

การรับรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร*

Perception Value of Nutritional and Food Sanitation of the School Lunch Program under Samut Sakhon Primary Education Service Area Office

¹ณัฐวัฒน์ เบ็ญชา, จอมขวัญ สุวรรณรักษ์, จุฑามาศ พีรพัชระ และ อมรรัตน์ เจริญชัย

¹Nattawat Bencha, Jomkhun Suwannarak, Chutamas Peerapatchara
and Amornrat Chareonchai

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

Rajamangala University of Technology Phra Nakhon, Thailand.

¹Corresponding Author's Email: nattawat-be@rmutp.ac.th



บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษาความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการของโครงการอาหารกลางวัน 2) ศึกษาการรับรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 8-12 ปี ในโรงเรียนทั้ง 4 ระดับ คือ โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ ได้แก่ โรงเรียน A โรงเรียน B โรงเรียนขนาดใหญ่ ได้แก่ โรงเรียน C โรงเรียน D โรงเรียนขนาดกลาง ได้แก่ โรงเรียน E โรงเรียน F โรงเรียนขนาดเล็ก ได้แก่ โรงเรียน G โรงเรียน H โดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญด้วยความสมัครใจเพื่อให้ได้ตรงตามจำนวนที่ต้องการ เครื่องมือที่ใช้คือแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ

ผลการศึกษาวิจัยมีดังนี้ 1) นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการอยู่ในระดับดีมาก คิดร้อยละ 98.25 และมีการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารอยู่ในระดับดีมาก คิดเป็นร้อยละ 100 2) นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้เกี่ยวกับโครงการอาหารกลางวันอยู่ในระดับดี คิดเป็นร้อยละ 78.24

คำสำคัญ: คุณค่าทางโภชนาการ; สุขาภิบาลอาหาร; โครงการอาหารกลางวัน

Abstract

The research article had the following objectives: 1) to investigate nutritional value in the school lunch program; and 2) to explore the perceived value of food sanitation in the school lunch program. The study employed a quantitative research method. The sample group consisted of primary school students from 4th to 6th grade, aged 8 to 12 years, enrolled in four different sizes of schools: extra-large schools (School A and School B), large schools (School C and School D), medium-sized schools (School E and School F), and small schools (School G and School H). The students were selected through accidental sampling. A

*Received February 14, 2024; Revised December 14, 2024; Accepted December 21, 2024

questionnaire was used as the data collection tool, and percentages were used for data analysis.

From the study, the following results were found: 1) Most students perceived the value of food nutrition at a high level, with 98.25% indicating so, and the value of food sanitation at a high level, with 100% indicating so; and 2) Most students perceived the value of the school lunch program at a high level, with 78.24% indicating so.

Keywords: Nutritional Value; Food Sanitation; School Lunch Program

บทนำ

ภาวะโภชนาการเกินในเด็กเป็นปัญหาสำคัญของโลกและในประเทศไทย และมีแนวโน้มที่จะเพิ่มมากขึ้นในอนาคต ซึ่งส่วนใหญ่มีสาเหตุมาจากพฤติกรรมการรับประทานอาหารและการออกกำลังกายที่ไม่เหมาะสม โดยภาวะโภชนาการเกินจะส่งผลกระทบต่อเด็กทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมมีผลต่อคุณภาพชีวิต หากไม่ได้รับการแก้ไขและส่งเสริมอย่างถูกวิธีก็จะนำมาซึ่งปัญหาทางสุขภาพที่เรื้อรังในอนาคตได้ (Suwanwaiphattana, Piromkraipak, and Nawanantawong, 2019) จากสถานการณ์ในปัจจุบันเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินเพิ่มสูงขึ้น คิดเป็นร้อยละ 5.6 หรือกว่า 38.3 ล้านคนจากเด็กทั่วโลก ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเด็กในทวีปเอเชีย และมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น (World Health Organization [WHO], 2017) และจากรายงานมาตรฐานงานโภชนาการเด็กวัยเรียน อายุ 6-14 ปีพบเด็กที่มีภาวะโภชนาการเกินในปี 2565 จำนวนร้อยละ 13.57 (Ministry of Public Health, 2022) เด็กวัยเรียนหรือเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 6-12 ปี หรือเกิดในระหว่างปี พ.ศ. 2553-2559 ซึ่งเป็นบุคคลที่อยู่ในเจนเนอเรชันแอลฟา (Generation alpha) และ เจเนอเรชันซี (Generation Z) จะมีโรคอ้วนเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญ (Tantichuwet, 2017; Suwanwaiphattana, Piromkraipak, and Nawanantawong, 2019) ภาวะโภชนาการเกินในเด็กวัยเรียนเป็นปัญหาสุขภาพที่สำคัญของประเทศไทยที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น และจะนำไปสู่การเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังต่าง ๆ ได้ในอนาคต ส่งผลต่อสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิต มีผลกระทบต่อการเรียนรู้ การใช้ชีวิตประจำวันและคุณภาพชีวิตของเด็ก (Suwanwaiphattana, Piromkraipak, and Nawanantawong, 2019)) เนื่องจากในสังคมไทยปัจจุบันเป็นยุคดิจิทัลที่สื่อเทคโนโลยีและนวัตกรรมใหม่มีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต ช่วยทำให้ชีวิตของผู้คนสะดวกสบายมากยิ่งขึ้น ส่งผลให้เด็กวัยนี้ไม่มีวิถีชีวิตนั่งอยู่กับคอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือเป็นระยะเวลาาน ทำให้ขาดการเคลื่อนไหวของร่างกาย ประกอบกับการได้รับความนิยมนับรับประทานอาหารขยะ (Junk food) เพิ่มมากขึ้น มีพฤติกรรมการบริโภคอาหารประเภทคาร์โบไฮเดรต น้ำตาล และไขมันเพิ่มมากขึ้น (Joyrod, and Songthap, 2019) นอกจากนี้ปัจจัยที่ร่วมทำนายนภาวะโภชนาการเกินของเด็กวัยเรียนได้แก่ การเข้าถึงแหล่งอาหารง่าย หรือจัดการรายได้ของนักเรียนไม่ดี แต่หากได้รับแรงสนับสนุนจากครอบครัว ครู เพื่อน หรือมีกิจกรรมที่สนับสนุนการออกกำลังกาย เด็กจะมีพฤติกรรมการป้องกันภาวะโภชนาการเกินที่ดี (Panyarattanachoj, Toonsiri, and Rattanagreethakul, 2017)

ปัจจุบันสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร เป็นหน่วยงานทางการศึกษาที่อยู่ภายใต้การกำกับดูแลของสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน มีภารกิจบทบาทและอำนาจหน้าที่ตามที่กฎหมายกำหนด มีจำนวนโรงเรียนในสังกัดทั้งหมด 102 โรงเรียน มีโครงการอาหารกลางวันสำหรับนักเรียนซึ่งได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น โดยมีนโยบายส่งเสริมและให้ความสำคัญในเรื่องสุขภาพอนามัยที่ดีแก่นักเรียนและถูกหลักโภชนาการเพื่อให้นักเรียนมีสุขภาพอนามัย

ที่สมบูรณ์แข็งแรง ทั้งร่างกายและจิตใจ และสนับสนุนงบประมาณให้โรงเรียนดำเนินโครงการอาหารกลางวัน ส่วนใหญ่นักเรียนมาจากครอบครัวที่ผู้ปกครองรับจ้างและใช้แรงงานขาดความรู้ความเข้าใจและไม่มีเวลาเพียงพอที่จะดูแลเอาใจใส่บุตรหลาน จากการสำรวจภาวะโภชนาการจากสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษาสมุทรสาคร พบว่าภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนมีภาวะทุพโภชนาการและโภชนาการเกินเป็นจำนวนมาก คิดเป็นร้อยละ 60 และการได้รับประทานอาหารที่ได้รับสารอาหารไม่เพียงพอต่อร่างกาย ต้องการหรือการได้รับสารอาหารบางอย่างที่มากเกินไป ปัญหาภาวะโภชนาการในเด็กนักเรียนไทยแยกได้เป็น 2 เรื่องคือ ปัญหาการขาดสารอาหารและการได้รับสารอาหารเกิน หากไม่รีบดำเนินการแก้ไขปัญหาดังกล่าว จะส่งผลให้เด็กไทยด้อยสติปัญญาและคุณภาพชีวิตต่ำสอดคล้องกับหลักฐานเชิงประจักษ์ทางการแพทย์ ที่รายงานว่า การได้รับสารอาหารที่พอเพียงและเหมาะสมต่อความต้องการของร่างกาย ร่วมกับการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับวัย จะช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความสูงเพิ่มขึ้นโดยเฉลี่ยปีละ 2-3 เซนติเมตร และเด็กที่มีส่วนสูงระดับดีจะมีสติปัญญาดีกว่าเด็กเตี้ยและค่อนข้างเตี้ย ประมาณ 6.5 ส่วนเด็กที่เป็นโรคอ้วนเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ จะมีโอกาส เป็นโรคอ้วนถึง 1 ใน 4 และหากอ้วนจนถึงช่วงวัยรุ่น จะมีโอกาสเสี่ยงสูงถึง 3 ใน 4 คนที่เป็นโรคอ้วน นำไปสู่การเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCD: Non-communicable chronic diseases) ทั้งในเด็กและผู้ใหญ่ (Jantacumma, and Powwattana, 2017) การจัดการข้อมูลด้านโภชนาการในโรงเรียนอย่างเป็นระบบจะนำไปสู่การแก้ไขปัญหาโภชนาการในโรงเรียนโดยเฉพาะปัญหาภาวะน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ และภาวะโภชนาการเกินในโรงเรียน โรงเรียนมีการดำเนินการเฝ้าระวังทางโภชนาการ ประกอบกับการวัดการเจริญเติบโตของเด็กในโรงเรียน ภายใต้การดูแลของครู อนามัยโรงเรียน และบุคลากรทางสาธารณสุข ข้อมูลปัญหาโภชนาการจากโรงเรียนจะถูกส่งผ่านไปยังโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล เพื่อรวบรวมในระดับจังหวัด และประเทศต่อไป (Ayuwat et al. 2023) จึงเป็นหน้าที่ของโรงเรียนที่จะต้องคอยดูแลและให้ความช่วยเหลือให้นักเรียนได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณค่าและถูกหลักโภชนาการ โดยมีการจัดรายการอาหารกลางวันตามแบบระบบแนะนำสำหรับอาหารกลางวันสำหรับโรงเรียนอัตโนมัติ (Thai School Lunch) เพื่อดูแลให้นักเรียนได้รับประทานอาหารกลางวันที่มีคุณภาพและถูกหลักโภชนาการ ทำให้นักเรียนมีน้ำหนักส่วนสูงตามเกณฑ์มาตรฐาน

ทั้งนี้โครงการอาหารกลางวันในโรงเรียนเป็นโครงการหนึ่งที่มีความสำคัญ โดยมีหลายโรงเรียนที่สามารถบริหารจัดการโครงการอาหารกลางวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถช่วยให้ได้เรียนรู้เกี่ยวกับอาหารและโภชนาการโดยมีมื้ออาหารกลางวันในโรงเรียนเป็นตัวอย่างที่ดีเกี่ยวกับการรับประทานเพื่อสุขภาพ การบริหารจัดการโครงการอาหารกลางวันในบางโรงเรียนมีการทดลองปลูกผัก ปลูกพืชไร่ เลี้ยงไก่ เลี้ยงปลา เพาะเห็ดหรือการทำเกษตรอื่น ๆ เพื่อนำผลผลิตที่ได้มาสนับสนุนกิจกรรมโครงการอาหารกลางวันในโรงเรียน ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนซึ่งอยู่ในวัยที่กำลังเจริญเติบโตมีสุขภาพพลานามัยดีขึ้นเป็นส่วนหนึ่งของการเรียนรู้ที่สำคัญซึ่งไม่เพียงจะส่งผลดีต่อสุขภาพของนักเรียนเท่านั้น แต่ยังส่งผลต่อการขยายองค์ความรู้ไปสู่ครอบครัวและชุมชน โดย Lahuna, Chandrasiri, and Soontornchai (2021) ได้ศึกษาการจัดการโครงการอาหารกลางวันด้วยชีวิตวิถีใหม่เพื่อคุณภาพและความปลอดภัยของอาหารกลางวันโรงเรียน สาคิมมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย กล่าวว่า การจัดการโครงการอาหารกลางวันแบบชีวิตวิถีใหม่เพื่อคุณภาพและความปลอดภัยของอาหารกลางวันโรงเรียน สาคิมมหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงรายเป็นสิ่งจำเป็นที่โรงเรียนจะต้องดำเนินการพัฒนาให้ครอบคลุมระบบปลอดภัยในการผลิตอาหารและคุณภาพอาหาร รวมถึงการกำหนดมาตรการการเฝ้าระวังและการป้องกันโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา-2019 และโรคอาหารเป็นพิษในโรงเรียน ด้วยกระบวนการแบบมีส่วนร่วมของผู้บริหารและครูในโรงเรียน คณาจารย์จากสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ บุคลากรผู้ปรุงประกอบอาหาร (แม่ครัว) ด้วยการวิเคราะห์ปัญหาวางแผนออกแบบการดำเนินการจัดบริการ

อาหารกลางวันติดตามประเมินผล และการให้ข้อมูลย้อนกลับจากนักเรียนและผู้ปกครองนักเรียนจะนำมาสู่ข้อมูลที่สามารถพัฒนาได้อย่างเป็นรูปธรรม ซึ่งจะส่งผลให้ได้รูปแบบการจัดการโครงการอาหารกลางวันแบบชีวิตวิถีใหม่ รัฐบาล หน่วยงานที่เกี่ยวข้องและโรงเรียนได้ให้ความสำคัญกับการดำเนินการโครงการอาหารกลางวันอย่างต่อเนื่อง แต่การดำเนินโครงการก็มักจะได้รับเสียงสะท้อนเกี่ยวกับปัญหาต่าง ๆ อยู่เสมอ เช่น งบประมาณที่ไม่เพียงพอ การบริหารจัดการโครงการอาหารกลางวันที่ยึดคุณภาพทั้งในแง่ของปริมาณ คุณภาพและคุณค่าทางโภชนาการของอาหารที่ไม่เพียงพอ เหมาะสมต่อความต้องการในการเจริญเติบโตและการเรียนรู้อย่างสมวัย อาหารไม่ปลอดภัยมีการปนเปื้อนสารเคมี โรงเรียนไม่สามารถนำโปรแกรมการจัดสำหรับอาหาร (Thai School Lunch) มาใช้ในการจัดอาหารกลางวันให้ได้คุณภาพ นอกจากนี้ยังพบว่า โรงเรียนขาดความรู้ความเข้าใจในการบริหารงบประมาณโครงการอาหารกลางวันให้ถูกต้องตามพระราชบัญญัติการจัดซื้อจัดจ้างและการบริหารพัสดุภาครัฐ พ.ศ. 2560 หรือการบริหารจัดการงบประมาณให้เกิดความคุ้มค่า จากคำกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับระดับความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการและด้านสุขาภิบาลอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ซึ่งมีช่วงอายุตั้งแต่ 8-12 ปี เพื่อการพัฒนาคุณค่าทางโภชนาการ ซึ่งนักเรียนบางรายไม่มีความรู้ในเรื่องคุณค่าทางโภชนาการ อาหารหลัก 5 หมู่ ทำให้เกิดข้อผิดพลาดหรือความไม่เข้าใจในการพัฒนาความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการและความรู้ในเรื่องสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวันและโรงอาหารภายในโรงเรียนให้ได้รับมาตรฐานตามหลักสุขาภิบาลอาหารของกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุขและเพื่อนำผลที่ได้จากการศึกษาไปเป็นแนวทางในการประเมินโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการของโครงการอาหารกลางวัน
2. เพื่อศึกษาการรับรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน

วิธีดำเนินการวิจัย

ขั้นตอนที่ 1 ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับโภชนาการ สุขาภิบาลอาหาร โครงการอาหารกลางวัน และระบบ Thai School Lunch เพื่อออกแบบแบบทดสอบและโครงสร้างแบบสอบถาม เพื่อนำมาสร้างข้อคำถาม โดยกำหนดประเด็นและขอบเขตของคำถามให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ขั้นตอนที่ 2 ศึกษาข้อมูลในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร เลือกโดยการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญด้วยความสมัครใจ จำนวน 8 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียน A - H เพื่อการเก็บข้อมูลและเก็บแบบสอบถาม

ขั้นตอนที่ 3 ประชากรที่ใช้ในการศึกษางานวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 8-12 ปี ในโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร ทั้ง 4 ระดับ จำนวน 102 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษจำนวน 3 โรงเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่จำนวน 17 โรงเรียน โรงเรียนขนาดกลางจำนวน 56 โรงเรียน โรงเรียนขนาดเล็ก จำนวน 27 โรงเรียน

กลุ่มตัวอย่าง นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 8-12 ปี ในโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร ทั้ง 4 ระดับ จำนวน 8 โรงเรียน กำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้วิธีสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accidental sampling) เพื่อให้ได้ตรงตามจำนวนที่ต้องการ จากนั้น คำนวณหาสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่าง ด้วยวิธีการเทียบอัตราส่วน ประกอบด้วย โรงเรียน A 116 คน

โรงเรียน B 87 คน โรงเรียน C 78 คน โรงเรียน D 30 คน โรงเรียน E 9 คน โรงเรียน F 7 คน โรงเรียน G 8 คน โรงเรียน H 5 คน รวมทั้งหมด 340 คน

ขั้นตอนที่ 4 เครื่องมือและวิธีการที่ใช้ในการศึกษา ประกอบด้วย

แบบทดสอบ เรื่อง ความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการของโครงการอาหารกลางวัน จำนวน 20 ข้อ

แบบสอบถาม เรื่อง การรับรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน เพื่อพัฒนาการรับรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวันโดยได้แบ่งแบบสอบถามออกเป็น 4 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามลักษณะปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม ตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามการรับรู้เกี่ยวกับโครงการอาหารกลางวัน ตอนที่ 3 เป็นแบบสอบถามการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหาร ตอนที่ 4 เป็นความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม และผลการทดสอบ ความตรงเชิงเนื้อหา เท่ากับ 0.60-1.00 ซึ่งมีความเหมาะสมตามเกณฑ์ที่กำหนด

ขั้นตอนที่ 5 การรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยแบบสอบถามจากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 340 คน จากกลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีช่วงอายุตั้งแต่ 8-12 ปี ในโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร ทั้ง 4 ระดับ จำนวน 102 โรงเรียน ประกอบด้วย โรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ จำนวน 3 โรงเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่จำนวน 17 โรงเรียน โรงเรียนขนาดกลางจำนวน 56 โรงเรียน โรงเรียนขนาดเล็ก จำนวน 27 โรงเรียน และตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้ว ได้ทั้งสิ้นจำนวน 340 ฉบับ

ขั้นตอนที่ 6 การวิเคราะห์ข้อมูล

- 1) การคำนวณข้อมูลปัจจัยส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม อธิบายด้วย ค่าความถี่ (Frequency) แล้วสรุปผลเป็นร้อยละ (Percentage)
- 2) การคำนวณข้อมูลความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการ อธิบายด้วย ค่าความถี่ (Frequency) แล้วสรุปผลเป็นร้อยละ (Percentage)
- 3) การคำนวณข้อมูลการรับรู้เกี่ยวกับโครงการอาหารกลางวัน อธิบายด้วย ค่าความถี่ (Frequency) แล้วสรุปผลเป็นร้อยละ (Percentage)
- 4) การคำนวณข้อมูลการรับรู้หลักสุขาภิบาลอาหาร อธิบายด้วย ค่าความถี่ (Frequency) แล้วสรุปผลเป็นร้อยละ (Percentage)
- 5) การวิเคราะห์ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม ใช้การวิเคราะห์เนื้อหา โดยเรียงตามลำดับจากมากไปน้อย

ขั้นตอนที่ 7 สรุปผลการศึกษาวิจัย และ การนำเสนอผลการศึกษาวิจัย

ผลการวิจัยเรื่อง การรับรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการและสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร มีดังนี้

- 1) ความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการของนักเรียน พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับคุณค่าทางโภชนาการในระดับดีมากในระดับคะแนน 17-20 คะแนน
- 2) การรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 1 สถานที่ (สถานที่ตั้ง สถานที่และบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบหรือปรุงอาหาร จำหน่ายอาหาร และบริโภคอาหาร) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับสถานที่และบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบหรือปรุงอาหาร
- 3) การรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 2 สุขลักษณะของอาหาร กรรมวิธีการทำ ประกอบหรือปรุง การเก็บรักษา และการจำหน่ายอาหาร พบว่า

นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับสุขลักษณะของอาหาร ยกเว้นข้อ 32, 33 และ 34 ซึ่งนักเรียนไม่แน่ใจในเรื่องนี้

4) การรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 3 สุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้อื่น ๆ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับสุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้อื่น ๆ ยกเว้นข้อ 39 และข้อ 40 ซึ่งนักเรียนไม่แน่ใจในเรื่องนี้

5) การรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 4 ระบบการสุขาภิบาล (การจัดการขยะมูลฝอย น้ำเสีย ห้องส้วม และการป้องกัน ควบคุมแมลงและสัตว์นำโรค) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับระบบการสุขาภิบาล

6) การรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขอนามัยของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 5 สุขลักษณะส่วนบุคคล (ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหาร) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับสุขลักษณะส่วนบุคคล

ผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ที่ 1 ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนที่มีความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการในระดับดีมาก จำนวน 334 คน คิดเป็นร้อยละ 98.25 ดังตารางที่ 1.1 และนักเรียนที่มีความรู้ระดับดี จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 1.75 โดยแยกจำนวนผู้ทำการทดสอบรายข้อได้ดังแสดงตามตารางที่ 1.2

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของระดับความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการของนักเรียน

(n = 340)			
ความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	ระดับความรู้
ระดับคะแนน 17 - 20	334	98.25	ดีมาก
ระดับคะแนน 13 - 16	6	1.75	ดี
รวม	340	100	

ตารางที่ 2 จำนวนนักเรียนที่ตอบแบบทดสอบเรื่อง ความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการ ตอบถูกและผิดในแต่ละข้อของนักเรียน

(n = 340)				
อาหารหลัก	คำถาม	คำตอบ	ประชากร (คน)	
			ถูก	ผิด
หมูที่ 1 เนื้อสัตว์ ปลา ไข่ นม ถั่ว เมล็ดแห้ง	5. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของอาหารหลักหมูที่ 1	ข. ช่วยไม่ให้ท้องผูก	332	8
	8. ข้อใดคืออาหารหลักหมูที่ 1	ก. เนื้อสัตว์ นม ไข่ และ ถั่วเมล็ดแห้ง	328	12
	12. อาหารหลักหมูที่ 1 ให้สารอาหารในข้อใด	ก. โปรตีน	340	
	18. ข้อใดเป็นอาหารที่ไม่ให้สารอาหารประเภทโปรตีน	ค. ผักคะน้า	340	

อาหารหลัก	คำถาม	คำตอบ	ประชากร (คน)	
			ถูก	ผิด
หมูที่ 2 ข้าว แป้ง น้ำตาล พืชหัว	6. ข้อใดคือประโยชน์ของอาหาร หลักหมูที่ 2	ก. ให้พลังงานแก่ ร่างกายและให้ความ อบอุ่น	331	9
	14. ข้อใดไม่ใช่อาหารหมูเดี่ยว	ง. ถั่วเหลือง ถั่วฝักยาว	339	1
	15. เส้นก๋วยเตี๋ยว ผือก มันเทศ จัด อยู่ในอาหารหลักหมูใด	ข. อาหารหลักหมูที่ 2	339	1
	17. ข้าวโพดจัดอยู่ในอาหารหลักหมู ที่ 2 ให้สารอาหารประเภทใด	ก. คาร์โบไฮเดรต	340	
หมูที่ 3 ผักต่าง ๆ	10. พืชผักสีเขียวและสีอื่น ๆ จัดอยู่ ในอาหารหลักหมูใด	ค. อาหารหลักหมูที่ 3	332	8
	11. อาหารหลักหมูใดให้สารอาหาร เหมือนกัน	ค. อาหารหลักหมูที่ 3 และ 4	338	2
	13. ข้อใดคืออาหารหลักหมูที่ 3 และอาหารหลักหมูที่ 4	ง. พืชเขียว มะละกอ	340	
	19. พริกทองจัดอยู่ในอาหารหลักหมู ใด	ค. อาหารหลักหมูที่ 3	339	1
หมูที่ 4 ผลไม้ต่าง ๆ	1. ผลไม้ชนิดใดต่อไปนี้มีวิตามินซีต่ำ	ข. กัล้วย	328	12
	7. อาหารหลักหมูที่ 4 คือข้อใด	ข. ผลไม้ชนิดต่าง ๆ	331	9
	9. ผลไม้สดที่มีรสเปรี้ยวจะมีวิตามิน ชนิดใดมากที่สุด	ข. วิตามิน ซี	331	9
	20. ข้อใดไม่ถูกต้อง	ง. อาหารหลักหมูที่ 3 และ 4 ให้สารอาหาร ประเภทไขมันและเกลือ แร่	340	
หมูที่ 5 ไขมันและ น้ำมัน	3. อาหารหลักหมูที่ 5 คือข้อใด	ง. ไขมันจากพืชและสัตว์	330	10
	4. ข้อใดคือประโยชน์ของอาหาร หลักหมูที่ 5	ง. ถูกทุกข้อ	333	7
	16. น้ำมันพืชจัดเป็นอาหารหลักหมู เดียวกับข้อใด	ข. เนย	337	3
	2. เนย น้ำมันพืช จัดอยู่ในอาหาร หลักหมูใด	ง. อาหารหลักหมูที่ 5	331	9

วัตถุประสงค์ที่ 2 ผลการวิจัยพบว่า

หมวดที่ 1 สถานที่ (สถานที่และบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบหรือปรุงอาหาร และบริโภคอาหาร) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ในระดับดีมาก จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100 และมีบางข้อที่นักเรียนไม่แน่ใจและไม่เห็น

หมวดที่ 2 สุขลักษณะของอาหาร กรรมวิธีการทำ ประกอบหรือปรุง การเก็บรักษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ในระดับดีมาก จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ยกเว้นข้อ 32, 33 และ 34 ที่นักเรียนไม่แน่ใจ จำนวน 283 คน คิดเป็นร้อยละ 83.24 และไม่เห็น จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 16.76

หมวดที่ 3 สุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้อื่น ๆ พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ในระดับดีมาก จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100 ยกเว้น ข้อ 39 ที่มีนักเรียนเห็น จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 16.76 และไม่แน่ใจ จำนวน 283 คน คิดเป็นร้อยละ 83.24 และข้อ 40 ที่นักเรียนไม่แน่ใจ จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100

หมวดที่ 4 ระบบการสุขาภิบาล (การจัดการขยะมูลฝอย น้ำเสีย ห้องส้วม และการป้องกัน ควบคุมแมลงและสัตว์นำโรค) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ในระดับดีมาก จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100

หมวดที่ 5 สุขลักษณะส่วนบุคคล (ผู้ประกอบการและผู้สัมผัสอาหาร) พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ในระดับดีมาก จำนวน 340 คน คิดเป็นร้อยละ 100 และยกเว้นข้อ 59 ที่มีนักเรียนเห็น จำนวน 274 คน คิดเป็นร้อยละ 80.59 ไม่แน่ใจ จำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 19.41 และข้อ 60 ที่มีนักเรียนเห็น จำนวน 274 คน คิดเป็นร้อยละ 80.59 ไม่แน่ใจจำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 19.41

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของการรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 1 สถานที่ (สถานที่และบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบหรือปรุงอาหาร และบริโภคอาหาร)

(n = 340)

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หมวดที่ 1 สถานที่ (สถานที่และบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบหรือปรุงอาหาร และบริโภคอาหาร)		
1 บริเวณรอบโรงอาหารหรือห้องครัวสะอาดเป็นระเบียบ	340	100
2 พื้นห้องครัวที่ใช้ประกอบอาหาร มีความสะอาด ไม่มีเศษขยะหรือเศษอาหาร	340	100
3 โต๊ะที่ใช้ประกอบอาหาร แข็งแรง ไม่ชำรุด และทำความสะอาดง่าย	340	100
4 ผนังหรือเพดานห้องครัวมีความสะอาด และไม่ชำรุดและทำความสะอาดง่าย	340	100
5 โรงอาหารมีปล่องระบายควัน พัดลมดูดอากาศที่มีสภาพดี สะอาด ใช้งานได้ดี	340	100
6 บริเวณโรงอาหารมีแสงสว่างเพียงพอและเห็นอาหารได้อย่างชัดเจน	340	100
7 บริเวณที่อาหารต้องสะอาด เป็นระเบียบ ไม่มีสิ่งของที่เกี่ยวข้องกับการทำอาหาร เช่น โทรศัพท์มือถือ กระดาษ	340	100
8 บริเวณที่ปรุงอาหารและพื้นที่ที่นั่งทานมีอ่างล้างมือที่สภาพดีและสะอาด พร้อมใช้งาน และมีอุปกรณ์สำหรับล้างมือที่เพียงพอ เช่น น้ำสะอาด สบู่ล้างมือ	340	100
9 ถ้าบริเวณที่ปรุงอาหารและพื้นที่ที่นั่งทานไม่เพียงพอสำหรับจัดให้มีที่ล้างมือ ต้องจัดให้มีอุปกรณ์ทำความสะอาดมือที่เหมาะสม เช่น เจลแอลกอฮอล์	340	100
10 ไม่ควรปรุงอาหารบนพื้น และบริเวณหน้าห้องส้วม	340	100
11 โต๊ะที่ใช้ปรุงอาหาร ต้องสูงจากพื้น มีความสะอาด แข็งแรงทนทาน	340	100

	ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น	
		จำนวน (คน)	ร้อยละ
12	โต๊ะหรือเก้าอี้ที่จัดไว้สำหรับทานอาหารต้องสะอาด ทำด้วยวัสดุที่แข็งแรง ไม่ ชำรุด	340	100
13	โรงอาหารต้องอุปกรณ์หรือเครื่องมือสำหรับป้องกันอุบัติเหตุจากการใช้ เชื้อเพลิงในการทำอาหาร	340	100
14	มีการติดตั้งเครื่องดับเพลิงในโรงอาหารในสภาพที่พร้อมใช้งานติดตั้งไว้ในบริเวณ ที่มองเห็นชัดเจนและหยิบใช้งานได้สะดวก	340	100

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของการรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหาร
กลางวัน หมวดที่ 2 สุขลักษณะของอาหาร กรรมวิธีการทำ ประกอบหรือปรุง การเก็บรักษา

(n = 340)

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น		ไม่แน่ใจ		ไม่เห็น	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หมวดที่ 2 สุขลักษณะของอาหาร กรรมวิธีการทำ ประกอบหรือปรุง การเก็บรักษา						
15. อาหารสดที่นำมาปรุงอาหาร ไม่มีสี กลิ่น สะอาดและปลอดภัยต่อผู้บริโภค	340	100				
16. มีการล้างทำความสะอาดวัตถุดิบ อย่างถูกวิธีก่อนนำมาปรุงอาหาร	340	100				
17. อาหารสดต้องเก็บรักษาในตู้แช่	340	100				
18. มีการจัดเก็บอาหารสดเป็นสัดส่วน ไม่ วางบนพื้น อาจทำให้อาหารเกิดการ ปนเปื้อน	340	100				
19. อาหารแห้งมีความสะอาด ปลอดภัย ไม่มีการปนเปื้อน และจัดเก็บในภาชนะที่ สะอาดมีฝาปิด	340	100				
20. มีการเก็บอาหารแห้งในที่ที่อากาศ ถ่ายเท ไม่อับชื้น จัดวางในบริเวณที่สะอาด และวางสูงจากพื้น	340	100				
21. อาหารที่สำเร็จรูป เครื่องปรุงรส ที่ นำมาใช้ในการปรุงอาหารต้องปลอดภัย มี เครื่องหมาย(อย.) รับรอง	340	100				
22. อาหารที่ปรุงเสร็จจัดเก็บในภาชนะที่ สะอาด ปลอดภัยเหมาะสมกับอาหารเช่น จัดเก็บในตู้ภาชนะที่มีฝาปิด วางสูงจากพื้น	340	100				

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น		ไม่เห็นใจ		ไม่เห็น	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
23. อาหารที่ปรุงเสร็จ ต้องมีการจัดวาง เป็นสัดส่วน แยกออกจากอาหารสด	340	100				
24. น้ำดื่มหรือเครื่องดื่มที่เป็นภาชนะ บรรจุที่ปิดสนิท ต้องวางสูงจากพื้นและผิว ภายนอกต้องสะอาด อยู่ในสภาพดี	340	100				
25. น้ำดื่มหรือเครื่องดื่มที่ทำขาย ต้องใส่ ในภาชนะที่สะอาด	340	100				
26. น้ำดื่มและน้ำที่ใช้สำหรับปรุงอาหาร และเครื่องดื่ม ต้องใช้น้ำที่มีคุณภาพไม่ต่ำกว่าเกณฑ์คุณภาพน้ำบริโภคที่กรมอนามัย กำหนด	340	100				
27. น้ำแข็งสำหรับรับประทานต้อง สะอาด และมีคุณภาพ	340	100				
28. น้ำแข็งต้องจัดเก็บในภาชนะที่สะอาด สภาพดีมีฝาปิด และวางสูงจากพื้น	340	100				
29. ใช้อุปกรณ์สำหรับตักน้ำแข็ง โดยเฉพาะอุปกรณ์ต้องสะอาด และมีด้าม จับ	340	100				
30. ห้ามนำสิ่งของอื่นไปแช่รวมกับน้ำแข็ง สำหรับบริโภค	340	100				
31. น้ำใช้ต้องเป็นน้ำประปา และภาชนะ บรรจุน้ำใช้ต้องสะอาด ปลอดภัยและ สภาพดี	340	100				
32. น้ำยาทำความสะอาด สิ่งของที่มีพิษ เช่น ยากำจัดมด สเปรย์ฉีดยุง ต้องมีการ จัดเก็บแยกพื้นที่เป็นส่วนจากบริเวณที่ ใช้ทำ			283	83.24	57	16.76
33. ห้ามนำภาชนะที่ บรรจุสารเคมี วัตถุมีพิษหรือวัตถุที่อาจเป็นอันตรายต่อ อาหารมาใช้บรรจุอาหาร			283	83.24	57	16.76
34. ห้ามนำภาชนะบรรจุอาหารมาใช้บรรจุ สารเคมีหรือสารทำความสะอาด			283	83.24	57	16.76

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของการรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 3 สุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้อื่น ๆ

(n = 340)

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น		ไม่เห็นใจ	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หมวดที่ 3 สุขลักษณะของภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้อื่น ๆ				
35. ภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้ต่าง ๆ มีความสะอาด	340	100		
36. ภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้ต่าง ๆ ทำจากวัสดุที่ปลอดภัย เหมาะสมกับอาหาร มีสภาพดีไม่ชำรุด	340	100		
37. มีการจัดเก็บภาชนะ และอุปกรณ์เครื่องใช้ไว้ในที่สะอาด ที่มี การปกปิดหรือหรือป้องกันการปนเปื้อนที่เหมาะสม	340	100		
38. ตู้เย็น ตู้แช่ ต้องสะอาด มีสภาพดี ไม่ชำรุด และมี ประสิทธิภาพในการเก็บรักษาคุณภาพอาหาร	340	100		
39. ตู้อบ เตาย่าง เตาไมโครเวฟ ต้องสะอาด ปลอดภัย สภาพดี และไม่ชำรุด	57	16.76	283	83.24
40. จัดให้มีช้อนกลาง สำหรับอาหารที่รับประทานร่วมกัน			340	100
41. ภาชนะ และอุปกรณ์เครื่องใช้ที่รอการทำความสะอาด ต้อง เก็บในที่ที่สามารถป้องกันสัตว์และแมลงนำโรคได้	340	100		
42. จัดให้มีบริเวณที่ล้างภาชนะอุปกรณ์ให้เพียงพอ	340	100		
43. มีการแยกเศษอาหารออกจากภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้ ก่อนการทำความสะอาด	340	100		
44. มีการทำความสะอาดภาชนะ อุปกรณ์และเครื่องใช้โดยการ ล้าง 3 ขั้นตอน (1) ล้างด้วยน้ำยาล้างจาน (2) ล้างด้วยน้ำสะอาด 2 ครั้ง และ (3) มีการฆ่าเชื้อโรค ภายหลังการทำความสะอาด เช่น ตากแดด	340	100		
45. มีการแยกไขมันไปกำจัดก่อนระบายน้ำทิ้งออก โดยใช้ถังดัก ไขมันหรือบ่อดักไขมันหรือการบำบัด	340	100		
46. น้ำที่ทิ้งต้องไม่ดำเพื่อรักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อม	340	100		

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของการรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 4 ระบบการสุขาภิบาล (การจัดการขยะมูลฝอย น้ำเสีย ห้องส้วม และการป้องกัน ควบคุม แผลงและสัตว์นำโรค)

(n = 340)

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็นด้วย	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หมวดที่ 4 ระบบการสุขาภิบาล (การจัดการขยะมูลฝอย น้ำเสีย ห้องส้วม และการป้องกัน ควบคุม แผลงและสัตว์นำโรค)		
47. มีถังขยะมูลฝอยที่มีสภาพดีไม่รั่ว ไม่ซึม ไม่ดูตื้อชื้นน้ำ มีฝาปิดมิดชิด	340	100
48. มีการแยกเศษอาหารจากมูลฝอยประเภทอื่น	340	100
49. การทำความสะอาดถังขยะมูลฝอยและบริเวณโดยรอบอย่างสม่ำเสมอ	340	100
50. มีการขนขยะไปทิ้งในพื้นที่ที่กำหนดอย่างน้อยวันละ 1 ครั้ง	340	100
51. โรงอาหารมีการระบายน้ำได้ดีไม่มีน้ำขัง และไม่มีเศษอาหารตกค้าง	340	100
52. โรงอาหารมีห้องส้วม ที่มีสภาพดีพร้อมใช้งาน และมีจำนวนเพียงพอ	340	100
53. ห้องส้วมต้องแยกเป็นสัดส่วน และประตูห้องส้วมต้องปิดตลอดเวลา	340	100
54. ห้องส้วมต้องสะอาด พื้นระบายน้ำได้ดี ไม่มีน้ำขัง มีการระบายอากาศที่ดี	340	100
55. ห้องส้วมมีแสงสว่างเพียงพอ มีอ่างล้างมือที่ถูกสุขลักษณะ และมีอุปกรณ์สำหรับล้างมือจำนวนเพียงพอ	340	100
56. ในห้องส้วมมีถังขยะที่มีสภาพดีไม่รั่วซึม ไม่ดูตื้อชื้นน้ำ มีฝาปิดมิดชิด และต้องดูแลรักษาความสะอาดถังขยะมูลฝอยอย่างสม่ำเสมอ	340	100
57. โรงอาหารมีการป้องกันสัตว์แมลงนำโรค ไม่ให้เข้าในบริเวณที่ใช้เตรียม ประกอบ หรือปรุงอาหาร	340	100

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของการรับรู้เกี่ยวกับการรับรู้เกี่ยวกับสุขาภิบาลอาหารของโครงการอาหารกลางวัน หมวดที่ 5 สุขลักษณะส่วนบุคคล (ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหาร)

(n = 340)

ด้านสุขาภิบาลอาหาร	เห็น		ไม่เห็นใจ	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
หมวดที่ 5 สุขลักษณะส่วนบุคคล (ผู้ประกอบกิจการและผู้สัมผัสอาหาร)				
58. แม่ครัวและผู้สัมผัสอาหารต้องมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ไม่เป็นโรคติดต่อหรือพาหะนำโรคติดต่อ โรคผิวหนังที่น่ารังเกียจ หรือโรคอื่น ๆ ตามที่กำหนดในข้อบัญญัติท้องถิ่น	340	100		
59. แม่ครัวต้องผ่านการอบรมหลักสูตรการสุขาภิบาลอาหารสำหรับผู้ประกอบกิจการ	274	80.59	66	19.41
60. แม่ครัวต้องผ่านการอบรมหลักสูตรการสุขาภิบาลอาหารสำหรับผู้สัมผัสอาหาร และจัดทำบัญชีรายชื่อของผู้สัมผัสอาหารที่ผ่านการอบรมทุกคนเก็บไว้	274	80.59	66	19.41
61. แม่ครัวต้องรักษาความสะอาดของร่างกาย สวมใส่เสื้อผ้า และอุปกรณ์ป้องกันที่สะอาดและสามารถป้องกันการปนเปื้อนสู่อาหารได้	340	100		
62. แม่ครัวต้องล้างมือได้ถูกต้องตามขั้นตอนที่กระทรวงสาธารณสุข กำหนด และมีการล้างตามช่วงเวลาที่เหมาะสม	340	100		
63. แม่ครัวต้องปฏิบัติตนในการเตรียม ประกอบ บรรจุ จำหน่าย และเสิร์ฟอาหาร ให้ถูกสุขลักษณะ	340	100		
64. อุปกรณ์ที่ใช้ในการหยิบจับอาหารที่ปรุงสำเร็จพร้อมรับประทาน ตัดเล็บสั้นและสะอาด ไม่ทาสีเล็บ	340	100		
65. ไม่สวมเครื่องประดับ ไม่สูบบุหรี่และไม่กระทำการใด ๆ ที่จะทำให้เกิดการปนเปื้อนต่ออาหารหรือก่อให้เกิดโรค	340	100		

องค์ความรู้ใหม่

จากผลการวิจัย นักเรียนไม่มีความรู้ความเข้าใจในอาหารหลักหมู่ที่ 1 และผลไม้ที่มีวิตามินซีต่ำ ทำให้ผู้วิจัยเกิดกระบวนการคิดในการสร้างสื่อเกี่ยวกับการพัฒนาสื่อเป็นแนวทางในการจัดทำแผนภาพความรู้แบบมีส่วนร่วมสำหรับอาหารกลางวัน 1 เดือน ที่ได้มาตรฐานด้านคุณค่าทางโภชนาการระดับโรงเรียนที่นักเรียนได้มีส่วนร่วมในการจัดเมนูอาหารในแต่ละเดือนโดยการออกแบบเมนูอาหารที่นักเรียนชื่นชอบและอยากรับประทานหลาย ๆ ครั้งถือเป็นการส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักเรียนและมีการคำนวณคุณค่าทางโภชนาการในแต่ละเมนูที่นักเรียนเลือกและเพื่อให้โรงอาหารภายในโรงเรียนได้รับมาตรฐานด้านสุขาภิบาลอาหารสำหรับโรงอาหารซึ่งการตรวจตราจะมาจากนักเรียนเป็นผู้ที่สะท้อนให้เห็นถึงการปฏิบัติตามหลักการของระบบสุขาภิบาลอาหารของคุณครูผู้รับผิดชอบโครงการอาหารกลางวันและแม่ครัวหรือผู้สัมผัสอาหารในทุก ๆ วัน ให้มีความตระหนักในการรักษาความสะอาดของโรงอาหาร บริเวณการประกอบรวมไปถึงวัตถุดิบและตัวของ

ผู้สัมผัสอาหารด้วยโดยนักเรียนเป็นผู้ประเมินด้านสุขาภิบาลอาหารและเพื่อเป็นแนวทางในการนำผลการวิจัยไปประเมินโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพต่อไปในอนาคต

อภิปรายผลการวิจัย

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ส่วนใหญ่นักเรียนมีความรู้ด้านคุณค่าทางโภชนาการในระดับ ดีมาก ในระดับคะแนน 17-20 คะแนน ทั้งนี้เป็นเพราะนักเรียนมีการศึกษาหาความรู้จากการเรียนวิชาการงานอาชีพโดยครูผู้สอนได้ถ่ายทอดความรู้ให้แก่ นักเรียนในบทเรียนในหน่วยอาหารและโภชนาการ การประชาสัมพันธ์ความรู้เกี่ยวกับอาหาร 5 หมู่ สื่อต่าง ๆ ให้แก่นักเรียนอยู่เสมอ สอดคล้องกับแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยของ Nakthommaya (2008) ศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพด้านการ บริโภคอาหารของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนปากเกร็ด จังหวัดนนทบุรี พบว่า ความรู้เกี่ยวกับ การบริโภคอาหารอยู่ในระดับปานกลาง ร้อยละ 35.5 เนื่องจากพื้นที่ศึกษาอยู่ในพื้นที่ชุมชนเมือง บิดามารดา มีการศึกษาในระดับมัธยมศึกษา และประกอบอาชีพรับจ้าง รวมถึงการได้รับเงินจากผู้ปกครองส่วนใหญ่ มากกว่า 50 บาท อีกทั้งมีสื่อต่าง ๆ ที่มากกว่า เข้าถึงได้ง่าย ทำให้เด็กมีการรับรู้ข้อมูลการบริโภคอาหารมากขึ้น และ Jinda (2009) ศึกษา ความรู้เจตคติและการปฏิบัติในการบริโภคอาหารของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานนทบุรี เขต 1 พบว่า ความรู้ในการบริโภคอาหารอยู่ในระดับดี ร้อยละ 36.0 เนื่องจากพื้นที่ศึกษาอยู่ในพื้นที่ชุมชนเมือง ทำให้นักเรียนได้รับข้อมูลข่าวสารทางโภชนาการที่มากกว่า ในเรื่อง การใช้สื่อต่าง ๆ และ Sittivong (2015) ศึกษา การบริโภคอาหารกับภาวะโภชนาการของนักเรียนโรงเรียน บ้านดอนแก้ว อำเภอแม่ริมจังหวัดเชียงใหม่ กล่าวว่า นักเรียนส่วนใหญ่ ร้อยละ 82.61 มีการบริโภคอาหาร ตามหลักโภชนาการโดยรวมอยู่ในเกณฑ์ดี การบริโภคอาหารทั้ง 5 หมู่ในภาพรวมอยู่ในเกณฑ์ดี

ผลจากการวิจัยวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีการรับรู้ที่ดีด้านสุขาภิบาลของโครงการ อาหารกลางวัน ทั้งนี้เป็นเพราะ นักเรียนส่วนใหญ่มีการสังเกตที่ดี และได้รับการถ่ายทอดความรู้ด้านสุขาภิบาล อาหารของโครงการอาหารกลางวันจากครูที่ดูแลโครงการและครูผู้สอนทุกท่านในเรื่องของความสะอาดและ อาหารปลอดภัยภายในโรงเรียน ซึ่งสอดคล้องกับ Sakkawan, Tongkaew, Pintakham, and Pimnumyen, (2021) ศึกษาเรื่อง ความรู้และพฤติกรรมตามหลักสุขาภิบาลอาหารของผู้ปรุงอาหารในโรงเรียนสังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาเชียงราย เขต 1 พบว่า ผู้ปรุงอาหารส่วนใหญ่ มีความรู้หลัก สุขาภิบาลอาหารระดับปานกลาง โดยเฉพาะความรู้เรื่องการดูแลรักษาความสะอาดของสถานที่ปรุงหรือ ประกอบอาหารและ Rattanamane (2015) ศึกษาเรื่อง ความรู้และการปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลอาหาร ของผู้สัมผัสอาหารในโรงเรียนนวมพורתวิทยาลัย พบว่า ความรู้ด้านสุขาภิบาลอาหารของผู้สัมผัสอาหารส่วนใหญ่อยู่ในระดับดี การปฏิบัติตัวตามหลักสุขาภิบาลอาหาร ของผู้สัมผัสอาหารอยู่ในระดับดีมาก การสังเกตการ ปฏิบัติตามหลักสุขาภิบาลของผู้สัมผัสอาหาร จำนวน 12 ร้าน พบว่า ผู้สัมผัสอาหารส่วนใหญ่ปฏิบัติตาม ข้อกำหนดด้านสุขาภิบาลอาหาร และ การปฏิบัติตัวตามหลักสุขาภิบาลอาหาร ของผู้สัมผัสอาหารอยู่ในระดับดี มาก จากการสังเกตพฤติกรรมปฏิบัติตัวของแม่ครัวในการปรุงของโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่ การศึกษาประถมศึกษาสมุทรสาคร พบว่ามีการป้องกันตนเองอย่างเคร่งครัด และปฏิบัติถูกต้องตามหลัก สุขาภิบาลอาหาร จึงทำให้มีความเชื่อมั่นในการปรุงอาหารให้กับนักเรียนในโรงเรียนมากขึ้น

ข้อเสนอแนะ

จากผลการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1.1 คุณครูที่ดูแลโครงการอาหารกลางวันหรือครูผู้สอนวิชาการงานอาชีพควรให้ความรู้ในเรื่องคุณค่าทางโภชนาการและอาหาร 5 หมู่แก่นักเรียนโดยการประชาสัมพันธ์หรือการเผยแพร่ความรู้ให้กับนักเรียนอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง เพื่อให้นักเรียนมีความตระหนักรู้และพัฒนาความรู้ตนเองอยู่ตลอดเวลา

1.2 คุณครูที่ดูแลโครงการอาหารกลางวันควรให้ความรู้แก่นักเรียนในด้านสุขาภิบาลอาหารให้นักเรียนมีความรู้และคอยสอดส่อง สังเกตสถานการณ์ภายในโรงอาหารและแจ้งคุณครูหากมีการกระทำใด ๆ ที่ขัดต่อสุขาภิบาลอาหารหรือมีการนำสิ่งของที่อาจจะปนเปื้อนมาในโรงอาหารของโรงเรียน

2. ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

2.1 ควรศึกษาเรื่องการพัฒนากระบวนการจัดการโครงการอาหารกลางวันตามเกณฑ์ตรวจมาตรฐานสุขาภิบาลอาหารสำหรับโรงอาหารของโรงเรียน เพื่อการพัฒนาระบบให้ครอบคลุมถึงมาตรการการป้องกันโรคอาหารเป็นพิษและโรคระบาดที่เกิดจากอาหารแบบบูรณาการ

2.2 ควรศึกษาเพิ่มเติมในเรื่องโครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพที่มีความเกี่ยวข้องกับด้านสุขาภิบาลของโรงอาหารของโรงเรียนในระดับประถมศึกษาและโรงอาหารของโรงเรียนมัธยมศึกษา

References

- Ayuwat, T. et al. (2023). Solution of Over Nutrition among Primary School Students in Private School of U-Thong District, Suphanburi Province. *Sirindhorn Review Journal*, 24(1), 355-368.
- Jantacumma, N., & Powwattana, A. (2017). *Healthy Kids Healthy Food*. Nonthaburi: Sukhothai Thammathirat Open University.
- Jinda, S. (2009). *Knowledge, Attitude and the Food consumption Practices of Secondary School Student under the Administration of Nonthaburi Educational Service Area Office 1*. (Master's Thesis). Ramkhamhaeng University. Bangkok.
- Joyrod, S., & Songthap, A. (2019). Family Role is Fundamental in Overweight Prevention among School Children. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 6(2), 270-278.
- Lahuna, Th., Chandrasiri, V., & Soontornchai, S. (2021). New Normal Lunch Project Management for Quality and Safety of Lunch Project at Chiang Rai Rajabhat University Demonstration School. *Journal of Social Academic*, 14(2), 36-53.
- Ministry of Public Health. (2022). Percentage of Children Aged 6-14 Years Who Are Proportionately Tall and Average Height at Age 12 Years. Retrieved May 3, 2017, from https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/report.php?source=pformatted/format1.php&cat_id=46522b5bd1e06d24a5bd81917257a93c&id=e28682b2718e6cc82b8dbb3e00f2e28e

- Nakthommaya, W. (2008). *A Study of Factors Influencing Health-Promoting Behaviors in Food Consumption among Lower Secondary School Students at Pak Kret School, Nonthaburi Province*. (Master's Thesis). Kasetsart University. Bangkok.
- Panyarattanachoj, J., Toonsiri, Ch., & Rattanaagreeethakul, S. (2017). Factors Predicting Preventive Behaviors for Overweight among Primary School Students in Samut Songkhram Municipality School. *The Journal of Faculty of Nursing Burapha University*, 25(2), 43-56.
- Rattanamanee, K. (2015). *Knowledge and Practice in Food Sanitation of Handlers at Montfort College Secondary School*. (Master's Thesis). Chiang Mai University. Chiang Mai.
- Sakkawan, N., Tongkaew, P., Pintakham, K., & Pimnumyen, S. (2021). Knowledge and Food Sanitation Behavior of Cook in School under Chiang Rai Primary Educational Service Area Office 1. *Science and Technology Northern Journal*, 2(4), 76-85.
- Sittivong, P. (2015). *Food Consumption and Nutritional Status of Students at Ban Don Kaew School, Mae Rim District, Chiang Mai Province*. (Master's Thesis). Chiang Mai University. Chiang Mai.
- Suwanwaiphattana, W., Piromkraipak, J., & Nawanantawong, W. (2019). Health Literacy and Obesity Prevention in Junior High School: A Compared Study between Male and Female Students. *The Southern College Network Journal of Nursing and Public Health*, 6(Special), 80-90.
- Tantichuwet, P. (2017). *Generation Alpha: The New Generation in 21st Century Thai Society*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.