



ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัยเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน  
ชั้นประถมศึกษา โรงเรียนสาธิตสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยนำเสนอผลการ  
วิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ส่วนที่ 1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนซึ่งมี 3 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพของนักเรียน (ตารางที่ 6)

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารตามการรับรู้ของตนเองของนักเรียน  
3 ด้าน คือ การเลือกชนิดอาหารที่รับประทาน จำนวนมือที่รับประทาน และปริมาณอาหารที่รับประทาน  
(ตารางที่ 8-11)

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แสดงออกของนักเรียน 3 ด้าน คือ  
การเลือกชนิดอาหารที่รับประทาน ปริมาณอาหารที่รับประทาน และลักษณะพฤติกรรมการบริโภค  
อาหารที่แสดงออก (ตารางที่ 12)

ส่วนที่ 2 บทบาทของครูในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนซึ่งมี  
2 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพของครู (ตารางที่ 13)

ตอนที่ 2 บทบาทของครูในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน 3 ด้าน คือ การให้ความรู้ การดูแลการปฏิบัติของนักเรียน และการประสานงานกับผู้ปกครอง (ตารางที่ 14-22)

ส่วนที่ 3 บทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน  
ซึ่งมี 2 ตอน

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ปกครอง (ตารางที่ 23)

ตอนที่ 2 บทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน 3 ด้าน คือ การจัดอาหารให้นักเรียน การดูแลการปฏิบัติตนของนักเรียน และการประสานงานกับโรงเรียน (ตารางที่ 24-32)

ส่วนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียน

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสถานภาพของนักเรียน

ตารางที่ 6 จำนวนและร้อยละของสถานภาพนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
เพศ																
ชาย	17	45.94	17	51.52	12	51.37	46	46.46	6	75.00	1	16.67	3	37.50	10	45.45
หญิง	20	54.05	16	48.48	17	58.62	53	53.54	2	25.00	5	83.33	5	62.50	12	54.55
อายุ /ปี/ เดือน																
5.10 - 6.5	6	16.22	5	15.15	4	13.79	15	15.15	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
6.6 - 7.1	2	5.41	2	6.06	5	17.24	9	9.09	1	12.50	-	-	-	-	1	4.55
7.2 - 7.9	6	16.22	5	15.15	2	6.90	13	13.13	-	-	1	16.67	2	25.00	3	13.64
7.10 - 8.5	4	10.81	5	15.15	2	6.90	11	11.11	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
8.6 - 9.1	3	8.11	4	12.12	2	6.90	9	9.09	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
9.2 - 9.9	6	16.22	6	18.18	5	17.24	17	17.17	-	-	-	-	1	12.50	1	4.55
9.10 - 10.5	2	5.41	1	3.03	3	10.34	6	6.06	1	12.50	1	16.67	-	-	2	9.09
10.6 - 11.1	3	8.11	4	12.12	5	17.24	12	12.12	-	-	-	-	-	-	-	-
11.2 - 11.9	5	13.51	1	3.03	1	3.45	7	7.07	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73

ตารางที่ 6 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของสถานภาพนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	อ้วน		เกิน		ม.ค.ว.		รวม		อ้วน		เกิน		ม.ค.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
น้ำหนัก / กิโลกรัม																
14.50 - 18.40	-	-	-	-	-	-	-	-	2	25.00	2	33.33	3	37.5	7	31.82
18.50 - 22.40	-	-	-	-	-	-	-	-	4	50.00	2	33.33	3	37.5	9	40.91
22.50 - 26.40	-	-	-	-	-	-	-	-	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
26.50 - 30.40	2	5.41	-	-	1	3.45	3	3.03	-	-	-	-	-	-	-	-
30.50 - 34.40	6	16.22	4	12.12	2	6.90	12	12.12	-	-	-	-	-	-	-	-
34.50 - 38.40	10	27.03	7	21.21	6	20.69	23	23.23	-	-	-	-	-	-	-	-
38.50 - 42.40	2	5.41	6	18.18	4	13.79	12	12.12	-	-	-	-	-	-	-	-
42.50 - 46.40	1	2.70	2	6.06	2	6.90	5	5.05	-	-	-	-	-	-	-	-
46.50 - 50.40	4	10.81	4	12.12	5	17.24	13	13.13	-	-	-	-	-	-	-	-
50.50 - 54.40	2	5.41	2	6.06	6	20.69	10	10.10	-	-	-	-	-	-	-	-
54.50 - 58.40	3	8.11	3	9.09	-	-	6	6.06	-	-	-	-	-	-	-	-
58.50 - 62.40	3	8.11	4	12.12	2	6.90	9	9.09	-	-	-	-	-	-	-	-
62.50 - 66.40	2	5.41	-	-	-	-	2	2.02	-	-	-	-	-	-	-	-
66.50 - 70.40	1	2.70	1	3.03	-	-	2	2.02	-	-	-	-	-	-	-	-
70.50 - 74.40	1	2.70	-	-	1	3.45	2	2.02	-	-	-	-	1	-	-	-
จำนวนที่น้อย (รวมทั้งตัวนักเรียน)																
1 คน	10	27.03	8	24.24	7	24.14	25	25.25	3	37.50	1	33.33	2	25.00	6	21.27
2 คน	19	51.85	20	60.61	15	51.72	54	54.55	3	37.50	3	50.00	2	25.00	8	36.36
3 คน	7	18.92	4	12.12	5	17.24	16	16.16	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
4 คน	1	2.70	1	3.03	2	6.90	4	4.04	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
มากกว่า 4 คน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 6 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของสถานภาพนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22		
ลำดับที่เกิด																
คนที่ 1	11	29.73	10	30.30	10	34.48	31	31.31	4	50.00	3	50.00	5	62.50	12	54.55
คนที่ 2	19	51.35	18	54.55	12	41.38	49	49.49	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
คนที่ 3	7	18.92	5	15.15	6	20.61	18	18.18	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
คนที่ 4	-	-	1	3.03	-	-	1	1.01	-	-	1	16.67	-	-	1	4.55
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
จำนวนเงินที่ได้มาโรงเรียนต่อวัน																
10 - 15 บาท	2	5.41	3	9.09	3	10.34	8	8.08	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
20 - 25 บาท	5	13.51	4	12.12	3	10.34	12	12.12	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
30 - 35 บาท	7	18.92	9	27.27	9	31.03	25	25.25	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
40 - 45 บาท	10	27.03	7	21.21	8	27.59	25	25.25	1	12.50	1	16.67	-	-	2	9.09
50 - 55 บาท	8	21.62	7	21.21	3	10.34	18	18.18	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
60 - 60 บาท	3	8.11	2	6.06	1	3.45	6	6.06	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
70 - 75 บาท	2	5.41	1	3.03	2	6.09	5	5.05	1	12.50	1	16.67	-	-	2	9.09
80 - 85 บาท	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12.50	1	4.55
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 6 แสดงว่านักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดเป็นหญิงร้อยละ 53.54 มีอายุ 9 ปี 2 เดือน ถึง 9 ปี 9 เดือน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 18.18 มีน้ำหนักอยู่ในช่วง 34.5 ถึง 38.4 กิโลกรัม จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 23.23 มีจำนวนพี่น้อง 2 คน มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.54 เป็นบุตรคนที่ 2 จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 49.49 และได้เงินมาโรงเรียนวันละ 2 ช่วง ๆ ละ 30 ถึง 35 บาท และ 40 ถึง 45 บาท จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 25.25

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด เป็นหญิง ร้อยละ 54.55 มีอายุ 11 ปี 2 เดือน ถึง 11 ปี 9 เดือน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 22.73 มีน้ำหนักอยู่ในช่วง 18.50 ถึง 22.40 กิโลกรัมจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.91 มีจำนวนพี่น้อง 2 คนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.36 เป็นบุตรคนที่ 1 จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.55 และมีเพียง 1 คนเท่านั้นที่เป็นบุตรคนที่ 4 และได้เงินมาโรงเรียนวันละ 10 ถึง 15 บาท มีเพียง 1 คน ได้เงินมาโรงเรียนวันละ 80 ถึง 85 บาท คิดเป็นร้อยละ 4.55

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน 3 ด้าน

2.1 การเลือกชนิดของอาหารที่รับประทาน

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของชนิดอาหารที่นักเรียนเลือกซื้อรับประทาน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37	N=33	N=29	N=99	N=8	N=6	N=8	N=22								
ผู้ปกครองให้เงินไปซื้ออาหารที่โรงเรียนนักเรียนจะเลือกซื้ออะไรที่ขอรับประทานมากที่สุดอันดับ 1																
โดนัท เค้ก	5	13.51	5	15.15	4	13.79	14	14.14	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
กล้วยเคี้ยว	7	18.92	6	18.18	3	10.34	16	19.19	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
ไอศกรีม	6	16.22	4	12.12	5	17.24	15	15.15	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
มันฝรั่งกรอบ	3	8.11	3	9.09	5	17.24	11	11.11	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
หมูปิ้ง ลูกชิ้นทอดไก่ทอด	8	21.62	7	21.21	7	24.14	22	22.22	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ซอทอดไก่ แฮมเบอร์เกอร์	4	10.81	5	15.15	3	10.34	12	12.12	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ผลไม้ เช่น ฝรั่ง สับปะรด ส้ม	4	10.81	3	9.09	2	6.90	9	9.09	1	12.50	1	16.67	1	12.50	2	9.09
ขนมปัง มะม่วง แดงโม																
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เหตุผลที่เลือกซื้ออาหารชนิดนั้น ๆ																
มีประโยชน์	11	29.73	9	27.27	8	27.58	28	28.28	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
รสอร่อยถูกปาก	14	37.84	12	36.36	7	24.14	33	33.33	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
ขอรับประทานและอิมิตี	10	27.03	10	30.30	11	37.93	31	31.31	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
มีเงินจำกัด	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
เลือกตามความเคยชิน	2	5.41	1	3.03	2	6.90	5	5.05	1	12.50	1	16.67	-	-	2	9.09
เทดี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12.50	1	4.55
ราคาถูก	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
ซื้อตามเพื่อน	-	-	1	3.03	1	3.45	2	2.02	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 7 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของชนิดอาหารที่นักเรียนเลือกซื้อรับประทาน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
เครื่องดื่มที่ ชอบซื้อ ดื่มมากที่สุด																
น้ำอัดลม	13	35.14	10	30.30	9	31.03	32	32.32	3	37.5	2	33.33	3	37.5	8	36.36
น้ำผลไม้	10	27.03	6	18.18	7	14.14	23	23.23	2	25	1	16.67	1	12.50	4	18.18
น้ำหวาน	5	13.51	5	15.15	4	13.79	14	14.14	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
นมเปรี้ยว	2	5.41	3	9.09	2	6.09	7	7.07	1	12.5	1	16.67	1	12.50	3	13.64
นมจืด	4	10.81	4	12.12	3	10.34	11	11.11	1	12.5	1	16.67	1	12.50	3	13.64
นมปรุงรสต่าง ๆ	2	5.40	3	9.09	3	10.34	8	8.08	-	-	-	-	-	-	-	-
นมพร้อมไขมัน	1	2.70	2	6.06	1	1.01	4	4.04	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เหตุผลที่ เลือกซื้อ เครื่องดื่มชนิดนั้น																
มีประโยชน์	10	27.03	10	30.30	9	31.03	29	29.29	2	25.00	2	33.33	3	37.5	7	31.82
รสอร่อยถูกปาก	18	48.65	14	42.42	11	37.93	43	43.43	4	50.50	2	33.33	3	37.5	9	40.91
ชอบรับประทานและอิมิตี	5	13.51	4	12.12	4	13.79	13	13.13	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
มีเงินจำกัด	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เลือกตามความเคยชิน	2	5.41	2	12.12	3	10.34	7	7.07	-	-	-	-	-	-	-	-
เทดี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ราคาถูก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ซื้อตามเพื่อน	2	5.41	3	9.09	2	6.90	7	7.07	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 7 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของชนิดอาหารที่นักเรียนเลือกซื้อรับประทาน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22		
ขนมชนิดใดที่เลือกซื้อรับประทานมากที่สุด																
นมและผลิตภัณฑ์จากนม	12	32.43	14	42.42	10	34.48	36	36.36	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ชอคโกแลต	1	2.70	1	3.03	1	3.44	3	3.03	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ไอศกรีม	2	5.41	3	9.09	2	6.90	7	7.07	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ลูกกวาด ลูกอม ทอฟฟี่	4	10.81	2	6.06	4	13.79	10	10.10	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
หมากฝรั่ง	1	2.70	1	3.03	1	3.44	3	3.03	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
วุ้น และเยลลี่	3	8.11	2	6.06	3	10.34	8	8.08	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ขนมอบกรอบ หรือทอดกรอบ	5	13.51	4	13.79	3	10.34	12	12.12	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ปรุงรสต่าง ๆ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



ตารางที่ 7 แสดงว่าเมื่อผู้ปกครองให้เงินนักเรียนไปซื้ออาหารที่โรงเรียน นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 22.22 จะเลือกซื้ออาหารที่ชอบรับประทานมากอันดับ 1 คือ หมูปิ้ง ลูกชิ้นทอด ไก่ทอด ส่วนเหตุผลที่เลือกซื้ออาหารชนิดนั้น ๆ คือ รสอร่อยถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 33.33 เครื่องดื่มที่นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 32.32 ชอบซื้อดื่มมากที่สุด คือ น้ำอัดลม และไม่เลือกซื้อนมพว่องไขมัน สำหรับเหตุผลที่เลือกซื้อเครื่องดื่มชนิดนั้น ๆ คือ รสอร่อยถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43.43 ส่วนขนมที่เลือกซื้อรับประทานมากที่สุด คือ นม และผลิตภัณฑ์จากนม จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 36.36

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน เมื่อผู้ปกครองให้เงินนักเรียนไปซื้ออาหารที่โรงเรียน จะเลือกซื้ออาหารที่ชอบรับประทานมากอันดับ 1 เท่า ๆ กัน คือ ก๋วยเตี๋ยว และไอศกรีม จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 18.18 ส่วนเหตุผลที่เลือกซื้ออาหารชนิดนั้น ๆ คือ รสอร่อยถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 27.27 เครื่องดื่มที่นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 36.36 ชอบซื้อดื่มมากที่สุด คือ น้ำอัดลม และไม่เลือกซื้อนมพว่องไขมัน สำหรับเหตุผลที่เลือกซื้อเครื่องดื่มชนิดนั้น ๆ คือ รสอร่อยถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.91 ส่วนขนมที่เลือกซื้อรับประทานมากที่สุด คือ ลูกกวาด ลูกอม ทอฟฟี่ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 22.73

ตารางที่ 8 จำนวนและร้อยละของการเลือกซื้ออาหารของนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
การมีส่วนร่วมในการเลือกซื้ออาหารของครอบครัว																
มี	5	13.51	5	15.15	6	20.69	16	16.16	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
มีบางครั้ง	15	40.54	13	39.39	11	37.93	39	39.39	4	50.00	2	33.33	3	37.50	9	40.91
ไม่มี	17	45.95	15	45.45	12	41.38	44	44.44	2	25.00	2	33.33	3	37.50	7	31.82
หลักในการเลือกซื้ออาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
ตามที่โรงเรียนสอน	8	21.62	10	30.30	9	31.03	27	27.27	2	25.00	1	16.67	4	50.00	7	31.82
ตามโฆษณาทางโทรทัศน์	2	5.41	1	3.03	1	3.44	4	4.04	4	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ตามผู้ปกครองบอก	23	62.16	19	57.58	16	55.17	58	58.59	7	87.50	5	83.33	6	75.00	18	81.82
ตามความพอใจและความชอบ	2	5.41	2	6.06	2	6.99	6	6.06	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ตามเพื่อนบอก	2	5.41	1	3.03	1	3.44	4	4.04	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผู้สนับสนุนในการเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์																
บิดามารดา	24	64.86	20	60.61	18	62.07	62	62.63	4	50.00	4	66.67	3	37.5	11	50.00
พี่น้อง	2	5.41	2	6.06	3	10.34	7	7.07	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
ตัวนักเรียนเอง	2	5.41	2	6.06	1	3.44	5	5.05	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ครู	8	21.62	8	24.24	6	20.69	22	22.22	2	25.00	1	16.67	3	37.50	6	27.27
เพื่อน	1	2.70	1	3.03	1	3.44	3	3.03	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 8 แสดงว่านักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 44.44 ไม่มีส่วนร่วมในการเลือกซื้ออาหารของครอบครัว ส่วนหลักในการเลือกซื้ออาหาร คือ ตามที่ผู้ปกครองบอก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 58.59 และผู้สนับสนุนในการเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 62.63 ตอบว่า บิดามารดา

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 40.91 มีส่วนร่วมบางครั้งในการเลือกซื้ออาหารของครอบครัว ส่วนหลักในการเลือกซื้ออาหาร คือ ตามที่ผู้ปกครองบอก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.82 และผู้สนับสนุนในการเลือกซื้ออาหารที่มีประโยชน์ นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน จำนวนมากที่สุด ร้อยละ 50 ตอบว่า บิดามารดา

ตารางที่ 9 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน								
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=8		N=8		N=22		
<b>นักเรียนชอบรับประทานอาหารที่ปรุงให้สุกโดยวิธีใดมากที่สุด</b>																	
ต้ม นึ่ง	2	5.41	4	12.12	2	6.09	8	8.08	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18	
ปิ้งย่าง	5	13.51	8	24.24	7	24.14	20	20.20	4	50.50	2	33.33	3	37.50	9	40.91	
ทอด	30	81.08	21	63.64	20	68.97	71	71.72	3	37.50	3	50.00	3	37.50	9	40.91	
อื่นๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
<b>อาหารที่รับประทานเป็นประจำส่วนมากเป็นอาหารประเภทใด (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																	
เนื้อสัตว์ต่างๆ ได้แก่ หมู ไก่ ปลา	32	86.49	30	90.91	28	96.55	90	90.91	7	87.50	6	100	6	75.00	19	86.36	
ผักชนิดต่าง ๆ ได้แก่ ผักโขม	28	75.68	24	72.73	20	68.97	72	72.73	2	25.00	2	33.33	3	37.50	7	31.82	
ผักกาด ผักคะน้า																	
ผลไม้ต่าง ๆ ได้แก่ ส้ม กล้วย ฝรั่ง	32	86.49	31	93.94	24	82.76	87	87.88	5	62.50	4	66.67	5	62.50	14	63.45	
นมต่าง ๆ ได้แก่ นมสด นมปรุงรส	37	100.00	33	100.00	27	93.10	97	97.98	6	75.00	5	83.33	8	100.00	21	95.45	
ต่าง ๆ																	
แป้ง ข้าวต่าง ๆ ได้แก่ ขนมปัง	37	100.00	30	90.91	25	86.21	92	92.92	7	87.50	5	83.33	8	100.00	20	90.91	
ข้าวซ้อมมือ ข้าวเหนียว																	
อื่นๆ ... รับประทานทุกชนิด	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00	
<b>เหตุผลที่ชอบอาหารประเภทไขมัน</b>																	
ชอบ เพราะ อาหารจะนุ่มเคี้ยวง่าย	21	56.76	21	63.64	18	62.07	60	60.61	1	12.50	-	-	-	-	1	4.55	
ไม่ชอบ เพราะ เลี่ยนมัน	16	43.24	12	36.36	11	37.93	39	39.39	7	87.50	6	100.00	8	100.00	21	95.45	

ตารางที่ 9 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน								
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม		
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22		
<b>อาหารที่ไม่ชอบรับประทาน</b>																	
ผัก ได้แก่ ผักชี ผักคะน้า มะระ	10	27.03	12	36.36	13	44.83	35	35.35	3	37.50	2	66.67	2	25.00	7	31.82	
ผักกาดหอม ผักบุ้ง																	
เนื้อสัตว์ ได้แก่ เนื้อวัว เนื้อควาย	7	19.82	5	15.15	6	20.69	18	18.18	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
เนื้อนก เนื้องู																	
ไขมัน ได้แก่ หมูสามชั้น น้ำมันหมู	5	13.51	6	18.18	3	10.34	14	14.14	2	25.50	1	16.67	3	37.50	6	27.27	
แป้ง ได้แก่ เผือก มัน	4	10.81	2	6.06	1	3.45	7	7.07	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
ไม่มี (รับประทานทุกชนิด)	11	29.73	8	24.24	6	20.69	25	25.25	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
<b>เหตุผลที่ไม่ชอบรับประทานอาหารชนิดนั้น ๆ</b>																	
มีคุณค่าอาหารต่ำ	4	10.81	3	9.09	4	13.79	11	11.11	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
รสไม่อร่อย ไม่ถูกปาก	30	81.08	28	84.85	23	79.31	81	81.82	6	75.00	4	66.67	5	62.50	15	68.18	
ผู้ปกครองไม่จัดให้รับประทาน	3	8.11	2	6.06	2	6.80	7	7.07	1	12.50	1	16.67	2	50.00	4	18.18	
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
<b>รสของอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุด</b>																	
หวาน	14	37.84	15	45.45	10	34.48	39	39.39	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73	
เปรี้ยว	8	21.62	6	18.18	8	27.59	22	22.22	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
เค็ม	3	8.11	4	12.12	3	10.34	10	10.10	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	
เค็ม	5	13.51	3	9.09	3	10.34	11	11.11	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09	
จืด	3	8.11	2	6.06	2	6.90	7	7.07	1	12.50	2	33.33	1	12.50	3	13.64	
ทุกรส	2	5.41	2	6.06	1	3.45	5	5.05	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09	
อื่น ๆ ...รสจัด	2	5.41	1	2.70	2	6.90	5	5.05	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64	

ตารางที่ 9 แสดงว่านักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 71.72 ชอบรับประทานอาหารที่ปรุงให้สุกโดยวิธีทอดมากที่สุด ส่วนอาหารที่รับประทานเป็นประจำนั้น นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 100 ตอบว่ารับประทานได้ทุกชนิด และชอบรับประทานอาหารที่มีไขมันเพราะนุ่มเคี้ยวง่าย จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.61 สำหรับอาหารที่ไม่ชอบรับประทานคือ ผัก ได้แก่ ผักชี ผักคะน้า ผักกาดหอม ผักบุ้ง ส่วนเหตุผลที่ไม่ชอบรับประทานผักชนิดนั้น ๆ คือ รสไม่อร่อย ไม่ถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.82 รสของอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุดนั้น นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 39.39 ตอบว่ารสหวาน

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 40.91 ชอบรับประทานอาหารที่ปรุงให้สุกเท่า ๆ กัน คือ โดยวิธีทอด และวิธีปิ้งย่างมากที่สุด ส่วนอาหารที่รับประทานเป็นประจำนั้น นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 100 ตอบว่า รับประทานได้ทุกชนิด และไม่ชอบรับประทานอาหารที่มีไขมันเพราะเลี่ยนมัน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.45 สำหรับอาหารที่ไม่ชอบรับประทานคือ ผัก ได้แก่ ผักชี ผักคะน้า ผักกาดหอม ผักบุ้ง ส่วนเหตุผลที่ไม่ชอบรับประทานผักชนิดต่าง ๆ คือ รสไม่อร่อย ไม่ถูกปาก จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 68.18 รสของอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุดนั้น นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 22.73 ตอบว่า รสหวาน

ตอนที่ 2 2.2 จำนวนมือที่รับประทาน

ตารางที่ 10 จำนวนและร้อยละของการรับประทานอาหารมือต่าง ๆ

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37	N=33	N=29	N=99	N=8	N=6	N=8	N=22								
<b>ความถี่ของการรับประทานอาหารใน 1 วัน</b>																
1 - 2 มือ	-	-	-	-	-	-	-	-	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
3 มือ	14	37.84	15	45.45	11	37.93	40	40.40	7	87.50	6	100.00	7	87.50	20	90.91
มากกว่า 3 มือ ๆ ที่เพิ่มขึ้น คือ ระหว่างมือกลางวัน ระหว่างมือเย็น	23	62.16	18	54.55	18	62.07	59	59.60	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>การรับประทานอาหารจุบจิบระหว่างอาหารมื้อหลัก</b>																
รับประทาน คือ ขนมอบกรอบ ทอดกรอบปรุงรสต่าง ๆ น้ำอัดลม น้ำหวาน ขนมปัง ขนมเค้กต่าง ๆ	31	83.78	29	87.88	26	89.66	86	86.87	3	37.50	1	16.67	4	50.00	8	36.36
ไม่รับประทาน	6	16.22	4	12.12	3	10.34	13	13.13	5	62.50	5	83.33	4	50.00	14	63.64
<b>การรับประทานอาหารมือเข้าก่อนเข้าเรียน</b>																
รับประทานทุกวัน	33	89.19	29	87.88	27	93.10	89	89.90	6	75.00	5	83.33	7	87.50	18	81.82
รับประทานบางวัน เพราะ รอดคิด คืนสาย ไม่มีเว	4	10.81	4	12.12	2	6.90	10	10.10	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
ไม่รับประทานเลย เพราะ.....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>การรับประทานอาหารมือเข้า</b>																
รับประทานมาจากบ้าน	8	21.62	11	33.33	5	17.24	24	24.24	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
นำอาหารมารับประทานในรถยนต์	12	32.43	7	21.21	4	13.79	23	23.23	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
นำอาหารมารับประทานที่โรงเรียน	2	5.41	3	9.09	2	6.90	7	7.07	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ซื้อจากร้านอาหารในโรงเรียน	15	40.54	12	36.36	18	62.08	45	45.45	4	50.00	3	50.00	5	62.50	12	54.55
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 10 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของการรับประทานอาหารมือต่าง ๆ

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=87	N=88	N=29	N=99	N=8	N=6	N=8	N=22								
<b>จำนวนรายการอาหารมือเข้าที่รับประทานส่วนใหญ่</b>																
1-2 รายการ คือ ข้าวต้มต่าง ๆ	25	67.57	27	81.82	21	72.41	73	73.73	4	50.00	3	50.00	3	37.50	10	45.45
ข้าวสวย หมูทอด ไช้ทอด																
ไส้กรอกทอด ผัดผัก โจ๊ก แชนวิส																
นม ขนมปังและธัญพืชต่าง ๆ																
3-4 รายการ คือ ข้าวต้ม ข้าวสวย	8	21.62	4	12.12	5	17.24	17	17.17	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
หมูทอด ไช้ทอด ไส้กรอกทอด																
แกงจืด ผัดผัก โจ๊ก แชนวิส																
มากกว่า 5 รายการ คือ ขนมปัง	4	10.81	2	6.06	3	10.34	9	9.09	2	25.00	1	16.67	3	37.50	6	27.27
ไข่ดาว ไส้กรอกทอด แกงจืด ไช้ลวก																
ซูปต่าง ๆ ผัดผักกระโรนีสปาเก็ตตี้ นม และธัญพืชต่าง ๆ																
<b>การรับประทานอาหารมืออื่น</b>																
รับประทานทุกวัน	30	81.08	31	93.94	24	82.76	85	85.86	7	87.50	6	100.00	8	100.00	21	95.45
รับประทานบางวัน เพราะ ต้องการ	7	18.92	2	6.06	5	17.24	14	14.14	1	12.50	-	-	-	-	1	4.55
ลดน้ำหนัก ไม่ไหว																
ไม่รับประทานเลย เพราะ.....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>จำนวนรายการอาหารมืออื่นที่รับประทานส่วนใหญ่ คือ</b>																
1-2 รายการ คือ หมูทอด ไก่ทอด	9	24.32	10	30.30	9	31.03	28	28.28	5	62.50	3	50.00	4	50.00	12	54.55
ผัดผัก แกงจืด แกงเผ็ด ไช้ต่าง ๆ																
3-4 รายการ คือ หมูทอด ไก่ทอด	20	54.05	17	51.52	15	51.72	52	52.52	2	25.00	2	33.33	3	37.50	7	31.82
ปลาทอด ผัดผัก แกงจืด แกงเผ็ด																
ยำต่าง ๆ ไช้ต่าง ๆ																
มากกว่า 5 รายการ คือ เป็ดย่าง	8	21.62	6	18.18	5	17.24	19	19.19	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ไก่ย่าง แกงจืด ต้มยำ ผัดผัก หมูทอด																



ตารางที่ 10 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของการรับประทานอาหารมือต่าง ๆ

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
ความถี่ในการรับประทานอาหารมือพิเศษนอกบ้านของครอบครัว (ครั้งต่อเดือน)																
ไม่เคย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
1 ครั้ง	3	8.11	5	15.15	3	10.34	11	11.11	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
2-4 ครั้ง	28	75.68	20	60.60	21	72.41	69	69.70	4	50.00	4	66.67	3	37.50	11	50.00
5-10 ครั้ง	6	16.22	8	24.24	5	17.24	19	19.19	2	25.00	1	16.67	4	50.00	7	31.82
มากกว่า 10 ครั้ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
เวลาของการรับประทานอาหารในแต่ละมือ																
ตรงเวลาทุกมือ	28	75.68	29	87.88	21	72.41	78	78.79	6	75.00	5	83.33	7	87.50	18	81.82
ตรงเวลาบางมือ เพราะ รดรดค ไม่ทั่ว	9	24.32	4	12.12	8	27.59	21	21.21	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
ไม่ตรงเวลาเลย เพราะ.....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 10 แสดงว่านักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 59.60 รับประทานอาหารมากกว่า 3 มื้อ ๆ ที่เพิ่มขึ้น คือ ระหว่างมื้อกลางวันและระหว่างมื้อเย็น นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 86.87 รับประทานอาหารเช้า คือ ขนมอบกรอบ ทอดกรอบปรุงรสต่าง ๆ น้ำอัดลม น้ำหวาน ขนมปัง ขนมเค้กต่าง ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 86.87 นอกจากนี้ยังรับประทานอาหารเช้าก่อนเข้าเรียนทุกวัน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 89.90 และรับประทานอาหารเช้า โดยซื้อจากร้านอาหารในโรงเรียน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.45 รายการอาหารเช้าของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 73.73 และมีอาหาร 1-2 รายการ คือ ข้าวต้มต่าง ๆ ข้าวสวย หมูทอด ไช้ทอด ไส้กรอกทอด ผัดผัก ไข่ก แชนวิส นม ขนมปัง และธัญพืชต่าง ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.73 นอกจากนี้ยังรับประทานอาหารเช้าทุกวัน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 85.86 อาหารเมื่อเย็นมี 3-4 รายการ คือ หมูทอด ไก่ทอด ปลาทอด ผัดผัก แกงจืด แกงเผ็ด ยำต่าง ๆ ไช้ต่าง ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 52.52 ครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน จำนวนมากที่สุดร้อยละ 69.70 รับประทานอาหารเช้าพิเศษนอกบ้านเดือนละ 2-4 ครั้ง และรับประทานอาหารเช้าตรงเวลาทุกมื้อ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.79

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 90.91 รับประทานอาหารเช้าวันละ 3 มื้อ และไม่รับประทานอาหารเช้า จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63.64 นอกจากนี้ยังรับประทานอาหารเช้าก่อนเข้าเรียนทุกวัน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.82 และรับประทานอาหารเช้าโดยซื้อจากร้านอาหารในโรงเรียน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.55 รายการอาหารเช้าของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 45.45 และมีอาหาร 1-2 รายการ คือ ข้าวต้มต่าง ๆ ข้าวสวย หมูทอด ไช้ทอด ไส้กรอกทอด ผัดผัก ไข่ก แชนวิส นม ขนมปัง และธัญพืชต่าง ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.45 นอกจากนี้ยังรับประทานอาหารเช้าทุกวัน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.45 อาหารเมื่อเย็นจำนวนมากที่สุดร้อยละ 54.55 มี 1-2 รายการ คือ หมูทอด ไก่ทอด ผัดผัก แกงจืด แกงเผ็ด ไช้ต่าง ๆ ครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 50.00 รับประทานอาหารเช้าพิเศษนอกบ้านเดือนละ 2-4 ครั้ง และรับประทานอาหารเช้าตรงเวลาทุกมื้อจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 81.82

ตอนที่ 2 2.3 ปริมาณอาหารที่รับประทาน

ตารางที่ 11 จำนวนและร้อยละของปริมาณอาหารที่นักเรียนรับประทาน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>ปริมาณของนมที่ดื่ม (กล่อง / ต่อวัน)</b>																
1-2	14	37.84	12	36.36	12	41.38	38	38.38	3	37.50	2	33.33	2	25.00	7	31.82
มากกว่า 2	23	62.16	21	63.64	17	58.62	61	61.62	5	62.50	4	66.67	6	75.00	15	68.18
<b>ความถี่ของการดื่มนม (วันต่อสัปดาห์)</b>																
1-2	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3-4	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5-6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ทุกวัน	37	100	33	100	29	100	99	100	8	100	6	100	8	100	22	100
<b>ปริมาณข้าวที่รับประทานแต่ละมื้อ</b>																
1-2 ทัพพี	14	37.84	16	48.48	13	44.83	43	43.43	5	62.50	4	66.67	6	75.00	15	68.18
2-3 ทัพพี	13	35.14	10	30.35	9	31.03	2	32.33	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
มากกว่า 3 ทัพพี	10	27.03	7	21.21	7	24.14	24	24.24	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
<b>อาหารมื้อที่รับประทานได้ปริมาณมากที่สุด</b>																
เช้า	6	16.62	8	24.24	6	20.68	20	20.20	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
กลางวัน	7	18.92	6	18.18	5	17.24	18	18.18	2	25.00	2	33.33	3	37.50	7	31.82
เย็น	24	64.86	19	57.58	18	62.07	61	61.62	4	50.00	3	50.00	4	50.00	11	50.00
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 11 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของปริมาณอาหารที่นักเรียนรับประทาน

รายการ	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
ปริมาณของน้ำอัดลมที่ดื่ม (แก้ว/ ต่อวัน)																
1-2	14	37.84	11	33.33	9	31.03	34	34.34	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
3-4	15	40.54	14	42.42	11	37.93	40	40.40	4	50.00	4	66.67	4	50.00	12	54.55
มากกว่า 4	8	21.62	8	24.24	9	31.03	25	25.25	2	25.00	1	16.67	3	37.50	6	27.27
ปริมาณของขนมทอดกรอบ อบกรอบปรุงรสต่าง ๆ (ถุงขนาดกลาง/ต่อวัน)																
1-2	15	40.54	12	36.36	7	24.14	34	34.34	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
3-4	17	45.95	18	54.55	15	51.72	50	50.51	3	37.50	3	50.50	4	50.00	10	54.45
มากกว่า 4	5	13.51	3	9.09	7	24.14	15	15.15	3	37.50	1	16.67	2	25.00	6	27.27

ตารางที่ 11 แสดงว่านักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 61.62 ดื่มนมวันละมากกว่า 2 กล่อง และดื่มนมทุกวันจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 43.43 รับประทานข้าว 1-2 ทัพพีต่อ 1 มื้อ อาหารมื้อเย็นเป็นอาหารมื้อที่รับประทานได้ปริมาณมากที่สุด จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 61.62 นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 40.40 ดื่มน้ำอัดลมวันละ 3-4 แก้ว และรับประทานขนมทอดกรอบ อบกรอบปรุงรสต่าง ๆ ถุงขนาดกลางวันละ 3-4 ถุง จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.51

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 8.18 ดื่มนมวันละมากกว่า 2 กล่อง และดื่มนมทุกวันจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 10.0 นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 68.81 รับประทานข้าว 1-2 ทัพพีต่อ 1 มื้อ อาหารมื้อเย็นเป็นอาหารมื้อที่รับประทานได้ปริมาณมากที่สุด จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50.00 นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 54.55 ดื่มน้ำอัดลมวันละ 3-4 แก้ว และรับประทานขนมทอดกรอบ อบกรอบปรุงรสต่าง ๆ ถุงขนาดกลางวันละ 3-4 ถุง จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.45

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่แสดงออกของนักเรียน

ตารางที่ 12 จำนวนความถี่ของพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่นักเรียนปฏิบัติ

รายการพฤติกรรมการบริโภคอาหาร	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน				นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน			
	จุฬาฯ	เกษตรฯ	ม.ส.ว.	รวม	จุฬาฯ	เกษตร	ม.ส.ว.	รวม
	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=27)	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=9)	จำนวน (ครั้ง) (N=27)
<b>การเลือกอาหารที่รับประทาน</b>								
เลือกซื้อ น้ำอัดลม หรือน้ำหวาน	9	9	9	27	9	7	8	24
เลือกซื้อหมูปิ้ง ไก่ทอด ไข่กรอกทอด หรือลูกชิ้นทอด	8	8	7	23	7	4	5	16
เลือกซื้อขนมหวาน หรือไอศกรีม	7	8	7	22	7	6	5	18
เลือกซื้อขนมเกอริ เช่น เค้ก พาย ขนมปัง ฯลฯ	6	7	7	20	5	4	5	14
เลือกซื้อนมสดรสจัด	5	4	4	13	4	5	3	12
เลือกซื้อนมสดปรุงแต่งรสต่าง ๆ	1	2	1	4	3	2	2	7
เลือกซื้ออาหารที่ปรุงเสร็จใหม่ๆ อื่นๆ	6	5	4	15	3	4	3	10
<b>ปริมาณอาหารที่รับประทานแต่ละมื้อ</b>								
ดื่มน้ำอัดลม หรือน้ำหวานมากกว่า 1 แก้ว	9	9	9	27	8	7	6	21
รับประทานอาหารได้น้อย	-	-	-	-	9	8	7	25
รับประทานอาหารได้มาก	9	8	9	26	-	-	-	-
ไม่รับประทานผักเลย	5	6	5	16	4	6	5	15
รับประทานผักได้น้อย	4	3	4	11	5	3	4	12
รับประทานผักได้มาก	1	1	-	2	-	1	-	1

ตารางที่ 12 (ต่อ) จำนวนความถี่ของพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่นักเรียนปฏิบัติ

รายการพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน				นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน			
	จุฬาฯ จำนวน (ครั้ง) (N=0)	เกษตรฯ จำนวน (ครั้ง) (N=0)	ม.ศ.ว. จำนวน (ครั้ง) (N=0)	รวม จำนวน (ครั้ง) (N=27)	จุฬาฯ จำนวน (ครั้ง) (N=0)	เกษตรฯ จำนวน (ครั้ง) (N=0)	ม.ศ.ว. จำนวน (ครั้ง) (N=0)	รวม จำนวน (ครั้ง) (N=27)
ลักษณะพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ปฏิบัติ								
เลือกซื้ออาหารมีฉลากมากกว่า 2 ชนิด	9	9	9	27	7	6	7	20
รับประทานอาหารเช้า	3	2	4	9	7	8	7	22
รับประทานอาหารเช้าเร็ว	6	6	5	17	2	1	1	4
รับประทานอาหารเช้าตรงเวลา	4	5	7	16	5	3	4	12
รับประทานอาหารเช้า	1	-	-	1	4	3	6	13
รับประทานอาหารรสจัด เช่น เติมน้ำเครื่องปรุง								
แต่ละชนิดมากกว่า 1 ซ้อน	3	4	3	10	2	1	2	5
ดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานรสหวาน								
รับประทานอาหารเช้า	9	9	9	27	9	7	7	23
กิจกรรมที่ปฏิบัติหลังจากรับประทานอาหารเช้า								
วิ่งเล่น หรือเล่นกีฬา	3	4	3	10	5	4	5	14
อ่านหนังสือ ทำการบ้าน หรือเรียนพิเศษ	7	8	6	21	4	5	4	13



ตารางที่ 12 แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมกรรมการเลือกชนิดอาหารที่รับประทานของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่พบมากที่สุด 27 ครั้ง คือ เลือกซื้อน้ำอัดลม หรือน้ำหวาน รองลงมา 23 ครั้ง เลือกซื้อหมูปิ้ง ไก่ทอด ไส้กรอกทอด ลูกชิ้นทอด และน้อยที่สุดที่พบ 4 ครั้ง คือ เลือกซื้อนมสดปรุงแต่งรสต่างๆ

สำหรับพฤติกรรมกรรมการเลือกชนิดอาหารที่รับประทานของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานที่พบมากที่สุด 24 ครั้ง คือ เลือกซื้อน้ำอัดลม หรือน้ำหวาน รองลงมา 18 ครั้ง เลือกซื้อขนมหวานหรือไอศกรีม และน้อยที่สุดที่พบ 7 ครั้ง คือ เลือกซื้อนมสดปรุงแต่งรสต่างๆ

ในด้านปริมาณอาหารที่รับประทานในแต่ละมื้อของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่พบมากที่สุด 27 ครั้ง คือการดื่มน้ำอัดลม หรือน้ำหวานมากกว่า 1 แก้ว รองลงมา 26 ครั้ง รับประทานอาหารได้ปริมาณมาก น้อยที่สุดที่พบมีเพียง 2 ครั้ง คือรับประทานได้มากและสิ่งที่ไม่พบในการบันทึกพฤติกรรมด้านปริมาณอาหารที่รับประทานคือการรับประทานอาหารได้น้อย

สำหรับปริมาณอาหารที่รับประทานในแต่ละมื้อของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานที่พบมากที่สุด 25 ครั้ง คือการรับประทานอาหารได้น้อย รองลงมา 21 ครั้ง คือดื่มน้ำอัดลม หรือน้ำหวานมากกว่า 1 แก้ว น้อยที่สุดที่พบมีเพียง 1 ครั้ง คือการรับประทานผักได้มาก และสิ่งที่ไม่พบในการบันทึกพฤติกรรมด้านปริมาณอาหารที่รับประทาน คือ การรับประทานอาหารได้มาก

นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานมีลักษณะพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่พบมากที่สุด 27 ครั้ง คือเลือกซื้ออาหารมื้อละมากกว่า 2 ชนิด และดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานสลับการรับประทานอาหาร รองลงมา 21 ครั้ง คืออ่านหนังสือ ทำการบ้าน หรือเรียนพิเศษหลังจากรับประทานอาหารเสร็จ และน้อยที่สุดที่พบเพียง 1 ครั้ง คือรับประทานอาหารเหลือ

สำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานมีลักษณะพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่พบมากที่สุด 23 ครั้ง คือดื่มน้ำอัดลมหรือน้ำหวานสลับการรับประทานอาหาร รองลงมา 22 ครั้ง คือรับประทานอาหารเสร็จช้า และน้อยที่สุดที่พบ 4 ครั้ง รับประทานอาหารเสร็จเร็ว





ตารางที่ 13 แสดงว่าครูทั้ง 3 โรง เป็นหญิงมากกว่าชาย คือ เป็นหญิงร้อยละ 93.88 และเป็นชายร้อยละ 6.12 มีวุฒิทางการศึกษาปริญญาโทหรือเทียบเท่า สำเร็จการศึกษาวิชาเอกการประถมศึกษามากที่สุดร้อยละ 86.22 สำเร็จการศึกษาวิชาเอกอื่น ๆ ร้อยละ 10.20 และสำเร็จวิชาเอกคหกรรมศาสตร์เพียงร้อยละ 3.57

ในด้านหน้าที่พิเศษที่ต้องทำนอกเหนือไปจากงานสอน คือ เป็นครูประจำชั้นมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 87.76 น้อยที่สุดมีหน้าที่เป็นผู้รับผิดชอบและที่ปรึกษาโครงการต่าง ๆ ของโรงเรียนร้อยละ 3.06 และมีเพียง 1 โรงเรียนครูมีหน้าที่พิเศษ คือ เป็นที่ปรึกษาชมรม

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับบทบาทของครูในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน 3 ด้าน

2.1 การให้ความรู้

ตารางที่ 14 จำนวนและร้อยละของหลักสูตรในกลุ่มวิชาต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
หลักสูตรของกลุ่มวิชาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร								
กลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ ป.1-ป.6	48	84.21	58	73.41	46	76.67	152	77.55
กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ป.1-ป.6	9	15.79	21	26.58	14	23.33	44	22.45
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-
ความสอดคล้องของเนื้อหาหลักสูตรที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร								
สอดคล้องเพราะเนื้อหามี ความสัมพันธ์กันและสามารถ นำมาบูรณาการได้	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
ไม่สอดคล้อง เพราะ	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 14 แสดงว่ากลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ ชั้น ป.1-ป.6 มีหลักสูตรที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียนมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 75.55 รองลงมาคือ กลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นป.1-ป.6 และมีความสอดคล้องในเนื้อหาของทั้งสองกลุ่มวิชา คิดเป็นร้อยละ 100 เพราะเนื้อหามีความสัมพันธ์กัน และสามารถนำมาบูรณาการได้



ตารางที่ 15 แสดงว่ากิจกรรมการเรียนการสอนที่ใช้ส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร คือ ครูดูแลการรับประทานอาหารของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 59.69 รองลงมา คือ การสนทนาหน้าชั้นเรียน ร้อยละ 32.65 สำหรับการประกาศยกย่องชมเชยนักเรียนที่มีพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ดีให้เป็นแบบอย่างและการจัดนิทรรศการณรงค์ส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารโดยให้ความรู้และฝึกปฏิบัติมีเพียงกิจกรรมละ 1 โรงเรียน

ในด้านการเรียนการสอนภาคปฏิบัติการของกลุ่มงานและพื้นฐานอาชีพ แขนงงานโภชนาการส่วนมากมีการเรียนการสอนภาคปฏิบัติการ คิดเป็นร้อยละ 100 และทุกโรงเรียนมีจำนวนห้องปฏิบัติการสำหรับการเรียนการสอนงานโภชนาการ 1 ห้อง คือ ร้อยละ 100

ในด้านประโยชน์ของการเรียนการสอนภาคปฏิบัติส่วนที่เกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารส่วนมาก คือ นักเรียนมีความกระตือรือร้น คิดเป็นร้อยละ 73.47 รองลงมา คือ นักเรียน รับประทานอาหารได้มากขึ้น และน้อยที่สุดมีเพียงร้อยละ 6.63 คือ นักเรียนมีพัฒนาการด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารดีขึ้น

ตารางที่ 16 จำนวนและร้อยละของการจัดการเรียนการสอนเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรม  
การบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
วิธีสอนให้นักเรียนมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ดี (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
สอนและฝึกให้รับประทาน อาหารที่มีประโยชน์	49	85.96	55	69.62	42	70.00	146	74.49
ให้มีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหาร	24	42.11	27	34.18	19	31.67	70	35.71
ครูเป็นแบบอย่างที่ดีในการ รับประทานอาหาร	17	29.82	19	24.05	21	35.00	57	29.08
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-
สิ่งที่ครูควรเรียนรู้ในการปลูกฝังพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร								
ความแตกต่างของนักเรียน	50	87.72	48	60.76	41	83.33	139	70.92
ความชอบและไม่ชอบของนักเรียน	19	33.33	24	30.38	29	48.33	72	36.73
ความสามารถของนักเรียน	10	17.54	12	15.19	14	23.33	36	18.37
ความพร้อมของนักเรียน	24	42.11	21	26.58	25	41.67	70	35.71
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-
ระดับชั้นที่ควรเริ่มปลูกฝังพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ดี (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
ป. 1	-	-	-	-	-	-	-	-
ป. 2	-	-	-	-	-	-	-	-
ป. 3	-	-	-	-	-	-	-	-
ป. 4	-	-	-	-	-	-	-	-
ป. 5	-	-	-	-	-	-	-	-
ป. 6	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....วัยทารก	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00

ตารางที่ 16 แสดงว่าวิธีสอนให้นักเรียนมีพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ดี ครูส่วนมากใช้วิธีสอนและฝึกให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกายคิดเป็นร้อยละ 74.49 รองลงมา คือ ให้มีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหารร้อยละ 35.71 และครูเป็นแบบอย่างที่ดีในการรับประทานอาหารร้อยละ 29.08 สำหรับสิ่งที่ครูควรเรียนรู้ในการปลูกฝังพฤติกรรมกรบริโภคอาหาร คือ ความแตกต่างของนักเรียนคิดเป็นร้อยละ 70.92 รองลงมา คือ ความชอบและไม่ชอบของนักเรียน ร้อยละ 36.73 และความพร้อมของนักเรียนร้อยละ 35.71

ในการดำเนินการปลูกฝังพฤติกรรมกรบริโภคอาหารที่ดีแก่นักเรียนนั้น ครูทุกโรงเรียนตอบว่าควรเริ่มปลูกฝังตั้งแต่วัยทารก คือ ร้อยละ 100

ตารางที่ 17 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมกรบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่แสดงออกเป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
รับประทานอาหารได้ทุกชนิดและปริมาณมาก	57	100.00	72	91.14	51	85	180	91.84
รับประทานอาหารได้ปริมาณมากเฉพาะที่ชอบ	14	24.56	20	25.32	17	28.33	51	26.02
รับประทานอาหารร้อนหรือเร็ว	4	7.02	4	5.06	9	15.00	17	8.67
รับประทานอาหารช้า	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-
ลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานที่แสดงออกเป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)								
รับประทานอาหารได้ปริมาณน้อย	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
เลือกรับประทานอาหารเฉพาะที่ชอบ	41	71.93	54	68.35	48	80.00	143	72.96
รับประทานอาหารร้อนหรือเร็ว	3	5.26	5	6.33	-	-	8	4.08
รับประทานอาหารช้า	25	43.86	31	39.24	28	46.67	84	42.86
อื่น ๆ.....	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 17 แสดงว่าลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานที่แสดงออก คือ รับประทานอาหารได้ทุกชนิดและรับประทานได้ปริมาณมาก คิดเป็นร้อยละ 91.84 ซึ่งตรงกันข้ามกับลักษณะพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานที่แสดงออกคือ รับประทานอาหารได้ปริมาณน้อยคิดเป็นร้อยละ 100 รองลงมา ร้อยละ 72.96 เลือกรับประทานอาหารเฉพาะที่ชอบ และร้อยละ 43.86 รับประทานอาหารช้า





ตารางที่ 18 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของปัญหาที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
<b>การสร้างบรรยากาศในการรับประทานอาหารที่มีผลต่อการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร</b>								
มีส่วนส่งเสริม เพราะ มีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร บรรยากาศที่ดี ช่วยผ่อนคลายความเครียด ช่วยให้นักเรียนรับประทานอาหารได้มากขึ้น	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
ไม่มีส่วนส่งเสริม เพราะ.....	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>ปัญหาและอุปสรรคในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร</b>								
มี เพราะ ผู้ปกครองไม่ให้ความสำคัญและขาดความร่วมมือจากครูอาจารย์ หลาย ๆ ฝ่าย	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
ไม่มี เพราะ.....	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>หน่วยงานของโรงเรียนที่มีส่วนเกี่ยวข้องและสนับสนุนการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมากที่สุด</b>								
ฝ่ายบริหาร	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายวิชาการ	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายวิชาการ	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายกิจการนักเรียน	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายโภชนาการ	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ ...ทุกหน่วยงานของโรงเรียน	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00

ตารางที่ 18 แสดงว่าผู้มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนมากที่สุด คือ บิดามารดา คิดเป็นร้อยละ 100 และวิธีสังเกตนักเรียนที่มีปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน หรือต่ำกว่ามาตรฐาน ส่วนมากใช้วิธีชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง ร้อยละ 100 รองลงมา สังเกตด้วยสายตา ร้อยละ 26.02 และสังเกตที่พฤติกรรมการบริโภคอาหารร้อยละ 23.98

ในด้านวิธีการแก้ปัญหา นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและภาวะโภชนาการ ต่ำกว่ามาตรฐาน คือ เชิญผู้ปกครองมาพบและร่วมมือกันควบคุมดูแลการรับประทานอาหารของนักเรียนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 รองลงมา คือ ปรึกษาแพทย์หรือพยาบาลประจำโรงเรียนร้อยละ 47.45 และวิธีปฏิบัติของครูในการแก้ปัญหาการรับประทานอาหารของนักเรียน ครูใช้วิธีสอนแนะนำยกตัวอย่างมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 และร้อยละ 72.76 ใช้วิธีพูดคุยหรือลงโทษ

ครูแสดงความคิดเห็นว่า การสร้างบรรยากาศในการรับประทานอาหารมีส่วนส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 100 เพราะมีความสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร บรรยากาศที่ดีช่วยผ่อนคลายความเครียด ช่วยให้นักเรียนรับประทานอาหารได้มากขึ้น มีปัญหาและอุปสรรคในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 100 เพราะผู้ปกครองไม่ให้ความสำคัญและขาดความร่วมมือจากครูอาจารย์หลายๆ ฝ่าย และครูตอบว่าหน่วยงานในโรงเรียนทุกหน่วยงานมีส่วนเกี่ยวข้องและสนับสนุนในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนคิดเป็นร้อยละ 100

ตารางที่ 19 จำนวนและร้อยละของชนิดอาหารที่นักเรียนชอบรับประทาน

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
<b>อาหารกลางวันที่นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานชอบรับประทานมากที่สุด</b>								
ประเภทกล้วยเตี๋ย	7	12.28	9	11.39	10	16.67	26	13.27
ประเภทข้าวผัด	2	3.51	4	5.06	5	8.33	11	5.61
ประเภทข้าวเหนียว ไข่ทอด ส้มตำ ลาบ	30	52.63	39	49.37	32	53.33	101	51.53
ประเภทแกงเผ็ด	3	5.26	4	5.06	2	3.33	9	4.59
ประเภทแกงจืด	8	14.04	12	15.19	6	10.00	26	13.27
ประเภทข้าวต้ม	7	12.28	11	13.92	5	8.33	23	11.73
อื่น ๆ.....	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>อาหารกลางวันที่นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานชอบรับประทานมากที่สุด</b>								
ประเภทกล้วยเตี๋ย	8	14.04	10	12.66	12	20.00	30	15.31
ประเภทข้าวผัด	2	3.51	3	3.08	2	3.33	7	3.57
ประเภทข้าวเหนียว ไข่ทอด ส้มตำ ลาบ	27	47.37	34	43.04	28	46.67	89	45.41
ประเภทแกงเผ็ด	1	1.75	2	2.53	-	-	3	1.53
ประเภทแกงจืด	10	17.54	14	17.72	10	16.67	34	17.34
ประเภทข้าวต้ม	9	15.79	16	20.25	8	13.33	33	16.84
อื่น ๆ.....	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 19 แสดงว่าอาหารกลางวันที่นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานชอบรับประทานมากที่สุด คือประเภทข้าวเหนียว ไข่ทอด ส้มตำ ลาบ คิดเป็นร้อยละ 51.53 รองลงมา คือ ประเภทกล้วยเตี๋ย และแกงจืด ร้อยละ 13.27 และอาหารกลางวันที่นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานชอบรับประทานมากที่สุด คือ ประเภทข้าวเหนียว ไข่ทอด ส้มตำ ลาบ คิดเป็นร้อยละ 45.41 รองลงมา คือ แกงจืดร้อยละ 17.34

## ตอนที่ 2 2.3 การประสานงานกับผู้ปกครอง

ตารางที่ 20 จำนวนและร้อยละของความคิดเห็นของครูในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน

รายการ	จ.พาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
ความคิดเห็นของครู ที่มีต่อผู้ปกครองเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร								
ควรมีส่วนร่วม เพราะจะได้	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
แนวคิดต่าง ๆ และเป็นการ								
สร้างความสัมพันธ์ระหว่าง								
โรงเรียนและผู้ปกครอง								
ไม่ควรมีส่วนร่วมเพราะ...	-	-	-	-	-	-	-	-
โรงเรียนเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร								
เปิดโอกาสให้มีส่วนร่วมโดย	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
การประชุมปรึกษาหารือ								
การสนับสนุนทางงบประมาณและ								
ทางวิชาการ โครงการ								
ผู้ปกครองอาสาและสมาคม								
ผู้ปกครองและครู								
จัดรายการต่าง ๆ								
ไม่เปิดโอกาสให้ร่วม เพราะ...	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 20 แสดงว่าครูส่วนมากมีความคิดเห็นว่า ผู้ปกครองควรมีส่วนร่วมในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน เพราะจะได้แนวคิดต่าง ๆ เป็นการสร้างสัมพันธ์ระหว่างโรงเรียนและผู้ปกครอง และโรงเรียนเปิดโอกาสให้ผู้ปกครองมีส่วนร่วมด้วยวิธีการต่าง ๆ เช่น ร่วมประชุมปรึกษาหารือแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ขอความร่วมมือจากผู้ปกครองในการสนับสนุนทางงบประมาณและทางวิชาการ โครงการผู้ปกครองอาสา และการร่วมมือกับทางสมาคมผู้ปกครองและครูจัดรายการต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 100



ตารางที่ 21 แสดงว่าโรงเรียนทั้ง 3 โรงเรียน มีนโยบายในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียนคิดเป็นร้อยละ 90.82 ลักษณะของโครงการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารส่วนมาก คือ ราชการคุยกับคุณครูมีมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 79.08 รองลงมา คือ การประชุมรวมของนักเรียนระดับชั้นต่าง ๆ ประจำสัปดาห์ของฝ่ายกิจการนักเรียนคิดเป็นร้อยละ 11.73 และโครงการผู้ปกครองอาสาร้อยละ 9.18

ในด้านโครงการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ผู้ปกครองสนใจ และร่วมมือมากที่สุดเป็นอันดับ 1 คิดเป็นร้อยละ 89.80 คือ ราชการคุยกับคุณครู รองลงมา คือ การประชุมนักเรียนระดับต่าง ๆ ของฝ่ายกิจการนักเรียน ร้อยละ 6.12 และน้อยที่สุดคือ โครงการผู้ปกครองอาสาเพียงร้อยละ 3.06 สำหรับการรับรู้ของผู้ปกครองเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร ส่วนมากรับรู้โดยนักเรียน แจ้งให้ทราบมากที่สุดคิดเป็นร้อยละ 65.31 รองลงมารับรู้โดยการประชุมผู้ปกครองร้อยละ 18.37 และ น้อยที่สุดรับรู้จากป้ายประชาสัมพันธ์โรงเรียนร้อยละ 2.55

ในด้านแนวปฏิบัติในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารโรงเรียนทั้ง 3 โรงเรียน มีแนวปฏิบัติที่ผู้ปกครองจะนำไปใช้กับนักเรียน คิดเป็นร้อยละ 100 และแนวปฏิบัติที่ผู้ปกครองสนใจมากที่สุด คือ การฝึกให้นักเรียนรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ คิดเป็นร้อยละ 73.47 รองลงมา คือ ให้นักเรียนมีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหาร และน้อยที่สุด คือ ครูเป็นตัวอย่างที่ดีในการรับประทานอาหารร้อยละ 10.72

ตารางที่ 22 จำนวนและร้อยละของปัญหาในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร

รายการ	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=57		N=79		N=60		N=196	
<b>ปัญหาการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้ปกครอง</b>								
มี คือ ผู้ปกครองไม่มีเวลาส่งเสริม	57	100.00	77	97.47	60	100.00	194	98.98
พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารแก่นักเรียน สาเหตุมาจากการจราจรที่ติดขัดทุกวันทำให้ใช้เวลาในการเดินทางเพิ่มขึ้น จึงจำเป็นต้องรับประทานอาหารในรถยนต์ส่วนตัว อาหารที่รับประทานมักจะเน้นความรวดเร็วและความรวดเร็วและความสะดวกในการรับประทาน เช่น อาหารฟาสต์ฟู้ด ฯลฯ								
ไม่มีปัญหา	-	-	3	3.78	-	-	3	1.53
<b>วิธีดำเนินการเกี่ยวกับปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานของนักเรียน</b>								
มี คือ เชิญผู้ปกครองมาพบ	57	100.00	79	100.00	60	100.00	196	100.00
เพื่อร่วมกันแก้ปัญหา แจ้งให้ผู้ปกครองทราบเป็นระยะๆ								
ครูประจำชั้นคอยดูแลการรับประทานอาหาร และโรงเรียนประสานงาน								
กับกองโภชนาการโรงเรียน								
กรมอนามัยมาชั่งน้ำหนัก								
วัดส่วนสูงเพื่อประเมินภาวะโภชนาการ								
ของนักเรียน								
ไม่มี	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 22 แสดงว่าผู้ปกครองนักเรียนทั้ง 3 โรงเรียน มีปัญหาในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารคิดเป็นร้อยละ 98.98 คือ ผู้ปกครองไม่มีเวลาดูแลในเรื่องพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน สาเหตุมาจากรถจราจรที่ติดขัดทุกวันทำให้ต้องใช้เวลามากขึ้นในการเดินทางเพิ่มขึ้น จำเป็นต้องรับประทานอาหารในรถยนต์ส่วนตัว อาหารที่รับประทานมักจะเน้นความรวดเร็วและสะดวกในการรับประทาน เช่น อาหารฟาสต์ฟู้ด ฯลฯ และมีเพียง 1 โรงเรียนที่ผู้ปกครอง ไม่มีปัญหาในการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร คือ ร้อยละ 1.53 สำหรับการดำเนินการของโรงเรียนเกี่ยวกับปัญหาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานและต่ำกว่ามาตรฐานของนักเรียน มีการดำเนินการคิดเป็นร้อยละ 100 คือ เชิญผู้ปกครองมาพบเพื่อร่วมแก้ปัญหา แจ้งให้ผู้ปกครองทราบเป็นระยะๆ ครูประจำชั้นคอยดูแลการรับประทานอาหารและโรงเรียนประสานงานกับกองโภชนาการโรงเรียน กรมอนามัยชั่งน้ำหนักวัดส่วนสูงเพื่อประเมินภาวะโภชนาการของนักเรียน

ส่วนที่ 8 ข้อมูลเกี่ยวกับผู้ปกครอง

ตอนที่ 1 ข้อมูลเกี่ยวกับสภาพของผู้ปกครอง

ตารางที่ 23: จำนวนและร้อยละของสถานภาพผู้ปกครอง

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	ดูพา		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม		ดูพา		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>ผู้ปกครองนักเรียน</b>																
บิดา	6	16.23	5	15.16	3	10.34	14	14.14	-	-	1	16.67	1	12.50	2	9.09
มารดา	21	56.76	17	51.56	20	68.97	58	58.59	6	75.00	4	66.67	5	62.50	15	68.18
อื่น ๆ .... คือ ญาติ	10	27.03	11	33.33	6	20.69	27	27.27	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
<b>อาชีพของผู้ปกครอง</b>																
เจ้าของธุรกิจส่วนตัว	10	27.03	6	18.18	9	31.03	25	25.25	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
รับราชการ	15	40.54	14	42.42	14	48.28	43	43.43	4	50.00	3	50.00	3	37.50	10	45.45
ลูกจ้างหน่วยงานเอกชน	7	18.92	10	30.30	3	10.34	20	20.20	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
ลูกจ้างรัฐวิสาหกิจ	5	13.51	3	9.09	3	10.34	11	11.11	1	12.50	1	16.67	2	25.00	4	18.18
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>วุฒิทางการศึกษา</b>																
มัธยมศึกษา	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	16.67	1	12.50	2	9.09
อนุปริญญา	2	5.41	3	9.09	4	13.79	9	9.09	1	12.50	2	33.33	1	12.50	4	18.18
ปริญญาตรี	8	48.65	22	66.67	20	68.97	60	60.61	4	50.00	2	33.33	5	62.50	11	50.00
สูงกว่าปริญญาตรี	17	45.95	8	24.24	5	17.24	30	30.30	3	37.50	1	16.67	1	12.50	5	22.73
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



ตารางที่ 23 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของสถานภาพผู้ปกครอง

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
รายได้ของครอบครัว บาท/เดือน																
10,000 - 15,000	1	2.70	2	6.06	1	3.45	4	4.04	1	12.50	1	16.67	2	25.50	4	18.18
15,001 - 20,000	3	8.11	4	12.12	3	10.34	10	10.10	1	12.50	1	16.67	3	25.50	4	18.18
20,001 - 25,000	8	21.62	10	30.30	8	27.59	26	26.26	2	25.00	2	33.33	1	37.50	5	22.73
25,001 - 30,000	15	40.54	10	30.30	10	34.48	35	35.35	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
มากกว่า 30,000	10	27.03	7	21.21	7	24.14	24	24.42	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18

ตารางที่ 23 แสดงว่าผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 58.59 เป็นมารดาผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 43.43 มีอาชีพรับราชการ และมีวุฒิปริญญาตรีจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.61 สำหรับรายได้ของผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 35.35 อยู่ในช่วง 25,001-30,000 บาทต่อเดือน

สำหรับผู้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 68.18 เป็นมารดา ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 45.45 มีอาชีพรับราชการ และมีวุฒิปริญญาตรี จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 50 สำหรับรายได้ของผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 22.73 อยู่ใน ช่วง 15,001-20,000 บาทต่อเดือน

ตอนที่ 2 ข้อมูลเกี่ยวกับบทบาทของผู้ปกครองในการส่งเสริมพฤติกรรมบริโภคอาหารแก่นักเรียน 3 ด้าน

2.1 การจัดหาอาหารให้นักเรียน

ตารางที่ 24 จำนวนและร้อยละของการจัดหาอาหารให้นักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>ผู้ที่จัดเตรียมอาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
บิดา	4	10.81	3	9.09	2	6.90	9	9.09	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
มารดา	24	64.86	27	81.82	19	65.52	70	70.71	6	75.00	4	66.67	5	62.50	15	68.18
ญาติพี่น้อง	5	13.51	3	9.09	3	10.34	11	11.11	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
อื่น ๆ... ญาติ ๆ	10	27.03	7	21.21	9	31.03	26	26.26	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
<b>การจัดรายการอาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
จัดตามความสะดวก	2	5.41	3	9.09	4	13	9	9.09	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
จัดตามหลักโภชนาการ	37	100	33	100	99	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ให้มีส่วนร่วมในการจัดรายการอาหาร	7	18.92	10	42.42	12	41.38	39	39.39	3	37.50	2	33.33	4	50.00	9	40.91
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>อาหารที่นักเรียน ชอบรับประทานและผู้ปกครองจัดให้เป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
ไก่ทอด หมูทอด ไส้กรอกทอด	28	75.68	25	75.75	26	89.66	79	79.80	8	100.00	6	100.00	7	87.50	21	95.45
แกงจืดต่าง ๆ	20	54.05	21	63.64	20	68.97	61	61.62	7	87.50	6	100.00	8	100.00	21	95.45
แซนวิช ขนมปังต่าง ๆ	15	40.54	18	54.54	10	34.48	43	43.43	5	62.50	5	83.33	6	75.00	16	72.73
อื่น ๆ ... ไข่เจียว ไข่ดาว	10	27.03	14	42.42	12	41.38	36	36.36	5	62.50	4	66.67	5	62.50	14	63.64

ตารางที่ 24 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของการจัดอาหารให้นักเรียน.

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>การจัดอาหารเสริม</b>																
จัดให้ประจำคือนมสด, น้ำส้มคั้น	10	27.03	8	24.24	11	37.93	29	29.29	1	12.50	2	33.33	4	50.00	7	31.82
จัดให้บางครั้งช่วงสอบ คือ ซูปไก่ รังนก วิตามิน	12	32.43	15	45.45	8	27.59	35	35.35	1	12.50	2	33.33	2	25.00	5	22.72
จัดให้นาน ๆ ครั้ง คือ ซูปไก่ รังนก วิตามิน	5	13.15	2	6.06	2	6.09	9	9.09	4	50.00	1	16.7	1	12.50	6	27.27
ไม่จัดให้	10	27.03	8	24.24	8	27.59	26	26.26	2	25.00	1	16.70	1	12.50	4	18.18
<b>อาหารว่างที่จัดให้เป็นประจำ</b>																
ขนมหวานของไทย	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ขนมจากเบเกอรี่	3	8.11	-	-	3	10.34	6	6.06	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
ขนมอบกรอบและทอดกรอบ ปรุงรสต่าง ๆ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ผลไม้สด	10	27.03	3	9.09	9	31.03	22	22.22	2	25.00	1	16.70	2	25.00	5	22.73
นมสด	24	64.86	30	90.91	17	58.62	71	71.72	5	62.50	5	83.33	5	62.50	15	68.18
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>การจัดอาหารให้รับประทานก่อนเข้านอน</b>																
จัดเป็นประจำคือนมสด	30	81.08	28	84.85	22	75.86	80	80.81	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ไม่จัด	2	5.41	2	6.06	3	10.34	7	7.07	4	50.00	4	66.67	5	62.50	13	59.09
จัดบางครั้ง คือ นมสด	5	13.51	3	9.09	4	13.79	21	12.12	3	37.50	1	16.67	2	25.00	6	27.27
<b>การจัดอาหารชนิดแปลกใหม่</b>																
จัดเป็นประจำ	8	21.62	10	30.30	10	34.48	28	28.28	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
จัดบางครั้ง	4	10.81	5	15.15	2	6.90	11	11.11	4	50.00	4	66.67	6	75.00	14	63.64
ไม่จัด	25	67.57	18	54.55	17	58.62	60	60.61	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18

ตารางที่ 24 แสดงว่าผู้จัดเตรียมอาหารสำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 70.71 คือ มารดา และมีหลักการจัดรายการอาหาร คือ จัดตามหลักโภชนาการ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนอาหารที่นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานชอบรับประทาน และผู้ปกครองจัดให้เป็นประจำ คือ ไก่ทอด หมูทอด ไส้กรอกทอดจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 ผู้ปกครองจัดอาหารเสริมให้แก่นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 37.93 เป็นบางครั้งในช่วงสอบ คือ ชุปไก่ รังนก วิตามิน และจัดอาหารว่างให้ คือ นมสด จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 71.72 ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 80.81 จัดอาหารว่างก่อนเข้านอนให้นักเรียน คือ นมสด และไม่จัดอาหารชนิดแปลกใหม่ให้นักเรียนรับประทานจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 60.61

สำหรับผู้จัดเตรียมอาหารสำหรับนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 68.81 คือ มารดา และมีหลักการจัดรายการอาหารคือ จัดตามหลักโภชนาการ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 ส่วนอาหารที่นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานชอบรับประทาน และผู้ปกครองจัดให้เป็นประจำเท่า ๆ กัน คือ ไก่ทอด หมูทอด ไส้กรอกทอด และแกงจืดต่าง ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.45 ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 31.82 จัดอาหารเสริมให้นักเรียนเป็นประจำ คือ นมสด น้ำส้มตำ วิตามิน และจัดอาหารว่างให้ คือ นมสด จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 68.18 ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 59.09 ไม่จัดอาหารให้นักเรียนรับประทานก่อนเข้านอน แต่จัดอาหารชนิดแปลกใหม่ให้นักเรียนรับประทาน จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 63.64

ตารางที่ 25. จำนวนและร้อยละของการจัดอาหารในครอบครัว

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>ผู้ มีบทบาทในการกำหนดรายการอาหาร</b>																
มารดา	25	67.56	24	72.72	21	72.41	70	70.71	6	75.00	4	66.67	4	50.00	14	63.64
บิดา	1	2.70	1	3.03	2	6.90	4	4.04	-	-	-	-	1	12.50	1	4.55
สมาชิกในครอบครัวช่วยกันกำหนด	11	29.73	8	24.24	6	20.69	25	25.25	2	25.00	2	22.33	3	37.50	7	31.82
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>การประกอบอาหารในครอบครัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
วันละ 1 ครั้ง เวลาเย็นในวันหยุด	13	35.14	4	12.12	9	31.03	26	26.26	2	25.00	2	33.33	3	37.50	7	31.82
วันละ 2 ครั้ง เวลาเช้าและเย็นทุกวัน	10	27.03	8	24.24	7	24.14	25	25.25	3	37.50	2	33.33	2	25.00	7	31.82
วันละ 3 ครั้ง เวลาเช้า กลางวัน และเย็น ในวันหยุด	7	18.19	5	15.15	4	18.92	16	16.16	2	25.00	1	16.70	1	12.50	4	18.18
อื่น ๆ... ไม่มีการประกอบอาหาร ในวันทำงาน	13	35.14	10	30.30	9	35.14	32	32.32	1	12.50	1	16.70	1	12.50	3	13.64

ตารางที่ 25 แสดงว่ามีบทบาทในการกำหนดรายการอาหารของครอบครัวนักเรียน ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 70.71 คือ มารดา และไม่มีการประกอบอาหารในวันทำงานของครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 32.32

สำหรับผู้มีบทบาทในการกำหนดรายการอาหารของครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 63.64 คือ มารดา และมีการประกอบอาหารของครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน จำนวนมากที่สุดร้อยละ 31.82 เท่า ๆ กัน คือ วันละ 1 ครั้ง เวลาเย็นในวันหยุด และประกอบอาหารวันละ 2 ครั้ง เวลาเช้าและเย็นทุกวัน

ตารางที่ 26.จำนวนและร้อยละของวิธีการได้มาซึ่งอาหารและการเลือกซื้ออาหารของครอบครัว

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
วิธีการได้มาซึ่งอาหาร																
ซื้ออาหารสดมาปรุง	5	13.15	3	9.09	3	10.34	11	11.11	4	50.00	2	33.33	4	50.00	10	45.45
ซื้ออาหารสำเร็จรูป	20	54.05	21	63.64	20	68.97	61	61.62	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
รับปันโต	5	13.51	5	15.15	2	6.90	12	12.12	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
รับประทานตามร้านอาหาร	7	18.92	4	12.12	4	13.79	15	15.15	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
หลักการเลือกซื้ออาหารสำหรับครอบครัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
ซื้ออาหารที่ถูกหรือนักเรียนชอบ	12	32.43	10	42.42	14	48.27	36	36.36	4	50.00	3	50.00	2	25.00	9	40.91
ซื้ออาหารราคาถูก	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ซื้ออาหารที่สะอาดและปลอดภัย	24	64.86	22	66.67	25	86.21	71	71.72	4	50.00	4	66.67	5	62.50	13	59.09
ซื้ออาหารที่มีสารอาหารครบ	28	75.68	31	93.94	27	93.10	86	86.87	2	25.00	5	83.33	6	75.00	13	59.09
ซื้ออาหารที่มีรสอร่อย	7	18.92	12	36.36	8	27.59	27	27.27	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ชนิดของน้ำมันที่ใช้ประกอบอาหาร																
น้ำมันพืช	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
น้ำมันสัตว์	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
น้ำมันพืชและน้ำมันสัตว์	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



ตารางที่ 26 แสดงว่าวิธีการได้มาซึ่งอาหารของครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 61.62 ซื้ออาหารสำเร็จรูปมารับประทาน และมีหลักการเลือกซื้ออาหารสำหรับครอบครัวเท่า ๆ กัน คือ เลือกซื้ออาหารที่สะอาดและปลอดภัย และเลือกซื้ออาหารที่มีสารอาหารครบ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 86.87 นอกจากนี้ยังใช้น้ำมันพืชประกอบอาหารของครอบครัว จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100

สำหรับวิธีการได้มาซึ่งอาหารของครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 45.45 ซื้ออาหารสดมาปรุง และมีหลักการเลือกซื้ออาหารสำหรับครอบครัวเท่า ๆ กัน คือ เลือกซื้ออาหารที่สะอาดและปลอดภัย และเลือกซื้ออาหารที่มีสารอาหารครบ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 59.09 นอกจากนี้ยังใช้น้ำมันพืชประกอบอาหารของครอบครัว จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100

ตารางที่ 7 จำนวนและร้อยละของชนิดอาหารและรสอาหารที่สมาชิกในครอบครัวรับประทาน

รายการ	ผู้ปกครอง						ผู้ปกครอง									
	นักศึกษาระดับมัธยมศึกษา			นักศึกษาระดับมัธยมศึกษา			บุคลากร			บุคลากร						
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ				
ชนิดของอาหารที่รับประทานเป็นประจำ	N=87	N=88	N=29	N=99	N=8	N=8	N=8	N=8	N=8	N=8	N=22	N=22				
ไก่ทอด	18	48.65	14	42.42	13	44.83	45	45.45	2	25.00	2	33.33	3	25.00	6	27.27
ปลาทอด	6	16.22	9	27.27	6	20.69	21	21.21	2	25.00	1	16.7	2	12.50	5	22.72
ผักสด	10	27.03	5	15.15	7	24.14	22	22.22	2	25.00	1	16.7	1	12.50	5	22.72
ไข่ต่าง ๆ	2	5.40	3	9.09	2	6.09	7	7.07	1	12.50	1	16.7	1	12.50	3	13.64
ข้าวต่าง ๆ	1	2.70	2	2.70	1	3.45	4	4.04	1	12.50	1	16.7	1	12.50	3	13.64
แกงเผ็ดต่าง ๆ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รสของอาหารที่ชอบรับประทานมากที่สุด																
รสเค็ม	5	13.51	3	9.09	4	13.79	12	12.12	1	12.50	1	16.7	1	12.50	3	13.64
รสเปรี้ยว	7	18.92	4	12.12	3	10.34	14	14.14	1	12.50	1	16.7	2	25.00	4	18.18
รสจัด	6	16.12	7	21.21	5	17.24	18	18.18	1	12.50	-	-	1	12.50	2	9.09
รสหวาน	10	27.03	9	27.27	8	25.59	27	27.27	1	12.50	2	33.33	2	25.00	5	22.73
อื่น ๆ ... รสจัดหรือรสอ่อน ๆ	9	24.32	10	30.30	9	31.03	28	28.28	1	12.50	2	33.33	2	25.00	8	36.36

ตารางที่ 27 แสดงว่าชนิดของอาหารที่สมาชิกในครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานรับประทานเป็นประจำจำนวนมากที่สุดร้อยละ 45.45 คือ ไก่ทอด หมูทอด ปลาทอด ส่วนรสของอาหารที่สมาชิกในครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 28.28 ชอบรับประทานมากที่สุด คือ รสจืดหรือรสอ่อน ๆ

สำหรับชนิดของอาหารที่สมาชิกในครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 27.27 รับประทานเป็นประจำ คือ ไก่ทอด หมูทอด ปลาทอด ส่วนรสของอาหารที่สมาชิกในครอบครัวนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 36.36 ชอบรับประทานมากที่สุดคือ รสจืดหรือรสอ่อน ๆ

ตอนที่ 2 2.2 การดูแลการปฏิบัติตนของนักเรียน

ตารางที่ 28 จำนวนและร้อยละของพฤติกรรมกรรบริโภคอาหาร

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน				ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน											
	ผู้ชาย		สตรี		รวม		รวม		ผู้ชาย		สตรี		รวม			
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ		
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
พฤติกรรมกรรบริโภคอาหารที่เกิดขึ้นเป็นประจำ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
รับประทานอาหารเช้า	12	32.43	10	30.30	8	27.59	30	30.30	2	25.00	2	33.33	2	25.00	6	27.27
เลือกรับประทานเฉพาะอาหารที่ชอบ	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ดูโทรทัศน์หรืออ่านหนังสือขณะ รับประทานอาหาร	6	16.22	7	21.21	5	17.24	18	18.18	2	25.00	1	16.70	1	12.50	4	18.18
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
การรับประทานอาหารเช้า																
รับประทาน	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ไม่รับประทาน เพราะ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
รับประทานบางครั้ง เพราะ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ปริมาณอาหารที่รับประทานแต่ ละมื้อ																
มาก	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	-	-	-	-	-	-	-	-
น้อย	-	-	-	-	-	-	-	-	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 28 แสดงว่าพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน  
จำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ คือ เลือกรับประทานอาหารที่ชอบ นักเรียน  
ภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 รับประทานอาหารเข้าทุกคน และรับ  
ประทานอาหารแต่ละมื้อได้ปริมาณมาก

สำหรับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวน  
มากที่สุดร้อยละ 100 ที่เกิดขึ้นเป็นประจำ คือ เลือกรับประทานอาหารที่ชอบ นักเรียนภาวะ  
โภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานมากที่สุดร้อยละ 100 รับประทานอาหารเข้าทุกคน และรับประทานอาหาร  
แต่ละมื้อได้ปริมาณน้อย

ตารางที่ 29 จำนวนและร้อยละของปัญหาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=8		N=8		N=22		
ปัญหาพฤติกรรมการบริโภคอาหาร																
มี	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100	8	100.00	6	100.0	8	100.00	22	100.00
ไม่มี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
การรับประทานอาหารตามหลักโภชนาการในแต่ละวัน																
ครบ	20	54.05	17	51.52	15	51.72	52	52.53	1	12.50	1	16.70	4	50.00	6	27.27
ไม่ครบ	7	18.91	10	30.30	9	31.03	26	25.26	3	37.50	4	66.67	3	37.50	10	45.45
ครบบางวัน	10	27.02	6	18.18	5	17.24	21	21.21	4	50.00	1	16.70	1	12.50	6	27.27
สาเหตุของการรับประทานอาหารไม่ครบตามหลักโภชนาการ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
นักเรียนไม่ชอบรับประทานอาหารที่มีคุณค่าทางชนิด	17	49.95	16	48.48	14	48.28	47	47.47	7	87.51	5	83.83	4	50.00	16	72.73
นักเรียนรับประทานอาหารได้ปริมาณน้อย	1	2.70	2	6.06	-	-	3	3.03	4	50.00	4	66.67	4	50.00	12	54.55
ไม่มีเวลาฝึกให้นักเรียนรับประทานอาหารบางชนิด	10	27.03	12	36.36	12	41.38	34	34.34	6	75.00	4	66.67	3	37.50	13	59.09
อื่น ๆ.....																
การรับประทานลูกกวาดทอฟฟี่หรือน้ำอัดลมก่อนรับประทานอาหาร																
ทุกครั้ง	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
บางครั้ง	6	16.23	3	9.09	2	6.90	11	11.11	1	12.5	-	-	-	-	1	4.55
ไม่เคยรับประทาน	31	83.78	30	90.91	27	93.10	88	88.89	7	87.5	6	100	8	100	21	95.45
อื่น ๆ.....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 29 แสดงว่าผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 100 มีปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 52.53 รับประทานอาหารเช้าครบตามหลักโภชนาการ และไม่เคย รับประทานลูกกวาด ทอฟฟี่ หรือน้ำอัดลมก่อนรับประทานอาหารเช้า จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 88.89

สำหรับผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 มี ปัญหาเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน จำนวนมากที่สุดร้อยละ 45.45 รับประทานอาหารเช้าไม่ครบตามหลักโภชนาการในแต่ละวัน ส่วนสาเหตุ ของการรับประทานอาหารเช้าไม่ครบตามหลักโภชนาการ คือ นักเรียนไม่ชอบรับประทานอาหารเช้าที่มี คุณค่าบางชนิด จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.73 และไม่เคยรับประทานลูกกวาด ทอฟฟี่ หรือน้ำอัดลม ก่อนรับประทานอาหารเช้าจำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 95.45

ตารางที่ 30 จำนวนและร้อยละของวิธีแก้ปัญหาหรือปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และการทำกิจกรรมหลังจากรับประทานอาหารมือเย็นของนักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
<b>วิธีแก้ปัญหาหรือปรับปรุงพฤติกรรมการบริโภคอาหาร</b>																
ลงโทษ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อธิบายให้รู้ถึงข้อดีและข้อเสีย	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
เฉย ๆ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>วิธีแก้ปัญหาการไม่รับประทานอาหารเช้า (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
จัดอาหารในรูปแบบที่ต่างออกไป	20	54.05	19	57.58	12	41.38	51	51.51	3	37.50	2	33.33	4	50.00	9	40.90
ฝึกให้รับประทานอาหารเช้า	19	51.35	18	54.55	20	68.97	57	57.58	4	50.00	3	50.00	4	50.00	11	50.00
โดยคอยกระตุ้นถามและแนะนำ																
ชี้ชวนแนะนำประโยชน์และคุณค่าของอาหารเช้าชนิดนั้น ๆ	37	100.00	30	90.91	25	86.21	92	92.93	5	62.5	4	66.67	3	37.50	12	54.55
จัดรายการอาหารที่นักเรียนชอบรับประทาน	19	51.35	15	45.45	16	55.17	50	55.51	4	50.00	3	50.00	4	50.00	11	50.00
บังคับ ฆู่ หรือลงโทษ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
<b>การทำกิจกรรมหลังจากรับประทานอาหารมือเย็น (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)</b>																
ทำการบ้าน	28	75.68	31	93.94	26	89.64	85	85.86	4	50.00	5	83.33	6	75.00	15	68.18
ดูโทรทัศน์	30	81.08	19	57.58	17	58.62	66	66.67	2	25.00	1	16.67	2	25.00	5	22.73
เล่นวิดีโอเกมส์	8	21.62	5	15.15	4	13.79	17	17.17	2	25.00	1	16.67	1	12.50	4	18.18
วิ่งเล่น	5	13.51	4	12.12	3	10.34	12	12.12	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
นอน	4	10.81	1	3.03	2	6.90	7	7.07	1	12.50	1	16.67	1	12.50	3	13.64
ไม่ได้ทำอะไร	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



ตารางที่ 30 แสดงว่าผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 มีวิธีแก้ปัญหาหรือปรับปรุงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน คือ อธิบายให้รู้ถึงข้อดีและข้อเสียสำหรับวิธีแก้ปัญหาการไม่รับประทานอาหารที่จัดให้ คือ ใช้วิธีชี้ชวนแนะนำประโยชน์และคุณค่าของอาหารชนิดนั้น ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 92.93 การทำกิจกรรมหลังจากรับประทานอาหารเช้าของนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 89.64 คือ ทำการบ้าน

สำหรับผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 มีวิธีแก้ปัญหาหรือปรับปรุงพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน คือ อธิบายให้รู้ถึงข้อดีและข้อเสียสำหรับวิธีแก้ปัญหาการไม่รับประทานอาหารที่จัดให้ คือ ใช้วิธีชี้ชวนแนะนำประโยชน์และคุณค่าของอาหารชนิดนั้น ๆ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 54.55 การทำกิจกรรมหลังจากรับประทานอาหารเช้าของนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 68.16 คือ ทำการบ้าน

ตอนที่ 2 2.3 การประสานงานกับโรงเรียน

ตารางที่ 31 จำนวนและร้อยละของแนวคิดผู้ปกครองเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนที่ส่งเสริมพฤติกรรมกรรบริโภคอาหารแก่นักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนที่ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมกรรบริโภคอาหารแก่นักเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
สอดคล้อง																
สอดคล้องในวิชาต่าง ๆ	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
จัดนิทรรศการรณรงค์ส่งเสริมพฤติกรรมกรรบริโภคอาหารที่ถูกต้อง	10	27.03	14	42.43	12	41.38	36	36.36	2	25.00	3	50.00	4	50.00	9	40.91
ควรให้ความรู้ควบคู่การดูแลการรับประทานอาหารของนักเรียน	37	100.00	33	100.00	29	100.00	-	-	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ความต้องการในการจัดกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมกรรบริโภคอาหารนอกชั่วโมงเรียน																
ต้องการ คือ โครงการและชมรมต่าง ๆ การเชิญวิทยากรมาให้ความรู้	37	100.00	33	100.00	29	100.00	-	-	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ไม่ต้องการ เพราะ....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
การรับทราบเรื่องการส่งเสริมพฤติกรรมกรรบริโภคอาหารของนักเรียน																
รับทราบ	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ไม่รับทราบ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 31 (ต่อ) จำนวนและร้อยละของแนวคิดผู้ปกครองเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนที่ส่งเสริมพฤติกรรมกรบริโภคอาหารแก่นักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	สุขภาพ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		สุขภาพ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
ผู้แจ้งข้อมูลให้ทราบ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
นักเรียน	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ครูประจำชั้น	34	91.89	28	84.85	21	72.41	83	83.84	7	87.50	6	100.00	8	100.00	21	95.45
จดหมายจากโรงเรียน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ ... การประชุมผู้ปกครอง	28	75.68	19	57.58	15	51.72	62	62.63	3	37.50	2	50.00	4	50.00	9	40.91
แนวคิดเกี่ยวกับหน่วยงานของโรงเรียนที่มีส่วนเกี่ยวข้องและส่งเสริมพฤติกรรมกรบริโภคอาหารมากที่สุด																
ฝ่ายกิจการนักเรียน	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายโภชนาการ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายวิชาการ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
ฝ่ายบริหาร	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
อื่น ๆ ... คือทุกฝ่าย	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00

ตารางที่ 31 แสดงว่าผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 มีแนวคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนที่ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนเท่า ๆ กัน คือ สอดแทรกในวิชาต่าง ๆ และครูควรให้ความรู้ควบคู่การดูแลการรับประทานอาหารของนักเรียน และต้องการให้โรงเรียนจัดกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกชั่วโมงเรียน เช่น โครงการและชมรมต่าง ๆ การเชิญวิทยากรมาให้ความรู้ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 รับทราบข้อมูลเรื่องการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และผู้แจ้งข้อมูลให้ทราบคือ นักเรียน นอกจากนี้ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 ตอบว่าทุก ๆ ฝ่ายของโรงเรียนมีส่วนเกี่ยวข้องและส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

สำหรับผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 มีแนวคิดเกี่ยวกับการจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนที่ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนเท่า ๆ กัน คือ สอดแทรกในวิชาต่าง ๆ และครูควรให้ความรู้ควบคู่การดูแลการรับประทานอาหารของนักเรียน และต้องการให้โรงเรียนจัดกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารนอกชั่วโมง เช่น โครงการและชมรมต่าง ๆ การเชิญวิทยากรมาให้ความรู้ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 100 ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 รับทราบข้อมูลเรื่องการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และผู้แจ้งข้อมูลให้ทราบคือ นักเรียน นอกจากนี้ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 ตอบว่าทุกฝ่ายของโรงเรียนมีส่วนเกี่ยวข้องและส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน

ตารางที่ 3.2 จำนวนร้อยละของการแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน

รายการ	ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน								ผู้ปกครอง นักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐาน							
	จุฬาฯ		เกษตรฯ		ม.ศ.ว.		รวม		จุฬาฯ		เกษตร		ม.ศ.ว.		รวม	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
	N=37		N=33		N=29		N=99		N=8		N=6		N=8		N=22	
ความต้องการในการช่วยเหลือและแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน																
ต้องการ	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ไม่ต้องการ	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
วิธีที่ต้องการให้โรงเรียนช่วยเหลือและแก้ปัญหา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)																
ครูและผู้ปกครองควรปรึกษา ร่วมกัน	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
โรงเรียนทำวิจัยเกี่ยวกับ พฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหาร	15	40.54	18	54.55	9	31.03	42	42.42	1	12.50	2	33.33	2	33.33	5	22.73
จัดโครงการพิเศษเฉพาะนักเรียน ที่มีปัญหาภาวะโภชนาการ	24	64.86	22	66.67	14	48.28	60	60.61	3	37.50	2	33.33	2	25.00	7	31.82
อื่น ๆ .....	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
แนวปฏิบัติของโรงเรียนเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารที่ผู้ปกครองจะนำไปใช้																
มี คือ รูปแบบการจัดอาหารชนิด ต่าง ๆ วิธีชักจูงให้นักเรียน รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และให้มีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหาร	37	100.00	33	100.00	29	100.00	99	100.00	8	100.00	6	100.00	8	100.00	22	100.00
ไม่มี	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

ตารางที่ 32 แสดงว่าผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 100 ต้องการความช่วยเหลือ และแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน และวิธีที่ต้องการให้โรงเรียนช่วยเหลือ และแก้ปัญหาคือ ให้ครูและผู้ปกครองมาปรึกษาร่วมกัน ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 ตอบว่า โรงเรียนมีแนวปฏิบัติเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และสามารถนำไปใช้กับนักเรียนได้ คือ รูปแบบการจัดอาหารชนิดต่าง ๆ วิธีชักจูงให้นักเรียนรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และให้มีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหาร

สำหรับผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการต่ำกว่ามาตรฐานจำนวนมากที่สุด ร้อยละ 100 ต้องการความช่วยเหลือ และแก้ปัญหาภาวะโภชนาการของนักเรียน และวิธีที่ต้องการให้โรงเรียนช่วยเหลือ และแก้ปัญหาคือ ให้ครูและผู้ปกครองมาปรึกษาร่วมกัน ผู้ปกครองนักเรียนภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานจำนวนมากที่สุดร้อยละ 100 ตอบว่า โรงเรียนมีแนวปฏิบัติเกี่ยวกับการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน และสามารถนำไปใช้กับนักเรียนได้ คือ รูปแบบการจัดอาหารชนิดต่าง ๆ วิธีชักจูงให้นักเรียนรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ และให้มีส่วนร่วมในการจัดเตรียมอาหาร