

การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย  
กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร

นางศิวพร แดงโชติ

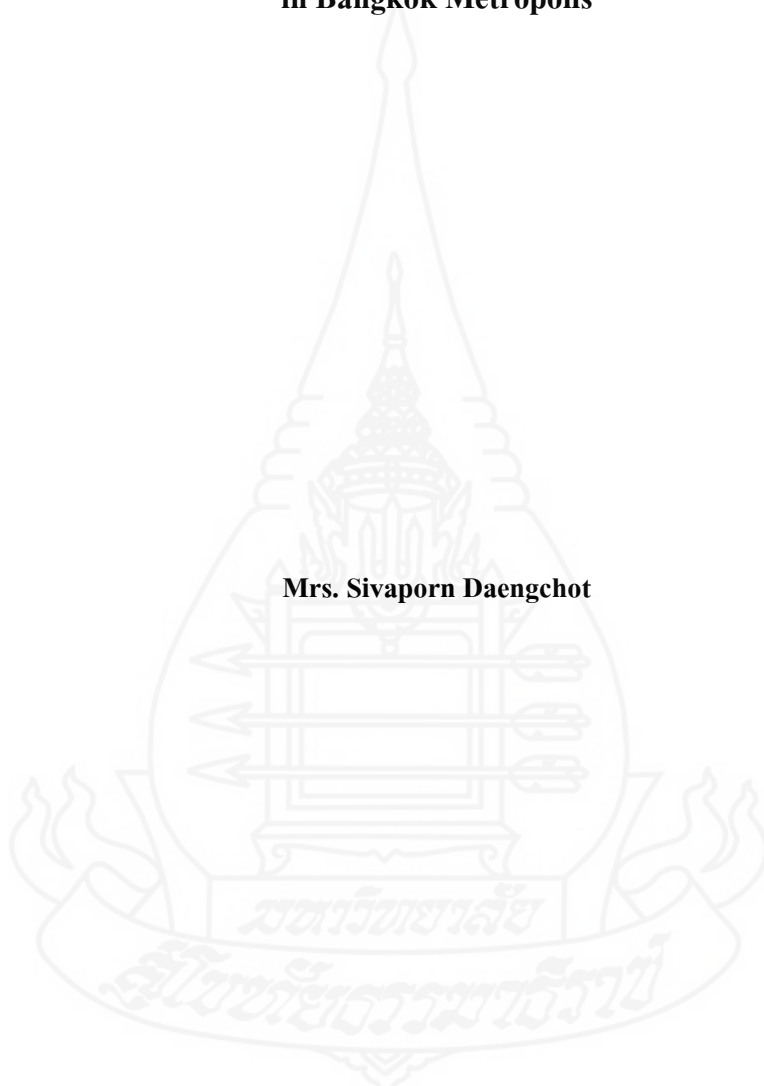


วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต  
วิชาเอกการจัดการระบบอาหารเพื่อโภชนาการ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

พ.ศ. 2561

**High Nutritional Value Rice Consumption by Different Age Consumers  
in Bangkok Metropolis**

**Mrs. Sivaporn Daengchot**



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master of Science in Food System Management for Nutrition

School of Human Ecology

Sukhothai Thammathirat Open University

2018

หัวข้อวิทยานิพนธ์	การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร
ชื่อและนามสกุล	นางศิวพร แดงโชติ
วิชาเอก	การจัดการระบบอาหารเพื่อโภชนาการ
สาขาวิชา	มนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
อาจารย์ที่ปรึกษา	1. รองศาสตราจารย์ ดร.สุนันท์ สีสังข์ 2. รองศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมาน

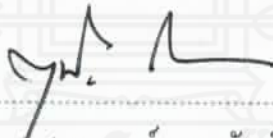
วิทยานิพนธ์นี้ ได้รับความเห็นชอบให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา  
ตามหลักสูตรระดับปริญญาโท เมื่อวันที่ 26 สิงหาคม 2562

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์



ประธานกรรมการ

(อาจารย์ ดร.ลัดดาวัลย์ วรรณนุช)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุนันท์ สีสังข์)



กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมาน)



ประธานกรรมการบัณฑิตศึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.วรางคณา จันทร์คง)



**ชื่อวิทยานิพนธ์** การบริโภคน้ำที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย ทัศนศึกษาผู้บริโภคในเขต  
กรุงเทพมหานคร

**ผู้วิจัย** นางสาวพร แดงโชติ รหัสนักศึกษ 2597000070

**ปริญญา** วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (การจัดการระบบอาหารเพื่อโภชนาการ)

**อาจารย์ที่ปรึกษา** (1) รองศาสตราจารย์ ดร.สุนันท์ สีสังข์ (2) รองศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมาน

**ปีการศึกษา** 2561

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของ  
ข้าว 2) เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และ 3) พฤติกรรมการบริโภคข้าว  
ที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ประชากรที่ศึกษา คือกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียน  
หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็นกลุ่มวัยเรียน (ช่วงอายุ 18-21 ปี) กลุ่มวัยทำงาน (ช่วงอายุ  
22-59 ปี) และกลุ่มวัยสูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) ขนาดกลุ่มตัวอย่างกลุ่มละ 120 คน รวม 360 คน การคัดเลือก  
ตัวอย่างแบบสุ่มหลายขั้นตอนจากพื้นที่เขตบางรัก เขตปทุมวัน เขตมีนบุรี เขตลาดกระบัง เขตบางกอก  
น้อย เขตหนองแขม และเขตบางขุนเทียน เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม โดยมีค่าสัมประสิทธิ์  
แอลฟาครอนบาคเท่ากับ 0.783 สถิติที่ใช้คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พิสัย  
การทดสอบไคสแควร์ และการวิเคราะห์ความแปรปรวน

ผลการวิจัยพบว่า 1) กลุ่มวัยสูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวมากที่สุด  
โดยมีค่าเฉลี่ยคะแนนคำตอบสูงที่สุด 1.58 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 1.55 และกลุ่มวัยเรียนมี  
ค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 1.54 2) กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยเจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ  
มากที่สุด 4.26 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 4.04 และกลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 3.92  
3) พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของกลุ่มวัยสูงอายุแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 3 เรื่อง ได้แก่ การคำนึงถึงสุขภาพ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ  
สุขภาพ และสมาชิกในครัวเรือนต้องการบริโภค ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ  
สูงของทั้ง 3 กลุ่มวัย ได้แก่ ความอร่อย ราคา และคุณภาพ แนวทางที่จะทำให้บริโภคข้าวที่มีคุณค่าทาง  
โภชนาการสูงเพิ่มมากขึ้น ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ ราคาและความอร่อยควรใกล้เคียง  
กับข้าวขาวทั่วไป ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยนี้ ภาครัฐและเอกชนควรส่งเสริมและสนับสนุน การเพาะปลูก  
การจำหน่ายและการให้ความรู้ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภค

**คำสำคัญ** การบริโภคข้าว ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง กรุงเทพมหานคร

**Thesis title:** High Nutritional Value Rice Consumption by Different Age Consumers in Bangkok Metropolis

**Researcher:** Mrs. Sivaporn Daengchot; **ID:** 2597000070;

**Degree:** Master of Science (Food System Management for Nutrition);

**Thesis advisors:** (1) Dr. Sunan Seesang, Associate Professor;

(2) Dr. Sam-ang Suebsman, Associate Professor; **Academic year:** 2018

### **Abstract**

The objectives of this research were to study: 1) knowledge of consumers on rice nutritional value, 2) attitude of consumers towards rice nutritional value, and 3) behavior of consumers on the high nutritional value rice.

This was a survey research, the population were people who lived, studied, or worked in Bangkok Metropolis area including three groups such as students (age 18-21 years) working people (age 22-59 years), and the elderly (age 60 years or older). The total of 360 samples were divided equally for each group and selected by multiple stage and purposive samplings from the districts of Bang Rak, Pathum Wan, Min Buri, Lat Krabang, Bangkok Noi, Nong Khaem, and Bang Khun Thian. Data were collected by using a questionnaire with Cronbach's alpha of 0.783 and analyzed to determine frequency, percentage, mean, standard deviation, range, Chi-square test and analysis of variance.

The research results revealed that: 1) the elderly group had the highest score of knowledge on rice nutritional value with 1.58, working people and students with 1.55 and 1.54 respectively. 2) The elderly had the highest average attitude score of rice nutritional value with 4.26, working people had an average score with 4.04, and students had the lowest score with 3.92. 3) The elderly consumption on high nutritional value rice was statistically significant different ( $p < 0.05$ ) from other groups in three topics such as personal health, health value of brown rice, and family needs of consumption. Factors affecting the consumption of high nutritional value rice by all age groups were deliciousness, price, and quality. The guidelines for increasing the consumption of high nutritional value rice included knowledge transfer of the usefulness, price and deliciousness as equal as general rice. The recommendation of this research, government and private sectors should promote and support rice cultivation, and knowledge transfer of high nutritional value rice to consumers.

**Keywords:** Rice consumption, High nutritional value rice, Bangkok Metropolis

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้ได้สำเร็จสมบูรณ์ตามวัตถุประสงค์ ทางผู้วิจัยต้องขอขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ให้ความรู้ ประสิทธิ์ประสาทวิชา ให้คำแนะนำ ให้คำปรึกษาและให้กำลังใจในการทำวิจัยตลอดมา ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สุนันท์ สีสังข์ อาจารย์ที่ปรึกษาหลักวิทยานิพนธ์ และรองศาสตราจารย์ ดร.สำออง สืบสมานอาจารย์ที่ปรึกษาร่วมวิทยานิพนธ์ ที่ให้คำแนะนำตั้งแต่การร่าง โครงการตลอดจนการวางแผนการทำวิทยานิพนธ์ และดำเนินการวิจัยวิทยานิพนธ์ และให้ความช่วยเหลือในการติดต่อประสานงานกับบุคคลและหน่วยงานต่าง ๆ ในการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งให้คำปรึกษาตลอดในการทำงานวิจัยจนสำเร็จเป็นรูปเล่มที่สมบูรณ์ ขอขอบคุณพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.วศินา จันทศิริ รองศาสตราจารย์ ดร.ภารดี เต็มเจริญ และอาจารย์ ดร.วิมลน ริมปีกุล ที่สละเวลาในการตรวจสอบเครื่องมือและให้คำแนะนำที่ดีต่าง ๆ มากมาย นอกจากนี้ ขอขอบคุณผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยทุกท่านที่เสียสละเวลาตอบแบบสอบถามให้กับผู้วิจัย ขอขอบคุณพี่ ๆ เพื่อน ๆ น้อง ๆ ทุกท่านที่ช่วยประสานงานในการเข้าเก็บข้อมูลตามที่ต่าง ๆ ทั้งเอื้อเพื่อสถานที่ในการเข้าเก็บข้อมูล และให้การสนับสนุนอำนวยความสะดวกเป็นอย่างดี สุดท้ายนี้ ขอขอบคุณครอบครัวที่คอยให้กำลังใจและขอขอบพระคุณผู้มีพระคุณทุกท่านที่ไม่ได้กล่าวถึง ณ ที่นี้

นางศิวาพร แดงโชติ

สิงหาคม 2562

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย .....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ .....	จ
กิตติกรรมประกาศ .....	ฉ
สารบัญตาราง .....	ฅ
สารบัญภาพ .....	ญ
บทที่ 1 บทนำ .....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา .....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย .....	3
กรอบแนวคิดการวิจัย .....	3
สมมติฐานการวิจัย .....	4
ขอบเขตการวิจัย .....	4
นิยามศัพท์เฉพาะ .....	5
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	6
บทที่ 2 วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง .....	7
แนวคิดลักษณะด้านประชากรศาสตร์ .....	7
คุณค่าทางโภชนาการข้าว .....	8
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ .....	19
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค .....	25
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	29
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย .....	34
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	34
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย .....	36
การเก็บรวบรวมข้อมูล .....	36
การวิเคราะห์ข้อมูล .....	37

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล .....	39
ข้อมูลทั่วไป .....	39
ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว .....	45
เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ .....	56
พฤติกรรมการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ .....	66
บทที่ 5 สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ .....	96
สรุปการวิจัย .....	96
อภิปรายผล .....	108
ข้อเสนอแนะ .....	111
บรรณานุกรม .....	113
ภาคผนวก .....	118
ก แบบสอบถาม .....	120
ข สรุปผลการตรวจสอบเครื่องมือ .....	128
ค สถานที่เก็บข้อมูล .....	134
ง ใบรับรองการอบรมจริยธรรมวิจัยในคน .....	136
จ เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมวิจัย .....	138
ฉ หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ .....	140
ประวัติผู้วิจัย .....	142



สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2.1	ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมมะลิ..... 10
ตารางที่ 2.2	ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมแดง..... 11
ตารางที่ 2.3	ข้อมูล โภชนาการที่สำคัญของข้าวเจ้าหอมมะลิ..... 12
ตารางที่ 2.4	ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวทับทิมชุมแพ..... 14
ตารางที่ 2.5	ข้อมูล โภชนาการที่สำคัญของข้าวมะลินิลสุรินทร์..... 15
ตารางที่ 2.6	ข้อมูล โภชนาการที่สำคัญของข้าวไรซ์เบอร์รี่..... 16
ตารางที่ 2.7	ปริมาณน้ำตาลกลูโคสที่แตกตัวเร็ว(RAG) ของข้าวขาว..... 18
ตารางที่ 2.8	ค่าดัชนีน้ำตาลในข้าวขาว..... 18
ตารางที่ 3.1	กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย..... 35
ตารางที่ 4.1	ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม..... 42
ตารางที่ 4.2	การทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภค เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว..... 53
ตารางที่ 4.3	การเปรียบเทียบระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภค ต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ..... 63
ตารางที่ 4.4	ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเอง..... 70
ตารางที่ 4.5	ผลการวิเคราะห์การบริโภคข้าวหุงสุกแต่ละมือของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัย..... 73
ตารางที่ 4.6	ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว..... 78
ตารางที่ 4.7	ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ..... 86
ตารางที่ 4.8	ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ที่ไม่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ..... 92

ญ

## สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย .....	4
ภาพที่ 2.1 โมเดลพฤติกรรมของผู้บริโภค .....	26



# บทที่ 1

## บทนำ

### 1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันการบริโภคของคนในโลกเปลี่ยนไป กระแสความนิยมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมีมากขึ้น แต่ในขณะเดียวกันประเทศไทยก็พบสถิติผู้ป่วยที่เกิดจากโรคไม่ติดต่อ (Non-communicable diseases: NCDs) ประกอบไปด้วยโรคหลัก คือ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคมะเร็ง โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง และโรคเบาหวาน ซึ่งมีความรุนแรงมากขึ้น สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ (2559, น. VII) ได้สรุปในรายงานสถานการณ์โรค NCDs ฉบับที่ 2 ว่า ประเทศไทยนั้น ก็เป็นอีกประเทศหนึ่งที่ปัญหา NCDs ทวีความรุนแรงขึ้นอย่างชัดเจน โดยเพิ่มขึ้นทั้งจำนวนผู้เสียชีวิตและสัดส่วนการเสียชีวิตจากโรค NCDs จากรายงานการศึกษาพบว่าจำนวนผู้เสียชีวิตจากโรค NCDs นั้นเพิ่มขึ้นจาก 314,340 คนใน พ.ศ. 2552 เป็น 349,090 คนใน พ.ศ. 2556 หรือกล่าวได้ว่า มีผู้เสียชีวิตจากโรค NCDs เพิ่มขึ้นเฉลี่ย 8,687.5 คนต่อปี 1 ในโรค NCDs ที่มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อย ๆ ก็คือ โรคเบาหวาน ในจุลสารข่าวศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง ฉบับที่ 48 ต.ค.-ธ.ค. (2559, น. 2) หน่วยตรวจโรคผู้ป่วยนอกอายุรกรรม คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานเป็นโรคที่เกิดจากตับอ่อนไม่สามารถสร้างฮอร์โมนอินซูลินให้พอเพียงที่จะนำน้ำตาลที่ได้จากอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลไปใช้ให้เกิดเป็นพลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเกินไป ส่งผลให้อวัยวะต่าง ๆ ของร่างกายเสียหายและเกิดโรคแทรกซ้อนได้

ข้าวเป็นอาหารหลักที่คนไทยบริโภคมาช้านาน มีแป้งหรือคาร์โบไฮเดรตเป็นองค์ประกอบหลักที่ให้พลังงาน นอกจากนี้ยังมีวิตามินและแร่ธาตุเป็นองค์ประกอบบางส่วน ขึ้นอยู่กับว่าเป็นชนิดข้าวอะไร ในประเทศไทยมีพันธุ์ข้าวพื้นเมืองที่หลากหลาย ซึ่งพบว่าพันธุ์ข้าวเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้ประโยชน์ต่อผู้บริโภค เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิ ข้าวกล้องแดง ข้าวสังข์หยด ข้าวทับทิมชุมแพ ข้าวมะลินิลสุรินทร์ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลางถึงต่ำ เช่น ข้าวพันธุ์กข43 ข้าวพันธุ์พิชญ์โลก 80 จากข้อมูลข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงมีหลากหลาย ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อผู้บริโภคที่ต้องการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีต่อ

สุขภาพ และบางชนิดเป็นข้าวที่เหมาะสมกับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เช่น ข้าวพันธุ์กข43 ข้าวพันธุ์  
พิชญ โลก 80

สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์(2558, น. 3-13) ได้จัดทำ  
รายงานแผนยุทธศาสตร์ของกรมการข้าว พ.ศ. 2558 – 2562 ในสาระสำคัญได้นำเสนอ (ร่าง)แผน  
ยุทธศาสตร์ข้าวไทย (ด้านการผลิต) ฉบับที่3 ปี 2558 – 2562 โดยมีประเด็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญ คือ  
การยกระดับคุณภาพและการเพิ่มมูลค่าข้าว ซึ่งในยุทธศาสตร์นี้จะเกี่ยวข้องกับคุณภาพของข้าวที่  
เชื่อมโยงไปสู่ผู้บริโภค จะเป็นการยกระดับคุณภาพและการเพิ่มมูลค่าข้าว โดยมีเป้าประสงค์ที่  
ต้องการให้ผลผลิตข้าวเปลือกของชาวนา มีคุณภาพได้มาตรฐาน มีความปลอดภัย เพื่อให้สินค้าข้าว  
และผลิตภัณฑ์จากข้าวมีมูลค่าเพิ่มมากขึ้น โดยมีการกำหนดกลยุทธ์ไว้หลายข้อที่จะช่วยสนับสนุน  
ยุทธศาสตร์ข้าวไทย (ด้านการผลิต) ให้ไปสู่เป้าประสงค์ อาทิเช่น การส่งเสริมสนับสนุนการผลิต  
สินค้าข้าวและผลิตภัณฑ์เพื่อตลาดเฉพาะ(Niche Market) การสร้างระบบการเชื่อมโยงระหว่าง  
ผู้ผลิต ผู้จำหน่ายและผู้บริโภค การวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าวเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่ม และกลยุทธ์ที่  
สำคัญคือการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์คุณค่าของข้าวและผลิตภัณฑ์จากข้าว

สถาบันวิจัยเพื่อพัฒนาประเทศไทย (TDRI) (2556) ได้วิจัยในโครงการเรื่อง อุปสงค์  
การบริโภคข้าวของไทย ของ พบว่าคนไทยบริโภคข้าวสารในปี 2554 ลดลงเหลือ 90 กิโลกรัมต่อ  
คนต่อปี เปรียบเทียบกับในปี 2545 บริโภคข้าวสาร 101 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ซึ่งมีแนวโน้มว่าการ  
บริโภคข้าวของคนไทยมีปริมาณการบริโภคลดลง

จากข้อมูลที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งถึงแม้ว่าในด้านการบริโภคข้าวของคนไทยจะมี  
ปริมาณที่ลดลงแต่คนไทยก็ยังกินข้าวเป็นหลัก และจากสถานการณ์ที่คนไทยป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อ  
มากขึ้นซึ่งเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค หรือ การ  
ดำรงชีวิต ประกอบกับในแผนยุทธศาสตร์ข้าวไทยที่จะมุ่งเน้นส่งเสริมสนับสนุนการผลิตสินค้าข้าว  
และผลิตภัณฑ์เพื่อตลาดเฉพาะ(Niche Market) ที่จะเผยแพร่ประชาสัมพันธ์คุณค่าของข้าวและ  
ผลิตภัณฑ์จากข้าว ผู้วิจัยจึงได้เล็งเห็นว่าข้าวไทยมีข้าวมากมายหลายชนิดและมีคุณค่าทาง  
โภชนาการที่น่าจะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริโภคที่คำนึงถึงสุขภาพ ควรจะส่งเสริมให้คนไทยหันมา  
บริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงนอกจากจะเป็นการสนับสนุนชาวนาให้ปลูกข้าวที่ดีมี  
คุณภาพและความปลอดภัยแล้ว ยังช่วยลดโอกาสความเสี่ยงในการเกิดโรคต่าง ๆ ได้

ทางผู้วิจัยจึงได้ศึกษาการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย  
กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร โดยคาดหวังว่าประโยชน์จากงานวิจัยนี้ทางภาคการ  
ผลิตจะสามารถนำข้อมูล ไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ  
สูงให้กับผู้บริโภคและทางภาคการตลาดสามารถใช้ประโยชน์จากงานวิจัยนี้เป็นข้อมูลในการทำ

การตลาดข้าวเพื่อสุขภาพ รมรงค์ประชาสัมพันธ์ให้คนไทยหันมาบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพกันให้มากขึ้น ทั้งหมดนี้จะเป็นประโยชน์ต่อประชากรคนไทยทั้งประเทศเพื่อลดโอกาสความเสี่ยงในการเกิดโรคไม่ติดต่อและยังช่วยทำให้ข้าวไทยสร้างมูลค่าได้มากขึ้นในการส่งเสริมจุดขายคุณประโยชน์ของข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงอีกด้วย

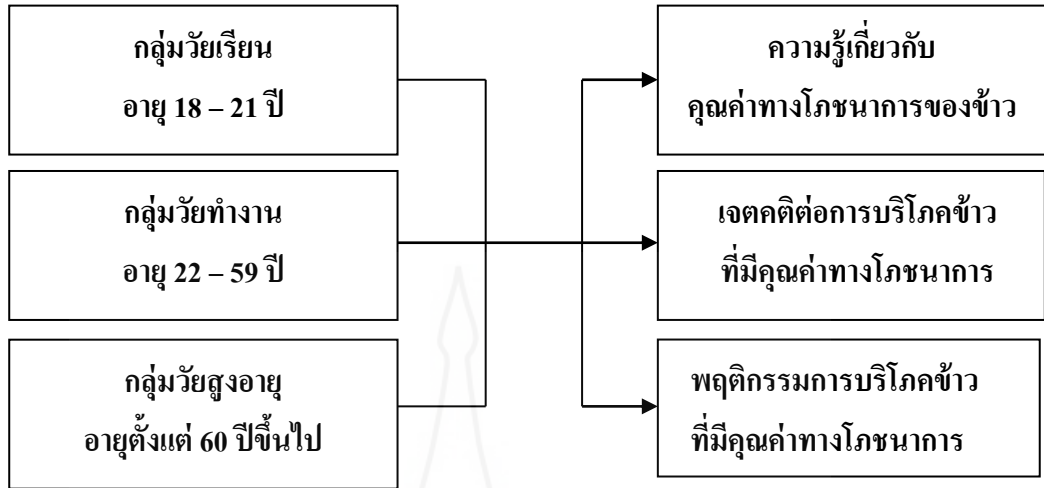
## 2. วัตถุประสงค์การวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผู้บริโภคในกลุ่มวัยต่าง ๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้

- 2.1 ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว
- 2.2 เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
- 2.3 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

## 3. กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ได้มีกรอบแนวคิดการวิจัยดังแสดงในภาพที่ 1.1 ได้แบ่งออกเป็น 3 กลุ่มวัย คือ กลุ่มวัยเรียน , กลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยสูงอายุ โดยมีสิ่งที่เปรียบเทียบกัน 3 หัวข้อ คือ 1.ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว มี 3 เรื่อง ได้แก่ ข้าวขาว ข้าวกล้อง และข้าวเพื่อสุขภาพ 2.เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ มี 3 เรื่อง ได้แก่คุณค่าทางโภชนาการของข้าว การหุงและการจัดเก็บข้าวสาร และการเลือกบริโภคข้าว 3.พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ มี 3 เรื่อง ได้แก่ การหุงข้าวเอง การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว และการบริโภคข้าวกล้อง / ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยมีการเก็บข้อมูลปัจจัยพื้นฐานทั่วไปของแต่ละกลุ่มวัย ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา อาชีพ โรคประจำตัว ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่พำนักอาศัยร่วมกัน



ภาพที่ 1.1 กรอบแนวคิดการวิจัย

#### 4. สมมติฐานการวิจัย

ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว เจตคติของผู้บริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของทั้ง 3 กลุ่มวัยมีความแตกต่างกัน

#### 5. ขอบเขตของการวิจัย

##### 5.1 ขอบเขตด้านประชากร

**5.1.1 ประชากรในการศึกษาครั้งนี้** ประกอบด้วยกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียนหรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยผู้บริโภคข้าว แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป)

**5.1.2 กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย** กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา จำนวน 120 คน ต่อกลุ่มวัยต่าง ๆ รวมทั้งหมด 360 คน

##### 5.2 ขอบเขตด้านพื้นที่

ขอบเขตของพื้นที่ในการศึกษาครั้งนี้ได้ศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครในย่านธุรกิจ ได้แก่ เขตบางรักและเขตปทุมวัน และในย่านอุตสาหกรรม ได้แก่ เขตมีนบุรีและเขตลาดกระบัง

และเขตของกรุงเทพมหานครในย่านชุมชนฝั่งพระนคร ได้แก่ เขตบางกอกน้อย และในย่านชุมชนฝั่งธนบุรี ได้แก่ เขตหนองแขมและเขตบางขุนเทียน

### 5.3 ขอบเขตด้านระยะเวลา

ระยะเวลาที่ใช้ในการศึกษา เริ่มตั้งแต่ เดือนกันยายน 2561 ถึงเดือนสิงหาคม 2562

### 5.4 ขอบเขตด้านเนื้อหา

กำหนดตัวแปรที่ต้องการจะศึกษา ดังนี้

**5.4.1 ตัวแปรอิสระ** คือ ข้อมูลส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ ระดับการศึกษา อาชีพ โรคประจำตัว ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่พักอาศัยร่วมกัน และกลุ่มตามวัยต่าง ๆ ได้แก่ วัยเรียน วัยทำงาน และวัยสูงอายุ

**5.4.2 ตัวแปรตาม** คือ ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว เจตคติต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พฤติกรรมการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ

## 6. นิยามศัพท์เฉพาะ

**6.1 กลุ่มวัยเรียน** หมายถึง กลุ่มตัวอย่างวัยเรียนที่มีช่วงอายุ 18-21 ปี ที่กำลังเรียนหรือศึกษาในสถานที่ศึกษา ในเขตปทุมวัน เขตลาดกระบัง เขตบางกอกน้อย และเขตหนองแขม

**6.2 กลุ่มวัยทำงาน** หมายถึง กลุ่มตัวอย่างวัยทำงานที่มีช่วงอายุ 22-59 ปี ที่กำลังทำงานในสถานที่ทำงานทั้งหน่วยงานราชการ รัฐวิสาหกิจ เอกชน รวมทั้งการประกอบอาชีพส่วนตัวและการรับจ้าง ในเขตบางรัก เขตมีนบุรี เขตบางกอกน้อย และเขตบางขุนเทียน

**6.3 กลุ่มวัยสูงอายุ** หมายถึง กลุ่มตัวอย่างวัยสูงอายุที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป ทั้งที่ประกอบอาชีพและไม่ได้ประกอบอาชีพ ในเขตบางรัก เขตบางกอกน้อย เขตมีนบุรีและเขตบางขุนเทียน

**6.4 ข้าวกล้อง** หมายถึง ข้าวที่กะเทาะเอาแต่เปลือกหุ้มเมล็ดออก คงเหลือเยื่อหุ้มเมล็ดที่มีสารอาหารอยู่ โดยไม่มีการขัดสี เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิ ข้าวกล้องหอมแดง

**6.5 ข้าวขาว** หมายถึง ส่วนที่ได้จากการนำข้าวกล้อง ไปขัดสีเอาส่วนเยื่อหุ้มเมล็ดออกจนหมด เป็นข้าวสาร เช่น ข้าวขาว ข้าวหอมมะลิ ข้าวเหนียว

**6.6 ข้าวเพื่อสุขภาพ** หมายถึง ข้าวที่มีส่วนประกอบที่มีสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพของผู้บริโภค เช่น ข้าวสังข์หยด ข้าวทับทิมชุมแพ ข้าวหอมมะลินิลสุรินทร์ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ข้าวเจ้าพันธุ์กข43 และข้าวเจ้าพันธุ์พิชญ์โลก 80 ฯลฯ ไม่รวมถึง ข้าวเคลือบหรือข้าวผสมวิตามิน/สมุนไพรชนิดต่าง ๆ

**6.7 คุณค่าทางโภชนาการของข้าว** หมายถึง สารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อการบริโภค ที่มีอยู่ใน ทั้งข้าวกล้อง และข้าวสาร รวมทั้งในส่วนองรำข้าว

**6.8 ค่าดัชนีน้ำตาล (GI: Glycemic Index)** คือ ค่าบ่งชี้คุณภาพของคาร์โบไฮเดรตในอาหาร โดยวัดจากระดับน้ำตาลในเลือด ของผู้บริโภค ที่เพิ่มขึ้นในช่วงเวลา 2 ชั่วโมงหลังจากรับประทานอาหาร

**6.9 เจตคติ** หมายถึง ทศนคติ ความคิดเห็น ความเชื่อ ความรู้สึก ที่มีต่อสถานการณ์หรือเหตุการณ์นั้น ๆ

**6.10 พฤติกรรมการบริโภคข้าว** หมายถึง การกระทำหรือกิจกรรมใด ๆก็ตามที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการบริโภคข้าว

## 7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 ภาครัฐสร้างนโยบายและสนับสนุนการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง โดยสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางให้ความรู้เกี่ยวกับข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภค

7.2 ภาคการผลิตสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพื่อให้เกษตรกรได้มีรายได้ที่มากขึ้นจากการปลูกข้าวที่ตรงตามความต้องการของผู้บริโภค

7.3 ภาคการตลาดสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการทำการตลาดข้าวเพื่อสุขภาพ ขยายช่องทางการค้าข้าวเพื่อสุขภาพให้มากขึ้นเพื่อให้ผู้บริโภคได้เข้าถึงข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงและบรรณรักษ์ประชาสัมพันธให้คนไทยหันมาบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพกันให้มากขึ้น



## บทที่ 2

### วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย ภูมิศึกษา ผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ศึกษาและทบทวน แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้

1. แนวคิดลักษณะด้านประชากรศาสตร์
2. คุณค่าทางโภชนาการข้าว
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. แนวคิดลักษณะด้านประชากรศาสตร์

ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (อ้างใน ภัทรดนัย พิริยะชนภัทร, 2558, น. 9) ได้อธิบายถึงลักษณะด้านประชากรศาสตร์ว่าเป็นลักษณะที่มีความสำคัญ ซึ่ง ได้แก่ อายุ เพศ ขนาดครอบครัว สถานภาพครอบครัว รายได้ อาชีพ การศึกษา โดยลักษณะดังกล่าวนิยมใช้เป็นเกณฑ์ในการแบ่งส่วนตลาด ซึ่งจะช่วยกำหนดตลาดเป้าหมายและยังเป็นตัวแปรที่สามารถวัดได้ง่ายกว่าตัวแปรอื่น โดยลักษณะด้านประชากรศาสตร์ที่สำคัญมีดังต่อไปนี้

##### 1.1 อายุ (Age)

อายุเป็นตัวแปรด้านประชากรศาสตร์ที่แตกต่างของส่วนตลาด โดยกลุ่มผู้บริโภคที่มีอายุแตกต่างกันก็จะสนองตอบกับผลิตภัณฑ์ได้แตกต่างกัน นักการตลาดจึงค้นหาโอกาสจากความต้องการของส่วนตลาดส่วนเล็ก (Niche market) โดยมุ่งให้ความสำคัญที่ตลาดอายุส่วนนั้น

##### 1.2 เพศ (Sex)

เพศเป็นตัวแปรด้านประชากรศาสตร์ที่มีความสำคัญเช่นกัน แต่ก่อนผลิตภัณฑ์บางผลิตภัณฑ์อาจจะมุ่งเน้นกลุ่มเป้าหมายคือเพศหญิง แต่ในปัจจุบันผลิตภัณฑ์หลายผลิตภัณฑ์สามารถตอบสนองได้ทั้ง 2 เพศ ดังนั้น เพศจึงเป็นตัวแปรที่มีส่วนในการแบ่งตลาดให้กับผลิตภัณฑ์ต่าง ๆ

### 1.3 ลักษณะครอบครัว (Marital status)

ลักษณะครอบครัว เป็นลักษณะด้านประชากรศาสตร์ที่ในทางการตลาดถือว่าเป็นเป้าหมายที่สำคัญ และยิ่งสำคัญมากขึ้นเนื่องจากเกี่ยวข้องกับหน่วยบริโภค สิ่งที่นักการตลาดสนใจคือจำนวนและลักษณะของบุคคลในครัวเรือนที่ใช้ผลิตภัณฑ์ใดผลิตภัณฑ์หนึ่ง และนักการตลาดพัฒนากลยุทธ์ทางการตลาดโดยการพิจารณาลักษณะครอบครัว และโครงสร้างด้านสื่อที่จะใช้สำหรับผู้ตัดสินใจในครัวเรือนเพื่อให้เหมาะสม

### 1.4 รายได้ การศึกษา และอาชีพ (Income, education and occupation)

รายได้ การศึกษา และอาชีพ เป็นตัวแปรที่สำคัญในการกำหนดส่วนของตลาด ส่วนใหญ่นักการตลาดจะสนใจผู้บริโภคที่มีรายได้สูง แต่ตลาดที่มีขนาดใหญ่มักจะเป็นครอบครัวที่มีรายได้ปานกลางและรายได้ต่ำ ในการแบ่งส่วนตลาดนักการตลาดจะไม่ได้พิจารณาแค่เกณฑ์รายได้เพียงอย่างเดียวแต่จะพิจารณารูปแบบการดำรงชีวิต รสนิยม ค่านิยม การศึกษา อาชีพ และอื่นๆประกอบกันด้วย เพื่อเป็นการกำหนดตลาดเป้าหมายที่ชัดเจนขึ้น โดยความสัมพันธ์ของลักษณะประชากรศาสตร์อัน ได้แก่ การศึกษา อาชีพ และรายได้มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดในเชิงเหตุและผล โดยความสัมพันธ์ของทั้ง 3 ลักษณะถือว่าเป็นลักษณะของชั้นสังคม (Social class)

จากแนวคิดลักษณะด้านประชากรศาสตร์ที่สำคัญ ได้แก่ อายุ เพศ ลักษณะครอบครัว รายได้ การศึกษา และอาชีพ ถือว่ามีความสำคัญมากในการกำหนดตลาดเป้าหมาย ในการศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคจะต้องทำการศึกษาข้อมูลลักษณะด้านประชากรศาสตร์ประกอบไปด้วย เพื่อหาความสัมพันธ์ในส่วนที่เกี่ยวข้องและทำให้นักวิจัยได้วิเคราะห์ตัวแปรต่างๆได้อย่างครบถ้วนสมบูรณ์

## 2. คุณค่าทางโภชนาการข้าว

ความรู้เกี่ยวกับเรื่องข้าวมีมากมายหลายเรื่อง จากการทบทวนวรรณกรรมในครั้งนี้จะทบทวน ความหมายของข้าวคุณค่าทางโภชนาการสูงและความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวในแต่ละกลุ่ม รายละเอียดดังนี้

**2.1 ความหมายของข้าวคุณค่าทางโภชนาการสูง** หมายถึง ข้าวที่มีคุณค่าทางอาหารสูงกว่าข้าวทั่วไป มีสารอาหารต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย เช่น สารต้านอนุมูลที่ช่วยชะลอการเสื่อมของเซลล์ ลดความเสี่ยงการเกิดมะเร็ง (สืบค้นจาก<https://www.thairicedb.com/productintro-detail.php?id=11>)

## 2.2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

ข้าวเป็นอาหารหลักของคนไทย นอกจากข้าวจะเป็นแหล่งคาร์โบไฮเดรตที่ให้พลังงานที่สำคัญแก่ร่างกาย ข้าวยังมีคุณค่าทางโภชนาการอื่น ๆ อาทิเช่น วิตามิน แร่ธาตุต่าง ๆ ขึ้นกับชนิดข้าวซึ่งแต่ละชนิดก็จะมีคุณค่าทางโภชนาการที่แตกต่างกันไป โดยขอสรุปคุณค่าทางโภชนาการของข้าวโดยแบ่งออกเป็น 3 กลุ่มดังนี้

**2.2.1 กลุ่มข้าวกล้อง** ข้าวกล้อง หมายถึง ข้าวที่ได้จากการนำข้าวเปลือกไปกะเทาะเอาเปลือกออกเท่านั้น (ประกาศกระทรวงพาณิชย์ เรื่อง มาตรฐานสินค้าข้าว พ.ศ. ๒๕๕๕) จากการทบทวนวรรณกรรมจะขอล่าวถึงข้าวกล้อง 2 ชนิด ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ และ ข้าวกล้องหอมมะลิแดง

