



กระแสนิยมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ สู่ยุคเฟื่องฟูของธุรกิจกีฬา

ภาพ : กรรณก พงษ์ประดิษฐ์

ธุรกิจกีฬาในภาพรวมปี 2562 นี้ได้มีการขยายตัวเพิ่มขึ้นจากปีที่ผ่านมาร้อยละ 6 ถึง 7 ตามแนวโน้มของพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีกระแสนิยมใส่ใจดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย จำนวนคนไทยที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬาด้วยกิจกรรมการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ เพิ่มขึ้นร้อยละ 24.4 ในปี 2561 ประมาณเกือบ 1 ใน 4 ของคนไทย (16.03 ล้านคน) เลือกที่จะมีกิจกรรมทางกาย ออกกำลังกายและเล่นกีฬาด้วยวิธีการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ

ในช่วงปี 2562 ธุรกิจกีฬาหลายประเภทมีแนวโน้มการเติบโตอย่างชัดเจน ทั้งในเชิงยอดขายและรายได้ผ่านช่องทางสื่อชนิดต่าง ๆ กรมพัฒนาธุรกิจการค้าคาดว่า ธุรกิจกีฬาในภาพรวมปี 2562 จะขยายตัวเพิ่มขึ้นจากปีที่ผ่านมาร้อยละ 6 ถึง 7 ตามแนวโน้มพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีกระแสนิยมใส่ใจดูแลสุขภาพและการออกกำลังกาย ตลอดจนตลาดแฟชั่นการแต่งกายด้วยชุดกีฬา โดยกระแสการออกกำลังกายและธุรกิจกีฬาได้รับการกระตุ้นจากการรณรงค์และสนับสนุนอย่างต่อเนื่องของหน่วยงานภาครัฐและเอกชนในกีฬาประเภทต่าง ๆ อาทิ ฟุตบอลสตรีค มวย และกิจกรรมการแข่งขันการวิ่งเพื่อสุขภาพ¹

กระแสนิยมการออกกำลังกาย จากอดีตถึงปัจจุบัน

หากจะมองย้อนกลับไป กระแสการให้ความสนใจด้านกีฬาประเภทต่าง ๆ ของคนไทยเกิดขึ้นมาเป็นช่วง ๆ ตัวอย่างเช่น การรวมกลุ่มของนักวิ่งเพื่อสุขภาพที่เริ่มตั้งแต่ปี 2524 โดยศาสตราจารย์ นายแพทย์อุดมศิลป์ ศรีแสงนาม กระทั่งนำไปสู่การรวมตัวกันของกลุ่มนักวิ่งกว่า 80,000 คน ในงาน

“วิ่งลอยฟ้าเฉลิมพระเกียรติ” (Royal Marathon-Bangkok) ในปี 2530² การส่งเสริมให้มีการวิ่งเพื่อสุขภาพโดยนายแพทย์กฤษฎา บานชื่น จนมีการตีพิมพ์หนังสือเรื่องการวิ่งโดยเฉพาะ³ หรือกระแสความสนใจในกีฬาเทนนิสในช่วงที่ “SuperBall” ภราดร ศรีชาพันธุ์ และ “แทมมี่” แทมมารีน ธนสุกาญจน์ สร้างชื่อเสียงให้กับประเทศไทยในการไต่อันดับโลกวงการเทนนิสมืออาชีพ ถัดมาก็เป็นกีฬาอล์ฟ ที่ได้รับความนิยมหลังจากที่มีโปรกอล์ฟชาวไทยหลายรายที่ประสบความสำเร็จในระดับสากล ต่อมาก็เกิดกระแสความนิยมในกีฬาแบดมินตัน ตามน่องเมย์ รัชนก อินทนนท์ ที่กระตุ้นให้พ่อแม่ผู้ปกครองจำนวนมากหันมาสนใจส่งบุตรหลานของตนให้เข้ารับการเรียนรู้และฝึกซ้อมในกีฬาประเภทดังกล่าวมากขึ้น

