



ที่ ศธ ๐๔๑๑๘/ว ๑๗๕๖

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยโสธร เขต ๒  
อำเภอกุตุ้ม จังหวัดชัยโสธร ๓๕๑๔๐

๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๗

เรื่อง โครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก Food For Good “โภชนาการที่ดี คือรากฐานของการเจริญเติบโต”

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนในสังกัดทุกโรงเรียน

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก Food For Good จำนวน ๑ ชุด  
“โภชนาการที่ดี คือรากฐานของการเจริญเติบโต”

ด้วยโครงการฟู้ดฟอร์กู๊ด (FOOD FOR GOOD) ของมูลนิธิยุวพัฒน์ ได้จัดทำโครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก FOOD FOR GOOD “โภชนาการที่ดี คือรากฐานของการเจริญเติบโต” และมีความประสงค์ จะสนับสนุนการอบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรพัฒนาศักยภาพครูโภชนาการ โครงการ FOOD FOR GOOD” เพื่อเสริมสร้างศักยภาพบุคลากรด้านการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กวัยเรียน ให้กับโรงเรียนกลุ่มเป้าหมายจำนวน ๕๐ โรงเรียน ผ่านระบบ Zoom โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

๑. เพื่อส่งเสริมให้โรงเรียนมีระบบการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กนักเรียนที่มีประสิทธิภาพ
๒. เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่ครบถ้วน เหมาะสม เพียงพอ และมีภาวะโภชนาการที่ดี
๓. เพื่อให้โรงเรียนมีระบบการดูแล ติดตาม และเฝ้าระวังภาวะโภชนาการนักเรียน
๔. เพื่อให้โรงเรียนเป็นแหล่งเผยแพร่และเชื่อมโยงความรู้ รวมทั้งวิธีการดูแลโภชนาการที่ถูกต้องให้กับนักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน
๕. เพื่อสนับสนุนให้เกิดแหล่งอาหารปลอดภัยในโรงเรียน และแหล่งเรียนรู้ให้กับเด็กนักเรียน
๖. เพื่อสนับสนุนให้เกิดความร่วมมือทั้งโรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานในพื้นที่ในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารบริโภคอาหารของเด็ก และระบบดูแลเฝ้าระวังติดตามภาวะโภชนาการของเด็ก

ในการ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยโสธร เขต ๒ จึงขอประชาสัมพันธ์ให้โรงเรียนในสังกัดทราบรายละเอียดโครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก FOOD FOR GOOD “โภชนาการที่ดี คือรากฐานของการเจริญเติบโต” ของมูลนิธิยุวพัฒน์ ตามสิ่งที่ส่งมาด้วย โดยโรงเรียนที่มีความประสงค์ขอเข้าร่วมการอบรมดังกล่าว จะต้องดำเนินการจัดทำคำขอฯ เพื่อให้ทางมูลนิธิยุวพัฒน์ดำเนินการคัดเลือก ผ่านระบบ School Lunch System <https://schoollunchsystem.obec.go.th/> ตั้งแต่วันที่ ๑๓ - ๒๐ พฤษภาคม ๒๕๖๗

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ



(นายพิทยา นามบุญลือ)

ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชัยโสธร เขต ๒

กลุ่มส่งเสริมการจัดการศึกษา

โทร.๐๔๕- ๗๘๖๖๔๗, ๐๘ ๖๕๑๑ ๙๐๔๓ E-Mail [p.kritsanasak@gmail.com](mailto:p.kritsanasak@gmail.com)

“เรียนดี มีความสุข”



## โครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก FOOD FOR GOOD

### “โภชนาการที่ดี คือรากฐานของการเจริญเติบโต”

#### 1. แนวคิด

โครงการ FOOD FOR GOOD (ฟู้ดฟอร์กู๊ด) ก่อตั้งขึ้นในปี พ.ศ. 2557 ภายใต้มูลนิธิยุวพัฒน์ ซึ่งเป็นองค์กรสาธารณกุศลลำดับที่ 300 มีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยเหลือให้เด็กได้รับความสมดุลด้านโภชนาการ ร่วมขจัดปัญหาภาวะทุพโภชนาการของเด็กไทยอย่างยั่งยืน ทำหน้าที่สร้างการมีส่วนร่วมของสังคม เพื่อสนับสนุนให้เกิดกลไกการดูแลโภชนาการเด็กในพื้นที่ที่มีประสิทธิภาพและมีความต่อเนื่อง

วัยเด็กถือเป็นช่วงเวลาสำคัญต่อพัฒนาการโดยรวม “โภชนาการ” จึงมีบทบาทหลักต่อการเจริญเติบโตของเด็ก ที่ส่งผลในระยะยาว ข้อมูลจาก Health data center เดือนตุลาคม ปี พ.ศ. 2564 (กระทรวงสาธารณสุข, 2564) พบว่าเด็กไทยกว่า 40% มีภาวะทุพโภชนาการ จากการศึกษารายงานสถานการณ์ภาวะโภชนาการโดยสำนักโภชนาการกรมอนามัย FOOD FOR GOOD คาดการณ์ว่ามีเด็กไทย (อายุ 6-14 ปี) กว่า 2.9 ล้านคนจาก 7.09 ล้านคน ที่อาจจะมีภาวะเตี้ย ผอม หรืออ้วน นอกจากนี้ ภาวะทุพโภชนาการนี้มักพบในเด็กชนบทมากกว่าเด็กในเมืองถึง 2 เท่า (นิภา, 2558) และจากผลสำรวจภาวะโภชนาการเด็กภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ครั้งที่ 2 หรือ SEANUTS II (South East Asian Nutrition Surveys II) โดยการสำรวจครั้งล่าสุดในปี พ.ศ. 2562-2564 พบว่า ภาวะทุพโภชนาการ หรือสภาวะของร่างกายที่เกิดจากการได้รับสารอาหารที่ไม่ครบถ้วน หรือมีปริมาณที่ไม่เหมาะสมกับความต้องการของร่างกาย ยังคงเป็นปัญหาใหญ่โดยรวมของเด็กไทย รวมถึงเด็กในภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ซึ่งสะท้อนถึงคุณภาพของอาหาร และการดูแลโภชนาการเด็กที่ยังต้องปรับปรุง

FOOD FOR GOOD ได้ริเริ่มโครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก ขึ้นในปี 2557 ปัจจุบันทำงานร่วมกับ โรงเรียน 152 แห่ง ครอบคลุม 37 จังหวัดทั่วประเทศ เพื่อเสริมสร้างวิธีการดูแลโภชนาการเด็กนักเรียนที่ถูกต้อง ได้ตระหนักถึงปัญหาและอุปสรรคในการดูแลโภชนาการเด็กนักเรียน ที่มีปัจจัยเกี่ยวข้องทั้งเรื่องความจำกัดทรัพยากร งบประมาณค่าอาหาร กำลังคนสนับสนุนการดำเนินงานด้านโภชนาการระดับพื้นที่ และบุคลากรระดับปฏิบัติการ ยังขาดองค์ความรู้และทักษะในการดูแลสุขภาพเด็กวัยเรียนแบบองค์รวม พื้นที่ส่วนใหญ่ยังไม่มีระบบเฝ้าระวัง ภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน ไม่มีการนำข้อมูลภาวะโภชนาการเด็กมาใช้ในการจัดการ ส่งเสริม และแก้ไขปัญหา รวมไปถึงพฤติกรรมกรบริโภครายบุคคล

โครงการฯ จึงมีแนวคิดในการสนับสนุนงบประมาณและองค์ความรู้ให้กับโรงเรียนกลุ่มเป้าหมายเพื่อร่วมพัฒนาระบบ การจัดการอาหารและโภชนาการเด็กในโรงเรียนให้มีประสิทธิภาพ โดยมุ่งหวังให้โรงเรียนมีเครื่องมือและแนวทางการดูแล โภชนาการเด็กที่ถูกต้อง เป็นระบบ ครอบคลุม และเชื่อมโยงทั้งที่บ้านและโรงเรียน เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหาร ที่มีพลังงานและสารอาหารครบถ้วน เหมาะสม และเพียงพอตามความต้องการของร่างกาย ส่งผลให้มีภาวะโภชนาการที่ดี และเกิดความร่วมมือของชุมชนและหน่วยงานในพื้นที่ในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การกินของเด็ก และดูแลเฝ้าระวังติดตามภาวะโภชนาการของเด็กอย่างเป็นระบบ

## 2. วัตถุประสงค์

- 2.1 เพื่อส่งเสริมให้โรงเรียนมีระบบการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กนักเรียนที่มีประสิทธิภาพ
- 2.2 เพื่อให้เด็กนักเรียนได้รับประทานอาหารที่ครบถ้วน เหมาะสม เพียงพอ และมีภาวะโภชนาการที่ดี
- 2.3 เพื่อให้โรงเรียนมีระบบการดูแล ติดตาม และเฝ้าระวังภาวะโภชนาการนักเรียน
- 2.4 เพื่อให้โรงเรียนเป็นแหล่งเผยแพร่และเชื่อมโยงความรู้ รวมทั้งวิธีการดูแลโภชนาการที่ถูกต้องให้กับนักเรียน ผู้ปกครอง และชุมชน
- 2.5 เพื่อสนับสนุนให้เกิดแหล่งอาหารปลอดภัยในโรงเรียน และแหล่งเรียนรู้ให้กับเด็กนักเรียน
- 2.6 เพื่อสนับสนุนให้เกิดความร่วมมือทั้งโรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานในพื้นที่ในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก และระบบดูแลเฝ้าระวังติดตามภาวะโภชนาการของเด็ก

## 3. คุณสมบัติของโรงเรียนที่ขอรับการอบรม

- 3.1 เป็นโรงเรียนประถมศึกษา หรือโรงเรียนขยายโอกาสที่มีจัดบริการอาหารโดยโรงเรียน (ไม่รวมถึงการจำหน่ายอาหารในโรงเรียนโดยร้านค้า/ผู้ประกอบการ)
- 3.2 เป็นโรงเรียนที่มีความตั้งใจที่จะพัฒนาระบบการจัดการอาหารและโภชนาการนักเรียน และมีความพร้อมในการส่งบุคลากรเข้ารับการอบรม และร่วมดำเนินการกับโครงการฯ รวมไปถึงการติดตามการดำเนินงานและรายงานผล 2 ครั้ง/ 1 ปีการศึกษา
- 3.3 เป็นโรงเรียนที่ไม่เคยเข้าร่วมโครงการ FOOD FOR GOOD

## 4. เกณฑ์การคัดเลือก

- 4.1 โรงเรียนที่ตรงตามคุณสมบัติในข้อ 3
- 4.2 พิจารณาโรงเรียนที่จัดทำข้อมูล จัดส่งเอกสาร และทำตามขั้นตอนครบถ้วนเท่านั้น โดยพิจารณาเรียงลำดับจากวันที่สมัครเป็นสำคัญ
- 4.3 พิจารณาโรงเรียนในเครือข่ายสถาบันพัฒนาโรงเรียนคุณธรรม มูลนิธิยุวพัฒน์ เป็นกรณีพิเศษ

## 5. ระยะเวลาการดำเนินงาน

- 1 ปีการศึกษา

## 6. หลักเกณฑ์การสนับสนุน

- 6.1 พิจารณาสันับสนุนโรงเรียนที่เข้าตามคุณสมบัติของโรงเรียนที่ขอรับการสนับสนุน (ในข้อ 3) จำนวน 50 โรงเรียน<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> จำนวนโรงเรียนอาจจะมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม ขึ้นอยู่กับการพิจารณาของคณะกรรมการ

## 6.2 พิจารณาสันนิษฐาน 2 ส่วนได้แก่

### 1. สันนิษฐานงานอบรม

- 1.1. งานอบรมเชิงปฏิบัติการ “หลักสูตรพัฒนาศักยภาพครูโภชนาการ โครงการ FOOD FOR GOOD” เพื่อเสริมศักยภาพบุคลากรด้านการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กวัยเรียน โดยการอบรมออนไลน์ผ่านโปรแกรม Zoom ระยะเวลา 2 วัน ระหว่างวันที่ 15-16 มิถุนายน 2567 โดยผู้เข้าร่วม เป็นบุคลากรในโรงเรียนที่เกี่ยวข้องตั้งแต่ เรื่องนโยบายตลอดจนการดำเนินกิจกรรม ได้แก่ 1) ผู้อำนวยการโรงเรียน (รับผิดชอบเรื่องการกำหนดนโยบายและแนวทางการสนับสนุน) 2) ครูโภชนาการ/ครูอาหาร (รับผิดชอบเรื่องการดำเนินกิจกรรมงานอาหารและดูแลสุขภาพนักเรียน) 2 ท่าน (รวม 3 ท่าน) โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรมต้องเข้าร่วมทุกกิจกรรมตลอดระยะเวลาของหลักสูตรการฝึกอบรม และมีผลทดสอบหลังการอบรมไม่ต่ำกว่าร้อยละ 80 จึงจะมีสิทธิ์ได้รับใบเกียรติบัตรรับรองผลผ่านการอบรมหลักสูตรพัฒนาศักยภาพครูโภชนาการ โครงการ FOOD FOR GOOD จากสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) ร่วมกับ โครงการ FOOD FOR GOOD มูลนิธิยุวพัฒน์

#### กำหนดการงานอบรม “พัฒนาศักยภาพครูโภชนาการโครงการ FOOD FOR GOOD ปีการศึกษา 2567” วันเสาร์ที่ 15 มิถุนายน 2567

08.30-09.00 น.	พิธีเปิด
09.00-10.00 น.	ความสำคัญของโภชนาการเด็กวัยเรียน
10.00-11.00 น.	โภชนาการพื้นฐานของเด็กวัยเรียน
11.00-12.00 น.	หลักการวางแผนเมนูอาหารกลางวัน
12.00-13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน
13.00-14.00 น.	การวางแผนเมนูอาหารกลางวันสำหรับเด็กวัยเรียน
14.00-15.00 น.	การดักเสิร์ฟอาหาร
15.00-16.30 น.	การประเมินภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน

#### วันอาทิตย์ที่ 16 มิถุนายน 2567

09.00-10.00 น.	การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารกินของเด็กวัยเรียน
10.00-11.00 น.	สุขภาพิบาลอาหาร
11.00-12.00 น.	โปรแกรมติดตามภาวะโภชนาการของเด็กวัยเรียน
12.00-13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00-14.00 น.	การดูแลเด็กที่เสี่ยงต่อภาวะทุพโภชนาการ
14.00-16.00 น.	การวางแผนงานเพื่อแก้ปัญหาเรื่องอาหารและโภชนาการในโรงเรียน
16.00-16.30 น.	พิธีปิด

หมายเหตุ กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

2. งานติดตามเพื่อพัฒนาระบบการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กในโรงเรียน  
สนับสนุนผู้เชี่ยวชาญ นักโภชนาการ และทีมงาน ในการติดตาม ให้คำปรึกษา รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรมอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนการดำเนินงานร่วมกับโครงการ 1 ปีการศึกษา

## 7. ตัวชี้วัด

โรงเรียนมีระบบการจัดบริการอาหารและโภชนาการเด็กในโรงเรียนที่มีประสิทธิภาพและมีความต่อเนื่อง โดยมีองค์ประกอบ ดังนี้

- 7.1 โรงเรียนมีการกำหนดนโยบายรองรับการจัดบริการอาหารและโภชนาการเด็กในโรงเรียน และมีแผนการดูแลเฝ้าระวังติดตามภาวะโภชนาการเด็กร่วมกับชุมชน โดยมีการจัดตั้งคณะทำงานในโรงเรียน และคณะกรรมการโครงการฯ ซึ่งประกอบไปด้วยตัวแทนจากภาคส่วนต่างๆ ในพื้นที่ เพื่อสนับสนุนให้เกิดความร่วมมือทั้งโรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานในพื้นที่ในการสร้างสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการบริโภคอาหารของเด็ก
- 7.2 โรงเรียนสามารถดูแลการจัดบริการอาหารและโภชนาการนักเรียนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม
  - 7.2.1 โรงเรียนสามารถวางแผนเมนูอาหารได้อย่างเหมาะสมตามมาตรฐานอาหารกลางวันโรงเรียน
  - 7.2.2 การจัดเสิร์ฟอาหารได้ตามความเหมาะสมและครบถ้วนตามวัยของเด็กนักเรียน
  - 7.2.3 การจัดการด้านความปลอดภัยอาหาร สุขาภิบาลอาหาร และสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน
  - 7.2.4 การติดตาม ประเมิน ภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ถูกต้อง แม่นยำ ทั้งเครื่องมือและวิธีการ
  - 7.2.5 มีระบบการเฝ้าระวังภาวะโภชนาการเด็กนักเรียน ร่วมกับหน่วยงานสาธารณสุข และหน่วยงานอื่นๆ ในพื้นที่
- 7.3 โรงเรียนมีการบูรณาการความรู้เรื่องอาหารและการดูแลโภชนาการที่ถูกต้องให้กับนักเรียน ผู้ปกครอง และ ชุมชน
- 7.4 โรงเรียนมีการดำเนินงานโครงการเกษตร เพื่อเป็นแหล่งอาหารปลอดภัย และแหล่งเรียนรู้ให้กับนักเรียน และต่อยอดไปสู่กองทุนหมุนเวียนเพื่ออาหารและโภชนาการในโรงเรียน

## 8. วิธีการรับสมัคร

โรงเรียนจัดทำแบบคำขอเข้าร่วมโครงการพัฒนาโภชนาการเด็ก FOOD FOR GOOD ประจำปีการศึกษา 2567 ผ่านระบบ School Lunch System (SLS) <https://schoollunchsystem.obec.go.th> ที่สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐานกำหนดภายในวันที่ 20 พฤษภาคม 2567

## 9. ประกาศผลการคัดเลือก

ประกาศผลการคัดเลือกวันที่ 22 พฤษภาคม 2567 ผ่านระบบ School Lunch System (SLS) และผ่านทางเว็บไซต์ [www.foodforgood.or.th](http://www.foodforgood.or.th) เฟสบุ๊กเพจ @foodforgoodth

## 10. วิธีดำเนินการเมื่อได้รับคัดเลือก

- 10.1 โรงเรียนจัดส่งแบบตอบรับเข้าร่วมโครงการฯ มาที่โครงการ FOOD FOR GOOD มูลนิธิยุวพัฒน์ ทางอีเมล [apply@foodforgood.or.th](mailto:apply@foodforgood.or.th) ตามวัน-เวลาที่กำหนด
- 10.2 จัดทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือในการดำเนินงานระหว่างมูลนิธิยุวพัฒน์และโรงเรียน
- 10.3 โรงเรียนเข้าร่วมอบรมเพื่อพัฒนาศักยภาพบุคลากรด้านการจัดการอาหารและโภชนาการเด็กวัยเรียน
- 10.4 โรงเรียนเข้าร่วมกระบวนการ และจัดทำรายงานการดำเนินงาน รายงานต่อคณะกรรมการโครงการตามกำหนด

## 11. นิยามศัพท์

**ภาวะโภชนาการ** หมายถึง สภาวะของร่างกายที่เกิดจากการบริโภคอาหาร การดูดซึม และการใช้ประโยชน์ของสารอาหารในร่างกาย ซึ่งภาวะโภชนาการถือเป็นดัชนีที่บ่งชี้ภาวะสุขภาพรายบุคคล กลุ่มบุคคล หรือชุมชน

**ภาวะทุพโภชนาการ** หมายถึง ภาวะที่ร่างกายได้รับสารอาหารที่ไม่เหมาะสมและไม่เพียงพอ ส่งผลให้มีการเจริญเติบโตไม่เต็มที่สมวัย เกิดความผิดปกติทางร่างกาย เช่น เตี้ย ผอม หรืออ้วน โดยกรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้กำหนดเกณฑ์การประเมิน ดังนี้

- ภาวะเตี้ย คือ เด็กนักเรียนที่มีส่วนสูงต่ออายุต่ำกว่าเกณฑ์
- ภาวะผอม คือ เด็กนักเรียนที่มีน้ำหนักต่อส่วนสูงต่ำกว่าเกณฑ์
- ภาวะอ้วน คือ เด็กนักเรียนที่มีน้ำหนักต่อส่วนสูงเกินเกณฑ์

**ระบบการจัดการอาหารในโรงเรียน** หมายถึง ระบบที่ครอบคลุมการวางแผน การดำเนินการ กำกับติดตาม ประเมินผล การสื่อสารเรื่องการจัดการอาหารในโรงเรียน โดยให้ความสำคัญกับคุณภาพอาหาร ความปลอดภัยของอาหาร ที่จัดให้เหมาะสมกับเด็กวัยเรียน

**การเฝ้าระวังและติดตามภาวะโภชนาการ** หมายถึง การดูแล ประเมินผล และบันทึกการเจริญเติบโตของนักเรียนผ่านการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง จากนั้นนำผลที่ได้มาวิเคราะห์ภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียน รวมไปถึงดูแลควบคุมพฤติกรรมกรรมการรับประทานอาหารของนักเรียนให้ได้รับสารอาหารที่ครบถ้วน หลากหลาย และเหมาะสมกับวัย

---

**ที่อยู่โครงการ** โครงการ FOOD FOR GOOD มูลนิธิยุวพัฒน์  
เลขที่ 1 อาคารพรีเมียร์คอร์ปอเรทพาร์ค ถนนศรีนครินทร์  
แขวงหนองบอน เขตประเวศ กรุงเทพฯ 10250  
เว็บไซต์ [www.foodforgood.or.th](http://www.foodforgood.or.th)  
เฟสบุ๊กเพจ @foodforgoodth  
อีเมล [apply@foodforgood.or.th](mailto:apply@foodforgood.or.th)

**ผู้ประสานงาน:** คุณรัชฎา บุณนิม ผู้จัดการงานพัฒนาโภชนาการเด็ก  
เบอร์มือถือ 09 5953 4916  
อีเมล [Ratchada.b@ybf.premier.co.th](mailto:Ratchada.b@ybf.premier.co.th)