

สารบัญ

	หน้า
กิตติกรรมประกาศ	ค
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
สารบัญตาราง	ซ
บทที่ 1 บทนำ	1
ความสำคัญและความเป็นมาของปัญหา	1
วัตถุประสงค์ของการศึกษา	4
ขอบเขตการศึกษา	5
นิยามศัพท์	5
ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา	5
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
วัฒนธรรมอาหาร	6
วัฒนธรรมอาหารญี่ปุ่น	15
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	25
กรอบแนวคิดในการศึกษา	27
บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา	28
กลุ่มตัวอย่าง	28
เครื่องมือ	28
การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ	29
การเก็บรวบรวมข้อมูล	29
การวิเคราะห์ข้อมูล	29
การพิทักษ์สิทธิ์	29
บทที่ 4 ผลการศึกษา	30

## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
บทที่ 5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	40
สรุปผล	40
อภิปรายผล	41
ข้อเสนอแนะ	45
บรรณานุกรม	47
ภาคผนวก	50
ภาคผนวก ก ราชานามผู้ทรงคุณวุฒิ	51
ภาคผนวก ข ตัวอย่างเครื่องมือ	52
ภาคผนวก ค การพินัยสิทธิ์ผู้เข้าร่วมศึกษา	56
ภาคผนวก ง ข้อมูลครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง	57
ภาคผนวก จ รูปภาพเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารของครอบครัวกลุ่มตัวอย่าง	68
(1) รูปภาพการเตรียม	68
(2) รูปภาพการปรุง	69
(3) รูปภาพการจัดเสิร์ฟ	70
(4) รูปภาพการกิน	71
ประวัติผู้เขียน	72

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

## สารบัญตาราง

ตาราง

2.1 เปรียบเทียบปริมาณอาหารที่คนญี่ปุ่นกิน

หน้า

18



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved