

Empathetic Policy Design

City Food Policy



■ ป้าพรรณ

คนเมืองลูกขึ้นมาปลูกผัก

เพศ: หญิง **อายุ:** 64 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: เกษียณราชการ/ ธุรการส่วนตัว

ระดับการศึกษา:ปริญญาตรี

ที่อยู่ปัจจุบัน: ต.สุเทพ อ.เมือง จ.เชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : บำนาญ

ภูมิหลัง

ป้าพรรณเกิดในจังหวัดเชียงใหม่ ทำงานในตำแหน่ง นักวิทยาศาสตร์การแพทย์ ที่โรงพยาบาลสวนดอก เป็นงานประเภททดสอบด้วยหลักวิทยาศาสตร์ โดยเริ่มจากเรียนที่โรงเรียนพัฒนาวิทยาศาสตร์การแพทย์ที่ศิริราชพยาบาล แล้วมาเรียนต่อวิทยาศาสตร์บัณฑิต จบแล้วก็มารับราชการที่โรงพยาบาลสวนดอก ป้าพรรณมีลูกสาวคนเดียว ที่มีได้คนเดียวเพราะมีลูกตอนอายุมากแล้ว ลูกสาวของป้าพรรณทำงานอยู่ที่กรุงเทพ ป้าพรรณพยายามเลี้ยงลูกให้เป็นคนช่วยเหลือตัวเองได้ตั้งแต่เด็ก ปัจจุบันป้าพรรณเกษียณราชการแล้วจึงทำโฮมสเตย์ที่บ้านตั้งแต่ปี 2557 ทำเพื่อเป็นอาชีพรองรับตอนเกษียณ ป้าพรรณชอบปลูกผักอยู่ที่บ้าน ทำแล้วตนชอบ ตนมีความสุข เคยไปร่วมอบรมการทำอาหารกับเชฟชื่อดังที่โรงแรม ก็ได้รับความรู้ในการทำอาหาร ประุงอาหาร ซึ่งเน้นใช้เกลือ น้ำปลา ในการปรุงรส ไม่ใช่ผงชูรส หรือเครื่องปรุงรสต่างๆ ตอนนั้นนอกจากเป็นหัวหน้ากลุ่มปลูกผักปลอดภัยตำบลสุเทพแล้ว ป้าพรรณยังเป็นหัวหน้ากลุ่มช่างฟ้อนตำบลสุเทพอีกด้วย

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ก่อนที่จะมาปลูกผักเป็นจริงเป็นจัง แรกเริ่มป้าพรรณได้กินผักต้นอ่อนทานตะวันในโรงแรมแห่งหนึ่ง ที่มีคำถามว่ามันคืออะไร พอรู้ว่าเป็นต้นอ่อนทานตะวัน เลยชอบ พอรู้ที่มาที่ไปแล้วก็ปลูกกินเอง เพราะถ้าหาซื้อตนก็ไม่ว่าเขาใส่สารอะไรมาบ้าง พอศึกษาดูก็รู้ว่า มันง่ายที่จะปลูกเอง ตนจะกินเมื่อไหร่ก็ได้ สดๆ ไม่ต้องซื้อและไม่ว่าเขาจะแช่สารอะไรปนมาหรือเปล่า เวลาป้าพรรณทำเอง ก็ชอบทำเพื่อผู้อื่นด้วย คือแบ่งปันกันทำไปแจกไป คนอื่นเขาก็ชอบว่าอร่อยดี ตนก็คิดว่าได้บุญไป คนให้คนรับมีความสุข พอทำไปทำมา คิดว่าลองเอาไปขายดูบ้าง พอได้ขายก็ทำเป็นอาชีพระยะหนึ่ง ตอนนั้นยังป้าพรรณยังทำงานประจำอยู่ในโรงพยาบาลสวนดอก ก็เอาไปขายที่ทำงาน ผักแม่ค้าร้านกาแฟขายบ้าง ขายได้ก็รู้สึกสนุกสนาน แต่ทำไม่ได้ไม่เยอะทำแบบ “ตามใจฉัน” มีน้อยก็เอาไว้มากก็แบ่งเอาไปขาย ช่วงไหนไม่ยอมทำก็ไม่ได้ขาย ก็ทำมาเรื่อยๆจนเกษียณ

พอไม่ได้ไปทำงานป้าพรรณก็เริ่มทำจริงจัง และมีผักอื่นๆ ด้วย เริ่มจากมีญาติทางสามีมาเที่ยวหา แล้วเขาปลูกผักให้กิน ก็เลยชอบ และหัดปลูก แล้วเวลาจะขายก็จะโพสต์ลงกลุ่มไลน์ ซึ่งก็ได้ขายตลอด พอที่บ้านมีที่ว่าง และทำโฮมสเตย์ 1 หลัง มีนักท่องเที่ยวเข้ามา ก็มีกิจกรรมทำคือ ช่วยรดน้ำต้นไม้ เก็บผักบ้าง ซึ่งก็ได้สร้างความสุขให้เขาไปด้วย แล้วพอช่วงปี 2564 ทาง คณะเกษตรศาสตร์ มช. เข้ามาส่งเสริมกลุ่มชุมชนร่วมกับเทศบาลตำบลสุเทพ สอนทำหลายอย่างในเรื่องการปลูก จนตอนนี้รวมกลุ่มกันชื่อ “กลุ่มปลูกผักปลอดสารตำบลสุเทพ” มีสมาชิกอยู่ประมาณ 10 กว่าคน โดยมีป้าพรรณเป็นหัวหน้ากลุ่ม (ประชากรตำบลสุเทพมีอยู่ราวๆ 4-5 หมื่นคน)

ในการบริโภคอาหารป้าพรรณจะเป็นคนค่อนข้างเลือกกิน พยายามเลือกกินผักปลอดสารเป็นหลัก เท่าที่ตนจะหาได้ เพราะเมื่อก่อนมันหายาก ไม่ค่อยมี เพิ่งมาช่วงเกษตรอินทรีย์ในพื้นที่สุเทพ เมื่อสัก 10 ปีที่ผ่านมา แต่ตนใส่ใจสุขภาพตัวเองมานานแล้ว โดยใช้คำว่าพยายามนะ เพราะตนก็ไม่ใช่ว่าสุขภาพจะดีมาก แต่พยายามให้มันอยู่ดี กินดี และต้องเลือกกินนิดหน่อย เลือกที่มันปลอดภัย แต่ไม่จำเป็นจะต้องเป็นหมูเป็นเนื้อทุกมื้อ บางทีก็กินแค่ผัก แต่พอเห็นเขาใช้สารพิษเยอะ ใช่ว่าฆ่าแมลงเยอะ ก็ไม่ยอมซื้อกิน ไม่ยอมไว้อใจใคร แต่พอมาทำเอง ถึงได้รู้ว่าการทำระบบอินทรีย์นั้นมันยากมาก ผักมันไม่สวย ก็เลยคิดว่าเราต้องไม่หลอกคนอื่น เพราะผักที่เราปลูกมันแค่แกรีน ด้วยความที่เราไม่รู้ว่า จะต้องบำรุงมันด้วยอะไร ก็ต้องศึกษาอะไรหลายๆ อย่าง กว่ามันจะมาถึงขนาดนี้ได้ แต่ก็ยังไม่เรียกว่าเป็นอินทรีย์ 100% เพราะป้าพรรณใช้ปุ๋ยเคมีในระยะเริ่มต้น คือปุ๋ยไนโตรเจน ใส่หลังจากแยกต้นกล้าลงแปลงประมาณ 15 วัน ครั้งเดียวเพื่อให้มันดูเขียวขึ้นมา ถ้าผักขาดไนโตรเจนมันจะเหลืองเวลามีแมลงมารบกวนจะไปที่ศูนย์อนุรักษ์พันธุ์พืช เพื่อไปถามเจ้าหน้าที่ว่าผักเป็นแบบนี้เราจะแก้ได้อย่างไร และได้รับคำแนะนำให้กลับมาลองทำดูก็ได้ความรู้ และได้เครือข่ายในเรื่องเกษตรอินทรีย์ ในเรื่องการดูแลสุขภาพ ถ้าเรากินผักปลอดภัยสุขภาพเราก็จะปลอดภัยไปด้วยแต่ต้องไม่ใช่ผงชูรสนะ ถ้าผักที่เรากินดีแต่มาเจอผงชูรสผักที่เราปลูกก็ไม่มีประโยชน์ ซึ่งเราก็ต้องตระหนักในเรื่องนี้ด้วย

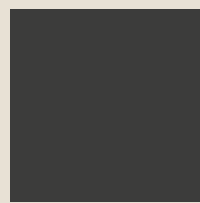
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ป้าพรรณบอกว่า ใช้ชีวิตแบบให้มันสบายๆ แค่นั้นเอง ไม่ต้องยุ่งยากอะไรมากมาย กินได้ก็กิน กินไม่ได้ก็ไม่ต้องกิน ไม่ต้องดิ้นรนหาอะไรมา ถ้าเราสามารถหาอะไรให้ตัวเองได้แบบสนองความอยากได้ก็ทำไป แต่ไม่ใช่ทำไม่ได้ก็ต้องหยิบยืมคนอื่น ใช้ชีวิตแบบพออยู่พอกิน ที่เราชอบ ชีวิตตอนนี้ป้าพรรณไม่ต้องการอะไรมากกว่านี้แล้ว ไม่รวยมากไปกว่านี้แล้ว เหมือนคนที่ปลงกับชีวิตแล้วก็ได้ มันเหนื่อยมาทั้งชีวิตแล้ว ไม่อยากเหนื่อยแล้ว แต่ป้าพรรณบอกกับสามีเสมอว่า เราต้องมีสุขภาพดีเสมอเพื่อลูกสาวจะได้ไม่เป็นห่วง ถ้าในอนาคตสุขภาพเราไม่ดีลูกสาวจะต้องมาพักที่เรานะ อนาคตลูกสาวจะต้องหยุดชะงัก ต้องหยุดงานเพื่อมาดูแลพ่อแม่ ไม่อยากให้ลูกเป็นห่วง อยากให้เขาทำงานได้เต็มที่ ทำเพื่อชีวิตตัวเอง แล้วเราก็กินใจเขา ไม่ต้องห่วงพ่อแม่เพราะว่าเจพยายามประคองชีวิตให้มันอยู่ดีมีสุข ไม่เป็นภาระของลูก โดยการพยายามกินให้มันพอดี ทำอะไรให้มันพอดี ไม่ต้องไปทำชีวิตให้มันเลวร้าย และเราก็กินใจการทำไว้ให้ลูกหลานมาดูแลต่อได้ ก็แล้วแต่เขา ตอนนี้นึกสบายใจแล้ว



เสียงสะท้อน

ป้าพรรณอยากให้ทุกบ้านลูกขึ้นมาปลูกผักกินเองบ้าง ถึงแม้ว่าจะอยู่คอนโด อยู่หอพัก ก็สามารถทำได้ ถ้าคิดอยากจะทำ เข้าใจว่าบางคนอาจจะไม่มีที่ ไม่มีเวลา แต่มันอาจจะมีบ้างที่เราสามารถปลูกเองได้ มีเวลาใส่ใจโดยไม่ต้องทำมากก็ได้ ทำได้สัก 1 กำมือ 1 จาน เริ่มจากปลูกอะไรก็ได้ที่ตัวเองชอบกิน หรืออาจจะมีการฝึกฝนที่ให้คนได้มาปลูกผัก มาเจอกัน ได้ดูแลร่วมกัน ได้แบ่งปันกัน อย่างสวนผักที่ข้างตลาด หรือบ้านจัดสรรที่มีพื้นที่ส่วนกลางเจ้าของโครงการอาจจะจัดสรรไว้สักที่หนึ่งหรือทำแบบสวนแนวตั้งให้คนมาเจอกันมาทำอะไรร่วมกัน ใช้ชีวิตร่วมกันบ้าง มันจะช่วยทำให้สังคมได้น่าอยู่มากขึ้น หน่วยงานที่ใกล้ชิดก็ต้องส่งเสริมให้ความรู้ สร้างทัศนคติในสังคมให้ได้ว่าผักปลอดสารมันดีต่อสุขภาพผักพื้นบ้านผักที่เราปลูกเองมันดีอย่างไรและพอจะส่งเสริมอะไรให้ปลูกกันได้มากขึ้นก็ควรดำเนินการ รวมถึงอยากให้ควบคุมต่อต้านผักที่มาจากข้างนอก ซึ่งมีแต่สารพิษทั้งนั้น เราเป็นชาวบ้านแรงเราอาจจะมีน้อย อาจจะทำได้แค่รวมพลังกันโปรโมทว่าผักปลอดสารพิษมันไม่ติดต่อสุขภาพอย่างไร แต่จะเปลี่ยนระบบอาหารอย่างไรขึ้นอยู่กับบทบาทภาครัฐเป็นอย่างมาก



Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

โต้งเป็นคนจังหวัดราชบุรี เข้ามาอยู่เชียงใหม่เพราะได้แฟนเป็นคนเชียงใหม่ ต่อมาแฟนป่วยเป็นโรคมะเร็ง ช่วงเดือนเมษายน ปี 2554 ทำให้โต้งเข้ากับครอบครัวของแฟนไม่ได้ เหมือนกับถูกดูว่าเราแย่ ตนไม่ดูแล ตนไม่ช่วย พออยู่กับครอบครัวไม่ได้โต้งก็ตัดสินใจออกมาใช้ชีวิตตามที่สาธารณะ โดยใช้ชีวิตแบบอิสระเรื่อยมาตั้งแต่ปี 2548 แบบไม่มีเงินเก็บติดตัว จึงมานอนอยู่แถวศาลาสถานีรถไฟเชียงใหม่ ต่อมาโต้งเจอทางมูลนิธิพัฒนาที่อยู่อาศัย โดยมีพี่คนหนึ่งจากมูลนิธิฯ เข้ามาไถ่ถามสารทุกข์สุกดิบ ชวนโต้งเข้ามาประชุมร่วมกับคนไร้บ้านคนอื่นๆ ที่ประจำทำแพทุกวันจันทร์ช่วงเวลา 4-5 โมงเย็น ตนก็ฟัง และเริ่มสนใจอยากรู้ว่าเขาจะทำอะไรกัน ที่ผ่านมาก็เคยโดนหลอกมาตลอดเรื่องค่าแรงงานทำแล้วไม่ได้ดั่งค์ แต่พี่คนนั้น กลุ่ม NGOs ก็พูดว่า ไม่มาร่วมพูดคุยก็ได้นะ แต่ให้เข้ามาฟัง สังเกตการณ์ก่อนก็ได้ ก็เริ่มไว้นือเชื่อใจกัน และเริ่มเข้าร่วมกระบวนการกับกลุ่มคนไร้บ้าน เมื่อช่วงปลายปี 50 เป็นกลุ่มคนไร้บ้านรุ่นแรกที่รวมตัวกันแล้วมีศูนย์พักคนไร้บ้านหลังแรกแถวๆ ลอยเคราะห์ ซอย 3 ใช้ชีวิตเป็นกลุ่มร่วมกันโดยทดลองใช้ชีวิตอยู่ร่วมกัน มีกฎกติกาการพักอาศัย ค่าน้ำไฟฟ้า ร่วมกันจ่าย ห้ามเสียงดัง ห้ามกินเหล้า ห้ามซู้สาว ห้ามลักทรัพย์ แต่เรื่องอาหารการกิน ต้องช่วยเหลือตัวเอง (กินใครกินมัน) เพราะงบกลางที่จะเอามาดูแลกันในส่วนนี้ไม่มี ทุกคนหาซื้อตามตลาด เน้นอาหารถูกหรืออาหารสำเร็จ

โต้ง

คนไร้บ้าน
ผู้ประสานชุมชน

เพศ: ชาย อายุ: 54 ปี

สถานะ: โสด

อาชีพ: เก็บขยะเพื่อรีไซเคิล

ระดับการศึกษา: ป.6

ที่อยู่ปัจจุบัน: หายยา อำเภอเมือง
จังหวัดเชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : ไม่มี

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

พอใช้ชีวิตอยู่ร่วมกันมาเรื่อยๆ โต้งก็เริ่มปรับตัวคิดกันว่า ควรจะมีค่าอาหารเป็นกองกลางจัดการร่วมกัน เพราะเราต้องมีประชุมประจำเดือนกันทุกเดือน จึงทำกิจกรรมร่วมกัน เช่นรับซื้อกระดาษในโรงเรียน รับซื้อขยะรีไซเคิล พอร่วมกันทำสักระยะก็เริ่มคิดที่จะอยากพัฒนาคุณภาพชีวิตร่วมกันให้มันดีขึ้นกว่าที่เป็นอยู่ เช่น มีอาหารกินเพียงพอ ไม่ต้องไปรอซื้อ และลดค่าใช้จ่าย จึงทำโครงการปลูกผักสวนลอยฟ้า ทำกันบนดาดฟ้าศูนย์คนไร้บ้าน หรือบ้านเตอมฝัน โดยกลุ่มเขียวสวยหอมเข้ามาสนับสนุน นอกจากนั้น ยังได้เข้าไปร่วมทำกิจกรรมกับกลุ่มเขียวสวยหอม เช่น ทำถังให้ชุมชนสีเขียว การคัดแยกขยะ จนกลุ่มคนไร้บ้านได้รับรางวัลชมเชย ตอนไปเก็บขยะในงานลอยกระทงในเมืองเชียงใหม่ เราก็รู้สึกภูมิใจแล้ว อย่างน้อยให้เทศบาล ให้คนในสังคมเห็นตัวตนของกลุ่มคนไร้บ้าน ทำให้เราคิดว่าพวกเราต้องปรับเปลี่ยนให้ทุกคนได้เห็นตัวตนชัดๆ ว่ามีศักยภาพ ไม่ใช่ขี้เกียจ และมีความคิดอยากจะทำปลูกผัก อยากมีแปลงผักไว้เป็นอาหาร อยากเข้าถึงอาหารที่ปลอดภัยและมันคง จะทำอย่างไรที่จะไม่ต้องไปเดินรอนอีก การทำกิจกรรมปลูกผักเป็นการใช้ธรรมชาติบำบัดจิตใจพี่น้องคนไร้บ้าน เป็นเรื่องของการเข้าถึงอาหาร และลดค่าใช้จ่ายทำอย่างไรก็ได้ให้มีอาหารเพียงพอ ทำอย่างไรก็ได้ให้พี่น้องคนไร้บ้านได้พูดคุย แลกเปลี่ยนปรับทุกข์กัน คลายปมในจิตใจได้ กล้าที่จะเปิดปมในใจใช้ธรรมชาติในการบำบัดจิตใจกันได้ ขอแค่มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมร่วมกัน และ เป็นการสร้างแหล่งอาหารของเราเอง แบ่งปันกัน แต่ตอนนี้ถามว่าเพียงพอหรือไม่ ก็ยังไม่เพียงพอหรอก เพราะเราไม่มีใครสนับสนุนเต็มเม็ดเต็มหน่วยจริงๆ เรายังปลูกผักได้บางส่วน เช่น พริก กระเพรา และหาซื้อผักที่อยากกินมาปลูกเอง อะไรที่ไม่ควรจ่าย ไม่ควรเสีย พวกเราก็ทำได้

แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

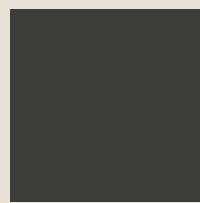
ทุกวันนี้โต้งรวมกลุ่มกันมีกิจกรรมลงพื้นที่ไปเยี่ยมเยียนกัน เช่น “เดินกาแฟ” เข้าไปถามสารทุกข์สุกดิบกัน ซึ่งตนเคยได้รับโอกาสนั้นมาแล้ว ก็อยากเอาโอกาสนั้นแบ่งปันให้กับพี่น้อง อย่างน้อยเราพยายามชักชวนสร้างแรงบันดาลใจให้พวกเราเห็นว่า มันไม่ใช่เรื่องยาก ขอแค่คิดว่าเราจะต้องปรับเปลี่ยนตัวเอง เราควรตั้งศักยภาพของเราออกมาให้คนในสังคมเขาเห็นว่าเรามีศักยภาพเท่าเทียมกับคนทั่วไป แต่มีพี่น้องคนไร้บ้านบางคนที่มีสถานะไม่เหมือนชาวบ้าน บางคนอาจจะมีความกลัวหิวนั้นมา ก็ไม่ยอมเปิดตัวตน ไม่ยอมเปิดเผยให้ใครฟัง เพราะเรายังไม่ได้สร้างความไว้นือเชื่อใจให้กับเขา แต่เราอยากทำให้มันเกิดความเป็นจริง อยากให้คนอื่นได้เห็นและยอมรับเราว่ามีศักยภาพเท่าเทียมกับคนทุกๆ ไปในสังคม



เสียงสะท้อน

ทำอย่างไรให้เราเข้าถึงอาหารที่เพียงพอและปลอดภัยกว่านี้ เราต้องมาคุยกันและสร้างความเข้าใจร่วมกันให้เป็นไปในทิศทางเดียวกัน การเข้าถึงอาหารต้องเข้าถึงได้ทุกคนและถ้วนหน้า ทำอย่างไรให้ทุกคนได้รับสุขภาวะที่ดีในเรื่องของอาหาร แต่เราก็ไม่ควรสร้างนโยบายอะไรที่เกินจริงทำไม่ได้ ทุกคนต้องมีส่วนร่วม มีกระบวนการ ต้องให้ความร่วมมือกันแค่คนใดคนหนึ่งทำให้เกิดมันไม่ได้ อยากเห็นการนำเรื่องอาหารมาเป็นสวัสดิการพื้นฐานถ้วนหน้าไปเลย





Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

หลังเรียนจบ หนุ่มเริ่มทำงานบริษัทเกี่ยวกับคลังเซอร์วิส จากนั้นออกไปทำงานที่บุญสมฟาร์ม สำหรับกล้วยทอง ของอำเภอแม่วง แล้วออกไปทำงานที่โรงงานทำตุ๊กตาของเล่นไม้ของเด็ก แต่หนุ่มมีปัญหามือเป็นพังผืดจึงออกมาทำงานขับรถขนส่งไข่ไก่ ฟาร์มไข่ไก่ 99 สันป่าตอง แต่อาการมือเป็นพังผืดกำเริบ ไม่สามารถจับยึดสิ่งของ หนุ่มมีอาการล้า จึงตัดสินใจลาออกจากราชการ ประกอบกับแม่ของหนุ่มไปทำงานคัดข้าวโพด ที่จตุรัสข้าวโพดเพื่อคัดแยกเข้าโรงงาน (ฟาร์มเฮ้าส์) จึงไปช่วยแม่ทำงาน ด้วยแม่เล็งเห็นว่าสามารถขับรถขนส่งได้ จึงเสนอต่อนายจ้าง และได้ทำหน้าที่ขับรถขนส่งข้าวโพด ทำงานประมาณปีกว่า แล้วออกไปทำงานซีพีออลล์ (CP ALL) ทำงานเกือบ 5 ปี เพิ่งออกจากงานเมื่อปีที่แล้ว เพราะมีอาการหมอนรองกระดูกทับเส้น จึงผันตัวมาทำงานขายอาหาร (รถฟุ่มพวง) เพราะแฟนเป็นคนเสนอให้มาลองทำ ซึ่งสถานการณ์ในตอนนี้อยู่พอขายได้เรื่อยๆ โดยมักจะไปขับไปขายตามหมู่บ้านในพื้นที่และละแวกใกล้เคียง แต่ไม่ค่อย (น้อยครั้ง) เข้ามาในเขตอำเภอเมือง ซึ่งสินค้าที่ขายจะมีอาหารแปรรูปบ้าง มีอาหารสดบ้าง จำพวกเนื้อไก่ เนื้อหมู ไปรับมาจากแม่ค้าคนกลาง โดยรับมาเป็นชุด ๆ (แยกมาแล้ว) แล้วนำมาขายต่อที่ตลาดต้นแห่น (ภาคตอนเย็น) และตลาดทุ่งเสี้ยว นครรัฐ (ภาคตอนเช้า)

หนุ่ม

รถฟุ่มพวงผู้ต้องการความหลากหลาย

เพศ: ชาย **อายุ:** 30 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: ขายอาหาร (รถฟุ่มพวง)

ระดับการศึกษา: ปวส.

ที่อยู่ปัจจุบัน: อำเภอแม่วง จังหวัดเชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : ประกันสังคม

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ชนิดของอาหารมีความซ้ำ สินค้าไม่หลากหลาย ลูกค้ามีความเบื่อหน่าย เพราะอาหารมีทุกวัน อาชีพนี้รายได้ไม่มั่นคง บางวันได้บ้าง ไม่ได้บ้าง อาจจะเพราะไปขายทุกวัน โรคระบาดก็มีส่วนทำให้ยอดขายในบางพื้นที่ลดลง แต่ปัญหาราคาน้ำมันยังคงเป็นปัจจัยหลักที่กระทบต่อธุรกิจ ยกตัวอย่างเช่น พ่อค้าแม่ค้าที่เป็นร้านอาหารเลือกที่จะลดอาหารจานที่เป็นเนื้อหมูเปลี่ยนมาเป็นเนื้อไก่ เพื่อลดต้นทุน แต่ก็มีชาวบ้านบางส่วนที่มีปัญหาโรคประจำตัว (โรคเก๊าท์) หลีกเลี่ยงเนื้อไก่ จึงเลือกที่จะไม่ทานอาหารที่ร้านอาหารแทนและเจ้าของร้านบางคนก็ไม่ได้อธิบายให้ชัดเจนถึงข้อจำกัดด้านราคาเนื้อหมูเช่นกัน



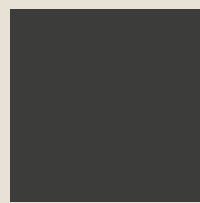
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

คิดว่าชีวิตต้องไปต่อ มีแผนขยายรถ เพิ่มพื้นที่ขายสินค้า เพราะตอนนี้พื้นที่ในการขายไม่เพียงพอ



เสียงสะท้อน

อยากให้ราคาน้ำมันลดลง ราคาอาหารก็จะถูกลง สถานการณ์ทุกอย่างตอนนี้ขึ้นอยู่กับราคาน้ำมัน หากยิ่งเพิ่มสูงขึ้น ราคาสินค้าหรืออาหาร (ต้นทุน) ก็เพิ่มสูงขึ้น พ่อค้าแม่ค้ารู้ราคาไม่ไหว ชาวบ้านไม่มีรายได้หรือรายได้ก็น้อยก็จะไม่ค่อยมาซื้อสินค้า และอยากให้มองเราเป็นตลาดนัดเคลื่อนที่ ซึ่งเป็นที่พึ่งของคนจำนวนไม่น้อย มากกว่าความเกะกะ โดยหากจะช่วยจัดพื้นที่จอดขายให้ได้ก็ยิ่งดี



Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

แต่ก่อนศรีนวลมีอาชีพทำนา ทำสวน ของตนเอง จะเป็นสวนกล้วย สวนลำไย มีปลูกข้าว ปลูกถั่วเหลือง ปลูกยาสูบ ตามฤดูกาลในแต่ละปี แต่ศรีนวลเลิกทำแล้วเพราะสังคมมีการเปลี่ยนแปลงไป อะไรก็ไม่แน่นอน พอเลิกทำนาทำสวนได้ซักระยะหนึ่ง ศรีนวลจึงหันมาเย็บหมวกฟางขาย แต่ก็ยังไม่มั่นคงในอาชีพ จึงหันมาค้าขายอยู่ที่ตลาดประตูเชียงใหม่ ประจำอยู่ที่นั่นได้ประมาณ 30 กว่าปีแล้ว ตั้งแต่ก่อนมีลูกจนตอนนี้ลูกอายุ ได้ 30 แล้ว ก็ยังขายอยู่ที่เดิม ในอดีตศรีนวลเคยขายของได้เยอะกว่านี้ เนื่องจากเมื่อก่อนยังไม่มีห้างสรรพสินค้า บิ๊กซี โลตัส จะมีแค่ตลาดที่จะสามารถมาซื้ออาหารสดได้ ก็จะมีตลาดประตูเชียงใหม่ ตลาดสันป่าข่อย ตลาดสันป่าข่อย กาดงัว (ตลาดนัดทุ่งฟ้าบด) แต่ในปัจจุบันนี้ ที่มีห้างสรรพสินค้า ต่างๆ มากมาย ทำให้คนลดลงอย่างมาก โดยเฉพาะมาเจอผลกระทบจากโควิด ที่ทำให้การขายลดลงไปอีก จากคนที่มาซื้อครั้งละ 100 บาท ก็ลดเหลือ ครั้งละ 50 บาท ลูกค้าส่วนมากเป็นคนทั่วไป แต่ช่วงนี้ที่โควิดเริ่มดีขึ้นก็มีร้านอาหารมาซื้อบ้าง ผักต่างๆ ที่ขาย ส่วนใหญ่รับมาจาก ตลาดเมืองใหม่ และจากตลาดประตูลี้ลำพูนซึ่งได้มีพ่อค้าคนกลางมาส่งจากลำพูน นอกจากนั้น ศรีนวลได้นำเอาผักจากสวนตนเองมาขายบ้าง โดยมีสามีมารับมาส่งขายของทุกๆ วัน ซึ่งจะมาเปิดร้านตอน ตี 3 ขายถึง 11 โมง

■ ศรีนวล

แม่ค้าขายผัก
ผู้ประหยัด

เพศ: หญิง อายุ: 59 ปี
สถานะ: สมรส
อาชีพ: ค้าขาย
ระดับการศึกษา: ประถมศึกษาปีที่ 4
ที่อยู่ปัจจุบัน: อำเภอหางดง จังหวัดเชียงใหม่
สวัสดิการแห่งรัฐ : ไม่มี

