



කොළඹ උස් ගොඩනැගිලි සහිත නේවාසික ප්‍රදේශ පදනම් කරගෙන, කොවිඩ්-19 වසංගතයෙන් ගෘහස්ථ ආහාර සුරක්ෂිතතාවයට ඇති බලපෑම පිළිබඳ අධ්‍යයනයක්.

A Study on the Impact of the COVID-19 Pandemic on Household Food Security - Based on Colombo High-rise Residential Areas

Panawenne E.R.¹

¹ Department of Sociology, University of Sri Jayawardhanapura, Sri Lanka

Abstract

In the context of the global food crisis intensified by the COVID-19 pandemic, the primary objective of this study is to examine the impact of the pandemic on food security in urban low-income households. The study focused on twenty families living in a high-rise residential complex in Maligawatta, Colombo, selected through a random sampling method using a lottery system. The study utilized both qualitative and quantitative data collection methods, including event study techniques, surveys, and interviews, and analyzed the data using the SPSS software and thematic analysis methods.

While food security issues that emerged during the initial phase of the pandemic have returned to pre-pandemic levels, the research reveals that these households did not prioritize food security even before the pandemic. The study highlights that food security was not given sufficient attention in these communities prior to the pandemic.

Key words: Food, Food Security, Urban High-rise Housing, Family, COVID-19

හැඳින්වීම

කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය තුළ, ශ්‍රී ලංකාවේ මහල් නිවාසවල වෙසෙන පහළ මධ්‍යම පාන්තික නාගරික ජනතාව නියෝජනය කරන පවුල්වල ආහාර සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳව මෙම අධ්‍යයනය සිදු කළ අතර, ප්‍රමාණවත් සැපයුම, රුචිකතාවය හා අවශ්‍යතාවය පරිදි ආහාර ලබා ගැනීමට ඇති හැකියාව, ලබා ගන්නා ආහාර මගින්, පුද්ගලයාගේ ශරීරයට අවශ්‍ය පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලැබීම හා බාධාවකින් තොරව, අවශ්‍ය සෑම විටම ආහාර ලබා ගත හැකි වීම යන සාධක හතර ඉටු වීම සම්බන්ධයෙන් අධ්‍යයනය කරන ලදී.

පර්යේෂණයේ පළමු අදියර ලෙස සිදු කළ ක්ෂේත්‍ර පර්යේෂණය ඇසුරෙන් අනාවරණය කර ගන්නා ලද කරුණු පදනම් කරගනිමින්, ඉහත ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සඳහා තෘප්ත විය යුතු සාධක පිළිබඳව අධ්‍යයනය කිරීම සඳහා වසංගතයට පෙර, වසංගතයේ මුල් අවධිය හා වත්මන් තත්ත්වය ලෙස වෙන් වෙන් වශයෙන්, නිවසේ ආහාර බෝග වගාව, මසක් තුළ වියළි ආහාර ද්‍රව්‍ය රැගෙන එන වාර ගණන, ආහාර මිලදී ගන්නා ස්ථානය හා එම ස්ථානයෙන් ආහාර මිලට ගැනීමට හේතු, ආහාර වේල් කලින් සැලසුම් කිරීම, ආහාර ගබඩා කිරීම හා සකස් කිරීම, සමතුලිත ආහාර වේලක් පිළිබඳ දැනුවත්භාවය හා සමතුලිත ආහාර වේලක් ලබා ගැනීමට ඇති හැකියාව, නියමිත වේලාවට ආහාර ගැනීම හා මසක් තුළ සකස් කළ ආහාර පිටතින් ලබා ගන්නා වාර ගණන යන සාධක දහය මත පදනම්ව, එක් රැස් කර ගන්නා ලද ගුණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය කොට මෙම අධ්‍යයනය තුළ නිගමන වලට එළඹෙන ලදී.

සාහිත්‍ය විමර්ශනය

පසුගිය දශක කිහිපය තුළ මහජනතාවගේ ආහාර සුරක්ෂිතතාව සහතික කිරීම සම්බන්ධයෙන් ශ්‍රී ලංකාව සැලකිය යුතු ප්‍රගතියක් අත් කර ගෙන ඇතත්, කෝවිඩ්-19 වසංගත ව්‍යාප්තිය සමඟ ජාතික මට්ටමෙන් මෙන්ම ගෘහස්ථ මට්ටමෙන්ද ආහාර අනාරක්ෂිතතාව ඉහළ ගොස් තිබේ (Central Bank of Sri Lanka, 2021). නමුත් මෙහි ආහාර සුරක්ෂිතතාව යනුවෙන් අදහස් කරනු ලබන්නේ, ආහාර නිෂ්පාදනය හා ප්‍රමාණවත් ආහාර සැපයුමක් සහතික කිරීම යන මූලික තත්ත්වය අභිබවා ගිය පුළුල් සංකල්පයක් බව ශ්‍රී ලංකා මහ බැංකු වාර්තාවේ තව දුරටත් විස්තර කරනු ලබයි.

ගෝලීය ආහාර සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳ එක්සත් ජාතීන්ගේ කමිටුව නිර්වචනය කරන ආකාරයට, ආහාර සුරක්ෂිතතාව යනු, ක්‍රියාශීලී හා සෞඛ්‍ය සම්පන්න ජීවිතයක් සඳහා, ආහාර අවශ්‍යතා හා රුචිකතාවයන් තෘප්ත කළ හැකි, ප්‍රමාණවත්, ආරක්ෂිත හා පෝෂ්‍යදායක ආහාර සඳහා සියලුමිනිසුන්ට, සෑම අවස්ථාවකදීම භෞතික, සමාජීය හා ආර්ථික ප්‍රවේශයක් තිබීමයි (Food Security, 2021). මෙම නිර්වචනය යටතේ, ආහාර සුරක්ෂිතතාව සඳහා තෘප්ත විය යුතු ප්‍රධාන සාධක හතරක් පෙන්වා දෙයි. එනම්, සුලභතාව (ආහාර සැපයුම් ප්‍රමාණවත්ද?), ප්‍රවේශය (මිනිසුන්ට, ඔවුන්ට අවශ්‍ය ආහාර ලබා ගත හැකිද?), උපයෝජ්‍යතාවය (මිනිසුන්ට ප්‍රමාණවත් පරිදි පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලබා ගත හැකිද?), ස්ථායීතාව (මිනිසුන්ට සෑම විටම ආහාර සඳහා ප්‍රවේශය තිබේද?) යන සාධක හතර වන අතර, කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය හේතුවෙන් සෘජු හා දැඩි ලෙස ආහාර ප්‍රවේශය සඳහා බලපෑම් සිදු කොට ඇති අතර, සුලභතාවයට බාධා සිදු වීම, පාරිභෝගික ඉල්ලුම මිල හා පෝෂ්‍ය පදාර්ථ අඩු ආහාර වෙත යොමු වීම හා ආහාර මිල අස්ථාවරත්වය වැනි බලපෑම් හරහා ද මෙම තත්ත්වය හඳුනා ගත හැකිය (Laborde et al., 2020).

සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආහාර වේලක් ලබා ගත නොහැකි පුද්ගලයන් සංඛ්‍යාව හා ඒ සඳහා වැය වන මිල නිරීක්ෂණය කිරීම, මන්දපෝෂණයේ බහුවිධ ප්‍රවණතා හා ආහාර ප්‍රවේශය යන වැදගත් නිර්ණායක අතර ඇති සම්බන්ධතාවය හොඳින් අවබෝධ කර ගැනීමට වටිනා මිනුමක් සපයයි. සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආහාර වේල් වල අධික පිරිවැය හා අඛණ්ඩ ව පැවති ඉහළ මට්ටමේ ආදායම් විෂමතාවේ ප්‍රතිඵලයක් ලෙස, 2019 වසරේදී, මිනිසුන් බිලියන තුනකට අධික සංඛ්‍යාවකට සෞඛ්‍ය සම්පන්න ආහාර වේලක් ලබා ගත නොහැකි වූ බව ඇස්තමේන්තු ගත කොට තිබේ. තවද, එයින් බහුතරය, ආසියාතිකයන් වන අතර, එම ප්‍රමාණය බිලියන 1.85කි. බිලියනයක් අප්‍රිකානුවන් වන අතර, මිලියන 113ක් ලතින් ඇමරිකානු හා කැරිබියන් දූපත්වාසීන් වන අතර, උතුරු ඇමරිකාවේ හා යුරෝපයේ මිලියන 17.3කි (THE STATE OF FOOD SECURITY AND NUTRITION IN THE WORLD 2021, 2021). රටවල් 113ක, ආහාර ලබා ගැනීමේ හැකියාව (Affordability), සුලභතාව (Availability), ගුණාත්මකභාවය (Quality) හා සුරක්ෂිතතාව (Safety) ආදිය සලකා බලන ගෝලීය ආහාර සුරක්ෂිතතා දර්ශකයට අනුව, 2020 වසරේ ශ්‍රී ලංකාව 75 වන ස්ථානය හිමි කර ගෙන සිටියි (Global Food Security Index (GFSI), 2021).

මෙවැනි පසුබිමක් තුළ මෙම අධ්‍යයනයේදී මූලික අවධානය යොමු කරනු ලබන්නේ, කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය හේතුවෙන් ශ්‍රී ලංකාවේ පහළ මධ්‍යම පාන්තික නාගරික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල ආහාර සුරක්ෂිතතාව පිළිබඳව සිදු වූ බලපෑම සම්බන්ධයෙනි. වෙනත් ආසියාතික රට වලට සාපේක්ෂ ව ශ්‍රී ලංකාවේ මහල් නිවාස ජනප්‍රිය නොවන අතර 2016 වසරේ ගෘහ ඒකක ආදායම් හා වියදම් සමීක්ෂණය අනුව, ශ්‍රී ලංකාවේ මුළු ගෘහ ඒකක සංඛ්‍යාව මිලියන 20.7 ක් වන අතර, එම සංඛ්‍යාවෙන් තනි නිවසක ජීවත් වන ගෘහ ඒකක ප්‍රමාණය 93.4%ක් වන විට මහල් නිවාස හෝ සුපිරි මහල් නිවාස (සහාධිපත්‍යය) වල වෙසෙන පවුල් සංඛ්‍යාව 0.7%ක් වේ. තවද, නාගරික, ග්‍රාමීය හා වතු අංශය සලකා බලන විට, තනි නිවසක ජීවත් වන පවුල් ප්‍රමාණය පිළිවෙලින් 88.3%ක්, 97.9% හා 30.6% වන විට, මහල් නිවාස හෝ සුපිරි මහල් නිවාස (සහාධිපත්‍යය) වල ජීවත් වන පවුල් ප්‍රමාණය පිළිවෙලින් 3.7%ක්, 0.1%ක් හා 0.1%ක් වේ. පළාත් මට්ටමෙන් සලකා බලන විට බස්නාහිර පළාත තුළත්, දිස්ත්‍රික්ක වශයෙන් සලකා බලන විට කොළඹ දිස්ත්‍රික්කය තුළත් සාපේක්ෂව ඉහළම මහල් නිවාස හෝ සුපිරි මහල් නිවාස (සහාධිපත්‍යය) ගෘහ ඒකක ප්‍රතිශතය හඳුනා ගත හැකිය. එම ප්‍රතිශත අනුපිළිවෙලින් 2.1%ක් හා 5.3%ක් වේ (Department of Census and Statistics, 2018).

නාගරික සංවර්ධන අධිකාරිය විසින් කොළඹ නාගරික මහල් නිවාස ව්‍යාපෘති ආරම්භ කිරීමට පෙර සිදු කළ පරීක්ෂණයකින් අනාවරණය වී ඇති ආකාරයට, කොළඹ නගරයේ ජනගහනයෙන් 50%කට වඩා ජීවත් වන්නේ, නගරයේ මුළු භූමි ප්‍රමාණයෙන් 9%ක් ආවරණය කරන පිරිසුදු පානීය ජලය, විදුලිය හා සනීපාරක්ෂක පහසුකම් වැනි මූලික යටිතල පහසුකම් සහිත මානව වාසයට හිතකර සෞඛ්‍ය සම්පන්න පරිසරයක් නොමැති පැල්පත්, මුඩුක්කු නිවාස හෝ අඛණ්ඩ පැරණි නිවාස යෝජනා ක්‍රමවලය. මෙම තත්ත්වයට පිළියමක් වශයෙන්, නාගරික පුනර්ජනනීය වැඩසටහන යටතේ, නගරයේ පැල්පත්, මුඩුක්කු හා අඛණ්ඩ නිවාස ඉවත් කොට, එවැනි නිවාස වල ජීවත් වූ පවුල්, බිම් මහල සමඟ මහල් 12කින් සමන්විත වර්ග අඩි 450කින් යුක්ත විසින් කාමරයක්, නිදන කාමර 2ක්, මුළුතැන්ගෙයක්, නාන කාමරයක් හා සැදැල්ලකින් සමන්විත ඒකක 192ක් සහිත ජලය, විදුලිය, ජලාපවහනය හා මලාපවහන වැනි යටිතල පහසුකම් වලට අමතරව අභ්‍යන්තර මාර්ග සහිතව ඉදි වූ නිවාස සංකීර්ණ වල පදිංචි කිරීම සිදු විය (Urban Development Authority, 2018). මෙය නාගරික පහළ මධ්‍යම පාන්තික මහල් නිවාස සංකීර්ණ වල ආරම්භය වන අතර ජන හා

සංඛ්‍යාලේඛන දෙපාර්තමේන්තුව විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද සංඛ්‍යා දත්ත වලින් අනාවරණය වන ආකාරයට, වර්තමානය වන විට ශ්‍රී ලංකාවේ නාගරික මහල් නිවාසයක හෝ සුපිරි මහල් නිවාසයක(සහාධිපත්‍ය) වෙසෙන ගෘහ ඒකක සංඛ්‍යාව ආසන්න වශයෙන් 37,800ක් පමණ වේ.

ඉහත විස්තර කරන ලද කොළඹ නගර සීමාව තුළ පිහිටි පහළ ආදායම් සහිත මහල් නිවාස ඉදිකිරීමේ මූලික පරමාර්ථ අදාළ බලධාරීන් විසින් ආර්ථික ප්‍රතිලාභ, සමාජීය ප්‍රතිලාභ, පාරිසරික ප්‍රතිලාභ හා ඊළඟ පරම්පරාවට හිමි වන ප්‍රතිලාභ වශයෙන් ප්‍රධාන කොටස් හතරක් යටතේ ඉදිරිපත් කොට ඇති අතර, නිවසක හිමිකරුවෙකු විමේ ගෞරවය හා නීත්‍යානුකූල අයිතිය, පුද්ගලයන් තුළ ව්‍යවසායකත්වය සංවර්ධනය කිරීම හා රැකියා අවස්ථා හඳුනා ගැනීම ආර්ථික ප්‍රතිලාභ ලෙසත්, සමාජ පිළිගැනීම, ස්ථිර ලිපිනයක් ලැබීම, වඩාත් යහපත් සමාජය හා නීති විරෝධී කටයුතු මුලිනුපුටා දැමිය හැකි වීම සමාජීය ප්‍රතිලාභ ලෙසත්, යහපත් සනීපාරක්ෂක පහසුකම්, සෞඛ්‍ය සම්පන්න දූෂණයෙන් තොර පරිසරය හා නගරයේ විවිධ ස්ථානවලට පහසුවෙන් ප්‍රවේශ විය හැකි වීම පාරිසරික ප්‍රතිලාභ වශයෙනුත් අවසාන වශයෙන් නිසි අධ්‍යාපනය සඳහා දරුවන්ට යහපත් ප්‍රවේශයක් ඇති වනු ඇති බවටත්, විශේෂයෙන්ම කාන්තාවන් සඳහා විවාහයක් සිදු කර ගැනීමේදී, සමාජයෙන් යහපත් පිළිගැනීමක් ලැබෙනු ඇති බවටත් ප්‍රක්ෂේපණය කොට ඇත (Rasnayake, 2019, pp. 93-94).

නාගරික දිළිඳු ප්‍රජාවගේ ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් පර්යේෂණ ගණනාවක් සිදු කොට ඇති අතර, මූලික වශයෙන් නියැදි රාමුව ලෙස නාගරික පැල්පත් හා මුඩුක්කු නිවාස වල ජීවත් වන පවුල් යොදා ගෙන තිබේ. උදාහරණයක් වශයෙන්, 2010 වසරේදී, ශ්‍රී ලංකාවේ, දිළිඳු නාගරික ගෘහ ඒකක වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය පිළිබඳව, ගෝලීය මූල්‍ය අර්බුදයේ බලපෑම සම්බන්ධයෙන් සිදු කළ පර්යේෂණයකින් අනාවරණය වී ඇත්තේ, ආර්ථික අපහසුකම් සහිත නාගරික ජනතාව කෙරෙහි ආහාර අර්බුදය සැලකිය යුතු මට්ටමේ සෘණාත්මක බලපෑම් සිදු කළ බව හා ඒ හේතුවෙන් පෝෂණය දුර්වල වීමේ අවදානමක් පවතින බවයි (De Silva ,2010). 2021 වසරේ කොළඹ මහ නගර සභා ප්‍රදේශයේ නාගරික පැල්පත් හා මුඩුක්කු නියෝජනය කරන ගෘහ ඒකක වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් සිදු කළ පර්යේෂණයකින්, ගුණාත්මකභාවයෙන් අඩු ආහාර, ණය පදනම යටතේ සිල්ලර වෙළඳසැල් වලින් මිලට ගැනීම හා මිලෙන් අඩු ආහාර මත යැපීම, නාගරික පැල්පත්වාසීන්ගේ ආහාර අනාරක්ෂිතභාවයට පුළුල් ලෙස බලපා ඇති බව අනාවරණය විය (Gunawardhana and Ginigaddara, 2021).

නමුත්, මෙම මහල් නිවාස සංකීර්ණ ආශ්‍රිතව දැනට සිදු කොට ඇති පර්යේෂණ සීමිත වන අතර, සිදු කොට ඇති පර්යේෂණ මගින් ප්‍රධාන වශයෙන් අවධානය යොමු කොට ඇත්තේ, මෙම පදිංචිකරුවන්ගේ ආර්ථික සාධකය සම්බන්ධයෙන් වන අතර, විශේෂයෙන්ම, මෙම නැවත පදිංචි කිරීමේ ව්‍යාපෘතිය හේතුවෙන්, මෙම නාගරික ප්‍රජාවගේ සමාජ සම්බන්ධතා ජාලය බිඳ වැටීම, නව මහල් නිවාසයේ ඉඩකඩ සීමිත වීම හා පරිපාලන සීමා හා මුල් පදිංචි ස්ථානයෙන් හෝ නගර මධ්‍යයෙන් දුර බැහැර වීම යන හේතු මත, ව්‍යාපාර කටයුතු පවත්වා ගෙන යාමට නොහැකි වීම නිසා ආර්ථික ක්‍රියාකාරකම් බිඳ වැටීමට හේතු වී ඇති බව දක්වා තිබේ (Rasnayake et al., 2015).නමුත්, ආර්ථික තත්ත්වය මත පමණක් පදනම් නොවන ආහාර පුරුදු ඇතුළු වෙනත් සංකීර්ණ කරුණු මත පදනම් වන ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් මෙම පහළ මධ්‍යම පාන්තික නිවාස සම්බන්ධයෙන් පර්යේෂකයන්ගේ අවධානය යොමු වී නොමැති බව හඳුනා ගත හැකිය.

ඒ අනුව, ශ්‍රී ලංකාවේ නාගරික දිළිඳු ප්‍රජාවගේ ආහාර සුරක්ෂිතතාව සම්බන්ධයෙන් අවධානය යොමු වී ඇති, නාගරික පැල්පත් හා මුඩුක්කු වල වෙසෙන නාගරික ප්‍රජාවට සාපේක්ෂව, සමාජීය, ආර්ථික මෙන්ම පාරිසරික ප්‍රතිලාභ වසර කිහිපයක සිට භුක්ති විඳින ජනතාවක් ලෙස, මෙම ප්‍රජාවගේ දුර්වලතා කෙරෙහි අවධානය යොමු කරමින් සිදු කරන සාම්ප්‍රදායික ප්‍රවේශයකින් (What is Deficit-Based Approaches | IGI Global, 2021) බැහැරව, මෙම පර්යේෂණය හරහා අනාවරණය කර ගනු ලබන ශක්තීන් කෙරෙහි අවධානය යොමු කරමින්, ඒවා තවදුරටත් බල ගැන්වීමේ අරමුණින් සිදු කරන ප්‍රායෝගික ප්‍රවේශයක් (Strengths-based approaches for working with individuals, 2021) තුළ ආහාර සුරක්ෂිතතාවය තහවුරු කිරීමේ හැකියාව විමසා බැලීමේ නියමු පර්යේෂණයක් ලෙස මෙම පර්යේෂණය වැදගත් වේ.

එමෙන්ම, නාගරික ජනගහනය ක්‍රමයෙන් වර්ධනය වෙමින් පවතින තත්ත්වයක් තුළ නිවාස අවශ්‍යතාව තෘප්ත කළ හැකි හොඳම විකල්ප ක්‍රමවේදය ලෙස, නාගරික සංවර්ධන අධිකාරිය විසින් පළමු අදියරේ ආරම්භ කළ මහල් නිවාස සංකීර්ණ ව්‍යාපෘති 13, වර්තමානය වන විට 18ක් දක්වා වර්ධනය වී ඇති බැවින් (Urban Development Authority, 2018) මෙන්ම, අනාගතයේ තව දුරටත් වර්ධනය වීමට ඇති අවස්ථාව පිළිබඳව සලකා බලා, ඊළඟ පරම්පරාව රටේ සංවර්ධනයට සෘජුව දායක කර ගැනීම සඳහාතෘප්ත කළ යුතු නාගරික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය තහවුරු කිරීම සඳහා මෙම අධ්‍යයනය වැදගත් වේ.

ඇමරිකානු මනෝ විද්‍යාඥයෙකු වන ජ්‍යෙෂ්ඨ මාස්ලෝ විසින් 1943 වසරේදී අභිප්‍රේරණය හා පෞරුෂය සඟරාවේ පළ කරන ලද 'මානව අභිප්‍රේරණය පිළිබඳ න්‍යායක්' නැමැති ලිපියෙහි ඉදිරිපත් කරන ලද මිනිස් අවශ්‍යතා ධුරාවලිය(Celestine, 2021)අනුව, සෑම පුද්ගලයෙකු විසින්ම අනෙකුත් සියලු අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීමට පෙර අනිවාර්යයෙන්ම හා පළමුව ඉටු කර ගත යුතු, මානව පැවැත්ම සඳහා අත්‍යාවශ්‍ය වන කායික අවශ්‍යතාවයක් වන ආහාර අවශ්‍යතාවය (McLeod, 2020)තහවුරු කිරීම සඳහා විශේෂ අවධානය යොමු කරමින්මෙතෙක් අවධානය යොමු නොවූ මෙම ක්ෂේත්‍රය සම්බන්ධයෙන් මෙම අධ්‍යයනය සිදු කරනු ලැබේ.

අරමුණ

නාගරික පහළ මධ්‍යම පාන්තික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය,

එනම්,

- 01 පවුල ට ප්‍රමාණවත් ආහාර සැපයුමක් තිබීම
- 02 රුචිකතාවය හා අවශ්‍යතාවය පරිදි ආහාර ලබා ගැනීමට හැකිවීම
- 03 ලබා ගන්නා ආහාර මගින්, පුද්ගලයාගේ ශරීරයට අවශ්‍ය පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලැබීම
- 04 බාධාවකින් තොරව, අවශ්‍ය සෑම විටම ආහාර ලබා ගත හැකි වීම

යන සාධක ඉටු වීම සම්බන්ධයෙන්කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය සිදු කළසාධනීය හා/හෝ නිශේධනීය බලපෑම හඳුනා ගැනීම මෙම පර්යේෂණයේ අරමුණ වේ.

පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය

මෙම පර්යේෂණය සඳහා මිශ්‍ර පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය භාවිතා කරන ලද අතර, ප්‍රබල/අඩු-ප්‍රබල පර්යේෂණ සැලසුමක් (dominant/less-dominant design) භාවිතා කරන ලදී

(පිනිකහන, 2012). එනම්, ප්‍රධාන වශයෙන් ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදයක්, සුළු වශයෙන් ප්‍රමාණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදයක් යොදා ගන්නා ලදී. ස්වභාවික පරිසරයක ක්‍රියාත්මක කරන, දත්තදායකයන්ගේ සම්බන්ධතාමතක දැක්ම වාර්තා කරන, වචන භාවිතා කිරීම මගින් සංකීර්ණ සාකච්ඡා සිතුවමක් ගොඩ නැගීම පදනම් වූ, මානව හෝ සමාජ ප්‍රශ්නයක් වටහා ගැනීමේ විමර්ශනාත්මක ක්‍රමවේදයක් වන ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය (Creswell, 1994, pp.12), අඩු ආදායම්ලාභී නාගරික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන්, වසංගත තත්ත්වය සිදු කළ බලපෑම අධ්‍යයනය කිරීම සඳහා වඩාත් උචිත බව පර්යේෂකයා විසින් නිගමනය කරන ලදී. නමුත්, මෙම අධ්‍යයන ක්‍රමවේදය තුළ ලබා ගන්නා දත්ත සාමාන්‍යකරණය කිරීමේ අපහසුතාවය හේතුවෙන් මෙන්ම, පර්යේෂණ ගැටලුව, පර්යේෂකයාගේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් මෙන්ම, පහළ මධ්‍යම පාන්තික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල සාමාජිකයන්ගේ දෘෂ්ටිකෝණයෙන් නිරීක්ෂණය කිරීමේ අවශ්‍යතාවය හේතුවෙන් මෙම පර්යේෂණය සඳහා පිළිවෙලින් ප්‍රමාණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය හා ගුණාත්මක පර්යේෂණ ක්‍රමවේදය යොදා ගන්නා ලදී.

නාගරික සංවර්ධන අධිකාරිය දක්වන ආකාරයට, දැනට කොළඹ නගරයේ පැල්පත්, මුඩුක්කු නිවාස හෝ අබලන් පැරණි නිවාස යෝජනා ක්‍රම වල අවම පහසුකම් යටතේ පවුල් 68,812 ක් ජීවත් වන බව හඳුනා ගෙන ඇති අතර, නාගරික පුනර්ජනනීය වැඩසටහන යටතේ මෙම තත්ත්වයට පිළියමක් ලෙස මහල් නිවාස ව්‍යාපෘති 18ක් ආරම්භ කොට තිබේ (Urban Development Authority, 2018). එම ව්‍යාපෘති වලින් වැඩි සංඛ්‍යාවක් මේ වන විට, වැඩ අවසන් කොට ජනතාව පදිංචි කොට ඇති අතර එම වැඩ අවසන් කළ කොළඹ පිහිටි මහල් නිවාස ව්‍යාපෘති හතරක් සම්බන්ධයෙන් සහභාගිත්ව නිරීක්ෂණ ක්‍රමවේදය භාවිතා කරමින් ක්ෂේත්‍ර පර්යේෂණයක් පළමුව සිදු කරන ලදී. මෙම නිවාස සංකීර්ණ 4 නියැදි රාමුව ලෙස සලකා, එම නිවාස අතුරින් අහඹු ලෙස නිවාස 20ක් මෙම පර්යේෂණයේ නියැදිය ලෙස තෝරා ගන්නා ලද අතර ජනගහනයේ සජාතියත්වය සලකා ප්‍රමාණයෙන් කුඩා නියැදියක් පර්යේෂකයා විසින් තෝරා ගන්නා ලදී.

තෝරා ගන්නා ලද නිවාස 20 ටම දුරකථන මාර්ගයෙන් කෙටි ප්‍රශ්නාවලියක් යොමු කරන ලද අතර, ඉන් තෝරාගත් නිවාස 10 ක් සමග ප්‍රශ්නාවලිය හරහා අනාවරණය කර ගැනීමට අපහසු වූ අපැහැදිලි කරුණු නිරාවරණය කර ගැනීමේ අරමුණින් ගැඹුරු සම්මුඛ සාකච්ඡා සිදු කරන ලදී. ඉන් අනතුරුව, තෝරාගත් නිවාස 5 ක් ඇසුරෙන් සිද්ධි අධ්‍යයන සිදු කරන ලදී. රජය විසින් පනවා ඇති සෞඛ්‍ය මාර්ගෝපදේශ හා නීතිරීති වලට යටත්ව කටයුතු කිරීමට සිදු වීම නිසා, පෙර සැලසුම් නොකළ පරිදි, එක් දත්තදායකයෙකුගේ සම්බන්ධතා භාවිතා කොට තවත් දත්තදායකයෙකු සොයා ගැනීම ආදී වශයෙන් හිමි බෝල නියැදීම (පිනිකහන, 2012, පි.52) හරහා සැලසුම් කළ දත්තදායකයන් සංඛ්‍යාව සම්පූර්ණ වන තෙක් සම්බන්ධතා ගොඩනඟා ගනිමින් දත්ත රැස් කර ගැනීමට සිදු විය. එසේ රැස් කරගන්නා ලද දත්ත මෙම පර්යේෂණයේ ප්‍රාථමික දත්ත ලෙස භාවිතා වූ අතර, ද්විතීක දත්ත ලෙස, රාජ්‍ය හා රාජ්‍ය නොවන සංවිධාන විසින් ඉදිරිපත් කරන ලද වාර්තා, අණපනත්, සංඛ්‍යා ලේඛන මෙන්ම, වෙනත් දෙස් විදෙස් පර්යේෂකයන් විසින් පළ කරන ලද ලිපි ලේඛන හා ග්‍රන්ථ භාවිතා කරන ලදී.

අධ්‍යයනය සඳහා යොදා ගත් ප්‍රශ්නාවලිය හරහා අනාවරණය කර ගන්නා ලද ප්‍රමාණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය කිරීම සඳහා SPSS පරිඝනක මෘදුකාංගය භාවිතා කරන ලද අතර සම්මුඛ සාකච්ඡා හා සිද්ධි අධ්‍යයන ඇසුරෙන් රැස් කළ ගුණාත්මක දත්ත විශ්ලේෂණය

කිරීම සඳහා තේමාත්මක විශ්ලේෂණ (thematic analysis) ක්‍රමවේදය යොදා ගන්නා ලදී. තේමාත්මක විශ්ලේෂණය යනු, තේමාව නිර්මාණය කිරීම තුළින් සමාජ යථාර්ථය සංකේත ගත කිරීමේ, අර්ථය පරීක්ෂා කිරීමේ හා විස්තරයක් ලබා දීමේ ක්‍රමානුකූල ක්‍රියාවලියකි (Alhojailan, 2012). අධ්‍යයනයේ අරමුණ ලඟා කර ගැනීම සඳහා මෙම ක්‍රමවේදය, පර්යේෂණයේ දත්ත විකාශනය වන තේමාවන් අතර, හරස් යොමු කිරීම් ගණනාවක් හඳුනා ගැනීමට පර්යේෂකයාට අවස්ථාව ලබා දෙන පුළුල් ක්‍රියාවලියක් වන අතර, අධ්‍යයනයට ප්‍රවේශ වීම සඳහා උද්ගාමී හා නිගාමී ක්‍රමවේද අවශ්‍ය පරිදි යොදා ගැනීමට හැකි වන ආකාරයට නම්‍යශීලීය (Alhojailan, 2012). ඒ අනුව, පළමුව පර්යේෂකයා විසින් දත්තදායකයින්ගේ අවසරය මත දුරකථනයේ පටිගත කළ දත්තදායකයන්ගේ ඇමතුම්, පරිඝනක ගත කරන ලද අතර, එම තොරතුරු වල ඉදිරිපත්ව ඇති සමාන අදහස්, කෙටි යෙදුම් නැතහොත් කේත බවට පත් කර, සෑම දත්තදායකයෙකුම ලබා දුන් සම්පූර්ණ තොරතුරු සමග සංසන්දනය කරමින් කිහිප වරක් නැවත නැවත පරීක්ෂා කරන ලද අතර, පසුව සංකල්ප වශයෙන් අර්ථකථනය කරන ලදී (Caulfield, 2021).

ප්‍රතිඵල හා සාකච්ඡා

ප්‍රශ්නාවලිය මගින් අනාවරණය කර ගන්නා ලද ප්‍රමාණාත්මක දත්ත වලින් අනාවරණය වූ ආකාරයට, නියැදියෙන් 55%ක් සිංහල බෞද්ධ, 35% ක් මුස්ලිම්, 5% ක් සිංහල ක්‍රිස්තියානි හා 5%ක් ද්‍රවිඩ ප්‍රජාව නියෝජනය කළ අතර, නියැදිය නියෝජනය කළ දත්තදායකයන්ගෙන් 35%ක් තම අධ්‍යාපන මට්ටම හෙළි කොට නොමැති අතර, අධ්‍යාපන මට්ටම හෙළි කළ දෙමාපියන්ගෙන් 96%ක් අ.පො.ස සාමාන්‍ය පෙළ හෝ ඊට අඩු අධ්‍යාපන මට්ටමක් සහිත අය වන අතර, 4%ක් පමණක් අ.පො.ස. උසස් පෙළ සමත් වී තිබේ. රාජ්‍ය අංශයේ රියදුරු, සුළු සේවක, කාර්යාල කාර්ය සහයක වැනි අංශවලත් (13.3 %), ආහාර, විසිතුරු භාණ්ඩ හා රෙදිපිළි වෙළඳාමෙහිත් (46.6%), වාහන සේදුම්කරු (3.3%), වාහන අලුත්වැඩියාකරු (3.3%), නිවෙස් මෙහෙකරු (3.3%), තැරවිකරු (3.3%), වෙළඳසැල් සේවක (10%), කම්කරු (3.3%), සනීපාරක්ෂක සේවක (6.6%) , ත්‍රිරෝද රථ රියදුරු (6.6%) වැනි අංශ වල දත්තදායකයන් සේවයේ නිරත වී සිටින අතර, රැකියාවක නියුතු කාන්තාවන්ගෙන් 50% කට වසංගත තත්ත්වය හේතුවෙන් රැකියාවක් නොමැති තත්ත්වයක් උද්ගතව පවතියි.

ලොව පුරා ආහාර අනාරක්ෂිතතාව විශාල වශයෙන් වර්ධනය වීම සමග සම්බන්ධ වන ලක්ෂණ පහ වන්නේ අඩු අධ්‍යාපන මට්ටමක් තිබීම, දුර්වල සමාජ සම්බන්ධතා, අඩු සමාජ ප්‍රාග්ධනය, ගෘහ ඒකක ආදායම අඩු වීම හා සේවා වියුක්තිය වේ (Smith et al., 2017). කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය හමුවේ, නාගරික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් සිදු කළ මෙම අධ්‍යයනයේදී, ආහාර අනාරක්ෂිතතාව පුළුල් කරන සාධක සියල්ලම මෙම ප්‍රජාව සමග සෘජු ව සම්බන්ධ වන බවත්, කෝවිඩ්-19 වසංගත තත්ත්වය, ඉහත සියලුම සාධක ප්‍රවර්ධනය කළබවත් ඉහත ප්‍රමාණාත්මක දත්ත මගින් අනාවරණය වූ කරුණු වලින් පැහැදිලි වේ.

මහ බැංකු වාර්තාවට අනුව, ශ්‍රී ලංකාවේ වසංගතයේ බලපෑම හේතුවෙන්, ආහාර අනාරක්ෂිතභාවයේ අවදානමට ලක් වන කණ්ඩායම් අතර, සීමිත හෝ අක්‍රමවත් ආදායම් ලබන පුද්ගලයන්, හදිසි අවස්ථාවකදී භාවිතයට ගැනීම සඳහා සීමිත ආහාර සංචිත හා ඉතුරුම් සහිත පුද්ගලයන්, ආහාර අවශ්‍යතා සඳහා වෙළඳපොළ වෙත මුළුමනින්ම යැපෙන නාගරික ජනගහනයේ ඇතුළු කාණ්ඩ, මන්දපෝෂණ ගැටලු හා නිදන් ගත රෝග වැනි දුර්වල සෞඛ්‍ය තත්ත්වයක් ඇති පුද්ගලයන් හා දරුවන් හා වසංගතය හේතුවෙන් රැකියාවෙන් ඉවත් කිරීම හා වැඩ කරන පැය ගණන සීමා වූ අංශ තුළ පූර්ණ කාලීන හා

අර්ධ කාලීන සේවා නියුක්තිකයන් වේ (Central Bank of Sri Lanka, 2021). මහ බැංකු වාර්තාවේ දැක්වෙන ආකාරයට, ආහාර අනාරක්ෂිතභාවයේ අවධානමට ලක් වන කාණ්ඩ සියල්ලම මෙම පහළ මධ්‍යම පාන්තික පවුල් වල සාමාජිකයන් විසින් නියෝජනය කරන බවත් ඉහත ප්‍රමාණාත්මක දත්ත මගින් අනාවරණය වේ.

මිලගට සිද්ධි අධ්‍යයන ක්‍රමය හා සම්මුඛ සාකච්ඡා ක්‍රමය මගින් ලබා ගන්නා ලද ඉගැන්වීම් දත්ත මත පදනම්ව ගොඩ නගන ලද, කේත හා සංකල්ප විශ්ලේෂණය තුළින්, නාගරික මහල් නිවාසවල වෙසෙන පවුල්වල ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් සිදු වූ බලපෑම සම්බන්ධයෙන් පහත මාතෘකා මත වූ අතර පහත ඒ එක් එක් තේමාව පිළිබඳව සාකච්ඡා කරනු ලැබේ.

පළවන තේමාව - ආහාර බෝග වගාවට යොමු වීම

අධ්‍යයනය සඳහා සහභාගී වූ පවුල් 80%ක් ආහාර බෝග වගාව වෙත යොමු වී ඇති අතර, නිවස තුළ කුඩා ඉඩක් භාවිතා කොට පස් පුරවන ලද කුඩා බඳුන්වල පොදුවේ, කරපිංවා, කෝමාරිකා, විවිධ මිරිස් වර්ග, තක්කාලි, ඉගුරු, කහ, වම්බටු, ලීක්ස්, මුකුණුවැන්න හා නිවිති වැනි බෝග වගා කොට තිබේ. ඊට අමතරව, ජලය පුරවන ලද කුඩා බඳුන් වල එදිනෙදා භාවිතය සඳහා කොත්තමල්ලි වැනි ශාක වගා කර ගැනීමට පෙළඹී ඇත. දත්ත දායකයන්ගෙන් 40% ක් වසංගත තත්ත්වයට පෙර සිටම බෝග වගාවට යොමු වී සිටි බව ප්‍රකාශ කළ අතර, 40% ක් වසංගතය හේතුවෙන් නිවසේ වැඩි කාලයක් ගත කිරීමට ලැබීම නිසා වගාවට අවස්ථාව ලැබුණු බව ප්‍රකාශ කළහ ('ගෙදර නිකන් ඉන්න එකේ අපිත් එළවලු දෙක තුනක් වවන්න ගත්තා' - තෙවැනි දත්තදායකාව).

එමෙන්ම, මහල් නිවාස වල වගාවන් සඳහා අවශ්‍ය තාක්ෂණික දැනුම ලබා දෙන හා නිවසටම පැමිණ කුඩා ඉඩක වගාව සඳහා අවශ්‍ය පහසුකම් සපයන වෙළඳ ආයතනයක සහය ලබා ගැනීමට සමත් වූ බව ප්‍රකාශ කරන තෙවැනි දත්තදායකාව, ඒ සඳහා වැය වූ මුදලට සාපේක්ෂව ඉහළප්‍රතිලාභයක් ලබා දීමට එම වගාව සමත් වී ඇති බව ප්‍රකාශ කරයි. එමෙන්ම, නාගරික පරිසරයක් තුළ ඇති වන මානසික ආතතිය දුරු කිරීමටද මෙම සුළු මට්ටමේ වගාව හේතු වූ බව වගාවට යොමු වූ පවුල්වල දත්තදායකයන්ගේ පොදු අදහසයි.

දෙවන තේමාව- ආහාර සංචිත ගබඩා කිරීම සඳහා ඉඩකඩ ප්‍රමාණවත් නොවීම හා හදිසි අවස්ථාවකදී භාවිතා කළ හැකි ඉතුරුම් නොමැති වීම

නිවස තුළ පවතින කුඩා ඉඩකඩ හේතුවෙන් ආහාර ගබඩා කිරීමේ හැකියාව සීමා සහිත වීම හේතුවෙන් මෙන්ම පුරුද්දක් වශයෙන්, සහල්, සීනි, පොල් තෙල් වැනි ආහාර වර්ග කිහිපයක් හැරුණු විට අනෙකුත් ආහාර සතියක් හෝ සති දෙකකට වරක් මිලට ගන්නා බව දත්තදායකයන්ගේ පොදු මතය විය. ඒ අනුව, මෙහිදී අනාවරණය වූ සුවිශේෂී තත්ත්වය වූයේ, නාගරික මුඩුක්කු පැල්පත්වාසීන් තුළ දැකිය හැකි බවට පර්යේෂණවලින් අනාවරණය වූ එදිනෙදා ආහාර මිලට ගැනීම හා ණයට ආහාර මිලට ගැනීම මෙම නාගරික මහල් නිවාස නියෝජනය කරන නියැදිය තුළ දැකිය නොහැකි බවයි. කෙසේ නමුත්, දත්තදායකයන් විසින් අවම වශයෙන් ක්‍රෙඩිට් කාර්ඩ් පත් දෙකක් භාවිතා කරන බව අනාවරණය කරන ලදී.

විශේෂයෙන්ම, වසංගතයේ මුල් අවධියේදී, ඇති වූ හදිසි තත්ත්වයේදී, ආහාර සපයා ගැනීමට තරම් ඉතුරුම් ප්‍රමාණවත් නොවූ බව පොදුවේ පිළිගන්නා ලද අතර, රාජ්‍ය හා පෞද්ගලික අංශයේ මැදිහත්වීම මත තත්ත්වය කළමනාකරණය කර ගත හැකි වූ බව ප්‍රකාශ කරයි. ඒ වන විට අන්තර්ජාලය ඔස්සේ, භාණ්ඩ ඇණවුම් කර නිවසට ගෙන්වා ගැනීමට සුපිරි

වෙළඳසැල්වලින් පමණක් සීමිත පහසුකම් සපයා තිබූ බවත්, එම භාණ්ඩ වල මිල හා ප්‍රවාහන ගාස්තු දැරිය හැකි තත්ත්වයක නොවූ බවත් ප්‍රකාශ කරයි. පසුකාලීනව සාමාන්‍ය වෙළඳසැල්ද, දුරකථනය හා අන්තර්ජාලය ඔස්සේ, ඇණවුම් ලබා ගැනීමටත්, භාණ්ඩ නිවසට ප්‍රවාහනය කිරීමටත් ක්‍රමවේද සකස් කරගත් නිසා අද වන විට අත්‍යාවශ්‍ය ආහාර ලබා ගැනීම ගැටළුවක් නොවන බව ප්‍රකාශ කරයි.

තෙවන කේමාව- ආහාරවල මිල සම්බන්ධයෙන් මිස ගුණාත්මකභාවය පිළිබඳ සැලකිලිමත් නොවීම

ආහාර මිලදී ගන්නා ස්ථානය හා එම ස්ථානයෙන් ආහාර මිලට ගැනීමට හේතු පිළිබඳව දත්තදායකයන් ඉදිරිපත් කළ කරුණු වලින් ගම්‍ය වූ සුවිශේෂී කරුණක් වන්නේ, මිල අඩු ආහාර සම්බන්ධයෙන් දක්වන දැඩි උනන්දුවයි. විශේෂයෙන්ම, වැඩිම වට්ටමක් ලබා දෙන වෙළඳසැලෙන් භාණ්ඩ මිලට ගනු ලබයි. බිත්තර, පොල්තෙල් වැනි ආහාර සම්බන්ධයෙන්, නිෂ්පාදිත දිනයක්, කල් ඉකුත් වීමේ දිනයක් හෝ නිෂ්පාදනය කළ ආයතනයක් පිළිබඳ සඳහනක් නොමැති භාණ්ඩ ගැටලුවකින් තොරව මිලට ගෙන පරිභෝජනය කරනු ලබයි. මහජන පොළ, කොළඹ මැතින්ගේ වෙළඳසැල, කුඩා තොග වෙළඳසැල් ආදිය ආහාර මිලදී ගන්නා ස්ථාන වේ. ඒ අනුව, මසකට අවශ්‍ය ආහාර යම් මට්ටමක පූර්ව සැලසුමකින් යුක්තව මිලට ගනු ලබන ආකාරයක් හඳුනා ගත හැකිය.

හතර වන කේමාව - සමබල ආහාර වේලක් පිළිබඳ අවබෝධයක් ඇතත්, නිසි වේලාවට සමබල ආහාර වේලක් ලබා ගැනීමට සැලකිලිමත් නොවීම

සංචරණ සීමා හා නිරෝධායන ඇදිරි නීතිය හේතුවෙන්, පාසල් වසා දැමීම නිසා දරුවන් පාසල් නොයෑම, වැඩිහිටියන් නිවසේ සිට රැකියාවක නිරත වීම හෝ, රැකියාව අහිමි වීම හෝ සේවා වැඩ මුර අවම වීම වැනි හේතු නිසා නිවසේ රැඳෙන කාලය වැඩිවීම හේතුවෙන් දවසේ ආහාර ලබා ගැනීමට නිශ්චිත වේලාවක් නොමැති වීම, ආහාර වේල් මඟ හැරීම සිදු වන බව බහුතර දත්තදායකයන්ගේ මතයයි. දරුවන්ගේ කැමැත්ත පරිදි පරිප්පු, අල, කුකුළු මස් වැනි එකම ආහාර කිහිපයක් දිගින් දිගටම ආහාරයට ගන්නා අතර, එළවලු හා පලා වර්ග ආහාර වේලට එකතු කිරීම ප්‍රතික්ෂේප කරයි ('මේළමයි පරිප්පු නැත්තම් කෑම කන්නේ නැහැ'- පස්වන දත්තදායකාව). එමෙන්ම, පිටතින් ඇණවුම් කරන ආහාර වසංගතයට පෙර අධික ලෙස පරිභෝජනය කොට ඇතත්, අද වන විට එය සැලකිය යුතු මට්ටමකින් මඟ හැරී ගොස් තිබේ ('ඉස්සර හැමදාම හවසට බබාලාගේ තාත්තා කඩෙන් කන්න මොනාහරි අරගෙන එනවා'- පස්වන දත්තදායකාව).

නිගමනය

ඉහත සාකච්ඡා කළ ආකාරයට, වසංගත තත්ත්වය හේතුවෙන් බෝග වගාවට යොමු වීම, ආහාර සුරක්ෂිතතාවය සම්බන්ධයෙන් සාධනීය ලක්ෂණයක් ලෙස නිගමනය කළහැකි අතර, පවුල තුළ යම් මට්ටමක ප්‍රමාණවත් ආහාර සැපයුමක් පවත්වා ගෙන යාම සඳහා උපකාර වී තිබේ. එමඟින්, තම අභිමතය හා අවශ්‍යතාවය පරිදි වගාව සඳහා බෝග තෝරා ගැනීමට ද, විෂ රසායනික වලින් තොර ආහාර ලබා ගැනීමට ද හැකි වී තිබේ.

ආහාර පිළිබඳ පූර්ව සැලසුමක් තිබීම හා සමබල ආහාර වේලක් පිළිබඳ දැනුවත්භාවය ද සාධනීය ලක්ෂණ ලෙස නිගමනය කළහැකි නමුත්, විවිධත්වයකින් යුක්ත සමබල ආහාර වේලක් නිශ්චිත වේලාවක් තුළ ලබා නොගැනීම හා ආහාර වල ගුණාත්මකභාවය කෙරෙහි සැලකිල්ලක් නොදැක්වීම යන නිශේධනීය ලක්ෂණ හේතුවෙන්, පුද්ගලයාගේ ශරීරයට අවශ්‍ය

පෝෂ්‍ය පදාර්ථ ලැබීම හා බාධාවකින් තොරව, අවශ්‍ය සෑම විටම ආහාර ලබා ගත හැකි වීම යන සාධක තෘප්ත නොවන බව පැහැදිලි ය.

මේ අනුව, මාස්ලෝ ගේ අවශ්‍යතා ධුරාවලිය අනුව, අනෙකුත් සියළු අවශ්‍යතා ඉටු කර ගැනීම ට පෙර, සෑම පුද්ගලයෙකු විසින් ම ඉටු කර ගත යුතු මූලික අවශ්‍යතාවයක් වන ආහාර අවශ්‍යතාවය, නිසි පරිදි තෘප්ත වීම යනු, ඉහත විස්තර කළ, ආහාර සුරක්ෂිතතාව තහවුරු කර ගැනීම බව පැහැදිලි වන අතර, මෙම අවශ්‍යතාවය නිසි පරිදි තෘප්ත කර ගැනීම සම්බන්ධයෙන් පවතින ප්‍රායෝගික ගැටලු හේතුවෙන්, සෑම පුද්ගලයෙකුට ම හිමිවිය යුතු, මාස්ලෝ ගේ ධුරාවලියේ ඉහළ මට්ටම් කරා ලඟා වීම ට ඇති අවස්ථා, මෙම නාගරික මධ්‍යම පාන්තික මහල් නිවාස වල වෙසෙන පවුල් වල සාමාජිකයන් සම්බන්ධයෙන් සීමා සහිත වීම සිදු වී තිබේ.

ආශ්‍රිත ග්‍රන්ථ නාමාවලිය

පිනිකහන, ජේ., 2012. සමාජ පර්යේෂණ ක්‍රම. කොළඹ 10: සී /ස ඇස්. ගොඩගේ සහ සහෝදරයෝ (පුද්.) සමාගම.

සුබසිංහ, ඩබ්., 2016. සමාජ පර්යේෂණ ක්‍රම. ගනේමුල්ල: කතෘ ප්‍රකාශන.

Alhojailan, M., 2012. THEMATIC ANALYSIS: A CRITICAL REVIEW OF ITS PROCESS AND EVALUATION. *West East Journal of Social Sciences-December 2012*, [online] 1(1). Available at: <https://fac.ksu.edu.sa/sites/default/files/ta_thematic_analysis_dr_mohammed_alhojailan.pdf>.

Caulfield., J., 2021. *How to do thematic analysis*. [online] Scribbr. Available at: <<https://www.scribbr.com/methodology/thematic-analysis>>.

Celestine, N., 2021. *Abraham Maslow, His Theory & Contribution to Psychology [Upd. 2019]*. [online] PositivePsychology.com. Available at: <<https://positivepsychology.com/abraham-maslow/>> [Accessed 14 October 2021].

Central Bank of Sri Lanka, 2021. *Annual Report 2020*. Colombo 01: Central Bank of Sri Lanka.

Creswell, J., 1994. *Research Design: Qualitative and Quantitative Approaches*. SAGE Publications.

Department of Census and Statistics Sri Lanka, 2018. *Household Income and Expenditure Survey - 2016 Final Report*. Battaramulla: Department of Census and Statistics Sri Lanka, p.vi, 101.

De Silva, A., 2010. Effects of the global financial crisis on the food security of poor urban households; Case study Colombo, Sri Lanka. *Colombo: Faculty of Medicine, University of Colombo, Sri Lanka*.

Fao.org. 2021. *THE STATE OF FOOD SECURITY AND NUTRITION IN THE WORLD* 2021. [online] Available at: <http://www.fao.org/3/cb4474en/online/cb4474en.html#chapter-executive_summary> [Accessed 17 September 2021].

Foodsecurityindex.eiu.com. 2021. *Global Food Security Index (GFSI)*. [online] Available at: <<https://foodsecurityindex.eiu.com/Index>> [Accessed 17 September 2021].

Gunawardhana, N. and Ginigaddara, G., 2021. Household Food Security of Urban Slum Dwellers: A Case Study in Colombo Municipality, Sri Lanka. *Journal of Food Chemistry & Nanotechnology*, 7(2), pp.34-40.

Ifpri.org. 2021. *FOOD SECURITY*. [online] Available at: <<https://www.ifpri.org/topic/food-security>>.

Igi-global.com. 2021. *What is Deficit-Based Approaches | IGI Global*. [online] Available at: <<https://www.igi-global.com/dictionary/supporting-faculty-in-culturally-responsive-online-teaching/72255>> [Accessed 17 September 2021].

Iriss. 2021. *Strengths-based approaches for working with individuals*. [online] Available at: <<https://www.iriss.org.uk/resources/insights/strengths-based-approaches-working-individuals>> [Accessed 17 September 2021].

Laborde, D., Martin, W., Swinnen, J. and Vos, R., 2020. COVID-19 risks to global food security. *Science*, 369(6503), pp.500-502.

Mcleod, S., 2020. *Simple Psychology*. [online] Simplypsychology.org. Available at: <<https://www.simplypsychology.org/maslow.html>> [Accessed 14 October 2021].

Rasnayake, S., 2019. The Discourse of ‘Slum-Free’ City: A Critical Review of the Project of City Beautification in Colombo, Sri Lanka. *Sri Lanka Journal of Sociology*, [online] 01. Available at: <<https://arts.pdn.ac.lk/socio/research/pdf/05Susantha.pdf>>.

Rasnayake, S., Silva, K. and Herath, H., 2015. Victims of Beauty: An Inquiry on the Livelihood Impacts of Slum Resettlement Programme Driven by the City Beautification Project in Colombo. *Faculty of Arts International Research Conference*, [online] Available at: <<http://archive.cmb.ac.lk:8080/research/handle/70130/4387>>.

Smith, M., Rabbitt, M. and Coleman- Jensen, A., 2017. Who are the World’s Food Insecure? New Evidence from the Food and Agriculture Organization’s Food Insecurity Experience Scale. *World Development*, 93, pp.402-412.

Uda.gov.lk. 2018. *The Urban Development Authority*. [online] Available at: <<https://www.uda.gov.lk/urban-regeneration-programme.html>> [Accessed 14 September 2021].