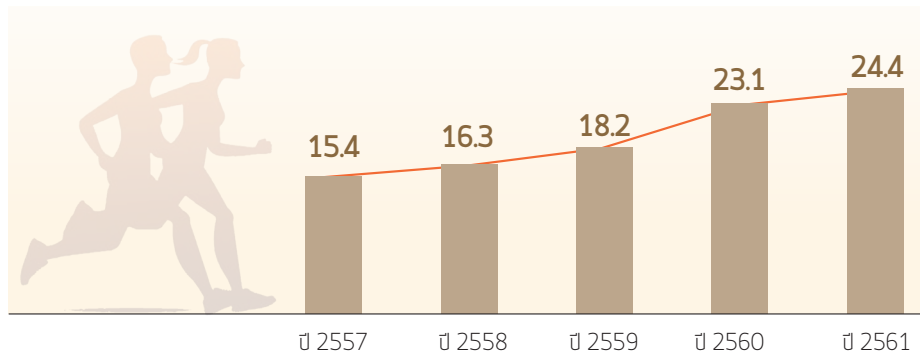
อย่างไรก็ดี กระแสความนิยมของกีฬาประเภทต่าง ๆ ที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ก็ยังไม่ปรากฏภาพเด่นชัดในแง่ของการ “บูม” ในวงการอุตสาหกรรมและธุรกิจกีฬามากนัก สาเหตุสำคัญอาจเนื่องมาจากกิจกรรมกีฬาดังกล่าวค่อนข้างจำกัดอยู่เฉพาะกลุ่มผู้ที่สนใจทดลองนำมาเล่น ผู้ที่เล่นตามยังมีจำนวนไม่มากหากเปรียบเทียบกับจำนวนประชากรในระดับประเทศ

ทั้งนี้อาจด้วยข้อจำกัดด้านอุปกรณ์ ค่าใช้จ่ายในการเล่น หรือ สถานที่ในการทำกิจกรรม

อย่างไรก็ตาม กระแสความนิยมในกิจกรรมการวิ่งเพื่อสุขภาพของคนไทยได้เพิ่มขึ้นอย่างเป็นปรากฏการณ์ในปัจจุบัน ผู้คนจำนวนมากทุกเพศวัยหันมาให้ความสนใจในการออกกำลังกายด้วยการวิ่ง ข้อมูลจากการติดตามเฝ้าระวังพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของคนไทยในช่วงหลายปีที่ผ่านมา ได้ส่งสัญญาณที่น่าสนใจเกี่ยวกับปรากฏการณ์

การติดตัวของจำนวนคนไทยที่ออกกำลังกายและเล่นกีฬา ด้วยกิจกรรมการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ ที่เพิ่มขึ้นในอัตราเลขสองหลักทุกปีในช่วงหลัง ๆ จากร้อยละ 15.4 ในปี 2557 มาอยู่ที่ร้อยละ 18.2 ในปี 2559 และเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเป็นร้อยละ 23.1 และ 24.4 ในปี 2560 และ 2561 ตามลำดับ หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ ประมาณเกือบ 1 ใน 4 ของคนไทย (16.03 ล้านคน) เลือกที่จะมีกิจกรรมทางกายโดยออกกำลังกายและเล่นกีฬาด้วยวิธีการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ

ภาพที่ 1 ร้อยละของคนไทยที่มีกิจกรรมทางกายด้วยการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ ระหว่างปี 2557-2561⁴



ที่มา: ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มมหิตล

กระแสเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพของคนไทยทำให้เกิดกิจกรรมการเดิน-วิ่งอย่างแพร่หลายไปทั่วประเทศ จำนวนงานมหกรรมวิ่งเพื่อสุขภาพที่ถูกจัดขึ้นในปี 2562 มีมากถึง 200-250 งาน ต่อเดือนหรือประมาณ 3,000 งานต่อปี นับเป็นปรากฏการณ์ที่ไม่เคยเกิดขึ้นมาก่อนในสังคมไทย โดยในการจัดงานมหกรรมวิ่งเพื่อสุขภาพนี้ หากเป็นงานขนาดเล็กหรือขนาดกลาง แต่แต่ละครั้งจะมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมประมาณ 1,000 – 5,000 คนต่องาน โดยงานวิ่งขนาดกลางและขนาดเล็กดังกล่าวก็จะกระจายเกิดขึ้นในระดับอำเภอ หรือระดับท้องถิ่นทั่วประเทศ ขณะที่ขนาดใหญ่ที่เป็นงานระดับจังหวัด เช่น งาน สสส. จอมบึงมาราธอน บางแสนมาราธอน วิ่งผ้าเมืองภูเก็ตมาราธอน เชียงใหม่มาราธอน เป็นต้น จะมีผู้เข้าร่วมเป็นหลักหมื่นคนขึ้นไป⁵ นั่นหมายความว่าในปัจจุบันจะมีคนไทยไม่ต่ำกว่า 15 ล้านคนที่ออกมาวิ่งกิจกรรมงานวิ่งเพื่อสุขภาพที่วันนี้ เมื่อเปรียบเทียบกับสถิติประมาณการของสมาพันธ์ชมรมเดินวิ่ง เพื่อสุขภาพไทยที่ระบุว่า ในช่วงก่อนปี 2550 นั้น ประเทศไทยมีนักวิ่งประมาณ 5 ล้านคนเท่านั้น นั่นเท่ากับว่าในช่วงสิบปีที่ผ่านมา ไทยเรามีผู้ที่ให้ความสนใจกิจกรรมการเดินวิ่งเพื่อสุขภาพเพิ่มขึ้นราว 10 ล้านคน



ภาพ : เว็บไซต์ Thairunning.com

นอกจากนี้ ภาครัฐ ภาคประชาสังคมและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นก็ได้ส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายทั้งเดิน-วิ่งในระดับชุมชนต่าง ๆ ทั่วประเทศ จนเกิดความนิยมและกระแสเดิน-วิ่งในวงกว้าง นพ. ไพโรจน์ เสาน่วม ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมวิถีชีวิตสุขภาวะ สสส. กล่าวว่า ปัจจุบันคนไทยหันมารักษาสุขภาพและออกกำลังกายกันมากขึ้น โดยคนไทยกว่า 70% ออกกำลังกายด้วยการเดินเป็นหลัก โดยการเดินและการใช้จักรยานในชีวิตประจำวันเป็นเป้าหมายหนึ่งในการดำเนินงานของ สสส. เพื่อส่งเสริมให้คนไทยมีกิจกรรมทางกายเพื่อลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง รวมถึงแก้ไขปัญหาในมิติด้านสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม โดยมีงานวิจัยและปฏิบัติการในระดับพื้นที่ อาทิ ช.งามดูพลีเขตสาทร กทม. เทศบาลนครหาดใหญ่ จ.สงขลา เทศบาลตำบลนาทวี อ.นาทวี จ.สงขลา เทศบาลเมืองระนอง จ.ระนอง เทศบาลนครพิษณุโลก จ.พิษณุโลก เทศบาลนครตรัง จ.ตรัง และการเสริมสร้างการเดินหรือใช้จักรยานเพื่อการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม อ.เชียงคำ จ.พะเยา เป็นต้น⁶



สู่ยุคเฟื่องฟูของธุรกิจกีฬา เดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ

หากพิจารณาในแง่ธุรกิจกีฬา จะเห็นได้ว่าในการจัดงานวิ่งแต่ละครั้งนั้น ผู้จัดงานจะต้องมีการแจกเสื้อกีฬาให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรม เทรียญที่ระลึก รวมทั้งเครื่องดื่มและอาหารให้กับนักกีฬา ในอีกมุมหนึ่ง นักกีฬาเองก็ต้องมีการเตรียมอุปกรณ์ต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็น รองเท้าวิ่ง กางเกงวิ่ง หรืออุปกรณ์เทคโนโลยีที่ใช้ประกอบการวิ่งของตนตามแต่รสนิยมของนักวิ่งคนนั้น ๆ ด้วยปรากฏการณ์ดังกล่าวนี้ ส่งผลให้อุตสาหกรรมและธุรกิจด้านการกีฬาเจริญเติบโตและขยายตัวอย่างมากในช่วงหลายปีที่ผ่านมา

จากข้อมูลในตารางที่ 1 จะเห็นได้ว่า ในช่วงปี 2560-2562 แนวโน้มการขยายตัวของสินค้าที่มีอัตราการขยายตัวสูงสุดคือ สินค้าในกลุ่มประเภทรองเท้ากีฬา (ขยายตัวประมาณร้อยละ 43) รองลงมาคือ สินค้าในกลุ่มเสื้อผ้านักกีฬา (ขยายตัวประมาณร้อยละ 22) ซึ่งส่งผลให้อัตราการขยายตัวในภาพรวมของสินค้าในกลุ่มที่เกี่ยวข้องกับกีฬามีการขยายตัวเกือบร้อยละ 60 และมีมูลค่าการนำเข้าสินค้าในกลุ่มดังกล่าวเกือบ 20,000 ล้านบาท ส่งผลให้มีการคาดประมาณว่า

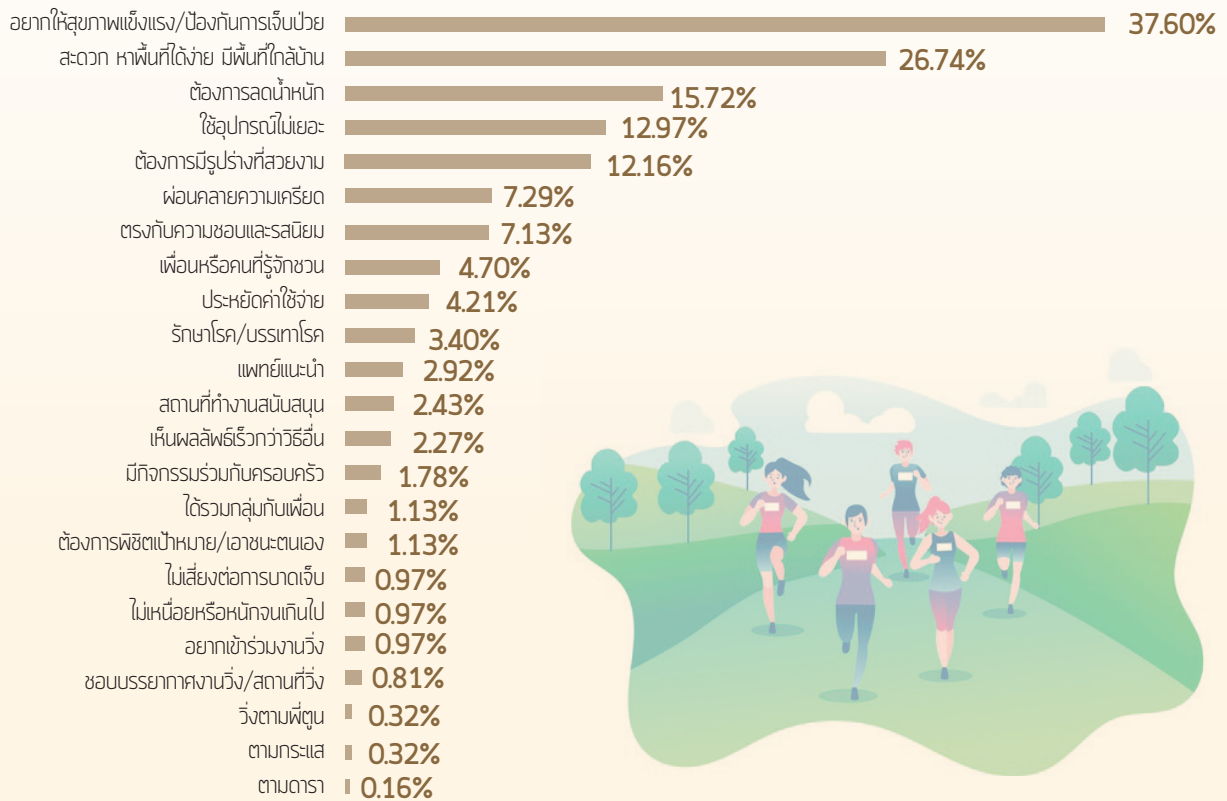
ตาราง 1 มูลค่าการนำเข้าสินค้าและอุปกรณ์กีฬาที่สำคัญระหว่างปี 2560-2562⁷

สินค้า	มูลค่า : ล้านบาท			อัตราการขยายตัว (%)		
	2560	2561	2562	2560	2561	2562
1) เสื้อผ้านักกีฬา	5,418.74	6,951.78	8,451.09	8.61	28.29	21.57
2) รองเท้านักกีฬา	3,168.16	4,509.98	6,470.50	6.80	42.35	43.47
3) เครื่องเล่นกีฬา	4,908.35	5,518.24	5,071.43	-1.67	12.43	-8.10
รวม	13,495.24	16,979.99	19,993.02	13.74	83.07	56.94

ที่มา : ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร สำนักงานปลัดกระทรวงพาณิชย์ โดยความร่วมมือจากกรมศุลกากร

มูลค่าทางการตลาดของธุรกิจและสินค้านักกีฬาในประเทศไทยในปี 2561 ว่ามีมูลค่าสูงถึง 120,000 ล้านบาท และยังสามารถขยายตัวได้อีกอย่างน้อย 5% ซึ่งอัตราการขยายตัวและมูลค่าการนำเข้าดังกล่าว สอดคล้องกับปรากฏการณ์เพิ่มขึ้นของจำนวนผู้ออกกำลังกายในปัจจุบัน อีกทั้งสินค้าในกลุ่มกีฬา ไม่ว่าจะเป็นรองเท้าหรือชุดกีฬาได้ถูกออกแบบมาเฉพาะประเภทกีฬา มีความหลากหลายและสวยงามจนกลายเป็นแฟชั่น และช่วยกระตุ้นให้อุตสาหกรรมและธุรกิจกีฬาที่มีการขยายตัวอย่างมาก

ภาพที่ 2 ร้อยละของเหตุผลที่เลือกมีกิจกรรมทางกายด้วยการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ ปี 2561



ที่มา: ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

ทำไมคนไทยจึงนิยมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ?

นอกเหนือจากการกระตุ้นการออกกำลังกายผ่านสื่อต่าง ๆ ของธุรกิจกีฬาแล้ว หากพิจารณาในแง่การรณรงค์เพื่อส่งเสริมสุขภาพคนไทย อาจกล่าวได้ว่า เป็นยุคแห่งการผลิตรายการออกผลของการรณรงค์ส่งเสริมการมีกิจกรรมทางกาย การออกกำลังกายและการเล่นกีฬาในประเทศไทย โดยเฉพาะกิจกรรมการเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพ ที่ได้รับความสนใจจากประชาชนเป็นประวัติการณ์ ทั้งนี้เมื่อพิจารณาเหตุผลที่คนไทยเลือกมีกิจกรรมทางกายด้วยการเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ผลจากการสำรวจชี้ให้เห็นว่า ส่วนใหญ่เป็นเหตุผลที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจภายในและความตระหนักทางด้านสุขภาพ เช่น อยากที่จะให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยง่าย ต้องการลดน้ำหนัก และมีรูปร่างที่ดี เป็นต้น ขณะที่อีกส่วนมองเห็นถึงข้อดีของกิจกรรมการวิ่งที่เป็นกิจกรรมที่สามารถทำได้สะดวก ในแง่ของพื้นที่และการเข้าถึงการใช้บริการที่ใกล้บ้าน ประกอบกับไม่จำเป็นต้องใช้อุปกรณ์หรือเครื่องมือยุ่งยาก นอกจากนี้ยังมีบางส่วนที่ให้ข้อมูลว่าที่สนใจออกมารูปร่างนี้เป็นเพราะการตามบุคคลผู้มีชื่อเสียงหรือการวิ่งตามกระแสความนิยมในปัจจุบันด้วย (ภาพที่ 2)

สรุป

ทุกวันนี้ภาพของนักวิ่งเพื่อสุขภาพตามสวนสาธารณะ บริเวณที่โล่ง หรือถนนหนทางในหมู่บ้านที่ต่างออกมาเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพในยามเช้า หรือตอนเย็นหลังเลิกงาน กลายเป็นภาพที่คุ้นตาสำหรับบ้านเรา ปรากฏการณ์งานวิ่งเพื่อสุขภาพนี้ได้สร้างมิติใหม่ของการมีกิจกรรมทางกายและการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ เมื่อประชาชนจำนวนมากหิบริบเร่งทำออกมาวิ่งเพื่อสุขภาพก็นับเป็นการเปลี่ยนแปลงไปสู่ชีวิตใหม่และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ในวินาทีนั้นความเสียดต่อการเจ็บป่วยด้วยโรคในกลุ่ม Non-Communicable Diseases (NCDs) รวมไปถึงโรคอ้วน ก็ได้ลดลงตามไปด้วย ซึ่งช่วยลดงบประมาณที่ประเทศต้องใช้ในการรักษาพยาบาลโรคในกลุ่มดังกล่าวได้บ้าง ดังนั้น กระแสนิยมเดิน-วิ่งเพื่อสุขภาพนอกจากจะสร้างผลประโยชน์ให้กับอุตสาหกรรมและธุรกิจด้านกีฬาแล้ว ยังส่งผลดีทางตรงในระดับบุคคลของประชาชนแต่ละคน ให้มีสุขภาพแข็งแรง รวมถึงช่วยทำให้ประเทศชาติและสังคมของเราประหยัดงบประมาณด้านการรักษาพยาบาลไปได้อีกมากโขเลยทีเดียว