



สารนิพนธ์

เรื่อง ผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน

โดย

นายนรุตม์ชัย กีชวรรณ

รหัสนักศึกษา 620510829

สารนิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาอักษรศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาเอเชียศึกษา คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร

ภาคการศึกษาต้น ปีการศึกษา 2565

ลิขสิทธิ์ของอักษรศาสตรบัณฑิต มหาวิทยาลัยศิลปากร

ชื่อสารนิพนธ์	ผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบัน
ผู้เขียน	นาย นรุตม์ชัย กีชวรรณ์
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมสัน ศิริวงศ์วัฒนา
สาขาวิชา	เอเชียศึกษา คณะอักษรศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์
ปีการศึกษา	2565

บทคัดย่อ

สารนิพนธ์เรื่อง “ผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบัน” มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบัน โดยทำการศึกษาดังวิธีเก็บรวบรวมข้อมูลแบบทุติยภูมิซึ่งมีแหล่งข้อมูล มาจากหนังสือ บทความ รวมถึงข้อมูลจากฐานข้อมูลออนไลน์ของเว็บไซต์โรงแรม และเว็บไซต์อื่น ๆ เพื่อทำการศึกษาวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า ทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบันนั้น กำลังลดลงเรื่อย ๆ และในด้านผลเสียของวัฒนธรรมโนมิไค ส่งผลเสียในเรื่องสุขภาพกายและสุขภาพจิต

กิตติกรรมประกาศ

สารนิพนธ์เรื่อง ผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน เป็นส่วนหนึ่งของ รายวิชา 450 112 การศึกษาเอกเทศ (Independent Study) สารนิพนธ์ชิ้นนี้สามารถสำเร็จได้ด้วยดี เนื่องจากได้รับการกรุณาอย่างสูงจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมสัน ศิริวงศ์วัฒนาอาจารย์ที่ปรึกษา งานวิจัย ที่ให้คำแนะนำและให้คำปรึกษา ตลอดจนการปรับปรุงแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดีจนทำให้งานวิจัยในครั้งนี้เสร็จสมบูรณ์ขอขอบพระคุณ อาจารย์อย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ ขอขอบคุณครอบครัว ญาติพี่น้อง เพื่อนสนิทมิตรสหาย และท่านอื่น ๆ ที่ไม่ได้กล่าวไว้ ณ ที่นี้ ซึ่งทุกคนได้มีส่วนเป็นแรงผลักดันให้การศึกษาวิจัยในครั้งนี้สำเร็จลุล่วง สุดท้ายนี้ผู้วิจัยหวังว่าผลงานชิ้นนี้จะทำให้เกิดประโยชน์แก่ผู้อ่านทุกท่าน หากผิดพลาดหรือมีข้อบกพร่องประการใด ต้องขออภัยไว้ ณ ที่นี้

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	ก
กิตติกรรมประกาศ	ข
สารบัญ	ค – ง
สารบัญรูปภาพ	จ
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ที่มาและความสำคัญของปัญหา	1
1.2 คำถามวิจัย	2
1.3 วัตถุประสงค์	2
1.4 ขอบเขตการศึกษาของวิจัย	2
1.5 ข้อจำกัดของการศึกษา	2
1.6 นิยามศัพท์	2
1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ	3
บทที่ 2 แนวความคิดและงานศึกษาที่เกี่ยวข้อง	4
2.1 ทิศทางของวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบัน	4 - 10
2.2 มารยาทของวัฒนธรรมโนมิไค	11
2.3 ผลดีของวัฒนธรรมโนมิไค	12 - 13
2.4 ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิไค	13 - 15
2.5 งานศึกษาที่เกี่ยวข้อง	16
บทที่ 3 วิธีการดำเนินการวิจัย	17
3.1 วิธีการศึกษา	17
3.2 วิธีการรวบรวมข้อมูล	17
3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล	17
3.4 กรอบการศึกษาและการวิเคราะห์	18
บทที่ 4 ผลการวิจัย/การศึกษา	19

4.1 ทิศทางในปัจจุบันของวัฒนธรรมโนมิโค	19
4.2 ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค	19
บทที่ 5 สรุปผลและอภิปรายผล	20
5.1 สรุปผลการศึกษา	20
5.2 อภิปรายผลการศึกษา	20
บรรณานุกรม	21 - 22
ประวัติผู้ศึกษา	23
แบบโอนลิขสิทธิ์	24

สารบัญรูปภาพ

- ภาพที่ 1 ภาพโปสเตอร์แคมเปญป้องกันการดื่ม
- ภาพที่ 2 ภาพโปสเตอร์แคมเปญป้องกันการดื่ม
- ภาพที่ 3 ภาพแสดงรายละเอียดการสำรวจ
- ภาพที่ 4 ภาพแสดงรายละเอียดการสำรวจ
- ภาพที่ 5 ภาพกราฟแบบสอบถามว่าโนมีไคกับใคร
- ภาพที่ 6 ภาพกราฟแบบสอบถามว่าชอบอะไรในโนมีไค
- ภาพที่ 7 ภาพกราฟแบบสอบถามสิ่งที่ต้องระวังเมื่อทำโนมีไคออนไลน์
- ภาพที่ 8 ภาพกราฟแบบสอบถามใช้เครื่องมือออนไลน์ใดสำหรับโนมีไคออนไลน์
- ภาพที่ 9 ภาพบรรยากาศระหว่างกิจกรรมโนมีไค
- ภาพที่ 10 ภาพกราฟแสดงถึงความอันตรายของแอลกอฮอล์เมื่อเทียบกับสารเสพติดอื่น
- ภาพที่ 11 ภาพอธิบายโทษและพิษภัยของการดื่ม

บทที่ 1

บทนำ

1. ที่มาและความสำคัญของปัญหา

โนมีไคไม่ใช่เพียงการดื่มเพื่อผ่อนคลายเท่านั้น แต่เป็นหนึ่งในกิจกรรมที่กระชับความสัมพันธ์ระหว่างคนในองค์กรร่วมกัน ในมังงะ อนิเมชัน หรือภาพยนตร์ญี่ปุ่นก็มักจะเห็นการชนแก้วของพนักงานบริษัท และในเวลาหลังเลิกงานของประเทศญี่ปุ่นจะมีกิจกรรมการดื่มคือวัฒนธรรมโนมีไคซึ่งไม่ใช่เป็นการสังสรรค์เพียงอย่างเดียว แต่แฝงไปด้วยเรื่องของการงานและความสัมพันธ์ระหว่างหัวหน้าและเพื่อนร่วมงานมาด้วย

วัฒนธรรมโนมีไคเกิดจากสภาพสังคมของญี่ปุ่นที่ทำงานหนักและกดดัน ซึ่งทำให้พนักงานก็อาจจะมีความปัญหาในการจัดการความกดดันนั้น เนื่องจากญี่ปุ่นยึดถือลำดับชั้นและความอาวุโส จึงมีการวัฒนธรรมโนมีไคเพื่อให้เจ้านายไปเลี้ยงเหล้าลูกน้อง จึงถือเป็นการพักผ่อนและละลายพฤติกรรมในคราวเดียวกัน

แต่การมีวัฒนธรรมโนมีไคก็ทำให้เกิดปัญหาอย่างปัญหาครอบครัวได้เนื่องจากต้องออกมาดื่มหลังเลิกงาน ไม่ว่าจะเต็มใจหรือไม่ อีกทั้งปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่เกี่ยวข้องกับแอลกอฮอล์ด้วย และมีความกดดันในการดื่ม เนื่องจากบางคนที่ไม่ชื่นชอบเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก็ไม่สามารถปฏิเสธชั่วโมงการดื่มนี้ได้ เพราะค่านิยมของคนที่นี่ก็คือ การดื่มถือเป็นการให้เกียรติหัวหน้า บริษัท และเป็นการพักผ่อนจากชั่วโมงงานที่เคร่งเครียด ถ้าคนไหนปฏิเสธการดื่มกับเพื่อนร่วมงานและคนในบริษัทแล้วพวกเขาอาจถูกมองว่ากำลังดูถูกบริษัทอยู่ และเวลาดื่มมักจะดื่มกันจนเมาถึงที่สุด