1) **ข้าวกล้องหอมมะลิ** เป็นข้าวกล้องของข้าวเจ้าหอมมะลิ ซึ่งสำนักวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว ได้อธิบาย คำว่า ข้าวหอมมะลิ ไว้ในองค์ความรู้เรื่องข้าว พอสรุปได้ว่า ข้าวกล้องหอมมะลิ หมายถึง ข้าวเจ้าหอม ที่มาจากข้าว 2 พันธุ์ที่ในการค้าได้ระบุไว้ว่าเป็น พันธุ์ ขาวดอกมะลิ 105 (Khao Dawk Mali 105 (KDML 105 )) และ พันธุ์ กข15 โดยมีลักษณะเด่นที่มีลักษณะเมล็ดเรียวยาว เลื่อมมัน มีคุณภาพข้าวสุกหุงต้มดี อ่อนนุ่ม มีกลิ่นหอมเหมือนใบเตย มีปริมาณอมิโลส 14-17 % (สืบค้นจาก<http://www.ricethailand.go.th/Rkb/>)

นพ.บรรจบ ชุณหสวัตติกุล ได้อธิบายความหมายและคุณประโยชน์ของข้าวกล้องในเว็บไซต์ของกองการแพทย์ทางเลือกไว้ดังนี้ ( สืบค้นจาก <http://www.thaicam.go.th/index.php>)

(1) **ข้าวกล้อง** หรือบางคนเรียกว่า ข้าวซ้อมมือ คือ ข้าวที่ได้จากการนำข้าวเปลือกไปสีเอาแกลบออก ส่วนที่เหลือจะเป็นเนื้อข้าว ที่ยังคงความสมบูรณ์ของส่วนจมูกและเยื่อหุ้มเมล็ดข้าว หากเป็นข้าวสารที่ถูกขัดร้อออกไปแล้วส่วนที่เหลือส่วนใหญ่จะมีแต่แป้งที่ให้พลังงานซึ่งอยู่ในกลุ่มที่เป็นคาร์โบไฮเดรตเป็นหลัก แต่ข้าวกล้องจะมีความแตกต่างกับอาหารประเภทแป้งและน้ำตาลอื่นเนื่องจากข้าวกล้องเป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อน ซึ่งเป็นอาหารที่ย่อยโมเลกุลใหญ่ ต้องใช้เวลาในการย่อยนานกว่าคาร์โบไฮเดรตเชิงเดี่ยว เช่น พวกน้ำตาล

(2) **คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง** นอกจากจะเป็นคาร์โบไฮเดรตเชิงซ้อนที่เหมาะสมกับร่างกายเราเพราะเมื่อร่างกายรับประทานข้าวกล้องไปแล้วจะใช้เวลาในการย่อยนานทำให้ร่างกายค่อยๆดูดซึมกลูโคส ดับอ่อนซึ่งทำหน้าที่ผลิตอินซูลินซึ่งจะช่วยนำพากลูโคสเข้าสู่ร่างกายไม่ทำงานหนักจนเกินไป ป้องกันการเกิดโรคเบาหวานทุติยภูมิ นอกจากนั้นข้าวกล้องยังมีคุณค่าทางอาหารมากมายเพราะข้าวกล้องมีจมูกข้าวและมีเยื่อหุ้มเมล็ดหรือที่เรียกกันว่า รำ หุ้มเมล็ดอยู่ ในส่วนเยื่อหุ้มเมล็ดจะมีเส้นใยอาหารที่สูง ทางวงการแพทย์พบว่าเส้นใยเหล่านี้มีส่วนช่วย

ป้องกันมะเร็งลำไส้ใหญ่และกระเพาะอาหาร ทำให้กากอาหารเพิ่มมากขึ้น ก็จะขับถ่ายได้ง่ายขึ้นด้วย นอกจากนี้เส้นใยสูงแล้ว ในเชื้อหุ้มเมล็ดยังมีวิตามินอีกหลายตัวที่มีประโยชน์มากมาย อาทิเช่น วิตามินบี ได้แก่ วิตามินบี 1 วิตามินบี 2 ไนอาซิน , กรดแพนโทเทอนิก ซึ่งวิตามินเหล่านี้ มีประโยชน์ในการช่วยการทำงานของระบบประสาท สมอง ทำให้ความจำดี อารมณ์ดี ไม่เครียดง่าย เสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจ ช่วยรักษาโรคเหน็บชา ทำให้เยื่ออ่อนในร่างกายแข็งแรง ช่วยเผาผลาญคาร์โบไฮเดรตเพราะข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายตัวที่ช่วยปฏิกิริยาชีวเคมีเมื่อกินข้าวกล้องเราจะได้อินทรีย์สาร วิตามินบีไปใช้สร้างพลังงาน ทำให้เราใช้พลังงานจากข้าวกล้องที่กินจนหมด การกินข้าวกล้องจึงทำให้ไม่อ้วนเพราะไม่เหลือเป็นน้ำตาลซึ่งจะเปลี่ยนไปเป็นไขมัน ส่วนวิตามินอีในข้าวกล้องจะอยู่บริเวณจมูกข้าว ซึ่งวิตามินอี เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ป้องกันเสื่อมของร่างกาย ป้องกันผิวหนังเหี่ยวย่น ป้องกันหวัด รักษาโรคมะเร็ง ป้องกันโรคหัวใจ ป้องกันมะเร็ง และข้าวกล้องยังมีซิลิเนียมซึ่งเป็นโคเอนไซม์ซึ่งทำหน้าที่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระด้วยเช่นกันและยังมีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในเลือด อ่อนเพลีย หงุดหงิด และอาการไม่สบายเนื้อสบายตัวในวัยหมดประจำเดือน ตัวอย่างข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมมะลิ ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมมะลิ

รายการ	หน่วย
พลังงาน	366 กิโลแคลอรี
โปรตีน	7.0 กรัม
ไขมัน	2.4 กรัม
คาร์โบไฮเดรต	79.1 กรัม
ใยอาหาร	2.5 กรัม
แคลเซียม	27 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ฟอสฟอรัส	255 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
เหล็ก	3.7 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
วิตามินอี	0.41 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ไทอะมีน	0.55 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ไรโบฟลาวิน	0.06 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ไนอะซิน	2.8 มิลลิกรัมต่อ100กรัม

ที่มา : สืบค้นจาก <http://www.eatsmartly.net/Files/Name2/CONTENT512241738340.pdf>

จากที่ได้ทบทวนวรรณกรรมพบว่า คุณประโยชน์ของข้าวกล้องมีคุณค่าทางโภชนาการต่าง ๆ มากมาย พอสรุปคุณประโยชน์ใหญ่ ๆ ที่สำคัญได้ดังนี้

- ช่วยป้องกันการเกิดโรคเบาหวานทุติยภูมิ
- ช่วยป้องกันมะเร็งลำไส้ใหญ่และกระเพาะอาหาร
- ช่วยการทำงานของระบบประสาท สมอง ทำให้ความจำดี อารมณ์ดี
- ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจ
- ช่วยรักษาโรคเหน็บชา
- ช่วยเผาผลาญคาร์โบไฮเดรต
- ช่วยป้องกันการเสื่อมของร่างกาย ป้องกันผิวหนังเหี่ยวยุ่น
- ช่วยลดอาการร้อนวูบวาบ หงุดหงิด ในวัยหมดประจำเดือน

2) **ข้าวกล้องหอมแดง** สำนักวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว ได้อธิบายข้าวหอมแดงไว้ในองค์ความรู้เรื่องข้าว พอสรุปได้ว่าข้าวกล้องหอมแดง เป็นข้าวกล้องที่มีเยื่อหุ้มเมล็ดเป็นสีแดง เป็นข้าวเจ้าพันธุ์ข้าวเจ้าข้าวหอมแดง สถาบันวิจัยข้าวเสนอขึ้นทะเบียนกับกรมวิชาการเกษตร เป็นพันธุ์ข้าวทั่วไป ในปี พ.ศ. 2542 โดยลักษณะเด่นของข้าวหอมแดงจะเป็นข้าวที่มีเยื่อหุ้มเมล็ดสีแดงเข้ม เมื่อหุงสุกจะได้ข้าวสุกนุ่ม เหนียว และมีกลิ่นหอมเหมือนข้าวดอกมะลิ 105 ปริมาณอมิโลส 16.9 % ( สืบค้นจาก <http://www.ricethailand.go.th/Rkb/>)

กองพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าว กรมการข้าว (2559) ได้อธิบายคุณประโยชน์ของข้าวกล้องหอมแดง ว่าเป็นข้าวที่มีคุณสมบัติเด่นทางด้านโภชนาการ ทั้งมีธาตุเหล็ก ช่วยในการบำรุงเลือด มีดัชนีน้ำตาลต่ำ ช่วยในการป้องกันและบรรเทาโรคเบาหวาน มีเส้นใยที่ช่วยในการขับถ่ายและดูดซับไขมัน มีลูทีนกรองแสงยูวีป้องกันไม่ให้ทำอันตรายกระจกตา ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมแดง (สืบค้นจาก <http://brpd.ricethailand.go.th/>) ดังตารางที่ 2.2

ตารางที่ 2.2 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวกล้องหอมแดง

รายการ	หน่วย
ธาตุเหล็ก	12 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
สังกะสี	3.8 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
ทองแดง	4.3 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
วิตามินอี	336.62 ไมโครกรัมต่อกรัม
เบต้าแคโรทีน	3.26 ไมโครกรัมต่อกรัม
ลูทีน	9.12 ไมโครกรัมต่อกรัม
โพลีฟีนอล	329.30 มิลลิกรัมต่อ100กรัม

ที่มา : สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=11>

สรุปคุณประโยชน์ของข้าวกล้องหอมแดงที่สำคัญได้ดังนี้

- มีเส้นใยช่วยระบบการขับถ่ายและการดูดซับไขมัน
- มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ ช่วยรักษาระดับน้ำตาลในผู้ป่วยเบาหวาน
- มีธาตุเหล็กและทองแดงช่วยในการบำรุงเลือด เหมาะกับผู้ป่วยโรคโลหิตจางและผู้หญิงมีประจำเดือน
- ช่วยบำรุงสายตา

จากการทบทวนวรรณกรรมจะเห็นได้ว่าข้าวกล้องหอมแดงมีประโยชน์มากมายคล้ายข้าวกล้องหอมมะลิ โดยข้าวกล้องหอมแดงจะมีสารต้านอนุมูลอิสระ เช่น วิตามินอี เบต้าแคโรทีน โพลีฟีนอล ซึ่งหน้าที่ของสารต้านอนุมูลอิสระจะช่วยลดความเสี่ยงของโรคได้ อาทิ เช่น โรคมะเร็ง โรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคอัลไซเมอร์ และสารต้านอนุมูลอิสระยังช่วยชะลอกระบวนการบางขั้นตอนที่ทำให้เกิดความแก่ได้ (สืบค้นจาก <https://www.doctor.or.th/>)

**2.2.2 กลุ่มข้าวขาว** ข้าวขาว หมายถึง ข้าวสาร ที่ได้จากการนำข้าวกล้องไปขัดสีเอาส่วนของเยื่อหุ้มเมล็ด ออกจนได้เป็นข้าวสารสีขาว และเยื่อที่ถูกขัดสีออกไป เรียกว่า รำข้าว (ประกาศกระทรวงพาณิชย์เรื่อง มาตรฐานสินค้าข้าว พ.ศ. ๒๕๕๕) ซึ่งข้าวชนิดนี้เป็นข้าวที่นิยมบริโภคโดยทั่วไป ได้แก่ ข้าวขาว, ข้าวหอมมะลิ, ข้าวเหนียว โดยกลุ่มข้าวขาวหรือบางที่เรียกว่า ข้าวเจ้า มีคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญที่ คือเป็นแหล่งของคาร์โบไฮเดรต หรือ แป้ง ที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย ในส่วนของวิตามิน และแร่ธาตุจะคงเหลือเป็นส่วนน้อย ส่วนใหญ่วิตามินและแร่ธาตุจะสูญเสียไปจากการขัดสี อย่างไรก็ตามก็ยังมียังคงมีคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญ ดังตัวอย่างข้าวเจ้าหอมมะลิในตารางที่ 2.3

ตารางที่ 2.3 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวเจ้าหอมมะลิ

รายการ	หน่วย
พลังงาน	356 กิโลแคลอรี
โปรตีน	6.2 กรัม
ไขมัน	1.1 กรัม
คาร์โบไฮเดรต	80.4 กรัม
ใยอาหาร	0.6 กรัม
แคลเซียม	3 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ฟอสฟอรัส	66 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ไนอะซิน	0.9 มิลลิกรัมต่อ100กรัม

ที่มา : สืบค้นจาก <http://www.eatsmartly.net/Files/Name2/CONTENT512241738340.pdf>

**2.2.3 กลุ่มข้าวเพื่อสุขภาพ** ข้าวเพื่อสุขภาพ หมายถึง ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ สูงกว่าข้าวขาวทั่วไป จากการทบทวนวรรณกรรมจะขอล่าวข้าวเพื่อสุขภาพที่เป็นที่นิยมและเป็นที่น่าสนใจ ได้แก่ ข้าวสังข์หยด เมืองพัทลุง ข้าวทับทิมชุมแพ ข้าวมะลินิลสุรินทร์ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ และข้าวดีชน้ำตาลต่ำถึงปานกลาง ได้แก่ ข้าวเจ้าพันธุ์ กข43 และ ข้าวเจ้าพันธุ์พิษณุโลก80

1) **ข้าวสังข์หยด เมืองพัทลุง** ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ ได้อธิบายรายละเอียดของ ข้าวสังข์หยดเมืองพัทลุง ดังนี้ ข้าวสังข์หยดเมืองพัทลุง เป็นข้าวที่ได้รับการขึ้นทะเบียน เป็นข้าวที่มีสิ่งบ่งชี้ทางภูมิศาสตร์ ตัวแรกของประเทศไทย และ ของโลก มีลักษณะเด่นที่เยื่อหุ้มเมล็ดสีแดงเข้ม ข้าวกล้องมีสีแดง เยื่อหุ้มเมล็ดสีแดงนี้ มีแอนโทไซยานินอยู่ในเยื่อชั้นนอกของข้าวกล้อง คนนิยม บริโภคเป็นข้าวซ้อมมือ โดยนำข้าวกล้องที่มีสีแดง ไปขัดสีบางๆ ทำให้ได้ข้าวซ้อมมือที่มีสีชมพู เมล็ดข้าวสังข์หยด จะมีลักษณะ เรียวเล็ก บาง ปลายทั้งสองข้างแหลม คุณภาพการหุงต้มดี ข้าวสุกจะมีสีชมพู หอมนุ่ม เมื่อเย็นลงจะมีกลิ่นที่เป็นเอกลักษณ์ (สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>)

คุณค่าทางโภชนาการของข้าวสังข์หยดเมืองพัทลุง มีมากมายหลายข้อ ขอสรุปประเด็นที่สำคัญได้ดังนี้

- (1) มีวิตามินบี สูง ทั้งวิตามินบี 1 ช่วยป้องกัน โรคเหน็บชา และวิตามินบี 2 ช่วยป้องกัน โรคปากนกกระชอก
- (2) มีสารสีแดงเป็นรงควัตถุประเภทฟลาโวนอยด์ มีสารแอนโทไซยานินซึ่งมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระ ชะลอความชรา
- (3) มีสารต้านอนุมูลอิสระ พวกโอริซานอล เป็นกลุ่มวิตามินอี ในกลุ่มโทโคฟีรอล กลุ่มโทโคโตรีนอลและสารแกมมา-โอริซานอล พบในเยื่อหุ้มเมล็ดสีขาวเท่านั้น ช่วยชะลอความชรา
- (4) สารแกมมาอะมิโนบิวทริก แอซิด ช่วยลดอัตราเสี่ยงของการเป็นมะเร็ง

2) **ข้าวทับทิมชุมแพ** ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ ได้อธิบายรายละเอียดของข้าวทับทิมชุมแพ ดังนี้ ข้าวทับทิมชุมแพเป็นการผสมพันธุ์กันระหว่างข้าวเจ้าขาวดอกมะลิกับข้าวเจ้าพันธุ์สังข์หยด พัทลุง โดยคุณภาพการหุงต้ม ข้าวสารหุงสุกนุ่ม ข้าวกล้องและข้าวซ้อมมือหุงสุกนุ่ม ข้าวกล้องหุงสุกมีสีแดงใสคล้ายของทับทิม ข้าวทับทิมชุมแพมีข้อมูล โภชนาการที่สำคัญ ดังตารางที่ 2.4

ตารางที่ 2.4 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวทับทิมชุมแพ

รายการ	หน่วย
พลังงานทั้งหมด	367.17 กิโลแคลอรี
โปรตีน	9.4 กรัม
คาร์โบไฮเดรต	77.06 กรัม
วิตามินบี1	0.17 มิลลิกรัม
แคลเซียม	8.01 มิลลิกรัม
เหล็ก	1.34 มิลลิกรัม
ใยอาหาร	4.32 กรัม
สารต้านอนุมูลอิสระรวม	308 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
แอนโทไซยานิน	0.58 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
ฟีนอลิก	7,048.13 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
ฟลาโวนอยด์	5,233.14 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
โอมก้า3	25.35 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
โอมก้า6	610.98 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
โอมก้า9	812.7 มิลลิกรัมต่อ100กรัม

ที่มา : สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=10>

จากการทบทวนวรรณกรรมจะเห็นได้ว่าข้าวทับทิมมีประโยชน์ที่สำคัญ  
ดังนี้

- (1) มีสารต้านอนุมูลอิสระสูงทั้งฟีนอลิกและฟลาโวนอยด์
- (2) สารต้านอนุมูลอิสระที่สูง มีส่วนช่วยลดระดับคลอเลสเตอรอลในเลือด ช่วยทำให้เม็ดเลือดไม่จับตัวเป็นก้อนจนอุดตัน ป้องกันการเกิดมะเร็ง
- 3) ข้าวมะลินิลสุรินทร์ ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ ได้อธิบายรายละเอียดของข้าวมะลินิลสุรินทร์ว่า เป็นข้าวเจ้าพันธุ์มะลินิลสุรินทร์ ที่เกิดจากความร่วมมือระหว่างศูนย์วิจัยข้าวสุรินทร์ ศูนย์วิจัยข้าวสกลนคร กองวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว คณะเทคโนโลยี คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และสาขาวิชาเทคโนโลยี การอาหาร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี ได้จากการคัดเลือกพันธุ์บริสุทธิ์ข้าวเจ้าพันธุ์พื้นเมืองไว ต่อช่วงแสงพันธุ์มะลิดำเบอร์ 53 พันธุ์ข้าวมะลินิลสุรินทร์มีคุณค่าทางโภชนาการที่สำคัญ ดังตารางที่ 2.5



ตารางที่ 2.5 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวมะลิสีสุรินทร์

รายการ	หน่วย
พลังงาน	361.36 กิโลแคลอรี
พลังงานจากไขมัน	30.6 กิโลแคลอรี
ไขมัน	3.4 กรัม
โปรตีน	7.69 กรัม
คาร์โบไฮเดรต	75 กรัม
น้ำตาล	1.92 กรัม
โซเดียม	2.75 กรัม
วิตามินบี1	0.131 มิลลิกรัม
วิตามินบี2	0.025 มิลลิกรัม
แคลเซียม	14.3 มิลลิกรัม
เหล็ก	11.2 มิลลิกรัม
ใยอาหาร	5.42 กรัม
สารต้านอนุมูลอิสระ	117 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
วิตามินอี	0.75 มิลลิกรัม
แอนโทไซยานิน	219.03 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
แกมมาออริซานอล	648.1 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
โอเมก้า3	31.56 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
โอเมก้า6	1,1039.02 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
โอเมก้า9	1,187.09 มิลลิกรัมต่อ100กรัม

ที่มา : สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=17>

จากการทบทวนวรรณกรรมจะเห็นได้ว่าข้าวมะลิสีสุรินทร์มีประโยชน์ที่สำคัญดังนี้

- (1) มีสารต้านอนุมูลอิสระหลายชนิดและมีในปริมาณสูง.
- (2) สารต้านอนุมูลอิสระที่สูง มีส่วนช่วยลดการอักเสบของเนื้อเยื่อ ช่วยลดการอุดตันของไขมันในเส้นเลือด(สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>)
- 4) ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ศูนย์วิทยาศาสตร์ข้าวและหน่วยปฏิบัติการค้นหาและใช้ประโยชน์ยีนข้าว ได้อธิบายรายละเอียดเกี่ยวกับข้าวไรซ์เบอร์รี่ (riceberry) พอสรุปได้ว่า ข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นข้าวเจ้าที่ได้รับการพัฒนาจากศูนย์วิทยาศาสตร์ข้าว มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขต

กำแพงแสน จ. นครปฐม โดยการผสมข้ามพันธุ์ระหว่าง ข้าวเจ้าหอมนิล มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (พันธุ์พ่อ) กับ ข้าวขาวดอกมะลิ 105(ข้าวหอมมะลิ) จากสถาบันวิจัยข้าว (พันธุ์แม่) เริ่มผสมพันธุ์ เมื่อปี พ.ศ. 2545 ทำการปลูกและคัดเลือกต้นที่ดีเด่น และวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการ ในปี พ.ศ. 2548 จึงได้ข้าวเจ้าสีม่วงเข้ม เมล็ดเรียวยาว ที่มีสารต้านอนุมูลอิสระ สูงและมีคุณค่าทางโภชนาการ โดยสูง ชื่อพันธุ์ว่า ไรซ์เบอร์รี่ (สืบค้นจาก <http://dna.kps.ku.ac.th>) โดยมีข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวไรซ์เบอร์รี่ ดังตารางที่ 2.6

ตารางที่ 2.6 ข้อมูลโภชนาการที่สำคัญของข้าวไรซ์เบอร์รี่

รายการ	หน่วย
ธาตุเหล็ก	13-18 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
สังกะสี	31.9 มิลลิกรัมต่อกิโลกรัม
โอเมก้า3	25.51 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
วิตามินอี	678 ไมโครกรัมต่อ100กรัม
โฟเลต	48.1 ไมโครกรัมต่อ100กรัม
เบต้า-แคโรทีน	63 ไมโครกรัมต่อ100กรัม
โพลีฟีนอล	113.5 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
แทนนิน	89.33 มิลลิกรัมต่อ100กรัม
แกมมาโอไรซานอล	462 ไมโครกรัมต่อ100กรัม
สารต้านอนุมูลอิสระชนิดละลายน้ำ	47.5 มิลลิกรัม Ascorbic acid equivalent ต่อ100กรัม
สารต้านอนุมูลอิสระชนิดละลายในน้ำมัน	33.4 มิลลิกรัม Trolox equivalent ต่อ 100 กรัม
ค่าดัชนีน้ำตาล	62

ที่มา : สืบค้นจาก<https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=15>

ข้าวไรซ์เบอร์รี่ มีรงควัตถุสีม่วงซึ่งเป็นสารให้สีตามธรรมชาติ โดยรงควัตถุนี้ คือ สารแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) จัดอยู่ในกลุ่มของสาร ฟลาโวนอยด์ (Flavonoid) มีคุณสมบัติเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่สูงมากกว่า วิตามิน ซี และ วิตามิน อี ถึง 2 เท่า มีประโยชน์ต่อร่างกายเป็นอย่างมาก ทั้งในโรคที่เกี่ยวกับหัวใจ ช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด ช่วยป้องกันหลอดเลือดหัวใจอุดตัน อีกทั้งข้าวไรซ์เบอร์รี่ยังมีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำกว่าข้าวขาวจึงช่วยป้องกันโรคเบาหวาน ช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์ได้ด้วย (สืบค้นจาก<https://www.scimath.org/>)

ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ ได้อธิบายรายละเอียดของข้าวไรซ์เบอร์รี่ว่า เหมาะกับบุคคลทุกเพศทุกวัยดังนี้(สืบค้นจาก<https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=15>)

(1) สำหรับวัยสูงอายุ ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีสารอาหารที่ช่วยบำรุงร่างกาย เสริมสร้างประสิทธิภาพในการไหลเวียนของเลือด ชะลอความแก่ บำรุงสายตาและระบบประสาท ซึ่งเหมาะกับผู้สูงอายุที่ควรได้รับประทานอาหารที่ดีและมีประโยชน์

(2) สำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคอ้วน เนื่องจากข้าวไรซ์เบอร์รี่มีดัชนีน้ำตาลที่ต่ำกว่าข้าวทั่วไป ดังนั้น หากผู้ป่วยโรคเบาหวานและโรคอ้วนที่สามารถเปลี่ยนมารับประทานข้าวไรซ์เบอร์รี่ที่มีคุณสมบัติช่วยควบคุมน้ำตาลและน้ำหนักได้

(3) สำหรับสตรีมีครรภ์ ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีโฟเลต ป้องกันโรคปากแหว่ง เพดานโหว่ในเด็กได้ และมีน้ำตาลต่ำ เหมาะกับสตรีมีครรภ์ทำให้สามารถควบคุมน้ำหนักไม่ให้ครรภ์มีพิษ และข้าวไรซ์เบอร์รี่ยังมีธาตุเหล็กสูงเหมาะกับสตรีมีครรภ์ที่ต้องการธาตุเหล็กสูงมากกว่าคนทั่วไป

(4) สำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีธาตุเหล็กสูงเหมาะกับผู้ที่ เป็นโรคโลหิตจางช่วยในการบำรุงโลหิตและบำรุงร่างกายให้แข็งแรง

จากการทบทวนวรรณกรรมจะเห็นว่าข้าวไรซ์เบอร์รี่มีคุณค่าทาง โภชนาการมากมาย พอสรุปประโยชน์ที่สำคัญได้ดังนี้

- (1) ช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด
- (2) ช่วยป้องกันหลอดเลือดหัวใจอุดตัน
- (3) มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำช่วยป้องกันโรคเบาหวาน
- (4) ช่วยชะลอความเสื่อมของเซลล์

5) ข้าวเจ้าพันธุ์ กข43 และข้าวเจ้าพันธุ์ พิษณุโลก 80 กรมการข้าว โดยกองวิจัย และพัฒนาข้าว และศูนย์วิจัยข้าวปทุมธานี ร่วมกับสถาบันโภชนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ศึกษาหาพันธุ์ข้าวที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำมากกว่า 100 พันธุ์ในประเทศไทย ได้พบ พันธุ์ข้าวที่มีคุณภาพการหุงต้มดี เหนียวนุ่ม รับประทานอร่อย แต่ค่าดัชนีน้ำตาลอยู่ในระดับปานกลางถึงต่ำ ได้แก่ พันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 โดยค่าดัชนีน้ำตาล (GI) เป็นค่าบ่งชี้คุณภาพของ คาร์โบไฮเดรต โดยวัดระดับน้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้นในช่วงเวลา 2 ชั่วโมงหลังจากรับประทานอาหาร และได้มีการแบ่งอาหารตามค่าดัชนีน้ำตาล ได้เป็น 3 ชนิด คือ ค่าดัชนีน้ำตาลสูง ( $GI \geq 70$ ) ค่าดัชนี น้ำตาลปานกลาง ( $GI \geq 56-69$ ) และค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ ( $GI \geq 55$ ) จากผลการศึกษาพบว่าผลการ วิเคราะห์ปริมาณน้ำตาลกลูโคสที่แตกตัวเร็วในข้าวสารในระดับปฏิบัติการของข้าวพันธุ์กข43และ พันธุ์พิษณุโลก 80 อยู่ที่ 21.8 และ 23.9 กรัมต่อ 100 กรัม ตามลำดับ ซึ่งน้อยกว่าข้าวพันธุ์ข้าวดอก มะลิ105 ส่วนในข้าวกล้องพบว่าค่าปริมาณน้ำตาลกลูโคสที่แตกตัวเร็วยังมีค่าลดลง ดังตารางที่ 2.7 โดยผลดังกล่าวสอดคล้องกับการวิเคราะห์ในมนุษย์ โดยสถาบันโภชนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล

พบว่าข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 มีค่าปริมาณดัชนีน้ำตาลในข้าวขาว 57.5 และ 59.5 ตามลำดับ ซึ่งน้อยกว่าข้าวพันธุ์ข้าวดอกมะลิ 105 ที่มีค่าดัชนีน้ำตาล 69 ดังตารางที่ 2.8 จะเห็นได้ว่า ข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 เป็นข้าวที่มีอิมโกลอสต่ำแต่มีค่าดัชนีน้ำตาลในระดับปานกลางค่อนข้างไปทางต่ำเหมาะสมกับผู้บริโภคที่ป่วยเป็นโรคเบาหวานหรือผู้ที่ห่วงใยสุขภาพ

ตารางที่ 2.7 ปริมาณน้ำตาลกลูโคสที่แตกตัวเร็ว(RAG) ของข้าวขาว

พันธุ์	ปริมาณน้ำตาลกลูโคสที่แตกตัวเร็ว(RAG)
ข้าวดอกมะลิ105	27.36
กข43	21.85
พิษณุโลก 80	23.09

ที่มา : สืบค้นจาก <http://brrd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>

ตารางที่ 2.8 ค่าดัชนีน้ำตาลในข้าวขาว

พันธุ์	ค่าดัชนีน้ำตาล
ข้าวดอกมะลิ105	69.1
กข43	57.5
พิษณุโลก 80	59.5

ที่มา : สืบค้นจาก <http://brrd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>

งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศพบว่า การบริโภคอาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำอย่างเป็นประจำ จะช่วยลดความเสี่ยงของโรคอ้วน รวมไปถึงมะเร็งลำไส้ได้ โดยสถาบันโภชนศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 มีค่าดัชนีน้ำตาลในข้าวขาวพันธุ์ กข43 57.5 และพันธุ์พิษณุโลก 80 59.5 ซึ่งข้าวทั้ง 2 พันธุ์มีค่าดัชนีน้ำตาลน้อยกว่าข้าวพันธุ์ข้าวดอกมะลิ 105 ที่มีค่าดัชนีน้ำตาลมากกว่า 69 ดังนั้น ข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 จึงเหมาะกับผู้บริโภคที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน หรือผู้ที่สนใจดูแลสุขภาพ หากต้องการลดปริมาณน้ำตาล ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ (สืบค้นจาก <http://brrd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>)

สำนักวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว ได้อธิบายข้าวเจ้าพันธุ์ กข43 และข้าวเจ้าพิษณุโลก 80 ในองค์ความรู้เรื่องข้าว(สืบค้นจาก <http://www.ricethailand.go.th/Rkb/>) พอสรุปได้ดังนี้

(1) ข้าวเจ้าพันธุ์กข43 เป็นข้าวเจ้าคู่ผสมได้จากการผสมเดี่ยวระหว่างพันธุ์ข้าวเจ้าหอมสุพรรณบุรี และพันธุ์สุพรรณบุรี 1 ที่ศูนย์วิจัยข้าว คณะกรรมการพิจารณาพันธุ์ กรมการข้าว มีมติรับรองพันธุ์ ชื่อ กข43 เพื่อแนะนำให้เกษตรกรปลูกเมื่อวันที่ 17 กันยายน 2552 ลักษณะประจำพันธุ์ของข้าวเจ้าพันธุ์กข43 เป็นข้าวเจ้าไม่ไวต่อช่วงแสง ปริมาณมิโลสต่ำ 18.82% คุณภาพข้าวสุกหลังการหุงต้มข้าวสุกมีความนุ่มเหนียว มีกลิ่นหอมอ่อน

(2) ข้าวเจ้าพันธุ์พิษณุโลก 80 จากการผสม 3 สายพันธุ์ระหว่างพันธุ์ข้าวสุพรรณบุรี 90 และ IR56 กับ กข27 เมื่อ พ.ศ. 2534 และ พ.ศ. 2535 ที่ศูนย์วิจัยข้าวพิษณุโลก คณะกรรมการบริหารกรมวิชาการเกษตร มีมติให้เป็นพันธุ์รับรอง ชื่อ พิษณุโลก 80 เมื่อวันที่ 23 เมษายน 2550 ลักษณะประจำพันธุ์ของข้าวเจ้าพิษณุโลก 80 เป็นข้าวเจ้าไวต่อช่วงแสง ปริมาณมิโลสต่ำ 17.3 คุณภาพเมล็ดดี เป็นท้องถิ่นน้อย

สรุปจุดเด่นหรือคุณประโยชน์ของข้าวเจ้าพันธุ์กข43 และข้าวเจ้าพันธุ์พิษณุโลก 80 คือมีดัชนีน้ำตาลอยู่ในระดับปานกลาง เหมาะกับผู้ที่ต้องการดูแลสุขภาพตัวเองและบุคคลในครอบครัวและผู้ป่วยโรคเบาหวาน โดยเฉพาะผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ซึ่งเป็นชนิดโรคเบาหวานที่บ่อยที่สุดในประชากรไทย

จากการทบทวนวรรณกรรมความรู้เรื่องเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการข้าว พบว่าประเทศไทยมีข้าวมากมายหลากหลายพันธุ์ที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเป็นทางเลือกสำหรับให้ผู้บริโภคที่ต้องการบริโภคข้าวเป็นอาหารหลักแล้ว นอกจากได้รับคาร์โบไฮเดรตซึ่งเป็นองค์ประกอบหลักในข้าวแล้ว ยังได้วิตามิน แร่ธาตุ หรือสารองค์ประกอบอื่น ๆ ที่มีประโยชน์ตามแต่ละชนิดของข้าวอีกด้วย

### 3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ

จากการทบทวนวรรณกรรม พบความหมายของเจตคติ ซึ่งบางครั้งก็เรียก ทักษณคติ ดังนี้

#### 3.1 ความหมายของเจตคติ

ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม (2544, น. 366) ได้ให้ความหมายของทัศนคติเป็น ความรู้สึกของบุคคลที่มีต่อบุคคล สิ่งของ สภาพการณ์ เหตุการณ์ โดยบุคคลนั้นจะมีการเตรียมเพื่อมีปฏิกิริยาตอบโต้ไปทางใดทางหนึ่งตามความรู้สึกที่ตนเองรู้สึก

สุรางค์ โคว์ตระกูล (2548, น. 96) ได้ให้ความหมายของทัศนคติเป็นพฤติกรรมตอบสนองต่อสิ่งเร้า โดยทัศนคติมีทั้งเป็นบวกและเป็นลบ ทัศนคติเป็นการแสดงออกของค่านิยมและความเชื่อของบุคคล

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551, น. 243) ได้ให้ความหมายของเจตคติเป็นพฤติกรรมทั้งภายนอกที่สังเกตได้และภายในที่ไม่สามารถสังเกตได้ โดยเจตคติเป็นความคิดเห็น ความรู้สึก ความเชื่อ ความชอบ ความไม่ชอบ ความลำเอียง บางครั้งเจตคติก็นิยามทัศนคติ

Allport (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 243) ได้ให้ความหมายเจตคติเป็นสภาวะความพร้อมทางด้านจิตใจที่จะเป็นแรงกำหนดทิศทางของปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นบุคคล สิ่งของ และสถานการณ์ ซึ่งสภาวะความพร้อมนี้ขึ้นกับประสบการณ์

Thurstone (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 243) ได้ให้ความหมายเจตคติว่าเป็นระดับความรู้สึกที่มากหรือน้อยในด้านบวกและด้านลบซึ่งสามารถบอกเป็นความรู้สึกเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

Belkin & Skydell (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 244) ได้ให้ความหมายเจตคติว่าเป็นแนวโน้มที่บุคคลจะตอบสนองต่อผู้คน เหตุการณ์ สิ่งของต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอและคงที่ ทั้งที่เป็นความพอใจ และไม่พอใจ

จากการทบทวนวรรณกรรมจะพบความหมายของเจตคติ หรือ ทัศนคติ มีความหมายหลากหลายมากมาย แต่พอสรุปได้ว่า เจตคติ หมายถึง ความรู้สึก ความคิดเห็น ความเชื่อ ความชอบ ความพอใจ ที่จะมียากหรือน้อยหรือจะเป็นไปในทางบวกหรือลบในการที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์ เหตุการณ์ สิ่งของ บุคคลแตกต่างกันไปตามประสบการณ์ โดยเจตคติอาจจะสังเกตได้จากการมองเห็นภายนอกหรืออาจจะสังเกตได้ยากถ้าอยู่ในจิตใจ

### 3.2 ทฤษฎีเกี่ยวกับเจตคติ

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551, น. 262) ได้อธิบายแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเจตคติไว้ 2 เรื่อง ดังนี้

#### 3.2.1 เจตคติที่อธิบายด้วยทฤษฎีการเรียนรู้ความสัมพันธ์เชื่อมโยง

แนวคิดนี้กล่าวไว้ว่าเจตคติเป็นสิ่งที่เรียนรู้ได้ มีการเปลี่ยนแปลงได้เหมือนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ทฤษฎีการเรียนรู้จึงเกี่ยวข้องกับการเสริมแรง การวางเงื่อนไข การเลียนแบบ และการเชื่อมโยง โดยมีความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันดังนี้

1) การเสริมแรง เป็นเจตคติที่เกิดจากการเสริมแรงเป็นทั้งทางบวกและทางลบ หากเสริมแรงในทางบวกก็จะทำให้มีพฤติกรรมไปในทางบวก หากเสริมแรงไปในทางลบก็จะทำให้มีพฤติกรรมไปในทางลบเช่นกัน

