

## สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	ฉ
สารบัญตาราง	ญ
สารบัญแผนภูมิ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	1
วัตถุประสงค์การวิจัย	2
สมมุติฐานการวิจัย	2
ประโยชน์ที่ได้รับ	2
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
ขอบเขตการศึกษา	3
กรอบแนวคิดในการวิจัย	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
สภาพทั่วไปของชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง	6
ความสำคัญของอาหารและโภชนาการ	10
ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภค	14
พฤติกรรมการบริโภค	21
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	22
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	30
การกำหนดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย	30
การเลือกกลุ่มตัวอย่าง	30
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	31
การตรวจสอบเครื่องมือ	31
การเก็บข้อมูล	31
การวิเคราะห์ข้อมูล	32

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิจัย	33
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	80
สรุปผลการวิจัย	80
อภิปรายผล	81
ข้อเสนอแนะ	86
บรรณานุกรม	88
ภาคผนวก	90
ภาคผนวก ก แบบสอบถาม	91
ภาคผนวก ข รูปภาพความเป็นอยู่ของชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง	102
ประวัติผู้เขียน	107

สารบัญตาราง

ตาราง	หน้า
1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเพศ	33
2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มอายุ	34
3 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามระดับการศึกษา	34
4 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสถานภาพ	35
5 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามศาสนา	35
6 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาชีพ	36
7 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกลุ่มรายได้ต่อเดือน	36
8 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกในครอบครัว	37
9 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนสมาชิกครอบครัวที่มีรายได้	37
10 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความเพียงพอของรายได้	38
11 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งที่ได้รับความรู้ด้านสุขภาพอนามัย	39
12 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสาระการอบรมเกี่ยวกับอาหาร	40
13 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการอบรมด้านการปฏิบัติอาหาร	40
14 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการเจ็บป่วยของสมาชิกในครอบครัว	41
15 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามเครื่องใช้ในบ้าน	42
16 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแบบการรับประทานอาหาร	42
17 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งน้ำดื่ม	43
18 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งน้ำใช้	43
19 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามชนิดข้าวที่ใช้รับประทาน	44
20 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งข้าวที่ใช้รับประทาน	44
21 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามกรรมวิธีในการผลิตข้าวสำหรับรับประทาน	45
22 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งอาหารประเภทผักที่รับประทาน	45
23 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งอาหารประเภทเนื้อสัตว์ที่รับประทาน	46
24 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามแหล่งผลไม้ที่รับประทาน	46
25 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามจำนวนมื้ออาหารที่รับประทานเองใน 1 วัน	47
26 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทน้ำพริกที่รับประทานบ่อย ๆ	47
27 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทแกงที่รับประทานบ่อย ๆ	48
28 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทต้มที่รับประทานบ่อย ๆ	48

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า	
29	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทผักที่รับประทานบ่อย ๆ	49
30	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทยาที่รับประทานบ่อย ๆ	49
31	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามขนมหวานที่รับประทานบ่อย ๆ	50
32	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารว่างที่รับประทานบ่อย ๆ	51
33	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับประทานอาหารตามฤดูกาล	51
34	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารประเภทแกงที่นิยมใช้ในงานประเพณี เทศกาลต่าง ๆ	52
35	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามประเภทขนมหวานที่นิยมใช้ในงานประเพณี เทศกาลต่าง ๆ	53
36	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลไม้ที่นิยมใช้ในงานประเพณี/เทศกาลต่าง ๆ	54
37	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความเชื่อที่เกี่ยวข้องกับการรับประทานอาหาร	55
38	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการรับรู้ข้อมูลข่าวสารด้านการรับประทานอาหาร จากสื่อประเภทต่าง ๆ	57
39	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอาหารที่รับประทานเมื่อได้รับรู้จากสื่อประเภทต่าง ๆ	59
40	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามผลของประสบการณ์เรื่องอาหารที่รับรู้จากสื่อ	60
41	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามสื่อที่ได้รับรู้เรื่องอาหาร	61
42	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุการรับประทานอาหาร ประเภทต้ม	62
43	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการรับประทานอาหาร ประเภทยำ	63
44	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการรับประทานอาหาร ประเภทแกง	64
45	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการรับประทานอาหาร ประเภทน้ำพริก	65
46	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการรับประทานอาหาร ประเภทผัด	66
47	กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างอายุกับการรับประทานอาหาร ประเภทขนมหวาน	67

## สารบัญตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
48 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทต้ม	68
49 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทยำ	69
50 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทแกง	70
51 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทน้ำพริก	71
52 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทผัด	72
53 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษากับการรับประทานอาหารประเภทขนมหวาน	73
54 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทต้ม	74
55 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทยำ	75
56 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทแกง	76
57 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทน้ำพริก	77
58 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทผัด	78
59 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามความสัมพันธ์ระหว่างรายได้กับการรับประทานอาหารประเภทขนมหวาน	79

สารบัญแผนภูมิ

แผนภูมิ	หน้า
1 กรอบความคิดการวิจัยแสดงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก กับการบริโภคอาหารของชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง	5
2 แบบผังบ้านชาวเขาเผ่ากะเหรี่ยง	7

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Chiang Mai University