



รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- คณะกรรมการ โภชนาการแห่งชาติ. แผนอาหารและ โภชนาการแห่งชาติตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจ และสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ 2540 - 2544). กองโภชนาการ กรมอนามัย. 2540.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ . สภาวะความต้องการพื้นฐานและบริการ สำหรับเด็ก. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด อรุณการพิมพ์ , 2533 .
- คณะกรรมการอำนวยการจัดทำแผนพัฒนาฯ. แผนพัฒนาการสาธารณสุขในช่วงแผนพัฒนา เศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (พ.ศ 2540 - 2544). กรุงเทพฯ: องค์การ สงเคราะห์ทหารผ่านศึก. 2539
- จรรยา สุวรรณทัต. สภาพพัฒนาการและการอบรมเลี้ยงดูเด็กไทย. ในเอกสารการสอนชุดวิชา พัฒนาการเด็กและการเลี้ยงดู. พิมพ์ครั้งที่ 11. นนทบุรี: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัย ธรรมาราช, 2540.
- จริยาวัตร คมพักษณ์ และคณะ. รายงานการวิจัยเรื่อง สภาวะโภชนาการและบริโภคนิสัยของเด็กวัย ก่อนเรียน เขตบางกอกน้อย กรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร : คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2526.
- จินดา บุญช่วยเกื้อกุล. โภชนาการสาธารณสุข. คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. 2537.
- จรรยา ทองถาวร. จิตวิทยาพัฒนาการ. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ , 2530.
- ชไมพร ยนต์นิยม. คุณค่าทางโภชนาการของอาหารบริโภคของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่ บริโภคอาหารจานด่วน.วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล ,2539.
- ชลิดา อุ่่นกำเนิด . ความสัมพันธ์ระหว่างแบบแผนการดำเนินชีวิตของผู้บริหารและภาวะ โภชนาการ เกิน . วิทยานิพนธ์สังคมศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2535 .
- ชูศรี วงศ์รัตน์ะ . เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. พิมพ์ครั้งที่ 6 . ม.ป.ท. 2537 .
- คุณณี สุทธปรียาศรี และคณะ. ภาวะโภชนาการปกติ ภาวะโภชนาการเกินและ โภชนาการด้อย. เอกสารการสอนชุดวิชาโภชนศาสตร์สาธารณสุข หน่วยที่ 1 - 7 มหาวิทยาลัยสุโขทัย ธรรมาราช , 2527.
- ทัศนวิวรรณ ภู่อารีย์. โภชนาการมนุษย์. คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสาน มิตร, 2537.

- รัชชัย งามสันติวงศ์ . หลักการและวิธีใช้คอมพิวเตอร์ในงานสถิติเพื่อการวิจัย กรุงเทพฯ : บริษัท 21 เซ็นจูรี่ จำกัด , 2540.
- นโยบายและแผนสาธารณสุข,สำนัก. สถิติสาธารณสุข พ.ศ 2539. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก, 2540.
- นันทิยา เกิดวิชัย. ความสัมพันธ์ระหว่างบริโภคนิสัยกับภาวะโภชนาการของเด็กวัยก่อนเรียนในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษา เขตการศึกษา 11 . วิทยานิพนธ์ ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2532 .
- ประดับพร บุญเจือ. ปัจจัยที่ส่งผลต่อการปฏิบัติทางด้านารับประทานอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดสุรินทร์. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสาน , 2533.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ . การส่งเสริมสุขภาพ : การปรับบทบาทใหม่ของสุขภาพศึกษา. เอกสารการประชุมวิชาการสุขภาพศึกษาแห่งชาติครั้งที่ 7 เรื่องสุขภาพศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพในยุคโลกาภิวัตน์ ภาควิชาสุขภาพศึกษา มหาวิทยาลัยมหิดล , 2538.
- ประสาร ทิพย์ธารา. พัฒนาการเด็กและการอบรมเลี้ยงดู . กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์แพร์พิทยา , 2521.
- ปาลีรัฐ พิทักษ์ดำรงกิจ . พฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ในภาคเหนือ .วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย , 2537.
- บุญ โรจนปรานนท์ . นิสัยเกี่ยวกับอาหารการกิน .โภชนาการสาร, 2529.
- พิภพ จิริบุญโญ. โรคอ้วน:และการบำบัด.ในพิภพ จิริบุญโญ,วิพงษ์ ฉัตรานนท์ (บรรณาธิการ), หนังสือโภชนศาสตร์ทางคลินิกในเด็ก. กรุงเทพฯ ฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์ , 2533
- โภชนาการ, กอง. การศึกษาภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในกลุ่มเด็กนักเรียนระดับมัธยมศึกษา กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข, 2533.
- โภชนาการ, ฝ่าย. โครงการพัฒนาพฤติกรรมบริโภคอาหารและโภชนาการของประชาชนในกรุงเทพมหานครและแนวทางการดำเนินงานตามโครงการฯ ในช่วงแผนพัฒนากรุงเทพมหานครฉบับที่ 5 (พ.ศ 2540 - 2544). กองส่งเสริมสาธารณสุข สำนักอนามัย, 2540.
- รัชนีบุญย์ เงินวิไลย. ระดับไขมัน กลูโคสในซีรัม ความดันโลหิตและพลังงานที่ได้รับในเด็กวัยเรียนที่มีภาวะอ้วน.วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยมหิดล, 2539.
- วรางคณา บุตรศรี. พฤติกรรมการบริโภคอาหารและภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาอำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2537.

- วรรณวิมล กิตติดิถกุล. ปัจจัยที่มีผลต่อภาวะอ้วนในนักเรียนในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536.
- วิจิตร บุญยะโทตระ . ภัยจากอาหาร. กรุงเทพฯ : บริษัท พี. รุ่งโรจน์การพิมพ์จำกัด , 2533.
- วิชาการ, กรม. กระทรวงศึกษาธิการ.หลักสูตรประถมศึกษา พุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533). พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์การศาสนา, 2535.
- วิชัย ดันไพจิตร. โภชนาการเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์อักษรสมัย, 2530.
- วิศาล ยาวพงศ์ศิริ . โภชนบริโภคน (เกิน) และ โภชนบำบัด เอกสารประกอบการบรรยายเรื่อง วิทยาลัย
ทัศน์ทางอาหารและโภชนาการ . 2539 .
- ศิริพร หาญน. แบบแผนการบริโภคอาหารว่างของเด็กอ้วนและเด็กปกติอายุ 7 - 9 ปี โรงเรียนเอกชน
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโท มหาวิทยาลัยมหิดล, 2536.
- ศรีสว่าง มุกต์ชนะอนันต์ . ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อภาวะโภชนาการเกินของนักเรียนระดับประถมศึกษา
ปีที่ 6ในจังหวัดสุรินทร์.วิทยานิพนธ์ สังคมวิทยา มหาวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย, 2534.
- ศรีสุดา วงศ์วิเศษกุล. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยพฤติกรรมการปฏิบัติเพื่อ
สุขภาพกับภาวะโภชนาการของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพ
มหานคร.วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล, 2540.
- เสถียร เตชะไพฑูริย์ และคณะ. ลดความอ้วนด้วยวิธีง่าย พิมพ์ครั้งที่ 2 . กรุงเทพฯ:รุ่งแสงการพิมพ์,
2532.
- สมักร เวชจันทรฉาย และ สรวงศ์กัญญ์ ดวงคำสวัสดิ์ . PRECEDE Framework . เอกสารประกอบการ
การบรรยายเรื่องกระบวนการสุขภาพกับการพัฒนาพฤติกรรมบริโภค กอง
โภชนาการ กรมอนามัย . 2539
- ส่งเสริมพลศึกษาและสุขภาพ,กอง.กระทรวงศึกษาธิการ. ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมสุขภาพเพื่อ
แสวงหาเส้นทางไปสู่สุขภาพดีถ้วนหน้าเมื่อปี 2543. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา
ลาดพร้าว, 2529.
- สมใจ วิชัยดิษฐ์ และวศิณา จันทรศิริ . โภชนาการสร้างชาติ เด็กฉลาด ชาติเจริญ.เอกสารประกอบ
การประชุมวิชาการประจำปี 2537. ม.ป.ท.
- เสาวนีย์ จักรพิทักษ์ . หลักโภชนาการปัจจุบัน. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช , 2532.
- ศิริวัฒน์ आयวัฒน์ . ภาวะโภชนาการและพฤติกรรมบริโภคของนักเรียนชั้นประถมศึกษา
อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก . วิทยานิพนธ์สาธารณสุขศาสตรมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัย
เชียงใหม่ ,2539.

- สุชาดา มะ โนมัย. การศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรมหาบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539.
- สุวดี ศรีเลนวัติ. จิตวิทยากับการพยาบาลผู้ป่วยเด็ก. กรุงเทพฯ : ฟิสิกส์เซ็นเตอร์การพิมพ์, 2530.
- สุวิมล ตันทศุภศิริ. อาหารหลักและการกำหนดรายการอาหาร. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ศรีอนันต์, 2526.
- อนามัย, สำนัก. ข้อมูลด้านภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนกรุงเทพมหานคร เทียบร้อยละปี 2538, 2534 - 2540. กรุงเทพฯ : งานโภชนาการ กองส่งเสริมสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร, 2540. (อัดสำเนา)
- อนามัย, สำนัก. สรุปผลการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษาในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2540 งานโภชนาการ กองส่งเสริมสาธารณสุข สำนักอนามัย กรุงเทพมหานคร, 2540. (อัดสำเนา).
- อบเชย วงศ์ทอง. โภชนศาสตร์ครอบครัว. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชวนพิมพ์, 2541.
- อรวินท์ ไททิกี . อาหารกับโรค. กรุงเทพฯ : หอรัตนชัยการพิมพ์ , 2537.
- อวยพร เรืองตระกูล . สถิติการศึกษายั้่นนำ . กรุงเทพฯ : ศูนย์ตำราและเอกสารทางวิชาการ คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2540.
- อารี วัลยะเสวี และคณะ. โรคโภชนาการ. กรุงเทพฯ : สันประสิทธิ์การพิมพ์ , 2525.

ภาษาอังกฤษ

- Bogert ,and Others. Nutrition and Physical fitness. Philadelphia : W.B.Saunders ,1973.
- Bergstrom , Erik , and Hermell , Olle . Dietary fats and prevention of atherosclerosis . Annales Nestle 55 (1997) : 43 - 48 .
- Candy , Colette M. ,and Fee , Virginia E. Underlying dimensions and psychometric properties of the Eating Behaviors and Body Image Test for preadolescent girls. Journal of Clinical Child Psychology 27 (1998) : 117 - 127.
- Edlund .B. ; Hallqvist , G. .and Sjoden , P.O. Attitudes to food , eating and dieting behaviour in 11-14 year-old Swedish children. Acta Paediatr Scand , 1994.
- Epstein , L.H. Family based behavioural intervention for obese children . International Journal of obesity 20 (1996) : 14-21.
- Farina , Carla . Caregivers perceptions of their children's eating and activity patterns in relation to weight . MS. Dissertation , D' Youville College , 1996.
- Francis , Coni Chaplin. A comparison of serum lipid , lipoprotein and glucose concentrations in normal weight children of obese and normal weight biological mothers : relationship to percent body fat and dietary intake. Ph.D. Dissertation. Texas Woman's University , 1996.
- Gliksman , M.D.; Lazarus , R., and Wilson , A. Differences in serum lipids in Australian children : is diet responsible? Int J Epidemiol 22 (1993) : 54-247.
- Gutfeld , Greg ,and Rao , Linda . Taking TV to heart . Prevention 44 (Dec 1992) : 16.
- Johnson , J.L., and Birch , L.L. Parents' and children' s adiposity and eating style. Pediatrics , 94(1994).
- Moll . P.P., and Others. Total cholesterol and lipoproteins in school children : prediction of coronary heart disease in adult relatives circulation . Circulation 67(1983).
- Munson , Marty , and Gutfeld , Greg . Shrink the kids. Prevention 45(Dec 1993) : 20.
- Murphy , Anne S., and Others. Nutrition education needs and learning preferences of Michigan students in grade 5 , 8 and 11. Journal of School Health 64(1994) : 273 - 278 .
- Oliveria , S .. and Others. Parent - child relationships in nutrient intake ; the Framingham Children's study. Am J Clin Nutr 1992 .

- Rossow ,J. ; Kjaernes ,U. , and Holst , D. Patterns of sugar consumption in early childhood .
Community Dent Oral Epidemiol , 1990.
- Ruth ,M . Leverton . Food Becomes You . 1966.
- Sunnegardh , J., and Others . Physical activity in relation to energy intake and body fat in 8 - and
13 - year old children in Sweden. Acta Paediatr Scand 75(1986).
- Tojo ,R . Television y salud infantil . An Esp Paediatr 33(1990), 96-188.
- Tojo, R .; Leis, R.; Recarey , D. , and Pavon , P . Dietary habits of preschool and school aged
children : health risks and strategies for intervention. Feeding from toddlers to
adolescence . Nestle Nutrion Workshop Series 37(1996) : 93 - 111.
- Vartiainen, E. , and Others . Effects of dietary fat modification on lipids and blood pressure in
children. Acta Paediatr Scand 75(1986) : 394 - 401.
- World Health Organization . Prevention of coronary heart disease. Geneva :WHO Tech Rep Ser,
1982 .

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

รายงานผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัย

- | | |
|---|--|
| 1. รองศาสตราจารย์ ดร. รัชณี ขวัญบุญจัน | อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เทพวาณี หอมสนิท | อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย |
| 3. ดร. ธนวรรณ อิ่มสมบูรณ์ | อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ |
| 4. นายสง่า ดามาพงษ์ | นักวิชาการสาธารณสุข 9 กองโภชนาการ
กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข |
| 5. นางอุไร อุตตโรทัย | นักโภชนาการ 7 หัวหน้าฝ่ายโภชนาการ
กองส่งเสริมสาธารณสุข สำนักอนามัย
กรุงเทพมหานคร |
| 6. อาจารย์วันทนีย์ ศรีภานินทร์ | อาจารย์ 2 ระดับ 7 โรงเรียนบางขุนเทียนศึกษา |
| 7. อาจารย์สมชาย ถึงสมุทร | อาจารย์ 2 ระดับ 7 โรงเรียนบางขุนเทียนศึกษา |

(สำเนา)

ที่ ทม๐๓๐๒(๒๓๐๐.๑๕๑)/๔๑๒

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐

มกราคม ๒๕๔๒

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้ทรงคุณวุฒิ

เรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนางสาวพุทธชาด นาคเรือง นิสิตปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ” โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ ขอเชิญท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบเครื่องมือวิจัยที่นิสิตสร้างขึ้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์จากท่านได้โปรดพิจารณาตรวจสอบเครื่องมือวิจัยดังกล่าว เพื่อประโยชน์ทางวิชาการ และขอขอบคุณมาในโอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เริงรัชนี้ นิ่มนวล)

รองคณบดีฝ่ายจัดการศึกษา

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา (ระดับบัณฑิตศึกษา)

โทร. ๒๑๘๒๖๘๒

(ตำนาน)

ที่ ทม๐๓๐๑๒(๒๓๐๐.๑๕๑)/๔๑๒

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐

มกราคม ๒๕๔๒

เรื่อง ขอความร่วมมือทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนบางขุนเทียนศึกษา

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนางสาว พุทธชาด นาคเรือง นิสิตปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ” โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอมอชมา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้จึงจำเป็นต้องขอทดลองใช้เครื่องมือ ซึ่งเป็นแบบสอบถามโดยนำเครื่องมือไปใช้กับนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์แก่ นางสาว พุทธชาด นาคเรือง ได้ทำการทดลองใช้เครื่องมือในการวิจัยดังกล่าว เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไปและขอขอบคุณมาในโอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เริงรัชนี นิ่มนวล)

รองคณบดีฝ่ายจัดการศึกษา

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา(ระดับบัณฑิตศึกษา)

โทร. ๒๑๘๒๖๘๒

(สำนวน)

ที่ ทม๐๓๐๑๒(๒๓๐๕)/๔๑๒

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ถนนพญาไท กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐

กรุงเทพฯ วันที่ ๒๕๔๒

เรื่อง ขอความร่วมมือในการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการสำนักการศึกษา กรุงเทพมหานคร

สิ่งที่ส่งมาด้วย เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ด้วยนางสาว พุทธชาติ นาคเรือง นิสิตปริญญาโทบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา สาขาวิชาสุขศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเพื่อเสนอวิทยานิพนธ์เรื่อง “ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ” โดยมีผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. เอมอัชฌา วัฒนบูรานนท์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษา ในการนี้ นิสิตจำเป็นต้องขอตกลงใช้เครื่องมือซึ่งเป็นแบบสอบถามโดย นำเครื่องมือไปใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ซึ่งเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์แก่ นางสาวพุทธชาติ นาคเรือง ได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัยดังกล่าว เพื่อเป็นประโยชน์ทางวิชาการต่อไปและขอขอบคุณมาในโอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.เริงรัชนี นิ่มนวล)

รองคณบดีฝ่ายจัดการศึกษา

ปฏิบัติราชการแทนคณบดีคณะครุศาสตร์

สำนักงานฝ่ายจัดการศึกษา(ระดับบัณฑิตศึกษา)

โทร. ๒๑๘๒๖๘๒

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานการศึกษา (กองวิชาการ โทร . 4372047)

ที่ กท 3004 / 980

วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2542

เรื่อง ขอความร่วมมือในการเก็บข้อมูล

เรียน ผู้อำนวยการเขต บางพลัด

ด้วย นางสาวพุทธชาด นาคเรือง นิสิตชั้นปริญญาโทบัณฑิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภาควิชาพลศึกษา กำลังดำเนินการวิจัยเรื่อง “ การศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร ” ซึ่งจะต้องรวบรวมข้อมูลจากนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ของโรงเรียน เปาโรหิตย์

สำนักงานการศึกษา ใคร่ขอความร่วมมือจากท่านในการอนุญาตให้นางสาวพุทธชาด นาคเรือง ได้รวบรวมข้อมูลดังกล่าว เพื่อประโยชน์ในการวิจัยต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดให้ความอนุเคราะห์ และกรุณาแจ้งผู้บริหารโรงเรียนดังกล่าวทราบและให้ความร่วมมือในการเก็บข้อมูลครั้งนี้ด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นายชัยวิทย์ จิตเมตตา)

รองผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษา

ปฏิบัติราชการแทนผู้อำนวยการสำนักงานการศึกษา

ภาคผนวก ก

**แบบสอบถามปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนระดับ
ประถมศึกษาที่มีภาวะโภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร
คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม**

1. แบบสอบถามมีทั้งหมด 2 ชุด คือ

ชุดที่ 1 แบบสอบถามผู้ปกครองเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ
นักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร
จำนวน 20 ข้อ

ชุดที่ 2 แบบสอบถามนักเรียนเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของ
นักเรียนระดับประถมศึกษา ที่มีภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน ในโรงเรียนสังกัดกรุงเทพมหานคร
มีทั้งหมด 3 ส่วนคือ

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป จำนวน 25 ข้อ

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารแบ่ง เป็น 5 ตอน คือ

ตอนที่ 1 ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับอาหารและการเลือกบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 2 ปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านความเชื่อต่อภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน จำนวน 6 ข้อ

ตอนที่ 4 ปัจจัยอื่น จำนวน 10 ข้อ

ตอนที่ 5 ปัจจัยเสริม จำนวน 14 ข้อ

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการบริโภคอาหาร จำนวน 20 ข้อ

2. แบบสอบถามชุดนี้ ใช้สำหรับหาข้อมูลเพื่อทำการศึกษาเท่านั้น ไม่มีผลต่อคะแนนสอบ
ของนักเรียน

3. ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงของแต่ละตอนก่อนลงมือทำและตอบคำถามทุกข้อตามความจริง

4. แบบสอบถามผู้ปกครองมีทั้งหมด 5 หน้า ขอความร่วมมือให้นักเรียน ได้กรุณานำไปมอบให้
ผู้ปกครองตอบแบบสอบถามชุดนี้ด้วย และนำกลับมาส่งอาจารย์ประจำชั้น โดยเร็วที่สุด

5. แบบสอบถามนักเรียนมีทั้งหมด 19 หน้า ใช้เวลาทำ 30 นาที

ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือ
พุทธชาด นาคเรือง

แบบสอบถามนักเรียนเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
ระดับประถมศึกษาที่มีภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียน สังกัดกรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงเรียน เขต

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

กรุณาเติมคำในช่องว่าง และเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่กำหนดให้ (สำหรับผู้วิจัย)

1. เพศ 1. ชาย 2. หญิง 5. []
2. อายุ ปี 6. []
3. ชั้นประถมศึกษาปีที่ 7. []
4. น้ำหนัก กิโลกรัม
5. ส่วนสูง เซนติเมตร
6. ศาสนา 9. []
 - 1. พุทธ 3. อิสลาม
 - 2. คริสต์ 4. อื่นๆ (โปรดระบุ)
7. นักเรียนเป็นบุตรคนที่ ในจำนวนพี่น้องทั้งหมด คน 10. []
8. จำนวนสมาชิกในครอบครัว คน 12. []
9. เงินที่นักเรียนได้รับจากผู้ปกครองไปใช้จ่ายที่โรงเรียนในแต่ละวัน 14. []
 - 1. น้อยกว่า 10 บาทต่อวัน 4. จำนวน 30 - 40 บาทต่อวัน
 - 2. จำนวน 10 - 20 บาทต่อวัน 5. จำนวน 40 - 50 บาทต่อวัน
 - 3. จำนวน 20 - 30 บาทต่อวัน 6. จำนวน 50 บาทต่อวัน
10. นักเรียนแบ่งเงินเพื่อใช้เป็นค่าอาหารที่โรงเรียนในแต่ละวัน 15. []
 - 1. น้อยกว่า 10 บาทต่อวัน 4. จำนวน 30 - 40 บาทต่อวัน
 - 2. จำนวน 10 - 20 บาทต่อวัน 5. จำนวน 40 - 50 บาทต่อวัน
 - 3. จำนวน 20 - 30 บาทต่อวัน 6. มากกว่า 50 บาทต่อวัน

11. เงินส่วนที่เหลือจากค่าอาหาร นักเรียนนำไปใช้ 16. []
1. ไม่เหลือใช้เป็นค่าอาหารจนหมด 3. ซื้ออาหารว่าง (โพรcrastu)
2. เก็บไว้ 4. อื่นๆ (โพรcrastu)
12. ที่บ้านของนักเรียนใครเป็นผู้จัดหาอาหาร 17. []
1. มารดา 3. ซื้อรับประทานเอง
2. คนรับใช้ 4. อื่นๆ (โพรcrastu)
13. นักเรียนรับประทานอาหารวันละกี่มื้อ มีมือใดบ้าง 18. []
1. หนึ่งมือ ได้แก่ มือ
2. สองมือ ได้แก่ มือ
3. สามมือ ได้แก่ มือ
4. มากกว่า 3 มือ ได้แก่ มือ
14. อาหารมือใดที่นักเรียนรับประทานในปริมาณมากที่สุด 19. []
1. มื้อเช้า 3. ไม่ได้รับประทาน
2. มื้อกลางวัน 4. อื่นๆ (โพรcrastu)
15. ลักษณะอาหารมื้อเช้าที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว 20. []
1. ไม่ได้รับประทาน
2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป (โพรcrastu ประเภทอาหาร)
3. ปิ้งอาหารเองที่บ้าน (โพรcrastu ประเภทอาหาร)
4. อื่นๆ (โพรcrastu)
16. อาหารกลางวันที่นักเรียนรับประทาน 21. []
1. ซื้อจากแม่ค้าที่โรงเรียน
2. นำมาจากบ้าน
3. จากโครงการอาหารกลางวันของโรงเรียน
4. ไม่ได้รับประทาน
5. อื่นๆ (โพรcrastu)

17. นักเรียนชอบรับประทานอาหารประเภทใด (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ) 22. []
- 1. อาหารไทย เช่น ข้าวและกับ (น้ำพริกปลาหู ผักคั้ม) เป็นต้น
 - 2. อาหารจานด่วนไทย เช่น ขนมจีนน้ำยากุ้งเดี่ยว ข้าวเหนียวส้มตำ ลาบ ลาบไก่ย่าง ข้าวผัด ข้าวมันไก่ เป็นต้น
 - 3. อาหารจานด่วนอเมริกัน เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด ไข่กรอกทอด เป็นต้น
 - 4. อาหารจานด่วนอิตาลี เช่น พิซซ่า
 - 5. ผักและผลไม้
 - 6. ขนมขบเคี้ยว
 - 7. ขนมหวาน เค้ก ไอศกรีม
18. ถ้ามีเครื่องดื่มต่อไปนี้ขาย นักเรียนจะเลือกซื้อ (ตอบได้เพียงข้อเดียว) 30. []
- 1. น้ำอัดลม
 - 2. นมสด
 - 3. น้ำหวาน
 - 4. น้ำผลไม้
19. โดยปกติเมื่อรับประทานอาหารอิ่มแล้ว แต่มีอาหารเหลือนักเรียน 31. []
- 1. รับประทานต่อจนหมด
 - 2. ให้ผู้อื่นรับประทานต่อ
 - 3. เก็บไว้รับประทานเมื่อต่อไป
 - 4. เทให้สัตว์เลี้ยงในบ้านกิน
 - 5. เททิ้งถังขยะ
 - 6. อื่นๆ (โปรดระบุ)
20. อาหารที่นักเรียนรับประทานโดยปกติมักมีรสใดนำ (ตอบเพียง 1 คำตอบ) 32. []
- 1. หวาน
 - 2. เค็ม
 - 3. เปรี้ยว
 - 4. เผ็ด
 - 5. จืด
 - 6. ทูกรส
 - 7. อื่นๆ (โปรดระบุ)

21. นักเรียนเลือกบริโภคอาหารตามคำแนะนำของใครเป็นส่วนใหญ่ 33. []

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> 1. เลือกด้วยตนเอง | <input type="checkbox"/> 4. เลือกตามเพื่อน |
| <input type="checkbox"/> 2. เลือกตามผู้ปกครอง | <input type="checkbox"/> 5. เลือกตามพี่น้อง |
| <input type="checkbox"/> 3. เลือกตามครู | <input type="checkbox"/> 6. เลือกตามโฆษณา |

22. นักเรียนได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่อง อาหารและการเลือกซื้ออาหาร จากที่ใดบ้างนอกจากที่โรงเรียน (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ) 34. []

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 1. พ่อแม่ ผู้ปกครอง | <input type="checkbox"/> 5. หนังสือพิมพ์ |
| <input type="checkbox"/> 2. เจ้าหน้าที่สาธารณสุข | <input type="checkbox"/> 6. ทูกรส |
| <input type="checkbox"/> 3. วิทยุ | <input type="checkbox"/> 7. อื่นๆ (โปรดระบุ) |
| <input type="checkbox"/> 4. โทรทัศน์ | |

23. กิจกรรมเวลาว่าง ส่วนใหญ่ที่นักเรียนปฏิบัติบ่อยที่สุด 42. []

- | | | |
|--|------------------|---------------|
| <input type="checkbox"/> 1. ออกกำลังกายโดย | ระยะเวลาาน | ชั่วโมงต่อวัน |
| <input type="checkbox"/> 2. ดูโทรทัศน์ | ชั่วโมงต่อวัน | |
| <input type="checkbox"/> 3. นอน | | |
| <input type="checkbox"/> 4. อื่นๆ (โปรดระบุ) | | |

24. สมาชิกในครอบครัวที่มีรูปร่างอ้วน (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ) 43. []

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> 1. บิดา | <input type="checkbox"/> 3. พี่หรือน้อง |
| <input type="checkbox"/> 2. มารดา | <input type="checkbox"/> 4. อื่นๆ (โปรดระบุ) |

25. เมื่อเทียบกับนักเรียนเพศเดียวกัน อายุเท่ากัน นักเรียนคิดว่าตนเองมีรูปร่าง 48. []

- | |
|--|
| <input type="checkbox"/> 1. พอดี |
| <input type="checkbox"/> 2. อ้วนเกินไป |
| <input type="checkbox"/> 3. ผอมเกินไป |
| <input type="checkbox"/> 4. อื่นๆ (โปรดระบุ) |

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหาร

ตอนที่ 1 ปัจจัยด้านความรู้เกี่ยวกับอาหารและการเลือกบริโภคอาหาร

คำชี้แจง

ให้นักเรียนเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่กำหนดให้ หน้าข้อความที่เห็นว่าเป็นคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงคำตอบเดียว

(สำหรับผู้วิจัย)

1. อาหารหมายถึงอะไร

49. []

1. สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อร่างกาย
2. สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของร่างกายและจิตใจ
3. สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตอย่างรวดเร็วของร่างกาย
4. สิ่งที่เป็นประโยชน์ต่อการเจริญเติบโตของอวัยวะต่างๆในร่างกาย

2. อาหารเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับชีวิตของคนเราอย่างไร

50. []

1. ช่วยให้ทำงานได้มากกว่าปกติ
2. ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตตามปกติ
3. ช่วยให้ร่างกายเจริญเติบโตมากกว่าปกติ
4. ช่วยให้ปรับตัวเข้ากับสภาวะแวดล้อมได้ตามปกติ

3. การเลือกบริโภคอาหารอย่างถูกหลักโภชนาการ ควรคำนึงถึงข้อใด

51. []

1. เลือกบริโภคผักและผลไม้ให้มาก
2. เลือกบริโภคให้ได้สารอาหารครบถ้วน
3. เลือกบริโภคไข่ นม และเนื้อสัตว์ให้มาก
4. เลือกบริโภคอาหารที่สะอาด ถูกหลักอนามัย

4. อาหารประเภทใดที่ช่วยให้อวัยวะต่างๆในร่างกายสามารถทำงานได้ดี

52. []

1. ข้าว
2. น้ำมันหมู
3. ผักและผลไม้
4. เนื้อสัตว์ต่างๆ

5. ถั่วชนิดใดที่ทดแทนเนื้อสัตว์ 53. []
- 1. ถั่วพู
 - 2. ถั่วแขก
 - 3. ถั่วเหลือง
 - 4. ถั่วฝักยาว
6. อาหารที่นักเรียนรับประทานแต่ละวันควรประกอบด้วยอะไรบ้าง 54. []
- 1. ไข่ ข้าว น้ำมันพืช ผัก น้ำ
 - 2. เนื้อปลา ข้าว ผัก น้ำ น้ำมันพืช
 - 3. เนื้อสัตว์ ดับ ข้าว ผลไม้ น้ำมันพืช
 - 4. เนื้อสัตว์ ข้าว น้ำมันพืช ผัก ผลไม้
7. ถ้านักเรียนรับประทานอาหารในแต่ละวันครบ 5 หมู่ นักเรียนจำเป็นต้องดื่มอาหารเสริมสำเร็จรูปหรือไม่ เพราะเหตุใด 55. []
- 1. จำเป็น เพราะ การเรียนใช้สมองทำงานหนัก
 - 2. จำเป็น เพราะ มีสารอาหารพิเศษบำรุงร่างกาย
 - 3. ไม่จำเป็น เพราะ ร่างกายจะแข็งแรงได้ ขึ้นอยู่กับกรรมพันธุ์
 - 4. ไม่จำเป็น เพราะ การรับประทานอาหารครบ 5 หมู่ได้สารอาหารครบถ้วนแล้ว
8. อาหารชนิดใดต่อไปนี้มีสารอาหารน้อยที่สุด 56. []
- 1. ข้าวผัด
 - 2. ข้าวขาหมู
 - 3. ข้าวต้มหมู
 - 4. ข้าวไข่ดาว
9. อาหารจานด่วนมีส่วนประกอบของสารอาหารอะไรน้อยที่สุด 57. []
- 1. เกลือแร่ ไขมัน
 - 2. วิตามิน เกลือแร่
 - 3. เกลือแร่ โปรตีน
 - 4. คาร์โบไฮเดรต วิตามิน

10. อาหารจานด่วนมีส่วนประกอบของสารอาหารอะไรมากที่สุด 58. []
- 1. โปรตีน ไขมัน
 - 2. โปรตีน วิตามิน
 - 3. ไขมัน เส้นใยอาหาร
 - 4. เส้นใยอาหาร โปรตีน
11. อาหารประเภทใด ถ้าวรับประทานในปริมาณมากๆ จะทำให้อ้วนได้ง่าย 59. []
- 1. เนื้อสัตว์
 - 2. ผักและผลไม้
 - 3. แป้งและน้ำตาล
 - 4. ไข่และเครื่องในสัตว์
12. อาหารชนิดใดต่อไปนี้เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้น้ำหนักของร่างกายมากเกินไป ถ้าวรับประทานเป็นประจำ 60. []
- 1. ข้าวเหนียว ใก่ย่าง
 - 2. ข้าวเหนียว ส้มตำ
 - 3. ข้าวเหนียวปลาดุกย่าง
 - 4. ข้าวเหนียว หมูทอดคิ๊ดมัน
13. นักเรียนควรรับประทานอาหารประเภทใด ที่ไม่ทำให้น้ำหนักเพิ่มมากขึ้น 61. []
- 1. ข้าวขาหมู เจาะ
 - 2. ข้าวผัด ถีนจี่
 - 3. ข้าวไข่ตุ๋น มังคุด
 - 4. ข้าวไข่เจียว ทูเรียน
14. ผู้ที่มีภาวะโภชนาการเกิน ไม่ควรรับประทานผลไม้ประเภทใด 62. []
- 1. แดง โม ฝรั่ง
 - 2. ละมุด ทูเรียน
 - 3. ส้ม กล้วยน้ำว้า
 - 4. มะละกอ สับประรด

15. ถ้านักเรียนมีน้ำหนักตัวมากเกินไป นักเรียนควรงดอาหารมื้อใดมากที่สุด
1. มื้อเช้า 63. []
2. มื้อกลางวัน
3. มื้อเย็น
4. มื้อกลางคืนก่อนนอน
16. การรับประทานอาหารมื้อเย็นในปริมาณมากเกินไป อาจทำให้น้ำหนักตัวเกินมาตรฐาน เพราะอะไร 64. []
1. เวลากลางคืน ร่างกายไม่ใช้พลังงาน
2. เวลากลางคืน ร่างกายใช้พลังงานน้อย
3. เวลากลางคืน ร่างกายใช้พลังงานตามปกติ
4. เวลากลางคืน ร่างกายหยุดการเจริญเติบโต
17. ข้อใดต่อไปนี้ ไม่ใช่ การปฏิบัติเพื่อป้องกันภาวะโภชนาการเกิน 65. []
1. ควรดื่มน้ำสะอาดแทนน้ำอัดลม
2. รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่มาก ๆ
3. รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่ ในปริมาณที่ร่างกายต้องการ
4. รับประทานอาหารที่ให้เส้นใยมาก เช่น ผักและผลไม้เป็นประจำ
18. ข้อใดเป็นวิธีที่ลดน้ำหนักที่ได้ผลดีและปลอดภัยที่สุด 66. []
1. อดอาหาร
2. ผ่าตัดดูดไขมัน
3. รับประทานยาลดน้ำหนัก
4. ลดอาหารที่ให้พลังงานสูง
19. ลักษณะนิสัยในการรับประทานอาหารในข้อใดต่อไปนี้ ที่ไม่ใช่เป็นสาเหตุของการเกิดโรคอ้วน 67. []
1. รับประทานจุบจิบ ไม่เป็นเวลา
2. รับประทานเร็ว และมีปริมาณมาก
3. รับประทานอาหารราคาแพง เพื่อแสดงความร่ำรวย
4. เลือกรับประทานอาหารที่ชอบ คิดใจในรสชาติ

20. เด็กวัยเรียนต้องการสารอาหารประเภทใดเพิ่มมากขึ้นเพื่ออะไร

68. []

- 1. วิตามิน เพื่อเพิ่มน้ำหนักของร่างกาย
- 2. ไขมัน เพื่อเพิ่มกำลังงานในการทำงาน
- 3. โปรตีน เพื่อเสริมสร้างการเจริญเติบโต
- 4. คาร์โบไฮเดรต เพื่อซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ

ตอนที่ 2 ปัจจัยด้านทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อที่	ทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	(สำหรับผู้วิจัย
1	อาหารที่ดีต้องมีประโยชน์ต่อร่างกาย	5 []
2	การรับประทานอาหารหลายๆอย่างทำให้เกิด ประโยชน์แก่ร่างกาย	6 []
3	อยู่เพื่อกิน ดีกว่า กินเพื่ออยู่	7 []
4	อาหารจานด่วนเหมาะสำหรับเด็กวัยเรียนเพราะ มีโปรตีนช่วยในการเจริญเติบโต	8 []
5	การรับประทานอาหารในปริมาณที่มากและ บ่อยครั้ง จะทำให้เด็กวัยเรียนฉลาด เรียนหนังสือ ได้ดี	9 []
6	ถ้ารับประทานอาหารจานด่วนทุกวัน ทำให้อ้วน แน่นอน	10 []
7	รับประทานอาหารจานด่วนทุกวัน เป็นการ บั่นทอนสุขภาพให้ตายเร็วขึ้น	11 []
8	การรับประทานหนังไก่ย่าง ไม่ทำให้อ้วน เพราะ เป็นของย่างไม่ไร้ของทอด	12 []
9	ดื่มน้ำอัดลมแล้ว ทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้น	13 []
10	ถ้ารับประทานอาหารจานด่วนแล้วเพื่อนๆยอม รับเข้ากลุ่ม	14 []
11	การรับประทานอาหารจานด่วน เป็นสิ่งที่ทันสมัย เหมาะสมกับเด็กรุ่นใหม่	15 []
12	ไอศกรีม ขนมหวาน ขนมเค้ก เป็นอาหารว่างมี เบาๆ ที่ไม่ทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้น	16 []

ข้อที่	ทัศนคติต่อการบริโภคอาหาร	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	(สำหรับผู้วิจัย
13	การดื่มนมรสจืด ดีกว่านมรสหวาน เพราะได้รสชาติของนมอย่างแท้จริง	17 []
14	การรับประทานเนื้อปลาดีกว่าเนื้อสัตว์ชนิดอื่น เพราะ ทำให้ไม่อ้วน	18 []
15	การรับประทานชอคโกแลต เคี้ยวมากฝรั่ง ทำให้อารมณ์ดี	19 []
16	การรับประทานผักและผลไม้ มีประโยชน์ ช่วยทำให้รูปร่างได้สัดส่วน	20 []
17	กินอยู่อย่างไทยได้รสชาติ ต้องเติมน้ำปลาทุกครั้ง ที่รับประทานอาหาร	21 []
18	หลังรับประทานอาหารอิ่มเต็มที่ แล้วยอนเลยทำให้หลับสบายดี	22 []
19	เด็กรุ่นใหม่ต้องลองรับประทานอาหารแปลกๆ ใหม่ๆตามโฆษณา จะได้ทันสมัยคุยกับเพื่อนได้	23 []
20	ถ้ารับประทานอาหารมาก ควรออกกำลังกายหรือใช้แรงงานมากๆด้วย	24 []

ตอนที่ 3 ปัจจัยด้านความเชื่อต่อภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อที่	ความเชื่อต่อภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐาน	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	เห็น ด้วย	ไม่ เห็น ด้วย	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	(สำหรับผู้วิจัย
1	คนที่มีรูปร่างอ้วน คือคนที่กินดีอยู่ดี	25 []
2	ความอ้วน เป็นบ่อเกิดของ โรคร้ายแรงต่างๆ	26 []
3	คนอ้วน คือคนแข็งแรง มีสุขภาพดี	27 []
4	คนอ้วนแสดงว่าเป็นคนมีฐานะดี ร่ำรวย	28 []
5	คนอ้วนมักฉลาด เพราะรับประทานอาหารใน ปริมาณมากซึ่งช่วยบำรุงสมอง	29 []
6	คนอ้วนมักตายเร็ว	30 []

ตอนที่ 4 ปัจจัยเอื้อ

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อที่ตรงกับความเป็นจริงเพียงคำตอบเดียว

ข้อที่	ปัจจัยเอื้อ	ใช่	ไม่ใช่	(สำหรับผู้วิจัย)
1	บริเวณใกล้บ้านมีร้านอาหารจานด่วน	31 []
2	ที่โรงเรียนมีร้านอาหารจานด่วน	32 []
3	ที่โรงเรียนหรือบริเวณใกล้บ้านมีร้านขายน้ำอัดลม	33 []
4	บริเวณใกล้บ้านมีสนามเด็กเล่น	34 []
5	ที่โรงเรียนมีสนามเด็กเล่น	35 []
6	มีโอกาสได้วิ่งเล่นออกกำลังกายหลังเลิกเรียนบ่อยๆ	36 []
7	สามารถหาซื้อขนม อาหารจานด่วนหรืออาหารว่างมารับประทานได้ง่าย	37 []
8	มีเงินเหลือพอที่จะซื้อขนม อาหารว่าง หรืออาหารจานด่วนมารับประทานได้บ่อยๆหลังมื้ออาหาร หรือหลังเลิกเรียน	38 []
9	มีโอกาสได้วิ่งเล่นออกกำลังกายในวันหยุด	39 []
10	ร้านอาหารจานด่วน มีบรรยากาศดี การตกแต่งร้านสวยงามและบริการประทับใจ ทำให้เกิดความพึงพอใจที่จะใช้บริการ	40 []

ตอนที่ 5 ปัจจัยเสริม

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อที่ตรงกับความเป็นจริงเพียงคำตอบเดียว

ข้อที่	ปัจจัยเสริม	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยเลย	(สำหรับผู้วิจัย)
1	ที่บ้านรับประทานอาหารจานด่วน	41 []
2	ที่บ้านทำอาหารประเภทผัดๆทอดๆ	42 []
3	ที่บ้านดื่มน้ำอัดลม	43 []
4	ผู้ปกครองจัดอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกายให้ฉันรับประทาน	44 []
5	ผู้ปกครองจัดจัดผลไม้ให้ฉันรับประทานทุกมื้อ	45 []
6	ผู้ปกครองปรุงอาหารแต่ละมื้อ โดยมีผักเป็นส่วนประกอบ	46 []
7	ผู้ปกครองรับประทานปลาแทนเนื้อสัตว์	47 []
8	ฉันรับประทานตามอย่างเพื่อน ได้แก่ ไก่ / หมู / เนื้อทอด / ไข่ทอด / ลูกกอล์ฟ / เค้ก / ไอศกรีม	48 []
9	เพื่อนของฉันรับประทานผลไม้มากกว่าขนมขบเคี้ยวหรืออาหารจานด่วน	49 []
10	ในโอกาสพิเศษผู้ปกครองจะฉลองด้วยการจัดเลี้ยงอาหาร	50 []
11	ผู้ปกครองพาฉันไปเล่นกีฬาและออกกำลังกาย	51 []
12	เพื่อนๆมักชวนฉันไปเล่นกีฬา	52 []
13	ผู้ปกครองต้องการให้ฉันใช้เวลาว่างกับการเรียนมากกว่าการออกกำลังกาย	53 []
14	ในปีปัจจุบันมีโฆษณาอาหารแปลกๆใหม่ๆทางโทรทัศน์ที่น่าสนใจ ดึงดูดใจให้ลองรับประทาน	54 []

ส่วนที่ 3 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

กรุณาทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างท้ายข้อที่ตรงกับความจริงที่นักเรียนปฏิบัติเพียงคำตอบเดียว
คำชี้แจง

เป็นประจำ	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติสัปดาห์ละ 6 - 7 ครั้ง
บ่อยครั้ง	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติสัปดาห์ละ 3 - 5 ครั้ง
เป็นบางครั้ง	หมายถึง	นักเรียนมีการปฏิบัติสัปดาห์ละ 1 - 2 ครั้ง
ไม่เคยเลย	หมายถึง	นักเรียนไม่เคยปฏิบัติเลย

ข้อที่	พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยเลย	(สำหรับผู้วิจัย)
1	ฉันดื่มนมรสจืด / นมไขมันต่ำ	5 []
2	ฉันดื่มนมรสหวาน / ชอคโกแลต / สตอเบอร์รี่	6 []
3	ฉันรับประทานอาหารจานด่วน เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด พิซซ่า เป็นต้น	7 []
4	ฉันรับประทานไอศกรีม โดนัท ขนมปัง เค้ก	8 []
5	ฉันรับประทานขนมหวาน เช่น ข้าวเหนียวถั่วดำ กล้วยบวชชี เป็นต้น	9 []
6	ฉันดื่มน้ำอัดลม / น้ำหวาน	10 []
7	ฉันรับประทานขนมขบเคี้ยว	11 []
8	ฉันหลีกเลี่ยงการรับประทานเนื้อสัตว์ที่ติดมัน หรือติดหนัง	12 []
9	ฉันเพิ่มรสชาติในอาหารด้วยการเติมน้ำปลา ทุกครั้งที่ได้รับประทานอาหาร	13 []
10	ฉันรับประทานอาหารมากกว่าวันละ 3 มื้อ	14 []
11	ฉันรับประทานอาหารมือเย็นมากกว่ามืออื่น	15 []
12	ฉันรับประทานอาหารมือกลางคืนก่อนนอน	16 []
13	ฉันรับประทานอาหารมื้อละ 2 จานขึ้นไป	17 []

ข้อที่	พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยเลย	(สำหรับผู้วิจัย)
14	ฉันเคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืนจนเป็นนิสัย	18 []
15	ฉันรับประทานอาหารคำโต และหมดจานภายในเวลาอันรวดเร็ว	19 []
16	ฉันซื้อขนม หรือของขบเคี้ยวเก็บคุนไว้รับประทานเสมอ	20 []
17	ขณะที่ดูโทรทัศน์ / อ่านหนังสือ ฉันรับประทานอาหารหรือขนมไปด้วย	21 []
18	นอกจากชั่วโมงเรียนพลศึกษาฉันได้เล่นกีฬาด้วย	22 []
19	ฉันเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่า ถูกหลักโภชนาการ และราคาประหยัด	23 []
20	ฉันเลือกซื้ออาหารตามคำโฆษณา	24 []

แบบสอบถามผู้ประกอบการเกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียน
ระดับประถมศึกษาที่มีภาวะ โภชนาการเกินมาตรฐานในโรงเรียน สังกัดกรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงเรียน เขต

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

กรุณาเติมคำในช่องว่าง และเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงใน ที่กำหนดให้

(สำหรับผู้วิจัย)

1. ผู้ตอบแบบสอบถามเป็น (ผู้ปกครอง) เป็น 35. []

1. บิดา 3. ผู้เลี้ยงดู (โปรดระบุ)
2. มารดา

2. อายุของผู้ปกครอง 36. []

1. อายุต่ำกว่า 20 ปี 4. อายุ 41 - 50 ปี
2. อายุ 21 - 30 ปี 5. อายุ 51 - 60 ปี
3. อายุ 31 - 40 ปี 6. อายุมากกว่า 60 ปีขึ้นไป

3. การศึกษาสูงสุดของผู้ปกครอง 37. []

1. ไม่ได้เรียน 5. อนุปริญญาหรือประกาศนียบัตร
2. ระดับชั้นประถมศึกษา 6. ปริญญาตรีหรือเทียบเท่า
3. ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 7. สูงกว่าปริญญาตรี
4. ระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย

4. อาชีพของผู้ปกครอง 38. []

1. ไม่มีงานทำ 5. ค้าขายเล็กน้อย
2. รับจ้างทั่วไป 6. ประกอบธุรกิจส่วนตัว
3. พนักงานบริษัท ห้างร้าน เอกชน 7. อื่นๆ (โปรดระบุ)
4. ข้าราชการหรือพนักงานรัฐวิสาหกิจ

5. รายได้เฉลี่ยของครอบครัวในแต่ละเดือน (รวมสมาชิกทุกคนในบ้าน) 39. []

1. ต่ำกว่า 3,000 บาท

4. จำนวน 9,000 - 12,000 บาทต่อเดือน

2. จำนวน 3,000 - 6,000 บาทต่อเดือน

5. จำนวน 12,000 - 15,000 บาทต่อเดือน

3. จำนวน 6,000 - 9,000 บาทต่อเดือน

6. มากกว่า 15,000 บาทต่อเดือน

6. ในวันทำงานลักษณะอาหารมื้อเช้าที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว 40. []

1. ไม่ได้รับประทาน

2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป

3.ปรุงอาหารเองที่บ้าน

4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

7. ในวันทำงานลักษณะอาหารมื้อกลางวันที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว

1. ไม่ได้รับประทาน

41. []

2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป

3.ปรุงอาหารเองที่บ้าน

4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

8. ในวันทำงานลักษณะอาหารมื้อเย็นที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว

1. ไม่ได้รับประทาน

42. []

2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป

3.ปรุงอาหารเองที่บ้าน

4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

9. ในวันหยุดลักษณะอาหารมื้อเช้าที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว 43. []

1. ไม่ได้รับประทาน

2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป

3.ปรุงอาหารเองที่บ้าน

4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

10. ในวันหยุดลักษณะอาหารมื้อกลางวันที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว

1. ไม่ได้รับประทาน

44. []

2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป

3.ปรุงอาหารเองที่บ้าน

4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

11. ในวันหยุดลักษณะอาหารมือเย็นที่รับประทานส่วนใหญ่ในครอบครัว

1. ไม่ได้รับประทาน 45. []
2. ซื้ออาหารสำเร็จรูป
3. ปรุงอาหารเองที่บ้าน
4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

12. ครอบครัวของท่านปรุงอาหาร โดย 46. []

1. มารดา 3. ซื้อรับประทานเอง
2. คนรับใช้ 4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

13. ผู้ปกครองจ่ายเงินให้ไปโรงเรียนในแต่ละวัน 47. []

1. น้อยกว่า 10 บาทต่อวัน 4. จำนวน 30 - 40 บาทต่อวัน
2. จำนวน 10 - 20 บาทต่อวัน 5. จำนวน 40 - 50 บาทต่อวัน
3. จำนวน 20 - 30 บาทต่อวัน 6. มากกว่า 50 บาทต่อวัน

14. ที่บ้านใช้น้ำมันชนิดใดปรุงอาหาร 48. []

1. น้ำมันพืช
2. น้ำมันหมู
3. น้ำมันพืชและน้ำมันหมู
4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

15. อาหารที่ปรุงรับประทานเองที่บ้าน ส่วนใหญ่เป็นอาหารประเภท 49. []

(ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ)

1. ทอด 5. นึ่ง
2. ผัด 6. ปิ้ง
3. ต้ม 7. เผา
4. คั่ว 8. อื่นๆ (โปรดระบุ)

16. อาหารที่ท่านรับประทานโดยปรกติ มักมีรสใดนำ (ตอบเพียง 1 คำตอบ)

1. หวาน 5. จืด 58. []
2. เค็ม 6. ทูกรส
3. เปรี้ยว 7. อื่นๆ (โปรดระบุ)
4. เฝื่อน

17. ท่านชอบรับประทานอาหารประเภทใด (ระบุได้มากกว่า 1 ข้อ) 59. []

1. อาหารไทยเช่น ข้าวและก๋วยเตี๋ยว เช่น น้ำพริก ปลาทุ ผักดอง
2. อาหารจานด่วนไทย เช่น ขนมจีนน้ำยากุ้งเดียว ข้าวเหนียวส้มตำ ลาบไก่ย่าง ข้าวผัด ข้าวมันไก่ ข้าวหน้าเป็ด ผัดซีอิ้ว เป็นต้น
3. อาหารจานด่วนอเมริกัน เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด ไข่กรอกทอด ฯลฯ
4. อาหารจานด่วนอิตาลี
5. ผักและผลไม้
6. ขนมขบเคี้ยว
7. ขนมหวาน เค้ก ไอศกรีม

18. อาหารมือใด ที่ท่านรับประทานในปริมาณมากที่สุด 67. []

1. มื้อเช้า 3. มื้อเย็น
2. มื้อกลางวัน 4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

19. โดยปกติเมื่อรับประทานอาหารเช้าแล้ว แต่มีอาหารเหลือท่าน 68. []

1. รับประทานต่อจนหมด
2. ให้ผู้อื่นรับประทานต่อ
3. เก็บไว้รับประทานมื้อต่อไป
4. เทให้สัตว์เลี้ยงในบ้านกิน
5. เททิ้งถังขยะ
6. อื่นๆ (โปรดระบุ)

20. กิจกรรมเวลาว่างส่วนใหญ่ที่ท่านปฏิบัติบ่อยที่สุด 69. []

1. ออกกำลังกายโดย ระยะเวลา นาน ชั่วโมงต่อวัน
2. ดูโทรทัศน์ ชั่วโมงต่อวัน
3. นอน
4. อื่นๆ (โปรดระบุ)

ภาคผนวก ง

การพิจารณาปัจจัยเอื้อรายด้าน

1. ด้านแหล่งขายอาหาร ได้แก่

- ข้อที่ 1 บริเวณใกล้บ้านมีร้านขายอาหารจานด่วน
- ข้อที่ 2 ที่โรงเรียนมีร้านขายอาหารจานด่วน
- ข้อที่ 3 ที่โรงเรียนหรือบริเวณใกล้บ้านมีร้านขายน้ำอัดลม
- ข้อที่ 10 ร้านขายอาหารจานด่วน มีบรรยากาศดี การตกแต่งร้านสวยงามและบริการ

ประทับใจ ทำให้เกิดความพึงพอใจที่จะใช้บริการ

2. ด้านอำนาจในการซื้ออาหาร ได้แก่

- ข้อที่ 7 สามารถหาซื้อขนม อาหารจานด่วนหรืออาหารว่างมารับประทานได้ง่าย
- ข้อที่ 8 มีเงินเหลือพอที่จะซื้อขนม อาหารว่าง หรืออาหารจานด่วนมารับประทานได้

บ่อยๆหลังมื้ออาหาร หรือหลังเลิกเรียน

3. ด้านสถานที่ที่เอื้อต่อการออกกำลังกาย ได้แก่

- ข้อที่ 4 บริเวณใกล้บ้านมีสนามเด็กเล่น
- ข้อที่ 5 ที่โรงเรียนมีสนามเด็กเล่น
- ข้อที่ 6 มีโอกาสได้วิ่งเล่นออกกำลังกายหลังเลิกเรียนบ่อยๆ
- ข้อที่ 9 มีโอกาสได้วิ่งเล่นออกกำลังกายในวันหยุด

การพิจารณาปัจจัยเสริมรายด้าน

1. ด้านการปฏิบัติต่อเด็กของผู้ปกครองเกี่ยวกับการบริโภคอาหาร ได้แก่

- ข้อที่ 4 ผู้ปกครองจัดอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกายให้ฉันรับประทาน
- ข้อที่ 5 ผู้ปกครองจัดผลไม้ให้ฉันรับประทานทุกมื้อ
- ข้อที่ 10 ในโอกาสพิเศษผู้ปกครองจะฉลองด้วยการจัดเลี้ยงอาหาร
- ข้อที่ 11 ผู้ปกครองพาฉันไปเล่นกีฬาและออกกำลังกาย
- ข้อที่ 13 ผู้ปกครองต้องการให้ฉันใช้เวลาว่างกับการเรียนมากกว่าการออกกำลังกาย

2. ด้านพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของผู้ปกครอง ได้แก่

- ข้อที่ 1 ที่บ้านรับประทานอาหารจานด่วน
- ข้อที่ 2 ที่บ้านทำอาหารประเภทผัดๆทอดๆ
- ข้อที่ 3 ที่บ้านดื่มน้ำอัดลม

ข้อที่ 6 ผู้ปกครองปรุงอาหารแต่ละมื้อ โดยมีผักเป็นส่วนประกอบ

ข้อที่ 7 ผู้ปกครองรับประทานปลาแทนเนื้อสัตว์

3. ด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารของเพื่อน ได้แก่

ข้อที่ 8 ฉันรับประทานตามอย่างเพื่อน ได้แก่ ไก่ / หมู / เนื้อทอด / ไข่ทอดทอด / ลูกก็ / เค้ก / ไอศกรีม

ข้อที่ 9 เพื่อนของฉันรับประทานผลไม้มากกว่าขนมขบเคี้ยวหรืออาหารจานด่วน

ข้อที่ 12 เพื่อนๆมักชวนฉันไปเล่นกีฬา

4. ด้านการรับรู้สื่อโฆษณา ได้แก่ .

ข้อที่ 14 ในปัจจุบันมีโฆษณาอาหารแปลกๆใหม่ๆทางโทรทัศน์ที่น่าสนใจ ดึงดูดใจให้ลองรับประทาน

การพิจารณาพฤติกรรมการบริโภคอาหารรายด้าน

1. ด้านการเลือกชนิดอาหาร

ข้อที่ 1 ฉันดื่มนมรสจืด / นมไขมันต่ำ

ข้อที่ 2 ฉันดื่มนมรสหวาน / ชอคโกแลต / สตอเบอร์รี่

ข้อที่ 3 ฉันรับประทานอาหารจานด่วน เช่น แฮมเบอร์เกอร์ ไก่ทอด พิซซ่า เป็นต้น

ข้อที่ 4 ฉันรับประทานไอศกรีม โดนัท ขนมปัง เค้ก

ข้อที่ 5 ฉันรับประทานขนมหวาน เช่น ข้าวเหนียวถั่วดำ กุ๊ยยวาชชิ เป็นต้น

ข้อที่ 6 ฉันดื่มน้ำอัดลม / น้ำหวาน

ข้อที่ 7 ฉันรับประทานขนมขบเคี้ยว

ข้อที่ 8 ฉันหลีกเลี่ยงการรับประทานเนื้อสัตว์ที่ติดมันหรือติดหนัง

ข้อที่ 16 ฉันซื้อขนม หรือของขบเคี้ยวเก็บตุนไว้รับประทานเสมอ

ข้อที่ 19 ฉันเลือกซื้ออาหารที่มีคุณค่า ถูกหลักโภชนาการและราคาประหยัด

ข้อที่ 20 ฉันเลือกซื้ออาหารตามคำโฆษณา

2. ด้านความถี่ในการบริโภคอาหาร

ข้อที่ 10 ฉันรับประทานอาหารมากกว่าวันละ 3 มื้อ

ข้อที่ 11 ฉันรับประทานอาหารมื้อเย็นมากกว่ามื้ออื่น

ข้อที่ 12 ฉันรับประทานอาหารมื้อกลางวันก่อนนอน

ข้อที่ 13 ฉันรับประทานอาหารมื้อละ 2 จานขึ้นไป

3. ด้านการปฏิบัติตนในการรับประทานอาหาร

ข้อที่ 9 ฉันเพิ่มรสชาติในอาหารด้วยการเติมน้ำปลาทุกครั้งที่ได้รับประทานอาหาร

ข้อที่ 14 ฉันเคี้ยวอาหารให้ละเอียดก่อนกลืนจนเป็นนิสัย

ข้อที่ 15 ฉันรับประทานอาหารคำโต และหมดจานภายในเวลาอันรวดเร็ว

ข้อที่ 17 ขณะที่ดูโทรทัศน์ / อ่านหนังสือ ฉันรับประทานอาหารหรือขนมไปด้วย

ข้อที่ 18 นอกจากชั่วโมงเรียนพลศึกษาฉันได้เล่นกีฬาด้วย



ประวัติผู้วิจัย

นางสาวพุทธชาติ นาคเรือง เกิดเมื่อวันที่ 18 พฤศจิกายน 2509 จบการศึกษาประกาศนียบัตร
พยาบาลศาสตร์และผดุงครรภ์ชั้นสูง จากวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี กรุงเทพฯ เมื่อ พ.ศ. 2532
เข้าศึกษาหลักสูตร ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาสุขศึกษา ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เมื่อปีการศึกษา 2540 ปัจจุบันดำรงตำแหน่งพยาบาลวิชาชีพ ระดับ 6 สถาบัน
สุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี