

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

การศึกษา เรื่อง ปัจจัยด้านสังคมและเศรษฐกิจที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของคนไทยที่ทำงานในบริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด ประเทศฟิลิปปินส์ เป็นการศึกษาเชิงพรรณนา (Descriptive Study) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยด้านสังคมและเศรษฐกิจที่มีผลต่อการบริโภคอาหารของคนไทยที่ทำงานในบริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด ประเทศฟิลิปปินส์ ประชากรที่ศึกษาคือ พนักงานคนไทย บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด ซึ่งทำงานในประเทศฟิลิปปินส์ จำนวน 36 คน เก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถาม มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .74 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา

สรุปผลการศึกษา

1. ข้อมูลทั่วไป ประชากรทั้งหมดเป็นเพศชาย ร้อยละ 100.00 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรส ร้อยละ 55.55 มีบุตร 1 คน และ 2 คน ร้อยละ 40.00 เท่ากัน มีอายุระหว่าง 30-35 ปี ร้อยละ 58.34 สมาชิกในครอบครัว จำนวน 4 คน ร้อยละ 33.33 ภูมิลำเนาเดิมในประเทศไทยอยู่ที่ภาคกลาง ร้อยละ 44.45 วุฒิการศึกษาสูงสุดระดับปริญญาตรี ร้อยละ 80.56 และอายุการทำงานใน บริษัท เจริญโภคภัณฑ์ จำกัด ระหว่าง 6-10 ปี ร้อยละ 44.45

2. การบริโภคอาหารของประชากร พบว่าประชากรส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหารตามมื้ออาหารโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก คะแนนเฉลี่ย 2.65 ส่วนการบริโภคอาหารหมู่ที่ 1 อาหารหมู่ที่ 4 อาหารหมู่ที่ 5 รวมทั้งขนมและอาหารว่าง โดยรวมอยู่ในระดับดี มีคะแนนเฉลี่ย 1.68, 2.18, 1.92 และ 2.19 ตามลำดับ สำหรับการบริโภคอาหารหมู่ที่ 2 อาหารหมู่ที่ 3 และเครื่องดื่ม โดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ มีคะแนนเฉลี่ย 0.90, 1.46 และ 1.19 ตามลำดับ รวมทั้งการบริโภคอาหารโดยรวมอยู่ในระดับดี มีคะแนนเฉลี่ยเท่ากับ 1.64

3. ปัจจัยด้านสังคมและเศรษฐกิจที่มีผลต่อการบริโภคของประชากร ประกอบด้วย

3.1 ปัจจัยด้านสังคมที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร พบว่า ประชากรมีการปฏิบัติด้านแหล่งที่มาของอาหาร โดยรวมอยู่ในระดับดี คะแนนเฉลี่ย 1.80 ส่วนใหญ่เลือกบริโภคอาหารฟิลิปปินส์ นอกบ้าน ร้อยละ 66.67 ข้อคำนึงในการบริโภคอาหารนอกบ้าน ประกอบด้วย รสชาติที่ชอบ ราคาอาหารมีความเหมาะสมและความสะดวกในการเดินทาง ร้อยละ 77.78, 75.00 และ 72.23 ตามลำดับ

บริโภคอาหารกับเพื่อนร่วมงานร้อยละ 75.00 และได้รับข่าวเรื่องสถานที่จำหน่ายอาหารจากเพื่อนร่วมงาน ร้อยละ 94.44 ผู้ปรุงอาหารให้ คือแม่ครัว (ผู้รับใช้) ร้อยละ 61.11 ปรุงอาหารฟิลิปปินส์ ร้อยละ 47.22 ซื่อสัตย์คิบัติที่ปรุงด้วยตนเอง ร้อยละ 83.33 ซื่อจากซูเปอร์มาร์เกต ร้อยละ 75.00 มีความคิดเห็นต่อการจัดหาวัตถุดิบปรุงอาหารว่าขึ้นอยู่กับอาหารที่ปรุง ร้อยละ 55.56 มีวิธีการปรุงอาหาร โดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ คะแนนเฉลี่ย 1.36 พักอาศัยอยู่ในประเทศฟิลิปปินส์ ระหว่าง 1-3 ปี ร้อยละ 44.45 แหล่งที่พักอยู่ในตัวเมืองต่างจังหวัด ร้อยละ 50.00 ลักษณะที่พักเป็นบ้านเช่าและพักอยู่กับเพื่อน ร้อยละ 88.88 เท่ากัน

