

## บทคัดย่อ

ชื่อภาคนิพนธ์ : พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของพนักงานที่ปฏิบัติงาน  
169155  
ในเขตจตุจักร

ชื่อผู้เขียน : นางสาวศศากร ศรีณยพงศ์

ชื่อปริญญา : ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (พัฒนาสังคม)

ปีการศึกษา : 2548

---

วัตถุประสงค์ในการศึกษาเรื่อง "พฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของพนักงานที่ปฏิบัติงานในเขตจตุจักร" มีดังนี้ 1) เพื่อศึกษาถึงพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของพนักงานที่ปฏิบัติงานในเขตจตุจักร 2) เพื่อศึกษาถึงปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนของพนักงานที่ปฏิบัติงานในเขตจตุจักร

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา คือ พนักงานที่ปฏิบัติงานในเขตจตุจักร จำนวน 200 ราย โดยแบ่งตามสถานที่ทำงานเป็น 4 แห่ง ได้แก่ ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน) สำนักงานใหญ่ บริษัทปตท. จำกัด (มหาชน) การทางพิเศษแห่งประเทศไทย และสำนักงานเขตจตุจักร เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม ซึ่งเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการแจกแบบสอบถามให้กับกลุ่มตัวอย่าง การวิเคราะห์ข้อมูลได้ใช้ค่าความถี่ ค่าร้อยละ และค่า Chi-Square Test

ผลการศึกษา มีดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างมีการบริโภคแซนด์วิชมากที่สุด รองลงมาคือ แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ย่าง อาหารที่รับประทานประกอบอาหารจานหลักคือ เฟรนช์ฟรายด์ มันบด โคลสลอว์ และอาหารหวานคือ ไอศกรีม โดนัท ในด้านจำนวนครั้งในการรับประทานกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่รับประทาน 1-2 ครั้งต่อเดือนและมีค่าใช้จ่าย 40-100 บาทต่อครั้ง นอกจากนี้ร้านอาหารที่กลุ่มตัวอย่างเข้าไปรับประทานบ่อยที่สุดคือ ร้านแมคโดนัลด์

2. ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารจานด่วนคือ ความรู้ ความเข้าใจในการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการ ค่านิยมในการบริโภคอาหารจานด่วน อิทธิพลจากสื่อ พฤติกรรมการพักผ่อนหย่อนใจและการออกกำลังกาย

ข้อเสนอแนะ

1) หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการเผยแพร่ความรู้ ความเข้าใจในการบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการให้ประชาชนทุกกลุ่มอาชีพได้ทราบอย่างทั่วถึง รวมทั้งสร้างค่านิยมให้ประชาชนหัน

**169155**

มาบริโภคอาหารตามหลักโภชนาการและลดการบริโภคอาหารจานด่วน โดยใช้การรณรงค์ผ่านสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ วิทยุ เพื่อช่วยกระตุ้นให้ประชาชนมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารจานด่วนให้ลดน้อยลง

2) ในด้านการพักผ่อนหย่อนใจและการออกกำลังกาย ภาครัฐควรมีสนับสนุนให้มีลานกีฬา สวนสาธารณะให้มากขึ้นเพื่อให้ประชาชนได้มีสถานที่สำหรับพักผ่อนหย่อนใจและออกกำลังกาย

3) ควรให้ร้านอาหารมีการแสดงส่วนประกอบและคุณค่าทางโภชนาการในอาหารแต่ละประเภท เพื่อให้ผู้บริโภคได้ทราบถึงคุณค่าสารอาหารที่จะได้รับเมื่อบริโภคอาหารชนิดนั้นๆ

## ABSTRACT

169155

Title of Research Paper : Fast Food – Consuming Behavior of Working Men in Jatujak Area.  
Author : Miss Sasakorn Saranyapongse  
Degree : Master of Arts (Social Development)  
Year : 2005

---

The two purposes of the study were : 1) to identify the fast food – consuming behavior of working men in Jatujak area,2) to point out the factors related to fast food – consuming behavior of working men in Jatujak area.

The sample consisted of 200 people of working men in Jatujak, Bangkok area. The place of sample composed of head office of Siam Commercial Bank, PTT Co.,Ltd., Expressway and Rapid Transit Authority of Thailand, Jatujak District Office. Questionnaires were distributed to them for data collection. Frequency, percentage, and chi-square test were used for data analysis.

The findings were summed up as follows :

1. Most of the samples were eating sandwich, hamburger, grilled chicken, French fries, mashed potato, coleslaw, ice-cream, and donut. Besides, they have 1-2 times per month. It costs 40-100 baht per time. In this research, Mc Donald is the most favorite restaurant.

2. The factors found to be related to fast food –consuming behavior of working men were knowledge of consumption as the appropriate nutrition, fashionableness of fast food – consuming, influence of medias, and recreation activity.

Suggestion :

1) The government should educate the precise nutrition in order to reinforce the knowledge and understanding for the consumer. For the propose of reduction the high purchasing in fast food, these related organization should create a campaign to encourage people has an appropriate dietary.

2) The community should provide spaces for park, recreation and exercise.

3) Each restaurants should clarified the nutrition facts in order to educate consumer.