

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ	ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง อำเภอสบเมย จังหวัดแม่ฮ่องสอน
ชื่อผู้เขียน	นางสาวปิ่นแก้ว ยานะจิตร
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต	สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา
คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ	
	รองศาสตราจารย์ประหยัด สายวิเชียร      ประธานกรรมการ
	รองศาสตราจารย์ยุพา สุภากุล                      กรรมการ
	อาจารย์ ดร.แสนย์ สายสุภลักษณ์              กรรมการ

### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง จาก 3 หมู่บ้าน ในอำเภอสบเมย จังหวัดแม่ฮ่องสอน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง ได้กลุ่มตัวอย่างรวม 259 คน เป็นเพศชาย 128 คน เพศหญิง 131 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ แบบสัมภาษณ์ วิเคราะห์ข้อมูลโดยสถิติร้อยละ

ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา ประกอบอาชีพเกษตรกรรม มีรายได้ต่ำกว่า 1,000 บาทต่อเดือน ได้รับการดูแลรักษาและส่งเสริมด้านสุขภาพจากสถานีอนามัยและโรงพยาบาล มีเครื่องใช้ไฟฟ้าในครอบครัวคือ วิทยุกระจายเสียง หม้อหุงข้าวไฟฟ้า และเตารีดไฟฟ้า การรับประทานอาหารเปลี่ยนไปจากเดิมโดยนิยมรับประทานอาหารแบบคนพื้นเมืองเพิ่มมากขึ้น แหล่งอาหารประเภทผักได้มาจากการปลูกเอง ซื่อ และหาตามธรรมชาติ ประเภทเนื้อสัตว์ได้มาจากการซื้อและเลี้ยงเอง

อาหารที่นิยมรับประทานบ่อย ๆ คือ น้ำพริก ปลากระป๋อง น้ำพริกกะปิ แกงผักต่าง ๆ ทั้งใส่เนื้อสัตว์และไม่ใส่เนื้อสัตว์ ประเภทขนมหวานที่นิยม คือ ขนมต้ม กลิ้วยาวคชี และข้าวเหนียวดำ (ข้าวปลูก) อาหารว่างที่นิยมมีข้าวโพดต้มและถั่วลิสงต้ม/คั่ว อาหารที่นิยมใช้ในงานประเพณีหรือเทศกาล ได้แก่ แกงข้าวเบอะ แกงเนื้อสัตว์และลาบ ส่วนขนมหวานที่นิยม คือ ขนมต้มและข้าวเหนียวดำ (ข้าวปลูก)

ด้านความเชื่อเกี่ยวกับการรับประทานอาหาร กลุ่มตัวอย่างมีความเชื่อว่าหากมีแขกมาเยี่ยมที่หมู่บ้านหรือที่บ้านจะต้องเชิญแขกรับประทานอาหาร เพราะถือว่าการได้เลี้ยงอาหารแขกเป็นการทำบุญ

การรับข้อมูลข่าวสารด้านการบริโภคของกลุ่มตัวอย่างจะได้รับจากร้านค้า พ่อค้า และจากโทรทัศน์ ส่วนปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคของกลุ่มตัวอย่างนั้น แหล่งอาหารตามธรรมชาติลดลง การคมนาคมสะดวก ทำให้มีสินค้าเข้าไปจำหน่ายในหมู่บ้านมากขึ้น รวมทั้งการรับรู้จากสื่อโทรทัศน์ วิทยุกระจายเสียง และจากพ่อค้ามีมากขึ้น

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University

<b>Independent Study Title</b>	Factors Affecting Food Consumption of Karen People, Sop Moei District, Mae Hong Son Province	
<b>Author</b>	Miss Pinkaew Yanajit	
<b>M.S.</b>	Nutrition Education	
<b>Examining Committee</b>	Assoc. Prof. Prayad Saiwichian	Chairman
	Assoc. Prof. Yupa Supakul	Member
	Lect. Dr. San Saisuphaluck	Member

### ABSTRACT

This independent study aimed to investigate the factors affecting food consumption of Karen people, Sop Moei District, Mae Hong Son Province. Two hundred and fifty-nine samples were picked up through stratification random sampling, which consisted of 128 males and 131 females. An interview form and observation sheet were used for collecting data. The data derived was then analyzed and presented in percentage.

The study showed that, the sample finished elementary education level and conducted agriculture of their living. They earned less than 1,000 Bath a month. As for health care, the Health Care Station and Hospital took care of them. At home they had radios, electrical rice cooker and electrical iron. Their eating habit had been changed from their primitive way to the lowlanders'. Their food sources were in forms of homegrown vegetable, markets and from the forests. As for meat consumed, they either raised themselves or bought from the market.

Frequently consumed foods were dip made from chilly and canned fish, shrimp paste, curries vegetables mixed with and without meat. The sweet group they consumed were rice in syrup, banana cooked with coconut milk and mashed sticky rice. They also had snacks like pop corn and groundnut. During festivities, they had rice with curries, minced pork together with rice in syrup as well as mashed sticky rice.

They also believed that they should offer foods to the visitors; this was considered as merit making.

As for information to be accessed, they could do it through shops, merchants and TV programs. The factors affecting their food consumption were the reduction of natural food supplies and the growth of transportation. The modern transportation helped them get more food supplies including information through TV and radio programs and the merchants themselves.