

บทที่ 4

ผลการศึกษา

การศึกษาเรื่อง การบริโภคอาหารของเด็กระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกิน ในครั้งนี้ ได้เก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2547 โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่ที่มีภาวะโภชนาการเกิน จำนวน 73 คน โดยใช้แบบสัมภาษณ์การกินของเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกิน และแบบสอบถามผู้ปกครองเกี่ยวกับวัฒนธรรมการกินของครอบครัว ผลการศึกษาแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปและการบริโภคอาหารของนักเรียนกลุ่มตัวอย่าง แสดงในตาราง 4.1 – 4.20

ส่วนที่ 2 ข้อมูลทั่วไปและวัฒนธรรมการกินของครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง แสดงในตาราง 4.21 – 4.26

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ส่วนที่ 1

1.1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.1 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n = 73)

	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	48	65.75
	หญิง	25	34.25
อายุ (ปี)	11	25	34.25
	12	47	64.38
	13	1	1.37
จำนวนพี่น้อง (คน)	1	26	35.61
	2	39	53.42
	3	7	9.59
	5	1	1.38
	ค่าขนม (บาท/วัน)	15	4
	20	21	28.76
	25	15	20.55
	30	19	26.03
	35	1	1.37
	40	8	10.96
	50	3	4.11
	60	2	2.74

จากตาราง 4.1 พบว่า กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชาย ร้อยละ 65.75 มีอายุ 12 ปี ร้อยละ 64.38 มีพี่น้อง 2 คน ร้อยละ 53.42 และได้เงินค่าขนม 20 บาท ต่อวัน ร้อยละ 28.76

ตาราง 4.2 กลุ่มตัวอย่างจำแนกตามภาวะโภชนาการ โดยใช้เกณฑ์น้ำหนัก/ส่วนสูง ($n = 73$)
(กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2542)

ภาวะโภชนาการ	จำนวน	ร้อยละ
ท้วม (> 1.5 S.D. – 2 S.D.)	20	27.40
เริ่มอ้วน ($> +2$ S.D. – 3 S.D.)	21	28.77
อ้วน ($> +3$ S.D.)	32	43.83

จากตาราง 4.2 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีภาวะโภชนาการอยู่ในเกณฑ์อ้วน จำนวน 32 คน ร้อยละ 43.83 เริ่มอ้วน จำนวน 21 คน และท้วม จำนวน 20 คน ร้อยละ 28.77 และ 27.40 ตามลำดับ

1.2 พฤติกรรมการกินของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.3 การกินอาหารหลักของกลุ่มตัวอย่าง ($n = 73$)

ข้อมูลการกิน	จำนวน	ร้อยละ
อาหารเช้า	ไม่กิน	5
	กินทุกวัน	68
อาหารกลางวัน	กินทุกวัน	73
อาหารเย็น	กินทุกวัน	73

จากตาราง 4.3 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กินอาหารเช้า จำนวน 68 คน ร้อยละ 93.15 กินอาหารกลางวันและอาหารเย็นทุกคน

ตาราง 4.4 ชนิดและปริมาณของข้าวที่กลุ่มตัวอย่างกิน (n = 73)

ชนิดและปริมาณ		จำนวน	ร้อยละ
ข้าวเหนียว	ไม่กิน	18	24.66
	กินทุกวัน	55	75.34
	ปริมาณที่กิน ½ จาน/มือ 1 มือ/วัน	5	
	1 จาน/มือ 1 มือ/วัน	37	
	1 จาน/มือ 2 มือ/วัน	9	
	2 จาน/มือ 1 มือ/วัน	2	
	2 จาน/มือ 2 มือ/วัน	2	
ข้าวเจ้า	กินทุกวัน	73	100.00
	ปริมาณที่กิน 1 จาน/มือ 1 มือ/วัน	17	
	1 จาน/มือ 2 มือ/วัน	25	
	1 จาน/มือ 3 มือ/วัน	12	
	2 จาน/มือ 1 มือ/วัน	4	
	2 จาน/มือ 2 มือ/วัน	10	
	2 จาน/มือ 3 มือ/วัน	4	
	3 จาน/มือ 1 มือ/วัน	1	
ขนมปัง	ไม่กิน	36	49.31
	กินบางวัน	16	21.92
	กินทุกวัน	21	28.77
	ปริมาณที่กิน 1 แผ่น/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	11	
	2 แผ่น/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	5	
	3 แผ่น/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	2	
	4 แผ่น/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	3	

