



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ก

คำถามสำหรับคัดกรองผู้ตอบแบบสอบถาม (Screening Questions)

ข้อที่ 1. ปัจจุบันรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพหรือไม่

- () ไม่ได้รับประทาน (ปิดการสัมภาษณ์)
- () รับประทาน

ข้อที่ 2. กรุณายกตัวอย่างอาหารเพื่อสุขภาพที่รับประทานเป็นประจำ

ผู้แจกแบบสอบถามต้องพิจารณาว่า อาหารที่ถูกยกเป็นตัวอย่างจัดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพจริงหรือไม่ โดยพิจารณาความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพตาม องค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติ

- () ไม่ตรงตามความหมาย (ปิดการสัมภาษณ์)
- () ตรงตามความหมาย

ข้อที่ 3. รู้จักงาขี้ม้อนหรือไม่ (แจกคู่มืองาขี้ม้อนเพื่อเป็นตัวอย่าง เนื่องจากมีหลายชื่อเรียก)

- () ไม่รู้จัก (ปิดการสัมภาษณ์)
- () รู้จัก

ภาคผนวก ข



แบบสำรวจทัศนคติของผู้บริโภคในจังหวัดเชียงใหม่ ที่มีต่อผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน

เรียน ท่านผู้ตอบแบบสอบถาม

แบบสอบถามนี้เป็นส่วนหนึ่งของกระบวนการวิจัยค้นคว้าแบบอิสระ ระดับมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการอุตสาหกรรมเกษตร คณะบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาทัศนคติของผู้บริโภคในจังหวัดเชียงใหม่ที่มีต่อผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อนใน 3 ประเด็น ได้แก่ 1) ความรู้ความเข้าใจ 2) พฤติกรรม 3) ความคิดเห็นของผู้บริโภค

ข้อมูลจากท่านจะถูกนำไปใช้ในเชิงวิชาการสำหรับพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อนที่ตอบสนองความต้องการผู้บริโภคได้ดียิ่งขึ้นและอาจเป็นส่วนหนึ่งในการสร้างอาชีพและพัฒนาท้องถิ่น ผู้ศึกษาขอขอบพระคุณท่านเป็นอย่างสูงที่ได้เสียสละเวลาอันมีค่าเพื่อตอบแบบสอบถามและแสดงความคิดเห็นมา ณ โอกาสนี้

วิวัฒน์ นิ่มสกุล
ผู้ศึกษาค้นคว้า

คำชี้แจง :

แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ส่วนที่ 1 อาหารเพื่อสุขภาพโดยทั่วไป และ ส่วนที่ 2 อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน ท่านสามารถตรวจสอบได้โดยการสังเกตบริเวณมุมบนขวาของแบบสอบถามทุกหน้า

นิยามศัพท์ :

งาขี้ม้อน เป็นพืชท้องถิ่นที่พบได้ในภาคเหนือของไทย มีชื่อเรียกแตกต่างกันตามแต่ละท้องถิ่น เช่น งาขี้ม้อน งาพื้นเมือง งาหอม งาดอย (ไทย) งาแมน (แม่ฮ่องสอน) แง (กาญจนบุรี) งาเจียง (ลาว) เมล็ดงาขี้ม้อนมีลักษณะกลม ขนาดเล็ก สีดำหรือน้ำตาลเข้ม ชาวพื้นเมืองทางภาคเหนือใช้เมล็ดงาขี้ม้อนตำกับข้าวเหนียวใหม่ เรียกว่า “ข้าวหนุกงา” นิยมทานในฤดูหนาว

อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน หมายถึง ผลิตภัณฑ์อาหารมีส่วนผสมหลักจากงาขี้ม้อน ซึ่งมีประโยชน์ในการป้องกัน บรรเทาหรือรักษาโรคได้

ตอนที่ 1 : ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ หน้าข้อที่ตรงกับท่านมากที่สุด

1. เพศ	<input type="checkbox"/> ชาย	<input type="checkbox"/> หญิง	
2. อายุ	<input type="checkbox"/> ต่ำกว่า 15 ปี	<input type="checkbox"/> 15 - 30 ปี	<input type="checkbox"/> 31 - 45 ปี
	<input type="checkbox"/> 46 - 60 ปี	<input type="checkbox"/> มากกว่า 60 ปี	
3. ระดับการศึกษา	<input type="checkbox"/> ประถมศึกษา	<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนต้น	
	<input type="checkbox"/> มัธยมศึกษาตอนปลาย / ปวช.	<input type="checkbox"/> อนุปริญญา / ปวส.	
	<input type="checkbox"/> ปริญญาตรี	<input type="checkbox"/> สูงกว่าปริญญาตรี	
4. อาชีพ	<input type="checkbox"/> นักเรียน / นักศึกษา	<input type="checkbox"/> แม่บ้าน	<input type="checkbox"/> เกษตรกร
	<input type="checkbox"/> ข้าราชการ / พนักงานของรัฐ	<input type="checkbox"/> รัฐวิสาหกิจ	<input type="checkbox"/> ธุรกิจส่วนตัว
	<input type="checkbox"/> พนักงานเอกชน / รับจ้างอิสระ	<input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ	
5. รายได้ต่อเดือน	<input type="checkbox"/> ไม่มีรายได้	<input type="checkbox"/> ต่ำกว่า 10,000 บาท	
	<input type="checkbox"/> 10,000 – 20,000 บาท	<input type="checkbox"/> มากกว่า 20,000 บาท	

ตอนที่ 2 : ทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับอาหารเพื่อสุขภาพ

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความหมายของอาหารเพื่อสุขภาพที่ท่านทราบหรือเข้าใจ (เลือกได้หลายคำตอบ)

ตอบ	คำถาม
<input type="checkbox"/>	อาหารเพื่อสุขภาพ คือ อาหารใดก็ตามที่สามารถช่วยป้องกัน บรรเทา หรือรักษาโรคได้
<input type="checkbox"/>	อาหารเพื่อสุขภาพ คือ อาหารที่ให้พลังงานต่ำ หรือไม่ให้พลังงานจากอาหารนั้น
<input type="checkbox"/>	ผลิตภัณฑ์อาหารเสริม (Supplementary Foods) ที่อยู่ในรูปแบบเม็ด แคปซูล ผงของเหลว จัดเป็นอาหารเพื่อสุขภาพ
<input type="checkbox"/>	อาหารเพื่อสุขภาพมีแหล่งที่มาจากรธรรมชาติ หรือเกิดจากการสังเคราะห์ได้
<input type="checkbox"/>	อาหารเพื่อสุขภาพ คือ อาหารที่มีสารอาหารครบถ้วน
<input type="checkbox"/>	อาหารเพื่อสุขภาพ คือ อาหารที่ปลอดสารพิษจากการเกษตรกรรม

ตอนที่ 3 : การสำรวจพฤติกรรมของผู้บริโภคที่มีต่อผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ

คำชี้แจง : กรุณาเติมคำตอบในแต่ละข้อที่ตรงกับพฤติกรรมของท่านมากที่สุด

1. เหตุใดท่านจึงรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ (เลือกได้หลายคำตอบ โดยทำเครื่องหมาย ✓)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> เพื่อบรรเทา หรือรักษาโรคที่เป็นอยู่ | <input type="checkbox"/> เพื่อเพิ่มสมรรถนะของร่างกาย |
| <input type="checkbox"/> เพื่อป้องกันโรค | <input type="checkbox"/> ต้องการมีสุขภาพที่ดี |
| <input type="checkbox"/> รับประทานตามผู้จัดอาหารในครอบครัว | <input type="checkbox"/> เพื่อให้ตัวเองดูทันสมัย |
| <input type="checkbox"/> อื่นๆ ระบุ | |

2. ปัจจัยใดที่มีผลต่อการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพของท่าน

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ และลำดับความสำคัญ จาก 1 : สำคัญมากที่สุด จนถึง 3 : สำคัญรองลงมา)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ปัญหาสุขภาพของตัวเอง | <input type="checkbox"/> ความสนใจส่วนตัว |
| <input type="checkbox"/> ปัญหาสุขภาพของบุคคลอื่น | <input type="checkbox"/> คำแนะนำจากครอบครัว หรือเพื่อน |
| <input type="checkbox"/> คำแนะนำจากบุคลากรทางการแพทย์ | <input type="checkbox"/> การโฆษณา การส่งเสริมการขาย |
| <input type="checkbox"/> ความรู้เรื่องสุขภาพจากสื่อแขนงต่าง ๆ | <input type="checkbox"/> ปัจจัยด้านศาสนา ความเชื่อ |
| <input type="checkbox"/> การอบรมหรือกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพ | <input type="checkbox"/> กระแสการรักษาสุขภาพ |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ ระบุ | |

3. คุณประโยชน์ของอาหารเพื่อสุขภาพในข้อใดที่ท่านต้องการหรือสนใจ

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ และลำดับความสำคัญ จาก 1 : สำคัญมากที่สุด จนถึง 3 : สำคัญรองลงมา)

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> เพื่อสุขภาพโดยรวมทั้งร่างกาย | <input type="checkbox"/> ทำให้สดชื่น กระปรี้กระเปร่า |
| <input type="checkbox"/> ลดความดันโลหิต | <input type="checkbox"/> คลายความเครียด |
| <input type="checkbox"/> ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด | <input type="checkbox"/> ควบคุมระดับไขมันในเลือด |
| <input type="checkbox"/> เพื่อให้บำรุงผิวพรรณ ชะลอความแก่ | <input type="checkbox"/> ช่วยเพิ่มความแข็งแรงของกระดูก |
| <input type="checkbox"/> เพื่อควบคุมน้ำหนักและรักษารูปร่าง | <input type="checkbox"/> ช่วยขับล้างสารพิษออกจากร่างกาย |
| <input type="checkbox"/> เพื่อเพิ่มหรือฟื้นฟูสมรรถภาพของร่างกาย | <input type="checkbox"/> ช่วยในการขับถ่าย |
| <input type="checkbox"/> บำรุงระบบประสาทและสมอง | <input type="checkbox"/> เสริมสร้างกล้ามเนื้อ |
| <input type="checkbox"/> เพื่อป้องกันหรือรักษาโรค ระบุ | |

หมายเหตุ : ตั้งแต่ข้อ 4. ถึงข้อ 9. อาหารเพื่อสุขภาพ จะหมายถึง อาหารรูปแบบปกติ ที่มีคุณสมบัติ
ในการป้องกัน บรรเทาหรือรักษาโรค

4. ความถี่ในการรับประทานผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพ

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> ทุกวัน | <input type="checkbox"/> 1-4 ครั้งต่อ เดือน |
| <input type="checkbox"/> 4-6 ครั้งต่อสัปดาห์ | <input type="checkbox"/> น้อยกว่า 1 ครั้งต่อเดือน |
| <input type="checkbox"/> 1-3 ครั้งต่อสัปดาห์ | |

5. ค่าใช้จ่ายในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ โดยเฉลี่ยต่อครั้ง (จากข้อ 4.)

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> ต่ำกว่า 50 บาท | <input type="checkbox"/> 50 - 100 บาท |
| <input type="checkbox"/> 101-300 บาท | <input type="checkbox"/> 301 – 500 บาท |
| <input type="checkbox"/> มากกว่า 500 บาท | |

6. อาหารเพื่อสุขภาพประเภทใดที่ท่านนิยมรับประทานมากที่สุด (ให้ตอบเพียงคำตอบเดียว)

- | | |
|---------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> อาหารจานหลัก | <input type="checkbox"/> เครื่องดื่ม |
| <input type="checkbox"/> ผักผลไม้ | <input type="checkbox"/> ขนมและอาหารว่าง |

7. สถานที่ที่ท่านเลือกซื้อหรือรับประทานผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพเป็นประจำ

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ ตามลำดับตามความถี่ โดยที่ 1 : มากที่สุด จนถึง 3 : รองลงมา)

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> ร้านสะดวกซื้อ (Minimart) เช่น 7-Eleven | <input type="checkbox"/> ร้านอาหารแพงลอย |
| <input type="checkbox"/> ห้างสรรพสินค้าเซ็นทรัล โรบินสัน | <input type="checkbox"/> ริมปั๊งซูเปอร์สโตร์ |
| <input type="checkbox"/> ท็อปส์ ซูเปอร์มาร์เก็ต | <input type="checkbox"/> งานแสดงสินค้า |
| <input type="checkbox"/> โลตัส บิ๊กซี แม็คโคร | <input type="checkbox"/> ร้านขายของชำในชุมชน |
| <input type="checkbox"/> ร้านขายของกลุ่มแม่บ้าน หรือ OTOP | <input type="checkbox"/> ตลาด |
| <input type="checkbox"/> ร้านดอยคำ | <input type="checkbox"/> ร้านเอเดน |
| <input type="checkbox"/> ชมรมมังสวิรัตินอกเหนือ จังหวัดเชียงใหม่ (ติดปั๊มบางจาก ถนนมหิดล) | |
| <input type="checkbox"/> อื่น ๆ | |

8. ปัญหาที่ท่านพบในการรับประทานอาหารเพื่อสุขภาพ

ไม่พบปัญหา

พบปัญหา ดังนี้

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ และลำดับความสำคัญ จาก 1 : สำคัญมากที่สุด จนถึง 3 : สำคัญรองลงมา)

ผลิตภัณฑ์หาซื้อได้ยาก

ผลิตภัณฑ์มีวิธีการรับประทานที่ยุ่งยาก

ผลิตภัณฑ์มีรสชาติไม่ถูกปาก

ผลิตภัณฑ์ไม่ระบุปริมาณที่เหมาะสม

ไม่มั่นใจในคุณภาพของผลิตภัณฑ์

ผลิตภัณฑ์ไม่ระบุประโยชน์ที่ร่างกายได้รับ

ผลิตภัณฑ์ไม่หลากหลาย

ผลิตภัณฑ์มีราคาแพงกว่าอาหารทั่วไป

อื่น ๆ

9. กรุณาให้คะแนนความสำคัญในแต่ละปัจจัยที่ท่านใช้พิจารณาเลือกซื้ออาหารเพื่อสุขภาพ

โดยระบุตัวเลข 1 ถึง 7 โดยที่ 1 : สำคัญน้อยที่สุด และ 7 : สำคัญมากที่สุด

(ตอบทุกข้อ)

ลำดับ ที่	ปัจจัย	คะแนนระดับ ความสำคัญ
1.	สีสັນ	
2.	กลิ่น	
3.	รสชาติ	
4.	ราคาเหมาะสมกับปริมาณและคุณภาพ	
5.	ตราชื่อ (Brand)	
6.	อายุการเก็บรักษา	
7.	ปริมาณและความหลากหลายของสารที่เป็นประโยชน์	
8.	มาตรฐานรับรองคุณภาพและความปลอดภัย เช่น ออ. GMP HACCP	
9.	ความสวยงามของบรรจุภัณฑ์	
10.	กรรมวิธีและเทคโนโลยีการผลิต	
11.	มีรายการส่งเสริมการขาย (Promotions) เช่น ให้อส่วนลด ให้อของแถม	
12.	มีระบบสมาชิก และสิทธิพิเศษ (Privilege)	
13.	มีช่องทางกรจัดการจำหน่ายหลายช่องทาง รวมถึงการจัดส่ง	
14.	แหล่งที่มาและคุณภาพของวัตถุดิบ	
15.	มีการแสดงข้อมูลสำคัญและคำแนะนำในการบริโภคบนฉลาก	

ตอนที่ 4 : การสำรวจข้อมูลผู้บริโภคอาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับท่านมากที่สุด

1. ท่านมีความสนใจที่จะรับประทานผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อนหรือไม่

สนใจ

ไม่สนใจ

2. ท่านเคยรับประทานผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อนหรือไม่

เคยรับประทาน

ไม่เคยรับประทาน (ข้ามไปตอบข้อ 5)

3. เหตุใดท่านจึงรับประทานหรือเลือกซื้อผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ และลำดับความสำคัญ จาก 1 : สำคัญมากที่สุด จนถึง 3 : สำคัญรองลงมา)

ชอบรสชาติและเนื้อสัมผัส

มีความหอมเป็นเอกลักษณ์

มีประโยชน์ต่อสุขภาพ

เป็นอาหารพื้นเมือง หาทานได้ยาก

เป็นทางเลือกในอาหารเจหรืออาหารมังสวิรัต

อื่น ๆ ระบุ.....

4. ปัญหาที่ท่านพบในการรับประทานผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจากงาขี้ม้อน

ไม่พบปัญหา

พบปัญหา ดังนี้

(กรุณาเลือกเพียง 3 ข้อ และลำดับความสำคัญ จาก 1 : สำคัญมากที่สุด จนถึง 3 : สำคัญรองลงมา)

ผลิตภัณฑ์หาซื้อได้ยาก

ผลิตภัณฑ์มีวิธีการรับประทานที่ยุ่งยาก

ผลิตภัณฑ์มีรสชาติไม่ถูกปาก

ผลิตภัณฑ์ไม่ระบุปริมาณที่เหมาะสม

ไม่มั่นใจในคุณภาพของผลิตภัณฑ์

ผลิตภัณฑ์ไม่ระบุประโยชน์ที่ร่างกายได้รับ

ผลิตภัณฑ์ไม่หลากหลาย

ผลิตภัณฑ์มีราคาแพงกว่าอาหารทั่วไป

อื่น ๆ

5. การทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับงาจี๊ม่อน

คำชี้แจง : กรุณาใส่เครื่องหมาย ✓ หรือ ✗ ตามความรู้ความเข้าใจของท่านต่องาจี๊ม่อน หรือทำเครื่องหมาย ○ ในกรณีที่ท่านไม่ทราบ

ที่	คำถาม	ตอบ
1)	งาจี๊ม่อนเป็นพืชในตระกูลเดียวกับงาขาวและงาดำ	_____
2)	เมล็ดงาจี๊ม่อนประกอบด้วยกรดไขมันจำเป็นในปริมาณสูง	_____
3)	งาจี๊ม่อนและงาดำมีประโยชน์ในการป้องกันและรักษาโรคเช่นเดียวกัน	_____
4)	ALA EPA และ DHA เป็นกลุ่มกรดไขมันไม่อิ่มตัวในกลุ่มโอเมก้า-3	_____
5)	ร่างกายสามารถสังเคราะห์กรดไขมันกลุ่มโอเมก้า-3 เองได้	_____

6. กรุณาอ่านข้อมูลเกี่ยวกับงาจี๊ม่อนดังต่อไปนี้ และตอบคำถาม

งาจี๊ม่อนเป็นพืชในตระกูลโหระพา ในเมล็ด 100 กรัม ประกอบด้วยโปรตีน 15.7 กรัม ไขมัน 26.3 กรัม คาร์โบไฮเดรต 37 กรัม แคลเซียม 350 มิลลิกรัม และฟอสฟอรัส 33 มิลลิกรัม รวมทั้งวิตามินหลายชนิด น้ำมันจากเมล็ดงาจี๊ม่อนมีความสมดุลของโอเมก้า 3 และ โอเมก้า 6 ดีกว่าน้ำมันอื่นซึ่งมีผลดีในการควบคุมระดับคอเลสเตอรอลและไตรกลีเซอไรด์ในเลือด ที่สำคัญมีกรดไขมันโอเมก้า 3 (ALA DHA EPA) สูงถึงร้อยละ 58 ซึ่งสูงกว่าน้ำมันปลารวม 2 เท่าตัว ผลงานวิจัยจำนวนมากได้กล่าวว่ากรดไขมันโอเมก้า 3 สามารถป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน หรือโรคหัวใจโคโรนารี (Coronary Heart Disease) ลดการอักเสบของข้อต่อกระดูกและช่วยบำรุงสมอง นอกจากนี้ยังพบสารเคมีที่มีคุณสมบัติที่ดีต่อสุขภาพ (Polyphenol) ที่สำคัญหลายชนิด โดยเฉพาะกรดโรสมารินิก (Rosmarinic Acid) และสารลูทีโอลิน (Luteolin) ที่มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระที่สามารถลดความเสี่ยงในการเกิดมะเร็งได้

การรับประทานงาจี๊ม่อนเพื่อให้ได้รับโอเมก้า 3 มีข้อดีกว่าน้ำมันปลาหลายอย่าง เช่นปลอดภัยสำหรับผู้ที่เป็นโรคหัวใจและโรคเบาหวาน ไม่ทำให้เกิดอาการกระเพาะอาหารแปรปรวน เหมาะสำหรับผู้ที่ทานมังสวิรัตินและเจ มีกลิ่นหอม รสจืด ไม่มีกลิ่นคาวทะเลให้ต้องรู้สึกพะอืดพะอม ปลอดภัยจากสารพิษและโลหะหนักที่อาจสะสมจากทะเล

เมื่ออ่านบทความดังกล่าวแล้ว ท่านมีความสนใจที่จะบริโภคผลิตภัณฑ์อาหารเพื่อสุขภาพจาก
งาจี๊ม่อนหรือไม่

[] สนใจ

[] ไม่สนใจ

ตอนที่ 5 : การสำรวจแนวทางการพัฒนาอาหารเพื่อสุขภาพจากงาจี๊ม่อน

1. ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรหากมีการนำงาจี๊ม่อนไปพัฒนาหรือใช้เป็นส่วนผสมในผลิตภัณฑ์
อาหารดังต่อไปนี้

คำชี้แจง : กรุณาระบุตัวเลข 1 ถึง 5 ตามความคิดเห็นของท่าน

โดยที่ 5 = สนใจมากที่สุด จนถึง 1 = สนใจน้อยที่สุด

(ตอบทุกข้อ)

ที่	คำถาม	ระดับความคิดเห็น
1	เครื่องดื่มธัญญาหารสำเร็จรูป เช่น Nesvita	
2	น้ำผลไม้ผสมกรดโอเมก้า 3 จากน้ำมันงาจี๊ม่อน	
3	ผลิตภัณฑ์นมโคหรือนมถั่วเหลืองผสมงาจี๊ม่อน	
4	เครื่องดื่ม 3 in 1 ที่มีคาเฟอีน เช่น ชา กาแฟ	
5	แหล่งของคาร์โบไฮเดรต ได้แก่ ข้าว เส้นก๋วยเตี๋ยว เส้นขนมจีน	
6	ผลิตภัณฑ์ทาขนมปัง เช่น ครีมนำ	
7	ผลิตภัณฑ์ซีเรียล เช่น คอร์นเฟลก มูสลี่	
8	ผลิตภัณฑ์ขนมขบเคี้ยว เช่น มันฝรั่งทอด ข้าวเกรียบ	
9	ผลิตภัณฑ์ปรุงรสอาหาร เช่น ซอส น้ำสลัด	
10	น้ำมันงาจี๊ม่อนสำหรับปรุงอาหาร	
11	ผลิตภัณฑ์เพิ่มคุณค่าอาหาร เช่น ผงโรยหน้าอาหาร	
12	ผลิตภัณฑ์เบเกอรี่ เช่น ขนมปัง เค้ก คุกกี้	
13	ผลิตภัณฑ์ขนมจากงา เช่น งาตัด งาแท่ง	
14	ผลิตภัณฑ์ขนมเปียก โมจิ บัวหิมะ	
15	ผลิตภัณฑ์ไอศกรีมหรือข้าวต้มกึ่งสำเร็จรูป	
16	อื่น ๆ ระบุ	

2. ท่านมีความคิดเห็นอย่างไรในกรณีที่อาหารเพื่อสุขภาพ มี หรือ ไม่มี คุณสมบัติดังต่อไปนี้

คำชี้แจง : กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ในช่องที่ตรงกับความต้องการของท่านมากที่สุด

ที่	หน้าที่ที่ได้จากคำถาม		ชอบถ้ามีแบบนี้ (Like)	ต้องเป็นแบบนี้ (Must be)	รู้สึกเฉย ๆ (Neutral)	พอรับได้ (Live with)	ไม่ชอบเลย (Dislike)
1.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	สารต้านอนุมูลอิสระ (Antioxidants)				
2.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	สารต้านอนุมูลอิสระ (Antioxidants)				
3.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	การใช้วัตถุดิบจากการเกษตรอินทรีย์ (Organics)				
4.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	การใช้วัตถุดิบจากการเกษตรอินทรีย์ (Organics)				
5.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	การเพิ่มกรดไขมันโอเมก้า 3				
6.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	ไม่มีการเพิ่มกรดไขมันโอเมก้า 3				
7.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	เมล็ดงาขี้ม่อนเป็นส่วนประกอบ				
8.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	เมล็ดงาขี้ม่อนเป็นส่วนประกอบ				
9.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	การใช้น้ำมันงาขี้ม่อนแทนน้ำมันพืชชนิดอื่น				
10.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	การใช้น้ำมันงาขี้ม่อนแทนน้ำมันพืชชนิดอื่น				
11.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	การใช้บรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม				
12.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	การใช้บรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม				
13.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	รสชาติดั้งเดิม และปรุงแต่งรสเพียงเล็กน้อย				
14.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	รสชาติดั้งเดิม และปรุงแต่งรสเพียงเล็กน้อย				
15.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>มี</u>	การใช้สารทดแทนเพื่อให้พลังงานน้อยลง				
16.	ถ้าอาหารเพื่อสุขภาพ	<u>ไม่มี</u>	การใช้สารทดแทนเพื่อให้พลังงานน้อยลง				

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล	นายวิวัฒน์ นิ่มสกุล
วัน เดือน ปีเกิด	1 กรกฎาคม พ.ศ.2529
ประวัติการศึกษา	มัธยมศึกษา : โรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ บัณฑิตศึกษา : ปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการอาหาร คณะอุตสาหกรรมเกษตร มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พ.ศ. 2550
ประวัติการทำงาน	พ.ศ. 2550 – ปัจจุบัน ผู้จัดการโครงการการเพิ่มศักยภาพการผลิตของ อุตสาหกรรมอาหารไทยสู่หลักการปฏิบัติที่เป็นเลิศในการผลิต เครื่องข่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (สถาบันอาหาร) พ.ศ. 2554 ผู้จัดการโครงการส่งเสริมการผลิตที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ประเภทผลิตภัณฑ์แปรรูปกระชายและผลิตภัณฑ์สมุนไพร เครื่องข่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม) พ.ศ. 2553 ผู้จัดการโครงการพัฒนาด้านการเพิ่มผลผลิตและเป็นมิตรต่อ สิ่งแวดล้อมเชิงบูรณาการ สำหรับผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องกับ อุตสาหกรรมไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์ เครื่องข่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (สถาบันไฟฟ้าและอิเล็กทรอนิกส์) พ.ศ. 2553 ผู้ประสานงานโครงการพัฒนาเกณฑ์การผลิตที่เป็นมิตรกับ สิ่งแวดล้อม จำนวน 2 ผลิตภัณฑ์ ผลิตภัณฑ์แปรรูปจากกระชายและ สมุนไพรที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม เครื่องข่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม) พ.ศ. 2550 – 2554 ผู้ประสานงานโครงการปรับปรุงกระบวนการผลิตใน อุตสาหกรรมด้วยเทคโนโลยีสะอาด เครื่องข่ามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (ศูนย์วิจัยเทคโนโลยีโลหะและวัสดุแห่งชาติ)