

## ภาคผนวก

**ภาคผนวก 1**  
**การสร้างเครื่องมือเพื่อการวิจัย**

ตาราง 22 ตารางวิเคราะห์พฤติกรรมเป็นดัชนีชี้วัดคุณภาพชีวิต

พฤติกรรมหลัก	พฤติกรรมย่อย	พฤติกรรมบ่งชี้
1. ด้านเศรษฐกิจ	1. พึ่งตนเองได้ ทางเศรษฐกิจ	1.1 ไม่ซื้อสิ่งของฟุ่มเฟือยมาก เช่น เครื่องสำอางค์ น้ำหอม หรือเครื่องประดับ 1.2 ไม่ซื้ออาหารหรือเครื่องคั้นที่ไม่มีประโยชน์ เช่น ขนมขบเคี้ยว น้ำอัดลม เครื่องดื่มชูกำลัง 1.3 ไม่ใช้เงินเพื่อเล่นการพนัน 1.4 มีรายได้เพียงพอกับรายจ่าย 1.5 สามารถใช้จ่ายเงินได้ตามต้องการ 1.6 ใช้จ่ายเพื่อความบันเทิงและพักผ่อนหย่อนใจพอ ประมาณ 1.7 ใช้เงินเพื่อการศึกษาต่อหรืออบรมวิชาชีพเพิ่ม เติม 1.8 มีเงินออมไว้ใช้เมื่อยามจำเป็น 1.9 ไม่มีหนี้สิน
2. ด้านสุขภาพ กาย		1. ไม่มีอาการของระบบทางเดินหายใจ 1.1 อาการคัดจมูก จามบ่อย ๆ 1.2 อาการเป็นหวัดเรื้อรัง 1.3 อาการไอเรื้อรัง 1.4 อาการหอบหืด 1.5 อาการปวดศีรษะ 2. ไม่มีอาการของระบบทางเดินอาหาร 2.1 อาการปวดท้อง 2.2 อาการท้องอืดท้องเฟ้อ 2.3 อาการคลื่นไส้ อาเจียน 2.4 อาการเบื่ออาหาร 3. ไม่มีอาการของระบบกล้ามเนื้อและโครงร่าง 3.1 อาการปวดกล้ามเนื้อ 3.2 อาการปวดต้นคอ

ตาราง 22 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	กิจกรรมย่อย	ดัชนีชี้วัด
3. ด้านสุขภาพจิต		3.3 อาการปวดหลัง 3.4 อาการปวดเข่า ปวดข้อ 4. ไม่มีอาการของระบบหู คอ จมูกและตา 4.1 อาการหูอื้อ ปวดหู 4.2 อาการเจ็บคอ 4.3 อาการแสบจมูก 4.4 อาการปวดตา 4.5 อาการน้ำตาไหล 4.6 อาการตาพร่ามัว 5. ไม่มีอาการทางผิวหนัง 5.1 อาการมีผื่นคันตามตัว 5.2 อาการมือหรือเท้า皸裂 5.3 อาการปวดแสบปวดร้อนที่ผิวหนัง 1.ภาวะความเครียด 1.1.นอนไม่หลับเพราะคิดมากหรือกังวลใจ 1.2 รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ 1.3 ทำอะไรไม่ได้เลยเพราะประสาทตึงเครียด 1.4. มีความวุ่นวายใจ 1.5 ไม่อยากพบปะผู้คน 1.6 ปวดหัวข้างเดียวหรือปวด บริเวณขมับทั้ง 2 ข้าง 1.7 รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง 1.8 รู้สึกหมดหวังในชีวิต 1.9 รู้สึกว่าชีวิตตนเอง ไม่มีคุณค่า 1.10 กระวนกระวายตลอดเวลา 1.11 รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ 1.12 รู้สึกเพลียงอน ไม่มีแรงทำอะไร 1.13 รู้สึกเหนื่อยหน่าย ไม่อยากทำอะไร 1.14 มีอาการหัวใจเต้นแรง 1.15 เหนื่อยล้างปากล้างหรือมือสั่นเวลาไม่พอใจ 1.16 รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำงานต่าง ๆ



ตาราง 22 (ต่อ)

กิจกรรมหลัก	กิจกรรมย่อย	ดัชนีชี้วัด
	3. เครื่องนุ่งห่ม	3.1 มีเสื้อผ้าเพียงพอกับการใช้ 3.2 สวมใส่เสื้อผ้าเหมาะสมกาลเทศะ 3.3 เสื้อผ้าสะอาดอยู่เสมอ
	4. ความสัมพันธ์ ในครอบครัว	4.1 คนในครอบครัวมีความรับผิดชอบต่อกัน 4.2 สมาชิกในครอบครัวไว้วางใจซึ่งกันและกัน 4.3 คนในครอบครัวคุยปัญหาต่างๆ ด้วยกัน 4.4 สมาชิกในครอบครัวช่วยเหลือซึ่งกันและกัน 4.5 สมาชิกในครอบครัวไม่สร้างปัญหาให้เดือดร้อนใจ 4.6 การมีปากเสียงในครอบครัวเป็นเรื่องไม่ธรรมดา 4.7 สามี/ภรรยาไม่ทะเลาะเบาะแว้งหรือตีกัน 4.8 ได้รับความอบอุ่นจากครอบครัว 4.9 มีความภูมิใจในครอบครัว 4.10 รู้สึกเป็นสุขเมื่ออยู่บ้าน
	5. การใช้เวลาว่าง และการพักผ่อน	5.1 ดูโทรทัศน์ 5.2 ฟังวิทยุ 5.3 อ่านหนังสือ 5.4 ทำสวน ปลูกต้นไม้ 5.5 ออกกำลังกาย 5.6 ไปเดินดูสินค้า 5.7 ไปทานอาหารนอกบ้าน 5.8 ไปดูภาพยนตร์ 5.9 ไปดูกีฬา 5.10 นอนเล่น 5.11 ไปเที่ยว 5.12 อื่นๆ (ระบุ).....

ภาคผนวก 2  
การหาคุณภาพเครื่องมือวิจัย

ตาราง 23 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านเศรษฐกิจ

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	-1	0	0	1	1	1	0.20**
2.	1	-1	1	1	1	3	0.60
3.	-1	1	1	0	-1	0	0 *
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	1	1	1	1	5	1.00
6.	1	1	1	1	1	5	1.00
7.	1	0	1	1	1	4	0.80
8.	1	1	1	1	1	5	1.00
9.	-1	0	1	1	0	1	0.20 **

ค่า IC ต่ำกว่า 0.5 \* ตัดข้อคำถามออก

\*\* ปรับปรุงข้อคำถาม



ตาราง 24 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสุขภาพกาย

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	1	0	1	1	1	4	0.80
2.	1	0	1	1	1	4	0.80
3.	1	0	1	1	1	4	0.80
4.	1	0	1	1	1	4	0.80
5.	1	0	1	1	1	4	0.80
6.	1	0	1	1	1	4	0.80
7.	1	0	1	1	1	4	0.80
8.	1	0	1	1	1	4	0.80
9.	1	0	1	1	1	4	0.80
10.	1	0	1	1	1	4	0.80
11.	1	0	1	1	1	4	0.80
12.	1	0	1	1	1	4	0.80
13.	1	0	1	1	1	4	0.80
14.	1	0	1	1	1	4	0.80
15.	1	0	1	1	1	4	0.80
16.	1	0	1	1	1	4	0.80
17.	1	0	1	1	1	4	0.80
18.	1	0	1	1	1	4	0.80
19.	1	0	1	1	1	4	0.80
20.	1	0	1	1	1	4	0.80
21.	1	0	1	1	1	4	0.80
22.	1	0	1	1	1	4	0.80

ตาราง 25 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสุขภาพจิต

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	1	1	1	1	1	5	1.00
2.	1	1	1	1	1	5	1.00
3.	1	0	1	1	1	4	0.80
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	1	1	1	1	5	1.00
6.	1	0	1	1	1	4	0.80
7.	1	1	1	1	1	5	1.00
8.	1	1	1	1	1	5	1.00
9.	1	1	1	1	1	5	1.00
10.	1	1	1	1	1	5	1.00
11.	1	1	1	1	1	5	1.00
12.	1	0	1	1	1	4	0.80
13.	1	0	1	1	1	4	0.80
14.	1	0	1	1	1	4	0.80
15.	1	0	1	1	1	4	0.80
16.	1	1	1	1	1	5	1.00
17.	1	-1	1	1	1	3	0.60
18.	1	1	1	1	1	5	1.00
19.	1	-1	1	1	1	3	0.60
20.	1	-1	1	1	1	3	0.60

ตาราง 26 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่  
ส่วนที่ 1 ด้านอาหารและโภชนาการ

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	ผู้เชี่ยวชาญ					รวม	IC
	1	2	3	4	5		
1.	1	1	1	1	0	4	0.80
2.	1	1	1	1	0	4	0.80
3.	1	1	1	1	1	5	1.00
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	1	1	1	0	4	0.80
6.	-1	1	1	1	1	4	0.80
7.	1	1	1	1	1	5	1.00
8.	1	0	1	1	0	3	0.60
9.	1	-1	1	1	1	3	0.60
10.	1	0	1	1	0	3	0.60

ตาราง 27 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่  
ส่วนที่ 2 ด้านที่อยู่อาศัย

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	ผู้ผู้เชี่ยวชาญ					รวม	IC
	1	2	3	4	5		
1.	-1	0	1	1	0	1	0.20**
2.	1	0	1	1	1	4	0.80
3.	1	1	1	1	1	5	1.00
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	1	1	1	1	5	1.00
6.	1	1	1	1	1	5	1.00
7.	1	1	1	1	1	5	1.00
8.	1	1	1	1	1	5	1.00

ค่า IC ต่ำกว่า 0.5 \* ตัดข้อคำถามออก

\*\* ปรับปรุงข้อคำถาม

ตาราง 28 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่  
ส่วนที่ 3 ด้านเครื่องนุ่งห่ม

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	1	0	1	1	-1	2	0.40**
2.	-1	0	1	1	1	2	0.40**
3.	1	0	1	1	1	4	0.80

ค่า IC ต่ำกว่า 0.5 \* ตัดข้อคำถามออก

\*\* ปรับปรุงข้อคำถาม

ตาราง 29 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่  
ส่วนที่ 4 ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	1	1	1	1	0	4	0.80
2.	1	1	1	1	1	5	1.00
3.	1	1	1	1	1	5	1.00
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	-1	1	1	1	3	0.60
6.	1	-1	1	1	1	3	0.60
7.	1	-1	1	1	1	3	0.60
8.	1	1	1	1	1	5	1.00
9.	1	-1	1	1	1	3	0.60
10.	1	1	1	1	1	5	1.00

ตาราง 30 ผลการหาค่า IC ของเครื่องมือ ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่  
ส่วนที่ 5 ด้านการใช้เวลาว่างและการพักผ่อน

ผู้เชี่ยวชาญ ข้อคำถาม	1	2	3	4	5	รวม	IC
1.	1	0	1	1	1	4	0.80
2.	1	0	1	1	1	4	0.80
3.	1	0	1	1	1	4	0.80
4.	1	1	1	1	1	5	1.00
5.	1	1	1	1	1	5	1.00
6.	1	0	1	1	1	4	0.80
7.	1	0	1	1	1	4	0.80
8.	1	0	1	1	1	4	0.80
9.	0	0	1	0	1	2	0.40*
10.	0	0	1	1	0	2	0.40*
11.	0	0	1	1	0	2	0.40*
12.	1	1	1	1	1	5	1.00

ค่า IC ต่ำกว่า 0.5 \* ตัดข้อคำถามออก

\*\* ปรับปรุงข้อคำถาม

ภาคผนวก 3  
เครื่องมือการวิจัย

## แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

### เรื่อง

### คุณภาพชีวิตของแรงงานหญิงในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล จังหวัดปัตตานี

#### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้ประกอบด้วยคำถาม 5 ตอน คือ
  - ตอนที่ 1 แบบสอบถามคุณลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม
  - ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านเศรษฐกิจ
  - ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสุขภาพกาย
  - ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสุขภาพจิต
  - ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่ แบ่งออกเป็น 5 ส่วนดังนี้
    1. ด้านอาหารหรือโภชนาการ
    2. ด้านที่อยู่อาศัย
    3. ด้านเครื่องนุ่งห่ม
    4. ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว
    5. ด้านการใช้เวลาว่างและการพักผ่อน
2. กรุณาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ ทุกตอน ตามความเป็นจริงเพื่อให้การวิจัยครั้งนี้มีความสมบูรณ์และสามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อไป
3. ข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามครั้งนี้จะไม่กระทบกระเทือนต่อการปฏิบัติงานในหน้าที่ของท่านแต่ประการใด ผู้วิจัยจะเก็บรักษาไว้เป็นความลับ และจะนำผลไปใช้สำหรับการวิจัยโดยจะนำเสนอในลักษณะภาพรวม
4. การวิจัยนี้จะสำเร็จได้ด้วยดี หากได้รับความอนุเคราะห์ในการตอบแบบสอบถามจากท่าน

ขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงในการให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามในครั้งนี้

นางโสภา สนิทมาจโร

นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี

### ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลและทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน  หน้าข้อมูลที่เป็นจริง  
เกี่ยวกับตัวท่าน

1. อายุ.....ปี (อายุเต็ม)

2. ศาสนา  1. พุทธ  2. อิสลาม  3. อื่นๆระบุ.....

3. สถานภาพสมรส  1. โสด  2. สมรส  
 3. หม้าย หย่า แยกกันอยู่

4. เขตที่อยู่อาศัยของท่าน  1. เขตเทศบาล  
 2. นอกเขตเทศบาล

5. การศึกษาสูงสุดของท่าน  1. ไม่ได้เรียน  2. ประถมศึกษา  
 3. มัธยมศึกษา  4. อื่นๆ (ระบุ).....

6. แผนกงานของท่าน  1. รับวัคซีนดิบ  2. ก่อนบรรจุกระป๋อง  
 3. บรรจุกระป๋อง  4. ฆ่าเชื้อ  
 5. บรรจุกล่องบรรจุภัณฑ์

7. ท่านเป็นลูกจ้างประเภทใด  1. รายเดือน  
 2. รายวัน  
 3. รายกิโลกรัม

8. ระยะเวลาที่ท่านทำงานในโรงงาน.....ปีเต็ม

9. ครอบครัวของท่านอยู่กัน.....คน ประกอบด้วย  1. พ่อ แม่ ลูก  
 2. พ่อ แม่ ลูกและญาติๆ



## ตอนที่ 2 แบบสอบถามด้านเศรษฐกิจ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงข้อเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

มาก	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นเป็นประจำ
ปานกลาง	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆครั้ง
ไม่มี	หมายถึง	ท่านไม่ได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่มี
1. ท่านซื้อของใช้จำพวก เครื่องสำอางค์ น้ำหอม หรือเครื่องประดับ				
2. ท่านดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์				
3. ท่านใช้เงินเพื่อเล่นการพนันเช่น ลีโอดเตอรี หวย ไพ่				
4. รายได้ของท่านเพียงพอสำหรับการใช้จ่าย				
5. ท่านใช้จ่ายเพื่อความบันเทิงและพักผ่อนหย่อนใจ				
6. ท่านใช้เงินเพื่อการศึกษาต่อหรืออบรมวิชาชีพเพิ่มเติม				
7. ท่านมีเงินออมเก็บไว้ใช้ในยามจำเป็น				
8. ท่านมีหนี้สิน				

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

9. ท่านมีรายได้จากการทำงานในโรงงานวันละ.....บาท เดือนละ.....บาท
10. ท่านมีรายได้นอกเหนือจากการทำงานในโรงงานเฉลี่ยเดือนละ.....บาท
11. รายจ่ายเฉลี่ยต่อเดือนของท่าน.....บาท
12. จำนวนหนี้สินของท่าน.....บาท
13. หนี้สินของท่านมีสาเหตุจากอะไร.....

ตอนที่ 3 แบบสอบถามด้านสุขภาพกาย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระยะเวลาที่เกิดขึ้นกับท่านตามความ เป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับอาการออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

ไม่เป็น หมายถึง ท่านไม่มีอาการ หรือความรู้สึกอย่างนั้นเลย

เป็นนานๆครั้ง หมายถึง ท่านมีอาการ หรือความรู้สึกอย่างนั้นนาน ๆ ครั้ง

เป็นบ่อยๆ หมายถึง ท่านมีอาการ หรือความรู้สึกอย่างนั้นสม่ำเสมอ

เป็นประจำ หมายถึง ท่านมีอาการ หรือความรู้สึกอย่างนั้นสม่ำเสมอเป็นประจำ

อาการเจ็บป่วยของท่านตั้งแต่เดือนมกราคม 2544 จนถึงปัจจุบัน

อาการ	ไม่เป็น	เป็น นานๆ ครั้ง	เป็น บ่อยๆ	เป็น ประจำ
ระบบทางเดินหายใจ				
1. คัดจมูก จามบ่อย ๆ				
2. เหนื่อยหัดเรื้อรัง				
3. ไอเรื้อรัง				
4. หอบหืด				
ระบบทางเดินอาหาร				
5. ท้องอืดท้องเฟ้อ				
6. ปวดท้อง				
7. คลื่นไส้อาเจียน				
8. เบื่ออาหาร				

อาการ	ไม่เป็น	เป็น นานๆ ครั้ง	เป็น บ่อยๆ	เป็น ประจำ
ระบบกล้ามเนื้อและโครงร่าง				
9. ปวดกล้ามเนื้อ				
10. ปวดต้นคอ				
11. ปวดศรีษะ				
12. ปวดหลัง				
13. ปวดเข่า ปวดข้อ				
ระบบหู คอ จมูกและตา				
14. หูอื้อ ปวดหู				
15. เจ็บคอ				
16. แสบจมูก				
17. ปวดตา				
18. น้ำตาไหล				
19. ตาพร่ามัว				
อาการทางผิวหนัง				
20. มีผื่นคันตามตัว				
21. มือหรือเท้าเปื่อย				
22. ปวดแสบปวดร้อนที่ผิวหนัง				

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

23. ท่านตรวจสอบสุขภาพปีละ.....ครั้ง

24. เมื่อไม่สบายท่านจะไปรับการรักษาที่ไหนเป็นแห่งแรก.....

25. โรงงานมีสวัสดิการเกี่ยวกับสุขภาพอะไรบ้าง

1.....

2.....

#### ตอนที่ 4 แบบสอบถามด้านสุขภาพจิต

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องแสดงระดับอาการที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับอาการออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

ไม่เคยเลย	หมายถึง	ท่านไม่มีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกอย่างนั้นเลย
เป็นครั้งคราว	หมายถึง	ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกอย่างนั้นนาน ๆ ครั้ง
เป็นบ่อย ๆ	หมายถึง	ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก อย่างนั้นสม่ำเสมอ
เป็นประจำ	หมายถึง	ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก อย่างนั้นสม่ำเสมอเป็นประจำ

ในระยะเวลา 2 เดือนที่ผ่านมา ท่านมีอาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึกต่อไปนี้มากน้อยเพียงใด

อาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก	ระดับอาการ			
	ไม่เคยเลย	เป็นครั้งคราว	เป็นบ่อย ๆ	เป็นประจำ
1. นอนไม่หลับเพราะคิดมากหรือกังวลใจ				
2. รู้สึกหงุดหงิด รำคาญใจ				
3. ทำอะไรไม่ได้เลยเพราะประสาทตึงเครียด				
4. มีความวุ่นวายใจ				
5. ไม่อยากพบปะผู้คน				
6. ปวดหัวข้างเดียวหรือปวดบริเวณขมับทั้ง 2 ข้าง				
7. รู้สึกไม่มีความสุขและเศร้าหมอง				
8. รู้สึกหมดหวังในชีวิต				
9. รู้สึกว่าชีวิตตนเองไม่มีคุณค่า				
10. กระวนกระวายตลอดเวลา				
11. รู้สึกว่าตนเองไม่มีสมาธิ				
12. รู้สึกเพลียจนไม่มีแรงทำอะไร				

อาการ พฤติกรรม หรือความรู้สึก	ระดับอาการ			
	ไม่เคย เลย	เป็นครั้ง คราว	เป็น บ่อย ๆ	เป็น ประจำ
13. รู้สึกเหนื่อยหน่าย ไม่อยากทำอะไร				
14. มีอาการหัวใจเต้นแรง				
15. เสี่ยงสั้น ปากสั้นหรือมือสั้นเวลาไม่พอใจ				
16. รู้สึกกลัวผิดพลาดในการทำงานต่าง ๆ				
17. ปวดหรือเกร็งกล้ามเนื้อบริเวณท้ายทอย หลังหรือไหล่				
18. ตื่นเต้นง่ายกับเหตุการณ์ที่ไม่คุ้นเคย				
19. มึนงงหรือเวียนศีรษะ				
20. เก้ออาหาร				

ตอนที่ 5 แบบสอบถามด้านชีวิตความเป็นอยู่

ส่วนที่ 1 ด้านอาหารและโภชนาการ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับการปฏิบัติออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

ทำเป็นประจำ หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นมาก

ทำปานกลาง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นปานกลาง

ทำบางครั้ง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆครั้ง

ไม่ทำเลย หมายถึง ท่านไม่ได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

ข้อความ	ทำเป็นประจำ	ทำปานกลาง	ทำบางครั้ง	ไม่ทำเลย
1. ท่านรับประทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ				
2. ท่านรับประทานอาหารที่บรรจุอยู่ในภาชนะที่สะอาด				
3. ท่านรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ				
4. ท่านรับประทานอาหารเป็นเวลา				
5. ท่านชอบซื้ออาหารสดคุณภาพดี				
6. ในแต่ละวันท่านรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ (ข้าว/เนื้อ/ไข่/ปลา/ผัก/ผลไม้/ไขมัน/เกลือแร่)				
7. ท่านดื่มน้ำสะอาดไม่น้อยกว่า 8 แก้วต่อวัน				
8. ท่านรับประทานอาหารหมักดอง เช่น ผลไม้ดอง ผักกาดดอง				
9. ท่านรับประทานอาหารรสจัดเช่น เผ็ดจัดเปรี้ยวจัด				
10. ท่านรับประทานขนมขบเคี้ยวในเวลาว่าง				

## ส่วนที่ 2 ด้านที่อยู่อาศัย

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงข้อเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับการปฏิบัติออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

มาก	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นความจริงมาก
ปานกลาง	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นความจริงปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ข้อความนั้นเป็นความจริงน้อย
ไม่เลย	หมายถึง	ข้อความนั้นไม่เป็นความจริงเลย

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เลย
1. ความสะอาดภายในบ้านของท่าน				
2. แสงสว่างภายในบ้านของท่าน				
3. ภายในบ้านของท่านจัดเครื่องเรือนเครื่องใช้เป็นระเบียบและปลอดภัย				
4. บ้านของท่านมีห้องนอนแยกเป็นสัดส่วน				
5. บ้านของท่านมีห้องน้ำห้องส้วมถูกสุขลักษณะ				
6. บริเวณบ้านของท่านมีเสียงดังที่ก่อให้เกิดความรำคาญ				
7. บริเวณบ้านของท่านมีกลิ่นเหม็นที่ก่อให้เกิดความรำคาญ				
8. บริเวณบ้านของท่านมีฝุ่นหรือควันที่ก่อให้เกิดความรำคาญ				

คำชี้แจง โปรดกรอกข้อมูลที่เป็นจริงเกี่ยวกับท่าน

9. ที่อยู่อาศัยของท่านเป็น  1. บ้านตนเอง  2. บ้านเช่า  
 3. อาศัยอยู่กับผู้อื่น
10. บ้านของท่านเป็นแบบใด  1. บ้านเดี่ยว  2. ห้องแถว  
 3. ตึกแถว  4. อื่นๆระบุ.....

### ส่วนที่ 3 ด้านเครื่องนุ่งห่ม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับการปฏิบัติออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

มาก หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นประจำ  
 ปานกลาง หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นปานกลาง  
 น้อย หมายถึง ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆครั้ง  
 ไม่เลย หมายถึง ท่านไม่ได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เลย
1. ท่านมีเสื้อผ้าเพียงพอต่อการใช้				
2. ท่านสวมใส่เสื้อผ้าเหมาะสมกับกาลเทศะ				
3. เสื้อผ้าของท่านสะอาดอยู่เสมอ				



#### ส่วนที่ 4 ด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับการปฏิบัติออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

มาก	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นประจำ
ปานกลาง	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นปานกลาง
น้อย	หมายถึง	ท่านได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นนานๆครั้ง
ไม่เลย	หมายถึง	ท่านไม่ได้ปฏิบัติตามข้อความนั้นเลย

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย	ไม่เลย
1. คนในครอบครัวของท่านมีความรับผิดชอบต่อกัน				
2. สมาชิกในครอบครัวของท่านไว้วางใจซึ่งกันและกัน				
3. คนในครอบครัวของท่านปรึกษาปัญหาต่างๆ ด้วยกัน				
4. สมาชิกในครอบครัวของท่านช่วยเหลือซึ่งกันและกัน				
5. สมาชิกในครอบครัวมักสร้างปัญหาให้เดือดร้อนใจเสมอ				
6. การมีปากเสียงในครอบครัวท่านเป็นเรื่องปกติ				
7. สามี/ภรรยา ทะเลาะเบาะแว้งหรือทุบตีกัน				
8. ท่านได้รับความอบอุ่นจากครอบครัวของท่าน				
9. ท่านภูมิใจในครอบครัวของท่าน				
10. ท่านรู้สึกเป็นสุขเมื่ออยู่บ้าน				

ส่วนที่ 5 ด้านการใช้เวลาว่างและการพักผ่อน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องระบุข้อความที่เกิดขึ้นกับท่านตามความเป็นจริงมากที่สุดในแต่ละข้อเพียงช่องเดียว

เกณฑ์การตอบ แบ่งระดับการกระทำกิจกรรมออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้  
 ไม่เคยเลย หมายถึง ท่านไม่กระทำกิจกรรมอย่างนั้นเลย  
 นานๆครั้ง หมายถึง ท่านกระทำกิจกรรมอย่างนั้นนาน ๆ ครั้ง  
 บ่อยๆ หมายถึง ท่านกระทำกิจกรรมอย่างนั้นสม่ำเสมอ  
 เป็นประจำ หมายถึง ท่านกระทำกิจกรรมอย่างนั้นสม่ำเสมอเป็นประจำ

เมื่อมีเวลาว่าง ท่านทำกิจกรรมเหล่านี้มากน้อยเพียงใด

กิจกรรม	เป็นประจำ	บ่อยๆ	นานๆครั้ง	ไม่เคยเลย
1. ดูโทรทัศน์				
2. ฟังวิทยุ				
3. อ่านหนังสือ				
4. ปลูกต้นไม้				
5. ออกกำลังกาย				
6. ไปเดินดูสินค้า				
7. ไปทานอาหารนอกบ้าน				
8. ไปดูภาพยนตร์				
9. ท่านมีเวลาว่างเฉลี่ยวันละ.....ชั่วโมง				

#### ภาคผนวก 4

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงของเครื่องมือ

### รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบความตรงของเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เพ็ญพักตร์ ทองแท้  
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8 ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์มานพ จิตต์ภูษา  
 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ระดับ 8 ภาควิชาสังคมศาสตร์ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
3. อาจารย์ทวี ทองคำ  
 อาจารย์ระดับ 7 ภาควิชาการประเมินผลและวิจัยทางการศึกษา  
 คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี
4. นางวรรณณา ไผ่สีคำ  
 หัวหน้าฝ่ายส่งเสริมและพัฒนา สำนักงานพัฒนาการจังหวัดปัตตานี
5. นางสาวอุษาห์ เพ็งภารา  
 นักวิชาการสาธารณสุข 7 กลุ่มงานอนามัยสิ่งแวดล้อม สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดปัตตานี

**ภาคผนวก 5**  
**หนังสือติดต่อราชการ**



ที่ ทม 1213. 03 /

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 9400

ชั้นวาคม 2544

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย  
เรียน  
สิ่งที่ส่งมาด้วย . ตัวอย่างแบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน 1 ชุด

ด้วยนางโอภา สนิทมัจโร นักศึกษาปริญญาโท สาขาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “คุณภาพชีวิตของแรงงานหญิงในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล จังหวัดปัตตานี” โดยมี ผศ. ค้วน ขาวหนู และ  
รศ. ปราณิ ทองคำ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา

ภาควิชาการศึกษาพิจารณาแล้วเห็นว่าท่านเป็นผู้มีความเหมาะสม สำหรับการเป็นผู้เชี่ยวชาญ  
ในการวิจัยครั้งนี้ จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์จากท่านในการตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของ  
แบบสอบถาม และความถูกต้องทางภาษาของเครื่องมือในการวิจัย พร้อมทั้งข้อเสนอแนะต่างๆ เพื่อ  
เป็นข้อมูลสำหรับผู้วิจัยนำไปปรับปรุงแบบสอบถาม ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์และนำไปใช้ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.สุวลัย महाกันธา)

หัวหน้าภาควิชาการศึกษา

สำนักเลขานุการภาควิชา

โทร (073) 313948 50 ต่อ 1630



ที่ ทม 1213. 03 /

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 9400

ต้นวาคม 2544

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์ประสานงานให้นักศึกษาปริญญาโทเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย  
เรียน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดปัตตานี

ด้วยนางโอภา สนิทมังโร นักศึกษาปริญญาโท สาขาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “คุณภาพชีวิตของแรงงานหญิงในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล จังหวัดปัตตานี” โดยมี ผศ. ศิวิน ขาวหนู และ  
รศ. ปราณี ทองคำ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ ภาควิชาการศึกษาใคร่ขอความอนุเคราะห์ ในการประสานงานกับโรงงาน  
อุตสาหกรรมอาหารทะเลที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย เพื่อให้ผู้วิจัยทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัย  
และเก็บข้อมูลวิจัยกับแรงงานหญิงใน โรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล เพื่อประกอบการทำ  
วิทยานิพนธ์ ดังนี้

1. โรงงานเทพพิทักษ์ซีฟู๊ดส์ จำกัด
2. โรงงานปัตตานีผลิตภัณฑ์อาหาร จำกัด จำกัด
3. โรงงานเช่า อีสต์เอเซียแพคเกจจิ้ง แอน แคนนิง จำกัด
4. โรงงานปัตตานีอาหารทะเล จำกัด
5. โรงงานแหลมทองซีเฟรส จำกัด

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.สุวดี มหากันธา)

หัวหน้าภาควิชาการศึกษา

สำนักเลขานุการภาควิชา

โทร (073) 313948 – 50 ต่อ 1630



ที่ ทม 1213. 03 /

ภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
อำเภอเมือง จังหวัดปัตตานี 9400

ธันวาคม 2544

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาปริญญาโททดลองใช้เครื่องมือในการวิจัย  
เรียน ผู้จัดการบริษัทเซาท์ อีสต์เอเชียน แพคเกจจิ้ง แอน แคนนิ่ง จำกัด  
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถามเพื่อการวิจัย จำนวน 40 ชุด

ด้วยนางโอภา สนิทมัจโร นักศึกษาปริญญาโท สาขาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “คุณภาพชีวิตของแรงงานหญิงในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล จังหวัดปัตตานี” โดยมี ผศ. คำน ขาวหนู และ  
รศ. ปราณ ทองคำ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา

ในการวิจัยครั้งนี้ ภาควิชาการศึกษาใคร่ขอความอนุเคราะห์ให้ผู้วิจัยทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัยกับแรงงานหญิงในโรงงานของท่าน เพื่อประกอบการทำวิทยานิพนธ์ ดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(ผศ.สุวลัย มหากันธา)

หัวหน้าภาควิชาการศึกษา

สำนักเลขาธิการภาควิชา

โทร (073) 313948 – 50 ต่อ 1630





ที่ ๑/น 0033/ว.083

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดปทุมธานี  
2 ถนนสฤษดิ์ ตำบลสะบารัง  
อำเภอเมือง จังหวัดปทุมธานี 94000

9 มกราคม 2545

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูลวิจัย  
เรียน ผู้จัดการโรงงาน.....

ด้วยนางโสภา สนิทม์โร นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพื่อพัฒนาชุมชน มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปทุมธานี และเป็นข้าราชการของสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดปทุมธานี กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง “คุณภาพชีวิตของแรงงานหญิงในโรงงานอุตสาหกรรมอาหารทะเล จังหวัดปทุมธานี” โดยมี ผศ.ศ้วน ขาวหนู และ รศ.ปราณี ทองคำ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา

ในการนี้ ผู้วิจัยมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลวิจัยจากแรงงานหญิงในโรงงานต่าง ๆ ของจังหวัดปทุมธานี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดปทุมธานี จึงใคร่ขอความร่วมมือให้ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลดังกล่าวด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้การสนับสนุนด้วย และขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(นายศิริชัย สิวรรณภาโส)

นายแพทย์ 9 ด้านเวชกรรมป้องกัน

ปฏิบัติราชการแทน นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดปทุมธานี

งานควบคุมโรคติดต่อทั่วไป

โทร. 348814,336026 ต่อ 118

โทรสาร 336027