

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กรมการปกครอง. "บันทึกนักปกครอง" กระทรวงมหาดไทย, 2536.

จิตติ คิงศภัทย์. คำอธิบายกฎหมายแพ่งและพาณิชย์บุคคล กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2520.

ทิพย์ นาคสุภา. จิตวิทยา. คณะรัฐศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พิมพ์ครั้งที่ 3 (ม.ป.พ.), 2518.

บรรพต วีระชัยและคณะ. สังคมวิทยาการเมือง, 2526.

บุญเยี่ยม ตระกูลวงศ์. "พฤติกรรมการณ์ของคนไทย" ภาควิชาสังคมศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2530.

ภูมิพลอดุลยเดช ป.ร. "พระราชบัญญัติระเบียบการบริหารราชการแผ่นดิน พุทธศักราช 2534", 2534.

ประสาร ทิพย์ธารา. "จิตวิทยาการศึกษา" กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์เลื่องเชื่องธรรมประทีป, 2520.

ประเวศ วะสี. สาธารณสุขกับพุทธธรรม. พิมพ์ครั้งที่สาม: กรุงเทพมหานคร. แสงรุ่งการพิมพ์, 2524.

วิเชียร เกตุสิงห์. การวิจัยเชิงปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2534.

สนอง อนุกุล "อาหารและโภชนาการ", อนามัยสัจจรครั้งที่ 3 กรุงเทพมหานคร: ศูนย์นิสิตนักศึกษาแพทย์แห่งประเทศไทย, 2525.

สนั่น ปัทมะทิน. ศัพทานุกรมสื่อสารมวลชน. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2520.

สุชาติ ศิริสุขไพบลูย์. ทฤษฎีการเขียนรู้. กรุงเทพมหานคร: สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าพระนครเหนือ, 2528.

สุโท เจริญสุข. จิตวิทยา. กรุงเทพฯ: ธนบุรี: สุณีส์การพิมพ์, 2520.

เสถียร เศษประทีป. การสื่อสารและการพัฒนา. กรุงเทพมหานคร: เจ้าพระยาการพิมพ์, 2528.

สำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภคและสำนักงานสถิติแห่งชาติ. "สำรวจความคิดเห็นในการคุ้มครองผู้บริโภค", 2525.

## วิทยานิพนธ์

- จิระวารณ อัญคี. "การติดตามความรู้ ทักษะคิดและการปฏิบัติของเกษตรกรผู้รับสารจากการติดตามสถานการณ์ศัตรูข้าว จังหวัดชัยนาทในปี 2531" วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.
- ดวงทิพย์ วรพันธ์. "กลยุทธ์การใช้สื่อเพื่อปลูกฝังโภชนาการแก่สตรีชนบท จังหวัดสุพรรณบุรี" วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.
- นิตยา วัจนะภูมิ. "การศึกษาปัจจัยทางเศรษฐกิจสังคมและภูมิหลังของครอบครัวที่มีผลต่อภาวะโภชนาการของเด็กก่อนวัยเรียนในชุมชนแหล่งเสื่อมโทรม กรุงเทพฯ" คณะสาขาวิชาการระบอบ ปริญญาโทนิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2525.
- ประยงค์ ลิ้มตระกูล. "การศึกษาปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจและสังคมที่มีผลต่อภาวะทุพโภชนาการเด็กก่อนวัยเรียนในชนบท จังหวัดเชียงใหม่" สาขาสังคมศาสตร์การแพทย์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2522.
- เพ็ญศรี วงศ์ศิริโรจน์กุล. "อิทธิพลของสื่อกับการให้ความรู้ การส่งเสริมเลี้ยงดูด้วยนมแม่ศึกษาเฉพาะกรณี ศูนย์อนามัยแม่และเด็ก เขต 4 จังหวัดขอนแก่น" วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตร์บัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.
- มุกดา แก้วมณีโชค. "ประสิทธิผลของสื่อเสียงตามสายที่มีต่อความรู้ ทักษะคิด และการปฏิบัติงานเกี่ยวกับการสุขาภิบาลอาหารของประชาชนในเขตเทศบาลเมืองชลบุรี" วิทยานิพนธ์ปริญญาโทนิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- วรนุช จิตรธรรมสภาพร. "ภูมิหลังของครอบครัวของเด็กที่ขาดอาหารในแหล่งเสื่อมโทรมหลังตลาดคลองเปรมประชา กรุงเทพมหานคร" วิทยานิพนธ์ครุศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2527.
- วรวรรณ สุจิมาระ. "ทักษะคิดของเกษตรกรเกี่ยวกับงานส่งเสริมการเกษตรในโครงการโภชนาการชนบท จังหวัดอุบลราชธานี" วิทยานิพนธ์ปริญญาโทนิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2531.
- วันทนา ชาญานิชวงศ์. "การเปิดรับสื่อมวลชนทางด้านอาหาร และโภชนาการศึกษาคความสำนึกจากการเปิดรับข่าวสารของแม่ที่นำบุตรมารับบริการ จากแผนกกุมารเวชศาสตร์ของโรงพยาบาลรามธิบดี โรงพยาบาลพญาไทและศูนย์บริการสาธารณสุข 2" วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2525.

- วิชัย จุฬารัตน์มนตรี. "การศึกษาอุปสรรคต่อการส่งเสริมการโภชนาการชนบท ศึกษาเฉพาะกรณีอำเภอสูงเนิน จังหวัดนครราชสีมา วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, 2527.
- สวพร ศิริรัตน์ตระกูล. "การรับข่าวสาร และพฤติกรรมการตัดสินใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีสารปรุงแต่งของครูระดับประถมศึกษาในเขตกรุงเทพฯ" ภาควิชาศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.
- สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ. "บทบาทของเครื่องบันทึกเสียงในการให้โภชนศึกษาแก่มารดาในเขตชนบท ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ" วิทยานิพนธ์นิเทศศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2524.

#### งานวิจัย

- กิติมา บัวลาย และ ชีรพล ชีระพงษ์ราชสีมา. "การศึกษาช่องทางติดต่อสื่อสารภายในหมู่บ้าน" ในการรวบรวมและวิเคราะห์ผลงานศึกษาวิจัยด้านการสาธารณสุขมูลฐาน, ปรีชา ดีสวัสดิ์ และคณะ, ผู้รวบรวม. กรุงเทพฯ:สำนักงานคณะกรรมการสาธารณสุขมูลฐาน. กรุงเทพฯ. โรงพิมพ์องค์การส่งเสริมการค้าต่างประเทศ, 2527.
- ไกรสิทธิ์ คันตศิรินทร์ และคณะ. "รูปแบบและวิธีการปรับปรุงพฤติกรรมการกิน" สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.
- คณะสาธารณสุขศาสตร์. "รูปแบบการปรับปรุงพฤติกรรมการกินของชาวชนบทอีสานตอนบน" มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2531.
- เครือวัลย์ หุตานุวัตรและคณะ. "รายงานการวิจัยเรื่องโภชนนิสัยของชาวชนบทอีสาน: ศึกษา เฉพาะกรณีบ้านหินลาด ตำบลบ้านค้อ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น" สำนักงานสังคมศาสตร์ โครงการวิจัยระบบการทำฟาร์ม มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2528.
- โครงการพัฒนาชนบทกลุ่มแม่น้ำแม่กลอง มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และมหาวิทยาลัยมหิดล. รวบรวมการสำรวจข้อมูลพื้นฐานในเขตโครงการพัฒนาชนบทกลุ่มน้ำแม่กลอง พ.ศ. 2517. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 2529.
- โครงการวิจัยระบบการทำฟาร์ม สำนักงานสังคมศาสตร์. "โภชนนิสัยของประชาชนอีสาน: ศึกษา เฉพาะกรณีบ้านหินลาด ตำบลบ้านค้อ จังหวัดขอนแก่น" มหาวิทยาลัยขอนแก่น, 2528.

- ชรา วิริยะพานิช, สุกฤษดิ์ สมิตะสิริและคณะ. "การวิจัยเพื่อปรับปรุงส่งเสริมพฤติกรรมการกินของชาวชนบทอีสานตอนล่าง (โครงการแนวกินเพื่อชีวิต)" สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2531.
- ชูเกียรติ มณีธรและคณะ. "โครงการวิจัยส่งเสริมและปรับปรุงพฤติกรรมการกิน ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร่วมกับโรงเรียนศรีมงคล และโรงเรียนชุมชนบ้านช่องแสมสาร" ข้อกำหนดสารอาหารที่คนได้รับประจำวันและแนวทางการบริโภคอาหารสำหรับคนไทย" กระทรวงสาธารณสุข, 2532.
- นักศึกษาปริญญาโท-เอก สาขาโภชนศาสตร์ ชั้นปีที่ 1. "การสำรวจปัจจัยที่มีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียนอายุ 6-14 ปี โรงเรียนข้าวไม้แก่น หมู่บ้านข้าวไม้แก่น ตำบลหนองกิ้งเพล อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี" มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- นิตา รามธรรมและคณะ. "การศึกษาภาวะโภชนาการ และโภชนนิสัยของกลุ่มผู้ใช้แรงงาน อายุ 15-24 ปี ในจังหวัดสมุทรสาคร นครปฐม กาญจนบุรี ราชบุรี พ.ศ.2531-2535". มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม. "โครงการโภชนาการเพื่อสุขภาพในชนบท". 2520.
- พิศณี วินิจจะกุล และคณะ. "โภชนาการและภาวะสังกะสีปัญหาโภชนาการในประเทศไทย" โรงพยาบาลรามาศิริ และสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- วิไล สิทธิศักดิ์และคณะ. "การศึกษาวัยภาวะโภชนาการกลุ่มบุคคลผู้ใช้แรงงานในโรงงานอุตสาหกรรม กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- สันศักดิ์ เสริมศรีและเจมส์ เอ็นไรลีย์. "พฤติกรรมในการใช้บริการทางการแพทย์สาธารณสุข และการคุมกำเนิดของไทย: การวิจัยในชุมชนแห่งหนึ่ง" สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2528.
- สถาบันวิจัยโภชนาการ. "สรุปการสัมมนาวิชาการเรื่อง การปรับพฤติกรรมการกินของคนไทย" มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- \_\_\_\_\_ . "การศึกษาค่าความสัมพันธ์ ระหว่างปัจจัยที่มีผลต่อภาวะโภชนาการในเด็ก 0-60 เดือน ณ หมู่บ้านข้าวไม้แก่น อำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี" มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532-2533.
- สถาบันวิจัยสังคม และสถาบันวิจัยโภชนาการ. "รายงานการวิจัย เรื่องปัจจัยที่มีผลกระทบต่อภาวะโภชนาการในภาคกลาง: ศึกษาเฉพาะหญิงมีครรภ์ หญิงให้นมบุตรและเด็ก 0-5 ปี" จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และมหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.

- สุจิตต์ สาลีพันธ์และคณะ. "ภาวะโภชนาการและโภชนาณีสัยของผู้ใช้แรงงานอายุ 12-15 ปี และผู้ประกอบการ" กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2534.
- สุทธิลักษณ์ สมิตะสิริ. "รูปแบบของการใช้สื่อผสมในการปรับปรุงพฤติกรรมการกิน" สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2534.

#### วารสาร

กองโภชนาการ กรมอนามัย. "ตำรับอาหารคว-หวาน" กระทรวงสาธารณสุข, 2534.

#### เอกสาร

- กรมอนามัย. "แผนงานโภชนาการ" แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 7 กระทรวงสาธารณสุข, 2535.
- โกศลสิทธิ์ ตันศิริรินทร์. "ปัญหาโภชนาการในประเทศไทย" เอกสารประกอบการบรรยายภาควิชาการเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี (เอกสารโรเนียว). คณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, สำนักงาน. "เอกสารและข้อมูลทางวิชาการประกอบการจัดทำแผนพัฒนาอาหารและโภชนาการแห่งชาติ 2520-2524 กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. (ม.ป.ป.)
- สถาบันวิจัยโภชนาการและกองโภชนาการ กรมอนามัย. "การประชุมเชิงปฏิบัติการอาหารและโภชนาการในแผนพัฒนาฯ ฉบับที่ 7 ณ ศูนย์ฝึกอบรมและพัฒนาการสาธารณสุขมูลฐานภาคกลาง ชลบุรี" มหาวิทยาลัยมหิดลและกระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- อารี วัลยะเสวี. "ทพโภชนาการกับการพัฒนาทางสมอง" สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล (เอกสารโรเนียว), 2533.
- \_\_\_\_\_ . "ปัญหาการพัฒนาเด็ก", รายงานการสัมมนาสื่อมวลชนกับการพัฒนาเด็ก 12-14 ตุลาคม 2522 ที่ อ.ปากช่อง จ.นครราชสีมา (พิมพ์โรเนียว).

ภาษาอังกฤษ

- Applebaum, Ronald L. and Others. Fundamental Concept in Human Communication. New York: Harper and Row, 1973.
- Atkin, Charles K. New Model For Mass Communication Research. New York: The Free Press, 1973.
- Becker, K.M., Comming, M.H., and Maile, M.C. Bringing. The Models Together: An Empirical Approach to Combining Variables used to Explain Health Action. Journal of Behavioral Medicine, 1980.
- Bloom, Benjamin S. Handbook on Formative and Summative Evaluation of Student Learning. New York: McGraw-Hill, 1967.
- D.S. Maclaren, "Nutrition Disease and the Eye." Borden's Review Nutrition Research 25 (1974)
- Erwin P. Bettinghaus, Persuasive Communication, (New York: Holt Rinehart and Winston Inc., 1968.
- Fuglesang Andreas. "Mass Communications Applied to Nutrition Education of Rural Populations: An Outline of Strategy", PAG Bulletin, 1974.
- G.C. Arneil and J.C. Crosbie, "infantile Rickets Returns to Glasgow," Lancet 2(1963)
- G.C. Arneil, "Vitamin D as a Public Health problem, "Letter to the Editor, British Medical Journal 2(1964)
- Hanks, R.Jane. Maternal and Its Rituals in Banchan (Thailand, Cornell Thailand Project Data Paper, 51(1963)
- H. De Hollanda and C.Gazcia, "In Brazil: The Radio Plays A New Role," International Journal Health Education 4(1961)
- I. Chanarin, D. Rothman & V. Berry. "Iron Deficiency and Its Relation to Folic Acid Status in Pregnancy: Results of Clinical Trial," British Medical Journal 1(1975)

- Jane Similey and Others, "Maternal and Infant Health and Their Associated Factors in an Inner City Population," American Journal of Public Health, Vol. 62(15), 1972.
- J.C. Mckenzie, Recent Developments in Social Science Related to Nutrition and Dietetics, Proceedings 4th International Congress of Dietetics, Stockholm, 1973.
- J.E. Gorden, I.D. Chitkara & J.B. Wyon, "Weanling Diarrhoea," American Journal Medical Sciences 245 (1973)
- John Maynard Keynes, The General Theory of Employment. Interest and Money, (London:McNillan, 1967)
- Klapper Joseph, The Effect of Mass Communication The Free Press, New York, 1960.
- Koh, E.T. and Caaples, V.Frequency of Selection of food groups by Low-Income Families in Southwestern Mississippi:Journal of The American Dietetic Association, 1979.
- Knan, Alan a and Cupta, B.M.A Study of Malnourished Children in Children's Hospital Lusaka (Zambia) The Journal of Tropical Pediatrics and Environmental Child Health, 1970.
- Lazarsfeld, Paul F.and Herbert Menzel, Mass Media and Personal Influence in The Science of Human Communication. ed. Wilbur Schramm. New York:Basic Book, 1963.
- Lerner, Daniel. The Passing of Traditional:Modernizing The Middle East. New York:The Free Press, 1958.
- Lerner Daniel, "Toward a Communication Theory," in Communication and Political Development, ed. by Lucian W.Pye (Princeton:Priceton University Press), 1963.
- M. McArthur, Report on an Assignment in Malaya, Manila:WHO Regional Office for the West Pacific, (Mimeo), 1962.

- M. Mead, Malnutrition and Food Habits: Report of an International and Interprofessional Conference, A Burges and R.F.A. Dean London, Tavistock ed., 1962.
- Meredith, Patrich. Instruments of Communication: An Essay on Scientific Writing. Oxford: Pergamon Press, 1961.
- Pye W. Lucian. Polioitics Personality and Nation Building: Burma's Search for Idenlity. New Haven: Yale University Press, 1966.
- Rogers, Everett M. and Lynne Svenning. Modernization Among Peasants : The Impact of Communication. New York: Holt: Richart and Winston, 1969.
- Rogers, Everett M. Communication Strategies for Family Planning, (New York: The Free Press, 1973)
- Thanagkul, Ousa, et al, "Malnutrition Problems in Thai Children," Chiangmai Med. Bulletin, 1975.
- Wilbur Schramm, Mass Media and National Development, (Stanford, California: Stanford University Press, 1964)
- Wilson A.T.M, Fostering Nutritional Change: Some Points From Social Research. Proceedings of the 6th International Conpress of Nutrition Edinburgh, Livingstone, 1963.
- World Health Organization, Malnutrition and Disease, (Prepared with assistance from Dr.V. Ramalingaswami), Geneva: Freedom from Hunger Campaign Basic Study 12(1973)
- Wray, Joe. D. and Aguirre, Alfredo, Protein-calorie Malnutrition in Candelaria, Colombia 1. Prevalence., Social and Demographic Causal The Journal of Tropical Pediatrics, 1969.





ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ภาคผนวก ก.

ตารางที่ 29 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามการเปิดรับข่าวสารจากสื่อวิทยุ

การเปิดรับข่าวสารจากสื่อวิทยุ	จำนวน	ร้อยละ
<u>การเปิดรับข่าวสารจากสื่อวิทยุ</u>		
ฟัง	344	88.2
ไม่ฟัง	46	11.8
รวม	390	100.0
<u>ความบ่อยครั้งในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อวิทยุ</u>		
ฟังทุกวัน	119	30.5
ฟังบ่อยมาก	33	8.5
ฟังบ้างพอสมควร	125	32.1
นาน ๆ ครั้ง	67	17.2
รวม	344	88.2
<u>ระยะเวลาที่ใช้ในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อวิทยุ</u>		
มากกว่า 3 ชั่วโมง	62	15.9
ประมาณ 3 ชั่วโมง	23	5.9
ประมาณ 2 ชั่วโมง	64	16.4
ประมาณ 1 ชั่วโมง	82	21.0
1-30 นาที	113	29.0
รวม	344	88.2



ตารางที่ 30 แสดงจำนวนและร้อยละของความบ่อยครั้ง ในการฟังรายการวิทยุประเภทต่าง ๆ

รายการ	ฟังทุกวัน		ฟังบ่อยมาก		ฟังบ้างพอสมควร		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคยฟังเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ข่าว วิเคราะห์ข่าว	96	24.6	50	12.8	119	30.5	60	15.4	19	4.9
2. รายการทางด้าน โภชนาการ	6	1.5	36	9.2	102	26.2	134	34.4	66	16.9
3. รายการตอบปัญหาชีวิต และสุขภาพ	5	1.3	28	7.2	111	28.5	124	31.8	76	19.5
4. รายการบันเทิง เช่น เพลง	101	25.9	99	25.4	94	24.1	37	9.5	13	3.3
5. รายการกีฬา	37	9.5	57	14.6	110	28.2	83	21.3	57	14.6
6. รายการเพื่อการศึกษา	14	3.6	29	7.4	105	26.9	113	29.0	83	21.3
7. รายการสำหรับเด็ก	12	3.1	22	5.6	94	24.1	119	30.5	97	24.9
8. รายการเกร็ดความรู้ สารคดี	15	3.8	45	11.5	126	32.3	102	26.2	56	14.4
9. รายการแม่บ้าน รายการ เพื่อสตรี	10	2.6	28	7.2	71	18.2	134	34.4	101	25.9
10. รายการละครวิทยุ	17	4.4	24	6.2	48	12.3	81	20.8	174	44.6
11. อื่น ๆ	-	-	1	.3	1	.3	2	.5	-	-

ตารางที่ 31 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามการเปิดรับข่าวสารจากสื่อโทรทัศน์

การเปิดรับข่าวสารจากสื่อโทรทัศน์	จำนวน	ร้อยละ
<u>การเปิดรับข่าวสารจากสื่อโทรทัศน์</u>		
<u>ดู</u>	387	99.2
<u>ไม่ดู</u>	3	.8
รวม	390	100.0
<u>ความบ่อยครั้งในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อโทรทัศน์</u>		
<u>ทุกวัน</u>	314	80.5
<u>ดูบ่อยมาก</u>	10	4.6
<u>ดูบ้างพอสมควร</u>	44	11.3
<u>นาน ๆ ครั้ง</u>	11	2.8
รวม	387	99.2
<u>ระยะเวลาที่ใช้ในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อโทรทัศน์</u>		
<u>มากกว่า 3 ชั่วโมง</u>	138	35.4
<u>ประมาณ 3 ชั่วโมง</u>	94	24.1
<u>ประมาณ 2 ชั่วโมง</u>	89	22.8
<u>ประมาณ 1 ชั่วโมง</u>	55	14.1
<u>1-30 นาที</u>	11	2.8
รวม	387	99.2

ตารางที่ 32 แสดงจำนวนและร้อยละของความบ่อยครั้ง ในการดูรายการโทรทัศน์ประเภทต่าง ๆ

รายการ	ทุกวัน		บ่อยมาก		บ้างพอสมควร		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคยดูเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ข่าว วิเคราะห์ข่าว	196	50.3	80	20.5	73	18.7	29	7.4	9	2.3
2. รายการทางด้าน โภชนาการ	15	3.8	32	8.2	153	39.2	134	34.4	53	13.6
3. รายการตอบปัญหาชีวิต และสุขภาพ	15	3.8	37	9.5	125	32.1	154	39.5	56	14.4
4. รายการบันเทิง เช่น ดนตรี ภาพยนตร์	121	31.0	103	26.4	114	29.2	36	9.2	13	3.3
5. รายการกีฬา	102	26.2	94	24.1	114	29.2	55	14.1	22	5.6
6. รายการเพื่อการศึกษา	17	4.4	41	10.5	127	32.6	128	32.8	74	19.0
7. รายการเด็ก การ์ตูน	40	10.3	57	14.6	89	22.8	129	33.1	72	18.5
8. รายการเกร็ดความรู้ สารคดี	29	7.4	75	19.2	139	35.6	98	25.1	46	11.8
9. รายการแม่บ้าน รายการ เพื่อสตรี	12	3.1	43	11.0	104	26.7	142	36.4	86	22.1
10. รายการเกมส์โชว์	14	3.6	67	17.2	132	33.8	117	30.0	57	14.6
11. อื่น ๆ	-	-	1	.3	2	.5	-	-	-	-

ตารางที่ 33 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามการเปิดรับข่าวสารจากสื่อหนังสือพิมพ์

การเปิดรับข่าวสารจากหนังสือพิมพ์	จำนวน	ร้อยละ
<u>การเปิดรับข่าวสารจากสื่อหนังสือพิมพ์</u>		
อ่าน	328	99.2
ไม่อ่าน	62	15.9
รวม	390	100.0
<u>ความบ่อยครั้งในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อหนังสือพิมพ์</u>		
อ่านทุกวัน	129	33.1
อ่านบ่อยมาก	38	9.7
อ่านบ้างพอสมควร	100	25.6
นาน ๆ ครั้ง	61	15.7
รวม	328	84.1
<u>ระยะเวลาที่ใช้ในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อหนังสือพิมพ์</u>		
มากกว่า 30 นาที	93	23.8
ประมาณ 30 นาที	96	24.6
ประมาณ 20 นาที	60	15.4
ประมาณ 10 นาที	56	14.4
ประมาณ 5 นาที	23	5.9
รวม	328	84.1

ตารางที่ 34 แสดงจำนวนและร้อยละของความบ่อยครั้ง ในการอ่านหนังสือพิมพ์คอลัมน์ต่าง ๆ

รายการ	อ่านทุกวัน		อ่านบ่อยมาก		อ่านบ้างพอสมควร		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคยอ่านเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ข่าว วิเคราะห์ข่าว	96	24.6	68	17.4	103	26.4	52	13.3	9	2.3
2. คอลัมน์ทางด้าน โภชนาการ	9	2.3	29	7.4	111	28.5	114	29.2	65	16.7
3. คอลัมน์ตอบปัญหาชีวิต และสุขภาพ	7	1.8	40	10.3	104	26.7	115	29.5	62	15.9
4. คอลัมน์ บันเทิงดารา	25	6.4	77	19.7	105	26.9	89	22.8	32	8.2
5. กีฬา	48	12.3	57	14.6	117	30.0	66	16.9	40	10.3
6. ข่าวการศึกษา	24	6.2	54	13.8	122	31.3	78	20.0	50	12.8
7. ข่าวสังคม ข่าวสตรี	17	4.4	40	10.3	116	29.7	96	24.6	59	15.1
8. เกร็ดความรู้สารคดี	24	6.2	71	18.2	119	30.5	70	17.9	44	11.3
9. บทวิจารณ์และแสดง ความคิดเห็นต่าง ๆ	30	7.7	54	13.8	104	26.7	89	22.8	51	13.1
10. คอลัมน์เศรษฐกิจ การพัฒนาประเทศ	32	8.2	60	15.4	125	32.1	70	17.9	41	10.5
11. อื่น ๆ	2	.5	1	.3	-	-	1	.3	-	-

ตารางที่ 35 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามการเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชนหรือวารสาร

การเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชนหรือวารสาร	จำนวน	ร้อยละ
<u>การเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชนหรือวารสาร</u>		
อ่าน	275	70.5
ไม่อ่าน	115	29.5
รวม	390	100.0
<u>ความบ่อยครั้งในการเปิดรับข่าวสารจากสื่อมวลชนหรือวารสาร</u>		
อ่านเป็นประจำ	56	14.4
อ่านบ่อยมาก	27	6.9
อ่านบ้างพอสมควร	100	25.6
นาน ๆ ครั้ง	91	23.6
รวม	275	70.5
<u>จำนวนสื่อมวลชนหรือวารสารที่อ่าน</u>		
1 ฉบับ	14	3.6
2 ฉบับ	22	5.6
3 ฉบับ	47	12.1
4 ฉบับ	103	26.4
ตั้งแต่ 5 ฉบับขึ้นไป	88	22.8
รวม	275	70.5



ตารางที่ 36 แสดงจำนวนและร้อยละของความบ่อยครั้ง ในการอ่านนิตยสารหรือวารสารคอลัมน์  
ต่าง ๆ

ประเภทของเนื้อหา	อ่านเป็นประจำ		อ่านบ่อยมาก		อ่านบ้างพอสมควร		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคยอ่านเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ข่าวสารการเมือง										
เศรษฐกิจ และสังคม	63	16.2	38	9.7	101	25.9	52	13.3	20	5.1
2. ข่าวสารทางด้าน										
โภชนาการ	11	2.8	27	6.9	126	32.3	80	20.5	30	7.7
3. คอลัมน์ตอบปัญหาชีวิต										
และสุขภาพ	12	3.1	42	10.8	115	29.5	77	19.7	28	7.2
4. แฟชั่น และความงาม	21	5.4	63	16.2	92	23.6	74	19.0	24	6.2
5. นวนิยาย	22	5.6	34	8.7	66	16.9	84	21.5	68	17.4
6. เกร็ดความรู้ และ										
สารคดีต่าง ๆ	29	7.4	69	17.7	94	24.1	62	15.9	20	5.1
7. ประเภทบันเทิง เช่น										
ดารา ภาพยนตร์ เพลง	33	8.5	63	16.2	95	24.4	64	16.4	19	4.9
8. ประเภทแม่บ้านแม่เรือน	19	4.9	41	10.5	84	21.5	87	22.3	43	11.0
9. บทความต่าง ๆ	21	5.4	52	13.3	92	23.6	72	18.5	37	9.5
10. ผูกักกะต่าง ๆ เช่น										
ทำครัว การฝีมือ										
เครื่องใช้	25	6.4	40	10.3	90	23.1	80	20.5	39	10.0
11. อื่น ๆ	-	-	3	.8	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 37 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามความบ่อยครั้งในการเปิดรับ  
ข่าวสารจากสื่อบุคคล

บุคคล	ทุกวัน		เกือบทุกวัน		บางวัน		นาน ๆ ครั้ง		ไม่เคยเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. พ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัว	284	72.8	44	11.3	29	7.4	33	8.5	-	-
2. เพื่อนฝูง	226	57.9	97	24.9	43	11.0	23	5.9	1	.3
3. เพื่อนบ้าน	147	37.7	102	26.2	103	26.4	35	9.0	3	.8
4. เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทางด้านสาธารณสุข	19	4.9	23	5.9	78	20.0	216	55.4	54	13.8
5. ครู	55	14.1	42	10.8	105	26.9	150	38.5	38	9.7
6. กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน	11	2.8	29	7.4	68	17.4	187	47.9	95	24.4
7. พระสงฆ์	10	2.6	29	7.4	107	27.4	188	48.2	56	14.4
8. บุคคลอื่น ๆ	4	1.0	1	.3	1	.3	-	-	-	-

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 38 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามระยะเวลาที่ใช้ในการเปิดรับ  
ข่าวสารจากสื่อบุคคล

บุคคล	มากกว่า 3 ชั่วโมง		ประมาณ 3 ชั่วโมง		ประมาณ 2 ชั่วโมง		ประมาณ 1 ชั่วโมง		1-30 นาที	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. พ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัว	150	38.5	34	8.7	43	11.0	80	20.5	83	21.3
2. เพื่อนฝูง	115	29.5	46	11.8	56	14.4	84	21.5	88	22.6
3. เพื่อนบ้าน	39	10.0	25	6.4	36	9.2	102	26.2	186	47.7
4. เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทางด้านสาธารณสุข	10	2.6	7	1.8	11	2.8	56	14.4	256	65.6
5. ครู	34	8.7	12	3.1	20	5.1	64	16.4	224	57.4
6. กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน	3	.8	2	.5	21	5.4	60	15.4	209	53.6
7. พระสงฆ์	2	.5	2	.5	13	3.3	52	13.3	266	68.2
8. บุคคลอื่น ๆ	4	1.0	2	.5	3	.8	-	-	1	.3

