



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ประหัด สายวิเชียร อาจารย์พิเศษ สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2. รองศาสตราจารย์อุเทน ปัญโญ สาขาวิชาการบริหารและประเมินโครงการ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่
3. ดร.ศักดา พริ้งคำภู สถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

แบบสอบถามนักเรียน

หมายเลข.....

เรื่อง ภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 โรงเรียนในเขต ตำบลน้ำเลา อำเภอร่องขวาง จังหวัดแพร่ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาโภชนศาสตร์ศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ คำตอบที่ได้จะไม่มีผลกระทบต่อนักเรียนและโรงเรียนแต่อย่างใด ผลการศึกษาที่ได้จะใช้ประโยชน์ทางการศึกษาและเป็นข้อมูลเบื้องต้น สำหรับการวางแผนด้านโภชนาการต่อไป

แบบสอบถามฉบับนี้ แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามนักเรียน แบ่งเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ตอนที่ 2 การบริโภคขนมของนักเรียน

ส่วนที่ 2 แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง

ส่วนที่ 1

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

1. เพศ

- 1) ชาย 2) หญิง

2. อายุ.....ปี.....เดือน

3. ระดับการศึกษา

- 1) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1
 2) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 2
 3) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3

4. ศาสนา

- 1) พุทธ 3) อิสลาม
 2) คริสต์ 4) อื่น ๆ ระบุ.....

5. อาชีพของบิดา / ผู้ปกครอง

- 1) รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ 4) ค้าขาย หรือ ประกอบธุรกิจ
 2) เกษตรกรรม 5) รับจ้าง
 3) พนักงานบริษัทเอกชน 6) อื่น ๆ ระบุ
.....

6. อาชีพของมารดา / ผู้ปกครอง

- 1) รับราชการหรือรัฐวิสาหกิจ 4) ค้าขาย หรือ ประกอบธุรกิจ
 2) เกษตรกรรม 5) รับจ้าง
 3) พนักงานบริษัทเอกชน 6) อื่น ๆ ระบุ
.....

7. จำนวนเงินที่ได้มาโรงเรียน วันละ.....บาท

8. นักเรียนมีโรคประจำตัวหรือไม่

- 1) ไม่มี 2) มี ระบุ.....

9. นักเรียนออกกำลังกายหรือไม่

- 1) ไม่ออกกำลังกาย
 2) ออกกำลังกาย

ตอนที่ 2 การบริโภคขนมของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่อง หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของนักเรียน

1. ผู้ซื้อขนมให้นักเรียนในวันธรรมดา ส่วนใหญ่คือใคร

<input type="checkbox"/> 1) พ่อ-แม่	<input type="checkbox"/> 3) อื่น ๆ ระบุ.....
<input type="checkbox"/> 2) ตัวนักเรียนเอง	
2. เงื่อนไขที่ได้ขนม ในวันธรรมดา

<input type="checkbox"/> 1) เมื่อร้องขอ	<input type="checkbox"/> 4) พ่อแม่/ผู้ปกครองเป็นผู้ซื้อเตรียมไว้ให้
<input type="checkbox"/> 2) เป็นค่าขนม	<input type="checkbox"/> 5) อื่น ๆ ระบุ.....
<input type="checkbox"/> 3) ได้เป็นรางวัล	
3. ผู้ซื้อขนมให้นักเรียนในวันหยุด ส่วนใหญ่คือใคร

<input type="checkbox"/> 1) พ่อ-แม่	<input type="checkbox"/> 3) อื่น ๆ ระบุ.....
<input type="checkbox"/> 2) ตัวนักเรียนเอง	
4. เงื่อนไขที่ได้ขนมวันหยุด

<input type="checkbox"/> 1) เมื่อร้องขอ	<input type="checkbox"/> 4) พ่อแม่/ผู้ปกครองเป็นผู้ซื้อเตรียมไว้ให้
<input type="checkbox"/> 2) เป็นค่าขนม	<input type="checkbox"/> 5) อื่น ๆ ระบุ.....
<input type="checkbox"/> 3) ได้เป็นรางวัล	
5. ในวันที่ท่านได้บริโภคขนมมากที่สุด

<input type="checkbox"/> 1) วันธรรมดา	<input type="checkbox"/> 3) วันพิเศษ (เช่นวัน กีฬาสี วันแม่วันพ่อ เป็นต้น)
<input type="checkbox"/> 2) วันเสาร์-อาทิตย์	<input type="checkbox"/> 4) อื่น ๆ ระบุ.....
6. ในแต่ละวันท่านบริโภคขนมในช่วงเวลาใดบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

<input type="checkbox"/> 1) ดื่นเช้า – อาหารเช้า	<input type="checkbox"/> 4) หลังมื้ออาหารกลางวัน- อาหารเย็น
<input type="checkbox"/> 2) อาหารเช้า – อาหารกลางวัน	<input type="checkbox"/> 5) ในมื้ออาหารเย็น
<input type="checkbox"/> 3) ในมื้ออาหารกลางวัน	<input type="checkbox"/> 6) หลังมื้ออาหารเย็น – ก่อนนอน
7. ท่านมักจะบริโภคขนมเมื่อมีกิจกรรมใดมากที่สุด

<input type="checkbox"/> 1) บริโภคขณะอ่านหนังสือ	<input type="checkbox"/> 3) บริโภคเวลาว่าง
<input type="checkbox"/> 2) บริโภคขณะดูทีวี	<input type="checkbox"/> 4) อื่น ๆ ระบุ.....
8. พ่อ แม่ ผู้ปกครอง เตรียมขนมไว้ให้ที่บ้านหรือไม่

<input type="checkbox"/> 1) เตรียมสม่ำเสมอ	<input type="checkbox"/> 3) ไม่มีการเตรียม
<input type="checkbox"/> 2) เตรียมไม่สม่ำเสมอ	

9. พ่อ-แม่ มีข้อกำหนดให้กินขนมระหว่างมื้ออาหารและห้ามกินขนมในมื้ออาหาร
- 1) มี สม่่าเสมอ 3)ไม่มี
- 2) มี ไม่สม่่าเสมอ
10. แหล่งที่นักเรียน ซื้อขนมเป็นประจำ คือ
- 1) ร้านค้าใกล้บ้าน 3) อื่น ๆ ระบุ.....
- 2) ร้านค้าในโรงเรียน
11. นักเรียนได้รับค่าขนมในแต่ละวัน เป็นอย่างไร
- สม่่าเสมอ
- ไม่สม่่าเสมอ
12. นักเรียนได้รับเงินค่าขนม.....บาท/วัน
13. จำนวนเงินที่ซื้อขนมในแต่ละครั้ง
- 1) ไม่เกิน 5 บาท 3) 11- 20 บาท
- 2) 6-10 บาท 4) มากกว่า 20 บาท
14. ปกติ นักเรียนซื้อขนมครั้งละกี่ซอง
- 1) 1 ซอง 3) 3 ซอง
- 2) 2 ซอง 4) มากกว่า 3 ซอง
15. เหตุผลที่เลือกบริโภคขนมคืออะไร
- 1) ความหิว 6) สะอาด ห่อบรรจุเรียบร้อย
- 2) รสชาติอร่อย 7) มีเครื่องหมายประกันคุณภาพ
- 3) ราคาถูก 8) มีของแถม
- 4) เห็นในโฆษณาทีวี 9) สีสันน่าบริโภค
- 5) บริโภคตามเพื่อน 10) อื่น ๆ ระบุ.....
16. ขนมที่เห็นโฆษณาในทีวี
- 1).....
- 2).....
17. จงบอกชื่อยี่ห้อขนมที่ชอบบริโภคเป็นประจำ มา 1-2 ชื่อ
- 1)
- 2)

ส่วนที่ 2. แบบบันทึกน้ำหนักและส่วนสูง

1. เพศ

1) ชาย

2) หญิง

2. กำลังศึกษาอยู่ชั้นประถมศึกษาปีที่.....

3. อายุ.....ปีเดือน

4. น้ำหนักกิโลกรัม

5. ส่วนสูงเซนติเมตร

สรุปภาวะโภชนาการ

1. ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ

1) เตี้ย

2) ก่อนข้างเตี้ย

3) ส่วนสูงตามเกณฑ์

4) ก่อนข้างสูง

5) สูง

2. น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ

1) น้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์

2) น้ำหนักก่อนข้างน้อย

3) น้ำหนักตามเกณฑ์

4) น้ำหนักก่อนข้างมาก

5) น้ำหนักมากเกินไปเกณฑ์

3. น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง

1) ผอม

2) ก่อนข้างผอม

3) สมส่วน

4) ท้วม

5) เริ่มอ้วน

6) อ้วน

ภาคผนวก ก

เอกสารพิทักษ์สิทธิ์

เรื่อง ขอความร่วมมือ

เรียน ผู้ปกครอง เด็กชาย/เด็กหญิง.....

ข้าพเจ้า นางสาวมันทนา สะปุ เป็นนักศึกษาระดับปริญญาโทสาขาวิชาโทชนศาสตร์ศึกษาบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังศึกษาค้นคว้าแบบอิสระ (Independent Study) เรื่องภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1

นักเรียนในปกครองของท่านเป็นผู้มีคุณสมบัติในการเข้าร่วมโครงการการศึกษาภาวะโภชนาการและการบริโภคขนมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 1 ดังนั้นจึงใคร่ขอความร่วมมือจากท่านผู้ปกครองยินยอมให้นักเรียนเข้าร่วมโครงการศึกษาในครั้งนี้ ซึ่งข้อมูลทั้งหมด ผู้ศึกษาจะเก็บเป็นความลับและใช้ประโยชน์ในการศึกษาเท่านั้น ผลการศึกษาจะมีค่ายิ่งต่อการนำไปเป็นแนวทางเพื่อปรับปรุงแก้ไขปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน และท่านผู้ปกครองสามารถให้นักเรียนถอนตัวออกจากโครงการเมื่อใดก็ได้โดยไม่มีผลเสียใด ๆ เกิดขึ้นกับนักเรียน

เมื่อผู้ปกครองนักเรียนทราบและยินดีให้ความร่วมมือ กรุณาลงนามการร่วมมือในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ไว้ด้วย

ขอขอบพระคุณสำหรับความร่วมมือของท่านผู้ปกครองนักเรียน มา ณ โอกาสนี้

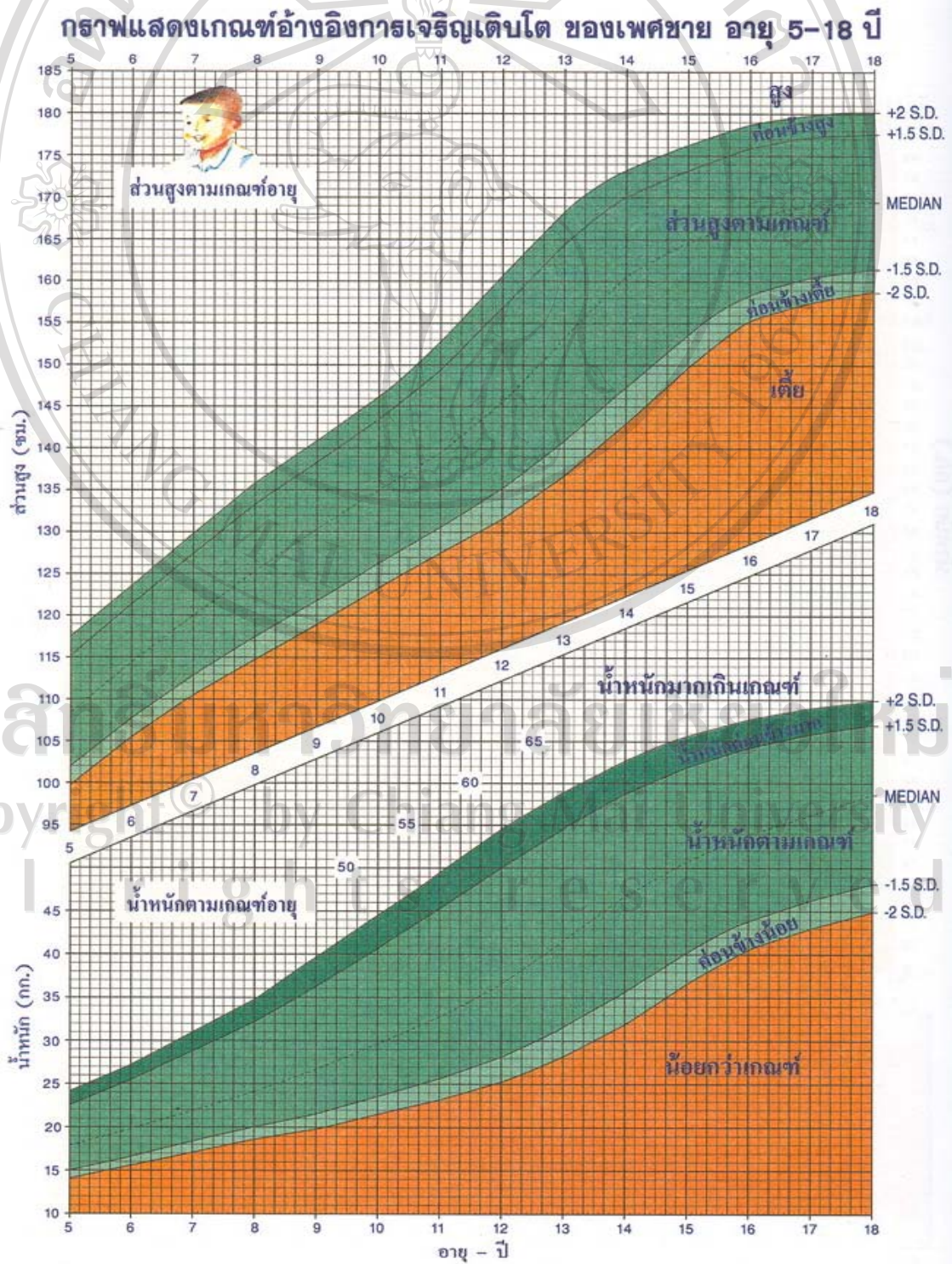
ลายมือชื่อ ผู้ปกครองนักเรียน
(.....)

ลายมือชื่อ พยาน
(.....)

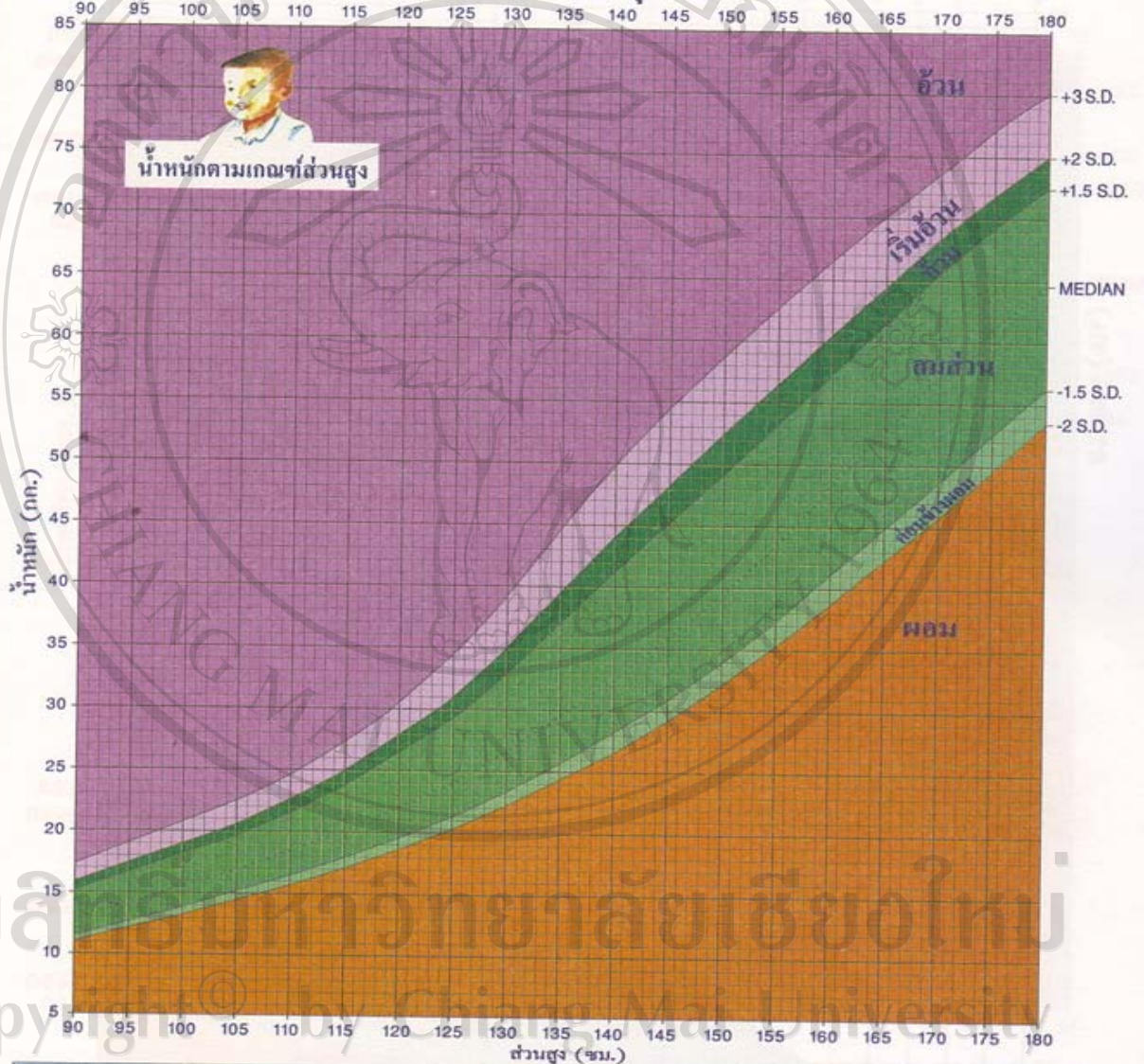
ลายมือชื่อ ผู้ศึกษา
(นางสาวมันทนา สะปุ)

ภาคผนวก ง

กราฟแสดงอ้างอิงการเจริญเติบโต



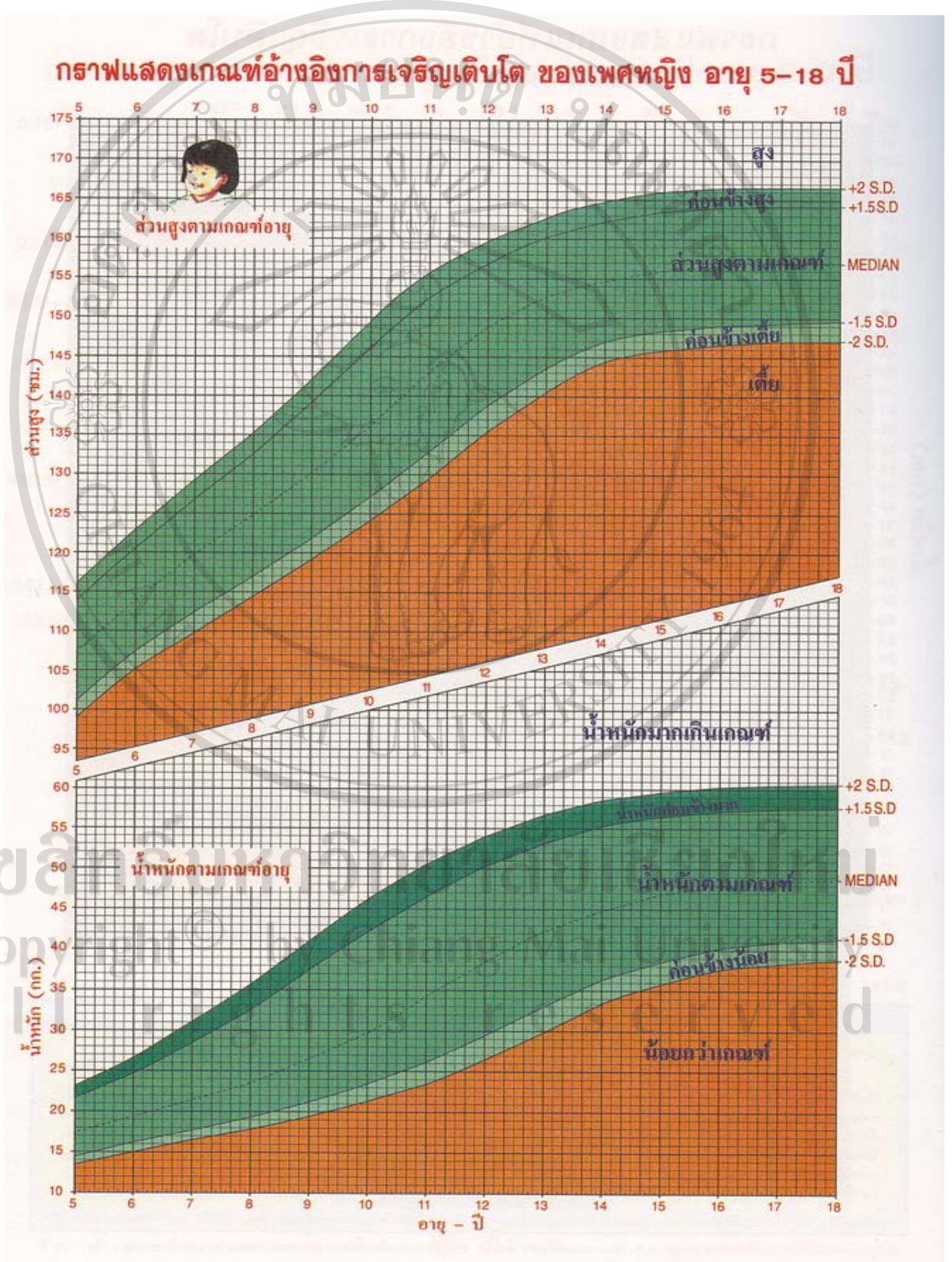
กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศชาย อายุ 5-18 ปี



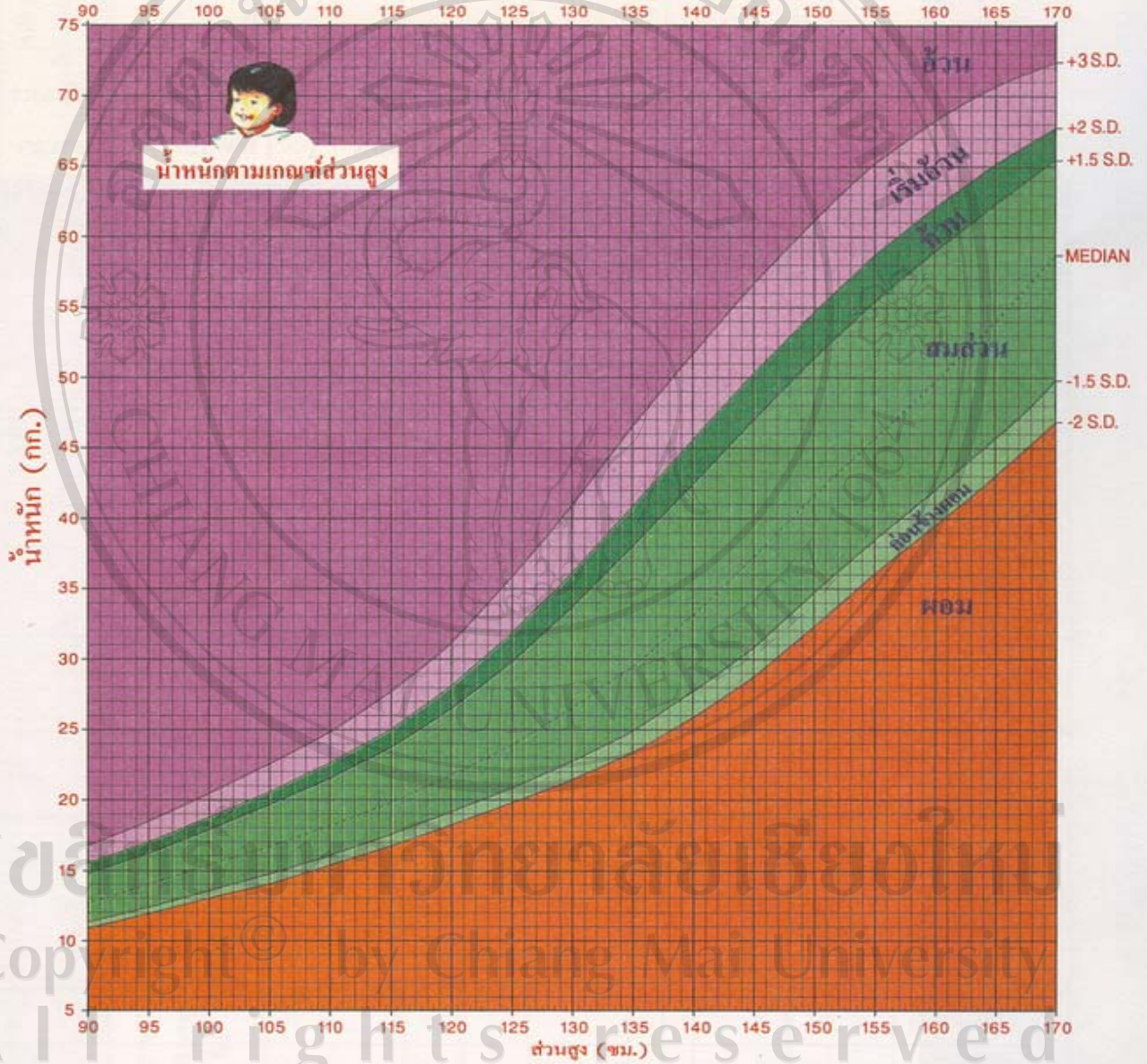
ลิขสิทธิ์โดยมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright © by Chiang Mai University
All rights reserved

วิธีการอ่านกราฟ		
<p>น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง แสดงค่าความอ้วน-ผอม</p> <p>ดูส่วนสูงตามแนวบนว่าอยู่ที่จุดใด แล้วใช้เส้นตามแนวตั้งว่าตรงกับน้ำหนัก ที่จุดใด อ่านผลตามเกณฑ์นั้น :</p> <p>อ้วน เริ่มอ้วน ทั่ว สมส่วน ค่อนข้างผอม ผอม</p>	<p>ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ แสดงค่าการเจริญเติบโตด้านความสูง</p> <p>ดูอายุตามแนวบนว่าอยู่ที่จุดใด แล้วใช้เส้นตามแนวตั้งว่าตรงกับส่วนสูง ที่จุดใด อ่านผลตามเกณฑ์ส่วนสูงนั้น :</p> <p>สูง ต่ำกว่าสูง ตัวสูงตามเกณฑ์ ค่อนข้างดี มี</p>	<p>น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ แสดงค่าการเจริญเติบโตด้านน้ำหนัก</p> <p>ดูอายุตามแนวบนว่าอยู่ที่จุดใด แล้วใช้เส้นตามแนวตั้งว่าตรงกับน้ำหนัก ที่จุดใด อ่านผลตามเกณฑ์น้ำหนักนั้น :</p> <p>น้ำหนักเหมาะสม น้ำหนักค่อนข้างมาก น้ำหนักขาดสมรรถ ค่อนข้างน้อย โดยทั่วไป</p>

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องวัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 วัน - 19 ปี



กราฟแสดงเกณฑ์อ้างอิงการเจริญเติบโต ของเพศหญิง อายุ 5-18 ปี



ลิขสิทธิ์ © by Chiang Mai University
All rights reserved

การแปลผลจากกราฟ

<p>น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง</p> <p>เป็นดัชนีบ่งชี้ว่าน้ำหนักเหมาะสมกับส่วนสูงหรือไม่ สามารถบ่งชี้ภาวะโภชนาการได้โดยไม่ต้องทราบอายุ เด็ก 5 ขวบอาจขาดอาหารระยะสั้นในปอดูบั้นหรือเกิดเจ็บป่วย ร่างกายจะผอม น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงจะมีค่าที่ต่ำกว่าปกติ แต่เด็กได้รับอาหารเกินความต้องการของร่างกาย น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูงจะเป็นดัชนีบ่งชี้ภาวะเริ่มอ้วน หรืออ้วนได้ทีหลัง</p>	<p>ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ</p> <p>เป็นดัชนีบ่งชี้ภาวะโภชนาการระยะยาวที่ต่ำจนกว่า ส่วนสูงเหมาะสมกับอายุหรือไม่ ถ้าส่วนสูงมีการขาดอาหารหรือวัยเริ่มเจริญเป็นระยะเวลาจะมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตในระยะยาว ทำให้เด็กเตี้ยกว่าเด็กในเกณฑ์เดียวกัน</p>	<p>น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ</p> <p>เป็นดัชนีบ่งชี้ว่าน้ำหนักเหมาะสมกับอายุหรือไม่ 5 ขวบอาจขาดอาหารหรือเจ็บป่วยจะมีผลกระทบต่อขนาดของร่างกายที่ให้น้ำหนักลดลง และ 5 ขวบขาดอาหารระยะยาวเด็กจะผอมและแคระ ดังนั้น น้ำหนักที่ลดลงจะบ่งชี้ภาวะขาดสารอาหาร โดยรวม และสามารถวินิจฉัยการคิดตามการเติบโตของเด็กได้</p>
<p>หมายเหตุ : เกณฑ์การประเมินการเจริญเติบโตของเด็กวัยเรียนที่เหมาะสม ควรใช้ดัชนีส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ร่วมกับน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ</p>		

ข้อมูล : กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2542 เกณฑ์อ้างอิง น้ำหนัก ส่วนสูง และเครื่องชี้วัดภาวะโภชนาการของประชาชนไทย อายุ 1 วัน - 19 ปี

ภาคผนวก จ

ภาวะโภชนาการของประชากรแบ่งตามโรงเรียน

ภาวะโภชนาการของประชากรแบ่งตามโรงเรียน

ตาราง จ1 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 1 จำแนกตามภาวะโภชนาการ โดยใช้
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (N = 16 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	น้ำหนักน้อย กว่าเกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตาม เกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างมาก	น้ำหนัก มากกว่า เกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	1(6.25)	3(18.75)	4(25.00)	-	-	8(50.00)
หญิง	0	2(3.39)	4(25.00)	1(6.25)	1(6.25)	8 (50.00)
รวม	1(6.25)	5(31.25)	8 (50.00)	1(6.25)	1(6.25)	16(100.00)

ตาราง จ1 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 1 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนใหญ่มีน้ำหนักตามเกณฑ์ ร้อยละ 50 (เพศชายและเพศหญิง มีน้ำหนัก
ตามเกณฑ์ ร้อยละ 25.00 เท่ากัน)

ตาราง จ2 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 1 จำแนกตามภาวะโภชนาการ โดยใช้ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (N = 16 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	เตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ค่อนข้างสูง	สูงเกินเกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	1(6.25)	2(3.39)	5(31.25)	0	0	8(50.00)
หญิง	0	1(6.25)	6(37.50)	0	1(6.25)	8 (50.00)
รวม	1(6.25)	3(18.75)	11(68.71)	0(0)	1(6.25)	16(100.00)

ตาราง จ2 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 1 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ประชากรส่วนใหญ่มีส่วนสูงตามเกณฑ์ ร้อยละ 68.71 (เพศชาย ร้อยละ 37.50 และเพศหญิง ร้อยละ 31.25)

ตาราง จ3 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 1 จำแนกตามภาวะโภชนาการ โดยใช้ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (N = 16 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ						รวม
	ผอม	ค่อนข้างผอม	สมส่วน	ท้วม	เริ่มอ้วน	อ้วน	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	0	1(6.25)	6(37.50)	0	1(6.25)	0	8(50.00)
หญิง	0	0	7(43.75)	1(6.25)	0	0	8 (50.00)
รวม	0	1(6.25)	13(81.25)	1(6.25)	1(6.25)	0	16(100.00)

ตาราง จ3 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 1 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ประชากรส่วนใหญ่สมส่วน ร้อยละ 81.25 (เพศชายร้อยละ 43.75และเพศหญิงร้อยละ 37.50)

ตาราง จ4 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 2 จำแนกตามภาวะโภชนาการโดยใช้
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (N = 24 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	น้ำหนักน้อย กว่าเกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตาม เกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างมาก	น้ำหนัก มากกว่า เกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	1(4.17)	2(8.33)	6(25.00)	0	0	9(37.50)
หญิง	3(12.50)	3(12.50)	8(33.33)	0	1(4.17)	15(62.50)
รวม	4(16.67)	5(20.83)	14(58.33)	0	1(4.17)	24 (100.00)

ตาราง จ4 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 2 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์
น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนใหญ่ มีน้ำหนักตามเกณฑ์ ร้อยละ 58.33 (เพศชาย ร้อยละ 25.00 และ
เพศหญิงร้อยละ 33.33)

ตาราง จ5 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 2 จำแนกตามภาวะโภชนาการโดยใช้
ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ (N =24คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	เตี้ย	ค่อนข้าง เตี้ย	ส่วนสูง ตาม เกณฑ์	ค่อนข้าง สูง	สูงเกิน เกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	2(8.33)	2(8.33)	5(20.83)	0	0	9(37.50)
หญิง	1(4.17)	3(12.50)	11(45.83)	0	0	15(62.50)
รวม	3(12.50)	5(20.83)	16(66.67)	0	0	24 (100.00)

ตาราง จ5 พบว่า ภาวะ โภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 2เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์
ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ส่วนใหญ่มีส่วนสูงตามเกณฑ์ (เพศชายร้อยละ 20.83 และเพศหญิงร้อยละ
45.83)

ตาราง จ6 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการโดยใช้ น้ำหนักตามเกณฑ์ ส่วนสูง (N = 59 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ						รวม
	ผอม	ค่อนข้างผอม	สมส่วน	ท้วม	เริ่มอ้วน	อ้วน	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	0	1(4.17)	6(25.00)	1(4.17)	1(4.17)	0	9(37.50)
หญิง	1(4.17)	4(16.67)	9(37.50)	0	0	1(4.17)	15(62.50)
รวม	1(4.17)	5(20.83)	15(62.50)	1(4.17)	1(4.17)	1(4.17)	24 (100.00)

ตาราง จ6 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 2 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ส่วนใหญ่สมส่วน ร้อยละ 62.50 (เพศชายร้อยละ 25.00 และเพศหญิงร้อยละ 37.50)

ตาราง จ7 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 3 จำแนกตามภาวะโภชนาการโดยใช้ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (N = 19 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	น้ำหนักน้อย กว่าเกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างน้อย	น้ำหนักตาม เกณฑ์	น้ำหนัก ค่อนข้างมาก	น้ำหนัก มากกว่า เกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	1(4.17)	0	14(73.68)	0	0	15(78.95)
หญิง	0	0	4(21.05)	0	0	4(21.05)
รวม	1(4.17)	0	18(94.74)	0	0	19(100.00)

ตาราง จ7 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์อายุ ส่วนใหญ่มีน้ำหนักตามเกณฑ์ ร้อยละ 94.74 (เพศชาย 73.68 และเพศหญิง ร้อยละ 21.05)

ตาราง จ8 จำนวนและร้อยละของประชากรจำแนกตามภาวะโภชนาการโดยใช้ ส่วนสูงตามเกณฑ์ อายุ (N = 19คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ					รวม
	เตี้ย	ค่อนข้างเตี้ย	ส่วนสูงตามเกณฑ์	ค่อนข้างสูง	สูงเกินเกณฑ์	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	1(4.17)	1(4.17)	13(68.42)	0	0	15(78.95)
หญิง	0	0	4(21.05)	0	0	4(21.05)
รวม	1(4.17)	1(4.17)	17(89.47)	0	0	19(100.00)

ตาราง จ8 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ ส่วนสูงตามเกณฑ์อายุ ส่วนใหญ่มีส่วนสูงตามเกณฑ์ ร้อยละ 89.47 (เพศชาย ร้อยละ 68.42 และเพศหญิงร้อยละ 21.05)

ตาราง จ9 จำนวนและร้อยละของประชากร โรงเรียนที่ 3 จำแนกตามภาวะ โภชนาการ โดยใช้ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (N = 19 คน)

เพศ	ภาวะโภชนาการ						รวม
	ผอม	ค่อนข้างผอม	สมส่วน	ท้วม	เริ่มอ้วน	อ้วน	
	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	จำนวน (ร้อยละ)	
ชาย	0	1(4.17)	12(63.16)	1(4.17)	1(4.17)	0	15(78.95)
หญิง	0	0	4(21.05)	0	0	0	4(21.05)
รวม	0	1(4.17)	16(84.21)	1(4.17)	1(4.17)	0	19(100.00)

ตาราง จ9 พบว่า ภาวะโภชนาการของประชากร โรงเรียนที่ 3 เมื่อเปรียบเทียบกับเกณฑ์ น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง ส่วนใหญ่สมส่วน ร้อยละ 84.21 (เพศชายร้อยละ 63.16 และเพศหญิง ร้อยละ 21.05)

ภาคผนวก จ

ข้อมูลการสำรวจร้านค้าในชุมชน

การศึกษาเรื่อง การสำรวจขนมที่จำหน่ายในร้านค้า ในชุมชนแห่งหนึ่ง ในเขตตำบลน้ำเต้า อำเภอร่องขวาง จังหวัดแพร่ กลุ่มตัวอย่างเป็นร้านขายของชำในชุมชน จำนวนทั้งสิ้น 10 ร้าน เลือกกลุ่มตัวอย่าง แบบเจาะจง ซึ่งการศึกษาเป็นส่วนหนึ่งของวิชาบริโภคศึกษา (908713) ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2550 ผลการศึกษา สรุปได้ดังนี้

ร้านที่มีขนมมากที่สุด คือ 81 ผลิตภัณฑ์ และร้านที่มีขนมน้อยที่สุด 18 ผลิตภัณฑ์ กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีขนมที่ผลิตจากโรงงานอุตสาหกรรมมากกว่าขนมที่ผลิตจากชุมชน โดยขนมที่ผลิตจากโรงงานมีทั้งสิ้น 328 ผลิตภัณฑ์ ร้อยละ 83.04 ส่วนขนมที่ผลิตจากชุมชน 67 ผลิตภัณฑ์ ร้อยละ 16.96 กลุ่มตัวอย่างมีขนมประเภทอบมากที่สุด ร้อยละ 55.44 รองลงมาคือ ประเภททอด ร้อยละ 27.60 ประเภท เคี้ยว/กวน ร้อยละ 16.71 และประเภทหนึ่งมีน้อยที่สุด ร้อยละ 0.25

ประเภทของขนมแบ่งตามวัตถุดิบหลัก พบว่า กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดมีขนมที่ใช้แป้งเป็นวัตถุดิบหลักในการปรุงมากที่สุด โดยมีผลิตภัณฑ์ที่ผลิตจากแป้งร้อยละ 54.18 รองลงมาคือ ผลิตจากน้ำตาล ร้อยละ 13.92 ถั่ว/ธัญพืช/ผล ร้อยละ 12.41 ข้าวโพด/พืชหัว ร้อยละ 8.61 มันฝรั่ง/พืชใต้ดิน ร้อยละ 8.10 และปลา ร้อยละ 2.78 ชื่อของผลิตภัณฑ์ขนมจำแนกตามวัตถุดิบหลักในการผลิตนั้นมีหลากหลายชื่อ และไม่มีความสัมพันธ์กับวัตถุดิบที่ใช้ในการผลิต

การแสดงชื่อบนผลิตภัณฑ์ขนมที่ผลิตจาก โรงงานอุตสาหกรรมมีมากกว่าขนมที่ผลิตในชุมชน ซึ่งขนมที่ผลิตจาก โรงงานอุตสาหกรรมแสดงชื่อบนผลิตภัณฑ์ ร้อยละ 94.51 ไม่แสดงชื่อบนผลิตภัณฑ์ ร้อยละ 5.49 ส่วนขนมที่ผลิตในชุมชนแสดงชื่อ ร้อยละ 7.46 ไม่แสดงชื่อ ร้อยละ 92.54

การแสดงเครื่องหมาย อย. บนภาชนะบรรจุขนม พบว่า ขนมที่ผลิตจาก โรงงานอุตสาหกรรมแสดงเครื่องหมาย อย. มากกว่า ขนมที่ผลิตในชุมชน โดยแสดงเครื่องหมาย อย. ร้อยละ 96.95 ไม่แสดงเครื่องหมายร้อยละ 3.05 ส่วนขนมที่ผลิตในชุมชนแสดงเครื่องหมาย อย. ร้อยละ 14.93 และไม่แสดงเครื่องหมาย อย. ร้อยละ 85.07

การแสดงวันที่ผลิตบนภาชนะบรรจุขนม พบว่า ขนมที่ผลิตจาก โรงงานอุตสาหกรรมแสดงวันที่ผลิตบนภาชนะบรรจุมากกว่าขนมที่ผลิตในชุมชน โดยแสดงร้อยละ 61.28 ไม่แสดงร้อยละ 38.72 ส่วนขนมที่ผลิตในชุมชนทั้งหมด ไม่แสดงวันที่ผลิตบนภาชนะบรรจุ

การแสดงวันหมดอายุ พบว่า ขนมหที่ผลิตจากโรงงานอุตสาหกรรมแสดงวันผลิตบนภาชนะบรรจุมากกว่าขนมหที่ผลิตในชุมชน โดยแสดงร้อยละ 69.21 ไม่แสดงร้อยละ 30.79 ส่วนขนมหที่ผลิตในชุมชนแสดงวันหมดอายุร้อยละ 2.99 และไม่แสดงวันหมดอายุร้อยละ 97.01

ราคาขนมหพบว่า ราคาขนมหอยู่ระหว่าง 00.50-20.00 บาท และขนมหส่วนใหญ่มีราคา 5 บาท/ถุง

น้ำหนักสุทธิของขนมหที่ผลิตจากโรงงานอุตสาหกรรมอยู่ระหว่าง 0.44-140 กรัม ซึ่งขนมหที่ผลิตจากชุมชนส่วนใหญ่ไม่แสดงน้ำหนักของขนมห

ความสะดวกของร้านค้าและการจัดเก็บขนมห ส่วนใหญ่ร้อยละ 80 มีความสะดวกและจัดเก็บขนมหได้ดี และร้อยละ 20 มีการจัดเก็บขนมหและร้านค้าไม่สะดวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาวมันทนา สะปุ
วัน เดือน ปีเกิด	7 สิงหาคม 2523
ภูมิลำเนา	32 หมู่ที่ 5 ตำบลน้ำเลา อำเภอร่องวาง จังหวัดแพร่
ประวัติการศึกษา	มัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนร่องวางอนุสรณ์ จังหวัดแพร่ ปริญญาตรี พยาบาลศาสตรบัณฑิต คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
ประสบการณ์การทำงาน	พยาบาลวิชาชีพ โรงพยาบาลมหาราชนครเชียงใหม่ จังหวัดเชียงใหม่
พ.ศ. 2536-2541	
พ.ศ. 2542-2545	
พ.ศ. 2545-2548	พยาบาลวิชาชีพ
พ.ศ. 2548- ปัจจุบัน	พยาบาลวิชาชีพ มหาวิทยาลัยแม่โจ้-แพร่ เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดแพร่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved