

**ภาคผนวก ก**

**แบบสอบถาม**

## แบบสอบถาม

### กนกกาแฟสครับผิว

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของวิชาสหกิจศึกษา ภาควิชาการ โรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์มหาวิทยาลัยสยาม โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการนำกนกกาแฟที่เหลือทิ้งมาแปรรูปให้เกิดประโยชน์และเพื่อสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับ โรงแรม So Sofitel Bangkok

ข้าพเจ้าจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านกรุณาตอบแบบสอบถามให้สมบูรณ์ ข้อมูลทั้งหมดที่ท่านได้ตอบจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับโครงการในครั้งนี้ ทุกความเห็นของท่านจะเป็นความลับและใช้เพื่อการศึกษาเท่านั้น ขอขอบพระคุณในความกรุณาของท่าน

แบบสอบถาม ประกอบด้วยชุดคำถาม 2 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 ความคิดเห็นของท่านที่มีต่อผลิตภัณฑ์กนกกาแฟสครับผิว

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ ลงใน  ที่ท่านต้องการเลือก

1. เพศ

1. ชาย

2. หญิง

2. อายุ

1. 20-30 ปี

2. 31 - 40 ปี

3. 41 - 50 ปี

4. มากกว่า 50 ปีขึ้นไป

3. แผนก

1. แผนก F&B

2.แผนกครัว

ตอนที่ 2 ความพึงพอใจของท่านที่มีต่อผลิตภัณฑ์กนกกาแฟสครับผิว

คำชี้แจง กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างตามระดับความสำคัญที่ท่านต้องการเลือก

ความพึงพอใจที่มีต่อผลิตภัณฑ์	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
กลิ่นและสีของผลิตภัณฑ์					
มีความเหมาะสมในการใช้งาน					
ทำจากสมุนไพร					
รูปลักษณะที่ดึงดูดน่าสนใจ					

ข้อเสนอแนะ.....

.....

ภาคผนวก ข

ภาพประกอบการฝึกงาน

## ภาพประกอบการฝึกงาน



ภาพทางด้านซ้ายเป็นภาพการปฏิบัติงานที่เมื่อแขกลุกจากโต๊ะแล้ว เราต้องเข้าเคลียร์โต๊ะให้สะอาดเรียบร้อยทั้งหมด จากนั้นภาพทางด้านขวา คือการเช็ดโต๊ะ โดยนำน้ำยาฆ่าเชื้อทำความสะอาดโต๊ะฉีดลงบนโต๊ะสักครู่ จากนั้นใช้ผ้าสะอาดเช็ดให้สะอาดเรียบร้อย



เมื่อเช็ดโต๊ะจนสะอาดเรียบร้อยแล้ว จากนั้นทำการเช็ดโต๊ะตามจำนวนของโต๊ะนั้นๆ โดยการนำงาน BB วางไว้ทางด้านซ้าย



จากนั้นนำอุปกรณ์ในการเซ็ทโต๊ะลง โดยมี napkin ซ้อน ส้อม มีด



ภาพขณะปฏิบัติงานในส่วนของบริษัทกาแฟ

**ภาคผนวก ค**  
**บทความทางวิชาการ**

## กากกาแฟสครับผิว

### Coffee Grounds Body Scrub

นางสาวรัตติกานต์ จันสว่าง

ภาควิชาการ โรงแรมและการท่องเที่ยว คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสยาม

38 ถนนเพชรเกษม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร 10160

E-mail : ratiratikarn@gmail.com

#### บทคัดย่อ

ทุกวันเราจะมีวัสดุเหลือจากกากกาแฟเหลือเป็นจำนวนมาก ผู้จัดทำเล็งเห็นแล้วว่าสามารถนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์อีกได้ และได้คิดค้นว่ากากกาแฟนั้นมีประโยชน์ได้หลายอย่าง หนึ่งในนั้น คือ สามารถช่วยในเรื่องของผิวพรรณ ทำให้ผิวพรรณสว่างกระจ่างใส ผิวเนียนนุ่ม จึงได้นำมาแปรรูปให้เป็นสครับขัดผิว โดยการใช้กากกาแฟที่เหลือทิ้งเพื่อช่วยในการลดต้นทุนและเป็นการนำของที่เหลือใช้กลับมาใช้ประโยชน์ได้อีกครั้ง นอกจากนี้ยังสามารถใช้ได้ในชีวิตจริง ในการช่วยให้ผิวดูสุขภาพดี เลือดสูบฉีดได้ดีอีกด้วย เพราะในกากกาแฟมีส่วนผสมของคาเฟอีนอยู่ ซึ่งช่วยในการกระตุ้นร่างกายให้สดชื่น เช่นเดียวกับการนำกากกาแฟมาใช้กับผิวหนังของคนเราช่วยให้เส้นเลือดขยายตัว คุณมีน้ำมีนวลขึ้น