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ในทุกวันนี้ศรีนวลไม่ได้ปรับเปลี่ยนอะไรมาก ไปจากเดิม ยังขายของเหมือนเดิมในทุกๆ วัน ไม่ต้องไปตามเทรนด์หรือความนิยมต่างๆ ในสมัยนี้มากเพราะ ความนิยมเหล่านั้นเดี๋ยวมันก็เปลี่ยนไปเรื่อยๆ ทุกอย่างมีการเปลี่ยนแปลง สิ่งของต่างๆ แพงขึ้นทุกปี แค่เราอยู่กับครอบครัวก็มีความสุขแล้ว ศรีนวลยอมรับ ว่าตนไม่ได้สนใจนักกับที่มาของอาหารว่าแหล่งผลิต อยู่ไหนบ้าง และผลิตแบบไหน ใส่สารเคมีมากหรือเปล่า เพราะผู้ซื้อทั่วไป เขาไม่สนใจถามเรื่องพวกนี้กัน เขาซื้อตามราคาถูกแพงเป็นหลัก ส่วนคนที่กำลังจ่ายแพง กว่าเพื่ออาหารที่ปลอดภัยกว่า เขาก็จะมีแหล่งเฉพาะ ของเขา



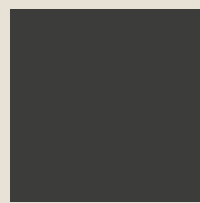
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ในช่วงบั้นปลายของชีวิต ศรีนวลก็ไม่ได้มีเป้าหมายอะไรแล้ว ตนมีลูกมีครอบครัว มีคนที่พร้อมจะดูแล ในตอนที่แก่แล้ว ถ้าหากเลิกขายของไปก็น่าจะยังไปสวนบ้างเป็นบางวัน แค่นี้ก็มีความสุขแล้ว สำหรับแรงจูงใจ ในการเลือกกินอาหารก็ต้องดูสุขภาพของตนเองด้วย ไม่กินของดิบ กินแต่ของที่ปรุงสุกแล้ว นำเอาผักที่ตนเองได้ ปลูกไว้มาปรุงอาหาร เพราะไม่ได้ใส่สารเคมีใดๆ ลงไปในผัก น่าจะปลอดภัยมากกว่าผักที่ขาย



เสียงสะท้อน

ศรีนวลคิดว่าเราควรช่วยกันประหยัด เพราะราคาของตอนนี้แพงขึ้นมากไม่ว่าจะเป็นผักต่างๆ อาหาร สด หมู ปลา ไก่ ทุกอย่างมีราคาสูงขึ้น กินผักเยอะๆ ผักบางชนิดมีประโยชน์กับร่างกายมาก ถ้าปลูกผัก กินเองได้ก็ทำเลย เพราะการหาเงินในช่วงนี้หายาก อะไรที่ประหยัดได้ก็ประหยัดไปก่อน อย่าประมาท ในการชีวิต และคู่ขนานกันรัฐก็ควรเข้ามาช่วยคนค้าขายในตลาดสดให้มากขึ้น ทั้งเรื่องสุขอนามัย เรื่องค่าเช่าแผง และเรื่องความปลอดภัย ส่วนคนในพื้นที่เองที่ผลิตอาหารปลอดภัยมาจำหน่ายในตลาด ชุมชนก็ควรได้รับการส่งเสริมให้ขายได้ในราคาที่ เป็นธรรมมากขึ้นตามต้นทุนการผลิตของเขา



Empathetic Policy Design

City Food Policy



■ ป้าแอร์

แม่ค้าแบบขายเองส่งเอง

เพศ: หญิง **อายุ:** 59 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: ค้าขาย

ระดับการศึกษา: ประถมศึกษาปีที่ 4

ที่อยู่ปัจจุบัน: ชุมชนควรคำม้า อ.เมือง จ.เชียงใหม่

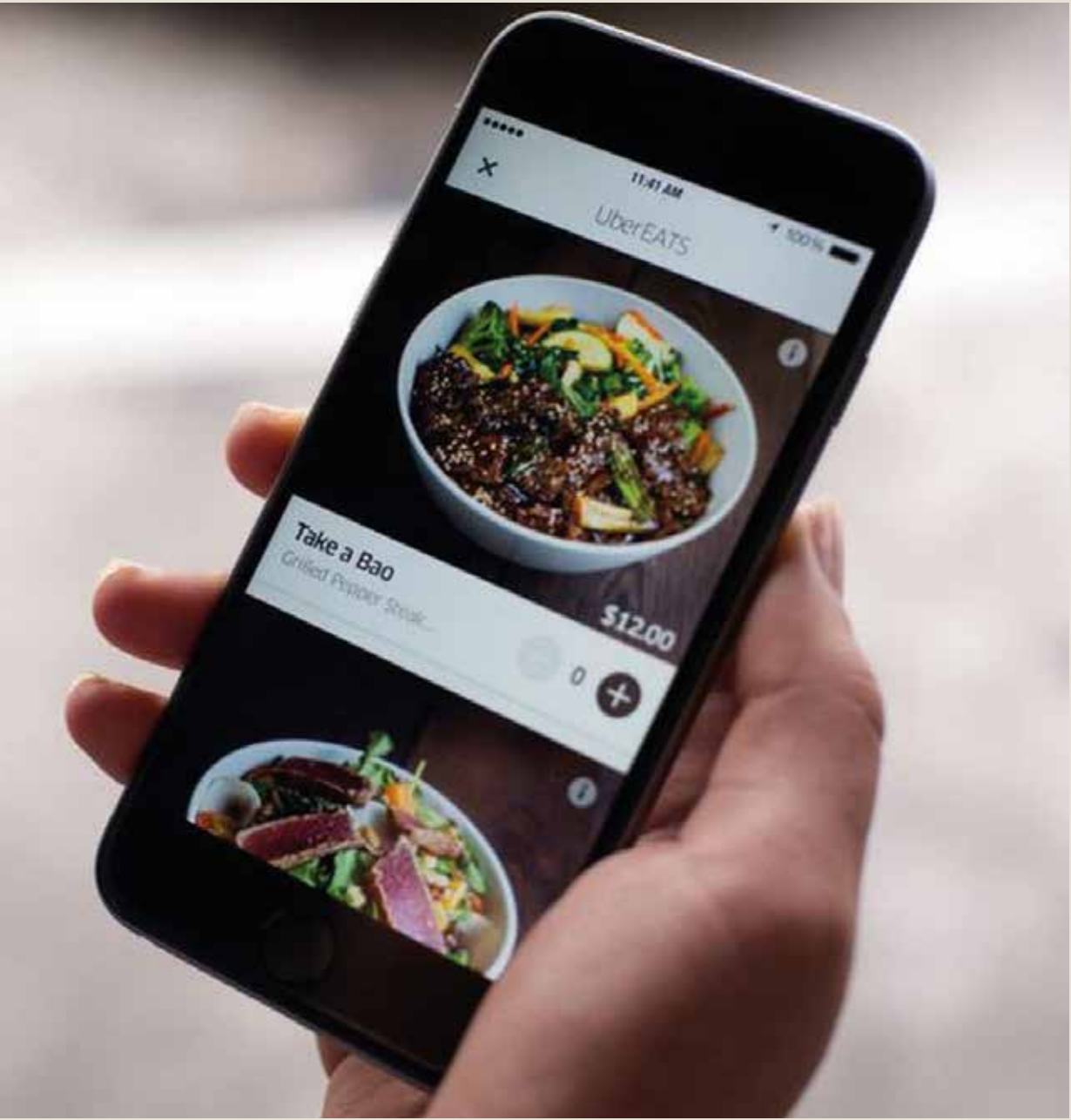
สวัสดิการแห่งรัฐ : บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ

ภูมิหลัง

ป้าแอร์เป็นคนเชียงใหม่โดยกำเนิด เกิดที่ชุมชนควรคำม้า แม้ว่าตอนนี้จะไม่ได้อยู่ที่บ้านนี้เพราะได้ขายไปและย้ายไปอยู่ย่านสันติธรรมแทน สมัยก่อนป้าแอร์ค้าขายและขายอาหารตามสั่งอยู่บ้าน แต่พอย้ายมาอยู่สันติธรรมก็ไม่มีทำเลที่จะต้องขายอาหารตามสั่ง ห้องก็แคบหน้าบ้านก็แคบ แถวนั้นมีร้านขายอาหารจำนวนมาก ทำเลไม่ดีป้าแอร์ก็เลยไม่ขาย ถึงขายก็สู้ไม่ได้เพราะเขามีขาประจำอยู่แล้ว ก็เลยคิดกันสองคนกับลุง ลูกเต้า ก็ไม่มี คิดว่าขายตามรายชุมชนดีกว่า ตอนนี้ป้าแอร์จึงเปลี่ยนมาขายอาหารทางออนไลน์เป็นอาหารพื้นเมือง รับออเดอร์ทางไลน์จากเพื่อนๆ และลูกค้าประจำ รวมถึงรับทำอาหารกล่องด้วย ถ้าเป็นวันศุกร์ ต้องทำอาหารเพิ่มขึ้นมาหนึ่งเท่าเพราะขายสองครั้ง ตอนเช้าส่งออนไลน์ ตอนบ่ายก็จะไปขายถนนวัฒนธรรมล่ามช้าง ป้าจะเปลี่ยนเมนูไปเรื่อย ๆ บางครั้งก็จะถามลูกค้าว่าจะกินอะไร โดยจะเน้นอาหารพื้นเมือง มีกลุ่มไลน์ประมาณ 30-40 คน แล้วก็ไลน์ถามเพื่อน ๆ อย่างน้อยเขาสั่งแค่ 20 คน ป้าก็พออยู่ได้แล้ว โดยมีกำไรโดยเฉลี่ยแค่วันละ 200-300 บาท ประมาณ 7,000 บาท ต่อเดือน (ช่วงโควิด รายได้ลดลงครึ่งหนึ่ง ทั้งยอดขายซื้อและยอดขายส่งสด) คุ่มแค่ค่าอาหารหมาแมว คนก็กินเงินเดือนบัตรสวัสดิการแห่งรัฐ นอกจากนั้น ป้ายังเป็น อสม. ได้เงินช่วยเหลือ 1,000 บาท และเงินผู้สูงอายุอีก 700 บาท

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ป้าแอร์ต้องซื้อของสดมาจากตลาดเมืองใหม่ ตลาดข้างเผือกซื้อไม่ได้เพราะเขาที่รับมาขายต่ออีกที แล้วซื้อที่ตลาดเมืองใหม่เราได้ราคาส่ง ถ้าซื้อที่ตลาดข้างเผือกตลาดใกล้บ้านมันแพง ขนาดแม่ค้าเนื้อหมูยังไปรับของตลาดเมืองใหม่มาขาย เรื่องความสดของวัตถุดิบ ส่วนมากก็จะปนๆ กันไป บางวันก็สดบางวันก็ไม่สด แล้วตอนนี้หมูก็ถูกส่งมาจากเมืองจีน ร้านหมูที่ถูกๆ บางทีถ้าไปซื้อที่ฆ่าใหม่ๆ ก็จะมีแพง แต่ถ้าเราไปซื้อหมูของซีพีเป็นแพ็คๆ ก็จะได้ราคาถูกหน่อย แต่ไม่สดมันแช่แข็ง เอามาทำอาหารมันไม่อร่อย ป้าแอร์ชอบซื้อหน้าเขียง ถ้าเราซื้อมาขายเขาก็ลดราคาให้หน่อย ไม่เยอะ แต่พวกผัก ซื้อจากตลาดเมืองใหม่ซื้อเป็นถุงไปเลยอย่างมะเขือเทศเราใช้ทำเมนูได้หลายอย่างแกงอะไรเราใช้ได้หมดถ้าเป็นพวกมะเขือถ้าเหลือเราเอามาพริกแกงได้ จากตำมะเขือ ก็มาผัดมะเขือคือซื้อยกถุงจะได้ถูก ซื้อเป็นกิโลจะแพง ต้องรู้จักจ่ายตลาดด้วย

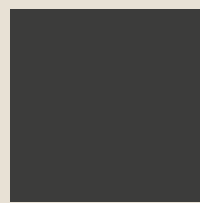


แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ป้าแอร์เห็น Grab เป็นแรงจูงใจ ทำแบบนี้ดีกว่า ขายเองส่งเอง ขายพรรคพวกเดียวกัน หลายคนบอกป้าแอร์ว่าทำไมไม่ไปบริษัทแล้วบอกเขาว่าป้าจะทำหน้าบ้าน ให้พวก Grab มารับมาส่งอาหาร แต่ป้าแอร์ไม่เอาเพราะเห็นกำไรก็ได้ไม่เท่าไรแต่ต้องหักค่าน้ำมันค่านี้ และเราก็ไม่มีที่ขายหน้าบ้านและไม่อยากไปขายตลาด พอถ้ามั่นมาน้อยก็เจ๊ง ป้าก็เลยส่งเองถามลูกค้าเองทางไลน์

เสียงสะท้อน

สิ่งที่พอทำได้ในการเพิ่มความสะอาดและปลอดภัยของวัตถุดิบคือการที่ป้าแอร์เอาผักมาแช่ โดยทำอึเอ้มเอง (หัวเชื้อผสมจากน้ำตาลใช้ล้างผัก) เกลือกก็ใช้ได้กับกะหล่ำ ต้องรู้ด้วยว่าผักอันไหนมันแพะอะไรบางอย่างถ้าใส่ผิดหรือมากเกินไปมันก็เหี่ยว ต้องเรียนรู้ด้วย ป้าแอร์ขยันเปิดดูในโซเชียล อย่งไปซื้อของลิ้มเบิกเงิน ทำได้ก็ต้อสแกนจ่าย ต้องเรียนรู้ถึงอายุมากก็ต้องเรียนรู้ให้ได้ เรียนหลาย ๆ ครั้ง เสร็จแล้วก็เอามาผนวกกันกับการค้าขายของเรา มันก็เป็นผลดีกับเรา ส่วนนี้ถ้ารัฐมาช่วยพ่อค้าแม่ค้าสูงวัยด้วยก็จะดีมาก



Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

ที่บ้านนุชมีสวนเกษตรเป็นสวนผลไม้อยู่แล้ว เดิมทีทำเกษตรเชิงเดี่ยว และต่อมาพัฒนาเป็นเกษตรแบบผสมผสาน มีปลูกลำไย มะม่วง และแก้วมังกร ทำมาตั้งแต่รุ่นคุณตาคุณยาย ซึ่งพอปัจจุบันที่นุชเข้ามาทำก็ได้เปลี่ยนวิถีมาทำเป็นเกษตรอินทรีย์ จากที่เมื่อ 6 ปีที่แล้วเรียนสาธารณสุข พอมีความรู้ความเข้าใจก็เลยเป็นห่วงที่บ้านเรื่องสุขภาพมากขึ้น และพบว่าคุณตาเสียชีวิตจากมะเร็งปอดทั้งที่ไม่ได้สูบบุหรี่เลยคิดว่า เป็นเพราะสารเคมี จากอาหารที่รับประทานกัน จึงทำให้นุชเริ่มต้นที่ตัวเองด้วยการทำสวนผลไม้ที่บ้านเป็นแบบเกษตรอินทรีย์ และเริ่มเข้าไป รวมกลุ่มกับคนที่ทำเรื่องเกษตรอินทรีย์ในเชียงใหม่อยู่ระยะหนึ่ง จากนั้น ปีที่แล้ว นุชได้ไปสมัครเข้าร่วมโครงการ Young Smart Farmer ของกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ซึ่งได้เรียนคอร์สเรียนต่าง ๆ และได้ คอนเนคชั่นจากเกษตรกรคนอื่น ซึ่งนุชก็ได้รับคำแนะนำที่ดี เช่น การแนะนำให้ นำผลผลิตไปตรวจสอบสารตกค้างด้วยตนเอง ซึ่งถึงแม้จะออกค่าใช้จ่ายเองแต่ก็รู้ผลรวดเร็ว และสร้างความมั่นใจว่าที่เราทำเกษตรอินทรีย์มาแล้ว ได้ผลผลิตที่ปลอดภัยจริงไม่มีสารตกค้าง ทั้งนี้ เนื่องจากนุชจบมาจากหลายสถาบัน ทำให้ได้ใช้เครือข่ายออนไลน์ที่สถาบันต่าง ๆ เหล่านั้นพัฒนา ขึ้นเพื่อเป็นช่องทางจำหน่ายช่วงโควิด เช่น จุฬามาร์เก็ตเพลส และ ธรรมศาสตร์และการฝากร้าน และด้วยความที่ตัวเองมีร้านกาแฟจึงโพสต์ขาย ที่เฟสบุ๊คเพจของร้านกาแฟตัวเองด้วย นอกจากนี้ เคยทำแปรรูป เช่น แยมผลไม้ เพื่อจำหน่ายในร้านกาแฟของตัวเอง แต่ตอนนี้ยอดขายผลไม้ ของสวนตัวเองคือมีจองล่องหน้าไว้แล้ว 1 ปี จึงไม่ได้เน้นเรื่องการแปรรูป

■ นุช

Young Smart Farmer

เพศ: หญิง **อายุ:** 39 ปี

สถานะ: โสด

อาชีพ: นักธุรกิจเกษตร

ระดับการศึกษา: ป.ตรี บริหารธุรกิจ (การเงินการธนาคาร) มร., ป.โท นวัตกรรม.การ.จัดการ การจัดการมหาบัณฑิต ม.มหิดล, ป.โท สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต จุฬาฯ

ที่อยู่ปัจจุบัน: ต.แม่แฝด อ.สันทราย จ.เชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : ไม่มี

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

พอนุชตั้งใจว่าจะทำเกษตรอินทรีย์ก็ไม่ใช่เคมีเลย แม้แต่ยาฆ่าหญ้า แม้จะมีปัญหาบ้าง เช่น แมลง ก็ใช้วิธีหาผู้รู้ ปรัชษาผู้รู้ หรือหาความรู้โดยไปลงเรียน กับ ม.แม่โจ้ และ ม.เกษตรฯ กำแพงแสน เพื่อใช้สารชีวภัณฑ์กำจัดแมลง โดยมองว่าคำว่า smart ไม่จำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีเท่านั้น แต่คือการเป็นเกษตรกรที่ฉลาดคิด รู้จักหาข้อมูล รู้จักใช้เครือข่าย และพัฒนา ประสิทธิภาพ มากกว่าการเน้นทำด้วยวิธีการแบบเดิมๆ



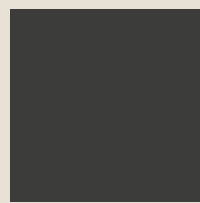
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

การที่นุชมาเป็นนักธุรกิจเกษตรรุ่นใหม่ที่เชียงใหม่ แรงจูงใจหลักคือ ครอบครัว โจทย์คือทำยังไงก็ได้ให้ มาอยู่ที่เชียงใหม่ เพราะครอบครัวของนุชอยู่ที่นี้ และอยากทำอาชีพเกษตรให้ดี อาจเป็นเพราะเดินทางเยอะด้วย ทำให้เห็นประสบการณ์จากที่อื่น ๆ กว่า 40 ประเทศ ซึ่งเห็นเลยว่าเกษตรกรที่อื่นเป็นคนรวย มีที่ดิน มีเกียรติ เป็นผู้ผลิตอาหารเลี้ยงคนอื่น นุชเลยอยากจะทำและทำให้ได้แบบนั้นบ้าง



เสียงสะท้อน

การเข้ามาอยู่ในกลุ่ม Young Smart Farmer ไม่ใช่เรื่องยาก ค่อนข้างเปิดกว้าง มีเพียงเรื่องกรอบ อายุที่ไม่เกิน 45 ปี และลงทะเบียนเป็นเกษตรกร แต่หากจะได้รับการระบุว่าเป็น Young Smart Farmer ก็ต้องอยู่เรียนและทำกิจกรรมต่าง ๆ จนจบโปรแกรม ซึ่งบางคนอาจไม่ได้ต้องการขนาดนั้น หรือไม่มีเวลา ก็อาจไม่ได้อยู่จนจบ นอกจากนี้ ยังรู้สึกว่าการจะหาคนทำผลผลิตเดียวกับเราและเน้นอินทรีย์เหมือนเราในกลุ่มเพื่อปรึกษากันอาจยังยาก หรือพอทำธุรกิจเดียวกันก็ยังมีการแข่งขัน หรือบางทีพอผลผลิตเราขาย ได้ดีมากเพราะเป็นออแกนิกแท้และมีการรับรอง ก็อาจมีคนมาขอให้ช่วยเอาของเขามาขายบ้างแต่บางที เราไปลงพื้นที่พบเลยว่าไม่ใช่อินทรีย์ก็ไม่สามารถช่วยได้ เพราะจะทำให้ภาพรวมของเกษตรอินทรีย์ได้รับ ผลกระทบไปด้วย กลไกการควบคุมคุณภาพ และกลไกการพัฒนาระบบรับรองต่างๆ จึงจำเป็นมาก คู่ขนาน ไปกับกลไกการช่วยเหลือฟุ่มเฟือยทำให้คนรุ่นใหม่สามารถสร้างงานสร้างรายได้จากการลงมาทำเกษตรได้จริง



Empathetic Policy Design

City Food Policy



■ เฟ็ก

เกษตรกรผู้มี
ความแน่นแฟ้นสู่ชีวิต

เพศ: ชาย อายุ: 44 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: เกษตรกร

ระดับการศึกษา: ปวส.

ที่อยู่ปัจจุบัน: ตำบลแม่ทา อำเภอแม่ออน จังหวัดเชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : ไม่มี

ภูมิหลัง

เฟ็กเป็นคนเชียงใหม่ หลังจากเรียนที่มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนาเชียงใหม่จบปริญญาโท เมื่อปี 2542 เฟ็กจึงกลับมาที่บ้านเกิดที่ตำบลแม่ทา อำเภอแม่ออน และได้ร่วมกิจกรรมกับกลุ่มเยาวชน ซึ่งเริ่มออกมาทำงานประมาณปี 2544 เป็นเจ้าหน้าที่ส่งเสริมเกษตรอินทรีย์ของ Green Net ที่กรุงเทพ แต่ทำงานในพื้นที่บ้านเกิดของตัวเอง ทำงานได้เกือบ 10 ปี ได้ลาออกมามีครอบครัวและหันมาทำสวนเกษตรอินทรีย์ ทว่ารายได้ไม่เพียงพอที่จะทำให้สร้างอนาคตที่ดีเพื่อครอบครัวได้ เฟ็กจึงเดินทางไปทำงานที่เกาหลีใต้ 2 ปี เพื่อเก็บเงิน หลังจากนั้นเฟ็กก็กลับมาทำสวนเกษตรอินทรีย์และขายของที่ช่วงเกษตรอินทรีย์เชียงใหม่

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

เฟ็กคิดว่าอาหารเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญมาก ในการดำรงชีวิตของมนุษย์ หากอยากมีความมั่นคงในชีวิต เรื่องอาหารก็เป็นส่วนสำคัญมาก ถ้าเราสามารถพึ่งพาตัวเองได้ในเรื่องของอาหาร ซึ่งอาหารที่ทำเอง มักจะมีความปลอดภัย เรียกว่าเป็นพื้นฐานของการใช้ชีวิตในการทำสิ่งที่สำคัญต่อไป และมันได้สะท้อนถึงความมั่นคงของอาหารของอาชีพเกษตรกรอีกด้วยเพราะอาชีพเกษตรกรก่อนหน้านี้ส่วนใหญ่เน้นเรื่องของรายได้ เมื่อมองถึงอาหารมักจะนึกถึงปัจจัย 4



แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

เฟ็กวางเป้าหมายให้ถึงและออกแบบการเดินทางไปหาเป้าหมายให้ได้ ครอบครัวเป็นแรงจูงใจที่สำคัญที่ทำให้เราได้ใช้ชีวิต อยากทำสิ่งดีๆ ให้คนในครอบครัว คนรอบข้างให้ได้รับแต่สิ่งดีๆ เช่น ในเรื่องของอาหาร จึงอยากผลิตอาหารที่มีความปลอดภัยให้มากที่สุด เพราะอยากให้ครอบครัวได้กินของดีๆ ตอนนี้ได้เริ่มทำผลไม้แปรรูปที่เป็นผลผลิตของเกษตรอินทรีย์ และรวมกลุ่มกันเลี้ยงไก่อินทรีย์กับเพื่อนที่แม่ทา

เสียงสะท้อน

คนส่วนใหญ่ไม่ค่อยพึ่งพาตัวเองในการหาอาหาร ในการใช้ชีวิตในส่วนต่างๆ พึ่งพาคนอื่นเยอะขึ้น มีการซื้ออาหารเพิ่มมากขึ้นทั้งๆ ที่บางอย่างก็สามารถปลูกเองได้ ซึ่งเรามักจะถูกปลูกฝังมาด้วยความง่ายความสะดวก เลยไม่ได้เน้นในเรื่องการปลูก เมื่อซื้อก็ต้องเพิ่มค่าใช้จ่ายในครัวเรือน ไม่รู้แหล่งที่มา ไม่รู้ความปลอดภัยในเรื่องของอาหารยิ่งในเมืองยิ่งมีความประหลาดใจมากคนในเมืองไม่สามารถผลิตเองได้มักจะซื้อและพึ่งพาจากคนอื่นเกือบ 100% มีคนจำนวนน้อยมากที่ใส่ใจในเรื่องของแหล่งที่มาของอาหาร และส่วนใหญ่เน้นปริมาณและราคาถูก ซึ่งในอาหารทั่วไปมักจะมีสารเคมีที่ตกค้าง เพราะคนผลิตทั่วไปเขาใช้สารเคมีเพราะมองว่าเห็นผลเร็วกว่า อีกทั้งไม่รู้ว่าจะปลูกแบบไหน ราคาขายในตลาดสดชุมชนทั่วไปก็ไม่ต่างกันอยู่แล้ว ส่งผลต่อเรื่องสุขภาพและของผู้บริโภค ในขณะที่รัฐก็ไม่ได้เข้ามาช่วยอย่างจริงจังในเรื่องของการทำเกษตรอินทรีย์/ปลอดภัยสามารถเข้าถึงได้ทั่วไปแม้แต่ตลาดสดชุมชนและรร. ไม่ใช่เฉพาะในร้านโมเดิร์นเทรดและตลาดสีเขียวที่มีอยู่น้อยและห่างไกล รวมถึงไม่ได้มาส่งเสริมประชาชนทั่วไปให้สามารถผลิตอาหารเองได้มากขึ้นนัก ทั้งในเชิงความรู้ นวัตกรรม และปัจจัยการผลิต โดยเฉพาะพื้นที่เพาะปลูก ซึ่งขณะนี้ในเมืองเชียงใหม่มีที่รกร้างว่างเปล่าและตาดฟ้าอาคารที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์อยู่เป็นจำนวนมาก

Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

ป๊อเกิดที่เชียงใหม่ ย้ายไปอาศัยที่กรุงเทพตั้งแต่ยังเล็ก เติบโตที่กรุงเทพและเรียนจบด้านจิตรกรรม ทำงานเกี่ยวกับด้านโฆษณาและออกแบบประมาณ 15 ปี หลังจากนั้นป๊อตัดสินใจย้ายมาเชียงใหม่ เหตุผลที่ย้ายเพราะเชียงใหม่มีความพอเหมาะ เป็นเมืองที่ไม่ชนบทมากจนเกินไป ยังสามารถใช้ความรู้ความสามารถเลี้ยงปากท้องได้ ซึ่งเมืองนี้ไม่เหมือนกรุงเทพ ไม่น่าเบื่อ ไม่น่าปวดหัวมาก หลังจากที่ป๊อผ่านการตระเวนเที่ยวดูหลาย ๆ จังหวัด ในช่วงที่ระหว่างทำงานและเที่ยวไปด้วย ได้ไปเห็นหลาย ๆ เมือง รู้สึกชอบทางเหนือ และชอบเชียงใหม่เป็นพิเศษ ป๊อก็เลยตัดสินใจขึ้นมาอยู่ที่เชียงใหม่ มาทำงานที่เชียงใหม่ได้ประมาณ 20 ปี อาชีพคือเป็นเจ้าของธุรกิจร้านกาแฟและที่พัก ที่มีอาหาร ขนมและเครื่องดื่มด้วย

■ ป๊อ

เจ้าของร้านกาแฟ ผู้รักสุนทรีย์

เพศ: ชาย อายุ: 52 ปี

สถานะ: โสด

อาชีพ: เจ้าของกิจการร้านกาแฟและที่พัก
(ที่มีอาหาร ขนมและเครื่องดื่มด้วย)

ระดับการศึกษา: ปริญญาตรี

ที่อยู่ปัจจุบัน: ชุมชนวัดเจ็ดยอดพระอารามหลวง
ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : บัตรประกันสุขภาพถ้วนหน้า
(บัตรทอง) และ คนละครึ่ง

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ป๊อคิดว่าธุรกิจที่เกี่ยวกับการบริการของคน แต่เป็นในลักษณะของการบริการที่นอกเหนือจากการกินเพื่ออยู่ ลักษณะเป็นการกินเพื่อความสุนทรีย์ เพลิดเพลิน เพื่อการใช้เวลาในการสนทนา มากกว่า เพราะการกินไม่ได้มีในแบบเดียว ไม่ได้เฉพาะให้มีแรงทำงาน การกินก็มีส่วนอื่น ๆ ด้วย เช่น การเข้าสังคม การสร้างความบันเทิงใจ (จากเวลาเครียด ๆ ก็มีความอยากกินกาแฟ ขนม หรือไอติม) ถือว่าเป็นการกินอีกรูปแบบหนึ่งซึ่งคิดว่าเป็นความสำคัญในชีวิต พุดอีกแง่คือบทบาทของอาหารมีหลายระดับ

แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ส่วนตัวป๊อมองว่าร้านกาแฟเป็นสถานที่ที่สามารถใช้เวลาในการผ่อนคลาย และสร้างสรรค์ได้ด้วย นอกจากนั้นก็ยังสามารถเชื่อมโยงไปกับธุรกิจอาหาร โดยตนนั้นอยากทำแนวเพื่อสุขภาพ ซึ่งก็เผชิญอุปสรรคหลายประการ โดยเฉพาะการเข้าถึงวัตถุดิบที่สะอาด ปลอดภัย และมีราคาที่ไม่ผ่านพ่อค้าคนกลาง



เสียงสะท้อน

ป๊อว่าเมืองเชียงใหม่เป็นเมืองกาแฟ แต่ธุรกิจกาแฟล้วนต้องดูแลตัวเองท่ามกลางคู่แข่งที่มากขึ้น และลูกค้าลดลง สำหรับร้านกาแฟที่อยากมีอาหารเพื่อสุขภาพด้วย จะเจอความยากหลายอย่าง ทั้งการหาแม่บ้านหรือคนในครอบครัวที่สามารถทำอาหารเป็นเพื่อลดต้นทุน อย่างผู้ประกอบการที่อยู่คนเดียว หรือใช้ชีวิตอยู่ตามที่พักต่าง ๆ การเตรียมก็จะเป็นเรื่องยากมาก และแม้เชียงใหม่เป็นเมืองที่มีตลาดหรือร้านที่เป็นแหล่งผลิตทางเลือกอยู่บ้าง แต่ราคาก็สูงมาก ซึ่งน่าแปลกใจที่บ้านเมืองเป็นแหล่งผลิตอาหาร แต่ทำไมสินค้า พืชผัก เนื้อสัตว์ สิ่งที่คุณซื้อมาบริโภค ราคาถึงแพง ยิ่งปลอดภัยยิ่งแพงขึ้นไปอีก ถ้าไปไหนร้านคงไปไม่ไหว แล่กินอยู่แพงแล้ว เกษตรกรก็ยังยากจนอยู่ จนน่าสงสัยว่าส่วนต่างตรงนั้นไปอยู่ที่ไหน ข้าวของแพงคงจะมีคำตอบได้ว่าเกษตรกรคงจะมีอยู่มีกินมากกว่านี้



Empathetic Policy Design

City Food Policy



ภูมิหลัง

ตีมาจากอำเภอแม่วาง แต่เดิมประกอบอาชีพเกษตรกร มีสวนผลไม้ (ส้ม, ลิ้นจี่) เป็นของตนเอง เป็นสวนที่ใช้สารเคมี เพื่อเพิ่มจำนวนผลผลิต ซึ่งราคาจะมีการผันแปร ไม่คงที่ ในปีที่ราคาผลผลิตเพิ่มขึ้น รายได้ตอบแทนจะเพียงพอต่อการต่อยอดในครั้งถัดไป แต่หากไม่เพียงพอก็ต้องจำยอมต่อไป ภายหลังตีจึงเลือกเดินทางไปทำงานรับจ้างก่อสร้างที่ กทม. และจังหวัดระยอง อาศัยอยู่เพียง 2-3 ปี เพราะค่าแรงไม่เพียงพอต่อค่าใช้จ่าย ทั้งที่พักอาศัย รวมถึงค่าอาหารการกิน ทั้งยังมีช่วงไม่มีงาน ตีจึงมักจะเดินทางกลับมาทำสวนที่บ้านอยู่เป็นระยะ ภายหลังตีจึงย้ายกลับมาอยู่ที่ จังหวัดเชียงใหม่ได้เกือบ 19 ปี เมื่อกลับมาอยู่เชียงใหม่ ตีเลือกที่จะหาที่พัก (เช่า) ร่วมกับกลุ่มคนที่ทำงานด้วยกัน และมีนายจ้างให้ที่พักอาศัยอยู่ ห้องแถวในสวนลำไย ในฤดูกาลที่มีผลผลิตก็จะมาทำงานในสวนลำไย แต่เมื่อมีงานก่อสร้าง มักจะมีนายจ้างมาติดต่อให้ตีไปทำงาน โดยจะรับ หน้าที่เป็นช่างเชื่อมเหล็ก ดูแลงานเชื่อม/ต่อ บางครั้งก็จะมีนายจ้างติดต่อมาโดยตรง รับงานเหมาร่วมกับกลุ่มคนทำงานด้วยกัน รวมถึงงานทำสวน หรืองานในไร่เช่นกัน โดยรายได้จากงานทำสวน จะประมาณ วันละ 300 – 400 บาท ในส่วนของงานก่อสร้าง (รับจ้างเป็นรายวัน/เหมาเป็นชิ้นงาน) จะได้รับค่าแรงประมาณ 500 – 600 บาท ตามความเหมาะสมและข้อตกลงซึ่งกันและกัน

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ปัจจุบันรายได้ดียังอยู่ในช่วงไม่มั่นคง เนื่องจาก โควิด-19 ส่งผลให้ช่วงระยะ 2 ปีที่ผ่านมา ไม่มีงาน ส่วนของผลผลิตทางการเกษตรก็ตกต่ำลง ช่วงต้นปีที่ผ่านมาสถานการณ์ของการจ้างงานก่อสร้างเริ่มดีขึ้น แต่กลับต้องมาเผชิญกับปัญหาราคาน้ำมันที่เพิ่มสูง ทำให้ราคาข้าวของ รวมถึงสินค้า อาหารการกิน ยังคง เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จึงเลือกวิธีการจับจ่ายซื้อของ โดยการไปตลาดในชุมชน พื้นที่ใกล้เคียง และลดการ ไปจ่ายตลาดที่ไกล หรือตลาดที่มีสินค้ามากกว่า อาจ ด้วยมีรถพุ่มพวงเข้ามาขายสินค้าในเขตที่พักอาศัย เป็นประจำทุกวันพุธ รวมไปถึงมักจะซื้ออาหารสดมา ทำอาหารเอง มากกว่าจะซื้อแบบพร้อมทาน นอกจาก จะช่วยลดค่าใช้จ่าย ยังช่วยลดความเสี่ยงของโรคโควิด อีกทาง แม้ว่าสภาพที่พักไม่เอื้อต่อการประกอบอาหาร มากนัก



เพศ: ชาย อายุ: 42 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: รับจ้างก่อสร้าง, รับจ้างทำสวน ทำไร่

ระดับการศึกษา: ไม่ได้เรียน

ที่อยู่ปัจจุบัน: ตำบลหนองแห้ง อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : บัตรทอง

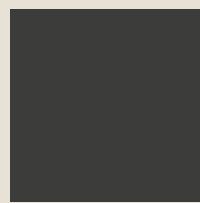
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ตีประทับใจกับค่าจ้างในครอบครัว และด้วยอาชีพในปัจจุบัน มีแรงงานเพิ่มมากขึ้น จึงหวังว่าจะ มีการจ้างงานให้มากพอต่อจำนวนแรงงาน และเพียงพอต่อค่าใช้จ่ายในครอบครัว ส่วนที่ต้องมาเป็นแรงงาน รับจ้างทำสวนคนอื่น เพราะตนเข้าไม่ถึงที่ดินและไม่มีทุนของตนเอง

เสียงสะท้อน

ตียังไม่ได้ขึ้นทะเบียนเป็นคนไทย สิทธิพิเศษบางอย่าง (เช่น บัตรสวัสดิการรัฐ) จึงยังไม่สามารถ เข้าถึงได้ โชคดีที่บุตรหลานที่เกิดมาได้รับสิทธิเหล่านั้นแล้ว อีกทั้งตนยังมีค่าแรงที่ไม่สัมพันธ์กับค่าครองชีพ ที่เปลี่ยนไป โดยเฉพาะค่ากินอยู่





Empathetic Policy Design

City Food Policy



■ นึก

จากไกด์ สูไรเดอร์

เพศ: ชาย **อายุ:** 44 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: ไกด์ / คนขับมอเตอร์ไซด์ขนส่งอาหาร

ระดับการศึกษา: ปริญญาตรี

ที่อยู่ปัจจุบัน: ตำบลสันทรายน้อย
อำเภอสันทราย จ.เชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : ประกันสังคม มาตรา 39

ภูมิหลัง

นึกเรียนจบเกี่ยวกับศิลปะไทย คณะจิตรศิลป์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ก็มีความรู้สึกรู้ว่าอยากเป็นไกด์ เพราะตนพูดได้ทั้งภาษาอังกฤษและภาษาสเปน และได้มีการไปลงพื้นที่ที่วัด หรือที่ต่างๆ มาเยอะ เลยอยากเอาความรู้ที่มีมาใช้ในการเป็นไกด์ ในช่วงที่เรียนจบช่วงแรกตอนนั้นนึกยังไม่ได้ใบอนุญาตบัตรไกด์ เลยต้องไปทำงานอื่นที่อื่นก่อน ก็ได้เข้าไปทำงานโรงแรม พอทำงานได้ซักรั้วจากนั้นนึกก็ลาออกไปทำพวกงานกราฟฟิก เพราะใช้โปรแกรม Photoshop และ Adobe Illustrator ได้ แต่ก็ยังอยากที่จะเป็นไกด์ ก็เลยไปขอหัวหน้างานเรียนบัตรเป็นไกด์ จากนั้นพอได้บัตรไกด์และจะออกมาเป็นไกด์ จังหวะชีวิตมันไม่พอดี เลยต้องทำให้ไปทำงานที่สนามกอล์ฟกรีนวัลเลย์ จากนั้นเจอไกด์ที่เอาแขกมาตีกอล์ฟ ก็ได้เข้าไปคุยในฐานะพนักงานในสนามกอล์ฟคนหนึ่ง แต่คุยกันไปคุยกันมาก็คุยกันถูกคอ นึกเลยไปสมัครงานที่ออฟฟิศของเขาและได้เป็นไกด์มาจนถึงทุกวันนี้ ประมาณ 20 ปีได้แล้ว โดยเป็นไกด์พานักท่องเที่ยว เที่ยวเมืองไทย มีพื้นที่ในเชียงใหม่เป็นพื้นที่หลักในการทำงาน แต่ก็สามารถออกไปต่างจังหวัดได้ ซึ่งช่วง 2 ปีที่ผ่านมาที่มีโควิดระบาดอย่างหนัก ทำให้นึกต้องหยุดงานไปเพราะไม่มีทัวร์เลย การท่องเที่ยวหยุดชะงัก เราก็ตองหาอาชีพอะไรทำไปก่อน ซึ่งไม่อยากลงทุนเปิดร้านอาหาร เพราะคู่แข่งเยอะเลย เราก็ตองเลือกสิ่งที่มีอยู่แล้วมาต่อยอด คือ เราขี่มอเตอร์ไซด์อยู่ในชีวิตประจำวันอยู่แล้ว นั้นจึงทำให้ตัดสินใจมาเป็นคนขับรถขนส่งอาหาร โดยที่ไม่ได้แค่ขนส่งอาหาร แต่ยังเป็นวินมอเตอร์ไซด์ และส่งของอีกด้วย

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

นึกคิดว่ในปัจจุบันการเข้าถึงอาหารง่ายขึ้น อาหารแต่ละประเภทก็เพิ่มมากขึ้นด้วย แม่ค้าเยอะขึ้น อาหารคลีน อาหารเจ อาหารอแกนิค แต่อาหารเหล่านี้ก็ยังคงมีราคาที่สูงกว่าอาหารทั่วไป เพราะมีกระบวนการผลิตที่แตกต่างจากทั่วๆ ไป และถ้าหากไม่อยากไปเลือกซื้ออาหารเองที่หน้าร้าน ก็จำเป็นที่จะต้องจ่ายเงินเพิ่มให้กับการที่มีคนขับรถเอาอาหารไปส่งถึงที่ทำงาน หรือที่บ้าน



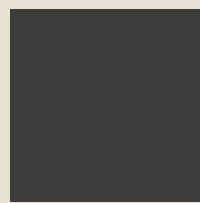
แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

นึกมีอาชีพการงานก็โอเคอยู่แล้วเป็นไกด์ในช่วงเวลาที่มีงานและเป็นคนขนส่งอาหารในเวลาที่ไม่ได้ทำงานไกด์ ทำให้นึกมีเวลาอยู่กับตัวเองและครอบครัว มีเวลาในการเลือกซื้ออาหารในแต่ละมื้อ เน้นอาหารที่ไม่แพงมาก พอกินได้ เพราะเป็นคนไม่ค่อยใช้เงินฟุ่มเฟือย แต่ก็หวังว่าไรเดอร์ประเทศนี้จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นกว่านี้หลายคนบ่นให้ฟังว่าเงินที่ได้มาเทียบกับค่าอาหารการกินแล้วก็แทบจะไม่มีโอกาสจะเก็บหอมรอมริบอะไร

เสียงสะท้อน

นึกไม่อยากให้อาหารมันแพงของบางอย่างออร์อาก็จริงแต่มีราคาแพงเกินไปเราก็ไม่สามารถที่จะบริโภคได้ ก็คิดว่ามันสิ้นเปลือง แต่ในปัจจุบันตอนนี้การหาอาหารมันง่าย สิ่งสำคัญจึงต้องดูแลสุขภาพของตนเอง และคนรอบข้างเน้นอาหารที่ถูกและมีประโยชน์กินผักอกแกนิคบ้างถ้ามีโอกาสเพราะผักเหล่านี้หาซื้อได้ง่ายแล้ว โดยในอนาคตมีโอกาสหาอาหารได้ง่ายยิ่งขึ้นไปอีก เพราะช่องทางส่งอาหารออนไลน์มีมากขึ้นเรื่อยๆ ของทุกอย่างแทบจะส่งได้หมด แต่ก็ต้องให้ความสำคัญกับความเป็นอยู่ของไรเดอร์มากขึ้นด้วย ตอนนี้เราได้รับค่าบริการที่น้อยลงต่อรอบ ท่ามกลางสภาวะที่ราคาน้ำมันแพงขึ้น ค่าอาหารต่างๆ ก็แพงขึ้น แม้แต่อาหารริมทาง และการมีคู่แข่งหลายราย ทุกวันนี้ตนมองว่าโอกาสในการลืมตาอ้าปากของไรเดอร์แทบไม่มีแค่สามารถอยู่ได้ไปวันๆ ทั้งที่ส่งอาหารให้คนอื่น แต่หลายคนต้องอยู่อย่างอดมื้อกินมื้อ





Empathetic Policy Design

City Food Policy



■ ลุงวุฒิ

ลุงปลูกผักผู้อยากเห็น การช่วยรายเล็ก

เพศ: ชาย **อายุ:** 60 ปี

สถานะ: สมรส

อาชีพ: ทำการเกษตร

ระดับการศึกษา: ปริญญาตรี

ที่อยู่ปัจจุบัน: เทศบาลตำบลสุเทพ
จังหวัดเชียงใหม่

สวัสดิการแห่งรัฐ : บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ

ภูมิหลัง

บ้านเกิดลุงวุฒิแต่เดิมอยู่ที่เชียงใหม่ ตำบลเมืองคอง มาอยู่เชียงใหม่ตั้งแต่อายุ 16-17 ปี มาเพราะมาเรียนหนังสือ หลังจากเรียนหนังสือจบช่วงแรกๆ ลุงวุฒิไปเป็นครบนดอยที่แม่แตง เป็นเวลา 3-4 ปี จากนั้นก็ออกมาทำงานบริษัท พอทำงานบริษัทได้สักระยะหนึ่งก็ลาออกจากบริษัท เนื่องจากรู้สึกเบื่อความวุ่นวายที่เมืองกรุง การใช้ชีวิตทุกอย่างเป็นเรื่องที่ยากมากๆ ในทุกวัน พอได้มาเจอที่ที่สุเทพ ลุงวุฒิเลยลงหลักปักฐาน เริ่มปลูกบ้าน เริ่มปลูกผักต่าง ๆ กินในครัวเรือน ปัจจุบันก็ทำการเกษตร แต่เป็นการทำที่ไม่ได้ใหญ่มากนัก ปลูกทุกอย่าง ยกเว้นกะหล่ำ การปลูกก็เป็นการปลูกแบบปลอดสารพิษ ปุ๋ยจากธรรมชาติ เน้นปลูกเพื่อกินในครอบครัว เหลือจากการกินในครอบครัวลุงวุฒิก็แบ่งปันเพื่อนบ้าน ในช่วงโควิด 19 ระบาดทางครอบครัวไม่ได้รับผลกระทบอะไรมากนัก เพราะชีวิตความเป็นอยู่ก่อนหน้าโควิดก็พึ่งแปลงเกษตรที่ปลูกเอง และมาช่วงโควิดระบาดหนักๆ ก็ปรับตัวและพึ่งตัวเองและการเกษตรเป็นหลัก

ทัศนคติ ค่านิยม และความเชื่อ

ทุกวันนี้ก่อนที่ลุงวุฒิจะซื้ออะไรกินมักนึกถึงความปลอดภัยก่อนเป็นครั้งแรก แทบจะไม่ซื้อผักกินเลย ปลูกเองปลอดภัยแน่แต่อาหารในเมืองพอกินแล้วนอนตอนกลางคืนรู้สึกวุ่นวายคอกแห้งเนื่องจากอาหารผ่านการปรุงแต่งมาเยอะ ทุกวันนี้ลุงประกอบอาหารกินเอง ไม่ใช่เครื่องปรุง กินตามธรรมชาติ และจะได้ไม่เสียค่าใช้จ่ายในการซื้อเครื่องปรุง สำหรับเนื้อสัตว์นานๆ จะกินที เนื่องจากอายุมากแล้วการบริโภคสิ่งที่ไม่จำเป็นนอกจากจะสิ้นเปลืองและยังทำลายสุขภาพของเราอีก ลุงคิดว่าถ้าหากเราบริโภคแต่ของที่ปลอดภัย สะอาด ก็จะทำให้การใช้ชีวิตมีความสุขและปลอดภัยจากโรคร้ายไข้เจ็บ ไม่ต้องสิ้นเปลืองเงินทองไปหาหมอที่โรงพยาบาล



แรงจูงใจในการใช้ชีวิต

ลุงวุฒิชอบการอยู่แบบสบาย ๆ ไม่ไปแข่งกับใคร การใช้ชีวิตแบบเรียบง่าย ปลูกเอง กินเอง ไม่ต้องซื้อ พอเราปลูกเองเมื่อเรากินไม่หมดคนรอบข้างก็จะได้กินด้วย เป็นการจุนเจือคนอื่นได้อีกทาง สำหรับแรงจูงใจในการเลือกกินอาหารหรือเรื่องของคุณภาพ ยึดสุขภาพเป็นหลัก เพราะไม่อยากเข้าโรงพยาบาลบ่อย ไม่อยากกินยาเป็นจำนวนมากเพราะการกินยามากเกินไปจะส่งผลต่อตับและไตทางเลือกปัจจุบันของลุงเป็นการเลือกทานอาหาร ผักผลไม้ที่ปลอดภัย ปลอดสารพิษ และต้มยาสมุนไพรกินเมื่อรู้สึกไม่สบาย



เสียงสะท้อน

ลุงวุฒิคิดว่าเราประหยัดได้ก็ประหยัดไป สำหรับเรื่องสุขภาพ เมื่อก่อนหาเงินได้ก็เข้าแต่โรงพยาบาล เนื่องจากไม่ได้ดูแลเรื่องการกิน ทำให้เป็นโรคต่าง ๆ แต่พอลองมองย้อนกลับมาวิธีที่ง่ายที่สุดสำหรับการรักษาสุขภาพที่ดีที่สุด คือ การกิน กินอาหารที่ดี กินอาหารที่ปลอดภัย และกินอาหารที่เราเป็นคนทำเอง นอกจากนั้น ส่วนตัวมองเห็นข้อจำกัดของการส่งเสริมเรื่องอาหารปลอดภัยของภาครัฐในภาพรวมว่าฉาบฉวย และยังไม่ให้ความสำคัญกับกลุ่มชาวบ้านเล็ก ๆ น้อย ๆ สักเท่าไรนัก จากที่มักไปเน้นกลุ่มธุรกิจ โดยเฉพาะที่มีเทคโนโลยี มีการเพาะปลูกในแปลงขนาดใหญ่ และที่เน้นไปที่การแปรรูป จึงอยากให้หันมามองกลุ่มเล็กมากขึ้น โดยเน้นช่วยให้สามารถสร้างงานสร้างรายได้จากการหันมาทำเกษตรปลอดสารได้มากกว่านี้