

รูปแบบการดำเนินชีวิต ทักษะชีวิต และพฤติกรรมของผู้บริโภค
ที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ ในเขตเมืองเชียงใหม่

จิตตินันท์ เสวะลาภี

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทศึกษาศาสตร์มหาบัณฑิต

สาขาวิชาการโฆษณา ภาควิชาการประชาสัมพันธ์

คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2544

ISBN 974-17-0394-5

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

LIFESTYLE, ATTITUDE AND HEALTH FOOD CONSUMPTION OF
URBAN CHIANG MAI CONSUMERS

JITTINAN SEWALAPI

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements

For the Degree of Master of Arts in Advertising

Department of Public Relations

Faculty of Communication Arts

Chulalongkorn University

Academic Year 2001

ISBN 974-17-0394-5

จิตตินันท์ เสวะลาภี : รูปแบบการดำเนินชีวิต ทักษะชีวิต และพฤติกรรมของผู้บริโภค
ที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ ในเขตเมืองเชียงใหม่ (LIFESTYLE, ATTITUDE AND HEALTH
FOOD CONSUMPTION OF URBAN CHIANG MAI CONSUMERS) อาจารย์ที่ปรึกษา :
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ รัตยา โตควนิชย์, 178 หน้า. ISBN 974-17-0394-5

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาถึงรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้บริโภคใน
เมืองเชียงใหม่ (2) ศึกษาถึงทัศนคติและพฤติกรรมที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ และ (3) ศึกษาถึงความ
สัมพันธ์ระหว่างรูปแบบการดำเนินชีวิต ทักษะชีวิต และพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ โดยใช้แบบ
สอบถามเป็นเครื่องมือในการวิจัยกลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน

ผลการวิจัยพบว่า

1. กลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้บริโภคในเขตเมืองเชียงใหม่ สามารถจัดแบ่งได้เป็น 6 แบบ คือ
1) สนใจข้อมูลใส่ใจสุขภาพ 2) สุขภาพดีรู้วิธีปฏิบัติ 3) ทำร้ายสุขภาพ 4) หลีกหนีความเครียด
5) ไม่ตระหนักถึงสุขภาพ และ 6) ชอบรับประทานอาหารมัน
2. ผู้บริโภคในเขตเมืองเชียงใหม่มีทัศนคติที่ดีต่อการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
3. พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพโดยรวมของผู้บริโภคในเขตเมืองเชียงใหม่อยู่ในระดับต่ำ
นอกจากนี้ยังพบว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพที่มาจากธรรมชาติมีระดับสูงกว่าพฤติกรรมการ
บริโภคผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่เป็นสารสกัดจากธรรมชาติ
4. กลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบ สนใจข้อมูลใส่ใจสุขภาพ และ แบบสุขภาพดีรู้วิธีปฏิบัติ มี
ความสัมพันธ์ทางบวกกับทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
5. กลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบสนใจข้อมูลใส่ใจสุขภาพ แบบสุขภาพดีรู้วิธีปฏิบัติ และ
แบบชอบรับประทานอาหารมัน มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ
อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05
6. ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร
เพื่อสุขภาพ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ภาควิชา.....การประชาสัมพันธ์.....ลายมือชื่อนิสิต..... *Winit Nut*
สาขาวิชา.....การโฆษณา.....ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา..... *See Ananda*
ปีการศึกษา.....2544.....

4385061728 : MAJOR ADVERTISING

KEYWORDS : LIFESTYLE / HEALTH FOOD

JITTINAN SEWALAPI : LIFESTYLE, ATTITUDE AND HEALTH FOOD CONSUMPTION OF URBAN CHIANG MAI CONSUMERS. THESIS ADVISOR : ASST. PROF. RATTAYA TOKAVANICH, 178 pp. ISBN 974-17-0394-5

The objectives of this survey research were to 1) to segment lifestyles of urban Chiang Mai consumers, 2) to study their attitudes toward health food and their health food consumption and 3) to determine the relation among lifestyles, attitudes and health food consumption. Questionnaire were used to collect data from 400 respondents.