เห็นได้ว่าโนมีไคมีข้อเสียมาก เพราะการดื่มเกินขนาดนำไปสู่ปัญหาสุขภาพ นอกจากนี้ การดื่มแอลกอฮอล์สามารถนำไปสู่ความเครียด การใช้ความรุนแรง และอาการติดแอลกอฮอล์เรื้อรังอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้และในปัจจุบันบริษัทในญี่ปุ่นจะเริ่มมีการจัดแคมเปญเพื่อรณรงค์ยกเลิกวัฒนธรรมโนมีไคบ้างแล้วแต่วัฒนธรรมโนมีไคนั้นฝังอยู่ในรากลึก ค่านิยม และความเข้าใจที่สืบทอดกันมา ที่สำคัญคงต้องใช้เวลาอีกสักพักใหญ่จึงจะทำให้วัฒนธรรมนี้ค่อย ๆ จางหายไป

1.2 คำถามวิจัย

- 1.2.1 ทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน
- 1.2.2 มารยาทในวัฒนธรรมโนมิโค
- 1.2.3 ผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

1.3 วัตถุประสงค์

- 1.3.1 เพื่อศึกษาทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน
- 1.3.2 เพื่อศึกษามารยาทในวัฒนธรรมโนมิโค
- 1.3.3 เพื่อศึกษาผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

1.4 ข้อยกจำกัดของการศึกษา

- 1.4.1 ไม่มีงบประมาณในการทำวิจัย จึงทำให้ไม่สามารถลงพื้นที่ในสถานที่จริง
- 1.4.2 ข้อมูลที่ใช้ศึกษาบางส่วนเป็นภาษาต่างประเทศ จึงทำให้เกิดความล่าช้าในการรวบรวมข้อมูล

1.5 ขอบเขตการศึกษา

1.5.1 ด้านพื้นที่

ศึกษาวัฒนธรรมโนมิโคในพื้นที่ประเทศญี่ปุ่น

1.5.2 ด้านเวลา

ช่วงเวลาระหว่างค.ศ.2012(พ.ศ.2555) - ค.ศ.2022 (พ.ศ.2565)

1.5.3 ด้านเนื้อหา

ขอบเขตด้านเนื้อหาในการศึกษาครั้งนี้คือ ทิศทางในปัจจุบัน มารยาท ผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

1.6 นิยามศัพท์

โนมิโค หมายถึง การตีพิมพ์จุดประสงค์เพื่อกระชับความสัมพันธ์เป็นพิเศษเป็นโดยมักจะเป็นการกระชับความสัมพันธ์ระหว่างคนในองค์กรเดียวกัน

1.7 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

- 1.7.1 เพื่อทราบถึงทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน
- 1.7.2 เพื่อทราบถึงมารยาทในวัฒนธรรมโนมิโค
- 1.7.3 เพื่อทราบถึงผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค
- 1.7.4 เพื่อให้ทราบถึงความร้ายแรงที่ก่อให้เกิดจากการดื่ม
- 1.7.5 เพื่อเป็นข้อมูลให้กับผู้ที่ศึกษาเกี่ยวกับวัฒนธรรมโนมิโค

บทที่ 2

แนวความคิดและงานศึกษาที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องทิศทางของการมีวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน ผู้วิจัยได้ทบทวนแนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยมีเนื้อหาดังต่อไปนี้

2.1 ทิศทางของวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน

1) แคมเปญป้องกันการดื่มมีแคมเปญจากสภาประสานงานการป้องกันการดื่ม (สำนักเลขาธิการ : ระบบองค์กรไม่แสวงหากำไร ASK) โดยมีแคมเปญการป้องกันการดื่มจาก Ikki และ Alhara สำหรับปีนี้การออกแบบที่ดึงดูดสายตาทุกปีก็น่าสังเกตเช่นกันในปีนี้มีโปสเตอร์ แผ่นพับ และไฟล์ที่ชัดเจน



飲み会コールは盛り上がる。はやしたる歌や手拍子は、飲まざるを得ない空気をつくる。酔いつぶれるまで飲ませてしまふ。ちょっとした遊びのつもりでも、短時間で大量に飲酒をさせてしまう。結果、死に至ることもある。お酒を凶器に変えないために、その危険を知ってほしい。飲み会は、ノリより命を大事にしよう。

コールのある飲み会はあぶない飲み会です。

飲み会コール、やったことありますか？
「ちょっとイイとこ見てみた〜い!」「な〜んで持ってんの? 飲み足りないから持ってんの?」「ごちそうさまが聞こえない!」
これはすべて、無理やり飲ませる行為です。盛り上がり、自分から飲んでいるのかもしれない。
でも、場の空気を壊さないよう飲まざるを得ないことになる。その結果、短時間で大量に飲むことになってしまう。
その場に 20 歳未満の人がいたら、法律違反にもなってしまいます。いろいろな意味で、とても「あぶない」飲み会なのです。

コールの、あぶなさを知ってください。

- 飲まざるを得ない空気になる
コールで盛り上がり、お酒を飲まなければ許されない状況が生まれます。自分で楽しく飲んでいても飲酒の強要になります。無理やり飲ませていない、という言い訳はできません。アルコールハラスメント、お酒を使った人権侵害です。そのうえ、酔いがつづられても時間も酔っているのでは適切な介抱ができない、あぶない状況です。
- 大量に飲酒をさせてしまう
自分のペースと関係なく、コールのテンポで飲まされる。それも短時間で大量に飲ませてしまう。急性アルコール中毒になりかねません。飲んでいるときは大丈夫なように見えても、酔いは遅れてやってきます。嘔り瀉、帰宅後、急激に酔いが回ることもあります。ひとりであつづられて、吐いたものがのどに詰まって窒息死してしまうこともあるのです。

あぶなさがわかる「酔い」のメカニズム4段階

- 1 気持ちがほぐれる (ほろ酔い)
大脳新皮質がマヒ。いい気分でも油断禁物!
- 2 足元がふらつく (酩酊)
大脳辺縁系にマヒが及ぶ。もう飲むのはストップ!
- 3 酔いつぶれる (泥酔)
脳全体がマヒし、マヒが脳幹・脊髄にも及ぶ。ここから急性アルコール中毒の状態。
- 4 なにをしても起きない (昏睡 → 死)
マヒが脳幹・脊髄・呼吸中枢のある延髄に至る。急性アルコール中毒の状態。一刻も早く救急車を。

1つでもあてはまったら、すぐ救急車を!

- 大きいきをかいて、ギョツとつねっても反応がない。
- ゆずっても呼びかけても、まったく反応がない。
- 体温が下がり、全身が冷たくなっている。
- 倒れて、口からあわをふいている。
- 呼吸が異常に早くて浅い、または、時々しか息をしていない。

「あぶない!」と感じたら、すぐに救急車を呼んでください。世間体より、目の前の命を大事に。

飲み会コールの危険をサイトでくわしく解説。
[イッキ飲ませやアルコールの情報も。](#)

イッキは命にかかわる飲ませ方です。

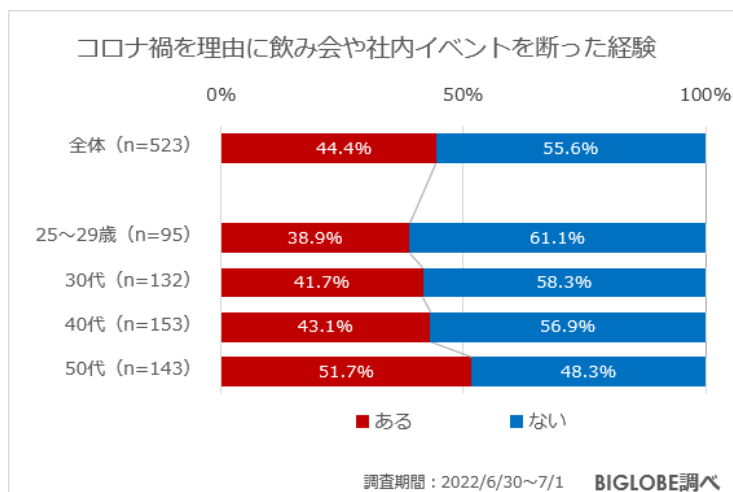
イッキ飲み禁止連絡協議会 後援: 文部科学省/厚生労働省/アル法ネット
協力: 全日本学生自治会連合会 協賛: ビール研究会/日本酒研究会/日本酒類組合連合会/日本酒類原産地組合/日本酒類原産地組合/全日本焼酎組合/全日本泡盛組合/株式会社朝日コメネット
デザイン協力: サンディー・ホールディングス株式会社/株式会社サン・アト

ภาพที่ 1 และ 2 ภาพโปสเตอร์แคมเปญป้องกันการดื่ม

ที่มา : kidsinfost (2022)

2) การปฏิเสธการถูกชวนเชิญงานเลี้ยงดื่มเนื่องจากโควิดไวรัส

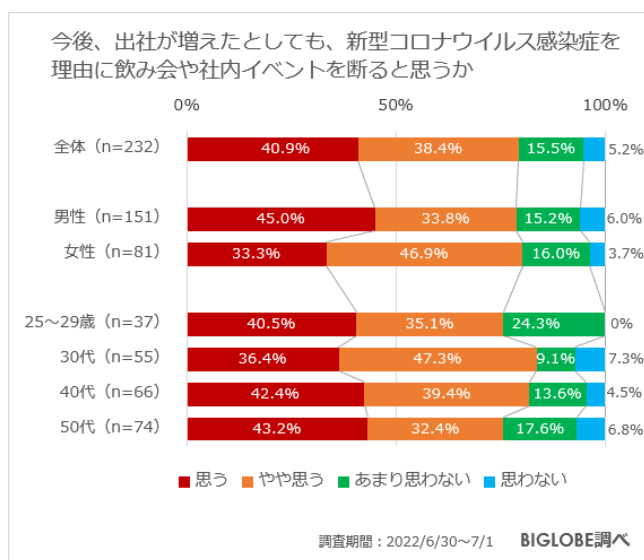
ประมาณ 80% ของผู้ที่ปฏิเสธงานเลี้ยงดื่มเนื่องจากโควิดมักจะมีปฏิเสธคำเชิญในอนาคตเมื่อถูกถามคนงานชายและหญิงทั่วประเทศ 523 คนที่มีอายุระหว่าง 25 ถึง 50 ปีเกี่ยวกับประสบการณ์ในการปฏิเสธงานสังสรรค์ และงานบริษัทอันเนื่องมาจากวิกฤตโควิด 44.4% ตอบว่าใช่ ตามกลุ่มอายุ 38.9% ของผู้ที่มีอายุระหว่าง 25 ถึง 29 ปีตอบว่าใช่ และ 51.7% ของผู้ที่อยู่ในวัย 50 ปีกล่าวว่าเปอร์เซ็นต์ของผู้ปฏิเสธงานจะเพิ่มขึ้นตามอายุ



ภาพที่ 3 ภาพแสดงรายละเอียดการสำรวจ

ที่มา : biglobe (2022)

นอกจากนี้เรายังถาม 232 คนที่ตอบว่า “ปฏิเสธ” สำหรับคำถามข้างต้นว่า “แม้ว่าคุณจะไปทำงานมากขึ้นในอนาคต คุณคิดว่า คุณจะปฏิเสธงานเลี้ยงสังสรรค์และงานบริษัทเนื่องจากการติดเชื้อโคโรนาไวรัสใหม่หรือไม่?” อย่างไรก็ตาม 79.3% ของผู้ตอบแบบสอบถามตอบว่าพวกเขาจะปฏิเสธและประมาณ 80% ของผู้ตอบแบบสอบถามตอบว่าพวกเขาจะยังคงปฏิเสธต่อไป

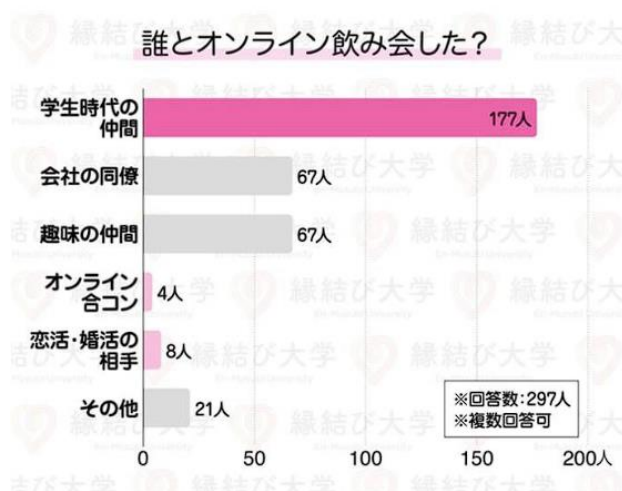


ภาพที่ 4 ภาพแสดงรายละเอียดการสำรวจ

ที่มา : biglobe (2022)

3) ญี่ปุ่นก้าวเข้าสู่ยุคใหม่ของการดื่มและจับคู่ออนไลน์

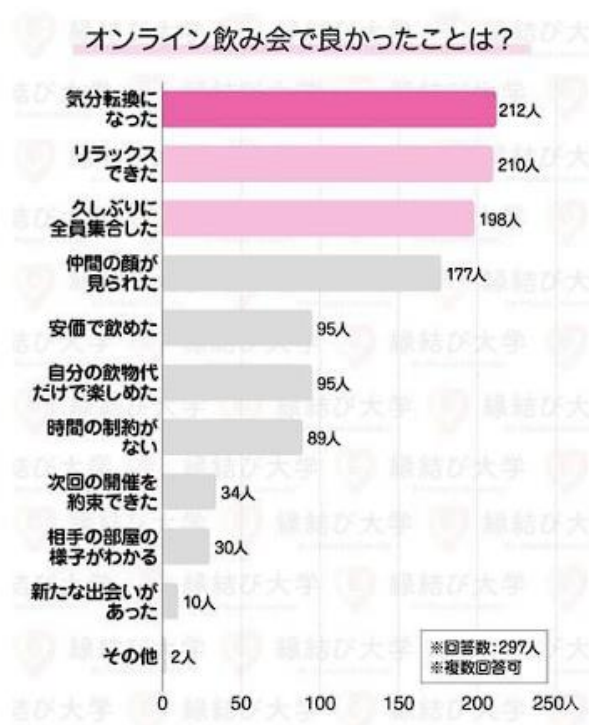
Next Level บริษัทสื่อออนไลน์ ได้ทำการสำรวจ 297 คนโสดอายุระหว่าง 20 ถึง 49 ปี เกี่ยวกับความเป็นไปได้ในการพบปะผู้คนผ่านโนมิโคที่จัดขึ้นทางออนไลน์ โดยผู้เข้าร่วมดื่มที่บ้าน ผลลัพธ์ที่ได้ก็น่าประหลาดใจ: 48.5% รู้สึกว่าเป็นไปได้ที่จะพบคู่หูใหม่ผ่านทางออนไลน์



ภาพที่ 5 ภาพกราฟแบบสอบถามว่าโนมิโคกับใคร

ที่มา : livejapan (2020)

ผู้ตอบแบบสำรวจส่วนใหญ่กล่าวว่าพวกเขาเข้าร่วมโนมิโคออนไลน์กับเพื่อน ๆ ตั้งแต่สมัยเรียน ที่น่าสนใจคือแนวโน้มนี้ดูเหมือนจะตรงกันข้ามกับโนมิโคที่ดื่มกับเพื่อนร่วมงานเป็นประจำสำหรับหลาย ๆ คน แต่มีโอกาสน้อยที่จะได้พบปะกับเพื่อนเก่าที่อาจย้ายออกไปหรืออยู่กับชีวิตของตัวเอง



ภาพที่ 6 ภาพกราฟแบบสอบถามว่าชอบอะไรในโนมิโค

ที่มา : livejapan (2020)

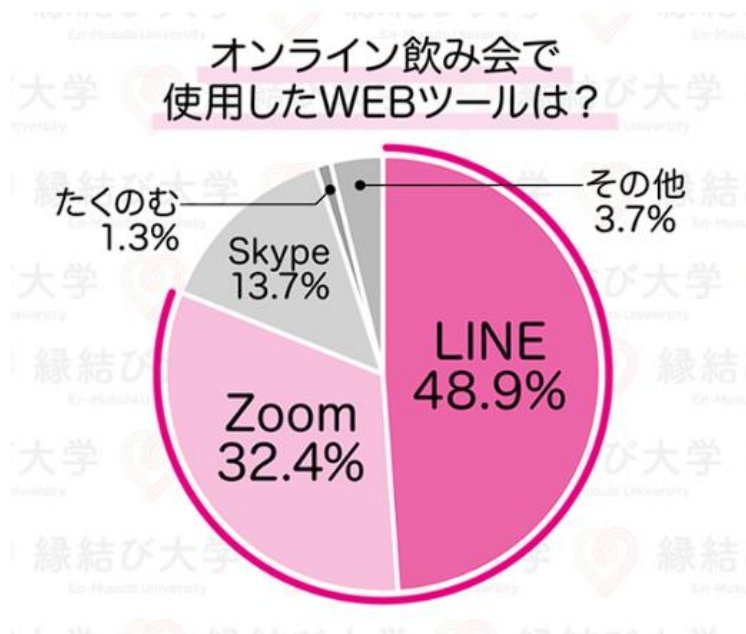
เมื่อถูกถามถึงสิ่งที่ผู้คนชอบเกี่ยวกับโนมิโคออนไลน์คำตอบบางข้อก็คาดเดาได้ ในขณะที่คำตอบอื่น ๆ ก็น่าแปลกใจโดยเฉพาะบริษัทโนมิโคมีแ่งมูที่เป็นทางการซึ่งใช้ไม่ได้เมื่อทุกคนดื่มในบ้านของตัวเอง และผู้คนที่ดูเหมือนจะชอบแบบนี้จริง ๆ ผู้ตอบแบบสอบถามบางคนกล่าวว่าพวกเขาชอบความปลอดภัยในการพบปะผู้คนทางออนไลน์ แทนที่จะไปเจอหน้ากันเป็นครั้งแรก ผู้เข้าร่วมคนหนึ่งแสดงความคิดเห็นว่าเธอชอบที่จะมีส่วนร่วมในชุดนอนโดยไม่ต้องแต่งหน้า คนอื่นๆ แสดงความคิดเห็นว่าพวกเขาชอบที่จะมองเห็นภายในบ้านของผู้เข้าร่วมคนอื่น ๆ



ภาพที่ 7 ภาพกราฟแบบสอบถามสิ่งที่ต้องระวังเมื่อทำโนมิโคออนไลน์

ที่มา : livejapan (2020)

สองอันดับแรกคือ “การปรากฏตัวต่างจากการออกไปนอกบ้าน” และ “ทำความสะอาดบ้าน” ผู้เข้าร่วมรายหนึ่งสังเกตเห็นว่าผิวของเธอแสดงรายละเอียดที่คมชัดบนหน้าจอ และเธอพบว่าควรนั่งห่างจากกล้องเพียงเล็กน้อย อีกคนแสดงความคิดเห็นว่าเขาทิ้งสิ่งที่น่าอายไว้ข้างแล้ว และผู้เข้าร่วมอีกคนก็ชี้ให้เขาดู ปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งคือเป็นการยากที่จะเลิกโนมิโคออนไลน์โดยปกติแล้วโนมิโคจะมีแบบมากำหนดเวลาหรือต้องสิ้นสุดเมื่อร้านปิด แต่โนมิโคออนไลน์มักจะลากไปมา ดังนั้นผู้ตอบแบบสอบถามจึงแนะนำให้เลิกเวลาสิ้นสุดล่วงหน้า



ภาพที่ 8 ภาพกราฟแบบสอบถามใช้เครื่องมือออนไลน์ใดสำหรับโนมิโคออนไลน์

ที่มา : livejapan (2020)

ผู้เข้าร่วมโนมิโคออนไลน์ประมาณครึ่งหนึ่งใช้แอปส่งข้อความ LINE ที่แพร่หลาย เนื่องจากคนญี่ปุ่นจำนวนมากมีสิ่งนี้ในโทรศัพท์ของพวกเขาแล้ว จึงเป็นเรื่องง่ายที่จะจัดระเบียบการประชุมออนไลน์โดยไม่ต้องเตรียมการเพิ่มเติมใด ๆ LINE ยังใช้งานได้ฟรีนานเท่าใดก็ได้ และมีฟิลเตอร์ที่สามารถใช้เพื่อเปลี่ยนรูปลักษณ์ให้สนุกยิ่งขึ้นหรือเพื่อซ่อนข้อบกพร่องที่ต้องการปกปิด

อีก 1 ใน 3 ใช้แอปการประชุม Zoom เพราะปรับแต่งพื้นหลังได้ และง่ายต่อการรู้ว่าใครกำลังพูด ข้อเสียเปรียบประการหนึ่งคือเวอร์ชันฟรีจะถูกตัดออกหลังจากผ่านไป 40 นาที มีคนจำนวนน้อยที่ใช้ Skype และแอปพลิเคชันอื่น ๆ Skype ได้รับการแนะนำสำหรับโนมิโคที่ใช้เสียงเท่านั้น เมื่อไม่ยากแต่งตัวหรือทำความสะอาด

ประมาณครึ่งหนึ่งของผู้ตอบแบบสอบถามนี้คิดว่าเป็นไปได้ที่จะพบเพื่อนใหม่ผ่านโนมิโคออนไลน์ เนื่องจากการเว้นระยะห่างทางสังคมจะเกิดขึ้นช่วงหนึ่งโนมิโคออนไลน์เป็นวิธีที่ยอดเยี่ยมในการรักษา และสร้างการเชื่อมต่อทางสังคมใหม่ ๆ ในขณะที่อยู่อย่างปลอดภัย

2.2 มารยาทของวัฒนธรรมโนมิโค

ในช่วงโนะมิโคมีกฎของมารยาทซึ่งโดยทั่วไปจะปฏิบัติตามโดยทั่วไปแล้วคน ๆ หนึ่งพยายามหลีกเลี่ยงการเติมแก้วของตัวเอง แต่กลับเสนอให้เติมแก้วให้คนอื่นแทน นี่เป็นเรื่องจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งสำหรับความสัมพันธ์แบบรุ่นพี่-รุ่นน้อง ซึ่งผู้เข้าร่วมระดับต่ำกว่าหรืออายุน้อยจะเสนอให้รับใช้ผู้บังคับบัญชาของเขา ก่อน ความสัมพันธ์นี้มักจะเป็นการตอบแทนซึ่งกันและกัน และผู้บังคับบัญชาจะเสนอให้เติมแก้วของรุ่นน้องเป็นการตอบแทน สิ่งนี้ไม่ได้ถูกมองว่าเป็นการแสดงความโปรดปรานเพราะถูกมองว่าเป็นการกระทำที่เอื้อต่อความสามัคคีในที่ทำงาน



ภาพที่ 9 ภาพบรรยากาศระหว่างกิจกรรมโนมิโค

ที่มา : you-know-m

มารยาทอีกประการหนึ่งที่แตกต่างจากวัฒนธรรมการทำธุรกิจของตะวันตกก็คือการเมาที่โนมิโคถือว่าเป็นที่ยอมรับได้ ในทำนองเดียวกัน สิ่งที่พูดและทำภายใต้สถานการณ์ดังกล่าวจะไม่ถือเป็นเรื่องจริงจัง แต่จะได้รับการอภัยหรือเพิกเฉยเมื่อกลับไปทำงาน ด้วยเหตุนี้เพื่อนร่วมงานจึงมีการแสดงความเห็นอย่างตรงไปตรงมาและมีอารมณ์ร่วม โดยไม่คำนึงถึงตำแหน่ง ซึ่งอาจไม่เกิดขึ้นในบริบทของสถานที่ทำงานตามปกติ ปรากฏการณ์นี้เรียกว่า 無礼講 (บุเรโอะ)

ในทางกลับกันการจะกดดันให้ผู้คนที่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์หรือบริโภคมากกว่าที่พวกเขาต้องการนั้นก็ไม่ได้รับการยอมรับ ผู้เข้าร่วมอาจดื่มเครื่องดื่มที่ไม่มีแอลกอฮอล์หรือปล่อยให้เติมแก้วเพื่อส่งสัญญาณว่าพวกเขาไม่ต้องการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์อีกต่อไป (วิกิพีเดีย, 2555)

2.3 ผลดีของวัฒนธรรมโนมิโค

เห็นได้ชัดแจ้งว่าการดื่มมีบทบาทสำคัญในสังคมญี่ปุ่น “โนมิโค” (ปาร์ตี้ดื่ม) ที่จัดขึ้นทุกคืนในร้านอาหารและผับที่เรียกว่า “อิซากายะ” ช่วยเพิ่มความสัมพันธ์ทางสังคมและธุรกิจ และมีผู้คนจำนวนมากเข้าร่วมเป็นประจำ

การดื่มเพื่อเริ่มต้นและสร้างความสัมพันธ์ที่แน่นแฟ้นกลายเป็นเรื่องปกติธรรมดาที่มีคำว่า Nomination (飲みニケーション) การเสนอชื่อเป็นกระเป่าหัวของคำภาษาญี่ปุ่น โนมิ (飲み) แปลว่า "ดื่ม" และคำภาษาอังกฤษว่า "การสื่อสาร" สำหรับสังคมที่สงวนไว้ดังเช่นของญี่ปุ่นแอลกอฮอล์เป็นการละลายพฤติกรรมที่สมบูรณ์แบบ การเมาเป็นวิธีที่ยอมรับได้มากที่สุดในการแสดงความจริงใจตรงไปตรงมา

1.1) ความคิดเห็นของชาวญี่ปุ่น

นาโอยะ ชายชาวญี่ปุ่นวัย 32 ปีจากโอซาก้า เห็นด้วยว่าการดื่มเป็นส่วนสำคัญของวัฒนธรรมญี่ปุ่นด้วยเหตุนี้ “มันทำหน้าที่เป็นหนึ่งในแพลตฟอร์มการสื่อสารที่สำคัญที่สุด” โดยเขากล่าว “เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้คนญี่ปุ่นสามารถแสดงอารมณ์และความคิดเห็นได้อย่างเปิดเผยมากขึ้นในประเทศที่มีการปกครองแบบสังคมนิยมนี้”

โนริโกะหญิงชาวญี่ปุ่นที่อาศัยอยู่ในโอซาก้ากล่าวเสริมว่า “การกระตุ้นให้ผู้คนสื่อสารกันจะช่วยได้มาก บาร์ที่ดีเป็นสิ่งจำเป็นในการสร้างช่วงเวลาที่น่ารื่นรมย์สำหรับผู้ใหญ่”

1.2) ความคิดเห็นของชาวต่างชาติ

เวอร์จิเนียหญิงวัย 27 ปีจากแคนาดา สังเกตเห็นความแตกต่างมากมายระหว่างทัศนคติที่เพื่อนร่วมงานของเธอมีต่อการดื่มในประเทศบ้านเกิดของเธอกับทัศนคติที่มีต่อบ้านใหม่ของเธอในโอซาก้า

“ถึงแม้จะตามกฎหมายจะกำหนดอายุมากขึ้นในการดื่มทัศนคติต่อคนเมาก็ดูเหมือนจะผ่อนคลายมากขึ้น” เธอกล่าวชอบดื่มในที่สาธารณะแต่ยังสังเกตว่าเธอไม่เคยเห็นใครถูกตัดขาดหรือถูกไล่ออกจากบาร์เพราะเมาเกินไป

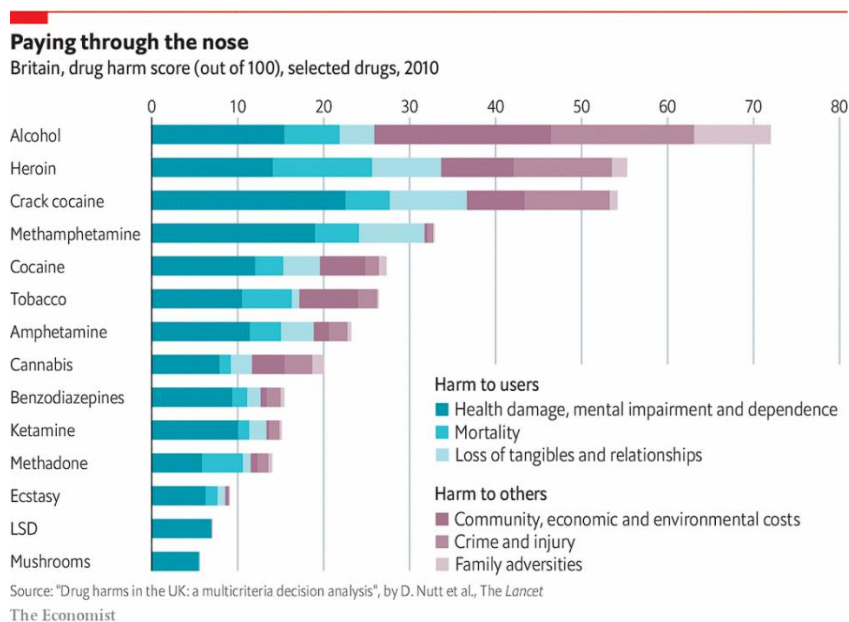
เธอยังบอกด้วยว่าเธอดื่มที่ญี่ปุ่นมากกว่าตอนที่อยู่แคนาดาอย่างแน่นอน และเธอนึกภาพไม่ออกว่า Nomihoudai (ดื่มได้ไม่อื่น) จะเกิดขึ้นในประเทศบ้านเกิดของเธอ (Japan's Toxic Drinking Culture No One Talks About, 2562)

2.4 ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

จากการสำรวจของหน่วยงานที่ดูแลสุขภาพจิตระดับโลก “American Psychiatric Association” พบว่าชาวญี่ปุ่นมีอัตราการเพิ่มของผู้ป่วยแอลกอฮอล์เรื้อรังมากขึ้นเรื่อยๆ สาเหตุหลักส่วนหนึ่งน่าจะมาจากวิถีการใช้ชีวิตที่เรียกว่า “โนมิโค” (飲み会) คือ การดื่มสังสรรค์ที่ร้านอิซากายะ (ร้านเหล้าแบบญี่ปุ่น) หลังจากเลิกงานของมนุษย์เงินเดือนทั้งหลาย ส่วนใหญ่จะดื่มกันเต็มที่ ไปให้สุดแล้วหยุดที่หมดสติ บางคนอาการหนักขนาดเป็น “โนมิสึกิ” (飲み過ぎ) หมายถึงคนที่เมาเหล้าหนักจนต้องนอนแผ่หลายอยู่ข้างถนน กลับบ้านไม่ได้

คนที่เป็หน้าหรือเพื่อนร่วมงานบางส่วนจะกดดันให้ผู้น้อย เด็กใหม่ หรือคนที่ไม่ชอบหน้ากัน ต้องดื่มต่อไปเรื่อยๆ แม้จะเมาขนาดไหนก็ตาม ไม่สามารถขัดได้ เพราะเชื่อกันว่า “การดื่มเหล้า” เป็นการให้เกียรติหัวหน้า หากไม่ดื่มจะถูกตีความว่ากำลังดูถูกหัวหน้าหรือบริษัทอยู่ จนทำให้ต้องฝืนดื่มทั้งที่สภาพร่างกายไม่ไหว เรื่องที่น่าสนใจของปรากฏการณ์นี้ คือ ชาวญี่ปุ่นส่วนใหญ่ไม่ได้มองว่าเรื่องติดเหล้าเป็นโรคที่ต้องรักษา แต่เกิดจากความอ่อนแอของเจ้าตัวเองที่ไม่สามารถจัดการกับอาการติดเหล้าได้ ทำให้ปัญหาที่ไม่ได้รับการแก้ไขอย่างจริงจัง การดื่มเหล้าเป็นสิ่งที่สนุกและช่วยลดความเครียดให้กับบางคนก็จริง แต่ไม่ใช่ทุกคนที่จะชอบการดื่มเหล้า ไม่ว่าจะเป็มาจากประสบการณ์ไม่ดีตอนเมาหรือมีอาการแพ้แอลกอฮอล์ ซึ่งถ้ามีระดับแอลกอฮอล์ในร่างกายสูงมากในระดับหนึ่งอาจทำให้เสียชีวิตได้

นอกจากนี้จากการที่มนุษย์เงินเดือนส่วนใหญ่เป็นเพศชายต้องกลับบ้านดึกในสภาพเมาและทะเลจนไม่สามารถมีเพศสัมพันธ์กับภรรยา ทำให้อัตราการเกิดของเด็กลดลง, ไม่ได้ดูแลใช้เวลากับคนในครอบครัวเท่าที่ควร หรืออาจเมาแล้วก้าวร้าว ทำให้มีความรุนแรงในครอบครัวเกิดขึ้น



ภาพที่ 10 ภาพกราฟแสดงถึงความอันตรายของแอลกอฮอล์เมื่อเทียบกับสารเสพติดอื่น

ที่มา : The Economist (2010)

ผลเสียของแอลกอฮอล์ที่มีต่อร่างกาย

- ผลเสียต่อสมองและระบบประสาท ทำให้มีอาการชาตามปลายมือปลายเท้า ซึ่งเป็นผลจากแอลกอฮอล์โดยตรง หรืออาจเกิดจากการที่กินแต่เหล้าจนไม่กินอาหารอย่างอื่น อีกทั้งเกิดภาวะการขาดวิตามินบี 1 และการดื่มแอลกอฮอล์ติดต่อกันเป็นเวลานานและมากในระดับหนึ่งจะทำให้เซลล์สมองตาย ส่งผลให้เกิดความจำเสื่อม (Dementia) ไม่สามารถจดจำข้อมูลระยะสั้นได้ สูญเสียความสามารถในการวางแผนบริหารจัดการงานและชีวิต สูญเสียการทรงตัวและการใช้มือ
- ผลเสียต่อระบบทางเดินอาหารและตับ ทำให้เกิดโรคกระเพาะอาหารอักเสบเป็นแผลในกระเพาะหากอาการรุนแรงจะอาเจียนออกมาเป็นเลือด ทำให้ตับอ่อนอักเสบแสดงออกมาด้วยอาการปวดท้องอย่างรุนแรง ไข้ขึ้นสูง ทำให้เกิดโรคตับแข็งบางคนกลายเป็นมะเร็งตับได้
- ผลเสียต่อระบบหัวใจและหลอดเลือด ทำให้หัวใจมีการเต้นและบีบตัวไม่ปกติ นำไปสู่ภาวะหัวใจโตที่ทำให้เสียชีวิตได้ แอลกอฮอล์ทำให้เส้นเลือดขยายตัวและทำให้ไขมันในเลือดสูงนำไปสู่ภาวะเส้นเลือดในสมองแตก
- ผลเสียต่อระบบเม็ดเลือด แอลกอฮอล์จะทำให้การทำงานของเม็ดเลือดแดงเสียจนเกิดภาวะโลหิตจาง เม็ดเลือดขาวผลิตได้น้อยลงทำให้ภูมิคุ้มกันร่างกายต่ำ

- เพิ่มอัตราการเกิดมะเร็งในอวัยวะต่าง ๆ อวัยวะที่พบการเป็นมะเร็งได้ง่ายคือหลอดอาหาร กระเพาะ ตับ ตับอ่อน



ภาพที่ 11 ภาพอธิบายโทษและพิษภัยของการดื่ม

ที่มา : กรมส่งเสริมการเกษตร (2019)

- ผลเสียของแอลกอฮอล์ที่มีความเกี่ยวข้องกับโรคทางจิตเวช แอลกอฮอล์ทำให้สมองมีการทำงานผิดปกติ เสี่ยงต่อการทำให้คนที่เดิมไม่ได้ป่วยเกิดอาการโรคทางจิตเวชขึ้นมา เช่น โรคซึมเศร้า โรควิตกกังวล โรคอารมณ์สองขั้ว โรคจิตเภท หรือทำให้คนที่ป่วยเป็นโรคทางจิตเวชอยู่แล้วมีอาการมากขึ้น แอลกอฮอล์ทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจ จนนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่าง ๆ เช่น การขับรถเร็ว การใช้สารเสพติด การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ในทางกลับกันคนที่มีความเครียด เศร้า นอนไม่หลับ มีอาการแพนิค หรืออาการอื่น ๆ ที่ส่งผลให้เกิดความทุกข์จะไปกินแอลกอฮอล์เพื่อช่วยให้รู้สึกดีขึ้น (self medication) แต่เป็นการติแค่ชั่วคราว(โนมิโค ตีม์เกล้าให้จหนัก: ผลเสียที่ตามมา, 2564)

2.5 งานศึกษาที่เกี่ยวข้อง

ไพรัตน์ อ้นอินทร์ (2552) เขียนรายงานวิจัยเรื่อง “พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและครอบครัว” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแบบแผนการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่น ได้แก่ ทักษะคติ ความถี่ โอกาส วิธีการได้มา ซึ่งเกี่ยวข้องกับปริมาณการดื่ม และผลกระทบต่อสุขภาพ และครอบครัว เป็นรูปแบบการวิจัยเชิงคุณภาพ ศึกษาแบบพหุกรณี (Multi – Case Study) เก็บข้อมูลแบบมีส่วนร่วม (Participatory Research) โดยผู้วิจัยและทีมวิจัยในพื้นที่ 30 คนด้วยวิธีการสังเกต สัมภาษณ์ เจาะลึก สันทนาการกลุ่ม อภิปรายกลุ่ม บันทึกเสียง และบันทึกภาคสนาม ผลการวิจัยพบว่าผลกระทบที่เกิดจากการดื่มของวัยรุ่น ด้านสุขภาพไม่พบผลกระทบเฉียบพลัน แต่พบว่าเป็นต้นเหตุนำไปสู่ความคึกคะนอง การบาดเจ็บจากการ ทะเลาะวิวาทมากที่สุด รองลงมาได้แก่ อุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ เมาค้าง ขาดสมาธิในการเรียน ผลกระทบด้านครอบครัว พบว่า ผู้ปกครองมีความห่วงใย ทุกข์ใจ น้อยใจเกี่ยวกับพฤติกรรมการดื่มที่มาก เกินไปของวัยรุ่น และการที่ต้องตกอยู่ในภาวะจำยอมเกี่ยวกับการสูญเสียเงินโดยไม่จำเป็นจากการก่อคดี ของวัยรุ่น

กัญยปริญ ทองสามสี และ อิศระ ทองสามสี เขียนรายงานวิจัยเรื่อง “ผลของความรุนแรงในครอบครัวจากการดื่มสุรา: บทวิเคราะห์ข่าวหนังสือพิมพ์ระหว่างปี 2554-2558” โดยมีวัตถุประสงค์วิเคราะห์รูปแบบการเกิดเหตุความรุนแรงขึ้นในครอบครัวอันเนื่องจากการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ที่ปรากฏในข่าว หนังสือพิมพ์รายวันระหว่างปี 2554-2558 ผลการวิจัยพบว่าเหตุการณ์ความรุนแรงที่เกิดเกี่ยวเนื่องจากการดื่มเครื่องดื่ม แอลกอฮอล์ล้วนเป็นการใช้กำลังประทุษร้ายทางกาย โดยใช้อวัยวะของร่างกายเป็นหลักรองลงมาคือ มีด เหตุการณ์ส่วนใหญ่มีผู้ได้รับความรุนแรงเพียงคนเดียว บริเวณที่เกิดเหตุการณ์ความรุนแรงมักเกิดในเขตที่พักอาศัย ผู้ก่อเหตุความรุนแรงใน ครอบครัวส่วนใหญ่เกิดขึ้นระหว่างสามีภรรยา รองลงมาคือบิดาและบุตร ผู้ได้รับความรุนแรงส่วนใหญ่อยู่ในวัยแรงงาน รองลงมาคือกลุ่มเด็กปฐมวัย ผลลัพธ์ของ ความรุนแรงก่อให้เกิดการบาดเจ็บทางกาย และเสียชีวิต

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

3.1 วิธีการศึกษา

ข้อมูลในการวิจัย

ข้อมูลที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นข้อมูลทุติยภูมิ ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง เช่น ที่มาของวัฒนธรรมโนมิโค แนวความคิดเกี่ยวกับมารยาทของวัฒนธรรมโนมิโค แนวคิดทิศทางในปัจจุบันของการมีวัฒนธรรมโนมิโค รวมถึงงานศึกษาที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ข้อมูลผลการศึกษาในครั้งนี้จะประกอบไปด้วยข้อมูลเกี่ยวกับ ประวัติความเป็นมา มารยาท ผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

3.2 วิธีการรวบรวมข้อมูล

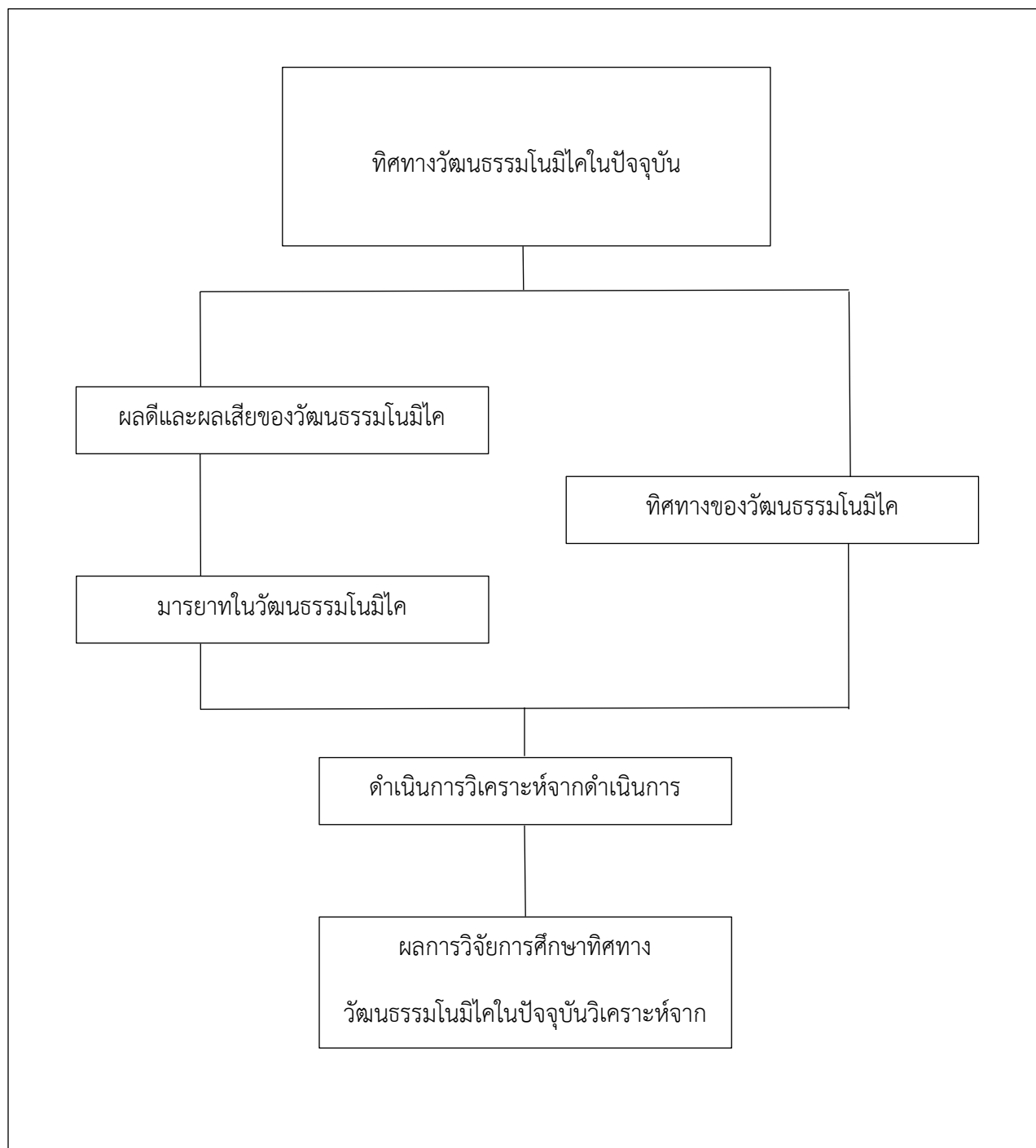
การเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อศึกษาเกี่ยวกับประโยชน์และผลเสียของการมีวัฒนธรรมโนมิโคผู้วิจัยได้รวบรวมข้อมูลจากหนังสือ สื่อสิ่งพิมพ์และสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เกี่ยวข้องทั้งภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และภาษาญี่ปุ่น

3.3 การวิเคราะห์ข้อมูล

3.4.1 วิเคราะห์ทิศทางในปัจจุบันของวัฒนธรรมโนมิโค โดยวิเคราะห์พร้อมกับรายละเอียดการสำรวจของการปฏิเสธการถูกชวนเชิญงานเลี้ยงดื่มเนื่องจากโคโรนาไวรัส ซึ่งสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน

3.4.2 วิเคราะห์ผลดีและผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค โดยวิเคราะห์ร่วมกับความคิดเห็นของชาวญี่ปุ่นและชาวต่างชาติที่ร่วมกิจกรรมโนมิโค และผลการสำรวจของหน่วยงานที่ดูแลสุขภาพจิต

3.4 กรอบการศึกษาและการวิเคราะห์



บทที่ 4

ผลการศึกษา

4.1 ทิศทางในปัจจุบันของวัฒนธรรมโนมิโค

มีการการรณรงค์ไม่ให้เกิดวัฒนธรรมโนมิโค โดยรัฐบาลญี่ปุ่นเล็งยกเลิกวัฒนธรรมโนมิโค เพื่อป้องกันการคุกคามทางเพศ บริษัทญี่ปุ่นหลายแห่งเริ่มลดกิจกรรมดื่มสังสรรค์กับเจ้านายและเพื่อนในออฟฟิศหลังเลิกงาน เพราะกังวลถึงปัญหาที่ตามมาที่ผ่านมา การดื่มสังสรรค์กับคนในออฟฟิศหลังเลิกงานเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมญี่ปุ่นที่เรียกว่า “โนมิโค” หรือชวนดื่มด้วยกัน ซึ่งถูกมองเป็นเครื่องมือเสริมสร้างความสัมพันธ์ให้แน่นแฟ้น และเป็นที่รู้จักของเจ้านาย แต่วัฒนธรรมชวนดื่มเช่นนี้ ก็ทำให้เกิดปัญหาตามมา ไม่ว่าจะเป็นการใช้อำนาจข่มเหง การคุกคามทางเพศ รวมถึงการกลั่นแกล้งอื่น ๆ รัฐบาลญี่ปุ่นมีแนวคิดที่จะออกกฎหมาย เพื่อป้องกันการคุกคามเหล่านี้ตั้งแต่ปีหน้า ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของความพยายามที่จะยุติพฤติกรรมที่เป็นอันตรายในสถานที่ทำงาน เพราะญี่ปุ่นขึ้นชื่อว่าเป็นประเทศที่ผู้คนใช้เวลากับการทำงานมากที่สุด และมีสถิติเสียชีวิตจากการทำงานหนักเกินไป

4.2 ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค

ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิโค มีตั้งแต่ถูกกดดันจากผู้ใหญ่ให้ดื่ม ซึ่งไม่ใช่ทุกคนที่อยากร่วมโนมิโคแต่จำเป็นต้องร่วมเนื่องจากถูกรุ่นพี่หรือเจ้านายกดดัน และอย่างที่ทราบกันดีคือผลเสียของแอลกอฮอล์ ซึ่งส่งผลเสียทั้งร่างกาย และจิตใจแอลกอฮอล์ทำให้สมองมีการทำงานผิดปกติ เสี่ยงต่อการทำให้คนที่เดิมไม่ได้ป่วยเกิดอาการโรคทางจิตเวชขึ้นมา เช่น โรคซึมเศร้า, โรควิตกกังวล, โรคอารมณ์สองขั้ว, โรคจิตเภท หรือทำให้คนที่ป่วยเป็นโรคทางจิตเวชอยู่แล้วมีอาการมากขึ้น ทำให้ขาดความยับยั้งชั่งใจ จนนำไปสู่พฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ เช่น การขับรถเร็ว, การใช้สารเสพติด, การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่ปลอดภัย ในทางกลับกันคนที่มีความเครียด เศร้า นอนไม่หลับ มีอาการแพนิค หรืออาการอื่น ๆ ที่ส่งผลให้เกิดความทุกข์จะไปกินแอลกอฮอล์เพื่อช่วยให้รู้สึกดีขึ้น (Self Medication) แต่เป็นการดีแค่ชั่วคราว

บทที่ 5

สรุปผลและอภิปรายผล

การศึกษาในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา ทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบัน และผลเสียของวัฒนธรรมโนมิไค

5.1 สรุปผลการศึกษา

ทิศทางวัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบันนั้น กำลังลดลงเรื่อย ๆ เนื่องจากรัฐบาลญี่ปุ่นมีการรณรงค์ให้ลดวัฒนธรรมโนมิไค อีกทั้งเมื่อเกิดการระบาด Covid-19 ทำให้มีการติ่มออนไลน์ (โนมิไคออนไลน์) ไม่ว่าจะบนแพลตฟอร์ม Line, Zoom หรือ Team ทำให้ลดเรื่องอุบัติเหตุและปัญหาจากการออกไปติ่มนอกบ้านได้

ผลเสียของวัฒนธรรมโนมิไค ส่งผลเสียในเรื่องสุขภาพกายและสุขภาพจิต ผลเนื่องจากการติ่มแอลกอฮอล์มากเกินไปทำให้ส่งผลต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต

5.2 อภิปรายผลการศึกษา

จากการศึกษาพบว่า วัฒนธรรมโนมิไคในปัจจุบันนั้นกำลังมีแนวโน้มที่จะลดลง และยังมีมีการติ่มออนไลน์ (โนมิไคออนไลน์) และผลเสียของวัฒนธรรมโนมิไค คือ ผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย และสุขภาพจิตใจ

บรรณานุกรม

1. สื่อสิ่งพิมพ์

ไพรัตน์ อ้นอินทร์ (2552) พฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของวัยรุ่นที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพและครอบครัว ศูนย์วิจัยปัญหาสุรา

อิสระ ทองสามสี (2562) ผลของความรุนแรงในครอบครัวจากการดื่มสุรา: บทวิเคราะห์ข่าวหนังสือพิมพ์ระหว่างปี 2554-2558 วารสารสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยวลัยลักษณ์

2. สื่ออิเล็กทรอนิกส์

Jonathan (2563) Nomikai วัฒนธรรมการดื่มที่สุดเหวียงของพนักงานบริษัทญี่ปุ่น เข้าถึงเมื่อ 10 ตุลาคม เข้าถึงได้จาก

<https://www.sanae-kobayashi.com/japan/nomikai-japanese-company-employees-extreme-drinking-culture.html>

kidsinfost (2565) イッキ飲み・アルハラ防止キャンペーン 2022 เข้าถึงเมื่อ 7 พฤศจิกายน เข้าถึงได้จาก

<https://kidsinfost.net/2022/03/13/noikki-2022/>

livejapan (2563) Japan Moves into New Era of Online Drinking and Matchmaking เข้าถึงเมื่อ 3 พฤศจิกายน เข้าถึงได้จาก

https://livejapan.com/en/in-tokyo/in-pref-tokyo/in-tokyo_suburbs/article-a0004516/

Market Think (2564) รู้จัก "NOMUNICATION" วัฒนธรรมการดื่ม เพื่อทำธุรกิจของญี่ปุ่น เข้าถึงเมื่อ 10 ตุลาคม เข้าถึงได้จาก

<https://www.marketthink.co/13059>

ビッグロブ株式会社 (2565) コロナが収束した後の行動に関する意識調査 เข้าถึงเมื่อ 1 พฤศจิกายน เข้าถึงได้จาก

<https://www.biglobe.co.jp/pressroom/info/2022/07/220727-1>

ทีมงาน Alcohol Rhythm (2562) เมื่อสถิติบอกว่า เหล้าคือยาเสพติดที่อันตรายมากที่สุด เข้าถึงเมื่อ 7 พฤศจิกายน เข้าถึงได้จาก

<https://alcoholrhythm.com/what-is-the-most-dangerous-drug/>

ทีมงาน Alcohol Rhythm (2563) ความเลวร้ายของ ‘Nomikai’ วัฒนธรรมการดื่มของชาวญี่ปุ่นที่ทุกคนแก่งเล็งเข้าถึงเมื่อ 20 ตุลาคม เข้าถึงได้จาก

<https://alcoholrhythm.com/nomikai-japanese-drinking-culture/?fbclid=IwAR3qRjBD3BpHu7FAv-ITBVdBHqW8sLcUJ4JBc-lx-0R0429qE0YALcTlq3I>

ประวัติผู้ศึกษา

ชื่อ - สกุล	นายนรุตม์ชัย กีชวรรณ
วันเกิด	5 ธันวาคม 2543
ที่อยู่	90/98 ซ.1 ม.8 ถ.ญาณวิโรจน์ ต.เกาะขวาง อ.เมือง จ.จันทบุรี 22000
ประวัติการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนศรียานุสรณ์ จ.จันทบุรี สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีคณะอักษรศาสตร์สาขาเอเชียศึกษา มหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์จังหวัดนครปฐม

แบบโอนลิขสิทธิ์สารนิพนธ์

เอเชียศึกษา คณะอักษรศาสตร์มหาวิทยาลัยศิลปากร

ข้าพเจ้า	นายนรุตม์ชัย กีชวรรณ
สารนิพนธ์	ผลเสียและทิศทางวัฒนธรรมโนมิโคในปัจจุบัน
ชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.คมสัน ศิริวงศ์วัฒนา
ที่อยู่	90/98 ซ.1 ม.8 ถ.ญาณวิโรจน์ ต.เกาะขวาง อ.เมือง จ.จันทบุรี 22000
หมายเลขโทรศัพท์	096-962-6197

ลิขสิทธิ์ของสารนิพนธ์อันเป็นผลจากการศึกษาเล่าเรียน ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของหลักสูตรระดับปริญญาตรีบัณฑิต ข้าพเจ้ายินดีโอนลิขสิทธิ์ตามมาตรา 17 วรรค 2 แห่งพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537 ของคณะอักษรศาสตร์มหาวิทยาลัยศิลปากร โดยมีกำหนดตลอดอายุการคุ้มครองสิทธิ์

ลงนามผู้โอน

(นายนรุตม์ชัย กีชวรรณ)

วันที่ เดือน พ.ศ.

ลงนามผู้รับโอน

(.....)

วันที่ เดือน พ.ศ.