



ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล
Food Security in Khokphayom Community, Langu Sub-District,
Langu District, Satun Province.

จอมขวัญ ชุมชาติ
Jomkwan Chumchat

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญา
วิทยาศาสตรมหาบัณฑิตสาขาวิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of
Master of Science in Environmental Management
Prince of Songkla University
2558
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ชื่อวิทยานิพนธ์	ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล
ผู้เขียน	นางสาวจอมขวัญ ชุมชาติ
สาขาวิชา	การจัดการสิ่งแวดล้อม

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
คณะกรรมการสอบ

..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี) (ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุมาพร มุณีแนม)

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.วันชัย ธรรมสัจการ)

.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี)

..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐพงศ์ จิตรนิรัตน์)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี)

..... กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี)

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่ง
ของการศึกษา ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม

.....
(รองศาสตราจารย์ ดร.ธีระพล ศรีชนะ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

ขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้มาจากการศึกษาวิจัยของนักศึกษาเองและได้แสดงความขอบคุณบุคคลที่มีส่วนช่วยเหลือแล้ว

ลงชื่อ.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

ลงชื่อ.....
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี)
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

ลงชื่อ.....
(นางสาวจอมขวัญ ชุมชาติ)
นักศึกษา

ข้าพเจ้าขอรับรองว่า ผลงานวิจัยนี้ไม่เคยเป็นส่วนหนึ่งในการอนุมัติปริญญาในระดับใดมาก่อน และ
ไม่ได้ถูกใช้ในการยื่นขออนุมัติปริญญาในขณะนี้

ลงชื่อ.....

(นางสาวจอมขวัญ ชุมชาติ)

นักศึกษา

ชื่อวิทยานิพนธ์	ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล
ผู้เขียน	นางสาวจอมขวัญ ชุมชาติ
สาขาวิชา	การจัดการสิ่งแวดล้อม
ปีการศึกษา	2557

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความมั่นคงทางอาหารในมิติความเพียงพอของอาหารกับความต้องการบริโภคของคนในชุมชน มิติการเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน และมิติการจัดการแหล่งของคนในชุมชนโคกพยอม โดยการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณโดยใช้แบบสอบถาม และการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพโดยวิธีการสัมภาษณ์ การสนทนากลุ่ม และการสำรวจพื้นที่ โดยผลการศึกษาที่ได้มีดังนี้

ชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากอาหารทั้งหมด 188 ชนิด โดยมีแหล่งอาหารที่คนในชุมชนพึ่งพาทั้งหมด 3 แหล่ง ได้แก่ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย เมื่อนำปริมาณการมีอยู่ของอาหารเปรียบเทียบกับการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภค พบว่า แหล่งอาหารธรรมชาติมีชนิดอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค 10 ชนิด จากทั้งหมด 35 ชนิด แหล่งอาหารผลิตเองมีชนิดอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค 38 ชนิด จากทั้งหมด 54 ชนิด ซึ่งการเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชนต่อปริมาณความต้องการในการบริโภค ถือว่าชุมชนยังถือว่ามีความมั่นคงทางอาหารที่มีอยู่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค แต่เมื่อชุมชนมีการพึ่งพาแหล่งซื้อขาย ก็พบว่าอาหารทุกชนิดมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ส่วนการเข้าถึงแหล่งอาหาร พบว่า คนในชุมชนมีสิทธิในการเข้าถึงแหล่งอาหารทุกแหล่งอย่างเท่าเทียมกัน แต่มีความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับจากบริบทของแหล่งอาหาร และในส่วนของจัดการอาหารและแหล่งอาหาร พบว่า การจัดการเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารเหล่านี้ต้องอาศัยภูมิปัญญาการทำเครื่องมือภูมิปัญญา การเก็บหาอาหาร ภูมิปัญญาในการนำไปประกอบอาหาร ตลอดจนการจัดการแหล่งอาหารเพื่อให้ได้อาหารมาบริโภคได้ตลอดเวลา

Thesis Title	Food Security in Khokphayom Community, Langu Sub-District, Langu District, Satun Province.
Author	Jomkwan Chumchat
Major Program	Environmental Management
Academic Year	2014

Abstract

The objectives of this research were to study an adequacy of food consumption, food accessibility and food management of Khokphayom Community. The research was done using a quantitative and a qualitative method. The quantitative method used a questionnaire as a tool of study, while the qualitative method used informal interviews, focus group and observation. The results were as follows:

The result showed that the community's utilization of food were 188 species. The food sources for Khokphayom community were divided into 3 types: (1) natural source, (2) man-made production source, and (3) trade or market source. When comparing food availability with food utilization, the results found that the food availability from natural source and man-made production source is not adequate for utilization. That was 10 species from natural resource, and 38 species from man-made production source were not enough for consumption. This limitation was overcome by buying from market source. For food accessibility, it was found out that everyone had equal rights to access on food sources, but it depended on the context who would get food from which sources. For food and food source management, community people must have knowledge and skill to gather food, to cook and process food, and to manage their food sources in order that they would continue to have food available at all time.

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยการทุ่มเทเอาใจใส่และให้ความช่วยเหลือเป็นอย่างดีจากผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก ที่ทุ่มเททั้งร่างกายและแรงใจคอยเสียสละเวลาให้คำแนะนำ คำปรึกษา ชี้แนะ การช่วยเหลือแก้ไขข้อบกพร่องตลอดจนการมอบความรู้ ความรัก ความหวังใย และกำลังใจให้ผู้วิจัยตั้งแต่เริ่มดำเนินการเขียนโครงร่างวิทยานิพนธ์จนทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้เสร็จสิ้นด้วยความสมบูรณ์และถูกต้อง ผู้วิจัยซาบซึ้งในความกรุณา เมตตา และความอดทนที่อาจารย์ได้มอบให้สำหรับลูกศิษย์อย่างไม่มีเงื่อนไข และขอขอบพระคุณสำหรับทุกสิ่งทุกอย่างที่อาจารย์มอบให้ เป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วมที่ได้เมตตากรุณาให้คำปรึกษาและแนะนำเกี่ยวกับการวิจัยในส่วนที่ผู้วิจัยไม่ชำนาญสำหรับงานวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อุมาพร มณีแนม ประธานกรรมโครงการวิทยานิพนธ์และประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.วันชัย ธรรมสัจการ และรองศาสตราจารย์ ดร.ณัฐพงศ์ จิตรนิรัตน์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิสอบวิทยานิพนธ์ ที่ได้ให้ความกรุณาสละเวลาในการสอบวิทยานิพนธ์และให้คำชี้แนะ แนะนำ ข้อเสนอเพิ่มเติมในการปรับแก้ข้อบกพร่องวิทยานิพนธ์ที่เป็นประโยชน์เป็นอย่างดี เพื่อให้วิทยานิพนธ์สมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่างและกลุ่มแกนนำในชุมชนโคกพยอม ที่ให้ความร่วมมือในการทำงานวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณ นายอรรถพงศ์ ปิ่นทองพันธ์ นางสาวโอปอ แสงงาม นายภูติพิงศ์ แก้วทอง นายณันต์ ณีฐฐารมณ และพี่ ๆ น้อง ๆ หน่วยวิจัยเศรษฐศาสตร์สิ่งแวดล้อม คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ที่คอยให้คำปรึกษา กำลังใจ ความช่วยเหลือ เป็นเวทีรับฟัง ตั้งคำถาม แลกเปลี่ยนเรียนรู้งานวิจัย ให้คำแนะนำ และเป็นห่วงเป็นใยผู้วิจัยเสมอมา

ขอขอบคุณ อาจารย์ทิพย์ทิวา สัมพันธ์มิตร อาจารย์คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยทักษิณ ที่ให้ความรู้และทักษะทางวิชาการในการศึกษาต่อ อีกทั้งยังคอยให้กำลังใจและความช่วยเหลือมาโดยตลอด

ขอขอบคุณ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ สำหรับเงินทุนสนับสนุนในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบคุณครอบครัวชุมชนชาติและผู้มีพระคุณทุกๆ ท่าน ที่สนับสนุนเวลา ความอดทน เงินทุน ความเข้าใจ ที่มอบให้ผู้วิจัยและคอยเป็นกำลังใจในทุกๆ เรื่องอย่างดีเสมอมา ขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	(5)
Abstract	(6)
กิตติกรรมประกาศ	(7)
สารบัญ	(8)
รายการตาราง	(12)
รายการภาพประกอบ	(14)
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ที่มาและความสำคัญ	1
1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย	4
1.3 ขอบเขตการวิจัย	4
1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่การวิจัย	4
1.3.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา	4
1.3.3 ขอบเขตด้านประชากร	5
1.3.4 ขอบเขตด้านเวลา	5
1.4 ข้อจำกัดของงานวิจัย	5
1.4.1 ข้อจำกัดด้านการศึกษาปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารชื้อขาย	5
1.4.2 ข้อจำกัดด้านการศึกษาปริมาณการใช้ประโยชน์ตามหลักโภชนาการ	5
1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ	6
1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย	7
บทที่ 2 การตรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	9
2.1 แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร	9
2.1.1 ความเป็นมาของความมั่นคงทางอาหาร	9
2.1 แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร	9
2.1.1 ความเป็นมาของความมั่นคงทางอาหาร	9
2.1.2 ความหมายของความมั่นคงทางอาหาร	10
2.2 มิติสำคัญของความมั่นคงทางอาหาร	11
2.3 ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร	16
2.3.1 พัฒนาการของดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร	16
2.3.2 ระดับดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร	17
2.4 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหาร	20
2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	26
2.5.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารภายในประเทศ	26

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
2.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารในต่างประเทศ	35
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย	40
3.1 ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่ม	40
3.1.1 ประชากร	40
3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง	40
3.1.3 ผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม	41
3.2 วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย	41
3.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	42
3.4 วิธีการดำเนินการวิจัย	43
3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล	45
3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล	46
3.6.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ	46
3.6.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ	51
บทที่ 4 ผลการวิจัย	52
4.1 ผลการศึกษาสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง	52
4.1.1 เพศ	52
4.1.2 อายุ	52
4.1.3 สถานะในครอบครัว	52
4.1.4 ศาสนา	52
4.1.5 สถานภาพทางการสมรส	52
4.1.6 ระดับการศึกษาขั้นสูงสุด	53
4.1.7 อาชีพหลัก	53
4.1.8 อาชีพเสริม	53
4.1.9 รายได้ของครอบครัว	53
4.1.10 สมาชิกในครอบครัว	53
4.1.11 จำนวนแรงงานในครัวเรือน	54
4.2 ผลการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและการมีอยู่ของแหล่งอาหาร	56
4.2.1 ประเภทของแหล่งอาหาร	57
4.2.2 ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า	81
4.2.3 ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่า	103
4.2.4 การเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่กับปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภค	122

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4.3 ผลการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร	129
4.3.1 ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหาร	129
4.3.2 วิธีการและลักษณะการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน	132
4.4 ผลการศึกษาการจัดการอาหารและแหล่งอาหาร	137
4.4.1 การจัดการอาหาร	137
4.4.2 การจัดการแหล่งอาหาร	145
บทที่ 5 อภิปราย สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	151
5.1 อภิปรายผลการศึกษา	151
5.1.1 อภิปรายผลการศึกษาข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง	151
5.1.2 อภิปรายผลการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและ การมีอยู่ของแหล่งอาหาร	154
5.1.3 อภิปรายผลการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร	174
5.1.4 อภิปรายผลการศึกษาการจัดการอาหารแหล่งอาหาร	179
5.2 การวิเคราะห์ผลการศึกษาจากข้อมูลและการอภิปรายผล	180
5.2.1 การวิเคราะห์ผลการศึกษาความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม	180
5.2.2 การวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคง ทางอาหาร	186
5.2.3 การวิเคราะห์แนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหาร	191
5.3 สรุปผลการวิจัย	193
5.3.1 การมีอยู่ของแหล่งอาหาร	194
5.3.2 การเข้าถึงแหล่งอาหาร	194
5.3.3 การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร	195
5.3.4 การกำหนดแนวทางในการจัดการแหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอม	195
5.4 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย	198
5.4.1 ข้อเสนอแนะสำหรับชุมชน	198
5.4.2 ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง	198
5.4.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป	199
บรรณานุกรม	200
ภาคผนวก	205
ก. แบบสอบถามการวิจัย	206
ข. แผนที่สำหรับระบุพืชและสัตว์บกจากแหล่งอาหารธรรมชาติ	218
ค. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชและสัตว์บกในแหล่งอาหารธรรมชาติ	221
ง. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์น้ำในแหล่งอาหารธรรมชาติ	223

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
จ. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเอง	225
ฉ. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชในแหล่งอาหารผลิตเอง	227
ช. รายชื่อกลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ	232
ซ. รายชื่อกลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป	235
ฌ. รายชื่อกลุ่มผู้นำชุมชน	237
ญ. รายละเอียดของการสนทนากลุ่มผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ	240
ประวัติผู้เขียน	241

รายการตาราง

	หน้า
ตารางที่ 2-1 สรุปปัจจัยการเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร	25
ตารางที่ 2-2 สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องด้านความมั่นคงทางอาหาร	38
ตารางที่ 3-1 วิธีการดำเนินการวิจัย	43
ตารางที่ 4-1 ชนิดอาหารในแหล่งธรรมชาติ	57
ตารางที่ 4-2 ชื่อท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งธรรมชาติ	57
ตารางที่ 4-3 แหล่งที่พบเจออาหารธรรมชาติ	59
ตารางที่ 4-4 ชนิดอาหารในแหล่งผลิตเอง	61
ตารางที่ 4-5 ชนิดท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งผลิตเอง	61
ตารางที่ 4-6 สัตว์ส่วนครัวเรือนที่มีการผลิตอาหารแต่ละชนิดจากพื้นที่รอบบ้าน	66
ตารางที่ 4-7 แหล่งที่ผลิตอาหารเอง	67
ตารางที่ 4-8 ช่วงเดือนที่พืชให้ผลผลิต (เฉพาะที่ไม่ได้ให้ผลผลิตตลอดทั้งปี)	68
ตารางที่ 4-9 ชนิดอาหารในแหล่งซื้อขาย	69
ตารางที่ 4-10 ชนิดท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งซื้อขาย	70
ตารางที่ 4-11 ที่มาของอาหารจากแหล่งที่ซื้อขาย	75
ตารางที่ 4-12 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติ	82
ตารางที่ 4-13 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเอง	86
ตารางที่ 4-14 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารซื้อขาย	91
ตารางที่ 4-15 สรุปปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่าจากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน	102
ตารางที่ 4-16 ชนิดและปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า	103
ตารางที่ 4-17 ชนิดและปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารที่ผลิตเองและมูลค่า	108
ตารางที่ 4-18 สรุปชนิด ปริมาณ และมูลค่าอาหารที่มีอยู่ในชุมชนจากแหล่งอาหารประเภทต่างๆ	117
ตารางที่ 4-19 ปริมาณและมูลค่าอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน	122
ตารางที่ 4-20 การเปรียบเทียบระหว่างปริมาณที่มีอยู่กับการใช้ประโยชน์	123
ตารางที่ 4-21 เพศกับการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่งในชุมชน	129
ตารางที่ 4-22 อายุกับการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่งในชุมชน	130
ตารางที่ 4-23 ระยะทางจากครัวเรือนกลุ่มตัวอย่างถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่งในชุมชน	130
ตารางที่ 4-24 ช่วงเดือนที่พบและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บหาอาหาร	134
ตารางที่ 4-25 ภูมิปัญญาการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้อาหาร	138
ตารางที่ 4-26 ภูมิปัญญาและวิธีการใช้ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อเป็นอาหาร	141
ตารางที่ 4-27 ภูมิปัญญาในการนำส่วนต่างๆของอาหารมาประกอบเป็นเมนูอาหาร	144
ตารางที่ 5-1 การเปรียบเทียบข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจใน พ.ศ. 2553 และ พ.ศ. 2557	152
ตารางที่ 5-2 การเปรียบเทียบลักษณะพื้นที่และประเภทของแหล่งอาหารในแต่ละงานวิจัย	158
ตารางที่ 5-3 มูลค่าชนิดอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภค	164
ตารางที่ 5-4 มูลค่าชนิดอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการจำหน่าย	165

รายการตาราง (ต่อ)

	หน้า
ตารางที่ 5-5 สรุปมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งผลิตเองเพื่อจำหน่าย	165
ตารางที่ 5-6 สัดส่วนการมีสิทธิในที่ดินทำกิน	176
ตารางที่ 5-7 ทางเลือกของผู้ไม่มีที่ดินทำกิน	176

รายการรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1-1 แผนที่แสดงขอบเขตพื้นที่การวิจัย	4
ภาพที่ 1-2 กรอบแนวคิดการวิจัย	8
ภาพที่ 2-1 มิติความมั่นคงทางอาหารที่สรุปมาจากงานต่างๆ	15
ภาพที่ 2-2 สรุปประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร	39
ภาพที่ 3-1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	42
ภาพที่ 4-1 ข้อมูลทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างชุมชนโคกพยอม	54
ภาพที่ 4-2 แผนที่แสดงแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชนโคกพยอม	56
ภาพที่ 4-3 แผนที่แสดงขอบเขตชายฝั่งทะเล	60
ภาพที่ 4-4 แผนที่แหล่งอาหารผลิตเองในชุมชนโคกพยอม	64
ภาพที่ 4-5 ตัวอย่างคริวเรือนที่ผลิตอาหารรอบบ้าน	65
ภาพที่ 4-6 แหล่งซื้อขายภายในชุมชน	74
ภาพที่ 4-7 แหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน	75
ภาพที่ 4-8 การสนทนากลุ่มและระบุตำแหน่งของทรัพยากรธรรมชาติ	105
ภาพที่ 4-9 การสอบถามชาวบ้านที่มีการจับสัตว์น้ำ	106
ภาพที่ 4-10 การสำรวจสัตว์เลี้ยง	112
ภาพที่ 4-11 การสำรวจพืชผัก	113
ภาพที่ 4-12 พืชผักที่มีการปลูกในชุมชน	114
ภาพที่ 4-13 สรุปภาพรวมของผลการวิจัย	150
ภาพที่ 5-1 จำนวนชนิดอาหารในแต่ละแหล่ง	156
ภาพที่ 5-2 กรอบแนวคิดมิติความมั่นคงทางอาหาร	181
ภาพที่ 5-3 มิติที่ 1 การมีอยู่ของอาหาร	182
ภาพที่ 5-4 มิติที่ 2 การเข้าถึงอาหาร	183
ภาพที่ 5-5 มิติที่ 3 การใช้ประโยชน์อาหาร	184
ภาพที่ 5-6 มิติที่ 4 การจัดการอาหาร	185
ภาพที่ 5-7 ปริมาณและมูลค่าจากแหล่งอาหารธรรมชาติ	186
ภาพที่ 5-8 สัดส่วนการบริโภคของแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย	187
ภาพที่ 5-9 สัดส่วนอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม	189
ภาพที่ 5-10 สัดส่วนและความต้องการในการใช้ประโยชน์การจากแหล่งอาหารธรรมชาติ	190
ภาพที่ 5-11 สรุปกระบวนการและผลการวิจัย	197

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ที่มาและความสำคัญ

ความมั่นคงทางอาหารเป็นปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิตที่สำคัญที่สุดของมนุษย์ ถ้าครัวเรือน ชุมชน และประเทศ ไม่มีความมั่นคงด้านอาหารก็เหมือนขาดปัจจัยพื้นฐานในการดำรงชีวิต ส่งผลให้การดำรงชีวิตเป็นไปอย่างยากลำบาก ปัญหาความมั่นคงทางอาหารเริ่มต้นขึ้นในช่วง พ.ศ. 2513–2522 ซึ่งเป็นช่วงที่ทั่วโลกกำลังประสบปัญหาขาดแคลนธัญพืชสำหรับบริโภค ส่งผลให้เกิดวิกฤตราคาอาหารที่เพิ่มสูงขึ้น และในช่วงเวลานั้นได้มีการจัดการประชุมอาหารโลกครั้งแรกขึ้นในปี พ.ศ. 2517 ที่กรุงโรม ประเทศอิตาลี โดยในที่ประชุมมองความมั่นคงทางอาหารว่าเป็นปัญหาที่เกิดมาจากความไม่เพียงพอในการผลิตอาหารเพื่อตอบสนองความต้องการในการบริโภค (สจันท์ ประชาสันต์, 2555) จึงเกิดคำว่า “ความมั่นคงทางอาหาร” (food security) ขึ้นโดยองค์การอาหารโลกได้ให้ความหมายของความมั่นคงทางอาหารว่า หมายถึง การมีปริมาณอาหารสำหรับบริโภคภายในครัวเรือน ชุมชน และประเทศ อย่างเพียงพอและมีคุณภาพอย่างต่อเนื่อง รวมถึงระบบการจัดการผลิตที่สามารถสร้างความยั่งยืนให้แก่ทรัพยากร และมีการกระจายผลผลิตที่เป็นธรรมต่อทุกระดับ (องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ, 2549) ซึ่งสุธานี มะลิพันธ์ (2552) และมนชยา มรรคอนันต์โชติ (2549) ก็ได้ให้ความหมายสอดคล้องกัน โดยกล่าวว่า ความมั่นคงทางอาหาร คือ การมีปริมาณอาหารเพียงพอกับความต้องการในการบริโภค โดยสามารถเข้าถึงและนำอาหารที่มีคุณภาพ มีคุณค่า มาใช้ให้เกิดประโยชน์แก่ร่างกาย จากความหมายที่กล่าวมาในช่วงต้นจะเห็นได้ว่า การมีปริมาณอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคและมีการจัดการทรัพยากรอาหารได้อย่างยั่งยืน จะนำไปสู่ความมั่นคงทางอาหาร

ปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหารเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ เช่น การปลูกพืชพลังงานทดแทนเพิ่มขึ้น การปรับตัวทางเศรษฐกิจ การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ เป็นต้น การปลูกพืชพลังงานทดแทนเพิ่มขึ้นทำให้พื้นที่ในการปลูกพืชอาหารลดน้อยลง ผลผลิตของพืชอาหารที่ได้อาจไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค อาจส่งผลต่อการปรับตัวด้านเศรษฐกิจ ทำให้ราคาอาหารสูงขึ้น ส่วนการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศเกิดจากภาวะอุณหภูมิเฉลี่ยของโลกเพิ่มขึ้นทำให้น้ำแข็งขั้วโลกละลาย ส่งผลให้ระบบนิเวศทางทะเลหลายพื้นที่เสียสมดุล โดยเฉพาะพื้นที่ชายฝั่งทะเล ระดับน้ำทะเลจะเพิ่มสูงขึ้น อาจทำให้พื้นที่บางส่วนจมหายไป สร้างความเสียหายต่อชุมชนที่มีความเปราะบางของที่ตั้งถิ่นฐานและพื้นที่แหล่งอาหาร เช่น พื้นที่ป่าชายเลน พื้นที่ทำการเกษตรรอบๆ ชายฝั่งทะเล เป็นต้น (ชัยณรงค์ ลาภเศรษฐานุรักษ์, 2553) ซึ่งสาเหตุเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งของการเกิดความไม่มั่นคงทางอาหารที่อาจส่งผลกระทบต่อครัวเรือน ชุมชน และประเทศชาติ ในการดำรงชีวิตได้

ประเทศไทยเป็นประเทศเกษตรกรรมที่ผลิตอาหารเลี้ยงคนทั้งในประเทศและต่างประเทศด้วย ในอดีตประเทศไทยมีแหล่งอาหารตามธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์ การนำอาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติมาบริโภคสะท้อนให้เห็นถึงวิถีชีวิตของคนไทยที่มีความเป็นอยู่แบบเรียบง่ายและความผูกพัน

ระหว่างคนกับธรรมชาติ เป็นวิถีแห่งการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อให้มีอาหารในการบริโภคอย่างเพียงพอ (รัชดา มหาวีรวัฒน์, 2548) นอกจากการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติแล้วยังมีการพึ่งพาแหล่งอาหารผลิตเอง โดยการทำการเกษตรแบบผสมผสานมีอาหารหลากหลายชนิดเพื่อตอบสนองความต้องการในการบริโภคของครัวเรือนหรือชุมชน แต่ปัจจุบันประเทศไทยได้มีการพัฒนาประเทศตามนโยบายแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2504 โดยเริ่มแรกมีการพัฒนาประเทศที่เน้นเฉพาะทางด้านเศรษฐกิจเป็นหลัก เกิดการแสวงหาผลประโยชน์จากทรัพยากรจนเกินขีดความสามารถ ทำให้แหล่งอาหารที่มีอยู่เกิดการเปลี่ยนแปลงไปทั้งแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง โดยแหล่งอาหารธรรมชาติจากอดีตที่เคยมีความอุดมสมบูรณ์กลับเสื่อมโทรมลง ส่งผลให้ทรัพยากรอาหารลดลงตามไปด้วย จึงทำให้เกิดการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตโดยการให้ความสนใจเพียงวัตถุนอกมากกว่าการเรียนรู้ที่จะใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ จนละเลยวิถีแห่งการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติที่เคยสั่งสมองค์ความรู้และภูมิปัญญาที่บรรพบุรุษที่สืบทอดกันมา (อุทุมพร หลอดโค, 2552) ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองก็มีการเปลี่ยนแปลงไปจากอดีต จากสังคมแห่งการพึ่งตนเองภายใต้สังคมเกษตรกรรมที่ผลิตเพื่ออยู่เพื่อกินเป็นหลัก มาเป็นสังคมแห่งการผลิตภายใต้ระบบทุนนิยมที่ผลิตเพื่อการค้าในเชิงพาณิชย์ สนองความต้องการของตลาดภายในประเทศและตลาดโลก ตามนโยบายเพื่อการส่งออกผลผลิตทางการเกษตร ทำให้เกิดการเปลี่ยนผลผลิตของอาหารจากความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์มาเป็นสินค้า ส่งผลให้การผลิตที่อยู่บนฐานของความหลากหลายทางชีวภาพของชุมชนชนบทค่อยๆ เปลี่ยนมาสู่การผลิตเฉพาะอย่างมากขึ้น ซึ่งวิธีการผลิตที่เปลี่ยนแปลงไปดังกล่าวกำลังก่อให้เกิดวิกฤตด้านความมั่นคงทางอาหาร (ปิยนดา อิมดี, 2547)

ความมั่นคงทางอาหารในภาคชุมชนแต่ละชุมชนของไทยจะมีแหล่งอาหารที่พึ่งพิงแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับบริบทของแต่ละชุมชน เช่น ชุมชนที่อยู่ใกล้ป่าจะพึ่งพิงผลผลิตอาหารจากป่าและการผลิตอาหารขึ้นเอง ชุมชนที่อยู่ใกล้เมืองเน้นในเรื่องของรายได้ที่จะนำไปซื้ออาหารจากแหล่งที่ขายอาหารเพื่อนำมาบริโภค ส่วนชุมชนที่อยู่ใกล้ชายฝั่งจะพึ่งพาทรัพยากรอาหารทางทะเลและชายฝั่งเป็นต้น สำหรับชุมชนชายฝั่งอาจจะต้องเผชิญกับปัญหาที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ คือ ปัญหาการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่ทำให้ระดับน้ำทะเลสูงขึ้น ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อชุมชนที่อยู่ใกล้ชายฝั่งทะเลมากกว่าชุมชนอื่นๆ (สุภา โยเมือง, 2555) ปัญหาดังกล่าวในอนาคตมีแนวโน้มที่จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชายฝั่งภาคใต้ของไทยได้

ชุมชนชายฝั่งแถบจังหวัดสตูลส่วนใหญ่ในอดีตมีวิถีชีวิตที่พึ่งพาอาศัยอาหารจากบริเวณชายฝั่งทะเล ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพประมง เช่น หาทอย ตักปู วางอวน เบ็ดราว โพงพาง ออกเรือหาปลา เป็นต้น (ศุภณีย์วิจิตร ทรัพยากรป่าชายเลนที่ 3 สตูล, 2555) โดยใช้เครื่องมือประมงที่ประดิษฐ์ขึ้นเองเพื่อให้เหมาะสมกับสัตว์น้ำแต่ละชนิด และเป็นภูมิปัญญาส่งต่อรุ่นสู่รุ่น อาหารที่ได้จากการทำประมงมักจะนำมาบริโภคในครัวเรือน หากหามาได้ปริมาณมากก็จะนำไปจำหน่ายหรือนำไปถนอมไว้เพื่อให้อาหารอยู่ได้นานขึ้น แต่ปัจจุบันวิถีชีวิตการประกอบอาชีพประมง ซึ่งเป็นอาชีพหลักของคนในชุมชนมีการเปลี่ยนแปลงไป โดยหันไปประกอบอาชีพอื่นๆ มากขึ้น ทำให้ภูมิปัญญาการทำประมงเริ่มสูญหายจากการทำประมงที่เคยอาศัยเครื่องมือที่เคยประดิษฐ์ขึ้นเองก็กลายเป็นเครื่องมือที่ทำให้จับสัตว์น้ำได้มากขึ้น เช่น อวนลาก อวนรุน เป็นต้น ซึ่งเครื่องมือดังกล่าวเป็นเครื่องมือที่จับสัตว์น้ำได้

ทั้งขนาดเล็กจนถึงขนาดใหญ่ จึงทำให้สัตว์น้ำขนาดเล็กที่ยังไม่โตเต็มวัยไม่สามารถขยายพันธุ์ได้ต่อไป ส่งผลให้ทรัพยากรสัตว์น้ำลดลงเรื่อยๆ ภูมิปัญญาในการทำประมงก็ค่อยๆ เริ่มสูญหาย (เกียรติศักดิ์ ยิ่งยืน, 2555) ประกอบกับปัญหาเรื่องการกัดเซาะชายฝั่งซึ่งเป็นพื้นที่หาอาหารของชุมชนและความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติโดยเฉพาะอย่างยิ่งทรัพยากรป่าชายเลนซึ่งเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยและเพาะพันธุ์สัตว์น้ำ ทำให้ชุมชนไม่สามารถพึ่งพิงทรัพยากรดังกล่าวได้มากเท่าในอดีต (สุภา ใยเมือง, 2555) ทำให้คนในชุมชนจึงหันไปบริโภคอาหารที่ได้มาจากแหล่งซื้อขายมากกว่าแหล่งอาหารจากธรรมชาติเหมือนที่เคยเป็นมา

ชุมชนโคกพยอมก็เป็นหนึ่งในชุมชนชายฝั่งจังหวัดสตูลที่มีการเปลี่ยนแปลงการพึ่งพาอาหารและทรัพยากรอื่นๆ จากชายฝั่งมาตั้งแต่อดีต หลังจากที่ทรัพยากรป่าชายเลนเริ่มเสื่อมโทรมลง อันเป็นเหตุทำให้เกิดการรวมกลุ่มของชุมชนโคกพยอม โดยเริ่มจากความต้องการในการแยกหมู่บ้านให้ได้รับสิทธิต่างๆ ที่เท่าเทียมกับหมู่บ้านอื่น เพื่อให้รัฐเข้ามาสนับสนุนและเห็นความสำคัญของป่าชายเลน โดยเริ่มจากการปลูกป่าชายเลนและจัดการป่าชายเลนที่เสื่อมโทรมให้ดีขึ้น จากนั้นกลุ่มแกนนำก็ได้มีการสานต่อการจัดการป่าชายเลนอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังมีการสร้างป่าชายเลนชุมชนขึ้น ทำให้หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนเห็นความสำคัญ และเข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมของชุมชนมากขึ้น จากการรวมกลุ่มดังกล่าวทำให้ป่าชายเลนมีความอุดมสมบูรณ์มากขึ้น สัตว์น้ำมีจำนวนเพิ่มขึ้น ส่งผลให้ชุมชนมีการพึ่งแหล่งอาหารธรรมชาติในการบริโภคภายในครัวเรือนและการจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้เพิ่มขึ้นอีกด้วย จากการจัดการทรัพยากรดังกล่าว ทำให้ชุมชนได้รับรางวัลต่างๆ ได้แก่ ปี พ.ศ. 2549 ได้รับรางวัลลูกโลกสีเขียวจากบริษัทปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย จำกัด รางวัลเขียวขจีดีเด่นจากกระทรวงมหาดไทย รางวัลอยู่เย็นเป็นสุขจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และรางวัลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมดีเด่นจากศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ ผลจากกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนที่ไม่หยุดนิ่งและการร่วมมือกันของคนในชุมชนที่ต้องการรักษาป่าชายเลนที่เป็นทรัพยากรส่วนรวมของชุมชน ซึ่งถือเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญในการดำรงชีวิตของคนในชุมชน จนทำให้นักวิจัยสังเกตเห็นถึงศักยภาพของคนในชุมชน นำมาสู่ความสนใจในเรื่องการประเมินมูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลนโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน (ญัตติพงษ์ แก้วทอง, 2553) งานวิจัยดังกล่าวนำมาสู่การเรียนรู้ถึงคุณค่าของป่าชายเลนที่กลุ่มได้ร่วมกันดูแลรักษา การส่งเสริมศักยภาพการเรียนรู้ในการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมของชุมชนโคกพยอม ผลจากการวิจัยดังกล่าวพบว่า ชาวบ้านได้เข้ามามีส่วนร่วมในการให้ข้อมูลแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ชาวบ้านรู้สึกมีความภาคภูมิใจในข้อมูลที่ตนเองร่วมกันแสดงความคิดเห็น และจากงานวิจัยดังกล่าวทำให้ทราบถึงศักยภาพของทรัพยากรป่าชายเลนและการพึ่งพาแหล่งอาหารจากป่าชายเลนซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแหล่งอาหารธรรมชาติภายในชุมชน

อย่างไรก็ตามจะเห็นได้ว่าในอดีตชุมชนโคกพยอมมีการพึ่งพาทรัพยากรป่าชายเลนซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของแหล่งอาหารธรรมชาติในการดำรงชีวิต และนำทรัพยากรอาหารบางส่วนส่งขายให้กับตลาดทั้งในและนอกชุมชน แต่ในปัจจุบันมีการเปลี่ยนแปลงอาชีพจากประมงเป็นการทำการเกษตรกรรมสวนยางพาราเพิ่มมากขึ้น งานวิจัยนี้จึงต้องการศึกษาถึงสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารของชุมชน

โคกพยอมในปัจจุบัน นำไปสู่ความตระหนักและการเสริมสร้างแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารให้มีอยู่ในชุมชนต่อไป

1.2 วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความมั่นคงทางอาหารในมิติความเพียงพอของอาหารกับความต้องการบริโภคของคนในชุมชน มิติการเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน และมิติการจัดการแหล่งของคนในชุมชนโคกพยอม

1.3 ขอบเขตการวิจัย

1.3.1 ขอบเขตด้านพื้นที่การวิจัย

ศึกษาในพื้นที่ชุมชนบ้านโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล ซึ่งมีขอบเขตแหล่งอาหารประกอบด้วย พื้นที่ป่าชายเลนประมาณ 1,250 ไร่ ขอบเขตลำคลองจากชุมชนถึงปากแม่น้ำชายฝั่งกว้างประมาณ 1 กิโลเมตร ยาวประมาณ 4 กิโลเมตร และขอบเขตการประมงกว้างประมาณ 7 กิโลเมตร และยาวประมาณ 4 กิโลเมตร ดังภาพที่ 1-1



ภาพที่ 1-1 แผนที่แสดงขอบเขตพื้นที่การวิจัย

ที่มา : Google Earth (26 พฤศจิกายน 2556) ปรับแต่งโดยผู้วิจัย

1.3.2 ขอบเขตด้านเนื้อหา

ศึกษา 3 ประเด็น คือ 1) การมีอยู่ของอาหาร ได้แก่ ประเภทของแหล่งอาหาร ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า ปริมาณการมีอยู่ในชุมชนและมูลค่า และเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชนและมูลค่ากับปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า 2) การเข้าถึงอาหาร ได้แก่ ลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคม และลักษณะการเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน 3) การจัดการอาหารและแหล่ง

อาหาร ได้แก่ การจัดการอาหารเพื่อให้ได้อาหารมาบริโภค และการจัดการแหล่งอาหารเพื่อให้มีอาหารอย่างยั่งยืน

1.3.3 ขอบเขตด้านประชากร

ครัวเรือนในชุมชนโคกพยอมจำนวน 159 ครัวเรือน และประชากรจำนวน 723 คน (ที่ว่าการอำเภอละงู, 2556)

1.3.4 ขอบเขตด้านเวลา

การศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล มีระยะเวลาในการศึกษาตั้งแต่ปี พ.ศ.2556 ถึงปี พ.ศ.2558

1.4 ข้อจำกัดของงานวิจัย

1.4.1 ข้อจำกัดด้านการศึกษาปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารซื้อขาย

งานวิจัยนี้มีข้อจำกัดในการเก็บข้อมูลปริมาณการมีอยู่ของอาหารในแหล่งอาหารซื้อขาย เนื่องจากแหล่งซื้อขายภายในชุมชนมีอยู่ 4 แหล่ง ประกอบด้วย ตลาดนัดท้องถิ่น 1 แห่ง และร้านขายของชำ 3 ร้าน ซึ่งการเก็บข้อมูลจะต้องรวบรวมปริมาณอาหารทั้งหมดที่ขายในตลาดนัดท้องถิ่นโดยผู้ขายทั้งหมด และปริมาณอาหารทั้งหมดจากร้านขายของชำที่นำมาขายตลอดปี นอกจากนี้แหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนมีทั้งหมด 2 แห่ง คือ ตลาดละงูและตลาดปากบารา ซึ่งต้องรวบรวมข้อมูลจากจำนวนผู้ขายทั้งหมดและปริมาณอาหารทุกชนิดที่นำมาขายตลอดทั้งปีเช่นเดียวกัน ดังนั้น การรวบรวมข้อมูลเพื่อให้ได้ปริมาณอาหารที่มีอยู่ทั้งหมดจากแหล่งซื้อขายจึงมีขอบข่ายที่กว้างมาก ซึ่งไม่สามารถที่จะรวบรวมข้อมูลเหล่านั้นได้ภายในระยะเวลาการศึกษาครั้งนี้ โดยผู้วิจัยได้ลองพยายามสำรวจข้อมูลในตลาดปากบาราและพบว่าข้อจำกัดในการสัมภาษณ์ผู้ขาย เนื่องจากความไม่สะดวกในด้านการให้ข้อมูลเพราะผู้ขายมีเวลาจำกัด โดยผู้ขายก็จะต้องใช้เวลาในการเตรียมตัวจัดของที่นำมาขาย ส่วนระหว่างขายก็จะมีเวลาในการให้สัมภาษณ์ และหลังจากขายเสร็จก็รีบเก็บของกลับบ้าน ทำให้ไม่สามารถรวบรวมข้อมูลเหล่านั้นได้ จึงเป็นข้อจำกัดสำหรับงานวิจัยนี้ อย่างไรก็ตาม ในงานวิจัยอื่นๆ ก่อนหน้านี้ ส่วนใหญ่ก็ไม่มีการศึกษาปริมาณการมีอยู่ของอาหารในตลาดเช่นเดียวกัน ซึ่งน่าจะเป็นเพราะเหตุผลที่คล้ายคลึงกันนี้เอง

1.4.2 ข้อจำกัดด้านการศึกษาปริมาณการใช้ประโยชน์ตามหลักโภชนาการ

การศึกษาการใช้ประโยชน์ของอาหารที่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ ซึ่งเป็นมิติหนึ่งของความมั่นคงทางอาหารนั้นต้องรู้ปริมาณสารอาหารที่ชาวบ้านได้รับตามหลักคุณค่าโภชนาการ โดยต้องสำรวจอาหารและปริมาณแต่ละชนิดที่ชาวบ้านบริโภค แล้วนำมาแปลงให้อยู่ในรูปของพลังงานแคลอรี เพื่อให้ได้ข้อมูลสารอาหารแต่ละหมู่ที่ชาวบ้านได้รับ ซึ่งเป็นการยากสำหรับครัวเรือนในการจดบันทึกรายละเอียดของอาหารทุกชนิดและปริมาณที่รับประทานตลอดทั้งปี และจะมีการแยกอย่างชัดเจนระหว่างปริมาณอาหารที่ซื้อ ปริมาณอาหารที่เตรียมเพื่อการบริโภค และปริมาณอาหารที่บริโภคจริง

อีกทั้งหากปริมาณที่มีหน่วยไม่มาตรฐาน เช่น กระจบอง หม้อ ถุง เป็นต้น ก็จะต้องแปลงหน่วยเหล่านั้นให้อยู่ในรูปหน่วยวัดมาตรฐาน เช่น กิโลกรัม กรัม เป็นต้น จึงเป็นข้อจำกัดของงานวิจัยนี้

1.5 นิยามศัพท์เฉพาะ

1) ความมั่นคงทางอาหาร หมายถึง การมีปริมาณอาหารที่มีคุณภาพเหมาะสมอย่างเพียงพอ กับความต้องการบริโภคภายในระดับครัวเรือนและชุมชน โดยจะต้องมีสิทธิและสามารถเข้าถึงทรัพยากรที่มีอยู่ได้อย่างต่อเนื่องทุกเวลา และสามารถใช้ความรู้ ความสามารถ ทักษะ ภูมิปัญญา ที่มีอยู่ในชุมชนมาจัดการกับทรัพยากรเหล่านั้นอย่างสอดคล้องเหมาะสมกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมชุมชน และระบบนิเวศ อันจะทำให้ครอบครัวและชุมชนสามารถมีอาหารเพื่อบริโภคตามหลักโภชนาการได้อย่างยั่งยืน (ปรับปรุงมาจาก สุพาณิชย์ ธนวิฑูมิ, 2544; สุนันทธนา แสนประเสริฐ, 2545; บัณฑิตปิยะศิลป์, 2549; องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ, 2549; ปิยนาล อิ่มดี, 2547 นวลน้อย ตรีรัตน์, 2551; สุธานี มะลิพันธ์, 2552)

2) ชุมชน หมายถึง ชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล เป็นชุมชนชายฝั่งที่มีการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติจากป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล แหล่งอาหารผลิตเองภายในชุมชน และแหล่งอาหารซื้อขายทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน จำนวน 159 ครัวเรือน ในปี พ.ศ. 2556

3) แหล่งอาหาร หมายถึง บริเวณที่ชาวบ้านได้มาซึ่งพืชผักหรือสัตว์เพื่อนำมาเป็นอาหารได้ โดยจะแบ่งเป็น 3 แหล่ง คือ 1) แหล่งอาหารธรรมชาติ ได้แก่ ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล 2) แหล่งอาหารผลิตเอง ได้แก่ พื้นที่บริเวณรอบๆ บ้าน พื้นที่สวน และพื้นที่ไร่-นา 3) แหล่งอาหารซื้อขาย ได้แก่ แหล่งซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน

4) การมีอยู่ของอาหาร หมายถึง ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชน ทั้งในรูปแบบที่มีอยู่ตามธรรมชาติ การผลิตขึ้น หรือมีอยู่ในแหล่งซื้อขาย เสมือนเป็นอุปทานของอาหาร ซึ่งในชุมชนโคกพยอม ปริมาณการมีอยู่ของอาหารสามารถศึกษาได้เพียง 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง

5) การเข้าถึงอาหาร หมายถึง ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหารในชุมชน เพื่อนำอาหารมาใช้ประโยชน์ ไม่ว่าจะในรูปแบบการบริโภค การจำหน่าย หรือการแจกจ่าย และการแลกเปลี่ยนก็ตาม

6) การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร หมายถึง การจัดการเพื่อให้ได้อาหารเหล่านั้นมาบริโภค โดยอาศัยภูมิปัญญาต่างๆ เช่น ภูมิปัญญาการทำเครื่องมือ ภูมิปัญญาการเก็บหาอาหาร ภูมิปัญญาในการนำไปประกอบอาหาร เป็นต้น และการจัดการแหล่งอาหารเพื่อให้แหล่งอาหารสามารถตอบสนองความต้องการในการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน

1.6 กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเสริมด้วยการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งจะศึกษาความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม 3 ประเด็น คือ 1) การมีอยู่ของอาหาร ประกอบด้วย ประเภทของแหล่งอาหาร ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า ปริมาณการมีอยู่ของอาหารและมูลค่า และเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ของอาหารและมูลค่ากับปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า 2) การเข้าถึงอาหาร ประกอบด้วย ลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคม และลักษณะการเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน และ 3) การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร ประกอบด้วย การจัดการอาหารเพื่อให้ได้อาหารเหล่านั้นมา โดยใช้ภูมิปัญญาต่างๆ เช่น ภูมิปัญญาการทำเครื่องมือ ภูมิปัญญาการเก็บหาอาหาร ภูมิปัญญาในการนำไปประกอบอาหารเป็นต้น และการจัดการแหล่งอาหารเพื่อให้ได้อาหารมาบริโภคได้อย่างยั่งยืน ดังภาพที่ 1-2

ข้อมูลที่ได้สามารถนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานของแหล่งอาหารของชุมชน และสามารถนำมาวิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารของชุมชน เพื่อที่จะแสวงหาแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารของชุมชนร่วมกับคนในชุมชน และชี้ให้คนในชุมชนตระหนักถึงความสำคัญและสามารถรักษาความมั่นคงทางอาหารให้มีอยู่ในชุมชนได้ตลอดไป



ภาพที่ 1-2 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 2

การตรวจเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร แนวความคิด และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นพื้นฐานและแนวทางในการศึกษาวิจัยประกอบด้วยความเป็นมาและความหมายของความมั่นคงทางอาหาร มิติสำคัญของความมั่นคงทางอาหาร ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหาร ข้อมูลทั่วไปของชุมชนโคกพยอม และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

2.1 แนวคิดความมั่นคงทางอาหาร

2.1.1 ความเป็นมาของความมั่นคงทางอาหาร

ความเป็นมาของความมั่นคงทางอาหารเริ่มขึ้นจากปัญหาการขาดแคลนอาหารในภูมิภาคต่างๆ ทั่วโลกโดยเฉพาะในประเทศกำลังพัฒนา ทำให้ความมั่นคงทางอาหารกลายเป็นประเด็นที่ได้รับความสนใจอย่างมาก ทำให้ในปี พ.ศ. 2517 ได้มีการประชุมสุดยอดอาหารโลกที่กรุงโรม ประเทศอิตาลี ซึ่งได้มีการอภิปรายถึงวิกฤตการณ์ด้านอาหารในภูมิภาคต่างๆ ทั่วโลก ในเบื้องต้นจะเน้นไปที่เรื่องของปริมาณที่เพียงพอของอาหาร ความคงตัวของราคาอาหาร ตลอดจนการรักษาระบบนิเวศซึ่งเป็นผลมาจากการผลิตอาหาร (สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ, 2554)

Maxwell (1998, อ้างถึงใน ทรงสิริ วิชราพันธ์, 2555) ได้จำแนกความเป็นมาของความมั่นคงทางอาหารในแต่ละช่วง ดังนี้

ช่วงที่หนึ่ง พ.ศ. 2517-2523 มุ่งเน้นความมั่นคงทางอาหารในระดับโลก เพราะจากวิกฤติอาหารที่เกิดขึ้นในแอฟริการวมทั้งราคาอาหารที่เพิ่มสูงขึ้น จึงทำให้เกิดการประชุมสุดยอดอาหารโลก โดยองค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (FAO) ได้มีการก่อตั้งคณะกรรมการว่าด้วยความมั่นคงทางอาหารโลกและสภาอาหารโลกเพื่อติดตามสภาวะความต้องการและปริมาณอาหารโลก

ช่วงที่สอง พ.ศ. 2524-2528 เริ่มมีการปฏิบัติตามนโยบายการปรับโครงสร้างเพื่อแก้ปัญหาความยากจน ที่อาจส่งผลกระทบต่อภาวะความมั่นคงทางอาหาร

ช่วงที่สาม พ.ศ. 2529-2533 เมื่อเกิดภาวะอดอยากในแอฟริกาและบางส่วนของประเทศกำลังพัฒนา และเกิดแนวคิดเรื่องความมั่นคงทางอาหารอย่างจริงจัง

ช่วงที่สี่ พ.ศ. 2533-2539 ได้มีการนำแนวคิดเรื่องการลดความยากจนเข้ามาแก้ปัญหาเรื่องความมั่นคงทางอาหาร

ช่วงที่ห้า พ.ศ. 2539 เป็นต้นมา เป็นช่วงที่ราคาอาหารในตลาดโลกสูงขึ้น ทำให้ความมั่นคงทางอาหารกลับมาเป็นที่สนใจอีกครั้ง แต่เป็นการเน้นเรื่องความสามารถในการพึ่งพาตนเอง

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยในประเทศไทยที่กล่าวถึงสถานการณ์ทางด้านความมั่นคงทางอาหารของประเทศกำลังพัฒนา ว่ายังขาดความมั่นคงทางอาหาร เนื่องจากผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศบางช่วงเวลา เช่น ช่วงภัยแล้ง น้ำท่วม เป็นต้น ประชากรส่วนหนึ่งเกิดการขาดแคลนอาหารในการบริโภค ซึ่งสถานการณ์ดังกล่าวได้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและคุณภาพชีวิต รวมทั้งยังเชื่อมโยงไปสู่ปัญหาอื่นๆ ตามมา เช่น ปัญหาความยากจน ปัญหาการเสื่อมโทรมของทรัพยากร ปัญหาสังคม เป็นต้น (สุธานี มะลิพันธ์, 2552) นอกจากนี้ ทรงสิริ วิชิรานนท์และคณะ (2555) มีประเด็นเพิ่มเติม นอกจากสาเหตุที่เกิดจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศแล้ว และอีกสาเหตุที่สำคัญ คือ คนในประเทศกำลังพัฒนามีวัฒนธรรมการบริโภคที่เปลี่ยนแปลงไป โดยหันไปบริโภคอาหารตามแบบชาวตะวันตกที่เรียกกันโดยทั่วไปว่าอาหารขยะ (junk food) ทำให้คนรุ่นใหม่ละเลยอาหารในท้องถิ่น หันไปพึ่งพาอาหารในท้องตลาด ทำให้ภูมิปัญญาการหาอาหารและเมนูอาหารในท้องถิ่นสูญหายไป อีกทั้งความหลากหลายของพันธุ์พืชก็ลดลง เนื่องจากระบบการเกษตรที่เน้นผลิตพืชเชิงเดี่ยวเพื่อให้ได้ปริมาณที่มากขึ้น จึงทำให้การทำเกษตรเพื่อยังชีพเปลี่ยนเป็นการทำการเกษตรเพื่อเชิงพาณิชย์

2.1.2 ความหมายของความมั่นคงทางอาหาร

สำหรับความหมายของความมั่นคงทางอาหารผู้วิจัยสามารถรวบรวมงานวิจัยที่ได้ให้ความหมายในทิศทางเดียวกันและจำแนกความหมายได้ 3 กลุ่ม

กลุ่มแรกเป็นการให้ความหมายของความมั่นคงทางอาหารที่เน้นถึงเรื่องการเมืองอยู่ของอาหารและแหล่งอาหาร ได้แก่ การมีปริมาณอาหารสำหรับบริโภคภายในครอบครัวและชุมชน โดยสามารถเข้าถึงอาหารได้อย่างเพียงพอ ปลอดภัย มีคุณภาพ และต่อเนื่อง รวมถึงการมีระบบการจัดการผลผลิตที่เกื้อหนุนต่อความยั่งยืน และความมั่นคงทางการผลิตทั้งที่ดิน แหล่งน้ำ และแหล่งทรัพยากรธรรมชาติ ต้องมีระบบการกระจายผลผลิตที่เป็นธรรมและเหมาะสมทั้งในระดับครัวเรือน ชุมชน และประเทศ (สุพานี ธนวิวุฒิ, 2544; องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ, 2549; นวลน้อย ตรีรัตน์, 2551; สุธานี มะลิพันธ์, 2552 ล้วนให้ความหมายไว้ในทางเดียวกันดังกล่าวแล้ว)

กลุ่มที่สองเป็นการให้ความหมายของความมั่นคงทางอาหารที่เน้นเรื่องระบบการผลิตและการเข้าถึงอาหาร โดยหมายถึง ความสามารถในการตัดสินใจจัดการและใช้ทรัพยากรในท้องถิ่นให้เหมาะสมกับสภาพท้องถิ่น ต่อการเพิ่มขึ้นของจำนวนผลผลิต เริ่มตั้งแต่ครัวเรือนเกษตรกรในชนบทจะต้องมีความสามารถในการผลิตอาหารให้เพียงพอกับความต้องการในการบริโภคภายในครอบครัวเป็นลำดับแรก เมื่อมีผลผลิตส่วนที่เหลือค่อยขาย โดยในกระบวนการผลิตอาหารต้องปราศจากการปนเปื้อนของสารเคมี ซึ่งความมั่นคงทางอาหารในรูปแบบดังกล่าวจะเป็นไปได้ก็ต่อเมื่อเกษตรกรมีทรัพยากร และมีสิทธิในการผลิตที่อยู่บนพื้นฐานของวัฒนธรรมท้องถิ่น อย่างไรก็ตามหากเกษตรกรมีสิทธิหรือกรรมสิทธิ์ในที่ดินย่อมก่อให้เกิดความมุ่งมั่นที่จะรักษาที่ดิน แหล่งน้ำ และทรัพยากรธรรมชาติอื่นๆ เพื่อให้พื้นที่นั้นสามารถนำมาใช้ผลิตอาหารและสร้างรายได้ให้ครอบครัวได้อย่างยั่งยืนตลอดไป รวมถึงโอกาสของคนทุกคนก็ต้องได้รับอาหารอย่างเท่าเทียมกัน (สุนันท์ธนา แสนประเสริฐ, 2545; บัณฑิต ปิยะศิลป์, 2549)

กลุ่มที่สามเป็นการให้ความหมายของความมั่นคงทางอาหารที่เน้นเรื่องการจัดการอาหาร โดยหมายถึง การกินที่อยู่ดีของครอบครัว ชุมชน และสามารถพึ่งตนเองทางด้านอาหารได้ โดยจะต้องมีสิทธิและสามารถเข้าถึงทรัพยากรดิน น้ำ ป่า และอาหารธรรมชาติได้ง่าย และใช้ความรู้ ภูมิปัญญา ทักษะ ความสามารถ และเทคโนโลยีที่มีอยู่ในชุมชนมาจัดการกับทรัพยากรเหล่านั้นอย่างสอดคล้องเหมาะสมกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมชุมชน และระบบนิเวศ อันจะทำให้ครอบครัวและชุมชนสามารถมีอาหารเพื่อบริโภคได้อย่างพอเพียงตลอดเวลาที่ต้องการและอาหารนั้นจะต้องสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้อย่างยั่งยืน (ปิยนาก อิมดี, 2547)

จากความหมายที่ทบทวนมาข้างต้น ผู้วิจัยจึงสรุปความหมายของความมั่นคงทางอาหารว่า หมายถึง การมีปริมาณอาหารที่มีคุณภาพเหมาะสมอย่างเพียงพอกับความต้องการบริโภคในระดับครัวเรือน ชุมชน และประเทศ โดยจะต้องมีสิทธิและสามารถเข้าถึงทรัพยากรที่มีอยู่ได้อย่างต่อเนื่องตลอดเวลา และสามารถใช้ความรู้ ความสามารถ ทักษะ ภูมิปัญญา ที่มีอยู่ในชุมชนมาจัดการกับทรัพยากรเหล่านั้นอย่างสอดคล้องเหมาะสมกับวิถีชีวิต วัฒนธรรมชุมชน และระบบนิเวศ อันจะทำให้ครอบครัวและชุมชนสามารถมีอาหารเพื่อบริโภคตามหลักโภชนาการได้อย่างยั่งยืน

2.2 มิติสำคัญของความมั่นคงทางอาหาร

จากการทบทวนเอกสาร พบว่ามีการให้นิยามมิติความมั่นคงทางอาหารมีอยู่หลายมิติ แต่ส่วนใหญ่จะเป็นมิติที่คล้ายคลึงกัน ซึ่งมีตั้งแต่ 3 มิติ 4 มิติ 5 มิติ และ 7 มิติ ดังนี้

Maxwell และ Smith (1991, อ้างถึงใน ปิยนาก อิมดี, 2547) กล่าวว่าความมั่นคงทางอาหารประกอบด้วย 3 มิติ คือ

1. การมีอยู่ของอาหาร (food availability) หมายถึง การมีปริมาณอาหารที่มีคุณภาพเหมาะสมอย่างมั่นคงเพียงพอต่อทุกคน กล่าวคือ อาหารนั้นจะต้องสามารถหาได้และมีการนำมาใช้ได้ตลอดเวลา ทุกคนสามารถนำอาหารมาใช้ในการบริโภคได้อย่างเพียงพอ ทั้งด้านปริมาณและคุณภาพ มีความหลากหลายชนิดและสอดคล้องกับวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น การมีอาหารและการหาอาหารได้นั้นมีเงื่อนไขอยู่ที่ฤดูกาล แหล่งอาหาร และความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติ

2. การเข้าถึงอาหาร (food accessibility) หมายถึง ทุกคนสามารถเข้าถึงทรัพยากรเพียงพอที่จะนำมาทำเป็นอาหาร การเข้าถึงทรัพยากรที่เหมาะสมสำหรับอาหาร ได้แก่ ที่ดิน น้ำ ป่าไม้ และเทคโนโลยี ความสามารถในการเข้าอาหารทั้งทางตรงและทางอ้อม ซึ่งทางตรงนั้นจะเป็นในส่วนของที่ดินทำกินและทางอ้อมจะเป็นการซื้อขายอาหาร ปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าถึงทรัพยากร คือ กฎหมาย ประเพณี การมีอาชีพใตยทางอาหาร ทรัพยากรสาธารณะร่วม การมีที่ดิน มีรายได้พอที่จะซื้ออาหาร ราคาของอาหารไม่แพงเกินไป รวมถึงระบบความสัมพันธ์ทางสังคม ระบบความสัมพันธ์แบบเครือญาติ และการช่วยเหลือเกื้อกูลกัน

3. การใช้อาหารให้เป็นประโยชน์ (food utilization) หมายถึง การใช้อาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ สุขอนามัย และการดูแลสุขภาพ อาหารจะต้องนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์เพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐาน ตลอดจนอาหารต้องนำมาใช้เพื่อสุขภาพของบุคคล โดยมีคุณค่าทางอาหารโภชนาการ มีความปลอดภัยและไม่มีการปนเปื้อนสารเคมีที่เป็นอันตรายต่อร่างกาย

ความมั่นคงทางอาหารตามแนวคิดขององค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (2549) ประกอบไปด้วย 4 มิติ คือ

1. การมีอาหารเพียงพอ (food availability) หมายถึง การมีอาหารในภาพรวม เพียงพอที่จะบริโภคภายในประเทศ ซึ่งอาจได้มาโดยการผลิตในประเทศหรือนำเข้าจากต่างประเทศด้วย แต่ถ้านำเข้ามากก็มีความเสี่ยงที่จะเกิดความไม่มั่นคงทางอาหารได้

2. การเข้าถึงอาหาร (food accessibility) หมายถึง ความสามารถของประชาชนในการเข้าถึงอาหารโดยการผลิตเองในครัวเรือนหรือซื้อมาบริโภค ดังนั้นการที่ประเทศมีอาหารในภาพรวมเพียงพอ ก็ไม่ใช่เป็นสิ่งที่รับประกันได้ว่าประชาชนทุกคนจะมีอาหารบริโภคอย่างเพียงพอ โดยเฉพาะถ้าหากประชาชนไม่มีรายได้เพียงพอ ในขณะที่อาหารมีราคาแพงหรือภาครัฐไม่มีระบบบริหารจัดการด้านสวัสดิการที่ดีแล้ว ประชาชนบางส่วนก็อาจขาดแคลนอาหารบริโภคได้

3. การใช้ประโยชน์จากอาหาร (food utilization) หมายถึง การใช้ประโยชน์หรือการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ คือ มีความปลอดภัย หลากหลาย (ครบหมู่) ให้พลังงาน (calories) เพียงพอต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและการมีสุขภาพที่แข็งแรง

4. การมีเสถียรภาพด้านอาหาร (food stability) หมายถึง ทุกมิติข้างต้นจะต้องมีเสถียรภาพด้วย เช่น ไม่ขาดแคลนอาหารในบางปี บางฤดูหรือประชาชนไม่สามารถเข้าถึงอาหารได้ในบางครั้ง รวมทั้งการบริโภคที่ไม่ถูกหลักโภชนาการในบางโอกาส เป็นต้น

เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก (2545) ได้ให้นิยามความมั่นคงทางอาหารไว้ ประกอบด้วย 5 มิติ คือ

1. การมีปริมาณอาหารเพียงพอสำหรับบริโภคทุกคน ทั้งภายในครอบครัว ชุมชน และชุมชนอื่นๆ

2. คุณภาพอาหารปลอดภัย มีความหลากหลายครบถ้วนตามหลักโภชนาการและสอดคล้องกับวัฒนธรรมในแต่ละท้องถิ่น

3. มีระบบการผลิตที่เกื้อหนุน รักษาความสมดุลของระบบนิเวศที่สร้างให้เกิดความหลากหลายทางชีวภาพและใช้เทคโนโลยีที่เหมาะสม

4. มีระบบการจัดการผลผลิตที่สอดคล้อง เหมาะสม เป็นธรรม มีการกระจายอาหารอย่างทั่วถึงทั้งในระดับครอบครัว ชุมชน และประเทศ

5. มีความมั่นคงในทรัพยากรเพื่อการผลิตอาหาร ได้แก่ ที่ดิน แหล่งน้ำ ฝืนป่า พันธุกรรม และทรัพยากรอื่นๆ ที่เอื้อให้เกิดความมั่นคงในอาชีพเกษตรกรผู้ผลิต

ศจินทร์ ประชาสันต์ (2555) ได้ให้นิยามความมั่นคงทางอาหาร ประกอบด้วย 7 มิติ คือ

1. มิติความเปราะบาง ความเปราะบางเป็นแนวคิดที่สัมพันธ์กับมิติด้านเวลาหรือ “เสถียรภาพ” ของความมั่นคงทางอาหารอย่างใกล้ชิด ซึ่งความเปราะบางของแต่ละกลุ่มคนมีระดับที่แตกต่างกันขึ้นอยู่กับลักษณะความเสี่ยงและความสามารถในการรับมือกับความเสียหายหรือความไม่แน่นอนของสถานการณ์
2. มิติจิตวิทยาและสังคม ความไม่มั่นคงทางอาหารทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกถูกกีดกันหรือขาดแคลน หรือทำให้ครัวเรือนรู้สึกกระวนกระวายใจว่าจะมีอาหารเพียงพอหรือไม่ เช่น ไม่อาจบริโภคอาหารได้ 3 มื้อต่อวัน ไม่อาจเข้าร่วมกิจกรรมหรืองานประเพณีที่เกี่ยวข้องกับอาหาร ต้องบริโภคอาหารที่ได้มาจากการบริจาค ต้องลักขโมย หรือติดหนี้ชำระค่าอาหาร เป็นต้น ซึ่งนำมาสู่ปัญหาความเครียดตามมา
3. มิติการแก้ไขปัญหาหรือการปรับตัว ในแต่ละครัวเรือนยังมีความกังวลเมื่อเกิดปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหาร ซึ่งอาจจะแสดงออกมาทั้งในแง่ของจิตวิทยาและความพยายามแก้ไขปัญหาในลักษณะที่แตกต่างกันในแต่ละช่วงเวลา
4. มิติชุมชน ความมั่นคงทางอาหารของปัจเจกบุคคลและครัวเรือนมีความสัมพันธ์อย่างยิ่งกับบริบทแวดล้อมในชุมชน หากชุมชนมีศักยภาพและความสามารถพึ่งพาและดูแลจัดการด้านอาหารได้มากขึ้นก็จะแก้ปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหารได้อย่างยั่งยืนขึ้น โดยไม่ต้องพึ่งพิงความช่วยเหลือเร่งด่วนจากแหล่งทุนภายนอกหรือความช่วยเหลือด้านอาหารจากภาครัฐ
5. มิติสิทธิทางอาหาร ถือเป็นส่วนสำคัญของศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์และจำเป็นจะต้องมีเพื่อบรรลุสิทธิมนุษยชนด้านอื่นๆ ตามแนวคิดนี้ รัฐแต่ละประเทศจึงมีหน้าที่ที่จะต้องเคารพ ปกป้องและเติมเต็มสิทธิด้านอาหารของประชาชนโดยการดำเนินการเองภายในหรือร่วมมือกับต่างประเทศโดยผ่านมาตรการที่สำคัญ คือมาตรการทางกฎหมาย
6. มิติอธิปไตยทางอาหาร สิทธิของประชาชนที่จะกำหนดนโยบายเกษตรและอาหารของตนเอง ที่จะปกป้องและควบคุมการค้าและการผลิตทางการเกษตรภายในประเทศเพื่อที่จะบรรลุเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน
7. มิติวัฒนธรรม กล่าวได้ว่าวัฒนธรรมกับอาหารมีความสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ทำให้วัฒนธรรมเป็นปัจจัยพื้นฐานที่เชื่อมระหว่างฐานทรัพยากรทางอาหารเข้ากับของความมั่นคงทางอาหารรวมถึงวิถีชีวิต

กล่าวโดยสรุปมิติความมั่นคงทางอาหารโดยทั่วไปมีจุดเริ่มต้นมาจากการประชุมอาหารโลก ซึ่งได้รับการพัฒนาต่อโดยองค์การอาหารและเกษตรแห่งประชาชาติ ทำให้เกิดแนวคิดหรือความหมายในเรื่องความมั่นคงทางอาหารที่หลากหลาย นอกจากนี้ยังมีอีกหลายแง่มุมของความมั่นคงทางอาหารซึ่งมิติเหล่านี้จะช่วยให้เห็นรายละเอียดปลีกย่อยของความมั่นคงทางอาหารภาพรวมได้เข้าใจมากขึ้น

จากมิติทั้งหมดที่กล่าวมาผู้วิจัยสามารถนำมาสรุปและจัดกลุ่มใหม่โดยนำมิติที่มีความใกล้เคียงหรือซ้ำซ้อนกันไว้ในกลุ่มเดียวกัน พบว่าสามารถจัดกลุ่มได้เป็น 4 มิติ ดังภาพที่ 2 - 1

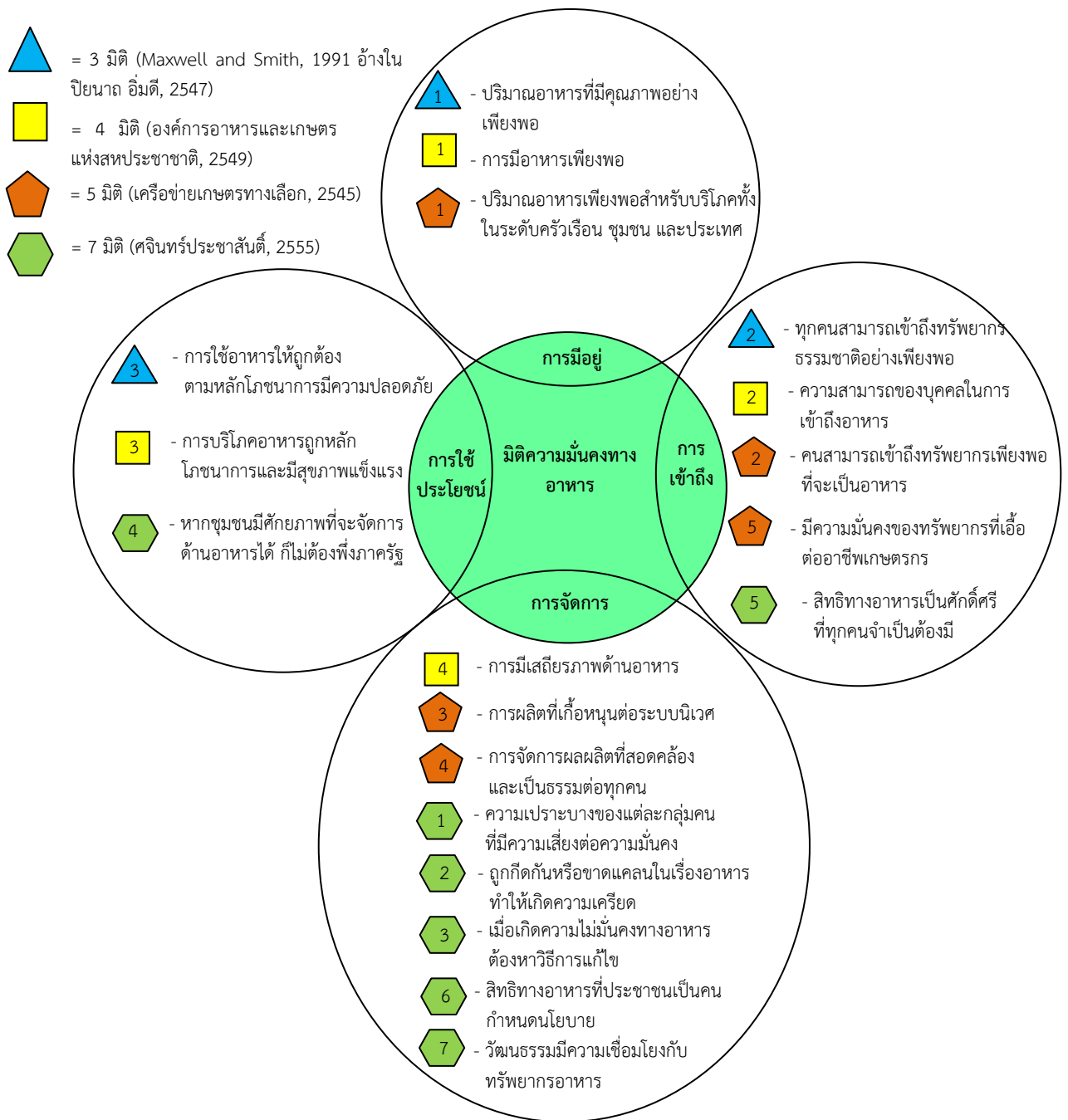
1. การมีอยู่ของอาหาร หมายถึง การมีชนิดและปริมาณอาหารที่มีคุณภาพในการบริโภคอย่างเพียงพอ ทั้งในระดับครัวเรือน ชุมชน และประเทศ

2. การเข้าถึงอาหาร หมายถึง ทุกคนมีสิทธิในการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร ตามความสามารถของแต่ละบุคคลเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารที่เพียงพอ

3. การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร หมายถึง การจัดการแหล่งผลิตที่สอดคล้องและเป็นธรรมต่อทุกฝ่าย ซึ่งในการผลิตนั้นจะต้องไม่ส่งผลกระทบต่อระบบนิเวศ และถ้าหากชุมชนมีศักยภาพในการดูแลจัดการทรัพยากรที่เหมาะสมและยั่งยืนก็ไม่จำเป็นต้องพึ่งภาครัฐ และทำให้เกิดเสถียรภาพและความมั่นคงทางอาหารด้วย

4. การใช้ประโยชน์อาหาร หมายถึง การนำอาหารมาบริโภคให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ มีความปลอดภัย และเพียงพอต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและมีสุขภาพแข็งแรง

จากการทบทวนมิติต่างๆ ผู้วิจัยได้สรุปรวมมิติดังกล่าวออกเป็น 4 มิติหลัก คือ มิติด้านการมีอยู่ มิติด้านการเข้าถึง มิติด้านการจัดการ และมิติด้านการใช้ประโยชน์ เพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจผู้วิจัย จึงออกแบบแผนภาพมิติความมั่นคงทางอาหารแสดง ดังภาพที่ 2-1



ภาพที่ 2-1 มิติน้ำมันคงทางอาหารที่สรุปมาจากงานต่างๆ

หมายเหตุ : หมายเลขกำกับในสัญลักษณ์ใช้แทนมิติของแต่ละมิติที่ได้ให้คำนิยามไว้ ซึ่งผู้วิจัยนำมาสรุปและจัดกลุ่มใหม่โดยนำมิติที่มีความใกล้เคียงไว้ในกลุ่มเดียวกันเป็น 4 มิติ คือ การมีอยู่ การเข้าถึง การจัดการใช้ประโยชน์ และการจัดการ

2.3 ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร

ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร หมายถึง ปัจจัยหรือตัวแปรที่สามารถแสดงหรือสะท้อนให้เห็นถึงสถานภาพและการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับมิติใดมิติหนึ่งหรือหลายมิติของความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยจะแบ่งการนำเสนอออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

2.3.1 พัฒนาการของดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร

ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารถูกพัฒนาขึ้นเพื่อสะท้อนความมั่นคงทางอาหาร ใช้วัดมิติใดมิติหนึ่งหรือหลายมิติของความมั่นคงทางอาหารที่แสดงให้เห็นถึงสถานภาพที่เป็นอยู่ การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหรือผลลัพธ์ที่ได้จากมาตรการแทรกแซงและพัฒนาการที่สำคัญของการพัฒนา ถึงแม้ขณะนี้อาจจะยังไม่มีดัชนีตัวใดที่สมบูรณ์แบบซึ่งสามารถครอบคลุมมิติของความมั่นคงทางอาหารได้อย่างครบถ้วน ดังนั้นในทางปฏิบัติจึงอาจพบว่าหลายหน่วยงานหรือองค์กรอาจเลือกใช้ดัชนีเพียงตัวใดตัวหนึ่งหรือหลายตัวประกอบกัน ขึ้นอยู่กับแนวคิดความมั่นคงทางอาหารที่ใช้ เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และเงื่อนไขทางทรัพยากรของแต่ละงาน

ศจินทร์ ประชาสันต์ (2555) ได้แบ่งดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารเป็น 3 ลักษณะได้แก่

1. จากความเพียงพอของอาหารสู่ประเด็นการเข้าถึงอาหาร

เนื่องจากในระยะแรกที่แนวคิดความมั่นคงทางอาหารถูกมองว่าเป็นปัญหาของการขาดแคลนอุปทาน ดัชนีที่ใช้เป็นหลักจะอยู่ในรูปของส่วนต่างระหว่างปริมาณผลผลิตอาหารและความต้องการอาหารของประชากรในระดับภูมิภาคหรือประเทศ ส่วนในระดับย่อยลงไป คือระดับครัวเรือนและปัจเจกบุคคลจะใช้ภาวะโภชนาการเป็นดัชนีวัดความมั่นคงทางอาหาร โดยความเชื่อที่ว่า การขาดแคลนอาหารในระดับมหภาคจะส่งผลกระทบต่อให้เกิดภาวะทุพโภชนาการ

2. จากการวัดภววิสัยสู่อัตวิสัย

การวัดภววิสัยสู่อัตวิสัยเป็นการวัดจากพื้นฐานของความเป็นจริงจากทฤษฎีไปสู่การวัดในมุมมองความรู้สึกของแต่ละบุคคล พัฒนาการในส่วนนี้ได้รับอิทธิพลมาจากการศึกษาเรื่องความยากจน ซึ่งได้หันมาให้ความสำคัญกับการพึงประสงค์ของคณจน แทนที่จะวัดจากมูลค่าที่เป็นตัวเงินแบบเดิม ดัชนีความมั่นคงทางอาหารโดยอัตวิสัยคือ ดัชนีที่อยู่บนฐานของความรู้สึกหรือการรับรู้หรือประสบการณ์ของครัวเรือนหรือปัจเจกบุคคล ซึ่งยังรวมถึงการให้ความสำคัญกับคุณค่าและวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์ทางอาหาร

3. จากการใช้ดัชนีตัวแทนสู่ดัชนีพื้นฐาน

การวัดความมั่นคงทางอาหารในงานจำนวนมากมักใช้ดัชนีตัวแทน เช่น ระดับรายได้ ปริมาณแคลอรี ข้อมูลการบริโภค หรือทรัพย์สินที่มี เป็นต้น ซึ่งดัชนีเหล่านี้ไม่ได้เป็นดัชนีพื้นฐานของความมั่นคงทางอาหารโดยตรง แต่เป็นดัชนีตัวแทนของระดับความมั่นคงทางอาหาร ข้อจำกัดของการใช้ดัชนีตัวแทน คือ ในบางบริบทอาจจะไม่สามารถบอกความมั่นคงทางอาหารได้อย่างถูกต้อง

จะเห็นได้ว่าดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารจะมีพัฒนาการไปใน 3 ทิศทาง สามารถสะท้อนความมั่นคงทางอาหารและสถานภาพการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นในแต่ละพื้นที่ ซึ่งแต่ละทิศทางก็มีหลักการที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งผู้วิจัยได้วิเคราะห์แต่ละดัชนีไว้ดังนี้ ลักษณะที่ 1 จากความพอเพียงของอาหารเป็นดัชนีที่น่าจะนำมาปรับใช้กับกับวิจัยในชุมชนได้เป็นอย่างดี เนื่องจากสามารถมองเห็นภาพได้ชัดจากส่วนต่างของผลผลิตต่อความต้องการในการบริโภค ซึ่งสามารถบอกได้ชัดเจนหากผลผลิตเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคแสดงว่ายังมีความมั่นคงทางอาหาร ส่วนลักษณะที่ 2 จากการวัดภาวะวิสัยสู่อัตวิสัย เป็นตัวชี้วัดที่ได้จากคนกลุ่มคนเพียงกลุ่มเดียว คือ กลุ่มคนยากจน จึงทำให้ดัชนีนี้ไม่สามารถอธิบายความมั่นคงทางอาหารที่ครอบคลุมทุกประเด็นได้ และลักษณะที่ 3 จากการใช้ดัชนีตัวแทนสุดดัชนีพื้นฐาน เป็นดัชนีที่งานวิจัยส่วนใหญ่มักจะใช้เป็นดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร โดยจะเปรียบเทียบจากรายได้ต่อปริมาณการบริโภคและสารอาหารที่ได้รับ แต่ดัชนีนี้ก็ยังมีข้อจำกัดในบางบริบทที่ไม่สามารถใช้ได้ เช่น ในชุมชนชนบทไม่สามารถเปรียบเทียบจากรายได้ต่อปริมาณความต้องการและสารอาหารที่ได้รับได้ เนื่องจากมีการเข้าถึงอาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติได้อย่างเพียงพอกับความต้องการในการบริโภคโดยไม่ต้องซื้อ ทำให้การวัดจากรายได้เป็นไปได้ยาก เป็นต้น จึงทำให้ดัชนีนี้ยังไม่สามารถวัดได้ในบางพื้นที่

2.3.2 ระดับดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหาร

จากการทบทวนเอกสาร ผู้วิจัยสามารถสรุปดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารได้ 3 ระดับ ซึ่งมาจากองค์การอาหารและเกษตรแห่งสหประชาชาติ (2549) 2 ระดับ และมูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน (2555) 1 ระดับ ดังนี้

2.3.2.1 ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับโลก (global food security situation)

1) การประเมินปริมาณคงเหลือของธัญญาหารโลก โดยเปรียบเทียบกับแนวโน้มความต้องการ การบริโภคธัญญาหารของโลก โดยภาพรวมอัตราส่วนของความต้องการใช้ธัญพืชเพื่อการบริโภคนั้นมีแนวโน้มสูงขึ้น เมื่อเปรียบเทียบสัดส่วนระหว่างปริมาณธัญญาหารและความต้องการใช้ พบว่ายังคงอยู่ในเกณฑ์

2) การพิจารณาความสามารถและศักยภาพของประเทศผู้ส่งออกธัญญาหารที่สำคัญ 5 รายของโลก ได้แก่ประเทศ อาร์เจนตินา ออสเตรเลีย แคนาดา สหภาพยุโรป และสหรัฐอเมริกา จากสถิติพบว่าความต้องการใช้ธัญญาหารทั้งภายในประเทศและการส่งออกของประเทศผู้ส่งออกธัญญาหารทั้ง 5 เพิ่มขึ้น ในขณะที่ความสามารถในการผลิตลดลงเล็กน้อย จากปรากฏการณ์เอลนีโญที่ทำให้เกิดความแห้งแล้ง แต่เมื่อพิจารณาโดยภาพรวมแล้วพบว่า ยังอยู่ในระดับที่ปลอดภัยต่อความมั่นคงทางอาหารโลก

3) การสำรวจปริมาณคงเหลือของผู้ส่งออกธัญญาหารในแต่ละหมวด คือ ข้าว ข้าวสาลี ข้าวโอ๊ต และข้าวโพด ตัวชี้วัดในข้อนี้ชี้ให้เห็นถึงจุดยืนและสถานะของประเทศไทยในฐานะผู้ส่งออกธัญญาหารในหมวดข้าว พบว่ามีเพียงประเทศเดียว คือ ประเทศจีนที่ข้อมูลแสดงว่าปริมาณผลผลิตที่

ออกสู่ตลาดโลกลดลงกว่าปีที่ผ่านมา ดังนั้นผลผลิตอาหารของประเทศเหล่านี้ หากมีการเปลี่ยนแปลง จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารโลก

2.3.2.2 ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับประเทศ (national food security situation)

1) ความสามารถในการเข้าถึงอาหารของประชาชน หมายถึง ประชาชนต้องมีความสามารถเข้าถึงอาหารได้ตลอดเวลา โดยพิจารณาจากรายได้จากประชาชาติของประชากรต่อคนต่อปี และสัดส่วนในการใช้จ่ายในเรื่องอาหารต่อรายได้ทั้งหมด

2) ความเพียงพอของอาหารต่อความต้องการบริโภค หมายถึง อาหารต้องเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของประชาชนในครัวเรือน ชุมชน และประเทศ ทั้งนี้ทำได้โดยการพิจารณาจากความต้องการพลังงานของอาหารต่อคนต่อวัน

3) การมีอาหารสะสม หมายถึง การเข้าถึงอาหารอย่างสม่ำเสมอ โดยเน้นที่ความสามารถในการผลิตของชุมชนและประเทศ คือ การศึกษาดัชนีความหลากหลายของการผลิตอาหารต่อความต้องการในการบริโภคของประชากร

4) สถานการณ์การบริโภคอาหารของประชาชน หมายถึง การพิจารณาสัดส่วนของประชากรที่ขาดอาหารเมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนประชากรทั้งหมดในชุมชนหรือในประเทศ

5) สถานการณ์ทางโภชนาการ หมายถึง การพิจารณาสัดส่วนร้อยละของเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ที่มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐาน

6) สถานการณ์ทางอนามัยและสาธารณสุข หมายถึง การพิจารณาจากการมีแหล่งน้ำกิน น้ำใช้ที่สะอาดและปลอดภัย รวมถึงการพิจารณาอัตราการเสียชีวิตของเด็กอายุต่ำกว่า 5 ปีด้วย

2.3.2.3 ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือนและชุมชน (community food security situation)

1) การรับรู้ของชุมชนหรือครัวเรือน การสอบถามครัวเรือนเรื่องความมั่นคงทางอาหารสามารถเปิดเผยให้เห็นถึงแง่มุมทางการยอมรับทางวัฒนธรรมในอาหารที่ครัวเรือนบริโภค รวมถึงปัญหาการขาดแคลนและการเข้าถึงอาหารในบางช่วงเวลาของปี

2) รายจ่ายหรืองบประมาณด้านอาหารของชุมชนหรือครัวเรือน จากการวัดรายจ่ายด้านอาหารของครัวเรือนสามารถบ่งบอกถึงความสามารถและความเสี่ยงในทางเศรษฐกิจของครัวเรือนในการดูแลความมั่นคงทางอาหารของตนเอง ครัวเรือนที่มีรายจ่ายด้านอาหารคิดเป็นสัดส่วนต่อรายจ่ายทั้งหมดจำนวนมากย่อมมีความเสี่ยงหรือเปราะบางต่อความไม่มั่นคงทางอาหารมาก นอกจากนี้รายจ่ายด้านอาหารยังสามารถนำมาแปลงเป็นข้อมูลพลังงานแคลอรีได้อีก

3) ปริมาณพลังงานจากอาหาร

3.1) การวัดพลังงานจากอาหารที่ปัจเจกบุคคลบริโภค การวัดพลังงานในระดับบุคคลจะวัดจากประเภทและปริมาณอาหารทั้งหมดที่บริโภคเข้าไป (รวมถึงขนมขบเคี้ยว) ในแต่ละวัน ทั้งที่บริโภคภายในครัวเรือนหรือซื้อหาจากนอกครัวเรือนเป็นระยะเวลาประมาณ 7 วันติดต่อกัน เพื่อรวมปัจจัยความเบี่ยงเบนในแต่ละวันที่เกิดขึ้น การวัดอาจทำได้ทั้งโดยการสังเกตและจากการสัมภาษณ์จากความทรงจำ จากนั้นปริมาณอาหารที่บริโภคจะถูกแปลงเป็นปริมาณพลังงานแคลอรีตามสูตรการคำนวณ การวัดความมั่นคงทางอาหารก็จะนำตัวเลขพลังงานแคลอรีที่คำนวณได้มาเทียบกับค่าตัวเลขความต้องการอาหารขั้นต่ำมาตรฐาน

3.2) การวัดพลังงานจากอาหารที่เตรียมเพื่อบริโภคในครัวเรือน วิธีนี้วัดพลังงานจากปริมาณอาหารที่ผ่านการปรุงหรือแปรรูปซึ่งครัวเรือนเตรียมไว้สำหรับการบริโภคภายในระยะเวลาหนึ่งๆ ซึ่งโดยมากจะเป็น 1-2 สัปดาห์ โดยเก็บข้อมูลจากการสอบถามผู้รับผิดชอบดูแลอาหารในครัวเรือน จะมีการแยกอย่างชัดเจนระหว่างปริมาณอาหารที่ซื้อ ปริมาณอาหารที่เตรียมเพื่อการบริโภค และปริมาณอาหารที่รับประทานจริง ส่วนมากการเก็บข้อมูลจะได้หน่วยวัดปริมาณอาหารที่อยู่ในรูปหน่วยวัดท้องถิ่น เช่น กระป๋อง หม้อ ถุง เป็นต้น ดังนั้นจึงต้องแปลงหน่วยเหล่านั้นให้อยู่ในรูปหน่วยวัดมาตรฐาน เช่น กิโลกรัม กรัม เป็นต้น แล้วหักลบปริมาณอาหารที่สูญเสียไปจากการปรุงหรือกระบวนการแปรรูป หลังจากนั้นจึงแปลงให้อยู่ในรูปของพลังงานแคลอรี

4) ความหลากหลายของอาหาร เป็นดัชนีหนึ่งที่มีงานศึกษารองรับค่อนข้างมาก และพบว่ามีความสัมพันธ์กับปริมาณแคลอรีการบริโภคต่อหัวและปริมาณแคลอรีที่ครัวเรือนมีไว้สำหรับการบริโภคทั้งในเขตชนบทและเขตเมือง ซึ่งในครัวเรือนฐานะปานกลางและยากจนสามารถนำมาใช้เป็นตัวแปรแทนคุณภาพอาหารที่ครัวเรือนบริโภคได้ ความหลากหลายของอาหารในช่วงเวลาหนึ่งๆ ยังบ่งบอกถึงความสัมพันธ์กับระดับรายได้ที่เพิ่มขึ้นหรือลดลง จะทำให้การแยกกลุ่มระหว่างครัวเรือนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่างกันทำได้ดีขึ้น

5) ความถี่ในการบริโภคอาหาร เป็นการวัดความถี่ในการบริโภคอาหารจำนวนหนึ่งที่เป็นส่วนสำคัญในอาหารแต่ละมื้อในช่วงระยะเวลา 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา เช่น ถ้ามถึงจำนวนมื้ออาหารที่บริโภคต่อวัน จำนวนมื้ออาหารที่ประกอบไปด้วยเนื้อสัตว์ เป็นต้น วิธีนี้ทำให้ประหยัดค่าใช้จ่ายในการเก็บข้อมูล ทำให้รับทราบความแตกต่างในความถี่ของการบริโภคของแต่ละครัวเรือน

6) ปริมาณการสำรองอาหาร หมายถึง การสำรองอาหารในช่วงปีที่ผ่านมาหรือในช่วงระยะเวลาใดเวลาหนึ่งที่ครัวเรือนอาจมีความเปราะบางต่อความไม่มั่นคงทางอาหารเป็นพิเศษ เช่น ช่วงก่อนการเก็บเกี่ยวจะมีปริมาณผลผลิตที่น้อยกว่าช่วงปกติ เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารมีอยู่หลายระดับ ซึ่งผู้วิจัยมองว่าการศึกษความมั่นคงทางอาหารควรให้ความสำคัญในระดับเล็กไประดับใหญ่ ตั้งแต่ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับครัวเรือนและชุมชนไปจนถึงดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับโลก อย่างไรก็ตามในงานวิจัยนี้จะเน้นในระดับครัวเรือนและชุมชนเป็นสำคัญ โดยเน้นประเด็นในด้านการมีอยู่ของแหล่งอาหาร การเข้าถึงแหล่งอาหาร และความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหาร

2.4 ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหาร

ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหารอาจเกิดขึ้นจากหลายสาเหตุ ซึ่งจากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องพบว่าได้มีการกล่าวถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงที่แตกต่างกันออกไป

เครือข่าย หุตานุวัตร (2533) ได้แบ่งปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงอาหารตามธรรมชาติไว้ 2 ปัจจัย ได้แก่

1. การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมทางกายภาพ

1) การตัดไม้ทำลายป่ามีผลทำให้สมดุลทางธรรมชาติสูญเสียไป ปัจจุบันเมื่อป่าไม้ลดลง ทำให้หาอาหารจากป่าได้น้อยลงหรือบางชนิดหายไปพร้อมกับป่า นอกจากนี้เมื่อป่าถูกทำลาย ชาวบ้านหรือเกษตรกรบางส่วนมีการจับจองที่ดินเป็นกรรมสิทธิ์เพื่อทำไร่โดยเฉพาะพืชเศรษฐกิจที่สำคัญ และมีการหวงห้ามบุคคลอื่นเข้าไปในที่ของตนเองเกรงจะไปเหยียบย่ำทำลายพืชที่ตนเองปลูกไว้ จึงเป็นเหตุให้แหล่งที่จะหาอาหารธรรมชาติลดลงไป

2) การเปลี่ยนแปลงของแหล่งน้ำตามธรรมชาติ จากอดีตมีฝนตกตามฤดูกาลทำให้แหล่งอาหารธรรมชาติมีความอุดมสมบูรณ์ชาวบ้านมีอาหารบริโภคได้ตลอดปี ทั้งการจับสัตว์น้ำและเก็บพืชผักในแหล่งอาหารธรรมชาติ สำหรับส่วนที่เหลือก็ยังสามารถเก็บไว้ในรูปแบบการถนอมอาหารไว้บริโภคนอกฤดูกาล แต่ในปัจจุบันฝนไม่ตกตามฤดูกาลส่งผลให้ความอุดมสมบูรณ์ของธรรมชาติลดน้อยลง อีกทั้งวิถีชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากการจับสัตว์น้ำและเก็บพืชผักจากแหล่งอาหารธรรมชาติมาบริโภคกลับลดน้อยลงและหันมาทำการเกษตรโดยการปลูกพืชผักที่ใช้สารเคมี ส่งผลต่อสัตว์น้ำที่อยู่ในแหล่งธรรมชาติไม่สามารถอาศัยอยู่ได้จึงทำให้ปริมาณสัตว์น้ำลดลงตามไปด้วย

3) วิธีการหาอาหารธรรมชาติที่ทำให้อาหารมีจำนวนลดลงและหาได้ยากขึ้น ชาวบ้านมีวิธีการเพื่อเร่งการเกิดของอาหารบางชนิด เช่น การหาอาหารโดยวิธีการเผาป่าเพื่อล่าสัตว์หรือเผาพุ่มไม้บางชนิด เป็นต้น เป็นการทำลายป่าและอาหารป่าชนิดอื่นๆ ไปในตัว มีการหาสัตว์น้ำโดยวิธีใช้ระเบิดเป็นการทำลายสัตว์น้ำอื่นๆ ตลอดจนปลาหรือลูกปลานขนาดเล็กลงไปด้วย นอกจากนี้มีการใช้แหตาถี่เพื่อให้สามารถจับปลาเล็กๆ ได้มากขึ้น เนื่องจากปลาตัวโตหายากและมีน้อยลง

2. การเปลี่ยนแปลงด้านเศรษฐกิจและสังคม

1) การเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากร ในอดีตจำนวนประชากรมีน้อย เมื่อตั้งบ้านเรือนครั้งแรกจะมีอยู่ไม่กี่หลังคาเรือนในหมู่บ้าน มีชีวิตที่เรียบง่าย ชาวบ้านเอื้ออารีต่อกันอยู่ในระบบที่พึ่งพาอาหารที่หามาได้มักจะแบ่งกันกินหรือแลกเปลี่ยนกันไม่ต้องซื้อ เงินจึงไม่ใช่ปัจจัยสำคัญในการแลกเปลี่ยนอาหาร แต่ในปัจจุบันประชากรเพิ่มมากขึ้น พื้นที่ทำกินต่อครอบครัวมีน้อยลงประกอบกับเกิดภาวะแห้งแล้งทำการเกษตรไม่ได้ผล อาหารจากแหล่งธรรมชาติหายากขึ้นและไม่พอกิน ความเอื้ออารีต่อกันมีน้อยลง อาหารมีการซื้อขายในชุมชนมากขึ้นประกอบกับเกษตรกรหันมาสนใจกับพืชเศรษฐกิจมากขึ้น ให้ความสนใจต่อการผลิตอาหารเพื่อบริโภคในครัวเรือนน้อยลง การย้ายถิ่นเพื่อทำงานทำในชุมชนเมืองเพิ่มขึ้น ปัจจุบันเศรษฐกิจทางการเกษตรถดถอยลงเนื่องจากพื้นที่ขาดความอุดม

สมบูรณ์ ประสบปัญหาภัยธรรมชาติ ผลิตผลผลิตได้บางฤดูเท่านั้น จึงมีผลทำให้มีคนอพยพไปทำงานนอกภาคเกษตรมากขึ้น

2) การพัฒนาระบบการคมนาคมขนส่ง จากอดีตที่มีการคมนาคมขนส่งที่ไม่สะดวกสบาย โดยการเดินทางติดต่อกับชุมชนภายนอกหมู่บ้านส่วนใหญ่จะเดินเท้า ขี่ม้า หรือเกวียนเป็นพาหนะ การซื้อขายมีน้อย ผลิตผลทางเกษตรที่เป็นอาหารที่นำไปขายส่วนใหญ่จะเป็นข้าว โดยหาหรือบรรทุกเกวียนไปขาย การนำสินค้าอุปโภคและบริโภคจากในเมืองเข้ามาขายในหมู่บ้านมีน้อยมาก ไม่มีร้านค้าในหมู่บ้าน แต่ปัจจุบันการคมนาคมสะดวกมีถนนติดต่อกันระหว่างหมู่บ้านใกล้เคียงและในเมือง ส่วนใหญ่ในหมู่บ้านจะมีรถโดยสารประจำทางประจำหมู่บ้าน การติดต่อกับชุมชนภายนอกได้รับความสะดวกจากเหตุผลดังกล่าวข้างต้นทำให้มีการขนส่งผลผลิตที่เกษตรกรผลิตได้หรือหาได้เข้าไปขายในเมือง และมีการซื้ออาหารจากเมืองมาบริโภคคนนอกจากนี้ยังมีรถเร่ นำอาหารเข้ามาขายถึงบ้าน ทำให้คนหันไปพึ่งแหล่งอาหารที่มาจาก การซื้อขายเพิ่มขึ้น

นอกจากนี้สำนักมาตรฐานการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2554) ได้กล่าวว่า การพัฒนาประเทศในช่วงเวลาที่ผ่านมากภาคเกษตรมีบทบาทสำคัญต่อการเติบโตทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ทั้งในมิติของการผลิตที่สามารถพึ่งพาตนเองด้านอาหารและเป็นแหล่งสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือนภาคเกษตร รวมถึงในมิติการพัฒนาสู่แหล่งการผลิตพลังงานทดแทนที่สำคัญของประเทศ เนื่องจากภาคเกษตรเป็นฐานการผลิตที่มีทรัพยากรในด้านที่ตั้งทางภูมิประเทศและภูมิอากาศเหมาะสมและมีปัญญาด้านการผลิตการประยุกต์ดัดแปลงและวัฒนธรรมอาหารที่เข้มแข็งและหลากหลาย รวมทั้งเป็นประเทศผู้ผลิตอาหารส่งออกที่สำคัญรายใหญ่ของโลก ซึ่งสถานการณ์การพัฒนาของภาคเกษตรตลอดช่วงที่ผ่านมาทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของความมั่นคงทางอาหารสรุปได้ 5 ปัจจัย ได้แก่

1. บทบาทภาคเกษตรเริ่มลดลง

ในปี พ.ศ. 2553 มีพื้นที่ทางการเกษตรร้อยละ 40 ของพื้นที่ทั้งประเทศซึ่งประกอบด้วยเกษตรกรรายย่อยที่ผลิตเพื่อพึ่งพาตนเอง เกษตรกรที่ผลิตเชิงพาณิชย์และเกษตรกรที่แปรรูปผลิตผลเกษตร เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่ม โดยสามารถทำการผลิตสินค้าเกษตรและอาหารทั้งพืช ปศุสัตว์ และประมง คิดเป็นร้อยละ 8.3 ของผลิตภัณฑ์มวลรวมในประเทศ ลดลงจากร้อยละ 9.0 ในปี พ.ศ. 2549

2. ความเข้มแข็งของภาคเกษตรไทยมีแนวโน้มลดลง

ประสิทธิภาพการผลิตโดยเฉลี่ยในบางสินค้าที่ยังคงต่ำหากเปรียบเทียบกับประเทศเพื่อนบ้าน เนื่องจากภาคเกษตรไม่สามารถเร่งพัฒนาประสิทธิภาพการผลิตให้ทันต่อสภาพการแข่งขันในตลาดโลกที่ทวีความรุนแรงมากขึ้น โดยมีสาเหตุมาจากปัจจัยหลายประการ เช่น พื้นที่ขาดความอุดมสมบูรณ์ ขาดแคลนแหล่งน้ำเพื่อการเกษตร ผลิตผลเฉลี่ยต่อไร่ในบางพื้นที่ไม่สูงเท่าที่ควร และมีความคุณภาพผลผลิตไม่สม่ำเสมอ เกษตรกรส่วนใหญ่พึ่งพาปัจจัยการผลิตจากภายนอกโดยเฉพาะปุ๋ยเคมีและสารกำจัดศัตรูพืช ทำให้ต้นทุนการผลิตสูง และผลิตพืชเชิงเดี่ยวเป็นหลัก เป็นต้น

3. การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ

การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเปลี่ยนแปลงในเรื่องของปริมาณ และการกระจายตัวของน้ำฝน ระดับอุณหภูมิเฉลี่ยที่มีแนวโน้มสูงขึ้น รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงในเชิงฤดูกาลต่างๆ จะส่งผลกระทบต่อโดยตรงต่อการผลิตสินค้าสำคัญที่มีบทบาทอย่างมากต่อความมั่นคงอาหารและพลังงานของประเทศ

4. การขาดแคลนแรงงานภาคเกษตร

ผลกระทบจากการที่ประเทศเข้าสู่สังคมผู้สูงอายุ 50 ปีขึ้นไปซึ่งมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นทำให้คนในวัยทำงานน้อยลง ประกอบกับจำนวนแรงงานภาคเกษตรลดลงส่งผลต่อการขาดแคลนแรงงานในภาคเกษตรและศักยภาพภาคเกษตรในอนาคต ในขณะที่ความต้องการอาหารทั้งภายในประเทศและของโลกมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วอันเกิดจากจำนวนประชากรที่เพิ่มขึ้นส่งผลต่อความมั่นคงอาหารในอนาคต

5. ความต้องการพืชพลังงานเพิ่มขึ้น

การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ สถานการณ์ราคาน้ำมันในตลาดโลกที่ปรับตัวสูงขึ้นและผันผวนอย่างมาก ประกอบกับความต้องการใช้พลังงานมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นตามการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ ส่งผลให้หลายประเทศในโลกรวมทั้งประเทศไทยมีนโยบายพัฒนาและส่งเสริมการใช้พลังงานทดแทนจากพืชแทนการใช้พลังงานจากเชื้อเพลิงฟอสซิลมากขึ้น ทำให้มีความต้องการพืชที่สามารถนำไปผลิตพลังงานเพิ่มขึ้น เช่น มันสำปะหลัง อ้อย ปาล์มน้ำมัน เป็นต้น และมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการใช้ประโยชน์ผลผลิตการเกษตรจากการปลูกเพื่อเป็นพืชอาหารมาเป็นพืชพลังงานมากขึ้น ซึ่งสามารถก่อให้เกิดผลกระทบต่อปริมาณผลผลิตอาหารรวมทั้งความมั่นคงอาหารของประเทศและการส่งออกได้

มูลนิธิชีววิถี (2555) ได้รวบรวมปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหารไว้ทั้งหมด 7 ปัจจัย ซึ่งบางปัจจัยมีความคล้ายคลึงกับปัจจัยของสำนักมาตรฐานการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (2554) ดังนี้

1. การเปลี่ยนแปลงของภูมิอากาศโลกที่มีผลกระทบต่อการผลิตอาหาร

การเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศโลก จะมีผลกระทบในเชิงลบต่อการผลิตอาหารของโลกด้วย โดยเฉพาะการเกิดภาวะโลกร้อนจากก๊าซเรือนกระจก ที่มีการปลดปล่อยออกมาจากภาคอุตสาหกรรมและภาคบริการ โดยภาวะโลกร้อนจะทำให้ผลผลิตเฉลี่ยต่อไร่ลดลง เช่น จากรายงานผลการศึกษาวิจัยของสถาบันวิจัยข้าวนานาชาติ (IRRI) พบว่าหากอุณหภูมิของโลกร้อนสูงขึ้นโดยเฉลี่ย 1 องศาเซลเซียส ผลผลิตข้าวก็จะลดลงถึง 90 กิโลกรัมต่อไร่ เป็นต้น สำหรับพืชอาหารอื่นๆ ก็คงได้รับผลกระทบเช่นเดียวกัน การเปลี่ยนแปลงภูมิอากาศโลกยังก่อให้เกิดภัยธรรมชาติหลายอย่าง เช่น น้ำท่วม ภัยแล้ง เป็นต้น ซึ่งนับวันจะมีความถี่และรุนแรงมากขึ้น ส่งผลกระทบต่อการผลิตทางเกษตรเป็นอย่างมาก

2. ผลกระทบจากการเปิดเสรีการค้าและความตกลงระหว่างประเทศต่อระบบอาหาร

จากข้อตกลงเขตการค้าเสรี ภายใต้ข้อตกลงเขตการค้าเสรีที่เกิดขึ้นมากมายในขณะนี้ การแข่งขันทางการค้าก็สูงขึ้น ประเทศที่ผลิตสินค้าได้ถูกกว่า คุณภาพดีกว่า ก็จะได้เปรียบเพราะสามารถส่งไปขายยังต่างประเทศได้อย่างเสรีมากขึ้น กรณีของประเทศไทยถ้ามีการนำเข้าสินค้าอาหารจากต่างประเทศปริมาณมากก็จะมาแข่งขันกับผู้ผลิตในประเทศ หากสู้ไม่ได้ก็อาจต้องเลิกผลิต ทำให้ประเทศต้องสูญเสียความมั่นคงทางอาหารได้ เช่น กรณีข้าวของประเทศเพื่อนบ้านที่มีต้นทุนถูกกว่าไทย แม้ว่าคุณภาพจะสู้ประเทศไทยไม่ได้ แต่ผู้บริโภคอาจยอมเลือกซื้อของที่ถูกกว่า การเปิดเสรีการลงทุนมักจะมาพร้อมกับข้อตกลงเขตการค้าเสรี ถ้าหากเปิดการลงทุนเสรีอย่างเต็มที่โดยไม่มีเงื่อนไข ทำให้ต่างประเทศอาจมาลงทุนซื้อหรือเช่าที่ดินในระยะยาว เพื่อผลิตอาหารแล้วส่งกลับไปยังประเทศผู้เป็นเจ้าของทุนเพื่อความมั่นคงทางอาหารของตนเอง หรือส่งไปขายยังประเทศที่สามเพื่อหารายได้เข้าประเทศของตนเอง อาจทำให้ประเทศไทยซึ่งเป็นเจ้าของที่ดินสูญเสียความมั่นคงทางอาหารได้ เป็นต้น

3. ความเสื่อมโทรมของฐานทรัพยากรอาหาร

การเปลี่ยนแปลงการใช้ประโยชน์ที่ดินที่ไม่เหมาะสม ซึ่งปัจจุบันมีแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นทุกประเทศที่มีการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจสูง รวมทั้งประเทศไทยที่นำเอาพื้นที่การเกษตร โดยเฉพาะพื้นที่นาไปทำประโยชน์อย่างอื่น เช่น การทำอุตสาหกรรมหรือการพาณิชย์ ที่อยู่อาศัย ปลุกพืชอื่นที่ไม่ใช่อาหาร เป็นต้น ทำให้ผลผลิตพืชอาหารโดยรวมลดน้อยลงได้

4. โรค แมลงศัตรูพืช และโรคระบาดสัตว์

การเกิดโรคระบาดทั้งในสัตว์หรือพืชย่อมทำความสูญเสียต่อผลผลิต ซึ่งจะเห็นได้จากตัวอย่าง เช่น เกิดการระบาดของเพลี้ยกระโดดสีน้ำตาลในนาข้าว เกิดการระบาดของเพลี้ยสีชมพูในมันสำปะหลัง เกิดการระบาดของไข้หวัดนกในสัตว์ปีก เป็นต้น ซึ่งสายพันธุ์ที่ต้านทานโรคก็อาจจะไม่สามารถต้านทานได้ในระยะยาวเพราะเชื้อโรคก็มีการพัฒนาตนเองเช่นเดียวกัน

5. ราคาของพลังงาน

ในช่วงที่ผ่านมาราคาเชื้อเพลิงจากฟอสซิลมีราคาสูงขึ้น ความต้องการพืชทดแทนพลังงานก็จะสูงขึ้นด้วย ทำให้พืชที่เป็นอาหารถูกนำมาผลิตเป็นพลังงาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารได้ หากไม่มีมาตรการควบคุมหรือกำหนดนโยบายที่ดีให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมระหว่างการผลิตพืชเพื่อเป็นอาหารรวมทั้งสัตว์และพืชเพื่อพลังงาน จะทำให้เกิดภาวะความไม่มั่นคงทางอาหารได้

6. การพัฒนาเทคโนโลยี

ปัจจุบันที่ดินในการผลิตพืชอาหารมีจำกัดและมีแนวโน้มลดลงทุกปี หากไม่มีการพัฒนาพันธุ์พืชและเทคโนโลยีที่สามารถเพิ่มผลผลิตเฉลี่ยต่อไร่ ในอนาคตก็จะส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารได้ เพราะความต้องการอาหารมีเพิ่มมากขึ้นทุกปีเนื่องจากการเพิ่มขึ้นของประชากร ดังนั้นการลงทุนเพื่อการวิจัยและพัฒนาจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง แต่การลงทุนในงานวิจัยและพัฒนาด้านการเกษตรของไทยที่ผ่านมายังมีน้อย

7. ผลตอบแทนต่อเกษตรกรผู้ผลิต

เกษตรกรผู้ผลิตมีรายได้ที่ผลิตพืชอาหารไม่คุ้มกับการลงทุนหรือมีผลตอบแทนสุทธิต่อไร่น้อยกว่าการผลิตอย่างอื่นหรือน้อยกว่าการประกอบอาชีพอื่น เกษตรกรก็จะเปลี่ยนจากการปลูกพืชอาหารไปปลูกพืชชนิดอื่นหรือทำกิจกรรมอื่นที่ให้ผลตอบแทนสุทธิสูงกว่า ดังนั้นภาครัฐจึงต้องเข้าไปดูแลเรื่องรายได้ของเกษตรกร เช่น รัฐบาลญี่ปุ่นในอดีตได้พยายามทุกวิถีทางที่จะผลิตข้าวให้เพียงพอต่อการบริโภคในประเทศ โดยให้การสนับสนุนเกษตรกรทุกรูปแบบ แม้ว่าจะใช้เงินจำนวนมากเพื่อความมั่นคงทางอาหารของประเทศ ซึ่งปัจจุบันญี่ปุ่นผลิตข้าวได้เกินความต้องการของประเทศจากที่เคยผลิตไม่เพียงพอในอดีต เป็นต้น

จะเห็นได้ว่าการพัฒนาประเทศในอดีตในด้านการผลิตอาหาร ถึงแม้ภาคเกษตรจะมีบทบาทสำคัญทั้งในแง่ของการผลิต แต่ผลผลิตทางการเกษตรกลับมีแนวโน้มลดลง เนื่องจากทรัพยากรธรรมชาติซึ่งเป็นฐานการผลิตที่สำคัญมีความเสื่อมโทรมและถูกใช้ไปเป็นจำนวนมาก และผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศที่รุนแรงเพิ่มมากขึ้น ปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ เป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่มั่นคงทางอาหาร ดังนั้นการวิจัยจึงควรสร้างความมั่นคงทางอาหารให้เกิดขึ้นกับประเทศ ควรเริ่มต้นตั้งแต่ระดับครัวเรือนและชุมชนให้ตระหนักถึงความมั่นคงทางอาหารและช่วยกันหาแนวทางเพื่อให้ชุมชนเกิดความมั่นคงทางอาหารที่ยั่งยืน เพื่อนำไปสู่ความมั่นคงทางอาหารของประเทศต่อไป

จากการทบทวนเอกสารข้างต้นผู้วิจัยสามารถแบ่งปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหารได้เป็น 2 ปัจจัยหลัก คือ ปัจจัยการเปลี่ยนแปลงทางกายภาพและชีวภาพ และปัจจัยการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจและสังคมเพื่อให้ง่ายต่อการเข้าใจ แสดงดังตารางที่ 2-1

ตารางที่ 2-1 สรุปปัจจัยการเปลี่ยนแปลงที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร

ปัจจัยการเปลี่ยนแปลง	สาเหตุ	ผลกระทบ
ด้านทางกายภาพและชีวภาพ		
1. ความเสื่อมโทรมของทรัพยากรอาหาร	<ul style="list-style-type: none"> - การตัดไม้ทำลายป่า - การใช้ประโยชน์ที่ดินไม่เหมาะสม เช่น เปลี่ยนพื้นที่เกษตรเป็นพื้นที่อุตสาหกรรม เป็นต้น - การใช้เครื่องมือทำลายทรัพยากรอาหารเพื่อให้ได้ผลผลิตที่มาก - การใช้สารเคมีจากภาคเกษตรไหลลงสู่แหล่งน้ำธรรมชาติ 	<ul style="list-style-type: none"> - ทรัพยากรอาหารลดลง - อาหารตามธรรมชาติหายากขึ้น - ผลผลิตพืชอาหารทางการเกษตรลดลง - สัตว์น้ำลดลง
2. เกิดโรคระบาดทั้งพืชและสัตว์	<ul style="list-style-type: none"> - แผลงศัตรูพืชทำลายผลผลิตทางการเกษตร 	<ul style="list-style-type: none"> - สายพันธุ์ที่เคยต้านทานโรคไม่สามารถต้านทานได้ในระยะยาว เนื่องจากเชื้อโรคได้มีการพัฒนาขึ้นด้วย
3. การเปลี่ยนแปลงของสภาพภูมิอากาศ	<ul style="list-style-type: none"> - อุณหภูมิโลกสูงขึ้นทำให้ฤดูกาลเปลี่ยนแปลง ฝนไม่ตกตามฤดูกาล 	<ul style="list-style-type: none"> - ผลผลิตทางการเกษตรลดลง
ด้านเศรษฐกิจและสังคม		
1. การขาดแคลนแรงงานภาคการเกษตร	<ul style="list-style-type: none"> - การทำงานในภาคการเกษตรมีรายได้น้อย - วัยทำงานน้อยลง เนื่องจากประชากรส่วนใหญ่เข้าสู่วัยผู้สูงอายุเพิ่มขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> - คนอพยพไปทำงานนอกภาคการเกษตร
2. ผลผลิตของการเกษตรจากชุมชนถูกส่งต่อไปยังชุมชนอื่นๆ	<ul style="list-style-type: none"> - การคมนาคมที่สะดวกขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> - คนหันไปพึ่งแหล่งอาหารที่มาจาก การซื้อขายเพิ่มขึ้น
3. การเปิดตลาดเสรีกับต่างประเทศ	<ul style="list-style-type: none"> - การแข่งขันทางการค้า 	<ul style="list-style-type: none"> - ประเทศที่พัฒนาแล้ว มาเช่าที่ดินในประเทศไทย เพื่อผลิตอาหารส่งกลับไปยังประเทศเดิม ทำให้ประเทศไทยอาจเกิดความไม่มั่นคงทางอาหาร
4. บทบาทภาคเกษตรเริ่มลดลง	<ul style="list-style-type: none"> - พื้นที่ขาดความอุดมสมบูรณ์ ทำให้คุณภาพผลผลิตไม่สม่ำเสมอ เกษตรกรพึ่งสารเคมีเพิ่มขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> - เกษตรกรทำการผลิตลดลง เนื่องจากต้นทุนเพิ่มขึ้น และผลผลิตได้ราคาต่ำ
5. การพัฒนาเทคโนโลยี	<ul style="list-style-type: none"> - ความต้องการในการบริโภคเพิ่มขึ้น แต่ผลผลิตไม่เพียงพอ - ราคาน้ำมันปรับตัวสูงขึ้นทำให้ความต้องการพืชพลังงานทดแทนมีมากขึ้น 	<ul style="list-style-type: none"> - เกิดการตัดต่อพันธุกรรม เพื่อให้ได้ผลผลิตที่มากขึ้น - เกษตรกรหันมาปลูกพืชพลังงานแทนพืชอาหารทำให้พื้นที่ปลูกพืชอาหารลดลง

ที่มา : เครือวัลย์ หุดานวัตร (2533) และมูลนิธิชีววิถี (2555) นำมาสรุปโดยผู้วิจัย

2.5 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยด้านความมั่นคงทางอาหาร มีทั้งงานภายในประเทศและงานต่างประเทศ จากการศึกษาพบว่างานวิจัยทั้ง 2 กลุ่ม มีความคล้ายคลึงกันในเรื่องของพื้นที่การศึกษา ซึ่งโดยส่วนใหญ่จะศึกษาในพื้นที่ชนบทของประเทศกำลังพัฒนา เนื่องจากประเทศที่กำลังพัฒนาเป็นแหล่งผลิตอาหารที่สำคัญหล่อเลี้ยงคนในประเทศและส่งต่อไปยังประเทศที่พัฒนาแล้ว สำหรับงานวิจัยในต่างประเทศ ส่วนใหญ่ผู้ผลิตหรือเกษตรกรจะผลิตพืชที่ให้พลังงานมากกว่าพืชอาหาร ถือได้ว่าเป็นความเสี่ยงที่อาจทำให้เกิดความไม่มั่นคงทางอาหารได้ ส่วนงานวิจัยในประเทศพบว่าแหล่งอาหารตามธรรมชาติลดลง และมีการปลูกพืชที่ให้พลังงานเพิ่มขึ้นคล้ายกับต่างประเทศ และความแตกต่างระหว่างงานวิจัยทั้ง 2 กลุ่ม คือ งานวิจัยในประเทศจะเน้นศึกษาในด้านของการมีอยู่ การเข้าถึง การจัดการ และการใช้ประโยชน์จากอาหาร แต่งานของต่างประเทศจะเน้นศึกษาในด้านของการจัดการและการใช้ประโยชน์ด้านคุณค่าทางโภชนาการที่ได้รับเป็นหลัก สำหรับรายละเอียดของงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมีดังต่อไปนี้

2.5.1 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารภายในประเทศ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในชุมชนชนบทที่มีทรัพยากรธรรมชาติ จากการศึกษาพบว่าความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่ได้มาจากการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติเป็นสำคัญ รองลงมาคือแหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขายแลกเปลี่ยน แต่ในปัจจุบันแหล่งอาหารธรรมชาติได้ลดลง จึงทำให้ชุมชนหันมาจัดการกับทรัพยากรธรรมชาติเพื่อให้มีแหล่งอาหารเพิ่มขึ้น จากการทบทวนงานวิจัยด้านความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่ พบว่าสามารถแบ่งกลุ่มประเด็นในการศึกษาได้ 4 ประเด็น คือ การมีอยู่ของอาหาร การเข้าถึงอาหาร การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร และการใช้ประโยชน์อาหาร ซึ่งผู้วิจัยได้สรุปงานวิจัยต่างๆ โดยมีรายละเอียดดังนี้

ประเด็นที่ 1 การมีอยู่ของอาหาร มีทั้งงานวิจัยที่ศึกษาเฉพาะประเด็นนี้เพียงประเด็นเดียว และงานวิจัยที่ศึกษาประเด็นนี้ร่วมกับประเด็นอื่นๆ โดยงานวิจัยที่ศึกษาประเด็นเดียว ได้แก่ งานวิจัยของอังคณา มหายศนันท์ (2542) ศึกษาความหลากหลายทางพืชอาหารและการใช้ประโยชน์ของชาวลัวะในจังหวัดน่าน โดยเลือกศึกษาชุมชนเดียวกันเป็นระยะเวลา 1 ปี ใช้วิธีการทบทวนข้อมูลทุติยภูมิจากเอกสารต่างๆ และมีการสัมภาษณ์ชาวบ้านแบบเจาะลึก สนทนากลุ่มย่อย การสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วมในกิจกรรมการดำเนินชีวิตชาวลัวะ รวมถึงการสังเกตการณ์อย่างไม่มีส่วนร่วม โดยการสำรวจสภาพหมู่บ้าน ความเป็นอยู่ รวมทั้งพฤติกรรมครอบครัวของชาวลัวะ โดยพบว่าแหล่งอาหารของชุมชนมี 3 แหล่ง คือ ป่า ไร่หมุนเวียน และสวนครัว โดยชุมชนมีอาหารกินอย่างเพียงพอและมีการพึ่งพาอาหารจากภายนอกหมู่บ้านน้อยมาก เนื่องจากปัจจัยภายในชุมชนมีส่วนช่วยให้ชาวบ้านมีอาหารกินอย่างเพียงพอ คือ ปัจจัยทางกายภาพที่มีความอุดมสมบูรณ์ของของป่า เป็นแหล่งความหลากหลายทางชีวภาพ ปัจจัยทางเศรษฐกิจคือการผลิตที่ทำไร่หมุนเวียน ไม่ใช่สารเคมี ชุมชนจึงมีอาหารที่ปลอดภัยและหลากหลาย ปัจจัยทางสังคมและวัฒนธรรมคือกิจกรรมการอนุรักษ์พันธุ์พืชในชุมชน เช่น การ ไหว้ผี พิธีตลาโฮลต พิธีกินดอกแดง การทำขวัญข้าว เป็นต้น ปัจจัยดังกล่าวล้วนส่งผลให้ชุมชนมีแหล่งอาหารที่เพียงพอและตลอดปี

งานวิจัยของน้ำอ้อย ภัคติวงศ์ และคณะ (2543) ศึกษาระบบความมั่นคงทางอาหารของชุมชน 4 ภาค ได้แก่ ภาคกลาง อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี ภาคใต้ อำเภอกาบัง จังหวัดสงขลา ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น และภาคเหนือ อำเภอเมืองจังหวัดน่าน โดยใช้การสัมภาษณ์ผู้นำชุมชนเกี่ยวกับการผลิตอาหารของชุมชนและสำรวจร้านค้าในชุมชน ผลการสำรวจพบว่าระบบอาหารในชุมชนทั้ง 4 พื้นที่ศึกษา มาจากแหล่งอาหารธรรมชาติพบว่า ความหลากหลายชนิดของอาหาร เช่น ปลายน้ำจืด เนื้อสัตว์อื่นๆ พืชผัก ผลไม้ เป็นต้น มีแนวโน้มลดลงทำให้ภาวะโภชนาการลดลงด้วย แหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า ส่วนใหญ่มักจะผลิตอาหารที่บริโภคเป็นประจำ เช่น ข้าว เนื้อสัตว์ ไข่ พืชผัก ผลไม้ เป็นต้น และแหล่งอาหารซื้อขายพบว่า มีทั้งภายในและภายนอกชุมชน ซึ่งแหล่งอาหารซื้อขายที่ชุมชนพึ่งพามากที่สุด คือ ร้านค้าในชุมชนเนื่องจากมีอาหารทุกชนิดจำหน่าย

งานวิจัยของรัชดา มหาวิวัฒน์ (2548) เป็นศึกษาแหล่งอาหารธรรมชาติเพียงอย่างเดียวไม่ได้มีแหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย เนื่องจากขอบเขตงานวิจัยเพื่อต้องการศึกษาการบริโภคอาหารธรรมชาติของหมู่บ้านวังน้ำเขียว ตำบลอุดมทรัพย์ อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง การสัมภาษณ์ให้ข้อมูลหลัก การสนทนากลุ่มย่อย การสังเกตการณ์อย่างมีส่วนร่วม และการทำแผนที่อย่างมีส่วนร่วม วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้คาร์ยอล และการวิเคราะห์เชิงพรรณนา สัมภาษณ์จากผู้ประกอบการอาหารและผู้หาอาหารในครัวเรือนจำนวน 68 ครัวเรือน โดยการประเมินชุมชนแบบเร่งด่วน (RRA) พบว่าสามารถเก็บหาอาหารตามธรรมชาติได้จากพื้นที่หัวไร่ปลายนา ป่า และแหล่งน้ำรอบๆ หมู่บ้าน ได้แก่ เห็ดที่กินได้มี 23 ชนิด พืชผัก 30 ชนิด สัตว์ 15 ชนิด สัตว์ครึ่งบกครึ่งน้ำ 2 ชนิด และแมลงที่กินได้ 2 ชนิด รวมทั้งหมด 72 ชนิด

งานวิจัยของสุรัช รัชชาชาติ (2545) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือนของคนชายขอบ รูปแบบการบริโภคและแหล่งที่มาของอาหารของครัวเรือนกะเหรี่ยง หมู่บ้านบ้องตี้ ตำบลบ้องตี้ อำเภอไทรโยค จังหวัดกาญจนบุรี พบว่าครัวเรือนกะเหรี่ยงส่วนใหญ่เป็นเกษตรกรและมีฐานะยากจน อดีตเคยทำการเกษตรแบบไร่หมุนเวียน แต่เมื่อมีนโยบายพัฒนาและแก้ไขปัญหาชุมชนบนพื้นที่สูงด้วยการส่งเสริมปลูกพืชเศรษฐกิจ ทำให้วิถีชีวิตชาวกะเหรี่ยงเปลี่ยนไปจากเดิมที่เคยปลูกข้าวไร่เป็นหลักและปลูกพืชผักเสริมในไร่ข้าว แต่ในปัจจุบันชาวกะเหรี่ยงหันมาปลูกข้าวโพดซึ่งเป็นพืชเศรษฐกิจเป็นหลัก จึงทำให้พืชอาหารในชุมชนมีจำนวนลดลง จากการศึกษาพบแหล่งอาหาร 4 แหล่ง คือ แหล่งธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง แหล่งอาหารซื้อขาย และแหล่งอาหารแจกจ่าย ซึ่งจากการสำรวจพบว่าครัวเรือนกะเหรี่ยงพึ่งพิงแหล่งอาหารซื้อขายมากที่สุด

อัถพงษ์ ปันทองพันธ์ (2557) ศึกษาการสร้างสวนสวยกินได้ เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงทางอาหาร กรณีศึกษาชุมชนซอยบ่อนไก่-ท้ายาง ตำบลคลองสี่ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา พบว่าชุมชนมีการเข้าถึงแหล่งอาหาร 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขายแลกเปลี่ยนทั้งหมด 170 ชนิด โดยชุมชนสามารถผลิตเองได้ทั้งหมด 51 ชนิด และพึ่งพาแหล่งซื้อขาย 119 ชนิด ส่วนแหล่งอาหารธรรมชาติไม่สามารถเข้าถึงได้ เนื่องจากบริบทของชุมชนเป็นชุมชนเมืองที่ไม่มีแหล่งอาหารธรรมชาติที่สามารถเข้าถึงได้ จึงทำให้คนในชุมชนต้องพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายและแหล่ง

อาหารผลิตเอง ซึ่งแหล่งอาหารผลิตเองนั้นเป็นเพียงการผลิตในพื้นที่จำกัดของชุมชนเมืองไม่เกิน 2x2 ตารางเมตร จึงทำให้ผลผลิตที่ได้อาจจะไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคทั้งหมด แต่ก็เป็นการช่วยเสริมสร้างความมั่นคงทางอาหารได้ โดยการลดการพึ่งพาแหล่งซื้อขายและเป็นการลดรายจ่ายของครัวเรือนได้อีกทางหนึ่ง

สำหรับงานวิจัยที่ศึกษาประเด็นนี้ร่วมกับประเด็นอื่น คือ งานวิจัยของวรรณธิภา จันทร์กลม (2549) และสุธานี มะลิพันธ์ (2552) ได้ศึกษาประเด็นการมีอยู่ ประเด็นการเข้าถึงอาหาร และประเด็นการใช้ประโยชน์เข้ามาเกี่ยวข้อง แต่ในที่นี้จะกล่าวถึงผลการศึกษาเฉพาะประเด็นการมีอยู่เท่านั้น โดยงานวิจัยของงานวิจัยของวรรณธิภา จันทร์กลม (2549) ศึกษาเรื่องพฤกษศาสตร์พื้นบ้านกับความมั่นคงทางด้านอาหารของชุมชนเผ่ามูเซอ บ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ โดยรายงานผลการมีอยู่ของอาหารในชุมชนเผ่ามูเซอ มีทั้งหมด 3 แหล่ง คือแหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย โดยครัวเรือนชาวมูเซอมีการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติทุกครัวเรือน รองลงมาคือแหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ตามลำดับ ซึ่งมีอยู่ของแหล่งอาหารธรรมชาติมีการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคและจำหน่าย และถือเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญที่สุดของคนในชุมชน และงานวิจัยของสุธานี มะลิพันธ์ (2552) ทำการศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชาวลัวะบ้านปากำ อำเภอปอเกือ จังหวัดน่าน โดยพบว่าการมีอยู่ของอาหารในชุมชนมีทั้งหมด 5 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง แหล่งอาหารซื้อขาย แหล่งอาหารที่ได้แลกเปลี่ยน และแหล่งอาหารที่ได้จากการบริจาค โดยคนในชุมชนมีการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายมากที่สุดแต่มีการพึ่งพาเพียงแค่การบริโภคเท่านั้น ไม่สามารถนำมาจำหน่ายได้เนื่องจากเป็นข้อห้ามของชุมชน จึงคนในชุมชนไม่ค่อยมีรายได้พอที่จะซื้ออาหารจากแหล่งซื้อขาย

จากงานวิจัยทั้ง 7 งานวิจัยที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยพบว่าแหล่งอาหารของชุมชนทั้งหมดแบ่งได้เป็น 5 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง แหล่งอาหารซื้อขาย แหล่งอาหารแลกเปลี่ยนหรือแจกจ่าย และแหล่งอาหารบริจาค ซึ่งพื้นที่ที่ศึกษาในแต่ละงานมักอยู่ใกล้แหล่งทรัพยากรป่าไม้ เห็นได้จากงานวิจัยของอังคณา มหายศนันท์ (2542) รัชดา มหาวิวัฒน์ (2548) วรรณธิภา จันทร์กลม (2549) และสุธานี มะลิพันธ์ (2552) ชาวบ้านในชนบทสามารถหาอาหารได้จากธรรมชาติ คือ แหล่งน้ำ ป่าไม้ และอาหารที่ผลิตขึ้นเอง โดยส่วนใหญ่ชาวบ้านจะได้อาหารจากป่ามาบริโภคเป็นส่วนใหญ่ และพบว่าอาหารจากป่ามีความหลากหลายและมีคุณค่าทางโภชนาการด้วย ซึ่งชุมชนเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องพึ่งแหล่งอาหารซื้อขาย เพราะมีอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการและได้รับคุณค่าทางโภชนาการที่ครบถ้วน อีกทั้งแหล่งอาหารธรรมชาติเหล่านี้ยังถือได้ว่ามีความมั่นคงทางอาหารที่ชาวบ้านสามารถพึ่งพิงได้ตลอดทั้งปี แต่ก็ต้องมีการจัดการแหล่งอาหาร เพื่อให้มีแหล่งอาหารคงอยู่ตลอดไป แตกต่างจากงานวิจัยของน้ำอ้อย ภักดีวงศ์ และคณะ (2543) สุรัชย์ รักษาชาติ (2545) และอภัพศ์ ปิ่นทองพันธ์ (2557) ที่พบว่าแหล่งอาหารของชุมชนส่วนใหญ่ได้มาจากแหล่งซื้อขาย โดยเฉพาะงานของสุรัชย์ที่ศึกษาในชาวบ้านชนบท แต่ไม่ค่อยมีแหล่งอาหารธรรมชาติให้พึ่งพิง และชาวบ้านส่วนใหญ่ก็ได้ทำการเกษตรเชิงพาณิชย์เป็นหลัก ทำให้ไม่มีความหลากหลายของชนิดอาหาร ชาวบ้านจึงจำเป็นต้องพึ่งแหล่งอาหารจากการซื้อขาย ซึ่งถือได้ว่ามีความเสี่ยงต่อการเกิดความไม่มั่นคงทางอาหาร เนื่องจากหากแหล่งซื้อขายไม่มีอาหาร ชาวบ้านก็ไม่สามารถพึ่งแหล่งอาหารอื่นได้

ทำให้เกิดความไม่มั่นคงทางอาหารในที่สุดซึ่งจากการทบทวนเอกสารทำให้พบว่ายังไม่มีการดำเนินการใด ๆ ในการศึกษาในพื้นที่แถบชายฝั่งทะเล

ประเด็นที่ 2 การเข้าถึงอาหาร จากงานวิจัยข้างต้นในประเด็นด้านการมีอยู่ของแหล่งอาหารมีความเชื่อมโยงต่อมายังประเด็นด้านเข้าถึงแหล่งอาหาร เนื่องจากแหล่งอาหารธรรมชาติต้องอาศัยปัจจัยด้านการเข้าถึงเป็นตัวสำคัญเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหาร จากงานวิจัยของสุรัชย์ รักษาชาติ (2545) ได้ทำการศึกษาทั้งประเด็นการมีอยู่ของแหล่งอาหารและประเด็นการเข้าถึงแหล่งอาหาร ดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น ส่วนงานวิจัยที่ศึกษาการเข้าถึงอาหารเพียงประเด็นเดียว คือ งานวิจัยของวินัย สมประสงค์ และคณะ (2550) ส่วนงานวิจัยของสุธานี มะลิพันธ์ (2552) และงานวิจัยของวรรณธิภา จันทร์กลม (2549) ได้ทำการศึกษาทั้งประเด็นการมีอยู่ของแหล่งอาหารและประเด็นการเข้าถึงแหล่งอาหาร

วินัย สมประสงค์ และคณะ (2550) ศึกษาเรื่องพืชอาหารที่บริโภคในชีวิตประจำวันของชุมชนกะเหรี่ยงบ้านสะเนฟ่อง ตำบลไลโว อำเภอสงขลาบุรี จังหวัดกาญจนบุรี พบว่า พืชอาหารของชุมชนมีทั้งหมด 22 ชนิด ทำการศึกษาใน 2 ฤดู คือ ฤดูฝนและฤดูแล้ง จำแนกได้ 3 ประเภท คือ เห็ดและรา พืชผัก และผลไม้ โดยพืชอาหารส่วนใหญ่มีการใช้ประโยชน์จากส่วนยอดของใบมากที่สุด นอกจากนี้ยังพบว่าระยะทางมีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ โดยคนในชุมชนจะหาอาหารในแหล่งอาหารธรรมชาติในระยะทางไม่เกิน 5 กิโลเมตร เนื่องจากใช้เวลาไม่นานและเป็นพืชอาหารที่บริโภคเป็นประจำ หากไกลกว่า 5 กิโลเมตรจะไม่นิยมเข้าถึงเนื่องจากต้องระยะเวลาในการเข้าถึงนาน

ธานี มะลิพันธ์ (2552) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชาวไร่บ้านปากำ อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน โดยประเด็นการเข้าถึงแหล่งอาหาร พบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร ได้แก่ ระยะทางและระยะเวลา เป็นสำคัญ นอกจากนี้ยังพบว่าอายุและจำนวนสมาชิกในครอบครัวส่งผลต่อการเข้าถึงอาหาร นอกจากนี้ยังมีการวิเคราะห์ระดับความสามารถในการเข้าถึงโดยการวิเคราะห์การผันแปร (ANOVA) พบว่าช่วงอายุ 36-45 ปี สามารถเข้าถึงทรัพยากรอาหารเพื่อนำมาบริโภคได้มากที่สุด และจำนวนครัวเรือนที่มีสมาชิก 6-10 คน เพราะขนาดครัวเรือนมีสัดส่วนสมดุลงกับอาหารที่หาได้ในแต่ละวัน จะสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้อย่างสมดุลงกับความต้องการในการบริโภคมากที่สุด ส่วนเพศ การศึกษา จำนวนแรงงาน และรายได้ ไม่ส่งผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร เนื่องจากทั้งเพศชายเป็นผู้หาอาหารส่วนเพศหญิงเป็นผู้นำอาหารมาใช้ประโยชน์ในการบริโภค จึงทำให้ทั้งสองเพศมีโอกาสเข้าถึงอาหารเพื่อบริโภคได้เช่นเดียวกัน ส่วนการศึกษา จำนวนแรงงาน รายได้จากการศึกษาชาวบ้านส่วนใหญ่ไม่มีรายได้ แต่กลับมีอาหารที่เพียงพอกับความต้องการในการบริโภค เนื่องจากชาวบ้านส่วนใหญ่พึ่งพิงแหล่งอาหารธรรมชาติในการบริโภค ไม่ได้พึ่งพิงแหล่งซื้อขาย และการเข้าถึงทรัพยากรอาหารด้วยการแลกเปลี่ยนและรับบริจาคพบว่ามีค่อนข้างน้อย ประกอบกับภายในชุมชนมีข้อห้ามไม่ให้บริโภคอาหารที่ได้มาจากภายนอกโดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ หมอฮีด (เป็นผู้นำและผู้ดูแลชาวบ้าน) คนถือกรรม (คนที่อยู่ในช่วงถือศีลจากการทำผิดกฎ) และคนท้อง ทำให้ปัจจัยดังกล่าวไม่มีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร และในการประเมินระดับความสามารถในการเข้าถึงทรัพยากรอยู่ในระดับสูง แสดงว่าชุมชนมีความมั่นคงทางอาหาร

งานวิจัยของวรรณธิภา จันทร์กลม (2549) จากการศึกษาพฤกษศาสตร์พื้นบ้านกับความมั่นคงทางอาหารของชุมชนเผ่ามูเซอ บ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ โดยเดินสำรวจโดยใช้ระบบสารสนเทศเชิงภูมิศาสตร์ (GIS) เพื่อวางแผนสำรวจพืชอาหาร และการประเมินชุมชนแบบเร่งด่วน (RRA) ร่วมกับการใช้แบบบันทึกข้อมูลการสำรวจป่า พบว่าชาวมูเซอส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเก็บหาของป่าเป็นหลัก ซึ่งปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการเข้าถึงอาหาร คือ ระยะทางจากชุมชนไปยังแหล่งอาหาร อยู่ในรัศมี 2 - 6 ก.ม. ซึ่งไม่ไกลจากหมู่บ้าน ทำให้การเข้าถึงเป็นไปได้ง่าย แต่ปัจจัยที่ทำให้ปริมาณแตกต่างกัน คือ ความสามารถและเวลาว่างของแต่ละครัวเรือน ซึ่งมีการแบ่งช่วงเวลาการเก็บหาเป็น 2 ลักษณะ คือ เก็บได้ตลอดและเก็บได้เฉพาะฤดูกาล พืชอาหารป่าและพืชสมุนไพรที่ชาวบ้านเก็บหาสร้างรายได้ทางเศรษฐกิจให้แก่ชาวบ้านและยังประหยัดค่าใช้จ่ายภายในครัวเรือน นอกจากนี้ยังพบว่าพืชอาหารป่าดังกล่าวให้พลังงานโดยเฉลี่ยคนละประมาณ 5,485.80 กิโลแคลอรี/คน/ปี ถือได้ว่าคนในชุมชนได้รับสารอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการครบถ้วน

จากการศึกษาในประเด็นการเข้าถึงแหล่งอาหารส่วนใหญ่มีการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติเป็นหลัก ซึ่งการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติจะต้องอาศัยปัจจัยต่างๆ ในการเข้าถึง เช่น ระยะทาง ระยะเวลา เพศ อายุ จำนวนครัวเรือน การศึกษา จำนวนแรงงาน รายได้ เป็นต้น โดยปัจจัยที่สำคัญต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารมากที่สุด คือ ระยะทาง และระยะเวลา เนื่องจากข้อจำกัดของการเข้าถึงแหล่งอาหารโดยส่วนมากชาวบ้านจะคำนึงถึงการเดินทางที่มีระยะไกลและใช้เวลาไม่นานในการเก็บหาอาหาร ส่วนปัจจัยด้านอื่นๆ เช่น เพศ อายุ จำนวนครัวเรือน การศึกษา จำนวนแรงงาน รายได้ เป็นต้น อาจส่งผลหรือไม่ส่งผลต่อการเข้าถึงขึ้นอยู่กับบริบทของชุมชนนั้นๆ

ประเด็นที่ 3 การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ งานวิจัยของไพรินทร์ เสาะสาย (2536) วิเศษ สุจินพรัหม (2541) สิริพรรณ ทองปัสโน (2548) มนัชยา มรรคอนันตโชติ (2549) อนรรักษ์ ปิ่นทอง (2549) เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550) อุทุมพร หลอดโค (2552) นันทกา เครืออินทร์ (2553) ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี (2550) และของปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี (2554) โดยงานวิจัยของไพรินทร์ เสาะสาย (2536) ศึกษาเรื่องป่าทามชุมชนกุดเป่งกับความมั่นคงทางอาหารของชุมชน พบว่า ป่าทามกุดเป่งมีความหลากหลายทางระบบนิเวศทั้งสังคมพืชและสังคมสัตว์ เนื่องจากป่าทามกุดเป่งตั้งอยู่ริมฝั่งซ้ายแม่น้ำมูลเป็นพื้นที่ชุ่มน้ำประเภทหนึ่งซึ่งเป็นกลุ่มต่าอยู่ริมฝั่งน้ำ มีน้ำท่วมในช่วงฤดูฝนเป็นระยะเวลาหลายเดือน จึงทำให้มีการศึกษาพืชและสัตว์ในพื้นที่ป่าทามกุดเป่งทั้งหมด 392 ชนิด คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 1,335,560 บาทต่อปี ซึ่งถือได้ว่ามีความหลากหลายและมีมูลค่า นอกจากนี้ยังพบว่ามีการจัดการป่าทามชุมชนกุดเป่งของชุมชนโดยการออกกฎระเบียบที่ชุมชนร่วมกันตั้งขึ้นและร่วมกันปฏิบัติ จนทำให้ป่าทามมีความอุดมสมบูรณ์ก่อให้เกิดแหล่งอาหารที่สำคัญของชุมชน

งานวิจัยของวิเศษ สุจินพรัหม (2541) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารที่ได้จากป่าชุมชนบ้านทุ่งยาว พบว่า ชาวบ้านมีการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติทั้งหมด 73 ชนิด นอกจากนี้ชุมชนยังมีความสามารถในการจัดการอาหารในชุมชนให้เพียงพอได้ตลอดปี โดยใช้ภูมิปัญญาและองค์ความรู้ที่มีอยู่ในชุมชนช่วยกันจัดการแหล่งอาหารที่ชุมชนมีอยู่และการจัดการอาหารเพื่อนำมาบริโภคทั้งหมด วิธีการหาเห็ดต้องรู้ว่าเห็ดมีกี่ชนิด ชนิดไหนบริโภคได้และชนิดไหนบริโภคไม่ได้ ซึ่งผู้หญิงในชุมชนบางคนมีความรู้ลึกซึ้งสัมผัสอากาศร้อนอบอ้าว เหงื่อเหนียว ความรู้สึกเหล่านี้เป็นเป็นสัญญาณบอกถึงว่า

จะมีเห็นออกในไม่ช้า หรือการประกอบอาหารตามฤดูกาลส่วนใหญ่มักเป็นพืชพันธุ์ที่มีความรู้เรื่อง การนำผลผลิตจากป่ามาใช้ประโยชน์ เช่น หน่อไม้ พบมากในช่วงฤดูฝนจึงมีการนำหน่อไม้มาถนอม อาหารโดยการดอง เพื่อสามารถบริโภคได้ตลอดทั้งปี เป็นต้น

งานวิจัยของสิริพรรณ ทองปัสโน (2548) ได้ศึกษาการเข้าถึงกับการจัดการ ศึกษาเรื่องภูมิ ปัญญาชุมชนในการจัดการทรัพยากรป่าไม้ในเขตอุทยานแห่งชาติเขาหลวง อำเภอพรหมคีรี จังหวัด นครศรีธรรมราช โดยใช้วิธีการสอบถามชาวบ้านที่อยู่ในเขตอุทยานแห่งชาติเขาหลวงและชาวบ้านที่ เข้ามาใช้ประโยชน์ในเขตอุทยานแห่งชาติเขาหลวง พบว่าการจำแนกป่าของชาวบ้านในเขตอุทยาน แห่งชาติเขาหลวงแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ตีนเขา กลางเขา และหัวเขา โดยที่บริเวณตีนเขา ชาวบ้านจะปลูกไม้ผลแซมพื้นที่ป่าโล่ง บริเวณกลางเขาชาวบ้านจะเก็บไว้เป็นป่าส่วนรวม ส่วนป่าหัว เขาจัดเป็นป่าศักดิ์สิทธิ์ ห้ามทำกิจกรรมใดๆ และยังมีภูมิปัญญาในการทำเครื่องมือ การใช้ประโยชน์ จากพืชในป่าเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี ในส่วนความเชื่อ พิธีกรรมในการดูแลรักษาป่า โดยเชื่อว่ามีเทพเจ้าที่ สถิตอยู่ทุกแห่งจะทำอะไรต้องขออนุญาตและทำด้วยความเคารพ จากความเชื่อดังกล่าวก็ส่งผลต่อ การจัดการแหล่งอาหารด้วยวิถีดำรงชีวิตของชุมชน

ส่วนงานวิจัยของมนัชยา มรรคอนันตโชติ (2549) ศึกษาเรื่ององค์ความรู้และประสบการณ์ การจัดการป่าเพื่อให้ได้อาหารธรรมชาติจากป่าอย่างยั่งยืนของชุมชนห้วยไคร้ ตำบลเวียง อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย โดยใช้กระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการมีส่วนร่วม (PAR) ศึกษาความเป็นมาของ ชุมชนและป่าห้วยไคร้ องค์ความรู้เกี่ยวกับอาหารธรรมชาติจากป่า ผลการศึกษาพบว่าการรักษาแหล่ง น้ำของชุมชน มีผลทำให้ป่าห้วยไคร้มีความอุดมสมบูรณ์และมีศักยภาพในการผลิตอาหารที่หมุนเวียน สลับผลัดเปลี่ยนตามฤดูกาลได้ ทรัพยากรธรรมชาติหลากหลายถึง 296 ชนิด นอกจากนี้ชาวบ้านยังม ีความรู้เกี่ยวกับการเก็บเกี่ยวผลผลิตจากป่าให้ยั่งยืนถึง 25 วิธี เช่น ในกลุ่มพืชจะใช้วิธีการเด็ดเอายอด ดอกหรือใบ การขุดเอาหน่อ ในกลุ่มสัตว์และแมลงจะใช้วิธีการใช้แห้วดัก การตั้งล่อ การสวมหุ่นและ การขุด ในกลุ่มเห็ดจะใช้วิธีการเขี่ยดินและการถอนเห็ด เป็นต้น และมีการแปรรูปอาหารไม่น้อยกว่า 20 วิธี ป่าห้วยไคร้ยังทำให้ชุมชนมีอาหารจากป่าไว้บริโภคเฉลี่ย 2 มื้อต่อวัน ทำให้ชุมชนมีระบบนิเวศ ตามธรรมชาติที่ให้อาหารสม่ำเสมอตลอดปี

อนุรักษ์ ปิ่นทอง (2549) ศึกษาเรื่องพืชอาหารพื้นเมืองและแนวทางในการอนุรักษ์พรรณพืช พื้นที่บ้านดงโต้งไต้ ตำบลสงเปลือย อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์ เป็นการศึกษาแบบมีส่วนร่วมและ การวิจัยเชิงสำรวจ พบว่าพืชอาหารพื้นเมืองมีทั้งหมด 52 ชนิด และยังมีการสร้างเป็นบทเรียนท้องถิ่น ในการส่งเสริมการเรียนรู้ของนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ทำให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้และ เกิดจิตสำนึกต่อการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรป่าไม้ นอกจากนี้ผลสะท้อนอีกอย่างที่ได้จากการ จัดการเรียนการสอน คือ การสร้างความสัมพันธ์ระหว่างภูมิปัญญาท้องถิ่นกับเยาวชนในชุมชน โดยมี การถ่ายทอดองค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่นสู่เยาวชน เพื่อให้เกิดการแลกเปลี่ยนประสบการณ์และ องค์ความรู้ที่มีในการจัดการป่าชุมชน

เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550) ศึกษาเรื่องภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการอนุรักษ์และใช้ ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพของอาหารธรรมชาติในป่าเมี่ยง บ้านปางมะโอ ตำบลแม่ทะ อำเภอดงขี้เหล็ก จังหวัดเชียงใหม่ เป็นการศึกษาวิถีคิดและวิธีการปรับตัวของชุมชนในการอนุรักษ์และ

ใช้ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพของอาหารธรรมชาติในป่าเมี่ยง เมื่อระบบนิเวศป่าเมี่ยงเปลี่ยนแปลงไป ซึ่งป่าเมี่ยงในงานวิจัยเป็นป่าผสมผสานระหว่างป่าธรรมชาติและการปลูกต้นชาและศึกษาภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีส่วนในการปรับตัวของชุมชนในการอนุรักษ์และใช้ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพของอาหารธรรมชาติในป่า จากการศึกษาพบว่าชุมชนมีความรู้ในเรื่องพืชอาหารโดยเฉพาะกลุ่มผู้หญิง หรือกลุ่มแม่บ้านที่มีการสืบทอดจากบรรพบุรุษในการนำพืชอาหารมาประกอบเป็นอาหาร ซึ่งอาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่นในการใช้ประโยชน์พืชอาหารป่าในด้านต่างๆ อย่างเชื่อมโยงกันทั้งบทบาทหน้าที่ ทางด้านประเพณี วัฒนธรรมในการบริโภค ความเชื่อ ที่สัมพันธ์กับฤดูกาลรวมทั้งระบบความสัมพันธ์ของนิเวศป่าเมี่ยงอีกด้วย แต่ในปัจจุบันพบว่ามีพันธุ์พืชหลายชนิดที่เริ่มลดลงและเริ่มหายไปจากระบบนิเวศป่าเมี่ยง สวนเมี่ยงจำนวนมากถูกปล่อยร้างขาดการดูแลทำให้พืชพื้นล่างจำพวกหญ้าเจริญเติบโตขึ้นแทนที่พืชอาหารป่าพื้นล่าง ทำให้ความหลากหลายของพืชอาหารลดลง ชุมชนจึงกลับมาดูแลพืชอาหารป่าที่ขึ้นในสวนเมี่ยงและบริเวณขอบสวนเมี่ยงเพิ่มขึ้น

งานวิจัยของอุทุมพร หลอดโค (2552) ศึกษาเรื่องการจัดการความรู้เรื่องอาหารธรรมชาติบ้านหินเหิบ ตำบลพระยืน อำเภอพระยืน จังหวัดขอนแก่น โดยสัมภาษณ์จากชาวบ้านและผู้รู้ในหมู่บ้าน และสังเกตพฤติกรรมการเก็บหาอาหารธรรมชาติของชาวบ้าน พบว่าระบบอาหารธรรมชาติในชุมชนมี 3 แหล่ง คือ 1) พื้นที่ป่า 2) พื้นที่ทางเกษตร 3) แหล่งน้ำตามธรรมชาติ ซึ่งปริมาณผลผลิตทางอาหารธรรมชาติขึ้นอยู่กับสภาพของภูมิอากาศในแต่ละปีของชุมชน และกระบวนการจัดการความรู้สามารถอธิบายได้ 4 ขั้นตอน คือ 1) องค์ความรู้ที่มีของชุมชนเกิดจากสถาบันครอบครัว เครือญาติ ชุมชน สังคม ประเพณี วัฒนธรรม 2) การคิดค้นเอาตัวรอดจากกระบวนการพัฒนาความรู้เดิมจากบรรพบุรุษ 3) การถ่ายทอดองค์ความรู้ภายในครอบครัวและทักษะการนำความรู้มาปฏิบัติจริงอย่างมีส่วนร่วม 4) เกิดเป็นนวัตกรรมใหม่ในชุมชน เช่น การกำหนดสิทธิในการเก็บหาอาหารธรรมชาติ วิธีการอนุรักษ์พันธุ์พืชและพันธุ์สัตว์ เป็นต้น

นันทกา เครืออินทร์ (2553) ศึกษาเรื่องภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการจัดการทรัพยากรระดับชุมชน การพัฒนาที่มีผลกระทบต่อการใช้ทรัพยากรภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านนิเวศทางทะเล ของชาวอูรักลาไวย์ จังหวัดภูเก็ต เป็นการศึกษาผลกระทบจากการพัฒนาทำให้ที่อยู่อาศัยและที่มาหากินทางทะเลของชาวอูรักลาไวย์ลดน้อยลง ทำให้กลุ่มคนวัยทำงานมีแนวโน้มที่จะออกไปทำงานในพื้นที่อื่นมากขึ้น จึงทำให้ภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านประมงลดน้อยลง งานวิจัยนี้ศึกษาทั้งภูมิปัญญาและการจัดการความรู้เพื่อให้เห็นถึงการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาใช้ในการประกอบอาชีพประมง ซึ่งเคยเป็นอาชีพดั้งเดิมในการดำรงชีพของชาวอูรักลาไวย์ที่สอดคล้องกับธรรมชาติ รวมถึงกระบวนการถ่ายทอดความรู้ระหว่างบุคคลในครอบครัว เครือญาติ และชุมชน ในการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรส่วนรวมอย่างรู้คุณค่า

งานวิจัยของปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี (2550) ศึกษาเรื่องลุ่มน้ำภาคใต้ของไทยและวัฒนธรรมการเกษตรที่ควรรักษา ทำการศึกษาลุ่มน้ำที่เสื่อมโทรมมีผลกระทบต่อชุมชน รูปแบบการใช้ประโยชน์ที่ดินมีผลให้ลุ่มน้ำดีขึ้นได้ พบว่า แหล่งอาหารผลิตเองประเภทสวนสมรมมีส่วนช่วยให้พื้นที่ลุ่มน้ำที่เสื่อมโทรมให้ดีขึ้นได้ เนื่องจากสวนสมรมเป็นการเกษตรเป็นเกษตรแบบผสมผสาน ซึ่งเป็นส่วนช่วยกักเก็บน้ำได้มากกว่าเกษตรเชิงเดี่ยว เพราะในสวนสมรมเป็นแหล่งรวบรวมพันธุกรรมท้องถิ่นให้เป็นประโยชน์ต่อสังคมหลายด้าน แต่ปัจจุบันสวนสมรมกลับลดน้อยลงและเปลี่ยนเป็นระบบการผลิตเชิงเดี่ยวเพิ่มขึ้น ส่งผลให้พื้นที่เพาะปลูกมีน้อยลง จึงควรได้รับอนุรักษ์ฟื้นฟูสวนสมรม เนื่องจากในสวนสมรมมีชนิดอาหารที่หลากหลายทั้งพืชและสัตว์ช่วยให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร นอกจากนี้ยังพบว่าสวนสมรมมีผักพื้นบ้านหลายชนิดที่ชาวบ้านนำมาทำเป็นอาหารเพื่อบริโภคได้ เช่น พริกขี้หนูสวน ขมิ้น ตะไคร้ ข่า พริกไทย มะปริง มะเฒ่า มะขาม มะม่วง ส้มเกี้ยว ส้มแขก ผักบุ้งแดง ผักกะเฉด หน่อไม้ ผักหวาน ผักกาดนกเขา เป็นต้น ซึ่งเป็นช่วยในการเสริมสร้างความมั่นคงทางอาหารของชุมชนได้อีกทางหนึ่ง

งานวิจัยของปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี (2554) เรื่องศึกษาและพัฒนาการใช้ประโยชน์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยทำการศึกษาพืชผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองที่สามารถนำมาทำเป็นอาหารได้ตามภูมิปัญญาท้องถิ่นทางภาคใต้ ศึกษาพืชอาหารตัวอย่างจำนวน 111 ชนิด ที่พบในแหล่งอาหารธรรมชาติ แบ่งเป็น 3 พื้นที่ คือ พื้นที่ดอน พื้นที่ชื้นแฉะ และพื้นที่น้ำกร่อยและน้ำจืด ซึ่งจากการสำรวจพืชอาหารตัวอย่างนั้นสามารถนำมาทำประกอบเป็นอาหารได้ 969 รายการ ซึ่งพืชอาหารดังกล่าวมีความสำคัญในการช่วยเสริมสร้างความมั่นคงทางอาหารและการนำภูมิปัญญามาพัฒนาให้เป็นอาหารได้ เพื่อช่วยลดการพึ่งพาอาหารจากแหล่งซื้อขายและได้อาหารที่ปลอดภัยพิชจึงควรมีการอนุรักษ์และส่งเสริมการใช้พืชอาหารดังกล่าวให้เกิดประโยชน์ต่อไป

ส่วนงานวิจัยที่ทำการศึกษาทั้ง 3 ประเด็น ได้แก่ การมีอยู่ของแหล่งอาหาร การเข้าถึงแหล่งอาหาร และการจัดการแหล่งอาหาร คือ งานวิจัยของปิยนาล อิมติ (2547) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชนบท บ้านป่าคา หมู่ที่ 2 ตำบลสวก อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน โดยการใช้แผนที่ทรัพยากรอาหารร่วมกับแบบบันทึกตารางระบุรายการทรัพยากรอาหารของครัวเรือน ที่ได้มาจากการสัมภาษณ์และจัดเวทีสนทนา จากกลุ่มตัวอย่าง 23 ครอบครั้ว ผลการวิจัยพบว่าชุมชนบ้านป่าคา มีทรัพยากรอาหารหลากหลายชนิด กระจายอยู่ตามแหล่งอาหาร 6 แหล่ง ได้แก่ รอบบ้าน ทุ่งนา สวน แหล่งน้ำ ป่าไม้ และแหล่งค้าขาย ในการศึกษาพบว่าชุมชนมีทรัพยากรอาหาร 311 ชนิด อาหารส่วนใหญ่ได้จากชาวบ้านเป็นผู้ผลิตขึ้นเองและเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ ซึ่งอาหารที่เกิดตามธรรมชาติชุมชนจะถือเป็นทรัพยากรอาหารส่วนกลางที่ทุกคนมีสิทธิการใช้ สะท้อนให้เห็นถึงระบบคิดเรื่องสิทธิหน้าที่ และการเปิดโอกาสให้ทุกคนมีสิทธิเข้าถึงทรัพยากรอาหารธรรมชาติได้ เป็นปัจจัยหนึ่งทำให้คนในชุมชนสามารถมีอาหารได้ แต่ปัจจุบันเมื่ออาหารเริ่มลดลงจากปัจจัยต่างๆ เช่น การบุกรุกพื้นที่ป่า การใช้สารเคมีในการเกษตร การหาอาหารเพื่อขายในปริมาณมากเกินไป ทำให้ชาวบ้านสร้างกฎระเบียบและสร้างกระบวนการการเรียนรู้เกี่ยวกับการเก็บหาทรัพยากรแบบพอเพียง โดยไม่เป็นการทำลายธรรมชาติ

จากประเด็นทั้ง 3 ที่ได้กล่าวมาข้างต้น พบว่างานวิจัยที่ศึกษาการมีอยู่ของแหล่งอาหาร จำเป็นต้องอาศัยการเข้าถึงแหล่งอาหารเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหาร และหากต้องการให้แหล่งอาหารนั้นมีความยั่งยืนก็จำเป็นที่มีการจัดการแหล่งอาหารเข้ามาเกี่ยวข้อง ซึ่งงานวิจัยส่วนใหญ่พบว่าแหล่งอาหารในปัจจุบันลดลง จึงจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนทัศนคติที่มี เพื่อให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงของทรัพยากรผู้วิจัยพบว่างานวิจัยแต่ละงานจะมีการจัดการแหล่งอาหารเข้ามาเกี่ยวข้อง เนื่องจากการจัดการแหล่งอาหารเป็นสิ่งสำคัญที่ทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร

ประเด็นที่ 4 การใช้ประโยชน์อาหาร มีงานวิจัยของเบญญาภา กาลเขว่า (2545) ซึ่งศึกษาประเด็นนี้เพียงประเด็นเดียว ส่วนงานวิจัยของวรรณธิภา จันทร์กลม (2549) ได้ศึกษาทั้งการเข้าถึงแหล่งอาหารและการใช้ประโยชน์อาหาร ซึ่งได้กล่าวไปแล้วในประเด็นของการเข้าถึงแหล่งอาหารสำหรับงานวิจัยของเบญญาภา กาลเขว่า (2545) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในครัวเรือนยากจนในเขตพื้นที่ยากจน ของตำบลวังหินลาด อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น เป็นการวิจัยทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ศึกษาเฉพาะครัวเรือนที่มีความยากจนในเด็กก่อนวัยเรียน 2-5 ปี ผลจากการศึกษาพบว่าเด็กก่อนวัยเรียนขาดสารอาหาร คิดเป็นร้อยละ 70 และไม่มีความปลอดภัยด้านอาหาร เนื่องจากครัวเรือนส่วนใหญ่บริโภคปลาร้าดิบ เนื้อสัตว์ดิบ ผู้ดูแลเด็กวัยก่อนเรียนในครัวเรือนยากจน ส่วนใหญ่เป็น ปู่ ย่า ตา ยาย ซึ่งมีรายได้น้อยและไม่สามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้เนื่องจากอายุมาก ทำให้เด็กและครัวเรือนเกิดความไม่มั่นคงทางอาหาร

จะเห็นได้ว่าประเด็นการใช้ประโยชน์อาหาร ยังมีงานวิจัยที่ศึกษาค่อนข้างน้อย เนื่องจากการศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่จะเน้นแหล่งทรัพยากรอาหารในด้านปริมาณและความต้องการในการบริโภคเป็นหลัก แต่ถ้าเราสามารถนำการใช้ประโยชน์อาหารมาเชื่อมโยงกับอาหารที่ได้และการบริโภคอาหารก็จะทำให้ความมั่นคงทางอาหารครอบคลุมทุกมิติ

จากงานวิจัยทั้งหมดที่ได้กล่าวมาพบว่าส่วนใหญ่มีวิธีการและเครื่องมือในการศึกษาแบ่งได้เป็น 4 ประเภท คือ 1) การใช้แบบสอบถามประกอบการสัมภาษณ์ 2) การสำรวจและสังเกตพื้นที่ทรัพยากรในชุมชน 3) การใช้กระบวนการแบบการมีส่วนร่วม (PAR) โดยให้คนในชุมชนร่วมเป็นนักวิจัย และ 4) การประเมินชุมชนแบบเร่งด่วน (RRA) แต่ก็ยังมีงานที่แตกต่างออกไปคือเดินสำรวจโดยใช้ระบบสารสนเทศเชิงภูมิศาสตร์ (GIS) เพื่อวางแผนสำรวจพืชอาหารพร้อมเก็บข้อมูลด้วย ผลที่ได้จากงานวิจัยพบว่าอาหารมาจาก 3 แหล่ง แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขายแลกเปลี่ยน และเมื่อชาวบ้านรู้แหล่งที่มาของอาหารแล้วก็เกิดการจัดการแหล่งอาหารโดยใช้แนวทาง กฎระเบียบ ข้อบังคับ ข้อตกลง ของคนในชุมชนเพื่อการใช้ทรัพยากรอาหารร่วมกันได้อย่างยั่งยืน

สรุปได้ว่างานวิจัยที่กล่าวมาทั้งหมดมุ่งเน้นการศึกษาความมั่นคงทางอาหารในพื้นที่ชนบททั้งหมด เนื่องจากชุมชนชนบทเป็นแหล่งผลิตอาหารที่สำคัญทั้งในระดับครัวเรือน ชุมชนชนบท ชุมชนเมือง และประเทศชาติ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่เราควรให้ความสำคัญกับความมั่นคงทางอาหารในชุมชนชนบท ซึ่งนอกจากเป็นฐานการผลิตอาหารที่สำคัญแล้วชุมชนเองยังต้องดูแลทรัพยากรธรรมชาติที่มีให้คงอยู่เพื่อเป็นแหล่งอาหารต่อไป

2.5.2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารในต่างประเทศ

จากการศึกษาวิจัยของต่างประเทศพบว่าความมั่นคงทางอาหาร คือ การมีปริมาณอาหารเพียงพอกับความต้องการบริโภคภายในระดับครัวเรือน ชุมชน และประเทศ โดยสามารถเข้าถึงอาหารและนำอาหารมาบริโภคตามหลักโภชนาการ และพบว่าการศึกษาความมั่นคงทางอาหารส่วนใหญ่มีการศึกษาในชุมชนชนบทมากกว่าชุมชนเมืองเช่นเดียวกับงานวิจัยในประเทศไทย ซึ่งรายละเอียดของงานวิจัยมีดังนี้

งานวิจัยของ Gladwin และคณะ (2001) และ Zezza และ Tasciotti (2010) เป็นการศึกษาความมั่นคงทางอาหารในชุมชนที่มีฐานะยากจนและประกอบอาชีพเกษตรกรรมและอยู่ในประเทศกำลังพัฒนา โดยงานวิจัยของ Gladwin และคณะ (2001) ศึกษาปัญหาความมั่นคงทางอาหารในแอฟริกาพบว่าความไม่มั่นคงทางอาหารเกิดในครอบครัวที่มีรายได้ต่ำ แต่รัฐบาลกลับมองข้ามปัญหาดังกล่าวและหันไปให้ความสำคัญกับแรงงานนอกภาคการเกษตร บทบาทการผลิตของเกษตรกรลดลง ทำให้ราคาอาหารแพงขึ้น ส่งผลต่อครัวเรือนการเกษตรที่มีรายได้น้อยไม่สามารถมีอาหารที่เพียงพอต่อการบริโภคได้ งานวิจัยชิ้นนี้จึงมีจุดประสงค์เพื่อต้องการที่จะเพิ่มการผลิตพืชอาหารให้กับครัวเรือนการเกษตรที่มีรายได้น้อย ทำให้ภาคการเกษตรขยายตัวเพิ่มขึ้นและลดปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหาร และงานวิจัยของ Zezza และ Tasciotti (2010) ศึกษาการทำเกษตรกรรมในประเทศกำลังพัฒนาพบว่าการผลิตพืชและสินค้าปศุสัตว์ แม้ว่าจะมีบทบาทในการแก้ปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหารให้ประเทศได้ เนื่องจากเป็นผู้ผลิตอาหารให้กับโลก แต่ในทางกลับกันเกษตรกรส่วนใหญ่จะอยู่ในประเทศที่กำลังพัฒนา และประเทศที่กำลังพัฒนาจะเน้นพัฒนาด้านเศรษฐกิจเป็นหลัก ทำให้การทำเกษตรกรรมของประเทศกำลังพัฒนาต้องผลิตอาหารเพื่อเลี้ยงคนทั่วโลก และผลผลิตส่วนใหญ่จะขายได้ราคาถูก จึงทำให้เกิดความยากจนและส่งผลกระทบต่อภาวะโภชนาการที่เป็นส่วนหนึ่งของความมั่นคงทางอาหาร จากงานวิจัยทั้ง 2 งานจะเห็นได้ว่าเกษตรกรและประเทศกำลังพัฒนาอยู่ในความเสี่ยงที่จะเกิดความไม่มั่นคงทางอาหารทั้งในปัจจุบันและอนาคตได้

งานวิจัยของ Sutherland และคณะ (1999) และ Babatunde และ Qaim (2010) ที่เห็นความสำคัญของเกษตรกรและความเสี่ยงด้านความมั่นคงทางอาหาร จึงศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการผลิตของเกษตรกรและการหาแนวทางเพื่อให้มีอาหารเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค โดยงานวิจัยของ Sutherland และคณะ (1999) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารในช่วงภัยแล้งในประเทศเคนยา เพื่อต้องการที่จะบรรเทาปัญหาของกลุ่มผู้ด้อยโอกาสทางอาหาร เนื่องจากในช่วงภัยแล้งลักษณะพื้นที่มีสภาพแห้งแล้งไม่เหมาะสมแก่การปลูกพืชเชิงพาณิชย์ เช่น ข้าวโพด มันสำปะหลัง ถั่ว เป็นต้น ที่ได้มีการปลูกอย่างแพร่หลายในประเทศเคนยา ทำให้ในช่วงภัยแล้งผลผลิตที่ได้มีปริมาณน้อยและมีราคาถูก งานวิจัยนี้จึงเข้ามาหาแนวทางในการสร้างความมั่นคงทางอาหารของเกษตรกรในช่วงภัยแล้ง โดยให้เกษตรกรหันมาทำเกษตรกรรมแบบยังชีพ ปลูกพืชผักตามความต้องการในการบริโภคภายในครัวเรือนมากกว่าการทำเกษตรเชิงพาณิชย์ในช่วงภัยแล้ง ซึ่งจะเป็นการบรรเทาปัญหาภัยแล้งให้แก่เกษตรกรและทำให้เกษตรกรมีอาหารที่ผลิตเองไว้บริโภคภายในครัวเรือนอีกด้วย และงานวิจัยของ Babatunde และ Qaim (2010) ศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารในประเทศไนจีเรีย ซึ่งเป็นการสำรวจกลุ่มครัวเรือนเฉพาะในรัฐที่ยากจนและชาวบ้านส่วนใหญ่ทำการเกษตร แต่

ลักษณะดินในพื้นที่ไม่ค่อยมีความอุดมสมบูรณ์ ทำให้ผลผลิตที่ได้มีปริมาณน้อย จากการสุ่มตัวอย่าง ประชากร โดยใช้การสัมภาษณ์รายคนและรายกลุ่มจะสอบถามเกี่ยวกับค่าใช้จ่ายในการบริโภคของ เกษตรกรและรายได้เสริมนอกจากการทำกรเกษตร ซึ่งจะสอบถามย้อนหลังในระยะเวลา 12 เดือน เพื่อให้เห็นความแตกต่างของแต่ละฤดูกาลของผลผลิตที่ได้และข้อมูลการบริโภค พบว่าส่วนใหญ่ ผลผลิตที่ได้ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จำเป็นต้องซื้อหาจากตลาดเพิ่มเติมในส่วนที่ไม่ สามารถผลิตเองได้ อาหารตามฤดูกาลยังมีผลผลิตน้อยไม่เพียงพอต่อความต้องการ จึงทำให้เกิดภาวะ ขาดสารอาหาร งานวิจัยที่กล่าวมามีวัตถุประสงค์เพื่อต้องการจะแก้ปัญหาความไม่มั่นคงทางอาหารที่ เกิดขึ้นกับวิถีชีวิตคนในชนบทที่มีการทำการเกษตรและศึกษาการบริโภคอาหาร เน้นให้เกษตรกรมี รายได้เสริม ลดความยากจน และมีภาวะโภชนาการที่ดี

ในประเด็นภาวะโภชนาการที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร พบว่าในงานวิจัย ต่างประเทศส่วนใหญ่จะมีประเด็นการศึกษาด้านนี้เข้ามาเกี่ยวข้องทั้งงานที่กล่าวมาข้างต้นและงาน อื่นๆ ได้แก่ งานวิจัยของ Garrett และ Ruel (1999) Oldewage และคณะ (2006) และ Lia และ Yub (2010) โดยงานวิจัยของ Garret และ Ruel (1999) ศึกษาปัจจัยในการกำหนดความมั่นคงด้าน อาหารของชนบทและในเมืองและคุณค่าทางโภชนาการในประเทศโมซัมบิก พบว่าปัญหาหลักที่ เกิดขึ้นคือปัญหาความยากจน อาหารและโภชนาการ ซึ่งเป็นความไม่มั่นคงทางอาหาร เนื่องจาก นโยบายประเทศได้เน้นแก้ไขปัญหาของเศรษฐกิจเป็นหลัก ถึงแม้จะรู้ว่าประชากรในชนบทส่วนใหญ่ ยังขาดความมั่นคงทางอาหารและเป็นโรคขาดสารอาหาร แต่ประเทศก็ยังละเลยปัญหาดังกล่าว งานวิจัยนี้จึงเปรียบเทียบให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างชุมชนเมืองกับชุมชนชนบท ว่าปัญหาของ ชุมชนเมืองคือโรคอ้วนที่เพิ่มขึ้นและชุมชนชนบทไม่ได้มีอาหารให้เลือกซื้อหลากหลายเหมือนชุมชน เมือง อีกทั้งในชนบทยังมีการศึกษาน้อยเมื่อเปรียบเทียบกับชุมชนเมือง ส่วนปัญหาของชุมชนชนบท คือโรคขาดสารอาหาร ชุมชนชนบทมีกำลังซื้ออาหารน้อยกว่าชุมชนเมือง ซึ่งการเปรียบเทียบดังกล่าว ก็ทำให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับชุมชนชนบท งานวิจัยนี้จึงเป็นเพียงฐานข้อมูลเพื่อให้หน่วยงานที่ เกี่ยวข้องหันมาแก้ไขปัญหาคความไม่มั่นคงทางอาหารที่เกิดขึ้นกับชุมชนชนบทของประเทศโมซัมบิก ส่วน งานวิจัยของ Oldewage และคณะ (2006) ศึกษาความยากจนที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหารใน คริวเรือนและโภชนาการในแอฟริกาใต้ ได้ดำเนินการตรวจสอบครัวเรือนที่มีความเสี่ยงในการเกิด ความไม่มั่นคงทางอาหาร รวมถึงข้อมูลเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการ เพื่อต้องการทราบเด็กที่มีภาวะ ขาดสารอาหาร และพบว่าภาวะโภชนาการของเด็กขาดสารอาหารในประเทศกำลังพัฒนา ซึ่งใน แอฟริกาใต้อีกยังมีความกังวลสำหรับเด็กและครัวเรือน เนื่องจากครัวเรือนส่วนใหญ่ไม่ได้มีที่อาศัยอยู่ อย่างถาวร และงานวิจัยของ Lia และ Yub (2010) ศึกษาความปลอดภัยของอาหารในประเทศจีน ระดับครัวเรือน โดยสำรวจปัจจัยของดินที่มีอิทธิพลต่อการทำการเกษตรภายในครัว เรือนของชุมชน ชนบท เพื่อต้องการบรรเทาความเดือดร้อนของเกษตรกร โดยการพัฒนาในระดับท้องถิ่นของชนบท เพื่อลดความยากจนและเพิ่มความมั่นคงทางอาหารให้แก่คนในชุมชนชนบท ซึ่งในแต่ละชุมชนมีความ มั่นคงทางอาหารที่แตกต่างกันอย่างมา จากการศึกษาวิเคราะห์กลุ่มตัวอย่าง 31 จังหวัด พบว่า 9 จังหวัด ยังไม่มีปลอดภัยของอาหารและเป็นจังหวัดที่ยากจนมีอาหารไม่เพียงพอ

จากงานวิจัยของต่างประเทศซึ่งส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในประเทศกำลังพัฒนา พบว่าความมั่นคงทางอาหารอยู่ในระดับที่มีความเสี่ยง แม้ว่ากลุ่มประเทศกำลังพัฒนาเหล่านี้จะเป็นผู้ผลิตอาหารที่สำคัญของโลก แต่กลับพบว่าเกษตรกรผู้ผลิตอาหารกลับไม่มีความมั่นคงทางอาหาร เนื่องจากการผลิตส่วนมากเป็นการผลิตเชิงพาณิชย์มากกว่าการผลิตเพื่อยังชีพ ทำให้การเพาะปลูกส่วนใหญ่เป็นเกษตรกรรมแบบเชิงเดี่ยวที่เน้นพืชพลังงานมากกว่าพืชอาหาร ทั้งยังมีต้นทุนการผลิตที่สูงแต่ราคาผลผลิตต่ำ ทำให้เกษตรกรต้องหันไปพึ่งอาชีพอื่นนอกเหนือจากการทำการเกษตรกรรม เพื่อให้มีรายได้เพียงพอกับความต้องการในการบริโภคทั้งปริมาณและคุณค่าทางโภชนาการในการบริโภค ซึ่งในงานวิจัยต่างประเทศก็ได้เน้นปัญหาคุณค่าทางโภชนาการที่ชาวบ้านได้รับเป็นหลัก ซึ่งแตกต่างจากงานวิจัยในประเทศไทยที่เน้นความหลากหลายและการมีแหล่งอาหารอยู่ได้อย่างยั่งยืน

ผู้วิจัยสรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารทั้งหมด พบว่าส่วนใหญ่มีทั้งการวิจัยเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ โดยมีการเก็บข้อมูลจากการสำรวจวางแผน การใช้แบบสอบถาม ประอบการสัมภาษณ์ การสังเกต สัมภาษณ์ และศึกษาความเป็นมาของชุมชนและองค์ความรู้ในการใช้ทรัพยากรธรรมชาติให้ได้มาซึ่งอาหาร ผลการวิจัยพบว่าแหล่งอาหารมี 3 แบบ 1) ผลิตเอง 2) เก็บหาจากธรรมชาติ และ 3) ซื้อขายแลกเปลี่ยน พบปัญหาอาหารลดลงจากอดีตเนื่องจากการบุกรุกพื้นที่การใช้สารเคมี และสภาพภูมิอากาศเปลี่ยนแปลง ชุมชนชนบทส่วนใหญ่ปรับตัวได้กับปัญหาที่เกิดขึ้น จะเห็นได้จากองค์ความรู้ในการเข้าถึงทรัพยากรอาหารตามธรรมชาติได้ดีกว่าชุมชนเมือง เกิดการคิดค้นวิธีการเอาตัวรอดและพัฒนาองค์ความรู้เดิมที่เคยได้รับการถ่ายทอด เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมปัจจุบัน และเกิดการรักษาแหล่งทรัพยากรอาหารให้คงอยู่กับชุมชนโดยใช้ภูมิปัญญาที่ชุมชนตั้งขึ้น ซึ่งจากงานวิจัยทั้งหมดผู้วิจัยสามารถสรุปพื้นที่ศึกษาแหล่งอาหารและประเด็นความมั่นคงทางอาหารที่มีการศึกษาไว้ ดังตารางที่ 2-2

ตารางที่ 2-2 สรุปงานวิจัยที่เกี่ยวข้องด้านความมั่นคงทางอาหาร

ผู้วิจัย	พื้นที่ศึกษา		ประเด็นความมั่นคงทางอาหาร				แหล่งอาหาร		
	เมือง	ชนบท	การมีอยู่	การเข้าถึง	การจัดการ	การใช้ประโยชน์	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย
ไพรินทร์ เสาะสาย (2536)		✓			✓		✓		
วิเศษ สุจินทรัพย์		✓			✓		✓		
อังคณา มหายศนันท์ (2542)		✓	✓				✓	✓	
น้ำอ้อย ภัคติวงศ์ และคณะ (2545)	✓	✓	✓				✓	✓	✓
สุรัชย์ รักษาชาติ (2545)		✓	✓				✓	✓	✓
เบญญาภา กาลเข้ว่า (2545)		✓				✓			✓
ปิยนาก อิมดี (2547)		✓	✓	✓	✓		✓	✓	✓
รัชดา มหาวิวัฒน์ (2548)		✓	✓				✓	✓	
สิริพรรณ ทองปัสโน (2548)		✓		✓	✓		✓		
วรรณธิภา จันทร์กลม (2549)		✓	✓	✓		✓	✓		
มนัชยา มรรคอนันตโชติ (2549)		✓	✓		✓		✓		
อนุรักษ์ ปินทอง (2549)		✓			✓		✓		
เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550)		✓			✓		✓	✓	
อุทุมพร หลอดโค (2552)		✓	✓		✓		✓	✓	
เนาวรัตน์ ม่วงคราม (2552)		✓			✓			✓	
สุธานี มะลิพันธ์ (2552)		✓	✓	✓			✓	✓	✓
นันทกา เครืออินทร์ (2553)		✓			✓		✓		
อัทพงศ์ ปินทองพันธ์ (2557)	✓		✓					✓	
Garret และ Ruel (1999)	✓	✓				✓		✓	✓
Sutherland และคณะ (1999)		✓			✓	✓	✓	✓	
Gladwin และคณะ (2001)	✓	✓		✓				✓	
Oldewage และคณะ (2006)		✓				✓			✓
Zeza และ Tasciotti (2010)	✓	✓	✓					✓	
Lia และ Yub (2010)		✓			✓	✓		✓	
Babatunde และ Qaim (2010)		✓			✓	✓	✓	✓	

จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารจะเห็นได้ว่าชุมชนชนบทเป็นชุมชนที่ผลิตอาหารส่งต่ออย่างชุมชนเมือง ทั้งจากแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ซึ่งอาจกล่าวได้ว่าความมั่นคงทางอาหารของชุมชนในชนบทสามารถส่งผลกระทบต่อความมั่นคงในระดับภูมิภาคและระดับประเทศได้ โดยประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหารนั้นสามารถแบ่งได้เป็น 4 ประเด็นหลัก คือ การมีอยู่ การเข้าถึง การจัดการ และการใช้ประโยชน์ โดยผู้วิจัยสามารถสรุปแนวคิดความมั่นคงทางอาหารเพื่อใช้เป็นแนวทางในการวิเคราะห์ข้อมูลความมั่นคงทางอาหาร ได้ดังแสดงในภาพที่ 2-1

มิติที่ 1 การมีอยู่ของอาหาร	มิติที่ 2 การเข้าถึงอาหาร	มิติที่ 3 การใช้ประโยชน์ อาหาร	มิติที่ 4 การจัดการอาหาร และแหล่งอาหาร
<ul style="list-style-type: none"> - การมีปริมาณอาหารที่เพียงพอและเหมาะสม - อาหารที่ซื้อขายไม่ควรมีการเกินไปอาจเกิดความเสียหาย - อาหารที่ได้ต้องมีความหลากหลายของชนิดอาหาร - มีการเข้าถึงอาหารได้ทุกฤดูกาล - อาหารที่บริโภคมีความสอดคล้องกับวัฒนธรรมในชุมชน 	<ul style="list-style-type: none"> - เข้าถึงอาหารได้อย่างเพียงพอเหมาะสม - มีที่ดินทำกิน - มีรายได้สำหรับซื้ออาหาร - มีสิทธิในการเข้าถึงทรัพยากรได้อย่างเท่าเทียมกัน - มีความสามารถในการได้มาซึ่งอาหาร 	<ul style="list-style-type: none"> - อาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการ - ตอบสนองความต้องการในการบริโภคขั้นพื้นฐาน - อาหารที่ได้ครบ 5 หมู่ และให้พลังงานเพียงพอ - ไม่มีคนขาดสารอาหาร - สะอาด ปลอดภัย ไม่ปนเปื้อน 	<ul style="list-style-type: none"> - ภูมิปัญญาเพื่อให้ได้อาหาร - ภูมิปัญญาดูแลรักษาแหล่งอาหาร - การถ่ายทอดภูมิปัญญาให้แก่คนรุ่นหลัง - มีการปรับตัวเมื่อแหล่งอาหารเปลี่ยนไป

ภาพที่ 2-2 สรุปประเด็นที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร

ที่มา : Maxwell และ Smith (1991 อ้างใน ปิยนถ อัมดี, 2547) องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ (2549) เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก (2545) และศจินทร์ ประชาสันต์ (2555)

หมายเหตุ : แต่ในงานวิจัยนี้ จะไม่ทำการศึกษามิติที่ 3 เพราะมีข้อจำกัดของงานวิจัยดังที่ได้กล่าวไว้ในบทที่ 1 (หน้า 5)

บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเสริมด้วยการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งการวิจัยเชิงปริมาณ ดำเนินการโดยใช้แบบสอบถามประกอบการสัมภาษณ์คนในชุมชนซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ในส่วนของการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีสัมภาษณ์และสนทนากลุ่มกับกลุ่มตัวอย่างและผู้นำชุมชนด้านปัจจัยต่างๆ ในการเข้าถึงอาหารและวิธีการจัดการอาหาร โดยมีรายละเอียดเกี่ยวกับการดำเนินการวิจัยดังนี้

3.1 ประชากร กลุ่มตัวอย่าง และผู้เข้าร่วมสนทนากลุ่ม

3.1.1 ประชากร

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ครัวเรือนชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล ทั้งหมด 159 ครัวเรือน โดยมีจำนวน 723 คน (ที่ว่าการอำเภอละงู, 2556)

3.1.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูลได้จากการสุ่มจำนวนครัวเรือนทั้งหมด โดยใช้สูตรของ Taro Yamane (1973 อ้างถึงใน ชูสิทธิ์ นิเมเจริญ, 2544) ดังสมการที่ 1

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2} \dots\dots\dots(1)$$

เมื่อ n หมายถึง จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นตัวแทนประชากร
N หมายถึง จำนวนประชากรทั้งหมด
e หมายถึง ความคลาดเคลื่อน เนื่องจากการสุ่มตัวอย่าง 0.05

จากสมการที่ 1

$$n = \frac{159}{1 + 159(0.05)^2}$$

$$n = 114 \quad \text{ครัวเรือน}$$

เมื่อได้กลุ่มตัวอย่างแล้ว ผู้วิจัยเลือกครัวเรือนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตามหลักการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย โดยผู้วิจัยจัดทำฉลากตามบ้านเลขที่ของครัวเรือนทั้งหมด และทำการสุ่มหยิบกลุ่มฉลากและไม่ใส่คืนจนครบกลุ่มตัวอย่างที่ได้กำหนดไว้ทั้งหมด 114 ครัวเรือน

3.1.3 ผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม

การสนทนากลุ่มในงานวิจัยแบ่งเป็น 3 กลุ่ม ได้แก่ กลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ กลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป และกลุ่มผู้นำและแกนนำชุมชน โดยในแต่ละกลุ่มจะมีวัตถุประสงค์ในการสนทนาที่แตกต่างกัน ดังนี้

1) กลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติมีการสนทนากลุ่มจำนวน 2 ครั้ง ซึ่งในครั้งที่ 1 มีจุดประสงค์เพื่อระดมความคิดเห็นในเรื่องปริมาณศักยภาพของแหล่งอาหารในป่าชายเลนและล่าคลอง และการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ โดยผู้วิจัยได้นำแผนที่ภาพถ่ายทางอากาศให้ทางกลุ่มระบุพิกัดและปริมาณอาหารที่พบเจอ มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 13 คน (รายชื่อผู้เข้าร่วมแสดงในภาคผนวก ข) ส่วนครั้งที่ 2 เป็นการสนทนากลุ่มเฉพาะชาวประมงในชุมชน มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 16 คน (รายชื่อผู้เข้าร่วม แสดงในภาคผนวก ข) เพื่อให้กลุ่มชาวประมงประมาณการปริมาณสัตว์น้ำที่จับได้ทั้งหมดของกลุ่มในรอบ 1 ปี โดยรายละเอียดของการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์ผู้วิจัยได้แสดงไว้ในภาคผนวก ญ

2) กลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป จำนวน 1 ครั้ง มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 18 คน (รายชื่อผู้เข้าร่วม แสดงในภาคผนวก ข) มีจุดประสงค์เพื่อทวนสอบข้อมูลจากแบบสอบถามที่ได้จากกลุ่มตัวอย่างถึงประเด็นที่ตกหล่นในเรื่องของชนิดอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ ตลอดจนประเด็นการมีอยู่ของอาหารภายในชุมชน การเข้าถึงแหล่งอาหาร และการจัดการอาหารและแหล่งอาหาร

3) กลุ่มผู้นำและแกนนำชุมชน จำนวน 2 ครั้ง ซึ่งในครั้งที่ 1 มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 7 คน มีจุดประสงค์เพื่อแนะนำตัวและทำความเข้าใจงานวิจัยร่วมกัน ส่วนครั้งที่ 2 มีผู้เข้าร่วมทั้งหมด 10 คน มีวัตถุประสงค์เพื่อสอบถามกฎเกณฑ์และภูมิปัญญาที่ชุมชนร่วมกันใช้ในการจัดการแหล่งอาหาร เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงคุณภาพในการจัดการแหล่งอาหาร ดังแสดงในภาคผนวก ฉ

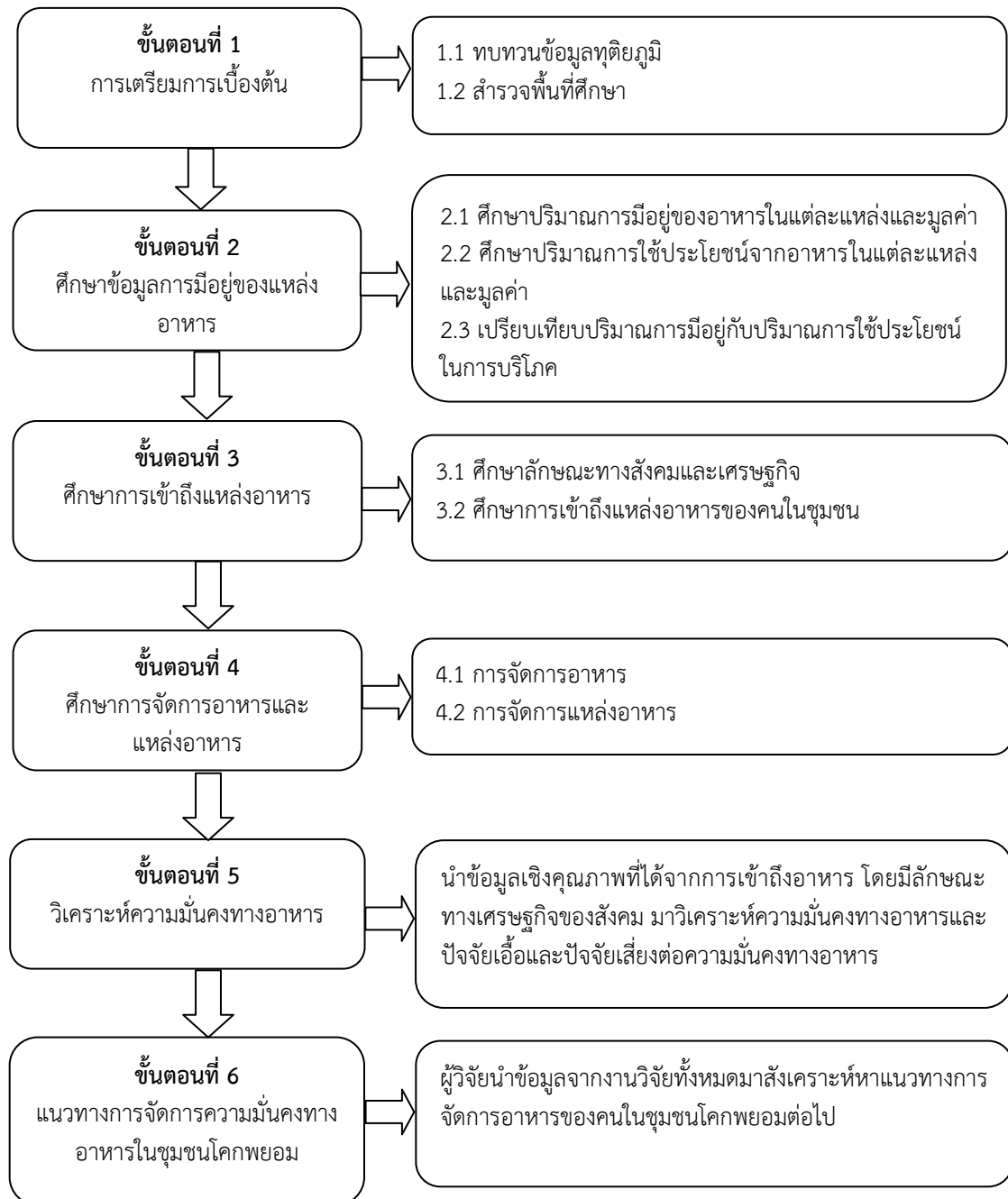
3.2 วัสดุ อุปกรณ์ และเครื่องมือที่ใช้ในการดำเนินการวิจัย

1. วัสดุอุปกรณ์ที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่ โพรเจคเตอร์ คอมพิวเตอร์ flip chart กล้องบันทึกภาพ อุปกรณ์จัดประชุม แผนที่ชุมชน และอุปกรณ์จัดบันทึก

2. เครื่องมือในการวิจัย ได้แก่ แบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษา โดยแบ่งออกเป็น 6 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป ส่วนที่ 2 การมีอยู่ของแหล่งอาหาร ส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์อาหารและการจัดการแหล่งอาหาร ส่วนที่ 4 การบริโภคภายในครัวเรือน ส่วนที่ 5 การเข้าถึงแหล่งอาหาร และส่วนที่ 6 ความหลากหลายและคุณภาพอาหาร ดังแสดงในภาคผนวก ก

3.3 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนการดำเนินวิจัยมี 6 ขั้นตอนดังแสดงในภาพที่ 3-1



ภาพที่ 3-1 ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

3.4 วิธีการดำเนินการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม อำเภอละงู จังหวัดสตูล ได้แบ่งการวิจัยออกเป็น 6 ขั้นตอน แต่ละขั้นตอนมีวิธีการดำเนินการวิจัยดังแสดงในตารางที่ 3-1

ตารางที่ 3-1 วิธีการดำเนินการวิจัย

วิธีการดำเนินการวิจัย	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	เครื่องมือ	ผลลัพธ์ที่ได้
1. การเตรียมการเบื้องต้น				
1.1 ทบทวนข้อมูลทุติยภูมิ				
ศึกษาเอกสาร บทความ เว็บไซต์ หนังสือ งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และงานวิจัยที่มีอยู่ในชุมชน	-	-	- เอกสาร - บทความ - งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	- ข้อมูลทั่วไปสามารถนำไปใช้ในการออกแบบวิธีการวิจัย
1.2 สัมภาษณ์ที่ศึกษา				
สัมภาษณ์ที่จริงและสอบถามข้อมูลทั่วไปของชุมชนจากผู้นำชุมชน และชี้แจงทำความเข้าใจในงานวิจัยกับตัวแทนชุมชน	- ชาวบ้านทั้งหมดที่อยู่ในชุมชนโคกพยอม	- ผู้นำชุมชน - ตัวแทนชาวบ้าน ชุมชนโคกพยอม	- เอกสาร - ประกอบการบรรยาย - กล้องบันทึกภาพ - power point - อุปกรณ์ในการนำเสนอ power point - สันทนาการกับผู้นำและแกนนำชุมชน	- ทำให้ผู้นำชุมชนและแกนนำชุมชนเกิดความเข้าใจถึงปัญหาและความสำคัญของงานวิจัยนี้ และสามารถถ่ายทอดหรือบอกต่อให้แก่คนในชุมชนต่อไป
2. ศึกษาข้อมูลการมีอยู่ของแหล่งอาหารและการใช้ประโยชน์				
2.1 ศึกษาปริมาณการมีอยู่ของอาหารในแต่ละแหล่งและมูลค่า				
สอบถามศักยภาพการมีอยู่แหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอม ได้แก่ 1) แหล่งอาหารธรรมชาติได้แก่ป่าชายเลน ลำคลอง ชายฝั่งทะเล 2) แหล่งอาหารผลิตเอง ได้แก่ บริเวณรอบๆ บ้าน สวน ไร่-นา 3) แหล่งอาหารซื้อขาย ไม่ได้มีการสอบถาม เนื่องจากมีการพึ่งพาหลายชุมชน	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน - กลุ่มตัวแทนผู้ที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ	- แบบสอบถาม - ปฏิทินฤดูกาล - Mapping - สันทนาการกับตัวแทนผู้ที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ	- ข้อมูลชนิดและปริมาณของการมีอยู่จากของแหล่งอาหารธรรมชาติแหล่งอาหารผลิตเองเพื่อเป็นฐานข้อมูลศักยภาพการมีอยู่ของแหล่งอาหารทั้งหมด
2.2 ศึกษาปริมาณการใช้ประโยชน์จากอาหารในแต่ละแหล่งและมูลค่า				
สอบถามถึงชนิดและปริมาณที่มีการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารทั้งหมดของคนในชุมชน ทั้งการบริโภค แจกจ่าย และซื้อขาย โดยแหล่งอาหารธรรมชาติสอบถามจากการสนทนากลุ่ม ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองและซื้อขายสอบถามจากคริวเรือนกลุ่มตัวอย่าง	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- ข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหาร - สันทนาการกับตัวแทนผู้ที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ - การสนทนากลุ่มกับแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป	- ข้อมูลปริมาณความต้องการใช้ประโยชน์ของคนในชุมชน ทั้งการบริโภค แจก และจำหน่าย

วิธีการดำเนินการวิจัย	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	เครื่องมือ	ผลลัพธ์ที่ได้
2.3 เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ของอาหารกับปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค				
นำข้อมูลจาก 2.1 มาเปรียบเทียบกับข้อมูล 2.2	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- ข้อมูลจากแบบสอบถามในส่วนของ 2 การมีอยู่ของแหล่งอาหารส่วนที่ 3 การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหาร	- ความเพียงพอของอาหารที่มีในชุมชนต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน
3. ศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร				
3.1 ศึกษาลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจ				
- สอบถามลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ เพศ อายุ ระยะทาง อาชีพ และรายได้ ของคนในชุมชนที่เข้าถึงแหล่งอาหาร	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- แบบสอบถาม	- ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของคนในชุมชนที่มีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง
3.2 ศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน				
- สอบถามการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- แบบสอบถาม	- แหล่งอาหารที่ชุมชนมีการเข้าถึงมีทั้งหมด 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งแต่ละแหล่งมีการเข้าถึงที่แตกต่างกัน
4. ศึกษาการจัดการแหล่งอาหาร				
4.1 การจัดการอาหาร				
- สอบถามการจัดการอาหารที่ได้จากแหล่งอาหารธรรมชาติและอาหารที่ได้จากแหล่งผลิตเอง	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- แบบสอบถาม	- รายละเอียดของอาหารในแต่ละชนิดที่มีการจัดการที่แตกต่างกัน
4.2 การจัดการแหล่งอาหาร				
- ศึกษาข้อมูลกฎเกณฑ์ของชุมชนที่ใช้แหล่งอาหาร จากข้อมูลในชุมชน (คณะกรรมการป่าชุมชนโคกพยอม) การสนทนากลุ่มกับผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ และการสังเกตการณ์ถึงกฎเกณฑ์ดังกล่าวมีการนำมาใช้ปฏิบัติร่วมกัน - สอบถามภูมิปัญญาต่างๆ ที่ใช้ในการจัดการแหล่งอาหารให้คงอยู่ต่อไป	- คริวเรือนทั้งหมดจำนวน 159 คริวเรือน	- คริวเรือนตัวอย่างจำนวน 114 คริวเรือน	- ข้อมูลทฤษฎีภูมิ - แบบสอบถาม - การสนทนากลุ่มกับผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติถึง - การสังเกตการณ์พฤติกรรมกรรมการจัดการแหล่งอาหารโดยเข้าไปดูขณะที่มีการจับสัตว์น้ำของชาวประมงถึงเครื่องมือและวิธีการในการจับ โดยไม่มีการแจ้งให้ทราบล่วงหน้า	- ข้อมูลวิธีการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติ - รายละเอียดภูมิปัญญาต่างๆ ในการจัดการแหล่งอาหาร

ตารางที่ 3-1 (ต่อ)

วิธีการดำเนินการวิจัย	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	เครื่องมือ	ผลลัพธ์ที่ได้
5. วิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารตลอดจนปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยง				
- นำข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการเข้าถึงอาหาร โดยมีลักษณะทางเศรษฐกิจของสังคมมาวิเคราะห์ปัจจัยที่อาจเกิดความเสี่ยงและส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารของคนในชุมชน	-	-	- ข้อมูลทุติยภูมิและข้อมูลปฐมภูมิที่ผู้วิจัยได้สำรวจไว้ในประเด็นการเข้าถึงแหล่งอาหาร	- ปัจจัยเสี่ยงที่อาจส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม
6. แนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม				
- นำข้อมูลจากงานวิจัยทั้งหมดมาวิเคราะห์ให้เห็นถึงสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารที่มีอยู่ในชุมชน	-	-	- ข้อมูลทุติยภูมิและข้อมูลปฐมภูมิที่ผู้วิจัยได้สำรวจไว้ทั้งหมด	- แนวทางการจัดการอาหารของคนในชุมชนโคกพยอม

3.5 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บข้อมูลแบ่งเป็น 2 ประเภท คือ ข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ ดังนี้

1. ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้วิธีการรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งมีการศึกษาใน 4 ประเด็นดังต่อไปนี้ 1) สภาพเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ ข้อมูลเกี่ยวกับเพศ อายุ สถานะในครอบครัว ศาสนา สถานภาพทางการสมรส ระดับการศึกษาขั้นสูงสุด อาชีพหลัก อาชีพเสริม รายได้ของครอบครัว สมาชิกในครอบครัว และจำนวนแรงงานในครัวเรือน 2) การมีอยู่ของแหล่งอาหาร ศึกษาในเรื่องปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ส่วนแหล่งซื้อขายเป็นข้อจำกัดของงานวิจัยที่เคยกล่าวไว้ในบทที่ 1 (หน้า 6) 3) การใช้ประโยชน์อาหาร ศึกษาเรื่องปริมาณและมูลค่าอาหารที่คนในชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่งโดยแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ บริโภค แจกจ่าย และจำหน่าย 4) เปรียบเทียบปริมาณการใช้กับปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค เพื่อหาความเพียงพอของปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชน

2. ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้วิธีการรวบรวมโดยใช้ข้อมูลทุติยภูมิ แบบสอบถาม และการสนทนากลุ่มเป็นเครื่องมือในการวิจัย ซึ่งมีการศึกษาใน 4 ประเด็นดังต่อไปนี้ 1) การเข้าถึงแหล่งอาหาร ศึกษาในเรื่องลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหารที่ส่งผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนและวิธีการในการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนทั้ง 3 แหล่ง 2) การจัดการอาหารแหล่งอาหาร ศึกษาเรื่องกฎเกณฑ์ ภูมิปัญญา และวิธีจัดการต่างๆ ที่มีอยู่ในชุมชนในแหล่งอาหาร 3) ปัจจัยความเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหาร นำข้อมูลเชิงคุณภาพที่ได้จากการเข้าถึงอาหาร โดยมีลักษณะทางเศรษฐกิจของสังคมมาวิเคราะห์ปัจจัยที่อาจเกิดความเสี่ยงและส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารของคนในชุมชน 4) แนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหาร โดยนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาจากการสอบถามมาวิเคราะห์ถึงสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารของคนในชุมชน และนำไปสู่แนวทางในการจัดการเพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารต่อไป

3.6 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.6.1 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณมีทั้งหมด 4 ประเด็น คือ 1) สภาพเศรษฐกิจและสังคม 2) การมีอยู่ของแหล่งอาหาร 3) การใช้ประโยชน์อาหารในการบริโภค และ 4) เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ต่อปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค

3.6.1.1 ข้อมูลเชิงปริมาณด้านเศรษฐกิจและสังคม

ข้อมูลเชิงปริมาณด้านเศรษฐกิจและสังคม ได้แก่ ข้อมูลเกี่ยวกับเพศ อายุ สถานะในครอบครัว ศาสนา สถานภาพทางการสมรส ระดับการศึกษาชั้นสูงสุด อาชีพหลัก อาชีพเสริม รายได้ของครอบครัว สมาชิกในครอบครัว และจำนวนแรงงานในครัวเรือน มีการวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ดังสมการที่ 2 (ล้วน สายยศและอังคณา สายยศ, 2543) และร้อยละดังสมการที่ 3 (เยาวดี วิบูลย์ศรี, 2540)

$$\bar{X} = \frac{\sum_{i=1}^n X_i}{N} \quad \text{.....(2)}$$

เมื่อ	\bar{X}	คือ	ค่าเฉลี่ย
	$\sum X$	คือ	ผลรวมของคะแนนทั้งหมด
	N	คือ	จำนวนของข้อมูลทั้งหมด

จากสมการที่ 2 ตัวอย่างค่าเฉลี่ยของอายุ

$$\bar{X} = \frac{5,571}{114}$$

$$\bar{X} = 49 \text{ ปี}$$

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \quad \text{.....(3)}$$

เมื่อ	P	คือ	ค่าร้อยละ
	f	คือ	ความถี่ที่ต้องการแปลงให้เป็นค่าร้อยละ
	N	คือ	จำนวนความถี่ทั้งหมด

จากสมการที่ 3 ตัวอย่างร้อยละที่นับถือศาสนาอิสลาม

$$P = \frac{105 \times 100}{114}$$

$$P = 92 \text{ ของครัวเรือนที่นับถือศาสนาอิสลาม}$$

3.6.1.2 ข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับการมีอยู่ของแหล่งอาหาร

ข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับการมีอยู่ของแหล่งอาหาร จากแหล่งอาหารธรรมชาติ ได้แก่ ปริมาณที่มีอยู่ของพืชและสัตว์บก ปริมาณการมีอยู่ของสัตว์น้ำ และแหล่งอาหารผลิตเอง ได้แก่ การมีอยู่ของพืชและสัตว์เลี้ยงทั้งหมด โดยมีการคำนวณดังต่อไปนี้

1) ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารธรรมชาติในป่าชายเลนเป็นปริมาณศักยภาพทั้งหมดที่มีของอาหารแต่ละชนิด คำนวณได้จากปริมาณเฉลี่ยที่พบอาหารต่อพื้นที่ย่อยคูณด้วยจำนวนพื้นที่ป่าชายเลนที่พบเจออาหารนั้นและคูณกับจำนวนครั้งที่สามารถเก็บในรอบปี แล้วนำมาหารด้วยขนาดพื้นที่ย่อยที่ได้จากการประมาณการ ดังสมการที่ 2

$$FS_1 = \frac{QA \times NM \times NG}{SA} \dots\dots\dots(4)$$

เมื่อ	FS ₁	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของอาหารในป่าชายเลนชนิดใดชนิดหนึ่ง (กก.ต่อปี)
	SA	คือ	ขนาดพื้นที่ย่อยในการประมาณการ (ไร่)
	QA	คือ	ปริมาณเฉลี่ยที่พบอาหารต่อพื้นที่ย่อย (กก.)
	NM	คือ	จำนวนพื้นที่ป่าชายเลนที่พบอาหาร (ไร่)
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่สามารถเก็บได้ในรอบปี (ครั้งต่อปี)

จากสมการที่ 4 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของหอยกเป้ง

โดย	FS ₁	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของหอยกเป้งในป่าชายเลน (กก.ต่อปี)
	SA	คือ	ขนาดพื้นที่ย่อยในการประมาณการเท่ากับ 1 ไร่
	QA	คือ	ปริมาณเฉลี่ยที่พบหอยกเป้งต่อพื้นที่ย่อยเท่ากับ 13 กิโลกรัม
	NM	คือ	จำนวนพื้นที่ป่าชายเลนที่พบหอยกเป้งเท่ากับ 125 ไร่
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่สามารถเก็บได้ในรอบปีเท่ากับ 2 ครั้งต่อปี

$$FS_1 = \frac{13 \times 125 \times 1}{1}$$

$$FS_1 = 3,250 \text{ กิโลกรัมต่อปี}$$

2) ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารธรรมชาติในลำคลองและชายฝั่งทะเล ไม่สามารถคำนวณเป็นปริมาณศักยภาพได้ เนื่องจากสัตว์น้ำไม่ได้อาศัยอยู่เฉพาะพื้นที่ใดพื้นที่หนึ่ง แต่จะมีการว่ายเปลี่ยนแหล่งที่อยู่ตลอดเวลา จึงไม่สามารถประเมินปริมาณศักยภาพได้โดยการนับจำนวนต่อพื้นที่เหมือนกรณีของพืชและสัตว์บก จึงต้องอาศัยอาศัยข้อมูลปริมาณสัตว์น้ำจากการจับสัตว์น้ำเหล่านี้ขึ้นมาในรอบปี เป็นเครื่องสะท้อนการมีอยู่ของสัตว์น้ำแทน คำนวณได้จากจำนวนคนที่เข้าไปจับสัตว์น้ำคูณด้วยปริมาณที่จับได้ต่อครั้งและคูณด้วยจำนวนครั้งที่จับได้ในรอบปี ดังนั้น ปริมาณดังกล่าวจึงเป็นปริมาณที่ต่ำกว่าศักยภาพที่แท้จริง เพราะยังมีปริมาณสัตว์น้ำที่ไม่ได้ถูกจับโดยคนเหล่านี้ และมีคนอื่นที่อาจจับสัตว์น้ำแต่ไม่รวบอยู่ในการคำนวณนี้ ดังสมการที่ 5

$$FS_2 = QA \times NC \times NG \quad \dots\dots\dots(5)$$

เมื่อ	FS_2	คือ	ปริมาณที่มีอยู่ของสัตว์น้ำชนิดใดชนิดหนึ่งชนิดใดชนิดหนึ่ง (กก.ต่อปี)
	QA	คือ	ปริมาณที่จับได้ต่อครั้ง (กก.)
	NC	คือ	จำนวนคนที่จับ (คน)
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่จับ (ครั้งต่อปี)

จากสมการที่ 5 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของปูดำ

โดย	FS_1	คือ	ปริมาณที่มีอยู่ของปูดำ (กก.ต่อปี)
	QA	คือ	ปริมาณที่จับปูดำได้ต่อครั้งเท่ากับ 3 กิโลกรัม
	NC	คือ	จำนวนคนที่จับเท่ากับ 39 คน
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่จับเท่ากับ 204 ครั้งต่อปี

$$FS_2 = 3 \times 39 \times 204$$

$$FS_2 = 23,868 \quad \text{กิโลกรัมต่อปี}$$

3) ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารผลิตเอง คำนวณได้จากชนิดของอาหารคูณด้วยผลผลิตที่เก็บได้และคูณด้วยจำนวนครั้งที่เก็บได้ในรอบหนึ่งปี ดังสมการที่ 6

$$FS_3 = QA \times NC \times NG \quad \dots\dots\dots(6)$$

เมื่อ	FS ₃	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของชนิดอาหารชนิดใดชนิดหนึ่ง (กก.ต่อปี)
	QA	คือ	จำนวนพืชชนิดชนิดนั้นๆที่ปลูกทั้งหมด (หน่วย)
	NC	คือ	ปริมาณเฉลี่ยการให้ผลผลิตต่อพืชนั้นๆ ใน 1 ครั้ง (กก.ต่อหน่วย)
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่ให้การผลิตในรอบปี (ครั้งต่อปี)

จากสมการที่ 6 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของตะไคร้

โดย	FS ₃	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของตะไคร้ กก.ต่อปี
	QA	คือ	จำนวนตะไคร้ที่ปลูกทั้งหมด 580 กอ
	NC	คือ	ปริมาณตะไคร้ที่ให้ผลผลิต 5 กิโลกรัมต่อกอ
	NG	คือ	จำนวนครั้งที่สามารถเก็บได้ 2 ครั้งต่อปี

$$FS_3 = 580 \times 5 \times 2$$

$$FS_3 = 5,800 \text{ กิโลกรัมต่อปี}$$

4) ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชน โดยคำนวณจากแหล่งอาหารธรรมชาติบวกแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด ดังสมการที่ 7

$$FS = FS_1 + FS_2 + FS_3 \quad \dots\dots\dots(7)$$

เมื่อ	FS	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนทั้งหมด (หน่วยต่อปี)
	FS ₁	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของอาหารในป่าชายเลนทั้งหมด (หน่วยต่อปี)
	FS ₂	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของสัตว์น้ำทั้งหมด (หน่วยต่อปี)
	FS ₃	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของอาหารผลิตเอง (หน่วยต่อปี)

จากสมการที่ 7 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนทั้งหมด

โดย	FS	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนทั้งหมด หน่วยต่อปี
	FS ₁	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของอาหารในป่าชายเลนทั้งหมด 39,444 กิโลกรัมต่อปี
	FS ₂	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของสัตว์น้ำทั้งหมด 84,318 กิโลกรัมต่อปี
	FS ₃	คือ	ปริมาณการมีอยู่ของอาหารผลิตเองทั้งหมด 280,060 หน่วยต่อปี

$$FS = 39,444 + 84,318 + 280,060$$

$$FS = 403,822 \quad \text{หน่วยต่อปี}$$

3.6.1.3 ข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์อาหารในการบริโภค

ข้อมูลเชิงปริมาณเกี่ยวกับการใช้ประโยชน์อาหารเพื่อการบริโภค จากแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งเป็นปริมาณที่ได้จากความต้องการในการบริโภคอาหารแต่ละชนิดของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน คำนวณจากผลรวมของปริมาณอาหารแต่ละชนิดในแต่ละแหล่งที่ชาวบ้านนำมาบริโภค ดังสมการที่ 8

$$FC = C_1 + C_2 + C_3 \quad \dots\dots\dots(8)$$

เมื่อ	FC	คือ	ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารชนิดใดชนิดหนึ่งเพื่อบริโภคทั้งหมด (กก.ต่อปี)
	C_1	คือ	ปริมาณอาหารชนิดนั้นในแหล่งอาหารธรรมชาติที่ชาวบ้านนำมาใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค (กก.ต่อปี)
	C_2	คือ	ปริมาณอาหารชนิดนั้นในแหล่งอาหารผลิตเองที่ชาวบ้านนำมาใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค (กก.ต่อปี)
	C_3	คือ	ปริมาณอาหารชนิดนั้นในแหล่งอาหารซื้อขายที่ชาวบ้านนำมาใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค (กก.ต่อปี)

จากสมการที่ 6 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคของกุ้งขาว

โดย	C_1	คือ	ผลรวมของปริมาณการบริโภคกุ้งขาวจากแหล่งธรรมชาติ 200 กก.
	C_2	คือ	ผลรวมของปริมาณการบริโภคกุ้งขาวจากแหล่งผลิตเอง 20 กก.
	C_3	คือ	ผลรวมของปริมาณการบริโภคกุ้งขาวจากแหล่งซื้อขาย 700 กก.

$$FC = 200 + 20 + 700$$

$$FC = 920 \quad \text{กิโลกรัมต่อปี}$$

3.6.1.4 ข้อมูลเชิงปริมาณเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่กับปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค

ข้อมูลเชิงปริมาณการเปรียบเทียบปริมาณความเพียงพอของอาหาร คำนวณได้จากการนำการมีอยู่ของแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชนหักลบกับปริมาณความต้องการในการบริโภค ดังสมการที่ 9

$$FA = FS - FC \quad \dots\dots\dots(9)$$

เมื่อ	FA	คือ	ปริมาณความเพียงพอของอาหาร (กก.)
	FS	คือ	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารทั้งหมด (กก.)
	FC	คือ	ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารเพื่อบริโภคทั้งหมด (กก.)

จากสมการที่ 7 ตัวอย่างการคำนวณปริมาณความเพียงพอของอาหารของปูดำ

โดย	FA	คือ	ปริมาณความเพียงพอของปูดำ (กก.)
	FS	คือ	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารทั้งหมด 23,868 กก.
	FC	คือ	ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารเพื่อบริโภคทั้งหมด 7,684 กก.

$$FA = 23,868 - 7,684$$

$$FA = 16,184 \quad \text{กิโลกรัมต่อปี}$$

3.6.2 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และสนทนากลุ่ม มาวิเคราะห์และสังเคราะห์ นำเสนอข้อมูลโดยการสรุปและบรรยายข้อมูลผ่านรูปแบบเชิงพรรณนาถึงปัจจัยต่างที่มีผลต่อความมั่นคงทางอาหาร ทั้ง 3 ประเด็น คือ **ประเด็นที่ 1** การมีอยู่ของแหล่งอาหาร เป็นการบรรยายถึงลักษณะของแหล่งอาหารที่มีอยู่ในชุมชนโคกพยอมทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย เพื่อให้ทราบถึงบริบทของพื้นที่ในแหล่งอาหารและชนิดอาหารที่พบเจอ **ประเด็นที่ 2** การเข้าถึงแหล่งอาหาร ซึ่งประกอบด้วย 3 ประเด็น คือ 1) ลักษณะทางเศรษฐกิจและสังคมของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึง โดยมีปัจจัยที่เกี่ยวข้องคือ เพศ อายุ และระยะทางในการเข้าถึง 2) วิธีการและลักษณะการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนที่มีการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง โดยขึ้นอยู่กับภูมิปัญญาและความสามารถของแต่ละบุคคลในการเข้าถึง 3) ปัจจัยและเงื่อนไขที่เอื้อต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร **ประเด็นที่ 3** การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร โดยการจัดการอาหารคือ การจัดการเพื่อให้ได้อาหารเหล่านั้นมาใช้ประโยชน์ โดยใช้ภูมิปัญญาและเครื่องมือต่างๆ ที่มีอยู่ ส่วนการจัดการแหล่งอาหารเป็นการจัดการในระดับชุมชนที่คนในชุมชนร่วมกันสร้างกฎเกณฑ์ให้ชุมชนได้ปฏิบัติร่วมกัน เพื่อสร้างความยั่งยืนของแหล่งอาหารให้คงอยู่ต่อไป

บทที่ 4 ผลการวิจัย

ในบทนี้ผู้วิจัยจะนำเสนอผลการศึกษาทั้งหมด โดยแยกการอภิปรายผลไว้ในบทที่ 5 เพื่อให้การเสนอมีความกระชับ โดยผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยเป็น 4 ส่วน คือ **ส่วนที่ 1** ผลการศึกษาสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง **ส่วนที่ 2** ผลการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและการมีอยู่ของแหล่งอาหาร **ส่วนที่ 3** ผลการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร และ **ส่วนที่ 4** ผลการศึกษาการจัดการแหล่งอาหาร โดยมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

4.1 ผลการศึกษาสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจของชาวบ้านชุมชนโคกพยอม จำนวน 114 ครัวเรือน มีรายละเอียดผลการศึกษาดังต่อไปนี้

4.1.1 เพศ

ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงร้อยละ 71 และเพศชายร้อยละ 29

4.1.2 อายุ

ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 82 อยู่ในช่วงวัยทำงาน (20-60 ปี) โดยแบ่งเป็น 5 ช่วงอายุ ได้แก่ ช่วงอายุ 51-60 ปี ร้อยละ 30 ช่วงอายุ 41-50 ปี ร้อยละ 25 ช่วงอายุ 31-40 ปี ร้อยละ 21 และช่วงอายุ 20-30 ร้อยละ 6 ในขณะที่ร้อยละ 17 อยู่ในช่วงวัยชรา (อายุ 61 ปี ขึ้นไป) และร้อยละ 1 อยู่ในช่วงวัยรุ่น (อายุต่ำกว่า 19 ปี) โดยเฉลี่ยพบว่ามีอายุประมาณ 49 ปี

4.1.3 สถานะในครอบครัว

สถานะของผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 72 เป็นสมาชิกในครอบครัวและเป็นหัวหน้าครอบครัวร้อยละ 28

4.1.4 ศาสนา

ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 92 นับถือศาสนาอิสลาม และร้อยละ 8 นับถือศาสนาพุทธ

4.1.5 สถานภาพทางการสมรส

สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 91 มีสถานภาพสมรส รองลงมา หย่าร้างร้อยละ 8 และโสดร้อยละ 1

4.1.6 ระดับการศึกษาขั้นสูงสุด

ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 81 จบการศึกษาระดับประถมศึกษา โดยแบ่งเป็น 2 ระดับ คือ ระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 46 และระดับประถมศึกษาปีที่ 4 ร้อยละ 35 ในขณะที่การศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 และไม่ได้เล่าเรียนร้อยละ 7 เท่ากัน โดยมีผู้ที่จบการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 4 และมีเพียงร้อยละ 1 เท่านั้นที่มีการศึกษาสูงกว่าระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 คืออยู่ในระดับปริญญาตรี

4.1.7 อาชีพหลัก

ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 49 ประกอบอาชีพทำสวนยางพารา ร้อยละ 26 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 11 ประกอบอาชีพประมง ร้อยละ 5 ประกอบอาชีพค้าขาย ร้อยละ 4 ประกอบอาชีพทำนา ร้อยละ 3 ประกอบอาชีพอื่น ๆ ในขณะที่ร้อยละ 1 มีจำนวนเท่ากับ คือ ประกอบอาชีพรับราชการและประกอบอาชีพเลี้ยงสัตว์ (กึ่ง) หรือคิดเป็นร้อยละของผู้ที่ประกอบอาชีพหลักที่เกี่ยวกับอาหารได้เท่ากับ ร้อยละ 16

4.1.8 อาชีพเสริม

ผู้ตอบแบบสอบถามร้อยละ 65 ประกอบอาชีพเสริม โดยร้อยละ 25 ประกอบอาชีพรับจ้างทั่วไป ร้อยละ 18 ประกอบอาชีพเกษตรกรสวนยางพารา ร้อยละ 12 ประกอบอาชีพประมง ร้อยละ 4 ประกอบอาชีพเกษตรกรชาวนา ในขณะที่ร้อยละ 3 มีจำนวนเท่ากับ คือ ประกอบอาชีพเลี้ยงสัตว์และอาชีพอื่นๆ ซึ่งอาชีพเลี้ยงสัตว์ในอาชีพเสริม คือ เลี้ยงปลากระชัง เลี้ยงสัตว์ที่เป็นอาหาร ส่วนอาชีพอื่นๆ ในอาชีพเสริม คือ ซ่อมเรือ ร้อยละ 35 ไม่มีการประกอบอาชีพเสริม หรือคิดเป็นการประกอบอาชีพเสริมที่เกี่ยวกับการเกษตรและทรัพยากรธรรมชาติเท่ากับ ร้อยละ 40

4.1.9 รายได้ของครอบครัว

รายได้ของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือนของผู้ตอบแบบสอบถาม ร้อยละ 48 มีรายได้อยู่ในช่วง 4,001–8,000 บาท ร้อยละ 36 มีรายได้ในช่วง 8,001-12,000 บาท ร้อยละ 11 มีรายได้ในช่วง 12,001-16,000 บาท ร้อยละ 4 มีรายได้ 16,001 บาท ขึ้นไป และ ร้อยละ 1 มีรายได้ต่ำกว่า 4,000 บาท โดยมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 9,281 บาท

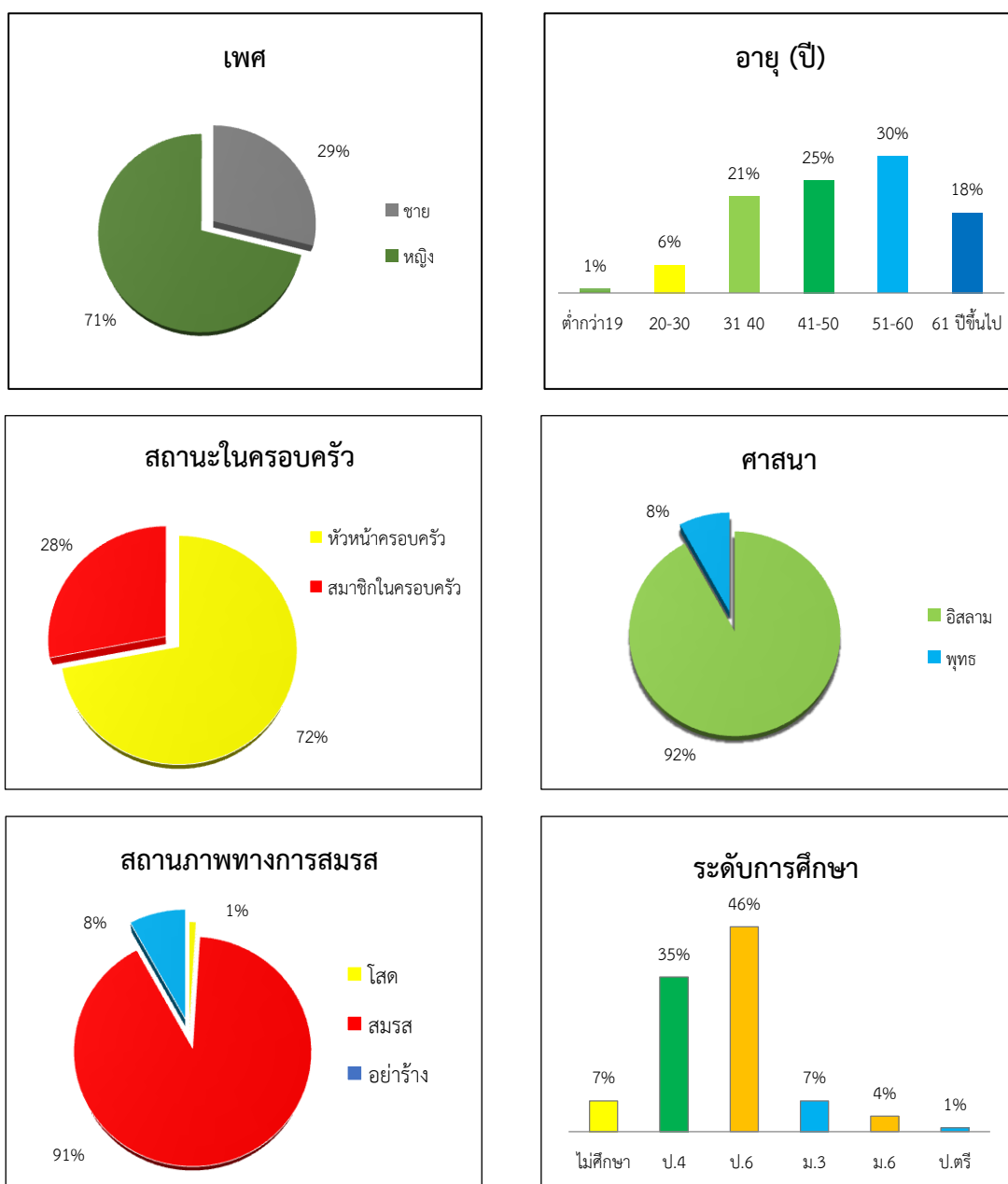
4.1.10 สมาชิกในครอบครัว

สมาชิกในครอบครัวของผู้ตอบแบบสอบถาม ร้อยละ 39 มีสมาชิกในครอบครัว 4 คน ร้อยละ 24 มีสมาชิกในครอบครัว 3 คน ร้อยละ 17 มีสมาชิกในครอบครัว 5 คน ร้อยละ 12 มีสมาชิกในครอบครัว 2 คน ร้อยละ 8 มีสมาชิกในครอบครัวมากกว่า 5 คน และ ร้อยละ 2 มีสมาชิกในครอบครัว 1 คน โดยมีสมาชิกในครอบครัวเฉลี่ยเท่ากับ 4 คน

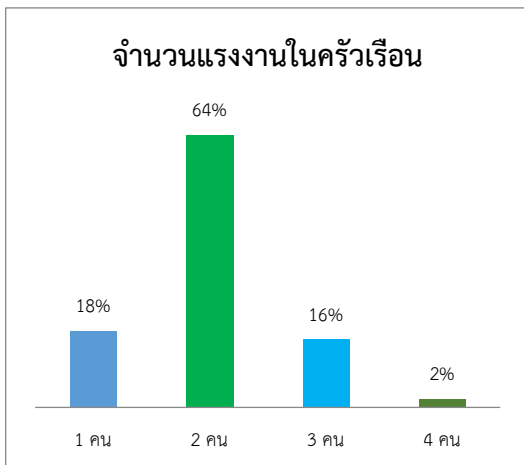
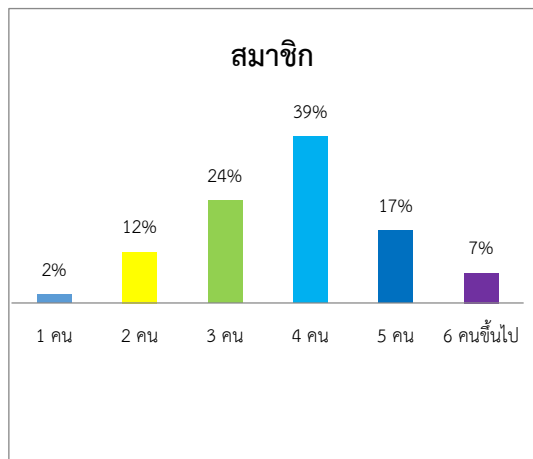
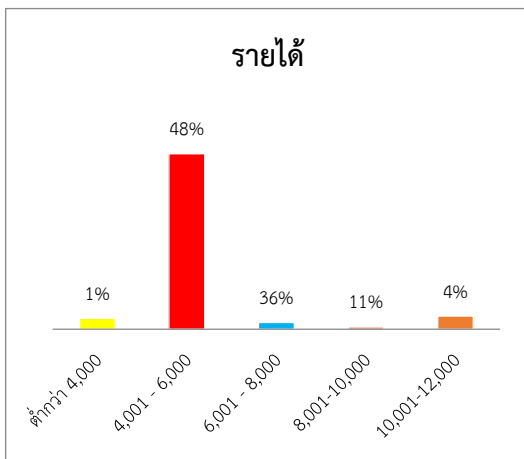
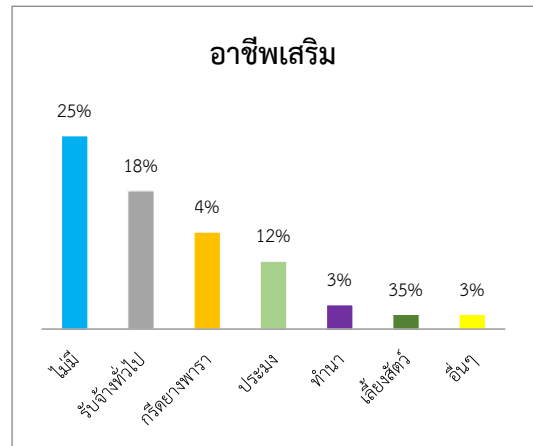
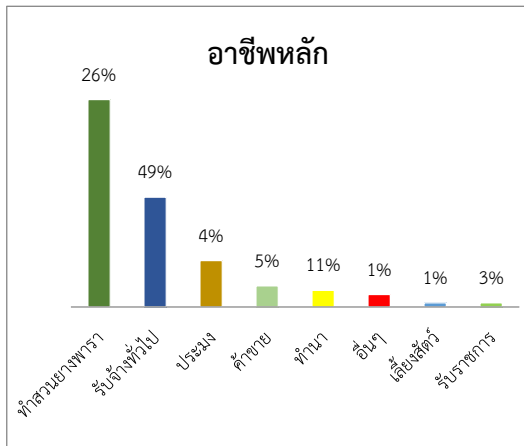
4.1.11 จำนวนแรงงานในครัวเรือน

ผู้ตอบแบบสอบถาม ร้อยละ 64 มีจำนวนแรงงาน 2 คน ร้อยละ 18 มีจำนวนแรงงาน 1 คน และ ร้อยละ 16 จำนวนแรงงาน 3 คน และ ร้อยละ 2 มีจำนวนแรงงาน 4 คน โดยมีจำนวนแรงงานในครอบครัวเฉลี่ยเท่ากับ 2 คน

จากข้อมูลทางสังคมและเศรษฐกิจของชาวบ้านชุมชนโคกพยอม ผู้วิจัยสามารถสรุปได้ดังภาพที่ 4-1



ภาพที่ 4-1 ข้อมูลทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างชุมชนโคกพยอม



ภาพที่ 4-1 (ต่อ) ข้อมูลทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างชุมชนโคกพยอม

4.2 ผลการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและการมีอยู่ของแหล่งอาหาร

ผู้วิจัยได้รวบรวมและนำเสนอข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์ ประกอบแบบสอบถามกับกลุ่มตัวอย่างในชุมชนจำนวน 114 ครอบครัว ซึ่งจากการศึกษาการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอม สามารถแบ่งผลการศึกษาเป็น 4 ประเด็น คือ ประเภทของแหล่งอาหาร ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่า และการเปรียบเทียบปริมาณอาหารและมูลค่าอาหารที่มีอยู่ในชุมชนกับอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.2.1 ประเภทของแหล่งอาหาร

ผู้วิจัยได้สำรวจและสอบถามกลุ่มตัวอย่างชาวบ้านในชุมชนโคกพยอม พบว่า ชุมชนโคกพยอมมีแหล่งอาหาร 3 แห่ง ได้แก่ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย

4.2.1.1 แหล่งอาหารธรรมชาติ

แหล่งอาหารธรรมชาติของชุมชนโคกพยอมสามารถแบ่งออกเป็น 3 แห่ง (ภาพที่ 4-2) ได้แก่ ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล ซึ่งเป็นแหล่งอาหารที่ชาวบ้านมีการเก็บหาและพึ่งพาเพื่อนำทรัพยากรอาหารมาจำหน่ายและบริโภค จากการศึกษาพบว่า มีชนิดอาหารจากแหล่งธรรมชาติทั้งหมด 35 ชนิด ส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภทสัตว์น้ำ จำนวน 29 ชนิด และอาหารประเภทพืชและสัตว์บก จำนวน 6 ชนิด โดยมีรายละเอียดของชนิดอาหารในแหล่งธรรมชาติ ดังแสดงในตารางที่ 4-1



ภาพที่ 4-2 แผนที่แสดงแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชนโคกพยอม

ที่มา : Google Earth (26 พฤศจิกายน 2556) ปรับแต่งโดยผู้วิจัย

ตารางที่ 4-1 ชนิดอาหารในแหล่งธรรมชาติ

ประเภท	ชนิดอาหาร	รวม
พืชและสัตว์บก	ตัวอ่อนของผึ้ง น้ำผึ้ง ผักถั่วดำ สาหร่าย หยวกเป้ง เห็ดเสม็ด	6 ชนิด
สัตว์น้ำ	กิ้ง กุ้งกุลาดำ กุ้งกุลาลาย กุ้งขาว กุ้งไข่ กุ้งเหลือง ปลากระบอก ปลากะพงข้างปาน ปลากะพงขาว ปลากะพงแดง ปลากะพงแสม ปลาหมู ปลาเก๋า ปลาจิ้งม่อง ปลาดาทลา ปลาทราย ปลานาเหงิน ปลาลาม่า ปลาไหล ปูดำ แมงดา หอยก้น หอยเข็ม หอยแครง หอยจู้บแจง หอยเจดีย์ หอยท้ายเกา หอยนางรม หอยรอก หรือ สรุปีมีกั้งและกั้ง 6 ชนิด แมงดา 1 ชนิด ปลา 13 ชนิด ปู 1 ชนิด และหอย 8 ชนิด	29 ชนิด

ตารางที่ 4-2 ชื่อท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งธรรมชาติ

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	ผักถั่วดำ	ถั่วขาว	<i>Bruguieracylindrica</i> (L.) Bume.
2	สาหร่าย	สาหร่ายขน	<i>Caulerparacemosa</i> var. <i>corynephora</i>
3	หยวกเป้ง	เป้ง	<i>Phoenix acaulis</i> Ham.
4	น้ำผึ้ง	น้ำผึ้ง	-
5	เห็ดเสม็ด	เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseipurpureus</i> Corner
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	ตัวอ่อนของผึ้ง	<i>Apismellifera</i> L.
7	ปูดำ	ปูทะเล	<i>Scylla serrata</i> Mugil <i>dussumieri</i>
8	ปลากระบอก	ปลากระบอก	<i>Mugil dussumieri</i>
9	ปลาดาทลา	ปลาจะละเม็ดขาว	<i>Pampus argenteus</i>
10	หอยจู้บแจง	หอยจู้บแจง	<i>Cerithidea</i> sp
11	หอยเข็ม	หอยงาช้าง	<i>Laevidentalium</i> sp.
12	ปลาจิ้งม่อง	ปลากะบาง	<i>Himantura imbricata</i>
13	กุ้งกุลาดำ	กุ้งกุลาดำ	<i>Penaeus monodon</i> Fabricius
14	กุ้งขาว	กุ้งขาว	<i>Metapenaeus lysianassa</i>
15	หอยเจดีย์	หอยเจดีย์	<i>Sermyla riquetii</i>
16	กุ้งไข่	กุ้งมังกร	<i>Palinuridae</i>
17	หอยรอก	หอยรอก	<i>Lingula anatina</i>
18	ปลานาเหงิน	ปลาดาบเงิน	<i>Trichiurus lepturus</i>
19	ปลาเก๋า	ปลากะรัง	<i>Epinephelus sexfasciatus</i>
20	ปลากะพงแดง	ปลากะพงแดง	<i>Lutjanus sebae</i>
21	หอยก้น	หอยก้น	<i>Polymesoda proxima</i>
22	กั้ง	กั้ง ตึกแตน	<i>Oratosquilla woodmasnoi</i> Kemp.
23	ปลาทราย	ปลาทรายขาว	<i>Scolopsis monogramma</i>
24	หอยแครง	หอยแครง	<i>Anadara granosa</i> Linn.
25	ปลาลาม่า	ปลาดาทเลียว	<i>Psettodes erumei</i>

ตารางที่ 4-2 (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อย่อกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
26	ปลาไหล	ปลาไหล	<i>Macrotrema caligans</i>
27	ปลากะพงขาว	ปลากะพงขาว	<i>Latescal carifer</i>
28	กุ้งกุลาลาย	กุ้งกุลาลาย	<i>Penaeus semisulcatus</i>
29	ปลาอูคู	ปลาอูคู	<i>Acanthopagrus berda</i>
30	แมงดา	แมงดาทะเล	<i>Limulus polyphemus</i> Linnaeus
31	กุ้งเหลือง	กุ้งเหลือง	<i>Metapenaeus brevicornis</i>
32	หอยท้ายเถา	หอยท้ายเถา	<i>Donex scortum</i> Linnaeus
33	ปลากะพงแสม	ปลากะพงแสม	Haemulidae
34	หอยนางรม	หอยนางรม	<i>Saccostrea commercialis</i>
35	ปลากะพงข้างปาน	ปลากะพงข้างปาน	<i>Lutjanus russellii</i>

จากการสนทนากลุ่มตัวแทนผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า แหล่งอาหารธรรมชาติทั้ง 3 แหล่ง มีความเชื่อมโยงถึงกันได้ในช่วงที่น้ำขึ้นสูงสุดหรือช่วงน้ำทะเลหนุนเข้ามาในลำคลองทำให้ระดับน้ำในลำคลองสูงขึ้นจนท่วมถึงป่าชายเลน ดังนั้นอาหารบางชนิดจึงสามารถพบเจอได้หลายแหล่ง ดังแสดงในตารางที่ 4-2 นอกจากนี้กลุ่มตัวแทนยังได้แบ่งป่าชายเลนจากระดับน้ำขึ้นน้ำลงตามภูมิปัญญาที่สืบทอดกันมา ซึ่งสอดคล้องกับการแบ่งตามหลักวิชาการ (กรมทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง, 2552) ดังนี้

1) ป่าชายเลน

ป่าชายเลนของชุมชนโคกพยอมมีเนื้อที่ทั้งหมด 1,250 ไร่ โดยชาวบ้านแบ่งป่าชายเลนตามลักษณะของพันธุ์ไม้และอิทธิพลที่ได้รับจากน้ำขึ้นน้ำลงเป็น 3 เขต ได้แก่ เขตพื้นที่ริมคลอง เขตพื้นที่ลุ่ม และเขตพื้นที่ดอน

1.1) เขตพื้นที่ริมคลอง คือพื้นที่ที่มีน้ำขึ้นน้ำลงตลอดเวลา ซึ่งพันธุ์ไม้สำคัญในบริเวณนี้ได้แก่ โกงกางใบใหญ่ โกงกางใบเล็ก แสมดำ และลำพู โดยพันธุ์ไม้เหล่านี้มีลักษณะเด่น คือ เป็นไม้ที่ทนต่อความเค็มของน้ำทะเล และมีรากเป็นตัวยึดหน้าดินและหายใจในช่วงเวลาที่มีน้ำท่วมขัง บริเวณพื้นที่นี้เป็นแหล่งอาหารที่สำคัญที่สุดของป่าชายเลน เพราะเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของสัตว์น้ำหลายชนิด ได้แก่ ปูดำ หอยจับแฉง หอยเข็ม หอยก้น และปลาไหล

1.2) เขตพื้นที่ลุ่ม คือพื้นที่น้ำท่วมถึงเมื่อน้ำขึ้นสูงสุดเท่านั้น พันธุ์ไม้ส่วนใหญ่ที่พบจะเป็นไม้เนื้อแข็ง ได้แก่ ตะบูนดำ ตะบูนขาว ถั่วดำ ถั่วขาว พังกาหัวสุม และโปรงขาว ซึ่งอาหารที่พบในพื้นที่ลุ่ม ได้แก่ ผักถั่วดำ น้ำผึ้ง และตัวอ่อนผึ้ง

1.3) เขตพื้นที่ดอน คือพื้นที่สูงที่สุดของพื้นที่ป่าชายเลนที่น้ำท่วมไม่ถึง จะมีลักษณะคล้ายพื้นที่บนป่าบกทั่วไป พันธุ์ไม้ส่วนใหญ่ที่พบจึงมีลักษณะคล้ายคลึงกับป่าบก เช่น เสมีด หูกวาง ตีนเป็ด เป็นต้น ส่วนอาหารที่พบในพื้นที่ดอน ได้แก่ เห็ดเสม็ด หยกเป้ง น้ำผึ้ง และตัวอ่อนผึ้ง

ตารางที่ 4-3 แหล่งที่พบเจออาหารธรรมชาติ

ลำดับ	ชนิด	ป่าชายเลน	ลำคลอง	ชายฝั่งทะเล
1	ผักถั่วดำ	✓ (ลุ่ม)		
2	สาหร่าย		✓	
3	หอยวปะง	✓ (ดอน)		
4	น้ำผึ้ง	✓ (ลุ่ม,ดอน)		
5	เห็ดเสม็ด	✓ (ดอน)		
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	✓ (ลุ่ม,ดอน)		
7	ปูดำ	✓ (ริมคลอง)	✓	
8	ปลากระบอก		✓	
9	ปลาดาทลา		✓	✓
10	หอยจู้บแจง	✓ (ริมคลอง)		
11	หอยเข้ม	✓ (ริมคลอง)		
12	ปลาจ้อม่อง			✓
13	กุ้งกุลาดำ		✓	
14	กุ้งขาว			✓
15	หอยเจดีย์			✓
16	กุ้งไข่			✓
17	หอยราก			✓
18	ปลานาเหจีน			✓
19	ปลาเก๋า		✓	
20	ปลากะพงแดง		✓	
21	หอยก้น	✓ (ริมคลอง)		
22	กั้ง			✓
23	ปลาทราย			✓
24	หอยแครง			✓
25	ปลาลาม่า		✓	✓
26	ปลาไหล	✓ (ริมคลอง)	✓	
27	ปลากะพงขาว		✓	
28	กุ้งกุลาลาย		✓	✓
29	ปลากูกู		✓	✓
30	แมงดา			✓
31	กุ้งเหลือง			✓
32	หอยท้ายเกาะ			✓
33	ปลากะพงแสม		✓	
34	หอยนางรม	✓ (ริมคลอง)	✓	
35	ปลากะพงข้างปาน		✓	
รวม		12 ชนิด	15 ชนิด	15 ชนิด

2) ลำคลอง

ชุมชนโคกพยอมมีลำคลองสายหลักไหลผ่านและเป็นแหล่งทรัพยากรอาหารที่สำคัญของชุมชนสำหรับการใช้ประโยชน์ คือ “ลำคลองตึงหัง” มีความกว้างประมาณ 1 กิโลเมตร และความยาวประมาณ 4 กิโลเมตร ลำคลองเส้นนี้ไหลผ่านป่าชายเลนในชุมชนลงไปสู่ทะเลอันดามันมีสัตว์น้ำอุดมสมบูรณ์ บางปีมีน้ำทะเลหนุนสูง อาจจะมีโลมา (ไม่ทราบสายพันธุ์) เข้ามาหากินในลำคลองสายนี้ อีกทั้งยังมีพืชและสัตว์น้ำหลากหลายชนิดที่เป็นอาหารของคนในชุมชน ได้แก่ สาหร่ายกุ้งกุลาดำ กุ้งกุลาดาย ปลากระบอก ปลากระพงข้างปาน ปลากระพงขาว ปลากระพงแดง ปลากระพงแสม ปลาทุกปลาเก๋า ปลาดาทลา ปลาลาม่า ปลาไหล ปูดำ และหอยนางรม

3) ชายฝั่งทะเล

ขอบเขตชายฝั่งทะเลในชุมชนโคกพยอมของงานวิจัยนี้ หมายถึง ขอบเขตที่ชาวบ้านพึ่งพาแหล่งอาหารที่เรียกกันว่า “ประมงพื้นบ้าน” มีความยาวประมาณ 7 กิโลเมตร และความกว้างจากชายฝั่งออกไปทะเลประมาณ 4 กิโลเมตร (ภาพที่ 4-3) เป็นการจับสัตว์น้ำโดยใช้เรือขนาดเล็กและใช้เครื่องมืออย่างง่าย ซึ่งเป็นภูมิปัญญาชาวบ้านที่ทำขึ้นเอง เช่น จักโกย ไซ ลอบ เบ็ดสาย อวน เป็นต้น สัตว์น้ำที่จับ ได้แก่ กุ้ง กุ้งกุลาดาย กุ้งขาว กุ้งไข่ กุ้งเหลือง ปลาทุกปลาเก๋า ปลาลาม่า ปลาหางหิน ปลาลาม่า แมงดา หอยเจดีย์ หอยแครง หอยท้ายเกา หอยนางรมและหอยรอก



ภาพที่ 4-3 แผนที่แสดงขอบเขตชายฝั่งทะเล

ที่มา : Google Earth (26 พฤศจิกายน 2556) ปรับแต่งโดยผู้วิจัย

4.2.1.2 แหล่งอาหารผลิตเอง

แหล่งอาหารผลิตเองของชุมชนโคกพยอมสามารถแบ่งออกเป็น 3 แหล่ง ได้แก่ พื้นที่รอบบ้าน พื้นที่สวน และพื้นที่ไร่-นา (ภาพที่ 4-4 และ 4-5) โดยมีอาหารทั้งหมด 54 ชนิด แบ่งเป็นประเภทสัตว์ 8 ชนิดและประเภทพืช 46 ชนิด (ตารางที่ 4-4) และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของอาหารแต่ละชนิด (ตารางที่ 4-5) ซึ่งแต่ละครัวเรือนผลิตชนิดและปริมาณอาหารแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับความต้องการในการบริโภคของแต่ละครัวเรือน

ตารางที่ 4-4 ชนิดอาหารในแหล่งผลิตเอง

ประเภท	ชนิดอาหาร	รวม
สัตว์เลี้ยง	ไข่ไก่ ไข่เป็ด ไก่เนื้อ เป็ดเนื้อ กุ้งกุลาดำ กุ้งขาว ปลากระพงขาว ปลาเก๋า	8 ชนิด
พืชผัก	กระเจี๊ยบแดง กระเพรา กัลยไช้ กัลยน้ำว่า กัลยส้ม ขมิ้น ข่า ข้าว ข้าวโพด ชিং ขี้เหล็ก ชะอม ต้นหอม ตะไคร้ ตำลึง แดงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพู น้อยหน่า บวบก ผักกาดขาว ผักโขม ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักบุ้ง ผักหวาน พริกขี้หนู พริกขี้ฟ้า มะกรูด มะขาม มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเขือยาว มะนาว มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม มะม่วงเบา มะระขี้นก มะละกอ มะอึก แมงลัก ลางสาด สะตอ สับปะรด หน่อไม้ โหระพา	46 ชนิด

ตารางที่ 4-5 ชนิดท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งผลิตเอง

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	มะพร้าว	มะพร้าว	<i>Cocos nucifera</i>
2	ข้าว	ข้าว	<i>Oryza sativa</i> L.
3	มะพร้าวน้ำหอม	มะพร้าวน้ำหอม	<i>Cocos nucifera</i> L.
4	กล้วยน้ำว่า	กล้วยน้ำว่า	<i>Musa sapientum</i> L.
5	ตะไคร้	ตะไคร้	<i>Cymbopogon citratus</i>
6	กล้วยส้ม	กล้วยส้ม	<i>Musa x paradisiaca</i> L.
7	ข่า	ข่า	<i>Musa sapientum</i> L.
8	กล้วยไข่	กล้วยไข่	<i>Musa acuminata</i> Colla subsp. <i>acuminata</i>
9	มะนาว	มะนาว	<i>Citrus aurantifolia</i> Swing.
10	ข้าวโพด	ข้าวโพด	<i>Zea mays</i> L.
11	หน่อไม้	หน่อไม้	<i>Bambusa vulgaris</i>
12	ผักหวาน	ผักหวาน	<i>Sauropus androgynus</i> L. Merr.
13	มะละกอ	มะละกอ	<i>Carica papaya</i> L.
14	มะเขือยาว	มะเขือยาว	<i>Solanum melongena</i> L.
15	มะเขือเปราะ	มะเขือเปราะ	<i>Solanum xanthocarpum</i> Schrad. & Wendl.
16	มะม่วงเบา	มะม่วงเบา	<i>Mangifera caloneura</i> Kurz

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อยากลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
17	ขมิ้น	ขมิ้น	<i>Curcuma longa</i>
18	มะเขือพวง	มะเขือพวง	<i>Solanum torvum Sw.</i>
19	มะกรูด	มะกรูด	<i>Citrus x hystrix L.</i>
20	พริกขี้หนู	พริกขี้หนู	<i>Capsicum frutescens Linn.</i>
21	ตำลึง	ตำลึง	<i>Coccinia grandis L.</i>
22	สะตอ	สะตอ	<i>Parkia speciosa L.</i>
23	ขิง	ขิง	<i>Zingiber officinale Roscoe</i>
24	ผักโขม	ผักโขม	<i>Amaranthus lividus</i>
25	ขี้เหล็ก	ขี้เหล็ก	<i>Senna siamea Linn.</i>
26	บัวบก	บัวบก	<i>Centell asiatica Linn.</i>
27	พริกขี้ฟ้า	พริกขี้ฟ้า	<i>Capsicum annuum Linn.</i>
28	มะขาม	มะขาม	<i>Tamarindus indica Linn.</i>
29	ถั่วฝักยาว	ถั่วฝักยาว	<i>Vigna unguiculata ssp. Sesquipedalis</i>
30	लगาสาด	लगาสาด	<i>Aglaia domesicum Pelleg.</i>
31	สับปะรด	สับปะรด	<i>Ananus comosus L.</i>
32	ชะอม	ชะอม	<i>Acacia pennata L.</i>
33	มะอึ๊ก	มะอึ๊ก	<i>Solanum stramonifolium Jacq.</i>
34	ถั่วพู	ถั่วพู	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i>
35	กระเพรา	กระเพรา	<i>Ocimum sanctum L.</i>
36	โหระพา	โหระพา	<i>Psophocarpus tetragonolobus Linn.</i>
37	แมงลัก	แมงลัก	<i>Ocimum x citriodourum Vis.</i>
38	ผักบุ้ง	ผักบุ้ง	<i>Ipomoea aquatica Forsk.</i>
39	ผักกาดขาว	ผักกาดขาว	<i>Brassica pekinensis Lour.</i>
40	แตงกวา	แตงกวา	<i>Cucumis sativus Linn.</i>
41	มะระขี้นก	มะระขี้นก	<i>Momordica charantin Linn.</i>
42	น้อยหน่า	น้อยหน่า	<i>Annona squamosa Linn.</i>
43	กระเจี๊ยบแดง	กระเจี๊ยบแดง	<i>Hibiscus sabdariffa L.</i>
44	ผักชี	ผักชี	<i>Coriandrum sativum L.</i>
45	ต้นหอม	ต้นหอม	<i>Alliumcepa var. aggregatum</i>
46	ผักชีฝรั่ง	ผักชีฝรั่ง	<i>Eryngium foetidum L.</i>
47	ไถ่ไข่	-	-
48	เป็ดไข่	-	-
49	ไถ่เนื้อ	-	-
50	เป็ดเนื้อ	-	-

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อย่อกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
51	ปลาเก๋า	ปลากะรัง	<i>Epinephelussexfasciatus</i>
52	ปลากะพงขาว	ปลากะพงขาว	<i>Latescalcarifer</i>
53	กุ้งขาว	กุ้งขาว	<i>Metapenaeuslysianassa</i>
54	กุ้งกุลาดำ	กุ้งกุลาดำ	<i>Penaeusmonodon</i>

1) พื้นที่รอบบ้าน

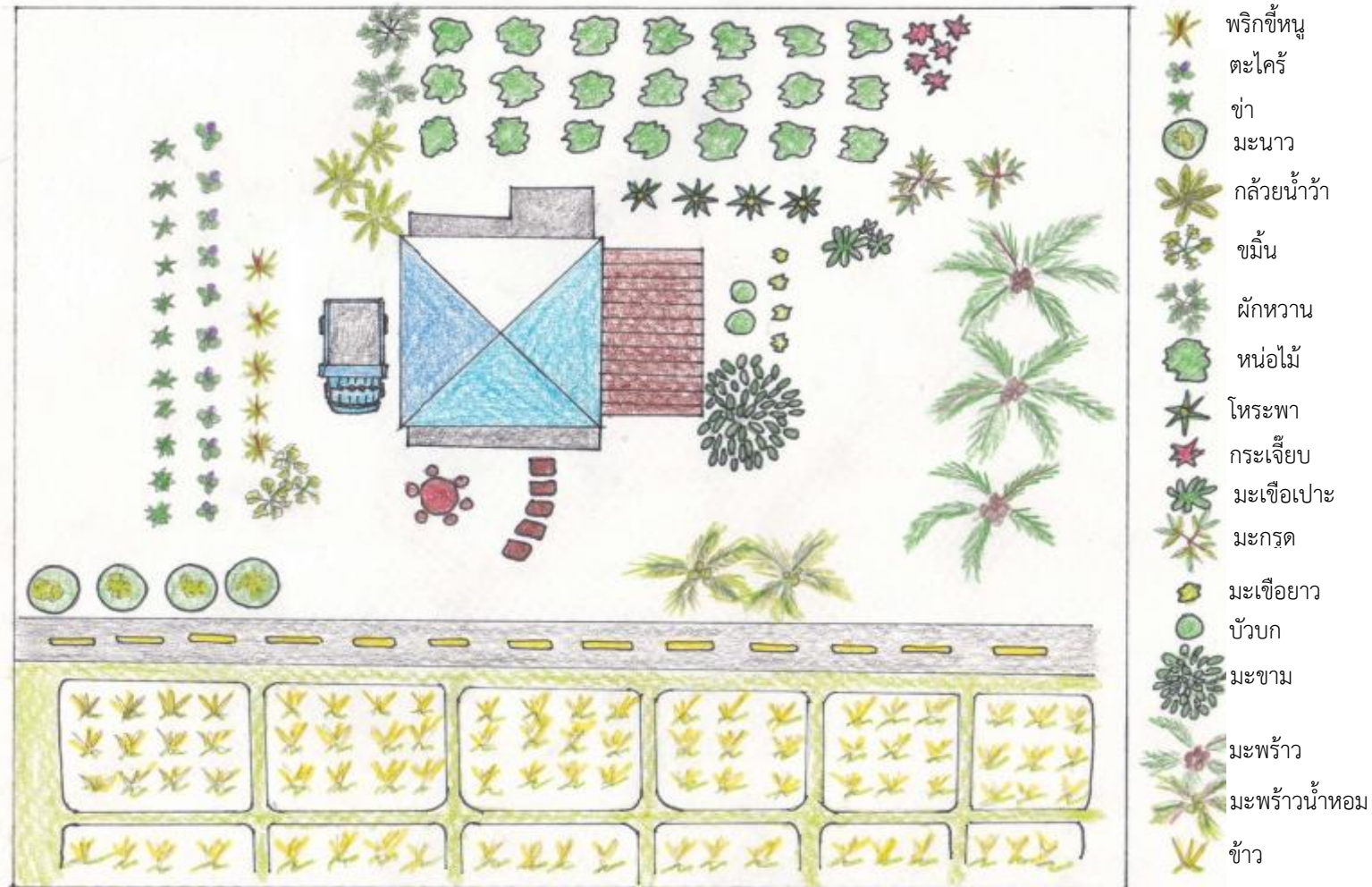
จากการสำรวจพื้นที่รอบบ้าน พบว่า จำนวนครีวเรือนที่มีการผลิตอาหารรอบบ้านมีจำนวน 114 ครีวเรือน หรือคิดเป็นร้อยละ 100 โดยพืชที่นิยมปลูกมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 86 ของครีวเรือนทั้งหมดมีเพียงชนิดเดียว คือ มะพร้าว ส่วนพืชที่นิยมปลูกค่อนข้างมาก อยู่ในช่วงร้อยละ 51-75 ของครีวเรือนทั้งหมด มีทั้งหมด 4 ชนิด คือ ข่า พริกชี้ฟ้า มะละกอ และกล้วยน้ำว้า ส่วนพืชและสัตว์อีก 49 ชนิด มีการปลูกน้อยกว่าร้อยละ 50 ของครีวเรือนทั้งหมด ส่วนการเลี้ยงสัตว์มีทั้งหมด 22 ครีวเรือน ซึ่งสัตว์ที่นิยมเลี้ยง ได้แก่ ไก่ไข่ เป็ดไข่ ไก่เนื้อ เป็ดเนื้อ ปลากะพงขาว และปลาเก๋า เพื่อบริโภคภายในครีวเรือนอีกด้วย นอกจากนี้ยังมีครีวเรือนที่เลี้ยงสัตว์ทั้งหมด 2 ครีวเรือน โดยสัตว์ที่เลี้ยงไว้เพื่อขาย ได้แก่ กุ้งกุลาดำและกุ้งขาว (ตารางที่ 4-6)

ชุมชนโคกพยอม



ภาพที่ 4-4 แผนที่แหล่งอาหารผลิตเองในชุมชนโคกพยอม

ตัวอย่างครัวเรือน



ภาพที่ 4-5 ตัวอย่างครัวเรือนที่ผลิตอาหารรอบบ้าน

ตารางที่ 4-6 สัดส่วนครัวเรือนที่มีการผลิตอาหารแต่ละชนิดจากพื้นที่รอบบ้าน

สัดส่วนของพืชและสัตว์ที่มีการผลิตเอง			
น้อย 0 - 25 %	น้อย - ปานกลาง 26 - 50 %	ปานกลาง - มาก 51 - 75 %	มากที่สุด 76 - 100 %
ไข่เป็ด ไข่ไก่ เนื้อ กุ้งกุลาดำ กุ้งขาว ปลากระพงขาว ปลาเก๋า กระจับแตง กระเพรา กล้วยไข่ กล้วยส้ม ขมิ้น ข้าว ข้าวโพด ชিং ชีเหล็ก ชะอม ต้นหอม ตำลึง แดงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพู น้อยหน่า บวบก ฝักกาดขาว ฝักโคมฝักชี ฝักซีฝรั่ง ฝักบั้ง ฝักหวาน พริกชี้หนู มะกรูด มะขาม มะอึก มะเขือพวง มะระขี้นก มะพร้าว น้ำหอม มะม่วงเบา แมงลัก ลางสาด สะตอ สับปะรด หน่อไม้ โหระพา	ไข่ไก่ ไข่เนื้อ ขมิ้น ตะไคร้ มะเขือยาว มะเขือเปราะ มะนาว	ข้าพริกชี้ฟ้า มะละกอ กล้วยน้ำว่า	มะพร้าว
42 ชนิด	7 ชนิด	4 ชนิด	1 ชนิด

2) พื้นที่สวน

พื้นที่สวน หมายถึง บริเวณที่ปลูกต้นไม้เป็นจำนวนมากและเป็นต้นไม้ขนาดใหญ่ ซึ่งจากการสำรวจพื้นที่สวนในชุมชนโคกพยอม พบว่า ส่วนใหญ่เป็นสวนยางพารา รองลงมาคือสวนมะพร้าว และมะพร้าว น้ำหอม เนื่องจากอาชีพหลักของคนในชุมชนคือการทำสวนยางพารา ส่วนการปลูกพืชอาหารหรือเลี้ยงสัตว์ในสวนยางพารามีน้อยมาก โดยจากการสำรวจทั้งชุมชนมีการปลูกพืชอาหารแซมในพื้นที่สวนยางพาราทั้งหมด 5 สวนเท่านั้น ซึ่งพืชอาหารที่นิยมปลูกในพื้นที่นี้มี 2 ชนิด คือ หน่อไม้ (ฝั) และข้าว เป็นการปลูกเพื่อจำหน่ายเพียงอย่างเดียว เนื่องจากพืชที่ปลูกรอบบ้านเพียงพอต่อความต้องการบริโภคภายในครัวเรือนแล้ว การปลูกพืชในสวนยางพาราเป็นการปลูกเพื่อเพิ่มรายได้ให้แก่ครัวเรือนมากกว่าปลูกเพื่อบริโภคภายในครัวเรือน

3) พื้นที่ไร่-นา

พื้นที่ไร่-นา หมายถึง บริเวณที่ปลูกต้นไม้เป็นจำนวนมากและเป็นต้นไม้ขนาดเล็กหรือเป็นพืชล้มลุก จากการสำรวจพื้นที่ไร่-นา พบว่า เป็นพื้นที่นาข้าวและไร่ข้าวโพด ส่วนพืชอาหารที่มีการปลูกแซมในพื้นที่ไร่-นา ได้แก่ มะพร้าว มะพร้าว น้ำหอม ข้าว กล้วยน้ำว่า และมะละกอ

จากการศึกษาทรัพยากรอาหารในแหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า อาหารผลิตเองแต่ละชนิดส่วนใหญ่จะปลูกในพื้นที่บริเวณบ้านเป็นหลัก รองลงมาคือที่สวนและที่ไร่-นา ตามลำดับ แสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-7 นอกจากนี้ยังมีสัดส่วนของพืชและสัตว์ของแต่ละครัวเรือนที่มีการผลิต ส่วนฤดูกาลในการให้ผลผลิตของพืชส่วนใหญ่สามารถให้ผลผลิตได้ตลอดปี ยกเว้นบางชนิด ได้แก่ ข้าว มะนาว หน่อไม้ มะม่วงเบา สะตอ และลางสาด ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-8

ตารางที่ 4-7 แหล่งที่ผลิตอาหารเอง

ลำดับ	ชนิด	รอบบ้าน	สวน	ไร่-นา
1	มะพร้าว	✓		✓
2	ข้าว			✓
3	มะพร้าวน้ำหอม	✓		✓
4	กล้วยน้ำว้า	✓		✓
5	ตะไคร้	✓		
6	กล้วยส้ม	✓		
7	ข่า	✓	✓	
8	กล้วยไข่	✓		
9	มะนาว	✓		
10	ข้าวโพด			✓
11	หน่อไม้	✓	✓	
12	ผักหวาน	✓		
13	มะละกอ	✓		✓
14	มะเขือยาว	✓		
15	มะเขือเปราะ	✓		
16	มะม่วงเบา	✓		
17	ขมิ้น	✓		
18	มะเขือพวง	✓		
19	มะกรูด	✓		
20	พริกขี้หนู	✓		
21	ตำลึง	✓		
22	สะตอ	✓		
23	ชิง	✓		
24	ผักโขม	✓		
25	ขี้เหล็ก	✓		
26	บัวบก	✓		
27	พริกขี้ฟ้า	✓		
28	มะขาม	✓		
29	ถั่วฝักยาว	✓		
30	लगาสาด	✓		
31	สับปะรด	✓		
32	ชะอม	✓		

4.2.1.3 แหล่งอาหารซื้อขาย

แหล่งอาหารซื้อขายที่คนในชุมชนโคกพยอมมีการพึ่งพาสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ได้แก่ แหล่งซื้อขายภายในชุมชน 4 แหล่ง และแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน 2 แหล่ง ซึ่งแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดนี้เป็นแหล่งที่ชาวบ้านมีการพึ่งพาในการนำทรัพยากรอาหารมาบริโภคมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับแหล่งอื่น ๆ โดยชนิดของอาหารจากแหล่งอาหารซื้อขายมีทั้งหมด 181 ชนิด แบ่งออกเป็น 6 ประเภท ได้แก่ อาหารปรุงสำเร็จ อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุง พืชผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ และผลผลิตจากสัตว์ ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-9 และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของอาหารประเภทพืชและสัตว์ ดังแสดงในตารางที่ 4-10

ตารางที่ 4-9 ชนิดอาหารในแหล่งซื้อขาย

ประเภท	ชนิด	รวม
อาหารปรุงสำเร็จ	กล้วยแขก กล้วยเดี่ยว ขนมกรวย ขนมก้อและ ขนมคนที ขนมครก ขนมค่อม ขนมด้วง ขนมต้มใบกะพ้อ ขนมป้าจี ขนมมด ขนมหัวล้าน ข้าวต้ม ข้าวต้มมัด ข้าวผัด ข้าวเหนียวไก่ ข้าวเหนียวบั้ง ยาหนม หมี่ผัด	19 ชนิด
อาหารสำเร็จรูป	กาแฟ โอวัลติน นม บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป ปลากระป๋อง	5 ชนิด
เครื่องปรุง	เกลือ กะปิ น้ำตาลทราย น้ำมันพืช น้ำปลา น้ำปู น้ำส้มสายชู ผงชูรส น้ำมันหอย พริกไทยป่น เต้าเจี้ยว กระเทียม ซอสมะเขือเทศ หัวหอม ซอสพริก	15 ชนิด
พืชผัก	กระเจี๊ยบแดง กระเพรา กะหล่ำปลี กะหล่ำดอก กุยช่าย ขมิ้น ข้าว ข้าวโพดอ่อน ชিং ขี้เหล็ก ค่ะน้ำ แครอท ชะอม ดอกแค ต้นหอม ตำลึง แตงกวา ถั่วงอก ถั้วฝักยาว ถั้วพู บวบหอม บวบเหลี่ยม บวบก ผักกวางตุ้ง ผักกะเฉด ผักกาดขาว ผักกูด ผักโขม ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักชีล้อม ผักชีลาว ผักบั้ง ผักหวาน ผือก ผักถั่วดำ พริกขี้หนู พริกขี้ฟ้า พริกเขียว พริกทอง มะกรูด มะขามเปรี้ยว มะเขือเทศ มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเขือยาว มะนาว มะพร้าว น้ำหอม มะระ มะระขี้นก มะอึก มันเทศ แมงลัก ลูกเนียง สะเดา สะตอ สะระแหน่ สาหร่าย หน่อไม้ หยวกเป็ง หอมหัวใหญ่ หัวไชเท้า เห็ดนางฟ้า เห็ดฟาง เห็ดเสม็ด เห็ดหูหนู โหระพา	67 ชนิด
ผลไม้	กล้วยไข่ กล้วยน้ำว้า กล้วยเล็บมือนาง กล้วยหอม กะท้อน แก้วมังกร ขนุน ข้าวโพด เงาะ จำปาตะ ชมพู แตงโม ทุเรียนชะนี ทุเรียนบ้าน ทุเรียนหมอนทอง หน้อยหน้า ฝรั่ง มะขามหวาน มะม่วงเขียวเสวย มะม่วงน้ำดอกไม้ มะม่วงเบา มะยม มังคุด ระกำ ลองกอง ละมุด ละไม ลางสาด ลำไย ส้มเขียวหวาน ส้มโชกุน ส้มโอ สละ สับประรด องุ่น แอปเปิ้ล	36 ชนิด

ประเภท	ชนิด	รวม
เนื้อสัตว์ และ ผลผลิตจาก สัตว์	ปูดำ ปลากระบอก ปลาดาทลา หอยจ๊อบแจง หอยเข็ม ปลาจ๋องม่อง กุ้งกุลาดำ กุ้งขาว หอยเจดีย์ กุ้งไข่ หอยรอก ปลานาเหิงน ปลาเก๋า ปลากระพงแดง หอยก้น กุ้ง ปลาทราย หอยแครง ปลาลามา ปลาไหล ปลากระพงขาว กุ้งกุลาลาย ปลาภูฏู แมงดา กุ้งเหลือง หอยท้ายเกา ปลากระพงแสม หอยนางรม ปลากระพงข้างปาน ปลาดุก ปลานิล ปลาช่อน หมู ไก่ เป็ด เนื้อ ไข่ไก่ ไข่เป็ด น้ำผึ้ง	39 ชนิด

ตารางที่ 4-10 ชนิดท้องถิ่น ชื่อกลาง และชื่อทางวิทยาศาสตร์ของชนิดอาหารในแหล่งซื้อขาย

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
1	ข้าว	ข้าว	<i>Oryza sativa</i> L.
2	มะเขือเปราะ	มะเขือเปราะ	<i>Solanum xanthocarpum</i> Schrad. & Wendl.
3	มะเขือยาว	มะเขือยาว	<i>Solanum melongena</i> L.
4	มะเขือพวง	มะเขือพวง	<i>Solanum torvum</i> Sw.
5	แตงกวา	แตงกวา	<i>Cucumis sativus</i> Linn.
6	ผักหวาน	ผักหวาน	<i>Sauropusandrogynus</i> L. Merr.
7	มะขามเปรี้ยว	มะขาม	<i>Tamarindus indica</i> Linn.
8	บวบเหลี่ยม	บวบเหลี่ยม	<i>Trichosanthes cucumerina</i> Linn.
9	คะน้า	คะน้า	<i>Brassica albrogabra</i> L.
10	มะนาว	มะนาว	<i>Citrus aurantifolia</i> Swing.
11	มะระ	มะระ	<i>Momordica charantia</i> Linn.
12	เผือก	เผือก	<i>Colocasia esculenta</i> Linn.
13	หัวไชเท้า	หัวไชเท้า	<i>Raphanus sativus var. longipinnatus</i> L.
14	ผักกาดขาว	ผักกาดขาว	<i>Brassica pekinensis</i> Lour.
15	กะหล่ำปลี	กะหล่ำปลี	<i>Brassica oleracea</i> L. var. <i>capitata</i> L.
16	ข้าวโพดอ่อน	ข้าวโพดอ่อน	<i>Zea mays</i> Linn.
17	หอยวกเป้ง	เป้ง	<i>Phoenix acaulis</i> Ham.
18	สะตอ	สะตอ	<i>Parkia speciosa</i> L.
19	หน่อไม้	หน่อไม้	<i>Bambusa vulgaris</i>
20	กะหล่ำดอก	กะหล่ำดอก	<i>Brassica oleracea</i> var. <i>botrytis</i>
21	มันเทศ	มันเทศ	<i>Ipomoea batatas</i> Linn.
22	บัวบก	บัวบก	<i>Centellaasiatica</i> Linn.
23	ถั่วฝักยาว	ถั่วฝักยาว	<i>Vigna unguiculata</i> Hc.
24	ผักกวางตุ้ง	ผักกวางตุ้ง	<i>Brassicarapa</i> L. cv. group Chinese Cabbage
25	สะระแหน่	สะระแหน่	<i>Metha cordifolia</i> Opiz.
26	ฟักทอง	ฟักทอง	<i>Cucurbita moschata</i> Decne.
27	มะเขือเทศ	มะเขือเทศ	<i>Lycopersicon esculentum</i> Mill.
28	ผักกูด	ผักกูด	<i>Diplazium esculentum</i> (Retz.) Sw.

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อยากลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
29	พริกชี้หนู	พริกชี้หนู	<i>Capsicum frutescens</i> Linn.
30	พริกชี้ฟ้า	พริกชี้ฟ้า	<i>Capsicum annuum</i> Linn.
31	มะพร้าวน้ำหอม	มะพร้าวน้ำหอม	<i>Cocos nucifera</i> L.
32	เห็ดฟาง	เห็ดฟาง	<i>Volvariella volvacea</i> (Bull. Ex.Fr.) Sing
33	สาหร่าย	สาหร่ายขนนก	<i>Caulerparacemosa</i> var. <i>corynephora</i>
34	ถั่วงอก	ถั่วงอก	<i>Vigna radiata</i> L.
35	ขมิ้น	ขมิ้น	<i>Curcuma longa</i>
36	ผักบุ้ง	ผักบุ้ง	<i>Ipomoea aquatica</i> Forsk.
37	ผักเขี้ยว	ผักเขี้ยว	<i>Benincasa hispida</i> Cogn.
38	ขิง	ขิง	<i>Zingiber officinale</i> Roscoe
39	หอมหัวใหญ่	หอมหัวใหญ่	<i>Allium cepa</i> Linn.
40	ชะอม	<i>Acacia pennata</i> L.	
41	เห็ดหูหนู	เห็ดหูหนู	<i>Auricularia auricula</i> Judae.
42	ตำลึง	ตำลึง	<i>Coccinia grandis</i> L.
43	แครอท	แครอท	<i>Daucus carota</i> L.
44	เห็ดนางฟ้า	เห็ดนางฟ้า	<i>Lentinus edodes</i> (Berk.) Sing.
45	ถั่วพู	ถั่วพู	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i>
46	มะระขี้นก	มะระขี้นก	<i>Momordica charantia</i> Linn.
47	ผักถั่วดำ	ถั่วขาว	<i>Bruguiera cylindrica</i> (L.) Bume.
48	ผักชี	ผักชี	<i>Coriandrum sativum</i> L.
49	สะเดา	สะเดา	<i>Azadirachta indica</i> A. Juss var. <i>siamensis</i> Valetton
50	มะกรูด	มะกรูด	<i>Citrus x hystrix</i> L.
51	ต้นหอม	ต้นหอม	<i>Allium cepa</i> var. <i>aggregatum</i>
52	ลูกเนียง	ลูกเนียง	<i>Archidendron jiringa</i> (Jack) I.C. Nielsen.
53	ขี้เหล็ก	ขี้เหล็ก	<i>Senna siamea</i> Linn.
54	แมงลัก	แมงลัก	<i>Ocimum x citriodorum</i> Vis.
55	โหระพา	โหระพา	<i>Psophocarpus tetragonolobus</i> Linn.
56	กระเพรา	กระเพรา	<i>Ocimum sanctum</i> L.
57	มะเอ็ก	มะเอ็ก	<i>Solanum stramonifolium</i> Jacq.
58	ดอกแค	ดอกแค	<i>Sesbania grandiflora</i> Desv.
59	บวบหอม	บวบหอม	<i>Luffa cylindrica</i> L.
60	ผักชีลาว	ผักชีลาว	<i>Anethum graveolens</i> Linn.
61	กระเจี๊ยบแดง	กระเจี๊ยบแดง	<i>Hibiscus sabdariffa</i> L.
62	ผักชีล้อม	ผักชีล้อม	<i>Foeniculum vulgare</i> Mill.
63	ผักกะเฉด	ผักกระเฉด	<i>Neptunia oleracea</i> Lour.
64	ผักชีฝรั่ง	ผักชีฝรั่ง	<i>Eryngium foetidum</i> L.
65	ผักโขม	ผักโขม	<i>Amaranthus lividus</i> Linn.
66	กุยช่าย	กุยช่าย	<i>Allium tuberosum</i> Rottl. ex Spreng

ตารางที่ 4-10 (ต่อ)

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อกกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
67	เห็ดเสม็ด	เห็ดเสม็ด	<i>Boletus griseipurpureus</i> Corner
68	น้ำผึ้ง	น้ำผึ้ง	-
69	เงาะ	เงาะ	<i>Nephelium lappaceum</i> Linn.
70	มะม่วงเขียวเสวย	มะม่วงเขียวเสวย	<i>Mangifera indica</i> L.
71	มะม่วงน้ำดอกไม้	มะม่วงน้ำดอกไม้	<i>Mangifera indica</i> L.
72	लगसल	लगसल	<i>Aglaiа domesicum</i> Pelleg.
73	กล้วยน้ำว้า	กล้วยน้ำว้า	<i>Musa sapientum</i> L.
74	แตงโม	แตงโม	<i>Citrullus lanatus</i> Mats & Nakai
75	มะม่วงเบา	มะม่วงเบา	<i>Mangifera caloneura</i> Kurz
76	สละ	สละ	<i>Salacca edulis</i> Reinw
77	ส้มเขียวหวาน	ส้มเขียวหวาน	<i>Citrus reticulata</i> Blanco
78	ส้มโอ	ส้มโอ	<i>Citrus maxima</i> (Burm.) Merr.
79	กล้วยหอม	กล้วยหอม	<i>Musa sapientum</i> Linn.
80	กล้วยเล็บมือนาง	กล้วยเล็บมือนาง	<i>Musa sapientum</i> Linn.
81	ขนุน	ขนุน	<i>Artocarpus heterophyllus</i> Lam.
82	लगकुक	लगकुक	<i>Lansiumdomesticum</i> Corr.
83	มังคุด	มังคุด	<i>Garcinia mangostana</i> Linn.
84	ชมพู่	ชมพู่	<i>Eugenia jambos</i> L.
85	มะยม	มะยม	<i>Phyllanthus acidus</i> (L.) Skeels
86	สับปะรด	สับปะรด	<i>Ananuscomosus</i> L. Merr.
87	ข้าวโพด	ข้าวโพด	<i>Zea mays</i> L.
88	ทุเรียนชะนี	ทุเรียนชะนี	<i>Durio zibethinus</i> Linn.
89	แก้วมังกร	แก้วมังกร	<i>Hylocereusundatus</i> (Haw) Britt. Rose.
90	ฝรั่ง	ฝรั่ง	<i>Psidiumguajava</i> L.
91	ทุเรียนหมอนทอง	ทุเรียนหมอนทอง	<i>Durio zibethinus</i> Linn.
92	มะขามหวาน	มะขามหวาน	<i>Tamarindus indica</i> L.
93	กล้วยไข่	กล้วยไข่	<i>Musa acuminata</i> Colla subsp. <i>acuminata</i>
94	น้อยหน่า	น้อยหน่า	<i>Annona squamosa</i> Linn.
95	ละไม	ละไม	<i>Baccaurea motleyana</i>
96	ลำไย	ลำไย	<i>Dimocarpus Longan</i> Lour.
97	ละมุด	ละมุด	<i>Manilkara achras</i> Fosberg.
98	กระท้อน	กระท้อน	<i>Sandoricum koetjape</i> Burm.f. Mer.
99	จำปาตะ	จำปาตะ	<i>Artocarpus integer</i>
100	ส้มโชกุน	ส้มโชกุน	<i>C. reticulata</i>
101	ทุเรียนบ้าน	ทุเรียนบ้าน	<i>Durio zibethinus</i> Murr.
102	ระกำ	ระกำ	<i>Salacca wallichiana</i>
103	องุ่น	องุ่น	<i>Vitis vinifera</i> L.
104	แอปเปิ้ล	แอปเปิ้ล	<i>Malus domestica</i>

ลำดับ	ชื่อท้องถิ่น	ชื่อกกลาง	ชื่อวิทยาศาสตร์
105	เนื้อ	วัว	<i>Bos taurus</i> Linnaeus
106	เป็ดเนื้อ	เป็ดเนื้อ	<i>Tadorna ferruginea</i>
107	หมู	หมู	<i>Sus scrofa domesticus</i>
108	ปูดำ	ปูดำ	<i>Scylla serrata</i> Mugil dussumieri
109	ปลากระบอก	ปลากระบอก	<i>Mugil dussumieri</i>
110	ปลาทราย	ปลาทราย	<i>Scolopsis monogramma</i>
111	ปลาลาม่า	ปลาตาเดียว	<i>Psettodes erumei</i>
112	หอยเข็ม	หอยเข็ม	<i>Laevidentalium</i> sp.
113	ปลาดาทลา	ปลาสาก	<i>Pampus argenteus</i>
114	ปลาดุก	ปลาดุก	<i>Silurus asotus</i>
115	หอยจู้บแจง	หอยจู้บแจง	<i>Cerithidea</i> sp.
116	ปลานิล	ปลานิล	<i>Oreochromis niloticus</i>
117	ปลาเก๋า	ปลากระริง	<i>Epinephelus sexfasciatus</i>
118	ปลาช่อน	ปลาช่อน	<i>Channa striata</i>
119	กุ้งขาว	กุ้งขาว	<i>Metapenaeus lysianassa</i>
120	กุ้งไข่	กุ้งมังกร	<i>Palinuridae</i>
121	ปลาจิ้งม่อง	ปลากระบาง	<i>Himantura imbricata</i>
122	หอยก้น	หอยก้น	<i>Polymesoda proxima</i>
123	หอยเจดีย์	หอยเจดีย์	<i>Sermyla riquetii</i>
124	ปลากะพงข้างปาน	ปลากะพงข้างปาน	<i>Lutjanus russellii</i>
125	ปลากุกู	ปลาอีคุด	<i>Acanthopagrus berda</i>
126	กุ้งเหลือง	กุ้งเหลือง	<i>Metapenaeus brevicornis</i>
127	ปลานาเหงิน	ปลาดาบเงิน	<i>Trichiurus lepturus</i>
128	หอยรอก	หอยรอก	<i>Lingula anatina</i>
129	กุ้งกุลาดำ	กุ้งกุลาดำ	<i>Penaeus monodon</i> Fabricius
130	ปลากะพงแดง	ปลากะพงแดง	<i>Lutjanus sebae</i>
131	หอยแครง	หอยแครง	<i>Anadara granosa</i> Linn.
132	กุ้งกุลาลาย	กุ้งกุลาลาย	<i>Penaeus semisulcatus</i> De Haan
133	หอยท้ายเภา	หอยท้ายเภา	<i>Donax scortum</i> Linnaeus
134	หอยนางรม	หอยนางรม	<i>Saccostrea commercialis</i>
135	ปลาไหล	ปลาไหล	<i>Macrotrema caligans</i>
136	กั้ง	กั้ง	<i>Oratosquilla woodmasnoi</i> Kemp.
137	ปลากะพงขาว	ปลากะพงขาว	<i>Latescal carifer</i>
138	แมงดา	แมงดาทะเล	<i>Limulus polyphemus</i> Linnaeus
139	ปลากะพงแสม	ปลากะพงแสม	<i>Haemulidae</i>

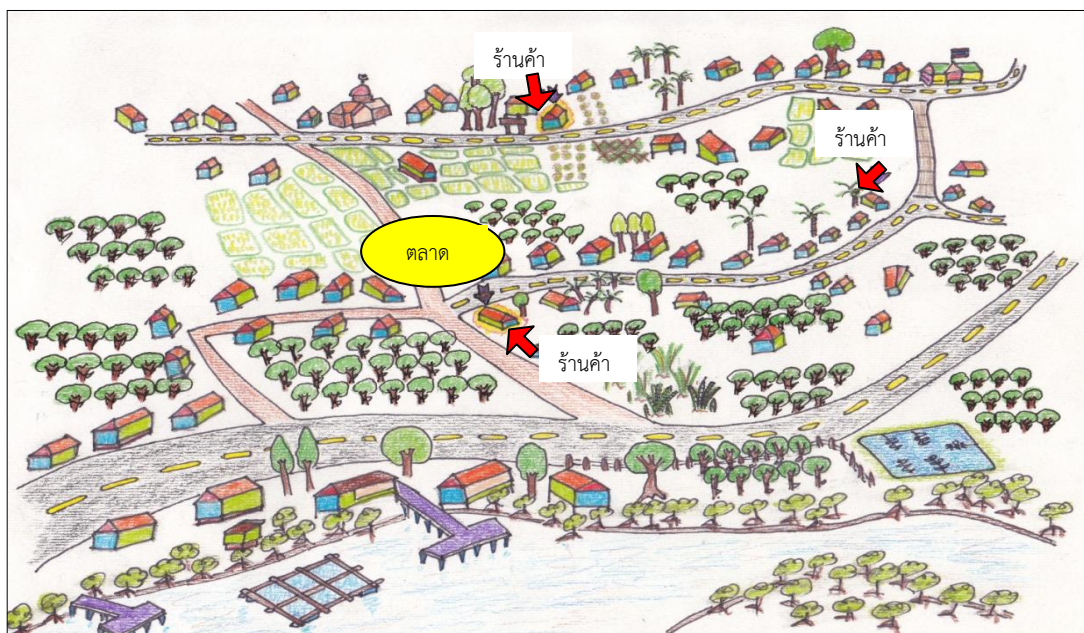
1) แหล่งซื้อขายภายในชุมชน

แหล่งซื้อขายภายในชุมชนมีทั้งร้านค้าและตลาดนัดท้องถิ่นในชุมชน ซึ่งร้านค้าในชุมชนมีทั้งหมด 3 ร้าน เป็นร้านขายอาหารประเภทเครื่องปรุง เช่น กะปิ น้ำปลา น้ำตาลทราย เกลือ เป็นต้น ส่วนตลาดท้องถิ่นในชุมชนตั้งอยู่บริเวณใจกลางชุมชน (ภาพที่ 4-6) ซึ่งจะเปิดในตอนเช้าตั้งแต่ 05.00-08.00 น. อาหารที่ขายส่วนใหญ่จะขายอาหารเข้าประเภทอาหารปรุงสำเร็จ เช่น ข้าวเหนียวไก่ทอด หมี่ผัด ขนมครก เป็นต้น ชุมชนพึ่งพาอาหารจากแหล่งอาหารประเภทนี้ 82 ชนิด

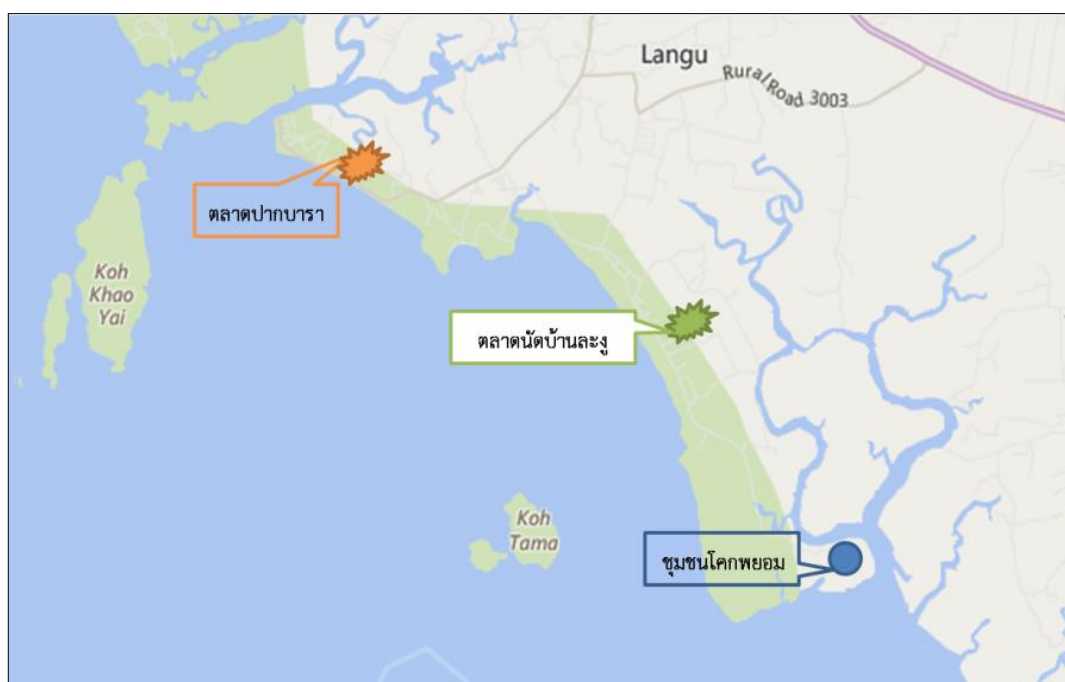
2) แหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน

แหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนที่เป็นแหล่งได้มาของอาหารของครัวเรือนในชุมชน มี 2 แห่ง เป็นตลาดนัดอยู่ห่างจากชุมชน ประมาณ 5 กิโลเมตร และตลาดอำเภอละงู อยู่ห่างจากชุมชน ประมาณ 10 กิโลเมตร (ภาพที่ 4-7) ซึ่งแหล่งซื้อขายนอกชุมชนจะมีอาหารให้เลือกหลากหลายกว่าแหล่งซื้อขายภายในชุมชนและขายอาหารทุกประเภท ได้แก่ อาหารสำเร็จรูป อาหารประเภทเครื่องปรุง อาหารประเภทผัก อาหารประเภทผลไม้ และอาหารประเภทเนื้อสัตว์ ชุมชนพึ่งพาอาหารจากแหล่งอาหารภายนอกชุมชน 162 ชนิด ซึ่งอาหารที่ได้มาจากแหล่งอาหารซื้อขายทั้ง 2 สามารถจำแนกตามชนิดได้ ดังแสดงในตารางที่ 4-11

ภาพที่ 4-6 แหล่งซื้อขายภายในชุมชน



ภาพที่ 4-7 แหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน



ตารางที่ 4-11 ที่มาของอาหารจากแหล่งที่ซื้อขาย

ลำดับ	ชนิด	แหล่งซื้อขาย ภายในชุมชน	แหล่งซื้อขาย ภายนอกชุมชน
1	หมี่ผัด	✓	
2	ข้าวเหนียวไก่	✓	
3	ขนมกรวย	✓	
4	ข้าวต้มมัด	✓	
5	ขนมหัวล้าน	✓	
6	ขนมมด	✓	
7	ขนมต้มใบกะพ้อ	✓	
8	ขนมค่อม	✓	
9	ขนมครก	✓	
10	ยาหนม	✓	
11	ข้าวต้ม	✓	
12	ขนมคนที	✓	
13	ข้าวเหนียวปิ้ง	✓	
14	ขนมกอลและ	✓	
15	กล้วยแขก	✓	

16	ขนมด้วง	✓	
17	ข้าวผัด	✓	
18	ก๋วยเตี๋ยว	✓	
19	ขนมป้าจี	✓	
20	กาแฟ	✓	✓
21	โอวัลติน	✓	✓
22	นม	✓	✓
23	ปะหมี่กิ่งสำเร็จรูป	✓	✓
24	ปลากระป๋อง	✓	✓
25	เกลือ	✓	✓
26	กะปิ	✓	✓
27	น้ำตาลทราย	✓	✓
28	น้ำมันพืช	✓	✓
29	น้ำปลา	✓	✓
30	น้ำปู	✓	✓
31	น้ำส้มสายชู	✓	✓
32	ผงชูรส	✓	✓
33	น้ำมันหอย	✓	✓
34	พริกไทยป่น	✓	✓
35	เต้าเจี้ยว	✓	✓
36	กระเทียม	✓	✓
37	ซอสมะเขือเทศ	✓	✓
38	หัวหอม	✓	✓
39	ซอสพริก	✓	✓
40	ข้าว	✓	✓
41	มะเขือเปราะ		✓
42	มะเขือยาว		✓
43	มะเขือพวง		✓
44	แตงกวา		✓
45	ผักหวาน		✓
46	มะขามเปรี้ยว		✓
47	บวบเหลี่ยม		✓
48	คะน้า		✓
49	มะนาว		✓
50	มะระ		✓
51	เผือก		✓
52	หัวไชเท้า		✓

ตารางที่ 4-11 (ต่อ)

53	ผักกาดขาว		✓
54	กะหล่ำปลี		✓
55	ข้าวโพดอ่อน		✓
56	หยวกเป้ง	✓	
57	สะตอ	✓	✓
58	หน่อไม้	✓	✓
59	กะหล่ำดอก		✓
60	มันเทศ		✓
61	บัวบก		✓
62	ถั้วฝักยาว		✓
63	ผักกวางตุ้ง		✓
64	สาระแหน่		✓
65	ฟักทอง		✓
66	มะเขือเทศ		✓
67	ผักกูด		✓
68	พริกชี้หนู		✓
69	พริกชี้ฟ้า		✓
70	มะพร้าวน้ำหอม	✓	✓
71	เห็ดฟาง		✓
72	สาหร่าย	✓	✓
73	ถั้วงอก		✓
74	ขมิ้น		✓
75	ผักบุ้ง		✓
76	ฟักเขียว		✓
77	ชิง		✓
78	หอมหัวใหญ่		✓
79	ชะอม		✓
80	เห็ดหูหนู		✓
81	ตำลึง		✓
82	แครอท		✓
83	เห็ดนางฟ้า		✓
84	ถั้วพู		✓
85	มะระขี้นก		✓
86	ผักถั้วดำ		✓
87	ผักชี		✓

88	สะเดา		✓
89	มะกรูด		✓
90	ต้นหอม		✓
91	ลูกเนียง		✓
92	ขี้เหล็ก		✓
93	แมงลัก		✓
94	โหระพา		✓
95	กระเพรา		✓
96	มะอึ๊ก		✓
97	ดอกแค		✓
98	บวบหอม		✓
99	ผักชีลาว		✓
100	กระเจี๊ยบแดง		✓
101	ผักชีล้อม		✓
102	ผักกะเฉด		✓
103	ผักชีฝรั่ง		✓
104	ผักโขม		✓
105	กุยช่าย		✓
106	เห็ดเสม็ด	✓	✓
107	น้ำผึ้ง	✓	✓
108	เงาะ		✓
109	มะม่วงเขียวเสวย		✓
110	มะม่วงน้ำดอกไม้		✓
111	लगาสาด		✓
112	กล้วยน้ำว้า		✓
113	แตงโม		✓
114	มะม่วงเบา		✓
115	สละ		✓
116	ส้มเขียวหวาน		✓
117	ส้มโอ		✓
118	กล้วยหอม		✓
119	กล้วยเล็บมือนาง		✓
120	ขนุน		✓
121	ลองกอง		✓

122	มังคุด		✓
123	ชมพู		✓
124	มะยม		✓
125	สับปะรด		✓
126	ข้าวโพด		✓
127	ทุเรียนชะนี		✓
128	แก้วมังกร		✓
129	ฝรั่ง		✓
130	ทุเรียนหมอนทอง		✓
131	มะขามหวาน		✓
132	กล้วยไข่	✓	✓
133	น้อยหน่า		✓
134	ละไม		✓
135	ลำไย		✓
136	ละมุด		✓
137	กะท้อน		✓
138	จำปาตะ		✓
139	ส้มโชกุน		✓
140	ทุเรียนบ้าน		✓
141	ระกำ		✓
142	องุ่น		✓
143	แอปเปิ้ล		✓
144	ไข่ไก่	✓	✓
145	ไข่เป็ด	✓	✓
146	ไก่เนื้อ	✓	✓
147	เนื้อ	✓	✓
148	เป็ดเนื้อ	✓	✓
149	หมู		✓
150	ปูดำ	✓	✓
151	ปลากระบอก	✓	✓
152	ปลาทราย	✓	✓
153	ปลาลำมา	✓	✓
154	หอยเชิ่	✓	✓
155	ปลาดาทลา	✓	✓
156	ปลาดุก		✓
157	หอยจื้บแจ	✓	✓

158	ปลานิล		✓
159	ปลาเก๋า	✓	✓
160	ปลาช่อน		✓
161	กุ้งขาว	✓	✓
162	กุ้งไข่	✓	✓
163	ปลาจิ้งม่อง	✓	✓
164	หอยก้น	✓	✓
165	หอยเจดีย์	✓	✓
166	ปลากะพงข้างปาน	✓	✓
167	ปลากุฏ	✓	✓
168	กุ้งเหลือง	✓	✓
169	ปลานาเหงิน	✓	
170	หอยรอก	✓	✓
171	กุ้งกุลาดำ	✓	✓
172	ปลากะพงแดง	✓	✓
173	หอยแครง	✓	✓
174	กุ้งกุลาลาย	✓	✓
175	หอยท้ายเกาะ	✓	✓
176	หอยนางรม	✓	✓
177	ปลาไหล	✓	✓
178	กั้ง	✓	✓
179	ปลากะพงขาว	✓	✓
180	แมงดา	✓	✓
181	ปลากะพงแสม	✓	✓
รวม		82	162

จากผลการศึกษาสรุปได้ว่าประเภทของแหล่งอาหารที่ชุมชนมีการพึ่งพามี 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย พบว่า แหล่งอาหารธรรมชาติได้จาก ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล มีอาหารทั้งหมด 35 ชนิด ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองได้จาก พื้นที่รอบบ้าน พื้นที่สวน และพื้นที่ไร่-นา มีอาหารทั้งหมด 54 ชนิด และแหล่งอาหารซื้อขายได้จาก แหล่งซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน มีอาหารทั้งหมด 181 ชนิด

4.2.2 ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า

จากการศึกษาปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่าในชุมชนโคกพยอมพบว่า การใช้ประโยชน์อาหารมีทั้งหมด 185 ชนิด โดยแบ่งการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ 35 ชนิด แหล่งอาหารผลิตเอง 54 ชนิด และแหล่งอาหารซื้อขาย 181 ชนิด คิดเป็นมูลค่าความต้องการในการใช้ประโยชน์ทั้งหมดจากทุกแหล่งเท่ากับ 28,482,134 บาทต่อปีโดยมีรายละเอียดดังนี้

4.2.2.1 ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า

จากการศึกษากลุ่มชาวประมงพื้นบ้านที่มีการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน โดยการสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้องไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ ซึ่งเป็นข้อมูลทั้งหมดในชุมชนโคกพยอม พบว่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชน จำนวน 35 ชนิด แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) พืชและสัตว์บก จำนวน 6 ชนิด 2) สัตว์น้ำ จำนวน 29 ชนิด ในส่วนของปริมาณการใช้ประโยชน์ประเภทพืชและสัตว์บกจากแหล่งอาหารธรรมชาติเท่ากับ 16,025 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 438,926 บาทต่อปี โดยมีสัดส่วนการใช้ประโยชน์สำหรับการบริโภคเท่ากับร้อยละ 10 การแจกจ่ายร้อยละ 3 และการจำหน่ายร้อยละ 87 และในส่วนของปริมาณการใช้ประโยชน์ประเภทสัตว์น้ำจากแหล่งอาหารธรรมชาติเท่ากับ 84,318 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 9,982,140 บาทต่อปี โดยมีสัดส่วนการใช้ประโยชน์สำหรับการบริโภคเท่ากับร้อยละ 11 การแจกจ่ายร้อยละ 0 และจำหน่ายร้อยละ 89 รวมปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติเท่ากับ 100,343 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 10,421,066 บาทต่อปี ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-12

ตารางที่ 4-12 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติ

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือน ที่เก็บหาทั้งหมด ในชุมชน ทั้งหมด 159 ครัวเรือน	ปริมาณการใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ธรรมชาติทั้งหมด 159 ครัวเรือน (กิโลกรัมต่อปี)	ประเภทการใช้ประโยชน์ (กิโลกรัมต่อปี)			ร้อยละ			ราคา (บาทต่อกิโลกรัม)	มูลค่าปริมาณการใช้ ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ธรรมชาติ (บาทต่อปี)
				บริโภค	แจก	จำหน่าย	บริโภค	แจก	จำหน่าย		
พืชและสัตว์บก											
1	สาหร่าย	12	12,813	550	200	12,063	4	2	94	21 บาท/กก.	279,573
2	หอยวเป้ง	29	1,983	863	100	1,020	44	5	51	3 บาท/กก.	9,549
3	ผักถั่วดำ	15	600	200	100	300	33	17	50	3 บาท/กก.	2,700
4	น้ำผึ้ง	5	375	55	20	300	15	5	80	269 บาท/กก.	106,255
5	เห็ดเสม็ด	5	253	50	20	183	20	8	72	133 บาท/กก.	40,299
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	17	1	1	0	0	100	0	0	550 บาท/กก.	550
รวม			16,025	1,719	440	13,866	10	3	87	-	438,926
สัตว์น้ำ											
1	ปูดำ	39	23,868	2,000	0	21,868	8	0	92	120 บาท/กก.	2,864,160
2	หอยจู้บแจง	37	21,312	1,500	0	19,812	7	0	93	100 บาท/กก.	2,131,200
3	ปลากระบอก	17	8,160	2,800	0	5,360	34	0	66	120 บาท/กก.	979,200
4	กุ้งขาว	2	4,800	200	0	4,600	4	0	96	170 บาท/กก.	816,000
5	ปลาดุก	2	3,360	150	0	3,210	4	0	96	60 บาท/กก.	201,600
6	กุ้งกุลาดำ	3	2,880	400	0	2,480	14	0	86	280 บาท/กก.	806,400
7	หอยเขี้ยว	3	2,592	100	0	2,492	4	0	96	40 บาท/กก.	103,680
8	กุ้งไข่	2	1,680	150	0	1,530	9	0	91	100 บาท/กก.	168,000
9	หอยเจดีย์	13	1,560	750	0	810	48	0	52	60 บาท/กก.	93,600
10	หอยแครง	4	1,440	50	0	1,390	3	0	97	70 บาท/กก.	100,800
11	หอยรอก	3	1,440	100	0	1,340	7	0	93	150 บาท/กก.	216,000
12	ปลาน้ำเงิน	2	1,344	50	0	1,294	4	0	96	60 บาท/กก.	80,640
13	ปลาเก๋า	3	1,296	30	0	1,266	2	0	98	200 บาท/กก.	259,200
14	หอยก้น	5	1,260	200	0	1,060	16	0	84	80 บาท/กก.	100,800
15	ปลากะพงแดง	2	1,200	10	0	1,190	1	0	99	160 บาท/กก.	192,000

ตารางที่ 4-12 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือน ที่เก็บหาทั้งหมด ในชุมชน ทั้งหมด 159 ครัวเรือน	ปริมาณการใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ธรรมชาติทั้งหมด 159 ครัวเรือน (กิโลกรัมต่อปี)	ประเภทการใช้ประโยชน์ (กิโลกรัมต่อปี)			ร้อยละ			ราคา (บาทต่อกิโลกรัม)	มูลค่าปริมาณการใช้ ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ธรรมชาติ (บาทต่อปี)
				บริโภค	แจก	จำหน่าย	บริโภค	แจก	จำหน่าย		
16	ปลาทราย	3	1,080	140	0	940	13	0	87	80 บาท/กก.	86,400
17	กุ้ง	5	900	10	0	890	1	0	99	150 บาท/กก.	135,000
18	ปลาจ๋อมม่อง	3	900	150	0	750	17	0	83	50 บาท/กก.	45,000
19	ปลาลามา	2	600	50	0	550	8	0	92	50 บาท/กก.	30,000
20	ปลากะพงแสม	2	360	40	0	320	11	0	89	300 บาท/กก.	108,000
21	ปลาไหล	3	360	105	0	255	29	0	71	180 บาท/กก.	64,800
22	กุ้งกุลาลาย	7	336	5	0	331	1	0	99	350 บาท/กก.	117,600
23	ปลากะพงขาว	5	300	53	0	247	18	0	82	140 บาท/กก.	42,000
24	ปลากุฏ	4	288	95	0	193	33	0	67	120 บาท/กก.	34,560
25	แมงดา	3	240	10	0	230	4	0	96	170 บาท/กก.	40,800
26	หอยท้ายเกาะ	3	240	58	0	182	24	0	76	280 บาท/กก.	67,200
27	หอยนางรม	4	192	30	0	162	16	0	84	250 บาท/กก.	48,000
28	ปลากะพงข้างป่าน	1	180	35	0	145	19	0	81	150 บาท/กก.	27,000
29	กุ้งเหลือง	2	150	30	0	120	20	0	80	150 บาท/กก.	22,500
รวม			84,318	9,301	0	75,017	11	0	89	-	9,982,140
รวมทั้งหมด			100,343	11,020	440	88,883	11	0	88	-	10,421,066

จากตารางที่ 4-12 จะเห็นได้ว่าแหล่งอาหารธรรมชาติมีการใช้ประโยชน์ส่วนใหญ่เพื่อจำหน่ายมากที่สุดถึงร้อยละ 89 โดยพืชและสัตว์บกทั้งหมด 6 ชนิด มีจำนวนคร่าวเรือนที่เข้าไปเก็บหา มาใช้ประโยชน์ทั้งสิ้น 39 คร่าวเรือน ซึ่งมีชนิดที่ใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเรียงตามลำดับ ได้แก่ หยกเป้ง มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 863 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ สาหร่าย 550 กิโลกรัมต่อปี ผักถั่วดำ 200 กิโลกรัมต่อปี น้ำผึ้ง 55 กิโลกรัมต่อปี เห็ดเสม็ด 50 กิโลกรัมต่อปี และตัวอ่อนของผึ้งมีปริมาณการใช้ประโยชน์น้อยที่สุดเท่ากับ 1 กิโลกรัมต่อปี ส่วนพืชและสัตว์บกที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ สาหร่ายมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 12,063 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ หยกเป้ง 1,020 กิโลกรัมต่อปี ผักถั่วดำ 300 กิโลกรัมต่อปี น้ำผึ้ง 300 กิโลกรัมต่อปี และเห็ดเสม็ดมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายน้อยที่สุดเท่ากับ 183 กิโลกรัมต่อปี และพบว่าคร่าวเรือนนิยมเข้าไปใช้ประโยชน์จากสาหร่ายมากที่สุดคือ 29 คร่าวเรือน รองลงมาคือตัวอ่อนผึ้ง 17 คร่าวเรือน และหยกเป้ง 15 คร่าวเรือน ส่วนน้ำผึ้งและเห็ดเสม็ดมีการใช้ประโยชน์เพียงอย่างละ 5 คร่าวเรือนเท่านั้น

หากพิจารณาด้านมูลค่าการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทพืชและสัตว์บกโดยไม่แยกว่าบริโภคหรือจำหน่าย พบว่า อาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ สาหร่ายมีมูลค่าเท่ากับ 279,573 บาทต่อปี รองลงมาคือ น้ำผึ้ง 106,255 บาทต่อปี เห็ดเสม็ด 40,299 บาทต่อปี หยกเป้ง 9,549 บาทต่อปี ผักถั่วดำ 2,700 บาทต่อปี และตัวอ่อนผึ้ง 550 บาทต่อปี

สำหรับการใช้ประโยชน์สัตว์น้ำ 5 ลำดับแรกที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเรียงตามลำดับ ได้แก่ ปลากระบอกปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 2,800 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือปูดำ 2,000 กิโลกรัมต่อปี หอยจ๊อบแจง 1,500 กิโลกรัมต่อปี หอยเจดีย์ 750 กิโลกรัมต่อปี และกุ้งกุลาดำ 400 กิโลกรัมต่อปี และสัตว์น้ำ 5 ลำดับแรกที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายเรียงตามลำดับ ได้แก่ ปูดำปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 21,868 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือหอยจ๊อบแจง 19,812 กิโลกรัมต่อปี ปลากระบอก 5,360 กิโลกรัมต่อปี กุ้งขาว 4,600 กิโลกรัมต่อปี และปลาดาทลา 3,210 กิโลกรัมต่อปี ส่วนสัตว์น้ำที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคน้อยที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ กุ้งกุลาดำมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 5 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือแมงดา 10 กิ่ง 10 กิโลกรัมต่อปี ปลากระพงแดง 10 กิโลกรัมต่อปี และปลาเก๋า 30 กิโลกรัมต่อปี และสัตว์น้ำที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายน้อยที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ กุ้งเหลืองปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 120 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือปลากระพงข้างปาน 145 หอยนางรม 162 กิโลกรัมต่อปี หอยท้ายเกาะ 182 กิโลกรัมต่อปี และปลากูฏ 193 กิโลกรัมต่อปี และพบว่าคร่าวเรือนนิยมเข้าไปใช้ประโยชน์จากปูดำมากที่สุดคือ 39 คร่าวเรือน รองลงมาคือหอยจ๊อบแจง 37 คร่าวเรือน และปลากระบอก 17 คร่าวเรือน ส่วนปลากระพงข้างปานมีคร่าวเรือนที่เก็บหาเพื่อใช้ประโยชน์เพียงแค่ 1 คร่าวเรือนเท่านั้น และยังมีอาหารอีกหลายชนิดที่มีเพียง 2-3 คร่าวเรือนเท่านั้นที่มีการใช้ประโยชน์ เช่น กุ้งเหลือง กุ้งขาว กุ้งไข่ กุ้งกุลาดำ ปลาดาทลา หอยเข็ม หอยรอก เป็นต้น

หากพิจารณาด้านมูลค่าการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทสัตว์น้ำโดยไม่แยกว่าบริโภคหรือจำหน่าย พบว่า ชนิดอาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุด 5 ลำดับแรก ได้แก่ ปูดำมีมูลค่าเท่ากับ 2,864,160 บาทต่อปี หอยจ๊อบแฉง 2,131,200 บาทต่อปี ปลากระบอก 979,200 บาทต่อปี กุ้งขาว 816,000 บาทต่อปี และกุ้งกุลาดำ 806,400 บาทต่อปี ส่วนชนิดอาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์น้อยสุด 5 อันดับ ได้แก่ กุ้งเหลืองมีมูลค่าเท่ากับ 22,500 บาทต่อปี ปลากระพงข้างปาน 27,000 บาทต่อปี ปลาลามา 30,000 บาทต่อปี ปลาอุก 34,560 บาทต่อปี และแมงดา 40,800 บาทต่อปี

4.2.2.2 ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองและมูลค่า

จากการศึกษา พบว่า ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองในชุมชน มีจำนวน 54 ชนิด แบ่งเป็นประเภทไข่สัตว์เลื้อย 2 ชนิด ประเภทสัตว์เลื้อย 6 ชนิด และประเภทพืช 46 ชนิด ซึ่งมีปริมาณการใช้ประโยชน์ประเภทไข่จากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 58,080 ฟองต่อปี ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 509.47 ฟองต่อปีคิดเป็นปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 81,006 ฟองต่อปี และคิดเป็นมูลค่าทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 272,085 บาทต่อปี ปริมาณการใช้ประโยชน์ประเภทสัตว์เลื้อยจากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 5,998 กิโลกรัมต่อปี ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 41.65 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 8,366 กิโลกรัมต่อปี และคิดเป็นมูลค่าทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 1,719,948 บาทต่อปี และปริมาณการใช้ประโยชน์ประเภทพืชจากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 200,470 กิโลกรัมต่อปี ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 1,758.51 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 279,603 กิโลกรัมต่อปี และคิดเป็นมูลค่าทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 3,173,265 บาทต่อปี รวมเป็นมูลค่าจากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมดในชุมชนเท่ากับ 5,165,298 บาทต่อปี ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-13

ตารางที่ 4-13 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเอง

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่างที่ ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ย ต่อครัวเรือน กลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ประเภทการใช้ประโยชน์ (หน่วยต่อปี)			ร้อยละ			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองของ ครัวเรือนกลุ่ม ตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย	บริโภค	แจก	จำหน่าย			
ไข่สัตว์เลี้ยง														
1	ไข่ไก่	31	37,240	326.67	51,940	34,924	17,016	0	67	33	0	3 บาท/ฟอง	111,720	155,820
2	ไข่เป็ด	28	20,840	182.81	29,066	16,458	12,608	0	57	43	0	4 บาท/ฟอง	83,360	116,265
	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม	รวม
สัตว์เลี้ยง														
1	กุ้งขาว	2	3,600	25.00	5,021	28	56	4,937	1	1	98	170 บาท/กก.	612,000	853,579
2	กุ้งกุลาดำ	2	2,100	14.58	2,929	28	42	2,859	1	1	98	280 บาท/กก.	588,000	820,105
3	ไก่เนื้อ	13	105	0.73	146	119	28	0	81	19	0	60 บาท/กก.	6,300	8,787
4	ปลากะพงขาว	7	80	0.56	112	84	28	0	75	25	0	140 บาท/กก.	11,200	15,621
5	เป็ดเนื้อ	2	63	0.44	88	70	18	0	79	21	0	90 บาท/กก.	5,670	7,908
6	ปลาเก๋า	2	50	0.35	70	56	14	0	80	20	0	200 บาท/กก.	10,000	13,947
	รวม	-	5,998	41.65	8,366	384	186	7,797	5	2	93	-	1,233,170	1,719,948
พืชผัก														
1	มะพร้าว	114	94,436	828.39	131,713	35,477	25,872	70,364	27	20	53	4 บาท/ผล	377,744	526,853
2	ข้าว	13	38,500	337.72	53,697	6,393	2,106	45,198	12	4	84	20 บาท/กก.	770,000	1,073,947
3	มะพร้าวน้ำหอม	13	36,442	319.67	50,827	3,266	2,232	45,329	6	4	89	8 บาท/ผล	291,536	406,616
4	กล้วยน้ำว้า	52	6,980	61.23	9,735	907	391	8,438	9	4	87	22 บาท/กก.	153,560	214,176
5	ตะไคร้	72	4,121	36.15	5,748	3,565	2,183	0	62	38	0	20 บาท/กก.	82,420	114,954
6	กล้วยส้ม	26	3,473	30.46	4,844	3,114	1,729	0	64	36	0	10 บาท/กก.	34,730	48,439

ตารางที่ 4-13 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่างที่ ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ย ต่อครัวเรือน กลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ประเภทการใช้ประโยชน์ (หน่วยต่อปี)			ร้อยละ			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองของ ครัวเรือนกลุ่ม ตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย	บริโภค	แจก	จำหน่าย			
7	ข้าว	70	2,545	22.32	3,550	941	893	1,716	27	25	48	40 บาท/กก.	101,800	141,984
8	กล้วยไข่	14	2,530	22.19	3,529	784	477	2,268	22	14	64	24 บาท/กก.	60,720	84,688
9	มะนาว	51	2,046	17.95	2,854	2,208	646	0	77	23	0	80 บาท/กก.	163,680	228,291
10	ข้าวโพด	2	2,000	17.54	2,789	153	126	2,511	6	5	90	20 บาท/กก.	40,000	55,789
11	หน่อไม้	17	1,298	11.39	1,810	234	112	1,464	13	6	81	20 บาท/กก.	25,960	36,207
12	มะละกอ	26	1,135	9.96	1,583	484	392	707	31	25	45	7 บาท/กก.	7,945	11,081
13	มะเขือยาว	62	861	7.55	1,201	881	319	0	73	27	0	20 บาท/กก.	17,220	24,017
14	ผักหวาน	34	780	6.84	1,088	642	446	0	59	41	0	50 บาท/กก.	39,000	54,395
15	มะเขือเปราะ	30	688	6.04	960	738	222	0	77	23	0	22 บาท/กก.	15,136	21,111
16	มะม่วงเบา	4	640	5.61	893	279	614	0	31	69	0	40 บาท/กก.	25,600	35,705
17	ขมิ้น	53	231	2.03	322	173	149	0	54	46	0	20 บาท/กก.	4,620	6,444
18	มะเขือพวง	22	209	1.83	292	292	0	0	100	0	0	15 บาท/กก.	3,135	4,373
19	มะกรูด	20	177	1.55	247	149	98	0	60	40	0	50 บาท/กก.	8,850	12,343
20	พริกชี้หนู	75	163	1.43	227	165	63	0	72	28	0	15 บาท/กก.	2,445	3,410
21	ตำลึง	5	142	1.25	198	170	28	0	86	14	0	50 บาท/กก.	7,100	9,903
22	สะตอ	1	140	1.23	195	35	21	139	18	11	71	80 บาท/กก.	11,200	15,621
23	ขิง	3	105	0.92	146	95	52	0	65	35	0	30 บาท/กก.	3,150	4,393
24	ผักโขม	17	90	0.79	126	126	0	0	100	0	0	40 บาท/กก.	3,600	5,021
25	ซีเหี้ย	3	65	0.57	91	52	39	0	57	43	0	40 บาท/กก.	2,600	3,626
26	บัวบก	4	57	0.50	80	80	0	0	100	0	0	40 บาท/กก.	2,280	3,180
27	พริกชี้ฟ้า	12	66	0.58	92	71	21	0	77	23	0	25 บาท/กก.	1,650	2,301

ตารางที่ 4-13 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่างที่ ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ของกลุ่ม ตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ย ต่อครัวเรือน กลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ ประโยชน์ ของครัวเรือน ทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ประเภทการใช้ประโยชน์ (หน่วยต่อปี)			ร้อยละ			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองของ ครัวเรือนกลุ่ม ตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณ การใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหาร ผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย	บริโภค	แจก	จำหน่าย			
28	มะขาม	5	65	0.57	91	35	56	0	38	62	0	30 บาท/กก.	1,950	2,720
29	ถั่วฝักยาว	2	60	0.53	84	84	0	0	100	0	0	25 บาท/กก.	1,500	2,092
30	กลางสาด	1	60	0.53	84	56	28	0	67	33	0	15 บาท/กก.	900	1,255
31	สับปะรด	12	48	0.42	67	67	0	0	100	0	0	10 บาท/กก.	480	669
32	ชะอม	2	43	0.38	60	60	0	0	100	0	0	80 บาท/กก.	3,440	4,798
33	มะอึ๊ก	2	43	0.38	60	60	0	0	100	0	0	50 บาท/กก.	2,150	2,999
34	ถั่วพู	4	42	0.37	59	59	0	0	100	0	0	40 บาท/กก.	1,680	2,343
35	กระเพรา	3	30	0.26	42	42	0	0	100	0	0	40 บาท/กก.	1,200	1,674
36	โหระพา	4	23	0.20	32	32	0	0	100	0	0	45 บาท/กก.	1,035	1,444
37	แมงลัก	3	24	0.21	33	33	0	0	100	0	0	25 บาท/กก.	600	837
38	ผักบุ้ง	2	25	0.22	35	35	0	0	100	0	0	25 บาท/กก.	625	872
39	ผักกาดขาว	3	21	0.18	29	29	0	0	100	0	0	20 บาท/กก.	420	586
40	แตงกวา	1	20	0.18	28	28	0	0	100	0	0	20 บาท/กก.	400	558
41	มะระขี้นก	1	15	0.13	21	21	0	0	100	0	0	25 บาท/กก.	375	523
42	น้อยหน่า	1	15	0.13	21	21	0	0	100	0	0	25 บาท/กก.	375	523
43	กระเจี๊ยบแดง	2	11	0.10	15	15	0	0	100	0	0	20 บาท/กก.	220	307
44	ผักชี	2	2	0.02	3	3	0	0	100	0	0	30 บาท/กก.	60	84
45	ต้นหอม	2	2	0.02	3	3	0	0	100	0	0	20 บาท/กก.	40	56
46	ผักชีฝรั่ง	1	1	0.01	1	1	0	0	100	0	0	40 บาท/กก.	40	56
รวม		-	200,470	1,758.51	279,603	62,156	39,312	178,134	22	14	64	-	2,275,171	3,173,265
รวมทั้งหมด		-	264,548	2,309.64	368,975	113,922	69,122	185,931	31	19	50	-	3,703,421	5,165,298

จากตารางที่ 4-13 จะเห็นได้ว่าแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุด ร้อยละ 50 รองลงมา คือ บริโภคมากที่สุด ร้อยละ 31 และ การใช้ประโยชน์เพื่อแจกจ่าย ร้อยละ 19 ตามลำดับ ซึ่งแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่อยู่บริเวณรอบๆ บ้าน แต่ก็มีบางครัวเรือนที่มีการผลิตไว้บริเวณสวนและไร่-นา เพื่อใช้ประโยชน์ในการจำหน่าย

โดยสัตว์เลี้ยงจากแหล่งอาหารผลิตเองของครัวเรือนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 6 ชนิด มีจำนวนครัวเรือนที่ผลิตทั้งสิ้น 13 ครัวเรือน โดยมีชนิดที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเรียงตามลำดับ ได้แก่ ไก่เนื้อ มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 119 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ ปลากระพงขาว 84 กิโลกรัมต่อปี เป็ดเนื้อ 70 กิโลกรัมต่อปี ปลาเก๋า 56 กิโลกรัมต่อ กุ้งขาว 28 กิโลกรัมต่อปี และ กุ้งกุลาดำ 28 กิโลกรัมต่อปี ส่วนสัตว์เลี้ยงที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายมีเพียง 2 ชนิด ได้แก่ กุ้งขาวมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายทั้งหมดเท่ากับ 4,937 กิโลกรัมต่อปี และกุ้งกุลาดำ 2,859 กิโลกรัมต่อปี และพบว่าครัวเรือนกลุ่มตัวอย่างที่ผลิตสัตว์เลี้ยงเพื่อบริโภคมากที่สุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ ไก่เนื้อ 13 ครัวเรือน รองลงมาคือเป็ดเนื้อ 7 ครัวเรือน ปลากระพงขาว ปลาเก๋า กุ้งขาว และกุ้งกุลาดำ มีจำนวนเท่ากันอย่างละ 2 ครัวเรือน ส่วนครัวเรือนที่ผลิตสัตว์เลี้ยงเพื่อจำหน่ายมีเพียง 2 ชนิดเท่านั้น ได้แก่ กุ้งขาวและกุ้งกุลาดำ ซึ่งมีจำนวน 2 ครัวเรือน

หากพิจารณาด้านมูลค่าการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทสัตว์เลี้ยงทั้งหมดโดยไม่แยกว่าบริโภคหรือจำหน่าย พบว่า อาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ กุ้งขาว 853,579 บาทต่อปี รองลงมาคือ กุ้งกุลาดำมีมูลค่าเท่ากับ 820,105 บาทต่อปี ปลากระพงขาว 8,787 บาทต่อปี ปลาเก๋า 15,621 บาทต่อปี ไก่เนื้อ 7,908 บาทต่อปี และเป็ดเนื้อ 13,947 บาทต่อปี

สำหรับอาหารประเภทไข่มีการใช้ประโยชน์ทั้งหมดทั้งชุมชนเพื่อบริโภคและแจกเท่านั้น จำนวน 2 ชนิด ได้แก่ ไข่ไก่และไข่เป็ด ซึ่งไข่ไก่มีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 34,924 ฟองต่อปี คิดเป็นร้อยละ 67 และใช้ประโยชน์เพื่อแจกทั้งหมดเท่ากับ 16,458 ฟองต่อปี คิดเป็นร้อยละ 33 และคิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 155,820 บาทต่อปี ส่วนไข่เป็ดมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 16,458 ฟองต่อปี คิดเป็นร้อยละ 57 และใช้ประโยชน์เพื่อแจกทั้งหมดเท่ากับ 12,608 ฟองต่อปี คิดเป็นร้อยละ 43 และคิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 116,265 บาทต่อปี

สำหรับการใช้ประโยชน์พืชผัก 5 ลำดับแรกที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมดทั้งชุมชนเพื่อบริโภคเรียงตามลำดับ ได้แก่ มะพร้าวปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมดทั้งชุมชนเพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 35,477 ผลต่อปี รองลงมา คือ ข้าว 6,393 กิโลกรัมต่อปี ตะไคร้ 3,565 กิโลกรัมต่อปี มะพร้าวน้ำหอม 3,266 ผลต่อปี และกล้วยส้ม 3,114 กิโลกรัมต่อปี และพืชผักที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมดทั้งชุมชนเพื่อจำหน่ายมีทั้งหมด 5 ชนิด เรียงตามลำดับ ได้แก่มะพร้าวปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมดทั้งชุมชนเพื่อจำหน่ายทั้งหมดเท่ากับ 70,364 ผลต่อปี รองลงมาคือมะพร้าวน้ำหอม 45,329 ผลต่อปี ข้าว 45,198 กิโลกรัมต่อปี กล้วยน้ำว้า 8,438 กิโลกรัมต่อปี และข้าวโพด 2,511 กิโลกรัมต่อปี ส่วนพืชผักที่มี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งชุมชนเพื่อบริโภคน้อยที่สุด 5 อันดับ ได้แก่ ผักชีฝรั่งมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคทั้งหมดเท่ากับ 1 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือต้นหอม 3 กิโลกรัมต่อปี ผักชี 3 กิโลกรัมต่อปี กระเจี๊ยบแดง 15 กิโลกรัมต่อปี และน้อยหน่า 21 กิโลกรัมต่อปี และพบว่าครัวเรือนนิยมเข้าใช้ประโยชน์จากมะพร้าวมากที่สุด คือ 114 ครัวเรือน รองลงมาคือพริกชี้หนู 75 ครัวเรือน และตะไคร้ 72 ครัวเรือน และยังมีอาหารอีกหลายชนิดที่มีเพียง 1-5 ครัวเรือนเท่านั้นที่มีการใช้ประโยชน์ เช่น ผักชีฝรั่ง ผักชี สะตอ ต้นหอม ผักกาดขาว แตงกวา มะระขี้นก ตำลึง ชিং เป็นต้น

หากพิจารณาด้านมูลค่าการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทพืชผักทั้งชุมชนโดยไม่แยกว่าบริโภคหรือจำหน่าย พบว่า ชนิดอาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุด 5 ลำดับแรก ได้แก่ ข้าวมีมูลค่าเท่ากับ 1,073,947 บาทต่อปี มะพร้าว 526,853 บาทต่อปี มะพร้าวน้ำหอม 406,616 บาทต่อปี มะนาว 228,291 บาทต่อปี และกล้วยน้ำว้า 214,176 บาทต่อปี ส่วนชนิดอาหารที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์น้อยสุด 5 อันดับ ได้แก่ ผักชีฝรั่งมีมูลค่าเท่ากับ 40 บาทต่อปี ต้นหอม 40 บาทต่อปี ผักชี 60 บาทต่อปี กระเจี๊ยบแดง 220 บาทต่อปี และแตงกวา 400 บาทต่อปี

4.2.2.3 ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารซื้อขายและมูลค่า

จากการศึกษา พบว่า ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายในชุมชน มีจำนวน 181 ชนิดแบ่งออกเป็น 6 ประเภท ได้แก่ อาหารปรุงสำเร็จ 19 ชนิด อาหารสำเร็จรูป 5 ชนิด เครื่องปรุง 15 ชนิด พืชผัก 67 ชนิด ผลไม้ 36 ชนิด สัตว์และผลผลิตจากสัตว์ 39 ชนิด โดยมีปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายประเภทปรุงสำเร็จ 75,002 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 1,008,667 บาทต่อปี ประเภทอาหารสำเร็จรูป 154,800 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 628,443 บาทต่อปี ประเภทเครื่องปรุง 343,959 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 978,016 บาทต่อปี ประเภทพืชผัก 100,555 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 3,223,970 บาทต่อปี ประเภทผลไม้ 27,754 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 833,598 บาทต่อปี และประเภทสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ 111,918 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่า 6,223,076 บาทต่อปี รวมเป็นมูลค่าอาหารจากแหล่งซื้อขายทั้งหมดเท่ากับ 12,895,770 บาทต่อปี ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-14

ตารางที่ 4-14 ปริมาณและมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารซื้อขาย

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
อาหารปรุงสำเร็จ											
1	หมี่ผัด	98	4,868	42.70	6,790	6,790	0	0	20 บาท/ห่อ	97,360	135,792
2	ข้าวเหนียวไก่	63	4,654	40.82	6,491	6,491	0	0	25 บาท/ห่อ	116,354	162,278
3	ขนมกรวย	82	4,654	40.82	6,491	6,491	0	0	10 บาท/ถุง	46,542	64,911
4	ข้าวต้มมัด	81	3,282	28.79	4,578	4,578	0	0	10 บาท/ห่อ	32,823	45,775
5	ขนมหัวล้าน	81	2,959	25.96	4,127	4,127	0	0	10 บาท/ถุง	29,593	41,270
6	ขนมมด	83	2,798	24.54	3,902	3,902	0	0	10 บาท/ถุง	27,978	39,025
7	ขนมต้มใบกะพ้อ	85	2,766	24.26	3,858	3,858	0	0	10 บาท/มัด	27,655	38,578
8	ขนมคอมพิวเตอร์	85	2,733	23.97	3,812	3,812	0	0	10 บาท/ถุง	27,332	38,118
9	ขนมครก	86	2,731	23.96	3,809	3,809	0	0	10 บาท/ถุง	27,313	38,090
10	ยาหนม	82	2,701	23.69	3,767	3,767	0	0	10 บาท/ถุง	27,010	37,672
11	ข้าวต้ม	92	2,636	23.12	3,677	3,677	0	0	15 บาท/ถ้วย	39,545	55,148
12	ขนมคนที	84	2,475	21.71	3,452	3,452	0	0	10 บาท/ถุง	24,748	34,520
13	ข้าวเหนียวปิ้ง	95	2,410	21.14	3,361	3,361	0	0	10 บาท/ถุง	24,102	33,613
14	ขนมกอลและ	73	2,378	20.86	3,317	3,317	0	0	10 บาท/ถุง	23,780	33,167
15	กล้วยแขก	93	2,313	20.29	3,226	3,226	0	0	10 บาท/ถุง	23,133	32,260
16	ขนมด้วง	79	2,223	19.50	3,101	3,101	0	0	10 บาท/ถุง	22,228	31,005

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
17	ข้าวผัด	77	1,823	15.99	2,543	2,543	0	0	25 บาท/ห่อ	45,575	63,565
18	ก๋วยเตี๋ยว	98	1,762	15.46	2,458	2,458	0	0	25 บาท/ถ้วย	44,054	61,438
19	ขนมป้าจี	75	1,609	14.11	2,244	2,244	0	0	10 บาท/ถุง	16,092	22,441
รวม		-	53,775	-	75,002	75,002	0	0	-	723,218	1,008,667
อาหารสำเร็จรูป											
1	กาแฟ	114	82,080	720.00	114,480	114,480	0	0	3 บาท/ซอง	246,240	343,440
2	โอวัลติน	74	11,040	96.84	15,398	15,398	0	0	3 บาท/ซอง	33,120	46,194
3	นม	52	8,085	70.92	11,276	11,276	0	0	10 บาท/กล่อง	80,850	112,764
4	บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	63	5,260	46.14	7,336	7,336	0	0	6 บาท/ซอง	31,560	44,018
5	ปลากระป๋อง	60	4,524	39.68	6,310	6,310	0	0	13 บาท/กระป๋อง	58,812	82,027
รวม		-	110,989	-	154,800	154,800	0	0	-	450,582	628,443
เครื่องปรุง											
1	เกลือ	114	2,243	19.68	3,128	3,128	0	0	2 บาท/ซอง	4,486	6,257
2	กะปิ	114	2,020	17.72	2,817	2,817	0	0	100 บาท/กก.	202,000	281,737
3	น้ำตาลทราย	112	2,008	17.61	2,801	2,801	0	0	24 บาท/กก.	48,192	67,215
4	น้ำมันพืช	114	1,990	17.46	2,776	2,776	0	0	50 บาท/ขวด	99,500	138,776
5	น้ำปลา	105	1,948	17.09	2,717	2,717	0	0	20 บาท/ขวด	38,960	54,339
6	น้ำปู	98	1,850	16.23	2,580	2,580	0	0	25 บาท/ขวด	46,250	64,507
7	น้ำส้มสายชู	94	1,828	16.04	2,550	2,550	0	0	20 บาท/ขวด	36,560	50,992
8	ผงชูรส	92	1,570	13.77	2,190	2,190	0	0	2 บาท/ซอง	3,140	4,379
9	น้ำมันหอย	110	1,534	13.46	2,140	2,140	0	0	19 บาท/ขวด	29,146	40,651

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
10	พริกไทยป่น	78	1,480	12.98	2,064	2,064	0	0	10 บาท/กระป๋อง	14,800	20,642
11	เต้าเจี้ยว	85	1,354	11.88	1,888	1,888	0	0	30 บาท/ขวด	40,620	56,654
12	กระเทียม	114	1,330	11.67	1,855	1,855	0	0	35 บาท/กก.	46,550	64,925
13	ซอสมะเขือเทศ	73	1,330	11.67	1,855	1,855	0	0	18 บาท/ขวด	23,940	33,390
14	หัวหอม	114	1,186	10.40	1,654	1,654	0	0	46 บาท/กก.	54,556	76,091
15	ซอสพริก	75	963	8.45	1,343	1,343	0	0	13 บาท/ขวด	12,519	17,461
รวม		-	24,634	-	343,959	343,959	0	0	-	701,219	978,016
พืชผัก											
1	ข้าว	89	11,140	97.72	15,537	15,537	0	0	20 บาท/กก.	222,800	310,747
2	มะเขือเปราะ	82	5,996	52.60	8,363	8,363	0	0	22 บาท/กก.	131,912	183,983
3	มะเขือยาว	85	5,586	49.00	7,791	7,791	0	0	20 บาท/กก.	111,720	155,820
4	มะเขือพวง	74	4,680	41.05	6,527	6,527	0	0	15 บาท/กก.	70,200	97,911
5	แตงกวา	65	4,674	41.00	6,519	6,519	0	0	20 บาท/กก.	93,480	130,380
6	ผักหวาน	78	3,054	26.79	4,260	4,260	0	0	50 บาท/กก.	152,700	212,976
7	มะขาม	54	2,693	23.62	3,756	3,756	0	0	30 บาท/กก.	80,790	112,681
8	บวบเหลี่ยม	89	2,576	22.60	3,593	3,593	0	0	35 บาท/กก.	90,160	125,749
9	คะน้า	84	2,560	22.46	3,571	3,571	0	0	50 บาท/กก.	128,000	178,526
10	มะนาว	98	2,514	22.05	3,506	3,506	0	0	80 บาท/กก.	201,120	280,509
11	มะระ	56	2,323	20.38	3,240	3,240	0	0	24 บาท/กก.	55,752	77,759
12	เผือก	53	1,623	14.24	2,264	2,264	0	0	65 บาท/กก.	105,495	147,138
13	หัวไชเท้า	54	1,465	12.85	2,043	2,043	0	0	45 บาท/กก.	65,925	91,948

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
14	ผักกาดขาว	72	1,271	11.15	1,773	1,773	0	0	20 บาท/กก.	25,420	35,454
15	กะหล่ำปลี	76	1,208	10.60	1,685	1,685	0	0	45 บาท/กก.	54,360	75,818
16	ข้าวโพดอ่อน	51	1,043	9.15	1,455	1,455	0	0	45 บาท/กก.	46,935	65,462
17	หยวกเป้ง	63	1,040	9.12	1,451	1,451	0	0	3 บาท/กก.	3,120	4,352
18	สะตอ	52	1,000	8.77	1,395	1,395	0	0	80 บาท/กก.	80,000	111,579
19	หน่อไม้	60	983	8.62	1,371	1,371	0	0	20 บาท/กก.	19,660	27,421
20	กะหล่ำดอก	53	984	8.63	1,372	1,372	0	0	50 บาท/กก.	49,200	68,621
21	มันเทศ	58	952	8.35	1,328	1,328	0	0	60 บาท/กก.	57,120	79,667
22	บัวบก	62	785	6.89	1,095	1,095	0	0	40 บาท/กก.	31,400	43,795
23	ถั่วฝักยาว	68	732	6.42	1,021	1,021	0	0	25 บาท/กก.	18,300	25,524
24	ผักกวางตุ้ง	63	688	6.04	960	960	0	0	30 บาท/กก.	20,640	28,787
25	สาระแหน่	65	574	5.04	801	801	0	0	80 บาท/กก.	45,920	64,046
26	ฟักทอง	51	574	5.04	801	801	0	0	23 บาท/กก.	13,202	18,413
27	มะเขือเทศ	68	574	5.04	801	801	0	0	40 บาท/กก.	22,960	32,023
28	ผักกูด	51	463	4.06	646	646	0	0	60 บาท/กก.	27,780	38,746
29	พริกชี้หนู	63	457	4.01	637	637	0	0	15 บาท/กก.	6,855	9,561
30	พริกชี้ฟ้า	52	453	3.97	632	632	0	0	25 บาท/กก.	11,325	15,795
31	มะพร้าวน้ำหอม	60	420	3.68	586	586	0	0	8 บาท/กก.	3,360	4,686
32	เห็ดฟาง	53	416	3.65	580	580	0	0	90 บาท/กก.	37,440	52,219
33	สาหร่าย	58	390	3.42	544	544	0	0	21 บาท/กก.	8,190	11,423
34	ถั่วงอก	62	317	2.78	442	442	0	0	20 บาท/กก.	6,340	8,843

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
35	ขมิ้น	68	315	2.76	439	439	0	0	20 บาท/กก.	6,300	8,787
36	ผักบุ้ง	63	308	2.70	430	430	0	0	25 บาท/กก.	7,700	10,739
37	ผักเขียว	65	305	2.68	425	425	0	0	29 บาท/กก.	8,845	12,336
38	ชิง	63	300	2.63	418	418	0	0	30 บาท/กก.	9,000	12,553
39	หอมหัวใหญ่	68	300	2.63	418	418	0	0	22 บาท/กก.	6,600	9,205
40	ชะอม	63	274	2.40	382	382	0	0	80 บาท/กก.	21,920	30,573
41	เห็ดหูหนู	54	238	2.09	332	332	0	0	50 บาท/กก.	11,900	16,597
42	ตำลึง	51	237	2.08	331	331	0	0	50 บาท/กก.	11,850	16,528
43	แครอท	54	232	2.04	324	324	0	0	25 บาท/กก.	5,800	8,089
44	เห็ดนางฟ้า	53	232	2.04	324	324	0	0	40 บาท/กก.	9,280	12,943
45	ถั่วพู	68	210	1.84	293	293	0	0	40 บาท/กก.	8,400	11,716
46	มะระขี้นก	59	208	1.82	290	290	0	0	25 บาท/กก.	5,200	7,253
47	ผักถั่วดำ	63	190	1.67	265	265	0	0	3 บาท/กก.	570	795
48	ผักชี	54	176	1.54	245	245	0	0	30 บาท/กก.	5,280	7,364
49	สะเดา	56	175	1.54	244	244	0	0	30 บาท/กก.	5,250	7,322
50	มะกรูด	55	174	1.53	243	243	0	0	50 บาท/กก.	8,700	12,134
51	ต้นหอม	67	165	1.45	230	230	0	0	20 บาท/กก.	3,300	4,603
52	ลูกเนียง	76	164	1.44	229	229	0	0	40 บาท/กก.	6,560	9,149
53	ขี้เหล็ก	65	113	0.99	158	158	0	0	40 บาท/กก.	4,520	6,304
54	แมงลัก	67	105	0.92	146	146	0	0	25 บาท/กก.	2,625	3,661
55	โหระพา	68	103	0.90	144	144	0	0	45 บาท/กก.	4,635	6,465

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
56	กระเพรา	65	100	0.88	139	139	0	0	40 บาท/กก.	4,000	5,579
57	มะอึ๊ก	62	98	0.86	137	137	0	0	50 บาท/กก.	4,900	6,834
58	ดอกแค	68	146	1.28	204	204	0	0	45 บาท/กก.	6,570	9,163
59	บวบหอม	73	143	1.25	199	199	0	0	40 บาท/กก.	5,720	7,978
60	ผักชีลาว	64	141	1.24	197	197	0	0	30 บาท/กก.	4,230	5,900
61	กระเจี๊ยบแดง	51	133	1.17	186	186	0	0	20 บาท/กก.	2,660	3,710
62	ผักชีล้อม	64	122	1.07	170	170	0	0	45 บาท/กก.	5,490	7,657
63	ผักกะเฉด	65	118	1.04	165	165	0	0	50 บาท/กก.	5,900	8,229
64	ผักชีฝรั่ง	68	112	0.98	156	156	0	0	40 บาท/กก.	4,480	6,248
65	ผักโขม	52	106	0.93	148	148	0	0	40 บาท/กก.	4,240	5,914
66	กุยช่าย	50	105	0.92	146	146	0	0	40 บาท/กก.	4,200	5,858
67	เห็ดเสม็ด	30	40	0.35	56	56	0	0	133 บาท/กก.	5,320	7,420
รวม		-	72,096	-	100,555	100,555	0	0	-	2,311,526	3,223,970
ผลไม้											
1	เงาะ	78	2,053	18.01	2,863	2,863	0	0	25 บาท/กก.	51,325	71,585
2	มะม่วงเขียวเสวย	56	1,770	15.53	2,469	2,469	0	0	30 บาท/กก.	53,100	74,061
3	มะม่วงน้ำดอกไม้	52	1,718	15.07	2,396	2,396	0	0	30 บาท/กก.	51,540	71,885
4	ลางสาด	55	1,617	14.18	2,255	2,255	0	0	15 บาท/กก.	24,255	33,829
5	กล้วยน้ำว้า	56	1,460	12.81	2,036	2,036	0	0	22 บาท/กก.	32,120	44,799
6	แตงโม	72	1,050	9.21	1,464	1,464	0	0	15 บาท/กก.	15,750	21,967
7	มะม่วงเบา	30	824	7.23	1,149	1,149	0	0	20 บาท/กก.	16,480	22,985

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
8	สละ	56	778	6.82	1,085	1,085	0	0	70 บาท/กก.	54,460	75,957
9	ส้มเขียวหวาน	71	673	5.90	939	939	0	0	40 บาท/กก.	26,920	37,546
10	ส้มโอ	68	658	5.77	918	918	0	0	45 บาท/กก.	29,610	41,298
11	กล้วยหอม	52	565	4.96	788	788	0	0	35 บาท/กก.	19,775	27,581
12	กล้วยเล็บมือนาง	64	564	4.95	787	787	0	0	35 บาท/กก.	19,740	27,532
13	ขนุน	50	448	3.93	625	625	0	0	30 บาท/กก.	13,440	18,745
14	ลองกอง	59	430	3.77	600	600	0	0	30 บาท/กก.	12,900	17,992
15	มังคุด	54	470	4.12	656	656	0	0	30 บาท/กก.	14,100	19,666
16	ชมพู	58	415	3.64	579	579	0	0	45 บาท/กก.	18,675	26,047
17	มะยม	45	387	3.39	540	540	0	0	15 บาท/กก.	5,805	8,096
18	สับปะรด	73	382	3.35	533	533	0	0	10 บาท/กก.	3,820	5,328
19	ข้าวโพด	70	366	3.21	510	510	0	0	20 บาท/กก.	7,320	10,209
20	ทุเรียนชะนี	30	343	3.01	478	478	0	0	45 บาท/กก.	15,435	21,528
21	แก้วมังกร	45	292	2.56	407	407	0	0	32 บาท/กก.	9,344	13,032
22	ฝรั่ง	42	284	2.49	396	396	0	0	30 บาท/กก.	8,520	11,883
23	ทุเรียนหมอนทอง	44	276	2.42	385	385	0	0	50 บาท/กก.	13,800	19,247
24	มะขามหวาน	47	268	2.35	374	374	0	0	80 บาท/กก.	21,440	29,903
25	กล้วยไข่	48	256	2.25	357	357	0	0	24 บาท/กก.	6,144	8,569
26	น้อยหน่า	49	228	2.00	318	318	0	0	25 บาท/กก.	5,700	7,950
27	ละไม	43	188	1.65	262	262	0	0	22 บาท/กก.	4,136	5,769
28	ลำไย	40	183	1.61	255	255	0	0	40 บาท/กก.	7,320	10,209

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
29	ละมุด	65	166	1.46	232	232	0	0	20 บาท/กก.	3,320	4,631
30	กะท้อน	42	162	1.42	226	226	0	0	30 บาท/กก.	4,860	6,778
31	จำปาตะ	44	160	1.40	223	223	0	0	24 บาท/กก.	3,840	5,356
32	ส้มโชกุน	49	146	1.28	204	204	0	0	60 บาท/กก.	8,760	12,218
33	ทุเรียนบ้าน	30	146	1.28	204	204	0	0	30 บาท/กก.	4,380	6,109
34	ระกำ	41	98	0.86	137	137	0	0	30 บาท/กก.	2,940	4,101
35	องุ่น	15	45	0.39	63	63	0	0	100 บาท/กก.	4,500	6,276
36	แอปเปิ้ล	15	30	0.26	42	42	0	0	70 บาท/กก.	2,100	2,929
รวม		-	19,899	-	27,754	27,754	0	0	-	597,674	833,598
เนื้อสัตว์											
1	ไข่ไก่	92	22,060	193.51	30,768	30,768	0	0	3 บาท/ฟอง	66,180	92,304
2	ไข่เป็ด	73	9,542	83.70	13,309	13,309	0	0	4 บาท/ฟอง	38,168	53,234
3	ไก่เนื้อ	82	7,443	65.29	10,381	10,381	0	0	60 บาท/กก.	446,580	622,862
4	ปลากระบอก	85	4,365	38.29	6,088	6,088	0	0	120 บาท/กก.	523,800	730,563
5	ปลาทู	89	4,246	37.25	5,922	5,922	0	0	80 บาท/กก.	339,680	473,764
6	ปลาลำนำ	75	4,150	36.40	5,788	5,788	0	0	50 บาท/กก.	207,500	289,408
7	เนื้อ	101	3,678	32.26	5,130	5,130	0	0	150 บาท/กก.	551,700	769,476
8	หอยเข็ม	65	3,200	28.07	4,463	4,463	0	0	40 บาท/กก.	128,000	178,526
9	หอยจืด	67	3,100	27.19	4,324	4,324	0	0	100 บาท/กก.	310,000	432,368
10	ปลาดุก	73	2,780	24.39	3,877	3,877	0	0	60 บาท/กก.	166,800	232,642
11	ปูดำ	74	2,684	23.54	3,743	3,743	0	0	120 บาท/กก.	322,080	449,217

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
12	ปลาตุก	89	2,010	17.63	2,803	2,803	0	0	60 บาท/กก.	120,600	168,205
13	หมู	11	1,542	13.53	2,151	2,151	0	0	120 บาท/กก.	185,040	258,082
14	หอยเจดีย์	65	1,240	10.88	1,729	1,729	0	0	60 บาท/กก.	74,400	103,768
15	ปลาจิ้งม่อง	69	1,044	9.16	1,456	1,456	0	0	50 บาท/กก.	52,200	72,805
16	ปลานิล	72	1,010	8.86	1,409	1,409	0	0	75 บาท/กก.	75,750	105,651
17	ปลาเก๋า	55	904	7.93	1,261	1,261	0	0	200 บาท/กก.	180,800	252,168
18	ปลาช่อน	56	893	7.83	1,246	1,246	0	0	140 บาท/กก.	125,020	174,370
19	กุ้งขาว	69	700	6.14	976	976	0	0	170 บาท/กก.	119,000	165,974
20	เบ็ดเนื้อ	63	692	6.07	965	965	0	0	90 บาท/กก.	62,280	86,864
21	กุ้งไข่	56	650	5.70	907	907	0	0	100 บาท/กก.	65,000	90,658
22	หอยก้น	56	520	4.56	725	725	0	0	80 บาท/กก.	41,600	58,021
23	ปลากะพงข้างปาน	51	430	3.77	600	600	0	0	150 บาท/กก.	64,500	89,961
24	ปลากุฏู	50	380	3.33	530	530	0	0	120 บาท/กก.	45,600	63,600
25	กุ้งเหลือง	52	300	2.63	418	418	0	0	150 บาท/กก.	45,000	62,763
26	ปลานาเหงิน	48	210	1.84	293	293	0	0	60 บาท/กก.	12,600	17,574
27	หอยรอก	49	180	1.58	251	251	0	0	150 บาท/กก.	27,000	37,658
28	กุ้งกุลาดำ	30	50	0.44	70	70	0	0	280 บาท/กก.	14,000	19,526
29	น้ำผึ้ง	22	50	0.44	70	70	0	0	269 บาท/กก.	13,450	18,759
30	ปลากะพงแดง	5	50	0.44	70	70	0	0	160 บาท/กก.	8,000	11,158
31	หอยแครง	22	40	0.35	56	56	0	0	70 บาท/กก.	2,800	3,905
32	กุ้งกุลาลาย	4	30	0.26	42	42	0	0	350 บาท/กก.	10,500	14,645

ตารางที่ 4-14 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ประโยชน์จากแหล่งซื้อขาย (ครัวเรือน)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	แหล่งอาหารซื้อขาย (หน่วยต่อปี)			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						บริโภค	แจก	จำหน่าย			
33	หอยท้ายเขา	5	20	0.18	28	28	0	0	280 บาท/กก.	5,600	7,811
34	หอยนางรม	5	20	0.18	28	28	0	0	250 บาท/กก.	5,000	6,974
35	ปลาไหล	5	10	0.09	14	14	0	0	180 บาท/กก.	1,800	2,511
36	กั้ง	3	5	0.04	7	7	0	0	150 บาท/กก.	750	1,046
37	ปลากะพงขาว	3	5	0.04	7	7	0	0	140 บาท/กก.	700	976
38	แมงดา	3	5	0.04	7	7	0	0	170 บาท/กก.	850	1,186
39	ปลากะพงแสม	3	5	0.04	7	7	0	0	300 บาท/กก.	1,500	2,092
รวม		-	80,243	-	111,918	111,918	0	0	-	4,461,828	6,223,076
รวมทั้งหมด		-	361,636	-	813,988	813,988	0	0	-	9,246,047	12,895,770

จากตารางที่ 4-14 จะเห็นได้ว่าอาหารจากแหล่งอาหารซื้อขายทั้งหมดในชุมชนถูกนำไปใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเท่านั้น โดยปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทอาหารปรุงสำเร็จ 5 อันดับ ที่มีซื้อขายมากที่สุดมีทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน ได้แก่ หมี่ผัด ข้าวเหนียวไก่ ขนมกรวย ข้าวต้มมัด และขนมหัวล้าน ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทอาหารปรุงสำเร็จ 5 อันดับ ที่มีการซื้อขายมากที่สุดคือ ข้าวเหนียวไก่ คิดเป็นมูลค่า 162,278 บาทต่อปี หมี่ผัด 135,792 บาทต่อปี ขนมกรวย 64,911 บาทต่อปี ข้าวผัด 63,565 บาทต่อปี และกล้วยเดี่ยว 61,438 บาทต่อปี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทอาหารสำเร็จรูปทั้งหมดที่มีการซื้อขายมากที่สุดในชุมชน เรียงตามลำดับ ได้แก่ กาแฟ โอวัลติน นม บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และปลากระป๋อง ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทอาหารสำเร็จรูปทั้งหมดที่มีการซื้อขายมากที่สุด คือ กาแฟ คิดเป็นมูลค่า 343,440 บาทต่อปี นม 80,850 บาทต่อปี ปลากระป๋อง 82,027 บาทต่อปี โอวัลติน 46,194 บาทต่อปี และบะหมี่กึ่งสำเร็จรูป 44,018 บาทต่อปี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทเครื่องปรุง 5 อันดับที่มีซื้อขายมากที่สุดในชุมชน ได้แก่ เกลือ กะปิ น้ำตาลทราย น้ำมันพืช และน้ำปลา ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทเครื่องปรุง 5 อันดับที่มีการซื้อขายมากที่สุด คือ กะปิ คิดเป็นมูลค่า 281,737 บาทต่อปี น้ำมันพืช 138,776 บาทต่อปี หัวหอม 76,091 บาทต่อปี น้ำตาลทราย 67,215 บาทต่อปี และน้ำปู 64,507 บาทต่อปี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทพืชผัก 5 อันดับที่มีซื้อขายมากที่สุดในชุมชน ได้แก่ ข้าว มะเขือเปราะ มะเขือยาว มะเขือพวง และแตงกวา ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทพืชผัก 5 อันดับที่มีการซื้อขายมากที่สุด คือ ข้าว คิดเป็นมูลค่า 310,747 บาทต่อปี มะนาว 280,509 บาทต่อปี ผักหวาน 212,976 บาทต่อปี มะเขือเปราะ 183,983 บาทต่อปี และคะน้า 178,526 บาทต่อปี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทผลไม้ 5 อันดับที่มีซื้อขายมากที่สุดในชุมชน ได้แก่ เงาะ มะม่วงเขียวเสวย มะม่วงน้ำดอกไม้ ลางสาด และกล้วยน้ำว้า ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทผลไม้ 5 อันดับที่มีการซื้อขายมากที่สุด คือ สละคิดเป็นมูลค่า 75,957 บาทต่อปี มะม่วงเขียวเสวย 74,061 บาทต่อปี มะม่วงน้ำดอกไม้ 71,885 บาทต่อปี เงาะ 71,585 บาทต่อปี และกล้วยน้ำว้า 44,799 บาทต่อปี

ปริมาณการใช้ประโยชน์ของอาหารประเภทสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ 5 อันดับที่มีซื้อขายมากที่สุดในชุมชน ได้แก่ ไข่ไก่ ไข่เป็ด ไก่เนื้อ ปลากระบอก และปลาทราย ส่วนมูลค่าของการใช้ประโยชน์อาหารประเภทสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ 5 อันดับที่มีการซื้อขายมากที่สุด คือ เนื้อ 769,476 บาทต่อปี ปลากระบอก คิดเป็นมูลค่า 730,563 บาทต่อปี ไก่เนื้อ 622,862 บาทต่อปี ปลาทราย 339,680 บาทต่อปี และปูดำ 449,217 บาทต่อปี

สรุปภาพรวมของปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่าทั้ง 3 แหล่ง พบว่า มีการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายมากที่สุดทั้งชนิด ปริมาณ และมูลค่า รองลงมาคือแหล่งอาหารธรรมชาติ และแหล่งอาหารผลิตเองตามลำดับ แสดงดังตารางที่ 4-15

ตารางที่ 4-15 สรุปปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่าจากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน

แหล่งอาหาร	ประเภทของทรัพยากรอาหาร	เป้าหมายการใช้ประโยชน์	ปริมาณการใช้ประโยชน์ (หน่วยต่อปี)	มูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์ (บาทต่อปี)
ธรรมชาติ	พืชและสัตว์บก	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	16,025 กิโลกรัมต่อปี	438,926
	สัตว์น้ำ	บริโภค/จำหน่าย	84,318 กิโลกรัมต่อปี	9,982,140
ผลิตเอง	ไข่	บริโภค/แจกจ่าย	81,006 ฟองต่อปี	272,085
	เนื้อสัตว์	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	8,366 กิโลกรัมต่อปี	1,719,948
	พืชผัก	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	279,603 กิโลกรัมต่อปี	3,173,265
ซื้อขาย	อาหารปรุงสำเร็จ	บริโภค	75,002 หน่วยต่อปี	1,008,667
	อาหารสำเร็จรูป	บริโภค	154,800 หน่วยต่อปี	628,443
	เครื่องปรุง	บริโภค	343,959 หน่วยต่อปี	978,016
	พืชผัก	บริโภค	100,555 หน่วยต่อปี	3,223,970
	ผลไม้	บริโภค	27,754 หน่วยต่อปี	833,598
	สัตว์และผลผลิตจากสัตว์	บริโภค	111,918 หน่วยต่อปี	6,223,076
รวมปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมด		-	-	28,482,134

4.2.3 ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่า

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชน หมายถึง ความสามารถในการให้ผลผลิตอาหารสำหรับชุมชน ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ศึกษาปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนจาก 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ส่วนปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งซื้อขายไม่ได้ทำการศึกษา และเป็นข้อจำกัดของงานวิจัยดังที่ได้กล่าวไว้ในบทที่ 1 (หน้า 5)

4.2.3.1 ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า

ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจ สอบถาม และสนทนากลุ่มกับชาวบ้านชุมชนโคกพยอม พบว่า ชนิดอาหารที่มีอยู่ในชุมชนมีด้วยกันหลายชนิดในแหล่งอาหารธรรมชาติ แต่ในงานวิจัยนี้ศึกษาชนิดที่ชุมชนนำมาใช้ประโยชน์ ซึ่งมีทั้งหมด 35 ชนิด แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) พืชและสัตว์ ทั้งหมด 6 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 39,444 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 607,577 บาทต่อปี 2) สัตว์น้ำ ทั้งหมด 29 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 84,318 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 9,982,140 บาทต่อปี ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติมีมูลค่ารวมทั้งหมดเท่ากับ 10,589,717 บาทต่อปี ดังแสดงรายละเอียดในตารางที่ 4-16

ตารางที่ 4-16 ชนิดและปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า

ลำดับ	ชนิด	จำนวนครัวเรือนที่เก็บหา	ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งธรรมชาติ (กิโลกรัมต่อปี)	ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งธรรมชาติ (บาทต่อปี)
พืชและสัตว์บก					
1	ผักถั่วดำ	12	18,750	3 กก.	56,250
2	สาหร่าย	29	16,800	21 กก.	352,800
3	หอยวบกึ่ง	15	3,250	3 กก.	9,750
4	น้ำผึ้ง	5	375	269 กก.	100,875
5	เห็ดเสม็ด	5	144	133 กก.	19,152
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	17	125	550 กก.	68,750
	รวม	-	39,444	-	607,577
สัตว์น้ำ					
1	ปูดำ	39	23,868	120 กก.	2,864,160
2	หอยจืด	37	21,312	100 กก.	2,131,200
3	ปลากระบอก	17	8,160	120 กก.	979,200
4	กุ้งขาว	2	4,800	170 กก.	816,000
5	ปลาดุก	2	3,360	60 กก.	201,600
6	กุ้งกุลาดำ	3	2,880	280 กก.	806,400
7	หอยเขี้ยว	3	2,592	40 กก.	103,680
8	กุ้งไข่	2	1,680	100 กก.	168,000

ตารางที่ 4-16 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	จำนวนครัวเรือน ที่เก็บหา	ปริมาณอาหาร ที่มีอยู่จากแหล่งธรรมชาติ (กิโลกรัมต่อปี)	ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณอาหาร ที่มีอยู่จากแหล่ง ธรรมชาติ (บาทต่อปี)
9	หอยเจดีย์	13	1,560	60 กก.	93,600
10	หอยแครง	4	1,440	70 กก.	100,800
11	หอยรอก	3	1,440	150 กก.	216,000
12	ปลานาเหงิน	2	1,344	60 กก.	80,640
13	ปลาเก๋า	3	1,296	280 กก.	362,880
14	หอยกัน	5	1,260	80 กก.	100,800
15	ปลากะพงแดง	2	1,200	200 กก.	240,000
16	ปลาทราย	3	1,080	250 กก.	270,000
17	กุ้ง	5	900	150 กก.	135,000
18	ปลาจ๋อม่อง	3	900	50 กก.	45,000
19	ปลาลามา	2	600	50 กก.	30,000
20	ปลากะพงแสม	2	360	300 กก.	108,000
21	ปลาไหล	3	360	180 กก.	64,800
22	กุ้งกุลาลาย	7	336	350 กก.	117,600
23	ปลากะพงขาว	5	300	140 กก.	42,000
24	ปลากูฏู	4	288	120 กก.	34,560
25	แมงดา	3	240	170 กก.	40,800
26	หอยท้ายเกาะ	3	240	280 กก.	67,200
27	หอยนางรม	4	192	250 กก.	48,000
28	ปลากะพงข้างปาน	1	180	150 กก.	27,000
29	กุ้งเหลือง	2	150	150 กก.	22,500
	รวม	-	84,318	-	9,982,140
	รวมทั้งหมด	-	123,762	-	10,589,717

1) พืชและสัตว์บก

ผู้วิจัยได้ทำการสนทนากลุ่มจากผู้เข้าไปใช้ประโยชน์ โดยอาศัยแผนที่ภาพถ่ายทางอากาศ เพื่อสอบถามจำนวนพื้นที่แหล่งที่อยู่ของทรัพยากรและขอบเขตทรัพยากรนั้นๆ ที่มีอยู่ในพื้นที่ชุมชน โคกพยอม ซึ่งทรัพยากรดังกล่าวทั้งหมดจำนวน 6 ชนิด ได้แก่ ฝักถั่วดำ สาหร่าย หยวกเป้ง เห็ดเสม็ด น้ำผึ้ง และตัวอ่อนผึ้ง พบได้ในบริเวณป่าชายเลนและลำคลองของชุมชนโคกพยอม สามารถคำนวณการผลิตได้โดยวิธีการประเมินผลผลิตต่อพื้นที่จากประสบการณ์ของชาวบ้านในการเก็บหาพืช และสัตว์เหล่านี้ คุณด้วยพื้นที่ที่พบเจอพืชและสัตว์ เพื่อให้ได้ปริมาณที่มีอยู่ของพืชและสัตว์เหล่านี้โดยกระบวนการในครั้งนี้แสดงดังภาพที่ 4-8 และการคำนวณรายละเอียดแสดงในภาคผนวก ค

ผลจากการศึกษา พบว่า พืชและสัตว์บกที่มีปริมาณการมีอยู่มากที่สุด คือ ฝักถั่วดำ โดยมีปริมาณการมีอยู่เท่ากับ 18,750 กิโลกรัมต่อปี รองลงมา คือ สาหร่ายมีปริมาณการมีอยู่เท่ากับ 16,800 บาทต่อปี หยวกเป้งมีปริมาณการมีอยู่เท่ากับ 3,250 บาทต่อปี น้ำผึ้งมีปริมาณการมีอยู่เท่ากับ 375 บาทต่อปี เห็ดเสม็ดมีปริมาณการมีอยู่เท่ากับ 144บาทต่อปี ส่วนพืชและสัตว์บกที่มีปริมาณการมีอยู่น้อยสุด คือ ตัวอ่อนผึ้งมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 125 กิโลกรัมต่อปี ส่วนมูลค่าการมีอยู่ของพืชและสัตว์บกที่มากที่สุดคือ สาหร่ายคิดเป็นมูลค่า 352,800 บาทต่อปี รองลงมาคือ น้ำผึ้งคิดเป็นมูลค่า 100,875 บาทต่อปี ตัวอ่อนของผึ้งคิดเป็นมูลค่า 68,750 บาทต่อปี ฝักถั่วดำคิดเป็นมูลค่า 56,250 บาทต่อปี และมูลค่าการมีอยู่ของพืชและสัตว์บกที่น้อยสุด คือ หยวกเป้งคิดเป็นมูลค่า 9,750 บาทต่อปี



ภาพที่ 4-8 การสนทนากลุ่มและระบุตำแหน่งของทรัพยากรธรรมชาติ

2) สัตว์น้ำ

ในการศึกษาปริมาณที่มีอยู่ของทรัพยากรสัตว์น้ำ ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสอบถามปริมาณสัตว์น้ำที่ชาวบ้านจับขึ้นมาได้ในรอบปี ซึ่งเป็นการคำนวณที่ต่างจากพืชและสัตว์ข้างต้นที่สามารถคำนวณปริมาณการมีอยู่ต่อพื้นที่ที่พบเจอพืชและสัตว์ดังกล่าว เนื่องจากสัตว์น้ำไม่ได้อาศัยอยู่เฉพาะพื้นที่ใดพื้นที่หนึ่งแต่จะมีการว่ายเปลี่ยนแหล่งที่อยู่ตลอดเวลาจึงไม่สามารถประเมินปริมาณศักยภาพได้โดยการนับจำนวนต่อพื้นที่เหมือนกรณีของพืชและสัตว์บก จึงต้องอาศัยอาศัยข้อมูลปริมาณสัตว์น้ำจากการจับสัตว์น้ำเหล่านี้ขึ้นมาในรอบปี เป็นเครื่องสะท้อนการมีอยู่ของสัตว์น้ำแทน โดยมีจำนวนสัตว์น้ำทั้งหมด 29 ชนิด เช่น ปูดำ ปลากระบอก ปลาดาวหลา หอยจับแฉง หอยเข็ม เป็นต้น โดยคำนวณจากจำนวนคนและจำนวนครั้งที่จับคูณด้วยปริมาณเฉลี่ยที่จับได้แต่ละครั้ง เพื่อให้ได้ปริมาณสัตว์น้ำที่จับได้ในรอบปี (ซึ่งข้อมูลนี้จะเท่ากับข้อมูลในตารางที่ 4-12 คอลัมน์ที่ 4) โดยการสอบถามจากชาวบ้านที่มีการจับสัตว์น้ำแสดงดังภาพที่ 4-9 และการคำนวณรายละเอียดแสดงในภาคผนวก ง

ผลจากการศึกษา พบว่า สัตว์น้ำ 5 อันดับที่มีปริมาณการมีอยู่มากที่สุด คือ ปูดำ โดยมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 23,868 กิโลกรัมต่อปี รองลงมา คือ หอยจู้บแจงมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 21,312 กิโลกรัมต่อปี ปลากระบอกมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 8,160 กิโลกรัมต่อปี กุ้งขาวมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 4,800 กิโลกรัมต่อปี และปลาตาหลามีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 3,360 กิโลกรัมต่อปี ตามลำดับ ส่วนมูลค่าการมีอยู่ของสัตว์น้ำ 5 อันดับที่มีมูลค่ามากที่สุด คือ ปูดำมีมูลค่าเท่ากับ 2,864,160 บาทต่อปี หอยจู้บแจงมีมูลค่าเท่ากับ 2,131,200 บาทต่อปี ปลากระบอกมีมูลค่าเท่ากับ 979,200 บาทต่อปี กุ้งขาวมีมูลค่าเท่ากับ 816,000 บาทต่อปีและกุ้งกุลาดำมีมูลค่าเท่ากับ 806,000 บาทต่อปี



ภาพที่ 4-9 การสอบถามชาวบ้านที่มีการจับสัตว์น้ำ

จากการสอบถามผู้ที่เข้าไปเก็บหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติให้ความเห็นที่ปัจจุบันอาหารในแหล่งธรรมชาติมีปริมาณลดลง อาจเนื่องมาจากทรัพยากรอาหารในแหล่งธรรมชาติมีแนวโน้มลดลง อีกทั้งเป็นอาหารที่มีความต้องการในการบริโภคทั้งคนในชุมชนและนอกชุมชนและราคาของอาหารประเภทสัตว์น้ำมีราคาสูง ทำให้มีการเข้าไปใช้ประโยชน์จากคนในชุมชนและคนนอกชุมชน และอาจเกินขีดความสามารถในการผลิตเองของแหล่งอาหารธรรมชาติ

4.2.3.2 ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองและมูลค่า

จากการสำรวจและสอบถามเพื่อคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งผลิตเอง พบว่า ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่าจากแหล่งอาหารผลิตเอง โดยมีอาหารทั้งหมด 54 ชนิด แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ 1) ไข่สัตว์เลี้ยง ทั้งหมด 2 ชนิดมีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 89,375 ฟอง ต่อปี คิดเป็นมูลค่า 302,769 บาทต่อปี 2) เนื้อสัตว์ ทั้งหมด 6 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 8,700 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 1,742,919 บาทต่อปี 3) พืชผัก ทั้งหมด 46 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 292,535 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 3,332,321 บาทต่อปี ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองมีปริมาณเท่ากับ 390,610 หน่วยต่อปี คิดเป็นมูลค่ารวมทั้งหมดเท่ากับ 5,378,009 บาทต่อปีซึ่งชนิดและปริมาณกลุ่มตัวอย่างครัวเรือนที่ผลิตเองจะแตกต่างกันออกไปขึ้นอยู่กับความต้องการในการบริโภคของแต่ละครัวเรือน ดังแสดงในตารางที่ 4-17

ตารางที่ 4-17 ชนิดและปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารที่ผลิตเองและมูลค่า

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณอาหารจากแหล่งอาหารที่ผลิตเอง			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						รอบบ้าน	สวน	ไร่ - นา			
พืชไร่											
1	ไข่ไก่	31	39,240	273	54,729	54,729	0	0	3 ฟอง	117,720	164,188
2	ไข่เป็ด	28	24,840	173	34,645	34,645	0	0	4 ฟอง	99,360	138,581
	รวม	-	64,080	445	89,375	89,375	0	0	-	217,080	302,769
เนื้อสัตว์											
1	กุ้งขาว	2	3,600	32	5,021	5,021	0	0	170 กก.	612,000	853,579
2	กุ้งกุลาดำ	2	2,100	18	2,929	2,929	0	0	280 กก.	588,000	820,105
3	ไก่เนื้อ	13	276	2	385	385	0	0	60 กก.	16,560	23,097
4	เป็ดเนื้อ	7	132	1	184	184	0	0	90 กก.	11,880	16,569
5	ปลากะพงขาว	2	80	1	112	112	0	0	140 กก.	11,200	15,621
6	ปลาเก๋า	2	50	0	70	70	0	0	200 กก.	10,000	13,947
	รวม	-	6,238	55	8,700	8,700	0	0	-	1,249,640	1,742,919
พืชผัก											
1	มะพร้าว	114	100,800	700	140,589	4,3156	0	80,398	4 ลูก	403,200	562,358
2	ข้าว	13	38,500	267	53,697	0	0	53,697	20 กก.	770,000	1,073,947
3	มะพร้าวน้ำหอม	13	36,250	252	50,559	1,020	0	49,137	8 ลูก	290,000	404,474
4	กล้วยน้ำว้า	52	6,980	48	9,735	2,456	0	6,310	22 กก.	153,560	214,176

ตารางที่ 4-17 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณอาหารจากแหล่งอาหารที่ผลิตเอง			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						รอบบ้าน	สวน	ไร่ - นา			
5	ตะไคร้	72	5,800	40	8,089	5,800	0	0	20 กก.	116,000	161,789
6	กล้วยส้ม	26	3,480	24	4,854	3,480	0	0	10 กก.	34,800	48,537
7	ข่า	70	3,140	22	4,379	2,342	1,113	0	40 กก.	125,600	175,179
8	กล้วยไข่	14	2,530	18	3,529	2,530	0	0	24 กก.	60,720	84,688
9	มะนาว	51	2,055	14	2,866	2,055	0	0	80 กก.	164,400	229,295
10	ข้าวโพด	2	2,000	14	2,789	0	0	2,789	20 กก.	40,000	55,789
11	หน่อไม้	17	1,370	10	1,911	143	1,711	0	20 กก.	27,400	38,216
12	ผักหวาน	26	1,186	8	1,654	1,186	0	0	50 กก.	59,300	82,708
13	มะละกอ	62	1,135	8	1,583	565	0	795	7 กก.	7,945	11,081
14	มะเขือยาว	34	861	6	1,201	861	0	0	20 กก.	17,220	24,017
15	มะเขือเปราะ	30	688	5	960	688	0	0	22 กก.	15,136	21,111
16	มะม่วงเบา	4	640	4	893	640	0	0	40 กก.	25,600	35,705
17	ขมิ้น	53	372	3	519	372	0	0	20 กก.	7,440	10,377
18	มะเขือพวง	22	209	1	292	209	0	0	15 กก.	3,135	4,373
19	มะกรูด	20	198	1	276	198	0	0	50 กก.	9,900	13,808
20	พริกชี้หนู	75	187	1	261	187	0	0	15 กก.	2,805	3,912
21	ตำลึง	5	182	1	254	182	0	0	50 กก.	9,100	12,692
22	สะตอ	1	140	1	195	140	0	0	80 กก.	11,200	15,621
23	ขิง	3	134	1	187	134	0	0	30 กก.	4,020	5,607
24	ผักโขม	17	105	1	146	105	0	0	40 กก.	4,200	5,858
25	ขี้เหล็ก	3	84	1	117	60,191	0	0	40 กก.	3,360	4,686

ตารางที่ 4-17 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณอาหารจากแหล่งอาหารที่ผลิตเอง			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						รอบบ้าน	สวน	ไร่ - นา			
26	บัวบก	4	75	1	105	0	0	0	40 กก.	3,000	4,184
27	พริกชี้ฟ้า	12	71	0	99	1,423	0	0	25 กก.	1,775	2,476
28	มะขาม	5	70	0	98	3,425	0	0	30 กก.	2,100	2,929
29	ถั่วฝักยาว	2	60	0	84	8,089	0	0	25 กก.	1,500	2,092
30	กลางสาด	1	60	0	84	4,854	0	0	15 กก.	900	1,255
31	สับปะรด	12	48	0	67	3,266	0	0	10 กก.	480	669
32	ชะอม	2	47	0	66	3,529	0	0	80 กก.	3,760	5,244
33	มะอึ๊ก	2	43	0	60	2,866	0	0	50 กก.	2,150	2,999
34	ถั่วพู	4	42	0	59	0	0	0	40 กก.	1,680	2,343
35	กระเพรา	3	34	0	47	199	0	0	40 กก.	1,360	1,897
36	โหระพา	4	28	0	39	1,654	0	0	45 กก.	1,260	1,757
37	แมงลัก	3	26	0	36	788	0	0	25 กก.	650	907
38	ผักบุ้ง	2	25	0	35	1,201	0	0	25 กก.	625	872
39	ผักกาดขาว	3	21	0	29	960	0	0	20 กก.	420	586
40	แตงกวา	1	20	0	28	893	0	0	20 กก.	400	558
41	มะระขี้นก	1	15	0	21	519	0	0	25 กก.	375	523
42	น้อยหน่า	1	15	0	21	292	0	0	25 กก.	375	523
43	กระเจี๊ยบแดง	2	11	0	15	276	0	0	20 กก.	220	307
44	ผักชี	2	2	0	3	261	0	0	30 กก.	60	84
45	ต้นหอม	2	2	0	3	254	0	0	20 กก.	40	56
46	ผักชีฝรั่ง	1	1	0	1	195	0	0	40 กก.	40	56

ตารางที่ 4-17 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่างที่ผลิต (ครัวเรือน)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองของครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (หน่วยต่อปี)	ปริมาณเฉลี่ยต่อครัวเรือนกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 159 ครัวเรือน (หน่วยต่อปี)	ปริมาณอาหารจากแหล่งอาหารที่ผลิตเอง			ราคา (บาทต่อหน่วย)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองจากครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง (บาทต่อปี)	มูลค่าปริมาณการมีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งชุมชน 159 ครัวเรือน (บาทต่อปี)
						รอบบ้าน	สวน	ไร่ - นา			
	รวม	-	209,742	1,457	292,535	96,584	2,025	138,468	-	2,389,211	3,332,321
	รวมทั้งหมด	-	280,060	1,920	390,610	194,659	2,025	138,468	-	3,855,931	5,378,009

1) สัตว์เลี้ยง

ทรัพยากรอาหารประเภทสัตว์เลี้ยงมีการเลี้ยงแคบวงครัวเรือนเท่านั้นสัตว์ที่เลี้ยงส่วนใหญ่เป็นสัตว์ขนาดเล็กที่เลี้ยงไว้บริโภคเนื้อและไข่ คือ เป็ดและไก่ นอกจากนี้ยังมีการเลี้ยงปลาในกระชังเพื่อบริโภคในครัวเรือน คือ ปลากระพง และปลาเก๋า ส่วนสัตว์น้ำที่เลี้ยงไว้เพื่อจำหน่ายและบริโภคคือ กุ้งขาวและกุ้งกุลาดำ นอกจากนี้ยังมีสัตว์เพื่อจำหน่าย คือ แพะและวัว แต่ในงานวิจัยไม่ได้นำแพะและวัวมาคำนวณ เนื่องจากสัตว์ดังกล่าวมีการเลี้ยงไว้เพื่อจำหน่ายเพียงอย่างเดียว จึงทำให้การได้มาของสัตว์ดังกล่าวเพื่อการบริโภคได้จากแหล่งซื้อขายเท่านั้น ผู้วิจัยจึงไม่ได้มีการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของแพะและวัวในแหล่งอาหารผลิต การสำรวจปริมาณที่มีอยู่ของแหล่งอาหารผลิตเองแสดงดังภาพที่ 4-10 และการคำนวณแสดงรายละเอียดในภาคผนวก จ

ผลจากการศึกษา พบว่า ไข่สัตว์เลี้ยงที่มีปริมาณการมีอยู่และมูลค่ามากที่สุด คือ ไข่ไก่มีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 39,240 ฟองต่อปี และมีมูลค่าเท่ากับ 117,720 บาทต่อปี ไข่เป็ดมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 24,840 ฟองต่อปี และมีมูลค่าเท่ากับ 99,360 บาทต่อปี และเนื้อสัตว์ที่มีปริมาณการมีอยู่มากที่สุด คือ กุ้งขาวโดยมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 3,600 กิโลกรัมต่อปี รองลงมา คือ กุ้งกุลาดำมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 2,100 กิโลกรัมต่อปี ไก่เนื้อีมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 276 กิโลกรัมต่อปี เป็ดเนื้อีมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 132 กิโลกรัมต่อปี ปลากระพงขาวมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 80 กิโลกรัมต่อปี ส่วนมูลค่าการมีอยู่ของเนื้อสัตว์มากที่สุด คือ กุ้งขาวคิดเป็นมูลค่า 612,000 บาทต่อปี รองลงมา คือ กุ้งกุลาดำคิดเป็นมูลค่า 588,000 บาทต่อปี ไก่เนื้อีคิดเป็นมูลค่า 16,560 บาทต่อปีเป็ดเนื้อีคิดเป็นมูลค่า 11,880 บาทต่อปี ปลากระพงขาวคิดเป็นมูลค่า 11,200 บาทต่อปี



ภาพที่ 4-10 การสำรวจสัตว์เลี้ยง

2) พืชผัก

ครัวเรือนกลุ่มตัวอย่างทุกครัวเรือนมีการปลูกพืชผักเป็นอาหาร แต่ไม่ได้ปลูกครบทุกชนิด ซึ่งพืชที่ปลูกเป็นอาหารส่วนใหญ่จะเป็นพืชที่ให้ผลผลิตหลายครั้งและไม่ต้องดูแลเป็นประจำ เช่น ตะไคร้ ขมิ้น มะเขือพวง มะเขือยาว มะเขือเปราะ พริกชี้หนู กระเพรา โหระพา เป็นต้น เนื่องจากพืชผักประเภทนี้ส่วนใหญ่เป็นส่วนประกอบในรายการอาหารเกือบทุกประเภทในการบริโภค เช่น แกงส้ม ผัดเผ็ด น้ำพริก ผัดผัก เป็นต้น ส่วนพืชผักที่มีอายุสั้น เช่น ผักบุ้ง ต้นหอม ผักชี ผักกาดขาว เป็นต้น มีการปลูกแค่บางครัวเรือนเท่านั้น เนื่องจากพืชล้มลุกอายุสั้นเหล่านี้และต้องมีการดูแลเป็นประจำ ทำให้ไม่เป็นที่นิยมของคนในชุมชน ซึ่งปริมาณการมีอยู่ของทรัพยากรประเภทพืชผัก ผู้วิจัยได้ทำการสำรวจและทำการสอบถามกลุ่มตัวอย่างแสดงดังภาพที่ 4-11 และสำหรับการคำนวณแสดงรายละเอียดในภาคผนวก ฉ

ผลจากการศึกษา พบว่า พืชผัก 5 อันดับ ที่มีปริมาณการมีอยู่มากที่สุดและปลูกทุกครัวเรือนคือ มะพร้าว เนื่องจากมะพร้าวเจริญเติบโตและผลผลิตได้ดีบริเวณชายฝั่งทะเลที่มีลักษณะดินเป็นดินทราย (กรมส่งเสริมการเกษตร, 2547) ซึ่งเป็นลักษณะดินที่พบในชุมชนโคกพยอม จึงทำให้ต้นมะพร้าวสามารถเจริญเติบโตและให้ผลผลิตได้ดีโดยมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 100,800 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือข้าวมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 38,500 กิโลกรัมต่อปี มะพร้าว น้ำหอมมีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 36,250 กิโลกรัมต่อปี กลัวยน้ำว่ามีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 6,980 กิโลกรัมต่อปี และตะไคร้มีปริมาณการมีอยู่ทั้งหมดเท่ากับ 5,800 กิโลกรัมต่อปี ตามลำดับ ส่วนมูลค่าการมีอยู่ของพืชผัก 5 อันดับที่มีมูลค่ามากที่สุด คือ ข้าวมีมูลค่าเท่ากับ 770,000 บาทต่อปี มะพร้าว 403,200 บาทต่อปี มะพร้าวน้ำหอม 290,000 บาทต่อปี กลัวยน้ำว่า 153,560 บาทต่อปี และตะไคร้ 116,000 บาทต่อปี



ภาพที่ 4-11 การสำรวจพืชผัก

สรุปผลการสำรวจการปลูกพืชและการเลี้ยงสัตว์ พบว่า ชาวบ้านในชุมชนส่วนใหญ่มีการปลูกพืชมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 76-100 คือ มะพร้าว พืชที่ปลูกมาก คิดเป็นร้อยละ 51-75 คือ ข่า พริกชี้ฟ้า มะละกอ และกล้วยน้ำว้า พืชที่ปลูกปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 26-50 คือ ขมิ้น ตะไคร้ มะเขือยาว มะเขือเปราะ และมะนาว ส่วนพืชอื่นๆ ที่ไม่ได้กล่าวไว้คือพืชที่นิยมปลูกกันน้อย คิดเป็นร้อยละ 0-25 เช่น กระจับแดง กระจับเพรา ขมิ้น ชะอม เป็นต้น อย่างไรก็ตามการพึ่งพาอาหารประเภทพืชผักที่ไม่เป็นที่นิยมปลูก เช่น กะหล่ำปลี บวบเหลี่ยม มะเขือเทศ หอมหัวใหญ่ เป็นต้น จำเป็นต้องพึ่งแหล่งซื้อขายจากระบบตลาดเป็นหลัก (ภาพที่ 4-12)



ภาพที่ 4-12 พืชผักที่มีการปลูกในชุมชน

4.2.3.3 ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารซื้อขายและมูลค่า

ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งซื้อขายเป็นข้อจำกัดของงานวิจัยที่เคยกล่าวไว้ในบทที่ 1 (หน้า 5) ถึงแม้ว่าไม่ได้มีการศึกษาปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารเหล่านี้ว่ามีปริมาณเท่าไร แต่ก็น่าจะมีปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน ซึ่งผลการศึกษาปริมาณอาหารจากแหล่งซื้อขาย พบว่า ชุมชนมีการบริโภคอาหารจากแหล่งซื้อขายทั้งหมด 181 ชนิด แบ่งออกเป็น 6 ประเภท ได้แก่ อาหารปรุงสำเร็จ อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุง พืชผัก ผลไม้ สัตว์และผลิตภัณฑ์จากสัตว์

1) อาหารปรุงสำเร็จ

ทรัพยากรอาหารประเภทอาหารปรุงสำเร็จส่วนใหญ่มักเป็นอาหารที่ซื้อรับประทานในตอนเช้า เนื่องจากอาชีพหลักของคนในชุมชนคือ การทำสวนยางพารา ซึ่งต้องเริ่มกรีดยางตั้งแต่รุ่งเช้าของทุกวัน จึงไม่มีเวลาทำอาหารเช้า ต้องพึ่งอาหารที่ขายในชุมชน เช่น ข้าวเหนียวไก่ หมี่ผัด ข้าวต้มมัด ขนมครก เป็นต้น อาหารปรุงสำเร็จเหล่านี้มีการทำขึ้นเองภายในชุมชน จึงทำให้การพึ่งพาอาหารปรุงสำเร็จได้จากแหล่งอาหารภายในชุมชนเท่านั้น

2) อาหารสำเร็จรูป

ทรัพยากรอาหารประเภทอาหารสำเร็จรูปที่มีการซื้อมาบริโภคมากที่สุด คือ กาแฟ เนื่องจากอาชีพหลักในข้างต้นที่กล่าวไว้ข้างต้นทำให้หางวงนอนจากการตื่นตั้งแต่รุ่งเช้าของวัน รวมทั้งวิถีชีวิตของคนในชุมชนที่ต้องมีกาแฟติดบ้านไว้เพื่อรับแขก ซึ่งเป็นเครื่องดื่มที่สะดวกและหาซื้อได้ง่าย นอกจากนี้ยังมี โอวัลติน นม บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และปลากระป๋อง ที่มีการซื้อมาบริโภคภายในครัวเรือน มีการพึ่งพาทั้งภายในชุมชนจากร้านค้าทั้ง 3 ร้าน แต่จะเป็นการขายปลีกที่แพงกว่า จึงทำให้คนในชุมชนบางส่วนก็หันไปพึ่งพาแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนโดยการซื้อในปริมาณแบบขายส่งเพื่อให้ได้ราคาที่ถูกกว่า

3) เครื่องปรุง

ทรัพยากรอาหารประเภทเครื่องปรุงเป็นอาหารที่ทุกครัวเรือนต้องซื้อรับประทานและไม่สามารถผลิตเองได้ ต้องพึ่งแหล่งซื้อขายเป็นหลัก ได้แก่ กระเทียม เกลือ น้ำตาลทราย น้ำมันพืช น้ำปลา น้ำปู ผงชูรส กะปิ และหัวหอม มีการพึ่งพาทั้งภายในชุมชนจากร้านค้าทั้ง 3 ร้าน แต่จะเป็นการขายปลีกที่แพงกว่า จึงทำให้คนในชุมชนบางส่วนก็หันไปพึ่งพาแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนโดยการซื้อในปริมาณแบบขายส่ง เพื่อให้ได้ราคาที่ถูกกว่า เช่นเดียวกับอาหารสำเร็จรูป

4) พืชผัก

ทรัพยากรอาหารประเภทพืชผักบางประเภทมีการพึ่งแหล่งซื้อขายมากกว่าแหล่งผลิตเอง เนื่องจากแหล่งซื้อขายมีพืชผักให้เลือกตามต้องการมากกว่าแหล่งอื่นๆ พืชผักส่วนใหญ่ที่มีการซื้อขายมักเป็นพืชผักอายุสั้น เช่น แตงกวา พริกเขียว ผักบุ้ง คื่นช่าย เป็นต้น ซึ่งเป็นพืชผักที่สามารถนำมาประกอบอาหารได้ทันที ส่วนใหญ่มักซื้อในตลาดนัดภายนอกชุมชน เนื่องจากมีพืชผักให้เลือกมากกว่าในชุมชน

5) ผลไม้

ทรัพยากรอาหารประเภทผลไม้ในการบริโภคของคนในชุมชนได้จากแหล่งซื้อขายเป็นหลัก เนื่องจากคนในชุมชนไม่นิยมปลูกผลไม้ โดยให้เหตุผลว่าผลผลิตที่ได้มีปริมาณน้อยและไม่มีความรู้เรื่องการทำสวนผลไม้ เพราะเป็นชุมชนติดทะเลมีความรู้เรื่องการทำการประมงพื้นบ้านเป็นส่วนใหญ่ จึงนิยมที่จะซื้อผลไม้มาบริโภค เช่น แตงโม เงาะ ลองกอง มะม่วงเขียวเสวย มะม่วงน้ำดอกไม้ มังคุด เป็นต้น ส่วนใหญ่มักซื้อในตลาดนัดภายนอกชุมชน เนื่องจากมีพืชผักให้เลือกมากกว่าในชุมชน เช่นเดียวกับอาหารประเภทพืชผัก

6) สัตว์และผลผลิตจากสัตว์

ทรัพยากรอาหารประเภทสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ส่วนใหญ่ได้จากแหล่งธรรมชาติซึ่งเป็นจำพวกสัตว์น้ำเป็นส่วนใหญ่ ถึงแม้เป็นชุมชนชายฝั่งทะเล แต่บางครัวเรือนก็ไม่ได้เข้าไปหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติ จึงต้องอาศัยอาหารจากแหล่งตลาดในการบริโภคถึงแม้จะเป็นชนิดเดียวกันกับอาหารที่มีในแหล่งธรรมชาติก็ตาม เช่น ปูดำ ปลากระบอก ปลาดาว ปลา กุ้งขาว กุ้งไข่ เป็นต้น หากเป็นสัตว์น้ำชาวบ้านมักซื้อในชุมชนจากชาวประมงที่จับได้ในแต่ละวัน ที่นำมาขายในตลาดภายในชุมชนซึ่งเป็น

อาหารที่สด ปลอดภัย และราคาถูกกว่าแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน เนื่องจากต้องซื้อผ่านพ่อค้าคนกลาง ส่วนสัตว์กินเนื้อและไข่ไก่ไข่เป็ดมักซื้อจากตลาดภายนอกชุมชนมากกว่าภายในชุมชน เนื่องจากเนื้อสัตว์ดังกล่าวไม่มีขายภายในชุมชน ส่วนไข่ไก่ไข่เป็ดที่มีในชุมชนก็ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จึงต้องซื้อจากแหล่งอาหารภายนอกชุมชนเป็นส่วนใหญ่

จากการศึกษาปริมาณอาหารจากแหล่งอาหารซื้อขาย พบว่า ชุมชนมีการพึ่งพาอาหารที่หลากหลายกว่าแหล่งอื่นๆ และมีอาหารแทบทุกประเภทให้เลือกซื้อ จึงทำให้ครัวเรือนในชุมชนโคกพยอนนิยมพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายทั้งภายในและภายนอกชุมชน มากกว่าแหล่งอาหารธรรมชาติ และแหล่งอาหารผลิตเอง ถึงแม้บางชนิดจะมีอยู่ตามแหล่งอาหารธรรมชาติหรือแหล่งผลิตเอง แต่ในบางครั้งก็ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค หรือบางครั้งครัวเรือนที่ไม่มีเวลาเข้าถึงแหล่งดังกล่าว ก็จะหันมาพึ่งแหล่งซื้อขายเพราะเข้าถึงได้ง่ายที่สุด แต่ต้องมีรายได้สำหรับการซื้ออาหารแต่ละชนิดด้วย

สรุปภาพรวมของปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่าอาหาร พบว่า ปริมาณจากแหล่งอาหารผลิตเองมีปริมาณมากที่สุด 280,060 หน่วยต่อปี รองลงมาคือปริมาณจากแหล่งอาหารธรรมชาติ 123,762 กิโลกรัมต่อปี ส่วนมูลค่าการมีอยู่ของอาหาร พบว่า มูลค่าจากแหล่งอาหารธรรมชาติมีมูลค่ามากที่สุดถึง 10,589,717 บาทต่อปี รองลงมาคือ มูลค่าจากแหล่งอาหารผลิตเอง 3,855,931 บาทต่อปี จากข้อมูลข้างต้นผู้วิจัยสามารถแสดงข้อมูลปริมาณและมูลค่าอาหารที่มีอยู่ทั้งหมดดังแสดงในตารางที่ 4-18 และชนิดและปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่าดังแสดงในตารางที่ 4-19 ดังนี้

ตารางที่ 4-18 สรุปชนิด ปริมาณ และมูลค่าอาหารที่มีอยู่ในชุมชนจากแหล่งอาหารประเภทต่างๆ

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่			ราคา	มูลค่า ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด
			แหล่ง อาหาร ธรรมชาติ	แหล่ง อาหาร ผลิตเอง	แหล่ง อาหารซื้อ ขาย		
1	มะพร้าว	140,589	0	140,589	-	4 บาท/กก.	562,358
2	ไข่ไก่	54,729	0	54,729	-	3 บาท/ฟอง	164,188
3	ข้าว	53,697	0	53,697	-	20 บาท/กก.	1,073,947
4	มะพร้าวน้ำหอม	50,559	0	50,559	-	8 บาท/กก.	404,474
5	ไข่เป็ด	34,645	0	34,645	-	4 บาท/ฟอง	138,581
6	ปูด้า	23,868	23,868	0	-	120 บาท/กก.	2,864,160
7	หอยจืด	21,312	21,312	0	-	100 บาท/กก.	2,131,200
8	ผักถั่วดำ	18,750	18,750	0	-	3 บาท/กก.	56,250
9	สาหร่าย	16,800	16,800	0	-	2 บาท/กก.	33,600
10	กุ้งขาว	9,821	4,800	5,021	-	170 บาท/กก.	1,669,579
11	กล้วยน้ำว้า	9,735	0	9,735	-	22 บาท/กก.	214,176
12	ปลากระบอก	8,160	8,160	0	-	120 บาท/กก.	979,200
13	ตะไคร้	8,089	0	8,089	-	20 บาท/กก.	161,789
14	กุ้งกุลาดำ	5,809	2,880	2,929	-	280 บาท/กก.	1,626,505
15	กล้วยส้ม	4,854	0	4,854	-	10 บาท/กก.	48,537
16	ข้า	4,379	0	4,379	-	40 บาท/กก.	175,179
17	กล้วยไข่	3,529	0	3,529	-	24 บาท/กก.	84,688
18	ปลาตาหลา	3,360	3,360	0	-	60 บาท/กก.	201,600
19	หอยกบ	3,250	3,250	0	-	3 บาท/กก.	9,750
20	มะนาว	2,866	0	2,866	-	80 บาท/กก.	229,295
21	ข้าวโพด	2,789	0	2,789	-	20 บาท/กก.	55,789
22	หอยเขี้ยว	2,592	2,592	0	-	40 บาท/กก.	103,680
23	หน่อไม้	1,911	0	1,911	-	20 บาท/กก.	38,216
24	กุ้งไข่	1,680	1,680	0	-	100 บาท/กก.	168,000
25	ผักหวาน	1,654	0	1,654	-	50 บาท/กก.	82,708
26	มะละกอ	1,583	0	1,583	-	7 บาท/กก.	11,081
27	หอยเจดีย์	1,560	1,560	0	-	60 บาท/กก.	93,600
28	หอยแครง	1,440	1,440	0	-	70 บาท/กก.	100,800
29	หอยรอก	1,440	1,440	0	-	150 บาท/กก.	216,000
30	ปลาเก๋า	1,366	1,296	70	-	200 บาท/กก.	273,147
31	ปลานาเหจิ้น	1,344	1,344	0	-	60 บาท/กก.	80,640
32	หอยก้น	1,260	1,260	0	-	80 บาท/กก.	100,800
33	มะเขือยาว	1,201	0	1,201	-	20 บาท/กก.	24,017
34	ปลากะพงแดง	1,200	1,200	0	-	160 บาท/กก.	192,000
35	ปลาทราย	1,080	1,080	0	-	80 บาท/กก.	86,400
36	มะเขือเปราะ	960	0	960	-	22 บาท/กก.	21,111
37	กุ้ง	900	900	0	-	150 บาท/กก.	135,000
38	ปลาจิ้งม่อง	900	900	0	-	50 บาท/กก.	45,000
39	มะม่วงเบา	893	0	893	-	40 บาท/กก.	35,705

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่			ราคา	มูลค่า ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด
			แหล่ง อาหาร ธรรมชาติ	แหล่ง อาหาร ผลิตเอง	แหล่ง อาหารซื้อ ขาย		
40	ปลาลามา	600	600	0	-	50 บาท/กก.	30,000
41	ขมิ้น	519	0	519	-	20 บาท/กก.	10,377
42	ปลากะพงขาว	412	300	112	-	140 บาท/กก.	57,621
43	ไก่เนื้อ	385	0	385	-	60 บาท/กก.	23,097
44	น้ำผึ้ง	375	375	0	-	269 บาท/กก.	100,875
45	ปลากะพงแสม	360	360	0	-	300 บาท/กก.	108,000
46	ปลาไหล	360	360	0	-	180 บาท/กก.	64,800
47	กุ้งกุลาลาย	336	336	0	-	350 บาท/กก.	117,600
48	มะเขือพวง	292	0	292	-	15 บาท/กก.	4,373
49	ปลาอุก	288	288		-	120 บาท/กก.	34,560
50	มะกรูด	276	0	276	-	50 บาท/กก.	13,808
51	พริกชี้หนู	261	0	261	-	15 บาท/กก.	3,912
52	ตำลึง	254	0	254	-	50 บาท/กก.	12,692
53	แมงดา	240	240	0	-	170 บาท/กก.	40,800
54	หอยท้ายเขา	240	240	0	-	280 บาท/กก.	67,200
55	สะตอ	195	0	195	-	80 บาท/กก.	15,621
56	หอยนางรม	192	192	0	-	250 บาท/กก.	48,000
57	ชิง	187	0	187	-	30 บาท/กก.	5,607
58	เปิดเนื้อ	184	0	184	-	90 บาท/กก.	16,569
59	ปลากะพงข้างปาน	180	180	0	-	150 บาท/กก.	27,000
60	กุ้งเหลือง	150	150	0	-	150 บาท/กก.	22,500
61	ผักโขม	146	0	146	-	40 บาท/กก.	5,858
62	เห็ดเสม็ด	144	144	0	-	133 บาท/กก.	19,152
63	ตัวอ่อนของผึ้ง	125	125	0	-	90 บาท/กก.	11,250
64	ซีเหล็ก	117	0	117	-	40 บาท/กก.	4,686
65	บัวบก	105	0	105	-	40 บาท/กก.	4,184
66	พริกชี้ฟ้า	99	0	99	-	25 บาท/กก.	2,476
67	มะขาม	98	0	98	-	30 บาท/กก.	2,929
68	ถั่วฝักยาว	84	0	84	-	25 บาท/กก.	2,092
69	นางสาด	84	0	84	-	15 บาท/กก.	1,255
70	สับปะรด	67	0	67	-	10 บาท/กก.	669
71	ชะอม	66	0	66	-	80 บาท/กก.	5,244
72	มะเอ็ก	60	0	60	-	50 บาท/กก.	2,999
73	ถั่วพู	59	0	59	-	40 บาท/กก.	2,343
74	กระเพรา	47	0	47	-	40 บาท/กก.	1,897
75	โหระพา	39	0	39	-	45 บาท/กก.	1,757
76	แมงลัก	36	0	36	-	25 บาท/กก.	907
77	ผักบุ้ง	35	0	35	-	25 บาท/กก.	872
78	ผักกาดขาว	29	0	29	-	20 บาท/กก.	586
79	แตงกวา	28	0	28	-	20 บาท/กก.	558
80	น้อยหน่า	21	0	21	-	25 บาท/กก.	523
81	มะระขี้นก	21	0	21	-	25 บาท/กก.	523

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่			ราคา	มูลค่า ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด
			แหล่ง อาหาร ธรรมชาติ	แหล่ง อาหาร ผลิตเอง	แหล่ง อาหารซื้อ ขาย		
82	กระเจี๊ยบแดง	15	0	15	-	20 บาท/กก.	307
83	ต้นหอม	3	0	3	-	20 บาท/กก.	56
84	ผักชี	3	0	3	-	30 บาท/กก.	84
85	ผักชีฝรั่ง	1	0	1	-	40 บาท/กก.	56
86	ปลาดุก	-	0	0	-	60 บาท/กก.	-
87	ปลานิล	-	0	0	-	75 บาท/กก.	-
88	ปลาช่อน	-	0	0	-	140 บาท/กก.	-
89	หมู	-	0	0	-	120 บาท/กก.	-
90	เนื้อ	-	0	0	-	150 บาท/กก.	-
91	มะขามเปรี้ยว	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
92	บวบเหลี่ยม	-	0	0	-	35 บาท/กก.	-
93	คะน้า	-	0	0	-	50 บาท/กก.	-
94	มะระ	-	0	0	-	24 บาท/กก.	-
95	เผือก	-	0	0	-	65 บาท/กก.	-
96	หัวไชเท้า	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
97	กะหล่ำปลี	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
98	ข้าวโพดอ่อน	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
99	กะหล่ำดอก	-	0	0	-	50 บาท/กก.	-
100	มันเทศ	-	0	0	-	60 บาท/กก.	-
101	ผักกวางตุ้ง	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
102	สาระแหน่	-	0	0	-	80 บาท/กก.	-
103	ฟักทอง	-	0	0	-	23 บาท/กก.	-
104	มะเขือเทศ	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
105	ผักกูด	-	0	0	-	60 บาท/กก.	-
106	เห็ดฟาง	-	0	0	-	90 บาท/กก.	-
107	ถั่วงอก	-	0	0	-	20 บาท/กก.	-
108	ฟักเขียว	-	0	0	-	29 บาท/กก.	-
109	หอมหัวใหญ่	-	0	0	-	22 บาท/กก.	-
110	เห็ดหูหนู	-	0	0	-	50 บาท/กก.	-
111	แครอท	-	0	0	-	25 บาท/กก.	-
112	เห็ดนางฟ้า	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
113	สะเดา	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
114	ลูกเนียง	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
115	ดอกแค	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
116	บวบหอม	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
117	ผักชีลาว	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
118	ผักชีล้อม	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
119	ผักกะเฉด	-	0	0	-	50 บาท/กก.	-
120	กุยช่าย	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
121	เงาะ	-	0	0	-	25 บาท/กก.	-
122	มะม่วงเขียวเสวย	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
123	มะม่วงน้ำดอกไม้	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่			ราคา	มูลค่า ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด
			แหล่ง อาหาร ธรรมชาติ	แหล่ง อาหาร ผลิตเอง	แหล่ง อาหารซื้อ ขาย		
124	แตงโม	-	0	0	-	15 บาท/กก.	-
125	สละ	-	0	0	-	70 บาท/กก.	-
126	ส้มเขียวหวาน	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
127	ส้มโอ	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
128	กล้วยหอม	-	0	0	-	35 บาท/กก.	-
129	กล้วยเล็บมือนาง	-	0	0	-	35 บาท/กก.	-
130	ขนุน	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
131	ลองกอง	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
132	มังคุด	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
133	ชมพู	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
134	มะยม	-	0	0	-	15 บาท/กก.	-
135	ทุเรียนชะนี	-	0	0	-	45 บาท/กก.	-
136	แก้วมังกร	-	0	0	-	32 บาท/กก.	-
137	ฝรั่ง	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
138	ทุเรียนหมอนทอง	-	0	0	-	50 บาท/กก.	-
139	มะขามหวาน	-	0	0	-	80 บาท/กก.	-
140	ละไม	-	0	0	-	22 บาท/กก.	-
141	ลำไย	-	0	0	-	40 บาท/กก.	-
142	ละมุด	-	0	0	-	20 บาท/กก.	-
143	กะท้อน	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
144	จำปาตะ	-	0	0	-	24 บาท/กก.	-
145	ส้มโชกุน	-	0	0	-	60 บาท/กก.	-
146	ทุเรียนบ้าน	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
147	ระกำ	-	0	0	-	30 บาท/กก.	-
148	องุ่น	-	0	0	-	100 บาท/กก.	-
149	แอปเปิ้ล	-	0	0	-	70 บาท/กก.	-
150	เกลือ	-	0	0	-	2 บาท/ซอง	-
151	กะปิ	-	0	0	-	100 บาท/กก.	-
152	น้ำตาลทราย	-	0	0	-	24 บาท/กก.	-
153	น้ำมันพืช	-	0	0	-	50 บาท/ขวด	-
154	น้ำปลา	-	0	0	-	20 บาท/ขวด	-
155	น้ำปู	-	0	0	-	25 บาท/ขวด	-
156	น้ำส้มสายชู	-	0	0	-	20 บาท/ขวด	-
157	ผงชูรส	-	0	0	-	2 บาท/ซอง	-
158	น้ำมันหอย	-	0	0	-	19 บาท/ขวด	-
159	พริกไทยป่น	-	0	0	-	10 บาท/กระป๋อง	-
160	เต้าเจี้ยว	-	0	0	-	30 บาท/ขวด	-
161	กระเทียม	-	0	0	-	35 บาท/กก.	-
162	ซอสมะเขือเทศ	-	0	0	-	18 บาท/ขวด	-
163	หัวหอม	-	0	0	-	46 บาท/กก.	-
164	ซอสพริก	-	0	0	-	13 บาท/ขวด	-
165	กาแฟ	-	0	0	-	3 บาท/ซอง	-

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่			ราคา	มูลค่า ปริมาณ อาหารที่มี ทั้งหมด
			แหล่ง อาหาร ธรรมชาติ	แหล่ง อาหาร ผลิตเอง	แหล่ง อาหารซื้อ ขาย		
166	โอวัลติน	-	0	0	-	3 บาท/ซอง	-
167	นม	-	0	0	-	10 บาท/กล่อง	-
168	บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป	-	0	0	-	6 บาท/ซอง	-
169	ปลากระป๋อง	-	0	0	-	13 บาท/กระป๋อง	-
170	หมี่ผัด	-	0	0	-	20 บาท/ห่อ	-
171	ข้าวเหนียวไก่	-	0	0	-	25 บาท/ห่อ	-
172	ขนมกรวย	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
173	ข้าวต้มมัด	-	0	0	-	10 บาท/ห่อ	-
174	ขนมหัวล้าน	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
175	ขนมมด	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
176	ขนมต้มใบกะพ้อ	-	0	0	-	10 บาท/มัด	-
177	ขนมค่อม	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
178	ขนมครก	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
179	ยาหนม	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
180	ข้าวต้ม	-	0	0	-	15 บาท/ถ้วย	-
181	ขนมคนที	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
182	ข้าวเหนียวปิ้ง	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
183	ขนมกอและ	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
184	กล้วยแขก	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
185	ขนมด้วง	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
186	ข้าวผัด	-	0	0	-	25 บาท/ห่อ	-
187	กล้วยเตี๋ยว	-	0	0	-	25 บาท/ถ้วย	-
188	ขนมป้าจี้	-	0	0	-	10 บาท/ถุง	-
	รวม	514,372	123,762	390,610	-	-	15,591,026

ตารางที่ 4-19 ปริมาณและมูลค่าอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน

แหล่งอาหาร	ประเภทของทรัพยากรอาหาร	เป้าหมายการใช้ประโยชน์	ปริมาณที่มีอยู่ (หน่วยต่อปี)	มูลค่าปริมาณที่มีอยู่ (บาทต่อปี)
ธรรมชาติ	- พืชและสัตว์บก	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	39,444 กิโลกรัมต่อปี	607,577
	- สัตว์น้ำ	บริโภค/จำหน่าย	89,375 กิโลกรัมต่อปี	9,982,140
ผลิตเอง	- ไข่สัตว์เลี้ยง	บริโภค/แจกจ่าย	64,080 ฟองต่อปี	302,769
	- เนื้อสัตว์	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	8,700 กิโลกรัมต่อปี	1,742,919
	- พืชผัก	บริโภค/แจกจ่าย/จำหน่าย	292,535 กิโลกรัมต่อปี	3,332,321
ซื้อขาย	อาหารปรุงสำเร็จ	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล
	อาหารสำเร็จรูป	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล
	เครื่องปรุง	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล
	พืชผัก	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล
	ผลไม้	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล
	สัตว์และผลผลิตจากสัตว์	บริโภค	ไม่มีข้อมูล	ไม่มีข้อมูล

4.2.4 การเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่กับปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภค

ในการจะทราบถึงความเพียงพอของอาหารที่มีในชุมชนกับความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน ต้องทำการเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนกับปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภคเท่านั้น (ไม่พิจารณาปริมาณที่นำไปจำหน่าย) ซึ่งในการเปรียบเทียบจะเปรียบเทียบเฉพาะปริมาณอาหารที่มีอยู่เพียง 2 แหล่ง ได้แก่ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองอย่างที่ได้อ้างไว้ข้างต้น จากการผลการศึกษาค่าเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่ต่อปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค เมื่อเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารธรรมชาติกับปริมาณความต้องการในการบริโภค พบว่า ส่วนใหญ่ยังมีปริมาณอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน จากทั้งหมด 35 ชนิด ยังมีปริมาณคงเหลือทั้งหมด 27 ชนิด ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองเมื่อเปรียบเทียบระหว่างปริมาณการมีอยู่กับปริมาณความต้องการในการบริโภค พบว่า ส่วนใหญ่ปริมาณอาหารยังมีชนิดที่ยังไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จากทั้งหมด 54 ชนิด ยังปริมาณคงเหลือทั้งหมด 16 ชนิด หากเปรียบเทียบความต้องการในการบริโภคทั้งหมด พบว่า ปริมาณการมีอยู่ของอาหารในชุมชนยังไม่เพียงพอกับปริมาณความต้องการในการบริโภค จึงทำให้คนในชุมชนต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายเพื่อให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน ดังตารางที่ 4-20

ตารางที่ 4-20 การเปรียบเทียบระหว่างปริมาณที่มีอยู่กับปริมาณการใช้ประโยชน์

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ทั้งหมด (1)				ปริมาณที่ต้องการในการบริโภค (2)				เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ต่อ ปริมาณที่บริโภค (1)-(2)			เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชน โดยไม่พึ่งพาแหล่งซื้อขาย		
		ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	การมีอยู่	บริโภค ทั้งหมด	ผลต่าง
1	มะพร้าว	0	140,589	-	140,589	0	384	586	969	0	140,206	-586	140,589	969	139,620
2	ไข่ไก่	0	54,729	-	54,729	0	34,924	30,768	65,692	0	19,805	-30,768	54,729	65,692	-10,963
3	ข้าว	0	53,697	-	53,697	0	6,393	15,537	21,931	0	47,304	-15,537	53,697	21,931	31,767
4	มะพร้าวน้ำหอม	0	50,559	-	50,559	0	3,266	586	3,852	0	47,293	-586	50,559	3,852	46,707
5	ไข่เป็ด	0	34,645	-	34,645	0	16,458	13,309	29,766	0	18,187	-13,309	34,645	29,766	4,879
6	ปุด้า	23,868	0	-	23,868	2,000	0	3,743	5,743	21868	0	-3,743	23,868	5,743	18,125
7	หอยจืด	21,312	0	-	21,312	1,500	0	4,324	5,824	19812	0	-4,324	21,312	5,824	15,488
8	ผักถั่วดำ	18,750	0	-	18750	200	0	265	465	18550	0	-265	18,750	465	18,285
9	สาหร่าย	16,800	0	-	16800	550	0	544	1,094	16250	0	-544	16,800	1,094	15,706
10	กุ้งขาว	4,800	5,021	-	9,821	200	28	976	1,204	4600	4,993	-976	9,821	1,204	8,617
11	กล้วยน้ำว้า	0	9,735	-	9,735	0	907	2,036	2,943	0	8,829	-2,036	9,735	2,943	6,792
12	ปลากระบอก	8,160	0	-	8,160	2,800	0	6,088	8,888	5360	0	-6,088	8,160	8,888	-728
13	ตะไคร้	0	8,089	-	8,089	0	3,565	0	3,565	0	4,525	0	8,089	3,565	4,525
14	กุ้งกุลาดำ	2,880	2,929	-	5,809	400	28	70	498	2480	2,901	-70	5,809	498	5,311
15	กล้วยส้ม	0	4,854	-	4,854	0	3,114	0	3,114	0	1,739	0	4,854	3,114	1,739
16	ข้าว	0	4,379	-	4,379	0	941	0	941	0	3,438	0	4,379	941	3,438
17	กล้วยไข่	0	3,529	-	3,529	0	784	357	1,141	0	2,745	-357	3,529	1,141	2,388
18	ปลาดุก	3,360	0	-	3,360	150	0	3,877	4,027	3210	0	-3,877	3,360	4,027	-667
19	หอยกแป้ง	3,250	0	-	3,250	863	0	1,451	2,314	2387	0	-1,451	3,250	2,314	936
20	มะนาว	0	2,866	-	2,866	0	2,208	3,506	5,714	0	658	-3,506	2,866	5,714	-2,848
21	ข้าวโพด	0	2,789	-	2,789	0	153	1,455	1,608	0	2,636	-1,455	2,789	1,608	1,181

ตารางที่ 4-20 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ทั้งหมด (1)				ปริมาณที่ต้องการในการบริโภค (2)				เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ต่อ ปริมาณที่บริโภค (1)-(2)			เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชน โดยไม่พึ่งพาแหล่งซื้อขาย		
		ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	การมีอยู่	บริโภคทั้งหมด	ผลต่าง
22	หอยเขี้ยว	2,592	0	-	2,592	100	0	4,463	4,563	2492	0	-4,463	2,592	4,563	-1,971
23	หน่อไม้	0	1,911	-	1,911	0	234	1,371	1,605	0	1,676	-1,371	1,911	1,605	305
24	กุ้งไข่	1,680	0	-	1,680	150		907	1,057	1530	0	-907	1,680	1,057	623
25	ผักหวาน	0	1,654	-	1,654	0	642	4,260	4,901	0	1,013	-4,260	1,654	4,901	-3,247
26	มะละกอ	0	1,583	-	1,583	0	484	0	484	0	1,099	-	1,583	484	1,099
27	หอยเจดีย์	1,560	0	-	1,560	750	0	1,729	2,479	810	0	-1,729	1,560	2,479	-919
28	หอยแครง	1,440	0	-	1,440	50	0	56	106	1390	0	-56	1,440	106	1,334
29	หอยรอก	1,440	0	-	1,440	100	0	251	351	1340	0	-251	1,440	351	1,089
30	ปลาเก๋า	1,296	70	-	1,366	30	56	1,261	1,347	1266	14	-1,261	1,366	1,347	19
31	ปลานาเหิงิน	1,344	0	-	1,344	50	0	293	343	1294	0	-293	1,344	343	1,001
32	หอยก้น	1,260	0	-	1,260	200	0	725	925	1060	0	-725	1,260	925	335
33	มะเขือยาว	0	1,201	-	1,201	0	881	7,791	8,672	0	319	-7,791	1,201	8,672	-7,472
34	ปลากะพงแดง	1,200	0	-	1,200	10	0	70	80	1190	0	-70	1,200	80	1,120
35	ปลาทราย	1,080	0	-	1,080	140	0	5,922	6,062	940	0	-5,922	1,080	6,062	-4,982
36	มะเขือเปราะ	0	960	-	960	0	738	8,363	9,101	0	222	-8,363	960	9,101	-8,141
37	กุ้ง	900	0	-	900	10	0	7	17	890	0	-7	900	17	883
38	ปลาจิ้งม่อง	900	0	-	900	150	0	1,456	1,606	750	0	-1,456	900	1,606	-706
39	มะม่วงเบา	0	893	-	893	0	279	1,149	1,428	0	614	-1,149	893	1,428	-536
40	ปลาลำมา	600	0	-	600	50	0	5,788	5,838	550	0	-5,788	600	5,838	-5,238
41	ขมิ้น	0	519	-	519	0	173	439	612	0	346	-439	519	612	-93
42	ปลากะพงขาว	300	112	-	412	53	0	7	60	247	112	-7	412	60	352
43	ไก่เนื้อ	0	385	-	385	0	119	10,381	10,500	0	266	-10,381	385	10,500	-10,115
44	น้ำผึ้ง	375	0	-	375	55	0	70	125	320	0	-70	375	125	250
45	ปลากะพงแสม	360	0	-	360	40	0	7	47	320	0	-7	360	47	313

ตารางที่ 4-20 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ทั้งหมด				ปริมาณที่ต้องการในการบริโภค				เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ต่อปริมาณที่บริโภค (1)-(2)			เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชนโดยไม่พึ่งพาแหล่งซื้อขาย		
		ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	การมีอยู่	บริโภคทั้งหมด	ผลต่าง
46	ปลาไหล	360	0	-	360	105	0	14	119	255	0	-14	360	119	241
47	กุ้งกุลาลาย	336	0	-	336	5	0	42	47	331	0	-42	336	47	289
48	มะเขือพวง	0	292	-	292	0	292	6,527	6,819	0	0	-6,527	292	6,819	-6,527
49	ปลากุกู	288		-	288	95	0	530	625	193	0	-530	288	625	-337
50	มะกรูด	0	276	-	276	0	149	243	392	0	127	-243	276	392	-116
51	พริกชี้หนู	0	261	-	261	0	165	637	802	0	96	-637	261	802	-541
52	ตำลึง	0	254	-	254	0	170	331	501	0	84	-331	254	501	-247
53	แมงดา	240	0	-	240	10	0	7	17	230	0	-7	240	17	223
54	หอยท้ายเขา	240	0	-	240	58	0	28	86	182	0	-28	240	86	154
55	สะตอ	0	195	-	195	0	35	1,395	1,430	0	160	-1,395	195	1,430	-1,234
56	หอยนางรม	192		-	192	30	0	28	58	162	0	-28	192	58	134
57	ชิง	0	187	-	187	0	95	418	513	0	92	-418	187	513	-326
58	เปิดเนื้อ	0	184	-	184	0	70	965	1,035	0	114	-965	184	1,035	-851
59	ปลากะพงข้างปาน	180	0	-	180	35	0	600	635	145	0	-600	180	635	-455
60	กุ้งเหลือง	150	0	-	150	30	0	418	448	120	0	-418	150	448	-298
61	ผักโขม	0	146	-	146	0	126	148	273	0	21	-148	146	273	-127
62	เห็ดเสม็ด	144	0	-	144	50	0	56	106	94	0	-56	144	106	38
63	ตัวอ่อนของผึ้ง	125	0	-	125	1	0	0	1	124	0	-	125	1	124
64	ซีเหล็ก	0	117	-	117	0	52	158	209	0	66	-158	117	209	-92
65	บัวบก	0	105	-	105	0	80	1,095	1,174	0	25	-1,095	105	1,174	-1,070
66	พริกชี้ฟ้า	0	99	-	99	0	71	632	703	0	28	-632	99	703	-604
67	มะขาม	0	98	-	98	0	35	3,756	3,791	0	63	-3,756	98	3,791	-3,693
68	ถั่วฝักยาว	0	84	-	84	0	84	1,021	1,105	0	0	-1,021	84	1,105	-1,021
69	लगาสาด	0	84	-	84	0	56	2,255	2,311	0	28	-2,255	84	2,311	-2,227

ตารางที่ 4-20 (ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ปริมาณอาหารที่มีอยู่ทั้งหมด (1)				ปริมาณที่ต้องการในการบริโภค (2)				เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ต่อ ปริมาณที่บริโภค (1)-(2)			เปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชน โดยไม่พึ่งพาแหล่งซื้อขาย		
		ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	รวม	ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย	การมีอยู่	บริโภคทั้งหมด	ผลต่าง
70	สับปะรด	0	67	-	67	0	67	533	600	0	0	-533	67	600	-533
71	ชะอม	0	66	-	66	0	60	382	442	0	6	-382	66	442	-377
72	มะอึ๊ก	0	60	-	60	0	60	137	197	0	0	-137	60	197	-137
73	ถั่วพู	0	59	-	59	0	59	293	351	0	0	-293	59	351	-293
74	กระเพรา	0	47	-	47	0	42	139	181	0	6	-139	47	181	-134
75	โหระพา	0	39	-	39	0	32	144	176	0	7	-144	39	176	-137
76	แมงลัก	0	36	-	36	0	33	146	180	0	3	-146	36	180	-144
77	ผักบุ้ง	0	35	-	35	0	35	430	464	0	0	-430	35	464	-430
78	ผักกาดขาว	0	29	-	29	0	29	1,773	1,802	0	0	-1,773	29	1,802	-1,773
79	แตงกวา	0	28	-	28	0	28	6,519	6,547	0	0	-6,519	28	6,547	-6,519
80	น้อยหน่า	0	21	-	21	0	21	318	339	0	0	-318	21	339	-318
81	มะระขี้นก	0	21	-	21	0	21	290	311	0	0	-290	21	311	-290
82	กระเจียบแดง	0	15	-	15	0	15	186	201	0	0	-186	15	201	-186
83	ต้นหอม	0	3	-	3	0	3	230	233	0	0	-230	3	233	-230
84	ผักชี	0	3	-	3	0	3	245	248	0	0	-245	3	248	-245
85	ผักชีฝรั่ง	0	1	-	1	0	1	156	158	0	0	-156	1	158	-156

จากตารางที่ 4-20 จากการเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่ต่อปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคโดยแหล่งอาหารธรรมชาติมีปริมาณอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคและยังมีปริมาณคงเหลืออยู่มีทั้งหมด 25 ชนิด จากชนิดทั้งหมด 35 ชนิด ได้แก่ ตัวอ่อนของผึ้ง น้ำผึ้ง ผักถั่วดำ สาหร่าย หยวกเป้ง เห็ดเสม็ดกึ่ง กุ้งกุลาดำ กุ้งกุลาลาย กุ้งขาว กุ้งไข่ ปลากระพงขาว ปลากระพงแดง ปลากระพงแสม ปลาเก๋า ปลานาเหจิ้น ปลาไหล ปูดำ แมงดา หอยก้น หอยแครง หอยจับแฉง หอยท้ายเถา หอยนางรม และหอยรอกตัวอย่าง 5 อันดับและมีปริมาณคงเหลือมากที่สุดคือ ผักถั่วดำมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 18,285 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือปูดำมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 18,125 กิโลกรัมต่อปี สาหร่ายมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 15,706 กิโลกรัมต่อปี หอยจับแฉงมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 15,488 กิโลกรัมต่อปี และกุ้งขาวมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 8,617 กิโลกรัมต่อปี และตัวอย่าง 5 อันดับและมีปริมาณคงเหลือน้อยที่สุดคือ เห็ดเสม็ดมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 38 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ ตัวอ่อนของผึ้งมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 134 กิโลกรัมต่อปี หอยนางรมมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 142 กิโลกรัมต่อปี หอยท้ายเถามีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 154 กิโลกรัมต่อปี และแมงดามีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 223 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งปริมาณคงเหลือดังกล่าวนำไปจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน

ส่วนแหล่งอาหารธรรมชาติที่มีปริมาณอาหารไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคทั้งหมด 10 ชนิด ได้แก่ กุ้งเหลือง ปลากระบอก ปลากระพงข้างปาน ปลาภูฏู ปลาจ๋องม่อง ปลาททราย ปลาลาม่า ปลาดาทลา หอยเข็ม และหอยเจดีย์ ซึ่งชนิดที่มีปริมาณที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคมากที่สุดคือ ปลาลาม่ามีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 5,238 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ ปลาททรายมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 4,982 กิโลกรัมต่อปี หอยเข็มมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 1,971 กิโลกรัมต่อปี หอยเจดีย์มีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 919 กิโลกรัมต่อปี ปลากระบอกมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 728 กิโลกรัมต่อปี ปลาจ๋องม่องมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 706 กิโลกรัมต่อปี ปลาดาทลามีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 667 กิโลกรัมต่อปี ปลากระพงข้างปานมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 455 กิโลกรัมต่อปี ปลาภูฏูมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 337 กิโลกรัมต่อปี และกุ้งเหลืองมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 298 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งปริมาณอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค เนื่องจากครัวเรือนที่จับมีน้อยจึงทำให้ปริมาณที่ได้ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ดังนั้นควรมีครัวเรือนเข้าไปจับสัตว์น้ำดังกล่าวให้มากกว่านี้ เพื่อให้ได้ปริมาณที่เพิ่มขึ้น และตอบสนองความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชนได้อย่างเพียงพอ

ในขณะที่แหล่งอาหารผลิตเองเมื่อเปรียบเทียบแล้ว พบว่า ชนิดของอาหารที่ผลิตเองเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค มีทั้งหมด 16 ชนิด จากชนิดทั้งหมด 54 ชนิด ได้แก่ มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม ข้าว ข้าวโพด ถั่วเขียว ถั่วลิสง ถั่วลิสงคั่ว ถั่วลิสงคั่วคั่ว หน่อไม้ มะละกอ ไข่เป็ด กุ้งขาว กุ้งกุลาดำ ปลาเก๋า และปลากระพงขาว ตัวอย่าง 5 อันดับของชนิดที่มีปริมาณคงเหลือมากที่สุด 5 คือ มะพร้าวมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 139,620 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือ มะพร้าวน้ำหอมมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 46,707 กิโลกรัมต่อปี ข้าวมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 31,767 กิโลกรัมต่อปี ถั่วเขียวมีปริมาณ

คงเหลือเท่ากับ 6,792 กิโลกรัมต่อปี ตะไคร้มีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 4,525 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งชนิดอาหารที่เหลือจากแหล่งผลิตเองมีการจัดการโดยการใช้ประโยชน์ที่เหลือ แบ่งได้ 2 ประเภท คือ การนำไปใช้ประโยชน์โดยการจำหน่ายและนำไปใช้ประโยชน์เพื่อการแจกจ่าย โดยการนำไปใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่าย ได้แก่ มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม ข้าว ข้าวโพด ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วเขียว ถั่วเหลือง มะละกอ กุ้งขาว กุ้งกุลาดำ และปลาเก๋า ส่วนการนำไปใช้ประโยชน์โดยการแจกจ่าย ได้แก่ ถั่วเหลือง ตะไคร้ และไข่เป็ด ซึ่งการจัดการปริมาณคงเหลือดังกล่าวทั้งหมดทั้งไปจำหน่ายและแจกจ่าย เพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน อีกทั้งยังเป็นการเอื้อเพื่ออาหารให้แก่ญาติพี่น้องหรือเพื่อนบ้านในชุมชน

ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคมีทั้งหมด 38 ชนิด ได้แก่ กระจับแดง กระจับแดง ขมิ้น ขิง ขี้เหล็ก ชะอม ต้นหอม ตำลึง แตงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพูน้อยหน้า บวบ ผักกาดขาว ผักโขม ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักบุ้ง ผักหวาน พริกขี้หนู พริกขี้หนู มะกรูด มะขาม มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเขือยาว มะนาว มะม่วงเบา มะระขี้นก มะอึก แมงลัก รางสาด สะตอ สับปะรด โหระพา ไข่ไก่ ไข่เนื้อ และเปิดเนื้อ ตัวอย่าง 5 อันดับของชนิดที่มีปริมาณคงเหลือมากที่สุด 5 คือ ไข่ไก่มีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 10,963 ฟองต่อปี รองลงมา คือ ไข่เนื้อมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 10,115 กิโลกรัมต่อปี มะเขือเปราะมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 8,141 กิโลกรัมต่อปี มะเขือยาวมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 7,472 กิโลกรัมต่อปี และมะเขือพวงมีปริมาณที่ไม่เพียงพอเท่ากับ 6,527 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการดังกล่าว เนื่องจากครัวเรือนมีการผลิตน้อย ดังนั้นครัวเรือนในชุมชนจึงควรผลิตอาหารให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค เพื่อลดการพึ่งพาแหล่งซื้อขาย

อีกทั้งยังมีชนิดอาหารที่มีทั้งอยู่ในแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมด 4 ชนิด ได้แก่ กุ้งขาว กุ้งกุลาดำ ปลาเก๋า และปลากะพงขาว ซึ่งทุกชนิดยังคงมีปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค โดยกุ้งขาวมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 8,617 กิโลกรัมต่อปี กุ้งกุลาดำมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 5,311 กิโลกรัมต่อปี ปลากะพงขาวมีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 352 กิโลกรัมต่อปี และปลาเก๋ามีปริมาณคงเหลือเท่ากับ 19 กิโลกรัมต่อปี

4.3 ผลการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร

ผู้วิจัยได้แบ่งผลการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนโคกพยอมเป็น 2 ประเด็น คือ **ประเด็นที่ 1** ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหาร **ประเด็นที่ 2** วิธีการและลักษณะการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.3.1 ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหาร

จากการศึกษาลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย พบว่า คนในชุมชนมีสิทธิในการเข้าถึงแหล่งอาหารทุกแหล่งโดยไม่มีกีดกันหรือจำกัดสิทธิ การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า เพศชายมีการเข้าถึงมากกว่าเพศหญิง ส่วนการเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขายพบว่า เพศหญิงมีการเข้าถึงมากกว่าเพศชาย (ตารางที่ 4-21) เนื่องจากบริบทของแหล่งอาหารแต่ละแหล่งมีความแตกต่างกัน ทำให้เพศในการเข้าถึงก็แตกต่างกันตามบริบทของแหล่งอาหาร นอกจากนี้พบว่าคนที่เข้าถึงแหล่งอาหารในชุมชนส่วนใหญ่อยู่ในวัยทำงาน ส่วนระยะทางในการเข้าถึงพบว่า ระยะทางทั้งใกล้ (อยู่ในระยะทาง 0-5 กิโลเมตร) และระยะทางไกล (อยู่ในระยะทางที่มากกว่า 5 กิโลเมตร) ของแหล่งอาหารแต่ละแหล่งไม่มีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน ดังแสดงในตารางที่ 4-22 ถึง 4-23

ตารางที่ 4-21 เพศกับการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่งในชุมชน

เพศ	แหล่งอาหารธรรมชาติ		แหล่งอาหารผลิตเอง		แหล่งอาหารซื้อขาย	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	104	91.2	30	26.3	30	26.3
หญิง	10	8.8	84	73.7	84	73.7
รวม	114	100	114	100	114	100

จากตารางที่ 4-21 พบว่า แหล่งอาหารธรรมชาติมีเพศชายมีการเข้าถึงมากกว่าเพศหญิงถึงร้อยละ 91.2 และ ร้อยละ 8.8 ตามลำดับ ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย เพศหญิงมีการเข้าถึงมากกว่าเพศชาย ร้อยละ 73.7 และร้อยละ 26.3 ตามลำดับ โดยทั้งสองแหล่งมีสัดส่วนดังกล่าวเท่ากัน

จากตารางที่ 4-23 พบว่าระยะทางจากครัวเรือนถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ ซึ่งแบ่งออกได้เป็น 3 แหล่ง คือ ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่ง อยู่ในช่วงระยะทางตั้งแต่ 0-4 กิโลเมตร ซึ่งถือว่าแหล่งอาหารธรรมชาติมีระยะทางไกลครัวเรือน สามารถเข้าถึงได้ด้วยการใช้ยานพาหนะหรือการเดินเท้า ตามความสะดวกในการเข้าถึงของครัวเรือน โดยพบว่าป่าชายเลนและลำคลองมีระยะทางเท่ากัน คือ ร้อยละ 93 อยู่ในระยะทาง 1-2 กิโลเมตร ร้อยละ 3.5 อยู่ในระยะทาง 2-3 กิโลเมตร และร้อยละ 3.5 อยู่ในระยะทาง 0-1 กิโลเมตร ส่วนลำคลอง ร้อยละ 66.5 อยู่ในระยะทาง 2-3 กิโลเมตร และร้อยละ 3.5 อยู่ในระยะทาง 3-4 กิโลเมตร

ระยะทางจากครัวเรือนถึงแหล่งอาหารผลิตเอง แบ่งเป็น 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารรอบบ้าน แหล่งอาหารจากสวน และแหล่งอาหารจากไร่-นา พบว่า แหล่งอาหารรอบบ้าน ร้อยละ 100 อยู่ในช่วงระยะทาง 0-1 กิโลเมตรเท่านั้น แหล่งอาหารจากสวน ร้อยละ 92.1 อยู่ในช่วงระยะทางตั้งแต่ 0-5 กิโลเมตร ร้อยละ 60.5 อยู่ในระยะทาง 0-1 กิโลเมตร ร้อยละ 12.3 อยู่ในระยะทาง 1-2 กิโลเมตร ร้อยละ 4.4 อยู่ในระยะทาง 2-3 กิโลเมตร และร้อยละ 3.5 อยู่ในระยะทาง 4-5 กิโลเมตร และแหล่งอาหารจากสวนที่มีระยะทางไกลจากครัวเรือน ร้อยละ 0.9 อยู่ในระยะทาง 5 กิโลเมตรขึ้นไป และสุดท้ายแหล่งอาหารจากไร่-นา พบว่าส่วนใหญ่ไม่มีแหล่งอาหารภายในไร่-นา ร้อยละ 89.7 ส่วนผู้ที่มีแหล่งอาหารภายในไร่-นา จะมีระยะทางอยู่ใกล้ครัวเรือน ร้อยละ 52 อยู่ในระยะทาง 1-2 กิโลเมตร ร้อยละ 46.6 อยู่ในระยะทาง 0-1 กิโลเมตร และร้อยละ 1.7 อยู่ในระยะทาง 2-3 กิโลเมตร

ระยะทางจากครัวเรือนถึงแหล่งอาหารซื้อขาย แบ่งเป็น 2 แหล่ง คือ แหล่งซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน ซึ่งแหล่งซื้อขายภายในชุมชนจะกระจุกตัวอยู่ในบริเวณรอบๆ ชุมชน จึงทำให้ระยะทางจากครัวเรือนถึงแหล่งซื้อขายภายในชุมชนอยู่ในระยะทางที่ใกล้ครัวเรือน ร้อยละ 52 อยู่ในระยะทาง 1-2 กิโลเมตร ร้อยละ 46.6 อยู่ในระยะทาง 0-1 กิโลเมตร และ ร้อยละ 1.7 อยู่ในระยะทาง 2-3 กิโลเมตร ส่วนแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนอยู่ในระยะทางที่ไกลจากครัวเรือน ร้อยละ 100 อยู่ในช่วงระยะทาง 5 กิโลเมตรขึ้นไป

นอกจากนี้ยัง พบว่า อาชีพหลักและรายได้ของคนในชุมชนไม่มีผลต่อจำนวนมื้ออาหารที่รับประทาน จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 114 ครัวเรือน ในทุกอาชีพและรายได้ สามารถรับประทานอาหารเช้า 3 มื้อต่อวัน จำนวนทั้งหมด 109 ครัวเรือน และสามารถรับประทานอาหาร 2 มื้อต่อวัน จำนวนทั้งหมด 5 ครัวเรือน

สำหรับปัจจัยอื่นๆ ที่ผู้วิจัยได้ศึกษาไว้ คือ อาชีพหลัก อาชีพเสริม ศาสนา การศึกษา รายได้ จำนวนสมาชิก จำนวนแรงงาน สถานภาพ และสถานในครอบครัว พบว่า ปัจจัยดังกล่าวไม่มีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน

ผลการศึกษารายละเอียดการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน พบว่า มีการเข้าถึงแหล่งอาหารเพื่อบริโภค คือ แหล่งอาหารซื้อขายแหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารธรรมชาติ ตามลำดับ ส่วนแหล่งอาหารที่มีการเข้าถึงเพื่อจำหน่าย คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง

4.3.2 วิธีการและลักษณะการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน

การเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนมีทั้งหมด 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่งก็จะมีวิธีการเข้าถึงที่แตกต่างกันออกไปดังนี้

4.3.2.1 การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ

การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชนโคกพยอมส่วนใหญ่เป็นการเข้าถึงอาหารประเภทสัตว์น้ำ โดยผู้ที่เข้าถึงแหล่งอาหารส่วนใหญ่เป็นชาวประมงพื้นบ้านภายในชุมชน ซึ่งการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติได้นั้นชาวประมงต้องอาศัยความรู้และประสบการณ์ในการจับสัตว์น้ำแต่ละชนิด และต้องรู้จักลักษณะการขึ้นลงของน้ำเป็นอย่างดี เพราะปัจจัยดังกล่าวเป็นสิ่งสำคัญที่จะทำให้ชาวประมงเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ ซึ่งการทำประมงพื้นบ้านในชุมชนสามารถแบ่งได้ 3 ประเภท ดังนี้

1) กลุ่มชาวประมงพื้นบ้านที่ไม่มีเรือ ชาวประมงกลุ่มนี้ใช้ภูมิปัญญาและความชำนาญในการจับโดยไม่ต้องใช้เครื่องมือ เช่น งามหอย เป็นต้น หรือหากมีการใช้เครื่องมือก็เป็นเครื่องมือที่อย่างง่ายที่ทำขึ้นเองจำพวกเบ็ดตกปลา เช่น ตกปู ตกปลา เป็นต้น ทำการประมงบริเวณลำคลองและชายฝั่งทะเล

2) กลุ่มชาวประมงพื้นบ้านที่มีเรือที่ไม่มีเครื่องยนต์คือเป็นลักษณะของเรือพายหรือเรือแจว ชาวประมงกลุ่มนี้ใช้ภูมิปัญญาและเครื่องมือประมงที่ทำขึ้นเองแต่จะซับซ้อนกว่ากลุ่มแรก ซึ่งเป็นเครื่องมือจำพวกไซจับสัตว์น้ำ เช่น ไซตักปูดำ ไซปลา เป็นต้น ทำการประมงบริเวณลำคลองและชายฝั่งทะเล

3) กลุ่มชาวประมงพื้นบ้านที่มีเรือที่มีเครื่องยนต์ ชาวประมงกลุ่มนี้จะใช้ภูมิปัญญาและเครื่องมือประมงที่สามารถจับสัตว์น้ำได้จำนวนมาก ซึ่งเป็นเครื่องมือจำพวกอวนจับสัตว์น้ำ เช่น อวนกุ้ง อวนปลา เป็นต้น ทำการประมงบริเวณลำคลอง ชายฝั่งทะเล และห่างออกไปจากชายฝั่งทะเลไม่เกิน 7 กิโลเมตร

จากการสนทนากลุ่มผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า ผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์เป็นกลุ่มชาวประมงพื้นบ้าน นอกจากจะต้องรู้วิธีการและภูมิปัญญาในการจับสัตว์น้ำแล้วยังต้องรู้เรื่องช่วงเวลาน้ำขึ้นน้ำลงอีกด้วย ซึ่งการขึ้นลงของน้ำทะเล มี 2 ช่วงคือ ช่วงน้ำเป็นและช่วงน้ำตาย

ช่วงน้ำเป็น หมายถึง ลักษณะที่น้ำขึ้นในระดับสูงมากและลงต่ำมากในช่วงวัน ซึ่งเกิดขึ้นเดือนละ 2 ครั้ง คือ ช่วงขึ้น 13 คำ – แรม 5 คำ และช่วงแรม 13 คำ – ขึ้น 5 คำ ของทุกเดือน

ช่วงน้ำตาย หมายถึง ลักษณะที่น้ำขึ้นและน้ำลงมีระดับน้ำไม่แตกต่างกันมากนัก ซึ่งเกิดขึ้นเดือนละ 2 ครั้ง คือ ช่วงขึ้น 5-9 คำ และช่วงแรม 5-9 คำ ของทุกเดือน

การขึ้นลงของน้ำมีอิทธิพลต่อการจับสัตว์น้ำของชาวประมงเป็นอย่างมาก เนื่องจากการจับสัตว์น้ำส่วนใหญ่ต้องอาศัยช่วงน้ำเป็นเท่านั้น เพราะพวกเขาพบว่าช่วงเวลาดังกล่าวจะมีสัตว์น้ำ

ปริมาณมากกว่าช่วงน้ำตาย นอกจากการดูน้ำขึ้นน้ำลงแล้วชาวบ้านในชุมชนโคกพยอมยังสังเกตจากสัตว์บางชนิด เช่น นกฟังกา ที่จะส่งเสียงร้องเป็นสัญลักษณ์บอกเวลาน้ำขึ้นลงได้ด้วย หากนกกร้อง 3 ครั้ง แสดงว่าน้ำกำลังจะลงซึ่งเป็นช่วงเหมาะแก่การจับสัตว์น้ำของชาวประมงพื้นบ้าน สิ่งเหล่านี้เป็นภูมิปัญญาชุมชนที่สืบทอดกันมานานและเป็นที่ยึดมั่นดีสำหรับคนที่ทำประมง

ส่วนสิทธิในการเข้าถึงแหล่งอาหาร พบว่า ทุกคนมีสิทธิเข้าถึงแหล่งอาหารทุกอย่างได้อย่างเท่าเทียมกันตามกฎหมาย แต่ในทางปฏิบัติของคนในชุมชนสำหรับแหล่งอาหารธรรมชาติยังคงมีสิทธิการเคารพส่วนบุคคลอยู่ สิทธิในการเข้าถึงทรัพยากร พบว่า ทุกคนมีสิทธิในการเข้าถึงทรัพยากรที่เท่าเทียมกัน แต่ยังมีบางส่วนที่อยู่ในแหล่งอาหารธรรมชาติที่ยังมีการเคารพสิทธิส่วนบุคคลสำหรับผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากธรรมชาติก่อน เช่น การปิดคลองเพื่อหาปลา การจับจองพื้นที่ล่าคลองในการเลี้ยงปลาในกระชัง เป็นต้น

นอกจากการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติที่ได้จากชาวประมงแล้ว คนในชุมชนที่ไม่ใช่ชาวประมงสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติผ่านการซื้อขายจากชาวประมงเหล่านี้

จากการศึกษาการเข้าถึงทรัพยากรในแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า การหาอาหารแต่ละชนิดแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับฤดูกาลที่สัตว์น้ำเข้ามาใกล้ชายฝั่งเพื่อให้ชาวประมงพื้นบ้านได้จับและฤดูกาลการให้ผลผลิตของพืช ทำให้คนในชุมชนที่มีการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติได้ส่งสมภูมิปัญญาในหลายด้านด้วยกัน ได้แก่ ช่วงเดือนที่พบและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บหาอาหารโดยใช้ภูมิปัญญาท้องถิ่น แสดงดังตารางที่ 4-24

ตารางที่ 4-24 ช่วงเดือนที่พบและเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บหาอาหาร

ลำดับ	ชนิด	ช่วงเดือนที่พบทรัพยากรอาหาร	เครื่องมือที่ใช้
1	ฝักถั่วดำ	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค.	- ปีนขึ้นไปเก็บฝัก - ใช้ตะขอกเกี่ยวฝักลงมา
2	สาหร่าย	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค.	- เก็บด้วยมือ
3	หอยวักเป้ง	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ตัดเฉพาะยอดอ่อนของต้น
4	น้ำผึ้ง	พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค.	- จุดไฟเพื่อไล่ผึ้งออกจากรัง
5	เห็ดเสม็ด	ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เก็บด้วยมือ - ใช้ไม้เขี่ย
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค.	- จุดไฟเพื่อไล่ผึ้งออกจากรัง
7	ปูดำ	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- จักโกย - ไซ้ไม้ไผ่ - ไซ้พับ - ไซ้ปากขอบเดียว - ไซ้ปากสองขอบ
8	ปลากระบอก	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- อวนปลากระบอก
9	ปลาดาทลา	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
10	หอยจืดแจง	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
11	หอยเขี้ยว	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
12	ปลาจิ้งม่อง	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- อวนปลาจิ้งม่อง
13	กุ้งกุลาดำ	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- โพงพาง - อวนรุน (ซีริง)
14	กุ้งขาว	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- โพงพาง - อวนรุน (ซีริง)
15	หอยเจดีย์	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
16	กุ้งไข่	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- โพงพาง - อวนรุน (ซีริง)
17	หอยรอก	พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค.	- ใช้มือเปล่าจับเมื่อน้ำลง
18	ปลานาเหงิน	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
19	ปลาเก๋า	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
20	ปลาพะพงแดง	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
21	หอยกัน	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
22	กั้ง	ก.ย. ต.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
23	ปลาทราย	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ใช้เรืออวนปลาทราย

ตารางที่ 4-21(ต่อ)

ลำดับ	ชนิด	ช่วงเดือนที่พบทรัพยากรอาหาร	เครื่องมือที่ใช้
24	หอยแครง	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ใช้มือเปล่าจับเมื่อน้ำลง
25	ปลาลามา	ม.ค. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
26	ปลาไหล	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ลอบดักปลาไหล - บวงดักที่รูปลาไหล
27	ปลากะพงขาว	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
28	กุ้งกุลาลาย	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ใช้โพงพางดัก - ใช้อวนตาเล็ก
29	ปลากูฏ	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา
30	แมงดา	ก.พ. มี.ค.	- จับด้วยมือเปล่า
31	กุ้งเหลือง	มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค.	- ใช้โพงพางดัก - ใช้อวนตาเล็ก
32	หอยท้ายเขา	มี.ค. เม.ย	- ใช้มือเปล่าจับ
33	ปลากะพงแสม	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ใช้เบ็ดตกปลา
34	หอยนางรม	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- ใช้เหล็กหรือขวานตอก
35	ปลากะพงข้าง ปาน	ม.ค. ก.พ. มี.ค. เม.ย พ.ค. มิ.ย. ก.ค. ส.ค. ก.ย. ต.ค. พ.ย. ธ.ค.	- เบ็ดตกปลา - เบ็ดราว - อวนปลา

ชุมชนโคกพยอมในอดีตประชากรส่วนใหญ่มีอาชีพทำการประมงพื้นบ้าน ซึ่งถือได้ว่าเป็นอาชีพที่ต้องพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติมากที่สุด แต่ในปัจจุบันอาชีพการทำประมงพื้นบ้านลดลงเนื่องจากปริมาณสัตว์น้ำที่มีจำนวนลดลงบวกกับต้นทุนค่าน้ำมันที่ใช้ในการเดินเรือสูงขึ้น อีกทั้งการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติต้องอาศัยภูมิปัญญาและเครื่องมือในประมงพื้นบ้านในการเข้าถึง ซึ่งในปัจจุบันคนรุ่นหลังไม่ค่อยสืบทอดภูมิปัญญาที่มีอยู่เท่าที่ควรและหันไปทำอาชีพอื่นที่ไม่ต้องอาศัยภูมิปัญญาเท่ากับการทำประมงพื้นบ้าน ส่วนคนที่มีภูมิปัญญาและความชำนาญในการจับเรือก็ออกจากพื้นที่เพื่อไปจับเรือจ้างตามเกาะซึ่งเป็นสถานที่ท่องเที่ยวในภาคใต้ จึงทำให้อาชีพการทำประมงพื้นบ้านของคนในชุมชนลดลง การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติก็มีจำนวนลดลงตามไปด้วย

4.3.2.2 การเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเอง

จากการศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเองของคนในชุมชน พบว่า มีการเข้าถึงแหล่งอาหารจากการผลิตอาหารเองในพื้นที่บริเวณรอบบ้าน สวน ไร่-นา ซึ่งอาหารที่มีการผลิตขึ้นเองคือการปลูกพืชและการเลี้ยงสัตว์ โดยการเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเองต้องอาศัยที่ดินทำกินเพื่อผลิตอาหารจากการสอบถามพบว่า คราวเรือนที่มีสิทธิทำกินรอบๆบ้าน มีสิทธิในที่ดินของตนเองทุกครัวเรือนคิด

เป็นร้อยละ 100 ส่วนครัวเรือนที่มีสิทธิทำกินในพื้นที่สวนคิดเป็นร้อยละ 93 และครัวเรือนที่มีสิทธิทำกินในพื้นที่ไร่-นาคิดเป็นร้อยละ 10.3

สำหรับแหล่งอาหารผลิตเอง ทั้งในการปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ ต้องอาศัยความรู้ทั้งด้านลักษณะดินที่เหมาะสมกับพืชแต่ละชนิด เช่น มะพร้าวควรปลูกในลักษณะดินร่วนปนทราย หน่อไม้ปลูกในลักษณะดินร่วนที่อยู่ใกล้แหล่งน้ำ เป็นต้น วิธีการการดูแลรักษา เช่น การดูแลและใส่ปุ๋ยของพืชแต่ละชนิด สภาพแสงแดดที่พืชต้องการแสงแดดมาก เช่น มะพร้าว ตะไคร้ โหระพา กะเพรา เป็นต้น ส่วนพืชที่ต้องการแสงแดดน้อย หน่อไม้ ข่า ถั่วฝักยาว ค่ะน้า ผักบุ้ง เป็น ส่วนวิธีการเก็บเกี่ยวผลผลิตพืชผักควรเก็บเกี่ยวในช่วงเช้าหรือช่วงเย็นเท่านั้น เพราะในช่วงเที่ยงจะทำให้พืชผักสวนครัวเหี่ยวเฉาได้ง่าย ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นองค์ความรู้ที่ต้องใช้ในแหล่งอาหารผลิตเอง เมื่อได้ผลผลิตอาหารแล้ว การจัดการอาหารแต่ละชนิดก็ยังแตกต่างกันออกไปที่ใช้ในการบริโภค ซึ่งถือว่าเป็นภูมิปัญญาในการประกอบอาหารท้องถิ่นของคนในชุมชน

การปลูกพืชในแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่เป็นการปลูกพืชในพื้นที่รอบบ้าน มากกว่าพื้นที่สวนและไร่-นา พืชที่ปลูกบริเวณครัวเรือนนิยมเฉพาะพืชที่บริโภคเป็นประจำ ให้ผลผลิตได้ตลอดและไม่ต้องดูแลบ่อยครั้ง สำหรับสวนหรือพื้นที่ไร่-นานั้น มีแค่บางครัวเรือนที่ปลูกพืชไว้ขาย เช่น มะพร้าว หน่อไม้ ข่า เป็นต้น เพื่อเป็นรายได้เสริมอีกทางหนึ่ง การปลูกพืชของคนในชุมชนส่วนใหญ่มีวัตถุประสงค์เพื่อใช้ในการบริโภคมากกว่าปลูกเพื่อจำหน่าย

การเลี้ยงสัตว์ในชุมชนเป็นการเลี้ยงเพื่อบริโภคเป็นส่วนใหญ่ ได้แก่ ไก่ไข่ เป็ดไข่ ไก่เนื้อ เป็ดเนื้อ เนื่องจากมีพื้นที่บริเวณบ้านกว้างพอที่จะเลี้ยงสัตว์ และมียังสามารถบริโภคไข่หรือเนื้อสัตว์โดยไม่ต้องซื้อ ซึ่งจะช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนได้ และการเลี้ยงปลากระชัง คือ ปลากระชังขาวและปลาเก๋า แต่มีการเลี้ยงเพียง 2 ครัวเรือนเท่านั้น ซึ่งครัวเรือนดังกล่าวมีที่ตั้งติดกับลำคลองจึงมีการเลี้ยงปลาในกระชังไว้เพื่อบริโภคและจำหน่าย และมีการเลี้ยงกุ้งขาวและกุ้งกุลาดำ 1 ครัวเรือน นอกจากนี้ยังมีการเลี้ยงวัวและแพะเพื่อจำหน่ายเพียงอย่างเดียว

วิธีการเลี้ยงไก่และเป็ด จะเลี้ยงโดยปล่อยไว้ตามธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ ให้สัตว์หากินเองบริเวณรอบๆ บ้าน หรือในสวน ซึ่งการเลี้ยงไก่และเป็ดจะให้ผลผลิตทั้งเนื้อและไข่ได้ตลอดทั้งปี ซึ่งไก่และเป็ดส่วนใหญ่จะนิยมเลี้ยงบริเวณรอบๆ บ้านหรือตามสวนยางพารา ซึ่งไม่มีคอกหรือลําให้ไก่และเป็ดอยู่ เมื่อไก่หรือเป็ดออกไข่ชาวบ้านจะตามเก็บไข่ ตามบริเวณบ้านหรือตามสวนยางพารา แต่ก็ไม่ได้ไข่ครบตามจำนวนที่ไก่หรือเป็ดสามารถผลิตได้ เนื่องจากไก่และเป็ดจะออกไข่หลายที่ จึงทำให้ชาวบ้านได้เฉพาะไข่ที่มองเห็น ซึ่งอาจจะมิใช่ตกค้างตามซอกมุมที่มองไม่เห็น หรือบางครั้งนก หนู และสัตว์อื่นๆ มากินไข่ก่อนที่ชาวบ้านจะเก็บ

การเลี้ยงปลาในกระชัง ชาวบ้านจะเลี้ยงโดยใช้ปลาเป็ด (เศษปลาที่ได้จากการทำประมง เช่น ปลาตัวเล็กที่ขายไม่ได้หรือปลาที่ไม่นิยมนำมาบริโภค) ส่วนการเลี้ยงวัวและแพะจะเลี้ยงโดยปล่อยตามทุ่งนา เพื่อให้กินหญ้าบริเวณนาข้าวหลังการเก็บเกี่ยว

4.3.2.3 การเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขาย

การเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายของคนในชุมชนโคกพยอม พบว่า ทุกครัวเรือนมีการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งสามารถแบ่งแหล่งซื้อขายได้ 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารซื้อขายภายในชุมชน และแหล่งอาหารซื้อขายภายนอกชุมชน

จากการศึกษาพบว่า แหล่งซื้อขายภายในชุมชนมี 2 แหล่ง คือ ร้านค้าชุมชน 3 ร้าน และตลาดนัดท้องถิ่นในชุมชน 1 แห่ง อาหารที่มีการซื้อขายภายในชุมชนส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภทอาหารปรุงสำเร็จที่มีขายในตอนเช้า รองลงมาคืออาหารสำเร็จและเครื่องปรุง ตามลำดับ เฉลี่ยระยะทางจากครัวเรือนถึงแหล่งซื้อขายภายในชุมชนประมาณ 1 กิโลเมตร ซึ่งการเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายภายในชุมชนส่วนใหญ่เข้าถึงโดยการเดินมากที่สุด รองลงมาคือการใช้รถจักรยานยนต์ เนื่องจากแหล่งอาหารไม่ไกลจากครัวเรือนชาวบ้านส่วนใหญ่จึงไม่จำเป็นต้องใช้ยานพาหนะในการเข้าถึง โดยครัวเรือนส่วนใหญ่จะเข้าถึงแหล่งอาหารภายในชุมชนทุกวัน

ส่วนแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนมี 2 แหล่ง เป็นตลาดนัดบ้านละงูอยู่ห่างจากชุมชนประมาณ 5 กิโลเมตร ซึ่งเปิดทำการเฉพาะวันจันทร์ วันพุธ และวันเสาร์ โดยครัวเรือนส่วนใหญ่จะเข้าถึงตลาดนัดบ้านละงูอย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 ครั้ง และตลาดปากบาราอยู่ห่างจากชุมชนประมาณ 10 กิโลเมตร เปิดทำการทุกวัน อาหารที่มีการซื้อขายภายนอกชุมชนส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภทพืชผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ เนื่องจากแหล่งซื้อขายนอกชุมชนจะมีอาหารให้เลือกหลากหลายกว่าแหล่งซื้อขายภายในชุมชนและขายอาหารทุกประเภท ครัวเรือนส่วนใหญ่จะเข้าถึงตลาดปากบาราอย่างน้อยอาทิตย์ละ 2 ครั้งเช่นเดียวกับตลาดนัดบ้านละงู ซึ่งการเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายภายนอกชุมชนส่วนใหญ่เข้าถึงโดยรถจักรยานยนต์มากที่สุด รองลงมาคือการใช้รถยนต์ เนื่องจากแหล่งอาหารที่ไกลจากครัวเรือน ชาวบ้านจึงนิยมใช้ยานพาหนะในการเข้าถึง




4.4 ผลการศึกษาการจัดการอาหารและแหล่งอาหาร


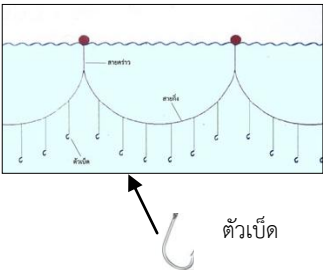

4.4.1 การจัดการอาหาร

การได้มาซึ่งอาหาร ในที่นี้จะกล่าวถึงการได้มาซึ่งอาหารจาก 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองเท่านั้น สำหรับแหล่งอาหารธรรมชาติ การได้มาซึ่งอาหารต้องใช้องค์ความรู้และภูมิปัญญา ทั้งในการสร้างเครื่องมือและการใช้เครื่องมือ ซึ่งผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูล ดังแสดงในตารางที่ 4-25 และภูมิปัญญาและวิธีการใช้ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อเป็นอาหาร ดังแสดงในตารางที่ 4-26

ตารางที่ 4-25 ภูมิปัญญาการใช้เครื่องมือเพื่อให้ได้อาหาร

ชนิด	วิธีการทำ	วิธีการใช้	ภาพประกอบ
จักโกย	<ol style="list-style-type: none"> นำไม้ไผ่ 2 ซีกที่มีการเหลาจนได้แบนเรียบและสามารถโค้งงอได้ นำเชือกมาถักให้ได้วนตาถี่ขนาด 2 นิ้วหรือซื้อวนตาถี่สำเร็จรูป นำไม้ไผ่ที่เตรียมไว้วางทับกันในลักษณะกากบาท จากนั้นใช้เชือกมัดบริเวณกึ่งกลางไม้ไผ่ให้แข็งแรงพอที่ไม่จะไม้เลื่อนหลุด นำก้อนหินที่มีน้ำหนักเท่ากันสองก้อน ผูกบริเวณปลายไม้ไผ่ข้างที่ 1 จากนั้นตัดไม้ไผ่ให้โค้งงอตามความเหมาะสม หลังจากนั้นใช้ก้อนหินอีกก้อนผูกบริเวณปลายไม้ไผ่ด้านตรงกันข้าม เพื่อถ่วงดุลน้ำหนักให้เท่ากัน นำตาอวนที่เตรียมไว้ผูกกับปลายไม้ไผ่ทั้ง 4 ด้าน 	<ol style="list-style-type: none"> ผูกเหยื่อ (เนื้อปลาสด) บริเวณจุดกึ่งกลางไม้ไผ่ที่มัดเชือกไว้ ให้ความสูงในระดับ 2 ใน 3 ของความสูงจักโกย จากนั้นนำเชือกอีกเส้นผูกท่อนบริเวณปลายเชือก เพื่อเป็นสัญลักษณ์ให้เห็นว่าวางจักโกยไว้บริเวณใด นำจักโกยไปวางบริเวณลำคลองหรือในป่าชายเลนที่มีน้ำท่วมถึง ซึ่งจะวางในช่วงน้ำขึ้น หลังจากนั้นทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที แล้วยกขึ้นจะได้ปูดำ 	 <p>ที่มา : คณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอมและสถาบันสิ่งแวดล้อม (2551)</p>
ไซไม้ไผ่	<ol style="list-style-type: none"> นำไม้ไผ่หรือไม้จากป่าชายเลนทั้งหมด 23 ซีก มาประกอบกันให้เป็นทรงครึ่งวงกลม นำเชือกมาถักให้ได้วนตาถี่ขนาด 1 นิ้วหรือซื้อวนตาถี่สำเร็จรูป นำอวนล้อมโครงไม้ 	<ol style="list-style-type: none"> ผูกเหยื่อ (เนื้อปลาสด) บริเวณจุดกึ่งกลางไม้ไผ่ที่มัดเชือกไว้ ให้ความสูงในระดับ 2 ใน 3 ของความสูงไซไม้ไผ่ นำไซไม้ไผ่ไปวางบริเวณลำคลองหรือในป่าชายเลนที่มีน้ำท่วมถึง ซึ่งจะวางในช่วงน้ำขึ้น หลังจากนั้นทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที แล้วยกขึ้นจะได้ปูดำ 	
ไซพับ	<ol style="list-style-type: none"> นำไม้ไผ่ 2 ซีกที่มีการเหลาจนได้แบนเรียบและสามารถโค้งงอได้ ความยาวประมาณ 1 เมตร นำเชือกมาถักให้ได้วนตาถี่ขนาด 2 นิ้วหรือซื้อวนตาถี่สำเร็จรูป ม้วนไม้ไผ่ทั้ง 2 ซีก ให้เป็นวงกลม แล้วนำมาผูกกับอวนที่เตรียมไว้ และใช้เชือกร้อยอวนด้านบนสุด เพื่อให้สามารถเปิด-ปิดได้ 	<ol style="list-style-type: none"> นำเหยื่อ (เนื้อปลาสด) ใส่ลงไปในไซพับ นำไซพับไปวางบริเวณลำคลองหรือในป่าชายเลนที่มีน้ำท่วมถึง ซึ่งจะวางในช่วงน้ำขึ้น หลังจากนั้นทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที แล้วยกขึ้นจะได้ปูดำ 	<p>ในอดีตไซไม้ไผ่ม้วนให้เป็นวงกลม แต่ปัจจุบันใช้เหล็กแทนไม้ไผ่ เพราะเหล็กมีความทนทานกว่าไม้ไผ่ แต่ก็มีบางส่วนที่ยังใช้ไม้ไผ่อยู่</p>

ชนิด	วิธีการทำ	วิธีการใช้	ภาพประกอบ
			<p>อดีต</p>  <p>ปัจจุบัน</p> 
<p>ไซปัก ขอบเดียว</p>	<p>1. นำไม้ไผ่ 1 ซีกที่มีการเหลาจนได้แบนเรียบและสามารถโค้งงอได้ ความยาวประมาณ 1 เมตร และไม้ขนาดเล็กที่มีลำต้นตรงประมาณ 1.5 เมตรเหลาปลายให้แหลม เพื่อใช้ในการปักลงดิน 2. นำเชือกมาถักให้ได้อวนตาถี่ขนาด 2 นิ้วหรือซื้ออวนตาถี่สำเร็จรูปมาทำเป็นรูปกรวยคว่ำ 3. ม้วนไม้ไผ่ทั้ง 1 ซีก ให้เป็นวงกลม แล้วนำมาผูกกับอวนที่เตรียมไว้ ให้เป็นรูปทรงกรวย โดยอวนด้านบนจะผูกติดกับคันไซ</p>	<p>1. ผูกเหยื่อ (เนื้อปลาสด) บริเวณคันไซ (ไม้ปัก) ให้มีความสูงในระดับ 2 ใน 3 ของความสูงไซปักขอบเดียว 2. นำไซปักไว้บริเวณลำคลองหรือในป่าชายเลนที่มีน้ำท่วมถึง ซึ่งจะวางในช่วงน้ำขึ้น หลังจากนั้นทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที แล้วยกขึ้นจะได้ปูดำ</p>	

ชนิด	วิธีการทำ	วิธีการใช้	ภาพประกอบ
ไซปักสองขอบ	<p>วิธีทำคล้ายกับไซปักขอบเดียว แต่ ไซปักสองขอบมีการม้วนไม้ผ่า 2 ชั้น ซึ่งเรียกว่าขอบบนและขอบล่าง</p> <ol style="list-style-type: none"> นำไม้ผ่า 2 ซีกที่มีการเหลาจนได้แบนเรียบและสามารถโค้งงอได้ ความยาวประมาณ 1 เมตร และไม้ขนาดเล็กที่มีลำต้นตรงประมาณ 1.5 เมตร เหลาปลายให้แหลม เพื่อใช้ในการปักลงดิน นำเชือกมาถักให้ได้วนตาถี่ขนาด 2 นิ้วหรือซื้ออวนตาถี่สำเร็จรูปมาทำเป็นรูปกรวยคว่ำ ม้วนไม้ผ่าทั้ง 2 ซีก ให้เป็นวงกลม แล้วนำมาผูกกับอวนที่เตรียมไว้ ให้เป็นรูปทรงกรวย จะได้ไซปักสองขอบ โดยอวนด้านบนจะผูกติดกับคั่นไซ 	<ol style="list-style-type: none"> ผูกเหยื่อ (เนื้อปลาสด) บริเวณคั่นไซ (ไม้ปัก) ให้มีความสูงในระดับ 2 ใน 3 ของความสูงไซปักสองขอบ นำไซไปปักไว้บริเวณลำคลองหรือในป่าชายเลนที่มีน้ำท่วมถึง ซึ่งจะวางในช่วงน้ำขึ้น หลังจากนั้นทิ้งไว้ประมาณ 30 นาที แล้วยกขึ้นจะได้ปูดำ 	
เบ็ดราว	<ol style="list-style-type: none"> ใช้เชือกยาวตามความต้องการ ใช้ตาเบ็ดก็ตาก็ได้ตามความต้องการ ใช้เบ็ดผูกติดกับเชือกความกว้างระหว่างตาเบ็ดยาวประมาณ 2 เมตร 	<ol style="list-style-type: none"> ใช้ก้อนอิฐหรือก้อนหินถ่วงไว้กับเบ็ดราว ใส่เหยื่อ (เนื้อปลาสด) แล้วนำไปวางในช่วงน้ำขึ้นบริเวณลำคลองหรือในทะเล ใช้สำหรับจับปลา 	 <p>ที่มา : www.aquatoyou.com</p>
อวนรุน (ซีริง)	<ol style="list-style-type: none"> ใช้ไม้ผ่า 2 ลำ ความยาวประมาณ 2 เมตร นำเชือกมาถักให้เป็นอวนตาถี่ นำไม้ผ่าและอวนมาผูกเข้าด้วยกัน 	<ol style="list-style-type: none"> ใช้แรงงานคนในการเดินลากอวน ลากอวนขณะน้ำลงบริเวณที่พบเจอกุ้ง 	 <p>ที่มา : คณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอมและสถาบันสิ่งแวดล้อมไทย (2551)</p>

เมื่อได้อาหารมาแล้ว ชุมชนมีภูมิปัญญาในการจัดการอาหาร เพื่อนำมาประกอบเป็นอาหาร สำหรับรับประทานทันที หรือเก็บถนอมไว้รับประทานในอนาคตดังนี้

ตารางที่ 4-26 ภูมิปัญญาและวิธีการใช้ทรัพยากรธรรมชาติเพื่อเป็นอาหาร

ลำดับ	ชนิด	ภูมิปัญญาเพื่อนำมาเป็นอาหาร	ภูมิปัญญาในการนำมาประกอบอาหารหรือถนอมอาหาร
1	ผักถั่วดำ	- นำผักถั่วดำมาขูดเปลือกออกและแช่น้ำเปล่า แล้วนำไปต้ม หลังจากนั้นนำมาบดเพื่อให้เกิดเป็นแป้งลูกโรย เพื่อนำไปทำขนม	- แป้งลูกโรยจะใช้แทนแป้งมันที่มีขายทั่วไป ซึ่งขนมที่ได้จะเรียกว่า “ขนมลูกโรย”
2	สาหร่าย	- นำขึ้นมาล้างด้วยน้ำจืดพอผ่านๆ แล้วรับประทานสดๆ ได้เลย เนื่องจากหากล้างน้ำด้วยน้ำจืดนานเกินไปสาหร่ายจะเสียรสชาติ - การถนอมสาหร่าย ไม่ให้เสียรสชาติ โดยการใช้ใบไม้ในป่าชายเลนมาคลุกสาหร่าย เพื่อรักษาความเค็มของสาหร่ายไว้	- โดยส่วนใหญ่ชาวบ้านนิยมนานสดกับน้ำพริก นอกจากนี้ยังสามารถนำไปยำเรียกว่า “ยำสาหร่าย”
3	หยวกเป้ง	- เอาเฉพาะยอดอ่อนของหยวกเป้ง	- นำหยวกเป้งที่ได้หั่นเป็นชิ้นเล็ก ๆ แล้วนำไปแช่น้ำผสมเกลือเล็กน้อย เพื่อไม่ให้หยวกเป้งมีสีดำ หลังจากนั้นสามารถนำไปปรุงอาหารได้หลากหลายประเภทตามต้องการ ส่วนใหญ่คนในชุมชนมักนำไปทำแกงส้ม เนื่องจากมีรสชาติคล้ายยอดมะพร้าวอ่อน
4	น้ำผึ้ง	- นำรังผึ้งที่ได้มาเคาะเอาตัวอ่อนของผึ้งออกก่อน จากนั้นนำรังผึ้งมาคั้นเอาเฉพาะน้ำผึ้ง - ชาวบ้านจะนำน้ำผึ้งมาบริโภคเพื่อเป็นยารักษาโรค	- น้ำผึ้งที่ได้ส่วนใหญ่จะรับประทานสด เพื่อเป็นยารักษาโรค เช่น บรรเทาอาการไอหรือเจ็บคอ บรรเทาอาการท้องผูก เป็นต้น นอกจากนี้ยังสามารถนำน้ำผึ้งมาทาแผลสดเพื่อให้แผลหายเร็วขึ้น
5	เห็ดเสม็ด	- นำไปต้มและใส่เกลือเล็กน้อยเพื่อลดความขม หลังจากนั้นก็นำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- เห็ดเสม็ดถึงแม้จะผ่านการต้ม แต่ก็ยังมีรสขมอยู่ ชาวบ้านส่วนใหญ่จึงนิยมนำเห็ดเสม็ดไปปรุงอาหารโดยการลวกเพื่อลดความขมของเห็ด หลังจากนั้นจึงนำไปประกอบอาหาร
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	- หลังจากได้รังผึ้งแล้วนำมาเคาะเพื่อเอาตัวอ่อนผึ้งออกจากรัง และนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ตัวอ่อนของผึ้งจะนำมาผัดกับเกลือให้แห้ง
7	ปูดำ	- ปูดำที่ใช้จะต้องใช้ปูดำสดๆ ที่ยังไม่ตาย เนื่องจากเนื้อปูจะแน่นและรสชาติอร่อยกว่าปูดำที่ตายแล้ว - มักก้ามปู ก่อนจะนำไปทำอาหารหรือขาย	- ปูดำส่วนใหญ่มักจะนำมานึ่งและทานควบคู่กับน้ำจิ้ม
8	หอยจ๊อบแจง	- เมื่อได้หอยจ๊อบแจงมาแล้ว ชาวบ้านจะนำมาล้างข้ามคืนไว้ โดยไม่ต้องเติมน้ำ เพื่อให้หอยคายทรายออกมา หากเติมน้ำไม่ว่าจะเป็นน้ำจืดหรือน้ำเค็มก็ทำให้หอยตาย เพราะหอยจ๊อบแจงไม่ชอบน้ำ หลังจากนั้นค่อยล้างทำความสะอาดและสับกันหอย และนำไปปรุงเป็นอาหารตามต้องการ	- ชาวบ้านนิยมนำหอยจ๊อบแจงมาปรุงเป็นอาหารประเภทแกงกะทิ

ลำดับ	ชนิด	ภูมิปัญญาเพื่อนำมาเป็นอาหาร	ภูมิปัญญาในการนำมาประกอบอาหารหรือถนอมอาหาร
9	ปลากระบอก	- นำปลากระบอกที่ได้มาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลากระบอกสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป รายการอาหารที่ชาวบ้านนิยมนำไปทำอาหารประเภท เช่น ต้มส้ม ปลากระบอก แกงส้มปลากระบอก ปลากระบอกทอด เป็นต้น
10	กุ้งขาว	- นำกุ้งมาปอกเปลือก ผ่าหลังเพื่อเอาไส้ออก	- กุ้งสามารถใส่ในอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ต้มยำ แกงเลียง ผัดผักร เป็นต้น
11	ปลาดาทลา	- นำปลามาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลาดาทลาเป็นที่นิยมของคนในชุมชน โดยส่วนใหญ่ นิยมนำมาทำปลาทอด
12	กุ้งกุลาดำ	- นำกุ้งมาปอกเปลือก ผ่าหลังเพื่อเอาเส้นสีดำออก (ชี้กุ้ง)	- กุ้งสามารถใส่ในอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ต้มยำ แกงเลียง ผัดผักร เป็นต้น
13	หอยเขี้ยว	- นำหอยมาล้าง และแช่น้ำไว้ เพื่อให้หอยคายทรายออกมา หลังจากนั้นนำมาปรุงอาหารตามต้องการ	- หอยเขี้ยวสามารถโดยส่วนใหญ่นำมาทำอาหารประเภท ผัดเผ็ด
14	กุ้งไข่	- นำกุ้งมาปอกเปลือก ผ่าหลังเพื่อเอาเส้นสีดำออก (ชี้กุ้ง)	- กุ้งสามารถใส่ในอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ต้มยำ แกงเลียง ผัดผักร เป็นต้น
15	หอยเจดีย์	- แช่น้ำให้หอยคายทรายออกมา เมื่อนำมาปรุงเป็นอาหาร	- หอยเจดีย์สามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภทส่วนใหญ่ มักนำไปแกง หรือผัดด้วยวัตถุดิบที่มีกลิ่นแรง เช่น โหระพา แมงลัก พริกไทยดำ เป็นต้น เพื่อลดกลิ่นคาวของหอยเจดีย์
16	หอยแครง	- นำหอยมาล้าง และแช่น้ำไว้ เพื่อให้หอยคายทรายออกมา หลังจากนั้นนำมาปรุงอาหารตามต้องการ	- หอยแครงสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป
17	หอยรอก	- นำหอยมาล้าง และตัดส่วนปลายหางที่มีโคลนออก นำมาปรุงอาหารตามอาหารตามต้องการ	- หอยรอกสามารถนำมาปรุงเป็นอาหารประเภท หรือผัดด้วยวัตถุดิบที่มีกลิ่นแรง เช่น โหระพา แมงลัก พริกไทยดำ เป็นต้น เพื่อลดกลิ่นคาวของหอย
18	ปลานาเหิง	- นำปลามาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลานาเหิงเป็นที่นิยมของคนในชุมชน โดยส่วนใหญ่ นิยมนำมาทำปลาทอด
19	ปลาเก๋า	- นำปลามาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลาเก๋าสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป รายการอาหารที่ชาวบ้านนิยมนำไปทำ เช่น ปลาเก๋านึ่ง ปลาเก๋าทอด เป็นต้น
20	หอยก้น	- หอยก้นหลังจากจับมาได้จะมีชีวิตอยู่ประมาณ 10 – 15 วัน ชังไว้โดยไม่ต้องใส่ น้ำ แต่เมื่อนำมาทำอาหารต้องนำหอยก้นมาล้างแช่เปลือกหอยให้สะอาดเนื่องจากหอยก้นอาศัยอยู่ในพื้นโคลน	- เนื้อหอยก้นที่ได้สามารถปรุงอาหารได้หลายประเภท โดยจะปรุงด้วยวัตถุดิบที่มีกลิ่นแรง เพื่อลดกลิ่นคาวของหอย
21	ปลากะพงแดง	- นำปลามาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลากะพงแดงสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป รายการอาหารที่ชาวบ้านนิยมนำไปทำอาหารประเภท เช่น แกงส้ม ปลาทอด เป็นต้น
22	ปลาทราย	- นำปลามาขอดเกล็ดเอาไส้ออก ก่อนนำไปปรุงเป็นอาหาร	- ปลาทรายเป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป ซึ่งคนในชุมชนส่วนใหญ่ นิยมนำมาทำปลาทรายทอด

ลำดับ	ชนิด	ภูมิปัญญาเพื่อนำมาเป็นอาหาร	ภูมิปัญญาในการนำมาประกอบอาหารหรือถนอมอาหาร
23	กั้ง	- กั้งที่ใช้จะต้องใช้กั้งสดๆ เพื่อให้ได้รสชาติหวานของกั้ง	- กั้งสามารถนำไปปรุงอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป ซึ่งคนในชุมชนนิยมนำมาึ่งและทานควบคู่กับน้ำจิ้ม
24	ปลาจ๋องม่อง	- นำปลาจ๋องม่องที่ได้ไปขูดเมือกที่หนึ่งด้านหลังและบริเวณคลีบออกก่อน หลังจากนั้นนำไปล้างให้สะอาด	- ปลาจ๋องม่องส่วนใหญ่มาตากแดดให้แห้งและนำมาทำปลาทอดแดดเดียว
25	ปลาลาม่า	- นำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- ปลาลาม่าเป็นที่นิยมของคนในชุมชน โดยส่วนใหญ่นิยมนำมาทำปลาทอด
26	ปลากะพงแสม	- ขอดเกล็ดปลาออก และนำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- ปลากะพงแสมนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ปลาทอด เป็นต้น
27	ปลาไหล	- ใช้ใบช่อยูรดเอาเมือกปลาไหลออก หลังจากนั้นทำความสะอาด	- ปลาไหลส่วนใหญ่จะนำมาทำอาหารประเภทผัดเผ็ดหรือแกงเผ็ด เพื่อลดความคาวของปลาไหล
28	กุ้งกุลาลาย	- นำกุ้งมาปอกเปลือก ผ่าหลังเพื่อเอาเส้นสีดำออก (ขี้กุ้ง)	- กุ้งสามารถใสในอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ต้มยำ แกงเลียง ผัดผัก เป็นต้น
29	ปลากะพงขาว	- ขอดเกล็ดปลาออก และนำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- ปลากะพงขาวสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป รายการอาหารที่ชาวบ้านนิยมนำไปอาหารประเภท เช่น แกงส้ม ปลาทอด เป็นต้น
30	ปลากุกู	- นำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- ปลากุกูส่วนใหญ่คนในชุมชนนิยมนำมาทอด
31	แมงดา	- แช่น้ำจืด เพื่อให้แมงดาคายทรายออกมา หลังจากนั้นนำไปต้ม และใช้มีดกรีดที่กระดองด้านใต้ลำตัวเพื่อให้ได้ไข่แมงดามารับประทาน	- การรับประทานแมงดาส่วนใหญ่จะรับประทานเฉพาะไข่เท่านั้น คนทั่วไปจึงนิยมนำไข่แมงดาทำอาหารประเภทยำที่เรียกว่า “ยำไข่แมงดา”
32	หอยท้ายเถา	- นำหอยมาล้าง และแช่น้ำไว้ เพื่อให้หอยคายทรายออกมา หลังจากนั้นนำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- หอยท้ายเถาสามารถนำมาปรุงเป็นอาหารประเภททั้งทานสดกับน้ำจิ้ม หรือผัดด้วยวัตถุดิบที่มีกลิ่นแรง เช่น โหระพา แมงลัก พริกไทยดำ เป็นต้น เพื่อลดกลิ่นคาวของหอย
33	หอยนางรม	- นำหอยนางรมที่ได้แกะเปลือก เอาเฉพาะเนื้อ	- หอยนางรมส่วนใหญ่นิยมรับประทานสด
34	ปลากะพงข้างปาน	- ขอดเกล็ดปลาออก และนำไปปรุงอาหารตามต้องการ	- ปลากะพงข้างปานสามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท เป็นที่นิยมทั้งคนในชุมชนและคนทั่วไป รายการอาหารที่ชาวบ้านนิยมนำไปอาหารประเภท เช่น แกงส้ม ปลาทอด เป็นต้น
35	กุ้งเหลือง	- นำกุ้งมาปอกเปลือก ผ่าหลังเพื่อเอาเส้นสีดำออก (ขี้กุ้ง)	- กุ้งสามารถใสในอาหารได้หลายประเภท เช่น แกงส้ม ต้มยำ แกงเลียง ผัดผัก เป็นต้น

สำหรับแหล่งอาหารผลิตเองเองก็ต้องอาศัยความรู้ วิธีการดูแลรักษา และการเก็บเกี่ยว ดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น เมื่อได้ผลผลิตอาหารแล้ว การจัดการอาหารแต่ละชนิดก็ยิ่งแตกต่างกันออกไปที่ใช้ในการบริโภค ซึ่งถือว่าเป็นภูมิปัญญาในการประกอบอาหารท้องถิ่นของคนในชุมชน ดังตัวอย่างในตาราง 4-27

ตารางที่ 4-27 ภูมิปัญญาในการนำส่วนต่างๆของอาหารมาประกอบเป็นเมนูอาหาร

ชนิด	ส่วนที่นำมาทำอาหาร	วิธีการ	รายการอาหารที่ได้
กล้วย	- หัวปลี	- นำหัวปลีสดมาแช่น้ำเกลือเพื่อให้หัวปลีดำ หลังจากนั้นมาทำอาหารตามต้องการ	- ยำหัวปลี - ผักเครื่องเคียงกินในอาหาร เช่น ผักไทย น้ำพริก ขนمجิน เป็นต้น
	- หยวกกล้วย	- ลำต้นต้นของกล้วยมาลอกเปลือกออก เอาเฉพาะส่วนที่อ่อนที่สุดของลำต้น ซึ่งเรียกว่าหยวกกล้วย	- แกงกะทิหยวกกล้วย
	- ผลดิบ	- นำผลดิบของกล้วยผ่าครึ่งและหั่นเป็นสามส่วนให้พอดีคำ นำไปใส่ในอาหารประเภทแกง	- แกงไก่ลูกกล้วย
	- ผลสุก	- นำผลสุกของกล้วยมาประกอบเป็นอาหารหวานได้หลายชนิด	- รับประทานสด - กล้วยบัวต๋อง - กล้วยตาก - กล้วยทับ - กล้วยปิ้ง
มะละกอ	- ผลดิบ	- นำผลดิบหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ นำไปใส่ในอาหารประเภทอาหารได้หลายประเภท	- แกงส้มกุ้งมะละกอ - มะละกอผัดไข่ - ส้มตำมะละกอ - มะละกอจิ้มน้ำพริกหรือน้ำบูดู
	- ผลสุก	- นำมารับประทานสดเป็นผลไม้	- รับประทานสด
มะพร้าว	- ยอดมะพร้าว	- นำเฉพาะยอดอ่อนของมะพร้าว มาประกอบในเมนูอาหารได้หลายประเภท	- แกงส้มยอดมะพร้าว - ยำยอดมะพร้าว
	- ผลอ่อน	- ผลอ่อนของมะพร้าวสามารถทานได้ทั้งน้ำและเนื้อของมะพร้าว	- น้ำมะพร้าว - ห่อหมกมะพร้าวอ่อน
	- ผลสุก	- ผลสุกที่ได้มาคั้นเอาเฉพาะน้ำที่เรียกว่า “น้ำกะทิ” และนำไปใส่ในอาหารที่มีส่วนประกอบของน้ำกะทิได้ทั้งอาหารคาวและอาหารหวาน	- แกงกะทิ - แกงเขียวหวาน - ต้มยำ - ขนมครก - ขนมหั่น - บัวลอย
มะม่วงเบา	- ผลดิบ	- รับประทานสด หรือนำมาทำอาหารที่ต้องการความเปรี้ยว นอกจากนี้ยังนำมาดองเพื่อถนอมอาหารให้รับประทานได้นานขึ้น เนื่องจากมะม่วงเบาให้ผลผลิตเฉพาะช่วงฤดูร้อน	- มะม่วงเบาจิ้มน้ำปลาหวาน - ยำมะม่วงเบา - แกงส้มมะม่วงเบา - มะม่วงเบาแช่อิ่ม
	- ผลสุก	- สามารถรับประทานสดเป็นผลไม้ได้	- รับประทานสด

4.4.2 การจัดการแหล่งอาหาร

การจัดการแหล่งอาหารเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร หากต้องการให้อาหารมีอยู่อย่างยั่งยืน ก็ควรมีการจัดการแหล่งอาหารที่ชุมชนพึ่งพาให้มีความอุดมสมบูรณ์และสามารถให้ผลผลิตอาหารได้ตลอดเวลา สำหรับงานวิจัยนี้ จะกล่าวถึงเพียงการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ส่วนแหล่งซื้อขายอยู่นอกเหนือการควบคุมที่จะมีการจัดการ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.4.2.1 การจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติ

การจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติส่วนใหญ่จะเน้นการจัดการป่าชายเลนเป็นหลัก เนื่องจากชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของป่าชายเลนที่เป็นแหล่งผลิตอาหารธรรมชาติที่สำคัญ อีกทั้งชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนในหลายด้าน เช่น การนำไม้มาสร้างที่อยู่อาศัย การนำไม้มาทำเครื่องมือประมง เป็นแหล่งอาหารของชุมชน สร้างอาชีพและรายได้ให้กับคนในชุมชน เป็นต้น ซึ่งการจัดการป่าชายเลนต้องเริ่มจากการฟื้นฟูป่าชายเลนที่เคยเสื่อมโทรมให้กลับมาอุดมสมบูรณ์ โดยต้องอาศัยองค์ความรู้และภูมิปัญญาของคนในชุมชนโคกพยอม ชาวบ้านเข้าใจกันดีเกี่ยวกับระบบนิเวศของป่าชายเลนและเชื่อว่าทุกสิ่งที่เกิดขึ้นในป่าชายเลนนั้นมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อีกทั้งยังเป็นแหล่งอนุบาลสัตว์ที่สำคัญของระบบนิเวศ มีศักยภาพในการปรับตัวสู่สมดุล จึงไม่ควรใช้ทรัพยากรป่าชายเลนเกินศักยภาพที่ป่าชายเลนมีอยู่ ทำให้คนในชุมชนโคกพยอมได้มีการจัดกิจกรรมการดูแลรักษาป่าชายเลน การฟื้นฟูป่า และมีการออกกฎระเบียบในการใช้ประโยชน์จากป่าชายเลน โดยจัดตั้งคณะกรรมการป่าชายเลนเพื่อชุมชนขึ้น ซึ่งจะนำไปสู่กระบวนการเรียนรู้ให้ชุมชนเกิดจิตสำนึกในการจัดการป่าชายเลน

1) การฟื้นฟูและรักษาป่าชายเลน

การฟื้นฟูป่าชายเลน เริ่มต้นขึ้นเมื่อชาวบ้านเห็นถึงการลดลงของป่าชายเลนในอดีตหลังจากมีการสัมปทานป่าชายเลน จึงได้มีการรวมตัวกันจัดการฟื้นฟูป่าชายเลนในปี พ.ศ.2545 โดยเริ่มจากการสำรวจแนวเขตและพื้นที่ป่าชายเลนและยังมีการเข้าร่วมศึกษาดูงานในพื้นที่ชุมชนบ้านทุ่งตะเซาะที่มีการจัดการป่าชายเลน เพื่อนำมาปรับใช้กับพื้นที่ป่าชายเลนในชุมชนโคกพยอม หลังจากในปี พ.ศ. 2546 ได้มีจัดตั้งคณะกรรมการป่าชุมชนขึ้น และได้ส่งเสริมการอนุรักษ์ป่าชายเลน โดยให้คนในชุมชนเยาวชน และองค์กรที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้มีการจัดกิจกรรมในวันสำคัญ เช่น ปลูกป่าชายเลน ปล่อยพันธุ์สัตว์น้ำ เป็นต้น เพื่อต้องการให้คนในชุมชนและเยาวชนเกิดจิตสำนึกในการอนุรักษ์ป่าชายเลน และยังทำให้องค์กรที่มีส่วนเกี่ยวข้องเห็นความสำคัญและมีส่วนร่วมในการสนับสนุนกิจกรรมของชุมชนมากขึ้น ซึ่งผลจากการจัดการป่าชายเลนโดยชุมชนก็เห็นชัดเจนขึ้น เมื่อป่าชายเลนมีความอุดมสมบูรณ์ พืชและสัตว์น้ำมีปริมาณเพิ่มขึ้นจากคำบอกเล่าของชาวบ้านที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

นอกจากนี้ยังมีหลักศาสนาที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์ป่าชายเลนอีกด้วย โดยคนในชุมชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม และคำสอนในศาสนาอิสลามสอนให้เข้าใจธรรมชาติและยึดหลักสายกลางในการดำเนินชีวิตเพื่อรักษาความสมดุลของธรรมชาติ จากคำสอนดังกล่าวทำให้แกนนำชุมชนได้ยึดเป็นแนวทางและกระตุ้นให้คนในชุมชนตระหนักถึงความสำคัญของธรรมชาติ โดยใช้มัสยิดและศาลาการเรียนรู้ทำน้ำในการพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร ซึ่งมักจะสอดแทรกเนื้อหาเกี่ยวกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติโดยเฉพาะป่าชายเลนในการปฏิบัติศาสนกิจอยู่เสมอ จึงทำให้ชาวบ้านได้นำหลักศาสนาที่เกี่ยวข้องกับการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติมาใช้ให้สอดคล้องและให้เข้ากับกิจกรรมทางศาสนา นอกจากนี้ชุมชนยังใช้ประเพณีการแสดงลิบเข้ามาส่งเสริมการอนุรักษ์ธรรมชาติ โดยมีการถ่ายทอดเรื่องราวเกี่ยวกับอนุรักษ์ป่าชายเลนสอดแทรกไว้ในการแสดงลิบ และยังมีการจัดตั้งโรงเรียนในป่าชายเลนขึ้นภายในชุมชน เปิดการเรียนการสอนเป็นประจำทุกวันอาทิตย์ ซึ่งเนื้อหาที่สอนไม่ได้เป็นเนื้อหาตามหลักสูตรของโรงเรียน แต่เป็นการสอนทักษะการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ โดยเด็กๆ ต้องหาวัตถุดิบที่มีในป่าชายเลนมาทำอาหารเพื่อรับประทานเป็นมื้อกลางวันด้วยตัวเอง ซึ่งคนที่เข้าไปสอนเด็กส่วนใหญ่เป็นกลุ่มนักศึกษาต่างชาติที่เข้ามาเรียนรู้วิถีชีวิตของชุมชนและช่วยเหลือกิจกรรมของชุมชน เพื่อต้องการให้เยาวชนมีจิตสำนึกในการดูแลป่าชายเลนและสามารถพึ่งตนเองในการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติได้

2) องค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่นในการฟื้นฟูและรักษาป่าชายเลน

องค์ความรู้และภูมิปัญญาท้องถิ่นในการฟื้นฟูและรักษาป่าชายเลนที่มีอยู่ในชุมชน ส่วนใหญ่เป็นเรื่องเกี่ยวกับพืชและสัตว์ที่มีอยู่ในแหล่งอาหาร ถึงแม้ชาวบ้านจะไม่เข้าใจถึงระบบนิเวศของแหล่งอาหารตามหลักวิชาการ แต่ชาวบ้านก็มีความเข้าใจตามภูมิปัญญาจากการใช้ชีวิตร่วมกับแหล่งอาหารธรรมชาติโดยเพราะชาวบ้านนั้นทราบกันดีว่าป่าชายเลนยังมีความหลากหลายของชนิดพืชและสัตว์อย่างมาก ก็ยังแสดงถึงการมีอยู่ของอาหารในชุมชนก็มากตามไปด้วย ซึ่งองค์ความรู้และภูมิปัญญาดังกล่าวผู้วิจัยสามารถรวบรวมได้ดังนี้

1) ชาวบ้านเชื่อว่าสิ่งต่างๆ ที่อยู่ในป่าชายเลนล้วนมีความสำคัญต่อชุมชนทั้งสิ้น โดยเชื่อว่าป่าชายเลนต้องประกอบด้วยพันธุ์พืชหลายชนิด เนื่องจากพืชแต่ละชนิดจะมีฤดูกาลของการออกดอกและผลที่ไม่ตรงกัน ทำให้สัตว์ต่างๆ ได้อาศัยเกสรดอกไม้และผลไม้เป็นอาหารได้ตลอดทั้งปี

2) ชาวบ้านจะใช้เครื่องมือประมงท้องถิ่นที่เกิดจากภูมิปัญญาของคนในชุมชนจากรุ่นสู่รุ่น ซึ่งเป็นเครื่องมือประมงพื้นบ้าน เพื่อให้เหมาะสมกับสัตว์น้ำแต่ละชนิดที่มีขนาดแตกต่างกัน หากจับได้สัตว์น้ำที่มีขนาดเล็กชาวบ้านก็จะปล่อยกลับสู่แหล่งน้ำ เพื่อให้เจริญเติบโตและขยายพันธุ์ต่อไป

“หากจับได้ตัวเล็กตัวน้อย เอาไปให้ภรรยาทำกับข้าวก็ไม่ได้ ขายได้ก็แค่เอาไปทำเป็นปลาเป็ด (อาหารเลี้ยงปลา) เสียตาย ปล่อยกลับให้มันโตแล้วค่อยจับใหม่ดีกว่า” และ สาหลี (สัมภาษณ์ 20 กันยายน 2556)

3) ชาวบ้านเชื่อว่าพืชในป่าชายเลนหากเป็นพืชขนาดเล็ก เช่น เถาวัลย์ หนุ่ย เป็นต้น พืชเหล่านี้มีส่วนช่วยเป็นแหล่งเพาะพันธุ์สิ่งมีชีวิตขนาดเล็ก เช่น กุ้ง หอย ปู เป็นต้น อีกทั้งยังช่วยป้องกันแสงแดดไม่ให้ส่องมาถึงดินเลนมากเกินไป ซึ่งจะทำให้ดินแห้งไม่เหมาะแก่การอาศัยของสัตว์หน้าดินในป่าชายเลน หากมีต้นไม้ขนาดใหญ่ตายไปก็จะเป็นที่อยู่ของนกที่เจาะโพรงต้นไม้เพื่ออยู่อาศัย และยังเป็นที่ดูดซับน้ำจืดไว้ให้สัตว์ในป่าชายเลนกินอีกด้วย

4) พืชและสัตว์บางชนิดเป็นตัวชี้วัดความอุดมสมบูรณ์ของป่าชายเลนได้ หากมีพืชหายาก เช่น ต้นปาด ต้นโพธิ์ทะเล เป็นต้น แสดงว่าป่าชายเลนยังมีความอุดมสมบูรณ์ เนื่องจากพืชดังกล่าวเป็นพืชที่หายากและใกล้สูญพันธุ์จากป่าชายเลน และหากมีสัตว์บางชนิดก็สามารถบอกความอุดมสมบูรณ์ได้ เช่น โลมา นาก ตัวเงินตัวทอง ลิง เป็นต้น เนื่องจากสัตว์เหล่านี้มีความต้องการในการบริโภคสัตว์น้ำเป็นจำนวนมาก จึงมักจะพบเห็นสัตว์ดังกล่าวในป่าชายเลนที่มีความอุดมสมบูรณ์เป็นส่วนใหญ่ ซึ่งในอดีตนากเคยหายไปจากชุมชน แต่เมื่อมีการฟื้นฟูและอนุรักษ์ป่าชายเลนทำให้ชาวบ้านเห็นนากกลับมาอีกครั้ง และในบางครั้งหากมีน้ำทะเลหนุนสูงก็จะมีโลมาเข้ามาหากินในบริเวณลำคลองรอบป่าชายเลน แสดงให้เห็นว่าป่าชายเลนได้กลับมาอุดมสมบูรณ์อีกครั้ง

5) หากมีการปลูกป่าชายเลน คนในชุมชนก็จะทราบกันดีว่าไม่ควรปลูกแค่ต้นโกงกางเพียงอย่างเดียว ต้องดูสภาพดินในการปลูกพืช ดังนี้

- ต้นโกงกางใบเล็กและโกงกางใบใหญ่ต้องปลูกในดินเลน ซึ่งจะอยู่บริเวณริมคลองของป่าชายเลน
- ต้นแสมดำ ตะบูนขาว ตะบูนแดง ต้องปลูกในบริเวณเนินที่เป็นดินเลนปนทราย ซึ่งจะอยู่บริเวณกลางป่าชายเลน
- พังกาหัวสุม โปรงแดง ต้องปลูกในดินแข็งที่มีลักษณะคล้ายดินบนป่าบก ซึ่งจะอยู่บริเวณพื้นที่ดอนของป่าชายเลน

3) องค์ความรู้และภูมิปัญญาในการใช้ประโยชน์จากป่าชายเลน

การใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนของคนในชุมชน ซึ่งในการใช้ประโยชน์จะแตกต่างกันไป เช่น ไม้จากป่าชายเลนสร้างบ้านเรือนและเครื่องมือประมง ใช้เป็นอาหารและเป็นยาสมุนไพร เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้และแหล่งท่องเที่ยว เป็นต้น ซึ่งรูปแบบและวิธีการในการใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนอาจได้มาจากการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษและ การสั่งสมของประสบการณ์โดยตรง จึงทำให้รูปแบบวิธีการในการใช้ประโยชน์สามารถปรับเปลี่ยนได้ตามสภาพแวดล้อมที่แตกต่างออกไป โดยการกำหนดกฎเกณฑ์และกฎระเบียบในการเข้าไปใช้ประโยชน์จากป่าชายเลน เพื่อให้คนในชุมชนมีการเข้าไปใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนไม่เกินศักยภาพที่ป่าชายเลนสามารถผลิตได้ ซึ่งกฎเกณฑ์ดังกล่าวได้เริ่มต้นจากการสำรวจป่าชายเลนของกลุ่มอนุรักษ์ป่าชายเลนชุมชนบ้านโคกพยอมที่จัดตั้งขึ้นในปี พ.ศ. 2545 เพื่อต้องการกำหนดขอบเขตการใช้ประโยชน์และการอนุรักษ์ควบคู่ไปด้วยกัน ซึ่งในชุมชนโคกพยอมมีเนื้อที่ป่าชายเลนทั้งหมด 1,250 ไร่ สามารถแบ่งพื้นที่ป่าชุมชนเป็น 5 เขต ดังนี้

1. เขตป่าเฉลิมพระเกียรติ จำนวน 200 ไร่ เป็นพื้นที่ที่มีความอุดมสมบูรณ์มากที่สุดหากเปรียบเทียบกับพื้นที่อื่น จึงกำหนดขึ้นเพื่อการอนุรักษ์และเป็นแหล่งเรียนรู้ของเยาวชนและบุคคลที่สนใจ ไม่อนุญาตให้เข้าไปใช้ประโยชน์

2. เขตเพาะเมล็ดพันธุ์ไม้ จำนวน 200 ไร่ เป็นพื้นที่เสื่อมโทรม จึงกำหนดขึ้นเพื่อให้เป็นพื้นที่ขยายพันธุ์ไม้ และปลูกพันธุ์ไม้เพิ่มเติมจากที่มีอยู่ โดยให้เยาวชนและชาวบ้านร่วมกันปลูกป่าในวันสำคัญและโครงการที่มีขึ้นในชุมชน

3. เขตป่าใช้สอย จำนวน 700 ไร่ เป็นพื้นที่ที่ชาวบ้านสามารถเข้าไปใช้ประโยชน์ได้แต่ต้องผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการป่าชุมชน ว่ามีเหตุผลสมควรพอที่จะขอใช้ไม้หรือไม่ หากได้รับอนุญาตต้องตัดตามจำนวนที่ขอ เพราะคณะกรรมการจะมีการตรวจสอบในการตัดตามจำนวนที่ขออีกครั้ง

4. เขตสมุนไพร จำนวน 50 ไร่ เป็นพื้นที่ที่มีพืชสมุนไพรอยู่ จึงกำหนดเพื่อการศึกษาแปลงป่าสมุนไพรและเรียนรู้ระบบนิเวศป่าชายเลนและเพื่อการใช้ประโยชน์ของคนในชุมชน

5. เขตป่าอาหารและผลิตภัณฑ์พื้นบ้าน จำนวน 100 ไร่ เป็นพื้นที่ที่มีทั้งพืชและสัตว์ที่สามารถนำมาเป็นอาหารได้ จึงกำหนดขึ้นเพื่อใช้ในการผลิตอาหารให้แก่คนในชุมชนรวมถึงนำไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์พื้นบ้านที่หลากหลาย ในเขตนี้ชุมชนสามารถใช้ประโยชน์ได้โดยไม่ต้องขออนุญาต

กฎระเบียบในการใช้ประโยชน์ป่าชายเลนชุมชน คณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอมและสถาบันสิ่งแวดล้อมไทย (2551)

ก. ห้ามใช้ประโยชน์ใดในพื้นที่เฉลิมพระเกียรติ ยกเว้นการตกปู

ข. สมาชิกคนใดที่ต้องการใช้ไม้เพื่อความจำเป็นในครัวเรือนจะต้องแจ้งให้คณะกรรมการป่าชายเลนฯ ทราบล่วงหน้าก่อน 3 วัน เว้นแต่กรณีสุดิวสัยจะพิจารณาภายใน 1 วัน

ค. สมาชิกคนใดตัดไม้ 1 ตัน จะต้องปลูกทดแทน จำนวน 5 ตัน

ง. ผู้ใดตัดไม้โดยไม่ได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอม จะต้องจ่ายค่าปรับ 500-1,000 บาท

จ. ค่าปรับที่ได้จะนำเข้ากองทุนพัฒนาป่าชายเลนชุมชนโคกพยอมและลำคลองตึงหัง

ฉ. กฎระเบียบข้อบังคับนี้ สามารถปรับปรุงแก้ไขเพิ่มเติม ได้ตามความเหมาะสม

ช. ห้ามบุคคลภายนอกเก็บฝักหรือพันธุ์ไม้จากป่าชายเลนก่อนได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการป่าชายเลนชุมชนโคกพยอม

4.4.2.2 การจัดการแหล่งอาหารผลิตเอง

การจัดการแหล่งอาหารผลิตเองจะเป็นการจัดการโดยการใช้พื้นที่รอบบ้านปลูกพืชผักอาหารตามความต้องการในการบริโภค และหลังจากการปลูกแล้วก็มีการดูแลรักษาเพื่อให้ได้ผลผลิตโดยการรดน้ำ พรุนดิน ใส่ปุ๋ย กำจัดวัชพืช ส่วนการเลี้ยงสัตว์หากเป็นพวกสัตว์ปีก เช่น เป็ด ไก่ ก็จะมีการให้

อาหารที่ได้จากเศษอาหารเหลือของครัวเรือนหรือปล่อยให้สัตว์หากินเองบริเวณพื้นที่รอบบ้าน ส่วนสัตว์น้ำ ได้แก่ ปลากระพงขาวและปลาเก๋า มีการให้อาหารที่ได้จากเศษปลาของชาวประมงหรือปลาตัวเล็กนำมาสับให้ละเอียดหรือที่ชาวบ้าน เรียกอาหารเหล่านี้ว่า “ปลาเบ็ด” ส่วนกุ้งที่มีการเลี้ยงในบ่อ ได้แก่ กุ้งกุลาดำและกุ้งขาว ส่วนใหญ่อาหารที่ให้จะเป็นอาหารสำเร็จรูปที่มีอยู่สำหรับกุ้งโดยเฉพาะ

สรุปผลการวิจัย พบว่า สภาพทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงที่อยู่ในช่วงวัยทำงานและมีสถานภาพสมรสแล้ว ส่วนการมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งการเข้าถึงอาหารแต่ละแหล่งมีความแตกต่างกันออกไป โดยแหล่งอาหารธรรมชาติ ต้องอาศัยเครื่องมือหรือภูมิปัญญาการทำประมงพื้นบ้านในการเข้าถึง แหล่งอาหารผลิตเองก็ต้องอาศัยพื้นที่ในการเพาะปลูกและองค์ความรู้สำหรับเพาะปลูกพืชแต่ละชนิด และแหล่งอาหารซื้อขาย ต้องอาศัยเงินเพื่อซื้ออาหารแต่ละชนิด นอกจากนี้ยังพบว่าคนในชุมชนมีการจัดการอาหารและแหล่งอาหารภายในชุมชนเพื่อให้มีอาหารในการบริโภคและมีแหล่งอาหารที่ยั่งยืนอีกด้วย โดยผู้วิจัยสามารถสรุปภาพรวมของผลการวิจัยได้ดังนี้ (ภาพที่ 4-13)



ภาพที่ 4-13 สรุปภาพรวมของผลการวิจัย

บทที่ 5

อภิปราย สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

ในบทนี้ผู้วิจัยจะอภิปรายผลการวิจัยซึ่งประกอบด้วย การศึกษาสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง การศึกษาการมีอยู่ของแหล่งอาหารและการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชน การศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหาร และการศึกษาการจัดการแหล่งอาหาร รวมถึงการวิเคราะห์ผลการศึกษาเพื่อหาคำตอบจากการวิจัยใน 3 ประเด็น คือ การวิเคราะห์ผลการศึกษาคความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม การวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหาร และการวิเคราะห์แนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหาร และนำผลวิเคราะห์มาสร้างข้อเสนอแนะสำหรับต่อชุมชนและข้อเสนอแนะสำหรับกระบวนการวิจัยในครั้งต่อไป โดยมีรายละเอียดของประเด็นต่างๆ ดังนี้

5.1 อภิปรายผลการศึกษา

5.1.1 อภิปรายผลการศึกษาข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่าง

จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่างผู้ตอบแบบสอบถามในชุมชนโคกพยอม พบว่า เป็นเพศหญิงมากกว่าเป็นเพศชาย เนื่องจากขณะสอบถามแต่ละครัวเรือนพบเพศหญิงซึ่งเป็นแม่บ้านคอยดูแลบ้านและเลี้ยงดูลูก ส่วนเพศชายออกไปประกอบอาชีพนอกบ้าน จึงทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิงและมีสถานภาพเป็นสมาชิกของครอบครัวมากกว่าหัวหน้าครอบครัว ผู้ตอบแบบสอบถามมีอายุอยู่ในช่วงวัยทำงานตั้งแต่ 20-60 ปี โดยมีอายุเฉลี่ย 49 ปี อาจเนื่องมาจากถ้าเป็นเยาวชนก็จะไม่สามารถเป็นตัวแทนตอบคำถามได้ เช่นเดียวกับผู้เฒ่าผู้แก่อาจไม่สะดวกในการให้สัมภาษณ์ จำนวนสมาชิกในครัวเรือนเฉลี่ย 4 คน อาจเนื่องมาจากวัฒนธรรมของชุมชนภายหลังจากการแต่งงานก็จะมีแยกครอบครัวออกจากพ่อแม่ เพื่อมาสร้างครอบครัวใหม่ ซึ่งส่วนใหญ่ในครัวเรือนก็จะประกอบด้วย พ่อแม่ และลูกๆ สอดคล้องกับจำนวนแรงงานของแต่ละครัวเรือนเฉลี่ย 2 คน คือ พ่อและแม่ โดยครัวเรือนส่วนใหญ่มีการประกอบอาชีพหลักคือการทำสวนยางพาราและอาชีพเสริมคือรับจ้างทั่วไป จากการสอบถามเพิ่มเติมพบว่า การรับจ้างทั่วไป คือ การรับจ้างกรีดยางพารา เลี้ยงกุ้ง คัดแยกปลา ลูกเรือประมง และรับเหมาก่อสร้าง ซึ่งมีรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนต่อเดือนเท่ากับ 9,281 บาท ซึ่งเป็นไปได้ว่ารายได้ดังกล่าวอาจเป็นรายได้ที่มาจากการทำงานอาชีพหลักของแต่ละครัวเรือน โดยยังไม่รวมรายได้จากการประกอบอาชีพเสริม ส่วนระดับการศึกษาอยู่ในช่วงประถมศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับอาชีพของคนในชุมชนที่ไม่จำเป็นต้องใช้วุฒิการศึกษาในการประกอบอาชีพ เพราะอาชีพของคนในชุมชนเป็นอาชีพที่ต้องใช้ความชำนาญและความสามารถที่ต้องใช้เวลาในการฝึกฝนและสั่งสมประสบการณ์ในการประกอบอาชีพ และคนในชุมชนส่วนใหญ่มีการนับถือศาสนาอิสลาม ซึ่งสะท้อนออกมาในวิถีการดำเนินชีวิตที่ยังมีความผูกพันของเครือญาติและครัวเรือนเพื่อนบ้าน

ผู้วิจัยได้เปรียบเทียบข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างกับข้อมูลที่เคยมีการศึกษาไว้ในชุมชนโคกพยอมเมื่อปี พ.ศ. 2553 เพื่อให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างภายในระยะเวลา 4 ปี ซึ่งอาจจะทำให้เข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับความมั่นคงทางอาหารได้ ดังแสดงในตารางที่ 5-1

ตารางที่ 5-1 การเปรียบเทียบข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจใน พ.ศ. 2553 และ พ.ศ. 2557

ประเด็น	ข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจ		การเปรียบเทียบของสภาพสังคมและเศรษฐกิจ
	พ.ศ. 2553	พ.ศ. 2557	
เพศ	เพศชายมากกว่า เพศหญิง	เพศหญิงมากกว่า เพศชาย	การตอบแบบสอบถามในงานวิจัยของผู้ตีพิมพ์เป็นการสอบถามถึงการประเมินมูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลน โดยผู้เข้าถึงป่าชายเลนคือเพศชาย จึงทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศชาย ซึ่งต่างจากงานวิจัยที่เป็นการสอบถามถึงปริมาณอาหารของแต่ละครัวเรือนจึงทำให้ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง นอกจากนี้ยังสามารถเชื่อมโยงกับวิจัยในอดีตได้จากผลการศึกษารายการเข้าถึงแหล่งอาหารในงานวิจัยนี้ที่พบว่า การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติที่เข้าถึงเป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ซึ่งเป็นกลุ่มคนกลุ่มเดียวกับงานวิจัยในอดีตที่มีการเข้าไปใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนเพื่อนำมาเป็นอาหารและใช้สอยไม้ในป่าชายเลน ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขายเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย สะท้อนให้เห็นถึงหน้าที่ของเพศชายและเพศหญิงในการหาอาหารที่แตกต่างกันออกไป
อายุ	20-60 ปี	20-60 ปี	ยังอยู่ในช่วงวัยเดียวกัน เนื่องจากระยะเวลาที่ศึกษาต่างกันเพียง 4 ปี
สถานะในครอบครัว	เป็นหัวหน้าครอบครัว มากกว่าสมาชิกใน ครอบครัว	เป็นสมาชิกในครอบครัว มากกว่าหัวหน้า ครอบครัว	สืบเนื่องจากเพศที่ตอบแบบสอบถามงานอดีตมีเพศชายตอบแบบสอบถามมากกว่าเพศหญิง ซึ่งเป็นหัวหน้าครอบครัว ส่วนงานวิจัยนี้มีเพศหญิงตอบแบบสอบถามมากกว่าเพศชาย ซึ่งเป็นสมาชิกครอบครัว
ศาสนา	นับถือศาสนาอิสลาม	นับถือศาสนาอิสลาม	เป็นศาสนาที่มีการนับถือเป็นหลักของคนในชุมชน อีกทั้งยังมีการสอดแทรกการจัดการแหล่งอาหารไว้ในคำสอนของศาสนา เพื่อให้คนในชุมชนช่วยกันรักษาแหล่งอาหารไว้ให้คงอยู่ต่อไป
สถานภาพทางการสมรส	สมรส	สมรส	สถานภาพส่วนใหญ่สมรสแล้ว เนื่องจากเป็นช่วงอายุที่อยู่ในวัยทำงานและกำลังสร้างครอบครัว โดยเพศชายออกไปหาอาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติหรือประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ให้แก่ครัวเรือน ส่วนเพศหญิงก็ทำหน้าที่เป็นแม่บ้านดูแลลูก และหาอาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย เพื่อนำมาประกอบอาหารไว้บริโภคภายในครอบครัว

ประเด็น	ข้อมูลสภาพสังคมและเศรษฐกิจ		การเปรียบเทียบของสภาพสังคมและเศรษฐกิจ
	พ.ศ. 2553	พ.ศ. 2557	
ระดับการศึกษา ชั้นสูงสุด	ประถมศึกษา	ประถมศึกษา	เนื่องจากการศึกษาขั้นพื้นฐานตามที่รัฐบาลกำหนด อีกทั้งการประกอบอาชีพของคนในชุมชนที่ไม่จำเป็นต้องใช้วุฒิการศึกษาในการประกอบอาชีพ เพราะอาชีพของคนในชุมชนเป็นอาชีพที่ต้องใช้ความชำนาญและความสามารถที่ต้องใช้เวลาในการฝึกฝนและสั่งสมประสบการณ์ในการประกอบอาชีพ
อาชีพหลัก	<ul style="list-style-type: none"> - รับจ้างทั่วไป 29 % - ทำสวนยางพารา 30 % - ทำนา 4 % - ค้าขาย 7 % - ประมง 23 % - เลี้ยงสัตว์ 3 % - รับราชการ 1 % - อื่นๆ 3 % 	<ul style="list-style-type: none"> - รับจ้างทั่วไป 26 % - ทำสวนยางพารา 49 % - ทำนา 4 % - ค้าขาย 5 % - ประมง 11 % - เลี้ยงสัตว์ 1 % - รับราชการ 1 % - อื่นๆ 3 % 	ถึงแม้อาชีพหลักจะเป็นอาชีพเกษตรกรเช่นเดียวกัน แต่ในปี พ.ศ. 2553 มีการทำเกษตรยางพารา ทำนาและปลูกผัก ส่วนในปี พ.ศ. 2557 มีการทำเกษตรกรรมสวนยางพาราเพียงอย่างเดียว ซึ่งหากแนวโน้มมีอาชีพที่ผลิตอาหารน้อยลงก็อาจจะเกิดความไม่มั่นคงทางอาหารได้
อาชีพเสริม	<ul style="list-style-type: none"> - ไม่มีอาชีพเสริม 65 % - มีอาชีพเสริม 39 % 	<ul style="list-style-type: none"> - ไม่มีอาชีพเสริม 35 % - มีอาชีพเสริม 65 % 	อาจเพราะในอดีตค่าครองชีพยังไม่สูงเท่าปัจจุบัน อีกทั้งยังมีการผลิตอาหารได้เอง หากไม่มีอาชีพเสริมก็มีอาหารเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคอาหารและค่าครองชีพอื่นๆ ซึ่งแตกต่างจากปัจจุบันที่มีค่าครองชีพสูงขึ้นและการผลิตอาหารเองยังมีปริมาณน้อยและไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จึงทำให้ต้องมีอาชีพเสริมเพื่อให้มีรายได้เพิ่มขึ้นในการซื้ออาหารและค่าครองชีพอื่นๆ
รายได้เฉลี่ยของ ครอบครัว	6,532 บาท	9,281 บาท	ค่าครองชีพที่สูงขึ้นทำให้ต้องมีรายได้มากขึ้น รวมทั้งมีการทำอาชีพเสริมเพิ่มขึ้น จึงทำให้มีรายได้เฉลี่ยที่สูงขึ้น
สมาชิกใน ครอบครัว	4 คน	4 คน	ยังคงมีสมาชิก 4 คน เช่นเดียวกัน
จำนวนแรงงาน ในครัวเรือน	ไม่ระบุ	2 คน	ในอดีตไม่ได้ระบุถึงจำนวนแรงงานในครัวเรือน จึงไม่สามารถเปรียบเทียบได้

ที่มา : ข้อมูลปี 2553 มาจากญาติติพงค์ แก้วทอง (2553) และข้อมูลปี 2557 เป็นข้อมูลจากงานวิจัยนี้

5.1.2 อภิปรายผลการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและการมีอยู่ของแหล่งอาหาร

การอภิปรายผลการใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนและการมีอยู่ของอาหาร แบ่งเป็น 4 ประเด็น คือ **ประเด็นที่ 1** ประเภทของแหล่งอาหาร **ประเด็นที่ 2** ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า **ประเด็นที่ 3** ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและมูลค่า และ **ประเด็นที่ 4** การเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนกับปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค โดยมีรายละเอียดดังนี้

5.1.2.1 อภิปรายผลประเภทของแหล่งอาหาร

แหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย โดยแต่ละแหล่งมีการจำแนกย่อยตามลักษณะพื้นที่ ดังนี้

แหล่งอาหารธรรมชาติ 3 แหล่งของชุมชนโคกพยอม คือ ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล มีอาหารที่ชุมชนเก็บหามาใช้ประโยชน์ทั้งหมด 35 ชนิด โดยพื้นที่ป่าชายเลนมีเนื้อที่ทั้งหมด 1,250 ไร่ แต่การหาอาหารจะหาเฉพาะบริเวณที่พบเจออาหารเท่านั้น ไม่ได้หาทั้งหมดของพื้นที่ป่าชายเลน เช่น เห็ดเสม็ดและหอยกเป้งจะพบเจอในพื้นที่ดอนของป่าชายเลน ส่วนปูดำ ปลาไหล หอยจ๊อบแจง หอยเข็ม และหอยก้น พบบริเวณริมคลอง เป็นต้น

ส่วนลำคลองมีความกว้างประมาณ 1 กิโลเมตร และความยาวประมาณ 4 กิโลเมตร ซึ่งลำคลองเส้นนี้ไหลผ่านป่าชายเลนในชุมชนลงไปสู่ทะเลอันดามัน สำหรับอาหารประเภทปลา กุ้ง และปูดำ จะมีการหาได้ตลอดทั่วทั้งลำคลอง แต่ก็มีอาหารบางชนิดที่พบเจอเฉพาะที่ คือ สาหร่ายและหอยนางรม ซึ่งสาหร่ายจะเกาะอยู่บริเวณสองฝั่งของลำคลอง เนื่องจากสาหร่ายเจริญเติบโตในที่ที่มีแสงแดด และอยู่ของที่น้ำตื้นริมฝั่งคลอง ส่วนหอยนางรมจะอาศัยอยู่บริเวณริมฝั่งคลองที่มีรากของต้นไม้ในป่าชายเลนเพื่อการยึดเกาะและเจริญเติบโต จึงทำให้พบหอยนางรมบริเวณริมคลองที่มีรากของต้นไม้ในป่าชายเลน

สำหรับแหล่งอาหารจากชายฝั่งทะเลมีความกว้างจากชายฝั่งทะเลออกไปประมาณ 4 กิโลเมตร และยาวประมาณ 7 กิโลเมตร ซึ่งพื้นที่การหาอาหารดังกล่าวเป็นวิถีของการทำประมงที่บ้านชายฝั่งทะเลที่ไม่ได้ออกไปยังทะเลลึก และอาจเนื่องจากทรัพยากรอาหารที่มีอยู่ในบริเวณดังกล่าวก็ตอบสนองต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชนได้แล้ว จึงทำให้วิถีชีวิตของคนในชุมชนเป็นเพียงการทำประมงที่บ้านที่ไม่ต้องออกทะเลไกลไปจากชุมชน

สำหรับการพบเจอชนิดอาหารจากแหล่งธรรมชาติ พบว่าจำนวนชนิดที่พบในลำคลองใกล้เคียงกับจำนวนชนิดที่พบเจอตามชายฝั่งทะเล อาจเนื่องสัตว์น้ำส่วนใหญ่ที่นำมาเป็นอาหาร คือ ปลาและกุ้งที่อาศัยอยู่บริเวณลำคลองและบริเวณชายฝั่ง จึงทำให้พบเจอสัตว์น้ำดังกล่าวมากกว่าในป่าชายเลน ส่วนสัตว์น้ำจำพวกหอยและปูดำมักจะอาศัยอยู่บริเวณป่าชายเลน แต่สัตว์น้ำจำพวกปลาที่มีการเข้ามาอาศัยเพื่อวางไข่เนื่องจากป่าชายเลนเป็นแหล่งอนุบาลสัตว์น้ำจึงทำให้พบเพียงลูกปลาขนาดเล็กที่อาศัยอยู่ในป่าชายเลน (กรมทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง, 2556)

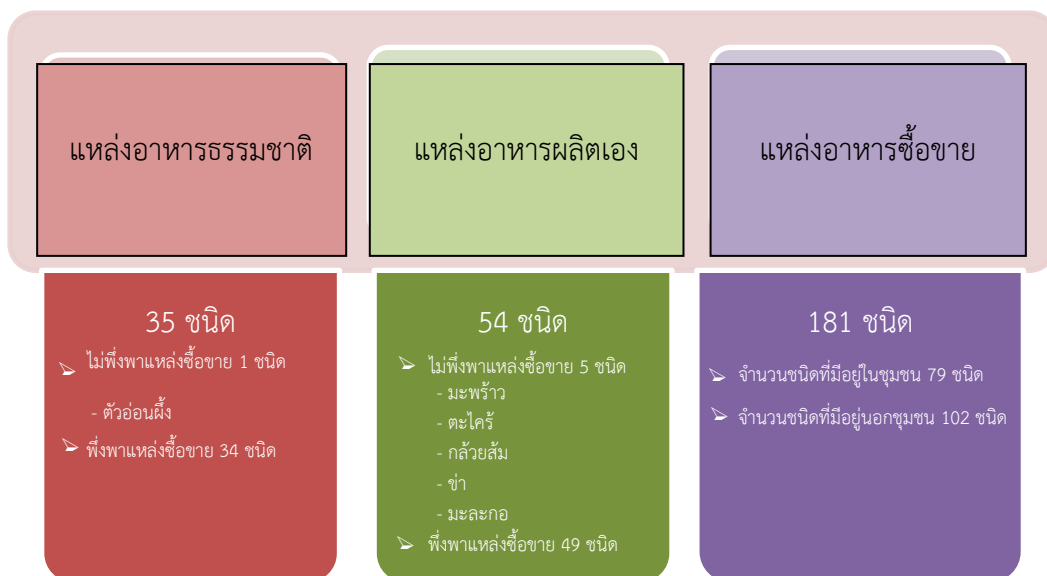
แหล่งอาหารผลิตเอง แบ่งเป็น 3 แหล่ง คือ พื้นที่รอบบ้าน พื้นที่สวน และพื้นที่ไร่-นา ซึ่งมีอาหารทั้งหมด 54 ชนิด โดยพื้นที่รอบบ้านมีการผลิตอาหารไว้เพื่อบริโภคเป็นหลัก ซึ่งพืชที่นิยมปลูกรอบบ้านเป็นพืชที่ดูแลรักษาง่ายและบริโภคเป็นประจำ เช่น มะพร้าว ตะไคร้ ข่า มะเขือ มะนาว เป็นต้น

สัตว์ที่เลี้ยงในแหล่งผลิตเองมีทั้งสัตว์น้ำและสัตว์บก เลี้ยงไว้ทั้งเพื่อการบริโภคและการจำหน่าย สำหรับสัตว์น้ำที่เลี้ยงไว้เพื่อการบริโภค ได้แก่ ปลากระพงขาวและปลาเก๋า โดยเป็นการเลี้ยงในกระชังเพราะสามารถเลี้ยงง่าย โตเร็ว เป็นที่นิยมในการบริโภคประกอบกับราคาค่อนข้างสูง (สถาบันวิจัยการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำชายฝั่งทะเล สงขลา, 2555) ส่วนสัตว์เลี้ยงที่เลี้ยงไว้รอบบ้าน ได้แก่ ไก่และเป็ด ซึ่งเลี้ยงไว้เพื่อการบริโภคเท่านั้น ทั้งบริโภคเนื้อและบริโภคไข่ นอกจากนี้ยังมีแพะและวัว ซึ่งเลี้ยงไว้เพื่อขายเพียงอย่างเดียว โดยวัวโตเต็มวัยอายุ 5 ปี มีราคาประมาณ 20,000-30,000 บาท ต่อตัว ส่วนแพะโตเต็มวัยอายุ 1.5 ปี มีราคาประมาณ 2,500-3,000 บาทต่อตัว ซึ่งถือเป็นราคาที่สูงมาก จึงทำให้คนในชุมชนมีการเลี้ยงไว้เพื่อจำหน่ายเท่านั้น

สำหรับแหล่งอาหารผลิตเอง ในบริเวณสวน จากสภาพพื้นที่ส่วนใหญ่มีการปลูกยางพารา ซึ่งการปลูกพืชอาหารแซมหรือเลี้ยงสัตว์มีจำนวนน้อยมาก แต่จากการสำรวจที่พบสวนยางพารา 5 สวน ที่มีการปลูกพืชเพื่อจำหน่าย คือ หน่อไม้และข่า นั่นก็เพราะเป็นพืชที่สามารถปลูกร่วมในสวนยางพาราได้และไม่ต้องดูแลเป็นประจำ อีกทั้งวิธีการเก็บเกี่ยวไม่ยุ่งยากแค่ขุดเอาเฉพาะหน่ออ่อนที่แตกออกมาจากกอ โดยไม่มีผลกระทบต่อต้นยางพารา โดยหน่อไม้แตกหน่อและเก็บเกี่ยวได้ในช่วงฤดูแล้ง ส่วนข่าสามารถเก็บเกี่ยวภายใต้ตลอดทั้งปี

ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองที่เป็นพืชไร่-นา มักปลูกพืชเพื่อจำหน่ายและปลูกในปริมาณมาก เช่น มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม ข้าว ข้าวโพด เป็นต้น เพราะการปลูกพืชดังกล่าวเป็นพืชที่ให้ผลผลิตต่อครั้งในปริมาณมาก จึงทำให้การปลูกพืชดังกล่าวเป็นการปลูกเพื่อจำหน่ายเป็นหลัก

แหล่งอาหารซื้อขายมี 2 แหล่ง คือ แหล่งซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน ซึ่งมีอาหารทั้งหมด 181 ชนิด แบ่งเป็น 6 ประเภท ได้แก่ อาหารปรุงสำเร็จ อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุง พืชผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ ซึ่งหากเปรียบเทียบแหล่งอาหารซื้อขายกับแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองแล้ว พบว่า แหล่งอาหารซื้อขายมีชนิดอาหารมากกว่าแหล่งอาหารอื่นๆ และมีอาหารที่ชุมชนสามารถผลิตเองเช่นเดียวกับแหล่งซื้อขาย คือ อาหารสำเร็จรูป พืชผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ แสดงดังภาพที่ 5-1



ภาพที่ 5-1 จำนวนชนิดอาหารในแต่ละแหล่ง

จากการเปรียบเทียบอาหารแหล่งซื้อขายกับแหล่งธรรมชาติ พบว่า ชนิดอาหารที่ไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายมีเพียงชนิดเดียวคือตัวอ่อนของผึ้ง เนื่องจากมีการบริโภคเพียงแค่ 1 กิโลกรัมต่อปีเท่านั้น โดยผู้ใช้เป็นคนในชุมชนที่นับถือศาสนาพุทธ แต่คนในชุมชนส่วนใหญ่ นับถือศาสนาอิสลามจึงไม่นิยมบริโภคตัวอ่อนของผึ้ง จึงทำให้ไม่มีความจำเป็นต้องพึ่งพาอาหารชนิดนี้จากแหล่งซื้อขาย ส่วนชนิดที่ยังมีต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายมีทั้งหมด 34 ชนิด ได้แก่ น้ำผึ้ง ผักถั่วดำ สาหร่าย หยวกเป้ง เห็ดเสม็ด กุ้งกุลาดำ กุ้งกุลาลาย กุ้งขาว กุ้งไข่ กุ้งเหลือง ปลากระบอก ปลากะพงข้างปาน ปลากะพงขาว ปลากะพงแดง ปลากะพงแสม ปลากระดูก ปลาเก๋า ปลาจิ้งม่อง ปลาดาทลา ปลาทราย ปลานาเหงิน ปลาลามา ปลาไหล ปูดำ แมงดา หอยก้น หอยเข็ม หอยแครง หอยจู้บแจง หอยเจดีย์ หอยท้ายเกา หอยนางรม และหอยรอก เนื่องจากคนในชุมชนส่วนใหญ่ร้อยละ 89 ไม่ได้ทำการประมงพื้นบ้านเป็นอาชีพหลัก จึงทำให้ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายในการบริโภค

สำหรับแหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า ชนิดอาหารที่ไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายมีทั้งหมด 5 ชนิด ได้แก่ มะพร้าว ตะไคร้ กล้วยส้ม ข่า และมะละกอ เนื่องจากมีการปลูกเป็นจำนวนมาก จึงทำให้ชนิดอาหารเหล่านี้ไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย ส่วนชนิดที่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย มีทั้งหมด 49 ชนิด ได้แก่ ไข่ไก่ ไข่เป็ด ไข่เนื้อ ไข่เนื้อ กุ้งกุลาดำ กุ้งขาว ปลากะพงขาว ปลาเก๋า กระเจี๊ยบแดง กะเพรา กล้วยน้ำว้า กล้วยไข่ ขมิ้น ข้าว ข้าวโพด ชিং ชีเหล็ก ชะอม ต้นหอม ตำลึง แตงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพูน้อยหน่า บัวบก ผักกาดขาว ผักโขม ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักบุ้ง ผักหวาน พริกชี้หนู พริกชี้ฟ้า มะกรูด มะขาม มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเขือยาว มะนาว มะระขี้นก มะม่วงเบา มะพร้าว น้ำหอม มะอึก แมงลัก กล้วยสาด สะตอ สับปะรด หน่อไม้ และโหระพา เพราะเป็นพืชผักที่มีการผลิตเองในชุมชน แต่มีการผลิตเพียงแค่มักีครัวเรือน จึงทำให้ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ซึ่งการพึ่งพาอาหาร

จากแหล่งซื้อขายก็อาจเกิดส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารได้ ทั้งนี้แหล่งอาหารผลิตเองภายในชุมชนยังมีศักยภาพที่จะผลิตอาหารตามความต้องการในการบริโภคได้

นอกจากนี้ยังมีอาหารจากแหล่งซื้อขายที่ไม่ได้มีการผลิตภายในชุมชนแต่ชุมชนสามารถผลิตได้ ได้แก่ กะหล่ำปลี กะหล่ำดอก กุ๋ยช่าย กระน้ำ ดอกแค ถั่วงอก บวบหอม บวบเหลี่ยม ผักกวางตุ้ง ผักกะเฉด ผักกูด ผักชีล้อม ผักชีลาว ผือก พริกเขียว พริกทอง มะกรูด มะขามเปรี้ยว มะเขือเทศ มะระมันเทศ ลูกเนียง สะเดา สะตอ และสะระแหน่ เนื่องจากเป็นพืชผักสวนครัวที่มีการปลูกได้ทั่วไปแต่ต้องมีการดูแล พรวนดิน ใส่ปุ๋ย ตามความเหมาะสมของพืชแต่ละชนิด ส่วนอาหารที่ไม่สามารถผลิตได้และต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย คือ อาหารสำเร็จรูปและเครื่องปรุง

จากการรวบรวมเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความมั่นคงทางอาหาร พบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่ที่พบประเภทของแหล่งอาหาร 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ได้แก่ งานวิจัยของสุรชัย รักษาชาติ (2545) ปิยนาล อิมติ (2547) รัชดา มหาวิวัฒน์ (2548) ธนัชชัย มุ่งจิต (2555) และทรงสิริ วิชิรานนท์ และคณะ (2555) ซึ่งศึกษาในพื้นที่ป่าและพื้นที่ราบ ส่วนงานวิจัยที่พบแหล่งอาหาร 2 แหล่ง มี 2 งานวิจัย โดยงานวิจัยแรกศึกษาแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง คือ งานวิจัยของอังคณา มหายศนันท์ (2542) และงานวิจัยที่สองศึกษาแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย คือ งานวิจัยของอัถพงษ์ ปันทองพันธ์ (2557) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยชิ้นอื่นๆ ที่ศึกษาเพียงแค่แหล่งอาหารธรรมชาติเท่านั้น ได้แก่ งานวิจัยของไพรินทร์ เสาะสาย (2536) วิเศษ สุจินพรัหม (2541) มนัชยา มรรคอนันต์โชติ (2549) วรรณธิภา จันทรกุลม (2549) อนุรักษ์ ปันทอง (2549) เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550) และวินัย สมประสงค์ และคณะ (2550)

ส่วนงานวิจัยที่ศึกษาในพื้นที่ชายฝั่งทะเลภาคใต้ซึ่งใกล้เคียงกับงานวิจัยนี้ คือ งานวิจัยของทรงสิริ วิชิรานนท์ และคณะ (2555) ได้ทำการศึกษาเรื่องวิถีชีวิตและความมั่นคงของอาหารท้องถิ่นใต้ ซึ่งเป็นการศึกษาในพื้นที่ภาคใต้เช่นเดียวกับงานวิจัยชิ้นนี้ โดยทำการศึกษาใน 7 จังหวัด ได้แก่ ภูเก็ต ตรัง พังงา พัทลุง สงขลา ชุมพร และนครศรีธรรมราช พบว่า แหล่งอาหารที่มีการศึกษามีทั้งหมด 4 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง แหล่งอาหารซื้อขาย และแหล่งอาหารจากการแจกจ่าย โดยครัวเรือนภาคใต้ได้อาหารจากการซื้อขายมากที่สุด ซึ่งการซื้อขายส่วนใหญ่จะซื้อของสดและของแห้ง 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ และค่าใช้จ่ายแต่ละครั้งต่ำกว่า 500 บาท ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่มีการปลูกพืชผักสวนครัวเพื่อบริโภคภายในครัวเรือน ส่วนสัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเองจะเลี้ยงไก่เพื่อให้ผลผลิตไข่ไว้บริโภค และมีการถนอมอาหารโดยการนำไปตากแดดเป็นหลัก นอกจากนี้ยังมีการจัดการอาหารในแต่ละวันให้มีความเหมาะสมกับจำนวนสมาชิกเพื่อให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของครัวเรือน และงานวิจัยที่ศึกษาในพื้นที่เดียวกับงานวิจัยนี้ คือ งานวิจัยของญัตติพงศ์ แก้วทอง (2554) ได้ทำการศึกษาเรื่องการประเมินมูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลนโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู พบว่ามีการศึกษาในแหล่งอาหารธรรมชาติเพียงแหล่งเดียว โดยพบว่ามีการศึกษาการใช้ประโยชน์อาหารทั้งหมด 31 ชนิด และพบว่าชนิดที่มีปริมาณการใช้ประโยชน์มากที่สุด คือ ปูดำ ซึ่งมีมูลค่าเท่ากับ

2,170,713 บาทต่อปี รองลงมา คือ ปลากระบอก 634,809 บาทต่อปี ลูกปลาเก่า 562,452 บาทต่อปี และมูลค่ารวมทั้งหมดเท่ากับ 4,822,290 บาทต่อปี ผู้วิจัยได้ทำการเปรียบเทียบลักษณะพื้นที่และประเภทของแหล่งอาหาร แสดงในตารางที่ 5-2

ตารางที่ 5-2 การเปรียบเทียบลักษณะพื้นที่และประเภทของแหล่งอาหารในแต่ละงานวิจัย

งานวิจัย	ลักษณะพื้นที่			จำนวน ชนิด	แหล่งที่มาของอาหาร(ชนิด)		
	ป่า	ทะเล	ที่ราบ		ธรรมชาติ	ผลิตเอง	ซื้อขาย
ไพรินทร์ เสาะสาย (2536)	✓			392	392	-	-
วิเศษ สุจินพรหม (2541)	✓			73	73	-	-
อังคณา มหายศนันท์ (2542)	✓		✓	62	26	36	-
สุรัชย์ รักษาชาติ (2545)			✓	187	50	34	94
ปิยนดา อิมดี (2547)	✓			311	175	186	ไม่ระบุ
รัชดา มหาวีรวัฒน์ (2548)	✓		✓	70	42	43	68
มนัษยา มรรคอนันต์โชติ (2549)	✓			296	296	-	-
วรรณธิภา จันทร์กลม (2549)	✓			58	58	-	-
อนรรักษ์ ปันทอง (2549)	✓			52	52	-	-
เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550)	✓			22	22	-	-
วินัย สมประสงค์ และคณะ (2550)	✓			38	38	-	-
อุทัยพงศ์ แก้วทอง (2553)		✓		31	31	-	-
ธนันชัย มุ่งจิต (2555)	✓			112	64	48	ไม่ระบุ
ทรงสิริ วิชิรานนท์ และคณะ (2555)	✓	✓	✓	227	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ	ไม่ระบุ
อภัพศร์ ปันทองพันธ์ (2557)			✓	170	-	51	119
งานวิจัยนี้		✓		188	35	54	181

การเปรียบเทียบลักษณะพื้นที่และประเภทของแหล่งอาหารในแต่ละงานวิจัยพบว่า งานวิจัยส่วนใหญ่เป็นงานวิจัยในพื้นที่ชุมชนชนบทที่มีลักษณะที่พื้นเป็นป่า รองลงมาคือที่ราบ และทะเล ตามลำดับ ซึ่งแหล่งที่มาของอาหารเกือบทุกงานวิจัยศึกษาแหล่งอาหารในพื้นที่ธรรมชาติ เนื่องจากเป็นชุมชนชนบทและมีวิถีชีวิตในการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติ แต่มี 1 งานวิจัยที่ไม่มีการศึกษาแหล่งอาหารธรรมชาติ เนื่องจากเป็นการศึกษาในพื้นที่ชุมชนกึ่งเมืองจึงไม่มีแหล่งอาหารธรรมชาติให้ชุมชนพึ่งพาจึงจำเป็นต้องพึ่งพาแหล่งอาหารจากชุมชนชนบท อาจกล่าวได้ว่าชุมชนชนบทเป็นแหล่งผลิตอาหารที่สำคัญต่อชุมชนเมืองและประเทศชาติ และอาจเป็นตัวกำหนดความมั่นคงทางอาหารทั้งในระดับชุมชน ระดับภูมิภาค และระดับประเทศ จึงเป็นปัญหาที่น่าหนักใจสำหรับงานวิจัยที่มีการศึกษาทั้ง 3 แหล่ง รวมถึงงานวิจัยชิ้นนี้ ที่พบว่ามีการพึ่งพาชนิดและปริมาณจากแหล่งซื้อขาย

มากกว่าแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ซึ่งอาจส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหารของชุมชนในอนาคตได้

5.1.2.2 อภิปรายผลปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารและมูลค่า

ชุมชนโคกพยอมมีการพึ่งพาอาหารเพื่อใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่ง โดยใช้ประโยชน์ 3 ประเภท คือ การใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภค การใช้ประโยชน์เพื่อแจกจ่าย และการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่าย โดยการใช้ประโยชน์อาหารดังนี้

1) ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า

ในส่วนของแหล่งอาหารธรรมชาติส่วนใหญ่เป็นการใช้ประโยชน์เพื่อจำหน่ายมากที่สุด รองลงมาคือการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค และการใช้ประโยชน์เพื่อแจกจ่าย ตามลำดับ โดยผู้วิจัยวิเคราะห์ว่าผลผลิตที่เกิดจากแหล่งอาหารธรรมชาตินั้นต้องอาศัยภูมิปัญญาและทักษะในการเก็บหา ซึ่งมีเพียงกลุ่มคนที่ทำอาชีพประมงพื้นบ้านเท่านั้นที่มีทักษะดังกล่าว และเนื่องจากเป็นการประกอบอาชีพ จึงทำให้มีการนำอาหารที่หาได้มาใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายในการสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือนเป็นหลัก ส่วนการใช้ประโยชน์ในการบริโภค ก็จะมีการแบ่งอาหารที่เก็บหามาได้ไว้เท่าที่ ต้องการบริโภคเพียงภายในครัวเรือน และแจกจ่ายญาติพี่น้องหรือเพื่อนบ้านเท่านั้น

สำหรับพืชและสัตว์บกที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคมากที่สุด คือ หยกเป้งมีการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภคมากที่สุดเท่ากับ 863 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 30 กิโลกรัมต่อครัวเรือนต่อปี อาจจะมีสาเหตุมาจากการที่หยกเป้งเป็นพืชที่นิยมนำมาทำเป็นอาหาร โดยเฉพาะแกงส้ม แทนยอดมะพร้าว รองลงมาคือสาหร่าย 550 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 46 กิโลกรัมต่อครัวเรือนต่อปี เนื่องจากสาหร่ายเป็นที่นิยมในการทำอาหารเช่นกัน แต่สาหร่ายมีมูลค่าสำหรับการซื้อขายสูงกว่าหยกเป้ง (ราคาเท่ากับ 21 บาทต่อกิโลกรัมเมื่อเทียบกับหยกเป้งซึ่งมีราคา 3 บาทต่อกิโลกรัม) สาหร่ายจึงมักถูกนำไปจำหน่ายมากกว่าบริโภค ซึ่งจะเห็นได้จากจำนวนครัวเรือนที่เข้าเก็บหาเพื่อมาใช้ประโยชน์ของสาหร่ายมีจำนวนสูงถึง 29 ครัวเรือนเมื่อเทียบกับหยกเป้งซึ่งมีเพียง 15 ครัวเรือน ส่วนผักกั้วดำมีการใช้ประโยชน์ 200 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 13 กิโลกรัมต่อครัวเรือนต่อปี อาจเป็นเพราะการใช้ประโยชน์ผักกั้วดำไม่ได้ใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเป็นอาหารหลัก แต่เป็นการใช้ประโยชน์เพื่อเป็นส่วนผสมของแป้งในการทำขนมพื้นบ้านภายในชุมชน จึงทำให้ไม่ค่อยมีการใช้ประโยชน์มากเท่ากับหยกเป้งและสาหร่าย

ส่วนพืชและสัตว์บกที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ สาหร่าย หยกเป้ง ผักกั้วดำ น้ำผึ้ง และเห็ดเสม็ด และทุกชนิดมีปริมาณการจำหน่ายมากกว่าการบริโภค โดยสาหร่ายมีการใช้ประโยชน์มากที่สุดถึง 12,813 กิโลกรัมต่อปี หรือคิดเป็นมูลค่า 279,573 บาทต่อปี ทั้งนี้เนื่องจากสาหร่ายเป็นที่ต้องการของตลาดและคนในชุมชน เพราะเมื่อนำไปประกอบอาหารโดยการรับประทานสดเป็นที่นิยมรับประทานของคนทั่วไป จึงทำให้มีปริมาณความต้องการรองลงมาคือ หยกเป้ง ซึ่งมีปริมาณการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายเท่ากับ 1,020 กิโลกรัมต่อปี หรือคิดเป็นมูลค่า 9,549 บาทต่อปี จะเห็นได้ว่าปริมาณของหยกเป้งแตกต่างจากสาหร่าย

ค่อนข้างมาก เพราะปริมาณของสาหร่ายในธรรมชาติที่มีมาก ส่วนหยวกเป้งพบเฉพาะพื้นที่ตอนในป่าชายเลน แต่ก็ยังพบว่าปริมาณการจำหน่ายหยวกเป้งยังคงมีปริมาณจำหน่ายมากกว่าการบริโภค เนื่องจากหยวกเป้งเป็นที่ต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน โดยคนที่เก็บหามีแค่ 29 ครั้วเรือน ส่วนครั้วเรือนอื่นไม่สะดวกเก็บหาแต่สะดวกที่จะซื้อมากกว่า ซึ่งคล้ายคลึงกับผักถั่วดำด้วย ส่วนน้ำผึ้งและเห็ดเสม็ด อาจเนื่องมาจากมีราคาค่อนข้างสูงและผลผลิตเฉพาะฤดูฝนและขึ้นในพื้นที่ตอนของป่าชายเลนเท่านั้น สำหรับตัวอ่อนของผึ้งนับเป็นอาหารที่น่าสนใจและมีมูลค่าที่สูงมาก (550 บาทต่อกิโลกรัม) แต่คนส่วนใหญ่ในชุมชนไม่นิยมนำมาใช้ประโยชน์ ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากความเชื่อทางศาสนาอิสลามของคนในชุมชนที่ไม่นิยมบริโภคตัวอ่อนผึ้ง ดังนั้นถึงแม้ว่าตัวอ่อนของผึ้งจะมีราคาสูง ชุมชนก็ไม่สนใจในมูลค่าของตัวอ่อนผึ้ง ดังนั้นคนในชุมชนส่วนใหญ่เอาแค่น้ำผึ้ง ส่วนตัวอ่อนผึ้งก็ทิ้งไป ซึ่งหากเป็นชุมชนชาวพุทธก็นำตัวอ่อนผึ้งไปใช้ประโยชน์ด้วย ซึ่งถ้าหากเอาตัวอ่อนผึ้งไปขายในตลาดนอกชุมชนอาจจะขายได้ ซึ่งก็จะทำให้คนที่จับผึ้งสามารถขายได้ทั้งน้ำผึ้งและตัวอ่อนผึ้งถึงแม้จะไม่ได้บริโภคก็ตาม ซึ่งจะเป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่ช่วยเพิ่มรายได้จากการขายแค่น้ำผึ้งเท่านั้น

สำหรับการใช้ประโยชน์สัตว์น้ำเพื่อการบริโภค มีปริมาณที่มากอย่างเด่นชัดเพียงแค่ 3 ลำดับ ได้แก่ ปลากระบอก ปูดำ และหอยจ๊อบแฉง โดยปลากระบอกมีปริมาณการใช้ประโยชน์มากที่สุดเท่ากับ 2,800 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 165 กิโลกรัมต่อครั้วเรือนต่อปี เนื่องจากปลากระบอกสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลากหลาย เช่น ปลากระบอกทอด ต้มส้มปลากระบอก แกงส้มปลากระบอก เป็นต้น อีกทั้งยังเป็นชนิดที่นิยมรับประทานในชุมชน จึงทำให้มีความต้องการในการบริโภคมีมากกว่าชนิดอื่นๆ รองลงมาคือ ปูดำ 2,000 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 51 กิโลกรัมต่อครั้วเรือนต่อปี อาจเนื่องจากปูดำมีปริมาณเก็บหาได้มาก จึงทำให้มีการนำมารับประทานในครั้วเรือนมากตามไปด้วย อีกทั้งยังเป็นอาหารที่ไม่ต้องมีการปรุงที่ยุ่งยาก เช่น นำปูไปนึ่งก็สามารถทานได้เลย ส่วนหอยจ๊อบแฉงมีปริมาณการบริโภค 1,500 กิโลกรัมต่อปี หรือเฉลี่ยเท่ากับ 41 กิโลกรัมต่อครั้วเรือนต่อปี เนื่องจากการจับหอยจ๊อบแฉงในป่าชายเลนมีปริมาณมาก จึงทำให้มีครั้วเรือนเข้าไปจับเพื่อนำมาใช้ประโยชน์ในการบริโภค ส่วนสัตว์น้ำชนิดอื่นส่วนมากมีการใช้ประโยชน์ในการบริโภคไม่เกิน 400 กิโลกรัมต่อปี และจำนวนครั้วเรือนที่เข้าถึงไม่เกิน 7 ครั้วเรือน จึงทำให้ปริมาณการใช้ประโยชน์สำหรับบริโภคมีปริมาณน้อย

ส่วนสัตว์น้ำที่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุด ได้แก่ ปูดำและหอยจ๊อบแฉง โดยปูดำมีการใช้ประโยชน์มากที่สุดถึง 21,868 กิโลกรัมต่อปี หรือคิดเป็นมูลค่า 2,864,160 บาทต่อปี ทั้งนี้เนื่องจากปูดำเป็นที่ต้องการของตลาดและคนในชุมชน เพราะสามารถนำไปประกอบอาหารได้หลายชนิดและยิ่งปูที่จับได้ขณะที่ปูยังไม่ตายเป็นที่ต้องการของผู้บริโภคเป็นอย่างมาก เนื่องจากปูที่สดจะมีรสชาติอร่อยกว่าปูที่ตายแล้ว นอกจากนี้ปูดำยังสามารถพบได้ในธรรมชาติได้ง่าย และสามารถจับได้ตลอดทั้งปี จึงมีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุด รองลงมาคือ หอยจ๊อบแฉงมีการใช้ประโยชน์เท่ากับ 19,812 กิโลกรัมต่อปี หรือคิดเป็นมูลค่า 2,131,200 บาทต่อปี จะเห็นได้ว่าปริมาณปูดำและหอยจ๊อบแฉงไม่ได้แตกต่างกันมากนัก ส่วนปลากระบอกมีการใช้ประโยชน์เท่ากับ 8,160 กิโลกรัมต่อปี หรือคิดเป็นมูลค่า 979,200 บาทต่อปี สัตว์น้ำชนิดอื่นๆ นอกจากนี้มีจำนวนการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายไม่มากเท่ากับปูดำ หอยจ๊อบแฉง และปลากระบอก ซึ่งส่วนใหญ่อยู่ใน

ปริมาณที่ไม่เกิน 5,000 กิโลกรัมต่อปี ซึ่งถือว่าปริมาณไม่สูงแต่ราคาของสัตว์น้ำทุกชนิดยังคงมีราคาค่อนข้างสูง ส่วนครัวเรือนที่จับกลับมีไม่มากนัก อาจเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงไปของกลุ่มคนที่ทำอาชีพประมงลดน้อยลงจึงทำให้การใช้ประโยชน์สัตว์น้ำลดลงตามไปด้วย

หากพิจารณาด้านมูลค่าการใช้ประโยชน์จากพืชโดยไม่แยกว่าบริโภคหรือจำหน่าย 5 อันดับแรก พบว่า อาหารประเภทพืชและสัตว์บกที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุดเรียงตามลำดับ ได้แก่ สาหร่าย หยวกเป้ง ฝักถั่วดำ น้ำผึ้ง และเห็ดเสม็ด เพราะปริมาณอาหารแต่ละชนิดที่ครัวเรือนเก็บมาได้มีปริมาณความต้องการในการใช้ประโยชน์มากที่สุดหรือมีราคาสูงทำให้มีมูลค่าสูงตามไปด้วย

ส่วนอาหารประเภทสัตว์น้ำที่มีมูลค่าการใช้ประโยชน์สูงสุด 5 อันดับแรก ได้แก่ ปูดำ หอยจ๊อบแฉง ปลากระบอก และกุ้งขาว กุ้งกุลาดำ เพราะปูดำและหอยจ๊อบแฉงมีปริมาณการใช้ประโยชน์มากที่สุดจึงทำให้มูลค่ามากที่สุดเช่นเดียว ส่วนปลากระบอกมีปริมาณการใช้ประโยชน์มากกว่ากุ้งขาวและกุ้งกุลาดำทั้งที่มีราคาถูกกว่ากุ้งขาวและกุ้งกุลาดำก็ตาม โดยปลากระบอกมีราคา 120 บาทต่อกิโลกรัม ส่วนกุ้งขาวมีราคา 170 บาทต่อกิโลกรัม และกุ้งกุลาดำมีราคา 280 บาทต่อกิโลกรัม

จะเห็นได้ว่ามีครัวเรือนที่เข้าไปใช้ประโยชน์อาหารแต่ละชนิดน้อยมากหากเปรียบเทียบกับกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 114 ครัวเรือน โดยมีครัวเรือนสูงสุด 39 ครัวเรือนเท่านั้น ซึ่งหากเปรียบเทียบกับจำนวนครัวเรือนที่เข้าไปใช้ประโยชน์ปูดำมีการเข้าไปใช้ประโยชน์ 39 ครัวเรือน หอยจ๊อบแฉง 37 ครัวเรือน ปลากระบอก 17 ครัวเรือน ส่วนกุ้งขาว 2 ครัวเรือน และกุ้งกุลาดำ 3 ครัวเรือน อาจเนื่องมาจากการเปลี่ยนแปลงอาชีพของคนในชุมชนโคกพยอมที่มีการทำประมงพื้นบ้านน้อยลง ถึงแม้มูลค่าของสัตว์น้ำแต่ละชนิดจะมีมูลค่าที่สูงและสร้างรายได้ที่มาก แต่การทำประมงพื้นบ้านขึ้นอยู่กับดินฟ้าอากาศที่ไม่แน่นอนบางวันหาสัตว์น้ำได้บางวันหาไม่ได้ จึงทำให้ครัวเรือนหันไปพึ่งพาอาชีพที่มีรายได้แต่ละวันที่แน่นอน เช่น การทำเกษตรกรรมสวนยางพารา การรับจ้างทั่วไป เป็นต้น

ในส่วนของการแจกจ่ายพบว่ามีเพียงพืชและสัตว์บกเท่านั้นที่มีการแจกจ่าย อาจเป็นเพราะอาหารประเภทพืชและสัตว์บกที่หามาได้ไม่จำเป็นต้องนำมาปรุงสดทันทีเหมือนสัตว์น้ำ จึงทำให้สามารถเก็บไว้เพื่อแบ่งปันได้โดยไม่เน่าเสีย ในขณะที่สัตว์น้ำมีการใช้ประโยชน์เพียงแค่บริโภคและจำหน่ายเท่านั้น โดยพืชและสัตว์บกที่มีการแจกจ่ายทั้งหมด 5 ชนิด คือ สาหร่าย หยวกเป้ง ฝักถั่วดำ น้ำผึ้ง และเห็ดเสม็ด โดยสาหร่ายมีการแจกจ่ายทั้งหมด 200 กิโลกรัมต่อปี รองลงมาคือหยวกเป้ง 100 กิโลกรัมต่อปี ฝักถั่วดำ 100 กิโลกรัมต่อปี น้ำผึ้ง 20 กิโลกรัมต่อปี และเห็ดเสม็ด 20 กิโลกรัมต่อปี จะเห็นได้ว่าปริมาณจากแจกจ่ายขึ้นอยู่กับปริมาณการใช้ประโยชน์ทั้งหมดเรียงตามลำดับ

2) ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองและมูลค่า

แหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 รองลงมาคือการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภค คิดเป็นร้อยละ 31 และการใช้ประโยชน์แจกจ่าย คิดเป็นร้อยละ 19 ตามลำดับ ซึ่งแหล่งอาหารผลิตเองสามารถผลิตอาหารได้ทั้งหมด 54 ชนิด แบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ สัตว์เลี้ยง ไข่สัตว์เลี้ยง และพืชผัก ซึ่งมีรายละเอียดดังต่อไปนี้

การใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองประเภทสัตว์ทั้งชุมชน (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 15) คิดเป็นมูลค่าทั้งชุมชน 159 ครัวเรือนเท่ากับ 1,719,948 บาทต่อปี เฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 10,817 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 901 บาทต่อเดือน ซึ่งถือเป็นมูลค่าเฉลี่ยที่ไม่มากนัก แต่ก็ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายโดยไม่ต้องซื้อปลาจากแหล่งซื้อขายมาบริโภคได้ และหากมีผลผลิตเพื่อจำหน่ายก็จะช่วยสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือนอีกทางหนึ่ง ในส่วนรายละเอียดของการใช้ประโยชน์ผู้วิจัยขอนำเสนอเฉพาะมูลค่าปริมาณการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองของกลุ่มตัวอย่าง 114 ครัวเรือน (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 14) พบว่า การใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองประเภทสัตว์ในชุมชนโคกพยอมเพื่อการบริโภค พบว่า ไก่เนื้อและปลากระพงขาวมีปริมาณการใช้ประโยชน์สูง เนื่องจากเป็นสัตว์เลี้ยงที่ให้ผลผลิตมากที่สุดจึงทำให้มีปริมาณการใช้ประโยชน์สูงสุด โดยครัวเรือนที่ผลิตอาหารประเภทสัตว์ไว้บริโภคเองก็มีไม่กี่ครัวเรือน จากการสอบถามครัวเรือนตัวอย่างที่เลี้ยงไก่มี 13 ครัวเรือน และเป็ด 7 ครัวเรือน ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะไก่มิมีการเจริญเติบโตเร็วกว่าเป็ดและกินอาหารน้อยกว่าด้วย จึงทำให้ครัวเรือนนิยมเลี้ยงไก่มากกว่าเลี้ยงเป็ด โดยการเลี้ยงไก่และเป็ดมีมูลค่าทั้งหมดเท่ากับ 9,600 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 738 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 62 บาทต่อเดือน ซึ่งแม้จะเป็นมูลค่าเฉลี่ยที่ไม่มากนัก แต่หากครัวเรือนเลี้ยงในปริมาณที่มากกว่านี้เพื่อให้เพียงพอกับความต้องการในการบริโภค ก็อาจไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายเลย นอกจากนี้ยังพบว่าครัวเรือนที่เลี้ยงสัตว์น้ำมีเพียง 2 ครัวเรือนเท่านั้น โดยเป็นการเลี้ยงในกระชัง คือ ปลากระพงขาวและปลาเก๋า มีมูลค่าในการบริโภคเท่ากับ 18,400 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 9,200 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 767 บาทต่อเดือน

ส่วนการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองประเภทสัตว์เพื่อจำหน่าย พบว่า กุ้งขาวและกุ้งกุลาดำมีปริมาณการใช้ประโยชน์สูงสุด ทั้งนี้อาจเนื่องมาจากครัวเรือนที่ผลิตอาหารดังกล่าว มีการผลิตเพื่อเป็นรายได้หลักของครัวเรือน ทำให้ปริมาณการผลิตค่อนข้างสูง แม้จะมาจากเพียง 2 ครัวเรือนเท่านั้นก็ตาม และมีมูลค่ารวมการผลิตเพื่อจำหน่ายเท่ากับ 1,175,800 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 587,900 บาทต่อปี หรือเท่ากับ 48,992 บาทต่อเดือน ซึ่งถือเป็นรายได้ที่สูงมากหากเปรียบเทียบกับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนทั้งหมดในชุมชน ซึ่งครัวเรือนที่สามารถเลี้ยงกุ้งได้จะเป็นคนที่ฐานะร่ำรวยมากกว่าคนอื่นๆ ในชุมชน อีกทั้งครัวเรือนที่มีการเลี้ยงกุ้งไม่ได้เป็นคนที่ฐานะดีแต่เข้ามาตั้งถิ่นฐานสำหรับเลี้ยงกุ้งโดยเฉพาะและมีทุนมาก่อนหน้านี้สำหรับทำธุรกิจเลี้ยงกุ้ง จึงทำให้มีฐานะร่ำรวยกว่าคนในชุมชน และจะเห็นว่ามีการผลิตสัตว์เพื่อจำหน่ายเพียงแค่ 2 ชนิดนี้เท่านั้น

สำหรับการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองประเภทไข่สัตว์เลี้ยง (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 15) คิดเป็นมูลค่าทั้งชุมชน 159 ครัวเรือนเท่ากับ 272,085 บาทต่อปี เฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 1,711 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 143 บาทต่อเดือน โดยพบว่าครัวเรือนตัวอย่างที่มีการใช้ประโยชน์ (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 14) ไข่เป็ดและไข่ไก่ได้มาจากครัวเรือนที่เลี้ยงเป็ดและไก่ หลายครัวเรือนไม่ได้เลี้ยงเป็ดไก่เพื่อบริโภคเนื้อ แต่เลี้ยงเพื่อบริโภคไข่เท่านั้น จึงทำให้ครัวเรือนที่เลี้ยงเพื่อบริโภคไข่มีมากกว่าครัวเรือนที่เลี้ยงเพื่อบริโภคเนื้อ โดยมีจำนวนเท่ากับ 31 ครัวเรือน โดยอาหารประเภทไข่ไม่มีการผลิตเพื่อจำหน่ายแต่ผลิตเพื่อบริโภคและแจกเพื่อนบ้านและ

ญาติพี่น้องเท่านั้น มีมูลค่าทั้งหมดเท่ากับ 195,080 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 6,293 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 524 บาทต่อเดือน หากคิดเป็นปริมาณที่แต่ละครัวเรือนสามารถใช้ในการบริโภค จะเท่ากับ 42 ฟองต่อเดือน ซึ่งเมื่อดูของจำนวนครัวเรือนที่เลี้ยงไข่เป็ดไข่ไก่ พบว่าเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของแต่ละครัวเรือนที่เลี้ยง เพราะยังเหลือนำไปแจกจ่ายให้แก่ญาติและเพื่อนบ้านได้อีกด้วย ส่วนครัวเรือนอื่นที่ไม่ได้มีการเลี้ยงก็ยังคงพึ่งพาแหล่งซื้อขายอยู่

ในส่วนการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองประเภทพืชผักทั้งชุมชน (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 15) คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 3,173,265 บาทต่อปี เฉลี่ยต่อครัวเรือนเท่ากับ 19,958 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 1,663 บาทต่อเดือน โดยครัวเรือนตัวอย่างที่มีการปลูกพืชผักที่เพื่อการบริโภคมากที่สุด 5 ลำดับแรก (จากตารางที่ 4-13 คอลัมน์ที่ 14) ได้แก่ มะพร้าว ข้าว ตะไคร้ มะพร้าว น้ำหอม และกล้วยส้ม โดยมะพร้าวมีการปลูกทุกครัวเรือน เนื่องจากมะพร้าวเป็นส่วนประกอบหลักในการทำอาหารที่ต้องใช้กะทิเป็นส่วนประกอบ เช่น ต้มยำ แกงเขียวหวาน แกงกะทิ เป็นต้น สำหรับข้าวเป็นอาหารหลักของครัวเรือนในชุมชนโคกพยอมรวมทั้งครัวเรือนทั้งหมดในประเทศไทย จึงทำให้การปลูกข้าวมีความจำเป็นอย่างมาก แต่มีจำนวนครัวเรือนที่ปลูกเท่ากับ 13 ครัวเรือน ส่วนครัวเรือนที่ไม่ปลูกจะพึ่งพาแหล่งซื้อขายหรือจากการแจกจ่ายเท่านั้น ส่วนตะไคร้เป็นส่วนประกอบของอาหารได้หลายชนิด เช่น ผัดเผ็ด ต้มส้ม ต้มยำ เป็นต้น ซึ่งเป็นอาหารที่บริโภคเป็นประจำทุกครัวเรือน โดยมีจำนวนเท่ากับ 72 ครัวเรือนที่มีการปลูกตะไคร้ แต่ในชุมชนโคกพยอมไม่มีการพึ่งพาตะไคร้จากแหล่งซื้อขาย เนื่องจากครัวเรือนที่ปลูกตะไคร้จะปลูกเป็นจำนวนมากและยินดีให้ครัวเรือนที่ไม่ได้ปลูกมาเก็บหาเพื่อนำไปบริโภคได้ เช่นเดียวกับการปลูกกล้วยส้มซึ่งมีจำนวนครัวเรือนที่ปลูกเท่ากับ 26 ครัวเรือน แต่ในชุมชนโคกพยอมไม่มีการพึ่งพากล้วยส้มจากแหล่งซื้อขาย เช่นเดียวกัน ส่วนมะพร้าว น้ำหอมมีจำนวนครัวเรือนที่ปลูกเท่ากับ 13 ครัวเรือน เนื่องจากมะพร้าว น้ำหอมส่วนใหญ่จะใช้บริโภคเป็นอาหารหวานมากกว่าอาหารคาว จึงทำให้ครัวเรือนที่ปลูกมีน้อยและปลูกเพื่อการจำหน่ายเป็นหลัก

ส่วนพืชชนิดอื่นที่มีการปลูกในปริมาณน้อย เนื่องจากสามารถหาซื้อได้จากแหล่งซื้อขายทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน ทำให้คนในชุมชนส่วนใหญ่หันไปพึ่งพาพืชผักที่มีอยู่จากแหล่งซื้อขายมากกว่าแหล่งผลิตเอง ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตในด้านอาหารของคนในชุมชนโคกพยอมที่เริ่มนิยมทำงานเพื่อหารายได้มาซื้ออาหารมากกว่าที่จะผลิตเอาไว้บริโภคเอง

ส่วนมูลค่าของพืชผักที่มีการปลูกไว้เพื่อการบริโภคทั้ง 5 ชนิด ที่กล่าวไปข้างต้น แสดงในตารางที่ 5-3 ซึ่งมูลค่าดังกล่าวสามารถถือเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการซื้อพืชชนิดนั้นๆ ได้ ถึงแม้จะเป็นจำนวนไม่มากนัก แต่ก็ทำให้ไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายหรือพึ่งพาเป็นส่วนน้อยได้ ผลการศึกษาดังกล่าวสามารถทำให้เห็นศักยภาพของแหล่งอาหารในชุมชน หากครัวเรือนอื่นๆ จะปลูกพืชเหล่านี้บ้าง ก็จะมีมูลค่าที่เกิดขึ้นในลักษณะของการประหยัดค่าใช้จ่ายในการพึ่งพาอาหารได้

ตารางที่ 5-3 มูลค่าชนิดอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภค

ชนิดอาหารที่ใช้ ประโยชน์ในการบริโภค ของครัวเรือนตัวอย่าง มากที่สุด 5 อันดับแรก	มูลค่าต่อปีจาก 114 ครัวเรือน (บาทต่อปี)	จำนวนครัวเรือน ตัวอย่างที่ปลูก 114 ครัวเรือน	มูลค่าต่อครัวเรือนที่ปลูก (บาท)	
			ต่อปี	ต่อเดือน
มะพร้าว	101,744	114	892	74
ข้าว	91,680	13	7,052	588
ตะไคร้	51,120	72	710	59
มะพร้าวน้ำหอม	18,736	13	1,441	120
กล้วยส้ม	22,330	26	859	72

ส่วนพืชผักที่มีการปลูกไว้จำหน่าย 5 ลำดับแรก ได้แก่ ข้าว มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม กล้วยน้ำว้า และข้าวโพด สำหรับข้าวมีจำนวนครัวเรือนที่ปลูกเท่ากับ 13 ครัวเรือนเท่านั้น อาจเนื่องมาจากอาชีพที่เปลี่ยนแปลงไปของการใช้ประโยชน์ที่ดินจากเมื่อก่อนมีการใช้ประโยชน์ที่ดินเพื่อการทำนาข้าว แต่ปัจจุบันรูปแบบการใช้ประโยชน์ที่ดินได้เปลี่ยนเป็นสวนยางพาราเป็นส่วนใหญ่ จึงทำให้ครัวเรือนที่ปลูกข้าวมีจำนวนลดลง จากการสังเกตของผู้วิจัยยังคงมีพื้นที่ไร่-นา ที่เป็นพื้นที่ว่างเปล่าไม่ได้ใช้ประโยชน์ในปลูกข้าวได้อีก ส่วนมะพร้าวนั้นนอกจากจะเป็นที่นิยมปลูกเพื่อการบริโภคแล้ว ยังเป็นพืชที่มีการจำหน่ายมากที่สุดด้วย จากการสังเกตพบว่า ครัวเรือนในชุมชนโคกพยอมมีการปลูกมะพร้าวทุกครัวเรือน เฉลี่ยครัวเรือนละประมาณ 5 ต้น โดยปลูกทั้งบริเวณรอบๆ บ้านและในสวน ทำให้ผลผลิตมะพร้าวภายในชุมชนมีจำนวนเหลือเกินความต้องการบริโภคภายในครัวเรือน และสามารถจำหน่ายให้คนภายนอกชุมชนได้ โดยคนที่มารับซื้อจะขึ้นไปเก็บมะพร้าวเองและให้ราคาลูกละ 4 บาท สำหรับมะพร้าวน้ำหอมมีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่าย โดยมีราคาลูกละ 8 บาท ซึ่งเป็นราคาที่สูงกว่ามะพร้าวทั่วไป แต่จำนวนครัวเรือนที่ปลูกมะพร้าวน้ำหอมมีจำนวน 13 ครัวเรือน ซึ่งน้อยกว่าการปลูกมะพร้าว เนื่องจากมะพร้าวน้ำหอมส่วนใหญ่จะใช้บริโภคเป็นอาหารหวานมากกว่าอาหารคาว จึงทำให้ครัวเรือนส่วนใหญ่ไม่นิยมปลูกมะพร้าวน้ำหอม แต่ครัวเรือนที่ปลูกมะพร้าวน้ำหอมส่วนใหญ่มักจะนิยมปลูกบริเวณไร่-นา เพื่อจำหน่ายเป็นหลัก ส่วนกล้วยน้ำว้านิยมปลูกบริเวณไร่-นา และบริเวณรอบๆ บ้าน ส่วนข้าวโพดมีการปลูกเพียงแค่บริเวณไร่-นาเพียงแหล่งเดียว ซึ่งเป็นการปลูกเพื่อจำหน่ายเป็นหลัก ซึ่งครัวเรือนที่มีการปลูกข้าวโพดมีเพียง 2 ครัวเรือนเท่านั้น

ส่วนมูลค่าของพืชผักที่มีการปลูกไว้เพื่อการจำหน่ายทั้ง 5 ชนิด ดังที่ได้กล่าวไว้ข้างต้น มีมูลค่าดังแสดงในตารางที่ 5-4 ทั้งนี้หากครัวเรือนอื่นๆ จะหันมาผลิตพืชเหล่านี้ ก็นับว่าเป็นการเพิ่มรายได้ให้แก่ครัวเรือนอีกทางหนึ่งที่น่าสนใจ และยังเพิ่มความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชนทางหนึ่งด้วย

ตารางที่ 5-4 มูลค่าชนิดอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการจำหน่าย

ชนิดอาหารที่ใช้ประโยชน์ ในการจำหน่ายของ ครัวเรือนตัวอย่างมากที่สุด 5 อันดับแรก	มูลค่าต่อปีจำ ครัวเรือน (บาทต่อปี)	จำนวนครัวเรือน ตัวอย่างที่ปลูก 114 ครัวเรือน	มูลค่าต่อครัวเรือนที่ปลูก (บาท)	
			ต่อปี	ต่อเดือน
ข้าว	648,120	13	49,855	4,155
มะพร้าว	201,800	114	1,770	148
มะพร้าวน้ำหอม	260,000	13	20,000	1,667
กล้วยน้ำว้า	133,100	52	2,560	213
ข้าวโพด	36,000	2	18,000	1,500

นอกจากนี้ยังพบว่าชนิดอาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองทั้งหมดที่ชุมชนไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายมีทั้งหมด 5 ชนิด คือ มะพร้าว ตะไคร้ กล้วยส้ม ข่า และมะละกอ ถึงแม้บางชนิดไม่ได้มีการปลูกทุกครัวเรือน แต่มีการแจกจ่ายจากครัวเรือนที่ปลูกในปริมาณที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จึงไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย

สำหรับจากการใช้ประโยชน์ของอาหารในแหล่งผลิตเองสำหรับการจำหน่ายมีทั้งหมด 10 ชนิด ได้แก่ มะพร้าว ข้าว มะพร้าวน้ำหอม กล้วยน้ำว้า ข่า กล้วยไข่ ข้าวโพด หน่อไม้ มะละกอ และ สะตอ เนื่องจากการปลูกเป็นจำนวนมากทำให้ปริมาณที่ได้มีจำนวนมาก จึงทำให้ปริมาณที่เหลือจากการบริโภคภายในครัวเรือนนำไปจำหน่าย โดยแต่ละครัวเรือนสามารถสร้างรายได้ในการจำหน่ายพืชผักดังกล่าวต่อปี ดังตารางที่ 5-5

ตารางที่ 5-5 สรุปมูลค่าการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งผลิตเองเพื่อจำหน่าย

ลำดับ	ชนิดอาหารที่ใช้ประโยชน์ใน การจำหน่ายของครัวเรือน ทั้งหมดในแหล่งผลิตเอง	จำนวนครัวเรือน ตัวอย่างที่ปลูก 114 ครัวเรือน	มูลค่าการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่าย เฉลี่ยต่อครัวเรือนที่ปลูก	
			บาทต่อเดือน	บาทต่อปี
1	มะพร้าว	114	148	1,770
2	ข้าว	13	4,155	49,855
3	มะพร้าวน้ำหอม	13	1,667	20,000
4	กล้วยน้ำว้า	52	213	2,560
5	ข่า	70	59	703
6	กล้วยไข่	14	232	2,787
7	ข้าวโพด	2	1,500	18,000
8	หน่อไม้	17	103	1,235
9	มะละกอ	26	11	137
10	สะตอ	1	667	8,000
มูลค่ารวมทั้งหมด		-	-	105,047

จากตารางจะเห็นได้ว่าครัวเรือนที่มีการปลูกพืชผักมีรายได้รวมทั้งชุมชนเท่ากับ 132,997 บาทต่อปี ถึงแม้ว่าจะมีเพียงแค่ 10 ชนิด ซึ่งถ้าหากครัวเรือนอื่นที่ต้องการผลิตอาหารเพื่อการจำหน่าย เป็นรายได้เสริมก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่งที่จะทำให้ครัวเรือนสามารถมีรายได้เพิ่มขึ้น อีกทั้งพืชผักดังกล่าวไม่เพียงแต่จำหน่ายได้เท่านั้นยังสามารถนำมาบริโภคโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายได้อีกด้วย

3) ปริมาณการใช้ประโยชน์อาหารจากแหล่งอาหารซื้อขายและมูลค่า

อาหารจากแหล่งอาหารซื้อขายมีการใช้ประโยชน์เพื่อบริโภคเพียงอย่างเดียว ซึ่งแหล่งอาหารซื้อขาย มี 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งอาหารซื้อขายภายนอกชุมชน มีอาหารทั้งหมด 181 ชนิด แบ่งออกเป็น 6 ประเภท ได้แก่ อาหารปรุงสำเร็จ อาหารสำเร็จรูป เครื่องปรุง พืชผัก ผลไม้ และเนื้อสัตว์ ข้อมูลทั้งหมดเป็นการคำนวณจากครัวเรือนทั้งหมดในชุมชน 159 ครัวเรือน โดยมีรายละเอียดดังนี้

อาหารปรุงสำเร็จ ส่วนใหญ่ได้จากแหล่งอาหารภายในชุมชนที่คนในชุมชนประกอบอาหารขึ้นมาแล้วนำมาขายในตอนเช้าของทุกวัน และทุกครัวเรือนในชุมชนก็จะซื้ออาหารสำเร็จรูปชนิดใดชนิดหนึ่งมาบริโภคเป็นอาหารเช้า ส่วนหนึ่งอาจเนื่องจากวิถีชีวิตที่มีการตื่นมากรีดยางพาราตั้งแต่เช้าตรู่หรือตื่นมาเพื่อพบปะพูดคุยกับเพื่อนบ้านก่อนเริ่มการทำงาน จึงทำให้ครัวเรือนส่วนใหญ่นิยมซื้ออาหารเข้ามาบริโภคพร้อมกับน้ำชากาแฟ แทนการประกอบอาหารเช้าขึ้นเอง โดยมูลค่าการบริโภคอาหารเช้าดังกล่าวคิดเป็นมูลค่า 1,008,667 บาทต่อปี โดยยังไม่รวมอาหารมื้อเที่ยงและมื้อเย็น ดังนั้นหากครัวเรือนที่บริโภคอาหารเหล่านี้ต้องการประหยัดค่าใช้จ่ายก็อาจจะหันมาปรุงอาหารในตอนเย็นและเก็บไว้บริโภคในตอนเช้าของวันรุ่งขึ้นด้วย ก็อาจจะช่วยลดค่าใช้จ่ายและไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายในส่วนนี้ได้

อาหารสำเร็จรูป เป็นอาหารที่คนในชุมชนไม่สามารถผลิตได้ แต่มีขายทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน มีทั้งหมด 5 ชนิด ได้แก่ กาแฟ โอวัลติน นม บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป และปลากระป๋อง คิดเป็นมูลค่าทั้งหมดเท่ากับ 628,443 บาทต่อปี โดยอาหารที่บริโภคมากที่สุดเรียงตามลำดับ คือ กาแฟ มีการบริโภคทุกครัวเรือน มีมูลค่าเท่ากับ 114,480 ของต่อปี เฉลี่ยรายครัวเรือน 60 ของต่อเดือน หรือ 2 ของต่อวัน อาจเนื่องมาจากวิถีชีวิตของคนในชุมชนที่บริโภคกาแฟทั้งภายในครัวเรือนและเวลาที่มีการพบปะหรือการเยี่ยมเยียนจากคนภายนอกชุมชนก็จะนำกาแฟมาเป็นอาหารว่าง สักเกตได้จาก การที่ผู้วิจัยเข้าไปสัมภาษณ์แต่ละครัวเรือนจะได้รับการต้อนรับดังกล่าวเช่นกัน จึงทำให้ปริมาณกาแฟและมูลค่าสูงกว่าอาหารสำเร็จรูปชนิดอื่นๆ ส่วนอาหารชนิดอื่น ได้แก่ โอวัลติน ส่วนใหญ่จะมีการบริโภคเป็นอาหารเช้าของเด็กๆ ในแต่ละครัวเรือน และมีการบริโภคทุกครัวเรือนเช่นกัน มีปริมาณเท่ากับ 15,398 ของต่อปี ส่วนนมมีปริมาณเท่ากับ 11,276 กล่องต่อปี เนื่องจากราคาของนมแพงกว่าโอวัลติน ส่วนบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปมีปริมาณเท่ากับ 7,336 ของต่อปี และปลากระป๋องมีปริมาณเท่ากับ 6,310 กระป๋องต่อปี

เครื่องปรุง เป็นอาหารที่คนในชุมชนไม่สามารถผลิตได้ทุกครัวเรือน จึงจำเป็นต้องอาศัยจากแหล่งซื้อขายเพียงอย่างเดียว มีทั้งหมด 15 ชนิด ได้แก่ เกลือ กะปิ น้ำตาลทราย น้ำมันพืช น้ำปลา น้ำปู น้ำส้มสายชู ผงชูรส น้ำมันหอย พริกไทยป่น เต้าเจี้ยว กระเทียม หัวหอม ซอสมะเขือเทศ และซอสพริก โดยการใช้ประโยชน์อาหารประเภทเครื่องปรุงของคนในชุมชนโคกพยอมมีมูลค่าเท่ากับ 978,016 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยรายครัวเรือนเท่ากับ 513บาทต่อเดือน อันที่จริงในบรรดาอาหารประเภทเครื่องปรุงทั้งหมดนี้มี 1 ชนิด ที่คนในชุมชนก็สามารถผลิตได้และเป็นเครื่องปรุงที่มีราคาแพงที่สุดแต่ชุมชนไม่ได้ผลิต คือ กะปิ มีราคากิโลกรัมละ 100 บาท ซึ่งในชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากกะปิคิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 281,737 บาทต่อปี ซึ่งถือเป็นมูลค่าที่สูงที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับเครื่องปรุงชนิดอื่นๆ แต่ไม่มีครัวเรือนใดทำกะปิเพื่อบริโภคเอง ทั้งที่กะปิทำจาก “กุ้งเคย” ที่สามารถหาได้บริเวณชายฝั่งทะเลเนื่องจากกระบวนการในการทำกุ้งเคยให้เป็นกะปิมีหลายขั้นตอนตั้งแต่การนำกุ้งเคยมาล้างให้สะอาด หลังจากนั้นนำไปคลุกกับเกลือแล้วนำไปตากแดดประมาณ 3 วัน หลังจากนั้นก็นำมาตำให้ละเอียดเพื่อให้ได้เป็น “กะปิ” ซึ่งต้องใช้ทั้งแรงงานและระยะเวลาในการทำนานก็ไม่เป็นที่นิยมทำกะปิขึ้นในชุมชน

อาหารที่มีมูลค่างดลงมา คือ น้ำมันพืชมีมูลค่าเท่ากับ 138,776 บาทต่อปี เนื่องจากคนในชุมชนไม่สามารถผลิตน้ำมันพืชใช้เองได้ อีกทั้งการประกอบอาหารจำพวกของทอดก็ต้องใช้น้ำมันพืชเป็นส่วนประกอบ จึงทำให้ทุกครัวเรือนต้องพึ่งพาน้ำมันพืชจากแหล่งซื้อขาย และยังมีเครื่องปรุงอีกชนิดที่น่าสนใจและจะมีเพียงแค่วุ้นแกลบชายฝั่งทะเลจังหวัดสตูลเท่านั้นที่มีการบริโภคและไม่มีจำหน่ายในประเทศไทย คือ น้ำปู เป็นเครื่องปรุงที่มีรสชาติคล้ายกับน้ำปลาแต่เป็นที่นิยมของชุมชน โดยจะสั่งซื้อจากเรือสินค้าหรือญาติพี่น้องที่อยู่ในประเทศมาเลเซียมาบริโภค ซึ่งมีมูลค่าเท่ากับ 64,507 บาทต่อปี ส่วนเครื่องปรุงชนิดอื่นๆ ก็พบได้ทั่วไปเช่นเดียวกันทุกครัวเรือนของไทย

พืชผัก เป็นอาหารที่คนในชุมชนมีการพึ่งพาทุกครัวเรือน ถึงแม้จะมีแหล่งอาหารผลิตเองสามารถผลิตพืชผักได้ตามความต้องการ แต่ยังไม่เพียงพอต่อปริมาณความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน เนื่องจากพืชผักที่ผลิตจะผลิตในปริมาณที่น้อยและมีชนิดที่ซื้อขายมากถึง 67 ชนิด คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 3,223,970 บาทต่อปี พืชที่มีการบริโภคมากที่สุด คือ ข้าว เนื่องจากเป็นอาหารหลักของคนในชุมชน โดยมีมูลค่าเท่ากับ 310,747 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยรายครัวเรือนเท่ากับ 163 บาทต่อเดือน ทั้งที่ชุมชนมีพื้นที่พอที่จะปลูกข้าวโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายและเป็นการลดค่าใช้จ่ายได้ ส่วนพืชชนิดอื่น ได้แก่ มะเขือเปราะ มะเขือยาว มะเขือพวง แตงกวา และผักหวาน จะมีการบริโภคที่ใกล้เคียงกัน อยู่ในช่วง 4,000-8000 กิโลกรัมต่อปี จากการใช้ประโยชน์พืชผักจากแหล่งซื้อขายจะเห็นได้ว่าพืชส่วนใหญ่เป็นพืชผักที่มีขายตามตลาดทั่วไปหรือที่เรียกว่า “ผักตลาด” ซึ่งไม่ใช่ผักที่มีตามธรรมชาติเฉพาะท้องถิ่น อาจมีความไม่ปลอดภัยของอาหารที่อาจมีการปนเปื้อนสารเคมี

ผลไม้ที่มีพืงพากับแหล่งตลาดในการบริโภคมากกว่าผลิตเองเช่นเดียวกับพืชผัก คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 833,598 บาทต่อปี และส่วนใหญ่ไม่ใช่ผลไม้ท้องถิ่น ดังนั้นคนในชุมชนควรหันมาปลูกพืชผักและผลไม้ภายในชุมชนเพื่อลดการพึ่งพาแหล่งซื้อขาย

นอกจากนี้ยังพบว่าอาหารประเภทสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ มีมูลค่ามากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับอาหารประเภทอื่นๆ คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 6,223,076 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยรายครัวเรือนเท่ากับ 3,262 บาทต่อเดือน ซึ่งถือเป็นมูลค่าที่มากที่สุดของประเภทอาหารจากแหล่งซื้อขายโดยสัตว์ที่ใช้ประโยชน์มากที่สุด 5 ลำดับแรก คือ ไก่เนื้อ ปลากระบอก ปลาทวาย ปลาลามา และเนื้อ ตามลำดับ โดยเนื้อไก่มีปริมาณการบริโภคมากที่สุด อาจเนื่องจากคนในชุมชนส่วนใหญ่นับถือศาสนาอิสลาม ไก่เนื้อเป็นอาหารที่รับประทานได้ตามความเชื่อของศาสนา และยังเป็นสัตว์ที่สามารถหาซื้อได้ง่ายและราคาไม่แพงมาก (60 บาทต่อกิโลกรัม) สามารถนำมาทำอาหารได้หลายรายการเป็นที่นิยมของคนในชุมชนและคนทั่วไป รองลงมาคือปลากระบอก ปลาทวาย และปลาลามา ซึ่งมีความต้องการในการบริโภคที่ใกล้เคียงกัน เนื่องจากปลาดังกล่าวเป็นที่ต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน อีกทั้งยังเป็นปลาที่สดใหม่และรู้ที่มาของปลาเหล่านี้โดยไม่เสี่ยงต่อการปนเปื้อนสารเคมีเหมือนอย่างอาหารชนิดอื่น และเนื้อวัวที่มีการบริโภคเนื่องจากคนในชุมชนส่วนใหญ่ นับถือศาสนาอิสลามอีกและเป็นอาหารที่คนในชุมชนนิยมและมีความชอบ จึงเป็นที่นิยมมากของคนในชุมชน แต่ปริมาณการบริโภคไม่มากเท่าไก่เนื้อ อาจเนื่องจากเนื้อวัวมีมูลค่าแพงกว่าไก่ถึง 2 เท่า (150 บาทต่อกิโลกรัม) ส่วนสัตว์อื่นที่บริโภคก็จะเป็นสัตว์น้ำชนิดเดียวกับแหล่งอาหารธรรมชาติเป็นส่วนใหญ่ และผลผลิตจากสัตว์ที่นำมาบริโภคคือ ไข่ไก่และไข่เป็ด เนื่องจากเป็นอาหารที่นิยมบริโภคที่สามารถบริโภคได้ตลอดปีและเก็บไว้ได้นาน หาซื้อง่ายและราคาไม่แพงมาก

เมื่อเปรียบเทียบการใช้ประโยชน์อาหารจากงานวิจัยนี้กับงานวิจัยอื่นๆ พบว่าแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 35 ชนิด มีลักษณะพื้นที่เป็นชายฝั่งทะเล จึงทำให้อาหารที่พบส่วนใหญ่จัดอยู่ในประเภทสัตว์น้ำ และถือว่ายังมีชนิดความหลากหลายที่น้อยหากเปรียบเทียบกับงานวิจัยของ ไพรินทร์ เสาะสาย (2536) วิเศษ สุจินพรหม (2541) ปิยนารถ อิมดี (2547) จำนวนชนิดของอาหารแต่ละงานวิจัยดังที่ได้เสนอไว้ (หน้า 160) ซึ่งงานวิจัยดังกล่าวมีลักษณะพื้นที่เป็นป่า

การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเองของชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 54 ชนิด ซึ่งมีจำนวนชนิดมากกว่างานวิจัยส่วนใหญ่ เช่น งานวิจัยของอังคณา มหายศนันท์ (2542) สุรัชชัย รักษาชาติ (2545) รัชดา มหาวีรวัฒน์ (2548) จำนวนชนิดของอาหารแต่ละงานวิจัยดังที่ได้เสนอไว้ (หน้า 160) งานวิจัยดังกล่าวมีความหลากหลายของชนิดอาหารจากแหล่งผลิตเองน้อยกว่างานวิจัยนี้อาจเนื่องจากงานวิจัยดังกล่าวเป็นการศึกษาในพื้นที่ซึ่งมีการผลิตพืชเชิงเดี่ยวเป็นหลักแต่ผลิตในปริมาณที่มาก จึงให้งานวิจัยดังกล่าวมีความหลากหลายของชนิดอาหารน้อย แต่มีงานวิจัยที่มีความหลากหลายของชนิดอาหารในแหล่งอาหารผลิตเองที่มากกว่างานวิจัยชิ้นนี้ คือ งานวิจัยของปิยนารถ อิมดี (2547) ซึ่งมีการผลิตชนิดอาหารที่หลากหลายมากกว่างานวิจัยอื่นๆ โดยอาหารประเภทพืชผักจะผลิตทั้งพืชที่มีตามท้องตลาดและพืชในท้องถิ่น เช่น ผักกาด ผักบุ้ง ผักขี้หูด ผักฮาก ผักคางคอง ผักเผ็ด เป็นต้น ส่วนอาหารประเภทผลไม้จะผลิตผลไม้ที่มีตามท้องตลาดและผลไม้ในท้องถิ่น เช่น กระท้อน มะขาม ลิ้นจี่ ลำไย ลูกหม่อน กล้วยคั่ว อ้อยแกง มะกูด เป็นต้น ส่วนอาหารประเภทสัตว์ มีทั้ง สัตว์ปีก ได้แก่ ไก่ และเป็ด สัตว์น้ำจืด เช่น ปลาดุก ปลานิล ปลาไน เป็นต้น แมงและแมลง เช่น รังต่อ ไข่มดแดง แตนด้วงกล้วย ด้วงมะพร้าว แมงจิ้งจก แมงจู้จี้ แมงมัน เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่าอาหารที่ชุมชนผลิตเองมีความหลากหลายเป็นอย่างมาก ซึ่งอาจเป็นพื้นที่ศึกษาที่เป็นชุมชนชนบทที่ยังคงพึ่งพาแหล่งอาหาร

ธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองในการบริโภค จึงทำให้คนในชุมชนต้องสร้างแหล่งอาหารเพื่อให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคและมีชนิดอาหารที่หลากหลาย

การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายของชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 181 ชนิด ซึ่งถือได้ว่ามีจำนวนชนิดมากกว่าหากเปรียบเทียบกับงานวิจัยอื่นที่ได้มีการศึกษาในแหล่งอาหารซื้อขาย ได้แก่ งานวิจัยของสุรัชย์ รักษาชาติ (2545) งานวิจัยของมนัชยา มรรคอนันตโชติ (2549) และงานวิจัยของอภัพศ์ ปิ่นทองพันธ์ (2557) จำนวนชนิดของอาหารแต่ละงานวิจัยดังที่ได้เสนอไว้ (หน้า 160) สำหรับประเด็นนี้ผู้วิจัยมองว่าที่ชุมชนโคกพยอมพึ่งพาอาหารจากแหล่งซื้อขายมากที่สุด มี 2 สาเหตุคือ

1. อาชีพที่เกี่ยวข้องกับการหาหรือผลิตอาหารลดลง เช่น อาชีพประมงพื้นบ้านมีจำนวนลดลง เนื่องจากเป็นอาชีพที่มีรายได้ไม่แน่นอน บางวันก็หาสัตว์น้ำได้บางวันก็หาไม่ได้ จึงทำให้ผู้ที่สามารถจับเรือได้หันไปประกอบอาชีพรับจ้างตามเกาะต่างๆ ที่เป็นสถานที่ท่องเที่ยว เนื่องจากมีรายได้ที่แน่นอนกว่า ส่วนอาชีพการทำนาที่มีจำนวนลดลงอาจเนื่องจากการทำนาต้องใช้แรงงานมากตั้งแต่ช่วงการไถนา ช่วงปักดำต้นกล้า และช่วงเก็บเกี่ยว อีกทั้งต้องเสี่ยงกับสภาพดินฟ้าอากาศที่ไม่แน่นอน เช่น น้ำท่วม ภัยแล้ง ที่จะส่งผลต่อนาข้าวในแต่ละปี ทำให้คนทำนาหันมาทำอาชีพกรีดยางพาราที่มีรายได้แน่นอน เป็นต้น

2. วิถีชีวิตในปัจจุบันที่เปลี่ยนแปลงไปจากอดีตที่เคยพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง แต่ปัจจุบันหันมาพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขาย เนื่องจากความสะดวกสบายในการเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายโดยไม่ต้องใช้องค์ความรู้ ภูมิปัญญา และวิธีการใดๆ มีอาหารให้เลือกหลากหลายตามความต้องการในการบริโภค อีกทั้งประหยัดเวลาในการหาอาหารอีกด้วย จึงทำให้แหล่งอาหารซื้อขายเป็นแหล่งอาหารที่ชุมชนมีการพึ่งพามากที่สุด แต่อย่างไรก็ตามการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายไม่ควรพึ่งพาในปริมาณที่มากเกินไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในขณะที่ยุคสมัยของชุมชนยังมีพื้นที่เพียงพอที่จะผลิตอาหารหรือสามารถหาอาหารได้เองจากแหล่งอาหารธรรมชาติได้ตลอดทั้งปี

มูลค่าการใช้ประโยชน์จากอาหารซื้อขายเท่ากับ 12,895,770 บาทต่อปี หรือเฉลี่ยแต่ละครัวเรือนในชุมชนต้องมีค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารประมาณ 6,759 บาทต่อเดือน ซึ่งถือเป็นรายจ่ายที่สูงพอสมควรหากเปรียบเทียบกับรายได้เฉลี่ยของครัวเรือนที่มีรายได้เท่ากับ 9,281 บาทต่อเดือน หรือคิดเป็นร้อยละ 73 ของรายได้ โดยยังไม่รวมค่าใช้จ่ายด้านอื่นๆ จึงทำให้คนในชุมชนบางครั้งมีรายจ่ายที่ติดลบก่อให้เกิดหนี้สินแก่ครัวเรือน “บางเดือนก็รายจ่ายไม่พอก็ต้องไปยืมเงินเพื่อนบ้าน” สมะหะ หลีหาด (สัมภาษณ์ 28 กันยายน 2556) ดังนั้น หากคนในชุมชนสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้เองโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายก็อาจจะลดรายจ่ายในการซื้ออาหารได้อีกทางหนึ่ง โดยมีงานวิจัยที่สนับสนุนการลดรายจ่ายในแหล่งซื้อขาย คืองานวิจัยของปิยนดา อิมดี (2547) คนในชุมชนมีการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายเฉพาะบางชนิดที่ไม่สามารถผลิตเองได้ เช่น อาหารประเภทเครื่องปรุงหรือเนื้อสัตว์บางชนิด จึงทำให้ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารของคนในชุมชนเฉลี่ยของครัวเรือนเท่ากับ 1,542 บาทต่อเดือนเท่านั้น ซึ่งแตกต่างจากชุมชนโคกพยอมที่มีแหล่งอาหารธรรมชาติและผลิตเอง แต่ยังคงพึ่งพาแหล่งซื้อขายเป็นจำนวนมากทำให้ค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารอยู่ในระดับที่สูงมากเมื่อ

เปรียบเทียบกับรายได้ของครัวเรือน ดังนั้นหากหาวิธีให้ชุมชนหันมาพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองให้มากขึ้น ก็จะสามารถลดค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารของคนในชุมชนได้

5.1.2.3 อภิปรายผลปริมาณการมีอยู่ของอาหารและมูลค่า

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ภายในชุมชนโคกพยอม พบว่า การมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนที่สามารถคำนวณเป็นปริมาณได้มีเพียง 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง สำหรับแหล่งอาหารซื้อขายไม่สามารถเก็บข้อมูลได้ เพราะขณะที่สอบถามต้องใช้เวลาขณะที่พ่อค้าแม่ค้ากำลังจำหน่ายสินค้า ทำให้ไม่ได้รับความร่วมมือในการให้ข้อมูล

1) ปริมาณอาหารมีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติและมูลค่า

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ในชุมชนมีด้วยกันหลายชนิดในแหล่งอาหารธรรมชาติ แต่ในงานวิจัยนี้ศึกษาชนิดที่ชุมชนนำมาใช้ประโยชน์ ซึ่งมีทั้งหมด 35 ชนิด แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ 1) พืชและสัตว์ทั้งหมด 6 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 39,444 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 607,577 บาทต่อปี 2) สัตว์น้ำ ทั้งหมด 29 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 84,318 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 9,982,140 บาทต่อปี มูลค่ารวมทั้งหมดเท่ากับ 10,421,066 บาทต่อปี

โดยวิธีการคำนวณปริมาณศักยภาพของแหล่งอาหารธรรมชาตินี้อาจจะน้อยกว่าความเป็นจริงในแหล่งอาหารธรรมชาติ เนื่องจากผู้วิจัยสำรวจได้แค่ปริมาณสัตว์น้ำที่จับขึ้นมาได้เท่านั้น ซึ่งในความเป็นจริงแล้วสัตว์น้ำที่อยู่ในทะเลต้องมีมากกว่าปริมาณที่จับขึ้นมาได้

นอกจากนี้ยังพบว่าเคยมีงานวิจัยที่มีการศึกษาชนิดอาหารในพื้นที่ชุมชนโคกพยอมในอดีต คือ งานวิจัยของญัตติพงศ์ แก้วทอง (2553) พบว่า การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติมีทั้งหมด 31 ชนิด ซึ่งน้อยกว่างานวิจัยนี้ที่ศึกษาปี 2557 ทั้งนี้การใช้ประโยชน์ที่เพิ่มขึ้นจากงานวิจัยในอดีตไม่ได้เกิดจากสัตว์น้ำลดลงหรือหายไป ซึ่งชนิดของอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ที่พบทั้ง 2 งาน มีทั้งหมด 24 ชนิด คือ สาหร่าย หยวกเป้ง ผักถั่วดำ น้ำผึ้ง เห็ดเสม็ด ตัวอ่อนผึ้ง ปูดำ ปลากระบอก หอยจู้บแจง หอยเข็ม กุ้งกุลาดำ กุ้งขาว หอยเจดีย์ ปลากระพงแดง หอยกัน กุ้ง ปลาลาม่า ปลาไหล ปลากระพงขาว กุ้งกุลาลาย ปลาภูฏ หอยนางรม ปลากระพงข้างปาน และปลากระพงแสม ในขณะที่ชนิดที่มีจากการวิจัยในอดีตแต่ไม่มีในงานวิจัยนี้มีทั้งหมด 8 ชนิด คือ ลูกปลาเก๋า ปูแสม ปูม้า หมึกหอม หมึกกระดอง ปลาเสียด ลูกปลากระพง และปลาเป็ด ส่วนสัตว์น้ำที่พบเจอในงานวิจัยนี้แต่ไม่พบเจอในอดีตมีทั้งหมด 11 ชนิด คือ ปลาดาทลา ปลาเก๋า ปลาหน้าเหงิน ปลาจิ้งม่อง ปลาทราย กุ้งไข่ กุ้งเหลือง หอยรอก หอยแครง หอยท้ายเขา และแมงดา

สำหรับงานวิจัยที่พบเจอในอดีตแต่ไม่พบเจอในงานวิจัยนี้ ซึ่งผู้วิจัยขอแบ่งกลุ่มสัตว์น้ำออกเป็น 3 กลุ่ม คือ กลุ่มลูกปลา ได้แก่ ลูกปลาเก๋า ลูกปลากระพง และลูกปลาเป็ด (ปลาขนาดเล็กทุกชนิดที่นำมาบดให้ละเอียดเพื่อเป็นอาหารของปลาในกระชัง) ผู้วิจัยไม่ได้นำมาคำนวณเป็นอาหารเนื่องจากลูกปลายังมีขนาดไม่โตเต็มที่และยังไม่สามารถนำมาประกอบเป็นอาหารได้ กลุ่มปูขนาดเล็กมีเพียงชนิดเดียว คือ ปูแสม ในอดีตที่มีการพบเจอเนื่องจากมีคนในชุมชน 1 ครัวเรือนที่มีการหาปูแสมเพื่อนำมาทำปูตองส่งขายตามร้านส้มตำ กลุ่มสัตว์น้ำในทะเลน้ำลึก ได้แก่ ปูม้า หมึกหอม หมึกกระดอง

และปลาเสียด ในอดีตบางครัวเรือนได้ทำอาชีพรับจ้างออกหาปลากับเรือประมงขนาดใหญ่ที่ออกไปหาปลาในทะเลลึก จึงสามารถจับสัตว์บางส่วนจากทะเลน้ำลึกมาเป็นอาหารให้กับคนในชุมชนได้ แต่ในปัจจุบันไม่มีครัวเรือนใดที่ออกไปรับจ้างกับเรือประมงขนาดใหญ่เหมือนในอดีต จึงทำให้ไม่พบเจออาหารกลุ่มสัตว์ในทะเลน้ำลึกในงานวิจัยนี้

ส่วนสัตว์น้ำที่พบในงานวิจัยนี้และไม่พบในงานวิจัยในอดีต พบว่างานวิจัยในอดีตศึกษาเฉพาะสัตว์น้ำที่มีอยู่ในป่าชายเลนเป็นส่วนใหญ่ แต่งานวิจัยนี้ศึกษาทั้งอาหารในป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล จึงทำให้มีชนิดของสัตว์น้ำมากขึ้นกว่าในอดีต โดยผู้วิจัยขอแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มสัตว์น้ำในลำคลอง ได้แก่ ปลาตาหลาและปลาเก๋า ในอดีตไม่ค่อยมีการหาสัตว์น้ำในลำคลองจึงทำให้ไม่พบเจอสัตว์น้ำดังกล่าว แต่ในปัจจุบันมีการพบเจอสัตว์ดังกล่าวโดยใช้วิธีการตกปลาหรือวางอวน แต่จะพบเจอในปริมาณที่น้อยเนื่องจากครัวเรือนที่จับสัตว์น้ำแต่ละชนิดมีน้อย โดยปลาตาหลามี 2 ครัวเรือน และปลาเก๋ามี 3 ครัวเรือน

กลุ่มสัตว์น้ำในชายฝั่งทะเล ได้แก่ ปลาหน้าเงิน ปลาจ๋องม่อง ปลาทราย กุ้งไข่ กุ้งเหลือง หอยรอก หอยแครง หอยท้ายเถา และแมงดา เนื่องจากงานวิจัยในอดีตไม่ได้ศึกษาอาหารจากมีการเข้าถึงแหล่งอาหารชายฝั่งทะเล จึงทำให้ไม่พบสัตว์ชนิดดังกล่าว

2) ปริมาณอาหารที่มีอยู่จากแหล่งอาหารผลิตเองและมูลค่า

แหล่งอาหารผลิตเองมีอาหารทั้งหมด 54 ชนิด แบ่งเป็น 3 ประเภท คือ 1) ไข่ไก่และไข่เป็ด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 89,375 ฟองต่อปี คิดเป็นมูลค่า 302,769 บาทต่อปี 2) เนื้อสัตว์ ทั้งหมด 6 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 8,700 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 1,742,919 บาทต่อปี 3) พืชผัก ทั้งหมด 46 ชนิด มีปริมาณอาหารที่มีอยู่เท่ากับ 292,535 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่า 3,332,321 บาทต่อปี

โดยพืชในแหล่งอาหารผลิตเองที่มีปริมาณมากที่สุด คือ มะพร้าว มีปริมาณเท่ากับ 140,589 ลูกต่อปี คิดเป็นมูลค่า 562,358 บาทต่อปี เนื่องจากมะพร้าวเจริญเติบโตและผลผลิตได้ดีบริเวณชายฝั่งทะเลที่มีลักษณะดินเป็นดินทราย ซึ่งตรงกับลักษณะดินของชุมชนโคกพยอม ทำให้ต้นมะพร้าวสามารถเจริญเติบโตและให้ผลผลิตได้ดีและเป็นที่ต้องการในการใช้ประโยชน์ของคนในชุมชนโคกพยอม จึงทำให้ทุกครัวเรือนมีการปลูกมะพร้าวทั้งบริเวณพื้นที่รอบบ้าน บริเวณพื้นที่สวน และบริเวณพื้นที่ไร่-นา

ในขณะที่ข้าวมีปริมาณการมีอยู่รองลงมาจากมะพร้าว โดยมีการปลูกในพื้นที่ไร่-นาเท่านั้น มีปริมาณเท่ากับ 53,697 กิโลกรัมต่อปี คิดเป็นมูลค่าเท่ากับ 1,073,947 บาทต่อปี ซึ่งเป็นมูลค่าที่มากกว่ามะพร้าว เนื่องจากราคาของข้าวแพงกว่าราคาของมะพร้าว โดยข้าวมีราคากิโลกรัมละ 20 บาท ถึงแม้จะมี 13 ครัวเรือนเท่านั้น

นอกจากนี้ยังพืชชนิดอื่นที่มีการปลูกบริเวณพื้นที่สวนและพื้นที่ไร่-นา เพื่อการจำหน่ายเป็นหลัก โดยพืชที่ปลูกในพื้นที่สวน ได้แก่ ข่าและหน่อไม้ ที่ปลูกแซมตามร่องยางพารา เนื่องจากข่าและหน่อไม้สามารถเจริญเติบโตได้ในที่ร่ม และพืชที่ปลูกในพื้นที่ไร่-นา ได้แก่ มะพร้าว น้ำหอม กล้วยน้ำว่าข้าวโพด และมะละกอ เนื่องเป็นพืชที่ปลูกได้ตามไร่-นา ที่มีแดดจ้าและไม่ต้องดูแลเป็นประจำก็สามารถให้ผลผลิตได้

เป็นที่น่าสังเกตว่าพื้นที่ของแหล่งอาหารผลิตเองที่สามารถผลิตข้าวและพืชอื่นๆ ได้อีก ตามความต้องการในการบริโภคหรือการจำหน่ายของแต่ละครัวเรือน เพื่อให้ชุมชนมีแหล่งอาหารเป็นของตนเองโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย อีกทั้งยังเป็นชุมชนที่สามารถผลิตอาหารให้ชุมชนอื่นๆ ได้อีกด้วย

สัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเอง 6 ชนิด ได้แก่ ไก่ เป็ด กุ้งขาว กุ้งกุลาดำ ปลากระพงขาว และปลาเก๋า ซึ่งสัตว์ทั้ง 6 ชนิด หากมองถึงศักยภาพของคนในชุมชนที่ว่าจะสามารถเลี้ยงสัตว์ไว้บริโภคได้คือ ไก่และเป็ด เนื่องจากทุกครัวเรือนยังคงมีพื้นที่บริเวณรอบบ้าน พื้นที่สวน และปลาในกระชังสำหรับบ้านที่อยู่ใกล้ลำคลอง เนื่องจากไก่และเป็ดนอกจากจะให้เนื้อแล้วยังให้ไข่เป็นอาหารในการบริโภคอีกด้วย ส่วนสัตว์ประเภทกุ้งต้องอาศัยต้นทุนในการเลี้ยงและต้องเลี้ยงในปริมาณมาก จึงไม่เหมาะที่จะเลี้ยงไว้สำหรับบริโภค เนื่องจากชุมชนโคกพยอมเป็นชุมชนชายฝั่งทะเลและสามารถพึ่งพากุ้งจากแหล่งอาหารธรรมชาติได้โดยไม่ต้องผลิตเอง ส่วนการเลี้ยงปลาในกระชัง หากต้องการเลี้ยงก็ต้องมีพื้นที่บ้านที่อยู่ใกล้ลำคลอง เนื่องจากการเลี้ยงปลากระชังจะต้องดูแลและให้อาหารทุกวัน ซึ่งในอดีตมีการเลี้ยงปลากระชังไว้สำหรับจำหน่าย แต่ปัจจุบันมีการเลี้ยงเพียง 2 ครัวเรือนที่ยังหลงเหลืออยู่ โดยเป็นการเลี้ยงเพื่อบริโภคภายในครัวเรือนเท่านั้น อีกทั้งเป็นครัวเรือนที่มีอาชีพประมงพื้นบ้าน และในการหาสัตว์น้ำบางครั้งอาจได้ปลาขนาดเล็กหรือเศษปลาที่ไม่สามารถบริโภคได้ก็จะนำมาทำเป็น “ปลาเป็ด” เพื่อเป็นอาหารของปลาที่เลี้ยงในกระชัง เพื่อไม่ให้เศษปลาดังกล่าวต้องทิ้งไปโดยเปล่าประโยชน์ หากครัวเรือนใดไม่ได้ทำการประมงและต้องการเลี้ยงปลาในกระชังก็จำเป็นต้องซื้ออาหารในการเลี้ยงปลาจากครัวเรือนที่ทำประมง จึงทำให้เกิดต้นทุนสูงในการเลี้ยงปลาในกระชัง ดังนั้นการเลี้ยงสัตว์ที่เหมาะสมแก่ทุกครัวเรือน คือ ไก่และเป็ด

5.1.2.4 อภิปรายผลการเปรียบเทียบปริมาณอาหารที่มีอยู่กับปริมาณอาหารที่มีการใช้ประโยชน์ในการบริโภค

จากการเปรียบเทียบแหล่งอาหารธรรมชาติระหว่างปริมาณการมีอยู่กับปริมาณการใช้ประโยชน์ในการบริโภค พบว่า มีทั้งหมด 35 ชนิด พบว่า จำนวนอาหารที่มีอยู่และเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคจำนวน 25 ชนิด ได้แก่ ตัวอ่อนของผึ้ง น้ำผึ้ง ผักถั่วดำ สาหร่าย หยวกเป้ง เห็ดเสม็ด กุ้ง กุ้งกุลาดำ กุ้งกุลาดาย กุ้งขาว กุ้งไข่ ปลากระพงขาว ปลากระพงแดง ปลากระพงแสม ปลาเก๋า ปลานาเหิน ปลาไหล ปูดำ แมงดา หอยก้น หอยแครง หอยจู้บแจง หอยท้ายเกา หอยนางรม และหอยรอกและจำนวนอาหารที่มีอยู่แต่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคจำนวน 10 ชนิด ได้แก่ กุ้งเหลือง ปลากระบอก ปลากระพงข้างปาน ปลาภูฏู ปลาจิ้งม่อง ปลาดาทลา ปลาทราย ปลาลามา หอยเข็ม และหอยเจดีย์ ซึ่งจำนวนอาหารที่มีอยู่แต่ไม่เพียงพอผู้วิจัยได้แบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 จำนวนคนจับมากมี 2 ชนิด คือ ปลากระบอก หอยเจดีย์ โดยปลากระบอกมีจำนวนคนจับ 17 คน และหอยเจดีย์มีจำนวนคนจับ 13 คน ปริมาณที่จับปลากระบอกได้ยังมีปริมาณเท่ากับ 8,160 กิโลกรัมต่อปี และหอยเจดีย์มีปริมาณเท่ากับ 1,560 กิโลกรัมต่อปี หากคิดเป็นสัดส่วนการบริโภค พบว่า ปลากระบอกและหอยเจดีย์มีสัดส่วนการบริโภคมากที่สุดในจำนวนสัตว์น้ำทั้งหมด โดยปลากระบอกมีสัดส่วนการบริโภคร้อยละ 34 ส่วนหอยเจดีย์ร้อยละ 48 ซึ่งแตกต่างจากอาหารชนิดอื่นที่มีการจับเพื่อจำหน่ายมากกว่าบริโภคโดยมีสัดส่วนการบริโภคเพียงร้อยละ 10 ของปริมาณที่จับได้ทั้งหมดเท่านั้น จึงทำให้ปริมาณที่มีอยู่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค

กลุ่มที่ 2 จำนวนคนจับน้อย มีจำนวนทั้งหมด 8 ชนิด ได้แก่ ปลาตาหลา ปลากระพงข้างปาน ปลาจ๋องม่อง ปลาทราย ปลาลามา ปลาภูฏ กุ้งเหลือง และหอยเข็ม ซึ่งแต่ละชนิดมีจำนวนคนจับไม่เกิน 4 คน และปริมาณที่จับได้ยังมีปริมาณไม่เกิน 1,100 กิโลกรัมต่อปี มีจำนวนทั้งหมด 6 ชนิด คือ ปลากระพงข้างปาน ปลาจ๋องม่อง ปลาทราย ปลาลามา ปลาภูฏ และกุ้งเหลือง ส่วนชนิดที่มีปริมาณที่จับได้เกิน 1,100 คือ ปลาตาหลา หอยเข็ม โดยปลาตาหลามีปริมาณที่จับได้เท่ากับ 3,360 กิโลกรัมต่อปี และมีราคา กิโลกรัมละ 60 บาท ส่วนหอยเข็มมีปริมาณที่จับได้เท่ากับ 2,592 กิโลกรัมต่อปี และมีราคา กิโลกรัมละ 40 บาท ซึ่งเป็นราคาที่ถูกหากเปรียบเทียบกับสัตว์น้ำชนิดอื่นๆ และเป็นที่ยอมรับประชาชนของคนในชุมชน จึงทำให้ปริมาณที่มีอยู่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค

ในขณะที่แหล่งอาหารผลิตเองมีจำนวนอาหารทั้งหมด 54 ชนิด แต่มีจำนวนชนิดที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคเพียง 16 ชนิดเท่านั้น ได้แก่ มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม ข้าว ข้าวโพด ถั่วลิสง ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วดำ ถั่วขาว ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วดำ ถั่วขาว ถั่วเขียว ถั่วเหลือง ถั่วดำ ถั่วขาว ปลาเค็ม และปลากระพงขาว ซึ่งจำนวนอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคที่ไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายเลย มีทั้งหมด 6 ชนิด ได้แก่ มะพร้าว ถั่วลิสง ถั่วเขียว และมะละกอ เนื่องจากพืชส่วนใหญ่ไม่ได้ผลิตเพียงแค่พื้นที่รอบบ้านเพียงอย่างเดียว แต่ยังผลิตในพื้นที่สวน และพื้นที่ไร่นาดอีกด้วย จึงทำให้ปริมาณที่มีอยู่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคสำหรับคนในชุมชนโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายทั้งภายในชุมชนและภายนอกชุมชน สำหรับอาหารอีก 38 ชนิด ที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ได้แก่ กระเจี๊ยบแดง กะเพรา ขมิ้น ขิง ขี้เหล็ก ชะอม ต้นหอม ตำลึง แตงกวา ถั่วฝักยาว ถั่วพูน้อยหน่า บวบ ผักกาดขาว ผักโขม ผักชี ผักชีฝรั่ง ผักบุ้ง ผักหวาน พริกขี้หนู พริกขี้ฟ้า มะกรูด มะขาม มะเขือเปราะ มะเขือพวง มะเขือยาว มะนาว มะม่วงเบา มะระขี้นก มะอึก แมงลัก รางจืด สะตอ สับปะรด โหระพา ไข่ไก่ ไข่เนื้อ และเป็ดเนื้อ เนื่องจากมีการผลิตเพียงแค่บางครัวเรือนเท่านั้น และผลิตในปริมาณที่น้อย ทำให้ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค อีกทั้งคนในชุมชนคิดว่าการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อมีอาหารทุกชนิดตามต้องการ จึงทำให้ครัวเรือนส่วนใหญ่ไม่ต้องการที่จะผลิตอาหารเอง

เมื่อเปรียบเทียบการมีอยู่ของชุมชนทั้งแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองกับความต้องการในการบริโภคทั้งหมดของคนในชุมชน พบว่า ยังคงกับความต้องการในการบริโภคทั้งหมดยังคงมีปริมาณอีก 48 ชนิดที่ยังไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค แต่เมื่อครัวเรือนมีการพึ่งพาแหล่งซื้อขายก็พบว่าทุกชนิดมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค จึงทำให้การมีอยู่ของแหล่งอาหารในชุมชนมีอาหารเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค

5.1.3 อภิปรายผลการศึกษการเข้าถึงแหล่งอาหาร

การอภิปรายผลการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนโคกพยอมแบ่งเป็น 2 ประเด็น คือ ข้อมูลทั่วไปของผู้ที่เข้าถึงแหล่งอาหาร และการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน โดยมีรายละเอียดดังนี้

5.1.3.1 ลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหาร

จากลักษณะทางสังคมและเศรษฐกิจของกลุ่มตัวอย่างที่เข้าถึงแหล่งอาหารทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย หากเป็นแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า เพศชายมีการเข้าถึงมากกว่าเพศหญิง เนื่องจากการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติต้องใช้ภูมิปัญญาทักษะและแรงงานในการเข้าถึง เช่นเดียวกับงานวิจัยของอุทุมพร หลอดโค (2552) ที่กล่าวถึงบทบาทของเพศชายและเพศหญิงต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร ว่าบทบาทการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติของเพศชายตามธรรมเนียมวัฒนธรรมของชุมชนเพศชายจะมีบทบาทในการหาของป่าล่าสัตว์และจับปลาตามแหล่งน้ำซึ่งต้องอาศัยภูมิปัญญาและแรงงานในการหา ส่วนบทบาทการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติของเพศหญิงจะถูกจำกัดให้อยู่ในการเก็บหาพืชผักหรือแมลงที่มีขนาดเล็กเท่านั้น เนื่องจากการเก็บหาอาหารดังกล่าวไม่จำเป็นต้องใช้แรงงานหนัก และสอดคล้องงานวิจัยของสุธานี มะลิพันธ์ (2552) ด้วยเช่นกันที่อธิบายว่าการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติต้องอาศัยภูมิปัญญา ทักษะ เครื่องมือ และระยะทางในการเข้าถึง ทำให้เพศชายมีคุณสมบัติในการเข้าถึงได้มากกว่าเพศหญิง แตกต่างจากงานวิจัยของปิยนารถ อิมดี (2547) ที่ได้กล่าวไว้ว่าการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติต้องอาศัยภูมิปัญญา ทักษะ ความชำนาญ ซึ่งเรื่องดังกล่าวทำให้เพศหญิงสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติได้มากกว่าเพศชาย เนื่องจากเพศหญิงมีความละเอียดและความใส่ใจในการเสาะแสวงหาอาหารจากแหล่งอาหารจำพวกพืชผักที่มีอยู่หลากหลายเพื่อนำมาประกอบอาหาร และงานวิจัยของรัชดา มหาวีร์วัฒน์ (2548) ที่พบว่าการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติอาหารที่ได้ส่วนใหญ่จะเป็นพืชผักและเห็ด จึงทำให้เพศหญิงมีการเข้าถึงแหล่งอาหารเหล่านี้ได้ดี เนื่องจากเพศหญิงต้องประกอบอาหารเป็นประจำทุกวันจึงรู้เรื่องอาหารเป็นอย่างดี จากงานวิจัยทั้งหมดที่มีอยู่ในแหล่งอาหารธรรมชาติก็พอจะสรุปได้ว่าการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติสามารถเข้าถึงได้ทั้งเพศหญิงและเพศชายขึ้นอยู่กับทรัพยากรในแหล่งธรรมชาตินั้นๆ และอาจสรุปได้ว่าหากเป็นอาหารประเภทพืชที่สามารถเก็บได้โดยไม่ต้องใช้แรงงานมากการเข้าถึงส่วนใหญ่ก็จะเป็นเพศหญิงและหากเป็นทรัพยากรสัตว์การเข้าถึงส่วนใหญ่จะเป็นเพศชาย ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย พบว่า เพศหญิงมีการเข้าถึงมากกว่าเพศชาย เนื่องจากเพศหญิงต้องมีหน้าที่ทำอาหารและดูแลบ้าน จึงทำให้ต้องหาอาหารจาก

แหล่งอาหารรอบบ้านหรือแหล่งอาหารที่เข้าถึงได้สะดวก เพื่อนำมาประกอบอาหารให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในครัวเรือน

สำหรับช่วงอายุที่เข้าถึงแหล่งอาหาร พบว่า อยู่ในช่วงวัยทำงานตั้งแต่ 20-60 ปี เนื่องจากช่วงอายุดังกล่าวเป็นแรงงานหลักสำคัญของครัวเรือนในการเข้าถึงแหล่งอาหารทุกแหล่งและยังเป็นช่วงอายุที่มีการประกอบอาชีพเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือนอีกด้วย จึงทำให้คนในช่วงอายุวัยทำงานมีประสบการณ์ในการเข้าถึงแหล่งอาหารได้มากกว่าช่วงอายุอื่นๆ ส่วนช่วงอายุวัยเด็กที่มีอายุต่ำกว่า 20 ปี เป็นช่วงอายุที่ยังไม่ค่อยมีประสบการณ์ ไม่มีทักษะและภูมิปัญญาในการเข้าถึงแหล่งอาหารอย่างเพียงพอประกอบกับเป็นวัยที่ต้องศึกษาเล่าเรียน จึงทำให้ช่วงวัยเด็กเข้าถึงแหล่งอาหารได้น้อย ส่วนวัยชราที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ถึงแม้จะมีประสบการณ์และมีภูมิปัญญากว่าวัยเด็ก แต่ด้วยสภาพร่างกายที่ไม่ค่อยเอื้ออำนวยในการเข้าถึงแหล่งอาหาร จึงทำให้ช่วงวัยชราเข้าถึงแหล่งอาหารได้น้อยหรือไม่สามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้ สอดคล้องกับมิงงานวิจัยของปิยนถ อิมดี (2547) สุธานี มะลิพันธ์ (2552) และรัชดา มหาวีรวัฒน์ (2548) ซึ่งพบว่า การเข้าถึงแหล่งอาหารอยู่ในช่วงวัยทำงานมากที่สุดเช่นเดียวกัน

ส่วนระยะทางในการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขายภายในชุมชนมีระยะทางไม่ไกลมากนัก คืออยู่ภายใน 5 กิโลเมตร และแหล่งอาหารซื้อขายภายนอกชุมชนมีระยะทางไกลจากครัวเรือน โดยมีระยะทางมากกว่า 5 กิโลเมตร และผลจากการศึกษา พบว่า คนในชุมชนสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารทุกแหล่งได้อย่างเท่าเทียมกัน อาจเป็นเพราะการคมนาคมที่สะดวกสบายขึ้น อีกทั้งคนในชุมชนก็มียานพาหนะที่สามารถเข้าถึงทุกแหล่งอาหารได้ สอดคล้องกับงานวิจัยของอังคณา มหายศนันท์ (2542) และน้ำอ้อย ภัคติวงศ์ และคณะ (2543) ที่พบว่าระยะทางไม่ได้มีผลต่อการเข้าถึง เนื่องจากการคมนาคมที่สะดวกขึ้น อีกทั้งยังมีร้านค้าเข้ามาตั้งภายในชุมชนหรือใกล้ชุมชนเพิ่มขึ้น ทำให้ระยะทางดังกล่าวไม่ได้มีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน แต่แตกต่างจากงานวิจัยของวรรณธิภา จันทรภักดิ์ (2549) ที่ได้กล่าวว่า ระยะทางมีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร โดยให้เหตุผลว่าการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนอยู่ในระยะทางที่ใกล้ชุมชนประมาณ 0-6 กิโลเมตร หากไกลกว่านั้นก็จะมีการเข้าถึงได้น้อย เนื่องจากลักษณะภูมิประเทศเป็นหน้าผาสูงชันซึ่งยากลำบากต่อการเดินทาง จึงทำให้ระยะทางมีผลต่อการเข้าถึงแหล่งอาหาร

ส่วนอาชีพหลักและรายได้ไม่พบว่ามีความแตกต่างในการเข้าถึงแหล่งอาหารของในชุมชน ซึ่งทุกครัวเรือนสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารโดยเฉพาะแหล่งซื้อขายได้ตามความต้องการในการบริโภค โดยไม่มีครัวเรือนใดขาดแคลนอาหารถึงแม้จะมีอาชีพและรายได้ที่แตกต่างกัน แต่ในงานวิจัยนี้ไม่ได้แยกศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหารตามฐานะ ซึ่งในงานวิจัยของปิยนถ อิมดี (2547) มีการศึกษาฐานะของคนในชุมชนต่อการเข้าถึงแหล่งอาหารและพบว่าคนที่มีฐานะร่ำรวยจะมีการเข้าถึงแหล่งอาหารได้ดีกว่าคนที่มีฐานะยากจน

นอกจากนี้ยังพบว่าทุกครัวเรือนมีที่ดินทำกินภายในรอบๆบ้าน เนื่องจากวิถีชีวิตของคนชนบท จะมีการสร้างบ้าน 3 ใน 4 ของพื้นที่ทั้งหมด จึงทำให้มีพื้นที่เหลือสำหรับการใช้ประโยชน์ในการผลิตอาหารรอบบ้านไว้บริโภคภายในครัวเรือน โดยจะเห็นได้ว่าทุกบ้านยังมีการปลูกพืชผัก แต่เป็นการปลูกเพียงแค่บางชนิดและยังคงมีปริมาณที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในครัวเรือน ถึงแม้จะมีพื้นที่เหลือให้เพาะปลูกเพิ่มก็ตาม อาจเนื่องจากวิถีชีวิตของคนในชุมชนเปลี่ยนแปลงไปโดยการพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายมากขึ้นหรือไม่มีเวลาในการเพาะปลูกพืชผัก โดยที่ดินทำกินของคนในชุมชน แบ่งออกเป็น 3 ประเภท คือที่ดินทำกินรอบๆบ้าน ที่ดินทำกินประเภทสวน และที่ดินทำกินประเภทไร่-นา โดยมีสัดส่วนการมีสิทธิในที่ดินแต่ละประเภทดังตารางที่ 5-6 นอกจากนี้ยังมีผู้ไม่มีที่ดินทำกินทั้งสวนยางและไร่-นา โดยมีทางเลือก ดังตารางที่ 5-7

ตารางที่ 5-6 สัดส่วนการมีสิทธิในที่ดินทำกิน

ประเภทที่ดิน	ครัวเรือนที่มีที่ดินทำกิน(ร้อยละ)	พืชที่ปลูก (ร้อยละ)
รอบๆ บ้าน	100	- มะพร้าว 40.0 - ตะไคร้ 22.0 - พืชผักอื่นๆ 38.0
สวน	93.0	- หน่อไม้ 61.0 - ช่า 39.0
ไร่-นา	10.3	- มะพร้าว 41.6 - ข้าว 27.8 - มะพร้าวน้ำหอม 25.4 - กล้ายน้ำว่า 3.3 - ข้าวโพด 1.4 - มะละกอ 0.4
ไม่มีที่ดินทำกิน	11.4	-

ตารางที่ 5-7 ทางเลือกของผู้ไม่มีที่ดินทำกิน

ทางเลือกของผู้ไม่มีที่ดินทำกิน	การใช้ประโยชน์	ร้อยละ
- เช่าที่ดินเพื่อนบ้าน	ปลูกข้าว	15.5
	ปลูกยางพารา	15.5
- รับจ้างทั่วไป	กรีดยางพารา	60.0

การมีรายได้เพียงพอต่อรายจ่าย จากผลการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่าง พบว่า ครัวเรือนในชุมชน โคกพยอมมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือนเท่ากับ 9,281 บาทต่อครัวเรือน และมีรายจ่ายเฉพาะค่าอาหารคิดเป็นร้อยละ 73 ของรายได้ทั้งหมด ซึ่งถือว่าเป็นรายจ่ายที่สูงมาก โดยยังไม่รวมค่าใช้จ่ายด้านอื่นๆ จึงทำให้คนในชุมชนบางครัวเรือนมีค่าใช้จ่ายที่มากกว่ารายได้ ก่อให้เกิดหนี้สินแก่ครัวเรือนได้ ดังนั้นหากคนในชุมชนสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองโดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายก็อาจลดรายจ่ายในการซื้ออาหารได้อีกทางหนึ่ง

การมีสิทธิในการเข้าถึงทรัพยากร ทุกคนมีสิทธิในการเข้าถึงทรัพยากรที่เท่าเทียมกัน ขณะเดียวกันก็ยังมี การเคารพสิทธิส่วนบุคคลสำหรับผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากธรรมชาติก่อน เช่น การปิดคลองเพื่อหาปลา การเลี้ยงปลาในกระชัง เป็นต้น ซึ่งการปิดคลองเพื่อหาปลาในชุมชนถือว่าเป็นของผู้ที่มาจับจองก่อนก็สามารถใช้ประโยชน์ได้ก่อน เพราะคนในชุมชนอยู่กันแบบเครือญาติจึง โดยการเลี้ยงปลาในกระชังในอดีตเคยมีโฉนดน้ำ (ใบอนุญาตในการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำในพื้นที่สาธารณะ) ที่รัฐบาลออกสำหรับผู้ที่อาศัยในพื้นที่ แต่ไม่สามารถซื้อขายหรือโอนให้แก่บุคคลอื่นได้ เริ่มมีขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2548 แต่ปัจจุบันไม่ได้มีการใช้โฉนดน้ำทำให้ทุกคนในชุมชนมีสิทธิในการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติได้อย่างเท่าเทียมกัน เนื่องจากปัจจุบันการเลี้ยงปลากระชังมีจำนวนลดลงเหลือเพียง 2 รายเท่านั้น และไม่ได้เลี้ยงไว้เพื่อจำหน่ายแต่เลี้ยงไว้เพื่อบริโภค จากการสอบถามถึงการเลิกเลี้ยงปลาในกระชัง พบว่า ค่าปลาเบ็ด (เศษปลาที่เป็นอาหารของปลากระชัง) มีราคาสูงขึ้น ทำให้มีต้นทุนสูงจึงไม่คุ้มทุนในการเลี้ยง จึงทำให้ชาวประมงเลิกเลี้ยงปลาในกระชัง จากนั้นสิทธิในการถือครองโฉนดน้ำได้หายไป

ความสามารถในการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน ต้องอาศัยปัจจัยและข้อจำกัดในการเข้าถึงที่แตกต่างกัน คือ แหล่งอาหารธรรมชาติชาวบ้านต้องอาศัยภูมิปัญญาและเครื่องมือในการเข้าถึง เนื่องจากแหล่งอาหารธรรมชาติในชุมชนโคกพยอม มีทั้งป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล ทำให้ต้องมีภูมิปัญญาของชาวประมงพื้นบ้านและเครื่องมือในการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเองต้องมีที่ดินทำกินในการผลิตอาหารทั้งการปลูกพืชและการเลี้ยงสัตว์ ส่วนแหล่งอาหารซื้อขายจะต้องมีเงินพอที่จะซื้ออาหารแต่ละชนิดที่มีราคาแตกต่างกันเป็นปัจจัยสำคัญในการเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขาย

5.1.3.2 วิธีการและลักษณะการเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชน

1) การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ

การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ สิ่งที่สำคัญที่สุดในการเข้าถึงคือองค์ความรู้ด้านการเก็บหาอาหารแต่ละชนิด เช่น ภูมิปัญญาในการประดิษฐ์เครื่องมือภูมิปัญญาเกี่ยวกับถิ่นที่อยู่ หรือภูมิปัญญาเกี่ยวกับฤดูกาลของอาหาร สำหรับภูมิปัญญาเกี่ยวกับฤดูกาลของอาหาร ซึ่งบางชนิดพบเจอตลอดทั้งปี แต่บางชนิดพบเจอเพียงแค่บางเดือน โดยชนิดที่พบเจอตลอดทั้งปี มีจำนวน 24 ชนิด ได้แก่ หยวกเป็ง กุ้งกุลาดำ กุ้งไข่ กุ้งกุลาลาย กุ้งขาว ปลากระบอก ปลากระพงข้างปาน ปลากระพงขาว ปลากระพงแดง ปลากระพงแสม ปลากระดูก ปลาเก๋า ปลาจิ้งม่อง ปลาดาทลา ปลาทราย ปลานาเหงิน ปลาไหล ปูดำ หอยก้น หอยเข็ม หอยแครง หอยจับแฉง หอยเจดีย์ และหอยนางรม ส่วนชนิดที่ไม่พบเจอตลอดทั้งปี มีจำนวน 11 ชนิด ได้แก่ น้ำผึ้ง ตัวอ่อนของผึ้ง สาหร่าย ผักถั่วดำ เห็ดเสม็ด กุ้ง กุ้งเหลือง ปลาลาม่า หอยท้ายเกาะ หอยราก และแมงดา โดยรายละเอียดของอาหารที่พบเฉพาะบางฤดูกาลมีดังนี้

1. น้ำผึ้งและตัวอ่อนผึ้ง พบเจอได้ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงสิงหาคม เนื่องจากผึ้งในแต่ละปีจะมีการอพยพเข้ามาทำรังในช่วงฤดูแล้ง ซึ่งเป็นช่วงที่ดอกไม้กำลังบานเหมาะแก่การหาอาหารของผึ้ง และเป็นช่วงที่สามารถจับผึ้งได้
2. สาหร่าย พบเจอได้ในช่วงเดือนมกราคมถึงพฤษภาคม เนื่องจากสาหร่ายเป็นพืชที่ต้องสังเคราะห์แสงจากดวงอาทิตย์และในช่วงเดือนดังกล่าวเป็นช่วงฤดูแล้ง จึงทำให้สาหร่ายได้รับแสงแดดเต็มที่และเหมาะแก่การเจริญเติบโต จึงสามารถเก็บสาหร่ายในช่วงฤดูแล้ง
3. ผักถั่วดำ พบเจอได้ในช่วงเดือนมกราคมถึงกรกฎาคม เป็นช่วงที่ผักถั่วดำสุกเต็มที่เหมาะแก่การนำไปเป็นอาหาร
4. เห็ดเสม็ด พบเจอได้ในช่วงเดือนกันยายนถึงธันวาคม เป็นช่วงฤดูฝนที่เหมาะสมแก่การเจริญเติบโตของเชื้อเห็ด จะพบได้หลังฝนตก 1-2 วัน
5. กุ้ง พบเจอได้ในช่วงเดือนกันยายนถึงตุลาคม เป็นช่วงฤดูมรสุมที่พบเจอตามแนวชายฝั่งทะเล เนื่องจากกุ้งอาศัยบริเวณดินทรายปนโคลนจึงทำให้การจับกุ้งต้องจับในช่วงน้ำลงเท่านั้น
6. กุ้งเหลือง พบเจอได้ในช่วงเดือนกันยายนถึงตุลาคม เป็นช่วงมรสุมที่จะพบกุ้งเหลืองที่หลบมรสุมจากทะเลมาอยู่ชายฝั่งทะเล
7. ปลาลาม่า พบเจอได้ในช่วงเดือนธันวาคมถึงเดือนมกราคม เป็นช่วงปลายมรสุมที่ปลาลาม่าจะอพยพมาอยู่ในลำคลอง
8. หอยท้ายเกาะ พบเจอได้ในช่วงเดือนมีนาคมถึงเมษายน และพบมากในจังหวัดสตูลซึ่งเป็นช่วงที่ไม่มีมรสุม สามารถเก็บหาได้ตามชายหาดที่เป็นดินโคลนปนทราย
9. หอยราก พบเจอได้ในช่วงเดือนพฤษภาคมถึงสิงหาคม เป็นช่วงที่ไม่มีมรสุมและสามารถเก็บหาได้ตามชายหาด

10. แมงดา พบเจอได้ในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ถึงมีนาคม เป็นช่วงที่ไม่มีมรสุมและเป็นช่วงฤดูวางไข่ของแมงดาจะทำให้พบเจอแมงดาวางไข่ตามชายหาด

2) การเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเอง

การเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่ไม่ต้องใช้องค์ความรู้และภูมิปัญญาเท่าแหล่งอาหารธรรมชาติ แต่การเข้าถึงแหล่งอาหารผลิตเองจะต้องมีความรู้เกี่ยวกับการปลูก การดูแล การบำรุงดิน การป้องกันกำจัดศัตรูพืช และต้องรอผลผลิตหลังจากการปลูก อาจเพราะการผลิตอาหารเองต้องใช้ทั้งแรงงานและเวลาในขั้นตอนดังกล่าว ทำให้คนส่วนใหญ่รู้สึกสะดวกกว่าถ้าจะซื้อหาอาหารตามแหล่งอาหารซื้อขาย แทนที่จะเสียเวลาผลิตเอง ด้วยเหตุนี้แหล่งอาหารในการผลิตเองจึงยังมีไม่มากนัก

3) การเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขาย

การเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายไม่ต้องใช้องค์ความรู้ ภูมิปัญญา และการดูแลเหมือนแหล่งอาหารธรรมชาติหรือแหล่งอาหารผลิตเอง แต่ต้องอาศัยเงินในการซื้อหาอาหารจากแหล่งซื้อขาย ซึ่งจะต้องมีรายได้ที่มากพอที่จะซื้อหาอาหารตามความต้องการในการบริโภค ทำให้คนในชุมชนหันไปประกอบอาชีพที่จะให้ได้มาซึ่งรายได้ที่สูงขึ้นเพื่อนำมาซื้อหาอาหารมากกว่าการผลิตเอง

5.1.4 อภิปรายผลการศึกษากิจการอาหารแหล่งอาหาร

5.1.4.1 อภิปรายการจัดการอาหาร

การได้มาซึ่งอาหารในชุมชนโคกพยอมมี 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง สำหรับแหล่งอาหารธรรมชาติการได้มาของอาหารต้องใช้ความรู้ ทักษะ และภูมิปัญญา ทั้งในการสร้างเครื่องมือและการใช้เครื่องมือ และเมื่อได้อาหารมาแล้วก็ต้องมีภูมิปัญญาในการจัดการอาหารเพื่อนำมาประกอบอาหารสำหรับรับประทาน หรือเก็บถนอมอาหารไว้รับประทานในอนาคต เช่นเดียวกับงานวิจัยของอุทุมพร หลอดโค (2552) ที่ได้กล่าวถึงการสร้างเครื่องมือในการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า การสร้างเครื่องมือส่วนใหญ่เป็นการถ่ายทอดจากบรรพบุรุษ ซึ่งเป็นการถ่ายทอดองค์ความรู้ในการหาอาหารจากแหล่งอาหารธรรมชาติ เช่น จอบเสียม ใช้กับพืชขนาดเล็ก บ่วงลักใช้สำหรับดักสัตว์ เบ็ดตกปลาใช้กับสัตว์น้ำ เป็นต้น และยังมีภูมิปัญญาในการนำอาหารเหล่านั้นมาประกอบเป็นอาหารเพื่อรับประทาน เช่น การทอด การนึ่ง การแกง เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีวิธีการถนอมอาหารไว้บริโภคในอนาคต เช่น การแตกแดด การดอง การหมัก เป็นต้น ซึ่งการเรียนรู้วิธีการประกอบอาหารและการถนอมอาหารก็เพื่อให้มีอาหารไว้บริโภคในทุกมื้อ

ส่วนการจัดการแหล่งอาหารเป็นปัจจัยสำคัญของความมั่นคงทางอาหาร เพราะหากชุมชนมีแหล่งอาหารที่ยั่งยืนก็เท่ากับชุมชนมีอาหารในการบริโภคที่ยั่งยืน (เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล, 2550; มนัชยา มรรคอนันต์โชติ, 2549; และสิริพรรณ ทองปัสโน, 2548) ซึ่งการจัดการแหล่งอาหารของคนในชุมชน มีการจัดการเฉพาะแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ส่วนแหล่งซื้อขายไม่ได้มีการจัดการ ซึ่งการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติ พบว่า ชุมชนโคกพยอมได้มีการจัดกิจกรรมการดูแล

รักษาป่าชายเลน การฟื้นฟูป่า และมีการออกกฎระเบียบในการใช้ประโยชน์จากป่าชายเลน โดยการแบ่งเขตป่าชายเลนในการใช้ประโยชน์ 5 เขต คือ เขตป่าเฉลิมพระเกียรติ เขตเพาะเมล็ดพันธุ์ไม้ เขตป่าใช้สอย เขตสมุนไพร และเขตป่าอาหารและผลิตภัณฑ์พื้นบ้าน ซึ่งก็จะเห็นการแบ่งเขตการใช้ประโยชน์สำหรับคนในชุมชนอย่างเห็นได้ชัด เพื่อให้คนในชุมชนมีการเข้าไปใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนไม่เกินศักยภาพที่ป่าชายเลนสามารถผลิตได้ และทำให้เกิดความยั่งยืนของแหล่งอาหารธรรมชาติ ซึ่งจะไปสู่ความมั่นคงทางอาหารต่อไปในอนาคต เช่นเดียวกับงานวิจัยของเฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล (2550) และมนัชชา มรรคอนันต์โชติ (2549) ที่ได้มีการฟื้นฟูแหล่งอาหารธรรมชาติที่เคยเสื่อมโทรมให้กลับมาอุดมสมบูรณ์อีกครั้ง นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของสิริพรรณ ทองปัสโน (2548) ที่ได้มีการแบ่งเขตพื้นที่การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติออกเป็น 3 ส่วน ได้แก่ ดินเขา กลางเขา และห้วยเขา โดยที่บริเวณดินเขาชาวบ้านจะปลูกไม้ผลแซมพื้นที่ป่าโล่ง บริเวณกลางเขาชาวบ้านจะเก็บไว้เป็นป่าส่วนรวม ส่วนป่าห้วยเขาจัดเป็นป่าศักดิ์สิทธิ์ ห้ามทำกิจกรรมใดๆ ส่วนการจัดการแหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า มีเพียงจัดการภายในครัวเรือนของตนเองในการดูแลรักษาพืชผักที่ปลูกไว้ให้ได้ผลผลิตตามต้องการ ส่วนการเลี้ยงสัตว์ก็มีการให้อาหารจากเศษอาหารที่เหลือจากการบริโภคภายในครัวเรือน เช่นเดียวกับงานวิจัยของอภิปงศ์ ปิ่นทองพันธ์ (2557) ที่ได้ทำการศึกษาสวนสวดยกินได้ในเขตพื้นที่เมืองเพื่อความมั่นคงทางอาหาร พบว่า คนในชุมชนมีการจัดการแหล่งอาหารผลิตเองภายในครัวเรือนเท่านั้น

5.2 การวิเคราะห์ผลการศึกษาจากข้อมูลและการอภิปรายผล

5.2.1 การวิเคราะห์ผลการศึกษาความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม

จากกรอบการศึกษาที่ได้ตรวจเอกสารไว้เกี่ยวกับความมั่นคงทางอาหาร พบว่า มิติความมั่นคงทางอาหารที่สำคัญมี 4 ประเด็น คือการมีอยู่ของอาหาร การเข้าถึงอาหาร การใช้ประโยชน์อาหาร และการจัดการอาหารและแหล่งอาหาร แสดงดังภาพที่ 5-2 ดังนี้



ภาพที่ 5-2 กรอบแนวคิดมิติความมั่นคงทางอาหาร

ที่มา : Maxwell และ Smith (1991, อ้างใน ปิยนาด อิมดี, 2547) องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ (2549) เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก (2545) และศจินทร์ ประชาสันต์ (2555)

เมื่อศึกษาข้อมูลทั้งหมดของชุมชนโคกพยอม พบว่า ความมั่นคงทางอาหารตามกรอบแนวคิด 4 มิติ สามารถสรุปได้ดังแสดงในภาพที่ 5-3 ถึง 5-6 สำหรับผลการวิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารนี้จะนำไปสู่การวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยงต่อความมั่นคงทางอาหาร และการแสวงหาแนวทางในหัวข้อต่อไป

มิติที่ 1 การมีอยู่ของอาหาร

การมีปริมาณ
อาหารที่เพียงพอ
และเหมาะสม

- ชุมชนโคกพยอมมีปริมาณอาหารที่เพียงพอและเหมาะสมต่อความต้องการในการบริโภค เนื่องจากชุมชนมีแหล่งอาหารให้พึ่งพาทั้ง 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารซื้อขายยังคงมีปริมาณอาหารที่รองรับความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชนได้อย่างเพียงพอ ส่วนแหล่งอาหารซื้อขายยังมีปริมาณไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค

อาหารที่ซื้อขายไม่
ควรมีมากเกินไป
อาจเกิดความเสี่ยง

- อาหารที่ชุมชนมีอยู่คือแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง ส่วนแหล่งอาหารที่ได้มาจากนอกชุมชน คือ แหล่งอาหารซื้อขาย ซึ่งพบว่าชุมชนพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายในปริมาณมากที่สุด จึงทำให้ชุมชนอาจเกิดความเสี่ยงต่อความมั่นคงทางอาหารได้

อาหารที่ได้ต้องมี
ความหลากหลาย
ของชนิดอาหาร

- ความหลากหลายทางอาหารของชุมชนโคกพยอมมีทั้งหมด 188 ชนิด ได้จากแหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย

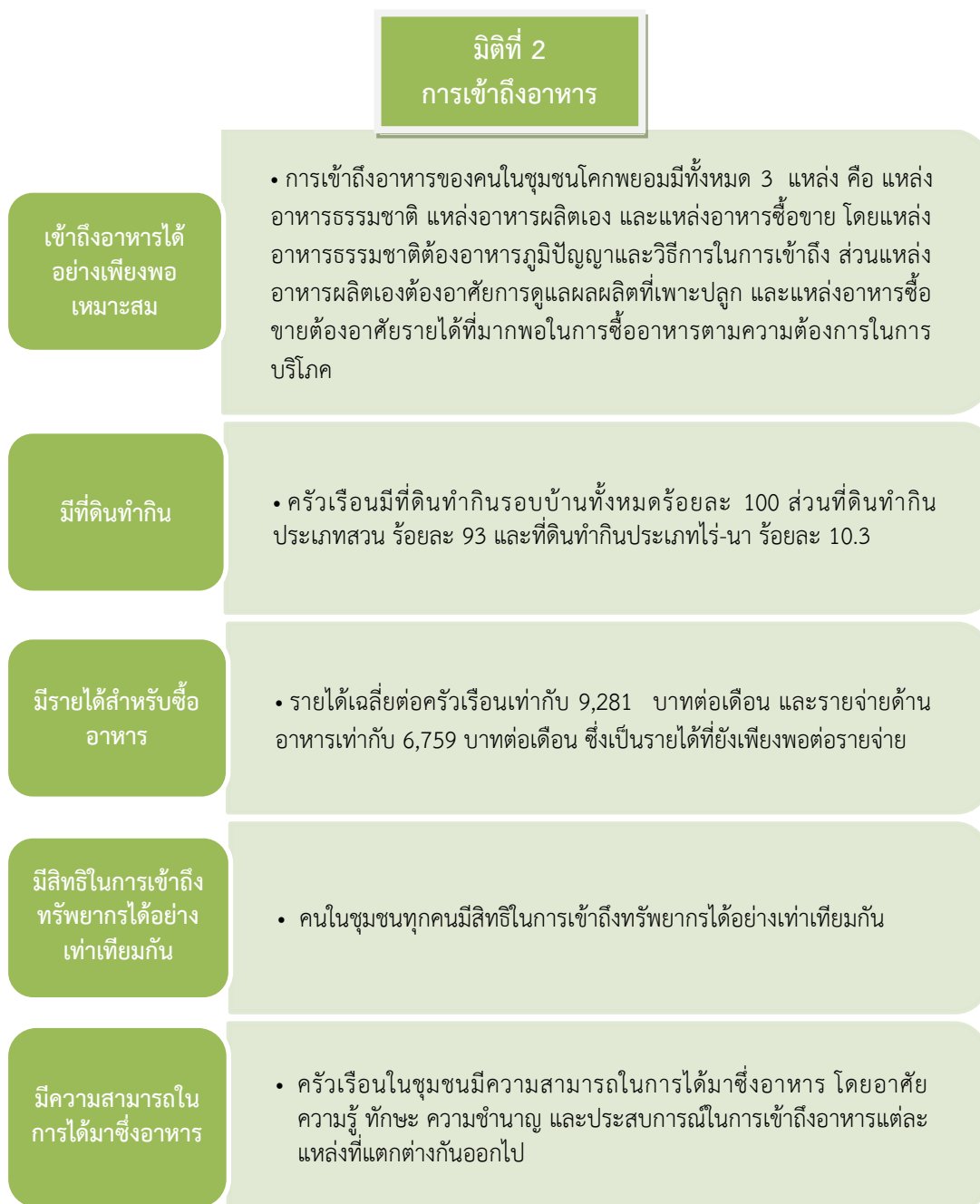
มีการเข้าถึงอาหาร
ได้ทุกฤดูกาล

- คนในชุมชนสามารถหาอาหารได้ตลอดเวลาและทุกฤดูกาลแต่ชนิดอาหารอาจแตกต่างกันไปตามฤดูกาล เนื่องจากแหล่งอาหารในชุมชนแต่ละแหล่งมีชนิดอาหารที่แตกต่างกันตามฤดูกาล แต่ชุมชนก็มีอาหารหมุนเวียนให้ใช้ได้ตลอดทั้งปีและทุกปี

อาหารที่บริโภคมี
ความสอดคล้องกับ
วัฒนธรรมใน
ชุมชน

- ชาวบ้านส่วนใหญ่ในชุมชนนับถือศาสนาอิสลาม ซึ่งตามหลักศาสนาอิสลามห้ามรับประทานอาหารประเภทสัตว์ที่มีเขี้ยวเล็บหรือสัตว์เลื้อยคลาน ดังนั้นอาหารที่ชุมชนรับประทานจึงเป็นอาหารประเภทปลาและสัตว์น้ำสอดคล้องกับวัฒนธรรม

ภาพที่ 5-3 มิติที่ 1 การมีอยู่ของอาหาร

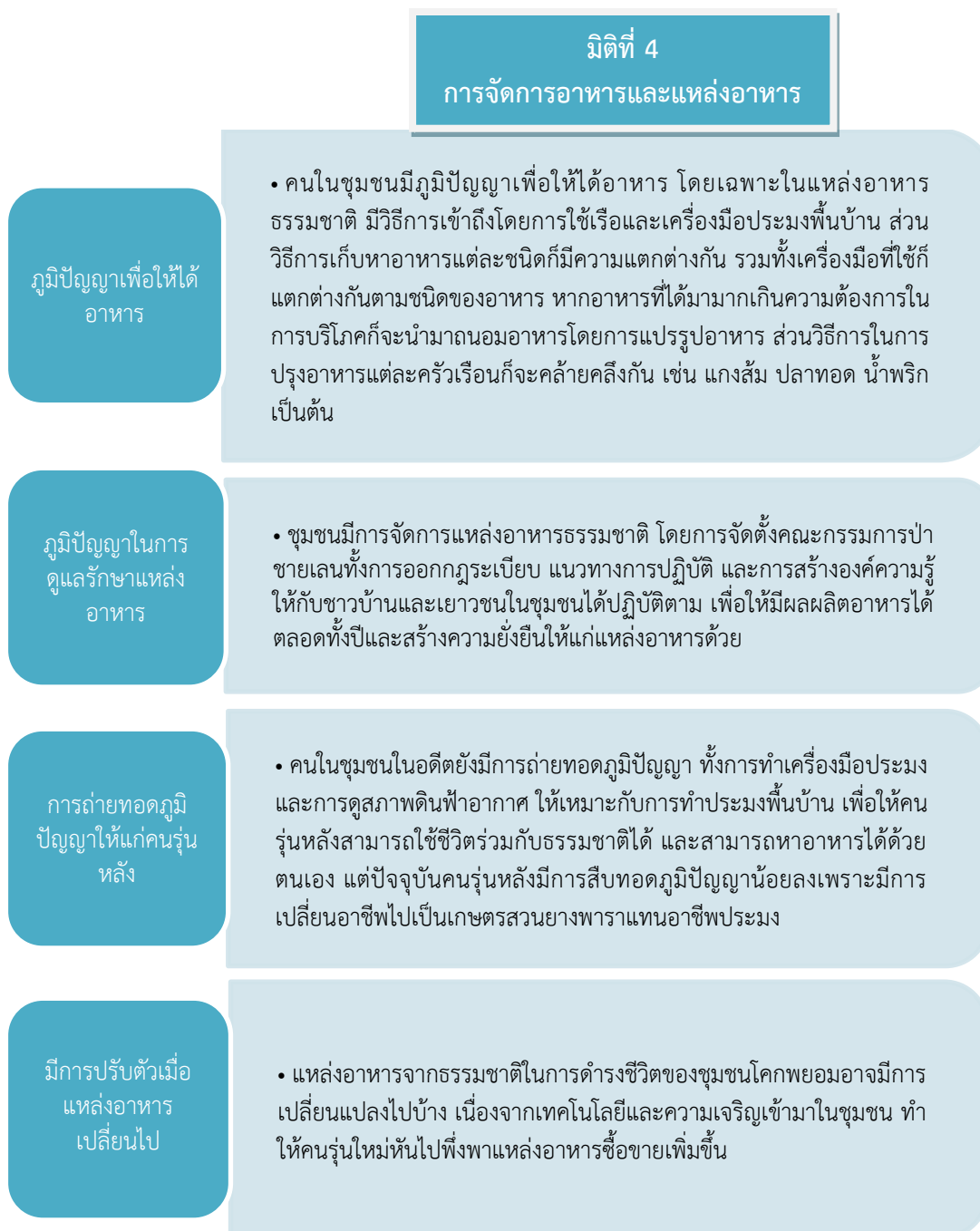


ภาพที่ 5-4 มิติที่ 2 การเข้าถึงอาหาร

มิติที่ 3 การใช้ประโยชน์อาหาร

<p>อาหารถูกต้องตามหลักโภชนาการ</p>	<ul style="list-style-type: none"> จากการรวบรวมเอกสารที่เกี่ยวข้องกับมิติการใช้ประโยชน์อาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการ จะต้องสำรวจชนิดและปริมาณที่ชาวบ้านนำมาประกอบอาหารและหักลบกับปริมาณอาหารที่สูญเสียไปจากกระบวนการปรุงอาหาร ให้อยู่ในรูปของพลังงานแคลอรี โดยต้องทำทุกครัวเรือนของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งแต่ละครัวเรือนมีชนิดและปริมาณในการประกอบอาหารที่แตกต่างกัน ทำให้ต้องใช้ระยะเวลาในการสำรวจเป็นเวลานาน จึงทำให้ประเด็นดังกล่าวเกินขอบเขตของผู้วิจัยทั้งงบประมาณและระยะเวลาในการเก็บข้อมูล ผู้วิจัยจึงไม่ได้วิเคราะห์ประเด็นนี้และเป็นข้อจำกัดของงานวิจัย แต่หากงานวิจัยใดสนใจในเรื่องความมั่นคงทางอาหารหากต้องการให้ครอบคลุมทุกมิติก็ควรวิเคราะห์ประเด็นนี้เช่นกัน
<p>ตอบสนองความต้องการในการบริโภคขั้นพื้นฐาน</p>	<ul style="list-style-type: none"> การใช้ประโยชน์อาหารของคนในชุมชนตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของชุมชน โดยมีการรับประทานอาหารทั้ง 3 มื้อต่อวัน
<p>อาหารที่ได้ครบ 5 หมู่ และให้พลังงานเพียงพอ</p>	<ul style="list-style-type: none"> ทุกคนในชุมชนมีการบริโภคอาหารที่ได้สารอาหารครบทั้ง 5 หมู่ คือ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต วิตามิน เกลือแร่ และไขมัน
<p>ไม่มีคนขาดสารอาหาร</p>	<ul style="list-style-type: none"> จากการสอบถามกลุ่มตัวอย่างพบว่าทุกครัวเรือนไม่มีสมาชิกในครัวเรือนเป็นโรคขาดสารอาหาร
<p>สะอาด ปลอดภัย ไม่ปนเปื้อน</p>	<ul style="list-style-type: none"> อาหารที่สะอาด ปลอดภัยและไม่ปนเปื้อนภายในชุมชนได้จาก 2 แหล่งคือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง เนื่องจากในแหล่งอาหารธรรมชาติเป็นการไหลของอาหารที่ไม่ผ่านพ่อค้าคนกลาง แต่เป็นการไหลจากผู้ผลิตสู่ผู้บริโภคโดยตรง กล่าวคือ จากชาวประมงสู่ชาวบ้านโดยตรง ซึ่งชาวบ้านจะได้รับอาหารที่สดสะอาด ปลอดภัย ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองชาวบ้านจะผลิตเพื่อบริโภคภายในครัวเรือนโดยตรง จึงไม่มีการใช้สารเคมีในการผลิต แต่แหล่งอาหารอาหารซื้อขายไม่สามารถระบุความปลอดภัยของอาหารได้ เนื่องจากไม่ทราบที่มาของอาหารและกระบวนการในการขนส่งกว่าจะมาถึงคนในชุมชน

ภาพที่ 5-5 มิติที่ 3 การใช้ประโยชน์อาหาร



ภาพที่ 5-6 มิติที่ 4 การจัดการอาหาร

5.2.2 การวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยงที่ส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหาร

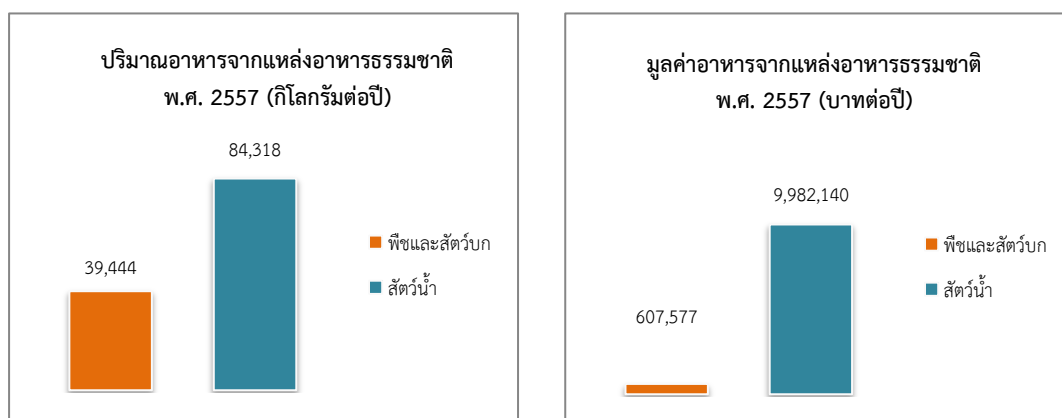
จากสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอมที่กล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยสามารถวิเคราะห์ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยงต่อการจัดการความมั่นคงทางอาหารของชุมชนได้ดังนี้

5.2.2.1 ปัจจัยเอื้อ

ปัจจัยเอื้อในชุมชนที่ส่งผลให้ชุมชนมีแหล่งอาหารที่สร้างความมั่นคงทางอาหารของชุมชน ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ไว้ 7 ประเด็น ดังนี้

1) การมีอยู่ของแหล่งอาหารธรรมชาติ

การมีอยู่ของทรัพยากรอาหารในแหล่งอาหารธรรมชาติของชุมชนโคกพยอม แบ่งได้เป็น 3 แหล่ง คือ ป่าชายเลน ลำคลอง และชายฝั่งทะเล โดยทรัพยากรอาหารมีความอุดมสมบูรณ์ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ทั้งความหลากหลายของชนิดพืชและชนิดสัตว์โดยในอดีตพบอาหาร 31 ชนิด (ญัตติพงศ์ แก้วทอง, 2553) และงานวิจัยนี้พบอาหาร 34 ชนิด โดยปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารธรรมชาติยังมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชนและยังสามารถกระจายอาหารดังกล่าวให้ชุมชนอื่นๆ ได้อีกด้วย ซึ่งเป็นหลักประกันถึงความมั่นคงทางอาหารได้ส่วนหนึ่ง ถึงแหล่งอาหารที่มีอยู่ในชุมชนที่สามารถเข้าถึงได้ตลอดเวลา ดังแสดงในภาพที่ 5-7

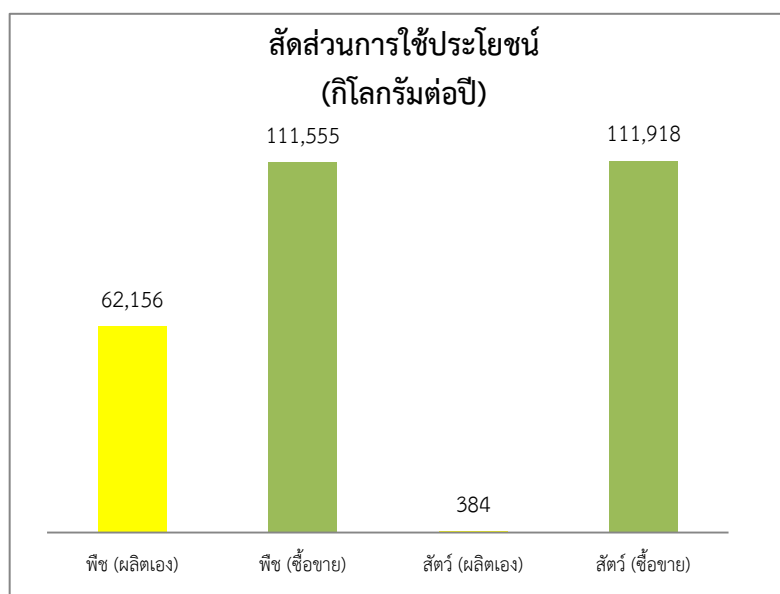


ภาพที่ 5-7 ปริมาณและมูลค่าจากแหล่งอาหารธรรมชาติ

จากภาพจะเห็นได้ว่ามูลค่าที่มีอยู่จากแหล่งอาหารธรรมชาติเท่ากับ 10,589,717 บาทต่อปี เฉลี่ยต่อครัวเรือนรายปีเท่ากับ 92,892 บาทต่อปี โดยการคำนวณจากบทที่ 4 (หน้า 104) เฉลี่ยต่อครัวเรือนรายเดือนเท่ากับ 5,550 บาทต่อเดือน คิดเป็น 3ใน4 ของรายได้ทั้งหมด แสดงให้เห็นว่าแหล่งอาหารธรรมชาติเพียงแหล่งเดียวสามารถสร้างรายได้ให้แก่คนในชุมชนที่เท่ากับรายได้ที่มีอยู่ในปัจจุบัน หากชุมชนหันมาทำอาชีพประมงหรือมีการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติเพิ่มขึ้น อาจเป็นทางเลือกหนึ่งในการเพิ่มรายได้ให้กับคนในชุมชน

2) การมีอยู่ของแหล่งอาหารผลิตเอง

การมีอยู่ของแหล่งอาหารผลิตเองคนในชุมชนสามารถสร้างขึ้นเองได้ เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร โดยการผลิตอาหารที่ตอบสนองความต้องการในการบริโภคของคนในครัวเรือนและพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายเฉพาะบางชนิดที่ไม่สามารถผลิตได้เอง เพื่อให้เกิดความมั่นคงทางอาหารในชุมชนซึ่งปริมาณอาหารผลิตเองต่อปริมาณอาหารซื้อขาย ดังแสดงในภาพที่ 5-8



ภาพที่ 5-8 สัดส่วนการบริโภคของแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขาย

จากภาพจะเห็นได้ว่า ชุมชนยังมีการพึ่งพาแหล่งซื้อขายมากกว่าการพึ่งพาแหล่งอาหารผลิตเองเกินร้อยละ 50 ของปริมาณความต้องการในการบริโภค ดังนั้นคนในชุมชนควรหันมาพึ่งพาแหล่งอาหารผลิตเองให้มากขึ้น เพื่อการพึ่งแหล่งซื้อขายและเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายให้แก่ครัวเรือนด้วย

3) วิถีชีวิตของคนในชุมชน

การดำรงชีวิตของคนในชุมชนโคกพยอม พบว่า ยังเป็นชุมชนที่ยังไม่มีการผลิตอาหารเชิงพาณิชย์ เช่น การทำประมงเชิงพาณิชย์ การปลูกพืชเชิงเดี่ยว เป็นต้น เนื่องจากคนในชุมชนยังคงมีความเชื่อ ภูมิปัญญา และวัฒนธรรม ที่สืบทอดกันมาถึงการเข้าถึงแหล่งอาหารที่เป็นการทำประมง

พื้นที่บ้านที่ไม่ส่งผลกระทบต่อแหล่งอาหารธรรมชาติ และการทำการเกษตรโดยการปลูกพืชที่หลากหลายเพื่อการบริโภคเป็นส่วนใหญ่ มากกว่าที่จะทำการเกษตรโดยการปลูกพืชเชิงเดี่ยวเป็นการจำหน่าย ทำให้ชุมชนยังคงมีความอุดมสมบูรณ์ด้านอาหารอยู่จนถึงปัจจุบัน

4) การรวมกลุ่มของชุมชนเพื่อจัดการแหล่งอาหาร

การกลุ่มของชุมชนเพื่อจัดการแหล่งอาหารเป็นการร่วมกลุ่มกันแก้ปัญหาที่ทรัพยากรป่าชายเลนเริ่มเสื่อมโทรมลง โดยเริ่มจากการปลูกป่าชายเลนและจัดการป่าชายเลนที่เสื่อมโทรมให้ดีขึ้น จากนั้นกลุ่มแกนนำก็ได้มีการสานต่อการจัดการป่าชายเลนอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังมีการสร้างป่าชายเลนชุมชนขึ้น ทำให้หน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนเห็นความสำคัญ และเข้ามามีส่วนร่วมกับกิจกรรมของชุมชนมากขึ้น จากการรวมกลุ่มดังกล่าวทำให้ป่าชายเลนมีความอุดมสมบูรณ์มากขึ้น สัตว์น้ำมีจำนวนเพิ่มขึ้น ส่งผลให้ชุมชนมีการพึ่งแหล่งอาหารธรรมชาติในการบริโภคภายในครัวเรือน และการจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้เพิ่มขึ้นอีกด้วย จากการจัดการทรัพยากรดังกล่าว ทำให้ชุมชนได้รับรางวัลต่างๆ ได้แก่ ปี พ.ศ. 2549 ได้รับรางวัลลูกโลกสีเขียวจากบริษัทปิโตรเลียมแห่งประเทศไทย จำกัดรางวัลเขียวขจีดีเด่นจากกระทรวงมหาดไทย รางวัลอยู่เย็นเป็นสุข จากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และรางวัลอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมดีเด่นจากศูนย์อำนวยการบริหารจังหวัดชายแดนภาคใต้ ผลจากกระบวนการเรียนรู้ของชุมชนที่ไม่หยุดนิ่งและการร่วมมือกันของคนในชุมชนที่ต้องการรักษาป่าชายเลนที่เป็นทรัพยากรส่วนรวมของชุมชน ซึ่งถือเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญในการดำรงชีวิตของคนในชุมชน จนทำให้นักวิจัยสังเกตเห็นถึงศักยภาพของคนในชุมชน นำมาสู่ความสนใจในเรื่องการประเมินมูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลนโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชน (ญัตติพงศ์ แก้วทอง, 2553) และนำมาสู่งานวิจัยชิ้นนี้ที่ต้องการศึกษาสถานการณ์ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม เพื่อเป็นตัวแทนของชุมชนชายฝั่งที่มีข้อมูลด้านความมั่นคงทางอาหาร สำหรับเตรียมการตั้งรับและเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยให้ชุมชนเห็นถึงแนวโน้มปัญหาของความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งนำไปสู่ความตระหนักและการเสริมสร้างแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารให้มีอยู่ในชุมชนต่อไป

5) ความสามารถในการหาอาหาร

การได้มาซึ่งอาหารต้องใช้ความสามารถและภูมิปัญญาในการเข้าถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง เช่น แหล่งอาหารธรรมชาติ ต้องอาศัยทักษะ องค์ความรู้ภูมิปัญญา และเครื่องมือในการเข้าถึง ส่วนแหล่งอาหารผลิตเอง ต้องการมีที่ดินทำกิน และความรู้ในการปลูกพืชผักหรือเลี้ยงแต่ละชนิดที่แตกต่างกันออกไป เป็นต้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นความสามารถในการหาอาหารที่มีทุกครัวเรือนในชุมชน

6) แรงงานของครัวเรือน

จากการสอบถามพบว่าอายุเฉลี่ยของคนในชุมชนยังอยู่ในช่วงวัยทำงาน ซึ่งถือเป็นแรงงานหลักของครัวเรือน เฉลี่ยแต่ละครัวเรือนมีแรงงาน 2 คน ที่ทำงานภายในชุมชนโดยไม่ต้องอพยพย้าย

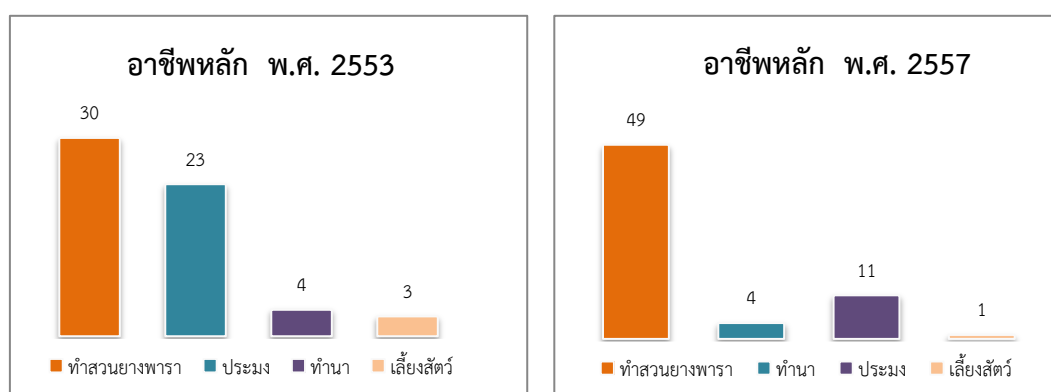
เข้าสู่ชุมชนเมืองเพื่อไปทำงาน แสดงให้คนถึงความมั่นคงทางอาหารและคุณภาพชีวิตของครัวเรือนที่ยังคงมีทรัพยากรเพียงพอให้ประกอบอาชีพภายในชุมชน

5.2.2.2 ปัจจัยเสี่ยง

จากผลการศึกษาข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามและปริมาณอาหารทั้งหมดในชุมชนพบว่า มีปัจจัยบางตัวที่อาจส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารของคนในชุมชนโคกพยอม ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ไว้ 4 ประเด็น ดังนี้

1) การเปลี่ยนแปลงอาชีพ

ผลการศึกษากลุ่มตัวอย่างด้านอาชีพ พบว่า ในอดีตมีการทำอาชีพที่เกี่ยวข้องกับอาหารมากกว่าในปัจจุบัน เช่น อาชีพประมง เลี้ยงสัตว์ เป็นต้น ซึ่งการเปลี่ยนแปลงไปของอาชีพดังกล่าวอาจส่งผลกระทบต่อความมั่นคงทางอาหารได้ ดังแสดงในภาพที่ 5-9

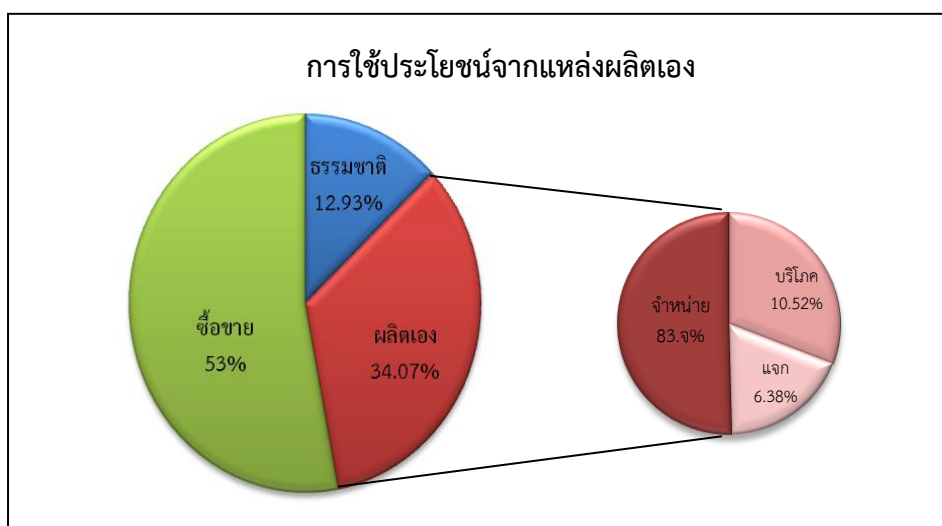


ภาพที่ 5-9 สัดส่วนอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม

จากภาพจะเห็นได้ว่าอาชีพประมงมีสัดส่วนร้อยละ 11 ของอาชีพทั้งหมด ซึ่งแตกต่างจากในอดีตที่เคยมีการศึกษาไว้โดย ญัตติพงศ์ แก้วทอง (2553) พบว่า อาชีพประมง มีสัดส่วนร้อยละ 23 ของอาชีพทั้งหมด ปัจจุบันเหลือเพียงร้อยละ 11 ของอาชีพทั้งหมด ซึ่งหากต่อไปอาชีพประมงยังคงลดลงเรื่อยๆ จากชุมชนที่เคยมีผลผลิตทางอาหารหล่อเลี้ยงคนในชุมชนและคนนอกชุมชน กลายเป็นชุมชนที่ต้องซื้ออาหารจากชุมชนอื่นมากขึ้น และอาจทำให้ภูมิปัญญาการทำประมงพื้นบ้านที่มีสูญหายไปอีกด้วย

2) การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเอง

จากผลการศึกษาการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า มีการใช้ประโยชน์เพื่อการจำหน่ายเป็นหลัก แต่ถึงแม้จะผลิตเพื่อจำหน่ายแต่ยังคงต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขายอยู่ ดังแสดงในภาพที่ 5-10



ภาพที่ 5-10 สัดส่วนและความต้องการในการใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

จากภาพจะเห็นได้ว่าอาหารจากแหล่งธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองยังไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ต้องพึ่งพาจากแหล่งซื้อขาย ทั้งที่ชุมชนมีพื้นที่ที่สามารถเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติได้เท่าเทียมกันและแหล่งอาหารผลิตเองสามารถเพาะปลูกพืชผักและเลี้ยงสัตว์ได้อีกจำนวนมากตามความต้องการในการบริโภคของแต่ละครัวเรือน แต่ครัวเรือนส่วนใหญ่มักพึ่งพาแหล่งซื้อขายในการบริโภคมากกว่า เนื่องจากเข้าถึงง่ายและมีอาหารที่หลากหลายตามความต้องการของแต่ละครัวเรือน จึงทำให้ชุมชนมีการพึ่งพาแหล่งซื้อขายมากเกินไป ทั้งที่ศักยภาพของชุมชนสามารถผลิตอาหารเองได้อีก

3) การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขาย

การใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารซื้อขายล้วนต้องจ่ายเงินในการซื้ออาหาร ซึ่งจากการสัมภาษณ์ครัวเรือนในชุมชนโคกพยอม พบว่า บางครัวเรือนไม่สามารถซื้ออาหารบางชนิดได้ เนื่องจากอาหารบางชนิดนั้นมีราคาแพง จึงต้องซื้ออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่เหมือนกัน หรือรสชาติคล้ายกันแทนอาหารบางชนิดที่มีราคาแพง อีกทั้งอาหารทุกชนิดที่ซื้อจากตลาดทั้งในชุมชนและนอกชุมชน ไม่สามารถระบุที่มาของอาหารเหล่านั้นได้ อาจเกิดสารเคมีตกค้างซึ่งเป็นอันตรายต่อสุขภาพได้

5.2.3 การวิเคราะห์แนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหาร

จากผลการวิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอมตลอดจน ปัจจัยเอื้อและปัจจัยเสี่ยง ทำให้ทราบถึงข้อมูลทางด้านสถานการณ์การมีอยู่ของอาหารในชุมชนและทำให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านอาหาร แหล่งอาหาร กฎเกณฑ์ และทุนเดิมที่เคยมีในการจัดการอาหารของชุมชนตลอดจนข้อมูลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสามารถนำมากำหนดแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม โดยการพัฒนา ป้องกัน และแก้ไขปัญหาด้านความมั่นคงทางอาหารของชุมชนดังนี้

5.2.3.1 การจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติ

แหล่งอาหารธรรมชาติถือเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญของคนในชุมชน เนื่องจากแหล่งอาหารธรรมชาติเป็นแหล่งอาหารสาธารณะที่ทุกคนมีสิทธิเข้าไปประโยชน์ได้ คนในชุมชนจึงจำเป็นต้องช่วยกันดูแลรักษา เพื่อให้แหล่งอาหารนี้คงอยู่และยั่งยืนในการใช้ประโยชน์ต่อไป โดยมีแนวทางในการจัดการ พัฒนา ป้องกัน และแก้ไข ดังนี้

- 1) การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติควรเข้าไปเก็บหาไม่เกินศักยภาพที่อาหารผลิตได้
- 2) การดูแลรักษาแหล่งอาหารตามธรรมชาติของชุมชน ควรอาศัยภูมิปัญญาท้องถิ่นในการดูแลระบบนิเวศโดยเริ่มจากป่าชายเลนให้มีความอุดมสมบูรณ์ และช่วยรักษาแหล่งอาหารธรรมชาติไม่ให้มีการบุกรุกทำลายป่าชายเลน ส่วนการเข้าถึงแหล่งอาหารในธรรมชาติก็ควรใช้เครื่องมือที่ไม่ส่งผลกระทบต่อสัตว์ เพื่อให้สัตว์น้ำเหล่านั้นสามารถขยายพันธุ์ได้ต่อไป
- 3) กฎเกณฑ์ที่ชุมชนมีอยู่ต้องมีการปฏิบัติอย่างจริงจัง นอกจากคณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอมที่เคยมีกันอยู่ ให้คนในชุมชนมีส่วนร่วมรับรู้และช่วยกันปฏิบัติอย่างต่อเนื่อง สามารถตรวจสอบได้หากมีใครเข้าไปใช้ประโยชน์จากป่าชายเลน เช่น การเข้าไปตัดไม้ในป่าชายเลนควรมีการแจ้งคณะกรรมการป่าชุมชนการและมีการปลูกทดแทน 1 ต้น ต้องปลูกเพิ่ม 5 ต้น และต้องมีคนตรวจสอบตามจำนวนที่แจ้งไว้และปลูกเพิ่มให้ครบตามที่กำหนด บังคับใช้กฎเกณฑ์กับผู้ละเมิดกฎหากมีใครที่ละเมิดโดยการปรับเงิน 500–1,000 บาท เพื่อสนับสนุนกฎระเบียบของชุมชนให้มีประสิทธิภาพ
- 4) การส่งเสริมการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติของชุมชนโคกพยอม โดยคณะกรรมการทำหน้าที่ดูแลป่าชายเลนอย่างเคร่งครัดและชาวบ้านในชุมชนมีส่วนร่วมสำคัญในการสอดส่องและปฏิบัติตามกฎที่มีอยู่ในชุมชน เพื่อให้การอนุรักษ์ทรัพยากรอาหารในแหล่งอาหารนั้นให้เกิดความยั่งยืนมากที่สุด นอกจากนี้ให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการทำการประมง เช่น ประมงจังหวัด องค์กรบริหารส่วนตำบล ละงู เป็นต้น ช่วยกันจัดตั้งจุดรับซื้ออาหารและส่งขายภายนอกชุมชน ทำให้คนในชุมชนเกิดอาชีพและรายได้เพิ่มขึ้นและมีแหล่งรับซื้ออาหารที่แน่นอน

5.2.3.2 การจัดการแหล่งอาหารผลิตเอง

1) ส่งเสริมการปลูกพืช โดยมีการวางแผนการจัดการเพื่อผลิตพืชผักให้มีความปลอดภัย หลากหลาย สอดคล้องกับความต้องการของคนในชุมชนเพิ่มมากขึ้น โดยอาจจะเริ่มต้นจากเครือข่าย เกษตรกรรมทางเลือกที่มีอยู่ในชุมชน

2) ส่งเสริมให้มีการปลูกข้าวเพิ่มมากขึ้น จากการศึกษา พบว่า มีเพียงแค่บางครัวเรือนที่ปลูกข้าว ทั้งที่พื้นที่นาส่วนใหญ่ยังเป็นพื้นที่ว่างและสามารถปลูกข้าวได้อีกเพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการซื้อข้าวมาบริโภค โดยให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น เกษตรจังหวัด เกษตรอำเภอ เป็นต้น ให้ความรู้ เรื่องการปลูกข้าว

3) ส่งเสริมการปลูกพืชผักสวนครัวที่ปลอดภัย โดยการทำเกษตรอินทรีย์หรือเกษตรผสมผสาน เพื่อให้ครัวเรือนได้รับประทานอาหารที่สด ใหม่ และปลอดภัย ส่งผลให้ครัวเรือนมีสุขภาพที่แข็งแรงช่วยลดค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหาร อีกทั้งหากมีผลผลิตเหลือจากการบริโภคสามารถนำไปจำหน่ายได้อีกด้วย

4) ส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น เกษตรจังหวัด เกษตรอำเภอ องค์การบริหารส่วนตำบลละงู เป็นต้น ซึ่งอาจทำการแจกจ่ายพันธุ์เป็ดและพันธุ์ไก่หรือจำหน่ายในราคาถูกลงตามความเหมาะสมให้กับครัวเรือนที่สนใจและมีความพร้อมในการเลี้ยง เพื่อเลี้ยงไว้บริโภคหรือจำหน่าย นอกจากนี้ยังมีการจัดฝึกอบรมแนวทางการเลี้ยงสัตว์อื่นๆ เช่น วัว แพะ เป็นต้น เพื่อให้ครัวเรือนที่สนใจมีความรู้ในการเลี้ยงสัตว์ถูกต้อง ตั้งแต่การสุขภาพตลอดจนการป้องกันโรคแก่สัตว์ได้กล่าว เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายในการซื้ออาหารและเป็นอาชีพเสริมที่รายได้เสริมและเป็นการ อีกทั้งยังช่วยเสริมสร้างให้เกิดความมั่นคงทางอาหารแก่ชุมชน

5.2.3.3 การจัดการแหล่งอาหารซื้อขาย

1) เลือกซื้ออาหารในท้องถิ่นและตามฤดูกาล เพื่อให้ได้ราคาถูก และผลิตที่สดใหม่ เช่น เลือกผลไม้ตามฤดูกาล เลือกผักที่มีขายในท้องถิ่น เลือกซื้อผักจากชาวบ้านที่นำมาขายเอง เป็นต้น

2) การพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายไม่ได้มีการพึ่งพาแค่แหล่งอาหารซื้อขายภายในชุมชนเพียงอย่างเดียว แต่มีการพึ่งพาแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนด้วย ซึ่งอาจทำให้คนในชุมชนไม่ทราบที่มาของอาหารต้องมีการมีหน่วยงานที่มีความเชี่ยวชาญด้านคุณค่าทางโภชนาการ เช่น สาธารณสุขตำบล สาธารณสุขจังหวัด ให้ความรู้ในการเลือกซื้ออาหารที่ปลอดภัยให้กับคนในชุมชน

3) การส่งเสริมให้ชาวบ้านเห็นความสำคัญของการจัดทำบัญชีครัวเรือน เพื่อวิเคราะห์รายรับรายจ่าย และการวางแผนการพึ่งพาตนเองในครัวเรือน

5.2.3.4 การจัดการอาหารเพื่อการใช้ประโยชน์

1) ควรมีการศึกษารวบรวมองค์ความรู้และความสำคัญของเมนูอาหารท้องถิ่น และการแปรรูปอาหารเพื่อถนอมอาหารไว้บริโภคในระยะยาว โดยรวบรวมจากกลุ่มคนในชุมชนที่มีอยู่ที่มีส่วนเกี่ยวข้องซึ่งพบว่ามี 3 กลุ่ม คือ กลุ่มแม่บ้าน กลุ่มประมงพื้นบ้าน และกลุ่มผู้นำชุมชน เพื่อการรวบรวมไว้ให้เยาวชนได้เรียนรู้ต่อไป

2) ปลุกฝังค่านิยมโดยสนับสนุนให้เด็กๆ รู้จักรับประทานอาหารท้องถิ่น โดยจัดการสอนจากกลุ่มแม่บ้านในชุมชน เพื่อให้เด็กเหล่านี้รับประทานอาหารพื้นบ้านหรือสอนการประกอบอาหารพื้นบ้านตามวิถีชีวิตเดิมที่ชุมชนเคยมีอาจทำการสอดแทรกไปในรายวิชาที่เกี่ยวข้องภายในโรงเรียน นอกจากนี้ อาจเพิ่มเติมกิจกรรมดังกล่าวในประเพณีและวัฒนธรรมของชุมชน

3) จัดกิจกรรมและส่งเสริมความสำคัญของอาหารท้องถิ่น โดยผู้นำชุมชน หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้องด้านคุณค่าทางโภชนาการ เช่น สาธารณสุขตำบล สาธารณสุขจังหวัด เป็นต้น เพื่อให้ความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการของอาหารท้องถิ่นและสมุนไพรท้องถิ่นกับยารักษาโรค

5.3 สรุปผลการวิจัย

การวิจัยเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความมั่นคงทางอาหารในมิติความเพียงพอของอาหารกับความต้องการบริโภคของคนในชุมชน มิติการเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน และมิติการจัดการแหล่งของคนในชุมชนโคกพยอม เพื่อเสนอแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอมให้มีอาหารอยู่ได้อย่างยั่งยืน โดยการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณและเสริมด้วยการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ ซึ่งศึกษาความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม 3 ประเด็น คือ 1) การมีอยู่ของอาหาร เพื่อต้องการทราบปริมาณอาหารที่มีอยู่ในแหล่งอาหารทั้งหมดและการนำมาใช้ในการบริโภคว่ามีปริมาณเพียงพอกับความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชนหรือไม่ 2) การเข้าถึงอาหาร ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกัน แต่การเข้าถึงจะแตกต่างกันตามบริบทของแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง โดยแหล่งอาหารธรรมชาติมีการเข้าถึงของเพศชายมากกว่าเพศหญิง ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขายมีการเข้าถึงของเพศหญิงมากกว่าเพศชายและ 3) การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร ศึกษาถึงกฎเกณฑ์ ภูมิปัญญาของชุมชนที่มีต่อการจัดการอาหารและการจัดการอาหารที่มีให้เพียงพอต่อการบริโภค โดยใช้แบบสอบถามและการสำรวจในการเก็บรวบรวมและวิเคราะห์ข้อมูล ทำการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างครัวเรือนทั้งหมด 114 ครัวเรือน จากจำนวนครัวเรือนทั้งหมด 159 ครัวเรือน การสนทนากลุ่มกับผู้ที่เกี่ยวข้องใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ เพื่อการคำนวณปริมาณการมีอยู่ของอาหารจากแหล่งธรรมชาติ ตลอดจนการสำรวจพื้นที่แหล่งอาหารผลิตเอง โดยมีผลการวิจัยโดยสรุปดังนี้

5.3.1 การมีอยู่ของแหล่งอาหาร

แหล่งอาหารในชุมชนมีทั้งหมด 3 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย สำหรับแหล่งอาหารธรรมชาตินั้นมีปริมาณการมีอยู่ของอาหารเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของคนในชุมชน โดยการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติมีเพียงเฉพาะกลุ่มคนที่มีอาชีพทำการประมงพื้นบ้านเท่านั้น เนื่องจากการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติต้องอาศัยองค์ความรู้และภูมิปัญญาในการเข้าถึงแหล่งอาหารดังกล่าว และเมื่อคนกลุ่มนี้เก็บหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติได้ก็จะทำหน้าที่กระจายสู่ชุมชน โดยการนำมาจำหน่ายภายในชุมชน ทำให้คนที่ไม่ได้มีอาชีพประมงก็สามารถเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติได้โดยการซื้อหาจากกลุ่มคนประมงพื้นบ้าน

สำหรับแหล่งอาหารผลิตเอง พบว่า การมีอยู่ของอาหารจากแหล่งอาหารผลิตเองยังไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค เนื่องจากยังมีการผลิตพืชและสัตว์ในปริมาณที่น้อยและไม่หลากหลายตามความต้องการในการบริโภค ทั้งที่ชุมชนมีศักยภาพที่จะผลิตเองได้ ทำให้คนในชุมชนหันไปพึ่งพาแหล่งซื้อขาย เพราะมีอาหารที่หลากหลาย สะดวก รวดเร็ว และไม่ต้องบำรุงหรือดูแลรักษา โดยครัวเรือนที่ผลิตเองนิยมผลิตอาหารประเภทพืชผักสวนครัวที่บริโภคเป็นประจำหรือพืชผักที่ให้ผลผลิตหลายครั้ง เช่น มะพร้าว มะเขือยาว มะเขือเปราะ พริก ข่า ตะไคร้ เป็นต้น แต่ไม่นิยมปลูกพืชผักอายุสั้นที่ต้องดูแลเป็นพิเศษหรือให้ผลผลิตเพียงครั้งเดียว เช่น ผักบุ้ง ผักกาด ต้นหอม ผักชี เป็นต้น ส่วนอาหารประเภทเนื้อสัตว์มีการเลี้ยงแค่บางครัวเรือน ซึ่งสัตว์ที่เลี้ยงเป็นสัตว์ขนาดเล็ก ได้แก่ เป็ดและไก่ เท่านั้น

ในส่วนแหล่งอาหารซื้อขาย พบว่า ชุมชนมีแหล่งอาหารซื้อขายเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคทั้งแหล่งซื้อขายภายในชุมชนและแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชน หากเป็นแหล่งซื้อขายภายในชุมชนอาหารที่ได้ส่วนใหญ่ก็ได้มาจากแหล่งอาหารธรรมชาติ ส่วนแหล่งซื้อขายภายนอกชุมชนก็มักจะเป็นอาหารที่ไม่สามารถผลิตเองได้ หรือที่ชุมชนผลิตได้น้อยไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค เช่น อาหารประเภทเครื่องปรุง อาหารสำเร็จรูป พืชผัก ผลไม้ เป็นต้น

5.3.2 การเข้าถึงแหล่งอาหาร

การเข้าถึงแหล่งอาหารของคนในชุมชนโคกพยอม พบว่า ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันในการเข้าถึงแหล่งอาหาร โดยไม่มีการจำกัดหรือกีดกันผู้ใดผู้หนึ่งหรือกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง แต่การเข้าถึงจะแตกต่างกันตามบริบทของแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง โดยแหล่งอาหารธรรมชาติมีการเข้าถึงของเพศชายมากกว่าเพศหญิง (ร้อยละ 91) ในขณะที่แหล่งอาหารผลิตเองและแหล่งอาหารซื้อขายมีการเข้าถึงของเพศหญิงมากกว่าเพศชาย (อย่างละร้อยละ 73)

5.3.3 การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร

การจัดการอาหารและแหล่งอาหาร พบว่า การจัดการอาหารเป็นการจัดการเพื่อให้ได้มาซึ่งอาหารในการบริโภค ซึ่งสามารถแบ่งที่มาของอาหารได้ 2 ประเภท คือ อาหารที่ได้จากแหล่งอาหารธรรมชาติและอาหารที่ได้จากแหล่งผลิตเอง โดยอาหารที่ได้จากแหล่งอาหารธรรมชาติต้องใช้องค์ความรู้และภูมิปัญญาต่างๆ เช่น ภูมิปัญญาการทำเครื่องมือ ภูมิปัญญาการเก็บหาอาหาร ภูมิปัญญาในการนำไปประกอบอาหาร เป็นต้น และอาหารที่ได้จากแหล่งอาหารผลิตเองส่วนใหญ่เป็นการปลูกพืชที่สามารถนำมาทำอาหารได้หลายประเภท ส่วนการจัดการแหล่งอาหารมีการจัดการ 2 แหล่ง คือ แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง โดยแหล่งอาหารธรรมชาติจะเน้นการจัดการในระดับชุมชน ได้แก่ การจัดตั้งคณะกรรมการป่าชายเลนเพื่อชุมชนขึ้นเพื่อออกกฎระเบียบและตรวจสอบให้คนในชุมชนปฏิบัติตามกฎระเบียบที่ตั้งขึ้น การจัดตั้งโรงเรียนในป่าชายเลนขึ้นภายในชุมชนและการสืบสารการแสดงลิเกบอกเพื่ออนุรักษ์ป่าชายเลน นอกจากนี้ยังอิงหลักศาสนาในการอนุรักษ์ป่าชายเลนอีกด้วย ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองมีการจัดการภายในครัวเรือนของตนเองในการดูแลรักษาพืชผักที่ปลูกไว้ให้ได้ผลผลิตตามต้องการ และการเลี้ยงสัตว์โดยการให้อาหารจากเศษอาหารที่เหลือจากการบริโภคภายในครัวเรือน

5.3.4 การกำหนดแนวทางในการจัดการแหล่งอาหารในชุมชนโคกพยอม

ผลการวิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม พบว่า วิถีชีวิตของคนในชุมชนเปลี่ยนแปลงไปจากชุมชนที่เคยเป็นผู้ผลิตอาหารทั้งแหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเอง แต่ในปัจจุบันกลับเป็นผู้พึ่งพาอาหารจากแหล่งซื้อขายมากที่สุด ดังนั้นการกำหนดแนวทางในการจัดการแหล่งอาหารของชุมชนโคกพยอม จึงเป็นสิ่งที่สำคัญที่จะทำให้คนในชุมชนปฏิบัติร่วมกัน เพื่อนำไปสู่ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนที่ยั่งยืนต่อไป ซึ่งแนวทางในการจัดการแหล่งอาหารควรจัดการทุกแหล่งที่มีการพึ่งพา ได้แก่ แหล่งอาหารธรรมชาติ แหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย โดยในแหล่งอาหารธรรมชาติถือได้ว่าเป็นทรัพยากรสาธารณะที่ทุกคนมีสิทธิเข้าไปใช้ประโยชน์ได้อย่างเท่าเทียมกัน ดังนั้นการกำหนดแนวทางในการจัดการควรเริ่มตั้งแต่การเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติของผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์ ไม่ควรเกินศักยภาพที่แหล่งอาหารสามารถผลิตได้และใช้ภูมิปัญญาในการเข้าถึงที่ไม่ส่งผลกระทบต่อแหล่งอาหารธรรมชาติ เช่น การใช้เครื่องมือทำการประมงพื้นบ้านที่ไม่ส่งผลกระทบต่อสัตว์น้ำ การตัดไม้มาใช้ประโยชน์โดยมีการปลูกทดแทนตามกฎเกณฑ์ของชุมชน เป็นต้น ส่วนการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติสามารถอาศัยทุนเดิมของคนในชุมชนที่มีอยู่ทั้งกฎเกณฑ์ ข้อบังคับ และข้อปฏิบัติ ที่คณะกรรมการป่าชายเลนได้กำหนดไว้ให้คนในชุมชนได้ช่วยกันปฏิบัติและรักษาแหล่งอาหารธรรมชาติให้คงอยู่ต่อไป นอกจากนี้ควรมีการส่งเสริมการจัดการแหล่งอาหารธรรมชาติจากหน่วยงานภาครัฐที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ให้ช่วยกันส่งเสริมการทำประมงพื้นบ้านของชุมชนเพิ่มขึ้น เนื่องจากปัจจุบันจำนวนครัวเรือนที่ทำประมงพื้นบ้านมีน้อย โดยจัดตั้งจุดรับซื้ออาหารที่ได้จากแหล่งธรรมชาติที่แน่นอน นอกจากนี้คนที่มีความรู้ในการทำประมงพื้นบ้านควรมีการถ่ายทอดภูมิปัญญาดังกล่าวให้กับคนรุ่นหลังและเยาวชนได้มีการสืบทอดต่อไป ส่วนแหล่งอาหารผลิตเองในปัจจุบันมีการปลูกอาหารน้อยลงและหันไปพึ่งพาแหล่งอาหารซื้อขายมากขึ้น ทั้งที่ชุมชน

สามารถผลิตอาหารให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคของแต่ละครัวเรือนได้ ดังนั้นแนวทางการจัดการแหล่งอาหารผลิตเองควรเริ่มตั้งแต่ระดับครัวเรือน โดยให้ครัวเรือนเห็นความสำคัญของการผลิตอาหารในการบริโภคเองทั้งปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ โดยไม่ต้องพึ่งพาแหล่งซื้อขาย เริ่มต้นจากเครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือกที่มีอยู่ในชุมชนและผลผลิตที่ได้ต้องปลอดสารพิษ เพื่อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่ายและอาหารที่ได้ไม่ส่งผลเสียต่อร่างกาย หากมีผลผลิตเหลือพอก็สามารถนำไปจำหน่ายสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือนได้อีกทั้งยังส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางอาหารให้กับชุมชนได้อีกด้วย ในส่วนของแหล่งอาหารซื้อขายที่ชุมชนมีการพึ่งพาในการใช้ประโยชน์ก็ควรมีการจัดการ นอกจากนี้ยังมีการเลือกซื้ออาหารตามฤดูกาล เพื่อให้ได้ราคาถูกและผลิตที่สดใหม่ และควรมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้องมาให้ความรู้ถึงที่มาของแหล่งอาหารซื้อขาย เพื่อให้ชุมชนสามารถเลือกซื้ออาหารที่ปลอดภัยจากแหล่งที่ขาย อีกทั้งควรมีการทำบัญชีครัวเรือนเพื่อวิเคราะห์รายรับรายจ่าย ในการวางแผนการพึ่งพาตนเองในครัวเรือนให้มากขึ้น

ทั้งนี้ผู้วิจัยสรุปผลการศึกษิตตามวัตถุประสงค์ของการวิจัยได้ ดังแสดงในภาพที่ 5-11

จุดประสงค์

เพื่อศึกษาความเพียงพอของอาหารกับความต้องการบริโภคของคนในชุมชน การเข้าถึงอาหารของคนในชุมชน และการจัดการอาหารเพื่อให้มีอาหารอยู่ได้อย่างยั่งยืนของคนในชุมชนโคกพยอม

วิธีการศึกษา

- 1) การมีอยู่ของอาหาร —————> ใช้แบบสอบถามและสนทนากลุ่ม
- 2) การเข้าถึงอาหาร —————> ใช้แบบสอบถามและการสำรวจ
- 3) การจัดการอาหาร —————> ใช้แบบสอบถามและสนทนากลุ่ม

ผลการศึกษา

ชุมชนมีการใช้ประโยชน์จากอาหารทั้งหมด 188 ชนิด โดยมีแหล่งอาหารที่คนในชุมชนพึ่งพาทั้งหมด 3 แหล่ง ได้แก่ แหล่งอาหารธรรมชาติแหล่งอาหารผลิตเอง และแหล่งอาหารซื้อขาย เมื่อนำปริมาณการมีอยู่ของอาหารเปรียบเทียบกับการใช้ประโยชน์เพื่อการบริโภค พบว่า แหล่งอาหารธรรมชาติมีชนิดอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค 10 ชนิด จากทั้งหมด 35 ชนิด แหล่งอาหารผลิตเองมีชนิดอาหารที่ไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค 38 ชนิด จากทั้งหมด 54 ชนิด ซึ่งการเปรียบเทียบปริมาณการมีอยู่ในชุมชนต่อปริมาณความต้องการในการบริโภค ถือว่าชุมชนยังถือว่ามีความเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค แต่เมื่อชุมชนมีการพึ่งพาแหล่งซื้อขาย ก็พบว่าอาหารทุกชนิดมีปริมาณเพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ส่วนการเข้าถึงแหล่งอาหาร พบว่า คนในชุมชนมีสิทธิในการเข้าถึงแหล่งอาหารทุกแหล่งอย่างเท่าเทียมกัน แต่มีความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับบริบทของแหล่งอาหาร และในส่วนของจัดการอาหารและแหล่งอาหาร พบว่า การจัดการเพื่อให้ได้อาหารเหล่านี้ต้องอาศัยภูมิปัญญาการทำเครื่องมือภูมิปัญญาการเก็บหาอาหาร ภูมิปัญญาในการนำไปประกอบอาหาร ตลอดจนการจัดการแหล่งอาหารเพื่อให้ได้อาหารมาบริโภคได้ตลอดเวลาและยั่งยืนก็จะส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางอาหาร

สำหรับแนวทางการจัดการความมั่นคงทางอาหารในชุมชนโคกพยอม พบว่า ชุมชนมีการเข้าถึงแหล่งอาหารซื้อขายมากขึ้น จึงทำให้แหล่งอาหารธรรมชาติและแหล่งอาหารผลิตเองมีการเข้าถึงของคนในชุมชนน้อยลง และไม่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค ดังนั้นคนในชุมชนควรมีการเข้าถึงแหล่งอาหารที่ชุมชนมีอยู่ให้เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค และช่วยกันรักษาแหล่งอาหารเหล่านั้นให้เกิดความยั่งยืน ก็จะส่งผลให้เกิดความมั่นคงทางอาหารของชุมชนโคกพยอมต่อไป

ภาพที่ 5-11 สรุปกระบวนการและผลการวิจัย

5.4 ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

5.4.1 ข้อเสนอแนะสำหรับชุมชน

1) ชุมชนควรมีการดูแลรักษาแหล่งอาหารตามธรรมชาติของชุมชน และปฏิบัติตามกฎหมายที่ชุมชนมีอยู่อย่างจริงจัง ทั้งการเข้าถึงไม่ให้เกินศักยภาพที่อาหารผลิตได้ และควรใช้ภูมิปัญญาในการเข้าถึงที่ไม่ส่งผลกระทบต่อแหล่งอาหารและทรัพยากรอาหารด้วย นอกจากนี้ควรมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น ประมงจังหวัด องค์การบริหารส่วนตำบลละงู เป็นต้น ช่วยกันประชาสัมพันธ์และสนับสนุนให้คนในชุมชนทำประมงพื้นบ้านเพิ่มขึ้น โดยการจัดตั้งกองทุนให้มีการกู้ยืมเงินสำหรับการทำประมง เนื่องจากเครื่องมือในการทำประมงค่อนข้างสูง เช่น เรือที่ใช้หาสัตว์น้ำ เครื่องมือในการจับสัตว์น้ำแต่ละชนิด เป็นต้น โดยบางครั้งเรืออาจมีภูมิปัญญาแต่ไม่มีงานทุนในการสร้างเครื่องมือ

2) ชุมชนควรมีแหล่งอาหารผลิตเองที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภค เนื่องจากชุมชนยังมีพื้นที่ว่างสำหรับผลิตอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการในการบริโภคหรือจำหน่ายได้ ทั้งการปลูกข้าวและการปลูกพืชผักไว้บริโภค หรือปลูกพืชอาหารไว้จำหน่ายเพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน

3) ชุมชนควรมีการเลี้ยงสัตว์ที่เหมาะสมสำหรับชุมชน คือ เป็ดและไก่ เนื่องจากเป็นสัตว์ที่เลี้ยงง่ายและเป็นที่ยอมรับในการบริโภคทั้งเนื้อและไข่

5.4.2 ข้อเสนอแนะสำหรับหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

1) ควรมีการส่งเสริมการตลาดของอาหารในชุมชน โดยเฉพาะสัตว์น้ำจากแหล่งอาหารธรรมชาติ เนื่องจากชุมชนโคกพยอมเป็นชุมชนชายฝั่งทะเลที่มีการพึ่งพาแหล่งอาหารธรรมชาติโดยตรง อีกทั้งอาหารที่ได้เป็นอาหารประเภทสัตว์น้ำเป็นที่ต้องการทั้งคนในประเทศและคนต่างประเทศ ดังนั้นควรมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น ประมงจังหวัด องค์การบริหารส่วนตำบลละงู เป็นต้น ช่วยกันจัดตั้งจุดรับซื้ออาหารที่ได้จากแหล่งธรรมชาติ เพื่อให้ชาวประมงที่อาหารได้มีการกระจายอาหารที่แน่นอน

2) ส่งเสริมให้มีการทำการเกษตรภายในครัวเรือน ทั้งการปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์ โดยมีหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น เกษตรอำเภอ เกษตรจังหวัด องค์การบริหารส่วนตำบลละงู เป็นต้น เข้ามาให้ความรู้เรื่องการทำการเกษตรทั้งการปลูกข้าวในชุมชน เนื่องจากภายในชุมชนมีการปลูกข้าวเพียงแค่บางครัวเรือน ทั้งที่ชุมชนมีพื้นที่ว่างในการผลิตข้าวได้อีก และส่งเสริมการทำเกษตรกรรมทางเลือกที่มีอยู่ในชุมชน เพื่อเป็นการลดค่าใช้จ่ายและลดการพึ่งพาอาหารจากแหล่งซื้อขาย อีกทั้งยังได้ผลผลิตที่สดใหม่ปลอดภัยต่อสุขภาพ นอกจากนี้ยังควรส่งเสริมการเลี้ยงสัตว์ โดยเริ่มการแจกจ่ายพันธุ์เป็ดและพันธุ์ไก่หรือจำหน่ายในราคาถูกลงตามความเหมาะสมให้กับครัวเรือนที่สนใจ เพื่อขยายพันธุ์ให้เป็นอาหารต่อไป หรือจัดฝึกอบรมแนวทางการเลี้ยงสัตว์อื่นๆ เพื่อการจำหน่าย เช่น วัว แพะ เป็นต้น เพื่อให้ครัวเรือนที่สนใจมีความรู้ในการเลี้ยงที่ถูกต้อง เพื่อสร้างรายได้ให้แก่ครัวเรือน

3) ให้ความรู้เรื่องการเลือกซื้ออาหารจากแหล่งซื้อขาย โดยหน่วยงานที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เช่น สาธารณสุขตำบล สาธารณสุขจังหวัด เป็นต้น จัดกิจกรรมให้ความรู้กับคนในชุมชนถึงการเลือกซื้อ

อาหารจากแหล่งซื้อขายที่ปลอดภัยตามประเภทของแหล่งอาหารซื้อขาย เช่น อาหารปรุงสำเร็จควรเลือกซื้อที่มีการปรุงสดใหม่ในแต่ละวัน อาหารสำเร็จรูปควรดูวันที่ผลิตหรือวันหมดอายุรวมทั้งการเก็บรักษาที่ถูกต้อง อาหารประเภทพืชผักและเนื้อสัตว์ ควรเลือกพืชผักและเนื้อสัตว์ที่สดใหม่หรือรู้แหล่งที่มาของอาหารเหล่านั้น เป็นต้น

5.4.3 ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1) ควรมีการศึกษาหาแนวโน้มการเปลี่ยนแปลงของทรัพยากรอาหารที่มีในชุมชนตั้งแต่อดีต ปัจจุบัน และอนาคต เพื่อที่จะสามารถวางแผนในการจัดการความมั่นคงทางอาหารได้อย่างถูกต้องมากยิ่งขึ้น

2) ควรมีการศึกษาในเชิงอนุรักษ์ภูมิปัญญา องค์ความรู้ และความสามารถ ที่มีอยู่ในชุมชนมาปรับใช้ในรูปแบบต่างๆ เช่น บทเรียน คู่มือ สื่อการเรียนรู้ในรูปแบบต่างๆ เป็นต้น ให้กับเยาวชนในชุมชนได้สืบทอดต่อไป

3) หากมีงานวิจัยครั้งต่อไปควรศึกษาปริมาณการมีอยู่ของแหล่งอาหารซื้อขายด้วย เพื่อให้ข้อมูลที่ได้ครบถ้วนยิ่งขึ้น

4) ควรมีการศึกษาคุณค่าทางโภชนาการของรายการอาหารที่มีในชุมชนแต่ละชนิด เพื่อให้ทราบถึงสารอาหารที่ครัวเรือนได้รับจากรายการอาหารที่บริโภคแต่ละชนิด

บรรณานุกรม

- กรมทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง, 2556. ระบบฐานข้อมูลกลางและมาตรฐานข้อมูลทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง <http://marinegiscenter.dmcr.go.th/km> (สืบค้นเมื่อ 27 พฤษภาคม 2558).
- กรมทรัพยากรทางทะเลและชายฝั่ง. 2552. ชีววิทยาและนิเวศวิทยาป่าชายเลน. <http://marinegiscenter.dmcr.go.th> (สืบค้นเมื่อ 27 กรกฎาคม 2557).
- กรมส่งเสริมการเกษตร. 2547. การปลูก การเลือกสายพันธุ์และการดูแลรักษาต้นมะพร้าว <http://www.moac.go.th/> (สืบค้นเมื่อ 14 กุมภาพันธ์ 2558).
- เกียรติศักดิ์ ยิ่งยืน. 2555. จินตนาการอาหารและชุมชน : เรื่องราวความมั่นคงทางอาหาร. นนทบุรี : มูลนิธิชีววิถี
- คณะกรรมการป่าชุมชนบ้านโคกพยอมและสถาบันสิ่งแวดล้อมไทย. 2551. ภูมิปัญญาท้องถิ่นในการจัดการป่าชายเลน บ้านโคกพยอม. นนทบุรี : สถาบันสิ่งแวดล้อมไทย.
- เครือข่ายเกษตรกรรมทางเลือก. 2545. มิติน้ำมันคงทางอาหาร. <http://www.consumerthai.org> (สืบค้นเมื่อ 18 สิงหาคม 2555).
- เครือวัลย์ หุตานุวัตรและวิไลวัจน์ ฤกษ์ณภูติ. 2529. พฤติกรรมการกินของชาวชนบทภาคเหนือ. รายงานการวิจัยสถาบันวิจัยโภชนาการ. นครปฐม : มหาวิทยาลัยมหิดล.
- เฉลิมชนม์ บุญเกียรติสกุล. 2550. ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการอนุรักษ์และใช้ประโยชน์ความหลากหลายทางชีวภาพของอาหารธรรมชาติในป่าเมี่ยง: กรณีศึกษาบ้านปางมะโอตำบลแม่ละ อำเภอลำปาง จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการใช้ที่ดินและการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืน, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชัยณรงค์ ลากเศรษฐานุรักษ์. 2553. วิฤทธิการณ์อาหารโลก คือโอกาสความมั่นคงทางอาหารของไทย. เพื่อการพัฒนาชนบท 10 (35): 75-84
- ชุลีภรณ์ฉิมเจริญ. 2544. ปัจจัยที่มีผลต่อการมีส่วนร่วมของประชาชนในการอนุรักษ์และฟื้นฟูป่าชายเลนตำบลคลองโคน อำเภอเมือง จังหวัดสมุทรสงคราม. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาการจัดการทรัพยากรธรรมชาติ, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- ญัตติพงษ์ แก้วทอง. 2553. การประเมินมูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลนโดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม, คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ทรงสิริ วิชิรานนท์ ทรงสิริ วิชิรานนท์, พจนีย์ บุญนา จงทิพย์ 2555. วิธีชีวิตและความมั่นคงทางอาหารท้องถิ่นได้. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการพัฒนาภูมิสังคมอย่างยั่งยืน, มหาวิทยาลัยแม่โจ้.

ที่ว่าการอำเภอละงู. 2556. สถิติประชากรจากทะเบียนบ้าน แยกชายพื้นที่ ระดับตำบล.

ชนันชัย มุ่งจิต. 2555. แนวทางการเสริมสร้างศักยภาพด้านความมั่นคงทางอาหารบ้านแม่สุรินอำเภอขุนยวม จังหวัดแม่ฮ่องสอน. วิทยานิพนธ์เกษตรศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเกษตรศาสตร์และสหกรณ์, มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

นวนน้อย ตรีรัตน์. 2551. ความมั่นคงทางอาหาร. <http://www.nidambe11.net/ekonomiz/2008q2/2008may14p3.htm>. (สืบค้นเมื่อ 17 พฤษภาคม 2555).

นันทกา เครืออินทร์. 2553. รายงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นฉบับสมบูรณ์. ภูมิปัญญาท้องถิ่นกับการจัดการทรัพยากรระดับชุมชน : การพัฒนาที่มีผลกระทบต่อการสืบทอดภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านนิเวศทางทะเล ของชาวอูรักลาโว้ย จังหวัดภูเก็ต. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยชุดโครงการทุนวิจัยมหาบัณฑิต การศึกษาและพัฒนากลุ่มชาติพันธุ์ภาษาในภาวะวิกฤต. กรุงเทพฯ.

น้ำอ้อย ภัคติวงศ์และคณะ. 2543. ระบบความมั่นคงทางอาหารของชุมชน : การสำรวจชุมชน 4 ภาค โครงการวิจัยระยะยาวในเด็กไทย. สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัยกระทรวงสาธารณสุขและองค์การอนามัยโลก.

เนาวรัตน์ ม่วงคราม. 2552. การศึกษาทัศนคติเกษตรกรที่มีต่อการสร้างความมั่นคงทางรายได้ตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง : ศึกษาเฉพาะกรณีเกษตรกรที่ได้รับการสนับสนุนจากกรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการในโครงการรวมน้ำใจถวายในหลวง จังหวัดอุบลราชธานี. ภาควิชาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาเศรษฐศาสตร์การเมือง, มหาวิทยาลัยราชภัฏอุบลราชธานี.

บัณฑิต ปิยะศิลป์. 2549. เกษตรกรรมยั่งยืน รากฐานที่สำคัญในการสร้างความมั่นคงทางอาหาร. <http://www.thaingo.org/cgi-bin/content/content2/show.pl?0385>. (สืบค้นเมื่อ 17 พฤษภาคม 2555).

เบญญาภา กาลเข้ว่า. 2545. ความมั่นคงทางอาหารและภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในครัวเรือนยากจน ในเขตพื้นที่ยากจน ของตำบลวังหินลาด อำเภอชุมแพ จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาโภชนาการชุมชน, มหาวิทยาลัยขอนแก่น.

ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี. 2550. ลุ่มน้ำกับชุมชน. ภาควิชาธรณีศาสตร์, คณะทรัพยากรธรรมชาติ, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

ปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี. 2554. ศึกษาและพัฒนาการใช้ประโยชน์ผักพื้นบ้านไม้ผลพื้นเมืองภาคใต้ตามภูมิปัญญาท้องถิ่น. ภาควิชาธรณีศาสตร์, คณะทรัพยากรธรรมชาติ, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

- ปิยนาก อ๋มดี.2547. ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชนบท : ศึกษาเฉพาะกรณีบ้านป่าคา หมู่ที่ 2 ตำบลสวก อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน. วิทยานิพนธ์พัฒนาชุมชนมหาบัณฑิต, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ไพรินทร์ เสาะสาย. 2536. ป่าทามชุมชนกุดเป่งกับความมั่นคงทางอาหารของชุมชน. สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- มันชยา มรรคอนันต์โชติ. 2549. การศึกษาองค์ความรู้และประสบการณ์การจัดการป่าเพื่อให้ได้ อาหารธรรมชาติจากป่าอย่างยั่งยืนของชุมชนห้วยไคร้ ตำบลเวียง อำเภอเทิง จังหวัด เชียงราย. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาวิจัยและพัฒนาสังคม, มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย.
- มูลนิธิเกษตรกรรมยั่งยืน. 2555. สิทธิเกษตรกรและความมั่นคงทางอาหาร <http://www.sathai.org/th> (สืบค้นเมื่อ 12 กรกฎาคม 2555).
- มูลนิธิชีววิถี. 2555. ปัจจัยที่เกี่ยวข้องต่อการเปลี่ยนแปลงความมั่นคงทางอาหาร. <http://www.biothai.net> (สืบค้นเมื่อ 17 สิงหาคม 2555).
- ยศ สันติสมบัติ. 2542. ความหลากหลายทางชีวภาพและภูมิปัญญาท้องถิ่นเพื่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน. วิทยานิพนธ์สังคมศาสตร์มหาบัณฑิต, ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- แฉะ สาหลิ.ผู้ให้สัมภาษณ์,20 กันยายน 2556.
- รัชดา มหาวีรวัฒน์. 2548. การบริโภคอาหารธรรมชาติของหมู่บ้านวังน้ำเขียว ตำบลอุดมทรัพย์ อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการใช้ที่ดินและการจัดการทรัพยากรธรรมชาติอย่างยั่งยืน, ภาควิชาโครงการสหวิทยาการ, คณะบัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วรรณธิภา จันทร์กลม. 2549. พลุกษศาสตร์พื้นบ้านกับความมั่นคงด้านอาหารของชุมชนเผ่ามูเซอ บ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวนศาสตร์ชุมชน, คณะวนศาสตร์, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วินัย สมประสงค์, ปราโมทย์ ไตรบุญ, บดินทร สอนสุภาพ, รัตนวัฒน์ ไชยรัตน์, โสฬส ศิริไสย์, สุทธิรักษ์ โชติบริบูรณ์, ไพรวลัย ต้นติวัฒน์เสถียร, จรณะ ทรัพย์สุวรรณ และโสภา ธมโชติพงศ์. 2550. การศึกษาพืชอาหารที่บริโภคในชีวิตประจำวันของชุมชนกระเหรี่ยงบ้านสะเนพ่อง ตำบลไล่โว่ อำเภอสังขละบุรี จังหวัดกาญจนบุรี. กลุ่มวิจัยเพื่อการคุ้มครองพันธุ์พืชกรรม วิชาการเกษตร.
- วิเศษ สุจินพรัหม. 2541. ความมั่นคงทางอาหารที่ได้จากป่าชุมชนบ้านทุ่งยาว. วิทยานิพนธ์สังคม ศาสตร์มหาบัณฑิต, ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

- ศจินทร์ ประชาสันต์. 2555. *ความมั่นคงทางอาหาร : แนวคิดและตัวชี้วัด*. พิมพ์ครั้งที่ 1. สมุทรสาคร : พิมพ์ดี.
- ศูนย์วิจัยทรัพยากรป่าชายเลนที่ 3 สตูล.2555. การจัดการวิถีชีวิตประมงพื้นบ้านกรณีปูดำ. <http://www.dmcg.go.th/mc3/?p=184>. (สืบค้นเมื่อ 25 สิงหาคม 2555).
- สถาบันวิจัยการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำชายฝั่ง สงขลา. 2557. *ชีววิทยาการอนุรักษทรัพยากร* <http://www.nicaonline.com> (สืบค้นเมื่อ 12 กุมภาพันธ์ 2558).
- สถาบันวิจัยการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำชายฝั่งทะเล สงขลา, 2555 <http://www.nicaonline.com> (สืบค้นเมื่อ 25 มกราคม 2558).
- สะมะ๊ะ หลีหาด. ผู้ให้สัมภาษณ์, 28 กันยายน 2556.
- สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ. 2554. *แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่สิบเอ็ด พ.ศ. 2444-2559*.
- สิริพรรณ ทองปัสโน. 2548. การศึกษาภูมิปัญญาชุมชนในการจัดการทรัพยากรป่าไม้ในเขตอุทยานแห่งชาติเขาลง อำเภอรพรมคีรี จังหวัดนครศรีธรรมราช. สารนิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาการมัธยมศึกษา, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สุธานี มะลิพันธ์. 2552. *ความมั่นคงทางอาหารของชาวไร่บ้านปากำ อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน*. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการทรัพยากรชีวภาพ, คณะทรัพยากรชีวภาพและเทคโนโลยี, มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี.
- สุนันท์ธนา แสนประเสริฐ. 2545. *สรุปสถานการณ์สุขภาพอาหาร : ข้อเสนอต่อการจัดการด้านความสะอาดปลอดภัยสำหรับผู้บริโภคภายในประเทศ*. กรุงเทพมหานคร: พิมพ์กรม.
- สุภาณีนีวุฒิ. 2544. *บทบาทของบรรษัทเกษตรและอาหาร กับการเปลี่ยนแปลงชนบทและสังคมไทย*. <http://www.biothainet> (สืบค้นเมื่อ 20 สิงหาคม 2555).
- สุภา ไยเมือง. 2555. *ตัวชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับชุมชน*. พิมพ์ครั้งที่ 1. สมุทรสาคร : พิมพ์ดี.
- สุรัชย์ รักษาชาติ. 2545. *ความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือนของคนชายขอบ: รูปแบบการบริโภค และแหล่งที่มาของอาหารของครัวเรือนกะเหรี่ยง ภาคตะวันตก ประเทศไทย*. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาเทคโนโลยีการวางแผนสิ่งแวดล้อมเพื่อพัฒนาชนบท, คณะสิ่งแวดล้อมและทรัพยากรศาสตร์, มหาวิทยาลัยมหิดล.
- องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ. 2549. *ความมั่นคงทางอาหาร*. <http://am-mita-pu19.blogspot.com/2009/07/fao.html> (สืบค้นเมื่อ 17 พฤษภาคม 2555).
- อนุรักษ ปิ่นทอง. 2549. *พืชอาหารพื้นเมืองและแนวทางในการอนุรักษ์พรรณพืชพื้นป่าดงไถ่ต้นตำบลงเปลือย อำเภอนามน จังหวัดกาฬสินธุ์*. คณะศิลปศาสตร์และวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏกาฬสินธุ์.

- อังคณา มหายศนันท์. 2542. ความหลากหลายทางพืชอาหารและการใช้ประโยชน์ของชาวลัวะในจังหวัดน่าน. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการส่งเสริมการเกษตร, คณะเกษตรศาสตร์, มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- อัฐพงศ์ ปิ่นทองพันธ์. 2557. สวนสวยกินได้ เพื่อเสริมสร้างความมั่นคงทางอาหาร : กรณีศึกษาชุมชนชอยบ่อนไก่อ-ท่ายาง ตำบลคองหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการจัดการสิ่งแวดล้อม, คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- อุทุมพร หลอดโค. 2552. การจัดการความรู้เรื่องอาหารธรรมชาติ: ศึกษากรณีบ้านหินเหิบ ตำบลพระยืน อำเภอพระยืน จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมวิทยาการพัฒนาศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- Babatunde, R. and Qaim, M. 2010. Impact of off-farm income on food security and nutrition in Nigeria. **Food Policy** 35: 303–311
- Garret, J. and Ruel, M. 1999. Are Determinants of Rural and Urban Food Security and Nutritional Status Some Insights from mozambique. **World Development** 27: 1955-1975.
- Gladwin, C. Thomson, A. Peterson, J. and Anderson, A. 2001. Addressing food security in Africa via multiple livelihood strategies of women farmers. **Food Policy** 26: 177–207.
- Lia, Y and Yub, W. 2010. Households Food Security in Poverty-Stricken Regions: Evidence from Western Rural China. **Agriculture and Agricultural Science Procedia** 1: 386–395.
- Oldewage, W. Dicksb, E. and Napierb C. 2006. Poverty, household food insecurity and nutrition: Coping strategies in an informal settlement in the Vaal Triangle, South Africa. **Public Health** 120: 795–804.
- Sutherland, A. Irungu, B. Kang, B. Muthamia, B. and Ouma, B. 1999. Household food security in semi-arid Africa the contribution of participatory adaptive research and development to rural livelihoods in Eastern Kenya. **Food Policy** 24: 363–390.
- Zeza, A. and Tasciotti, L. 2010. Urban agriculture, poverty, and food security: Empirical evidence from a sample of developing countries. **Food Policy** 35: 265–273.

ภาคผนวก

ก. แบบสอบถามการวิจัย

ข. แผนสำหรับระบุพืชและสัตว์บกจากแหล่งอาหารธรรมชาติ

ค. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชและสัตว์บกในแหล่งอาหารธรรมชาติ

ง. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์น้ำในแหล่งอาหารธรรมชาติ

จ. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเอง

ฉ. การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชในแหล่งอาหารผลิตเอง

ช. รายชื่อกลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

ซ. รายชื่อกลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป

ฌ. รายชื่อกลุ่มผู้นำชุมชน

ญ. รายละเอียดของการสนทนากลุ่มผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

ภาคผนวก ก.
แบบสอบถามการวิจัย

แบบสอบถามเลขที่.....

แบบสอบถาม

ความมั่นคงทางอาหาร ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล

.....

คำชี้แจง: แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการวิจัยความมั่นคงทางอาหารชุมชนโคกพยอม การศึกษาหลักสูตรปริญญาโท คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ โดยข้อมูลที่ได้จากการสำรวจของแต่ละบุคคลจะปกปิดเป็นความลับอย่างเคร่งครัด

แบบสอบถามแบ่งเป็น 5 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ส่วนที่ 2 การมีอยู่ของแหล่งอาหารและการเข้าไปใช้ประโยชน์

ส่วนที่ 3 การเข้าถึงแหล่งอาหาร

ส่วนที่ 4 การบริโภคภายในครัวเรือน

ส่วนที่ 5 การเข้าถึงแหล่งอาหาร

ชื่อผู้สัมภาษณ์.....

วัน / เดือน / ปี ที่ให้สัมภาษณ์

ส่วนที่ 1: ข้อมูลทั่วไป

ผู้ให้สัมภาษณ์

1. ชื่อ นามสกุล
 2. บ้านเลขที่ ชื่อหมู่บ้าน หมู่ที่
 - ตำบลละงูอำเภอละงูจังหวัดสตูล เบอร์โทรศัพท์
 3. เพศ.....
 4. อายุ.....ปี
 5. สถานภาพ.....
 6. ศาสนา.....
 7. จำนวนสมาชิกในครอบครัว..... คน (รวมหัวหน้าครอบครัว)
 8. จำนวนแรงงานในครอบครัว..... คน
 9. ภูมิลำเนา.....อาศัยอยู่เป็นเวลา.....ปี
 10. ระดับการศึกษาขั้นสูงสุด.....
 11. อาชีพหลัก.....
 12. อาชีพเสริม.....
 13. รายได้เฉลี่ยรวมของครอบครัวต่อเดือน..... บาท
 14. รายจ่ายเฉลี่ยรวมของครอบครัวต่อเดือน.....บาท
 15. ครอบครัวมีรายได้เสริมจากอาชีพอื่นๆ ที่ทำอยู่ต่อเดือน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- | อาชีพ | รายได้ |
|---------------------------|-----------|
| () เกษตรกรรม | บาท |
| () รับจ้างในภาคการเกษตร | บาท |
| () รับจ้างนอกภาคการเกษตร | บาท |
| () ค้าขาย | บาท |
| () หาของป่า | บาท |
| () ญาติส่งให้ | บาท |
| () อื่นๆ ระบุ..... | |

ส่วนที่ 2 : การมีอยู่ของแหล่งอาหารและการเข้าไปใช้ประโยชน์

1. ท่านได้อาหารจากแหล่งใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

1) แหล่งธรรมชาติ

- () ป่าชายเลน
- () ลำคลอง
- () ชายฝั่งทะเล

2) แหล่งอาหารผลิตเอง

- () พื้นที่รอบบ้าน
- () สวน
- () ไร่-นา
- () อื่นๆ ระบุ.....

3) แหล่งอาหารซื้อขาย

- () ตลาดในชุมชน
- () ตลาดนอกชุมชน
- () ร้านขายของชำ
- () ร้านค้าเคลื่อนที่เช่น รถสามล้อ เป็นต้น
- () อื่นๆ ระบุ.....

2. แต่ละวันครอบครัวท่านมีสมาชิกรับประทานอาหารกัน..... คน

3. จำนวนอาหารที่รับประทาน..... มื้อ/วัน วัน/สัปดาห์

4. ท่านจ่ายค่าอาหารต่อวัน.....บาท

5. ปริมาณอาหารและชนิดอาหารที่ท่านนำมาใช้ประโยชน์ในการประกอบอาหารในแต่ละวันเพียงพอ กับความต้องการในการบริโภคหรือไม่อย่างไร

- () เพียงพอ
- () ไม่เพียงพอ

.....

6. ถ้าไม่เพียงพอท่านมีวิธีการแก้ไขปัญหาอย่างไร

.....

7. มีอุปสรรคใดบ้างที่ทำให้ท่านไม่สามารถรับประทานอาหารได้อย่างเพียงพอตามความต้องการ

- () ไม่มีเงิน
- () ไม่มีสิทธิ์ในการทำกิน
- () ไม่มีความรู้ในการเข้าถึงแหล่งอาหารธรรมชาติ
- () อื่นๆ ระบุ.....

8. ท่านคิดว่าในชุมชนของท่านมีแหล่งอาหารเพียงพอกับความต้องการของคนในชุมชนหรือไม่อย่างไร
() เพียงพอ () ไม่เพียงพอ

.....
.....
.....
.....

9. ปริมาณแหล่งอาหารในอดีตที่ผ่านมากับในปัจจุบันเป็นอย่างไร
() เกือบได้มากขึ้น () เกือบได้น้อยลง
() เกือบได้เท่าเดิม () ไม่มีให้เก็บเลย

ส่วนที่ 3 : การเข้าถึงแหล่งอาหารและการจัดการแหล่งอาหาร

1. ท่านมีสิทธิในการทำกินภายในชุมชนหรือไม่
() มี () ไม่มี
2. หากท่านมีสิทธิในการทำกินภายในชุมชนจากแหล่งไหนบ้างจำนวนเท่าไร
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 - 1) ที่ดิน
() สวน จำนวน ไร่
() ไร่-นา จำนวน ไร่
 - 2) แหล่งน้ำ
() แหล่งน้ำ จำนวน กว้าง.....เมตร ยาว.....เมตร ลึก.....เมตร
3. หากท่านไม่มีสิทธิในการทำกินภายในชุมชนท่านทำอย่างไร
() ทำกินในพื้นที่นอกหมู่บ้าน จำนวน ไร่
() เข้าจากเพื่อนบ้าน จำนวน ไร่
() ขอใช้ทำกินจากเพื่อนบ้าน จำนวน ไร่
() อื่นๆ ระบุ.....
4. ท่านได้มีการจัดการแหล่งที่ทำกินของท่านไม่ให้เสื่อมโทรมหรือไม่อย่างไร
.....
.....
.....
.....
.....
.....
5. ระยะทางจากบ้านท่านถึงแหล่งอาหารแต่ละแหล่ง
 - 1) แหล่งธรรมชาติ
() ป่าชายเลน กิโลเมตร
() ลำคลอง กิโลเมตร
() ชายฝั่งทะเล กิโลเมตร
 - 2) ผลิตเอง
() รอบ ๆ บ้าน กิโลเมตร
() สวน กิโลเมตร
() ไร่-นา กิโลเมตร
 - 3) ซื้อขาย
() ตลาดภายในชุมชน กิโลเมตร
() ตลาดภายนอกชุมชน กิโลเมตร

6. ท่านสามารถเข้าถึงแหล่งอาหารได้ทุกฤดูกาลหรือไม่อย่างไร

() มี () ไม่มี

.....

.....

.....

7. ครอบครัวยุคของท่านมีรายได้เพียงพอที่จะซื้ออาหารมาบริโภคตามความต้องการหรือไม่อย่างไร

() เพียงพอ ()

.....

.....

.....

8. ท่านถูกกีดกันหรือมีการใช้แหล่งอาหารอย่างไม่ทัดเทียมกันของชุมชนหรือไม่อย่างไร

() มี () ไม่มี

.....

.....

.....

9. ท่านมีการดูแลรักษาแหล่งอาหารในชุมชนหรือไม่อย่างไร

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

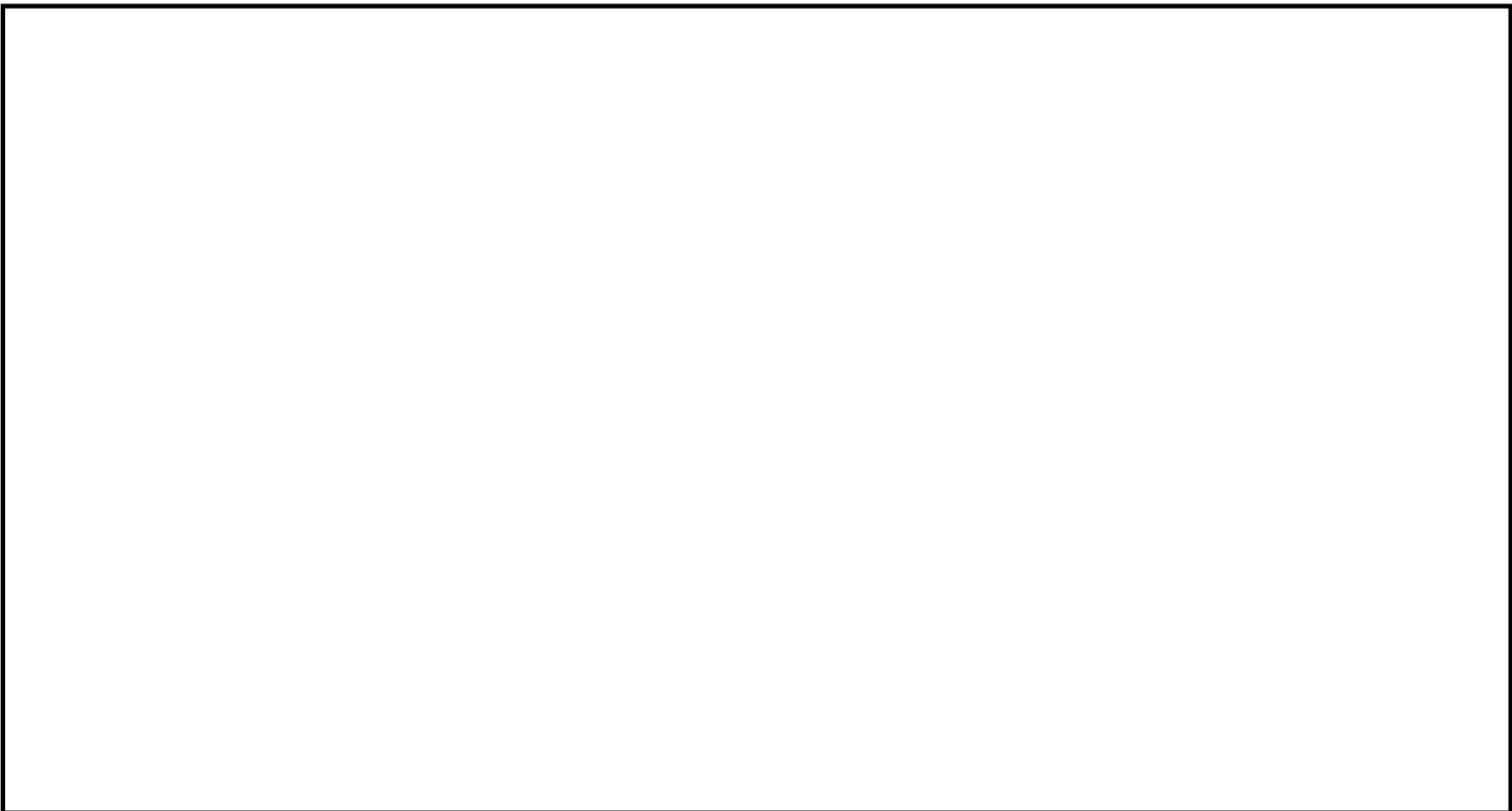
ภาคผนวก ข.

แผนที่สำหรับระบุชนิดอาหารจากแหล่งอาหารทั้งหมดในชุมชน

แผนที่แหล่งอาหารป่าชายเลน/ลำคลอง/ชายฝั่งทะเล



แผนที่แหล่งอาหารรอบบ้าน/สวน/ไร่ - นา



ภาคผนวก ค.

การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชและสัตว์บกในแหล่งอาหารธรรมชาติ

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชและสัตว์บกในแหล่งอาหารธรรมชาติ

ลำดับ	ชนิด	ขนาดพื้นที่ย่อยในการประมาณการ (ไร่) (1)	ปริมาณที่พบ ต่อพื้นที่ย่อย (กก.) (2)	จำนวนพื้นที่ ทั้งหมด (ไร่) (3)	จำนวนครั้งที่ เก็บ(ครั้งต่อปี) (4)	ปริมาณที่มีอยู่ของ พืชและสัตว์บก (กก.ต่อปี) (5)= $((2) \times (3) \times (4) / (1))$
1	ผักถั่วดำ	1 ไร่	15	1,250	1	18,750
2	สาหร่าย	2,000 ตร.ม. = 1.25 ไร่	60	21,875	1	16,800
3	หยวกเป้ง	1 ไร่	13	125	2	3,250
4	น้ำผึ้ง	10 ไร่	3	1,250	1	375
5	เห็ดเสม็ด	100 ตร.ม. = 0.0625 ไร่	0.3	5	6	144
6	ตัวอ่อนของผึ้ง	10 ไร่	1	1,250	1	125
	รวม	-	-	-	-	39,444

ภาคผนวก ง.
การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์ในแหล่งอาหารธรรมชาติ

ภาคผนวก จ.
การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเอง

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ของสัตว์เลี้ยงในแหล่งอาหารผลิตเอง

ลำดับ	ชนิด	จำนวน ครัว เรือน	จำนวนที่ เลี้ยง (หน่วย) (1)	ผลผลิต (กก.ต่อ หน่วย) (2)	ระยะเวลา ที่ให้ผล ผลิต (เดือนต่อ ปี)	เก็บได้ จำนวน (ครั้งต่อปี) (3)	ปริมาณการมีอยู่ (กก.ต่อปี) (4)= ((1)×(2)×(3))	หมายเหตุ
ไขสัตว์เลี้ยง								
1	ไข่ไก่	31	108 ตัว	1	12	365	39,240 ฟอง/ปี	ไข่ไก่ 1 ตัวให้ไข่เฉลี่ยวันละ 1 ฟอง
2	ไข่เป็ด	28	68 ตัว	1	12	365	24,840 ฟอง/ปี	ไข่เป็ด 1 ตัวให้ไข่เฉลี่ยวันละ 1 ฟอง
รวม			-	-	-	-	64,080 ฟอง/ปี	-
สัตว์เลี้ยง								
1	กึ่งขาว	2	2 บ่อ	1,200	12	3	3,600 กก./ปี	กึ่งขาว 1 บ่อ โตเต็มที่ 120 วัน มีกึ่ง ประมาณ 30,000 ตัว ผลผลิต ประมาณ 1,200 กิโลกรัม
2	กึ่งกุลาดำ	2	1 บ่อ	2,100	12	3	2,100 กก./ปี	กึ่งกุลาดำ 1 บ่อ โตเต็มที่ 120 วัน มี กึ่งประมาณ 50,000 ตัว ผลผลิต ประมาณ 2,100 กิโลกรัม
3	ไก่เนื้อ	13	138 ตัว	1	12	2	276 กก./ปี	ไก่เนื้อโตเต็มวัย มีน้ำหนักเฉลี่ยตัวละ 1 กิโลกรัม
4	เป็ดเนื้อ	7	66 ตัว	1	12		132 กก./ปี	เป็ดเนื้อโตเต็มวัย มีน้ำหนักเฉลี่ยตัว ละ 1.5 กิโลกรัม
5	ปลากระพง ขาว	2	2 กระชัง	40	12	2	80 กก./ปี	ปลากระพง 1 กระชัง มีประมาณ 40 ตัว น้ำหนักเฉลี่ยตัวละ 0.5 กิโลกรัม
6	ปลาเก๋า	2	2 กระชัง	50	12	2	50 กก./ปี	ปลาเก๋า 1 กระชัง มีประมาณ 50 ตัว น้ำหนัก เฉลี่ยตัวละ 0.5 กิโลกรัม
รวม			-	-	-	-	6,238 กก./ปี	-

ภาคผนวก ฉ.

การคำนวณปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชในแหล่งอาหารผลิตเอง

ปริมาณอาหารที่มีอยู่ของพืชในแหล่งอาหารผลิตเอง

ลำดับ	ชนิด	จำนวน นครูว เรือน	จำนวนที่ ปลูก (หน่วย) (1)	ผลผลิต (กก.ต่อ หน่วย) (2)	ระยะเวลา ที่ให้ผล ผลิต (เดือนต่อ ปี)	เก็บได้ จำนวน (ครั้งต่อ ปี) (3)	ปริมาณการมี อยู่ (กก.ต่อปี) (4)= ((1)x(2)x(3))	หมายเหตุ
1	มะพร้าว	114	350 ต้น	48	12	6	100,800	มะพร้าว 1 ต้น ให้ผลผลิตครั้งละ 48 ลูกเฉลี่ยผลผลิตลูกละ 1 กิโลกรัมให้ผลผลิตทุก 3 เดือน
2	ข้าว	13	77 ไร่	500	2	1	38,500	ข้าว 1 ไร่สามารถได้ผลผลิตได้ 500 กิโลกรัม เก็บผลผลิตได้ครั้งเดียว
3	มะพร้าว น้ำหอม	13	145 ต้น	250	12	1	36,250	มะพร้าวน้ำหอม 1 ต้น ให้ผลผลิตต่อปี 150 ลูกต่อต้น เฉลี่ยผลผลิตลูกละ 1 กิโลกรัม
4	กล้วยน้ำว้า	52	349 ต้น	20	12	1	6,980	กล้วยน้ำว้า 1 ต้น เก็บผลได้ปีละครั้ง 1 เครือมี 10 หวี หนัก 20 กิโลกรัม/เครือ
5	ตะไคร้	72	580 กอ	5	12	2	5,800	ตะไคร้ 1 กอหนักประมาณ 5 กิโลกรัม ให้ผลผลิตทุก 6 เดือน
6	กล้วยส้ม	26	232 ต้น	15	12	1	3,480	กล้วยส้ม 1 ต้น เก็บผลได้ปีละครั้ง 1 เครือมี 8 หวี หนัก 15 กิโลกรัม/เครือ
7	ข่า	70	1,570 กอ	1	12	2	3,140	ข่า 1 กอหนักประมาณ 1 กิโลกรัม ให้ผลผลิตทุก 6 เดือน
8	กล้วยไข่	14	253 ต้น	10	12	1	2,530	กล้วยไข่ 1 ต้น เก็บผลได้ปีละครั้ง 1 เครือมี 8 หวี หนัก 20 กิโลกรัม/เครือ
9	มะนาว	51	137 ต้น	0.1	5	150	2,055	มะนาว 1 ต้นให้ผลวันละ 3 ลูก เฉลี่ยผลผลิตลูกละ 0.03 กิโลกรัม
10	ข้าวโพด	2	2 ไร่	1,000	12	1	2,000	ข้าวโพด 1 ไร่ สามารถได้ผลผลิตได้ 1,000 กิโลกรัม เก็บผลผลิตได้ครั้งเดียว
11	หน่อไม้	17	274 กอ	5	5	1	1,370	ไม้ 1 กอให้ผลผลิตหน่อไม้ 5 กิโลกรัม เก็บผลผลิตได้ปีละครั้ง
12	ผักหวาน	26	228 ต้น	0.1	12	52	1,186	ผักหวาน 1 ต้น เก็บได้ครั้งละ 0.1 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ทุก 1 สัปดาห์
13	มะละกอ	62	227 ต้น	5.00	12	1	1,135	มะละกอ 1 ต้นให้ผลผลิตประมาณ 10 ลูกเฉลี่ยลูกละ 0.3 กิโลกรัม
14	มะเขือยาว	34	287 ต้น	3.00	12	1	861	มะเขือยาวเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ประมาณ 6 เดือนให้ผลผลิตเฉลี่ย

ลำดับ	ชนิด	จำนวน นครู เรือน	จำนวนที่ ปลูก (หน่วย) (1)	ผลผลิต (กก.ต่อ หน่วย) (2)	ระยะเวลา ที่ให้ผล ผลิต (เดือนต่อ ปี)	เก็บได้ จำนวน (ครั้งต่อ ปี) (3)	ปริมาณการมี อยู่ (กก.ต่อปี) (4)= ((1)x(2)x(3))	หมายเหตุ
								ผลผลิตต้นละ 15 ลูก เฉลี่ยลูกละ 0.2 กิโลกรัม
15	มะเขือเปราะ	30	275 ต้น	2.50	12	1	688	มะเขือเปราะเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ประมาณ 6 เดือนให้ผลผลิตเฉลี่ยต้นละ 25 ลูก เฉลี่ยลูกละ 0.1 กิโลกรัม
16	มะม่วงเบา	4	8 ต้น	80.00	3	1	640	มะม่วงเบา 1 ต้น ให้ผลผลิต 80 กิโลกรัมต่อปี
17	ขมิ้น	53	93 กอ	2.00	12	2	372	ขมิ้น 1 กอมีน้ำหนักประมาณ 2 กิโลกรัม ให้ผลผลิตทุก 6 เดือน
18	มะเขือพวง	22	87 ต้น	0.10	12	24	209	มะเขือพวงให้ผลผลิตทุก 2 สัปดาห์ เฉลี่ยผลผลิตต้นละ 0.1 กิโลกรัม
19	มะกรูด	20	38 ต้น	0.10	12	52	198	มะกรูด 1 ต้นเก็บได้ครั้งละ 0.1 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ใน 1 สัปดาห์
20	พริกชี้ฟ้า	75	155 ต้น	0.05	12	24	187	พริกชี้ฟ้าเก็บได้ครั้งละ 0.05 กิโลกรัม ให้ผลผลิตทุก 2 สัปดาห์
21	ตำลึง	5	7 แปลง 1x1. 5 ม.	0.50	12	52	182	ตำลึง 1 แปลงสามารถเก็บได้ครั้งละ 0.5 กิโลกรัม จะแตกใบใหม่ใน 1 สัปดาห์
22	สะตอ	1	1 ต้น	140.0 0	3	1	140	สะตอ 1 ให้ผลผลิต ปีละ 140 กิโลกรัม
23	ชิง	3	67 กอ	2.00	12	1	134	ชิง 1 กอมีน้ำหนักประมาณ 2 กิโลกรัม มีอยู่ประมาณ 8 เดือน
24	ผักโขม	17	131 ต้น	0.10	12	8	105	ผักโขมเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ประ 3 เดือน ให้ผลผลิต ตั้งแต่ 1 เดือนขึ้นไป อาทิตย์ละ 1 ครั้งเฉลี่ยผลผลิตต้นละ 0.1 กิโลกรัม
25	ชี้เหล็ก	3	7 ต้น	1.00	12	12	84	ชี้เหล็กใช้กินเฉพาะส่วนยอด สามารถให้ผลผลิตได้ทุกเดือนเฉลี่ยผลผลิตต้นละ 1 กิโลกรัม
26	บัวบก	4	75 กอ	0.50	12	2	75	บัวบก 1 กอเฉลี่ยผลผลิตกอละ 0.5 กิโลกรัม ให้ผลผลิตทุก 6 เดือน
27	พริกชี้ฟ้า	12	59 ต้น	0.05	12	24	71	พริกชี้ฟ้าให้ผลผลิตทุก 2 สัปดาห์ เฉลี่ยผลผลิตต้นละ 0.05 กิโลกรัม
28	มะขาม	5	7 ต้น	10.00	12	1	70	มะขาม 1 ต้นให้ผลผลิต 10 กิโลกรัม ต่อปี

ลำดับ	ชนิด	จำนวน นคร้ว เรือน	จำนวนที่ ปลูก (หน่วย) (1)	ผลผลิต (กก.ต่อ หน่วย) (2)	ระยะเวลา ที่ให้ผล ผลิต (เดือนต่อ ปี)	เก็บได้ จำนวน (ครั้งต่อ ปี) (3)	ปริมาณการมี อยู่ (กก.ต่อปี) (4)= ((1)x(2)x(3))	หมายเหตุ
29	ถั่วฝักยาว	2	4 แปลง 1x2 ม.	0.50	12	30	60	ถั่วฝักยาวเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ ประมาณ 1 เดือนให้ผลผลิตทุกวัน เฉลี่ยผลผลิตแปลงละ 0.5 กิโลกรัม
30	ลางสาด	1	3 ต้น	20.00	3	1	60	ลางสาด 1 ต้นให้ผลผลิต ปีละ 20 กิโลกรัม
31	สับปะรด	12	95 ต้น	0.50	12	1	48	สับปะรด 1 ต้น ให้ผลผลิต 1 ลูก ลูก ละ 0.5 กิโลกรัม
32	ชะอม	2	18 ต้น	0.05	12	52	47	ชะอม 1 ต้นเก็บได้เฉลี่ยต้นละ 0.05 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ทุก1 สัปดาห์
33	มะอึ๊ก	2	17 ต้น	2.50	12	1	43	มะอึ๊กเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ประมาณ 6 เดือนให้ผลผลิต 25 ลูกต่อต้น เฉลี่ย ผลผลิตลูกละ 0.1 กิโลกรัม
34	ถั่วพู	4	7 แปลง 1x1. 5 ม.	0.10	12	60	42	ถั่วพู 1 เป็นพืชอายุสั้น มีอายุ 60 วัน เฉลี่ยผลผลิตแปลงละ 0.1 กิโลกรัม
35	กระเพรา	3	34 ต้น	0.02	12	50	34	กระเพรา 1 ต้น เก็บได้ครั้งละ 0.02 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ทุก1 สัปดาห์
36	โหระพา	4	28 ต้น	0.02	12	50	28	โหระพา 1 ต้นเก็บได้ครั้งละ 0.02 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ทุก1 สัปดาห์
37	แมงลัก	3	26 ต้น	0.02	12	50	26	แมงลัก 1 ต้นเก็บได้ครั้งละ 0.02 กิโลกรัม จะแตกยอดใหม่ใน 1 สัปดาห์
38	ผักบุ้ง	2	5 แปลง 1 X 2 ม.	5.00	12	1	25	ผักบุ้ง 1 แปลงได้ผลผลิต 5 กก. เป็น พืชอายุสั้น เก็บผลผลิตได้ครั้งเดียว
39	ผักกาดขาว	3	3 แปลง 1 X 2 ม.	7.00	12	1	21	ผักกาด 1 แปลงได้ผลผลิต 7 กก. เป็น พืชอายุสั้น เก็บผลผลิตได้ครั้งเดียว
40	แตงกวา	1	1 แปลง 1 X 2 ม.	20.00	12	1	20	แตงกวา 1 แปลงได้ผลผลิต 20 กก. เป็นพืชอายุสั้น เก็บผลผลิตได้ครั้ง เดียว
41	มะระขี้นก	1	1 แปลง 1 X 1.5 ม.	5.00	12	3	15	มะระขี้นกเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ ประมาณ 6 เดือนให้ผล เฉลี่ยผลผลิต ต้นละ 5 กิโลกรัม
42	น้อยหน่า	1	3 ต้น	5.00	12	1	15	น้อยหน่า 1 ต้นให้ผลผลิต ปีละ 5 กิโลกรัม

ลำดับ	ชนิด	จำนวน นครู เรือน	จำนวนที่ ปลูก (หน่วย) (1)	ผลผลิต (กก.ต่อ หน่วย) (2)	ระยะเวลา ที่ให้ผล ผลิต (เดือนต่อ ปี)	เก็บได้ จำนวน (ครั้งต่อ ปี) (3)	ปริมาณการมี อยู่ (กก.ต่อปี) (4)= ((1)x(2)x(3))	หมายเหตุ
43	กระเจี๊ยบ แดง	2	7 ต้น	0.50	12	3	11	กระเจี๊ยบแดงเป็นพืชอายุสั้น มีอยู่ ประมาณ 6 เดือน เฉลี่ยผลผลิตต้น ละ 0.5 กิโลกรัม
44	ผักซี	2	3 แปลง 0.5 x 1 ม.	0.50	12	1	2	ผักซี 1 แปลงได้ผลผลิต 0.5 กิโลกรัม เป็นพืชอายุสั้น เก็บผลผลิตได้ครั้ง เดียว
45	ต้นหอม	2	3 แปลง 0.5 x 1 ม.	0.50	12	1	2	ต้นหอม 1 แปลงได้ผลผลิต 0.5 กิโลกรัม เป็นพืชอายุสั้น เก็บผลผลิต ได้ครั้งเดียว
46	ผักซีฝรั่ง	1	1 แปลง 0.5x0.5 ม.	0.50	12	1	1	ผักซีฝรั่ง 1 แปลงได้ผลผลิต 0.5 กิโลกรัม เป็นพืชอายุสั้น มีอายุ 30 วัน เก็บผลผลิตได้ครั้งเดียว
	รวม	-	-	-	-	-	209,742	-

ภาคผนวก ช.

รายชื่อกลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

รายชื่อผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ ครั้งที่ 1
วันที่ 4 สิงหาคม พ.ศ. 2556

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อาชีพ
1	นายบุญกาท ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
2	นายณรงค์ศักดิ์ หลีหาด	ประมง,เกษตรกรสวนยางพารา
3	นายอุหมอด ขุนรายา	ประมง,ค้าขาย
4	นายแมน เร่สัน	ประมง,ค้าขาย
5	นายกอด ขุนรายา	ประมง,จับจ้างทั่วไป
6	นายเชบ ขุนรายา	ประมง
7	นายบาทาหรี นิละ	ประมง
8	นายรอปี้ หม่องเร๊ะ	ประมง,รับจ้างทั่วไป
9	นายสาภาค หลีหาด	ประมง,รับจ้างทั่วไป
10	นายอาดำ ขุนรายา	ประมง,เกษตรกรสวนยางพารา
11	นายลิกล สาหมัด	ประมง
12	นายสุกอน หวันสู	ประมง
13	นายเหตุ ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป

รายชื่อผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ ครั้งที่ 2
วันที่ 30 สิงหาคม พ.ศ. 2556

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อาชีพ
1	นายบุญกาท ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
2	นายณรงค์ศักดิ์ หลีหาด	ประมง,เกษตรกรสวนยางพารา
3	นายอุหมอด ขุนรายา	ประมง,ค้าขาย
4	นายแมน เร่สัน	ประมง,ค้าขาย
5	นายกอด ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
6	นายเชบ ขุนรายา	ประมง
7	นายบาทาหรี นิละ	ประมง
8	นายรอปี้ หม่องเร๊ะ	ประมง,รับจ้างทั่วไป
9	นายสาภาค หลีหาด	ประมง,รับจ้างทั่วไป
10	นายอาดำ ขุนรายา	ประมง,เกษตรกรสวนยางพารา
11	นายลิกล สาหมัด	ประมง
12	นายสุกอนหวันสู	ประมง
13	นายเหตุ ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
14	นายตาเหลบ หลีหาด	ประมง,ทำนา
15	นายมาเหลก ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
16	นายเฒิมเฒิมเล่ง	ประมง

ภาคผนวก ซ.
รายชื่อกลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป

รายชื่อกลุ่มแม่บ้านและชาวบ้านทั่วไป
วันที่ 10 พฤศจิกายน พ.ศ. 2556

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อาชีพ
1	นางหอลิทัศ หลงสมัน	รับจ้างทั่วไป
2	นางเจ๊ะอาซินี สาหมัด	เกษตรกรสวนยางพารา
3	นางรอนี สองพัง	เกษตรกรสวนยางพารา
4	นางอารีย์ ใจดี	เกษตรกรสวนยางพารา
5	นางอะสิมีะ ขุนรายา	รับจ้างทั่วไป
6	นางสร้อยหนาบ ดินนุ้ย	รับจ้างทั่วไป
7	นางบน อูรามมา	เกษตรกรสวนยางพารา
8	นางอนี หลีหาด	รับจ้างทั่วไป
9	นางธีรดา ยีละงู	แม่บ้าน
10	นางรำภา สาเล่	รับจ้างทั่วไป
11	นางอรวรรณ ขุนรายา	แม่บ้าน
12	นางสาวอุไรวรรณ หลีหาด	รับจ้างทั่วไป
13	นางสุดา หลีหาด	รับจ้างทั่วไป
14	นางฮิมมอง แซ่ตัน	เกษตรกรสวนยางพารา
15	นางวรรณิตะ ปานแขวง	แม่บ้าน
16	นางสุกัญญา สายเส้น	เกษตรกรสวนยางพารา
17	นางจิตตา ศรีนิม	เกษตรกรสวนยางพารา
18	นางชนิดา พ่องแร่ะ	เกษตรกรสวนยางพารา

ภาคผนวก ณ.
รายชื่อกลุ่มผู้นำชุมชน

รายชื่อกลุ่มผู้นำชุมชนครั้งที่ 1
วันที่ 27 มิถุนายน พ.ศ. 2556

ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อาชีพ
1	นายลิเปน สายเส้น	ผู้ใหญ่บ้าน
2	นายบุญาก ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
3	นายณรงค์ศักดิ์ หลีหาด	ประมง,เกษตรกรรมสวนยางพารา
4	นายอุหมอด ขุนรายา	ประมง,ค้าขาย
5	นายแมน เร่สัน	ประมง,ค้าขาย
6	นายกอด ขุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
7	นายเชบ ขุนรายา	ประมง

รายชื่อกลุ่มผู้นำชุมชนครั้งที่ 2
วันที่ 5 สิงหาคม พ.ศ. 2556

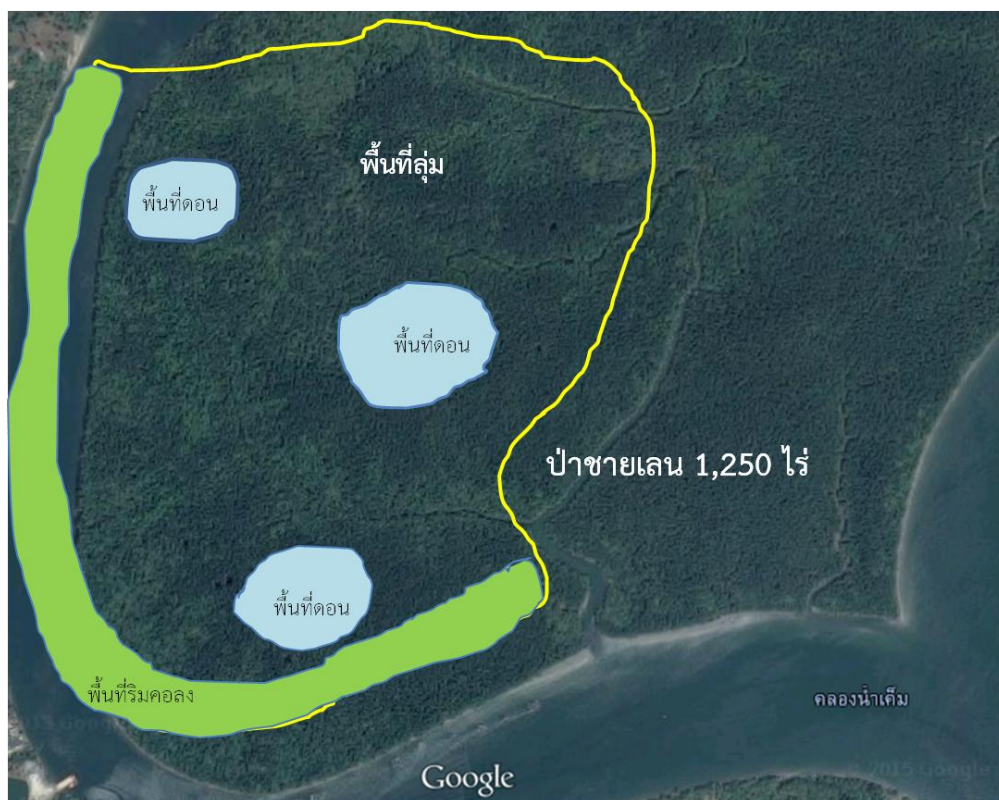
ลำดับ	ชื่อ-นามสกุล	อาชีพ
1	นายลิเปน สายเส้น	ผู้ใหญ่บ้าน
2	นายบุญกาท ชุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
3	นายกอด ชุนรายา	ประมง,รับจ้างทั่วไป
4	นายอุหมอด ชุนรายา	ประมง,ค้าขาย
5	นายแมน เร่สัน	ประมง,ค้าขาย
6	นางอำชะ หมาตหวัง	เกษตรกรสวนยางพารา
7	นายเชบ ชุนรายา	ประมง
8	นายณรงค์ดี หลีหาด	ประมง,เกษตรกรสวนยางพารา
9	นางอรรรณ ชุนรายา	แม่บ้าน
10	นางเจ๊ะสุ เอ็มเล็ง	แม่บ้าน

ภาคผนวก ญ.

รายละเอียดของการสนทนากลุ่มผู้ที่เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติ

แนวคำถามสำหรับผู้เข้าร่วมการสนทนากลุ่ม

กลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์ จากแหล่งอาหารธรรมชาติ	ประเด็นคำถามและการสนทนา
ครั้งที่ 1	สนทนากลุ่มในประเด็นพื้นที่แหล่งอาหารธรรมชาติบริเวณป่าชายเลนทั้งหมด โดยผู้วิจัยได้ใช้แผนที่ภาพถ่ายทางอากาศ เพื่อให้กลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติได้ระบุพิกัดการแบ่งพื้นที่ของป่าชายเลนและประมาณการปริมาณอาหารที่พบเจอหรือจับได้ รวมทั้งประมาณการใช้ประโยชน์



ภาพแผนที่ป่าชายเลนในชุมชนโคกพยอม

กลุ่มผู้เข้าร่วม	ประเด็นคำถามและการสนทนา
ครั้งที่ 2	เป็นการสนทนากลุ่มในประเด็นพื้นที่แหล่งอาหารธรรมชาติบริเวณพื้นที่ลำคลองและชายฝั่งทะเล โดยผู้วิจัยได้ใช้แผนที่ภาพถ่ายทางอากาศเพื่อให้กลุ่มผู้เข้าไปใช้ประโยชน์จากแหล่งอาหารธรรมชาติได้ระบุพิกัดและประมาณการปริมาณอาหารที่พบเจอหรือจับได้ รวมทั้งปริมาณการใช้ประโยชน์



ภาพลำคลองและชายฝั่งของชุมชนโคกพยอม

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวจอมขวัญ ชุมชาติ	
รหัสประจำตัวนักศึกษา	5410920003	
วุฒิการศึกษา	ชื่อสถาบัน	ปีที่สำเร็จการศึกษา
วุฒิปริญญาตรี (วิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อม)	มหาวิทยาลัยทักษิณ	2554

การตีพิมพ์เผยแพร่ผลงาน

อภัพงค์ ปิ่นทองพันธ์ จอมขวัญ ชุมชาติ ทิพทิวา สัมพันธ์มิตร เบญจวรรณ บัวขวัญ และ อารณีย์ ส่งแสง. 2555. ภูมิปัญญาและระบบการเลี้ยงควายทะเลน้อย : กรณีศึกษาพรุควนขี้เสียน อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง. การประชุมวิชาการระดับชาติ มหาวิทยาลัยทักษิณ ครั้งที่ 22 ประจำปี 2555 “วิถีไทย วิถีอาเซียน วิถีแห่งความร่วมมือ” วันที่ 23-26 พฤษภาคม พ.ศ. 2555. ณ ศูนย์ประชุมนานาชาติฉลองสิริราชสมบัติครบ 60 ปี ตำบลคอหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา.

จอมขวัญ ชุมชาติ เสาวลักษณ์ รุ่งตะวันเรืองศรี และปราโมทย์ แก้ววงศ์ศรี 2556. ศักยภาพ ปริมาณอาหารและมูลค่าอาหารจากป่าชายเลนชุมชนโคกพยอม เพื่อความมั่นคงทางอาหาร ตำบล ละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล. การประชุมวิชาการเสนองานวิจัยระดับบัณฑิตศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 29 ประจำปี 2556 วันที่ 24-25 ตุลาคม พ.ศ. 2556 ณ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ตำบลท่าสุต อำเภอ เมือง จังหวัดเชียงราย.