#### Abstract

Every day we have a lot of used coffee grounds (raw material) from the bar and cooking stations. The student trainee has

realized that used coffee grounds can be applied to another benefit. And it is thought that used coffee grind can be useful for the skin. Once processed into soap the used coffee grounds will make your skin radiant and soft.

Scrub the skin by using the used coffee grounds help reduce costs and it is a good way to recycle. The benefit can be seen available in real life. the resulting skin will look healthy, vascular will improve. Because used coffee grind is a mixture of caffeine, which helps to stimulate and refresh the body. As well as the skin of our people that used this method see that it helps their blood vessels expand to ensure a healthy skin.

#### วัตถุประสงค์ของโครงการ

1. เพื่อนำกากกาแฟที่เหลือทิ้งมาแปรรูปให้เกิดประโยชน์
2. เพื่อสร้างผลิตภัณฑ์ใหม่ให้กับโรงแรม

So Sofitel Bangkok

3. เพื่อรู้ถึงคุณประโยชน์จากกากกาแฟ และนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตพื้นที่ : โรงแรม So Sofitel Bangkok แผนก Service F&B

2. ขอบเขตด้านเวลา : ตั้งแต่ วันที่ 15 พฤษภาคม 2560 ถึง 25 สิงหาคม 2560

#### ผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. สามารถรู้ถึงคุณประโยชน์ของผลิตภัณฑ์กากกาแฟสครับผิวที่สามารถนำมาใช้ในโรงแรม So Sofitel Bangkok

#### ความเป็นมา

กาแฟ เป็นเครื่องดื่มที่ทำมาจากเมล็ดซึ่งได้จากต้นกาแฟ ที่ เรียกว่า “เมล็ดกาแฟคั่ว” ในปัจจุบันมีการปลูกกาแฟมากกว่า 70 ประเทศทั่วโลก โลก ในปัจจุบันกาแฟได้กลายเป็นเครื่องดื่มที่ได้รับความนิยมมากที่สุด สำหรับสายพันธุ์หลักของกาแฟที่ปลูกกันทั่วไปจะมีอยู่ด้วยกัน 2 สายพันธุ์ คือ กาแฟอาราบิก้า (Coffee arabica) และกาแฟโรบัสต้า (Coffee canephora) โดยกาแฟอาราบิก้าจะเป็นกาแฟที่ได้รับความนิยมในการดื่มมากกว่ากาแฟโรบัสต้า เนื่องจากกาแฟโรบัสต้ามีรสชาติที่ขมกว่าและให้รสชาติได้น้อยกว่ากาแฟอาราบิก้าด้วยเหตุผลนี้ กาแฟที่เพาะปลูกกันเป็นจำนวนมากกว่า 3 ใน 4 ของโลก จึงเป็นกาแฟอาราบิก้า

#### ประโยชน์ของกากกาแฟ

1.กากกาแฟจะช่วยดูดซับกลิ่น ไม่พึงประสงค์ และช่วยดับกลิ่นเหม็นของรองเท้า

2.กากกาแฟสามารถแก้ผู้เย็นมีกลิ่นได้

3. . กากกาแฟสามารถดับกลิ่นอับในรถและตู้เสื้อผ้าได้

4.กากกาแฟสามารถกำจัดกลิ่นคาวบนเตียงไม้

5.กากกาแฟสามารถกำจัดกลิ่นกระเทียมหรือหอมแดงที่ติดมือได้

6.กากกาแฟสามารถนำมาใช้ทำความสะอาดเครื่องครัว เช่น หม้อ กระทะ ท่ออ่างล้างจาน เป็นต้น ที่มีคราบสกปรกหรือรอยดำติดอยู่ ให้ใช้กากกาแฟมาขัดถูอุปกรณ์เหล่านั้น เพราะกากกาแฟมีคุณสมบัติเป็นกรดซึ่งจะช่วยทำความสะอาดคราบฝังลึกได้ดี