2) การวางเงื่อนไข เป็นเจตคติที่เกิดจากการวางเงื่อนไขเมื่อเกิดเจตคติต่อสิ่งหนึ่งแล้วไปสัมพันธ์กับอีกสิ่งหนึ่ง ส่งผลให้มีเจตคติต่อสิ่งนั้นเหมือนกัน

3) การเลียนแบบ เป็นเจตคติที่เกิดจากการเลียนแบบ จากคนที่คนอื่นมีเจตคติเช่นนี้อยู่แล้ว แล้วบุคคลไปรับรู้รับเจตคตินั้นมาเป็นตัวเอง โดยที่อาจจะไม่ได้มีประสบการณ์เองโดยตรง

4) การเชื่อมโยง เป็นเจตคติที่เกิดจากการเชื่อมโยง โดยมีการเชื่อมโยงเจตคติบางอย่างเข้าด้วยกัน ตามความเข้าใจความคิดของตัวเอง ซึ่งเชื่อมโยงไปในทางเดียวกัน

### 3.2.2 เจตคติที่อธิบายด้วยทฤษฎีการเรียนรู้ความรู้ความเข้าใจ

1) ทฤษฎีความขัดแย้งด้านความรู้ความเข้าใจ (*Cognitive Dissonance Theory*) Festinger (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 263) ได้อธิบายว่าความรู้ความเข้าใจเป็นองค์ประกอบของเจตคติ ซึ่งแต่ละคนอาจจะมีความรู้ความเข้าใจที่มีลักษณะขัดแย้งกัน ก่อให้เกิดความไม่เข้าใจกัน ถ้าจะให้เปลี่ยนเจตคติได้ ต้องปรับความคิดความเชื่อให้สอดคล้องกัน

2) ทฤษฎีความสอดคล้องระหว่างความรู้สึก (*Affective Cognitive Consistency*) Rosenberg (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 264) ได้อธิบายว่า ถ้าความรู้สึกหรืออารมณ์กับความรู้ความเข้าใจยังมีความสอดคล้องกันอยู่นั้นหมายถึงเจตคติไม่เปลี่ยนแปลง แต่ถ้าความรู้สึกหรืออารมณ์กับความรู้ความเข้าใจมีความขัดแย้งกัน ก็ต้องปรับเปลี่ยนให้ไปทางเดียวกัน

3) ทฤษฎีความสมดุล (*Balance Theory*) Heider (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 264) ได้อธิบายว่าเจตคติที่แต่ละคนมีแล้วสอดคล้องกับเจตคติของอีกคนหนึ่ง ในสังคมที่มีต่อบุคคลหรือสิ่งต่าง ๆ ถ้าเกิดความไม่สมดุล ก็จะพยายามหาทางออกในเกิดการเปลี่ยนเจตคติให้เข้าสู่สมดุล

4) ทฤษฎีความลงรอยเดียวกัน (*Congruity Theory*) Osgood and Tannenbaum (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 264) ได้อธิบายว่า บุคคลจะเปลี่ยนเจตคติไปในทิศทางที่สอดคล้องกับผู้อื่นที่เกี่ยวข้องและเจตคติเดิมของบุคคล หากเกิดความขัดแย้งของเจตคติก็จะมี การปรับเปลี่ยนเจตคติให้เข้ากับสถานการณ์มากขึ้น

### 3.3 องค์ประกอบของเจตคติ

ชาติชาย พิทักษ์ธนาคม (2544, น. 98) ได้อธิบายถึงองค์ประกอบของเจตคติไว้ดังนี้

#### 3.3.1 องค์ประกอบทางด้านปัญญา (*Cognitive Component*) การศึกษา

องค์ประกอบของเจตคติจะต้องคำนึงถึงองค์ประกอบทางด้านปัญญาด้วยไม่ใช่แค่ความรู้สึกแต่เพียงอย่างเดียว เนื่องจากปัญญาจะเกี่ยวข้องกับความคิด ความเข้าใจซึ่งมีส่วนเป็นตัวกำหนดเจตคติของ

แต่ละบุคคล องค์ประกอบทางด้านปัญญาจึงเป็นพื้นฐานที่สำคัญในการกำหนดเจตคติของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกันไป

**3.3.2 องค์ประกอบด้านความรู้สึก (Affective Component)** ส่วนมากองค์ประกอบด้านความรู้สึกจะคล้อยตามองค์ประกอบทางด้านปัญญา โดยบุคคลจะมีความรู้สึกอย่างไรขึ้นอยู่กับข้อมูลความรู้ที่แต่ละบุคคลมี แต่บางครั้งความรู้ที่มีอาจจะไม่ได้มีอิทธิพลต่อความรู้สึกได้ทั้งหมด

**3.3.3 องค์ประกอบด้านการปฏิบัติ (Behavioral Component)** องค์ประกอบด้านการปฏิบัติจะเป็นการแสดงออกของเจตคติอย่างแท้จริง โดยจะสังเกตได้จากพฤติกรรมการปฏิบัติ ซึ่งเป็นถึงองค์ประกอบที่สำคัญ

### 3.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติ

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551, น. 265) ได้อธิบายถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อเจตคติไว้ดังนี้

**3.4.1 แหล่งข่าวรวมถึงผู้ให้ข่าวสาร** เป็นแหล่งที่ถ่ายทอด ความรู้ ความรู้สึกนึกคิดเจตคติ ถ้าผู้ให้ข่าวเป็นผู้ที่น่าเชื่อถือ เป็นบุคคลสำคัญ ก็จะเกิดการถ่ายทอดทางอารมณ์ความรู้สึกด้วย

**3.4.2 ผู้รับข่าวสาร** การที่ผู้รับข่าวสารจะเปลี่ยนเจตคติได้ ก็ขึ้นอยู่กับหลายอย่าง อาทิเช่น วิจารณ์ญาณ สถิติปัญญา ความเชื่อมั่นในตนเองของผู้รับ หากผู้รับสารเชื่อง่ายก็เปลี่ยนเจตคติได้ง่าย

**3.4.3 ข่าวสารหรือสื่อที่ใช้** ถ้าข่าวสารหรือสื่อที่ใช้ได้นำเสนอทำซ้ำ ๆ บ่อย ๆ พร้อมทั้งยังให้ความรู้สึกทางด้านอารมณ์ตรงกับความรู้สึกของผู้รับ จะทำให้ผู้รับเปลี่ยนเจตคติได้ง่ายขึ้น

**3.4.4 สภาพแวดล้อม** ถ้าสภาพแวดล้อมรอบ ๆ มีการเปลี่ยนแปลง และทำให้ผู้รับรู้สึกได้ว่าคนอื่น ๆ ได้มีการเปลี่ยนเจตคติแล้ว ผู้รับก็จะเกิดการเปลี่ยนเจตคติเลียนตามสภาพแวดล้อมไปด้วย

### 3.5 ลักษณะของการเปลี่ยนเจตคติ

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551, น. 260) ได้อธิบายลักษณะของการเปลี่ยนเจตคติไว้ 2 แบบ

**3.5.1 การเปลี่ยนไปในทางเดียวกัน (Congruent Change)** คือ การเปลี่ยนแปลงเจตคติไปในทางเดียวกัน โดยถ้ามีเจตคติที่เป็นบวกอยู่แล้วก็จะเป็นบวกมากขึ้น แต่หากมีเจตคติที่เป็นลบก็จะเป็นลบมากยิ่งขึ้น



**3.5.2 การเปลี่ยนไปคนละทาง (Incongruent Chang)** คือ การเปลี่ยนแปลงไปในทางตรงข้ามกัน โดยถ้าเดิมเคยมีเจตคติเป็นบวก อยู่ก็จะกลายเป็นบวกน้อยลงหรืออาจเปลี่ยนไปเป็นลบเลย

### 3.6 เครื่องมือในการวัดเจตคติ

การวัดเจตคติก่อนข้างเป็นเรื่องที่ยากเนื่องจากเป็นนามธรรมมากกว่าเป็นรูปธรรม เพราะเป็นความรู้สึก เป็นความคิดเห็น เป็นความเชื่อ จึงไม่อาจวัดเจตคติได้โดยตรง นักจิตวิทยาจึงนิยมใช้การวัดเจตคติในรูปแบบของแบบสอบถามหรือแบบสำรวจ (ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 253) กระบวนการสร้างแบบวัดทางเจตคติมีหลายมาตรา พอสรุปเครื่องมือในการวัดเจตคติที่สำคัญและน่าสนใจได้ดังนี้

**3.6.1 การสร้างแบบวัดเจตคติตามวิธีของลิเคิร์ท** Likert's Summated Rating Scale (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 255 - 256) หลักการของลิเคิร์ท จัดข้อความให้มีการแสดงเจตคติตามจุดมุ่งหมายไปทิศทางใดทิศทางหนึ่ง โดยให้ผู้ตอบได้แสดงความคิดเห็นในคำตอบที่จะแบ่งเป็น 5 ช่วง ได้แก่ เห็นด้วยอย่างมาก เห็นด้วย เฉยๆ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างมาก ซึ่งแบบวัดเจตคติตามวิธีของลิเคิร์ทมีขั้นตอนดังนี้

- 1) การรวบรวมข้อความ โดยในแต่ละข้อความต้องมีความหมายเดียว ซึ่งลักษณะของข้อความต้องให้คนที่มิเจตคติต่างกัน สามารถตอบได้แตกต่างกัน
- 2) การตรวจสอบข้อความ ในแต่ละข้อความต้องตรวจสอบข้อความนั้นว่ามีความสอดคล้องเหมาะสมกับคำตอบใน 5 ช่วงมากน้อยเพียงใด
- 3) การทวนสอบข้อความ เป็นการทดลองทวนสอบดูว่ามีข้อความใดที่ไม่ชัดเจนคลุมเครือ เพื่อแก้ไขให้ชัดเจน
- 4) การให้น้ำหนักคะแนนของความคิดเห็น ตามวิธีการของลิเคิร์ททำให้มาตราวัดวิธีการนี้มีความสะดวกในการใช้มากขึ้น และเป็นค่าน้ำหนักประจำตามแต่ละความคิดเห็นเหมือนกันทุกข้อความ

การสรุปเจตคติของแต่ละบุคคลว่ามีความคิดเห็น เจตคติอย่างไร ทำได้โดยการรวมน้ำหนักคะแนนของแต่ละข้อความของแต่ละคน ถ้าน้ำหนักคะแนนที่รวมได้มีค่าสูงก็แสดงว่าในเจตคติของบุคคลที่มีต่อข้อความนั้นมีความคิดเห็นในลักษณะเห็นด้วย

**3.6.2 การสร้างแบบวัดเจตคติของออสกู๊ด** Osgood's Semantic differential Scale (อ้างใน ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์, 2551, น. 256 - 257) หลักการของออสกู๊ด มีแนวความคิดว่าความคิดรวบยอดมีหลายลักษณะ หลายมิติที่สำคัญ ออสกู๊ดจึงสร้างแบบวัดเจตคติโดยใช้ความหมาย

ของภาษาที่เป็นคำคุณศัพท์มาอธิบายความหมายที่มีส่วนสัมพันธ์กับบุคคล โดยมีหลักการสร้างแบบวัดดังนี้

- 1) กระบวนการในการอธิบาย ตัดสินใจ หรือประเมินความคิดรวบยอด โดยในสิ่งเหล่านี้นำมาเขียนได้ในเชิงปริมาณวัดได้ในเชิงจิตวิทยา โดยคำคุณลักษณะของคุณศัพท์จะบ่งบอกความเข้มมากน้อยของแต่ละคุณลักษณะ เช่น แข็งแรง - อ่อนแอ , ยาก - ง่าย เป็นต้น
- 2) แนวทางในการอธิบายความคิดรวบยอด ตามแนวคิดของออสกูตในการอธิบายความคิดรวบยอดของแต่ละบุคคลในแต่ละช่วงการวัด ไม่ขึ้นกับช่วงการวัดอื่นจะเป็นมิติเดียว
- 3) การตอบสนองหรือการประเมิน ในการประเมินแต่ละความคิดรวบยอดของแต่ละช่วงวัดตามหลักออสกูต จะแบ่งช่วงออกเป็น 7 ช่วง ที่อยู่ในคุณลักษณะของคุณศัพท์ที่มีลักษณะตรงกันข้ามกัน

### 3.7 ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติกับพฤติกรรม

ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์ (2551, น. 251 - 252) เจตคติมีความสัมพันธ์และมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของแต่ละบุคคล โดยพฤติกรรมที่มีส่วนสัมพันธ์กับเจตคติจะแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

**3.7.1 พฤติกรรมด้านความรู้ความเข้าใจ (Cognitive Domain)** พฤติกรรมด้านความรู้ความเข้าใจ จะเริ่มจากการมีความรู้ในระดับง่าย และค่อย ๆ เพิ่มความคิด เพิ่มการเรียนรู้และพัฒนาทักษะความสามารถและสติปัญญาเพิ่มมากขึ้น จนมีความสามารถในการคิดวิเคราะห์ ตั้งเคราะห์ได้

**3.7.2 พฤติกรรมด้านความรู้สึกหรืออารมณ์ (Affective Domain)** พฤติกรรมด้านความรู้สึกหรืออารมณ์เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากภายในต้องใช้เครื่องมือวัดเป็นพิเศษถึงจะใช้วัด พฤติกรรมทางด้านนี้ได้เพราะพฤติกรรมนี้จะเป็นพฤติกรรมที่เป็นความรู้สึกสนใจ ความชอบ ซึ่งสังเกตได้ก่อนข้างยาก

**3.7.3 พฤติกรรมด้านการตอบสนอง (Response)** พฤติกรรมด้านการตอบสนอง จะ เป็นความสัมพันธ์ของเจตคติที่ตอบสนองต่อสถานการณ์ สิ่งเร้าต่าง ๆ พฤติกรรมลักษณะนี้จะเป็นลักษณะการตอบสนองด้วยความยินดี ความเต็มใจ หรือการพึงพอใจต่อสถานการณ์ หรือสิ่งเร้า นั้น ๆ

จากข้อมูลทั้งหมดที่ได้พบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับเจตคติ จะเห็นว่าเจตคติเป็นสิ่งที่ลึกซึ้ง ละเอียดยาก การที่บุคคลหนึ่งจะมีเจตคติแบบใดขึ้นอยู่กับหลายปัจจัยที่เกี่ยวข้อง โดยองค์ประกอบที่สำคัญของเจตคติจะมาจากปัญญา หรือ ความรู้ที่แต่ละ

บุคคลมี สะท้อนออกมาเป็นความรู้สึกและพฤติกรรมการปฏิบัติที่สามารถสังเกตได้ โดยเจตคติสามารถเปลี่ยนแปลงได้ขึ้นกับตัวบุคคล แหล่งข่าวสารข้อมูลความรู้ การสื่อสารข้อมูล รวมทั้งสภาพแวดล้อมในสถานการณ์ต่าง ๆ ถึงแม้ว่าการวัดเจตคติจะเป็นเรื่องที่ยากแต่ก็มีเครื่องการวัดเจตคติที่นักวิทยาได้สร้างขึ้นมาและมีการนำไปใช้กันอย่างแพร่หลาย เช่น เครื่องมือวัดตามวิธีการของลิเคิร์ต เป็นต้น

#### 4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค

จากการทบทวนวรรณกรรม พบความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภค ดังนี้

##### 4.1 ความหมายของพฤติกรรมผู้บริโภค

Holt, Rinehart and Winston, Inc., (อ้างใน ชงชัย สันติวงษ์, 2559, น. 29) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง การกระทำของบุคคลที่เกี่ยวข้องโดยตรงกับการได้รับและการใช้สินค้าและบริการ

Brian Sternthal and C. Samuel Craig (1982, p. 6) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึงการศึกษากระบวนการที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจซื้อ

ยุทธนา ธรรมเจริญ (2558, น. 1-10) ได้ให้ความหมายว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง กิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการซื้อและการใช้ผลิตภัณฑ์เพื่อตอบสนองตามความต้องการของผู้บริโภค

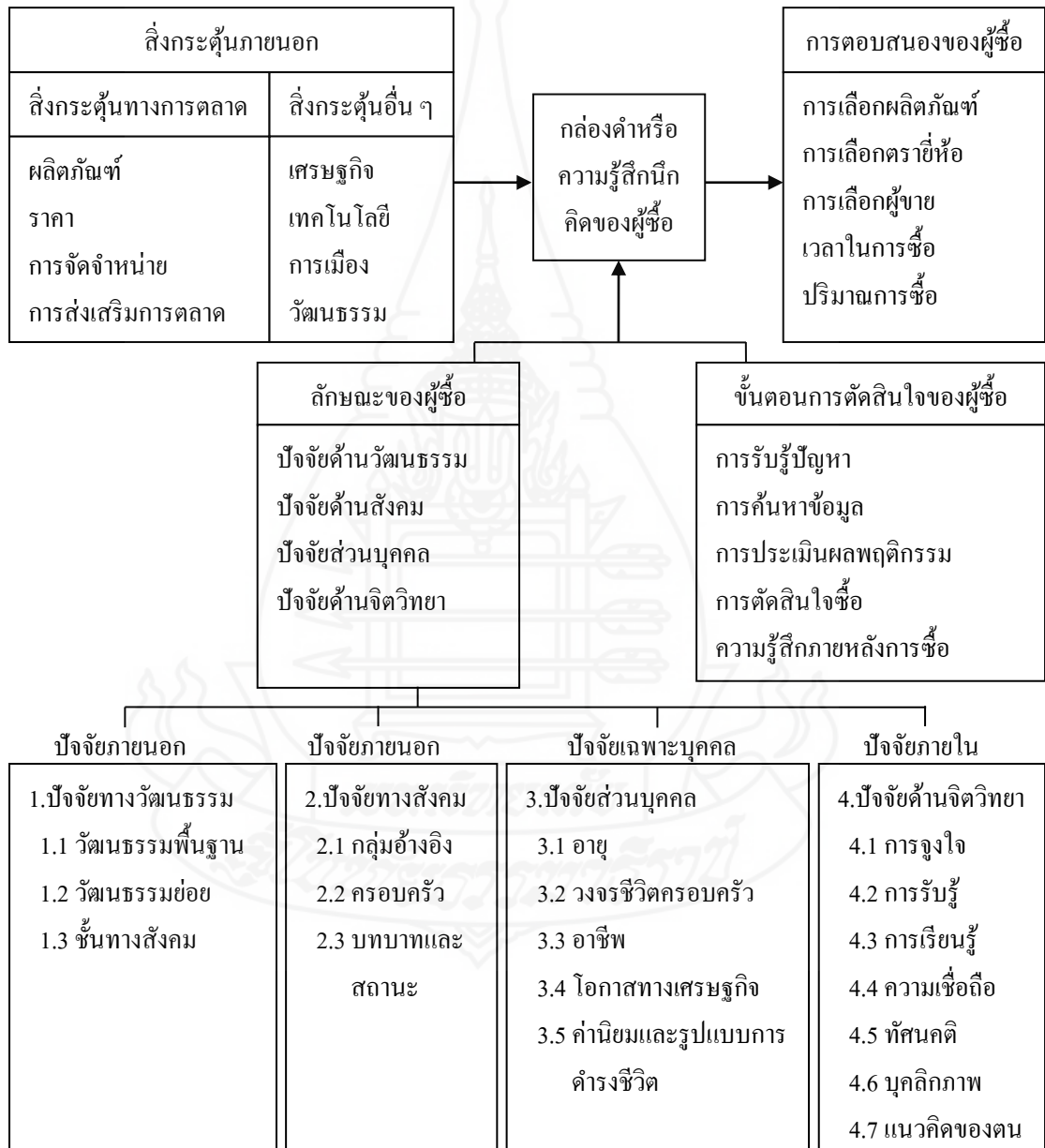
วุฒิ สุขเจริญ (2559, น. 8) ได้ให้ความหมายในเชิงการตลาดไว้ว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง ในมุมมองเศรษฐศาสตร์เป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นในกระบวนการที่เกี่ยวข้องในการบริโภค

จากการทบทวนวรรณกรรมจะพบความหมายของ พฤติกรรมผู้บริโภค มีความหมายหลากหลายมากมาย แต่พอสรุปได้ว่า พฤติกรรมผู้บริโภค หมายถึง การกระทำหรือกิจกรรมใด ๆก็ตามที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับกระบวนการในการได้มาซึ่งสินค้าและบริการ เพื่อความพึงพอใจของแต่ละบุคคล

##### 4.2 ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้บริโภค

อรวินท์ เลาหรัชดนนท์ (2559, น. 8-12) ได้กล่าวไว้ว่า ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้บริโภค ได้แก่ ทฤษฎีโมเดลพฤติกรรมผู้บริโภค (consumer behavior model) หรือ stimulus-response theory ของฟิลิป คอตเลอร์ (Philip Kotler) ซึ่งเป็นการศึกษาถึงเหตุจูงใจที่ทำให้เกิดการตัดสินใจซื้อสินค้าและบริการ โดยเริ่มต้นจากสิ่งเร้าหรือสิ่งกระตุ้น (stimulus) ซึ่งอาจ

เป็นสิ่งที่กระตุ้นที่เกิดขึ้นเองจากภายในร่างกาย และสิ่งกระตุ้นจากภายนอก ก่อให้เกิดความต้องการ เมื่อสิ่งกระตุ้นนั้นผ่านเข้ามาในความรู้สึกนึกคิดของผู้บริโภค แล้วจึงเกิดการตอบสนองของผู้บริโภค หรือ การตัดสินใจของผู้บริโภคในการซื้อหรือไม่ซื้อสินค้าหรือบริการ จุดเริ่มต้นของโมเดลนี้อยู่ที่การมีสิ่งกระตุ้นให้เกิดความต้องการก่อน แล้วทำให้เกิดการตอบสนอง จึงเรียกว่า stimulus-response theory หรือ S - R Theory คอตเลอร์ได้อธิบายถึงการเกิดพฤติกรรมของผู้บริโภคโดยอาศัย S-R theory ในรูปแบบจำลองพฤติกรรมผู้บริโภค ดังภาพที่ 2.1



ภาพที่ 2.1 โมเดลพฤติกรรมผู้บริโภค

ที่มา: อังโน อรวินท์ เลขาธิการพันธ์ (2559, น. 8-13)

### 4.3 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค

ปัจจัยของตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภคมี 2 ปัจจัยหลักที่สำคัญ คือ ปัจจัยภายนอก และ ปัจจัยภายใน โดยมีรายละเอียดดังนี้

**4.3.1 ปัจจัยภายนอก** (ยุทธนา ธรรมเจริญ , 2558, น. 1-26 – 1-27) ปัจจัยภายนอก ตัวบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค เป็นปัจจัยที่ควบคุมไม่ได้ ซึ่งมีปัจจัยสำคัญที่เกี่ยวข้อง 4 ด้าน ดังต่อไปนี้

#### 1) ด้านเศรษฐกิจ ได้แก่

(1) รายได้ ถือเป็นปัจจัยที่สำคัญอย่างมาก เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการซื้อของผู้บริโภค เพราะถือว่าเป็นแหล่งของอำนาจการซื้อ

(2) แนวโน้มการบริโภคและการออม จะมีมากน้อยขนาดไหนขึ้นอยู่กับรายได้เป็นสำคัญ

(3) ขนาดของครอบครัวและรายได้ มีผลต่ออัตราการบริโภคหรือการใช้ผลิตภัณฑ์ และต้องพิจารณาถึงรายได้รวมของครอบครัวด้วย

(4) การเป็นเจ้าของทรัพย์สินและสามารถเปลี่ยนเป็นเงินได้ การที่ผู้บริโภคมีทรัพย์สินที่สามารถเปลี่ยนเป็นเงินได้ เช่น ที่ดิน หุ่น ทอง ก็ทำให้มีโอกาสที่ผู้บริโภคจะใช้ผลิตภัณฑ์หรือบริโภคได้ง่ายขึ้น

(5) การให้สินเชื่อ ทำให้ผู้บริโภคมีโอกาสในการตัดสินใจซื้อได้มากขึ้น

#### 2) ด้านสังคม

(1) กลุ่มอ้างอิง เป็นกลุ่มคนที่นิยมชมชอบในการเป็นแบบอย่างในเรื่องรสนิยม ตัวอย่างกลุ่มอ้างอิงได้แก่ ครอบครัว เพื่อน กลุ่มอาชีพเดียวกันหรือนิยมกิจกรรมเดียวกัน กลุ่มผู้มีชื่อเสียง เช่น นักแสดง นักกีฬา เป็นต้น

(2) ครอบครัว ได้แก่ พ่อ แม่ ลูก แต่ใครจะเป็นผู้มีอิทธิพลหรือมีบทบาทในการตัดสินใจขึ้นอยู่กับผลิตภัณฑ์ ความสัมพันธ์ในครอบครัว

(3) บทบาทและสถานภาพของบุคคล

#### 3) ด้านวัฒนธรรม

(1) วัฒนธรรมย่อย มาจากรากฐานด้านเชื้อชาติ ศาสนา สืบทอดพื้นที่ทางภูมิศาสตร์

(2) ชั้นสังคม เป็นตัวบ่งบอกว่าผู้บริโภคมีพฤติกรรมในชนชั้นสังคมเดียวกันคล้ายกันอย่างไร ทั้งในด้านความคิด ความเชื่อ ทศนคติ ความสนใจและการใช้จ่าย

4) **ด้านธุรกิจ** เป็นกิจกรรมทางธุรกิจที่สร้างความดึงดูดใจผู้บริโภค เช่น การโฆษณา การขายโดยบุคคล การส่งเสริมการขายและกิจกรรมอื่น ๆ ที่เป็นการกระตุ้นให้ผู้บริโภคมีความต้องการบริโภคผลิตภัณฑ์

**4.3.2 ปัจจัยภายใน** (อรวิวิท เล่าหรัชชดนนท์ , 2559, น. 8-27 – 8-28 ) ปัจจัยภายในตัวบุคคล หรือ ปัจจัยจิตวิทยา คือ ปัจจัยที่อยู่ภายในจิตใจของแต่ละบุคคลที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค ผู้บริโภคจะมีการตอบสนองที่แตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในของแต่ละบุคคลซึ่งได้แก่

- 1) **ความต้องการ** เป็นความต้องการพื้นฐานในการดำรงชีวิต ได้แก่ ความต้องการทางด้านร่างกาย และความต้องการทางด้านจิตใจ
  - 2) **แรงจูงใจ** เป็นสิ่งที่ถูกกระตุ้นหรือผลักดันจากแรงขับภายในของแต่ละบุคคลให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ กัน
  - 3) **บุคลิกภาพ** เป็นปัจจัยภายในตัวบุคคลที่ทำให้บุคคลตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมได้แตกต่างกัน โดยคุณลักษณะของบุคลิกภาพด้านจิตวิทยาภายในและลักษณะภายนอก ประกอบด้วยทัศนคติและอุปนิสัยซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภค
  - 4) **การเรียนรู้** เป็นกระบวนการในการแปลข้อมูลจากสิ่งเร้าที่มากระตุ้นผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 ได้แก่ ตา หู จมูก ลิ้น ผิวหนัง และสมองตีความเป็นข้อมูล โดยการตีความอาจแตกต่างกันตามความสามารถ ประสบการณ์ พื้นฐานความคิด ความรู้สึก และสภาพแวดล้อมของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน
  - 5) **การเรียนรู้** เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงอย่างมั่นคงถาวรหากได้รับการฝึก การได้เรียน หรือการได้ประสบการณ์จากเรื่องนั้น ๆ จะเป็นการเพิ่มขึ้นของพฤติกรรม
  - 6) **ทัศนคติ** เป็นเรื่องของอารมณ์ ทำที่ ความรู้สึกนึกคิด ทั้งในแง่บวกและลบ ที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ รอบตัว สามารถเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ โดยผ่านการเรียนรู้
- จากข้อมูลทั้งหมดที่ได้ทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมของผู้บริโภค จะเห็นว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค ซึ่งมีทั้งปัจจัยภายนอกตัวบุคคล อันได้แก่ เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรม ธุรกิจ และปัจจัยในภายในตัวบุคคล อันได้แก่ ความต้องการ การจูงใจ บุคลิกภาพ การรับรู้ การเรียนรู้ และทัศนคติ โดยปัจจัยแต่ละด้านที่มีความแตกต่างในแต่ละบุคคล ย่อมส่งผลทำให้ผู้บริโภคแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมือนกัน

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการทบทวนวรรณกรรมพบงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับวัตถุประสงค์ของงานวิจัยนี้ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

### 5.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับข้าว

**ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลินิทรีย์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล** โดย อรวรรณ ชมรัมย์ชา, กิตติศักดิ์ วสันติวงศ์, รดา อิ่มศิลป์, และศรีสกุล แก้วกระจ่าง (2555) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลินิทรีย์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล โดยกลุ่มตัวอย่างครั้งนี้คือผู้ที่เคยบริโภคข้าวหอมมะลินิทรีย์ ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ สถานภาพ อาชีพ ระดับการศึกษา และรายได้ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค รองลงมาคือ ปัจจัยความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเกษตรอินทรีย์ ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง โดยพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความรู้ความเข้าใจว่าผลิตภัณฑ์เกษตรอินทรีย์มีความปลอดภัยต่อผู้บริโภคและช่วยรักษาสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ผู้บริโภคเห็นว่าควรเพิ่มแหล่งจำหน่ายข้าวหอมมะลินิทรีย์ให้เพียงพอกับความต้องการของผู้บริโภค โดยเฉพาะซูเปอร์มาร์เก็ต และควรให้ข้อมูลเกี่ยวกับกระบวนการผลิตและการตรวจสอบคุณภาพข้าวให้มากขึ้น ข้อเสนอแนะในงานวิจัยนี้เสนอว่าควรเลือกกลุ่มตัวอย่างอื่นที่มีความแตกต่างทางด้านลักษณะประชากรศาสตร์ เพื่อนำข้อมูลมาพัฒนาสินค้าเกษตรอินทรีย์ต่อไป

### 5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าว

**การรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลินิทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสาร** โดยเพ็ญศรี เจริญวานิช และวรนุช ศรีเจษฎารักษ์ (2552) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาพฤติกรรมการซื้อ การรับรู้ ทัศนคติ และแนวทางการสร้างการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิทรีย์ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้คือผู้บริโภคที่ซื้อข้าวหอมมะลินิทรีย์เป็นประจำในพื้นที่จังหวัดร้อยเอ็ด ขอนแก่น และมหาสารคาม (พื้นที่ร้อยแก่นสาร) ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยซื้อ/ไม่เคยทานข้าวหอมมะลินิทรีย์ เนื่องจากได้รับข่าวสารเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิทรีย์น้อย มีการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสารน้อย มีทัศนคติเชิงลบต่อข้าวหอมมะลินิทรีย์คือไม่เชื่อมั่นในความปลอดภัยและประโยชน์ต่อร่างกาย และไม่มีความตั้งใจที่จะซื้อข้าวหอมมะลินิทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสาร จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อข้าวหอมมะลินิทรีย์คือ ปัจจัยด้านประโยชน์ซึ่งมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อในระดับมาก และปัจจัยคุณลักษณะมี

อิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อในระดับปานกลาง แนวทางการสร้างการรับรู้และทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์นั้น ต้องดำเนินการ โดยการ โฆษณาประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่าง ๆ ให้มากขึ้น ส่วนหนึ่งของข้อเสนอแนะในงานวิจัยนี้เสนอว่าผู้บริโภคส่วนใหญ่มีทัศนคติเชิงลบต่อข้าวหอมมะลินทรีย์ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรริบดำเนินการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เป็นเชิงบวก ซึ่งให้เห็นถึงคุณประโยชน์และความปลอดภัยจากการบริโภคข้าวหอมมะลินทรีย์ทั้งต่อสุขภาพและสุขภาพแวดล้อม

### 5.3 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการศึกษาพฤติกรรมผู้บริโภคข้าว

#### 5.3.1 การรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลินทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่น

สาร โดยเพ็ญศรี เจริญวานิช และวรนุช ศรีเจษฎารักษ์ (2552) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาพฤติกรรม การซื้อ การรับรู้ ทัศนคติ และแนวทางการสร้างการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์ โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาคั้งนี้คือผู้บริโภคที่ซื้อข้าวหอมมะลิเป็นประจำในพื้นที่จังหวัดร้อยเอ็ด ขอนแก่น และมหาสารคาม (พื้นที่ร้อยแก่นสาร) ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยซื้อ/ไม่เคยทานข้าวหอมมะลินทรีย์ เนื่องจากได้รับข่าวสารเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์น้อย มีการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสารน้อย มีทัศนคติเชิงลบต่อข้าวหอมมะลินทรีย์คือไม่เชื่อมั่นในความปลอดภัยและประโยชน์ต่อร่างกาย และไม่มีความตั้งใจที่จะซื้อข้าวหอมมะลินทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสาร จากการศึกษาพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อข้าวหอมมะลินทรีย์คือปัจจัยด้านประโยชน์ซึ่งมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อในระดับมาก และปัจจัยคุณลักษณะมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจซื้อในระดับปานกลาง แนวทางการสร้างการรับรู้และทัศนคติที่ดีเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์นั้น ต้องดำเนินการโดยการ โฆษณาประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อต่าง ๆ ให้มากขึ้น ส่วนหนึ่งของข้อเสนอแนะในงานวิจัยนี้เสนอว่าพฤติกรรม การซื้อข้าวหอมมะลินทรีย์ของคนที่ไม่เคยซื้อเนื่องมาจากไม่รู้จัก ไม่ทราบข่าวสารและไม่เคยได้ยิน ทำให้เห็นว่าข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินทรีย์ที่ผู้บริโภคได้รับยังมีไม่เพียงพอที่จะทำให้เกิดการซื้อ หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและผู้ผลิตควรดำเนินการทางการตลาดเพื่อให้ผู้บริโภคได้รับทราบข้อดีและประโยชน์ของข้าวหอมมะลินทรีย์

#### 5.3.2 ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อข้าวกล้องบรรจุถุงของผู้บริโภคในเขต

กรุงเทพมหานคร โดยจินตนา เพชรพงศ์ (2552) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาพฤติกรรมการซื้อข้าวกล้องบรรจุถุงของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ ปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์และปัจจัยด้านส่วนประสมทางการตลาด โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาในงานวิจัยนี้เป็นผู้บริโภคที่เป็นเพศชายและหญิง อายุ 20 ปีขึ้นไปและเคยซื้อหรือซื้อข้าวกล้องบรรจุถุง ผลการวิจัยพบว่าผู้บริโภคมีความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ของข้าวกล้องบรรจุถุง ทั้งโดยรวมและใน



ด้านประโยชน์ ด้านคุณภาพ ด้านบรรจุภัณฑ์ และในด้านตราสินค้า โดยภาพรวมทั้งหมดอยู่ในระดับเห็นด้วย ส่วนความคิดเห็นเกี่ยวกับปัจจัยด้านส่วนประสมการตลาด ทั้งโดยรวมและในด้านราคาและในด้านการส่งเสริมการตลาดของข้าวก๋วยเตี๋ยวบรรจุถุง โดยภาพรวมทั้งหมดอยู่ในระดับเห็นด้วย ส่วนด้านช่องทางการจัดจำหน่ายโดยภาพรวมผู้บริโภคเห็นด้วยอย่างยิ่ง นอกจากนี้ผู้บริโภคที่มีอาชีพแตกต่างกันจะมีพฤติกรรมการเลือกซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวบรรจุถุงที่แตกต่างกัน ปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์และด้านส่วนประสมทางการตลาด สามารถทำนายพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวบรรจุถุงในเรื่องจำนวนข้าวก๋วยเตี๋ยวที่บริโภคในครอบครัว(กิโลกรัม)ต่อเดือน และจำนวน(%) ข้าวก๋วยเตี๋ยวที่บริโภคในครอบครัวทั้งหมด หนึ่งในข้อเสนอแนะจากงานวิจัยครั้งนี้เสนอว่าในการวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาในกลุ่มที่ไม่เคยบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยวบรรจุถุง เพื่อนำมาใช้วางแผนกลยุทธ์ทางการตลาดซึ่งอาจเป็นการเพิ่มยอดขายจากผู้บริโภคกลุ่มนี้ด้วย

**5.3.3 ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยวของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม** โดยวงศ์พัฒนา ศรีประเสริฐ และ รุ่งศักดิ์ วัฒนา (2554) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาความคิดเห็นของผู้บริโภคเกี่ยวกับปัจจัยทางการตลาดในการซื้อ และการบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยว พฤติกรรมการซื้อและการบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยวของผู้บริโภค ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและการบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยว และปัญหาที่มีต่อการเลือกซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้คือผู้บริโภคที่มีภูมิลำเนาในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับปัจจัยทางการตลาดในการซื้อและบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยวเรียงจากมากไปน้อย ได้แก่ ด้านการส่งเสริมการตลาด ด้านราคา ด้านผลิตภัณฑ์ และด้านช่องทางการจัดจำหน่าย ซึ่งส่วนใหญ่กลุ่มตัวอย่างเคยซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวโดยไม่สนใจยี่ห้อ เหตุผลที่ซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวเพราะรับประทานอยู่แล้ว ความหอมเป็นลักษณะของข้าวก๋วยเตี๋ยวที่นิยมซื้อ โดยสถานที่ที่ซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวคือซูเปอร์มาร์เก็ต สื่อโทรทัศน์เป็นสื่อที่ทำให้ทราบข้อมูลข้าวก๋วยเตี๋ยว บุคคลที่มีอิทธิพลในการตัดสินใจซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวคือ ญาติ ความถี่ในการซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวอยู่ที่ 2-3 ครั้งต่อเดือน ปริมาณการซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวต่อครั้งคือ 2 กิโลกรัม และโอกาสในการซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวคือซื้อเมื่อมีปัญหาสุขภาพ ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวก๋วยเตี๋ยวมากที่สุด คือ ปัจจัยผลิตภัณฑ์ ปัญหาที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อข้าวก๋วยเตี๋ยวของผู้บริโภค เรียงลำดับความสำคัญจากมากไปหาน้อย ได้แก่ ปัญหาจากมอดและแมลง ราคาไม่สามารถต่อรองได้ หาซื้อสินค้าได้ยากกับไม่มีการประชาสัมพันธ์ ป้ายฉลากไม่มีความชัดเจน และยี่ห้อตราที่ต้องการไม่มีจำหน่าย ส่วนหนึ่งของข้อเสนอแนะจากงานวิจัยครั้งนี้เสนอว่าผู้ประกอบการธุรกิจจำหน่ายข้าวก๋วยเตี๋ยวและกระทรวงการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ควรระบุให้ผู้บริโภค

เล็งเห็นถึงคุณค่าทางโภชนาการของข้าวกล้อง เน้นการให้ข่าวสารข้อมูล การให้ความรู้และการประชาสัมพันธ์ให้แก่ผู้บริโภคมากยิ่งขึ้น

#### 5.3.4 ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคข้าวไม่ขัดสี โดย ปนิดา น้อยเกิด (2554)

งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาพฤติกรรมการบริโภค และปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวไม่ขัดสี โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้คือผู้บริโภคข้าวไม่ขัดสี ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มผู้บริโภคส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุระหว่าง 30 – 45 ปี มีความถี่ในการบริโภคข้าวไม่ขัดสีทุกวัน ปริมาณการบริโภคข้าวไม่ขัดสี 1 จานต่อมื้อ โดยหุงข้าวบริโภคเอง ซึ่งมีการวางแผนการซื้อล่วงหน้า ซื้อข้าวไม่ขัดสีจากไฮเปอร์มาร์เก็ตและซูเปอร์มาร์เก็ต พันธุ์ข้าวที่เลือกคือข้าวหอมมะลิ ไม่สนใจยี่ห้อ และตัดสินใจบริโภคเอง บริโภคข้าวไม่ขัดสีเพราะเป็นผลดีต่อสุขภาพ โดยรับรู้ข้อมูลข้าวไม่ขัดสีจากนิตยสารและวารสารในด้านประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ และได้เปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคเป็นระยะเวลา 2.1 – 4.0 ปี การบริโภคครั้งแรกไม่มีปัญหาในการบริโภค และมีความพึงพอใจในการบริโภค ภายหลังจากบริโภคติดต่อกัน มีความพึงพอใจในระดับมาก ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคข้าวไม่ขัดสี ได้แก่ ราคา การจัดจำหน่ายผลิตภัณฑ์และการส่งเสริมการตลาด ส่วนหนึ่งของข้อเสนอแนะในงานวิจัยนี้เสนอว่าผู้ประกอบการควรให้ความสำคัญในเรื่องของบรรจุภัณฑ์ให้ชัดเจนทั้ง วัน เดือน ปีที่ผลิตและหมดอายุรวมถึงมีขนาดบรรจุให้เลือกซื้อหลากหลายขนาดเพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้ความสำคัญ ในด้านราคาผู้ประกอบการควรกำหนดการตั้งราคาให้เหมาะสมกับคุณภาพของผลิตภัณฑ์เพราะเป็นสิ่งที่กลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญมากที่สุด ในด้านการจัดจำหน่ายผู้ประกอบการควรมีการกระจายสินค้าให้ครอบคลุมพื้นที่เพราะกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ให้ความสำคัญในเรื่องสถานที่จำหน่ายใกล้บ้านและสถานที่ทำงาน มีสถานที่จอดรถสะดวกและมีขายทั่วไปสะดวกเลือก

#### 5.3.5 ข้าวบรรจุถุงเพื่อสุขภาพ: กระบวนการในการพัฒนาเพื่อตอบสนองความต้องการผู้บริโภคในยุคปัจจุบัน โดยภัททิรา ชีรสวัสดิ์ (2556) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษา

กระบวนการพัฒนานวัตกรรมผลิตภัณฑ์ข้าวบรรจุถุงเพื่อสุขภาพที่ตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคในยุคปัจจุบัน โดยศึกษา 2 ผลิตภัณฑ์ได้แก่ ผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องผสมระหว่างข้าวขาวดอกมะลิ 105กับข้าวหอมมะลิแดง และผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องผสมระหว่างข้าวขาวดอกมะลิ 105กับข้าวกล 31 โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้คือกลุ่มผู้บริโภคสินค้าเพื่อสุขภาพ ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างเห็นว่าสถานที่ในการจำหน่ายข้าวเพื่อสุขภาพควรหาซื้อได้ง่ายและควรมีจำหน่ายตามร้านสะดวกซื้อทั่วไป รองลงมาคือการส่งเสริมการขายโดยเฉพาะในเรื่องของการให้ทดลองชิมผลิตภัณฑ์ข้าวเพื่อสุขภาพ ในด้านราคาของผลิตภัณฑ์ข้าวเพื่อสุขภาพไม่ควรแตกต่างจากข้าวธรรมดาในท้องตลาดมากนัก และควรมีช่องทางการสื่อสารที่หลากหลายกับผู้บริโภคเพื่อให้เห็นประโยชน์ของการ

บริโภคที่มากกว่าข้าวขาวทั่วไป ส่วนหนึ่งของข้อเสนอแนะจากงานวิจัยครั้งนี้เสนอว่าในกระบวนการพัฒนานวัตกรรมผลิตภัณฑ์จำเป็นต้องให้ความสนใจกับสภาพการณ์ที่แท้จริงของตลาด ตลอดจนแนวโน้มและพฤติกรรมผู้บริโภคในยุคปัจจุบันที่จะสามารถพัฒนานวัตกรรมผลิตภัณฑ์ที่สามารถตอบสนองความต้องการของผู้บริโภคได้อย่างแท้จริง

### 5.3.6 พฤติกรรมผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่อการเลือกซื้อ

**ผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุง** โดยอริคุณ ชาญศิริวิริยกุล และ เหมือนหมาย อภินทนาพงศ์ (2557) งานวิจัยนี้มุ่งเน้นศึกษาอิทธิพลของปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดและศึกษาระดับความสำคัญของปัจจัยทางการตลาดที่ใช้ในการตัดสินใจซื้อข้าวกล้องบรรจุถุง โดยกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาครั้งนี้จะเป็นประชากรที่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลที่เคยบริโภคผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุง ผลจากการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างให้ความสำคัญกับปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่ายอยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด โดยพบว่าความนุ่มของข้าว ความสะอาดของข้าว การได้รับเครื่องหมายรับรองคุณภาพ คุณค่าทางโภชนาการ ขนาดบรรจุ รูปแบบการบรรจุที่ปลอดภัย ราคาที่เหมาะสมกับคุณภาพ และสถานที่จัดจำหน่ายที่สะดวกและหาซื้อได้ง่าย เป็นปัจจัยที่ผู้ซื้อให้ความสำคัญมากที่สุด ส่วนปัจจัยด้านการส่งเสริมการตลาดมีผลต่อการตัดสินใจซื้อข้าวกล้องบรรจุถุงอยู่ในระดับปานกลางถึงมาก โดยผู้ซื้อให้ความสำคัญกับการโฆษณาผ่านสื่อต่าง ๆ การมีตัวอย่างให้ทดลองชิมและการมีพนักงานคอยแนะนำสินค้าในระดับมาก

### บทที่ 3

## วิธีดำเนินการวิจัย

#### 1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1.1 ประชากรในการศึกษารั้งนี้ ประกอบด้วยกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป)

1.2 กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษ จำนวน 120 คนต่อกลุ่มวัยต่าง ๆ รวมทั้งหมด 360 คน การคัดเลือกตัวอย่างทำการคัดเลือกตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) โดยมีขั้นตอนในการคัดเลือกดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ในการคัดเลือกเขตของกรุงเทพมหานครเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง โดยเลือกเขตในย่านธุรกิจ ได้แก่ เขตบางรักและเขตปทุมวัน และในย่านอุตสาหกรรม ได้แก่ เขตมีนบุรีและเขตลาดกระบัง และเลือกเขตของกรุงเทพมหานครในย่านชุมชนฝั่งพระนคร ได้แก่ เขตบางกอกน้อย และในย่านชุมชนฝั่งธนบุรี ได้แก่ เขตหนองแขมและเขตบางขุนเทียน

ขั้นตอนที่ 2 ในการคัดเลือกสถานศึกษา สถานที่ทำงาน และที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง

ขั้นตอนที่ 3 กำหนดจำนวนตัวอย่างเท่ากัน คือ จำนวน 30 คนต่อกลุ่มวัยต่อเขต รวมทั้งหมด 360 คน รายละเอียดดังตารางที่ 3.1

ตารางที่ 3.1 กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง	กลุ่มวัยเรียน อายุ 18 – 21 ปี จำนวนเขตละ 30 คน	กลุ่มวัยทำงาน อายุ 22 – 59 ปี จำนวนเขตละ 30 คน	กลุ่มวัยสูงอายุ อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวนเขตละ 30 คน
ธุรกิจ	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เขตปทุมวัน	ซีพี ทาวเวอร์ เขตบางรัก	ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 23 สี่พระยา เขตบางรัก
อุตสาหกรรม	สถาบันเทคโนโลยีพระจอม เกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง เขตลาดกระบัง	ซีพีเอฟ เขตมีนบุรี	ชมรมผู้สูงอายุ ชุมชนหมู่บ้านสินธานี 2 เขตมีนบุรี
ชุมชนฝั่ง พระนคร	สถาบันการศึกษา เขตบางกอกน้อย	ศูนย์บริการสาธารณสุข วัดเจ้าอาม เขตบางกอกน้อย	ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข วัดเจ้าอาม เขตบางกอกน้อย
ชุมชนฝั่งธนบุรี	มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ เขตหนองแขม	สำนักงานเขต เขตบางขุนเทียน	ชมรมผู้สูงอายุเต้าเต๋อซินซี ศูนย์กีฬาบางขุนเทียน เขตบางขุนเทียน

### 1.3 คุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่กำหนด คือ

- 1.3.1 กลุ่มตัวอย่างเพศชายและหญิงที่มีอายุตามช่วงที่กำหนด
- 1.3.2 กลุ่มตัวอย่างต้องเป็นผู้ที่รับประทานข้าวอย่างน้อย 1 มื้อต่อวัน
- 1.3.3 กลุ่มตัวอย่างในวัยต่าง ๆ ต้องเป็นกลุ่มตัวอย่างที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร
- 1.3.4 กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ที่แสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย ภายหลังจากได้รับการชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัย และลงนามในเอกสารแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยแล้ว

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัยในเขตกรุงเทพมหานคร (แสดงในภาคผนวก ก) ผ่านการพิจารณาและตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.92

แบบสอบถามแบ่งเป็น 4 ตอน ประกอบด้วย

**ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง** ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพ การศึกษา อาชีพ โรคประจำตัว ลักษณะที่พักอาศัย บุคคลที่ที่พักอาศัยร่วมด้วย

**ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว** ประกอบด้วยข้อคำถามทั้งหมด 13 ข้อ กำหนดให้ผู้ตอบแบบสอบถามใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่กำหนดให้ตามความรู้ของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยคำตอบแบ่งเป็น 3 ตัวเลือกคือ ใช่ ไม่ใช่ และไม่แน่ใจ ได้แก่ ความรู้เรื่องข้าวขาว ความรู้เรื่องข้าวกล้อง และความรู้เรื่องข้าวเพื่อสุขภาพ

**ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ** ประกอบด้วยข้อคำถามในด้านคุณค่าทางโภชนาการ ด้านการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร และด้านการเลือกบริโภคข้าว รวมจำนวนทั้งหมด 10 ข้อ กำหนดให้ผู้ตอบคำถามใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่กำหนดให้ตามความคิดเห็นของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแบ่งเป็น 5 ตัวเลือก คือ 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง 4 หมายถึง เห็นด้วย 3 หมายถึง ไม่แน่ใจ 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อทำการตรวจสอบหาค่าความเที่ยงโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ 0.783

**ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ** ประกอบด้วยหัวข้อคำถาม 3 หัวข้อ ได้แก่ การหุงข้าวเอง จำนวน 7 ข้อ , การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว จำนวน 9 ข้อ และการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จำนวน 13 ข้อ รวมจำนวนทั้งหมด 29 ข้อ กำหนดให้ผู้ตอบคำถามใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างที่ตรงตามความจริง

## 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างเริ่มดำเนินการในช่วงเดือนกันยายน ปี 2561 ถึงเดือนมีนาคม ปี 2562 โดยงานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในคนจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ แขนงวิชาวิทยาการอาหารและโภชนาการ เอกสารรับรองเลขที่ EHE005/2561 และผู้วิจัยผ่านการอบรมจริยธรรมการวิจัยใน

คน สำหรับการวิจัยทางชีวการแพทย์ จากศูนย์ส่งเสริมจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหิดล ก่อนเริ่มเก็บข้อมูลและดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้ทำการชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมวิจัยให้ทราบถึงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธในการเข้าร่วมการศึกษาครั้งนี้ สามารถยุติการเข้าร่วมวิจัยในช่วงใดก็ได้ โดยไม่ต้องแจ้งเหตุผล และมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามบางคำถามที่เป็นเรื่องส่วนตัวหรือเรื่องที่ไม่ต้องการเปิดเผย รวมทั้งข้อมูลที่ได้จากการศึกษาครั้งนี้ นำเสนอโดยภาพรวม ไม่ระบุชื่อของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยหลังการชี้แจงรายละเอียดโครงการแล้วให้ผู้เข้าร่วมวิจัยลงนามในหนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยก่อนจะทำการเก็บข้อมูล ก่อนทำการวิจัย ผู้วิจัยจะต้องชี้แจงรายละเอียดการเข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้ให้กลุ่มตัวอย่างผู้เข้าร่วมวิจัยรับทราบโดยละเอียด

**ช่วงก่อนเข้าโครงการ** เก็บรวบรวมข้อมูล โดยให้กลุ่มตัวอย่างทั้งหมด บันทึกข้อมูลส่วนบุคคลลงในแบบสอบถาม

**ช่วงระหว่างดำเนินโครงการ** ผู้วิจัยจะเป็นผู้ชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัยกับกลุ่มตัวอย่าง อธิบายรายละเอียดข้อคำถามในแบบสอบถาม ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยจะตอบแบบสอบถามตามรายละเอียดในแบบสอบถาม โดยผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิที่จะไม่ตอบคำถามบางคำถามที่เป็นเรื่องส่วนตัวหรือเรื่องที่ไม่ต้องการเปิดเผย จากนั้นผู้วิจัยจะเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง เพื่อนำไปเตรียมสำหรับการวิเคราะห์ และสรุปผล

**ช่วงหลังดำเนินโครงการ** ผู้วิจัยจะรวบรวมข้อมูลหลังการวิจัย และนำไปเผยแพร่ให้กับผู้ให้ข้อมูลได้รับทราบ หลังการวิจัยเสร็จสิ้น ตามหลักจริยธรรมการวิจัย

#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในแต่ละตอนใช้สถิติในการวิเคราะห์ดังนี้

**4.1 การวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปของผู้บริโภค** ใช้สถิติพรรณนา เพื่อหาค่าการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พิสัย

**4.2 การวิเคราะห์ข้อมูลความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว** ใช้สถิติพรรณนา เพื่อหาค่าการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพ โดยใช้สถิติการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square Test) โดยแปลความหมายคำตอบความรู้คือ ตอบถูก หมายถึง 2 คะแนน ตอบไม่แน่ใจ หมายถึง 1 คะแนน ตอบผิด หมายถึง 0 คะแนน

**4.3 การวิเคราะห์ข้อมูลเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ** ใช้สถิติพรรณนา เพื่อหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) หรือ สถิติ F-Test โดยการแปลความหมายของเจตคติแต่ละช่วงคะแนนสรุปดังนี้

4.21-5.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3.41-4.20 หมายถึง เห็นด้วย

2.61-3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ

1.81-2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย

1.00- 1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

**4.4 การวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ** ใช้สถิติพรรณนา เพื่อหาค่าการแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้สถิติการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square Test) ในหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างรวมกันทั้ง 3 กลุ่มมีจำนวนผู้ตอบคำถามมากกว่า 50 ตัวอย่างขึ้นไป





## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยเรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย ภูมิศึกษา ผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร นำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งเป็น 4 ตอน ดังนี้

1. ข้อมูลทั่วไป
2. ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว
3. เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
4. พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

#### ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ผู้ให้ข้อมูลเป็นกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) จำนวน 120 คน กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) จำนวน 120 คน และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 120 คน รวมทั้งหมด 360 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูล ปรากฏผลดังตารางที่ 4.1 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

##### 1.1 เพศ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 74.2 เป็นเพศหญิง ร้อยละ 25.8 เป็นเพศชาย

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 69.2 เป็นเพศหญิง และร้อยละ 30.8 เป็นเพศชาย

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 88.3 เป็นเพศหญิง และร้อยละ 11.7 เป็นเพศชาย

##### 1.2 อายุ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 58.3 มีอายุอยู่ในช่วง 20 ปี หรือน้อยกว่า ร้อยละ 41.7 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 21-30 ปี อายุที่น้อยที่สุดคือ 18 ปี อายุที่มากที่สุดคือ 21 ปี อายุเฉลี่ย 19.82 ปี และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 1.157

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 45.9 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 31-40 ปี ร้อยละ 31.7 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 21-30 ปี ร้อยละ 16.6 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 41-50 ปี ร้อยละ 5.8 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 51-60 ปี อายุที่น้อยที่สุดคือ 22 ปี อายุที่มากที่สุดคือ 58 ปี อายุเฉลี่ย 34.77 ปี และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 8.518

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 61.7 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 61-70 ปี ร้อยละ 25.8 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 71 ปี หรือมากกว่า ร้อยละ 12.5 มีอายุอยู่ในช่วงระหว่าง 51-60 ปี อายุที่น้อยที่สุดคือ 60 ปี อายุที่มากที่สุดคือ 86 ปี อายุเฉลี่ย 67.22 ปี และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานที่ 5.981

### 1.3 สถานภาพการสมรส จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 100 มีสถานภาพ โสด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 60 มีสถานภาพ โสด รองลงมา ร้อยละ 36.7 มีสถานภาพ สมรส และร้อยละ 3.3 มีสถานภาพ หย่าร้าง/หม้าย

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 52.5 มีสถานภาพ สมรส รองลงมา ร้อยละ 24.2 มีสถานภาพ หย่าร้าง/หม้าย และร้อยละ 23.3 มีสถานภาพ โสด

### 1.4 ระดับการศึกษา จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 75.8 กำลังศึกษาในระดับปริญญาตรี รองลงมา ร้อยละ 21.7 กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษา/ปวช. และร้อยละ 2.5 กำลังศึกษาในระดับอนุปริญญา/ปวส.

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 60.8 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี รองลงมา ร้อยละ 15.0 จบการศึกษาสูงกว่าระดับปริญญาตรี ร้อยละ 10.8 จบการศึกษาในระดับอนุปริญญา/ปวส. ร้อยละ 10.0 จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา/ปวช. และร้อยละ 3.3 จบการศึกษาในระดับประถมศึกษา หรือต่ำกว่า

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 48.3 จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า รองลงมา ร้อยละ 34.2 จบการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา/ปวช. ร้อยละ 8.3 จบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 7.5 จบการศึกษาในระดับอนุปริญญา/ปวส. ร้อยละ 1.7 จบการศึกษาสูงกว่าระดับปริญญาตรี

### 1.5 อาชีพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 100 อาชีพนักศึกษา

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 49.2 อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน รองลงมา ร้อยละ 25.0 อาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 16.7 อาชีพรับจ้าง และร้อยละ 9.2 อาชีพอื่น ๆ เช่น ลูกจ้างหน่วยราชการ , พนักงานของรัฐ เป็นต้น

กลุ่มผู้สูงอายุ ร้อยละ 45.0 ไม่ได้ประกอบอาชีพ รองลงมา ร้อยละ 20.8 อาชีพประกอบกิจการส่วนตัว ร้อยละ 20.8 อาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน , ข้าราชการบำนาญ , ค้าขาย , อาสาสมัคร เป็นต้น และร้อยละ 13.3 อาชีพรับจ้าง

### 1.6 โรคประจำตัว จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 81.7 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 18.3 มีโรคประจำตัว

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 71.7 ไม่มีโรคประจำตัว ร้อยละ 28.3 มีโรคประจำตัว  
 กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 69.2 มีโรคประจำตัว ร้อยละ 30.8 ไม่มีโรคประจำตัว

### 1.7 โรคประจำตัวของแต่ละวัย จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 15.0 เป็นโรคภูมิแพ้ รองลงมา ร้อยละ 2.5 เป็นโรคกระเพาะอาหาร และร้อยละ 0.8 เป็นโรคกรดไหลย้อน

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 14.2 เป็นโรคภูมิแพ้ รองลงมา ร้อยละ 8.3 เป็นโรคความดันโลหิตสูง ร้อยละ 6.7 เป็นโรคอื่น ๆ เช่น โรคไทรอยด์, โรคเส้นเลือดดำอุดตันที่ขา, โรคไขมันสูง, โรคเก๊าท์, โรคหอบหืด, โรคหัวใจเต้นผิดจังหวะ เป็นต้น ร้อยละ 5.8 เป็นโรคกระเพาะอาหาร ร้อยละ 1.7 เป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 1.7 เป็นโรคไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 1.7 เป็นโรคกรดไหลย้อน และร้อยละ 0.8 เป็นโรคเกี่ยวกับลำไส้

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 49.2 เป็นโรคความดันโลหิตสูง รองลงมา ร้อยละ 26.7 เป็นโรคไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 20.0 เป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 9.2 เป็นโรคอื่น ๆ เช่น โรคหัวใจ, โรคไทรอยด์, โรคมะเร็งเต้านม, โรคมะเร็งปากมดลูก, โรคไต, โรคโลหิตจาง, โรคตับ เป็นต้น ร้อยละ 4.2 เป็นโรคภูมิแพ้ ร้อยละ 3.3 เป็นโรคกรดไหลย้อน ร้อยละ 2.5 เป็นโรคกระเพาะอาหาร ร้อยละ 1.7 เป็นโรคเกี่ยวกับลำไส้

### 1.8 ลักษณะที่พักอาศัย จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 50.8 ที่พักอาศัยที่บ้าน รองลงมา ร้อยละ 40.8 ที่พักอาศัยที่หอพัก ร้อยละ 6.7 ที่พักอาศัยที่คอนโดมิเนียม และร้อยละ 1.7 ที่พักอาศัยที่อื่น ๆ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 70.0 ที่พักอาศัยที่บ้าน รองลงมา ร้อยละ 18.3 ที่พักอาศัยที่หอพัก ร้อยละ 8.3 ที่พักอาศัยที่คอนโดมิเนียม และร้อยละ 3.3 ที่พักอาศัยที่อื่น ๆ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 73.3 ที่พักอาศัยที่บ้าน รองลงมา ร้อยละ 18.3 ที่พักอาศัยที่อื่น ๆ เช่น ทาวเฮ้าส์, ตึกแถว, อาคารพาณิชย์ เป็นต้น ร้อยละ 4.2 ที่พักอาศัยที่คอนโดมิเนียม และร้อยละ 4.2 ที่พักอาศัยที่หอพัก

### 1.9 บุคคลที่พักอาศัยร่วมด้วย จากการศึกษาผู้ให้ข้อมูลในแต่ละกลุ่มวัยพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 57.5 ที่พักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดามากที่สุด รองลงมาคือพักอยู่กับพี่น้อง ร้อยละ 20.8 นอกนั้นพักอาศัยอยู่คนเดียว, เพื่อน,ญาติ, อื่น ๆ และหลาน ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 40.8 ที่พักอาศัยอยู่กับบิดา/มารดามากที่สุด รองลงมาคือพักอยู่กับสามี/ภรรยา ร้อยละ 32.5 นอกนั้นพักอาศัยอยู่กับลูก/หลาน, ญาติ, พี่น้อง, คนเดียว, เพื่อน และอื่น ๆ ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 59.5 พักอาศัยอยู่กับลูก/หลานมากที่สุด รองลงมาคือพักอยู่กับสามี/ภรรยา ร้อยละ 36.7 นอกนั้นพักอาศัยอยู่กับพี่น้อง , คนเดียว , ญาติ , บิดา/มารดา , เพื่อน และ อื่น ๆ ตามลำดับ

ตารางที่ 4.1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มวัยเรียน		กลุ่มวัยทำงาน		กลุ่มวัยสูงอายุ	
	จำนวน (120 คน)	ร้อยละ (100)	จำนวน (120 คน)	ร้อยละ (100)	จำนวน (120 คน)	ร้อยละ (100)
<b>1.1 เพศ</b>						
ชาย	31	25.8	37	30.8	14	11.7
หญิง	89	74.2	83	69.2	106	88.3
<b>1.2 อายุ</b>						
20 ปี หรือ น้อยกว่า	70	58.3	-	-	-	-
21 – 30 ปี	50	41.7	38	31.7	-	-
31 – 40 ปี	-	-	55	45.9	-	-
41 – 50 ปี	-	-	20	16.6	-	-
51 – 60 ปี	-	-	7	5.8	15	12.5
61 – 70 ปี	-	-	-	-	74	61.7
71 ปี หรือ มากกว่า	-	-	-	-	31	25.8
	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.	ค่าเฉลี่ย	S.D.
	19.82 ปี	1.157	34.77 ปี	8.518	67.22 ปี	5.981
	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด	ค่าต่ำสุด	ค่าสูงสุด
	18 ปี	21 ปี	22 ปี	58 ปี	60 ปี	86 ปี
<b>1.3 สถานภาพ</b>						
โสด	120	100	72	60.0	28	23.3
สมรส	0	0	44	36.7	63	52.5
หย่าร้าง/หม้าย	0	0	4	3.3	29	24.2

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มวัยเรียน		กลุ่มวัยทำงาน		กลุ่มวัยสูงอายุ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	(120 คน)	(100)	(120 คน)	(100)	(120 คน)	(100)
<b>1.4 การศึกษา</b>						
ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า	0	0	4	3.3	58	48.3
มัธยมศึกษา/ปวช.	26	21.7	12	10.0	41	34.2
อนุปริญญา/ปวศ.	3	2.5	13	10.8	9	7.5
ปริญญาตรี	91	75.8	73	60.8	10	8.3
สูงกว่าปริญญาตรี	0	0	18	15.0	2	1.7
<b>1.5 อาชีพ</b>						
ไม่ได้ประกอบอาชีพ	0	0	0	0	54	45.0
นักศึกษา	120	100	0	0	0	0
พนักงานบริษัทเอกชน	0	0	59	49.2	0	0
ข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ	0	0	30	25.0	0	0
ประกอบกิจการส่วนตัว	0	0	0	0	25	20.8
รับจ้าง	0	0	20	16.7	16	13.3
อื่น ๆ	0	0	11	9.2	25	20.8
<b>1.6 โรคประจำตัว</b>						
ไม่มีโรคประจำตัว	98	81.7	86	71.7	37	30.8
มีโรคประจำตัว	22	18.3	34	28.3	83	69.2
<b>1.7 โรคประจำตัวของแต่ละวัย</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)						
โรคความดันโลหิตสูง	0	0	10	8.3	59	49.2
โรคไขมันในเลือดสูง	0	0	2	1.7	32	26.7
โรคเบาหวาน	0	0	2	1.7	24	20.0
โรคภูมิแพ้	18	15.0	17	14.2	5	4.2
โรคกรดไหลย้อน	1	0.8	2	1.7	4	3.3
โรคกระเพาะอาหาร	3	2.5	7	5.8	3	2.5
โรคเกี่ยวกับลำไส้	0	0	1	0.8	2	1.7
อื่น ๆ	0	0	8	6.7	11	9.2

ตารางที่ 4.1 (ต่อ)

ข้อมูลส่วนบุคคล	กลุ่มวัยเรียน		กลุ่มวัยทำงาน		กลุ่มวัยสูงอายุ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	(120 คน)	(100)	(120 คน)	(100)	(120 คน)	(100)
<b>1.8 ลักษณะที่พักอาศัย</b>						
บ้าน	61	50.8	84	70.0	88	73.3
หอพัก	49	40.8	22	18.3	5	4.2
คอนโดมิเนียม	8	6.7	10	8.3	5	4.2
อื่น ๆ	2	1.7	4	3.3	22	18.3
<b>1.9 บุคคลที่พักอาศัยร่วมด้วย</b>						
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)						
บิดา/มารดา	69	57.5	49	40.8	1	0.8
พี่น้อง	25	20.8	22	18.3	18	15.0
คนเดียว	22	18.3	22	18.3	8	6.7
ญาติ	17	14.2	11	9.2	7	5.8
เพื่อน	20	16.7	4	3.3	1	0.8
สามี/ภรรยา	0	0	39	32.5	44	36.7
ลูก/หลาน	1	0.8	29	24.2	71	59.2
อื่น ๆ	3	2.5	1	0.8	1	0.8

สรุปข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างในแต่ละวัย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยในกลุ่มวัยสูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 88.3 กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 74.2 กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 69.2 ตามลำดับ โดยมีอายุสูงสุดในกลุ่มวัยสูงอายุ คือ 86 ปี และอายุน้อยสุดในกลุ่มวัยทำงาน คือ 18 ปี มีอายุเฉลี่ยในกลุ่มวัยสูงอายุ คือ 66.22 ปี กลุ่มวัยทำงาน 34.77 ปี กลุ่มวัยเรียน 19.82 ปี ตามลำดับ

สถานภาพในกลุ่มวัยเรียน โสดหมด กลุ่มวัยทำงาน ส่วนใหญ่เป็นโสดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมาสถานภาพสมรส ร้อยละ 36.7 และสถานภาพหย่าร้าง/หม้าย ร้อยละ 3.3 กลุ่มวัยสูงอายุส่วนใหญ่สถานภาพสมรส ร้อยละ 52.5 รองลงมาสถานภาพหย่าร้าง/หม้าย ร้อยละ 24.2 และสถานภาพโสดน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 23.3

ระดับการศึกษา กลุ่มวัยเรียนกำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีมากที่สุด ร้อยละ 75.8 รองลงกำลังศึกษาในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี กลุ่มวัยทำงานจบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 60.8 รองลงมาจบการศึกษาสูงกว่าระดับปริญญาตรี ร้อยละ 15.0 นอกนั้นจบการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี กลุ่มวัยสูงอายุจบการศึกษาในระดับประถมศึกษา หรือต่ำกว่าร้อยละ 48.3

อาชีพ กลุ่มวัยเรียนทั้งหมดอาชีพนักศึกษา กลุ่มวัยทำงานอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน ร้อยละ 49.2 รองลงมาอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 25.0 กลุ่มผู้สูงอายุไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 45.0 รองลงมาประกอบกิจการส่วนตัว ร้อยละ 20.8 และอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน , ข้าราชการบำนาญ , ค้าขาย , อาสาสมัคร เป็นต้น คิดเป็นร้อยละ 20.8

โรคประจำตัว กลุ่มวัยเรียนไม่มีโรคประจำตัวมากที่สุด คิดร้อยละ 81.7 รองลงมากลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 71.7 และกลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 69.2 ตามลำดับ โรคประจำตัวของแต่ละวัย ทั้งกลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยทำงานผู้ที่มีโรคประจำตัว เป็นโรคภูมิแพ้มากที่สุดร้อยละ 15.0 และ ร้อยละ 14.2 ตามลำดับ กลุ่มวัยสูงอายุผู้ที่เป็นโรคประจำตัวเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด ร้อยละ 49.2 รองลงมาเป็นโรคไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 26.7 เป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 20

ลักษณะที่พักอาศัย ทั้ง 3 กลุ่มพักอาศัยที่บ้านมากที่สุด โดยกลุ่มวัยสูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 73.3 กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 70.0 กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 50.8 ตามลำดับ

บุคคลที่พำนักอาศัยร่วมด้วย กลุ่มวัยสูงอายุ พำนักอาศัยอยู่กับลูก/หลานมากที่สุด ร้อยละ 59.5 กลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานพำนักอาศัยกับอยู่กับบิดา/มารดามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.5 และร้อยละ 40.8 ตามลำดับ

## ตอนที่ 2 ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

ผู้ให้ข้อมูลเป็นกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) จำนวน 120 คน กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) จำนวน 120 คน และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 120 คน รวมทั้งหมด 360 คน ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคเกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว และวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยของคะแนน

คำตอบโดยตอบถูก หมายถึง 2 คะแนน ตอบไม่แน่ใจ หมายถึง 1 คะแนน ตอบผิด หมายถึง 0 คะแนน ปรัชญาผลดังตารางที่ 4.2 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

## 2.1 ความรู้เกี่ยวกับข้าวขาว

### 2.1.1 ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 96.7 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 2.5 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 0.8 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 95.0 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 3.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 1.7 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 92.5 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 2.5 ตอบผิด  
และ ร้อยละ 2.5 ตอบไม่แน่ใจ

### 2.1.2 ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 48.3 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 26.7 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 25.0 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 45.8 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 36.7 ตอบผิด  
และ ร้อยละ 17.5 ตอบไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 55.0 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 30.0 ตอบผิด  
และ ร้อยละ 10.0 ตอบไม่แน่ใจ

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัย  
เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว ในประเด็น “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็น  
องค์ประกอบ” พบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดย  
กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและวัยทำงาน ตามลำดับ

### 2.1.3 ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 47.5 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 33.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 19.2 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 55.8 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 26.7 ตอบผิด  
และ ร้อยละ 17.5 ตอบไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 66.7 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 17.5 ตอบผิด  
และ ร้อยละ 10.8 ตอบไม่แน่ใจ



เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว ในประเด็น “ ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก ” พบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ

#### 2.1.4 ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 55.9 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 23.3 ตอบไม่แน่ใจ และ ร้อยละ 20.8 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 66.6 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 21.7 ตอบไม่แน่ใจ และ ร้อยละ 11.7 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 59.2 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 28.3 ตอบผิด และ ร้อยละ 7.5 ตอบไม่แน่ใจ

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว ในประเด็น “ ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง ” พบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ

#### 2.1.5 ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ

จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 41.7 ตอบผิด รองลงมา ร้อยละ 30.0 ตอบถูก และ ร้อยละ 28.3 ตอบไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 39.2 ตอบผิด รองลงมา ร้อยละ 37.5 ตอบถูก และ ร้อยละ 23.3 ตอบไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 44.2 ตอบผิด รองลงมา ร้อยละ 35.0 ตอบถูก และ ร้อยละ 15.8 ตอบไม่แน่ใจ

### 2.2 ความรู้เกี่ยวกับข้าวกล้อง

#### 2.2.1 ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 75.8 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 19.2 ตอบไม่แน่ใจ และ ร้อยละ 5.0 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 88.4 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 8.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 3.3 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 93.3 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 3.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 2.5 ตอบผิด

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย  
เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว ในประเด็น “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บ  
ชาได้” พบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัย  
สูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ

**2.2.2 ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่าย  
ทำงานได้ดี** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 83.3 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 12.5 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 4.2 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 85.5 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 10.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 5.0 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 91.7 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 4.2 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 1.7 ตอบผิด

**2.2.3 ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 82.5 ตอบถูก และ ร้อยละ 17.5 ตอบไม่แน่ใจ  
กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 89.2 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 8.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 2.5 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 85.8 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 8.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 3.3 ตอบผิด

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย  
เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว ในประเด็น “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด”  
พบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยทำงานมี  
จำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ

**2.2.4 ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว** จากการศึกษา  
พบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 65.8 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 30.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 4.2 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 71.6 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 24.2 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 4.2 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 78.3 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 15.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 4.2 ตอบผิด

### 2.3 ความรู้เกี่ยวกับข่าวเพื่อสุขภาพ

#### 2.3.1 สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 77.5 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 19.2 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 3.3 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 75.0 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 21.7 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 3.3 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 80.8 ตอบถูก และ ร้อยละ 16.7 ตอบไม่แน่ใจ

#### 2.3.2 ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด

เลือด จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 74.2 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 23.3 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 2.5 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 69.2 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 25.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 5.8 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 74.2 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 17.5 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 5.0 ตอบผิด

#### 2.3.3 ข้าวกะขะเป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 63.3 ตอบไม่แน่ใจ รองลงมา ร้อยละ 27.5 ตอบ  
ถูก และ ร้อยละ 9.2 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 52.2 ตอบไม่แน่ใจ รองลงมา ร้อยละ 37.5  
ตอบถูก และ ร้อยละ 10.0 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 45.0 ตอบไม่แน่ใจ รองลงมา ร้อยละ 37.5  
ตอบถูก และ ร้อยละ 12.5 ตอบผิด

### 2.3.4 **ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 56.6 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 31.7 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 11.7 ตอบผิด

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 51.7 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 30.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 18.3 ตอบผิด

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 56.7 ตอบถูก รองลงมา ร้อยละ 25.0 ตอบไม่  
แน่ใจ และ ร้อยละ 15.0 ตอบผิด

จากการวิเคราะห์ข้อมูลความรู้ของผู้บริโภคร่วมเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการ  
ของข้าว พบร้อยละของผู้ตอบถูกและจำนวนข้อที่ตอบถูกในแต่ละกลุ่มดังต่อไปนี้

**กลุ่มวัยเรียน** มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ “ข้าวเป็น  
แหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ “ข้าว  
กล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมี  
วิตามินบีหลายชนิด” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไป จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ “ข้าวกล้องช่วยป้องกัน  
โรคเหน็บชาได้” “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” และ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่มี  
ประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มี  
จำนวน 4 ข้อ ได้แก่ “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ” “ข้าวขาวมีใยอาหารเป็น  
องค์ประกอบน้อยมาก” “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อ  
สุขภาพ” และ “ข้าวภข43เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง”

**กลุ่มวัยทำงาน** มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ “ข้าว  
เป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 3 ข้อ ได้แก่  
“ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วย  
ให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้น  
ไป จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว” และ “สีม่วง  
ในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 3 ข้อ  
ได้แก่ “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ” “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าว  
กล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” และ “ข้าวภข43เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง”

**กลุ่มวัยสูงอายุ** มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ “ข้าว  
เป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” และ

“ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” และ “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไป จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ “ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว” และ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” และ “ข้าวภข 43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง”

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าวพบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อยู่ 5 ประเด็น ได้แก่

ประเด็นที่ 1 “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมิ  
จำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและวัยทำงาน ตามลำดับ

ประเด็นที่ 2 “ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก” โดยกลุ่มวัย  
สูงอายุมิจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ

ประเด็นที่ 3 “ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง” โดยกลุ่มวัย  
ทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ

ประเด็นที่ 4 “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมิ  
จำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ

ประเด็นที่ 5 “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” โดยกลุ่มวัยทำงานมี  
จำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าวพบว่า ค่าสัดส่วนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อยู่ 8 ประเด็น ได้แก่ ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด ข้าวภข43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ

หัวข้อความรู้เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว จากการทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริ โภคทั้ง 3 กลุ่มวัย พบว่าค่าสัดส่วนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 มี 8 ประเด็น ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” “ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว”

โดยในหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุดใน 3 ลำดับแรก ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตามลำดับ โดยทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 80 ขึ้นไป และหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุด ได้แก่ “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” และ “ข้าวกล้อง 43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง” โดยทุกกลุ่มวัยตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50

ในภาพรวมค่าเฉลี่ยคะแนนคำตอบของคำถามด้านความรู้ของผู้บริ โภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวในแต่ละกลุ่มวัยพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยสูงสุด 1.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.22 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 1.55 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.30 และกลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 1.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.29



ตารางที่ 4.2 การทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคเกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน ( n = 120 )			กลุ่มวัยทำงาน ( n = 120 )			กลุ่มวัยสูงอายุ ( n = 120 )			ค่าสถิติ	
	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	$\chi^2$	Sig
<b>2.1 ความรู้เกี่ยวกับข้าวขาว</b>											
2.1.1 ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย	116 (96.7%)	1 (0.8%)	3 (2.5%)	114 (95.0%)	2 (1.7%)	4 (3.3%)	111 (92.5%)	3 (2.5%)	3 (2.5%)	1.27	0.867
2.1.2 ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ	58 (48.3%)	30 (25.0%)	32 (26.7%)	55 (45.8%)	44 (36.7%)	21 (17.5%)	66 (55.0%)	36 (30%)	12 (10.0%)	12.87	0.012*
2.1.3 ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก	57 (47.5%)	23 (19.2%)	40 (33.3%)	67 (55.8%)	32 (26.7%)	21 (17.5%)	80 (66.7%)	21 (17.5%)	13 (10.8%)	22.07	0.000*
2.1.4 ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง	67 (55.9%)	25 (20.8%)	28 (23.3%)	80 (66.6%)	14 (11.7%)	26 (21.7%)	71 (59.2%)	34 (28.3%)	9 (7.5%)	19.87	0.001*
2.1.5 ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ	36 (30.0%)	50 (41.7%)	34 (28.3%)	45 (37.5%)	47 (39.2%)	28 (23.3%)	42 (35.0%)	53 (44.2%)	19 (15.8%)	5.44	0.245

\* ค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน ( n = 120 )			กลุ่มวัยทำงาน ( n = 120 )			กลุ่มวัยสูงอายุ ( n = 120 )			ค่าสถิติ	
	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	$\chi^2$	Sig
<b>2.2 ความรู้เกี่ยวกับข้าวกล้อง</b>											
2.2.1 ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้	91 (75.8%)	6 (5.0%)	23 (19.2%)	106 (88.4%)	4 (3.3%)	10 (8.3%)	112 (93.3%)	3 (2.5%)	4 (3.3%)	18.65	0.001*
2.2.2 ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี	100 (83.3%)	5 (4.2%)	15 (12.5%)	102 (85.0%)	6 (5.0%)	12 (10.0%)	110 (91.7%)	2 (1.7%)	5 (4.2%)	7.48	0.113
2.2.3 ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด	99 (82.5%)	0.0	21 (17.5%)	107 (89.2%)	3 (2.5%)	10 (8.3%)	103 (85.8%)	4 (3.3%)	10 (8.3%)	9.85	0.043*
2.2.4 ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว	79 (65.8%)	5 (4.2%)	36 (30.0%)	86 (71.6%)	5 (4.2%)	29 (24.2%)	94 (78.3%)	5 (4.2%)	18 (15.0%)	7.25	0.123

\* ค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภครทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 4.2 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	$\chi^2$	Sig
<b>2.3 ความรู้เกี่ยวกับข้าวเพื่อสุขภาพ</b>											
2.3.1 สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ	93 (77.5%)	4 (3.3%)	23 (19.2%)	90 (75.0%)	4 (3.3%)	26 (21.7%)	97 (80.8%)	0	20 (16.7%)	5.04	0.284
2.3.2 ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด	89 (74.2%)	3 (2.5%)	28 (23.3%)	83 (69.2%)	7 (5.8%)	30 (25.0%)	89 (74.2%)	6 (5.0%)	21 (17.5%)	3.51	0.477
2.3.3 ข้าวภค43เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง	33 (27.5%)	11 (9.2%)	76 (63.3%)	45 (37.5%)	12 (10.0%)	63 (52.5%)	45 (37.5%)	15 (12.5%)	54 (45.0%)	6.636	0.156
2.3.4 ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ	68 (56.6%)	14 (11.7%)	38 (31.7%)	62 (51.7%)	22 (18.3%)	36 (30.0%)	68 (56.7%)	18 (15.0%)	30 (25.0%)	3.04	0.551
ค่าเฉลี่ย ( $\pm$ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน)	1.54 ( $\pm 0.29$ )			1.55 ( $\pm 0.30$ )			1.58 ( $\pm 0.22$ )				

ค่าเฉลี่ย คือคะแนนคำตอบ โดยตอบถูก หมายถึง 2 คะแนน ตอบไม่แน่ใจ หมายถึง 1 คะแนน ตอบผิด หมายถึง 0 คะแนน

### ตอนที่ 3 เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

จากการศึกษาข้อมูลเจตคติของผู้บริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการแต่ละกลุ่มวัยในเขตกรุงเทพมหานคร โดยผู้ให้ข้อมูลได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) จำนวน 120 คน กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) จำนวน 120 คน และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 120 คน รวมทั้งหมด 360 คน โดยแบ่งค่าคะแนนเจตคติเป็น 5 ระดับ ดังนี้

4.21-5.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3.41-4.20 หมายถึง เห็นด้วย

2.61-3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ

1.81-2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย

1.00- 1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการแต่ละกลุ่มวัย ดังตารางที่ 4.3 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

**3.1 เจตคติของผู้บริโภคต่อคุณค่าทางโภชนาการของข้าว** มีรายละเอียดหัวข้อที่เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว 4 หัวข้อ ได้แก่

**3.1.1 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง** จากการศึกษพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.676 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.705 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.612 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

**3.1.2 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มิโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น** จากการศึกษพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.958 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.37 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.916 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.43 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.928 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

**3.1.3 ชาวถ้อง/ชาวเพื่อสุขภาพเป็นชาวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าชาวขาว** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.710 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.657 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.945 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

**3.1.4 ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.21 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.995 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.36 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.807 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.39 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.920 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

เมื่อเปรียบเทียบเจตคติของผู้บริโภคต่อคุณค่าทางโภชนาการของข้าว พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในประเด็น “ การบริโภคข้าวถ้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง ” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนตามลำดับ โดยกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยของเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**3.2 เจตคติของผู้บริโภคต่อการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร** มีรายละเอียดหัวข้อที่เกี่ยวกับการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร 3 หัวข้อ ได้แก่

### 3.2.1 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว จาก

การศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.15 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.339 อยู่ในระดับไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.177 อยู่ในระดับไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.98 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.262 อยู่ในระดับเห็นด้วย

3.2.2 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น้ำ  
รับประทานมากขึ้น จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.092 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.80 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.904 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.11 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.086 อยู่ในระดับเห็นด้วย

3.2.3 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้น  
ควรบรรจุแบบสุญญากาศ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.45 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.076 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.38 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.108 อยู่ในระดับไม่แน่ใจ

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.215 อยู่ในระดับเห็นด้วย

เมื่อเปรียบเทียบเจตคติของผู้บริโภคต่อการหุงและการจัดเก็บข้าวสารพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 3 ประเด็น ได้แก่

ประเด็นที่ 1 “ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว ”

ในกลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนตามลำดับ โดยกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยของเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ประเด็นที่ 2 “ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น่ารับประทานมากขึ้น ” ในกลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนตามลำดับ โดยกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยของเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ประเด็นที่ 3 “ ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสีอมเสี้ยวได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ ” ในกลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานตามลำดับ โดยกลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานมีค่าเฉลี่ยของเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

**3.3 เจตคติของผู้บริโภคต่อการเลือกบริโภคข้าว** มีรายละเอียดหัวข้อที่เกี่ยวกับการเลือกบริโภคข้าว 3 หัวข้อ ได้แก่

**3.3.1 ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.092 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.863 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.976 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

**3.3.2 ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.81 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.197 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.26 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.855 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 4.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.856 อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

**3.3.3 การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่าการซื้อข้าวขาว** จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.199 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยทำงาน มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.62 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.132 อยู่ในระดับเห็นด้วย

กลุ่มวัยสูงอายุ มีข้อมูลระดับค่าเฉลี่ยเจตคติที่ 3.33 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.436 อยู่ในระดับไม่แน่ใจ

เมื่อเปรียบเทียบเจตคติของผู้บริโภคต่อการเลือกบริโภคข้าว พบว่ามีความแตกต่างกัน ในประเด็น “ ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ” กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนตามลำดับ โดยทั้ง 3 กลุ่มวัยมีค่าเฉลี่ยของเจตคติที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากการวิเคราะห์ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการพบว่า

**ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยอย่างยิ่งช่วงคะแนน 4.21-5.00**

กลุ่มวัยเรียนมี 4 ประเด็นได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว และถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น

กลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ มี 6 ประเด็นได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว, ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น, ถ้าข้าว

กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

**ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยช่วงคะแนน 3.41-4.20**

กลุ่มวัยเรียน มี 5 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ, ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ, ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

กลุ่มวัยทำงาน มี 2 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

กลุ่มวัยสูงอายุ มี 3 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว, การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น และข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ

**ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แน่ใจช่วงคะแนน 2.61-3.40**

กลุ่มวัยเรียน มี 1 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว

กลุ่มวัยทำงาน มี 2 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว และข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ

กลุ่มวัยสูงอายุ มี 1 ประเด็น ได้แก่ การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ประเด็น ได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทำให้

ร่างกายแข็งแรง การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาวจะทำให้หน้ารับประทานมากขึ้น ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่ายการจัดเก็บยากดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ และถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่ายจะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ประเด็น ได้แก่ ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

ในภาพรวมค่าเฉลี่ยด้านเจตคติของผู้บริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการในแต่ละกลุ่มวัยพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 4.26 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.60 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 4.04 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.48 และกลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 3.92 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.63





ตารางที่ 4.3 การเปรียบเทียบระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	F	Sig
<b>3.1 เจตคติเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว</b>											
3.1.1 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง	4.38 <sup>b</sup>	0.676	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.42 <sup>b</sup>	0.705	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.62 <sup>a</sup>	0.612	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.52	0.012*
3.1.2 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น	4.42	0.958	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.37	0.916	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.43	0.928	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	0.16	0.854
3.1.3 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว	4.50	0.710	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.58	0.657	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.54	0.945	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	0.28	0.756
3.1.4 ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น	4.21	0.995	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.36	0.807	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.39	0.920	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	1.34	0.265

ค่าเฉลี่ย 4.21-5.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 3.41-4.20 หมายถึง เห็นด้วย, 2.61-3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ, 1.81-2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และ 1.00-1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

\* ค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

a, b ถ้าตัวอักษรเหมือนกันแสดงว่าค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	F	Sig
<b>3.2 เจตคติเกี่ยวกับการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร</b>											
3.2.1 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพดีกว่าการ หุงข้าวขาว	3.15 <sup>b</sup>	1.339	ไม่แน่ใจ	3.34 <sup>b</sup>	1.177	ไม่แน่ใจ	3.98 <sup>a</sup>	1.262	เห็นด้วย	13.88	0.000*
3.2.2 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าว ขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น	3.54 <sup>b</sup>	1.092	เห็นด้วย	3.80 <sup>b</sup>	0.904	เห็นด้วย	4.11 <sup>a</sup>	1.086	เห็นด้วย	9.06	0.000*
3.2.3 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การ จัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ	3.45 <sup>b</sup>	1.076	เห็นด้วย	3.38 <sup>b</sup>	1.108	ไม่แน่ใจ	4.08 <sup>a</sup>	1.215	เห็นด้วย	13.54	0.000*

ค่าเฉลี่ย 4.21-5.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 3.41-4.20 หมายถึง เห็นด้วย, 2.61-3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ, 1.81-2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และ 1.00-1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

\* ค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภครทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

a , b ถ้าตัวอักษรเหมือนกันแสดงว่าค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.3 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความหมาย	F	Sig
<b>3.3 เจตคติเกี่ยวกับการเลือกบริโภคข้าว</b>											
3.3.1 ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	4.16	1.092	เห็นด้วย	4.33	0.863	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.42	0.976	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	2.17	0.115
3.3.2 ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	3.81 <sup>c</sup>	1.197	เห็นด้วย	4.26 <sup>b</sup>	0.855	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	4.58 <sup>a</sup>	0.856	เห็นด้วยอย่างยิ่ง	18.23	0.000*
3.3.3 การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว	3.66	1.199	เห็นด้วย	3.62	1.132	เห็นด้วย	3.33	1.436	ไม่แน่ใจ	2.37	0.095
ค่าเฉลี่ย (± ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน)	3.92 (±0.63)			4.04 (±0.48)			4.26 (±0.60)				

ค่าเฉลี่ย 4.21-5.00 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง, 3.41-4.20 หมายถึง เห็นด้วย, 2.61-3.40 หมายถึง ไม่แน่ใจ, 1.81-2.60 หมายถึง ไม่เห็นด้วย และ 1.00-1.80 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

\* ค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

a , b , c ถ้าตัวอักษรเหมือนกันแสดงว่าค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

## ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

จากการศึกษาข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการแต่ละกลุ่มวัย ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยผู้ให้ข้อมูลได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) จำนวน 120 คน กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) จำนวน 120 คน และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) จำนวน 120 คน รวมทั้งหมด 360 คน มีรายละเอียดดังนี้

### 4.1 ผลวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเอง

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเอง สรุปข้อมูลดังตารางที่ 4.4 ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 4.1.1 ครอบครัวยังซื้อข้าวสารมาหุงเอง

จากการศึกษาพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 95.0 หุงข้าวเอง ร้อยละ 5.0 ไม่ได้หุงข้าวเอง กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 90 หุงข้าวเอง ร้อยละ 10 ไม่ได้หุงข้าวเอง กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 82.5 หุงข้าวเอง ร้อยละ 17.5 ไม่ได้หุงข้าวเอง เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ครอบครัวยังซื้อข้าวสารมาหุงเอง” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนที่ครอบครัวยังซื้อข้าวสารมาหุงเองมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ

#### 4.1.2 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง

กลุ่มวัยเรียน มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 70.8 รองลงมา คือ มือเช้า ร้อยละ 65.8 มือกลางวัน ร้อยละ 25.8 และมือดึก(หลัง 21.00) ร้อยละ 7.5 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 72.5 รองลงมา คือ มือเช้า ร้อยละ 50.8 มือกลางวัน ร้อยละ 20.0 และมือดึก(หลัง 21.00) ร้อยละ 2.5 ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุมือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุดของคือ มือเช้า ร้อยละ 78.3 รองลงมา คือ มือเย็น ร้อยละ 57.5 มือกลางวัน ร้อยละ 26.7 และมือดึก(หลัง 21.00) ร้อยละ 0.8 ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งในมือเช้าและมือเย็น โดยในมือเช้ากลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ที่หุงข้าวมือเช้ามากกว่ากลุ่มวัย

เรียนและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ ส่วนในมือเขียนกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่หุงข้าวมือเขียนมากกว่า กลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.1.3 แหล่งที่มาของข้าวสารที่หุง จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ซื้อข้าวสารหุงเอง ร้อยละ 78.3 รองลงมาคือมีคนให้/ของฝาก ร้อยละ 11.7 และมาจากครอบครัวปลูกเอง ร้อยละ 7.5 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน ซื้อข้าวสารหุงเอง ร้อยละ 69.2 รองลงมาคือมีคนให้/ของฝาก ร้อยละ 11.7 และมาจากครอบครัวปลูกเอง ร้อยละ 6.7 ตามลำดับ

กลุ่มผู้สูงอายุ ซื้อข้าวสารหุงเอง ร้อยละ 89.2 รองลงมาคือมีคนให้/ของฝาก ร้อยละ 12.5 และมาจากครอบครัวปลูกเอง ร้อยละ 5.0 ตามลำดับ

#### 4.1.4 สถานที่ซื้อข้าวสาร จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ซื้อข้าวสารที่ ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 44.2 ร้านขายข้าวสาร ร้อยละ 40.8 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 30.8 ตลาดสด ร้อยละ 15.0 ตลาดนัด ร้อยละ 11.7 และอื่น ๆ ร้อยละ 10.0

กลุ่มวัยทำงาน ซื้อข้าวสารที่ ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 61.7 ร้านขายข้าวสาร ร้อยละ 35.0 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 29.2 ตลาดนัด ร้อยละ 8.3 ตลาดสด ร้อยละ 7.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3

กลุ่มวัยสูงอายุ ซื้อข้าวสารที่ ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 60.8 ร้านขายข้าวสาร ร้อยละ 35.8 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 25.0 ตลาดสด ร้อยละ 15.0 ตลาดนัด ร้อยละ 5.8 และอื่น ๆ ร้อยละ 2.5

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “สถานที่ซื้อข้าวสาร” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน สถานที่ซื้อข้าวสารที่ห้างสรรพสินค้า โดยกลุ่มวัยทำงาน มีจำนวนผู้ที่ซื้อข้าวสารในห้างสรรพสินค้า มากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยเรียนตามลำดับ

#### 4.1.5 ชนิดข้าวที่หุง จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 85.8 รองลงมา ได้แก่ ข้าวขาว ร้อยละ 42.5 ข้าวเหนียว ร้อยละ 37.5 ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 35.0 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 35.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

กลุ่มวัยทำงานชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 76.7 รองลงมา ได้แก่ ข้าวขาว ร้อยละ 40.0 ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 34.2 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 34.2 ข้าวเหนียว ร้อยละ 22.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 4.2

กลุ่มวัยสูงอายุชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 77.5 รองลงมา ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 52.5 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 41.7 ข้าวขาว ร้อยละ 20.8 ข้าวเหนียว ร้อยละ 20.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 4.2

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ชนิดข้าวที่หุง” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในชนิดข้าวหอม ข้าวขาว ข้าวเหนียว และข้าวกล้องหอมมะลิ

ในชนิดข้าวหอม กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ที่หุงข้าวหอมมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ

ในชนิดข้าวขาว และข้าวเหนียว กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ที่หุงข้าวชนิดดังกล่าวมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

ในชนิดข้าวกล้องหอมมะลิ กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ที่หุงข้าวกล้องหอมมะลิมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ

#### 4.1.6 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ ราคา ร้อยละ 61.7 คุณภาพ ร้อยละ 54.2 ความอร่อย ร้อยละ 45.0 ความชอบ ร้อยละ 42.5 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 32.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 0.8 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 55.0 ราคา ร้อยละ 40.8 ความชอบ ร้อยละ 39.2 ความอร่อย ร้อยละ 38.3 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 32.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 2.5ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 65.0 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 51.7 ราคา ร้อยละ 47.5 ความอร่อย ร้อยละ 33.3 ความชอบ ร้อยละ 18.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3 ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในเรื่อง ราคา คุณค่าทางโภชนาการ และความชอบ

ในเรื่องราคา กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ตอบปัจจัยด้านราคามากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ

ในเรื่องคุณค่าทางโภชนาการ กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบปัจจัยด้านคุณค่าทางโภชนาการ มากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มทำงาน

ในเรื่องความชอบ กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ตอบปัจจัยด้านความชอบมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.1.7 ภาชนะจัดเก็บข้าวสาร จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน จัดเก็บข้าวสารในภาชนะที่มีฝาปิดมากที่สุด ร้อยละ 73.3 รองลงมาจัดเก็บข้าวสารใส่ถุงพลาสติกของข้าวสาร ร้อยละ 12.5 อื่นๆ ร้อยละ 4.2 เช่น เก็บในกระสอบข้าว , ไม่จัดเก็บหุงจนหมด , ใส่ถุงและปิดฝาใส่ภาชนะ เป็นต้น และเก็บใส่ภาชนะไม่มีฝาปิด ร้อยละ 3.3 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน จัดเก็บข้าวสารในภาชนะที่มีฝาปิดมากที่สุด ร้อยละ 74.2 รองลงมาจัดเก็บข้าวสารใส่ถุงพลาสติกของข้าวสาร ร้อยละ 6.7 เก็บใส่ภาชนะไม่มีฝาปิด ร้อยละ 2.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7 เช่น เก็บใส่ถุงแวกคัม ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ จัดเก็บข้าวสารในภาชนะที่มีฝาปิดมากที่สุด ร้อยละ 85.0 รองลงมาจัดเก็บข้าวสารใส่ถุงพลาสติกของข้าวสาร ร้อยละ 10.8 เก็บใส่ภาชนะไม่มีฝาปิด ร้อยละ 5.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3 เช่น, ตู้เย็น , ใส่ขวดทรงสูงมีฝาปิด เป็นต้น

#### 4.1.8 สถานที่จัดเก็บข้าวสาร จากการศึกษาพบว่า

สถานที่เก็บข้าวสารของกลุ่มวัยเรียนจัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง มาก ร้อยละ 88.3 อื่น ๆ ร้อยละ 1.7 เช่น ไม่เคยเก็บข้าวสาร เป็นต้น

สถานที่เก็บข้าวสารของกลุ่มวัยทำงานจัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง มาก ร้อยละ 92.0 เก็บไว้ในตู้เย็น ร้อยละ 5.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.0 เช่น ถังเก็บทำจากพลาสติก เป็นต้น

สถานที่เก็บข้าวสารของกลุ่มวัยสูงอายุจัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง มาก ร้อยละ 82.5 เก็บไว้ในตู้เย็น ร้อยละ 8.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 7.5 เช่น ในถังภาชนะแห้งไม่อบ , ตู้เก็บของ เป็นต้น

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “สถานที่จัดเก็บข้าวสาร” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในการจัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง โดยกลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้จัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง มากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยทำงาน ตามลำดับ

ตารางที่ 4.4 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเอง

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.1.1 ครอบครัวซื้อข้าวสารมา</b>								
หุงเอง							9.84	0.007*
หุงเอง	108	90.0	99	82.5	114	95.0	-	-
<b>4.1.2 มือที่สมาชิกในครัวเรือน</b>								
หุงข้าวเอง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มือเช้า	79	65.8	61	50.8	94	78.3	11.65	0.003*
มือกลางวัน	31	25.8	24	20.0	32	26.7	0.60	0.739
มือเย็น	85	70.8	87	72.5	69	57.5	22.33	0.000*
มือเด็ก( หลัง 21.00 น. )	9	7.5	3	2.5	1	0.8	-	-
<b>4.1.3 แหล่งที่มาของข้าวสารที่</b>								
หุง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ซื้อเอง	94	78.3	83	69.2	107	89.2	5.55	0.062
มีคนให้/ของฝาก	14	11.7	14	11.7	15	12.5	-	-
จากครอบครัวปลูกเอง	9	7.5	8	6.7	6	5.0	-	-
<b>4.1.4. สถานที่ซื้อข้าวสาร</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ห้างสรรพสินค้า	53	44.2	74	61.7	73	60.8	14.72	0.001*
ร้านขายข้าวสาร	49	40.8	42	35.0	43	35.8	1.36	0.506
ร้านสะดวกซื้อ	37	30.8	35	29.2	30	25.0	2.46	0.292
ตลาดสด	18	15.0	9	7.5	18	15.0	-	-
ตลาดนัด	14	11.7	10	8.3	7	5.8	-	-
อื่น ๆ	12	10.0	4	3.3	3	2.5	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 4.4 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.1.5 ชนิดข้าวที่หุง</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ข้าวหอม	103	85.8	92	76.7	93	77.5	13.04	0.001*
ข้าวขาว	51	42.5	48	40.0	25	20.8	20.83	0.000*
ข้าวเหนียว	45	37.5	27	22.5	24	20.0	11.72	0.003*
ข้าวกล้องหอมมะลิ	42	35.0	41	34.2	63	52.5	6.95	0.031*
ข้าวไรซ์เบอร์รี่	42	35.0	41	34.2	50	41.7	0.57	0.754
อื่น ๆ	2	1.7	5	4.2	5	4.2	-	-
<b>4.1.6 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือก</b>								
<b>ชนิดข้าวที่จะหุง</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ราคา	74	61.7	49	40.8	57	47.5	10.24	0.006*
คุณภาพ	65	54.2	66	55.0	78	65.0	1.81	0.405
ความอร่อย	54	45.0	46	38.3	40	33.3	5.49	0.064
คุณค่าทางโภชนาการ	39	32.5	39	32.5	62	51.7	8.57	0.014*
ความชอบ	51	42.5	47	39.2	22	18.3	24.70	0.000*
อื่น ๆ	1	0.8	3	2.5	4	3.3	-	-
<b>4.1.7 ภาชนะจัดเก็บข้าวสาร</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิด	88	73.3	89	74.2	102	85.0	4.24	0.120
เก็บใส่ถุงพลาสติกข้าวสาร	15	12.5	8	6.7	13	10.8	-	-
เก็บใส่ภาชนะไม่มีฝาปิด	4	3.3	3	2.5	6	5.0	-	-
อื่น ๆ	5	4.2	2	1.7	4	3.3	-	-
<b>4.1.8 สถานที่เก็บข้าวสาร</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง	106	88.3	92	76.7	99	82.5	10.28	0.006*
ไว้ในตู้เย็น	0	0	6	5.0	10	8.3	-	-
อื่น ๆ	2	1.7	4	3.3	9	7.5	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่า

**พฤติกรรมการหุงข้าวเองของกลุ่มวัยเรียน** หุงข้าวเอง ร้อยละ 90.0 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 70.8 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 78.3 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็นห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 44.2 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 85.8 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง 3 อันดับแรก ได้แก่ ราคา ร้อยละ 61.7 คุณภาพ ร้อยละ 54.2 ความอร่อย ร้อยละ 45.0 ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 73.3 และเก็บไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 88.3

**พฤติกรรมการหุงข้าวเองของกลุ่มวัยทำงาน** หุงข้าวเอง ร้อยละ 82.5 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 72.5 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 69.2 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็นห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 61.7 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 76.7 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 55.0 ราคา ร้อยละ 40.8 ความชอบ ร้อยละ 39.2 ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 74.2 และเก็บไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 92.0

**พฤติกรรมการหุงข้าวเองของกลุ่มวัยสูงอายุ** หุงข้าวเอง ร้อยละ 95.0 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุดของคือ มือเช้า ร้อยละ 78.3 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 89.2 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็นห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 60.8 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 77.5 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 65.0 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 51.7 ราคา ร้อยละ 47.5 ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 85.0 และเก็บไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 82.5

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค โภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการหุงข้าวเอง พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 6 ประเด็น ดังนี้ ครอบครัวยุคซื้อข้าวสารมาหุงเอง มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง สถานที่ซื้อข้าวสาร ชนิดข้าวที่หุง ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง และสถานที่จัดเก็บข้าวสาร

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค โภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการหุงข้าวเอง พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 6 ประเด็น ดังนี้ แหล่งที่มาของข้าวสารที่หุง และภาชนะจัดเก็บข้าวสาร

#### 4.2 ผลวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว สรุปข้อมูลดังตารางที่ 4.5 และ 4.6 ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 4.2.1 ปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัย ดังตารางที่ 4.5

จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือมากที่สุด คือ 2.25 ทัพพี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 1.635

กลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือ คือ 1.89 ทัพพี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.921

กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือน้อยที่สุด คือ 1.66 ทัพพี ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.881

ตารางที่ 4.5 ผลการวิเคราะห์การบริโภคข้าวหุงสุกต่อมือของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัย

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน		กลุ่มวัยทำงาน		กลุ่มวัยสูงอายุ	
	(n = 120)		(n = 120)		(n = 120)	
	ค่าเฉลี่ย (ทัพพี)	S.D.	ค่าเฉลี่ย (ทัพพี)	S.D.	ค่าเฉลี่ย (ทัพพี)	S.D.
ปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือ	2.25	1.635	1.89	0.921	1.66	0.881

#### 4.2.2 การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก จากการศึกษพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 40.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 27.5 ไม่เคยจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกเลย และร้อยละ 25.8 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกประจำ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 47.5 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 29.2 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกประจำ และร้อยละ 23.3 ไม่เคยจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกเลย

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 45.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 43.3 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกประจำ และร้อยละ 11.7 ไม่เคยจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกเลย

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

#### 4.2.3 มือที่รับประทานข้าว จากการศึกษพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มือที่รับประทานข้าวเรียงตามลำดับมากที่สุดไปน้อยสุด ได้แก่  
มือกลางวัน มือเย็น มือเช้า และมือดึก (หลัง 21.00 น.) ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน มือที่รับประทานข้าวเรียงตามลำดับมากที่สุดไปน้อยสุด ได้แก่  
มือกลางวัน มือเย็น มือเช้า และมือดึก (หลัง 21.00 น.) ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ มือที่รับประทานข้าวเรียงตามลำดับมากที่สุดไปน้อยสุด ได้แก่  
มือเช้า มือเย็น มือกลางวัน และมือดึก (หลัง 21.00 น.) ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค ทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “มือที่  
รับประทานข้าว” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในมือ  
กลางวัน โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่รับประทานข้าวในมือกลางวันมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและ  
กลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.2.4 การซื้อข้าวหุงสุก จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 85.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก ร้อยละ 14.2 ไม่เคยซื้อข้าวหุงสุก  
กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 90.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก ร้อยละ 9.2 ไม่เคยซื้อข้าวหุงสุก  
กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 36.7 เคยซื้อข้าวหุงสุก ร้อยละ 63.3 ไม่เคยซื้อข้าวหุงสุก  
เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค ทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “การ  
ซื้อข้าวหุงสุก” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัย  
ทำงานเคยซื้อข้าวหุงสุกมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.2.5 สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ซื้อข้าวหุงสุก ที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 50.8 ตลาดนัด ร้อยละ  
45.8 ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 44.2 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 38.3 ตลาดสด ร้อยละ 29.2 ร้านอาหาร/  
ภัตตาคาร ร้อยละ 26.7 และห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 15.8

กลุ่มวัยทำงาน ซื้อข้าวหุงสุก ที่ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 54.2 ร้านอาหารตาม  
สั่ง ร้อยละ 48.3 ตลาดนัด ร้อยละ 41.7 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 37.5 ตลาดสด ร้อยละ 30.8  
ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้อยละ 28.3 ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 20.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 5.8 เช่น ที่ทำงาน  
, ร้านขายข้าวหุงสุกในซอย , ร้านที่หุงข้าวหุงสุกขายโดยเฉพาะ , ร้านขายข้าวถ้วย เป็นต้น

กลุ่มวัยสูงอายุ ซื้อข้าวหุงสุก ที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 25.0 ร้าน  
ข้าวราดแกง ร้อยละ 24.2 ตลาดสด ร้อยละ 22.5 ตลาดนัด ร้อยละ 22.5 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 18.3  
ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้อยละ 9.2 ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 3.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7 เช่น ร้านข้าวหนึ่ง  
 เป็นต้น

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 4 สถานที่ ได้แก่ ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้านอาหารตามสั่ง ร้านข้าวราดแกง ตลาดนัด

ร้านอาหาร/ภัตตาคาร กลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ซื้อข้าวหุงสุกที่ร้านอาหาร/ภัตตาคารมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

ร้านอาหารตามสั่ง กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ซื้อข้าวหุงสุกที่ร้านอาหารตามสั่งมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มสูงอายุ ตามลำดับ

ร้านข้าวราดแกง กลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ซื้อข้าวหุงสุกที่ร้านข้าวราดแกงมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

ตลาดนัด กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ซื้อข้าวหุงสุกที่ตลาดนัดมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.2.6 มื้อที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มื้อที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มื้อเย็น ร้อยละ 55.0 รองลงมา คือ มื้อกลางวัน ร้อยละ 52.5 มื้อเช้า ร้อยละ 35.0 และมื้อดึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 17.5 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน มื้อที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มื้อเย็น ร้อยละ 54.2 รองลงมา คือ มื้อกลางวัน ร้อยละ 50.8 มื้อเช้า ร้อยละ 40.8 และมื้อดึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 4.2 ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ มื้อที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มื้อเย็น ร้อยละ 31.7 รองลงมา คือ มื้อกลางวัน ร้อยละ 30.0 มื้อเช้า ร้อยละ 22.5 และมื้อดึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 4.2 ตามลำดับ

#### 4.2.7 ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 72.5 รองลงมา ได้แก่ ข้าวขาว ร้อยละ 34.2 ข้าวเหนียว ร้อยละ 30.0 ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 23.3 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 17.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

กลุ่มวัยทำงาน ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 70.8รองลงมา ได้แก่ ข้าวขาว ร้อยละ 35.0 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 30.0 ข้าวเหนียว ร้อยละ 29.2 ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 29.2 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

กลุ่มวัยสูงอายุ ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 42.5 รองลงมาได้แก่ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 30.8 ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 29.2 ข้าวขาว ร้อยละ 13.3 ข้าวเหนียว ร้อยละ 8.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในทุกชนิดข้าว

ชนิดข้าวหอมและข้าวเหนียว กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ที่เลือกซื้อข้าวหุงสุกเป็นข้าวหอมและข้าวเหนียวมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

ชนิดข้าวขาว กลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่เลือกซื้อข้าวหุงสุกเป็นข้าวขาวมากกว่ากลุ่มวัยเรียน และกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

ชนิดข้าวกล้องหอมมะลิ กลุ่มวัยสูงอายุและวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่เลือกซื้อข้าวกล้องหอมมะลิจำนวนเท่ากัน โดยมีจำนวนมากกว่ากลุ่มวัยเรียน

ชนิดข้าวไรซ์เบอร์รี่ กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ที่เลือกซื้อข้าวไรซ์เบอร์รี่มากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

#### 4.2.8 การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 41.7 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 24.2 สังเกตทุกครั้ง และร้อยละ 19.2 ไม่เคยสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกเลย

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 42.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง ร้อยละ 32.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกบางครั้ง และร้อยละ 15.8 ไม่เคยสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกเลย

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 32.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง ร้อยละ 23.3 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกบางครั้ง และร้อยละ 7.5 ไม่เคยสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกเลย

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

#### 4.2.9 วิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มีวิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมด โดยร้อยละ 44.2 เก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น รองลงมาร้อยละ 37.2 ทิ้งทันทีหลัง

รับประทานข้าวไม่หมด และร้อยละ 4.2 จัดการด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น ไว้ในหม้อหุงข้าวแล้วอุ่น , ให้สัตว์เลี้ยง เป็นต้น

กลุ่มวัยทำงาน มีวิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมด โดยร้อยละ 56.7 เก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น รองลงมาร้อยละ 29.2 ทิ้งทันทีหลังรับประทานข้าวไม่หมด และร้อยละ 7.5 จัดการด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น เช่น เก็บไว้ไม่เสียดีกนำมาทานต่อกินหมด , อุ่นในหม้อหุงข้าวชนิดอุ่นในตัว เป็นต้น

กลุ่มวัยสูงอายุ มีวิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมด โดยร้อยละ 55.8 เก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น รองลงมาร้อยละ 6.7 จัดการด้วยวิธีอื่น ๆ เช่น ไว้ในหม้อหุงข้าวแล้วอุ่น , ให้สัตว์เลี้ยง เป็นต้น และร้อยละ 4.2 ทิ้งทันทีหลังรับประทานข้าวไม่หมด

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “วิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

วิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมดโดยการเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น ในกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่จัดการด้วยวิธีนี้มากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

วิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมดโดยการทิ้งทันที ในกลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ที่จัดการด้วยวิธีนี้มากกว่ากลุ่มทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ



ตารางที่ 4.6 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.2.2 การจำกัดปริมาณการบริโภค</b>								
ข้าวหุงสุก							14.51	0.006*
จำกัดประจำ	31	25.8	35	29.2	52	43.3	-	-
จำกัดบางครั้ง	48	40.0	57	47.5	54	45.0	-	-
ไม่เคยจำกัดเลย	33	27.5	28	23.3	14	11.7	-	-
<b>4.2.3 มือที่รับประทานข้าว</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มือเช้า	87	72.5	99	82.5	104	86.7	3.23	0.199
มือกลางวัน	98	81.7	104	86.7	83	69.2	16.47	0.000*
มือเย็น	96	80.0	102	85.0	91	75.8	4.89	0.087
มือคิก( หลัง 21.00 น.)	33	27.5	7	5.7	4	3.3	-	-
<b>4.2.4 การซื้อข้าวหุงสุก</b>								
เคย	103	85.8	109	90.8	44	36.7	32.19	0.000*
ไม่เคย	17	14.2	11	9.2	76	63.3	-	-
<b>4.2.5 สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ร้านอาหาร/ภัตตาคาร	32	26.7	34	28.3	11	9.2	7.93	0.019*
ร้านอาหารตามสั่ง	61	50.8	58	48.3	30	25.0	6.98	0.030*
ร้านข้าวราดแกง	53	44.2	65	54.2	29	24.2	8.28	0.016*
ห้างสรรพสินค้า	19	15.8	24	20.0	4	3.3	-	-
ร้านสะดวกซื้อ	46	38.3	45	37.5	22	18.3	4.84	0.089
ตลาดสด	35	29.2	37	30.8	27	22.5	0.06	0.970
ตลาดนัด	55	45.8	50	41.7	27	22.5	25.56	0.000*
อื่น ๆ	0	0	7	5.8	2	1.7	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 4.6 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.2.6</b> มือที่ซื้อข้าวหุงสุก								
<b>รับประทาน</b>								
(ตอบ ได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มือเช้า	42	35.0	49	40.8	27	22.5	1.65	0.439
มือกลางวัน	63	52.5	61	50.8	36	30.0	3.38	0.184
มือเย็น	66	55.0	65	54.2	38	31.7	3.64	0.162
มือตึก(หลัง 21.00 น.)	21	17.5	5	4.2	5	4.2	-	-
<b>4.2.7</b> ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ								
(ตอบ ได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ข้าวหอม	87	72.5	85	70.8	51	42.5	7.57	0.023*
ข้าวขาว	41	34.2	42	35.0	16	13.3	8.16	0.017*
ข้าวเหนียว	36	30.0	35	29.2	10	8.3	11.65	0.003*
ข้าวกล้องหอมมะลิ	28	23.3	35	29.2	35	29.2	7.22	0.027*
ข้าวไรซ์เบอร์รี่	21	17.5	36	30.0	37	30.8	15.94	0.000*
อื่น ๆ	2	1.7	2	1.7	2	1.7	-	-
<b>4.2.8</b> การสังเกตตรวจสอบความ								
<b>สะอาดของข้าวหุงสุก</b>							12.18	0.016*
สังเกตทุกครั้ง	29	24.2	51	42.5	39	32.5	-	-
สังเกตบางครั้ง	50	41.7	39	32.5	28	23.3	-	-
ไม่เคยสังเกตเลย	23	19.2	19	15.8	9	7.5	-	-
<b>4.2.9</b> วิธีการจัดการหลังจาก								
<b>รับประทานข้าวไม่หมด</b>								
เก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็น	53	44.2	68	56.7	67	55.8	26.64	0.000*
เพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคใน								
มืออื่น								
ทิ้งทันที	45	37.5	35	29.2	5	4.2	29.52	0.000*
อื่น ๆ	5	4.2	9	7.5	8	6.7	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่า

**พฤติกรรมกาซื้อข้าวที่หุงสุกแล้วของกลุ่มวัยเรียน** บริโภคข้าวหุงสุกมากที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ โดยมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภค 2.25 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 40.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 81.7 รับประทานข้าวในมือกลางวัน ร้อยละ 85.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดยซื้อที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 50.8 มือที่ซื้อข้าวหุงสุก รับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 55.0 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 72.5 โดยร้อยละ 41.7 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกบางครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 44.2 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมืออื่น

**พฤติกรรมกาซื้อข้าวที่หุงสุกแล้วของกลุ่มวัยทำงาน** บริโภคข้าวหุงสุกมีปริมาณเฉลี่ย 1.89 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 47.5 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 86.7 รับประทานข้าวในมือกลางวัน ร้อยละ 90.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดยซื้อที่ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 54.2 มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 54.2 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 70.8 โดยร้อยละ 42.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 56.7 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมืออื่น

**พฤติกรรมกาซื้อข้าวที่หุงสุกแล้วของกลุ่มวัยสูงอายุ** บริโภคข้าวหุงสุกน้อยที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ โดยมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภค 1.66 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 45.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 86.7 รับประทานข้าวในมือเช้า ร้อยละ 36.7 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดยซื้อที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 25.0 มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 31.7 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 42.5 โดยร้อยละ 32.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 55.8 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมืออื่น

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมกาซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 7 ประเด็น ดังนี้ การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก มือที่รับประทานข้าว การซื้อข้าวหุงสุก สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก และวิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมกาซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 1 ประเด็น คือ มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน

### 4.3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมกรรมการบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ สรุปข้อมูลดังตารางที่ 4.7 ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

#### 4.3.1 การบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 70.0 เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 30.0 ไม่เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 82.5 เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 17.5 ไม่เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 86.7 เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 13.3 ไม่เคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “การบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุเคยบริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

#### 4.3.2 ชนิดน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ชนิดน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค ได้แก่ ข้าวกลั่นหอมมะลิ ร้อยละ 51.7 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 48.3 ข้าวกลั่นหอมแดง ร้อยละ 22.5 และข้าวทข43 ร้อยละ 2.5

กลุ่มวัยทำงาน ชนิดน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค ได้แก่ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 82.5 ข้าวกลั่นหอมมะลิ ร้อยละ 60.0 ข้าวกลั่นหอมแดง ร้อยละ 28.3 ข้าวทข43 ร้อยละ 5.0 และอื่น ๆ ร้อยละ 0.8

กลุ่มวัยสูงอายุ ชนิดน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค ได้แก่ ข้าวกลั่นหอมมะลิ ร้อยละ 70.8 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 45.8 ข้าวกลั่นหอมแดง ร้อยละ 23.3 ข้าวทข43 ร้อยละ 3.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ชนิดน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในชนิดข้าวไรซ์เบอร์รี่ โดยกลุ่มวัยทำงานเคยบริโภคข้าวไรซ์เบอร์รี่มากกว่ากลุ่มวัยเรียน และกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.3.3 มื้อที่บริโภคน้ำกลั่น/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน มือที่บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 54.2 รองลงมา คือ มือเช้า ร้อยละ 36.7 มือกลางวัน ร้อยละ 32.5 และมือคึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 5.8 ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงาน มือที่บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 60.0 รองลงมา คือ มือกลางวัน ร้อยละ 45.8 มือเช้า ร้อยละ 41.7 และมือคึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 3.3 ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุ มือที่บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 63.3 รองลงมา คือ มือเช้า ร้อยละ 60.8 มือกลางวัน ร้อยละ 45.0 และมือคึก (หลัง 21.00 น.) ร้อยละ 0.8 ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “มือที่บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในมือเช้า โดยกลุ่มวัยสูงอายุบริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพในมือเช้ามามากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

#### 4.3.4 ความถี่ในการบริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 31.7 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 29.2 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 17.5 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 4-6 วันต่อสัปดาห์ และร้อยละ 1.7 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพทุกวัน

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 36.7 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 21.7 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 4-6 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 19.2 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อสัปดาห์ และร้อยละ 5.0 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพทุกวัน

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 39.2 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพทุกวัน ร้อยละ 24.2 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อสัปดาห์ ร้อยละ 13.3 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 4-6 วันต่อสัปดาห์ และร้อยละ 10.0 บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ตามลำดับ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “ความถี่ในการบริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีความถี่ในการบริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน

#### 4.3.5 สถานที่บริโภคน้ำกลัอง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียน บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ที่บ้าน ร้อยละ 54.2 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 15.8 ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 13.3 ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 10.0 ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้อยละ 7.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

กลุ่มวัยทำงาน บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ที่บ้าน ร้อยละ 60.8 ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 20.0 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 19.2 ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้อยละ 18.3 ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 18.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 6.7

กลุ่มวัยสูงอายุ บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ที่บ้าน ร้อยละ 80.8 ร้านอาหาร/ภัตตาคาร ร้อยละ 12.5 ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 12.5 ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 10.8 ร้านสะดวกซื้อ ร้อยละ 8.3 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “สถานที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 2 สถานที่ ได้แก่ ที่บ้านและร้านสะดวกซื้อ

กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้านมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่ร้านสะดวกซื้อมากกว่ากลุ่มวัยเรียน และกลุ่มวัยสูงอายุตามลำดับ

#### 4.3.6 เหตุผลที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

เหตุผลที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 37.5 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 34.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 31.7 มีขายในร้านอาหารที่ซื้อ ร้อยละ 15.0 ได้รับคำแนะนำจากผู้อื่น ร้อยละ 14.2 ได้เห็นจากโฆษณาประชาสัมพันธ์ ร้อยละ 7.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3

เหตุผลที่กลุ่มวัยทำงานบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 59.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 56.7 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 20.8 ได้รับคำแนะนำจากผู้อื่น ร้อยละ 18.3 ได้เห็นจากโฆษณาประชาสัมพันธ์ ร้อยละ 12.5 อื่น ๆ ร้อยละ 9.2 และมีขายในร้านอาหารที่ซื้อ ร้อยละ 8.3

เหตุผลที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ ได้แก่ คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 74.2 คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 58.3 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 18.3 ได้รับคำแนะนำจากผู้อื่น ร้อยละ 13.3 ได้เห็นจากโฆษณาประชาสัมพันธ์ ร้อยละ 10.0 อื่น ๆ ร้อยละ 3.3 และมีขายในร้านอาหารที่ซื้อ ร้อยละ 1.7

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “เหตุผลที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 3 เรื่อง ได้แก่ คำนึงถึงสุขภาพ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และสมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค

กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ที่ให้เหตุผลบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เพราะคำนึงถึงสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ที่ให้เหตุผลบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เพราะคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุ และวัยเรียน กลุ่มตามลำดับ

กลุ่มวัยเรียนมีจำนวนผู้ที่ให้เหตุผลบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพราะสมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภคมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และ กลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

#### 4.3.7 การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 33.3 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 36.7 ไม่เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

กลุ่มวัยทำงานที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 55.8 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 26.7 ไม่เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

กลุ่มวัยสูงอายุที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 71.7 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 15.0 ไม่เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น “การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุเคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

#### 4.3.8 บุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพและเคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ได้แนะนำบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ คุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 22.2 เพื่อน ร้อยละ 20.8ญาติ ร้อยละ 6.7 และอื่น ๆ ร้อยละ 0.8

กลุ่มวัยทำงานที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพและเคยแนะนำให้ผู้  
อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพได้แนะนำบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ คุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 34.2  
เพื่อน ร้อยละ 30.8 ญาติ ร้อยละ 29.2 และอื่น ๆ ร้อยละ 3.3

กลุ่มวัยสูงอายุที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพและเคยแนะนำให้ผู้  
อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพได้แนะนำบุคคลต่าง ๆ ได้แก่ ญาติ ร้อยละ 50.8 เพื่อน ร้อยละ  
43.3 คุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 7.5 และอื่น ๆ ร้อยละ 5.8

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยกับประเด็น  
“บุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมี  
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในการแนะนำคุณพ่อ/คุณแม่และญาติ

กลุ่มวัยทำงานเคยแนะนำให้คุณพ่อ/คุณแม่ บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ  
สุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยเรียน และกลุ่มวัยสูงอายุ ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุเคยแนะนำให้ญาติบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่า  
กลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ

**4.3.9 ร้านอาหารที่บริโภคประจำมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย** จาก  
การศึกษาพบว่า

ร้านอาหารที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคประจำ ร้อยละ 41.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ  
สุขภาพจำหน่าย ร้อยละ 28.3 มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย

ร้านอาหารที่กลุ่มวัยทำงานบริโภคประจำ ร้อยละ 46.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าว  
เพื่อสุขภาพจำหน่าย ร้อยละ 35.8 มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย

ร้านอาหารที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภคประจำ ร้อยละ 45.8 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าว  
เพื่อสุขภาพจำหน่าย ร้อยละ 40.8 มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย

**4.3.10 ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่บริโภคประจำ**  
ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่กลุ่มวัยเรียน  
บริโภคประจำ ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 20.0 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 12.5 ข้าวกล้อง  
หอมแดง ร้อยละ 5.0 ข้าวกล้อง43 ร้อยละ 0.8

ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่กลุ่มวัยทำงาน  
บริโภคประจำ ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 29.2 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 16.7 ข้าวกล้อง  
หอมแดง ร้อยละ 11.7 ข้าวกล้อง43 ร้อยละ 1.7 และอื่น ๆ ร้อยละ 0.8

ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่กลุ่มวัยสูงอายุ  
บริโภคประจำ ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ ร้อยละ 35.8 ข้าวไรซ์เบอร์รี่ ร้อยละ 15.0 ข้าวกล้อง  
หอมแดง ร้อยละ 11.7 ข้าวกข43 ร้อยละ 1.7 และอื่น ๆ ร้อยละ 1.7

ตารางที่ 4.7 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.3.1 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ</b>								
<b>สุขภาพ</b>							11.17	0.004*
<b>เคย</b>	84	70.0	99	82.5	104	86.7	-	-
<b>4.3.2 ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ</b>								
<b>สุขภาพที่เคยบริโภค</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ข้าวกล้องหอมมะลิ	62	51.7	72	60.0	85	70.8	2.68	0.261
ข้าวไรซ์เบอร์รี่	58	48.3	86	82.5	55	45.8	27.56	0.000*
ข้าวกล้องหอมแดง	27	22.5	34	28.3	28	23.3	1.38	0.502
ข้าวกข43	3	2.5	6	5.0	4	3.3	-	-
อื่น ๆ	0	0	1	0.8	2	1.7	-	-
<b>4.3.3 มื้อที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าว</b>								
<b>เพื่อสุขภาพ</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มื้อเช้า	44	36.7	50	41.7	73	60.8	9.73	0.008*
มื้อกลางวัน	39	32.5	55	45.8	54	45.0	1.52	0.467
มื้อเย็น	65	54.2	72	60.0	76	63.3	0.63	0.732
มื้อดึก( หลัง 21.00 น.)	7	5.8	4	3.3	1	0.8	-	-
<b>4.3.4 ความถี่ในการบริโภคข้าว</b>								
<b>กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>								
84.13 0.000*								
ทุกวัน	2	1.7	6	5.0	47	39.2	-	-
4 – 6 วันต่อสัปดาห์	21	17.5	26	21.7	16	13.3	-	-
1 – 3 วันต่อสัปดาห์	23	29.2	23	19.2	29	24.2	-	-
1 – 3 วันต่อเดือน	38	31.7	44	36.7	12	10.0	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05



ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.3.5 สถานที่บริโภคข้าวกล้อง/ ข้าวเพื่อสุขภาพ</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ที่บ้าน	65	54.2	73	60.8	97	80.8	14.66	0.001*
ร้านสะดวกซื้อ	19	15.8	23	19.2	10	8.3	7.96	0.019*
ร้านอาหารตามสั่ง	16	13.3	24	20.0	13	10.8	4.67	0.097
ร้านข้าวราดแกง	12	10.0	22	18.3	15	12.5	-	-
ร้านอาหาร/ภัตตาคาร	9	7.5	22	18.3	15	12.5	-	-
อื่น ๆ	2	1.7	8	6.7	4	3.3	-	-
<b>4.3.6 เหตุผลที่บริโภคข้าว กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b> (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
คำนึงถึงสุขภาพ	38	31.7	68	56.7	89	74.2	34.76	0.000*
คุณประโยชน์ของข้าว กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	45	37.5	71	59.2	70	58.3	7.01	0.030*
สมาชิกในครัวเรือน ต้องการบริโภค	41	34.2	25	20.8	22	18.3	18.80	0.000*
ได้รับคำแนะนำจากผู้อื่น	17	14.2	22	18.3	16	13.3	1.62	0.445
ได้เห็นจากโฆษณา	9	7.5	15	12.5	12	10.0	-	-
ประชาสัมพันธ์ มีขายในร้านอาหารที่ซื้อ	18	15.0	10	8.3	2	1.7	-	-
อื่น ๆ	4	3.3	11	9.2	4	3.3	-	-
<b>4.3.7 การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภค ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>								
ไม่เคย	44	36.7	32	26.7	18	15.0	25.97	0.000*
เคย	40	33.3	67	55.8	86	71.7	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.7 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.3.8 บุคคลที่เคยแนะนำให้</b>								
<b>บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ</b>								
<b>สุขภาพ</b>								
<b>(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>								
คุณพ่อ/คุณแม่	27	22.5	41	34.2	9	7.5	57.88	0.000*
ญาติ	8	6.7	35	29.2	61	50.8	26.92	0.000*
เพื่อน	25	20.8	37	30.8	52	43.3	0.57	0.751
อื่น ๆ	1	0.8	4	3.3	7	5.8	-	-
<b>4.3.9 ร้านอาหารที่บริโภค</b>								
<b>ประจำมีข้าวกล้อง/ข้าว</b>								
<b>เพื่อสุขภาพจำหน่าย</b>								
							0.845	0.655
ไม่มี	50	41.7	56	46.7	55	45.8	-	-
มี	34	28.3	43	35.8	49	40.8	-	-
<b>4.3.10 ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ</b>								
<b>สุขภาพที่มีจำหน่ายใน</b>								
<b>ร้านอาหารที่บริโภค</b>								
<b>ประจำ</b>								
<b>(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>								
ข้าวกล้องหอมมะลิ	24	20.0	35	29.2	43	35.8	3.85	0.146
ข้าวไรซ์เบอร์รี่	15	12.5	20	16.7	18	15.0	0.98	0.613
ข้าวกล้องหอมแดง	6	5.0	14	11.7	14	11.7	-	-
ข้าวกข43	1	0.8	2	1.7	2	1.7	-	-
อื่น ๆ	0	0	1	0.8	2	1.7	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิจัยครั้งนี้ สรุปได้ว่า

พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพของกลุ่มวัยเรียน เคยบริโภคข้าว  
กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 70.0 และเคยบริโภคข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 51.7 โดย

ร้อยละ 54.2 บริโภคมือเย็น ร้อยละ 31.7 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 54.2 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 37.5 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 34.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 31.7 กลุ่มวัยเรียนที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 33.3 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยแนะนำคุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 22.2 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคประจำ ร้อยละ 41.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 20.0 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

**พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพของกลุ่มวัยทำงาน** ร้อยละ 82.5 เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยบริโภคข้าวไรซ์เบอร์รี่มากที่สุด ร้อยละ 82.5 โดยร้อยละ 60.0 บริโภคมือเย็น ร้อยละ 36.7 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 60.8 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยทำงานบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 59.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 56.7 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 20.8 กลุ่มวัยทำงานที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 55.8 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยแนะนำคุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 34.2 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยทำงานบริโภคประจำ ร้อยละ 46.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 29.2 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

**พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพของกลุ่มวัยสูงอายุ** ร้อยละ 86.7 เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยบริโภคข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 70.8 โดยร้อยละ 63.3 บริโภคมือเย็น ร้อยละ 39.2 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทุกวัน ร้อยละ 80.8 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 74.2 คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 58.3 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 18.3 กลุ่มวัยสูงอายุที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 71.7 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยแนะนำญาติ ร้อยละ 50.8 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภคประจำ ร้อยละ 45.8 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 35.8 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 8 ประเด็น ดังนี้ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค มือที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ความถี่ในการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

สถานที่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เหตุผลที่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ การแนะนำให้ผู้บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ และบุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 2 ประเด็น ดังนี้ ร้านอาหารที่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่ายและชนิดน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ในตารางที่ 4.8 แสดงผลการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ที่ไม่เคยบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยมีรายละเอียดดังนี้

#### 4.3.11 สาเหตุที่ไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

สาเหตุที่กลุ่มวัยเรียนไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก ไม่ชอบ ไม่อร่อย ไม่ทราบจะซื้อที่ไหน และไม่ทราบว่าเลือกร้านใดดี ตามลำดับ

สาเหตุที่กลุ่มวัยทำงานไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ไม่ชอบ ราคาแพงสัดส่วนเท่ากับหุงค่อนข้างยาก ไม่อร่อย และไม่ทราบว่าเลือกร้านใดดี ตามลำดับ

สาเหตุที่กลุ่มวัยสูงอายุไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ไม่ชอบ หุงค่อนข้างยาก ราคาแพง ไม่อร่อย และไม่ทราบว่าเลือกร้านใดดี ตามลำดับ

#### 4.3.12 ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ คิดว่าปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ราคา ความอร่อย คุณภาพ ความชอบ และคุณค่าทางโภชนาการ ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ คิดว่าปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ความอร่อย ราคา ความชอบ คุณค่าทางโภชนาการ คุณภาพ และอื่น ๆ ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่บริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ คิดว่าปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตามลำดับจากมากไปน้อย ได้แก่ ความอร่อย ราคา คุณภาพ ความชอบ คุณค่าทางโภชนาการ และอื่น ๆ ตามลำดับ

4.3.13 ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของน้ำวุ้น/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 11.7 จะบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น ร้อยละ 10.0 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเท่าเดิม และร้อยละ 8.3 ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเช่นเคย

กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.0 จะบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น ร้อยละ 5.0 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเท่าเดิม และร้อยละ 7.5 ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเช่นเคย

กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 4.2 จะบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น ร้อยละ 5.0 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเท่าเดิม และร้อยละ 4.2 ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเช่นเคย

#### 4.3.14 ความสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 6.7 สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 16.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 6.7 ไม่สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเลย

กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.8 สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 9.2 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 2.5 ไม่สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเลย

กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.8 สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 6.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.8 ไม่สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเลย

4.3.15 แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น จากการศึกษาพบว่า

กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ มีความเห็นว่าแนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น เรียงตามลำดับจากมากที่สุด ไปน้อยสุด ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรหาซื้อได้ง่ายมีขายทั่วไป และควรนำกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป/กึ่งสำเร็จรูป ตามลำดับ

กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ มีความเห็นว่าแนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น เรียงตามลำดับจากมากที่สุดไปน้อยสุด ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมหาซื้อได้ง่ายมีขายทั่วไป และควรนำกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์สำเร็จรูป/กึ่งสำเร็จรูป ตามลำดับ

กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ มีความเห็นว่าแนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น เรียงตามลำดับจากมากที่สุดไปน้อยสุด ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว และข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมหาซื้อได้ง่ายมีขายทั่วไป ตามลำดับ

ตารางที่ 4.8 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมของผู้ที่ไม่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		$\chi^2$	Sig
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>4.3.11 สาเหตุที่ไม่บริโภคข้าว กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>								
ราคาแพง	15	12.5	5	4.2	2	1.7	-	-
หุงค่อนข้างยาก	12	10.0	5	4.2	5	4.2	-	-
ไม่ชอบ	10	8.3	13	10.8	6	5.0	-	-
ไม่อร่อย	9	7.5	4	3.3	1	0.8	-	-
ไม่ทราบว่าเลือกข้าว ชนิดอะไร	4	3.3	1	0.8	1	0.8	-	-
ไม่ทราบจะซื้อที่ไหน	5	4.2	0	0	0	0	-	-
อื่น ๆ	0	0	0	0	0	0	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.8 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	$\chi^2$	Sig
<b>4.3.12 ปัจจัยที่มีผลต่อการ</b>								
<b>บริโภคข้าวกล้อง/ข้าว</b>								
<b>เพื่อสุขภาพ</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ราคา	17	14.2	9	7.5	3	2.5	-	-
ความอร่อย	14	11.7	10	8.3	6	5.0	-	-
คุณภาพ	11	9.2	4	3.3	3	2.5	-	-
ความชอบ	7	5.8	7	5.8	3	2.5	-	-
คุณค่าทางโภชนาการ	6	5.0	5	4.2	1	0.8	-	-
อื่น ๆ	0	0	1	0.8	1	0.8	-	-
<b>4.3.13 ถ้าได้รับความรู้</b>								
<b>เกี่ยวกับคุณประโยชน์</b>								
<b>ทางโภชนาการของข้าว</b>								
<b>กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>								
<b>จะเพิ่มโอกาสในการ</b>								
<b>บริโภคข้าวกล้อง/ข้าว</b>								
<b>เพื่อสุขภาพ</b>								
บริโภคมากขึ้น	14	11.7	6	5.0	5	4.2	-	-
บริโภคเท่าเดิม	12	10.0	6	5.0	6	5.0	-	-
ไม่บริโภคเช่นเคย	10	8.3	9	7.5	5	4.2	-	-
<b>4.3.14 ความสนใจผลิตภัณฑ์</b>								
<b>ทำจากข้าวกล้อง/ข้าว</b>								
<b>เพื่อสุขภาพ</b>								
สนใจแน่นอน	8	6.7	7	5.8	7	5.8	-	-
ไม่แน่ใจ	20	16.7	11	9.2	8	6.7	-	-
ไม่สนใจ	8	6.7	3	2.5	1	5.8	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 4.8 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน		กลุ่มวัยทำงาน		กลุ่มวัยสูงอายุ		ค่าสถิติ	
	(n = 120)		(n = 120)		(n = 120)		$\chi^2$	Sig
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
<b>4.3.15 แนวทางที่จะทำให้มี</b>								
<b>ผู้บริโภครู้สึกว่า</b>								
<b>เพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น</b>								
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ให้ความรู้ด้าน	20	16.7	12	10.0	9	7.5	-	-
คุณประโยชน์								
ราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว	15	12.5	7	5.8	4	3.3	-	-
ทำให้อร่อยใกล้เคียงข้าว	13	10.8	10	8.3	3	2.5	-	-
ขาว								
หาซื้อได้ง่ายมีขายทั่วไป	10	8.3	2	1.7	2	1.7	-	-
แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์	1	0.8	2	1.7	0	0	-	-
สำเร็จรูป/กึ่งสำเร็จรูป								
อื่น ๆ	0	0	0	0	0	0	-	-

\* ความสัมพันธ์ของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

จากผลการวิจัยพฤติกรรมของผู้ที่ไม่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ครั้งนี้สรุปได้ว่า

**สาเหตุที่กลุ่มวัยเรียน** ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรกได้แก่ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก ไม่ชอบ โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ราคา ความอร่อย คุณภาพ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 11.7 จะบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 16.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภครู้สึกว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับแรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว

**สาเหตุที่กลุ่มวัยทำงาน** ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ไม่ชอบ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก ไม่อร่อย ตามลำดับ โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/



ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ความอร่อย ราคา ความชอบ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับ คุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 7.5 ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าว เพื่อสุขภาพเช่นเคย กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 9.2 ไม่แน่ใจว่าจะ สนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภครวมข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ สุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับแรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ สุขภาพ ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควร มีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว

**สาเหตุที่กลุ่มวัยสูงอายุ** ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ไม่ชอบ หุงค่อนข้างยาก ราคาแพง โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตาม 3 ลำดับแรก ได้แก่ ความอร่อย ราคา ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทาง โภชนาการของข้าว กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.0 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเท่าเดิม กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่ บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 6.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าว เพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภครวมข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับแรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควร มีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยที่ไม่เคยบริโภคข้าว กล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่า กลุ่มวัยไม่มี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 2 ประเด็น ดังนี้ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับ คุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจะเพิ่มโอกาสในการบริโภคข้าวกล้อง/ ข้าวเพื่อสุขภาพ และความสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

## บทที่ 5

### สรุปการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย ทัศนศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อศึกษาความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของแต่ละกลุ่มวัย โดยเป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ผู้วิจัยสรุปการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะเป็นรายหัวข้อดังนี้

#### 1. สรุปการวิจัย

##### 1.1 วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา 1) ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว 2) เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ 3) พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

##### 1.2 วิธีการดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ ประชากรที่ทำการศึกษาคือ ประกอบด้วยกลุ่มคนในวัยต่าง ๆ ที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป)

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย กำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษา จำนวน 120 คนต่อกลุ่มวัยต่าง ๆ รวมทั้งหมด 360 คน การคัดเลือกตัวแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) โดยมีขั้นตอนที่ 1 เลือกเขตกรุงเทพมหานครในย่านธุรกิจ ได้แก่ เขตบางรักและเขตปทุมวัน และในย่านอุตสาหกรรม ได้แก่ เขตมีนบุรีและเขตลาดกระบัง และเลือกเขตกรุงเทพมหานครในย่านชุมชนฝั่งพระนคร ได้แก่ เขตบางกอกน้อย และในย่านชุมชนฝั่งธนบุรี ได้แก่ เขตหนองแขมและเขตบางขุนเทียน ขั้นตอนที่ 2 ในแต่ละเขตที่เลือกมาคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากสถานศึกษา สถานที่ทำงาน และที่อยู่อาศัย โดยกำหนดจำนวนตัวอย่างเท่ากันในแต่ละเขต คือ 30 คนต่อกลุ่มวัยต่อเขต หลักเกณฑ์ในการคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง คือต้องเป็นผู้ที่รับประทานข้าวอย่างน้อย 1 มื้อ ต้องอาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและต้องเป็นผู้ที่แสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัย ภายหลัง

ได้รับการชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัย และลงนามในเอกสารแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยแล้ว เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นไปตามเกณฑ์แล้วทำการวิจัยเชิงสำรวจ โดยใช้เครื่องมือการวิจัย เป็นแบบสอบถาม การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติประกอบด้วย ใช้ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน พิสัย การทดสอบไคสแควร์ การวิเคราะห์ความแปรปรวน

### 1.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือวิจัยการประกอบด้วย แบบสอบถามผู้วิจัยได้สร้างขึ้น มีทั้งหมด 4 ตอนซึ่งประกอบด้วย ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

### 1.4 การดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่างตามกลุ่มวัยและเขตต่าง ๆ และเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 360 คนเพื่อนำมาวิเคราะห์ข้อมูล

### 1.5 การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (descriptive Statistics) ด้วยการหาค่าความถี่ ค่าเฉลี่ย ร้อยละ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สถิติอนุมาน (inferential statistics) ได้แก่ การทดสอบไคสแควร์ (Chi-square Test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) หรือ สถิติ F-Test

### 1.6 ผลการวิจัย

จากการการศึกษาความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของแต่ละกลุ่มวัย ผลการวิจัยมีดังนี้

**1.6.1 ข้อมูลทั่วไป** กลุ่มตัวอย่างของทั้ง 3 กลุ่มวัย ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง โดยกลุ่มวัยสูงอายุ คิดเป็นร้อยละ 88.3 กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 74.2 กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 69.2 ตามลำดับ โดยมีอายุสูงสุดในกลุ่มวัยสูงอายุ คือ 86 ปี และอายุน้อยสุดในกลุ่มวัยทำงาน คือ 18 ปี มีอายุเฉลี่ยในกลุ่มวัยสูงอายุ คือ 66.22 ปี กลุ่มวัยทำงาน 34.77 ปี กลุ่มวัยเรียน 19.82 ปี ตามลำดับ

สถานภาพ กลุ่มวัยเรียน โสดหมด กลุ่มวัยทำงาน ส่วนใหญ่เป็น โสดมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60 รองลงมาสถานภาพสมรส ร้อยละ 36.7 และสถานภาพหย่าร้าง/หม้าย ร้อยละ 3.3 กลุ่มวัยสูงอายุส่วนใหญ่สถานภาพสมรส ร้อยละ 52.5 รองลงมาสถานภาพหย่าร้าง/หม้าย ร้อยละ 24.2 และสถานภาพโสดน้อยที่สุด คือ ร้อยละ 23.3

ระดับการศึกษา กลุ่มวัยเรียนกำลังศึกษาในระดับปริญญาตรีมากที่สุด ร้อยละ 75.8 รองลงมากำลังศึกษาในระดับต่ำกว่าปริญญาตรี กลุ่มวัยทำงานจบการศึกษาระดับปริญญา

ตรี ร้อยละ 60.8 รองลงมาจบการศึกษาระดับปริญญาตรี ร้อยละ 15.0 นอกนั้นจบการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี กลุ่มวัยสูงอายุจบการศึกษาในระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่าร้อยละ 48.3

อาชีพ กลุ่มวัยเรียนทั้งหมดอาชีพนักศึกษา กลุ่มวัยทำงานอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน ร้อยละ 49.2 รองลงมาอาชีพข้าราชการ/รัฐวิสาหกิจ ร้อยละ 25.0 กลุ่มผู้สูงอายุไม่ได้ประกอบอาชีพ ร้อยละ 45.0 รองลงมาประกอบกิจการส่วนตัว ร้อยละ 20.8 และอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน , ข้าราชการบำนาญ , ค้าขาย , อาสาสมัคร เป็นต้น คิดเป็นร้อยละ 20.8

โรคประจำตัว กลุ่มวัยเรียนไม่มีโรคประจำตัวมากที่สุด คิดร้อยละ 81.7 รองลงมากลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 71.7 และกลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 69.2 ตามลำดับ ผู้ที่มีโรคประจำตัวในกลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยทำงานเป็นโรคภูมิแพ้มากที่สุดร้อยละ 15.0 และ ร้อยละ 14.2 ตามลำดับ ผู้ที่มีโรคประจำตัวในกลุ่มวัยสูงอายุเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุด ร้อยละ 49.2 รองลงมาเป็นโรคไขมันในเลือดสูง ร้อยละ 26.7 เป็นโรคเบาหวาน ร้อยละ 20

ลักษณะที่พักอาศัย ทั้ง 3 กลุ่มที่พักอาศัยที่บ้านมากที่สุด โดยกลุ่มวัยสูงอายุคิดเป็นร้อยละ 73.3 กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 70.0 กลุ่มวัยเรียน ร้อยละ 50.8 ตามลำดับ

บุคคลที่พำนักอาศัยร่วมด้วย กลุ่มวัยสูงอายุ พำนักอาศัยอยู่กับลูก/หลานมากที่สุด ร้อยละ 59.5 กลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานพำนักอาศัยกับอยู่กับบิดา/มารดามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.5 และร้อยละ 40.8 ตามลำดับ

### 1.6.2 ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

สามารถแบ่งเป็นข้อคำถามที่มีผู้ตอบถูกมากที่สุด และข้อคำถามที่มีผู้ตอบถูกน้อยที่สุด ดังนี้

1) *ความรู้เกี่ยวกับข้าวขาว* ในหัวข้อ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” เป็นข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุด โดยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 90 ในหัวข้อ “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ” กลุ่มวัยสูงอายุตอบถูกเกินครึ่ง แต่กลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานตอบถูกไม่ถึงครึ่ง โดยในหัวข้อนี้ค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก” กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน โดยในหัวข้อนี้ค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง” ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากกว่าครึ่ง โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและกลุ่มวัยเรียน ตามลำดับ โดยในหัวข้อนี้ค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวขาวมีส่วนที่

เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” เป็นหัวข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุด โดยกลุ่มวัยทำงานตอบถูกน้อยที่สุดรองลงมาคือกลุ่มวัยเรียนและวัยสูงอายุ

2) ความรู้เกี่ยวกับข้าวกล้อง ในหัวข้อ “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” กลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ โดยในหัวข้อนี้ ค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” เป็นหัวข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุด โดยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 80 ในกลุ่มวัยสูงอายุจะตอบถูกมากที่สุด เกินกว่าร้อยละ 90 ในหัวข้อ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 80 โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ โดยในหัวข้อนี้ค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภครวมทั้ง 3 กลุ่มวัยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว” เป็นหัวข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุด โดยกลุ่มวัยเรียนตอบถูกน้อยที่สุดรองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ

3) ความรู้เกี่ยวกับข้าวเพื่อสุขภาพ ในหัวข้อ “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” เป็นหัวข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุด โดยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 70 ในหัวข้อ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด” กลุ่มวัยสูงอายุตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยทำงานตามลำดับ ในหัวข้อ “ข้าวกล้อง 43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง” เป็นหัวข้อที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุดไม่ถึงครึ่ง โดยกลุ่มวัยเรียนตอบถูกน้อยที่สุด ส่วนกลุ่มวัยเรียนและวัยสูงอายุตอบถูกพอๆกัน ในหัวข้อนี้ “ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ” ทั้ง 3 กลุ่มวัยตอบถูกประมาณครึ่งหนึ่ง

กลุ่มวัยเรียน มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไป จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” และ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 6 ข้อ

กลุ่มวัยทำงาน มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 3 ข้อ ได้แก่ “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไป จำนวน 2 ข้อ ได้แก่

ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว” และ “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 3 ข้อ

