การศึกษาทุนทางวัฒนธรรมและแนวทางการอนุรักษ์อาหารคาว บ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ

The Study of Cultural Capital on Savory Food and Conservation Guideline at Baan Khi Lek Yai, Nong Phan Tha Subdistrict, So Phisai District, Bueng Kan Province

- อรอุมา นาทสีทา*

  Onuma Natseeta*

  Lecturer of Chitralada Technology Institute

  E-mail: onuma.nat@cdti.ac.th

- จิระศักดิ์ อัจฉริยยศ

  Jirasak Achariyayos

  Lecturer of Chitralada Technology Institute

  E-mail: jirasak.ach@cdti.ac.th

- ตฤษณา โสรัจจ์

  Tritsana Sorat

  Lecturer of Chitralada Technology Institute

  E-mail: tritsana.sor@cdti.ac.th

*Corresponding Author E-mail: onuma.nat@cdti.ac.th

Received: *August 29, 2022;* ***Revised:*** *December 20, 2022;* ***Accepted:*** *December 28, 2022*

Abstract

This study aims to explore the local cultural capital that is available in terms of savory food ingredients and preparation, as well as propose a guideline for the conservation of food preparation methods. The study is qualitative research; the main informants were 20 people who have lived in Baan Khi Lek Yai, Nong Phan Tha subdistrict, So Phisai district, Bueng Kan province for at least 10 years. The data were collected by structured interviews. Then, the data were analyzed by using content analysis and percentages.

The result reveals that the most eaten savory foods are Kaeng Pla (fish soup 100%), Kaeng No Mai (bamboo shoot soup 85%), Pla Ra Bong (spicy pickled fish 75%), Nhomai Soup (spicy bamboo shoots salad 70%), and Ping Pla or Pla Yang (grilled fish 65). The cultural capital in terms of savory food preparation methods includes boiling, pounding,

steaming, cooking in coals, mincing, grilling, stewing with less water, and scalding. As for the conservation guideline, farming, livestock farming, ingredients, and cooking methods should be transmitted to new generations, emphasizing the role of grandparents and parents. A cookbook and food preparation knowledge, as local wisdom, should be supported, as well as implement this local wisdom in primary and secondary school programs.

Keyword: Cultural Capital, Cultural Capital on Food, Savory Food

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ของการวิจัยคือ เพื่อศึกษาวิธีการประกอบอาหารคาวและเสนอแนะแนวทางการอนุรักษ์วิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพผู้ให้ข้อมูลสำคัญคือประชาชนที่อาศัยในบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ มากกว่า 10 ปี ขึ้นไป จำนวน 20 คน เครื่องมือวิจัยคือแบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง วิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์เนื้อหาและค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่าอาหารคาวที่คนในชุมชนรับประทานมากที่สุดห้าอันดับแรกได้แก่ แกงปลา (ร้อยละ 100) แกงหน่อไม้ (ร้อยละ 85) ปลาร้าบอง (ร้อยละ 75) ชุบหน่อไม้ (ร้อยละ 70) และปิ้งปลาหรือปลาย่าง (ร้อยละ 65) ทุนทางวัฒนธรรมด้านวิธีการประกอบอาหารคาวประกอบไปด้วย การแกงหรือต้ม ตำ/ชุบ หมก ลาบ ปิ้ง อ่อม ป่น นึ่งและลวก แนวทางการอนุรักษ์ให้คนในชุมชนบ้านขี้เหล็กใหญ่โดยเฉพาะรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย พ่อและแม่ ถ่ายทอดวิธีการเพาะปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ วิธีการหาส่วนผสม การปรุงอาหารและวิธีการประกอบอาหารให้แก่รุ่นลูกรุ่นหลาน การเผยแพร่โดยผลักดันให้มีตำราวิธีการประกอบอาหารพื้นถิ่นบูรณาการในหลักสูตรสาระเรียนรู้การงานอาชีพในสถานศึกษา เช่น ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ยังเปิดสอนในชุมชนเพื่อให้เยาวชนในท้องถิ่นได้เรียนรู้วิธีการประกอบอาหารคาวและรักษาภูมิปัญญาท้องถิ่น

คำสำคัญ: ทุนวัฒนธรรม ทุนทางวัฒนธรรมอาหารคาว อาหารคาว

บทนำ

จากนโยบายหลัก 4 ประการของรัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม ในสร้างความมั่นคงและความยั่งยืนของมรดกทางวัฒนธรรม ด้วยการอนุรักษ์ทำนุบำรุงและบูรณปฏิสังขรณ์แหล่งศาสนา ศิลปะวัฒนธรรม โบราณสถาน โบราณวัตถุ รวมถึงอนุรักษ์และส่งเสริมศิลปะการแสดงและนาฏศิลป์ไทย ตลอดจนการอนุรักษ์ทรัพยากรและมรดกทางด้านวัฒนธรรมอย่างรู้คุณค่าโดยชุมชนมีส่วนร่วม โดยการต่อยอดวัฒนธรรมด้วยการนำคุณค่าของวัฒนธรรม สร้างสรรค์สินค้าและบริการ (Creative Culture) เพื่อเพิ่ม

มูลค่าทางเศรษฐกิจ (Creative Economy) สร้างรายได้จากการท่องเที่ยวและบริการทางวัฒนธรรม โดยสนับสนุนการส่งเสริมการพัฒนาอุตสาหกรรมสร้างสรรค์ วัฒนธรรมที่มีศักยภาพ 5F คือ 1) อาหาร (Food) 2) ภาพยนตร์และวีดิทัศน์ (Film) 3) การออกแบบและแฟชั่น (Fashion) 4) มวยไทย (Fighting) และศิลปะการป้องกันตัวแบบไทย และ 5) เทศกาล ประเพณี (Festival) โดยการบูรณาการและร่วมมือกับหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชนและภาคประชาชนเพื่อพัฒนาและอนุรักษ์วัฒนธรรมในชุมชน (Ministry of Culture, 2022)

ในปัจจุบันวิธีการประกอบอาหารในชุมชนที่เป็นวัฒนธรรมที่ถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นกำลังจะเลือนหายไป การบริโภคอาหารของคนเปลี่ยนแปลงไปตามสภาพสังคม เศรษฐกิจ การเมือง วัฒนธรรมและความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ข้อมูลข่าวสารที่ทันสมัยจึงต้องมีการปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตของตนเอง จากการศึกษาพบว่าวัยรุ่นนิยมบริโภคอาหารฟาสต์ฟู้ดแบบชาวตะวันตกมากขึ้น รับประทานอาหารสำเร็จรูปเป็นการประหยัดและนิยมรับประทานอาหารแช่แข็งและอุ่นด้วยไมโครเวฟเหมาะสมกับวิถีชีวิตในปัจจุบัน (Siladlao, et al., 2021) จากพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปทำให้วัฒนธรรมอาหารดั้งเดิมค่อย ๆ เลือนหายไปตามกระแสของสังคม ตัวอย่างเช่นอาหารพื้นถิ่นซึ่งเป็นอาหารที่มีคุณค่าต่อสุขภาพยังคงหลงเหลืออยู่แต่ในหมู่ผู้เฒ่าผู้แก่และในงานพิธีสำคัญต่าง ๆ ของชุมชนเท่านั้น (The Thailand Research Fund (TRF), 2018) และจากการศึกษาวิจัยของ Ngamprapasom, P. (2018) ที่ศึกษาการอนุรักษ์และสืบสานความหลากหลายทางชีวภาพของภูมิปัญญาท้องถิ่นด้านอาหารพื้นเมืองภายใต้การมีส่วนร่วมของกลุ่มชาติพันธุ์อิมปี้ ตำบลสวนเขื่อน อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ ที่พบว่ากลุ่มชาติพันธุ์ภาษาอิมปี้เป็นกลุ่มชาติพันธุ์หนึ่งที่ตั้งอยู่ท่ามกลางคนไทยวน ไทลื้อ อีกทั้งตั้งอยู่ไม่ไกลจากตัวเมืองแพร่ ทำให้พื้นที่ของชุมชนที่มีความเสี่ยงต่อการสูญหายทางภูมิปัญญาท้องถิ่น โดยเฉพาะภูมิปัญญาทางด้านอาหารพื้นเมือง เนื่องจากการรับวัฒนธรรมด้านอาหารจากการดำเนินชีวิตของคนเมืองทำให้อาหารพื้นเมืองของกลุ่มชาติพันธุ์อิมปี้อยู่ในภาวะเสี่ยงต่อการถูกกลืนทางวัฒนธรรมได้ง่าย ดังนั้นชุมชนร่วมกับนักวิจัยจึงได้ทำการศึกษา รวบรวม เรียบเรียง จัดทำฐานข้อมูลของภูมิปัญญา และจัดกิจกรรมต่าง ๆ เพื่อให้การอนุรักษ์ภูมิปัญญาด้านอาหารที่เป็นเอกลักษณ์ของท้องถิ่น

บ้านขี้เหล็กใหญ่ตั้งอยู่ในตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เป็นหมู่บ้านชนเผ่าที่เรียกตนเองว่า “ชาวโซ่” หรือ “ไทโซ่” ขึ้นตรงต่อบ้านโซ่ ในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว (รัชกาลที่ 5 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์) ทรงพระกรุณายกระดับบ้านโซ่เป็นตำบล และมีพัฒนาความสำคัญเรื่อยมา จากกิ่งอำเภอโซ่พิสัยจนปัจจุบันเป็นอำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ ซึ่งเป็นจังหวัดที่ตั้งอยู่เหนือสุดของภาคอีสาน มีพื้นที่ติดกับแม่น้ำโขง เป็นจังหวัดที่เรียกว่า สะดือแม่น้ำโขง ประชากรส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกรรม เช่น ปลูกข้าว สวนยางพารา ข้าวโพด มันสำปะหลังและเลี้ยงสัตว์ อีกทั้งมีผลิตภัณฑ์จากกลุ่มอาชีพต่าง ๆ เช่น กลุ่มวิสาหกิจชุมชนที่ผลิตโต๊ะจากรากไม้ กลุ่มจักสานกระติบข้าวจากคล้า กลุ่มทอผ้าห่ม กลุ่มทำไม้กวาด และกลุ่มแปรรูปอาหาร เช่น แจ่วบอง ปลาร้า ปลาส้ม และปลากรอบ เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีอาหารประจำท้องถิ่นที่หลากหลายและเป็นเอกลักษณ์ของชุมชน การประกอบอาหารของ

บ้านขี้เหล็กใหญ่ถึงแม้จะชื่อเหมือนหรือคล้ายกับของชุมชนอื่น แต่วิธีการ ส่วนผสมหรือแม้แต่รสชาติก็จะมีความแตกต่างซึ่งแสดงออกถึงเอกลักษณ์ของชุมชนและนอกจากนี้สิ่งแวดล้อมของชุมชนก็มีอิทธิพลอย่างมาก เช่น ชนิดของพืชพันธุ์และสัตว์ในท้องที่นั้น ๆ สิ่งเหล่านี้มีผลต่อวิธีการประกอบอาหารของชุมชนทั้งสิ้น แต่ในปัจจุบันพบว่า รุ่นลูก รุ่นหลานไม่นิยมรับประทานอาหารพื้นถิ่น และไม่ประกอบอาหารอาหารพื้นถิ่นเพื่อบริโภค (Thaitumbon.com, 2018)

จากข้อมูลข้างต้นคณะผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวัฒนธรรมอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ เพื่อนำความรู้ดังกล่าวมาเผยแพร่สู่คนรุ่นหลังและอนุรักษ์วัฒนธรรมด้านอาหารที่เป็นเอกลักษณ์ของชุมชนไม่ให้เลือนหายไป และเพื่อต่อยอดส่งเสริมและสนับสนุนการนำทุนทางวัฒนธรรมมาสร้างมูลค่า ส่งเสริมการนำวิถีชีวิต ศิลปวัฒนธรรม ภูมิปัญญาท้องถิ่น เพื่อสร้างผลิตภัณฑ์และบริการด้านวัฒนธรรมพื้นถิ่นให้เป็นวัฒนธรรมสร้างสรรค์ สร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจตามนโยบายของกระทรวงวัฒนธรรม

วัตถุประสงค์

1. เพื่อศึกษาทุนทางวัฒนธรรมในวิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ
2. เพื่อเสนอแนะแนวทางการอนุรักษ์วิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ

ขอบเขตการวิจัย

ในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยลงพื้นที่สัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเฉพาะผู้ประกอบอาหารหลักของครอบครัว โดยใช้เวลาในการสัมภาษณ์ 15-30 นาทีต่อ 1 คน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ผลการวิจัยเป็นแนวให้กับจังหวัดบึงกาฬและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องพัฒนาวัฒนธรรมด้านอาหารคาวกับชุมชนอื่น ๆ ในจังหวัด
2. ผลการวิจัยเป็นข้อมูลให้กับชนรุ่นหลังได้อนุรักษ์และรักษาวัฒนธรรมด้านอาหารคาวให้คงอยู่สืบไป

นิยามศัพท์

ทุนทางวัฒนธรรม หมายถึง สิ่งที่ถูกถ่ายทอดมาจากบรรพบุรุษจากรุ่นสู่รุ่น

ทุนวัฒนธรรมอาหารคาว หมายถึง วิธีการประกอบอาหารคาวที่ถูกถ่ายทอดมาจากบรรพรุษจากรุ่นสู่รุ่น บ้านขี้เหล็กใหญ่ อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ ได้แก่ แกงปลา (ต้มปลา) แกงหน่อไม้ ปลาร้าบองชุบหน่อไม้ ปิ้งปลา (ปลาย่าง) ป่นปลา แกงอ่อมปลา ตำบักฮุง (ส้มตำ) แกงขี้เหล็ก และนึ่งปลา

อาหารคาว หมายถึง อาหารที่นิยมรับประทานกับข้าวเหนียวหรือข้าวสวยมีรสหลัก ๆ 4 รส คือ เค็ม หวาน เปรี้ยวและเผ็ด ประกอบขึ้นด้วยวิธีการ ต้ม/แกง ปิ้ง/ย่าง การตำ/ชุบ หมก ลาบ อ่อม ป่น นึ่ง และลวก

การทบทวนวรรณกรรม

ข้อมูลพื้นฐานบ้านขี้เหล็กใหญ่

บ้านขี้เหล็กใหญ่เป็นหนึ่งในหมู่บ้านของตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เป็นจังหวัดที่ตั้งอยู่เหนือสุดของภาคอีสานมีพื้นที่ติดกับแม่น้ำโขง จากคำบอกเล่าเกี่ยวกับความเป็นมาของหมู่บ้านและวิถีชีวิตของคนในชุมชนพบว่า คนในชุมชนส่วนใหญ่อยู่กันเป็นครอบครัวใหญ่ ประกอบไปด้วย ปู่ ย่า พ่อ แม่ ลูก หลานหรือบางครอบครัวประกอบไปด้วย ตา ยาย พ่อ แม่ ลูก หลาน คนในชุมชนประกอบอาชีพหลักคือปลูกข้าวและสวนยางพารา ในการรับประทานอาหารของคนในชุมชนพบว่า คนในชุมชนส่วนใหญ่รับประทานอาหารมื้อหลัก ๆ 3 มื้อ ได้แก่ มื้อเช้า (ข้าวสวย) มื้อเที่ยง (ข้าวหงาย) มื้อค่ำ (ข้าวแลง) อาหารที่ชาวบ้านบ้านขี้เหล็กใหญ่ยังรับประทานในปัจจุบันและทำเป็นมื้อหลักคืออาหารคาวและรับประทานมาตั้งแต่วัยเด็ก โดยมีแม่เป็นผู้ประกอบอาหารในครอบครัวเป็นหลัก เนื้อสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารส่วนใหญ่มาจากสัตว์ที่หาได้ในท้องถิ่น เช่น ปลา ปู กุ้ง หอย หนู นก หมู ไก่ เป็ด เป็นต้น และพืชผักที่นำมาประกอบอาหารก็เป็นพืชผักที่หาได้ในท้องถิ่นตามธรรมชาติ เช่น ตำลึง หน่อไม้ ขี้เหล็ก กระเฉด และพืชผักที่ปลูกได้ตลอดทั้งปี เช่น ผักชีลาว ผักหอม ผักสะระแน่ ขิง ข่า ตะไคร้ พริก เป็นต้น อาหารคาวส่วนใหญ่จึงเป็นอาหารที่ประกอบขึ้นจากส่วนประกอบที่มีอยู่ในท้องถิ่น ตามฤดูกาลของท้องถิ่น โดยการปลูกไว้สำหรับประกอบอาหารในครัวเรือนและเกิดขึ้นเองตามธรรมชาติ (Nongpunta Subdistrict Adminitrative Oganization, 2019)

วัฒนธรรมด้านอาหาร

วัฒนธรรมเป็นเอกลักษณ์ดั้งเดิมที่สืบทอดกันมาตั้งแต่ปู่ ย่า ตา ยาย ถูกสร้างขึ้นบนพื้นฐานข้อเท็จจริงที่อยู่ในท้องถิ่นไม่ต้องใช้ระบบความคิดทางวิทยาศาสตร์มาพิสูจน์ วัฒนธรรมชุมชนได้รับอิทธิพลมาจากประชาชนที่อยู่ร่วมกันในสังคมสั่งสมมาเป็นระยะเวลานาน วัฒนธรรมอาหารเป็นทรัพยากรที่คุณค่าของชุมชนเนื่องจากเกิดจากการสั่งสมภูมิปัญญาของบรรพบุรุษในการนำเอาทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ในท้องถิ่นมาใช้เป็นวัตถุดิบในการประกอบอาหาร สำหรับใช้บริโภคในครัวเรือนและชุมชน วัฒนธรรมอาหารถูกหล่อหลอมมาจากประสบการณ์และทักษะของคนจากรุ่นสู่รุ่น แล้วถ่ายทอดมายังลูกหลาน นอกจากนี้วัฒนธรรมอาหารยังซึมซับเข้าสู่วิถีชีวิต ขนบธรรมเนียม ประเพณีทางศาสนา เข้าด้วยกัน (Chandrasiri, 2015) วัฒนธรรมอาหารยังหมายถึง อาหารที่เป็นไปตามความเชื่อ ค่านิยม วิถีชีวิต และความรู้ของชุมชน

แต่ละชุมชนมีลักษณะเป็นทั้งศาสตร์และศิลป์ด้านอาหาร (Supatra, Khumhaeng, Anurit, and Limpawattana, 2016)

ทั้งนี้ Sukkhum, and Wiyasing, (2013) ยังกล่าวว่าวัฒนธรรมอาหาร หมายถึง ธรรมเนียมและประเพณีพฤติกรรมของคนในชุมชนที่ยึดถือปฏิบัติกันมาในเรื่องเกี่ยวกับอาหารทุกขั้นตอน และเป็นแบบอย่างการดำเนินชีวิตทางอาหารซึ่งประกอบด้วยความรู้ ความเชื่อ ค่านิยมที่เกี่ยวกับอาหาร ตลอดจนวิธีการต่าง ๆ ที่เกิดจากการประดิษฐ์คิดค้น สร้างหรือทำขึ้น ซึ่งบุคคลได้เรียนรู้และรับถ่ายทอดต่อ ๆ กันจากรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง และวัฒนธรรมอาหารยังเป็นแบบอย่างการดำเนินชีวิต ซึ่งประกอบด้วยความรู้ ความเชื่อ ค่านิยมที่เกี่ยวกับอาหาร ตลอดจนวิธีการต่าง ๆ ที่เกิดจากการประดิษฐ์คิดค้นสร้างหรือทำขึ้นซึ่งบุคคลได้เรียนรู้และรับถ่ายทอดต่อ ๆ กันจากรุ่นหนึ่งสู่อีกรุ่นหนึ่ง (Chatampaiwong, and et al, 2011)

แนวคิดเกี่ยวกับอาหารคาว

อาหารคาว ภาษาท้องถิ่นเรียกว่า “กับข้าว” ใช้รับประทานคู่กับข้าวสวยหรือข้าวเหนียว เช่น แกง แกงเผ็ด แกงป่า แกงคั่ว แกงคั่วส้ม แกงส้ม แกงจืด ยำ พล่า ต้มยำ ผัด น้ำพริกเครื่องจิ้ม เครื่องเคียง เป็นต้น สามารถแบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้ (Treenumit, J., 2010)

1) ประเภทแกง เป็นอาหารประเภทน้ำมีหลายชนิด เช่น แกงเผ็ด ซึ่งแกงเผ็ดนั้นมีทั้งที่ใส่กะทิและไม่ใส่กะทิ แกงคั่ว เป็นแกงที่ใช้น้ำพริกแกงเผ็ดจะเพิ่มปลามาโขลก น้ำแกงแกงส้มเป็นแกงชนิดหนึ่งที่ประกอบด้วยเครื่องปรุงหลากหลายต่างกันไปแต่ละท้องถิ่น แกงเลียงเป็นแกงที่ใช้ผักมาก เครื่องแกงจะเป็นพริกไทย หัวหอม กะปิ ปลา กุ้ง โขลกรวมกับเครื่องแกง และแกงจืดเป็นแกงที่ไม่ได้ใส่พริก รสไม่เผ็ดซึ่งได้รับอิทธิพลจากชาวจีน

2) ประเภทผัด คือการทำอาหารสิ่งเดียวหรือหลายสิ่งซึ่งต้องการให้สุกสำเร็จโดยการใส่น้ำมันลงในกระทะ พอร้อนจึงใส่ของที่ต้องการให้สุกลงไป คนให้สุกปรุงรสตามชอบ มีทั้งผัดจืดและผัดเผ็ด ผัดจืดมีส่วนประกอบหลักเป็นผักและเนื้อนานาชนิด คาดว่าอาหารผัดจืดส่วนใหญ่อาจได้รับอิทธิพลมาจากจีนเช่นกัน ส่วนผัดเผ็ดจะใช้เนื้อที่ต้องการผัดกับพริกสด พริกแห้งหรือน้ำพริกแกง เช่น ผัดเผ็ดปลาดุก พะแนงเนื้อ เป็นต้น

3) ประเภทยำพล่า หมายถึง การนำอาหารสิ่งเดียวหรือหลายสิ่งผสมรวมกัน โดยอาหารนั้นอาจจะกึ่งสุกกึ่งดิบ หรือสุกก็ตาม ปรุงให้มีรสเปรี้ยวเค็มหวานและเผ็ด คล้ายสลัดผักของชาวตะวันตก แต่ปรุงรสให้เหมาะกับความชอบของคนไทย คือมีรสจัด แยกได้เป็นชนิดที่มีรสหวานนำโดยมีส่วนประกอบของกะทิ เช่น ยำถั่วพู ยำหัวปลี ชนิดที่มีรสเปรี้ยวนำได้แก่ ยำใหญ่ และยำที่ใช้เนื้อเป็นส่วนประกอบ

4) ประเภทเครื่องจิ้ม เครื่องจิ้มจะรับประทานกับผักสดและผักสุก เช่น น้ำพริกกะปิ น้ำพริกมะขามปลาร้าหลน เต้าเจี้ยวหลน เครื่องจิ้มเหล่านี้จะกินร่วมกับผักสดและผักปรุงสุกโดยการต้ม ลวก เผา หรือชุบ

ไข่ทอด บางครั้งก็กินร่วมกับปลาทอด กุ้งเผาหรือต้ม น้ำพริกลงเรือกับหมูหวาน น้ำปลาหวานสะเดาลวกและปลาดุกย่าง เป็นต้น

5) ประเภททอด เผา ปิ้ง ย่าง นึ่ง อาหารประเภทเนื้อสัตว์มักนำมาทอด หรือย่าง หรือนึ่ง บางครั้งก็ปรุงรสและดับกลิ่นคาวด้วยรากผักชี พริกไทย กระเทียม และเกลือ โดยอาหารเหล่านี้ทำหน้าที่เป็นเครื่องเคียงในสำรับ เช่น แกงเผ็ดจะต้องมีของเค็มเป็นเครื่องเคียง ได้แก่ ปลาเค็ม ไข่เค็มหรือเนื้อเค็ม เป็นต้น

จากการศึกษา สรุปว่า วิธีการประกอบอาหารคาว ประกอบไปด้วย ต้ม/แกง ปิ้ง/ย่าง การตำ/ชุบ หมก ลาบ อ่อม ป่น นึ่งและลวก

แนวคิดเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนา

การพัฒนาถูกนำมาใช้ครั้งแรกในคริสต์ศตวรรษที่ 19 นักเศรษฐศาสตร์ได้นำมาใช้เรียกการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นจากการปฏิวัติอุตสาหกรรมในทวีปยุโรป การพัฒนาจึงมีความหมายว่า การกระทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงจากสภาพหนึ่งไปสู่อีกสภาพหนึ่งทีดีกว่าเดิมอย่างเป็นระบบ หรือการทำให้ดีขึ้นกว่าสภาพเดิมที่เป็นอยู่อย่างมีระบบ

ความหมายทางด้านการพัฒนาชุมชน หมายถึง การที่คนในชุมชนและสังคมได้ร่วมกันดำเนินกิจกรรมเพื่อปรับปรุงความรู้ ความสามารถของตนเอง และร่วมกันเปลี่ยนแปลงคุณภาพชีวิตของตนเอง ชุมชนและสังคมให้ดีขึ้นการพัฒนาชุมชนเป็นการบริหารจัดการชุมชนที่มีกลไกการขับเคลื่อนการพัฒนาอันมีองค์ประกอบทั้ง ภาครัฐ ท้องถิ่น ภาคเอกชน และประชาสังคม โดยท้องถิ่นเป็นองค์กรหลักและประชาสังคมเป็นผู้รับประโยชน์ที่สุขสมบูรณ์ การพัฒนาชุมชน จึงเป็นภาระหน้าที่ของคนทุกคนที่จะต้องร่วมกันคิดร่วมกันทำและร่วมกันรับผิดชอบเพื่อให้ได้มาซึ่งประโยชน์สุขร่วมกันของคนในชุมชน เกิดความหวงแหนชุมชนและภาคภูมิใจในอาชีพของตนเอง (Boontawee, Nuangjumnong, and Maneenantiwat, 2018)

วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาทุนทางวัฒนธรรมและแนวทางการอนุรักษ์อาหารคาว บ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ มีระเบียบวิธีวิจัย ดังนี้

กลุ่มประชากร

ประชาชนที่อาศัยในบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ มากกว่า 10 ปี ขึ้นไป จำนวน 227 คน (Nongpunta Subdistrict Adminitrative Oganization, 2019)

ผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

ประชาชนที่อาศัยในบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ ตั้งแต่กำเนิดและอาศัยอยู่มากกว่า 10 ปี ขึ้นไป จำนวน 20 คน โดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจงเฉพาะผู้ที่ประกอบอาหารในครัวเรือน

เครื่องมือวิจัย

เครื่องมือวิจัยคือ แบบสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง ประกอบไปด้วย 4 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ตอนที่ 2 ข้อมูลพื้นฐานบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ

ตอนที่ 3 ทุนทางวัฒนธรรมด้านวิธีการประกอบอาหารคาว

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะแนวทางการอนุรักษ์วิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ

การสร้างเครื่องมือวิจัย

1. ศึกษาค้นคว้าข้อมูลจากเอกสาร ตำรา สิ่งพิมพ์ต่าง ๆ เว็บไซต์และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องนำมาเป็นแนวทางในการสร้างแบบสัมภาษณ์และแบบสำรวจ

2. ดำเนินการสร้างแบบสัมภาษณ์แล้วตรวจสอบแบบสัมภาษณ์ด้านความเที่ยงตรงด้วยตนเองและผู้เชี่ยวชาญและนำผลที่ได้มาปรับปรุงแก้ไข

3. ทดลองใช้เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น นำแบบสัมภาษณ์ไปทดลองใช้กับบุคคลที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างและนำผลที่ได้มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่น

4. นำแบบสัมภาษณ์ที่ผ่านการตรวจสอบแล้วไปเก็บข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลจากแบบสัมภาษณ์โดยการวิเคราะห์เนื้อหาและค่าร้อยละ และผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเที่ยงตรงของข้อมูลด้วยหลักการตรวจสอบสามเส้า (Triangulation)

การตรวจสอบข้อมูล

ผู้วิจัยนำเสนอข้อมูลต่อชุมชนและร่วมกันแก้ไขข้อมูลให้มีความต้องและสมบูรณ์ตรงตามบริบทของชุมชน

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง มีอายุระหว่าง 45-65 ปี และอาศัยอยู่ในชุมชนมากกว่า 10 ปี ร้อยละ 90

2. ข้อมูลพื้นฐานบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ บ้านขี้เหล็กใหญ่ตั้งอยู่หมู่ที่ 7 ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เป็นการปกครองขององค์การบริหารส่วนตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ จากการสัมภาษณ์คนในชุมชนพบว่า ประชากรส่วนใหญ่ย้ายถิ่นฐานมาจากที่อื่น เช่น บ้านหนองพันทาซึ่งเป็นหมู่บ้านที่มีพื้นที่ใกล้เคียงและมาจากต่างจากจังหวัดมาเป็นลูกสะใภ้หรือลูกเขย เข้ามาตั้งครอบครัวใหม่ในพื้นที่ แต่มีบางส่วนเป็นคนในพื้นที่ดั้งเดิมมาตั้งแต่รุ่นปู่ ย่า

ตา ยายและทวด ภาษาที่ใช้โดยส่วนใหญ่สื่อสารด้วยภาษาอีสาน จำนวนประชากรทั้งหมด 227 คน เพศชาย 117 หญิง 110 มีจำนวนครัวเรือน 57 ครัวเรือน โดยส่วนใหญ่พักอาศัยเป็นครอบครัวใหญ่ที่ประกอบไปด้วย แม่ พ่อ ลูก หลาน ตา ยาย หรือ แม่ พ่อ ลูก หลาน ปู่ ย่า เป็นต้น สภาพดินและภูมิอากาศเหมาะแก่การเพาะปลูกตามฤดูกาลโดยส่วนใหญ่ ประชากรจึงประกอบอาชีพทำนาและทำสวนยาง ทำสวนผัก มีชีวิตที่เรียบง่ายเลี้ยงปลาที่บ่อในที่นา ปลูกผักสวนครัวไว้รับประทาน และมีกลุ่มอาชีพคือกลุ่มจักสานเป็นอาชีพเสริม ประเพณีในชุมชนมีความคล้ายคลึงกับประเพณีของภาคอีสานโดยทั่วไป ได้แก่ ประเพณีวันขึ้นปีใหม่ ประเพณีบุญผะเหวด ประเพณีสงกรานต์ (บุญเดือนสี่) ประเพณีวันแรกนาขวัญ ประเพณีบุญบั้งไฟ ประเพณีวันเข้าพรรษา ประเพณีวันอาสาฬหบูชา ประเพณีบุญข้าวประดับดิน (บุญห่อข้าวน้อย) ประเพณีบุญข้าวสาก (บุญห่อข้าวใหญ่) ประเพณีออกพรรษา ประเพณีบุญกฐินและประเพณีลอยกระทง

3. ทุนทางวัฒนธรรมด้านวิธีการประกอบอาหารคาว

จากคำบอกเล่าเกี่ยวกับความเป็นมาของอาหารคาวของชาวบ้านบ้านขี้เหล็กใหญ่ที่รับประทานในปัจจุบัน พบว่า ชาวบ้านส่วนใหญ่รับประทานอาหารคาวมาตั้งแต่วัยเด็ก โดยมีแม่เป็นผู้ประกอบอาหารในครอบครัวเป็นหลัก เนื้อสัตว์ที่นำมาประกอบอาหารส่วนใหญ่มาจากสัตว์ที่หาได้ตามพื้นที่ เช่น ปลา ปู กุ้ง หอย หนู นก หมู ไก่ เป็ด และพืชผักที่นำมาประกอบอาหารก็เป็นพืชผักที่หาได้ในท้องถิ่นตามธรรมชาติ เช่น ตำลึง หน่อไม้ ขี้เหล็ก กระเฉด และพืชผักที่ปลูกได้ตลอดทั้งปี เช่น ผักชีลาว ผักหอม ผักสะระแน่ ขิง ข่า ตะไคร้ พริก เป็นต้น อาหารคาวส่วนใหญ่จึงเป็นอาหารที่ประกอบขึ้นจากส่วนประกอบที่มีอยู่ในท้องถิ่นตามฤดูกาลของท้องถิ่น จากการสัมภาษณ์พบว่า ส่วนประกอบที่นำมาประกอบอาหารที่มีอยู่ในชุมชนและขึ้นเองตามธรรมชาติ เป็นสิ่งแสดงวัฒนธรรมการกินของคนในท้องถิ่นที่มีเอกลักษณ์เฉพาะ พืชผักที่นำมาประกอบอาหารมีในชุมชน เนื่องจากชุมชนตั้งอยู่ในพื้นที่โล่ง ล้อมรอบด้วยพืชพรรณที่ขึ้นตามธรรมชาติตามฤดูกาล และชาวบ้านปลูกไว้สำหรับประกอบอาหารในครัวเรือนเอง จากการสำรวจและการสอบถามสามารถจำแนกพืชพรรณที่นำมาประกอบอาหารที่มีอยู่ในชุมชนตามฤดูกาล ดังนี้ (ตารางที่ 1)

“...อาหารที่กินทุกวันนี้กินมาตั้งแต่ รุ่นพ่อ รุ่นแม่ กินตาม ๆ กันมา พ่อ แม่ ตา ยาย กินแบบไหน เราก็กินเหมือนกัน หาอาหารเหมือนกัน ทำอาหารเหมือนกัน....” (นาย ก. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...อาหารส่วนใหญ่ ก็เก็บเอาแถวบ้านนี่หล่ะ ไปเก็บตามนา ตามคลองบ้าง ถ้าไม่มีก็ซื้อเอาจากตลาด”

“ที่บ้านกะปลูกหอม ตะไคร้ มะนาว ผักทูน ปลูกกินเอง ผักบุ้งก็ตามนา ก็หาเอาง่ายๆ อันไหนไม่มีค่อยไปซื้อเขาเอง....” (นาง ข. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

ตารางที่ 1: ผัก/ผลไม้/ธัญพืชที่นำมาประกอบอาหารในชุมชน

ชื่อผัก/ผลไม้/ธัญพืช	ส่วนที่ใช้ประกอบอาหาร				
	ราก	ลำต้น	ใบแก่	ใบอ่อน/ยอด	ผล/เมล็ด
ข้าว					√
ใบขี้เหล็ก				√	
หน่อไม้				√	
หอม				√	
ผักชี				√	
ข่า	√	√			
ตะไคร้		√		√	
ขิง	√	√			
ย่านาง			√		
สะระแน่			√	√	
ผักกะแงง			√	√	
ผักหม				√	
มะกรูด			√		√
มะนาว			√		√
ตำลึง				√	
บวบ					√
มะระ					√
ถั่วฝักยาว					√
มะเขือเทศและมะเขือพวง					√
พริก					√
ฟักทอง				√	√
แตงกวา					√
โหระพา				√	
แมงลัก				√	
คะน้า		√		√	
คาวตอง				√	
ผักติ้ว				√	
ผักปัง				√	

ชื่อผัก/ผลไม้/ธัญพืช	ส่วนที่ใช้ประกอบอาหาร				
	ราก	ลำต้น	ใบแก่	ใบอ่อน/ยอด	ผล/เมล็ด
ผักกะเฉด				√	√
ผักกระโดน				√	
ผักสะเดา				√	
มะกอก				√	√
ผักอีเลิด (ใบชะพลู)				√	
ผักขา (ชะอม)				√	
ผักบุ้ง		√		√	
ขนุน				√	√
มะม่วง					√
มะขาม				√	√

จากตารางที่ 1 พบว่า ส่วนของชื่อผัก/ผลไม้/ธัญพืช ที่ชาวบ้านนำมาประกอบอาหารมากที่สุดคือ ใบอ่อน/ยอด รองลงมาคือ ผล/เมล็ด ใบแก่ ลำต้น และราก ตามลำดับ

จากการสัมภาษณ์พบว่าในแต่ละครัวเรือนมีพื้นที่เป็นลานกว้างเหมาะสำหรับปลูกพืชผักและเลี้ยงสัตว์ที่สามารถนำมาใช้ประกอบอาหารได้ จากการสำรวจและการสัมภาษณ์ พบว่า เนื้อสัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหารคาว มีดังนี้ (ตารางที่ 2)

“.....เมื่อก่อนก็หาปลาเอาตามคลอง ตามนา พวกปลาคล้อ ปลาเขง ปลาซิว...” (นาย ค. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...ปลากินดู่กว่าหมู่มันหาง่าย ในท่องนา หอย อีปู กุ้งฝอย นก หนูนา มีกินตลอดถ้าขยันหา...” (นาย จ. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...ในทุ่งนามีหนูนา มีนก งู สามารถนำมาประกอบกินได้ สมัยก่อนมีหมูป่า ตอนนี้ไม่มีแล้ว...” (นาย ช. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...อาหารหลักๆ คือปลา หาง่าย เลี้ยงเอง ในบ่อที่ทุ่งนา...” (นาย ซ. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

ตารางที่ 2: เนื้อสัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหารคาวในชุมชนเรียงตามชนิดที่นิยมนำมาประกอบจากมากที่สุดไปน้อยที่สุด

ชื่อสัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหาร	วิธีการประกอบอาหาร										
	ต้ม/แกง	ปิ้ง/ย่าง	ป่น	ลาบ	หมก	ก้อย	อ่อม	นึ่ง	ผัด	คั่ว	ลวก
ปลาคอ (ปลาช่อน)	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√
ปลานิล	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√

ชื่อสัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหาร	วิธีการประกอบอาหาร										
	ต้ม/แกง	ปิ้ง/ย่าง	ป่น	ลาบ	หมก	ก้อย	อ่อม	นึ่ง	ผัด	คั่ว	ลวก
ปลาดุก	√	√	√	√	√		√		√		
หมู	√	√		√	√	√	√		√		√
เนื้องัว (เนื้อวัว)	√	√				√	√		√		√
ปลาตะเพียน	√	√		√	√	√					
ไก่	√	√					√		√		
ปลาไหล	√	√							√		
ปลาซ่อย				√	√	√					
ปลาคุยลาม				√	√	√					
ปลาตอง				√	√	√					
หอยนา	√					√	√				
หนูนา		√			√		√				
เป็ด	√	√							√		
ปลาเขง (ปลาหมอ)		√	√								
ปลากหรด	√	√									
ปลาซิว					√	√					
ปลาขาว		√				√					
ปลานาง		√			√						
ปลาเซียม		√			√						
กุ้งฝอย							√			√	
อึ่ง	√	√									
อีปู (ปู)							√			√	
งู	√								√		
นก	√			√					√		
ปลากุม	√										
ปลากด	√										
ปลากะแหยง	√				√						
ปลาค่าว					√						
ฮวก (ลูกอ๊อด)					√						

ชื่อสัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหาร	วิธีการประกอบอาหาร									
	ต้ม/แกง	ปิ้ง/ย่าง	ป่น	ลาบ	หมก	ก้อย	อ่อม	นึ่ง	ผัด	คั่ว	ลวก
หมูป่า									√		

จากตารางที่ 2 พบว่า สัตว์ที่นิยมนำมาประกอบอาหาร คือ ปลา และมีวิธีประกอบอาหารมากที่สุด คือการต้ม/แกง รองลงมาคือปิ้ง/ย่าง

สำหรับวิธีการประกอบอาหารคาวบ้านขี้เหล็กใหญ่ ส่วนใหญ่มีวิธีการประกอบอาหารที่ไม่แตกต่างกันในอาหารประกอบไปด้วย เครื่องปรุง ส่วนผสมของอาหารและวิธีทำที่คล้ายคลึงกันเกือบทุกครอบครัว และวิธีดังกล่าวเป็นการถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น โดยหลักวิธีการจำในการประกอบอาหารโดยส่วนใหญ่ส่วนผสมไม่ได้มีการวัดตวงส่วนผสม เช่น น้ำปลา เกลือ หรืออื่น ๆ จะใช้วิธีการคาดคะเน ดังนั้นในเมนูอาหารคาวจากการศึกษาจึงไม่สามารถบอกปริมาตรและปริมาณขององค์ประกอบในการประกอบอาหารได้ จากการสัมภาษณ์คนในชุมชนจำนวน 20 คน อาหารคาวที่มีอยู่ในชุมชนบ้านขี้เหล็กใหญ่มีจำนวนทั้งสิ้น 31 รายการ ผู้วิจัยเรียงลำดับอาหารคาวที่ผู้ให้สัมภาษณ์กล่าวถึงและรับประทานบ่อยจากมากที่สุดไปหาน้อยที่สุด 20 อันดับแรก ดัง (ตารางที่ 3)

“...อาหารที่กินบ่อยๆ กินมาตั้งแต่จำความได้ กะคือ แกงปลา ป่นปลา เพราะมันหาง่ายหาในทุ่งนากะมี ...” (นาย บ. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...ซุบหน่อไม้กะกินบ่อย ซุบมักหมี่ ตำบักฮุง ลวกผัก ปิ้งปลา กินประจำ...” (นาย ป. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...อาหารที่กินกะของหาได้ในชุมชน หาเองบ้าง ปลูกเองบ้าง ซื้อตลาดบ้าง กินทุกมื้อกะมีปลาร้าบอง ลวกผัก ต้องมี...” (นาย อ. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

ตารางที่ 3: อาหารคาวที่นิยมรับประทานในชุมชน

(n=20)

ลำดับที่	ชื่ออาหาร	จำนวน	ร้อยละ
1	แกงปลา (ต้มปลา)	20	100
2	แกงหน่อไม้	17	85
3	ปลาร้าบอง	15	75
4	ซุบหน่อไม้	14	70
5	ปิ้งปลา (ปลาย่าง)	13	65
6	ป่นปลา	10	50
7	แกงอ่อมปลา	10	50
8	ตำบักฮุง (ส้มตำ)	10	50

ลำดับที่	ชื่ออาหาร	จำนวน	ร้อยละ
9	แกงขี้เหล็ก	10	50
10	นึ่งปลา	9	45
11	ชุบมักมี่ (ชุบขนุน)	8	40
12	ชุบมะเขือ	8	40
13	ชุบหน่อไม้ส้ม (หน่อไม้ดอง)	8	40
14	แกงอ่อมไก่	8	40
15	หมกหน่อไม้	7	35
16	หมกปลา	7	35
17	ลวกผัก	7	35
18	ลาบหมู	6	30
19	ลาบเนื้อ	5	25
20	หมกฮวก (ลูกอ๊อด)	5	25

จากตารางที่ 3 พบว่า อาหารคาวที่คนในชุมชนนิยมรับประทาน 10 อันดับแรก ได้แก่ แกงปลา ร้อยละ 100 แกงหน่อไม้ ร้อยละ 85 ปลาร้าบอง ร้อยละ 75 ชุบหน่อไม้ ร้อยละ 70 ปิ้งปลา (ปลาย่าง) ร้อยละ 65 ป่นปลา แกงอ่อมปลา ตำบักฮุง (ส้มตำ) ร้อยละ 50 แกงขี้เหล็ก นึ่งปลา ร้อยละ 45 ตามลำดับ และจากการสัมภาษณ์ผู้วิจัยพบวิธีการประกอบอาหารโดยส่วนใหญ่อาหาร 1 รายการจะมีวิธีการ ส่วนผสมที่เหมือนกันแต่รสชาติแตกต่างกันขึ้นอยู่กับความชอบของแต่ละครอบครัว มีวิธีการประกอบอาหารคาว ดังนี้ (ตารางที่ 4)

“...วิธีการทำอาหารก็เหมือนกัน ส่วนผสมก็เหมือนกัน แต่รสชาติไม่เหมือนกัน บ้านเราชอบกินเค็ม รสชาติก็จะออกเค็ม บางบ้านชอบจืด บางบ้านชอบเปรี้ยว รสชาติแต่ละบ้านจึงไม่เหมือนกัน...” (นาง ส. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62)

“...การทำอาหารเราไม่ได้ตวง วัด ส่วนผสม ใช้การคาดคะเน และชิม ถ้าได้รสชาติที่ชอบก็กินได้เลย...” (นาง ศ. สัมภาษณ์วันที่ 24 ตุลาคม 62

ตารางที่ 4: วิธีการประกอบอาหารคาว

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
แกงปลา (ต้มปลา)	1. ปลาที่ต้องการแกง เช่น ปลาช่อน ปลาดุก ปลานิล 2. ผักชีลาว	1. น้ำปลา 2. ผงชูรส 3. น้ำปลาร้า	1. นำปลามาถอดเกล็ดล้างให้สะอาดหั่นเป็นชิ้น ๆ หรือไม่หั่นก็ได้ ดูตามขนาดของปลาช่อนตัวเล็กใหญ่

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
	3. ต้นหอม 4. มะขามเปียก 5. พริก 6. ตะไคร้ 7. ใบแมงลัก	4. เกลือ	2. ต้มน้ำให้เดือด ใส่ตะไคร้และพริกที่โขลกในครกพอหยาบ แล้วใส่เกลือลงต้มในน้ำเดือด นำปลาช่อนใส่ลงน้ำที่กำลังเดือดต้มให้สุก 3. ใส่เครื่องปรุงรสน้ำปลา น้ำปลาร้า ผงชูรส และน้ำมะขามเปียก ตามด้วยผักชีลาว ต้นหอม ใบแมงลัก 4. ตักใส่ถ้วย
แกงหน่อไม้	1. หน่อไม้สด 2. พริก 3. น้ำย่านาง 4. ใบแมงลัก 5. ชะอม 6. ข้าวเบือ (ข้าวเหนียวก้อนเล็ก) 7. พริกโดด 8. หัวหอม	1. น้ำปลา 2. ผงชูรส 3. น้ำปลาร้า	1. นำหน่อไม้สดมาปอกเปลือกด้านนอกออกให้หมด จากนั้นหั่นเป็นชิ้นๆ ขนาดหนาเท่ากัน 2. ต้มให้น้ำเดือดนำหน่อไม้ที่เตรียมไว้ลงต้ม 2-3 ครั้งเพื่อให้ความขมของหน่อไม้ลดลง 3. ต้มน้ำย่านางที่เตรียมไว้ให้เดือด 4. โขลกพริกหัวหอมในครกพอหยาบและข้าวเบือลงในหม้อน้ำย่านางที่เดือด 5. นำหน่อไม้ที่ต้มเสร็จใส่หม้อน้ำย่านางที่เดือด 6. ปรุงรสด้วยน้ำปลา ชูรส น้ำปลาร้า ตามด้วยผักชะอมและใบแมงลัก 7. ตักใส่ถ้วย
ปลาร้าบอง	1. ปลาร้าคัดเฉพาะตัวปลา 2. ตะไคร้ 3. หอมแดง 4. กระเทียมไทย 5. ใบมะกรูด	1. น้ำปลา 2. ผงชูรส 3. พริกป่น	1. นำปลาร้ามาสับให้ละเอียดหรือไม่สับก็ได้ 2. นำข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด กระเทียมและหอมแดงหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ และนำไปคั่วให้หอมนำมา

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
	6. ข่าแก่		โขลกในครกให้ละเอียด ใส่ปลาร้าที่เตรียมไว้ลงในครก 3. ปรุงรสด้วยน้ำปลา ผงชูรส พริกป่นโขลกในครกให้เข้าด้วยกันและโรยด้วยใบมะกรูดหั่นฝอย 4. ตักใส่ถ้วย
ชุบหน่อไม้	1. หน่อไม้ต้มใบย่านาง 2. ต้นหอม 3. ผักชีฝรั่ง 4. ข้าวคั่ว 5. ใบสะระแหน่	1. พริกป่น 2. น้ำปลาร้าต้ม 3. น้ำปลา 4. น้ำมะนาว	1. หน่อไม้ทำความสะอาด แกะเปลือกแล้วหั่นเป็นชิ้นยาวๆ 2. นำหน่อไม้ที่หั่นเสร็จแล้วลงต้มในหม้อน้ำใบย่านางต้มจนเดือด 3. นำหน่อไม้ที่ต้มเสร็จแล้วใส่ลงไปในครก 4. ปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำปลาร้าต้ม น้ำมะนาว 5. ใส่พริกป่น ข้าวคั่ว คลุกเคล้าให้เข้ากัน ใส่ต้นหอมซอย ผักชีฝรั่ง และใบสะระแหน่ คลุกผสมเข้ากันอีกครั้ง 6. ตักใส่ถ้วยหรือจาน
ปิ้งปลา (ปลาย่าง)	ปลาที่ต้องการปิ้ง/ย่าง เช่น ปลาช่อน ปลาดุก ปลานิล ปลาหมอ	เกลือ	1. นำปลาที่ต้องการปิ้งทำความสะอาดควักไส้ออก แร่ปลาให้บาง แล้วทาเกลือที่ตัวปลาให้ทั่ว 2. นำปลาที่เตรียมไว้ใส่เหล็กย่างย่างบนเตาถ่านให้สุก 3. นำปลาที่สุกแล้วใส่จาน
ป่นปลา	1. ปลาที่ต้องการป่น 2. กระเทียม 3. หอมแดง 4. พริก 5. ต้นหอม	1. น้ำปลา 2. ผงชูรส 3. น้ำปลาร้า	1. นำปลามาต้มทั้งตัวในน้ำปลาร้าจนสุก 2. นำปลาขึ้นมาแยกน้ำ แล้วแกะเนื้อปลาเตรียมไว้

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
			3. นำกะเทียม หอมแดง และพริกไปคั่วในกระทะจนมีกลิ่นหอมและนำไปโขลกในครกให้ละเอียด 4. นำเนื้อปลาที่เตรียมไว้ลงไปโขลกในครกจากนั้นเติมน้ำปลาร้าต้มลงไปเล็กน้อย ปรุงรสด้วยน้ำปลา ผงชูรส 5. ตักใส่ถ้วยโรยหน้าด้วยต้นหอม
แกงอ่อมปลา	1. ปลาที่ต้องอ่อม 2. ใบมะกรูด 3. ผักชีลาว 4. ต้นหอม 5. พริก 6.หอมแดง 7. กระเทียม 8. ตะไคร้ซอย 9. มะเขือ 10. กะหล่ำปลี 11. ใบแมงลัก	1. น้ำปลา 2. น้ำปลาร้า 3. ผงชูรส	1. นำปลาที่ต้องการอ่อมมาล้างทำความสะอาดผ่าท้องนำไส้ออกหมดแล้วหั่นปลาเป็นชิ้นๆ 2. นำพริก กระเทียม หัวหอม ตะไคร้ลงครกโขลกในครกหยาบๆ 3. ต้มน้ำให้น้ำเดือดนำใส่เครื่องแกงที่โขลกไว้และใบมะกรูดใส่ลงหม้อแล้วปิดฝารอน้ำเดือดอีกครั้งจากนั้น ใส่มะเขือ กะหล่ำปลี ผักชีลาวและเนื้อปลา 4. เมื่อปลาเริ่มสุกปรุงรสด้วยน้ำปลา น้ำปลาร้า ผงชูรส ตามด้วยต้นหอม ใบแมงลัก และใบผักชีลาว 5. ตักใส่ถ้วย
ตำบักฮุง (ส้มตำ)	1. มะละกอดิบ 2. กระเทียม 3. พริก 4. มะเขือเทศ 5. มะกอก	1. น้ำมะนาว 2. มะขามเปียก 3. น้ำปลา 4. น้ำปลาร้า	1. นำพริกกับกระเทียมโขลกในครกให้ละเอียด 2. ใส่มะเขือเทศ มะกอก น้ำมะขามเปียก น้ำปลา น้ำมะนาว

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
		5. ผงชูรส	และน้ำปลาร้า ผลชูรส โขลกให้เข้ากัน 3. ใส่มะละกอลงในครกแล้วโขลกให้เข้ากัน 4. ตักใส่จาน/ถาด
แกงขี้เหล็ก	1. ยอดอ่อนใบขี้เหล็ก 2. หนังวัวเผาหรือต้มหั่นเป็นเส้น 3. น้ำใบย่านาง 4. ต้นหอม 5. ใบแมงลัก 6. ตะไคร้ 7. พริกแห้งหรือพริกสด 8. หอมแดง 9. ข้าวเบือ (ข้าวเหนียวก้อนเล็ก)	1. น้ำปลาร้า 2. น้ำปลา 3. ผงชูรส	1. นำใบขี้เหล็กต้มในน้ำเดือด 2-3 ครั้งแล้วนำมาปั้นเป็นก้อนบีบน้ำออกให้แห้ง 2. โขลกตะไคร้ พริกแห้งหรือพริกสดและหอมแดงในครกพอหยาบๆ 3. นำน้ำใบย่านาง ใส่หม้อตั้งไฟให้เดือดใส่เครื่องที่โขลกแล้วใส่ข้าวเบือ ตามด้วยใบขี้เหล็กที่เตรียมไว้ คนให้เข้ากันและใส่หนังวัวลงในหม้อ 4. ปรุงรสด้วย น้ำปลาร้า น้ำปลา ผงชูรสต้มต่อไปให้เดือดอีกครั้ง ใส่ต้นหอมและใบแมงลัก 5. ตักใส่ถ้วย
นึ่งปลา	1. ปลาที่ต้องการนึ่ง เช่น ปลาช่อน ปลานิล 2. ผักกาดขาว ผักตำลึง หรือเห็ด 3. ใบมะกรูด 4. ตะไคร้ 6. หัวหอม 7. ข่า 8. เกลือ	1. พริกสด 2. กระเทียม 3. น้ำปลา 4. ผงชูรส 5. น้ำมะนาว *เครื่องปรุงน้ำจิ้ม	1. นำปลามาล้างให้สะอาด ถอดเกล็ดและล้วงไส้ให้เรียบร้อย ทาเนื้อปลาด้วยเกลือ 2. นำข่า ตะไคร้โขลกในครกหยาบๆ ยัดเข้าท้องปลา 3. ตั้งหม้อนึ่งให้น้ำเดือดด้วยไฟแรง น้ำปลา ผักกาดขาว ผักตำลึงหรือเห็ดใส่ ใบมะกรูด ใส่ซึงขึ้นหนึ่ง 15-20 นาที 4. น้ำปลาที่นึ่งเสร็จใส่ถาดหรือจาน

ชื่ออาหาร	ส่วนผสม	เครื่องปรุง	วิธีทำ
			5. นำพริก กระเทียมโขลกในครกให้ละเอียด ปรุงรสด้วยน้ำปลา ผงชูรส และน้ำมะนาว ตักใส่ถ้วยเล็กเพื่อเป็นน้ำจิ้ม

4. แนวทางการอนุรักษณ์ทุนทางวัฒนธรรมด้านการประกอบอาหารประเภทอาหารคาว

จากการสัมภาษณ์และจัดประชุมกลุ่มย่อยผู้ให้ข้อมูลสำคัญพบว่า ในปัจจุบันหลายครอบครัวเหลือเฉพาะรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย พ่อ แม่และหลานเท่านั้นที่ยังคงอาศัยอยู่ในหมู่บ้าน รุ่นลูกและรุ่นหลานบางส่วนต้องเดินทางไปศึกษาต่อหรือทำงานต่างถิ่นหรือต่างจังหวัด ทำให้กลุ่มรุ่นลูกรุ่นหลานมีพฤติกรรมการบริโภคเปลี่ยนไป ไม่นิยมรับประทานอาหารที่ครอบครัวประกอบขึ้น ไม่รู้วิธีการประกอบอาหารพื้นถิ่น สำหรับแนวทางการอนุรักษ์วัฒนธรรมอาหารคาวด้านวิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ จึงจำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากหน่วยงานหลายภาคส่วนที่เกี่ยวข้องมาส่งเสริมและสนับสนุน ให้ทุนวัฒนธรรมทางอาหารคาวไม่เลือนหายและส่งผ่านต่อให้กับคนรุ่นหลัง เพื่อไม่ให้อาหารเหล่านั้นหายไป ดังข้อเสนอแนะต่อไปนี้

1. การอนุรักษ์ ให้คนในชุมชนบ้านขี้เหล็กใหญ่ โดยเฉพาะรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย พ่อและแม่ ถ่ายทอดวิธีการเพาะปลูกพืช เลี้ยงสัตว์ วิธีการหาส่วนผสมของอาหาร การปรุงอาหาร และวิธีการประกอบอาหารให้แก่รุ่นลูกรุ่นหลาน

2. การเผยแพร่ โดยผลักดันให้มีตำราวิธีการประกอบอาหารพื้นถิ่นบูรณาการในหลักสูตรสาระเรียนรู้การงานอาชีพในสถานศึกษา เช่น ในระดับการศึกษาขั้นพื้นฐานตั้งแต่ระดับประถมศึกษาถึงมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่ยังเปิดสอนในชุมชนเพื่อให้เยาวชนในท้องถิ่นได้เรียนรู้วิธีการประกอบอาหารคาวและรักษาภูมิปัญญาท้องถิ่น

3. การสร้างมูลค่าเพิ่ม โดยให้ความรู้แก่ประชาชนในการออกแบบและพัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวกับอาหารพื้นถิ่นเพื่อพัฒนาให้ผลิตภัณฑ์ด้านอาหารมีอัตลักษณ์ มีความแปลกใหม่ น่าสนใจโดยการต่อยอดพัฒนาต้นแบบผลิตภัณฑ์อาหาร และบรรจุภัณฑ์สร้างสรรค์ เพื่อให้เป็นสินค้าท้องถิ่นสามารถจำหน่ายได้

อภิปรายผล

จากการศึกษาพบว่าทุนวัฒนธรรมด้านอาหารคาวบ้านขี้เหล็กใหญ่ อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ ที่ถูกถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่นคือรายการอาหาร วิธีการประกอบอาหารและวิธีการหาวัตถุดิบที่อยู่ในชุมชนมาเป็นองค์ประกอบในการประกอบอาหาร ซึ่งวิธีการประกอบอาหารคาวของบ้านขี้เหล็กใหญ่ คนในชุมชนนิยมประกอบอาหารในลักษณะแกงหรือต้มมากที่สุด รองลงมาคือ ปิ้ง/ย่าง ซุบ โขลก/ตำ ซึ่งมีวิธีการประกอบที่ง่ายไม่ยุ่งยาก และวัตถุดิบส่วนใหญ่หาได้ง่ายตามท้องถิ่น เช่น ผักสวนครัว ที่นา สวนและตลาดชุมชน ซึ่งสอดคล้องกับ Boonphila (2016) ที่พบว่าภูมิปัญญาอาหารพื้นถิ่นภูไทในอีสานประกอบการแกง ต้ม อ่อม

หมก ซุบ ลาบ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาที่ได้สั่งสม สืบทอดเป็นมรดกทางวัฒนธรรมให้ลูกหลานได้สืบทอดมาจนถึงปัจจุบัน และสอดคล้องกับ Seanlum and Monton (2017) ที่พบว่าอาหารพื้นเมืองของชุมชนตลาดจังหวัดนครราชสีมามีวัตถุดิบจากพืชผักสมุนไพรที่มีสรรพคุณเป็นยา ได้แก่ ข่า ตะไคร้ พริก กระเทียม และหอม และพืชผักสีเขียว สีแดง สีส้ม และสีเหลือง ที่มีคุณสมบัติส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งแหล่งที่มาของวัตถุดิบมาจากธรรมชาติ พืชสวนครัว และตลาดในชุมชน ที่มีความสัมพันธ์กับฤดูกาล การปรุงอาหารส่วนใหญ่ใช้การต้ม แกง ยำ ตำ ที่มีการปรุงเรียบง่ายและใช้เวลาไม่นาน

แนวทางการอนุรักษณ์ทุนทางวัฒนธรรมด้านการประกอบอาหารประเภทอาหารคาวไม่ให้เลือนหายและส่งต่อให้กับคนรุ่นหลัง ได้แก่ 1) การอนุรักษ์ โดยเฉพาะรุ่นปู่ ย่า ตา ยาย พ่อและแม่ ถ่ายทอดวิธีการต่าง ๆ ให้แก่รุ่นลูกรุ่นหลาน 2) การเผยแพร่โดยจัดทำตำราวิธีการประกอบอาหารพื้นถิ่นบูรณาการในหลักสูตรสาระเรียนรู้การงานอาชีพในสถานศึกษา 3) การสร้างมูลค่าเพิ่ม พัฒนาผลิตภัณฑ์ที่เกี่ยวกับอาหารพื้นถิ่นเพื่อพัฒนาให้ผลิตภัณฑ์ด้านอาหารมีอัตลักษณ์ มีความแปลกใหม่ น่าสนใจโดยการต่อยอดพัฒนาต้นแบบผลิตภัณฑ์อาหาร และบรรจุภัณฑ์สร้างสรรค์ เพื่อให้เป็นสินค้าท้องถิ่นสามารถจำหน่ายได้ ซึ่งทั้งสามแนวทางนี้เป็นแนวทางที่เป็นรูปธรรมสามารถนำไปปฏิบัติได้จริง สอดคล้องกับงานวิจัยของ Phetcharaburanin and Rattanawongkhae (2017) ที่พบว่าการจัดคู่มือเกี่ยวกับภูมิปัญญาของชุมชนบ้านครัว มีเนื้อหาเกี่ยวกับประวัติความเป็นมา กรรมวิธี แนวทางการอนุรักษ์และฟื้นฟูภูมิปัญญาในด้านอาหารคาว ซึ่งเป็นประโยชน์ต่อการอนุรักษ์และฟื้นฟูภูมิปัญญาของชุมชนบ้านครัวให้คงอยู่ ให้คนรุ่นหลังได้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับภูมิปัญญาของชุมชนและเป็นการรณรงค์ให้ชุนชน หน่วยงานภาครัฐ หน่วยงานภาคเอกชนได้ตระหนักถึงภูมิปัญญาดังกล่าวด้วย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะเพื่อการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

จากผลการวิจัยในครั้งนี้สามารถนำไปใช้ประโยชน์ ดังนี้

1. คนในชุมชน กลุ่มอาชีพและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องสามารถนำความรู้ไปต่อยอดเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารคาวในชุมชนให้มีอัตลักษณ์เฉพาะเพื่อเป็นสินค้าของชุมชนที่สามารถจำหน่ายเพื่อสร้างรายได้ให้กับครอบครัวและชุมชน และนำองค์ความรู้ไปพัฒนาเป็นตำราวิธีการประกอบอาหารพื้นถิ่นในหลักสูตรสาระเรียนรู้การงานอาชีพในสถานศึกษา

2. เยาวชนไม่รับประทานอาหารพื้นถิ่นเนื่องจากไปอาศัยอยู่ในตัวเมืองที่ใกล้สถานศึกษา และนิยมซื้ออาหารตามสั่ง หรือฟาสฟูดส์เพราะสะดวก ดังนั้นควรให้ความรู้ด้านประโยชน์ของอาหารพื้นถิ่นแก่เยาวชน เช่น ด้านประโยชน์ต่อร่างกายไม่มีสารเคมี เป็นต้น

3. รายการอาหารในชุมชนส่วนใหญ่ใส่ผงชูรส ดังนั้นควรให้ความรู้ด้านโทษของผงชูรสเพื่อให้คนในชุมชนค่อย ๆ ปรับพฤติกรรมในการรับประทานผงชูรสในปริมาณที่เหมาะสมไม่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

งานวิจัยนี้ศึกษาเฉพาะทุนทางวัฒนธรรมด้านวิธีการประกอบอาหารคาวพื้นถิ่นบ้านขี้เหล็กใหญ่ ตำบลหนองพันทา อำเภอโซ่พิสัย จังหวัดบึงกาฬ เท่านั้น ดังนั้น ควรศึกษาวัฒนธรรมด้านอื่น ๆ ให้ครอบคลุมทั้งตำบล อำเภอและจังหวัด และควรทำศึกษาวิจัยต่อยอดจากงานวิจัยเดิม เช่น การวิจัยและพัฒนาผลิตภัณฑ์ด้านอาหารคาว เป็นต้น

References

Boonphila, N. (2016). Phu Tai Wisdom cultural cuisine in Udonthani. *Journal of Community Development and Life Quality.* 4(2), 224–234. (in Thai)

Boontawee, A., Nuangjumnong, J. and Maneenantiwat, W. (2018). The Development Guidelines on Cultural Capital for Tourism Promotion of Khlong Khuean District, Chachoengsao Province. *Journal of Humanities and Social Sciences Review*. 20(1), 67-71. (in Thai)

Chandrasiri, V. (2015). *Professional experience in food, nutrition, and applications.* Nonthaburi :Sukhothai Thammathirat University Publisher. (in Thai)

Chatampaiwong, P. and et al. (2011). *The Study of Local Wisdom : A Case Study of local Thai food in the region Central.* Bangkok: Pepress Printing. (in Thai)

Khumhaeng, S., Anurit, P. and Limpawattana, M. (2018). *Marketing Strategies of Local Food Product for Sustainable Development.* The 7th Hatyai National and International Conference. Hatyai University. (in Thai)

Ministry of Culture. (2022). *Food Culture Policy*. Retrieved from https://www.m-culture.go.th/th/index.php.

Ngamprapasom, P. (2018). Conservation of Biodiversity and Local Cuisine under the Participation of Mpi at Ban Dong, Suankeun Sub–district, Maung District, Lampang Province. *Journal of Cultural Approach.* 13(35), 39. (in Thai)

Phetcharaburanin, P. and Rattanawongkhae, A. (2017). The Study of Conservation and Recovery of the Way of Life, Culture, Wisdom and Utilization from the Biological Diversity of BANKRUA Community. *The Association of Private Higher Education Institutions of ThailandUnder the Patronage of Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn*. 23(1), 69-71. (in Thai)

Seanlum, W., and Monton, T. (2017). Local Food for Good Health in Talad Community, Nakhon Ratchasima Province. *Area Based Development Research Journal.* 9(6), 445-457. (in Thai)

Siladlao, S., Saykaew, T., Mekwimon, W., Wongpitu, Klarnarong, K., and Promsorn, T. (2021). Factors Relating Affect to Foods Nutrition Consumer Behavior of Bachelor's Degree Students Suan Sunandha Rajabhat University, Samut Songkhram Campus. *Science and Technology Journal of Sisaket Rajabhat University.* 1(1), 68. (in Thai)

Sukkhum, B. and Wiyasing, T. (2013). *Local food culture of Kui ethnic group, Sisaket Province.* Sisaket Rajabhat University: Sisaket Province. (in Thai)

Supasee, J. (2001). *Production and Consumption of Fermented Soybeans by Thai Yai Group in Mae Sariang Dictrict, Mae Hong Son Province.* independent study Master of Science, Nutrition Education, Chiang Mai University. (in Thai)

Thaitumbon.com. (2018). *Local food in Bueng Kan Province*. Retrieved from http://buengkan.go.th/index.php/organize-chart/organize-chart-4. (In Thai)

The Thailand Research Fund (TRF). (2018). *Food Culture.* Retrieved from https://elibrary.trf.or.th/default2019.asp. (in Thai)

Treenumit, J. (2010). *The transference of folk wisdom on food culture of Bang Kradi Community.* Doctor of Philosophy of Education for Local Development Ban Somdet Chaophraya Rajabhat University. (in Thai)



Onuma Natseeta
Lecturer of Chitralada Technology Institute



Jirasak Achariyayos
Lecturer of Chitralada Technology Institute



Tritsana Sorat,
Lecturer of Chitralada Technology Institute