The results were :

1. Lifestyles of urban Chiang Mai consumers were segmented into 6 groups ; Health information seeker group, Healthy practice group, Health damage group, Tension avoiding group, Health neglect group and Oily – fatty food consuming group.
2. Urban Chiang Mai consumers had positive attitudes toward health food.
3. Overall health food consumption of urban Chiang Mai consumers was low. It was also found that the consumption of natural health food was higher than that of extracted health food.
4. Lifestyles of Health information seeker group and Healthy practice group had positive correlation with attitudes toward health food at significant level of 0.05
5. Lifestyles of Health information seeker group, Healthy practice group and Oily-fatty food consuming group had positive correlation with health food consumption at significant level of 0.05
6. There was a positive correlation between attitudes toward health food and health food consumption at significant level of 0.05

Department.....Public Relations..... Student's signature..... *Jittinan Sewalapi*
Field of study..... Advertising..... Advisor's signature..... *Rattaya Tokavanich*
Academic year.....2001

กิตติกรรมประกาศ

เส้นทางจากจันทบุรีถึงเชียงใหม่ จากเชียงใหม่ถึงกรุงเทพฯ และจากกรุงเทพฯถึงจันทบุรี มีผู้คนมากมายที่ช่วยให้การเดินทางในครั้งนี้งถึงจุดหมายปลายทางโดยสวัสดิภาพ ซึ่งคงไม่มีอะไรจะตอบแทนน้ำใจไมตรีที่ทุกคนให้มา ได้ดีเท่ากับคำขอบคุณ

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์รัตยา โตควนิชย์ อาจารย์ที่ปรึกษา

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.ยุบล เบ็ญจรงค์กิจ ประธานในการสอบวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ม.ล. วิภูธรร จิระประวัติ กรรมการในการสอบวิทยานิพนธ์

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สรวุฑ อนันตชาติ และอาจารย์คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ทุกท่าน

ขอขอบคุณ ดร.พิชญ์ เจียวคุณ และน้องๆ จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ขอขอบคุณ อาจารย์เดชา และ อาจารย์สุภี คงเดช พี่ลักษ์ณิธานล็กก็้อบ และ ชาวเชียงใหม่ ใจดีทุกคน

ขอบคุณกำลังสำคัญจากบ้านเรือนรมย์ คุณตา ป้าเพ็ญ ลุงภาส น้ำแดง น้ำพจ น้ำสัณญ น้ำจา และหลานๆ ที่น่ารัก

ขอบคุณ คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ที่ส่ง วิป เจี๊ยบ เตียง มุก ฟ็อง บ๊วย มอส แอน ธีร์ นิ้ม ฟ้ามุ่ย ฝ่าย กบ อ่อม เอ็ม แอน เจียด พี่เกี้ยก นิป พี่ฝัน พี่มวอย โนช นัท พั้ง เอ๊ะ พู๊ฝู๊ว มินท์ รวมถึง โช และ น้องหนึ่ง มาเป็นเพื่อนร่วมทางที่แสนดี และ

ขอบคุณ พ่อดีเด่นและแม่ดีเด่นของฉัน ที่ทำให้วันนี้ได้มีโอกาสมากกล่าวคำว่า "ขอบคุณ"

จิตตินันท์ เสวะลาภี

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญแผนภาพ.....	ฐ
บทที่ 1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา.....	1
ปัญหาวิจัย.....	9
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	9
สมมติฐานของการวิจัย.....	9
ขอบเขตของการวิจัย.....	9
นิยามศัพท์ที่ใช้ในการวิจัย.....	10
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	10
บทที่ 2 แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	11
แนวคิดเกี่ยวกับรูปแบบการดำเนินชีวิต.....	12
แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภค.....	26
แนวคิดเกี่ยวกับภาวะสุขภาพและอาหารเพื่อสุขภาพ.....	54
แนวคิดเกี่ยวกับสังคมวิทยาเมือง.....	78
บทที่ 3 ระเบียบวิธีวิจัย.....	83
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง.....	83
วิธีการสุ่มตัวอย่าง.....	84
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	85

การทดสอบความน่าเชื่อถือของเครื่องมือ.....	86
เกณฑ์การให้คะแนน.....	86
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	88
การวิเคราะห์และการประมวลผลข้อมูล.....	88
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	90
ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่าง.....	91
ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์การทำกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ.....	99
ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ความสนใจในเรื่องสุขภาพอนามัย.....	104
ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความคิดเห็นที่มีต่อเรื่องสุขภาพ.....	108
ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์การจัดกลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิต.....	113
ของผู้บริโภคในเขตเมืองเชียงใหม่	
ตอนที่ 6 ผลการวิเคราะห์ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ.....	116
ตอนที่ 7 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	118
ตอนที่ 8 ผลการวิเคราะห์การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างลักษณะ.....	122
ทางประชากร กับพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ	
ตอนที่ 9 การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อทดสอบสมมติฐาน.....	127
ตอนที่ 10 ผลการวิจัยเพิ่มเติม.....	134
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	136
สรุปผลการวิจัย.....	137
อภิปรายผลการวิจัย.....	145
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต.....	157
ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้.....	157
รายการอ้างอิง.....	158
ภาคผนวก.....	164
ภาคผนวก ก.....	165
แบบสอบถาม.....	166

ภาคผนวก ข	176
แผนที่จังหวัดเชียงใหม่.....	177
ประวัติผู้เขียน.....	178

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1	ตัวแปรเกี่ยวกับรูปแบบการดำเนินชีวิต.....	14
ตารางที่ 2	สัดส่วนการจัดโควต้าของกลุ่มตัวอย่างตามจำนวนประชากรอายุ 18 – 60 ปี.....	85
	ในแต่ละอำเภอ	
ตารางที่ 1.1	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ.....	91
ตารางที่ 1.2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามช่วงอายุ.....	91
ตารางที่ 1.3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสถานภาพสมรส.....	92
ตารางที่ 1.4	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามระดับการศึกษา.....	92
ตารางที่ 1.5	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามอาชีพ.....	93
ตารางที่ 1.5.1	อาชีพของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามอายุ.....	94
ตารางที่ 1.6	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน.....	95
ตารางที่ 1.7	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามสถานะสุขภาพ.....	96
ตารางที่ 1.7.2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่มีโรคประจำตัว จำแนกตามช่วงอายุ.....	96
ตารางที่ 1.8	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามโรคประจำตัว.....	97
ตารางที่ 1.9	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามการประเมินตนเองในด้านสุขภาพ.....	98
ตารางที่ 2.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของการทำกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพ.....	99
ตารางที่ 2.2	ค่าวิเคราะห์ปัจจัยกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง.....	101
ตารางที่ 3.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสนใจเรื่องสุขภาพ.....	104
ตารางที่ 3.2	ค่าวิเคราะห์ปัจจัยความสนใจในเรื่องสุขภาพของกลุ่มตัวอย่าง.....	106
ตารางที่ 4.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความคิดเห็นที่มีต่อเรื่องสุขภาพ.....	108
ตารางที่ 4.2	ค่าวิเคราะห์ปัจจัยความคิดเห็นที่มีต่อสุขภาพ.....	110
ตารางที่ 5.1	ค่าการวิเคราะห์ปัจจัยระหว่างกลุ่มกิจกรรม กลุ่มความสนใจ.....	113
	และกลุ่มความคิดเห็น เพื่อจัดกลุ่มรูปแบบการดำเนินชีวิต	
ตารางที่ 6.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ.....	116
ตารางที่ 7.1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	118
ตารางที่ 7.1.2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างที่บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพแต่ละประเภท.....	119
	จำแนกตามความถี่ในการรับประทาน	
ตารางที่ 7.2	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	120

	จำแนกตามความถี่ในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ	
ตารางที่ 7.3	จำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	121
	จำแนกตามประเภทของผู้บริโภค	
ตารางที่ 8.1	แสดงความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	122
	จำแนกตามเพศ	
ตารางที่ 8.2	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	122
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามช่วงอายุ	
ตารางที่ 8.3	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	123
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตาม สถานภาพการสมรส	
ตารางที่ 8.4	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	123
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตาม ระดับการศึกษา	
ตารางที่ 8.5	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	124
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามอาชีพ	
ตารางที่ 8.6	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	125
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามรายได้เฉลี่ยต่อเดือน	
ตารางที่ 8.7	แสดงความแตกต่างของค่าเฉลี่ยพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ.....	126
	จำแนกตามสถานะทางสุขภาพ	
ตารางที่ 8.8	การวิเคราะห์ความแปรปรวนเพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย.....	126
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ จำแนกตามการประเมินตนเองใน ด้านการดูแลสุขภาพ	
ตารางที่ 9.1	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับ	127
	พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ	
ตารางที่ 9.2	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับ	128
	ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ	
ตารางที่ 9.2.1	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับ.....	129
	การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพประเภทต่างๆ	
ตารางที่ 9.3	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพ.....	131
	กับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพ	
ตารางที่ 9.3.1	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับ	132

ทัศนคติที่มีต่ออาหารเพื่อสุขภาพประเภทต่างๆ	
ตารางที่ 9.4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มของรูปแบบการดำเนินชีวิตกับ	133
การประเมินตนเองในด้านสุขภาพ	

สารบัญแผนภาพ

	หน้า
แผนภาพที่ 1 แบบจำลองพฤติกรรมผู้บริโภค.....	28
แผนภาพที่ 2 ความเห็นที่ตรงกับวัฒนธรรมย่อยสร้างตลาดเฉพาะ.....	32
แผนภาพที่ 3 องค์ประกอบของทัศนคติตามแนวคิดทัศนคติมีองค์ประกอบด้านเดียว.....	52
แผนภาพที่ 4 ความสัมพันธ์ของค่านิยมทางสุขภาพกับพฤติกรรมสุขภาพ.....	60