กลุ่มวัยสูงอายุ มีผู้ที่ตอบถูก ร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 3 ข้อ ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” และ “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไป มีจำนวน 2 ข้อ ได้แก่ และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” และ “สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ” ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไป จำนวน 2 ข้อ ได้แก่ ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว” และ “ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด” และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 2 ข้อ

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าวพบว่า ค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อยู่ 5 ประเด็น ได้แก่ประเด็นที่ 1 “ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยเรียนและวัยทำงาน ตามลำดับ ประเด็นที่ 2 “ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ ประเด็นที่ 3 “ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง” โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ ประเด็นที่ 4 “ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้” โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และวัยเรียน ตามลำดับ ประเด็นที่ 5 “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” โดยกลุ่มวัยทำงานมีจำนวนผู้ตอบถูกมากกว่ากลุ่มวัยสูงอายุและวัยเรียน ตามลำดับ

เมื่อทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย เกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าวพบว่า ค่าสัดส่วนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 อยู่ 8 ประเด็น ได้แก่ ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ ข้าวกล้องมีใยอาหารสูงเมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด ข้าวทข43เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง และข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ

โดยในหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุดคือใน 3 ลำดับแรก ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตามลำดับ โดยทุกกลุ่มวัยตอบ

ถูกมากกว่าร้อยละ 80 ขึ้นไป และหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุด ได้แก่ “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” และ “ข้าวภข43เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง” โดยทุกกลุ่มวัยตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50

ในภาพรวมค่าเฉลี่ยคะแนนคำตอบของคำถามด้านความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวในแต่ละกลุ่มวัยพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยสูงสุด 1.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.22 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 1.55 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.30 และกลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 1.54 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.29

**1.6.3 เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ** จากการรวบรวมข้อมูลเจตคติต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการของแต่ละกลุ่มวัยมีระดับความเห็นดังนี้

1) **เจตคติต่อคุณค่าทางโภชนาการของข้าว** ในหัวข้อ “การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง” ทุกกลุ่มวัยมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติในกลุ่มวัยทำงาน วัยสูงอายุ และวัยเรียน คือ 4.62 4.42 และ 4.38 ตามลำดับ โดยในหัวข้อนี้ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีระดับค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียน แต่กลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีระดับค่าเฉลี่ยของเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น” ทุกกลุ่มวัยมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติในกลุ่มวัยสูงอายุ วัยเรียนและวัยทำงาน คือ 4.43 4.42 และ 4.37 ตามลำดับ ในหัวข้อ “ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว” ทุกกลุ่มวัยมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติในกลุ่มวัยทำงาน วัยสูงอายุ และวัยเรียน คือ 4.58 4.54 และ 4.50 ตามลำดับ ในหัวข้อ “ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น” ทุกกลุ่มวัยมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง โดยมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติในกลุ่มวัยสูงอายุ วัยทำงานและวัยเรียน คือ 4.39 4.36 และ 4.21 ตามลำดับ

2) **เจตคติของผู้บริโภคต่อการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร** ในหัวข้อ “การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว” ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยในกลุ่มวัยสูงอายุมีเจตคติในระดับเห็นด้วยโดยมีค่าเฉลี่ย 3.98 สูงกว่าระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียน โดยกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีเจตคติในระดับไม่แน่ใจโดยมีค่าเฉลี่ย 3.34 และ 3.15 ตามลำดับ โดยทั้ง 2 กลุ่มมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสม

กับข้าวขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น” ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยในกลุ่มวัยสูงอายุมีเจตคติในระดับเห็นด้วยโดยมีค่าเฉลี่ย 4.11 สูงกว่าระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียน โดยกลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีเจตคติในระดับเห็นด้วยเช่นกัน โดยมีค่าเฉลี่ย 3.80 และ 3.54 ตามลำดับ โดยทั้ง 2 กลุ่มมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในหัวข้อ “ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ” ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยในกลุ่มวัยสูงอายุมีเจตคติในระดับเห็นด้วยโดยมีค่าเฉลี่ย 4.08 สูงกว่าระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของกลุ่มวัยเรียนและวัยทำงาน โดยกลุ่มวัยเรียนมีเจตคติในระดับเห็นด้วยและวัยทำงานมีเจตคติในระดับไม่แน่ใจ โดยมีค่าเฉลี่ย 3.45 และ 3.38 ตามลำดับ โดยทั้ง 2 กลุ่มมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3) เจตคติของผู้บริโภคต่อการเลือกบริโภคข้าว ในหัวข้อ “ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” กลุ่มวัยผู้สูงอายุมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง กลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนมีเจตคติในระดับเห็นด้วย โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.42 4.33 และ 4.16 ตามลำดับ ในหัวข้อ “ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ” ทั้ง 3 กลุ่มวัยมีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยกลุ่มวัยผู้สูงอายุและกลุ่มวัยทำงานมีเจตคติในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง กลุ่มวัยเรียนมีเจตคติในระดับเห็นด้วย โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 4.58 4.26 และ 3.81 ตามลำดับ ในหัวข้อ “การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว” กลุ่มวัยผู้เรียนและกลุ่มวัยทำงานมีเจตคติในระดับเห็นด้วย กลุ่มวัยสูงอายุมีเจตคติในระดับไม่แน่ใจ โดยมีค่าเฉลี่ย คือ 3.66 3.62 และ 3.33 ตามลำดับ

4) สรุปค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ได้ดังนี้

(1) ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยอย่างยิ่งช่วงคะแนน 4.21-5.00

กลุ่มวัยเรียนมี 4 ประเด็น ได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทำให้ร่างกายแข็งแรง, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว และถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น

กลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ มี 6 ประเด็น ได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป



ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว, ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของ ข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น, ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคา ใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าว เพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

(2) ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยช่วงคะแนน 3.41-4.20

กลุ่มวัยเรียน มี 5 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสม กับข้าวขาว จะทำให้น่ารับประทานมากขึ้น, ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บ ยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ, ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะ เลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ, ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือก บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

กลุ่มวัยทำงาน มี 2 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ผสมกับข้าวขาว จะทำให้น่ารับประทานมากขึ้น และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการ ซื้อข้าวขาว

กลุ่มวัยสูงอายุ มี 3 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ยากกว่าการหุงข้าวขาว, การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น่ารับประทาน มากขึ้น และข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบ สุญญากาศ

(3) ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แน่ใจช่วงคะแนน 2.61-3.40

กลุ่มวัยเรียน มี 1 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยาก กว่าการหุงข้าวขาว

กลุ่มวัยทำงาน มี 2 ประเด็น ได้แก่ การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ยากกว่าการหุงข้าวขาว และข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควร บรรจุแบบสุญญากาศ

กลุ่มวัยสูงอายุ มี 1 ประเด็น ได้แก่ การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ยากกว่าการซื้อข้าวขาว

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ประเด็น ได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทำให้ร่างกาย แข็งแรง การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ผสมกับข้าวขาวจะทำให้หน้ารับประทานมากขึ้น ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่ายการ  
จัดเก็บยากดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ และถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย  
จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของเจตคติระหว่างผู้บริโภคทั้ง 3  
กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ  
ทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ประเด็น ได้แก่ ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะกับบุคคลทั่วไป  
ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ  
เป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของ  
ข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคา  
ใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และการซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ  
สุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว

ในภาพรวมค่าเฉลี่ยด้านเจตคติของผู้บริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทาง  
โภชนาการในแต่ละกลุ่มวัยพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยมากที่สุด 4.26 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน  
0.60 รองลงมาคือกลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ย 4.04 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.48 และกลุ่มวัยเรียนมี  
ค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด 3.92 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.63

**1.6.4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ** จากการรวบรวมข้อมูล  
พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของแต่ละกลุ่มวัย สรุปได้ดังนี้

#### 1) พฤติกรรมการหุงข้าวเอง

กลุ่มวัยเรียน หุงข้าวเอง ร้อยละ 90.0 มื้อที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง  
มากที่สุด คือ มื้อเย็น ร้อยละ 70.8 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 78.3 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็น  
ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 44.2 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 85.8 ปัจจัยที่มีผลต่อการ  
เลือกชนิดข้าวที่จะหุง 3 อันดับแรก ได้แก่ ราคา ร้อยละ 61.7 คุณภาพ ร้อยละ 54.2 ความอร่อย ร้อย  
ละ 45.0 ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 73.3 และเก็บไว้ใน  
ครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 88.3

กลุ่มวัยทำงาน หุงข้าวเอง ร้อยละ 82.5 มื้อที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าว  
เองมากที่สุด คือ มื้อเย็น ร้อยละ 72.5 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 69.2 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็น  
ห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 61.7 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 76.7 ปัจจัยที่มีผลต่อการ  
เลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 55.0 ราคา ร้อยละ 40.8 ความชอบ ร้อยละ 39.2  
ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 74.2 และเก็บไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 92.0

กลุ่มวัยสูงอายุ หุงข้าวเอง ร้อยละ 95.0 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเองมากที่สุดของคือ มือเช้า ร้อยละ 78.3 โดยซื้อข้าวสารเอง ร้อยละ 89.2 แหล่งที่ซื้อข้าวสารเป็นห้างสรรพสินค้า ร้อยละ 60.8 ชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด คือ ข้าวหอม ร้อยละ 77.5 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง ได้แก่ คุณภาพ ร้อยละ 65.0 คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 51.7 ราคา ร้อยละ 47.5 ตามลำดับ ในการจัดเก็บข้าวสารจะจัดเก็บในภาชนะที่มีฝาปิด ร้อยละ 85.0 และเก็บไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง ร้อยละ 82.5

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค ทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการหุงข้าวเอง พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 6 ประเด็น ดังนี้ ครอบคลุมครัวซื้อข้าวสารมาหุงเอง มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง สถานที่ซื้อข้าวสาร ชนิดข้าวที่หุง ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง และสถานที่จัดเก็บข้าวสาร

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภค ทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการหุงข้าวเอง พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 6 ประเด็น ดังนี้ แหล่งที่มาของข้าวสารที่หุง และภาชนะจัดเก็บข้าวสาร

## 2) พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว

กลุ่มวัยเรียน บริโภคข้าวหุงสุกมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ โดยมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภค 2.25 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 40.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 81.7 รับประทานข้าวในมือกลางวัน ร้อยละ 85.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดยซื้อที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 50.8 มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 55.0 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 72.5 โดยร้อยละ 41.7 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกบางครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 44.2 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมืออื่น

กลุ่มวัยทำงาน บริโภคข้าวหุงสุกมีปริมาณเฉลี่ย 1.89 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 47.5 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 86.7 รับประทานข้าวในมือกลางวัน ร้อยละ 90.8 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดยซื้อที่ร้านข้าวราดแกง ร้อยละ 54.2 มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 54.2 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 70.8 โดยร้อยละ 42.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 56.7 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมืออื่น

กลุ่มวัยสูงอายุ บริโภคข้าวหุงสุกน้อยที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ โดยมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภค 1.66 ทัพพีต่อมือ โดยร้อยละ 45.0 จำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกบางครั้ง ร้อยละ 86.7 รับประทานข้าวในมือเช้า ร้อยละ 36.7 เคยซื้อข้าวหุงสุก โดย

ซื้อที่ร้านอาหารตามสั่ง ร้อยละ 25.0 มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุด คือ มือเย็น ร้อยละ 31.7 และเลือกซื้อข้าวหอมมากที่สุด ร้อยละ 42.5 โดยร้อยละ 32.5 สังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกทุกครั้ง หากรับประทานข้าวไม่หมด ร้อยละ 55.8 จะจัดเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 7 ประเด็น ดังนี้ การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก มือที่รับประทานข้าว การซื้อข้าวหุงสุก สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก และวิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 1 ประเด็น คือ มือที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน

### 3) พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

กลุ่มวัยเรียน เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 70.0 และเคยบริโภคข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 51.7 โดยร้อยละ 54.2 บริโภคมือเย็น ร้อยละ 31.7 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 54.2 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 37.5 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 34.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 31.7 กลุ่มวัยเรียนที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 33.3 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยแนะนำคุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 22.2 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยเรียนบริโภคประจำ ร้อยละ 41.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 20.0 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 82.5 เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยบริโภคข้าวไรซ์เบอร์รี่มากที่สุด ร้อยละ 82.5 โดยร้อยละ 60.0 บริโภคมือเย็น ร้อยละ 36.7 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 1-3 วันต่อเดือน ร้อยละ 60.8 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยทำงานบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 59.2 คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 56.7 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภค ร้อยละ 20.8 กลุ่มวัยทำงานที่เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 55.8 เคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยแนะนำคุณพ่อ/คุณแม่ ร้อยละ 34.2 ร้านอาหารที่

กลุ่มวัยทำงานบริโภครประจำ ร้อยละ 46.7 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 29.2 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 86.7 เคยบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยบริโภครข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 70.8 โดยร้อยละ 63.3 บริโภครมือเย็น ร้อยละ 39.2 บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทุกวัน ร้อยละ 80.8 บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่บ้าน เหตุผลที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 อันดับแรก ได้แก่ คำนึงถึงสุขภาพ ร้อยละ 74.2 คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 58.3 สมาชิกครัวเรือนต้องการบริโภคร ร้อยละ 18.3 กลุ่มวัยสูงอายุที่เคยบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 71.7 เคยแนะนำให้ผู้อื่น บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพโดยเคยแนะนำญาติ ร้อยละ 50.8 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยสูงอายุ บริโภครประจำ ร้อยละ 45.8 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 35.8 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภครทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่า กลุ่มวัยมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 8 ประเด็น ดังนี้ การบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภคร มือที่บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ความถี่ในการบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ สถานที่บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เหตุผลที่บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และบุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภครทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่า กลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 2 ประเด็น ดังนี้ ร้านอาหารที่บริโภครประจำมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย และชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่บริโภครประจำ

#### 4) พฤติกรรมของผู้ที่ไม่เคยบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

สาเหตุที่กลุ่มวัยเรียน ไม่บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก ไม่ชอบ โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ราคา ความอร่อย คุณภาพ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 11.7 จะบริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น กลุ่มวัยเรียนที่ไม่บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 16.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภครข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับ

แรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว

*สาเหตุที่กลุ่มวัยทำงาน ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก*

แรก ได้แก่ ไม่ชอบ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก ไม่อร่อย ตามลำดับ โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ 3 ลำดับแรก ได้แก่ ความอร่อย ราคา ความชอบ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 7.5 ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเช่นเคย กลุ่มวัยทำงานที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 9.2 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับแรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว

*สาเหตุที่กลุ่มวัยสูงอายุ ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ 3 ลำดับแรก ได้แก่*

ไม่ชอบ หุงค่อนข้างยาก ราคาแพง โดยปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เรียงตาม 3 ลำดับแรก ได้แก่ ความอร่อย ราคา ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 5.0 บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเท่าเดิม กลุ่มวัยสูงอายุที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 6.7 ไม่แน่ใจว่าจะสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ แนวทางที่จะทำให้มีผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น 3 ลำดับแรก ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ราคาข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพควรมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ทำให้ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพอร่อยใกล้เคียงข้าวขาว

*เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ของกลุ่มผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยที่ไม่เคย*

บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ พบว่ากลุ่มวัยไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 2 ประเด็น ดังนี้ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจะเพิ่มโอกาสในการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และความสนใจผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

## 2. อภิปรายผล

แบ่งตามวัตถุประสงค์การวิจัย ดังนี้

### 2.1 ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

จากผลการวิจัยแต่ละกลุ่มวัยมีความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว ดังนี้

กลุ่มวัยเรียน ตอบถูกมากกว่า 70%ขึ้นไป จำนวน 6 ข้อ , ตอบถูกต่ำกว่า 50% จำนวน 4 ข้อ  
 กลุ่มวัยทำงาน ตอบถูกมากกว่า 70%ขึ้นไป จำนวน 6 ข้อ , ตอบถูกต่ำกว่า 50% จำนวน 3 ข้อ  
 กลุ่มวัยสูงอายุ ตอบถูกมากกว่า 70%ขึ้นไป จำนวน 7 ข้อ , ตอบถูกต่ำกว่า 50% จำนวน 2 ข้อ

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าส่วนใหญ่กลุ่มวัยสูงอายุจะตอบคำถามความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวได้ถูกต้องมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน ดังนั้นอาจกล่าวได้ว่ากลุ่มวัยสูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ และให้ความสำคัญเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวเป็นอย่างมาก อาจเนื่องมาจากคำนึงถึงสุขภาพร่างกายที่ต้องดูแลมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนจึงให้ความสำคัญ มีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับข้าวที่บริโภคมากกว่า ส่วนคำถามความรู้ที่มีผู้ตอบถูกน้อยกว่าร้อยละ 50 ซึ่งควรส่งเสริมและประชาสัมพันธ์ให้ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวอย่างถูกต้องและทั่วถึงให้กับผู้บริโภคทุกกลุ่มวัย

จากการศึกษาข้อมูลพบว่ามีความสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลิอินทรีย์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลของ อรรพรรณ ชมชัชมา, กิตติศักดิ์ วสันตวิงศ์, รดา อิ่มศิลป์, และศรีสกุล แก้วกระจ่าง (2555) ซึ่งสรุปไว้ว่าปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล เช่น อายุ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค เช่นเดียวกับปัจจัยความรู้ความเข้าใจ ซึ่งจากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้กับทางภาคการผลิตสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้เหมาะสมกับกลุ่มวัย

## 2.2 เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

จากผลการวิจัยแต่ละกลุ่มวัยเกี่ยวกับเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ สรุปได้ดังนี้

ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยอย่างยิ่งช่วงคะแนน 4.21-5.00 กลุ่มวัยเรียนมี 5 ข้อ  
 กลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุมี 6 ข้อ

ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยช่วงคะแนน 3.41-4.20 กลุ่มวัยเรียนมี 5 ข้อ กลุ่มวัยทำงานมี 2 ข้อ และกลุ่มวัยสูงอายุมี 3 ข้อ

ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แน่ใจช่วงคะแนน 2.61-3.40 กลุ่มวัยเรียนมี 1 ข้อ กลุ่มวัยทำงานมี 2 ข้อ และกลุ่มวัยสูงอายุมี 1 ข้อ

จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าส่วนใหญ่ทุกกลุ่มวัยมีเจตติระดับค่าเฉลี่ยเห็นด้วยถึงเห็นด้วยอย่างยิ่ง แต่มีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แน่ใจในบางประเด็นในเรื่องเกี่ยวกับความรู้ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยส่วนใหญ่กลุ่มวัยสูงอายุมีระดับค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงาน

และกลุ่มวัยเรียน ดังนั้น หากต้องการให้ผู้บริโภคมีเจตคติในเชิงบวกมากขึ้นควรจะมีการส่งเสริมด้านความรู้ความเข้าใจในคุณประโยชน์และคุณลักษณะของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

จากการศึกษาข้อมูลพบว่ามีความสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องการรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลินิทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสารของเพ็ญศรี เจริญวานิช และวรนุช ศรีเจษฎารักษ์ (2552) ที่พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยซื้อ/ไม่เคยทานข้าวหอมมะลินิทรีย์ เนื่องจากได้รับข่าวสารเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิทรีย์น้อย มีการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิทรีย์ในพื้นที่ร้อยแก่นสารน้อย มีทัศนคติเชิงลบต่อข้าวหอมมะลินิทรีย์โดยผู้วิจัยเสนอแนะว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรริบดำเนินการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เป็นเชิงบวก ซึ่งให้เห็นถึงคุณประโยชน์และความปลอดภัยจากการบริโภคข้าวหอมมะลินิทรีย์ทั้งต่อสุขภาพและสุขภาพแวดล้อมเพื่อกระตุ้นให้มีการบริโภคข้าวหอมมะลินิทรีย์เพิ่มมากขึ้น ซึ่งจากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาคการตลาดสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการทำการตลาดข้าวเพื่อสุขภาพและรณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภครู้จักข้าวเพื่อสุขภาพและหันมาบริโภคกันให้มากขึ้น

### 2.3 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

จากผลการวิจัยข้อมูลพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัยแบ่งเป็น 2 ประเด็น

2.3.1 ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มวัยสูงอายุจะให้ความสำคัญกับการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มอื่น โดยข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่นิยมบริโภคมากที่สุด คือ ข้าวกล้องหอมมะลิ ในขณะที่ข้าวเพื่อสุขภาพชนิดอื่น เช่น ข้าวข43 มีผู้ที่บริโภคเช่นเดียวกันแต่ยังไม่มากนัก อาจเนื่องมาจากหลายคนยังไม่รู้จักข้าวชนิดนี้ ทั้งที่ข้าวพันธุ์นี้มีความนุ่ม รับประทานได้ง่ายกว่าข้าวกล้องที่ผู้บริโภคบางคนไม่ชอบเพราะไม่อร่อยและหุงค่อนข้างยาก ดังนั้น ต้องประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภคมีความรู้ความเข้าใจคุณประโยชน์ของข้าวเพื่อสุขภาพให้มากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ วงศ์พัฒนา ศรีประเสริฐ และ รุ่งศักดิ์ วัฒมาศ (2554) เรื่องปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวกล้องของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เสนอแนะว่าผู้ประกอบการจำหน่ายข้าวกล้องและกระทรวงการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ควรระบุนให้ผู้บริโภคเห็นถึงคุณค่าทางโภชนาการของข้าวกล้อง เน้นการให้ข่าวสารข้อมูล การให้ความรู้และการประชาสัมพันธ์ให้แก่ผู้บริโภคมากยิ่งขึ้น จากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาครัฐ ควรวิจัย สนับสนุนและส่งเสริมการเพาะปลูกข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น เช่น ข้าวข43 หรือข้าวพันธุ์อื่น ๆ ที่เป็นข้าวนุ่มที่ให้คุณค่าทางโภชนาการสูงหรือให้คุณประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ



2.3.2 ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยด้านราคาและช่องทางการจำหน่ายข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้บริโภคหันมาบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่อการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุงของ อธิคุณ ชาญศิริวิริยกุล และ เหมือนหมาย อภินทนาพงศ์ (2557) ที่พบว่าปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย โดยผลิตภัณฑ์ที่ราคาเหมาะสมกับคุณภาพ และสถานที่จัดจำหน่ายที่สะดวกและหาซื้อได้ง่าย เป็นปัจจัยที่ผู้ซื้อให้ความสำคัญมากที่สุด จากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาคเอกชนควรสร้างตลาดสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น เพิ่มช่องทางการจัดจำหน่ายข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กระจายทุกช่องทางการจัดจำหน่าย เช่น ร้านอาหาร ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงได้ง่าย และจัดกิจกรรมส่งเสริมทางการตลาด โฆษณา ประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างการรับรู้ ให้ความรู้ และกระตุ้นให้เกิดการอยากซื้อหรืออยากทดลองข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง

### 3. ข้อเสนอแนะ

#### 3.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

3.1.1 *กระทรวงเกษตรและสหกรณ์* ควรวิจัย สนับสนุนและส่งเสริมการเพาะปลูกข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น เช่น ข้าวภค 43 หรือข้าวพันธุ์อื่น ๆ ที่เป็นข้าวนุ่มที่ให้คุณค่าทางโภชนาการสูงหรือให้คุณประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ

3.1.2 *กระทรวงสาธารณสุข* ควรประชาสัมพันธ์สร้างการรับรู้ ความเข้าใจความรู้เกี่ยวกับข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงที่ถูกต้อง เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิ หรือข้าวภค 43 ที่เป็นข้าวขาวที่นุ่มบริโภคง่ายและมีคุณประโยชน์ที่ดีต่อกลุ่มวัยต่าง ๆ โดยเฉพาะกลุ่มวัยสูงอายุที่ให้ความสำคัญกับสุขภาพเป็นอย่างมาก หรือกลุ่มวัยทำงานหรือวัยเรียนที่จะเป็นกำลังสำคัญให้กับประเทศชาติในอนาคต โดยหากประชาชนแต่ละกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจสามารถเลือกข้าวที่เหมาะสมในการบริโภคได้อย่างถูกต้อง มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง ก็จะช่วยแบ่งเบาภาระลดค่าใช้จ่ายของรัฐบาลในการดูแลรักษาผู้ป่วยในอนาคต

3.1.3 *กระทรวงพาณิชย์* ควรสนับสนุนและส่งเสริมทางด้านการตลาดในประเทศด้วยการดูแลกำหนดราคาสำหรับสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มีราคาที่เหมาะสม เพื่อเป็นการกระตุ้นและจูงใจให้ผู้บริโภคหันมาบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น

นอกจากจะทำให้สุขภาพของประชาชนดีแล้ว ยังเป็นการช่วยสร้างตลาดให้กับเกษตรกรที่กระทรวงเกษตรและสหกรณ์สนับสนุนส่งเสริมให้ปลูกข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง

**3.1.4 ภาคเอกชนผู้ประกอบการค้าข้าว** ควรสร้างตลาดสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น โดยการเพิ่มช่องทางการจัดจำหน่ายสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กระจายทุกช่องทางการจัดจำหน่าย เช่น ร้านอาหาร ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงได้ง่าย และจัดกิจกรรมส่งเสริมทางการตลาด โฆษณา ประชาสัมพันธ์เพื่อสร้างการรับรู้ และให้ความรู้เกี่ยวกับข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง สร้างความสนใจ กระตุ้นให้เกิดการอยากซื้อหรืออยากทดลองข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภค นอกจากนี้จะสร้างรายได้ให้กับผู้ประกอบการแล้ว ยังเป็นการช่วยสนับสนุนภาครัฐในการช่วยส่งเสริมสุขภาพของประชาชนคนไทยให้มีสุขภาพที่ดีอีกด้วย นอกจากนี้ทางภาคเอกชนผู้ประกอบการค้าข้าวสามารถส่งออกสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงไปต่างประเทศได้ด้วย สร้างรายได้ให้ประเทศชาติได้อีกทางหนึ่ง

### 3.2 ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

3.2.1 ควรทำการศึกษาการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย ในกลุ่มผู้บริโภคในต่างจังหวัด เพื่อให้ความรู้หรือส่งเสริมทางภาคการผลิตและภาคการตลาดให้ตรงตามความต้องการของผู้บริโภค

3.2.2 ควรทำการศึกษาในรูปแบบงานวิจัยเชิงทดลองให้ผู้บริโภคได้มีโอกาสบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพื่อเปรียบเทียบคุณลักษณะของข้าวแต่ละชนิดและให้ความรู้เกี่ยวกับข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เพื่อการยอมรับหรือความสนใจในการเลือกบริโภค

3.2.3 ควรทำการศึกษาปัจจัยส่วนประสมทางการตลาดที่ผู้บริโภคให้ความสำคัญหรือสนใจในการที่จะช่วยกระตุ้นในการบริโภคข้าวเพื่อที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง

3.2.4 ควรมีการศึกษาวิจัยการวิเคราะห์สารอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการในข้าวทุกสายพันธุ์ โดยเชื่อมโยงกับกรมการข้าว เพื่อเป็นฐานข้อมูลให้ภาครัฐได้ส่งเสริมข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ให้ภาคเอกชนได้สร้างตลาดข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ และให้กลุ่มผู้บริโภคสามารถเลือกบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีต่อสุขภาพได้

บรรณานุกรม



## บรรณานุกรม

- กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข. (2544). *ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการ* สืบค้นจาก <http://www.eatsmartly.net/Files/Name2/CONTENT512241738340.pdf>
- กองพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าว กรมการข้าว. (2559). *ข้าวหอมมะลิแดง*. สืบค้นจาก <http://brpd.ricethailand.go.th/index.php/standard-rice/91-hommalidang>
- กองวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว. *ข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 ข้าวเหนียวนุ่มรับประทานอร่อย แต่ค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ*. สืบค้นจาก <http://brrd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>
- คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). *ข้อควรรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวาน. จุลสารข่าวศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง*, (48). สืบค้นจาก <http://ramacme.ra.mahidol.ac.th/magazine/CMENewsNo48.pdf>
- จินตนา เพชรพงศ์. (2552). *ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเลือกซื้อข้าวกล้องบรรจุถุงของผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร* (สารนิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพมหานคร.
- ชาติชาย พิทักษ์ชนาคม. (2544). *จิตวิทยาการเรียนการสอน*. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธงชัย สันติวงษ์. (2559). *พฤติกรรมผู้บริโภคทางการตลาด*. (พิมพ์ครั้งที่ 5) กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- บรรจบ ชุณหสวัตติกุล. *ข้าวกล้องดีต่อสุขภาพ*. สืบค้นจาก [http://www.thaicam.go.th/index.php?option=com\\_content&view=article&id=314:-8-&catid=81:2010-08-06-03-43-56&Itemid=147](http://www.thaicam.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=314:-8-&catid=81:2010-08-06-03-43-56&Itemid=147)
- ปนิดา น้อยเกิด. (2554). *ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริโภคข้าวไม่ขัดสี*. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ). สถาบันเทคโนโลยีพระเจดโกมลพิษและสิ่งแวดล้อมเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง, กรุงเทพมหานคร.
- ปรียาพร วงศ์อนุตรโรจน์. (2551). *จิตวิทยาการศึกษา*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์ดี.
- เพ็ญศรี เจริญวานิช และวราวุธ ศรีเกษมรักษ์. (2552). *การรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลิอินทรีย์ ในพื้นที่ร้อยแก่นสาร*. *วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น*. 14(4), 258-270

ภัทธีรา ชีรสวัสดิ์. (2556). *ข้าวบรรจุถุงเพื่อสุขภาพ: กระบวนการในการพัฒนาเพื่อตอบสนองความต้องการผู้บริโภคในยุคปัจจุบัน*. วิทยาลัยนวัตกรรมการสื่อสารสังคม มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. สืบค้นจาก

[http://ir.swu.ac.th/xmlui/bitstream/handle/123456789/2431/Phatthira\\_T\\_R440141.pdf?sequence=1](http://ir.swu.ac.th/xmlui/bitstream/handle/123456789/2431/Phatthira_T_R440141.pdf?sequence=1)

ภัทรคณัฏ พิริยะชนภัทร. (2558). *การศึกษาปัจจัยด้านประชากรศาสตร์ ด้านพฤติกรรมผู้บริโภคและปัจจัยด้านเว็บไซต์พระเครื่อง พาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์ที่มีผลต่อการตัดสินใจเช่าหรือประมูลพระเครื่องออนไลน์ (E-COMMERCE)* (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาโท) (ฉบับพิมพ์ไม่ได้ตีพิมพ์). มหาวิทยาลัยกรุงเทพ, กรุงเทพมหานคร. สืบค้นจาก

[http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Mark/Piyanut\\_A.pdf](http://thesis.swu.ac.th/swuthesis/Mark/Piyanut_A.pdf)

ยุทธนา ธรรมเจริญ. (2558). การวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค. ใน *ประมวลสาระชุดวิชาการวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภค* (หน่วยที่ 1). นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

วงศ์พัฒนา ศรีประเสริฐ และรุ่งศักดิ์ วิลามาศ. (2554). ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวกล้องของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. *วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม*. 5(3), 137-152.

วุฒิ สุขเจริญ. (2559). พฤติกรรมผู้บริโภค. (พิมพ์ครั้งที่ 3) กรุงเทพมหานคร: จี.พี.ไซเบอร์พริ้นท์. ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ. *ข้าวโภชนาการสูง*. สืบค้นจาก

<https://www.thairicedb.com/productintro-detail.php?id=11>

\_\_\_\_\_. *ข้าวข43*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=27>

\_\_\_\_\_. *ข้าวทับทิมชุมแพ*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=10>

\_\_\_\_\_. *ข้าวพิษณุโลก80*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=28>

\_\_\_\_\_. *ข้าวมะลิชนิดสุรินทร์*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=17>

\_\_\_\_\_. *ข้าวไรซ์เบอร์รี่*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=15>

\_\_\_\_\_. *ข้าวสังข์หยด เมืองพัทลุง*. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>

ศิริวรรณ เสรีรัตน์. (2538). *พฤติกรรมผู้บริโภค*. กรุงเทพมหานคร: พัฒนาศึกษา.

ศูนย์วิทยาศาสตร์ข้าวและหน่วยปฏิบัติการค้นหาและใช้ประโยชน์ยีนข้าว

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.(2562). *ข้าวไรซ์เบอร์รี่*. สืบค้นจาก

<https://dna.kps.ku.ac.th/index.php/news-articles-rice-rsc-rgdu-knowledge/rice-breeding-lab/riceberry-variety>

สถาบันวิจัยเพื่อพัฒนาประเทศไทย (TDRI). (2556). *อุปสงค์การบริโภคข้าวของไทย*. สืบค้นจาก

<https://tdri.or.th/2014/01/a150/>

สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2558). *รายการศึกษานับสมบูรณ์*

(Final report) แผนยุทธศาสตร์กรมการข้าว พ.ศ.2558 – 2562. สืบค้นจาก

<http://www.ricethailand.go.th/web/images/pdf/Yutta.pdf>

สุนทร ตรินันทวัน. (2559). *ข้าวไรซ์เบอร์รี่ เพื่อสุขภาพ*. สืบค้นจาก

<https://www.scimath.org/article/item/4807-2016-04-04-07-25-40>

สุรางค์ ไคว้ตระกูล. (2548). *จิตวิทยาการศึกษา*. (พิมพ์ครั้งที่ 6) กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ. (2559). *รายงานสถานการณ์โรคNCDs ฉบับที่ 2*

“Kick off to the Goals”. สืบค้นจาก

<http://www.thaincdnet.ihppthaigov.net/files/NCD%2023%20Sep%2016%20.pdf>

สำนักวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว. *พันธุ์ข้าว กข 43*. สืบค้นจาก

<http://www.ricethailand.go.th/Rkb/varieties/index.php-file=content.php&id=122.htm>

\_\_\_\_\_. *พันธุ์ข้าวขาวดอกมะลิ 105*. สืบค้นจาก

<http://www.ricethailand.go.th/Rkb/varieties/index.php-file=content.php&id=19.htm>

\_\_\_\_\_. *พันธุ์ข้าวหอมแดง*. สืบค้นจากสืบค้นจาก

<http://www.ricethailand.go.th/Rkb/varieties/index.php-file=content.php&id=90.htm>

\_\_\_\_\_. *พันธุ์พิชญ์โลก 80*. สืบค้นจาก <http://www.ricethailand.go.th/Rkb/varieties/index.php-file=content.php&id=34.htm>

หน่วยตรวจโรคผู้ป่วยนอกอายุรกรรม คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล.

(2559). *จุดสารข้าวศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง* ฉบับที่ 48 ต.ค.-ธ.ค. สืบค้นจาก

<http://ramacme.ra.mahidol.ac.th/magazine/CMENewsNo48.pdf>.

หมอชาวบ้าน. (2548). *สารต้านอนุมูลอิสระ จำเป็นต่อร่างกายอย่างไร*. สืบค้นจาก

<https://www.doctor.or.th/article/detail/1346>.

อชิคุณ ชาญศิริวิริยกุล และเหมือนหมาย อภินทนาพงศ์ (2558). พฤติกรรมผู้บริโภคในเขต

กรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่อการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุง. *วารสาร*

*วิทยาศาสตร์เกษตร*. 46(3), 305-308.

- อรวรรณ ชมรัมย์ยา, กิตติศักดิ์ วสันตวิงศ์, รดา อิ่มศิลป์, และศรีสกุล แก้วกระจ่าง. (2555). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลิอินทรีย์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. *วารสารเกษตรศาสตร์(สังคม)*. 33(1), 67-78
- อรวินท์ เลาหรัชตนันท์. (2559). พฤติกรรมผู้บริโภค. ใน *ประมวลสาระชุดวิชาอาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพ*(หน่วยที่ 8). นนทบุรี:มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- อุกฤษฏ์ ทรงชัยสงวน. (2543). ความพึงพอใจของประชาชนที่มีต่อการบริหารจัดการโครงการพัฒนาสถานีตำรวจเพื่อประชาชนของสถานีตำรวจภูธรอำเภอ (รายงานการศึกษาค้นคว้าอิสระ ปริญญาโท) มหาวิทยาลัยขอนแก่น, ขอนแก่น.
- Brian Sternthal and C. Samuel Craig. (1982). *Consumer Behavior an Information Processing Perspective*. The United states of America.





ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

สภามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร





ภาคผนวก ก  
แบบสอบถาม

มหาวิทยาลัย

สกลนครราชภัฏ



(ลำดับที่ .....

## แบบสอบถาม

สำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์

เรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย  
กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร

## คำชี้แจง

- แบบสอบถามฉบับนี้เป็นเป็นส่วนหนึ่งของวิทยานิพนธ์ เรื่องการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต วิชาเอกการจัดการระบบอาหารเพื่อโภชนาการ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- แบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน ประกอบด้วย
  - ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
  - ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว
  - ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
  - ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
- นิยามศัพท์ของข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ หมายถึง ข้าวที่มีสารอาหารเมื่อบริโภคแล้วก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย แบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ ข้าวขาว ข้าวกล้อง และข้าวเพื่อสุขภาพ
- ผู้วิจัยใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการให้รายละเอียดข้อมูลต่าง ๆ ทางผู้วิจัยขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงในความร่วมมือและการเสียสละเวลามา ณ โอกาสนี้

## ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตรงตามความจริง

- เพศ  (1) ชาย  (2) หญิง A1
- อายุ.....ปี (นับปีเต็ม) A2
- สถานภาพ  (1) โสด  (2) สมรส A3  
 (3) หย่าร้าง/หม้าย
- ท่านกำลังศึกษาหรือสำเร็จการศึกษาระดับใด A4
  - (1) ประถมศึกษาหรือต่ำกว่า  (2) มัธยมศึกษา/ปวช.
  - (3) อนุปริญญา/ปวส.  (4) ปริญญาตรี
  - (5) สูงกว่าปริญญาตรี โปรดระบุ.....
- ปัจจุบันท่านประกอบอาชีพ A5
  - (1) ไม่ได้ประกอบอาชีพ  (2) นักศึกษา
  - (3) พนักงานบริษัทเอกชน  (4) ข้าราชการ / รัฐวิสาหกิจ
  - (5) ประกอบกิจการส่วนตัว  (6) รับจ้าง
  - (7) อื่น ๆ โปรดระบุ.....

6. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ A6
- (1) ไม่มีโรคประจำตัว
- (2) มีโรคประจำตัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- (21) โรคภูมิแพ้  (22) โรคเบาหวาน
- (23) โรคความดันโลหิตสูง  (24) โรคไขมันในเลือดสูง
- (25) โรคกระเพาะอาหาร  (26) โรคเกี่ยวกับลำไส้
- (27) โรคกรดไหลย้อน  (28) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
7. ลักษณะที่พักอาศัยประจำในปัจจุบันของท่าน (กรุณาตอบเพียงข้อเดียว) A7
- (1) บ้าน  (2) คอนโดมิเนียม
- (3) หอพัก  (4) อื่น ๆ โปรดระบุ.....
8. ปัจจุบันท่านพักอาศัยอยู่กับใคร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) A8
- (1) บิดา/มารดา  (2) พี่น้อง
- (3) คนเดียว  (4) ญาติ
- (5) เพื่อน  (6) สามเณร/ภรรยา
- (7) ลูก/หลาน  (8) อื่น ๆ โปรดระบุ.....



## ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างด้านขวาตามความรู้ความเข้าใจของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว

### นิยามศัพท์

**ข้าวขาว** หมายถึง ข้าวที่นำไปขัดสีจนได้เป็นข้าวสีขาว ได้แก่ ข้าวขาว , ข้าวหอมมะลิ , ข้าวเหนียว  
**ข้าวกล้อง** หมายถึง ข้าวที่กะเทาะเอาเปลือกออก ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ , ข้าวกล้องหอมแดง  
**ข้าวเพื่อสุขภาพ** หมายถึง ข้าวไรซ์เบอร์รี่ , ข้าวเจ้าพันธุ์กข43 และข้าวเจ้าพันธุ์พิษณุโลก 80  
 ไม่รวมถึง ข้าวเคลือบหรือข้าวผสมวิตามิน/สมุนไพรชนิดต่างๆ

ข้อที่	ประเด็นคำถาม	คำตอบ			
		ใช่	ไม่ใช่	ไม่แน่ใจ	
	<b>2.1 ข้าวขาว</b>				
1	ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย				B211
2	ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ				B212
3	ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก				B213
4	ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างกับข้าวกล้อง				B214
5	ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ				B215
	<b>2.2 ข้าวกล้อง</b>				
1	ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้				B221
2	ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วทำให้ช่วยระบบขับถ่ายทำงานได้ดี				B222
3	ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด				B223
4	ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าวขาว				B224
	<b>2.3 ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>				
1	สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ				B231
2	ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีประโยชน์ในการช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด				B232
3	ข้าวกข 43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง				B233
4	ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ				B234

## ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างด้านขวามือที่ตรงกับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเพียงข้อเดียว

5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง    4 หมายถึง เห็นด้วย    3 หมายถึง ไม่แน่ใจ  
 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย    1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ข้อ ที่	ประเด็น	ระดับความคิดเห็น					
		5	4	3	2	1	
<b>1.</b>	<b>คุณค่าทางโภชนาการของข้าว</b>						
1.1	ท่านเชื่อว่าการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง						C11
1.2	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เหมาะสมกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น						C12
1.3	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว						C13
1.4	ถ้าท่านทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวที่เหมาะสมกับสุขภาพมากขึ้น						C14
<b>2.</b>	<b>การหุงและการจัดเก็บข้าวสาร</b>						
2.1	ท่านคิดว่าการหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว						C21
2.2	ท่านคิดว่าการหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น่ารับประทานมากขึ้น						C22
2.3	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้น ควรบรรจุแบบสุญญากาศ						C23
<b>3.</b>	<b>การเลือกบริโภคข้าว</b>						
3.1	ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ท่านจะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ						C31

ข้อ ที่	ประเด็น	ระดับความคิดเห็น					
		5	4	3	2	1	
3.2	ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ท่าน จะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ						C32
3.3	ท่านคิดว่าการหาซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่า การหาซื้อข้าวขาว						C33

#### ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หรือเติมข้อความลงในช่องว่างตรงตามความจริง

4.1 การหุงข้าวเอง		
1	ครอบครัวของท่านซื้อข้าวสารมาหุงเองใช่หรือไม่ <input type="checkbox"/> (1) ใช่ หุงเอง (โปรดตอบข้อ 2 - 7) <input type="checkbox"/> (2) ไม่ใช่ (โปรดข้ามไปตอบข้อที่ 4.2)	D411
2	มือใดที่ท่านหรือสมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) มือเช้า <input type="checkbox"/> (2) มือกลางวัน <input type="checkbox"/> (3) มือเย็น <input type="checkbox"/> (4) มือตึก(หลัง 21.00 น.)	D412
3	ปกติข้าวสารที่หุงนี้ได้มาจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) มีคนให้ / ของฝาก <input type="checkbox"/> (2) จากครอบครัวปลูกเอง <input type="checkbox"/> (3) ซื้อจาก (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (31) ร้านสะดวกซื้อ <input type="checkbox"/> (32) ห้างสรรพสินค้า <input type="checkbox"/> (33) ร้านขายข้าวสาร <input type="checkbox"/> (34) ตลาดสด <input type="checkbox"/> (35) ตลาดนัด <input type="checkbox"/> (36) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D413
4	ท่านเคยหุงข้าวชนิดใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) ข้าวหอมมะลิ <input type="checkbox"/> (2) ข้าวขาว <input type="checkbox"/> (3) ข้าวเหนียว <input type="checkbox"/> (4) ข้าวกล้องหอมมะลิ <input type="checkbox"/> (5) ข้าวไรซ์เบอร์รี่ <input type="checkbox"/> (6) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D414
5	ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) ราคา <input type="checkbox"/> (2) คุณภาพ <input type="checkbox"/> (3) ความอร่อย <input type="checkbox"/> (4) คุณค่าทางโภชนาการ <input type="checkbox"/> (5) ความชอบ <input type="checkbox"/> (6) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D415
6	ท่านจัดเก็บข้าวสารอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) เก็บใส่ภาชนะที่มีฝาปิด <input type="checkbox"/> (2) เก็บใส่ถุงพลาสติกของข้าวสาร <input type="checkbox"/> (4) เก็บใส่ภาชนะไม่มีฝาปิด <input type="checkbox"/> (4) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D416
7	ท่านเก็บข้าวสารไว้ที่ไหน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	D417

	<input type="checkbox"/> (1) ไว้ในครัวอุณหภูมิห้อง <input type="checkbox"/> (2) ไว้ในตู้เย็น <input type="checkbox"/> (3) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	
<b>4.2 การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว</b>		
1	ปริมาณข้าวหุงสุกที่ท่านบริโภคต่อมื้อ จำนวน.....ทัพพี	D421
2	ท่านจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกใช่หรือไม่ <input type="checkbox"/> (1) จำกัดประจำ <input type="checkbox"/> (2) จำกัดบางครั้ง <input type="checkbox"/> (3) ไม่เคยจำกัดเลย	D422
3	ท่านรับประทานข้าวในมื้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) มื้อเช้า <input type="checkbox"/> (2) มื้อกลางวัน <input type="checkbox"/> (3) มื้อเย็น <input type="checkbox"/> (4) มื้อดึก(หลัง 21.00 น.)	D423
4	ท่านเคยซื้อข้าวหุงสุกหรือไม่ <input type="checkbox"/> (1) เคย (โปรดตอบข้อ 5 - 9) <input type="checkbox"/> (2) ไม่เคย	D424
<b>4.2 การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว (ต่อ)</b>		
5	ท่านซื้อข้าวหุงสุกจากที่ไหน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) ร้านอาหาร / ภัตตาคาร <input type="checkbox"/> (2) ร้านอาหารตามสั่ง <input type="checkbox"/> (3) ร้านข้าวราดแกง <input type="checkbox"/> (4) ห้างสรรพสินค้า <input type="checkbox"/> (5) ร้านสะดวกซื้อ <input type="checkbox"/> (6) ตลาดสด <input type="checkbox"/> (7) ตลาดนัด <input type="checkbox"/> (8) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D425
6	มื้อใดที่ท่านซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) มื้อเช้า <input type="checkbox"/> (2) มื้อกลางวัน <input type="checkbox"/> (3) มื้อเย็น <input type="checkbox"/> (4) มื้อดึก(หลัง 21.00 น.)	D426
7	ท่านเลือกซื้อข้าวหุงสุกชนิดใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) ข้าวหอมมะลิ <input type="checkbox"/> (2) ข้าวขาว <input type="checkbox"/> (3) ข้าวเหนียว <input type="checkbox"/> (4) ข้าวกล้องหอมมะลิ <input type="checkbox"/> (5) ข้าวไรซ์เบอร์รี่ <input type="checkbox"/> (6) อื่น ๆ โปรดระบุ....	D427
8	ท่านสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกที่ท่านซื้อมากแค่ไหน <input type="checkbox"/> (2) สังเกตทุกครั้ง <input type="checkbox"/> (1) สังเกตบางครั้ง <input type="checkbox"/> (0) ไม่เคยสังเกตเลย	D428
9	หากท่านรับประทานข้าวไม่หมดท่านทำอย่างไร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) เก็บใส่ภาชนะอื่นไว้ในตู้เย็นเพื่อนำมาอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น <input type="checkbox"/> (2) ทิ้งทิ้ง <input type="checkbox"/> (3) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D429
<b>4.3 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>		
1	ท่านเคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ หรือไม่ <input type="checkbox"/> (0) ไม่เคย (โปรดข้ามไปตอบข้อ 8 - 12) <input type="checkbox"/> (1) เคย ได้แก่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) ข้าวกล้องหอมมะลิ <input type="checkbox"/> (2) ข้าวกล้องหอมแดง <input type="checkbox"/> (3) ข้าวไรซ์เบอร์รี่ <input type="checkbox"/> (4) ข้าวข43 <input type="checkbox"/> (5) อื่น ๆ โปรดระบุ.....	D431
2	ท่านเคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพในมื้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) <input type="checkbox"/> (1) มื้อเช้า <input type="checkbox"/> (2) มื้อกลางวัน <input type="checkbox"/> (3) มื้อเย็น <input type="checkbox"/> (4) มื้อดึก	D432





7	<p>ร้านอาหารที่ท่านบริโภคเป็นประจำมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จำหน่ายหรือไม่</p> <p><input type="checkbox"/> (0) ไม่มี</p> <p><input type="checkbox"/> (1) มี ได้แก่ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</p> <p><input type="checkbox"/> (1) ข้าวกล้องหอมมะลิ      <input type="checkbox"/> (2) ข้าวกล้องหอมแดง</p> <p><input type="checkbox"/> (3) ข้าวไรซ์เบอร์รี่      <input type="checkbox"/> (4) ข้าวข43</p> <p><input type="checkbox"/> (5) อื่น ๆ โปรดระบุ.....</p>	D437
8	<p>สาเหตุที่ท่านไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเนื่องจากเหตุผลใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</p> <p><input type="checkbox"/> (1) ราคาแพง      <input type="checkbox"/> (2) หุงค่อนข้างยาก</p> <p><input type="checkbox"/> (3) ไม่ชอบ      <input type="checkbox"/> (4) ไม่อร่อย</p> <p><input type="checkbox"/> (5) ไม่ทราบว่าจะเลือกชนิดข้าวอะไร      <input type="checkbox"/> (6) ไม่ทราบจะซื้อที่ไหน</p> <p><input type="checkbox"/> (7) อื่น ๆ โปรดระบุ.....</p>	D438
9	<p>ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</p> <p><input type="checkbox"/> (1) ราคา      <input type="checkbox"/> (2) คุณภาพ</p> <p><input type="checkbox"/> (3) ความอร่อย      <input type="checkbox"/> (4) คุณค่าทางโภชนาการ</p> <p><input type="checkbox"/> (5) ความชอบ      <input type="checkbox"/> (6) อื่น ๆ โปรดระบุ.....</p>	D439
10	<p>ถ้าท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ท่านจะบริโภคมากขึ้นหรือไม่</p> <p><input type="checkbox"/> (1) บริโภคมากขึ้น</p> <p><input type="checkbox"/> (2) บริโภคเท่าเดิม</p> <p><input type="checkbox"/> (3) ไม่บริโภคเช่นเคย เนื่องจาก.....</p>	D4310
<b>4.3 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (ต่อ)</b>		
11	<p>ถ้ามีผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย เช่น เส้นก๋วยเตี๋ยวข้าวกล้อง , ขนมจีนไรซ์เบอร์รี่ ท่านสนใจบริโภคหรือไม่</p> <p><input type="checkbox"/> (1) สนใจแน่นอน      <input type="checkbox"/> (2) ไม่แน่ใจ      <input type="checkbox"/> (3) ไม่สนใจ</p>	D4311
12	<p>ทำอย่างไรถึงจะให้ผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น</p> <p><input type="checkbox"/> (1) ให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์      <input type="checkbox"/> (2) ทำให้อร่อยใกล้เคียงข้าวขาว</p> <p><input type="checkbox"/> (3) ราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว      <input type="checkbox"/> (4) หาซื้อได้ง่ายมีขายทั่วไป</p> <p><input type="checkbox"/> (5) แปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์สำเร็จรูปหรือกึ่งสำเร็จรูป</p> <p><input type="checkbox"/> (6) อื่น ๆ โปรดระบุ .....</p>	D4312
13	<p>ข้อเสนอแนะอื่นๆเพิ่มเติม</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	D4313

ขอขอบคุณที่ให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ต่อการวิจัยครั้งนี้

ภาคผนวก ข  
สรุปการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ



**สรุปการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ**  
**เรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละวัย**  
**กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร**

---

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตรวจสอบคุณภาพของเครื่องมือได้แก่ แบบสอบถาม โดยผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน คือ

1. รองศาสตราจารย์ ดร.ภรณ์ดี เต็มเจริญ  
อาจารย์ประจำพิเศษสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
  2. รองศาสตราจารย์ ดร.วศินา จันทศิริ  
อาจารย์ประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
  3. ดร.วิมลสิน ริมปิกุล  
อาจารย์ประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
- เพื่อพิจารณาการตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหา หากค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างแบบสอบถามกับ วัตถุประสงค์ของการวิจัย (Index of Item-Objective Consistency ; IOC) เพื่อให้ได้คำถามที่มีค่า IOC มากกว่า 0.5 ขึ้นไป ซึ่งวิเคราะห์ผลได้ตามข้อมูลด้านล่าง

**ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล**

1. เพศ
2. อายุ
3. สถานภาพ
4. ท่านกำลังศึกษาหรือสำเร็จการศึกษาระดับใด
5. ปัจจุบันท่านประกอบอาชีพ
6. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่
7. ลักษณะที่พ้ออาศัยประจำในปัจจุบันของท่าน (กรุณาตอบเพียงข้อเดียว)
8. ปัจจุบันท่านพ้ออาศัยอยู่กับใคร

ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว

ข้อ ที่	คำถาม	การประเมินของผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	แปล ผล
		คนที่ 1	คนที่ 2	คนที่ 3		
<b>2.1 ข้าวขาว</b>						
1	ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
4	ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างกับข้าวกล้อง	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
5	ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง และข้าวเพื่อสุขภาพ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
<b>2.1 ข้าวขาว</b>						
1	ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วทำให้ ช่วยระบบขับถ่ายทำงานได้ดี	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
4	ข้าวกล้องหอมแดงมีธาตุเหล็กปริมาณสูงกว่าข้าว ขาว	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
<b>2.3 ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>						
1	สีม่วงในข้าวไรซ์เบอร์รี่เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
2	ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีคุณสมบัติช่วยลด คอเลสเตอรอลในหลอดเลือด	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
3	ข้าวภค43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง	+1	0	+1	0.67	ใช้ได้
4	ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลสูงไม่เหมาะสำหรับผู้สูงอายุ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้

ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ

ข้อ ที่	ข้อความ	การประเมินของ ผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	แปล ผล
		คน ที่1	คน ที่2	คน ที่3		
1	ท่านเชื่อว่าการบริโภคข้าวกล้องทำให้ร่างกายแข็งแรง	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเหมาะสำหรับผู้ที่มิโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่า นั้น	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
4	ถ้าท่านได้รับข้อมูลความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเหมาะสมกับสุขภาพมากขึ้น	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
5	ท่านรู้สึกว่าการหุงข้าวกล้องยากกว่าข้าวขาว	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
6	ท่านคิดว่าถ้าหุงข้าวผสมระหว่างข้าวกล้องและข้าวขาว จะทำให้รับประทานได้ง่ายขึ้น	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
7	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่าย จัดเก็บยาก ควรบรรจุแบบสุญญากาศ	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
8	ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว ท่านจะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
9	ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ท่านจะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่าข้าวขาว	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
10	ท่านคิดว่าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพหาซื้อได้ยากกว่าข้าวขาว	+1	0	+1	0.67	ใช้ได้

## ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

ข้อ ที่	คำถาม	การประเมินของ ผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	แปล ผล
		คน ที่ 1	คน ที่ 2	คน ที่ 3		
<b>4.1 การหุงข้าวเอง</b>						
1	ครอบครัวของท่านซื้อข้าวสารมาหุงเองใช่หรือไม่	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
2	มีไคที่ท่านหรือสมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ปกติข้าวสารที่หุงนี้ได้มาจากที่ใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
4	ท่านเคยหุงข้าวชนิดใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
5	โปรดเรียงลำดับปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง 3 อันดับแรก	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
6	ท่านจัดเก็บข้าวสารอย่างไร	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
7	ท่านเก็บข้าวสารไว้ที่ไหน	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
<b>4.2 การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว</b>						
1	ปริมาณข้าวหุงสุกที่ท่านบริโภคต่อมื้อ จำนวน..... ทัพพี	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	ท่านจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุกใช่หรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ท่านรับประทานข้าวในมื้อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
4	ท่านเคยซื้อข้าวหุงสุกหรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
5	ท่านซื้อข้าวหุงสุกจากที่ไหน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
6	มีไคที่ท่านซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
7	ท่านเลือกซื้อข้าวหุงสุกชนิดใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
8	ท่านสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุกที่ท่านซื้อ มากแค่ไหน	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้
9	หากท่านรับประทานข้าวไม่หมดท่านทำอย่างไร	+1	+1	+1	1	ใช้ได้

ข้อ ที่	คำถาม	การประเมิน ของผู้เชี่ยวชาญ			ค่า IOC	แปล ผล
		คน ที่1	คน ที่2	คน ที่3		
	<b>4.3 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ</b>					
1	ท่านเคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ หรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
2	ท่านเคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพในมือใดบ้าง	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
3	ท่านบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพบ่อยแค่ไหน	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
4	ท่านบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่ไหน	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
5	ท่านบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เนื่องจากเหตุผลใด	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
6	ท่านเคยแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพหรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
7	ร้านอาหารที่ท่านบริโภคเป็นประจำมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่ายหรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
8	สาเหตุที่ท่านไม่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเนื่องจากเหตุผลใด	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
9	ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
10	ถ้าท่านได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ท่านจะบริโภคมากขึ้นหรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
11	ถ้ามีผลิตภัณฑ์ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย เช่น เส้นก๋วยเตี๋ยวข้าวกล้อง , ขนมจีนไรซ์เบอร์รี่ ท่านสนใจบริโภคหรือไม่	+1	+1	+1	1	ใช้ได้
12	ทำอย่างไรท่านถึงจะบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	+1	+1	0	0.67	ใช้ได้

สรุปผลการวิเคราะห์ค่า IOC =  $\frac{47.37}{51} = 0.92$  แสดงว่าแบบสอบถามใช้ได้

ภาคผนวก ค  
สถานที่เก็บข้อมูล





**สถานที่เก็บข้อมูล**  
**โครงการวิจัยสำหรับวิทยานิพนธ์**  
**เรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย**  
**กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร**

กลุ่มตัวอย่าง ย่าน	กลุ่มวัยเรียน อายุ 18 – 21 ปี จำนวนเขตละ 30 คน	กลุ่มวัยทำงาน อายุ 22 – 59 ปี จำนวนเขตละ 30 คน	กลุ่มวัยสูงอายุ อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป จำนวนเขตละ 30 คน
ธุรกิจ	จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เขตปทุมวัน	ซีพี ทาวเวอร์ เขตบางรัก	ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข 23 สี่พระยา เขตบางรัก
อุตสาหกรรม	สถาบันเทคโนโลยีพระจอม เกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง เขตลาดกระบัง	ซีพีเอฟ เขตมีนบุรี	ชมรมผู้สูงอายุ ชุมชนหมู่บ้านสินธานี 2 เขตมีนบุรี
ชุมชนฝั่ง พระนคร	สถาบันการศึกษา เขตบางกอกน้อย	ศูนย์บริการสาธารณสุข วัดเจ้าอาม เขตบางกอกน้อย	ชมรมผู้สูงอายุ ศูนย์บริการสาธารณสุข วัดเจ้าอาม เขตบางกอกน้อย
ชุมชนฝั่ง ธนบุรี	มหาวิทยาลัยเอเซียอาคเนย์ เขตหนองแขม	สำนักงานเขต เขตบางขุนเทียน	ชมรมผู้สูงอายุเต้าเต๋อซิ่นซี ศูนย์กีฬาบางขุนเทียน เขตบางขุนเทียน

ภาคผนวก ง

ใบรับรองการอบรมจริยธรรมการวิจัยในคน



ศูนย์ส่งเสริมจริยธรรมการวิจัยในคน มหาวิทยาลัยมหิดล



มอบประกาศนียบัตรนี้เพื่อแสดงว่า

**นางศิวาพร แดงโชติ**

ได้เข้ารับการอบรม

เรื่อง "จริยธรรมการวิจัยในคน สำหรับการวิจัยทางชีวการแพทย์" รุ่นที่ ๑/๒๕๖๑

วันพฤหัสบดีที่ ๒๒ มีนาคม ๒๕๖๑ เวลา ๘.๓๐ – ๑๖.๓๐ น.

ณ ห้อง ๑๐๑ ประชาสังคมอุดมพัฒน์ ชั้น ๑ อาคารประชาสังคมอุดมพัฒน์  
สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา

(ศาสตราจารย์แพทย์หญิงพรพรรณ มโหสถวิริยะ)  
อาจารย์ประจำคณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
มหาวิทยาลัยมหิดล

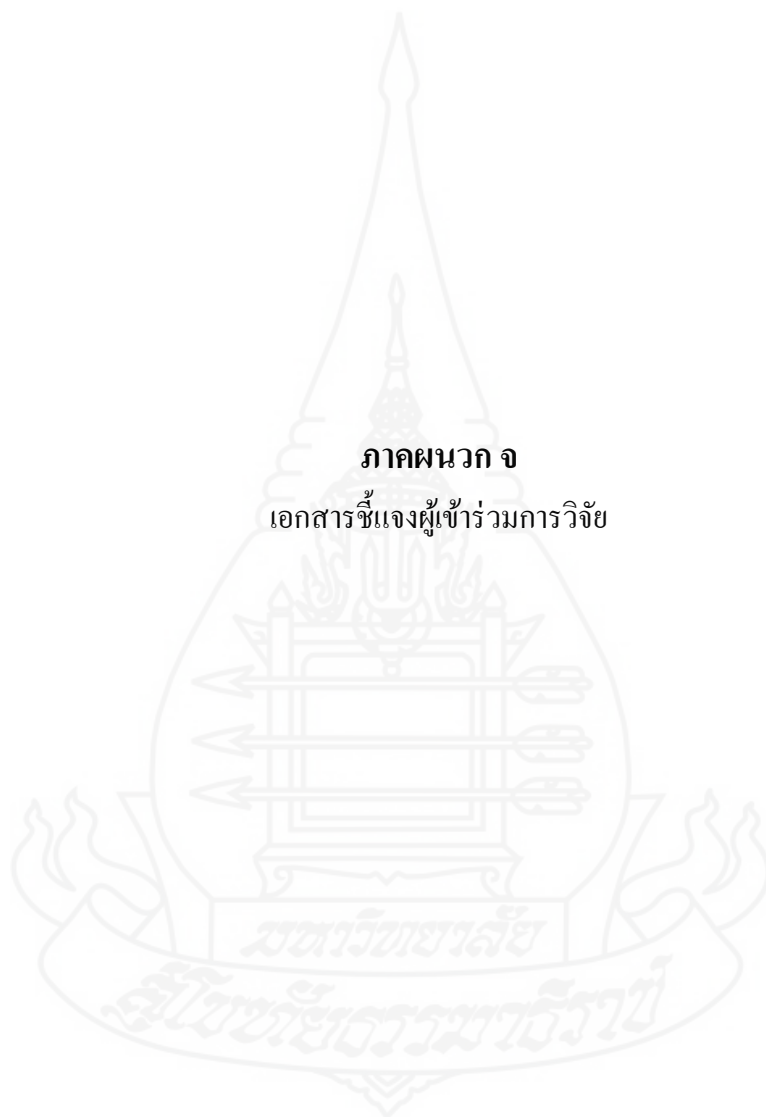
(พอ.รศ.บพ.สุธี พานิชกุล)  
อาจารย์ประจำวิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า  
มหาวิทยาลัยมหิดล

**MU-CERP**  
Center of Ethical Enhancement for Human Research

ศูนย์ส่งเสริมจริยธรรมการวิจัยในคน สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล เลขที่ ๙๙๙ ถนนพุดชนกตลสาย ๔  
ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐ โทร. ๐๒-๕๔๔-๖๒๒๐, ๖๒๒๑ โทรสาร ๐๒-๕๔๔-๖๒๓๕

ภาคผนวก จ

เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย



**เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย**  
(Participant Information Sheet)

หากเอกสารนี้มีข้อความที่ท่านอ่านแล้วยังมีคำถามหรือข้อสงสัย โปรดสอบถามหัวหน้าโครงการวิจัย หรือผู้แทนให้ช่วยอธิบายจนกว่าจะเข้าใจดี ท่านจะได้รับเอกสารนี้ 1 ฉบับ นำกลับไปอ่านที่บ้านเพื่อปรึกษาหารือกับญาติพี่น้อง เพื่อนสนิท หรือผู้อื่นที่ท่านต้องการปรึกษา เพื่อช่วยในการตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัย

ชื่อโครงการ การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย  
กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร

ชื่อผู้วิจัย นางศิวาพร แดงโชติ

สถานที่วิจัย มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช

สถานที่ทำงาน บริษัท ข้าว ซี.พี.จำกัด เบอร์โทรศัพท์ 084-101-6569

โครงการวิจัยนี้ทำขึ้นศึกษาการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ คือ สามารถนำข้อมูลที่ได้รับไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงทำให้คนไทยมีสุขภาพที่ดีจากการบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพ

ท่านได้รับเชิญให้เข้าร่วมการวิจัยนี้เพราะท่านมีคุณสมบัติอยู่ในกลุ่มอายุ 18-60 ปีขึ้นไปที่ยังอาศัยอยู่ในกรุงเทพมหานคร เขตฝั่งพระนครและเขตฝั่งธนบุรี โดยจะมีผู้เข้าร่วมการวิจัยนี้ทั้งสิ้นประมาณ 360 คน ระยะเวลาที่เข้าร่วมการวิจัย 1 ชั่วโมง

หากท่านตัดสินใจเข้าร่วมการวิจัยแล้ว จะมีขั้นตอนการวิจัยดังต่อไปนี้คือ

1. ชี้แจงรายละเอียดของโครงการวิจัย ใช้เวลาประมาณ 30 นาที
2. ตอบแบบสอบถามทั้งหมด 4 ตอน ใช้เวลาประมาณ 30 นาที ได้แก่
  - ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป
  - ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว
  - ตอนที่ 3 เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
  - ตอนที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

ความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นเมื่อเข้าร่วมการวิจัย ท่านอาจรู้สึกไม่สบายใจ เครียดในบางคำถาม ท่านมีสิทธิ์ที่จะไม่ตอบคำถามเหล่านั้นได้

ข้อมูลส่วนตัวของท่านจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับ รายงานผลวิจัยหรือบทความทางวิชาการจะนำเสนอในภาพรวม ไม่มีการระบุชื่อ/ข้อมูลส่วนตัวของท่าน ข้อมูลรายบุคคลอาจมีคณะบุคคลบางกลุ่มเข้ามาตรวจสอบหากจำเป็นเท่านั้น เช่น ผู้ให้ทุนวิจัย, สถาบัน หรือองค์กรของรัฐที่มีหน้าที่ตรวจสอบ, คณะกรรมการจริยธรรมฯ เป็นต้น ผู้เข้าร่วมการวิจัยมีสิทธิ์ปฏิเสธหรือถอนตัวจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยได้ทุกเมื่อ โดยไม่ต้องแจ้งให้ทราบล่วงหน้า และการตัดสินใจของท่านจะไม่ส่งผลกระทบต่อการศึกษา, การทำงาน หรือ การใช้ชีวิตประจำวันของท่าน

โครงการวิจัยนี้ได้รับการพิจารณารับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ แขนงวิชาวิทยาการอาหารและโภชนาการ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช อาคารวิชาการ 3 ชั้น 3 ที่อยู่ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช ตำบลบางพูด อำเภอปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี 11120 เบอร์โทรศัพท์ 02-5048041-2 หากท่านได้รับการปฏิบัติไม่ตรงตามที่ระบุไว้ ท่านสามารถติดต่อได้ตามสถานที่และหมายเลขโทรศัพท์ข้างต้น

ข้าพเจ้าได้อ่านรายละเอียดในเอกสารนี้ครบถ้วนแล้ว

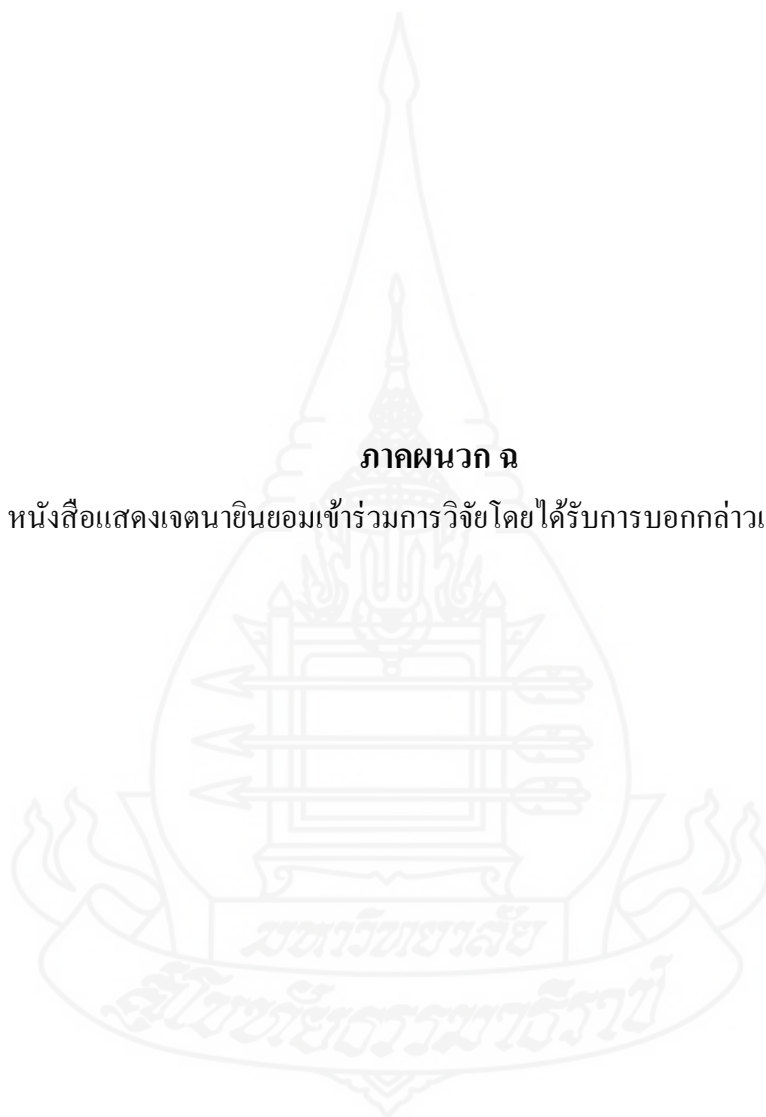
ลงชื่อ..... ผู้เข้าร่วมวิจัย

(.....)

วันที่.....

**ภาคผนวก จ**

หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ



## หนังสือแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมการวิจัยโดยได้รับการบอกกล่าวและเต็มใจ

วันที่..... เดือน..... พ.ศ. ....

ข้าพเจ้า.....อายุ.....ปี อาศัยอยู่บ้านเลขที่.....

ถนน.....ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์..... โทรศัพท์.....

ขอแสดงเจตนายินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย เรื่อง การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร

โดยข้าพเจ้าได้รับทราบรายละเอียดเกี่ยวกับที่มาและจุดหมายในการทำวิจัย รายละเอียดขั้นตอนต่าง ๆ ที่จะต้องปฏิบัติหรือได้รับการปฏิบัติ ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับของการวิจัยและความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการเข้าร่วมการวิจัย รวมทั้งแนวทางป้องกันและแก้ไขหากเกิดอันตรายขึ้น โดยได้อ่านข้อความที่มีรายละเอียดอยู่ในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัยโดยตลอด อีกทั้งยังได้รับคำอธิบายและตอบข้อสงสัยจากหัวหน้าโครงการวิจัยเป็นที่เรียบร้อยแล้ว

ข้าพเจ้าจึงสมัครใจเข้าร่วมในโครงการวิจัยนี้

หากข้าพเจ้ามีข้อข้องใจเกี่ยวกับขั้นตอนการวิจัย หรือหากเกิดเหตุการณ์ที่ไม่พึงประสงค์จากการวิจัยขึ้นกับข้าพเจ้า ข้าพเจ้าจะสามารถติดต่อกับ นางศิวพร แดงโชติ เบอร์โทรศัพท์ 084-101-6569

หากข้าพเจ้าได้รับการปฏิบัติไม่ตรงตามที่ระบุไว้ในเอกสารชี้แจงเข้าร่วมการวิจัย ข้าพเจ้าสามารถติดต่อกับประธานคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ แขนงวิชาวิทยาการอาหารและโภชนาการ หมายเลขโทรศัพท์ 02-5048041-2 ข้าพเจ้าได้ทราบถึงสิทธิ์ที่ข้าพเจ้าจะรับข้อมูลเพิ่มเติมทั้งทางด้านประโยชน์และโทษจากการเข้าร่วมการวิจัยและสามารถถอนตัวหรืองดเข้าร่วมการวิจัยได้ทุกเมื่อ โดยจะไม่มีผลกระทบต่อ การเรียน , การทำงาน หรือ การใช้ชีวิตประจำวันของท่าน และยินยอมให้ผู้วิจัยใช้ข้อมูลส่วนตัวของข้าพเจ้าที่ได้รับจากการวิจัย แต่จะไม่เผยแพร่ต่อสาธารณะเป็นรายบุคคล โดยจะนำเสนอเป็นข้อมูลโดยรวมจากการวิจัยเท่านั้น

ข้าพเจ้าเข้าใจข้อความในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมการวิจัย และหนังสือแสดงเจตนายินยอมนี้โดยตลอดแล้ว จึงลงลายมือชื่อไว้

ลงชื่อ.....ผู้เข้าร่วมการวิจัย/ผู้แทนโดยชอบธรรม/วันที่.....  
(.....)

ลงชื่อ.....ผู้ให้ข้อมูลและขอความยินยอม/หัวหน้าโครงการวิจัย/วันที่.....  
(.....)

ในกรณีผู้เข้าร่วมการวิจัยไม่สามารถอ่านหนังสือได้ ผู้ที่อ่านข้อความทั้งหมดแทนผู้เข้าร่วมการวิจัยคือพยาน

ลงชื่อ..... พยาน วันที่.....  
(.....)

## ประวัติผู้วิจัย

ชื่อ	นางศิวาพร แดงโชติ
วัน เดือน ปีเกิด	6 กุมภาพันธ์ 2522
สถานที่เกิด	โรงพยาบาลรามาริบดี เขตราชเทวี จังหวัดกรุงเทพมหานคร
ประวัติการศึกษา	วท.บ.(พัฒนาผลิตภัณฑ์อุตสาหกรรมเกษตร) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พ.ศ.2543
สถานที่ทำงาน	บริษัท ข้าว ซี.พี.จำกัด อำเภอนครหลวง จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
ตำแหน่ง	รองกรรมการผู้จัดการอาวุโส ด้านควบคุมคุณภาพ/ประกันคุณภาพ/วิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์

