



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กรมวิชาการ, กระทรวงศึกษาธิการ. เครื่องมือวัดผลการเรียนรู้ ตามจุดประสงค์ในสมุดประจำ
ชั้น (ป.02/4) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์การศาสนา,
2523.
- . แผนการสอนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว,
2521.
- . แผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์ยูไนเต็ดโปรดักชั่น, 2522.
- . แผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2528.
- . แผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4. พิมพ์ครั้งที่ 2.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2528.
- . แผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. กรุงเทพมหานคร:
อมรินทร์การพิมพ์, 2524.
- . แผนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. กรุงเทพมหานคร:
โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2526.
- กรมอนามัย, กระทรวงสาธารณสุข. แผนงานโภชนาการตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ
ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหาร-
ผ่านศึก, 2535.
- . คู่มือแนะนำการกินอาหารของคนไทย. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์-
ทหารผ่านศึก, 2535.
- . ข้อกำหนดสารอาหารที่ควรได้รับประจำวัน และแนวทางการบริโภคอาหารสำหรับคนไทย.
กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2532.
- . รายงานการประชุมสมัชชาระหว่างประเทศว่าด้วยโภชนาการ 5-11 ธันวาคม 2535
ณ กรุงโรม ประเทศอิตาลี. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหาร-
ผ่านศึก, 2536.

- รายงานการเฝ้าระวังภาวะการเจริญเติบโต ในนักเรียนกลุ่มอายุ 5-14 ปี ครั้งที่ 2 ประจำปีการศึกษา 2535. มีนาคม, 2537.
- กรมควบคุมโรคติดต่อ, กระทรวงสาธารณสุข. คู่มือปฏิบัติงานควบคุมโรคพยาธิใบไม้ตับ สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด, 2535.
- กระทรวงศึกษาธิการ, สำนักงานปลัดกระทรวง. สถิติการศึกษาฉบับย่อ ปีการศึกษา 2535. กานดา พูนลาภทวี. สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: นิสิตส์เซ็นเตอร์การพิมพ์, 2530.
- คณะกรรมการพัฒนาเศรษฐกิจแห่งชาติ, สำนักงาน. แผนพัฒนาการสาธารณสุขตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 7 (พ.ศ. 2535-2539). กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2534.
- เครือข่าย หุดานุวัตร. การเปลี่ยนแปลงของระบบอาหารธรรมชาติชั้นบดที่สาม ใน พฤติกรรมสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานวิจัยพฤติกรรมสุขภาพ ศูนย์ประสานงานทางการแพทย์และสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- จรรยา สุวรรณทัต. แบบฉบับการอบรมเลี้ยงดูเด็กที่กำลังเปลี่ยนแปลง ของครอบครัวรายได้น้อยที่อยู่ในตัวเมือง. รายงานการวิจัยฉบับที่ 24 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.
- จารึก ชุกติกุล. การวิเคราะห์พฤติกรรมที่เอื้อต่อการพัฒนาของนักศึกษาครูและสิ่งกระตุ้นพฤติกรรม. วิทยานิพนธ์ปริญญาตรีบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2524.
- เจริญเกียรติ กุศล. ปัญหาในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตามการรับรู้ของครูสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 2. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- ชานนศ ทองทวี. จิตวิทยาการศึกษา. ขอนแก่น: ศรีวิทย์ออฟเซต, 2522.
- ช่อเพชร บุรศิริรักษ์. ความรู้เรื่องวัตถุเจือปนในอาหาร และการนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- ชัยพร วิษชาวุฒ. มุขสารจิตวิทยา. หน่วยผลิตเอกสารคณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2521.
- ชูจันทร์ จันทร์มา. ความสัมพันธ์ระหว่างการปฏิบัติในการรับประทานอาหาร และภาวะโภชนาการ ของนักเรียนประถมศึกษา สังกัดกรุงเทพมหานคร ที่มีการจัดโครงการอาหารกลางวัน ในโรงเรียน. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.

- คุณิ สุกุขปรีชาศรี. ปัญหาโภชนาการ ใน เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์ สาธารณสุข กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2527.
- เด็ดแก้ว ตีวีเศษศิลป์. การเปรียบเทียบบทบาทที่คาดหวัง และที่ปฏิบัติจริงของครูประจำชั้น ในการพัฒนาสุขภาพนักเรียน ในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 11. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2529.
- กวน สุกุขพงษ์. วัฒนธรรมการบริโภคอาหารของชาวอีสาน : ศึกษากรณีบ้านเม่นใหญ่ ตำบลแก่งเลิงจาน อำเภอเมือง จังหวัดมหาสารคาม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม, 2533.
- ทัศนีย์ เมธาคุปต์. ลักษณะของครอบครัวที่มีผลต่อบริโภคนิสัยของเด็กวัยก่อนเรียน ใน ตำบลคอนคั้ง อำเภอคำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2527.
- ชรา วิริยะพานิช. พฤติกรรมการกินของคนไทยภาคอีสานตอนล่าง. สถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- ธีระ ชัยสุกขธรรม. มาทำความเข้าใจในเรื่องค่านิยมกันเถอะ ใน วารสารแนะแนว 25. เมษายน-พฤษภาคม, 2534: 59-65.
- นันทิษา เกิดวิชัย. ความสัมพันธ์ระหว่างบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการ ของเด็กวัยก่อนวัยเรียน ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- ประคอง กรรณสูต. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์-บรรณกิจ, 2528.
- ประดับพร บุญเจือ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติตนทางด้านมารับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดสุรินทร์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2533.
- ประผลต มิละเสน. ก้าวไปกับโภชนาการเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: สื่ออักษรนิมน์, 2534.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. พฤติกรรมสุขภาพ ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา หน้าที่ 4. นิมน์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2527.
- _____ . และสวิง สุวรรณ. พฤติกรรมศาสตร์ พฤติกรรมสุขภาพและสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร: คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2532.
- ประสพ สุทธาเมธางกูร. บทบาทของผู้ปกครองในการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพ ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ในจังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.

- ปวีณา วิถีวัฒนา. การพัฒนาเด็ก เยาวชน และสตรี. กรุงเทพมหานคร: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตร แห่งประเทศไทย, 2535.
- พลศึกษา, กรม. คำนิยมในการรับประทานอาหาร ใน เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับอาหาร. กรุงเทพมหานคร: ครูสภาลาดพร้าว, 2530.
- . รายงานการวิจัย เรื่อง ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพ เพื่อแสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพ ที่ดีถ้วนหน้า เมื่อปี 2543 : ศึกษาเฉพาะนักเรียนระดับประถมศึกษา. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์ครูสภาลาดพร้าว, 2529.
- พนอ ทิพย์นิมลรัตน์. พฤติกรรมสุขภาพเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาจังหวัดสมุทร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.
- นิมพร ยศแก้ว. ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ เกี่ยวกับสุขภาพผู้บริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนเทศบาล เขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- นิพิต จิระวัฒนะ. ปัจจัยทางสังคม และวัฒนธรรมที่มีผลต่อภาวะโภชนาการ : ศึกษาครอบครัว ที่มีเด็กก่อนวัยเรียน ในชุมชนแออัดย่านท่าเรือคลองเตย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- ไพโรจน์ ดวงสุดา. พฤติกรรมการสอนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2530.
- พัฒน สัจจางค์ และ เอนก เขตสุวรรณ. อาหารมีพิษชีวิตมีภัย. กรุงเทพมหานคร: แพรวพิกษา, 2527.
- ภาวดี เดิมเจริญ และคณะ. รายงานการวิจัย ภาวะโภชนาการ และนิสัยการบริโภคอาหารเข้า ของนักเรียนชั้นประถมศึกษา ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. ภาควิชาโภชนศึกษา คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- วิจัยโภชนาการ, สถาบัน. รายงานการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่องสาเหตุและปัจจัยที่มีผลต่อ พฤติกรรมการกินของคนไทย. มหาวิทยาลัยมหิดล, 2529.
- . การสื่อสารเพื่อการพัฒนาชุมชน. กรุงเทพมหานคร: สยามศิลป์การพิมพ์, 2535.
- ยุพิน ตีร์ส. ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะโภชนาการกับความรู้ ความเชื่อ และบริโภคนิสัย ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2528.

- วนิดา สิทธิธรรมาภรณ์. โภชนาการศึกษาเพื่อชุมชน. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร, 2527.
- วิชากร, กรม. แนวการใช้หลักสูตรประถมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2525.
- . หลักสูตรประถมศึกษา นุทธศักราช 2521. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2525.
- . หลักสูตรประถมศึกษา นุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533). พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว, 2534.
- วิเชียร เกตุสิงห์. หลักการสร้างและวิเคราะห์เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย. กรุงเทพมหานคร: กองการวิจัยการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ, 2523.
- วิชัย ตันไพจิตร. โภชนาการศึกษาเพื่อสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพมหานคร: อักษรสมัย, 2530.
- ศวีระทวย ไล่เลิศ. พฤติกรรมการบริโภคอาหารเสริมไอโอดีน ของแม่บ้านในเขตที่มีโรคขาดสารไอโอดีนรุนแรง ของจังหวัดเชียงราย. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- ศาสตร์ เสาวคนธ์ และ มาติน บลูก. ก้าวไปกับโภชนาการเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพมหานคร: สื่ออักษร, 2534.
- ศิริศรี ศิริบุญ. ความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2530.
- สมจิต จันทรฉาย. การพัฒนาหลักสูตรบริโภคศึกษาเพื่อนำไปใช้ในโรงเรียนประถมศึกษา ในชุมชนเมือง. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- สมจิตต์ สุนทรทศน์. พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลง ใน เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา หน่วยที่ 1-7. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช, 2526.
- สมพร ศิริรัตนตระกูล. การรับข่าวสารและพฤติกรรมการตัดสินใจเกี่ยวกับการบริโภคอาหารที่มีสารปรุงแต่งของครู ระดับประถมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2527.
- สุชาติ โสมประสูร. การสอนสุขศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2526.
- สุนทรณี ปานเจริญ. ค่านิยมทางสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 11. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534.

- สุโท เจริญสุข. จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์, 2526.
- สุนทรีย์ สุนทรวิจารณ์. พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษา เขตการศึกษา 11. กรุงเทพมหานคร: กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ, 2531.
- สุนันท์ ใหญ่ลำพวง. มโนทัศน์ทางสุขภาพ และการดูแลสุขภาพตนเอง ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เขตการศึกษา 12. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532.
- สุภาพ กลีบบัว. ความรู้ด้านอนามัย และพฤติกรรมสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2524.
- สุภาพร ธาตุเน็ชร์. ความเชื่อที่ผิดด้านการดูแลสุขภาพเด็กวัยทารก ของมารดาที่พาเด็กป่วยมารับการรักษาที่แผนกผู้ป่วยนอกโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2531.
- สุรียพร มะแอก. ปัจจัยที่มีผลต่อทัศนคติด้านสุขภาพของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในจังหวัดยะลา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2526.
- สำเนียง สร้อยนาคพงษ์. การศึกษากิจกรรมวัฒนธรรม ใน สารพัฒนาหลักสูตร 12 (มกราคม-มีนาคม 2536).
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์. หลักโภชนาการปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2532.
- โสภณา รอดชู. ค่านิยมเกี่ยวกับการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานการศึกษาจังหวัดนครปฐม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2535.
- อนันต์ ศรีโสภณ. การวัดและการประเมินผลการศึกษา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2520.
- อารี วัลยเสวี และคณะ. โภชนาการ. กรุงเทพมหานคร, 2523.
- อุไรวรรณ คำไทย. ความเชื่อที่ผิดทางด้านโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 8. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2531.
- โอวาท นิตินันท์ประภาศ. อาหารเพื่อสุขภาพ. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช, 2533.

ภาษาอังกฤษ

- Albright, T.J. The effect of an activity-based nutrition program on the nutrition knowledge of students. *Dissertation Abstracts International* 52 (August 1991): 432-A.
- Brennan, A.J. The influence of health belief on eating behavior in children and adolescents. *Dissertation Abstracts International* 50 (February 1990): 2393-A.
- Breazeale, V.D. Development of concept about food and nutrition. *Dissertation Abstracts International* 46 (October 1985) 901-A.
- Sonnenberg, P. B. The impact of ethnicity, socioeconomic status and age on the eating attitudes of school-aged children. *Dissertation Abstracts International* 52 (November 1991): 1898-A.
- Summer, P. B. Nutrition education's knowledge and commitment level of student teachers. *Dissertation Abstracts International* 47 (November 1985): 1631-A.
- Terry, K. M. Assessment of obese and non-obese young children's eating. *Dissertation Abstracts International* 51 (August 1992): 463-A.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ลาวัณย์ สุกกรี หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นัชรา กาญจนารักษ์ อาจารย์พิเศษประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
3. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เทวาทิ หอมสนธิ อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
4. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ทินย์ศิริ กาญจนวาสี อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
5. อาจารย์ ดร.เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
6. อาจารย์สุจิตรา แสงหิรัญ อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
7. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วลัยทิพย์ ศาชลวิจารณ์ อาจารย์ประจำภาควิชาโภชนาการ
คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล
8. ดร.เสนอ ภิรมจิตรพ่อง ศึกษานิเทศก์ 6 สำนักงานการประถมศึกษา
จังหวัดอุบลราชธานี
9. อาจารย์ประยุทธ อองกุลนะ ศึกษานิเทศก์ กรมสามัญศึกษา
กระทรวงศึกษาธิการ
10. อาจารย์สุจิตต์ สาลีพันธ์ นักโภชนาการ 7 กองโภชนาการ
กระทรวงสาธารณสุข
11. อาจารย์อรรถร สามโสภา อาจารย์ประจำโรงเรียนพญาไท

ภาคผนวก ข

รายชื่อโรงเรียนประถมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

1. จังหวัดนครพนม
อำเภอเมือง โรงเรียนอนุบาลนครพนม
อำเภอธาตุพนม โรงเรียนมรุกขนคร
2. จังหวัดนครราชสีมา
อำเภอเมือง โรงเรียนสวนหม่อน
อำเภอสีคิ้ว โรงเรียนนิคมมิตรวิทยาจารย์ 2
3. จังหวัดบุรีรัมย์
อำเภอเมือง โรงเรียนอนุบาลบุรีรัมย์
อำเภอบ้านกรวด โรงเรียนนิคมพัฒนาสายตรี 2
4. จังหวัดมหาสารคาม
อำเภอเมือง โรงเรียนหลักเมืองมหาสารคาม
อำเภอโกสุมพิสัย โรงเรียนบ้านหนองสระนัง
5. จังหวัดยโสธร
อำเภอเมือง โรงเรียนบ้านเขื่องคำ
อำเภอคำเขื่อนแก้ว โรงเรียนดงแคนใหญ่
6. จังหวัดร้อยเอ็ด
อำเภอเมือง โรงเรียนบ้านแก่นทรราช
อำเภอเสลภูมิ โรงเรียนบ้านแห่
7. จังหวัดเลย
อำเภอเมือง โรงเรียนอนุบาลเลย
อำเภอวังสะพุง โรงเรียนบ้านพาน้อย
8. จังหวัดศรีสะเกษ
อำเภอเมือง โรงเรียนบ้านหนองยาง
อำเภอกันทรารมย์ โรงเรียนบ้านอีต้อม

- | | | |
|-----|--------------------|-----------------------------------|
| 9. | จังหวัดสกลนคร | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนเชิงชุมราษฎร์นุกูล |
| | อำเภอเต่างอย | โรงเรียนดงหลวง |
| 10. | จังหวัดสุรินทร์ | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนเมืองสุรินทร์ |
| | อำเภอสำโรงทา | โรงเรียนบ้านหมื่นศรีใหญ่ |
| 11. | จังหวัดหนองคาย | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนอนุบาลหนองคาย |
| | อำเภอศรีเชียงใหม่ | โรงเรียนบ้านโนนสง่า |
| 12. | จังหวัดอุดรธานี | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนอนุบาลอุดรธานี |
| | อำเภอหนองหาน | โรงเรียนบ้านหนองไผ่พิทยาคม |
| 13. | จังหวัดอุบลราชธานี | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนมูลนิธิวัดศรีอุบลรัตนาราม |
| | อำเภอวารินชำราบ | โรงเรียนบ้านบัวเทิง |
| 14. | จังหวัดมุกดาหาร | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนมุกดาลัย |
| | อำเภอนิคมน้ำอ้อย | โรงเรียนชุมชนบ้านม่วงไข่ |
| 15. | จังหวัดอำนาจเจริญ | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนอนุบาลอำนาจเจริญ |
| | อำเภอปทุมราชวงศา | โรงเรียนบ้านนาหว้า |
| 16. | จังหวัดหนองบัวลำภู | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนหนองบัววิทยายน |
| | อำเภอศรีบุญเรือง | โรงเรียนบ้านดินทรายอ่อน |
| 17. | จังหวัดขอนแก่น | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนอนุบาลขอนแก่น |
| | อำเภอบ้านไผ่ | โรงเรียนวัดจันทร์ประสิทธิ์ |
| 18. | จังหวัดกาฬสินธุ์ | |
| | อำเภอเมือง | โรงเรียนกาฬสินธุ์พิทยาสัย |
| | อำเภอหนองกุงศรี | โรงเรียนสะอาดนาดีศิลาวิทย์ |

19. จังหวัดชัยภูมิ

อำเภอเมือง

โรงเรียนบ้านหมื่นแก้ว

อำเภอคอนสวรรค์

โรงเรียนบ้านหลบเพ็ก

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาล และนอกเขตเทศบาลหรือ
 สุขาภิบาลที่ใช้ในการวิจัย

ลำดับที่	จังหวัด	ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง		รวม
			ในเขตเทศบาล	นอกเขตเทศบาล	
1.	นครพนม	14,082	8	9	17
2.	นครราชสีมา	44,959	27	26	53
3.	บุรีรัมย์	31,079	18	19	37
4.	มหาสารคาม	16,887	10	10	20
5.	ยโสธร	10,325	6	6	12
6.	ร้อยเอ็ด	24,254	15	14	29
7.	เลย	11,906	7	7	14
8.	ศรีสะเกษ	28,067	16	17	33
9.	สกลนคร	23,805	14	14	28
10.	สุรินทร์	27,036	16	16	32
11.	หนองคาย	18,336	11	11	22
12.	อุดรธานี	38,202	17	17	34
13.	อุบลราชธานี	32,815	20	19	39
14.	มุกดาหาร	6,513	4	4	8
15.	อำนาจเจริญ	6,700	4	4	8
16.	หนองบัวลำภู	9,574	6	6	12
17.	ขอนแก่น	32,369	19	19	38
18.	กาฬสินธุ์	17,252	10	10	20
19.	ชัยภูมิ	20,154	12	12	24
	รวม	404,741	240	240	480

ภาคผนวก ค

ที่ ทม. 0309/486

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ 10330

13 มกราคม 2538

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน เลขาธิการคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

- สิ่งที่ส่งมาด้วย
1. โครงร่างวิทยานิพนธ์
 2. แบบสอบถาม
 3. รายชื่อโรงเรียน

เนื่องด้วย นางสาววัฒนา ประกอบแสง นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาสุขศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอเป็นวิทยานิพนธ์ เรื่อง "พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ" โดยมีรองศาสตราจารย์ ดร. รัชนี ชวัญบุญจัน เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตจำเป็นต้องเก็บรวบรวมข้อมูลต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยการแจกแบบสอบถามแก่นักเรียนของโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดอนุญาตให้ นางสาววัฒนา ประกอบแสง ได้เก็บรวบรวมข้อมูลดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร. สันติ ฤกษ์สุวรรณ)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

แผนกมาตรฐานการศึกษา

โทร 2150895-9

ศช 1404/2126

สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ
กระทรวงศึกษาธิการ กทม 10300

23 มกราคม 2538

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการการประถมศึกษาจังหวัด

ด้วยสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ได้อนุญาตให้
นางสาววัฒนา ประกอบแสง นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ทำการเก็บข้อมูลเรื่อง "พฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัด
สำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ" โดยการแจก
แบบสอบถามแก่นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ของโรงเรียนประถมศึกษาในสังกัดของสำนักงาน
การประถมศึกษาจังหวัดนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลดังกล่าวด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายประสิทธิ์ แต่งรัมย์)

รองเลขาธิการปฏิบัติราชการแทน
เลขาธิการคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ

กองวิชาการ

โทร. 2805559-63

ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

6 กุมภาพันธ์ 2538

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย
เรียน ผู้อำนวยการ/อาจารย์ใหญ่โรงเรียน
อ้างถึง หนังสือขอเลขที่การคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ที่ ศช 1404/2126
ลงวันที่ 23 มกราคม 2538
สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม จำนวน ชุด

ด้วยข้าพเจ้า นางสาววัฒนา ประกอบแสง นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา
สาขาสุขศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กำลังทำวิทยานิพนธ์เรื่อง "พฤติกรรม
การบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประ
ถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ" เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามกับนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนของท่านเป็นโรงเรียนในกลุ่มตัวอย่างของการทำวิจัยครั้งนี้ ซึ่ง
ผลที่ได้จากการวิจัยจะเป็นประโยชน์ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
และเป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนให้เหมาะสมกับท้องถิ่น ข้าพเจ้าจึงใคร่ขอ
ความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดอนุญาตให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตอบแบบสอบถามที่แนบ
มานี้ ในการนี้ข้าพเจ้าได้ขออนุญาตและประสานงานกับสำนักงานการศึกษาจังหวัดและสำนัก
งานการประถมศึกษาอำเภอเรือบร้อยแล้ว และขอความกรุณาส่งแบบสอบถามกลับตามที่อยู่บนหน้า
ซอง ภายในวันที่ กุมภาพันธ์ 2538

จึงเรียนมาเพื่อโปรดกรุณา จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาววัฒนา ประกอบแสง)
นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา



ภาคผนวก ง

สถิติที่ใช้ในการวิจัย

1. ขนาดของกลุ่มตัวอย่างประชากร

$$\text{สูตร} \quad n = \frac{N}{1 - Ne^2}$$

เมื่อ n = ขนาดของตัวอย่างประชากร

N = ขนาดของประชากร

e = ความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับได้

(Taro Yamane, 1970 อ้างใน ประคอง กรรมสูตร, 2525)

2. ประสิทธิภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. วิเคราะห์ค่าความยาก (Level of difficulty) และค่าอำนาจจำแนก (Power of discrimination)

$$\text{สูตร} \quad \text{ค่าความยาก} \quad P = \frac{P_H + P_L}{N_H + N_L}$$

$$\text{ค่าอำนาจจำแนก} \quad r = \frac{P_H - P_L}{N_H \text{ or } N_L}$$

เมื่อ P_H = จำนวนผู้ตอบถูกในกลุ่มสูง

P_L = จำนวนผู้ตอบถูกในกลุ่มต่ำ

N_H = จำนวนคนในกลุ่มสูง

N_L = จำนวนคนในกลุ่มต่ำ

(เฮาว์ดี วิบูลย์ศรี, 2528)

2. ค่าสัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยงแบบสอบถามความรู้ โดยใช้สูตรของ คูเดอร์-ริชาร์ดสัน (kuder-Richardson Reliability)

$$\text{สูตร k-R}_{20} : r_{xx} = \frac{n}{n-1} \left[1 - \frac{\sum pq}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ r_{xx} = สัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยง

n = จำนวนข้อในแบบทดสอบ

p = สัดส่วนของผู้ที่ตอบถูก

q = สัดส่วนของผู้ที่ตอบผิด ($q = 1 - p$)

S_x^2 = ความแปรปรวนของคะแนนของผู้ถูกทดสอบทั้งหมด

(ประคอง วรรณสุต, 2525)

3. ค่าความเที่ยงของแบบวัดทัศนคติและแบบสอบถามการปฏิบัติ โดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์อัลฟา ($\alpha = \text{Coefficient}$)

$$\text{สูตร } \alpha = \frac{n}{n-1} \left[\frac{1 - \sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

เมื่อ α = สัมประสิทธิ์แห่งความเที่ยง

S_i^2 = ความแปรปรวนของข้อสอบแต่ละข้อ

S_x^2 = ความแปรปรวนของคะแนนของผู้รับการทดสอบทั้งหมด

n = จำนวนข้อในแบบทดสอบ

(ประคอง วรรณสุต, 2525)

ภาคผนวก จ

แบบทดสอบความรู้ ทักษะ และ การปฏิบัติ
เกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้ทั้งหมด 4 ตอน คือ
ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับตัวนักเรียน จำนวน 14 ข้อ
ตอนที่ 2 ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ
ตอนที่ 3 ทักษะเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 25 ข้อ
ตอนที่ 4 การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร จำนวน 29 ข้อ
2. แบบสอบถามชุดนี้ใช้สำหรับหาข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น ไม่มีผลต่อคะแนนสอบของนักเรียน
3. ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงของแต่ละตอนก่อนลงมือทำ และตอบคำถามให้ครบทุกข้อตามความเป็นจริง โดยไม่ต้องเขียนชื่อของนักเรียนลงในแบบสอบถามชุดนี้
4. ใช้เวลาในการทำแบบสอบถาม 1 ชั่วโมง
5. แบบสอบถามมีทั้งหมด 19 หน้า

ขอขอบคุณนักเรียนทุกคนที่ให้ความร่วมมือ

ตอนที่ 1
ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับนักเรียน

- คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย / ลงใน [] หน้าข้อความตามความเป็นจริงของ
นักเรียนเพียงคำตอบเดียว สำหรับผู้วิจัย
- [] [] [] 1-3
- [] 4
- ชื่อโรงเรียน..... [] 5
1. อายุ [] 6
- [] 1. อายุ 11 ปี
- [] 2. อายุ 12 ปี
- [] 3. อายุ 13 ปี
- [] 4. อายุ 14 ปี
- [] 5. มากกว่า 14 ปี
2. เพศ [] 7
- [] 1. ชาย
- [] 2. หญิง
3. ศาสนา [] 8
- [] 1. พุทธ
- [] 2. คริสต์
- [] 3. อิสลาม
- [] 4. อื่น ๆ โปรดระบุ.....
4. บุคคลที่นักเรียนอาศัยอยู่ด้วยในปัจจุบัน [] 9
- [] 1. บิดา
- [] 2. มารดา
- [] 3. บิดา-มารดา
- [] 4. บุคคลอื่น โปรดระบุ.....

5. การศึกษาสูงสุดของบิดา [] 10
- 1. ไม่ได้รับการศึกษา
 - 2. ระดับประถมศึกษา
 - 3. ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
 - 4. ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
 - 5. อนุปริญญาหรือประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้น
 - 6. ระดับปริญญาตรี
 - 7. สูงกว่าระดับปริญญาตรี
 - 8. อื่น ๆ โปรดระบุ.....
6. การศึกษาสูงสุดของมารดา [] 11
- 1. ไม่ได้รับการศึกษา
 - 2. ระดับประถมศึกษา
 - 3. ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
 - 4. ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
 - 5. อนุปริญญาหรือประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้น
 - 6. ระดับปริญญาตรี
 - 7. สูงกว่าปริญญาตรี
 - 8. อื่น ๆ โปรดระบุ.....
7. การศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง (ในกรณีที่นักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดา มารดา) [] 12
- 1. ไม่ได้รับการศึกษา
 - 2. ระดับประถมศึกษา
 - 3. ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น
 - 4. ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
 - 5. อนุปริญญาหรือประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้น
 - 6. ระดับปริญญาตรี
 - 7. สูงกว่าปริญญาตรี
 - 8. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

8. อาชีพของบิดา

[] 13

- 1. รับจ้างทั่วไป
- 2. ค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว
- 3. เกษตรกรรม
- 4. รับราชการ
- 5. พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- 6. ทำงานบริษัท
- 7. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

9. อาชีพของมารดา

[] 14

- 1. รับจ้างทั่วไป
- 2. ค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว
- 3. เกษตรกรรม
- 4. รับราชการ
- 5. พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- 6. ทำงานบริษัท
- 7. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

10. อาชีพของผู้ปกครอง (ในกรณีที่นักเรียนไม่ได้อยู่กับบิดามารดา)

[] 15

- 1. รับจ้างทั่วไป
- 2. ค้าขายหรือประกอบธุรกิจส่วนตัว
- 3. เกษตรกรรม
- 4. รับราชการ
- 5. พนักงานรัฐวิสาหกิจ
- 6. ทำงานบริษัท
- 7. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

11. รายได้เฉลี่ยต่อเดือนของครอบครัว

[] 16

- 1. น้อยกว่า 4,600 บาท
- 2. 4,601 - 5,000 บาท
- 3. 5,001 - 5,500 บาท
- 4. 5,501 - 6,000 บาท
- 5. 6,001 - 6,500 บาท
- 6. 6,501 - 7,000 บาท
- 7. มากกว่า 7,000 บาท
- 8. ไม่ทราบ

12. จำนวนสมาชิกในครอบครัว

[] 17

- [] 1. 2 - 3 คน
 [] 2. 4 - 5 คน
 [] 3. 6 - 7 คน
 [] 4. มากกว่า 7 คน

13. อาหารกลางวันที่นักเรียนรับประทาน

[] 18

- [] 1. ชื้อจากแม่ค้าที่โรงเรียน
 [] 2. จากโครงการอาหารกลางวัน
 [] 3. นำมาจากบ้าน
 [] 4. ไม่ได้รับประทาน
 [] 5. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

14. นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่อง "การบริโภคอาหาร" จากแหล่งใดนอกจากที่โรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

[] 19-25

- [] 1. พ่อ แม่ หรือผู้ปกครอง
 [] 2. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข
 [] 3. วิทยุ
 [] 4. โทรทัศน์
 [] 5. หนังสือพิมพ์
 [] 6. วารสาร
 [] 7. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

ตอนที่ 2
ความรู้เกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

- คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย X ทับตัวอักษร ก ข ค หรือ ง ของแต่ละข้อที่เห็นว่า เป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุด เพียงคำตอบเดียวลงในแบบสอบถามฉบับนี้
- ตัวอย่าง เราควรถือหลักในการกินอาหารเมื่อใด
- ก. กินเมื่อเห็นเพื่อนกิน
 - ข. กินทุกครั้งเมื่อรู้สึกหิว
 - ค. กินเมื่อถึงเวลาอาหาร
 - ง. กินเมื่อเห็นอาหารน่ากิน

1. อาหารชุดใดให้โปรตีนทั้งหมด [] 26
 - ก. ถั่วลันเตา ไข่
 - ข. ถั่วงอก เนื้อเป็ด
 - ค. ถั่วฝักยาว มันหมู
 - ง. ถั่วเขียว เนื้อไก่

2. พืชประเภทใดที่ให้สารอาหารแตกต่างจากข้ออื่น [] 27
 - ก. ถั่ว
 - ข. อ้อย
 - ค. ข้าว
 - ง. มันเทศ

3. หากไม่สามารถซื้อเนื้อสัตว์กินได้ นักเรียนจะเลือกซื้ออาหารในข้อใด [] 28
 - ก. เผือก
 - ข. ถั่วดำ
 - ค. ฝักทอง
 - ง. ข้าวโพด

4. ถ้านักเรียนไม่อยากเป็นโรคโลหิตจาง ควรกินอาหารประเภทใด [] 29
 - ก. นม ไข่ต้ม
 - ข. ถั่วแดง ม้ามหมู
 - ค. ฝักบัวเขียว ตับ
 - ง. เต้าหู้ หัวใจหมู

5. เพื่อไม่ให้เกิดอาการเลือดไหลไม่หยุดเวลามีบาดแผล นักเรียนควรกินอาหารในข้อใด [] 30
- กล้วย ส้ม
 - ชมพู้ แดงโม
 - มะละกอ หนูน
 - มะม่วง ทุเรียน
6. ถ้านักเรียนอยากมีฟันแข็งแรง ควรเลือกกินอาหารในข้อใด [] 31
- นมสด
 - นมเปรี้ยว
 - นมข้นหวาน
 - นมถั่วเหลือง
7. เพื่อป้องกันอาการท้องผูก นักเรียนควรเลือกกินอาหารในข้อใด [] 32
- ลาบเนื้อ
 - ต้มยำไก่
 - ผัดเผ็ดปลาตาก
 - แกงส้มมะละกอ
8. อาหารที่นักเรียนไม่ควรเลือกกินคือข้อใด [] 33
- ก๋วยเตี๋ยวราดหน้า
 - ก๋วยเตี๋ยวเนื้อลูกชิ้นแดง
 - ข้าวเหนียว ส้มตำ ไก่ย่าง
 - บะหมี่สำเร็จรูปต้มใส่ผักใส่ไข่
9. ข้อใดเป็นอาหารและเครื่องดื่มที่เหมาะสมกับนักเรียน [] 34
- ก๋วยเตี๋ยว น้ำโศก
 - ข้าวผัดใส่ไข่ ไวตามิลค์
 - ข้าวเหนียว ไก่ย่าง แป๊ะซี่
 - ขนมจีน แกงไก่ น้ำส้มแพนด้า
10. ในช่วงฤดูร้อนที่มีโรคอุจจาระร่วงระบาด นักเรียนจะเลือกซื้ออาหารในข้อใด [] 35
- ขนมจีนน้ำยา
 - ก๋วยเตี๋ยวลูกชิ้น
 - ข้าวน้ำพริก ผักดอง
 - ข้าวเหนียว ส้มตำ

11. ถ้านักเรียนไม่กินผักอาจจะทำให้มีอาการอะไร [] 36
- ก. ท้องผูก
 - ข. เห็นบ้ำ
 - ค. แผลในปาก
 - ง. เลือดออกตามไรฟัน
12. เพื่อป้องกันเลือดออกตามไรฟัน นักเรียนควรเลือกกินผลไม้ในข้อใด [] 37
- ก. ฝรั่ง
 - ข. ชนุน
 - ค. ทุเรียน
 - ง. แดงโม
13. ถ้านักเรียนไม่กิน ผักและผลไม้ที่มีสีเหลืองเช่นผักทอง มะละกอสุก จะทำให้มีปัญหาต่อสุขภาพอย่างไร [] 38
- ก. เป็นแผลที่มุมปาก
 - ข. มีเลือดออกตามไรฟัน
 - ค. มองเห็นไม้ชัดเวลากลางคืน
 - ง. เวลามีบาดแผลเลือดจะไหลไม่หยุด
14. นักเรียนควรดื่มน้ำอย่างน้อยวันละกี่แก้ว [] 39
- ก. 1-3 แก้ว
 - ข. 4-6 แก้ว
 - ค. 6-8 แก้ว
 - ง. 9-11 แก้ว
15. เด็กในวัยเจริญเติบโตควรกินอาหารชนิดใดให้มาก [] 40
- ก. ข้าว
 - ข. เนื้อสัตว์
 - ค. นม เนย
 - ง. ผักและผลไม้
16. ในข้อต่อไปนี้ใครเลือกกินอาหารที่ได้ประโยชน์มากที่สุด [] 41
- ก. ค.ช.แดงกินขนมจีนส้มตำ
 - ข. ค.ช.เขี้ยวกินข้าวกับไข่นะโด้
 - ค. ค.ญ.ส้มกินข้าวเหนียว ไก่ย่าง
 - ง. ค.ญ.เหลืองกินข้าวมันไก่ น้ำซุ๊ปผัก

17. อาหารมื้อเช้าที่นักเรียนควรเลือกกินเพื่อให้ได้คุณค่าอาหารครบทั้ง 5 หมู่ คือข้อใด [] 42
- ก. นมสด
 - ข. มาม่าต้ม
 - ค. ข้าว ไข่ดาว
 - ง. ข้าว ผัดผักใส่ไก่
18. ในช่วงที่อากาศหนาวนักเรียนจะเลือกกินอาหารในข้อใดที่มีประโยชน์ต่อสุขภาพมากที่สุด [] 43
- ก. ข้าวเหนียวส้มตำ
 - ข. ข้าวต้ม ปลาเค็ม
 - ค. บะหมี่สำเร็จรูปต้มใส่ไข่
 - ง. ข้าว ผัดถั้วฝักยาวใส่กุ้ง
19. ผู้ป่วยที่กระดูกหักควรกินอาหารในข้อใด [] 44
- ก. ข้าวขาหมู น้ำส้มคั้น
 - ข. ข้าวปลาตัวเล็ก นมสด
 - ค. ข้าวต้ม ผักกาดดอง น้ำอ้อย
 - ง. ข้าว แกงไก่ใส่กระเทียม หมกหัวเหลือง
20. อาหารที่หญิงหลังคลอดบุตรควรกิน คือข้อใด [] 45
- ก. ข้าวกับข้าวปิ้ง
 - ข. ข้าวต้มกับเกลือ
 - ค. กินอาหารได้ทุกอย่าง ยกเว้นเครื่องดองของมีนเมา
 - ง. ข้าวต้มกับอาหารทุกอย่าง ยกเว้น เนื้อ ไข่ เครื่องดองของมีนเมา

ตอนที่ 3
ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องว่างหลังข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียนมากที่สุดเพียงข้อละคำตอบเดียว

ตัวอย่าง

	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
(0) ควรกินอาหารเพื่ออ้อมมิใช่อยู่เพื่อกิน...../.....

หมายความว่า นักเรียนเห็นด้วยกับการกินเพื่ออ้อมมิใช่อยู่เพื่อกิน

ข้อ	ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	
1	กินผัก ผลไม้มีประโยชน์มากกว่ากิน วิตามินเม็ด.....	[] 46
2	แทนมดขี้มีรสชาติดีกว่าแทนที่ปรุงสุก.....	[] 47
3	กินไข่ทำให้ผลกลายเป็นแผลเป็น.....	[] 48
4	กินน้ำแข็งเวลามีไข้ทำให้หายช้า.....	[] 49
5	กินเม็ดฝรั่ง เม็ดมะเขือ ทำให้เกิด โรคไส้ติ่งอักเสบได้.....	[] 50
6	กินน้ำมะพร้าวขณะมีประจำเดือนจะ ทำให้ปวดท้อง.....	[] 51

ข้อ	ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	
7	นมเป็นอาหารมือเข้าที่เพียงพอ สำหรับเด็ก.....	[] 52
8	กินอาหารอ่อมทุกมื้ออาจเป็นโรครขาด สารอาหารได้.....	[] 53
9	เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นผู้หญิงควรกินอาหาร ให้เหลือลงเพื่อรักษาทรุดทรง.....	[] 54
10	กินไข่ดิบได้คุณค่าอาหารมากกว่ากิน ไข่ที่ต้มสุกแล้ว.....	[] 55
11	ใส่ผงชูรสในอาหารทำให้อาหาร อร่อยขึ้น.....	[] 56
12	หญิงหลังคลอดกินแกงหัวปลีทำให้ มีน้ำนมมาก.....	[] 57
13	กินอาหารที่หวานมากจะทำให้เป็น โรคเบาหวาน.....	[] 58
14	หวานเย็นเป็นของหวานที่เหมาะสม สำหรับเด็ก.....	[] 59
15	การอดอาหารเป็นวิธีลดน้ำหนักที่ดี วิธีหนึ่ง.....	[] 60
16	เคี้ยวหมากฝรั่งช่วยบริหารฟัน.....	[] 61
17	กินดื่บไก่ปิ้งทำให้ไม่เป็นโรคตาฟาง และตาบวม.....	[] 62

ข้อ	ทัศนคติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร	เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็น ด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	
18	กินผักบุงทำให้ตาหวาน.....	[] 63
19	ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำทำให้อ้วนได้.....	[] 64
20	กินถั่วเขียวต้มน้ำตาลแก้ร้อนในได้.....	[] 65
21	หญิงแม่ลูกอ่อนกินข้าวผัดจึงจะทำให้ เลือดลมเดินสะดวก.....	[] 66
22	กินมะเขือเทศทำให้ผิวสวย.....	[] 67
23	กินมาม่ากรอบแทนอาหารมื้อหลักได้.....	[] 68
24	กินขนมถุงสำเร็จรูปแสดงถึงความ เป็นคนทันสมัย.....	[] 69
25	กินข้าวเหนียวทำให้แผลฝีเป็นหนอง มากขึ้น.....	[] 70

ตอนที่ 4

การปฏิบัติเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร

คำชี้แจง ให้นักเรียนใส่เครื่องหมาย / ลงใน [] หน้าข้อความของแต่ละข้อที่ตรงกับความเป็นจริงที่นักเรียนได้ปฏิบัติเพียงคำตอบเดียวและให้เลือกเหตุการณ์การปฏิบัติโดย X กับตัวอักษร ก ข ค หรือ ง ตามการปฏิบัติจริง ในกรณีที่เลือกข้อ ง. โปรดระบุเหตุผลตามการปฏิบัติของนักเรียน

ตัวอย่าง 0. ฉันกินอาหารครบ 5 หมู่ทุกวัน
 [/] ทำเป็นประจำ [] ทำบ่อยครั้ง [] ทำนาน ๆ ครั้ง [] ไม่เคยทำเลย
 เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ
 ก. พ่อ แม่ ทำให้กิน
 ข. ชากจน ไม่มีกิน
 ค. พ่อ แม่ ไม่มีเวลาจัดเตรียม
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ. มีประโยชน์ต่อร่างกาย.....

หมายความว่า นักเรียนกินอาหารครบ 5 หมู่ ทุกวันเหตุผลของการปฏิบัติ เพราะ มีประโยชน์ต่อร่างกาย

สำหรับผู้วิจัย

[2] 4

1. ฉันดื่มน้ำอัดลม [] [] 5-6

[] ทำเป็นประจำ [] ทำบ่อยครั้ง [] ทำนาน ๆ ครั้ง [] ไม่เคยทำเลย

เหตุผลการปฏิบัติคือ

- ก. อร่อยกว่าน้ำ
 ข. ไม่มีเงินซื้อ
 ค. เห็นโฆษณาทางโทรทัศน์ทำให้อยากดื่ม
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

2. ฉันกินอาหารทะเล [] [] 7-8

[] ทำเป็นประจำ [] ทำบ่อยครั้ง [] ทำนาน ๆ ครั้ง [] ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. หาซื้อลำบาก
 ข. พ่อ แม่ ทำให้กิน
 ค. จะรับประทานเฉพาะเมื่อเวลาไปเที่ยวทะเล
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

3. ฉันชอบกินขนมสำเร็จรูปและบรรจุถุงที่โฆษณาทางโทรทัศน์ 9-10
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. รสชาติอร่อย
 ข. พ่อแม่ไม่ให้กิน
 ค. อยากลองกิน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

4. ฉันกินเครื่องในสัตว์ เช่น ตับ หัวใจ 11-12
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. อร่อยดี
 ข. กินไม่เป็น
 ค. พ่อแม่ทำให้กิน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

5. ฉันดื่มน้ำอุ่นเวลาเป็นหวัด 13-14
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ชอบดื่ม
 ข. ทำให้หายเร็ว
 ค. พ่อแม่บอกให้ดื่ม
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

6. ฉันกินลูกกวาด ที่อฟี ที่มีสีสดใส 15-16
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. อร่อยน่ากิน
 ข. กินแล้วฟันผุ
 ค. กินตามเพื่อน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

7. ฉันทล้างผักดิบให้สะอาดก่อนกินทุกครั้ง 17-18
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. พ่อ แม่บอกให้ทำ
 ข. คิดว่าสะอาดแล้ว
 ค. ไม่ได้ปรุงอาหารเอง
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

8. ฉันทใช้ช้อนกลางตักอาหารเวลากินอาหารร่วมกับผู้อื่น 19-20
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ที่บ้านไม่เคยทำ
 ข. ที่บ้านใช้ช้อนกลาง
 ค. ใช้เฉพาะที่โรงเรียน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

9. ฉันทบอกแม่ไม่ให้ใส่ผงชูรสในอาหาร 21-22
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ไม่มีโอกาสได้บอก
 ข. ทำให้อาหารมีรสชาติดีขึ้น
 ค. ไม่ใส่ผงชูรสอาหารก็อร่อยได้
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

10. ฉันทดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 4-6 แก้ว 23-24
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ชอบดื่มน้ำ
 ข. ไม่ชอบดื่มน้ำ
 ค. จะดื่มเฉพาะเมื่อหิว
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

11. ฉันทักกินข้าวค่าน้ำค่า [] [] 25-26
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. กินอาหารได้น้อย
 ข. กินอาหารที่มีรสจัด
 ค. ทำให้กลืนอาหารได้ง่าย
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

12. ฉันทักเช็ดผักที่มีอยู่ในอาหารทั้ง [] [] 27-28
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ชอบกินผัก
 ข. ไม่ชอบกินผัก
 ค. จะเช็ดทั้งเป็นบางชนิด
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

13. ฉันทักดื่ม [] [] 29-30
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ไม่ชอบรสชาติ
 ข. ดื่มเป็นอาหารเข้า
 ค. ราคาแพง ไม่มีเงินซื้อ
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

14. ฉันทักกินบะหมี่ห่อสำเร็จรูป [] [] 31-32
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. หาซื้อได้ง่าย
 ข. อร่อยและปรุงง่าย
 ค. ซื้อตามโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

15. จัณกินอาหารมือเข้าครบ 5 หมู่ [] [] 33-34
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. พ่อ แม่ทำให้กิน
 ข. ไม่มีเวลาเฟียงพอ
 ค. อาหารมือเข้าไม่สำคัญที่สุด
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

16. จัณกินอาหารที่มีรสจัด เช่น เผ็ดจัด เค็มจัด เปรี้ยวจัด [] [] 35-36
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. อร่อย รสชาติดี
 ข. ชอบกินอาหารรสจัด
 ค. ไม่ชอบกินอาหารรสจัด
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

17. จัณกินอาหารฟาสต์ฟู้ด เช่น นิชซ่า สลัดค็อกหรือแฮมเบอร์เกอร์ [] [] 37-38
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ราคาแพง
 ข. ชอบ อร่อยรสชาติดี
 ค. ซื้อตามโฆษณาทางวิทยุ โทรทัศน์
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

18. จัณดื่มน้ำชา โอเลี้ยง [] [] 39-40
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ไม่ชอบสี
 ข. อร่อย ขึ้นใจ
 ค. ที่บ้านชอบดื่ม
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

19. ฉันทกินอาหารตรงเวลาทุกมื้อ 41-42
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. พ่อ แม่บอกให้กิน
 ข. ชอบกินเฉพาะเวลาหัว
 ค. แล้วแต่ความสะดวกที่จะกิน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

20. ฉันทกินอาหารมื่อเย็นมากกว่ามื่ออื่น 43-44
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. หัวมากกว่ามื่ออื่น
 ข. กินเท่ากันทุกมื่อ
 ค. ขึ้นกับชนิดของอาหารแต่ละมื่อ
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

21. ฉันทกินอาหารจุบจุบ 45-46
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. หัวบ่อย กินไม่อิ่ม
 ข. ขึ้นอยู่กับอาหารที่ชอบ
 ค. กินอาหารมื่อหลักอิ่มแล้ว
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

22. ฉันทพูดคุยหอกลื้อกันขณะกินอาหาร 47-48
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. สนุก ทำให้กินอาหารได้มาก
 ข. ขึ้นอยู่กับเพื่อนที่ร่วมกินอาหาร
 ค. เสียมารยาทในการกินอาหาร
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

23. ฉันทใช้แก้วนํ้าร่วมกับคนอื่น [] [] 49-50
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ที่บ้านใช้แก้วนํ้ารวมกัน
 ข. ที่บ้านแยกแก้วนํ้าเป็นส่วนตัว
 ค. มีใช้เฉพาะที่โรงเรียนเท่านั้น
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

24. ฉันทกินข้าวแดง หรือข้าวซ้อมมือ [] [] 51-52
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. หาซื้อลำบาก
 ข. พ่อ แม่ ทำให้กิน
 ค. ไม่อร่อย แฉ่ง หุงซาก
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

25. ฉันทเลือกซื้ออาหารที่มีของแถม [] [] 53-54
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. อร่อยได้ของแถม
 ข. แล้วแต่ชนิดของแถม
 ค. ของดีไม่จำเป็นต้องมีของแถม
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

26. ฉันทรีบกินอาหาร [] [] 55-56
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. รีบกินอาหารแล้วปวดท้อง
 ข. ต้องรีบไปช่วยพ่อ แม่ทำงาน
 ค. จะได้มีเวลาเล่นกับเพื่อนนาน ๆ
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

27. ฉันท^๕เคี้ยวอาหารเสียงดัง [] [] 57-58
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ทำให้มีรสชาติอร่อยขึ้น
 ข. พ่อ แม่ ไม่ให้เคี้ยวเสียงดัง
 ค. อาหารบางชนิดต้องเคี้ยวให้มีเสียงดังจึงจะอร่อย
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

28. ฉันท^๕กินผลไม้ดอง เช่น มะม่วงดอง มะยมดอง [] [] 59-60
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. เพื่อนชวน
 ข. มีประโยชน์
 ค. อร่อย รสชาติดี
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....

29. ฉันท^๕ใช้จานพลาสติกหรือจานสังกะสีเคลือบที่บ้าน [] [] 61-62
 ทำเป็นประจำ ทำบ่อยครั้ง ทำนาน ๆ ครั้ง ไม่เคยทำเลย

เหตุผลที่ปฏิบัติ เพราะ

- ก. ไม่มีใช้
 ข. พ่อ แม่ซื้อใช้ที่บ้าน
 ค. เฉพาะเวลาไปเที่ยวนอกบ้าน
 ง. อื่น ๆ โปรดระบุ.....



ประวัติผู้เขียน

นางสาววัฒนา ประกอบแสง เกิดวันที่ 23 สิงหาคม พ.ศ. 2506 ที่อำเภอ
ม่วงสามสิบ จังหวัดอุบลราชธานี สำเร็จการศึกษานิตยบาลและผดุงครรภ์ระดับต้น ที่วิทยาลัย
พยาบาลสรรพสิทธิประสงค์อุบลราชธานี เมื่อปี พ.ศ. 2529 สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี
(สุขศึกษา) ที่วิทยาลัยครูอุบลราชธานี ปี พ.ศ. 2533 เข้าศึกษาต่อในหลักสูตรครุศาสตรมหา
บัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปี พ.ศ. 2536 ปัจจุบันรับราชการที่ สำนักงานสาธารณสุข
อำเภอม่วงสามสิบ อำเภอม่วงสามสิบ จังหวัดอุบลราชธานี และได้รับทุนวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 6,400 บาท