

ชื่อเรื่อง การฟื้นฟู สืบสานและสร้างมูลค่าเพิ่มแก่ทุนวัฒนธรรมอาหารไท-ยวนเพื่อเสริมสร้างสุขภาพ และเศรษฐกิจชุมชนเชิงสร้างสรรค์ อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา
ผู้วิจัย ธนิตา ผาติเสนะ และฐิติมา โพธิ์ชัย
หน่วยงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
ปี พ.ศ. 2560

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม มีวัตถุประสงค์เพื่อการฟื้นฟู สืบสาน และสร้างมูลค่าเพิ่มแก่ทุนวัฒนธรรมอาหารไท-ยวนในการเสริมสร้างสุขภาพและเศรษฐกิจชุมชนเชิงสร้างสรรค์ อำเภอสีคิ้ว จังหวัดนครราชสีมา กลุ่มผู้ให้ข้อมูล ประกอบด้วยภูมิปัญญาอาหารไท-ยวน ผู้นำท้องถิ่นและบุคลากรของหน่วยงานภาครัฐที่อยู่ในพื้นที่ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่แบบสำรวจข้อมูลแบบสอบถามและแนวทางการสนทนากลุ่ม การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ ใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ร้อยละ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา และการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการโดยใช้โปรแกรมคำนวณสารอาหาร (Inmucal-nutrients V3)

ผลการวิจัยพบว่าลักษณะและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารไท-ยวน คืออาหารคาวส่วนใหญ่ จะใช้วิธีต้ม แกง บั๊ง ย่าง นึ่งและไม่มีกะทิเป็นส่วนประกอบทำให้ปริมาณไขมันในอาหารค่อนข้างต่ำ ตัวอย่างของอาหารไท-ยวน ได้แก่ แกงแค แกงหน่อไม้สด แกงหยวก คั่วไข่ผำ ส้าแตง น้ำพริกต่างๆ ซึ่งพืชผักที่นำมาประกอบอาหารหรือใช้เป็นเครื่องเคียงมักเป็นพืชผักที่มีในท้องถิ่นสำหรับอาหารหวานส่วนใหญ่เป็นขนมหวานที่ทำจากแป้ง น้ำตาลและกะทิเป็นหลัก เช่น ข้าวเป็ญ ข้าวตาล ข้าวแต่นและข้าวโป่ง เป็นต้น ส่วนอาหารพิธีกรรม เช่น ข้าวยากู ซึ่งจะทำกันในช่วงเดือน 12 ตำรับนี้อุดมไปด้วยวิตามินและเกลือแร่ต่างๆ ได้แก่ ธาตุเหล็ก วิตามินบีหนึ่ง วิตามินบีสอง วิตามินอีและใยอาหาร กระบวนการฟื้นฟูและสืบสานวัฒนธรรมอาหารไทยวนประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือขั้นที่ 1 การวางแผน คณะผู้วิจัยได้ลงพื้นที่เพื่อเข้าร่วมประชุมกับภาคีในพื้นที่ พบว่า แนวทางการสืบสานวัฒนธรรมอาหารไทยวนในชุมชน คือการจัดทำตลาดบ้านยวน ส่วนแนวทางในการสืบสานในโรงเรียนคือการสอดแทรกเนื้อหาในรายวิชาเรียน ขั้นที่ 2 การปฏิบัติการ ได้ดำเนินการเปิดตลาดบ้านยวน นครจันทิก ภูมิปัญญาอาหารนำอาหารไท-ยวน มาจำหน่ายที่ตลาดบ้านยวน ขั้นที่ 3 การประเมินผลพบว่าผู้เข้าร่วมงานส่วนใหญ่มีความพึงพอใจ ได้เรียนรู้วัฒนธรรมไทยวนหลายด้าน โดยเฉพาะด้านอาหาร ทำให้ได้รู้จักอาหารไทยวน ทั้งอาหารคาว และอาหารหวาน ได้พบปะกับภูมิปัญญาด้านอาหารทำให้เกิดความภาคภูมิใจในความเป็นชาวไทยวน ในส่วนของภูมิปัญญาด้านอาหารที่เข้าร่วมงานและนำอาหารมาจำหน่าย พบว่ามี ความพึงพอใจมาก มีความสุข และมีรายได้จากการจำหน่ายอาหาร ขั้นที่ 4 การสะท้อนผลพบว่าตลาดบ้านยวนเป็นแหล่งเผยแพร่วัฒนธรรม ช่วยสร้างรายได้ให้กับชุมชน การมีส่วนร่วมของชุมชนทำให้การดำเนินการตลาดเป็นไปด้วยดีและจะได้มีการส่งเสริมให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวในชุมชนต่อไป

คำสำคัญ : การฟื้นฟูและสืบสาน อาหารไท-ยวน สุขภาพ เศรษฐกิจชุมชนเชิงสร้างสรรค์

Title The Restoration, Inheritance and Value Added Thai Yaun Food Culture to Promote Well-being and Creative Community Economics at Si Kiew District, Nakhon Ratchasima Province

Author Tanida Phatisena

Institute Nakhon Ratchasima Rajabhat University

Year 2017

ABSTRACT

This research is a participatory action research. The purpose is to the restoration, Inheritance and value added Thai Yaun food culture to promote well-being and creative community economics at Si Kiew District, Nakhon Ratchasima Province. Contributors consists of local wisdom, local leaders, and government officials in the area. Research tools include survey data, questionnaires, and group discussion. Quantitative data analysis, descriptive statistics were used: frequency, percentage, qualitative data analysis use content analysis. Nutritional analysis was used a nutritional program. (Inmucal-nutrients V 3)

The results showed that the characteristics and nutritional values of Tai-Yuan diets were most fish dishes are steamed and steamed with no coconut milk. The fat content in food is relatively low. The vegetables used for cooking or serving as side dishes are often local vegetables. For most sweet dishes, desserts are made from flour. Sugar and coconut milk, such as rice, sugar, pancakes and rice, etc. The ritual food, such as rice, which is made in 12 months, this formula is rich in vitamins and minerals such as iron, vitamin B2, vitamin B2. Vitamin E and fiber. The process of restoration, Inheritance and value added Thai Yaun food culture consists of 4 steps: Step 1: planning, the research team went to the area to meet with the local community. The way to continue the Thai food culture in the community is to build a market. The guideline for continuity in school is to include content in the course. Step2 : action, the opening ceremony of Ban Yuan Market, the food wisdom of Tai-Yuan cuisine was sold at Ban Yuan Market, Step 3: evaluation, showed that most of the participants were satisfied and learned many aspects of Thai culture. Especially for food to get to know Thai food, fish and sweet food meet the wisdom of food, it is proud to be a proud. The wisdom of the food to attend and bring food. They found that they were satisfied, happy, and had income from food sales. Participation in the community will make the market a success and will be promoted as a tourist attraction in the community.

Keywords : Restoration and Inheritance, Thai Yaun Food Culture, Well-being, Creative Community Economics