รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัด
ตัวชี้วัดที่ 3.1 ประชากรวัยทำงาน อายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุ
ด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์
สำนักโภชนาการ รอบ 5 เดือนแรก ปีงบประมาณ พ.ศ. 2569

ระดับ 2

2.1 มีมาตรการขับเคลื่อนตัวชี้วัด (Advocacy)

การดำเนินงานเพื่อให้ผ่านตัวชี้วัดประชากรอายุ 25 – 59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุด้านสุขภาพ ด้วยการมีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ คือ กินผักผลไม้เพิ่มขึ้น ให้ได้ตามปริมาณที่กำหนด ร้อยละ 2 มีการดำเนินงานผ่าน 5 มาตรการ ตามหลัก PIRAB ดังนี้

มาตรการ 2.1.1 ประสานและบูรณาการความร่วมมือกับเครือข่ายทั้งภายในและภายนอกกระทรวงสาธารณสุข (Partner)

เนื่องจากงานส่งเสริมสุขภาพประชาชนด้านการกินอาหารที่ดีต่อสุขภาพนั้น กระทรวงสาธารณสุขไม่สามารถขับเคลื่อนให้ประสบความสำเร็จได้เพียงหน่วยงานเดียว จำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากทุกภาคส่วนในการร่วมสร้างระบบนิเวศ หรือสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการกินที่ดี รวมทั้งประชาชนยังเป็นกลไกสำคัญในการสร้างความรอบรู้ด้านอาหารและโภชนาการ รวมทั้งร่วมติดตามประเมินผล จึงต้องมีการบูรณาการร่วมกับภาคีเครือข่ายเพื่อขับเคลื่อนการส่งเสริมสุขภาพ โดยมีเครือข่ายในการทำงานดังนี้

1) หน่วยงานภายในกระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ ศูนย์อนามัยที่ 1 - 12 สถาบันพัฒนาสุขภาวะเขตเมือง สำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขตเมือง สำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขตที่ 1 - 12 กองโรคไม่ติดต่อ กรมควบคุมโรค กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โรงพยาบาลศูนย์ และโรงพยาบาลทั่วไป

2) หน่วยงานภายนอกกระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร กระทรวงแรงงาน กระทรวงอุตสาหกรรม กรุงเทพมหานคร กรมธุรกิจการค้า กระทรวงพาณิชย์ กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงอุตสาหกรรม กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม และสถานประกอบการภาครัฐอื่นๆ

3) ภาคเอกชน ได้แก่ ผู้ประกอบการร้านอาหาร สถานประกอบการ โรงพยาบาลเอกชน รวมถึงประชาชน โดยในปีงบประมาณ 2569 จะมีการดำเนินการประชุมจัดประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขด้านอาหารและโภชนาการ เพื่อส่งเสริมการกินผักผลไม้ของประชาชน ให้กับเครือข่ายที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้เครือข่ายมีส่วนร่วมในการขับเคลื่อนงาน และการจัดทำหลักสูตรอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ โดยดำเนินงานภายใต้โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการจัดทำคู่มือหลักสูตรอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เชี่ยวชาญ ด้านโภชนาการ

มาตรการ 2.1.2 สื่อสารประชาสัมพันธ์การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ผ่านแพลตฟอร์มด้านโภชนาการ (Investment)

เนื่องจากการลงพื้นที่เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการกินที่ดี และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอาหารที่พึงประสงค์ ต้องใช้ทรัพยากรทั้งเวลา งบประมาณ เจ้าหน้าที่จำนวนมาก จึงจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน ซึ่งสำนักโภชนาการได้จัดทำและปรับปรุงดิจิทัลแพลตฟอร์มด้านโภชนาการจำนวน 4 แอปพลิเคชัน ดังนี้

1) แอปพลิเคชันรับรองเมนูชูสุขภาพออนไลน์ Food4Health (แอปฯสีฟ้า) สร้างความตระหนักให้ผู้ประกอบการร้านอาหาร ผลิตอาหารที่ดีต่อสุขภาพ ใช้ในการรับรองเมนูชูสุขภาพ โดยเกณฑ์รับรองกำหนดให้พัฒนาสูตรอาหารลดหวาน มัน เค็ม และมีผักเป็นส่วนประกอบ รวมถึงผลไม้รสไม่หวานจัด เพื่อให้ความมั่นใจกับประชาชนในการเลือกกินอาหารจากร้านอาหารและกินผักผลไม้เพิ่มขึ้น

2) แอปพลิเคชันปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอาหาร โปรแกรมโภชนาการอัจฉริยะ Food4Health (แอปฯ สีชมพู) ผู้ใช้งานสามารถทราบปริมาณผักผลไม้ที่ควรได้รับรายคน และประเมินติดตามการกินผักผลไม้ของตนเองว่าเพียงพอหรือไม่ พร้อมคำแนะนำในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินให้เหมาะสม

3) แอปพลิเคชันรับรองโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (โปรแกรมรับรอง Healthy Canteen ออนไลน์) (แอปฯ สีเขียว) มีการกำหนดเกณฑ์ให้มีเมนูชูสุขภาพซึ่งต้องมีผักเป็นส่วนประกอบ และกำหนดเกณฑ์ให้มีการจำหน่ายผลไม้สดอย่างน้อย 1 ร้าน ใช้เป็นเครื่องมือในการรับรอง Healthy Canteen ผ่านระบบออนไลน์ ช่วยลดระยะเวลาในการประเมิน ประชาชนสามารถค้นหาร้านเมนูชูสุขภาพที่มีผักเป็นส่วนประกอบและโรงอาหารที่มีการจำหน่ายผลไม้สด เพื่อเป็นปัจจัยเอื้อให้ประชาชนเข้าถึงแหล่งอาหารที่ดี ช่วยส่งเสริมการกินผักผลไม้ให้เพิ่มขึ้น

4) แอปพลิเคชันคำนวณคุณค่าทางโภชนาการ Thai NutriCalc (แอปฯ สีส้ม) ใช้ในการวิเคราะห์คุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่จำหน่าย เป้าหมายเพื่อให้ประชาชนมีองค์ความรู้ว่าเมื่อกินผักผลไม้จะทำให้ได้รับสารอาหารที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกายคือ วิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหาร

5) แอปพลิเคชันหวานน้อยสั่งได้ ซึ่งเชื่อมต่อกับแอปพลิเคชันปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอาหาร โปรแกรมโภชนาการอัจฉริยะ Food4Health สีชมพู เพื่อให้สามารถค้นหาร้านอาหารที่มีเมนูชูสุขภาพได้ ทำให้สามารถเข้าถึงแหล่งอาหารที่มีผักผลไม้ได้อีกช่องทางหนึ่ง

แพลตฟอร์มด้านโภชนาการเพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ รายละเอียดดังภาพที่ 1

ภาพที่ 1 แพลตฟอร์มด้านโภชนาการ

มาตรการ 2.1.3 กำกับติดตาม ประเมินผล ผ่านแดชบอร์ด Food4Health และนิเทศงานผ่านระบบออนไลน์ (Regulator)

เนื่องจากการลงพื้นที่เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการกินที่ดี และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการกินอาหารที่พึงประสงค์ ต้องใช้ทรัพยากรทั้งเวลา งบประมาณ เจ้าหน้าที่จำนวนมาก จึงจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน มีรายละเอียดการดำเนินงานดังนี้

1) การรายงานข้อมูลเมนูชูสุขภาพ/เมนูทางเลือก ผ่านแดชบอร์ด Food4Heallth เพื่อให้สามารถกำกับติดตามผลการดำเนินงานเมนูชูสุขภาพ เมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม และ Healthy Canteen พร้อมมีการคืนข้อมูลให้กับภาคีเครือข่าย ในการกำกับติดตามงานระดับพื้นที่

2) การนิเทศติดตามงานผ่านออนไลน์ เพื่อลดระยะเวลาและค่าใช้จ่ายในการลงพื้นที่ โดยในปีงบประมาณ 2569 สำนักโภชนาการได้จัดทำป้ายเมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม และป้ายโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ เพื่อมอบให้กับร้านอาหารและเครื่องดื่มที่ผ่านการรับรองจากกรมอนามัย เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์ให้ประชาชนรู้จักร้านอาหารและโรงอาหารที่มีเมนูชูสุขภาพ/เมนูทางเลือก รวมถึงมีผลไม้จำหน่าย และผ่านการรับรองจากกรมอนามัย ซึ่งจะมีการประเมินผลการดำเนินงานผ่านระบบออนไลน์ต่อไป

ภาพป้ายเมนูชูสุขภาพ ป้ายเมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม ป้ายโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ ดังภาพที่ 2 และ ภาพที่ 3

ภาพที่ 2 ป้ายเมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม

ภาพที่ 3 ป้ายโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ

การนิเทศติดตามงานในปีงบประมาณ 2569

สำนักโภชนาการมีแผนในการติดตามประเมินผลการดำเนินงาน ดังนี้

1) ผลการนำแพลตฟอร์มด้านโภชนาการ และสื่อประชาสัมพันธ์ที่ส่วนกลางจัดทำ ไปใช้ในการขับเคลื่อนงานโภชนาการในระดับพื้นที่

2) ผลการประชาสัมพันธ์และสื่อสารให้ประชาชนรู้จักและเลือกร้านเมนูชูสุขภาพ/เมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม

3) ผลการสนับสนุนให้ร้านค้า ร้านอาหาร และผู้ประกอบการ พัฒนาตำรับอาหารให้เป็นเมนูชูสุขภาพ อย่างน้อย 1 รายการ/ร้านอาหารที่สมัครใจเข้าร่วม เพื่อเพิ่มการเข้าถึงอาหารเพื่อสุขภาพ รวมทั้งการเข้าถึงผักและผลไม้เพิ่มขึ้น

4) ผลการจัดประกวดเมนูชูสุขภาพประจำถิ่นในชมรมผู้สูงอายุ ที่มีผักผลไม้ สมุนไพร เป็นส่วนประกอบ

5) ผลการจัดทำฐานข้อมูลเฝ้าระวังพฤติกรรมการบริโภคผักผลไม้และภาวะโภชนาการของวัยทำงานและผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ โดยผู้รับผิดชอบงานระดับพื้นที่ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และวางแผนการแก้ปัญหาด้านโภชนาการในพื้นที่ตนเอง

มาตรการ 2.1.4 ผลักดันและขับเคลื่อนนโยบายลดโรค NCDs เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมการกินผักผลไม้ในวัยทำงาน ตามแผนยุทธศาสตร์ส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม และแผนปฏิบัติการด้านโภชนาการแห่งชาติ (Advocate)

เนื่องจากการดำเนินงานส่งเสริมให้ประชาชนมีภาวะโภชนาการที่ดี ลดการเกิดโรค NCDs จำเป็นต้องขับเคลื่อนงานให้สอดคล้องกับยุทธศาสตร์ชาติ และยุทธศาสตร์ของหน่วยงาน เพื่อให้มีการขับเคลื่อนร่วมกันในทุกภาคส่วนของประเทศไทย โดยการดำเนินงานขับเคลื่อนงานปีงบประมาณ 2569 สำนักโภชนาการดำเนินการตามนโยบายและแผนของชาติดังนี้

1) ขับเคลื่อนงานตามนโยบายลดโรค NCDs ในวัยทำงานของกระทรวงสาธารณสุข

2) แผนยุทธศาสตร์การพัฒนาระบบส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม ระยะ 5 ปี (พ.ศ. 2566 – 2570) ของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

3) แผนปฏิบัติการด้านโภชนาการแห่งชาติ ปี 2566 – 2570 ของสำนักโภชนาการ

เพื่อให้การผลักดันนโยบายลดโรค NCDs เชื่อมโยงกับตัวชี้วัดประชากรวัยทำงานอายุ 25-59 ปี มีพฤติกรรมการกินที่พึงประสงค์ โดยเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชนให้กินผักและผลไม้เพิ่มขึ้น ผ่านการสร้างสภาพแวดล้อมด้านอาหารและโภชนาการที่เอื้อต่อการเข้าถึงและเลือกกินผักผลไม้ การพัฒนาและขยายผลเมนูชูสุขภาพให้มีผักเป็นส่วนประกอบในเมนูมากขึ้น ประเมินรับรองเมนูชูสุขภาพให้มีเมนูชูสุขภาพและมีร้านอาหารเมนูชูสุขภาพเพิ่มขึ้น รวมถึงผลักดันให้โรงอาหารใน รพศ./รพท. ทุกแห่งผ่านเกณฑ์ Healthy Canteen เพื่อเพิ่มทางเลือกอาหารที่มีผักผลไม้ ควบคู่กับการสื่อสารให้ประชาชนเลือกกินผักผลไม้เป็นประจำ ส่งผลให้ประชาชนกินผักผลไม้เพิ่มขึ้น มีพฤติกรรมโภชนาการที่พึงประสงค์ เตรียมความพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี และลดการเกิดโรค NCDs ตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุข

มาตรการ 2.1.5 พัฒนาศักยภาพบุคลากรและเครือข่ายให้มีความรู้และทักษะด้านโภชนาการเพื่อจัดการปัญหา NCDs (Build Capacity)

เนื่องจากในการขับเคลื่อนงานระดับจังหวัดไม่มีตำแหน่งนักโภชนาการประจำอยู่ในสำนักงานสาธารณสุขจังหวัด ทำให้ขาดบุคลากรที่มีองค์ความรู้ในการขับเคลื่อนงานลดโรค NCDs จึงจำเป็นต้องมีการอบรมพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขและบุคลากรภายนอกกระทรวงสาธารณสุข เพื่อให้มีองค์ความรู้และทักษะในการจัดการปัญหา NCDs ในพื้นที่รับผิดชอบ โดยในปีงบประมาณ 2569 สำนักโภชนาการมีแผนในการพัฒนาบุคลากรสาธารณสุขเพื่อเพิ่มพูนความรู้บุคลากรทั้งในระดับศูนย์อนามัย สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบล (รพ.สต.) องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) และบุคลากรภายนอกกระทรวงสาธารณสุขที่เกี่ยวข้อง ดังนี้

1) จัดประชุมเชิงปฏิบัติการพัฒนาศักยภาพบุคลากรสาธารณสุขด้านอาหารและโภชนาการเพื่อส่งเสริมการกินผักผลไม้ของประชาชนและเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดีหัวข้อการประชุม “โภชนาการเพื่อสมองดี กินได้ กล้ามเนื้อดี มีแรงเดิน” ในเดือนธันวาคม 2568

2) จัดประชุมเชิงปฏิบัติการจัดทำคู่มือหลักสูตรอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ ในเดือนธันวาคม 2568

เพื่อให้ผู้เข้ารับการพัฒนาศักยภาพ ได้มีความรู้และทักษะด้านโภชนาการ สามารถส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ กินผักผลไม้เพิ่มขึ้น ส่งผลให้มีสุขภาพดีตั้งแต่วัยทำงาน เตรียมตัวสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี ลดการเกิดโรค NCDs ตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุข