

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก**รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสอบถาม**

รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบแบบสอบถาม

- | | |
|---|--|
| 1. รองศาสตราจารย์ศิริพันธ์ จุลรังคะ | ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 2. รองศาสตราจารย์อนุกุล พลศิริ
ศึกษาศาสตร์ | ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะ
มหาวิทยาลัยรามคำแหง |
| 3. รองศาสตราจารย์ ดร.กัญจนา ลินทร์ตันศิริกุล | สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช |

ภาคผนวก ข
จดหมายขอความอนุเคราะห์



ศษ.0513.10204/

ภาควิชา คหกรรมศาสตร์
คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
50 ถ.พหลโยธิน จตุจักร กทม.10900

12 กันยายน 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม

เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. โครงร่างวิทยานิพนธ์ จำนวน 1 ชุด
2. แบบประเมินแบบสอบถาม จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางสาวจารุณี ทวีรัตน์ นิสิตปริญญาโท สาขาอาหารและโภชนาการ ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัย ให้ทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลไม้ของนิสิต นักศึกษา มหาวิทยาลัยของรัฐในเขตกรุงเทพมหานคร” ภายใต้การควบคุมของ

- | | | |
|------------------|------------|--------------------|
| 1. รศ.ดร.ทัศนีย์ | ลิมสุวรรณ | ประธานกรรมการ |
| 2. รศ.อบเชย | วงศ์ทอง | กรรมการสาขาวิชาเอก |
| 3. ดร.นฤมล | ศราธพันธุ์ | กรรมการสาขาวิชารอง |

การวิจัยครั้งนี้ คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ประจำตัวนิสิตพิจารณาแล้วเห็นว่าเพื่อให้งานวิจัยมีความสมบูรณ์การใช้เครื่องมือวิจัยที่มีประสิทธิภาพเป็นสิ่งจำเป็น และโดยที่ท่านเป็นผู้ที่มีความรู้ ความสามารถที่จะให้คำแนะนำและตรวจสอบแบบสอบถามในการศึกษาครั้งนี้ ดังนั้นภาควิชาคหกรรมศาสตร์ คณะเกษตร จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือและให้คำแนะนำ เพื่อนำไปปรับปรุงแก้ไขให้มีความถูกต้องและสมบูรณ์ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์แก่นิสิตด้วยและขอขอบพระคุณ ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์อบเชย วงศ์ทอง)
หัวหน้าภาควิชาคหกรรมศาสตร์

ภาควิชาคหกรรมศาสตร์

โทร. 0-2579-5534, 0-2942-8522

ภาคผนวก ค

หนังสือขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลประกอบวิทยานิพนธ์



ที่ ศธ.0513.10204/

ภาควิชา คหกรรมศาสตร์

คณะเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

50 ถ.พหลโยธิน จตุจักร กทม.10900

23 พฤศจิกายน 2548

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลประกอบวิทยานิพนธ์

เรียน คณบดี คณะ.....

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

ด้วยนางสาวจารุณี ทวีรัตน์ นิสิตปริญญาโท ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัย ให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลไม้ของนิสิต นักศึกษาระดับปริญญาตรี มหาวิทยาลัยราชภัฏในเขตกรุงเทพมหานคร” ภายใต้การควบคุมของ

- | | | |
|------------------|------------|--------------------|
| 1. รศ.ดร.ทัศนีย์ | ลิมสุวรรณ | ประธานกรรมการ |
| 2. รศ.อบเชย | วงศ์ทอง | กรรมการสาขาวิชาเอก |
| 3. ดร.นฤมล | ศราขพันธุ์ | กรรมการสาขาวิชารอง |

การวิจัยครั้งนี้ จะดำเนินการเก็บข้อมูลจากนักศึกษาระดับปริญญาตรี คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยนิสิตจะเป็นผู้นำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ในการนี้ภาควิชา คหกรรมศาสตร์ จึงใคร่ขออนุญาตให้นางสาวจารุณี ทวีรัตน์ ได้เก็บข้อมูลในระหว่างวันที่ 1 ธันวาคม 2548 ถึง 9 ธันวาคม 2548

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้
ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์อบเชย วงศ์ทอง)

หัวหน้าภาควิชาคหกรรมศาสตร์

ภาควิชาคหกรรมศาสตร์

โทร. 0-2579-5534, 0-2942-8522

โทรสาร. 0-2940-6687

ภาคผนวก ง
แบบสอบถาม

เรื่อง

ปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคผลไม้ของนิสิต นักศึกษามหาวิทยาลัยของรัฐ
ในเขตกรุงเทพมหานคร

ขอความร่วมมือท่านในการตอบแบบสอบถามโครงการวิจัย เพื่อประโยชน์ในการทำ
วิทยานิพนธ์ ของนิสิตปริญญาโท สาขาเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ข้อมูลทุกอย่างจะนำมาใช้ประโยชน์เพื่องานวิจัย ไม่มีการเปิดเผยชื่อผู้ตอบเป็นรายบุคคล
ผู้วิจัยหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านจะให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงมากที่สุด

แบบสอบถามฉบับนี้แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับ ความรู้ของผลไม้ทางด้านโภชนาการ

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคผลไม้

ขอขอบคุณนิสิต นักศึกษาทุกท่านที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

จารุณี ทวีรัตน์

นิสิตปริญญาโท สาขาอาหารและโภชนาการ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคล

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่าง () ที่กำหนดให้ หรือเติมข้อความลงในช่องว่างให้ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

1. เพศ

() ชาย () หญิง

2. อายุ.....ปี

3. คณะ.....ชั้นปี.....

4. ท่านได้เรียนรายวิชาเกี่ยวกับอาหารโภชนาการและสุขภาพในมหาวิทยาลัยจำนวน.....รายวิชา

5. รายได้เฉลี่ยต่อเดือน (รายได้ที่ท่านได้จากผู้ปกครองรวมถึงรายได้อื่น).....บาท / เดือน

6. การศึกษาสูงสุดของบิดา

- () ไม่ได้เรียนหนังสือหรือต่ำกว่าประถมศึกษา
- () ประถมศึกษา
- () มัธยมศึกษาตอนต้น
- () มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า เช่น ปวช.
- () อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง เช่น ปวส.
- () ปริญญาตรี
- () สูงกว่าปริญญาตรี
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

7. การศึกษาสูงสุดของมารดา

- () ไม่ได้เรียนหนังสือหรือต่ำกว่าประถมศึกษา
- () ประถมศึกษา
- () มัธยมศึกษาตอนต้น

- () มัธยมศึกษาตอนปลาย หรือเทียบเท่า เช่น ปวช.
- () อนุปริญญา หรือประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูง เช่น ปวส.
- () ปริญญาตรี
- () สูงกว่าปริญญาตรี
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

8. อาชีพของบิดา

- () ไม่ได้ประกอบอาชีพ
- () รับจ้างทั่วไป
- () ประกอบธุรกิจส่วนตัว / เจ้าของกิจการ
- () รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ
- () พนักงานบริษัท / เอกชน
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

9. อาชีพของมารดา

- () ไม่ได้ประกอบอาชีพ
- () รับจ้างทั่วไป
- () ประกอบธุรกิจส่วนตัว / เจ้าของกิจการ
- () รับราชการ / รัฐวิสาหกิจ
- () พนักงานบริษัท / เอกชน
- () อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

10. ปัจจุบันนี้ท่านพักอาศัยอยู่อย่างไร

- () พักอาศัยอยู่กับครอบครัว
- () พักอาศัยอยู่กับเพื่อน
- () พักอาศัยคนเดียว
- () อื่นๆ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้เกี่ยวกับผลไม้ทางด้านโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องด้านท้ายข้อความที่ตรงกับความคิดของท่านมากที่สุด โดยถือเกณฑ์ดังนี้

ใช่	หมายถึง	ท่านคิดว่าข้อความนั้นถูกต้อง
ไม่ใช่	หมายถึง	ท่านคิดว่าข้อความนั้นผิด
ไม่ทราบ	หมายถึง	ท่านไม่แน่ใจว่าข้อความนั้นถูกหรือผิด

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
1. ผลไม้จัดเป็นแหล่งของสารอาหารประเภทวิตามินเกลือแร่และใยอาหาร
2. ผลไม้จัดเป็นแหล่งอาหารที่ให้พลังงานน้อยมากไม่เหมาะสมนำมาบริโภคเป็นอาหารประจำวัน
3. ผลไม้มีน้ำเป็นส่วนประกอบค่อนข้างมาก การบริโภคจึงมีประโยชน์น้อย
4. ผลไม้เป็นแหล่งอาหารสำคัญ สำหรับวิตามินซี
5. ผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ทูเรียน ขนุน ลิ้นจี่ เงาะ ลำไย เป็นผลไม้ที่มีวิตามินซีสูง
6. ฝรั่ง ส้ม มะขามป้อม เป็นผลไม้ที่มีปริมาณวิตามินซีสูง
7. ผลไม้ที่มีรสเปรี้ยวจะให้วิตามินซีมากกว่าผลไม้ที่ไม่มีรสเปรี้ยว
8. ผลไม้ที่ผ่านการดองหรือแช่แข็งจะมีปริมาณวิตามินซีเพิ่มมากขึ้น
9. ผลไม้ที่มีสีออกส้มหรือเหลือง ประเภท มะละกอ แคนตาลูป มะม่วงสุกจะพบสารเบตาแคโรทีน
10. วิตามินและเบตาแคโรทีนที่พบในผลไม้มีคุณสมบัติเป็นสารต้านอนุมูลอิสระ
11. สารต้านอนุมูลอิสระที่พบในผลไม้ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง เช่น โรคมะเร็ง โรคหัวใจ

ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่	ไม่ทราบ
12. การบริโภคผลไม้จะให้ใยอาหารซึ่งช่วยในการจับถ่าย ของร่างกายและลดความเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งใน ลำไส้ใหญ่
13. การบริโภคน้ำผลไม้จะทำให้ได้รับใยอาหารเท่ากับการบริโภคผลไม้สด
14. การบริโภคผลไม้อย่างสม่ำเสมอจะช่วยให้ร่างกายได้รับวิตามินซีเพียงพอ
15. ควรเลือกบริโภคผลไม้รสหวานมากเป็นประจำเช่นเดียวกับผลไม้ชนิดอื่น
16. ผลไม้ที่มีเปลือกสีเข้มจะให้คุณค่าของสารอาหารมากกว่าผลไม้ที่มีเปลือกสีอ่อน
17. ผลไม้ให้วิตามินและเกลือแร่เช่นเดียวกับผัก แต่ผลไม้มีคาร์โบไฮเดรตมากกว่า จึงให้พลังงานมากกว่า
18. ผลไม้ที่มีน้ำมาก ให้พลังงานต่ำ เช่น แดงโม ส้ม
19. มะละกอและขนุนมีสีเหลืองคล้ายกัน จึงให้ เบต้าแคโรทีนใกล้เคียงกัน
20. ผลไม้ที่มีรสหวานจัด เช่น ละมุด ลำไย เงาะ จัดเป็น ผล ไม้ที่ให้พลังงานสูง
21. ผลไม้สุกจะมีน้ำตาลซึ่งเป็นคาร์โบไฮเดรตเป็นส่วนใหญ่ เช่น สับปะรด กล้วยสุก มะม่วงสุก
22. ในผลไม้ไม่พบวิตามินเอ แต่จะพบสารประกอบที่อยู่ในรูปโปรวิตามินเอ ซึ่งได้แก่ แคโรทีน
23. ผลไม้เป็นแหล่งของโปรตีน เกลือแร่ และไขมันที่มีความสำคัญต่อร่างกาย
24. ผลไม้ที่มีปริมาณแคลเซียมสูง ได้แก่ ส้ม มะละกอ มะขาม
25. ผลไม้จะมีกรดอินทรีย์เป็นองค์ประกอบ กรดอินทรีย์ที่พบในผลไม้ เช่น กรดซิตริก กรดมาลิก กรดทาร์ทาริก

* หมายเหตุ สารต้านอนุมูลอิสระ หมายถึง สารที่มีคุณสมบัติในการยับยั้งการเกิดปฏิกิริยาของอนุมูลอิสระ ซึ่งเป็นสาเหตุของการเกิดโรคมะเร็ง สารต้านอนุมูลอิสระ เช่น วิตามินซี วิตามินอี และเบต้าแคโรทีน

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคผลไม้ของนิสิตนักศึกษา

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องด้านขวามือให้ตรงกับสภาพความเป็นจริงของท่าน

ปฏิบัติเป็นประจำ	หมายถึง	เป็นประจำทุกวัน
ปฏิบัติเกือบทุกวัน	หมายถึง	ปฏิบัติ 5 – 6 วัน/สัปดาห์
ปฏิบัติบางวัน	หมายถึง	ปฏิบัติ 3 – 4 วัน/สัปดาห์
ปฏิบัตินานๆครั้ง	หมายถึง	ปฏิบัติ 1 - 2 วัน/สัปดาห์
ปฏิบัติน้อยมาก	หมายถึง	ปฏิบัติน้อยกว่า 1 – 2 วัน/หรือไม่ได้ปฏิบัติ

พฤติกรรมการบริโภคผลไม้	ระดับการปฏิบัติ				
	ระดับการปฏิบัติ				
	ประจำ ทุกวัน	เกือบ ทุกวัน	บางวัน	นานๆครั้ง	น้อยกว่า/ ไม่ได้ ปฏิบัติ
จำนวนมือที่บริโภค					
1. ท่านบริโภคผลไม้วันละ 1-2 ชนิด
2. ท่านบริโภคผลไม้วันละ 3-4 ชนิด
3. ท่านบริโภคผลไม้วันละมากกว่า 4 ชนิด
รูปแบบการบริโภคผลไม้					
4. ท่านบริโภคผลไม้เป็นอาหารว่าง
5. ท่านบริโภคผลไม้หลังมื้ออาหาร
6. ท่านบริโภคผลไม้พร้อมกับอาหาร
ชนิดอื่น
7. ท่านบริโภคผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น ขนุน ทุเรียน ลำไย เงาะ มะม่วงสุก
8. ท่านบริโภคผลไม้ที่มีรสเปรี้ยว เช่น มะม่วง เปรี้ยว มะขามเปรี้ยว มะยม

	ประจำ ทุกวัน	เกือบ ทุกวัน	บางวัน	นานๆครั้ง	น้อยกว่า/ ไม่ได้ ปฏิบัติ
9. ท่านบริโภคผลไม้สด
10. ท่านบริโภคผลไม้กระป๋อง เช่น เงาะกระป๋อง ลำไยกระป๋อง ลิ้นจี่กระป๋อง
11. ท่านบริโภคผลไม้ดอง เช่น มะม่วงดอง ฝรั่ง ดอง มะดันดอง มะปรางดอง
12. ท่านบริโภคผลไม้แช่อิ่ม เช่น มะม่วงแช่อิ่ม สับปะรดแช่อิ่ม มะละกอแช่อิ่ม
13. ท่านบริโภคผลไม้ตากแห้งหรืออบแห้ง เช่น กล้วยตาก กล้วยอบแผ่น สับปะรดอบแห้ง
14. ท่านบริโภคผลไม้กวน เช่น มะม่วงกวน กล้วย กวน สับปะรดกวน
15. ท่านบริโภคขนมหวานที่ทำจากผลไม้ เช่น กล้วยบวชชี กล้วยไข่เชื่อม
16. ท่านบริโภคน้ำผลไม้คั้นสด
17. ท่านบริโภคน้ำผลไม้ประเภทปั่น
การเลือกบริโภคผลไม้
18. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ตามฤดูกาล
19. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ตามราคา
20. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ที่มีเครื่องหมาย ปลอดภัย
21. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ที่มีวิตามินซี
22. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ที่มีเบต้าแคโรทีน
23. ท่านเลือกบริโภคผลไม้ที่มีใยอาหาร
24. ท่านเลือกบริโภคผลไม้เนื่องจากมีไขมันน้อย

1. ท่านชอบบริโภคผลไม้เพียงไร

() มากที่สุด () มาก () ปานกลาง () น้อย () น้อยที่สุด

2. โปรดระบุชื่อชนิดผลไม้สดที่ท่านนิยมบริโภคมากที่สุด (โดยเรียงลำดับจากชอบมากที่สุดไปหาชอบน้อยที่สุด คือ ข้อ 1 ชอบมากที่สุด ส่วนข้อ 5 ชอบน้อยที่สุด) หลังจากเรียงลำดับผลไม้สดที่ชอบแล้ว โปรดระบุเหตุผลที่ชอบ (เช่น ชอบรสหวาน ชอบกลิ่นหอม ชอบเนื้อที่ร่อน เป็นต้น)

ชนิดของผลไม้สดที่ชอบ	เหตุผลที่ชอบ
1.
2.
3.
4.
5.