินการวิจัย	83
สรุปผลการศึกษาค้นคว้า	84
อภิปรายผล	87
ข้อเสนอแนะ	88
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป	88
บรรณานุกรม	89
ภาคผนวก	93
ประวัติย่อผู้วิจัย	106

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่เป็น ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว จำแนกตามหน่วยงานที่กำหนด	36
2	ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง	39
3	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและออกกำลังกาย	41
4	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว	42
5	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง	44
6	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก	46
7	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน	47
8	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ	48
9	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามเพศ	50
10	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามเพศ	52
11	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามเพศ	54
12	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามเพศ	56
13	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและออกกำลังกาย จำแนกตามอายุ	58
14	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามอายุ	60
15	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามอายุ	62
16	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามอายุ	64

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
17	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามอายุ	66
18	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและออกกำลังกาย จำแนกตามสถานภาพ ...	68
19	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามสถานภาพ	70
20	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามสถานภาพ	72
21	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามสถานภาพ	74
22	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบ กิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามสถานภาพ	76
23	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจ กรรมนันทนาการประเภทที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพ	78
24	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ปฏิบัติบางเป็นบางครั้งจำแนกตามเพศ อายุ และ สถานภาพ	80
25	การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ไม่เคยปฏิบัติจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพ ...	81

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในสังคมสมัยปัจจุบัน ความเป็นอยู่ของมนุษย์เริ่มมีเวลาว่างมากขึ้น เนื่องจากความเจริญทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ซึ่งมนุษย์เราสามารถคิดค้นและสรรหาสิ่งอำนวยความสะดวกสนองความต้องการของตนเอง และมนุษย์ชาติอย่างเหมาะสม จึงเปิดโอกาสให้คนได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน จากกิจกรรมนันทนาการได้มากขึ้น อย่างไรก็ตามเวลาว่างมีอิทธิพลต่อชีวิตของคนรุ่นใหม่มาก คณิต เขียววิชัย (2531 : 25) ปัจจุบันคนรุ่นใหม่ ใช้เวลาว่างไปในทางที่ไม่ถูก มีการประพฤติดนในทางก่ออาชญากรรม ทะเลาะวิวาทเรื่องชู้สาว ดิตยาเสพติด เล่นพนันฟุตบอล เล่นไพ่ เทียวเตร่ นอกจากนั้นยังทำให้สมาชิกในครอบครัวเกิดความวิตกกังวล และเกิดความตึงเครียดทั้งทางร่างกายและจิตใจ

กิจกรรมนันทนาการจึงเป็นทางออกทางหนึ่งที่มีส่วนช่วยในการพักผ่อนทางจิตใจควบคู่ไปกับการพักผ่อนทางกาย การพักผ่อนทางด้านจิตใจเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดทางสังคม และช่วยในการพักผ่อนสภาพของจิตใจให้มีความสมบูรณ์ทั้งทาง จิตใจ อารมณ์ สังคม ส่วนการพักผ่อนทางกายมีส่วนช่วยทำให้มีความสมบูรณ์ทางด้านร่างกาย เพื่อให้เกิดการสร้างภูมิคุ้มกันต่อโรคร้ายที่อาจจะเกิดขึ้น ดังนั้นกิจกรรมทางด้านนันทนาการจึงมีส่วนช่วยทำให้เกิดความสมบูรณ์ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม มีความสำคัญและมีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน เอนก หงษ์ทองคำ. (2542 : 4) กล่าวว่า นันทนาการมีความสำคัญอย่างยิ่งสำหรับชีวิตคนเรา ซึ่งถ้าหากเวลาทำธุรกิจส่วนตัวและหลังเวลาเลิกงานก็ต้องมีการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเพื่อการพักผ่อน และการคลายความตึงเครียดทางร่างกายและทางอารมณ์ ก่อให้เกิดความสุขแห่งตน ครอบครัว ต้องการความรัก ความอบอุ่นและการมีกิจกรรมนันทนาการก่อให้เกิดมนุษยสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน เพื่อนบ้านและชุมชนมีความจำเป็นที่จะต้องสัมพันธ์และติดต่อประสานงานตลอดจนร่วมกิจกรรมของสังคม รัฐและประเทศชาติ

นอกจากนั้นการใช้เวลาว่างและนันทนาการยังช่วยสร้างพื้นฐานของคนเกี่ยวกับความต้องการและที่สำคัญยิ่งไปกว่านั้นการที่บุคคลได้เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เกี่ยวกับการออกกำลังกาย การเล่นกีฬา ศิลปะ วิทยาศาสตร์ และธรรมชาติต่าง ๆ จนทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินได้ ผ่อนคลายความเครียด มีโอกาสแสดงความสามารถพิเศษ และมีความเป็นอิสระ ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นความต้องการของมนุษย์ในสังคมต่าง ๆ ทั่วไป กิจกรรมนันทนาการและกิจกรรมในเวลาว่างจึงมีบทบาทสำคัญต่อมนุษย์ทุกคน ดังที่ ญัฐพล อันตรเสน. (2542 : 4) กล่าวว่า มนุษย์ทุกคนต้องการการพักผ่อนหย่อนใจเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดจากภารกิจหน้าที่ประจำวัน

กิจกรรมเป็นสิ่งที่ช่วยให้บุคคลทุกเพศทุกวัย มีสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจ มีความสมบูรณ์ เกิดความแข็งแรง มีอารมณ์แจ่มใส จิตใจร่าเริงเบิกบาน ช่วยฟื้นฟูสภาพจิตใจ ฟื้นฟูพลังงานหรือทำให้เกิดความกระปรี้กระเปร่าได้ ดังที่ สมบัติกาญจนกิจ (2544 : 31) กล่าวว่า กิจกรรมเป็นกระบวนการที่ก่อให้เกิดเป้าหมายคุณลักษณะสำคัญของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ช่วยเสริมสร้างและพัฒนาอารมณ์สุข
2. ช่วยเสริมสร้างประสบการณ์ใหม่
3. ช่วยเสริมสร้างการมีส่วนร่วม
4. ช่วยเสริมสร้างการแสดงออกแห่งตน
5. ช่วยเสริมสร้างความเป็นพลเมืองดีและมีคุณธรรม
6. ช่วยเสริมสร้างคุณภาพชีวิต

คุณลักษณะทั้ง 6 ประการดังกล่าวเป็นความต้องการของมนุษย์ที่อยู่ในสังคม ถ้าขาดสิ่งหนึ่งสิ่งใดมนุษย์ก็พยายามจะแสวงหามาทดแทน บัทเลอร์ (Butler. 1987 : 80) ได้กล่าวไว่ว่านันทนาการเป็น ความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ที่จะขาดไม่ได้ เพราะมนุษย์ต้องการแสวงหาเพื่อการมีชีวิตรอด ยืนยาวนาน ดังนั้น นันทนาการจึงเป็นเครื่องมือหรือวิธีการชะลอชีวิตให้ยืนยาวนานได้อย่างมีความสุข ช่วยให้เกิดความสมดุลของชีวิตได้เป็นอย่างดี นันทนาการจึงเป็นปัจจัยหลังที่พึงปรารถนาของบุคคลซึ่งแต่ละบุคคลอาจแตกต่างกันไป ตามฐานะ เพศ และวัย ความต้องการต่าง ๆ ดังกล่าวนั้น เป็นความเกี่ยวข้องกับการนำเอากิจกรรมนันทนาการมาเป็นเครื่องมือ

ในช่วงแผนพัฒนากรุงเทพมหานคร ฉบับที่ 4 (พ.ศ.2535 -2539) กรุงเทพมหานครได้ส่งเสริมให้ประชาชนมีสถานที่สำหรับการพักผ่อนหย่อนใจ เล่นการกีฬา เล่นดนตรี และนันทนาการ รวมทั้งการจัดให้มีสถานที่เพื่อส่งเสริมกิจกรรมและการรวมกลุ่มของเด็กและเยาวชนเพิ่มขึ้น ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2540 - 2544) ได้ดำเนินการพัฒนาด้านสวัสดิการสังคมทั้งในส่วนของการพัฒนาความรู้ การกีฬา และนันทนาการ การให้บริการด้านสังคมสงเคราะห์ การพัฒนาเด็กและเยาวชน เมื่อวิเคราะห์จากปัจจัยทั้งหมดแล้ว กรุงเทพมหานครจึงได้กำหนดยุทธศาสตร์การพัฒนา สาขาสวัสดิการสังคม ฉบับที่ 6 (พ.ศ. 2545 - 2549) เพื่อให้กรุงเทพมหานครมุ่งเน้นกำลังร่วมกับทุกภาคส่วนของสังคมในการจัดให้มีและยกระดับงานบริการด้านสวัสดิการสังคมให้แก่ประชาชนอย่างมีคุณภาพ โดยการพัฒนาการให้บริการอย่างทั่วถึงและหลากหลาย พัฒนาสถานที่ให้บริการเพื่อตอบสนองความต้องการและเกิดประโยชน์สูงสุด และพยายามแก้ไขปัญหาสังคม เช่น ปัญหายาเสพติด ปัญหาสุขภาพ ปัญหาการขาดวินัยและน้ำใจ เป็นต้น ทั้งในส่วนของกรุงเทพมหานครได้ให้ความสำคัญกับกีฬาตลอดมา ดังจะเห็นได้จากการมีโรงเรียนกีฬา ศูนย์ฝึกกีฬา ลานกีฬา ลานแอโรบิค และศูนย์เยาวชนของกรุงเทพมหานคร ตลอดจนจัดตั้งประชาคมสนับสนุนการกีฬาในเขตพื้นที่นอกจากนี้ยังมีการจัดทำแผน/โครงการในการพัฒนาความรู้และเทคนิคด้านกีฬา สนับสนุนให้มีการแข่งขันกีฬาระดับชาติ กีฬาเยาวชน กีฬาเขต กีฬาคนพิการ รวมทั้งจัดตั้งศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬาของกรุงเทพมหานคร

ผู้วิจัยมีหน้าที่รับผิดชอบในการส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมนันทนาการ ของสำนักงาน เขต จึงสนใจที่จะศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่ม สำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร เพื่อนำข้อมูลมาใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาส่งเสริมการจัด กิจกรรมนันทนาการให้แก่บุคลากร และให้ตรงกับความต้องการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงาน เขตต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากร ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลการวิจัย ทำให้ทราบถึง การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของ บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร อันจะเป็นประโยชน์แก่ตนเองและสังคม และ เพื่อใช้เป็นแนวทางให้กับบุคลากรในสำนักงานเขตทั้ง 50 สำนักงานเขต ได้ศึกษาและเรียนรู้ถึง การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเป็นการกระตุ้นให้เกิดการศึกษาถึงการบริหารการใช้ เวลาว่างในแขนงต่าง ๆ ต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร โดยมีขอบเขตการศึกษา ดังนี้

1. ประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ คือ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ได้แก่ สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตยาน นาวา สำนักงานเขตพระโขนง และสำนักงานเขตบางนาที่กำลังปฏิบัติหน้าที่ปี พ.ศ. 2549 จำนวน 3,380 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ กำหนดขนาดของกลุ่มโดยเทียบจากตารางประมาณการของกลุ่มตัวอย่างของเครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan. 1970 : 608) จำนวน 350 คน และคำนวณหาอัตราส่วนประชากรกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) เพื่อกำหนดสัดส่วน กลุ่มตัวอย่างแต่ละประเภทต่อไป

2. ตัวแปรที่ศึกษา

1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1.1 เพศ แบ่งเป็น

1.1.1 ชาย

1.1.2 หญิง

1.2 อายุ แบ่งเป็น

1.2.1 18 ปี - 30 ปี

1.2.2 31 ปี - 40 ปี

1.2.3 41 ปี ขึ้นไป

1.3 สถานภาพการทำงาน

- ข้าราชการ
- ลูกจ้างประจำ
- ลูกจ้างชั่วคราว

2.2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. การใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง การใช้เวลารว่างที่เป็นอิสระนอกเหนือจากการทำงานประจำ ซึ่งบุคคลจะใช้เวลานั้นประกอบกิจกรรมนันทนาการตามความพึงพอใจ

2. กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและออกกำลังกาย หมายถึง การแข่งขันในรูปแบบต่าง ๆ ที่มีกฎกติกาตายตัว เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมคุณค่าทางด้านการพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา

3. กิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว หมายถึง การเดินทางไปยังสถานที่ต่าง ๆ เป็นการสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่หาไม่ได้ในห้องเรียน และยังทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ได้ผจญภัย

4. กิจกรรมนันทนาการประเภทการดนตรีและร้องเพลง หมายถึง เครื่องดนตรีประเภท ดี สี ดี เป่า ที่นำมาถ่ายทอดความรู้สึกของมนุษย์ เช่น การร้องเพลง การเล่นดนตรี หรือทำกิจกรรมร่วมกันโดยใช้เครื่องดนตรีเป็นสื่อกลาง

5. กิจกรรมนันทนาการประเภทการงานอดิเรก หมายถึง กิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งที่ผู้ปฏิบัติเลือกที่จะทำด้วยความสมัครใจ เช่น การสะสมแสตมป์ อาสาพัฒนา

6. กิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน หมายถึง สิ่งที่แสดงออกถึงความรู้สึกนึกคิด เป็นสื่อสำคัญที่ช่วยให้ผู้อื่นเข้าใจความรู้สึกของเรา และยังเป็นสิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวัน

7. บุคลากร หมายถึง ข้าราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราว ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2549 ประกอบไปด้วย สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตยานนาวา สำนักงานเขตพระโขนง สำนักงานเขตบางนา

8. เพศ หมายถึง บุคลิกลักษณะทางร่างกายที่แสดงความเป็น ชาย และหญิง

9. อายุ หมายถึง เลขจำนวนที่บ่งบอกถึงวัยของสถานภาพแต่ละบุคคล โดยแบ่งเป็น 3 ระดับ อายุ 18 ปี – 30 ปี , อายุ 31 ปี – 40 ปี และอายุ 41 ปีขึ้นไป

9. สถานภาพ หมายถึง สถานภาพของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 แบ่งได้เป็น

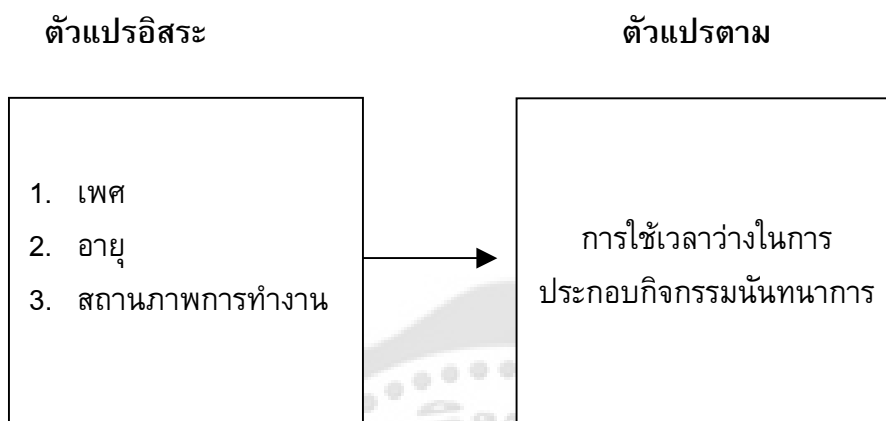
- **ข้าราชการ** หมายถึง บุคคลซึ่งรับราชการโดยได้รับเงินเดือนจากงบประมาณรายจ่ายหมวดเงินเดือน
- **ลูกจ้างประจำ** หมายถึง ลูกจ้างรายเดือน รายวันและรายชั่วโมง ที่จ้างไว้ปฏิบัติหน้าที่มีลักษณะประจำ โดยไม่มีกำหนดเวลาการจ้างตามอัตราและจำนวนที่กำหนดไว้ และรับเงินค่าจ้างจากงบประมาณหมวดค่าจ้างประจำของกรุงเทพมหานครหรือเงินอุดหนุนจากรัฐบาล

- **ลูกจ้างชั่วคราว** หมายถึง ลูกจ้างรายเดือน รายวัน และรายชั่วโมง ที่จ้างไว้ปฏิบัติงานที่มีลักษณะชั่วคราว และหรือกำหนดเวลาจ้าง แต่ทั้งนี้ระยะเวลาจ้างต้องไม่เกินปีงบประมาณ และรับเงินค่าจ้างจากงบประมาณหมวดค่าจ้างชั่วคราว หรือจากยอดเงินอื่นใด

10. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 คือ กลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 เป็นเขตเศรษฐกิจใหม่ รองรับการพัฒนาตามแผนวงแหวนอุตสาหกรรม เช่น ย่านธุรกิจการค้า และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท 4 ประกอบไปด้วย สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตยานนาวา สำนักงานเขตพระโขนง และ สำนักงานเขตบางนา

กรอบแนวความคิดในการวิจัย

จากการที่ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า เอกสาร ทฤษฎี และงานวิจัยต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการวิจัยนี้ จึงได้สร้างกรอบแนวความคิดในการวิจัย ดังนี้



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวความคิดในการวิจัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยการศึกษาการใช้เวลาว่างของข้าราชการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2549 ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและผลการวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศ เพื่อนำมาเป็นแนวทางสนับสนุนในการศึกษาวิจัย ซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. หลักการการใช้เวลาว่าง
 - 1.1 ความหมายของเวลาว่าง
 - 1.2 ลักษณะของการใช้เวลาว่าง
 - 1.3 ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง
 - 1.4 ประเภทของการใช้เวลาว่าง
 - 1.5 ประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง
2. แนวความคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.1 ความหมายของกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.2 คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.3 ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ
 - 2.4 ประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ
3. ระเบียบบริหารราชการของสำนักงานเขต
4. กลุ่มสำนักงานเขต กรุงเทพมหานคร
5. ประวัติและความเป็นมาของแต่ละสำนักงานเขตของกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 6.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 6.2 งานวิจัยในประเทศ

หลักการใช้เวลาว่าง

ความหมายของเวลาว่าง

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องกับความหมายของเวลาว่าง ซึ่งมีผู้รู้ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้ ต่าง ๆ รายละเอียด ดังนี้

เวลา หมายถึง ช่วงระยะเวลาประกอบกันเป็นความยาวนานที่มีอยู่หรือเป็นอยู่โดยนิยมนำกำหนดเป็นครุ คราว วัน เดือน ปี (ราชบัณฑิตยสถาน. 2525 : 751) เวลา คือ ขณะหนึ่งของปรากฏการณ์ที่เป็นอยู่หรือดำเนินต่อเนื่องไปจากอดีตปัจจุบันจนเป็นอนาคต และหวนกลับคืนมาไม่ได้ (The Grolier International Dictionary. 1979 : 1746)

ชัยณรงค์ สุวรรณสาร (2528 : 39) ได้ให้ความหมายของเวลาว่า "เวลาเป็นทรัพยากรที่มีอยู่สิ่งเดียวในโลกไม่สามารถสะสมไว้ได้เหมือนสะสมเงิน หรือวัตถุ"

วิมาน จิวเจียม (2539 : 6) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ ดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงาน โดยมีหน่วยนับเป็น วินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้นช่วงอายุขัยซึ่งจะไม่เท่ากัน
2. เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปแล้วจะหวนกลับไปสู่อีก ย่อมทำไม่ได้
3. เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคารหรือโรงพัสดุ หรือห้องเก็บสะสม เวลา
4. เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาจะต้องเดินไปตามทิศทางของเวลาจากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคตเป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง
5. เวลาเป็นทรัพยากรที่หายืมเช่นเดียวกับเงินหรือวัสดุไม่ได้

วิสคอฟ (ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย. 2542 : 12 ; อ้างอิงจาก Weiskopf. 1975 : 3) กล่าวถึงเวลาว่างไว้ว่า "เวลาว่าง" (Leisure) โดยทั่วไปหมายถึง เวลาอันอิสระของบุคคลหลังจากปฏิบัติกิจกรรมที่จำเป็นและว่างจากการทำงานประจำ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่เป็นส่วนตัวอย่างสมบูรณ์หลังจากเสร็จสิ้นการจากงานประจำและปฏิบัติหน้าที่ต่าง ๆ ในช่วงเวลาอิสระที่บุคคลสามารถปฏิบัติกิจกรรมตามความพึงพอใจและก่อให้เกิดประโยชน์ต่อสังคม

เพลโต (ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย. 2542 : 12 ; อ้างอิงจาก Plato. 1978 : 3) ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้ 3 ประการ คือ

1. เวลาว่างเป็นเวลาที่เหลืออยู่
2. เวลาว่างเป็นเวลาที่เป็อิสระจากกิจกรรมอื่น ๆ
3. เวลาว่างเป็นเวลาที่เป็ตัวของตัวเองหรือความเป็นอิสระจากสภาพจิตใจ ที่จดจ่ออยู่กับการงานหรือสิ่งต่าง ๆ

เมเยอร์ และไบรทบิล (ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย. 2542 : 12 ; อ้างอิงจาก Mayer and Brightbill. 1964) ได้แบ่งเวลาไว้เป็น 3 ลักษณะ คือ

1. เวลาส่วนตัว (Existence) เป็นเวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมส่วนตัว เช่น กินอาหาร นอน ดูแลร่างกาย

2. เวลาทำงาน (Subsistence) เป็นเวลาที่คนต้องทำงานเพื่อหาเลี้ยงชีพ

3. เวลาว่าง (Leisure) เป็นเวลาที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมการเล่น พักผ่อน ทำนันทนาการ และยังกล่าว และยังกล่าวถึงการใช้เวลาว่างมี 2 ประเภท คือ

3.1 เวลาว่างจริง (True Leisure) คือ เวลาว่างที่เราไตร่ตรองใช้เลือกหรือตัดสินใจทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งที่เรารู้สึกอยากทำ

3.2 เวลาว่างเชิงบังคับ (Enforced Leisure) คือ เวลาที่เราไม่ได้เลือกทำอะไร แต่มี "เวลาว่าง" นั้นอยู่ เช่น ตกงาน ป่วย เกษียณอายุ ซึ่งทำให้เราต้องจำใจใช้เวลาว่างนั้นทำอะไรสักอย่าง เพื่อเป็นการฆ่าเวลาให้เวลานั้นหมดไป

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 28-29) ได้ให้ความหมายของเวลาว่างไว้ มีแนวความคิด โดยแยกออกเป็น 5 ความหมาย คือ

1. ทักษะของเวลาว่างแบบดั้งเดิม เวลาว่าง คือ เวลาที่ไม่ทำงาน เวลาว่าง คือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
2. เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
3. เวลาว่าง คือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
4. เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
5. เวลาว่าง คือ วิถีชีวิต หรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบความสำเร็จที่เขาต้องการจะทำได้

ผู้วิจัยได้ให้ความหมายของเวลาว่าง โดยแบ่งออกเป็น 3 ความหมาย คือ

1. เวลาว่าง คือ เวลาที่ว่างเว้นจากการกิจประจำวัน
2. เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
3. เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในเวลาว่าง

ลักษณะของเวลาว่าง

การดำรงชีวิตของมนุษย์ คือ การใช้ช่วงระยะเวลาหนึ่ง ในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งเพื่อเสาะหาปัจจัยในการดำรงชีวิต ทั้งเสาะหาความสุข ความบันเทิง ความสุขให้กับชีวิตตามแนวคิด ปรัชญาในการดำเนินชีวิตของแต่ละคน ส่วนหนึ่งในการใช้เวลาว่างของมนุษย์ คือ การประกอบอาชีพ การทำงานเพื่อให้ได้มาซึ่งปัจจัยในการดำรงชีวิต อีกส่วนหนึ่งของเวลา คือ เวลาของความเป็นส่วนตัว เพื่อความสุข ความพอใจของแต่ละคน ในการใช้เวลาว่างของมนุษย์มีผู้ศึกษาไว้ดังนี้

รัชนี ลาซโรจน์ (2527 : เอกสารการสอน) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างของคนนั้นสามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้ในการประกอบอาชีพหากเป็นนักเรียน นักศึกษา ก็คือ เวลาในการเรียนหนังสือ
2. เวลาที่ใช้ในการหลับนอน
3. เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน
4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 28-29) ได้กล่าวถึง ลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่าง ดังนี้

1. ระดับของควมมีอิสรภาพ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาและการตัดสินใจเป็นเวลาอิสระปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างอย่างอิสระในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่น เป็นการแสดงออกโดยอิสระเป็นกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้

2. การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดขึ้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ ความพึงพอใจกิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจ ไม่เน้นกฎกติกา

สรุปได้ว่า ลักษณะของการใช้เวลาว่างของมนุษย์ สามารถจำแนกได้ว่าเราใช้เวลาเพื่อการพักผ่อนนอนหลับ ใช้เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน ใช้เพื่อการทำงาน และใช้เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

ความสำคัญของการใช้เวลาว่าง

เวลาว่างนับเป็นปัจจัยสำคัญของการดำรงชีวิตของทุกคน โดยเฉพาะข้าราชการที่ใช้เวลาทั้งวันในการให้บริการประชาชน เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง ต่อวัน เวลาที่เหลือจึงเป็นเวลาที่เหมาะสม สำหรับการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ถ้าใช้เวลาว่างนี้ให้เป็นประโยชน์จะเป็นสิ่งสำคัญสำหรับตนเองได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีผู้ให้ความสำคัญและความรู้เกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาว่าง ดังนี้

ฟอง เกิดแก้ว (2527 : 33) ได้กล่าวว่าเวลาว่างเป็นเวลาที่มีประโยชน์อย่างยิ่ง สามารถนำมาพัฒนาคุณภาพชีวิตได้ด้วย พัฒนาสุขภาพ สร้างมนุษย์สัมพันธ์ สร้างความเป็นพลเมืองดี และพัฒนาบุคคลเป็นอย่างดีอีกด้วย

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527 : 12) ได้กล่าวถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างว่า การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง อย่างหนึ่งของมนุษย์ ผู้ฉลาดพึงแสวงหาวิธีการพักผ่อน โดยใช้กิจกรรมต่าง ๆ อันจะก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและสังคมซึ่งเป็นเครื่องตอบสนองความต้องการความสนใจและความพึงพอใจของผู้คน กิจกรรมที่อาจใช้เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนั้น มีมากมายหลายชนิดซึ่งอาจเลือกได้ตามความสมัครใจ การประกอบกิจกรรมที่เป็นประโยชน์เพื่อการพักผ่อนหย่อนใจนี้ ควรทำเมื่อมีเวลาว่าง เช่น เวลาที่เหลือจากงานประจำ เวลาที่เหลือจากการนอนหลับ หรือเวลาจากการประกอบกิจวัตรประจำวันต่าง ๆ ด้วยเหตุผลดังกล่าว มนุษย์จึงจำเป็นต้องประกิจกรรมบางอย่างในยามว่างเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดและความเมื่อยล้าต่าง ๆ กิจกรรมนั้นควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองและสังคม บางคนประกอบกิจกรรมที่ไม่พึงปรารถนาบางอย่างเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของตนเอง

วิวัฒน์ พวงมะลิ (2533 : 17) กล่าวว่า เวลามีความสำคัญต่อเรามาก เพราะเวลาเป็นทรัพยากรที่จำกัดที่สุด เวลาเป็นสิ่งที่ตัดสินคุณค่า เป็นเครื่องหมายความเจริญเติบโต เป็นทรัพยากรที่ล้ำค่า เป็นเวทีชีวิต เป็นสัญลักษณ์ของการเปลี่ยนแปลง เป็นตัวสร้างความหวัง เป็นสิ่งที่ทำให้เกิดประโยชน์ ตลอดจนเป็นตัวกำหนดพัฒนาการของมวลสรรพสิ่งในโลกของเรา

สมบัติ กาญจนกิจ (2533 : 37-38) ได้สรุปให้เห็นถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างไว้ดังนี้

1. ช่วยผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย
2. ช่วยให้มีสุขภาพร่างกายที่สมบูรณ์
3. ทำให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส
4. ทำให้ครอบครัวได้แสวงหาความสุขร่วมกัน
5. ทำให้มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน
6. ทำให้ได้รับความรู้เพิ่มเติม
7. สร้างมิตรภาพและความสัมพันธ์อันดี
8. สร้างรายได้นอกเหนืองานปกติ

เมื่อบุคคลและชุมชนได้มีโอกาสเข้าร่วมกิจกรรมต่าง ๆ หรือกิจกรรมนันทนาการก็จะก่อให้เกิดคุณค่าและประโยชน์ต่าง ๆ ตามมา จะเห็นได้ว่า การที่ประชาชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ไม่สร้างความเดือดร้อนให้แก่สังคมด้วยการร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะทำให้พวกเขาเหล่านั้นได้เรียนรู้ในเรื่องของหน้าที่ ความรับผิดชอบ รักหมั่นอดทน รักความยุติธรรม ไม่เห็นแก่ตัว มีน้ำใจ ให้บริการอาสาสมัคร ช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือได้ว่าเป็นกิจกรรมของพลเมืองดีของประเทศไทย และเป็นการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ประเภทของการใช้เวลาว่าง

เวลาว่างของคนเรานั้นสามารถที่จะนำไปประกอบกิจกรรมต่าง ๆ มากมายซึ่งก็ขึ้นอยู่กับความสนใจและความสมัครใจของแต่ละคน ดังที่มีผู้ศึกษาไว้ดังนี้

เมธี ปิลันธนาพันธ์ (2528 : 8) ได้แบ่งเวลาว่างออกเป็น 5 ชนิด ได้แก่

1. กิจกรรมอาชีพ เป็นเวลาว่างเพื่อเลี้ยงปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเอง และครอบครัว ประมาณ 6 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 4 ของเวลา 1 วัน
2. กิจกรรมครอบครัว เป็นกิจกรรมที่จะต้องใช้เวลาเพื่อความสุขสมบูรณ์ สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมถึง การอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวด้วย
3. กิจกรรมชุมชน เป็นการใช้เวลาว่างเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์การหรือสถาบันต่าง ๆ ในชุมชน เช่นงานวัด การช่วยจัดกิจกรรมของศาสนา การพัฒนาชุมชน กิจกรรมเพื่อความมั่นคง และอื่น ๆ
4. กิจกรรมการพักผ่อน และการสังคม เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างมากที่สุดได้แก่ การนอน เที่ยวเตร่ ดูทีวี ฟังเพลง เป็นต้น
5. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องอุทิศเวลาส่วนหนึ่งเพื่อการตรวจร่างกาย การรักษาความเจ็บไข้ การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาในด้านนี้เป็นอันดับสุดท้าย

สุขใจ น้ำพุต (2536 : 44) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ 3 ประเภท คือ

1. การใช้เวลาเพื่อการอาชีพ ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อประกอบอาชีพ ที่ก่อให้เกิดรายได้สำหรับเลี้ยงชีพตนเองและครอบครัว
2. การใช้เวลาว่างเพื่อสุขภาพร่างกาย ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อรับประทาน อาหาร การนอนหลับ การออกกำลังกาย และอื่น ๆ จะทำให้สุขภาพแข็งแรงและประหยัดค่า หมอรักษาสุขภาพ
3. การใช้เวลาว่าง ควรใช้วันละ 4 ชั่วโมง เพื่อการพักผ่อน บันทึกลง ทำงานอดิเรก จะทำให้มีผลดีทางด้านอารมณ์ จิตใจ หรืออาจก่อให้เกิดรายได้บางส่วนด้วย

ยูริส (Uris. 1970 : 16) ได้แบ่งเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ใช้เวลาต่างกันแตกต่างกัน คือ

1. เวลาที่ต้องใช้อย่างคงที่ (Fixed) ได้แก่เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ ที่มีลักษณะสม่ำเสมอ และไม่อาจตัดทอนได้เลย
2. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi-Fixable) ได้แก่เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร
3. เวลาที่สามารถแปลเปลี่ยนได้ (Variable) ได้แก่เรื่องที่สามารที่จะระงับโดยเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มลดเวลาเรื่องนั้น ๆ ได้เต็มที่

ผู้วิจัย แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. การใช้เวลาว่างเพื่อการอาชีพ เป็นเวลาว่างเพื่อเลี้ยงปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเองและครอบครัว ควรใช้เวลา 10 ชั่วโมง
2. การใช้เวลาว่างเพื่อการพักผ่อน บันทึกลง ทำงานอดิเรก จะทำให้มีผลดีด้านอารมณ์ และจิตใจ หรือก่อให้เกิดรายได้บางส่วน
3. การใช้เวลาว่างเพื่อชุมชนและสังคม เป็นการใช้เวลาว่างเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กร หรือสถาบันต่าง ๆ ในชุมชน และสังคม เช่น งานวัด การช่วยจัดกิจกรรมทางศาสนา การพัฒนาชุมชน กิจกรรมเพื่อความมั่งคั่ง และอื่น ๆ

ประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง

ประพันธ์ศิริ ไชยชนะใหญ่ (2527 : 12) ได้กล่าวถึงหลักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ก็คือ การที่ได้ประกอบกิจกรรมที่ตนพึงพอใจซึ่งทำให้เกิดประโยชน์ขึ้นในเวลาว่าง โดยกิจกรรมนั้นอาจช่วยพัฒนาสิ่งต่าง ๆ ในตนเองและสังคมได้เป็นอย่างดี การออกกำลังกายเป็นเรื่องของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งจำเป็นต่อชีวิตที่จะช่วยให้เกิดความสมบูรณ์ทั้งร่างกายและจิตใจก่อให้เกิดคุณค่าอันสำคัญต่อชีวิต ดังนี้

1. ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและโตขึ้น ทำให้มีการเคลื่อนไหวของร่างกายได้อย่างรวดเร็วไม่เหน็ดเหนื่อย
2. ทำให้หัวใจแข็งแรงสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ทั่วร่างกายได้ดีขึ้น
3. ให้ปอดมีโอกาการทำงานเพิ่มมากขึ้น ขยายตัวมากขึ้น รับออกซิเจนได้จำนวนมาก และขับถ่ายคาร์บอนไดออกไซด์ได้มาก
4. ทำให้ต่อมเหงื่อทำงานได้ดี ขับเหงื่อทำงานได้ดี ขับเหงื่อออกมามาก ทำให้ระบบของเสียออกจากร่างกายโดยทางเหงื่อได้มาก
5. ทำให้ระบบการย่อยอาหารดีขึ้นป้องกันท้องผูก
6. ทำให้เกิดความหิวและอยากอาหาร
7. ทำให้หลับสนิทได้พักผ่อนทางกาย และจิตใจ
8. การออกกำลังกายเพื่อช่วยในการป้องกันโรค เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคความดันโลหิตสูง โรคปอดชนิดต่าง ๆ โรคเกี่ยวกับระบบขับถ่ายผิดปกติ เป็นต้น

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 41) ได้สรุปให้เห็นถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างไว้ ดังนี้

1. ช่วยให้ผู้พลเมืองและชุมชนได้รับความสนุกสนาน มีความสุขในชีวิต และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ช่วยให้ผู้พลเมืองและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสมรรถภาพทางกายที่ดี เกิดความสมดุลของชีวิต
3. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมในทางเบี่ยงเบนไม่พึงประสงค์ของเยาวชนและเด็ก
4. ส่งเสริมการเป็นพลเมืองดี การที่ชุมชนได้มีโอกาสใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ จะได้เรียนรู้ในเรื่องหน้าที่ความรับผิดชอบ คุณค่าทางสังคมเสรีประชาธิปไตย ลดความเห็นแก่ตัว สร้างคุณค่า จริยธรรม ความมีน้ำใจ การให้บริการ รู้จักอาสาสมัครช่วยเหลือสังคม ซึ่งถือว่าเป็นกิจกรรมของความเป็นพลเมืองดี
5. ส่งเสริมการพัฒนาอารมณ์สุข ช่วยส่งเสริมให้รู้จักพัฒนาการ ควบคุมอารมณ์และบุคลิกภาพที่ดีอีกด้วย
6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ เช่น การเล่นพื้นเมือง ประเพณีพื้นเมือง ส่งเสริมการเรียนรู้ ทักษะคิด และความซาบซึ้ง
7. ส่งเสริมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ เช่น กิจกรรมการอยู่ค่ายพักแรม การเดินป่าศึกษาธรรมชาติ และไต่เขา เป็นต้น
8. ส่งเสริมการบำเพ็ญประโยชน์ใช้เวลาว่างแก่คนป่วย ซึ่งกำลังต่อสู้กับความทุกข์ทางกายหรือจิต กิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬา จะช่วยเสริมสร้างการพัฒนาทางด้านร่างกาย กิจกรรมนันทนาการทางสังคมช่วยสร้างขวัญและกำลังใจแก่ผู้ป่วย

9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ ช่วยให้บุคคลได้แสดงออก ฝึกการอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข กิจกรรมเกมกีฬา และการกีฬาเพื่อการแข่งขัน ช่วยเสริมสร้างความสามัคคี และความเข้าใจอันดีในหมู่คณะ

ดาร์ธ ดาราตต์ (2525 : 11-12) กล่าวว่าในสังคมโลกปัจจุบันประชาชนมีเวลาว่างมาก ซึ่งเวลาดังกล่าวเปิดโอกาสให้คนได้รับความรื่นเริงจากกิจกรรมนันทนาการได้ อย่างไรก็ตาม เวลาว่างนี้คือ สิ่งที่ต้องศึกษาเพราะมีอิทธิพลต่อชีวิตและสังคมสมัยใหม่มาก เวลาว่างนั้นมีบทบาทที่สำคัญ 3 ประการ คือ

1. เวลาว่างเป็นปัญหาของสังคม (Social Problem) เวลาว่างทำให้คนมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่เขาต้องการเมื่อไร ที่ไหน กับใครก็ได้ อันจะเป็นการพัฒนาสังคมทางกาย และจิตใจของเขา การที่คนทำอะไรในเวลาว่างนั้นเป็นสิ่งที่บ่งให้เห็นบุคลิกลักษณะ ฐานะ และสังคมของเขา เวลาว่างในสังคมสมัยใหม่นั้น มีผลดีหรือเลว ต่อความเป็นอยู่ของบุคคลในครอบครัว ต่อชุมชน และต่อประเทศชาติ ปัจจัยที่มีผลต่อเวลาว่างในสังคมสมัยใหม่ และปัญหาทางสังคมที่เกิดขึ้นจากเวลาว่างนั้น มีดังนี้

- ก. ความก้าวหน้าทางเทคนิคและอุตสาหกรรม
- ข. ฐานะความเป็นอยู่สะดวกสบายขึ้น
- ค. การศึกษาเจริญขึ้น
- ง. เวลาว่างเพิ่มขึ้น
- จ. ปัญหาคนว่างงาน
- ฉ. ทศนคติทางสังคมเปลี่ยนรูปใหม่
- ช. ประชากรเพิ่มมากขึ้น

2. เวลาว่างเป็นองค์ประกอบของเศรษฐกิจ (Leisure as a Cultural Opportunity) เวลาที่นอกเหนือจากการทำงานหาเลี้ยงชีพ ก็คือ เวลาว่างของคนในเวลาว่างนี้ที่คนใช้อ่านนวนิยาย ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เล่นกีฬาต่าง ๆ ไปดูหนังดูละคร ไปท่องเที่ยวและเยี่ยมเพื่อน ๆ เป็นต้น การที่สินค้าจะขายได้ เกิดจากการที่คนมีเวลาว่าง มีความปรารถนาที่จะซื้อ และมีเงินจะซื้อ ฐานะเศรษฐกิจของประเทศขึ้นอยู่กับการใช้จ่าย และรายได้ของประชากรเวลาว่างนั้นมีอิทธิพลใหญ่ยิ่งต่อระบบเศรษฐกิจของชาติ เมื่อ 50 ปีก่อน คนงานต้องทำงานวันละ 50 - 60 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ ปัจจุบันกฎหมายแรงงานให้ทำงานไม่เกิน 40 ชั่วโมง ต่อสัปดาห์ เวลาที่เหลือนั้นเป็นเวลาที่ต้องใช้ให้เหมาะสม มีผู้พยากรณ์ว่า อีก 30 ปีข้างหน้ามนุษย์จะทำงานสัปดาห์ละ 20 ชั่วโมง เพราะมนุษย์มีเครื่องทุ่นแรง และอำนวยความสะดวกในการทำงาน เนื่องจากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์ซึ่งเป็นปัญหาเกี่ยวกับคนมีเวลาว่างมาก เมื่อเป็นเช่นนี้ทำให้คนต้องเสาะแสวงหาสิ่งที่จะอำนวยความสะดวกกิจกรรมนันทนาการแก่เขา

3. เวลาว่างเป็นโอกาสของการสร้างวัฒนธรรม (Leisure as a Cultural Opportunity) ความเจริญของวัฒนธรรมกับเวลาว่างนั้น สัมพันธ์กันมาตั้งแต่ดึกดำบรรพ์ คนจะมีโอกาสสร้างสรรค์สิ่งที่ดีสวย สร้างอารยธรรมก็ต่อเมื่อมีเวลาว่างมาขบคิดและจินตนาการตราบใดที่คนไม่มีเวลาว่างอยู่อยู่กับภาวะสงคราม คนก็ไม่มีโอกาสสร้างวัฒนธรรมให้รุ่งเรืองขึ้นมาได้

จะเห็นได้ว่าการรู้จักการใช้เวลาว่างนั้น เป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งในการดำรงชีวิตของมนุษย์อย่างหนึ่ง หากรู้จักนำเวลาว่างที่มีอยู่นำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ จะทำให้มีความสุขส่งผลดีกับการพัฒนาคุณภาพชีวิต สุขภาพ รายได้ แก่ตนเอง และสังคมต่อไป

แนวความคิดเกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการ

ความหมายของนันทนาการ

ในศัพท์ภาษาไทย คำว่า “นันทนาการ” นี้ถูกบัญญัติขึ้นโดยคณะกรรมการบัญญัติศัพท์ของกระทรวงศึกษาธิการเมื่อปี พ.ศ. 2507 โดยให้ความหมายว่า นันทนาการ หมายถึง การพูด การสนทนา ซึ่งก็เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

ศาสตราจารย์พระยาอนุมานราชธนได้ให้ความหมายคำว่า นันทนาการ ไว้ว่า นันทนาการมาจากคำว่า “นันท” หมายความว่าร่าเริง สนุกสนาน มาสนธิกับคำว่า “อาการ” เป็นนันทนาการหมายถึง อาการที่สนุกสนาน ร่าเริง คำดังกล่าวยังไม่ครอบคลุมความหมายของคำ Recreation ทั้งหมดแต่ก็ได้ใจความใกล้เคียงกับภาษาอังกฤษมากที่สุด จนกระทั่งกระทรวงศึกษาธิการ ได้มีการปรับปรุงหลักสูตรในการเรียนการสอน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นปลายปี พ.ศ. 2518 ได้มีการบังคับให้นักเรียนได้เรียนวิชาพลศึกษา และสุขศึกษาในหลักสูตรการเรียนการสอน และมีคำว่านันทนาการให้เรียกด้วย คำนี้จึงเริ่มใช้ตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา

ได้มีผู้เชี่ยวชาญด้านนันทนาการหลายท่าน ให้ความหมายของคำว่านันทนาการ ไว้ดังนี้

จันทร์ ผ่องศรี (2537 : 6-7) ให้ความหมายว่า นันทนาการเป็นกิจกรรมที่ สนุกสนาน เพลิดเพลิน ได้สาระทางการพัฒนาอารมณ์ และทำให้เป็นคนมีสุขภาพจิตสมบูรณ์ ได้ด้วย

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2532 : 18) กล่าวไว้ว่า นันทนาการเน้นในเรื่องกิจกรรม กระทำในยามว่าง โดยใช้ความสมัครใจเป็นหลัก ไม่มีการบังคับ และได้รับความพึงพอใจ เพลิดเพลินใจ จากกิจกรรมเป็นหลักสำคัญ

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 17-20) ได้ให้ความหมายของนันทนาการไว้หลายลักษณะสรุปดังนี้

1. นันทนาการ หมายถึง การทำให้สดชื่นหรือการสร้างพลังขึ้นมาใหม่
2. นันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่มีรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย การที่บุคคลได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมตามความสนใจของตัวเองแล้วก่อให้เกิดผลการพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนาน

3. นันทนาการ หมายถึง กระบวนการ (Process) ในการพัฒนาประสบการณ์ หรือพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคล หรือสังคมโดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการเป็นสื่อช่วงเวลาอิสระอย่างสมัครใจ

4. นันทนาการ หมายถึง สวัสดิการทางสังคม (Social Welfare) ที่จัดบริการทางสังคม ให้กับประชาชนโดยรัฐ เช่น จัดสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ วนอุทยาน สวนสาธารณะ เพื่อสร้างบรรยากาศของเมืองให้น่าอยู่

ตามแนวความคิดของผู้วิจัย นันทนาการ หมายถึง กระบวนการ (Process) ในการพัฒนาอารมณ์สุข สนุกสนาน พัฒนาคุณภาพชีวิต ช่วยในการพัฒนาประสบการณ์ โดยอาศัยกิจกรรมนันทนาการ และยังถือได้ว่าเป็นการบริการสังคมให้กับประชาชนโดยภาครัฐ เช่น วนอุทยาน สวนสาธารณะ

คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ

คุณค่าของกิจกรรมนันทนาการจะมีคุณค่าแตกต่างกันออกไป ดังที่ กำโชค เผือกสุวรรณ (2538 : 18-19) กล่าวไว้ว่า กิจกรรมนันทนาการ จะมีประโยชน์และคุณค่าอยู่ในตัวกิจกรรมนั้น ๆ อยู่แล้ว เพียงแต่ผู้สนใจปรารถนาจะไปหยิบยกมาใช้ให้เป็นประโยชน์ แต่ละบุคคล อย่างไร เช่น บุคคลผู้หนึ่งทำงานเป็นผู้บริหาร ทำงานใช้สมองทั้งวันเครียดเป็นอย่างมาก อารมณ์หงุดหงิด จู้ญเฉียว เมื่อได้ไปเดินรำหลังเลิกงาน บุคลิกที่ปรากฏไม่งดงามหายไป อย่างปลิดทิ้งโดยทันที อันนี้ก็เป็น การตอบสนองความต้องการของบุคคลนั้นที่เลือกกิจกรรมนันทนาการเพื่อตอบสนอง ผู้บริหารบางคนที่มีอาการเครียด เหมือนกันระบายความเครียดหลังเลิกงานโดยการไปดูภาพยนตร์ สนุก ๆ หรือดูการแสดงละคร หรือทำงานอดิเรกอื่นก็ได้

จะเห็นได้ว่านันทนาการนั้นมีประโยชน์และคุณค่ายิ่งสำหรับชีวิตมนุษย์ ไม่ว่ากิจกรรมนั้นจะเป็นกิจกรรมในลักษณะใด ล้วนแต่เป็นการพัฒนาและเสริมสร้างอารมณ์สุข สนุกสนาน เพลิดเพลินทั้งสิ้น อีกทั้งยังเป็นการตอบสนองความต้องการที่บุคคลนั้น ๆ เลือกเองตามความสมัครใจเพื่อเป็นการบำบัดและเติมเต็มในส่วนที่ขาดแคลนทั้งร่างกายและจิตใจ

กิจกรรมนันทนาการนั้นนอกจากจะเป็นการช่วยให้ ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และเป็นการสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ยังมีส่วนช่วยในเรื่องของการบำบัด และเติมเต็มในส่วนที่ขาดแคลนทั้งทางร่างกายและจิตใจ นอกจากนั้นยังช่วยให้ผู้เข้ากิจกรรมมีความกล้าคิดกล้าแสดงออกอีกด้วย

ประเภทของกิจกรรมนันทนาการ

ผู้เชี่ยวชาญทางวิชาชีพทางนันทนาการ ได้จัดแบ่งประเภทของกิจกรรมนันทนาการไว้ต่าง ๆ หลายรูปแบบ ขึ้นอยู่กับเป้าหมาย โอกาส ความเหมาะสมของปัจจัย องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ที่สำคัญและน่าสนใจ มีดังต่อไปนี้

สมบัติ กาญจนกิจ (2544 : 48 - 54) ได้จัดประเภทของกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 15 ประเภท คือ

1. กิจกรรมนันทนาการประเภทเกมกีฬาและกีฬาเพื่อการแข่งขัน
2. กิจกรรมนันทนาการประเภทศิลปหัตถกรรม
3. นันทนาการเดินร่ำและกิจกรรมเข้าจังหวะ
4. นันทนาการละคร
5. นันทนาการงานอดิเรก
6. นันทนาการดนตรีและร้องเพลง
7. นันทนาการกลางแจ้งนอกเมือง
8. นันทนาการทางสังคม
9. นันทนาการพิเศษ
10. นันทนาการวรรณกรรม (อ่าน พูด เขียน)
11. นันทนาการบริการอาสาสมัคร
12. นันทนาการท่องเที่ยวทัศนศึกษา
13. นันทนาการประเภทกลุ่มสัมพันธ์ มนุษย์สัมพันธ์
14. นันทนาการประเภทจิตใจ และความสงบสุข
15. นันทนาการประเภทพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

บัทเลอร์ (Butler. 1959 : 237 - 241) ได้แบ่งกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 10 ประเภท คือ

1. เกมและกีฬา
2. กิจกรรมทางสังคม
3. ดนตรี
4. ศิลปและหัตถกรรม
5. ละคร
6. เดินร่ำ
7. กิจกรรมทางธรรมชาติและกิจกรรมกลางแจ้ง
8. กิจกรรมทางภาษา วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง
9. สะสมของต่าง ๆ
10. กิจกรรมบริการ

ประพันธ์ศิริ ชัยชนะใหญ่ (2527 : 66-67) ได้แบ่งกิจกรรมนันทนาการออกเป็น 11

ประเภท คือ

1. นันทนาการในบ้าน
2. นันทนาการในโรงเรียน
3. นันทนาการสวนสาธารณะ
4. นันทนาการเทศบาล
5. นันทนาการชุมชน
6. นันทนาการในชุมชน
7. นันทนาการในโรงงาน
8. นันทนาการในโรงพยาบาล
9. นันทนาการเกี่ยวกับการค้า
10. นันทนาการการอาสาสมัคร
11. นันทนาการเป็นอาชีพ

ประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการ

นันทนาการคือกิจกรรมที่บุคคลเข้าร่วมในเวลาว่างด้วยความสมัครใจ เพื่อความรื่นเริงบันเทิงใจ เพื่อดำรงชีวิตอยู่อย่างผาสุก และสามารถประกอบอาชีพการงานแทน มนุษย์จึงมีเวลาว่างมากขึ้น การครองชีพระบบสังคมมีความสลับซับซ้อนมากขึ้น ฉะนั้น การนันทนาการจึงมีความสำคัญ และให้ประโยชน์ ช่วยขจัดปัญหาเหล่านี้ได้เป็นอย่างดี ดังที่ ประพันธ์ศิริ ชัยชนะใหญ่ (2527 : 40 - 43) สรุปไว้ดังนี้

1. ช่วยให้คนรู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ช่วยให้กรรมกร คณงาน ได้พักผ่อน
3. ช่วยให้สุขภาพจิตดี
4. ช่วยป้องกันอาชญากรรม
5. ช่วยบำรุงขวัญ ความแข็งแรง และความอดทนของทหาร
6. ส่งเสริมให้เกิดความสุข ความพอใจ
7. ช่วยให้เกิดความปลอดภัยแก่สังคม
8. ช่วยให้ความรัก ความอบอุ่น
9. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี
10. ส่งเสริมให้มีการสงวนทรัพยากรธรรมชาติของประเทศ

นี้

สมบัติ กาญจนกิจ (2535 : 41 - 43) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการไว้ดังนี้

1. ช่วยให้บุคคลและชุมชนได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน
2. ช่วยให้บุคคลและชุมชนพัฒนาสุขภาพจิต และสุขภาพกายที่ดี
3. ช่วยป้องกันอาชญากรรมและพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนในทางไม่พึงประสงค์ของเยาวชนและเด็ก

4. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดี
5. ส่งเสริมพัฒนาอารมณ์สุข
6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรมของชาติ
7. ส่งเสริมอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ
8. ส่งเสริมในเรื่องของการบำบัตริศึกษา
9. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์การทำงานเป็นทีม
10. ส่งเสริมและบำรุงขวัญทหารและตำรวจ

ผู้วิจัยได้กล่าวถึงประโยชน์ของกิจกรรมนันทนาการไว้ดังนี้

1. ส่งเสริมให้รู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ส่งเสริมให้บุคคลในวัยทำงานได้รับการพักผ่อน
3. ส่งเสริมให้มีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง
4. ช่วยป้องกันการเกิดอาชญากรรม และพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปในทางที่ไม่พึงประสงค์
5. ส่งเสริมความเป็นพลเมืองดีมีความรัก ความอบอุ่น ในสังคมและครอบครัว
6. ส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม และช่วยอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ
7. ส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ และทำให้เกิดความรัก ความสามัคคี

ระเบียบบริหารของสำนักงานเขต

แบ่งหน้าที่ความรับผิดชอบของหน่วยงานออกเป็น 10 ฝ่าย

1. ฝ่ายปกครอง
2. ฝ่ายทะเบียน
3. ฝ่ายโยธา
4. ฝ่ายสิ่งแวดล้อม
5. ฝ่ายรายได้
6. ฝ่ายรักษาความสะอาด
7. ฝ่ายเทศกิจ
8. ฝ่ายการคลัง
9. ฝ่ายพัฒนาชุมชนและสวัสดิการสังคม

10. ฝ่ายการศึกษา

ส่วนราชการจากกระทรวง ทบวง และกรมอื่น ๆ

1. สัสดีเขต
2. สำนักงานสรรพากรเขต
3. สำนักงานแรงงานกรุงเทพมหานคร

กลุ่มสำนักงานเขต กรุงเทพมหานคร

คำสั่งกรุงเทพมหานคร ที่ 3609 / 2547 เรื่อง การแบ่งกลุ่มการปฏิบัติงานของสำนักงานเขต ด้วยเป็นการสมควรปรับปรุงการแบ่งกลุ่มการปฏิบัติงานของสำนักงานเขต ให้ดำเนินการไปด้วยความเรียบร้อย เป็นมาตรฐานเดียวกัน และมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น รวมทั้งเพื่อเป็นการจัดกลุ่มสำนักงานเขตให้มีลักษณะงานตามพื้นที่เขต และภารกิจที่ใกล้เคียงกันและสอดคล้องกับนโยบายของผู้บริหารและแนวทางการพัฒนาเมืองแนวใหม่ โดยแบ่งกลุ่มการพัฒนาเมืองในกลุ่มเขตที่มีความหนาแน่นสูง (Compact City) และการพัฒนาเมืองในกลุ่มเขตกำลังพัฒนา (New Urban Cluster) อันจะส่งผลให้การปฏิบัติงาน การประสานงาน การกำกับและติดตามนโยบายของกลุ่มมีความชัดเจน สอดคล้องกับสภาพพื้นที่และความต้องการของประชาชนในแต่ละพื้นที่เพิ่มมากขึ้น

อาศัยอำนาจตามความในมาตรา 65 แห่งพระราชบัญญัติระเบียบบริหารราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2528 จึงให้ยกเลิกคำสั่งกรุงเทพมหานครที่ 2326/2541 ลงวันที่ 4 สิงหาคม 2544 คำสั่งกรุงเทพมหานครที่ 3349/2543 คำสั่งกรุงเทพมหานคร 3354/2543 ลงวันที่ 19 ตุลาคม 2543 และยกเลิกคำสั่งอื่นใดที่เกี่ยวข้องกับเรื่องการแบ่งกลุ่มสำนักงานเขตที่ขัดหรือแย้งคำสั่งนี้ และให้ ใช้คำสั่งเรื่องการแบ่งกลุ่มการปฏิบัติงานของสำนักงานเขตดังต่อไปนี้ แทน

1. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 1 เป็นเขตอนุรักษเมืองเก่า กรุงรัตนโกสินทร์ ศูนย์กลางการบริหารราชการและแหล่งท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์และวัฒนธรรม และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท 1 ประกอบด้วย

- 1.1 สำนักงานเขตดุสิต
- 1.2 สำนักงานเขตพระนคร
- 1.3 สำนักงานเขตสัมพันธวงศ์
- 1.4 สำนักงานเขตป้อมปราบศัตรูพ่าย

2. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 2 เป็นเขตศูนย์กลางธุรกิจพาณิชยกรรมของภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 2 ประกอบด้วย

- 2.1 สำนักงานเขตปทุมวัน
- 2.2 สำนักงานเขตสาทร
- 2.3 สำนักงานเขตวัฒนา

2.4 สำนักงานเขตบางรัก

3. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 3 เป็นเขตเศรษฐกิจแหล่งจ้างงาน ศูนย์คมนาคม ย่านการค้า และบริการที่สำคัญ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 3 ประกอบด้วย

- 3.1 สำนักงานเขตจตุจักร
- 3.2 สำนักงานเขตบางซื่อ
- 3.3 สำนักงานเขตพญาไท
- 3.4 สำนักงานเขตดินแดง
- 3.5 สำนักงานเขตห้วยขวาง
- 3.6 สำนักงานเขตราชเทวี

4. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 เป็นเขตเศรษฐกิจใหม่ รองรับการพัฒนาอ่าวทองแสนทราย เช่น ย่านธุรกิจการค้า และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 4 ประกอบด้วย

- 9.1 สำนักงานเขตคลองเตย
- 9.2 สำนักงานเขตบางคอแหลม
- 9.3 สำนักงานเขตยานนาวา
- 9.4 สำนักงานเขตพระโขนง
- 9.5 สำนักงานเขตบางนา

5. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 5 เป็นเขตอนุรักษณ์เมืองเก่ากรุงธนบุรี แหล่งวิถีชีวิตชุมชนดั้งเดิม และแหล่งท่องเที่ยวเชิงประวัติศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 5 ประกอบด้วย

- 4.1 สำนักงานเขตบางกอกน้อย
- 4.2 สำนักงานเขตบางพลัด
- 4.3 สำนักงานเขตบางกอกใหญ่
- 4.4 สำนักงานเขตคลองสาน
- 4.5 สำนักงานเขตธนบุรี

6. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 6 เป็นเขตเศรษฐกิจ แหล่งจ้างงานใหม่ รองรับศูนย์คมนาคมกรุงเทพ ด้านใต้ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 6 ประกอบด้วย

- 6.1 สำนักงานเขตภาษีเจริญ
- 6.2 สำนักงานเขตจอมทอง
- 6.3 สำนักงานเขตราษฎร์บูรณะ

7. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 7 เป็นเขตที่อยู่อาศัย รองรับการพัฒนาตัวเมือง (Transition Zone) และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 7 ประกอบด้วย

- 7.1 สำนักงานเขตบางเขน
- 7.2 สำนักงานเขตหลักสี่
- 7.3 สำนักงานเขตดอนเมือง

7.4 สำนักงานเขตสายไหม

7.5 สำนักงานเขตลาดพร้าว

8. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 8 เป็นเขตที่อยู่อาศัย รองรับการพัฒนาของเมือง (Transition Zone) ด้านใต้ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 8 ประกอบด้วย

9.6 สำนักงานเขตบางกะปิ

9.7 สำนักงานเขตคันนายาว

9.8 สำนักงานเขตวังทองหลาง

9.9 สำนักงานเขตบึงกุ่ม

9.10 สำนักงานเขตสะพานสูง

9.11 สำนักงานเขตสนทลวง

9. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 9 เป็นเขตเกษตรกรรมที่อยู่อาศัยสิ่งแวดล้อมดี และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 9 ประกอบด้วย

9.12 สำนักงานเขตคลองสามวา

9.13 สำนักงานเขตหนองจอก

10. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 10 เป็นศูนย์ชุมชนเมือง รองรับสนามบินสุวรรณภูมิ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 10 ประกอบด้วย

10.1 สำนักงานเขตลาดกระบัง

10.2 สำนักงานเขตประเวศ

10.3 สำนักงานเขตมีนบุรี

11. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 11 เป็นเขตที่อยู่อาศัย สภาพแวดล้อมดี ผสมผสานเขตเกษตรกรรม และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 11 ประกอบด้วย

11.1 สำนักงานเขตทวีวัฒนา

11.2 สำนักงานเขตตลิ่งชัน

11.3 สำนักงานเขตบางแค

11.4 สำนักงานเขตหนองแขม

12. กลุ่มสำนักงานเขตที่ 12 เป็นเขตเกษตรกรรม อุตสาหกรรม ที่อยู่อาศัยและแหล่งท่องเที่ยวเชิงนิเวศน์ และใช้ชื่อว่า กลุ่ม กท. 12 ประกอบด้วย

12.1 สำนักงานเขตบางขุนเทียน

12.2 สำนักงานเขตบางบอน

12.3 ทุ่งครุ

กรุงเทพมหานครมีจำนวนสำนักงานเขตทั้งหมดรวม 50 สำนักงานเขต และได้มีการจัดกลุ่มสำนักงานเขตเพื่อให้มีลักษณะงานตามพื้นที่เขต และภารกิจที่ใกล้เคียงกันและสอดคล้องกับนโยบาย และแนวทางการพัฒนาเมืองแนวใหม่

ประวัติและความเป็นมาของกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 (กลุ่มเจ้าพระยา)

ในปัจจุบัน กรุงเทพมหานครแบ่งการปกครองออกเป็น 5 เขต และเพื่อให้แต่ละเขตได้มีการร่วมมือกันทำงาน เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานและการบริการประชาชน จึงได้มีการจัดแบ่งเขตต่าง ๆ ของกรุงเทพมหานคร ออกเป็นกลุ่มเขตต่าง ๆ รวม 12 กลุ่มเขต โดยยึดหลักการจัดกลุ่มสำนักงานเขตตามลักษณะพื้นที่และภารกิจที่ใกล้เคียงกัน เพื่อให้สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาเมืองแนวใหม่ โดยแบ่งเป็นการพัฒนาเมืองในกลุ่มเขตที่มีความหนาแน่นสูง (Compact City) และการพัฒนาเมืองในกลุ่มเขตกำลังพัฒนา (New Urban Cluster) อันจะส่งผลให้การปฏิบัติงาน การประสานงาน การติดตามนโยบายของกลุ่มมีความชัดเจน สอดคล้องกับสภาพพื้นที่และความต้องการ ของประชาชนในแต่ละพื้นที่ยิ่งขึ้น โดยกลุ่มเขตทั้ง 12 ได้แก่ กลุ่มรัตนโกสินทร์ กลุ่มลุมพินี กลุ่มวิภาวดี กลุ่มเจ้าพระยา กลุ่มกรุงธน กลุ่มตากสิน กลุ่มพระนคร - เหนือ กลุ่มบูรพาภิรมย์ กลุ่มสุวินทวงศ์ กลุ่มศรีนครินทร์ กลุ่มมหาสวัสดิ์ และกลุ่มสนาไหม

กลุ่มสำนักงานเขตเหล่านี้ล้วนมีความสำคัญและมีความโดดเด่นแตกต่างกันไป ทั้งในแง่เศรษฐกิจและการเป็นแหล่งท่องเที่ยว

ประวัติความเป็นมาของสำนักงานเขตคลองเตย

ชื่อเขตคลองเตยมาจากคลองอันเป็นสัญลักษณ์ของท้องถิ่น สันนิษฐานว่าได้ชื่อมาจากต้นเตยซึ่งขึ้นมากในบริเวณนั้น เดิมเขตคลองเตยเป็นแขวงหนึ่งของเขตพระโขนง ต่อมาเมื่อวันที่ 27 เมษายน 2532 ได้รับการจัดตั้งเป็นสำนักงานเขตพระโขนง สาขา 1 รับผิดชอบพื้นที่เขตคลองเตย แขวงคลองตัน และแขวงพระโขนง จนกระทั่งวันที่ 9 พฤศจิกายน 2532 สำนักงานเขตพระโขนงสาขา 1 ก็ได้รับการจัดตั้งเป็นสำนักงานเขตคลองเตย

ในวันที่ 31 มีนาคม 2538 กรุงเทพมหานคร ได้แบ่งพื้นที่เขตคลองเตยเป็นเขตคลองเตย และเขตคลองเตยสาขา 1 โดยใช้ถนนสุขุมวิทเป็นเส้นแบ่งเขต ให้พื้นที่แขวงทิศเหนือของถนนสุขุมวิท ได้แก่ แขวงคลองเตยเหนือ แขวงคลองตันเหนือ และแขวงพระโขนงเหนือ เป็นพื้นที่ของสำนักงานเขตคลองเตย สาขา 1 ส่วนด้านทิศใต้ได้แก่ แขวงคลองเตย แขวงคลองตัน และแขวงพระโขนงเป็นพื้นที่เขตการปกครองของเขตคลองเตย ต่อมา มีประกาศกระทรวงมหาดไทย ลงวันที่ 14 ตุลาคม 2540 จัดตั้งเขตคลองเตย สาขา 1 เป็นเขตวัฒนาตั้งแต่วันที่ 6 มีนาคม 2541 เป็นต้นมา

ข้อมูลทั่วไป

เขตคลองเตยมีพื้นที่ 12,994 ตร.กม.มีอาณาเขตติดต่อดังนี้คือ ทิศเหนือติดต่อกับเขตวัฒนา ทิศตะวันออก ติดต่อเขตพระโขนง ทิศใต้ติดต่อ อ. พระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ และทิศตะวันตกติดต่อกับเขต ยานนาวา เขตสาทร และเขตปทุมวัน

เขตคลองเตยเป็นที่ตั้งของท่าเรือกรุงเทพ จึงเป็นศูนย์กลางการขนส่ง ทางน้ำในการติดต่อค้าขายกับต่างประเทศและเป็นแหล่งเศรษฐกิจการค้าสำคัญตามแนวถนนสุขุมวิท อีกส่วนหนึ่งเป็น

ชุมชนแออัดขนาดใหญ่ มีประชากรทั้งหมด 143,946 คน (เมษายน 2542) ส่วนใหญ่ทำงานรับจ้างและค้าขาย โดยทั่วไปมีฐานะปานกลาง

การใช้เวลาว่างส่วนมาก จะใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และท่องเที่ยว เพื่อพักผ่อนหย่อนใจ ตามสวนสาธารณะ และศูนย์กีฬาต่าง ๆ

คำขวัญ ศูนย์ประชุมทันสมัย ตลาดใหญ่คลองเตย ถิ่นคึกคัก...แหล่งชุมชน งามน่าыл
...เบญจสิริ มากมีแหล่งศึกษา รถไฟฟ้าพร้อมท่าเรือ มีมากทั้งการค้าและโรง
แรม

ประวัติความเป็นมาของสำนักงานเขตบางคอแหลม

สำนักงานเขตบางคอแหลมได้รับการจัดตั้งใหม่ โดยแยกพื้นที่มาจากสำนักงานเขตยานนาวา เริ่มเป็นสำนักงานเขตยานนาวา สาขา 2 เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2532 ใช้สถานที่อาคารบางส่วนของวัดราชสิงขรเป็นที่ทำการชั่วคราว จนกระทั่งได้รับการจัดตั้งตามประกาศกระทรวงมหาดไทย ลงวันที่ 9 พฤศจิกายน 2532 ให้เป็นสำนักงานเขตบางคอแหลมในปัจจุบัน

เขตบางคอแหลมเคยได้รับรางวัลมาแล้วมากมาย เช่น รางวัลสำนักทะเบียนมาตรฐานปี 2540 จากสำนักบริหารการทะเบียน กรมการปกครองสำนักงานเขตดีเด่น ด้านรักษาความสะอาด และความเป็นระเบียบเรียบร้อย กลุ่มสำนักงานเขตระดับกลางลำดับที่ 1 ประจำปี พ.ศ. 2543 รางวัลชนะเลิศอันดับ 1 การตรวจประเมินผลการปฏิบัติงานของสำนักงานเขต ด้านการปลูกดูแลต้นไม้ประจำปี 2547 ของกลุ่มเจ้าพระยา จากสำนักสวัสดิการสังคม

ข้อมูลทั่วไป

เขตบางคอแหลมมีพื้นที่ 10,921 ตร. กม. แบ่งเป็น 3 แขวง คือแขวงบางคอแหลม แขวงบางโคล่ และแขวงวัดพระยาไกร สภาพพื้นที่เป็นที่ราบลุ่มติดแม่น้ำเจ้าพระยา มีคลองจำนวนมาก พื้นที่อุดมสมบูรณ์ เหมาะแก่การเพาะปลูก มีการทำสวนผลไม้เป็นจำนวนมากแต่ในปัจจุบันได้มีการใช้พื้นที่ เพื่อสร้างอาคารพาณิชย์ โรงแรม บ้านจัดสรร และสถานประกอบการเป็นส่วนมาก

อาณาเขตติดต่อมีดังนี้ คือ ทิศเหนือจรดเขตสาทร ทิศใต้และทิศตะวันตกจรดแม่น้ำเจ้าพระยา ส่วนทิศตะวันออกจรดเขตยานนาวา จำนวนประชากรทั้งหมด 113,644 คน (กุมภาพันธ์ 2547) ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพ พาณิชยกรรมอุตสาหกรรม รับราชการ และรับจ้างทั่วไป สภาพเศรษฐกิจปานกลาง

ประชาชนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและพักผ่อนหย่อนใจ ตามสวนสาธารณะ และเที่ยวชมสถานที่ทางประวัติศาสตร์ และศาสนา

คำขวัญ สวนเฉลิมพระเกียรติฯ ริมน้ำ งานล้ำธรรมมาสบุษบก ถนนตักถินเก่า
 ลือเล่หลวงพ่อด่าง เมืองแห่งเศรษฐกิจใหม่ งานวิไลพระสัมฤทธิ์
 ทุกทิศติดเจ้าพระยา สูงส่งสะพานพระราม 3

ประวัติความเป็นมาของสำนักงานเขตยานนาวา

เดิมพื้นที่แถบนี้มีชื่อเรียกว่า "บ้านทวาย" เนื่องจากมีชนชาติทวายอยู่เป็นจำนวนมาก และชาวบ้านทวายมักจะนำกระบือที่เลี้ยงไว้ มาซื้อขายแลกเปลี่ยนกันเป็นประจำในหมู่บ้านจึงมีอีกชื่อว่า "บ้านคอกควาย" เมื่อมีการประกาศใช้พระราชบัญญัติลักษณะปกครองท้องที่ในสมัยรัชกาลที่ 5 ได้รับการจัดตั้งเป็นอำเภอ ขนานนามว่า "อำเภอบ้านทวาย" ขึ้นกับเมืองนครเขื่อนขันธ์หรือจังหวัดพระประแดง ครั้นในรัชสมัยพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ได้โปรดเกล้าฯ ให้ยกเอาอำเภอบ้านทวายมาจัดตั้งเป็นอำเภอของจังหวัดพระนคร ในภายหลังได้มีการเปลี่ยนชื่ออำเภอบ้านทวายเป็น "อำเภอยานนาวา" ตามชื่อวัด "วัดยานนาวา" ซึ่งตั้งอยู่ในพื้นที่เนื่องจากอำเภอบ้านทวาย มีสำเนียงเป็นภาษาต่างดาว และในปี พ.ศ. 2515 ได้เปลี่ยนชื่อเรียกว่า "เขตยานนาวา"

ต่อมาในปี พ.ศ. 2532 เพื่อประโยชน์ด้านการบริหารการปกครองและอำนวยความสะดวกแก่ประชาชน ได้มีการปรับเปลี่ยนพื้นที่เขตยานนาวาและที่ตั้งเขตสาทรและเขตบางคอแหลมขึ้น

ข้อมูลทั่วไป

เขตยานนาวามีพื้นที่ 16,662 ตร.กม. แบ่งการปกครองเป็น 2 แขวงได้แก่ แขวงบางโพธิ์พาง และแขวงช่องนนทรี มีอาณาเขตติดต่อดังนี้คือ ทิศเหนือ ติดต่อเขตสาทร ทิศใต้ติดต่อแม่น้ำเจ้าพระยา เขต ราชบุรีบูรณะ และอำเภอพระประแดง ทิศตะวันออกติดต่อ เขตคลองเตย และแม่น้ำเจ้าพระยา ทิศตะวันตกติดต่อเขตบางคอแหลม

เขตยานนาวาเป็นเขตชุมชนหนาแน่น มีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 94,004 คน (เมษายน 2542) พื้นที่บางส่วนยังทำเกษตรกรรม แต่อาคารพาณิชย์ และโรงงานอุตสาหกรรม เกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก ผลิตภัณฑ์หลายชนิด เช่น เสื้อผ้าสำเร็จรูป เครื่องหนัง ชุดอุปกรณ์กีฬา ฯลฯ โดยผลิตเพื่อส่งออก และบริโภคในประเทศ เขตยานนาวาจึงจัดเป็นแหล่งเศรษฐกิจที่สำคัญแห่งหนึ่ง

ประชาชนส่วนใหญ่จะพักผ่อนหย่อนใจด้วยการเดินชมสินค้าตามห้างสรรพสินค้า และมีการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

คำขวัญ สะพานสวย วัดงาม นามกระเดื่อง เรืองอุตสาหกรรม

ประวัติและความเป็นมาของสำนักงานเขตพระโขนง

สำนักงานเขตพระโขนงเดิมเป็นอำเภอหนึ่งขึ้นอยู่กับจังหวัดนครเขื่อนขันธ์ (ปัจจุบันคือ อำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ) ที่ว่าการอำเภอ ตั้งอยู่ ณ บริเวณวัดมหาบุศย์ ซอยอ่อนนุชส่วนที่ได้ชื่อว่า "พระโขนง" สันนิษฐานว่าเพราะตั้งอยู่ริมคลองพระโขนงจนกระทั่งได้มีการปรับปรุงเขตการปกครองใหม่ ยุบจังหวัดพระประแดง และให้เขตพระโขนงเป็นอำเภอ ขึ้นอยู่กับจังหวัดพระนครต่อมา เมื่อมีการตั้งกรุงเทพมหานครเป็นทบวงการเมือง ให้มีฐานะเป็นราชการบริหารส่วนท้องถิ่นนครหลวง และเปลี่ยนชื่อส่วนราชการที่เรียกว่า "อำเภอ" เป็น "สำนักงานเขต" อำเภอพระโขนงจึงกลายเป็นเขตพระโขนง

ในปี พ.ศ. 2532 เนื่องจากท้องที่เขตพระโขนงเดิม มีอาณาเขตกว้างขวาง มีพลเมืองกว่าหกแสนคน เพื่อประโยชน์ในด้านการบริหาร การปกครองและการอำนวยความสะดวกแก่ประชาชนจึงได้มีประกาศ กระทรวงมหาดไทยแบ่งพื้นที่การบริหารของเขตพระโขนง ตั้งเป็นเขตคลองเตย และเขตประเวศ ใน พ.ศ. 2541 ได้มีการเปลี่ยนแปลงอีกครั้งหนึ่ง โดยแบ่งพื้นที่ส่วนหนึ่งของเขตพระโขนง ตั้งเป็นเขตบางนา

ข้อมูลทั่วไป

เขตพระโขนงมีพื้นที่ทั้งหมด ประมาณ 13,604 ตร. กม. มีแนวเขตติดต่อดังนี้คือ ทิศเหนือ ติดต่อกับเขตคลองเตย ทิศใต้ติดต่อกับเขตบางนา ทิศตะวันออกติดต่อกับเขตประเวศ ทิศตะวันตกติดต่อกับอำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ ปัจจุบันมีประชากรทั้งสิ้น 101,768 คน (เมษายน 2542) ประชากรส่วนใหญ่มีฐานะปานกลาง

ประชาชนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการเที่ยวชมอนุสรณ์ทางประวัติศาสตร์ และการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

คำขวัญ พระโขนงเมืองพระ ธรรมชาติดีเยี่ยม สามัคคีพัฒนา ประชาสุขใจ

ประวัติความเป็นมาของสำนักงานเขตบางนา

แต่เดิมเขตบางนาเป็นส่วนหนึ่งของเขตพระโขนง ต่อเมื่อกรุงเทพมหานครมีนโยบายแบ่งเขตเพิ่มขึ้นจาก 38 เขต 2 สาขา เป็น 5 เขต เพื่อให้การบริหารจัดการและการบริการประชาชนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพและทั่วถึงจึงได้มีการพิจารณาแบ่งพื้นที่เขตพระโขนงมาตั้งขึ้นเป็นสำนักงานเขตบางนา ตามประกาศกระทรวงมหาดไทย ลงวันที่ 14 ตุลาคม 2540 ให้มีผลตั้งแต่วันที่ 6 มีนาคม 2541 เป็นต้นไป

จุดเด่นของเขตบางนาก็คือ เป็นศูนย์กลางการค้าและการลงทุนในฟากตะวันออกของกรุงเทพฯ โดยมีสิ่งอำนวยความสะดวกหลายอย่าง เช่น ศูนย์ประชุมไบเทค ศูนย์การค้าขนาดใหญ่ อาคารสำนักงาน รวมถึงการเป็นจุดรวมของระบบขนส่งมวลชน ไม่ว่าจะเป็นทางด่วนบูรพาวิถี

ถนนวงแหวนรอบนอก และทางหลวงสายหลักบางนา-ตราด ซึ่งเปรียบเสมือนประตูที่เปิดไปสู่ภาคตะวันออกของประเทศ

ข้อมูลทั่วไป

เขตบางนาคับเป็นเขตหนึ่งในกรุงเทพมหานครที่มีการขยายตัวทางเศรษฐกิจอย่างมาก ทำให้บ้านเรือนเพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว ที่อยู่อาศัยที่ดินมีราคาสูงและมีการพัฒนาการใช้ที่ดินมากขึ้นเป็นผลให้ประชากรเพิ่มมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ปัจจุบันเขตบางนามีประชากรทั้งสิ้น 99,461 คน (เมษายน 2542) ประชากรส่วนใหญ่ประกอบการค้า ธุรกิจการค้า และการอุตสาหกรรม

ปัจจุบันเขตบางนามีพื้นที่ประมาณ 19.171 ตร. กม. มีอาณาเขต ติดต่อดังนี้คือ ทิศเหนือติดต่อกับเขตพระโขนง ทิศใต้ติดต่อกับอำเภอเมือง จังหวัดสมุทรปราการ ทิศตะวันออก ติดต่อกับเขตประเวศและ อ.เมือง จังหวัดสมุทรปราการ ส่วนทิศตะวันตก ติดต่อกับอำเภอพระประแดง จังหวัดสมุทรปราการ

ประชาชนส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างในการเที่ยวชมโบราณสถาน และศิลปวัฒนธรรม

คำขวัญ สู้รบพาวุธ ของดีสายใจไทย ศูนย์ประชุมใหญ่ไบเทคร้านอาหารใหญ่เลิศรสเลิศ
สืบทอดประเพณีชาวพุทธชุมชนเร่งรัดพัฒนา แหล่งวีรชนกล้าทหารเรือ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

ในส่วนของงานวิจัยในต่างประเทศ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่เกี่ยวข้องและสัมพันธ์กับเรื่องสภาพและความต้องการกิจกรรมนันทนาการ ทั้งโดยตรงและโดยอ้อมที่พอสรุปได้ดังนี้

แคปแลน (Kaplan.1975 : 90) ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของชนชาติต่าง ๆ พบว่าเพศมีส่วนกำหนดการกระทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเน็ตบอลแม้ว่าในปัจจุบันจะมีกระแสเคลื่อนไหวเพื่อสิทธิสตรีก่อให้เกิดความทัดเทียมกับบุรุษยิ่งขึ้น ทั้งด้านการงานและการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็ตามแต่ก็ยังคงมีความแตกต่างกันอยู่บ้าง แม้กรณีการใช้เวลาว่าง

ฮูด (Hood. 1993 : 33) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐาน และการรับรู้ทางครอบครัวกับรูปแบบการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น โดยตั้งสมมุติฐานว่า เด็กวัยรุ่นจะยังคงใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัว และอิทธิพลของครอบครัวจะส่งผลต่อวิถีชีวิตของเขา โดยศึกษาถึงองค์ประกอบทางจิตวิทยาสำหรับเด็กวัยรุ่นกับความพึงพอใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างเปอร์เซ็นต์ ของการใช้เวลาว่างกับพื้นฐาน และการรับรู้ทางครอบครัว องค์ประกอบทางจิตวิทยา 9 องค์ประกอบ สามารถนำมาเป็นองค์ประกอบในการวัดการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น

บราวน์ (Brown. 1995 : 3413) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ จำนวนของเวลาว่างกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างของครูสอนหญิงในระดับประถมศึกษา ผลการวิจัยพบว่า มีค่าความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่กับจำนวนของเวลาว่างและความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง ส่วนค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจในงานตามหน้าที่ที่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่าง และค่าความสัมพันธ์ระหว่างความพึงพอใจกับการได้ใช้เวลาว่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติกับจำนวนของเวลาว่าง

นิสเบท (Nisbet. 1995 : 75) ได้ศึกษารูปแบบการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่นักเรียนในระดับมัธยมศึกษาที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทสมองช้า (Mental Retard) ผลการวิจัยพบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นตัวบ่งบอกถึงความสำเร็จในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างให้แก่ นักเรียนดังกล่าว ได้แก่ ประสิทธิภาพของครูผู้สอน ระดับการศึกษาของครูผู้สอน ปีที่จบการศึกษา ความต้องการของการเรียน

แม็คโดเวล (Mcdowell. 1996 : 4353) ได้ศึกษาเรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างเปรียบเทียบระหว่างเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความปรารถนาสูงที่จะใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่ม ได้เข้าร่วมในเวลาว่างได้แก่ การฟังดนตรี ดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จักรกลุ่มสนทนา วาดภาพ พุดโทรศัพท์ ชมกีฬา ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้ง 2 กลุ่ม เข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำ ได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้านและการอ่านหนังสือ นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนปรารถนาได้ก็คือ ความจำกัดทางด้านเวลา และโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าเด็กวัยรุ่นปกติ

คีเวล (Kivel. 1996 : 1322) ได้ศึกษาเรื่องบทบาทของการใช้เวลาว่างในฐานะที่เป็นข้อมูลสำคัญ เป็นดัชนีที่แสดงถึงพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศประเภทเลสเบียน เกย์ ไบเซ็กชวล ของเยาวชนกลุ่มอายุ 19-23 ปี ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบของการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศ การใช้เวลาว่างของเยาวชนในกลุ่มดังกล่าว เป็นกิจกรรมที่ช่วยให้

พวกเขาเหล่านั้นพัฒนาความเข้าใจตนเอง นอกจากนั้นเขาได้สรุปว่า เยาวชนซึ่งมีพฤติกรรมเบี่ยงเบนทางเพศจะเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้สอดคล้องต่อการรับรู้และเข้าใจในตนเอง

วัตสัน (Watson. 1997 : 3251) ได้ศึกษาเรื่องผลกระทบของทัศนคติและแรงจูงใจ ของการใช้เวลาว่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายของนักศึกษาในวิทยาลัย ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่ได้ใช้เวลาว่างวันละ 2-3 ชั่วโมง ในการดูโทรทัศน์ หรือทำกิจกรรมที่ไม่มีการเคลื่อนไหว ซึ่งเขาสรุปได้ว่านักศึกษามีเวลาว่าง แต่ไม่ได้ใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการการออกกำลังกาย เพื่อนันทนาการ

งานวิจัยในประเทศ

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ (2523 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การใช้เวลาว่างและกิจกรรมนันทนาการของประชากรกรุงเทพมหานคร ตลอดจนปัญหาการใช้เวลาว่างในแหล่งนันทนาการที่จัดโดยรัฐและเอกชน ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย ข้อมูลที่ได้จากหน่วยราชการต่างๆ เช่น สำนักผังเมือง กระทรวงมหาดไทย และสำนักสวัสดิการสังคม กรุงเทพมหานคร ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามที่สร้างขึ้นและนำไปถามประชากรกรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาโดยวิธีสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งเป็นเขต (Cluster Random Sampling) ตามการแบ่งเป็นท้องที่การศึกษาจำนวน 5 ท้องที่ของกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ เป็นกลุ่มตัวอย่างประชากรทั้งสิ้น 500 คน ได้แบบสอบถามกลับคืนมาทั้งสิ้น คิดเป็นร้อยละ 89.20 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีใช้ระเบียบทางสถิติ หาค่าเฉลี่ยและค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า ประชากรในกรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมาย ในการใช้เวลาว่างหลายประการ คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและความสมบูรณ์ทางร่างกาย เพื่อให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน และเพื่อการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมตามลำดับ ช่วงเวลาที่ประชากรกรุงเทพมหานครมีเวลาว่างมักเป็นเวลาหลังจาก 18 นาฬิกา และมีเวลาว่างมากที่สุด ในวันเสาร์และวันอาทิตย์ ตามลำดับ กิจกรรมนันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครประกอบเป็นประจำ ได้แก่ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และการอ่านหนังสือ นอกจากนั้นมักชอบไปเดินชมและซื้อสินค้าตามห้างสรรพสินค้าในศูนย์การค้า และตลาดนัดโรงมหรสพและสนามกีฬาต่าง ๆ แหล่งนันทนาการที่ประชากรกรุงเทพมหานครต้องการให้กรุงเทพมหานครจัดให้มากที่สุด คือ สวนสาธารณะ สนามกีฬาประเภทต่าง ๆ ตลาดนัดห้องสมุด สระว่ายน้ำ สนามเด็กเล่น และสวนหย่อม ในช่วงเดือนมกราคม ปี พ.ศ. 2523 ประชากรกรุงเทพมหานครไปใช้เวลาว่างในสวนสัตว์ดุสิต และห้องสมุดประชาชน มากตามลำดับ

พุดินันท์ เหลืองไพบูลย์ (2530 : 86-88) ได้ศึกษาเรื่องการจัดการสวัสดิการสังคมในชมรมผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร พบว่ากิจกรรมที่สามารถตอบสนองปัญหาและความต้องการของผู้สูงอายุในชมรมผู้สูงอายุ ได้แก่ กิจ

กรรมด้านสุขภาพอนามัย กิจกรรมด้านศาสนา กิจกรรมนันทนาการ กิจกรรมด้านวัฒนธรรม กิจกรรมด้านการเผยแพร่ความรู้ กิจกรรมด้านการพัฒนาสังคม กิจกรรมด้านการศึกษานอกสถานที่ กิจกรรมด้านการฝึกหัดอาชีพ ส่วนกิจกรรมอื่น ๆ ได้แก่ การส่งเสริมให้ผู้สูงอายุเป็นครูสอนพิเศษ การประพันธ์บทเพลงและนิยาย การออกแบบตกแต่งเสื้อผ้า เป็นต้น

เกตแก้ว ศรีงาม (2537 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย พบว่า เยาวชนไทยเข้าร่วมและใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภทต่างกันออกไป นั่นคือ เยาวชนไทยส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างรับชมโทรทัศน์รับฟังวิทยุ - ฟังเทป อ่านหนังสือพิมพ์ อ่านหนังสือ สร้างสรรค์ เล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย และ เยาวชนส่วนน้อยมีใช้เวลาว่าง เดินเล่นตามศูนย์การค้า ชมหรรสพต่าง ๆ ชมวิดีโอ ทำงานอดิเรก และเดินเล่น ตามสวนสาธารณะ และพบว่าตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อความแตกต่างของการใช้เวลาว่าง ในกิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 คือ การรับฟังวิทยุ - ฟังเทป การรับชมโทรทัศน์ ได้แก่ เพศ ขนาดของครัวเรือน ภาวะการทำงาน เขต และภาคที่อยู่อาศัย การชมวิดีโอ ได้แก่ ระดับการศึกษา ภาวะการทำงาน เขต และภาคที่อยู่อาศัย การชมมหรสพต่าง ๆ ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา เขต และภาคที่อยู่อาศัย การอ่านหนังสือพิมพ์ ได้แก่ อายุ ระดับการศึกษาและภาคที่อยู่อาศัย การอ่านหนังสือ ได้แก่ ระดับการศึกษา ภาวะการทำงาน การนับถือศาสนาเขต และภาคที่อยู่อาศัย การเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย ได้แก่ เพศ และภาคที่อยู่อาศัย การสร้างสรรค์ ได้แก่ เพศ ขนาดของครัวเรือน ระดับการศึกษา เขต และภาคที่อยู่อาศัย การเดินเล่นตามศูนย์การค้า ได้แก่ ขนาดของครัวเรือนและภาคที่อยู่อาศัย การเดินเล่นตามสวนสาธารณะ ได้แก่ ภาวะการทำงานของเยาวชน การทำงานอดิเรก ได้แก่ ระดับการศึกษา เขต และภาคที่อยู่อาศัย

ปัทมา รอดทั้ง (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง ผลการวิจัยพบว่า ประชาชนส่วนใหญ่ที่ใช้เวลาว่าง ด้วยการเล่นกีฬา และออกกำลังกายมีอายุระหว่าง 15 - 25 ปี มีวุฒิการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนต้น ไม่ได้ประกอบอาชีพ และยังไม่มียาได้ ประชาชนส่วนใหญ่ได้รับข่าวสารความรู้เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและออกกำลังกายจากโทรทัศน์ ประชาชนใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬา และออกกำลังกายทั้งในวันธรรมดาและวันหยุดมากที่สุด ใช้เวลา 1 - 2 วัน/สัปดาห์ และใช้เวลาในแต่ละครั้ง 10 - 30 นาที ในช่วงเวลา 16.00 - 19.00 น. ใช้สนามของโรงเรียนหรือของหมู่บ้านเป็นที่เล่นกีฬาและออกกำลังกายมากที่สุด กิจกรรมในร่มที่นิยมเล่นมากที่สุด คือ วอลเลย์บอล กิจกรรมกลางแจ้งที่นิยมมากที่สุด คือ วิ่งเหยาะมากที่สุด แต่กีฬาที่สนใจมากที่สุด คือ ฟุตบอล ประชาชนมีจุดมุ่งหมายของการเล่นกีฬาและออกกำลังกายเพื่อให้มีสุขภาพดี มากที่สุด ปัญหาของการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ด้านสถานที่คือ สถานที่ไม่เพียงพอ ด้านอุปกรณ์คือ อุปกรณ์ไม่เพียงพอ ปัญหาส่วนตัวของประชาชนที่อยู่ในระดับมากที่สุด คือ เวลาว่างไม่เพียงพอที่จะใช้ในการเล่นและออกกำลังกาย ความต้องการบริการในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย

กายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง ด้านสถานที่ อุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านบุคลากรผู้ให้บริการอยู่ในระดับมาก

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร โดยการเปรียบเทียบความแตกต่างของการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาด้านส่วนตัว ด้านสังคม ด้านการเรียน และด้านกีฬา ตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ที่พักอาศัย ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชาว์ปัญญา ทักษะคิดต่อการเรียน ประเภทกีฬา ระยะเวลาการฝึกซ้อม จำนวนครั้งของการแข่งขัน ทักษะคิดกีฬา กลุ่มตัวอย่างมีจำนวน 140 คน ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2539 ที่ได้มาโดยการประกาศรับตามความสมัครใจ เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม ที่เกี่ยวกับการใช้เวลาผู้วิจัยเป็นผู้เก็บข้อมูลด้วยตัวเอง การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ t -test, F -test และ Newman - Keuls Method

ผลการวิจัยพบว่า

1. การใช้เวลาด้านส่วนตัว นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในคณะต่างกันและมีประเภทของที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ ระดับชั้น ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
2. การใช้เวลาด้านสังคม นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่ศึกษาอยู่ในระดับชั้นต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
3. การใช้เวลาด้านการเรียน นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีประเภทของที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชาว์ปัญญา และทักษะคิดต่อการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ
4. การใช้เวลาด้านกีฬา นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่เล่นกีฬาต่างประเภทกัน และมีช่วงระยะเวลาการฝึกซ้อมต่างกัน มีการใช้เวลาด้านกีฬาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ทักษะคิดต่อการเรียน ที่พักอาศัย จำนวนครั้งของการแข่งขัน และทักษะคิดต่อกีฬาแตกต่างกัน มีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

มานะ หมอชาติ (2540 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาวางเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โดยมีจุดหมายเพื่อทราบความคิดเห็นเกี่ยวกับความต้องการใช้เวลาวางเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศระดับปริญญาตรีโดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มประชากรของนัก

เรียนนายเรืออากาศโรงเรียนนายเรืออากาศที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 700 คน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการทางวิชาการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุดคือ มีภาพยนตร์หรือเทปโทรทัศน์เกี่ยวกับกีฬาอยู่เสมอ ๆ ความรู้เกี่ยวกับเทคนิคและทักษะการออกกำลังกายเชิงวิทยาศาสตร์มาบรรยายสาธิตในหลักการวิธีใหม่ ๆ ให้แก่สมาชิกได้มีความรู้เพิ่มเติมอยู่เสมอหน่วยงานที่ทำหน้าที่ประชาสัมพันธ์การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ

2. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการด้านกิจกรรมการออกกำลังกายเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการในระดับมากที่สุด คือ แบดมินตัน ฟุตบอล โบว์ลิ่ง ยิงธนู และระดับมาก คือ เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล วอลเลย์บอล เซปักตะกร้อ วายน้ำ รักบี้ฟุตบอล

3. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการด้านสถานที่และอุปกรณ์ สิ่งอำนวยความสะดวก เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายโดยมีความต้องการระดับมากที่สุด สถานที่ออกกำลังกายในร่ม สถานที่ออกกำลังกายกลางแจ้งควรมีไฟฟ้า สนามสถานที่ออกกำลังกายตั้งอยู่ในทำเลที่เหมาะสม อยู่ใกล้และไปมาสะดวก สถานที่สำหรับเปลี่ยนเครื่องแต่งกายและทำความสะอาดร่างกายอย่างเพียงพอ ถูกสุขลักษณะ ตู้เก็บเสื้อผ้า (Locker) สำหรับผู้ให้บริการ มีการบริการจำหน่ายอาหารและเครื่องดื่มอาหารและเครื่องดื่มใกล้สถานที่ออกกำลังกาย อุปกรณ์กีฬามีคุณภาพอยู่ในเกณฑ์มาตรฐาน

4. นักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศส่วนมาก มีความต้องการด้านบุคลากรผู้ให้บริการเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย โดยมีความต้องการอยู่ในระดับมากที่สุด คือ มีหน่วยงานและบุคลากรที่รับผิดชอบเกี่ยวกับการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ โรงเรียนนายเรืออากาศ โดยเฉพาะบุคคลบุคคลผู้ให้บริการที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกายที่มีความรู้ความชำนาญ ในกิจกรรมแต่ละด้านอย่างถ่องแท้ บุคลากรผู้ให้บริการมีวุฒิทางพลศึกษา บุคลากรผู้ให้บริการที่มีความรู้ความเข้าใจวิธีการจัดและดำเนินการด้านพลศึกษา และสามารถเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม บุคลากรผู้ให้บริการรู้หลักและวิธีการสอนที่ถูกต้อง เหมาะสม เจ้าหน้าที่พยาบาลประจำในช่วงบริการ

ปัทมา จิตรปริดากร (2547 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง สภาพและปัญหาการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปำ เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาสภาพปัญหาของการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปำ เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร โดยรวมเป็นรายด้าน 3 ด้าน คือ ด้านการจัดและดำเนินการ ด้านสถานที่อุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านกิจกรรมนันทนาการพิเศษ ผลการวิจัยพบว่า

1. สภาพการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปำ เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร พบว่า ประชาชนส่วนใหญ่มีความเห็นเกี่ยวกับสภาพการใช้เวลาว่าง ทั้งโดย

ร่วม และเป็นรายด้าน ทั้ง 3 ด้าน คือด้านการจัดการและดำเนินการ ด้านสถานที่ อุปกรณ์ และ สิ่งอำนวยความสะดวก และด้านกิจกรรมนันทนาการพิเศษ ว่าไม่มีความเหมาะสม

2. ปัญหาการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปัก เขตดุสิต กรุงเทพมหานครพบว่าโดยรวมประชาชนส่วนใหญ่มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ประชาชนส่วนใหญ่มีปัญหาด้านการจัดการดำเนินการ และด้านกิจกรรมนันทนาการพิเศษ อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนด้านสถานที่ อุปกรณ์และสิ่งอำนวยความสะดวก ประชาชนมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย

อัศวิน มณีนิรห์ (2547 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ศึกษาการใช้เวลาว่างของนิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปีการศึกษา 2546 กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตระดับชั้นปีที่ 1 และชั้นปีที่ 2 ที่ลงทะเบียนเรียนในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2546 และหอพักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำนวน 375 คน ได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล เป็นแบบสอบถาม ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละของข้อมูล

ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในด้านเกมและกีฬาในกิจกรรมวิ่งเหยาะ แอโรบิคแดนซ์ และว่ายน้ำ
2. นิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในด้านการอ่าน การเขียน และการพูด ในกิจกรรมอ่านหนังสือและทบทวนบทเรียน อ่านหนังสือพิมพ์ และอ่านหนังสือการ์ตูน
3. นิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในด้านการบริการอาสาสมัคร ในกิจกรรมพัฒนามหาวิทยาลัย งานบริการสังคมที่จัดโดยหน่วยงานบริการอาสาสมัคร และค่าอาสาพัฒนาที่จัดโดยนิสิตและได้รับอนุญาตจากกองกิจการนิสิต
4. นิสิตที่พักอาศัยอยู่ในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในด้าน ดนตรีและเพลงในกิจกรรมร้องเพลงคาราโอเกะ เล่นดนตรีกับเพื่อนเป็นวงดนตรี

อำนาจ เณรรักษา (2548 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและ เปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร ตามตัวแปรเพศ ระดับการศึกษา ชั้นปี และประเภทวิชา ผลการวิจัยพบว่า

1. นักเรียนและนักศึกษาใช้เวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้าน อยู่ในระดับปานกลาง
2. นักเรียนและนักศึกษาที่มีเพศต่างกัน ชั้นปีต่างกันและประเภทวิชาต่างกันใช้เวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะที่อยู่ที่บ้านไม่แตกต่างกัน

3. นักเรียนและนักศึกษาที่มีระดับการศึกษาต่างกัน ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการทั้งขณะอยู่ที่วิทยาลัยและขณะอยู่ที่บ้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งหมด สามารถที่จะกล่าวได้ว่า การใช้เวลาว่างในการปฏิบัติหรือเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนั้น มีคุณประโยชน์ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา และจิตใจ อีกทั้งยังช่วยสร้างความสำเร็จในการปฏิบัติงานและสามารถที่จะพัฒนาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ต่อตัวเองและบุคคลรอบข้างได้เป็นอย่างดี ด้วยเหตุและผลนี้ ผู้วิจัยจึงเกิดแนวความคิดที่จะทำการศึกษาการใช้เวลาว่างประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร



บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร การศึกษาครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามลำดับ ดังต่อไปนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ในการกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยดำเนินการตามลำดับขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบไปด้วยบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตกลุ่มที่ 4 กรุงเทพมหานคร ที่กำลังปฏิบัติหน้าที่ในปี พ.ศ. 2549 ได้แก่ สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตพระโขนง สำนักงานเขตยานนาวา และสำนักงานเขตบางนา จำนวน 3,380 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง โดยเปิดตารางของเครจซีและมอร์แกน (Krejcie and Morgan, 1970 : 118-119) ที่ประชากร 3,380 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 341 คน แต่ผู้วิจัยขอใช้ข้อมูล 350 คน

คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างโดยวิธีสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) มีสถานภาพเป็นชั้น เป็นหน่วยการสุ่ม จำนวน 350 คน เป็นข้าราชการ 70 คน เป็นลูกจ้างประจำ 180 คน เป็นลูกจ้างชั่วคราว 100 คน ดังตาราง 1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่เป็น ข้าราชการ ลูกจ้างชั่วคราว และลูกจ้างประจำ

หน่วยงานที่สังกัด	ข้าราชการ		ลูกจ้างประจำ		ลูกจ้างชั่วคราว		รวม	
	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	ประชากรทั้งหมด	กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
สำนักงานเขตคลองเตย	128	14	356	36	191	20	675	70
สำนักงานเขตบางคอแหลม	129	14	356	36	192	20	677	70
สำนักงานเขตยานนาวา	128	14	357	36	190	20	675	70
สำนักงานเขตพระโขนง	128	14	357	36	192	20	677	70
สำนักงานเขตบางนา	129	14	356	36	191	20	676	70
รวม	642	70	1,782	180	956	100	3,380	350

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวกับการสร้างแบบสอบถาม และการใช้เวลาว่าง
2. ดำเนินการสร้างแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการทำงาน

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ซึ่งสร้างเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scales) 3 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

- ปฏิบัติสม่ำเสมอ
- ปฏิบัติบ้างบางครั้ง
- ไม่เคยปฏิบัติเลย

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด (Open Endee) เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถาม ได้นำเสนอแนวคิดที่ต้องการในการประกอบกิจกรรมนันทนาการในเรื่องการใช้เวลาว่าง

การหาคุณภาพเครื่องมือ

1. นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาถึงความเหมาะสมชัดเจนของภาษา และความครอบคลุมในเรื่องการใช้เวลาว่างของบุคลากร

2. นำแบบสอบถามมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษาแล้วนำกลับไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณาอีกครั้ง จากนั้นนำมาปรับปรุงแก้ไข

3. นำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน พิจารณาความสอดคล้องของข้อคำถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร เพื่อหาความเที่ยงตรง (Validity) และให้ผู้เชี่ยวชาญพิจารณาถึงความเหมาะสมดังกล่าวโดยการให้คะแนนในแต่ละข้อดังนี้

- + 1 เมื่อแน่ใจว่าคำถามนั้นเป็นคำถามที่เหมาะสม
- 0 เมื่อไม่แน่ใจว่าคำถามนั้นเป็นคำถามที่เหมาะสมหรือไม่
- 1 เมื่อแน่ใจว่าคำถามนั้นไม่เหมาะสม

4. นำคะแนนที่ได้จากข้อ 3. มาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามกับการใช้เวลาว่างของบุคลากร โดยพิจารณาถึงค่าที่คำนวณได้ในแต่ละข้อคำถาม ดัชนีความสอดคล้องในแต่ละข้อคำถามมีค่ามากกว่า 0.5 ถือว่าข้อคำถามนั้นมีความเหมาะสม แต่ค่าดัชนีความสอดคล้องต่ำกว่า 0.5 ต้องนำข้อคำถามนั้นไปปรับปรุงแก้ไข จากค่าที่คำนวณได้พบว่า ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับการใช้เวลาว่างของนิสิตอยู่ระหว่าง 0.6 - 1.0 แสดงว่าข้อคำถามนั้นมีความเหมาะสม

5. นำแบบสอบถามการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ไปทดลองใช้กับบุคลากร ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 40 คน เพื่อนำมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม รวมทั้งฉบับมีค่าเท่ากับ 0.9277

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยติดต่อขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร ถึงผู้อำนวยการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร เพื่อขอความร่วมมือในการแจกแบบสอบถามให้กับบุคลากรในสังกัดซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง โดยผู้วิจัยจะเดินทางไปส่งและรับแบบสอบถามคืนด้วยตัวเอง ได้แบบสอบถามฉบับสมบูรณ์ จำนวน 345 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 98.57

การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยวิเคราะห์ดังนี้

ตอนที่ 1 แจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละของข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 1 ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการทำงาน และหน่วยงานที่สังกัด เสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

ตอนที่ 2 แจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละของข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 2 เสนอในรูปแบบตารางและความเรียง

ตอนที่ 3 ข้อมูลในตอนที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามในส่วนที่เป็นปลายเปิดสรุปในรูปแบบความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลเป็นลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพ และหน่วยงานที่สังกัด

ข้อมูลส่วนตัว	จำนวน	ร้อยละ
เพศ		
ชาย	166	48.1
หญิง	179	51.9
รวม	345	100.0
อายุ		
18 - 30 ปี	148	42.9
31 - 40 ปี	179	51.9
41 ปีขึ้นไป	18	5.2
รวม	345	100.0

ตาราง 2 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนตัว	จำนวน	ร้อยละ
สถานภาพ		
ข้าราชการ	70	20.3
ลูกจ้างประจำ	179	51.9
ลูกจ้างชั่วคราว	96	27.8
รวม	345	100.0
หน่วยงานที่สังกัด		
สำนักงานเขตคลองเตย	66	19.1
สำนักงานเขตบางคอแหลม	69	20.0
สำนักงานเขตยานนาวา	70	20.3
สำนักงานเขตพระโขนง	70	20.3
สำนักงานเขตบางนา	70	20.3
รวม	345	100.0

จากตาราง 2 พบว่า บุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร สังกัดสำนักงานเขตคลองเตย เขตบางคอแหลม เขตยานนาวา เขตพระโขนง และเขตบางนา ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แยกเป็นเพศชาย จำนวน 166 คน คิดเป็นร้อยละ 48.1 เพศหญิง จำนวน 179 คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31 – 40 ปี จำนวน 179 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 เป็นลูกจ้างประจำ จำนวน 179 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9

ตอนที่ 2 วิเคราะห์การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ในส่วนนี้จะเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการใน 5 ด้านคือ ประเภทกีฬา และการออกกำลังกาย ประเภทการท่องเที่ยว ประเภทดนตรีและร้องเพลง ประเภทงานอดิเรก และประเภทการอ่าน การพูดและการเขียน ผลปรากฏดังตาราง 2 - 24

ตาราง 3 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย (n = 345)

รายการ	ระดับปฏิบัติ					
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ		ปฏิบัติบ้างบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ว่ายน้ำ	27	7.8	159	46.1	159	46.1
2. กอล์ฟ	22	6.4	56	16.2	267	77.4
3. แอโรบิคแดนซ์	45	13.0	187	54.2	113	32.8
4. แบดมินตัน	54	15.7	182	47.0	109	31.6
5. ฟุตบอล	54	15.7	123	35.7	168	48.7
6. เทนนิส	6	1.7	103	29.9	236	68.4
7. เปตอง	14	4.1	100	29.0	231	67.0
8. กิจกรรมเข้าจังหวะ	32	9.3	153	47.2	150	43.5
9. แชร์บอล	16	4.6	94	27.2	235	68.1
10. เต้นรำ	20	5.8	144	41.7	181	52.5
11. โยคะ	26	7.5	98	28.4	221	64.1
12. หมากรุก	34	9.9	132	38.3	179	51.9
13. เทเบิลเทนนิส	51	14.8	116	33.6	178	51.6
14. เดิน	179	51.9	115	33.3	51	14.8
15. ปั่นจักรยาน	62	18.0	161	46.7	122	35.4
16. บาสเกตบอล	21	6.1	128	37.1	196	56.8
17. ฝึกกายบริหาร	26	7.5	169	53.0	150	43.5
18. ปาเป้า	4	1.2	103	29.9	238	69.0
รวม	39	11.3	129	37.4	177	51.3

จากตาราง 3 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอในการเดิน ปั่นจักรยาน แบดมินตัน และฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 51.9 , 18.0 , 15.7 , 15.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แอโรบิคแดนซ์ ฝึกกายบริหาร และกิจกรรมเข้าจังหวะ คิดเป็นร้อยละ 54.2 , 53.0 , 47.2 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ กอล์ฟ ปาเป้า เทนนิส คิดเป็นร้อยละ 77.4 , 69.0 , 68.4 ตามลำดับ

ตาราง 4 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว

รายการ	ระดับปฏิบัติ					
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ		ปฏิบัติบ้างบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เข้าค่ายพักแรม	2	.6	50	14.5	293	84.9
2. เที่ยวสวนสนุก	21	6.1	186	53.9	138	40.0
3. เที่ยวสวนสัตว์	22	6.4	208	60.3	115	33.3
4. เดินป่า	28	8.1	208	60.3	109	31.6
5. ล่องแพ	30	8.7	147	42.6	168	48.7
6. ผจญภัย เช่น ปีนหน้าผา	21	6.1	178	51.6	146	42.3
7. เที่ยวทะเล	15	4.3	91	26.4	239	69.3
8. เขื่อนน้ำตก	74	21.4	245	71.0	26	7.5
9. เที่ยวโบราณสถาน เช่น วัดพระแก้ว	71	20.6	222	64.3	52	15.1
10. เที่ยววัฒนธรรม ท้องถิ่น เช่น วิถี ชีวิตของชาวเขา	32	9.3	227	65.8	86	24.9
11. เที่ยวชมงานฝีมือ หัตถกรรม	14	4.1	152	44.1	179	51.9
รวม	30	8.7	174	50.4	141	40.9

จากตาราง 4 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอใน เทียน้ำตก เทียนโบราณสถาน และเทียนวัฒนธรรม คิดเป็นร้อยละ 21.4 , 20.6 , 9.3 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียน้ำตก เทียนวัฒนธรรม และเทียนโบราณสถาน คิดเป็นร้อยละ 71.0 , 65.8 , 64.3 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม เทียนทะเล และเทียนชมงานฝีมือหัตถกรรม คิดเป็นร้อยละ 84.9 , 69.3 , 51.9 ตามลำดับ



ตาราง 5 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง

รายการ	ระดับปฏิบัติ					
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ		ปฏิบัติบ้างบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด	5	1.4	84	24.3	256	74.2
2. เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี	30	8.7	96	27.8	219	63.5
3. เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องตี	12	3.5	60	17.4	273	79.1
4. เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องเป่า	15	4.3	97	28.1	233	67.5
5. เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด	8	2.3	94	27.2	243	70.4
6. เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องสี	5	1.4	77	22.3	263	76.2
7. เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องตี	13	3.8	62	18.0	270	78.3
8. เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า	7	2.0	87	25.2	251	72.8
9. เล่นเครื่องดนตรีสากล / ไทยบางชนิด	13	3.8	94	27.2	238	69.0
10. ร้องเพลงคาราโอเกะ	15	4.3	138	40.0	192	55.7
11. ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่างๆ	86	24.9	185	53.6	74	21.4
12. เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ	60	17.4	203	58.8	82	23.8
รวม	13	3.8	116	33.6	216	62.6

จากตาราง 5 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ และเล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี คิดเป็นร้อยละ 24.9 , 17.4 , 8.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ และร้องเพลงคาราโอเกะ คิดเป็นร้อยละ 58.8 , 53.6 , 40.0 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องตี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องตี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องสี คิดเป็นร้อยละ 79.1 , 78.3 , 76.2 , ตามลำดับ



ตาราง 6 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก

รายการ	ระดับปฏิบัติ					
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ		ปฏิบัติบ้างบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. การประดิษฐ์ของเล่น	7	2.0	49	14.2	289	83.8
2. การตกแต่งบ้าน	32	9.3	149	43.2	164	47.5
3. การเลี้ยงสัตว์	86	24.9	197	57.1	62	18.0
4. การปลูกต้นไม้	94	27.2	161	46.7	90	26.1
5. การสะสมสิ่งของต่าง ๆ เช่น ภาพเขียน	97	28.1	193	55.9	55	15.9
6. การวาดภาพ	35	10.1	142	41.2	168	48.7
7. เข้าคอร์สฝึกทำอาหาร ทำขนมไทย	34	9.9	132	38.3	179	51.9
8. การฟังรายการวิทยุ	25	7.2	108	31.3	212	61.4
9. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	169	49.0	147	42.6	29	8.4
10. การเล่นเกมออนไลน์	94	27.2	215	62.3	36	10.4
11. การเดินซื้อของ / เครื่องประดับ	76	22.0	151	43.8	118	34.2
รวม	68	19.7	149	43.2	128	37.1

จากตาราง 6 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ เช่น ภาพเขียน การปลูกต้นไม้ และการเล่นเกมออนไลน์ คิดเป็นร้อยละ 49.0 , 28.1 , 27.2 , 27.2 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเล่นเกมออนไลน์ การเลี้ยงสัตว์ และการสะสมสิ่งของต่าง ๆ เช่น ภาพเขียน คิดเป็นร้อยละ 62.3 , 57.1 , 55.9 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น การฟังรายการวิทยุ เข้าคอร์สฝึกทำอาหาร ทำขนมไทย คิดเป็นร้อยละ 83.8 , 61.4 , 51.9 , ตามลำดับ

ตาราง 7 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน

รายการ	ระดับปฏิบัติ					
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ		ปฏิบัติบ้างบางครั้ง		ไม่เคยปฏิบัติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. อ่านหนังสือพิมพ์	33	9.6	56	16.2	256	74.2
2. อ่านหนังสือการ์ตูน	240	69.6	94	27.2	11	3.2
3. อ่านนิตยสารบันเทิง	78	22.6	175	50.7	92	26.7
4. อ่านนวนิยาย	112	32.5	185	53.6	48	13.9
5. สนทนาคุยโทรศัพท์	60	17.4	180	52.2	105	30.4
6. สนทนาเรื่องการเมือง	167	48.4	158	45.8	20	5.8
7. สนทนาเรื่องชาวบ้าน	81	23.5	182	52.8	82	23.8
8. สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่	100	29.0	193	55.9	52	15.1
9. เล่นอินเทอร์เน็ต	124	35.9	194	56.2	27	7.8
10. เขียนบทกลอน	78	22.6	156	45.2	111	32.2
11. เขียนบันทึกประจำวัน	24	7.0	110	31.9	211	61.2
รวม	100	29.0	153	44.3	92	26.7

จากตาราง 7 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน สนทนาเรื่องการเมือง เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 69.6 , 48.4 , 35.9 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นอินเทอร์เน็ต สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ อ่านนวนิยาย คิดเป็นร้อยละ 56.2 , 55.9 , 53.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ อ่านหนังสือพิมพ์ เขียนบันทึกประจำวัน เขียนบทกลอน คิดเป็นร้อยละ 74.2 , 61.2 , 32.2 , ตามลำดับ

ตาราง 8 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย จำแนกตามเพศ

รายการ	ชาย				หญิง			
	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)
1. วายน้ำ	91 (54.9)	58 (34.9)	17 (10.2)	166 (100)	95 (53.1)	74 (41.3)	10 (5.6)	179 (100)
2. กอล์ฟ	111 (66.9)	35 (21.1)	20 (12.0)	166 (100)	156 (87.2)	21 (11.7)	2 (1.1)	179 (100)
3. แอโรบิคแดนซ์	76 (45.8)	79 (47.6)	11 (6.6)	166 (100)	37 (20.7)	108 (60.3)	34 (19.0)	179 (100)
4. แบดมินตัน	52 (31.3)	89 (53.6)	25 (15.1)	166 (100)	57 (31.8)	93 (52.0)	29 (16.2)	179 (100)
5. ฟุตบอล	45 (27.1)	75 (45.2)	46 (27.7)	166 (100)	123 (68.7)	48 (26.8)	8 (4.5)	179 (100)
6. เทนนิส	104 (62.7)	56 (33.7)	6 (3.6)	166 (100)	132 (73.7)	47 (26.3)	-	179 (100)
7. เปตอง	103 (62.0)	55 (31.1)	8 (4.8)	166 (100)	128 (71.5)	45 (25.1)	6 (3.4)	179 (100)
8. กิจกรรมเข้า จังหวะ	86 (51.8)	72 (43.4)	8 (4.8)	166 (100)	64 (35.8)	91 (50.8)	24 (13.4)	179 (100)
9. แฮร์บอล	116 (69.9)	40 (24.1)	10 (6.0)	166 (100)	119 (66.5)	54 (30.2)	6 (3.4)	179 (100)
10. เต้นรำ	100 (60.2)	56 (33.7)	10 (6.0)	166 (100)	81 (45.3)	88 (49.2)	10 (5.6)	179 (100)
11. โยคะ	125 (75.3)	36 (21.7)	5 (3.0)	166 (100)	96 (53.6)	62 (34.6)	21 (11.7)	179 (100)
12. หมากรุก	60 (36.1)	76 (45.8)	30 (18.1)	166 (100)	119 (66.5)	56 (31.3)	4 (2.2)	179 (100)
13. เทเบิลเทนนิส	73 (44.0)	61 (36.7)	32 (19.3)	166 (100)	105 (58.7)	55 (30.7)	19 (10.6)	179 (100)
14. เดิน	26 (15.7)	58 (34.9)	82 (49.4)	166 (100)	25 (14.0)	57 (31.8)	97 (54.2)	179 (100)
15. ปั่นจักรยาน	51 (30.7)	86 (51.8)	29 (17.5)	166 (100)	71 (39.7)	75 (41.9)	33 (18.4)	179 (100)
16. บาสเกตบอล	92 (55.4)	61 (36.7)	13 (7.8)	166 (100)	104 (58.1)	67 (37.4)	8 (4.5)	179 (100)

ตาราง 8 (ต่อ)

17. ฝึกกายบริหาร	110	52	4	166	64	96	19	179
	(66.3)	(31.3)	(2.41)	(100)	(35.8)	(53.6)	(10.6)	(100)
18. ปาเป้า	86	73	7	166	128	51	-	179
	(51.8)	(44.0)	(4.2)	(100)	(71.5)	(28.5)		(100)
รวม	84	62	20	166	95	66	18	179
	(50.6)	(37.3)	(12.1)	(100)	(53.1)	(36.9)	(10.0)	(100)

จากตาราง 8 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศชายใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในภาพรวมมากกว่าเพศหญิง โดยกิจกรรมที่เพศชายปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน ฟุตบอล และเทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 49.4 , 27.7, 19.3 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แบดมินตัน ปั่นจักรยาน แอโรบิคแดนซ์ คิดเป็นร้อยละ 53.6 , 51.8 , 47.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ โยคะ แฮร์บอล กอล์ฟ คิดเป็นร้อยละ 75.3 , 69.9, 66.9 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือการเดิน แอโรบิคแดนซ์ ปั่นจักรยาน คิดเป็นร้อยละ 54.2 , 19.0 , 18.4 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แอโรบิคแดนซ์ ฝึกกายบริหาร แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 60.3 , 53.6 , 52.0 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ กอล์ฟ เทนนิส เปตอง คิดเป็นร้อยละ 87.2 , 73.7 , 71.5 ตามลำดับ

ตาราง 9 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามเพศ

รายการ	ชาย				หญิง			
	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)
1. เข้าค่ายพักแรม	139 (83.7)	26 (15.7)	1 (0.6)	166 (100)	154 (86.0)	24 (13.4)	1 (0.6)	179 (100)
2. เที่ยวสวนสนุก	58 (34.9)	99 (59.6)	9 (5.4)	166 (100)	80 (44.7)	87 (48.6)	12 (6.7)	179 (100)
3. เที่ยวสวนสัตว์	60 (36.2)	96 (57.8)	10 (6.0)	166 (100)	55 (30.7)	112 (62.6)	12 (6.7)	179 (100)
4. เดินป่า	57 (34.3)	94 (56.6)	15 (9.0)	166 (100)	52 (29.1)	114 (63.7)	13 (7.3)	179 (100)
5. ล่องแพ	61 (36.7)	83 (50.0)	22 (13.3)	166 (100)	107 (59.8)	64 (35.8)	8 (4.5)	179 (100)
6. ผจญภัย เช่น ปีนหน้าผา	62 (37.3)	91 (54.8)	13 (7.8)	166 (100)	84 (46.9)	87 (48.6)	8 (4.5)	179 (100)
7. เที่ยวทะเล	60 (36.1)	97 (58.4)	9 (5.4)	166 (100)	84 (46.9)	89 (49.7)	6 (3.4)	179 (100)
8. เที่ยวน้ำตก	46 (27.7)	53 (31.9)	67 (40.4)	166 (100)	37 (20.7)	82 (45.8)	60 (33.5)	179 (100)
9. เที่ยวโบราณสถาน เช่น วัดพระแก้ว	24 (14.5)	110 (66.3)	32 (19.3)	166 (100)	28 (15.6)	112 (62.6)	39 (21.8)	179 (100)
10. เที่ยววัดนันทกรรมท้องถิ่น	50 (30.1)	103 (62.0)	13 (7.8)	166 (100)	36 (20.1)	75 (41.9)	68 (37.9)	179 (100)
11. เที่ยวชมงานฝีมือ	82 (49.4)	77 (46.4)	7 (4.2)	166 (100)	97 (54.2)	75 (41.9)	7 (3.9)	179 (100)
รวม	64 (38.6)	84 (50.6)	18 (10.8)	166 (100)	74 (41.3)	84 (47.0)	21 (11.7)	179 (100)

จากตาราง 9 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยวอย่างสม่ำเสมอมากกว่าเพศชาย โดยกิจกรรมที่เพศชายปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียน้ำตก เทียวโบราณสถาน ล่องแพ คิดเป็นร้อยละ 40.4 , 19.3 , 13.3 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง เทียวโบราณสถาน เทียววัฒนธรรม เทียวสวนสนุก คือ คิดเป็นร้อยละ 66.3, 62.0, 59.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม เทียวชมงานฝีมือ ผจญภัย คิดเป็นร้อยละ 83.7 , 49.4, 37.3 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียน้ำตก เทียววัฒนธรรม เทียวโบราณสถาน คิดเป็นร้อยละ 33.5 , 37.9, 21.8 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เดินป่า เทียวสวนสัตว์ คิดเป็นร้อยละ 63.7 , 62.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม ล่องแพ คิดเป็นร้อยละ 86.0 , 75.4 , 59.8 ตามลำดับ



ตาราง 10 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามเพศ

รายการ	ชาย				หญิง			
	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)
1. เล่นดนตรี	122	40	4	166	134	44	1	179
สากลประเภทเครื่องดีด	(73.5)	(24.1)	(2.4)	(100)	(74.9)	(24.6)	(0.6)	(100)
2. เล่นดนตรี	86	59	21	166	133	37	9	179
สากลประเภทเครื่องสี	(51.8)	(35.5)	(12.7)	(100)	(74.3)	(20.7)	(5.0)	(100)
3. เล่นดนตรี	122	32	12	166	147	28	4	179
สากลประเภทเครื่องดีด	(70.5)	(19.3)	(7.2)	(100)	(82.1)	(15.6)	(2.2)	(100)
4. เล่นดนตรี	105	52	9	166	128	45	6	179
สากลประเภทเครื่องเป่า	(63.3)	(31.3)	(5.4)	(100)	(71.5)	(25.1)	(3.4)	(100)
5. เล่นดนตรีไทย	114	46	6	166	83	94	2	179
ประเภทเครื่องดีด	(68.7)	(27.7)	(3.6)	(100)	(46.4)	(52.2)	(1.1)	(100)
6. เล่นดนตรีไทย	114	39	13	166	139	38	2	179
ประเภทเครื่องสี	(68.7)	(23.5)	(7.8)	(100)	(77.7)	(21.2)	(1.1)	(100)
7. เล่นดนตรีไทย	127	32	7	166	128	30	21	179
ประเภทเครื่องดีด	(76.5)	(19.3)	(4.2)	(100)	(71.5)	(16.8)	(11.7)	(100)
8. เล่นดนตรีไทย	75	88	3	166	136	39	4	179
ประเภทเครื่องเป่า	(45.2)	(53.0)	(1.8)	(100)	(76.0)	(21.8)	(2.2)	(100)
9. เล่นเครื่องดนตรีสากล / ไทย บางชนิด	109	48	9	166	80	95	4	179
	(58.7)	(28.9)	(5.4)	(100)	(44.7)	(53.1)	(2.2)	(100)
10. ร้องเพลงคา	85	73	8	166	107	65	7	179
ราโอเกะ	(51.2)	(44.0)	(4.8)	(100)	(59.8)	(36.3)	(3.9)	(100)

ตาราง 10 (ต่อ)

11. ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ	34 (20.5)	91 (54.8)	41 (24.7)	166 (100)	40 (22.3)	94 (52.5)	45 (25.1)	179 (100)
12. เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ	37 (22.3)	98 (59.0)	31 (18.7)	166 (100)	45 (25.1)	105 (58.7)	29 (16.2)	179 (100)
รวม	94 (56.6)	58 (35.0)	14 (8.4)	166 (100)	108 (60.3)	59 (33.0)	12 (6.7)	179 (100)

จากตาราง 10 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศชายใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลงอย่างสม่ำเสมอในภาพรวมมากกว่าเพศหญิง โดยกิจกรรมที่เพศชายปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี คิดเป็นร้อยละ 24.7 , 18.7 , 12.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า คิดเป็นร้อยละ 59.0 , 54.8 , 53.0 และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 76.5 , 75.9 , 74.7 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี คิดเป็นร้อยละ 25.1 , 16.2 , 11.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีสากล / ไทยบางชนิด คิดเป็นร้อยละ 58.7 , 53.1 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องสี คิดเป็นร้อยละ 82.1 , 77.7 ตามลำดับ

ตาราง 11 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามเพศ

รายการ	ชาย				หญิง			
	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)
1. การประดิษฐ์ ของเล่น	133 (80.1)	30 (18.1)	3 (1.8)	166 (100)	156 (87.2)	19 (10.6)	4 (2.2)	179 (100)
2. การตกแต่ง บ้าน	78 (47.0)	73 (44.0)	15 (9.0)	166 (100)	61 (34.1)	101 (56.4)	17 (9.5)	179 (100)
3. การเลี้ยงสัตว์	47 (28.3)	85 (51.2)	34 (20.5)	166 (100)	15 (8.4)	112 (62.6)	52 (29.1)	179 (100)
4. การปลูกต้นไม้	38 (22.9)	81 (48.8)	47 (28.3)	166 (100)	52 (29.1)	80 (44.7)	47 (26.3)	179 (100)
5. การสะสมสิ่ง ของต่าง ๆ เช่นภาพเขียน	26 (15.7)	92 (55.4)	48 (28.9)	166 (100)	29 (16.2)	101 (56.4)	49 (27.4)	179 (100)
6. การวาดภาพ	57 (34.3)	92 (55.4)	17 (10.2)	166 (100)	71 (39.7)	90 (50.3)	18 (10.1)	179 (100)
7. เข้าคอร์สฝึก ทำอาหาร ทำ ขนมไทย	88 (53.0)	64 (38.6)	14 (8.4)	166 (100)	91 (50.8)	68 (38.0)	20 (11.2)	179 (100)
8. การฟังรายการ วิทยุ	58 (34.9)	99 (59.6)	9 (5.4)	166 (100)	87 (48.6)	74 (41.3)	18 (10.1)	179 (100)
9. การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	12 (7.2)	71 (42.8)	83 (50.0)	166 (100)	17 (9.5)	76 (42.5)	86 (48.0)	179 (100)
10. การเล่นเกม เทอร์เน็ต	20(12.0)	49 (29.5)	97 (58.4)	166 (100)	16 (8.9)	116 (64.8)	47 (26.3)	179 (100)
11. การเดินซื้อ ของ / เครื่อง ประดับ	78 (47.0)	58 (34.9)	30 (18.1)	166 (100)	62 (34.6)	78 (43.6)	39 (21.8)	179 (100)
รวม	58 (34.9)	72 (43.4)	36 (21.7)	166 (100)	60 (33.5)	83 (46.4)	36 (20.1)	179 (100)

จากตาราง 11 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศชายและเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรกอย่างสม่ำเสมอในภาพรวมเท่ากัน โดยกิจกรรมที่เพศชายปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเล่นอินเทอร์เน็ต การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 58.4 , 50.0 , 28.9 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ ฟังวิทยุ วาดภาพ คิดเป็นร้อยละ 59.6 , 55.4 , ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น เข้าครัวสัฟฟักทำอาหาร ทำขนมไทย คิดเป็นร้อยละ 80.1 , 53.0 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การเลี้ยงสัตว์ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 48.0 , 29.1 , 27.4 ตามลำดับ คิดเป็นร้อยละ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเล่นอินเทอร์เน็ต การเลี้ยงสัตว์ คิดเป็นร้อยละ 64.8 , 62.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น เข้าครัวสัฟฟักทำอาหาร ทำขนมไทย คิดเป็นร้อยละ 87.2 , 50.8 ตามลำดับ



ตาราง 12 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามเพศ

รายการ	ชาย				หญิง			
	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)	ไม่เคย (ร้อยละ)	บางครั้ง (ร้อยละ)	สม่ำเสมอ (ร้อยละ)	รวม (ร้อยละ)
1. อ่านหนังสือพิมพ์	45 (27.1)	90 (54.2)	31 (18.7)	166 (100)	129 (72.1)	28 (15.6)	22 (12.3)	179 (100)
2. อ่านหนังสือการ์ตูน	6 (3.6)	33 (19.9)	127 (76.5)	166 (100)	5 (2.8)	61 (34.1)	113 (63.1)	179 (100)
3. อ่านนิตยสารบันเทิง	45 (27.1)	90 (54.2)	31 (18.7)	166 (100)	47 (26.3)	85 (47.5)	47 (26.3)	179 (100)
4. อ่านนวนิยาย	37 (22.3)	87 (52.4)	42 (25.3)	166 (100)	11 (6.1)	98 (54.7)	70 (39.1)	179 (100)
5. สนทนาคุยโทรศัพท์	65 (39.2)	81 (48.8)	20 (12.0)	166 (100)	40 (22.3)	99 (55.3)	40 (22.3)	179 (100)
6. สนทนาเรื่องการเมือง	10 (6.0)	80 (48.2)	76 (45.8)	166 (100)	10 (5.6)	78 (43.6)	91 (50.8)	179 (100)
7. สนทนาเรื่องข่าวบันเทิง	27 (16.3)	81 (48.8)	58 (34.9)	166 (100)	55 (30.7)	101 (56.4)	23 (12.8)	179 (100)
8. สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่	42 (25.3)	86 (51.8)	38 (22.9)	166 (100)	10 (5.6)	107 (59.8)	62 (34.6)	179 (100)
9. เล่นอินเทอร์เน็ต	28 (16.9)	43 (25.9)	95 (57.2)	166 (100)	14 (7.8)	104 (58.1)	61 (34.1)	179 (100)
10. เขียนบทกลอน	87 (52.4)	59 (35.5)	20 (12.0)	166 (100)	66 (36.9)	77 (43.0)	36 (20.1)	179 (100)
11. เขียนบันทึกประจำวัน	102 (61.4)	55 (33.1)	9 (5.4)	166 (100)	109 (60.9)	55 (30.7)	15 (8.4)	179 (100)
รวม	45 (27.1)	71 (42.8)	50 (30.1)	166 (100)	45 (25.1)	81 (45.3)	53 (29.6)	179 (100)

จากตาราง 12 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียนอย่างสม่ำเสมอในภาพรวมมากกว่าเพศชาย โดยกิจกรรมที่เพศชายปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน เล่นอินเทอร์เน็ต สันทนาการเมือง คิดเป็นร้อยละ 76.5 , 57.2 , 45.8 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ อ่านนิตยสารบันเทิง อ่านหนังสือพิมพ์ คิดเป็นร้อยละ 54.2 , 54.2 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เขียนบันทึกประจำวัน เขียนบทกลอน คิดเป็นร้อยละ 61.4 , 52.4 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครเพศหญิงใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน สันทนาการเมือง คิดเป็นร้อยละ 63.1 , 50.8 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ สันทนาการเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 59.8 , 58.1 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ อ่านหนังสือพิมพ์ เขียนบันทึกประจำวัน คิดเป็นร้อยละ 72.1 , 60.9 , ตามลำดับ



ตาราง 13 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย จำแนกตามอายุ

รายการ	18-30 ปี				31-40 ปี				41 ปีขึ้นไป			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. ว่ายน้ำ	56 (37.8)	75 (50.7)	17 (11.5)	148 (100)	84 (46.9)	85 (47.5)	10 (5.3)	179 (100)	8 (44.4)	10 (55.6)	-	18 (100)
2. กอล์ฟ	98 (66.2)	30 (20.3)	20 (13.5)	148 (100)	152 (84.9)	25 (13.4)	2 (1.1)	179 (100)	13 (72.2)	5 (27.8)	-	18 (100)
3. แอโรบิคแดนซ์	69 (46.6)	68 (45.9)	11 (7.4)	148 (100)	40 (21.4)	105 (58.7)	34 (18.2)	179 (100)	7 (38.9)	11 (61.1)	-	18 (100)
4. แบดมินตัน	44 (29.7)	80 (54.1)	24 (16.2)	148 (100)	59 (31.6)	91 (50.8)	29 (15.5)	179 (100)	8 (44.4)	9 (50.0)	1 (5.6)	18 (100)
5. ฟุตบอล	41 (27.7)	63 (42.6)	44 (29.7)	148 (100)	115 (64.2)	55 (29.4)	9 (4.8)	179 (100)	4 (22.2)	12 (66.7)	2 (11.1)	18 (100)
6. เทนนิส	91 (61.5)	51 (34.5)	6 (4.1)	148 (100)	128 (71.5)	51 (27.3)	-	179 (100)	13 (72.2)	5 (27.8)	-	18 (100)
7. เปตอง	92 (62.2)	48 (32.4)	8 (5.4)	148 (100)	124 (69.3)	49 (26.2)	6 (3.2)	179 (100)	11 (61.1)	7 (38.9)	-	18 (100)
8. กิจกรรมเข้าจังหวะ	74 (50.0)	66 (44.6)	8 (4.9)	148 (100)	69 (36.9)	86 (84.0)	24 (12.8)	179 (100)	12 (66.7)	6 (33.3)	-	18 (100)
9. แฮร์บอล	102 (68.9)	36 (24.3)	10 (6.8)	148 (100)	117 (65.4)	56 (29.9)	6 (3.2)	179 (100)	14 (77.8)	4 (22.2)	-	18 (100)
10. เต้นรำ	92 (62.2)	47 (31.8)	9 (6.1)	148 (100)	75 (41.9)	93 (51.9)	11 (5.9)	179 (100)	8 (44.4)	9 (50.0)	1 (5.6)	18 (100)
11. โยคะ	111 (75.0)	33 (22.3)	4 (2.7)	148 (100)	94 (52.5)	63 (33.7)	22 (11.8)	179 (100)	14 (77.8)	3 (16.7)	1 (5.6)	18 (100)
12. หมากรุก	49 (33.1)	71 (48.0)	28 (18.9)	148 (100)	116 (64.8)	58 (31.0)	5 (2.7)	179 (100)	11 (61.1)	5 (27.8)	2 (11.1)	18 (100)
13. เทเบิลเทนนิส	61 (41.2)	57 (38.5)	30 (20.3)	148 (100)	102 (57.0)	57 (30.5)	20 (10.7)	179 (100)	12 (66.7)	4 (22.2)	2 (11.1)	18 (100)
14. เดิน	20 (13.5)	52 (35.1)	76 (51.4)	148 (100)	27 (14.4)	62 (33.2)	90 (50.3)	179 (100)	6 (33.3)	6 (33.3)	6 (33.3)	18 (100)
15. ปั่นจักรยาน	44 (29.7)	76 (51.4)	28 (18.9)	148 (100)	72 (38.5)	74 (41.3)	33 (17.6)	179 (100)	7 (38.9)	10 (55.6)	1 (5.6)	18 (100)

16. บาสเกตบอล	81	55	12	148	100	70	9	179	11	6	1	18
	(54.7)	(37.2)	(8.1)	(100)	(55.9)	(37.4)	(4.8)	(100)	(61.1)	(33.3)	(5.6)	(100)
17. ฟีทกาย	75	66	7	148	70	90	19	179	11	7	-	18
บริหาร	(50.7)	(44.6)	(4.7)	(100)	(37.4)	(50.3)	(10.2)	(100)	(61.1)	(38.9)		(100)
18. ปาเป้า	96	48	4	148	126	53	-	179	14	4	-	18
	(64.9)	(32.4)	(2.7)	(100)	(70.4)	(28.3)		(100)	(77.8)	(22.2)		(100)
รวม	72	57	19	148	93	68	18	179	10	7	1	18
	(48.6)	(38.6)	(12.8)	(100)	(52.0)	(38.0)	(10.0)	(100)	(55.6)	(38.9)	(5.5)	(100)

จากตาราง 13 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 18 – 30 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 51.4 , 29.7 , 20.3 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แบดมินตัน บันจี้กระยาน วายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 54.1 , 51.4 , 50.7 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ โยคะ แฮร์บอล กอล์ฟ คิดเป็นร้อยละ 75.0 , 68.9 , 66.2 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 31 – 40 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน แอโรบิคแดนซ์ แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 50.3 , 18.2 , 15.5 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แอโรบิคแดนซ์ เต้นรำ แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 58.7 , 51.9 , 50.8 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ กอล์ฟ เทนนิส ปาเป้า คิดเป็นร้อยละ 84.9 , 71.5 , 70.4 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 41 ปีขึ้นไปใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน คิดเป็นร้อยละ 33.3 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ ฟุตบอล แอโรบิคแดนซ์ คิดเป็นร้อยละ 66.7 , 61.1 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ แฮร์บอล โยคะ ปาเป้า คิดเป็นร้อยละ 77.8 เท่ากัน

ตาราง 14 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการ

ประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามอายุ

รายการ	18-30 ปี				31-40 ปี				41 ปีขึ้นไป			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. เข้าค่ายพัก	126	22	-	148	152	26	1	179	13	4	1	18
แรม	(85.1)	(14.9)		(100)	(84.9)	(13.9)	(0.5)	(100)	(72.2)	(22.2)	(5.6)	(100)
2. เทียวสวน	54	85	9	148	81	86	12	179	4	14	-	18
สนุก	(36.5)	(57.4)	(6.1)	(100)	(43.3)	(48.0)	(6.4)	(100)	(22.2)	(77.8)		(100)
3. เทียวสวน	59	79	10	148	55	112	12	179	1	17	-	18
สัตว์	(39.9)	(53.4)	(6.8)	(100)	(29.4)	(62.6)	(6.4)	(100)	(5.6)	(94.4)		(100)
4. เดินป่า	54	79	15	148	53	113	13	179	3	15	-	18
	(36.5)	(44.1)	(10.1)	(100)	(28.3)	(63.1)	(7.0)	(100)	(16.7)	(83.3)		(100)
5. ล่องแพ	56	70	22	148	100	71	8	179	5	13	-	18
	(37.8)	(47.3)	(14.9)	(100)	(55.9)	(38.0)	(4.3)	(100)	(27.8)	(72.2)		(100)
6. ผจญภัย	56	79	13	148	108	63	8	179	6	12	-	18
เช่น	(37.8)	(53.4)	(8.8)	(100)	(60.3)	(35.2)	(4.3)	(100)	(33.3)	(66.7)		(100)
ปีนหน้าผา												
7. เทียวทะเล	64	75	9	148	86	87	6	179	10	8	-	18
	(43.2)	(50.7)	(6.1)	(100)	(46.0)	(48.6)	(3.2)	(100)	(55.6)	(44.4)		(100)
8. เทียน้ำตก	10	106	32	148	14	124	41	179	3	13	2	18
	(6.8)	(71.6)	(21.6)	(100)	(7.5)	(69.3)	(21.9)	(100)	(16.7)	(72.2)	(11.1)	(100)
9. เทียวโบราณ	23	94	31	148	28	111	40	179	1	16	1	18
สถาน	(15.5)	(63.5)	(20.9)	(100)	(15.0)	(62.0)	(21.4)	(100)	(5.6)	(88.9)	(5.6)	(100)
เช่น วัดพระ												
แก้ว												
10. เทียววัฒนธรรม	46	91	11	148	37	122	20	179	4	12	2	18
	(31.1)	(61.5)	(7.4)	(100)	(19.8)	(68.2)	(10.7)	(100)	(22.2)	(66.7)	(11.1)	(100)
ท้องถิ่น เช่น												
วิถีชีวิตของ												
ชาวเขา												
11. เทียวชมงาน	75	66	7	148	59	113	7	179	7	11	-	18
ฝีมือ	(50.7)	(44.6)	(4.7)	(100)	(33.0)	(63.1)	(3.7)	(100)	(38.9)	(61.1)		(100)
หัตถกรรม												
รวม	57	77	14	148	70	93	16	179	5	12	1	18
	(38.5)	(52.0)	(9.5)	(100)	(39.1)	(52.0)	(8.9)	(100)	(27.8)	(66.7)	(5.5)	(100)

จากตาราง 14 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 18 – 30 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ

เทียวน้ำตก เทียวโบราณสถาน ล่องแพ คิดเป็นร้อยละ 21.6 , 20.9 , 14.9 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียวน้ำตก เทียวโบราณสถาน คิดเป็นร้อยละ 71.6 , 63.5 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม เทียวชมงานฝีมือหัตถกรรม คิดเป็นร้อยละ 85.1 , 50.7 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 31 – 40 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียวน้ำตก เทียวโบราณสถาน คิดเป็นร้อยละ 21.9 , 21.4 , ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียวน้ำตก เทียววัฒนธรรม คิดเป็นร้อยละ 69.3 , 68.2 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม เทียวผจญภัย ล่องแพ คิดเป็นร้อยละ 84.9 , 60.3 , 55.9 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 41 ปีขึ้นไปใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียวน้ำตก เทียววัฒนธรรม คิดเป็นร้อยละ 11.1 เท่ากัน ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียวสวนสัตว์ เทียวโบราณสถาน เดินป่า คิดเป็นร้อยละ 94.4 , 88.9 , 83.3 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม คิดเป็นร้อยละ 72.2

ตาราง 15 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามอายุ

รายการ	18-30 ปี				31-40 ปี				41 ปีขึ้นไป			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องดีด	114 (77.0)	33 (22.3)	1 (0.7)	148 (100)	129 (72.1)	48 (25.7)	2 (1.1)	179 (100)	8 (44.4)	7 (38.9)	3 (16.7)	18 (100)
2. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องสี	44 (29.7)	85 (57.4)	19 (12.8)	148 (100)	106 (59.2)	64 (35.8)	9 (4.8)	179 (100)	9 (50.0)	7 (38.9)	2 (11.1)	18 (100)
3. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องดีด	113 (76.4)	29 (19.6)	6 (4.1)	148 (100)	87 (48.6)	87 (48.6)	5 (2.8)	179 (100)	13 (72.2)	3 (16.7)	2 (11.1)	18 (100)
4. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องเป่า	93 (62.8)	48 (32.4)	7 (4.7)	148 (100)	126 (70.4)	47 (25.1)	6 (3.2)	179 (100)	12 (66.7)	4 (22.2)	2 (11.1)	18 (100)
5. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องดีด	101 (68.2)	42 (28.4)	5 (3.4)	148 (100)	128 (71.5)	49 (26.2)	2 (1.1)	179 (100)	13 (72.2)	4 (22.2)	1 (5.6)	18 (100)
6. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องสี	113 (76.4)	33 (22.3)	2 (1.4)	148 (100)	136 (76.0)	41 (21.9)	2 (1.1)	179 (100)	11 (61.1)	6 (33.3)	1 (5.6)	18 (100)
7. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องดีด	115 (77.7)	27 (18.2)	6 (4.1)	148 (100)	141 (78.8)	32 (17.1)	6 (3.2)	179 (100)	12 (66.7)	5 (27.8)	1 (5.6)	18 (100)
8. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องเป่า	101 (68.2)	45 (30.4)	2 (1.4)	148 (100)	142 (79.3)	33 (18.4)	4 (2.1)	179 (100)	14 (77.8)	3 (16.7)	1 (5.6)	18 (100)

9.	เล่นเครื่องดนตรีสากล / ไทย บางชนิด	98 (66.2)	42 (28.4)	8 (5.4)	148 (100)	105 (58.7)	70 (37.4)	4 (2.1)	179 (100)	4 (22.2)	13 (72.2)	1 (5.6)	18 (100)
10.	ร้องเพลงคาราโอเกะ	77 (52.0)	65 (43.9)	6 (4.1)	148 (100)	122 (68.2)	50 (26.7)	7 (3.7)	179 (100)	8 (44.4)	8 (44.4)	2 (11.1)	18 (100)
11.	ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ	32 (21.6)	79 (53.4)	37 (25.0)	148 (100)	41 (21.9)	92 (51.4)	46 (24.6)	179 (100)	2 (11.1)	12 (66.7)	4 (22.2)	18 (100)
12.	เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ	34 (23.0)	85 (57.4)	29 (19.6)	148 (100)	46 (24.6)	104 (58.1)	29 (15.5)	179 (100)	3 (16.7)	13 (72.2)	2 (11.1)	18 (100)
รวม		86 (58.2)	51 (34.4)	11 (7.4)	148 (100)	109 (60.9)	60 (33.5)	10 (5.6)	179 (100)	9 (50.0)	7 (38.9)	2 (11.1)	18 (100)

จากตาราง 15 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 18 – 30 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 25.0 , 19.6 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 57.4 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 77.7 , 77.0 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 31 – 40 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 24.6 , 15.5 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ คิดเป็นร้อยละ 58.1 , 51.4 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 79.3 , 78.8 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 41 ปีขึ้นไปใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงใน

งานสร้างสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 22.2 , 16.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีสากล/ไทยบางชนิด เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 72.2 เท่ากัน ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า คิดเป็นร้อยละ 77.8

ตาราง 16 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามอายุ

รายการ	18-30 ปี				31-40 ปี				41 ปีขึ้นไป			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. การประดิษฐ์ของเล่น	119 (80.4)	26 (17.6)	3 (2.0)	148 (100)	152 (84.9)	23 (12.3)	4 (2.1)	179 (100)	14 (77.8)	4 (22.2)	-	18 (100)
2. การตกแต่งบ้าน	70 (47.3)	64 (43.2)	14 (9.5)	148 (100)	81 (45.3)	80 (42.8)	18 (9.6)	179 (100)	8 (44.4)	9 (50.0)	1 (5.6)	18 (100)
3. การเลี้ยงสัตว์	43 (29.1)	76 (51.4)	29 (19.6)	148 (100)	17 (9.1)	107 (59.8)	55 (29.4)	179 (100)	4 (22.2)	9 (50.0)	5 (27.8)	18 (100)
4. การปลูกต้นไม้	35 (23.6)	69 (46.6)	44 (29.7)	148 (100)	53 (28.3)	77 (43.0)	49 (26.2)	179 (100)	3 (16.7)	12 (66.7)	3 (16.7)	18 (100)
5. การสะสมสิ่งของต่าง ๆ เช่นภาพเขียน	23 (15.5)	82 (55.4)	43 (29.1)	148 (100)	29 (15.5)	99 (55.3)	51 (27.3)	179 (100)	3 (16.7)	10 (55.6)	5 (27.8)	18 (100)
6. การวาดภาพ	72 (48.6)	61 (41.2)	15 (10.1)	148 (100)	83 (46.4)	76 (40.6)	20 (10.7)	179 (100)	7 (38.9)	9 (50.0)	2 (11.1)	18 (100)
7. เข้าคอร์สฝึกทำอาหารทำขนมไทย	79 (53.4)	56 (37.8)	13 (8.8)	148 (100)	86 (48.0)	72 (38.5)	21 (11.2)	179 (100)	9 (50.0)	8 (44.4)	1 (5.6)	18 (100)
8. การฟังรายการวิทยุ	122 (82.4)	26 (17.6)	6 (4.1)	148 (100)	43 (24.0)	118 (63.1)	18 (9.6)	179 (100)	9 (50.0)	8 (44.4)	1 (5.6)	18 (100)
9. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	11 (7.4)	67 (45.3)	70 (47.3)	148 (100)	17 (9.1)	70 (39.1)	92 (49.2)	179 (100)	1 (5.6)	4 (22.2)	13 (72.2)	18 (100)
10. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์เน็ต	17 (11.5)	91 (61.5)	40 (27.0)	148 (100)	17 (9.1)	110 (61.4)	52 (27.8)	179 (100)	3 (16.7)	8 (44.4)	7 (38.9)	18 (100)

ตาราง 16 ต่อ

11. การเดินขึ้น ของ / เครื่อง ประ ดับ	46 (31.1)	69 (46.6)	33 (22.3)	148 (100)	64 (34.2)	73 (40.8)	42 (22.5)	179 (100)	10 (55.6)	4 (22.2)	4 (22.2)	18 (100)
รวม	58 (39.2)	62 (41.9)	28 (18.9)	148 (100)	58 (32.4)	82 (45.8)	39 (21.8)	179 (100)	6 (33.4)	8 (44.4)	4 (22.2)	18 (100)

จากตาราง 16 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 18 – 30 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การปลูกต้นไม้ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 47.3 , 29.7 , 29.1 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเล่นอินเทอร์เน็ต สะสมสิ่งของ คิดเป็นร้อยละ 61.5 , 55.4 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ ฟังรายการวิทยุ การประดิษฐ์ของเล่น คิดเป็นร้อยละ 82.4 , 80.4 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 31 – 40 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การเลี้ยงสัตว์ การเล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 49.2 , 29.4 , 27.8 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ ฟังรายการวิทยุ เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 63.1 , 61.4 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น คิดเป็นร้อยละ 84.9

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 41 ปีขึ้นไปใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การเล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 72.2 , 38.9 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การปลูกต้นไม้ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ การเลี้ยงสัตว์ คิดเป็นร้อยละ 66.7 , 55.6 , 50.0 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น คิดเป็นร้อยละ 77.8

ตาราง 17 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามอายุ

รายการ	18-30 ปี				31-40 ปี				41 ปีขึ้นไป			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. อ่านหนังสือพิมพ์	77 (52.0)	63 (42.6)	8 (5.4)	148 (100)	99 (55.3)	57 (31.8)	23 (12.8)	179 (100)	2 (11.2)	8 (44.4)	8 (44.4)	18 (100)
2. อ่านหนังสือการ์ตูน	4 (2.7)	27 (18.2)	117 (79.1)	148 (100)	5 (2.7)	64 (34.2)	114 (63.7)	179 (100)	2 (11.1)	13 (72.2)	3 (16.7)	18 (100)
3. อ่านนิตยสารบันเทิง	40 (27.0)	81 (54.7)	27 (18.2)	148 (100)	49 (26.2)	81 (45.3)	49 (26.2)	179 (100)	5 (27.8)	9 (50.0)	4 (22.2)	18 (100)
4. อ่านนวนิยาย	34 (23.0)	78 (52.7)	36 (24.3)	148 (100)	13 (7.0)	93 (52.0)	73 (39.0)	179 (100)	3 (16.7)	9 (50.0)	6 (33.3)	18 (100)
5. สนทนาคุยโทรศัพท์	60 (40.5)	74 (50.0)	14 (9.5)	148 (100)	42 (22.5)	94 (52.5)	43 (23.0)	179 (100)	5 (27.8)	7 (38.9)	6 (33.3)	18 (100)
6. สนทนาเรื่องการเมือง	7 (4.7)	73 (49.3)	68 (45.9)	148 (100)	11 (5.9)	81 (43.3)	87 (48.6)	179 (100)	3 (16.7)	7 (38.9)	8 (44.4)	18 (100)
7. สนทนาเรื่องข่าวบันเทิง	23 (15.5)	75 (50.7)	50 (33.8)	148 (100)	56 (29.9)	95 (53.1)	28 (15.0)	179 (100)	4 (22.2)	6 (33.3)	8 (44.4)	18 (100)
8. สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่	39 (26.4)	77 (52.0)	32 (21.6)	148 (100)	12 (6.4)	102 (57.0)	65 (36.3)	179 (100)	3 (16.7)	9 (50.0)	6 (33.3)	18 (100)
9. เล่นอินเทอร์เน็ต	12 (8.1)	80 (54.1)	56 (37.8)	148 (100)	14 (7.5)	101 (56.4)	64 (34.2)	179 (100)	1 (5.6)	5 (27.8)	12 (66.7)	18 (100)
10. เขียนบทกลอน	90 (60.8)	50 (33.8)	8 (5.4)	148 (100)	82 (45.8)	59 (33.0)	38 (21.2)	179 (100)	8 (44.4)	4 (22.2)	6 (33.4)	18 (100)
11. เขียนบันทึกประจำวัน	93 (62.8)	50 (33.8)	5 (3.4)	148 (100)	104 (58.1)	57 (31.8)	18 (10.1)	179 (100)	9 (50.0)	5 (27.8)	4 (22.2)	18 (100)
รวม	44 (29.7)	66 (44.6)	38 (25.7)	148 (100)	44 (24.6)	80 (44.7)	55 (30.7)	179 (100)	5 (27.8)	9 (50.0)	4 (22.2)	18 (100)

จากตาราง 17 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 18 – 30 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 79.1 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ อ่าน

นิตยสารบันเทิง เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 54.7 , 54.1 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เขียนบันทึกประจำวัน เขียนบทกลอน คิดเป็นร้อยละ 63.8 , 60.8 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 31 – 40 ปีใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 63.7 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 57.0 , 56.4 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เขียนบันทึกประจำวัน เขียนบทกลอน คิดเป็นร้อยละ 58.1 , 45.8 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครอายุ 41 ปีขึ้นไปใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เล่นอินเทอร์เน็ต คิดเป็นร้อยละ 66.7 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ อ่านหนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 72.2 และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เขียนบันทึกประจำวัน เขียนบทกลอน คิดเป็นร้อยละ 50.0 , 44.5 ตามลำดับ



ตาราง 18 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย จำแนกสถานภาพ

รายการ	ข้าราชการ				ลูกจ้างประจำ				ลูกจ้างชั่วคราว			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. วายน้ำ	26	38	6	70	95	74	10	179	38	48	10	96
	(37.1)	(54.3)	(8.6)	(100)	(53.1)	(41.3)	(5.6)	(100)	(39.6)	(50.0)	(10.4)	(100)
2. กอล์ฟ	38	15	17	70	156	21	2	179	74	19	3	96
	(54.3)	(21.4)	(24.3)	(100)	(87.2)	(11.7)	(1.1)	(100)	(77.1)	(19.8)	(3.1)	(100)
3. แอโรบิค	20	39	11	70	37	108	34	179	55	41	-	96
แดนซ์	(28.6)	(55.7)	(15.7)	(100)	(20.7)	(60.3)	(19.0)	(100)	(57.3)	(42.7)		(100)
4. แบดมินตัน	17	35	18	70	57	93	29	179	36	53	7	96
	(24.3)	(50.0)	(25.7)	(100)	(31.8)	(52.0)	(16.2)	(100)	(37.5)	(55.2)	(7.3)	(100)
5. ฟุตบอล	22	26	22	70	123	48	8	179	24	49	23	96
	(31.4)	(37.1)	(31.4)	(100)	(68.7)	(26.8)	(4.5)	(100)	(25.0)	(51.0)	(24.0)	(100)
6. เทนนิส	45	22	3	70	132	47	-	179	60	33	3	96
	(64.3)	(31.4)	(4.3)	(100)	(73.7)	(26.3)		(100)	(62.5)	(34.4)	(3.1)	(100)
7. เปตอง	43	24	3	70	128	45	6	179	60	32	4	96
	(61.4)	(34.3)	(4.3)	(100)	(71.5)	(25.1)	(3.4)	(100)	(62.5)	(33.3)	(4.2)	(100)
8. กิจกรรมเข้า	23	42	5	70	64	91	24	179	62	31	3	96
จังหวัด	(32.9)	(60.0)	(5.9)	(100)	(35.8)	(50.8)	(13.4)	(100)	(62.6)	(32.3)	(3.1)	(100)
9. แฮร์บอล	41	22	7	70	119	54	6	179	75	18	3	96
	(58.6)	(31.4)	(10.0)	(100)	(66.5)	(30.2)	(3.4)	(100)	(78.1)	(18.8)	(3.1)	(100)
10. เดินรำ	40	26	4	70	81	88	10	179	59	31	6	96
	(57.1)	(37.1)	(5.7)	(100)	(45.3)	(49.2)	(5.6)	(100)	(61.5)	(32.3)	(6.3)	(100)
11. โยคะ	54	14	2	70	96	62	21	179	71	22	3	96
	(77.1)	(20.0)	(2.9)	(100)	(53.6)	(34.6)	(11.7)	(100)	(74.0)	(22.9)	(3.1)	(100)
12. หมากรุก	19	34	17	70	119	56	4	179	42	42	12	96
	(27.1)	(48.6)	(24.3)	(100)	(66.5)	(31.3)	(2.2)	(100)	(43.8)	(43.8)	(12.5)	(100)
13. เทเบิล	32	18	20	70	105	55	19	179	42	42	12	96
เทนนิส	(45.7)	(25.7)	(28.6)	(100)	(58.7)	(30.7)	(10.6)	(100)	(43.8)	(43.8)	(12.5)	(100)
14. เดิน	6	26	38	70	25	57	97	179	21	32	43	96
	(8.6)	(37.1)	(54.3)	(100)	(14.0)	(31.8)	(54.2)	(100)	(21.9)	(33.3)	(44.8)	(100)
15. ปั่นจักรยาน	19	34	17	70	71	75	33	179	32	52	12	96
	(27.1)	(48.6)	(24.3)	(100)	(39.7)	(41.9)	(18.4)	(100)	(33.3)	(54.2)	(12.5)	(100)
16. บาสเกตบอล	33	27	10	70	104	67	8	179	59	34	3	96
	(47.1)	(38.6)	(14.3)	(100)	(58.1)	(37.4)	(4.5)	(100)	(61.5)	(35.4)	(3.1)	(100)

ตาราง 18 (ต่อ)

17. ฝึกกาย	36	31	3	70	64	96	19	179	49	43	4	96
บริหาร	(51.4)	(44.3)	(4.3)	(100)	(35.8)	(53.6)	(10.6)	(100)	(51.0)	(44.8)	(4.2)	(100)
18. ปาเป้า	48	19	3	70	128	51	-	179	62	33	1	96
	(68.6)	(27.1)	(4.3)	(100)	(71.5)	(28.5)		(100)	(64.6)	(34.4)	(1.0)	(100)
รวม	31	27	12	70	95	66	18	179	51	36	9	96
	(44.3)	(38.6)	(17.1)	(100)	(53.1)	(36.9)	(10.0)	(100)	(53.1)	(37.5)	(9.4)	(100)

จากตาราง 18 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นข้าราชการ ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส คิดเป็นร้อยละ 54.3 , 31.4 , 28.6 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ กิจกรรมเข้าจังหวะ แอโรบิคแดนซ์ แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 60.0 , 55.7 , 50.0 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ โยคะ ปาเป้า เทนนิส คิดเป็นร้อยละ 77.1 , 68.6 , 64.3 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างประจำใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ แอโรบิคแดนซ์ ปั่นจักรยาน แบดมินตัน คิดเป็นร้อยละ 19.0 , 18.4 , 16.2 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แอโรบิคแดนซ์ ฝึกกายบริหาร กิจกรรมเข้าจังหวะ คิดเป็นร้อยละ 60.3 , 53.6 , 50.8 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เปตอง ปาเป้า ฟุตบอล คิดเป็นร้อยละ 71.5 , 71.5 , 68.7 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การเดิน ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส หมากรุก คิดเป็นร้อยละ 44.8 , 24.0 , 12.5 , 12.5 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ แบดมินตัน ปั่นจักรยาน วายน้ำ คิดเป็นร้อยละ 55.2 , 54.2 , 50.0 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ แร้บอล กอล์ฟ โยคะ คิดเป็นร้อยละ 78.1 , 77.1 , 74.0 ตามลำดับ

ตาราง 19 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว จำแนกตามสถานภาพ

รายการ	ข้าราชการ				ลูกจ้างประจำ				ลูกจ้างชั่วคราว			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. เข้าค่ายพักแรม	66 (94.3)	4 (5.7)	-	70 (100)	154 (86.0)	24 (13.4)	1 (0.6)	179 (100)	73 (76.0)	22 (22.9)	1 (1.0)	96 (100)
2. เทียวสวนสนุก	28 (40.0)	39 (55.7)	3 (4.3)	70 (100)	135 (75.4)	32 (17.9)	12 (6.7)	179 (100)	30 (31.3)	60 (62.5)	6 (6.3)	96 (100)
3. เทียวสวนสัตว์	29 (41.4)	34 (48.6)	7 (10.0)	70 (100)	55 (30.7)	112 (62.6)	12 (6.7)	179 (100)	31 (32.3)	62 (64.6)	3 (3.1)	96 (100)
4. เดินป่า	27 (38.6)	35 (50.0)	8 (11.4)	70 (100)	52 (29.1)	114 (63.7)	13 (7.3)	179 (100)	54 (56.3)	35 (36.5)	7 (7.3)	96 (100)
5. ล่องแพ	20 (28.6)	36 (51.4)	14 (20.0)	70 (100)	107 (59.8)	64 (35.8)	8 (4.5)	179 (100)	41 (42.7)	47 (49.0)	8 (8.3)	96 (100)
6. ผจญภัย เช่น ปีนหน้าผา	50 (71.4)	13 (18.6)	7 (10.0)	70 (100)	84 (46.9)	87 (48.6)	8 (4.5)	179 (100)	40 (41.7)	50 (52.1)	6 (6.3)	96 (100)
7. เทียวทะเล	50 (71.4)	17 (24.3)	3 (4.3)	70 (100)	80 (44.7)	93 (51.9)	6 (3.4)	179 (100)	30 (31.3)	60 (62.5)	6 (6.3)	96 (100)
8. เทียน้ำตก	2 (2.9)	42 (60.0)	26 (37.1)	70 (100)	13 (7.3)	82 (45.8)	84 (46.9)	179 (100)	11 (11.5)	77 (80.2)	8 (8.3)	96 (100)
9. เทียวโบราณสถาน เช่น วัดพระแก้ว	10 (14.3)	35 (50.0)	25 (35.7)	70 (100)	28 (15.6)	112 (62.6)	39 (21.8)	179 (100)	29 (30.2)	60 (62.5)	7 (7.3)	96 (100)
10. เทียววัฒนธรรม ท้องถิ่น เช่น วิถีชีวิตของ ชาวเขา	25 (35.7)	42 (60.0)	3 (4.3)	70 (100)	36 (20.1)	124 (69.3)	19 (10.6)	179 (100)	25 (26.0)	61 (63.5)	10 (10.4)	96 (100)
11. เทียวชมงาน ฝีมือ หัตถกรรม	41 (58.6)	25 (35.7)	4 (5.7)	70 (100)	48 (26.8)	124 (69.3)	7 (3.9)	179 (100)	41 (42.7)	52 (54.2)	3 (3.1)	96 (100)
รวม	32 (45.7)	29 (41.4)	9 (12.9)	70 (100)	72 (40.2)	88 (49.2)	19 (10.6)	179 (100)	37 (38.5)	53 (55.2)	6 (6.3)	96 (100)

จากตาราง 19 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นข้าราชการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียน้ำตก เทียวโบราณสถาน คิดเป็นร้อยละ 37.1 , 35.7 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง

คือ เทียบวัฒนธรรมท้องถิ่น คิดเป็นร้อยละ 60.0 และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม ผจญภัย คิดเป็นร้อยละ 94.3 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างประจำใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียบวัฒนธรรมท้องถิ่น คิดเป็นร้อยละ 10.4 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียน้ำตก คิดเป็นร้อยละ 80.2และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม คิดเป็นร้อยละ 76.0

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เทียน้ำตก คิดเป็นร้อยละ 46.9 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เทียบวัฒนธรรมท้องถิ่น เทียนงานฝีมือ คิดเป็นร้อยละ 69.3 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เข้าค่ายพักแรม คิดเป็นร้อยละ 86.0



ตาราง 20 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง จำแนกตามสถานภาพ

รายการ	ข้าราชการ				ลูกจ้างประจำ				ลูกจ้างชั่วคราว			
	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องดีด	66 (94.3)	4 (5.7)	-	70 (100)	134 (74.9)	44 (24.6)	1 (0.6)	179 (100)	56 (58.3)	36 (37.5)	4 (4.2)	96 (100)
2. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องสี	34 (48.6)	25 (35.7)	11 (15.7)	70 (100)	133 (74.3)	37 (20.7)	9 (5.0)	179 (100)	53 (55.2)	33 (34.4)	10 (10.4)	96 (100)
3. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องตี	53 (75.7)	14 (20.0)	3 (4.3)	70 (100)	147 (82.1)	28 (15.6)	4 (2.2)	179 (100)	73 (76.0)	18 (18.8)	5 (5.2)	96 (100)
4. เล่นดนตรี สากล ประเภท เครื่องเป่า	41 (58.6)	25 (35.7)	4 (5.7)	70 (100)	128 (71.5)	45 (25.1)	6 (3.4)	179 (100)	65 (67.7)	26 (27.1)	5 (5.2)	96 (100)
5. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องดีด	46 (65.7)	22 (31.4)	2 (2.9)	70 (100)	129 (72.1)	48 (26.8)	2 (1.1)	179 (100)	69 (71.9)	23 (24.0)	4 (4.2)	96 (100)
6. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องสี	55 (78.6)	14 (20.0)	1 (1.4)	70 (100)	139 (77.7)	38 (21.2)	2 (1.1)	179 (100)	69 (71.9)	25 (26.0)	2 (2.1)	96 (100)
7. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องตี	54 (77.1)	10 (14.3)	6 (8.6)	70 (100)	143 (79.9)	30 (16.8)	6 (3.4)	179 (100)	73 (76.0)	22 (22.9)	1 (1.0)	96 (100)
8. เล่นดนตรี ไทยประเภท เครื่องเป่า	45 (64.3)	23 (32.9)	2 (2.9)	70 (100)	136 (76.0)	39 (21.8)	4 (2.2)	179 (100)	70 (72.9)	25 (26.0)	1 (1.0)	96 (100)
9. เล่นเครื่อง ดนตรีสากล / ไทย บาง ชนิด	47 (67.1)	18 (25.7)	5 (7.1)	70 (100)	129 (72.1)	46 (25.7)	4 (2.2)	179 (100)	62 (64.6)	30 (31.3)	4 (4.2)	96 (100)

ตาราง 20 (ต่อ)

10.	ร้องเพลงคาราโอเกะ	26 (37.1)	42 (60.0)	2 (2.9)	70 (100)	107 (59.8)	65 (36.3)	7 (3.9)	179 (100)	47 (49.0)	43 (44.8)	6 (6.3)	96 (100)
11.	ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ	11 (15.7)	42 (60.0)	17 (24.3)	70 (100)	40 (22.3)	94 (52.5)	45 (25.1)	179 (100)	23 (24.0)	50 (52.0)	23 (24.0)	96 (100)
12.	เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ	13 (18.6)	40 (57.1)	17 (24.3)	70 (100)	45 (25.1)	105 (58.7)	29 (16.2)	179 (100)	23 (24.0)	50 (52.1)	23 (24.0)	96 (100)
รวม		41 (58.6)	23 (32.9)	6 (8.5)	70 (100)	117 (65.4)	52 (29.1)	10 (5.5)	179 (100)	57 (59.4)	32 (33.3)	7 (7.3)	96 (100)

จากตาราง 20 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นข้าราชการ ใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 24.3 เท่ากัน ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ ร้องเพลงคาราโอเกะ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ คิดเป็นร้อยละ 60.0 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 94.3

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างประจำใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 24.0 เท่ากัน ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 52.0 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 76.0 เท่ากัน

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ร้องเพลงคาราโอเกะ คิดเป็นร้อยละ 25.1 , 16.2 , 3.9 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ คิดเป็นร้อยละ 58.7 และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด คิดเป็นร้อยละ 82.1

ตาราง 21 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก จำแนกตามสถานภาพ

รายการ	ข้าราชการ	ลูกจ้างประจำ	ลูกจ้างชั่วคราว
--------	-----------	--------------	-----------------

	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. การประดิษฐ์ ของเล่น	66 (94.3)	4 (5.7)	-	70 (100)	156 (87.2)	19 (10.6)	4 (2.2)	179 (100)	67 (69.8)	26 (27.1)	3 (3.1)	96 (100)
2. การตกแต่ง บ้าน	34 (48.6)	28 (40.0)	8 (11.4)	70 (100)	86 (48.0)	76 (42.5)	17 (9.5)	179 (100)	44 (45.8)	45 (46.9)	7 (7.3)	96 (100)
3. การเลี้ยงสัตว์	29 (41.4)	27 (38.6)	14 (20.0)	70 (100)	15 (8.4)	112 (62.6)	52 (29.1)	179 (100)	18 (18.8)	59 (61.5)	19 (19.8)	96 (100)
4. การปลูกต้นไม้	12 (17.1)	32 (45.7)	26 (37.1)	70 (100)	52 (29.1)	80 (44.7)	47 (26.3)	179 (100)	26 (27.1)	49 (51.0)	21 (21.9)	96 (100)
5. การสะสมสิ่ง ของต่าง ๆ เช่นภาพ เขียน	8 (11.4)	34 (48.6)	28 (40.0)	70 (100)	29 (16.2)	101 (56.4)	49 (27.4)	179 (100)	18 (18.8)	59 (61.4)	19 (19.8)	96 (100)
6. การวาดภาพ	38 (54.3)	26 (37.1)	6 (8.6)	70 (100)	89 (49.7)	72 (40.2)	18 (10.1)	179 (100)	41 (42.7)	45 (46.9)	10 (10.4)	96 (100)
7. เข้าคอร์สฝึก ทำอาหาร ทำขนมไทย	36 (51.4)	25 (35.7)	9 (12.9)	70 (100)	91 (50.8)	68 (38.0)	20 (11.2)	179 (100)	51 (53.1)	40 (41.7)	5 (5.2)	96 (100)
8. การฟังราย การวิทยุ	59 (84.3)	10 (14.3)	1 (1.4)	70 (100)	87 (48.6)	74 (41.3)	18 (10.1)	179 (100)	66 (68.8)	24 (25.0)	6 (6.3)	96 (100)
9. การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	1 (1.4)	33 (47.1)	36 (51.4)	70 (100)	17 (9.5)	76 (42.5)	86 (48.0)	179 (100)	11 (11.5)	39 (40.6)	46 (47.9)	96 (100)
10. การเล่นเกม อินเทอร์เน็ต	5 (7.1)	45 (64.3)	20 (28.6)	70 (100)	16 (8.9)	116 (64.8)	47 (26.3)	179 (100)	15 (15.6)	54 (56.3)	27 (28.1)	96 (100)
11. การเดินซื้อ ของ / เครื่อง ประดับ	16 (22.9)	37 (52.9)	17 (24.3)	70 (100)	62 (34.6)	78 (43.6)	39 (21.8)	179 (100)	30 (31.2)	50 (52.1)	16 (16.7)	96 (100)
รวม	28 (40.0)	27 (38.6)	15 (21.4)	70 (100)	64 (35.8)	79 (44.1)	36 (21.1)	179 (100)	36 (37.5)	45 (46.9)	15 (15.6)	96 (100)

จากตาราง 21 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นข้าราชการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ การปลูกต้นไม้ คิดเป็นร้อยละ 51.4 , 40.0 , 37.1 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเล่นเกมอินเทอร์เน็ต การเดินซื้อของ การสะสมสิ่ง

ของต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 64.3 , 52.9 , 48.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น การฟังรายการวิทยุ การวาดภาพ คิดเป็นร้อยละ 94.3 , 84.3 , 54.3 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างประจำใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 47.9 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเลี้ยงสัตว์ การสะสมสิ่งของต่าง คิดเป็นร้อยละ 61.4 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น คิดเป็นร้อยละ 69.8 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ คิดเป็นร้อยละ 48.0 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ การเล่นอินเทอร์เน็ต การเลี้ยงสัตว์ คิดเป็นร้อยละ 64.8 , 62.6 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ การประดิษฐ์ของเล่น คิดเป็นร้อยละ 87.2



ตาราง 22 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน จำแนกตามสถานภาพ

รายการ	ข้าราชการ	ลูกจ้างประจำ	ลูกจ้างชั่วคราว
--------	-----------	--------------	-----------------

	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม	1	2	3	รวม
1. อ่านหนังสือพิมพ์	67 (95.7)	2 (2.9)	1 (1.4)	70 (100)	66 (36.9)	91 (50.8)	22 (12.3)	179 (100)	61 (63.5)	25 (10.4)	10 (10.4)	96 (100)
2. อ่านหนังสือการ์ตูน	2 (2.9)	13 (18.6)	55 (78.6)	70 (100)	5 (2.8)	61 (34.1)	113 (63.1)	179 (100)	4 (4.2)	21 (21.9)	71 (74.0)	96 (100)
3. อ่านนิตยสารบันเทิง	26 (37.1)	31 (44.3)	13 (18.6)	70 (100)	47 (26.3)	85 (47.5)	47 (26.3)	179 (100)	18 (18.8)	60 (62.5)	18 (18.8)	96 (100)
4. อ่านนวนิยาย	23 (32.9)	32 (45.7)	15 (21.4)	70 (100)	11 (6.1)	98 (54.7)	70 (39.1)	179 (100)	14 (14.6)	55 (57.3)	27 (28.1)	96 (100)
5. สนทนาคุยโทรศัพท์	33 (47.1)	32 (45.7)	5 (7.1)	70 (100)	40 (22.3)	99 (55.3)	40 (22.3)	179 (100)	32 (33.3)	49 (51.0)	15 (15.6)	96 (100)
6. สนทนาเรื่องการเมือง	2 (2.9)	37 (52.9)	31 (44.3)	70 (100)	10 (5.6)	78 (43.6)	91 (50.8)	179 (100)	9 (9.4)	42 (43.8)	45 (46.9)	96 (100)
7. สนทนาเรื่องชาวบ้าน	12 (17.1)	38 (54.3)	20 (28.6)	70 (100)	55 (30.7)	101 (56.4)	23 (12.8)	179 (100)	16 (16.7)	44 (45.8)	36 (37.5)	96 (100)
8. สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่	19 (27.1)	38 (54.3)	13 (18.6)	70 (100)	10 (5.6)	58 (32.4)	111 (62.0)	179 (100)	13 (13.5)	49 (51.0)	34 (35.4)	96 (100)
9. เล่นอินเทอร์เน็ต	4 (5.8)	33 (47.1)	33 (47.1)	70 (100)	14 (7.8)	104 (58.1)	61 (34.1)	179 (100)	9 (9.4)	51 (53.1)	36 (37.5)	96 (100)
10. เขียนบทกลอน	50 (71.4)	13 (18.6)	7 (10.0)	70 (100)	119 (66.5)	47 (26.2)	13 (7.3)	179 (100)	48 (50.0)	30 (31.3)	18 (18.8)	96 (100)
11. เขียนบันทึกประจำวัน	48 (68.6)	20 (28.6)	2 (2.9)	70 (100)	109 (60.9)	55 (30.7)	15 (8.4)	179 (100)	53 (55.2)	35 (36.5)	8 (8.3)	96 (100)
รวม	26 (37.1)	26 (37.1)	18 (25.8)	70 (100)	44 (24.6)	80 (44.7)	55 (30.7)	179 (100)	25 (26.0)	42 (43.8)	29 (30.2)	96 (100)

จากตาราง 22 พบว่า บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นข้าราชการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 78.6 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ สนทนาเรื่องบันเทิง สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ คิดเป็นร้อยละ 54.3 เท่ากัน และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ

อ่านหนังสือพิมพ์ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน อ่านนวนิยาย คิดเป็นร้อยละ 95.7 , 71.4 , 68.6 ตามลำดับ

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างประจำใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 74.0 ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ อ่านนิตยสารบันเทิง คิดเป็นร้อยละ 62.5 และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ อ่านหนังสือพิมพ์ คิดเป็นร้อยละ 63.5

บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครที่เป็นลูกจ้างชั่วคราวใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน ที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอ คือ อ่านหนังสือการ์ตูน สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่ คิดเป็นร้อยละ 63.1 , 62.0 ตามลำดับ ที่ปฏิบัติเป็นบางครั้ง คือ เล่นอินเทอร์เน็ต สนทนาเรื่องข่าวบันเทิง คิดเป็นร้อยละ 58.1 , 56.4 ตามลำดับ และที่ไม่เคยปฏิบัติเลย คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน คิดเป็นร้อยละ 66.5 , 60.9 ตามลำดับ



ตาราง 23 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพ

	กีฬาและการ ออกกำลังกาย	ท่องเที่ยว	ดนตรีและร้อง เพลง	งานอดิเรก	การอ่าน พุด เขียน
เพศชาย	- การเดิน - ฟุตบอล - เทเบิลเทนนิส	- ล่องแพ - เทียน้ำตก - เทียวโบราณ สถาน	- ร้องเพลงในงาน สังสรรค์ต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ - เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องสี	- การสะสมสิ่งของ ต่าง ๆ - การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ - การเล่นเกม เน็ต	- อ่านหนังสือ การ์ตูน - สนทนาเรื่อง การเมือง - เล่นอินเทอร์เน็ต
เพศหญิง	- แอโรบิคแดนซ์ - ปั่นจักรยาน	- เทียน้ำตก - เทียวโบราณ สถาน - เทียววัฒนธรรม ท้องถิ่น	- ร้องเพลงในงาน สังสรรค์ต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ - เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องตี	- การเลี้ยงสัตว์ - การสะสมสิ่งของ ต่าง ๆ - การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	- อ่านหนังสือ การ์ตูน - สนทนาเรื่อง การเมือง
อายุ 18 – 30 ปี	- ฟุตบอล - เทเบิลเทนนิส - การเดิน	- ล่องแพ - เทียน้ำตก - เทียวโบราณ สถาน	- ร้องเพลงในงาน สังสรรค์ต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ - ปลูกต้นไม้ - สะสมสิ่งของต่าง ๆ	- อ่านหนังสือ การ์ตูน
อายุ 31 – 40 ปี	- แอโรบิคแดนซ์ - แบดมินตัน - การเดิน	- เทียน้ำตก - เทียวโบราณ สถาน - เทียววัฒนธรรม	- ร้องเพลงในงาน สังสรรค์ต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การเลี้ยงสัตว์ - การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ - เล่นอินเทอร์เน็ต	- อ่านหนังสือ การ์ตูน
อายุ 41 ปีขึ้นไป	- การเดิน	- เทียน้ำตก - เทียววัฒนธรรม	- ร้องเพลงในงาน สังสรรค์ต่าง ๆ	- ออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	- เล่นอินเทอร์เน็ต

ข้าราชการ	- ฟุตบอล - เทเบิลเทนนิส - การเดิน	- เทียน้ำตก - เทียวโบราณสถาน	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ - ปลูกต้นไม้ - สะสมสิ่งของ	- อ่านการ์ตูน
ลูกจ้าง ประจำ	แอโรบิคแดนซ์ แบดมินตัน ปั่นจักรยาน	- เทียน้ำตก - เทียวโบราณสถาน	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	- อ่านการ์ตูน - สนทนาเรื่องชีวิต ความอยู่
ลูกจ้างชั่วคราว	- ฟุตบอล - เทเบิลเทนนิส - การเดิน - หมากกรุก	- เทียววัฒนธรรม ท้องถิ่น	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพ	- อ่านการ์ตูน

จากตาราง 23 พบว่า กิจกรรมนันทนาการที่บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอด้านกีฬาและการออกกำลังกายส่วนใหญ่ ได้แก่ แอโรบิคแดนซ์ การเดิน ด้านท่องเที่ยว คือ เทียวโบราณสถาน เทียววัฒนธรรมท้องถิ่น และเทียน้ำตก ด้านดนตรีและร้องเพลง ได้แก่ ร้องเพลงสังสรรค์ในงานต่าง เล่นดนตรีและร้องเพลงประกอบ ด้านงานอดิเรก ได้แก่ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ด้านการอ่าน กานพุด การเขียน ได้แก่ อ่านการ์ตูน

ตาราง 24 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ปฏิบัติบ้างบางครั้งจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพ

	กีฬาและการ ออกกำลังกาย	ท่องเที่ยว	ดนตรีและร้อง เพลง	งานอดิเรก	การอ่าน พุด เขียน
เพศชาย	- แบดมินตัน - ปั่นจักรยาน - แอโรบิคแดนซ์	- เทียวสวนสนุก - เทียววัฒนธรรม ท้องถิ่น	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- การวาดภาพ - การฟังรายการ วิทยุ	- อ่านหนังสือพิมพ์ - อ่านนิตยสาร บันเทิง
เพศหญิง	- แบดมินตัน - ฝึกกายบริหาร - ปั่นจักรยาน	- เดินป่า - เทียวสวนสนุก	- เล่นเครื่องดนตรี สากล/ไทยบาง ชนิด - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดีด	- เลี้ยงสัตว์ - การเล่นเกมอินเทอร์เน็ต	- สนทนาเรื่องชีวิต ความเป็นอยู่ - เล่นอินเทอร์เน็ต
อายุ 18 – 30 ปี	- แบดมินตัน - ว่ายน้ำ - ปั่นจักรยาน	- เทียน้ำตก - เทียวโบราณ สถาน	- เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ - ร้องคาราโอเกะ - เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องสี	- เล่นอินเทอร์เน็ต - สะสมสิ่งของ	- อ่านนิตยสาร บันเทิง
อายุ 31 – 40 ปี	- เดินป่า - แอโรบิคแดนซ์ - แบดมินตัน	- เทียน้ำตก - เทียววัฒนธรรม	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ - เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง ประกอบ	- เล่นอินเทอร์เน็ต - ฟังรายการวิทยุ	- สนทนาเรื่องชีวิต ความเป็นอยู่
อายุ 41 ปีขึ้นไป	- เล่นฟุตบอล - แอโรบิคแดนซ์	- เทียวสวนสัตว์ - เทียวโบราณ สถาน - เดินป่า	- เล่นเครื่องดนตรี สากล/ไทยบาง ชนิด	- ปลูกต้นไม้ - สะสมสิ่งของ - เลี้ยงสัตว์	- อ่านการ์ตูน
ลูกจ้าง ประจำ	- แอโรบิคแดนซ์ - กิจกรรมเข้า จังหวะ - ฝึกกายบริหาร	- เทียววัฒนธรรม ท้องถิ่น	- ร้องเพลงสังสรรค์ ในงานต่าง ๆ	- เลี้ยงสัตว์	- อ่านนิตยสาร บันเทิง

ลูกจ้างชั่วคราว	- วายน้ำ	- เทียนน้ำตก	- เล่นดนตรีพร้อม กับร้องเพลง	- เล่นอินเทอร์เน็ต - เล่นสเก็ต	- สนทนาข่าว บันเทิง
	- แบดมินตัน		ประกอบ		
	- ปั่นจักรยาน				

จากตาราง 24 พบว่า กิจกรรมนันทนาการที่บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ปฏิบัติบ้างบางครั้งด้านกีฬาและการออกกำลังกายส่วนใหญ่ ได้แก่ แอโรบิค แอโรบิก ด้านท่องเที่ยว คือ เที่ยววัฒนธรรมท้องถิ่น ด้านดนตรีและร้องเพลง ได้แก่ ร้องเพลง สักครั้งในงานต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ด้านงานอดิเรก ได้แก่ เล่นสเก็ต เดินซื้อของ ด้านการอ่าน กานพุด การเขียน ได้แก่ สนทนาข่าวบันเทิง

ตาราง 25 แสดงการใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการ ประกอบกิจกรรมนันทนาการที่ไม่เคยปฏิบัติจำแนกตามเพศ อายุ และสถานภาพ

	กีฬาและการ ออกกำลังกาย	ท่องเที่ยว	ดนตรีและร้อง เพลง	งานอดิเรก	การอ่าน พุด เขียน
เพศชาย	- กอล์ฟ - แฮร์บอล - โยคะ	- เข้าค่ายพักแรม - เที่ยวชมงานฝีมือ หัตถกรรม	- เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดีด - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดีด - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดีด	- การประดิษฐ์ของ เล่น - เข้าคอร์สฝึกทำ อาหาร ขนมไทย	- เขียนบันทึก ประจำวัน
เพศหญิง	- กอล์ฟ - เทนนิส - เปตอง - ปาเป้า	- เข้าค่ายพักแรม - ล่องแพ	- เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดีด - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดีด	- การประดิษฐ์ของ เล่น - เข้าคอร์สฝึกทำ อาหาร ขนมไทย	- อ่านหนังสือพิมพ์ - เขียนบันทึก ประจำวัน
อายุ 18 –30 ปี	- กอล์ฟ - แฮร์บอล - โยคะ	- เข้าค่ายพักแรม - เที่ยวชมงานฝีมือ หัตถกรรม	- เล่นเครื่องดนตรี ไทยประเภทเครื่อง ดีด - เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดีด	- การประดิษฐ์ของ เล่น	- เขียนบทกลอน - เขียนบันทึก ประจำวัน

ตาราง 25 (ต่อ)

อายุ 31 – 40 ปี	- กอล์ฟ - เทนนิส - ปาเป้า	- เข้าค่ายพักแรม - ล่องแพ - ผจญภัย	- เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องเป่า - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดี	- ประดิษฐ์ของเล่น	- เขียนบทกลอน - เขียนบันทึก ประจำวัน
อายุ 41ปีขึ้นไป	- แร้บอลล - โยคะ - ปาเป้า	- เข้าค่ายพักแรม	- เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องเป่า	- ประดิษฐ์ของเล่น	- เขียนบทกลอน - เขียนบันทึก ประจำวัน
ข้าราชการ	- เทนนิส - โยคะ - ปาเป้า	- เข้าค่ายพักแรม - ผจญภัย	- เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดี	- ประดิษฐ์ของเล่น	- เขียนบทกลอน - เขียนบันทึก ประจำวัน - อ่านหนังสือพิมพ์
ลูกจ้าง ประจำ	- กอล์ฟ - แร้บอลล - โยคะ	- เข้าค่ายพักแรม	- เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดี	- ประดิษฐ์ของเล่น	- เขียนบทกลอน - เขียนบันทึก ประจำวัน
ลูกจ้างชั่วคราว	- เปตอง - ปาเป้า	- เข้าค่ายพักแรม	- เล่นดนตรีสากล ประเภทเครื่องดี - เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องดี	- ประดิษฐ์ของเล่น	- อ่านหนังสือพิมพ์

จากตาราง 25 พบว่า กิจกรรมนันทนาการที่บุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ไม่เคยปฏิบัติด้านกีฬาและการออกกำลังกายส่วนใหญ่ ได้แก่ โยคะ กอล์ฟ เทนนิส ด้านท่องเที่ยว ได้แก่ เข้าค่ายพักแรม ด้านดนตรีและร้องเพลง ได้แก่ เล่นดนตรีสากล/ไทยประเภทดีด ดี ด้านงานอดิเรก ได้แก่ ประดิษฐ์ของเล่น ด้านการอ่าน กานพูด การเขียน ได้แก่ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

บุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง ทั้งด้านความพร้อมของร่างกาย เวลา อุปกรณ์ และสถานที่

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรเป็นบุคลากรและเจ้าหน้าที่ ที่เป็นข้าราชการ ลูกจ้างประจำ ลูกจ้างชั่วคราวของกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ได้แก่สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตยานนาวา สำนักงานเขตพระโขนง สำนักงานเขตบางนา จำนวนทั้งสิ้น 3,380 คน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา จำนวน 350 คน ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย เป็นแบบสอบถามการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร โดยแบบสอบถาม มี 3 ตอนได้แก่

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลพื้นฐานทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพการทำงาน

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ซึ่งสร้างเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 3 ระดับ

ตอนที่ 3 เป็นคำถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้นำเสนอแนวคิดที่ต้องการให้ทางกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครได้จัดกิจกรรมเสริมในช่วงเวลาว่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลด้วยตัวเอง โดยนำหนังสือขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากทางบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไปติดต่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลยังผู้อำนวยการเขตในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ทั้ง 5 สำนักงานเขต และนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลกับ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ตามหน่วยงานที่สังกัด

การวิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสอบถาม ผู้วิจัยวิเคราะห์โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละของข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 1 ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ โดยนำเสนอในรูปแบบความเรียงและใช้โปรแกรมสำเร็จรูปวิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละของข้อมูลในแบบสอบถามตอนที่ 2 โดยนำเสนอในรูปแบบความเรียง และหาค่าความถี่ของข้อมูลในตอนต้นที่ 3 ซึ่งเป็นแบบสอบถามในส่วนที่เป็นปลายเปิดมาวิเคราะห์สรุปและเสนอในรูปแบบความเรียง

สรุปผลการศึกษาค้นคว้า

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูล การใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปได้ดังนี้

ข้อมูลส่วนตัวของกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างเป็นบุคลากรและเจ้าหน้าที่ ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ได้แก่สำนักงานเขตคลองเตย สำนักงานเขตบางคอแหลม สำนักงานเขตยานนาวา สำนักงานเขตพระโขนง สำนักงานเขตบางนา สำนักงานเขตละ 66 69 70 คน ตามลำดับ รวม 345 คน โดยเป็นเพศชาย 166 คน คิดเป็นร้อยละ 48.1 และเพศหญิง 179 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 ส่วนใหญ่มีอายุระหว่าง 31 -40 ปี จำนวน 179 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9 เป็นลูกจ้างประจำ จำนวน 179 คน คิดเป็นร้อยละ 51.9

การใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร เป็นดังนี้

บุคลากรเพศชายที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ การเดิน ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส ประเภทท่องเที่ยว คือ ล่องแพ ท่องน้ำตก ท่องโบราณสถาน ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี ประเภทงานอดิเรก คือ การปลูกต้นไม้ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การเล่นอินเทอร์เน็ต ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือการ์ตูน สนทนาเรื่องการเมือง การเล่นเกมอินเทอร์เน็ต บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ กอล์ฟ แฮนด์บอล โยคะ ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม ท่องสวนสัตว์ ท่องชมงานฝีมือหัตถกรรม ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือ การประดิษฐ์ของเล่น เข้าคอร์สฝึกทำอาหาร ขนมไทย เดินซื้อของเครื่องประดับประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ สนทนาคุยโทรศัพท์ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

บุคลากรเพศหญิงที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ การเดิน แอโรบิคแดนซ์ เทเบิลเทนนิส ประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยวหน้าตก เที่ยวโบราณสถานเที่ยววัฒนธรรมท้องถิ่น ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีประเภทเครื่องสี ประเภทงานอดิเรก คือ การเลี้ยงสัตว์ การสะสมสิ่งของต่าง ๆ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือการ์ตูน อ่านนวนิยาย สนทนาเรื่องการเมือง บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ กอล์ฟ เทนนิส เปตอง ปาเป้า ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม ล่องแพ ผจญภัย ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องสี เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องเป่า ประเภทงานอดิเรก คือ การประดิษฐ์ของเล่น การวาดภาพ เข้าคอร์สฝึกทำอาหาร ขนมไทย ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือพิมพ์ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ช่วงอายุ 18 - 30 ปี ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส การเดิน ประเภทท่องเที่ยว คือ ล่องแพ เที่ยวหน้าตก เที่ยวโบราณสถาน ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องสี ประเภทงานอดิเรก คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพปลูกต้นไม้ สะสมสิ่งของต่าง ๆ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือการ์ตูน สนทนาเรื่องการเมือง เล่นอินเทอร์เน็ตบุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ กอล์ฟ แฮร์บอล โยคะ ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม เที่ยวชมงานฝีมือหัตถกรรม ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นเครื่องดนตรีไทยประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือ การประดิษฐ์ของเล่น เข้าคอร์สทำอาหาร วาดภาพ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ช่วงอายุ 31 - 40 ปี ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ แอโรบิคแดนซ์ แบดมินตัน การเดินประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยวหน้าตก เที่ยวโบราณสถาน เที่ยววัฒนธรรม ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ร้องคาราโอเกะประเภทงานอดิเรก คือ การเลี้ยงสัตว์ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เล่นอินเทอร์เน็ตประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือการ์ตูน อ่านนวนิยาย สนทนาเรื่องการเมือง บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ กอล์ฟ เทนนิส ปาเป้า ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม ล่องแพ ผจญภัย ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีไทย

ประเภทเครื่องสี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือประดิษฐ์ของเล่นวาดภาพเข้าครี้อทำอาหาร ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือเขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ช่วงอายุ 41 ปี ขึ้นไป ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ การเดิน ประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยวน้ำตก เที่ยววัฒนธรรม ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ ประเภทงานอดิเรก คือ ออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านหนังสือพิมพ์ สนทนาเรื่องการเมือง บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ เดินรำประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรมประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดีประเภทงานอดิเรก คือ ประดิษฐ์ของเล่น ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ข้าราชการ ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส การเดินประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยวน้ำตก เที่ยวโบราณสถาน ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงสังสรรค์ในงานต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบร้องเพลงสังสรรค์ในงานต่าง ๆ ประเภทงานอดิเรก คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปลูกต้นไม้ สะสมสิ่งของ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านการ์ตูน สนทนาเรื่องการเมือง เล่นอินเทอร์เน็ต บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ เทนนิส โยคะ ปาเป้า ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม ผจญภัยประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีไทย ประเภทเครื่องเป่า เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือ ประดิษฐ์ของเล่น ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ลูกจ้างประจำประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ ฟุตบอล เทเบิลเทนนิส การเดิน หมากรุกประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยววัฒนธรรมท้องถิ่น ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงสังสรรค์ในงานต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลง ประกอบประเภทงานอดิเรก คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ปลูกต้นไม้ เล่นอินเทอร์เน็ต ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ อ่านการ์ตูน สนทนาเรื่องการเมือง เล่นอินเทอร์เน็ต บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ กอล์ฟ แร้บอล โยคะ ประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม เดินป่าประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือ ประดิษฐ์ของเล่น ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ลูกจ้างชั่วคราว ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอในกิจกรรม

ประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ แอโรบิคแดนซ์ แบดมินตัน บันจี้แรน ประเภทท่องเที่ยว คือ เที่ยวน้ำตก เที่ยวโบราณสถาน ประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ ร้องเพลงสังสรรค์ในงานต่าง ๆ เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ ประเภทงานอดิเรก คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เลี้ยงสัตว์ สะสมสิ่งของ ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เลี้ยงสัตว์ สะสมสิ่งของ บุคลากรและเจ้าหน้าที่ไม่เคยปฏิบัติเลยในกิจกรรมประเภทกีฬาและออกกำลังกาย คือ เทนนิส เปตอง ปาเป้าประเภทท่องเที่ยว คือ เข้าค่ายพักแรม เที่ยวสวนสนุก ล่องแพประเภทดนตรีและร้องเพลง คือ เล่นดนตรีสากลประเภทเครื่องดี เล่นดนตรีไทยประเภทเครื่องดี ประเภทงานอดิเรก คือ ประดิษฐ์ของเล่น ประเภทการอ่าน การพูด การเขียน คือ เขียนบทกลอน เขียนบันทึกประจำวัน

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

บุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครได้ให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเกี่ยวกับการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ได้แก่ การเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเอง ทั้งด้านความพร้อมของร่างกาย เวลา อุปกรณ์ และสถานที่

อภิปรายผล

บุคลากรเพศชายและเพศหญิง ที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เช่น การเล่นฟุตบอล การเดิน การเต้นแอโรบิคแดนซ์ การใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ ของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานครนั้น ทั้งเพศชายและเพศหญิงน่าจะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้เหมือน ๆ กัน ซึ่งก็ตรงกันข้ามกับ แคปแลน (Kaplan. 1975 : 90) ที่กล่าวไว้ว่า เพศมีส่วนกำหนดการกระทำในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเน็ตบอล

ช่วงอายุของบุคลากร ที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร มีการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ เต้นรำ ร้องเพลงคาราโอเกะ เลี้ยงสัตว์ อ่านนิตยสารบันเทิง กิจกรรมนันทนาการดังกล่าว ข้างต้นที่ผู้เข้าร่วมแล้วเกิดความผ่อนคลายความตึงเครียด ให้กับผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้ ทั้งทางร่างกายและจิตใจ ซึ่งก็น่าจะสอดคล้องกับ ประพัฒน์ วัฒนพิสุทธิ (2523 : บทคัดย่อ) ได้กล่าวไว้ว่า การใช้เวลาว่างนั้นมีจุดมุ่งหมายหลายประการด้วยกัน คือ เพื่อผ่อนคลายความตึงเครียดของร่างกาย เพื่อสุขภาพและความสมบูรณ์ทางร่างกาย เพื่อให้จิตใจสดชื่นแจ่มใส เพื่อแสวงหาความสุขร่วมกับครอบครัว เพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน

สถานภาพของบุคลากร ที่ประกอบกิจกรรมนันทนาการในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ไม่เคยใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ เปตอง แอร์บอล ปาเป้า ประดิษฐ์ของเล่น เขียนบันทึกประจำวัน กิจกรรมดังกล่าวข้างต้น อาจจะเป็นกิจกรรมที่ไม่ก่อให้เกิดความสนุกสนานมากเท่าไรนัก ทำให้ผู้ที่เข้าร่วมกิจกรรมเกิดความเบื่อหน่าย จึงทำให้ไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งก็สอดคล้องกับ วัดสัน (Watson. 1997 : 3251) กล่าวว่า กิจกรรมนันทนาการ การออกกำลังกายขาดทัศนคติที่ดี ขาดแรงจูงใจ ตลอดจนไม่เห็นความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการ

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัยนี้ ผู้วิจัยพบข้อเสนอแนะที่จะนำเสนอต่อหน่วยงานในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร เกี่ยวกับการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

1. ส่งเสริมให้บุคลากรในสำนักงานเขต รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
2. ควรที่จะมีการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ให้กับบุคลากรในสำนักงานเขต เช่น การแข่งขันกีฬาประจำปี จัดให้มีการสัมมนาออกสถานที่
3. สนับสนุนให้มีการจัดตั้งชมรมต่าง ๆ ในสำนักงานเขตเพื่อที่จะได้มีการจัดกิจกรรมนันทนาการต่าง ๆ เพิ่มมากยิ่งขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

1. ควรทำการศึกษาการใช้เวลาว่าง ของบุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกิจกรรมนันทนาการด้านอื่น ๆ
2. ควรทำการศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาว่างของบุคลากรและเจ้าหน้าที่ในกลุ่มสำนักงานเขตอื่น ๆ ทั้งหน่วยงานภาครัฐ และเอกชน
3. ควรทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างกิจกรรมที่บุคลากรและเจ้าหน้าที่ปฏิบัติในเวลาว่างกับผลสัมฤทธิ์ทางการทำงาน



บรรณานุกรม

- กวิน คเซนทร์เดชา. (2530). ความต้องการการบริหารเกี่ยวกับการออกกำลังกายของประชาชน
หมู่บ้านเป้าหมายจังหวัดชุมพร. วิทยานิพนธ์ ค.บ. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่าย
เอกสาร.
- กอง วิสุทธารมณ. (2520 : 4). "เล่นกีฬาเพื่อสุขภาพ, " วารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนา
การ.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2528). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด
เอเอ็นที.
- เกศแก้ว ศรีงาม. (2536). ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชน
ไทย. วิทยานิพนธ์ รัฐศาสตรมหาบัณฑิต (ประชากรศาสตร์). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- คณิต เขียววิชัย. (2531). หลักนันทนาการ. นครปฐม : คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร.
จรินทร์ ธานีรัตน์. นันทนาการชุมชน. กรุงเทพฯ : โอเดียน.
- ชัยณรงค์ สุวรรณสาร. (2528 : 39). "การบริหารเวลา," ประชาศึกษา. กรุงเทพฯ
ณัฐพล อันตรเสน. (2542). การศึกษาปัญหาการจัดและดำเนินโครงการนันทนาการในโรงเรียน
สำหรับเด็กพิเศษ. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ดำรง ดาราคัด. (2525). สันทนาการขั้นนำ. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธัญญรัตน์ วงษ์สมัย. (2542). การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียน
ขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- นิธิพัฒน์ เมฆขจร. (2540). การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬา มหาวิทยาลัย
ศรีปทุม กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ปธาน สุวรรณมงคล. (2523). "นักบริหารกับสิ่งที่ทำให้สูญเสียเวลา" ในวารสารข้าราชการ.
ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธ์ และคนอื่น ๆ. (2533). การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการของ
ประชากรกรุงเทพมหานคร, กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประพันธ์ศิริ ไชยชนใหญ่. (2527). นันทนาการ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาสันทนาการคณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

- ปัทมา จิตรปรีดการ (2547). *สภาพและปัญหาการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนแออัดคลองลำปัก เขตดุสิต กรุงเทพมหานคร*. ปรินิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ปัทมา รอดทั้ง. (2540). *การใช้เวลาว่างด้วยการเล่นกีฬาและออกกำลังกายของประชาชนในเขตภาคเหนือตอนล่าง*. ปรินิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พฤตินันท์ เหลืองไพบูลย์ (2524). *การจัดบริการสวัสดิการทางสังคมในชุมชนผู้สูงอายุ : ศึกษาเฉพาะกรณีการจัดกิจกรรมของชมรมผู้สูงอายุในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. ถ่ายเอกสาร.
- ฟอง เกิดแก้ว. (2527). "การจัดการกีฬาเพื่อสันทนาการสำหรับนิสิตและนักเรียนส่วนใหญ่ในสถาบันการศึกษา" *สารสารสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการ*.
- มานะ หมอยาดี. (2540). *การใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกายของนักเรียนนายเรืออากาศ*. ปรินิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เมธี ปิลันธานนท์. (2528). "เทคนิคการบริหารเวลา," *วารสารมิตรครู*. กรุงเทพฯ
- รัชนี ลาชโรจน์. (2527). "การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น" *เอกสารการสอนชุดวิชาพัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม*. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน*. กรุงเทพฯ : อักษรเจริญทัศน์.
- ล้วน สายยศ. (2543). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2523). *หลักและวิธีสอนวิชาพลศึกษา*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2523). *การใช้เวลาว่างของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- วิมาน จิวเนียม. (2539). *การบริหารเวลา*. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ, เอกสารการสอน.
- วิวัฒน์ พวงมะลิ. (2533 : 37). "เทคนิคการบริหารเวลา," *วารสารการศึกษา กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา*.
- ศูนย์การท่องเที่ยวกรุงเทพมหานคร. *คู่มือการท่องเที่ยวกรุงเทพ*
- สมบัติ กาญจนกิจ. (2533). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, ถ่ายเอกสาร.
- _____. (2535). *นันทนาการชุมชนและโรงเรียน*. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช.
- _____. (2544). *นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว*. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุขใจ นำผุด. (2536). "ค่าแห่งเวลา," *วารสารข้าราชการ*. กรุงเทพฯ.
- สุชีพ อารีประชาภิรมย์. (2528). *คัมภีร์ปเขียว*

- อัศวิน มณีอินทร์. (2547) การศึกษาการใช้เวลาว่างของนิสิตที่พักอาศัยในหอพักของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- อำนาจ เณรรักษา. (2548). ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนและนักศึกษาวิทยาลัยเทคนิคสมุทรสาคร จังหวัดสมุทรสาคร. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ). กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เอก เกิดเต็มภูมิ. (2540). เอกสารประกอบการสอนวิชาสรีรวิทยาการออกกำลังกาย. อ่างทอง : วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง, ถ่ายเอกสาร.
- เอนก หงษ์ทองคำ. (2540). นันทนาการกับสังคม. กรุงเทพฯ : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- Butler, George D. (1959). *Introduction to Community recreation*. New York : McGraw - Hill Book.
- Brown,Kathy Ann. (1995) "Measuring Elementaty School Teacher,Job Satisfaction,Perceived Amount of Leisure, and Leisure Satisfaction, " *Dissertation Abstracts International*.
- Hood,Colleen Deyell. (1993). "Family Functioning and Adolescent Leisure Patterns," *Dissertation Abstracts International*.
- Kaplan, Max. (1975). *Leisure : Theory and Policy*. New York. John & Son.
- Kivel,Beth Dana. (1996). "In on The Outside, Out on the Inside : lesbianl Gay/bisexual," *Dissertation Abstracts International*.
- Krejcie,Robert V.,Morgan,Daryle W. (1970). "Determining Sample Size for Research Activitives" *Educational Psychological Measurement*.
- Mcdowell,Linda Lee Goette. (1996). " Leisure Recreational Preference and Practices Among Adolescents with and Without Mental Retardation," *Dissertation Abstracts International*.
- Nisbet,Rebecca Seal. (1995). "Recreation and Leisure Programming at the High School Level For Individuals with Mild or Moderate Mental Retadation," *Dissertation Abstracts International*.
- Uris,Aren. (1970). *The Executive Desk Book*. New York : Van Nostrand Reinhoit.
- Watson. James Franklin. (Dai -A 57/07 : p.3251 ; Jan, 1997). "The Impact of Leisure Attitude and Motivation on the Physical Pecreation/ Leisure Participation Time of College Students," *Dissertation Abstracts International*.





แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง ศึกษาการใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการของ
บุคลากร ในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อศึกษาข้อมูลการใช้เวลารว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
2. แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน
 - ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐาน
 - ตอนที่ 2 การสอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการในประเภทต่าง ๆ ของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร แบ่งออกเป็น 5 ด้าน
 1. กิจกรรมนันทนาการกีฬาและออกกำลังกาย
 2. กิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว
 3. กิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง
 4. กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก
 5. กิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด และการเขียน
 - ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่าง ๆ
3. โปรดตอบแบบสอบถามแต่ละตอนให้ตรงกับสภาพของความเป็นจริง
4. คำตอบของท่าน ผู้วิจัยจะนำมาวิเคราะห์ในทางสถิติและเสนอผลการวิเคราะห์เป็นส่วนรวมเพื่อนำเป็นแนวทางในการส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการ
5. การตอบแบบสอบถามนี้จะไม่มีผลใด ๆ ต่อผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้น และข้อมูลที่ท่านได้ตอบจะถูกเก็บเป็นความลับ ท่านสามารถแสดงความรู้สึกรู้สึก หรือความคิดเห็นได้
6. การใช้เวลารว่าง หมายถึง เวลาอิสระของบุคลากรที่เว้นจากการทำงาน กิจกรรมประจำวัน หรือการทำกิจกรรมที่ปฏิบัติเป็นประจำ

วิรุพห์ แสงเรือน
 นิสิตปริญญาโท สาขาการจัดการนันทนาการ
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความละเอียดข้อความลงในช่องว่างตามสภาพความเป็นจริง

1. เพศ

- ☐ ชาย
☐ หญิง

2. อายุ

- ☐ 18 ปี - 30 ปี ☐ 31 ปี - 40 ปี
☐ 41 ปี ขึ้นไป

3. สถานภาพ

- ☐ ข้าราชการ ☐ ลูกจ้างประจำ
☐ ลูกจ้างชั่วคราว

ตอนที่ 2 สอบถามเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง ในการประกอบกิจกรรมของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของท่านมากที่สุด หรือเติมข้อความที่ท่านต้องการในช่องว่างที่กำหนดให้ โปรดตอบคำถามทุกข้อ

1. ข้อใดเป็นข้อที่ท่านปฏิบัติสม่ำเสมอ โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องปฏิบัติสม่ำเสมอ
2. ข้อใดเป็นข้อที่ท่านปฏิบัติบ้างเล็กน้อย โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องปฏิบัติบ้างเล็กน้อย
3. ข้อใดเป็นข้อที่ท่านไม่เคยปฏิบัติ โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องไม่เคยปฏิบัติ
4. ให้ผู้ตอบแบบสอบถามใช้ข้อมูลส่วนตัวย้อนหลังกลับไป 3 ปีที่ผ่านมาว่าท่านปฏิบัติกิจกรรมนั้นหนาหนาการใดบ้างในการตอบแบบสอบถาม

1. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย

รายการ	ระดับปฏิบัติ		
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ	ปฏิบัติบ้างบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
1. ว่ายน้ำ			
2. กอล์ฟ			
3. แอโรบิคแดนซ์			
4. แบดมินตัน			
5. ฟุตบอล			
6. เทนนิส			
7. เปตอง			
8. กิจกรรมเข้าจังหวะ			
9. แชร์บอล			
10. เต้นรำ			
11. โยคะ			
12. หมากรูก			
13. เทเบิลเทนนิส			
14. เดิน			
15. ปั่นจักรยาน			
16. บาสเกตบอล			
18. ฟีตกายบริหาร			
19. ปาเป้า			

2. การใช้เวลารว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว

รายการ	ระดับปฏิบัติ		
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ	ปฏิบัติบ้างบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
1. เข้าค่ายพักแรม			
2. เที่ยวสวนสนุก			
3. เที่ยวสวนสัตว์			
4. เดินป่า			
5. ล่องแพ			
6. ผจญภัย เช่น การปีนหน้าผา			
7. เที่ยวทะเล			
8. เขียวน้ำตก			
9. เที่ยวโบราณสถาน เช่น วัดพระแก้วมรกต			
10. เที่ยววัฒนธรรมท้องถิ่น เช่น วิถีชีวิตของชาวเขา			
11. เที่ยวชมงานฝีมือ หัตถกรรม			

3. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบ
กิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง

รายการ	ระดับปฏิบัติ		
	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ	ปฏิบัติบ้าง บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติเลย
1. เล่นเครื่องดนตรีสากลประเภทเครื่องดีด			
2. เล่นเครื่องดนตรีสากลประเภทเครื่องสี			
3. เล่นเครื่องดนตรีสากลประเภทเครื่องตี			
4. เล่นเครื่องดนตรีสากลประเภทเครื่องเป่า			
5. เล่นเครื่องดนตรีไทยประเภทเครื่องดีด			
6. เล่นเครื่องดนตรีไทยประเภทเครื่องสี			
7. เล่นเครื่องดนตรีไทยประเภทเครื่องตี			
8. เล่นเครื่องดนตรีไทยประเภทเครื่องเป่า			
9. เล่นเครื่องดนตรีสากล / ไทย บางชนิด			
10. ร้องเพลงคาราโอเกะ			
11. ร้องเพลงในงานสังสรรค์ต่าง ๆ			
12. เล่นดนตรีพร้อมกับร้องเพลงประกอบ			

4. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบ กิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก

รายการ	ระดับปฏิบัติ		
	ปฏิบัติสม่ำเสมอ	ปฏิบัติบ้างบางครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติเลย
1. การประดิษฐ์ของเล่น			
2. การตกแต่งบ้าน			
3. การเลี้ยงสัตว์			
4. การปลูกต้นไม้			
5. การสะสมสิ่งของต่าง ๆ เช่น ภาพเขียน			
6. การวาดภาพ			
7. เข้าคอร์สฝึกทำอาหาร ทำขนมไทย			
8. การฟังรายการวิทยุ			
9. การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ			
10. การเล่นอินเทอร์เน็ต (Internet)			
11. เดินซื้อของ / เครื่องประดับ			

5. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน

รายการ	ระดับปฏิบัติ		
	ปฏิบัติ สม่ำเสมอ	ปฏิบัติบ้าง บางครั้ง	ไม่เคย ปฏิบัติเลย
1. อ่านหนังสือพิมพ์			
2. อ่านหนังสือการ์ตูน			
3. อ่านนิตยสารบันเทิง			
4. อ่านนวนิยาย			
5. สนทนาคุยโทรศัพท์			
6. สนทนาเรื่องการเมือง			
7. สนทนาเรื่องข่าวบันเทิง			
8. สนทนาเรื่องชีวิตความเป็นอยู่			
9. เล่นอินเทอร์เน็ต (Internet)			
10. เขียนบทกลอน			
11. เขียนบันทึกประจำวัน			

**ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมนันทนาการ
ของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร**

1. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการกีฬาและออกกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

2. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการท่องเที่ยว

.....

.....

.....

.....

3. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทดนตรีและร้องเพลง

.....

.....

.....

.....

4. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทงานอดิเรก

.....

.....

.....

.....

5. การใช้เวลาว่างของบุคลากรในกลุ่มสำนักงานเขตที่ 4 กรุงเทพมหานคร
ในการประกอบกิจกรรมนันทนาการประเภทการอ่าน การพูด การเขียน

.....

.....

.....

.....

6. อื่น ๆ

.....

.....

.....

.....

...ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี...





ภาคผนวก ข
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

ประวัติย่อผู้วิจัย



ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ - สกุล นายวิรุพห์ แสงเรือน
 วันเดือนปีเกิด 29 มิถุนายน 2518
 ภูมิลำเนา อำเภอดอนตาล จังหวัดมุกดาหาร 49120

สถานที่อยู่ปัจจุบัน 529 หมู่ 39 ซ. 34 ถ.สาธิตประดิษฐ์ ยานนาวา กทม. 10120

ตำแหน่งหน้าที่การงานในปัจจุบัน อาสาสมัครลานกีฬากรุงเทพมหานคร

สถานที่ทำงานในปัจจุบัน สำนักงานเขตบางคอแหลม

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2537 มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนดอนตาลวิทยา
 พ.ศ. 2539 ประกาศนียบัตรชั้นสูง (ป.กศ. สูง) พลศึกษา วิทยาลัย
 พลศึกษากรุงเทพ
 พ.ศ. 2541 วิทยาศาสตร์บัณฑิต (วท.บ.) วิทยาศาสตร์การกีฬา
 (การฝึกและการจัดการกีฬา) มหาลัษราชภัฏ
 วลัยลงกรณ์
 พ.ศ. 2549 วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (วท.ม) การจัดการ
 นันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ประสานมิตร