



การจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา  
The Management of Traditional Food Intrangible Cultural Heritage  
in Phumi Watershed Area, Songkhla Province

อัมรินทร์ สันตินิยมภักดี

สาขาศึกษาทั่วไป วิทยาลัยรัตนภูมิ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

E-mail: amarin.s@rmutsv.ac.th

อารีย์ เต๊ะหละ

สาขาศึกษาทั่วไป วิทยาลัยรัตนภูมิ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

E-mail: aree.t@rmutsv.ac.th

วันดี นวนสร้อย

สาขาศึกษาทั่วไป วิทยาลัยรัตนภูมิ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลศรีวิชัย

E-mail: wandee.n@rmutsv.ac.th

#### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ มุ่งศึกษาการจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา มีวัตถุประสงค์ดังนี้ 1. เพื่อการอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น 2. เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารพื้นถิ่นจากการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมและการตลาด กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ประชาชน เกษตรกร ผู้ประกอบการร้านอาหาร เจ้าหน้าที่ภาครัฐ ในพื้นที่อำเภอรัตนภูมิและอำเภอควนเนียง จังหวัดสงขลา จำนวน 70 ราย ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบกึ่งอนินทรีย์เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ปัจจุบัน ตลอดจนเสนอแนวทางในการอนุรักษ์และพัฒนาอาหารพื้นถิ่นอย่างยั่งยืน ผลการวิจัยพบว่า อาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมีมีคุณค่าทางวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และสังคม แต่ยังคงต้องมีการพัฒนาและสนับสนุนอีกมาก แนวทางการจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นที่เสนอในงานวิจัยนี้ได้แก่ การส่งเสริมถ่ายทอดความรู้ การสร้างเครือข่ายวิจัย ความร่วมมือระหว่างชุมชน ภาครัฐ ภาคเอกชน และสถาบันการศึกษา ตลอดจนการส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม นอกจากนี้ยังเสนอให้มีการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารพื้นถิ่นให้มีความหลากหลายและตรงกับความต้องการของตลาด บทบาทของชุมชน ภาครัฐ ภาคเอกชนและสถาบันศึกษามีความสำคัญในการขับเคลื่อนการจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น โดยชุมชนควรเป็นแกนหลักในการอนุรักษ์และส่งเสริม ภาครัฐควรสนับสนุนนโยบายและงบประมาณ ภาคเอกชนควรร่วมมือในการพัฒนาผลิตภัณฑ์และการตลาด

**คำสำคัญ :** การจัดการมรดกภูมิปัญญา, วัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น, พื้นที่ลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา

#### Abstract

This study is a qualitative research aimed at examining the management of intangible cultural heritage associated with local food wisdom in Phumi Watershed Area, Songkhla Province. The objectives are as follows: 1) To conserve and promote the cultural wisdom of



local food. 2) To enhance the economic value of local food through cultural tourism and marketing strategies. The key informants comprised 70 participants, including residents, farmers, restaurant operators, and government officials from Rattaphum and Khuan Niang districts in Songkhla Province. The snowball sampling technique was employed to analyze the current situation and propose sustainable guidelines for conserving and developing local food heritage. The findings revealed that the local food of Phumi Watershed Area holds significant cultural, economic, and social value. However, it requires further development and support. The proposed management strategies for this intangible cultural heritage include: Promoting knowledge transfer across generations. Establishing research networks and fostering collaboration among communities, government agencies, the private sector, and educational institutions. Enhancing cultural tourism initiatives. Diversifying local food products to align with market demands. The research emphasizes the critical roles of stakeholders in driving heritage management. Communities should take a central role in conservation and promotion, while the government should provide policy and budgetary support. The private sector is encouraged to collaborate on product development and marketing, and academic institutions should contribute research and innovation.

**Keywords:** Intangible cultural heritage management, Local food culture, Phumi Watershed Area, Songkhla Province

## บทนำ

จังหวัดสงขลาเป็นดินแดนแห่งความหลากหลายทางวัฒนธรรมและธรรมชาติ โดยเฉพาะพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจึงอุดมด้วยทรัพยากรและภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สั่งสมผ่านรุ่นสู่รุ่น อาหารพื้นถิ่นในบริเวณนี้ไม่เพียงเป็นแหล่งโภชนาการ แต่ยังสะท้อนอัตลักษณ์ทางประวัติศาสตร์ วิถีชีวิต และความเชื่อของชุมชน (SME in focus, 2562) อย่างไรก็ตาม ภูมิปัญญาด้านอาหารที่กำลังเผชิญความท้าทายจากกระแสโลกาภิวัตน์และการเปลี่ยนแปลงทางสังคม คนรุ่นใหม่ห่างเหินจากวิถีเดิม ขณะที่ระบบเศรษฐกิจสมัยใหม่กดดันให้ชุมชนละทิ้งวิธีการผลิตแบบพอเพียงเพื่อหันสู่การค้า นอกจากนี้ การขาดการบันทึกและส่งต่อความรู้อย่างเป็นระบบยังเสี่ยงต่อการสูญหายของสูตรอาหารและเทคนิคการปรุง การจัดการมรดกอาหารพื้นถิ่นจึงต้องอาศัยยุทธศาสตร์บูรณาการทั้งการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนผ่านโครงการถ่ายทอดความรู้จากปราชญ์ท้องถิ่น (พัชรี ตั้งตระกูล และคณะ, 2561) สนับสนุนการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เชื่อมโยงกับอาหารท้องถิ่น และพัฒนานโยบายที่ส่งเสริมการใช้วัตถุดิบท้องถิ่นอย่างยั่งยืน คือ การอนุรักษ์พันธุ์พืชพื้นบ้านและระบบเกษตรกรรมแบบดั้งเดิม บทความนี้จะเจาะลึกแนวทางการจัดการมรดกทางอาหารในลุ่มน้ำภูมิจึง โดยวิเคราะห์บทบาทของหน่วยงานท้องถิ่น ภาคประชาสังคม และนวัตกรรมทางสังคม เพื่อเสนอแนวทางที่คงความสมดุลระหว่างการรักษาคุณค่าดั้งเดิมกับการปรับตัวในโลกที่เปลี่ยนแปลง ซึ่งไม่เพียงปกป้องวัฒนธรรมอาหาร แต่ยังเสริมสร้างความยั่งยืนให้ชุมชนทั้งทางเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมต่อไป



## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อการอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น
2. เพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารพื้นถิ่นจากการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมและการตลาด

## ขอบเขตการวิจัย

1. ขอบเขตด้านพื้นที่ ผู้วิจัยกำหนดพื้นที่ในการเก็บข้อมูลจากลักษณะภูมิประเทศที่ก่อให้เกิดกลุ่มน้ำภูมิ คือ คลองสายหลัก ได้แก่ คลองรัตภูมิหรือคลองภูมิ ซึ่งเป็นหนึ่งของลุ่มน้ำทะเลสาบสงขลา โดยเก็บข้อมูลในพื้นที่ 2 อำเภอ คือ อำเภอรัตภูมิ และอำเภอควนเนียง

2. ขอบเขตด้านเนื้อหา

2.1 ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับอาหารพื้นถิ่นในกลุ่มน้ำภูมิ จังหวัดสงขลา รวมถึงวัตถุดิบในท้องถิ่น วิธีการปรุงอาหาร ความเชื่อ หรือพิธีกรรมที่เกี่ยวข้องกับอาหาร เพื่อให้เข้าถึงความเชื่อมโยงระหว่างอาหารกับวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชุมชน อีกทั้งเป็นข้อมูลและแหล่งเรียนรู้ในพื้นที่ลุ่มแม่น้ำภูมิ

2.2 การนำองค์ความรู้ด้านอาหารพื้นถิ่นมาโฆษณาเป็นผลิตภัณฑ์หรือบริการที่สร้างรายได้ให้ชุมชน ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เชื่อมโยงกับอาหารพื้นถิ่น เพื่อดึงดูดนักท่องเที่ยวและสร้างรายได้ให้ชุมชน

2.3 การมีส่วนร่วมของชุมชน สร้างเครือข่ายความร่วมมือระหว่างชุมชน สถาบันการศึกษา ภาครัฐ และเอกชน เพื่อร่วมอนุรักษ์ทรัพยากรในท้องถิ่นของการนำมาประกอบอาหารและส่งเสริมวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น

## วิธีดำเนินการวิจัย

1. รูปแบบการวิจัย การวิจัยเชิงคุณภาพมุ่งเน้นการเก็บข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นวิถีชีวิตและวัฒนธรรมของชุมชน ส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในทุกขั้นตอนของการวิจัย เพื่อให้ได้ข้อมูลที่ตรงตามความต้องการและบริบทของชุมชนอย่างแท้จริง

2. ขั้นตอนการวิจัย

2.1 กำหนดกรอบแนวคิดและวัตถุประสงค์ เพื่อระบุเป้าหมายและขอบเขตของการวิจัยให้ชัดเจน รวมถึงทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมอาหาร ทฤษฎีการจัดการมรดกภูมิปัญญา และทฤษฎีการพัฒนาที่ยั่งยืน

2.2 ทบทวนวรรณกรรม ครอบคลุมประเด็นสำคัญที่เกี่ยวข้องกับวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น การจัดการมรดกภูมิปัญญาและบริบทของพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิ จังหวัดสงขลา ศึกษาวิจัยและเอกสารที่เกี่ยวข้อง

2.3 ออกแบบเครื่องมือวิจัย แบบสัมภาษณ์เชิงลึกแบบสังเกตการณ์ แบบสำรวจ จากการลงพื้นที่ ทั้ง 2 อำเภอของกลุ่มแม่น้ำภูมิ ตามวัตถุประสงค์ เพื่อรวบรวมข้อมูลเชิงลึกและเชิงปริมาณให้ครบถ้วน และการใช้เครื่องมือสนับสนุนการวิจัย ได้แก่ แบบบันทึกข้อมูลภาคสนาม แบบบันทึกภาพและวิดีโอ ที่มีการตรวจสอบความน่าเชื่อถือโดยผู้เชี่ยวชาญ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ ชาวบ้านในพื้นที่อำเภอรัตภูมิและอำเภอควนเนียง จังหวัดสงขลา จำนวน 70 ราย ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบก้อนหิมะ เพื่อวิเคราะห์สถานการณ์ปัจจุบัน ตลอดจนเสนอแนวทางในการอนุรักษ์และพัฒนาอาหารพื้นถิ่นอย่างยั่งยืน



## ผลการวิจัย

การจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น ในพื้นที่ลุ่มแม่น้ำภูมิจังหวัดสงขลา มีดังนี้

1. การอนุรักษ์และส่งเสริมภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นในพื้นที่ลุ่มแม่น้ำภูมิจังหวัดสงขลา ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา คือ พื้นที่กำเนิดคลองสายหลัก ได้แก่ คลองรัตภูมิ หรือคลองภูมิไหลผ่าน งานวิจัยกำหนดพื้นที่ในการวิจัย 2 อำเภอ คือ อำเภอรัตภูมิและอำเภอควนเนียง ซึ่งอำเภอรัตภูมิเป็นพื้นที่กำเนิดคลองภูมิที่ตำบลเขาพระ อำเภอรัตภูมิและไหลผ่านอำเภอต่าง ๆ ในอำเภอรัตภูมิไหลสู่ทะเลสาบสงขลา ที่พื้นที่อำเภอควนเนียง จึงทำให้พื้นที่ลุ่มแม่น้ำภูมิจังหวัดสงขลา มีความหลากหลายและอุดมสมบูรณ์ทางชีวภาพพื้นที่หนึ่งของจังหวัดสงขลา อีกทั้งมีความหลากหลายวัฒนธรรม ทั้งจากศาสนาพุทธและอิสลามที่ผสมผสานการดำเนินชีวิตที่สะท้อนผ่านทางอาหาร พื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา มีความสำคัญต่อระบบนิเวศและการก่อตั้งชุมชนจากความสมบูรณ์ของทรัพยากรธรรมชาติที่เอื้อประโยชน์ต่อชุมชน ทำให้พื้นที่ต้นน้ำในตำบลเขาพระ ตำบลท่าชะมวง อำเภอรัตภูมิที่นอกจากความสมบูรณ์ดังกล่าวจากลักษณะภูมิศาสตร์ ตำบลเขาพระ เป็นพื้นที่ติดต่อกับจังหวัดสตูล ซึ่งเป็นจังหวัดฝั่งตะวันตก ติดทะเลอันดามัน ทำให้ได้รับอิทธิพลมรสุมทั้งฝั่งทะเลอ่าวไทยและทะเลอันดามันที่เรียกว่า “สองฝน” จึงเป็นลักษณะพิเศษของผลไม้ เช่น ทุเรียนสองฝน จำปาตะสองฝน เป็นต้น พื้นที่กลางลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา ได้แก่ ตำบลกำแพงเพชร ตำบลคูหาใต้ ตำบลควนรู เป็นพื้นที่ราบลุ่มเหมาะแก่การทำนา พื้นที่นี้จึงเป็นแหล่งเพาะปลูกข้าวที่สำคัญพื้นที่หนึ่งของจังหวัดสงขลา พื้นที่ปลายน้ำตั้งอยู่ในเขตพื้นที่ตำบลรัตภูมิ อำเภอควนเนียง ซึ่งเป็นพื้นที่ที่มีน้ำกร่อย น้ำจืดไหลลงไปน้ำเค็ม ทำให้เป็นแหล่งอาศัยของปลาสองน้ำ เช่น ปลาทองเทียว ปลากระบอก ปลาเก็ด ถือเป็นแหล่งอาหารที่สำคัญตลอดลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา

อาหารพื้นถิ่นในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา มีลักษณะเด่นจากที่ตั้งของภูมิประเทศและประชากรในชุมชนยังประกอบอาชีพเกษตรกรรมเป็นหลัก ทำให้ความหลากหลายของตำรับอาหารแต่ละชนิดมีคุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่ และส่วนประกอบในการปรุงอาหารจะมีผักและสมุนไพรที่มีคุณค่าทางโภชนาการ มีรสเผ็ด เปรี้ยว เค็ม ซึ่งเป็นรสชาติที่โดดเด่น จะเห็นได้ว่าแกงพื้นบ้านในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลาหรือพื้นที่อื่น ๆ ของภาคใต้จะนิยมใส่ผักเป็นการลดความเผ็ด นอกจากนี้เอกลักษณ์อย่างหนึ่งของการรับประทานอาหารที่นี่ คือ ผักเหนาะซึ่งประกอบด้วยผักพื้นบ้านนานาพันธุ์ในพื้นที่ เช่น ลูกเนียง ลูกเหรียง ยอดมะม่วงหิมพานต์ หรือที่ชาวบ้านเรียกว่า ยอดหัวครก หน่อหวาย ซึ่งมีมากในพื้นที่ป่า ตำบลเขาพระ อำเภอรัตภูมิ ผักเหรียง ส่วนโปรตีนที่นำมาแกงไม่ว่าจะเป็นแกงส้ม แกงเผ็ด แกงคั่ว ก็จะใช้ผักพื้นบ้านที่หาได้ในพื้นที่อำเภอรัตภูมิจะไม่มีพื้นที่ติดทะเล ปลา ก็จะเป็นปลาน้ำจืดในลำธาร เช่น ปลาดุกนา ปลาช่อน หรือปลาวง จะหาได้ในลำน้ำที่ติดกับภูเขาหรือน้ำตก ส่วนพื้นที่ติดทะเลของอำเภอควนเนียง ก็จะเป็นปลากระบอก ปลาเก็ด หรือกุ้งทะเล ปู ถ้าเป็นเนื้อสัตว์ชนิดอื่นที่มีอยู่ในพื้นที่ ได้แก่ ไก่บ้าน จากงานวิจัยสามารถแยกประเภทอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา ที่ชาวบ้านนิยมรับประทาน ได้ดังนี้

### 1.1 อาหารประจำวัน ได้แก่

1.1.1 ข้าวยา ลักษณะพิเศษของข้าวยา คือ น้ำบูดู ที่จะทำให้มีรสชาติดี คือ น้ำบูดู ต้องปรุงรส มีรสชาติเค็ม หวาน รสมัน จากมะพร้าวคั่วใหม่ รสเปรี้ยวจากมะนาวและมะม่วงดิบ รสเผ็ดจากพริกป่น และผักพื้นบ้านที่หากได้ในชุมชน

1.1.2 แกงส้ม มีส่วนประกอบของเครื่องปรุงรอบ ๆ บ้านของชาวบ้านในพื้นที่ รสเผ็ดร้อนจากพริกสด รสเปรี้ยวจากมะขาม หรือน้ำมะนาว นอกจากนี้ น้ำมะนาวจะช่วยลดความคาวของปลา โปรตีนจากปลา ทั้งปลาน้ำจืดและปลาน้ำเค็มในพื้นที่



1.1.3 แกงไตปลาหรือฟุงปลา ได้จากนำฟุงปลา เช่น ปลาทุหรือปลากระบอกมารีดเอาไส้ในออก ล้างฟุงให้สะอาดแล้วใส่เกลือหมักไว้ประมาณ 1 เดือน หลังจากนั้นจึงนำมาปรุงอาหารได้ แกงไตปลา มีรสจัด จึงต้องรับประทานกับผักเหนาะ เพื่อช่วยลดความเผ็ดร้อน

1.1.4 ปลาทอดขมั้น ได้จากการนำปลาที่หาได้พื้นลุ่มน้ำภูมิม่าปรุงอาหารทอดและเพิ่มรสชาติ โดยการนำขมั้นมาตำให้ละเอียดและทำให้ทั่วทั้งตัว ปรุงรสโดยใช้เกลือให้เค็มเล็กน้อย ขมั้นนอกจากจะทำให้สีของอาหารน่ารับประทานแล้วยังช่วยลดกลิ่นคาวจากปลาได้ดี

## 1.2 อาหารในวันสำคัญทางศาสนา

1.2.1 แกงคั่ว เป็นแกงที่นิยมทำกันมากในงานบุญของชาวบ้านที่นับถือศาสนาพุทธ เช่น ประเพณีเดือนสิบหรืองานบุญต่าง ๆ จะเป็นแกงกะทิ นิยมใส่เนื้อสัตว์ เช่น กุ้ง ไข่ หมูหรือเนื้อ เครื่องแกงที่นำมาปรุง จะใช้วัตถุดิบในชุมชน พริกสด ขมิ้น ตะไคร้ ผิวมะกรูด หอม กระเทียม กะทิสดและปรุงรสด้วยกะปิ น้ำปลา น้ำตาล หรือชาวบ้านที่นับถือศาสนาอิสลามก็นิยมทำในงานบุญด้วยเช่นกัน

1.2.2 ขนมจีน นอกจากจะรับประทานในชีวิตประจำวันแล้ว ยังนิยมใช้งานสำคัญ ๆ ด้วย เช่นเดียวกัน เส้นขนมจีนทำมาจากข้าวที่ปลูกในพื้นที่ตำบลคูหาใต้ ตำบลควนรู ของอำเภอรัตภูมิ พันธุ์ข้าวที่ใช้ทำคือ ข้าวเหนียว ข้าวเล็บนก ส่วนน้ำแกงที่รับประทานกับขนมจีน ได้แก่ แกงไตปลา แกงกะทิ หรือน้ำยากะทิพร้อมผักเหนาะนานาชนิด

1.2.3 แกงมัสมั่น นิยมทำในงานสำคัญของชาวบ้านที่นับถือศาสนาอิสลาม หรือชาวบ้านในพื้นที่เรียกว่า แกงสะละหมั่น อุตสาหกรรมที่สำคัญของพี่น้องมุสลิมในพื้นที่นี้คือ เมื่อมีงานบุญหรืองานมัสยิด พี่น้องมุสลิมจะรวมตัวกันเพื่อช่วยกัน เครื่องแกงที่ใช้วัตถุดิบเครื่องเทศที่หลากหลายนำมาบดรวมกัน ปรุงรสด้วยวัตถุดิบในพื้นที่ เช่น กะทิ ถั่วลิสงคั่ว พริกแห้งป่น มันฝรั่ง นิยมใช้ไก่หรือเนื้อวัว นอกจากทำอาหารแล้ว เป็นการเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างคนในชุมชน

2. สร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารพื้นถิ่นจากการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมและการตลาด เป็นกลยุทธ์ที่เน้นการผสมผสานระหว่างวัฒนธรรมท้องถิ่น การท่องเที่ยว และการตลาดสมัยใหม่ เพื่อดึงดูดนักท่องเที่ยวและเพิ่มมูลค่าทางเศรษฐกิจให้กับชุมชน โดยมีแนวทางดังนี้

### 2.1 การเชื่อมโยงอาหารกับวัฒนธรรมท้องถิ่นและงานประเพณี ในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา

จากความหลากหลายทางชีวภาพและความหลากหลายทางวัฒนธรรมในพื้นที่ สามารถสร้างการเล่าเรื่องราว (Storytelling) นำเสนอประวัติศาสตร์และที่มาของอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา เช่น การใช้วัตถุดิบในการประกอบอาหาร ส่วนผสมท้องถิ่น วิธีการปรุงอาหารที่สืบทอดกันมาตลอดจนวัฒนธรรมที่เกี่ยวข้องกับอาหารในพื้นที่ ยกตัวอย่าง ยำดอกดาหลา นิยมทำกันพื้นที่ ตำบลคลองแก้ว อำเภอรัตภูมิ ปัจจุบันจะหารับประทานได้ยากมาก จัดกิจกรรมที่ผสมผสานอาหารกับวัฒนธรรมท้องถิ่น การแสดงศิลปะพื้นบ้านหรือพิธีกรรมท้องถิ่นที่เกี่ยวข้อง ยกตัวอย่าง งานเทศกาลทุเรียนสองฝน จัดเป็นประจำทุกปีช่วงต้นเดือนกันยายน หรืองานเทศกาลกินปลาท่องเที่ยว อำเภอกวนเนียง จัดในเดือนพฤศจิกายน ของทุกปี ซึ่งเป็นช่วงที่ปลาท่องเที่ยวมีมาก และมีรสชาติดี

2.2 การท่องเที่ยวเชิงอาหาร (Gastronomy Tourism) การพัฒนาเพื่อสร้างมูลค่าเพิ่มให้กับอาหารพื้นถิ่น มีโอกาสที่จะเติบโตได้อย่างต่อเนื่อง เพราะอาหารพื้นถิ่นภาคใต้ โดยเฉพาะพื้นที่ลุ่มน้ำภูมิจังหวัดสงขลา สามารถสร้างประสบการณ์ให้นักท่องเที่ยวได้เดินทาง ได้รับประทานอาหารรสชาติใหม่ ๆ จากวัตถุดิบในชุมชนที่สด สะอาด ถูกหลักอนามัย เป็นการตอบสนองการท่องเที่ยวแนวใหม่ที่เรียกว่า



การท่องเที่ยวเชิงอาหาร พร้อมทั้งเรียนรู้วิธีการทำและประวัติความเป็นมาของอาหาร อีกทั้งส่งเสริมตลาดท้องถิ่นให้เป็นจุดท่องเที่ยวโดยเน้นการขายอาหารพื้นถิ่นและผลิตภัณฑ์ท้องถิ่น เช่น ปลาจากลุ่มน้ำภูมี ผักพื้นบ้านหรือเครื่องเทศท้องถิ่น

### 2.3 การตลาดและการสร้างแบรนด์

พัฒนาแบรนด์อาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลาให้มีความน่าสนใจเพื่อสร้างการรับรู้และเป็นที่จดจำโดยใช้ชื่อท้องถิ่นหรือ เช่น อาหารลุ่มน้ำภูมี หรือสูตรดั้งเดิมจากลุ่มน้ำภูมี เพิ่มช่องทางการตลาดให้หลากหลาย และเข้าถึงผู้บริโภคจากการตลาดดิจิทัล

2.4 การสร้างเครือข่ายและความร่วมมือในการพัฒนาอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา เป็นกลยุทธ์สำคัญที่จะช่วยส่งเสริมให้อาหารท้องถิ่นมีมูลค่าเพิ่มขึ้น ทั้งในด้านเศรษฐกิจ สังคม และวัฒนธรรม โดยสามารถทำได้ผ่านการสร้างความร่วมมือระหว่างชุมชน ภาครัฐ ภาคเอกชนและองค์กรต่าง ๆ เพื่อสร้างระบบนิเวศน์ที่เอื้อต่อการพัฒนาอย่างยั่งยืน สรุปได้ดังนี้

2.4.1 ความร่วมมือภายในชุมชน การรวมกลุ่มชุมชนสร้างกลุ่มผู้ผลิตอาหารในพื้นที่ เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้และแบ่งปันทรัพยากร เช่น วัตถุประสงค์ที่แตกต่างกันในแต่ละตำบล ของอำเภอรัตภูมิ และอำเภอควนเนียง เทคนิคการปรุงอาหารและช่องทางการตลาด การสร้างแบรนด์ชุมชนอาหารพื้นถิ่นร่วมกัน เพื่อสร้างเอกลักษณ์และเพิ่มมูลค่าให้กับผลิตภัณฑ์

2.4.2 ความร่วมมือกับภาครัฐ เพื่อการสนับสนุนด้านนโยบายที่ผ่านมา การสร้างความร่วมมือกับภาครัฐโดยองค์การบริหารส่วนตำบลแต่ละตำบลเป็นไปด้วยดี เพราะหน่วยงานรัฐเห็นประโยชน์ที่จะช่วยยกระดับในมิติต่าง ๆ เช่น การพัฒนาสาธารณูปโภค และส่งเสริมการท่องเที่ยววัฒนธรรมรวมถึงสนับสนุนในการจัดกิจกรรมส่งเสริมอาหารพื้นถิ่น เช่น งานเทศกาลทุเรียนสองฝน ขององค์การบริหารส่วนตำบลเขาพระ อำเภอรัตภูมิ งานเก็บข้าวเป่าปีซังขององค์การบริหารส่วนตำบลควนรู อำเภอรัตภูมิ งานเทศบาลกินปลาท่องเที่ยว ขององค์การบริหารตำบลรัตภูมิ อำเภอควนเนียง เป็นต้น

2.4.3 ความร่วมมือกับภาคเอกชน ร้านอาหารและโรงแรมเพื่อนำอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมีไปใช้ในรายการอาหาร นอกจากนี้การสร้างความร่วมมือกับบริษัททัวร์ เพื่อจัดเส้นทางท่องเที่ยวให้นักท่องเที่ยวได้เข้ามาในชุมชนและรับประทานอาหารในแหล่งวัตถุดิบจะได้สร้างความประทับใจและเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้แก่ผู้มาเยือน

## อภิปรายผลการวิจัย

การจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นในพื้นที่ลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา มีความสำคัญทั้งในด้านวัฒนธรรม เศรษฐกิจ และสังคม ดังนี้

### 1. ความสำคัญของมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา

1.1 คุณค่าทางวัฒนธรรม อาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา สะท้อนถึงวิถีชีวิต ประวัติศาสตร์ และความเชื่อของชุมชน ซึ่งเป็นส่วนสำคัญของมรดกทางวัฒนธรรมที่ควรค่าแก่การอนุรักษ์และส่งเสริม

1.2 คุณค่าทางเศรษฐกิจ อาหารพื้นถิ่นสามารถสร้างรายได้ให้กับชุมชนผ่านการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม และการจำหน่ายผลิตภัณฑ์อาหาร

1.3 คุณค่าทางสังคม การอนุรักษ์อาหารพื้นถิ่นสร้างความภาคภูมิใจในชุมชนและท้องถิ่น เสริมสร้างตามเข้มแข็งของชุมชน



## 2. การจัดการวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นลุ่มแม่น้ำภูมี จังหวัดสงขลา

2.1 การอนุรักษ์สูตรอาหารดั้งเดิม การวิจัยพบว่าชุมชนลุ่มน้ำภูมียังคงรักษาสูตรอาหารดั้งเดิมไว้ได้ดี แต่มีความเสี่ยงที่จะสูญหายเนื่องจากคนรุ่นใหม่ ไม่สนใจเรียนรู้

2.2 การใช้วัตถุดิบท้องถิ่น ชุมชนยังคงใช้วัตถุดิบท้องถิ่นในการทำอาหาร เช่น ปลา กุ้ง จากลุ่มน้ำภูมี ผักพื้นบ้าน ผลไม้ และเครื่องเทศท้องถิ่น สอดคล้องกับ สุนีย์ วัฒนายน (2557) ช่วยสร้างความยั่งยืนแก่สิ่งแวดล้อมและความมั่นคงทางอาหาร

2.3 การถ่ายทอดความรู้ ยังคงอยู่ในรูปแบบปากต่อปากจากรุ่นสู่รุ่น ผ่านการปฏิบัติจริง แต่ขาดการบันทึกเป็นระบบเพื่อการส่งต่อ

## 3. บทบาทของภาคส่วนต่าง ๆ ในการจัดการมรดกภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา

3.1 ชุมชน ควร มีบทบาทหลักในการอนุรักษ์และส่งเสริมอาหารพื้นถิ่นผ่านการจัดกิจกรรม และการถ่ายทอดความรู้

3.2 ภาครัฐ ควรสนับสนุนงบประมาณและนโยบาย เพื่อส่งเสริมการอนุรักษ์และพัฒนาอาหารพื้นถิ่น สอดคล้องกับ ปวิธ ดันตสกุล (2561) ที่เสนอว่า รัฐควรออกมาตรการส่งเสริมการใช้วัตถุดิบท้องถิ่นในโรงเรียน หรือสถานที่ราชการ สนับสนุนสิทธิชุมชนในการจัดการทรัพยากร เช่น กำหนดเขตปลูกพืชสมุนไพรเฉพาะ สอดคล้องกับสร้างกลไกรับรองมาตรฐานอาหารพื้นถิ่น เพื่อป้องกันการละเมิดลิขสิทธิ์ทางวัฒนธรรม

3.3 ภาคเอกชน ควรร่วมมือกับชุมชนในการพัฒนาผลิตภัณฑ์อาหารพื้นถิ่นและส่งเสริมการตลาด ตัวอย่างที่ดีคือการจัด “เส้นทางอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา” ให้ชุมชนเป็นผู้กำหนดรูปแบบกิจกรรม สอดคล้องกับ วันเพ็ญ ควรสมาน และภูษิตต์ ภูริปานิก (2564) โดยผสมผสานการให้ความรู้เกี่ยวกับประวัติศาสตร์อาหารควบคู่กับการชิมรสชาติ ซึ่งช่วยรักษาบริบททางวัฒนธรรมมากกว่าการนำอาหารมาเป็นเพียงสินค้า

3.4 สถาบันการศึกษา ควรทำวิจัยและพัฒนาอาหารพื้นถิ่น เพื่อเพิ่มมูลค่าและสร้างนวัตกรรมใหม่ ๆ มรดกอาหารจะยั่งยืนได้ต้องเป็น “วัฒนธรรมที่มีชีวิต” ที่ชุมชนร่วมสืบสานต่อยอด โดยไม่ตัดขาดจากรากฐานทางอัตลักษณ์ ซึ่งไม่เพียงรักษาประวัติศาสตร์ แต่ยังสร้างเศรษฐกิจและความภาคภูมิใจให้ท้องถิ่นได้อย่างแท้จริง

## ข้อเสนอแนะ

### 1. ข้อเสนอแนะจากงานวิจัย

จากการวิจัยพบว่า ภูมิปัญญาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นลุ่มน้ำภูมี จังหวัดสงขลา มีความสำคัญและคุณค่ามากเพื่อการอนุรักษ์ส่งเสริมและสร้างมูลค่า แต่ยังมีข้อจำกัดบางประเด็นที่จะนำไปสู่การพัฒนา และเห็นผลจริง จึงควรดำเนินการดังนี้

1.1 การส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชน จัดงานเทศกาลอาหารพื้นถิ่นหรือจัดหลักสูตรสอนทำอาหารเพื่อกระตุ้นความสนใจและสร้างความภูมิใจในวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่น และที่สำคัญ คือ สร้างเครือข่ายผู้ผลิตและผู้บริโภคในชุมชนต่าง ๆ ของแต่ละตำบลทั้ง 2 อำเภอ คือ อำเภอรัตนภูมิและอำเภอควนเนียง เพื่อแลกเปลี่ยนความรู้และสนับสนุนกันทางเศรษฐกิจ



1.2 การสนับสนุนจากภาครัฐบาล รัฐควรมีนโยบายที่ชัดเจนในการสนับสนุนการอนุรักษ์และพัฒนาวัฒนธรรมอาหารพื้นถิ่นและจัดฝึกอบรมให้กับชุมชนเกี่ยวกับการจัดการธุรกิจขนาดเล็กและการตลาดเพื่อเพิ่มศักยภาพทางเศรษฐกิจ

1.3 การท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม ส่งเสริมการท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมที่เน้นอาหารพื้นถิ่น เพื่อสร้างรายได้ให้กับชุมชนและเผยแพร่วัฒนธรรม

1.4 การอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม เพราะเป็นส่วนสำคัญในการสร้างความมั่นคงทางอาหารให้ชุมชนสนับสนุนการเกษตรที่ยั่งยืนและการใช้ทรัพยากรธรรมชาติอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อรักษาสิ่งแวดล้อมและแหล่งวัตถุดิบสำหรับอาหารพื้นถิ่น ส่งเสริมการใช้สารธรรมชาติและลดการใช้สารเคมีในการผลิตอาหารเพื่อรักษาสุขภาพและสิ่งแวดล้อม

## 2. ข้อเสนอแนะสำหรับงานวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบอาหารพื้นถิ่นภาคใต้ในจังหวัดอื่น ๆ หรือในภูมิภาคอื่น ๆ เช่น ภาคเหนือ ภาคอีสาน ที่มีอาหารพื้นถิ่นอันเป็นเอกลักษณ์ ขณะเดียวกันสนับสนุนการวิจัยเชิงลึกเกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการ วิธีการผลิตและประวัติความเป็นมาของอาหารพื้นถิ่น อีกทั้งสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้ที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวเชิงอาหารพื้นถิ่นภาคใต้ เช่น สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาประจำจังหวัด ผู้ประกอบการร้านอาหารพื้นถิ่นภาคใต้ รวมถึงนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและต่างชาติ เพื่อให้ได้แง่มุมที่ครบถ้วนและสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

## เอกสารอ้างอิง

- กอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร. (2560). รายงานภาวะเศรษฐกิจท่องเที่ยว ฉบับที่ 4. สืบค้นเมื่อ สิงหาคม 18, 2565, จาก <https://www.thansettakij.com/content/77043>.
- ขจรยุทธ อัจฉิกุล. (2543). การใช้ประโยชน์จากป่าของชุมชนบ้านไร่เหนือ ตำบลบาโฮย อ.สะบ้าย้อย จ.สงขลา. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- ญัตติพงษ์ แก้วทอง. (2553). มูลค่าทางเศรษฐศาสตร์ด้านการใช้ประโยชน์ทางตรงของป่าชายเลน โดยกระบวนการมีส่วนร่วมของชุมชนโคกพยอม ตำบลละงู อำเภอละงู จังหวัดสตูล. (วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต). สงขลา: มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์.
- บุญเลิศ จิตตั้งวัฒนา. (2548). การพัฒนาการท่องเที่ยวแบบยั่งยืน. กรุงเทพฯ: ศูนย์วิชาการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย.
- ปวิธ ดันตสกุล. (2561). แนวทางการส่งเสริมอาหารพื้นถิ่นเพื่อการท่องเที่ยวเชิงอาหาร กรณีศึกษาชุมชนขนานมาก อำเภอปากพะนัง จังหวัดนครศรีธรรมราช. วารสารการจัดการมหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์, 9(1), 81-92.
- พัชรี ตั้งตระกูล และคณะ. (2561). การส่งเสริมการท่องเที่ยวเมืองสร้างสรรค์ด้านอาหารท้องถิ่นของจังหวัดภูเก็ต. (งานวิจัย). กรุงเทพฯ: คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วันเพ็ญ วรรณสมาน และภูษิตต์ ภูริปาณิก. (2564). การศึกษาเปรียบเทียบศักยภาพการท่องเที่ยวเชิงอาหารพื้นถิ่นภาคใต้ มาเลเซียและสิงคโปร์ และการพัฒนาระบบข้อมูลทางการตลาดสำหรับผู้ประกอบการนำเที่ยว. กรุงเทพฯ: หน่วยบริหารและจัดการทุนด้านการเพิ่มความสามารถในการแข่งขันของประเทศ, ทุนอุดหนุนวิจัยเพื่อเผยแพร่จากหน่วยบริหารและจัดการทุนด้านการเพิ่มความสามารถในการแข่งขันของประเทศ (บพข.).



- .....
- วิจิตรา อมรวิริยะชัย. (2553). *วัฒนธรรมข้าวกับวิถีคนใต้*. สงขลา: วิทยาลัยภูมิปัญญาชุมชน มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- สุนีย์ วัฒนายน. (2557). 6 อาหารท้องถิ่น วัฒนธรรมการกินแบบพื้นบ้าน สืบสานสู่อาเซียน. *วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์*, 1(1), 34-44.
- ไหมไทย ศรีแก้ว, อุดม พานทอง และอนงค์ ประสานนวงกิจ. (2549). วัฒนธรรมการบริโภคผักพื้นบ้าน เพื่อสุขภาพชุมชนในภาคใต้. *วารสารการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก*, 4(2), 11-27.
- SME in focus. (2562). *Food Tourism* กินเพื่อเข้าใจวิถีพื้นเมือง. สืบค้นเมื่อ กุมภาพันธ์ 4, 2568, จาก <http://www.bangkokbanksme.com/en/food-tourism-lifestyle>.