

การสร้างสรรค้พาสาเกตเพื่อสร้างสำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด
ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม
Saket Set: Roi Et foods creation by Participatory Action Research

ปริญ รสจันทร์¹

E-mail: parin1012522@gmail.com

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงคุณภาพ มีวัตถุประสงค์ประกอบด้วย 1) เพื่อศึกษาวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 2) เพื่อศึกษาปัญหาที่เกิดจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 3) เพื่อศึกษารูปแบบที่เหมาะสมของสำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด โดยเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพด้วยกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัยพบว่า 1) วัฒนธรรมอาหารของชาวร้อยเอ็ด มีรากฐานการกินอาหารตามสภาพแวดล้อม และฤดูกาล รูปแบบของอาหารการกินประกอบด้วยอาหารในชีวิตประจำวัน และอาหารในโอกาสพิเศษ 2) ปัญหาที่เกิดจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ดคือปัญหาด้านสุขภาพอันเนื่องมาจากการกินอาหารที่มีรสชาติจัดเกินไป 3) การสร้างสรรค้สำหรับอาหารประจำจังหวัดควรเชื่อมโยงรากฐานทางสภาพแวดล้อม และประวัติศาสตร์ ตลอดจนควรสร้างวัฒนธรรมการกินใหม่จากพฤติกรรมเดิมที่เน้นเรื่องรสชาติจากเครื่องปรุงที่มีรสจัดที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ แล้วเปลี่ยนไปสู่การสร้างสรรค้อาหารการกินที่เน้นรสชาติจากธรรมชาติอันเป็นรูปแบบที่เหมาะสม

คำสำคัญ: อาหารการกิน อาหารประจำจังหวัด วัฒนธรรมการกิน

Abstract

This research is a qualitative research. The objectives consisted of 1) to study the eating culture of Roi Et Province; 2) to study the problems caused by the eating culture of Roi Et Province. 3) To study the appropriate pattern of food of Roi Et Province This is a qualitative research with a participatory action research process. The results of the research were as follows: 1) The food culture of Roi Et people is based on eating food according to the environment and season. 2) The problem caused by the food culture of Roi Et province is the health problem caused by eating too spicy food. 3) The creation of provincial food should be linked to environmental foundations. and history It should also create a new eating culture from the old habits that emphasized the taste of spicy ingredients that are harmful to health. Then switch to creating food that focuses on natural flavors in a suitable format.

Keywords: food, provincial food, food culture

ความเป็นมาของปัญหา

ยูวัล โนอาห์ แฮรารี (Yuval Noah Harari) นักประวัติศาสตร์นามกระเดื่องแห่งมหาวิทยาลัยฮีบรูในกรุงเยรูซาเลม ได้ชี้ให้เห็นถึงการตายจากการกินว่าเป็นภัยคุกคามใหม่ของมนุษยชาติในศตวรรษที่ 21 ไว้ในหนังสือชื่อโฮโมเดีอุส ประวัติย่อของวันพรุ่งนี้ แปลโดย นำชัย ชีววิวรรธน์ และธิดา จงนิรามัยสถิต ความว่า “...นับเป็นครั้งแรกในประวัติศาสตร์ที่ในปัจจุบันมีคนตายจากการกินมากเกินไป มากเสียยิ่งกว่ากินน้อยเกินไป มีคนแก่ตายมากกว่าเป็นโรคติดเชื้อตาย และมีคนที่ฆ่าตัวตายมากกว่าที่ตายจากการโดนทหาร ผู้ก่อการร้าย และอาชญากรฆ่ารวมกันเสียอีก ในตอนต้นคริสต์ศตวรรษที่ 21 คนโดยทั่วไปมีโอกาสตายจากการกินอาหารในแมคโดนัลด์ มากเกินไปมากกว่าที่จะตายจากความขาดแคลน โรคอีโบล่า หรือการโจมตีโดยอัลกออิดะฮ์เสียอีก...” (ยูวัล โนอาห์ แฮรารี. 2562)

ข้อสังเกตเกี่ยวกับการตายจากการกินของแฮรารีสอดคล้องกับสถิติสาเหตุของการเกิดโรคสูงสุดของผู้ป่วยในของจังหวัดร้อยเอ็ด ระหว่าง พ.ศ.2557 – 2561 และสาเหตุการตายสูงสุดของชาวร้อยเอ็ด ระหว่าง พ.ศ.2559 – 2562 ซึ่งสรุปได้ว่ามีชาวร้อยเอ็ดเจ็บป่วยจากพฤติกรรมการกินอาหารประมาณปีละ 70,000 – 90,000 คน และตายเนื่องจากการกินราว 3,000 – 4,000 คนต่อปี (สำนักงานสถิติจังหวัดร้อยเอ็ด. 2564) ปัญหาที่น่าสนใจอยู่ที่ว่า เหตุใดการกินที่ถือเป็นกิจกรรมที่มีความสำคัญเป็นอันดับแรกสำหรับ

¹ อาจารย์ประจำสาขาวิชาสังคมศึกษา คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏร้อยเอ็ด



ความอยู่รอดของมนุษย์ตลอดมาในประวัติศาสตร์ของมนุษยชาติ (ยศ สันตสมบัติ. 2559) กลับกลายเป็นภัยร้ายที่คร่าชีวิตของชาว ร้อยเอ็ดเป็นจำนวนมากในแต่ละปี การแสวงหาคำตอบต่อคำถามดังกล่าว จำเป็นต้องทำการทบทวนประวัติศาสตร์ของวัฒนธรรมการ กินของชาวร้อยเอ็ดโดยอาศัยวิธีการทางประวัติศาสตร์ผ่านการศึกษาเอกสาร และกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม ตลอดจนอาศัยแนวคิดทฤษฎีเพื่อเป็นแนวทางในการตอบคำถาม ดังต่อไปนี้

รากฐานของวัฒนธรรมการกินมีรากฐานมาจากพื้นที่ และฤดูกาล อันเป็นแนวคิดนิเวศวิทยาวัฒนธรรม (Cultural ecology) ซึ่งจูเลียส สตวูด (Julian Steward) อธิบายว่าวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือในการปรับตัว (adaptation) ของคนต่อสภาพแวดล้อม แนวคิด นี้ช่วยในการตั้งคำถาม และสร้างคำอธิบายว่าวัฒนธรรมการกินของชาวร้อยเอ็ดมีการปรับตัวอย่างไรให้สอดคล้องกับสภาพแวดล้อม (ยศ สันตสมบัติ. 2559) แนวคิดนิเวศวิทยาวัฒนธรรม ปรากฏในการศึกษาเรื่อง อาหารธรรมชาติ: วิธีการดำรงชีวิตของชุมชนอีสาน ของอุทุมพร หลอดโค และวิญญู จรรย์พันธ์ ในบทที่ 2 ซึ่งกล่าวถึงการแสวงหาอาหารจากธรรมชาติซึ่งสามารถจำแนกได้ตามกาลเทศะ หรือพื้นที่ และเวลา อันแสดงให้เห็นถึงการปรับตัวของคนต่อสิ่งแวดล้อมอย่างเข้มข้น (อุทุมพร หลอดโค และวิญญู จรรย์พันธ์. 2554)

สภาพเศรษฐกิจมีส่วนสำคัญต่อวัฒนธรรมการกินไม่น้อย ทั้งด้านการผลิต และในด้านการบริโภค ดังที่คาร์ล มาร์กซ์ (Karl Marx) กล่าวว่า พลังกระตุ้นในประวัติศาสตร์ได้แก่ลักษณะที่มนุษย์สัมพันธ์ต่อกันและกันในการต่อสู้อย่างไม่หยุดยั้งกับธรรมชาติเพื่อ การดำรงชีวิตของตน การกระทำทางประวัติศาสตร์อันแรก คือการสร้างชีวิตทางวัตถุ (material life) การกระทำนี้เป็นการกระทำทาง ประวัติศาสตร์อย่างแท้จริง เป็นเงื่อนไขพื้นฐานของประวัติศาสตร์ทั้งหมด การแสวงหาเพื่อที่จะให้มีดีมี และมิกินได้พอเพียง เพื่อจะได้มี ที่อยู่อาศัย และเครื่องนุ่งห่มเป็นเป้าหมายขั้นแรกของมนุษย์ตั้งแต่เริ่มต้นของชาติพันธุ์ จนเมื่อความต้องการเหล่านี้ได้ถูกตอบสนองแล้ว มนุษย์จึงได้เกิดความต้องการใหม่ๆ ไม่สิ้นสุด จึงต้องร่วมมือกัน และแบ่งงานกันทำ ซึ่งภายในความร่วมมือนี้ได้สร้างความเป็นปฏิปักษ์ ต่อกันในทันที (ลิวอิส เอ. โคเซอร์. 2533) เบื้องต้นของความขัดแย้งอาจมาจากการที่มนุษย์แต่ละคนต่างมุ่งหวังที่จะบริโภคให้ดีที่สุด ดังที่ คาร์ล มาร์กซ์ (Karl Marx) ให้ความสำคัญต่อการผลิตใหม่ (reproduction) ที่เป็นการให้คุณค่าต่อการบริโภคเพื่อให้มีเรี่ยวแรง และคุณภาพชีวิตที่ดีสำหรับการผลิตอีกครั้ง (อาโนนั กกาญจน์พันธ์. 2564)

เมื่อหน้าที่ของมนุษย์ไม่ได้มีเพียงการผลิต แล้วบริโภคเพื่อให้มีชีวิตรอดเท่านั้น ในการกินย่อมมีคุณค่าบางอย่างที่มากกว่าการ กินเพื่ออยู่ และแม้แต่สุดท้ายแล้วการเสพคุณค่าบางอย่งนั้นอาจทำให้เกิดพิษภัยแก่ร่างกายก็ตาม แต่การกินเพื่อให้มากกว่าอิมันนั้นย่อม ดำเนินต่อไปรวมทั้งพฤติกรรมการกินที่ก่อให้เกิดโทษต่อร่างกายย่อมดำเนินตามไปด้วย ความพยายามสร้างสรรค์อาหารการกินที่ดีต่อ สุขภาพจึงต้องเริ่มต้นจากการอธิบายคำถามที่น่าสนใจนั่นคือชาวร้อยเอ็ดมีวัฒนธรรมการกินอย่างไร และในวัฒนธรรมการกินเช่นนี้มี ประโยชน์และโทษอย่างไร เพื่อตอบคำถามต่อไปอีกว่าหากจะสร้างสรรค์สำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดที่ดีมีความสอดคล้องกับคน ในท้องถิ่น หรือที่เรียกว่าพาสาเกตนั้นควรเป็นอย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด
2. เพื่อศึกษาปัญหาที่เกิดจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด
3. เพื่อศึกษารูปแบบที่เหมาะสมของสำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด

วิธีดำเนินการวิจัย

1. การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) โดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลในเชิงลึก (In-depth Study) ด้วยการสำรวจ การสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participatory Observation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participatory Observation) การสัมภาษณ์ชนิดมีโครงสร้าง (Structured Interview) และการสัมภาษณ์ชนิดไม่มีโครงสร้าง (Non-Structured Interview) การสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) การประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) การศึกษาวิเคราะห์ ข้อมูลจากเอกสาร (Document Analysis) และการเก็บข้อมูลภาคสนาม (Field Study) โดยใช้กรอบแนวคิดด้านต่างๆ ในการศึกษา มีการบันทึกภาพ และนำข้อมูลมาวิเคราะห์ ซึ่งมีขอบเขตขั้นตอนในการดำเนินงานวิจัยดังนี้

ผู้วิจัยกำหนดกฎเกณฑ์ในการเลือกพื้นที่ในการศึกษาโดยการสำรวจข้อมูลกำหนดขอบเขตจากพื้นที่ตอนเหนือ ตอนกลาง และตอนใต้ของจังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีเกณฑ์ในการพิจารณา คือ 1) เป็นชุมชนที่มีความโดดเด่นด้านทรัพยากรอาหาร หมายถึงการเป็น แหล่งผลิตอาหารที่มีการจำหน่ายสู่ภายนอกชุมชน 2) เป็นชุมชนที่มีวัฒนธรรมและประวัติศาสตร์ความเป็นมาที่น่าสนใจ หมายถึงการมี เรื่องราวในอดีตที่มีความเกี่ยวเนื่องกับผู้คนจำนวนมาก และสามารถทำการสืบค้นข้อมูลได้ ผู้วิจัยได้ใช้เกณฑ์ทั้ง 2 ข้อเป็นแนวทางใน การพิจารณาเลือกพื้นที่เพื่อทำการศึกษาวิจัย 4 แห่ง ได้แก่ 1) บ้านบึงเลิศ ตำบลบึงเลิศ อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดร้อยเอ็ด 2) บ้านเก่าน้อย



ตำบลไพศาล อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด 3) บ้านท่าม่วง ตำบลท่าม่วง อำเภอเสลภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด 4) บ้านโพหนอง ตำบลหินกอง อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด

2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างผู้วิจัยเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง รวมทั้งหมด 50 คน เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ประกอบด้วย

2.1 กลุ่มผู้รู้ (Key Informant) ได้แก่ ผู้นำชุมชน ผู้ประกอบการร้านอาหาร เกษตรกรผู้ผลิตอาหาร จำนวน 10 คน

2.2 กลุ่มผู้ปฏิบัติ (Casual Informant) ได้แก่ ผู้มีความสามารถด้านการปรุงอาหาร เจ้าหน้าที่ของรัฐ นักเรียนนักศึกษา จำนวน 20 คน

2.3 ประชาชนทั่วไป (General Informant) ได้แก่ ชาวบ้านในพื้นที่วิจัย จำนวน 10 คน

3. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

3.1 แบบบันทึก ใช้ในการสำรวจ (Survey) เป็นการสำรวจเบื้องต้นของบริบทพื้นที่ และใช้ในการสังเกต (Observation) แบ่งเป็นการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (Participatory Observation) และการสังเกตแบบไม่มีส่วนร่วม (Non-Participatory Observation) ตลอดจนการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) และใช้ในการประชุมเชิงปฏิบัติการ (Workshop)

3.2 แบบสัมภาษณ์ ใช้ในการสัมภาษณ์ (Interview Guide) ผู้วิจัยแบ่งการสัมภาษณ์ออกเป็น 2 แบบ ประกอบด้วย การสัมภาษณ์แบบมีโครงสร้าง (Structured Interview) และการสัมภาษณ์แบบไม่มีโครงสร้าง (Unstructured Interview)

4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

4.1 การศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารของชาวร้อยเอ็ด ศึกษาข้อมูลเอกสารด้านแนวคิดทฤษฎีทางสังคม และแนวคิดทฤษฎีทางวัฒนธรรม เพื่อเป็น ทฤษฎีหลัก และทฤษฎีเสริม

4.2 การศึกษาภาคสนาม (Field Studies) ผู้วิจัยใช้วิธีการสัมภาษณ์ การสังเกต การประชุมเชิงปฏิบัติการ การสนทนาแบบกลุ่ม และการเก็บบันทึกด้วยภาพถ่ายเพื่อการเก็บข้อมูลได้อย่างถูกต้องตามความเป็นจริง

4.3 การจัดทำข้อมูล ผู้วิจัยได้จัดทำข้อมูลตามกรอบแนวคิดดังนี้ 1) นำข้อมูลที่ได้มาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล และจัดเรียงข้อมูลเพื่อง่ายต่อการวิเคราะห์ 2) สรุปข้อมูลตามความมุ่งหมายของการวิจัย

5. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้มีการตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Data Triangulation) เพื่อตรวจสอบความถูกต้องความเที่ยงตรงของข้อมูล 4 ด้าน คือ 1) การตรวจสอบด้านข้อมูล (Data Triangulation) ของพื้นที่ สถานที่ เวลา บุคคลผู้ให้ข้อมูล 2) การตรวจสอบด้านผู้วิจัย (Investigator Triangulation) ในการเก็บข้อมูลของผู้วิจัยที่เก็บจากเรื่องเดียวกัน หรือเปลี่ยนผู้เก็บข้อมูลว่ามีประเด็นใดที่เหมือนและแตกต่าง 3) การตรวจสอบด้านทฤษฎี (Theory Triangulation) เพื่อตรวจสอบการนำทฤษฎีไปใช้ในการวิเคราะห์การแปลความหมายข้อมูลมีความแตกต่างกันมากน้อยเพียงใด 4) การตรวจสอบด้านวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล (Methodological Triangulation) คือการใช้วิธีการรวบรวมข้อมูลต่างกันในการเก็บข้อมูลเรื่องเดียวกัน จากนั้นจึงนำเสนอข้อมูลการวิจัยโดยใช้การนำเสนอเชิงพรรณนาวิเคราะห์ (Descriptive Analysis)

ผลการวิจัย

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ประกอบด้วย 1) เพื่อศึกษาวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 2) เพื่อศึกษาปัญหาที่เกิดจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 3) เพื่อศึกษารูปแบบที่เหมาะสมของสำรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด โดยมีผลการวิจัย ดังนี้

1. วัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด มีรากฐานมาจากสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติ ประกอบด้วยพื้นที่ และฤดูกาล อันเป็นแหล่งที่มาของผลผลิตจากธรรมชาติชนิดต่างๆ ทั้งพืช และสัตว์ ซึ่งผู้คนที่ต้องทำการเปลี่ยนผลผลิตจากธรรมชาติเหล่านั้นให้กลายเป็นอาหารสำหรับบริโภคเพื่อความอยู่รอดในเบื้องต้น ซึ่งงานวิจัยนี้เรียกอาหารรูปแบบนี้ว่าอาหารในชีวิตประจำวัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

1.1 อาหารในชีวิตประจำวัน เกิดจากผลผลิตจากธรรมชาติรวมถึงเกิดจากการผลิตของมนุษย์ เช่น การกลีกรวม และการปศุสัตว์ มีหน้าที่หลักคือใช้บริโภคเพื่อให้อยู่รอดโดยอาศัยความหมุนเวียนของผลผลิตจากพื้นที่และฤดูกาลเป็นหลัก (ต่อไปนี้จะใช้คำว่ากินแทนคำว่าบริโภคเพื่อสื่อความหมายที่ชัดเจนยิ่งขึ้น) จึงมีลักษณะสอดคล้องกับคำกล่าวว่าเป็นการกินแบบตามมีตามเกิด คือมีเกิดสิ่งใดขึ้นรอบตัวแล้วจึงคิดประดิษฐ์ให้เป็นอาหารที่มีข้าวเหนียวเป็นหลักเรียกว่าข้าว (ข้าว เป็นคำโบราณของ ข้าว และหมายถึง ขวบปี ทั้งยังหมายความว่าอาการที่เคลื่อนไหวไปข้างในหรือทำให้เคลื่อนไหวไปข้างใน ความหมายเหล่านี้สอดคล้องกับพฤติกรรมกรนำเข้าสู่ร่างกาย



และรอบปีในการผลิต อย่างไรก็ตามเพื่อความหมายตามสมมติฐานนี้จะใช้คำว่า ข้าว แทน ข้าวเหนียว เรียกว่า กบข้าว แต่เมื่อกินรวมกันแล้วเรียกว่ากินข้าว ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสำคัญของข้าวในฐานะหัวใจหลักของการกิน ด้วยเหตุนี้ ความอึดจึงเกิดจากการกินข้าวเป็นหลัก และเพื่อให้สามารถกินข้าวได้มากๆ กบข้าว จึงถูกปรุงให้มีรสจัด มีค่ากล่าวถึง พฤติกรรมเช่นนี้ว่าเป็นการ ตัวข้าวลงคอ หมายความว่าใช้รสชาติที่เค็มเผ็ดขมเปรี้ยวหวานมากๆ เพื่อให้กินข้าวที่มีรสจัดอมหวานน้อยๆ ได้มากขึ้น

พื้นฐานของรสชาติที่จัดจ้าน สะท้อนให้เห็นว่าอาหารร้อยเอ็ดในปัจจุบันเป็นมรดกจากสังคมที่เก็บหาอาหารจากธรรมชาติ จึงมีลักษณะของการหากินแบบวันต่อวันเรียกว่าการหากินสืบมือ (มือหมายความว่าวัน) ซึ่งการกระจายเวลาในการหาอาหาร และทำงานอย่างอื่นในแต่ละวัน เป็นเงื่อนไขสำคัญที่ทำให้กับข้าวมีปริมาณที่จำกัด โดยเป้าหมายของการเก็บหาวัตถุดิบเพื่อมาปรุงเป็นกับข้าวจึงมุ่งให้พอกินในแต่ละมื้อเป็นหลักเรียกว่า พอแล้วข้าว

การแสวงหาอาหารในชีวิตประจำวันขึ้นอยู่กับพื้นที่ และฤดูกาลเป็นสำคัญ เช่น บ้านบุงเลิศ ตำบลบุงเลิศ อำเภอเมยวดี เป็นเขตภูเขาตอนเหนือของจังหวัดอยู่ในลุ่มน้ำยัง ธรรมชาติคือเขาทุ่งนาและลำน้ำให้อาหารจำพวก ผัก ผลไม้ หน่อไม้สัตว์ป่า แมลง หอย งู นก หนู เต่า กิ้งก่า ในขณะที่บ้านแก่น้อย ตำบลโพนพิสัย อำเภอธวัชบุรี และบ้านท่าม่วง ตำบลท่าม่วง อำเภอเสลภูมิ อันเป็นพื้นที่ตอนกลางของจังหวัดอยู่ในลุ่มแม่น้ำชี ตลอดจนบ้านโพนพอง ตำบลหินกอง อำเภอสุวรรณภูมิ อันเป็นตอนใต้ของจังหวัดนั้นไม่มีภูเขา ผู้คนจึงปรับตัวหากินตามสภาพแวดล้อมและฤดูกาล เช่นการหาอาหารในฤดูฝนจะหากินในพื้นที่แหล่งน้ำ และท้องทุ่งนาเป็นหลัก แต่เมื่อถึงฤดูหนาวพื้นที่หาอาหารจะเปลี่ยนเป็นบริเวณป่าไม้ เป็นต้น

เมื่อปริมาณกับข้าวมีจำกัด วัฒนธรรมการปรุงอาหารจึงต้องมีความสอดคล้องต้องกันไปด้วย นอกจากการปรุงให้มีรสชาติที่จัดจ้านดังที่กล่าวมาแล้ว ชาวร้อยเอ็ดยังนิยมทำกับข้าวที่มีน้ำขลุกขลิกพอเหมาะกับการกินคู่กับข้าวเหนียวเพื่อให้ข้าวซับน้ำจากกับข้าวให้ได้มากที่สุดเรียกว่าจ้ำ และยังนิยมใส่ผักนานาชนิดลงไปกับข้าวเพื่อชูรสชาติให้โดดเด่นขึ้น เช่น ใส่ใบโงม ใบส้มโฮง ใบผักตบชวา ลงไปในต้มปลา เพื่อให้ได้รสเปรี้ยว ใส่ก้านกล้วยรสหวานผัดลงไปนึ่งก้อยกระป๋อง ใส่มะกอกรสเปรี้ยวผัดลงไปนึ่งส้มตำ เป็นต้น

ปัจจุบัน วัฒนธรรมอาหารของชาวร้อยเอ็ดยังคงรสชาติที่จัดจ้าน และวิธีการประกอบและปรุงอาหารที่สอดคล้องกับการกินคู่กับข้าวเหนียวอันเป็นรากฐานดั้งเดิม แต่เกิดความเปลี่ยนแปลงในด้านการแสวงหาอาหารในชีวิตประจำวันจากการหาอยู่หากินเป็นหลัก สู่การซื้ออยู่ซื้อกิน ความเปลี่ยนแปลงเหล่านี้มีสาเหตุมาจากตลาด และร้านค้าที่มีเกิดขึ้นในทุกท้องถิ่นของร้อยเอ็ด ส่งผลให้มีการซื้อขายวัตถุดิบและอาหารควบคู่ไปกับการเก็บหาอาหาร และในบางครั้งการเก็บหาอาหารจากธรรมชาติไม่ใช่ว่าการกระทำเพื่อหา กินใส่ปากท้องของตนเอง หากแต่เป็นการเก็บหาเพื่อเป็นสินค้าในตลาด อย่างไรก็ตาม พื้นที่ และเวลา หรือฤดูกาลนั้นยังคงทำหน้าที่มอบวัตถุดิบที่จะกลายเป็นอาหารให้แก่ชาวร้อยเอ็ดอยู่เสมอ ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 แสดงพื้นที่และประเภทของอาหารในชีวิตประจำวัน

พื้นที่	ฤดูหนาว	ฤดูร้อน	ฤดูฝน
ภูเขา	ผัก, หมากไม้, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า, กิ้งก่า	ผัก, หมากไม้, หน่อไม้, หวาย, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า	ผัก, หมากไม้, หน่อไม้, หวาย, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า
ป่าไม้	ผัก, หมากไม้, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า, กิ้งก่า	ผัก, หมากไม้, หน่อไม้, หวาย, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า	ผัก, หมากไม้, หน่อไม้, หวาย, สัตว์ป่า, แมลง, หอย, งู, นก, หนู, เต่า
แหล่งน้ำ	ผักน้ำ, กุ้ง, หอย, ปู, ปลา, เต่า, ตะพาบ	ผักน้ำ, กุ้ง, หอย, ปู, ปลา, เต่า, ตะพาบ	ผักน้ำ, กุ้ง, หอย, ปู, ปลา, เต่า, ตะพาบ
ไร่นาสวน	ข้าว, พืชไร่, พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, วัว	พืชไร่, พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, วัว	พืชไร่, พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, วัว
หมู่บ้าน	พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, หมู	พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, หมู	พืชสวน, ผัก, เบ็ด, ไก่, ไข่, หมู

จากตารางที่ 1 พบว่า พื้นที่รอบตัวของชาวร้อยเอ็ดเป็นแหล่งผลิตอาหารสำคัญให้สามารถทำมาหากินได้ตลอดทั้งปี ด้วยเหตุนี้ความมั่นคงทางอาหารของชาวร้อยเอ็ดคือการมีพื้นที่รอบตัว และความสามารถในการปรับตัวเพื่อหาอาหารในฤดูกาลต่างๆ ได้

อย่างไรก็ตาม ชาวร้อยเอ็ดยังให้ความสำคัญต่อการกินที่มากกว่าความอยู่รอดและบริโภคเพื่อความอร่อย มีการกินยังมีความหมายเพื่อเสริมสร้างกำลังใจ เฉลิมฉลอง และป้องกันสิ่งไม่ดี ซึ่งงานวิจัยนี้เรียกอาหารรูปแบบนี้ว่าอาหารในโอกาสพิเศษ ดังจะกล่าวถึงต่อไป



1.2 อาหารในโอกาสพิเศษ คืออาหารในช่วงเวลาสำคัญทั้งในวาระที่ดี และวาระที่ไม่ดี กับข้าวในวาระที่ดี เช่น งานบุญ งานบวช งานกินดอง และอาหารในช่วงเวลาแห่งความสุข มีความหมายในการเฉลิมฉลอง สำหรับอาหารในวาระที่ไม่ดี เช่น อาหารในงานศพ อาหารในยามป่วยไข้ และอาหารในช่วงเวลาแห่งความเสียใจ โดยผู้วิจัยได้สรุปรายละเอียด ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 แสดงชนิดอาหารในโอกาสพิเศษ

วาระโอกาส	อาหาร
งานบุญ	ขนมจีน, ลาบ, ก้อย, ต้ม, ส้มตำ, ของทอด, ผัก, ผัดหมี่, ส้มผัก, ข้าวเหนียว, ข้าวเจ้า, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
งานบวช	ขนมจีน, ลาบ, ก้อย, ต้ม, ส้มตำ, ของทอด, ผัก, ผัดหมี่, ส้มผัก, ข้าวเหนียว, ข้าวเจ้า, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
งานกินดอง	ขนมจีน, ลาบ, ก้อย, ต้ม, ส้มตำ, ของทอด, ผัก, ผัดหมี่, ส้มผัก, ข้าวเหนียว, ข้าวเจ้า, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
วันครอบครัว	ปิ้งย่าง, อาหารทะเล, อาหารญี่ปุ่น, อาหารเกาหลี, อาหารต่างวัฒนธรรม, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
วันเฉลิมฉลอง	ปิ้งย่าง, อาหารทะเล, อาหารญี่ปุ่น, อาหารเกาหลี, อาหารต่างวัฒนธรรม, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
งานศพ	ลาบ, ก้อย, ต้ม, ส้มตำ, ของทอด, ผัก, ส้มผัก, ข้าวเหนียว, ข้าวเจ้า, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า
คนท้อง	ห้ามกินไข่, ห้ามกินของมัน, ห้ามกินเนื้อ, ห้ามกินเผ็ด
คนอยู่ไฟ	ห้ามกินหอม, ห้ามกินปลาไหล, ห้ามกินเบ็ด, ห้ามกินหน่อไม้
ผู้ป่วย	ห้ามกินเผ็ด, ห้ามกินของมัน, ห้ามกินของเปรี้ยว, ห้ามกินหน่อไม้
วันแห่งความเศร้า	อาหารทุกอย่าง, น้ำอวดลม, เหล้า, เบียร์, น้ำเปล่า

จากตารางที่ 2 พบว่า อาหารในวาระที่ดี แบ่งเป็น 2 ประเภทคืออาหารตามประเพณี กับอาหารในช่วงเวลาแห่งความสุข กล่าวคือ อาหารตามประเพณี เช่น งานบุญ งานบวช งานกินดอง นั้นจะมีแนวคิดเรื่องของการจัดเลี้ยงให้เต็มที่เพื่อให้แขกผู้มาเยือนประทับใจเรียกว่าเลี้ยงเหลือเกืออิม โดยมีอาหารจานหลักคือลาบ ต้ม แกง ส้มตำ ของทอด ยา ขนมจีน ข้าวเหนียว ข้าวเจ้า และมีเครื่องดื่มคือน้ำอวดลม เหล้า เบียร์ น้ำเปล่า สำหรับอาหารในช่วงเวลาแห่งความสุข เช่น วันเกิด หรือการกินข้าวพร้อมหน้าครอบครัว กลายเป็นโอกาสพิเศษ ครอบครัวจะพยายามจัดหาวัตถุดิบที่ไม่ใช่อาหารในชีวิตประจำวัน อย่างน้อยหนึ่งชนิด เช่น ปิ้งย่าง อาหารทะเล อาหารญี่ปุ่น อาหารเกาหลี อาหารต่างวัฒนธรรม และมีเครื่องดื่มคือน้ำอวดลม เหล้า เบียร์ น้ำเปล่า เป็นต้น แต่หลายครอบครัวจะลงท้ายด้วยอาหารในชีวิตประจำวันด้วยเหตุผลว่าอาหารแปลกใหม่เหล่านั้นไม่อยู่ท้อง นอกจากนี้ การได้กินอาหารบางอย่างในสถานที่แปลกใหม่ยังกลายเป็นโอกาสพิเศษเสียเอง เช่น การได้กินอาหารในภัตตาคารอาหารญี่ปุ่น คือช่วงเวลาแห่งการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ และการดื่มด่ำกับสภาพบางอย่าง เช่น รางวัลของชีวิต การรักและดูแลตนเอง ชัยชนะจากการถูกกดทับ ชีวิตที่ดีขึ้น ตลอดจนความสำเร็จในชีวิต ที่มีความสุขจากการหลุดพ้นจากการกินเพื่ออยู่ ผู้กินเพื่อสุนทรียภาพดังกล่าวว่ากินหรืออยู่สบาย นั่นเอง

อาหารในวาระที่ไม่ดี ประกอบด้วย อาหารในงานศพ อาหารในยามป่วยไข้ และอาหารในช่วงเวลาแห่งความเสียใจ ซึ่งอาหารในงานศพนั้นนับเป็นอาหารตามประเพณีประเภทหนึ่งจึงมีอาหารจานหลักคือลาบ ต้ม แกง ส้มตำ ของทอด ยา ข้าวเหนียว ข้าวเจ้า และมีเครื่องดื่มคือน้ำอวดลม เหล้า เบียร์ น้ำเปล่า แต่ในบางท้องถิ่นมักตัดอาหารที่เป็นเส้น เช่นขนมจีน หรือผัดหมี่ออกไป โดยนัยว่าจะเป็นการสืบต่อการตายออกไปอีก ส่วนอาหารในยามป่วยไข้จะมีแนวคิดในเรื่องของการควบคุมรสชาติอาหารไม่ให้มีรสจัด และนิยมตัดของทอดของมันออกไป และอาหารในช่วงเวลาแห่งความเสียใจนั้นสามารถกินได้ทุกอย่างแต่ให้ความสำคัญกับเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์เป็นพิเศษ อย่างไรก็ตาม ผู้วิจัยสังเกตเห็นว่าเครื่องดื่ม ประเภท น้ำอวดลม เหล้า เบียร์ ได้ประสบความสำเร็จในการเข้าไปอยู่ในทุกช่วงเวลาในโอกาสพิเศษ อันอาจเกิดจากความสำเร็จในการประชาสัมพันธ์ของทุนขนาดใหญ่ และค่านิยมเหล่านี้อาจเป็นโทษต่อสุขภาพ เศรษฐกิจ และสังคมของชาวร้อยเอ็ดได้

2. ปัญหาที่เกิดจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด

ความเปลี่ยนแปลงในวัฒนธรรมการกินของชาวร้อยเอ็ด เกิดขึ้นเนื่องจากอิทธิพลของทุนนิยม และรัฐซึ่งมีบทบาทต่อรูปแบบการผลิต และการกินอาหารของชาวร้อยเอ็ด โดยความเปลี่ยนแปลงนั้นเกิดขึ้นช่วงหลังวิกฤติเศรษฐกิจหลัง พ.ศ. 2540 เมื่อเกิดกระแสการกลับคืนสู่ท้องถิ่นทำให้ชาวร้อยเอ็ดกลับมาทำมาหากินในชุมชนของตน ผู้คนเหล่านั้นก็กลับมาพร้อมประสบการณ์ที่เคยทำงานในเมืองใหญ่พวกเขาจึงกลับมาพร้อมทักษะและความพร้อมที่จะเปลี่ยนชุมชนของตน จากสังคมชาวนาที่เน้นการผลิตเพื่อยังชีพ ไปสู่สังคมของผู้ประกอบการในชนบทนอกเหนือไปจากการผลิตสินค้าเกษตรบนที่ดินของตนเอง อาทิ การผลิตเพื่อขายด้วยการใช้แรงงานรับจ้าง การจัดตั้งโรงงานแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรขนาดเล็ก การกลายเป็นพ่อค้าคนกลาง ผู้รับเหมารายย่อย และเป็นเจ้าแกร่รถไถ เจ้าแกร่รถบรรทุก ตลอดจนเจ้าแกร่รถเกี่ยวข้าว



อาชีพใหม่ๆ ส่งผลให้การหาอยู่หากินแบบเดิมมีข้อจำกัดด้านการกระจายเวลา แทนที่ชาวบ้านจะลงมือหาเงินทุกมือเหมือนในอดีตชาวบ้านบางคนใช้เวลาไปกับการขับรถบรรทุกเพื่อนำเงินไปซื้อหาอาหารในตลาดแทน การซื้ออยู่ซื้อกินเข้ามามีบทบาทแทนที่การผลิตอาหารแบบเดิม ด้วยเหตุนี้ตลาดจึงกลายเป็นแหล่งกระจายอาหารที่ทวีความสำคัญขึ้นเรื่อยๆ พร้อมกับการเข้าสู่ยุคอยากกินอะไรก็ได้กินของชาวร้อยเอ็ด

หลายครัวเรือนในเขตทุ่งกุลาร้องไห้ เช่นที่บ้านโพนพอง ตำบลหินกอง อำเภอสุวรรณภูมิ จังหวัดร้อยเอ็ด ชาวบ้านเปลี่ยนวิธีการผลิตจากการเพาะปลูกข้าวเหนียวเป็นการปลูกข้าวหอมมะลิเพื่อขายแล้วนำเงินมาซื้อข้าวเหนียวกิน สะท้อนให้เห็นการข้ามผ่านการปลูกข้าวเพื่อยังชีพสู่การปลูกข้าวเพื่อค้าขายด้วยมุมมองนี้ข้าวหอมมะลิจึงเป็นพืชเศรษฐกิจที่ไม่ต่างจากยางพารา อ้อย หรือมันสำปะหลัง ที่ผลิตขึ้นเพื่อค้าขายเป็นหลัก

คำถามจากกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมที่มีต่อพฤติกรรมการกินแบบใหม่นั้นคือทำไมเวลาเงินจึงต้องการโปรตุเกสอาหารลงในสื่อโซเชียลทั้งที่แต่ก่อนนั้นแค่มีให้กินอิ่มท้องนั้นยอมเพียงพอแล้ว คำตอบจากหลายชุมชนเป็นไปในทำนองคล้ายกันที่น่าสนใจ กล่าวคือในอดีตนั้นผู้คนมีความอดอยากยากแค้นมากคำว่ากินข้าวกับหยิ่ง หรือกินข้าวกับบะโรจึงกลายเป็นคำทักทายประจำวัน และยังมีคำที่แสดงถึงความจนตลกที่ต้องพยายามฝืนกินเพื่อให้มีชีวิตรอดเช่นคำว่าตัวข้าวลวงคอ ซึ่งตัวหมายความว่โกหก ในยามขาดสกับข้าวจึงขอเพียงสิ่งของที่พอมีรสชาติ เช่น ผลไม้ เกลือ แก้ว ให้พอกินข้าวได้ เรียกความอดคัดแบบนี้ว่าหาเงินสืบมือ หมายความว่าหาเงินแบบวันต่อวัน

เป็นไปได้ว่า เมื่อมาถึงยุคปัจจุบันนี้เป็นสมัยสบายกว่าเดิมหาเงินง่ายกว่าเดิมการได้กินเคลื่อนย้ายความหมายจากเพื่อให้มีชีวิตรอดสู่การกินเพื่อเป็นรางวัลของชีวิต และในบางครั้งการได้กินอาหารบางอย่างเป็นเหมือนชัยชนะ การกินไม่ได้หยุดยั้งความหมายแค่การเฉลิมฉลองในโอกาสพิเศษ เพราะปัจจุบันในบางครั้งการได้กินต่างหากที่เป็นโอกาสพิเศษอันน่าเฉลิมฉลอง เช่น การเข้าไปกินปลาติบในภัตตาคารอาหารญี่ปุ่น หรือการเข้าไปนั่งในร้านกาแฟราคาแพง เป็นต้น

อย่างไรก็ดี ทุนนิยมมีส่วนทำให้โลกประสบการณ์แห่งการกินของชาวร้อยเอ็ดเปิดกว้างขึ้น หลายชุมชนอยู่ใกล้ร้านสะดวกซื้อที่สามารถถือได้ตลอดเวลา มีบริการส่งถึงบ้าน และมีอาหารนานาชนิดให้ลิ้มลองตั้งแต่ข้าวโพดต้มไปจนถึงตอกบกก็ แต่เชื่อว่าทุนนิยมจะส่งผลในด้านดีเพียงด้านเดียว เพราะในอีกด้านหนึ่งความสะดวกเหล่านี้ได้ทำลายความหลากหลายของรสชาติ ดังที่มีผู้รู้ท่านหนึ่งตั้งข้อสังเกตว่าในปัจจุบันผู้คนกินหวานมากกว่าอดีต ปัจจัยส่วนหนึ่งอาจเกิดจากโรงงานน้ำตาลที่เกิดขึ้นหลายแห่งรอบจังหวัดทำให้คนหาความหวานกินได้ง่ายขึ้น สมัยก่อนความหวานถือเป็นเรื่องหรูหราจนมีคำกล่าวว่ายู่ดีกินหวาน รสหวานในอดีตนั้นได้จากน้ำอ้อย แต่ทุกวันนี้น้ำตาลทรายราคาถูกได้ทำให้น้ำอ้อยไม่คุ้มค่าที่จะผลิต เมื่อน้ำอ้อยหายไปชาวจีไسن้ำอ้อยในบุญเดือนสามจึงหายไปด้วยเหลือเพียงข้าวจีทำไข่ไสผงปรุงรสคล้ายคลึงกันทั้งจังหวัด

รัฐมีบทบาทไม่น้อยต่อพฤติกรรมการกินของชาวร้อยเอ็ด โดยเฉพาะการปลูกฝังเรื่องการกินรสหวานตั้งแต่ผู้เรียนในระดับปฐมวัยที่ชิมซับริ่งขนมไทยที่ล้วนมีรสหวานเป็นอย่างยิ่ง ตลอดจนขนมหวานที่วางขายรอบรั้วโรงเรียน และในร้านสะดวกซื้อซึ่งเสมือนเป็นแหล่งบ่มเพาะนักกินหวานหน้าใหม่ทั่วทั้งจังหวัด

ชุมชนผลิตเกลือสินเธาว์ในจังหวัดร้อยเอ็ด ได้รับความเข้มงวดกวดขันเรื่องไอโอดีนจากบางหน่วยงานเป็นพิเศษ โดยมีข้อกำหนดให้ปฏิบัติเพื่อป้องกันโรคคอพอกอันเป็นปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นหลายสิบปีมาแล้ว และจากกฎหมายนี้เองที่เป็นสาเหตุให้หลายครัวเรือนต้องเลิกการผลิตเกลือแบบวัฒนธรรมดั้งเดิม และปัจจุบันเกลือที่ไม่ใส่ไอโอดีนยังคงเป็นเรื่องที่มีปัญหาในสายตาของทางการ อยู่เช่นเดิมทั้งที่เข้าสู่ยุคสมัยที่ไอโอดีนจากอาหารทะเลอยู่ห่างแค่ปลายนิ้วเพราะส่งผ่านสมาร์โฟนได้ตลอดเวลา

อย่างไรก็ดี คงต้องยอมรับว่าการปรุงอาหารที่มีรสชาติจัด เป็นบ่อเกิดของอาการเจ็บป่วยของชาวร้อยเอ็ดมิใช่น้อย โดยมีสถิติลำดับโรคสูงสุดของผู้ป่วยในของจังหวัดร้อยเอ็ด ระหว่าง พ.ศ.2557 – 2561 จากสำนักงานสถิติจังหวัดร้อยเอ็ดเป็นเครื่องยืนยันดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 สถิติลำดับโรคสูงสุดของผู้ป่วยในของจังหวัดร้อยเอ็ด ระหว่าง พ.ศ.2557 - 2561

สาเหตุของโรค	จำนวนผู้ป่วยในเรียงตามลำดับปี (คน)				
	2557	2558	2559	2560	2561
ความผิดปกติของต่อมไร้ท่อโภชนาการและเมตาบอลิกอื่นๆ	26,242	26,680	25,934	24,385	27,322
ความดันโลหิตสูงที่ไม่มีสาเหตุ	16,274	20,581	21,023	24,131	25,643
เบาหวาน	15,811	18,557	18,575	20,454	21,251
ไตวาย	13,545	13,958	14,823	15,921	17,097
รวม	71,782	79,776	80,355	84,891	91,313



จากตารางที่ 3 พบว่าโรคความผิดปกติของต่อมไร้ท่อโภชนาการและเมตะบอลิกอื่นๆ โรคความดันโลหิตสูงที่ไม่มีสาเหตุ ภาวะโรคเบาหวาน และโรคไตวาย คือกลุ่มโรคที่มีผู้ป่วยเป็นจำนวนมาก และมีจำนวนผู้ป่วยเพิ่มมากขึ้นในแต่ละปี จากตารางนี้ทำให้ผู้วิจัยนึกถึงคำกล่าวของผู้รู้ท่านหนึ่งที่กล่าวว่าชาวร้อยเอ็ดกินหวานมากขึ้น และจากตารางนี้ทำให้เชื่อได้ว่าคำกล่าวนี้ไม่ได้เป็นเพียงความรู้สึก หากแต่เป็นความรู้จากการสังเกตอย่างแท้จริง และยังอาจกล่าวได้อีกว่าไม่เพียงแต่ชาวร้อยเอ็ดจะกินหวานมากเท่านั้น ชาวร้อยเอ็ดยังกินอาหารเค็มจัด เปรี้ยวจัด และเผ็ดจัดอีกด้วย

อย่างไรก็ตาม ผลของการกินอาหารรสชาติจัดไม่ได้เป็นเพียงบ่อเกิดแห่งโรคภัยไข้เจ็บเท่านั้น หากแต่ยังเป็นสาเหตุแห่งการตายของชาวร้อยเอ็ดหลายพันคนในแต่ละปี ดังตารางที่ 4

ตารางที่ 4 สถิติสาเหตุการตายของชาวร้อยเอ็ด ระหว่าง พ.ศ.2559 - 2562

สาเหตุการตาย	จำนวนผู้ตายเรียงตามลำดับปี (คน) / อัตราตายต่อประชากร 1,000 คน			
	2559	2560	2561	2562
มะเร็ง และเนื้องอกทุกชนิด	1,910 / 1.91	1,937 / 1.48	1,908 / 1.46	1,877 / 1.44
ความดันเลือดสูง และโรคหลอดเลือดในสมอง	797 / 0.80	782 / 0.60	861 / 0.66	918 / 0.70
โรคหัวใจ	450 / 0.45	471 / 0.36	388 / 0.30	377 / 0.29
ไตอักเสบ กลุ่มอาการของไตพิการ และไตพิการ	614 / 0.61	542 / 0.41	534 / 0.41	575 / 0.44
เบาหวาน	-	-	601 / 0.46	571 / 0.44
รวม	3,771 / 4.00	3,732 / 3.00	4,292 / 3.00	4,318 / 3.00

จากตารางที่ 4 พบว่า ปัญหาจากวัฒนธรรมการกินของชาวร้อยเอ็ดเป็นปัญหาที่มีความรุนแรงเนื่องจากเป็นสาเหตุการตายของผู้คนเป็นจำนวนมาก ด้วยเหตุนี้การลดการปรุงอาหารที่มีรสจัดจึงควรเป็นแนวทางหนึ่งในการออกแบบอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดดังจะกล่าวถึงในหัวข้อต่อไป

3. รูปแบบที่เหมาะสมของสำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด

จากกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมระหว่างกลุ่มผู้รู้ กลุ่มผู้ปฏิบัติ และประชาชนทั่วไป มีความเห็นสอดคล้องกันว่าการสร้างสรรค์สำหรับอาหารประจำจังหวัดควรเชื่อมโยงรากฐานทางสภาพแวดล้อม และประวัติศาสตร์ ตลอดจนควรสร้างวัฒนธรรมการกินใหม่จากพฤติกรรมเดิมที่เน้นเรื่องรสชาติจากเครื่องปรุงที่มีรสจัดที่ล้วนส่งผลเสียต่อสุขภาพ แล้วเปลี่ยนไปสู่การสร้างสรรค์อาหารการกินที่เน้นรสชาติจากธรรมชาติอันเป็นรูปแบบที่เหมาะสม

อาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดควรเชื่อมโยงให้เห็นถึงความสำคัญของความสัมพันธ์ของอาหารกับสภาพแวดล้อม ในแต่ละพื้นที่ และฤดูกาลธรรมชาติได้มอบอาหารที่หลากหลายให้แก่ชาวร้อยเอ็ด ซึ่งอาหารตามฤดูกาลนี้สามารถซื้อหาได้ตลอดปีตามแหล่งที่มาของวัตถุดิบ เช่น จากภูเขา จากป่า จากแหล่งน้ำ และจากพื้นที่เกษตรกรรม เป็นต้น

อาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดควรเป็นสื่อในการบอกเล่าเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ของชาวร้อยเอ็ด เช่น ตำนานเมืองสาเกต ประวัติศาสตร์การเดินทางเข้ามาตั้งถิ่นฐานของชาวมุขไทย ตลอดจนเรื่องราวของทุ่งกุลาร้องไห้ที่มีพัฒนาการจากแหล่งผลิตเกลือสำคัญสู่แหล่งผลิตข้าวหอมมะลิที่มีคุณภาพ ตัวอย่างที่ดีคือ พาสาเกต แบบตอนเหนือของร้อยเอ็ดจากบ้านปุงเลิศ ตำบลปุงเลิศ อำเภอยางชุมน้อย จังหวัดร้อยเอ็ด ซึ่งเน้นรสชาติแบบดั้งเดิมที่โดดเด่นด้วยรสชาติ และกลิ่นจากวัตถุดิบพื้นบ้าน ประกอบด้วยข้าวไก่ เกงหน่อไม้แจ่วกับผักลวก หมกปลา ข้าวเหนียว และของหวานคือโจ้หมากอี ซึ่งได้รสชาติหวานมันจากผักทองโดยไม่ต้องเพิ่มน้ำตาลลงไป จากกระบวนการวิจัยเชิงปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมพาสาเกตสำหรับนี้ ได้รับการยอมรับให้เป็นต้นแบบเพื่อพัฒนารูปลักษณ์ให้มีความสวยงามหลากหลายยิ่งขึ้น

อาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดควรสร้างวัฒนธรรมการกินใหม่จากพฤติกรรมเดิมที่เน้นเรื่องรสชาติจากเครื่องปรุงที่มีรสจัดที่ล้วนส่งผลเสียต่อสุขภาพ แล้วเปลี่ยนไปสู่การสร้างสรรค์อาหารการกินที่เน้นรสชาติจากธรรมชาติอันเป็นรูปแบบที่เหมาะสม แทนที่พฤติกรรมการกินแบบเดิมที่เป็นบ่อเกิดของโรคภัย และการสูญเสีย ชาวร้อยเอ็ดควรสร้างความหมายในการกินใหม่จากการกินเพื่อตอบสนองความพึงพอใจในความอร่อยของรสชาติที่จัดจ้าน มาเป็นความหมายของการกินเพื่ออยู่อีกครั้ง แต่ไม่ได้เป็นการกินเพื่ออยู่แบบวันต่อวัน หากแต่เป็นการกินเพื่ออยู่แบบมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยาวนาน และโรงเรียนต้องปลูกฝังความรู้เรื่องอาหารการกินในท้องถิ่น ควรมีหลักสูตรที่สอนให้เด็ก ๆ มีความรู้เรื่องความอร่อยจากธรรมชาติ และอาจส่งเสริมให้มีการเผยแพร่สูตรอาหารที่มีรสชาติ

ต้นฉบับ ที่สุดแล้วพาสาเกตที่ชาวร้อยเอ็ดอยากเห็น คืออาหารประจำจังหวัดที่ทำให้คุณภาพชีวิตของคนในจังหวัดดีขึ้น ไม่ใช่การสร้างสรรคส์สำหรับอาหารไว้เพื่อต้อนรับนักท่องเที่ยวเป็นหลัก

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ประกอบด้วย 1) เพื่อศึกษาวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 2) เพื่อศึกษาปัญหาที่เกิดขึ้นจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ด 3) เพื่อศึกษารูปแบบที่เหมาะสมของสำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ด ผู้วิจัยมีประเด็นในการอภิปราย ดังนี้

1. วัฒนธรรมอาหารของชาวร้อยเอ็ดมีรากฐานการกินอาหารตามสภาพแวดล้อม และฤดูกาล รูปแบบของอาหารการกินประกอบด้วยอาหารในชีวิตประจำวัน และอาหารในโอกาสพิเศษ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดนิเวศวิทยาวัฒนธรรม (Cultural ecology) ดังที่ จูเลียน สตวูด (Julian Steward) อธิบายว่าวัฒนธรรมเป็นเครื่องมือในการปรับตัว (adaptation) ของคนต่อสภาพแวดล้อม (ยศ สันตสมบัติ. 2559) และอุทุมพร หลอดโค และวิญญู จำรัสพันธ์ กล่าวถึงการแสวงหาอาหารจากธรรมชาติซึ่งสามารถจำแนกได้ตามกาลเทศะ หรือพื้นที่ และเวลา อันแสดงให้เห็นถึงการปรับตัวของคนต่อสิ่งแวดล้อมอย่างเข้มข้น (อุทุมพร หลอดโค และวิญญู จำรัสพันธ์. 2554)

2. ปัญหาที่เกิดขึ้นจากวัฒนธรรมการกินของจังหวัดร้อยเอ็ดคือปัญหาด้านสุขภาพอันเนื่องมาจากการกินอาหารที่มีรสชาติจัดเกินไปอันเป็นผลที่สืบเนื่องมาจากการครอบงำโดยทุนนิยม และรัฐ ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับ การให้ความหมายต่อการกิน ใช้แนวคิดการสร้างชีวิตทางวัตถุ (material life) ของคาร์ล มาร์กซ์ เพื่ออธิบายความจำเป็นขั้นแรกของการกิน นั่นคือการกินเพื่อให้มีชีวิตรอดจนเมื่อความต้องการปฐมภูมินี้ถูกตอบสนอง มนุษย์จะมีความต้องการที่ซับซ้อนขึ้นจนต้องมีการแบ่งงานกันทำ และในความร่วมมือนี้จึงมีการชู้ตริต และความขัดแย้งขึ้น (ลีวอิส เอ. โคเซอร์. 2533)

3. การสร้างสรรคส์สำหรับอาหารประจำจังหวัดควรเชื่อมโยงรากฐานทางสภาพแวดล้อม และประวัติศาสตร์ ตลอดจนควรสร้างวัฒนธรรมการกินใหม่จากพฤติกรรมเดิมที่เน้นเรื่องรสชาติจากเครื่องปรุงที่มีรสจัดที่ล้วนส่งผลเสียต่อสุขภาพ แล้วเปลี่ยนไปสู่การสร้างสรรคส์อาหารการกินที่เน้นรสชาติจากธรรมชาติอันเป็นรูปแบบที่เหมาะสม ผลการวิจัยนี้สอดคล้องกับแนวคิดเรื่องการผลิตใหม่ (reproduction) ของคาร์ล มาร์กซ์ ซึ่งทำให้เข้าใจได้ว่ามนุษย์ไม่ได้ต้องการเพียงการกินเพื่ออยู่รอดเท่านั้น หากแต่ต้องการกินให้ดีที่สุด โดยในการกินอาจมีคุณค่าบางอย่างแฝงอยู่ เพื่อให้เกิดคุณภาพชีวิตที่ดีสำหรับการผลิตอีกครั้ง (อานันท์ กาญจนพันธ์. 2564)

สรุปผลการวิจัย

ความหมายของอาหารการกินที่มีต่อชาวร้อยเอ็ดคือ ประกอบด้วยการกินเพื่ออยู่รอด ต่อมาคือการกินเพื่อตอบสนองต่อความพึงพอใจ และผลจากการวิจัยนี้ทำให้ได้เห็นถึงความพยายามในการสร้างความหมายใหม่ต่อการกินนั่นคือการกินเพื่ออยู่แบบมีคุณภาพชีวิตที่ดีอย่างยาวนานอันเกิดจากความตระหนักจากข้อมูลในการแลกเปลี่ยนเรียนรู้สู่คำตอบในการวิจัยนั่นคือ การสร้างสรรคส์สำหรับอาหารประจำจังหวัดร้อยเอ็ดที่ดีคืออาหารประจำจังหวัดที่ทำให้คุณภาพชีวิตของคนในจังหวัดดีขึ้น

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1. ชุมชนสามารถผลการวิจัยไปใช้เพื่อสร้างความตระหนักถึงปัญหาจากการกิน
2. สถาบันการศึกษาสามารถนำผลการวิจัยไปใช้เพื่อสร้างหลักสูตรอาหารที่ดีของท้องถิ่น

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรนำแนวทางที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ไปออกแบบเป็นชุดเมนูอาหารประจำฤดูกาลต่างๆ
2. ควรนำผลการวิจัยที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้ไปตรวจสอบผ่านการวิจัยเชิงปริมาณ



ภาพที่ 1 ชั่วหอย การสำรวจแหล่งอาหารประเภทท้องถิ่นในฤดูหนาวที่บ้านแก่น้อย ตำบลไพศาล อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด



ภาพที่ 2 พาสาเกต จากบ้านปู่เลิศ ตำบลปู่เลิศ อำเภอเมยวดี จังหวัดร้อยเอ็ด ประกอบด้วยข้าวไก่ แกงหน่อไม้ แจ่วกับผักลวก หมกปลา ข้าวเหนียว และของหวานคือโจ้หมากอี

เอกสารอ้างอิง

- ยศ สันตสมบัติ. (2559). **มนุษย์กับวัฒนธรรม**. (พิมพ์ครั้งที่ 4) กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ลิวิส เอ. โคเซอร์. (2533). **แนวความคิดทางสังคมวิทยา ตอนคาร์ล มาร์กซ์, จามะรี พัททังวงศ์ (แปล)**. กรุงเทพฯ: มูลนิธิโครงการตำราสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์.
- สำนักงานสถิติจังหวัดร้อยเอ็ด. 2564: **รายงานสถิติจังหวัดร้อยเอ็ด พ.ศ. 2563**. ร้อยเอ็ด: สำนักงานสถิติจังหวัดร้อยเอ็ด.
- อานันท์ กาญจนพันธุ์. (2564). **ก้าวข้ามวาทกรรมสู่พื้นที่ความรู้: จุดตัดของข้อถกเถียงทางสังคมศาสตร์**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สยาม.
- อุทุมพร หลอดโค และวิญญู จารัสพันธุ์. (2554). **อาหารธรรมชาติ: วิธีการดำรงชีวิตของชุมชนอีสาน**. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- แฮร์รี ยูวัล โนอาห์. (2562). **โฮโมดีอุส ประวัติย่อของวันพรุ่งนี้**. กรุงเทพฯ: ยิปซีกรุ๊ป.