3.2 ปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร พบว่า ประชากรมีรายได้ต่อเดือนมากกว่า 70,000 บาทขึ้นไป ร้อยละ 27.78 ค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารนอกบ้านสำหรับตัวเอง ครั้งละ ประมาณ 100-150 บาท ร้อยละ 50.00 ส่วนค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารสำหรับตัวเองเดือนละ ประมาณ 10,000-15,000 บาท ร้อยละ 72.23 และมีความคิดเห็นต่อราคาอาหารที่บริโภคว่ามีราคาแพง ร้อยละ 61.11

อภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้อภิปรายผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ ดังต่อไปนี้

1. การบริโภคอาหารของประชากร พบว่า ประชากรส่วนใหญ่มีการบริโภคอาหารตามมื้ออาหาร โดยรวมอยู่ในระดับดีมาก ซึ่งการที่ประชากรบริโภคอาหารครบทั้ง 3 มื้อนั้น จะช่วยให้ร่างกายได้รับพลังงานที่เพียงพอต่อความต้องการในแต่ละวันและได้รับสารอาหารอย่างครบถ้วน ฉะนั้นจึงจำเป็นอย่างยิ่งที่แต่ละวันจะต้องบริโภคอาหารให้ครบทั้ง 3 มื้อ เช่นเดียวกับที่ ออบเชย วงศ์ทอง (2551) ได้สรุปไว้ว่า อาหารมีความสำคัญกับชีวิตคนเรามาก เพราะอาหารเป็นเครื่องหล่อเลี้ยงให้เราดำรงชีวิตอยู่ได้ ทั้งยังเป็นแหล่งสร้างพลังงาน ทำให้ร่างกายเจริญเติบโต มีภูมิคุ้มกันโรคและทำให้ระบบต่างๆ ในร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความต้องการอาหารและพลังงานของคนเราแตกต่างกันไปตามอายุ เพศ และสภาวะของร่างกาย เช่น วัยเด็กร่างกายต้องการพลังงานมากที่สุด เพื่อนำไปใช้ในการสร้างกระดูก กล้ามเนื้อและเนื้อเยื่อต่างๆ เพื่อการเจริญเติบโตหรือในภาวะพิเศษอย่างหญิงตั้งครรภ์และหญิงให้นมบุตรมีความต้องการสารอาหารมากขึ้น เป็นต้น แต่ไม่ว่าอายุเท่าใดร่างกายต่างต้องการสารอาหารชนิดเดียวกัน แต่ปริมาณแตกต่างกันไปตามเพศ วัย และกิจกรรมต่างๆ ที่ทำอยู่ในชีวิตประจำวัน

ประชากรมีการบริโภคอาหารหมู่ที่ 1 อาหารหมู่ที่ 4 อาหารหมู่ที่ 5 ขนมหและอาหารว่าง โดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาตามชนิดของอาหารที่บริโภคในแต่ละหมู่นั้น ปรากฏว่า การบริโภคอาหารหมู่ที่ 1 ซึ่งเป็นอาหารจำพวกเนื้อสัตว์ต่างๆ ประชากรบริโภคเนื้อสัตว์ต่างๆ อยู่ในระดับดีมาก

บริโภคน้ำไข่ม้วน อยู่ในระดับดี แต่บริโภคน้ำผลไม้ต่าง ๆ และอาหารทะเลอยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งถั่วต่าง ๆ และอาหารทะเลนั้นถือได้ว่าเป็นอาหารที่มีโปรตีนสูง รวมทั้งภูมิประเทศของประเทศฟิลิปปินส์มีลักษณะเป็นเกาะ มีมหาสมุทรล้อมรอบ ซึ่งน่าจะหาอาหารทะเลมาบริโภคได้ง่าย ดังนั้นจึงควรมีการบริโภคสลับกับอาหารจำพวกโปรตีนชนิดอื่นๆ และบริโภคให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกาย ดังข้อแนะนำจากโภชนบัญญัติ 9 ประการสำหรับคนไทย ที่ว่า กินปลา เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ไข่และถั่วเมล็ดแห้งเป็นประจำ ซึ่งอาหารเหล่านี้ให้โปรตีน โดยให้บริโภควันละ 6 - 12 ช้อนกินข้าว สำหรับไข่บริโภคได้สัปดาห์ละ 2 - 3 ฟอง (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2555) นอกจากนี้ เนื้อหมู เนื้อปลา เต้าหู้ขาว ให้โปรตีนเพื่อซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอและปลานอกจากให้โปรตีนแล้วยังให้กรดอะมิโนแอซิกอาร์จินีน (Arginine) ซึ่งช่วยกระตุ้นการหลั่งโกรทฮอร์โมน (Growth Hormone) ทำให้หลับสบายอีกด้วย (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2549)

ส่วนอาหารหมู่ที่ 4 ผลไม้ชนิดต่างๆ ประชากรบริโภคผลไม้ดองและแช่อิ่มอยู่ในระดับดีมาก บริโภคผลไม้ที่มีรสหวานมากอยู่ในระดับดี แต่บริโภคผลไม้ตามฤดูกาลอยู่ในระดับพอใช้ ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าประเทศฟิลิปปินส์มีผลไม้ไม่หลากหลายให้บริโภคเหมือนกับในประเทศไทย จึงทำให้ประชากรบริโภคผลไม้ตามฤดูกาลอยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งผลไม้เป็นอาหารที่อุดมไปด้วยวิตามินเอ วิตามินซี ช่วยต้านอนุมูลอิสระ ชะลอความชรา มีใยอาหาร ช่วยในการขับถ่าย ทำให้ท้องไม่ผูก นอกจากนี้เส้นใยยังดูดซับโคเลสเตอรอลและสารพิษที่อาจก่อให้เกิดมะเร็งบางชนิดออกจากร่างกาย ทำให้ลดการสะสมสารพิษเหล่านี้ได้ ผลไม้บางชนิดให้พลังงานต่ำ การบริโภคผลไม้ที่หลากหลายเป็นประจำ ไม่ทำให้เกิดโรคอ้วน ซึ่งโรคอ้วนเป็นโรคที่จะนำไปสู่ภาวะไขมันในเลือดสูงและทำให้เกิดการอุดตันในเส้นเลือดและเป็นอันตรายแก่ชีวิตได้และควรบริโภคผลไม้ประมาณ 3-5 ส่วนต่อวัน (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2549)

อาหารหมู่ที่ 5 อาหารจำพวกไขมัน ประชากรบริโภคอาหารที่ปรุงด้วยน้ำมันพืชอยู่ในระดับดีมาก เช่นเดียวกับอาหารที่ปรุงด้วยน้ำมันหมู บริโภคอาหารที่มีส่วนประกอบของกะทิอยู่ในระดับดี แต่บริโภคอาหารจานด่วน (Fast Food) และเนื้อสัตว์ติดมันอยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งการบริโภคอาหารจำพวกไขมันนั้น หากบริโภคมากเกินไป อาจส่งผลให้เกิดภาวะโรคอ้วนได้ ดังข้อแนะนำจากโภชนบัญญัติ 9 ประการสำหรับคนไทย ที่ว่า กินอาหารที่มีไขมันแต่พอควร เพราะถ้าร่างกายได้รับไขมันมากเกินไป จะทำให้เกิดภาวะไขมันในเลือดสูงและเกิดเป็นโรคอ้วนได้ และถ้ากินพืชผักและผลไม้บ่อยๆ ขาดการออกกำลังกาย จะทำให้ไขมันไปเกาะที่ผนังหลอดเลือดได้ง่ายขึ้น จนเกิดการแข็งตัว นำไปสู่โรคความดันโลหิตสูงและโรคหัวใจขาดเลือดได้ (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2555)

สำหรับขนมและอาหารว่างนั้น ประชากรบริโภคนมดื่มน้ำตาล หรือกะทิ อยู่ในระดับดีมาก บริโภคนมหวานและนมอบ หรือเบเกอรี่อยู่ในระดับดีเช่นเดียวกับการบริโภคไอศกรีม น้ำแข็งไสและขนมขบเคี้ยว ทั้งนี้การบริโภคขนมหวานนั้น คือ การบริโภคที่ได้รับไขมัน อวัยวะที่ต้องการขนมหวานมากที่สุด คือ สมอง คนทำงานใช้ความคิดจึงมีความต้องการที่จะบริโภคขนมหวาน ไม่ใช่เพราะต้องการน้ำตาล แต่เพราะต้องการไขมันจากขนมหวาน ดังนั้นขนมหวานจึงมีทั้งความหวานและไขมันรวมอยู่ด้วย เนื่องจากมีกะทิ มะพร้าว ถั่วและงา เป็นส่วนประกอบของขนมหวานและเป็นไขมันชั้นดีจากธรรมชาติ (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2549)

นอกจากนี้การบริโภคอาหารหมู่ที่ 2 อาหารหมู่ที่ 3 และเครื่องดื่ม ประชากรบริโภคโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ เมื่อพิจารณาตามชนิดของอาหารที่บริโภคในแต่ละหมู่นั้น ปรากฏว่า อาหารหมู่ที่ 2 ซึ่งเป็นอาหารจำพวกข้าว แป้งและน้ำตาล ประชากรบริโภคเพียงข้าวขัดขาวเท่านั้นที่อยู่ในระดับดีมาก บริโภคบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปอยู่ในระดับดี ส่วนอาหารประเภทเส้น มันฝรั่ง เผือกนึ่งและข้าวโพดนึ่งอยู่ในระดับพอใช้ ทั้งนี้การบริโภคข้าวเหนียว ธัญพืชต่างๆ และข้าวกล้องกลับมีการบริโภคอยู่ในระดับที่ ควรปรับปรุง อาจเนื่องมาจากอาหารบางชนิดไม่สามารถหาบริโภคได้ในประเทศฟิลิปปินส์ หรืออาจหาได้ยากและมีราคาค่อนข้างสูง เช่น ข้าวกล้อง หรือข้าวเหนียว เป็นต้น ซึ่งข้าวกล้อง เป็นอาหารที่ให้พลังงานเป็นหลัก ให้ไขมันไม่อิ่มตัว วิตามินบี 1 ที่ป้องกันโรคเหน็บชา ให้วิตามินบี 2 ป้องกันโรคปากนกกระจอก ให้แคลเซียม วิตามินอี แมกนีเซียมช่วยเสริมสร้างการทำงานในระบบต่างๆ ของร่างกาย ให้เส้นใยอาหาร ช่วยให้ขับถ่ายสะดวกป้องกันอาการท้องผูก และมะเร็งลำไส้ใหญ่ (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2549) อีกทั้งจากโภชนบัญญัติ 9 ประการสำหรับคนไทย ที่ว่า กินข้าวเป็นอาหารหลัก สลับกับอาหารประเภทแป้งเป็นบางมื้อ ซึ่งถ้าเป็นไปได้ควรบริโภคข้าวกล้อง หรือ ข้าวซ้อมมือ คอบคู่ไปกับอาหารประเภทแป้ง ควรบริโภควันละ 8-12 ทัพพี (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2555)

อาหารหมู่ที่ 3 อาหารจำพวกผักชนิดต่างๆ นั้น ประชากรมีการบริโภคผักตองต่างๆ อยู่ในระดับดีมาก บริโภคผักใบเขียวอยู่ในระดับดี แต่บริโภคผักสีเหลืองชนิดต่างๆ และผักพื้นเมืองอยู่ในระดับพอใช้ ซึ่งทั้งผักใบเขียวและผักสีเหลืองนั้น ล้วนมีประโยชน์ต่อร่างกายมาก แต่การบริโภคผักสีเหลืองอยู่ในระดับพอใช้นั้น อาจเนื่องมาจากผักสีเหลืองชนิดต่างๆ และผักพื้นเมืองค่อนข้างหาได้ยาก ทั้งนี้ผักสีเหลืองและสีส้ม เช่น ฟักทองและแครอท เป็นแหล่งอาหารที่มีแคโรทีนสูง ซึ่งแคโรทีนนี้สามารถเปลี่ยน เป็นวิตามินเอได้ ช่วยในการเสริมสร้างภูมิคุ้มกันต้านโรค ต่อต้านโรคติดเชื้อระบบทางเดินหายใจและทางเดินอาหาร ทั้งยังช่วยป้องกันโรคตาบอดกลางคืนหรือโรค ตาฟางอีกด้วย อีกทั้งยังสามารถป้องกันการเกิดมะเร็งได้เช่นกัน (กองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2549)

ส่วนเครื่องดื่ม ประชากรบริโภคน้ำเปล่าอยู่ในระดับดีมาก บริโภคน้ำอัดลมอยู่ในระดับดี และบริโภคน้ำชา กาแฟอยู่ในระดับพอใช้เช่นเดียวกับการบริโภคนมสดพาสเจอร์ไรท์/UHT และน้ำผลไม้สำเร็จรูป แต่บริโภคน้ำสมุนไพรสำเร็จรูปอยู่ในระดับที่ควรปรับปรุง ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าน้ำสมุนไพรนั้น หาบริโภคได้ยากในประเทศฟิลิปปินส์ ดังที่ ประหยัด สายวิเชียร (2547) ได้สรุปไว้ว่าประเทศต่างๆ มีความแตกต่างกันทั้งลักษณะภูมิประเทศ ลักษณะภูมิอากาศ ทรัพยากรธรรมชาติ ทำให้ประชาชนแต่ละประเทศมีความสามารถในการหาวัตถุดิบ การผลิตอาหาร ตลอดจนวิธีการประกอบอาหารที่แตกต่างกัน อีกทั้งยังทำให้อาหารของคนประเทศนั้นๆ มีเอกลักษณ์ที่แตกต่างกันออกไป ส่วนวิธีการบริโภคอาหารเป็นอย่างไรมีรสชาติ เปรี้ยว หวาน มัน เค็ม ขมและเผ็ด แล้วแต่ความนิยมความชอบของคนในประเทศนั้นๆ ตามวิธีการปรุงที่แตกต่างกันออกไป

2. ปัจจัยด้านสังคมที่มีผลต่อการบริโภคอาหาร พบว่าประชากรมีการปฏิบัติด้านแหล่งที่มาของอาหารโดยรวมอยู่ในระดับดี เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อ ปรากฏว่า แหล่งที่มาของอาหารที่บริโภค 3 ลำดับแรก ได้แก่ 1) อาหารปรุงสำเร็จจากร้านสะดวกซื้อ 2) สั่งอาหารจากร้านทั่วไป และ 3) ทางบริษัทจัดเตรียมให้ มีระดับการปฏิบัติอยู่ในระดับดี อาจเนื่องมาจากความสะดวกในการซื้อของแต่ละคนที่จะสรรหาอาหารมาบริโภค และความง่ายในการบริโภคของตนเองเป็นหลัก เช่นเดียวกับก่อนไปอยู่ประเทศฟิลิปปินส์ ประชากรมีการปฏิบัติด้านแหล่งที่มาของอาหารโดยรวมอยู่ในระดับดีเช่นกัน ซึ่งแหล่งที่มาของอาหารที่บริโภค 3 ลำดับแรก ได้แก่ 1) ซื้ออาหารจากตลาด 2) บริโภคในร้านอาหารและ 3) ซุปเปอร์มาร์เก็ตมีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี (ตารางที่ จ.1) ทั้งนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ CPettinger, M Holdsworth and M Gerber (2004) ได้ศึกษาเรื่องจิตวิทยาทางสังคมมีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหาร ในประเทศฝรั่งเศสตอนใต้และประเทศอังกฤษตอนกลางที่พบว่า ในประเทศอังกฤษได้ให้ความสำคัญกับจริยธรรมและความสะดวกสบายเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการเลือกบริโภคอาหาร

เมื่อประชากรมีโอกาสบริโภคอาหารนอกบ้านโดยส่วนใหญ่เลือกบริโภคอาหารฟิลิปปินส์ ทั้งนี้รสชาติที่ชอบ ราคาอาหารมีความเหมาะสมและความสะดวกในการเดินทางเป็นข้อคำนึงในการบริโภคอาหารนอกบ้านขณะที่อาศัยอยู่ในประเทศฟิลิปปินส์ เช่นเดียวกับก่อนไปอยู่ประเทศฟิลิปปินส์ที่ประชากรเลือกบริโภคแต่อาหารไทย โดยต่างคำนึงถึงรสชาติที่ชอบเช่นกัน (ตารางที่ จ.2) ทั้งนี้อาจเป็นเพราะอาหารเหล่านั้นล้วนเป็นอาหารที่สามารถหาบริโภคได้ง่ายในประเทศนั้นๆ และพฤติกรรมคิดตัวมาจากครอบครัวเดิมของประชากร ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ Simone A. French (2003) ได้ศึกษาเรื่อง ราคามีผลต่อการเลือกซื้ออาหาร โดยศึกษาจากคนวัยทำงานในบริษัท 12 แห่งและนักเรียนในโรงเรียนจำนวน 12 แห่ง ที่พบว่า การเลือกอาหารโดยพื้นฐานสำหรับบุคคลโดยทั่วไปจะพิจารณา รสชาติ ต้นทุน ความสะดวกและคุณค่าของสารอาหาร

ประชากรพักอาศัยอยู่ในประเทศฟิลิปปินส์ระหว่าง 1 ปี – มากกว่า 5 ปี แหล่งที่พักอาศัยอยู่ในตัวเมืองต่างจังหวัดเนื่องจากสำนักงานของบริษัทอยู่ในต่างจังหวัดเพื่อความสะดวกในการเดินทางไปทำงานโดยที่พักอาศัยเป็นบ้านเช่าและพักอาศัยอยู่กับเพื่อน เนื่องจากเป็นข้อกำหนดด้านสวัสดิการของบริษัทในการเดินทางไปทำงานต่างประเทศที่บริษัทจะต้องเป็นผู้จัดหาที่พักให้และพักอาศัยกับเพื่อนร่วมงานรวมทั้งมีแม่ครัว (ผู้รับใช้) เป็นผู้ปรุงอาหารให้ ซึ่งสอดคล้องกับ ฐิติพร คุปตานนท์(2554) ที่สรุปไว้ว่าการคัดเลือกพนักงานไปทำงานต่างประเทศ ต้องคำนึงถึงผลตอบแทนสำหรับพนักงานที่ไปปฏิบัติงานในต่างประเทศ ประกอบด้วย เงินเดือนส่วนเพิ่มสำหรับการไปทำงานต่างประเทศ เงินค่าใช้จ่ายได้แก่ ค่าใช้จ่ายสำหรับความยากลำบาก ค่าใช้จ่ายสำหรับที่อยู่อาศัย ค่าใช้จ่ายสำหรับการครองชีพ ค่าใช้จ่ายสำหรับการศึกษาของบุตรหลาน เนื่องจากประชากรพักอาศัยกับเพื่อนร่วมงาน ดังนั้นการกระทำกิจกรรมต่างๆจึงมีการปฏิบัติร่วมกันรวมทั้งการบริโภคอาหารส่วนใหญ่บริโภคกับเพื่อนร่วมงานทำให้การได้รับข่าวสารด้านสถานที่จำหน่ายอาหาร และข่าวสารอื่นๆ มาจากเพื่อนร่วมงานเช่นกัน

ผู้รับผิดชอบในการปรุงอาหารคือแม่ครัว (ผู้รับใช้) แต่ประชากรมีโอกาสปรุงอาหารเองเช่นกัน ในขณะที่ขบวนการซื้อวัตถุดิบสำหรับปรุงอาหารประชากรเป็นผู้ซื้อด้วยตนเองมากกว่าแม่ครัว (ผู้รับใช้) อาจเนื่องจากประชากรต้องการให้แม่ครัว (ผู้รับใช้) ปรุงอาหารตามที่ต้องการบริโภคและตามงบประมาณที่มีอยู่ โดยซื้อจากซูเปอร์มาร์เก็ตซึ่งทำให้มีราคาแพงกว่าแม้ว่าบางส่วนซื้อจากตลาดสดแล้วก็ตาม ผู้รับผิดชอบปรุงอาหารปรุงอาหารฟิลิปปินส์มากกว่าอาหารไทยอาจเนื่องจากแม่ครัว (ผู้รับใช้) เป็นชาวฟิลิปปินส์และไม่สามารถปรุงอาหารไทยได้รวมทั้งหาซื้อวัตถุดิบที่ปรุงได้ง่ายกว่าการปรุงอาหารไทย ซึ่งสอดคล้องกับ ประหยัด สายวิเชียร (2547) ที่สรุปไว้ว่า การเดินทางไปต่างถิ่นไม่ว่าจะเพื่อจุดประสงค์ใดก็ตาม จะต้องมีการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ โดยเฉพาะการปรับตัวด้านอาหาร เนื่องจากอาหารของคนในแต่ละพื้นที่มีความแตกต่างกัน โดยหากพิจารณาจากลักษณะด้านภูมิประเทศและภูมิอากาศ ซึ่งเป็นปัจจัยหลักสำคัญที่ส่งผลต่อวัตถุดิบในท้องถิ่นที่นำมาปรุงอาหาร ซึ่งส่งผลให้อาหารของพื้นที่ต่างๆ มีเอกลักษณ์เฉพาะถิ่นที่แตกต่างกันออกไปด้วย นอกจากนี้การเลือกบริโภคอาหารขึ้นอยู่กับข้อห้ามทางศาสนาวัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีรวมทั้งความเชื่อ เช่นบริโภคอาหารบางอย่างไม่เป็นเพราะไม่เคยถูกหัดให้บริโภคมาตั้งแต่เด็ก ปัจจัยด้านนี้มีการสั่งสมเชื่อมโยงสืบทอดกันมาและมีการเปลี่ยนแปลงไปในแต่ละยุคสมัย (วิณะ วีระไวทยะและสง่า ดามาพงษ์, 2541)

ประชากรมีการปฏิบัติด้านวิธีการปรุงอาหารโดยรวมอยู่ในระดับพอใช้ เมื่อพิจารณาวิธีการปรุงอาหาร 3 ลำดับแรก ได้แก่ 1) กึ่งสุกกึ่งดิบ มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดีมาก 2) ผัด และ 3) ต้ม มีการปฏิบัติอยู่ในระดับดี ผู้รับผิดชอบในการปรุงอาหารให้ของประชากรนั้นนิยมปรุงอาหารด้วย

วิธีการต้ม ผัด ปิ้ง/ย่าง และทอด แต่ไม่นิยมปรุงอาหารกึ่งดิบกึ่งสุก ด้วยเหตุนี้จึงส่งผลให้ประชากรมีการปฏิบัติด้านการปรุงอาหารด้วยวิธีต้ม ปิ้ง/ย่าง และทอดอยู่ในระดับดีมากและระดับดีตามลำดับ

3. ปัจจัยด้านเศรษฐกิจที่มีผลต่อการบริโภคอาหารพบว่า ประชากรโดยเฉลี่ยมีรายได้ประมาณ 50,000 บาทต่อเดือน ซึ่งเพิ่มขึ้นมากกว่ารายได้ก่อนไปอยู่ประเทศฟิลิปปินส์ ค่าอาหารที่บริโภคนอกบ้านต่อครั้งขณะอยู่ในประเทศฟิลิปปินส์อยู่ระหว่าง 100 - 150 บาท รวมทั้งมีค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารต่อเดือนต่อคนอยู่ระหว่าง 10,000 - 15,000 บาท ทั้งนี้ก่อนไปอยู่ประเทศฟิลิปปินส์นั้นค่าอาหารที่บริโภคนอกบ้านน้อยกว่า 100 บาทต่อครั้งและค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารต่อเดือนต่อคนน้อยกว่า 10,000 บาทต่อเดือน โดยเพิ่มขึ้นประมาณร้อยละ 50 ซึ่งประชากรมีความคิดเห็นต่อราคาอาหารที่บริโภคว่ามีราคาแพง ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่าราคาอาหารในประเทศฟิลิปปินส์ค่อนข้างสูงกว่าประเทศไทย อย่างไรก็ตามเนื่องจากบริษัทมีข้อกำหนดด้านสวัสดิการจัดหาที่พักอาศัย ค่าใช้จ่ายในการเดินทางรวมทั้งค่าใช้จ่ายผู้รับผิดชอบในการปรุงอาหารให้ประชากร ดังนั้นจึงไม่มีผลต่อการบริโภคอาหารของประชากรเนื่องจากมีเพียงค่าใช้จ่ายในการบริโภคอาหารเท่านั้นที่เพิ่มสูงขึ้น อย่างไรก็ตามรายได้ยังมีผลโดยตรงต่ออำนาจการซื้อและการเลือกซื้ออาหารเพื่อการบริโภครวมทั้งเป็นเครื่องบ่งชี้ถึงฐานะทางเศรษฐกิจ บุคคลที่มีฐานะทางการเงินดีจะสามารถซื้ออาหารหรือไปใช้บริการร้านอาหารที่มีคุณภาพได้มากกว่าบุคคลหรือผู้ที่มีฐานะยากจน เช่นเดียวกับการศึกษาของ รัศมีเกียรติ จิรันทรและคณะ (2550) ที่ได้ทำการศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการตัดสินใจซื้อผลิตภัณฑ์เสริมอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในเขตอำเภอหาดใหญ่จังหวัดสงขลา ที่พบว่า พนักงานบริษัทจะคำนึงถึงคุณภาพมากกว่าเรื่องราคาเพราะมีรายได้ค่อนข้างสูงและมีอำนาจในการซื้อมากกว่ากลุ่มนักเรียนและนักศึกษา

ข้อเสนอแนะ

1. การนำผลการศึกษาไปใช้

1.1 บริษัทควรจัดสวัสดิการด้านอาหารให้หลากหลายและครบทั้ง 5 หมู่ เพื่อเป็นการส่งเสริมให้พนักงานมีการบริโภคอาหารที่ดียิ่งขึ้นและมีสุขภาพแข็งแรง ส่งผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายด้านการรักษาพยาบาลของบริษัทได้

1.2 ควรจัดหาตำราอาหารไทยที่เป็นภาษาอังกฤษหรือภาษาท้องถิ่นแก่แม่ครัว (ผู้รับใช้) ที่เป็นผู้ปรุงอาหารโดยให้ความสำคัญต่อการปรุงอาหารที่มีรสชาติ คุณค่าตามโภชนาการ เพื่อให้ประชากรมีการบริโภคอาหารที่ดียิ่งขึ้นต่อไป

2. การศึกษาครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาเรื่องต่อไปนี้

2.1 เปรียบเทียบพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการของพนักงานบริษัทฯ ก่อนไปอยู่ประเทศฟิลิปปินส์และขณะอยู่ประเทศฟิลิปปินส์

2.2 จัดโครงการส่งเสริมการออกกำลังกายและการบริโภคอาหารของพนักงานบริษัทฯ ซึ่งส่งผลต่อสุขภาพ



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved