

วิถีการบริโภคผักเหนาะ¹ ของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่
ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม
Ways of consuming raw vegetable side dishes
amidst social changes:
A study of southerners in Hat Yai Municipality

บุญญาพร แพ่งพล²

Boonyaporn Paepol

สุชาวดี เพชรมณี³

Suchawadee Phetmunee

สุนทร เมธา⁴

Suntorn Meta

จूरรัตน์ บัวแก้ว⁵

Jureerat Buakaew

Abstract

The purpose of this study was to explore: ways of consuming raw vegetable side dishes, and changes in consumption of raw vegetable side dishes of southerners amidst social changes. The data of this qualitative study were collected through semi-structured interviews with 25 informants consisting of 15 primary informants grouped according to their age, and 10 secondary informants who were vegetable vendors in the market. In data analysis, the data were classified into the topics set for the study, interpreted, concluded, and presented by means of description.

¹ผักเหนาะคือผักสดที่ใช้กินควบคู่กับอาหารเป็นคำเรียกของชาวปักษ์ใต้ ซึ่งช่วยลดความเผ็ดร้อนของรสชาติด้านอาหาร และชูรสอาหารให้มีความอร่อยยิ่งขึ้น

²⁻⁴นักศึกษาระดับปริญญาตรี สาขาวิชาชุมชนศึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ Students, (Community Studies) Faculty of Liberal Arts, Prince of Songkla University, Hat Yai Campus.

⁵รองศาสตราจารย์ ภาควิชาสารัตถศึกษา คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ Associate Professor, Department of Education of Foundation, Faculty of Liberal Arts, Prince of Songkla University, Hat Yai Campus.

The results of the study revealed that the ways southerners in Hat Yai Municipality consumed raw vegetable side dishes depended on the style of the family's consumption of raw vegetable side dishes that affected the attitudes of the individuals in choosing the vegetables, and on the changing life style, for example, students moving from home to a dormitory or a rented house, being in a hurry when having meals, and lacking a vegetable planting area for vine plants that grow on fences. These factors affected the access to raw vegetable side dishes. However, the demand for raw vegetable side dishes has continued to exist from the past until the present.

In addition, amidst the present social changes, most consumers emphasize consumption on demand such as fast food which is only an additional choice of food that reflects the way of life that has changed from the past. Raw vegetable side dish consumption takes place at fewer meals than before but it is still the main side dish for southerners. However, the role of raw local vegetable side dishes firmly remains important to the way of life of southerners in Hat Yai Municipality.

Keywords: raw vegetable side dishes, ways of consumption, southerners in Hat Yai Municipality, social change

บทคัดย่อ

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา วิธีการบริโภคผักเหนาะและศึกษาการปรับเปลี่ยนการบริโภคผักเหนาะของคนปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม โดยใช้วิธีวิจัยเชิงคุณภาพ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง ผู้ให้ข้อมูลมีจำนวนทั้งหมด 25 คน ประกอบด้วยผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นผู้บริโภคตามช่วงอายุ จำนวน 15 คน ผู้ให้ข้อมูลรองซึ่งเป็นผู้จำหน่ายและแม่ค้าขายผักในตลาดจำนวน 10 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยการจัดหมวดหมู่ข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษา ศึกษาความสัมพันธ์ของสรุป และนำเสนอแบบพรรณนาความ

ผลการวิจัยพบว่า วิธีการบริโภคผักเหนาะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ขึ้นอยู่กับรูปแบบการบริโภคผักเหนาะของครอบครัว ซึ่งส่งผลต่อทัศนคติในการเลือกบริโภคผักเหนาะของแต่ละบุคคล และรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไป เช่น ย้ายที่อยู่อาศัยจากบ้านไปอาศัยหอพักหรือบ้านเช่าของนักศึกษา เวลาในการรับประทานอาหารแต่ละมื้อค่อนข้างเร่งรีบขาดแคลนพื้นที่สำหรับปลูกผักสวนครัวริมรั้วบ้าน ปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อการเข้าถึงผักเหนาะอย่างไรก็ตามความต้องการบริโภคผักเหนาะยังคงเป็นที่ต้องการของผู้บริโภคนับแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน

อนึ่งท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคมในปัจจุบัน ผู้บริโภคส่วนใหญ่เน้นการบริโภคตามความต้องการ อาทิ อาหารจานด่วน เป็นเพียงทางเลือกแห่งการบริโภคที่เพิ่มขึ้น และสะท้อนให้เห็นวิถีชีวิตที่เปลี่ยนไปจากเดิมเท่านั้น ส่วนการบริโภคผักเหาะเมื่อเปรียบเทียบกับอดีตอาจจะน้อยมีอากว่า แต่ยังคงเป็นอาหารหลักของชาวปักษได้ อย่างไรก็ตามบทบาทของผักเหาะพื้นบ้านส่วนใหญ่ยังคงมีความสำคัญต่อวิถีชีวิตของคนปักษได้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อย่างไม่สันคลอน

คำสำคัญ: ผักเหาะ วิธีการบริโภค คนปักษได้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ การเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม

บทนำ

ภาคใต้เป็นท้องถิ่นที่มีความอุดมสมบูรณ์ ภูมิประเทศทั่วไปมีลักษณะเป็นภูเขา ทะเล และป่า ลักษณะภูมิอากาศเป็นแบบร้อนชื้นแถบมรสุม อาชีพหลักของชาวปักษได้ คือ การประมง ทำสวนยาง เหมืองแร่และสวนผลไม้ โดยปกติชาวปักษได้รับประทานข้าวเจ้าเป็นอาหารหลัก อาหารพื้นเมืองของชาวปักษได้มักเป็นแกงที่มีรสจัด ซึ่งแกงที่ถือเป็นเอกลักษณ์ของชาวปักษได้ คือ แกงส้ม แกงไตปลา มีรสเผ็ดและเค็มจัด ดังนั้นเพื่อเป็นการดับความเผ็ดร้อนและความเค็มของอาหาร มักจะรับประทานร่วมกับผักสดและน้ำพริกเพื่อขุรสของอาหาร อาหารที่ประกอบด้วยเครื่องเทศที่พบเห็นในภาคใต้นั้นได้รับอิทธิพลจากประเทศเพื่อนบ้าน เช่น มาเลเซีย รวมทั้งอินเดียและชาวที่เดินทางเข้ามาทำการค้ากับคนไทยทางแถบนี้ในอดีต (อ้อมใจ วงษ์มณฑา, 2547, น. 54-55)

อิทธิพลเครื่องเทศจากประเทศเพื่อนบ้าน ส่งผลให้เกิดวิถีแห่งการบริโภคผักเหาะ ซึ่งชาวปักษได้นิยมรับประทานผักสดๆ หรือลวกจิ้มกินกับ “น้ำพริก” ชาวปักษได้เรียกว่า “น้ำซุบ” เพื่อทำให้อาหารมีอนั้นอร่อยและรับประทานได้มากยิ่งขึ้น การบริโภคผักพื้นบ้านยังช่วยส่งเสริมสุขภาพ และป้องกันโรคที่พบบ่อยได้แก่ มะเร็ง และปราศจากสารก่อโรค เช่น ยาจำจัดวัชพืช ยาฆ่าแมลง และยังมีสารประเภทเบต้าแคโรทีนและวิตามินซี วิตามินเอ ที่ช่วยป้องกันโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง ความดันโลหิตสูง โรคอ้วน เนื่องจากผักไม่มีไขมัน และมีกากใยสูง ลดการดูดซึมของไขมัน และวิตามินช่วยในการบำรุงหลอดเลือดให้แข็งแรง อาทิเช่น สะตอ ยอดมะม่วงหิมพานต์ มะระขี้นก ใบบัวบก ฯลฯ (ไหมไทย ศรีแก้ว, 2547, น. 2-3) นอกจากคุณค่าทางโภชนาการแล้ว ผักเหาะพื้นบ้านยังช่วยประหยัดเงินเพราะสามารถหาได้ตามรอบรั้วบ้าน การบริโภคผักเหาะจึงอยู่ในวิถีชีวิตการบริโภคของชาวปักษได้ที่สืบทอดต่อกันมาจนกลายเป็นอัตลักษณ์ของการรับประทานอาหารปักษได้

ปัจจุบันรูปแบบการดำเนินชีวิตของคนปักษได้เปลี่ยนไป วิธีการบริโภคอาหารพื้นบ้านเริ่มลดน้อยลง เนื่องจากกระแสโลกาภิวัตน์ ส่งผลให้เทศบาลนครหาดใหญ่กลายเป็นเมืองทันสมัย เป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจของภาคใต้ อีกทั้งยังเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ชาวไทยและ

ชาวต่างชาติหมื่นเรือนเข้ามาท่องเที่ยวตลอดเวลา ด้วยเหตุนี้วัฒนธรรมการบริโภคแบบตะวันตก จึงหล่อหลอมเข้ามาในเทศบาลนครหาดใหญ่ซึ่งเป็นพื้นที่ที่เต็มไปด้วยผู้คนหลายเผ่าพันธุ์มาอยู่ร่วมกัน ส่งผลให้การดำรงชีวิตต้องปรับเปลี่ยนไปตามกระแสสังคม รวมถึงการบริโภคผักพื้นบ้านเข้าถึง ได้ยากมากขึ้น การทำงานที่แข่งขันกับเวลาทำให้ไม่สามารถพิถีพิถันในการเลือกรับประทานอาหาร ที่เป็นประโยชน์ต่อสุขภาพได้ อาหารจานด่วนจึงเข้ามามีอิทธิพล เช่น แฮมเบอร์เกอร์ เคเอฟซี พิซซ่า ฯลฯ ซึ่งเป็นค่านิยมที่บั่นทอนสุขภาพ (เดชา ศิริภัทร, 2540, น. 39-40) โดยเฉพาะ ในกลุ่มของเด็กและเยาวชนที่ให้ความสนใจกับกระแสการบริโภคนี้ ด้วยเหตุนี้ทางคณะผู้วิจัย จึงสนใจที่จะศึกษาความสำคัญของวิธีการบริโภคแบบเดิมและการปรับเปลี่ยนการบริโภค ผักหนะท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม เพื่อให้ชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนคร หาดใหญ่ได้ตระหนักถึงความสำคัญและเล็งเห็นถึงคุณประโยชน์ที่ได้รับจากการบริโภคผักหนะ

คำถามในการวิจัย

1. ชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่มีวิถีชีวิตการบริโภคผักหนะอย่างไร
2. ชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่มีการปรับเปลี่ยนวิธีการบริโภคผักหนะ ท่ามกลางกระแสสังคมอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. ศึกษาวิธีการบริโภคผักหนะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่
2. ศึกษาการปรับเปลี่ยนการบริโภคผักหนะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ท่ามกลางกระแสสังคม

วิธีการศึกษา

การศึกษาเรื่อง วิธีการบริโภคผักหนะของชาวปักษ์ใต้ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ท่ามกลางการเปลี่ยนแปลงของกระแสสังคม เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่อศึกษาวิธีการบริโภคและการปรับเปลี่ยนการบริโภคผักหนะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาล นครหาดใหญ่ท่ามกลางกระแสสังคม ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ออกแบบงานวิจัยดังนี้

1. การเลือกพื้นที่ที่ศึกษา

พื้นที่ที่ใช้ในการวิจัย คือ พื้นที่ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ซึ่งเป็นเมืองศูนย์กลาง ทางเศรษฐกิจ การค้า การท่องเที่ยวและการคมนาคมขนส่งของภาคใต้ จึงมีลักษณะ “ความ เป็นเมือง” ที่เต็มไปด้วยผู้คนหลากหลายวัฒนธรรมมาอยู่ร่วมกันทั้งคนไทยพุทธ ไทยมุสลิม คนจีน และนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ เทศบาลนครหาดใหญ่จึงเป็นเมืองท่ามกลาง สังคมทันสมัยทั้งทางด้านวัตถุ เทคโนโลยี ตลอดจนมีอาหารที่ได้รับอิทธิพลจากตะวันตกและ ตะวันออก อาทิ อาหารจานด่วนชื่อดังมากมาย แต่ในขณะเดียวกันยังมีแหล่งจำหน่ายอาหาร ปักษ์ใต้ และตลาดผักพื้นบ้าน ด้วยเหตุนี้ พื้นที่ดังกล่าวจึงเป็นพื้นที่ที่สะท้อนวัฒนธรรมของ การบริโภคอาหารที่ผสมผสานระหว่างอาหารทันสมัยกับอาหารซึ่งเป็นอัตลักษณ์พื้นถิ่นของ คนปักษ์ใต้ที่ดำรงอยู่ท่ามกลางกระแสสังคม

2. กลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาชาวปักษ์ใต้ที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ โดยแบ่งกลุ่มผู้ให้ข้อมูลออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักและกลุ่มผู้ให้ข้อมูลรอง ดังนี้ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก ใน 3 ช่วงอายุ จำนวน 15 คน ได้แก่ วัยรุ่น อายุ 13 - 19 ปี จำนวน 5 คน วัยทำงาน อายุ 20 - 40 ปี จำนวน 5 คน วัยผู้ใหญ่ตอนปลาย อายุ 41 ปีขึ้นไป จำนวน 5 คน การเก็บข้อมูลทุกช่วงวัยเพื่อให้ได้ข้อมูลครบถ้วนสมบูรณ์ว่าแต่ละวัยมีพฤติกรรม การบริโภคแตกต่างกันอย่างไร และกลุ่มผู้ให้ข้อมูลรอง คือ ผู้จำหน่ายอาหารและผู้จำหน่ายผัก หนาะพื้บ้าน จำนวน 10 คน ดังนี้ ผู้จำหน่ายอาหารชาวแกง จำนวน 5 คน ผู้จำหน่ายผัก หนาะพื้บ้านในตลาด จำนวน 5 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.1 แนวคำถามในการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ โดยมีการกำหนดประเด็นเนื้อหาออกเป็น 5 ชุด ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ชุดที่ 1 ประเด็นเนื้อหาที่ใช้ถามผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้บริโภคในช่วงวัยรุ่น

ชุดที่ 2 ประเด็นเนื้อหาที่ใช้ถามผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้บริโภคในช่วงวัยทำงาน

ชุดที่ 3 ประเด็นเนื้อหาที่ใช้ถามผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ผู้บริโภคในช่วงผู้ใหญ่ตอนปลาย

ชุดที่ 4 ประเด็นเนื้อหาที่ใช้ถามผู้ให้ข้อมูลรอง คือ ผู้จำหน่ายอาหาร

ชุดที่ 5 ประเด็นเนื้อหาที่ใช้ถามผู้ให้ข้อมูลรอง คือ ผู้จำหน่ายผักหนาะพื้บ้าน

3.2 กล้องถ่ายภาพเพื่อใช้ประกอบการทำรูปเล่มและเครื่องบันทึกเสียงระหว่างการสัมภาษณ์

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เพื่อให้ได้ข้อมูลและผลการศึกษารอบคลุมตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย ผู้วิจัยได้ใช้เทคนิคการวิจัยเชิงคุณภาพโดยมีเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

4.1 รวบรวมข้อมูลจากแหล่งต่างๆ ทั้งข้อมูลจากเอกสารและรวบรวมจากที่มีผู้ศึกษาไว้แล้ว ในแง่มุมของผักหนาะพื้บ้าน การบริโภคผักหนาะพื้บ้าน ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยได้ค้นคว้าจากหอสมุดคุณหญิงหลงอรรถถวิสุนทร ตลอดจนการสืบค้นข้อมูลจากเครือข่าย อินเทอร์เน็ตต่างๆ ซึ่งข้อมูลทุกข้อมูได้เก็บรวบรวมโดยนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษา

4.2 จัดทำแนวทางการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง จากการวิเคราะห์ สังเคราะห์และจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

4.3 ผู้วิจัยนำแนวทางการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง ให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบความถูกต้องและความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

4.4 การเก็บข้อมูลภาคสนาม คณะผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์กลุ่มตัวอย่างทุกกลุ่มด้วยตนเอง โดยใช้แนวคำถามในการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างที่ได้เตรียมมา ซึ่งครอบคลุมตาม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย โดยทำการสัมภาษณ์ผู้บริโภครุ่นใน 3 ช่วงอายุ คือ วัยรุ่นจำนวน 5 คน ได้ดำเนินการเก็บข้อมูลตามร้านข้าวแกง ร้านอาหารจานด่วน หอพักนักเรียนและนักศึกษา สำหรับวัยทำงานได้เลือกเก็บข้อมูลตามร้านข้าวแกง จำนวน 5 คน ส่วนวัยผู้ใหญ่ตอนปลายเลือกเก็บข้อมูลที่บ้านพักของกลุ่มตัวอย่าง ผู้จำหน่ายอาหารจำนวน 5 คน คณะผู้วิจัยใช้วิธีเลือกเก็บประทานอาหารที่ร้านข้าวแกงและสัมภาษณ์ผู้ขายข้าวแกง ส่วนผู้จำหน่ายผักเหาะพื้นบ้านจำนวน 5 คน คณะผู้วิจัยได้ลงพื้นที่สังเกตการณ์และสัมภาษณ์ผู้จำหน่ายผักสดที่ตลาดสดเทศบาลนครหาดใหญ่และที่ตลาดคลองเรียน

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากการรวบรวมเอกสารและจากการสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้างคัดเลือกและจัดหมวดหมู่ตามประเด็นที่ศึกษา จัดลำดับความสัมพันธ์และลำดับความเชื่อมโยงของข้อมูลและแยกข้อมูลตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้

2. ทำการประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล จำแนกตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย คือ วิธีการบริโภคตามช่วงวัย จากอดีตถึงปัจจุบันได้แยกย่อยออกเป็น 3 ส่วน คือ 1) วิธีการบริโภคของวัยรุ่น 2) วิธีการบริโภคของวัยทำงาน 3) วิธีการบริโภคของวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย ในส่วนการปรับเปลี่ยนการบริโภคผักเหาะคนปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ท่ามกลางกระแสสังคมได้แบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ 1) ปัจจัยการปรับเปลี่ยนด้านสังคมและวัฒนธรรม 2) ปัจจัยการปรับเปลี่ยนด้านทัศนคติ 3) ปัจจัยการปรับเปลี่ยนด้านเศรษฐกิจและปัจจัยอื่นๆ จากนั้นนำมาตีความและสร้างข้อสรุป อธิบายเชิงพรรณนาความและเรียบเรียงเป็นรายงานฉบับสมบูรณ์

ผลจากการวิจัย

จากการสัมภาษณ์ชาวปักษ์ใต้ที่บริโภคผักเหาะในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา โดยวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากแนวทางการสัมภาษณ์จำนวน 25 คน ทั้งผู้ให้ข้อมูลหลักคือ ผู้บริโภคผักเหาะจำนวน 15 คน และผู้ให้ข้อมูลรองคือผู้จำหน่ายจำนวน 10 คน และนำมาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการจัดหมวดหมู่ข้อมูลตามประเด็นที่ศึกษา ตีความสร้างข้อสรุปและนำเสนอแบบพรรณนาความ ผลการวิจัยพบว่า

วิธีการบริโภคผักเหาะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ได้รับอิทธิพลจากรูปแบบการบริโภคผักเหาะของครอบครัว ส่งผลต่อทัศนคติในการเลือกบริโภคผักเหาะของแต่ละบุคคล รูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไป เช่น ย้ายที่อยู่อาศัยจากบ้านไปอยู่หอพักหรือบ้านเช่าของนักศึกษา เวลาจำกัดและเร่งรีบของแต่ละมื้ออาหาร ขาดแคลนพื้นที่สำหรับผักสวนครัวริมรั้วบ้าน มีผลต่อการเข้าถึงผักเหาะ และทำให้การบริโภคผักเหาะลดลงดังนี้

1. วิธีการบริโภคของวัยรุ่นในอดีตรับประทานผักเหาะพื้นบ้านทุกชนิด เพราะได้รับอิทธิพลจากคนในครอบครัว รวมถึงสภาพแวดล้อมที่สามารถเข้าถึงผักเหาะพื้นบ้านได้ง่าย แต่ในปัจจุบันวัยรุ่นมีรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนไป เช่น การอยู่หอพักของนักเรียน นักศึกษา ทำให้ความสามารถในการเข้าถึงผักเหาะลดลง และวัยรุ่นบางส่วนปฏิเสธการรับประทานผักเหาะพื้นบ้านที่มีกลิ่นเหม็น จำพวกสะตอ ลูกเนียง เป็นต้น จึงหันมารับประทานผักสดจำพวกแตงกวา ถั่วฝักยาวแทน เพราะสามารถหารับประทานได้ตามร้านอาหารทั่วไป ส่วนแนวโน้มในการรับประทานอาหารของวัยรุ่น มีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างเล็กน้อย เพราะมีอาหารสำเร็จรูป และอาหารจานด่วนจากต่างประเทศเข้ามาเป็นจำนวนมาก อาหารที่ได้รับความนิยมจากวัยรุ่น คือ เคเอฟซี พิซซ่า เนื้อย่างเกาหลี ฯลฯ แต่ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการบริโภคผักเหาะพื้นบ้านของวัยรุ่นแต่อย่างใด

“...ผักเหาะหรือคะ กินแต่แตงกวา ถั่วฝักยาวกับน้ำพริกคะ
สะตอ ลูกเนียงก็รู้จักคะ ที่บ้านกินคะ พ่อแม่กินตลอด แต่ว่าหนู
ไม่กินนะ ทั้งสะตอและลูกเนียงเลยเพราะว่าไม่ชอบอะคะมันเหม็น...”
(ภัทรา วันแข่ง, สัมภาษณ์, 26 ธันวาคม 2554)

จากการสัมภาษณ์พูดคุยพบว่าในส่วนตัวของเด็กหญิงภัทรา วันแข่ง รู้จักผักเหาะพื้นบ้านบางชนิด เช่น สะตอ ลูกเนียง บวบก เป็นต้น ครอบครัวรับประทานแต่ตนเองจะไม่รับประทาน เพราะไม่ชอบ จะเลือกรับประทานพวกแตงกวา ถั่วฝักยาว เสียมากกว่า และหากไปรับประทานข้าวแกงตามร้านจะเลือกรับประทานร้านที่มีผักเหาะหรือผักสดให้คู่กับอาหาร เพราะทำให้รับประทานอาหารได้มากขึ้น และอร่อย

2. วิธีการบริโภคของวัยทำงานเป็นการรับประทานตามกำลังซื้อที่สามารถซื้อได้ในระดับปัจเจก โดยส่วนใหญ่นิยมบริโภคตามความต้องการ สำหรับอุปสรรคในการรับประทานอาหารของช่วงวัยนี้ คือ เวลาที่เร่งรีบและจำกัดในการทำงาน รวมถึงการย้ายที่อยู่อาศัยเป็นเหตุให้การเข้าถึงผักเหาะพื้นบ้านลดลง วิธีการบริโภคของวัยทำงานยังคงบริโภคผักเหาะพื้นบ้านในมื้ออาหาร มีเพียงมื้อเช้าและมื้อกลางวันเท่านั้นที่รับประทานได้น้อยลง เนื่องจากช่วงเวลาที่เร่งรีบในการทำงาน จึงรับประทานได้เพียงแค่แตงกวาและถั่วฝักยาว ที่มีให้บริการตามร้านอาหาร

“...ที่รู้จักผักเหาะพื้นบ้านไม่ใช่ว่าที่รู้จักก็มี สะตอ ลูกเนียงแค่นั้นแหละ เพราะว่าพี่ไม่ชอบกินมันเหม็นมาก แล้วก็ไม่ได้คิดจะลองเลย แต่ว่าผักที่กินนะ แต่กินแค่แตงกวา ถั่วฝักยาว ผักที่กินง่าย...”
(สารสิน สมศรี, สัมภาษณ์, 27 ธันวาคม 2554)

จากการสัมภาษณ์พบว่า นายสารสิน สมศรี รู้จักผักหนาะพื้นบ้านบางชนิด คือ สะตอ ลูกเนียง เพราะรับประทานไม่เป็นและไม่ชอบ แต่จะเลือกรับประทานเป็นผักสดชนิดอื่นแทน เช่น แตงกวา ถั่วฝักยาว และถั่วพลู่ ส่วนสมาชิกในครอบครัวท่านอื่นจะรับประทานผักหนาะพื้นบ้านทุกชนิด

3. ผู้บริโภควัยผู้ใหญ่ตอนปลายรู้จักและรับประทานผักหนาะพื้นบ้านทุกชนิด ทั้งปลูกพืช สมุนไพรไว้รับประทานเองบริเวณบ้านเพราะสะดวกและปลอดภัยจากสารเคมี คนกลุ่มนี้จะให้ความสำคัญกับสุขภาพในการเลือกรับประทานผักหนาะพื้นบ้าน เพราะมีประโยชน์และบางชนิดยังสามารถรักษาและป้องกันโรคต่างๆ ได้ แต่บางชนิดหากรับประทานมากเกินไปก็จะส่งผลเสียต่อร่างกาย

“...ยายกินผักหนาะได้หมดทุกอย่างนะ กินมาแต่เด็กแล้ว เพราะพ่อแม่สอนให้กิน แต่ก่อนหากินง่ายมาก เตี้ยวันเนี่ยเปลี่ยนไปแล้ว ต้องปลูกกินเองบ้างเพราะไม่ค่อยใส่ใจผักที่ซื้อจากตลาด ที่ชอบกินก็พวก สะตอ ตอเบา ผักกาดนกเขา กินได้เพ (ได้ทั้งนั้น) แต่ตอนนี้แก่แล้วต้องเลือกกินที่นิ่มๆ บางอย่างกินมากเกินไปก็ไม่ต้องระวังแล้ว เรื่องสุขภาพ แก่แล้ว...”

(ขวต จินดาดำ, สัมภาษณ์, 25 ธันวาคม 2554)

จากคำบอกเล่าของนางขวต จินดาดำ เดิมเป็นคนหาดีใหญ่โดยกำเนิด รับประทานผักพื้นบ้านได้ทุกชนิด สมัยก่อนสามารถหาผักหนาะรับประทานได้ตามป่าหลังบ้าน ที่สามารถรับประทานผักหนาะพื้นบ้านได้เพราะพ่อแม่สอนให้รับประทานและมีอยู่ในมื้ออาหาร เมื่อก่อนหารับประทานได้ง่ายมาก แต่ปัจจุบันต้องปลูกกินเอง เพราะไม่เชื่อถือผักที่มาจากตลาด ผักหนาะพื้นบ้านที่ชอบรับประทาน ได้แก่ ผักกาดนกเขา บวบก สะเดา สะตอ ยอดตอเบา กระถิน ฯลฯ แต่จะเลือกรับประทานแต่ผักที่นิ่มๆ ทั้งสดและต้ม บางครั้งรับประทานมากก็ไม่ดี เช่น สะตอ ถ้ารับประทานมากจะทำให้เจ็บคอ เพราะต้องระมัดระวังเรื่องสุขภาพ

4. ผู้จำหน่ายผักในตลาดและร้านอาหารภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่พบว่า ส่วนใหญ่เป็นแม่ค้าคนกลางรับซื้อผักหนาะพื้นบ้านจากสวนมาอีกทอดหนึ่งเพื่อนำมาจำหน่ายต่อให้กับแม่ค้าปลีกที่มารับบริเวณตลาดสดเทศบาลนครหาดใหญ่ และอีกส่วนหนึ่งคือแม่ค้าที่นำผักที่ปลูกหรือหามาเองมาจำหน่าย ผักที่นำมามีหลายชนิดทั้งมีตลาดปีและตามฤดูกาล เช่น สะตอ จะมีราคาแพงและทำกำไรให้กับแม่ค้า ซึ่งแสดงให้เห็นว่าผักหนาะพื้นบ้านยังคงได้รับความนิยมจากผู้บริโภคทุกช่วงวัย ถือเป็นเอกลักษณ์อีกอย่างหนึ่ง เพราะผักหนาะพื้นบ้านนอกจากช่วยขุสและลดความเผ็ดร้อนแล้ว ยังช่วยให้รับประทานอาหารได้มากยิ่งขึ้น ถึงแม้ว่าผักหนาะพื้นบ้านบางชนิดจะมีราคาสูงบ้างตามฤดูกาล แต่ก็ยังคงเป็นที่ต้องการของผู้บริโภคต่อไปอย่างไม่ขาดสาย

“...มีผักให้ลูกค้าเหาะทุกวันแหละ ก็พวกแดงกวา บัวบก ถั่วฝักยาว ยอดยาร่วงล้อม แต่ว่าผักแบบนี้ไม่ใช่จะมีทุกวันนะน้อง มันแล้วแต่ฤดูด้วย ร้านที่จะมีน้ำพริกไว้ด้วยลูกค้าจะชอบมาก ผักกับน้ำพริกหมดทุกวันเลยไม่เคยเหลือไม่ขาดทุนนะแต่มีค่าใช้จ่ายเพิ่มบ้าง...”
(สมใจ ชูสุวรรณ, สัมภาษณ์, 21 ธันวาคม 2554)

จากคำบอกเล่าของนางสมใจ ชูสุวรรณ แม่ค้าขายข้าวแกงบริเวณ ถนนคลองเรียน 2 เป็นร้านที่ได้รับความนิยมภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ทำให้ทราบว่าผักเหาะพื้นบ้านยังได้รับความนิยมและเป็นที่ต้องการของผู้บริโภคในทุกช่วงวัย เพราะนอกจากจะช่วยชูรสอาหารแล้ว ยังสามารถรับประทานอาหารได้มากขึ้นด้วย การที่ซื้อผักเหาะพื้นบ้านมาให้บริการลูกค้าทุกวันนี้ อาจมีต้นทุนที่เพิ่มขึ้นบ้างแต่ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อรายได้ของทางร้านแต่อย่างใด

นอกจากนี้ผู้วิจัยยังได้สัมภาษณ์นางรุ่งนภา แสงจันทร์ แม่ค้าข้าวแกงบริเวณถนนคลองเรียน 2 ดังนี้

“...ผักเหาะไม่มีไม่ได้นะเพราะเป็นของคู่กัน กินขนมจีนก็ต้องมี ผักเหาะถึงจะอร่อย เด็กๆ ที่มากินจะเลือกกินแต่แดงกวา ถั่วฝักยาว หรือถั่วงอก ผักเหาะร้านป่าหมดทุกวัน เพราะลูกค้าชอบ”
(รุ่งนภา แสงจันทร์, สัมภาษณ์, 21 ธันวาคม 2554)

การปรับเปลี่ยนการบริโภคผักเหาะชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ท่ามกลางกระแสสังคม

มิติการปรับเปลี่ยนด้านทัศนคติ

“...แม่ว่ากินผักบางอย่างน้อยลงนะ คือเรารู้ว่าผักไหนกินมากไม่ดี ผักไหนกินแล้วดี เช่น พวกสะตอแม่ว่าจะไม่ค่อยกินแล้วก็หันมา กินผักอย่างอื่นเพิ่มแทนใจ...”
(วาสนา ถาวร, สัมภาษณ์, 21 ธันวาคม 2554)

การปรับเปลี่ยนทางด้านทัศนคติของผู้บริโภคมีความสำคัญอย่างยิ่ง เห็นได้จากอิทธิพลจากคนในครอบครัวมีผลต่อการรับประทานผักเหาะพื้นบ้าน ทำให้ลูกหลานซึมซับวิถีการบริโภคผักเหาะพื้นบ้านในมื้ออาหาร การปรับเปลี่ยนของกระแสสังคมบางอย่างทำให้การเข้าถึงผักเหาะพื้นบ้านเปลี่ยนไป เช่น การบริโภคอาหารสำเร็จรูปจากต่างประเทศ หรือการสังสรรค์นอกบ้านซึ่งส่งผลกระทบต่อการใช้บริโภคผักเหาะพื้นบ้านเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ส่วนกระแสการบริโภคของคนรักสุขภาพเริ่มให้ความสำคัญกับสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้น เพื่อส่งเสริมและป้องกันโรคมะเร็งมากกว่าการรักษาที่ปลายเหตุ การปรับปรุงเปลี่ยนแปลงบริโภคนิสัยเลือกกินอาหารที่ดีจะส่งผลต่อสุขภาพไม่น้อยเลยทีเดียว โดยเฉพาะอย่างยิ่งการช่วยลดความเสี่ยงและความรุนแรงจากโรคเรื้อรังหลายชนิด

มิติการปรับเปลี่ยนด้านสังคมและวัฒนธรรม

“...ผมเป็นนักศึกษาไม่ต้องอยู่หอพัก แล้วพวกผักพื้นบ้านแบบนี้แทบจะไม่ต้องพูดเลย คือหาถิ่นยาก ไม่ได้ไปตลาดอยู่แล้วด้วย แล้วพวกร้านข้าวก็มีแต่แตงกวา ถั่วฝักยาว หัวไป แต่ถ้าผมกลับไปบ้านนะจะได้กินหมดเลย...”

(เจษฎา คงไชย, สัมภาษณ์, 26 ธันวาคม 2554)

การเปลี่ยนแปลงด้านสังคม วัฒนธรรม ครอบครัว การอยู่หอพักของนักเรียนนักศึกษา ความรีบเร่งในการทำงาน ทำให้ความหลากหลายของอาหารที่มีแบบดั้งเดิม แบบผสมผสานอาหารจากต่างประเทศ กลายเป็นทางเลือกใหม่ในการดำรงชีวิตของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิตที่ดำเนินอยู่ไปจากเดิมบ้างเพียงเล็กน้อย อย่างไรก็ตามชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ยังให้ความสำคัญในการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้าน ซึ่งยังมีบทบาทต่อผู้บริโภคจนถึงปัจจุบัน

มิติการปรับเปลี่ยนด้านเศรษฐกิจ

“...ผักเหนาะปามีให้ลูกค้าทุกวันแหละ ไม่มีไม่ได้นะลูกค้าถามหา แต่ถ้าผักแพงเกินไปก็ซื้อน้อยลงแค่นั้นแหละ (ซี) เหมือนอย่างลูกค้า (อย่างเช่นถั่วฝักยาว) แล้วก็พวกลูกตอ (สะตอ) ถ้าไม่ใช่หน้ามันอะหนา (ไม่ใช่ฤดู) ก็จะไม่แพง...”

(ประกอบ จันทรไธม์, สัมภาษณ์, 26 ธันวาคม 2554)

เศรษฐกิจที่ขยายตัว เพิ่มขีดความสามารถในการใช้จ่ายของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ให้มีปริมาณมากขึ้น และจำนวนบริการด้านอาหารในการบริโภคที่มีเพิ่มขึ้น ทำให้การบริโภคเปลี่ยนแปลงไป โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงานมีการบริโภคอาหารตามสภาพเศรษฐกิจ ซึ่งถือว่าปรับเปลี่ยนวิถีการบริโภคหรือการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้านไปโดยไม่รู้ตัว ส่วนผู้จำหน่ายผักและผู้จำหน่ายอาหารภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ได้รับผลกระทบเพียงเล็กน้อยจากราคาผักเหนาะพื้นบ้านตามท้องตลาดที่สูงขึ้น ถึงแม้มีราคาสูงแต่ผักเหนาะพื้นบ้านยังคงเป็นที่ต้องการของชาวปักษ์ใต้ภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่

อภิปรายผล

วิถีการบริโภคผักเหนาะของชาวปักษ์ใต้ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่

จากการศึกษากลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 3 ช่วงอายุ ได้แก่ ช่วงวัยรุ่น วัยทำงาน และวัยผู้ใหญ่ตอนปลาย พบว่า ทั้ง 3 ช่วงอายุนั้นได้รับอิทธิพลจากครอบครัวในการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้าน แสดงให้เห็นว่าสถาบันครอบครัวนั้น มีความสำคัญต่อวิถีการบริโภคผักเหนาะพื้นบ้านของผู้คนเป็นอย่างมาก สอดคล้องกับผลการวิจัยของกิริตพร ศรีธัญรัตน์ (2554, น. 12-16) ได้อธิบายวิถีการบริโภคของกลุ่มวัยรุ่นว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาจะมีความใกล้ชิด

กับพ่อแม่มากกว่าผู้ที่ทำงานแล้ว และได้รับอิทธิพลในการกินอยู่จากพ่อแม่มากกว่าผู้ที่ทำงานแล้ว เนื่องจากไม่มีรายได้เป็นของตนเอง รายได้ของครอบครัวส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้ผู้บริโภคกลุ่มวัยรุ่นจะปฏิเสธการรับประทานผักเหาะพื้นบ้านบางชนิด เช่น สะตอ ลูกเนียง เพราะว่ามีกลิ่นเหม็นฉุน ส่วนแนวโน้มในการรับประทานอาหารของวัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้างเล็กน้อย เพราะมีอาหารสำเร็จรูป และอาหารจานด่วน จากต่างประเทศ เข้ามาเป็นจำนวนมาก อาหารที่ได้รับความนิยมจากวัยรุ่น คือ เคเอฟซี พิซซ่า เนื้อย่างเกาหลี ฯลฯ แต่ไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการบริโภคผักเหาะพื้นบ้านของวัยรุ่นแต่อย่างใด สำหรับการบริโภคของกลุ่มวัยทำงานของหนุ่มสาวชาวปักษ์ใต้ ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ จะรับประทานผักเหาะพื้นบ้านตามกำลังซื้อที่สามารถซื้อได้ในระดับปัจเจก โดยส่วนใหญ่นิยมบริโภคตามความต้องการ สำหรับอุปสรรคในการรับประทานอาหารของช่วงวัยนี้ คือ เวลาที่เร่งรีบและข้อจำกัดในการทำงาน รวมถึงการย้ายที่อยู่อาศัย เป็นเหตุให้การเข้าถึงผักเหาะพื้นบ้านลดลง วิธีการบริโภคของวัยทำงาน ยังคงบริโภคผักเหาะพื้นบ้านในมื้ออาหาร มีเพียงมื้อเช้า และมื้อกลางวันเท่านั้นที่รับประทานได้น้อยลง เนื่องจากช่วงเวลาที่เร่งรีบในการทำงาน จึงรับประทานได้เพียงแตงกวา และถั่วงอกที่มิให้บริการตามร้านอาหารเท่านั้น และกลุ่มผู้บริโภคช่วงวัยสุดท้าย คือ วัยผู้ใหญ่ตอนปลายนั้น จะรับประทานผักเหาะพื้นบ้านทุกชนิด และปลูกพืชสมุนไพรไว้รับประทานเองบริเวณบ้านเพราะสะดวกและปลอดภัยจากสารเคมี คนกลุ่มนี้จะให้ความสำคัญกับสุขภาพในการเลือกรับประทานผักเหาะพื้นบ้าน สอดคล้องกับคำกล่าวของ เดชา ศิริภัทร (2540, น. 13-14) ที่ว่า คุณสมบัติของพืชผักพื้นบ้านเหล่านี้แต่ละตัวต่างมีความหลากหลายแตกต่างกันออกไปอีก คุณค่าที่สำคัญอีกประการหนึ่งของผักพื้นบ้านคือการมีเส้นใยอาหารหรือที่เรียกว่า fiber ซึ่งเส้นใยอาหารนี้เป็นโครงสร้างของผัก มีมากที่เปลือก ใบและก้าน ร่างกายเราไม่สามารถย่อยได้ เมื่อรับประทานเข้าไปแล้วจึงเหลือเป็นกากช่วยกระตุ้นให้ลำไส้ใหญ่บีบตัวขับถ่ายของเสียออกมา จึงทำให้ช่วยป้องกันการท้องผูกได้ นอกจากนี้ โยอาหารยังมีคุณสมบัติในการจับคอเลสเตอรอลไว้ แล้วขับถ่ายออกมาพร้อมกัน จึงทำให้ลดระดับคอเลสเตอรอลในเส้นเลือดได้ด้วย และจากการที่โยอาหารทำให้อาหารผ่านจากปากถึงทวารหนักในอัตราที่เร็วขึ้นจึงทำให้เวลาในการที่เยื่อลำไส้เล็กจะสัมผัสกับสารพิษ และสารที่ก่อให้เกิดมะเร็งที่มีอยู่ในอาหารลดลง ร่างกายจึงได้รับสารพิษน้อยลง พืชผักที่มีโยอาหารสูงมาก ได้แก่ ยอดมะม่วงหิมพานต์ ยอดมะกอก หากพิจารณาแล้วจะเห็นว่าพืชผักเหล่านี้ เป็นพืชผักพื้นบ้านทั้งสิ้น

ส่วนผู้จำหน่ายผักและผู้จำหน่ายอาหารในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ผักเหาะพื้นบ้าน ยังคงได้รับความนิยมจากผู้บริโภคในทุกช่วงวัย เนื่องจากผักเหาะพื้นบ้านช่วยลดความเผ็ดร้อน และขุสอาหาร ทำให้ผู้บริโภคส่วนใหญ่รับประทานอาหารได้มากยิ่งขึ้น สอดคล้องกับเพ็ญภา ทรัพย์เจริญ และคณะ, (2547, น. 279) ที่ว่า ถ้ากินข้าว กินขนมจีน แล้วไม่เค็ม ผักเหาะ ก็เหมือนคนแก่กินหมากพลู แต่ชาตปุณ ชาวบ้านแต่ละท้องถิ่นอาจเรียกผักเหาะไม่เหมือนกัน บางแห่งอาจเรียกว่า ผักจุ่ม ผักเกล็ด ผักจิ้ม ผักอีล้ำ แต่ส่วนมากเขาจะเรียก

“ผักเหนาะ” ชาวปักษ์ใต้ถือว่าเรื่องผักเหนาะเป็นเรื่องสำคัญมากกว่าภูมิภาคอื่นกล่าวคือเมื่อชาวปักษ์ใต้กินข้าว หากไม่มีผักเหนาะมาแก้มั้จะรับประทานไม่คล่องคอ ผักเหนาะทำให้อาหารมีกลิ่นรสชาดอร่อย กินได้มากขึ้น

การปรับเปลี่ยนการบริโภคผักเหนาะของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ท่ามกลางกระแสสังคม

การปรับเปลี่ยนทางด้านทัศนคติของผู้บริโภคมีความสำคัญอย่างยิ่ง เห็นได้จากอิทธิพลจากคนในครอบครัว ไม่ว่าจะเป็นปู่ตายาย หรือพ่อแม่ ล้วนให้ความสำคัญต่อการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้าน ทำให้ลูกหลานซึมซับวิถีการบริโภคผักเหนาะพื้นบ้านในมื้ออาหาร แต่การปรับเปลี่ยนของกระแสสังคมส่งผลกระทบต่อวิถีการบริโภคผักเหนาะพื้นบ้าน สอดคล้องกับเจลิยว ฤกษ์จุฬิมล (2542, น. 179-180) ที่กล่าวว่า การเปลี่ยนรูปแบบของโครงสร้างทางสังคมส่งผลต่อพฤติกรรมการบริโภค ทำให้การเข้าถึงผักเหนาะพื้นบ้านเปลี่ยนไป เช่น การบริโภคอาหารสำเร็จรูปจากต่างประเทศ หรือการสังสรรค์นอกบ้าน ซึ่งสิ่งเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อ การบริโภคผักเหนาะพื้นบ้านเพียงเล็กน้อยเท่านั้น ประกอบกับการเลือกรับประทานผักกำลังได้รับความนิยมในกระแสการบริโภคของคนรักสุขภาพส่วนหนึ่ง รวมถึงคนส่วนใหญ่เริ่มให้ความสำคัญกับสุขภาพของตนเองมากยิ่งขึ้น เพื่อส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรครมากกว่าการรักษาที่ปลายเหตุ ส่วนการเปลี่ยนแปลงของสังคมและวัฒนธรรม สนธยา พลศรี (2553, น. 109) อธิบายว่าการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมก่อให้เกิดการปรับตัวของคนในสังคม เพื่อความอยู่รอด สะท้อนให้เห็นจากกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงาน ได้มีการปรับเปลี่ยนการดำเนินชีวิต เช่น การอยู่หอพักของนักเรียนนักศึกษา ความรีบเร่งในการทำงาน ทำให้ความหลากหลายของอาหารที่มีแบบดั้งเดิม แบบผสมผสาน อาหารจากต่างประเทศ กลายมาเป็นทางเลือกใหม่ในการดำรงชีวิตของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิตที่ดำเนินอยู่ไปจากเดิมบ้างเพียงเล็กน้อย เช่น การรับประทานอาหารจานด่วนที่มีขายข้างที่ทำงาน เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่มิให้ความสำคัญในการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้าน ซึ่งยังมีบทบาทต่อผู้บริโภคจนถึงปัจจุบัน ส่วนการปรับเปลี่ยนทางด้านเศรษฐกิจ วัฒน จีโรจน์พันธ์ และคณะ (2547, น. 117) ได้กล่าวว่า สาเหตุการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรมปัจจัยทางเศรษฐกิจ กิจกรรมทางเศรษฐกิจ คือ การผลิต การบริโภค การจำหน่าย และการแบ่งปันผลประโยชน์ รวมทั้งระบบเศรษฐกิจและโครงสร้างทางเศรษฐกิจ มีผลอย่างมากต่อการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม กล่าวคือ สังคมและวัฒนธรรมจะเปลี่ยนแปลงไปตามปัจจัยเศรษฐกิจที่เปลี่ยนแปลง จากที่กล่าวมาข้างต้นแสดงให้เห็นว่าเศรษฐกิจที่ขยายตัว เพิ่มขีดความสามารถในการใช้จ่ายของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ให้มีปริมาณมากขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงานมีการบริโภคอาหารตามสภาพเศรษฐกิจ ซึ่งถือว่าเป็นการปรับเปลี่ยนวิถีการบริโภคหรือการรับประทานผักเหนาะพื้นบ้านไปโดยไม่รู้ตัว ส่วนผู้จำหน่ายผักและผู้จำหน่ายอาหารภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่

ได้รับผลกระทบเพียงเล็กน้อยจากราคาผักเหาะพื้นบ้านตามท้องตลาดที่สูงขึ้น ถึงแม้มีราคาสูง แต่ผักเหาะพื้นบ้านยังคงเป็นที่ต้องการของชาวปักษ์ใต้ภายในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ อาจกล่าวได้ว่าวิถีการบริโภคอาหารของชาวปักษ์ใต้ในเขตเทศบาลนครหาดใหญ่ได้ปรับเปลี่ยน ตามกระแสสังคมของความเป็นเมืองทันสมัยไปบ้างแต่ยังคงให้ความสำคัญกับการบริโภคผักเหาะต่อไป

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำไปใช้

1. จากผลการวิจัยพบว่า ผักเหาะพื้นบ้าน ยังมีความสำคัญกับวิถีชาวปักษ์ใต้เป็นอย่างมาก ดังนั้นควรมีการส่งเสริมการอนุรักษ์การรับประทานผักเหาะให้เป็นเอกลักษณ์ของภาคใต้ เพื่อให้คนทุกรุ่นทุกวัยหันมาสนใจและให้ความสำคัญกับการบริโภคผักพื้นบ้านมากขึ้น เพื่อเป็นการสร้างกระแสให้คนไทยหันมาบริโภคผักสมุนไพรมากขึ้น

2. จากผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นถึงจะบริโภคตามครอบครัว แต่ยังไม่มีความเข้าใจถึงความสำคัญ ควรให้ความรู้แก่เยาวชนเกี่ยวกับคุณค่าของผักพื้นบ้านพร้อมทั้งเปิดโอกาสให้เข้ามามีส่วนร่วมในด้านการหาแนวทางการจัดการผักพื้นบ้านและทรัพยากรธรรมชาติอื่นๆ อีกด้วย

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยเพิ่มเติม

1. ควรสร้างและจัดการความรู้เกี่ยวกับ ผักเหาะพื้นบ้านหรือผักพื้นบ้าน เพื่อให้เกิดการพัฒนาองค์ความรู้อย่างต่อเนื่องและยั่งยืน

2. ควรส่งเสริมให้ชุมชนท้องถิ่นอนุรักษ์ผักพื้นบ้านเพื่อไม่ให้สูญหายไป โดยการสร้างเครือข่ายองค์กรชุมชน เพื่อแลกเปลี่ยนประสบการณ์ โดยสอดคล้องกับกลุ่มองค์กรพัฒนาเอกชนภาคใต้ ร่วมกับคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (2537) ได้จัดทำโครงการศึกษาภูมิปัญญาของชุมชนภาคใต้ เกี่ยวกับผักพื้นบ้าน ทั้งสำรวจพฤกษศาสตร์การใช้ประโยชน์ในแง่ต่างๆ แล้วทำการรวบรวมข้อมูลเก็บขยายพันธุ์

เอกสารอ้างอิง

กิตติพร จุฑะวิริยะ. คำยีน สานยาว, และคำพอน อินทิพอน. (2554). พฤษภาคม-สิงหาคม). วิถีการบริโภคอาหารพื้นบ้านของคนรุ่นใหม่ภายใต้กระแสโลกาภิวัตน์ในเขตนครเวียงจันทร์ สปป.ลาว. *วารสารสังคมกลุ่มแม่น้ำโขง*, 7(2), 49-73.

เจลิยว ถูกษ์จุฑิมล. (2542). *การเปลี่ยนแปลงทางสังคมมนุษย์กับสังคม*. กรุงเทพฯ: โครงการบูรณาการหมวดศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

เดชา ศิริภัทร. (2540). กันยายน-ตุลาคม), ผักพื้นบ้าน: ที่มาของผักพื้นบ้าน. *หมอชาวบ้าน*. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน, 15(11), 13-14.

มาโนช วาamananท์ และเพ็ญภา ทรัพย์เจริญ. (2538). *ผักพื้นบ้าน: ความหมายและภูมิปัญญาของสามัญชนไทย*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.

วิมล จิโรจพันธ์ และคณะ. (2547). *สังคมวิทยาชนบทและเมือง*. กรุงเทพฯ: บรรรกริจ.

สนธยา พลศรี. (2553). *หลักสังคมวิทยา*. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.

ไหมไทย ศรีแก้ว, เพลินพิศ ฐานิวัฒนานนท์, และดวงตา สุวรรณรัตน์. (2552). ผลของโปรแกรมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมร่วมกับกลุ่มประคัประดับประคองต่อพฤติกรรมด้านโภชนาการของผู้ป่วยโรคหัวใจขาดเลือด. *วารสารพยาบาลศาสตร์, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*, 21(2), 122-136.

อ้อมใจ วงษ์มณฑา. (2547), มกราคม-เมษายน), ธรรมชาติบำบัด. *วารสารภูมิแล*, 25(1), 52-57.

บุคลากร

ชวด จินดาดำ, (2554, 25 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ บ้านพักเลขที่ 113/25 ถนนแสงศรี อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

เจษฎา คงไชย, (2554, 26 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ หอพักนักศึกษา 6 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ประกอบ จันทรเี่ยม, (2554, 26 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ ตลาดสดเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

ภัทรา วันเซ่ง, (2554, 26 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ ที่หอพักถาวรสุข ถนนปุนณกัณฑ์ อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

รุ่งภา แสงจันทร์, (2554, 21 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ ตลาดคลองเรียน อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

วาสนา ถาวร, (2554, 21 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ ตลาดสดเทศบาลนครหาดใหญ่ อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

สารสิน สมศรี, (2554, 27 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ สยามอพาร์ทเมนต์ ถนนประชาธิปไตย อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

สมใจ ชูสุวรรณ (2554, 21 ธันวาคม) ผู้ให้สัมภาษณ์ ตลาดคลองเรียน อำเภหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา