

การศึกษาวัฒนธรรมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่  
ตำบลพัฒนานคร อำเภอพัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว

The Study of Culture and Food Consumption Behavior in the People of  
Watthanakhon Sub-district, Watthanakhon District, Sa Kaeo Province

สุพิเชษฐ์ ทองอ่อน<sup>1\*</sup> ปิยะวรรณ แก้วปลอด<sup>2</sup> และ นวรินทร์ ตาก้อนทอง<sup>3</sup>  
Supichet Tong-on<sup>1\*</sup> Piyawan Kaewplod<sup>2</sup> and Navarin Tagontong<sup>3</sup>

Received 16 ธันวาคม 2566 Revised 28 มีนาคม 2567 Accepted 17 เมษายน 2567

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ตำบลพัฒนานคร อำเภอพัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพที่อาศัยแนวคิดจากปรัชญาปรากฏการณ์วิทยาในการศึกษาปรากฏการณ์และประสบการณ์ของประชาชนในพื้นที่ดังกล่าวด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ประชาชนที่อาศัยในพื้นที่ตำบลพัฒนานครเกิน 10 ปี และมีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป จำนวน 15 คน ผลการศึกษาพบว่าพื้นที่เป็นทั้งสังคมเมืองและสังคมชนบท มีวิถีชีวิตที่สามารถนำมาประกอบอาหารที่หาได้ในธรรมชาติและหาซื้อได้ตามตลาดทั่วไป มีตัวเลือกในการใช้วัตถุดิบที่หลากหลาย รสชาติของอาหารที่นิยมในพื้นที่เป็นรสชาติเผ็ดจัดจ้าน และมีการนำวัตถุดิบมาประกอบอาหารด้วยการปรุงสุกด้วยการต้ม แกง ทอด และนึ่ง ปัจจัยหลักที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นของประชาชนในพื้นที่พัฒนานครคือ การตั้งถิ่นฐานและสุขภาพของประชากร เพราะมีความหลากหลายของประชากรทั้งคนในพื้นที่ตั้งแต่กำเนิดและมีการย้ายถิ่นฐานมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือมาอาศัยอยู่ในพื้นที่เพื่อมาประกอบอาชีพด้านเกษตรกรรม การค้าขาย การสร้างครอบครัว หรือการย้ายถิ่นฐานด้วยเหตุผลอื่น ซึ่งความหลากหลายนี้ก่อให้เกิดความแปรผันของทรัพยากรที่มีในท้องถิ่นและรูปแบบการบริโภคอาหารตามลักษณะเฉพาะและทรัพยากรของพื้นที่อยู่อาศัย

**คำสำคัญ:** พฤติกรรมการบริโภค, อาหาร, ตำบลพัฒนานคร, จังหวัดสระแก้ว

<sup>1</sup> อาจารย์ ดร., วิทยาลัยโพธิวิชชาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>1</sup> Lecturer Dr., College of Creative Agriculture for Society, Srinakharinwirot University

<sup>2</sup> นิสิต, วิทยาลัยโพธิวิชชาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>2</sup> Student, College of Creative Agriculture for Society, Srinakharinwirot University

<sup>3</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร., สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

<sup>3</sup> Assistant Professor Dr., Educational and Psychological Test Bureau, Srinakharinwirot University

\* ผู้ประสานงานนิพนธ์ e-mail: supichettong@gmail.com

## Abstract

The purpose of this study is to investigate the food consumption behavior of people in the Watthananakhon Sub-district, Watthananakhon District, Sa Kaeo Province. The research uses a qualitative approach, specifically employing the concept of phenomenological approach to explore the phenomena and experiences of individuals in the specified regions by means of in-depth interviews. The main samples consisted of 15 people who have lived in the Watthananakhon Sub-district for more than 10 years and are aged 55 and over. The study revealed that the area is characterized by a unique blend of urban and rural elements, providing access to natural raw materials and general market purchases for cooking. Consequently, people in the area have a diverse range of options for raw materials. The prevalent taste preference in the region is for very spicy food, and the primary cooking methods involve boiling, curry preparation, frying, and steaming. Furthermore, the study revealed that settlement patterns and population health primarily influence local food consumption behavior. The population in the area exhibits diversity, with individuals residing in the region since birth as well as those who have migrated from the northeastern region for various reasons, such as pursuing careers in agriculture, farming, trading, starting a family, or relocating for other purposes. This diversity contributes to variation in local resources and food consumption patterns according to the specific characteristics and resources of the living area.

**Keywords:** Consumption behavior, Food, Watthananakhon Sub-district, Sa Kaeo province

## 1. บทนำ

อุตสาหกรรมอาหารเป็นอุตสาหกรรมที่มีบทบาทสำคัญต่อระบบเศรษฐกิจ เนื่องจากเป็นอุตสาหกรรมที่สร้างมูลค่าเพิ่มให้กับผลผลิตทางการเกษตร โดยจากรายงานสถิติของสำนักงานคณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ พบว่า ในปี พ.ศ.2557 มูลค่าการผลิตอาหารและเครื่องดื่มของไทยมีสัดส่วนร้อยละ 23 ของมูลค่าผลิตภัณฑ์มวลรวมในภาคการผลิตซึ่งมีค่าสูงที่สุดในภาคอุตสาหกรรม บทบาทของอุตสาหกรรมอาหารเปลี่ยนแปลงไปตามการพัฒนาประเทศ ประกอบกับภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์และการพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทยตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน เกิดการเปลี่ยนแปลงมิติต่าง ๆ ที่กระทบในระดับสังคมชุมชน ไปจนถึงระบบการผลิต การบริโภค ตลอดจนรูปแบบการดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่งในมิติของสังคมชนบทไทย (सानิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ

พวงประยงค์, 2562) อีกทั้งยังทำให้ชนบทไทยในยุคปัจจุบันเป็นสังคมที่มีการผสมผสานระหว่างความเป็นสังคมสมัยใหม่ (Modern Society) และการเป็นสังคมแบบดั้งเดิม (Traditional Society) แต่ยังคงไว้ในบางมิติที่แตกต่างกับสังคมเมือง (Ativanichayapong, 2014) เนื่องจากประเทศไทยมีความอุดมสมบูรณ์ในด้านทรัพยากรธรรมชาติ และคนไทยสมัยก่อนรู้จักนำพืชผักสมุนไพรที่หาได้ง่ายมาปรุงแต่งเป็นเมนูอาหารรับประทานภายในครอบครัว ส่งผลให้วิถีการใช้ชีวิตของคนไทยสอดคล้องกับวิถีความเปลี่ยนแปลงธรรมชาติ โดยที่อาหารจะมีความสัมพันธ์ต่อวิถีชีวิต ความเป็นอยู่ของประชาชนในท้องถิ่น ซึ่งอาหารท้องถิ่นในประเทศไทยนั้น มีความหลากหลายและมีรสชาติที่แตกต่างกันไปในแต่ละพื้นที่ แต่ด้วยความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านเศรษฐกิจ ธรรมชาติ และสิ่งแวดล้อม ส่งผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงด้านอาหารและโภชนาการ ตลอดจนการดำเนินชีวิตของประชากรอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำให้การบริโภคอาหารเปลี่ยนแปลงตามความสามารถในการเข้าถึงอาหาร (วสุนธรา รตโนภาส และตรรกพร สุขเกษม, 2565)

จังหวัดสระแก้วซึ่งตั้งอยู่ทางตะวันออกของประเทศไทย มีชื่อเสียงในด้านอาหารท้องถิ่นที่มีเอกลักษณ์และมีรสชาติดี อาหารท้องถิ่นในจังหวัดสระแก้วจะมีการผสมผสานที่ลงตัวระหว่างอิทธิพลของไทยและกัมพูชา ส่งผลให้ลักษณะของอาหารท้องถิ่นในจังหวัดสระแก้วมีรสเผ็ดและรสชาติจัดจ้าน อาหารสระแก้วมีชื่อเสียงในด้านรสชาติที่จัดจ้านและเผ็ดร้อน พริก กระเทียม และสมุนไพรมักใช้ปรุงอาหารที่เผ็ดร้อนแต่ในปัจจุบันเนื่องจากมีอิทธิพลของชาติต่าง ๆ ได้เผยแพร่เข้ามาทำให้พฤติกรรมทางเลือกรับประทานของคนในท้องถิ่นเปลี่ยนไป โดยเฉพาะกลุ่มวัยรุ่นที่ได้มีการรับวัฒนธรรมจากชาติอื่นเข้ามาซึ่งส่งผลเป็นอย่างมากในการเลือกรับประทานไม่ว่าจะเป็นอาหารฟาสต์ฟู้ดหรืออาหารกระแสนิยมต่าง ๆ เมื่อเกิดพฤติกรรมดังกล่าวขึ้นย่อมส่งผลต่อการเลือกรับประทานอาหารท้องถิ่นดั้งเดิม (ฐิติมา มีข้าง และคณะ, 2562)

การบริโภคอาหารยังเป็นประเด็นสำคัญด้านความยั่งยืน เนื่องจากมีผลกระทบต่อสุขภาพส่วนบุคคลและประชาชน ตลอดจนทรัพยากรธรรมชาติ Sala et al. (2017) ซึ่งชี้ให้เห็นว่าห่วงโซ่อุปทานอาหารมีความเกี่ยวข้องกับผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อมและเศรษฐกิจสังคมรวมทั้งยังเป็นผลมาจากความต้องการของผู้บริโภคที่เพิ่มขึ้นและการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการบริโภค สอดคล้องกับแนวคิดที่ว่ารูปแบบการผลิตอาหารที่สะอาด ปลอดภัย เกี่ยวข้องกับการบริโภคอาหารที่ยั่งยืนด้วย ความชอบด้านอาหาร และพฤติกรรมมารับประทานนั้นเปลี่ยนแปลงได้ยาก เนื่องจากเป็นส่วนสำคัญของวิถีชีวิตของผู้คนและสภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรม (Vermeir et al., 2020)

การบริโภคอาหารที่ยั่งยืนด้านสิ่งแวดล้อม สามารถกำหนดได้ว่าเป็นการใช้ผลิตภัณฑ์อาหาร ตอบสนองต่อความต้องการขั้นพื้นฐาน และนำมาซึ่งคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นด้วย แต่ในปัจจุบันกลับพบว่าทุกกลุ่มอายุ การเลือกรับประทานอาหารเพื่อการบริโภคนั้น อาจขึ้นอยู่กับความชอบเป็นส่วนใหญ่ แต่เนื่องจากประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว ยังคงเป็นอำเภอที่มีความหลากหลายในชาติพันธุ์ ทำให้มีวัฒนธรรมด้านอาหารประเพณีที่หลากหลายยังคงอยู่ จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจศึกษาอาหารที่ประชาชนบริโภค เพื่อนำ

ข้อมูลไปใช้เป็นข้อมูลพื้นฐาน ในการกำหนดแนวทางเกี่ยวกับปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องในการส่งผลถึงพฤติกรรมการรับประทานอาหารของประชาชนในพื้นที่ต่อไป

## 2. วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาวัฒนธรรมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว

## 3. ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยเรื่อง การศึกษาวัฒนธรรมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ด้วยวิธีปรากฏการณ์วิทยา (Phenomenological Approach) ศึกษาปรากฏการณ์และประสบการณ์ของประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-Depth Interview) ใช้แนวทางการสัมภาษณ์ (Interview guide approach) (จำเนียร จวงตระกูล และคณะ, 2564) เป็นการเก็บรวบรวมข้อมูลและค้นหาคำตอบ มีวิธีการวิจัย ดังนี้

3.1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key information) โดยใช้แบบแผนการเลือกประชาชนที่อาศัยในพื้นที่ตำบลวัฒนานครเกิน 10 ปี และมีอายุตั้งแต่ 55 ปีขึ้นไป จำนวน 15 คน ตามแนวทางของ Schnittker, Marshall, Horberry & Young (2018) ที่ระบุว่าจำนวนผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษาสัมภาษณ์เชิงลึก ที่สามารถทำได้ข้อมูลที่เพียงพอในการเข้าถึงความอิมตัวของข้อมูลควรใช้ผู้ให้ข้อมูลหลักตั้งแต่ 6 คนขึ้นไป

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ 1) ตัวผู้วิจัย 2) แนวข้อคำถามแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) ที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน 3) เครื่องบันทึกเสียง สมุดจดบันทึก และปากกา

3.3 การสังเกตและจดบันทึก ผู้วิจัยได้เข้าไปศึกษาข้อมูลด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมเพื่อกระตุ้นผู้ให้ข้อมูลหลักร่วมอภิปราย แสดงความคิดเห็น ถ่ายทอดประสบการณ์ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยได้รับอนุญาตให้บันทึกเสียง

3.4 การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของการวิจัย ด้วยวิธีสามเส้าด้านข้อมูล (Data Triangulation) โดยการตรวจสอบแหล่งข้อมูลและแหล่งที่มาเพื่อนำมาพิจารณาในการตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล ได้แก่ แหล่งเวลา แหล่งสถานที่ และตรวจสอบสามเส้าด้านวิธีรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) เพื่อรวบรวมข้อมูลโดยใช้วิธีสังเกตการณ์แบบไม่มีส่วนร่วม (Non-participant Observation) ควบคู่ไปกับการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) (สุภางค์ จันทวานิช, 2559)

3.5 การวิเคราะห์ข้อมูล ใช้วิธีการถอดการบันทึกเสียงของการสัมภาษณ์จากเครื่องมือบันทึกเสียงด้วยการถอดความด้วยวิธีการแบบคำต่อคำ (Verbatim) และจัดเป็นหมวดหมู่และหาแก่นของเนื้อหาเพื่อทำความเข้าใจความสัมพันธ์ รวมทั้งหาประเด็นในการ

สรุปผล โดยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และการสังเกตแบบมีส่วนร่วมมาเรียบเรียงแล้วทำการอธิบายและสร้างบทสรุป

#### 4. ผลการวิจัย

จากการศึกษาเกี่ยวกับวัฒนธรรมและพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้วพบว่า ในพื้นที่ตำบลวัฒนานครเป็นพื้นที่ที่เป็นทั้งสังคมเมือง ในขณะที่เดียวกัน ยังมีบทบาทเป็นสังคมชนบทที่ทำให้ทรัพยากรในพื้นที่ที่มีความหลากหลายวัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหารสามารถหาได้ในธรรมชาติและหาซื้อได้ตามตลาดทั่วไปทำให้คนในพื้นที่ตำบลวัฒนานครมีตัวเลือกในการใช้วัตถุดิบที่หลากหลายโดยประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานครนิยมบริโภคอาหารที่เป็นอาหารคาวเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งอาหารหวานมักจะนิยมทำใช้การประกอบพิธีในศาสนาเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งรสชาติของอาหารที่นิยมในพื้นที่เป็นรสชาติเผ็ดจัดจ้าน และมีการนำวัตถุดิบมาประกอบอาหารด้วยการปรุงสุกด้วยการต้ม แกง ทอด และนึ่ง เป็นหลัก สามารถแบ่งประเภทของชนิดอาหารได้ดังนี้

##### 4.1 ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ประเภทข้าว จากการสัมภาษณ์พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “ปกติจะกินข้าวเจ้า เพราะที่บ้านปลูกข้าวกินเอง (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2566)” “ข้าวนี้อินได้ทั้งสองอย่างทั้งข้าวเจ้า ข้าวเหนียว แต่ปกติจะกินข้าวเจ้าเป็นส่วนใหญ่ (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2, 2566)” “ส่วนใหญ่คนที่นี้เขาจะกินข้าวเจ้ากัน ข้าวเหนียวนาน ๆ กินที เพราะส่วนใหญ่ที่นี้ปลูกข้าวเจ้ากัน (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3, 2566)” จากการศึกษาประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานครจะคำนึงถึงการบริโภคอาหารในชีวิตประจำวันเป็นส่วนมากอีกทั้งในพื้นที่ยังมีการทำนาปลูกข้าวเพื่อนำมาบริโภคเป็นส่วนใหญ่ โดยข้าวที่ประชาชนในพื้นที่นิยมรับประทานจะเป็นข้าวขาว เนื่องจากเป็นข้าวที่มาจากการทำนาของพื้นที่ตนเอง ส่วนข้าวเหนียวมีการบริโภคนาน ๆ ครั้ง เพราะคำนึงถึงผลกระทบที่จะเกิดกับสุขภาพหรือชีวิตประจำวัน อาจกล่าวได้ว่าข้าวเหนียวจะนำมาใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร เช่น หมกปลา โดยจะเอาข้าวเหนียวมาคั่วและนำมาบดให้ละเอียดและนำมาใส่ในหมกปลาให้มีความเหนียวขึ้น โดยเขาจะเรียกว่าข้าวเป็อ แต่ในปัจจุบันจะเปลี่ยนเป็นแป้งมันแทนข้าวเป็อเพราะมีความละเอียดมากกว่าข้าวเป็อ

ประเภทกับข้าว จากการสัมภาษณ์พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “ผักที่กินส่วนใหญ่ก็เป็นพวกแตง มะเขือพวง ถั่วฝักยาวอะไรอย่างนี้แหละ เพราะที่บ้านปลูกเอง ส่วนใหญ่ก็เป็นผักสวนครัวอย่างหน่อไม้ปลั๊กเอง คนแถวนี้เขาจะไม่ค่อยซื้อผักกัน เขาจะปลูกเองกัน มากกว่ายกเว้นคนในเมืองที่เขาไม่มีที่เขาก็ต้องมาซื้อกินที่ตลาด (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2566)” “เมนูที่ต้องกินทุกวันแบบขาดไม่ได้เลยก็คือพวกแก้ว ผักอะไรอย่างนั้นแหละที่ต้องกิน ผักที่กินบางครั้งก็จะซื้อมังหรือไม้ก็เก็บเอาตามรั้ว ผักที่กินก็เป็นผักคะน้า ส่วนผักที่เก็บริมรั้วคือผักกระถิน ผักบุ้งก็เป็นผักบุ้งนา (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2, 2566)” “ลุงก็ทานได้ทุกอย่าง ต้ม ผัด แกง ทอด แต่ไม่ชอบของมัน พวกกะทินี่ไม่ชอบ อย่างแกงกะทินี่ไม่ชอบ (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3, 2566)”

โดยกับข้าวที่ประชาชนในพื้นที่บริโศกเป็นหลักในชีวิตประจำวันเป็นแกงที่มีส่วนผสมของผักพื้นบ้านที่สามารถหาได้ตามบริเวณที่พืกกอาศัยและตามธรรมชาติ เช่น ชะอม พืกกทอง มะเขือ เป็นต้น สำหรับอาหารประเภทเป็นกับข้าวที่บริโศกเป็นหลักจะเป็นแกงที่ไม่มีส่วนผสมของกะทิเป็นส่วนประกอบ เช่น แกงอ่อม แกงป่า แกงเปรอะ หมกปลา ปลาเน็งสมุนไพโร ปลาอย่าง ปลาดำ น้ำพริกแจ่วบอง น้ำพริกปลาป่น เป็นต้น

ประเภทของหวาน จากการสัมภาษณ์พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “อาหารที่เขากำกันช่วงประเพณีมันจะมีช่วงสารทไทย-สารทลาวมันจะมีขนมกระยาสารท ขนมดัมที่เขากำกันนั้นไม่ได้ทำตามช่วงประเพณีตามตลาดก็ซื้อได้ทุกช่วงแต่กระยาสารทมันจะมีช่วงทำของเขา (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2566)” โดยของหวานในพื้นที่มักทำขึ้นมาเพื่อใช้ในการประกอบพิธีทางศาสนา การทำกับข้าวไปถวายพระสงฆ์ในวันพระ มีทั้งรายการของหวาน ของคาว ที่นำไปถวายที่วัด เช่น ทองหยิบ ทองหยอด เป็นต้น เนื่องจากเป็นขนมหวานที่สามารถหาซื้อได้ตามตลาดทั่วไป

ประเภทของคาว ได้แก่ อาหารประเภทแกง เป็นอาหารประเภทน้ำที่มีส่วนผสมหลักเป็นน้ำหรือกะทิที่มีปริมาณใกล้เคียงกับวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร และจะมีเครื่องเทศเป็นส่วนผสมทำให้เกิดรสชาติตามความชอบของผู้บริโภค จากการสัมภาษณ์พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “ส่วนใหญ่เป็นแกงธรรมดา เช่น แกงกะทิใส่ไก่ แกงเผ็ดไก่ หรือปลา (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1-2, 2566)” “บางบ้านจะรับประทานแกงกะทิใส่ไก่ แกงเขียวหวาน แต่จะรับประทานต้มจืดเต้าหู้ (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3, 2566)” “กับข้าวส่วนใหญ่จะรับประทานแกงหน่อไม้แบบอีสาน แกงแตงอ่อนใส่ไก่ แกงคั่วปลาใส่ไก่โดยจะเป็นไก่บ้าน แกงอ่อม (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4, 2566)” และจากการสัมภาษณ์พบว่าอาหารประเภทคาวที่รับประทานคือ อาหารประเภทน้ำ เครื่องจิ้ม และจะรับประทานคู่กับผัก “เมนูที่ต้องรับประทานทุกวันแทบจะขาดไม่ได้เลยคือแจ่วและผัก ผักที่รับประทานจะมาจากริมรั้ว เช่น ผักกระถิน ผักบุ้ง เป็นต้น แจ่วที่รับประทานจะเป็นแจ่วปลาร้า แจ่วน้ำปลา แจ่วพริก (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1-3, 2566)”

ประเภทผัก ผักที่ประชาชนในพื้นที่นิยมบริโภคจะเป็นผักพื้นบ้านที่ปลูกในพื้นที่ของตนเองและหาซื้อได้ตามตลาดหรือตามธรรมชาติทั่วไป เช่น แตงกวา ดอกโสน ดอกกระถิน ขี้เหล็ก มะเขือพวง พืกก ตำลึง ผักบุ้ง บวบ เป็นต้น (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1-3, 2566)

อาจกล่าวได้ว่าอาหารที่ได้รับความนิยมสามารถพบเห็นได้ทั่วไป เป็นอาหารที่คนในท้องถิ่นนิยมรับประทานสืบเนื่องกันมาเป็นเวลานาน และอาหารที่มีลักษณะตามท้องถิ่นที่หาพบได้ วัตถุดิบในพื้นที่ถิ่นเข้ามาเป็นส่วนประกอบในการปรุงอาหาร เช่นเดียวกับกับอาหารประเภทต้ม ส่วนใหญ่เป็นแกงเลี้ยงที่นำวัตถุดิบที่เป็น พืช และผักต่าง ๆ ที่แตกต่างกันตามฤดูกาลมาปรุงเป็นอาหาร

#### 4.2 ชนิดอาหารท้องถิ่นในพื้นที่วัฒนธรรมที่มีในช่วงประเพณี วัฒนธรรมการบริโภค

ประเพณีบุญข้าวสาก และประเพณีบุญประดับดินหรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่าสารทลาว จัดขึ้นช่วงประมาณเดือน 9 เดือน 10 เป็นประเพณีที่สำคัญในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร เป็นประเพณีสำคัญที่สร้างขึ้นเพื่อทำความเคารพ อุทิศบุญส่วนกุศลให้กับบรรพบุรุษที่ล่วงลับไปแล้ว และสัมภเวสี นับว่าเป็นประเพณีที่มีการทำตั้งแต่สมัยบรรพบุรุษ และถ่ายทอดต่อกันมาจนถึงปัจจุบัน โดยอาหารและของที่ใช้ในการทำพิธีมีความคล้ายคลึงกันในการบริโภค แต่การประกอบพิธีมีความแตกต่างกันบางอย่าง โดยอาหารที่เป็นของคาวที่ใช้ในการประกอบพิธีจะเป็นอาหารที่รับประทานประจำวันทั่วไป เช่น ข้าวเจ้า แกงอ่อม แกงไก่ แกงจืดเต้าหู้หมูสับ เป็นต้น ส่วนของหวานที่ขาดไม่ได้ในช่วงประเพณี คือ ขนมกระยาสารท และขนมต้ม จากการสัมภาษณ์ พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “อย่างในช่วงมีประเพณีมีขนมกระยาสารทที่ขาดไม่ได้ แต่กับข้าวที่เอาไปวัดส่วนใหญ่ก็เป็นแกงธรรมดา ๆ ทั่วไปที่ตามตลาดทั่วไป อย่างเช่น แกงกะทิ อย่างแกงไก่ (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2566)” “ส่วนประเพณีที่นี้จะไม่เยอะเท่าฝั่งภาคอีสานจะมีทั้งสงกรานต์ ประเพณีบุญบังไฟ ส่วนที่นี้จะประเพณีบุญข้าวสาก ช่วงเดือน 9 เดือน 10 ประเพณีบุญประดับดินที่เขียงทำกันอยู่ ส่วนเวลามีงานร่วมกันตอนนี้เขาไม่ค่อยมีการทำอาหารร่วมกัน ต่างคนต่างทำของตัวเอง (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2, 2566)” “อย่างขนมที่ต้องใช้ตอนประเพณีอย่างกระยาสารท (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3, 2566)” และมีหมาก 1 คำ บุหรี่ 1 มวน เมี่ยง 1 คำ สำหรับการทำพิธี อาจมีความแตกต่างกัน คือ ประเพณีบุญประดับดินมีการจัดทำพิธีขึ้นในช่วงสิงหาคมเป็นการทำบุญให้กับผู้ล่วงลับและสัมภเวสี แต่บุญข้าวสากมีการทำพิธีขึ้นในช่วงเดือนกันยายนเป็นการทำบุญให้กับผู้ล่วงลับ โดยมีการระบุชื่อเจาะจงและเป็นประเพณีที่สำคัญของทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือที่มีการสืบทอดประเพณีต่อกันจากรุ่นสู่รุ่น

#### 4.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นในพื้นที่

ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นในพื้นที่ของประชาชนในพื้นที่จะเป็นการตั้งถิ่นฐานและสุขภาพของประชากร จากการสัมภาษณ์พบประเด็นที่สอดคล้อง คือ “แถวนี้ไม่ค่อยมีอาหารที่หากินยากอย่างหอย ปู ปลา ยังหากินได้อยู่เพราะที่วัฒนานครยังอุดมสมบูรณ์มีทุกอย่าง (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1, 2566)” “อย่างกับข้าวยังพอมิให้หากิน มันมีคลองมีอะไร เขาก็หาปลา หาหอย หากุ้ง หากินได้ตามสบาย (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2, 2566)” “อาหารที่หากินยากก็จะมีผ้าน้ำที่ไม่ค่อยมีทั่วไปแต่ก็มีคนนำมาขายที่ตลาดแต่ก็ไม่ได้กินบ่อยเท่าไร (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3, 2566)” “ตอนนี้มันก็ไม่เหมือนแต่ก่อนแล้ว แต่ก่อนหากินได้ตามธรรมชาติตามนา สมัยนี้เราต้องซื้อแทน มันก็จะต่างกับเมื่อก่อน อย่างเทา ไข่ผ่า เมื่อก่อนมีเยอะเดี๋ยวนี้ไม่มีแหละ (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4, 2566)” “มีหมอลูกก็ไม่ให้กินเค็ม ไม่ให้กินเผ็ด เขาให้กินจืดอย่างเดียว เราก็กินไม่ได้ ไม่เค็มสักหน่อยเราก็กินกลิ่นไม่ลงเหมือนกัน แต่หมอก็กินมาว่าไม่ให้กินมันกินไม่ได้เราก็กิน (ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5, 2566)” เนื่องจากตำบลวัฒนานครมีความ

หลากหลายของประชากรที่มีทั้งคนในพื้นที่ตั้งแต่กำเนิดและมีการย้ายถิ่นฐานมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือมาอาศัยอยู่ในพื้นที่เพื่อมาประกอบอาชีพทำสวน ไร่ นา หรือค้าขาย รวมถึงการย้ายถิ่นฐานเพื่อมาสร้างครอบครัว ทำให้ทรัพยากรที่มีอยู่ในพื้นที่และการบริโภคอาหารมีความเปลี่ยนแปลงไปตามพื้นที่และทรัพยากร เช่น อาหารที่สามารถหารับประทานได้ในภูมิลาเนาเดิม อาทิ ผ่าหรือเหาที่หารับประทานได้ในพื้นที่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ แต่ในพื้นที่ตำบลวัฒนานครอาจหาทานยากในปัจจุบัน เนื่องจากทรัพยากรในพื้นที่ไม่เอื้ออำนวยต่อการเกิด เนื่องจากพื้นที่ของคนที่ในพื้นที่ เป็นคนไทยในภาคตะวันออกเฉียงเหนือเป็นส่วนใหญ่ ทำให้ในอดีตอาหารที่นิยมบริโภคจะเป็นอาหารประเภทสุก ๆ ดิบ ๆ จากปลาร้า แต่เดิมมีการบริโภคทั้งที่ยังไม่ได้มีการต้มสุกแต่ปัจจุบันส่วนใหญ่จะมีการนำมาปรุงสุกหรือจะใช้ปลาร้าที่มีการขายทั่วไปที่มีการต้มสุกและบรรจุใส่ขวดที่มีความสะอาดปลอดภัยนำมาใช้ปรุงอาหารหรือรับประทาน รวมทั้งมีการบริโภคแตกต่างจากทางภาคตะวันออกเฉียงเหนือ คือ นิยมบริโภคข้าวเจ้าเป็นหลักมากกว่าข้าวเหนียว และมีการบริโภคอาหารประเภทแกงที่ได้รับอิทธิพลมาจากทางภาคกลาง เช่น แกงไก่ แกงพะเนียง แกงจืดเต้าหู้หมูสับ เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นอาหารที่เป็นที่นิยมบริโภคในกลุ่มคนยุคปัจจุบันอย่างกลุ่มวัยรุ่น และกลุ่มวัยทำงาน การดำเนินชีวิตในยุคปัจจุบันทำให้การบริโภคอาหารท้องถิ่นมีการเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากวัยรุ่นส่วนใหญ่ในพื้นที่มีการบริโภคอาหารที่สามารถหารับประทานได้ง่ายและสะดวกรวดเร็วตามร้านสะดวกซื้อหรือร้านอาหารทั่วไป เช่น อาหารแช่แข็ง อาหารตามสั่ง เป็นต้น และในปัจจุบันประชาชนมีการดูแลสุขภาพมากยิ่งขึ้น เนื่องจากประชาชนมีโรคประจำตัว เช่น โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง โรคไขมันในเลือดสูง เป็นต้น ซึ่งการบริโภคอาหารนั้นมีผลต่อสุขภาพของคนในพื้นที่เป็นอย่างมาก ทำให้การบริโภคอาหารมีการปรับเปลี่ยนและควบคุมการบริโภคตามความเหมาะสม ทำให้อาหารที่นิยมบริโภคเป็นอาหารประเภทต้ม แกง นึ่ง ในปัจจุบันได้มีเจ้าหน้าที่หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทำการเข้ามาตรวจคัดกรองเรื่องสุขภาพให้กับคนในพื้นที่ตำบลวัฒนานครและแนะนำหรืออบรมเกี่ยวกับการรับประทานอาหารและการดูแลตนเองให้กับคนในพื้นที่อย่างสม่ำเสมอ

## 5. อภิปรายผล

จากผลการวิจัยวัฒนธรรมและพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว ผู้วิจัยได้ประมวลองค์ความรู้ที่ได้รับ ดังนี้

1) จากผลการวิจัยชนิดอาหารท้องถิ่นในพื้นที่วัฒนานคร พบว่า ส่วนใหญ่นิยมบริโภคปลา และนิยมนำปลามาแปรรูปหรือถนอมอาหารเพื่อยืดอายุการบริโภค รองลงมาเป็นเนื้อไก่ และหมูตามลำดับ สำหรับความนิยมอาหารประเภทต้ม และนึ่ง หรืออย่าง ไม่นิยมอาหารประเภททอดมากนัก อาจเป็นเพราะอาหารประเภททอดจะต้องใช้น้ำมัน ซึ่งราคาค่อนข้างสูง เมื่อเทียบกับรายได้ของคนในพื้นที่ดังกล่าว อาหารที่สามารถประหยัดต้นทุนทางด้านวัตถุดิบจึงเป็นที่นิยมมากกว่า สอดคล้องกับงานวิจัยของกนกวรรณ สาโรจน์วงศ์ (2560) พบว่าวัตถุดิบที่ใช้ในการปรุงอาหารด้วยวัตถุดิบที่มีในท้องถิ่นทั้งพืชและเนื้อสัตว์ตามธรรมชาติหรือชุมชนผลิตขึ้นที่นำมาปรุงอาหารในชีวิตประจำวัน วัตถุดิบบางชนิดมีเฉพาะในท้องถิ่นนั้น ๆ เช่น ผักเชียงดา

มีในภาคเหนือ ใบเหลียงเป็นพืชที่มีในภาคใต้ เป็นต้น และความเคยชินในการบริโภคอาหารท้องถิ่นที่รับประทานเป็นประจำตั้งแต่เยาว์วัย เนื่องจากสมัยก่อนเป็นอาหารท้องถิ่นที่หาได้ตามท้องถิ่นเท่านั้น และไม่มีอาหารจานด่วนให้เลือกรับประทานตั้งแต่ต้น มีเพียงแต่อาหารท้องถิ่นจนคุ้นชินตลอดมา

2) จากผลการวิจัยพฤติกรรมกรรมการเลือกรับประทานอาหารของประชาชนในตำบลวัฒนานคร อำเภอวัฒนานคร จังหวัดสระแก้ว พบว่าการรับประทานอาหารที่ปรุงเองภายในครอบครัว แม้แต่วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารปลูกเองโดยซื้ออาหารจากร้านอาหารปรุงสำเร็จเป็นครั้งคราว สอดคล้องกับงานวิจัยของ ผกาวัต ภูจันทร์ และโสรัจวรรณ อินเขต (2559) พบว่า อาหารพื้นถิ่นเมืองพิษณุโลกที่ได้รับความนิยมส่วนใหญ่เป็นอาหารที่ได้จากการนำวัตถุดิบที่หาภายในท้องถิ่น และมีเทคนิคการปรุงอาหารให้อร่อยตามภูมิปัญญาท้องถิ่น และสอดคล้องกับงานวิจัยของ กติกา กลิ่นจันทร์แดง และศิริเพ็ญ ตาบเพชร (2564) พบว่า อัตลักษณ์ของอาหารท้องถิ่นเกิดจากสภาพแวดล้อม และภูมิประเทศที่มีผลต่อวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหาร และรสสัมผัสของอาหาร

3) จากผลการวิจัยพบว่า พื้นที่ที่มีผู้คนจำนวนมากมาจากสถานที่ต่าง ๆ แต่ในขณะเดียวกันประชาชนในพื้นที่ย้ายถิ่นฐานมาจากทางภาคกลางและภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีการตั้งถิ่นฐาน ทำให้วัฒนธรรมการบริโภคอาหารมีความแตกต่างกันไป โดยเน้นการบริโภคอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เช่น ส้มตำ ไก่ย่าง ข้าวเหนียว เป็นต้น หรืออาจเป็นอาหารพื้นถิ่น และอาหารที่ได้รับอิทธิพลมาจากภาคกลาง อาทิ ต้มจืด หรือแกงที่มีการปรุงด้วยกะทิ ซึ่งเป็นวัตถุดิบที่หาได้ง่ายตามท้องถิ่น และรับประทานอาหารที่ปรุงเองภายในครอบครัว ไม่ชอบความยุ่งยาก แม้แต่วัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารก็จะปลูกเองเป็นส่วนใหญ่ จะซื้อจากร้านอาหารปรุงสำเร็จเป็นครั้งคราว นิยมบริโภคปลาเป็นวัตถุดิบหลัก ไม่ว่าจะเป็นปลานึ่งกับผัก ปลาป่นโดยใช้ปลาดุก ปลานิล ปลาช่อน ในการปรุง หรือแม้แต่ปลาร้าสับ แต่บางส่วนก็ไม่นิยมอาหารดิบมากนักเพราะมีความรู้เรื่องโทษของการบริโภคอาหารดิบ ผู้สูงวัยในพื้นที่มักมีการบริโภคคล้ายภาคอีสาน แต่จะปรุงรสอ่อนสำหรับสมาชิกในครัวเรือนที่มีลูกหลานอยู่อาศัยด้วย สอดคล้องกับงานวิจัยของ จีรนุช เกลี้ยงสงค์ (2562) พบว่า ผู้บริโภคส่วนใหญ่ประกอบอาหารรับประทานเองที่บ้าน เนื่องมาจากรสชาติที่สามารถปรุงได้เอง ปลอดภัยต่อสุขภาพ และที่สำคัญราคาถูกกว่ารับประทานนอกบ้าน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ฉวีวรรณ สุวรรณภา และคณะ (2560) พบว่า การดูแลสุขภาพของตนเองด้วยอาหาร นอกจากช่วยป้องกันการเกิดโรคต่าง ๆ แล้วยังช่วยประหยัดและสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีให้กับชุมชน มีการส่งเสริมให้มีการปลูกผักริมรั้วเพื่อนำมาประกอบเป็นอาหาร มีคุณค่าทางโภชนาการ ให้กากใยอาหารช่วยดูดซับไขมัน เข้าสู่ร่างกายน้อยลงจึงทำให้ลดระดับไขมันในเลือดได้ด้วย ใยอาหารช่วยขับถ่ายไม่ให้อุจจาระแข็ง ช่วยให้การเคลื่อนไหวของลำไส้ดีขึ้นตามไปด้วย อีกทั้งยังป้องกันไม่ให้เกิดโรคริดสีดวงทวาร ท้องผูกเรื้อรัง นับว่าเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เกิดมะเร็งลำไส้ใหญ่

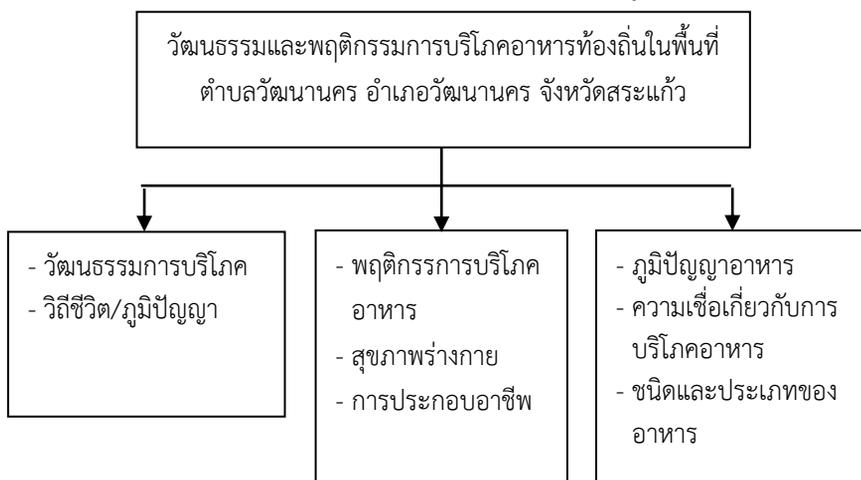
## 6. องค์ความรู้ใหม่

การบริโภคอาหารของประชาชนในพื้นที่ที่มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ทักษะคิดต่อการบริโภคอาหาร การรับรู้ข่าวสารด้านดูแลภาวะโภชนาการ และมีปัจจัยต่าง ๆ ที่เอื้อต่อการบริโภคอาหาร เนื่องจากประชากรมีการประกอบอาหารที่ปรุงสุก และรับประทานอาหารที่ทำจากเนื้อปลาเป็นส่วนใหญ่ เพราะปลาจัดได้ว่าเป็นแหล่งอาหารโปรตีนชั้นเยี่ยม สามารถย่อยได้ง่าย เพราะเมื่อระบบย่อยทำงานไม่หนัก ทำให้ย่อยอาหารได้เร็วขึ้น และดูดซึมสารอาหารนำไปใช้งานได้ดีขึ้น ช่วยในการซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ และช่วยเสริมสร้างให้ร่างกายมีการพัฒนาด้านต่าง ๆ ที่ดี

อาหารพื้นถิ่นจึงไม่ใช่เป็นอาหารที่รับประทานเพื่อประทังชีวิต แต่เป็นยารักษาโรค และสร้างเสริมสุขภาพ ตลอดจนมีบทบาทหน้าที่ทางสังคม วัฒนธรรม จึงเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ที่อุดมไปด้วยความเชื่อ ความรู้ ทักษะ และเทคนิควิธีการในการปรุงแต่ง จัดการ และประยุกต์เพื่อตอบสนองทั้งทางกาย ทางใจ ทางสังคม และทางจิตวิญญาณ

## 7. สรุป

จากการศึกษาพบว่า สังคมเมืองและสังคมชนบท มีวัตถุดิบที่สามารถนำมาประกอบอาหาร สามารถหาได้ในธรรมชาติและหาซื้อได้ตามตลาดทั่วไป รวมทั้งมีตัวเลือกในการใช้วัตถุดิบที่หลากหลาย รสชาติของอาหารที่นิยมในพื้นที่เป็นรสชาติเผ็ดจัดจ้าน และมีการนำวัตถุดิบมาประกอบอาหารด้วยการปรุงสุกผ่านการ ต้ม แกง ทอด และ นึ่ง เป็นปัจจัยหลักที่มีการส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารท้องถิ่นของประชาชนในพื้นที่ ในขณะที่วัฒนธรรมเป็นการตั้งถิ่นฐานและสุขภาพของประชากร เพราะมีความหลากหลายของประชากรทั้งคนในพื้นที่ตั้งแต่กำเนิดและมีการย้ายถิ่นฐานมาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือมาอาศัยอยู่ในพื้นที่เพื่อมาประกอบอาชีพ รวมถึงการย้ายถิ่นฐานเพื่อมาสร้างครอบครัว ทำให้ทรัพยากรที่มีอยู่ในพื้นที่และการบริโภคอาหารมีความเปลี่ยนแปลงไปตามพื้นที่และทรัพยากรที่มีอยู่ตามภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบที่ได้จากการผลการวิจัย

## 8. ข้อเสนอแนะ

### 8.1 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ควรมีการถ่ายทอดองค์ความรู้ด้านอาหารของคนในท้องถิ่นในช่วงประเพณีไปสู่คนรุ่นใหม่อย่างต่อเนื่องภายใต้กิจกรรมที่สอดคล้องกับพฤติกรรมของคนรุ่นใหม่
2. ควรส่งเสริมให้มีการประชาสัมพันธ์อาหารพื้นเมืองในช่วงประเพณีเพื่อให้เกิดการสนับสนุนการท่องเที่ยวท้องถิ่น โดยใช้สื่อออนไลน์เป็นเครื่องมือในการสื่อสารและเผยแพร่
3. ควรจัดกิจกรรมกระตุ้นให้คนในชุมชนและพื้นที่ใกล้เคียงเห็นถึงความเป็นอัตลักษณ์ของอาหารในชุมชนและสนับสนุนอาหารให้เป็นที่รู้จักของบุคคลทั่วไปผ่านหน่วยงานปกครองส่วนท้องถิ่น

### 8.2 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาถึงคุณค่าทางโภชนาการของสำหรับอาหารพื้นถิ่น เพื่อยกระดับให้เป็นอาหารพื้นถิ่นเพื่อสุขภาพด้วยการนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้เป็นประโยชน์ในชีวิตประจำวันของตนเองและครอบครัวในการแก้และลดปัญหาสุขภาพโภชนาการที่ประสบอยู่
2. สร้างเรื่องราวของอาหารพื้นถิ่นเพื่อสร้างการรับรู้และกระตุ้นความต้องการให้กับกลุ่มเป้าหมายทุกเพศและทุกวัย
3. ศึกษาการจัดสำหรับอาหารให้สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มลูกค้าแต่ละกลุ่ม และพัฒนาเครื่องมือทางการตลาดที่สอดคล้องกับกลุ่มเป้าหมายเหล่านั้น และหากกลุ่มเป้าหมายใหม่ ๆ เพื่อจะได้ทราบถึงความแตกต่าง

## 9. เอกสารอ้างอิง

- กตিকা กลิ่นจันทร์แดง และศิริเพ็ญ ดาบเพชร. (2564). การพัฒนาการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมอาหารด้วยอัตลักษณ์ของอาหารท้องถิ่น, *วารสารชุมชนวิจัย*, 15(3), 144-157.
- กนกวรรณ สาโรจน์วงศ์. (2560). *ความนิยมในการบริโภคอาหารท้องถิ่นของประชาชนในจังหวัดตราด* [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยราชภัฏรำไพพรรณี.
- จิรนุช เกลี้ยงสงค์. (2562). *พฤติกรรมการบริโภคปลาน้ำจืดของผู้บริโภคในอำเภอไชยา จังหวัดสุราษฎร์ธานี* [วิทยานิพนธ์มหาบัณฑิต]. มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- จำเนียร จวงตระกูล, วอนชนก ไชยสุนทร, ตระกูล จิตวัฒนากร, เทอดศักดิ์ โรจน์สุรภิตติ, สมิตา กลิ่นพงศ์ และรุจิรา ริการมย์. (2564). ทางเลือกใหม่ในการวิเคราะห์เนื้อหาเพื่อวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยเชิงคุณภาพจากข้อมูลการสนทนากลุ่มแบบออนไลน์. *สมาคมรัฐประศาสนศาสตร์แห่งประเทศไทย*, 3(6), 1-18.
- ฉวีวรรณ สุวรรณภา, อรอนงค์ วูวงศ์ และเสริมศิลป์ สุขเมธีสกุล. (2560). *อาหารพื้นบ้าน: กระบวนการจัดการเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตและจริยธรรมทางสังคมในชุมชนภาคเหนือ* [รายงานการวิจัย]. มหาวิทยาลัยมหาจุฬาลงกรณราชวิทยาลัย วิทยาเขตแพร่.

- จิตติมา มีช้าง, นัทยา ขยอมดอก และเลิศลักษณ์ ดั่งวงบาง. (2562). *ภูมิปัญญาอาหารชาติพันธุ์ลาว บ้านหันทราย อำเภอรัญประเทศ จังหวัดสระแก้ว*.  
<https://www.skcc.ac.th/project/5etsnic/Focus%20group%20%E0%B8%A5%E0%B8%B2%E0%B8%A7.pdf>
- ผกาวดี ภูจันทร์ และโสรัจวรชুম อินเกต. (2559). สำหรับอาหารพื้นถิ่นเมืองพิษณุโลก. *กระแสวิฒนธรรม*, 17(32), 3-16.
- วสุนธรา รตโนภาส และตรรกพร สุขเกษม. (2565). พฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนในเขตพื้นที่ตำบลคลองพิไกร อำเภอรานกระต่าย จังหวัดกำแพงเพชร. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 16(1), 58-65.
- सानิตย์ หนูนิล และกนกวรรณ พวงประยงค์. (2562). ปัจจัยที่มีผลต่อรูปแบบการดำเนินชีวิตของคนรุ่นใหม่ในชนบทไทย. *วารสารพัฒนาสังคม*, 21(2), 176 – 195.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2559). *วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพ*. (พิมพ์ครั้งที่ 23). สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- Ativanichayapong, N. (2014). Livelihood of People in Rural Isan: changes over the past decade. [in Thai]. *Journal of Sociology and Anthropology*, 33(2), 103-127.
- Sala, S., McLaren, S. J., Notarnicola, B., Saouter, E., & Sonesson, U. (2017). In quest of reducing the environmental impacts of food production and consumption. *Journal of cleaner production*, 140, 387-398.
- Schnittker, R., Marshall, S., Horberry, T., & Young, K. L. (2018). Human factors enablers and barriers for successful airway management—an in-depth interview study. *Anaesthesia*, 73(8), 980-989.
- Vermeir, I., Weijters, B., De Houwer, J., Geuens, M., Slabbinck, H., Spruyt, A., Van Kerchove, A., Van Lippevelde, W., De Steur, H., & Verbeke, W. (2020). Environmentally sustainable food consumption: A review and research agenda from a goal- directed perspective. *Frontiers in Psychology*, 11, 1603.