

รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัด

ตัวชี้วัดที่ 3.1 ประชากรวัยทำงาน อายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ ที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์

สำนักโภชนาการ รอบ 5 เดือนแรก ปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

ระดับ 1

1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์การมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในวัยทำงาน

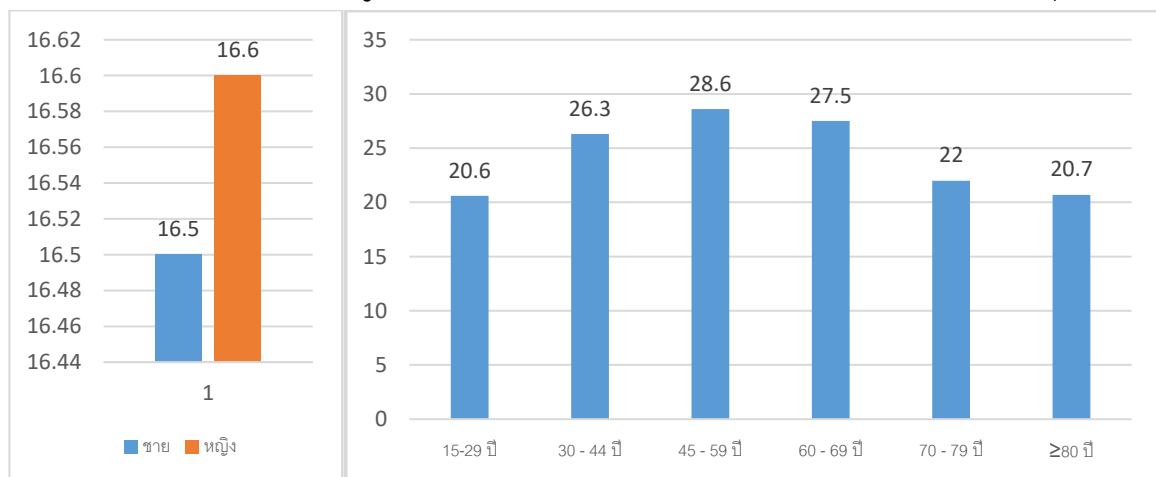
นิยาม การมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในวัยทำงาน หมายถึง วัยทำงานอายุ 25 – 59 ปี กินผักผลไม้อย่างเพียงพอ คือ กินผักวันละ 4 ทับพี และผลไม้วันละ 2 ส่วน ทุกวัน

- ผลผลิต/ ผลลัพธ์ระดับ C (Comparisons) การเปรียบเทียบ

จากรายงานผลการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 7 พ.ศ.2567-2568 โดย คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล พบว่า ประชาชนวัยทำงานอายุ 15 ปีขึ้นไป กินผักผลไม้ปริมาณต่อวันเพียงพอ (≥ 5 ส่วนมาตรฐานต่อวัน) ร้อยละ 16.6

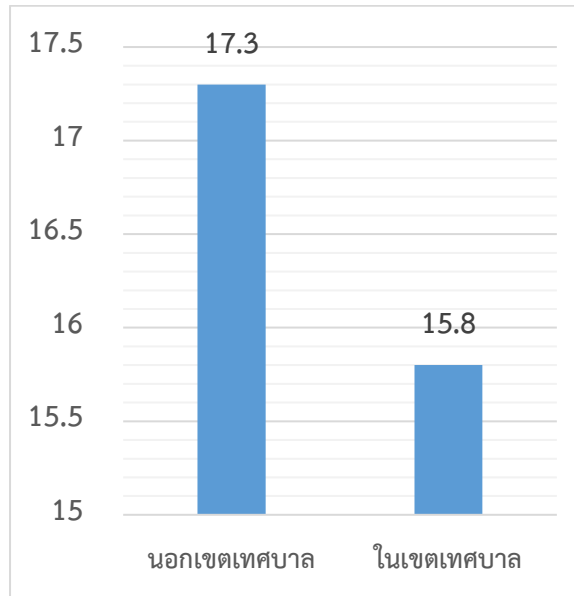
เมื่อเปรียบเทียบร้อยละการกินผักผลไม้เพียงพอจำแนกตามเพศและอายุ พบการกินผักผลไม้เพียงพอในผู้ชายน้อยกว่าผู้หญิงเล็กน้อย โดยพบในผู้ชายร้อยละ 16.5 และผู้หญิงร้อยละ 16.7 ส่วนช่วงอายุที่มีการกินผักผลไม้เพียงพอมากที่สุด คือ ช่วงอายุ 45 – 59 ปี โดยพบร้อยละ 28.6 รองลงมาคือช่วงอายุ 30 – 44 ปี พบร้อยละ 28.6 และช่วงอายุที่พบว่าการกินผักผลไม้เพียงพอน้อยที่สุดคือ ช่วงอายุ 15 – 29 ปี พบร้อยละ 20.6 ดังแผนภูมิที่ 1

แผนภูมิที่ 1 ร้อยละการกินผักผลไม้เพียงพอ จำแนกตามเพศและอายุ



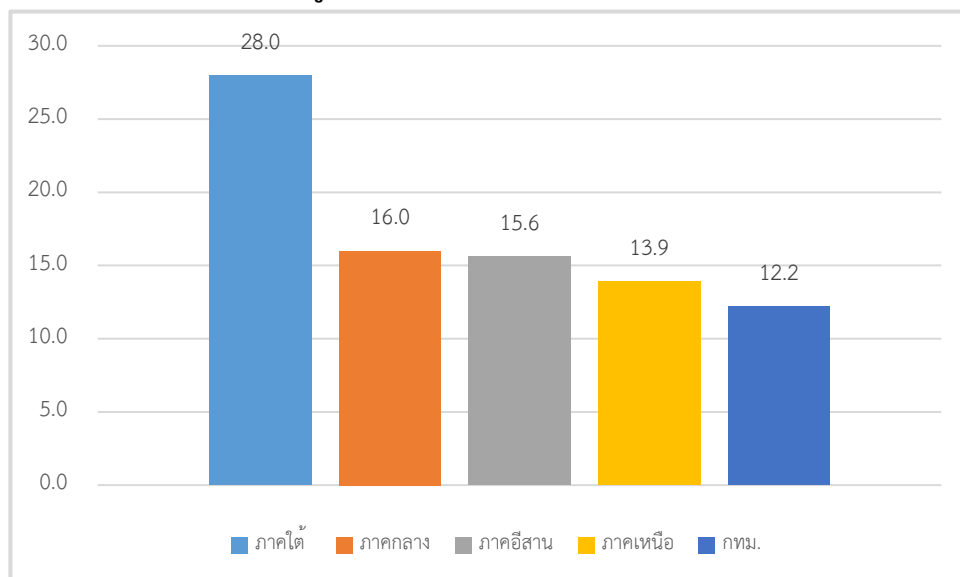
เมื่อพิจารณาตามเขตที่อยู่อาศัยพบประชาชน ที่กินผักและผลไม้เพียงพอย่อยอยู่นอกเขตเทศบาลมากกว่าในเขตเทศบาล คือนอกเขตเทศบาลพบร้อยละ 17.3 ส่วนในเขตเทศบาลพบร้อยละ 15.8 ดังแผนภูมิที่ 2

แผนภูมิที่ 2 ร้อยละการกินผักผลไม้เพียงพอ จำแนกตามเขตที่อยู่อาศัย



เมื่อพิจารณารายภาค พบว่า ประชาชนในภาคใต้มีการกินผักและผลไม้เพียงพอ สูงสุด คือ ร้อยละ 28.0 รองลงมาคือภาคกลาง ร้อยละ 16 พอ ๆ กับภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ร้อยละ 15.6 ส่วนภาคเหนือร้อยละ 13.9 สำหรับกทม. พบว่ามีการกินผักผลไม้เพียงพอน้อยที่สุด เพียงร้อยละ 12.2 ดังแผนภูมิที่ 3

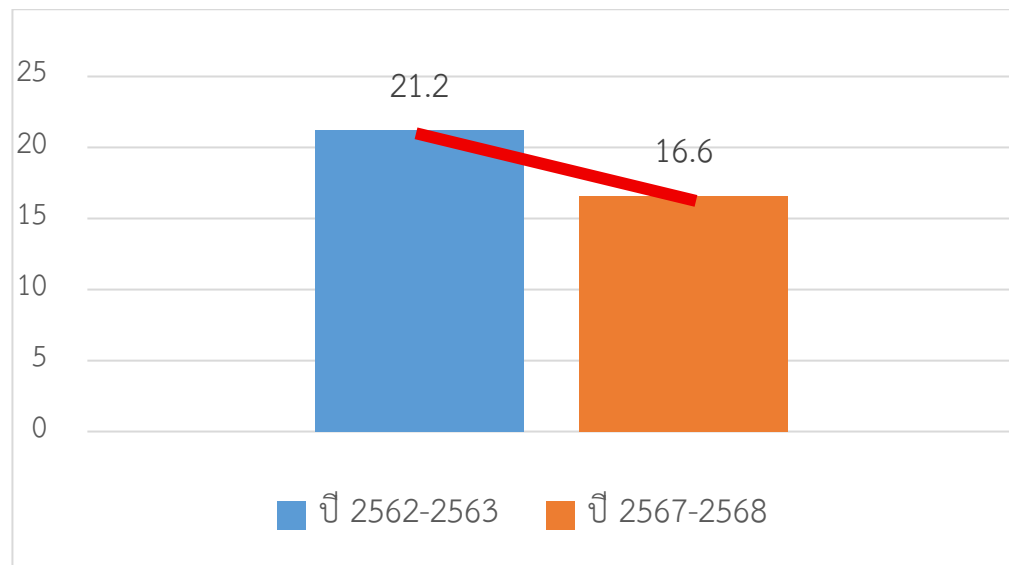
แผนภูมิที่ 3 ร้อยละการกินผักผลไม้เพียงพอ จำแนกรายภาค



- ผลผลิต/ ผลลัพธ์ ระดับ T (Trends) แนวโน้ม

เมื่อพิจารณาแนวโน้มการกินผักผลไม้ในการสำรวจสุขภาพประชาชนไทย โดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่ 6 พ.ศ. 2562-2563 กับการสำรวจครั้งที่ 7 พ.ศ. 2567-2568 พบว่า ร้อยละการกินผักและผลไม้อย่างเพียงพอลดลงจากร้อยละ 21.2 เป็นร้อยละ 16.6 ดังแผนภูมิที่ 4

แผนภูมิที่ 4 ผลการเปรียบเทียบร้อยละการกินผักผลไม้เพียงพอ ปี 2562-2563 และปี 2567-2568

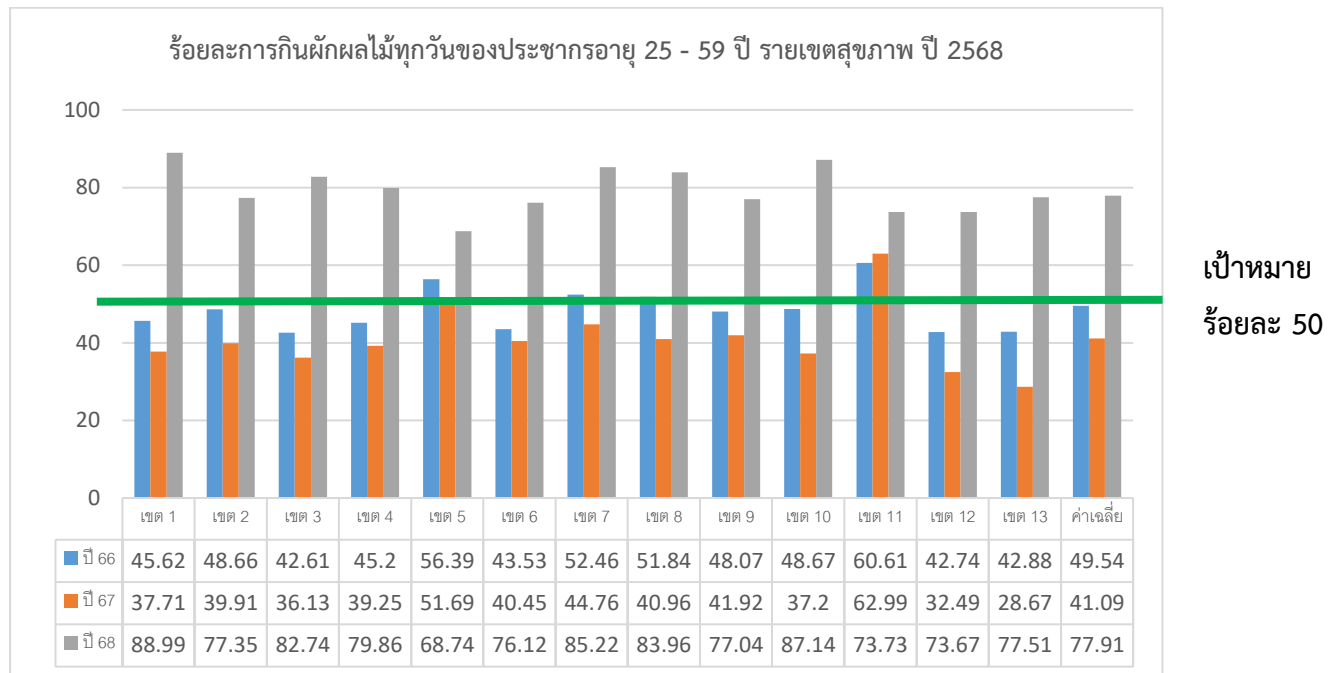


- ผลผลิต/ ผลลัพธ์ระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินการในปัจจุบัน

จากรายงานการประเมินพฤติกรรมสุขภาพ ความรอบรู้ และปัจจัยแวดล้อมที่ส่งผลต่อสุขภาพวัยทำงาน ประจำปีงบประมาณ 2568 โดยสำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย เก็บข้อมูลร้อยละประชากรวัยทำงานอายุ 25 - 59 ปี มีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ ผ่านอนามัยโพล โดยสำนักโภชนาการ ได้กำหนดเกณฑ์การมีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ หมายถึง การได้รับผักผลไม้เพียงพอ วันละ 400 กรัม ประเมินจากการกินผักผลไม้ตามปริมาณที่กำหนดทุกวัน คือ ผัก 4 ทัพพี ผลไม้ 2 ส่วน ผลการประเมินพบว่าประชากรวัยทำงานอายุ 25 - 59 ปี มีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ ร้อยละ 77.91 ผ่านตามเป้าหมายปีงบประมาณ 2568 ที่กำหนดไว้ร้อยละ 50 ทั้งในภาพรวมระดับประเทศและผ่านเกณฑ์ทุกเขตสุขภาพ รายละเอียดดังแผนภูมิที่ 5

แผนภูมิที่ 5 ร้อยละประชากรวัยทำงานอายุ 25 - 59 ปี มีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ ปีงบประมาณ 2568

ภาพรวมระดับประเทศและรายเขตสุขภาพ



ในปีงบประมาณ 2569 สำนักโภชนาการจึงกำหนดค่าเป้าหมายการมีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ ให้ศูนย์อนามัยที่ 1 – 12 และสสม. ไปดำเนินการขับเคลื่อนในระดับเขตสุขภาพ โดยการกินผักผลไม้ตามปริมาณที่กำหนดคือ ผัก 4 ทัพพี ผลไม้ 2 ส่วนทุกวัน เพิ่มขึ้นร้อยละ 2 จากผลการประเมินในปีงบประมาณ 2568 ทั้งในภาพรวมประเทศและทุกเขตสุขภาพ โดยเป้าหมายระดับประเทศคือ ร้อยละ 79.91