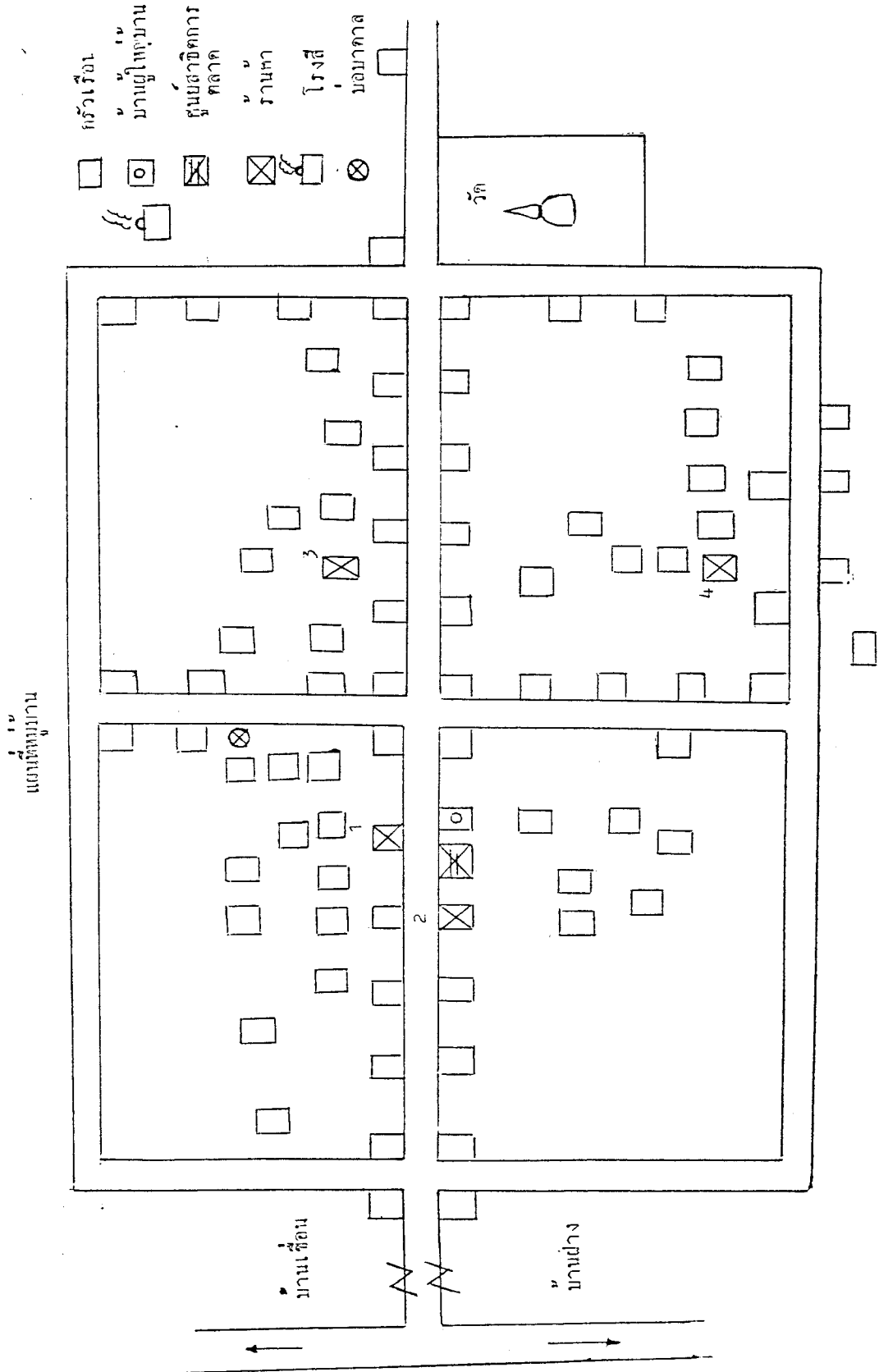


ภาคผนวก.

# ภาคผนวก ก

## แผนที่หมู่บ้าน







## ตอนที่ 2 ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เกี่ยวกับการเลือกซื้ออาหาร

### A. ความรู้และการปฏิบัติในการเลือกซื้ออาหาร

#### 1. เนื้อหมู

1.1 เนื้อหมูที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีชมพูอ่อน/ชมพูแก่

ข. ( ) เส้นเนื้อละเอียด

ค. ( ) ผิวมีน้ำมันหล่อลื่นไม่แห้งแข็งกระด้าง

ง. ( ) ไม่มีสีเขียวคล้ำ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

.....

1.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

#### 2. เนื้อวัว

2.1 เนื้อวัวที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีแดงสด

ข. ( ) เส้นเนื้อเล็ก

ค. ( ) ผิวมีน้ำมันหล่อลื่นไม่แห้งแข็งกระด้าง

ง. ( ) ไม่มีสีเขียวคล้ำ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

.....

2.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

## 3. เนื้อควาย

3.1 เนื้อควายที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีแดงคล้ำ

ข. ( ) เส้นเนื้อหยาบ

ค. ( ) ผิวมีน้ำมันหล่อลื่นไม่แห้งแข็งกระด้าง

ง. ( ) ไม่มีสีเขียวคล้ำ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

3.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 4. เบ็ด/ไก่อ่

4.1 เนื้อเบ็ด/ไก่อ่ที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) ผิวสดไม่แห้งไม่เหลว

ข. ( ) ออกต้องมีเนื้อเต็ม

ค. ( ) ไม่เหม็นเขียว

ง. ( ) อื่น ๆ .....

4.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 5. ปลาสด

5.1 ปลา (สด) ที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เหงือกแดงสด

ข. ( ) เมื่อกาฬ

ค. ( ) ตาใสไม่จมในเบ้า

ง. ( ) เนื้อแน่นแข็ง เกล็ดและครีมนเกาะลำตัวแน่น

จ. ( ) อื่น ๆ .....

.....

5.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 6. ปลาทุงษ์

6.1 ปลาทุงษ์ที่ดีควรมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เนื้อแน่นอยู่ในสภาพดี

ข. ( ) อื่น ๆ .....

6.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

## 7. อาหารทะเล ปลาหมึก กุ้ง หอย

7.1 อาหารทะเล ปลาหมึก กุ้ง หอย ที่ดีมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เนื้อแน่นใส

ข. ( ) ไม่มีกลิ่นเหม็น

ค. ( ) หอยควรเลือกชนิดที่ยังอำปาก

ง. ( ) อื่น ๆ .....

7.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 8. ไข่

8.1 ไข่ที่ดีมีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เปลือกไข่จะมีนวลติด

