

ปัญหาพิเศษ

เรื่อง

การศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste  
ของประชาชนในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

A STUDY ON THE COMPREHENSION ABOUT CLEAN FOOD GOOD  
TASTE FOR PEOPLES IN MEENBURI MARKET IN BANGKOK ACADEMIC YEAR 2004



โดย

นางสาวสายใจ จงมีชัยชนะ

ปัญหาพิเศษนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรครุศาสตร์อุตสาหกรรมบัณฑิต

สาขาวิชาอุตสาหกรรมการเกษตร

ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร

คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม

สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง กรุงเทพฯ

๗๗.

ศ 657๗

2547

ปีการศึกษา 2547

เลขหมู่.....

58864

เลขทะเบียน.....

10 กพ. 2549

วัน,เดือน,ปี.....

6. 11520358  
7. ....

**บทคัดย่อปัญหาพิเศษ**  
**ปีการศึกษา 2547**

<b>ชื่อเรื่อง</b>	การศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 A Study on the comprehension about Clean Food Good Taste for peoples in Meenburi market in Bangkok academic year 2004
<b>ชื่อ – สกุล</b>	นางสาวสายใจ จงมีชัยชนะ
<b>สาขาวิชา</b>	อุตสาหกรรมเกษตร <span style="float: right;">ภาควิชา วิศวกรรมเกษตร</span>
<b>คณะ</b>	วิศวกรรมอุตสาหการ
<b>อาจารย์ที่ปรึกษา</b>	อาจารย์ปานจิต ป้อมอาสา

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 มีจำนวนประชากร 989 คน และสุ่มตัวอย่างด้วยวิธีของ Krejcie และ Morgan ได้จำนวน 197 คน และนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปทดสอบหาความสัมพันธ์ด้วยวิธีของเพียร์สัน ได้ค่าเท่ากับ 0.96 และนำข้อมูลกลับมาวิเคราะห์หาค่าทางสถิติโดยใช้ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า สภาพทั่วไปของผู้กรอกแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย และมีอายุระหว่าง 14 – 15 ปี และพบว่าประชาชนมีความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ร้อยละ 69.9 โดยแบ่งออกได้ ดังนี้ 1) ด้านลักษณะร้านค้า 2) ด้านสถานที่รับประทานอาหาร 3) ด้านสถานที่ปรุงอาหาร 4) ด้านภาชนะและอุปกรณ์ และ 5) ด้านผู้ประกอบการ

### กิตติกรรมประกาศ

การทำปัญหาพิเศษในครั้งนี้ สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี เพราะได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลต่าง ๆ หลายฝ่าย โดยเฉพาะอาจารย์ที่ปรึกษาปัญหาพิเศษ อาจารย์ปานจิต ป้อมอาสา ที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่าในการช่วยเหลือให้คำแนะนำต่างๆ ตลอดจนแก้ไขข้อบกพร่องในการทำปัญหาพิเศษ และความช่วยเหลืออื่นๆ จากภาควิชาครุศาสตร์เกษตร เพื่อนักศึกษานักศึกษาวิชาอุตสาหกรรมเกษตร ชั้นปีที่ 2 ปีการศึกษา 2547 ที่ได้ให้ความร่วมมือในการทดลองใช้แบบสอบถาม นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ ปี พ.ศ. 2547 ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามเป็นอย่างดี บิดา มารดา พี่ๆ น้องๆ เพื่อนๆ ที่ให้กำลังใจและช่วยเหลือในการทำปัญหาพิเศษครั้งนี้ให้ประสบความสำเร็จไปได้ด้วยดี

ผู้จัดทำปัญหาพิเศษจึงใคร่ขอขอบพระคุณทุกท่านไว้ ณ โอกาสนี้

สายใจ จงมีชัยชนะ

มีนาคม 2548



## สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
4.1 ผลการวิจัย.....	24
4.2 การวิจารณ์ผล.....	27
บทที่	
5 สรุปและข้อเสนอแนะ.....	28
5.1 สรุป.....	28
5.2 ข้อเสนอแนะ.....	29
บรรณานุกรม.....	30
ภาคผนวก.....	32



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า  
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1	แสดงสภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม.....24
2	แสดงค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความเข้าใจ ของประชาชนในเรื่อง Clean Food Good Taste.....25



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า  
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## บทที่ 1

### บทนำ

#### 1.1 ความสำคัญของปัญหา

การสุขาภิบาลอาหารเป็นการดำเนินการด้วยวิธีต่างๆ ที่จัดการเกี่ยวกับอาหารในด้าน การปรับปรุง การบำรุงรักษา และแก้ไขเพื่อให้อาหารที่บริโภคเข้าสู่ร่างกายแล้วมีผลดีต่อสุขภาพ ทั้งนี้เนื่องจากอาหารมีความสำคัญต่อสิ่งมีชีวิตทุกชนิดโดยเพื่อใช้ในการสร้างพลังงาน ช่วยให้ร่างกายเกิดความกระปรี้กระเปร่า และช่วยให้ร่างกายมีความแข็งแรงต้านทานโรคร้ายต่างๆ ซึ่งสารอาหารที่สำคัญที่ร่างกายต้องการมี 6 ประเภท ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน เกลือแร่ วิตามิน และน้ำ

อาหารแม้จะมีประโยชน์ต่อร่างกายเป็นอย่างมากแต่อาหารยังสามารถให้โทษต่อร่างกายได้ เช่น โรคเนื่องจากมีจุลินทรีย์ปนเปื้อนในอาหาร โรคเนื่องจากอาหารมีหนอนพยาธิ และโรคเนื่องจากอาหารมีสารพิษหรือสารเคมี ทั้งนี้และทั้งนั้นหากมีการจัดการสุขาภิบาลในด้านสถานที่ตั้งอาคารที่ใช้ประกอบอาหาร สุขวิทยาส่วนบุคคลและอื่นๆ น่าจะมีส่วนช่วยลดการเกิดโรคซึ่งเกิดจากมีอาหารเป็นสื่อ

การสุขาภิบาลอาหารมีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินการจัดการอาหารให้เกิดความสะอาด ความปลอดภัย และมีความน่าบริโภค ด้วยการปรับปรุง บำรุงรักษา และแก้ไขให้สิ่งแวดล้อมต่างๆ ในการดำเนินการจัดการอาหารในทุกขั้นตอนไม่ว่าเป็นการคัดเลือกวัตถุดิบ การขนส่งและการเก็บรักษาอาหารดิบ การเตรียมและการปรุงอาหาร (การผลิตอาหาร) ก่อนบริโภค ทั้งนี้ทั้งนั้นเพื่อป้องกันการเกิดปัญหาโรคร้ายไข้เจ็บอันเนื่องมาจากการบริโภคอาหาร

Clean Food Good Taste คือโครงการสุขาภิบาลอาหาร ส่งเสริมการท่องเที่ยว สนับสนุนเศรษฐกิจไทย ซึ่งกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ร่วมมือกับกรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย และการท่องเที่ยว แห่งประเทศไทย ซึ่งเล็งเห็นว่า อาหารไทยเป็นที่นิยม ชื่นชอบของนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างประเทศเนื่องจากมีเอกลักษณ์เป็นของตนเอง และเป็นที่ยอมรับกันทั่วโลกว่า อาหารไทย รสชาติอร่อย นอกจากนั้น กองสุขาภิบาลอาหาร กรมอนามัยยังได้มุ่งเน้นเรื่องความสะอาดของอาหารซึ่งเป็นมาตรฐานสุขอนามัยที่ดีในการปรุงอาหารจำหน่าย โดยเฉพาะสถานประกอบการที่ปรุงอาหารพร้อมบริโภคจำหน่าย

และในปี 2541 - 2542 รัฐบาลได้กำหนดให้เป็นปีท่องเที่ยวไทย (Amazing Thailand) เพื่อ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวของประเทศไทยหน่วยงานราชการ และองค์กรเอกชน ต่างได้จัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อดึงดูดให้นักท่องเที่ยวทั้งชาวไทย และชาวต่างประเทศ หันมาเที่ยวในเมืองไทย ปัจจัยที่สำคัญอย่างหนึ่งสำหรับ นักท่องเที่ยว ก็คือ อาหาร เพราะถ้าอาหารที่จัดไว้บริการไม่สะอาด ไม่ปลอดภัย ก็อาจทำให้เกิดโรคระบาดได้ โดยอาหารและน้ำเป็นสื่อนำเชื้อโรค ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อชื่อเสียงของประเทศ ดังนั้น จึงควรมีมาตรการควบคุม กำกับ และตรวจสอบดูแลสถานที่จำหน่ายอาหารเพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภค (กรมอนามัย : 2547)

ผู้วิจัยได้เล็งเห็นความสำคัญของ Clean Food Good Taste ที่ประชาชนต้องเข้าใจและสามารถนำไปใช้ในการเลือกซื้ออาหารพร้อมบริโภค เพื่อความปลอดภัย ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาดมินนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

## 1.2 วัตถุประสงค์

เพื่อศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

## 1.3 ขอบเขตของปัญหา

การศึกษาวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความเข้าใจของประชาชนในตลาดมินนบุรีเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ปี พ.ศ.2547 โดยทำการศึกษาเกี่ยวกับความเข้าใจของประชาชนทางด้าน

1. หลักเกณฑ์พื้นฐานของงานสุขาภิบาลอาหาร
2. มาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหารของ Clean Food Good Taste

## 1.4 นิยามศัพท์

1. ความเข้าใจ หมายถึง ความสามารถในการบอก และอธิบายเกี่ยวกับเรื่อง Clean Food Good Taste ได้
2. Clean Food Good Taste หมายถึง โครงการการสุขาภิบาลอาหาร ส่งเสริมการท่องเที่ยว สนับสนุนเศรษฐกิจไทย ซึ่งกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข
3. ประชาชน หมายถึง ประชากรที่อาศัยอยู่ในตลาดมินนบุรี เน้นเฉพาะกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ

## 1.5 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ได้ทราบถึงความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นิยมนำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## บทที่ 2

### การศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างๆ ดังนี้

1. ความหมายของการสุขาภิบาลอาหาร
2. หลักเกณฑ์พื้นฐานของงานสุขาภิบาลอาหาร
3. ความสำคัญของการสุขาภิบาลอาหาร
4. มาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหารของ Clean Food Good Taste
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. ความหมายของการสุขาภิบาลอาหาร

อาหารเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นมากสำหรับมนุษย์ตลอดจนสิ่งมีชีวิตทั้งหลาย แต่สำหรับมนุษย์ไม่เพียงแต่คุณค่า และปริมาณของอาหารเท่านั้น ที่จำเป็นยังมีอีกสิ่งหนึ่งที่มีความสำคัญไม่น้อยกว่าเรื่องคุณค่าทางอาหาร สิ่งนั้นคือ ความสะอาดและความปลอดภัยของอาหารที่บริโภค แม้ว่าอาหารนั้นจะพร้อมด้วยคุณค่า และเลิศรสเพียงใด หากมีความสกปรกโดยมีเชื้อโรคเข้าไปปะปนในอาหารนั้น ก็จะเป็นภัยต่อผู้บริโภคเป็นอย่างมาก อาจจะเป็นสาเหตุให้มีอาการผิดปกติหรือเจ็บป่วยเกิดขึ้น และในกรณีที่เชื้อโรคมียุทธศาสตร์ที่รุนแรงมากก็สามารถทำให้ผู้บริโภคอาหารได้รับอันตรายถึงชีวิตได้ เพื่อให้ผู้บริโภคมีความปลอดภัยในการบริโภคอาหาร ดังนั้น จึงมีการจัดการด้านสุขาภิบาลขึ้น และให้ความหมายของการสุขาภิบาลไว้ว่า

การสุขาภิบาลอาหาร คือ กระบวนการจัดการเกี่ยวกับอาหารเพื่อให้มีความสะอาด ถูกสุขลักษณะ มีคุณค่าต่อร่างกาย มิให้เกิดโรคร้ายไข้เจ็บ การสุขาภิบาลเรื่องอาหารเป็นการป้องกันมิให้อาหารเป็นต้นเหตุให้เกิดความเจ็บป่วยแก่ผู้บริโภค (จรินทร์ ธานีรัตน์. 2523 : 120)

การสุขาภิบาลอาหาร หมายถึง วิธีการต่างๆ ที่จัดการเกี่ยวกับอาหาร เพื่อให้อาหารที่ปรุงขึ้นจนถึงปากผู้บริโภคปลอดภัยต่อการเกิดโรค โดยการจัดการควบคุมและแก้ไขสิ่งแวดล้อมต่างๆ ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับอาหาร เช่น สถานที่ประกอบอาหารและการเก็บอาหารก่อนและหลังปรุง อากาศ น้ำ แสงสว่าง ภาชนะและเครื่องมือประกอบอาหาร รวมทั้งผู้ปรุงและผู้เสิร์ฟอาหาร (พัฒน์ สุจันงค์, 2527 : 107)

เอกสารนี้เป็นทรัพย์สินทางปัญญาของมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์บุรีรัมย์ไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

การสุขาภิบาลอาหาร (Food Sanitation) คือ การป้องกันไม่ให้อาหารเป็นต้นเหตุของความเจ็บป่วยแก่ผู้บริโภค หรืออีกในหนึ่งก็คือ การทำให้อาหารปลอดภัย และให้ประชาชนแก่ผู้บริโภคอย่างเดียว ไม่ก่อให้เกิดโทษหรืออันตรายแม้แต่เล็กน้อย (ด้วน ขาวหนู, 2522 : 324)

การสุขาภิบาลอาหาร (Food Sanitation) หมายถึง การดำเนินการด้วยวิธีการต่าง ๆ ที่จัดการเกี่ยวกับอาหารทั้งในเรื่องของการปรับปรุง การบำรุงรักษา และการแก้ไขเพื่อให้อาหารที่บริโภคเข้าไปแล้วมีผลดีต่อสุขภาพอนามัยโดยให้อาหารมีความสะอาด ปลอดภัยและมีความน่าบริโภค (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช : 2546)

การสุขาภิบาลอาหาร คือ การบริหารจัดการและควบคุมสิ่งแวดล้อมรวมทั้งบุคลากรที่เกี่ยวข้อง กับกิจกรรมอาหารสะอาด ปลอดภัย ปราศจากเชื้อโรค หนองพยาธิ และสารเคมีต่างๆ ซึ่งเป็นอันตรายต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย สุขอนามัย และการดำรงชีวิตของผู้บริโภค (กรมอนามัย : 2547)

การสุขาภิบาลอาหาร (Food Sanitation) คือ การจัดการและการควบคุมอาหารให้สะอาด ปลอดภัยจากเชื้อโรค หนองพยาธิ และสารพิษต่างๆ ซึ่งเป็นอันตรายหรืออาจจะเป็นอันตรายต่อการเจริญเติบโตของร่างกาย สุขอนามัยและการดำรงชีวิตของผู้บริโภคได้ (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช, 2531 : 861)

สรุป การสุขาภิบาลอาหาร คือ วิธีการจัดการเกี่ยวกับอาหารเพื่อให้อาหารที่ปรุงขึ้นสะอาด ถูกสุขลักษณะ ไม่ก่อให้เกิดโรคและโทษแก่ผู้บริโภค

## 2. เกณฑ์พื้นฐานของงานสุขาภิบาลอาหาร

ในการจัดการสุขาภิบาลกับสถานที่ที่จะต้องใช้ในการประกอบอาหารหรือผลิตอาหาร ไม่ว่าจะเป็นสถานที่ที่จะใช้ประกอบอาหารเพื่อการบริโภคภายในครอบครัว ร้านอาหาร ตลาด หรือโรงงานอุตสาหกรรมอาหารจำเป็นที่จะต้องคำนึงถึงเกณฑ์ในการจัดการสุขาภิบาลขั้นพื้นฐาน ดังนี้

1. สถานที่ตั้ง

สถานที่ตั้งของสถานที่ประกอบ หรือผลิตอาหารจะต้องเลือกบริเวณที่จะไม่ทำให้สิ่งแวดล้อมของสถานที่ตั้งได้รับการปนเปื้อนจากสิ่งสกปรก ไม่ก่อให้เกิดปัญหาเดือดร้อน รำคาญอันเนื่องมาจาก กลิ่น เสียง สถานที่ตั้งควรมีลักษณะดังนี้

1) ควรตั้งอยู่ในบริเวณที่ห่างไกลจากแหล่งสิ่งสกปรกต่างๆ เช่น ห้องครัวควรอยู่ห่างจากห้องส้วม หรือบริเวณที่ทิ้ง หรือเก็บกักหรือโรงงานกำจัดขยะมูลฝอย ต่าง ๆ หรือบริเวณคอกเลี้ยงสัตว์

2) ควรอยู่ใกล้สถานที่ที่มีสาธารณูปโภคบริการอย่างครบถ้วน เพื่อสะดวกต่อการทำความสะอาด เช่น บริการน้ำประปา บริการไฟฟ้า บริการรวบรวมและกำจัดขยะมูลฝอย และบริการรวบรวมน้ำเสียเพื่อนำไปบำบัดและกำจัด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

3) พื้นที่ที่ใช้ในการประกอบหรือผลิตอาหารจะต้องมีความเพียงพอและเหมาะสม ควรแยกเป็นสัดส่วน ออกจากบริเวณอื่น โดยเฉพาะบริเวณที่พักอาศัย และพื้นที่จะต้องสร้างโดยมีความลาดเอียงเพื่อช่วยการระบายน้ำเสียจากการประกอบอาหาร และจะต้องไม่เป็นที่ลุ่มมีน้ำขัง

## 2. อาคารที่ใช้ประกอบอาหาร

- ผนังห้อง ควรปูด้วยกระเบื้องเคลือบเพื่อล้างทำความสะอาดได้ง่าย ผนังบริเวณเตาไฟควรใช้วัสดุทนไฟ ผิวเรียบไม่ดูดซึมน้ำ

- พื้นห้อง ควรทำถาวรด้วยวัสดุไม่ดูดซึมน้ำ เช่น คอนกรีต หินขัดหรือกระเบื้องเคลือบกวาดและล้างทำความสะอาดได้ง่าย

- สีของเพดาน ผนังและพื้นห้อง ควรเป็นสีอ่อนเพื่อสังเกตความสกปรกได้ง่าย

- การระบายอากาศ ต้องมีปล่องระบายควัน หรือพัดลมดูดอากาศ ฉุกเฉิน และกลิ่นอาหารออกนอกอาคาร

การออกแบบอาคารที่ใช้ประกอบอาหารจะต้องคำนึงถึงความมั่นคงแข็งแรงของตัวอาคาร และสามารถดูแลบำรุงรักษาได้ง่าย โดยมีข้อควรคำนึงถึงดังนี้คือ

1) การออกแบบและก่อสร้างห้องครัว หรือสถานที่ที่ใช้ในการประกอบอาหาร ต้องทำให้มีประตู หน้าต่าง และผนังที่อยู่ด้านนอกอาคารมีความเหมาะสมเพื่อ ไม่ให้เกิดเป็นที่อยู่อาศัยของแมลง และสัตว์นำโรค

2) วัสดุที่ใช้ในการสร้างอาคาร ไม่ว่าจะเป็น ผนัง เพดาน ประตู หน้าต่าง หรือช่องลมควรเป็นวัสดุที่เรียบ ทำความสะอาดง่าย มีความแข็งแรง

3) พื้นของอาคารที่ใช้ในการประกอบ หรือปรุงอาหาร จะต้องทำด้วยวัสดุที่แข็งแรงไม่ดูดซึมน้ำ มีความทนทานต่อการกัดกร่อนของสารเคมี ทำความสะอาดง่าย ไม่ลื่น พื้นผิวเรียบไม่ขรุขระ และควรมีความลาดเอียงเพื่อไม่ให้มีน้ำขัง

4) ต้องจัดสถานที่ทำงานให้มีความพอเพียง และเหมาะสม โดยให้มีพื้นที่ปฏิบัติงานการทำอาหารให้พอเพียงกับปริมาณอาหาร หรือจำนวนคนปฏิบัติงาน รวมถึงเครื่องจักรอุปกรณ์

5) ต้องจัดให้มีการระบายอากาศที่เพียงพอและเหมาะสม เพื่อไล่ควันหรือกลิ่นที่เกิดจากการปรุงหรือประกอบอาหารให้ออกไปในทันที โดยให้มีพื้นที่ของประตูและหน้าต่างและช่องระบายลมไม่น้อยกว่า 10 เปอร์เซ็นต์ของพื้นที่ห้อง และเมื่อจัดให้มีระบบการระบายอากาศภายในสถานที่ประกอบหรือปรุงอาหารแล้ว ควรดำเนินการบำรุงรักษาอุปกรณ์ที่ใช้ในการระบายอากาศให้อยู่ในสภาพดีอยู่เสมอ ไม่ให้ฝุ่นละออง สิ่งสกปรกปนเปื้อนอื่น ๆ จับอยู่ที่อุปกรณ์

6) ต้องจัดให้มีแสงสว่างที่เหมาะสม เพื่อการป้องกันอุบัติเหตุ และลดอาการเมื่อยล้าของร่างกาย

## 3. การปฏิบัติงาน หรือการดำเนินการประกอบอาหาร หรือการผลิตอาหารที่ปลอดภัยจากเชื้อโรค

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

หรือสารพิษใดๆ เริ่มตั้งแต่ 1. การเตรียมอาหาร 2. การผลิตอาหาร และ 3. การบรรจุอาหารหรือผลิตภัณฑ์อาหาร

การปฏิบัติงานการผลิตอาหารที่ปลอดภัยจากเชื้อโรคหรือสารพิษใดๆ ทั้ง 3 ขั้นตอนมีการปฏิบัติดังนี้คือ

1) การปฏิบัติให้มีการควบคุมและเก็บวัตถุดิบที่ดี มีขั้นตอนการปฏิบัติดังนี้

ก. วัตถุดิบที่เลือกนำมาใช้ต้องเลือกจากแหล่งที่เชื่อถือได้ หรือเป็นที่ยอมรับของเจ้าหน้าที่พนักงานสาธารณสุข

ข. ต้องมีการวินิจฉัย การรักษา และการแยกวัตถุดิบที่เป็นโรคหรืออาจมีสารพิษออกจากวัตถุดิบที่ดี เพื่อป้องกันไม่ให้แพร่กระจายโรคหรือสารพิษมาสู่มนุษย์ หรือเพื่อไม่ให้วัตถุดิบที่ดีอื่น ๆ ถูกทำลาย ควรเลือกแต่วัตถุดิบที่มีคุณภาพหรือมีสุขภาพดี

ค. อาจต้องมีการใช้สารฆ่าแมลงและสารฆ่าราเป็นระยะๆ เพื่อไม่ให้วัตถุดิบโดยเฉพาะที่เป็นพืชถูกทำลาย หรือเพื่อไม่ให้เกิดการแพร่กระจายของเชื้อโรค หรือทำการป้องกันไม่ให้แมลง นก หนู เข้าไปในห้องเก็บวัตถุดิบแต่ต้องใช้ด้วยความระมัดระวังเพื่อไม่ให้เกิดอันตรายต่อคนงานหรือผู้บริโภค

วิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันและควบคุมแมลงและสัตว์นำโรค คือ

- กำจัดแหล่งอาหาร ทั้งอาหารสดและอาหารแห้ง โดยเก็บอาหารในภาชนะหรือตู้ที่มิดชิด
- เศษอาหารหรือขยะต้องเก็บในถังขยะที่มีฝาปิดมิดชิด และนำไปทิ้งทุกวัน รังระบายน้ำต้องไม่มีเศษอาหารติดอยู่
- ห้องครัวควรมีมุ้งลวดป้องกัน แมลงวันและสัตว์อื่น และควรปิดประตูหน้าต่างให้มิดชิดในเวลากลางวัน
- กำจัดแหล่งที่อยู่อาศัย โดยจัดห้องครัวและห้องรับประทานอาหารให้เป็นระเบียบ ไม่วางของเกะกะให้มีชอกมุมเป็นที่อยู่อาศัยได้

ง. การเก็บวัตถุดิบต้องมีพื้นที่ขนาดพอเพียง วัตถุประสงค์คือ

- เพื่อให้เกิดการระบายความเย็นให้แก่วัตถุดิบที่สามารถเก็บไว้ได้ต่อเนื่อง
- เพื่อให้สามารถทำความสะอาดและทำลายเชื้อโรคได้สะดวกและมีประสิทธิภาพดี
- ต้องหมั่นตรวจสอบวัตถุดิบอยู่เสมอเพื่อให้ได้วัตถุดิบที่จะนำไปใช้ที่ดี

2) การกำจัดเศษอาหารและของเสียควรทำทุกวัน เพื่อไม่เกิดการบูดเน่าและเป็นอาหารของแมลงและสัตว์นำโรค พวกมด แมลงวัน แมลงสาบและหนู

- ควรมีถังใส่เศษอาหาร ทำด้วยวัสดุที่แข็งแรง ทำความสะอาดง่าย มีสภาพดีไม่รั่วซึม และมีฝาปิดมิดชิดป้องกันสัตว์และแมลงนำโรค

เอกสารนี้เป็นเอกสาร - ถึงใส่เศษอาหารควรมีขนาดพอเหมาะ แยกเป็น 2 พวกได้แก่ ถึงใส่ขยะเปียก และการค้าไม่วารณใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ถึงใส่ขยะแห้ง

- ต้องล้างถังทุกครั้งที่เทขยะออก
- ควรมีถังระบายน้ำเสียชนิดที่เปิดทำความสะอาดได้ และมีตะแกรงกรองเศษอาหารออกจากน้ำเสียเพื่อไม่เกิดการเน่าเหม็น
- ควรมีบ่อดักไขมันและดักไขมันทิ้งบ่อยๆ เพื่อไม่ให้ท่อสกปรกและอุดตัน
- ต้องล้างและทำความสะอาดรางระบายน้ำโสโครกทุกวัน

3) การจัดหาน้ำที่มีคุณภาพดีใช้ในการประกอบอาหารน้ำที่ใช้ในการประกอบอุตสาหกรรมอาหารจะต้องมีคุณสมบัติเทียบได้กับคุณสมบัติของน้ำสะอาด เพื่อการบริโภคเป็นอย่างดี โดยจะต้องพิจารณา

ก. น้ำที่จะนำมาใช้ต้องเป็นน้ำที่มาจากแหล่งที่เชื่อถือได้ และสามารถใช้ได้ทั้งน้ำร้อนและน้ำเย็นตามความต้องการและปริมาณที่ไม่จำกัด ตัวอย่างของน้ำจากแหล่งที่เชื่อถือได้ ได้แก่ น้ำประปาของการประปานครหลวงหรือประปาภูมิภาค ซึ่งมีการตรวจสอบคุณภาพเป็นประจำสม่ำเสมอว่ามีความสะอาดปลอดภัย

ข. จัดหาน้ำที่มีคุณภาพดีใช้ในการประกอบอาหารหรือตามประเภทของอาหารที่ผลิต การใช้น้ำสำหรับประกอบอาหารอาจแบ่งวัตถุประสงค์ของการใช้น้ำได้หลายอย่าง ได้แก่ การปรุงอาหาร การล้างภาชนะอุปกรณ์สัมผัสอาหาร การนำของเสียหรือสิ่งสกปรกออกจากห้องครัวหรือจากร้านค้าหรือโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร และการบริโภคของผู้ประกอบอาหารหรือคนงาน โดยทั่วไปแล้วคุณภาพน้ำในการประกอบอาหารต้องมีคุณสมบัติของน้ำสะอาด เพื่อการบริโภคเป็นอย่างดี

- น้ำที่ใช้ดื่มต้องเป็นน้ำที่สะอาด เช่น น้ำฝน น้ำประปาที่สะอาด เก็บไว้ในภาชนะที่สะอาดมีฝาปิดมิดชิดหรือน้ำที่บรรจุขวด เช่น น้ำโพลาริส

- ถ้าใช้น้ำจากบ่อขุด หรือบ่อซึม ต้องทำให้สะอาดก่อนการกวนด้วยสารส้ม ให้สิ่งสกปรกตกตะกอน แล้วผสมด้วยน้ำผงปูนคลอรีน 1 ช้อนชา ต่อน้ำ 1 ปีบหรือ 20 ลิตร ทิ้งไว้นานกว่า 30 นาทีจึงดื่มได้

- น้ำที่สะอาด และปลอดภัยมากที่สุด คือ น้ำดื่มสุก

- น้ำแข็งสำหรับบริโภค ควรเลือกซื้อน้ำแข็งก้อน น้ำแข็งย่อยแล้ว หรือน้ำแข็งหลอดสำเร็จรูปจากโรงงานผลิตที่ได้มาตรฐาน ผ่านการตรวจสอบจากทางราชการ และบรรจุในภาชนะที่สะอาดถูกสุขลักษณะ ควรเก็บน้ำแข็งในภาชนะที่สะอาดมีฝาปิด ทำด้วยโลหะไม่เป็นสนิม ผิวเรียบไม่ดูดซึมน้ำ ไม่เคลือบด้วยวัสดุเป็นพิษ และมีท่อระบายน้ำทิ้ง ภาชนะเก็บน้ำแข็งต้องล้างทำความสะอาดทุกวัน

- ห้ามแช่อาหารสด น้ำอัดลมในภาชนะเก็บน้ำแข็ง ต้องจัดที่แช่ต่าง หากต้องใช้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ  
เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นเพื่อใช้ในการปฏิบัติงานในหน่วยงานราชการ

ช้อน หรือปากคีบคีบน้ำแข็ง ดักหรือคิบน้ำแข็ง ไม่ใช่มีมือหยิบหรือใช้แก้วดักโดยตรง  
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4) ดำเนินการป้องกันการปนเปื้อนของอาหารในทุก ๆ ขั้นตอนของการประกอบอาหาร หรือกระบวนการผลิตอาหาร

ก. เครื่องมืออุปกรณ์ (Equipments) เครื่องใช้ที่ใช้ในการประกอบอาหาร จะต้องมีความพอเพียงและเหมาะสมกับการใช้งานเพื่อป้องกันการปนเปื้อนอาหาร ต้องเป็นวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย มีพื้นผิวเรียบ ทำด้วยวัสดุไร้สนิม และไม่มีสารพิษเคลือบหรือเป็นองค์ประกอบ การเลือกภาชนะอุปกรณ์ควรคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

- วัสดุที่นำมาใช้ต้องไม่เป็นพิษ ไม่ทำปฏิกิริยากับอาหาร และต้องทนต่อการกัดกร่อนของกรดหรือด่าง

- วัสดุที่ใช้ต้องแข็งแรง ทนทาน ไม่มีรอยแตก

- หากจำเป็นต้องใช้วัสดุที่ดูดซับน้ำ หรือน้ำมันได้มาทำภาชนะอุปกรณ์ รองรับอาหาร เช่น เหยียง ต้องมาจากไม้เนื้อแข็ง

- ถ้าใช้โลหะทำภาชนะ โลหะนั้นต้องไม่เป็นสนิม และส่วนที่สัมผัสกับอาหาร โดยตรงควรมีการเคลือบด้วยสแตนเลส อลูมิเนียม

- ต้องเป็นแบบที่ทำความสะอาดได้ง่าย บริเวณภายในของภาชนะที่ใส่อาหารเรียบเป็นมันไม่มีช่องว่างให้เศษอาหารแทรกตามร่องได้ ซึ่งเป็นการยากที่จะทำความสะอาด

- ต้องสะอาดปราศจากการปนเปื้อน และไม่เคยใส่สารอื่นที่เป็นอันตรายมาก่อน เช่น สารเคมี ฟูๆ ยาฆ่าแมลง ฯลฯ

- หลีกเลี่ยงการออกแบบที่เป็นซอกเป็นมุม ทั้งนี้เพื่อป้องกันไม่ให้สิ่งสกปรกติดตามซอก

- ภาชนะพวกถ้วย ชาม จาน สำหรับใส่อาหาร ควรทำด้วยกระเบื้องเคลือบ หรือ สแตนเลส เพราะออกแบบได้สวยงาม ทำความสะอาดง่าย ส่วนภาชนะที่ใส่น้ำควรทำด้วยแก้วไม่ควรใช้แก้วพลาสติก

- ภาชนะที่ใช้เพียงครั้งเดียว เช่น จาน และถ้วยทำด้วยกระดาษ หรือพลาสติกอ่อน ภาชนะทำด้วยโฟม แผ่นพลาสติก เมื่อใช้แล้วห้ามนำกลับมาใช้อีก

- การล้างภาชนะอุปกรณ์ ควรปฏิบัติดังนี้

(1) แยกแก้วน้ำ จาน ชามของควาและของหวานไว้คละพวก ไม่ล้างปนกัน

(2) กวาดเศษอาหารทิ้งในถังขยะให้หมด

(3) ใช้อ่างล้างภาชนะ 3 ตอน หรือใช้กะละมัง 3 ใบ วางสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า

60 เซนติเมตร

อ่างที่ 1 ล้างด้วยน้ำสบู่หรือผงซักฟอก เพื่อล้างไขมันและสิ่งสกปรก โดยใช้ผงซักฟอก 1 ช้อนกาแฟ ต่อน้ำสะอาดครึ่งปี๊บ

เอกสารนี้เป็น **อ่างที่ 2** เป็นอ่างน้ำสะอาดเพื่อล้างน้ำสบู่หรือผงซักฟอกและสิ่งสกปรกที่ตกค้างอยู่ออก **ด้านการค้า** ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ให้หมด

อ่างที่ 3 ล้างด้วยน้ำสะอาด หรือผสมผงปูนคลอรีนเพื่อฆ่าเชื้อโรค ใช้ผงปูนคลอรีนชนิด 60 เปอร์เซ็นต์ 1 ช้อนชาต่อน้ำสะอาด 1 ปีบ และแช่ภาชนะในน้ำปูนคลอรีนประมาณ 1-2 นาที หรืออาจจุ่มแช่ภาชนะลงในน้ำร้อนจัดๆ เพื่อทำลายเชื้อโรคที่อาจติดมาประมาณ 1-2 นาที

- การเก็บภาชนะอุปกรณ์ หลังจากทำความสะอาดเสร็จแล้ว

(1) คว่ำตากแดด หรือผึ่งบนตะแกรงโปร่งสูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 60 เซนติเมตร โดยปล่อยให้แห้งเอง ไม่ใช่ผ้าเช็ด

(2) เมื่อแห้งแล้วเก็บไว้ในที่สะอาด ปราศจากการปนเปื้อน พวกหม้อ กระทะ ควรแขวนบนที่แขวนข้างฝาผนัง สูงจากพื้นไม่น้อยกว่า 60 เซนติเมตร จาน ชาม แก้วน้ำ ควรคว่ำวางไว้บนชั้นเก็บ ส่วนช้อน ส้อม หรือตะเกียบใส่ภาชนะแยกออกต่างหาก เอาทางค้ำขึ้น

ภาชนะบรรจุอาหารหรือหุ้มห่ออาหาร ต้องพิจารณาเลือกใช้ภาชนะ หรือวัตถุที่เหมาะสม เพราะวัตถุที่ใช้นำมาห่อ บรรจุอาหารอาจจะมีสารเคมีที่เป็นพิษปะปนกับอาหารเข้าสู่ร่างกาย ก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพของผู้บริโภคได้ ควรพิจารณาเป็นข้อๆ ดังนี้

1) สิ่งที่ใช้ห่อหุ้มอาหาร หรือบรรจุอาหารที่หาได้ง่ายจากธรรมชาติใบไม้ชนิดต่างๆ เช่น ใบกล้วย ใบบอน ใบบัว ถ้าจะนำมาห่ออาหารหรือบรรจุอาหาร จะต้องล้างทำความสะอาดใบไม้นั้นเสียก่อน เพราะมีเชื้อโรค ผุ่นละอองมาก

2) ภาชนะชนิดต่างๆ เช่น สมุด หนังสือพิมพ์ ภาชนะฉนวนซีเมนต์ ที่นำมาพับเป็นถุง เหล่านี้นอกจากจะมีเชื้อโรคปนเปื้อนอยู่แล้ว สิ่งที่ตกค้างอยู่บนภาชนะ เช่น สีของหมึก

3) พลาสติกชนิดต่างๆ ต้องมีความทนทาน ทนต่อความร้อนและเย็นของอาหาร และไม่ปนเปื้อนกับอาหารอีกด้วย

4) อื่นๆ เช่น โฟม ต้องสามารถทนความร้อนและเย็นของอาหารได้ และไม่รวมตัวกับอาหาร

ข. บุคลากรหรือคนงานผู้ต้องสัมผัสอาหาร จะต้องเป็นผู้ที่มีสุขวิยาส่วนบุคคลที่ดีเพื่อป้องกันการปนเปื้อนอาหารหรือการแพร่กระจายโรค โดยจะต้องคำนึงถึงเรื่องต่อไปนี้คือ

- จัดหาน้ำสะอาดให้ผู้ที่จะต้องสัมผัสอาหารใช้ จะต้องเป็นน้ำที่สะอาด และได้มาตรฐานน้ำดื่มซึ่งหน่วยงานสาธารณสุขของรัฐเป็นผู้กำหนด

- ให้คำแนะนำ เรื่องสุขวิยาส่วนบุคคล เพราะถ้าสุขวิยาส่วนบุคคลของผู้สัมผัสอาหารไม่ดีแล้วก็จะก่อให้เกิดการปนเปื้อนสิ่งสกปรกหรือเชื้อโรคได้

- จัดให้มี อุปกรณ์ทำความสะอาด ให้แก่ ผู้สัมผัสอาหารใช้ได้ อย่างสะดวก และเหมาะสม เช่น ห้องอาบน้ำ อ่างล้างมือ ตู้เก็บเสื้อผ้า เพื่อไม่ให้ร่างกายหรือเครื่องนุ่งห่มเกิดความสกปรกในขณะที่ต้องทำการสัมผัสอาหาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นิยมนำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- จัดให้มีสิ่งแวดล้อม ที่มีความเหมาะสมต่อการปฏิบัติงาน ได้แก่ แสงสว่าง การระบายอากาศ อุณหภูมิ และความสะอาดของสถานที่ที่ใช้ในการประกอบอาหาร

ค. แมลง และสัตว์นำโรค ที่มีก่อปัญหาในโรคอาหาร เป็นสื่อถ่ายได้แก่ แมลงวัน แมลงสาบ มด หนู นก สุนัข ในการป้องกันและควบคุมแมลงและสัตว์นำโรคนั้นสามารถกระทำได้หลายวิธีการดังนี้ คือ

1) การออกแบบ และการก่อสร้างสถานที่ประกอบอาหารจะต้องมีโครงสร้าง ที่สามารถป้องกันไม่ให้แมลงและสัตว์นำโรคเข้าสู่ภายในอาคารได้

2) ระบบการเดินท่อนภายในอาคาร จะต้องไม่มีช่องว่างใด ๆ เพื่อไม่ให้เป็นช่องทางที่แมลงและสัตว์ใช้เป็นช่องทางสามารถเข้าสู่ตัวอาคาร ได้

3) หน้าต่าง และช่องระบายอากาศ จะต้องมิดชิดที่ปิดแน่น และจะต้องได้รับการบำรุงรักษาให้อยู่ในสภาพที่ดีไม่ฉีกขาด

4) ประตูที่เข้า - ออกตัวอาคารจะต้องปิดแน่น และจะต้องคงอยู่ในสภาพที่ปิดอยู่เสมอเมื่อไม่มีการเข้า - ออกสู่ตัวอาคาร

5) การให้คำแนะนำ และควบคุมการเก็บรักษาอาหารหรือการบรรจุผลิตภัณฑ์อาหาร ต้องให้คงอยู่ในสภาพที่สะอาดปราศจากสิ่งปนเปื้อนอื่นใดที่ไม่ต้องการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งต้องปราศจากการปนเปื้อนของ

จุลินทรีย์ ซึ่งการเก็บอาหารไว้ให้อยู่ในสภาพที่ดีมีคุณภาพของอาหารครบถ้วน จะต้องปฏิบัติดังนี้คือ

(1) การเก็บอาหารควรเก็บไว้ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิดมิดชิด และควรเก็บอาหารไว้ในที่สูงจากพื้น เพื่อป้องกันการกระเด็นเปรอะเปื้อนและไม่ให้เกิดการปนเปื้อนอื่น ๆ

(2) การเก็บอาหารที่ปรุงสุกแล้ว หรือผลิตภัณฑ์อาหารจะต้องทำการเก็บรักษาแยกออกจากวัตถุดิบที่ยังไม่ได้ปรุงหรือล้างทำความสะอาดแล้วเพื่อป้องกันการปนเปื้อนอาหาร

(3) การเก็บรักษาอาหารที่ปรุงสุกหรือผลิตภัณฑ์อาหาร เมื่อยังไม่นำมาบริโภคจะต้องเก็บไว้ในสถานที่ที่สามารถป้องกันการปนเปื้อนจากสิ่งสกปรกต่าง ๆ

(4) การเก็บรักษาอาหาร หรือผลิตภัณฑ์อาหาร จะต้องไม่เก็บรักษาไว้ในที่ที่เปียกชื้นและไม่เก็บไว้ในภาชนะที่มีความชื้นหรืออยู่ในลักษณะเปียก

4. การจัดการความสะอาดและการสุขาภิบาลทั่ว ๆ ไปในสถานที่ที่ใช้ในการประกอบอาหาร

1) การทำความสะอาดภาชนะอุปกรณ์และพื้นผิวสัมผัสอาหาร มีวัตถุประสงค์ 2 ประการคือ

ก. เพื่อกำจัดเศษอาหาร หรือสิ่งสกปรกอื่น ๆ ที่อาจจะมีการปนเปื้อนหรือจุลินทรีย์ที่ทำให้เกิดโรคหรือสิ่งปนเปื้อนอื่น ๆ ให้ออกไปให้หมด

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ข. เพื่อเป็นการรักษาความสะอาดสิ่งแวดล้อม และเป็นการส่งเสริมให้ผู้ที่จะต้องสัมผัสอาหารเกิดความตระหนักในเรื่องของสุขวิทยาส่วนบุคคลที่ดี

2) การดูแลความสะอาดเรียบร้อยของสถานที่ประกอบอาหาร โดยมีวัตถุประสงค์หลัก 4 ประการ คือ

ก. เพื่อไม่ให้กลายเป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของแมลงและสัตว์นำโรค

ข. เพื่อไม่ให้มีของเสียสะสมอยู่ อันจะเป็นสาเหตุของการแพร่กระจายเชื้อโรค หรือจุลินทรีย์ที่อาจจะทำลายให้วัตถุดิบหรืออาหารเสื่อมเสียคุณภาพ

ค. เพื่อไม่ให้เครื่องจักรอุปกรณ์ต่างๆ ที่อยู่ภายในสถานที่ประกอบการ เกิดการผุกร่อนหรือถูกทำลาย

ง. เพื่อรักษาสิ่งแวดล้อมในสถานที่ประกอบอาหารให้มีความสะอาดเป็นการส่งเสริมให้เกิดสุขวิทยาส่วนบุคคลที่ดีของผู้ปฏิบัติงานอยู่ภายในสถานที่ดังกล่าว

3) การบำบัดและการกำจัดของเสีย การประกอบอาหารมักจะต้องเกิดของเสีย ไม่ว่าจะเป็นของเสียที่อยู่ในรูปกลิ่น ซึ่งมาจากการ ทอด คั่ว ปิ้ง อบ จึงจำเป็นต้องทำการควบคุมและป้องกัน อาจด้วยการใช้การระบายอากาศ ของเสียอาจเกิดในรูปของของเหลวได้แก่ น้ำเสียจากการประกอบอาหาร น้ำเสียจากการล้างวัตถุดิบ น้ำเสียจากการล้างอุปกรณ์เครื่องมือเครื่องใช้หรือภาชนะใส่อาหาร จึงจำเป็นที่จะต้องมีการบำบัดและกำจัด

#### 5. การควบคุมคุณภาพของวัตถุดิบ ผลิตภัณฑ์อาหารและสารปรุงแต่ง

การควบคุมคุณภาพของวัตถุดิบ ผลิตภัณฑ์อาหารหรืออาหารที่ผ่านการปรุงเพื่อการบริโภค รวมถึงสารปรุงแต่งที่จะนำมาใช้ในการประกอบอาหารมีความสำคัญต่อคุณภาพของอาหารเป็นอย่างมาก ซึ่งคุณภาพของอาหารนั้นต้องมีการเลือกวัตถุดิบและสารปรุงแต่งที่มีคุณภาพ และทำการควบคุมไม่ให้เกิดการเสียคุณค่าหรือไม่ให้เกิดการปนเปื้อนก่อนที่จะนำมาใช้ เมื่อนำสารปรุงแต่งและวัตถุดิบที่มีคุณภาพมาใช้ในการประกอบอาหารด้วยกรรมวิธีที่ถูกต้องเหมาะสม และมีการป้องกันการปนเปื้อนในระหว่างการประกอบอาหารเป็นอย่างดีแล้วจะทำให้อาหารที่ปรุงหรือผลิตเสร็จเรียบร้อยแล้วมีคุณภาพดี แต่ถ้านำอาหารที่ประกอบเสร็จเรียบร้อยแล้วใช้บริโภคทันทีด้วยการใส่ในภาชนะที่สะอาดปราศเชื้อโรค และสารพิษก็ย่อมที่จะทำให้เกิดประโยชน์ แต่หากนำมาเก็บรักษาไว้ เพื่อรอการบริโภคในระยะเวลาหนึ่งจำเป็นที่จะต้องทำการเก็บรักษาไว้ให้เกิดความสะอาด และปลอดภัยจนกว่าที่จะนำมาใช้ในการบริโภค

#### 6. สุขวิทยาส่วนบุคคล

มนุษย์ ถือเป็นแหล่งของการปนเปื้อนที่สำคัญ ที่จะทำการแพร่กระจายโรคผ่านทางอาหาร สุขวิทยาส่วนบุคคล (hygiene) หมายถึงคนที่มีความสะอาด มีพฤติกรรมที่สะอาด และมีสุขภาพอนามัยดี

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนลิขสิทธิ์และสงวนชื่อและนามของท่านนั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

#### 1) ความสะอาดส่วนบุคคล ( Personal Cleanliness )

ความสะอาดส่วนบุคคล หมายถึง การแต่งกายด้วยเสื้อผ้าหรือเครื่องแต่งกาย และมีร่างกายที่สะอาด ผู้ที่จะประกอบอาหารหรือมีส่วนที่จะต้องสัมผัสอาหารควรจะต้องแต่งกายให้สะอาดอยู่เสมอและรักษาร่างกายให้สะอาดปราศจากสิ่งสกปรกเปื้อนใดๆ จึงควรมีผ้าคลุมผม และผ้าปิดปากที่สะอาด

## 2) พฤติกรรมที่สะอาด ( Personal Habit )

พฤติกรรมที่จำเป็นจะต้องฝึกปฏิบัติให้เกิดความเคยชินมีดังนี้

ก. การล้างมือให้สะอาด ในหลายกรณีได้แก่

- การล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่ และน้ำอุ่นก่อนทำงาน และหลังจากเสร็จสิ้นการทำงานในแต่ละครั้ง

- การล้างมือซ้ำหลังจากที่มือได้สัมผัสกับสิ่งสกปรกในระหว่างการทำงาน เช่น เมื่อสัมผัสกับวัตถุดิบ การดื่มน้ำหรืออาหารอื่น ๆ การสูบบุหรี่ การสั่งน้ำมูก การเข้าห้องน้ำ

ข. ในขณะที่ปฏิบัติงาน ควรหลีกเลี่ยงพฤติกรรม ที่จะทำให้เกิดความไม่สะอาดเรียบร้อย เช่น การแคะจมูกหรือปาก การหวีผม การสูบบุหรี่ การสั่งน้ำมูก

ค. ต้องพยายามไม่ใช้มือสัมผัสอาหาร ควรใช้เครื่องมืออุปกรณ์ที่สะอาดในการจับต้องหรือสัมผัสอาหาร เช่น การใช้ช้อน ส้อม คีม เครื่องหั่น กระดาษฟรอยด์ หรือพลาสติก

ง. การไอหรือจามต้องระมัดระวังด้วยการใช้ผ้าปิดปาก และล้างมือให้สะอาด และถ้าเป็นไปได้ควรจะไปไอหรือจามให้ห่างจากบริเวณที่จะต้องใช้ในการสัมผัสอาหาร

## 3) สุขภาพอนามัยของผู้ที่จะต้องสัมผัสอาหาร

ผู้สัมผัสอาหาร หมายถึง ผู้ผลิต ผู้ขนส่ง ผู้เตรียม ผู้จำหน่าย หรือผู้เสิร์ฟอาหาร

ผู้สัมผัสอาหาร จะต้องมีความรู้เกี่ยวกับสุขภาพส่วนบุคคลดังนี้

(1) มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อหรือเป็นพาหะของโรค

(2) ไม่เป็นโรคผิวหนังหรือมีบาดแผลตามร่างกาย

(3) มีสุขนิสัยดี รักษาความสะอาดของร่างกาย เส้นผม เสื้อผ้า และเครื่องแต่งกายและรองเท้าที่สวมใส่

(4) ตัดเล็บมือให้สั้นอยู่เสมอ

(5) ล้างมือ และแขนด้วยสบู่ทุกครั้ง และจากออกจากห้องน้ำ ห้องส้วม หรือจับต้องสิ่งสกปรก และเช็ดให้แห้งด้วยผ้าหรือกระดาษเช็ดมือที่สะอาด

ผู้ปรุง และผู้เสิร์ฟอาหาร สัมผัสอาหารอย่างใกล้ชิด จึงควรระมัดระวัง และปฏิบัติ ดังนี้

(1) แต่งกายให้สะอาด มีหมวกคลุมผม ผ้ากันเปื้อนสีขาว และสวมรองเท้าหุ้มส้น

(2) ควรตรวจร่างกายเป็นประจำอย่างน้อยปีละ 2 ครั้ง

เอกสารนี้เป็นเอกสาร (3) ไม่ชิมอาหารจากทัพพี งาน หรือใช้ช้อนชิมตักจากหม้อโดยตรง นำไป หรือใช้นิ้วแตะงานการค้ำ  
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

### อาหารเพื่อชม

(4) ไม่ไอหรือจามรดอาหาร ต้องใช้ผ้าเช็ดหน้าหรือกระดาษปิดปาก หรือมุกเวลาไอหรือจาม

(5) ถ้าไม่สบายหรือเป็นหวัด เจ็บคอ หรือท้องร่วง ควรหยุดปรุงอาหารเพราะอาจแพร่เชื้อโรคให้ผู้อื่นได้

#### ผู้เสิร์ฟอาหาร

(1) ซ้อน ส้อม ตะเกียบ ให้จับเฉพาะทางด้ามเท่านั้น

(2) แก้วน้ำให้จับค้ำจากกึ่งกลางแก้วลงมา ไม่แตะต้องปากแก้ว ถ้าเสิร์ฟแก้วหลายใบควรใช้ถาดช่วย

(3) งาน ชาม ควรจับเฉพาะที่ขอบ โดยใช้หัวแม่มือแตะที่ขอบภาชนะ อีกสี่นิ้วรองที่ก้นจาน ถ้าอาหารร้อนให้ใช้จานรอง เสิร์ฟหลายจานควรใช้ถาดช่วย

(4) รินน้ำจากขวดน้ำกาน้ำ หรือคูลเลอร์ใส่แก้ว ไม่ควรใช้แก้วจ้วงตักน้ำจากภาชนะเก็บน้ำมาดื่มโดยตรง

ผู้ที่จะต้องสัมผัสอาหารจะต้องกระทำตนให้เป็นผู้ที่มีสุขภาพดีอยู่เสมอ ถ้าหากเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อซึ่งอาจแพร่กระจายโรคสู่อาหารหรือหากทราบว่าจะเป็นการพาหะนำโรคจะต้องไม่ปฏิบัติงานในบริเวณที่ผลิตอาหารหรือสัมผัสกับอาหารโดยเด็ดขาด เช่น เป็นแผลหนอง ถูกน้ำร้อนลวก ท้องเสีย เจ็บคอ โรคระบบทางเดินหายใจ หรือโรคผิวหนัง ควรให้มีการตรวจสุขภาพผู้ที่จะต้องสัมผัสอาหาร ถ้าเป็นผู้ที่ต้องปฏิบัติงานในร้านอาหารหรือโรงงานอุตสาหกรรมอาหารจะต้องมีการตรวจสุขภาพก่อนที่จะให้ทำงาน และให้มีการตรวจเป็นระยะในระหว่างปฏิบัติงาน เช่น ทุกๆ 6 เดือน หรือ 1 ปี หากพบว่าเกิดการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อจะต้องได้รับการรักษาให้หายก่อนจึงค่อยให้มาปฏิบัติหน้าที่ดังเดิม (ปรีชา ศรีพรหม, 2538 : 10)

### 3. ความสำคัญของอาหารและการสุขาภิบาลอาหาร

อาหารเป็นปัจจัยที่สำคัญของมนุษย์ที่ทุกคนต้องบริโภค การบริโภคอาหารของคนเราก็เพื่อการเจริญเติบโตและดำรงชีวิตอยู่ได้ การบริโภคอาหารนี้จะต้องคำนึงถึงแต่ความอร่อย ความน่าบริโภค หรือการกินให้อิ่มไปวันๆ นั้น ถือว่ายังไม่พอและไม่ถูกต้อง สิ่งสำคัญที่ต้องพิจารณาในการบริโภคอาหารซึ่งนอกเหนือจากที่กล่าวแล้ว คือ ความสะอาดของอาหารและความปลอดภัยของผู้บริโภคโดยตรง ทั้งนี้เพราะว่า อาหารที่บริโภคนั้นแม้จะมีความอร่อยและมีรสชาติดีเลิศเพียงใดก็ตาม ถ้าเป็นอาหารสกปรกมีเชื้อโรค หนองพยาธิหรือสารพิษปะปนอยู่ย่อมจะมีพิษภัยต่อสุขภาพของผู้บริโภคได้ อาจทำให้เกิดการเจ็บป่วย เช่น ปวดท้อง อุจจาระร่วง อาเจียน เวียนศีรษะ หน้ามืด ตาลาย หรือเป็นโรคหนองพยาธิทำให้ผอมแห้ง ซุบซิด หรืออาจทำให้เกิดการเจ็บป่วยในลักษณะเป็นโรคเรื้อรังที่เรียกว่า “ตายผ่อนส่ง” ซึ่งเกิดจากสารพิษที่กินเข้าไปก็ได้ การที่จะป้องกัน

เอกสารนี้เป็นลิขสิทธิ์ของกรมส่งเสริมการค้าระหว่างประเทศ กระทรวงพาณิชย์ สำนักงานการค้าไม่ทางการใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

และควบคุมเพื่อแก้ไขปัญหาให้ผู้บริโภคเป็นโรคอาหาร ควรแก้ไขปัญหาโดยการให้คนเราได้บริโภคอาหารที่สะอาดปราศจากเชื้อโรค หนองพยาธิ และสารพิษ นั่นคือจะต้องจัดให้มีการดำเนินงานสุขาภิบาลอาหารขึ้น

อาหารมีความสำคัญต่อสิ่งมีชีวิตทุกชนิด และความต้องการอาหารของสิ่งมีชีวิตต่างก็มีความแตกต่างกันไปขึ้นอยู่กับกลุ่มของสิ่งมีชีวิตนั้นๆ มนุษย์มีความต้องการอาหารเพื่อวัตถุประสงค์ 3 ประการคือ

1. เพื่อสร้างพลังงานในการทำงานของอวัยวะต่างๆ ของร่างกายให้เป็นไปตามปกติ
2. เพื่อให้เกิดความสดชื่นกระปรี้กระเปร่า ร่าเริงผ่องใส รวมถึงความแข็งแรง และมีความต้านทานต่อโรคภัยไข้เจ็บต่าง ๆ

3. เพื่อการเจริญเติบโตและซ่อมแซมอวัยวะส่วนที่สึกหรอของร่างกาย

สารอาหาร (Nutrient) ที่สำคัญซึ่งร่างกายต้องการแบ่งเป็น 6 ประเภท ได้แก่ คาร์โบไฮเดรต ไขมัน โปรตีน เกลือแร่ วิตามิน และน้ำ ถ้าหากมนุษย์ได้มีการบริโภคสารอาหารทั้ง 6 ประเภทครบถ้วนและได้ตามสัดส่วนที่เหมาะสมต่อความต้องการของร่างกายแล้วก็น่าที่จะมั่นใจได้ว่าจะทำให้มีสุขภาพอนามัยดีตามไปด้วย แต่ในความเป็นจริงแล้วนอกจากการบริโภคอาหารที่มีสารอาหารครบถ้วนและมีสัดส่วนตามความต้องการของร่างกายแล้วจำเป็นที่จะต้องคำนึงถึงคุณภาพของอาหารในด้านอื่นๆ อันได้แก่ ความสะอาด (cleanliness) ความปลอดภัย (safe) และความน่าบริโภค (asethetic) ดังนั้นการสุขาภิบาลอาหารและการโภชนาการจึงควรดำเนินการควบคู่กันไปเพื่อให้เกิดผลดีต่อสุขภาพอนามัยของผู้บริโภค (กรมอนามัย : 2547)

การปรุงอาหาร คือการนำเอาอาหารดิบมาปรุงแต่งให้เป็นอาหารสุก หรือทำให้เป็นอาหารสำเร็จรูปพร้อมที่จะรับประทานได้ การปรุงอาหาร นอกจากจะต้องคำนึงถึงการสูญเสียคุณค่าทางอาหารแล้ว ก็ควรจะคำนึงถึงการปรุงอาหารที่ถูกหลักสุขาภิบาล ซึ่งสามารถจะกำจัดเชื้อโรคได้ การปรุงอาหารควรจะต้องพิจารณาดังนี้

1. ใช้ความร้อนสูงในเวลาสั้น เช่น การผัดผัดต่างๆ เป็นต้น การปรุงวิธีนี้อาจจะรักษาคุณค่าของอาหารไว้ได้ดี แต่เชื้อโรคที่มีสปอร์หุ้มอาจจะไม่ตาย

2. ใช้อุณหภูมิสูงคงที่เวลานาน เช่น การต้ม ตุ่น ต่างๆ วิธีนี้จะช่วยฆ่าเชื้อโรคได้ดี แต่ทำให้คุณค่าทางอาหารเสียไปได้

3. อาหารต่างชนิดกันใช้อุณหภูมิในการปรุงอาหารนั้นๆ ให้สุกแตกต่างกัน บางอย่างใช้อุณหภูมิต่ำก็อาจสุกแล้ว บางอย่างใช้อุณหภูมิสูงและใช้เวลานาน เช่น การปรุงผัก ปรุงเนื้อ ปรุงอาหารทะเล ปรุงอาหารแห้ง หรือของหมักดอง (สุรเดช ตำราญจิตต์, 2529 : 95)

#### การเก็บอาหารก่อนปรุง

อาหารควรเก็บไว้อย่างดีในที่เก็บในระหว่างที่ปรุง เช่น จำพวกเนื้อสัตว์ สัตว์ปีกพืชผัก ผลไม้ และอื่นๆ เพื่อจะได้ถนอมคุณค่าของอาหาร และรสชาติและคงสภาพเดิมมากที่สุด ทั้งนี้

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่จัดทำขึ้นโดยกรมการสาธารณสุขและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องเพื่อใช้ในการดำเนินงานการคุ้มครองผู้บริโภค และส่งเสริมสุขภาพของประชาชน ไม่ควรนำเอกสารนี้ไปเผยแพร่โดยไม่ได้รับอนุญาตจากกรมการคุ้มครองผู้บริโภค

ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เพื่อป้องกันอาหารเป็นพิษและเกิดการเน่าเสียเสื่อมสภาพขึ้นได้ การเก็บควรจะได้แยกชนิดไม่เก็บปะปนกันและ เก็บไว้ที่มีอุณหภูมิที่เหมาะสมกับสภาพอาหารนั้นๆ เช่นพวกเนื้อสัตว์และพืชผักย่อมต้องการอุณหภูมิที่แตกต่างกัน การเก็บไว้ในอุณหภูมิพอเหมาะพอควรจะสามารถรักษาอาหารไว้ได้นานและไม่เสื่อมคุณภาพ นอกจากนั้นต้องนำไปปรุงไปบริโภคตามสภาวะและตามอายุขัยของอาหาร ของเก่าก็ใช้ไปก่อน เก็บของใหม่ไว้ครั้งต่อไป หมุนเวียนกันไปตามชนิดของอาหารนั้นๆ เป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งเพื่อป้องกันการเสียหายหรือเน่าทิ้งไปโดยไร้ประโยชน์ ควรจะมีตู้เก็บอาหารให้มีฉนวนป้องกันสัตว์และแมลงรบกวน หรือทำความสะอาดปกให้อาหารได้ เช่น

1. การไว้ในตู้เย็น หรือตู้ความเย็นอื่นที่ใช้ใส่อาหาร อาหารที่จะนำเข้ามาเก็บ ควรจะวางไว้ในชั้นในช่องวางของ หรือมีของแขวนให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ควรแบ่งเป็นพวกๆ ดังนี้

ก. อาหารจำพวกที่ต้องการเก็บให้เย็นจนแข็ง เช่น พวกเนื้อสัตว์ สัตว์ปีก หรือพวกไอศกรีมเนยแข็ง เป็นต้น ควรเก็บในอุณหภูมิ - 17.8 องศาเซลเซียส ถึง - 23.3 องศาเซลเซียส

ข. อาหารที่ควรเก็บไว้ในตู้เย็นแล้วแต่ชนิดของอาหาร และต้องการควบคุมอุณหภูมิให้คงที่ไว้ตลอดเวลา เช่น พวกอาหารทะเล ควรเก็บไว้ในอุณหภูมิ 7.2 องศาเซลเซียส หรือต่ำกว่า

ค. พวกพืชผักสด ซึ่งมีกลิ่นหอม หรือของหอมไม่ควรเก็บไว้ปะปนรวมกัน ควรเก็บพวกมีกลิ่นเหม็นไว้ในหีบห่อหรือในกล่องให้มีฉนวน เช่น อาจจะใช้ถุงพลาสติกรัดปากถุงให้แน่น เพื่อป้องกันกลิ่นไปรบกวนสิ่งของอื่น อาทิ เช่น พวกผ้าเย็น หรือของอื่นให้มีกลิ่นไปด้วย ซึ่งปรากฏอยู่บ่อยๆ

ง. ผลไม้และผักสด ควรเก็บไว้ในตู้เย็นอุณหภูมิระหว่าง 1.7-7.2 องศาเซลเซียส และมีความชื้นสัมพัทธ์ระหว่าง 80 - 90 เปอร์เซ็นต์

2. พวกพืชผักมีหัว เช่น มันฝรั่ง หัวหอม กระเทียม หัวผักกาด ควรมีที่เก็บให้เรียบร้อย อาจเป็นกล่องหรือชามอ่างหรือตะกร้าที่เหมาะสมหรือเก็บในที่ที่มีอากาศถ่ายเทได้

3. อาหารกระป๋อง ต้องเก็บในที่แห้ง และไม่ร้อน มีอากาศถ่ายเทได้ การเก็บไม่ควรให้ถูกแสงแดด และไม่เก็บสารเคมี เช่น กรด ต่าง และไอน้ำ ระยะเวลาเก็บไม่ควรนานเกิน 1 ปี

4. อาหารตากแห้งควรเก็บไว้ในที่แห้ง ลมโกรกไม่ร้อน ไม่ถูกแสงแดด เก็บในภาชนะที่กันความชื้นได้ ถ้าระหว่างที่เก็บอาหารนั้นเกิดความชื้นขึ้นมาอีกควรนำมาตากใหม่ให้แห้ง

อาหารที่ปรุงเสร็จ แล้วควรจะได้มีการเก็บรักษาไว้ให้ดี เพื่อให้อาหารนั้นมีคุณค่าดี และสะอาดปลอดภัย ควรมีการเก็บดังต่อไปนี้

1. อาหารประเภทเตรียมเสิร์ฟชนิดที่เก็บไว้ในที่เย็น ต้องเก็บในอุณหภูมิต่ำกว่า 7.2 องศาเซลเซียส เช่นอาหารพวกเนื้อสัตว์ นม ผลิตภัณฑ์ หรือผลิตภัณฑ์ของนม ผลิตภัณฑ์ของไข่หรืออย่างอื่น เป็นต้น

2. อาหารจำพวกที่ต้องเก็บไว้ในที่ร้อน ต้องเก็บในอุณหภูมิสูงกว่า 60 องศาเซลเซียส

3. อาหารจำพวกที่ต้องเก็บให้เย็นจนแข็ง เช่น ไอศกรีม ควรเก็บในอุณหภูมิที่ต่ำกว่า

#### -17.8 องศาเซลเซียส

4. อาหารจำพวกขนมปัง และผลิตภัณฑ์ต่างๆ ที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน เช่น ขนมเค้ก ขนมถ้วยฟูขนมปังอื่นๆ ควรเก็บไว้ในหีบห่อ หรือในตู้ที่สามารถป้องกันแมลงวันและสัตว์อื่นมารบกวนแตะสัมผัสได้ ผลิตภัณฑ์เหล่านี้ไม่ควรเก็บไว้ในชั้นเดียว ควรมีความสูงจากพื้นไม่ต่ำกว่า 60 เซนติเมตร

5. อาหารที่ปรุงเสร็จแล้ว ควรมีภาชนะที่ปกปิด ป้องกันสิ่งสกปรกทั้งหลายอาจตกลงไปในอาหารได้ เช่น ฝู้นละออง น้ำมูก น้ำลาย ที่กระเด็นจากการไอการจามของผู้ซื้ออาหาร

6. ป้องกันการไต่ตอมของแมลงวัน แมลงสาบ พวกลูกตัวเหาะ เช่น หนู และอื่นๆ เข้าไปไต่ตอมอาหาร ทำให้สกปรกได้ ควรเก็บอาหารไว้ในตู้ที่มีตาข่ายปิดกันแมลงได้มิดชิด

7. ป้องกันสารเคมีเป็นพิษ ที่ใช้ฆ่าแมลง เช่น ยาฆ่าแมลงวัน แมลงสาบ หนู ฟุ้งกระจายไปสัมผัสกับอาหารได้

การสุขาภิบาลอาหารมีความเกี่ยวข้องกับการดำเนินการจัดการอาหารให้เกิดความสะอาด ความปลอดภัย และมีความน่าบริโภค ด้วยการปรับปรุง บำรุงรักษา และแก้ไขให้สิ่งแวดล้อมต่างๆ ในการดำเนินการจัดการอาหารในทุกขั้นตอนไม่ว่าจะเป็นการคัดเลือกวัตถุดิบ การขนส่งและการเก็บรักษาอาหารดิบ การเตรียมและการปรุงอาหาร (การผลิตอาหาร) และอาหารปรุงสำเร็จ (ผลิตภัณฑ์อาหาร) ก่อนบริโภค ทั้งนี้ทั้งนั้นก็เพื่อป้องกันการเกิดปัญหาโรคร้ายไข้เจ็บอันเนื่องมาจากการบริโภคอาหาร (กรมอนามัย : 2547)

#### 4. มาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหารของ Clean Food Good Taste

##### 1. ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหารสำหรับร้านอาหาร

1) สถานที่รับประทาน เตรียม - ปรุง - ประกอบอาหาร ต้องสะอาดเป็นระเบียบ และจัดเป็นสัดส่วน

2) ไม่เตรียมปรุงอาหารบนพื้น และบริเวณหน้า หรือในห้องน้ำ ห้องส้วม และต้องเตรียมปรุงอาหารบน โต๊ะที่สูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

3) ใช้สารปรุงแต่งอาหารที่มีความปลอดภัย มีเครื่องหมายรับรองของทางราชการ เช่น ทะเบียนตำรับอาหาร (อย.) เครื่องหมายรับรองมาตรฐานของกระทรวงอุตสาหกรรม (มอก.)

4) อาหารสดต้องล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรุง หรือเก็บ การเก็บอาหารประเภทต่างๆ ต้องแยกเก็บเป็นสัดส่วน อาหารประเภทเนื้อสัตว์ดิบ เก็บในอุณหภูมิที่ไม่สูงกว่า 7.2 องศาเซลเซียส

5) อาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาดมีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

6) น้ำแข็งที่ใช้บริโภคต้องสะอาด เก็บในภาชนะที่สะอาดมีฝาปิด ใช้อุปกรณ์ที่มีด้าม

เอกรัง สำหรับคีบหรือตักโดยเฉพาะวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. และต้องไม่มีสิ่งของอย่างอื่นแหว่งร่วมด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

7) ล้างภาชนะด้วยน้ำยาล้างภาชนะ แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง หรือล้างด้วยน้ำไหล และที่ล้างภาชนะ ต้องวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

8) เขียงและมีด ต้องมีสภาพดี แยกใช้ระหว่างเนื้อสัตว์สุก เนื้อสัตว์ดิบ และผัก ผลไม้

9) ซ้อน ส้อม ตะเกียบ วางตั้งเอาด้ามขึ้นในภาชนะโปร่งสะอาด หรือวางเป็นระเบียบในภาชนะโปร่งสะอาดและมีการปกปิด เก็บสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

10) มุลฝอย และน้ำเสียบทุกชนิด ได้รับการกำจัดด้วยวิธีที่ถูกหลักสุขาภิบาล

11) ห้องส้วมสำหรับผู้บริโภคและผู้สัมผัสอาหารต้องสะอาด มีอ่างล้างมือที่ใช้การได้ดี และมีสบู่ใช้ตลอดเวลา

12) ผู้สัมผัสอาหารแต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน ผู้ปรุงต้องผูกผ้ากันเปื้อนที่สะอาดสวมหมวกหรือเน็ตคลุมผม

13) ผู้สัมผัสอาหารต้องล้างมือให้สะอาดก่อนเตรียมปรุง ประกอบ จำหน่ายอาหารทุกครั้ง ใช้อุปกรณ์ในการหยิบจับอาหารที่ปรุงสำเร็จแล้วทุกชนิด

14) ผู้สัมผัสอาหารที่มีบาดแผลที่มือต้องปกปิดแผลให้มิดชิด หลีกเลี่ยงการปฏิบัติงานที่มีโอกาสสัมผัสอาหาร

15) ผู้สัมผัสอาหารที่เจ็บป่วยด้วยโรคที่สามารถติดต่อไปยังผู้บริโภคโดยมีน้ำและอาหารเป็นสื่อ ให้หยุดปฏิบัติงานจนกว่าจะรักษาให้หายขาด

2. ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหาร สำหรับแหล่งจำหน่ายอาหาร

1) แหล่งจำหน่ายอาหารทำจากวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย มีสภาพดี เป็นระเบียบ อยู่สูงจากพื้น อย่างน้อย 60 ซม.

a. อาหารปรุงสุกมีการปกปิด หรือมีการป้องกันสัตว์แมลงนำโรค

b. สารปรุงแต่งอาหาร ต้องมีเลขทะเบียนตำรับอาหาร (อย.)

3. ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหารสำหรับโรงอาหาร

ก. สถานที่รับประทานอาหาร และบริเวณทั่วไป

1) สะอาด เป็นระเบียบ

2) โถ๊ะ เก้าอี้ สะอาด แข็งแรง จัดเป็นระเบียบ

3) มีการระบายอากาศที่ดี และสำหรับห้องรับประทานอาหารที่มีเครื่องปรับอากาศ ต้องมีเครื่องดูดอากาศ รวมทั้งติดเครื่องหมาย “ห้ามสูบบุหรี่” ไว้ด้วย

ข. บริเวณที่เตรียม-ปรุงอาหาร

1) สะอาด เป็นระเบียบ พื้นทำด้วยวัสดุถาวร แข็ง เรียบ สภาพดี

2) มีการระบายอากาศ รวมทั้งกลิ่น และควันจากการทำอาหารได้ดี เช่น มีปล่องระบายควัน หรือ พัดลมดูดอากาศที่ใช้การได้ดี

เอกสารนี้เป็นเอกสาร 3) ไม่เตรียมและปรุงอาหารบนพื้น การศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

4) โต้ะเตรียม - ปรุง และผนังบริเวณเตาไฟ ต้องทำด้วยวัสดุที่ทำความสะอาดง่าย (เช่น สแตนเลส กระเบื้อง) มีสภาพดี และพื้นโต้ะต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

ค. ตัวอาหาร น้ำ น้ำแข็ง เครื่องดื่ม

1) อาหารและเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท ต้องมีเลขทะเบียนดำรับอาหาร  
2) อาหารสด เช่น เนื้อสัตว์ ผักสด ผลไม้ และอาหารแห้ง มีคุณภาพดี แยกเก็บเป็นสัดส่วน ไม่ปะปนกัน วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. หรือเก็บในตู้เย็น ถ้าเป็นห้องเย็น ต้องวางอาหารสูงจากพื้นอย่างน้อย 30 ซม. สำหรับอาหารสดต้องล้างให้สะอาดก่อนนำมาปรุง

3) อาหาร และเครื่องดื่มในภาชนะบรรจุที่ปิดสนิท มีคุณภาพดี เก็บเป็นระเบียบสูงจากพื้นอย่างน้อย 30 ซม.

4) อาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาด มีการปกปิด วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

5) มีตู้สำหรับปกปิดอาหารที่ปรุงสำเร็จแล้ว และด้านหน้าของผู้ต้องเป็นกระจก

6) น้ำดื่ม เครื่องดื่ม น้ำผลไม้ต้องสะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด มีก๊อกหรือทางเทริน้ำหรือมีอุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับดักโดยเฉพาะ และวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

7) น้ำแข็งที่ใช้บริโภคต้องสะอาด ใส่ในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิด มีอุปกรณ์ที่มีด้ามสำหรับคีบหรือดักโดยเฉพาะ วางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. และต้องไม่มีสิ่งของอื่นเข้าร่วมไว้

ง. ภาชนะอุปกรณ์

1) ภาชนะอุปกรณ์ เช่น จาน ชาม ช้อน ส้อม ฯลฯ ต้องทำด้วยวัสดุที่ไม่เป็นอันตราย เช่น สแตนเลส กระเบื้องเคลือบขาว แก้ว อลูมิเนียม เมลามีนสีขาว หรือสีอ่อน สังกะสีเคลือบขาว สำหรับ ตะเกียบต้องเป็นไม้ไม้ตกแคงสี หรือพลาสติกขาว

2) ภาชนะใส่น้ำดื่มสายชู น้ำปลา และน้ำจิ้ม ต้องทำด้วยแก้ว กระเบื้องเคลือบขาว มีฝาปิด และช้อนตักทำด้วยกระเบื้องเคลือบขาว หรือสแตนเลส สำหรับเครื่องปรุงรสอื่นๆ ต้องใส่ในภาชนะ ที่ทำความสะอาดง่าย มีฝาปิด และสะอาด

3) ล้างภาชนะอุปกรณ์ด้วยวิธีการอย่างน้อย 2 ขั้นตอน โดยขั้นตอนที่ 1 ล้างด้วยน้ำยา ล้างภาชนะและขั้นตอนที่ 2 ล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง หรือล้างด้วยน้ำไหล และอุปกรณ์การล้าง ต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

4) ใช้อ่างล้างภาชนะอุปกรณ์ที่มีท่อระบายน้ำที่ใช้การได้ดี อย่างน้อย 2 อ่าง

5) จาน ชาม ถ้วย แก้วน้ำ ถาดหลุม ฯลฯ เก็บคว่ำในภาชนะ หรือตะแกรงวางสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม. หรือเก็บในภาชนะหรือสถานที่ที่สะอาดมีการปกปิด

6) ช้อน ส้อมตะเกียบวางตั้งเอาด้ามขึ้นในภาชนะโปร่งสะอาดหรือวางเป็นระเบียบในภาชนะที่สะอาดและมีการปกปิด ตั้งสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 ซม.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

7) เจียงต้องมีสภาพดี ไม่แตกร้าว หรือเป็นร่อง มีเจียงใช้เฉพาะอาหารสุก และอาหารดิบแยกจาก กัน มีฝาชีครอบ (ยกเว้นครีวที่มีการป้องกันแมลงวันแล้ว)

จ. การรวบรวมขยะ และน้ำโสโครก

1) ใช้ถังขยะที่ไม่รั่วซึม และมีฝาปิด

2) มีท่อหรือรางระบายน้ำที่มีสภาพดี ไม่แตกร้าว ระบายน้ำจากห้องครัว และที่ล้างภาชนะอุปกรณ์ ลงสู่ท่อระบายหรือแหล่งบำบัดได้ดี และต้องไม่ระบายน้ำเสียลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะโดยตรง

3) มีบ่อดักเศษอาหารและดักไขมันที่ใช้การได้ดี ก่อนระบายน้ำเสียทิ้ง

ฉ. ห้องน้ำ ห้องส้วม

1) ห้องน้ำ ห้องส้วมต้องสะอาด ไม่มีกลิ่นเหม็น มีน้ำใช้เพียงพอ

2) ห้องส้วมแยกเป็นสัดส่วน ประตูไม่เปิดสู่บริเวณที่เตรียม-ปรุงอาหาร ที่ล้างและเก็บภาชนะอุปกรณ์ ที่เก็บอาหาร และต้องมีอ่างล้างมือที่ใช้การ ได้คืออยู่ในบริเวณห้องส้วม

ช. ผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟ

1) แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน

2) ผูกผ้ากันเปื้อนสีขาว หรือมีเครื่องแบบ ผู้ปรุงจะต้องใส่หมวก หรือเน็ตคลุมผมด้วย

3) ต้องเป็นผู้มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ ไม่เป็นโรคผิวหนัง สำหรับผู้ปรุงจะต้องมีหลักฐานการตรวจสุขภาพในปีนั้นให้ตรวจสอบได้

4) มีสุขนิสัยที่ดี เช่น ตัดเล็บสั้น ไม่สูบบุหรี่ในขณะที่ปฏิบัติงาน ไม่ใช้มือหยิบจับอาหารที่ปรุงเสร็จ แล้วโดยตรง (กองสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย : 2547)

## 5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ไฉยิกา พิมพ์ (2544 : บทคัดย่อ) ทศนคติที่มีต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาสาขาอุตสาหกรรมเกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบังอุตสาหกรรม ปีการศึกษา 2544 จำนวน 82 คน พบว่า นักศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง บิดา – มารดา ประกอบอาชีพเกษตรกรรม รายได้นักศึกษาต่อเดือนส่วนใหญ่อยู่ระหว่าง 3,000 – 5,000 บาท และพักอาศัยอยู่ที่หอพักของเอกชน และมีทัศนคติในการตัดสินใจบริโภคอาหารจานด่วน คือ มีความสะดวกรวดเร็วในการรับประทาน ไม่มีเวลาในการเตรียมอาหารเพื่อรับประทานเอง ทำเลที่ตั้งของร้านอาหารสะดวกต่อการซื้อและรับประทาน อาหารมีความหลากหลายและมีหลายชนิดให้เลือกรับประทาน ความสะอาดของร้านอาหาร และไม่มีสถานที่ในการรับประทานอาหาร

สุกัญญา ชันตี (2543 : บทคัดย่อ) ทศนคติของนักศึกษาด้านสุขอนามัยของอาหาร ต่อการ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

เลือกซื้ออาหารในโรงอาหารคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง ปีการศึกษา 2543 จำนวน 99 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาหญิงมากกว่านักศึกษาชาย มีค่าใช้จ่ายรายเดือนอยู่ระหว่าง 3,000 – 4,500 บาทและรับประทานอาหารในโรงอาหารคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม วันละ 2 มื้อ

ทัศนคติด้านการเก็บรักษาอาหาร ด้านการปรุงอาหาร ด้านอุปกรณ์ใส่อาหารและด้านการบริการอื่นส่งอาหาร ส่วนใหญ่พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง

ศิริลักษณ์ อุพานิช (2535 : 75) การสำรวจภาวะโภชนาการ และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาในจังหวัดสุโขทัย พบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับภาวะโภชนาการของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – 6 ในจังหวัดสุโขทัย ได้แก่ เขตที่ตั้งของโรงเรียนการจัดบริการอาหารกลางวันในโรงเรียนประวัตินการเจ็บป่วย นิสัยการบริโภคของนักเรียน ระดับการศึกษา อาชีพของบิดาและมารดาของนักเรียน รวมทั้งระดับรายได้ของครอบครัว กล่าวคือ นักเรียนจากโรงเรียนในเขตเทศบาลหรือสุขาภิบาลมีภาวะโภชนาการดี

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัย เรื่องการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามหัวข้อ ดังนี้

#### 3.1 ประชากร (Population)

#### 3.2 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Sampling Procedure)

#### 3.3 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

##### 3.3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

##### 3.3.2 วิธีดำเนินการสร้างแบบสอบถาม และลักษณะของแบบสอบถาม

##### 3.3.3 การทดลองใช้แบบสอบถาม

##### 3.3.4 วิธีการดำเนินการส่งแบบสอบถามและสัมภาษณ์

##### 3.3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

#### 3.1 ประชากร (Population)

ประชากรที่ใช้ในการศึกษา คือ ประชากรที่อาศัยอยู่ในตลาดมินบุรี เน้นเฉพาะกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ มีจำนวนทั้งสิ้น 989 คน

#### 3.2 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่าง (Sampling Procedure)

ในการศึกษาครั้งนี้มีจำนวนประชากรเน้นเฉพาะนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญที่อาศัยอยู่ในตลาดมินบุรี มีจำนวน 989 คน แล้วนำมากำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้วิธีของ Krejcie และ Morgan (บุญชม ศรีสะอาด, 2535 : 40) ได้ขนาดตัวอย่าง 197 คน

### 3.3 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

#### 3.3.1 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) เกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาดมีนบุรี

#### 3.3.2 วิธีดำเนินการสร้างแบบสอบถาม และลักษณะของแบบสอบถาม

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการสร้างแบบสอบถามดังนี้

- ศึกษาวัตถุประสงค์ของปัญหาให้เข้าใจ และศึกษาหลักการสร้างแบบสอบถามเพื่อให้เหมาะในการเก็บรวบรวมข้อมูล

- กำหนดประเด็น และขอบเขตของคำถามโดยแบ่งออกเป็นหมวดหมู่ เพื่อให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัยลักษณะของแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

- นำแบบสอบถามให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบเนื้อหา การใช้ภาษา และรูปแบบของแบบสอบถาม เพื่อตรวจแก้ไขให้ถูกต้องเหมาะสม

#### 3.3.3 การทดลองใช้แบบสอบถาม (Try out)

นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นไปทดสอบกับประชากรที่อาศัยอยู่ในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ จำนวน 15 คน เพื่อทดสอบหาความสัมพันธ์ของข้อมูลโดยใช้สูตรของเพียร์สัน (ประคอง วรรณสุต, 2528 : 106) ได้ค่าความสัมพันธ์ของข้อมูลเท่ากับ 0.96 พบว่าระดับค่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับที่ยอมรับได้ จึงนำแบบสอบถามไปใช้

สูตร

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	$r_{xy}$	=	ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร X และตัวแปร Y
	$\sum X$	=	ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปร X
	$\sum Y$	=	ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปร Y
	$\sum XY$	=	ผลรวมของข้อมูลที่วัดได้จากตัวแปร X กับ Y
	$\sum X^2$	=	ผลรวมของกำลังสองของข้อมูลตัวแปร X
	$\sum Y^2$	=	ผลรวมของกำลังสองของข้อมูลตัวแปร Y

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับใช้จำนวนข้อมูลหรือจำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้คัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

### 3.3.4 วิธีการดำเนินการส่งแบบสอบถามและสัมภาษณ์

ผู้วิจัย ดำเนินการเก็บข้อมูลกับประชากรที่อาศัยอยู่ในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 เน้นเฉพาะกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐานุตรบำเพ็ญ จำนวนทั้งสิ้น 197 คน และทำการเก็บรวบรวมข้อมูลกลับคืนด้วยตัวเอง และได้รับแบบสอบถามกลับคืนจำนวน 197 ชุด คิดเป็นร้อยละ 100

### 3.3.5 การวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

เมื่อรวบรวมแบบสอบถามและตรวจความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้วนำข้อมูลไปวิเคราะห์รวมทั้งการนำเสนอและแปลผลดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพและอายุ นำมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอเป็นแบบตารางและแปลผลโดยการบรรยาย

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาดมีนบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 นำมาหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเป็นแบบตารางและแปลผลโดยการบรรยาย

## บทที่ 4

### ผลการวิจัยและการวิจารณ์ผล

ผลการวิจัยเรื่องการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนใน ตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนใน ตลาดมินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547

#### 4.1 ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตารางที่ 1 แสดงสภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

รายการ	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	114	57.9
หญิง	83	42.1
2. อายุ		
14 – 15 ปี	38	19.3
16 – 17 ปี	159	80.7

จากตารางพบว่าผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย (ร้อยละ 57.6) และมีอายุระหว่าง 14 – 15 ปี (ร้อยละ 19.3)

ตอนที่ 2 จากการสอบถามเบื้องต้นเกี่ยวกับความเข้าใจ Clean Food Good Taste ของประชาชน ในตลาดมินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547


พบว่า ประชาชนในตลาดมินบุรี ส่วนใหญ่เคยเห็นสัญลักษณ์ Clean Food Good Taste ร้อยละ 92.9 และสัญลักษณ์ Clean Food Good Taste มีผลต่อการเลือกซื้ออาหารร้อยละ 90.4 ส่วนใหญ่ร้อยละ 58.4 เข้าใจว่าเป็นอาหารปรุงสำเร็จที่ถูกสุขลักษณะ และใช้เป็นปัจจัยในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารร้อยละ 76.6 และส่วนใหญ่ร้อยละ 60.4 เข้าใจว่า Clean Food Good Taste ต้องเป็นอาหารที่มีรสชาติดี แปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยเกี่ยวกับความเข้าใจ ของประชาชนในเรื่อง Clean Food Good Taste

รายการ	ร้อยละ	ค่าคะแนนเฉลี่ย	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
<b>1. ร้านค้าที่มีสัญลักษณ์นี้  ควรมีลักษณะใด</b>			
1) สถานที่ตั้งสะอาด	58.4	0.58	0.49
2) ภาชนะและอุปกรณ์สะอาด	57.4	0.57	0.50
3) ความสะอาดของผู้ประกอบอาหาร	46.2	0.46	0.50
<b>2. สถานที่รับประทานอาหารที่มีสัญลักษณ์นี้  ควรมีลักษณะใด</b>			
1) มีการระบายอากาศที่ดี	80.8	0.81	0.39
2) สะอาด	77.7	0.78	0.42
3) โต๊ะ เก้าอี้ มีการจัดอย่างเป็นระเบียบ	68.2	0.69	0.47
4) มีห้องน้ำ/ห้องส้วมสำหรับผู้บริโภค	50.8	0.51	0.50
<b>3. สถานที่เตรียมปรุงอาหารที่มีสัญลักษณ์นี้  ควรมีลักษณะใด</b>			
1) มีการระบายอากาศรวมทั้งกลิ่นและควันจากการทำอาหารได้ดี	85.3	0.85	0.36
2) ต้องสะอาดเป็นระเบียบ	78.2	0.78	0.42
3) เขียงและมีด มีสภาพดีและสะอาด	73.1	0.73	0.44
4) อาหารสด ต้องล้างก่อนนำมาปรุง	71.1	0.71	0.45
5) ไม่เตรียมหรือปรุงอาหารบนพื้น	67.0	0.67	0.47
6) โต๊ะเตรียมปรุงอาหารต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร	64.0	0.64	0.48
7) อาหารที่ปรุงแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาดมีการปกปิด	59.4	0.59	0.49
8) มีการกำจัดขยะมูลฝอยและน้ำเสีย	22.8	0.23	0.42
<b>4. ร้านที่มีสัญลักษณ์นี้  ภาชนะ อุปกรณ์ควรมีลักษณะใด</b>			
1) ภาชนะอุปกรณ์สะอาดและมีการฝักหลุม	70.6	0.71	0.46

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## ตารางที่ 2 (ต่อ)

รายการ	ร้อยละ	ค่าคะแนนเฉลี่ย	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2) ภาชนะอุปกรณ์ทำด้วยวัสดุที่ไม่มีพิษ	56.9	0.57	0.50
5. ร้านที่มีสัญลักษณ์  ผู้ประกอบการควรมีสุขอนามัย			
1) ผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผมหรือเน็ตคลุมผม	90.4	0.90	0.30
2) ล้างมือให้สะอาดก่อนเตรียมปรุง ประกอบจำหน่ายอาหารทุกครั้ง	89.9	0.90	0.30
3) หากมีบาดแผลที่มือต้องปกปิดแผลให้มิดชิด	87.3	0.87	0.33
4) แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน	85.8	0.86	0.35
5) คัดเล็บสั้น และไม่สวมเครื่องประดับ	83.8	0.84	0.37
6) มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ	83.2	0.83	0.37
รวม	69.9	0.69	0.42

จากตารางแสดงให้เห็นว่าประชาชนในตลาดมีบุรีมีความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ร้อยละ 69.9 โดยจำแนกได้ดังนี้

1. ด้านลักษณะร้านค้า พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าร้านค้าที่จะได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 58.4 เห็นว่าสถานที่ตั้งต้องสะอาด ภาชนะและอุปกรณ์ต้องสะอาดร้อยละ 57.4 ตามลำดับ

2. ด้านสถานที่รับประทานอาหาร พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าสถานที่รับประทานอาหารที่จะได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 80.8 เห็นว่าต้องมีการระบายอากาศที่ดี และมีสถานที่ที่สะอาด ร้อยละ 77.7 ตามลำดับ

3. ด้านสถานที่ปรุงอาหาร พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าสถานที่ปรุงอาหารที่จะได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 85.3 เห็นว่าต้องมีการระบายอากาศคล่อง และคว้นในการทำอาหารได้เป็นอย่างดี และสถานที่ปรุงอาหารต้องสะอาด เป็นระเบียบ ร้อยละ 78.2 ตามลำดับ

4. ด้านภาชนะและอุปกรณ์ พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าภาชนะและอุปกรณ์ที่จะได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 70.6 เห็นว่าภาชนะ อุปกรณ์ต้องสะอาด มีฝาปิด และภาชนะและอุปกรณ์ต้องทำด้วยวัสดุที่ไม่มีพิษ ร้อยละ 56.9 ตามลำดับ

5. ด้านผู้ประกอบการ พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าผู้ประกอบการที่จะได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 90.4 เห็นว่าผู้ประกอบการควรผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผม และควรล้างมือก่อนการประกอบอาหาร และจำหน่ายอาหารทุกครั้ง ร้อยละ 89.9 ตามลำดับ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

#### 4.2 การวิจารณ์ผล

จากการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 พบว่าผู้ประกอบการควรผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผม ล้างมือให้สะอาดก่อนเตรียมปรุง ประกอบ จำหน่ายอาหารทุกครั้ง หากมีบาดแผลที่มีมือต้องปกปิดแผลให้มิดชิด แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน ตัดเล็บสั้น และไม่สวมเครื่องประดับ และมีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ สอดคล้องกับที่ พัทน์ สุจันทร์ (2526:52 - 55) กล่าวว่า การปรุงอาหารในการจำหน่าย ผู้ปรุงอาหารจะต้องเอาใจใส่กับเครื่องมือเครื่องใช้ การเลือกอาหารที่จะนำมาปรุงควรมีลักษณะที่ดีสะอาด และในระหว่างทำการปรุงอาหาร ผู้ปรุงต้องแต่งกายสะอาดและปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอย่างเคร่งครัด ควรตรวจดูว่าเครื่องมืออุปกรณ์ในครัวมีความสะอาดเพราะความสะอาดเป็นสิ่งแสดงถึงคุณภาพของร้านอาหารว่าดีเพียงใดตลอดจนการเก็บอุปกรณ์เครื่องมือในการประกอบอาหาร ต้องเป็นระเบียบเรียบร้อย ถ้าหากพบว่าไม่สะอาดหรือไม่ถูกหลักสุขาภิบาลควรมีการแก้ไขโดยเร็วการเสิร์ฟอาหารต้องถูกวิธีและไม่ก่อให้เกิดโรคแก่ผู้รับประทานอาหาร เช่น การไอลงในอาหาร การใช้มือแช่ลงในแก้วนํ้าเวลาเสิร์ฟหรือแช่ลงในอาหารเวลายกงานอาหาร เป็นต้น คนที่เสิร์ฟอาหารต้องแต่งกายสะอาดและปราศจากโรคติดต่อ หรือไม่มีอาการเจ็บป่วย

## บทที่ 5

### สรุปและข้อเสนอแนะ

#### 5.1 สรุป

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547 โดยเน้นเฉพาะกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนเศรษฐบุตรบำเพ็ญ โดยสุ่มตัวอย่างมาได้จำนวน 197 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสอบถามและนำแบบสอบถามไปหาค่าความสัมพันธ์ได้ค่าความสัมพันธ์เท่ากับ 0.96 และนำข้อมูลที่ได้อีกกลับมาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ โดยหา ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษา พบว่า สภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม ส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย และมีอายุระหว่าง 14 – 15 ปี และส่วนใหญ่ร้อยละ 69.9 เข้าใจเรื่อง Clean Food Good Taste และเคยเห็นสัญลักษณ์ Clean Food Good Taste ร้อยละ 92.9 และส่วนใหญ่ ร้อยละ 90.4 บอกว่า Clean Food Good Taste มีผลต่อการเลือกซื้ออาหาร ร้อยละ 58.4 ประชาชนเข้าใจว่าเป็นอาหารปรุงสุกสำเร็จที่ถูกต้อง สุกสะอาด และใช้เป็นปัจจัยในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร ร้อยละ 76.6 และส่วนใหญ่ร้อยละ 60.4 เข้าใจว่า Clean Food Good Taste ต้องเป็นอาหารที่มีรสชาติดี เมื่อจำแนกความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ออกเป็น 5 ด้าน พบว่า 1) ด้านลักษณะร้านค้า พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าร้านค้าที่ได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 58.4 สถานที่ที่ตั้งต้องสะอาด 2) ด้านสถานที่รับประทานอาหาร พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าสถานที่รับประทานอาหารที่ได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 80.8 ต้องมีการระบายอากาศที่ดี 3) ด้านสถานที่ปรุงอาหาร พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าสถานที่ปรุงอาหารที่ได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 85.3 ต้องมีการระบายอากาศคล่องตัว และควรมีการทำความสะอาดทุกวันในการทำอาหารได้เป็นอย่างดี 4) ด้านภาชนะและอุปกรณ์ พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าภาชนะและอุปกรณ์ที่ได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 70.6 ภาชนะ อุปกรณ์ต้องสะอาด มีฝาปิด และ 5) ด้านผู้ประกอบการ พบว่า ประชาชนเข้าใจว่าผู้ประกอบการที่ได้ Clean Food Good Taste ร้อยละ 90.4 ผู้ประกอบการควรผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผม และควรมีการล้างมือก่อนการประกอบอาหาร และจำหน่ายอาหารทุกครั้ง ร้อยละ 89.9 ตามลำดับ

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## 5.2 ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ผู้วิจัยควรมีการวิจัยเรื่องนี้กับประชาชนกลุ่มอื่นที่ไม่ใช่เฉพาะประชาชน ในตลาดมินบุรี เพื่อได้ข้อมูลในด้านสุขภาพอาหารในเขตพื้นที่อื่นๆ
2. ผู้วิจัยควรเก็บรวบรวมข้อมูล และศึกษาเอกสารที่เกี่ยวข้องโดยละเอียด ตลอดจนวางแผนในการปฏิบัติงานและการวิจัยเพื่อบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้
3. ผู้วิจัยควรมีการวางแผนในเรื่องเวลา ในการให้ประชาชนทำแบบสอบถาม เพราะในการให้ประชาชนทำแบบสอบถามนั้นบางคนต้องนั่งอ่านและอธิบายให้ฟัง ซึ่งทำให้เสียเวลา ในการเก็บข้อมูล
4. ในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ ผู้วิจัยควรทำการวิเคราะห์ด้วยตัวเองอย่างละเอียดถี่ถ้วน และรอบคอบ เพื่อความถูกต้องและเที่ยงตรงของข้อมูล



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

## บรรณานุกรม

กรมอนามัย. 2547. ชื่อเรื่อง การสุขาภิบาลอาหาร. แหล่งที่มา : [www.anainai.moph.go.th/kcenter/heanter/health11.html](http://www.anainai.moph.go.th/kcenter/heanter/health11.html).5 พฤศจิกายน 2547.

กรมอนามัย. 2547. ชื่อเรื่อง คู่มือ การดำเนินงานโครงการสุขาภิบาลอาหารส่งเสริมการท่องเที่ยว สนับสนุนเศรษฐกิจไทย. แหล่งที่มา : <http://foodsai.anamai.moph.go.th>. 3 ธันวาคม 2547

ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม. 2545. คู่มือการทำปัญหาพิเศษ. กรุงเทพฯ : ครุศาสตร์อุตสาหกรรม. สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. 63 น.

ไฉยิกา พิมพ์. 2544. ทัศนคติที่มีต่อการตัดสินใจบริโภคอาหารจานด่วนของนักศึกษาสาขา อุตสาหกรรมเกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. กรุงเทพฯ : ปัญหาพิเศษ ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. 36 น.

ธีรยุทธ พึ่งเหียร. 2543. สถิติเบื้องต้นและการวิจัย. กรุงเทพฯ : สุตร ไพศาล. 178 น.

บุญธรรม กิจปรีดาบริสุทธิ์. 2543. สถิติวิเคราะห์เพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์. 521 น.

บุญเรียง ขจรศิลป์. 2539. วิธีวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : พีเอ็น การพิมพ์. 241 น.

ประคอง วรรณาสูตร. 2542. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 344 น.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2540. วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. ครั้งที่ 7. กรุงเทพฯ. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. 338 น.

พัฒน์ สุจันงค์. 2539. คู่มือการสุขาภิบาลอาหาร. กรุงเทพฯ : แพรววิทยา. 259 น.

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่นิยมนำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. 2546. แหล่งที่มา : [www.sut.ac.th/e-texts/Medicine/behs/lesson3/lesson3-1.html](http://www.sut.ac.th/e-texts/Medicine/behs/lesson3/lesson3-1.html). 22 ตุลาคม 2547

รวีวรรณ ชินะตระกูล. 2540. วิธีการศึกษา. กรุงเทพฯ : ภาพพิมพ์. 370 น.

วินัย คะห์ลัน. 2542. โภชนาการเพื่อชีวิตที่ดีกว่า ฉบับผู้บริโภค. กรุงเทพฯ : วิทยพัฒน์. 148 น.

ศิริจรรยา เครือวิริยะพันธ์. 2544. พฤติกรรมผู้บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพในกรุงเทพมหานคร. วารสารเกษตรพระจอมเกล้า. 97 น.

ศิวาพร ศิวาเวช. 2542. การสุขภาพโรงงานอุตสาหกรรมอาหาร. ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมและฝึกอบรมการเกษตรแห่งชาติ. 389 น.

สุกัญญา ชันดี. 2543. ทัศนคติของนักศึกษาด้านสุขอนามัยของอาหาร ต่อการเลือกซื้ออาหารในอาหารคณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. กรุงเทพฯ: ปัญหาพิเศษ ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. 32 น.

สุพรรณณี ตรงคำนึ่ง. 2544. ทัศนคติในด้านการเลือกซื้ออาหารปรุงสำเร็จในโรงอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียน อุดมศึกษาพัฒนาการกรุงเทพมหานคร. ปัญหาพิเศษ ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง. 59 น.

อดุลย์ จาตุรงค์กุล. 2543. พฤติกรรมผู้บริโภค. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ 461 น.



เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า  
ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

### แบบสอบถาม

**เรื่อง การศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ  
ปี พ.ศ.2547**

**ชื่อผู้วิจัย** นางสาวสายใจ จงมีชัยชนะ  
สาขาวิชาอุตสาหกรรมเกษตร  
ภาควิชาครุศาสตร์เกษตร  
คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรม  
สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง

### คำชี้แจง

1. แบบสอบถามชุดนี้ใช้สำหรับสอบถามการศึกษาความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547
  2. แบบสอบถามนี้มี 2 ตอน คือ  
ตอนที่ 1 สภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม  
ตอนที่ 2 ความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพฯ ปี พ.ศ.2547
  3. ในการตอบแบบสอบถามทั้ง 2 ตอน กรุณาตอบทุกข้อ ตามความต้องการที่เป็นจริงของท่าน เพื่อให้ได้ผลการวิจัย ที่เที่ยงตรงและถูกต้อง
  4. ข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามนี้จะไม่มีผลประการใดๆต่อท่าน และคำตอบของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับ
- งานวิจัยในครั้งนี้จะบรรลุผลไปได้ด้วยดีก็ต้องได้รับความร่วมมือจากท่านในการให้คำตอบลงในแบบสอบถามตรงความเป็นจริง

ขอขอบคุณที่ให้ความร่วมมือ  
นางสาวสายใจ จงมีชัยชนะ  
ผู้วิจัย

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้





**ตอนที่ 1. สภาพทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม**

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงใน ( ) ที่ตรงกับความเป็นจริงและเติมข้อความที่เป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน




1. เพศ  
 ชาย       หญิง
2. อายุ  
 14 – 15 ปี     16 – 17 ปี

**ตอนที่ 2. ข้อมูลที่เกี่ยวกับความเข้าใจเกี่ยวกับ Clean Food Good Taste ของประชาชนในตลาด มินบุรี กรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2547**

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในในช่องที่ตรงกับความต้องการของท่านดังต่อไปนี้

1. ท่านเคยเห็นสัญลักษณ์  หรือไม่?  
 เคย       ไม่เคย (ถ้าท่านเลือกข้อนี้ไม่จำเป็นต้องทำข้อต่อไป)
2.  สัญลักษณ์นี้มีผลต่อการเลือกซื้ออาหารหรือไม่?  
 มี เพราะ.....  
 ไม่มี เพราะ.....
3. ท่านบอกได้หรือไม่ว่าสัญลักษณ์  คือ?  
 อาหารสดที่ถูกสุขลักษณะ  
 อาหารสำเร็จรูปที่ถูกสุขลักษณะ  
 อาหารปรุงสำเร็จที่ถูกสุขลักษณะ  
 อื่นๆ .....
4. เมื่อท่านเห็นสัญลักษณ์  ท่านคิดว่าร้านค้าควรมีลักษณะอย่างไร?  
 สถานที่ตั้งสะอาด  
 ภาชนะและอุปกรณ์สะอาด  
 ความสะอาดของผู้ประกอบอาหาร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้า ไม่ว่าจะกรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ดัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- อื่นๆ .....
5. ท่านคิดว่าสัญลักษณ์  เป็นปัจจัยที่ท่านใช้ในการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารจากร้านค้าหรือไม่?
- ใช่ (ถ้าเลือกข้อนี้ให้ทำข้อที่ 6 ต่อ)
- ไม่ใช่ (ถ้าเลือกข้อนี้ให้ทำข้อที่ 7 ต่อ)
6. ท่านคิดว่าเพราะอะไร? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ราคาถูก
- รสชาติดี
- ความสะดวก / หาซื้อง่าย
- ความสะอาดของร้านค้า / ผู้จำหน่าย
- ความสะอาดของอาหารและน้ำดื่ม
- อื่น ๆ .....
7. ท่านคิดว่าสถานที่รับประทานอาหารที่มีสัญลักษณ์  ควรมีลักษณะอย่างไร? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- สะอาด
- มีการระบายอากาศที่ดี
- โถง ฝ้าเพดาน มีการจัดอย่างเป็นระเบียบ
- มีห้องน้ำ / ห้องส้วมสำหรับผู้บริโภคและผู้สัมผัสอาหาร
- อื่น ๆ .....
8. ท่านคิดว่าสถานที่เตรียมปรุงอาหารที่มีสัญลักษณ์  ควรมีลักษณะอย่างไรบ้าง? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- สถานที่เตรียมอาหารต้องสะอาดเป็นระเบียบ
- มีการระบายอากาศรวมทั้งกลิ่น และควันจากการทำอาหารได้ดี
- ไม่เตรียมหรือปรุงอาหารบนพื้น
- โถงเตรียมปรุงอาหารต้องสูงจากพื้นอย่างน้อย 60 เซนติเมตร

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้

- เชียงและมีคมีสภาพดี และสะอาด
- อาหารสดต้องล้างก่อนนำมาปรุง หรือเก็บ
- อาหารที่ปรุงแล้ว เก็บในภาชนะที่สะอาดมีการปกปิด
- มีการกำจัดขยะมูลฝอยและน้ำเสีย
- อื่น ๆ .....

9. ท่านคิดว่าร้านที่มีสัญลักษณ์  ภาชนะ อุปกรณ์ควรมีลักษณะอย่างไร? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- ภาชนะอุปกรณ์ทำด้วยวัสดุที่ไม่มีพิษ
- ภาชนะอุปกรณ์สะอาดและมีการฟอกดูม
- อื่น ๆ .....

10. ท่านคิดว่าร้านที่มีสัญลักษณ์  ผู้ประกอบการควรมีสุขอนามัยอย่างไรบ้าง? (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- แต่งกายสะอาด สวมเสื้อมีแขน
- ผูกผ้ากันเปื้อน ใส่หมวกคลุมผมหรือเน็ตคลุมผม
- ล้างมือให้สะอาดก่อนเตรียมปรุง ประกอบ จำหน่ายอาหารทุกครั้ง
- หากมีบาดแผลที่มือต้องปกปิดแผลให้มิดชิด
- ตัดเล็บสั้น และไม่สวมเครื่องประดับ
- มีสุขภาพดี ไม่เป็นโรคติดต่อ
- อื่น ๆ .....

ข้อเสนอแนะอื่นๆ.....  
 .....  
 .....  
 .....

เอกสารนี้เป็นเอกสารที่สงวนไว้สำหรับการใช้งานเพื่อการศึกษาเท่านั้น ไม่อนุญาตให้นำไปใช้ประโยชน์ด้านการค้าไม่ว่ากรณีใดๆ ทั้งสิ้น อีกทั้งห้ามมิให้ตัดแปลงเนื้อหา และต้องอ้างอิงถึงเจ้าของเอกสารทุกครั้งที่มีการนำไปใช้