

**รายงานผลการวิเคราะห์ตามตัวชี้วัด 1.16**  
**ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ**  
**รอบ 5 เดือนหลัง ปี 2565 (มีนาคม - กรกฎาคม 2565)**

การรายงานนี้เป็นการรายงานผลการวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัด ร้อยละของวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีดัชนีมวลกายปกติ ความรู้ที่นำมาใช้ในการกำหนดมาตรการ และแผนการขับเคลื่อนการดำเนินงาน ส่งเสริมสุขภาพด้านอาหารและโภชนาการของคนวัยทำงาน ประกอบด้วยข้อมูล 3 ด้าน ได้แก่

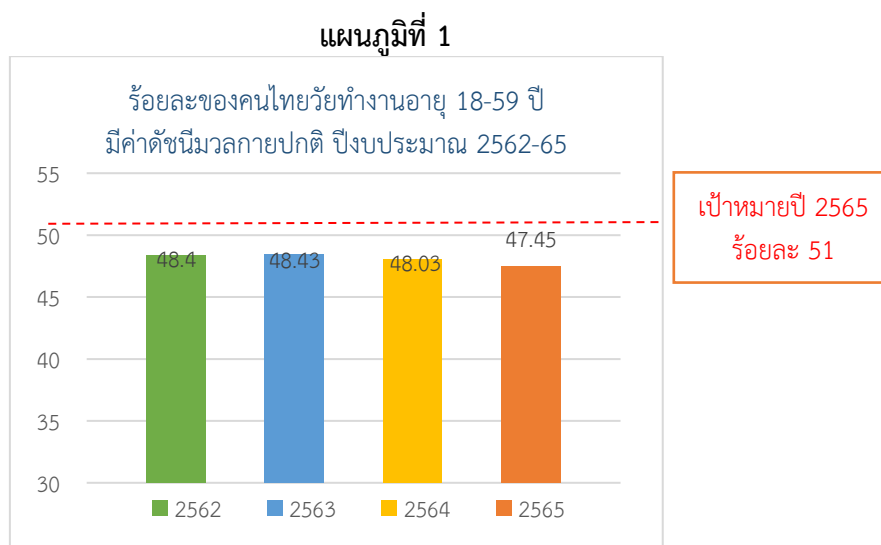
1. การวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัด ประกอบด้วย
  - 1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัดและความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์ในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการของคนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี
    - ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ C (Comparisons)
    - ผลผลิต/ผลลัพธ์ ระดับ T (Trends) แนวโน้ม
    - ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินงานในปัจจุบัน
    - ความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์
  - 1.2 ผลการวิเคราะห์ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเพื่อขับเคลื่อนตัวชี้วัด
    - กลุ่มผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย
    - ความต้องการ/ ความคาดหวัง
    - ความผูกพัน
    - ความพึงพอใจ/ความไม่พึงพอใจ
    - ข้อเสนอแนะจากผู้รับบริการ
2. การกำหนดมาตรการและประเด็นความรู้ที่ให้แก่ผู้รับบริการ /ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เพื่อการขับเคลื่อนการดำเนินงานตัวชี้วัด
  - 2.1 ข้อมูลการขับเคลื่อนตัวชี้วัดที่สอดคล้องกับ PIRAB ในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการของคนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี
  - 2.2 ประเด็นความรู้ที่ให้แก่ผู้รับบริการ/ ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย
3. แผนการขับเคลื่อนการดำเนินงานตัวชี้วัดในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการของคนวัยทำงาน

## 1. การวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัด

### 1.1 ผลการวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัดและความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์ในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการของคนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี

#### ผลผลิต ผลลัพธ์ระดับ C (Comparisons)

รายงานข้อมูลจากระบบกระทรวงสาธารณสุข (Health Data Center) ปี 2563 พบว่าในปี 2562-64 ประชาชนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ เท่ากับ ร้อยละ 48.40 48.43 และ 48.03 ตามลำดับ ส่วนปี 2565 ในรอบ 5 เดือนแรก (ต.ค. 64-ก.พ.65) มีรายงานข้อมูลวัยทำงานมีดัชนีมวลกายปกติ ร้อยละ 47.45 ซึ่งยังห่างจากค่าเป้าหมายระดับประเทศที่ตั้งไว้เมื่อสิ้นปีงบประมาณ ที่ร้อยละ 51 (แผนภูมิที่ 1)



ที่มา: HDC SERVICE กระทรวงสาธารณสุข ณ วันที่ 8 มี.ค.65

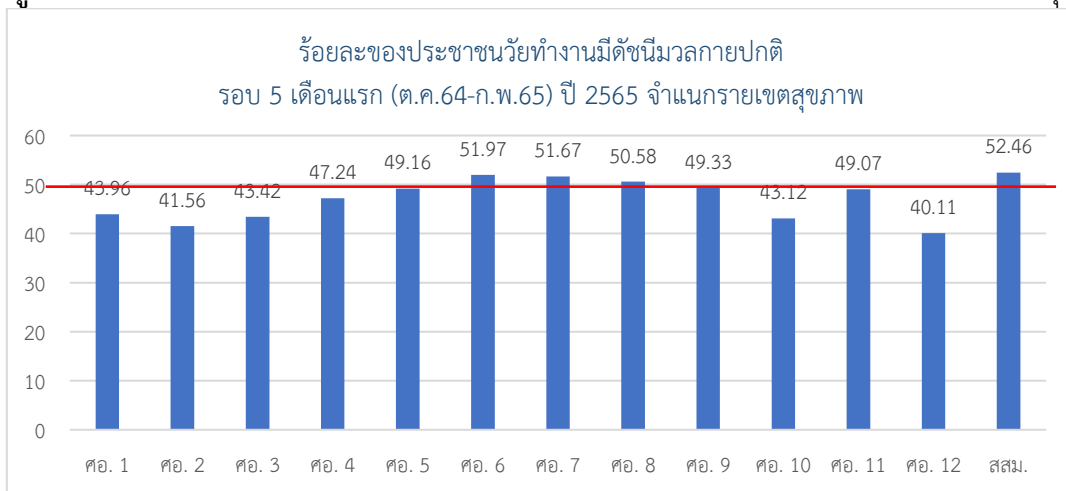
เมื่อทบทวนการดำเนินงานส่งเสริมประชาชนวัยทำงานมีค่าดัชนีมวลกายปกติ ในรอบ 5 เดือนแรก (ต.ค. 64-ก.พ.65) พบว่าเป้าหมายตาม Template เท่ากับร้อยละ 49.5 (ระดับคะแนน 0.5) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1 เป้าหมายตาม Template ตัวชี้วัดที่ 1.16 ร้อยละของวัยทำงานมีดัชนีมวลกายปกติ รอบ 5 เดือนแรก (ตุลาคม 2564 - กุมภาพันธ์ 2565)

ค่าคะแนน	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5
ร้อยละ	46.56	47.30	48.03	48.77	49.50

โดยมีการจำแนกผลการดำเนินงานเป็นรายเขตสุขภาพ (HDC, 8 มีนาคม 2565) พบว่าเขตสุขภาพที่ดำเนินงานได้ตามเป้าหมายรอบ 5 เดือนแรกแล้ว (ร้อยละ 49.5) มี 4 เขต ได้แก่ เขตสุขภาพที่ 6 (ร้อยละ 51.97) เขตสุขภาพที่ 7 (ร้อยละ 51.67) เขตสุขภาพที่ 8 (ร้อยละ 50.58) และสถาบันพัฒนาสุขภาพเขตเมือง ร้อยละ 52.46 (H4U, ก.พ.65) โดยเขตสุขภาพที่ 12 มีผลการดำเนินงานต่ำที่สุดอยู่ที่ ร้อยละ 40.1 รายละเอียดตามแผนภูมิที่ 2

**แผนภูมิที่ 2 ร้อยละของประชาชนวัยทำงานมีดัชนีมวลกายปกติ รอบ 5 เดือนแรก ปี 2565 รายเขตสุขภาพ**



เป้าหมาย  
รอบ 5 เดือนแรก  
ร้อยละ 49.5

**ผลผลิต ผลลัพธ์ ระดับ T (Trends) แนวโน้ม**

ประชาชนมีค่าดัชนีมวลกายปกติค่อนข้างคงที่ตลอด 3 ปีที่ผ่านมา (ปี2562-64) ในขณะที่ผลการดำเนินงานรอบ 5 เดือนแรก เท่ากับร้อยละ 47.45 ซึ่งแนวโน้มเมื่อสิ้นปีงบประมาณ 2565 ค่าดัชนีมวลกายปกติของวัยทำงานน่าจะอยู่ที่ร้อยละ 48 ดังเดิม ตามแสดงในกราฟเส้นที่ 1 ในขณะที่ค่าเป้าหมายตามยุทธศาสตร์กรมอนามัย เพิ่มขึ้นร้อยละ 1 ต่อปี ทำให้ผลการดำเนินงานไม่บรรลุเป้าหมายตามตัวชี้วัด

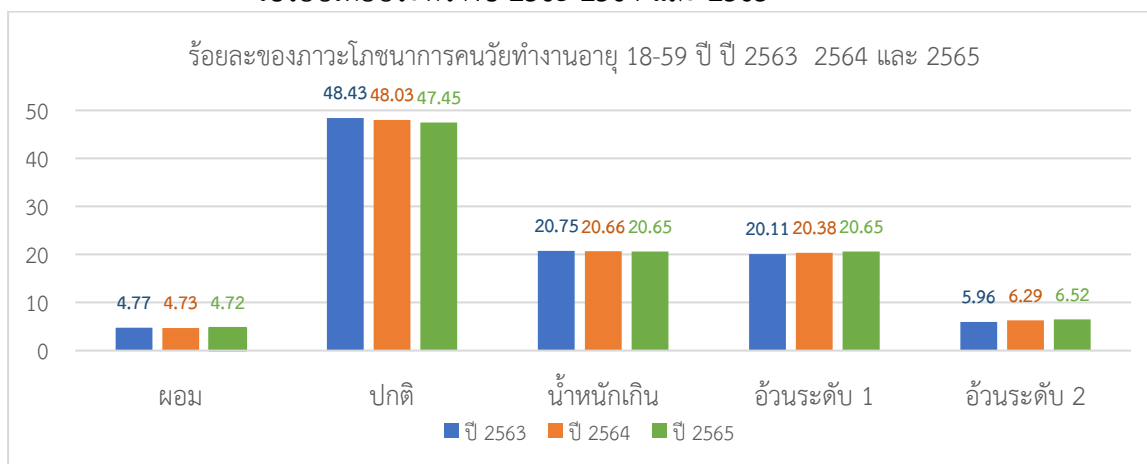
**กราฟที่ 1 แนวโน้มประชาชนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ ปีงบประมาณ 2562-2565**



**ผลผลิต ผลลัพธ์ระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินการในปัจจุบัน**

ผลการดำเนินการปี 2563-65 ข้อมูลจาก HDC วันที่ 8 มีนาคม 2565 พบว่า 1 ใน 2 ของคนวัยทำงานมีน้ำหนักเกินและอ้วนในทั้ง 3 ปีงบประมาณ เมื่อเปรียบเทียบภาวะโภชนาการในปี 2563-65 ในแต่ละระดับพบว่าภาวะผอม น้ำหนักเกิน และอ้วนระดับ 1 มีแนวโน้มค่อนข้างคงที่ คือภาวะผอมร้อยละ 4.77 4.73 และ 4.72 / ภาวะน้ำหนักเกินร้อยละ 20.75 20.66 และ 20.65 / ภาวะอ้วนระดับ 1 ร้อยละ 20.11 20.38 และ 20.65 ตามลำดับ ส่วนน้ำหนักปกติมีแนวโน้มลดลง คือ ร้อยละ 48.43 48.03 และ 47.45 ตามลำดับ แต่ยังเป็นผลงานในรอบ 5 เดือนแรกเท่านั้น คาดว่าสิ้นปีงบประมาณ 2565 คนวัยทำงานที่มีน้ำหนักปกติจะอยู่ที่ประมาณร้อยละ 48 เท่าๆกับปี 2562-64 ในขณะที่ภาวะอ้วนระดับ 2 เพิ่มขึ้นเล็กน้อยทุกปี คือ ร้อยละ 5.96 6.29 และ 6.52 แสดงตามแผนภูมิที่ 3 ซึ่งการประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้ค่าดัชนีมวลกายเพียงเกณฑ์เดียว ยังไม่ครอบคลุมการคัดกรองผู้ที่มีภาวะเสี่ยงต่อโรคอ้วนลงพุง และโรคไม่ติดต่อเรื้อรังอื่นๆ จึงควรพิจารณาใช้ดัชนีมวลกายร่วมกับเกณฑ์รอบเอวปกติไม่เกินส่วนสูงหารสอง ในคนวัยทำงานร่วมด้วย

### แผนภูมิที่ 3 ร้อยละของภาวะโภชนาการคนไทยวัยทำงานอายุ 18-59 ปี เปรียบเทียบระหว่างปี 2563 2564 และ 2565



#### วิเคราะห์ GAP การดำเนินงาน

- GAP จากปัจจัยภายในกรมอนามัย ได้แก่
  - ขาดการบูรณาการงานโภชนาการในระดับกรม (สำนักโภชนาการเป็นเจ้าภาพตัวชี้วัดเพียงหน่วยงานเดียว ไม่มีหน่วยงานที่เป็นเจ้าภาพร่วม)
  - ขาดการสื่อสารที่มีประสิทธิภาพในบุคลากรส่วนกลางและระดับเขตสุขภาพ ทำให้การดำเนินงานไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน
  - เครื่องมือ/เทคโนโลยีในการดำเนินงานมีความซับซ้อน
  - บุคลากรมีองค์ความรู้และทักษะเฉพาะงานเหมาะสม แต่ยังคงขาดการเพิ่มเติมทักษะด้านการสื่อสารกับประชาชน
- GAP จากปัจจัยภายนอก
  - สภาพแวดล้อมที่เอื้อให้เข้าถึงอาหารที่ดีต่อสุขภาพยังไม่เพียงพอ มีราคาแพง
  - ความเชื่อ/วัฒนธรรมการบริโภคอาหารที่สืบทอดกันมา ทำให้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมได้ยาก
  - ประชาชนวัยทำงานในเขตเมืองและเขตชนบท และวัยทำงานตอนต้น กลาง และปลาย เข้าถึงเทคโนโลยีได้ต่างกัน ทำให้ความรอบรู้ด้านการบริโภคอาหารต่างกัน
  - ขาดข้อมูลประกอบการตัดสินใจเลือกกินอาหารที่ไม่มีฉลาก และไม่ทราบว่าเป็นอาหารใดส่งผลเสียต่อสุขภาพ

#### ความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์

การประเมินภาวะโภชนาการโดยใช้ค่าดัชนีมวลกาย

ค่าดัชนีมวลกาย

น้อยกว่า 18.5 กิโลกรัม/ตารางเมตร	ผอม
18.5-22.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	ปกติ
23.0-24.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	น้ำหนักเกิน
25.0-29.9 กิโลกรัม/ตารางเมตร	อ้วนระดับ 1
30.0 กิโลกรัม/ตารางเมตรขึ้นไป	อ้วนระดับ 2

## 1.2 ผลการวิเคราะห์ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียเพื่อขับเคลื่อนตัวชี้วัด

- กลุ่มผู้รับบริการ หมายถึง ประชาชนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี (อายุ 18 ปีเต็ม - 59 ปี 11 เดือน 29 วัน)
- ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย หมายถึง ผู้รับผิดชอบงานจากศูนย์อนามัยที่ 1-12 สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น โรงพยาบาล สถานประกอบการ และผู้ประกอบการร้านอาหารและเครื่องดื่มทั่วประเทศ

### ความต้องการ/ความคาดหวัง

กลุ่มวัยทำงาน มีการขับเคลื่อนนโยบายสู่การปฏิบัติโดยสนับสนุนข้อมูลด้านวิชาการให้กับประชาชนและเครือข่าย ได้แก่ หน่วยงานภาครัฐระดับกระทรวง/กรม และองค์กรภาคเอกชน เช่น ภาคธุรกิจอาหารและเครื่องดื่ม สถานประกอบการต่างๆ) ที่นำมาตรฐาน/เกณฑ์ของกรมอนามัยไปใช้ เช่น เกณฑ์เมนูสุขภาพ / Healthy Canteen โดยมีการรับฟังความคิดเห็นของผู้รับบริการ (Customer) และผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (Stakeholder) ผ่านหลักสูตรการอบรมด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ สำหรับประชาชนทั่วไป สำหรับผู้ประกอบการ และสำหรับเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน/เครือข่าย ซึ่งมีแบบประเมินความพึงพอใจหลังเข้ารับการอบรมเพื่อประเมินความพึงพอใจ ความไม่พึงพอใจ ความต้องการ และนำไปสู่การปรับปรุงผลผลิตและบริการให้สอดคล้องกับความต้องการของกลุ่มเป้าหมาย โดยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่

- 1) การรับฟังความคิดเห็นในเชิงรับ (ความต้องการ/ความคาดหวัง) ผ่านแบบประเมินออนไลน์
- 2) การประเมินความพึงพอใจหลังการให้บริการ ผ่านแบบประเมินออนไลน์

ซึ่งประเมินความพึงพอใจหลังเข้ารับการอบรมออนไลน์ ช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในการจัดเก็บข้อมูล และประหยัดเวลา อีกทั้งยังสามารถดูผลการประเมินได้แบบ real time ทำให้สามารถนำข้อเสนอแนะและคำติชม มาปรับปรุงและพัฒนากระบวนการดำเนินงานให้ดียิ่งขึ้น

สำนักโภชนาการ จึงดำเนินการสำรวจความต้องการ/ความคาดหวังจากผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ผ่านข้อคำถามในแบบประเมินความพึงพอใจต่อระบบการเรียนการสอนออนไลน์ (e-Learning) หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ (Healthy canteen/เมนูสุขภาพ) ในระบบ mooc.anamai แสดงตามภาพที่ 1

The image shows a screenshot of a web-based survey form. At the top, there are navigation tabs: 'คำถาม', 'การตอบกลับ' (1,459), and 'การตั้งค่า'. Below this, a header indicates 'ส่วนที่ 1 จาก 5'. The main title of the survey is 'แบบประเมินความพึงพอใจต่อระบบสอนออนไลน์ (e-Learning) หลักสูตรอาหารและโภชนาการ'. A sub-header reads: 'คำชี้แจง แบบประเมินนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสอบถามความพึงพอใจในการเรียนรู้หลักสูตรอาหารและโภชนาการ ผ่านออนไลน์ แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบ ความพึงพอใจ และข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะอื่นๆ'. Below the survey title, there is a section 'ส่วนที่ 5 จาก 5' titled 'ข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะอื่นๆ'. This section contains two text input fields for providing feedback. The first field is labeled 'ท่านต้องการให้กรมอนามัยอบรมหลักสูตรออนไลน์ หลักสูตรใด' and the second is 'ท่านมีข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะอื่นๆ ที่ต้องการให้กรมอนามัยปรับปรุง หรือดำเนินการในเรื่องใดบ้าง'. Both fields have a red asterisk indicating they are required.

ภาพที่ 1 ข้อคำถามด้านความต้องการ/ความคาดหวังต่อระบบ e-Learning หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์

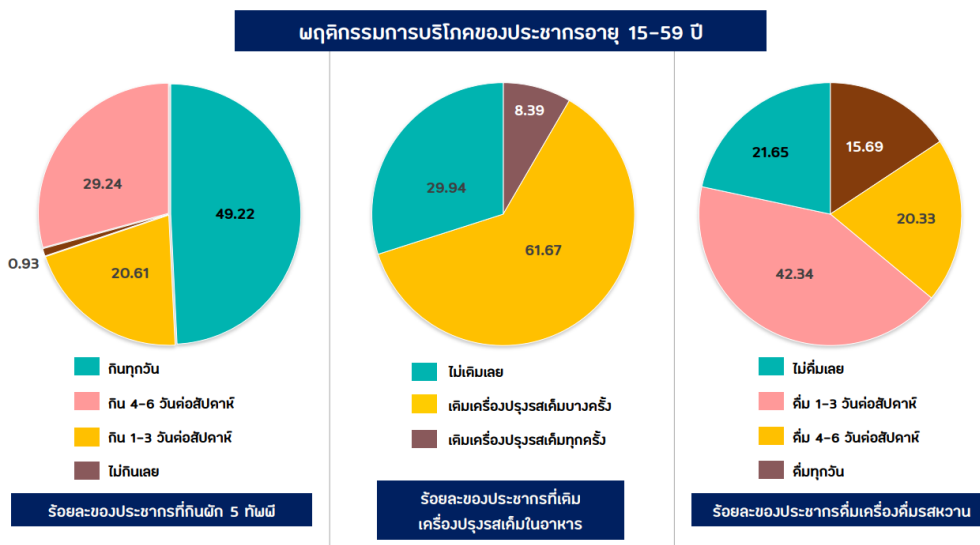
โดยได้ข้อสรุปความต้องการ/ความคาดหวังให้สำนักโภชนาการ เปิดหลักสูตรอบรมออนไลน์ ดังนี้

1. อาหารเฉพาะโรค
2. อาหารต้านโรค
3. อาหารลดน้ำหนัก
4. การประกอบอาหารและเครื่องดื่มน้ำเพื่อสุขภาพ
5. อาหารตามวัย ตั้งแต่เด็กปฐมวัยจนถึงผู้สูงอายุ
6. โภชนบำบัด
7. สูตรมาตรฐานของอาหารและเครื่องดื่มที่เป็นเมนูสุขภาพ
8. การประเมินภาวะโภชนาการและการให้คำปรึกษา

#### ความผูกพัน

จากสถานการณ์ภาวะโภชนาการ ที่ประชาชนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี มีภาวะอ้วนระดับ 1 และ อ้วนระดับ 2 เพิ่มขึ้น และยังพบข้อมูลจากสมุดบันทึกสุขภาพวัยทำงาน (Health for you : H4U) ปี 2564 ว่าคนวัยทำงานอายุ 15-59 ปี กินผักได้เพียงพอตามปริมาณที่แนะนำ (5 ทัพพีต่อวัน) เพียง 1 ใน 2 เท่านั้น (ร้อยละ 49.22) ในขณะที่อีกกว่าครึ่งกินผักไม่เพียงพอ อีกทั้งยังมีพฤติกรรมการเติมเครื่องปรุงรสเค็มในอาหารปรุงสำเร็จถึงร้อยละ 70.06 และดื่มเครื่องดื่มรสหวานร้อยละ 78.36 แสดงตามแผนภูมิที่ 4

แผนภูมิที่ 4 พฤติกรรมการบริโภคของประชากรอายุ 15-59 ปี ปี 2564



ทำให้สำนักโภชนาการ ผลิตสื่อประชาสัมพันธ์เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพสำหรับประชาชนทั่วไป และผู้ปฏิบัติงาน เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ อันจะช่วยลดการเกิดภาวะอ้วน เผยแพร่ผ่าน social media ได้แก่ เว็บไซต์ต่างๆ เฟซบุ๊ก และไลน์ ซึ่งประชาชนสามารถเข้าถึงได้ง่ายและสามารถเลือกเทคนิคที่เหมาะสมสำหรับตนเองไปปฏิบัติ ดังรายการต่อไปนี้

- 1) คู่มือการดำเนินงานโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (Healthy canteen)
- 2) แนวทางการดำเนินงานเมนูสุขภาพ
- 3) แอปพลิเคชัน Food4Health ประเมินภาวะโภชนาการ และให้คำแนะนำการบริโภคอาหารเป็นรายบุคคล และรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์ <https://f4h.anamai.moph.go.th/>

- 4) หลักสูตรอบรมด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์(E-learning) 3 หลักสูตรผ่านทาง <https://mooc.anamai.moph.go.th/> ประกอบด้วย หลักสูตรสำหรับประชาชนทั่วไป ผู้ประกอบการ และบุคลากรสาธารณสุขหรือผู้รับผิดชอบงาน
- 5) กินถูกหลักตามธงโภชนาการ <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194292>
- 6) กินหวาน มัน เค็ม แคไหนให้พอดี <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194300>
- 7) อิ่มอร่อยตรงไซส์SML <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194510>
- 8) หวานน้อยสั่งได้ <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/200934>
- 9) รู้ก่อนเลือก (กิน) ด้วยแอปพลิเคชัน Foodchoice <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/200933>

### ความพึงพอใจ

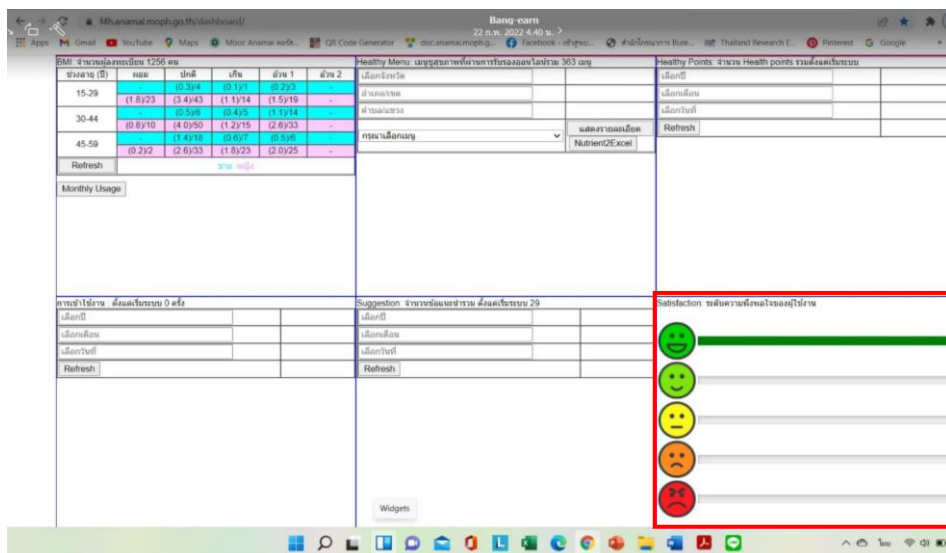
สำนักโภชนาการ ดำเนินการสำรวจความพึงพอใจของกลุ่มผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ต่อหลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ แสดงตามภาพที่ 2



ภาพที่ 2 ข้อคำถามด้านความพึงพอใจต่อระบบ e-Learning หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์

โดยได้ข้อสรุปว่าผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย ได้แก่ ประชาชนทั่วไป ผู้ประกอบการร้านอาหารและเครื่องดื่ม และเจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน มีความพึงพอใจต่อระบบ e-Learning หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ โดยจะบอกต่อ/ประชาสัมพันธ์หลักสูตร เพื่อให้ผู้อื่นสมัครเข้าอบรมออนไลน์ ถึงร้อยละ 98.2 โดยให้เหตุผลว่าเป็นหลักสูตรที่มีประโยชน์ เข้าใจง่าย สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้จริงเหมาะสมสำหรับสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 เนื่องจากเป็นการอบรมออนไลน์ ช่วยลดการเดินทาง และเป็นการอบรมฟรี ไม่เสียค่าใช้จ่าย

และในรอบ 5 เดือนแรก ของปี 2565 (ต.ค.64 - ก.พ.65) ยังได้มีการสำรวจความพึงพอใจของการใช้แอปพลิเคชัน Food4Health จากผู้ใช้งานจำนวน 1,256 คน พบว่า ร้อยละ 100 มีความพึงพอใจในระดับสูงสุด แสดงตามภาพที่ 3 โดยผู้รับบริการให้ความเห็นว่าทำให้ทราบถึงปริมาณสารอาหารที่ได้รับต่อวัน และมีการแนะนำการกินอาหาร เป็นประโยชน์ในการประเมินและเฝ้าระวังภาวะโภชนาการของตนเอง



ภาพที่ 3 ผลการประเมินความพึงพอใจของผู้ใช้งานแอปพลิเคชัน Food4Health

### ความไม่พึงพอใจ

ผู้รับบริการและผู้มีส่วนได้ส่วนเสียส่วนหนึ่งที่เข้ารับการอบรม มีความไม่พึงพอใจต่อระบบ e-Learning หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ สรุปได้ ดังนี้

- หลังจากสมัครแล้ว ยังไม่สามารถเรียนได้ เนื่องจากต้องได้รับการอนุมัติเข้ารับการอบรมจากผู้ดูแล ซึ่งเมื่อมีผู้สมัครเข้าเรียนแต่ละรุ่นเป็นจำนวนมาก ทำให้ต้องเสียเวลาในการรออนุมัตินาน
- ใช้เวลานานกว่าที่ผู้รับบริการจะเข้าดูคะแนนและผลการทดสอบหลังเรียนของตนเองได้
- เนื้อหาบางบทเรียนไม่สัมพันธ์กับระยะเวลาที่กำหนด
- ตัวอักษรในบทเรียนมีขนาดเล็กเกินไป
- พื้นฐานของผู้เรียนต่างกัน ควรแปลงเนื้อหาวิชาการให้เข้าใจง่ายขึ้น เช่น ขั้นตอนการคำนวณปริมาณวัตถุดิบและเครื่องปรุง ให้เป็นเมนูสุขภาพ

### ข้อเสนอแนะจากผู้รับบริการ

ผู้รับบริการส่วนหนึ่งที่เข้ารับการอบรม หลักสูตรด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์ ให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุง/พัฒนาหลักสูตร e-Learning ด้านอาหารและโภชนาการ ดังนี้

- ควรจัดทำคู่มือการลงทะเบียนเรียนออนไลน์
- ควรปรับปรุงระบบให้มีความเสถียร
- ควรปรับระยะเวลาให้เหมาะสมกับเนื้อหาแต่ละบทเรียน
- ควรปรับขนาดตัวอักษรในบทเรียนให้ใหญ่ขึ้น
- ควรปรับเนื้อหาให้เหมาะสมกับสถานการณ์ปัจจุบัน ใช้ภาษาและรูปแบบการนำเสนอที่เข้าใจง่าย
- ผู้รับบริการ ที่เป็นผู้ใช้งานแอปพลิเคชัน Food4Health ให้ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนา ดังนี้
- ควรเพิ่มรายการวัตถุดิบอาหารสด และเพิ่มเมนูอาหารให้หลากหลายขึ้น รวมถึงมีรายการอาหารชุด เช่น ชุดอาหารเช้าที่จัดเสิร์ฟพร้อมกาแฟ (American Breakfast)
- ควรมีระบบ search engine เพื่อให้สามารถพิมพ์อักษรตัวแรก หรือคำแรก ของรายการอาหาร เพื่อหาข้อมูลให้เร็วขึ้นได้



## 2. การกำหนดมาตรการและประเด็นความรู้ที่ให้แก่ผู้รับบริการ (C)/ผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย (SH) เพื่อการขับเคลื่อนการดำเนินงานตัวชี้วัด

2.1 ข้อมูลการขับเคลื่อนตัวชี้วัดที่สอดคล้องกับ PIRAB ในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการ ของคนวัยทำงานอายุ 18-59 ปี ปี 2565

มาตรการการขับเคลื่อนกลยุทธ์ โดยใช้ PIRAB

- **Partnership** การสร้างความเข้มแข็งเครือข่ายภาคประชาชนและบุคลากร
- **Investment** พัฒนาระบบฐานข้อมูลสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานส่งเสริมโภชนาการวัยทำงาน
- **Regulator** การขับเคลื่อนนโยบาย/กำหนดมาตรการเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงวัยที่มีสุขภาพดี
- **Advocacy** รณรงค์สร้างกระแสผ่านสื่อออนไลน์อย่างต่อเนื่องในการประชาสัมพันธ์นโยบาย/มาตรการเกี่ยวกับวัยทำงาน
- **Building Capacity** พัฒนา/สนับสนุนการใช้เทคโนโลยี/นวัตกรรมเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านพฤติกรรมกรกินสำหรับวัยทำงาน

### 2.2 ประเด็นความรู้ที่ให้ผู้รับบริการ

- คู่มือการดำเนินงานโรงอาหารปลอดภัยใส่ใจสุขภาพ (Healthy canteen)
- แนวทางการดำเนินงานเมนูสุขภาพ
- แอปพลิเคชัน Food4Health ประเมินภาวะโภชนาการ และให้คำแนะนำการบริโภคอาหารเป็นรายบุคคล และรับรองเมนูสุขภาพออนไลน์ <https://f4h.anamai.moph.go.th/>
- หลักสูตรอบรมด้านอาหารและโภชนาการออนไลน์(E-learning) สำหรับประชาชนทั่วไป เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติงาน และผู้ประกอบการ ผ่านทาง<https://mooc.anamai.moph.go.th/>
- กินถูกหลักตามธงโภชนาการ <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194292>
- กินหวาน มัน เค็ม แค่วันให้พอดี <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194300>
- อิมมูร่อยตรงไซส์SML <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/194510>
- หวานน้อยสั่งได้  
อินโฟกราฟิก <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/200934>  
คลิปทีเซอร์ ความยาว 0.46 นาที [https://fb.watch/3n7\\_PBz1Cj/](https://fb.watch/3n7_PBz1Cj/)  
คลิปเต็ม ความยาว 2.19 นาที [https://fb.watch/3n7\\_PBz1Cj/](https://fb.watch/3n7_PBz1Cj/)
- รู้ก่อนเลือก (กิน) ด้วยแอปพลิเคชัน Foodchoice <https://nutrition2.anamai.moph.go.th/th/book/200933>

### 3. แผนการขับเคลื่อนการดำเนินงานตัวชี้วัดในการส่งเสริมสุขภาพและโภชนาการของคนวัยทำงานอายุ 18-59ปี รอบ 5 เดือนหลัง (มีนาคม - กรกฎาคม 2565)

**P : การสร้างความเข้มแข็งเครือข่ายภาคประชาชนและบุคลากร**

แผนขับเคลื่อน : จัดประชุมติดตามความก้าวหน้าการดำเนินงานของคณะทำงานกำกับและติดตามมาตรการที่มีใช้ภาษีความหวาน (non tax)

**I : พัฒนาระบบฐานข้อมูลสารสนเทศที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานส่งเสริมโภชนาการวัยทำงาน**

แผนขับเคลื่อน : จัดทำคณิศรวิดิโอสาธิตการทำอาหาร เพื่อเป็นฐานข้อมูลสารสนเทศในการสร้างความรอบรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับวัยทำงาน

**R : การขับเคลื่อนนโยบาย/กำหนดมาตรการเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์เพื่อเตรียมความพร้อมการเป็นผู้สูงวัยที่มีสุขภาพดี**

แผนขับเคลื่อน : จัดงานประกาศขับเคลื่อนนโยบายหวานน้อยสั่งได้ เฟส 3 (หวานน้อยอนามัย)

**A : รณรงค์สร้างกระแสผ่านสื่อออนไลน์อย่างต่อเนื่องในการประชาสัมพันธ์นโยบาย/มาตรการเกี่ยวกับวัยทำงาน**

แผนขับเคลื่อน :

- พัฒนาตำรับอาหารลดหวาน มัน เค็ม และประชาสัมพันธ์สร้างความรอบรู้ด้านอาหารและโภชนาการสำหรับวัยทำงาน
- จัดงานรณรงค์ประชาสัมพันธ์ การประเมินภาวะโภชนาการวัยทำงาน โดยใช้ค่าดัชนีมวลกายร่วมกับรอบเอว (รอบเอวปกติไม่เกินสูงหารสอง)

**B : พัฒนา/สนับสนุนการใช้เทคโนโลยี/นวัตกรรมเพื่อสร้างความรอบรู้ด้านพฤติกรรมกรกิน**

สำหรับวัยทำงาน : ดำเนินการไปแล้วในรอบ 5 เดือนแรก