

รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัด
ตัวชี้วัดที่ 3.1 ประชากรวัยทำงาน อายุ 25-59 ปี มีการเตรียมการเพื่อยามสูงอายุ
ด้านสุขภาพที่มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์
สำนักโภชนาการ รอบ 5 เดือนหลัง 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 สถาบันพัฒนาสุขภาพภาคเมือง สำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขตเมือง สำนักงานป้องกันควบคุมโรคเขตที่ 1 - 12 กองโรคไม่ติดต่อกรมควบคุมโรค กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โรงพยาบาลศูนย์และโรงพยาบาลทั่วไป
2. หน่วยงานภายนอกกระทรวงสาธารณสุข ได้แก่ กรมส่งเสริมการปกครองส่วนท้องถิ่น สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร กระทรวงแรงงาน กระทรวงอุตสาหกรรม กรุงเทพมหานคร กรมธุรกิจการค้า กระทรวงพาณิชย์ กรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงมหาดไทย กระทรวงศึกษาธิการ กระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม และสถานประกอบการภาครัฐอื่นๆ
3. ภาคเอกชน ได้แก่ ผู้ประกอบการร้านอาหารและเครื่องดื่ม สถาบันอุดมศึกษาเอกชน สถานประกอบการ โรงพยาบาลเอกชน รวมถึงประชาชน

โดยรอบ 5 เดือนหลัง (มีนาคม-กรกฎาคม 2569) จะมีการดำเนินการดังนี้

- จัดประชุมแลกเปลี่ยนเรียนรู้การขับเคลื่อนงานสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อพฤติกรรมการกินอาหารที่พึงประสงค์
- ประสานความร่วมมือและสนับสนุนการดำเนินงานของภาคีเครือข่ายทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาคในการส่งเสริมการกินผักผลไม้ของประชาชนวัยทำงาน
- ติดตามและแลกเปลี่ยนผลการดำเนินงานร่วมกับเครือข่าย เพื่อขับเคลื่อนการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อพฤติกรรมการกินอาหารที่พึงประสงค์ในระดับพื้นที่

มาตรการ 2.1.2 สื่อสารประชาสัมพันธ์การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ผ่านข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย (Food-Based Dietary Guidelines: FBDGs) และแพลตฟอร์มด้านโภชนาการ (Investment)

เนื่องจากการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการกินที่ดี และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกินอาหารที่พึงประสงค์ ต้องขับเคลื่อนทั้งการสร้างความรู้ด้านสุขภาพ เพื่อให้เกิดการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม และในยุคปัจจุบันที่เทคโนโลยีเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในชีวิตประจำวันของคนไทย จึงจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน ซึ่งสำนักโภชนาการได้จัดทำข้อเสนอแนะการบริโภคอาหารสำหรับคนไทยและปรับปรุงดิจิทัลแพลตฟอร์มด้านโภชนาการ เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ได้แก่

1. ข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย (Food-Based Dietary Guidelines: FBDGs)
2. แอปพลิเคชันปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกินอาหาร Food4Health (แอปฯ สีชมพู)
3. แอปพลิเคชันรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์ (แอปฯ สีฟ้า)
4. แอปพลิเคชันรับรอง Healthy Canteen ออนไลน์ (แอปฯ สีเขียว)
5. แอปพลิเคชัน Thai NutriCalc (แอปฯ สีส้ม) ใช้คำนวณคุณค่าทางโภชนาการในอาหาร



ภาพที่ 1 ข้อปฏิบัติการกินอาหารเพื่อสุขภาพที่ดีของคนไทย (Food-Based Dietary Guidelines: FBDGs)

<p>คำนวณพลังงานต่อวัน และ ค้นหาร้านที่มีเมนูสุขภาพ หวานน้อยสั่งได้ (สำหรับประชาชนทั่วไป)</p>			<p>รับรองเมนูสุขภาพ ออนไลน์ (สำหรับผู้ประกอบการ)</p>
<p>ประเมินรับรอง Healthy Canteen</p>			<p>คำนวณ คุณค่าทางโภชนาการ</p>

ภาพที่ 2 แพลตฟอร์มด้านโภชนาการ

โดยในรอบ 5 เดือนหลัง ปี พ.ศ. 2569 จะมีการดำเนินงานดังนี้

- เผยแพร่และประชาสัมพันธ์สื่อด้านโภชนาการที่ได้จัดทำแล้ว เพื่อสร้างความรอบรู้ด้านอาหารและโภชนาการแก่ประชาชนวัยทำงานและผู้สูงอายุอย่างต่อเนื่อง
- ดำเนินการรณรงค์ประชาสัมพันธ์การส่งเสริมโภชนาการวัยทำงานและผู้สูงอายุ ผ่านช่องทางต่างๆ ทั้ง Air war / Ground war สื่อออนไลน์และเครือข่ายพื้นที่ เพื่อกระตุ้นให้เกิดกระแสการรับรู้และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร
- สนับสนุนการใช้แพลตฟอร์มด้านโภชนาการ ได้แก่ Food4Health และ Thai NutriCalc ในการประเมินและติดตามพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน
- ประชาสัมพันธ์การเข้าถึงแหล่งอาหารสุขภาพ เช่น ร้านอาหารเมนูสุขภาพ และโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (Healthy Canteen) เพื่อเพิ่มทางเลือกในการบริโภคผักและผลไม้ของประชาชน
- ประชาสัมพันธ์สถานประกอบการต้นแบบที่ผ่านเกณฑ์โรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพระดับประเทศ เพื่อสร้างแรงจูงใจและเป็นแนวทางให้ประชาชนและผู้ประกอบการนำไปปรับใช้

มาตรการ 2.1.3 กำกับติดตาม ประเมินผล และนิเทศงานผ่านระบบออนไลน์ (Regulator)

เนื่องจากการลงพื้นที่เพื่อสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการกินที่ดี และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการกินอาหารที่พึงประสงค์ ต้องใช้ทรัพยากรทั้งเวลา งบประมาณ เจ้าหน้าที่จำนวนมาก จึงจำเป็นต้องใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาช่วยในการขับเคลื่อนงาน มีรายละเอียดการดำเนินงานดังนี้

1. การรายงานข้อมูลเมนูสุขภาพ/เมนูทางเลือก ผ่านแดชบอร์ด Food4Health เพื่อให้สามารถกำกับติดตามผลการดำเนินงานเมนูสุขภาพ เมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม และ Healthy Canteen พร้อมมีการคืนข้อมูลให้กับภาคีเครือข่าย ในการกำกับติดตามงานระดับพื้นที่
 2. การนิเทศติดตามงานผ่านออนไลน์เพื่อลดระยะเวลาและค่าใช้จ่ายในการลงพื้นที่ รวมถึงการประเมินผลการดำเนินงานผ่านระบบออนไลน์
- โดยในช่วงเดือนมีนาคม – กรกฎาคม 2569 จะมีการดำเนินการดังนี้
- สุ่มนิเทศติดตามงานศูนย์อนามัยที่ 1-12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพระดับเขตเมือง เพื่อกำกับติดตามผลการดำเนินงานในพื้นที่
 - ติดตามและรายงานผลการดำเนินงานผ่านแดชบอร์ด Food4Health อย่างต่อเนื่อง เพื่อใช้ในการกำกับติดตามและประเมินผลในระดับพื้นที่
 - คืนข้อมูลผลการดำเนินงานให้หน่วยงานเครือข่าย เพื่อนำไปใช้ในการวางแผนและปรับปรุงการดำเนินงาน
 - ติดตามผลการดำเนินงานตามตัวชี้วัดสำคัญ เช่น การเข้าถึงเมนูสุขภาพ และการพัฒนา Healthy Canteen ในพื้นที่

ภาพสัญลักษณ์เมนูสุขภาพ เมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม ที่ใช้ติดหน้าร้านอาหารที่ผ่านการรับรอง และป้าย Healthy Canteen ที่ใช้ติดบริเวณโรงอาหารที่ผ่านเกณฑ์การประเมินโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ แสดงดังภาพที่ 3 และภาพที่ 4



ภาพที่ 3 สัญลักษณ์เมนูสุขภาพ และเมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม



ภาพที่ 4 ป้ายโรงอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ

ทั้งนี้ สำนักโภชนาการมีแผนในการติดตามประเมินผลการดำเนินงาน ดังนี้

- 1) ผลการนำแพลตฟอร์มด้านโภชนาการ และสื่อประชาสัมพันธ์ที่ส่วนกลางจัดทำ ไปใช้ในการขับเคลื่อนงานโภชนาการในระดับพื้นที่
- 2) ผลการประชาสัมพันธ์และสื่อสารให้ประชาชนรู้จักและเลือกร้านเมนูสุขภาพ/เมนูทางเลือกลดน้ำตาล ลดไขมัน ลดโซเดียม
- 3) ผลการสนับสนุนให้ร้านค้า ร้านอาหาร และผู้ประกอบการ พัฒนาดำรับอาหารให้เป็นเมนูสุขภาพ อย่างน้อย 1 รายการ/ร้านอาหารที่สมัครใจเข้าร่วม เพื่อเพิ่มการเข้าถึงอาหารเพื่อสุขภาพ รวมทั้งการเข้าถึงผักและผลไม้เพิ่มขึ้น
- 4) ผลการจัดทำฐานข้อมูลเฝ้าระวังพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักผลไม้และภาวะโภชนาการของวัยทำงานและผู้สูงอายุในระดับพื้นที่ โดยผู้รับผิดชอบงานระดับพื้นที่ เพื่อนำข้อมูลมาวิเคราะห์และวางแผนการแก้ปัญหาด้านโภชนาการในพื้นที่ตนเอง

มาตรการ 2.1.4 ผลักดันและขับเคลื่อนนโยบายลดโรค NCDs เพื่อส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการกินผักผลไม้ในวัยทำงาน 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 มีพฤติกรรมกินที่พึงประสงค์ โดยเน้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภคอาหารของประชาชนให้กินผักและผลไม้เพิ่มขึ้น ผ่านการสร้างสภาพแวดล้อมด้านอาหารและโภชนาการที่เอื้อต่อการเข้าถึงและเลือกกินผักผลไม้ การพัฒนาและขยายผลเมนูสุขภาพให้มีผักเป็นส่วนประกอบในเมนูมากขึ้น ประเมินรับรองเมนูสุขภาพให้มีเมนูสุขภาพและมีร้านอาหารเมนูสุขภาพเพิ่มขึ้น รวมถึงผลักดันให้โรงพยาบาลใน รพศ./รพท. ทุกแห่งผ่านเกณฑ์ Healthy Canteen เพื่อเพิ่มทางเลือกอาหารที่มีผักผลไม้ และขยายผลสู่สถาบันอุดมศึกษานำร่องควบคู่กับการสื่อสารให้ประชาชนเลือกกินผักผลไม้เป็นประจำ 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

โดยในรอบ 5 เดือนหลัง (มีนาคม – กรกฎาคม 2569) จะมีการดำเนินการดังนี้

- พัฒนาคู่่มือหลักสูตรอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ ให้มีความทันสมัยและเหมาะสมกับบริบทของพื้นที่
- นำคู่มือหลักสูตรอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) เชี่ยวชาญด้านโภชนาการ ไปทดลองใช้ และนำมาปรับปรุงให้เหมาะสม ก่อนให้ อสม. นำไปใช้ปฏิบัติงานจริง
- ติดตามและเสริมศักยภาพบุคลากรและเครือข่ายด้านโภชนาการในพื้นที่ เพื่อให้สามารถดำเนินงานส่งเสริมการกินผักผลไม้และป้องกันโรค NCDs ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การดำเนินงานดังกล่าว มีวัตถุประสงค์เพื่อให้ผู้เข้ารับการพัฒนาศักยภาพ ได้มีความรู้และทักษะด้านโภชนาการ สามารถส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ กินผักผลไม้เพิ่มขึ้น ส่งผลให้มีสุขภาพดี ตั้งแต่วัยทำงาน เตรียมตัวสู่การเป็นผู้สูงอายุที่มีสุขภาพดี ลดการเกิดโรค NCDs ตามนโยบายกระทรวงสาธารณสุข