



# รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง  
พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย  
Food Security from the Three Cases Studies at the Conservative Areas of Kuan Khee Sian  
Swamp Area; Kuan Kreng Swamp Area; and Thale Noi Non-Hunting Area, Thailand

อุมาพร มุณีแนม และพงศ์บวร สุวรรณรัฐโชติ  
คณะกรรมการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากเงินอุดหนุนวิจัยงบประมาณแผ่นดิน  
มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์  
ประจำปีงบประมาณ 2559 รหัสโครงการ (ID: ENV590143S)

# รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์

ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง  
พรุควนขี้เสียน พรุควนเครัง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย

Food Security from Three Cases Studies at the Conservative Areas of Kuan Khee Sian  
Swamp Area; Kuan Kreng Swamp Area; and Thale Noi Non-Hunting Area, Thailand

อุมาพร มณีแนม และพงศ์บวร สุวรรณรัฐโชติ  
คณะกรรมการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

โครงการวิจัยนี้ได้รับทุนสนับสนุนจากเงินอุดหนุนวิจัยงบประมาณแผ่นดิน

มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ประจำปีงบประมาณ 2559 รหัสโครงการ (ID: ENV590143S)

## โครงการเดี่ยว

“ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง  
พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย

Food Security from Three Cases Studies at the Conservative Areas of Kuan Khee Sian  
Swamp Area; Kuan Kreng Swamp Area; and Thale Noi Non-Hunting Area, Thailand”

ENV590143S

### คณบดี

รองศาสตราจารย์ ดร. อูมาพร มุณีแนม

นาย พงศ์บวร สุวรรณรัฐโชติ

### หน่วยงานต้นสังกัด

คณะกรรมการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

ตู้ ปณ. 50 คอหงส์ อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา 90112

## สารบัญ

สารบัญ.....	3
สารบัญตาราง .....	5
สารบัญภาพ .....	6
กิตติกรรมประกาศ.....	7
บทคัดย่อ .....	8
ABSTRACT.....	9
บทที่ 1 ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย.....	10
1.1. บทนำ.....	10
1.2. วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย.....	12
1.3. ขอบเขตของโครงการวิจัย .....	12
1.3.1. ขอบเขตด้านเนื้อหา .....	12
1.3.2. ขอบเขตด้านประชากร.....	12
1.3.3. ขอบเขตด้านพื้นที่.....	13
1.4. กรอบแนวความคิดของโครงการวิจัย .....	14
1.5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ .....	15
1.6. แผนการถ่ายทอดเทคโนโลยี หรือผลการวิจัยสู่กลุ่มเป้าหมาย.....	16
1.7. ผลสำเร็จและความคุ้มค่าของการวิจัยที่คาดว่าจะได้รับ.....	16
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	17
2.1. บทนำ .....	17
2.1.1. ความมั่นคงทางอาหาร.....	17
2.1.2. หญิง-ชายในการจัดการความมั่นคงทางอาหาร .....	29
2.1.3. การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร .....	34
2.1.4. เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และพื้นที่อนุรักษ์ที่สำคัญ .....	38
2.1.5. การทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	46

<b>บทที่ 3</b>	<b>วิธีการดำเนินการวิจัย และสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล</b>	<b>48</b>
3.1.	ขั้นตอนการวิจัย	50
3.2.	ระยะเวลาทำการวิจัย และแผนการดำเนินงานตลอดโครงการวิจัย	52
3.3.	ปัจจัยที่เอื้อต่อการวิจัย (อุปกรณ์การวิจัย, โครงสร้างพื้นฐาน เป็นต้น)	52
<b>บทที่ 4</b>	<b>ผลการวิจัยและอภิปรายผล</b>	<b>53</b>
4.1.	ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก	53
4.1.1.	เพศ ของผู้ตอบแบบสอบถาม	56
4.1.2.	อายุ ของผู้ตอบแบบสอบถาม	57
4.1.3.	สมาชิกในครัวเรือน ของผู้ตอบแบบสอบถาม	58
4.1.4.	การประกอบอาชีพ ของผู้ตอบแบบสอบถาม	59
4.2.	วัตถุประสงค์ข้อที่ 1: ระดับความมั่นคงทางอาหาร (Food Security)	61
4.2.1.	ความเพียงพอของปริมาณอาหาร (Food Availability)	61
4.2.2.	การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Food Access)	73
4.2.3.	การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ (Food Utilisation)	85
4.2.4.	ความมีเสถียรภาพทางอาหาร (Food Stability)	97
4.2.	วัตถุประสงค์ข้อที่ 2: ภูมิปัญญาในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร	106
<b>บทที่ 5</b>	<b>สรุปผลการวิจัย</b>	<b>110</b>
5.1.	สรุปผล	110
5.2.	ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	113
	<b>เอกสารอ้างอิง</b>	<b>114</b>
	<b>ภาคผนวก</b>	<b>122</b>
	ภาคผนวก 1 แผนในระดับหมู่บ้านพื้นที่ศึกษา	122
	ภาคผนวก 2 แบบสอบถาม	125
	ภาคผนวก 3 แนวคำถามการสัมภาษณ์เชิงลึก	133
	ภาคผนวก 4 ผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก	135
	ภาคผนวก 5 ประเภทอาหาร	136
	ภาคผนวก 6 การเผยแพร่ผลงานวิจัย	144

## สารบัญตาราง

ตาราง 1	ความต้องการสารอาหารในผู้ใหญ่ (Nutrient Requirement for Adult) ที่ประกอบกิจกรรมปานกลาง	20
ตาราง 2	Food Availability ของ 4 ชุมชน 4 ภาค ในประเทศไทย .....	27
ตาราง 3	หญิง-ชายในการจัดการความมั่นคงอาหารใน 4 มิติ .....	34
ตาราง 4	ปีที่เกิดปรากฏการณ์ El Niño และ La Niña .....	37
ตาราง 5	สรุปรายงานสถิติคดีเกี่ยวกับป่าไม้ในพื้นที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ปี พ.ศ. 2555-2559 .....	42
ตาราง 6	สรุปการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง .....	47
ตาราง 7	ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง .....	49
ตาราง 8	ระยะเวลา และขั้นตอนในการดำเนินงาน .....	52
ตาราง 9	รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก ทั้งสิ้น 9 คน .....	55
ตาราง 10	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความต้องการแคลอรีของร่างกายระหว่างเพศหญิงและเพศชาย .....	62
ตาราง 11	เพศและความต้องการพลังงาน (n = 377) .....	64
ตาราง 12	เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของรายได้ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย .....	84
ตาราง 13	การเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการกับธาตุอาหาร 5 หมู่ .....	86
ตาราง 14	การเทียบเคียงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้ .....	87
ตาราง 15	ความถี่ และร้อยละของความรู้สึไม่มั่นคงทางด้านอาหารแยกรายพื้นที่ และความถี่ (n = 377) ..	102
ตาราง 16	ประเภทกลุ่มอาหารที่ค้นพบจากงานวิจัยชิ้นนี้ .....	136

## สารบัญภาพ

ภาพ 1	พื้นที่ศึกษาวิจัยในโครงการนี้.....	13
ภาพ 2	กรอบแนวคิดในโครงการวิจัยขั้นนี้.....	14
ภาพ 3	ผลการตอบรับของแบบสอบถาม (n = 377).....	54
ภาพ 4	ร้อยละของตัวแทนประชากรผู้ตอบแบบสอบถามแยกตามเพศ และตำบล (n = 377).....	56
ภาพ 5	อายุของผู้ตอบแบบสอบถามแยกตามเพศ พื้นที่ศึกษา และอายุ .....	57
ภาพ 6	จำนวนสมาชิกในครัวเรือนแยกตามพื้นที่ศึกษา 3 พื้นที่ (n = 377).....	58
ภาพ 7	การประกอบอาชีพหลักของผู้ตอบแบบสอบถามทั้ง 3 พื้นที่ (n = 377).....	59
ภาพ 8	อาชีพผสมผสาน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้ง 3 พื้นที่ (n = 576).....	60
ภาพ 9	ความต้องการแคลอรีต่อวัน แยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377).....	61
ภาพ 10	ค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (n = 377) .....	63
ภาพ 11	ค่าความเพียงพอของปริมาณอาหารวัดจากค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (BMI) .....	65
ภาพ 12	รูปแบบอาหารที่รับประทานในมือเช้า กลางวัน และเย็น (n = 377) .....	66
ภาพ 13	รูปแบบอาหารที่รับประทานในมือเช้า กลางวัน และเย็น แยกตามพื้นที่ (n = 377) .....	67
ภาพ 14	รูปแบบอาหารที่รับประทานในอาหารว่างช่วงเช้า บ่าย และมื้อดึก (n = 377).....	68
ภาพ 15	อาหารที่รับประทานในอาหารว่างมือเช้า บ่าย และมื้อดึก แยกตามพื้นที่ (n = 377).....	69
ภาพ 16	องค์ประกอบของอาหาร 16 ประเภท แยกตามพื้นที่ศึกษา.....	71
ภาพ 17	แหล่งที่มาของอาหาร 24 ชั่วโมงแยกตามพื้นที่ศึกษา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ).....	72
ภาพ 18	รูปแบบการประกอบอาชีพแบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377) .....	74
ภาพ 19	ประเภทของอาหาร แยกตามที่มาของอาหาร 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา.....	77
ภาพ 20	นภพริก ที่นายวรรณพร ส่องสว่างพูดถึง.....	79
ภาพ 21	เมนู “ตัวต่อ” คั่วเกลือภายในร้านอาหารตำบลชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช.....	80
ภาพ 22	การมีรายได้ แบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377).....	83
ภาพ 23	ผู้ประกอบอาชีพแบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377).....	91
ภาพ 24	ฉลากเครื่องแกงส้ม และเครื่องแกงเผ็ด ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา .....	93
ภาพ 25	“เคยปลา” อาหารท้องถิ่นของตำบลเค็ริง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช .....	94
ภาพ 26	“ปลาดุกร้า” เลี้ยง (2) และปลาดุกร้าธรรมชาติ (3) ที่หมักกับน้ำตาลและเกลือ (1).....	96
ภาพ 27	วิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร.....	100
ภาพ 28	วิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร (n = 377) .....	103
ภาพ 29	การประกอบอาชีพที่สื่อถึงความมั่นคงทางด้านอาหาร.....	105
ภาพ 30	ภูมิปัญญาระหว่างหญิง-ชาย ในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร .....	109
ภาพ 31	พื้นที่ 10 หมู่บ้านตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง .....	122
ภาพ 32	พื้นที่ 6 หมู่บ้าน ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา .....	123
ภาพ 33	พื้นที่ 11 หมู่บ้าน ตำบลเค็ริง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช.....	124
ภาพ 34	ผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก.....	135

## กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยทุนสนับสนุนการวิจัยจากมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ภายใต้งบประมาณแผ่นดิน ประจำปี 2559 ผู้วิจัยต้องขอขอบคุณเป็นอย่างสูงมา ณ ที่นี้

นอกจากนี้ ขอขอบคุณประชาชน และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องท่านอื่น ๆ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการสละเวลาเพื่อการสัมภาษณ์งานวิจัย จาก 3 พื้นที่ อันได้แก่ ตำบลเค็ง อำเภอลำดวน จังหวัดนครศรีธรรมราช ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา และตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง

ขอขอบคุณ ผู้บังคับบัญชา คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม ในการอนุมัติเพื่อการจัดสรรเวลาในการดำเนินการวิจัย อีกทั้งเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องที่ให้ความอนุเคราะห์ให้การสนับสนุนภารกิจด้านงานวิจัย ขอขอบคุณผู้เชี่ยวชาญในการประเมินและตรวจสอบความถูกต้องของงานวิจัย อีกทั้งให้ข้อเสนอแนะและชี้แจงการทำให้งานวิจัยชิ้นนี้มีความสมบูรณ์มากที่สุด รวมไปถึงผู้ที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ อีกครั้ง ที่ได้มีโอกาสพบเจอกันระหว่างดำเนินการวิจัย

อุมาพร มุณีแนม และพงศ์บวร สุวรรณณัฐโชติ

นักวิจัย

มีนาคม 2560



## บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยเรื่องความมั่นคงทางอาหารใน 3 ชุมชน คือ ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา และตำบลเคร็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งทั้ง 3 พื้นที่มีอาณาเขตใกล้เคียงและซ้อนทับกับพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง อันได้แก่ พรุควนขันเสียน พรุควนเคร็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร และเพื่อศึกษาภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิง-ชายในการรับมือ ต่อความมั่นคงทางอาหาร ใช้วิธีการศึกษาโดยใช้แบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นของประชาชน จากกลุ่มตัวอย่าง 377 คน อีกทั้ง การสัมภาษณ์เชิงลึกกับตัวแทนหญิง-ชายแต่ละชุมชน จำนวนทั้งสิ้น 9 คน วิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามโดยสถิติเชิงพรรณนา ค่าร้อยละ และการหาค่า t-test เพื่อดูความแตกต่างระหว่างเพศ อีกทั้ง การวิเคราะห์แบบการบรรยายเชิงพรรณนาสำหรับข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการศึกษาพบว่า ความต้องการของแคลลอรี่ (Caloric Adequacy of Intake) ของกลุ่มตัวอย่าง ( $n = 377$ ) ที่สำรวจระหว่างอายุ ต่ำกว่า 19 ปี ถึงมากกว่า 60 ปีขึ้นไป มีความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายเฉลี่ยอยู่ที่ 1,274.8 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน ซึ่งต่ำกว่ามาตรฐานของคนไทย ด้านความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ (องค์ประกอบของอาหาร 16 หมวด) พบว่า ประชาชนทั้งสามพื้นที่คือ ตำบลทะเลน้อย ตำบลเคร็ง และตำบลบ้านขาว รับประทานอาหารประเภทธัญพืช (35.28%; 40.58%; 24.14%) เป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาและเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือ เครื่องเทศ และเครื่องดื่ม (35.01%; 40.05%; 24.14%) และผักอื่นๆ (31.56%; 36.87%; 21.49%) ด้านการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร พบว่า ประชาชนสามารถหาอาหารตามวิถีชีวิตดั้งเดิมในพื้นที่สาธารณะ ยกเว้นการกระทำที่ผิดกฎหมาย เช่น การบุกรุกพื้นที่เพื่อปลูกปาล์มน้ำมัน อีกทั้งหญิงและชายมีการประกอบอาชีพ เพื่อให้ได้รายได้มาซื้ออาหาร ยกเว้นจำนวนน้อยมากที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ นอกจากนี้พบว่า บริเวณพื้นที่ศึกษาประชาชนไม่มีแนวคิดการแบ่งแยกการยกทรัพย์สินตามเพศ นั้นหมายถึงว่า ผู้มีสิทธิ์รับมรดก ไม่ว่าจะเป็นเพศใดก็ตามมีสิทธิ์ในการได้รับมรดกอย่างเท่าเทียมกัน และเมื่อพิจารณาในเรื่องของรายได้ แยกตามเพศ พบว่า ทั้งหญิงและชาย มีรายได้ไม่แตกต่างกัน อีกทั้งได้ผลลัพธ์เช่นเดียวกับของทั้ง 3 พื้นที่ ด้านการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ พบว่า ผู้ประกอบอาหารส่วนมากเป็นเพศหญิงทั้ง 3 พื้นที่ศึกษา และเมนูอาหารท้องถิ่นที่นิยมใน 3 พื้นที่ ได้แก่ เครื่องแกงส้มและแกงเผ็ด การถนอมอาหารปลาตุกร้า เคยปลา ด้านความมีเสถียรภาพทางอาหาร พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่ไม่มีความรู้สึกต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร และมักตอบว่าจะไม่ยอมให้เหตุการณ์ความไม่มั่นคงทางอาหารเกิดขึ้น หรือไม่เคยมีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้น โดยเฉพาะไม่มีเหตุการณ์การไม่ได้ทานอาหารเลยทั้งวันคืน เป็นจำนวนมากที่สุดในทั้ง 3 พื้นที่ (ทะเลน้อย = 32.36%; เคร็ง = 40.32%; บ้านขาว = 22.02%) สุดท้าย ด้านภูมิปัญญาหญิง-ชายในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร ที่สะท้อนออกมาในการประกอบอาชีพเพื่อหาอาหาร พบว่า แบ่งออกได้เป็น 5 กลุ่มคือ 1) บางกิจกรรมทั้งหญิง-ชาย ทำได้เหมือนกัน 2) บางกิจกรรมหญิง-ชายช่วยกัน 3) บางกิจกรรมหญิงทำได้ แต่ไม่ยอมทำ 4) บางกิจกรรมหญิงสูงวัยทำไม่ได้ และ 5) บางกิจกรรมทำได้เฉพาะชายบางกลุ่มเท่านั้น

## ABSTRACT

This study of food security in three communities studies the level of food security and the local knowledge between the genders in coping with food security. The three communities are the *Thale Noi* Sub-District, Khuan Khanun District, Phattalung Province; *Ban Khao* Sub-District, Ranot District, Songkhla Province; and *Kreng* Sub-District, Cha-Uat District, Nakhon Si Thammarat Province. All are located near and overlap the Kuan Khee Sian swamp, Kuan Kreng swamp and Thale Noi Non-Hunting areas. The study used questionnaires to survey local practices from 377 samples, in addition to in-depth interviews with the representatives of the females and males, totaling nine representatives. Data were analysed with descriptive statistics, percentages, t-tests and narrative analyses for in-depth information.

The results found that the 377 samples averaged had a Caloric Adequacy of Intake of 1,274.8 Kilocalories/Person/Day, which was under the average for the Thai peoples' standard. The qualitative Dietary Diversity Intake Score in 16 types of food found that the people in the three areas (*Thale Noi* Sub-District, *Kreng* Sub-District, *Ban Khao* Sub-District) mostly ate grains (35.28%; 40.58%; 24.14%), the second was spices and drinks (35.01%; 40.05%; 24.14%), then other vegetables (31.56%; 36.87%; 21.49%) for the top three favorite meals, respectively. In addition, people were able to access public areas for finding food in the ancient local lifestyle, except for illegal activities — such as an oil palm plantation in an illegal possession area. Moreover, people accessed food by working equally, both females and males, for buying food; only a few of them were unemployed. Furthermore, they also received slightly different salaries. Besides, both females and males received equal inheritances. Females mostly cooked for their families. The most popular local foods were, for example, yellow curry and spicy curry, preserved Catfish, and fish paste. In addition, most of the samples ( $n = 377$ ) did not feel their food situation was insecure; they had not allowed this to happen and could not remember that it had happened. They also answered that the three areas had never let themselves become hungry (*Thale Noi* Sub-District = 32.36%; *Kreng* Sub-District = 40.32%; *Ban Khao* Sub-District = 22.02%). Finally, the local knowledge between the females and males in coping with a food insecurity was reflected in their answers on working for finding food, and was sorted into five types, 1) both of them were able to cope, 2) both of them were helping to cope with the food insecurity situation, 3) females might prefer to choose to cope with only certain activities, but not those activities that only males could do, 4) some activities the old females could not cope with and, 5) for a few activities only specific types of males could manage.

## บทที่ 1

### ความสำคัญและที่มาของปัญหาที่ทำการวิจัย

#### 1.1. บทนำ

เมื่อปี พ.ศ. 2555 คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ร่วมกับสำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.) ทำการศึกษาเรื่องการปรับตัวของชุมชนด้วยภูมิปัญญาท้องถิ่นจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ และผลการศึกษาพบว่า บริเวณพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่งของกลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาอันได้แก่ บริเวณพรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย เป็นพื้นที่เสี่ยงต่อการเกษตรและการประมง และเป็นชุมชนที่มีความเปราะบางจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.), 2556)

ความเปราะบางนี้อาจเกิดจากสาเหตุแวดล้อมภายนอกอื่น ๆ นอกเหนือจากผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศเพียงอย่างเดียว ได้แก่ การเพิ่มขึ้นของประชากร สถานะทางเศรษฐกิจ ความยากจน ภาวะความหิวโหย เพศ อาชีพ รายได้ ระดับการศึกษา ปัญหาสุขภาพ ความเปราะบาง พื้นที่เสี่ยงของความเป็นอันตราย การขาดความรู้และเทคโนโลยี การไม่มีสิทธิ์ที่ทำกินเป็นของตนเอง ลัทธิทุนนิยมที่ได้รับการกระตุ้นจากรัฐบาล การขาดธรรมาภิบาล เป็นต้น ความเปราะบางดังกล่าวจะยิ่งรุนแรงขึ้นหากเกิดขึ้นกับบุคคลที่ขาดผลประโยชน์และไม่มีอำนาจต่อรองทางการเมือง (Kyazze, 2013) สิ่งเหล่านี้ส่งผลให้ประชาชนต้องมีการปรับตัวเพื่อความอยู่รอด อันเนื่องมาจากสภาพสิ่งแวดล้อม รวมไปถึงสภาพทางสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ตัวอย่างหนึ่งที่สะท้อนให้เห็นได้อย่างชัดเจนในเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นที่ผ่านมาไม่นานในปี พ.ศ. 2556 เมื่อชาวสวนยางจากจังหวัดในภาคใต้มีการรวมตัวกันประท้วงต่อรัฐบาลให้ช่วยสนับสนุนการประกันราคายางที่ตกต่ำลงมาก เพื่อต่อสู้กับค่าใช้จ่ายที่สูงเพิ่มขึ้น ในขณะที่รายรับลดต่ำลง

อย่างไรก็ดี เมื่อสถานการณ์เปลี่ยนแปลงไป บริเวณพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่งของกลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาอันได้แก่ บริเวณพรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ซึ่งเป็นทั้งพื้นที่อนุรักษ์ ในอีกแง่หนึ่งก็มีชุมชนอาศัยอยู่รอบ ๆ และพึ่งพาทรัพยากรในพื้นที่อนุรักษ์ดังกล่าวเพื่อการดำรงชีวิตและความมั่นคงทางอาหาร และเป็นพื้นที่ที่เหมาะสมและน่าสนใจในการศึกษาเป็นอย่างยิ่งว่าชุมชนในฐานะเพศสภาพหญิง-ชายของครอบครัว

ซึ่งเป็นสังคมที่เล็กที่สุด มีภูมิปัญญาในการรับมือ<sup>1</sup>อย่างไรเมื่อรายได้ของครอบครัวลดลง แต่รายจ่ายยังคงเท่าเดิม หรือเพิ่มสูงขึ้น ด้วยการใช้ดัชนีชี้วัดความมั่นคงทางอาหารสะท้อนถึงการรับมือในครั้งนี้

ความมั่นคงทางอาหาร เป็นดัชนีชี้วัดหนึ่งที่ทำให้ทราบถึงระดับของความมั่นคงทางอาหาร ที่สะท้อนถึงความอยู่ดีกินดี และสามารถวัดได้จาก 4 มิติ คือ ความเพียงพอของความต้องการอาหารของร่างกาย (Food Availability) การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Food Access) ซึ่งเหมาะสมในการใช้วัดกับบริบทที่มีการพึ่งพิงทรัพยากรเพื่อมาประกอบอาหาร การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ตามความเหมาะสมทางโภชนาการ (Food Utilisation) และความมีเสถียรภาพทางอาหารในสภาวะการณ์ต่างๆ (Food Stability) เช่น ภายใต้การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ฤดูกาลที่เปลี่ยนแปลง และสภาพเศรษฐกิจ เป็นต้น (Carletto, Zezza, & Banerjee, 2013)

ตัวอย่างที่สะท้อนถึงมิติของการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร และการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ตามความเหมาะสมทางโภชนาการ ตามภูมิปัญญาอาหารท้องถิ่นของคนที่อาศัยบริเวณพรุ และลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ได้แก่งานวิจัยของ อาแว มะแส และคณะ ทำการศึกษาเรื่องบทบาทหญิงชายต่อการพัฒนาอาชีพที่เชื่อมโยงกับการจัดการทรัพยากรธรรมชาติพรุควนเคร็ง ซึ่งเป็นหัวข้อและพื้นที่ที่ใกล้เคียงกับข้อเสนอโครงการครั้งนี้ พบว่า ผู้หญิงจะมีบทบาทเกี่ยวกับกิจกรรมในครัวเรือน การประกอบอาชีพแปรรูปผลิตภัณฑ์ปลา การเก็บกระจุต ในขณะที่ผู้ชายมีบทบาทในการประกอบอาชีพประมง เลี้ยงสัตว์ รวมไปถึงบทบาทร่วมของผู้หญิงและผู้ชายในครอบครัวในการช่วยกันประกอบอาชีพทำนา และเลี้ยงปลา ซึ่งสะท้อนถึงบทบาทของทั้งหญิงและชายในครัวเรือนในการหาอาหาร แหล่งที่มาโดยตรงและโดยอ้อมของอาหาร และความมั่นคงทางอาหารในกรณีนี้ (อาแว มะแส, สมบูรณ์ เจริญจิระตระกูล, คันธรส พวงแก้ว และปริญญา บัณฑิตโต, 2546)

ดังนั้น ในข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้ จึงมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง อันได้แก่ พรุควนซีเสียน พรุควนเคร็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ด้วยการสำรวจระดับความมั่นคงทางอาหารเป็นการเบื้องต้นใน 4 มิติที่กล่าวไปแล้วข้างต้น โดยแยกเป็นมิติทางเพศสภาพประกอบด้วยภายใต้ข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้

---

<sup>1</sup> การรับมือ (Coping) หมายถึง ปฏิกริยาเมื่อเผชิญหน้ากับเหตุการณ์ หรือการเปลี่ยนแปลง และความสามารถในการรักษารายได้และสวัสดิการที่มีอยู่ให้คงเดิม (Kyazze, 2013)

## 1.2. วัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ ใช้เวลาในการศึกษาประจำปีงบประมาณ 2559 เพื่อตอบวัตถุประสงค์ ดังนี้คือ

- 1) เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย
- 2) เพื่อศึกษาภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิง-ชายในการรับมือ ต่อความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทางสิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย

## 1.3. ขอบเขตของโครงการวิจัย

### 1.3.1. ขอบเขตด้านเนื้อหา

โครงการวิจัยชิ้นนี้เป็นการวิจัยทั้งในการศึกษาเชิงปริมาณ (การสำรวจโดยใช้แบบสอบถาม) และการศึกษาเชิงคุณภาพ (การสัมภาษณ์เชิงลึก) เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร ภูมิปัญญาของเพศสภาพระหว่างหญิงและชายในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร

### 1.3.2. ขอบเขตด้านประชากร

ศึกษาสำรวจระดับความมั่นคงทางอาหาร ตามภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพระหว่างหญิงและชาย ในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือน ทั้งนี้ ในโครงการวิจัยครั้งนี้ จะคัดเลือกตัวแทนชุมชนที่เป็นตัวแทนของ 3 จังหวัดที่มีอาณาเขตติดต่อกัน และอยู่ติดกับพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง ได้แก่ พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย เพื่อศึกษาเปรียบเทียบว่าระดับความมั่นคงทางอาหารมีความเหมือนและแตกต่างกันหรือไม่ อันได้แก่ ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา และตำบลเค็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งมีจำนวนประชากรทั้งสิ้น 18,841 คน ทำการสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบช่วงชั้น (Stratified Sampling) ด้วยการสุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากรที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านในแต่ละตำบล ด้วยวิธีทางสถิติที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และระดับความคลาดเคลื่อน  $\pm 5$  ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 377 คน รวมไปถึงการศึกษาเกี่ยวกับภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพของหญิง-ชาย ใน 3 ชุมชนที่เป็นตัวแทนว่ามีความเหมือนหรือความแตกต่างกันในการรับมือกับ



### 1.4. กรอบแนวคิดของโครงการวิจัย

กรอบแนวคิดพื้นฐานในการวิจัยครั้งนี้ใช้ดัชนีชี้วัดระดับความมั่นคงทางอาหาร ในชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง ได้แก่ พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย โดยแยกศึกษาเชิงลึกในประเด็นของภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิง-ชาย (ดูภาพ 2)



ภาพ 2 กรอบแนวคิดในโครงการวิจัยขั้นนี้

## 1.5. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลการศึกษาจากงานวิจัยชิ้นนี้คาดหวังว่าจะได้รับประโยชน์ ดังต่อไปนี้คือ

1) **ประโยชน์ด้านวิชาการ:** ทำให้ทราบถึงระดับความมั่นคงทางอาหารเปรียบเทียบใน 3 ชุมชน ที่คาดว่าจะในพื้นที่เปราะบางด้านการเกษตรและการประมง ในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา ที่จัดกลุ่มของประชาชนที่มีระดับความมั่นคงทางอาหาร ความเสี่ยงต่อความไม่มั่นคงทางอาหาร รวมไปถึงการสะท้อนถึงอาหารท้องถิ่นว่าส่งผลต่อคุณค่าทางโภชนาการและมีสารอาหารที่เพียงพอในการดำรงชีวิตมาก-น้อยเพียงใด ผลการศึกษาดังกล่าวยังเป็นประโยชน์ในการตรวจสอบข้อมูลด้านโภชนาการกับโครงการประเมินผลกระทบสิ่งแวดล้อม (EIA) ในโครงการสำรวจและออกแบบโครงสร้างเพื่อรักษาระดับน้ำที่เหมาะสมในการป้องกันไฟไหม้ และรักษาความอุดมสมบูรณ์ของระบบนิเวศและความหลากหลายทางชีวภาพของป่าพรุควนเคร็ง จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งมีพื้นที่ซ้อนทับในข้อเสนอโครงการนี้เช่นกัน (สำนักงานพื้นที่อนุรักษ์ที่ 5 (นครศรีธรรมราช), 2557)

2) **ประโยชน์ด้านนโยบาย:** จากผลการศึกษา หากพบว่าอาหารในท้องถิ่นมีคุณค่าทางสารอาหารน้อย ก็จะเป็นข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย ในการหาทางแก้ไขต่อไป ในทางตรงกันข้าม หากผลการศึกษาค้นพบว่า อาหารในท้องถิ่นประเภทใดมีคุณค่าทางสารอาหารมาก ก็เป็นการสมควรที่ได้รับการส่งเสริม สนับสนุน และการเผยแพร่ให้เป็นที่ทราบโดยทั่วกัน

3) **ประโยชน์ด้านสังคมและชุมชน:** การรับทราบและเรียนรู้ถึงภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิงและชายต่อการรับมือกับความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทางสิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป กรณีศึกษาเปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนซีเสียน พรุควนเคร็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ช่วยเป็นข้อมูลพื้นฐานในระดับท้องถิ่นในการส่งเสริมบทบาทเพศสภาพหญิง-ชายในการทำงานร่วมกัน

4) **ประโยชน์ด้านการเผยแพร่ผลการวิจัย:** ผลการศึกษามีการวางแผนในการเผยแพร่ในการประชุมทางวิชาการ และ/หรือวารสารทางวิชาการที่ได้รับการยอมรับในวงวิชาการ รวมไปถึงการชี้แจงข้อมูลการวิจัยกลับสู่ชุมชนพื้นที่ศึกษาในรูปแบบของบทความย่อ และบทความวิจัย

5) **ประโยชน์ด้านหน่วยงานที่ใช้ประโยชน์จากผลการวิจัย:** หน่วยงานที่เกี่ยวข้อง เช่น สถาบันการศึกษาระดับวิทยาลัย หรือมหาวิทยาลัยที่ให้การศึกษาเกี่ยวกับการปรับปรุงภาวะโภชนาการท้องถิ่น สามารถนำผลการวิจัยไปหาแนวทางแก้ไข หรือพัฒนางานวิจัยในโครงการต่อเนื่องได้ในอนาคต



## 1.6. แผนการถ่ายทอดเทคโนโลยี หรือผลการวิจัยสู่กลุ่มเป้าหมาย

ผลการศึกษาจากงานวิจัยชิ้นนี้มีการนำเสนอในการประชุมทางวิชาการ และ/หรือ การเผยแพร่ทางวารสารทางวิชาการที่ได้รับการยอมรับ รวมไปถึงการส่งบทความย่อ และ/หรือ บทความที่เผยแพร่แล้ว ไปยังกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมหรือให้ความอนุเคราะห์ในการให้ข้อมูล ในงานวิจัยชิ้นนี้ ภายใต้เงื่อนไขการแสดงความจำนงยินดีในการรับทราบข้อมูลผลการวิจัย ภายหลังจากการวิจัยดำเนินการเสร็จสิ้นผ่านทางระบบไปรษณีย์ไปยังที่อยู่ของผู้รับ นอกจากนี้ ข้อเสนอแนะจากงานวิจัยชิ้นนี้ รวมไปถึงช่องว่างของงานวิจัย (Knowledge Gap) ที่เกิดขึ้น ภายหลังจากเสร็จสิ้นงานวิจัย จะได้รับการถ่ายทอด หรือทำการศึกษาวิจัยต่อเนื่องแก่นักวิจัย รุ่นใหม่ (เช่น นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา) ในคณะฯ ต่อไป

## 1.7. ผลสำเร็จและความคุ้มค่าของการวิจัยที่คาดว่าจะได้รับ

ข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้คาดว่าจะมีผลสำเร็จและความคุ้มค่าตามแผนการบริหารงาน และแผนการดำเนินงานในระยะเบื้องต้น ระยะกลาง และระยะสุดท้าย ดังนี้คือ

- ทราบถึงระดับความมั่นคงทางอาหารในชุมชน 3 แห่งในลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา แต่อยู่แตกต่างทางการปกครองพื้นที่ คือ ชุมชนละจังหวัด ที่ใกล้พื้นที่อนุรักษ์ ได้แก่ 1) ชุมชนตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง ที่เป็นตัวแทนของชุมชนมีพื้นที่ติดกับพรุควนขี้เสียน บางส่วนของพรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย 2) ชุมชนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา ที่เป็นตัวแทนของชุมชนมีพื้นที่ติดกับเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อยและพรุควนขี้เสียน (บางส่วน) และ 3) ชุมชนตำบลเค็ง อำเภอลาดยาว จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มีพื้นที่ติดกับพรุควนเค็งและเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย (P)
- ทราบถึงความแตกต่างทางเพศสภาพกับวิธีการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทางสิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป (I)

## บทที่ 2

### การทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 2.1. บทนำ

การศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขันเสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย มีการทบทวนวรรณกรรมในหัวข้อดังต่อไปนี้ 1) ความมั่นคงทางอาหาร และ 2) เพศสภาพหญิงและชายในรับมือกับความมั่นคงทางอาหาร 3) การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร 4) เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และพื้นที่อนุรักษ์ที่สำคัญ และ 5) การทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังรายละเอียดต่อไปนี้

#### 2.1.1. ความมั่นคงทางอาหาร

##### 2.1.1.1. ความหมาย

ความหมายของ ความมั่นคงทางอาหาร (Food Security) มีมากมาย หลากหลาย และมีการอธิบายที่แตกต่างกันในรายละเอียด ตัวอย่างเช่น ตามนิยามของธนาคารโลก (1992 อ้างใน เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) ให้ความหมาย ความมั่นคงทางอาหาร หมายถึง การเข้าถึงอาหารในปริมาณที่เพียงพอต่อการมีพลังงานในการดำเนินชีวิตของประชาชนทุกคน และทุกเวลา รวมไปถึง ปัจจัยด้านเศรษฐกิจ หรือวิธีการได้มาซึ่งอาหาร ซึ่งสะท้อนถึงคุณภาพชีวิตที่จะได้มาซึ่งอาหารที่ต้องการตลอดเวลา การเข้าถึงอาหาร ยังหมายรวมถึง ความเพียงพอของอาหาร มีโภชนาการสำหรับสุขภาพที่ดีและชีวิตที่สมบูรณ์ (เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) เสริมสร้างการเจริญเติบโตและการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ (National Institute of Agriculture Planning and Projection/NAPP, 2000 อ้างใน เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) โดยอาหารนั้นยังต้องเป็นที่ยอมรับ หรือเป็นที่พึงพอใจของผู้บริโภคตามภูมิเวศนั้น ๆ (Penny Van Esterik, 1991 อ้างใน เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552)

Coates (2013) กล่าวว่า นิยามที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือจากการนิยามของ FAO ในการประชุม World Food Summit Plan of Action เมื่อปี 1996 ที่ให้ความหมายของความมั่นคงทางอาหารว่า

"สถานะที่ทุกคน มีการเข้าถึงอาหารด้วยสถานะทางเศรษฐกิจและทางกายภาพอย่างเพียงพอตลอดเวลา อาหารมีความปลอดภัย ตรงกับความต้องการทางโภชนาการและความชอบ เพื่อการดำเนินชีวิตที่ดีมีสุขภาพสมบูรณ์ (a state in which all people, at all times, have physical and economic access to sufficient, safe and nutritious food to meet their dietary needs and food preferences for an active and healthy life)" (หน้า 1)

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นมีความหมาย (Carletto et al., 2013; Limnirankul, Promburom, & Thongngam, 2015) ว่า

1) Food Availability หมายถึง ความเพียงพอของปริมาณอาหารในคุณภาพที่เหมาะสม อาหารเพียงพอสำหรับการผลิตในประเทศ หรือการนำเข้า รวมไปถึงอาหารสำหรับการช่วยเหลือ ในกรณีนี้ Coates (2013) ให้ความเห็นว่าการวัดความเพียงพอของอาหารในเชิงปริมาณ โดย Hunger Index Score หรือ Caloric Adequacy of Intake และการวัดความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ โดย Dietary Diversity Index Score หรือ Mean Probability of Adequacy ที่มีการวัดดังนี้

- Hunger Index Score (Grebmer et al., 2008)

$$GHI = (PUN+CUW+CM)/3$$

GHI	หมายถึง	ดัชนีความหิวโหย
PUN	หมายถึง	สัดส่วนของคนที่ขาดโภชนาการ
CUW	หมายถึง	สัดส่วนของเด็กอายุน้อยกว่า 5 ปี ที่มีน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์
CM	หมายถึง	สัดส่วนของเด็กที่ตายก่อนอายุ 5 ปี

สำหรับสถิติปี ค.ศ. 2012 ประเทศไทยมีค่า GHI อยู่ที่ 8.1 ลดลงมาจากปี 1990 (15.1); ปี 1996 (11.8) และปี 2001 (9.2) ตามลำดับ ในขณะที่ข้อมูลอีกด้านหนึ่งจาก International Food Policy Research Institute (IFPRI) รายงานข้อมูลล่าสุดว่า ประเทศไทยมีค่า GHI ในปี 2015 ที่ระดับ 11.9 คือค่าระดับปานกลาง ปี 2014 อยู่ที่ระดับปานกลางเช่นกัน (5.0) ปี 2005 (6.7) ปี 2000 (10.2) ปี 1995 (17.3) และ ปี 1990 อยู่ที่ระดับ 21.3 (International Food Policy Research Institute, 2015) ข้อสังเกตก็คือ แม้ว่าตัวเลขจะมีค่า

ไม่เท่ากัน ซึ่งอาจขึ้นอยู่กับ การแปลความหมายของตัวเลข ที่แปลความหมายว่าปัจจุบันประเทศไทยยังมีค่าความหิวโหยเท่ากับระดับปานกลาง ในข้อมูลปีล่าสุด ค.ศ. 2015

- Caloric Adequacy of Intake ซึ่งหมายถึง ความต้องการแคลลอรี่ ของร่างกายในแต่ละวัน ด้วยการสอบถามอาหารที่บริโภคใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา และนำมาคำนวณเป็น ความต้องการแคลลอรี่ ของร่างกายในแต่ละวันที่เหมาะสมสำหรับ อายุ เพศ ส่วนสูง (สนอง อุณากุล, 2538) น้ำหนัก และการออกกำลังกาย นอกจากนี้อาจคำนวณได้จาก ค่า BMR คือ ค่าความต้องการแคลลอรี่ ของร่างกายต้องการในแต่ละวัน ที่แยกการคำนวณเป็นเพศชายและหญิง ("คำนวณการเผาผลาญพลังงาน Basal Metabolic Rate (BMR)," n.p.) ดังนี้

$$\text{แคลลอรี่สำหรับผู้ชาย} = 66 + (13.7 * \text{น้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัม}) + (5 * \text{ส่วนสูงเป็นเซ็นติเมตร}) - (6.8 * \text{อายุ})$$

$$\text{แคลลอรี่สำหรับผู้หญิง} = 665 + (9.6 * \text{น้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัม}) + (1.8 * \text{ส่วนสูงเป็นเซ็นติเมตร}) - (4.7 * \text{อายุ})$$

ในขณะที่ วิมลรัตน์ จงเจริญ (2531, หน้า 119) อธิบายวิธีการคำนวณความต้องการพลังงานในแต่ละวันในลักษณะที่คล้ายคลึงกัน กับวิธี Caloric Adequacy of Intake ข้างต้นด้วยการคำนวณจากการใช้พลังงานสำหรับการทำงานของอวัยวะต่างๆ ในร่างกาย (Basal Metabolism; B.M.) กิจกรรมที่แต่ละคนทำในแต่ละวัน เช่น การนอนเล่น (มีค่า = 0.1 แคลลอรี่/ก.ก./ชม.) การขับรถ (มีค่า = 0.9 แคลลอรี่/ก.ก./ชม.) การขี่จักรยาน (มีค่า = 2.5 แคลลอรี่/ก.ก./ชม.) เป็นต้น รวมกับค่าพลังงานความร้อนที่เกิดจากการกระตุ้นของอาหารที่รับประทานเข้าไป หรือที่เรียกว่า Specific Dynamic Action of Foods; S.D.A. วิธีการดังกล่าว มีสูตรการคำนวณดังนี้

$$\text{พลังงานที่ใช้ต่อวัน} = \text{B.M.} + \text{ผลรวมของกิจกรรม} + \text{S.D.A.}$$

ทั้งนี้ สมอง อุณากุล (2538) และ Limnirankul et al. (2015) กล่าวว่า ค่ามาตรฐานความต้องการแคลลอรี่ของประเทศไทยอยู่ที่ระดับ 1,850 แคลลอรี่/คน/วัน อย่างไรก็ตาม ออบเชย วงศ์ทอง (2541) แสดงให้เห็นว่าค่ามาตรฐานดังกล่าว เป็นความต้องการแคลลอรี่ของหญิง อายุ 60 ปีขึ้นไปเท่านั้น (ดูตาราง 1) ทั้งนี้ ในหลักการโภชนาการศาสตร์ครอบครัว

อบเชย วงศ์ทอง (2541) ได้แสดงความต้องการแคลลอรี่สำหรับเพศและวัยที่แตกต่างกันด้วย ได้แก่ หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร ทารก เด็กก่อนวัยเรียน เด็กวัยเรียน เด็กวัยรุ่น ผู้ใหญ่ และผู้สูงอายุ (วิมลรัตน์ จงเจริญ, 2531; อบเชย วงศ์ทอง, 2541)

ตาราง 1

ความต้องการสารอาหารในผู้ใหญ่ (Nutrient Requirement for Adult) ที่ประกอบกิจกรรมปานกลาง

เพศ	อายุ (ปี)	น้ำหนัก (กิโลกรัม)	BMR (กิโลแคลลอรี่/กิโลกรัม)	BMR factor	พลังงานที่กำหนด (กิโลแคลลอรี่)
ชาย	20-29	58	27.0	1.78	2,800
	30-59	58	26.8	1.78	2,750
	60 ขึ้นไป	58	21.9	1.78	2,250
หญิง	20-29	50	24.6	1.64	2,000
	30-59	50	25.3	1.64	2,000
	60 ขึ้นไป	50	22.4	1.64	1,850

หมายเหตุ: ที่มาจาก อบเชย วงศ์ทอง. (2541). โภชนาการศาสตร์ครบครัน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, หน้า 106.

จากตาราง 1 ในหลักการโภชนาการศาสตร์ครบครัน อบเชย วงศ์ทอง (2541) จะเห็นว่าค่า BMR factor ที่ประกอบกิจกรรมหนัก-ปานกลาง ให้ค่าเท่ากับ 1.78 สำหรับชาย และ 1.64 สำหรับหญิง แตกต่างจากค่า BMR factor ที่ใช้เพื่อการคำนวณความต้องการแคลลอรี่ ในกิจกรรมที่เบา-หนักต่างกันที่ส่งผลต่อการสูญเสียพลังงาน ("คำนวณการเผาผลาญพลังงาน Basal Metabolic Rate (BMR)," n.p.) ดังนี้

- หากนั่งทำงานอยู่กับที่ และไม่ได้ออกกำลังกายเลย =  $BMR * 1.2$
- หากออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเล็กน้อย ประมาณอาทิตย์ละ 1-3 วัน =  $BMR * 1.375$
- หากออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาปานกลาง ประมาณอาทิตย์ละ 3-5 วัน =  $BMR * 1.55$
- หากออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาหนัก ประมาณอาทิตย์ละ 6-7 วัน =  $BMR * 1.725$
- หากออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาเล็กน้อยทุกวันเช้า-เย็น =  $BMR * 1.9$

นอกจากนี้ Limnirankul et al. (2015) ได้นำแนวคิดดังกล่าวมาทำการศึกษาวิจัยกับชาวชนบทใน 3 พื้นที่ของจังหวัดเชียงใหม่ ได้แก่ ครอบคลุมที่อยู่บริเวณที่ราบ บริเวณที่ดอน (พื้นที่สูงระหว่าง 400-700 เมตร จากระดับน้ำทะเล) และครอบคลุมที่อยู่บริเวณที่สูง (พื้นที่สูงกว่า 700 เมตร จากระดับน้ำทะเล) วัดค่าความต้องการแคลลอรี่เฉลี่ยได้ เท่ากับ 2,720.3 แคลลอรี่/คน/วัน 2,243.7 แคลลอรี่/คน/วัน และ 2,245.4 แคลลอรี่/คน/วัน ตามลำดับ (Limnirankul et al., 2015)

อีกทั้งงานวิจัยเรื่องการศึกษาระดับความมั่นคงด้านอาหารของครัวเรือนในตำบลเกาะเกด อำเภอเชียรใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ของอัจฉรา ทองประทับ และคณะฯ (2552) ซึ่งเป็นพื้นที่ใกล้เคียงกับพื้นที่ศึกษาในงานวิจัยชิ้นนี้ ทำการศึกษาระดับความมั่นคงทางด้านอาหารที่คำนวณมาจาก 3 ด้าน ระดับครัวเรือนคือ การมีอาหาร (Household Food Availability/HHFAV) การเข้าถึงอาหาร (Household Food Access/HHFA) และการใช้ประโยชน์จากอาหาร (Household Food Utilisation/HHFU) อย่างไรก็ตาม วิธีการศึกษาในงานวิจัยชิ้นดังกล่าว เน้นคำนวณระดับความมั่นคงทางด้านอาหารออกมาเป็นตัวเลขในเชิงปริมาณ กล่าวคือ ด้านการมีอาหารใช้การคำนวณการมีที่ดินทำกิน การผลิตข้าว และปริมาณข้าวสำรอง (อัจฉรา ทองประทับ, อยุทธ์ นิสสภ, พิไลวรรณ ประพฤติ, & สมศักดิ์ บรมธนรัตน์, 2552) ซึ่งหากผู้ตอบไม่ได้มีที่ดินทำกินและไม่ได้ประกอบอาชีพชาวนา ก็จะไม่สามารถเข้าข่ายในการคำนวณโดยวิธีนี้ได้

อย่างไรก็ดี สุมาลา เปี่ยมมงคล (2534, หน้า 104-105) อธิบายถึงวิธีการวัดภาวะโภชนาการในชุมชน ซึ่งประกอบด้วย 4 วิธีหลักๆ คือ 1) การวัดความเจริญเติบโตของร่างกาย 2) การตรวจร่างกาย 3) การตรวจทางชีวเคมี และ 4) การศึกษาอาหารที่บริโภคในหลายๆ วิธี ซึ่งในหนึ่งของหลายๆ วิธีที่ 1 เป็นวิธีการที่คล้ายคลึงกับ การวัดค่า Caloric Adequacy of Intake ดังกล่าวข้างต้น แต่มีวิธีการที่ง่ายกว่าเรียกว่า ค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index: BMI) ใช้วัดภาวะโภชนาการสำหรับผู้ใหญ่ หญิงตั้งครรภ์ และหญิงให้นมบุตร มีวิธีการคำนวณดังนี้

$$\text{BMI} = \text{น้ำหนักตัวเป็นกิโลกรัม} / (\text{ส่วนสูงเป็นเมตร})^2$$

ดังนั้น ในงานวิจัยชิ้นนี้ จะใช้วิธีการคำนวณความต้องการแคลลอรี่ในแต่ละวัน (Caloric Adequacy of Intake) ค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (Total Daily Energy Expenditure) และค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index, BMI) มาคำนวณ และนำเสนอถึงความต้องการแคลลอรี่ ค่าพลังงานที่ใช้ และความเพียงพอของปริมาณอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถาม

บริโภคเข้าไป ที่สะท้อนออกมาในรูปของค่าดัชนีความหนาของร่างกาย ในรูปแบบต่างๆ เช่น ผอม ร่างกายปกติ อวบ อ้วน หรืออ้วนมาก (Mookdadilok, 2012) เป็นต้น อีกทั้งวิธีการวัดถึงความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ มีวิธีการวัดดังนี้

- Dietary Diversity Index Score เป็นดัชนีชี้วัดความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ ด้วยการสอบถามในประเด็นดังต่อไปนี้ (Kennedy, Ballard, & Dop, 2010)
  - แบบสำรวจการรับประทานอาหารเช้า-เที่ยง-เย็น และอาหารว่างระหว่างวัน ภายใน 1 วัน/ 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา แยกอาหารที่ผลิตภายในบ้าน และอาหารที่รับประทานนอกบ้านออกจากกัน
  - อาหารพิเศษสำหรับคนท้องและเด็ก (ถ้ามี)
  - ถามส่วนผสมในอาหารโดยละเอียด เพื่อดูคุณค่าทางสารอาหาร (เน้นศึกษาอาหารที่มีวิตามิน A<sup>2</sup> และธาตุเหล็ก<sup>3</sup>) ทั้งนี้ หลังจากการสำรavnนำมาวิเคราะห์ เพื่อหาร้อยละของครอบครัวที่ได้รับวิตามิน A และธาตุเหล็กอย่างเพียงพอจะเป็นดัชนีบ่งชี้ถึงการได้รับสารอาหารอย่างเพียงพอหรือไม่ ที่อาจส่งผลต่อความเจ็บป่วยและสารอาหารที่เพียงพอต่อการดำรงชีวิตหรือไม่ (Kennedy, Ballard, & Dop, 2010)
  - แหล่งอาหาร (หาอาหารเอง เช่น การผลิตอาหารเอง การล่าสัตว์ การตกปลา เป็นต้น/ การซื้อ/ การยืม/ ได้รับจากเพื่อนบ้าน/ การแลกเปลี่ยน/ อาหารจากการช่วยเหลือ/ อื่น ๆ)
  - การสัมภาษณ์เชิงลึกเพิ่มเติมจากแหล่งอาหารประเภทตามฤดูกาล และเมื่อเวลาประสบเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงของสิ่งแวดล้อม

2) Food Access หมายถึง การเข้าถึงทรัพยากรตามที่กฎหมายกำหนด เช่น สิทธิชุมชน ในการเข้าถึงพื้นที่สาธารณะ เพื่อที่จะได้รับอาหารที่เหมาะสมสำหรับความต้องการทางโภชนาการ ซึ่งในกรณีนี้อาจคล้ายคลึงกับส่วนหนึ่งของดัชนี Dietary Diversity Index Score

---

<sup>2</sup> วิตามิน A หรือ เรตินอล มีมากในน้ำมันตับปลา ตับ ลำไส้ หัวน้ำมัน (โคลอสตรัม) เนย ไข่แดง ผักและผลไม้สีเหลือง เช่น มันเทศ พักทอง ถั่วเขียว ข้าวโพด บวบ ถั่วฝักยาว วิตามิน A มีความสำคัญต่อการเจริญเติบโต การสืบพันธุ์ และการเจริญของเอพิเธลิเยนเซลล์ทั่วร่างกาย เด็ก ๆ ในทวีปเอเชียมักขาดวิตามิน A และเป็นสาเหตุของตาบอดปีละ 20,000 คน (สนอง อุณากุล, 2538)

<sup>3</sup> ธาตุเหล็ก มีความสำคัญในการสร้างฮีโมโกลบิน คนปกติจะดูดซึมเหล็กที่ร่างกายต้องการ และขับออกทางอุจจาระ ยกเว้นในเด็กที่กำลังเติบโตและหญิงมีครรภ์ หรือคนที่ร่างกายสูญเสียเลือดมาก ๆ มีความต้องการเหล็กมากขึ้น โดยจะมีธาตุเหล็กมากในอาหารประเภท ตับ ไต หัวใจ ถั่วเหลือง และถั่วอื่น ๆ หอยนางรม น้ำตาลแดง และไข่แดง (สนอง อุณากุล, 2538)

(Kennedy et al., 2010) ที่สอบถามในรายละเอียดถึงกรรมสิทธิ์ของแหล่งอาหาร ที่เน้นการหาอาหารเอง เช่น พื้นที่สาธารณะในการปลูกพืช ลำสัตว์ ตกปลา เป็นต้น และอาจรวมไปถึงเพศสภาพระหว่างหญิง-ชาย ต่อการทำงานนอกบ้านเพื่อให้ได้รายได้มาซื้อหาอาหาร

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเด็นนี้เช่น การศึกษาระดับความมั่นคงด้านอาหารของครัวเรือนในตำบลเกาะเกิด อำเภอเชียรใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ของอัจฉรา ทองประทับ และคณะฯ (2552) ทำการศึกษาระดับความมั่นคงทางด้านอาหารที่คำนวณมาจาก 3 ด้านระดับครัวเรือนคือ การมีอาหาร (Household Food Availability/HHFAV) การเข้าถึงอาหาร (Household Food Access/HHFA) และการใช้ประโยชน์จากอาหาร (Household Food Utilisation/HHFU) ตามที่ได้กล่าวไปแล้วข้างต้น อย่างไรก็ตามวิธีการศึกษาในงานวิจัยดังกล่าวนี้ เน้นคำนวณระดับความมั่นคงทางด้านอาหารออกมาเป็นตัวเลขในเชิงปริมาณ กล่าวคือ ด้านการเข้าถึงอาหารจะให้ค่าคะแนนมาก-น้อยตามรายได้ รายจ่าย และความหลากหลายของประเภทและชนิดอาหารที่บริโภคของครัวเรือน เช่น 1,382 บาท/คน/เดือน ได้คะแนนเท่ากับ 1; รายได้มากกว่า 1,382 บาท/คน/เดือน ได้คะแนนเท่ากับ 2 และหากรายจ่ายด้านอาหารมากกว่า 50% ได้คะแนนเท่ากับ 1; และหากรายจ่ายด้านอาหารน้อยกว่า 50% ได้คะแนนเท่ากับ 2 เป็นต้น อย่างไรก็ตามในประเด็นของการสอบถามความหลากหลายของประเภทและชนิดอาหารที่บริโภคของครัวเรือนในงานวิจัยชิ้นนี้ (อัจฉรา ทองประทับ และคณะฯ, 2552) อาจเข้าข่ายประเด็นเดียวกับการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ (Food Utilisation) ตามแนวคิดของ Kennedy et al. (2010) ในหัวข้อต่อไป

3) Food Utilisation หมายถึง การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ตามความเหมาะสมทางโภชนาการ เช่น ในกระบวนการ หรือขั้นตอนการเตรียมอาหาร การมีน้ำ/อาหารสะอาด มีอนามัย เหมาะสมกับสุขภาพ และได้มาตรฐานทางโภชนาการตามที่ร่างกายต้องการ ทั้งนี้หากอาหารไม่ปลอดภัย อาจส่งผลให้มีร่างกายที่ไม่สมบูรณ์ เช่น การเจ็บป่วยจากความสะอาดของอาหาร ทั้งนี้ ในข้อนี้ก็เช่นกันที่ ดัชนีชี้วัดอาจคล้ายคลึงกับส่วนหนึ่งของดัชนี Dietary Diversity Index Score (Kennedy et al., 2010) ที่สอบถามถึงส่วนผสมของอาหารที่รับประทานเมื่อ 1 วัน/ 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา โดยละเอียดเพื่อดูคุณค่าทางสารอาหารที่ได้รับ (ดูภาคผนวก 2 และ 3)

วิธีการดังกล่าวข้างต้น สอดคล้องกับที่ วิลลาร์ด จงเจริญ (2531) และสุมาลา เปี่ยมมงคล (2534) อธิบายถึงวิธีการวัดภาวะโภชนาการในชุมชน ซึ่งประกอบด้วย 4 วิธีคือ 1) การวัดความเจริญเติบโตของร่างกาย 2) การตรวจร่างกาย 3) การตรวจทางชีวเคมี และ 4) การศึกษาอาหารที่บริโภคในหลายๆ วิธี ซึ่งในวิธีการวัดวิธีสุดท้าย สอดคล้องกับการศึกษา Food Utilisation ในกรณีนี้ ที่เรียกว่า วิธีการศึกษาอาหารที่บริโภคโดยการทบทวนความจำ (Food Recall Method) ด้วยการสอบถามชนิด และปริมาณอาหารหลัก และอาหารว่าง



ที่บริโภคใน 1 วันหรือ 24 ชั่วโมง ที่ผ่านมา แล้วจึงนำคำตอบที่ได้ไปเปรียบเทียบกับปริมาณอาหารที่บริโภคให้ได้ใกล้เคียงความจริงมากที่สุด อีกทั้งนำคำตอบที่ได้ไปคำนวณหาปริมาณสารอาหารต่างๆ ที่ได้รับในรอบ 24 ชั่วโมง (สุมาลา เปี่ยมมงคล, 2534)

นอกจากนี้ งานวิจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องในประเด็นนี้เช่น การศึกษาระดับความมั่นคงด้านอาหารของครัวเรือนในตำบลเกาะเกิด อำเภอเชียรใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช ของอัจฉรา ทองประทับ และคณะฯ (2552) ทำการศึกษาระดับความมั่นคงทางด้านอาหารที่คำนวณมาจาก 3 ด้าน ระดับครัวเรือนคือ การมีอาหาร (Household Food Availability/HHFAV) การเข้าถึงอาหาร (Household Food Access/HHFA) และการใช้ประโยชน์จากอาหาร (Household Food Utilisation/HHFU) ตามที่ได้กล่าวไปแล้วข้างต้น อย่างไรก็ตาม วิธีการศึกษาในงานวิจัยชิ้นนี้ เน้นคำนวณระดับความมั่นคงทางด้านอาหารออกมาเป็นตัวเลขในเชิงปริมาณ กล่าวคือ ด้านการใช้ประโยชน์จากอาหารของครัวเรือน คำนวณจากพลังงานที่ได้รับ 24 ชั่วโมงที่ผ่านมาจากอาหาร 18 ชนิด เทียบไปเป็นพลังงานกิโลแคลอรี/คน/วัน โปรตีน ระดับพลังงานที่เพียงพอ (อัจฉรา ทองประทับ และคณะฯ, 2552) ซึ่งการคำนวณพลังงานจากงานวิจัยชิ้นนี้ คล้ายคลึงกับการคำนวณความมั่นคงทางอาหารด้านความเพียงพอของอาหารของ Coates (2013)

4) Food Stability หมายถึง ความมีเสถียรภาพในการเข้าถึงอาหารได้อย่างตลอดเวลา ทั้งในเชิงกายภาพและจิตใจ แม้ว่าในบางครั้งอาจมีสถานการณ์ เช่น สภาวะทางเศรษฐกิจ การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ ฤดูกาลเปลี่ยนแปลง ส่งผลต่อฤดูกาลในการทำการเกษตร ในกรณีนี้ Coates (2013) ให้ความเห็นว่าการวัดความมั่นคงในการเข้าถึงอาหารวัดได้จากดัชนี Coping Strategies Index; Food Insecurity Access Scale; Months of Adequate Food Provisioning; Food Security Scale และ Experiential Level Cultural Acceptability Sub-Scale ที่เน้นการยอมรับได้ของความมั่นคงทางอาหารในเชิงวัฒนธรรม ตัวอย่างเช่น

- Food Insecurity Access Scale ใช้สอบถามความถี่ใน 3 ระดับ (โดย 1 หมายถึง 1-2 ครั้ง; 2 หมายถึง 3-10 ครั้ง; 3 หมายถึง มากกว่า 10 ครั้งขึ้นไป) การมีอยู่ของอาหารเมื่อ 30 วันที่ผ่านมา (Medical Anthropology Wiki (medanth), n.d.) เช่น คำถามให้ผู้ตอบตอบว่า (ภายในระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมา)

- 1) คุณมีความกังวลว่าครอบครัวของคุณจะไม่มีอาหารเพียงพอหรือไม่
- 2) คนในครอบครัวของคุณไม่สามารถรับประทานอาหารที่ต้องการได้เพราะว่าทรัพยากรมีไม่เพียงพอ
- 3) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารที่มีความหลากหลายน้อยลงเนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรหรือไม่
- 4) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารอย่างอื่นทดแทน เนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรทางอาหารหรือไม่

- 5) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารปริมาณน้อยลง เนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรหรือไม่
- 6) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารในจำนวนมีน้อยลง หรือไม่
- 7) มีอาหารชนิดใดบ้างที่คุณเคยรับประทานแล้วหายไป
- 8) มีคนในครอบครัวของคุณต้องท้องร้องเพราะหิวในตอนกลางคืนหรือไม่
- 9) มีคนในครอบครัวของคุณไม่ได้รับประทานอาหารทั้งวันและคืนเลยหรือไม่

ทั้งนี้ ความมั่นคงทางอาหารในข้อ 1-3 ตรงกับความเห็นขององค์การอนามัยโลกที่ให้ไว้ซึ่งในข้อที่ 4 อาจสอดแทรกอยู่ในข้อที่ 1-3 ผู้แต่งบางท่านอาจนำแยกออกมาเป็นอีกข้อก็ได้ (Medical Anthropology Wiki (medanth), n.d.) นอกจากนี้ นวลใย วัฒนกุล (2547) ตีความความมั่นคงทางอาหารตามนิยามของ FAO หมายถึง 4 ประเด็นคือ 1) การมี**ปริมาณ**อาหารที่เพียงพอ 2) อาหารมี**ประเภทที่หลากหลาย** 3) อาหารมี**คุณภาพ** หมายถึง มีคุณค่าทางโภชนาการและความปลอดภัยจากสารพิษและเชื้อโรค เพื่อดำรงไว้ซึ่งสุขภาพที่ดี ชีวิตแจ่มใส และ 4) ประชาชนสามารถ**เข้าถึง**อาหารได้ เนื่องจากการกระจายอย่างทั่วถึง

ในขณะที่ Coates (2013) ตีความ ความมั่นคงทางอาหารจากคำตรงข้ามว่า ความไม่มั่นคงทางอาหารคืออะไร และให้ขอบเขตของนิยามของความมั่นคงทางอาหารใหม่ที่ครอบคลุมใน 5 มิติคือ 1) การมีปริมาณอาหารที่เพียงพอ 2) อาหารมีโภชนาการอย่างมีคุณภาพ 3) อาหารเป็นที่ยอมรับตามวัฒนธรรม 4) อาหารปลอดภัย และ 5) มีอาหารแน่นอนและมั่นคง

อย่างไรก็ดี ในมิติต่างๆ ของความมั่นคงทางอาหารพบว่าผู้ตีความในรายละเอียดกันไปอย่างหลากหลาย ซึ่งส่งผลต่อวิธีการวัด หรือตรวจสอบภาวะความมั่นคงทางอาหารว่าจะใช้วิธีใด จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสะท้อนให้เห็นองค์ประกอบของความมั่นคงทางอาหารที่คล้ายคลึงกัน และสามารถจัดเป็นกลุ่มใหญ่ๆ ได้ใน 4 ส่วน (เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) คือ

1) การมีปริมาณอาหารที่เพียงพอต่อความต้องการ (Adequate Food Availability) ที่อาจได้อาหารโดยตรงจากทรัพยากรในพื้นที่ที่บุคคลคนนั้นผลิตได้เอง เช่น การปลูกข้าว การปลูกพืชผักสวนครัว เป็นต้น ในทางอ้อม บุคคลย่อมมีอาหารได้จากการประกอบอาชีพเสริม หรือประกอบอาชีพอื่นเพื่อให้ได้รายได้มาซื้ออาหาร

2) การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Access to Food) ทางตรง ได้แก่ สิทธิทำกินในที่ดิน ขนาดที่ดินที่ถือครอง (เยาวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) น้ำ ป่า เทคโนโลยี ในแง่นี้อาจหมายรวมถึงความเท่าเทียมกันในการมีกรรมสิทธิ์ในที่ดิน นอกจากนี้ยังรวมถึง การเข้าถึงทางอ้อม ได้แก่ ความสามารถการเก็บหาอาหารตามธรรมชาติ (Affordable) การผลิตอาหารเพื่อบริโภค

การมีงานทำเพื่อมีรายได้เพียงพอในการแลกเปลี่ยนและการซื้ออาหาร (นวลใย วัฒนกุล, 2547) ที่ไม่แพงจนเกินไป และการรับบริจาคอาหาร (สุธานี มะลิพันธ์, 2552)

3) คุณค่าของอาหาร หมายถึง การดำรงอยู่ของอาหารท้องถิ่นที่เกิดขึ้นในภูมิภาคนั้น ๆ โดยไม่ถูกเบียดขับ หรือลดคุณค่าด้วยอาหารที่มีอิทธิพลมาจากภายนอก และหมายรวมถึงความสม่ำเสมอของการมีอาหารบริโภคตลอดปี (Stability) ภายใต้สถานการณ์ที่มั่นคง ไม่แปรปรวน ไม่มีความขัดแย้งการใช้ทรัพยากรและที่ดิน ภัยธรรมชาติ ที่อาจส่งผลกระทบต่อการผลิตอาหารและสำรองอาหาร

4) อาหารที่มีโภชนาการ ปลอดภัยต่อสุขภาพ และการดำรงชีวิต ซึ่งไม่ใช่การวัดจากปริมาณอาหาร แต่เป็นการวัดจากคุณภาพของอาหารที่บริโภคเข้าไปว่ามีโภชนาการเพียงพอต่อการดำรงชีวิตและสุขภาพ ซึ่งอาจมาจากปัจจัยด้านรายได้ กล่าวคือ เมื่อมีรายได้สูง ก็มีสภาพทางเศรษฐกิจที่ดีในการเลือกซื้อหาอาหารที่มีคุณภาพสู่ตนเองและครอบครัว เช่น การเลือกบริโภคน้ำสะอาด รวมไปถึงความสามารถในการผลิตอาหาร การประกอบอาหาร การดูแลรักษาอาหาร มีการอนุรักษ์ ฟื้นฟูอาหาร มีความรู้ ภูมิปัญญา มีทักษะ ทัศนคติที่ดีต่ออาหาร เครื่องมือในการประกอบอาหาร อาหารมีคุณภาพเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย อาหารให้พลังงานและสารอาหาร

ตัวอย่างงานวิจัย ที่มีการวัดความมั่นคงทางอาหารตาม 4 มิติ ดังกล่าวข้างต้น เช่น การศึกษาการใช้ประโยชน์และศักยภาพของพื้นที่ป่า ในด้านพืชอาหารและพืชสมุนไพรของชาวมูเซอ บ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ พบว่า ป่าไม้ (ป่าเบญจพรรณ ป่าเต็งรัง ป่าดิบเขา) เป็นพื้นที่เก็บหาอาหารและพืชสมุนไพร ที่มีความหลากหลาย สามารถนำมากินใบ กินดอก กินผล และส่วนอื่นๆ เช่น หน่อ เปลือก หัว เป็นต้น ทั้งนี้ ชาวมูเซอสามารถหาอาหารที่มีคุณค่าและโภชนาการได้อย่างเพียงพอ เช่น การได้รับปริมาณ ฟอสฟอรัส และแคลเซียมจากชะอม ตำลึง และผักกูด เป็นต้น ในปริมาณที่แตกต่างกันไปตามความสามารถและเวลาว่างของครอบครัว ในทั้ง 3 ฤดู (ร้อน ฝน หนาว) เช่น ไม้รวก ไม้บง รวมไปถึงเห็ดเผาะ ที่สามารถเก็บกินภายในชุมชน รวมไปถึงการเก็บไปขายหากมีเหลือ (วรรณธิภา จันทรกุลม, โกมล แพรกทอง, สันต์ เกตุปราณีต, & เตือนใจ นุชดำรงค์, มปป.)

งานวิจัยของ จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ และคณะฯ (2546) ศึกษากระบวนการและความมั่นคงทางอาหารของชุมชน 4 ภาค ของประเทศไทย และเน้นในอาหารของหญิงตั้งครรภ์และเด็กแรกเกิด อันได้แก่ อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี (ภาคกลาง) อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา (ภาคใต้) อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ) และอำเภอเมือง จังหวัดน่าน (ภาคเหนือ) ใช้วิธีการศึกษาโดยการสัมภาษณ์ผู้นำชุมชน การสังเกต และบันทึกการสำรวจ ผลการศึกษา จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ และคณะฯ (2546) เห็นว่า อาหารในพื้นที่ศึกษามีความหลากหลายไม่มากนัก โดยเฉพาะปลาน้ำจืด ผักต่างๆ และเนื้อสัตว์อื่นๆ ที่มีแนวโน้มของแหล่งอาหารตามธรรมชาติลดน้อยลง ยกเว้นพื้นที่ศึกษาที่ อำเภอเทพา

จังหวัดสงขลา (ภาคใต้) ที่ยังคงมีความหลากหลายของผักสด ซึ่งในงานวิจัยของ จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ และคณะฯ (2546) สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในเรื่องของการศึกษาแหล่งที่มาของอาหารในงานวิจัยชิ้นนี้ได้ อีกทั้งผลการศึกษาโดยสรุป ดังแสดงในตารางที่ 2 นี้ (จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ & คณะฯ, 2546)

ตาราง 2

*Food Availability ของ 4 ชุมชน 4 ภาค ในประเทศไทย*

Food Availability	อำเภอพนมทวน จังหวัดกาญจนบุรี (ภาคกลาง)	อำเภอเทพา จังหวัดสงขลา (ภาคใต้)	อำเภอกระนวน จังหวัดขอนแก่น (ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ)	อำเภอเมือง จังหวัดน่าน (ภาคเหนือ)
การผลิตเองได้	ข้าวเจ้า ไข่ ปลา น้ำจืด เนื้อสัตว์ อื่นๆ (เช่น กบ หนุณา) ไข่ไก่ พืชผัก ผลไม้สด	ข้าวเจ้า ปลา น้ำจืด ปลา กระป๋อง ปลา/อาหาร ทะเล (เช่น ปลาน้ำเค็ม กุ้ง ปู) เนื้อสัตว์อื่นๆ (เช่น แกะ แพะ กุ้ง กุลาดำ) ไข่ไก่ พืชผัก ผลไม้ สด	ข้าวเจ้าและข้าวเหนียว หมู ไข่ เนื้อ ปลาน้ำจืด เนื้อสัตว์อื่นๆ (เช่น กบ หนุณา ไช้มัดแดง แมงกุดจี่ หอยจับจี่ ฯลฯ) ไข่ไก่และไข่เป็ด พืชผัก ผลไม้สด ขนม ขบเคี้ยว (เช่น ข้าวจี๊ ข้าวเม่า ฯลฯ)	ข้าวเจ้าและข้าว เหนียว หมู ไข่ เนื้อ (วัว/ ควาย) ปลาน้ำ จืด เนื้อสัตว์ อื่นๆ (เช่น กบ เขียด กุ้ง ตัว นึ่ง สุนัข ฯลฯ) ไข่ไก่ พืชผัก ผลไม้สด เครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ (เช่น อุ สาโท) บุหรี (ยาสูบ)
ร้านค้าในชุมชน	✓	✓	✓	✓
รถเร่ขายอาหาร สด/อาหาร สำเร็จรูป	✓	✓	✓	✓
ตลาดในหมู่บ้าน และตลาดนัดใน ชุมชน	✓	✓	✗	✓

หมายเหตุ: สรุปจาก จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ, & คณะฯ. (2546). ระบบความมั่นคงทางอาหารของชุมชน: การสำรวจชุมชน 4 ภาค โครงการวิจัยระยะยาวในเด็ก. ใน *น้ำอ้อย ภักดีวงศ์, อภภาพร พาววิไล, อรทัย ชิวะเกตุ, สุทิน ชนะบุญ, & จันทรเพ็ญ ชูประภาวรรณ (ทีมบรรณาธิการ)*. นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข. หน้า 2-40.

นอกจากนี้ ความมั่นคงทางอาหารอาจมีความหมายในมิติที่แตกต่างกันไปจากที่เยาวชนลักษณะ ศรีคำภา (2552) ได้กล่าวข้างต้น เช่น งานวิจัยของ ปิยนาด อิมดี (2547) ทำการศึกษาเรื่องความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชนบท กรณีศึกษาบ้านป่าคา หมู่ที่ 2 ตำบลสวก อำเภอเมืองน่านกับกลุ่มตัวอย่าง 23 ครอบครัว ด้วยการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม แบบบันทึก การสัมภาษณ์ เวทีสนทนา แผนที่ทรัพยากร เพื่อวิเคราะห์ความมั่นคงทางอาหารใน 3 ประเด็น (ปิยนาด อิมดี, 2547) คือ

1) การมีอยู่ของอาหาร ได้แก่ แหล่งทรัพยากรอาหารที่อยู่รอบๆ บ้าน ทุ่ง สวน แหล่งน้ำป่าไม้ และแหล่งค้าขาย อย่างไรก็ตาม พบว่ามีการลดลงของทรัพยากรธรรมชาติที่เป็นแหล่งอาหาร เช่น การบุกรุกพื้นที่ป่าเพื่อขยายพื้นที่การเกษตรและที่อยู่อาศัย การใช้สารเคมีในการเกษตร วิธีการหาอาหาร เช่น การเผาป่าเพื่อล่าสัตว์ การเก็บทรัพยากรเพื่อขายที่ละมาก ๆ สภาพอากาศที่แปรปรวน ฝนไม่ตกตามฤดูกาล แหล่งน้ำแห้งแล้งและตื้นเขิน

2) การจัดการอาหาร อาจหมายถึงการเป็นผู้ผลิตเอง และหมายถึงการผลิตเพื่อการค้า การผลิตอาหารเพื่อเลี้ยงตนเองก่อน และเมื่อได้ผลผลิตส่วนเกินจึงนำไปขาย รวมไปถึงการหาซื้ออาหารจากแหล่งค้าขายด้วย ที่อาจหมายรวมถึงการแลกเปลี่ยนสินค้า และการซื้อหาอาหารจากเพื่อนบ้านในราคามิตรภาพ การจัดระบบการดูแลรักษาทรัพยากรแหล่งอาหาร เช่น การดูแล รักษา อนุรักษ์ พื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติ การไม่ทำลายธรรมชาติ การเกษตรแบบดั้งเดิม การเลิกใช้สารเคมี เพื่อป้องกันการขาดแคลนอาหารในอนาคต ความสามารถในการผลิตอาหารเพื่อบริโภค การผลิตอาหารที่หลากหลาย เพียงพอ มีความสดใหม่ ปลอดภัยจากสารเคมี การลดรายจ่ายค่าอาหาร

งานวิจัยของ ปิยนาด อิมดี (2547) ในด้านการจัดการอาหารในข้อนี้ สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ธนันชัย มุ่งจิต (2555) ในข้อเสนอแนะแนวทางในการเสริมสร้างศักยภาพความมั่นคงทางอาหารของชุมชน ได้แก่ การจัดการแหล่งอาหารตามธรรมชาติ การผลิตพืชอาหารที่ปลอดภัย เพียงพอและหลากหลาย การจัดการอาหารกับวัฒนธรรมท้องถิ่น วิธีการบริโภคอย่างรู้เท่าทัน กลไกการเฝ้าระวังความมั่นคงทางอาหาร และการสร้างการเรียนรู้ความมั่นคงทางอาหาร (ธนันชัย มุ่งจิต, 2555) เป็นต้น รวมไปถึงในงานวิจัยของ Ogunlana (มปป.) ที่กล่าวถึงวิธีการปลูกพืชตระกูลถั่วแบบสลั๊บแถว (Alley Farming) เพื่อช่วยลดการเสื่อมสภาพของดิน ลดการกัดเซาะของดิน และเพิ่มความอุดมสมบูรณ์ให้ดิน แก่เกษตรกร

3) ความสามารถในการมีอาหารได้ เช่น การมีที่ดินทำกิน สุขภาพร่างกายที่ดี มีภูมิปัญญา ความสามารถและทักษะในการหาอาหาร และประดิษฐ์เครื่องมือหาอาหาร การจัดการทรัพยากรแหล่งอาหารที่เป็นทรัพยากรร่วมในชุมชน ระบบความสัมพันธ์แบบเครือญาติ ระบบอุปถัมภ์ และการมีสวัสดิการชุมชน ที่คอยช่วยค้ำจุนการแบ่งปันอาหารในชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับที่ สุธานี มะลิพันธ์ (2552) สรุปว่า การเข้าถึงทรัพยากรอาหารตามมุมมองของ

เยาวลักษณ์ ศรีคำภา (2552) รวมไปถึง การเก็บหาอาหารตามธรรมชาติ การผลิตอาหารเพื่อบริโภค การแลกเปลี่ยนและการซื้ออาหาร และการรับบริจาคอาหารด้วย

ทั้งนี้ จากการศึกษาวิจัยของ สุธานี มะลิพันธ์ (2552) พบว่า ชุมชนชาวลัวะ บ้านป่ากำ อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน มีการเข้าถึงทรัพยากรทางอาหาร หรือมีความสามารถในการมีอาหารได้ ด้วยวิธีการเก็บหาอาหารตามธรรมชาติ และการผลิตด้วยตนเอง แต่ในชุมชนดังกล่าวจะไม่นิยมแลกเปลี่ยนอาหาร และรับบริจาคอาหาร เนื่องจากรายได้ไม่เพียงพอที่จะซื้ออาหารมาบริโภค รวมไปถึงวัฒนธรรมท้องถิ่นที่มีข้อห้ามบริโภคอาหารจากภายนอก โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ คนถือศีลกินเจ ละเว้นการบริโภคเนื้อสัตว์ และคนท้อง

## 2.1.2. หญิง-ชายในการจัดการความมั่นคงทางอาหาร

### 2.1.2.1. ความหมาย ความแตกต่างของหญิงและชาย

ผู้หญิงและผู้ชายมีความแตกต่างในลักษณะที่เด่นชัดในเรื่องของทางเพศ ดังคำนิยามของผู้แต่งหลาย ๆ ท่าน (Australian National University, 2008; กาญจนา คูหา, 2545; สว่าง เลิศฤทธิ, 2544-2545) ในกรณีนี้ขอยกตัวอย่างตามนิยามของกาญจนา คูหา (2545) ให้นิยามของเพศ (Sex) ว่า

“ลักษณะของการทำหน้าที่ในการสืบพันธุ์ ซึ่งแยกสิ่งมีชีวิตชนิดเดียวกันออกเป็นสองพวกที่เรียก...ในกรณีของมนุษย์ว่า ‘ชาย-หญิง’ ลักษณะนี้ถูกกำหนดโดยชีวเคมีของสิ่งมีชีวิตนั้น กล่าวคือ ชายมีโครโมโซม xy ทำให้ชายมีลักษณะต่าง ๆ ของชาย โดยเฉพาะมีอวัยวะสืบพันธุ์แบบหนึ่งซึ่งมีหน้าที่ผลิตและปล่อยสเปิร์มเพื่อการสืบพันธุ์ ในขณะที่หญิงมีโครโมโซม xx ทำให้หญิงมีลักษณะต่าง ๆ ของหญิง โดยเฉพาะมีอวัยวะสืบพันธุ์อีกแบบหนึ่งซึ่งมีหน้าที่ผลิตไข่เพื่อมารอรับสเปิร์มที่จะมาผสมพันธุ์เพื่อสร้างชีวิตใหม่” (หน้า 41)

สว่าง เลิศฤทธิ (2544-2545) กล่าวถึงในขอบเขตนิยามของเพศที่กว้างกว่าและรวมไปถึง ความแตกต่างทางชีววิทยาของคน เช่น ระบบฮอร์โมน ลักษณะโครโมโซม และลักษณะทางกายภาพของเพศหญิงและเพศชาย

ในขณะที่เพศสภาพ เพศสถานะ หรือความเป็นเพศ (Gender) หมายถึง บุคลิกภาพ รวมถึงบทบาทหน้าที่ในสังคมที่แต่ละสังคมถูกคาดหวังว่าจะแสดงตามเพศของตน (กาญจนา คูหา, 2545; สว่าง เลิศฤทธิ, 2544-2545) กาญจนา คูหา (2545) ได้แยกเพศ

สภาพของคนออกเป็นสองพวก โดยที่บุคลิกภาพนี้สอดคล้อง และสืบเนื่องมาจากเพศของบุคคลผู้นั้น เช่น ชิวเคมีทำให้ผู้ชายมีกล้ามเนื้อที่แข็งแรงกว่า และเคลื่อนไหวได้เร็วกว่าเพศหญิง เพศสภาพชายจึงพัฒนาไปในทางใช้กำลังได้ดีกว่า ดังนั้น งานที่ใช้แรงกาย หรือความรุนแรงมักเป็นงานของเพศชาย ขณะเดียวกัน ชิวเคมีทำให้เพศหญิงมีระดู เป็นผู้ตั้งครรภ์ และมีน้ำนมที่ผลิตในร่างกายของตนหลังคลอดบุตรแล้ว เพศสภาพหญิงจึงพัฒนาไปในทางที่ใช้ความละเอียดอ่อนได้ดีกว่า เห็นอกเห็นใจมากกว่า งานที่ใช้ความอ่อนโยนประณีตจึงมักเป็นงานของเพศหญิง จากการให้นิยามดังที่กล่าวมา ส่งผลต่อทัศนคติต่อเพศสภาพ เช่น ทัศนคติต่อเพศสภาพหญิงคือ ผู้หญิงมีหน้าที่หลักในการเลี้ยงดูและทำงานบ้าน ผู้หญิงเป็นเพียงผู้หารายได้เสริม ผู้ชายหารายได้หลัก ผู้ชายจึงมีความสำคัญกว่าผู้หญิง ความแตกต่างทางเพศดังกล่าว (Australian National University, 2008) ยังส่งผลต่อการให้ความสำคัญระหว่างเพศ เช่น ผู้ชายมักได้รับการยอมรับในการสืบเชื้อสาย การถือกรรมสิทธิ์ในที่ดินและทรัพย์สิน การยอมรับในการปฏิบัติดังกล่าวจึงส่งผลถึงความแตกต่างระหว่างเพศในการจัดการความมั่นคงทางอาหาร (ปราณี วงษ์เทศ, 2544 อ้างใน เขียวลักษณ์ ศรีคำภา, 2552)

นอกจากนี้ Hooks (2000) กล่าวว่า เป็นที่รู้กันว่าปัจจุบันมีผู้หญิงจำนวนมากทำงานนอกบ้านเพื่อหารายได้ บางส่วนอาจมีรายได้มากกว่าผู้ชายด้วยซ้ำ แต่อย่างไรก็ดี ผู้หญิงจะเห็นว่าผู้ชายก็ยังเป็นผู้นำอยู่ดี เนื่องจากนี่คือบรรทัดฐานของสังคมที่เป็นเช่นนี้ ในขณะที่ สว่าง เลิศฤทธิ นำเสนอเพศสภาพในแง่ของนักโบราณคดี นักมานุษยวิทยา และนักวิชาการทั่วไปว่า เพศสภาพ หมายถึง อัตลักษณ์ทางสังคมของเพศต่าง ๆ ที่กว้างกว่าแค่เพศชายและหญิง ได้แก่ หญิงชาย รวมถึง กะเทย เกย์ เช่น ในสังคมอิสาน ผู้หญิงควรรู้จักการตำหูกซึ่งหมายถึงการทอผ้า ส่วนผู้ชายก็จะถูกคาดหวังว่าจะเป็นผู้นำครอบครัวเป็นต้น ดังนั้น เพศสภาพจึงเป็นเรื่องทางวัฒนธรรม เป็นสิ่งที่ต้องเรียนรู้ ไม่ใช่สิ่งที่ติดตัวแต่กำเนิด (สว่าง เลิศฤทธิ, 2544-2545)

ภัสสร ลิมานนท์ (2544) ยังเสริมต่อไปว่า บทบาททางเพศ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามสภาวะการณ์และเงื่อนไขของสังคมที่เปลี่ยนไป เช่น หญิงอาจต้องเข้ามารับภาระต่าง ๆ ซึ่งเคยเป็นงานของชาย และชายอาจต้องรับบทบาทการดูแลการบ้านเรือน เลี้ยงบุตร ซึ่งเคยเป็นหน้าที่ของหญิงได้เช่นเดียวกัน แม้ว่าบทบาทส่วนใหญ่จะถูกกำหนดโดยตั้งอยู่บนพื้นฐานความแตกต่างทางสรีระของคนทั้งสองเพศ (ภัสสร ลิมานนท์, 2544) ดังเช่นตัวอย่างที่กาญจนา คูหา (2545) ได้ให้ไว้ ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่าบทบาททางเพศหรือเพศสภาพ (Gender) จึงแตกต่างกันไปตามสังคม วัฒนธรรม รวมไปถึงโอกาสที่บุคคลแต่ละเพศสามารถเข้าถึง-ได้ใช้-และควบคุมทรัพยากรต่าง ๆ เพราะมีสิทธิ มีอำนาจ มีความรับผิดชอบ และถูกคาดหวังจากสังคมต่างกันไป ซึ่งจะกระทบต่อสถานภาพของชายและหญิงในสังคมนั้น ๆ ซึ่ง นวลใย วัฒนกุล (2547) ให้ความเห็นว่า นี่คือการเท่าเทียมกันในความมั่นคงทางอาหาร เช่น การเท่าเทียมกันระหว่างผู้หญิงและผู้ชาย หรือมากกว่านั้น เช่น ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ระหว่างเด็กกับผู้ใหญ่ และคนในชุมชนเดียวกัน ดังเช่นในกรณีศึกษาของข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้ที่ส่วนหนึ่ง

จะศึกษาภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพของหญิงและชายในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร ซึ่งหมายถึงความเท่าเทียมกันในความมั่นคงทางอาหารของสมาชิกในสังคมนั้น ๆ

นอกจากความแตกต่างทางด้านเพศ ที่ส่งผลต่อการถือกรรมสิทธิ์ของการครอบครองที่ดิน ที่ส่งผลต่อการจัดการความมั่นคงทางอาหาร ปัจจัยทางด้านชาติพันธุ์ ที่อาจนับว่าเป็นกลุ่มของบุคคลชายขอบในเรื่องของความขัดแย้งในการใช้ภูมิปัญญาในการทำไร่ข้าวในเขตพื้นที่ป่า แต่ขัดกับกฎหมายการอนุรักษ์ของประเทศไทยที่กำหนดไว้ และมีความเสี่ยงจากการถูกจับกุมจากเจ้าหน้าที่ของรัฐ ดังเช่นที่ ชุมชนชาวกะเหรี่ยง จังหวัดกาญจนบุรี ที่เป็นกลุ่มคนที่เปราะบาง เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของสภาพสังคมความเป็นเมือง ความทันสมัย การเกษตรเชิงเดี่ยว แต่ทรัพยากรมีความเสื่อมโทรม ความไม่เท่าเทียมกันในความสัมพันธ์กับนายทุน ส่งผลให้เกิดหนี้สิน (สุรัชย์ รักษาชาติ, 2545)

อีกตัวอย่างหนึ่งในงานวิจัยของ Gyawali (2008) ยังแสดงให้เห็นถึง ความแตกต่างทางด้านชนชั้นวรรณะและชาติพันธุ์ทาร์ู (Tharu) ในประเทศเนปาล ก็ส่งผลต่อการจัดการความมั่นคงทางอาหารอีกด้วย ทั้งนี้ ในงานวิจัยชิ้นนี้ ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่าง 72 ครัวเรือน ใน 12 หมู่บ้าน อำเภอตั้ง (Dang District) ตะวันตกกลางของประเทศเนปาล มีการบริโภคข้าว ข้าวโพด และข้าวสาลี จากการศึกษาค้นพบว่า ชาติพันธุ์ทาร์ู ทำการเกษตรแบบยังชีพ และแรงงานนอกภาคการเกษตร เนื่องจากไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง รายได้ต่ำ ฐานะยากจน ขาดการเข้าถึงการจ้างงานที่เป็นธรรม และไม่สามารถเข้าถึงระบบสาธารณสุขูปโภค เช่น การชลประทานได้ ส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหารของชนชาติพันธุ์ในกลุ่มนี้

ปัจจัยทางด้านรายได้ ก็เป็นอีกปัจจัยหนึ่งเช่นกันที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหาร ในแง่ของโภชนาการ และอาหารปลอดภัย เช่น ในงานวิจัยของ จิตติพร โชติดี (2552) ศึกษาความมั่นคงทางอาหารของผู้ที่มีรายได้น้อยในชุมชนแออัด วัดพุทธกษมาลา เขตตลิ่งชัน กรุงเทพมหานคร ด้วยวิธีการสำรวจครัวเรือนจำนวน 129 ครัวเรือน ด้วยการสัมภาษณ์ประกอบแบบสอบถามจากกลุ่มคนที่ทำงานอาชีพรับจ้าง ข้าราชการ พนักงานบริษัท ค้าขาย คนงานก่อสร้าง ขับมอเตอร์ไซค์รับจ้าง ทาบแร่แฝงลอย เกษตรกรรม ที่มีการประกอบอาหารเอง และซื้ออาหารสำเร็จรูป จากตลาดสด หรือตลาดนัดใกล้บ้าน และพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีความมั่นคงทางอาหารในระดับมาก แต่ด้านโภชนาการและอาหารปลอดภัยอยู่ในระดับปานกลาง

ดังนั้น จะเห็นได้ว่ามีปัจจัยมากมายที่ส่งผลต่อความมั่นคงทางอาหาร ได้แก่ ปัจจัยทางเพศสภาพ ชนชั้น วรรณะ ชาติพันธุ์ และรายได้ อย่างไรก็ตามในข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้จะเน้นศึกษาเฉพาะลักษณะทางเพศสภาพเท่านั้น ส่วนปัจจัยอื่นๆ เป็นปัจจัยรองที่ทำการศึกษาประกอบหากมีการค้นพบว่ามีอิทธิพลต่อการรับมือกับความมั่นคงทางอาหาร



### 2.1.2.2. หญิง-ชายในการจัดการความมั่นคงทางอาหารในสภาวะการเปลี่ยนแปลง

คณะกรรมการสิทธิทางเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม (สุภา โยเมือง, 2555) ให้ความหมายสิทธิทางอาหารระหว่างหญิง-ชาย ว่ามีสิทธิอย่างเท่าเทียมกันไว้ว่า

*"สิทธิของทั้งผู้ชาย ผู้หญิง และเด็ก ไม่ว่าล่าโดยล่าพัง หรือร่วมกับผู้อื่นในชุมชน ในการเข้าถึงอาหารได้อย่างเพียงพอ หรือมีวิธีการสำหรับจัดซื้ออาหารที่สอดคล้องกับศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ได้ตลอดเวลา ทั้งในทางกายภาพและในทางเศรษฐกิจ"* (หน้า 30)

อย่างไรก็ดีในเชิงปฏิบัติ งานวิจัยของเยวาลักษณ์ ศรีคำภา (2552) สะท้อนว่าในแต่ละพื้นที่ หรือแต่ละภูมิภาค ที่มีสภาพทางด้านสิ่งแวดล้อมและสภาพทางด้านสังคมที่แตกต่างกัน แสดงถึงความมั่นคงทางอาหารที่แตกต่างกันอีกด้วย เช่น สภาพสังคมก่อนยุคการทำสัมปทานป่าไม้ คนมีวิธีการผลิตแบบยังชีพด้วยการเพาะปลูก เลี้ยงสัตว์ ควบคู่ไปกับการหาอาหารในธรรมชาติ และ "ข้าว" อาจหมายถึงตัววัดความมั่นคงทางอาหาร กลุ่มคนที่มีอาชีพหาของป่า กลุ่มคนอาชีพรับจ้าง กลุ่มคนชาวไร่สวนข้าวโพด กลุ่มคนที่เป็นลูกจ้างโรงงานผลิตสุรา เป็นต้น รวมไปถึงความแตกต่างทางเพศ ก็ส่งผลต่อการจัดการความมั่นคงทางอาหารที่แตกต่างกัน เช่น ผู้หญิงมีบทบาทในงานบ้าน ขอบเขตพื้นที่รับผิดชอบของเพศสภาพหญิงอยู่เพียงแต่ที่บ้าน หรือระดับครัวเรือน ไม่รวมถึงที่สาธารณะ ผู้ชายมีบทบาทในการจัดการอาหารในการผลิตและงานนอกบ้าน เป็นต้น

ต่อมาในยุคหลังการทำสัมปทานป่าไม้ มีการเปลี่ยนแปลงในระบบสังคมและเศรษฐกิจ มีการคมนาคมและติดต่อสื่อสารที่สะดวกยิ่งขึ้น ทรัพยากรธรรมชาติในชุมชนถูกเปลี่ยนเป็นทุนเพื่อการแลกเปลี่ยนเงินตรา มีการเข้าถึงอาหารโดยตรง จากธรรมชาติและและการเกษตร

ในยุคการอนุรักษ์ มีการประกาศเขตอุทยานแห่งชาติจากรัฐบาล เพื่อการเลิกตัดไม้ การจัดตั้งกลุ่มอนุรักษ์เพื่อยืนยันสิทธิในการใช้ทรัพยากร การผลิตอาหารของชุมชนเปลี่ยนแปลงไปเป็นระบบทุนนิยมมากขึ้นรวมถึงการแสวงหารายได้เพิ่มเติม ฟังฟังตลาดภายนอกมากขึ้น มีการผลิตอาหารเพื่อขาย การเข้าถึงอาหารอาจหมายถึงการซื้ออาหาร และการผลิตอาหารเอง ทั้งผู้หญิงและผู้ชายทำงานนอกบ้านเพื่อความอยู่รอด เช่น เพศสภาพหญิงได้รับการยอมรับในการช่วยแบ่งเบาภาระของเพศสภาพภายนอกบ้าน หรือพื้นที่สาธารณะมากขึ้น เช่น อาชีพการเพาะปลูก และการค้าขาย (ยศ สันตสมบัติ, 2542 อ้างใน เยวาลักษณ์ ศรีคำภา, 2552) ในทางกลับกันผู้ชายก็มีบทบาทในการแบ่งเบาภาระงานบ้านจากผู้หญิงเช่นกัน อีกทั้งผู้หญิงได้รับการยอมรับว่ามีบทบาทมากขึ้นในการอนุรักษ์ การตัดสินใจทั้งในระดับครัวเรือน และในชุมชน (เยวาลักษณ์ ศรีคำภา, 2552)

นอกจากในแง่ของระบบเศรษฐกิจและสังคมที่มนุษย์อาศัยอยู่เปลี่ยนแปลงไป ส่งผลต่อบทบาทของชายและหญิงต่อความมั่นคงทางอาหาร บทบาททางเพศในการทำงานนอกบ้าน เพื่อให้ได้รายได้เสริมเพิ่มขึ้น เพื่อนำรายได้มาซื้ออาหาร ยังแบ่งประเภทของงานระหว่างชายและหญิงแยกย่อยออกไปอีก เช่น เพศสภาพที่ถูกแบ่งงานตามสรีระร่างกาย เช่น ผู้หญิงมีนิ้วมือที่เรียวเล็ก เหมาะกับงานเย็บปักถักร้อย ความใจอ่อนของเพศสภาพหญิง เหมาะสมกับงานดูแลคนอื่น เช่น พยาบาล ส่วนเพศสภาพชาย เป็นการรับภาระที่เปลี่ยนแปลงไปตามประวัติศาสตร์ เช่น การทำงานในเหมือง งานเรียกร่องต่อสู๊ เป็นต้น (Linda McDowell and Joanne P. Sharp, 1999 อ้างใน เขาวลัทธิ ศรีคำภา, 2552)

ในงานวิจัยของ Carter, Kruse, Blakely และ Collings พบว่า ผู้หญิงในประเทศนิวซีแลนด์จะเกิดความเครียดมากกว่าผู้ชาย หากไม่สามารถดูแลเรื่องอาหารเพียงพอกับความต้องการของคนในครอบครัวได้ ทั้งๆ ที่ปัจจุบันผู้หญิงยังคงต้องดูแลความเรียบร้อยภายในครอบครัวด้วย แม้ว่าต้องทำงานนอกบ้านเช่นเดียวกับผู้ชาย ซึ่งสะท้อนบทบาทของผู้หญิงที่ต้องรับภาระความรับผิดชอบภายในครอบครัวที่ยังคงสืบทอดมาแต่ช้านาน (Carter, Kruse, Blakely, & Collings, 2011)

เช่นเดียวกับพื้นที่กรณีศึกษาในข้อเสนอโครงการวิจัยชั้นนี้ที่ศึกษาเปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ที่วิถีชีวิตส่วนหนึ่งมีการพึ่งพาธรรมชาติ เพื่อให้ได้มาซึ่งอาหาร ในอีกทางหนึ่งประชาชนยังต้องมีค่าใช้จ่ายประจำตัว และครอบครัว เช่น ค่าไฟฟ้า ค่าโทรศัพท์ ค่าเล่าเรียนบุตร ค่ายานพาหนะ เป็นต้น

นอกจากนี้ ในงานวิจัยของ พรไทย ศิริสาธิตกิจ (2550) ที่กล่าวถึงการปรับตัวของเกษตรกร ชุมชนขนาดใหญ่ อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ได้รับผลกระทบจากการเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจจากการทำป่าจากเพื่อผลิตน้ำตาลจาก เปลี่ยนไปเป็นการทำนากุ้ง และผลกระทบจากโครงการพัฒนาพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง ในจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ทำให้น้ำกร่อยซึ่งเป็นน้ำที่เหมาะสมกับการปลูกป่าจากลดหายไป แต่ในการศึกษาของพรไทย ศิริสาธิตกิจ (2550) นี้ไม่ได้ศึกษาแยกแยะในมิติเพศสภาพทางเพศ อย่างไรก็ตามผลการศึกษาครั้งนี้ สามารถใช้เป็นแนวทางเรื่องการปรับตัวเรื่องความมั่นคงทางอาหารได้ และพบว่าเกษตรกรมีกลยุทธ์ในการปรับตัว 2 แนวทาง คือ 1) การปรับตัวบนพื้นฐานการผลิตทางการเกษตร เช่น การกลับไปทำอาชีพเดิม เช่น การทำนา ปลูกจาก ปลูกสน หาปลาในลำคลองเลี้ยงสัตว์ (วัวพื้นบ้าน) รวมไปถึงการเพิ่มมูลค่าในผลผลิต เช่น การแปรรูปน้ำตาล (ต้น)จากเป็นเหล้าขาว (ต้น)จาก และ 2) คือ การปรับตัวบนพื้นฐานนอกภาคการเกษตร ในการประกอบอาชีพอื่นๆ เช่น แรงงานเย็บเสื้อผ้า การย้ายถิ่นแรงงานออกนอกพื้นที่ เป็นแรงงานลูกจ้างรายวันในโรงงานต่างๆ รวมไปถึงแรงงานก่อสร้าง (พรไทย ศิริสาธิตกิจ, 2550)

ดังนั้น ในการวิจัยขั้นนี้ทำการศึกษาเพศสภาพหญิงและชายในการรับมือกับความมั่นคงทางอาหารใน 4 มิติดังกล่าวข้างต้น ดังสรุปจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางการศึกษาดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3

หญิง-ชายในการจัดการความมั่นคงอาหารใน 4 มิติ

มิติ	วิถี	หญิง	ชาย
1) การมีอาหารเพียงพอ	ทางตรง	การผลิตอาหารเอง เช่น ชาวนา	
	ทางอ้อม	อาชีพเสริม เช่น งานนอกภาคเกษตร งานหัตถกรรม	
2) การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร	-	สิทธิทำกินในที่ดิน การถือครองที่ดินเท่าเทียมกันหรือไม่	
3) ประโยชน์ของอาหาร (ที่มีโภชนาการและปลอดภัย)	-	บทบาทของผู้หญิงในฐานะดูแลบุคคลในครอบครัว	-
		หญิงและชายมีความแตกต่างกันในการเลือกซื้ออาหารที่มีคุณภาพหรือไม่	
4) ความ (ไม่) มั่นคงของอาหาร (คุณค่าของอาหาร)	-	อาหารท้องถิ่น ความหลากหลายของอาหาร	

หมายเหตุ: ที่มาสรุปจาก เขาวลักษณะ ศรีคำภา (2552). การเปลี่ยนแปลงด้านอาหารและบทบาทหญิงชายในบริบทการพัฒนาของชุมชนสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่ (Changes of diet and gender roles in the context of development of Sa-eab Community, Tambon Sa-eab, Amphoe Song, Changwat Phrae). มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่. หน้า 14-21.

### 2.1.3. การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร

การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร หรือ Coping Strategies มีความหมายคล้ายกับ Coping Behaviours ซึ่งหมายถึง รูปแบบที่สามารถตรวจสอบได้ในสถานการณ์ของความอดอยาก (Maxwell et al., 1999) ที่ปัจจุบันมีการพัฒนาไปสู่ดัชนีชี้วัดที่เรียกว่า Coping Strategies Index (CSI)

ทั้งนี้ มีนักวิจัยหลายๆ ท่านที่พบว่าวิธีการรับมือในช่วงเวลาของความไม่มั่นคงทางอาหาร เช่น Renzaho และ Mellor (2010) กล่าวถึงการรับมือเมื่อมีเหตุการณ์กับความไม่มั่นคงทางอาหาร ได้แก่ การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนหรือญาติ การอดอาหาร การเก็บกักอาหาร การย้ายถิ่นเพื่อหางานทำ การทำการเกษตร การซื้ออาหารในตลาด การหาของป่า การรับประทานของป่า การรับประทานอาหารที่กักตุนเอาไว้ (Maxwell, Caldwell, & Langworthy, 2008) การได้รับการช่วยเหลือจากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง การได้รับเงินช่วยเหลือจากทางราชการ (Ninno, Dorosh, & Smith, 2003) การขายสินค้าราคาถูกและเป็นธรรม (ศจรินทร์ ประชาสันต์, 2555) การใช้เงินเก็บ การเปลี่ยนแปลงรูปแบบการทำการเกษตร การเกษตรแบบผสมผสาน (Doocy, Teferra, Norell, & Burnham, 2005) เป็นต้น

นอกจากนี้ Maxwell และคณะฯ (1999) ได้จัดกลุ่มรูปแบบของยุทธศาสตร์ในการรับมือไว้ 4 แนวทางคือ

1) ยุทธศาสตร์การเปลี่ยนแปลงการรับประทานอาหาร ได้แก่ การเปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร การลดรับประทานอาหารตามที่ต้องการ/ชอบน้อยลง การซื้ออาหารที่มีราคาถูกลงจากร้านข้างถนน เนื่องจากมีรายได้น้อย

2) ยุทธศาสตร์การหาอาหาร ได้แก่ การหาวิธีการให้มีจำนวนอาหารเพิ่มมากขึ้น เช่น การยืมอาหาร การยืมเงินเพื่อซื้ออาหาร การซื้ออาหารโดยใช้หลักการค้ำประกันจากเพื่อน หรือญาติ การรับความช่วยเหลือจากองค์กรภายนอก การผ่อนส่งค่าอาหาร การขายทรัพย์สิน/สัตว์เลี้ยงเพื่อซื้อหาอาหาร (Doocy et al., 2005; Ninno et al., 2003) การให้เช่าที่ดินเพื่อเพิ่มรายได้ (Doocy et al., 2005) ประยุกต์ใช้ในระยะเวลาอันสั้น-ยาว

3) ยุทธศาสตร์โครงสร้างของครอบครัว ได้แก่ การลดจำนวนคนในครอบครัว การส่งสมาชิกในครอบครัวไปอาศัยที่อื่น หรือส่งไปเป็นขอทาน (Maxwell et al., 2008) การหยุดเรียนของสมาชิกในครอบครัวและให้ทำงานแทน (Doocy et al., 2005) ประยุกต์ใช้ในระยะเวลาอันสั้น-ยาว

4) ยุทธศาสตร์การปันส่วนอาหาร ได้แก่ การจัดการบางประการเพื่อให้หายขาดจากความไม่เพียงพอของอาหาร การลดค่าใช้จ่ายอื่นๆ เพื่อนำมาซื้อหาอาหาร การแชร์ค่าใช้จ่ายอาหารจากสมาชิกในครอบครัว การลดปริมาณอาหาร การลดจำนวนมือในการบริโภคอาหาร การอดอาหาร การที่แม่ (เพศสภาพหญิง) ยอม อดเพื่อให้ลูกได้รับประทานอาหาร

ซึ่งในข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้จะนำประเด็นและยุทธศาสตร์ดังกล่าวข้างต้นมาเป็นข้อคำถามด้านการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร ซึ่งอาจได้ผลการศึกษาที่คล้ายคลึงหรือแตกต่างกันไปเนื่องจากบริบทที่แตกต่างกัน

### 2.1.3.1. ปรากฏการณ์เอลนีโญ (El Niño)

เอลนีโญ (El Niño)<sup>4</sup> เป็นคำภาษาสเปน แปลว่า พระเยซูพระองค์น้อย (Baby Jesus หรือ Christ Child) มีการตั้งชื่อนี้ในช่วงคริสต์ศตวรรษที่ 17 โดยชาวประมงชาวเปรู ที่สังเกตเห็นว่า น้ำเย็นในทะเลบริเวณประเทศเปรู จะมีลักษณะอุณหภูมิที่อุ่นขึ้นในช่วงประมาณวันคริสต์มาส และจะมีลักษณะอุ่นเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ใน 2-3 ปีหลังจากนั้น ซึ่งการไหลเวียนของน้ำเย็น และน้ำอุ่นของมหาสมุทรแปซิฟิก ได้แก่ บริเวณฝั่งตะวันตกของอเมริกาใต้ และบริเวณฝั่งตะวันออกของออสเตรเลียนี้เอง จะเป็นตัวควบคุมสภาพอากาศของโลก (Beecroft, 1999)

ปรากฏการณ์เอลนีโญ (อ่านว่า el neen-yo) เป็นปรากฏการณ์การเคลื่อนที่ของน้ำอุ่นในมหาสมุทรแปซิฟิก ที่เกิดขึ้นทุกๆ 3-7 ปี ซึ่งหากบริเวณใดมีปรากฏการณ์เอลนีโญ เกิดขึ้นก็จะส่งผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม เช่น ภาวะความแห้งแล้ง ไฟไหม้ป่า การดำรงชีวิตของสัตว์ และส่งผลกระทบต่อชุมชน ได้แก่ การเกษตร การเดินทางขนส่ง สุขภาพ อาหาร และอีกด้านหนึ่งของโลกก็จะเกิดฝนตก หรือพายุเฮอริเคน การแพร่กระจายของเชื้อโรคอย่างรวดเร็ว เช่น ไข้มาลาเรีย ไทฟอยด์ และไข้เหลือง มากกว่าปกติ ซึ่ง Beecroft (1999) ให้ความเห็นว่าในช่วงหลังปรากฏการณ์เอลนีโญทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น กล่าวคือ ในปี 1982 (พ.ศ. 2525) ปรากฏการณ์เอลนีโญ ส่งผลกระทบต่อภาวะแห้งแล้งต่อรัฐแคลิฟอร์เนีย บริเวณตอนใต้ของประเทศอังกฤษ ออสเตรเลีย อินโดนีเซีย ไซบีเรีย และแอฟริกาใต้; ปี 1997 (พ.ศ. 2540) ไฟไหม้ป่าที่รัฐแคลิฟอร์เนีย รัฐเนวาดา ส่งผลกระทบต่อระบบทางเดินอากาศ เกิดอุบัติเหตุ มีผู้เสียชีวิต 300 คน; ปี 1997-1998 (พ.ศ. 2540-2541) ประเทศโซมาเลียในแถบแอฟริกาตะวันออก ที่ปกติมีอากาศร้อน และแห้งแล้ง เกิดเหตุฝนตกหนักและน้ำท่วมส่งผลกระทบต่อเกษตรกรในรอบ 130 ปี เป็นต้น (Beecroft, 1999)

นอกจากนี้ วันเพ็ญ วิโรจนาฏ และศิษยา บุญมานุช (2541) ได้รวบรวมการเกิดปรากฏการณ์เอลนีโญไว้ว่า เกิดขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. 2443 โดยการเกิดขึ้นของปรากฏการณ์เอลนีโญ จะใช้เวลาประมาณทั้งสิ้น 2 ปีจึงจะครบวงจร ดังตารางที่ 4 นี้ (วันเพ็ญ วิโรจนาฏ, 2541) และส่งผลกระทบต่อประเทศไทย เช่น ภาวะภัยแล้งที่ยาวนานมากกว่าปกติ (ผกาดี นารอง, 2541)

---

<sup>4</sup> คำตรงข้ามคือ La Niña เมื่อมีปรากฏการณ์กระแสน้ำเย็นไหลเวียนมากกว่ากระแสน้ำอุ่น (Beecroft, 1999)

ตาราง 4

ปีที่เกิดปรากฏการณ์ *El Niño* และ *La Niña*

ครั้งที่	ปี พ.ศ. ที่เกิด <i>El Niño</i>	ปี พ.ศ. ที่เกิด <i>La Niña</i>
1	2443-2444	-
2	2445-2446	2446-2447
3	2448-2449	2449-2550
4	-	2451-2452
5	2454-2455	-
6	2457-2458	2459-2460
7	2461-2462	2463-2464
8	2466-2467	2467-2468
9	2468-2469	2471-2472
10	2473-2474	2474-2475
11	2475-2476	2481-2482
12	2482-2483	-
13	2483-2484	-
14	2484-2485	2485-2486
15	2489-2490	2492-2493
16	2494-2495	-
17	2496-2497	2497-2498
18	2500-2501	-
19	2506-2507	2507-2508
20	2508-2509	-
21	2512-2513	2513-2514
22	2515-2516	2516-2517
23	2519-2520	2518-2519
24	2520-2521	-
25	2525-2526	-
26	2529-2530	2531-2532
27	2534-2535	-
28	2536-2537	-
29	2538-2539	-
30	2540-2541	-

หมายเหตุ: ที่มาจาก วันเพ็ญ วิโรจนกูฏ และศิษยา บุญมานุช. (2541). ผลกระทบของเอนิโนต่อเอเชียตะวันออกเฉียงใต้. วารสารศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง, 6(2), 35-43. (หน้า 37).

ทั้งนี้ ในงานวิจัยชิ้นนี้ ได้ทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปรากฏการณ์เอลนีโญ เนื่องจากปีการศึกษา เป็นช่วงปีที่มีปรากฏการณ์เอลนีโญเกิดขึ้นในประเทศไทย และส่งผลกระทบต่อภาวะความแห้งแล้งเป็นอย่างมาก ซึ่งได้ทำการสอบถามผู้ตอบการสัมภาษณ์ต่อไปถึงการรับมือกับปรากฏการณ์ที่ส่งผลกระทบต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร

#### 2.1.4. เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และพื้นที่อนุรักษ์ที่สำคัญ

เขตห้ามล่าสัตว์ป่า หมายถึง อาณาบริเวณพื้นที่ที่ทางราชการกำหนดไว้ให้เป็นเขตที่สัตว์ป่า โดยเฉพาะสัตว์ป่าที่หายาก หรือถูกคุกคามได้อาศัยอยู่ในพื้นที่นั้นได้อย่างปลอดภัย สามารถดำรงพันธุ์ต่อไปได้ตามธรรมชาติ (สำนักอนุรักษ์สัตว์ป่า, มปป.)

เขตห้ามล่าสัตว์ป่า ตามมาตรา 42 ของพระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535 กำหนดข้อห้ามไว้ดังนี้

“(1) ล่าสัตว์ป่าชนิดหรือประเภทนั้น (2) เก็บหรือทำอันตรายแก่รังของสัตว์ป่าซึ่งห้ามมิให้ล่า (3) ยึดถือ ครอบครองที่ดิน หรือตัด โค่น แผ้วถาง หรือเปลี่ยนแปลงทางน้ำ หรือทำให้น้ำในลำน้ำ ลำห้วย หนอง บึง ท่วมท้น เหือดแห้ง เป็นพิษ หรือเป็นอันตรายต่อสัตว์ป่า เว้นแต่ได้รับอนุญาตเป็นหนังสือจากอธิบดี หรือเมื่ออธิบดี ได้ประกาศอนุญาตไว้เป็นคราวๆ ในเขตห้ามล่า แห่งหนึ่งแห่งใดโดยเฉพาะ” (พระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535, 2535, หน้า 13-14)

ในกรณีของเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ประกาศเป็นเขตห้ามล่าสัตว์ป่าแห่งแรกของประเทศไทย ตั้งแต่วันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2518 ในราชกิจจานุเบกษาเล่ม 99 ตอนที่ 137 ลงวันที่ 9 พฤศจิกายน 2525 (สำนักอนุรักษ์สัตว์ป่า กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช, มปป.) อีกทั้งระบุชนิดสัตว์ป่าที่ห้ามล่าอีก 183 ชนิด ซึ่งส่วนใหญ่คือ นกประเภทต่างๆ รวมไปถึง เต่า ไก่ป่า กระเจง เขี้ยว กา เหาช้าง นาก เป็นต้น (สำนักพิมพ์คณะรัฐมนตรีและราชกิจจานุเบกษา, 2525)

อย่างไรก็ดี ภายหลังจากที่รัฐบาลประกาศให้พื้นที่ตำบลทะเลน้อยตำบลพนางตุง อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง, ตำบลแหลม อำเภอหัวไทร, ตำบลเคื่อง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช และตำบลตะเคียน ตำบลปากเหมือง อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา เป็นเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย (สำนักอนุรักษ์สัตว์ป่า กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช, มปป.) เมื่อวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2518 นั้น ส่งผลให้ประชาชนที่อาศัยในพื้นที่ดังกล่าวอยู่ก่อนการประกาศเขตฯ ได้รับผลกระทบในประเด็นของพื้นที่ที่เป็นแหล่งทรัพยากรในการประกอบ

อาชีพ และหาอาหาร หรือ “การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร” ซึ่งเป็นประเด็น 1 ใน 4 ตามนิยามของความมั่นคงทางอาหารในงานวิจัยชิ้นนี้

#### 2.1.4.1. พื้นที่ชุ่มน้ำที่มีความสำคัญระหว่างประเทศ (Ramsar Site)

นอกจากนี้ในเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ยังประกอบไปด้วยพื้นที่ “พรุควนขี้เสียน” ซึ่งเป็นพื้นที่ชุ่มน้ำแห่งแรกของประเทศไทย ที่ได้รับการขึ้นทะเบียนเป็นพื้นที่ชุ่มน้ำสำคัญระดับระหว่างประเทศ (Ramsar Site) ภายใต้อนุสัญญาว่าด้วยพื้นที่ชุ่มน้ำ Ramsar Convention ในลำดับที่ 984 (ฝ่ายความหลากหลายทางชีวภาพ สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม, มปป.) เมื่อวันที่ 13 พฤษภาคม 2541 (สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.), 2012a)

สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.) (2012b) อธิบายว่า แรมซาร์ไซต์ (Ramsar Site) หมายถึง พื้นที่ชุ่มน้ำที่มีความสำคัญระหว่างประเทศ ซึ่งได้รับการแต่งตั้งตามอนุสัญญาแรมซาร์ ใน 160 ประเทศ (สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.), 2012a) ดังเช่น พื้นที่ชุ่มน้ำพรุควนขี้เสียน ตั้งอยู่ในเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย มีวัตถุประสงค์เพื่ออนุรักษ์ และยับยั้งการสูญหายของพื้นที่ชุ่มน้ำในโลก ซึ่งจะต้องมีการจัดการเพื่อใช้ประโยชน์อย่างชาญฉลาด อีกทั้ง ประเทศภาคีที่มีพื้นที่ชุ่มน้ำตามประกาศ จะต้องดูแลทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ให้มีความสมบูรณ์ มีการกำหนด และวางแผนการดำเนินการใช้ประโยชน์พื้นที่ชุ่มน้ำอย่างชาญฉลาด รวมไปถึงการรักษาระบบนิเวศ พฤกษศาสตร์ สังคมศาสตร์ ชีววิทยา และอุทกวิทยา (สถานีพัฒนาและส่งเสริมการอนุรักษ์สัตว์ป่าทะเลน้อย, มปป.) โดยสามารถขอคำปรึกษาและความช่วยเหลือจากประเทศในภาคีด้วยกันได้ และต้องรายงานความคืบหน้าของการอนุรักษ์ในทุก ๆ 3 ปี

ปัจจุบันเป็นที่วิตกกังวลว่า พื้นที่ชุ่มน้ำในประเทศไทย ดังเช่น พรุควนขี้เสียนนี้ กำลังถูกทำลาย หรือมีสภาพเสื่อมโทรม อันมีสาเหตุมาจาก การเพิ่มขึ้นของจำนวนประชากร การใช้ประโยชน์พื้นที่ชุ่มน้ำอย่างไม่มีประสิทธิภาพ การจัดการพื้นที่ชุ่มน้ำอย่างขาดความรอบคอบ (มูลนิธิสืบนาคะเสถียร, มปป.) ซึ่งอาจส่งผลให้ภาคีเพิกถอนออกจากทำเนียบได้ (คณะกรรมการข้อมูลข่าวสารของราชการ (สขร.) สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี, มปป.)

ประเด็นดังกล่าวข้างต้น จึงเป็นประเด็นของความพยายามอนุรักษ์พื้นที่ของหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง กับประชาชนในพื้นที่ที่เข้าไปใช้พื้นที่เพื่อการหาอาหาร ในขณะที่ปัจจัยอื่นๆ ทางเศรษฐกิจสังคมก็เข้ามามีบทบาทเกี่ยวข้องในพื้นที่การศึกษาวิจัยชิ้นนี้



#### 2.1.4.2. พื้นที่ป่าสงวนแห่งชาติ

ในการศึกษาวิจัยชิ้นนี้ มีพื้นที่บางส่วนของป่าสงวนแห่งชาติ และป่าถาวรตามมติคณะรัฐมนตรี (สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.), มปป.) ซ้อนทับในพื้นที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อยด้วย ในกรณีนี้คือ ป่าบ้านกุ่มแป ในตำบลเคร็ง; ป่าบ้านในลุ่ม และป่าพรุควนเคร็ง และป่าเขียว ในตำบลเคร็งและตำบลทะเลน้อย (ดูภาพ 1)

สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 4 สาขาพิษณุโลก (มปป.) กล่าวว่า ป่าสงวนแห่งชาติ คือ ป่าที่ได้กำหนดให้เป็นป่าสงวนแห่งชาติ ตามพระราชบัญญัติป่าสงวนแห่งชาติ พ.ศ. 2507 ทั้งนี้ “ป่า” ในที่นี้หมายถึง ที่ดิน ภูเขา ห้วย หนอง คลอง บึง บาง ลำน้ำ ทะเลสาบ เกาะ และที่ชายทะเลที่ยังมิได้มีบุคคลได้มาตามกฎหมาย

การประกาศพื้นที่ป่าสงวนแห่งชาตินั้น มีข้อกำหนดว่าต้องไม่เป็นที่ดินของเอกชนที่มีสิทธิครอบครองอยู่ก่อนแล้ว ซึ่งโดยทั่วไปจะเป็นที่รกร้าง ว่างเปล่า หรือเป็นที่ที่อยู่ในความครอบครองของรัฐหรือทบวงการเมือง

นอกจากนี้ สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 4 สาขาพิษณุโลก (มปป.) ยังกล่าวถึงในประเด็นที่เป็นกรณีใกล้เคียงกับงานวิจัยชิ้นนี้คือ ในกรณีที่มีประชาชนอาศัยอยู่ในเขตป่าสงวนแห่งชาติโดยชอบก่อนประกาศเขตป่าสงวนนั้น ในกรณีเช่นนี้ต้องมีการสืบพิสูจน์ว่าความจริงเป็นเช่นไร ซึ่งความบกพร่องอาจเกิดขึ้นมาจากการสำรวจที่ไม่ครอบคลุมทุกพื้นที่ จึงเกิดกรณีเขตป่าสงวนซ้อนทับของราษฎร การแก้ไขปัญหาดังกล่าวโดยการเพิกถอนเขตป่าสงวนนั้นไป แต่หากประชาชนไม่สามารถพิสูจน์ได้ว่าอาศัยอยู่ก่อนการประกาศเขตป่าสงวน บุคคลนั้น ต้องย้ายออกไปจากป่าสงวนดังกล่าว

แนวคิดการประกาศเขตป่าสงวนแห่งชาติก็เพื่อ การสงวน รักษาไว้ซึ่งทรัพยากรป่าไม้ เพื่อประโยชน์ด้านการพัฒนาเศรษฐกิจอย่างยั่งยืน อีกทั้งการสงวนไว้เพื่อประโยชน์จากป่าในเชิงเศรษฐกิจ การนำมาป่าไม้มาใช้ประโยชน์อย่างมีประสิทธิภาพ อย่างไรก็ตาม อย่างไรก็ดี ในกรณีของ “ป่าเสื่อมโทรม” ทางกรมป่าไม้ อาจอนุญาตให้ประชาชนที่ไม่มีที่ทำกินเข้าทำกินได้ โดยไม่สามารถเอากรรมสิทธิ์ หรือสิทธิครอบครองได้ รวมไปถึงการปลูกป่าทดแทน การพัฒนาพันธุ์พืช และการศึกษา (สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 4 สาขาพิษณุโลก, มปป.)

ทั้งนี้ สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 4 สาขาพิษณุโลก (มปป.) สรุปการบุกรุกทำลายป่าสงวนแห่งชาติ ตามพระราชบัญญัติป่าสงวนแห่งชาติ พ.ศ. 2507 ตามมาตรา 14-20 ไว้ดังนี้

1) การกระทำต่อต้นไม้ ดิน หิน กรวด ทราย แร่ และน้ำมัน พืช สัตว์ ต่าง ๆ หรือซากสัตว์ ซึ่งอยู่ในเขตป่าสงวน

2) การทำไม้ ซึ่งรวมถึง การตัด ขุด ชักลาก ไม้ที่อยู่ในป่า หรือนำไม้ออกมาจากป่าสงวน ไม่ว่าไม้นั้นจะเป็นไม้หวงห้ามตามกฎหมายป่าไม้หรือไม่ก็ตาม เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากเจ้าพนักงาน

- 3) การเก็บหาของป่า ได้แก่ การเก็บไม้พิน เปลือกไม้ หิน ซากสัตว์ น้ำผึ้ง มูลค้างคาว เป็นต้น เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากเจ้าพนักงาน
- 4) การเข้ายึด ครอบครอง ทำประโยชน์ หรืออาศัยอยู่ แฝงทาง เผาป่า หรือทำให้เกิดการเสื่อมสภาพป่า โดยไม่ได้รับอนุญาตจากพนักงานเจ้าหน้าที่
- 5) กรณีที่ประชาชนได้รับอนุญาต ให้เข้าไปทำกินได้ในเขตป่าสงวนแห่งชาติ ได้แก่ สิทธิทำกิน การปลูกป่า การทำสวนป่าในเขตป่าเสื่อมโทรม หรือการได้รับอนุญาตให้เข้าทำประโยชน์เกี่ยวกับการทำเหมืองแร่ หลังจากที่ได้รับสัมปทานตามกฎหมายแล้ว เป็นต้น

#### **2.1.4.3. การบุกรุกพื้นที่ป่าอย่างผิดกฎหมาย**

จากระเบียบ และข้อกฎหมายดังกล่าวข้างต้น พบว่า มีกิจกรรมบางกิจกรรมที่ประชาชนไม่สามารถกระทำได้ ทั้งนี้ กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช (2559) มีการเก็บสถิติตามปีงบประมาณ (1 ตุลาคม-30 กันยายน ของปีงบประมาณ) และได้สรุปสถิติคดีเกี่ยวกับป่าไม้ในพื้นที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อยในช่วงเวลา พ.ศ. 2555-2559 ไว้ดังนี้

ตาราง 5

สรุปรายงานสถิติคดีเกี่ยวกับป่าไม้ในพื้นที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ปี พ.ศ. 2555-2559

สถิติปี	จำนวน (คดี)			รวม (คดี)	รวม ผู้ต้องหา (คน)	พื้นที่บุกรุก			ไม้กระยาเลย		มูลค่า ความเสียหาย (บาท)	สัตว์ป่า (ตัว)	ซากสัตว์ป่า (น้ำหนัก/ก.ก.)
	บุกรุก	ทำไม้/ของป่า	สัตว์ป่า			ไร่	งาน	ตรว.	(ท./ผ./ล.)	ม <sup>3</sup>			
ต.ค. 54- ก.ย. 55	12	3	0	15	4	477	3	31	204	6.970	37,936,153	0	0
ต.ค. 55- ก.ย. 56	10	2	0	12	5	1,078	2	5.53	60	1.280	93,885,519	0	0
ต.ค. 56- ก.ย. 57	13	0	1	14	5	227	2	59	43	0.410	18,420,866	0	64.40
ก.ย. 58	9	4	1	14	5	147	3	51	258	4.43	11,631,797.47	2	0
ต.ค. 58- เม.ย. 59	2	2	0	4	1	596	1	80.00	72	1.37	47,012,712.50	0	0

หมายเหตุ: ข้อมูลประจำปี พ.ศ. 2559 มีล่าสุดถึงเดือนเมษายน ที่มาจาก กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช. (2559). รายงานสรุปสถิติคดีเกี่ยวกับป่าไม้ ประจำปี 2559. สืบค้นเมื่อ 1 ตุลาคม, 2559, จาก <http://portal.dnp.go.th/Content?contentId=2134>

#### 2.1.4.4. กฎหมายที่เกี่ยวข้องกับการครอบครองพื้นที่

ในส่วนนี้อธิบายกฎหมายเอกสารการครอบครองที่ดินที่เกี่ยวข้อง เพื่อขยายความสถานการณ์ในบริบทของพื้นที่ศึกษา เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ที่ประชาชนในพื้นที่ศึกษามีเอกสารการครอบครองที่ดินในหลาย ๆ รูปแบบต่างกันไป ดังนี้

##### 2.1.4.4.1. ภ.บ.ท. 5 (แบบแสดงรายการเสียภาษีบำรุงท้องที่)

ภ.บ.ท.5 เป็นแบบแสดงรายการที่ดิน ที่ผู้มีหน้าที่เสียภาษีบำรุงท้องที่ จะต้องไปยื่นแบบดังกล่าวเพื่อชำระภาษีประจำปีต่อเจ้าพนักงานประเมิน ณ สำนักงานอันเป็นที่ตั้งขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ดินตั้งอยู่ ตามพระราชบัญญัติภาษีบำรุงท้องที่ พ.ศ. 2508 (บริษัท ชัวร์พรีอเพอร์ตี้ส์ จำกัด, มปป.) เช่น ปัจจุบันผ่านทางองค์การบริหารส่วนตำบล เสมือนการเช่าที่ของรัฐ แล้วจ่ายค่าเช่ารายปี แต่รัฐยังเป็นเจ้าของอยู่ (My Green Gardens, 2555)

ภ.บ.ท.5 ไม่ใช่เอกสารสิทธิ์ในที่ดิน การซื้อขาย ทำได้เพียงการส่งมอบการครอบครองที่ดินให้แก่กัน ที่ดินดังกล่าวเป็นที่ดินมือเปล่า และไม่สามารถนำไปจดทะเบียน สิทธิ และนิติกรรม ณ สำนักงานที่ดินท้องที่ได้ บุคคลที่มีชื่อใน ภ.บ.ท.5 อาจไม่ใช่เจ้าของที่ดิน และที่ดิน อาจจะเป็นพื้นที่หวงห้าม ที่ไม่อยู่ในหลักเกณฑ์ที่จะออกเอกสารสิทธิ์ตามประมวลกฎหมายที่ดิน (บริษัท ชัวร์พรีอเพอร์ตี้ส์ จำกัด, มปป.)

เนื้อที่ดินตามแบบ ภ.บ.ท.5 อาจไม่ตรงกับเนื้อที่ที่ระบุไว้ตามแบบ ภ.บ.ท.5 เพราะเป็นที่ดินที่ไม่มีหลักฐานสำหรับที่ดิน ไม่เคยมีการรังวัดคำนวณเนื้อที่โดยกรมที่ดินมาก่อน อีกทั้งหากต้องการเปลี่ยนใบ ภ.บ.ท.5 เป็นโฉนด ให้ยื่นคำขอออกหนังสือแสดงสิทธิในที่ดินตามประมวลกฎหมายที่ดิน เพื่อพิสูจน์ก่อนว่าสามารถออกเอกสารสิทธิ์ได้หรือไม่ ด้วยการสอบถามรายละเอียดจากสำนักงานที่ดินทุกแห่ง (บริษัท ชัวร์พรีอเพอร์ตี้ส์ จำกัด, มปป.)

My Green Gardens (2555) กล่าวว่า ภ.บ.ท.5 สามารถเปลี่ยนเป็นโฉนด หรือเอกสารสิทธิ์การครอบครองได้ โดยเฉพาะในเขตที่อยู่อาศัย ชุมชนขนาดกลาง-ใหญ่ ที่ทำการเกษตรที่มีหลักฐานการใช้ประโยชน์ด้านการเกษตรมาอย่างยาวนาน ไม่ติดกับเขตอุทยาน ไม่ติดเขตทหาร และป่าสงวนฯ และไม่ใช้การขอเปลี่ยนแปลงรายบุคคล แต่เป็นการที่รัฐประกาศยกขึ้นตำบล หรือหากมีการยื่นขอเปลี่ยนแปลงรายบุคคลได้ก็ต่อเมื่อ รัฐประกาศไปแล้ว ที่แต่ละบุคคลสามารถไปยื่นขอเปลี่ยนทีหลัง แต่ไม่สามารถเปลี่ยนก่อนที่รัฐประกาศได้

#### 2.1.4.4.2. ส.ค. 1 (สิทธิครอบครอง)

แบบแจ้งการครอบครองที่ดิน หรือ ส.ค.1 คือ ใบแจ้งการครอบครองที่ดินของราษฎรที่เป็นหลักฐานว่าผู้ครอบครอง เป็นผู้แจ้งว่าตนครอบครองที่ดินแปลงใดอยู่ (ปัจจุบันไม่มีการแจ้ง ส.ค.1 แล้ว) แต่ไม่ใช่หนังสือแสดงสิทธิที่ดิน ไม่ใช่หลักฐานที่ทางราชการออกให้ (บริษัทบริหารจัดการที่ดินไทย, มปป.) สอดคล้องกับที่ กัมปนาท บุญรอด (2552) กล่าวว่า ส.ค.1 แสดงถึงสิทธิครอบครอง ที่มักเกิดขึ้นกับที่ดินมือเปล่า คือที่ดินไม่มีโฉนดตราจอง ตามพระราชบัญญัติออกโฉนดที่ดิน หรือโฉนดที่ดินตามประมวลกฎหมายที่ดิน ทั้งนี้ ที่ดินมือเปล่า นั้น เจ้าของมีได้เพียง “สิทธิครอบครอง” เท่านั้น แม้ว่าจะครอบครองมาช้านานเพียงใดก็ไม่ได้กรรมสิทธิ์ (กัมปนาท บุญรอด, กรกฎาคม 2552)

นอกจากนี้ การครอบครองที่ดินตามแบบ ส.ค.1 แห่งพระราชบัญญัติประมวลกฎหมายที่ดิน (มาตรา 5, 8, 9) ห้ามโอนโดยเด็ดขาด นอกจากการตกทอดโดยทางมรดก ด้วยการจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่จึงจะสมบูรณ์ อย่างไรก็ตาม หากมีการซื้อขายที่ดิน ส.ค.1 ที่มีได้ทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อเจ้าพนักงานเจ้าหน้าที่เกิดขึ้น กรณีดังนี้จะตกเป็นโมฆะ ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 456 แต่ผู้ขายได้ส่งมอบที่ดินให้ผู้ซื้อเข้าครอบครองแล้ว ผู้ซื้อย่อมได้สิทธิครอบครอง (กัมปนาท บุญรอด, กรกฎาคม 2552)

ในกรณีของพื้นที่ศึกษาวิจัยนี้พบว่า ประชาชนบางส่วนมีสิทธิครอบครอง (ส.ค.1) โดยบริษัทบริหารจัดการที่ดินไทย (มปป.) กล่าวว่า ผู้ครอบครอง ส.ค.1 สามารถนำมาขออนุญาตโฉนดที่ดิน หรือหนังสือรับรองการทำประโยชน์ (น.ส.3/ น.ส.3ก./น.ส.3ข) ได้ดังนี้

- 1) นำหลักฐานมาออกโฉนดที่ดินตามโครงการเดินสำรวจโฉนดที่ดินทั่วประเทศ ด้วยการประกาศให้ทราบล่วงหน้า
- 2) นำหลักฐานมาออกโฉนดที่ดิน หรือ หนังสือรับรองการทำประโยชน์ (น.ส.3/ น.ส.3ก./ น.ส.3ข) เฉพาะราย ด้วยการยื่นขอ ณ สำนักงานที่ดิน ฝ่ายเฉพาะการออกโฉนดที่ดินประเภทนี้ และสามารถออกเอกสารได้เฉพาะพื้นที่ที่ได้สร้างระวางสำหรับออกโฉนดที่ดินไว้แล้วเท่านั้น

#### 2.1.4.4.3. น.ส. 3 (หนังสือรับรองการทำประโยชน์ในที่ดิน)

น.ส.3 คือหนังสือรับรองการทำประโยชน์ในที่ดิน ส.ป.ก. ต่อเนื่องเป็นระยะเวลาอย่างน้อย 3 ปี จากพนักงานเจ้าหน้าที่ว่าได้ทำประโยชน์ในที่ดินแล้ว ซึ่งออกโดยหน่วยงานราชการหรือเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง ตามมาตรา 1 แห่งประมวลกฎหมายที่ดิน พ.ศ. 2497 (สำนักงานวิศวกรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด, มปป.) ผู้ถือหนังสือ น.ส.3 คือผู้ที่มีความชอบธรรมในการครอบครอง (สิทธิครอบครอง) ที่ดิน (ส.ป.ก.) ตามที่ระบุไว้ใน น.ส.3 แต่ไม่มีกรรมสิทธิ์ หรือไม่มีสิทธิโดยชอบธรรมที่จะใช้ที่ดิน

ผืนนั้นตามใจชอบ เพราะที่ดิน น.ส.3 มาจากการปฏิรูปที่ดิน ส.ป.ก. ดังนั้น ที่ดิน น.ส.3 จึงเป็นที่ดินใช้เพื่อการเกษตรเท่านั้น ไม่สามารถสร้างบ้านจัดสรร หรือรีสอร์ทได้ (“น.ส.3-น.ส.3ก.”, มปป.) แต่สามารถจำหน่าย จ่ายโอน และทำนิติกรรมได้ ยกเว้นบางกรณีที่มีกฎหมายห้ามโอน (สำนักงานวิศวกรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด, มปป.)

ที่ดิน น.ส.3/ น.ส.3ก. เป็นที่ดินของรัฐ จัดสรรให้เป็นที่ดินทำกิน เมื่อมีการใช้ผิดวัตถุประสงค์ รัฐก็มีสิทธิ์ยึดคืนได้ เพราะ น.ส.3 เป็นหนังสือสิทธิครอบครอง ไม่ใช่โฉนดที่ดินสามารถซื้อขายได้ แต่ไม่สามารถทำประโยชน์อื่นใดได้ นอกจากการเกษตรกรรม (“น.ส.3-น.ส.3ก.”, มปป.) นอกจากนี้จะต้องไม่ใช่ที่ดินที่ราษฎรใช้ประโยชน์ร่วมกัน เช่น ทางน้ำ ทางหลวง ทะเลสาบ ที่ชายตลิ่ง ที่เขา ที่ภูเขา ที่เกาะ (ไม่รวมถึง ที่ดินของผู้ซึ่งมีหลักฐานการแจ้งครอบครองที่ดิน มีใบจอง ใบเหี้ยบบ่่า หนังสือรับรองการทำประโยชน์ โฉนดตราจอง ที่ตราว่า “ได้ทำประโยชน์แล้ว”) (สำนักงานวิศวกรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด, มปป.) อย่างไรก็ตาม การเปลี่ยนแปลงการใช้ที่ดิน น.ส.3 จากการใช้ที่ดินไปสู่อื่นได้ก็ต่อเมื่อ รัฐกำหนดให้พื้นที่นั้น เป็นพื้นที่อุตสาหกรรม ที่อยู่อาศัย หรือประโยชน์อื่นใดตามความเหมาะสม เช่น การขยายผังเมือง เป็นต้น (“น.ส.3-น.ส.3ก.”, มปป.)

ในการดำเนินการออกใบ น.ส.3 ทำได้โดย (สำนักงานวิศวกรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด, มปป.)

- 1) ยื่นคำขอแสดงรายละเอียดตามแบบพิมพ์ของทางราชการต่อพนักงานเจ้าหน้าที่ หากมีหลักฐานแสดงสิทธิในที่ดินโดยชอบด้วยกฎหมาย เช่น ส.ค.1 ใบจอง ใบเหี้ยบบ่่า เป็นต้น ให้แนบหลักฐานดังกล่าวมาประกอบการพิจารณาด้วย
- 2) พนักงานเจ้าหน้าที่พิสูจน์สอบสวนที่ดิน ด้วยการปักหลักที่ดิน และให้ถ้อยคำต่อเจ้าหน้าที่
- 3) พนักงานเจ้าหน้าที่ดำเนินการประกาศออก น.ส.3 ระยะเวลา 30 วัน ณ สำนักงานที่ดินท้องที่/สำนักงานเขต/ที่ว่าการอำเภอ/ที่ว่าการกิ่งอำเภอ/ที่ทำการแขวง/ที่ทำการกำนัน และในบริเวณที่ดินแต่ละ 1 ไร่ อีกทั้งในสำนักงานเขตเทศบาล
  - a. หากมีผู้โต้แย้ง ให้ทำการสอบสวน ตกลงกัน
    - i. หากตกลงกันไม่ได้ ให้พนักงานเจ้าหน้าที่พิจารณาสั่งการตามสมควร และแจ้งให้คู่กรณีทราบ
      1. หากคู่กรณีไม่พอใจ ให้ดำเนินการฟ้องศาลภายใน 60 วัน นับตั้งแต่วันที่ทราบคำสั่ง

นอกจากนี้พบว่า มีการออก น.ส.3/น.ส.3ก. ที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย เช่น ออกในพื้นที่ที่ไม่มีการทำประโยชน์ในที่ดิน การออกทับพื้นที่อุทยาน เขตป่าสงวน หรือการออกน.ส.3 เกินกว่าสิทธิครอบครองอยู่จริง รวมไปถึงการใช้ น.ส.3 จากที่อื่นมาใช้กับพื้นที่เขตป่าสงวน หรือเขตอุทยานแห่งชาติ หรือทับซ้อนบนแปลงที่ดินผู้อื่น (“น.ส.3-น.ส.3ก.”, มปป.)

น.ส.3 แบ่งออกเป็น 3 ประเภท (บริษัทบริหารจัดการที่ดินไทย, มปป.; เกร็ดความรู้.net, มปป.) คือ

- 1) น.ส.3ก. คือ หนังสือรับรองการทำประโยชน์ที่ดิน ออกให้ในท้องที่ ที่มีระวางรูปถ่ายทางอากาศ หรือครุฑเขียว (นายอำเภอท้องที่เป็นผู้ออก)
- 2) น.ส.3ข. คือ หนังสือรับรองการทำประโยชน์ที่ดิน ออกให้ในท้องที่ ที่ไม่มีระวางรูปถ่ายทางอากาศ และรัฐมนตรี ประกาศยกเลิกอำนาจของเจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติการตามประมวลกฎหมายที่ดินของหัวหน้าเขต นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอ ผู้เป็นหัวหน้าประจำกิ่งอำเภอแล้ว (เจ้าพนักงานที่ดินเป็นผู้ออก)
- 3) น.ส.3 คือ หนังสือรับรองการทำประโยชน์ที่ดิน ออกให้ในท้องที่อื่น ที่ไม่มีระวางรูปถ่ายทางอากาศ/ท้องที่ที่รัฐมนตรี ยังไม่ประกาศยกเลิกอำนาจของเจ้าหน้าที่ในการปฏิบัติการตามประมวลกฎหมายที่ดินของหัวหน้าเขต นายอำเภอ หรือปลัดอำเภอ ผู้เป็นหัวหน้าประจำกิ่งอำเภอ (นายอำเภอท้องที่เป็นผู้ออก) หรือครุฑดำ ลักษณะเป็นแผนที่รูปลอย ไม่มีการกำหนดตำแหน่งที่ดินแน่นอน

นอกจากนี้ หากผู้ครอบครอง ต้องการเปลี่ยน น.ส.3 เป็นโฉนดที่ดิน ก็กระทำโดย ไปยื่นคำขอที่ดินเฉพาะราย ณ สำนักงานที่ดินจังหวัดท้องที่ ซึ่งที่ดินตั้งอยู่ ค่าใช้จ่ายให้สอบถามฝ่ายรังวัดของสำนักงานที่ดิน และประกาศของแต่ละจังหวัด อีกทั้งระยะเวลาดำเนินการขึ้นอยู่กับปริมาณงานรังวัดของแต่ละจังหวัด (สำนักงานวิศวกรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด, มปป.)

#### 2.1.5. การทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ได้ทบทวนวรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งของงานวิจัยภายในประเทศไทยและต่างประเทศซึ่งสรุปได้ดังตารางที่ 6

ตาราง 6

สรุปการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้แต่งและปี พ.ศ./ค.ศ.	วิธีการศึกษา	การมีอาหาร เพียงพอ	การเข้าถึง ทรัพยากร อาหาร	ประโยชน์ ของ อาหาร	ความ มั่นคงทาง อาหาร
(จันทร์เพ็ญ ชู ประภาวรณ และ คณะฯ, 2546)	การสัมภาษณ์และ การสำรวจโดย แบบบันทึกจาก ตัวแทน 4 พื้นที่ ของ 4 ภาคใน ประเทศไทย เน้น โภชนาการหญิง ตั้งครรภ์และเด็ก แรกเกิด	✓ ผลิตเอง/หา ตามธรรมชาติ/ ซื้อ	✓ การผลิตเอง และซื้อตาม ร้านค้า 80- 100%	✓ มีความเสี่ยง ของอาหาร ต่อสุขภาพ	✗
(อัจฉรา ทอง ประดับ และ คณะฯ, 2552)	ใช้แบบสัมภาษณ์ เชิงโครงสร้าง สัมภาษณ์ตัวแทน ครัวเรือน 628 ครัวเรือน จาก 12 หมู่บ้านของ ตำบลเกาะเกิด อำเภอเขียร์ใหญ่ จังหวัด นครศรีธรรมราช	✓ การมีที่ดินทำ กิน; การผลิตข้าว จำนวน; ปริมาณข้าว สำรอง	✓ รายได้; รายจ่าย; ความ หลากหลายของ อาหาร	✓ พลังงานที่ ได้รับ; ระดับ โปรตีน; ระดับ พลังงาน	✓ คำนวณจาก การมีอาหาร เพียงพอ; การเข้าถึง ทรัพยากร อาหาร; ประโยชน์ของ อาหาร
(Limnirankul et al., 2015)	การประชุมกลุ่ม ย่อย, การ สัมภาษณ์ตัวแทน ครัวเรือน 5 หมู่บ้าน ใน 3 ตำบล	✓ การเข้าถึงแหล่ง น้ำและน้ำ สะอาด, ระดับ ของรายได้ และ การมีเงินออม,	✓ ความต้องการ ให้รัฐบาลเข้ามา ช่วยเหลือการ จัดการสถานที่ ทำกิน, สุขภาพ ที่ดี เพื่อการ ทำงานหนัก ผลิตอาหาร/หา อาหาร, ระบบ สวัสดิการ	✓	✓ ความมั่นคง ของรายได้



### บทที่ 3

#### วิธีการดำเนินการวิจัย และสถานที่ทำการทดลอง/เก็บข้อมูล

ในข้อเสนอโครงการวิจัยชิ้นนี้ศึกษาความมั่นคงทางอาหารด้วยวิธี Mixed Method ของการศึกษาสำรวจกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนจาก 3 ชุมชน ใน 3 จังหวัดบริเวณลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา อันได้แก่ 1) ชุมชนตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ที่เป็นตัวแทนของชุมชนมีพื้นที่ติดกับพรุควนขี้เสียน 2) ชุมชนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา ที่เป็นตัวแทนของชุมชนมีพื้นที่ติดกับเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และ 3) ชุมชนตำบลเคื่อง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มีพื้นที่ติดกับพรุควนเคื่อง เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสำรวจที่ครอบคลุมตามความหมายของความมั่นคงทางอาหารในพื้นที่ศึกษาต่อไปจากกลุ่มตัวอย่างจำนวน 377 คน ที่ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบช่วงชั้น (Stratified Sampling) ด้วยการสุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากรที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านของแต่ละตำบล (ดูตาราง 7) หลังจากนั้นจึงสัมภาษณ์เชิงลึกจากตัวแทนทั้งหญิงและชาย ชุมชนละ 2 คน<sup>5</sup> จากชุมชนใกล้เคียงพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง ได้แก่ พรุควนขี้เสียน พรุควนเคื่อง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ถึงการให้ความหมายหรือมุมมองด้านความมั่นคงทางอาหารระหว่างเพศ เพศสภาพกับการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร รวมไปถึงปฏิทินฤดูกาลทั้งปีในแต่ละอาชีพ

---

<sup>5</sup> เป็นการประมาณการจำนวนผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกอย่างน้อยเบื้องต้นตัวแทนชุมชนละ 2 คน ทั้งสิ้น 6 คน ซึ่งอาจมีจำนวนเพิ่มเติมภายหลังหากพบว่าข้อมูลในการศึกษายังไม่สมบูรณ์

ตาราง 7

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ชุมชนที่ติดพื้นที่อนุรักษ์		จำนวนประชากร (คน)			กลุ่มตัวอย่างที่คาดหวังที่ระดับความเชื่อมั่น 95%	กลุ่มตัวอย่างจริง สํารวจเมื่อวันที่ 6-7 และ 13-14 กุมภาพันธ์ 2559	จำนวนกลุ่มตัวอย่างในการสัมภาษณ์เชิงลึก (อย่างน้อย)
ชื่อตำบล	ชื่อหมู่บ้าน	ชาย	หญิง	รวม			
ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง (ติดกับพรุควนซี เลียน)	ม.1 บ้านทะเลน้อย	538	604	1,142	23	23	2
	ม.2 บ้านทะเลน้อย	241	283	524	10	10	
	ม.3 บ้านบน	306	320	626	13	13	
	ม.4 บ้านบนนอก	284	293	577	12	12	
	ม.5 บ้านปลายตรอก	422	477	899	18	18	
	ม.6 บ้านโคกศักดิ์	242	247	489	10	10	
	ม.7 บ้านหัวป่าเขียว	247	248	495	10	10	
	ม.8 บ้านโคกเมา	329	341	670	13	13	
	ม.9 บ้านบนตก	285	321	606	12	12	
	ม.10 บ้านบนกลาง	297	324	621	12	12	
	<b>รวม</b>	<b>3,191</b>	<b>3,458</b>	<b>6,649</b>	<b>133</b>	133	
ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา (ติดกับเขตห้าม ล่าสัตว์ป่าทะเล น้อย)	ม.1 บ้านหัวป่าออก	500	491	991	20	20	2
	ม.2 บ้านเสาธง-ล่องลม	363	375	738	15	15	
	ม.3 บ้านขาว	458	500	958	19	19	
	ม.4 บ้านควาออก	282	293	575	12	12	
	ม.5 บ้านควาตก	213	231	444	9	9	
	ม.6 บ้านหัวป่าตก	424	422	846	16	16	
	<b>รวม</b>	<b>2,240</b>	<b>2,312</b>	<b>4,552</b>	<b>91</b>	91	
ตำบลเคร็ง อำเภอชะอวด จังหวัด นครศรีธรรมราช (ติดกับพรุควน เคร็ง)	ม.1 บ้านควนป้อม	485	516	1,001	20	20	2
	ม.2 บ้านไทรหัวม้า	477	498	975	20	20	
	ม.3 บ้านควนยาว	484	490	974	19	19	
	ม.4 บ้านควนเคร็ง	483	486	969	19	19	
	ม.5 บ้านทุ่งไคร	455	477	932	19	19	
	ม.6 บ้านโคกเลา	213	214	427	9	9	
	ม.7 บ้านย่านแดง	176	182	358	7	7	
	ม.8 บ้านนอกอ่าว	152	161	313	6	6	
	ม.9 บ้านควนชิง	193	210	403	8	8	
	ม.10 บ้านยางน้อย	245	258	503	10	10	
	ม.11 บ้านไสขุ่น	380	405	785	16	16	
<b>รวม</b>	<b>3,743</b>	<b>3,897</b>	<b>7,640</b>	<b>153</b>	153		
<b>รวมทั้งสิ้น</b>		<b>9,174</b>	<b>9,667</b>	<b>18,841</b>	<b>377</b>	377	<b>6</b>

หมายเหตุ: ที่มา <sup>a</sup> จาก องค์การบริหารส่วนตำบลเคร็ง. (2549). *ยุทธศาสตร์การพัฒน*. สืบค้นเมื่อ 1 มกราคม, 2549, จาก [http://www.kreang.go.th/datacenter/doc\\_download/panyuttasart.pdf](http://www.kreang.go.th/datacenter/doc_download/panyuttasart.pdf); <sup>b</sup> จาก องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว. (2559). *ข้อมูลทั่วไป*. สืบค้นเมื่อ 31 มีนาคม, 2559, จาก [http://www.bankhaw.go.th/content/general\\_information](http://www.bankhaw.go.th/content/general_information); <sup>c</sup> จาก เทศบาลตำบลทะเลน้อย (2556). *สภาพข้อมูลพื้นฐาน*. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน, 2556, จาก <http://www.thaleno.go.th/general1.php>

### 3.1. ขั้นตอนการวิจัย

ในข้อเสนอโครงการวิจัยครั้งนี้มีขั้นตอนการดำเนินการวิจัยดังนี้

1) การพัฒนาแบบสอบถามเพื่อการสำรวจระดับความมั่นคงทางอาหารและการรับมือกับความมั่นคงทางอาหารโดยใช้ตัวอย่างจากงานของ Kennedy, Ballard, and Dop (2010) เป็นต้นแบบ หลังจากนั้นจึงนำแบบสอบถามไปสัมภาษณ์แบบ Face-to-Face Interviews จากกลุ่มตัวอย่างใน 3 ชุมชน ที่ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบช่วงชั้น (Stratified Sampling) ด้วยการสุ่มตัวอย่างตามสัดส่วนของประชากรที่อาศัยอยู่ในหมู่บ้านของแต่ละตำบล ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% และค่าความคลาดเคลื่อน  $\pm 5$  ได้จำนวน กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 377 ตัวอย่าง (ดูตาราง 7)

2) ติดต่อกับผู้นำชุมชนในพื้นที่ศึกษา 3 พื้นที่เพื่อขอข้อมูลพื้นฐาน เช่น บริบทของพื้นที่ อาชีพของประชาชนในพื้นที่ทั้งปี โดยเฉพาะอาชีพที่ต้องพึ่งพาทรัพยากรทางธรรมชาติเพื่อการได้มาของอาหาร เพื่อการจัดทำ Seasonal Calendar มุมมองความมั่นคงทางอาหาร และการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร รวมไปถึงการขอคำแนะนำผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกตัวแทนชาย-หญิง ตัวแทนตำบลอย่างละ 1 คน (โดยประมาณการเบื้องต้น ซึ่งอาจมีจำนวนมากกว่านี้ได้ หากข้อมูลยังไม่สมบูรณ์) รวมทั้ง 3 หมู่บ้าน/ชุมชนเป็นจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 6 คน ด้วยวิธีการเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) เพื่อการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบการบันทึกเสียงสัมภาษณ์ การจดบันทึก การบันทึกด้วยภาพ การสังเกตการณ์

ทั้งนี้ ในข้อเสนอโครงการวิจัยครั้งนี้ จะใช้แนวคำถามในการสัมภาษณ์ด้วยแบบสอบถาม และการสัมภาษณ์เชิงลึก (ดูภาคผนวก 2: แบบสอบถาม และภาคผนวก 3: แบบสัมภาษณ์) แต่จะแตกต่างกันตรงที่ การสัมภาษณ์เชิงลึกผู้สัมภาษณ์สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมจากคำถามที่มีอยู่ได้ และมีการบันทึกเสียงสัมภาษณ์ (ด้วยความยินยอมของผู้ถูกสัมภาษณ์) ระหว่างการสัมภาษณ์

นอกจากนี้ จากขั้นตอนการวิจัยในข้อที่ 2 ผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก เป็นผู้ที่มีความสัมพันธ์ดังต่อไปนี้คือ เป็นผู้ที่มีประสบการณ์จากการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร อีกทั้ง เป็นตัวแทนชุมชนที่มีการประกอบอาชีพที่พึ่งพิงกับทรัพยากรในท้องถิ่นทั้งปี หรือประกอบอาชีพมากกว่า 1 อาชีพได้ เพื่อสอบถามการประกอบอาชีพที่ให้ได้มาซึ่งอาหาร และเพื่อจัดทำ Seasonal Calendar ซึ่งใน 1 คน อาจประกอบอาชีพใน 1 ปี ได้มากกว่า 1 อาชีพ สลับกันไป ตามการเปลี่ยนแปลงฤดูกาล

3) หลังจากนั้นจึงนำข้อมูลจากการสำรวจด้วยการสัมภาษณ์ด้วยแบบสอบถาม มาวิเคราะห์ผลจากการสำรวจด้วยการแจกแจงความถี่ ค่าร้อยละ<sup>6</sup> การวิเคราะห์ t-test independent<sup>7</sup> เพื่อหาความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 2 กลุ่ม ในกรณีนี้คือการหาค่าความแตกต่างของหญิง-ชาย และวิเคราะห์การสัมภาษณ์เชิงลึก ด้วยการบรรยายเชิงพรรณนา และนำเสนอผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ แยกประเภทตามเพศสภาพหญิง-ชาย โดยวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เน้นการนำเสนอผลการศึกษาจากแบบสอบถามเชิงปริมาณ และอาจสอดแทรกผลการศึกษาจากการสัมภาษณ์เชิงลึก (QUAN-Qual) เพื่อความเข้าใจในบริบทของพื้นที่มากยิ่งขึ้น และในทางกลับกันของการนำเสนอผลการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 (QUAL-Quan) ประกอบการอภิปรายผลการศึกษา (Morse, 2002)

---

<sup>6</sup> การแจกแจงความถี่และหาค่าร้อยละ (Frequency Distribution and Percent) เป็นการวิเคราะห์เพื่อแสดงให้เห็นว่า ตัวแปรแต่ละตัวมีลักษณะการแจกแจงเป็นแบบใด มีความถี่หรือจำนวนข้อมูลเท่าใด คิดเป็นร้อยละเท่าใด ระดับใดมีจำนวนข้อมูลมากที่สุด และน้อยที่สุด (กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ, 2538)

<sup>7</sup> t-test การทดสอบความแตกต่างของสัดส่วนความถี่จากกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม และหรือ การทดสอบความแตกต่างของค่ามัธยฐานเลขคณิตจากกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม (กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ, 2538)

### 3.2. ระยะเวลาทำการวิจัย และแผนการดำเนินงานตลอดโครงการวิจัย

ข้อเสนอโครงการวิจัยนี้ ใช้ระยะเวลาดำเนินการทั้งสิ้น 18 เดือน ดังแสดงในตารางที่ 8

ตาราง 8

ระยะเวลา และขั้นตอนในการดำเนินงาน

แผนการดำเนินงาน	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1) ทบทวนวรรณกรรม	←————→																		
2) การเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถาม				←→															
3) การเก็บรวบรวมข้อมูลสัมภาษณ์เชิงลึก						←————→													
4) การเขียนผลการการศึกษาวิจัย							←————→												
5) การนำเสนอผลงานทางวิชาการ															←→				

### 3.3. ปัจจัยที่เอื้อต่อการวิจัย (อุปกรณ์การวิจัย, โครงสร้างพื้นฐาน เป็นต้น)

นักวิจัย มีถิ่นที่อยู่และสถานที่ทำงานในภาคใต้ และใกล้เคียงกับพื้นที่ศึกษา ทำให้การเดินทางดำเนินการวิจัยเป็นไปโดยไม่ยากลำบาก ประกอบกับในภาระงานมีการเรียนการสอนที่สามารถประยุกต์การวิจัยให้เข้ากับการเรียนการสอนได้

## บทที่ 4

### ผลการวิจัยและอภิปรายผล

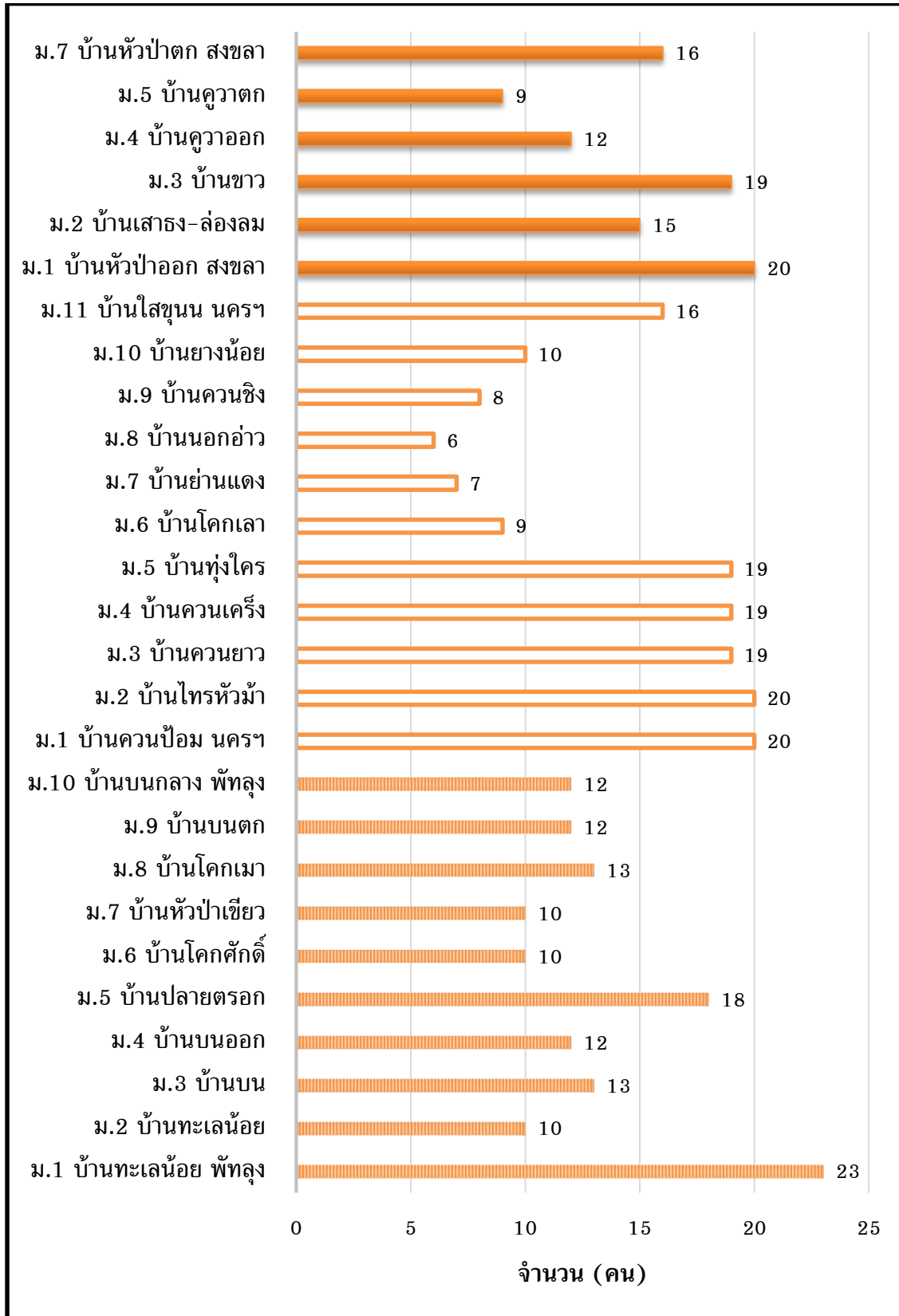
การศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหารของชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง อันได้แก่ พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย มีวัตถุประสงค์ในการศึกษา 2 ข้อ คือ 1) เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และ 2) เพื่อศึกษาภูมิปัญญา ระหว่างเพศสภาพหญิง-ชายในการรับมือ ต่อความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทาง สิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ซึ่งในบทนี้จะขอนำเสนอผล การศึกษาตามวัตถุประสงค์ตามลำดับ อีกทั้งอภิปรายผลการศึกษาไปพร้อมกัน ดังมีผล การศึกษาดังนี้

#### 4.1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ตอบแบบสอบถาม และแบบสัมภาษณ์เชิงลึก

ภาพ 3 แสดงการตอบรับของการตอบแบบสอบถาม เมื่อวันที่ 6-7 และ 13-14 กุมภาพันธ์ 2559 พบว่า มีตัวแทนประชากรจากทั้ง 3 ชุมชนให้การตอบรับกับการตอบ แบบสอบถามตามที่กำหนดไว้ทั้งสิ้น จำนวน 377 ชุด คิดเป็น 100% ในการตอบรับ แบบสอบถามในงานวิจัยชิ้นนี้ (ดูตาราง 7) ด้วยการสุ่มตัวอย่างแบบช่วงชั้น (Stratified Sampling) กล่าวคือ การตอบรับจากตำบลเค็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช คิด เป็นร้อยละ 40.58 การตอบรับจากตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง คิดเป็นร้อย ละ 35.28 และการตอบรับจากตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา คิดเป็นร้อยละ 24.14 ตามลำดับ

อีกทั้ง ตาราง 9 แสดงรายชื่อของตัวแทนของทั้ง 3 พื้นที่ จากตัวแทนชาย-หญิงใน 3 พื้นที่ๆ อย่างละ 1 คน ได้ตัวแทนรวมทั้งสิ้น 9 คน ใช้วิธีการศึกษาด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบการบันทึกเสียงสัมภาษณ์ การจดบันทึก การบันทึกด้วยภาพ การสังเกตการณ์ ด้วยการ เจาะจงกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) ที่มีคุณสมบัติดังต่อไปนี้คือ เป็นผู้ที่มีประสบการณ์จากการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร อีกทั้ง เป็นตัวแทนชุมชนที่มี การประกอบอาชีพที่พึ่งพิงกับทรัพยากรในท้องถิ่นทั้งปี หรือประกอบอาชีพมากกว่า 1 อาชีพ ได้ เพื่อสอบถามการประกอบอาชีพที่ได้มาซึ่งอาหาร และเพื่อสอบถามถึง Seasonal

Calendar ซึ่งท้ายสุดงานวิจัยชิ้นนี้ได้ตัวแทนเพื่อการสัมภาษณ์ทั้งสิ้น 9 คน ตามลำดับการสัมภาษณ์ดังแสดงในตาราง 9



ภาพ 3 ผลการตอบรับของแบบสอบถาม (n = 377)

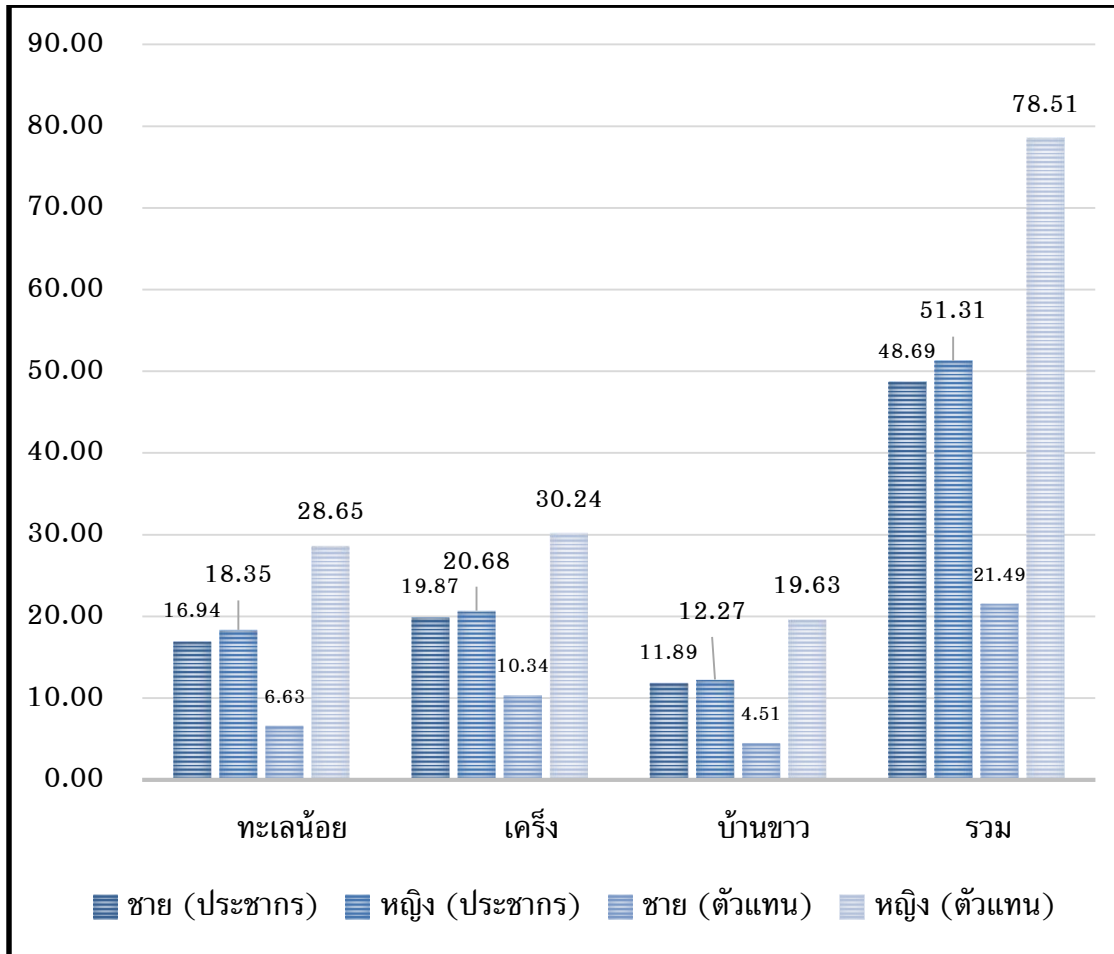
ตาราง 9

รายชื่อผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกทั้งสิ้น 9 คน

ลำดับ ที่	ตัวแทน	ชื่อ-นามสกุล	เพศ	อายุ	บทบาท	วันที่ สัมภาษณ์
1	ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา	นาย วรรณรพ ส่องสว่าง	ชาย	61	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ นายกองค้การ บริหารส่วนตำบล บ้านขาว</li> <li>▪ เกษตรกร เพาะพันธุ์กล้า ปาล์ม และไผ่ หวาน</li> <li>▪ เจ้าของธุรกิจ ปั้มน้ำมัน</li> </ul>	29 เมษายน 2559
2		นาง เจลิม ศิริ นอง	หญิง	56	ตัวแทนชาวนา	30 เมษายน 2559
3		นางปวีณา ชุน ทรงอักษร	หญิง	56	ตัวแทนชาวนา	
4	ตำบลเครีง อำเภอชะอวด จังหวัด	นาย ไสว ทองดำ	ชาย	66	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ นายกองค้การ บริหารส่วนตำบล เครีง</li> <li>▪ เกษตรกรสวนยาง</li> </ul>	10 มิถุนายน 2559
5	นครศรีธรรมราช	นาง อารอบ แป้น ทอง	หญิง	63	▪ ตัวแทนอาชีพ หัตถกรรมกระจูด	
6		นางสาว สุพรรณณี ทุ้มคำ	หญิง	35	▪ ภูมิปัญญาท้องถิ่น เรื่อง ‘เคยปลา’	
7	ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง	นาย ชัยยุทธ์ นุ่น คง	ชาย	38	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ รองนายก องค์การ บริหารส่วนตำบล ทะเลน้อย</li> <li>▪ เกษตรกรเลี้ยงสัตว์ เช่น ควาย</li> <li>▪ ชาวประมงน้ำจืด</li> </ul>	1 กรกฎาคม 2559
8		นาย ชาย สุวรรณ ชาติ	ชาย	52	หัวหน้าสำนักงานเขต ห้ามล่าสัตว์ป่าทะเล น้อย	1 กรกฎาคม 2559
9		นาง เมตตา เพชร คง	หญิง	45	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ตัวแทนอาชีพ ประมงน้ำจืด</li> <li>▪ รับซื้อปลาและแปรรูปปลา</li> </ul>	2 กรกฎาคม 2559



#### 4.1.1. เพศ ของผู้ตอบแบบสอบถาม



ภาพ 4 ร้อยละของตัวแทนประชากรผู้ตอบแบบสอบถามแยกตามเพศ และตำบล (n = 377)

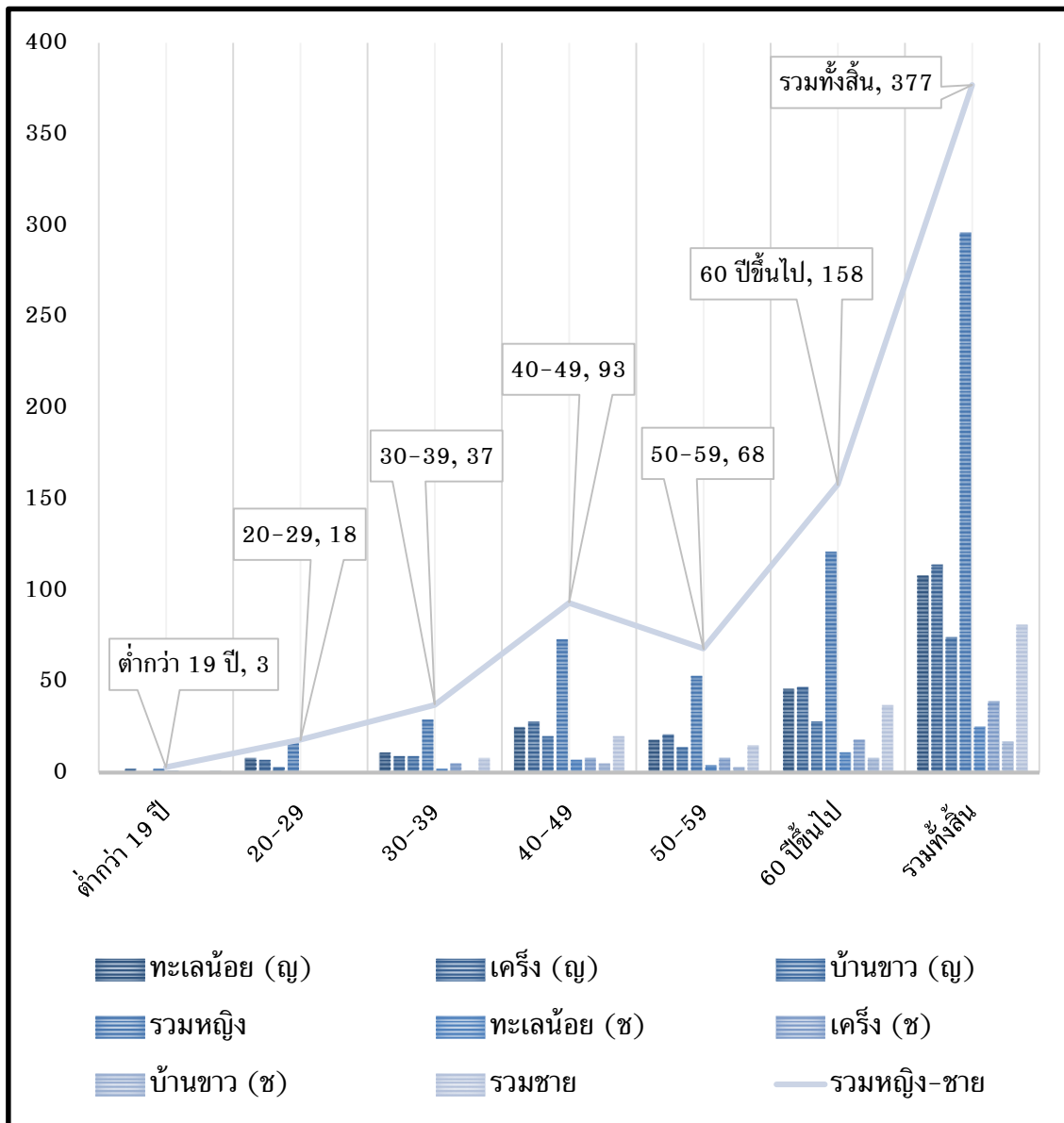
ภาพ 4 แสดงตัวแทนประชากรผู้ตอบแบบสอบถาม (n = 377) ของการศึกษาร้อยละ พบว่า มีตัวแทนผู้ตอบทั้งชายและหญิงมากที่สุดจากตำบลเครื่อง อำเภอชะอวด จังหวัด นครศรีธรรมราช (ชาย = 10.34%; หญิง 30.24%) รองลงมาคือ ตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง (ชาย = 6.63%; หญิง 28.65%) และตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา (ชาย = 4.51%; หญิง 19.63%) อีกทั้งเป็นแนวโน้มไปในทางเดียวกันของจำนวนประชากรทั้งหมด

นอกจากนี้ จากภาพจะเห็นได้ว่า ประชากรทั้งหญิงและชาย มีสัดส่วนใกล้เคียงกัน แต่มีประชากรเพศหญิงมากกว่าเพศชายเพียงเล็กน้อย ทั้งสามตำบลของพื้นที่ศึกษา (เพศชายร้อยละ 48.69 และเพศหญิงร้อยละ 51.31) อย่างไรก็ตาม จากการเก็บข้อมูลแบบสอบถาม ผู้วิจัยมีโอกาสพบเจอกลุ่มตัวอย่างที่เป็นตัวแทนของหญิงมากกว่าชาย ตามลำดับ และเมื่อคิดเป็นสัดส่วนพบว่า ตัวแทนผู้ตอบเพศหญิงมีมากกว่าเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 78.51 และ 21.49

#### 4.1.2. อายุ ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ภาพ 5 แสดงตัวแทนประชากรผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน แยกตามเพศ พื้นที่ศึกษา และอายุ 6 ช่วงด้วยกันคือ ต่ำกว่า 19 ปี 20-29 ปี 30-39 ปี 40-49 ปี 50-59 ปี และ 60 ปีขึ้นไป พบว่า แนวโน้มเป็นไปในทางเดียวกัน ที่พบว่า ผู้ตอบมีจำนวนสูงขึ้นเรื่อยๆ และส่วนใหญ่ อยู่ในช่วงอายุ 60 ปี ขึ้นไป เป็นจำนวนมากที่สุด ทั้งเพศชายและหญิง รวมไปถึงทั้ง 3 พื้นที่

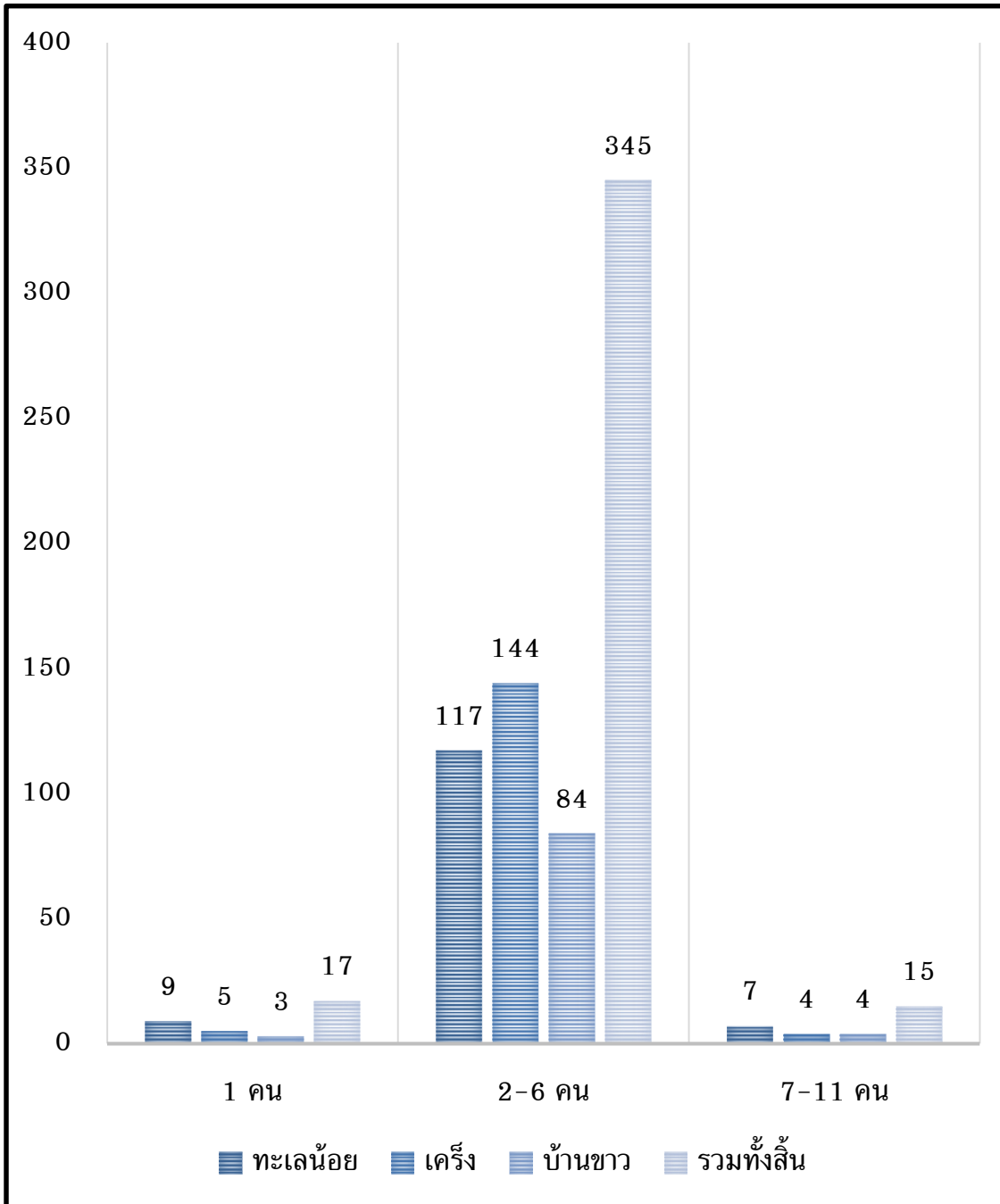
อย่างไรก็ดีไม่มีผู้ตอบจากเพศชายในช่วงอายุ 20-29 เลย ในทั้ง 3 พื้นที่ และมีผู้ตอบเพศชายจากตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ในช่วงอายุ 40-49 และ 50-59 ปี เป็นจำนวนที่เท่ากัน (ดูภาพ 5)



ภาพ 5 อายุของผู้ตอบแบบสอบถามแยกตามเพศ พื้นที่ศึกษา และอายุ

#### 4.1.3. สมาชิกในครัวเรือน ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ภาพ 6 แสดงจำนวนสมาชิกในครัวเรือนของผู้ตอบแบบสอบถามที่มีตั้งแต่ 1-11 คน และมีค่าเฉลี่ยประมาณ 3.6 คน ต่อครัวเรือน และหากแยกตามพื้นที่ศึกษาแล้วพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนเป็นไปในแนวทางเดียวกันคือ มีจำนวนสมาชิกในครัวเรือนสูงสุดจำนวน 2-6 คน (91.51%) และอยู่คนเดียว เป็นสัดส่วนที่รองลงมา (4.51%) มีสมาชิกในครัวเรือนจำนวน 7-11 คน เป็นสัดส่วนที่น้อยที่สุด (3.98%)



ภาพ 6 จำนวนสมาชิกในครัวเรือนแยกตามพื้นที่ศึกษา 3 พื้นที่ (n = 377)

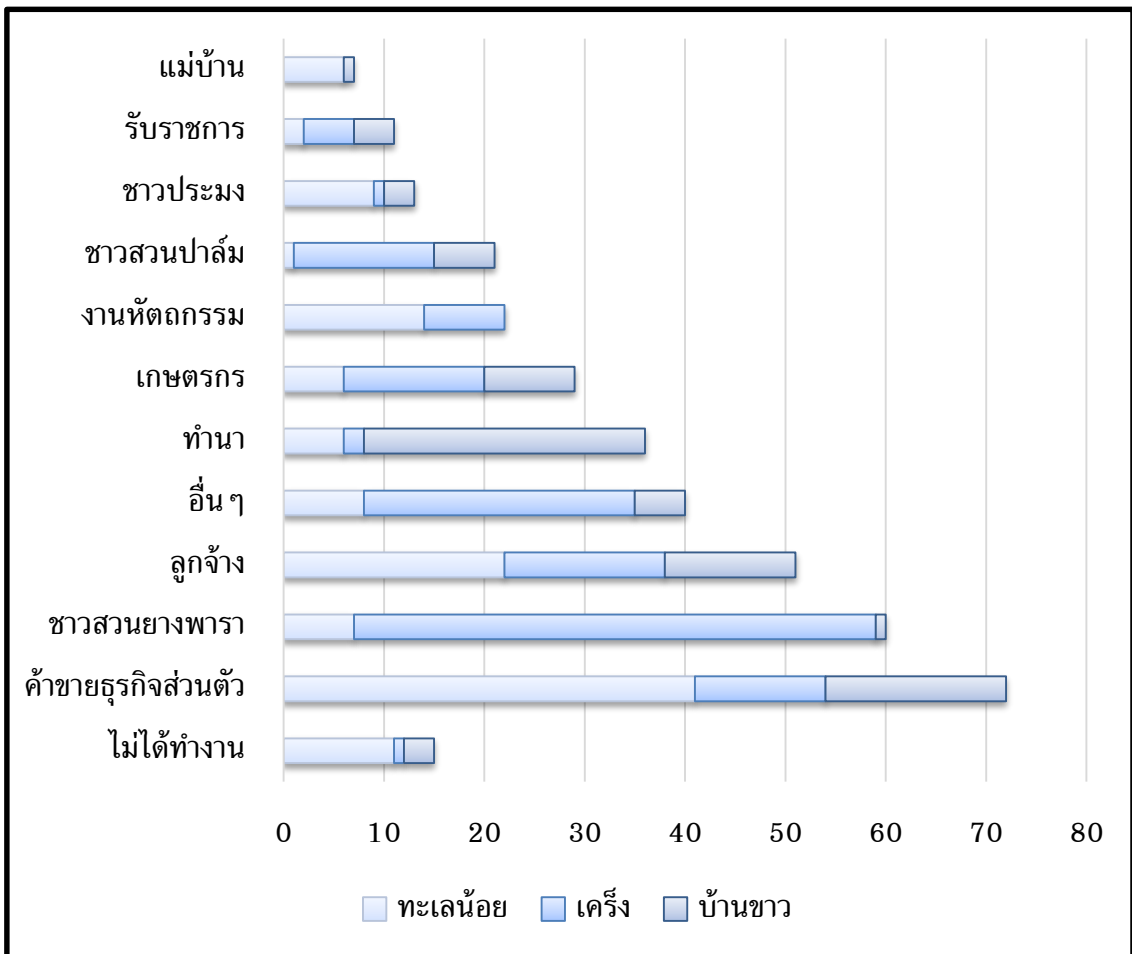
#### 4.1.4. การประกอบอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถาม

ภาพ 7 แสดงการประกอบอาชีพหลักของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามทั้งสิ้นประกอบอาชีพอาชีพค้าขาย/ธุรกิจ (ร้อยละ 19.10%) ชาวสวนยางพารา (ร้อยละ 15.92%) และลูกจ้าง (ร้อยละ 13.53%) ตามลำดับ

ผู้ตอบจากตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจ (ร้อยละ 10.88%) รองลงมาคือลูกจ้าง (ร้อยละ 5.84%) และอาชีพหัตถกรรม (ร้อยละ 3.71%) ตามลำดับ

ผู้ตอบจากตำบลเค็ริง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ประกอบอาชีพชาวสวนยางพารา (ร้อยละ 13.79%) อาชีพอื่นๆ (ร้อยละ 7.16%) และอาชีพลูกจ้าง (ร้อยละ 4.24%) ตามลำดับ

ผู้ตอบจากตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา ประกอบอาชีพหลักคือทำนา (ร้อยละ 7.43%) อาชีพค้าขาย/ธุรกิจ (ร้อยละ 4.77%) และอาชีพลูกจ้าง (ร้อยละ 3.45%) ตามลำดับ



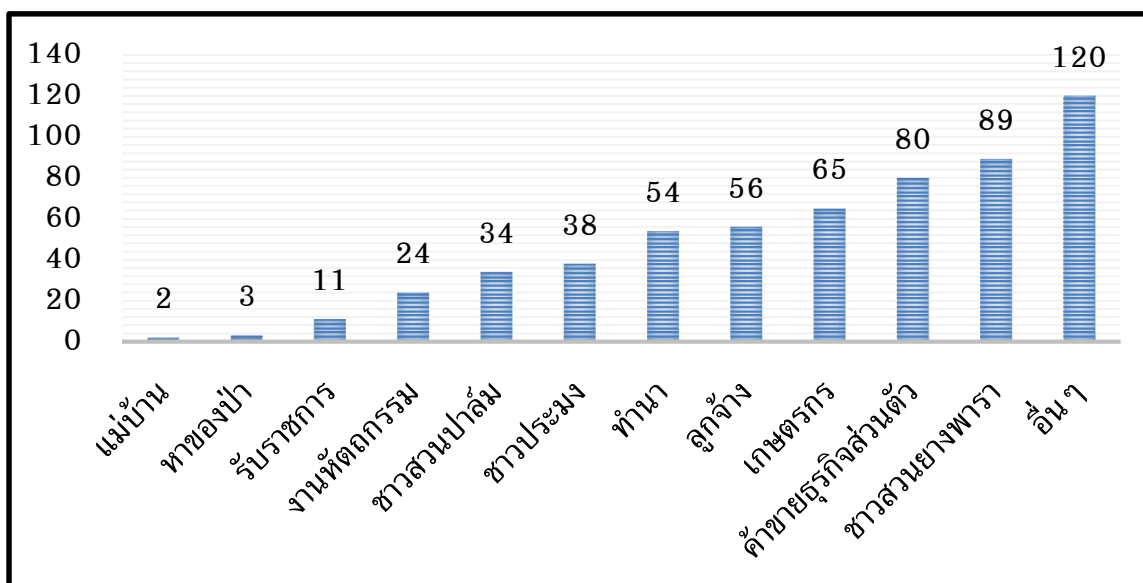
ภาพ 7 การประกอบอาชีพหลักของผู้ตอบแบบสอบถามทั้ง 3 พื้นที่ (n = 377)

จะเห็นได้ว่า พื้นที่ศึกษาที่ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง เป็นแหล่งท่องเที่ยว ผู้ตอบส่วนใหญ่จึงประกอบอาชีพค้าขาย/ธุรกิจส่วนตัวเป็นหลัก เช่น การมีตลาดน้ำของตำบล รองลงมาคือลูกจ้าง อันได้แก่การรับจ้างทำงานทั่วไป เช่น การแปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารสัตว์น้ำ เช่น ปลาสด ปลาฉลิต ปลาตุ๋น ปลาหมอบ ปลาน้ำจืดทุกชนิดในพื้นที่ทะเลน้อย เป็นต้น (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) ที่ส่งขายในแหล่งท่องเที่ยว และอาชีพหัตถกรรม อันได้แก่ การสานกระจุตซึ่งเป็นอาชีพที่นิยมกันในพื้นที่แห่งนี้

สำหรับพื้นที่ศึกษาของตำบลเค็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราชมีผู้ประกอบการอาชีพเกษตรกรรมยางพารามาบริเวณพื้นที่สูง อย่างไรก็ตาม ในช่วงของระยะเวลาการศึกษาพบว่า เกษตรกรชาวสวนยางประสบปัญหาราคายางตกต่ำ

ตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา มีการประกอบอาชีพของประชาชนส่วนใหญ่จากประกอบอาชีพทำนาเป็นลำดับที่ 1 เนื่องจากบริเวณดังกล่าว รัฐบาลให้การสนับสนุนในการชลประทานน้ำจืดเพื่อการปลูกนาข้าว ที่ชาวนาสามารถทำนาข้าวได้ปีละ 2 ครั้ง อีกทั้งสอดคล้องกับข้อมูลขององค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว (2558) ที่กล่าวว่า อาชีพหลักของประชาชนส่วนใหญ่คือการทำนา ปลูกสัตว์ และเกษตรกรรมอื่นๆ อาชีพรองคือ การรับจ้าง และการค้าขาย

ทั้งนี้ ในช่วงระยะเวลาของการศึกษาวิจัยครั้งนี้ อยู่ในช่วงของปรากฏการณ์เอลนีโญ (El Niño อ่านว่า el neen-yo) ส่งผลให้ฤดูกาลมีความแห้งแล้งเป็นอย่างมาก และส่งผลกระทบต่อการทำนาข้าวของชาวนา มีน้ำเค็มรุกจากฝั่งอ่าวไทย การทำนาอาจได้ผลผลิตไม่ดี และขายข้าวไม่ได้ราคา แม้ว่าจะมีระบบชลประทานคอยช่วยเหลือ อย่างไรก็ตามจากการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีการประกอบอาชีพเสริมหรืออาชีพรอง เพื่อลดความเสี่ยงต่อความมั่นคงทางด้านอาหารในกรณีนี้ (ภาพ 8)



ภาพ 8 อาชีพผสมผสาน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ) ของผู้ตอบแบบสอบถามทั้ง 3 พื้นที่ (n = 576)

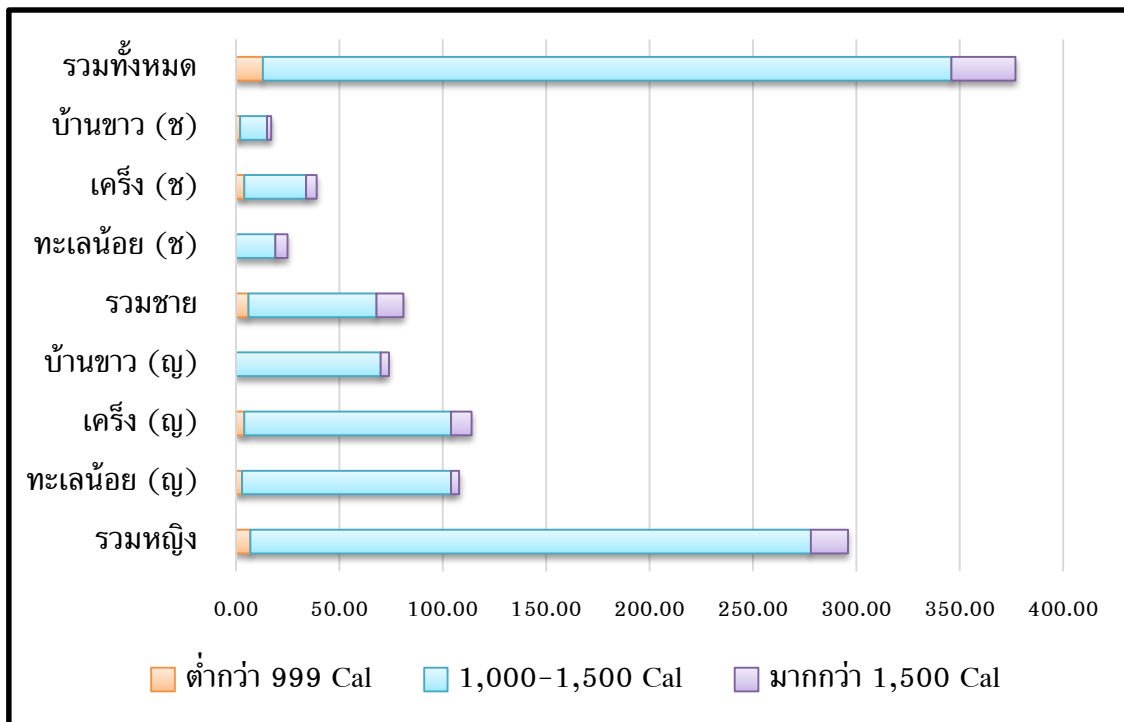
## 4.2. วัตถุประสงค์ข้อที่ 1: ระดับความมั่นคงทางอาหาร (Food Security)

เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางอาหาร เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนซีเสียน พรุควนเคิ่ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ได้ผลการศึกษาระดับความมั่นคงทางด้านอาหารใน 4 มิติ ดังนี้

### 4.2.1. ความเพียงพอของปริมาณอาหาร (Food Availability)

#### 4.2.1.1. ค่าความต้องการแคลลอรี่ (Caloric Adequacy of Intake)

ในส่วนนี้ขอนำเสนอผลการศึกษาความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายในแต่ละวัน (Caloric Adequacy of Intake) จากการสอบถามผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน ใน 3 พื้นที่ อันได้แก่ น้ำหนัก ส่วนสูง และอายุ เพื่อนำมาคำนวณความต้องการแคลลอรี่ของร่างกาย แบ่งตามเพศ และพบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีค่าความต้องการแคลลอรี่ต่ำสุดคือ 758.3 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และสูงสุดคือ 1,839.3 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และค่าเฉลี่ยอยู่ที่ 1,274.8 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน ซึ่งนับว่าเป็นความต้องการที่ต่ำกว่ามาตรฐานที่ของคนไทยกำหนดไว้คือ 1,850 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (Limnirankul et al., 2015; สนอง อุณากุล, 2538) ทั้งนี้ จากการศึกษาวิจัยนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่จะมีค่าความต้องการแคลลอรี่อยู่ที่ 1,000-1,500 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (ดูภาพ 9)



ภาพ 9 ความต้องการแคลลอรี่ต่อวัน แยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377)

## ตาราง 10

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

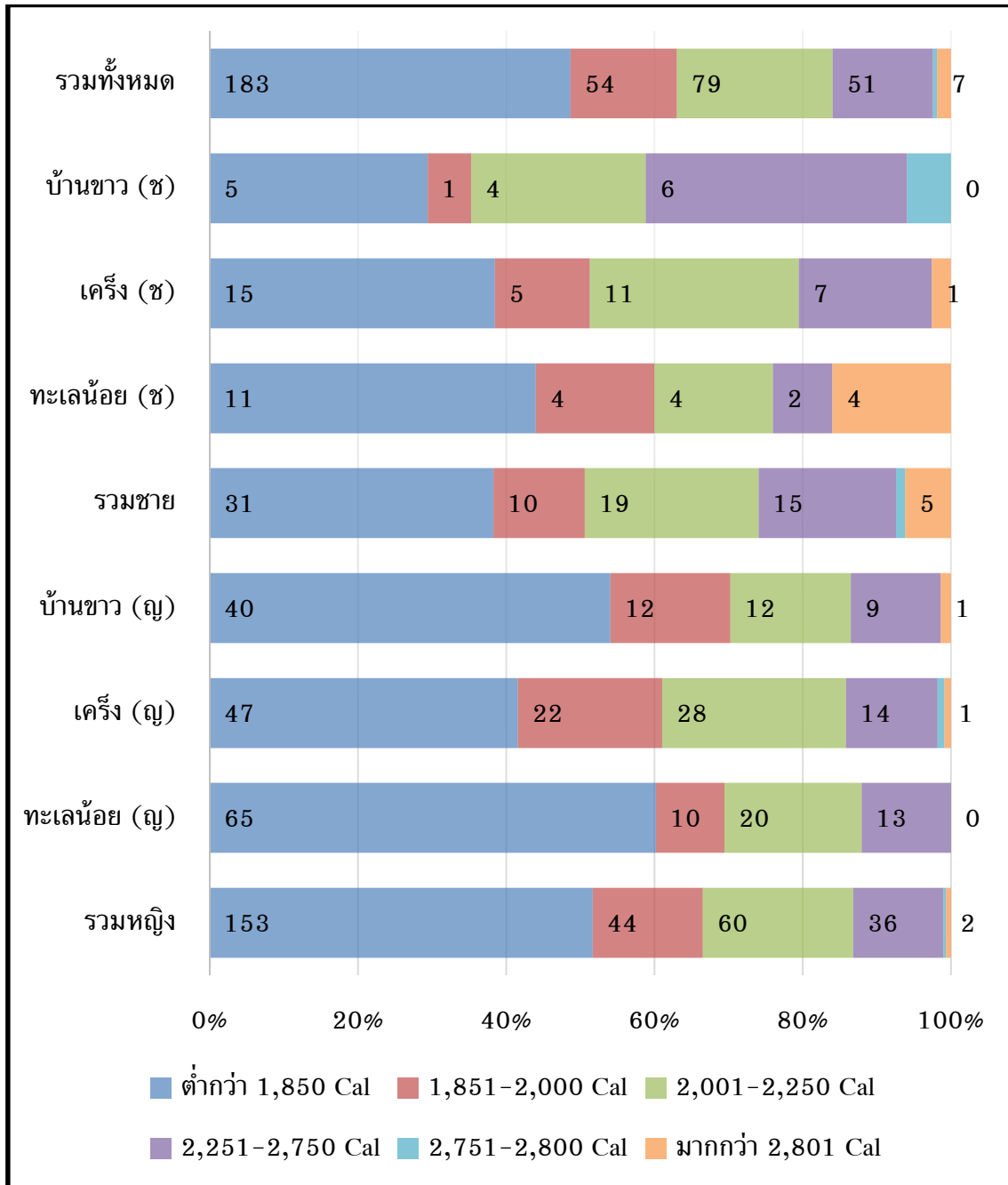
กลุ่ม	ตัวอย่าง (n)	ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน (S.D.)	t	Sig.
ทะเลน้อย (ญ)	108	1,268.20	131.91	-3.723*	0.000
ทะเลน้อย (ช)	25	1,388.16	193.54		
เค็ริง (ญ)	114	1,257.88	158.12	-0.810	0.419
เค็ริง (ช)	39	1,284.82	230.88		
บ้านขาว (ญ)	74	1,260.53	115.97	-1.162	0.248
บ้านขาว (ช)	17	1,303.08	204.48		
รวมผู้หญิง	296	1,262.31	138.70	-2.928*	0.004
รวมผู้ชาย	81	1,320.55	216.88		

\*p&lt; .05

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาตามเพศแล้วพบว่า เพศหญิงมีค่าเฉลี่ยของความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายเท่ากับ 1,262.31 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และเพศชายมีค่าเฉลี่ยของความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายเท่ากับ 1,320.55 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (ดูตาราง 10) อีกทั้งเมื่อทดสอบค่าความแตกต่างระหว่างทั้งสองกลุ่มด้วยวิธี t-test independent พบว่า ทั้งสองกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายที่แตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 แต่เมื่อวิเคราะห์แยกตำบล พบว่า หญิงและชายที่ตำบลเค็ริงและตำบลบ้านขาว มีความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

#### 4.2.1.2. ค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (Total Daily Energy Expenditure: TDEE)

เมื่อนำค่าความต้องการแคลลอรี่ มาคำนวณกับปริมาณการออกกำลังกายน้อย-มาก ใน 5 ระดับ ตามแนวคิดของ ออบเซย วงศ์ทอง (2541, หน้า 106) ผลการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน มีความต้องการพลังงานที่จะใช้ในแต่ละวันต่ำสุดคือ 1,120.2 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และสูงสุดคือ 3,197.32 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และค่าเฉลี่ยเท่ากับ 1,920 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน ดังภาพที่ 10



ภาพ 10 ค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (n = 377)

นอกจากนี้ ยังพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามโดยส่วนใหญ่ มีค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน ในช่วงที่ต่ำกว่า 1,850 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (48.67%) รองลงมาคือช่วง 2,001-2,250 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (21.01%) และช่วง 1,851-2,000 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (14.36%) กับช่วง 2,251-2,750 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน (13.56%) มีค่าใกล้เคียงกัน และส่วนที่เหลือ คือ ช่วง 2,751-2,800 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน และมากกว่า 2,801 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน ขึ้น ไป ก็มีสัดส่วนที่น้อยลงไป (0.53% และ 1.86%)



ตาราง 11

เพศและความต้องการพลังงาน (n = 377)

เพศ	อายุ (ปี)	พลังงานที่กำหนด (กิโลแคลลอรี่)					
		ต่ำกว่า 1,850	1,851- 2,000	2,001- 2,250	2,251- 2,750	2,751- 2,800	มากกว่า 2,801
ชาย	ต่ำกว่า 20 ปี	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	*1 (1.2%)
	20-29	-ไม่มี-					
	30-59	7 (8.6%)	9 (11.1%)	10 (12.3%)	*12 (14.8%)	1 (1.2%)	4 (4.9%)
	60 ขึ้นไป	24 (29.6%)	1 (1.2%)	*9 (11.1%)	3 (3.7%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
	รวมทั้งสิ้น	31 (38.3%)	10 (12.3%)	19 (23.5%)	15 (18.5%)	1 (1.2%)	5 (6.2%)
หญิง	ต่ำกว่า 20 ปี	0 (0.0%)	*1 (0.3%)	1 (0.3%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
	20-29	8 (2.7%)	*3 (1.0%)	4 (1.4%)	2 (0.7%)	0 (0.0%)	1 (0.3%)
	30-59	73 (24.7%)	*24 (8.1%)	34 (11.5%)	22 (7.4%)	1 (0.3%)	1 (0.3%)
	60 ขึ้นไป	*72 (24.3%)	16 (5.4%)	21 (7.1%)	12 (4.1%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)
	รวมทั้งสิ้น	153 (51.7%)	44 (14.9%)	60 (20.3%)	36 (12.2%)	1 (0.3%)	2 (0.7%)

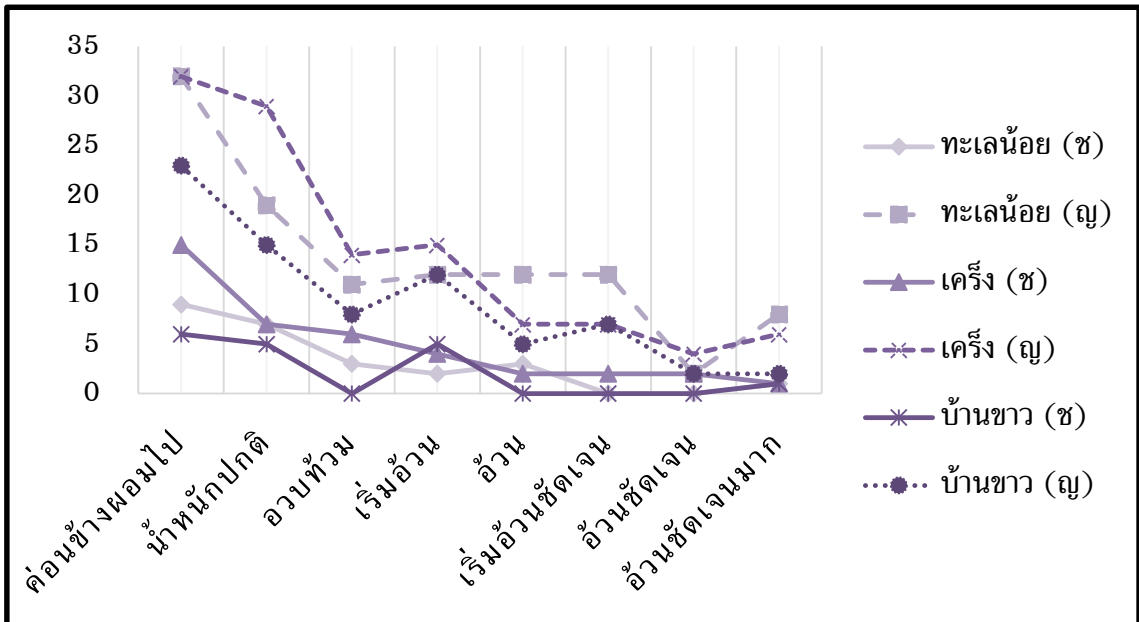
หมายเหตุ: \* หมายถึง ค่าความต้องการพลังงานตามอายุและเพศที่ควรจะเป็น ตามแนวคิดของ ออบเชย วงศ์ทอง (2541, หน้า 106)

เมื่อนำอายุ น้ำหนัก ส่วนสูง และค่าประกอบกิจกรรมน้อย-มาก ของผู้ตอบแบบสอบถามแต่ละคนมาคำนวณ ตามแนวคิดของ ออบเชย วงศ์ทอง (2541, หน้า 106) และการคำนวณหาค่าความต้องการพลังงานแคลลอรี่ ตามแนวคิดของ “คำนวณการเผาผลาญพลังงาน Basal Metabolic Rate (BMR)” (n.p.) พบว่า มีค่าความต้องการพลังงานแตกต่างกันไป ทั้งหญิงและชาย มีค่าความต้องการพลังงานในสัดส่วนสูงที่สุดที่ระดับต่ำกว่า 1,850 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน รองลงมาผลที่ได้เมื่อแยกตามเพศพบว่า ค่าที่ได้มีความแตกต่างกันไป ในรายละเอียด (ดูตาราง 11)

### 4.2.1.3. ค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index: BMI)

ภาพ 11 แสดงความเพียงพอของปริมาณอาหาร โดยใช้ค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (BMI) เป็นเครื่องมือวัดเพื่อแสดงความเพียงพอของปริมาณอาหารในกรณีนี้ พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่จะอยู่ในภาวะที่ค่อนข้างผอมเกินไป (31.03%) แสดงถึงความเสี่ยงต่อการติดเชื้อประสิทธิภาพต่อการทำงานของร่างกายลดลง

นอกจากนี้ พบผู้ตอบแบบสอบถามมีภาวะอวบตัวมจนไปถึงอ้วนเป็นปริมาณสะสมจำนวนเยอะที่สุด (32.10%) ซึ่งเป็นดัชนีชี้วัดถึงโรคที่มากับความอ้วน เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคหัวใจขาดเลือด และโรคนิ่วในถุงน้ำดี ซึ่งสอดคล้องการงานวิจัยการสำรวจและข้อมูลของ กชช 2 ค ประจำปี 2556 ที่ศึกษาในพื้นที่ใกล้เคียงกัน แต่มีพื้นที่ศึกษากว้างกว่า และพบว่า ประชากรส่วนใหญ่เจ็บป่วยจากโรคเบาหวานและความดัน เป็นจำนวนมากที่สุดจำนวน 1,516 ราย (มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์, 2557)

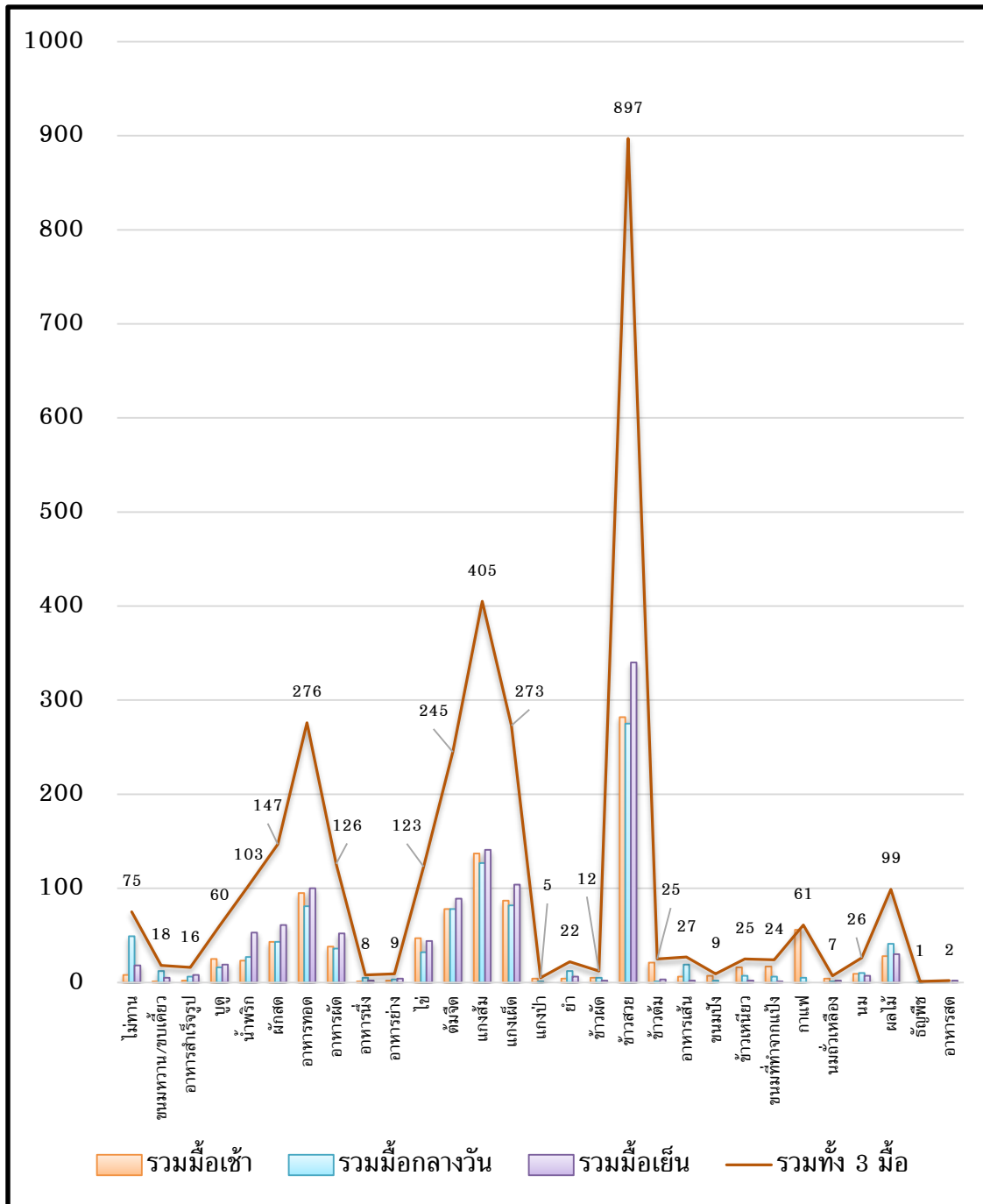


ภาพ 11 ค่าความเพียงพอของปริมาณอาหารวัดจากค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (BMI)

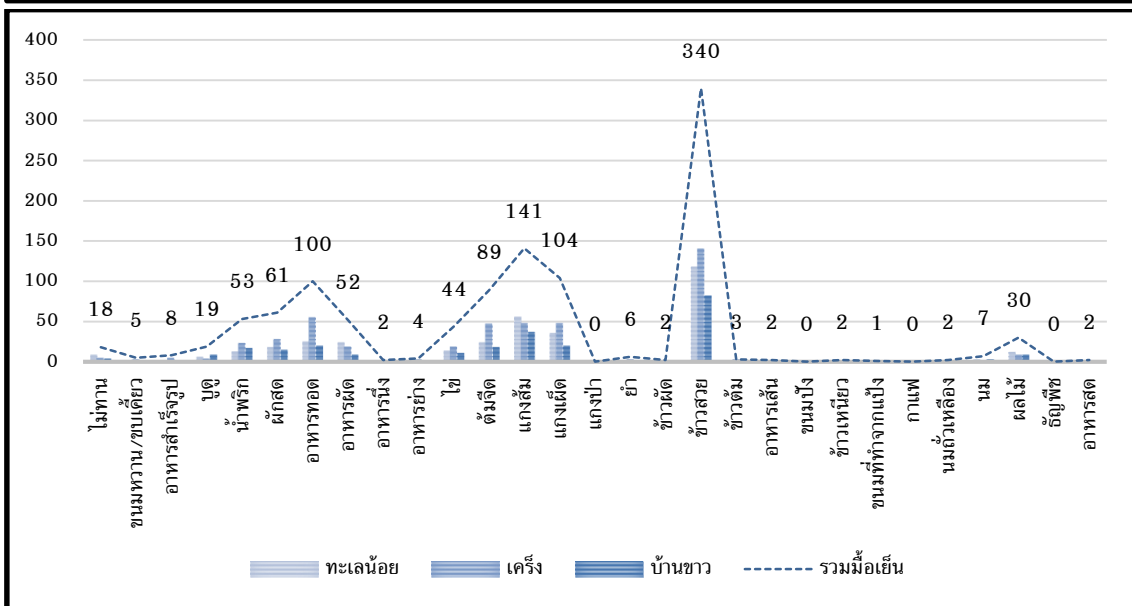
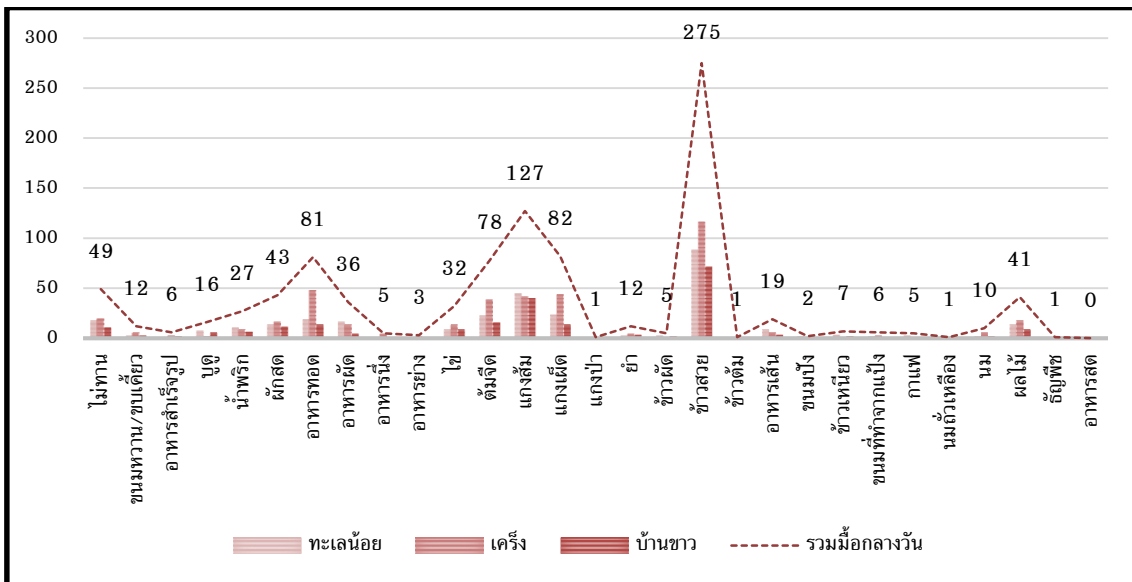
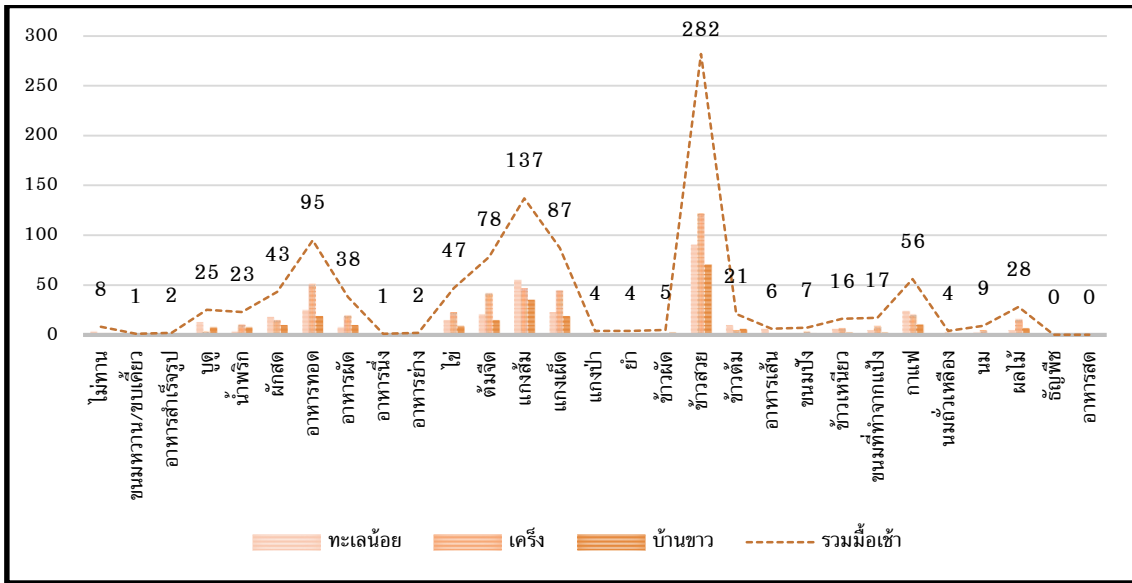
แต่ถ้าหากพิจารณารายพื้นที่พบว่า ประชาชนของตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ส่วนใหญ่มีลักษณะค่อนข้างผอมมากที่สุด (41.0%) รองลงมาคือน้ำหนักปกติ (26.0%) และอ้วน (15.0%) ตามลำดับ ประชาชนตำบลเครื่อง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ส่วนใหญ่มีลักษณะค่อนข้างผอมมากที่สุด (47.0%) รองลงมาคือน้ำหนักปกติ (36.0%) และอวบตัวม (20.0%) ตามลำดับ และประชาชนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา ส่วนใหญ่มีลักษณะค่อนข้างผอมมากที่สุด (29.0%) รองลงมาคือน้ำหนักปกติ (20.0%) และเริ่มอ้วน (17.0%) ตามลำดับ

#### 4.2.1.4. Dietary Diversity Index Score: ความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ

ภาพ 12 แสดงรูปแบบของอาหารมื้อเช้าที่ผู้ตอบแบบสอบถามตอบในระยะเวลา 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่บริโภคข้าวสวยเป็นอาหารหลัก และรับประทานกับแกงส้ม กับอาหารทอด เช่น ปลาทอด นอกจากนี้ยังพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามบางท่านรับประทานอาหาร แค่วันละ 2 มื้อ ก็เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายแล้ว



ภาพ 12 รูปแบบอาหารที่รับประทานในมื้อเช้า กลางวัน และเย็น (n = 377)



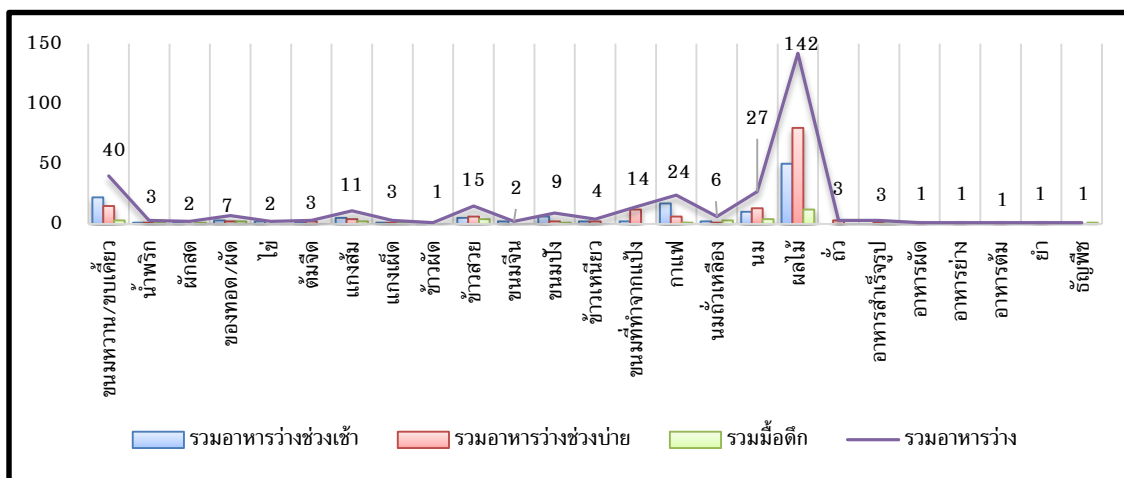
ภาพ 13 รูปแบบอาหารที่รับประทานในมือเช้า กลางวัน และเย็น แยกตามพื้นที่ (n = 377)

นอกจากนี้หากพิจารณารายพื้นที่พบว่า (ดูภาพ 13) มื้อเช้า ประชาชนของตำบลเครื่องจักรวรรดิ นครศรีธรรมราช รับประทานข้าวสวยเป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือแกงส้ม และอาหารทอด เช่น ปลาทอด เป็น 3 ลำดับแรก (32.36%; 12.47%; 13.53%) และเป็นไปในแนวโน้มมาก-น้อยทางเดียวกันของตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง (23.87%; 14.59%; 6.53%) และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา (18.57%; 9.28%; 5.04%) ตามลำดับ อย่างไรก็ตาม ภายใต้อาหารทอด จากผลการศึกษาพบว่า ประชาชนที่ตำบลทะเลน้อย รับประทานแกงส้มมากกว่าประชาชนของตำบลเครื่องจักรวรรดิและตำบลบ้านขาว (14.59%; 12.47%; 9.28%;)

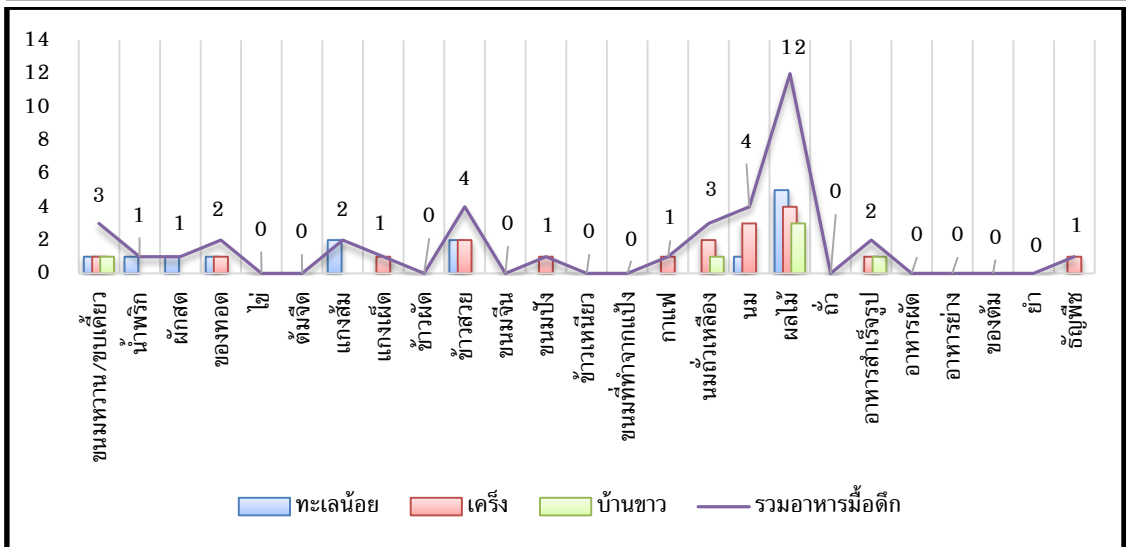
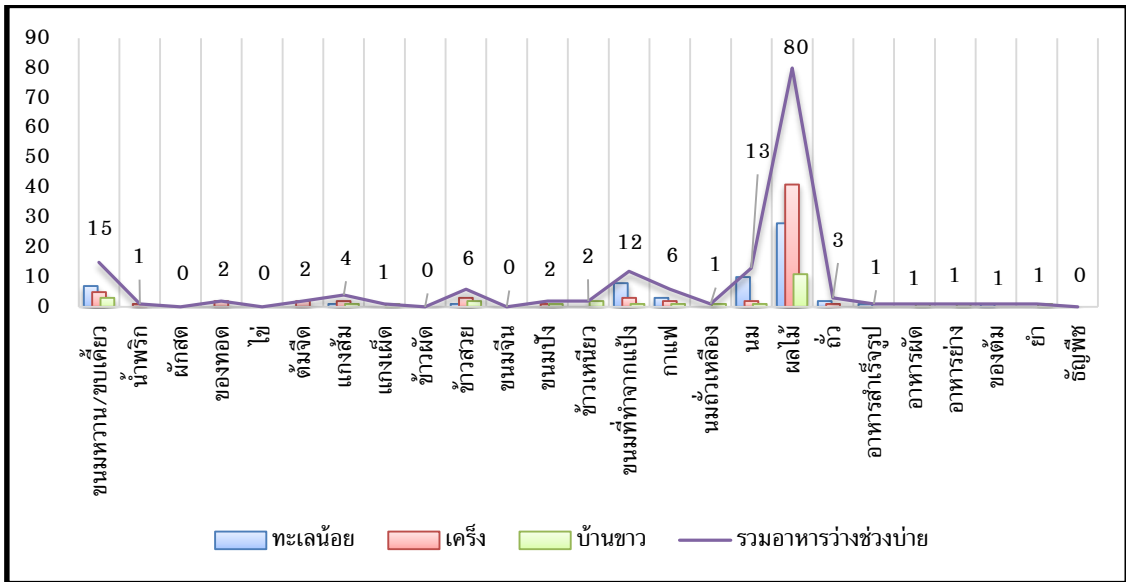
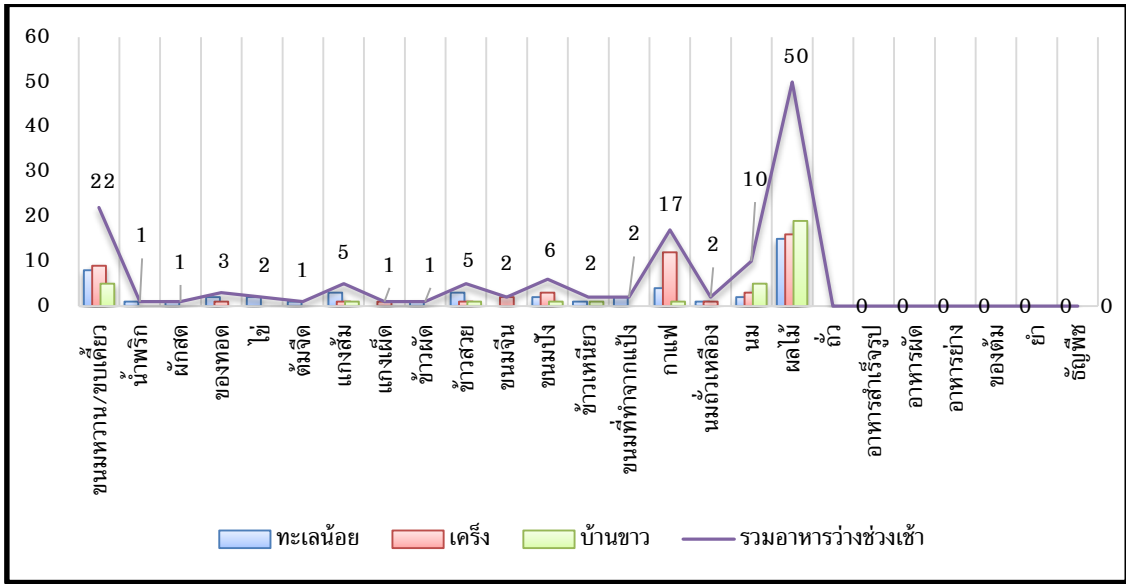
สอดคล้องกับผลการศึกษาเชิงลึก ที่พบว่า อาหารประเภทปลาในพื้นที่ตำบลเครื่องจักรวรรดิ นครศรีธรรมราช ไม่ขาดแคลน มีรับประทานได้ทั้งปี แต่อาจไม่ได้ทุกครัวเรือน เพราะบางครัวเรือนไม่มีที่ดินเป็นของตนเอง แต่ต้องไปหาปลาตามพื้นที่ธรรมชาติ แต่หากบางครอบครัวมีบ่อล่อปลาที่เป็นพื้นที่ดินของตนเอง (ส.ค.1/สิทธิครอบครอง) ก็มีปลารับประทานได้ทั้งปี (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

สำหรับการรับประทานอาหารเช้าของมือกลางวันและมือเย็น ก็รับประทานอาหารเช้า ส่วนที่คล้ายคลึงกับมื้อเช้า กล่าวคือ ข้าวสวย แกงส้ม ของทอด (มือกลางวัน = 23.34%; 11.94%; 5.04% และมือเย็น = 31.30%; 14.85%; 6.63%) สำหรับประชาชนตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง (มือกลางวัน = 30.77%; 11.14%; 12.73% และมือเย็น = 37.14%; 12.73%; 14.59%) สำหรับประชาชนตำบลเครื่องจักรวรรดิ นครศรีธรรมราช และ (มือกลางวัน = 18.83%; 10.61%; 3.71% และมือเย็น = 21.75%; 9.81%; 5.31%) สำหรับประชาชนตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา (ดูภาพ 13)

นอกจากนี้ รูปแบบของอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานอาหารเช้า อาหารว่าง และอาหารมื้อดึก พบว่า ไม่มีผู้ทานอาหารเช้า อาหารว่าง และอาหารมื้อดึก จำนวน 95, 252 และ 351 คน ตามลำดับ ภาพ 14 แสดงให้เห็นว่า ผลไม้ ขนมหวาน และนม เป็นอาหารยอดนิยม สำหรับมื้ออาหารเช้า และอาหารมื้อดึกในการศึกษาครั้งนี้



ภาพ 14 รูปแบบอาหารที่รับประทานในอาหารเช้า ว่าง และมื้อดึก (n = 377)



ภาพ 15 อาหารที่รับประทานในอาหารว่างมื้อเช้า บ่าย และมื้อดึก แยกตามพื้นที่ (n = 377)

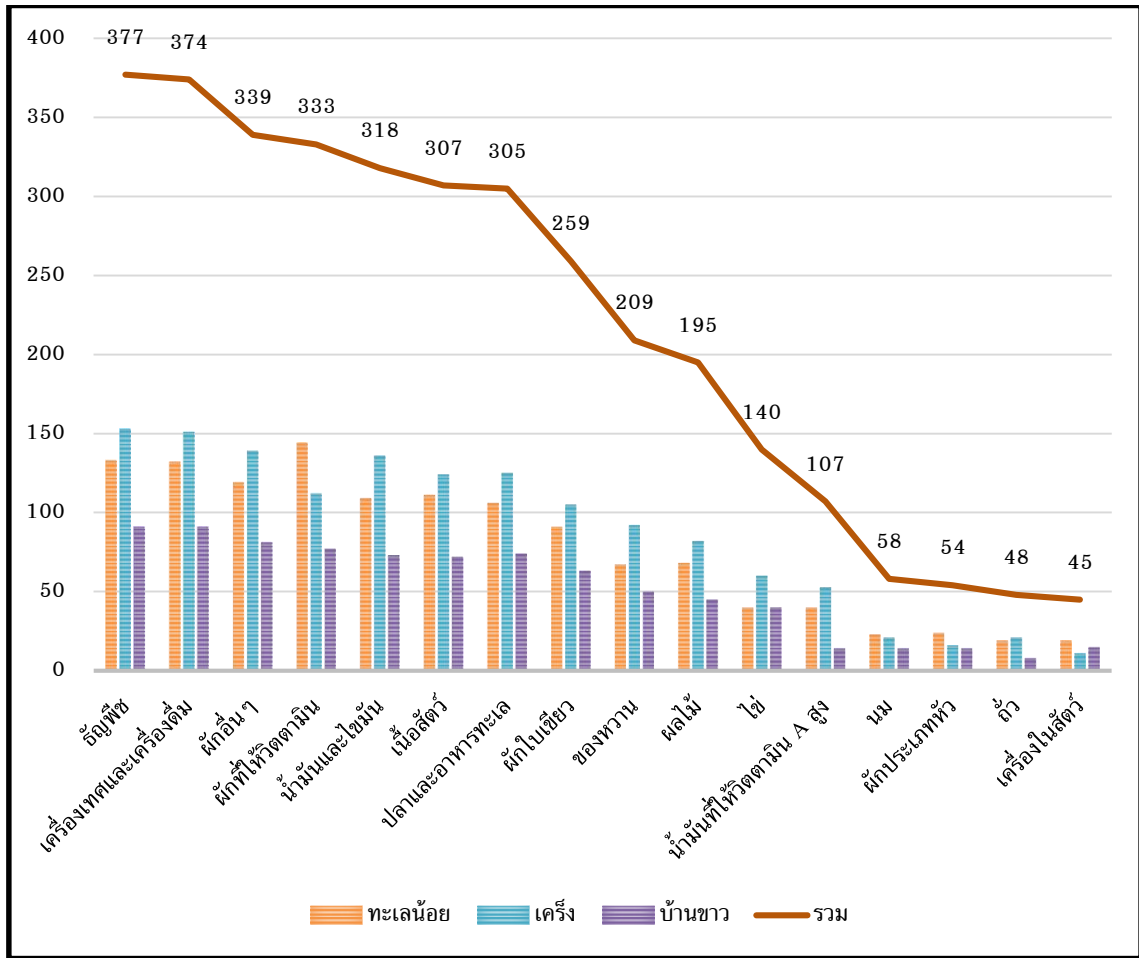
นอกจากนี้หากพิจารณารายพื้นที่พบว่า (ดูภาพ 15) อาหารว่างมือเช้า ประชาชนของทั้ง 3 ตำบล นิยมรับประทานผลไม้เป็นจำนวนมากที่สุดในที่นี้ ประชาชนจากตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา รับประทานเป็นสัดส่วนสูงสุดที่สุด คือ (5.04%) รองลงมาคือ ตำบลเคอิ่ง จังหวัดนครศรีธรรมราช (4.24%) และตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง (3.98%) ตามลำดับ รองลงมาประชาชนนิยมรับประทานขนมหวาน (1.33%; 2.39%; 2.12%) เป็นของว่างหลังอาหารเช้าในพื้นที่ของตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา ตำบลเคอิ่ง จังหวัดนครศรีธรรมราช และตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง ตามลำดับ และกาแฟ สำหรับตำบลทะเลน้อย และเคอิ่ง (3.18%; 1.06%) อีกทั้ง นม (1.33%) สำหรับตำบลบ้านขาว

สำหรับอาหารว่างช่วงบ่าย ประชาชนนิยมรับประทานผลไม้ ขนมหวาน และนม เป็นของว่างช่วงบ่ายใน 3 ลำดับแรก สำหรับประชาชนจากตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง (7.43%; 1.86%; 2.65%) ตำบลเคอิ่ง จังหวัดนครศรีธรรมราช นิยมรับประทาน ผลไม้ ขนมหวาน ขนมที่ทำจากแป้ง เช่น ปาท่องโก๋ และข้าว (10.88%; 1.33%; 0.80% และ 0.80%) และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา นิยมรับประทาน ผลไม้ ขนมหวาน และข้าว (2.92%; 0.80%; 0.53%) ตามลำดับ

มื่อดีก ประชาชนนิยมรับประทานผลไม้ มากเป็นอันดับ 1 รองลงมาคือ ข้าวกับแกงส้ม สำหรับประชาชนจากตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง (1.33%; 0.53%; 0.53%) ตามลำดับ ตำบลเคอิ่ง จังหวัดนครศรีธรรมราช นิยมรับประทาน ผลไม้ นม นมถั่วเหลือง และข้าวสวย (1.06%; 0.80%; 0.53%; 0.53%) และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา นิยมรับประทาน ผลไม้ นมถั่วเหลือง และขนมหวาน (0.80%; 1.06%; 0.27%) ตามลำดับ ทั้งนี้ ประชาชนที่มารับประทานข้าวในช่วงมื่อดีกหมายถึง คนที่ไม่ได้รับประทานข้าวเย็นให้ตรงกับมือนั้น ๆ

#### 4.2.1.4.1. Dietary Diversity Index: องค์ประกอบของอาหาร

ในส่วนนี้ นำเสนอเรื่องการรับประทานอาหาร มาแยกแยะเป็นประเภทขององค์ประกอบของอาหารใน 16 หมวด และเมื่อนำอาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานภายใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมาแยกประเภทตามองค์ประกอบของอาหาร 16 ประเภท พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานอาหารประเภทธัญพืช (100.00%) เช่น ข้าว เป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือเครื่องเทศ และเครื่องดื่ม (99.20%) เช่น เครื่องเทศที่เป็นองค์ประกอบของเครื่องแกง เช่น เครื่องแกงส้ม เครื่องแกงเผ็ด ลำดับที่สามคือผักอื่น ๆ (89.92%) ที่ไม่ใช่ผักที่เป็นใบสีเขียว และเป็นผลสีเหลือง ซึ่งอาจเป็นผักที่เป็นองค์ประกอบของการทำเครื่องแกงและรับประทานเป็นผักสดแกล้มกับอาหารเผ็ด จำนวนน้อยที่สุดที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานคือ กลุ่มของเครื่องในสัตว์ (11.94%) เช่น ไตปลา และเครื่องในสัตว์ที่ใช้ประกอบอาหารในรูปแบบอื่น ๆ (ดูภาคผนวก 5 และภาพ 16)



ภาพ 16 องค์ประกอบของอาหาร 16 ประเภท แยกตามพื้นที่ศึกษา

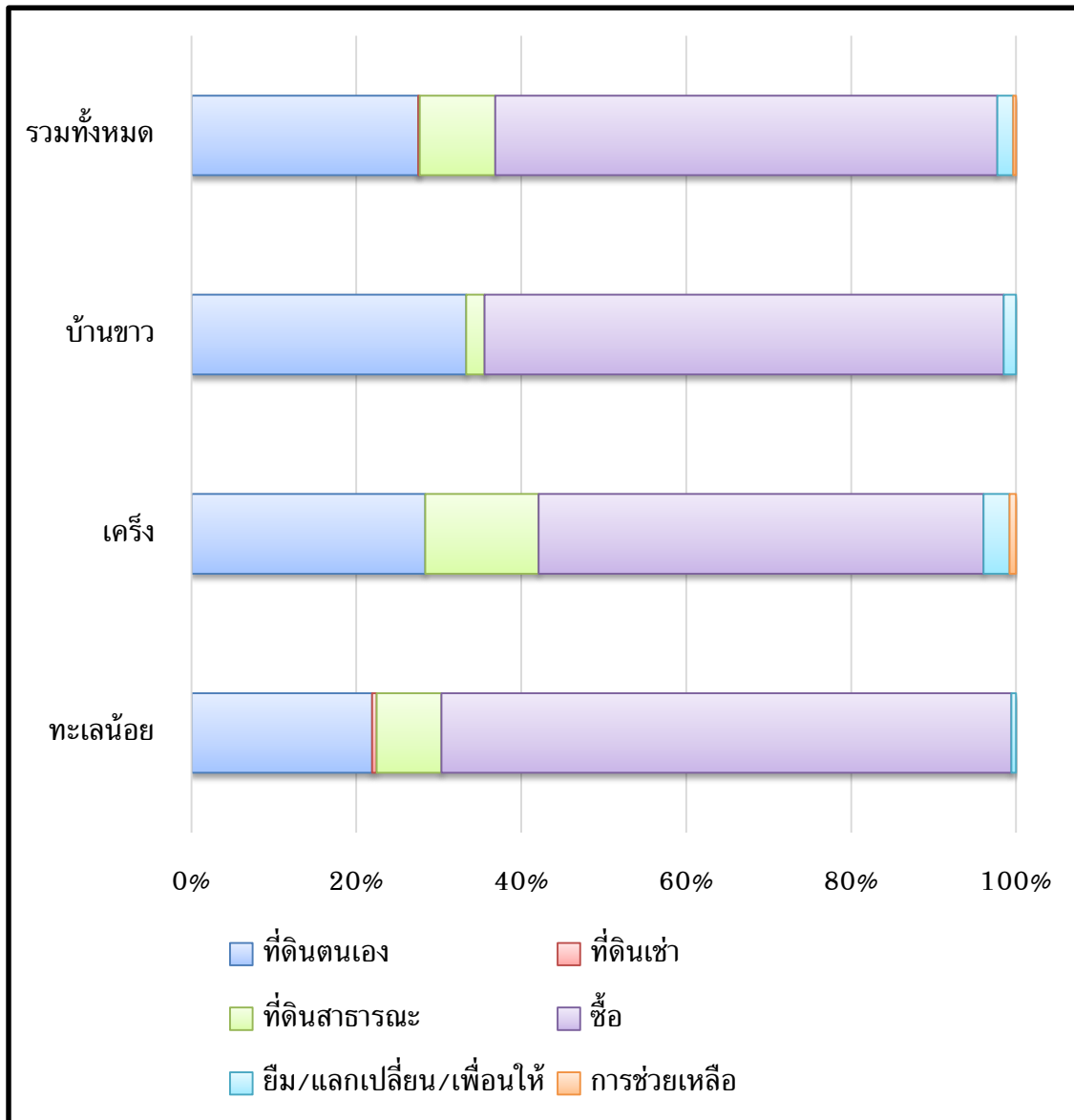
หากพิจารณารายพื้นที่ พบว่า ประชาชนทั้งสามพื้นที่คือ ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ประชาชนตำบลเครื่อง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช และประชาชนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา รับประทานอาหารประเภทธัญพืช (35.28%; 40.58%; 24.14%) เป็นจำนวนมากที่สุด

รองลงมาและเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือเครื่องเทศ และเครื่องดัด (35.01%; 40.05%; 24.14%) และผักอื่นๆ (36.87%; 21.49%) ยกเว้นประชาชนตำบลทะเลน้อย รับประทานผักที่ให้วิตามิน เช่น พักทอง แครอท มันหวาน (มีสีส้มข้างใน) พริกหวาน เป็นลำดับที่ 3 (38.20%) อาหารที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานน้อยที่สุดคือ กลุ่มของเครื่องในสัตว์ (5.04%; 2.92%) ยกเว้นประชาชนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา รับประทาน อาหารประเภทถั่วเป็นจำนวนน้อยที่สุด (2.12%)



#### 4.2.1.4.2. Dietary Diversity Index: แหล่งที่มาของอาหาร

ภาพ 17 แสดงแหล่งที่มาของอาหารจากการสอบถามการรับประทานอาหาร 3 มื้อ 2 มื้ออาหารว่าง และ 1 มื้อดึก พบว่า วัตถุประสงค์ในการประกอบอาหารมาจากการซื้อ (60.85%) รองลงมาคือวัตถุประสงค์จากที่ดินของตนเอง (27.51%) และที่ดินสาธารณะ (9.17%) สำหรับอาหารจากการยืม การแลกเปลี่ยน หรือเพื่อนให้ และการช่วยเหลือมีจำนวนน้อย (1.94%) และจากที่ดินเช่า (0.35%) เป็นจำนวนน้อยที่สุด อีกทั้ง มีแนวโน้มไปในทางเดียวกันใน 3 พื้นที่ศึกษา กล่าวคือ ประชาชนตำบลทะเลน้อย ตำบลเคร็ง และตำบลบ้านขาว มีการซื้ออาหาร (21.69%; 24.16%; 14.99%) การได้อาหารจากที่ดินของตนเอง (6.88%; 12.70%; 7.94%) และที่ดินสาธารณะ (2.47%; 6.17%; 0.53%) ตามลำดับ



ภาพ 17 แหล่งที่มาของอาหาร 24 ชั่วโมงแยกตามพื้นที่ศึกษา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

#### 4.2.2. การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Food Access)

ในมิตินี้ ขอนำเสนอความแตกต่างระหว่างหญิง-ชายในการประกอบอาชีพ และรายได้ที่ได้รับ เพื่อให้ได้มาซึ่งอาหาร รวมไปถึงการเข้าถึงทรัพยากรอาหารของแหล่งอาหาร ในกรณีนี้ เน้นศึกษาการเข้าถึงแหล่งอาหารในพื้นที่สาธารณะ ดังนี้

##### 4.2.2.1. อาชีพกับการเข้าถึงอาหาร แบ่งแยกตามเพศ

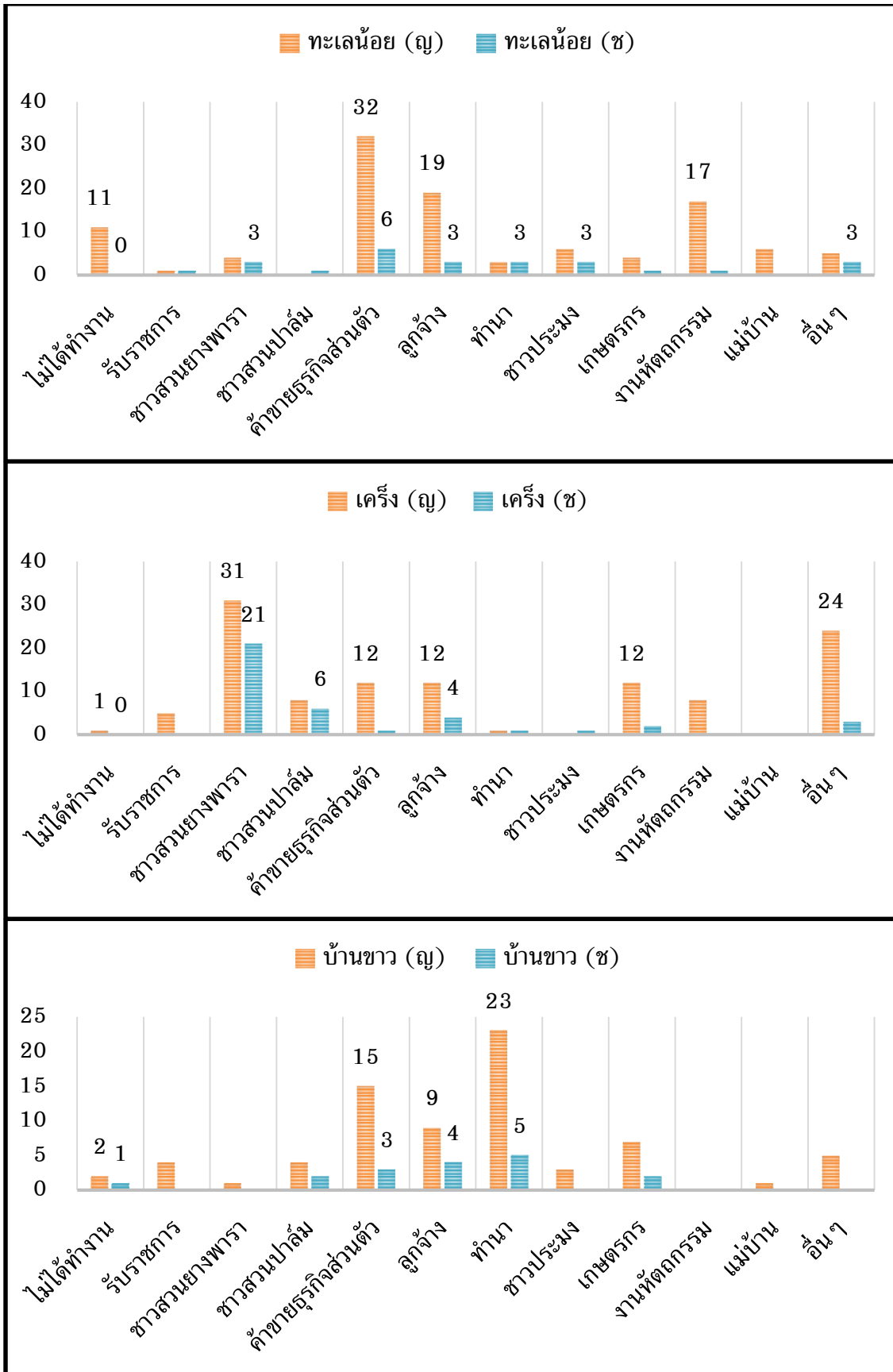
ภาพ 18 แสดงการประกอบอาชีพของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน แบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษาพบว่าโดยส่วนใหญ่มีการประกอบอาชีพเพื่อหารายได้ และแสดงถึงการมีรายได้เพื่อการเข้าถึงอาหารในกรณีนี้ อย่างไรก็ตามพบว่ามีผู้ตอบแบบสอบถามจำนวนน้อยที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ กล่าวคือ ผู้ตอบแบบสอบถามหญิงจำนวน 11 คน จากตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ผู้ตอบแบบสอบถามหญิงจำนวน 1 คน จากตำบลเคอิ่ง อำเภอลำดวน จังหวัดนครศรีธรรมราช และผู้ตอบแบบสอบถามหญิงและชาย จำนวน 2 และ 1 คน จากตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา ตามลำดับ

ผลการศึกษาจากแบบสอบถามเชิงปริมาณ แสดงให้เห็นว่าส่วนหนึ่งประชาชนมีการพึ่งพิงพื้นที่ในการเข้าถึงอาหาร อีกทั้งสอดคล้องกับข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเพิ่มเติมที่พบว่า ปัจจุบันทั้งหญิงและชาย มีโอกาสในการทำงานนอกบ้านอย่างเท่าเทียมกัน เช่น การทำนา (นาง เฉลิม ศิริทอง และนางปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559) นอกจากนี้ สาเหตุเนื่องจาก ปัจจุบันภายในชุมชนอาจมีอาชีพให้ทำน้อย ดังนั้น ทั้งหญิงและชายจึงสามารถทำงานนอกบ้านได้อย่างเท่าเทียมกัน (นาง อารอบ แป้นทอง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

อีกทั้ง หากพิจารณาในรายละเอียดจะพบว่า (ดูภาพ 18) ในตำบลทะเลน้อย ผู้หญิงประกอบอาชีพค้าขายธุรกิจส่วนตัว ลูกจ้าง และงานหัตถกรรม ใน 3 ลำดับแรก และผู้ชายประกอบอาชีพค้าขายธุรกิจส่วนตัว เกษตรกรชาวสวนยางพารา ลูกจ้าง ทำนา ชาวประมง และอื่นๆ มาเป็นลำดับต้นๆ

ตำบลเคอิ่ง ผู้หญิงประกอบอาชีพเกษตรกรชาวสวนยางพารา อื่นๆ ค้าขายธุรกิจส่วนตัว ลูกจ้าง และเกษตรกร ใน 3 ลำดับแรก และผู้ชายประกอบอาชีพเกษตรกรชาวสวนยางพารา เกษตรกรชาวสวนปาล์ม น้ำมัน และลูกจ้าง มาเป็นลำดับต้นๆ

ตำบลบ้านขาวพบว่า ผู้หญิงประกอบอาชีพเกษตรกรชาวนา ค้าขายธุรกิจส่วนตัว และลูกจ้าง ใน 3 ลำดับแรก และผู้ชายประกอบอาชีพเกษตรกรชาวนา ลูกจ้าง และค้าขายธุรกิจส่วนตัว มาเป็นลำดับต้นๆ



ภาพ 18 รูปแบบการประกอบอาชีพแบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377)

ผลการศึกษาจากแบบสอบถามเชิงปริมาณ แสดงให้เห็นว่าประชาชนส่วนหนึ่งมีการประกอบอาชีพที่พึงพิงพื้นที่ในการเข้าถึงอาหาร อย่างไรก็ตาม หากในกรณีว่าหญิงท้องถิ่น แต่แต่งงานกับชายนอกพื้นที่ ก็จะสามารถประกอบอาชีพในท้องถิ่นได้ กล่าวคือ หญิงท้องถิ่นประกอบอาชีพสานกระจุต เป็นต้น และสามีประกอบอาชีพรับจ้าง ในอีกด้านหนึ่งหากชายท้องถิ่น แต่งงานมีภรรยาจากนอกพื้นที่ ชายท้องถิ่นประกอบอาชีพหาปลาในท้องถิ่นได้ แต่ภรรยาอาจไม่สามารถสานกระจุตได้ หรือทำปลาเพื่อประกอบอาหารได้ ก็อาจทำให้บุคคลจากภายนอกของครอบครัวนั้นต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพท้องถิ่นให้ได้ เช่น ต้องฝึกสานกระจุตให้ได้ หรือไม่ก็ต้องย้ายออกไปอยู่ที่อื่นเพื่อประกอบอาชีพอื่นเพื่อการทำมาหากินได้ทั้งสองคน (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชายของตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง เล่าให้ฟังว่า สมัยก่อนผู้หญิงทะเลน้อย ต้องอยู่บ้าน ประกอบอาชีพที่บ้าน และผู้ชายประกอบอาชีพชาวประมงน้ำจืดตั้งแต่เด็ก 5-6 ขวบ ส่งผลมาถึงปัจจุบันให้ผู้หญิงแถบทะเลน้อยประกอบอาชีพอยู่ที่บ้าน เช่น การสานเสื่อกระจุต ดูแลบ้านและครอบครัว และฝ่ายผู้ชายจะเป็นผู้รับผิดชอบไปหาวัตถุดิบให้กับผู้หญิง เช่น ปลา กระจุต อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันพบว่าทั้งผู้หญิงและผู้ชายสามารถออกไปทำงานนอกบ้านได้ เนื่องจากสภาวะเศรษฐกิจ-สังคมเปลี่ยนแปลงไป เช่น ผู้หญิงออกไปค้าขายนอกบ้าน ผู้ชายออกไปทำงานรับจ้างนอกพื้นที่ เป็นต้น โดยสรุปก็คือทั้งสองฝ่ายมีโอกาสในการประกอบอาชีพอย่างเท่าเทียมกัน (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ในประเด็นดังกล่าวเชื่อมโยงไปสู่เรื่องของความแตกต่างทางเพศกับการยกกรรมสิทธิ์ในที่ดินทำกิน แบ่งตามเพศ พบว่า บริเวณพื้นที่ศึกษาประชาชนไม่มีแนวคิดการแบ่งแยกการยกทรัพย์สินตามเพศ นั่นหมายถึงว่า ไม่ว่าผู้มีสิทธิ์รับมรดก ไม่ว่าจะเพศใดก็ตามมีสิทธิ์ในการได้รับมรดกอย่างเท่าเทียมกัน เนื่องจากพ่อ-แม่รักลูกอย่างเท่าเทียมกัน (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559; นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559; นาง อารอบ แป้นทอง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559; นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) ในอีกแนวคิดหนึ่ง ในการยกมรดกหรือทรัพย์สิน จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชายตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง พบว่า จะมีการพูดคุยตกลงกันก่อนภายในครัวเรือน จนเป็นที่ “รับได้”<sup>8</sup> ของผู้มีสิทธิ์รับมรดกทุกคน (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559) รวมไปถึง การยกมรดกตามเครือญาติด้วยความผูกพันที่ไม่ได้หมายรวมถึงแค่ที่ดินทำกิน แต่รวมถึงทรัพย์สินอื่น ๆ เช่น “ควาย” ของบริเวณเกษตรกรตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ซึ่งมีผู้ประกอบ

<sup>8</sup> “รับได้” ไม่ได้หมายถึง การพอใจในการตัดสินใจร่วมกัน แต่อยู่ในสถานะที่พอรับได้ (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

อาชีพเลี้ยงควายน้ำเป็นที่นิยมกัน และปล่อยให้ควายหากินเองตามพื้นที่อนุรักษ์ตามธรรมชาติ (นาย ชัยยุทธ์ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

นอกจากนี้ ในกรณีหากครอบครัวใดมีผู้ได้รับมรดกมากกว่า 1 คน ไม่ว่าจะเป็หญิงหรือชาย หากผู้รับมรดกคนอื่นไม่ประสงค์จะรับมรดก เช่น ไม่ได้ทำกินในพื้นที่ดังกล่าว หรือการอาศัยอยู่นอกพื้นที่อื่นๆ พ่อ-แม่ ก็จะทำการตกลงกันภายในครอบครัวว่าจะยกทรัพย์สินให้กับใคร โดยอาจมีการซื้อขายในราคาพี่-น้อง (นางปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559; นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

#### 4.2.2.1.1. อาชีพ วิถีชีวิต อาหาร ในพื้นที่อนุรักษ์

เป็นที่ทราบกันดีว่าพื้นที่บางส่วนของพื้นที่ศึกษางานในงานวิจัยชิ้นนี้มีการซ้อนทับกับพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่งคือ บริเวณพรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อยในพื้นที่ตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง; พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ในพื้นที่ตำบลบ้านขาว อำเภอรือโนด จังหวัดสงขลา และตำบลเค็ง อำเภอลือหวา จังหวัดนครศรีธรรมราช

อีกทั้ง ดังที่ได้กล่าวไปแล้วว่า การอธิบายถึงการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Food Access) นั้น มีลักษณะคล้ายคลึงกับวิธีการหาความเหมาะสมของอาหารสำหรับความต้องการทางโภชนาการ หรือ Dietary Diversity Index Score ตามแนวคิดของ Kennedy et al. (2010) ดังนั้น สำหรับกรณีของการศึกษาวิจัยชิ้นนี้ จึงนำข้อมูลของแหล่งที่มาของอาหารมาอธิบายการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร ดังนี้

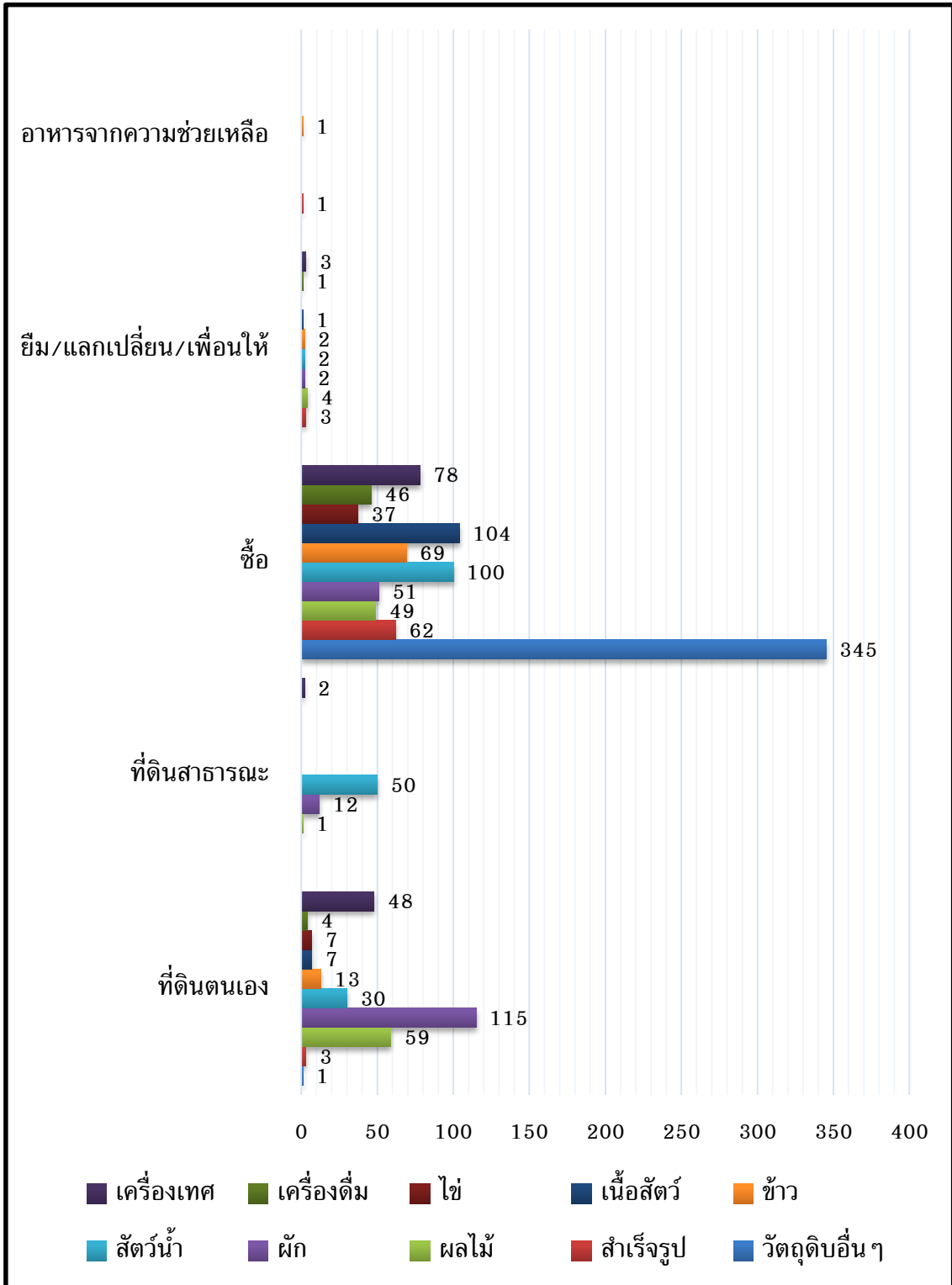
ภาพ 19 แสดงการเข้าถึงทรัพยากรอาหารที่นำมาแยกแยะจากการสอบถามการรับประทานอาหารใน 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา พบว่าส่วนใหญ่เป็นอาหารจากการซื้อ เมื่อพิจารณาตามประเภทของอาหารที่ซื้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามซื้ออาหารประเภทวัตถุดิบอื่นๆ (91.51%) เพื่อมาประกอบอาหารเอง เป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาคือเนื้อสัตว์ (27.59%) เช่น หมู ไก่ และสัตว์น้ำ (26.53%) เช่น ปลาน้ำจืด ตามลำดับ

นอกจากนี้ ยังพบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมักประกอบอาหารจากผักสวนครัว หรือผักพื้นบ้านที่ปลูกภายในบริเวณบ้าน ซึ่งมีจำนวนสูงสุด (30.50%) และรับประทานผลไม้จากที่ปลูกภายในบริเวณบ้านเช่นกัน (15.65%) รวมไปถึงเครื่องเทศที่ทำได้จากการปลูกภายในบริเวณบ้าน (12.73%) เช่น พริก ตะไคร้ ข่า ใบมะกรูด แต่อย่างไรก็ดีก็ยังน้อยกว่าการซื้อมาประกอบอาหาร (20.69%)

สำหรับสัตว์น้ำ (13.26%) และผักสวนครัว (3.18%) เพื่อนำมาประกอบอาหาร อาจหาได้จากที่ดินสาธารณะเช่นกัน เนื่องจากบริเวณที่ศึกษาอยู่ใกล้กับทะเลสาบสงขลา ทะเลน้อย และป่าพรุ ซึ่งเป็นพื้นที่น้ำท่วมขัง อีกทั้งอยู่ใกล้กับพื้นที่สาธารณะที่ประชาชนสามารถหาอาหาร

ได้ หากเกิดเหตุการณ์ขาดแคลนอาหารขึ้นมา อย่างไรก็ตามนี้ก็ยังน้อยกว่าการซื้อมาประกอบอาหารสำหรับสัตว์น้ำและผักสวนครัว (26.53% และ 13.53%) ตามลำดับ

นอกจากนี้ยังพบว่า อาหารจากแหล่งอื่นๆ เช่น จากการยืม การแลกเปลี่ยน หรือเพื่อนให้ (4.77%) และการได้รับการบริจาคอาหาร (0.53%) พบว่ามีจำนวนน้อยมาก



ภาพ 19 ประเภทของอาหาร แยกตามที่มาของอาหาร 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา

นอกจากนี้ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกในประเด็นการเข้าถึงทรัพยากรอาหาร พบว่าพื้นที่ส่วนหนึ่งของตำบลบ้านขาวที่ประชาชนครอบครองคือ น.ส.3 และอีกส่วนหนึ่งคือ ภ.บ.ท. 5 (แบบแสดงรายการเสียภาษีบำรุงท้องที่) ที่ประชาชนมีการจับจอง ไม่มีขอบเขตที่ชัดเจนแน่นอน เพื่อประกอบอาชีพขุดบ่อล่อปลา (ปลาสด ปลาตุก ปลาช่อน พันธุ์ปลาท้องถิ่น) และประชาชนต้องมาเสียภาษีกับองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในกรณีนี้คือ องค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) บ้านขาว ปัจจุบัน อบต. ประกาศแจ้งไม่รับเสียภาษีเนื่องจากพื้นที่ที่ประชาชนจับจองดังกล่าว มีการซ้อนทับกับประกาศของเขตพื้นที่ห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ส่งผลให้ประชาชนไม่สามารถขุดบ่อล่อปลาต่อไปได้ และขัดกับกฎหมายของเขตห้ามล่าสัตว์ป่าที่กำหนดไว้ (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559) ข้อมูลดังกล่าวตรงกับผลจากการสัมภาษณ์จากนายกองค์การบริหารส่วนตำบลเคิ่ง อำเภอลำพูน จังหวัดนครศรีธรรมราชด้วยว่า ยกเว้นว่าบ่อนั้น เป็นบ่อที่พิสูจน์ได้ว่าขุดก่อนประกาศเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

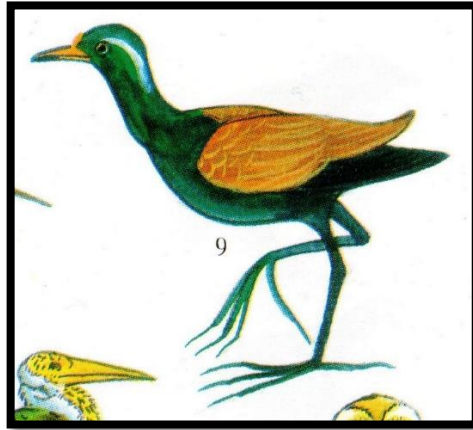
แต่สำหรับการหาปลาด้วยวิธีการวางกัต (ภาษาใต้) หรือวางอวน บริเวณลำคลองธรรมชาติ สามารถทำได้ และพบว่ามีอาหารอุดมสมบูรณ์ เช่น ปลาช่อน ปลาทูก ปลากระดี เพื่ออาชีพและการยังชีพ ฝ่ายห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อยไม่ได้หวงห้ามแต่อย่างใด ยกเว้นการจับสัตว์ที่ผิดกฎหมาย เช่น วิธีการช้อนปลาในตอนกลางคืนโดยวิธีรุน ด้วยวิธีผิดธรรมชาติ ซึ่งทำให้ได้ปลาอย่างรวดเร็ว (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559; นาง เฉลิมศิริทอง และนางปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559; นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559; นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) รวมถึงมีการตกลงกันด้วยการกำหนดขนาดของปลาและอวนที่ใช้จับปลา ว่าควรมีขนาดที่เหมาะสมขนาดใดระหว่างหน่วยงานอนุรักษ์ของรัฐและประชาชนในพื้นที่ (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559)

อีกทั้ง การจับนก (เช่น นกพริก)<sup>9</sup> การขุดพื้นที่ในเขตอนุรักษ์ ไม่สามารถกระทำได้ ผิดกฎหมาย ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งระหว่างประชาชนและเจ้าหน้าที่ของรัฐบ้างเล็กน้อย แต่ไม่

---

<sup>9</sup> การจับนกพริก (ชื่อสามัญ Bronze-winged Jacana; ชื่อวิทยาศาสตร์ *Metopidius indicus* (Latham); วงศ์ Jacanidae) มารับประทาน เป็นวิถีชีวิตของประชาชนแบบดั้งเดิม ที่ประชาชนเชื่อว่าผิดกฎหมาย เนื่องจากขัดกับระเบียบในเขตห้ามล่าสัตว์ป่าในพระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535 ที่ให้การคุ้มครองนกประเภทต่าง ๆ เอาไว้ \*\*\*ข้อสังเกตก็คือ นกชนิดดังกล่าวไม่ได้มีรายชื่ออยู่ในบัญชี เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ฉบับวันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2518 ในราชกิจจานุเบกษาเล่ม 99 ตอนที่ 137 ลงวันที่ 9 พฤศจิกายน 2525 (พระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535, 2535, หน้า 13-14) อย่างไรก็ตาม นกพริก ก่อปัญหาแก่เกษตรกรชาวนา ไร่หวาน เนื่องจากกินผลผลิตของเกษตรกร จึงเป็นเหตุผลและที่มาของการจับนก และไขนกกินของประชาชนท้องถิ่น นอกจากนี้ ประชาชนก็ไม่มีแนวคิดในการอนุรักษ์นกชนิดดังกล่าว (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559)

ถึงขนาดรุนแรง เช่น การถูกปรับตัวละ 500 บาท เป็นต้น ทั้งนี้แล้วแต่ระเบียบของมาตรการ ทั้ง จำและปรับ (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559)



ภาพ 20 นกพริก<sup>10</sup> ที่นายวรรณรพ ส่องสว่างพูดถึง

สำหรับพื้นที่ของตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ยังพบการบุกรุกของนายทุน ด้วยวิธีการซื้อสิทธิครอบครองจากคนในพื้นที่ที่ถือครอง ส.ค.1<sup>11</sup> ที่ประชาชนท้องถิ่นเห็นว่าไม่สามารถทำกินได้สะดวกเนื่องจากขัดกับพื้นที่อนุรักษ์ หลังจากนั้นนายทุนจึงนำไปแปลงให้เป็นโฉนดที่ดิน รวมไปถึงการหาอาหารป่า เช่น ฝั่หวง ตัวต่อ (ดูภาพ 21) น้ำฝั่ป่า และการขาดเอกสารสิทธิ์ของประชาชนท้องถิ่นที่ถือครองที่ดินก่อนการประกาศเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ตั้งแต่ พ.ศ. 2498 (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

<sup>10</sup> นกพริก ตัวผู้และตัวเมียเหมือนกัน ขนบนหัว คอ และทางด้านล่างของตัวมีสีดำเหลือบเขียว หลังและปีกมีสีเขียวมะกอก เป็นสีบรอน เนื้อตามีแถบสีขาวแคบๆ เป็นแนววงคล้ายคิ้ว มีขายาวและนิ้วเท้ายาวมาก ปากมีสีเหลือง โคนปากมีสีแดง (วิทย์ เทียงบูรณธรรม, 2532, หน้า 41)

<sup>11</sup> แบบแจ้งการครอบครองที่ดิน หรือ ส.ค.1 คือ ใบแจ้งการครอบครองที่ดินของราษฎร ที่เป็นหลักฐานว่าผู้ครอบครอง เป็นผู้แจ้งว่าตนครอบครองที่ดินแปลงใดอยู่ (ปัจจุบันไม่มีการแจ้ง ส.ค.1 แล้ว) แต่ไม่ใช่หนังสือแสดงสิทธิที่ดิน ไม่ใช่หลักฐานที่ทางราชการออกให้ (บริษัทบริหารจัดการที่ดินไทย, มปป.) สอดคล้องกับที่ กัมปนาท บุญรอด (2552) กล่าวว่า ส.ค.1 แสดงถึงสิทธิครอบครอง ที่มักเกิดขึ้นกับที่ดินมือเปล่า คือที่ดินไม่มีโฉนดตราจองตามพระราชบัญญัติออกโฉนดที่ดิน หรือโฉนดที่ดินตามประมวลกฎหมายที่ดิน ทั้งนี้ ที่ดินมือเปล่านั้น เจ้าของมีได้เพียง “สิทธิครอบครอง” เท่านั้น แม้ว่าจะครอบครองมาช้านานเพียงใดก็ไม่ได้กรรมสิทธิ์ (กัมปนาท บุญรอด, กรกฎาคม 2552) นอกจากนี้ การครอบครองที่ดินตามแบบ ส.ค.1 แห่งพระราชบัญญัติประมวลกฎหมายที่ดิน (มาตรา 5, 8, 9) ห้ามโอนโดยเด็ดขาด นอกจากการตกทอดโดยทางมรดก ด้วยการจดทะเบียนต่อพนักงานเจ้าหน้าที่จึงจะสมบูรณ์ อย่างไรก็ดี หากมีการซื้อขายที่ดิน ส.ค.1 ที่มีได้ทำเป็นหนังสือและจดทะเบียนต่อเจ้าพนักงานเจ้าหน้าที่เกิดขึ้น กรณีดังนี้จะตกเป็นโมฆะ ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 456 แต่ผู้ขายได้ส่งมอบที่ดินให้ผู้ซื้อเข้าครอบครองแล้ว ผู้ซื้อย่อมได้สิทธิครอบครอง (กัมปนาท บุญรอด, กรกฎาคม 2552)





ภาพ 21 เมนู “ตัวต่อ” คั่วเกลือภายในร้านอาหารตำบลชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช

สำหรับพื้นที่ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง พบว่า ประชาชนใช้พื้นที่อนุรักษ์ในการประกอบอาชีพทำมาหากิน เนื่องจากลักษณะของพื้นที่อนุรักษ์เป็นแบบเปิด ไม่มีรั้วกัน แต่อย่างไรก็ดี ไม่มีการจับจองหรือตั้งบ้านเรือนเป็นการถาวร เช่น ขนสำหรับที่ปักขี้เถ้า ประกอบอาชีพหาปลา หรือเลี้ยงควาย เพื่อใช้ปักและหลบฝนขณะเลี้ยงควายน้ำ โดยเฉพาะในช่วงฤดูน้ำหลาก (เดือนตุลาคม-มกราคม) อีกทั้งเป็นการควบคุมควายน้ำ<sup>12</sup>ให้หาอาหารได้ และไม่ออกไปหาอาหารนอกพื้นที่ที่เกษตรกรสามารถดูแลได้อย่างทั่วถึง หากไม่มีการควบคุมควายน้ำก็จะยุ่งยากสำหรับเกษตรกรในการควบคุมและบริหารจัดการ (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559) รวมไปถึงอาชีพการหาปลาในทะเลน้อย (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559)

ข้อมูลดังกล่าว สอดคล้องกับผลการสัมภาษณ์ตัวแทนของฝ่ายอนุรักษ์เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย ซึ่งครอบคลุมทั้ง 3 พื้นที่ศึกษาในงานวิจัยชิ้นนี้ เพื่อการสอบถามถึงสถานการณ์ปัจจุบันเกี่ยวกับการเข้าถึงทรัพยากรทางด้านอาหารว่าเป็นเช่นไร ผลการศึกษาพบว่า การที่มีหน่วยงานของรัฐดูแลเขตห้ามล่าสัตว์ป่าฯ ส่งผลให้แหล่งอาหารของประชาชนท้องถิ่นมีจำนวนเพิ่มขึ้น เช่น จำนวนปลาน้ำจืด และน้ำกร่อย ได้แก่ ปลาช่อน ปลาดุก ปลาเนื้ออ่อน ปลาหางแดง ทั้งนี้บริเวณเขตห้ามล่าฯ เป็นพื้นที่แหล่งอนุบาลของปลาจากทะเลสาบสงขลาขึ้นมาวางไข่ที่ทะเลน้อยในช่วงน้ำหลาก (ธันวาคม-กุมภาพันธ์) อีกทั้ง ไม่เสียดเพื่อการใช้สอย เพื่อ

<sup>12</sup> ควายน้ำจะหาอาหารบริเวณที่ควน (ที่เป็นลักษณะโคก/เนินสูง) (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

นำไปใช้ไม้ค้ำยัน คอกควาย ชานบ้าน ชั้นบันได เป็นต้น (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

โดยเขตห้ามล่าสัตว์ป่าฯ มีข้อตกลงให้ประชาชนใช้ประโยชน์ภายใต้การดูแล ทั้งนี้ ตามบทกฎหมาย การกระทำดังกล่าวเป็นข้อห้ามทั้งสิ้น ในความเป็นจริงเขตห้ามล่าฯ อะลุ่มอล่วยให้ประชาชนใช้ประโยชน์ได้ โดยเฉพาะในกรณีส่วนรวม การทำมาหากิน วิถีชีวิตดั้งเดิม เช่น อาชีพการหาน้ำผึ้งป่า ประชาชนสามารถสร้างคอกควายได้ด้วยการได้รับอนุญาต ซึ่งเขตพื้นที่อนุรักษ์ดังกล่าว เป็นพื้นที่ที่เป็นแหล่งอาหารของควาย เช่น หญ้า ดอกบัว (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ในกรณีนี้ไม่รวมถึง นายทุนจากที่อื่น ที่เข้ามาหาผลประโยชน์ในพื้นที่ เช่น กรณีใช้เอกสาร น.ส.3ก. ปลอม เพื่อบุกรุกพื้นที่อนุรักษ์ในการปลูกปาล์มน้ำมัน เนื่องจากพื้นที่บริเวณนี้ เป็นพื้นที่ชุ่มน้ำ มีความเหมาะสมในการปลูกปาล์มน้ำมันเป็นอย่างมาก ด้วยวิธีการกว้านซื้อที่ดินจากชาวบ้านที่มีเอกสารสิทธิ์ ส.ค.1 และ น.ส. 3ก. รวมๆ กันจนเป็นแปลงขนาดใหญ่ ทั้งนี้ การกระทำดังกล่าวส่งผลกระทบต่อเกษตรกรผู้เลี้ยงควายน้ำ ที่ไม่สามารถปล่อยให้ควายน้ำเข้าไปกินหญ้าในที่ของคนอื่นได้ เนื่องจากนายทุนชาวสวนปาล์มมีการกันรั้ว และฉีดยาฆ่าหญ้า ควายกินหญ้าเข้าไปก็ส่งผลถึงชีวิต (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ทั้งนี้ หากรัฐพบว่า เอกสารที่นายทุนครอบครอง ส.ค.1 หรือ น.ส.3ก. หรือโฉนดปลอม ก็จะดำเนินการจับกุมโดยทันที รวมถึงมีการเพิกถอนเอกสารสิทธิ์ ที่ส่งต่อไปยังฝ่ายที่ดินเป็นหน่วยงานตรวจสอบต่อไป หากรายได้ฝ่าฝืนไม่ออกไปจากพื้นที่ก็จะถูกดำเนินคดีต่อไป รวมไปถึง นายทุนที่เข้ามาลักลอบตัดไม้เสม็ดไปขายเป็นจำนวนมาก ซึ่งไม่ใช่เพื่อการดำรงวิถีชีวิตดั้งเดิม (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ปัจจุบัน ประชาชนในพื้นที่บางครัวเรือนมีการถือครองเอกสารสิทธิ์ หากจะนำเอกสาร (น.ส.3ก. หรือโฉนด) ไปจำหน่ายกับทางธนาคารก็อาจจะได้ราคาจำหน่ายในราคาที่ไม่สูง เนื่องจากหากในกรณีที่ทางธนาคารไม่แน่ใจว่าเอกสารถูกต้องหรือไม่

สำหรับครัวเรือนที่ไม่มีเอกสารสิทธิ์ ก็อยู่ในระหว่างการพิสูจน์เอกสารสิทธิ์ ตามมติคณะรัฐมนตรี 30 มิถุนายน พ.ศ. 2541 และนโยบายของกรมป่าไม้ ประชาชนที่ต้องการพิสูจน์สิทธิ์ก็มาขอยื่นการพิสูจน์สิทธิ์ได้ที่เขตห้ามล่าฯ ว่าครอบครัวของตนอาศัยอยู่ก่อนการประกาศเขตป่าสงวนแห่งชาติปี พ.ศ. 2507 และเขตห้ามล่าฯ ปี พ.ศ. 2518 ปัจจุบัน ข้อมูลเกือบสมบูรณ์แล้ว แต่ยังไม่มีการสรุปว่าเอกสารสิทธิ์นั้นจะอนุมัติให้อยู่ในรูปแบบใด ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับนโยบายของรัฐบาลที่มีอำนาจสูงขึ้นไป (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

แนวคิดดังกล่าวสอดคล้องกับแผนพัฒนาตำบลในทั้ง 3 พื้นที่ ในปีงบประมาณ พ.ศ. 2559 ที่มีแผนในการจัดระบบการใช้ที่ดินสาธารณะ และโครงการจัดทำแผนที่ภาษี

(เทศบาลตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง, 2557) โครงการจ้างเหมาเอกชนจัดทำแผนที่ภาษีและทะเบียนทรัพย์สินของอำเภอ (งานนโยบายและแผน สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา, มปป. ) และโครงการจัดทำแผนที่ภาษี รวมไปถึงโครงการแก้ปัญหาที่ดินทำกิน (องค์การบริหารส่วนตำบลเคอิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช, 2557)

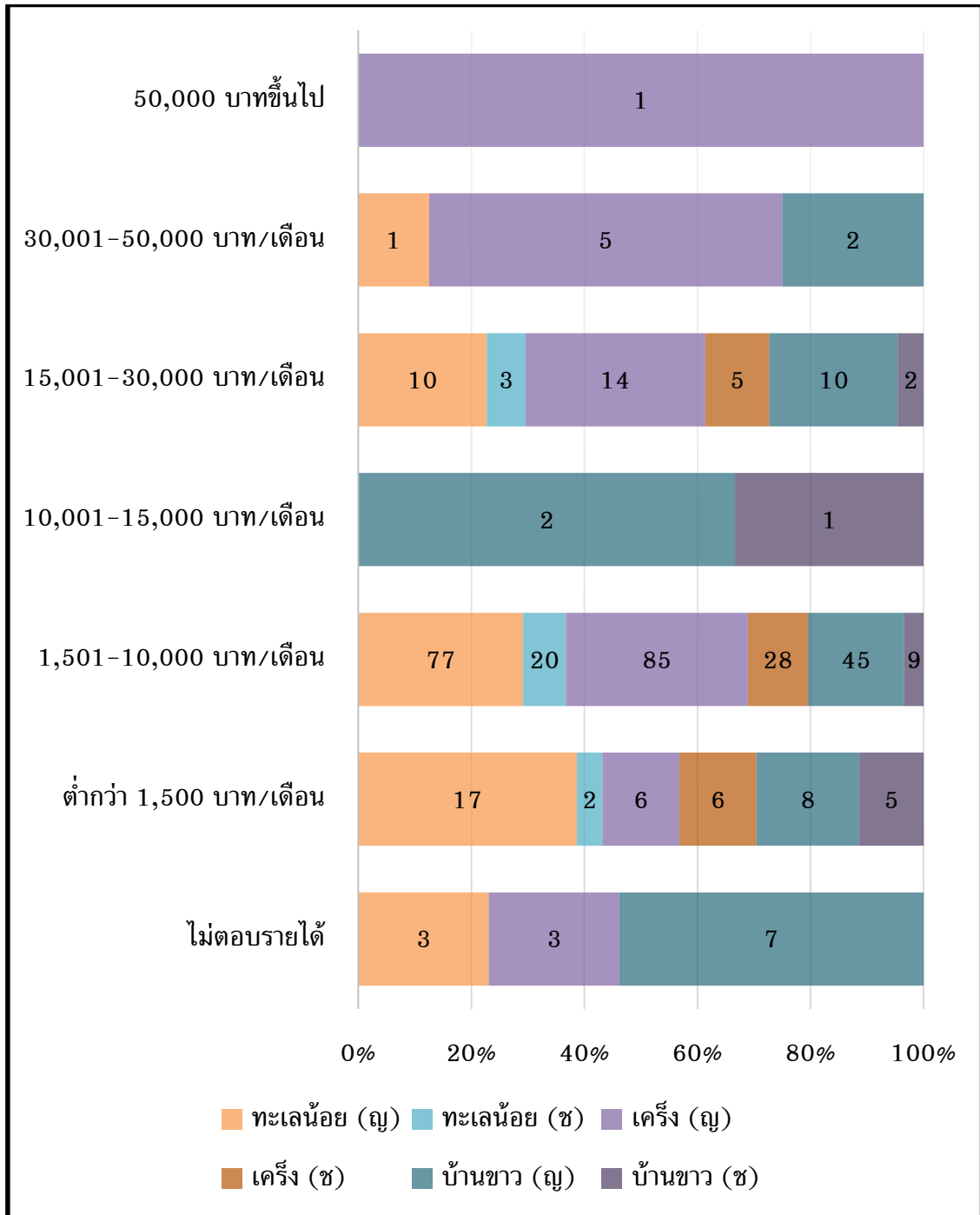
สำหรับครอบครัวที่มีที่อยู่อาศัยในพื้นที่เขตห้ามล่า แต่ไม่มีเอกสารสิทธิ์ครอบครองและอยู่ระหว่างการพิสูจน์สิทธิ์ ก็ยังสามารถอาศัยอยู่ในพื้นที่นั้นได้ ด้วยวิถีชีวิตดั้งเดิม เช่นหากประกอบอาชีพชานา ก็ควรยังคงอยู่เช่นนั้น ไม่สามารถเปลี่ยนไปทำปาล์มน้ำมันซึ่งอาจก่อผลกระทบต่อวิถีชีวิตดั้งเดิมอื่น ๆ ในพื้นที่ได้ นอกจากนี้เหตุผลอีกประการหนึ่งคือ เป็นหลักฐานในการพิสูจน์สิทธิ์ในการประกอบอาชีพดั้งเดิมด้วย ทั้งนี้ หากสุดท้ายพิสูจน์ได้ว่าครอบครัวนั้นไม่ได้มีสิทธิ์บนพื้นที่ดังกล่าวโดยเฉพาะก่อนประกาศพื้นที่ป่าไม้ ปี พ.ศ. 2507 ทางเขตห้ามล่าสัตว์ป่าฯ ก็ยังไม่สามารถให้คำตอบได้ชัดเจนว่ารัฐบาลจะมีนโยบายอย่างไรต่อไป (นาย ชาย สุวรรณชาติ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

อย่างไรก็ดี ตัวแทนฝ่ายชายของตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ให้ความเห็นว่าประชาชนในพื้นที่ยินดีในการให้ความร่วมมือกับการอนุรักษ์ในพื้นที่อนุรักษ์โดยที่ขอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควบคุมการบังคับใช้ตามมาตรการที่มีอยู่อย่างเท่าเทียมกันและทั่วถึง จริงจัง ไม่เป็นครั้งคราว หรือการโอนหน้าที่ไปสู่หน่วยงานอื่น หรือแม้กระทั่งหากจะมีการผ่อนปรนก็ต้องประกาศให้เป็นที่ทราบโดยทั่วกันอย่างชัดเจน (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

#### 4.2.2.3. รายได้กับการเข้าถึงอาหาร แบ่งแยกตามเพศ

ภาพ 22 แสดงการมีรายได้ที่แบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษาออกเป็น 7 กลุ่มคือกลุ่มที่ 1 ไม่ตอบเรื่องรายได้ กลุ่มที่ 2 มีรายได้ที่ต่ำกว่า 1,500 บาท/เดือนลงมา กลุ่มที่ 3 มีรายได้ระหว่าง 1,501-10,000 บาท/เดือน กลุ่มที่ 4 มีรายได้ระหว่าง 10,001-15,000 บาท/เดือน กลุ่มที่ 5 มีรายได้ระหว่าง 15,001-30,000 บาท/เดือน กลุ่มที่ 6 มีรายได้ระหว่าง 30,001-50,000 บาท/เดือน และกลุ่มสุดท้ายมีรายได้ตั้งแต่ 50,000 บาทขึ้นไป

จากภาพ 22 จะเห็นได้ว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่มีรายได้อยู่ที่ 1,501-10,000 บาท/เดือน อีกทั้งสอดคล้องกับผู้ตอบส่วนใหญ่ในรายพื้นที่ของทั้งสามพื้นที่ อันได้แก่ ตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง ตำบลเคอิ่ง จังหวัดนครศรีธรรมราช และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา (25.73%; 29.97%; 14.32%) ที่ตอบว่ามีรายได้สูงสุดอยู่ในกลุ่มนี้ ตามลำดับ



ภาพ 22 การมีรายได้ แบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377)

เมื่อพิจารณาในเรื่องของรายได้ แยกตามเพศ พบว่า ผู้หญิงมีรายได้เฉลี่ยอยู่ที่ 7,215 บาท/เดือน และผู้ชาย มีรายได้เฉลี่ยอยู่ที่ 7,239 บาท/เดือน มากกว่าผู้หญิงเล็กน้อย อย่างไรก็ตาม เมื่อวิเคราะห์หาค่าความแตกต่างระหว่างทั้งสองกลุ่ม ด้วยวิธี t-test independent พบว่า ทั้งหญิงและชาย มีรายได้ไม่แตกต่างกัน อีกทั้งได้ผลลัพธ์เช่นเดียวกันของทั้ง 3 พื้นที่ ดังแสดงในตาราง 12

ตาราง 12

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของรายได้ระหว่างเพศหญิงและเพศชาย

กลุ่ม	ตัวอย่าง (n)	ค่าเฉลี่ย (บาท)	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.)	t	Sig.
ทะเลน้อย (ญ)	108	5,588	5835.84	-1.366	.174
ทะเลน้อย (ช)	25	7,296	4606.65		
เค็ริง (ญ)	114	8,222	11076.86	.505	.615
เค็ริง (ช)	39	7,256	7618.46		
บ้านขาว (ญ)	74	8,037	9733.09	.365	.716
บ้านขาว (ช)	17	7,117	7519.90		
รวมผู้หญิง	296	7,215	9182.87	-.022	.982
รวมผู้ชาย	81	7,239	6726.80		

ผลการศึกษาดังกล่าว สอดคล้องกับผลของการสัมภาษณ์เชิงลึกที่เห็นว่าทั้งสองฝ่ายหากประกอบอาชีพจะได้รายได้ใกล้เคียงกัน บางครั้งผู้ชายอาจมีรายได้บางวัน แต่ผู้หญิงจะมีรายได้ทุกวัน เช่น อาชีพสานกระจุต (ผู้หญิง) และอาชีพหากระจุต หาปลา เกษตรกรสวนยาง รับจ้างทั่วไปในเมืองใหญ่ (ผู้ชาย) อย่างไรก็ตาม นายกองค้การบริหารส่วนตำบลเค็ริง มีความเห็นเพิ่มเติมว่า การประกอบอาชีพของประชาชนในตำบลเค็ริง เป็นการประกอบอาชีพที่ไม่ยั่งยืน หาได้มากก็ต้องใช้ไป รายได้แต่ละวันเป็นรายได้รายวัน และต้องใช้จ่ายออกไปเป็นค่าใช้จ่ายของครัวเรือน เช่น รายได้จากสานกระจุต รายได้จากสวนยางก็แต่ละครัวเรือนก็มีการถือครองที่ดินจำนวนไม่มาก (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559) ทั้งนี้ ความเห็นดังกล่าวอาจเป็นประเด็นเรื่องของความเปราะบางในเรื่องของรายได้ที่ได้รับและการถือครองที่ดินเป็นของตนเอง (สมพร คุณวิจิต, ยุพิน รามณีย์, และบัญชา สมบูรณ์สุข, 2559)

อีกทั้ง จากการสัมภาษณ์นายกองค้การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว ที่แสดงความคิดเห็นว่า หากทั้งหญิงและชายทำงานทั้งสองคน เห็นว่าผู้ชายจะได้รายได้ดีกว่าเล็กน้อย เนื่องจากผู้หญิงต้องทำงานดูแลครอบครัวด้วย แต่ถึงอย่างไรทั้งสองฝ่ายต้องทำงานช่วยเหลือกัน (นายวรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559)

นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชายของตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง พบว่า ในประเด็นของรายได้ว่าเพศใดจะทำงานที่ก่อให้เกิดรายได้มากกว่ากัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละครอบครัว ไม่แน่นอน ไม่ถาวร ขึ้นอยู่กับการประกอบอาชีพของแต่ละปัจเจกชน (นาย ชัยยุทธ์ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

#### 4.2.3. การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ (Food Utilisation)

ผลการศึกษาส่วนนี้นำเสนอการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ตามความเหมาะสมทางโภชนาการที่ได้นำเสนอไปแล้วดังภาพที่ 12 และ 14 และตาราง 16 (ภาคผนวก 5) ด้วยการใช้ดัชนี Dietary Diversity Index Score (Kennedy et al., 2010) ที่สอบถามถึงส่วนผสมของอาหารที่รับประทานเมื่อ 1 วัน/ 24 ชั่วโมงที่ผ่านมา โดยละเอียดเพื่อดูคุณค่าทางสารอาหารที่ได้รับ (ดูภาคผนวก 2 และ 3) แล้วนำข้อมูลเบื้องต้นมาเทียบเคียงกับตารางคุณค่าโภชนาการของอาหารไทย (“ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย”, 2544).

นอกจากนี้ ระหว่างการเก็บข้อมูลมีการตั้งข้อสังเกตในกระบวนการ หรือขั้นตอนการเตรียมอาหาร การมีน้ำ/อาหารสะอาด มีอนามัย เหมาะสมกับสุขภาวะ และได้มาตรฐานทางโภชนาการตามที่ร่างกายต้องการ ทั้งนี้ หากอาหารไม่ปลอดภัย อาจส่งผลให้มีร่างกายที่ไม่สมบูรณ์ เช่น การเจ็บป่วยจากความสะอาดของอาหาร ซึ่งเมื่อมีประเด็นของความไม่ปลอดภัยในกระบวนการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ดังกล่าว ได้มีการสอบถามเพิ่มเติมระหว่างการสัมภาษณ์เพื่อให้ได้คำตอบในประเด็นความไม่ปลอดภัยดังกล่าว

อีกทั้งการนำเสนอผลการศึกษาผู้ปรุงอาหารแยกตามเพศ และตัวอย่างของการนำอาหารมาใช้ประโยชน์ที่แสดงถึงส่วนผสมของอาหารที่เป็นจุดเด่นตัวแทนของแต่ละพื้นที่ศึกษา

##### 4.2.3.1. อาหารและคุณค่าทางโภชนาการ

ผลการศึกษาในส่วนนี้นำเสนอเนื้อหาผลการศึกษาที่ได้นำเสนอไปแล้วในภาพที่ 12, 14 และตาราง 16 ตัวอย่างเช่น ในการศึกษาครั้งนี้ค้นพบว่าประชาชนส่วนใหญ่รับประทานข้าวสวยแกงส้ม อาหารทอด เป็นจำนวนสูงใน 3 ลำดับแรก รวมไปถึงการรับประทานผลไม้เป็นจำนวนที่สูงที่สุดของกลุ่มอาหารว่าง ซึ่งหากนำอาหารดังกล่าวมาแยกแยะตามหมวดหมู่ของอาหาร 5 หมู่ (สนอง อุณาภูล, 2538) ที่ควรรับประทานให้ครบทั้ง 5 หมู่ ในแต่ละวัน ก็จะได้รับประโยชน์ดังตาราง 13 นี้

ตาราง 13

การเปรียบเทียบคุณค่าทางโภชนาการกับธัญอาหาร 5 หมู่

ธัญอาหาร 5 หมู่			ตัวอย่างอาหารที่รับประทาน
1	หมูข้าว เช่น ข้าว เผือก มัน และของ หวานต่างๆ	มีธัญน้ำตาล	ข้าวสวย
2	หมูเนื้อ เช่น เนื้อสัตว์ เครื่องในสัตว์ นม ไข่ ถั่ว	มีธัญเนื้อ กลีโอะแร่ วิตามิน	แกงส้มปลา (กับผักรวม) ปลา/หมู (ทอด)
3	หมูผัก	มีกลีโอะแร่ และวิตามิน	แกงส้มผักรวม เครื่องเทศ
4	หมูไขมัน เช่น น้ำมันจากพืช และสัตว์ ไข่แดง เนย นม มะพร้าว	มีธัญไขมัน วิตามินที่ ละลายในไขมัน เช่น น้ำมันจากพืชที่ใช้ทอด ปลา หรือทอดหมู	ปลาทอด หรือหมูทอด
5	หมูผลไม้	มีกลีโอะแร่ วิตามิน และธัญน้ำตาล	ผลไม้ท้องถิ่น ตามฤดูกาล

ที่มา: ประยุกต์จาก สอนอง อุณาภูล. (2538). *เรื่องที่ 5: เพื่อสุขภาพ-อาหารโภชนาการ*. กรุงเทพฯ: เลียงเชียง. หน้า 5.

นอกจากนี้ จากผลการศึกษารูปแบบการรับประทานอาหารที่มีผู้ตอบในความถี่สูง และเป็นอาหารยอดนิยม ที่ค้นพบในการศึกษานี้ โดยการนำมาเทียบเคียงกับตารางคุณค่าโภชนาการอาหารไทย (ดูตาราง 14) ซึ่งแสดงถึงคุณค่าทางโภชนาการที่ละเอียดมากกว่าธัญอาหาร 5 หมู่ข้างต้น อย่างไรก็ตามตารางคุณค่าโภชนาการอาหารไทยไม่ได้ครอบคลุมในทุกรูปแบบของอาหาร ซึ่งควรเป็นประเด็นที่ใช้ในการศึกษาในอนาคตได้

ทั้งนี้ สามารถตรวจสอบข้อมูลเรื่องพลังงานที่ได้จากอาหารในตาราง 14 กับข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์และแสดงออกมาเป็นค่าเฉลี่ยค่าความต้องการแคลลอรี่ (กิโลแคลลอรี่/คน/วัน) และค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน ดังแสดงในภาพ 9-10 ตามลำดับ

ตาราง 14

การเทียบเคียงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่ได้จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้

ชื่ออาหาร	คุณค่าทางโภชนาการเทียบเท่ากับ 100 กรัม																	
	ส่วนผสมโดยประมาณการ							แร่ธาตุ			วิตามิน							
	พลังงาน (Energy)	น้ำ (Water)	โปรตีน (Protein)	ไขมัน (Fat)	คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrate)	กาก (Crude fiber)	เถ้า (Ash)	แคลเซียม (Calcium)	ฟอสฟอรัส (Phosphorus)	เหล็ก (Iron)	เรตินอล (Retinol)	เบต้าแคโรทีน (Beta Carotene)	วิตามินเอ (Total Vit.A)	วิตามินอี (Vit.E)	ไทอะมีน (Thiamin)	ไรโบฟลาวิน (Riboflavin)	ไนอะซิน (Niacin)	วิตามินซี (Vit.C)
1) ก๋วยเตี๋ยวเส้นใหญ่ผัดซีอิ๊วใส่ไข่	195	61.6	6.3	9.7	20.7	(0.3)	1.7	177	95	1.0	0	230	38	-	0.09	0.54	2.1	2
2) แกงส้มผักรวมกับปลา, ภาคใต้	50	87.4	5.2	3.0	0.6	-	3.8	-	-	-	0	-	-	0.34	0.05	0.07	1.8	-
3) แกงไตปลา	34	88.8	4.8	0.3	3.0	-	3.1	34	68	1.5	61	5	62	0.11	0.06	0.10	2.7	-
4) แกงน้ำเคย (แกงเคยปลา)	39	86.8	7.9	0.7	1.1	-	4.4	-	-	-	0	38	6	0.36	-	0.07	2.1	-
5) แกงพริกปลาตัวเล็ก	74	80.5	10.0	2.4	3.0	-	4.1	-	-	-	0	41	7	0.74	-	0.10	1.8	-
6) แกงหมูชะมวง	197	56.6	10.3	6.5	24.3	-	2.3	44	100	1.1	0	142	24	0.60	0.03	0.18	2.9	3
7) ข้าวเหนียวกุ่ม ฮานามิ	490	4.4	7.0	23.5	62.7	3.9	2.4	38	323	1.2	-	-	-	-	0.01	0.05	-	-
8) ข้าวเจ้า, นึ่ง (ข้าวสวย)	141	65.4	2.8	0.5	31.2	(0.1)	0.1	0	11	0.5	-	-	-	-	0.01	0	1.5	-
9) ข้าวผัดหมู, ใส่ไข่	178	65.2	4.8	8.4	20.7	(0.2)	0.9	103	62	0.5	0	124	21	-	0.02	0.25	1.9	0



ตาราง 14 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	คุณค่าทางโภชนาการเทียบเท่ากับ 100 กรัม																		
	ส่วนผสมโดยประมาณการ							แร่ธาตุ			วิตามิน								
	พลังงาน (Energy)	น้ำ (Water)	โปรตีน (Protein)	ไขมัน (Fat)	คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrate)	กาก (Crude fiber)	เถ้า (Ash)	แคลเซียม (Calcium)	ฟอสฟอรัส (Phosphorus)	เหล็ก (Iron)	เรตินอล (Retinol)	เบต้าแคโรทีน (Beta Carotene)	วิตามินเอ (Total Vit.A)	วิตามินอี (Vit.E)	ไทอะมีน (Thiamin)	ไรโบเฟลวิน (Riboflavin)	ไนอะซิน (Niacin)	วิตามินซี (Vit.C)	
																			กิโลแคลลอรี่
10) ข้าวเหนียว, สุก, นึ่ง	231	42.9	4.1	0.6	52.3	0.5	0.1	18	12	tr.	-	-	-	-	0.03	0.10	1.0	-	
11) ข้าวโอ๊ต	381	10.6	10.8	5.9	71.2	12.3	1.5	43	282	6.5	-	0	0	0.45	0.59	0.10	4.1	tr.	
12) ขนมะจันทน์น้ำยาบด, รวมผักสด	85	81.2	3.9	3.0	10.7	0.3	1.2	134	43	0.8	0	70	12	-	tr.	0.12	1.8	0	
13) ขนมะขี้	276	41.1	0.8	8.2	49.7	0.5	0.2	2	16	tr.	-	9	2	-	0.01	0.05	0.1	-	
14) ขนมะปราง	329	20.0	12.2	3.3	62.6	(0.3)	1.9	22	121	2.0	-	-	-	-	0.21	0.16	1.4	-	
15) ยำบูดู	50	72.8	10.6	0.5	0.9	-	15.2	-	-	-	0	28	5	0.37	0.01	0.11	1.7	-	
16) บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปพร้อมเครื่องปรุง, รสหมู	454	4.1	11.8	18.4	60.3	(0.2)	5.4	-	126	2.4	0	2	tr.	-	0.03	0.05	1.5	-	
17) ส้มตำปู-กุ้ง	85	77.8	3.7	2.1	12.8	(1.6)	3.6	71	64	0	-	53	9	-	0.01	0.75	1.8	3	

ตาราง 14 (ต่อ)

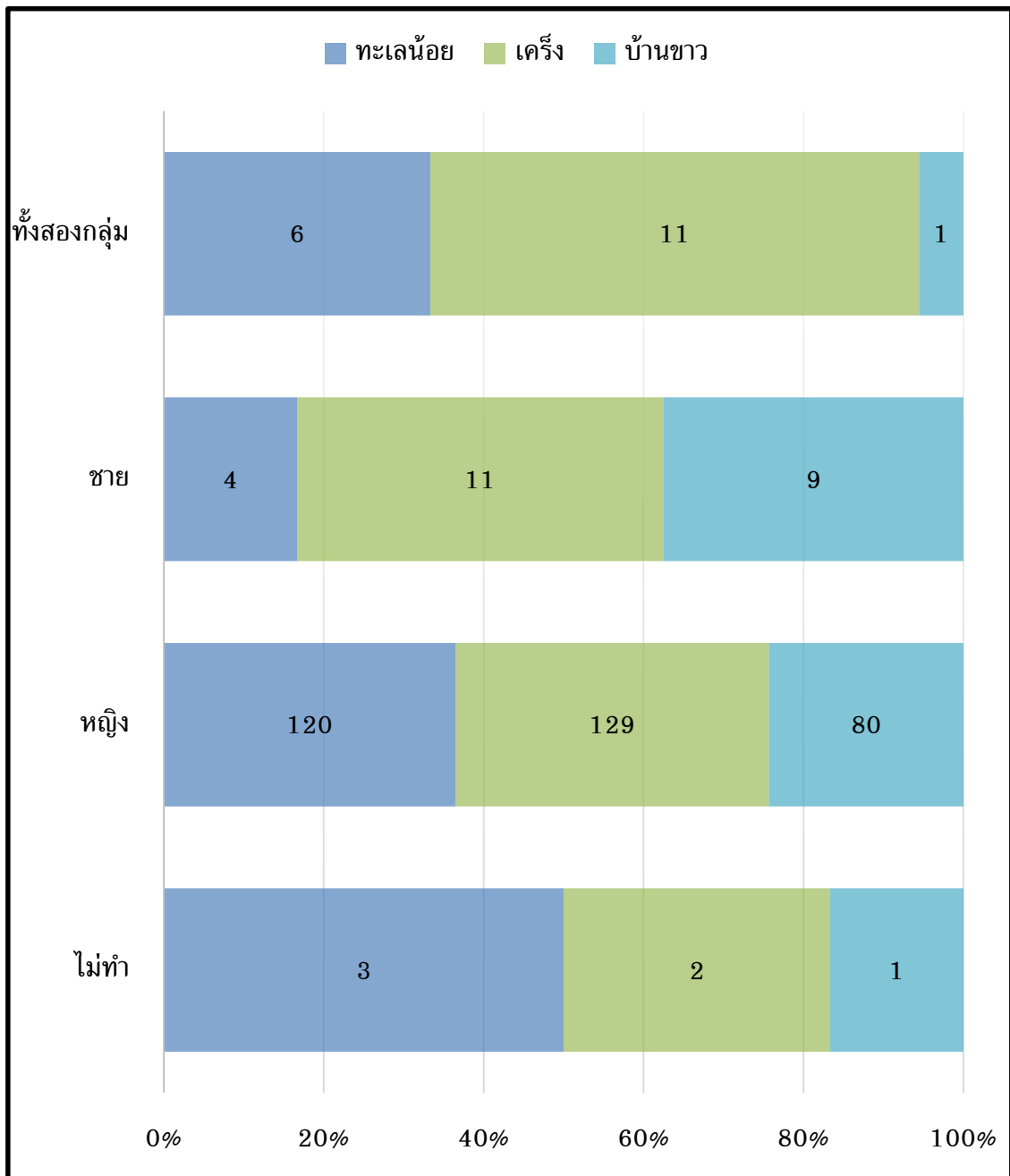
ชื่ออาหาร	คุณค่าทางโภชนาการเทียบเท่ากับ 100 กรัม																	
	ส่วนผสมโดยประมาณการ							แร่ธาตุ			วิตามิน							
	พลังงาน (Energy)	น้ำ (Water)	โปรตีน (Protein)	ไขมัน (Fat)	คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrate)	กาก (Crude fiber)	เถ้า (Ash)	แคลเซียม (Calcium)	ฟอสฟอรัส (Phosphorus)	เหล็ก (Iron)	เรตินอล (Retinol)	เบต้าแคโรทีน (Beta Carotene)	วิตามินเอ (Total Vit.A)	วิตามินอี (Vit.E)	ไทอะมีน (Thiamin)	ไรโบเฟลวิน (Riboflavin)	ไนอะซิน (Niacin)	วิตามินซี (Vit.C)
18) กัลลายไข่	147	62.8	1.5	0.2	34.8	1.9	0.7	4	23	1.0	-	492	82	-	0.03	0.05	1.4	2
19) กัลลายน้ำว่า	148	62.6	1.1	0.2	35.4	2.3	0.7	7	43	0.8	-	54	9	-	0.04	0.02	1.4	11
20) แดงโม, สุก	8	98.0	0.3	0	1.3	0.3	0.1	3	1	0.2	-	122	20	-	0.16	0.04	0.1	49
21) มะละกอ, สุก	53	86.9	0.8	0.3	11.8	(0.5)	0.2	12	22	2.5	-	-	435	-	0.04	0.03	0.3	78
22) กะปิ, จันทบุรี	144	37.0	23.8	2.8	5.9	(1.7)	30.5	1565	1233	7.2	-	-	145	-	tr.	0.36	11.3	0
23) ไก่, เนื้อ, สด	165	69.5	19.5	9.7	0	-	1.3	4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
24) หมู, เนื้อ, สด	108	75.8	19.6	3.3	0	-	0.9	2	-	-	-	-	-	-	0.69	0.26	5.7	0
25) ปลาตุ๊ก	114	74.8	23.0	2.4	0	-	1.4	13	282	8.1	-	-	-	-	0.20	0.24	1.3	-
26) ปลาทูน่า, สด	110	72.5	24.8	1.2	0	-	1.5	-	-	-	-	-	-	-	0.11	0.12	2.5	0

ตาราง 14 (ต่อ)

ชื่ออาหาร	คุณค่าทางโภชนาการเทียบเท่ากับ 100 กรัม																		
	ส่วนผสมโดยประมาณการ							แร่ธาตุ			วิตามิน								
	พลังงาน (Energy)	น้ำ (Water)	โปรตีน (Protein)	ไขมัน (Fat)	คาร์โบไฮเดรต (Carbohydrate)	กาก (Crude fiber)	เถ้า (Ash)	แคลเซียม (Calcium)	ฟอสฟอรัส (Phosphorus)	เหล็ก (Iron)	เรตินอล (Retinol)	เบต้าแคโรทีน (Beta Carotene)	วิตามินเอ (Total Vit.A)	วิตามินอี (Vit.E)	ไทอะมีน (Thiamin)	ไรโบเฟลวิน (Riboflavin)	ไนอะซิน (Niacin)	วิตามินซี (Vit.C)	
																			กิโลแคลลอรี่
27) ปลาร้า	149	52.5	15.3	8.0	3.9	(0.5)	20.3	-	-	3.4	-	-	-	-	0.02	0.16	0.8	-	
28) เครื่องแกงเผ็ด	121	56.2	4.2	2.5	20.3	(6.5)	16.8	97	121	17.1	-	-	108	-	0.02	0.62	10.2	22	
29) ถั่วเหลือง, นม, UHT	72	85.5	2.4	3.1	8.6	0	0.4	22	26	0.5	-	-	-	-	0.20	0.07	0.4	0	
30) นมสด, พาสเจอร์ไรส์	58	89.1	3.3	3.5	3.4	-	0.7	135	89	0.1	68	18	71	0.22	0.05	0.25	0.4	tr.	
31) นมสด, สเตอริไลซ์	56	89.5	3.3	3.4	3.0	-	0.8	114	92	0.3	36	5	37	0.15	0.04	0.21	0.4	tr.	
32) มะเขือพวง	65	81.9	2.8	0.6	14.7	(6.1)	1.2	158	110	7.1	-	-	55	-	0.17	0.09	2.6	4	
33) แตงกวา	15	96.1	0.8	0.1	2.6	0.7	0.4	5	11	0.4	-	40	7	-	0.03	0.05	tr.	20	
34) ไข่ไก่, ทั้งฟอง	160	73.5	12.3	11.7	1.4	-	1.1	126	204	1.6	272	-	272	-	0.15	0.35	0.4	0	
35) ไข่เป็ด, ทั้งฟอง	186	70.2	12.3	14.3	2.1	-	1.1	156	214	0.96	296	-	296	-	0.28	0.28	0.3	0	

#### 4.2.3.2. ผู้ปรุงอาหาร แบ่งแยกตามเพศ

ภาพ 23 แสดงผู้ประกอบอาหารจากการสอบถามผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน พบว่า ผู้ประกอบอาหารส่วนมากเป็นเพศหญิงทั้ง 3 พื้นที่ศึกษา อีกทั้งบางครอบครัวก็เป็นเพศชาย รับผิดชอบในเรื่องการประกอบอาหาร นอกจากนี้ ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน ก็พบว่าบางครอบครัว ก็มีการประกอบอาหารจากทั้งผู้หญิง และผู้ชายที่อยู่ภายในครัวเรือน และมีอีกจำนวนน้อยที่สุด ที่ตอบว่าไม่ประกอบอาหาร ตามลำดับ



ภาพ 23 ผู้ประกอบอาหารแบ่งแยกตามเพศ และพื้นที่ศึกษา (n = 377)

นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า ทั้งชายและหญิงสามารถประกอบอาหารได้ (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559; นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) เช่นจากตัวอย่างบทสัมภาษณ์ที่ว่า “...ส่วนเรื่องทำอาหาร...ส่วนใหญ่ผู้ชายในที่นี้ ผู้ชายเก่งทำอาหาร เพราะเหตุผล ผู้หญิงสานเสื่อ ทำกระเป๋า ไม้ว้าง ที่นี้ผู้ชาย ไปหาปลา (อะ) ไรม่า จะมาทำแกงกิน ผู้หญิงไม้ว้าง ผู้ชายก็ทำ ประมงเอง เรียบร้อย ในนี้มีหลายคน...” (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

อย่างไรก็ดี โดยบริบททางวัฒนธรรม ที่สะท้อนถึงความคาดหวังทางเพศสภาพ (กาญจนา คูหา, 2545; สว่าง เลิศฤทธิ, 2544-2545) ผู้ชายมักจะยกให้เป็นหน้าที่ของผู้หญิงที่ประกอบอาหารค้ำถึงทุกคนในครอบครัวทุกช่วงวัย เช่น พ่อ-แม่ และเด็กเล็ก รวมไปถึงภาระหน้าที่นอกบ้าน ทำให้งานบ้านอย่างเช่นการประกอบอาหารเป็นหน้าที่ของผู้หญิงไปโดยปริยาย (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559) ดังตัวอย่างบทสัมภาษณ์ที่ว่า

“...ตัวผมนี้ทุกอย่างทำได้หมด บางทีเข้าในครัวก็ทำกับข้าวได้ แต่ถามว่าคนทานทานได้มั๊ย เพราะบางทีอาหารผู้ชายเป็นรสจัด ๆ จ้าน ๆ หน้อย แต่ถ้าเป็นแม่บ้านก็เป็นรสชาติที่ ในครอบครัวทานกันได้ ลูก ๆ ทานกันได้...” (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

อีกส่วนหนึ่ง มีการแสดงความคิดเห็นว่า ส่วนใหญ่ผู้หญิงจะเป็นผู้ประกอบอาหารมากกว่าผู้ชายที่เป็นสามีที่บ้าน ดังเช่นตัวอย่างบทสัมภาษณ์ที่ว่า “...ทำได้กันแหละแต่ว่า แกไม่ค่อยทำเอง...” (นาง อารอบ แป้นทอง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

#### 4.2.3.3. การปรุงอาหาร

ในส่วนนี้จะขอยกตัวอย่างการปรุงอาหารที่เด่น ๆ ที่ค้นพบจากการศึกษาดังแสดงในภาพที่ 12 กล่าวคือ จากการศึกษาพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามนิยมปรุงอาหารดังนี้ ข้าวสวย แกงส้ม อาหารทอด นอกจากนี้ จะขอนำเสนอวิธีการถนอมอาหาร ที่เป็นที่ยอมรับ ชื่นชอบ ของแต่ละพื้นที่ศึกษา ได้แก่ เครื่องแกงส้มและแกงเผ็ด การถนอมอาหาร ปลาตุ๋น และเคยปลา ดังส่วนผสมนี้

#### 4.2.3.3.1. เครื่องแกง

กลุ่มเครื่องแกงส้มและแกงเผ็ด (ฮาลาล) มีการก่อตั้งเมื่อปี พ.ศ. 2551 เพื่อการเพิ่มมูลค่าของผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรในพื้นที่ ในกรณีนี้คือ พริก และตะไคร้ ส่วนวัสดุอย่างอื่นซื้อมาจากตลาดใกล้เคียงเป็นส่วนผสม อีกทั้งได้รับการสนับสนุนจากองค์การบริหารส่วนตำบลท้องถิ่น ครั้งแรกมีการรวมหุ้นๆ ละ 500 บาท จากสมาชิกจำนวน 17 คน ผ่านการตรวจคุณภาพและความสะอาด ปลอดภัย ไม่มีสารปนเปื้อน ไม่มีสารกันบูด (นาง เฉลิม ศีรินอง และนางปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559) ดังรายละเอียดดังภาพ 24

เครื่องแกงส้ม		เครื่องแกงเผ็ด	
1) ขมิ้น	20%	1) ขมิ้น	5%
2) กระเทียม	30%	2) กระเทียม	10%
3) พริกแห้ง	20%	3) พริกแห้ง	28%
4) พริกชี้หนูสด	25%	4) พริกชี้หนูสด	5%
5) เกลือ	5%	5) เกลือ	2%
		6) ตะไคร้	40%
		7) พริกไทย	5%
		8) หัวหอมแดง	5%



ภาพ 24 ฉลากเครื่องแกงส้ม และเครื่องแกงเผ็ด ตำบลบ้านขาว อำเภอรอนด จังหวัดสงขลา

#### 4.2.3.3.1. เคยปลา

“เคยปลา” เป็นภูมิปัญญาของชุมชนตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มีวิถีชีวิตเกี่ยวกับการหาปลาน้ำจืดในทะเลน้อย



ภาพ 25 “เคยปลา” อาหารท้องถิ่นของตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช

ทั้งนี้ การทำเคยปลา มีวิธีการและขั้นตอนที่สามารถทำได้ตลอดทั้งปี (นาง อารอบ แป้นทอง และนางสาว สุพรรณิ ทุ่มคำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559) ดังนี้

- 1) ปลาที่นำมาได้จากการดักไซ ทอดแห กัดปลา หรือจากบ่อปลา เช่น ปลาช่อน ปลาดุก ปลาฉลาด (หรือปลาหลด ภาษาใต้) ปลาหมอ (ปลาทุกชนิดในธรรมชาติ) เลือกนำปลาที่จับมาแล้วตายมาประมาณหนึ่ง (ปลาพองๆ ภาษาใต้) เนื่องจากปลาสดหรือปลาที่ยังไม่ตาย จะถูกเลือกไปขายสดในตลาดก่อน นำมาคลุกขม้นทอดกิน รวมไปถึงปลาที่เพิ่งตายจะนำมาแปรรูปตากแห้ง (ดูภาพ 25 (1))
- 2) ขูดเกล็ด ตัดหัวออก เอาเครื่องในปลาออก (เอาเครื่องในไปหมัก ทำไตปลา สำหรับแกงพุงปลาแบบภาคใต้) หั่นเป็นท่อนๆ เป็นชิ้นๆ

- 3) นำปลาที่แปรรูปแล้วใส่เกลือ (ด้วยการกะประมาณให้เค็มไว้ก่อน เพื่อการถนอมอาหาร) แล้วนำไปหมักในขวดโหล ประมาณ 1-2 อาทิตย์ หลังจากนั้นเนื้อปลาจะแข็งเพราะหมักเกลือ
- 4) นำมาตากแดด ซักประมาณ 1 แดด ให้พอเนื้อปลาแห้ง
- 5) นำมาเซ (“เซ” ภาษาใต้ แปลว่า ลักษณะการตำในครกหิน แบบเอียงๆ) ให้พอละเอียด
- 6) นำปลาที่ตำแล้วมาตากแดดอีกครั้ง ให้เนื้อปลาแห้ง ประมาณ 5 วัน (ดูภาพ 25 (2)) โดยให้สังเกตว่าเคยปลาสุกแล้ว ด้วยการสังเกตจากสี จะออกสีแดงๆ และนำเคยปลาไป “เซ” อย่างนี้สลับกันไป ให้จนเนื้อเคยปลาจนละเอียด เป็นผง (ดูภาพ 25 (3))
- 7) นำเคยปลาที่สุกและเซเสร็จแล้ว มาใส่กระปุกแบ่งขาย เช่น กระปุกพลาสติก สามารถเก็บไว้แกลงได้เป็นปี
- 8) นำมาเป็นส่วนผสมทดแทนกะปิ (เคยกุ้ง) เช่น แกลงไตปลา แกลงเทโพผักบุง แกลงส้ม

อย่างไรก็ดี “เคยปลา” จะเข้มข้นกว่ากะปิหรือเคยกุ้ง และจะมีผู้มารับซื้ออย่างสม่ำเสมอ ทั้งเคยปลา และไตปลา สำหรับงานเลี้ยง เช่น งานศพ และเป็นที่ได้รับคามนิยมและมีชื่อเสียงอาหารพื้นถิ่นของบริเวณพรุควนเคร็งเป็นอย่างมาก

#### 4.2.3.3.2. ปลาตุกร้า

ภูมิปัญญาการทำปลาตุกร้า ปัจจุบันจะแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทคือ ปลาตุกร้าเลี้ยงในกระชัง (ดูภาพ 26 (2)) และปลาตุกร้าที่จับได้จากธรรมชาติ (ดูภาพ 26 (3)) ทั้งนี้ ปลาตุกร้าที่ได้จากการจับจากธรรมชาติจะมีรสชาติที่ดีกว่า และขายได้ในราคาที่ดีกว่า โดยรสชาติปลาตุกร้าเลี้ยงในกระชังจะมีความแข็งกว่าและไม่มึกลื่นหอมเท่าปลาธรรมชาติ สังเกตได้จากขนาดของตัวปลา จะมีลักษณะยาวกว่า ตัวโตกว่า อ้วนกว่า อีกทั้งจากการหมักครั้งที่ 2 ผู้ทำจะต้องตีเนื้อปลาให้อ่อนลงด้วยขวด ไม่เช่นนั้นเนื้อปลาจะไม่แบน และเป็นทรัพยากรที่หาได้ทั้งปี เนื่องจากปลาเลี้ยงในกระชัง และ 3-4 เดือนจึงจะได้ผลผลิตจากกระชัง ส่วนปลาตุกร้าที่จับได้จากธรรมชาติจะมีลักษณะตัวแบนๆ กว่า ปลาตุกร้าที่เลี้ยงในกระชัง เนื้ออ่อนกว่าและนุ่ม หารได้มากโดยเฉพาะช่วงหน้าฝน (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) ทั้งนี้วิธีการทำมีดังต่อไปนี้

- 1) ปลาตุกร้าที่ได้มานำมาตัดหัว ขี้ปลา และไส้ปลาออก (ส่วนนี้สามารถนำไปต้มและไปเป็นอาหารสำหรับปลาตุกร้าเลี้ยงในกระชังต่อไปได้)
- 2) นำปลามาแช่น้ำประมาณ ½ ชั่วโมง
- 3) นำปลามาหมักกับเกลือ ประมาณ 15 นาที
- 4) นำปลามาตากแดดประมาณ 10-15 นาที



- 5) หลังจากนั้นมาปลาตากกับน้ำตาลทรายแดงและเกลืออีกครั้ง หมักไว้ 1 คืน เก็บไว้ในกะละมัง/ภาชนะ และปิดคลุมด้วยผ้า (ดูภาพ 26 (1))
- 6) เช้าของอีกวันนำปลาที่หมักไว้มาตากแดด จนถึงช่วงบ่ายเวลาประมาณ 13.00 (ช่วงบ่ายแดดอ่อนๆ แผลงวันมักจะมา จึงต้องเก็บปลา และตรวจดูไม่ให้แมลงวันมาวางไข่)
- 7) นำปลาตากกับน้ำตาลทรายแดงและเกลืออีกครั้ง หมักไว้ 1 คืน (\*ทำซ้ำเหมือนข้อที่ 5)
- 8) เช้าของอีกวันนำปลาที่หมักไว้มาตากแดด จนถึงช่วงบ่ายเวลาประมาณ 13.00 (\*ทำซ้ำเหมือนข้อที่ 6)
- 9) หลังจากนั้นนำปลามาห่อใส่กระดาษขาวสำหรับหมักปลาร้า
- 10) วันรุ่งขึ้นนำปลาออกจากกระดาษ และนำมาตากแดดอีกซัก 3 ครั้ง เพื่อป้องกันความคาว และให้ปลาหอม

เมื่อเสร็จสิ้นกระบวนการแล้วจึงนำออกขายได้ในกิโลละ 450 บาท/กิโลกรัม สำหรับปลาดุกร้าธรรมดา และ 250 บาท/กิโลกรัม สำหรับปลาดุกร้าเลี้ยงในกระชัง ทั้งนี้ ควรเก็บไว้ในตู้เย็น และไม่ควรถูกเก็บไว้ทั้งปี เพราะเนื้อปลาจะเปื่อย อย่างไรก็ตามปลาดุกร้าของตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุงขายได้หมดด้วยความรวดเร็วและเก็บไว้ในระยะเวลาที่เหมาะสมคือประมาณ 1-1.5 เดือน (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559) ทั้งนี้ ประชาชนนิยมนำปลาดุกร้าดังกล่าวมาทำเป็นเมนูและรับประทานปลาดุกร้าทรงเครื่อง ดังภาพ 26 (4)



ภาพ 26 “ปลาดุกร้า” เลี้ยง (2) และปลาดุกร้าธรรมดา (3) ที่หมักกับน้ำตาลและเกลือ (1)

#### 4.2.4. ความมีเสถียรภาพทางอาหาร (Food Stability)

##### 4.2.4.1. สถานการณ์ผลกระทบต่อความมั่นคงทางด้านอาหารจากการเปลี่ยนแปลง

ในส่วนนี้ มีการสอบถามถึงเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อมที่เกิดขึ้นทั้ง 3 ชุมชน พบว่ามีเหตุการณ์เกิดขึ้นดังนี้

ตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง มีเหตุการณ์น้ำท่วม ปี พ.ศ. 2548 ส่งผลต่อผู้ประกอบการอาชีพสวนกระเจ็ดที่ต้องซื้อวัตถุดิบที่มีราคาแพงสูงขึ้น อย่างไรก็ตาม มีอาหารขายตามปกติ แต่การเดินทางยากลำบาก ดังนั้น ประชาชนจึงมีการ屯ข้าวสาร อาหารแห้ง บะหมี่กึ่งสำเร็จรูปไว้ เพื่อรับประทาน หรือมีผู้ขายอาหารบางรายเร่ขายอาหารทางเรือ การแจกอาหารจากทางการ การได้รับเงินช่วยเหลือผู้สูงอายุจากท้องถิ่น รวมไปถึงบางรายอาจมีลูกส่งเงินมาให้ใช้อีกทางหนึ่ง การมีเงินออม หลักการประหยัดและเศรษฐกิจพอเพียง

อีกทั้ง สำหรับผู้ตอบที่มีทักษะหาปลา และมีเรือเกือบทุกครัวเรือนเป็นส่วนใหญ่ ก็สามารถหาปลาได้ บริเวณที่มีน้ำท่วมขัง ในช่วงเวลาน้ำท่วม (เดือนตุลาคม-เมษายน) หรือหน้าฤดูฝน ซึ่งจะเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมสำหรับการหาปลาน้ำจืด โดยชาวประมงจะได้ปลา มากกว่าฤดูกาลอื่นๆ ในทางตรงกันข้าม ในช่วงเวลาฤดูแล้ง ก็จะส่งผลกระทบต่อชาวประมง ที่หาปลาได้น้อยลงในช่วงเดือน พฤษภาคม-กันยายน (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559; นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559)

นอกจากนี้ ในช่วงเวลาของการเกิดไฟไหม้ โดยเฉพาะบริเวณป่าพรุควนเค็ง ซึ่งมีบริเวณส่วนหนึ่งติดอยู่ในบริเวณตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ในช่วงเวลาฤดูร้อน เกิดภัยแล้ง บางหมู่บ้านเกิดการขาดแคลนน้ำดื่มสะอาด อย่างไรก็ตาม ประชาชนในพื้นที่ได้รับการช่วยเหลือจากองค์กรบริหารส่วนท้องถิ่นในการช่วยเหลือจัดหา น้ำดื่มสะอาดให้ (นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ตำบลเค็ง อำเภชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช พบว่า มีเหตุการณ์น้ำท่วมเช่นกัน ในปี พ.ศ. 2518; 2548; และ 2553 พบว่ามีวิธีการที่คล้ายคลึงกันในการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร รวมไปถึงยามหน้าฝน ส่งผลให้ไม่สามารถเก็บวัตถุดิบกระเจ็ดได้ ดังนั้น ประชาชนจะกักตุน ซื้อกระเจ็ดในยามหน้าแล้ง และไว้บนคานศาลานอกบ้าน แล้วจึงนำมาสานเมื่อเข้าสู่ฤดูฝน ที่วัตถุดิบกระเจ็ดสามารถเก็บไว้ได้นานเป็นปี (ดูภาพ 27 (3)) อีกทั้ง มีการหาอาหารจากแหล่งธรรมชาติมารับประทาน เช่น ปลาจากทะเล ผักบุ้ง หาปูจากท้องนา เป็นต้น (ดูภาพ 27 (2)) นอกจากนี้ เมื่อมีเหตุการณ์ภัยแล้ง ส่งผลให้หาปลาในพื้นที่ธรรมชาติยากขึ้น รวมไปถึงหากมีไฟไหม้ป่าพรุ ก็ส่งผลให้หากระเจ็ดได้น้อย

ช่วงปี พ.ศ. 2556-2559 เกิดสถานการณ์ราคายางตกต่ำเป็นอย่างมาก อีกทั้งในช่วงที่ต้นยางผลัดใบของทุกๆ ปี ส่งผลให้ไม่สามารถกรีดยางได้ ประชาชนต้องหาอาชีพอื่น ๆ เสริมเพื่อหารายได้เพิ่ม รวมไปถึงการปลูกพืชสวนครัวภายในบริเวณบ้าน เช่น ข้าวโพด แตงกวา การนำเนื้อวัว ที่เลี้ยงมาเป็นอาหาร หรือการถนอมอาหาร เช่น ไตปลา เก็บไว้รับประทานยามยากลำบาก

นอกจากนี้ ในช่วงฤดูแล้งของทุกปี หลังเดือนเมษายน โดยเฉพาะเดือนมิถุนายน-สิงหาคม การเกิดไฟไหม้ป่าในบริเวณพรุควนเคร็ง เป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตของประชาชนที่ประกอบอาชีพหากระจูด ที่ถ้าหากไม่มีไฟไหม้ป่าเลย ก็จะทำให้เกิดวัชพืชปกคลุม เดินทางสัญจรทางเรือลำบาก และกระจูดก็ไม่งอกงาม อย่างไรก็ตาม อย่างไรก็ดี ส่งผลให้ปลาในพื้นที่ธรรมชาติลดน้อยลง (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

สถานการณ์น้ำท่วมและน้ำแล้ง ยังส่งผลกระทบต่อประเด็นความเพียงพอของอาหาร ที่พบว่า อาหารมีไม่เพียงพอต่อความต้องการ เช่น อาหารประเภทเนื้อ เช่น เนื้อเป็ด เนื้อไก่ และผักสด ในช่วงเวลาน้ำท่วมและน้ำแล้ง เช่น เวลान้ำท่วมจะขาดแคลน มะเขือเปราะ ถั่วฝักยาว พริกขี้หนู ซึ่งปกติประชาชนท้องถิ่นจะปลูกไว้รับประทานเอง ดังนั้น ในช่วงเวลาดังกล่าวจึงทำให้ประชาชนต้องไปซื้อหารับประทานจากที่อื่น รวมไปถึงช่วงเวลาน้ำแล้ง พริกขี้หนูจะได้รับผลกระทบ ผลผลิตเสียหาย แต่หากได้รับน้ำชลประทานที่ทั่วถึง พริกขี้หนูก็จะออกผลผลิตได้ดี (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559) แต่จากการสัมภาษณ์ดังกล่าว ไม่ได้ระบุถึงว่า หญิงและชาย มีความต้องการอาหารอย่างเพียงพอแตกต่างกันหรือไม่

อีกทั้งประเด็น หนี้สินนาข้าว ประเด็นดังกล่าวส่งผลถึงปัจจัยผลักดันให้เกษตรกรชาวนาต้องเปลี่ยนอาชีพไปสู่เกษตรกรสวนปาล์ม แต่ขัดกับหลักการอนุรักษ์ในพื้นที่อนุรักษ์ ส่งผลให้เกิดความขัดแย้งกับเขตพื้นที่เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย และเป็นแรงผลักดันให้ประชาชนท้องถิ่นผู้ถือครองที่ดินขายใบเอกสารสิทธิ์ให้กับนายทุนข้างนอก และส่งผลกระทบต่อผู้การบุกรุกพื้นที่อนุรักษ์จากนายทุนภายนอก (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

ตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา พบว่า ในปี พ.ศ. 2548 ในบริเวณพื้นที่ดังกล่าว ก็มีเหตุการณ์ภัยธรรมชาติ น้ำท่วม รวมไปถึงโรคพืช เช่น ใบไหม้ มีหนอน ข้าวคอกหัก ข้าวมีเชื้อรา เพ็ลี่ยกระโดด แห้งแล้ง น้ำในระบบชลประทานมีไม่เพียงพอ น้ำเค็มรุกล้ำ ส่งผลกระทบต่อนาข้าว ชาวนามีการปรับตัวโดยการฉีดพ่นสารเคมีป้องกัน ได้ผลบ้าง ไม่ได้ผลบ้าง (นาง เฉลิม ศิริทอง และนางปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559)

สวนพริก ทำให้ดอกพริกร่วง ไม่มีผลผลิตและขาดทุน ประชาชนมีการปรับตัวและมีทักษะในการหาปลา ปู กบ ในช่วงฤดูฝนเป็นอย่างดี

นอกจากนี้ ในปี พ.ศ. 2548 และ 2553 พบว่า มีเหตุการณ์ดินเสื่อมสภาพ ชานา มีการปรับตัวโดยการเลิกเผาฟางข้าว เพื่อป้องกันดินเสื่อมโทรม ราคาข้าวตกต่ำ เกษตรกรชานาจึงเก็บเมล็ดพันธุ์เอง และเลือกใช้ปุ๋ยราคาถูกลงเพื่อลดต้นทุน

ปัจจุบันในปี พ.ศ. 2559 ประชาชนส่วนใหญ่ในบริเวณพื้นที่ดังกล่าว ประกอบอาชีพทำนา แต่เกิดเหตุการณ์แห้งแล้ง (เอลนีโญ) ส่งผลให้นำเคมีรุกร้าเข้ามาในบริเวณพื้นที่นาข้าว และเกิดการเสียหาย ได้ผลผลิตไม่ดีพอ ชานาบางส่วนปลูกข้าว แต่ไม่ได้รับประทานข้าวที่ตนเองปลูก เนื่องจากเมล็ดลีบเล็ก แข็ง ทานแล้วไม่อร่อย จึงไม่เป็นที่นิยมในการรับประทาน เช่น ข้าวพันธุ์ กข. เนื่องจากปัจจุบัน ประชาชนบางส่วนยังนิยมรับประทานข้าวหอมมะลิ (Jasmin Rice) อีกส่วนหนึ่งนิยมรับประทานข้าวไรซ์เบอร์รี่ (Riceberry) ข้าวพันธุ์หอมปทุม ที่ได้รับการสนับสนุนและเป็นที่นิยมเพิ่มขึ้นในตลาด การมีหอยเชอร์รี่รุกร้าในนาข้าว นกมากินข้าว รวมไปถึงราคาข้าวในตลาดตกต่ำ

อย่างไรก็ดี จากการสัมภาษณ์ตัวแทนชานาเพิ่มเติม พบว่า ประชาชนในพื้นที่ศึกษามีการทำนาปีละ 2 ครั้ง และใช้ภูมิปัญญาในการเลือกพันธุ์ข้าวปลูกเพื่อให้ได้ผลผลิตที่ดีที่สุดสำหรับเกษตรกรชานา ได้แก่ ตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน-กุมภาพันธ์ ชานาปลูกข้าวพันธุ์ กข. เนื่องจากได้ผลผลิตดีกว่าในช่วงเวลาดังกล่าว เช่นปัจจุบันข้าวพันธุ์ กข. ได้ราคาตันละ 6,900 บาทและระหว่างช่วงเดือนพฤษภาคม-กันยายน ชานาปลูกข้าวพันธุ์หอมปทุม ได้ราคาตันละ 7,500 บาท ซึ่งเป็นราคาที่ดีกว่าข้าวพันธุ์ กข. แต่เนื่องจากได้รับผลผลิตในปริมาณที่น้อยกว่า ก็จะทำให้ขายในราคาโดยรวมได้น้อยกว่า (นาง เฉลิม ศิริทอง และนางปวีณา ขุนทองอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559)

ส่วนข้าวพันธุ์หอมมะลิที่ประชาชนนิยมซื้อมารับประทาน แต่หากว่าการนำมาปลูกในพื้นที่ศึกษาดังกล่าว ไม่มีความเหมาะสมสำหรับข้าวพันธุ์หอมมะลิ ส่งผลให้มีผลผลิตที่ต่ำ (นาง เฉลิม ศิริทอง และนางปวีณา ขุนทองอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559)

นอกจากนี้ จากการศึกษาพบว่าประชาชนในพื้นที่ดังกล่าวมักมีการปลูกผักอื่นๆ เสริม เช่น ปลูกฟักทอง แซมสวนปาล์มที่เป็นอาชีพเสริม รวมไปถึงอาจมีการประกอบอาชีพอื่นๆ เสริม เช่น เลี้ยงวัว การทำปุ๋ยหมักจากฟางข้าวและส่งขายให้กับเกษตรกรอื่นๆ (ดูภาพ 27 (1)) และการงดทำนาข้าวหากเกิดเหตุการณ์แห้งแล้งมากๆ และการที่ประชาชนมีทักษะสามารถออกทะเลไปหาปลามารับประทานได้อย่างไม่ยากลำบาก



ภาพ 27 วิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร<sup>13</sup>

นอกจากนี้ จากการสัมภาษณ์เชิงลึก นายกองค้การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา (นาย วรรณรพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559) พบว่าอาชีพของประชาชนในพื้นที่ภาพรวมคือ เกษตรกรไร่นาสวนผสม (เช่น บวบ แตง กะหล่ำ) สวนพริกและสวนปาล์ม ปัจจุบัน ผลผลิตพริกขี้หนูสามารถขายส่งไปยังประเทศมาเลเซียได้ราคาดีมาก

#### 4.2.4.2. ความมีเสถียรภาพในการเข้าถึงอาหาร (Food Insecurity Access Scale)

ในประเด็นต่อมา ได้สอบถามผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 377 คน ต่อความรู้สึกใน ความไม่มั่นคงทางด้านอาหารใน 9 ประเด็น พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่ไม่มีความรู้สึกต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร และมักตอบว่าจะไม่ยอมให้เหตุการณ์ความไม่มั่นคงทางอาหารเกิดขึ้น

<sup>13</sup> (1) การทำปุ๋ยหมักจากฟางข้าวที่เหลือจากการทำนา เพื่อหารายได้จากการขายปุ๋ยเพิ่มเติม ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา, (2) คุณยาย ตำบลเคร็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช กำลังแคะมันปู ที่หาได้จากท้องถิ่น มาประกอบอาหารภายในบ้าน, (3) ประชาชนที่ตำบลเคร็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช มีการกักตุนกระจุตไต้หวันคานบ้านประมาณ 1 ปี เพื่อใช้สานงานหัตถกรรม ยามหน้าฝนที่หาซื้อกระจุตไต้หวันยาก

หรือไม่เคยมีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้น โดยเฉพาะไม่มีเหตุการณ์การไม่ได้ทานอาหารเลยทั้งวัน คิน เป็นจำนวนมากที่สุดในทั้ง 3 พื้นที่ (ทะเลน้อย = 32.36%; เกร็ง = 40.32%; บ้านขาว = 22.02%)

นอกจากนี้ สำหรับผู้ที่มีความรู้สึกต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหารในระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมา และแบ่งกลุ่มได้เป็น 3 กลุ่มคือ ความถี่ของความไม่มั่นคงทางด้านอาหารจำนวน 1-2 ครั้ง กลุ่ม 2 คือ ความถี่จำนวน 3-10 ครั้ง และกลุ่มที่ 3 คือ ความถี่จำนวน มากกว่า 10 ครั้ง

สำหรับเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น มากกว่า 10 ครั้งใน 30 วันที่ผ่านมาเป็นจำนวนสูงสุดในกลุ่มนี้คือ ทานอาหารจำนวนมือน้อยลง สำหรับตำบลทะเลน้อย (1.59%) อีกทั้งความกังวลว่ามีอาหารไม่เพียงพอ สำหรับตำบลเกร็ง (2.12%) และกังวลว่ามีอาหารไม่เพียงพอ ทานอาหารหลากหลายน้อยลง ทานจำนวนมือน้อยลง และอาหารที่เคยทานหายไป เป็นจำนวนที่เท่ากัน สำหรับที่ตำบลบ้านขาว (0.80%)

ระดับของความถี่ของความกังวลต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหารในช่วง 3-10 ครั้งในระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมาเป็นจำนวนสูงสุดในกลุ่มนี้ได้แก่ การได้รับประทานอาหารหลากหลายน้อยลง สำหรับตำบลทะเลน้อย (3.98%) ความกังวลว่ามีอาหารไม่เพียงพอและการได้รับประทานอาหารหลากหลายน้อยลง เป็นจำนวนที่เท่ากัน สำหรับตำบลเกร็ง (3.45%) และการได้รับประทานอาหารหลากหลายน้อยลง สำหรับตำบลบ้านขาว (1.86%)

ระดับของความถี่ของความกังวลต่อความไม่มั่นคงทางด้านอาหารในช่วง 1-2 ครั้งในระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมาเป็นจำนวนสูงสุดในกลุ่มนี้ได้แก่ ความกังวลว่ามีอาหารไม่เพียงพอ สำหรับตำบลทะเลน้อย และตำบลเกร็ง (7.96% และ 8.49%) ตามลำดับ และการที่ต้องรับประทานอาหารอย่างอื่นทดแทน สำหรับตำบลบ้านขาว (6.37%) (ดูตาราง 15)

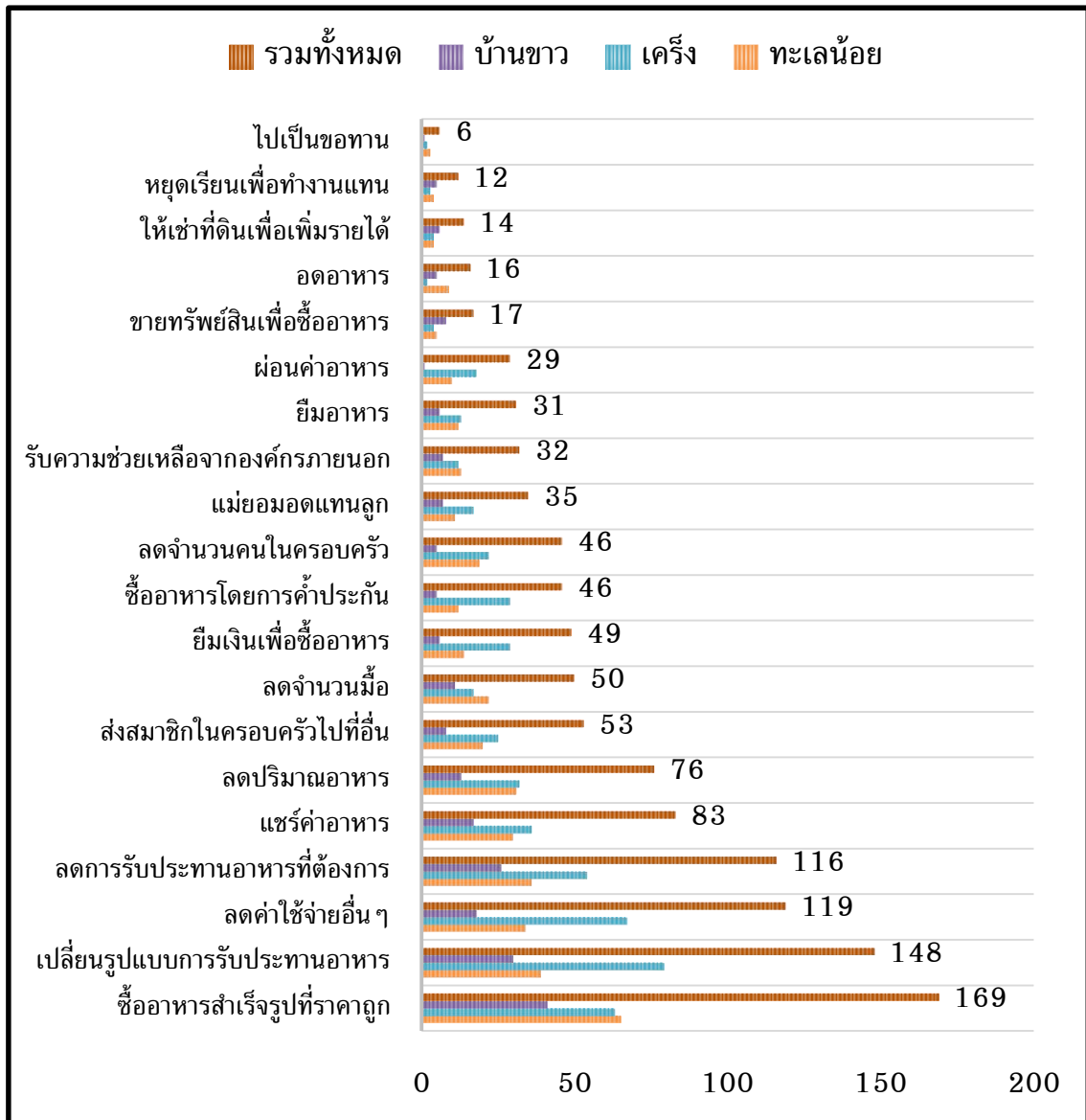
ตาราง 15

ความถี่ และร้อยละของความรู้สึกไม่มั่นคงทางด้านอาหารแยกรายพื้นที่ และความถี่ (n = 377)

ระดับความกังวล	พื้นที่ศึกษา	กังวลว่าอาหารไม่เพียงพอ	ทรัพยากรไม่เพียงพอ	อาหารหลากหลายน้อยลง	ทานอาหารอย่างอื่นแทน	ทานอาหารปริมาณน้อยลง	ทานอาหารจำนวนมีน้อยลง	อาหารที่เคยทานหายไป	ต้องร้องเพราะหิว	ไม่ได้ทานอาหารเลยทั้งวัน ทั้งคืน
ไม่มี	ทะเลน้อย	90 (23.87)	93 (24.67)	92 (24.40)	93 (24.67)	105 (27.85)	103 (27.32)	112 (29.71)	115 (30.50)	122 (32.36)
	เครื่อง	100 (26.53)	117 (31.03)	109 (28.91)	114 (30.24)	123 (32.63)	135 (35.81)	142 (37.67)	148 (39.26)	152 (40.32)
	บ้านขาว	63 (16.71)	67 (17.77)	60 (15.92)	62 (16.45)	71 (18.83)	67 (17.77)	69 (18.30)	73 (19.36)	83 (22.02)
รวม		253 (67.11)	277 (73.47)	261 (69.23)	269 (71.35)	300 (79.58)	305 (80.90)	323 (85.68)	336 (89.12)	357 (94.69)
1-2 ครั้ง/ใน 30 วัน	ทะเลน้อย	30 (7.96)	26 (6.90)	25 (6.63)	27 (7.16)	17 (4.51)	14 (3.71)	14 (3.71)	11 (2.92)	9 (2.39)
	เครื่อง	32 (8.49)	26 (6.90)	29 (7.69)	28 (7.43)	25 (6.63)	14 (3.71)	7 (1.86)	4 (1.06)	1 (0.27)
	บ้านขาว	22 (5.84)	19 (5.04)	21 (5.57)	24 (6.37)	16 (4.24)	17 (4.51)	16 (4.24)	12 (3.18)	8 (2.12)
รวม		84 (22.28)	71 (18.83)	75 (19.89)	79 (20.95)	58 (15.38)	45 (11.94)	37 (9.81)	27 (7.16)	18 (4.77)
3-10 ครั้ง/ใน 30 วัน	ทะเลน้อย	11 (2.92)	9 (2.39)	15 (3.98)	10 (2.65)	8 (2.12)	10 (2.65)	5 (1.33)	4 (1.06)	2 (0.53)
	เครื่อง	13 (3.45)	8 (2.12)	13 (3.45)	8 (2.12)	3 (0.80)	3 (0.80)	3 (0.80)	0 (0.00)	0 (0.00)
	บ้านขาว	3 (0.80)	4 (1.06)	7 (1.86)	4 (1.06)	2 (0.53)	4 (1.06)	3 (0.80)	4 (1.06)	0 (0.00)
รวม		27 (7.16)	21 (5.57)	35 (9.28)	22 (5.84)	13 (3.45)	17 (4.51)	11 (2.92)	8 (2.12)	2 (0.53)
มากกว่า 10 ครั้ง/ใน 30 วัน	ทะเลน้อย	2 (0.53)	5 (1.33)	1 (0.27)	3 (0.80)	3 (0.80)	6 (1.59)	2 (0.53)	3 (0.80)	0 (0.00)
	เครื่อง	8 (2.12)	2 (0.53)	2 (0.53)	3 (0.80)	2 (0.53)	1 (0.27)	1 (0.27)	1 (0.27)	0 (0.00)
	บ้านขาว	3 (0.80)	1 (0.27)	3 (0.80)	1 (0.27)	1 (0.27)	3 (0.80)	3 (0.80)	2 (0.53)	0 (0.00)
รวม		13 (3.45)	8 (2.12)	6 (1.59)	7 (1.86)	6 (1.59)	10 (2.65)	6 (1.59)	6 (1.59)	0 (0.00)



### 4.2.4.3. การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร (Coping Strategies Index)



ภาพ 28 วิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร (n = 377)

ภาพ 28 แสดงวิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร พบว่า หากเกิดเหตุการณ์ของความไม่มั่นคงทางด้านอาหารเกิดขึ้น ผู้ตอบส่วนใหญ่เลือกที่จะซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง (44.8%) รองลงมาคือ เปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร (39.3%) และลดค่าใช้จ่ายอื่นๆ เพื่อนำเงินมาซื้ออาหาร (32.4%) เป็น 3 ลำดับแรก และวิธีการส่งสมาชิกไปเป็นขอทาน (1.6%) การหยุดเรียนของสมาชิกในครอบครัวและให้ทำงานแทน (3.2%) รวมไปถึง การให้เช่าที่ดินเพื่อเพิ่มรายได้ (3.7%) เป็นวิธีการ 3 ลำดับท้ายสุดที่ผู้ตอบจำนวน 377 ตัวอย่างได้เลือกเพื่อการรับมือ



เมื่อพิจารณารายพื้นที่ พบว่า ผู้ตอบจากตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา มีวิธีการรับมือใน 3 ลำดับแรกเหมือนกันคือ การเลือกที่จะซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง (17.2% และ 10.9%) รองลงมาคือ เปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร (10.3% และ 8.0%) และการลดรับประทานอาหารตามที่ต้องการน้อยลง (9.8% และ 6.9%) ตามลำดับ สำหรับผู้ตอบจากตำบลเค็ง จังหวัดนครศรีธรรมราชมีวิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหารที่แตกต่างกันไปเล็กน้อยคือ การเปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร (21.0%) รองลงมาคือ การลดค่าใช้จ่ายอื่นๆ เพื่อนำเงินมาซื้ออาหาร (18.6%) และการเลือกที่จะซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง (16.7%) เป็น 3 ลำดับแรก

นอกจากนี้ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกพบว่า หากมีเหตุการณ์ของความไม่มั่นคงทางด้านอาหารเกิดขึ้น ที่ตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา มีการรับมือโดยการให้ความช่วยเหลือจากองค์กรท้องถิ่นในทางตรงเช่น โครงการสนับสนุน “1 ไร่ 100,000 บาท” สำหรับชุมชนที่มีวิถีชีวิตแบบเศรษฐกิจพอเพียง ด้วยการสนับสนุนการทำไร่นาสวนผสมในพื้นที่ 1 ไร่ เช่น การสนับสนุนปลูกข้าวไรซ์เบอร์รี่ (Riceberry) ปลูกแตง การเลี้ยงเป็ด ไก่ หมู แพะ รวมไปถึงโครงการการปล่อยพันธุ์กุ้งก้ามกรามในทะเลสาบสงขลาขององค์การบริหารส่วนจังหวัดร่วมมือกับกรมประมง เพื่อเป็นการเพิ่มต้นทุนทรัพยากรในพื้นที่ ที่มีความต้องการมากกว่าความสามารถในการผลิตได้ รวมไปถึงการช่วยเหลือในทางอ้อม เช่น การช่วยเหลือในช่วงเวลาของสถานการณ์น้ำท่วม (นาย วรรณพ ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559) หรือการจัดหาน้ำดื่มสะอาดในพื้นที่น้ำแล้ง ของหมู่บ้านในตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง โดยองค์การบริหารส่วนตำบลในท้องถิ่น รวมไปถึงการช่วยเหลือตนเองของประชาชน ด้วยการซื้อน้ำดื่มมากักตุนยามขาดแคลนน้ำดื่มในน้ำแล้ง (นาย ชัยยุทธ์ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559)

ข้อมูลดังกล่าวสอดคล้องกับความเห็นของนายกองค์การบริหารส่วนตำบลเค็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ให้ความเห็นว่า ในปี พ.ศ. 2559 มีการให้ความช่วยเหลือแก่ผู้ประสบภัยแล้งแก่เกษตรกร จากหลายหน่วยงานร่วมกัน เช่น ป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยจังหวัด งบพัฒนาจังหวัด ที่อยู่ภายใต้โครงการกระตุ้นเศรษฐกิจและแก้ไขปัญหาการว่างงาน เช่น เงินช่วยเหลือภัยแล้งแก่เกษตรกรผู้ปลูกพืชผักสวนครัว ที่มีเงื่อนไขคือมีที่ดินจำนวน 3 ไร่ขึ้นไป และเป็นที่ดินผืนเดียวกัน อย่างไรก็ดี เกษตรกรที่มีที่ดินน้อยกว่านี้ก็จะไม่เข้าเกณฑ์และไม่ได้รับการสนับสนุนเงินช่วยเหลือ รวมไปถึง โครงการแก้ไขปัญหาการว่างงาน ที่ให้การสนับสนุนประชาชนเกษตรกรที่มีสวนปาล์ม ซึ่งเป็นพื้นที่ราบลุ่ม เหมาะสมสำหรับการเลี้ยงเป็ด (ไข่) โดยจังหวัดสนับสนุนพันธุ์เป็ด (ไข่) ประมาณ 40 ตัว/ครัวเรือน แต่สำหรับเกษตรกรชาวสวนยาง จังหวัดให้การสนับสนุนเลี้ยงเป็ด (เนื้อ) และไก่ (เนื้อ) อย่างไรก็ดีประชาชนต้องรับภาระค่าอาหารสัตว์เอง ท้ายที่สุดจะมีพ่อค้ามารับซื้อเอง และสำหรับประชาชนที่ประกอบ

อาชีพรับจ้างทั่วไปได้รับการสนับสนุน ไข่ (ไข่) ภายในบริเวณบ้าน (เลือกได้สิทธิ์อย่างใดอย่างหนึ่งต่อครัวเรือนเท่านั้น) (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

ข้อสังเกตก็คือ เมื่อมีสถานการณ์ที่ประชาชนต้องรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร ประชาชนในทั้ง 3 พื้นที่จะใช้วิธีช่วยเหลือตนเองก่อน ใน 3 ลำดับแรกที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ส่วนการได้รับความช่วยเหลือจากหน่วยงานปกครองส่วนท้องถิ่นหรือองค์กรภายนอกก็มีจำนวนน้อย (รวม = 8.49%; ทะเลน้อย = 3.45%; เกร็ง = 3.18%; บ้านขาว = 1.86%) ทั้งนี้อาจเนื่องจากเงื่อนไขที่ไม่เข้าเกณฑ์ รวมไปถึงการช่วยเหลือกับกลุ่มคนได้บางกลุ่มบางหมู่บ้าน และได้รับผลกระทบมากที่สุด



ภาพ 29 การประกอบอาชีพที่สื่อถึงความมั่นคงทางด้านอาหาร<sup>14</sup>

นอกจากนี้ จากการสังเกตรหว่างการสอบถามกลุ่มตัวอย่างจำนวน 377 คน ยังพบว่า การดำเนินชีวิตตามวิถีแบบไทยๆ ก็มีข้อดีสำหรับการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหาร กรณีนี้ เช่น การพึ่งพาในครัวเรือนเช่น บ้านพี่-บ้านน้อง มีบ้านใกล้เคียงกัน เมื่อมีความ

<sup>14</sup> (1) การหาปลา และ (2) การต้มกระจับ ของประชาชนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา (3) การทำเคยปลา และ (4) การตากปลาดุกร้า เพื่อการถนอมอาหาร ของประชาชนตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง (5) ปลาดุกแห้งที่เก็บไว้พร้อมประกอบอาหาร และ (6) การประกอบสายกระเปาะกระจูด ของชาวบ้านตำบลเกร็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช

ยากลำบากก็ช่วยเหลือกัน หรือการเลี้ยงดูผู้สูงอายุ โดยลูกส่งเงินมาให้ใช้ หรือแม้กระทั่งการออกไปหาวัตถุดิบ เช่น ผัก ปลา ในพื้นที่สาธารณะ ก็ยังทำได้ ถึงแม้ไม่มีเงินมาซื้ออาหาร ประชาชนก็ยังมีทรัพยากรเป็นที่พึ่งของแหล่งอาหาร รวมไปถึงการประกอบอาชีพเสริมเพื่อหารายได้เพิ่มเติม ก็เป็นวิธีการรับมือเพิ่มเติมสำหรับประชาชนบริเวณนี้ (ดูภาพ 29)

#### 4.2. วัตถุประสงค์ข้อที่ 2: ภูมิปัญญาในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร

ในส่วนนี้เป็นการอธิบายผลการศึกษาในวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 คือ ภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิง-ชายในการรับมือ ต่อความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทางสิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป เปรียบเทียบชุมชนใกล้พื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง พรุควนขันเสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย พร้อมการอภิปรายผลการศึกษาไปพร้อม ๆ กัน

ในวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 นี้ ใช้วิธีการศึกษาด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบการบันทึกเสียงสัมภาษณ์ การจดบันทึก การบันทึกด้วยภาพ การสังเกตการณ์จากตัวแทนชาย-หญิงใน 3 พื้นที่ ๆ อย่างละ 1 คน จากการเจาะจงกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการแบบลูกโซ่ (Snowball Sampling) ที่มีคุณสมบัติดังต่อไปนี้คือ เป็นตัวแทนชุมชนที่มีการประกอบอาชีพที่พึ่งพิงกับทรัพยากรในท้องถิ่นทั้งปี เพื่อสอบถามการประกอบอาชีพที่ได้มาซึ่งอาหาร และเพื่อบันทึกข้อมูลเกี่ยวกับ Seasonal Calendar ซึ่งใน 1 คน อาจประกอบอาชีพใน 1 ปี ได้มากกว่า 1 อาชีพ สลับกันไปตามการเปลี่ยนแปลงฤดูกาล อีกทั้ง เป็นผู้ที่มีประสบการณ์จากการรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร ท้ายสุดงานวิจัยชิ้นนี้ได้ตัวแทนเพื่อการสัมภาษณ์ทั้งสิ้น 9 คน ตามลำดับการสัมภาษณ์ดังแสดงในตาราง 9

ทั้งนี้ จากการศึกษาพบว่าผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึกให้ข้อมูลที่สะท้อนถึงภูมิปัญญาในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหารในแง่ของการประกอบอาชีพที่หลากหลาย พบว่าคำตอบมีแนวโน้มไปในทางเดียวกันคือ ทั้งหญิงและชายมีภูมิปัญญาและทักษะในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหารได้ไม่แตกต่างกัน เช่น การไถนา การหว่านข้าว ทั้งนี้ ผู้ให้สัมภาษณ์แสดงความคิดเห็นว่า เป็นการช่วยกัน “...เหมือนๆ กัน เมื่อก่อนเค้าไถนา ผู้หญิงก็ไถ หว่านข้าวผู้หญิงก็หว่าน คือช่วยกันอะ ช่วยกัน...” นายวรรณพร ส่องสว่าง นายองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา (นายวรรณพร ส่องสว่าง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 29 เมษายน 2559) จากคำตอบดังกล่าว อาจกล่าวได้ว่าตรงกับแนวคิดการแบ่งงานกันทำ ตามทฤษฎี Social Organisation หรือ “มนุษย์เป็นสัตว์สังคม” ที่หมายถึงว่าต้องมีการแบ่งงานกันทำ ดังนี้

“...ทำได้ๆ ผู้หญิงก็ทำได้ แต่ว่าส่วนใหญ่ประเภทที่ที่เราคิดเรื่องหาปลาธรรมชาตินะ ผู้ชายไปหามา แล้วผู้หญิงเอามาทำแปรรูปได้หมดเลย ทำกะปิ เคยปลา เนื้ะ ทำปลาใส่

เกลือ ผู้หญิงทำได้หมด ผู้ชายไปหามา ที่ชายได้ก็ชายไป ชายไม่ได้ก็แปรรูป เอามาทำ...” (นายไสว ทองดำ; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

ในแนวความคิดการแบ่งงานกันทำระหว่างหญิงและชาย เช่น ผู้ชายไปหาปลา หากกระจุด ผู้หญิงสานกระจุด (นาง อารอบ แป้นทอง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559, นาย ชัยยุทธ นุ่นคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2559) ในประเด็นนี้ มาลี สบายยิ่ง และมงคล มาลยารม (มปป.) ให้ความเห็นว่า เป็นกระบวนการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคมชนิดหนึ่ง ซึ่งก็คือ “การแบ่งงานกันทำ” ซึ่งมีการแบ่งงานกันทำตามความถนัดและสอดคล้องกับงานวิจัยชิ้นนี้ อีกทั้งในงานเขียนของ Crook, Pakulski และ Waters (1992) ที่กล่าวถึงรูปแบบทางสังคม 4 แบบ และมีการแบ่งงานกันทำดังนี้

- 1) สังคมแบบชนเผ่า (Forager-Tribal) ที่มีการแบ่งงานกันทำตามอายุ และเพศ ที่ผู้หญิงรับผิดชอบในงานบ้าน และผู้ชายรับผิดชอบในการหาอาหาร มีรูปแบบทางสังคมที่อยู่ร่วมกันในรูปแบบของครอบครัว หรือเครือญาติ มีผู้ปกครองหรือหัวหน้าชนเผ่าที่สืบทอดอำนาจกันมา
- 2) สังคมระบบศักดินา (Feudal Society) มีการแบ่งที่ดินทำการเกษตรแก่ครอบครัวเกษตรกร ชนชั้นปกครองคือกลุ่มทหาร และทหารอาจได้รับการครอบครองที่ดินเพื่อแบ่งงานในการทำการเกษตร
- 3) สังคมอิสระ (Liberal Society) มีการแบ่งงานกันทำ มีระบบตลาด และใช้เงินในการซื้อขาย หรือแลกเปลี่ยนแรงงาน สินค้า และบริการ มีการเคลื่อนย้ายแรงงานต่างชาติ มีการใช้แรงงานของครัวเรือนด้วยการทำงานภายในครอบครัว
- 4) สังคมที่จัดระเบียบ (Organised Society) การใช้แรงงานถูกควบคุมโดยตลาด และผู้ปกครองคอยควบคุมสังคมด้วยระบอบการปกครองในรูปแบบต่างๆ เช่น สวัสดิการแรงงาน หญิงและชายถูกควบคุมการทำงานโดยตลาด เช่น ผู้หญิงมีเวลาในการดูแลครอบครัวน้อยลง ผู้ชายต้องทำงานนอกบ้านมากขึ้น และมีการเดินทางในการทำงาน ส่งผลให้ครอบครัวมีขนาดเล็กลง

นอกจากนี้ ยังพบว่าปัจจัยเรื่องอายุเข้ามาเกี่ยวข้อง นอกจากเรื่องเพศด้วยดังที่นาง อารอบ แป้นทอง ผู้ตอบอายุ 63 ปี กล่าวว่า “...ผู้หญิงก็นั่งสานเป่า (สานกระจุด) อยู่ที่เรือน (ที่บ้าน) ก็แก่ๆ แล้วยัง ก็ไม่มีใครฮั่นแล้ว (ไม่ทำแล้ว) คือไปมั่งบางที่...” (นาง อารอบ แป้นทอง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559)

อย่างไรก็ดี มีผู้ตอบบางท่านให้ความเห็นว่า บางอาชีพ ผู้หญิงก็ทำไม่ได้อยากทำ (Willingness to Compete) อย่างเช่นผู้ชาย เช่น อาชีพจับปลา ดังข้อมูลการสัมภาษณ์ของคุณ ปวีณา ขุนทรงอักษร ดังนี้

“...คนที่บ้านหาเป็น พี่หาไม่เป็น จับปลา เคยไปครั้งหนึ่งเมื่อตอน 4-5 วันนี่ เคยไปช่วยจับเค้า ดูด ๆ น้ำ แล้วก็ลงไปจับเลย เป็นคลองธรรมชาติ ปลามันก็อยู่ในท้องคลอง ก็ลงไปจับในท้องคลองเลย ได้ปลาดุกล้วนเลย ประมาณ 500 ตัว 5 คน มี 5 หุ่น ก็ไปช่วย ๆ กัน ดูดน้ำให้มันแห้งก่อน น้ำก็เข้านา เข้าสวนปาล์ม ปีละครั้งช่วงน้ำแห้ง ...พี่ทำได้ แต่พี่ไม่ยอมทำ เพราะว่ามันสกปรก มันต้องลงไปคลุกโคลน...” (นาง ปวีณา ขุนทรงอักษร; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 30 เมษายน 2559)

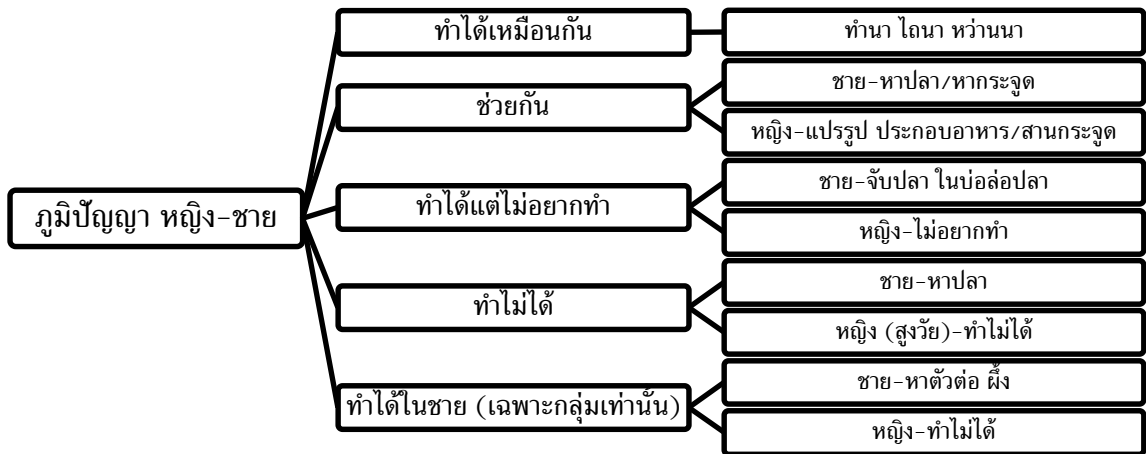
รวมไปถึงในงานวิจัยชิ้นนี้ยังพบว่าบางอาชีพผู้ชาย ก็ทำได้เหมือนกับผู้หญิง แต่บางอาชีพผู้หญิงก็ทำไม่ได้เหมือนผู้ชาย ตัวอย่างเช่นบทสัมภาษณ์ของคุณเมตตา เพชรคง กล่าวถึงอาชีพการหาปลาว่า “...แฟนทำเป็น แฟนจัดซื้อจัดหา ขายอะไรทำได้หมดเลย (แต่ถ้าพี่ออกไปหาปลา) ไม่เป็น ทำไม่ได้ (เสียงสูง) ให้แฟนทำ...” (นาง เมตตา เพชรคง; สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 2 กรกฎาคม 2559)

ในประเด็นนี้ Kamas & Preston (2012) กล่าวว่าเนื่องจากความแตกต่างทางเพศที่ทำให้แต่ละเพศมีความเต็มใจในการแสดงออกในกิจกรรมบางอย่างที่แตกต่างกัน ในที่นี้รวมไปถึงสถานะทางเศรษฐกิจ การแข่งขันในที่ทำงาน การต่อรองของรายได้ และในประเด็นที่ตรงกับงานวิจัยชิ้นนี้คือ การเลือกการประกอบอาชีพ ทั้งนี้ โดยปกติ ผู้หญิงจะชอบที่จะแข่งขัน (Taste of Compete) น้อยกว่าชาย เนื่องจากมีความเสี่ยงน้อยกว่า บุคลิกลักษณะของผู้หญิงที่ทำให้ไม่อยากจะแข่งขัน รวมไปถึงความมั่นใจในตนเอง อีกทั้ง เนื่องจาก ผู้หญิงจะไม่แข่งขันกับผู้ชายในกรณีนี้ ในพื้นที่ที่ผู้หญิงเห็นว่าทำได้ดีน้อยกว่าผู้ชาย (Günther et al., 2010) ทั้งนี้ ในกรณีของงานวิจัยชิ้นนี้ จะเห็นว่าผู้หญิงและผู้ชายมีโอกาสในการทำงานนอกบ้านเท่าเทียมกัน แต่อาจแตกต่างกันไปในรายละเอียดของอาชีพ แต่เป็นอาชีพที่ทำให้ทั้งสองเพศ ได้รับรายได้เพื่อมาจุนเจือครอบครัวที่ไม่แตกต่างกัน

นอกจากนี้ Günther และคณะฯ (2010) ยกตัวอย่างงานที่ผู้ชายทำได้ดี เช่น การแก้ไขปัญหาเฉพาะอย่าง การเคลื่อนย้ายสิ่งของ การเสาะแสวงหาเส้นทางไปสู่สถานที่หนึ่ง ๆ และงานที่ผู้หญิงทำได้ดีเช่น การใช้คำพูด การจดจำคำต่าง ๆ การจดจำรูปแบบด้วยความรวดเร็ว อีกทั้งงานที่ทั้งสองเพศสามารถทำได้ดีเท่าเทียมกัน เช่น การคิดคำต่าง ๆ เป็นต้น

ในงานวิจัยชิ้นนี้ยังพบว่า บางอาชีพทำได้เฉพาะผู้ชายเฉพาะกลุ่มเท่านั้น เช่น การหาตัวต่อ และผึ้งหลวง (อุมาพร มุณีแนม, และ พงศ์บวร สุวรรณรัฐโชติ, 2554ก; 2554ข) ดังที่คุณไสว ทองดำ (สัมภาษณ์เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2559) กล่าวว่า “...มีตัวต่อ มีผึ้งหลวง พวกนี้ผึ้งหลวงมีทุกปี ก็มันตามฤดูกาล แต่หลายคนที่เข้าใจทำ ที่เข้าใจหา มีหลายคน เฉพาะผู้ชาย ๆ น้ำผึ้งขวดหนึ่ง 500 ไม่พอ ...วันก่อนในสวนยางมันมาลงให้ แล้วให้เค้าจับได้ไว้ 8 ขวด แบ่งกันไป เค้าเอา 4 นายเค้า 4 (ไม่ได้ทำเอง) ไม่ ทำไม่เป็น ต้องขึ้นต้นไม้ ขึ้นไปหา...”

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า ภูมิปัญญาระหว่างหญิง-ชาย ในการรับมือต่อความมั่นคงทางด้านอาหารจากการศึกษานี้ พบว่า ไม่ว่าจะเป็นด้วยเหตุผลการแข่งขันทำตามวิวัฒนาการ โครงสร้างทางสังคม หรือความแตกต่างทางเพศและทักษะในการทำงาน อีกทั้งความชอบหรือความยินดีในการทำงานนั้น ๆ ได้ผลดังภาพ 30



ภาพ 30 ภูมิปัญญาระหว่างหญิง-ชาย ในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย

#### 5.1. สรุปผล

ความมั่นคงทางด้านอาหาร ประกอบไปด้วย 4 มิติคือ 1) ความเพียงพอของปริมาณอาหาร 2) การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร 3) การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ และ 4) ความมีเสถียรภาพในการเข้าถึงอาหาร อีกทั้ง มีเครื่องมือในการประเมินความมั่นคงทางด้านอาหารใน 4 มิตินี้ อย่างหลากหลายซึ่งในงานวิจัยชิ้นนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความมั่นคงทางด้านอาหารใน 3 ชุมชน คือ ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ตำบลบ้านขาว อำเภอรือโนด จังหวัดสงขลา และตำบลเค็ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งทั้ง 3 พื้นที่มีอาณาเขตใกล้เคียงและซ้อนทับกับพื้นที่อนุรักษ์ 3 แห่ง อันได้แก่ พรุควนขี้เสียน พรุควนเค็ง และเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย อีกทั้งเพื่อศึกษาภูมิปัญญาระหว่างเพศสภาพหญิง-ชายในการรับมือ ต่อความมั่นคงทางอาหารภายใต้สถานการณ์ทางสิ่งแวดล้อมและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปในทั้ง 3 พื้นที่ดังกล่าวข้างต้น

วิธีการศึกษาคือ การใช้แบบสอบถามสำรวจความคิดเห็นของประชาชน จากประชากรจำนวน 18,841 คน สุ่มตัวอย่างด้วยวิธีสุ่มแบบช่วงชั้น ที่ระดับความเชื่อมั่น 95% ค่าความคลาดเคลื่อน  $\pm 5$  ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 377 คน อีกทั้ง การสัมภาษณ์เชิงลึกกับตัวแทนหญิง-ชายแต่ละชุมชนละ 2 คน ทำยที่สุดได้ตัวแทนสัมภาษณ์เชิงลึกจำนวนทั้งสิ้น 9 คน เพื่อตอบวัตถุประสงค์การศึกษาข้างต้น วิเคราะห์ข้อมูลแบบสอบถามโดยสถิติเชิงพรรณนา ค่าร้อยละ และการหาค่า t-test เพื่อดูความแตกต่างระหว่างเพศ อีกทั้ง การวิเคราะห์แบบการบรรยายเชิงพรรณนาสำหรับข้อมูลการสัมภาษณ์เชิงลึก ผลการศึกษาได้ผลดังนี้

1) ความเพียงพอของปริมาณอาหาร (Food Availability) ใช้วิธีวัดโดย การหาความต้องการของแคลลอรี่ (Caloric Adequacy of Intake) การหาค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (Total Daily Energy Expenditure: TDEE) การหาค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index: BMI) และการหาความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ ทั้งในประเด็นขององค์ประกอบของอาหาร และแหล่งที่มาของอาหาร

ความต้องการของแคลลอรี่ (Caloric Adequacy of Intake) ของกลุ่มตัวอย่าง ( $n = 377$ ) ที่สำรวจระหว่างอายุ ต่ำกว่า 19 ปี ถึงมากกว่า 60 ปีขึ้นไป และส่วนใหญ่คือกลุ่มผู้สูงอายุที่มีอายุเกิน 60 ปีขึ้นไป มีความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายเฉลี่ยต่ำกว่า 1,850 กิโลแคลลอรี่/

คน/วัน ซึ่งเป็นมาตรฐานแคลลอรี่ของหญิงอายุ 60 ปีขึ้นไป และเมื่อเปรียบเทียบระหว่างหญิง-ชายในภาพรวมพบว่า มีความต้องการของแคลลอรี่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 กล่าวคือ 1,262.31 และ 1,320.55 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน สำหรับหญิง-ชายเฉลี่ยทั้งสามตำบล อีกทั้ง 1,268.20 และ 1,388.16 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน สำหรับหญิง-ชาย ตำบลทะเลน้อย ยกเว้นตำบลเคร็งและบ้านขาวที่หญิง-ชายมีความต้องการแคลลอรี่ของร่างกายไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวัน (Total Daily Energy Expenditure: TDEE) พบว่า ชายจากตำบลบ้านขาว มีค่าพลังงานที่ใช้ในแต่ละวันส่วนใหญ่คือ ระหว่าง 2,251-2,750 (1.59%) และต่ำกว่า 1,850 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน สำหรับหญิงตำบลบ้านขาว (10.61%) ต่ำกว่า 1,850 กิโลแคลลอรี่/คน/วัน สำหรับชาย-หญิงจากตำบลเคร็ง (3.98% และ 12.47%) และตำบลทะเลน้อย (2.92% และ 17.24%)

ค่าดัชนีความหนาของร่างกาย (Body Mass Index: BMI) พบว่า ประชาชนของตำบลทะเลน้อย (41.0%) ตำบลเคร็ง (47.0%) ตำบลบ้านขาว (29.0%) ส่วนใหญ่มีลักษณะ **ค่อนข้างผอมมากที่สุด** ทั้งหญิง-ชาย

ความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ (องค์ประกอบของอาหาร 16 หมวด) พบว่า ประชาชนทั้งสามพื้นที่คือ ตำบลทะเลน้อย ตำบลเคร็ง และตำบลบ้านขาว รับประทานอาหารประเภทธัญพืช (35.28%; 40.58%; 24.14%) เป็นจำนวนมากที่สุด รองลงมาและเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือ เครื่องเทศ และเครื่องดื่ม (35.01%; 40.05%; 24.14%) และผักอื่นๆ สำหรับตำบลเคร็งและบ้านขาว (36.87%; 21.49%) ยกเว้นประชาชนตำบลทะเลน้อย รับประทานผักที่ให้วิตามิน เช่น พักทอง แครอท มันหวาน (มีสีส้มข้างใน) พริกหวาน เป็นลำดับที่ 3 (38.20%) น้อยที่สุดที่ผู้ตอบแบบสอบถามรับประทานคือ กลุ่มของเครื่องในสัตว์ (5.04%; 2.92%) ยกเว้น ประชาชนตำบลบ้านขาว อำเภอรอนดง จังหวัดสงขลา รับประทานอาหารประเภทถั่วเป็นจำนวนน้อยที่สุด (2.12%)

ความเพียงพอของอาหารในเชิงคุณภาพ (แหล่งที่มาของอาหาร) พบว่า ประชาชนตำบลทะเลน้อย ตำบลเคร็ง และตำบลบ้านขาว มีการซื้ออาหาร (21.69%; 24.16%; 14.99%) รับประทานอาหารจากที่ดินของตนเอง (6.88%; 12.70%; 7.94%) และที่ดินสาธารณะ (2.47%; 6.17%; 0.53%) ตามลำดับ ใน 3 ลำดับแรกและเป็นไปในทางเดียวกัน

2) การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร (Food Access) พบว่า ทั้ง 3 พื้นที่ หญิงและชายมีการประกอบอาชีพ ยกเว้นจำนวนน้อยมากที่ไม่ได้ประกอบอาชีพ กล่าวคือ ผู้ตอบหญิงจำนวน 11 คน จากตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง ผู้ตอบหญิงจำนวน 1 คน จากตำบลเคร็ง อำเภอยะเอนก จังหวัดนครศรีธรรมราช และผู้ตอบหญิงและชาย จำนวน 2 และ 1 คน จากตำบลบ้านขาว อำเภอรอนดง จังหวัดสงขลา ตามลำดับ อีกทั้งยังพบว่า บริเวณพื้นที่ศึกษาประชาชน **ไม่มี** แนวคิดการแบ่งแยกการยกทรัพยากรขึ้นตามเพศ นั้นหมายถึงว่า ไม่ว่าผู้มีสิทธิ์รับ



มรดก ไม่ว่าจะเป็นเพศใดก็ตามมีสิทธิ์ในการได้รับมรดกอย่างเท่าเทียมกัน และเมื่อพิจารณาในเรื่องของรายได้ แยกตามเพศ พบว่า ผู้หญิงมีรายได้เฉลี่ยอยู่ที่ 7,215 บาท/เดือน และผู้ชาย มีรายได้เฉลี่ยอยู่ที่ 7,239 บาท/เดือน มากกว่าผู้หญิงเล็กน้อย อย่างไรก็ตาม เมื่อวิเคราะห์ค่าความแตกต่างระหว่างทั้งสองกลุ่ม ด้วยวิธี t-test independent พบว่า ทั้งหญิงและชาย มีรายได้ ไม่แตกต่างกัน อีกทั้งได้ผลลัพธ์เช่นเดียวกันของทั้ง 3 พื้นที่

3) การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ (Food Utilisation) พบว่า ผู้ประกอบอาหารส่วนมากเป็นเพศหญิงทั้ง 3 พื้นที่ศึกษา อีกทั้งบางครอบครัวก็เป็นเพศชาย รับผิดชอบในเรื่องการประกอบอาหาร นอกจากนี้ ในจำนวนที่ใกล้เคียงกัน ก็พบว่าบางครอบครัว ก็มีการประกอบอาหารจากทั้งผู้หญิง และผู้ชายที่อยู่ภายในครัวเรือน และเมนูอาหารที่นิยมใน 3 พื้นที่ เช่น ข้าวสวย (ให้พลังงาน 141 กิโลแคลลอรี่) และแกงส้ม (ให้พลังงาน 50 กิโลแคลลอรี่) เป็นต้น

4) ความมีเสถียรภาพทางอาหาร (Food Stability) พบว่า ผู้ตอบส่วนใหญ่ ไม่มีความรู้สึกต่อความ ไม่มั่นคงทางด้านอาหาร และมักตอบว่าจะ ไม่ยอมให้เหตุการณ์ความไม่มั่นคงทางอาหารเกิดขึ้น หรือไม่เคยมีเหตุการณ์ดังกล่าวเกิดขึ้น โดยเฉพาะ ไม่มีเหตุการณ์การไม่ได้ทานอาหารเลยทั้งวันคืน เป็นจำนวนมากที่สุดในทั้ง 3 พื้นที่ (ทะเลน้อย = 32.36%; เครื่อง = 40.32%; บ้านขาว = 22.02%) ทั้งนี้ วิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหารโดย ตำบลทะเลน้อย จังหวัดพัทลุง และตำบลบ้านขาว จังหวัดสงขลา มีวิธีการรับมือใน 3 ลำดับแรกเหมือนกันคือ การเลือกที่จะซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง (17.2% และ 10.9%) รองลงมาคือ เปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร (10.3% และ 8.0%) และการลดรับประทานอาหารตามที่ต้องการน้อยลง (9.8% และ 6.9%) ตามลำดับ สำหรับผู้ตอบจากตำบลเครื่อง จังหวัดนครศรีธรรมราชมีวิธีการรับมือกับความไม่มั่นคงทางด้านอาหารที่แตกต่างกันไปเล็กน้อยคือ การเปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร (21.0%) รองลงมาคือ การลดค่าใช้จ่ายอื่น ๆ เพื่อนำเงินมาซื้ออาหาร (18.6%) และการเลือกที่จะซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง (16.7%) เป็น 3 ลำดับแรก

5) ภูมิปัญญาหญิง-ชายในการรับมือต่อความมั่นคงทางอาหาร พบว่าแบ่งภูมิปัญญาในการประกอบอาชีพที่หลากหลาย หากมีเหตุการณ์ของความไม่มั่นคงทางด้านอาหารเกิดขึ้น และแบ่งออกได้เป็น 5 กลุ่มคือ 1) บางกิจกรรมทั้งหญิง-ชาย ทำได้เหมือนกัน เช่น การทำนา ไถนา หว่านนา 2) บางกิจกรรมหญิง-ชาย ช่วยกัน เช่น หญิง สานกระจูด แปรรูปอาหาร ชาย จับปลา หากระจูด 3) บางกิจกรรมหญิงทำได้ แต่ไม่ยอมทำ เช่น ชายหาปลา 4) บางกิจกรรมหญิงสูงวัยทำไม่ได้ เช่น ชายสูงวัยหาปลา และ 5) บางกิจกรรมทำได้เฉพาะชายบางกลุ่มเท่านั้น เช่น ชายบางกลุ่มหาตัวต่อและผึ้ง เป็นต้น

## 5.2. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

- 1) เครื่องมือที่ใช้วัดความมั่นคงทางด้านอาหารในงานวิจัยชิ้นนี้สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในงานวิจัยในพื้นที่อื่นได้
- 2) ภูมิปัญญาในการรับมือเกี่ยวกับความมั่นคงทางด้านอาหารในงานวิจัยชิ้นนี้ เช่น การนำอาหารมาใช้ประโยชน์ สามารถนำไปเผยแพร่ให้กับผู้สนใจได้
- 3) การศึกษาการเรียนรู้ในการปรับตัวของผู้สูงอายุ หรืองานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับสังคมผู้สูงอายุ โดยเฉพาะในพื้นที่ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง ที่พบว่า มีผู้สูงอายุอาศัยอยู่เป็นจำนวนมาก
- 4) การศึกษาการนำหลักการเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ในการดำรงชีวิตอย่างเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ที่ค้นพบจากงานวิจัยชิ้นนี้ ว่าประชาชนที่สำรวจมีการใช้ชีวิตด้วยวิธีดังกล่าว

## เอกสารอ้างอิง

- กรมการศึกษานอกโรงเรียน กระทรวงศึกษาธิการ. (2538). *ชุดวิชา เล่มที่ 11 วิจัยทางการศึกษา*  
นอกโรงเรียน: การวิเคราะห์ข้อมูล กรุงเทพฯ: บริษัท ประชาชน จำกัด.
- กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช. (2559). รายงานสรุปสถิติคดีเกี่ยวกับป่าไม้ ประจำปี  
2559. สืบค้นเมื่อ 1 ตุลาคม, 2559, จาก  
<http://portal.dnp.go.th/Content?contentId=2134>
- กัมปนาท บุญรอด. (กรกฎาคม 2552). การขายที่ดินตามหนังสือแจ้งการครองครอง (ส.ค.1).  
*สรรพากรสาส์น*(56), 7.
- กาญจนา คูหา. (2545). เพศสภาพกับความยากจน. *วารสารแรงงานสัมพันธ์*, 43(2), 41-46.
- เกร็ดความรู้.net. (มปป.). น.ส.3 ย่อมาจากอะไร คืออะไร หมายถึงอะไร. สืบค้นเมื่อ 10 กันยายน  
, 2559, จาก <http://www.xn--12cg1cxhd0a2gzc1c5d5a.net/%E0%B8%99-%E0%B8%AA-3-%E0%B8%A2%E0%B9%88%E0%B8%AD%E0%B8%A1%E0%B8%B2%E0%B8%88%E0%B8%B2%E0%B8%81%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3-%E0%B8%AB%E0%B8%A1%E0%B8%B2%E0%B8%A2%E0%B8%96%E0%B8%B6%E0%B8%87%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3/>
- คำนวณการเผาผลาญพลังงาน Basal Metabolic Rate (BMR). (n.p.). สืบค้นเมื่อ 2 ตุลาคม,  
2013, จาก <http://kcal.memo8.com/bmr/>
- งานนโยบายและแผน สำนักงานปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอรอนดง จังหวัดสงขลา.  
(มปป). *แผนพัฒนาสามปี องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว (พ.ศ. 2558-2560)*.  
ระนอง: องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอรอนดง จังหวัดสงขลา.
- จันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ และคณะ. (2546). *ระบบความมั่นคงทางอาหารของชุมชน:  
การสำรวจชุมชน 4 ภาค โครงการวิจัยระยะยาวในเด็ก*. ใน น้ำอ้อย ภักดีวงศ์, อัมภพร  
พั่ววิไล, อรทัย ชีวะเกตุ, สุทิน ชนะบุญ, และจันทร์เพ็ญ ชูประภาวรรณ (ที่มบรรณาธิการ).  
นนทบุรี: กระทรวงสาธารณสุข.
- จิตติพร โชติดี. (2552). *ความมั่นคงทางอาหารในครัวเรือนของผู้มีรายได้น้อย ในเขต  
กรุงเทพมหานคร (Food security of low income household in Bangkok Metropolis)*.  
(สังคมสงเคราะห์ห่มหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, กรุงเทพฯ.
- ตารางแสดงคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไทย (*Nutritive Values of Thai Foods*). (2544).  
(สุรีย์พันธุ์ บุญวิสุทธิ บรรณาธิการ). นนทบุรี: กลุ่มงานวิเคราะห์อาหารและโภชนาการ กอง  
โภชนาการ กรมอนามัย.
- เทศบาลตำบลทะเลน้อย (2556). *สภาพข้อมูลพื้นฐาน*. สืบค้นเมื่อ 30 เมษายน, 2556, จาก  
<http://www.thalenoit.go.th/general1.php>

- เทศบาลตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง. (2557). *แผนพัฒนาสามปี พ.ศ. 2558-2560*. พัทลุง: เทศบาลตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง.
- . (2559). *แผนที่ระดับตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง*. พัทลุง: เทศบาลตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง.
- ธนันชัย มุ่งจิต. (2555). *แนวทางการเสริมสร้างศักยภาพด้านความมั่นคงทางอาหารบ้านแม่สุริน อำเภอขุนยวม จังหวัดแม่ฮ่องสอน (Potential strengthen guidelines of food security in Mae Surin Village, Khun Yaum District, Mae Hong Son Province)*. (เกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ).
- นวลใย วัฒนกุล. (2547). "กินตามแม่" คือแนวทางสู่ความมั่นคงทางอาหารในสังคมไทย. *วารสาร มจร.วิชาการ*, 8(15), 5-23.
- น.ส.3-น.ส.3ก. (มปป.). สืบค้นเมื่อ 10 กันยายน, 2559, จาก <http://www.livinginthailand.com/norsor-3.html>
- บริษัทบริหารจัดการที่ดินไทย. (มปป.). บทความที่ดิน. สืบค้นเมื่อ 8 กันยายน, 2559, จาก <http://www.land.co.th/land-info-top-12.asp>
- บริษัท ชัวร์พรีอเพอร์ตีส์ จำกัด. (มปป.). ภ.ท.บ.5 คืออะไร? สืบค้นเมื่อ 10 กันยายน, 2559, จาก <http://www.sureprop.com/page/%E0%B8%A0.%E0%B8%9A.%E0%B8%97.-5-%E0%B8%84%E0%B8%B7%E0%B8%AD%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3%3F>
- ปิยนาล อิ่มดี. (2547). *ความมั่นคงทางอาหารของชุมชนชนบท: ศึกษาเฉพาะกรณีบ้านป่าคา หมู่ที่ 2 ตำบลสวาก อำเภอเมืองน่าน จังหวัดน่าน*. (พัฒนาชุมชนมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ).
- ผกาวดี นารอง. (2541). ปรากฏการณ์ทางภูมิอากาศที่ย้อนรอยกัน. *วารสารศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง*, 6(3), 42-43.
- ฝ่ายความหลากหลายทางชีวภาพ สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม. (มปป.). *แรมซาร์ไซต์ของประเทศไทย*. สืบค้นเมื่อ 7 กันยายน, 2559, จาก <http://wetland.onep.go.th/wetlands/KuanKiSian01.html>
- พรไทย ศิริสาธิตกิจ. (2550). *ผลกระทบและการปรับตัวของเกษตรกร ทำจาก ในสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ และการเกิดขึ้นของโครงการพัฒนาพื้นที่ลุ่มน้ำปากพนัง: กรณีศึกษาชุมชนชนบทมาก อำเภอปากพนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช*. นครศรีธรรมราช: มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช.
- พระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2535 (2535).
- ภัสสร ลิมานนท์. (2544). *บทบาทเพศ สถานภาพสตรี กับการพัฒนา*. กรุงเทพฯ: วิทยาลัยประชากรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. (2557). การศึกษาความเหมาะสมผลกระทบสิ่งแวดล้อม (EIA) โครงการสำรวจและออกแบบโครงสร้างเพื่อรักษาระดับน้ำที่เหมาะสมในการป้องกันไฟไหม้ และรักษาความอุดมสมบูรณ์ของระบบนิเวศและความหลากหลายทางชีวภาพของป่าพรุควนเคร็ง จังหวัดนครศรีธรรมราช (ระยะที่ 1). หาดใหญ่: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- มาลี สบายยิ่ง และมงคล มาลยารม. (มปป.). เอกสารเรื่องการเปลี่ยนแปลงทางสังคม. คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์. หาดใหญ่.
- มูลนิธิสืบนาคะเสถียร. (มปป.). พื้นที่ชุ่มน้ำ (Wetlands). สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม, 2559, จาก [http://www.seub.or.th/index.php?option=com\\_content&view=article&id=206:library&catid=66:2009-11-12-08-43-43&Itemid=81](http://www.seub.or.th/index.php?option=com_content&view=article&id=206:library&catid=66:2009-11-12-08-43-43&Itemid=81)
- เยาวลักษณ์ ศรีคำภา. (2552). การเปลี่ยนแปลงด้านอาหารและบทบาทหญิงชายในบริบทการพัฒนาของชุมชนสะเอียบ อำเภอสอง จังหวัดแพร่ (Changes of diet and gender roles in the context of development of Sa-eab Community, Tambon Sa-eab, Amphoe Song, Changwat Phrae). (วิทยาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเชียงใหม่, เชียงใหม่.
- วรรณธิภา จันทร์กลม, โกมล แพรกทอง, สันต์ เกตุปราณีต, และเตือนใจ นุชดำรงค์. (มปป.). ความหลากหลายและการใช้ประโยชน์พืชอาหารป่าและพืชสมุนไพรเพื่อความมั่นคงด้านอาหารของชุมชนบ้านใหม่พัฒนา อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่ (Biodiversity and utilisation of edible and medicinal plants for food security in Ban Mai Pattana, Amphur Chaing Dao, Changwat Chaing Mai). Paper presented at the การประชุมทางวิชาการของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ครั้งที่ 44: สาขาวิศวกรรมศาสตร์ สาขาสถาปัตยกรรมศาสตร์ สาขาการจัดการทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม.
- วันเพ็ญ วิโรจนกัญญา และศิษยา บุญมานุช. (2541). ผลกระทบของเอนิโนต่อเอเชียตะวันออกเฉียงใต้. วารสารศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง, 6(2), 35-43.
- วิทย์ เทียงบูรณธรรม. (2532). พจนานุกรมนกในเมืองไทย. กรุงเทพฯ: โอ. เอส. พริ้นติ้ง เฮาส์.
- วิมลรัตน์ จงเจริญ. (2531). โภชนาการเบื้องต้นสำหรับพยาบาล. หาดใหญ่: ภาควิชาการพยาบาลเบื้องต้น คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ศจรินทร์ ประชาสันต์. (2555). ความมั่นคงทางอาหาร: แนวคิดและตัวชี้วัด. สมุทรสาคร: พิมพ์ดี.
- สถานีพัฒนาและส่งเสริมการอนุรักษ์สัตว์ป่าทะเลน้อย. (มปป.). Ramsar Site แห่งแรกของประเทศไทย. สืบค้นเมื่อ 30 กันยายน, 2559, จาก <http://www.dnp.go.th/TLN/ramsarsite.htm>
- สนอง อุณาภูล. (2538). เรื่องที่ 5: เพื่อสุขภาพ-อาหารโภชนาการ. กรุงเทพฯ: เลียงเชียง.
- สมพร คุณวิจิต, ยุพิน รามณีย์, และบัญชา สมบูรณ์สุข. (2559). การเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศกับวิถีชีวิตของมนุษย์: ศึกษาผลกระทบและการปรับตัวของเกษตรกรผู้ปลูกข้าวในพื้นที่ลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา (Climate change and human;s livelihoods: An examination of impacts and adapataions of rice farmers in ongkhla Lake Basin are). หาดใหญ่: คณะการจัดการสิ่งแวดล้อม มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.

- สว่าง เลิศฤทธิ์. (2544-2545). เพศสถานะกับโบราณคดี. *วารสารมหาวิทยาลัยศิลปากร*, 21-22(3), 100-113.
- สำนักจัดการทรัพยากรป่าไม้ที่ 4 สาขาพิษณุโลก. (มปป.). ป่าสงวนแห่งชาติ. สืบค้นเมื่อ 30 กันยายน, 2559, จาก [http://www.forest.go.th/phitsanulok/index.php?option=com\\_content&view=article&id=518%3Ap10&catid=13%3A2010-06-04-06-%25M-%25S&lang=th](http://www.forest.go.th/phitsanulok/index.php?option=com_content&view=article&id=518%3Ap10&catid=13%3A2010-06-04-06-%25M-%25S&lang=th)
- สำนักงานคณะกรรมการข้อมูลข่าวสารของราชการ (สขร.) สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี. (มปป.). พื้นที่ชุ่มน้ำ และอนุสัญญาแรมซาร์ (Ramsar Convention) หรืออนุสัญญาว่าด้วยพื้นที่ชุ่มน้ำ. สืบค้นเมื่อ 3 ตุลาคม, 2559, จาก <http://www.oic.go.th/FILEWEB/CABINFOCENTER3/DRAWER083/GENERAL/DATA0000/00000140.PDF>
- สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม (สผ.). (มปป.) พรุควนเครีง. สืบค้นเมื่อ 7 กันยายน, 2559, จาก [http://chm-thai.onep.go.th/chm/Inlandwater/data/peat%20survey/physical\\_01\\_17.html](http://chm-thai.onep.go.th/chm/Inlandwater/data/peat%20survey/physical_01_17.html).
- (2012a). "อนุสัญญาว่าด้วยพื้นที่ชุ่มน้ำ (Ramsar Convention on Wetlands)" ห้องสมุดอิเล็กทรอนิกส์ สผ. สืบค้นเมื่อ 18 กันยายน, 2559, จาก [http://www.onep.go.th/library/index.php?option=com\\_content&view=article&id=64:-ramsar-convention-on-wetlands-&catid=26:2012-04-02-06-57-22&Itemid=34](http://www.onep.go.th/library/index.php?option=com_content&view=article&id=64:-ramsar-convention-on-wetlands-&catid=26:2012-04-02-06-57-22&Itemid=34).
- (2012b). Ramsar Site. สืบค้นเมื่อ 30 กันยายน, 2559, จาก [http://www.onep.go.th/library/index.php?option=com\\_content&view=article&id=29:ramsar-site&catid=22:2012-03-12-02-54-55&Itemid=31](http://www.onep.go.th/library/index.php?option=com_content&view=article&id=29:ramsar-site&catid=22:2012-03-12-02-54-55&Itemid=31)
- (2556). โครงการพัฒนาลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลาอย่างยั่งยืน: รายงานฉบับสมบูรณ์. สำนักงานนโยบายและแผนทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม: กรุงเทพฯ.
- สำนักงานพื้นที่อนุรักษ์ที่ 5 (นครศรีธรรมราช). (2557). ข้อกำหนดการศึกษา (Terms of Reference: TOR) การศึกษาความเหมาะสมผลกระทบสิ่งแวดล้อม (EIA) โครงการสำรวจและออกแบบโครงสร้างเพื่อรักษาระดับน้ำที่เหมาะสมในการป้องกันไฟไหม้และรักษาความอุดมสมบูรณ์ของระบบนิเวศและความหลากหลายทางชีวภาพของป่าพรุควนเครีง จังหวัดนครศรีธรรมราช. ส่วนควบคุมและปฏิบัติการไฟฟ้า สำนักงานพื้นที่อนุรักษ์ที่ 5 (นครศรีธรรมราช) กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช.
- สำนักงานนิชธรรมทนายความและธุรกิจที่ดิน กฎหมายที่ดิน กฎหมายอาคารชุด. (มปป.). หนังสือรับรองการทำประโยชน์ (น.ส.3). สืบค้นเมื่อ 10 กันยายน, 2559, จาก <http://vtlandlawoffice.com/Norsor3.html>

- สำนักพิมพ์คณะรัฐมนตรีและราชกิจจานุเบกษา. (2525). *ประกาศกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ เรื่อง กำหนดเขตห้ามล่าสัตว์ป่าตามพระราชบัญญัติสงวนและคุ้มครองสัตว์ป่า พ.ศ. 2503*. มปท.: สำนักพิมพ์คณะรัฐมนตรีและราชกิจจานุเบกษา.
- สำนักอนุรักษ์สัตว์ป่า. (มปป.). เขตห้ามล่าสัตว์ป่า. สืบค้นเมื่อ 14 กันยายน, จาก [http://www.dnp.go.th/wildlifednp/index.php?option=com\\_content&view=article&id=27&Itemid=30](http://www.dnp.go.th/wildlifednp/index.php?option=com_content&view=article&id=27&Itemid=30)
- สำนักอนุรักษ์สัตว์ป่า กรมอุทยานแห่งชาติ สัตว์ป่า และพันธุ์พืช. (มปป.). เขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย. สืบค้นเมื่อ 7 กันยายน, 2559, จาก <http://web3.dnp.go.th/wildlifednp/animConserveDepView.aspx?depId=126>
- สุธานี มะลิพันธ์. (2552). *ความมั่นคงทางอาหารของชาวละว้า บ้านป่าก่า อำเภอบ่อเกลือ จังหวัดน่าน (Food security of the Lua people of Pah Kam community, Boh Klue District, Nan Province)*. (ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต), มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี, กรุงเทพฯ.
- สุภา ไยเมือง. (2555). *ตัวชี้วัดความมั่นคงทางอาหารระดับชุมชน*. สมุทรสาคร: พิมพ์ดี.
- สุมาลา เปี่ยมมงคล. (2534). *โภชนาการชุมชน*. ปัตตานี: ภาควิชาคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ วิทยาเขตปัตตานี.
- สุรัชย์ รักษาชาติ. (2545). *ความมั่นคงทางอาหารในระดับครัวเรือนของคนชายขอบ: รูปแบบการบริโภค และแหล่งที่มาของอาหารของครัวเรือนกะเหรี่ยง (Food security of marinalised people: Consumption patterns and sources of food of selected households in a Karen community, Western Thailand)*. (วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาเทคโนโลยีการวางแผนสิ่งแวดล้อมเพื่อพัฒนาชนบท), มหาวิทยาลัยมหิดล, นครปฐม.
- องค์การบริหารส่วนตำบลเคิ่ง. (2549). *ยุทธศาสตร์การพัฒนา*. สืบค้นเมื่อ 1 มกราคม, 2549, จาก [http://www.kreang.go.th/datacenter/doc\\_download/panyuttasart.pdf](http://www.kreang.go.th/datacenter/doc_download/panyuttasart.pdf)
- องค์การบริหารส่วนตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช. (2557). *แผนพัฒนาสามปี (พ.ศ. 2558-2560)*. นครศรีธรรมราช: องค์การบริหารส่วนตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช.
- (2559). *แผนที่ระดับตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช*. นครศรีธรรมราช: องค์การบริหารส่วนตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช.
- องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว. (2558). *แผนพัฒนาสามปี องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว (พ.ศ.2558-2560)*. ระโนด: องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว.
- (2559). *ข้อมูลทั่วไป*. สืบค้นเมื่อ 31 มีนาคม, 2559, จาก [http://www.bankhaw.go.th/content/general\\_information](http://www.bankhaw.go.th/content/general_information)
- องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา. (2559). *แผนที่องค์การบริหารส่วนตำบล*. ระโนด: องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอระโนด จังหวัดสงขลา.

- อบเชย วงศ์ทอง. (2541). *โภชนาการศาสตร์ครอบครัว*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อัจฉรา ทองประดับ, อยุทธ์ นิสสกา, พิไลวรรณ ประพฤติ และสมศักดิ์ บรมธนรัตน์. (2552). *การศึกษาระดับความมั่นคงด้านอาหารของครัวเรือน ในตำบลเกาะเกิด อำเภอเข็รใหญ่ จังหวัดนครศรีธรรมราช (A study on levels of household food security in Karaked Sub-district, Chian-Yai District, Nakhon Si Thammarat Province)*. Paper presented at the การประชุมวิชาการระบบเกษตรแห่งชาติครั้งที่ 5: พลังงานทดแทนและความมั่นคงทางอาหารเพื่อมนุษยชาติ, โรงแรมอูบลอินเตอร์เนชั่นแนล จังหวัดอุบลราชธานี.
- อาแว มะแส, สมบูรณ์ เจริญจิระตระกูล, คันธรส พวงแก้ว และปริญญา บัณฑิตโต. (2546). *บทบาทหญิงชายต่อการพัฒนาอาชีพที่เชื่อมโยงกับการจัดการทรัพยากรธรรมชาติพรุควนเค็ริง*.  
สงขลา: Wetlands International-Thailand Office.
- อุมาพร มุณีแนม, และ พงศ์บวร สุวรรณณัฐโชติ. (2554ก). การสำรวจภูมิปัญญาท้องถิ่นพื้นที่ ปกป้องพันธุกรรมพืช อันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.) เชื้ออนุรักษ์ประเภท การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย จังหวัด สุราษฎร์ธานี (Local Wisdom Survey in Plant Genetic Protection Area under The Royal Initiative of Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn (RSPG), Rajjaprabha Dam EGAT, Suratthani Province). *หาดใหญ่: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์*.
- . (2554ข). การสำรวจภูมิปัญญาท้องถิ่นในพื้นที่ปกป้องพันธุกรรมพืช อพ.สธ. อันเนื่องมาจาก พระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เชื้ออนุรักษ์ประเภท การไฟฟ้า ฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย (Survey of Local Wisdom in the Plant Genetic Conservation Project under The Royal Initiative of Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn (RSPG), at the Rajjaprabha Dam, Electricity Generating Authority of Thailand). *วิทยาสารเกษตรศาสตร์ (สาขาสังคมศาสตร์)* 33 (2):286-296.
- Australian National University. (2008). *Gender analysis: An introductory guide*. n.p.: Australian National University.
- Becroft, S. (1999). *The new book of El Niño*. Belgium: Copper Beech Books.
- Carletto, C., Zezza, A., & Banerjee, R. (2013). Towards better measurement of household food security: Harmonising indicators and the role of household surveys. *Global Food Security*, 2(2013), 30-40.
- Carter, K. N., Kruse, K., Blakely, T., & Collings, S. (2011). The association of food security with psychological distress in New Zealand and any gender differences. *Social Science & Medicine*, 72(2011), 1463-1471.
- Coates, J. (2013). Build it back better: Deconstructing food security for improved measurement and action. *Global Food Security*(24 June 2013), 1-7.

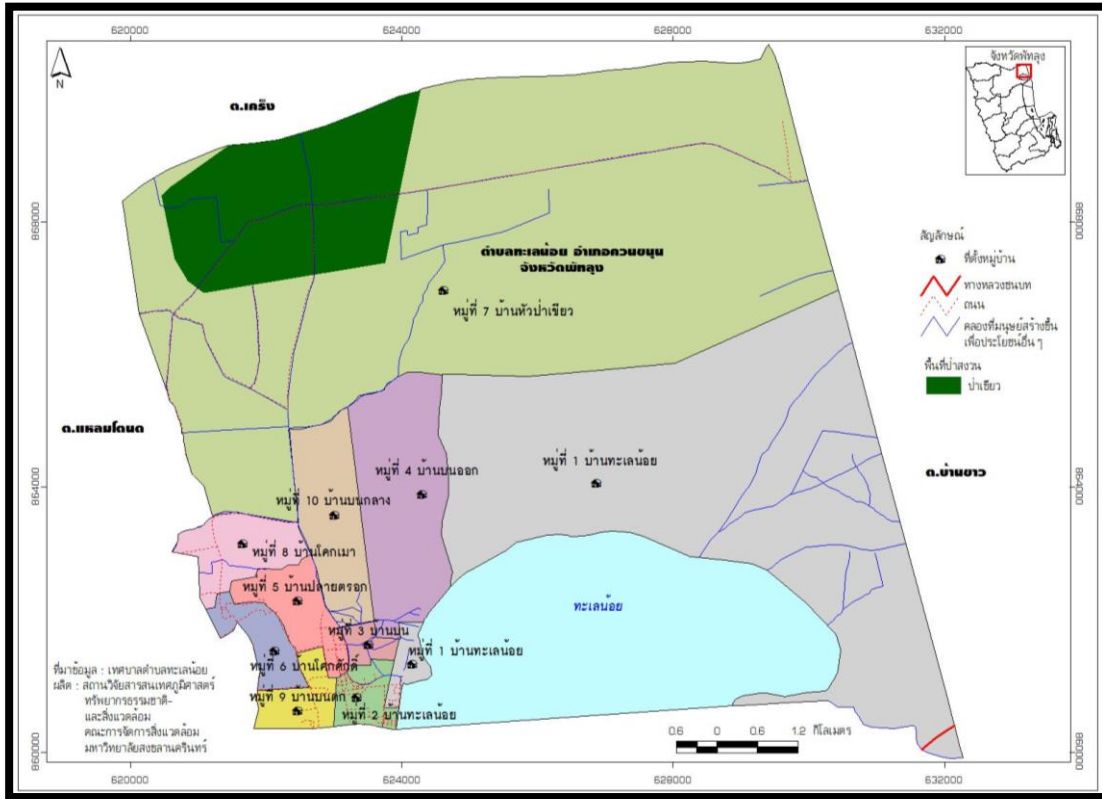


- Crook, S., Pakulski, J., & Waters, M. (1992). Chapter 1: Modernisation and *Postmodernisation: Change in advanced society*. London: SAGE.
- Doocy, S., Teferra, S., Norell, D., & Burnham, G. (2005). Credit program outcomes: Coping capacity and nutritional status in the food insecure context of Ethiopia. *Social Science & Medicine*, 60(2005), 2371–2382.
- Grebmer, K. V., Fritschel, H., Nestorova, B., Ofinbiyi, T. O., Pandya-Lorch, R., & Yohannes, Y. (2008). *Global Hunger Index: The challenge of hunger 2008*. Dublin: Welthungerhilfe, International Food Policy Research Institute, and Concern Worldwide.
- Günther, C., Ekinci, N. A., Schwierer, C., & Strobel, M. (2010). Women can't jump? – An experiment on competitive attitudes and stereotype threat. *Journal of Economic Behaviour & Organisation*, 75(2010), 395–401.
- Gyawali, S. (2008). *Food security assessment of Tharu ethnic communities in Dang District, Nepal*. (Master of Science (Agriculture) Agriculture Systems), Chiang Mai University, Chiang Mai.
- Hooks, B. (2000). *Feminism is for everybody: Passionate Politics*. Cambridge: South Eng Press.
- International Food Policy Research Institute. (2015). *Global Hunger Index*. Retrieved 3 October, 2015, from <http://ghi.ifpri.org/>
- Kennedy, G., Ballard, T., & Dop, M. (2010). *Guidelines for measuring household and individual dietary diversity*. Rome, Italy: FAO.
- Kamas, L., & Preston, A. (2012). The importance of being confident; gender, career choice, and willingness to compete. *Journal of Economic Behaviour & Organisation*, 83(2012), 82–97.
- Kyazze, F. (2013). *Vulnerability to Climate Change*. Wageningen UR. Kampala.
- Limmirankul, B., Promburom, P., & Thongngam, K. (2015). Community participation in developing and assessing household food security in the highlands of Northern Thailand. *Agriculture and Agricultural Science Procedia*, 5(2015), 52–59.
- Maxwell, D., Ahiadeke, C., Levin, C., Armar-Klemesu, M., Zakariah, S., & Lamptey, G. M. (1999). Alternative food-security indicators: Revisiting the frequency and severity of 'coping strategies'. *Food Policy*, 24(1999), 411–429.
- Maxwell, D., Caldwell, R., & Langworthy, M. (2008). Measuring food insecurity: Can an indicator based on localised coping behaviour be used to compare across context? *Food Policy*, 33(2008), 533–540.

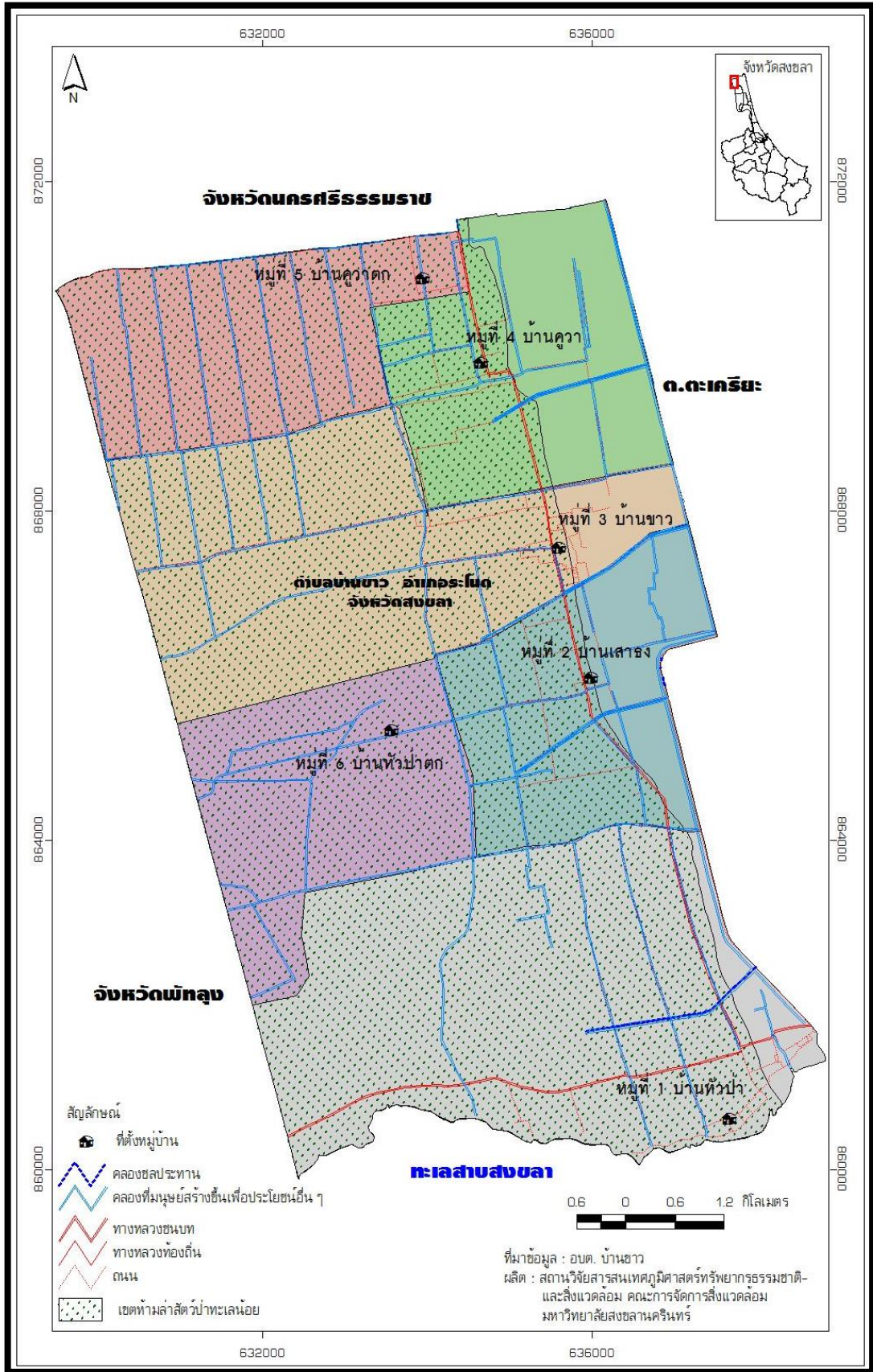
- Medical Anthropology Wiki (medanth). (n.d.). Household food insecurity (Access) scale. Retrieved 18 September, 2013, from [http://medanth.wikispaces.com/Household+Food+Insecurity+\(Access\)+Scale](http://medanth.wikispaces.com/Household+Food+Insecurity+(Access)+Scale)
- Mookdadilok, O. (2012). ตัวบ่งชี้ความอ้วนสำหรับคนไทย (Obesity Indices for Thais). Retrieved 6 March, 2016, from [http://www.hooraygoodhealth.com/obese\\_calc.html](http://www.hooraygoodhealth.com/obese_calc.html)
- Morse, J. M. (2002). Principles of mixed methods and multimethod research design. In A. Tashakkori & C. Teddlle (Eds.), *Handbook of mixed methods in social & behavioural research* (pp. 189–208). California: SAGE Publications.
- My Green Gardens. (2555). กบ.ท.5 สามารถเปลี่ยนเป็นโหนดได้หรือไม่. Retrieved 10 กันยายน, 2559, from <http://www.mygreengardens.com/%E0%B8%97%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%94%E0%B8%B4%E0%B8%99/%E0%B8%A0%E0%B8%9A%E0%B8%97-5-%E0%B8%AA%E0%B8%B2%E0%B8%A1%E0%B8%B2%E0%B8%A3%E0%B8%96%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B8%A5%E0%B8%B5%E0%B9%88%E0%B8%A2%E0%B8%99%E0%B9%80%E0%B8%9B%E0%B9%87%E0%B8%99%E0%B9%82/>
- Ninno, C. D., Dorosh, P. A., & Smith, L. C. (2003). Public policy, markets, and household coping strategies in Bangladesh: Avoiding a food security crisis following the 1998 floods. *World Development*, 31(7), 1221–1238.
- Ogunlana, E. A. (มปป.). *Environmental preservation and utilisation of sustainable agricultural technology*. Paper presented at the การประชุมทางวิชาการของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ครั้งที่ 41: สาขาพืช สาขาส่งเสริมและนิเทศศาสตร์เกษตร.
- Renzaho, A. M. N., & Mellor, D. (2010). Food security measurement in cultural pluralism: Missing the point or conceptual misunderstanding? *Nutrition*, 26(2010), 1–9.

### ภาคผนวก

## ภาคผนวก 1 แผนที่ระดับหมู่บ้านพื้นที่ศึกษา



ภาพ 31 พื้นที่ 10 หมู่บ้านตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนชน จังหวัดพัทลุง  
ที่มา: ดัดแปลงจาก เทศบาลตำบลทะเลน้อย อำเภอกวนชน จังหวัดพัทลุง (2559)



ภาพ 32 พื้นที่ 6 หมู่บ้าน ตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา  
ที่มา: ดัดแปลงจาก องค์การบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา (2559)



ภาคผนวก 2 แบบสอบถาม

เลขที่แบบสอบถาม/สัมภาษณ์.....

แบบสอบถาม/สัมภาษณ์ความมั่นคงทางอาหาร

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐาน

1) ชื่อผู้ตอบแบบสอบถาม

.....

2) ที่อยู่เลขที่.....หมู่ที่.....บ้าน

.....ซอย.....ถนน

.....ตำบล.....อำเภอ

.....จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....โทรสาร

.....อีเมล.....

3) รายได้.....บาท/เดือน

4) สถานภาพทางสังคม

เป็นสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล

สมาชิกกลุ่มสังคมอื่นๆ กรุณาระบุ

.....





**ตอนที่ 2 ระดับความมั่นคงทางอาหาร**

7) การเพียงพอของอาหาร (Food Availability)

a. ความต้องการแคลลอรี่ (Caloric Adequacy of Intake) **เชิงปริมาณ**

- i. เพศ  หญิง  ชาย
- ii. อายุ.....ปี
- iii. ส่วนสูงของท่าน.....เซ็นติเมตร
- iv. น้ำหนัก.....กิโลกรัม
- v. การออกกำลังกาย

การออกกำลังกาย	ไม่ได้ออกกำลังกายเลย	ออกกำลังกายเล็กน้อย 1-3 วัน/อาทิตย์	ออกกำลังกายปานกลาง 3-5 วัน/อาทิตย์	ออกกำลังกายหนัก 6-7 วัน/อาทิตย์	ออกกำลังกายหนักทุกวันเช้า-เย็น
กรุณา ✓ ตรงกับ ข้อมูลของ ท่าน					

b. การเพียงพอของอาหาร**เชิงคุณภาพ** (Dietary Diversity Index Score)

- i. เมื่อ 24 ชั่วโมงที่ผ่านมาท่านรับประทานอาหาร เครื่องดื่ม และอาหารว่างอะไรบ้าง

จำนวนมื้อ	มื้อเช้า	อาหารระหว่างมื้อเช้า	มื้อเที่ยง	อาหารระหว่างมื้อบ่าย	มื้อเย็น	มื้อดึก	อื่น ๆ (ระบุ)
อาหารที่ปรุงภายในบ้าน							
อาหารจากนอกบ้าน							
อาหารพิเศษสำหรับ <b>หญิง</b> <b>ตั้งครรภ์</b>							
อาหารพิเศษสำหรับ <b>เด็ก</b>							
อาหารพิเศษสำหรับ <b>คนชรา</b>							



ii. อาหารดังกล่าวจากข้อ b.i. มีองค์ประกอบดังต่อไปนี้หรือไม่

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง	มี ✓ = 1 ไม่มี ✗ = 0
1	ธัญพืช	ข้าว ข้าวโพด ขนมปัง เส้นก๋วยเตี๋ยว ข้าวต้ม	
2	หัว	หัวมันสำปะหลัง เผือก มัน หรือ อาหารที่ผลิตจากประเภทหัว	
3	ผักที่ให้วิตามิน	พริกทอง แครอท มันหวาน (มีสีส้ม ข้างใน) พริกหวาน	
4	ผัก ประเภทใบที่ให้ วิตามิน	ผักสีเขียว ผักโขม	
5	ผักอื่น ๆ	มะเขือเทศ หัวหอม มะเขือยาว มะละกอสุก และน้ำผักต่างๆ ที่ผลิต จากวัตถุดิบดังกล่าวนี้	
6	ผลไม้	ผลไม้ต่างๆ และน้ำผลไม้ต่างๆ ที่ ผลิตจากวัตถุดิบดังกล่าวนี้	
7	เครื่องในสัตว์	ปอด ตับ หัวใจ และเครื่องในสัตว์ ต่างๆ เลือดสัตว์	
8	เนื้อสัตว์	เนื้อ หมู แกะ แพะ กระจับปี่ ไก่ป่า เป็ด นก แมลง	
9	ไข่	จากไก่ เป็ด สัตว์ปีก/นก หรือไข่จาก สัตว์ต่างๆ	
10	ปลา และอาหารทะเล	ปลา และอาหารทะเล เช่น ปลาแห้ง หรือปลาสด และอาหารทะเล	
11	ถั่ว	ถั่วต่างๆ เมล็ดพืช เนยถั่ว	
12	นม	นม ชีส โยเกิร์ต หรือผลิตภัณฑ์นม อื่นๆ	
13	น้ำมัน และไขมัน	น้ำมัน เนย เวลาประกอบอาหาร	
14	ของหวาน	น้ำตาล น้ำผึ้ง น้ำอัดลมแบบหวาน น้ำ ผลไม้ ซ็อกโกแลต ลูกอม ลูกก๊ี้ เค้ก	
15	เครื่องดื่ม และเครื่องดื่ม	พริกไทยดำ ซอสถั่วเหลือง ซอสพริก ชา กาแฟ แอลกอฮอล์	
16	น้ำมันที่ให้วิตามิน A สูง	น้ำมันปาล์ม น้ำมันมะพร้าว	

หมายเหตุ: ดัดแปลงและประยุกต์จาก Kennedy, G., Ballard, T., & Dop, M. (2010). *Guidelines for measuring household and individual dietary diversity*. Rome, Italy: FAO. หน้า 8, 19.

iii. แหล่งอาหารจากข้อ b.i. ได้มาอย่างไร กรุณาระบุที่มา

จำนวนมือ	มือเช้า	อาหาร ว่างเช้า	มือเที่ยง	อาหาร ว่างบ่าย	มือเย็น	มือดึก	อื่น ๆ (ระบุ)
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ ผลิตเอง เช่น จาก การเกษตร การหามา การล่า การตกปลา</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ที่ดินตนเอง</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ที่ดินเช่า</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ที่ดิน สาธารณะ</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>○ ลูกจ้าง/ แรงงาน</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การซื้อ</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ การยืม/แลกเปลี่ยน/ เพื่อนให้</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ อาหารจากความ ช่วยเหลือ</li> </ul>							
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ อื่น ๆ กรุณาระบุ</li> </ul>							

หมายเหตุ: ให้สังเกตเรื่องความสะอาดและความปลอดภัยของอาหารระหว่างการสัมภาษณ์/  
สอบถาม

iv. เมื่อมีเหตุการณ์การเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อม เช่น ฤดูกาลเปลี่ยนแปลง น้ำ  
ท่วม ไฟไหม้ ดินเสื่อมโทรม พื้นที่ป่าลดลง ภัยแล้ง ราคาผลผลิตตกต่ำ การ  
เข้าถึงแหล่งอาหาร เป็นต้น ท่านมีวิธีการสร้างความมั่นคงทางอาหารอย่างไร  
(กรุณาอธิบาย และระบุลำดับเหตุการณ์ที่สำคัญ)

.....  
.....

การใช้ประโยชน์อาหาร (Food Utilisation)

c. ใครคือผู้ปรุงอาหารในครอบครัวของท่าน

.....

d. จากข้อ b.i. ท่านปรุงอาหารอย่างไรบ้าง กรุณาอธิบายโดยละเอียด เช่น ส่วนผสม  
ปริมาณ

.....

ความมีเสถียรภาพในการเข้าถึงอาหารตลอดเวลา (Food Stability)

e. กรณาระบุนระดับของความถี่ของท่านด้านความไม่มีความมั่นคงทางอาหาร (Food Insecurity Access Scale) เมื่อระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมาดังนี้

ความไม่มั่นคงทางอาหาร	ความถี่ในระยะเวลา 30 วันที่ผ่านมา		
	1 = 1-2 ครั้ง	2 = 3-10 ครั้ง	3 = มากกว่า 10 ครั้ง
1) คุณมีความกังวลว่าครอบครัวของคุณจะไม่มีอาหารเพียงพอหรือไม่			
2) คนในครอบครัวของคุณไม่สามารถรับประทานอาหารที่ต้องการได้เพราะว่าทรัพยากรไม่มีเพียงพอ			
3) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารที่มีความหลากหลายน้อยลง เนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรหรือไม่			
4) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารอย่างอื่นทดแทน เนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรทางอาหารหรือไม่			
5) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารปริมาณน้อยลง เนื่องจากขาดแคลนทรัพยากรหรือไม่			
6) คนในครอบครัวของคุณต้องรับประทานอาหารในจำนวนมือน้อยลง หรือไม่			
7) มีอาหารชนิดใดบ้างที่คุณเคยรับประทานแล้วหายไป			
8) มีคนในครอบครัวของคุณต้องท้องร้องเพราะหิวในตอนกลางคืนหรือไม่			
9) มีคนในครอบครัวของคุณไม่ได้รับประทานอาหารทั้งวันและคืนเลยหรือไม่			

**ตอนที่ 3 การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหาร**

8) การรับมือกับความไม่มั่นคงทางอาหารของท่าน มีวิธีการอย่างไร

ยุทธศาสตร์	มี ✓ / ไม่มี ✕
1) ยุทธศาสตร์การเปลี่ยนแปลงการรับประทานอาหาร	
การเปลี่ยนรูปแบบการรับประทานอาหาร	
การซื้ออาหารสำเร็จรูปที่มีราคาถูกลง	
การลดรับประทานอาหารตามที่ต้องการ/ชอบน้อยลง	
2) ยุทธศาสตร์การหาอาหาร คือ การหาวิธีการให้มีจำนวนอาหารเพิ่มมากขึ้น	
การยืมอาหาร	
การยืมเงินเพื่อซื้ออาหาร	
การซื้ออาหารโดยใช้หลักการค้ำประกันจากเพื่อน หรือญาติ	
การรับความช่วยเหลือจากองค์กรภายนอก	
การผ่อนส่งค่าอาหาร	
การขายทรัพย์สิน/สัตว์เลี้ยงเพื่อซื้อหาอาหาร	
การให้เช่าที่ดินเพื่อเพิ่มรายได้	
3) ยุทธศาสตร์โครงสร้างของครอบครัว	
การลดจำนวนคนในครอบครัว	
การส่งสมาชิกในครอบครัวไปอาศัยที่อื่น	
การส่งสมาชิกในครอบครัวไปเป็นขอทาน	
การหยุดเรียนของสมาชิกในครอบครัวและให้ทำงานแทน	
4) ยุทธศาสตร์การปันส่วนอาหาร คือ การจัดการบางประการเพื่อให้หายขาดจากความไม่เพียงพอของอาหาร	
การลดปริมาณอาหาร	
การลดจำนวนมือในการบริโภคอาหาร	
การอดอาหาร	
การที่แม่ (เพศสภาพหญิง) ยอมอดเพื่อให้ลูกได้รับประทานอาหาร	
การลดค่าใช้จ่ายอื่นๆ เพื่อนำมาซื้อหาอาหาร	
การแชร์ค่าใช้จ่ายอาหารจากสมาชิกในครอบครัว	
5) อื่น ๆ กรุณาระบุ.....	
.....	
.....	

9) ท่านต้องการที่จะรับทราบผลการวิจัยนี้หรือไม่

ไม่ต้องการ

ต้องการ

เหมือนกับที่อยู่ข้างหน้า

กรุณาระบุที่อยู่ทางไปรษณีย์ หากแตกต่างจากด้านหน้า

ที่อยู่เลขที่.....หมู่ที่.....บ้าน

.....ซอย.....ถนน

.....ตำบล.....อำเภอ

.....จังหวัด.....

รหัสไปรษณีย์.....โทรศัพท์.....โทรสาร

.....อีเมล.....

---ขอขอบพระคุณในการสละเวลาตอบแบบสอบถาม---



- 7) (ความเพียงพอของอาหาร) คุณคิดว่าคุณสามารถรับประทานอาหารอย่างเพียงพอหรือไม่ อย่างไร อธิบาย
- a. เมื่อฤดูกาลเปลี่ยนแปลงไป คุณรับประทานอาหารเหมือนกันหรือไม่ อย่างไร
- 8) (การเข้าถึงทรัพยากรอาหาร) พื้นที่บ้านที่อาศัยอยู่ของคุณเป็นอย่างไร มีกรรมสิทธิ์หรือไม่ อย่างไร และการหาอาหารในพื้นที่อนุรักษ์ หรือพื้นที่สาธารณะ เป็นไปได้หรือไม่ อย่างไร อธิบาย
- a. ครอบครัวของคุณมีแนวคิดในการยกทรัพย์สินอย่างไร เช่น มีการแบ่งแยกตามเพศหรือไม่
- b. คุณคิดว่าผู้หญิง และผู้ชายมีวิธีการหาอาหาร/หรือมีสิทธิ์ในการทำงานนอกบ้าน (หารายได้) ในวิธีที่แตกต่างกันหรือไม่
- i. ผู้หญิง ผู้ชาย มีทักษะในการหาอาหารแตกต่าง หรือเหมือนกันหรือไม่ อย่างไร (อาชีพ) เช่น การหาปลาในช่วงเวลาน้ำท่วม
- ii. ทักษะในการประกอบอาหาร
- iii. ความเท่าเทียมกันในการหารายได้
- c. มีความขัดแย้งในการหาอาหารในพื้นที่อนุรักษ์ หรือพื้นที่สาธารณะในพื้นที่ของท่านหรือไม่
- 9) (การนำอาหารมาใช้ประโยชน์) ท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ อย่างไร หากมี ท่านเลือกรับประทานอาหารอย่างไร เพื่อให้เหมาะกับโรคที่ท่านเป็นอยู่ ให้อธิบายยกตัวอย่างเมนูอาหารมา 1 อย่าง
- a. คุณคิดว่าคุณสามารถรับประทานอาหารที่ปลอดภัยหรือไม่ อย่างไร (หากท่านประกอบอาชีพทำนา ท่านรับประทานข้าวที่ท่านปลูกเองหรือไม่ ทำไม อย่างไร ท่านปลูกข้าวได้ปีละกี่ครั้ง)
- 10) (ความมีเสถียรภาพในการเข้าถึงอาหาร) หากมีเหตุการณ์ในการเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อมที่ส่งผลต่อการหาอาหารของคุณ คุณมีวิธีการรับมืออย่างไรบ้าง
- a. มีแรงกดดันจากภายนอกทำให้คุณต้องใช้พื้นที่ป่าไม้เพื่อขยายพื้นที่ทางการเกษตรหรือไม่
- b. การหาอาหารป่า

## ภาคผนวก 4 ผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก



ภาพ 34 ผู้ให้สัมภาษณ์เชิงลึก<sup>15</sup>

<sup>15</sup> (1) คุณชาย สุวรรณชาติ หัวหน้าสำนักงานเขตห้ามล่าสัตว์ป่าทะเลน้อย (2) คุณวรรณรพ ส่องสว่าง นายกองจัดการบริหารส่วนตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา (3) คุณเฉลิม ศิรินอง (ชาย) และ นางปวีณา ขุนทรงอักษร (ขวา) ตัวแทนเกษตรกรชาวนาและกลุ่มเครื่องแกง ตำบลบ้านขาว อำเภอรโนด จังหวัดสงขลา (4) คุณไสว ทองดำ นายกองจัดการบริหารส่วนตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช (5) คุณ อารอบ แป้นทอง ตัวแทนกลุ่มสานกระจุตเพื่อการตัดถกรรม ตำบลเคิ่ง อำเภอชะอวด จังหวัดนครศรีธรรมราช (6) คุณ เมตตา เพชรทอง ตัวแทนกลุ่มชาวประมงน้ำจืดและกลุ่มปลาตุกร้า ตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง (7) คุณ ชัยยุทธ์ นุ่นคง รองนายกองจัดการบริหารส่วนตำบลทะเลน้อย อำเภอควนขนุน จังหวัดพัทลุง



## ภาคผนวก 5 ประเภทอาหาร

ตาราง 16

ประเภทกลุ่มอาหารที่ค้นพบจากงานวิจัยชิ้นนี้

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
1	ธัญพืช	ข้าว ข้าวโพด ขนมปัง เส้นก๋วยเตี๋ยว ข้าวต้ม
		▪ ก๋วยเตี๋ยว
		▪ ข้าวกล้อง
		▪ ข้าวต้ม ข้าวต้มมัด
		▪ ข้าวพอง (ในข้าวต้ม)
		▪ ข้าวฟ่าง
		▪ ข้าวย่ำ
		▪ ข้าวสวย
		▪ ข้าวเหนียว ข้าวเหนียวถั่วดำ
		▪ ข้าวโอ๊ต
		▪ ขนมจีน
		▪ ขนมกวน ขนมชั้น ขนมลา (แป้งข้าวเจ้า)
		▪ ขนมปังกรอบ
		▪ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป
		▪ ปาท่องโก๋
		▪ หมี่เหลือง
2	หัว	หัวมันสำปะหลัง เผือก มัน หรืออาหารที่ผลิตจากประเภทหัว
		▪ ขนมขบเคี้ยว/ขนมก๊อบแก็บ เช่น มันฝรั่ง
		▪ มันแกว
		▪ มันขี้หนู
		▪ หัวไชเท้า

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
3	ผักที่ให้วิตามิน	ผักทอง แครอท มันหวาน (มีสีส้มข้างใน) ฟริกหวาน
		▪ ชมัน
		▪ ฟริกซี่ฟ้า
		▪ ผักทอง (เชื่อม)
4	ผัก ประเภทใบที่ให้วิตามิน	ผักสีเขียว ผักโขม
		▪ กระถิน
		▪ กะเพรา
		▪ กะหล่ำปลี
		▪ ขึ้นฉะ
		▪ ต้นหอม ดอกหอม
		▪ ตำลึง
		▪ บวบ
		▪ ใบชะพลู
		▪ ใบชะมวง
		▪ ใบพาโหม (ในข้าวยา)
		▪ ใบมะกรูด (ในข้าวยา)
		▪ ใบมะขาม
		▪ ใบส้มอ้ว (ในข้าวยา)
		▪ ใบมะม่วงหิมพานต์
		▪ ผักกวางตุ้ง
		▪ ผักกะเฉด
		▪ ผักกะหล่ำดอก
		▪ ผักกาด (ดอง)
		▪ ผักคะน้า
		▪ ผักชี
		▪ ผักบุ้ง
		▪ ผักหวาน
		▪ ยอดจิก

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
4	ผัก ประเภทใบที่ให้วิตามิน	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ยอดมันปู</li> </ul>
	(ต่อ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ยอดลำเพ็ง</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ยอดสะเดา</li> </ul>
5	ผักอื่น ๆ	มะเขือเทศ หัวหอม มะเขือยาว มะละกอสุก และน้ำผักต่าง ๆ ที่ผลิตจากวัตถุดิบดังกล่าวนี้
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ดอกแค</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ดอกดาหลา (ในข้าวต้ม)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แดงกวา</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ถั่วฝักยาว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ บวบ</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ บอน</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ฟักเขียว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะเขือ</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะนาว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะระ</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แมงลัก</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ รากบัว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ลูกเหรียง</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ลูกเนียง</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ส้มแขก</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สะตอ สะตอเบา</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สายบัว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หน่อปูด</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หน่อไม้ (สด/ดอง)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หยวกกล้วย</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หัวปลี</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หัวมะพร้าว</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หัวหอมใหญ่</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ หัวโหนด/หัวตาล</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ เห็ด เห็ดนางฟ้า</li> </ul>

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
5	ผักอื่นๆ (ต่อ)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ อ้อติบ</li> </ul>
6	ผลไม้	ผลไม้ต่างๆ และน้ำผลไม้ต่างๆ ที่ผลิตจากวัตถุดิบดังกล่าวนี้
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ กล้วย (ทับ)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ขนุน</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ชมพู่</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แดงโม</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ฝรั่ง</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะขาม (ส้ม ภาษาล้านนา) มะขามหวาน</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะพร้าว มะพร้าวน้ำหอม</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะละกอ</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ มะม่วง (ส้ม ภาษาล้านนา) มะม่วงเบา มะม่วงน้ำดอกไม้</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ละมุด (สวา ภาษาล้านนา)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ลางสาด</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ลูกตาลสด</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ลำไย</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ สับปะรด (มะลิ ภาษาล้านนา)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ส้มแป้น</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ส้มโอ (ผลไม้/ ใสในข้าวต้ม)</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ องุ่น</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ แอปเปิ้ล</li> </ul>
7	เครื่องในสัตว์	ปอด ตับ หัวใจ และเครื่องในสัตว์ต่างๆ เลือดสัตว์
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ เครื่องในไก่</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ตับ</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ ไตปลา (กระเพาะปลา และเกลือ)</li> </ul>

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
8	เนื้อสัตว์	เนื้อ หมู แกะ แพะ กระจ่าง ไก่ป่า เป็ด นก แมลง
		▪ ไก่บ้าน
		▪ เป็ด
		▪ แมงดา
		▪ แหนม
9	ไข่	จากไก่ เป็ด สัตว์ปีก/นก หรือไข่จากสัตว์ต่างๆ
		▪ ไข่ (เจียว พะโล้)
		▪ ไข่เค็ม
		▪ ไข่เยี่ยวม้า
10	ปลาและอาหารทะเล	ปลา และอาหารทะเล เช่น ปลาแห้ง หรือปลาสด และอาหารทะเล
		▪ กุ้ง กุ้งฝอย (กะปิ กะปิทรงเครื่อง)
		▪ กุ้งแห้งป่น (ในข้าวต้ม)
		▪ กุ้งส้ม
		▪ ปลาสด
		▪ ปลากระพง
		▪ ปลากระตี่
		▪ ปลากระบอก
		▪ ปลากระเบน
		▪ ปลากระป๋อง
		▪ ปลาช่อน
		▪ ปลาชิงชัง
		▪ ปลาซาบะ
		▪ ปลาจีน
		▪ ปลาดุก ปลาดุกร้า (ทอด)
		▪ ปลาดิบ เช่น ปลาแซลมอน กินแบบซาซิมิ
		▪ ปลาแดง
		▪ ปลาทับทิม
		▪ ปลาทู ปลาทูน่า ปลาทูแขก
		▪ ปลานิล (ทอด)

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง		
10	ปลาและอาหารทะเล (ต่อ)	▪ ปลาบึก		
		▪ ปลาลิง		
		▪ ปลาไหล		
		▪ ปลาสลิด		
		▪ ปลาสาวย		
		▪ ปลาหมอ (ทอด)		
		▪ ปลาโอ		
		▪ ปูเปรี้ยว		
		▪ ปูเค็ม		
		▪ หอยแครง		
11	ถั่ว	ถั่วต่างๆ เมล็ดพืช เนยถั่ว		
		▪ งาดำ (นม)		
		▪ ถั่วเขียวต้ม		
		▪ ถั่วงอก		
		▪ ถั่วทอง		
		▪ ถั่วต้ม		
		▪ ถั่วลิสงป่น (ในข้าวต้ม)		
		▪ ถั่วพู		
		▪ เต้าหู้		
		▪ น้ำเต้าหู้		
		▪ วุ้นเส้น		
		12	นม	นม ชีส โยเกิร์ต หรือผลิตภัณฑ์นมอื่นๆ
				▪ นม นมจืด (งาดำ)
▪ นมเปรี้ยว				
13	น้ำมัน และไขมัน	น้ำมัน เนย เวลาประกอบอาหาร		
		▪ น้ำมันสำหรับทอด เช่น เจริญ (ไข่)		

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
14	ของหวาน	น้ำตาล น้ำผึ้ง น้ำอัดลมแบบหวาน น้ำผลไม้ ซ็อกโกแลต ลูกอม คุกกี้ เค้ก
		▪ กล้วยบวชชี
		▪ ขนมหวาน (ขนมชั้น = แป้ง+กะทิ)
		▪ ขนมลา (แป้งข้าวเจ้า น้ำตาลทราย น้ำผึ้ง น้ำมันมะพร้าว ไข่ต้ม)
		▪ ขนมกวน (แป้งข้าวเจ้า น้ำตาลปีบ กะทิ)
		▪ ขนมแข่ง
		▪ ขนมค่อม
		▪ ขนมโค
		▪ ขนมชั้น
		▪ ขนมเปียกปูน
		▪ ขนมพิม
		▪ น้ำแข็งใส
		▪ น้ำตาล (น้ำพริก)
		▪ บัวลอย
		▪ เบเกอรี่
		▪ รวมมิตร
		▪ (ข้าวเหนียว) สังขยา

ตาราง 16 (ต่อ)

ลำดับ	ประเภทกลุ่มอาหาร	ตัวอย่าง
15	เครื่องเทศ และ เครื่องดื่ม	พริกไทยดำ ซอสถั่วเหลือง ซอสพริก ชา กาแฟ แอลกอฮอล์
		▪ กระเทียม
		▪ กาแฟ
		▪ น้ำชา ชาเย็น
		▪ น้ำพริก (= กระเทียม พริก เกลือ หัวหอมแดง มะนาว น้ำตาล กะปิ (กุ้ง+เกลือ))
		▪ เครื่องแกงคั่ว (= ข่า ตะไคร้ พริก หอมแดง กระเทียม เกลือ ขมิ้น กะปิ)
		▪ เครื่องแกงฉู่ฉี่ (พริกแห้ง ข่า ตะไคร้ หัวหอมแดง กระเทียม มะกรูด พริกไทยดำ รากผักชี เกลือป่น กะปิ)
		▪ เครื่องแกงไตปลา (พริก ข่า ตะไคร้ หัวหอมแดง กระเทียม มะกรูด พริกไทยดำ)
		▪ เครื่องแกงพะโล้ (พริกไทย อบเชย/Cinemon โป๊ยกั๊ก/ Chinese Star Anise กานพลู/Clove ลูกกระวาน/ Cardamon pot)
		▪ เครื่องแกงส้ม (= พริก หอมแดง กระเทียม เกลือ ขมิ้น กะปิ)
		▪ เครื่องต้มยำ (ตะไคร้ มะกรูด มะนาว ข่า พริก หัวหอมแดง)
		▪ ตะไคร้ (ในข้าวต้ม)
		▪ ใบสะระแหน่
		▪ ไมโล โอวัลติน
▪ หัวหอมแดง (น้ำพริก)		
16	น้ำมันที่ให้วิตามิน A สูง	น้ำมันปาล์ม น้ำมันมะพร้าว
		▪ กะทิ
		▪ มะพร้าวคั่วป่น (ในข้าวต้ม)



## ภาคผนวก 6 การเผยแพร่ผลงานวิจัย

- 1) **International Conference**: Muneenam, U. & Suwannattachote, P. (2016, 28 December). Food Security of The Three Communities at The Conservation Areas, Southern Thailand. Paper presented at 4<sup>th</sup> International Conference on Agriculture, Animal Sciences, Aquaculture & Fisheries 2016: “*Traditional Knowledge, Latest Technology & Global Food Security*”, Colombo, Sri Lanka.
- 2) **International Publication (SCOPUS Index)**: (กำลังดำเนินการ)

# ***Fourth International Conference on Agriculture, Animal Sciences, Aquaculture and Fisheries 2016***

*Colombo, Sri Lanka*

*28-29 December 2016*

## ***Presentations of AAAF 2016***



**International Center for Research & Development  
Colombo, Sri Lanka**

4	On – farm evaluation of the most Nitrogen responsive NERICA rice variety on yield and yield component of rice under grain legumes/rice rotation in rainfed upland and lowland agro ecosystems	Okonji.J. Christopher	59
5	Comparative Utilisation of Two Dietary Fibre Sources Supplemented with Direct-Fed Microbials in Growing Pigs	Andrew Adegboyega Fatufe	60
6	Reproductive biology of vermiculated sail fin cat fish <i>Pterygoplichthys disjunctivus</i> in Kalaweva reservoir in Sri Lanka	I.U. Wickramaratne	60
7	A Community perception on the threats for marine fishery industry in Southern province of Sri Lanka	K.P.G.K.P. Guruge	61
8	Effect of cooking methods and binding material on sensory quality of different emulsion based chicken products	M. Kiran	61
9	Galectins from rock bream <i>Oplegnathus fasciatus</i> : Insights through molecular characterization, transcriptional profiles and recombinant proteins	W.S. Thulasitha	62
10	Varietal evaluation of Cherry tomato ( <i>Solanum lycopersicum</i> Mill. var. <i>cerasiforme</i> ) for optimization of planting date and pruning in protected conditions	U. Thapa	62
11	Investigating Information Gaps of the Safety of Fisher’s life, that Impact on the Economic Efficiency in Offshore Fishery in Sri Lanka	Pearl K. Wijsekera	63
12	Food Security of The Three Communities at The Conservation Areas, SouthernThailand	Umaporn Muneenam; Pongbaworn Suwannattachote	63
13	Influence of slaughter age and muscle types on meat quality traits of Eastern Anatolian Red Bulls	Nurinisa Esenbuga	64
14	Sustainable production and postharvest management of tropical tuber crops for food and nutrition security	Surajit Mitra	64

## **Investigating Information Gaps of the Safety of Fisher's life, that Impact on the Economic Efficiency in Offshore Fishery in Sri Lanka**

Pearl K. Wijesekara

*Assistant Librarian (Officer in – change), General Sir John Kotelawala Defence University – Southern Campus, Colombo, Sri Lanka*

Safety information of fishing fleets has a major role to play with safety of fisher's life waiting in the offshore. Stability is one of the most important factors in every fishing vessel's overall safety. The investigations were identified information gaps for the safety of fishers, to enhance the efficiency in terms of stability and life-saving equipment. Necessary data and information had been collected from questionnaire and 30 vessels (25%) of monthly mean landings of Negombo fishery harbor. Various aspects of the information have been analyzed to understand the status of the offshore fishery sector to find the appropriate solutions to meet the gaps. Major issues of fishers (97%) do not have adequate knowledge on appropriate information in the industry to apply them to get their maximum use. Fishers also have no attention on the stability of the vessel due to lack of knowledge and lack of the information and instructions given in the vessels by manufacturers. Hence, fleet development plays a significant role with respect to safety. Fleet development program is recommended to be initiated to use new information for safe of stability of fishing vessels. Lifebuoys and first-aid boxes have found in every boat and fire-extinguishers are recorded very often, fishers' life is at risk all the time. Firstly, it can minimize by conducting awareness among fishers on safety onboard to influence the mind-set of the fishing community. Secondly, it can be enhanced the knowledge and skills by facilitating the safety equipment with proper training. In parallel to that awareness of all the information may be included in web and make aware on how to access the information. "Nanasala" may be useful for this online information service. Certificate course for offshore fishers is recommended to develop their professional skills that will make them eligible for obtaining proposed fishing license.

**Key words:** Information Gaps, Safety of Fisher's life, Offshore Fishery

### **Food Security of the Three Communities at the Conservation Areas, Southern Thailand**

Umaporn Muneenam<sup>1</sup>; and Pongbaworn Suwannattachote<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Faculty of Environmental Management, Prince of Songkla University, Thailand, <sup>2</sup> Faculty of Environmental Management, Prince of Songkla University, Thailand

This article presents food security situation in three communities situated in the conservation areas in Southern Thailand. 377 face-to-face questionnaires were used to collect data from respondents by using stratified sampling from three districts in three provinces. Respondents were asked about food availability, food access, food utilisation, and food stability to measure their food security in current and past time situation. The results found that; firstly, the respondents' average needed less calories (1,274.80 Kilocalories/Person/Day) than the standard of Thai people (1,850 Kilocalories/Person/Day). This may be because some the people in this areas had to wake up early to work that can be indicated by some of them had rice and fish in yellow curry as the main meal for breakfast (74.80%; 36.34%), lunch or brunch (72.94%; 33.69%), and heavy dinner (90.19%; 37.40%); however, few of respondents were had morning and afternoon breaks, as well as late meal as the fruits were the most preference (37.67%), these indices indicated to the result of food availability. Secondly, the respondents accessed food mostly by buying (60.85%) raw materials to cook food; in addition, male and female were no different in working for income from this study. Thirdly, female respondents were mainly responsible for cooking food, and they knew how to preserve food from the local resources. Lastly, respondents had knowledge to cope and adapt themselves for food insecurity situation.

**Keywords:** Food Security, Conservation Area, Southern, Thailand