

## รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัด

### 3.4 ร้อยละของประชากรอายุ 25 - 59 มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ สำนักโภชนาการ รอบ 5 เดือนหลัง ปีงบประมาณ พ.ศ. 2567

#### 1. การวิเคราะห์สถานการณ์พฤติกรรมกรรมการกินผักและการกินผักผลไม้ในประชากรวัยทำงาน และความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการดำเนินงาน

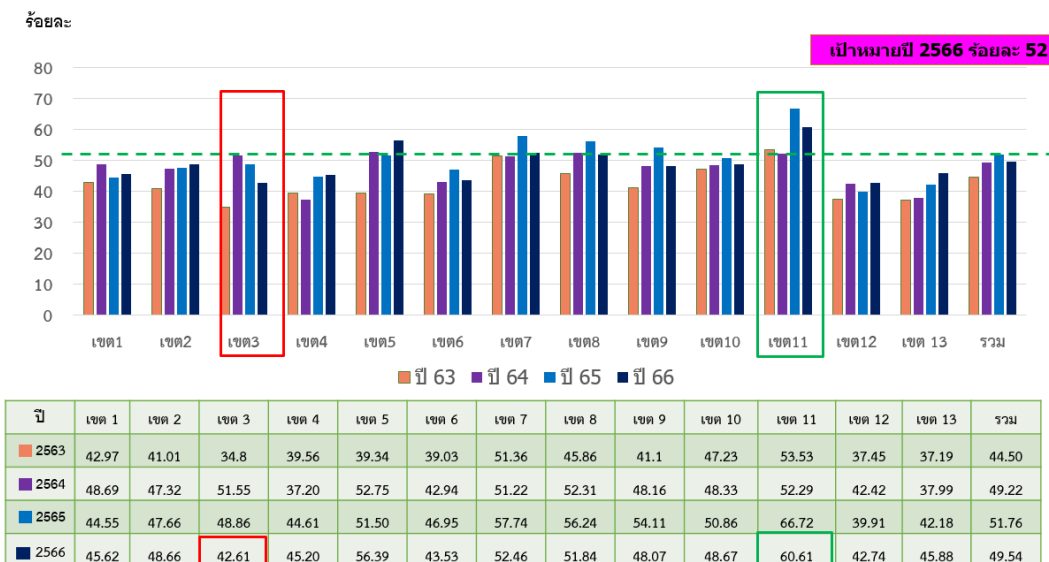
##### 1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การกินผักและการกินผักผลไม้ในประชาชนวัยทำงาน และ ความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการดำเนินงาน

###### - ผลผลิตผลลัพธ์ของการดำเนินงานระดับ C (Comparisons) การเปรียบเทียบ

ผลการเก็บข้อมูลพฤติกรรมกรรมการกินผัก ผ่าน Application H4U ในพื้นที่ 13 เขตสุขภาพ ในปี 2563 - 2566 พบว่า ปี 2565 ประชาชนอายุ 15 - 59 ปี มีการกินผักเพียงพอวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 33.93 เป็นร้อยละ 44.50, 49.22 และร้อยละ 51.76 ตามลำดับ แต่ในปี 2566 มีพฤติกรรมกรรมการกินผักวันละ 5 ทัพพีทุกวันลดลง เหลือ ร้อยละ 49.54 ดังภาพที่ 1

เมื่อพิจารณาจำแนกรายเขตสุขภาพ ปีงบประมาณ 2566 รอบ 5 เดือนแรก พบว่าประชากรอายุ 15 - 59 ปี กินผัก ในเขตสุขภาพที่ 11, 5, 7 มีการกินผัก 5 ทัพพี ทุกวัน ผ่านเกณฑ์ มากที่สุด 3 อันดับแรก คือ ร้อยละ 60.61, 55.39 และ 52.46 ตามลำดับ ส่วนประชากรในเขตสุขภาพที่ 3, 12 และ 6 กินผัก 5 ทัพพี ทุกวัน น้อยที่สุด 3 อันดับแรก คือ ร้อยละ 42.61, 42.74 และ 43.53 ตามลำดับ ดังภาพที่ 1

**ภาพที่ 1 ร้อยละของวัยทำงานอายุ 15-59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน  
จำแนกรายเขตปี 2563-2566**

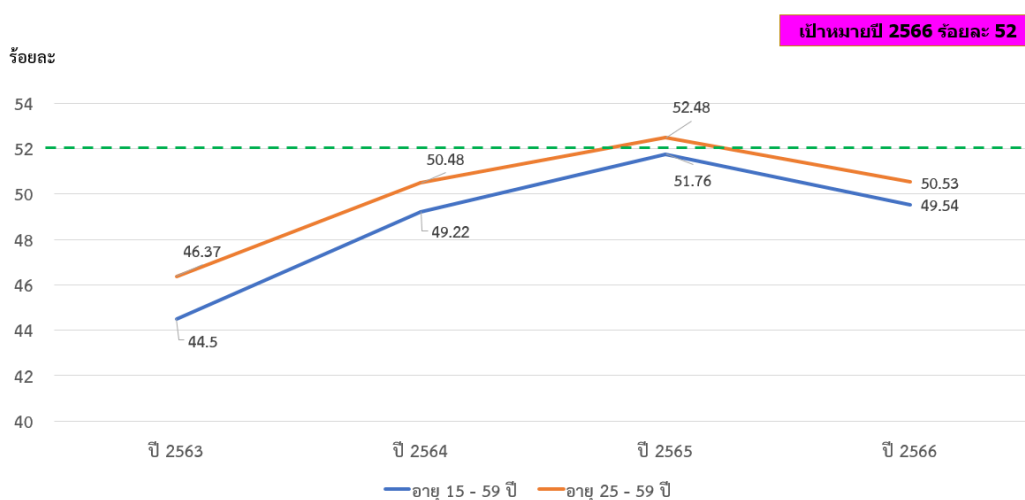


สำหรับการเปรียบเทียบพฤติกรรมกินผักในช่วงอายุ 25 – 59 ปี และ 15 – 59 ปี ในปี 2566 ในภาพรวม พบว่าประชากรอายุ 25 – 59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน มากกว่าช่วงอายุ 15 – 59 ปี โดยประชากรอายุ 25 – 59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน ร้อยละ 50.53 แต่ประชากรช่วงอายุ 15 – 59 ปี ที่กินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน ร้อยละ 49.54 ดังภาพที่ 2

**- ผลผลิตผลลัพธ์ของการดำเนินงานระดับ T (Trend) แนวโน้ม**

สำหรับสถานการณ์การกินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน ในภาพรวม ในปี 2563 - 2566 ของประชากรวัยทำงานอายุ 15 – 59 ปี และ 25 – 59 ปี มีแนวโน้มลดลง ดังภาพที่ 2

**ภาพที่ 2 ร้อยละของวัยทำงานอายุ 15 – 59 ปี และ อายุ 25-59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน จำแนกรายปี 2563-2566**



สำหรับพฤติกรรมการกินผักผลไม้ จากการเก็บข้อมูลของวิชัย เอกพลากร และคณะ ปี 2551-2552, 2557-2558 และ 2562-2563 พบประชากรอายุ 15-59 ปี มีพฤติกรรมการกินผักผลไม้ปริมาณต่อวัน เพียงพอตามข้อเสนอแนะ คือ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวัน ร้อยละ 26.6, 29.5, และ 21.2 ตามลำดับ ซึ่งพบว่ามีแนวโน้มลดลง

**- ผลผลิตผลลัพธ์ของการดำเนินงานระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินงานในปัจจุบัน**

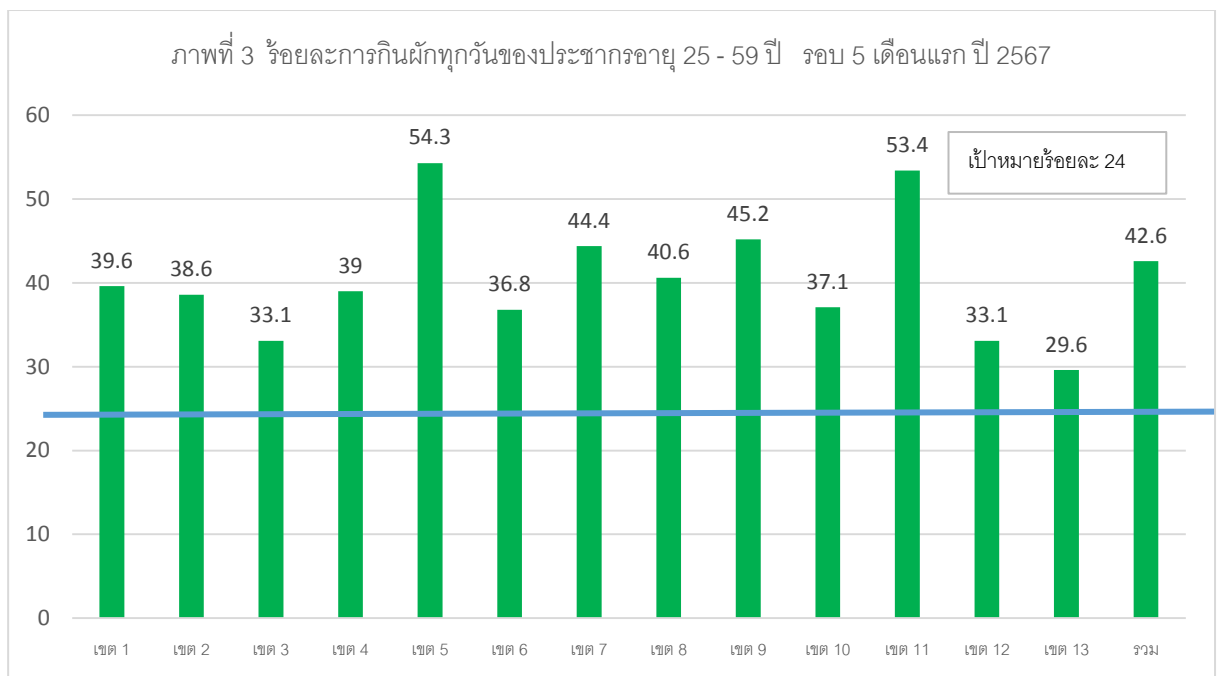
การขับเคลื่อนการดำเนินงานส่งเสริมพฤติกรรมการกินผักผลไม้ ได้มีการดำเนินงานผ่านการพัฒนาเมนูสุขภาพ ซึ่งมีเกณฑ์กำหนดให้มีผักต่อ 1 คน ไม่น้อยกว่า 2 ทัพพี และการดำเนินงานโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ ซึ่งกำหนดให้มีเมนูสุขภาพอย่างน้อยร้านละ 1 เมนู ในร้านอาหาร มีเกณฑ์กำหนดให้มีการจำหน่ายผลไม้สดอย่างน้อย 1 ร้าน ในโรงอาหาร และมีการสร้างความรอบรู้ด้านการกิน เพื่อให้มีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ รวมทั้งสร้างความรอบรู้ด้านการกินผักผลไม้ในโรงอาหาร และร้านอาหาร สำหรับ

ประชาชนที่กินอาหารนอกบ้าน ส่วนประชาชนที่ทำอาหารกินเองก็มีการสร้างความรอบรู้เกี่ยวกับการเลือกซื้ออาหาร เมนูอาหาร และหลักการปรุงอาหารให้ได้คุณค่าทางโภชนาการ และมีเมนูผักให้เลือกนำไปปรุงอาหารในครัวเรือน

ในการเก็บข้อมูลพฤติกรรมการกินผักของวัยทำงาน มีการเก็บข้อมูลโดยศูนย์เขตมาตั้งแต่ปี 2563 ซึ่งเป็นการเก็บข้อมูลพฤติกรรมการกินผักของประชาชนอายุ 15 – 59 ปี ผ่านโปรแกรม H4U และมีการแปลผลพฤติกรรมการกินผักและคำแนะนำเพื่อปรับปรุงการกินผักให้ได้ปริมาณเพียงพอ

ในปี 2565 สถานการณ์การกินผักของวัยทำงานอายุ 15 – 59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพีทุกวัน ร้อยละ 51.76 ส่วนการกินผักของวัยทำงานอายุ 25 – 59 ปี กินผักวันละ 5 ทัพพีทุกวัน ร้อยละ 52.48 ซึ่งเป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดการกินผักไว้ไม่น้อยกว่าร้อยละ 50 ทั้ง 2 ช่วงอายุ แต่ในปีงบประมาณ 2566 ประชาชนอายุ 15 -59 ปี และ 25 – 59 ปี มีพฤติกรรมการกินผักวันละ 5 ทัพพี ทุกวัน เพียงร้อยละ 49.54 และร้อยละ 50.53 ตามลำดับ ซึ่งไม่เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ร้อยละ 52

สำหรับปีงบประมาณ 2567 ได้เพิ่มเป้าหมายพฤติกรรมการกินผลไม้ โดยจะวัดพฤติกรรมการกินผักผลไม้ของประชาชนอายุ 15-59 ปี โดยกำหนดเป้าหมายไว้ที่ร้อยละ 24 ในรอบ 5 เดือนแรก และ ร้อยละ 26.5 ในรอบ 5 เดือนหลัง ซึ่งในรอบ 5 เดือนหลัง รอข้อมูลจากระบบรายงาน H4U มีการเก็บข้อมูลในเดือนมกราคม – พฤษภาคม 2567 จึงขอเสนอผลการเก็บข้อมูล ในเดือนมกราคม – มีนาคม 2567 ซึ่งพบว่าทุกเขตมีการกินผักผลไม้ไม่เป็นไปตามค่าเป้าหมาย โดยเขต 5, 11 และ 9 มีผลการกินผักผลไม้สูงสุด 3 อันดับแรก คือ ร้อยละ 54.3, ร้อยละ 53.4 และ ร้อยละ 45.2 ตามลำดับ ดังภาพที่ 3



## ผลการดำเนินงานเมนูสุขภาพ และ Healthy Canteen

จำนวนร้านอาหารที่ผ่านการรับรองเมนูสุขภาพ ในปีงบประมาณ 2563 มีจำนวน 66 ร้าน 84 เมนู ใน 13 จังหวัด และปีงบประมาณ 2564 เพิ่มขึ้นเป็น 786 ร้าน 1,498 เมนู ใน 63 จังหวัด โดยสำนักโภชนาการได้ดำเนินการพัฒนาโปรแกรมรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์ ภายใต้ Food4Health ช่วยในการรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์ และปิดหมดแนะนำเส้นทางอัตโนมัติ เมื่อประชาชนเข้าใช้งาน Food4Health ก็สามารู้ได้ว่ามีเมนูไหนที่ได้รับการรับรองมาตรฐานจากกรมอนามัย ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ ส่งเสริมให้ประชาชนวัยทำงานมีภาวะโภชนาการดี ทำให้ในปีงบประมาณ 2565 มีเมนูที่ผ่านการรับรองเป็นเมนูสุขภาพ เพิ่มขึ้นเป็น 2 เท่าตัว คือ 1,889 ร้าน 3,329 เมนู ในพื้นที่ 74 จังหวัด และกทม. ส่วนจังหวัดที่ยังไม่มีเมนูผ่านการรับรองเป็นเมนูสุขภาพคือ จังหวัดกาฬสินธุ์ และมหาสารคาม ซึ่งยังพบว่า เมนูสุขภาพยังมีการกระจายยังไม่ครบตามเป้าในแต่ละจังหวัด ในปี 2566 จึงกำหนดเป้าหมายมีเมนูผ่านการรับรองเมนูสุขภาพ อย่างน้อยจังหวัดละ 30 ร้าน/30 เมนู หรือ 2,430 ร้าน 2,430 เมนู ซึ่งมีผลงาน 3,367 ร้าน 5,722 เมนู ผ่านตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ และมีเมนูสุขภาพครบทุกจังหวัด ส่วนในปีงบประมาณ 2567 ได้กำหนดค่าเป้าหมาย เพิ่มขึ้น จังหวัดละ 100 ร้าน 100 เมนู ส่วน กทม. กำหนดค่าเป้าหมายไว้ 600 ร้าน 600 เมนู โดยรอบ 5 เดือนแรก กำหนดค่าเป้าหมายยอดสะสมไว้ 5,600 ร้าน 5,600 เมนู และรอบ 5 เดือนหลัง กำหนด ยอดสะสมไว้ 8,200 ร้าน 8,200 เมนู ในรอบ 5 เดือนแรก ผลการดำเนินงานเมนูสุขภาพ 5,058 ร้าน

### - ความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์

- 1) เกณฑ์มาตรฐานปริมาณอาหารที่ควรได้รับ รวมทั้งปริมาณผักผลไม้ที่ควรได้รับต่อวัน สำหรับประชาชนวัยทำงาน
- 2) เกณฑ์รับรองเมนูสุขภาพ
- 3) เกณฑ์รับรอง Healthy Canteen