



การบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร

High Nutritious Rice Consumption by Different Age Consumers in Bangkok Metropolis

ศิวพร แดงโชติ (Sivaporn Daengchot)¹ สุนันท์ สีสั่ง (Sunan Seesang)²สำออง สืบสมาน (Sam-ang Seubsman)³

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ความรู้ เจตคติ และพฤติกรรมของผู้บริโภคกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว ประชากรที่ศึกษา แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ประกอบด้วย 1) กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) 2) กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) และ 3) กลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) ที่ศึกษาอาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างคัดเลือกแบบหลายขั้นตอนและแบบเจาะจงได้จำนวน 120 คนต่อกลุ่มวัย รวม 360 คน เครื่องมือที่ใช้ คือแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติพรรณนา การทดสอบไคสแควร์ และการวิเคราะห์ความแปรปรวน ผลการวิจัยพบว่า 1) ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวทั้ง 3 กลุ่มวัย มีค่าสัดส่วนคำตอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ข้อ โดยกลุ่มวัยสูงอายุมีจำนวนข้อคำตอบถูกมากกว่ากลุ่มอื่น 2) ค่าเฉลี่ยของเจตคติของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ข้อ 3) พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของกลุ่มวัยสูงอายุสูงมากกว่ากลุ่มอื่น นอกจากนี้ยังพบว่าเหตุผลของผู้บริโภคของทั้ง 3 กลุ่มกับการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ใน 3 ประเด็น คือ 1) ร้านอาหารส่วนใหญ่ที่บริโภคประจำของทั้ง 3 กลุ่มเลือกใช้อาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการไม่สูงในการประกอบการ 2) ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง ได้แก่ ความอร่อย ราคา และคุณภาพ 3) แนวทางที่จะทำให้มีการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงเพิ่มมากขึ้น ได้แก่ การให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ ราคาและความอร่อยควรใกล้เคียงกับข้าวขาวทั่วไป ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย 1) ภาครัฐและเอกชนควรส่งเสริมและสนับสนุนการเพาะปลูก การจำหน่าย และการให้ความรู้ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภค 2) ผู้บริโภคควรเลือกบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงหรือให้คนประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิอุดมด้วยวิตามิน แร่ธาตุ โยใยอาหาร ข้าวพันธุ์ข43 เป็นข้าวดัชนีน้ำตาลปานกลางถึงต่ำเหมาะกับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เป็นต้น

คำสำคัญ การบริโภคข้าว ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง กรุงเทพมหานคร

¹ นักศึกษาหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช dsivaporn@gmail.com

² รองศาสตราจารย์ ดร.อาจารย์ประจำสาขาวิชาเกษตรศาสตร์และสหกรณ์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช sunan.see@stou.ac.th

³ รองศาสตราจารย์ ดร. อาจารย์ประจำสาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช sam-ang.seu@stou.ac.th



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

Abstract

The objectives of this research were to study knowledge, attitude, and behavior of consumer on the high nutritious rice. The research population consists of: 1) students aged 18-21 years 2) working people aged 22-59 years and 3) elderly aged 60 years or older who lived, studied, or worked in Bangkok Metropolis area. The total 360 samples were divided equally in three group using multiple stage and purposive samplings. A questionnaire on High Nutritious Rice Consumption by Different Age Consumers in Bangkok Metropolis was a research tool. The data were analyzed by using descriptive statistics, Chi-square test, and Analysis of Variance. The research results revealed that 1) knowledge of high nutritious rice, the proportion of five topics were statistically significant differences at 0.05 level, the elderly group had more knowledge than other groups, 2) the averages of attitude score of three consumer groups were statistically significant differences at 0.05 level in five topics and the average scores of all groups were indicated at very agreeable, 3) the elderly group had consumed more high nutritious rice than other groups. Moreover, it was discovered that the reasons of consuming high nutritious rice of all groups were statistically significant differences at 0.05 level in three topics: 1) all groups of participant indicated that most restaurants had not used high nutritious rice, 2) the factors of consuming high nutritional value rice were deliciousness, price, and quality of rice, 3) the guidelines for increasing higher consumption of high nutritious rice were to educate consumers on their nutritional values and to match price and deliciousness when compared to general rice. The recommendation of this research is that 1) the government and private sectors should promote and support rice cultivation, and knowledge transfer of high nutritious rice to consumers and 2) the consumers should consider choosing high nutritious rice such as brown jasmine rice, containing various vitamins, minerals and fibre or they can choose medium-to-low GI rice, RD 43, suitable for diabetes patients.

Keywords: Rice consumption, High nutritious rice, Bangkok Metropolis



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

บทนำ

การบริโภคของคนในโลกเปลี่ยนไปตามกระแสความนิยมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพมีมากขึ้น ในขณะเดียวกัน ประเทศไทยก็พบสถิติผู้ป่วยที่เกิดจากโรคไม่ติดต่อ (Non-communicable diseases: NCDs) ประกอบไปด้วยโรคหลัก คือ โรคหัวใจและหลอดเลือด โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคมะเร็ง โรคทางเดินหายใจเรื้อรัง และโรคเบาหวาน ซึ่งมีความรุนแรงมากขึ้น สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ (2559, น. VII) ได้สรุปในรายงานสถานการณ์โรค NCDs ฉบับที่ 2 ว่าประเทศไทยนั้น 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 ที่มีแนวโน้มสูงขึ้นเรื่อยๆ ก็คือ โรคเบาหวาน ในจุลสารข่าวศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง ฉบับที่ 48 ต.ค.-ธ.ค.(2559, น. 2) หน่วยตรวจโรคผู้ป่วยนอกอายุรกรรม คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ได้ให้ความรู้เกี่ยวกับโรคเบาหวานเป็นโรคที่เกิดจากตับอ่อนไม่สามารถสร้างฮอร์โมนอินซูลินให้พอเพียงที่จะนำน้ำตาลที่ได้จากอาหารจำพวกแป้งและน้ำตาลไปใช้ให้เกิดเป็นพลังงานแก่ร่างกาย ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงเกินไป ส่งผลให้อวัยวะต่างๆ ของร่างกายเสียหายและเกิดโรคแทรกซ้อนได้

ข้าวเป็นอาหารหลักที่คนไทยบริโภคมาช้านาน มีแป้งหรือคาร์โบไฮเดรตเป็นองค์ประกอบหลักที่ให้พลังงาน นอกจากนั้นยังมีวิตามินและแร่ธาตุเป็นองค์ประกอบบางส่วนขึ้นอยู่กับว่าเป็นชนิดข้าวอะไร ในประเทศไทยมีพันธุ์ข้าวพื้นเมืองที่หลากหลาย ซึ่งพบว่าพันธุ์ข้าวเหล่านี้มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้ประโยชน์ต่อผู้บริโภค เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิอุดมด้วยวิตามิน แร่ธาตุ ซึ่งมีประโยชน์ช่วยการทำงานของระบบประสาท สมอง ช่วยรักษาโรคเหน็บชา มีใยอาหารสูงมีส่วนช่วยป้องกันมะเร็งลำไส้ใหญ่ และกระเพาะอาหาร ทำให้กากอาหารเพิ่มมากขึ้น ขับถ่ายได้ง่ายขึ้น (สืบค้นจาก <http://www.thaicam.go.th/index.php>) ข้าวกล้องแดงมีธาตุเหล็ก ช่วยในการบำรุงเลือด มีดัชนีน้ำตาลต่ำ ช่วยในการป้องกันและบรรเทาโรคเบาหวาน มีเส้นใยที่ช่วยในการขับถ่ายและดูดซับไขมัน มีลูทีนกรองแสงยูวีป้องกันไม่ให้ทำอันตรายกระจกตา (สืบค้นจาก <http://brpd.ricethailand.go.th/>) ข้าวสังข์หยดมีเยื่อหุ้มเมล็ดสีแดงเข้มที่มีแอนโทไซยานินมีคุณสมบัติในการต้านอนุมูลอิสระ ชะลอความชรา (สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>) ข้าวหิมาลัยมีสารต้านอนุมูลอิสระสูงทั้งฟีนอลิกและฟลาโวนอยด์มีส่วนช่วยลดระดับคอเลสเตอรอลในเลือด ป้องกันการเกิดมะเร็ง (สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=10>) ข้าวมะลิสีน้ำเงินมีสารต้านอนุมูลอิสระหลายชนิดและมีปริมาณสูง มีส่วนช่วยลดการอักเสบของเนื้อเยื่อ ช่วยลดการอุดตันของไขมันในเส้นเลือด (สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>) ข้าวไรซ์เบอร์รี่มีรงควัตถุสีม่วงซึ่งเป็นสารแอนโทไซยานินมีคุณสมบัติเป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่สูงมาก มีส่วนช่วยลดคอเลสเตอรอลในหลอดเลือด ป้องกันหลอดเลือดหัวใจอุดตันและข้าวไรซ์เบอร์รี่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำกว่าข้าวขาวจึงช่วยป้องกันโรคเบาหวาน (สืบค้นจาก <https://www.scimath.org/>) ข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลางถึงต่ำ เช่น ข้าวพันธุ์ข43 ข้าวพันธุ์พิษณุโลก 80 จึงเหมาะกับผู้บริโภคที่ป่วยเป็นโรคเบาหวาน หรือผู้ที่สนใจดูแลสุขภาพ หากต้องการลดปริมาณน้ำตาล ควรเลือกรับประทานอาหารที่มีค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ (สืบค้นจาก <http://brpd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>) จากข้อมูลข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงมีหลากหลาย ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อผู้บริโภคที่ต้องการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ดีต่อสุขภาพและบางชนิดเป็นข้าวที่เหมาะสมกับ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ผู้ป่วยโรคเบาหวาน สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์(2558, น. 3-13) ได้จัดทำรายงานแผนยุทธศาสตร์ของกรมการข้าว พ.ศ. 2558 – 2562 มีประเด็นยุทธศาสตร์ที่สำคัญ คือ การยกระดับคุณภาพและการเพิ่มมูลค่าข้าว ซึ่งในยุทธศาสตร์นี้จะเกี่ยวข้องกับคุณภาพของข้าวที่เชื่อมโยงไปสู่ผู้บริโภคเป็นการยกระดับคุณภาพและการเพิ่มมูลค่าข้าว โดยมีเป้าประสงค์ที่ต้องการให้ผลผลิตข้าวเปลือกของชาวนามีคุณภาพได้มาตรฐาน มีความปลอดภัย เพื่อให้สินค้าข้าวและผลิตภัณฑ์จากข้าวมีมูลค่าเพิ่มมากขึ้น โดยมีการกำหนดกลยุทธ์ให้หลายข้อที่จะช่วยสนับสนุนยุทธศาสตร์ข้าวไทย (ด้านการผลิต) ให้ไปสู่เป้าประสงค์ อาทิเช่น การส่งเสริมสนับสนุนการผลิตสินค้าข้าวและผลิตภัณฑ์เพื่อตลาดเฉพาะ(Niche Market) การสร้างระบบการเชื่อมโยงระหว่างผู้ผลิต ผู้จำหน่ายและผู้บริโภค การวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าวเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่ม และกลยุทธ์ที่สำคัญคือการเผยแพร่ประชาสัมพันธ์คุณค่าของข้าวและผลิตภัณฑ์จากข้าว สถาบันวิจัยเพื่อพัฒนาประเทศไทย (TDRI) (2556) ได้วิจัยในโครงการเรื่อง อุปสงค์การบริโภคข้าวของไทย ของ พบว่าคนไทยบริโภคข้าวสารในปี 2554 ลดลงเหลือ 90 กิโลกรัมต่อคนต่อปี เปรียบเทียบกับในปี 2545 บริโภคข้าวสาร 101 กิโลกรัมต่อคนต่อปี ซึ่งมีแนวโน้มว่าการบริโภคข้าวของคนไทยมีปริมาณการบริโภคลดลง จากข้อมูลที่ได้กล่าวมาข้างต้นทั้งถึงแม้ว่าในด้านการบริโภคข้าวของคนไทยจะมีปริมาณที่ลดลงแต่คนไทยก็ยังกินข้าวเป็นหลัก แต่ผู้บริโภคอาจจะยังไม่ทราบถึงคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิดที่มีความหลากหลายและมีประโยชน์ในการป้องกันโรคได้ และจากสถานการณ์ที่คนไทยป่วยด้วยโรคไม่ติดต่อมากขึ้นซึ่งเป็นโรคที่สามารถป้องกันได้โดยการสร้างเจตคติในการเลือกบริโภค ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภค หรือ การดำรงชีวิต

ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาในกลุ่มผู้บริโภคเขตกรุงเทพมหานคร โดยคาดหวังว่าประโยชน์จากงานวิจัยนี้ทางภาคการผลิตจะสามารถนำข้อมูลไปใช้เป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภคและทางภาคการตลาดสามารถใช้ประโยชน์จากงานวิจัยนี้เป็นข้อมูลในการทำการตลาดข้าวเพื่อสุขภาพ รณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้คนไทยหันมาบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพกันให้มากขึ้น ทางผู้บริโภคจะให้ความสำคัญหันมาสนใจในการเลือกบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง ทั้งหมดนี้จะเป็นประโยชน์ต่อประชากรคนไทยทั้งประเทศเพื่อลดโอกาสความเสี่ยงในการเกิดโรคไม่ติดต่อและยังช่วยทำให้ข้าวไทยสร้างมูลค่าได้มากขึ้นในการส่งเสริมจุดขายคุณประโยชน์ของข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงอีกด้วย

วัตถุประสงค์

ในการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบผู้บริโภคกลุ่มวัยต่างๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยศึกษาในประเด็นต่างๆ ดังนี้

1. ความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว
2. เจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ
3. พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

นิยามศัพท์

ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง หมายถึง ข้าวกล้อง ได้แก่ ข้าวกล้องหอมมะลิ , ข้าวกล้องหอมแดง และข้าวเพื่อสุขภาพ ได้แก่ ข้าวไรซ์เบอร์รี่ , ข้าวเจ้าพันธุ์ข43 และข้าวเจ้าพันธุ์พิษณุโลก 80 ทั้งนี้ไม่รวมถึง ข้าวเคลือบหรือข้าวผสมวิตามิน/สมุนไพรชนิดต่างๆ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) ประชากรในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ประกอบด้วยกลุ่มคนในวัยต่างๆ ที่อาศัย เรียน หรือทำงานอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มวัยเรียน (อายุ 18-21 ปี) กลุ่มวัยทำงาน (อายุ 22-59 ปี) และกลุ่มวัยสูงอายุ (อายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป) โดยกำหนดกลุ่มตัวอย่างที่ทำการศึกษาค้นคว้า จำนวน 120 คน ต่อกลุ่มวัยต่าง ๆ รวมทั้งหมด 360 คน การคัดเลือกตัวอย่างทำการคัดเลือกตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) โดยแบ่งเป็น ขั้นตอนที่ 1 คัดเลือกเขตของกรุงเทพมหานครเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจงโดยเลือกเขตในย่านธุรกิจ ได้แก่ เขตบางรักและเขตปทุมวัน และในย่านอุตสาหกรรม ได้แก่ เขตมีนบุรีและเขตลาดกระบัง และเลือกเขตของกรุงเทพมหานครในย่านชุมชนฝั่งพระนคร ได้แก่ เขตบางกอกน้อย และในย่านชุมชนฝั่งธนบุรี ได้แก่ เขตหนองแขมและเขตบางขุนเทียน ขั้นตอนที่ 2 คัดเลือกสถานศึกษา สถานที่ทำงาน และที่อยู่อาศัยของกลุ่มตัวอย่างเป็นการคัดเลือกแบบเจาะจง ขั้นตอนที่ 3 กำหนดจำนวนตัวอย่างเท่ากัน คือ จำนวน 30 คนต่อกลุ่มวัยต่อเขต รวมทั้งหมด 360 คน โดยงานวิจัยนี้ได้ผ่านการพิจารณารับรองจริยธรรมการวิจัยในคนจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ สาขาวิชามนุษยนิเวศศาสตร์ แขนงวิชาวิทยาการอาหารและโภชนาการ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงของแต่ละกลุ่มวัย กรณีศึกษาผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ผ่านการพิจารณาและตรวจสอบความตรงเชิงเนื้อหาโดยผู้เชี่ยวชาญหาค่าดัชนีความสอดคล้องเท่ากับ 0.92 โดยแบบสอบถามแบ่งเป็น 4 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 คำถามข้อมูลทั่วไป วิเคราะห์ผลด้วยสถิติพรรณนาโดยหาค่าการแจกแจง ความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าต่ำสุด และค่าสูงสุด ตอนที่ 2 คำถามความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว ประกอบไปด้วยข้อคำถามทั้งหมด 13 ข้อ โดยคำตอบแบ่งเป็น 3 ตัวเลือกคือใช่ ไม่ใช่ และไม่แน่ใจ วิเคราะห์ผลด้วยสถิติพรรณนาโดยหาค่าการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้สถิติการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square Test) ตอนที่ 3 คำถามเจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ตรวจสอบหาค่าความเที่ยงของคำถามโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) ได้เท่ากับ 0.783 ประกอบไปด้วยข้อคำถามทั้งหมด 10 ข้อ โดยคำตอบแบ่งเป็น 5 ตัวเลือก คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง วิเคราะห์ผลด้วยสถิติพรรณนาโดยหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวน (Analysis of Variance : ANOVA) หรือ สถิติ F-Test และตอนที่ 4 คำถามพฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ประกอบไปด้วยข้อหัวคำถาม 3 หัวข้อใหญ่ คือ 1) การหุงข้าวเอง 2) การซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว และ 3) การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ วิเคราะห์ผลด้วยสถิติพรรณนาโดยหาค่าการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน นอกจากนี้ ยังใช้สถิติอนุมานในการหาความสัมพันธ์ของข้อมูลเชิงคุณภาพโดยใช้สถิติการทดสอบไคสแควร์ (Chi-square Test) ในหัวข้อที่กลุ่มตัวอย่างรวมกันทั้ง 3 กลุ่มมีจำนวนผู้ตอบคำถามมากกว่า 50 ตัวอย่างขึ้นไป

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไป กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง อายุสูงสุดคือ 86 ปีและอายุน้อยสุดคือ 18 ปี โดยกลุ่มวัยเรียนมีอายุเฉลี่ย 19.82 ปี S.D. 1.157 กลุ่มวัยทำงานมีอายุเฉลี่ย 34.77 ปี S.D. 8.518 กลุ่มวัยสูงอายุมีอายุเฉลี่ย 67.22 ปี S.D. 5.981 สถานภาพกลุ่มวัยเรียนโสดทั้งหมด กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 60 โสด และกลุ่มวัยสูงอายุร้อยละ 52.5 สมรส ระดับการศึกษาในกลุ่ม



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

วัยเรียนและวัยทำงานส่วนใหญ่จบการศึกษาระดับปริญญาตรี กลุ่มวัยสูงอายุร้อยละ 48.3 จบการศึกษาในระดับประถมศึกษาหรือต่ำกว่า กลุ่มวัยทำงานร้อยละ 49.2 อาชีพพนักงานบริษัทเอกชน กลุ่มวัยสูงอายุร้อยละ 45.0 ไม่ได้ประกอบอาชีพ โรคประจำตัวมีมากที่สุดในกลุ่มวัยสูงอายุ โดยเป็นโรคความดันโลหิตสูงมากที่สุดร้อยละ 49.2 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยที่บ้านมากที่สุด โดยกลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานพักอาศัยกับบิดา/มารดามากที่สุดร้อยละ 57.5 และร้อยละ 40.8 ตามลำดับ กลุ่มวัยสูงอายุพักอาศัยกับลูก/หลานมากที่สุดร้อยละ 59.5

2. ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว กลุ่มวัยเรียนตอบถูกร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 90 จำนวน 2 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 80 จำนวน 3 ข้อ และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 4 ข้อ กลุ่มวัยทำงานตอบถูกร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 1 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 90 มีจำนวน 3 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 80 จำนวน 2 ข้อ และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 3 ข้อ กลุ่มวัยสูงอายุตอบถูกร้อยละ 90 ขึ้นไป จำนวน 3 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 80 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 90 มีจำนวน 2 ข้อ ตอบถูกร้อยละ 70 ขึ้นไปแต่ไม่ถึงร้อยละ 80 จำนวน 2 ข้อ และตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 มีจำนวน 2 ข้อ โดยในหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากที่สุดใน 3 ลำดับแรก โดยทุกกลุ่มวัยตอบถูกมากกว่าร้อยละ 80 ขึ้นไป ได้แก่ “ข้าวเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานแก่ร่างกาย” “ข้าวกล้องมีใยอาหารสูง เมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี” และ “ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด” ตามลำดับ และหัวข้อความรู้ที่ทุกกลุ่มวัยตอบถูกน้อยที่สุด โดยทุกกลุ่มวัยตอบถูกต่ำกว่าร้อยละ 50 ได้แก่ “ข้าวขาวมีส่วนที่เป็นแป้งไม่แตกต่างจากข้าวกล้องและข้าวเพื่อสุขภาพ” และ “ข้าวภค 43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง” ผลการทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยเกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าวพบว่าค่าสัดส่วนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ข้อ คือ 1) ข้าวขาวมีโปรตีนเป็นองค์ประกอบ 2) ข้าวขาวมีใยอาหารเป็นองค์ประกอบน้อยมาก 3) ข้าวขาวมีวิตามินไม่แตกต่างจากข้าวกล้อง 4) ข้าวกล้องช่วยป้องกันโรคเหน็บชาได้ และ 5) ข้าวกล้องมีวิตามินบีหลายชนิด ดังแสดงในตารางที่ 1

ตารางที่ 1 การทดสอบค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคเกี่ยวกับความรู้คุณค่าทางโภชนาการของข้าว

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	χ^2	Sig
2.1 ความรู้เกี่ยวกับข้าวขาว											
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



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 1 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	ถูก	ผิด	ไม่แน่ใจ	χ^2	Sig
2.2 ความรู้เกี่ยวกับข้าวกล้อง											
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 ข้าวกล้องมีใยอาหารสูงเมื่อรับประทานแล้วช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี	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	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
2.3 ความรู้เกี่ยวกับข้าวเพื่อสุขภาพ											
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 ข้าวขาว43 เป็นข้าวที่มีดัชนีน้ำตาลปานกลาง	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%)	8 (31.7%)	62 (51.7%)	22 (18.3%)	36 (30.0%)	68 (56.7%)	18 (15.0%)	30 (25.0%)	3.04	0.551

* ค่าสัดส่วนคำตอบของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

3. เจตคติต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ ผลการวิเคราะห์ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของทั้ง 3 กลุ่มวัย พบว่าอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งถึงไม่แน่ใจ โดยไม่พบประเด็นไม่เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ซึ่งระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยอย่างยิ่ง ช่วงคะแนน 4.21-5.00 ในกลุ่มวัยเรียนมี 5 ข้อ กลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุมี 6 ข้อ ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติเห็นด้วยช่วงคะแนน 3.41-4.20 ในกลุ่มวัยเรียนมี 5 ข้อ กลุ่มวัยทำงานมี 2 ข้อ และกลุ่มวัยสูงอายุมี 3 ข้อ และระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่แน่ใจช่วงคะแนน 2.61-3.40 ในกลุ่มวัยเรียนมี 1 ข้อ กลุ่มวัยทำงานมี 2 ข้อ และกลุ่มวัยสูงอายุมี 1 ข้อ เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคทั้ง 3 กลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 5 ข้อ คือ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพทำให้ร่างกายแข็งแรง การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาวจะทำให้รับประทานมากขึ้น ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเสื่อมเสียได้ง่ายการจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่ายจะเลือกบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ดังตารางที่ 2



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 2 การเปรียบเทียบระดับค่าเฉลี่ยเจตคติของผู้บริโภคต่อการบริโภคข้าวเพื่อคุณค่าทางโภชนาการ

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	F	Sig
3.1 เจตคติเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าว											
3.1.1 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ทำให้ร่างกายแข็งแรง	4.38 ^b	0.676	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.42 ^b	0.705	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.62 ^a	0.612	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.52	0.012*
3.1.2 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เหมาะกับบุคคลทั่วไป ไม่ใช่เฉพาะสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัวหรือสุขภาพไม่แข็งแรงเท่านั้น	4.42	0.958	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.37	0.916	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.43	0.928	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	0.16	0.854
3.1.3 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เป็นข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าข้าวขาว	4.50	0.710	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.58	0.657	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.54	0.945	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	0.28	0.756
3.1.4 ถ้าทราบข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละชนิด จะให้การบริโภคข้าวเพื่อสุขภาพมากขึ้น	4.21	0.995	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.36	0.807	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.39	0.920	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	1.34	0.265
3.2 เจตคติเกี่ยวกับการหุงและการจัดเก็บข้าวสาร											
3.2.1 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพยากกว่าการหุงข้าวขาว	3.15 ^b	1.339	ไม่แน่ใจ	3.34 ^b	1.177	ไม่แน่ใจ	3.98 ^a	1.262	เห็นด้วย	13.88	0.000*
3.2.2 การหุงข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพผสมกับข้าวขาว จะทำให้น้ำรับประทานมากขึ้น	3.54 ^b	1.092	เห็นด้วย	3.80 ^b	0.904	เห็นด้วย	4.11 ^a	1.086	เห็นด้วย	9.06	0.000*
3.2.3 ข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เสื่อมเสียได้ง่าย การจัดเก็บยาก ดังนั้นควรบรรจุแบบสุญญากาศ	3.45 ^b	1.076	เห็นด้วย	3.38 ^b	1.108	ไม่แน่ใจ	4.08 ^a	1.215	เห็นด้วย	13.54	0.000*



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 2 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)			กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)			กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)			ค่าสถิติ	
	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	ระดับ ค่าเฉลี่ย	S.D.	ความ หมาย	F	Sig
3.3 เจตคติเกี่ยวกับการเลือก											
บริโภคข้าว											
3.3.1 ถ้าข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ มีราคาใกล้เคียงกับข้าวขาว จะเลือก บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	4.16	1.092	เห็นด้วย	4.33	0.863	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.42	0.976	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	2.17	0.115
3.3.2 ถ้าร้านอาหารมีข้าวกล้อง/ ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย จะเลือก บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	3.81 ^c	1.197	เห็นด้วย	4.26 ^b	0.855	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	4.58 ^a	0.856	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	18.23	0.000*
3.3.3 การซื้อข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อ สุขภาพยากกว่าการซื้อข้าวขาว	3.66	1.199	เห็นด้วย	3.62	1.132	เห็นด้วย	3.33	1.436	ไม่แน่ใจ	2.37	0.095

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

4. พฤติกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ

4.1 พฤติกรรมการหุงข้าวเอง ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเองของแต่ละกลุ่มวัยพบว่า กลุ่มวัยสูงอายุซื้อข้าวสารมาหุงเองมากที่สุดร้อยละ 95 และหุงข้าวเองมากที่สุดในมือเช้า ส่วนกลุ่มวัยเรียนและวัยทำงานหุงข้าวเองมากที่สุดในมือเย็น ส่วนใหญ่ทั้ง 3 กลุ่มวัยซื้อข้าวสารเองโดยซื้อที่ห้างสรรพสินค้าและชนิดข้าวที่หุงมากที่สุด ได้แก่ ข้าวหอม ปกติที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุงของทั้ง 3 กลุ่มวัยพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 ในเรื่อง ราคา คุณค่าทางโภชนาการ และความชอบ ส่วนใหญ่จัดเก็บข้าวสารในภาชนะที่มีฝาปิดและจัดเก็บข้าวสารไว้ในครัวอณูณหภูมิต่ำ พฤติกรรมการหุงข้าวเองของทั้ง 3 กลุ่มวัยพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 6 ข้อ ได้แก่ ครอบครัวยังซื้อข้าวสารมาหุงเอง มื้อที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง สถานที่ซื้อข้าวสาร ชนิดข้าวที่หุง ปกติที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง สถานที่จัดเก็บข้าวสาร ดังตารางที่ 3



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการหุงข้าวเอง

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.1.1 ครอบครัวย้ายมาหุงข้าวเอง							9.84	0.007*
หุงเอง	108	90.0	99	82.5	114	95.0	-	-
4.1.2 มือที่สมาชิกในครัวเรือนหุงข้าวเอง (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	-	-
4.1.3 แหล่งที่มาของข้าวสารที่หุง (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	-	-
4.1.4. สถานที่ซื้อข้าวสาร (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	-	-
4.1.5 ชนิดข้าวที่หุง (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	-	-
4.1.6 ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกชนิดข้าวที่จะหุง (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	-	-



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.1.7 ภาวะเจ็บไข้ของข้าวยาส (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
เจ็บไข้ของข้าวยาสที่มีไข้	88	73.3	89	74.2	102	85.0	4.24	0.120
เจ็บไข้ของข้าวยาสที่ไม่มีไข้	15	12.5	8	6.7	13	10.8	-	-
เจ็บไข้ของข้าวยาสที่ไม่มีไข้	4	3.3	3	2.5	6	5.0	-	-
อื่น ๆ	5	4.2	2	1.7	4	3.3	-	-
4.1.8 สถานที่ที่เจ็บไข้ของข้าวยาส(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ไว้ในครัวเรือน	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		

* ความสัมพันธ์ของข้อมูลทั้ง 3 กลุ่มวัย มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

4.2 พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว พบว่ากลุ่มวัยเรียนมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมื้อมากที่สุด คือ 2.25 ทัพพี S.D. 1.635 รองลงมาคือ กลุ่มวัยทำงานมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมื้อ คือ 1.89 ทัพพี S.D. 0.921 และกลุ่มวัยสูงอายุมีค่าเฉลี่ยปริมาณข้าวหุงสุกที่บริโภคต่อมือน้อยที่สุด คือ 1.66 ทัพพี S.D. 0.881 ทั้ง 3 กลุ่มวัยส่วนใหญ่เคยซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน โดยกลุ่มวัยทำงานซื้อข้าวหุงสุกรับประทานมากที่สุดร้อยละ 90.8 และทั้ง 3 กลุ่มวัยส่วนใหญ่ซื้อข้าวหุงสุกที่ร้านอาหารตามสั่งและร้านข้าวราดแกงมากที่สุด โดยซื้อรับประทานในมือเย็นและซื้อข้าวหอมหุงสุกมากที่สุด แต่ละกลุ่มวัยมีการสังเกตการตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก ทั้ง 3 กลุ่มวัยส่วนใหญ่มีวิธีการจัดการหลังรับประทานข้าวไม่หมดด้วยการเก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้วของทั้ง 3 กลุ่มวัยพบมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 7 ข้อ ได้แก่ การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก มื้อที่รับประทานข้าว การซื้อข้าวหุงสุก สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก และวิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด ดังตารางที่ 4



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 4 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการซื้อข้าวที่หุงสุกแล้ว

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.2.1 การจำกัดปริมาณการบริโภคข้าวหุงสุก							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	-	-
4.2.2 มื้อที่รับประทานข้าว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มื้อเช้า	87	72.5	99	82.5	104	86.7	3.23	0.199
มื้อกลางวัน	98	81.7	104	86.7	83	69.2	16.47	0.000*
มื้อเย็น	96	80.0	102	85.0	91	75.8	4.89	0.087
มื้อดึก(หลัง 21.00 น.)	33	27.5	7	5.7	4	3.3	-	-
4.2.3 การซื้อข้าวหุงสุก								
เคย	103	85.8	109	90.8	44	36.7	32.19	0.000*
ไม่เคย	17	14.2	11	9.2	76	63.3	-	-
4.2.4 สถานที่ซื้อข้าวหุงสุก (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	-	-
4.2.5 มื้อที่ซื้อข้าวหุงสุกรับประทาน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
มื้อเช้า	42	35.0	49	40.8	27	22.5	1.65	0.439
มื้อกลางวัน	63	52.5	61	50.8	36	30.0	3.38	0.184
มื้อเย็น	66	55.0	65	54.2	38	31.7	3.64	0.162
มื้อดึก(หลัง 21.00 น.)	21	17.5	5	4.2	5	4.2	-	-
4.2.6 ชนิดข้าวหุงสุกที่เลือกซื้อ (ตอบได้มากกว่า 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	-	-



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 4 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.2.7 การสังเกตตรวจสอบความสะอาดของข้าวหุงสุก							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	-	-
4.2.8 วิธีการจัดการหลังจากรับประทานข้าวไม่หมด								
เก็บใส่ภาชนะอื่นในตู้เย็นเพื่อนำอุ่นแล้วบริโภคในมื้ออื่น	53	44.2	68	56.7	67	55.8	26.64	0.000*
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

4.3 พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพพบว่า กลุ่มวัยเรียนเคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ร้อยละ 70.0 และเคยบริโภคข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 51.7 โดยร้อยละ 54.2 บริโภคมื้อเย็น 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 บริโภคมื้อเย็น 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 กลุ่มวัยสูงอายุ ร้อยละ 86.7 เคยบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยเคยบริโภคข้าวกล้องหอมมะลิมากที่สุด ร้อยละ 70.8 โดยร้อยละ 63.3 บริโภคมื้อเย็น 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/ข้าวเพื่อสุขภาพโดยเคยแนะนำญาติ ร้อยละ 50.8 ร้านอาหารที่กลุ่มวัยสูงอายุบริโภคประจำ ร้อยละ 45.8 ไม่มีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย ถ้าร้านที่มีจำหน่าย ร้อยละ 35.8 จำหน่ายข้าวกล้องหอมมะลิ สาเหตุที่ไม่บริโภคข้าวกล้อง/



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ข้าวเพื่อสุขภาพ ใน 3 ลำดับแรกของแต่ละกลุ่ม พบว่ากลุ่มวัยเรียน คือ ราคาแพง หุงค่อนข้างยาก และไม่ชอบ กลุ่มวัยทำงาน คือ ความไม่ชอบ ราคาแพง/หุงค่อนข้างยาก และไม่อร่อย กลุ่มวัยสูงอายุ คือ ความไม่ชอบ หุงค่อนข้างยาก และราคาแพง ปัจจัยที่มีผลต่อการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ใน 3 ลำดับแรกของแต่ละกลุ่มวัย พบว่ากลุ่มวัยเรียน คือราคา ความอร่อย และคุณภาพ กลุ่มวัยทำงาน คือความอร่อย ราคาและความชอบ กลุ่มวัยสูงอายุ คือความอร่อย ราคา และคุณภาพ ถ้าได้รับความรู้เกี่ยวกับคุณประโยชน์ทางโภชนาการของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ กลุ่มวัยเรียนมีความสนใจจะบริโภคเพิ่มมากขึ้นมากกว่ากลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยสูงอายุ กลุ่มวัยเรียนมีความสนใจผลิตภัณฑ์ที่ทำจากข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยสูงอายุ แนวทางที่จะทำให้ผู้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น ใน 3 ลำดับแรกของแต่ละกลุ่มวัย พบว่ากลุ่มวัยเรียนและกลุ่มวัยสูงอายุ คือการให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ ด้านราคาและความอร่อยควรใกล้เคียงกับข้าวขาว ในกลุ่มวัยทำงาน คือการให้ความรู้ด้านคุณประโยชน์ ด้านความอร่อยและราคาควรใกล้เคียงกับข้าวขาว พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพของทั้ง 3 กลุ่มวัยพบว่ามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จำนวน 8 ข้อ ได้แก่ การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค มื้อที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ความถี่ในการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ สถานที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ เหตุผลที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ และบุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.3.1 การบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ							11.17	0.004*
เคย	84	70.0	99	82.5	104	86.7	-	-
4.3.2 ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่เคยบริโภค (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
ข้าวข43	3	2.5	6	5.0	4	3.3	-	-
อื่น ๆ	0	0	1	0.8	2	1.7	-	-
4.3.3 มื้อที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (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
มือดึก(หลัง 21.00 น.)	7	5.8	4	3.3	1	0.8	-	-



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.3.4 ความถี่ในการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ							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	-	-
4.3.5 สถานที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (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	-	-
4.3.6 เหตุผลที่บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
คำนึงถึงสุขภาพ	38	31.7	68	56.7	89	74.2	34.76	0.000*
คุณประโยชน์ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ	45	37.5	71	59.2	70	58.3	7.01	0.030*
สมาชิกในครัวเรือนต้องบริโภค	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
ได้เห็นจากโฆษณาประชาสัมพันธ์	9	7.5	15	12.5	12	10.0	-	-
มีขายในร้านอาหารที่ซื้อ	18	15.0	10	8.3	2	1.7	-	-
อื่น ๆ	4	3.3	11	9.2	4	3.3	-	-
4.3.7 การแนะนำให้ผู้อื่นบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ							25.97	0.000*
ไม่เคย	44	36.7	32	26.7	18	15.0	-	-
เคย	40	33.3	67	55.8	86	71.7	-	-
4.3.8 บุคคลที่เคยแนะนำให้บริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
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	-	-



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ตารางที่ 5 (ต่อ)

ข้อมูล	กลุ่มวัยเรียน (n = 120)		กลุ่มวัยทำงาน (n = 120)		กลุ่มวัยสูงอายุ (n = 120)		ค่าสถิติ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	χ^2	Sig
4.3.9 ร้านอาหารที่บริโภคประจำมีข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพจำหน่าย							0.845	0.655
ไม่มี	50	41.7	56	46.7	55	45.8	-	-
มี	34	28.3	43	35.8	49	40.8	-	-
4.3.10 ชนิดข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่มีจำหน่ายในร้านอาหารที่บริโภคประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
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	-	-
ข้าวข43	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

อภิปรายผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยความรู้ของผู้บริโภคเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวแต่ละกลุ่มวัย สรุปได้ดังนี้ 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 จากข้อมูลดังกล่าวส่วนใหญ่มุมวัยสูงอายุจะตอบคำถามความรู้ได้ถูกต้องมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่ากลุ่มวัยสูงอายุมีความรู้ ความเข้าใจ และให้ความสำคัญเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของข้าวเป็นอย่างมาก อาจเนื่องจากคำนึงถึงสุขภาพร่างกายที่ต้องดูแลมากกว่ากลุ่มวัยทำงานและวัยเรียนจึงให้ความสำคัญและมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับข้าวที่บริโภคมากกว่า ส่วนคำถามความรู้ที่มีผู้ตอบถูกน้อยกว่า 50% ควรจะส่งเสริมและประชาสัมพันธ์ให้ความรู้อย่างถูกต้องและทั่วถึงให้กับผู้บริโภคทุกกลุ่มวัย จากการศึกษาข้อมูลพบที่มีความสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลิอินทรีย์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลของ อรรพรรณ ชมรัมย์, กิตติศักดิ์ วสันตวิทย์, รดา อัมศิลป์, และศรีสกุล แก้วกระจ่าง (2555) ซึ่งสรุปได้ว่าปัจจัยด้านคุณลักษณะส่วนบุคคล เช่น อายุ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภค เช่นเดียวกับปัจจัยความรู้ความเข้าใจ ซึ่งจากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้กับทางภาคการผลิตสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการส่งเสริมและพัฒนาข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้เหมาะสมกับกลุ่มวัย

2. ผลการวิจัยเจตคติของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัยต่อการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการ 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 ระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งช่วงคะแนน 2.61-3.40 กลุ่มวัยเรียนมี 1 ข้อ กลุ่มวัยทำงานมี 2 ข้อ และกลุ่มวัยสูงอายุมี 1 ข้อ จากข้อมูลดังกล่าวส่วนใหญ่ทุกกลุ่มวัยมีเจตคติระดับค่าเฉลี่ยเห็นด้วยถึงเห็นด้วยอย่างยิ่ง แต่มีระดับค่าเฉลี่ยเจตคติไม่เห็นด้วยในบางประเด็นในเรื่องเกี่ยวกับ



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ความรู้ของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ โดยส่วนใหญ่กลุ่มวัยสูงอายุมีระดับค่าเฉลี่ยของเจตคติสูงกว่ากลุ่มวัยทำงานและกลุ่มวัยเรียน ดังนั้น หากต้องการให้ผู้บริโภคมีเจตคติในเชิงบวกมากขึ้นควรจะมีการส่งเสริมด้านความรู้ความเข้าใจในคุณประโยชน์และคุณลักษณะของข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพ จากการศึกษาข้อมูลพบว่ามีความสอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องการรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลินิรภัย ในพื้นที่ร้อยแก่นสารของเพ็ญศรี เจริญวานิช และวรรณุช ศรีเกษมรักษ์ (2552) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่เคยซื้อ/ไม่เคยทานข้าวหอมมะลินิรภัย เนื่องจากได้รับข่าวสารเกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิรภัยน้อย มีการรับรู้เกี่ยวกับข้าวหอมมะลินิรภัยในพื้นที่ร้อยแก่นสารน้อย มีทัศนคติเชิงลบต่อข้าวหอมมะลินิรภัยโดยผู้วิจัยเสนอแนะว่าหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรรับดำเนินการเปลี่ยนแปลงทัศนคติให้เป็นเชิงบวก ชี้ให้เห็นถึงคุณประโยชน์และความปลอดภัยจากการบริโภคข้าวหอมมะลินิรภัยทั้งต่อสุขภาพและสุขภาพแวดล้อมเพื่อกระตุ้นให้มีการบริโภคข้าวหอมมะลินิรภัยเพิ่มมากขึ้น ซึ่งจากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาคการตลาดสามารถใช้ข้อมูลเป็นแนวทางในการทำการตลาดข้าวเพื่อสุขภาพและณรงค์ประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภครู้จักข้าวเพื่อสุขภาพและหันมาบริโภคกันให้มากขึ้น

3. ผลการวิจัยพฤติกรรมกรรมการบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการของผู้บริโภคแต่ละกลุ่มวัยแบ่งเป็น 2 ประเด็น

- 1) กลุ่มวัยสูงอายุจะให้ความสำคัญกับการบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพมากกว่ากลุ่มอื่น โดยข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพที่นิยมบริโภคมากที่สุด คือ ข้าวกล้องหอมมะลิ ในขณะที่ข้าวเพื่อสุขภาพชนิดอื่น เช่น ข้าวกล้อง43 มีผู้ที่บริโภคเช่นเดียวกันแต่ยังไม่มากนัก อาจเนื่องมาจากหลายคนยังไม่รู้จักข้าวชนิดนี้ ทั้งที่ข้าวพันธุ์นี้มีความนุ่ม รับประทานได้ง่ายกว่าข้าวกล้องที่ผู้บริโภคบางคนไม่ชอบเพราะไม่อร่อยและหุงค่อนข้างยาก ดังนั้น ต้องประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภคมีความรู้ความเข้าใจคุณประโยชน์ของข้าวเพื่อสุขภาพให้มากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ วงศ์พัฒนา ศรีประเสริฐ และ รุ่งศักดิ์ วิลามาต (2554) เรื่องปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวกล้องของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม เสนอแนะว่าผู้ประกอบการกิจจำหน่ายข้าวกล้องและกระทรวงการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ควรระบุให้ผู้บริโภคเล็งเห็นถึงคุณค่าทางโภชนาการของข้าวกล้อง เน้นการให้ข่าวสารข้อมูล การให้ความรู้และการประชาสัมพันธ์ให้แก่ผู้บริโภคมากยิ่งขึ้น จากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาครัฐ ควรวิจัย สนับสนุนและส่งเสริมการเพาะปลูกข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น เช่น ข้าวกล้อง43 หรือข้าวพันธุ์อื่น ๆ ที่เป็นข้าวนุ่มที่ให้คุณค่าทางโภชนาการสูงหรือให้คุณประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ
- 2) ปัจจัยด้านราคาและช่องทางการจำหน่ายข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้ผู้บริโภคหันมาบริโภคข้าวกล้อง/ข้าวเพื่อสุขภาพเพิ่มมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องพฤติกรรมผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่อการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุงของ อธิคุณ ชาญศิริวิริยกุล และ เหมือนหมาย อภินทนาพงศ์ (2557) ที่พบว่าปัจจัยด้านผลิตภัณฑ์ด้านราคา ด้านช่องทางการจัดจำหน่าย โดยผลิตภัณฑ์ที่ราคาเหมาะสมกับคุณภาพ และสถานที่จัดจำหน่ายที่สะดวกและหาซื้อได้ง่าย เป็นปัจจัยที่ผู้ซื้อให้ความสำคัญมากที่สุด จากข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์ให้ทางภาคเอกชนสร้างตลาดสินค้าข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้มากขึ้น เพิ่มช่องทางการจัดจำหน่ายข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น ร้านอาหาร ห้างสรรพสินค้า ร้านสะดวกซื้อ เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเข้าถึงได้ง่าย และจัดกิจกรรมส่งเสริมทางการตลาด โฆษณา ประชาสัมพันธ์ เพื่อสร้างการรับรู้ ให้ความรู้ และกระตุ้นให้เกิดการอยากซื้อหรืออยากทดลองข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

ข้อเสนอแนะ

1. ภาครัฐและเอกชนควรส่งเสริมและสนับสนุนการเพาะปลูก การจำหน่าย และการให้ความรู้ข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงให้กับผู้บริโภค
2. ผู้บริโภคควรเลือกบริโภคข้าวที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูงหรือให้คุณประโยชน์ที่ดีต่อสุขภาพ เช่น ข้าวกล้องหอมมะลิอุดมด้วยวิตามิน แร่ธาตุ โยอาหาร ข้าวพันธุ์กข43 เป็นข้าวดัชนีน้ำตาลปานกลางถึงต่ำเหมาะกับผู้ป่วยโรคเบาหวาน เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- กองพัฒนาผลิตภัณฑ์ข้าว กรมการข้าว. (2559). ข้าวหอมมะลิแดง. สืบค้นจาก <http://brpd.ricethailand.go.th/index.php/standard-rice/91-hommalidang>
- กองวิจัยและพัฒนาข้าว กรมการข้าว. ข้าวพันธุ์ กข43 และพันธุ์พิษณุโลก 80 ข้าวเหนียวนุ่ม รับประทานอร่อย แต่ค่าดัชนีน้ำตาลต่ำ. สืบค้นจาก <http://brrd.ricethailand.go.th/images/image/1/4380.pdf>
- บรรจบ ชุณหสวัสดิกุล. 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
- เพ็ญศรี เจริญวานิช และวรรณุช ศรีเจษฎารักษ์. (2552). การรับรู้และทัศนคติของผู้บริโภคต่อข้าวหอมมะลินทรีย์ ในพื้นที่ร้อยแก่นสาร. วารสารวิจัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น. 14(4), 258-270
- วงศ์พัฒนา ศรีประเสริฐ และรุ่งศักดิ์ วิลามาต. (2554). ปัจจัยทางการตลาดที่มีผลต่อพฤติกรรมการซื้อและบริโภคข้าวกล้องของผู้บริโภคในเขตอำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. วารสารมหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. 5(3), 137-152.
- ศูนย์ข้อมูลข้าวตลาดเฉพาะ. ข้าวหับทิมชุมแพ. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=10>
- _____. ข้าวมะลิสีสุรินทร์. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=17>
- _____. ข้าวสังข์หยด เมืองพัทลุง. สืบค้นจาก <https://www.thairicedb.com/rice-detail.php?id=1>
- สถาบันวิจัยเพื่อพัฒนาประเทศไทย (TDRI). (2556). อุปสงค์การบริโภคข้าวของไทย. สืบค้นจาก <https://tdri.or.th/2014/01/a150/>
- สถาบันวิจัยและให้คำปรึกษาแห่งมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์. (2558). รายงานศึกษาฉบับสมบูรณ์ (Final report) แผนยุทธศาสตร์กรมการข้าว พ.ศ.2558 – 2562. สืบค้นจาก <http://www.ricethailand.go.th/web/images/pdf/Yutta.pdf>
- สำนักงานพัฒนานโยบายสุขภาพระหว่างประเทศ. (2559). รายงานสถานการณ์โรคNCDs ฉบับที่ 2 “Kick off to the Goals”. สืบค้นจาก <http://www.thaincdnet.ihppthaigov.net/files/NCD%2023%20Sep%2016%20.pdf>
- สุนทร ตรีนันทวัน. (2559). ข้าวไรซ์เบอร์รี่ เพื่อสุขภาพ. สืบค้นจาก <https://www.scimath.org/article/item/4807-2016-04-04-07-25-40>
- หน่วยตรวจโรคผู้ป่วยนอกอายุรกรรม คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล. (2559). จุลสารข้าวศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง ฉบับที่ 48 ต.ค.-ธ.ค. สืบค้นจาก <http://ramacme.ra.mahidol.ac.th/magazine/CMENewsNo48.pdf>



การประชุมเสนอผลงานวิจัยระดับชาติ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช ครั้งที่ 9

The 9th STOU National Research Conference

อธิคุณ ชาญศิริวิริยกุล และเหมือนหมาย อภินทนาพงศ์ (2558). พฤติกรรมผู้บริโภคในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลต่อการเลือกซื้อผลิตภัณฑ์ข้าวกล้องบรรจุถุง. วารสารวิทยาศาสตร์เกษตร. 46(3), 305-308

อรรวรรณ ชมขัมยา, กิตติศักดิ์ วสันติวงศ์, รดา อิ่มศิลป์, และศรีสกุล แก้วกระจ่าง. (2555). ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคข้าวหอมมะลินิพันธ์ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. วารสารเกษตรศาสตร์(สังคม). 33(1), 67-78

