

การพัฒนาแบบการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงตีสมส่วน ในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์)

พรภิไล ถนอมสังข์^{1*}

¹สาขาวิชาอาชีวอนามัยและความปลอดภัย คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐม

* pornpilai@webmail.npru.ac.th

บทคัดย่อ

บทความนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอพัฒนาการและกลไกการดำเนินงาน ตลอดจนผลลัพธ์การดำเนินงานการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงตีสมส่วนในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) ระเบียบวิธีการศึกษาเป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการถอดบทเรียนจากการดำเนินโครงการ เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก พบว่าพัฒนาการและกลไกการดำเนินงานเกิดจากการเชื่อมโยงบุคคลและหน่วยงานที่มีบทบาทเกี่ยวข้องเข้ามาเป็นคณะทำงานเพื่อเสริมพลัง กระบวนการดำเนินงาน ประกอบด้วย การจัดตั้งคณะทำงาน การวางแผนการทำงาน การดำเนินงาน การติดตาม และรายงานผล กลไกการขับเคลื่อนแผนการดำเนินงานที่สำคัญคือ ผู้ประสานงานในโครงการ และการสนับสนุนของผู้บริหารในกิจกรรมต่าง ๆ เกิดผลลัพธ์ของการดำเนินงาน 4 ประเด็น คือ ผลลัพธ์การทำงานของกลไก เกิดคณะทำงานที่เข้มแข็งและมีการเชื่อมโยงกลุ่มเครือข่ายปลอดภัยในชุมชน ผลลัพธ์ของสภาพแวดล้อม เกิดพื้นที่ปลูกผักในโรงเรียนเพิ่มขึ้น ผลลัพธ์ของพฤติกรรมสุขภาพ เด็กได้รับประทานอาหารปลอดภัยครบ 3 มื้อ และมีกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น และผลลัพธ์ของสุขภาพ ทำให้เด็กมีภาวะโภชนาการในระดับสูงตีสมส่วนเพิ่มขึ้น ดังนั้น สรุปประเด็นความสำเร็จ คือ “เด็กวัยเรียนได้รับอาหารปลอดภัยและสูงตีสมส่วนเพิ่มขึ้น”

คำสำคัญ: การจัดการอาหารปลอดภัยในโรงเรียน เด็กวัยเรียนสูงตีสมส่วน

Development of food safety handling model to promote school age children with a slender body at Watsamngam (Kongthong Anusorn) school

¹*Pornpilai Thanomsangad

¹ Occupational Health and Safety Program, Faculty of Science and Technology, Nakhon Pathom
Rajabhat University

* pornpilai@webmail.npru.ac.th

Abstract

The objective of this article was to propose the development and operation mechanism, including the results of food safety handling to promote school age children with a slender body at Watsamngam (Kongthong Anusorn) school. The study methodology was qualitative research by the lesson learned of the conducting a project. The research instruments were focus group discussion and in-depth interview. The results of this study were found that the development and operation mechanism was caused by linking people and agencies that are involved in the project into as working group to empower. Operation process were establishing a working group, planning action, implementation of the plan, evaluation and reporting. The important mechanism of driving action plan is coordinator of project and the support of school principal in the activities. The results of implementation were four aspects. The mechanism aspect: there was the strong working group and the link with food safety groups in the community. The environment aspect: there was an increase in vegetable planting area in school. The health behavior aspect: school age children have been food safety all 3 meals and there was higher physical activity. The health aspect: the nutritional status levels at normal range was increasing. Thus, the success issues were concluded that school age children have been food safety, and the slender body was increasing.

Keywords: Food safety handling in school, School age children with a slender body

1. บทนำ

เด็กวัยเรียน (6-14 ปี) เป็นช่วงสำคัญในการพัฒนาสุขภาพ เนื่องจากเด็กวัยนี้มีการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็ว (สุกัญญา บัวศรี, 2562) โดยในปี พ.ศ. 2560-2562 เด็กวัยเรียนมีแนวโน้มภาวะสูงตีสัดส่วนลดลง และมีปัญหาภาวะทุพโภชนาการเพิ่มขึ้นทุกปี (ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กระทรวงสาธารณสุข, 2564) เช่นเดียวกันจังหวัดนครปฐม มีเด็กสูงตีสัดส่วน ร้อยละ 62.16, 59.47 และ 57.27 ภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 15.63, 16.77 และ 18.06 ภาวะผอม ร้อยละ 5.01, 4.74 และ 4.89 และภาวะเตี้ย ร้อยละ 3.08, 8.67 และ 9.45 ตามลำดับ ทั้งนี้ สาเหตุเกิดจากพฤติกรรมการรับประทานอาหาร เด็กไม่ได้

รับประทานอาหารเช้า การออกกำลังกายไม่เพียงพอ รวมถึงโรงเรียนยังขาดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพเพื่อกระตุ้นให้เด็กสูงวัยมีส่วนร่วม (สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม, 2562) นอกจากนี้ยังพบปัญหาเรื่องการจัดการอาหารปลอดภัย เนื่องจากผักและผลไม้ที่นำมาประกอบอาหารกลางวันส่วนใหญ่ซื้อมาจากตลาด ซึ่งอาจมีการปนเปื้อนสารพิษ (สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร, 2561) จากปัญหาดังกล่าว กรมอนามัยได้กำหนดประเด็นยุทธศาสตร์ในการส่งเสริมสุขภาพเด็กวัยเรียนให้แข็งแรงและฉลาด โดยโครงการสำคัญเพื่อการขับเคลื่อนการดำเนินงาน เช่น โครงการโรงเรียนรอบรู้ด้านสุขภาพ โครงการเด็กวัยเรียนวัยรุ่งสูงวัยแข็งแรงและฉลาด โครงการพัฒนารูปแบบการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและความสามารถทางกาย ทั้งนี้เพื่อให้เด็กวัยเรียนเจริญเติบโตเต็มศักยภาพและมีทักษะสุขภาพ (กรมอนามัย, 2562)

โรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) ตำบลสามง่าม อำเภอตอตุ้ม จังหวัดนครปฐม เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่ นักเรียนบางส่วนมีภาวะไม่สูงวัยมีส่วนร่วม ได้แก่ อ้วน เริ่มอ้วน ผอม และเตี้ย รวมถึงรับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้ง 3 มื้อ และได้รับอาหารที่ไม่ปลอดภัย จากสถานการณ์ดังกล่าวสะท้อนถึงปัญหาภาวะการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียน โรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) จึงได้พัฒนารูปแบบการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงวัยมีส่วนร่วม โดยมีแนวทางสำคัญคือ การจัดตั้งคณะทำงานที่มีองค์ประกอบจากทุกภาคส่วน มีการออกแบบการทำงานและข้อตกลงร่วมกัน มีการดำเนินงานที่มุ่งเน้นการมีส่วนร่วมทั้งนักเรียนและผู้ปกครอง มีการติดตามและรายงานผลการดำเนินงานสม่ำเสมอ ทำให้เกิดการขับเคลื่อนโครงการและบรรลุผลลัพธ์ใน 4 ประเด็น ได้แก่ ผลลัพธ์การทำงานของกลไก ผลลัพธ์ทางสภาพแวดล้อม ผลลัพธ์ทางพฤติกรรมสุขภาพ และผลลัพธ์ทางสุขภาพ เด็กวัยเรียนสูงวัยมีส่วนร่วมเพิ่มขึ้น ซึ่งจะส่งผลให้เด็กมีร่างกายแข็งแรง และมีความสามารถในการเรียนรู้อย่างเต็มศักยภาพต่อไป

2. วัตถุประสงค์ของบทความ

2.1 เพื่อนำเสนอพัฒนาการและกลไกการดำเนินงานการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงวัยมีส่วนร่วมในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์)

2.2 เพื่อนำเสนอผลลัพธ์การดำเนินงานการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงวัยมีส่วนร่วมในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์)

3. เนื้อเรื่อง

3.1 ระเบียบวิธีการศึกษา

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยการถอดบทเรียนจากการดำเนินโครงการ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา ได้แก่ การสนทนากลุ่ม และการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ซึ่งเป็นผู้ที่มีความเกี่ยวข้องและมีความเข้าใจกระบวนการ จากนั้นนำข้อมูลมาวิเคราะห์เชื่อมโยงให้เห็นข้อสรุปที่ได้จากการศึกษา

3.2 สภาพปัญหา

โรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) สังกัด สพ.น.นครปฐม เขต 1 ระดับประถมศึกษา มีบุคลากรจำนวน 77 คน และมีนักเรียนในปีการศึกษา 2562 จำนวน 1,417 คน จากการประเมินด้านภาวะโภชนาการและสุขภาพ มีนักเรียนผอมและเตี้ย 807 คน คิดเป็นร้อยละ 56.71 และมีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วน 185 คน คิดเป็นร้อยละ ร้อยละ 13.00 มีนักเรียนกินอาหารเช้าไม่ครบทั้ง 3 มื้อ

โดยที่ไม่ได้กินมื้อเช้า ร้อยละ 35 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 187 คน มีน้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ 21 คน คิดเป็นร้อยละ 11.22 และมีน้ำหนักเกินเกณฑ์มาตรฐานคือ เริ่มอ้วนและอ้วน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 19.78

สาเหตุปัญหาในด้านพฤติกรรม นักเรียนมีพฤติกรรมทางโภชนาการที่ไม่เหมาะสม ได้แก่ รับประทานอาหารเช้าไม่ครบ 3 มื้อ อาหารกลางวันโรงเรียนจัดให้ไม่ค่อยปลอดภัย นักเรียนติดโฆษณาชวนเชื่อ บริโภคตามความชอบ ประเภทน้ำอัดลม น้ำผลไม้ที่บรรจุสำเร็จ และอาหารขนมกรุบกรอบ และนักเรียนขาดองค์ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ปลอดภัยและมีประโยชน์ ด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม นักเรียนในชุมชนส่วนใหญ่มีฐานะปานกลางถึงยากจน และส่วนใหญ่ไม่ได้อาศัยอยู่กับพ่อแม่ ด้านสภาพแวดล้อมทางกายภาพ เนื่องจากโรงเรียนและชุมชนตั้งอยู่ในตัวอำเภอ จึงมีร้านสะดวกซื้อต่าง ๆ มากมาย เช่น มีเซเว่น อีเลฟเว่น โลตัส มินิมาร์ท รวมถึงตลาดสด และแม้ว่าโรงเรียนจะมีแหล่งผลิตอาหารปลอดภัยในโรงเรียนที่สามารถผลิตวัตถุดิบเข้าโรงครัวได้ ทั้งผักสวนครัว ไข่ไก่ ผักไฮโดรโปนิกส์ และเห็ด แต่เนื่องจากวัตถุดิบที่โรงเรียนผลิตได้เองไม่เพียงพอ จึงซื้อจากท้องตลาด คิดเป็นร้อยละ 90 ของวัตถุดิบที่ใช้ในการประกอบอาหารทั้งหมด ทำให้เสี่ยงต่อความปลอดภัย ในด้านระบบและกลไกที่เกี่ยวข้อง โรงเรียนมีระบบการบริหารจัดการอาหารด้านโภชนาการอาหารของโรงเรียนยังไม่เข้มแข็งพอ ขาดความประสานงาน และสร้างเครือข่ายในชุมชนให้เข้มแข็ง งบประมาณไม่เพียงพอในการบริหารจัดการด้านโภชนาการของนักเรียน และนักเรียนขาดการให้ความรู้เกี่ยวกับการรับประทานอาหารที่ปลอดภัย

ผลกระทบที่ตามมาทั้งปัญหานักเรียนรับประทานอาหารเช้าไม่ครบ 3 มื้อ และได้รับอาหารที่ไม่ปลอดภัย นอกจากส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพของนักเรียนทำให้นักเรียนมีปัญหาภาวะโภชนาการต่ำกว่าเกณฑ์ และมีภาวะอ้วนตามข้อมูลข้างต้นแล้ว จากการสังเกตพฤติกรรมนักเรียนพบว่า นักเรียนให้ความสนใจในสิ่งรอบข้างเริ่มน้อยลง ส่งผลให้ร่างกายอ่อนแอลง เจ็บป่วยง่ายขึ้น รวมถึงมีโรคภัยต่าง ๆ บ่งชี้ให้เห็นว่าการที่สุขภาพของจะสมบูรณ์แข็งแรงนั้นไม่ใช่เพียงแค่การออกกำลังกาย โดยอาหารที่รับประทานเข้าไปก็มีส่วนสำคัญ ซึ่งส่งผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพ

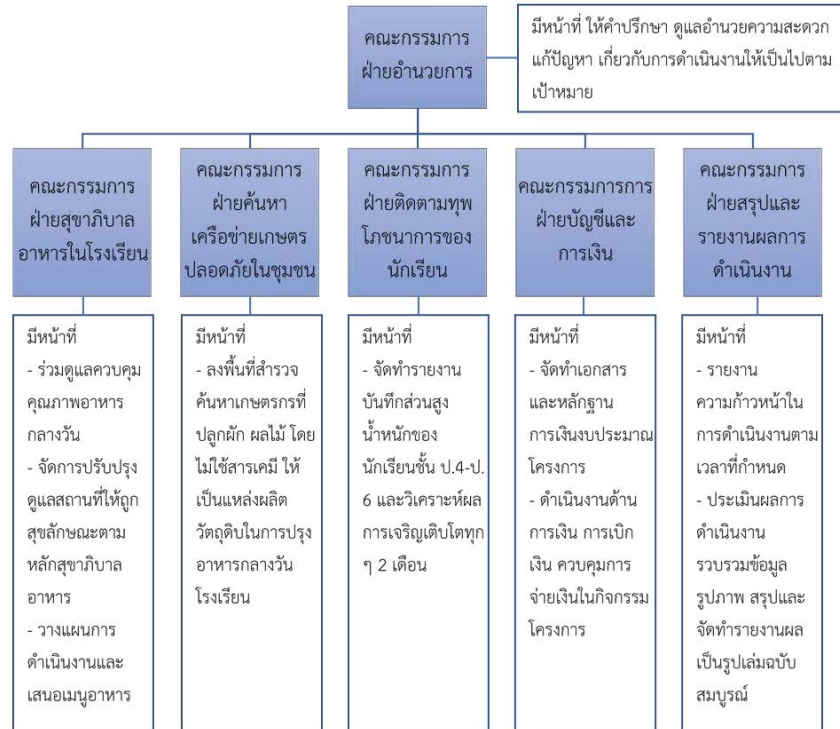
3.3 พัฒนาการและกลไกการดำเนินงาน

3.3.1 การก่อตัวจุดจัดการ

แนวคิดเกิดจากครูมนตรี วัฒน้อย ซึ่งเป็นครูสอนวิชาเกษตร ได้มองเห็นปัญหานักเรียนรับประทานอาหารเช้าไม่ครบ 3 มื้อ ได้รับอาหารที่ไม่ปลอดภัย และมีทพโภชนาการ เนื่องจากผู้อำนวยการโรงเรียน (ผอ.) เห็นความสำคัญของเรื่องนี้ อีกทั้ง ครูมนตรี ก็จบมาทางด้านเกษตร ดังนั้น ทั้ง ผอ. และครูมนตรี คือ “ทุน” ที่สำคัญ โดย ครูมนตรี เป็นกลไกที่สำคัญในการประสานงานของคณะทำงาน และนำเสนอแผนการดำเนินงาน/กิจกรรมต่าง ๆ ให้แก่ผู้บริหาร เพื่อให้ผู้บริหารช่วยประสานงานกับคณะทำงานแต่ละฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ทำให้เกิดความร่วมมือในเรื่องต่าง ๆ โดยมีเป้าหมายเพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับอาหารปลอดภัย และสูงดีสมส่วน

3.3.2 องค์ประกอบและโครงสร้างของคณะทำงาน

องค์ประกอบของคณะทำงานแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ เครือข่ายความร่วมมือภายในโรงเรียน ได้แก่ ผู้บริหาร ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และเครือข่ายความร่วมมือภายนอกโรงเรียน ได้แก่ เทศบาลตำบลสามง่าม และหน่วยงานสาธารณสุขอำเภอ ตอนตุม ทั้งนี้คณะทำงานพิจารณาจากบุคคลที่มีส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนโครงการ มีความสามารถในการประสานงาน เป็นบุคคล/หน่วยงานที่สามารถเสริมพลังหรือเชื่อมโยงกับคนในพื้นที่ และมีเวลา ประกอบด้วย ผู้บริหารโรงเรียน 4 คน ครู 11 คน นักเรียน 4 คน แม่ครัว 8 คน ผู้ปกครอง 6 คน สมาชิกเทศบาลตำบลสามง่าม 2 คน และเจ้าหน้าที่สาธารณสุข 1 คน รวมทั้งทั้งหมด 36 คน โดยกำหนดโครงสร้างเครือข่ายการดำเนินงานและบทบาทหน้าที่แต่ละฝ่าย ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โครงสร้างของคณะทำงานและบทบาทหน้าที่

3.3.3 กลไกการดำเนินงาน

กระบวนการดำเนินงาน ประกอบด้วย การจัดตั้งคณะทำงาน การวางแผนการทำงาน การดำเนินงาน การติดตาม และรายงานผล ดังภาพที่ 2 กลไกหลักในการขับเคลื่อนการดำเนินงานให้บรรลุตัวชี้วัด คือ คณะทำงาน โดยแบ่งคณะทำงานออกเป็นฝ่ายต่าง ๆ และกำหนดบทบาทหน้าที่รับผิดชอบในโครงการชัดเจน และกลไกกรอง คือ สำนักงานเกษตรอำเภอดอนตูม เนื่องจากเป็นหน่วยงานที่ทำให้เกิดกลุ่มนักเรียนยุวเกษตรกร นักเรียนกลุ่มนี้เป็นส่วนสำคัญในการขับเคลื่อนโครงการและช่วยในการประสานงานเพื่อสร้างความร่วมมือกับผู้ปกครอง นอกจากนี้ยังสนับสนุนอุปกรณ์การเกษตรสำหรับการปลูกพืชและเลี้ยงสัตว์

3.3.4 กิจกรรมสำคัญและเงื่อนไขที่นำไปสู่ความสำเร็จ

- 1) การจัดตั้งคณะทำงานและวางแผนการดำเนินงานร่วมกัน ทำให้เกิดแผนการทำงานที่ชัดเจน และคณะทำงานรับบทบาทหน้าที่ เงื่อนไขสำคัญ คือ ผู้บริหารมีการกำกับติดตาม และมีผู้ประสานงานทั้งภายในและภายนอกในโรงเรียน
- 2) การอบรมพัฒนานักเรียนกลุ่มยุวเกษตรกร ทำให้นักเรียนมีความรู้เรื่องการจัดการอาหารปลอดภัย และสามารถนำความรู้กลับไปถ่ายทอดให้แก่ผู้ปกครองได้ เงื่อนไขสำคัญ คือ มีการเชิญวิทยากรที่มีความเชี่ยวชาญในแต่ละด้านมาให้การอบรม ได้แก่ แพทย์ วิทยากรท้องถิ่น ครูเกษตร และมีพื้นที่ในการฝึกปฏิบัติ
- 3) การพัฒนาให้เกิดครัวเรือนต้นแบบจัดการอาหารปลอดภัยครบ 3 มื้อ เนื่องจากจำเป็นต้องร่วมมือกับผู้ปกครองสำหรับการจัดการอาหารปลอดภัยในมื้อเช้าและมื้อเย็นให้นักเรียน นอกจากนี้ครัวเรือนต้นแบบยังสามารถขยายผลให้กับครัวเรือนอื่น ๆ ได้ เงื่อนไขสำคัญ คือ ครัวเรือนต้นแบบเลือกมาจากผู้ปกครองของนักเรียนแกนนำ และมีอาชีพปลูกผักอยู่แล้ว

4) นิทรรศการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ติดตามประเมินผลสำเร็จ เพื่อสรุปทบทเรียนจากโครงการ เื่อนไขสำคัญ คือ มีการเชิญบุคคลที่เกี่ยวข้องมาร่วมกิจกรรม รวมถึงการจัดสื่อแสดงให้น่าสนใจ และมีการมอบเกียรติบัตรให้แก่ครัวเรือนต้นแบบ



ภาพที่ 2 กระบวนการดำเนินการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงดีสมส่วน

3.4 ผลลัพธ์

3.4.1 ผลลัพธ์การทำงานของกลไก

- 1) เกิดคณะทำงานที่มีองค์ประกอบครบถ้วนทุกภาคส่วน รวมทั้งหมด 36 คน สามารถทำงานได้อย่างบูรณาการในการขับเคลื่อนร่วมกัน
- 2) เกิดข้อตกลงและแผนการดำเนินงานร่วมกันของคณะทำงานที่ชัดเจน โดยการกำหนดโครงสร้างเครือข่ายการดำเนินงานและบทบาทหน้าที่ของแต่ละฝ่าย มีกำหนดการประชุมคณะทำงานเพื่อติดตามผลลัพธ์อย่างสม่ำเสมอ
- 3) นักเรียนยูวเกษตรสามารถเป็นแกนนำในการถ่ายทอดรูปแบบการจัดการอาหารปลอดภัยในโรงเรียนและชุมชน จากการอบรมพัฒนานักเรียนกลุ่มยูวเกษตรกรจำนวน 40 คน ทำให้นักเรียนมีความรู้และทักษะในด้านการเกษตรและการจัดการอาหารปลอดภัย หลังจากการอบรม นักเรียนสามารถถ่ายทอดความรู้ให้แก่ผู้สนใจเข้ามาศึกษาดูงานในแหล่งเรียนรู้ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง คิดเป็นร้อยละ 90 นอกจากนี้ยังสามารถถ่ายทอดความรู้สู่ผู้ปกครองได้
- 4) เกิดหลักสูตรการเรียนวิชาเกษตรที่มุ่งเน้นจัดการเรียนรู้แบบ Active Learning โดยจัดทำแผนการจัดการเรียนรู้ที่สอดแทรกการจัดการรูปแบบการผลิตอาหารปลอดภัย เช่น การปลูกผัก การเพาะเห็ด การเลี้ยงไก่ไข่ การปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้และเกิดการลงมือปฏิบัติจริง

5) เกิดเครือข่ายเกษตรปลอดภัยในชุมชน จำนวน 8 แห่ง ประกอบด้วย กลุ่มผู้ปกครอง ครู และสำนักงานเทศบาลตำบลสามง่าม มีการออกแบบการจัดการวัตถุดิบร่วมกับแม่ครัวในโรงเรียน โดยแม่ครัวจะเป็นผู้คำนวณปริมาณวัตถุดิบที่จะใช้ จากนั้นจะติดต่อให้เครือข่ายที่มีวัตถุดิบนั้นนำมาจำหน่ายให้กับโรงเรียน หากปริมาณไม่เพียงพอจึงจะซื้อวัตถุดิบจากตลาดเพิ่ม

3.4.2 ผลลัพธ์ของสภาพแวดล้อม

- 1) เกิดพื้นที่ปลูกผักในโรงเรียนเพิ่มขึ้น เนื่องจากการสนับสนุนจากผู้บริหารให้มีการปรับปรุงพื้นที่ในโรงเรียน เพื่อให้มีพื้นที่ปลูกผักมากขึ้น ทำให้ปริมาณวัตถุดิบที่มาจากในโรงเรียนเพิ่มขึ้น
- 2) เกิดห้องครัวที่สะอาดตามหลักสุขาภิบาล
- 3) เกิดครัวเรือนต้นแบบจัดการอาหารปลอดภัยครบ 3 มื้อ จำนวน 10 ครัวเรือน จากการส่งเสริมให้นักเรียนและผู้ปกครองร่วมกันปลูกผักปลอดสารที่บ้าน เพื่อบริโภคสำหรับมื้อเช้าและเย็น

3.4.3 ผลลัพธ์พฤติกรรมสุขภาพ

- 1) เด็กได้รับอาหารกลางวันปลอดภัยทุกวัน จากการที่แม่ครัวมีการสั่งซื้อวัตถุดิบจากเครือข่ายเกษตรปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 20 และวัตถุดิบบางส่วนมาจากพื้นที่ปลูกในโรงเรียน คิดเป็นร้อยละ 20 ส่วนวัตถุดิบที่ไม่เพียงพอจึงซื้อจากตลาด คิดเป็นร้อยละ 60 ซึ่งได้กำหนดวิธีการล้างโดยใช้น้ำเกลือ น้ำส้มสายชู น้ำโซดา น้ำปูนคลอรีน และน้ำยาล้างผัก
- 2) เด็กได้รับอาหารปลอดภัยครบ 3 มื้อ เพิ่มขึ้นร้อยละ 11.92 ดังตารางที่ 1
- 3) เด็กได้มีกิจกรรมทางกายตามความสนใจอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 ครั้ง ครั้งละ 30 นาที ร้อยละ 80.31 โดยการออกกำลังกายในช่วงโมฆวิชาวพลศึกษา ช่วงพักกลางวัน หลังเลิกเรียน และที่บ้าน

ตารางที่ 1 ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร 3 มื้อ ของนักเรียนชั้น ป. 5 จำนวน 194 คน

พฤติกรรมกรรมการบริโภค อาหารที่เหมาะสม	พฤติกรรมกรรมการบริโภค (ก่อน)		พฤติกรรมกรรมการบริโภค (ระหว่าง)		พฤติกรรมกรรมการบริโภค (หลัง)		สรุปพฤติกรรม กรรมการบริโภค
	เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	ไม่เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	ไม่เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	ไม่เหมาะสม (คน/ร้อยละ)	
กินอาหารหลักวันละ 3 มื้อ (เช้า กลางวัน เย็น) ทุกวัน	138 (71.50)	55 (28.50)	152 (78.76)	41 (21.24)	161 (83.42)	32 (16.58)	เพิ่มขึ้น 23 คน (11.92)

3.4.4 ผลลัพธ์ทางสุขภาพ

เด็กมีภาวะโภชนาการที่ดีขึ้น และสูงตีสัดส่วนเพิ่มขึ้น ร้อยละ 7.54 ดังตารางที่ 2

ตารางที่ 2 ข้อมูลการเจริญเติบโตของนักเรียนเปรียบเทียบก่อนและหลังดำเนินโครงการ

ระยะเวลา	จำนวน นักเรียน	ผลการเจริญเติบโตของนักเรียน					
		อ้วน (คน/ร้อยละ)	เริ่มอ้วน (คน/ร้อยละ)	ท้วม (คน/ร้อยละ)	ค่อนข้างผอม (คน/ร้อยละ)	ผอม (คน/ร้อยละ)	สมส่วน (คน/ร้อยละ)
ก่อนดำเนินโครงการ	194	20 (10.31)	30 (15.46)	13 (6.70)	10 (5.15)	14 (7.22)	107 (55.16)
หลังดำเนินโครงการ	193	16 (8.29)	22 (11.40)	15 (7.77)	10 (5.18)	9 (4.66)	121 (62.70)
ผลต่างก่อน/หลัง	193	ลดลงร้อยละ 2.02	ลดลงร้อยละ 4.06	เพิ่มขึ้นร้อยละ 1.07	-	ลดลงร้อยละ 2.56	เพิ่มขึ้นร้อยละ 7.54

เมื่อวิเคราะห์และเชื่อมโยงข้อมูลจะเห็นว่าทุนที่สำคัญในการขับเคลื่อนโครงการเพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ คือ ผู้บริหาร และครูผู้ประสานงาน ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ประกายมาศ บรรจงรักษา และคณะ (2561) ในการดำเนินงานด้านโภชนาการของโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม สำหรับกิจกรรมการเกษตรในโรงเรียนมีต้นทุนจากการเป็นโรงเรียนแหล่งเรียนรู้หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เมื่อมีโครงการจึงได้มีการขยายพื้นที่แปลงเกษตรและกิจกรรมเพื่อผลิตอาหารปลอดภัยเข้าสู่โรงเรียนได้มากขึ้น อีกทั้งโรงเรียนได้รับการสนับสนุนจากครู นักเรียน และฝ่ายสนับสนุน โดยเฉพาะแม่ครัว และเครือข่ายผู้ปกครองนักเรียน รวมถึงหน่วยงานภาครัฐในท้องถิ่น ได้แก่ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หน่วยงานสาธารณสุข และสำนักงานเกษตรอำเภอ จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้โรงเรียนสามารถดำเนินการได้อย่างเป็นรูปธรรม

4. บทสรุป

การพัฒนาแบบการจัดการอาหารปลอดภัยเพื่อส่งเสริมเด็กวัยเรียนสูงที่สุดในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) แสดงให้เห็นถึงการมีส่วนร่วมระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน รวมถึงหน่วยงานภาครัฐในท้องถิ่น และการทำงานเชิงบูรณาการของเครือข่าย โดยทุนที่สำคัญในการขับเคลื่อนโครงการเพื่อนำไปสู่ผลลัพธ์ คือ ผู้บริหาร และครูผู้ประสานงาน ทำให้เกิดผลลัพธ์ใน 4 ประเด็น คือ ผลลัพธ์การทำงานของกลไก เกิดคณะทำงานที่มีองค์ประกอบทุกภาคส่วนและสามารถขับเคลื่อนงานได้อย่างเข้มแข็ง ผลลัพธ์ของสภาพแวดล้อม เกิดพื้นที่ปลูกผักในโรงเรียนเพิ่มขึ้น ผลลัพธ์พฤติกรรมสุขภาพ เด็กได้รับอาหารปลอดภัยครบ 3 มื้อและกิจกรรมทางกายเพิ่มขึ้น และผลลัพธ์ทางสุขภาพ ส่งผลให้เด็กวัยเรียนมีภาวะอ้วนและเริ่มอ้วนลดลง ท้วมเพิ่มขึ้น ผอมลดลง และสูงที่สุดส่วนเพิ่มขึ้น ซึ่งสามารถนำกระบวนการทำงานที่เกิดขึ้นนี้ไปประยุกต์ใช้กับโรงเรียนอื่นที่มีบริบทคล้ายกันต่อไป

5. กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณการสนับสนุนงบประมาณจากสำนักสร้างสรรค์โอกาส (สำนัก 6) สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) และ หน่วยจัดการจังหวัดระดับที่มีจุดเน้นสำคัญ (Node Flagship) จังหวัดนครปฐม รวมถึงคณะทำงานโครงการอาหารปลอดภัยสร้างได้ในโรงเรียนวัดสามง่าม (คงทองอนุสรณ์) ผู้ชุมชน ที่ร่วมถอดบทเรียน

เอกสารอ้างอิง

- กรมอนามัย. (2562). **แผนปฏิบัติการกรมอนามัยประจำปี พ.ศ. 2562**. นนทบุรี: กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข.
- ประกายมาศ บรรจงรักษา, นพวรรณ เปี้ยชื่อ กมลรัตน์ กิตติพิมพานนท์ และชู หงษ์ ดีเสมอ. (2561). กรณีศึกษา: การดำเนินงานด้านโภชนาการของโรงเรียนประถมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม. **วารสารสภาการพยาบาล**, 33(3), 125-137.
- สุกัญญา บัวศรี, กมลทิพย์ ทิพย์สังวาล และอนงค์ สุนทรานนท์. (2562). ภาวะโภชนาการและกิจกรรมทางกายของนักเรียนอายุ 6-12 ปี จังหวัดเชียงราย. **วารสาร มจร นครน่านปริทรรศน์**, 3(2), 81-94.
- สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม. (2562). **แผนยุทธศาสตร์การสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม ปีงบประมาณ พ.ศ. 2563-2566**. (พิมพ์ครั้งที่ 1). นครปฐม: สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครปฐม.
- สำนักคุณภาพและความปลอดภัยอาหาร. (2561). **รายงานสรุปผลการดำเนินงาน โครงการบูรณาการอาหารปลอดภัย (Food Safety) ประจำปีงบประมาณ 2561**. นนทบุรี: กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข.
- ศูนย์เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร กระทรวงสาธารณสุข. (2564). **รายงานภาวะโภชนาการ**. ค้นเมื่อ 1 พฤษภาคม 2564 จาก <https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/>