จากตาราง 4.4 พบว่า กลุ่มตัวอย่างกินข้าวเหนียว จำนวน 55 คน ร้อยละ 75.34 ส่วนใหญ่กิน 1 จาน/มือ 1 มือ/วัน กินข้าวเจ้า จำนวน 73 คน ร้อยละ 100.00 ส่วนใหญ่กิน 1 จาน/มือ 2 มือ/วัน

ส่วนการกินขนมปัง พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่กินขนมปัง จำนวน 36 คน ร้อยละ 49.31 และกินขนมปังทุกวัน จำนวน 21 คน ร้อยละ 28.77 ส่วนใหญ่กิน 1 แผ่น/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน

ตาราง 4.5 เครื่องดื่มที่กลุ่มตัวอย่างดื่มประจำ (n = 73)

ชนิดและปริมาณ		จำนวน	ร้อยละ
นม	ดื่มทุกวัน	73	100.00
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	58	
	1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 2 ครั้ง/วัน	14	
	1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 3 ครั้ง/วัน	1	
โอวัลติน	ไม่ดื่ม	38	52.05
	ดื่มเป็นบางวัน	4	5.48
	ดื่มทุกวัน	31	42.47
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	32	
	1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 2 ครั้ง/วัน	3	
ไมโล/โกโก้	ไม่ดื่ม	65	89.04
	ดื่มเป็นบางวัน	6	8.22
	ดื่มทุกวัน	2	2.74
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	8	
น้ำเต้าหู้/ นมถั่วเหลือง	ไม่ดื่ม	59	80.82
	ดื่มเป็นบางวัน	13	17.81
	ดื่มทุกวัน	1	1.37
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	14	
น้ำผลไม้ต่างๆ	ไม่ดื่ม	54	73.97
	ดื่มเป็นบางวัน	19	26.03
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	17	
	1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 2 ครั้ง/วัน	2	
ชาเขียว	ไม่ดื่ม	49	67.12
	ดื่มเป็นบางวัน	19	26.03
	ดื่มทุกวัน	5	6.85
	ปริมาณที่ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน	24	

จากตาราง 4.5 พบว่า กลุ่มตัวอย่างดื่มนมทุกวัน จำนวน 73 คน ร้อยละ 100.00 ดื่ม 1 แก้วหรือกล่อง/ครั้ง 1 ครั้ง/วัน

ส่วนเครื่องดื่มอื่นๆ พบว่า กลุ่มตัวอย่างไม่ดื่ม ไมโล/โกโก้ น้ำเต้าหู้/นมถั่วเหลือง น้ำผลไม้ต่างๆ ชาเขียวและโอวัลติน จำนวน 65, 59, 54, 49 และ 38 ร้อยละ 89.04, 80.82, 73.97, 67.12 และ 52.05 ตามลำดับ

ตาราง 4.6 อาหารอื่นที่กลุ่มตัวอย่างกิน (n = 73)

ชนิดและความถี่ในการกิน		จำนวน	ร้อยละ
อาหารฟาสต์ฟู้ด	ไม่กิน	34	46.58
	กิน	39	53.42
	ความถี่ในการกิน	1 ครั้ง/สัปดาห์	21
	2 ครั้ง/สัปดาห์	11	
	3 ครั้ง/สัปดาห์	7	
บะหมี่สำเร็จรูป	ไม่กิน	20	27.40
	กิน	53	72.60
	ความถี่ในการกิน	1 – 2 ครั้ง/สัปดาห์	34
	3 – 4 ครั้ง/สัปดาห์	15	
	7 ครั้ง/สัปดาห์	4	
ช็อกโกแลต/ลูกอม	ไม่กิน	43	58.90
	กิน	30	41.10
	ความถี่ในการกิน	1 ครั้ง/สัปดาห์	16
	2 ครั้ง/สัปดาห์	7	
	3 ครั้ง/สัปดาห์	7	

จากตาราง 4.6 พบว่า อาหารอื่นๆ ที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กิน ได้แก่ อาหารฟาสต์ฟู้ด จำนวน 39 คน ร้อยละ 53.42 ความถี่ในการกิน ส่วนใหญ่กิน 1 ครั้ง/สัปดาห์ และกินบะหมี่สำเร็จรูป จำนวน 53 คน ร้อยละ 72.60 และมีความถี่ในการกิน 1 – 2 ครั้ง/สัปดาห์

ส่วนอาหารอื่นๆ ที่กลุ่มตัวอย่างไม่กิน ได้แก่ ช็อกโกแลต/ลูกอม จำนวน 43 คน ร้อยละ

ตาราง 4.7 อาหารว่างที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

	ชนิด	จำนวน	ลำดับที่	
ขนมหวาน/ขนมกรุบกรอบ	- มันฝรั่งทอด	23	1	
	- ขนมกรุบกรอบทั่วไป	10	2	
	- กลัวยาววอดชี, ขนมชั้น, ข้าวเหนียว มะม่วง,ขนมอบเนย/เคลือบ	2	3	
	- ช็อคโกแลต, ขนมหวานทุกชนิด			
	- ข้าวอบกรอบ, เยลลี่, คุกกี้, ขนมหม้อแกง ทองหยิบ	1	4	
	ทองหยอด, ไอศกรีมตะโก้, เจาก้วย, ขนมปัง			
	ผลไม้	มะม่วง	33	1
		ส้ม	29	2
		ฝรั่ง	22	3
		แตงโม	20	4
ชมพู่		13	5	
แอปเปิ้ล/กล้วย		9	6	
มะละกอ/แคนตาลูป/สับปะรด		5	7	
องุ่น		3	8	
ส้มโอ/ทุเรียน		2	9	
ละมุด/มะพร้าว/แก้วมังกร/มะเฟือง		1	10	

จากตาราง 4.7 พบว่า อาหารว่างจำพวกขนมหวาน/ขนมกรุบกรอบที่กลุ่มตัวอย่างชอบกินมากที่สุด 2 ลำดับแรก คือ มันฝรั่งทอด ขนมกรุบกรอบทั่วไป

อาหารว่างจำพวกผลไม้ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกินมากที่สุด 2 ชนิดแรก คือ มะม่วง และส้ม

ตาราง 4.8 นมที่กลุ่มตัวอย่างดื่มประจำ

นม	จำนวน	ลำดับที่
นมจืด	47	1
นมเปรี้ยว	22	2
นมหวาน	19	3
นมช็อคโกแลต	7	4
นมรสผลไม้รวม	2	5
นมถั่วเหลือง	2	5
นมพร้อมมันเนย	1	7

จากตาราง 4.8 พบว่า นมที่กลุ่มตัวอย่างชอบดื่มเป็นอาหารว่างมากที่สุด 3 ลำดับแรก คือ นมจืด นมเปรี้ยวและนมหวาน

ตาราง 4.9 แหล่งที่มาของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างกิน (n = 73)

แหล่งที่มา	จำนวน	ร้อยละ	
ตลาด/ร้านอาหาร	เป็นบางวัน	64	87.67
	ทุกวัน	9	12.33
ปรุงเองที่บ้าน	เป็นบางวัน	44	60.27
	ทุกวัน	29	39.73

จากตาราง 4.9 พบว่า กลุ่มตัวอย่างกินอาหารที่ซื้อมาจากตลาด/ร้านอาหารเป็นบางวัน จำนวน 64 คน ร้อยละ 87.67 และปรุงเองที่บ้านเป็นบางวัน จำนวน 44 คน ร้อยละ 60.27

ตาราง 4.10 อาหารประเภททอดที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
หมูทอด	38	1
ไก่ทอด	35	2
ปลาทอด	15	3
ไข่ทอด	7	4
ลูกชิ้นทอด	2	5
กุ้งชุบแป้งทอด, ผักชุบแป้งทอด	1	6

จากตาราง 4.10 พบว่า อาหารประเภททอดที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ หมูทอด ไก่ทอดและปลาทอด

ตาราง 4.11 อาหารประเภทแกงที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
แกงหมู	32	1
แกงไก่	18	2
แกงผักพื้นเมือง	14	3
แกงปลา	4	4
แกงฮังเล	3	5
แกงส้ม	2	6

จากตาราง 4.11 พบว่า อาหารประเภทแกง ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ แกงหมู แกงไก่และแกงผักพื้นเมือง

ตาราง 4.12 อาหารประเภทต้มที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
ต้มจืด	50	1
ต้มยำ	16	2
ต้มข่าไก่	3	3
ไข่ต้ม	3	3
ข้าวต้ม	3	3
ต้มส้ม	2	6
ต้มปลา, ต้มข่าหมู	1	7

จากตาราง 4.12 พบว่า อาหารประเภทต้ม ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ ต้มจืด ต้มยำและต้มข่าไก่ ซึ่งเท่ากับไข่ต้มและข้าวต้ม

ตาราง 4.13 อาหารประเภทผัดที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
ผัดผัก	51	1
ข้าวผัด	8	2
ผัดกระเพราหมู	8	2
ผัดกะหล่ำ	4	4
มาม่าผัด	3	5
ผัดเนื้อ	2	6
ผัดไทย	1	7
ผัดฟักทอง	1	7

จากตาราง 4.13 พบว่า อาหารประเภทผัด ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ ผัดผัก ข้าวผัด ซึ่งเท่ากับผัดกระเพราหมู

ตาราง 4.14 อาหารประเภทหนึ่งที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
ปลานึ่ง	44	1
ผักนึ่ง	10	2
ไก่นึ่ง	7	3
ปูนึ่ง	4	4

จากตาราง 4.14 พบว่า อาหารประเภทหนึ่ง ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ ปลานึ่ง ผักนึ่งและไก่นึ่ง

ตาราง 4.15 อาหารประเภทปิ้งย่างที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

ชนิดของอาหาร	จำนวน	ลำดับที่
หมู	26	1
ไก่	16	2
ปลา	3	3
เนื้อ	3	3
ปลาหมึก	1	5
กุ้ง	1	5

จากตาราง 4.15 พบว่า อาหารประเภทปิ้งย่าง ที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ หมูปิ้ง ไก่ปิ้งและปลาปิ้ง ซึ่งเท่ากับเนื้อปิ้ง

ตาราง 4.16 รสชาติของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างกินประจำ

	รสชาติ	จำนวน	ลำดับที่
อาหารคาว	เผ็ด	33	1
	เค็ม	27	2
	เปรี้ยว	24	3
	หวาน	15	4
	มัน	7	5
	ไม่เผ็ด	6	6
	พอดีทุกรส	4	7
	ไม่หวาน	1	8
อาหารหวาน	หวาน	39	1
	มัน	16	2
	ไม่หวาน	9	3

จากตาราง 4.16 พบว่า รสชาติของอาหารคาวที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ อาหารรสเผ็ด เค็มและเปรี้ยว ตามลำดับ

ส่วนอาหารหวาน กลุ่มตัวอย่างชอบกินมากที่สุดคือ รสหวาน

1.3 พฤติกรรมที่สอดคล้องกับภาวะโภชนาการของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.17 พฤติกรรมการออกกำลังกายของกลุ่มตัวอย่าง (n = 73)

พฤติกรรม	จำนวน	ร้อยละ
การออกกำลังกาย ไม่ออกกำลังกาย	5	6.85
ออกกำลังกาย	68	93.15
วิ่ง	57	83.83
ระยะเวลา ½ ชม./วัน	27	
1 ชม./วัน	20	
2 ชม./วัน	10	
เล่นฟุตบอล	5	7.35
ระยะเวลา 1 ชม./วัน	2	
2 ชม./วัน	3	
ขี่จักรยาน	4	5.88
ระยะเวลา ½ ชม./วัน	1	
1 ชม./วัน	2	
2 ชม./วัน	1	
เทนนิส	1	1.47
ระยะเวลา 1 ชม./วัน	1	
กระโดดเชือก	1	1.47
ระยะเวลา ½ ชม./วัน	1	

จากตาราง 4.17 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ออกกำลังกาย จำนวน 68 คน ร้อยละ 93.15 และไม่ออกกำลังกาย 5 คน ร้อยละ 6.85

กิจกรรมการออกกำลังกาย ได้แก่ วิ่ง 57 คน เล่นฟุตบอล 5 คน ขี่จักรยาน 4 คน และเล่นเทนนิส 1 คน ซึ่งเท่ากับจำนวนที่กระโดดเชือก ร้อยละ 83.83, 7.35, 5.88 และ 1.47 ตามลำดับ

ตาราง 4.18 ลักษณะการกินและลำดับอาหารที่กินก่อนนอนของกลุ่มตัวอย่าง (n = 73)

ลักษณะนิสัยการกิน		จำนวน	ร้อยละ	ลำดับที่
วิธีกิน	กินรวดเร็ว	25	34.25	
	กินช้าๆ	48	65.75	
การกินอาหารก่อนนอน	ไม่กิน	24	32.88	
	กิน	49	67.12	
อาหารที่กิน/ดื่ม คือ				
	นม	32		1
	น้ำ	11		2
	ผลไม้	8		3
	ขนม	3		4
	โอวัลติน	2		5
	น้ำเต้าหู้	1		6
	ต้มจืด	1		6
	ข้าวต้ม	1		6
	ก๋วยเตี๋ยว	1		6
	โยเกิร์ต	1		6

จากตาราง 4.18 พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีลักษณะการกินอาหารอย่างช้าๆ จำนวน 48 คน ร้อยละ 65.75

ส่วนการกิน/ดื่มก่อนนอน จำนวน 49 คน ร้อยละ 67.12 กินอาหารหรือดื่มเครื่องดื่มต่างๆ ก่อนนอนซึ่งอาหารที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน/ดื่ม 3 ลำดับแรก คือ นม น้ำและผลไม้

ตาราง 4.19 กิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างชอบทำในเวลาว่าง

กิจกรรม	กิจกรรม	จำนวน	ลำดับที่
กิจกรรม	ดูโทรทัศน์	22	1
	อ่านหนังสือ	21	2
	เล่นเกมคอมพิวเตอร์	20	3
	ออกกำลังกาย/เล่นฟุตบอล	13	4
	วาดรูป	10	5
	ทำงานบ้าน	9	6
	เลี้ยงสัตว์	6	7
	ฟังเพลง	4	8
	ช่วยผู้ปกครองขายของ	2	9
	เล่นดนตรี	1	10
กินขนมขบเคี้ยวและ อาหารอื่นๆ	ไปเที่ยว	1	10
	ขนมกรุบกรอบ	11	1
	นม	10	2
	ผลไม้	6	3
	น้ำ	5	4
	ข้าวซอย	1	5
	ปลาหมึก	1	5
	ขนม	1	5

จากตาราง 4.19 พบว่า กิจกรรมที่กลุ่มตัวอย่างชอบทำในเวลาว่าง 3 อันดับแรก คือ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือและเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ตามลำดับ

นอกจากนั้นกลุ่มตัวอย่างยังกินขนมขบเคี้ยวและอาหารอื่นๆ ในเวลาว่าง 3 อันดับแรก คือ ขนมกรุบกรอบ นมและผลไม้ ตามลำดับ

ตาราง 4.20 การกินอาหารและชนิดของอาหารที่กินก่อนกลับบ้านของกลุ่มตัวอย่าง (n = 73)

การกินอาหาร / ชนิดอาหารที่กิน	จำนวน	ร้อยละ	ลำดับที่
การกินอาหารก่อนกลับบ้าน			
ไม่กิน	6	8.22	
กิน	67	91.78	
ชนิดของอาหารที่กิน			
ไส้กรอก/ลูกชิ้นทอด	15		1
ยำวุ้นเส้น	12		2
ข้าวซอย/ขนมจีนน้ำเงี้ยว	11		3
น้ำเปล่า	10		4
น้ำอัดลม	8		5
ข้าวไข่เจียว	3		6
ก๋วยเตี๋ยว	3		6
ผลไม้	3		6
นม	2		9

จากตาราง 4.20 พบว่า หลังเลิกเรียนกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่กินอาหารก่อนกลับบ้าน จำนวน 67 คน ร้อยละ 91.78 และชนิดของอาหารที่กลุ่มตัวอย่างชอบกิน 3 อันดับแรก คือ ไส้กรอก/ลูกชิ้นทอด ยำวุ้นเส้นและข้าวซอย/ขนมจีนน้ำเงี้ยว ตามลำดับ

ส่วนที่ 2

2.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.21 ผู้ปกครองจำแนกตามข้อมูลทั่วไป (n = 73)

	ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	25	34.25
	หญิง	48	65.75
เกี่ยวข้องกับเด็ก	พ่อแม่	66	90.41
	ญาติผู้ใหญ่	7	9.59
อายุ (ปี)	31 – 45	50	68.49
	มากกว่า 45	23	31.51
ระดับการศึกษา	ประถมศึกษา	12	16.44
	มัธยมศึกษา	16	21.92
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	14	19.18
	ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า/ สูงกว่าปริญญาตรี	31	42.46
ศาสนา	พุทธ	73	100.00
จำนวนสมาชิกในครอบครัว (คน)	2	3	4.11
	3 – 4	52	71.23
	5	13	17.81
	มากกว่า 5	5	6.85
	ฐานะทางเศรษฐกิจ	พอกินพอใช้	63
	มีเหลือเก็บ	10	13.70

จากตาราง 4.21 พบว่าผู้ปกครองส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 48 คน ร้อยละ 65.75 เกี่ยวข้องกับนักเรียนคือ เป็นพ่อแม่ จำนวน 66 คน ร้อยละ 90.41 มีอายุอยู่ระหว่าง 31 – 45 ปี จำนวน 50 คน ร้อยละ 68.49 การศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า จำนวน 21 คน ร้อยละ 28.76 ทุกครอบครัวนับถือศาสนาพุทธ ร้อยละ 100 มีสมาชิกในครอบครัว 3 – 4 คน จำนวน 52 ครอบครัว ร้อยละ 71.23 และฐานะทางเศรษฐกิจพอกินพอใช้ จำนวน 63 ครอบครัว ร้อยละ 86.30

ตาราง 4.22 ผู้ปกครองจำแนกตามอาชีพ รายได้ และที่พักอาศัย

	ข้อมูล	จำนวน	ร้อยละ
อาชีพ	รับจ้างทั่วไป	16	21.92
	ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	35	47.94
	ธุรกิจส่วนตัว/ค้าขาย	22	30.14
รายได้ (บาท/เดือน)	ต่ำกว่า 10,000	25	35.62
	10,000 – 20,000	16	26.03
	มากกว่า 20,000	28	38.35
ที่พักอาศัย	บ้านส่วนตัว	62	84.93
	หอพัก/ห้องเช่า	3	4.11
	บ้านพัก/บ้านญาติ	8	10.96

จากตาราง 4.22 พบว่า ผู้ปกครองมีอาชีพเป็นข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ จำนวน 35 คน ร้อยละ 47.94 มีรายได้มากกว่า 20,000 บาท/เดือน จำนวน 28 ครอบครัว ร้อยละ 38.35 และอยู่บ้านส่วนตัว จำนวน 62 ครอบครัว ร้อยละ 84.93

2.2 วัฒนธรรมการบริโภคของครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 4.23 การบริโภคอาหารหลัก 5 หมู่ ของครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง

อาหารหลัก 5 หมู่	\bar{X}	SD	แปลผล
อาหารหมู่ที่ 1 เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง นม			
ไข่ นม	1.75	0.43	ดี
น้ำเต้าหู้	1.56	0.55	ดี
เนื้อปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน	1.47	0.53	พอใช้
เนื้อสัตว์ทั่วไป	0.37	0.54	ควรปรับปรุง
อาหารหมู่ที่ 2 ข้าว แป้ง น้ำตาล เผือก มัน			
ข้าวเจ้า	1.63	0.49	ดี
ข้าวกล้อง	0.97	0.69	พอใช้
บะหมี่สำเร็จรูป	0.92	0.40	พอใช้
ขนมหวาน	0.92	0.43	พอใช้
ขนมปัง	0.72	0.53	พอใช้
ข้าวเหนียว	0.64	0.54	พอใช้
อาหารหมู่ที่ 3 พืชผักต่าง ๆ			
ผักทั่วไป	1.63	0.50	ดี
ผักพื้นบ้าน	1.47	0.60	พอใช้
สมุนไพร	1.00	0.55	พอใช้
อาหารหมู่ที่ 4 ผลไม้			
ผลไม้ต่าง ๆ	1.73	0.51	ดี
อาหารหมู่ที่ 5 ไขมันจากพืชและสัตว์			
น้ำมันพืช	1.75	0.43	ดี
น้ำมันหมู	1.59	0.52	ดี
กะทิ	1.11	0.33	พอใช้

จากตาราง 4.23 พบว่า ครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างกินอาหารแต่ละหมู่ ดังนี้

อาหารหมู่ที่ 1 กินไข่ นมและน้ำเต้าหู้ อยู่ในเกณฑ์ดี ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.75 และ 1.56 ตามลำดับ

อาหารหมู่ที่ 2 กินข้าวเจ้าอยู่ในเกณฑ์ดี มีค่าเฉลี่ย 1.63

อาหารหมู่ที่ 3 กินผักทั่วไปอยู่ในเกณฑ์ดี มีค่าเฉลี่ย 1.63
 อาหารหมู่ที่ 4 กินผลไม้ต่างๆ อยู่ในเกณฑ์ดี ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.73
 อาหารหมู่ที่ 5 ไขมันจากพืชและสัตว์ การกินอาหารที่ปรุงด้วยน้ำมันพืชและน้ำมันหมูอยู่ในเกณฑ์ดี มีค่าเฉลี่ย 1.75 และ 1.59 ตามลำดับ

ตาราง 4.24 การบริโภคอาหารหลักของครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง

รายการ	\bar{X}	S.D.	แปลผล
กินอาหารที่ปรุงเอง	1.62	0.52	ดี
กินอาหารครบ 5 หมู่ใน 1 วัน	1.60	0.49	ดี
กินอาหารที่ปรุงด้วยการต้ม นึ่ง	1.52	0.50	ดี
กินอาหารพื้นเมือง	1.40	0.59	พอใช้
กินอาหารที่ปรุงด้วยการปิ้ง ย่าง	1.15	0.43	พอใช้
กินอาหารที่ซื้อมา	0.97	0.33	พอใช้

จากตาราง 4.24 พบว่า พฤติกรรมการบริโภคอาหารของกลุ่มตัวอย่างอยู่ในเกณฑ์ดี คือ กินอาหารที่ปรุงเอง กินอาหารครบ 5 หมู่ใน 1 วัน และกินอาหารที่ปรุงด้วยการต้ม นึ่ง ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.62, 1.60 และ 1.52 ตามลำดับ

ส่วนการกินอาหารพื้นเมือง กินอาหารที่ปรุงด้วยการปิ้ง ย่างและกินอาหารที่ซื้อมา อยู่ในเกณฑ์พอใช้ ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.40, 1.15 และ 0.97 ตามลำดับ

ตาราง 4.25 อาหารที่ครอบครัวของกลุ่มตัวอย่างบริโภค

รายการ	\bar{X}	S.D.	แปลผล
อาหารสุก ๆ ดิบ ๆ	1.62	0.49	ดี
อาหารใส่สี	1.59	0.55	ดี
อาหารหมักดอง	1.33	0.50	พอใช้
อาหารพลาสติก	1.16	0.47	พอใช้
ขาหมู หมูสามชั้น	1.16	0.37	พอใช้
แกงอั้งเล	1.12	0.41	พอใช้
อาหารรสจัด	0.97	0.47	พอใช้
ขนมกรุบกรอบ	0.89	0.59	พอใช้
อาหารทอด	0.72	0.48	พอใช้

จากตาราง 4.25 พบว่า อาหารที่ครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง บริโภคอยู่ในเกณฑ์ดี คือ กินอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ และอาหารใส่สี มีค่าเฉลี่ย 1.62 และ 1.59 ตามลำดับ ส่วนอาหารอื่นๆ อยู่ในเกณฑ์พอใช้

ตาราง 4.26 การปฏิบัติตนเกี่ยวกับอาหารของผู้ปกครองกลุ่มตัวอย่าง

รายการ	\bar{X}	SD	แปลผล
ล้างมือก่อนกินอาหาร	1.74	0.47	ดี
กินอาหารตามความเชื่อทางศาสนา	1.70	0.57	ดี
กินอาหารตามกระแสนิยม	1.38	0.57	พอใช้
งดกินเนื้อสัตว์เมื่อเจ็บป่วย	1.19	0.58	พอใช้
กินอาหารเย็นปริมาณมาก	0.95	0.57	พอใช้

จากตาราง 4.26 พบว่า ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่างมีการปฏิบัติอยู่ในเกณฑ์ดี คือ ล้างมือก่อนกินอาหารและกินอาหารตามความเชื่อทางศาสนา ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.74 และ 1.70 ตามลำดับ ส่วนการปฏิบัติที่อยู่ในเกณฑ์พอใช้ คือ กินอาหารตามกระแสนิยม งดกินเนื้อสัตว์เมื่อเจ็บป่วยและกินอาหารเย็นปริมาณมาก ซึ่งมีค่าเฉลี่ย 1.38, 1.19 และ 0.95 ตามลำดับ