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 39 แสดงจำนวนและร้อยละของความบ่อกครั้ง ในเนื้อหาที่พูดคุยกับบุคคลต่าง ๆ

ประเภทของเนื้อหา	พูดเป็นประจำ		พูดบ่อยมาก		พูดบ้างพอสมควร นาน ๆ พูดครั้ง		ไม่เคยพูดเลย			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
1. การทำมาหากิน	151	38.7	84	21.5	116	29.7	34	8.7	5	1.3
2. ค่านิยม ความเชื่อ ขนบธรรมเนียม ประเพณี										
วัฒนธรรมของท้องถิ่น	22	5.6	61	15.6	144	36.9	150	38.5	13	3.3
3. วิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น	25	6.4	66	16.9	153	39.2	118	30.3	28	7.2
4. ธรรมชาติ	18	4.6	32	8.2	115	29.5	177	45.4	48	12.3
5. โบราณการ	48	12.3	78	20.0	142	36.4	92	23.6	30	7.7
6. ปัญหาในครอบครัว	43	11.0	54	13.8	117	30.0	133	34.1	43	11.0
7. เรื่องของชาวบ้าน	12	3.1	20	5.1	68	17.4	174	44.6	116	29.7
8. ข่าวสารบ้านเมือง	55	14.1	80	20.5	146	37.4	81	20.8	28	7.2
9. อื่น ๆ	-	-	-	-	5	1.3	1	.3	-	-

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 40 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชนจำแนกตามระดับโภชนาการ

โภชนาการ	เป็นประจำ		เป็นบางครั้ง		ไม่เคยเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่เสริมสร้างและซ่อมแซมร่างกาย เช่น เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ นม ถั่วเมล็ดแห้ง	251	64.4	113	29.0	26	6.7
2. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่ให้พลังงาน เช่น ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไขมัน จากสัตว์และพืช	212	54.4	144	36.9	34	8.7
3. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่ควบคุมการทำงานของร่างกายให้ปกติ เช่น ผักใบเขียว ผักผักอื่น ๆ ผลไม้ต่าง ๆ	242	62.1	121	31.0	27	6.9
4. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่สุก ๆ ดิบ ๆ	201	51.5	156	40.0	33	8.5
5. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่หมักดอง	95	24.4	263	67.4	32	8.2
6. ในการซื้ออาหาร ท่านชอบซื้ออาหารที่สด	313	80.3	74	19.0	3	.8
7. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่สำเร็จรูป	69	17.7	293	75.1	28	7.2

ตารางที่ 40 (ต่อ)

โภชนาณีสัย	เป็นประจำ		เป็นบางครั้ง		ไม่เคยเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
8. ในการซื้ออาหาร ท่านชอบซื้ออาหาร ที่มีภาชนะปกปิดอย่างมิดชิด	268	68.7	106	27.2	16	4.1
9. ในการซื้ออาหาร ท่านเคยสังเกต ความสะอาดภาชนะที่บรรจุอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้เกี่ยวกับอาหาร	295	75.6	83	21.3	12	3.1
10. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหาร ที่มีแมลงวันตอม	338	86.7	38	9.7	16	3.6
11. ในการซื้ออาหาร ท่านชอบซื้ออาหารที่ อุ่น ๆ ร้อน ๆ	284	72.8	99	25.4	7	1.8
12. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงความ สะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	310	79.5	76	19.5	4	1.0
13. ในการซื้ออาหารท่านคำนึงความสะอาด ของผู้ขาย	313	80.3	69	17.7	8	2.1
14. ในการรับประทานอาหาร ท่านคำนึงถึง คุณค่าของอาหารที่เสริมสร้างและ ซ่อมแซมร่างกาย เช่น เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ นม ถั่วเมล็ดแห้ง	236	60.5	134	34.4	20	5.1

## ตารางที่ 40 (ต่อ)

โภชนนีสัย	เป็นประจำ		เป็นบางครั้ง		ไม่เคยเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
15. ในการรับประทานอาหาร ท่านคำนึงถึง คุณค่าของอาหารที่ให้พลังงาน เช่น ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไขมัน จากสัตว์และพืช	219	56.2	146	37.4	25	6.4
16. ในการรับประทานอาหาร ท่านคำนึงถึง คุณค่าอาหารที่ควบคุมการทำงานของ ร่างกายให้ปกติ เช่น ผักใบเขียว พืชผักอื่น ๆ ผลไม้ต่าง ๆ	244	62.6	117	30.0	29	7.4
17. ในการรับประทานอาหาร ท่านหลีกเลี่ยง อาหารที่สุก ๆ ดิบ ๆ	217	55.6	152	39.0	21	5.4
18. ในการรับประทานอาหาร ท่านหลีกเลี่ยง อาหารหมักดอง	113	29.0	253	64.9	24	6.2
19. ในการรับประทานอาหาร ท่านชอบ รับประทานอาหารที่สด	274	70.3	101	25.9	15	3.8
20. ในการรับประทานอาหาร ท่านหลีกเลี่ยง อาหารที่สำเร็จรูป	80	20.5	288	73.8	22	5.6
21. ในการรับประทานอาหาร ท่านชอบ รับประทานอาหารที่มีภาชนะปกปิดมิดชิด	284	72.8	92	23.6	14	3.6

## ตารางที่ 40 (ต่อ)

โภชนาณีสัย	เป็นประจำ		เป็นบางครั้ง		ไม่เคยเลย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
22. ในการรับประทานอาหาร ท่านเคย สังเกตความสะอาดภาชนะที่บรรจุอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้เกี่ยวกับอาหาร	319	81.8	66	16.9	5	1.3
23. ในการรับประทานอาหาร ท่านหลีกเลี่ยง อาหารที่มีแมลงวันตอม	346	88.7	40	10.3	4	1.0
24. ในการรับประทานอาหาร ท่านคำนึงถึง ความสะอาดของสถานที่จำหน่ายอาหาร	294	75.4	91	23.3	5	1.3
25. ในการรับประทานอาหาร ท่านคำนึงถึง ความสะอาดของผู้ขาย	316	81.0	69	17.7	5	1.3
26. ในการรับประทานอาหาร ท่านชอบ รับประทานอาหารที่อุ่น ๆ ร้อน ๆ	296	75.9	86	22.1	8	2.1
27. ในการรับประทานอาหาร ท่านหลีกเลี่ยง อาหารที่ค้างคืน	240	61.5	130	33.3	20	5.1
28. ท่านรับประทานอาหารเข้า	262	67.2	113	29.0	15	3.8
29. ท่านรับประทานอาหารระหว่างมือ	68	17.4	192	49.2	130	33.3
30. เวลาท่านรับประทานอาหารสัมผัสท่านใส่ ปลาร้าดิบ	79	19.2	177	45.4	138	35.4
31. เวลาท่านมีบาดแผลหรือได้รับอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วย ท่านงดอาหารแสดง	93	23.8	164	42.1	132	34.1



ตารางที่ 41 แสดงจำนวนและร้อยละของประชาชน จำแนกตามจำนวนที่ตอบถูก และตอบผิด เกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ

ความรู้ด้านโภชนาการ	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
1. ท่านทราบหรือไม่ว่า อาหารหลักที่เรารับประทาน มีด้วยกันกี่หมู่	317	81.3	73	18.7
2. อาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ไช้ นม กัวเมล็ดต่าง ๆ ฯลฯ ให้ประโยชน์ต่อร่างกายคือ	207	53.1	183	46.9
3. อาหารจำพวก ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไช้มันจากสัตว์ และพืชให้ประโยชน์ต่อร่างกายคือ	294	75.4	96	24.6
4. อาหารจำพวก ผักใบเขียว พืชผักอื่น ๆ ผลไม้ต่าง ๆ ให้ประโยชน์ต่อร่างกายคือ	222	56.9	168	43.1
5. อาหารจำพวกใดที่สามารถรับประทานแทนอาหารประเภทเนื้อสัตว์ได้	284	72.8	106	27.2
6. การหุงข้าวด้วยวิธีหนึ่ง หรือไม่แช่น้ำมีประโยชน์คือ	326	83.6	64	16.4
7. ผักต้ม หากอุ่นให้ร้อนอยู่เรื่อย ๆ จะทำให้	289	74.1	101	25.9
8. โรคขาดอาหาร ท่านคิดว่าเกิดจากอะไร	272	69.7	118	30.3
9. โรคที่เกิดจากการรับประทานอาหารไม่เพียงพอ มีอะไรบ้าง	281	72.1	109	27.9
10. ผักและผลไม้ที่มีวิตามินเอ ซึ่งช่วยบำรุงสายตาคือ	353	90.5	37	9.5
11. อาหารจำพวกใดที่มีสารไอโอดีนสูงที่ป้องกันโรคคอพอก	357	91.5	33	8.5
12. วิธีป้องกันโรคขาดสารอาหารคือ	348	89.2	42	10.8

ตารางที่ 41 (ต่อ)

ความรู้ด้านโภชนาการ	ตอบถูก		ตอบผิด	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
13. อาหารจำพวกใด ที่มีวิตามินซีสูงที่ป้องกัน โรคเลือดออกตามไรฟัน	322	82.6	68	17.4
14. ระหว่างผักสดและผักลวก ชนิดไหนให้คุณค่า ทางอาหารมากกว่ากัน	337	86.4	53	13.6
15. เมื่อท่านไม่สบาย ท่านคิดว่าควรรับประทานอาหาร ประเภทใดในข้อต่อไป	203	52.1	187	47.9

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## 5. อาชีพของท่าน

—9

1. เกษตรกร (ชาวนา ชาวไร่ฯ)
2. ลูกจ้าง (ลูกจ้างรัฐวิสาหกิจ บริษัทหรือร้านค้า)
3. ข้าราชการ
4. แม่บ้าน
5. ค้าขาย (พ่อค้า แม่ค้า)
6. ผู้ประกอบการค้า หรือธุรกิจเอกชน
7. รับจ้างทั่วไป งานบริการ
8. นักเรียน นิสิต นักศึกษา

## 6. ท่านมีรายได้ต่อเดือนประมาณ

—10

1. ไม่มีรายได้
2. ต่ำกว่า 2,000 บาท
3. 2,001-4,000 บาท
4. 4,001-6,000 บาท
5. 6,001-8,000 บาท
6. 8,001 บาทขึ้นไป

ตอนที่ 2 : การเปิดรับข่าวสาร

โปรดวงกลมหน้าข้อที่เป็นคำตอบของท่าน

## 1. ท่านฟังวิทยุหรือไม่

—11

1. ฟัง
2. ไม่ได้ฟัง (ข้ามไปทำข้อ 5)

## 2. ท่านฟังวิทยุบ่อยแค่ไหน

—12

1. ฟังทุกวัน
2. ฟังบ่อยมาก
3. ฟังบ้างพอสมควร
4. นานๆ ครั้ง

## 3. ในแต่ละวันท่านฟังวิทยุโดยเฉลี่ยใช้เวลานานเท่าใด

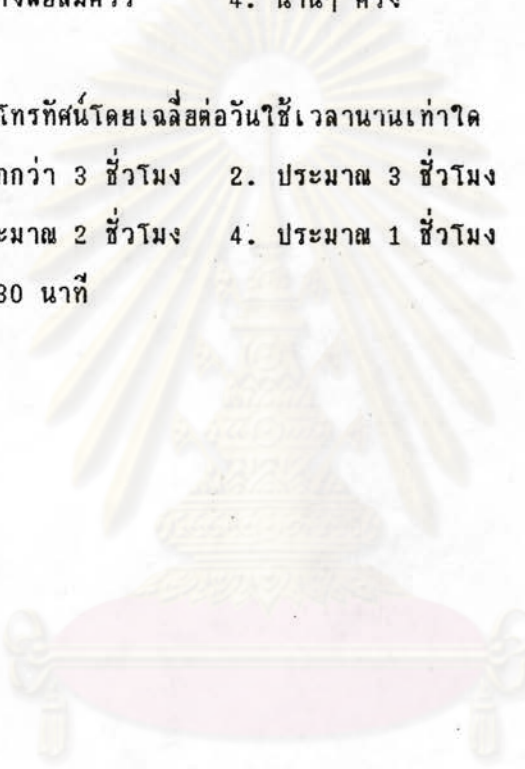
—13

1. มากกว่า 3 ชั่วโมง
2. ประมาณ 3 ชั่วโมง
3. ประมาณ 2 ชั่วโมง
4. ประมาณ 1 ชั่วโมง
5. 1-30 นาที

## 4. ในการฟังวิทยุของท่านนั้น ท่านฟังรายการอะไรบ้าง

รายการ	ฟังทุก วัน	ฟังบ่อย มาก	ฟังบ้าง พอ สมควร	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย ฟังเลย	
1. ข่าว วิเคราะห์ข่าว						—14
2. รายการทางคำสอนและการ						—15
3. รายการตอบปัญหาชีวิตและสุขภาพ						—16
4. รายการบันเทิง เช่นเพลง						—17
5. รายการกีฬา						—18
6. รายการเพื่อการศึกษา						—19
7. รายการสำหรับเด็ก						—20
8. รายการเกร็ดความรู้ สารคดี						—21
9. รายการแม่บ้าน รายการเพื่อสตรี						—22
10. รายการละครวิทยุ						—23
11. อื่นๆ ระบุ						—24

5. ทำนคูโทรทัศนหรือไม้ —25
1. คุ 2. ไม้คุ (ข้ามไปทำข้อ 9)
6. ทำนคูโทรทัศนบ่อยแ่ไหน —26
1. คุทุกวัน 2. คุบ่อยมาก
  3. คุบั้งพอสสมควร 4. นานๆ คุั้ง
7. โดยปกติทำนคูโทรทัศนโดยเฉลี่ยต่อวันใช้เวลานานเท่าใด —27
1. มากกว่า 3 ชั่วโมง 2. ประมาณ 3 ชั่วโมง
  3. ประมาณ 2 ชั่วโมง 4. ประมาณ 1 ชั่วโมง
  5. 1-30 นาที



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



11. ในแต่ละวันท่านอ่านหนังสือพิมพ์ โดยเฉลี่ยใช้เวลาานเท่าใด

—41

1. มากกว่า 30 นาที
2. ประมาณ 30 นาที
3. ประมาณ 20 นาที
4. ประมาณ 10 นาที
5. ประมาณ 5 นาที

12. ในการอ่านหนังสือพิมพ์ท่านอ่านคอลัมน์ประเภทใดบ้าง

คอลัมน์	อ่าน ทุก วัน	อ่าน บ่อย มาก	อ่าน บ้างพอ สมควร	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย อ่านเลย
1. ข่าว วิเคราะห์ข่าว					
2. คอลัมน์ทางด้านโภชนาการ					
3. คอลัมน์ตอบปัญหาชีวิตและสุขภาพ					
4. คอลัมน์บันเทิงดาราร					
5. กีฬา					
6. ข่าวการศึกษา					
7. ข่าวสังคม ข่าวสตรี					
8. เกร็ดความรู้และสารคดี					
9. บทวิจารณ์และแสดงความคิดเห็น ต่างๆ					
10. คอลัมน์เศรษฐกิจการพัฒนาระเทศ					
11. อื่นๆ ระบุ					

—42

—43

—44

—45

—46

—47

—48

—49

—50

—51

—52



13. โดยปกติท่านอ่านนิตยสารหรือวารสารหรือไม่ —53
1. อ่าน 2. ไม่อ่าน (ข้ามไปทำข้อ 17)
14. ท่านอ่านบ่อสมแค่ไหน —54
1. อ่านเป็นประจำ 2. อ่านบ่อสมมาก  
 3. อ่านบ้างพอสมควร 4. นานๆ ครั้ง
15. ท่านอ่านนิตยสาร หรือวารสารโดยเฉลี่ยกี่ฉบับต่อเดือน —55
1. 1 ฉบับ 2. 2 ฉบับ  
 3. 3 ฉบับ 4. 4 ฉบับ  
 5. ตั้งแต่ 5 ฉบับขึ้นไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## 16. ในการอ่านนิตยสารหรือวารสารประเภทของเนื้อหาที่ท่านอ่านคือ

ประเภทของเนื้อหา	อ่าน เป็นประจำ	อ่าน บ่อย มาก	อ่าน บ้างพอ สมควร	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย อ่านเลย	
1. ข่าวสารการเมือง เศรษฐกิจ และสังคม						—56
2. ข่าวทางด้านโภชนาการ						—57
3. คอลัมน์ตอบปัญหาชีวิตและสุขภาพ						—58
4. แฟชั่นและความงาม						—59
5. นวนิยาย						—60
6. เกร็ดความรู้ และสารคดีต่างๆ						—61
7. ประเภทบันเทิง เช่น ดารา ภาพยนตร์ เพลง						—62
8. ประเภทแม่บ้านแม่เรือน						—63
9. บทความวิจารณ์ต่างๆ						—64
10. ฝึกทักษะต่างๆ เช่น ทำครัว, การฝีมือ, เครื่องใช้						—65
11. อื่นๆ ระบุ						—66

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

17. โดยปกติท่านได้พูดคุยกับบุคคลต่อไปนี้หรือไม่และบ่อยเพียงใด

บุคคล	ทุกวัน	เกือบ ทุกวัน	บางวัน	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย	
1. พ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัว						—67
2. เพื่อนฝูง						—68
3. เพื่อนบ้าน						—69
4. เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทางด้าน สาธารณสุข						—70
5. ครู						—71
6. กำเนิน ผู้ใหญ่บ้าน						—72
7. พระสงฆ์						—73
8. บุคคลอื่นๆ ระบุ						—74

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

18. โดยปกติในแต่ละวันท่านใช้เวลาในการพบปะพูดคุยกับบุคคลต่อไปนี้นานเท่าใด

บุคคล	มากกว่า 3ช.ม.	ประมาณ 3ช.ม.	ประมาณ 2ช.ม.	ประมาณ 1ช.ม.	1-30 นาที	
1. พ่อแม่หรือบุคคลในครอบครัว						75
2. เพื่อนฝูง						76
3. เพื่อนบ้าน						77
4. เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องทางด้าน สาธารณสุข						78
5. ครู						79
6. กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน						80
7. พระสงฆ์						81
8. บุคคลอื่นๆ ระบุ						82

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

19. ในการพบปะพูดคุยกับบุคคลต่างๆ เรื่องที่พูดคุยส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับ

ประเภทของเนื้อหา	พูดเป็นประจำ	พูดบ่อยมาก	พูดบ้างพอสมควร	นานๆ พูดครั้ง	ไม่เคยพูดเลย	
1. การทำมาหากิน.....						83
2. ค่านิยม ความเชื่อ ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรมของท้องถิ่น.....						84
3. วิถีชีวิตของคนในท้องถิ่น.....						85
4. ธรรมะ.....						86
5. โภชนาการ.....						87
6. ปัญหาในครอบครัว.....						88
7. เรื่องของชาวบ้าน.....						89
8. ข่าวสารบ้านเมือง.....						90
9. อื่นๆ ระบุ.....						91

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตอนที่ 3: โภชนานิสัย

โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของท่าน

ข้อมูล	เป็น ประจำ	เป็น บาง ครั้ง	ไม่เคย	เลข
1. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่เสริมสร้าง และซ่อมแซมร่างกาย เช่น เนื้อสัตว์ต่างๆ ไข่ ถั่ว เมล็ดแห้ง นม.....				—92
2. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่ให้พลังงานเช่น ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไขมันจากสัตว์และพืช.....				—93
3. ในการซื้ออาหาร ท่านคำนึงถึงคุณค่าของอาหารที่ควบคุมการทำงานของร่างกายให้ปกติ เช่น ผักใบเขียว พืชผักอื่นๆ ผลไม้ต่างๆ.....				—94
4. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่รสๆ ดิบๆ.....				—95
5. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่หมักดอง.....				—96
6. ในการซื้ออาหาร ท่านชอบซื้ออาหารที่สด.....				—97
7. ในการซื้ออาหาร ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่สำเร็จรูป.....				—98
8. ในการซื้ออาหาร ท่านชอบซื้ออาหารที่มีภาชนะที่ปิดอย่างมิดชิด.....				—99
9. ในการซื้ออาหาร ท่านเคยสังเกตความสะอาดภาชนะที่บรรจุอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้เกี่ยวกับอาหาร.....				—100

ข้อมูล	เป็น ประจำ	เป็น บาง ครั้ง	ไม่ เคย	
10. <u>ในการซื้ออาหาร</u> ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่มีแมลงวัน ตอม.....	-----	-----	-----	-----101
11. <u>ในการซื้ออาหาร</u> ท่านชอบซื้ออาหารที่อุ่นๆ ร้อนๆ.....	-----	-----	-----	-----102
12. <u>ในการซื้ออาหาร</u> ท่านคำนึงถึงความสะดวกของ สถานที่จำหน่ายอาหาร.....	-----	-----	-----	-----103
13. <u>ในการซื้ออาหาร</u> ท่านคำนึงถึงความสะดวกของผู้ขาย.....	-----	-----	-----	-----104
14. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านคำนึงถึงคุณค่าของ อาหารที่เสริมสร้างและซ่อมแซมร่างกายเช่น เนื้อสัตว์ต่างๆ ไข่ ถั่ว เมล็ดแห้ง นม.....	-----	-----	-----	-----105
15. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านคำนึงถึงคุณค่าของ อาหารที่ให้พลังงาน เช่น ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไขมันจากสัตว์และพืช.....	-----	-----	-----	-----106
16. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านคำนึงถึงคุณค่าอาหาร ที่ควบคุมการทำงานของร่างกายให้ปกติ เช่น ผักใบเขียว พืชผักอื่นๆ ผลไม้ต่างๆ.....	-----	-----	-----	-----107
17. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านหลีกเลี่ยงอาหารที่ สุกๆ ดิบๆ.....	-----	-----	-----	-----108
18. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านหลีกเลี่ยงอาหาร หมักดอง.....	-----	-----	-----	-----109
19. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านชอบรับประทาน อาหารสด.....	-----	-----	-----	-----110

ข้อมูล	เป็น ประจำ	เป็น บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย	
20. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านหลักเลี้ยงอาหาร ที่สำเร็จรูป.....				—111
21. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านชอบรับประทานอาหาร ที่มีภาชนะปกปิดมิดชิด.....				—112
22. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านเคยสังเกตความ สะอาดภาชนะที่บรรจุอาหาร อุปกรณ์ที่ใช้เกี่ยวกับ อาหาร.....				—113
23. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านหลักเลี้ยงอาหาร ที่มีแมลงวันตอม.....				—114
24. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านคำนึงถึงความสะดวก ของสถานที่จำหน่ายอาหาร.....				—115
25. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านคำนึงถึงความสะดวก ของผู้ขาย.....				—116
26. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านชอบรับประทานอาหาร ที่อุ่นๆ ร้อนๆ.....				—117
27. <u>ในการรับประทานอาหาร</u> ท่านหลักเลี้ยงอาหารที่ ค้างคืน.....				—118
28. ท่านรับประทานอาหารเข้า.....				—119
29. ท่านรับประทานอาหารระหว่างมือ.....				—120
30. เวลาท่านรับประทานอาหารสัมผัสท่านใส่ปราวีาฉาบ.....				—121
31. เวลาท่านมีบาดแผลหรือได้รับอุบัติเหตุ หรือเจ็บป่วย ท่านงดอาหารแผลง.....				—122



**ตอนที่ 4 : ความรู้ทางด้านโภชนาการ**

เลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว

1. ท่านทราบหรือไม่ว่า อาหารหลักที่เรารับประทานมีด้วยกันกี่หมู่ \_\_\_\_\_ 123
1. 6 หมู่
  2. 5 หมู่
  3. 4 หมู่
  4. 3 หมู่
2. อาหารจำพวกเนื้อสัตว์ ไข่ นม ถั่วเมล็ดต่าง ๆ ฯลฯ ให้ประโยชน์ต่อ \_\_\_\_\_ 124
- ร่างกาย คือ
1. ให้พลังงาน
  2. บำรุงสมอง
  3. ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย
  4. บำรุงสายตา
3. อาหารจำพวก ข้าว แป้ง น้ำตาล หัวเผือก มัน ไขมันจากสัตว์และพืช \_\_\_\_\_ 125
- ให้ประโยชน์ต่อร่างกาย คือ
1. ให้พลังงาน
  2. ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย
  3. บำรุงสมอง
  4. บำรุงสายตา
4. อาหารจำพวก ผักใบเขียว พืชผักอื่น ๆ ผลไม้ต่าง ๆ ให้ประโยชน์ต่อ \_\_\_\_\_ 126
- ร่างกาย คือ
1. ให้พลังงาน
  2. ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย
  3. บำรุงสมอง
  4. ควบคุมการทำงานของร่างกายให้ปกติ

5. อาหารจำพวกใดที่สามารถรับประทานแทนอาหารประเภทเนื้อสัตว์ได้ \_\_\_\_\_ 127
1. อาหารจำพวกแป้ง
  2. อาหารพวกถั่วเมล็ดต่าง ๆ (เช่นถั่วลิสง ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ฯลฯ)
  3. ผักและผลไม้
  4. ธนมหวานทุกชนิด
6. การหุงข้าวด้วยวิธีหนึ่ง หรือไม่เข็ดน้ำมีประโยชน์คือ \_\_\_\_\_ 128
1. ช่วยรักษาปริมาณน้ำในข้าวไว้
  2. ช่วยให้รสชาติดีขึ้น
  3. ช่วยรักษาคุณค่าทางอาหารไว้
  4. สะดวกในการหุง
7. ผักต้ม หากอุ่นให้ร้อนอยู่เรื่อย ๆ จะทำให้ \_\_\_\_\_ 129
1. สูญเสียวิตามินซีในผักไป
  2. สูญเสียรสชาติที่ดีไป
  3. ยาสีฟันที่มีอยู่ในผักจะหมดไป
  4. สูญเสียกากอาหารในผักไป
8. โรคขาดอาหาร ท่านคิดว่าเกิดจากอะไร \_\_\_\_\_ 130
1. รับประทานมาก
  2. รับประทานน้อยไป
  3. รับประทานไม่ถูกต้อง
  4. รับประทานตามใจชอบ
9. โรคที่เกิดจากการรับประทานอาหารไม่เพียงพอมีอะไรบ้าง \_\_\_\_\_ 131
1. คานซิมอส พุงโร ถิ่นบอด (เป็นซาง)
  2. หอพอก
  3. เห็น็บซา
  4. ปากนกกระจอก

10. ผักและผลไม้ที่มีวิตามินเอ ซึ่งช่วยบำรุงสายตา คือ \_\_\_\_\_ 132
1. ส้ม ผักกาด ผักกระถิน
  2. มะละกอสุก ผักบั้ง ตำลึง
  3. ดอกแค ทุเรียน ขนุน
  4. ถั่วงอก สะตอ เงาะ
11. อาหารจำพวกใดที่มีสารไอโอดีนสูงที่ป้องกันโรคคอพอก \_\_\_\_\_ 133
1. เบ็ด ไก่ นม
  2. อาหารจำพวกแป้ง
  3. อาหารพวกถั่วเมล็ดต่าง ๆ
  4. ปลาทู ปลาหมึก ปูทะเล
12. วิธีป้องกันโรคขาดสารอาหาร คือ \_\_\_\_\_ 134
1. รับประทานอาหารให้ครบทุกหมู่ คือ เนื้อสัตว์ ข้าว ไขมัน ผัก และผลไม้
  2. รับประทานอาหารที่มีราคาแพง
  3. รับประทานอาหารที่มีรสชาติอร่อย
  4. รับประทานอาหารจำพวกเนื้อสัตว์มาก ๆ
13. อาหารจำพวกใด ที่มีวิตามินซีสูงที่ป้องกันโรคเลือดออกตามไรฟัน \_\_\_\_\_ 135
1. นม ไข่
  2. ส้ม ฝรั่ง
  3. เผือก มัน
  4. ข้าว แป้ง
14. ระหว่างผักสดและผักลวก ชนิดไหนให้คุณค่าทางอาหารมากกว่ากัน \_\_\_\_\_ 136
1. ให้คุณค่าทางอาหารเท่ากัน
  2. ผักสดให้คุณค่าทางอาหารมากกว่า
  3. ผักลวกให้คุณค่าทางอาหารมากกว่า
  4. ขึ้นอยู่กับความชอบความต้องการของผู้บริโภค
15. เมื่อท่านไม่สบาย ท่านคิดว่าควรรับประทานอาหารประเภทใดในข้อต่อไปนี้ \_\_\_\_\_ 137
1. เนื้อสัตว์ต่าง ๆ
  2. ข้าวต้มกับเกลือ
  3. ซองหมักดองต่าง ๆ
  4. ข้าวเหนียวกับปลาร้า

## ประวัติผู้วิจัย

นางสาวปฤษฎางค์ จินทร์บุญเรือง เกิดวันที่ 1 กันยายน พ.ศ. 2506 ที่จังหวัด  
เชียงใหม่ สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีบริหารธุรกิจบัณฑิต สาขาวิชาการโฆษณา และการประชาสัมพันธ์  
สาขาเอกการประชาสัมพันธ์ จากมหาวิทยาลัยรามคำแหง เมื่อ พ.ศ. 2528 และเข้า  
ศึกษาต่อในระดับปริญญาโท สาขาวิชานิติศาสตร์พัฒนาการ ภาควิชาการประชาสัมพันธ์  
คณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อ พ.ศ. 2535 ปัจจุบันรับราชการในตำแหน่ง  
อาจารย์ 1 ระดับ 4 ภาควิชาการสื่อสารมวลชนและการประชาสัมพันธ์ คณะวิทยาการจัดการ  
สถาบันราชภัฏเลย จังหวัดเลย



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย