

# กรณีศึกษา: การดำเนินงานด้านโภชนาการของโรงเรียนประถมศึกษา แห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม

ประกายมาศ บรรจงรักษา พย.บ\* นพวรรณ เปี้ยชื่อ PhD (Nursing)\*\*

กมลรัตน์ กิตติพิมพานนท์ สด. (การพยาบาลสาธารณสุข)\*\*\*

ชูหังษ์ ดีเสมอ พยม. (การพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน)\*\*\*\*

## บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษากระบวนการดำเนินงาน ความสำเร็จ ปัญหา และอุปสรรคในการพัฒนา  
ด้านอาหาร โภชนาการ และสุขภาพของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านดงเกตุ

แบบวิจัย การวิจัยแบบกรณีศึกษา

การดำเนินการวิจัย ผู้ให้ข้อมูลเป็นนักเรียนแกนนำ และนักเรียนที่เป็นผู้ร่วมโครงการ ครู  
ผู้เกี่ยวข้อง ผู้บริหารโรงเรียน ผู้ปกครอง ผู้ขายอาหารบริเวณโรงเรียน กรรมการสถานศึกษาและองค์กร  
ปกครองส่วนท้องถิ่นบ้านดงเกตุ โดยเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จากผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่มในการดำเนินงาน  
โครงการเด็กไทยแก้มใสของโรงเรียนบ้านดงเกตุ จำนวนผู้ให้ข้อมูล 18 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดย  
การสัมภาษณ์ การสังเกตและบันทึกภาคสนาม หลังจากนั้นมีการติดตาม 1 ครั้ง วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้  
การวิเคราะห์เนื้อหา

ผลการวิจัย โรงเรียนมีกระบวนการดำเนินงานด้านโภชนาการ โดยมีการวางแผนการบูรณาการ  
เชื่อมโยงกับโครงการโรงเรียนเศรษฐกิจพอเพียงที่อยู่ในระหว่างดำเนินการ มุ่งเน้นการขยายผลจาก  
กิจกรรมการเลี้ยงไก่ไข่ และเริ่มพัฒนาระบบสหกรณ์นักเรียนในการส่งต่อผลผลิตให้กับโรงเรียนตาม  
โครงการอาหารกลางวัน ปัจจัยความสำเร็จ ได้แก่ นโยบายการสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพที่มีการ  
สื่อสารชัดเจน และบุคลากร ประกอบด้วย ผู้บริหาร บุคลากรทุกระดับ เครือข่ายสถานศึกษา ชุมชน  
และองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่ให้ความสำคัญและมีส่วนร่วมในการส่งเสริมด้านโภชนาการและ  
สุขภาพของนักเรียน ประกอบกับโรงเรียนสามารถจัดการเรียนรู้ให้กับนักเรียนโดยใช้แหล่งประโยชน์  
ในชุมชนและบูรณาการรายวิชาและกิจกรรมทั้ง 8 ด้านคือ การเกษตรในโรงเรียน สหกรณ์นักเรียน  
การจัดบริการอาหารของโรงเรียน การติดตามภาวะโภชนาการ การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน การพัฒนา  
อนามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ การจัดการบริการสุขภาพ และการจัดการเรียนรู้ เกษตร  
โภชนาการ และสุขภาพ ปัญหาและอุปสรรคในการดำเนินงานคือ พื้นที่การเกษตรในโรงเรียนมีจำกัด  
มีการโอนย้ายของครู ทำให้การส่งต่อข้อมูลและการดำเนินงานบางช่วงไม่ต่อเนื่อง

ข้อเสนอแนะ ผลการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นถึงการมีส่วนร่วมของชุมชน และการทำงานเชิง  
บูรณาการของเครือข่าย ในการจัดการเรียนรู้ที่หลากหลายด้านโภชนาการ ส่งผลให้นักเรียนมีภาวะ  
โภชนาการและคุณภาพชีวิตที่ดี จากความสำเร็จของการดำเนินงาน อันจะนำไปสู่การพัฒนาที่ยั่งยืน

วารสารสภาการพยาบาล 2561; 33(3) 125-137

คำสำคัญ : โภชนาการ โครงการเด็กไทยแก้มใส โรงเรียน

\*นักศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเวชปฏิบัติชุมชน โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์  
โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*ผู้ประสานการพิมพ์เผยแพร่ รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล  
E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th

\*\*\*ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*\*\*อาจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

## Nutrition–Promoting Work at a Primary School in Nakhon Pathom Province

Prakaimas Bunjongluksa\*

Noppawan Piaseu PhD (Nursing)\*\*

Kamonrat Kitipimpanon D.PH.\*\*\*

Suhong Deesamer MNS (Community Nurse Practitioner)\*\*\*\*

### Abstract

**Objective:** To describe the work process, success and obstacles in the development of nutrition and health among students, in Bandongkate school.

**Design:** Case study

**Procedure:** The participants included core–team students and members, instructors, administrators, parents, food sellers, educational committee and the local government. Through purposive sampling, 18 participants from Healthy Kids, Healthy Food (Dek Thai Kam Sai) Project were selected. Data were collected using interview, observation, and field note with a follow up for data collection. Data were analyzed using content analysis.

**Results:** The school had work process in nutrition through planning that was integrated with the Sufficient Economy Project existing in the school. An emphasis was on extending poultry farm along with the development of the student cooperation system to deliver raw products to the school lunch program. Success factors included the policy on health promotion support that was clearly communicated and the staff included administrators, staff at all levels, school networks, community and local government with their participation in students' nutrition and health promotion. In addition, the school provided learning environments for students through resource utilization in the community and the integration of courses with eight activities consisting of; farming, student cooperation, food services, monitoring nutritional status, developing healthy habits, healthy environment, health services, and learning activities for agriculture, nutrition, and health. The problems and obstacles were limited farming areas in the school and discontinuity of information transfer when the responsible instructor moved.

**Recommendation:** The results revealed approaches to community participation and integration of networking for learning environment in nutrition, leading to proper nutritional status and quality of life among students, resulting from success and sustainable development.

*Thai Journal of Nursing Council 2018; 33(3) 125-137*

**Keywords:** Nutrition; Healthy kids healthy food project; School

\*Master student in Community Nurse Practitioner Program, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*Corresponding Author, Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, E-mail: noppawan.pia@mahidol.ac.th

\*\*\*Assistant Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*\*\* Lecturer, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

## บทนำ

การบริโภคอาหารที่มีความปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการเพียงพอกับความต้องการของร่างกายและเหมาะสมกับวัย เป็นหนึ่งในปัจจัยที่สำคัญของการมีสุขภาพที่ดี<sup>1</sup> ภาวะโภชนาการที่ดีจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ส่งเสริมให้เด็กเติบโตได้เต็มศักยภาพ หากเด็กได้รับสารอาหารที่ไม่ครบถ้วน และบริโภคนิสัยที่ไม่เหมาะสม นำไปสู่ความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด มะเร็ง และโรคกระดูกพรุนในวัยผู้ใหญ่ โรคอ้วน และภาวะโภชนาการเกิน คือ การมีปริมาณไขมันสะสมในร่างกายมากกว่าปกติ ซึ่งนอกจากจะเกิดจากพันธุกรรมที่ไม่สามารถจะหลีกเลี่ยงได้แล้ว ยังเกิดจากการบริโภคอาหารที่มากเกินไป ก่อให้เกิดผลเสียต่อร่างกายผู้เป็นโรคอ้วน ทำให้เกิดภาวะแทรกซ้อน<sup>2</sup>

ปัญหาโภชนาการเกินและโรคอ้วนในเด็กมีอัตราการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง<sup>3</sup> ประเทศไทยมีความชุกของโรคอ้วนในเด็กอายุ 6-12 ปี เพิ่มขึ้นจากร้อยละ 7.9 ในปี พ.ศ. 2551 เป็นร้อยละ 12.5 ในปี พ.ศ. 2555<sup>4</sup> สอดคล้องกับผลการสำรวจสุขภาพในจังหวัดนครปฐม ในปี พ.ศ. 2557 พบโรคอ้วนในเด็กอายุ 5-14 ปี คิดเป็นร้อยละ 14.9<sup>5</sup> ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้ไม่เกินร้อยละ 10<sup>6</sup> เช่นเดียวกับปัญหาขาดโภชนาการในเด็กวัยเรียนที่เพิ่มขึ้นในปัจจุบัน ซึ่งสูงกว่าเป้าหมายคือร้อยละ 5<sup>5</sup> จากข้อมูลการเฝ้าระวังติดตามการเจริญเติบโตในเด็กนักเรียนอายุ 6 - 12 ปี จำนวน 1,492,089 คน จาก 76 จังหวัด ของกรมอนามัย ปี พ.ศ. 2555 พบเด็กมีภาวะเตี้ยร้อยละ 6.6<sup>7</sup> แสดงให้เห็นว่าประเทศไทยกำลังประสบกับปัญหาภาวะโภชนาการเกินและขาดในเด็กวัยเรียน

พฤติกรรมบริโภคเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เกิดโรคอ้วน ข้อมูลจากกองโภชนาการ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ในปี พ.ศ. 2546 พบว่าเด็กอายุ

6-14 ปี ประมาณ 1 ใน 10 บริโภคขนมที่สำเร็จรูปทุกวัน 1 ใน 5 บริโภคน้ำหวานหรือน้ำอัดลมทุกวัน และพฤติกรรมการบริโภคเพิ่มขึ้นในกลุ่มเด็กอายุ 6-14 ปี โดยมากกว่า 1 ใน 4 บริโภคขนมขบเคี้ยวทุกวัน<sup>8</sup>

ภาวะโภชนาการเกินและโรคอ้วน ส่งผลกระทบต่อภาวะสุขภาพ เป็นสาเหตุของการเกิดโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่สำคัญคือ โรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง ความเสี่ยงต่อโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคของระบบกระดูกและกล้ามเนื้อ รวมทั้งโรคเมตาบอลิกซินโดรม<sup>9</sup> วัยเด็กเป็นวัยที่ต้องการสารอาหารในปริมาณที่สูง หากมีพฤติกรรมและนิสัยในการบริโภคอาหาร อาหารว่างหรือขนมบางชนิดที่มีปริมาณน้ำมัน น้ำตาล และเกลือสูง หากรับประทานมากเกินไป ทำให้เกิดภาวะทุพโภชนาการได้ ดังนั้นอาหารว่างที่ควรควบคุมปริมาณส่วนประกอบดังกล่าวไม่ให้สูงเกินไป และควรมีสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกาย<sup>10</sup> ด้วยปัจจัยทางด้านเศรษฐกิจ อาจทำให้ไม่สามารถเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์มารับประทาน นอกจากนี้เด็กต้องใช้เวลาในการเรียนค่อนข้างมาก หลังเลิกเรียนมักมีการเรียนพิเศษหรือกิจกรรมอื่น อาจไม่ได้มุ่งเน้นการเลือกรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการ อาหารสำเร็จรูปหรืออาหารว่างจึงเข้ามามีบทบาทโดยเฉพาะเมื่อเกิดความหิว ซึ่งอาหารดังกล่าวส่วนใหญ่มีพลังงานสูงเทียบเท่ากับอาหารมื้อหลัก เป็นปัจจัยสำคัญของโรคอ้วนในเด็ก ภาครัฐและเอกชนจึงพยายามหาแนวทางแก้ไข โดยมีการจัดทำโครงการต่างๆ เพื่อให้ความรู้ด้านสุขภาพและโภชนาการ รวมทั้งรณรงค์ให้เด็กเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพผ่านโครงการต่างๆ เช่น โครงการเด็กไทยสุขภาพดี ซึ่งเน้นการใช้สื่อการสอนเพื่อดึงดูดความสนใจในการให้ความรู้เรื่องสุขภาพแก่นักเรียนในโรงเรียน โครงการโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ โดยโรงเรียนจะจัดกิจกรรมให้นักเรียนออกกำลังกายร่วมกันหลัง

เครพธงชาติ ส่งเสริมให้เด็กรับประทานผัก และผลไม้ ขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการให้ความรู้ ด้านสุขภาพแก่นักเรียน<sup>11</sup> รวมทั้งความร่วมมือของผู้มีส่วนได้ส่วนเสียของชุมชนในการป้องกันพฤติกรรมที่ไม่ดีต่อสุขภาพ โดยมีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องในลักษณะเครือข่ายทั้งในระดับครอบครัว โรงเรียน และชุมชนในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพ<sup>12</sup>

สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงมีพระราชดำริในการสนับสนุนให้โรงเรียนในถิ่นทุรกันดารทางไกลการคมนาคมดำเนินงานเพื่อพัฒนาอาหาร โภชนาการ สุขภาพ และการศึกษาของเด็กและเยาวชนมาอย่างต่อเนื่องเป็นเวลากว่า 35 ปีเริ่มจากโครงการ เกษตรเพื่ออาหารกลางวัน ในปี พ.ศ. 2523 ในโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดน เมื่อได้ผลดี จึงขยายผลไปยังโรงเรียนแห่งอื่น ปัจจุบันมีโรงเรียนและสถานศึกษาที่ทรงรับเป็นโรงเรียนในโครงการพระราชดำริทั้งสิ้น 825 แห่งทั่วประเทศทุกภาคของประเทศไทย โครงการในพระราชดำรินี้ ได้ดำเนินการอย่างครบวงจร<sup>13</sup> เป็นการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนแบบองค์รวมทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ หัตถศึกษา พลศึกษา จริยศึกษา และพุทธิศึกษา ในด้านหัตถศึกษา หมายถึง ความสามารถที่จะทำอะไรด้วยตนเอง ด้านพลศึกษา หมายถึง ความสามารถในด้านร่างกายที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ ด้านจริยศึกษา หมายถึง การมีคุณธรรมประพฤติตามกฎหมายบ้านเมือง ด้านพุทธิศึกษา หมายถึง ความสามารถทางวิชาการ<sup>13</sup> ต่อมาสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) กระทรวงสาธารณสุขและองค์กรที่เกี่ยวข้องจึงได้น้อมนำแนวพระราชดำริ ในการส่งเสริมอาหาร โภชนาการและสุขภาพของเด็กในโรงเรียนอย่างครบวงจรมาเป็นต้นแบบเพื่อให้ขยายผลไปยังโรงเรียนทั่วประเทศ ภายใต้โครงการเด็กไทยแก้มใส “Healthy Kids Healthy Food” ถวายเจ้าฟ้านักโภชนาการ เพื่อร่วมเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ

สยามบรมราชกุมารี ในโอกาสฉลองพระชนมายุ 5 รอบ เมื่อ 2 เมษายน 2558<sup>14</sup>

โรงเรียนบ้านดงเกตุ จังหวัดนครปฐม เป็นโรงเรียนประถมศึกษาในสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) กระทรวงศึกษาธิการ งบประมาณในการดำเนินงานด้านโภชนาการของโรงเรียนแบ่งเป็น 3 ส่วน คือ 1) สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2) โครงการเด็กไทยแก้มใส และ 3) การสนับสนุนของเครือข่ายต่าง ๆ ได้แก่ คณะกรรมการสถานศึกษา ชุมชน และหน่วยงานเอกชน พบปัญหาโภชนาการ 2 ด้านในนักเรียนคือ โภชนาการเกินและขาดโภชนาการ ในปี พ.ศ. 2557 โรงเรียนได้เข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส โดยมีกิจกรรม 8 ด้าน<sup>15</sup> คือ 1) การเกษตรในโรงเรียน 2) สหกรณ์นักเรียน 3) การจัดบริการอาหารของโรงเรียน 4) การติดตามภาวะโภชนาการ 5) การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน 6) การพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ 7) การจัดบริการสุขภาพและ 8) การจัดการเรียนรู้เกษตร โภชนาการ และสุขภาพ และได้กำหนดตัวชี้วัดคือนักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินและอ้วนไม่เกินร้อยละ 12 ต่อปี ภาวะผอมไม่เกินร้อยละ 15 ต่อปีและภาวะเตี้ยไม่เกินร้อยละ 10 ต่อปี ผลการดำเนินการในปี 2558 พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินและอ้วนร้อยละ 11.9 ค่อนข้างผอมและผอมร้อยละ 8.7 และภาวะเตี้ยร้อยละ 5 ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษากระบวนการดำเนินการด้านโภชนาการของโรงเรียน

### กรอบแนวคิดการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้ใช้กรอบแนวคิดการจัดการอาหารและสุขภาพแบบครบวงจรในโรงเรียนตามรอยพระยุคลบาท สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ที่สอดคล้องกับแบบจำลองนิเวศวิทยาเชิงสังคม (Social ecological model)<sup>16</sup> บุรณาการ

กับทฤษฎีระบบของ Donabedian<sup>17</sup> มุ่งเน้นศึกษาการดำเนินงานกิจกรรมตามแนวพระราชดำริ 8 ด้านคือ 1) การเกษตรในโรงเรียน 2) สหกรณ์นักเรียน 3) การจัดบริการอาหารของโรงเรียน 4) การติดตามภาวะโภชนาการ 5) การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน 6) การพัฒนานามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ 7) การจัดบริการสุขภาพและ 8) การจัดการเรียนรู้ เกษตร โภชนาการ และสุขภาพ

แบบจำลองนิเวศวิทยาเชิงสังคมกล่าวถึงพฤติกรรมสุขภาพว่า เป็นผลจากปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันของปัจจัยหลายระดับ ในการศึกษาครั้งนี้ ได้แก่ ปัจจัยระดับบุคคล คือ นักเรียน ปัจจัยระหว่างบุคคล คือ ครอบครัว ปัจจัยระดับหน่วยงานหรือองค์กร คือ โรงเรียน ปัจจัยระดับชุมชน คือ บริบทของชุมชนหรือท้องถิ่นซึ่งเป็นเขตที่มีการทำสวนกล้วยไม้ และปัจจัยระดับนโยบายหรือสิ่งแวดล้อมทางสังคม วัฒนธรรมและนโยบายสุขภาพ ซึ่งปัจจุบันอยู่ในระบบเขตสุขภาพที่ 5 โดยการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมควรดำเนินการในหลายระดับ<sup>16,18</sup> และติดตามผลลัพธ์<sup>17</sup> คือ ภาวะโภชนาการของนักเรียน ซึ่งสามารถอธิบายได้จากโครงสร้างและกระบวนการดำเนินงานด้านโภชนาการ ประกอบด้วยกิจกรรมของโรงเรียนทั้ง 8 ด้านดังกล่าว

### คำถามการวิจัย

1. กระบวนการดำเนินงาน 8 ด้านของโรงเรียน ได้แก่ 1) การเกษตรในโรงเรียน 2) สหกรณ์นักเรียน 3) การจัดบริการอาหารของโรงเรียน 4) การติดตามภาวะโภชนาการ 5) การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน 6) การพัฒนานามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ 7) การจัดบริการสุขภาพและ 8) การจัดการเรียนรู้ เกษตร โภชนาการ และสุขภาพเป็นอย่างไร

2. ความสำเร็จ ปัญหาและอุปสรรคในการพัฒนาด้านอาหาร โภชนาการ และสุขภาพของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านดงเกตุเป็นอย่างไร

### วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษากระบวนการดำเนินงาน 8 ด้านของโรงเรียน ได้แก่ 1) การเกษตรในโรงเรียน 2) สหกรณ์นักเรียน 3) การจัดบริการอาหารของโรงเรียน 4) การติดตามภาวะโภชนาการ 5) การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน 6) การพัฒนานามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียนให้ถูกสุขลักษณะ 7) การจัดบริการสุขภาพและ 8) การจัดการเรียนรู้ เกษตร โภชนาการ และสุขภาพ

2. เพื่อศึกษาความสำเร็จ ปัญหา และอุปสรรคในการพัฒนาด้านอาหาร โภชนาการ และสุขภาพของเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านดงเกตุ

### แบบการวิจัย

การศึกษาเชิงคุณภาพครั้งนี้เป็นส่วนหนึ่งของโครงการ “ประมวลความรู้การดำเนินการตามรอยพระยุคลบาทสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี” โดยสมาคมโภชนาการแห่งประเทศไทย ร่วมกับมหาวิทยาลัยมหิดล

### ผู้ให้ข้อมูล

ผู้ให้ข้อมูลในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วยนักเรียนแกนนำ (4 คน) และนักเรียนที่เป็นผู้ร่วมโครงการ (2 คน) ครูผู้รับผิดชอบกิจกรรม (2 คน) ครูผู้สอนที่เกี่ยวข้อง (1 คน) เจ้าหน้าที่ (1 คน) ผู้บริหารโรงเรียน (1 คน) ผู้ปกครอง (1 คน) ผู้ขายอาหารบริเวณโรงเรียน (1 คน) แม่ครัวของโรงเรียน (1 คน) กรรมการสถานศึกษา (1 คน) ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นบ้านดงเกตุ (1 คน) และผู้นำชุมชน (1 คน) โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงเกตุ (1 คน) รวม 18 คน โดยเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จากผู้ให้ข้อมูลแต่ละกลุ่มที่เกี่ยวข้องในการดำเนินงานโครงการเด็กไทยแก้มใสของโรงเรียนบ้านดงเกตุ จนได้ข้อมูลอิ่มตัว

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลประกอบด้วย อายุ เพศ การศึกษา เชื้อชาติ ศาสนา

2. แนวคำถามการสัมภาษณ์ เพื่อศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินงานของโรงเรียนภายใต้โครงการเด็กไทยเข้มแข็ง แนวคำถามเป็นแบบกึ่งโครงสร้างสำหรับใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์เพื่อให้เข้าใจถึงแนวคิด การจัดการและวิธีการในการดำเนินการตามกิจกรรมทั้ง 8 ด้าน

3. แบบบันทึกการสังเกตและบันทึกภาคสนาม

4. เอกสารโครงการและผลงานของโรงเรียนที่ใช้ประกอบในการเก็บรวบรวมข้อมูลและการอภิปรายผล

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. เมื่อได้รับอนุมัติจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยของคณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี เลขที่ 2558/583 (รหัส 09-58-66ย) ผู้วิจัยประสานงานกับผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านดงเกตุ เพื่อขออนุญาตเก็บรวบรวมข้อมูล และชี้แจงวัตถุประสงค์ของการศึกษา รวมทั้งการประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อขออนุญาตสัมภาษณ์ และสังเกตกิจกรรม ได้แก่ ครู และเจ้าหน้าที่ของโรงเรียน ผู้นำชุมชนตำบลบ้านดงเกตุ ผู้บริหารโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงเกตุ เพื่อทำการสัมภาษณ์และข้อมูลภาพรวมในการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน โรงเรียนบ้านดงเกตุ

2. ผู้วิจัยชี้แจงขั้นตอนและวิธีการของการศึกษาทั้งหมด และสิทธิในการถอนตัวจากการศึกษา ของผู้ให้ข้อมูล พร้อมนัดหมายวันเวลา และสถานที่ในการสัมภาษณ์ โดยทำการสัมภาษณ์รายบุคคลตามแนวคำถามการสัมภาษณ์ โดยใช้เวลาประมาณ 45-60 นาทีต่อคน

3. เมื่อถึงวันและเวลาตามนัดหมาย ผู้วิจัยขอความยินยอมตนในการเข้าร่วมวิจัยโดยการลงนาม จากนั้นเริ่มดำเนินการสัมภาษณ์ โดยขออนุญาตทำการบันทึกเสียงในขณะสนทนา ซึ่งผู้ให้ข้อมูลสามารถขอยุติการสัมภาษณ์ได้ทุกเมื่อ การสัมภาษณ์ในการศึกษาครั้งนี้ดำเนินไปได้ดี ไม่มีการขอยุติการสัมภาษณ์

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ มาทำการถอดเทปการสนทนาแบบคำต่อคำ รวมทั้งข้อมูลจากการสังเกต และบันทึกภาคสนาม มาใช้ประกอบการวิเคราะห์เนื้อหา โดยการแยกประเภท รวมทั้งความเหมือนและความแตกต่างของข้อมูล และจัดหมวดหมู่ของข้อมูลเพื่อตอบวัตถุประสงค์ของการศึกษา ในการศึกษาครั้งนี้ โรงเรียนเป็นหน่วยของการวิเคราะห์ (unit of analysis)

## ผลการวิจัย

โรงเรียนมีการดำเนินงาน 8 ด้าน ดังนี้

1. การเกษตรในโรงเรียน โรงเรียนมีการถมดินปรับพื้นที่ และได้รับการสนับสนุนจากเครือข่ายที่สำคัญคือสามพรานโมเดล อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม และกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ โดยมีกิจกรรมที่ครูผู้รับผิดชอบ มอบหมายให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และประถมศึกษาปีที่ 6 มีประสบการณ์ตรงในการดำเนินการ ได้แก่

1.1 โครงการแปลงเกษตร มีครู 3 คนร่วมกันรับผิดชอบ ครูผู้รับผิดชอบวางแผนการสอนก่อนแบ่งหน้าที่กันในแต่ละชั้น ครูท่านหนึ่งที่ย้ายมาใหม่กล่าวว่า เป็นการสานต่อจากครูที่สอนมาก่อน โดยมีการสำรวจแปลงเกษตร และการแบ่งกลุ่มนักเรียน เพื่อการมอบหมายงาน นับตั้งแต่การเตรียมเมล็ดพันธุ์ และการดูแลจนถึงเก็บเกี่ยว

“ในช่วงโครงการเกษตร เด็กก็จะได้มาเรียนรู้ทักษะของการปลูกผัก แล้วก็ปลูกผักอินทรีย์ ผักปลอดสารพิษ การทำน้ำหมักชีวภาพ เพื่อนำมาใช้เองในโรงเรียน ผักสวนครัว...ตะไคร้ ใบมะกรูด กระเพรา เลี้ยงปลาในกระชัง สำหรับต้นไม้ที่ทนน้ำ...ต้นแค มะม่วง”

1.2 โครงการเลี้ยงปลา โรงเรียนมีบ่อน้ำเป็นแหล่งเรียนรู้การเลี้ยงปลา ได้แก่ ปลานิล ปลาดุก ปลาตะเพียน โดยเริ่มแรกซื้อพันธุ์ปลาอย่างละ 3,000 ตัว ดูแลให้อาหารปลา จัดการหมุนเวียนเป็นสัปดาห์ รวมทั้งการดูแลปลาป่วยหรือปลาเป็นโรค

1.3 โครงการเพาะเห็ด โรงเรียนจัดเตรียมโรงเห็ดและก้อนเชื้อเห็ด โดยนักเรียนที่ได้รับมอบหมายรดน้ำในช่วงเช้าและเย็น เมื่อได้ผลผลิตจึงส่งให้โรงครัวของโรงเรียนต่อไป ผลผลิตที่เหลือ มีการขายให้กับเจ้าหน้าที่ หรือผู้ปกครองนักเรียน หรือนำมาถนอมอาหาร เป็น เห็ดแห้ง

1.4 โครงการเลี้ยงไก่ไข่ การเลี้ยงไก่ไข่เป็นโครงการที่ใช้งบประมาณที่ได้รับจากเด็กไทยแถมใส่ การดำเนินการใช้ช่วงของชมรม เช่น ชมรมรักษาสีแวดล้อม ส่วนนอกเวลาจะมีนักเรียนมาช่วยกันดูแลดูแลตามความสนใจของนักเรียน ในด้านสถานที่ ทางโรงเรียนจัดหาเล้าไก่ ได้รับสนับสนุนจากฟาร์มไก่ที่ตั้งอยู่ใกล้บริเวณโรงเรียน ในช่วงเริ่มต้น มีการศึกษาหาความรู้พบว่า การเปิดเพลงช่วยกระตุ้นการเจริญเติบโตของไก่ จึงนำมาทดลองใช้ ดังคำกล่าวของผู้บริหารโรงเรียน

“ไก่เองยังโตไม่ค่อยนี้เลย...เราเพิ่งเริ่ม... คุณครูและภารโรงจะเค้าจะช่วยกันดูแลคือ เค้ามีความรู้ด้านนี้แหละ คือเค้าเคยเลี้ยงแล้ว เค้าก็ทำ อยู่ เบบี้จะเป็นให้นักเรียน มาดูตอนเช้า แล้วก็จะมีเปิดเพลงเปิดอะไรให้ไก่

ฟังนะเหมือนคล้าย ๆมันเป็นโครงการ ก็ลองไปศึกษาที่อื่นดูเค้าบอกว่าการเปิดเพลงเปิดบทสวดมนต์ให้ไก่ฟัง จะทำให้เค้าอารมณ์ดี พออยู่ในสภาวะที่ดี ๆแล้วเค้าก็จะให้ผลผลิตที่ดี”

2. กิจกรรมสหกรณ์นักเรียน สหกรณ์ทำหน้าที่เปรียบเสมือนพ่อค้าคนกลาง คือรับวัตถุดิบอาหาร แล้วส่งต่อไปโครงการอาหารกลางวันของโรงเรียน จัดทำเป็นบัญชีรายรับรายจ่ายเพื่อเป็นหลักฐานตักงบประมาณโครงการอาหารกลางวัน โดยอิงราคาจากตลาด โดยราคาขายของสหกรณ์จะตั้งไว้สูงกว่าราคาท้องตลาดทั่วไป เพื่อเป็นการประหยัดงบประมาณ และเพื่อให้เด็กได้รับประทานผักปลอดสารพิษที่ปลูกเอง และมีคุณค่าทางโภชนาการ อย่างไรก็ตาม ในการทำบัญชีของสหกรณ์ในปัจจุบัน ยังไม่ได้ดำเนินการ เนื่องจากเป็นระยะเริ่มปลูก ผักยังไม่โตพอที่จะจำหน่าย กิจกรรมสหกรณ์นักเรียนนี้ ได้มีการบูรณาการกับวิชาคณิตศาสตร์ในเรื่องของการชั่ง ตวง วัด รวมทั้งการเงินและบัญชี ครูผู้รับผิดชอบซึ่งเป็นศิษย์เก่าของโรงเรียนและมีความมุ่งมั่นในการริเริ่มกิจกรรมสหกรณ์นักเรียน กล่าวว่า

“พวกที่เก็บเกี่ยวเสร็จแล้วเค้าก็จะไปฝากสหกรณ์ขาย แต่อันนี้ตัดขาดนะคะ คล้ายเป็นนายหน้า โรงครัวต้องมารับซื้อเอาไปทำทางเกษตรเค้าจะทำ ผักปลอดสาร เสร็จแล้วก็จะไปฝากสหกรณ์ขาย ใส่ถุงแพ็ค ๆ เห็ดบ้าง ผักบ้าง”

“ส่วนมากเลยเราจะมาคุยกันที่โรงอาหารก่อน คือเหมือนเราจะมาคุยกับโรงอาหารว่า วันนี้มีผักบุ้งเยอะ ก็คือทางสหกรณ์เค้าจะรับทั้งหมดเลย ไม่ว่าผักของเราจะยังงั้นเค้าก็รับ ช่วยเปลี่ยนเมนูจากที่จะทำเนี่ย ขอแทรกเมนูเป็นผักบุ้งก่อนแล้วเราก็ตอบ เค้าก็ส่งผักบุ้งทั้งหมดขายให้กับสหกรณ์ แล้วสหกรณ์ก็ค่อยมาก็คือสหกรณ์เนี่ย จะมาได้รับเงินจากโครงการอาหารกลางวันอีกที”

3. การจัดบริการอาหารของโรงเรียน โรงเรียนจัดบริการอาหารมื้อเช้า เช่น ขนมปังไส้กรอกและนมโรงเรียน 1 ถู ให้กับนักเรียนที่น้ำหนักต่ำกว่าเกณฑ์ ซึ่งมีจำนวนประมาณ 20 คน นอกจากนี้ โรงเรียนยังให้มีการจำหน่ายอาหารที่โรงอาหารตั้งแต่เวลา 7.30-8.00 น. ให้กับเด็กนักเรียนที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้ามาจากบ้าน โดยส่วนใหญ่เป็นข้าวราดแกง ข้าวผัดกระเพรา ในราคาจานละ 10 บาท ไก่ย่างไม้ละ 5 บาท และข้าวเหนียวถุ้งละ 5 บาท สำหรับอาหารกลางวัน โรงเรียนมีการมอบหมายครูผู้รับผิดชอบเป็นผู้ดำเนินการในการจัดหาจัดซื้อวัตถุดิบอาหารแบบวันต่อวัน และกำหนดเมนูอาหารซึ่งสามารถปรับได้ในแต่ละวัน เนื่องจากบางครั้งที่มีผลผลิตจากโครงการเกษตรในโรงเรียน เช่น เห็ด ผักบุ้ง เป็นต้น อย่างไรก็ตาม ปริมาณการผลิตวัตถุดิบอาหารจากโครงการเกษตรในโรงเรียนยังไม่เพียงพอ โรงเรียนยังคงต้องซื้อจากภายนอกในช่วงที่ผักยังไม่โตเต็มที่ หากมีอาหารเหลือ โรงเรียนจะแจกให้เด็กนักเรียนนำกลับบ้าน อีกทั้งยังมีการจัดอาหารเสริมให้นักเรียนได้ตักชิม ในช่วงเวลา 14 น. ของทุกวัน

การจัดเมนูอาหารในแต่ละสัปดาห์ ส่วนใหญ่ครูผู้รับผิดชอบหารือกับโครงการเกษตรในโรงเรียนว่ามีวัตถุดิบอาหารอะไรบ้าง โดยปกติจัดอาหารประเภทน้ำ 2 วัน เช่น ก๋วยเตี๋ยว และประเภทข้าว 3 วัน โดยมีกับข้าวเป็นอาหาร 2 ชนิด ให้มีรสจัดและเผ็ดไว้ด้วยกัน เช่น แกงเขียวหวานคู่กับผัดไส้กรอก ครูผู้รับผิดชอบกล่าวว่า

“...ต้องมีจัดอย่างนี้ให้เด็กอนุบาล และก็เผ็ดอีกอย่างหนึ่ง แต่ปลาที่เลี้ยงในบ่อ ใช้วิธีแร่เนื้อมาทำแกงส้มหรือน้ำยาขนมจีน บางครั้งทำปลาทอดที่เหลือก็คือจำหน่ายให้ผู้ปกครอง เพราะเด็กส่วนใหญ่มีปัญหาท้องติดคอต้องระวังมากเลย...”

แม้ครัวให้ข้อมูลเกี่ยวกับกลวิธีในการจัดอาหารให้นักเรียนรับประทานผักรู้มากขึ้น ดังนี้

“ธรรมชาติเด็กไม่ค่อยชอบกินผักอยู่แล้ว เวลาทำอาหาร ผักต้องทำให้ละเอียดเป็นชิ้นเล็ก ๆ... เด็กก็จะกินได้ ถ้าเป็นชิ้นใหญ่ เด็กไม่กิน แต่ถ้าเป็นผักที่เด็กเคี้ยวปลูก เคี้ยวก็จะภูมิใจ ก็จะกิน”

4. การติดตามภาวะโภชนาการนักเรียน คุณครูประจำชั้นรับผิดชอบการติดตามภาวะโภชนาการ โดยชั่งน้ำหนักเด็กนักเรียนในชั้นเรียนเดือนละ 1 ครั้ง และทำบันทึกเพื่อติดตามการเปลี่ยนแปลง ทำรายงานส่งให้โรงเรียนที่ผ่านมามีพบว่า นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกิน มีจำนวนประมาณ 10 คน นอกจากนี้ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลบ้านดงเคตุมาทำการตรวจสุขภาพและชั่งน้ำหนักนักเรียน ภาคการศึกษาละ 1 ครั้ง พร้อมให้คำแนะนำในการรับประทานอาหาร

สำหรับเด็กนักเรียนที่มีปัญหาทุพโภชนาการ ครูจะเป็นผู้สอบถามข้อมูลการรับประทานอาหารของเด็ก ว่าได้รับสารอาหารเพียงพอหรือไม่ทั้งในด้านปริมาณและคุณภาพ หากพบว่าไม่เพียงพอ ครูจะแนะนำเด็กและผู้ปกครองในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมบริโภค ให้ได้รับสารอาหารหลักที่ครบถ้วน โดยเฉพาะโปรตีน คาร์โบไฮเดรตและไขมัน โดยโรงเรียนจัดอาหารเสริมประเภทนมหรือขนมปังให้นักเรียนรับประทานเพิ่มจากอาหารมื้อหลัก

5. การพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน การพัฒนาสุขนิสัยและการส่งเสริมสุขภาพอนามัย ในเด็กเล็กจัดให้เป็นแบบตาราง 9 ช่อง เพื่อการฝึกกล้ามเนื้อ สำหรับเด็กโตมีกีฬาประเภทแฮนด์บอลกับฟุตบอล และแอโรบิค สัปดาห์ละวัน รวมทั้งการฝึกเทคนิคโด วัยน้ำ ในการเรียนการสอนวิชาพลศึกษาและการจัดตั้งชมรมกีฬาฟุตบอลและกิจกรรมรณรงค์การออกกำลังกาย เพื่อการส่งเสริมสุขภาพอนามัย ในส่วนของวิชาสุขศึกษา ได้

มุ่งเน้นการพัฒนาสุขนิสัยในการล้างมือก่อนและหลังรับประทานอาหาร การรับประทานอาหารครบ 3 มื้อ การใช้ช้อนกลาง การแปรงฟัน และพฤติกรรมตามสุขบัญญัติ นอกจากกิจกรรมในหลักสูตรและกิจกรรมเสริมหลักสูตรแล้ว แม่ครัวยังมีบทบาทสำคัญในการพัฒนาสุขนิสัยของนักเรียน โดยแม่ครัวกล่าวว่า

“สานต่องานที่แม่ทำ แม่เคยเป็นแม่ครัวที่นี่... เริ่มเอามาตรการ 5 ส. เข้ามาใช้ในครัว เราให้สุขศึกษา บอกปริมาณแคลอรี มิลลิกรัม ทุกอย่าง เรื่องความสะอาด ทุกอย่าง สอนเด็ก สอนตอนกลางวันเลย ป.ไหนทำเวอร์ สอน ป.นั้น ทำเวอร์เสร็จหลังจากให้เค้านั่งพัก นั่งพักแป๊บนึงนะ ก็จะแบบว่าถ้าเวลาเหลือเราก็จะมีกิจกรรมให้เขาเล่น แบบว่า ก็จะชูมือ ใครทำอะไรมั่ง ชูมือ ได้อะไรอย่างกวาดได้อะไร กำลังแขนขาได้อะไรแบบนี้ไปด้วย จะได้แบบว่ากินนะใช้ก็แคลอรี ใช้พลังงานไปเท่าไรแบบนี้”

6. การพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียน ให้ถูกสุขลักษณะ ในการพัฒนาอนามัยสิ่งแวดล้อม โรงเรียนมีกิจกรรมคัดแยกขยะ และกิจกรรมชมรมสิ่งแวดล้อมโดยมีนักเรียนแกนนำและสมาชิกเข้าร่วมกิจกรรมทุกวันพุธช่วงเวลาบ่ายเพื่อขับเคลื่อนให้โรงเรียนมีสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพ ซึ่งได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานเครือข่ายทั้งภาครัฐและเอกชน อีกทั้งยังมีแผนการพัฒนาอาคารสถานที่ให้มีความสะอาดและปลอดภัย ตามหลักสุขาภิบาลสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ โรงเรียนได้มีการพัฒนาระบบสาธารณูปโภค มีการขยายพื้นที่ให้เด็กนักเรียนสามารถทำกิจกรรมได้ตามเป้าหมาย โดยอาคารเรียนที่สร้างขึ้นใหม่ได้รับการออกแบบให้มีพื้นที่โล่งเพื่อจัดกิจกรรมต่าง ๆ รวมทั้งมีการดูแลความสะอาดและสุขาภิบาลบริเวณโรงครัวและบริเวณสถานที่รับประทานอาหารของนักเรียน

โดยการมีส่วนร่วมของทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องได้แก่ นักเรียน ครู เจ้าหน้าที่และชุมชน ผู้นำชุมชนกล่าวถึงการมีส่วนร่วมในการทำงานกับโรงเรียนว่า

“เราสนับสนุนโรงเรียนมาตลอด พื้นที่โรงเรียนมีน้ำท่วมค่อนข้างบ่อย เราก็มีงบปรับพื้นที่ถมดินให้ร่วมจัดหาอุปกรณ์สนามเด็กเล่น สนามฟุตบอล ให้เด็กได้มีพื้นที่มีสิ่งแวดล้อมที่ดีกับสุขภาพ เด็กที่นี่ขี้จักรยานมากันมาก เราก็ทำพื้นที่จ่อจักรยานให้โรงเรียนมีการพัฒนาขึ้นเรื่อย ๆ”

7. การจัดบริการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนได้จัดให้มีการตรวจสุขภาพและติดตามเฝ้าระวังด้านสุขภาพของนักเรียน โดยร่วมกับ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงเกตู รวมทั้งการตรวจสุขภาพให้กับแม่ครัวผู้ประกอบการอาหาร และจัดกิจกรรมเพื่อสุขภาพ เช่น จัดโปรแกรมการออกกำลังกายอย่างต่อเนื่อง รวมทั้งการประเมินสมรรถภาพทางกายของนักเรียน นอกจากนี้โรงเรียนยังได้ให้บริการปฐมพยาบาลสำหรับเด็กนักเรียนอย่างไรก็ตามมีเด็กนักเรียนที่ป่วยและมารับบริการนาน ๆ ครั้ง ด้วยอาการที่พบบ่อย เช่น ปวดศีรษะ ปวดท้อง เป็นต้น ผู้แทนโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านดงเกตู เล่าถึงการทำงานร่วมกับโรงเรียนว่า

“เราอยู่ติดกับโรงเรียน ทำงานสะดวก ประสานงานกันตลอด ช่วยกันดำเนินการเรื่องการประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน ทาง รพสต. ก็เข้าไปดูแลเรื่องอนามัยโรงเรียน จัดกิจกรรมที่โรงเรียนเป็นประจำ ได้รับการสนับสนุนเป็นอย่างดีจากชุมชนและท้องถิ่น...โรงเรียนนี้ นักเรียนมีปัญหาโภชนาการไม่มากค่ะ เราเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพตามฤดูกาลด้วย เช่น ไข้เลือดออก”

8. การจัดการเรียนรู้ เกษตร โภชนาการ และสุขภาพ การจัดการเรียนรู้แบบบูรณาการ ด้านเกษตร โภชนาการและสุขภาพ โรงเรียนบูรณาการกิจกรรม

ชมรม และการสอนรายวิชา ได้แก่ การเกษตร การงาน อาชีพที่หลากหลาย เช่น การนวดฝ่าเท้า การทำพรม เช็ดเท้า การทำดอกไม้ประดิษฐ์ เป็นต้น กิจกรรมดังกล่าว ทำให้เด็กได้รับการพัฒนา และเกิดการเรียนรู้อย่างต่อเนื่อง โดยมีแหล่งสนับสนุนการเรียนรู้ คือ ห้องสมุดของโรงเรียน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 คนหนึ่งเล่าถึง ประโยชน์ที่ได้รับว่า

“การทำงานอาชีพ คือฝึกให้เราสมาธิแล้วก็ให้เราอดทน สนใจเรื่องนวดฝ่าเท้า เพราะถ้าเกิดพ่อแม่เราเหนียวหรือว่าอะไร เราก็สามารถนวดให้ได้ค่ะ มีรายได้เพิ่มด้วยค่ะ คุณครูให้ไปร่วมแสดงในงานกับเครือข่ายทางอำเภอ มีคนมานวด เราก็มีรายได้ไม่ต้องขอพ่อแม่มากค่ะ”

### ความสำเร็จและปัญหาอุปสรรคในการดำเนินการของโรงเรียนก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส

ความสำเร็จในการดำเนินการของโรงเรียนก่อนเข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส คือ 1) ด้านการบริหารจัดการ ผู้บริหารมีนโยบายที่ชัดเจน “คิดไว ทำไ้ ได้ดังใจ” และ 2) ด้านความร่วมมือของเครือข่ายโรงเรียน ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากชุมชนและเครือข่ายที่สำคัญคือสามพรานโมเดล และความร่วมมือจากท้องถิ่นและหน่วยงานเอกชนในการปรับปรุงพื้นที่ สร้างสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อสุขภาพให้กับนักเรียน

สำหรับปัญหาอุปสรรค ได้แก่ 1) ด้านการสื่อสารวัตถุประสงค์ของโครงการเด็กไทยแก้มใส ยังไม่ชัดเจน และ 2) ด้านภูมิศาสตร์ มีปัญหาน้ำท่วม และพื้นที่การเรียนรู้มีจำกัด

การเปลี่ยนแปลงของโรงเรียนบ้านดงเกตุ ภายหลังเข้าร่วมโครงการโรงเรียนต้นแบบเด็กไทยแก้มใส การเข้าร่วมโครงการ ทำให้โรงเรียนมีต้นทุน

ในการขยายและพัฒนางานที่มีอยู่ให้ดียิ่งขึ้น เนื่องจากมีกรอบการดำเนินงาน การพัฒนาภายใต้โครงการที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ การเกษตร การจัดอาหารกลางวัน และ กิจกรรมการออกกำลังกาย

การดำเนินงานด้านการเกษตรก่อนเข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส โรงเรียนดำเนินงานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียง ทำให้เกิดแปลงเกษตรสาธิตและบ่อปลาตามแนวคิดดังกล่าว แต่เมื่อภายหลังเข้าร่วมโครงการทำให้เห็นถึงประโยชน์ในการขยายแปลงเกษตรสาธิต ให้เป็นแปลงเกษตรเพื่ออาหารกลางวันอย่างแท้จริง โดยมีการขยายแปลงเกษตรเพิ่มขึ้น นำนักเรียนเข้ามามีส่วนร่วมและลงมือทำจริงเพื่อให้เกิดการเรียนรู้ ผลผลิตที่ได้นำมาเป็นวัตถุดิบสำหรับอาหารกลางวันให้กับนักเรียนในโรงเรียน นักเรียนได้รับผักปริมาณมากขึ้นและมีความปลอดภัยในการบริโภคผักยิ่งขึ้น

การจัดบริการอาหารกลางวันภายหลังเข้าร่วมโครงการ ทำให้ได้ผลผลิตที่มีความปลอดภัย เน้นการจัดบริการอาหารกลางวันที่มีผักเพิ่มมากขึ้น ค่าใช้จ่ายในการซื้อผักอยู่ในราคาที่ย่อมเยา เนื่องจากเป็นการซื้อจากแปลงเกษตรโรงเรียน นักเรียนเห็นความสำคัญในการรับประทานผักเพิ่มขึ้น จากการเป็นผู้ปลูกและเลี้ยงเห็นถึงความปลอดภัย

ด้านการออกกำลังกาย หลังจากเข้าร่วมโครงการ ได้เริ่มมีการคิดริเริ่มกิจกรรมออกกำลังกายเพิ่มเติมจากที่มีอยู่เดิม คือ แอโรบิค เกิดนวัตกรรม เช่น การออกกำลังกายด้วยตารางเก้าช่อง การพัฒนาทางด้านจิตใจ การทำสมาธิหน้าเสาธง เป็นต้น

นอกจากนี้ ยังมีการบูรณาการแนวคิดจากการทำโครงการเข้าสู่งานประจำ โดยโรงเรียนเห็นว่า เป็นงานที่ทำประจำอยู่เดิม แต่มีการขยายและพัฒนาให้ดีขึ้นและเป็นระบบเพิ่มมากขึ้น เนื่องจากโรงเรียนมีการดำเนินงานตามหลักเศรษฐกิจพอเพียงเป็นทุนเดิม

เกณฑ์และตัวชี้วัดต่างๆ ก็สอดคล้องและดำเนินไปในทิศทางเดียวกันกับ นโยบายโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ และนโยบายโครงการอาหารกลางวัน เป็นต้น

การขยายผลของโรงเรียนและกลยุทธ์ในการพัฒนาและขยายผลการพัฒนาโรงเรียนสู่รางวัลโรงเรียนพระราชทาน และการปรับเปลี่ยนเกษตรให้เป็นผักกางมุ้ง ทางด้านการเกษตร โรงเรียนพัฒนาได้ค่อนข้างดี มีเงินทุนในการซื้อเมล็ด และพันธุ์ผัก จากการขายผลผลิตเข้าโรงครัว ทำให้งานด้านการเกษตรสามารถดำเนินต่อไปได้ถึงแม้จะไม่มียงบประมาณมาสนับสนุน

โดยสรุป ปัจจัยความสำเร็จคือ ผู้บริหารเป็นบุคคลสำคัญในการขับเคลื่อนอย่างจริงจัง การประกาศนโยบายให้ผู้เกี่ยวข้องทั่วทั้งโรงเรียน ได้รับทราบถึงการเข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส เป็นแรงกระตุ้นให้ครูเกิดแนวคิดในการพัฒนางานต่างๆ ให้ดีขึ้น มีการกำหนดแนวทางร่วมกันระหว่างผู้บริหารและครู อันจะนำไปสู่เป้าหมายที่ตั้งไว้ ทั้งเป้าหมายของโครงการและการนำโรงเรียนไปสู่โรงเรียนรางวัลพระราชทานต่อไป

### การอภิปรายผล

ผลการศึกษาพบว่า โรงเรียนได้ดำเนินการโดยบูรณาการทุกกิจกรรม เพื่อการพัฒนาศักยภาพของนักเรียน ผ่านกระบวนการในการดำเนินกิจกรรมตามโครงการโรงเรียนเด็กไทยแก้มใส โดยเริ่มจากกิจกรรมที่สามารถพัฒนาต่อยอดได้จากต้นทุนของโรงเรียนที่มีการดำเนินการเป็นอันดับแรกก่อน แล้วจึงขยายไปสู่กิจกรรมอื่น สำหรับกิจกรรมการเกษตรในโรงเรียน ซึ่งมีต้นทุนจากการเป็นโรงเรียนภายใต้โครงการในพระราชดำริเศรษฐกิจพอเพียง ซึ่งผู้อำนวยการโรงเรียน ผู้บริหารรวมทั้งครูและบุคลากรมีความเข้าใจ และเห็นความสำคัญของการให้การดูแลด้านโภชนาการของเด็ก โดยพัฒนากิจกรรมในโครงการเกษตรเพื่อ

อาหารกลางวัน และเมื่อมีการน้อมนำแนวพระราชดำริของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เข้ามา ผู้อำนวยการโรงเรียน บุคลากรทุกฝ่ายของโรงเรียน ได้เชื่อมโยงโครงการต่างๆ ที่มีอยู่เดิมเข้ากับองค์ประกอบทั้ง 8 ด้าน ตามโครงการโรงเรียนต้นแบบเด็กไทยแก้มใส

ด้านกิจกรรมที่มีการเปลี่ยนแปลง โดยที่ทางโรงเรียนยังไม่เคยดำเนินการมาก่อน คือ สหกรณ์นักเรียน ได้เริ่มดำเนินการในภายหลังที่โรงเรียนเข้าร่วมโครงการเด็กไทยแก้มใส โดยที่ครูเป็นผู้ดำเนินการในเบื้องต้น แล้วจึงขยายให้นักเรียนเข้ามามีส่วนร่วม สามารถส่งต่อผลผลิตให้กับโรงครัวในโครงการอาหารกลางวันตามแนวพระราชดำริ ซึ่งเป็นแนวทางหนึ่งในการพัฒนาสมรรถนะของนักเรียนทั้ง 4 ด้าน คือ หัตถศึกษา พลศึกษา จริยศึกษา และพุทธิศึกษา การที่กระบวนการในการดำเนินงานของโรงเรียนมีความต่อเนื่อง สามารถอธิบายได้จาก นโยบายในการสนับสนุนการดำเนินงาน ที่มีภาคีเครือข่ายทั้งภาครัฐ ในเรื่องพันธุ์พืชและฟาร์มปศุสัตว์ จากกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งภาคเอกชน โดยเฉพาะสวนสามพราน ภายใต้โครงการสามพรานโมเดล และบริษัทเอกชน ที่ให้การสนับสนุน รวมทั้งความร่วมมือจากชุมชน องค์การบริหารส่วนท้องถิ่นในด้านงบประมาณ งบประมาณที่ใช้ในการดำเนินกิจกรรมได้มาจาก 3 ส่วน คือ 1) สำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน 2) โครงการเด็กไทยแก้มใส และ 3) การสนับสนุนของเครือข่ายต่างๆ ได้แก่ คณะกรรมการสถานศึกษา ชุมชน และหน่วยงานเอกชน

ความสำเร็จของการดำเนินงานของโรงเรียนสามารถอธิบายได้จากแนวคิดของ Donabedian<sup>17</sup> ในองค์ประกอบด้านโครงสร้างคือ ผู้อำนวยการโรงเรียน ที่ให้ความสำคัญ และมีแนวคิดที่ชัดเจนในการพัฒนา

คุณภาพของนักเรียนในด้านสุขภาพอนามัย ประกอบกับต้นทุนเดิมดังกล่าว ซึ่งผู้บริหารเห็นว่าสามารถนำมาบูรณาการร่วมกับโครงการเด็กไทยแก้มใสได้ นอกจากนี้ ความผูกพันของบุคลากรต่อโรงเรียน และการที่โรงเรียนมีครูซึ่งเป็นศิษย์เก่าจำนวนหนึ่งที่มีความรักผูกพันกับโรงเรียนและคุ้นเคยเป็นอย่างดีกับชุมชน จึงอุทิศตนทุ่มเทให้การเรียนรู้นักเรียน รวมทั้งมีการประสานงานที่ดีในการทำงานร่วมกันของครูและผู้บริหารของโรงเรียน ที่มีการหารือ ถ่ายทอดแนวคิด ในระหว่างครูซึ่งมีจำนวนไม่มากนัก โดยส่วนใหญ่เป็นการพูดคุยอย่างไม่เป็นทางการ ทำให้สามารถขับเคลื่อนการทำงานได้เป็นอย่างดี ตามขั้นตอนที่ไม่ยุ่งยากซับซ้อน อีกทั้งโรงเรียนได้รับการสนับสนุนจากนักเรียน กรรมการสถานศึกษา และเจ้าหน้าที่ฝ่ายสนับสนุน โดยเฉพาะแม่ครัว นักการ เครือข่ายสถานศึกษา และชุมชน จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้โรงเรียนสามารถดำเนินการได้อย่างเป็นรูปธรรม

อย่างไรก็ตาม ยังมีปัญหาอุปสรรคในการดำเนินโครงการ เนื่องจากโรงเรียนมีพื้นที่ค่อนข้างจำกัด ทำให้ไม่สามารถขยายแปลงดินเพิ่มขึ้นได้ พื้นที่ในการทำแปลงเกษตรไม่เพียงพอต่อการเพาะปลูก บุคลากรครูของโรงเรียนมีจำนวนน้อย และจำนวนหนึ่งขาดความรู้พื้นฐานในเรื่องการเกษตร ประสบการณ์ไม่เพียงพอ มีการโอนย้ายครู ทำให้ขาดความต่อเนื่องในการดำเนินงาน และการส่งต่อข้อมูลการดำเนินโครงการ

### ข้อเสนอแนะ

การศึกษาครั้งนี้มีข้อเสนอแนะในการดำเนินงานอย่างต่อเนื่อง สำหรับกิจกรรมทั้ง 8 ด้าน โดยเฉพาะด้านสหกรณ์นักเรียนซึ่งอยู่ในระยะเริ่มต้น และจากปัญหาอุปสรรคที่พบในเรื่องการโอนย้ายครูประจำของโรงเรียน มีข้อเสนอแนะในการจัดทำแผนการดำเนินการ หรือมีการส่งต่ออย่างเป็นระบบ เพื่อให้โรงเรียนสามารถ

ดำเนินงานได้อย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้เพื่อให้นักเรียนได้รับการพัฒนาอย่างต่อเนื่องนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ดี

### กิตติกรรมประกาศ

ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

### References

1. Siriwat C. Food for good life. Bangkok: War veterans organization thai printing; 2013.
2. Ministry of Public Health. Bureau of Non Communicable Disease. Department of disease control. Annual Report 2015. Bangkok: The War Veterans Organization of Thailand under Royal Patronage of His majesty the King; 2016.
3. World Health Organization. Global status report on noncommunicable diseases 2010. Geneva: World Health Organization; 2011.
4. Department of health. The Department of Health, revealed the Thai children problem, are seeking out 7 organizations to develop health learning packages [Internet]. 2014 [cited 2014 Jan 6]. Available from: [http://www.anamai.moph.go.th/ewt\\_news.php...](http://www.anamai.moph.go.th/ewt_news.php...)
5. Department of health. Nutritional situations[Internet]. 2015 [cited 2017 Oct 5]. Available from: <http://nutrition.anamai.moph.go.th/main.php...>
6. Health Promotion Division. Direction, Target and Strategic Phase 10 years (2012-2021). Bangkok: Thai Health Promotion Foundation; 2012.
7. Department of health. Department of Health planning for network expansion of Thai children Project to reach 5400 children in year 2017. [Internet]. 2012 [cited 2015 Mar 2]. Available from: [http://www.anamai.moph.go.th/ewt\\_w3c/ewt\\_news.php?nid=7797](http://www.anamai.moph.go.th/ewt_w3c/ewt_news.php?nid=7797)
8. Uengchusak C. Sugar health and proper consumption management. Bangkok: The War Veterans Organization of Thailand Under Royal Patronage of His majesty the King; 2012.

9. Health Promotion Division. Risk near Thai children.... Fat from school[Internet]. 2013 [cited 2015 July 11]. Available from: <http://www.thaihealth.or.th/.../16408-ภัยประชิดเด็กไทย%20อันต...>
10. Department of health. Manual of classification to food, desserts and beverages according to the standard of nutrition (2<sup>nd</sup> ed.). Bangkok: Office of National Buddhism Press; 2014.
11. Toathom R. Factors Relating to After-School Dietary Behavior of Students in Bangkok Noi District[The study for the Master of Arts Major Field/Human and Community Resource Development, Faculty of Education and Development Sciences]. Bangkok: Kasetsart University, Kamphaeng Saen Campus; 2015.
12. Glomjai T, Teinchaitut C, Sangartit S, Sihapark S, and Promsaka na Sakolnakorn P. The Collaboration of the Stakeholders in Community to Prevent the Alcohol Consumption Behavior of Young People in Thailand. Journal of The Royal Thai Army Nurses 2016; 17: 141-148.
13. Health Promotion Division. (2014). Thailand: healthy kids, healthy foods (Dek thai kam sai) Project [Internet]. 2014 [cited 2014 Nov 1]. Available from: <http://www.pepgtakesa2.com/pgq56/files/240757.pdf>
14. Wirawat N. School food and nutrition management model followed by Her Royal Highness Princess Maha Chakri Sirindhorn. The Princess Mother: Development of nutrition, nutrition and health in schools. Bangkok: The War Veterans Organization of Thailand Under Royal Patronage of His majesty the King; 2012.
15. Tantisirin K. Ministry of Public Health Join the party Dek Thai Kam Sai Project takes care of Thai children's health thoroughly[Internet]. 2014 [cited 2016 Dec 4]. Available from: <http://www.thairath.co.th/content/458439>
16. McLeroy KR, Bibeau D, Steckler A, Glanz K. An ecological perspective on health promotion programs. Health Education Quarterly 1988;15(4):351-77.
17. Donabedian A. An Introduction to Quality Assurance in Health Care. Oxford: Oxford University Press; 2003.
18. Piaseu N. Concepts of nutritional care for Non Communicable Diseases and applications. In Piaseu (editor). Nutritional care for controls of non-communicable diseases in community. Bangkok: Jud thong printing; 2018.