

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

แบบสัมภาษณ์ก่อนการวิจัย

แบบสำรวจก่อนการวิจัย

เรื่อง พฤติกรรมการบริโภคผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค ของประชากรพื้นที่ลุ่มน้ำ
ห้วยแครง-คลองพืด จ.ตราด

โดย นางสาวฐิติพร เพ็งวัน

นิสิตปริญญาโท ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พ.ศ.2548

พฤติกรรมการบริโภคผักพื้นบ้าน : ความถี่ในการบริโภคผักพื้นบ้าน

ลำดับ	ชนิดของผัก พื้นบ้าน	ความถี่ในการรับประทาน				
		ประจำ 2-3 ครั้ง /สัปดาห์ (4 คะแนน)	บ่อยครั้ง 2-3 ครั้ง /1เดือน (3 คะแนน)	บางครั้ง 2-3 ครั้ง /2เดือน (2 คะแนน)	นานๆ ครั้ง 2-3 ครั้ง /1ปี (1 คะแนน)	ไม่ รับประทาน (0 คะแนน)
1	กระดอม					
2	กระตักป่า					
3	กระเทียม					
4	กระวาน					
5	กุ่มน้ำ					
6	ขลุ้					
7	คูณ					
8	จิกนา					
9	จิกน้ำ					
10	ชะเนียง					
11	ชะพลู					
12	ชะมวง					
13	ดาวเรือง					
14	ต้นสันดาน					
15	ตะลิงปิง					
16	เต่าเกียด					
17	เต่าร้าง					
18	เถาคัน					
19	บัวบก					
20	บุก					

พฤติกรรมการบริโภคผักพื้นบ้าน : ความถี่ในการบริโภคผักพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชนิดของผักพื้นบ้าน	ความถี่ในการรับประทาน				
		ประจำ 2-3 ครั้ง /สัปดาห์ (4 คะแนน)	บ่อยครั้ง 2-3 ครั้ง /1เดือน (3 คะแนน)	บางครั้ง 2-3 ครั้ง /2เดือน (2 คะแนน)	นานๆ ครั้ง 2-3 ครั้ง /1ปี (1 คะแนน)	ไม่ รับประทาน (0 คะแนน)
21	เปราะหอม					
22	ผักกะเสิม					
23	ผักบุ้งจัน					
24	ผักหนาม					
25	ผักหวานป่า					
26	เฟือก					
27	เพกา					
28	มะยมป่า					
29	มะระจีนก					
30	มะแว้งต้น					
31	มะอึก					
32	มันสำปะหลัง					
33	ขางพารา					
34	ยี่หระ					
35	ระกำ					
36	เร่วลูก					
37	เร่วหอม					
38	ลำพู					
39	ลำแพน					

พฤติกรรมกรบรโภคผักพื้นบ้าน : ความถี่ในการบรโภคผักพื้นบ้าน (ต่อ)

ลำดับ	ชนิดของผักพื้นบ้าน	ความถี่ในการรับประทาน				
		ประจำ 2-3 ครั้ง /สัปดาห์ (4 คะแนน)	บ่อยครั้ง 2-3 ครั้ง /1เดือน (3 คะแนน)	บางครั้ง 2-3 ครั้ง /2เดือน (2 คะแนน)	นานๆ ครั้ง 2-3 ครั้ง /1ปี (1 คะแนน)	ไม่ รับประทาน (0 คะแนน)
40	ส้มจี๊ด					
41	สลัดได					
42	สายต้ง					
43	โสมกน					
44	อุตพิต					

ภาคผนวก ข

แบบสัมภาษณ์

6. จำนวนสมาชิกในครอบครัว _____ คน
7. รายได้ของครอบครัว _____ บาท/เดือน
8. รายจ่ายค่าอาหารของครอบครัว _____ บาท/วัน
9. ส่วนใหญ่ได้ซื้ออาหารจากแหล่งใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ร้านขายของชำในหมู่บ้าน | <input type="checkbox"/> รถที่เข้ามาขายของ |
| <input type="checkbox"/> ตลาดในเมือง | <input type="checkbox"/> ปहुไวกัใว้ในครัวเรือน |
| <input type="checkbox"/> เก็บจากในป่า | <input type="checkbox"/> อื่นๆ ระบุ _____ |
10. ท่านรับประทานอาหารร่วมกันมื่อใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- | | |
|----------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> เช้า | <input type="checkbox"/> เย็น |
| <input type="checkbox"/> กลางวัน | <input type="checkbox"/> ไม่ได้รับประทานร่วมกัน |
11. ท่านได้สอนหรือถ่ายทอดวิธีการทำอาหารที่บ้านให้แก่บุตรหลานหรือไม่
- | | |
|------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> สอน | <input type="checkbox"/> ไม่สอน |
|------------------------------|---------------------------------|
12. สมาชิกได้มีส่วนร่วมในการทำอาหารหรือไม่
- | | |
|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> มีส่วนร่วม | <input type="checkbox"/> ไม่มีส่วนร่วม |
|-------------------------------------|--|
13. ท่านหรือสมาชิกในครอบครัวเคยได้รับข่าวสารด้านประโยชน์ของผักพื้นบ้านหรือไม่
- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ไม่เคย | |
| <input type="checkbox"/> เคย (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) | |
| ได้รับจาก <input type="checkbox"/> โทรทัศน์ เช่น _____ | |
| <input type="checkbox"/> วิทยู เช่น _____ | |
| <input type="checkbox"/> สถานีอนามัย เช่น _____ | |
| <input type="checkbox"/> โรงพยาบาล เช่น _____ | |
| <input type="checkbox"/> อื่นๆ _____ | |

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค

14. ผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค

ลำดับ	ชนิดของผักพื้นบ้าน	ความถี่ในการรับประทาน				ส่วนประกอบอาหาร / ชื่ออาหาร ที่ปรุงเสร็จ	ปริมาณ ในการบริโภค (ช้อนโต๊ะ/ถ้วยตวง)
		ประจำ 2-3 ครั้ง ต่อสัปดาห์	บ่อยครั้ง 2-3 ครั้ง ต่อหนึ่งเดือน	บางครั้ง 2-3 ครั้ง ต่อสองเดือน	นานๆ ครั้ง 2-3 ครั้ง ต่อหนึ่งปี		
1	เต้าร้าง						
2	ผักหนาม						
3	มะระจีน						
4	จิกนา						
5	ผักบุงขัน						
6	ยี่หระ						
7	มะอึ						
8	ชะมวง						
9	บัวบก						
10	ชะพลู						

15. ตำรับอาหารที่ปรุงจากผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค

ลำดับ	ชื่ออาหารที่ปรุงเสร็จ	ส่วนประกอบ (ช้อนโต๊ะ/ทัพพี)	วิธีการปรุง
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

15. ตำรับอาหารที่ปรุงจากผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค (ต่อ)

ลำดับ	ชื่ออาหารที่ปรุงเสร็จ	ส่วนประกอบ (ช้อนโต๊ะ/ทัพพี)	วิธีการปรุง
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

ตอนที่ 3 ข้อมูลสุขภาพและภาวะโภชนาการ

16. ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่

() ไม่มี

() มี ระบุ _____

17. ท่านไปสถานอนามัย _____ ครั้งต่อปี

18. ท่านไปสถานอนามัยเพื่อ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

() ตรวจสอบสุขภาพ

() รักษาโรค

() อื่นๆ

19. ภาวะโภชนาการ

ส่วนสูง _____ เซนติเมตร

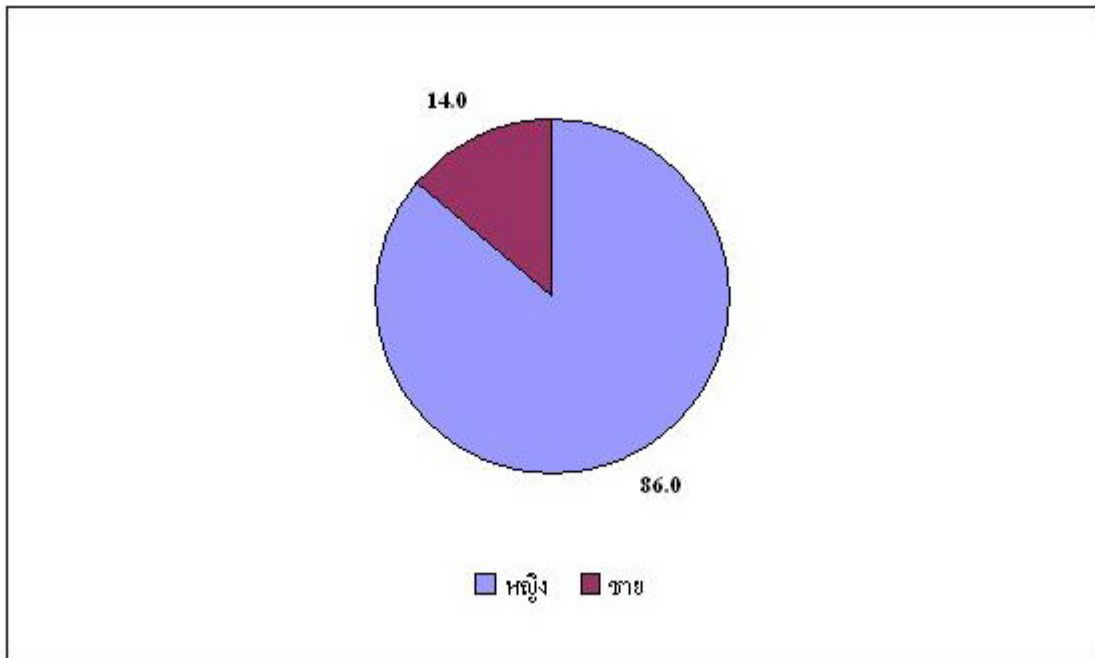
น้ำหนัก _____ กิโลกรัม

ค่า BMI _____

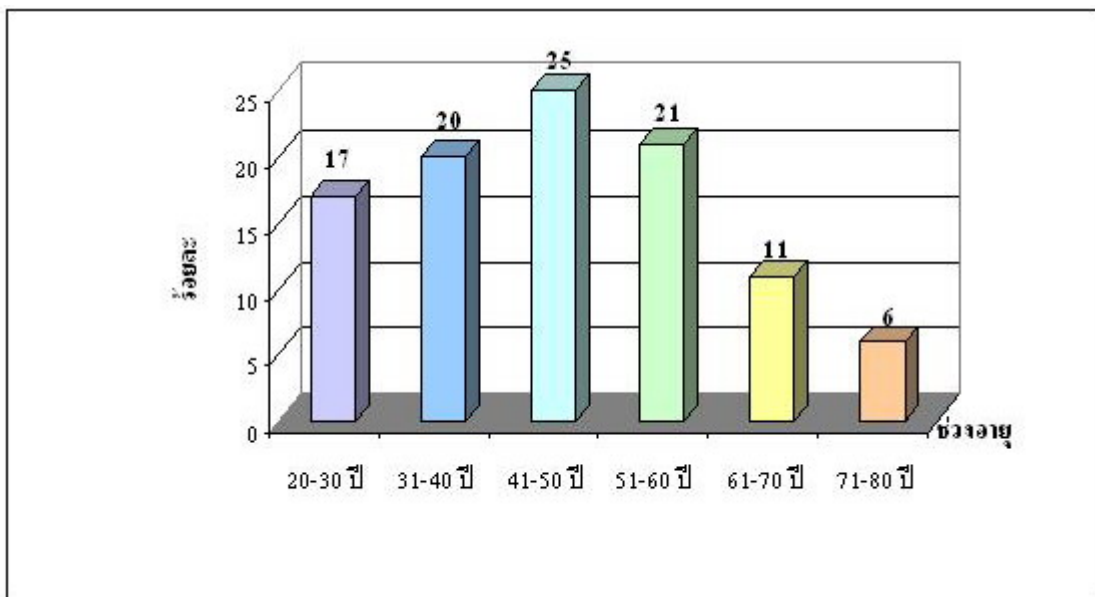
ปริมาณไขมัน _____ %

ภาคผนวก ค

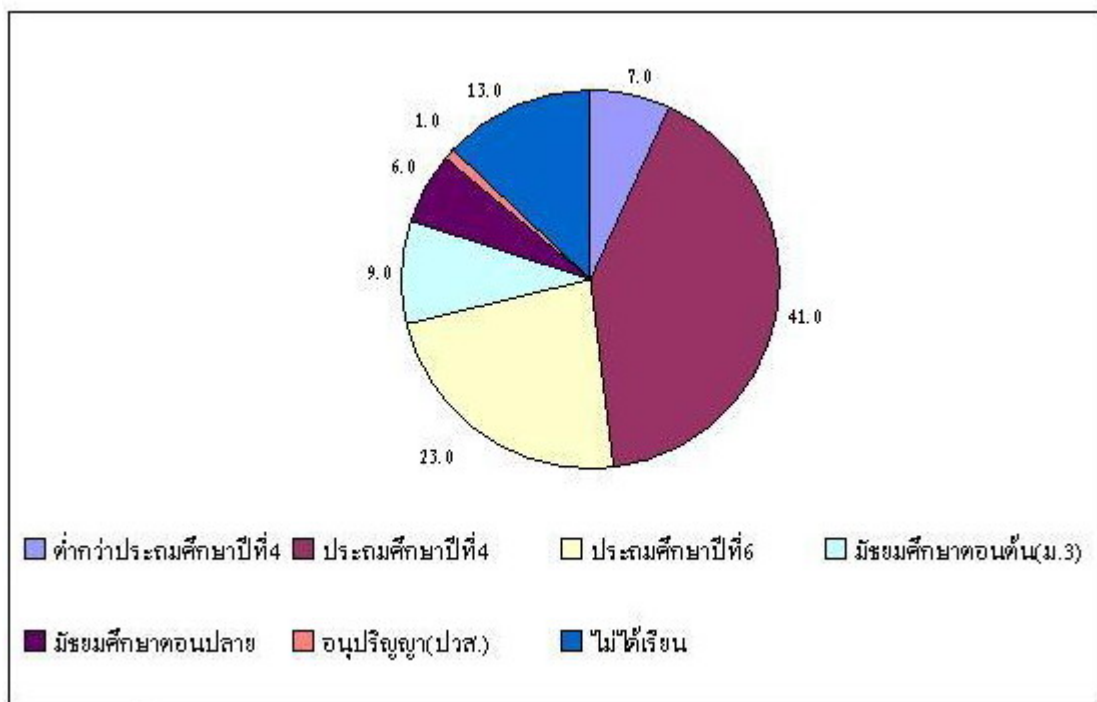
ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง



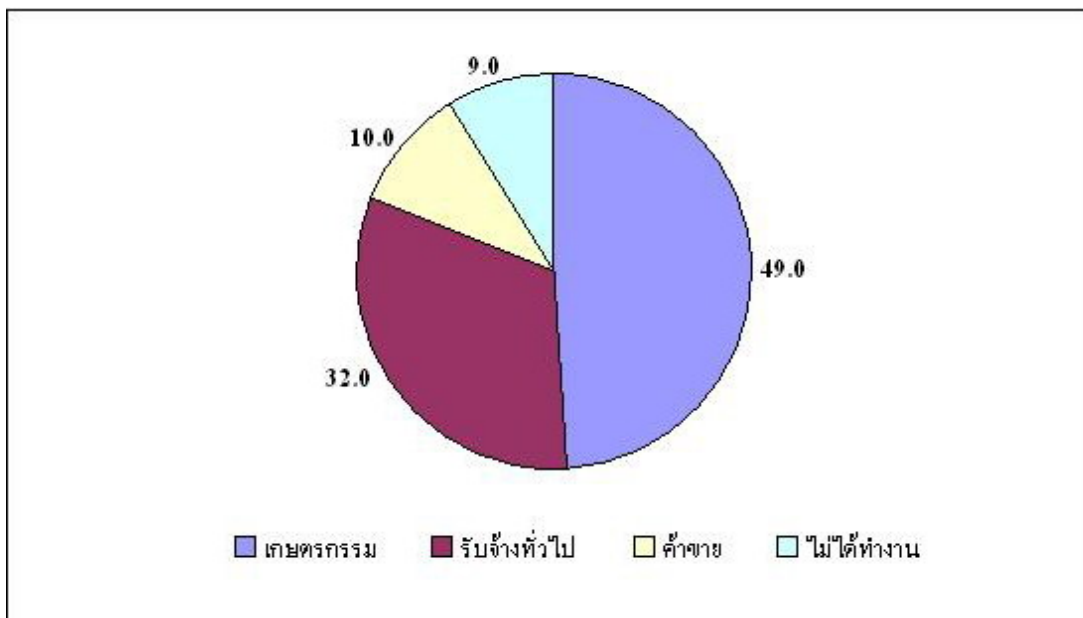
ภาพผนวกที่ 1 เพศของกลุ่มตัวอย่าง



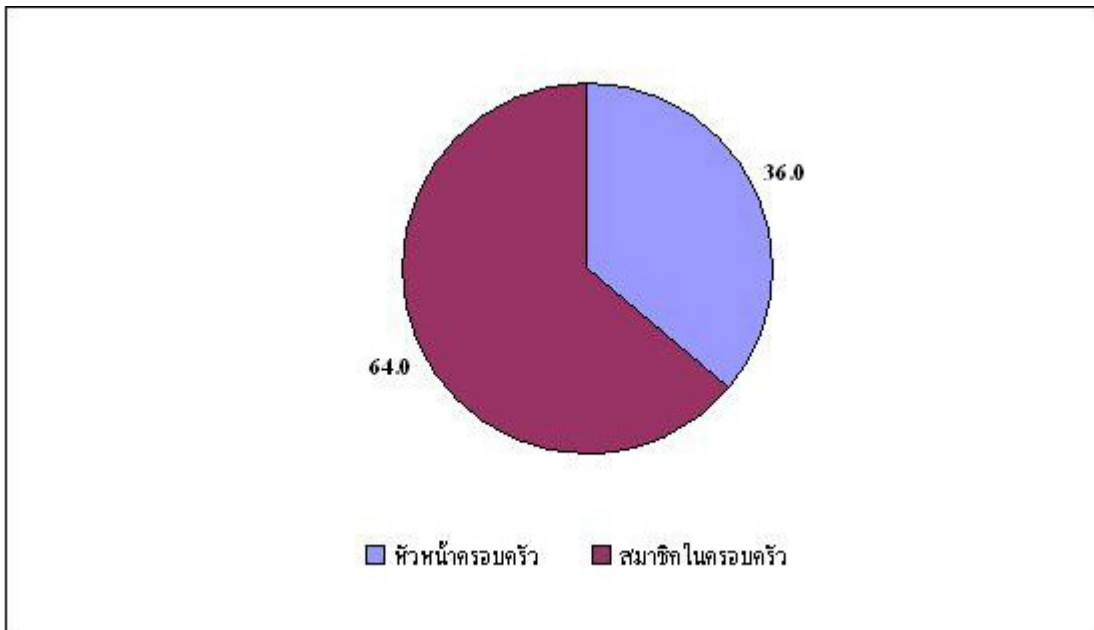
ภาพผนวกที่ 2 อายุของกลุ่มตัวอย่าง



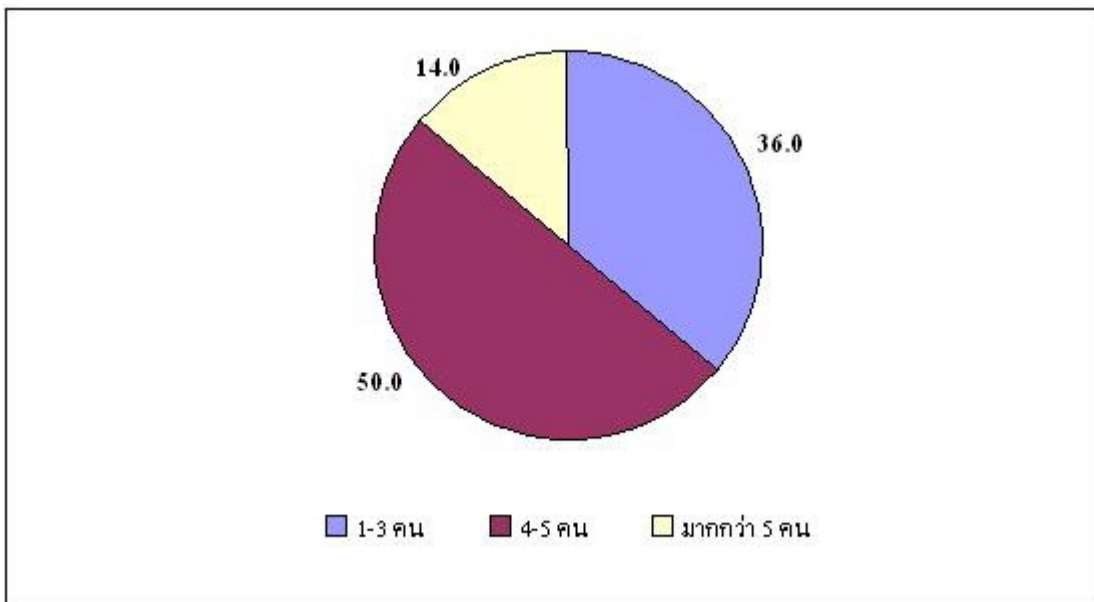
ภาพผนวกที่3 การศึกษาของกลุ่มตัวอย่าง



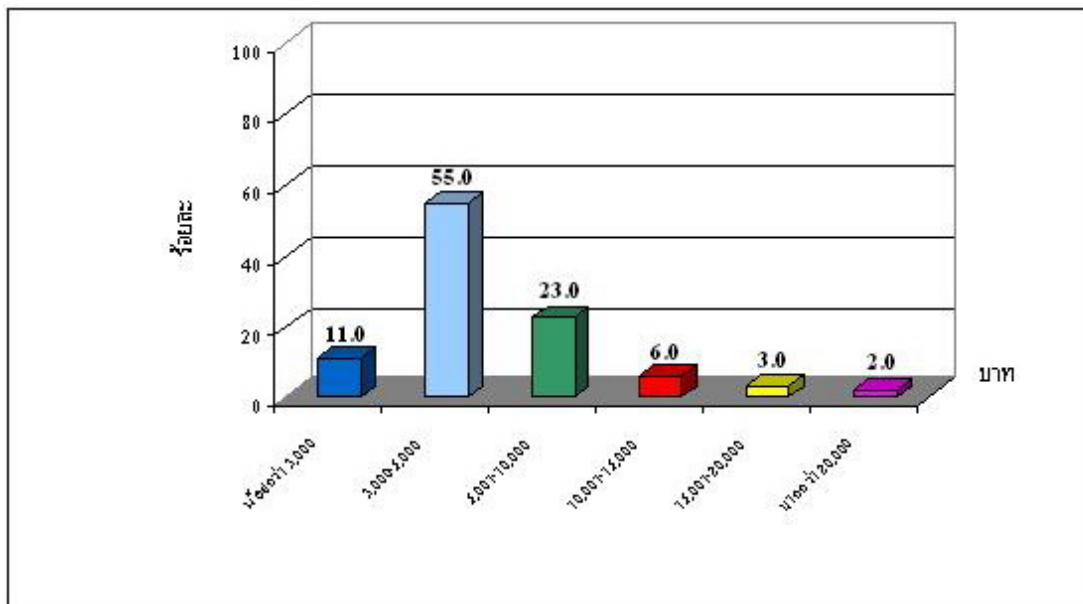
ภาพผนวกที่4 อาชีพของกลุ่มตัวอย่าง



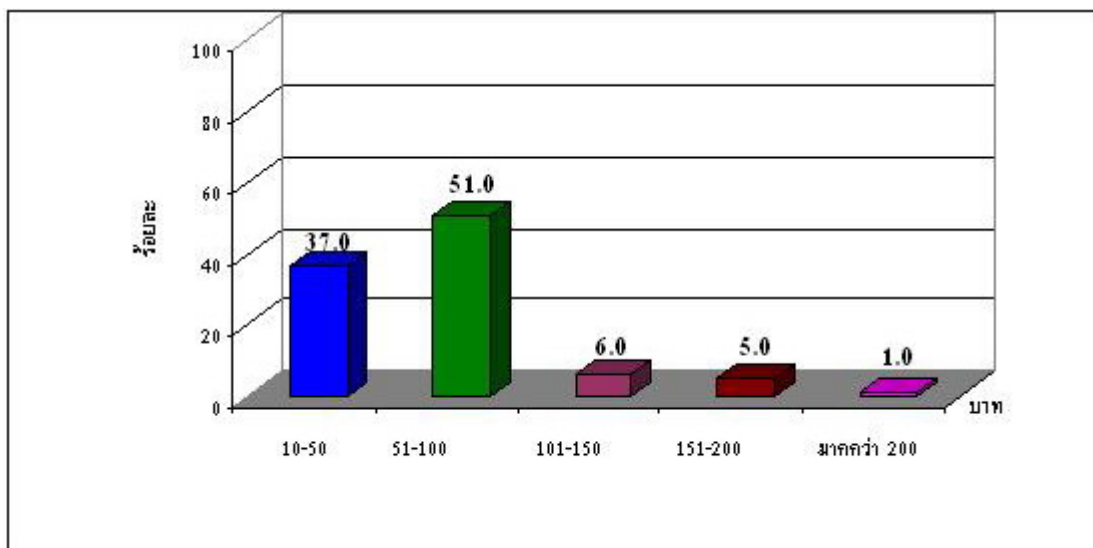
ภาพผนวกที่ 5 สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง



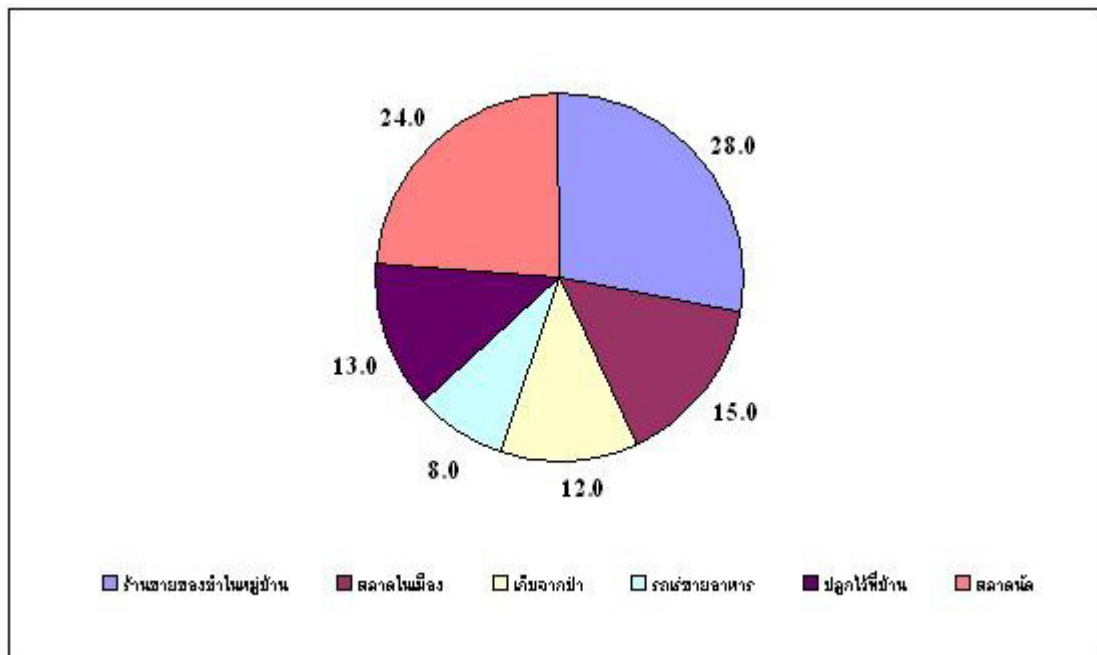
ภาพผนวกที่ 6 จำนวนสมาชิกในครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง



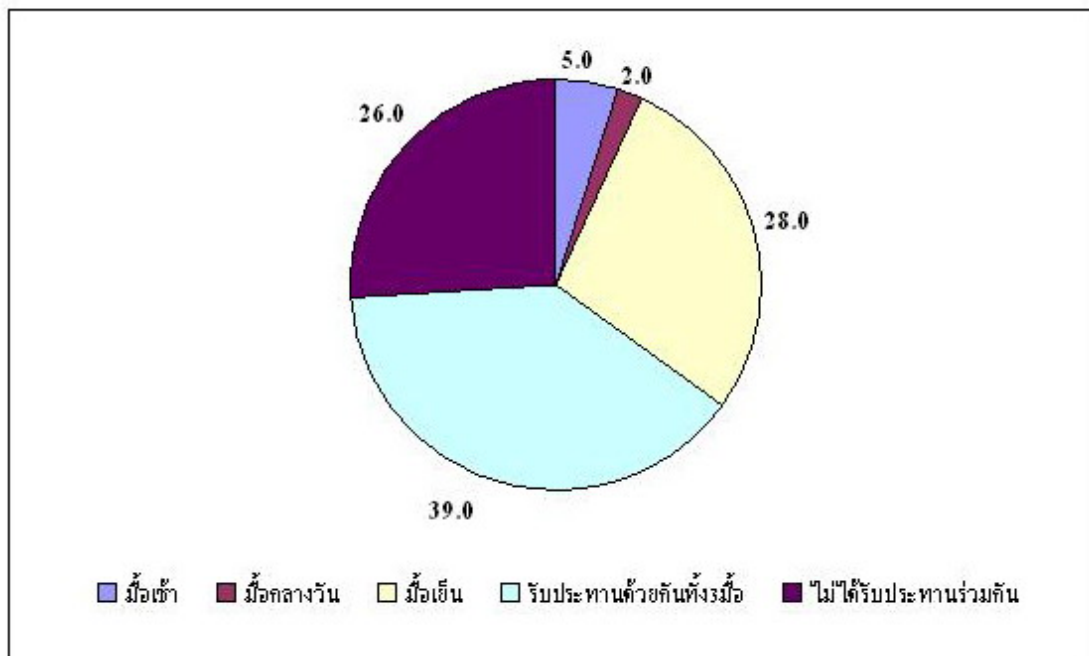
ภาพผนวกที่ 7 รายได้ครอบครัวต่อเดือนของกลุ่มตัวอย่าง



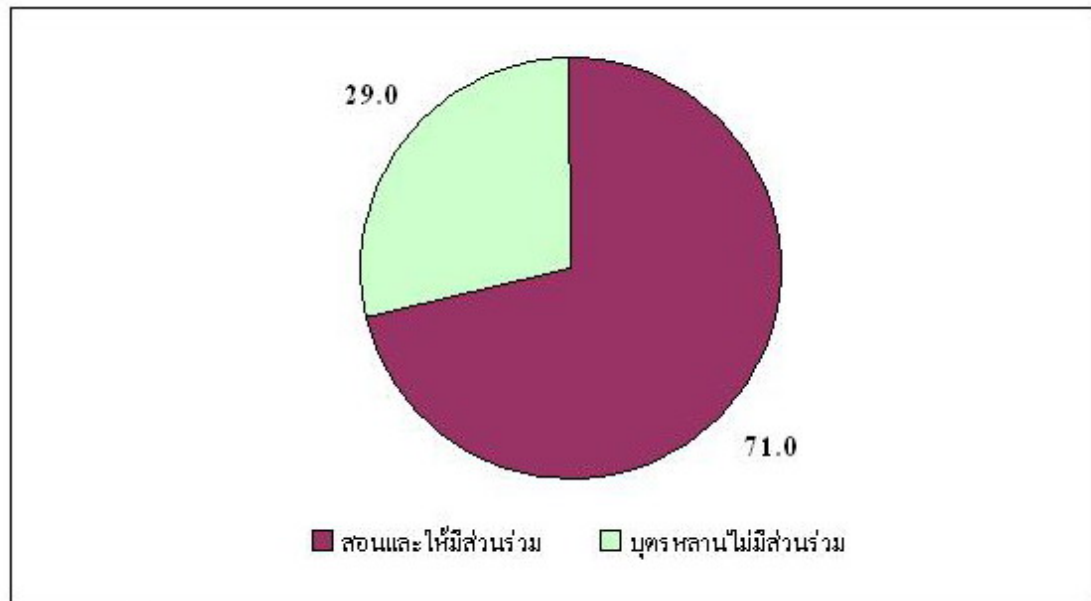
ภาพผนวกที่ 8 รายจ่ายค่าอาหารต่อวันของกลุ่มตัวอย่าง



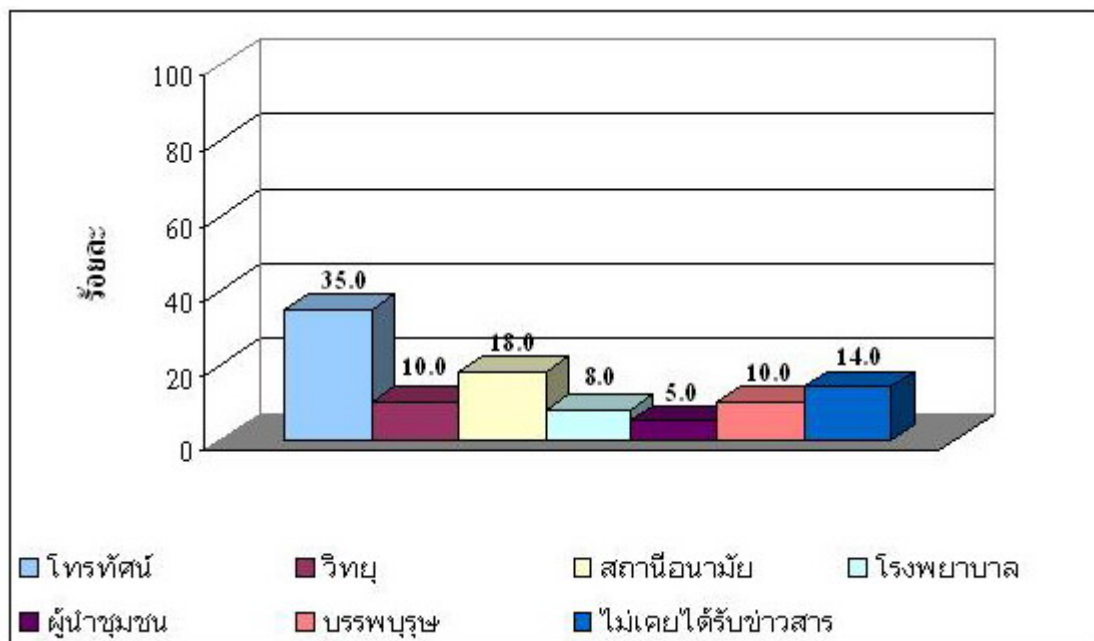
ภาพผนวกที่ 9 แหล่งอาหารของกลุ่มตัวอย่าง



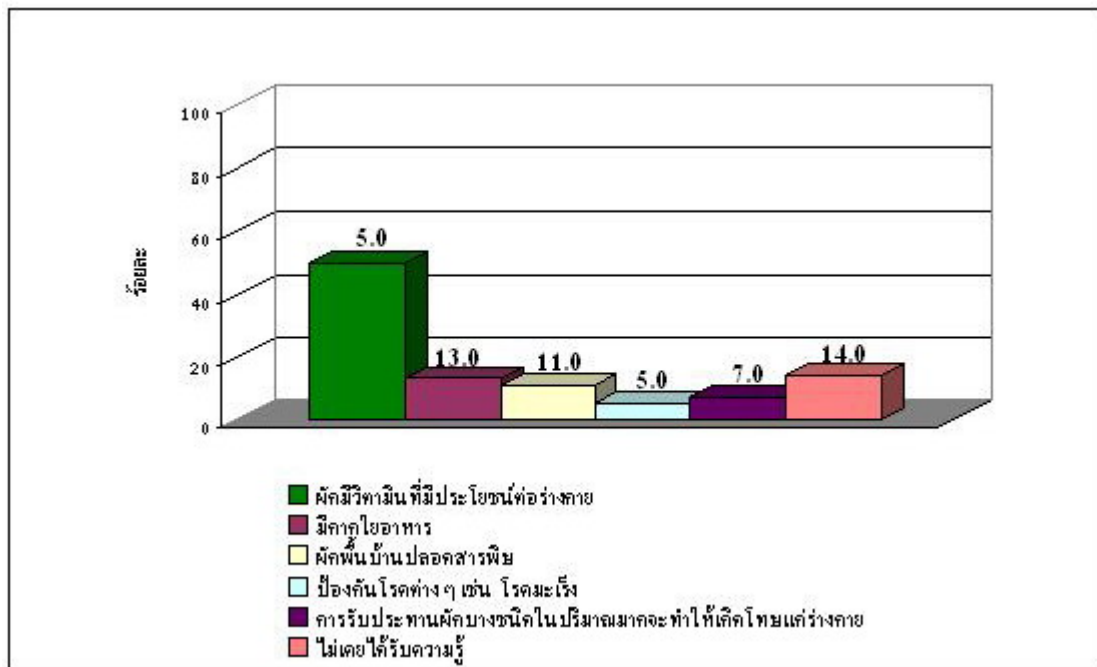
ภาพผนวกที่ 10 การรับประทานอาหารร่วมกันในครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง



ภาพผนวกที่ 11 การสอนและให้บุตรหลานมีส่วนร่วมในการประกอบอาหารที่บ้านของกลุ่มตัวอย่าง



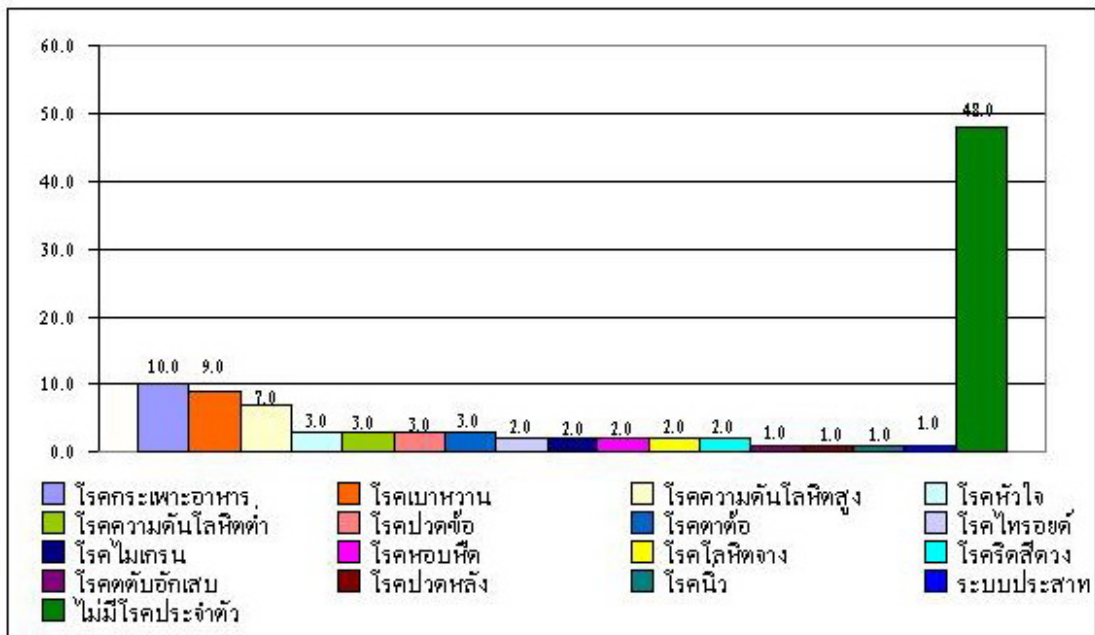
ภาพผนวกที่ 12 วิธีการได้รับข่าวสารด้านประโยชน์ของผักพื้นบ้านของกลุ่มตัวอย่าง



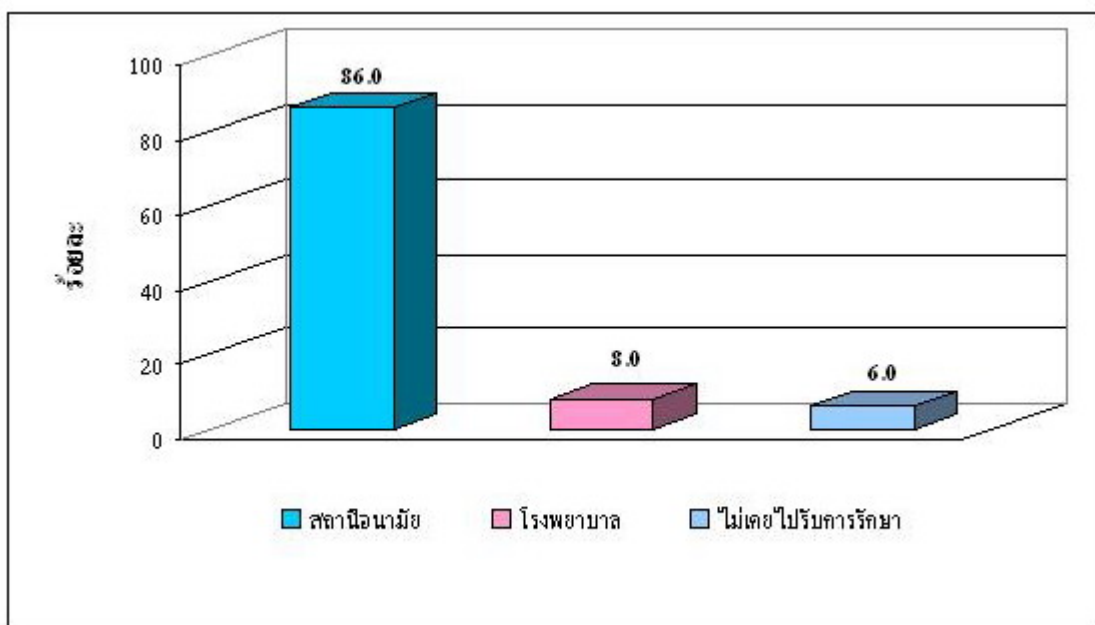
ภาพผนวกที่ 13 ความรู้ที่ได้จากข่าวสารของกลุ่มตัวอย่าง

ภาคผนวก ง

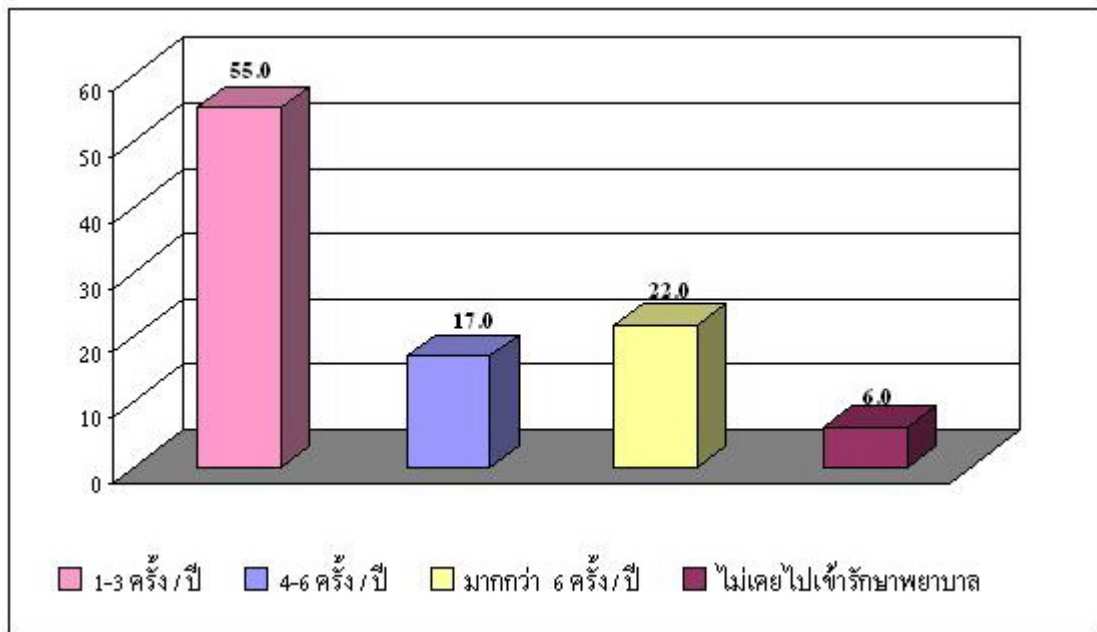
ข้อมูลภาวะสุขภาพ



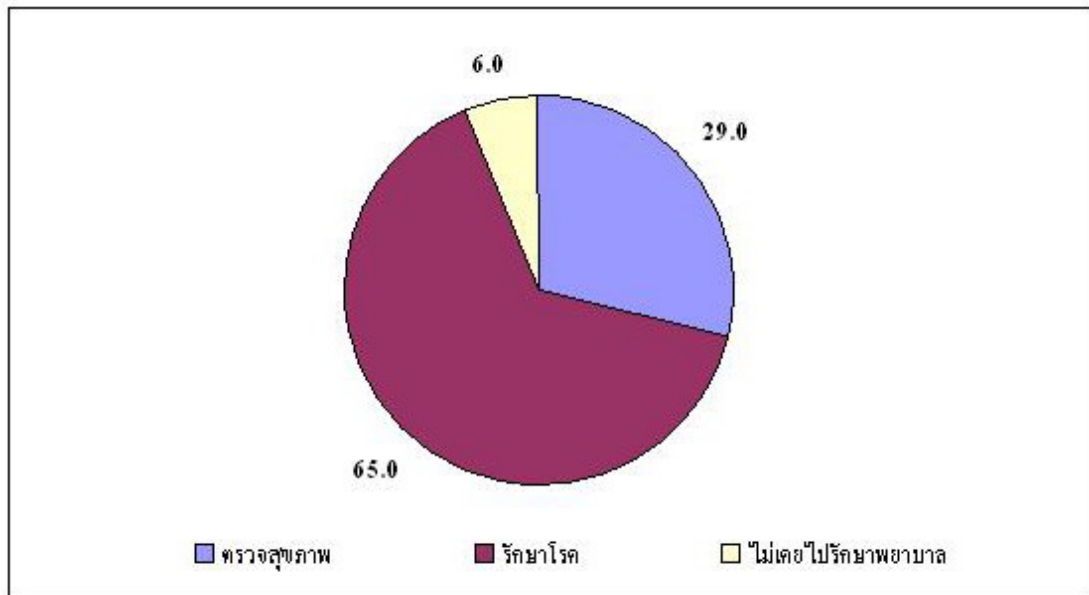
ภาพผนวกที่ 14 โรคประจำตัวของกลุ่มตัวอย่าง



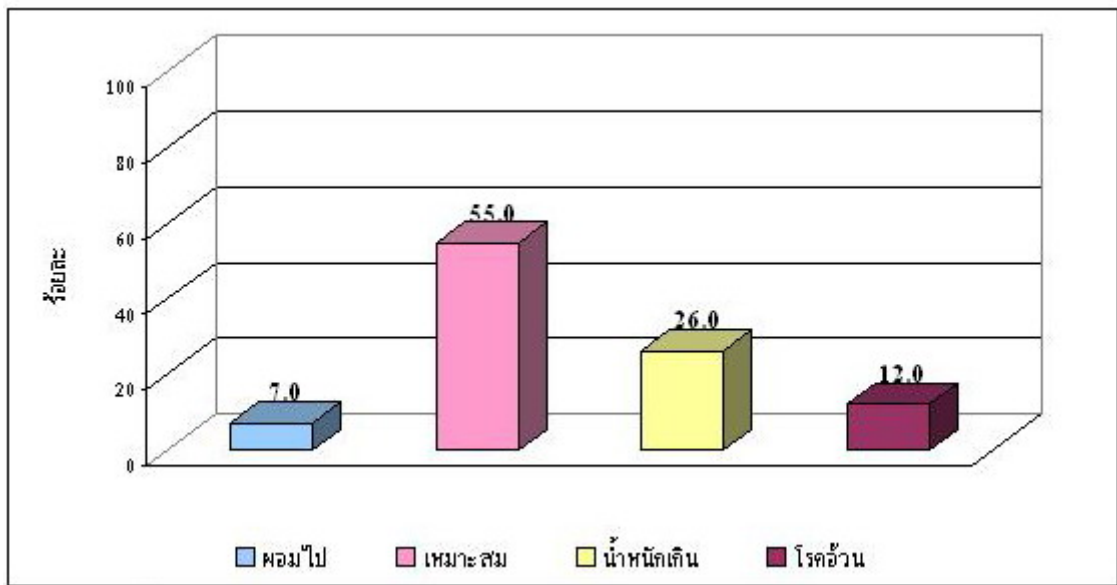
ภาพผนวกที่ 15 การเข้ารับรักษาพยาบาลของกลุ่มตัวอย่าง



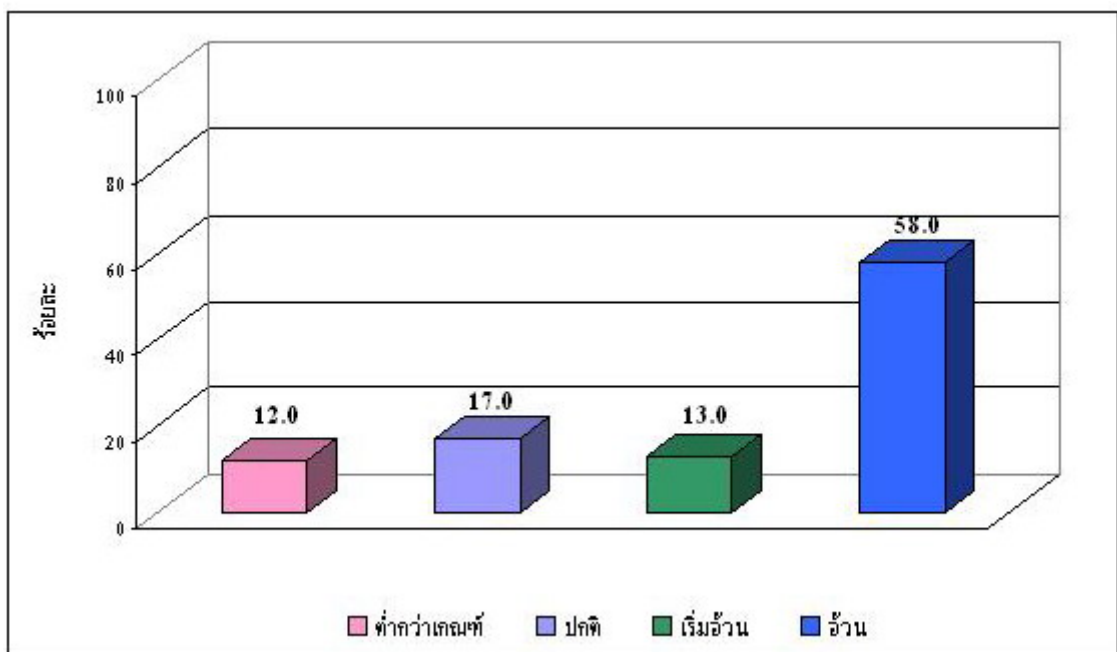
ภาพผนวกที่ 16 จำนวนครั้งการเข้ารับรักษาพยาบาลของกลุ่มตัวอย่าง



ภาพผนวกที่ 17 สาเหตุการไปสถานพยาบาลของกลุ่มตัวอย่าง



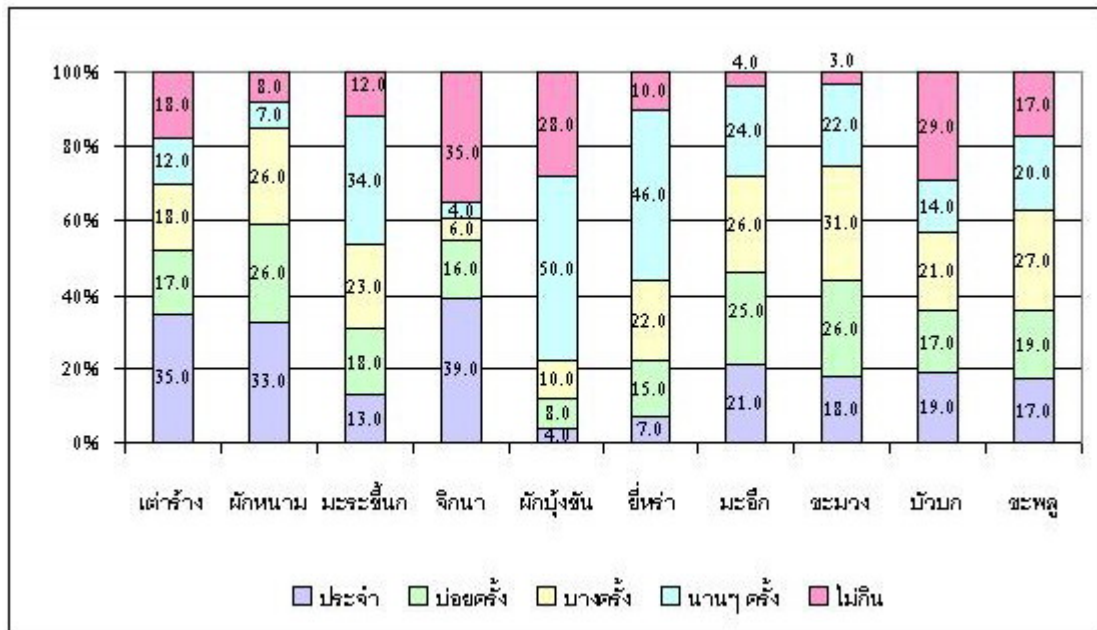
ภาพผนวกที่ 18 ค่าดัชนีมวลกายของกลุ่มตัวอย่าง



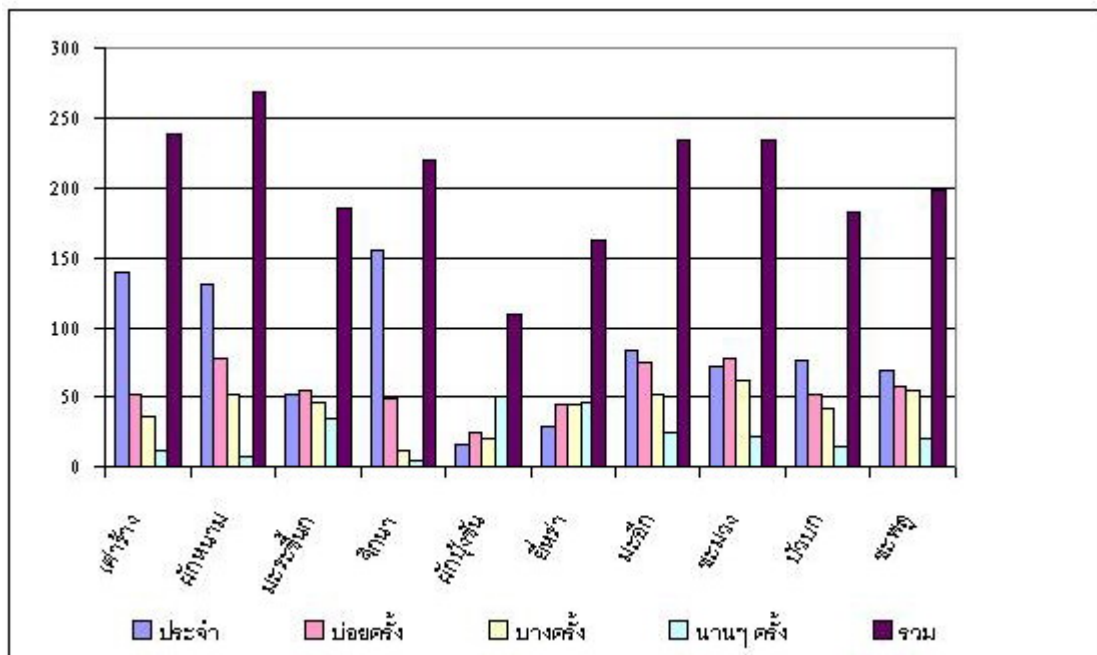
ภาพผนวกที่ 19 ค่าปริมาณไขมันในร่างกายของกลุ่มตัวอย่าง

ภาคผนวก จ

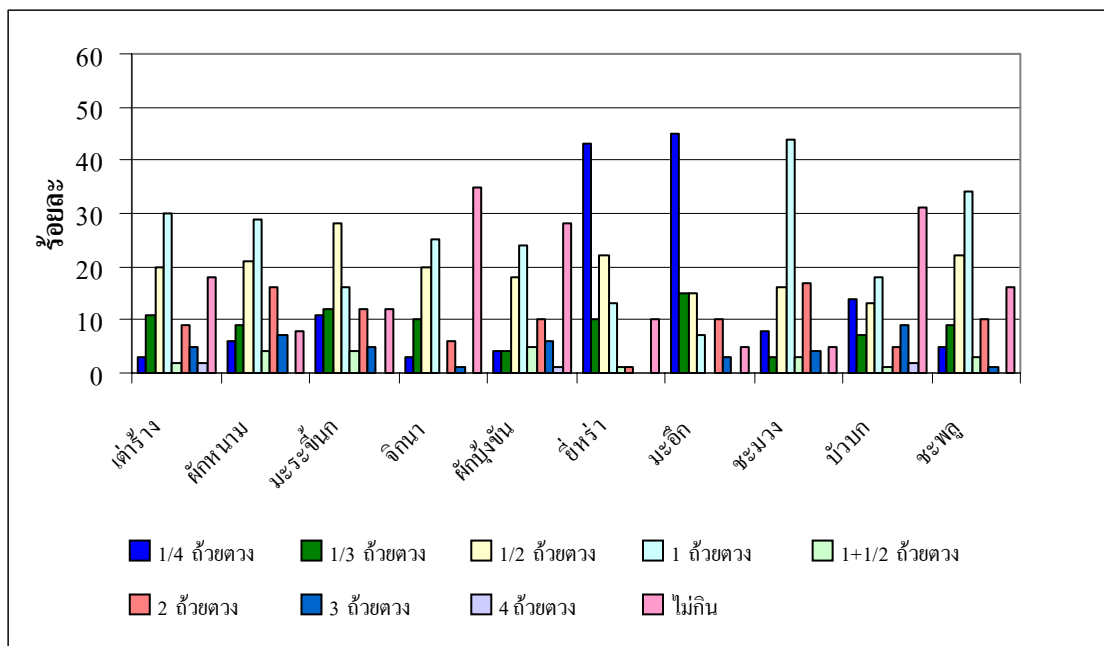
ข้อมูลพฤติกรรมกรบรีโภคผักพื้นบ้าน



ภาพผนวกที่ 20 ความถี่ในการบริโภคผักพื้นบ้านของกลุ่มตัวอย่าง



ภาพผนวกที่ 21 ระดับคะแนนในการบริโภคผักพื้นบ้านของกลุ่มตัวอย่าง



ภาพผนวกที่ 22 ปริมาณในการบริโภคผักพื้นบ้านของกลุ่มตัวอย่าง

ภาคผนวก ฉ

ผักพื้นบ้าน 10 อันดับที่นิยมบริโภค



ภาพผนวกที่23 บัวบก



ภาพผนวกที่24 ผักบุ้งจีน



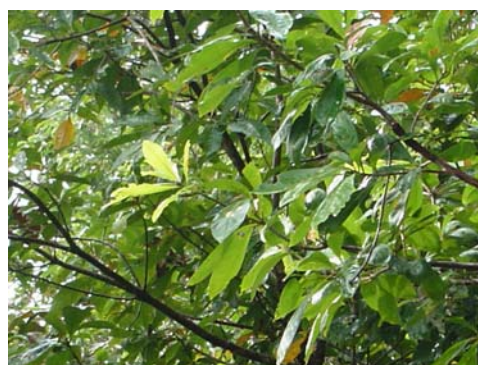
ภาพผนวกที่25 ชะมวง



ภาพผนวกที่26 เต่าร้าง



ภาพผนวกที่27 ชะพลู



ภาพผนวกที่28 จิกนา



ภาพผนวกที่29 มะระจีนก



ภาพผนวกที่30 มะระอีก



ภาพผนวกที่31 อีหระ



ภาพผนวกที่32 ผักหนาม

ภาคผนวก ช

ตำรับอาหารพื้นบ้านที่นิยมบริโภค



ภาพผนวกที่33 แกงเลียงเต้าร้าง



ภาพผนวกที่34 ส่วนประกอบของแกงเลียง
เต้าร้าง



ภาพผนวกที่35 แกงเปรอะ



ภาพผนวกที่36 ส่วนประกอบของแกงเปรอะ



ภาพผนวกที่37 แกงส้มผักหนาม



ภาพผนวกที่38 ส่วนประกอบของแกงส้ม
ผักหนาม



ภาพผนวกที่39 แกงกะทิหมูย่างมะระจีน



ภาพผนวกที่40 ส่วนประกอบของแกงกะทิ
หมูย่างมะระจีน



ภาพผนวกที่41 แกงเผ็ดป่า



ภาพผนวกที่42 ส่วนประกอบของแกงเผ็ดป่า



ภาพผนวกที่43 แกงส้มปลากดใส่ใบชะมวง



ภาพผนวกที่44 ส่วนประกอบของแกงส้ม
ปลากดใส่ใบชะมวง



ภาพผนวกที่45 แกงส้มกระตูดหมูชะมวง



ภาพผนวกที่46 ส่วนประกอบของแกงส้ม
กระตูดหมูชะมวง



ภาพผนวกที่47 แกงหอยแครง



ภาพผนวกที่48 ส่วนประกอบของแกง
หอยแครง



ภาพผนวกที่49 แกงปลาสับคั่ว



ภาพผนวกที่50 ส่วนประกอบของแกงปลาสับ
คั่ว



ภาพผนวกที่51 ต้มหมูชะมวง



ภาพผนวกที่52 ส่วนประกอบของต้มหมู
ชะมวง



ภาพผนวกที่53 ต้มเนื้อชะมวง



ภาพผนวกที่54 ส่วนประกอบของต้มเนื้อ
ชะมวง



ภาพผนวกที่55 ผัดผักหนาม



ภาพผนวกที่56 ส่วนประกอบของผัดผักหนาม



ภาพผนวกที่57 ผักนึ่งผัดกะทิ



ภาพผนวกที่58 ส่วนประกอบผักนึ่งผัดกะทิ



ภาพผนวกที่59 หมูผัดน้ำพริก



ภาพผนวกที่60 ส่วนประกอบของหมูผัดน้ำพริก



ภาพผนวกที่61 ยำจิกนา



ภาพผนวกที่62 ส่วนประกอบของยำจิกนา



ภาพผนวกที่63 ยำกึ่งดับหวาน



ภาพผนวกที่64 ส่วนประกอบของยำกึ่งดับ
หวาน



ภาพผนวกที่65 ยำไถ่ใบชะพลู



ภาพผนวกที่66 ส่วนประกอบของยำไถ่ใบ
ชะพลู



ภาพผนวกที่67 น้ำพริกกะปิมะอึ๊ก



ภาพผนวกที่68 ส่วนประกอบของน้ำพริกกะปิ
มะอึ๊ก



ภาพผนวกที่69 น้ำพริกมะอึก



ภาพผนวกที่70 ส่วนประกอบของน้ำพริก
มะอึก



ภาพผนวกที่71 มะระจีนกั้มน้ำตาลอ้อย



ภาพผนวกที่72 ส่วนประกอบของมะระจีนกั้มน้ำตาลอ้อย