ข. ( ) ไม่บูบรัว

ค. ( ) ไม่มีสิ่งสกปรกติด

ง. ( ) ฟองใหญ่ ๆ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

8.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

9. ผักประเภทต้น เช่น ผักกาดเขียว, ผักกาดขาว, ผักบั้ง ผักคะน้า ฯลฯ
- 9.1 ผักประเภทต้น เช่น ผักกาดเขียว, ขาว ผักบั้ง ผักคะน้า ฯลฯ ที่ตีมีลักษณะ [ ]  
 อย่างไร
- ก. ( ) ผักที่สดใหม่ เขียวสด ต้นอวบแข็ง
- ข. ( ) ใบไม่มีรูพรุน
- ค. ( ) อื่น ๆ .....
- .....
- 9.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]  
 .....
- .....
10. ผักประเภทหัว เช่น หัวผักกาด เผือก มัน ฯลฯ
- 10.1 ผักประเภทหัว เช่น หัวผักกาด เผือก มัน ฯลฯ ที่ตีมีลักษณะอย่างไร [ ]
- ก. ( ) หัวใหม่สด
- ข. ( ) มีน้ำหนักมาก
- ค. ( ) ไม่มีรูพรุนหรือจุดดำตามผิว
- ง. ( ) อื่น ๆ .....
- .....
- 10.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]  
 .....
- .....
11. ผักประเภทผล เช่น ฟักทอง แตงกวา บวบ ฟักเขียว มะเขือ ฯลฯ
- 11.1 ผักประเภทผล เช่น ฟักทอง แตงกวา บวบ ฟักเขียว มะเขือ ที่ตีมีลักษณะ [ ]  
 อย่างไร
- ก. ( ) ใหม่สด ขั้วไม่เหี่ยว
- ข. ( ) ผิวมีนวล
- ค. ( ) ไม่มีรูพรุนหรือจุดดำตามผิว
- ง. ( ) อื่น ๆ .....
- 11.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]  
 .....
- .....

12. พักประเภทพัก เช่น ถั่วพักยาว ถั่วแขก ถั่วลันเตา ฯลฯ

12.1 พักประเภทพัก เช่น ถั่วพักยาว ถั่วแขก ถั่วลันเตา ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) ใหมสดมีสีเขียว

ข. ( ) พักเล็กแข็งเม็ดเต็ม ๆ

ค. ( ) อื่น ๆ .....

12.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

13. ผลไม้

13.1 ผลไม้ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) ใหมสด

ข. ( ) ขี้หรือก้านแข็งหรือเขียว

ค. ( ) ใม่มีรูแมลงเจาะ

ง. ( ) ผลสม่ำเสมอ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

13.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

14. น้ำมันหมูและน้ำมันพืช

14.1 น้ำมันหมูและน้ำมันพืชที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีเหลืองใส

ข. ( ) ใม่แยกชั้น

ค. ( ) ใม่เหม็นหืน

ง. ( ) ยี่ห้อยี่ห้อเคย ระบุ .....

จ. ( ) อื่น ๆ .....

14.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

## 15. อาหารกระป๋อง

15.1 อาหารกระป๋องที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) กระป๋องไม่บุบ/บวม
- ข. ( ) ไม่เป็นสนิม
- ค. ( ) ดุ่ยห่อที่คุ้นเคย ระบุ .....
- ง. ( ) ฉลากมีรายละเอียด สถานที่ และส่วนประกอบอาหาร
- จ. ( ) อื่น ๆ .....

15.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 16. นมกล่อง

16.1 นมกล่องที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) กล่องอยู่ในสภาพดี
- ข. ( ) ดุ่ยห่อที่คุ้นเคย ระบุ .....
- ค. ( ) ฉลากมีรายละเอียดต่าง ๆ
- ง. ( ) มีวัน เดือน ปี ที่หมดอายุ
- จ. ( ) อื่น ๆ .....

16.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 17. นมข้นหวานกระป๋อง/อาหารเสริมเด็กเป็นกระป๋อง

17.1 นมข้นหวานกระป๋อง/อาหารเสริมเด็กเป็นกระป๋องที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) กระป๋องไม่บุบ/บวม
- ข. ( ) กระป๋องไม่เป็นสนิม
- ค. ( ) ฉลากมีรายละเอียดต่าง ๆ
- ง. ( ) มีวันเดือนปีที่หมดอายุ
- จ. ( ) ดุ่ยห่อที่คุ้นเคย ระบุ .....
- ฉ. ( ) อื่น ๆ .....

17.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

## 18. ะหมี่สำเร็จรูป เช่น มาม่า ไวไว ฯลฯ

18.1 ะหมี่สำเร็จรูป เช่น มาม่า ไวไว ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) อ่านฉลากก่อนซื้อ

ข. ( ) ยี่ห้อที่คุ้นเคย ระบุ .....

ค. ( ) ของ/ถุงไม่แตกรั่ว

ง. ( ) อื่น ๆ .....

18.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

## 19. ขนมเด็ก ๆ เช่น ข้าวเกรียบกุ้ง ขนมปัง ฯลฯ

19.1 ขนมเด็ก ๆ เช่น ข้าวเกรียบกุ้ง ขนมปัง ฯลฯ ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เลือกที่สีสวยงาม

ข. ( ) เลือกตามโฆษณา

ค. ( ) ใหม่สดไม่ขึ้นรา

ง. ( ) เลือกแผ่นใหญ่ ๆ/ก้อนใหญ่ ๆ

จ. ( ) อื่น ๆ .....

19.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

## 20. พงชुरส

20.1 พงชुरสที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เลือกชนิดราคาถูกที่สุด

ข. ( ) เลือกยี่ห้อที่คุ้นเคย ระบุ .....

ค. ( ) เลือกชนิดบรรจุของสำเร็จ

ง. ( ) เลือกชนิดที่แบ่งขาย

จ. ( ) อื่น ๆ .....

20.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

21. หอม กระเทียม พริกแห้ง

21.1 หอม กระเทียม พริกแห้ง <sup>ที่</sup>มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) เนื้อแน่นไม่พ่ลือบ
- ข. ( ) ใหมไม่มีรา
- ค. ( ) อื่น ๆ .....

21.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....  
.....  
.....

22. ปลาแห้ง

22.1 ปลาแห้ง<sup>ที่</sup>มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) ไม่มีแมลงหรือหนอน
- ข. ( ) สีไม่เข้มเกินไป
- ค. ( ) อื่น ๆ .....

22.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....  
.....  
.....

23. อาหารถนอม เช่น ผักดอง หน่อไม้ดอง เป็นต้น

23.1 อาหารถนอม เช่น ผักดอง หน่อไม้ดอง <sup>ที่</sup>มีลักษณะอย่างไร [ ]

- ก. ( ) ไม่เหม็นเปรี้ยวผิดปกติ
- ข. ( ) ไม่มีฟอง
- ค. ( ) อื่น ๆ .....

23.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....  
.....  
.....

24. ปลาร้า ปลาจ่อม ปลาแจ่ว

24.1 ปลาร้า ปลาจ่อม ปลาแจ่ว ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) กลิ่นหอมข้าวคั่ว/ร้า

ข. ( ) สีไม่แดงเกินไป

ค. ( ) อื่น ๆ .....

.....

24.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

25. น้ำปลา

25.1 น้ำปลาที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีน้ำตาลใส

ข. ( ) ฉลากมีรายละเอียดชัดเจน

ค. ( ) อื่น ๆ .....

.....

25.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

26. ไข่กรอกอีสาน

26.1 ไข่กรอกอีสานที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) สีน้ำตาล (ไม่แดงจนเกินไป)

ข. ( ) ไม่จืด

ค. ( ) อื่น ๆ .....

.....

26.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

.....

## 27. ข้าว

27.1 ข้าวที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) เม็ดใหญ่ยาวไม่หัก

ข. ( ) ข้าวใหม่

ค. ( ) ข้าวเก่า

ง. ( ) อื่น ๆ .....

27.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 28. อาหารถุงปรุงสำเร็จ

28.1 อาหารถุงปรุงสำเร็จที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) ปรุงเสร็จใหม่ ๆ

ข. ( ) ไม่มีแมลงวันตอม

ค. ( ) ไม่มีพอง

ง. ( ) อื่น ๆ .....

28.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## 29. อาหารปรุงสำเร็จอื่น ๆ เช่น ไก่ย่าง ปลาอย่าง ฯลฯ

29.1 อาหารสำเร็จรูปอื่น ๆ เช่น ไก่ย่าง ปลาอย่าง ที่มีลักษณะอย่างไร [ ]

ก. ( ) ใหม่ ๆ ร้อน ๆ

ข. ( ) สีสวย ๆ

ค. ( ) ตัวใหญ่ ๆ/ชิ้นใหญ่ ๆ

ง. ( ) อื่น ๆ .....

29.2 ในทางปฏิบัติเลือกซื้ออย่างไร [ ]

.....

.....

## B. ทักษะคิด

1. เนื้อซื้อจากตลาดสะอาดปลอดภัยกว่าซื้อจากคนในหมู่บ้านเอง หรือรถที่นำมาขายในหมู่บ้าน [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
2. เมื่อซื้อเนื้อหมู เนื้อวัว เนื้อควาย ควรสั่งผู้ขายให้แล้วส่วนที่ต้องการออกจากชิ้นใหญ่ ดีกว่าเนื้อที่แรมเป็นชิ้นเล็ก ๆ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
3. เนื้อสัตว์ที่มียาฉีดตัวแบน เม็ดสาquin ถ้าต้มให้สุกก็ไม่เป็นอันตรายสามารถบริโภคได้ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
4. การเลือกซื้ออาหารจะคำนึงถึงราคาเป็นอันดับแรก [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
5. ในการเลือกซื้อปลาน้ำจืดควรซื้อปลาที่ยังไม่ตาย [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
6. หากราคาใกล้เคียงกัน ควรเลือกไข่ที่มีขนาดใหญ่ เพราะได้ปริมาณและคุณค่ามากกว่าไข่ฟองเล็ก [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
7. ไข่ที่มีผิวขาวสะอาดและเกลี้ยงเป็นมัน แสดงว่าเป็นไข่ใหม่ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
8. ผักที่สีน้ำตาล ควรมีใบสวย ๆ ไม่มีรูพรุนเลย ไม่มีรอยขีดข่วน [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
9. การเลือกซื้อผักและผลไม้ที่มีในฤดูกาลและในท้องถิ่น ทำให้ได้อาหารที่มีราคาถูก คุณภาพดี [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
10. ควรเลือกซื้ออาหารที่มีราคาแพง ๆ ทำให้ได้อาหารที่ดีมีคุณภาพมาก [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
11. ในการเลือกซื้ออาหารกระป๋อง ดูฉลากเฉพาะยี่ห้อ ก็เชื่อถือได้ว่าปลอดภัย คุณภาพดี [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
12. ควรเลือกซื้ออาหารตามโฆษณาในทีวี เพราะเป็นอาหารที่ดี ไม่มีอันตราย [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย

13. ปลาที่ควรซื้อที่มีสีออกแดง ๆ มีกลิ่นฉุนมาก ๆ (กลิ่นแรง) [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
14. บะหมี่สำเร็จรูปที่มีถุงแตก หรือรูรั่ว ไม่ควรซื้อมากิน [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
15. อาหารกระป๋องที่บูบพรุน หรือมีสนิม แต่ขายในราคาถูกมาก ควรซื้อมากิน [ ]  
 เพราะไม่มีอันตราย  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
16. อาหารที่ผสมผงหรือน้ำยาเพื่อให้เก็บได้นาน ๆ ซื้อมากินได้บ่อย ๆ ไม่มีอันตราย [ ]  
 และทำให้อาหารไม่เสียง่ายด้วย  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
17. ขนมเด็ก ๆ ควรเลือกชนิดที่มีสีสังสวยงาม เพราะเด็ก ๆ ชอบ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
18. น้ำปลาที่ดีควรมีลักษณะใส ๆ สีคล้ำ ๆ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย
19. ปลาแห้ง กุ้งแห้ง เนื้อแห้ง ควรซื้อสีออกแดง ๆ เข้ม ๆ [ ]  
 1. ( ) เห็นด้วย      2. ( ) ไม่แน่ใจ      3. ( ) ไม่เห็นด้วย

## ภาคผนวก ง

### แผนภูมิปัจจัยในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร

จากการศึกษาพบว่า ปัจจัยที่น่าจะมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร มีดังนี้คือ