7.กากกาแฟสามารถช่วยทอไม่ให้หลุดตันได้

8.กากกาแฟสามารถป้องกันเข็มเย็บผ้าไม่ให้ขึ้นสนิม

9.กากกาแฟสามารถใช้เป็นยาสระผมรักษาความมันได้

10.กากกาแฟสามารถนำมาใช้สครับผิวสวยได้ โดยนำเอากากกาแฟผสมโยเกิร์ต มะขามเปียก น้ำผึ้ง ตามแต่ต้องการ ผสมให้เป็นเนื้อเดียวกัน จากนั้นนำมาขัดบริเวณที่ผิวแห้งกร้าน จะช่วยผลัดเซลล์ผิวเก่า จากนั้นล้างน้ำออก ก็จะได้ผิวที่เนียนนุ่ม น่าสัมผัส



## สครับ

สครับ คือ การขัด หรือ การถู ซึ่งการทำสครับ จะช่วยในการเอาสิ่งสกปรกที่อุดตันตามรูขุมขนรวมทั้งเซลล์ผิวเก่าหรือเซลล์ผิวหนังชั้นนอกที่ตายแล้วให้หลุดออกได้เร็วขึ้น และเป็นการลดปัญหาของการเกิดสิวเนื่องจากสิ่งสกปรกและไขมันที่อุดตันตามผิวหนัง

## ส่วนผสมในการผลิตสครับขัดผิว โดยทั่วไป

### 1.นม

ช่วยบำรุงผิวพรรณให้นุ่ม เพราะมีโปรตีนและกรดอะมิโน ทำให้ร่างกายเสริมสร้างกล้ามเนื้อของผิวหนังได้อย่างดี สามารถช่วยปรับผิวให้ขาวกระจ่างใส เพราะน้ำนมมีกรดแลคติก ที่มีส่วนช่วยในการปรับสภาพผิวให้ดูขาวกระจ่างใสได้ ทั้งยังช่วยทำความสะอาดรูขุมขน ได้ลึกลงไปจนถึงผิวชั้นในและยังช่วยลดการเกิดริ้วรอย เพราะในน้ำนมมีสารที่เรียกว่า ไบโอดีน ซึ่งมีส่วนช่วยในการสร้างคอลลาเจนให้กับผิวจึงไม่ทำให้เกิดริ้วรอยก่อนวัยและช่วยชะลอความแก่ได้

### 2.น้ำมันมะกอก

สามารถช่วยขจัดสิ่งสกปรกและสารพิษที่สะสมอยู่ในร่างกายได้ เราสามารถนำน้ำมันมะกอกมาทาหน้าได้ เพราะจะทำให้ผิวกระจ่างใสชุ่มชื้นและชะลอริ้วรอยแห่งวัย หรือการกินน้ำมันมะกอกทุกวัน เพียงแต่วันละ 1ช้อนโต๊ะ จะช่วยให้ผิวสดชื่น สุขภาพผิวและร่างกายดีขึ้น

## 3.กลีเซอริน

สามารถนำไปประยุกต์เป็นส่วนช่วยหล่อลื่นเหมือนมอยซ์เจอร์ไรเซอร์เพื่อปกป้องผิวไม่ให้แห้งและดูดซับความชื้นเมื่อสัมผัสกับอากาศ ซึ่งจะทำให้รู้สึกได้ว่า ผิวมีความชุ่มชื้น อ่อนโยนต่อผิว ขจัดความสกปรกที่ฝังแน่น ไม่ทำให้อุดตันรูขุมขนรวมทั้งปลอดภัยต่อผิวหนัง และเนื้อผ้าทุกชนิด

## ขั้นตอนการทำสครับกากกาแฟ

1. ขูดสบู่อ่อนให้เป็นฝอยเล็กๆ
2. ใส่นมสดลงไป ปริมาณแค่พอละลายสบู่อ่อนได้
3. นำดอกอัญชันมาละลายให้เป็นน้ำเป็นสีม่วง
4. ใส่น้ำดอกอัญชันลงไปในส่วนที่ละลายไว้
5. ใส่กากกาแฟลงไปและคนให้เข้ากัน
6. นำส่วนผสมใส่หม้อและตั้งไฟอ่อน เคี่ยวจนทุกอย่างเข้ากันและปิดไฟ
7. นำน้ำมันมะกอก มันทาพิมพ์ เพื่อที่เวลาแกะออกจะได้ง่ายขึ้น
8. ตักส่วนผสมใส่พิมพ์ และรอเวลาให้สบู่อ่อนแข็งตัว และแกะออก

## ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากผู้ทดสอบใช้

**ผลิตภัณฑ์ผู้ใช้ผลิตภัณฑ์กากกาแฟสครับผิว**  
จะมีความคิดเห็นว่า สีของสบู่อ่อนยังไม่มีกลิ่นที่ดึงดูดใจมากนัก เนื่องจากเป็นส่วนสบู่อ่อนกากกาแฟจึงมีการใส่กากกาแฟเป็นจำนวนมาก

ทำให้สีสับดูเข้มเกินไปและทำให้ตัวผลิตภัณฑ์ไม่ใส ส่วนรูปลักษณะของสับนั้น ควรปรับเปลี่ยนให้เป็นพื้นผิวเรียบเพื่อป้องกันการใช้งานแล้วเกิดการบาดผิว

### สรุปผล

จากการที่เข้าไปปฏิบัติงานสหกิจที่โรงแรม So Sofitel Bangkok ในแผนก F&B ห้องอาหาร Red Oven แล้วนั้น ทำให้ผู้จัดทำได้ทราบถึงขั้นตอนการปฏิบัติงานจริงในแต่ละวันของห้องอาหาร และมีสิ่งใดเหลือใช้ที่จะสามารถมากลับมาทำประโยชน์ได้อีก ผู้จัดทำจึงเลือกกากกาแฟ เพราะเนื่องจากในวัน มีการทิ้งกากกาแฟเป็นจำนวนมาก และกากกาแฟยังมีประโยชน์หลายอย่าง ผู้จัดทำจึงเลือกกากกาแฟมาทำสบู่สครับจากกากกาแฟ โดยมีเป้าหมายเพื่อนำสิ่งของเหลือใช้จากโรงแรมกลับมาใช้ประโยชน์ได้อย่างสูงสุด และได้ทำการแจ้งแบบสอบถามให้แก่พนักงานในห้องอาหาร Red oven จำนวน 10 คน ผลลัพธ์ที่ได้รับอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง

### บรรณานุกรม

Buzzfeed. 2015. 25 ข้อดีครบจักรวาลของกากกาแฟ. KAPOOK. On-line. Available from Internet, <https://home.kapook.com/view117284.html>, accessed 15 July 2017

Eat Aroi. 2015. บุฟเฟ่ต์อาหารนานาชาติ Red Oven เรด โอเวน @ Sofitel So Bangkok โซฟีเทล โซ

กรุงเทพ. EatAroi. On-line.

Available from Internet, <http://eataroi.com/-sofitel-so->

bangkok, accessed 10 July 2017.

Paksabuy. 2013. Sofitel So Bangkok. On-line. Available from Internet,

<http://www.bloggang.com/mainblog>

.php?id=paksabuy, accessed 8 October 2017.

PumpGusso. 2015. ผ่อนคลายหย่อนใจ ในกลางกรุง กับ So-Comfy Earth Element โรงแรม Sofitel

So Bangkok [The Inspired

Traveller]. Readme.me. On-line. Available from Internet,

<https://th.readme.me/p/686>,

accessed 8 October 2017.

365 Coffee. 2012. สบู่กาแฟ. On-line.

Available from Internet,

[http://www.roytawan.com/forum/in](http://www.roytawan.com/forum/index.php?topic=16877.0)

[dex.php?topic=16877.0](http://www.roytawan.com/forum/index.php?topic=16877.0), accessed 15 July 2017

ภาคผนวก ง  
ประวัติผู้จัดทำ

## ประวัติคณะผู้จัดทำ



รหัสนักศึกษา : 5604420016

ชื่อ-นามสกุล : นางสาวติกันต์ จันทร์สว่าง

คณะ : ศิลปศาสตร์

สาขา : การโรงแรมและการท่องเที่ยว

ที่อยู่ : 291 ซ.เพชรเกษม48 แยก 4-7 แขวงบางค้อวัน เขตภาษีเจริญ กทม. 10160

เบอร์ติดต่อ : 0649345412