

ความพึงพอใจของเจ้าของร้านอาหารและผู้บริโภคต่อโครงการจำหน่าย
อาหารเพื่อสุขภาพในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Satisfaction of restaurant owners and consumers for
“Healthy Food Good Health” project in Chiang Mai University

น.ส.เสาวณิต ชัยรัตน์ภวิงศ์¹, ดร.จักรกฤษณ์ วังราษฎร์², ผศ.ดร.กรรณิการ์ ณ ลำปาง³
นักศึกษา หลักสูตรสาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่¹
อาจารย์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่²
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่³

¹Corresponding author, E-mail: saowanit.ch@cmu.ac.th

(Received: Oct 1, 2019; Revised: Oct 8, 2019; Accepted: Oct 16, 2019)

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อประเมินความพึงพอใจของเจ้าของร้านอาหารและผู้บริโภคที่มีต่อการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับเจ้าของร้านอาหาร และ แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับผู้บริโภค จากประชากรเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่จำนวน 38 ร้านอาหาร และกลุ่มตัวอย่างผู้บริโภคจำนวน 113 คน

ผลการประเมินความพึงพอใจของเจ้าของร้านอาหาร พบว่า เจ้าของร้านอาหารมีความพึงพอใจโดยรวมต่อโครงการนี้ในระดับมาก และมากที่สุดเท่ากันที่ร้อยละ 47.4 และ ร้อยละ 55.3 มีความเห็นในระดับมากที่สุด ว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป แต่มีร้อยละ 2.6 เห็นว่าโครงการนี้มีระบบการประสานงานที่ดีในระดับน้อยที่สุด และส่วนใหญ่ให้ข้อเสนอแนะว่าควรมีการอบรม หรือให้ความรู้กับผู้บริโภคด้วย

ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้บริโภค พบว่าผู้บริโภคร้อยละ 51.3 มีความเห็นในระดับมากที่สุดว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป ร้อยละ 52.2 มีความเห็นในระดับมาก ว่าอาหารเพื่อสุขภาพตามโครงการนี้ส่งผลดีต่อสุขภาพ และโครงการนี้ส่งผลให้เกิดการดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ร้อยละ 47.8 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้ส่งผลให้ผู้บริโภคใส่ใจในสุขภาพมากขึ้น แต่มีร้อยละ 2.7 เห็นว่าโครงการนี้มีการประชาสัมพันธ์ที่ดีในระดับน้อยที่สุด จากผลดังกล่าวจึงควรเพิ่มการประชาสัมพันธ์ให้มากขึ้น

โดยสรุป จากการวิจัยครั้งนี้ ทำให้เห็นว่าทั้งเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภค มีการตอบรับที่ดีต่อโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ แต่ควรมีการพัฒนาต่อไปในส่วนของการประชาสัมพันธ์โครงการ การประสานงานโครงการ และการกระตุ้นให้เกิดความตระหนักถึงสุขภาพตนเองในผู้บริโภคต่อไปในอนาคต

คำสำคัญ: อาหารเพื่อสุขภาพ, ความพึงพอใจ, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ABSTRACT

The objective of this research was to assess the satisfaction of restaurant owners and consumers toward “Healthy Food Good Health” project in Chiang Mai University. Research tools used in this study were satisfaction assessment forms about healthy food selling for restaurant owners and those for consumers. The population of this study were 38 populations of restaurant owners and 113 sample group of consumers.

The results found that the restaurant owners’ satisfaction assessment revealed that they were satisfied with the project at high and highest levels at 47.4 percent equally. Percentage of 55.3 agreed at the highest level of opinions that this project should be continued. However, 2.6 percent agreed at the lowest level that this project had a good coordination system. Most of them suggested that the consumers should also be suggested about how to choose healthy food to eat. The assessment of consumers’ satisfaction showed that 51.3 percent of consumers had the highest level of opinions that the project should be continued. 52.2 percent of them agreed at high level that healthy food under this program was good for health and this project resulted in their health care through healthy food eating. Percentage of 47.8 had a high level of opinions that this project resulted in more health consciousness, but 2.7 percent of them agreed at the lowest level that this project had good publicity. From the results, more publicity should be concerned.

In conclusion, the finding of this research showed that both restaurant owners and consumers had good responses to the “Healthy Food Good Health” project, but there should be further development in terms of public relations, collaboration of revealed agencies and encouraging awareness of self-health in consumers.

Keywords: Healthy food, satisfactory, Chiang Mai University

บทนำ

พฤติกรรมกรรมการบริโภค เป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งที่ส่งผลให้สถานการณ์โรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (Non-communicable diseases, NCDs) ในประเทศไทยปัจจุบัน มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นอย่างมากจนเข้าขั้นวิกฤติ โดยสถิติการเสียชีวิตจากกลุ่มโรคนี้คิดเป็นถึงร้อยละ 75.2 ของสถิติการเสียชีวิตทั้งหมดในปีพ.ศ. 2556⁽¹⁾ เนื่องจากวิถีชีวิตสมัยใหม่ที่เต็มไปด้วยความเร่งรีบและการแข่งขัน ทำให้คนส่วนใหญ่มีเวลาในการปรุงอาหารเองน้อยลง ในขณะที่มีการรับประทานอาหารนอกบ้าน หรือการซื้ออาหารปรุงสำเร็จเพิ่มมากขึ้น ทำให้อาจไม่ได้คำนึงถึงสารอาหารที่ควรได้รับในแต่ละวัน และอาจได้รับพลังงาน ไขมัน น้ำตาล หรือเกลือ สูงเกินกว่าที่ร่างกายควรได้รับ รวมถึงรับประทานผักและผลไม้ไม่เพียงพอ จากข้อมูลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกายครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557⁽²⁾ พบว่าประชากรไทยอายุ 15 ปีขึ้นไป ที่กินผักและผลไม้เพียงพอตามข้อแนะนำมีเพียงร้อยละ 25.9 เท่านั้น และสถานการณ์การบริโภคอาหารหวาน มัน เค็ม ในประเทศไทย พบว่า คนไทยมีการบริโภคน้ำตาลมากถึง 20 ช้อนชาต่อวัน มีการบริโภคไขมัน 12 ช้อนชาต่อวัน และ มีการบริโภคเกลือ 2 ช้อนชาต่อวัน ซึ่งเป็นการบริโภคหวาน มัน เค็ม ที่มากเกินไปกว่าที่ร่างกายต้องการ พฤติกรรมการบริโภคจึงเป็นพฤติกรรมที่ควรได้รับการปรับเปลี่ยนอย่างเร่งด่วน เพื่อให้ห่างไกลจากโรคเรื้อรังต่างๆ ดังกล่าว

สำนักโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขจึงได้ดำเนินงานตามนโยบายดังกล่าว ด้วยการดำเนินโครงการสุขภาพดีเริ่มต้นที่อาหาร

ลดหวาน มัน เค็ม เต็มเต็มผักผลไม้เพิ่มขึ้น เพื่อกระตุ้นให้ประชาชนเกิดความรู้และตระหนักถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในเรื่องอาหารลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มการบริโภคผักและผลไม้ให้หลากหลายครบ 5 สี และปริมาณที่เพียงพอ เพื่อสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน โดยได้แนะนำแนวทางการบริโภคเพื่อสุขภาพที่ดีด้วยการกินน้ำตาลไม่เกิน 6 ช้อนชาต่อวัน, กินน้ำมันไม่เกิน 6 ช้อนชาต่อวัน, กินเกลือไม่เกิน 1 ช้อนชาต่อวัน และควรกินผักมีโอเล 2 ท็อปพี รวมถึงผลไม้มีโอเล 1 - 2 ส่วน⁽³⁾

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการดูแลสุขภาพของนักศึกษา และบุคลากร จึงได้กำหนดยุทธศาสตร์ที่ 2 เชิงรุก: นวัตกรรมด้านอาหารและสุขภาพ และการดูแลผู้สูงอายุ ซึ่งประกอบด้วยกลุ่มย่อย 4 กลุ่ม ได้แก่ Food and Health, Health, Aging และ Healthy University ไว้ใน แผนพัฒนา การ ศึ ก ษ า มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ระยะที่ 12 โดยเน้นการให้บริการข้อมูลและคลังความรู้ด้านอาหาร สร้างสภาพแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัยทางด้านอาหาร และ สร้างการมีส่วนร่วมแบบบูรณาการกับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน กลุ่มผู้ประกอบการ และภาคประชาสังคม ในการขับเคลื่อนการแก้ปัญหาด้านอาหารร่วมกัน ปัจจุบันนักศึกษาและบุคลากรมหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีจำนวนมากขึ้น ส่งผลให้มีร้านอาหารหลายแห่งไว้รองรับ ซึ่งมีการจำหน่ายอาหารหลากหลายประเภท ได้แก่ อาหารตามสั่ง ก๋วยเตี๋ยว เครื่องดื่ม ของทอด ของหวาน เป็นต้น

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่มีโครงการต่างๆ ที่ดำเนินงานกับร้านอาหารภายในมหาวิทยาลัย

เชียงใหม่ เช่น การตรวจสอบสารพิษตกค้าง หรือ เชื้อโรคในวัตถุดิบที่นำมาประกอบอาหาร การจัดการขยะที่เกิดจากร้านอาหาร การณรงค์ลดใช้ ภาชนะพลาสติก รวมถึงมีการกำหนดประเภทอาหารที่ จำหน่าย และในปี พ.ศ.2561 ที่ผ่านมานี้ ได้มีการ ดำเนินโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ โดยต้องการ ส่งเสริมให้ร้านอาหารมีส่วนร่วมในการจำหน่าย อาหารเพื่อสุขภาพ ซึ่งอาจเป็นการปรับเปลี่ยน หรือเพิ่มเติมรายการอาหาร ให้ลดความหวาน มัน เค็ม หรือ เพิ่มผักผลไม้ในเมนูอาหาร เพื่อเป็นการ เสริมสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีในการบริโภคอาหาร ภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และเป็นทางเลือก สำหรับผู้บริโภคที่สนใจการรับประทานอาหารเพื่อ สุขภาพ อีกทั้งยังช่วยสร้างความตระหนักให้กับ เจ้าของร้านอาหาร ในการเลือกสรรวัตถุดิบ เครื่องปรุงรส หรือสร้างสรรค์เมนูอาหารที่เป็น ประโยชน์ต่อสุขภาพ ทำให้ทั้งผู้บริโภค และ เจ้าของร้านอาหารห่างไกลจากโรคเรื้อรัง ด้วยการ บริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ โดยให้เจ้าของ ร้านอาหารเข้าร่วมตามความสมัครใจ และเป็นผู้ เลือกเมนูเพื่อสุขภาพที่ต้องการจำหน่ายด้วยตนเอง ผลจากโครงการดังกล่าว มีเจ้าของร้านอาหาร สนใจเข้าร่วมโครงการ จำนวน 38 ร้าน จาก 11 คณะในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งแบ่งตามประเภท อาหารได้แก่ อาหารจานหลัก 26 ร้าน อาหารว่าง 5 ร้าน และเครื่องดื่ม 7 ร้าน

การวิจัยครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์ เพื่อ สอบถามความพึงพอใจ และความคิดเห็นของ เจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการจำหน่าย อาหารเพื่อสุขภาพ รวมถึงสอบถามความพึงพอใจ และความคิดเห็นของผู้บริโภคต่อการจำหน่าย

อาหารเพื่อสุขภาพในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เพื่อ นำมาใช้เป็นข้อมูลในการดำเนินงานต่อไปใน อนาคต

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อประเมินระดับความพึงพอใจ และ ความคิดเห็นของเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภค ต่อการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพใน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ระเบียบวิธีวิจัย

วิธีการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยเชิง ปฏิบัติการ (Action research) เพื่อพัฒนาระบบ ส่งเสริมให้มีการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพใน ร้านอาหารแต่ละคณะ ทั้งหมด 21 คณะของ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยแบ่งออกเป็น 4 ระยะ ได้แก่

1. ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ (Planning)
 2. ระยะลงมือปฏิบัติ (Action)
 3. ระยะสังเกตการณ์ (Observation)
 4. ระยะประเมินผล (Reflection)
- โดยมีการดำเนินการในแต่ละระยะ ดังนี้

1. ระยะวิเคราะห์สถานการณ์ ใน ระยะนี้ ผู้วิจัยสำรวจร้านอาหารที่จำหน่ายภายใน 21 คณะของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และอธิบายถึง วัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อเชิญชวนให้เจ้าของ ร้านอาหารเข้ารับการอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับการ บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และเชิญชวนให้จำหน่าย

อาหารเพื่อสุขภาพให้กับผู้บริโภคในมหาวิทยาลัย เชียงใหม่

2. ระยะลงมือปฏิบัติ ผู้วิจัยจัดอบรมให้ความรู้กับเจ้าของร้านอาหารที่สมัครใจเข้าร่วมอบรม ในหัวข้อ “สุขภาพดีเริ่มที่อาหารลดหวาน มัน เค็ม เต็มเต็มผักผลไม้เพิ่มขึ้น” เพื่อให้มีความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่ดีต่อสุขภาพ และกระตุ้นให้เจ้าของร้านอาหารหันมาใส่ใจในการปรุงอาหารที่ดีต่อสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่การปรุงอาหารที่ดีต่อสุขภาพจำหน่ายภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยได้มีการจัดอบรมขึ้นเมื่อวันอาทิตย์ที่ 16 ธันวาคม 2561 เวลา 8.30 – 12.30 น. ซึ่งได้เรียนเชิญวิทยากร ได้แก่ อ.ดร.จักรกฤษณ์ วัชรราชูร์ จากคณะสาธารณสุขศาสตร์ และ อ.ดร.อรยา พรเอี่ยมมงคล จากคณะมนุษยศาสตร์ หลังจากการอบรมในครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้เชิญชวนเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมอบรมปรับเปลี่ยนมาจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ โดยมีแนวทางและตัวอย่างการปรับเปลี่ยนเมนูอาหารให้เป็นเมนูเพื่อสุขภาพ

3. ระยะสังเกตการณ์ ผู้วิจัยได้เชิญชวนให้ร้านอาหารแต่ละร้านจำหน่ายเมนูเพื่อสุขภาพอย่างน้อย 1 เมนูต่อ 1 ร้าน โดยให้เจ้าของร้านอาหารเป็นผู้เลือกเมนูเพื่อสุขภาพที่ต้องการจำหน่ายด้วยตนเอง โดยร้านที่เข้าร่วมการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ คือ ร้านที่มีเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ ลดหวานมันเค็ม เพิ่มผักผลไม้จำหน่าย และจะได้รับป้าย “Healthy Food Good Health” (ภาพที่ 1) และป้ายแสดงเมนูเพื่อสุขภาพของแต่ละร้านนั้นๆ จากนั้น เจ้าของร้านอาหารจึงเริ่มดำเนินการจำหน่ายเมนูสุขภาพดังกล่าว โดยผู้วิจัย

ทำการประชาสัมพันธ์การจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพของทุกร้านโดยใช้ใบปลิว และการประชาสัมพันธ์ทางสังคมออนไลน์ ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์ในการประชาสัมพันธ์โครงการจากเว็บเพจ มช.ทูเดย์ และ ทีมมช.



ภาพที่ 1 ป้าย “Healthy Food Good Health”

(ภาพบางส่วนจาก www.pinterest.com)

ระยะประเมินผล หลังจากเจ้าของร้านอาหารดำเนินการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพเป็นเวลาประมาณ 1 เดือน ผู้วิจัยจึงประเมินความพึงพอใจและข้อเสนอแนะของเจ้าของร้านอาหารและผู้บริโภค ถึงการปรับเปลี่ยนให้มีการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพขึ้นในมหาวิทยาลัย โดยใช้แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับเจ้าของร้านอาหารในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และแบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับผู้บริโภค จากนั้นจึงทำการวิเคราะห์และสรุปผลการประเมินความพึงพอใจทั้งจากเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภค

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัยนี้มี 2 กลุ่ม ได้แก่ เจ้าของร้านอาหารจำนวน 38 ร้านจาก 11 คณะในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยทำการศึกษาในประชากรกลุ่มนี้ทั้งหมด

กลุ่มผู้บริโภค เนื่องจากประชากรมีขนาดใหญ่ และไม่ทราบจำนวนประชากรที่แน่นอน จึงใช้สูตรการคำนวณตัวอย่าง คือ, กัญญ์สิริ, 2554^(4,5) โดยคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างของประชากรกลุ่มผู้บริโภคแบบบังเอิญ จึงคำนวณจำนวนกลุ่มตัวอย่างได้เท่ากับ 96 คน ดังนั้น ผู้ศึกษาจึงทำการเก็บข้อมูลในผู้บริโภคที่มาใช้บริการร้านอาหารที่เข้าร่วมปรับเปลี่ยนมาจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพจำนวน 11 คณะ คณะละ 10 คน เพื่อให้ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างตามที่คำนวณข้างต้น

ซึ่งมีเกณฑ์การคัดเข้าร่วมการศึกษา คือ

- 1) เป็นนักศึกษา บุคลากร หรือบุคคลทั่วไปที่มาใช้บริการร้านอาหารที่เข้าร่วมปรับเปลี่ยนมาจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ
- 2) มีความสมัครใจ ยินดีเข้าร่วมในการศึกษา
- 3) สามารถตอบแบบสอบถามแบบออนไลน์ได้

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่

1. แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับเจ้าของร้านอาหารในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. แบบสอบถามความพึงพอใจสำหรับผู้บริโภค

การวิเคราะห์ข้อมูล และสถิติที่ใช้

การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) แสดงข้อมูลเป็นความถี่ และ ร้อยละ ในกรณีที่ชุดข้อมูลมีการกระจายแบบปกติ ข้อมูลจะถูกแสดงเป็น Mean $\pm$ SD ส่วนในกรณีที่ชุดข้อมูลมีการกระจายแบบไม่ปกติ ข้อมูลจะถูกแสดงเป็น Median, IQR

ผลการวิจัย

ผลประเมินความพึงพอใจสำหรับเจ้าของร้านอาหารในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ข้อมูลทั่วไปของเจ้าของร้านอาหาร จากเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 38 คน ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 78.9) เป็นเพศหญิง มีอายุเฉลี่ย 47.2 ปี ร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการมากที่สุด ได้แก่ ร้านอาหารประเภทข้าวราดแกง (ร้อยละ 31.6) และค่ามัธยฐานของระยะเวลาที่จำหน่ายอาหารในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เท่ากับ 6.5 ปี แสดงดังตาราง 1

ตาราง 1 ข้อมูลทั่วไปของเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการ (N = 38)

	ข้อมูล	จำนวน (ร้อยละ)	(Mean $\pm$ SD)	(Median, IQR)
เพศ	ชาย	8 (21.1)		
	หญิง	30 (78.9)		
อายุ (ปี)			47.2 $\pm$ 10.6	
ประเภทอาหารที่จำหน่าย	อาหารจานเดียว	7 (18.4)		
	ข้าวราดแกง	12 (31.6)		
	ก๋วยเตี๋ยว	8 (21.1)		
	อาหารว่าง	3 (7.9)		
	เครื่องดื่ม	7 (18.4)		
	ผลไม้	1 (2.6)		
ระยะเวลาที่จำหน่ายอาหาร (ปี)				6.5, 2 – 14

ระดับความพึงพอใจของเจ้าของร้านที่เข้าร่วมโครงการทั้งหมด 38 ร้าน ในภาพรวมร้อยละ 49.67 มีความพึงพอใจมาก มีค่าเฉลี่ยที่ 4.25 พิจารณารายข้อพบว่าเจ้าของร้านอาหารร้อยละ 55.26 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้ทำให้ได้รับความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น และทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมปรุงอาหารจำหน่าย ร้อยละ 60.53 มีความเห็นในระดับมาก ว่าผู้บริโภคพึงพอใจกับอาหารเพื่อสุขภาพที่จำหน่าย ร้อยละ 52.63 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้ส่งผลให้ผู้บริโภคดูแล

สุขภาพผ่านการกินอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น และ ร้อยละ 47.37 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้มีระบบการประสานงานที่ดี เจ้าของร้านอาหารมีความพึงพอใจโดยรวมต่อโครงการนี้ในระดับมากและมากที่สุดเท่ากันที่ร้อยละ 47.4 และ ร้อยละ 55.3 มีความเห็นในระดับมากที่สุด ว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป แต่มีร้อยละ 2.6 เห็นว่าโครงการนี้มีระบบการประสานงานที่ดีในระดับน้อยที่สุด ซึ่งเป็นประเด็นที่ควรได้รับการแก้ไขมากที่สุด แสดงดังตาราง 2

ตาราง 2 ระดับความพึงพอใจของเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการ (N = 38)

ที่	ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)					Mean $\pm$ SD
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด	
1	โครงการนี้ทำให้ได้รับความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น	42.11	55.26	2.63	0.00	0.00	4.39 $\pm$.547
2	โครงการนี้ทำให้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการปรุงอาหารจำหน่าย	18.42	55.26	26.32	0.00	0.00	3.92 $\pm$.673
3	มีความเห็นว่าคุณประโยชน์ของอาหารเพื่อสุขภาพที่จำหน่าย	23.68	60.53	13.16	2.63	0.00	4.05 $\pm$.695
4	มีความเห็นว่าโครงการนี้ส่งผลให้ผู้บริโภคดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น	31.58	52.63	13.16	2.63	0.00	4.13 $\pm$.741
5	โครงการนี้ส่งผลให้ใส่ใจในสุขภาพของผู้บริโภคมากขึ้น	47.37	39.47	13.16	0.00	0.00	4.34 $\pm$.708
6	โครงการนี้มีระบบการประสานงานที่ดี	42.11	47.37	5.26	2.63	2.63	4.24 $\pm$.883
7	ความพึงพอใจโดยรวมต่อโครงการ	47.37	47.37	5.26	0.00	0.00	4.42 $\pm$.599
8	โครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป	55.26	39.47	5.26	0.00	0.00	4.50 $\pm$.604
ภาพรวม		38.49	49.67	10.53	0.99	0.33	4.2 $\pm$.221
		5					

ข้อมูลแสดงความวิตกกังวลหรืออุปสรรคที่พบในระหว่างดำเนินโครงการ ร้อยละ 13.16 ของเจ้าของร้านอาหาร พบว่าข้อมูลทั้งหมดเป็นเรื่องที่เกี่ยวข้องกับผู้บริโภคทั้งสิ้น เช่น ผู้บริโภคยังติดกับ

รสชาติอาหารแบบเดิมอยู่ และผู้บริโภคไม่คำนึงถึงสุขภาพของตัวเอง ซึ่งเป็นอุปสรรคต่อการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ ดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ความวิตกกังวลหรืออุปสรรคที่พบในระหว่างดำเนินโครงการของเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการ

ที่	ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ	ความถี่	ร้อยละ
1	ผู้บริโภคยังไม่ค่อยทราบถึงโครงการ	1	2.63
2	ผู้บริโภคไม่คำนึงถึงสุขภาพของตัวเอง	1	2.63
3	ผู้บริโภคยังติดกับรสชาติอาหารแบบเดิมอยู่	2	5.26
4	การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้บริโภคเป็นเรื่องยาก	1	2.63
รวม		5	13.16

ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ร้อยละ 50 ของเจ้าของร้านอาหาร ซึ่งพบว่าร้อยละ 15.79 เจ้าของร้านอาหารส่วนใหญ่เสนอแนะว่าควรมีการ

อบรม หรือให้ความรู้กับผู้บริโภคด้วย ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลในตารางที่ 3 ที่กล่าวไปข้างต้น ดังแสดงในตาราง 4

ตาราง 4 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมของเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการ

ที่	ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ	ความถี่	ร้อยละ
1	ควรมีการอบรม ให้ความรู้กับผู้บริโภคด้วย	6	15.79
2	ควรมีโครงการนี้ต่อไป	3	7.89
3	เป็นโครงการที่ดีมาก	2	5.26
4	ควรมีโปสเตอร์ให้ความรู้เกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพ ความเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ ควบคู่ไปด้วย	1	2.63
5	ต้องการให้มีป้ายเชิญชวนตามบริเวณอาคารที่จำหน่ายอาหาร	1	2.63
6	ควรทำให้ผู้บริโภคตระหนักในการดูแลสุขภาพไปพร้อมกันกับผู้ขาย	1	2.63
7	พึงพอใจกับโครงการนี้มากที่สุด ทำให้เจ้าของร้านมีการเปลี่ยนแปลงในการพัฒนาด้านอาหาร คุณประโยชน์ เพื่อสุขภาพมากขึ้น	1	2.63
8	อยากให้เพิ่มช่องทางการเรียนรู้ ข้อมูล ข่าวสารต่างๆ ที่เป็นประโยชน์ให้กับเจ้าของร้าน	1	2.63
9	ทำให้คนหันมารักสุขภาพมากขึ้น	1	2.63
10	อยากให้ช่วยโฆษณาสินค้าอย่างต่อเนื่อง ให้ทั่วมหาวิทยาลัยเชียงใหม่และพื้นที่ใกล้เคียง	1	2.63
11	ควรมีเกณฑ์การตัดสินที่ชัดเจนถึงเมนูที่เข้าเกณฑ์ลดหวานมันเค็ม	1	2.63
รวม		19	50.00

ผลประเมินความพึงพอใจสำหรับผู้บริโภค

ข้อมูลทั่วไปของผู้บริโภคที่ตอบแบบสอบถามจำนวน 113 คน ร้อยละ 75.2 เป็นเพศหญิง และ ร้อยละ 56.6 เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มีค่ามัธยฐานของอายุ

เท่ากับ 26 ปี ร้อยละ 61.8 มีค่าดัชนีมวลกายอยู่ในเกณฑ์เหมาะสม ร้อยละ 12.8 อยู่ในเกณฑ์น้ำหนักเกิน ร้อยละ 9.1 อยู่ในเกณฑ์อ้วน และ ร้อยละ 3.6 อยู่ในเกณฑ์อ้วนมาก และ ร้อยละ 96.5 ไม่มีโรคประจำตัว แสดงดังตาราง 5

ตาราง 5 ข้อมูลทั่วไปของผู้บริโภค (N = 113)

	ข้อมูล	จำนวน (ร้อยละ)	Mean $\pm$ SD	Median, IQR
เพศ	ชาย	28 (24.8)		
	หญิง	85 (75.2)		
อายุ (ปี)				26, 20 – 31
สถานะ	นักศึกษา มช.	64 (56.6)		
	บุคลากร มช.	28 (24.8)		
	บุคคลทั่วไป	21 (18.6)		
น้ำหนัก (กก.) (N = 110)	ชาย		72.3 $\pm$ 16.3	
	หญิง			53.5, 43.5 – 63.5
ส่วนสูง (ซม.) (N = 110)	ชาย		174.5 $\pm$ 5.4	
	หญิง			160, 157 – 163
ค่าดัชนีมวลกาย (กก./ตร.ม.) (N = 110)	ชาย			21.7, 19.3 – 24.1
	หญิง			20.6, 18.8 – 22.4
การแปลผลค่าดัชนี มวลกาย (N = 110)	ผอมเกินไป (BMI < 18.5)	14 (12.7)		
	เหมาะสม (BMI = 18.5 – 22.9)	68 (61.8)		
	น้ำหนักเกิน (BMI = 23.0 – 24.9)	14 (12.8)		
	อ้วน (BMI = 25.0 – 29.9)	10 (9.1)		
	อ้วนมาก (BMI > 30.0)	4 (3.6)		
	ไม่มี	109 (96.5)		
	มี	4 (3.5)		
โรคประจำตัว	ไขมันในเลือดสูง	2 (50)		
	ความดันโลหิตสูง	2 (50)		

ระดับความพึงพอใจของผู้บริโภค ในภาพรวม ร้อยละ 47.28 มีความพึงพอใจมาก มีค่าเฉลี่ยที่ 4.04 พบว่าร้อยละ 52.2 มีความเห็นในระดับมาก ว่าอาหารเพื่อสุขภาพตามโครงการนี้ส่งผลดีต่อสุขภาพ ร้อยละ 51.89 มีความเห็นในระดับมาก ว่าอาหารเพื่อสุขภาพมีรสชาติที่ดี ร้อยละ 48.11 มีความเห็นในระดับมาก ว่าอาหารเพื่อสุขภาพมีปริมาณเหมาะสมกับราคา ร้อยละ 46.67 มีความเห็นในระดับมาก ว่าผู้จำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพมีการให้บริการหรือให้

คำแนะนำที่ดี ร้อยละ 42.48 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้มีการประชาสัมพันธ์ที่ดี ร้อยละ 52.21 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้ส่งผลให้เกิดการดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ร้อยละ 47.79 มีความเห็นในระดับมาก ว่าโครงการนี้ส่งผลให้ใส่ใจในสุขภาพมากขึ้น และ ร้อยละ 51.33 มีความเห็นในระดับมากที่สุด ว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป แสดงในตาราง 6

ตาราง 6 ระดับความพึงพอใจของผู้บริโภค (N = 113)

ที่	ประเด็น	ระดับความพึงพอใจ (ร้อยละ)					Mean $\pm$ SD	
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด		
1	ท่านคิดว่าอาหารเพื่อสุขภาพตามโครงการนี้ส่งผลดีต่อสุขภาพของท่าน	34.51	52.21	11.50	1.77	0.00	4.19	.705
2	โครงการนี้มีการประชาสัมพันธ์ที่ดี	17.70	42.48	30.09	7.08	2.65	3.65	.943
3	โครงการนี้ส่งผลให้เกิดการดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารที่ดีต่อสุขภาพ	30.09	52.21	16.81	0.88	0.00	4.12	.704
4	โครงการนี้ส่งผลให้ท่านใส่ใจในสุขภาพมากขึ้น	33.63	47.79	17.70	0.88	0.00	4.14	.730
5	ท่านคิดว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป	51.33	37.17	11.50	0.00	0.00	4.40	.688
6	อาหารเพื่อสุขภาพมีรสชาติที่ดี (ในกรณีที่รับประทาน)	24.53	51.89	21.70	0.94	0.94	3.98	.768
7	อาหารเพื่อสุขภาพมีปริมาณเหมาะสมกับราคา (ในกรณีที่รับประทาน)	25.47	48.11	23.58	2.83	0.00	3.96	.780
8	ผู้จำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพมีการให้บริการหรือให้คำแนะนำที่ดี (ในกรณีที่รับประทาน)	21.90	46.67	27.62	2.86	0.95	3.86	.825
ภาพรวม		30.05	47.28	19.95	2.2	0.57	4.04	.317

ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมร้อยละ 8.85 ของผู้บริโภค ซึ่งพบว่ามีผู้บริโภคให้

ข้อคิดเห็นเพิ่มเติมมากที่สุด คือ ควรเพิ่มเมนูอาหารเพื่อสุขภาพในแต่ละร้านให้มากขึ้น เนื่องจากแต่ละ

ร้านมีเมนูเพื่อสุขภาพเพียงเมนูเดียว และมีผู้บริโภคเห็นว่าโครงการนี้เป็นโครงการที่ดี ควรทำต่อเนื่องต่อไป และเพิ่มการประชาสัมพันธ์ให้มาก

ขึ้น รวมถึงขยายผลไปยังร้านอาหารโดยรอบมหาวิทยาลัยอีกด้วย แสดงในตาราง 7

ตาราง 7 ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติมของผู้บริโภค

ที่	ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะ	ความถี่	ร้อยละ
1	ควรเพิ่มเมนูอาหารเพื่อสุขภาพในแต่ละร้านให้มากขึ้น	3	2.655
2	ควรส่งเสริมให้มีการขายอาหารเพื่อสุขภาพต่อไป	2	1.77
3	ควรเพิ่มร้านขายผลไม้	1	0.885
4	ควรมีการขยายผลกับร้านอาหารโดยรอบมช.ด้วย	1	0.885
5	เป็นโครงการที่ดี ทำให้ใส่ใจในการเลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์มากขึ้น เพื่อผลต่อสุขภาพที่ดีในระยะยาว	1	0.885
6	ขอให้มีการติดตามแบบต่อเนื่องไป	1	0.885
7	ควรมีการประชาสัมพันธ์อย่างจริงจัง เพราะน่าสนใจมาก	1	0.885
รวม		10	8.85

วิจารณ์ผล

ในปี พ.ศ.2561 ได้มีการดำเนินโครงการอาหารเพื่อสุขภาพ ที่ต้องการส่งเสริมให้ร้านอาหารมีส่วนร่วมในการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ ซึ่งอาจเป็นการปรับเปลี่ยน หรือเพิ่มเติมรายการอาหาร ให้ลดความหวาน มัน เค็ม หรือ เพิ่มผักผลไม้ในเมนูอาหาร เพื่อเป็นการเสริมสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีในการบริโภคอาหารภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และเป็นทางเลือกสำหรับผู้บริโภคที่สนใจการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ โดยจัดอบรมให้เจ้าของร้านอาหาร ที่เข้าร่วมโครงการ และเป็นผู้เลือกเมนูเพื่อสุขภาพที่ต้องการจำหน่ายด้วยตนเอง จำนวน 38 ร้าน จาก 11 คณะในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ซึ่งแบ่งตามประเภทอาหารได้แก่ อาหารจานหลัก 26 ร้าน อาหารว่าง 5 ร้าน และเครื่องดื่ม 7 ร้าน และหลังจากการจัด

อบรม มีการปรับเปลี่ยนเมนูอาหารในร้านอย่างน้อย 1 เมนู ให้เป็นเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ โดยร้านที่เข้าร่วมโครงการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ จะได้รับป้าย “Healthy Food Good Health” และป้ายแสดงเมนูเพื่อสุขภาพของแต่ละร้านนั้นๆ และเริ่มดำเนินการจำหน่ายเมนูสุขภาพดังกล่าว โดยผู้วิจัยทำการประชาสัมพันธ์การจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพของทุกร้านโดยใช้ใบปลิว และการประชาสัมพันธ์ทางสังคมออนไลน์ ซึ่งผลจากการสำรวจความพึงพอใจของเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ พบว่าเจ้าของร้านอาหารส่วนใหญ่มีความพึงพอใจในระดับมาก และมากที่สุด แต่ยังมีบางประเด็น ได้แก่ ผู้บริโภคพึงพอใจกับอาหารเพื่อสุขภาพที่จำหน่าย, โครงการนี้ส่งผลให้ผู้บริโภคดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น และ

โครงการนี้มีระบบการประสานงานที่ดี ที่มีเจ้าของร้านอาหารบางส่วนมีความพึงพอใจในระดับน้อยหรือน้อยที่สุด แสดงให้เห็นว่าเจ้าของร้านอาหารบางส่วนมีความเห็นว่าผู้บริโภคอาจไม่พึงพอใจต่ออาหารเพื่อสุขภาพ หรือไม่สนใจบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และควรมีการปรับปรุงระบบประสานงานโครงการให้ดียิ่งขึ้น

จำนวนเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการในครั้งนี้อาจมีจำนวนไม่มากเท่าที่ควร ทำให้ผู้วิจัยมองเห็นว่าควรมีการเสริมสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เจ้าของร้านอาหารสนใจเข้าร่วมการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพมากขึ้น ดังผลการวิจัยของ ภัทธร สุขสีทอง⁽⁶⁾ ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ในการที่ผู้ประกอบการจะมีพฤติกรรมการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพนั้น มีปัจจัยที่เกี่ยวข้องดังนี้ ระดับการศึกษา ปัจจัยแวดล้อมในการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ และการเสริมแรงในการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ ดังนั้นหากต้องการเพิ่มจำนวนเป้าหมายในการวิจัยครั้งต่อไป ควรมีการส่งเสริมให้มีการดูแล สนับสนุนปัจจัยแวดล้อมในการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ เสริมแรง ให้ความรู้ และสร้างแรงจูงใจให้เจ้าของร้านอาหารรับรู้ประโยชน์ของการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพมากยิ่งขึ้น ซึ่งเจ้าของร้านอาหารที่เข้าร่วมการวิจัยครั้งนี้อาจเป็นผู้ที่สนใจในอาหารเพื่อสุขภาพเป็นทุนเดิม จึงควรเพิ่มกิจกรรมการสร้างแรงจูงใจในการวิจัยต่อไปในอนาคต

จากผลการวิจัยในส่วนของอุปสรรค และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากเจ้าของร้านอาหาร เจ้าของร้านอาหารจำนวนหนึ่งให้ข้อเสนอแนะว่า ควรมีการจัดอบรม หรือประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภค

หันมาใส่ใจในสุขภาพไปพร้อมๆ กับเจ้าของร้านอาหารด้วย เพราะยังมีผู้บริโภคจำนวนมากที่ยังไม่เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการบริโภคของตนเอง ซึ่งโครงการนี้มีกลุ่มเป้าหมายเป็นเจ้าของร้านอาหารเท่านั้น ยังไม่มีการจัดกิจกรรมเพื่อให้ความรู้ หรือสร้างความตระหนักในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพในกลุ่มผู้บริโภค มีเพียงการประชาสัมพันธ์ให้ผู้บริโภคทราบว่ามีการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพขึ้นในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จากข้อเสนอแนะนี้ จึงควรมีการขยายผลต่อไปในอนาคต เพื่อให้ผู้บริโภคหันมาสนใจและตระหนักว่าควรรับประทานอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพร่างกายของตนเองมากขึ้น ดังเช่นที่ Gittelsohn J. และคณะ⁽⁷⁾ กล่าวว่า iva การปรับเปลี่ยนให้เกิดสิ่งแวดล้อมที่มีการเข้าถึงอาหารเพื่อสุขภาพได้มากขึ้นนั้น ควรมีสมาคมทั้งฝั่งผู้ขายและผู้บริโภค และเกิดไปพร้อมๆ กัน ฝั่งผู้ขายควรได้รับแรงจูงใจ หรือข้อเสนอแนะสำหรับการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ มีการส่งเสริมการขายเพื่อเพิ่มยอดขาย อาจมีราคาส่งสำหรับการซื้อวัตถุดิบสำหรับอาหารเพื่อสุขภาพ ส่วนทางฝั่งผู้บริโภค ก็ต้องมีการเพิ่มความต้องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภค ด้วยโปสเตอร์หรือใบปลิว อาจมีการให้ความรู้เกี่ยวกับประโยชน์ของอาหารเพื่อสุขภาพ มีการให้ทดลองชิมฟรี เป็นต้น กล่าวคือต้องมีการเพิ่มความต้องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภค และมีการเตรียมพร้อมและพัฒนาการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพไปในเวลาเดียวกัน จึงจะประสบความสำเร็จ เพราะหากร้านอาหารไม่มีการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพ ผู้บริโภคก็ไม่สามารถเข้าถึงอาหารเพื่อสุขภาพได้

ในขณะเดียวกัน หากผู้บริโภคไม่มีความต้องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพแล้ว ร้านอาหารก็ไม่สามารถจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพต่อไปได้ ซึ่งควรมีกิจกรรมที่เพิ่มความต้องการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภค และ ควรมีแนวทางหรือแรงจูงใจที่ชัดเจนมากขึ้นสำหรับการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ในอนาคต

จากการสำรวจความคิดเห็นของผู้บริโภคพบว่าผู้บริโภคร้อยละ 51.3 มีความเห็นในระดับมากที่สุดว่าโครงการนี้ควรมีการดำเนินงานต่อไป และร้อยละ 52.2 เห็นว่าอาหารเพื่อสุขภาพตามโครงการนี้ส่งผลดีต่อสุขภาพ และส่งผลให้เกิดการดูแลสุขภาพผ่านการกินอาหารที่ดีต่อสุขภาพในระดับมาก นอกจากนี้ยังมีผู้บริโภคบางส่วนให้ข้อเสนอแนะว่าควรมีการขยายผล และเพิ่มความหลากหลายของเมนูอาหารเพื่อสุขภาพ และเพิ่มการประชาสัมพันธ์ให้มากขึ้น ทั้งนี้ การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมบริโภคของผู้บริโภคอาจมีปัจจัยอื่นเข้ามาเกี่ยวข้องร่วมด้วย ตามการศึกษาในประชากรวัยทำงาน อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี⁽⁸⁾ ก็พบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ได้แก่ เพศ อายุ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ทักษะ และความเชื่อเกี่ยวกับการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ปัจจัยเอื้ออำนวยด้านการรับรู้ข้อมูลข่าวสาร และปัจจัยเสริมด้านแรงสนับสนุนจากบุคคล และจากการศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลเชิงบวกต่อความตั้งใจที่จะบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร⁽⁹⁾ สรุปได้ว่า ปัจจัยค่านิยมทางด้านสุขภาพปัจจัยด้าน

ทัศนคติต่อรสชาติ, ปัจจัยด้านความคาดหวังเรื่องความชื่นชอบ และ ปัจจัยด้านการรับรู้เกี่ยวกับอาหารสุขภาพมีความสัมพันธ์ในเชิงบวก หรือมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมความตั้งใจที่จะบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ และ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยผู้ใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ⁽¹⁰⁾ พบว่า ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารมีทั้งหมด 9 ปัจจัย ประกอบด้วย อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส ภาวะโภชนาการ ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ทักษะต่อการบริโภคอาหาร การรับรู้ข่าวสารด้านการดูแลภาวะโภชนาการ และ ปัจจัยเอื้อที่เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

อย่างไรก็ตาม การสอบถามความพึงพอใจของทั้งเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภคในครั้งนี้ส่วนใหญ่เป็นความพึงพอใจเชิงบวก กล่าวคือ มีระดับความพึงพอใจส่วนใหญ่อยู่ในระดับมากถึงมากที่สุด เหตุผลเพราะ ผู้ที่ตอบแบบสอบถามทั้งหมดเป็นผู้ที่สนใจในอาหารเพื่อสุขภาพ สำหรับเจ้าของร้านอาหาร ทุกคนเป็นผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมโครงการด้วยตนเอง จึงเป็นผู้ที่มีความสนใจในอาหารเพื่อสุขภาพทั้งหมด ส่วนผู้บริโภค ทางผู้ศึกษาได้ทำการแจกแบบสอบถามให้กับผู้ที่สนใจบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ตามร้านอาหารที่เข้าร่วมโครงการเท่านั้น ดังนั้นข้อมูลความพึงพอใจของผู้บริโภคจึงมาจากผู้บริโภคที่สนใจบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพตามโครงการนี้เท่านั้น ไม่ได้เป็นความคิดเห็นโดยรวมจากคนทั่วไป

จากการสอบถามความพึงพอใจและข้อเสนอแนะของทั้งผู้บริโภค และเจ้าของร้านอาหาร มีระดับความคิดเห็นส่วนใหญ่อยู่ใน

ระดับมากที่สุด ว่าควรมีการดำเนินงานต่อเนื่องต่อไป โดยมีข้อที่ควรแก้ไขปรับปรุงในส่วนที่ยังไม่สมบูรณ์บางประการให้ดียิ่งขึ้น ได้แก่ ประชาสัมพันธ์โครงการให้มากขึ้น ให้ความรู้และสร้างความตระหนักถึงการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพในกลุ่มผู้บริโภค และขยายผลต่อยอดเพิ่มขึ้นอีกในอนาคต เช่น เพิ่มจำนวนเมนูอาหารเพื่อสุขภาพในแต่ละร้านให้มีมากกว่า 1 เมนูต่อ 1 ร้านมีการขยายผลไปยังร้านอาหารทั่วมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ รวมถึงโดยรอบมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ด้วย รวมทั้งขยายการประชาสัมพันธ์ในรูปแบบอื่นๆ และในกลุ่มผู้บริโภคที่กว้างขึ้น เป็นต้น การศึกษารั้วนี้จึงแสดงถึงผลลัพธ์ที่ดีของการเริ่มต้นสร้างสิ่งแวดล้อมด้านอาหารเพื่อสุขภาพ ลดหวานมันเค็ม เพิ่มผักผลไม้ ภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ได้เป็นอย่างดี และควรมีการต่อยอดการศึกษาออกไปอีกเป็นลำดับในหลายๆ แง่มุม ทั้งด้านผู้จำหน่ายอาหาร ผู้บริโภค ประเภทของอาหารเพื่อสุขภาพ การประชาสัมพันธ์ การรณรงค์ส่งเสริม เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

1. ควรขยายกลุ่มเป้าหมายในการศึกษาครั้งต่อไป ทั้งเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภค
2. ควรศึกษาสาเหตุที่ทำให้ประชากรทั้งเจ้าของร้านอาหาร และผู้บริโภคบางส่วนไม่สนใจจำหน่าย หรือบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ เพื่อการแก้ไขปัญหาต่อไปในอนาคต
3. หากมีการตรวจสอบ หรือควบคุมอาหารที่จำหน่ายด้วยว่ามีการลดหวานมันเค็ม หรือเพิ่มผักผลไม้จริงหรือไม่ จะทำให้ระบบการ

จำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพมีความน่าเชื่อถือมากขึ้น

4. อาจจัดให้มีการส่งเสริมให้เกิดการจำหน่ายอาหารเพื่อสุขภาพในแง่มุมอื่น เช่น จำกัดปริมาณแคลอรีในแต่ละมื้อ จัดสัดส่วนที่เหมาะสมของสารอาหารที่ควรได้รับใน 1 จาน เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

1. สุพัตรา ศรีวิชิชากร. (2560). สถานการณ์การป่วยและการตายด้วยโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคเบาหวานชนิดที่ 2 และโรคหัวใจและหลอดเลือด) ในประเทศไทย ในระยะ 5 ปี (2553-2557). วารสารควบคุมโรค, 43(4), 379–390.
2. วิชัย เอกพลากร (บก.). (2557). รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 5 พ.ศ. 2557. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข.
3. องค์ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับทุกช่วงวัย. (2559). สำนักอาหารสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา.
4. กัญญ์สิริ จันทรเจริญ. (2554). การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง. Retrieved from https://www.ict.up.ac.th/surinthesis/ResearchMethodology_2554/ เอกสารเพิ่มเติม/การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.PDF

5. Mintel Marketing Intelligence. (2018). Thai consumers are on the road to self-betterment. Retrieved from <https://www.mintel.com/press-centre/social-and-lifestyle/thai-consumers-are-on-the-road-to-self-betterment>
6. ณัฏฐ์ สุขสีทอง. (2555). พฤติกรรมการประกอบอาหารเพื่อสุขภาพ ในตำบลสะลง และตำบลชี้เหล็ก อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่. เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงใหม่.
7. Gittelsohn J, et.al. (2015). Lessons Learned From Small Store Programs to Increase Healthy Food Access. Am J Health Behav. 38(2): 307–315.
8. พรพรรณ ป้อมสุข. (2554). พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพและปัจจัยที่สัมพันธ์กันในกลุ่มประชากรวัยทำงานในชุมชนเมืองและชุมชนชนบท อำเภอบางละมุง จังหวัดชลบุรี. มหาวิทยาลัยบูรพา.
9. พลอยไพลิน คำแก้ว. (2557). ปัจจัยที่มีอิทธิพลเชิงบวกต่อความตั้งใจที่จะบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ ของผู้บริโภคในกรุงเทพมหานคร. การค้นคว้าอิสระ. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ.
10. สุระเดช ไชยตอกเกี้ยว. (2558). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของวัยผู้ใหญ่ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. โครงการสร้างเสริมความเข้มแข็งของนโยบายอาหารและโภชนาการในประเทศไทยปี 2558.