



รูปแบบ

การผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภค ในครัวเรือน เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

พัฒนา พรหมณี^{1*}อาภา สาระกุล²มะลิวรรณ กิจจาท³

รับบทความ: 15 กุมภาพันธ์ 2568 แก้ไขบทความ: 25 เมษายน 2568 ตอรับบทความ: 2 พฤษภาคม 2568

บทคัดย่อ

การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วมนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างรูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา การวิจัยนี้ใช้หมู่บ้านเป็นหน่วยวิเคราะห์ข้อมูล เจาะจงเลือกหมู่บ้าน หมู่ที่ 5 บ้านมอญ และมีกลุ่มตัวอย่างจำนวน 128 คน เครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับ 1) การวางแผนการดำเนินงาน 2) การปฏิบัติการตามแผนและกิจกรรมการดำเนินงาน 3) การเก็บข้อมูลผลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน 4) การประเมินผลลัพธ์การดำเนินงาน สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าร้อยละ และการวิเคราะห์เนื้อหา ผลการวิจัยพบว่า รูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การตั้งคณะทำงาน 2) การสำรวจข้อมูล 3) การกำหนดผลลัพธ์ เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวางแผนการดำเนินงาน 4) การดำเนินงานตามแผน 5) การประเมินและสรุปผลการดำเนินงาน ครัวเรือนมีการปลูกและบริโภคผักใช้สารเคมี 70 ครัวเรือน เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ มีการปลูกผักมากกว่า 5 ชนิด ร่วมกันคิดค้นวิธีปลูกผักให้มีกินตลอดปีในพื้นที่แก้มลิง ด้วยการปลูกผักแบบแก้มลิงผักโดยปลูกในกระถางแบบกลับหัว นำกระถางแขวนบนราวหนึ่น้ำท่วม ซึ่ง 1 กระถาง สามารถปลูกได้ทั้งด้านบนและด้านล่าง ปลูกได้ด้านละ 2-3 ชนิด เรียนรู้วิธีปรุงดินปลูกผักให้ได้ผลผลิตที่ดี นำผักที่ปลูกมาจัดทำเป็นเมนูอาหารที่ต้องการบริโภคของแต่ละครัวเรือน ส่งผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนลงได้ และมีสุขภาพที่ดีขึ้น

คำสำคัญ: การผลิตผักปลอดสารเคมี สารเคมีกำจัดศัตรูพืช การบริโภคผักในครัวเรือน การสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง

¹ คณะสาธารณสุขศาสตร์ สถาบันวิทยาการประกอบการแห่งอยุธยา

* อีเมล: anattap1@hotmail.com

²⁻³ คณะบริหารธุรกิจ สถาบันวิทยาการประกอบการแห่งอยุธยา

A Model to Produce Vegetables Free from Pesticides for Household Consumption for Health Promotion in the Kaem Ling area, Bang Ban District, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province

Pattana Prommane ^{1*}

Apa SaraKul ²

Maliwan Kitwath ³

Abstract

This participatory action research aimed to construct a model to produce vegetables free from pesticides for household consumption and health promotion in the Kaem Ling area, Bang Ban District, Phra Nakhon Si Ayutthaya Province. This research used villages as the unit of data analysis by purposive sampling selected to Moo 5, Ban Mon, Bang Ban District, and a sample of 128 people. The instruments used for data collection were: Focus group discussion topics and notes for 1) operational planning, 2) implementation of the plan and operational activities, 3) data collection of operational results, and 4) operational result evaluation. Data was analyzed using percentage and content analysis. The research results were found that: a model to produce vegetables free from pesticides for household consumption for health promotion consists of 5 steps: 1) Establishing a working group, 2) Data survey, 3) Determining results, goals, objectives and planning operations, 4) Implementing operations according to the plan, 5) Evaluating and summarizing operations results, 70 households grow and consume vegetables in line with the set target, more than 5 types of vegetables are grown, co-invent to grow vegetables to eat all year round in the Kaem Ling area, fake way planting vegetables in upside-down pots, hang the pots on the flood protection rails, one pot can plant 2-3 types both on the top and bottom side, learn how to prepare soil for growing vegetables to get good yields, using the grown vegetables to prepare a menu of food that each household wants to consume, resulting in a reduction in household expenses and improve health.

Keywords: Produce Vegetables Free from Pesticides, Pesticides, Household Vegetables Consumption, Health Promotion, Kaem Ling area

¹ Faculty of Public Health, Institute of Entrepreneurial Science Ayothaya

* Email: anattap1@hotmail.com

²⁻³ Faculty of Business Management, Institute of Entrepreneurial Science Ayothaya

บทนำ

ผักเป็นพืชอาหารที่มีสารอาหารสำคัญทั้งวิตามินและแร่ธาตุที่มีคุณค่าเป็นประโยชน์และจำเป็นต่อร่างกายจำนวนมาก โดยเฉพาะธาตุแคลเซียมและธาตุเหล็ก รวมทั้งสารต้านอนุมูลอิสระ เช่น ลูทีน ที่ช่วยลดการเกิดความเสื่อมของจอประสาทตา เบต้าแคโรทีน ฟลาโวนอยด์ ที่ช่วยดูแลรักษาสุขภาพหัวใจหลอดเลือดและระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย ลดโอกาสการเกิดมะเร็ง กระตุ้นการกำจัดเซลล์มะเร็งของร่างกาย ไลโคปีนที่ช่วยลดการเกิดมะเร็งต่อมลูกหมากและลดปริมาณไขมันแอลดีแอลในเลือด แอนโทไซยานินที่มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นให้ผนังหลอดเลือด ลดโอกาสการเกิดการอุดตันในเส้นเลือดและโรคหลอดเลือดหัวใจแข็งตัว เซลลูโลสและไฟเบอร์ ช่วยในการย่อยอาหารและขับถ่าย รวมถึงแป้งและน้ำตาลที่เป็นแหล่งพลังงานและให้ความอบอุ่นแก่ร่างกาย พืชผักส่วนใหญ่จะเป็นพืชล้มลุกที่มีลักษณะอวบน้ำ อ่อนนุ่ม มีรสค่อนข้างหวาน ที่สำคัญผักที่รับประทานต้องไม่มีสารเคมีหรือสารพิษที่เป็นโทษต่อร่างกาย การรับประทานผักต้องรับประทานให้เพียงพอตามความต้องการของร่างกายและมีความหลากหลายของชนิดผัก จะช่วยสร้างเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี องค์การอนามัยโลกได้แนะนำให้บริโภคผักและผลไม้ อย่างน้อยวันละ 400 กรัม เพื่อลดความเสี่ยงการเกิดโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็งทางเดินอาหาร และโรคกระเพาะอาหาร (กรมส่งเสริมการเกษตร, 2562) จากการสำรวจติดตามพฤติกรรมการกินผักของคนไทย พบว่าคนไทยมีปริมาณการกินผักโดยเฉลี่ยลดลงจากวันละ 373.14 กรัมต่อวัน (ปี 2562) เหลือวันละ 355.89 กรัมต่อวัน (ปี 2564) (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2565)

ค่านิยมในการบริโภคผักของคนไทยมักเลือกบริโภคผักที่สวยงามไม่มีร่องรอยการทำลายของศัตรูพืช ทำให้เกษตรกรที่ปลูกผักต้องใช้สารเคมีป้องกันและกำจัดศัตรูพืชเพื่อให้ได้ผักที่สวยงามตามความต้องการของตลาดและผู้บริโภค เมื่อนำมาบริโภคแล้วอาจได้รับอันตรายจากสารพิษที่ตกค้างอยู่ในผักผักนั้นได้ จากการศึกษาพบว่า ประเทศไทยยังพบปัญหาการปนเปื้อนของสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในผักหลายชนิดที่มีจำหน่ายในตลาดมีปริมาณที่สูงเกินค่ามาตรฐานและมีแนวโน้มที่มีการผลิตและจำหน่ายเพิ่มสูงขึ้นทุกปี เนื่องจากต้องการได้ผลผลิตที่มีลักษณะดี และได้จำนวนผลผลิตมาก ในภาวะตลาดที่มีการแข่งขันที่ค่อนข้างสูง อีกทั้งต้องการผลิตให้สอดคล้องกับค่านิยมการบริโภคของคนไทย ผลที่ตามมาผู้บริโภคผักจะได้รับสารเคมีกำจัดศัตรูพืชที่ปนเปื้อนมากับผัก ทำให้เกิดการเจ็บป่วยและมีผลกระทบต่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและระยะยาว การเกิดโรคแบบเฉียบพลัน คลื่นไส้ อาเจียน ปวดหัว อ่อนเพลีย ปวดท้อง และแบบเรื้อรังที่ก่อให้เกิดโรคมะเร็ง อัมพฤกษ์ อัมพาต โรคผิวหนัง การพิการของทารกแรกเกิด (Mint K, 2007; ศันสนีย์ แก้วดวงเล็ก และคณะ, 2560; วิจิตรา เหลียวตระกูล และคณะ, 2562) แม้ประเทศไทยจะเป็นแหล่งผลิตอาหารที่มีพืชผักหลากหลายมากกว่า 500 ชนิด และคณะกรรมการแห่งชาติว่าด้วย การพัฒนายุทธศาสตร์การจัดการสารเคมีกำจัดศัตรูพืช มีการประชาสัมพันธ์และรณรงค์เรื่องคุณค่า ประโยชน์ของการบริโภคผัก และการปลูกผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชภายใต้กลยุทธ์และสร้างมาตรการเพื่อลดอันตรายจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในผัก มาเป็นเกษตรอินทรีย์อย่างต่อเนื่อง แต่พบว่าประชาชนมีความรอบรู้ด้านสุขภาพที่เกี่ยวข้องกับการบริโภคผักไม่เพียงพอ นอกจากนี้

ครอบครัวขาดการปลูกฝังการบริโภคผักให้กับสมาชิกในครอบครัว อีกทั้งยังมีการปลูกและประกอบอาหารที่มีผักเป็นส่วนประกอบน้อย ประชาชนในชุมชนในทุกภาคของประเทศขาดการส่งเสริมการบริโภคผัก ประกอบกับมีอาหารประเภทอื่นที่หลากหลายในชุมชนให้เลือกบริโภคที่ง่าย สะดวก รวดเร็ว หากแต่อาหารเหล่านั้นมักปราศจากผักเป็นส่วนประกอบ อันเป็นผลต่อพฤติกรรมกรรมการบริโภคผักไม่เพียงพอของประชาชนมาอย่างต่อเนื่อง ส่งผลต่อสุขภาพของประชาชนในภาพรวมเป็นอย่างมาก (พิกุลทิพย์ ชุนเศรษฐ และสิทธิพรณ เรือนจันทร์, 2567)

การค้นคว้าวิธีการ กระบวนการ หรือรูปแบบการส่งเสริมการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพที่เหมาะสมจึงเป็นแนวทางในการดำเนินการในการแก้ปัญหาดังกล่าวให้ประชาชนมีผักที่ปลอดภัยสำหรับการบริโภค โดยเฉพาะพื้นที่อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ที่มีลักษณะพิเศษเป็นพื้นที่แก้มลิงรับน้ำชลอไว้ไม่ให้ไหลบ่าลงไปในพื้นที่ต่ำกว่า (จังหวัดปทุมธานี นนทบุรี และกรุงเทพมหานคร) ในระยะเวลาที่ยาวนานถึง 6 เดือน ผู้วิจัยจึงสนใจในการวิจัยถึงรูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ให้ได้รูปแบบที่เหมาะสมในการส่งเสริมการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี สามารถป้องกันโรคอันเกิดจากผลกระทบของสารเคมีกำจัดศัตรูพืชที่ปนเปื้อนมากับผักที่บริโภคต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อสร้างรูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

วรรณกรรมและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยนี้มีพื้นฐานจากแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช และการสร้างเสริมสุขภาพ ดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช

ผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช หรือผักปลอดภัยจากสารพิษ เป็นผลผลิตพืชผักที่ไม่มีสารเคมีป้องกันและกำจัดศัตรูพืชตกค้างอยู่ หรือมีตกค้างอยู่ไม่เกินระดับมาตรฐานที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนดไว้ ในประกาศกระทรวงสาธารณสุข ฉบับที่ 163 พ.ศ. 2538 ลงวันที่ 28 เมษายน 2538 เรื่อง อาหารที่มีสารพิษตกค้าง (สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล, 2565; กรมส่งเสริมการเกษตร, 2562)

2. แนวคิดเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพ

การสร้างเสริมสุขภาพ เป็นกระบวนการส่งเสริมให้ประชาชน เพิ่มสมรรถนะในการควบคุมและปรับปรุงสุขภาพของตนเองในการบรรลุซึ่งสุขภาพอันสมบูรณ์ทั้งทางร่างกาย จิตใจ สังคม และปัญญา

ตระหนักถึงความต้องการของตนเองในการแก้ปัญหาสุขภาพ สามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อมหรือปรับตนให้เข้ากับสิ่งแวดล้อม สามารถควบคุมปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อสุขภาพ หลีกเลียงจากสิ่งแวดล้อมที่เป็นพิษเป็นสาเหตุที่ทำให้ลายสุขภาพ ขณะเดียวกันก็ให้ความสำคัญ หรือเน้นให้การเพิ่มในด้านปัจจัยสร้างเสริมสุขภาพ (กระทรวงสาธารณสุข, 2564)

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม (Participatory Action Research) โดยกำหนดขั้นตอนของการวิจัยประกอบด้วย การวางแผน (Plan) การปฏิบัติ (Action) การสังเกต (Observation) และการสะท้อนกลับ (Reflection) (Kemmis & Mc Taggart, 1988; วีระยุทธ์ ชาตะกาญจน์, 2558; สายสมร ศักดิ์คำดวง และคณะ, 2565) มีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยดำเนินการวิจัยโดยใช้หมู่บ้านเป็นหน่วยในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัย คัดเลือกหมู่บ้าน โดยเจาะจงเลือกจาก 111 หมู่บ้าน ใน 16 ตำบลของอำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นหมู่บ้านที่ใหญ่บ้านพร้อมจะเป็นหัวหน้าคณะทำงานของกระบวนการวิจัยนี้ เป็นผู้นำที่มีพลังในการพัฒนาชุมชน ประชาชนเชื่อมั่นศรัทธาและให้ความร่วมมือในกระบวนการดำเนินงานการวิจัย ผู้วิจัยเจาะจงเลือกหมู่บ้านมอญ หมู่ 5 ตำบลไทรน้อย อำเภอบางบาลเป็นพื้นที่วิจัย กำหนดเกณฑ์การรับครัวเรือนเข้าร่วมกระบวนการวิจัย โดยต้องเป็นครัวเรือนที่สนใจที่จะการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช เชื่อมั่นศรัทธาและให้ความร่วมมือที่จะเข้าร่วมกระบวนการวิจัย ได้กลุ่มเป้าหมาย จำนวน 70 ครัวเรือน และกลุ่มตัวอย่างจำนวน 128 คน

การดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้แบ่งการวิจัยออกเป็น 3 ระยะ มีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

ระยะที่ 1 การวางแผนการดำเนินงาน ดำเนินการวิจัยโดยประชุมประชาคมเพื่อจัดตั้งคณะทำงาน กำหนดบทบาทและหน้าที่คณะทำงาน กำหนดแผนการดำเนินงาน และกำหนดการประชุมคณะทำงานเพื่อการติดตามการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในแต่ละครัวเรือนอย่างต่อเนื่อง

ระยะที่ 2 การดำเนินงานตามแผนการดำเนินงาน ดำเนินการวิจัยโดยคณะทำงานสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี ทั้งก่อนการดำเนินการ ระหว่างการดำเนินการ และหลังการดำเนินการ ประชุมประชาคมหมู่บ้านเพื่อคืนข้อมูลที่ได้จากการสำรวจ อบรมให้ความรู้การปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี กำหนดกติกา ข้อตกลงและกิจกรรมร่วมกันในการดำเนินงาน และดำเนินการกิจกรรมรวมกลุ่มให้ความรู้ วรรณคดี และกระตุ้นให้มีการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี

ระยะที่ 3 การประเมินผลการดำเนินงาน สรุปผลลัพท์การดำเนินงาน ดำเนินการวิจัยโดยจัดกิจกรรมส่งเสริมให้ครัวเรือนลงมือปฏิบัติการปลูกผักตามกติกาหรือข้อตกลงที่ได้กำหนดร่วมกันไว้ บันทึกข้อมูลการปลูก

และบริโภคผักที่ปลูก และบันทึกค่าใช้จ่ายในการซื้อและขายผักรายสัปดาห์ รวมถึงการจัดเวทีย้ายแปลงเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ติดตามประเมินผลสำเร็จ

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยขออนุญาตเข้าศึกษาในพื้นที่จากหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ชี้แจงรายละเอียด ขอความร่วมมือในการให้ข้อมูล ก่อนดำเนินการวิจัย ผู้วิจัยได้แจ้งวัตถุประสงค์การวิจัย ให้กับชุมชนทราบ และผู้ใหญ่บ้านที่เป็นผู้นำชุมชนได้ให้ความยินยอมเข้าร่วมกระบวนการวิจัยก่อนการเก็บข้อมูล ผู้เข้าร่วมกระบวนการวิจัยสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยครั้งนี้ได้ตลอดเวลาโดยไม่มีข้อผูกมัดและผลกระทบใดๆ ผู้วิจัยเก็บข้อมูลไว้เป็นความลับและนำเสนอผลการวิจัยในภาพรวมเท่านั้น

2. เครื่องมือการวิจัย

เครื่องมือวิจัยสร้างจากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์การวิจัยและรูปแบบการวิจัย เครื่องมือการวิจัยมีดังนี้

2.1 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับการวางแผนการดำเนินงานการผลิตและบริโภคผักปลอดภัยเคมีกำจัดศัตรูพืชในครัวเรือน 5 ประเด็น ประกอบด้วย 1) การก่อตั้งคณะทำงาน 2) การกำหนดโครงสร้างคณะทำงานและบทบาทหน้าที่ 3) การกำหนดผลลัพธ์การดำเนินงาน 4) การกำหนดแผน การจัดทำข้อตกลงและกิจกรรมการดำเนินงาน 5) การกำหนดแนวทางการสำรวจข้อมูลก่อนและหลังการดำเนินงาน การติดตามการทำงาน ประเมินผลการทำงาน และการสรุปผลการดำเนินงาน

2.2 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับการปฏิบัติการตามแผนและกิจกรรม การดำเนินงาน 3 ประเด็นประกอบด้วย 1) การจัดกิจกรรมตามข้อตกลง 2) การวิเคราะห์กระบวนการดำเนินงาน 3) การปรับปรุงกระบวนการของกิจกรรม

2.3 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับทางการเก็บข้อมูลผลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ตามที่กำหนดไว้ในแผนการดำเนินงาน 3 ประเด็นประกอบด้วย 1) การติดตามกระบวนการทำงาน 2) ประเมินผลการทำงาน และ 3) การสรุปผลการดำเนินงาน

2.4 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับการประเมินผลลัพธ์การดำเนินงาน

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือตรวจสอบโดยใช้ค่าความตรงเชิงเนื้อหาด้วยดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์การวิจัย (Index of Item Objective Congruence: IOC) จากผู้ทรงคุณวุฒิ 5 คน ได้ค่าความตรงเชิงเนื้อหาของประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับการวางแผนการดำเนินงานการผลิตและบริโภคผักปลอดภัยเคมีกำจัดศัตรูพืชในครัวเรือน ที่ 0.48 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับการปฏิบัติการตามแผนและกิจกรรมการดำเนินงาน ที่ 0.46 ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับทางการเก็บข้อมูลผลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ที่ 0.48 และ ประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่มสำหรับทางการเก็บข้อมูลผลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน ที่ 0.46 จากนั้นนำข้อคำถามมาปรับปรุงตาม

ข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญแล้วนำไปทดลองใช้โดยการสนทนากลุ่มของบุคคลที่มีคุณสมบัติใกล้เคียงกับผู้ให้ข้อมูลหลัก 1 กลุ่ม จำนวน 7 คน ที่อยู่ในพื้นที่อื่นนอกพื้นที่วิจัย จากนั้นนำประเด็นและแบบบันทึกการสนทนากลุ่ม มาปรับอีกครั้งเพื่อใช้จริงต่อไป

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

3.1 ผู้วิจัยแจ้งพื้นที่การวิจัยผ่านทางผู้ใหญ่บ้านสำหรับการประชุมทำความเข้าใจกระบวนการดำเนินการวิจัย วัตถุประสงค์การวิจัย และรายละเอียดการดำเนินการตามขั้นตอนการดำเนินงานทั้ง 4 ขั้นตอน ได้แก่ การวางแผน การปฏิบัติ การสังเกต และการสะท้อนกลับ พร้อมกำหนดระยะเวลาการเก็บข้อมูลในพื้นที่ของผู้วิจัย และทำความเข้าใจความตกลงในช่วงระหว่างการดำเนินงานสำหรับการประสานการดำเนินงานระหว่างทางให้เป็นไปตามกระบวนการวิจัยที่กำหนดไว้

3.2 เก็บข้อมูลการวิจัยในขั้นการวางแผนการดำเนินงานของหมู่บ้าน การปฏิบัติตามแผนและกิจกรรมการดำเนินงานด้วยการสนทนากลุ่ม ผลที่เกิดจากการปฏิบัติงาน และประเมินผลลัพธ์การดำเนินงานด้วยการสนทนากลุ่มตามช่วงระยะเวลาที่แจ้งกำหนดไว้ล่วงหน้าแล้ว

3.3 รวบรวม วิเคราะห์ สรุปข้อมูลตามวัตถุประสงค์การวิจัย

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลของการวิจัยที่เป็นข้อมูลเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์เนื้อหา (Content Analysis) และข้อมูลเชิงปริมาณวิเคราะห์ด้วยร้อยละ (Percentage)

ผลการวิจัย

1. การวางแผนการดำเนินงาน ผู้ใหญ่บ้านจัดการประชุม เรื่องการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ ในพื้นที่แก้มลิงของหมู่บ้าน ชี้แจงวัตถุประสงค์ว่าเป็นการ “เพื่อปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีและบริโภคผักที่ปลูกในครัวเรือน” เพื่อให้เกิดการดำเนินงานที่ต่อเนื่องและมีประสิทธิภาพจำเป็นต้องมีการจัดตั้งคณะทำงานขึ้น ในการประชุมที่ประชุมได้ร่วมกันคัดเลือกตัวแทนครัวเรือน ได้คณะทำงาน จำนวน 10 คน จากผู้ใหญ่บ้าน 1 คน ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน 1 คน อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) 2 คน สารวัตรกำนันประจำตำบล 1 คน ปราชญ์ชุมชน 1 คน หมอдин 1 คน ตัวแทนครัวเรือน 2 คน และครูเกษียณราชการ 1 คน โดยกำหนดเป็นโครงสร้างคณะทำงาน เป็นหัวหน้าคณะทำงาน 1 คน (ผู้ใหญ่บ้าน) กรรมการ 8 คน และเลขานุการคณะทำงาน 1 คน โดยแบ่งความรับผิดชอบเป็นกรรมการคณะทำงาน 1 คน รับผิดชอบครัวเรือนในบริเวณรอบ ๆ บ้านตนเองจำนวน 15 หลัง มีหน้าที่ในการสำรวจให้คำแนะนำ ประชาสัมพันธ์ข่าวสารการปลูกผักให้กับครัวเรือนที่รับผิดชอบ

จากนั้นคณะทำงานได้ร่วมกันสำรวจข้อมูลก่อนการดำเนินงานและวิเคราะห์ข้อมูลพื้นที่ ผลการสำรวจพบว่า ด้านสภาพทั่วไปบ้านมอญ หมู่ 5 ตำบลไทรน้อย อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา เป็นชุมชน

มอญเก่าแก่ที่ตั้งรกรากมาตั้งแต่สมัยปลายสุโขทัยต่อเนื่องจนถึงปัจจุบัน ที่ยังเห็นถาวรวัตถุชัดเจนคือ **โบสถ์หลวงพ่อใหญ่** เป็นโบสถ์มหาอุดมีลักษณะระฆังคว่ำ สันนิษฐานว่าอายุไม่ต่ำกว่า 600-700 ปี มาแล้ว องค์พ่อใหญ่หรือองค์หลวงพ่อมงคลบวร เป็นที่เคารพสักการะของชาวบ้านมอญที่ยังคงได้รับการอนุรักษ์รักษาไว้เป็นอย่างดี ชุมชนบ้านมอญดำรงชีวิตอย่างเรียบง่ายช่วยเหลือเกื้อกูลกัน มีอาชีพพื้นฐานด้านการเกษตร มีงานหัตถกรรมจักสานฝีมือละเอียดประณีตงดงาม การทำขนมไทย ทำอิฐมอญที่มีคุณภาพดีเป็นที่ต้องการของท้องตลาด จนเป็นอาชีพที่สร้างรายได้ที่ดีของหมู่บ้าน บ้านมอญมีครัวเรือนตั้งอาศัยอยู่ 150 ครัวเรือน มีจำนวนประชากร จำนวน 450 คน เป็นชาย 217 คน และหญิง 233 คน ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำนา และรับจ้างที่โรงงานอุตสาหกรรม (จังหวัดพระนครศรีอยุธยาเป็นพื้นที่นิคมอุตสาหกรรม) ลักษณะการตั้งบ้านเรือนบ้านมอญมีการตั้งบ้านเรือนอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยาและคลองบางบาล ซึ่งเป็นพื้นที่ราบลุ่ม ฤดูฝนมีน้ำหลากและน้ำท่วมขังประมาณ 3 เดือนทุกปี

ด้านการปลูกและบริโภคผัก พบว่าประชาชนในหมู่บ้านมีการปลูกผักสำหรับรับประทานในชุมชนน้อย มีครัวเรือนปลูกผักรับประทานเพียง 50 ครัวเรือนเท่านั้น ผักที่ปลูกมีจำนวน 2-3 ชนิด ได้แก่ กะเพรา โหระพา ตะไคร้ มีครัวเรือนใช้สารเคมีในการปลูกผัก จำนวน 14 ครอบครั้ว ค่าใช้จ่ายในการซื้อสารเคมี 100 บาทต่อครั้งที่ปลูก 4 ครั้งต่อปี ครัวเรือนที่ซื้อผักรับประทานประจำ จำนวน 50 ครัวเรือน ด้านการกินผัก มีประชาชนกินผัก 202 คน จาก 213 คน (70 ครัวเรือน เด็กอายุต่ำกว่า 3 ปี ที่ไม่กินผัก 11 คน) มีค่าใช้จ่ายในการซื้อผักเฉลี่ย 300 บาทต่อสัปดาห์ต่อครัวเรือน มีค่าใช้จ่ายในการซื้อสารเคมี 400 บาทต่อครั้งที่ปลูก ผักที่ปลูกมี 2-3 ชนิด ได้แก่ มะเขือ พริก ผักกวางตุ้ง ครัวเรือนไม่มีความรู้ในการดูแลดิน 5 ครัวเรือน ไม่มีเวลาในการปลูกผัก 9 ครัวเรือน ประชาชนจึงต้องการปลูกผักแบบปลอดสารเคมีรับประทานในครัวเรือนที่เพียงพอในพื้นที่หมู่บ้าน หากแต่สภาพดินในพื้นที่ไม่เหมาะสมในการปลูกพืชผักและมีพื้นที่ในการเพาะปลูกมีจำกัด อีกทั้งพื้นที่ของหมู่บ้านเป็นพื้นที่รับน้ำแก้มลิง (ชะลอน้ำไม่ให้ไหลลงไปที่ท่วมจังหวัดปทุมธานี นนทบุรี กรุงเทพฯ แล้วไหลออกสู่อ่าวไทย) มีระยะเวลาปลูกผักเพียง 3-4 เดือนในรอบปี พืชผักส่วนใหญ่เป็นพืชอายุสั้นที่ต้องปลูกให้สามารถเก็บมากินได้ก่อนถึงฤดูน้ำหลากท่วมพืชผักเสียหาย น้ำที่ใช้รดผักในช่วงฤดูแล้งมีครัวเรือนใช้น้ำประปาหมู่บ้าน 22 ครัวเรือน มี 48 ครัวเรือนที่ปลูกผักบริเวณรอบคลองน้ำจะใช้น้ำจากคลองรดผัก เนื่องจากมีการปลูกผักในชุมชนมีน้อย ไม่เพียงพอต่อการบริโภค มีการนำผักจากแหล่งภายนอก เช่น ตลาดไท มาขายในหมู่บ้านโดยมีรถเร่เข้ามาขายในหมู่บ้าน 2 คัน และมีร้านขายของชำที่เป็นแหล่งขายผักในหมู่บ้าน 1 ร้าน อย่างไรก็ตามมีเกษตรกรอำเภอบางบาล หมอดิน พัฒนาชุมชนอำเภอบางบาล เข้ามาให้ความรู้ อบรมกลุ่มครัวเรือนที่สนใจโดยจัดกิจกรรมการทำปุ๋ยหมักใช้ในการปลูกพืชผัก ไม้ยืนต้นต่าง ๆ แต่ไม่ได้ทำอย่างต่อเนื่องเนื่องจากในพื้นที่เป็นแหล่งที่มีน้ำท่วมขังเป็นเวลานาน จึงไม่มีความสะดวกในการทำปุ๋ยหมักไว้ในครัวเรือน

จากนั้นคณะทำงานได้จัดประชุมครัวเรือนในหมู่บ้านสืบข้อมูลที่สำคัญที่ได้ให้ทราบทั่วกันเพื่อการวางแผนการดำเนินงานในอนาคต กำหนดเป้าหมายและกำหนดผลลัพธ์การดำเนินงาน ที่ประชุมได้ร่วมกัน

กำหนดผลลัพธ์การดำเนินงานว่า “ครัวเรือนมีการปลูกและบริโภคผักใช้สารเคมี” กำหนดครัวเรือนเป้าหมายตามเกณฑ์การคัดเลือกได้ 70 ครัวเรือน มีแผนการดำเนินงานในระยะ 10 เดือน ดังนี้

เดือนที่ 1 ก่อตั้งคณะทำงาน กำหนดเป็นโครงสร้างคณะทำงาน แบ่งความรับผิดชอบอบรมให้ความรู้ คณะทำงานเกี่ยวกับผักปลอดสารเคมี สำรวจข้อมูลก่อนการดำเนินงาน และวิเคราะห์ข้อมูลให้เห็นถึงสภาพและปัญหาของพื้นที่

เดือนที่ 2 ประชุมคืนข้อมูลที่ได้จากการสำรวจแก่ชุมชน อบรมให้ความรู้ครัวเรือนเกี่ยวกับผักปลอดสารเคมี การปลูกผักปลอดสารเคมี การแปรรูปและบริโภคผักในเมนูต่าง ๆ จัดทำข้อตกลงและกิจกรรม กำหนด การติดตาม การประเมินผล การสรุปผลการดำเนินงาน

เดือนที่ 3-8 ประชาสัมพันธ์ให้ทุกครัวเรือนทราบถึงกิจกรรมการดำเนินงาน คณะทำงานกำกับให้คำแนะนำแก่ครัวเรือนที่รับผิดชอบโดยการรวมกลุ่มกันดำเนินการ รมรงค์ให้ความรู้ และกระตุ้นให้มีการปลูกผักและบริโภคผักปลอดสารเคมี ชุมชนจัดกิจกรรมส่งเสริมให้มีการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือน ครัวเรือนบันทึกข้อมูลกิจกรรมการปลูกและบริโภคผักที่ปลูก และบันทึกค่าใช้จ่ายในการซื้อผักบริโภค ตามข้อตกลงและกิจกรรมที่กำหนดไว้

เดือนที่ 9 จัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้กิจกรรมต่าง ๆ ในการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีที่ปลูกในครัวเรือนของหมู่บ้าน

เดือนที่ 10 สำรวจข้อมูลหลังการดำเนินงาน และวิเคราะห์ข้อมูลให้เห็นถึงผลสำเร็จของการดำเนินงาน สรุปข้อมูล แล้วจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้คืนข้อมูลที่ได้รับได้หลังการดำเนินงาน ประเมินผลความสำเร็จและผลลัพธ์ของการดำเนินงาน

2. การดำเนินงานตามแผนงาน เป็นการดำเนินการตามข้อตกลงและกิจกรรมที่กำหนดไว้ในแผน การให้ความรู้ประชาชนเรื่องการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยการสนทนากลุ่มของ คณะทำงานหมู่บ้าน พบว่า คณะทำงานอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับอันตรายของสารเคมีกำจัดศัตรูพืช และที่มาของผักที่มีการปนเปื้อนสารเคมี ผลของสารเคมีที่มีต่อร่างกายและผลกระทบต่อสุขภาพโดยเชิญวิทยากร จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลไทรน้อย และสำนักงานเกษตรอำเภอบาลบาลมาให้ความรู้ จากนั้นร่วมกัน เสนอและกำหนดข้อตกลงร่วมกันในการดำเนินงานปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีของหมู่บ้านได้ข้อตกลงว่า 1) ทุกครัวเรือนต้องปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี 2) ทุกครัวเรือนปลูกไว้รับประทานเอง 3) ผักที่เหลือจากการ รับประทานในครัวเรือนให้แบ่งปันในหมู่บ้าน 4) ให้ปลูกผักต่างชนิดกันเพื่อแลกเปลี่ยนกัน จากนั้นร่วมกัน กำหนดกิจกรรมตามข้อตกลงว่า ทุกครัวเรือนต้องปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีไว้รับประทานเองให้เพียงพอ 5 ชนิด ขึ้นไป คณะทำงานรวมกลุ่มครัวเรือนของตนเองที่ได้รับมอบหมาย ทำการรณรงค์ให้ความรู้เรื่องการปลูกผัก เยี่ยมบ้านกระตุ้นให้ทุกครัวเรือนปลูกผัก รวมถึงนำเมล็ดผักมาแจกจ่ายให้ปลูก มีการแจกเมล็ดพันธุ์ผักและต้นกล้าผัก (เมล็ดพันธุ์ที่แจก ได้แก่ ผักบุ้ง ผักชี บวบ แพง กวางตุ้ง คื่นช่าย กระเพรา โหระพา ต้นกล้าผักที่แจก ได้แก่ มะเขือพวง มะเขือยาว มะเขือเปราะ พริก มะละกอ) หากครัวเรือนใดมีเมล็ดผักมากก็จะนำมา

แลกเปลี่ยนกันนำไปปลูก มีการเรียนรู้ในการทำปุ๋ยหมักใช้ในครัวเรือนเอง อีกทั้งมีการค้นหาวิธีการปลูกผักที่เหมาะสมกับพื้นที่ให้มีกินตลอดทั้งปี ทั้งในช่วงที่มีน้ำท่วมและช่วงระยะเวลาปกติ โดยขอคำแนะนำจากปราชญ์ชุมชนและผู้รู้อื่น ๆ นำมาประยุกต์ได้เป็นวิธีการปลูกผักแนวใหม่คือ การปลูกแบบแกล้งผักเป็นการปลูกผักในกระถางแบบกลับหัว นำกระถางแขวนบนราวพิน้ำท่วม ใน 1 กระถาง สามารถปลูกได้ทั้งด้านบนและด้านล่าง ปลูกได้ด้านละ 2-3 ชนิด กรรมการคณะทำงานแนะนำให้ปลูกครัวเรือนละ 10 กระถางขึ้นไป พร้อมทั้งแนะนำให้แต่ละครัวเรือนมีการบันทึกข้อมูลกิจกรรมการปลูก การบริโภคผักที่ปลูก และบันทึกค่าใช้จ่ายในการซื้อผักบริโภค ในสมุดเล่มเล็กสำหรับประเมินการดำเนินงาน และค่าใช้จ่ายในครัวเรือน



ภาพที่ 1 การปลูกผักแบบแกล้งผัก (25 กันยายน 2567)

3. การประเมินผลการดำเนินงาน พบว่ามีครัวเรือนที่ปลูกผักแล้วได้ผลผลิต 68 ครัวเรือน (ร้อยละ 97) ปลูกผักมากกว่า 5 ชนิด 60 ครอบครัว ผักที่ปลูกคือ มะเขือพวง มะเขือยาว มะเขือเปราะ พริก ผักชี มะละกอ แพง ผักชีฝอย ถั่วฝักยาว ผักบุ้ง กวางตุ้ง คื่นช่าย กระเพรา โหระพา ตะไคร้ (ส่วนใหญ่นิยมปลูกมะเขือ และ พริก) มีครัวเรือนที่ปลูกผักไม่สำเร็จ 2 ครัวเรือน (ปลูกแล้วไม่ได้ผลผลิต เนื่องจากการดูแลรดน้ำไม่ต่อเนื่อง 1 ครัวเรือน ตายบางต้นจากสาเหตุสภาพดินแข็งเกินไป มีแมลงศัตรูพืช เช่น เพลี้ยแป้ง ยอดหงิกงอ 1 ครัวเรือน) มีผักบริโภค 3 วัน ต่อเนื่อง 3 เดือน 59 ครัวเรือน บริโภคผักที่ปลูก ไม่ซื้อผักกินเลย 2 ครัวเรือน ยังต้องซื้อผักกิน 9 ครัวเรือน ครัวเรือนมีค่าใช้จ่ายในการซื้อผักลดลงเฉลี่ย 200 บาทต่อสัปดาห์ มีครัวเรือนของคณะทำงาน 2 ครัวเรือน เป็นต้นแบบในการทำปุ๋ยหมัก (นายสุรพล อัจเจริญ และนางนงกยูง เตชะวงษ์) ให้กับครัวเรือนอื่น ๆ ในชุมชนได้เรียนรู้ในการทำปุ๋ยหมักใช้ในครัวเรือนเอง ชุมชนมีการแจกเมล็ดพันธุ์ผักและต้นกล้าผัก (เมล็ดพันธุ์ที่แจก ได้แก่ ผักบุ้ง ผักชี บวบ แพง กวางตุ้ง คื่นช่าย กระเพรา โหระพา ต้นกล้าผักที่แจก ได้แก่ มะเขือพวง มะเขือยาว มะเขือเปราะ พริก มะละกอ) ชุมชนได้คิดค้นวิธีการปลูกที่เหมาะสมกับพื้นที่ คือ การปลูกแกล้งผัก โดยการปลูกผักในกระถางแบบกลับหัว นำกระถางแขวนบนราวพิน้ำท่วม ซึ่ง 1 กระถาง

รูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือน เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิงฯ

สามารถปลูกได้ทั้งด้านบนและด้านล่าง ปลูกได้ด้านละ 2-3 ชนิด มีบางครัวเรือนที่สามารถปลูกผักและขยายจนสามารถนำผักมาแจกจ่ายแบ่งปันให้เพื่อนบ้าน 10 ครัวเรือน (ร้อยละ 14.30) และมีครัวเรือนที่ปลูกผักและขยายจนสามารถนำมาขายเป็นรายได้ 4 ครัวเรือน (ร้อยละ 5.71) โดยนำไปส่งให้ร้านโดยตรง ขายเองในชุมชน แจกจ่ายทางไลน์หมู่บ้าน และขายให้โฮมสเตย์ไทรน้อย (กรณีที่นักท่องเที่ยวมาพัก) รายได้จากการปลูกผักขาย ประมาณ 300-500 บาท/เดือน/ครัวเรือน

ข้อมูล	เดือน พฤษภาคม				รวม
	สัปดาห์ที่ 1 วันที่ 1-7	สัปดาห์ที่ 2 วันที่ 8-14	สัปดาห์ที่ 3 วันที่ 15-21	สัปดาห์ที่ 4 วันที่ 22-28	
1. จำนวนชนิดผักที่ปลูก	✓ 2	✓ 2	✓ 2	✓ 2	4 ชนิด/เดือน
2. การใช้สารเคมี	✓	✓	✓	✓	ทุกสัปดาห์
3. การบริโภคผักที่ปลูก	✓	✓	✓	✓	ทุกสัปดาห์
4. ข้อมูลการใช้ปุ๋ยหรือสารชีวภาพในการปลูกผัก	-	✓	-	✓	ทุกสัปดาห์
5. ค่าใช้จ่ายในการปลูกผัก	89	140	95	140	434/เดือน
6. หมายเหตุ (ถ้ามี)					

ภาพที่ 2 สมุดบันทึกกิจกรรมการปลูกผักปลอดสารเคมีประจำครัวเรือน (25 กันยายน 2567)

4. การสรุปประเมินเป้าหมายและผลลัพธ์การดำเนินงาน พบว่า มีการรณรงค์ส่งเสริมให้บริโภคผักปลอดสารเคมีที่กำจัดศัตรูพืชและมีการจัดทำบันทึกข้อมูลการปลูกและบริโภคผักในสมุดบันทึกทุกครัวเรือนที่ร่วมโครงการ 70 ครัวเรือน ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ และเกิดผลลัพธ์การดำเนินงาน “ครัวเรือนมีการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืช” ตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ ครัวเรือนแต่ละครัวเรือนมีการบริโภคผักที่ปลูกโดยการนำผักที่ปลูกมาจัดทำเป็นเมนูอาหารที่ต้องการบริโภคของแต่ละครัวเรือน ส่งผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนลงได้ บางครัวเรือนมีรายได้เพิ่มขึ้นจากการขายผักที่ปลูกและมีสุขภาพที่ดีขึ้นจากการบริโภคผัก ครัวเรือนในชุมชน ได้ให้ความสำคัญกับการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือน นำไปสู่การมีสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีของคนในครัวเรือน สามารถลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนได้ คณะทำงานจึงได้จัดกิจกรรมให้ความรู้ในการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี กระตุ้น ส่งเสริมให้เกิดการปลูกผัก ภายใต้ข้อจำกัดของพื้นที่ที่เป็นพื้นที่น้ำท่วม คณะทำงานได้ร่วมกันคิดค้นเรียนรู้วิธีปรุงดินสำหรับปลูกผักให้ได้ผลผลิตที่ดีและมีกินตลอดปี

อภิปรายผล

รูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การตั้งคณะทำงาน 2) การสำรวจข้อมูล 3) การกำหนดผลลัพธ์ เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวางแผนการดำเนินงาน 4) การดำเนินงานตามแผน 5) การประเมินและสรุปผลการดำเนินงาน ครัวเรือนมีการปลูกและบริโภคผักใช้สารเคมี 70 ครัวเรือน เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ มีการปลูกผักมากกว่า 5 ชนิด ร่วมกันคิดค้นวิธีปลูกผักให้มีกิน

ตลอดปีในพื้นที่แก้มลิง ด้วยการปลูกผักแบบแก้มลิงผักโดยปลูกในกระถางแบบกลับหัว นำกระถางแขวนบนราว หนีน้ำท่วม ซึ่ง 1 กระถาง สามารถปลูกได้ทั้งด้านบนและด้านล่าง ปลูกได้ด้านละ 2-3 ชนิด เรียนรู้วิธีปรุงดิน ปลูกผักให้ได้ผลผลิตที่ดีและมีกินตลอดปี นำผักที่ปลูกมาจัดทำเป็นเมนูอาหารที่ต้องการบริโภคของแต่ละครัวเรือนส่งผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนลงได้ บางครัวเรือนมีรายได้เพิ่มขึ้นจากการขายผักที่ปลูก และมีสุขภาพที่ดีขึ้นจากการบริโภคผักในครัวเรือน สอดคล้องกับการศึกษาของ พิกุลทิพย์ ขุนเศรษฐ และ สิทธิพรณ เรือนจันทร์ (2567) ที่ได้ศึกษา การประเมินผลกระทบทางสุขภาพของนโยบายสาธารณะ การส่งเสริมการบริโภคผักของชุมชน พบว่า ระยะเวลาเตรียมการ จัดตั้งคณะทำงานเพื่อศึกษาการบริโภคและปลูกผัก จำนวน 45 คน และ ระยะเวลาดำเนินการประเมินผลกระทบทางสุขภาพพบว่า ครัวเรือนนิยมปลูกผักประเภท เครื่องเทศเพื่อประกอบอาหารด้านนโยบายของตำบลพบว่า การสนับสนุนงบประมาณส่งเสริมการปลูกและ บริโภคผักไม่ครอบคลุมทุกหมู่บ้าน จึงมีข้อเสนอแนะเชิงนโยบายให้พัฒนาเมนูอาหารผักสำหรับเด็กวัยเรียน สร้างความเข้าใจการจำหน่ายอาหารและผักปลอดภัยแก่ร้านค้าชุมชน สนับสนุนชุมชนปลูกผักใช้น้ำน้อย ปลูก ผักในภาชนะ และสนับสนุนงบประมาณการปลูกและบริโภคผักให้ครอบคลุมทุกหมู่บ้าน ดังนั้น บุคลากร สาธารณสุขควรประเมินผลกระทบทางสุขภาพของการส่งเสริมการบริโภคผักเพื่อพัฒนาแนวทางส่งเสริม การบริโภคผักของชุมชน ให้มีความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของภาคส่วนต่าง ๆ ในการประเมินและกำหนด นโยบายสาธารณะชุมชนเพื่อความยั่งยืนของสุขภาพชุมชน และสอดคล้องกับการศึกษาของ วิจิตรา เหลียวตระกูล และคณะ (2562) ที่ได้ศึกษา พฤติกรรมการผลิตผักและทัศนคติในการผลิตผักปลอดภัยของ เกษตรกรในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา พบว่า เกษตรกรในจังหวัดพระนครศรีอยุธยามีอาชีพปลูกผักเป็นอาชีพ รองจากอาชีพหลัก คือการทำนา ซึ่งเป็นอาชีพรองที่มีความสำคัญ สามารถสร้างรายได้ที่แน่นอนและต่อเนื่อง ตลอดทั้งปี ส่วนใหญ่เกษตรกรมีการใช้สารเคมีในแปลงผลิตผัก โดยมากเป็นลักษณะของการผสมผสานระหว่าง การใช้สารเคมีและสารชีวภาพ เพื่อให้ได้ปริมาณและคุณภาพผลผลิตเกษตรตามความต้องการของผู้บริโภค ดังนั้นต้องมีการควบคุมการใช้สารเคมีหรือลดการใช้สารเคมี โดยใช้สารชีวภาพควบคู่กันไป และมีการวางแผนการผลิต เพื่อให้ผลผลิตที่ได้มีปริมาณสารตกค้างที่ไม่เป็นอันตรายต่อผู้บริโภคหรือได้ผลผลิตที่ไม่มี สารเคมีตกค้างหรือปลอดสารเคมี เกษตรกรในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาปลูกผักหลากหลายชนิดกว่า 80 ชนิด ส่วนใหญ่เป็นผักสวนครัว เช่น กะเพรา คื่นช่าย ชะอม ตะไคร้ ถั่วฝักยาว พริก และโหระพา เป็นต้น พืช แต่ละชนิดใช้พื้นที่ในการผลิตโดยเฉลี่ย 0.84 ไร่ และให้ผลผลิตเฉลี่ยต่อไร่ค่อนข้างสูงถึง 437.69 กิโลกรัมต่อไร่ เช่น กวางตุ้ง ผักบุ้ง และมะระ เป็นต้น นับว่าเป็นพืชที่มีศักยภาพในการให้ผลผลิตสูง ทำให้เกษตรกรสามารถ สร้างรายได้จากการผลิตผักได้เป็นอย่างดี อีกทั้งสอดคล้องกับการศึกษาของ ศันสนีย์ แก้วดวงเล็ก และคณะ (2560) ที่ได้ศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันอันตรายจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชของผู้จำหน่ายผัก อำเภอ เขาชะเมา จังหวัดระยอง ที่พบว่า โปรแกรมการป้องกันอันตรายจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ประกอบด้วย 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 “เรียนรู้และเข้าใจ” กิจกรรมที่ 2 “แรงสนับสนุนต่อการป้องกัน” กิจกรรมที่ 3 “เปิดโอกาสสู่ภัยร้าย” กิจกรรมที่ 4 “ภัยร้ายครอบงำ” กิจกรรมที่ 5 “สู้ไว้เราทำได้” และกิจกรรมที่ 6

“สุขภาพดี เริ่มต้นที่คุณ” เป็นการป้องกันอันตรายจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชที่ปนเปื้อนของสารเคมีกำจัดศัตรูพืชในผัก การส่งเสริมการปลูกผัก และเส้นทางการรับสัมผัสสารเคมีกำจัดศัตรูพืชของผู้จำหน่ายผัก ส่งผลให้เกิดการป้องกันตนเองจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชที่ปนเปื้อนมากับผักและมีสุขภาพที่ดีขึ้นได้

สรุปและข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

รูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ประกอบด้วย 5 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การตั้งคณะทำงาน 2) การสำรวจข้อมูล 3) การกำหนดผลลัพธ์ เป้าหมาย วัตถุประสงค์ และวางแผนการดำเนินงาน 4) การดำเนินงานตามแผน 5) การประเมินและสรุปผลการดำเนินงาน ครัวเรือนมีการปลูกและบริโภคผักใช้สารเคมี 70 ครัวเรือน เป็นไปตามเป้าหมายที่กำหนดไว้ มีการปลูกผักมากกว่า 5 ชนิด ร่วมกันคิดค้นวิธีปลูกผักให้มีกินตลอดปีในพื้นที่แก้มลิง ด้วยการปลูกผักแบบแก้มลิงผักโดยปลูกในกระถางแบบกลับหัว นำกระถางแขวนบนราว หนีน้ำท่วม ซึ่ง 1 กระถาง สามารถปลูกได้ทั้งด้านบนและด้านล่าง ปลูกได้ด้านละ 2-3 ชนิด เรียนรู้วิธีปรุงดิน ปลูกผักให้ได้ผลผลิตที่ดีและมีกินตลอดปี นำผักที่ปลูกมาจัดทำเป็นเมนูอาหารที่ต้องการบริโภคของแต่ละครัวเรือนส่งผลให้สามารถลดค่าใช้จ่ายในครัวเรือนลงได้ บางครัวเรือนมีรายได้เพิ่มขึ้นจากการขายผักที่ปลูกและมีสุขภาพที่ดีขึ้นจากการบริโภคผักในครัวเรือน

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

การวิจัยนี้ได้รับรูปแบบการดำเนินงาน การผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือน เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง ที่เป็นการดำเนินงานที่มีลักษณะเฉพาะ รวมทั้งได้นวัตกรรมการปลูกผักปลอดสารเคมีแบบแก้มลิงผัก ทำให้มีพืชผักรับประทานในครัวเรือนตลอดทั้งปี องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นนำไปกำหนดเป็นนโยบายการดำเนินงานในพื้นที่ที่มีลักษณะพื้นที่ใกล้เคียงกัน นำไปดำเนินงานส่งเสริมให้ประชาชนปลูกและบริโภคผักปลอดสาร เพื่อการสร้างเสริมสุขภาพของประชาชน

2. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

การนำผลการวิจัยไปใช้ควรคำนึงถึงการสร้างคณะทำงานหรือทีมงานที่เข้มแข็งภายใต้การนำของผู้ใหญ่บ้านที่มีพลัง คนในชุมชนมีความเชื่อมั่นศรัทธา มีการแบ่งหน้าที่การทำงานที่ชัดเจน มีการเก็บข้อมูลที่ละเอียดทำให้เห็นภาพของการที่จะดำเนินงานแก้ไขปัญหาได้ตรงประเด็น มีการประชุมปรึกษาหารือกันอย่างต่อเนื่อง จะส่งผลต่อความสำเร็จของการดำเนินงานตามผลการวิจัยของรูปแบบนี้

การนำผลการวิจัยไปใช้ควรมีการดำเนินการร่วมกับการรณรงค์ อบรมให้ความรู้ และฝึกปฏิบัติให้กับประชาชนในพื้นที่ในเรื่องการปลูกผักการใช้สารชีวภาพทดแทนสารเคมี การทำปุ๋ยหมัก น้ำหมักชีวภาพ การ

ปรับปรุงดิน การผลิตสารสารชีวภาพกำจัดศัตรูพืช การคัดเลือกและการเก็บรักษาเมล็ดพันธุ์ผัก ให้เกิดการประยุกต์ใช้ความรู้อย่างยั่งยืน

3. ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

ควรมีรูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนไปดำเนินการวิจัยในพื้นที่อื่นที่มีบริบทคล้ายกัน ว่าจะมีผลวิจัยเป็นอย่างไร อาจประยุกต์ให้เหมาะสมกับทรัพยากร ความพร้อมของแต่ละพื้นที่ และประสานความร่วมมือระหว่างหน่วยงานด้านสาธารณสุข องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และภาคเอกชน รวมถึงการสนับสนุนงบประมาณและทรัพยากรในการดำเนินโครงการที่เพียงพอในการวิจัย

บรรณานุกรม

- กรมส่งเสริมการเกษตร. (2562). *การผลิตพืชผักปลอดภัย* (พิมพ์ครั้งที่ 3). โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- พิกุลทิพย์ ขุนเศรษฐ และสิทธิพรธม เรือนจันทร์. (2567). การประเมินผลกระทบทางสุขภาพของนโยบายสาธารณสุขการส่งเสริมการบริโภคผักของชุมชน. *วารสารวิจัยและนวัตกรรมทางการแพทย์*, 29(2), 208–223.
- วิจิตรา เหลียวตระกูล, วชิรญา เหลียวตระกูล, วรภา วงศ์แสงธรรม, & รวีวรรณ เต็มขันธ์. (2562). พฤติกรรมการผลิตผักและทัศนคติในการผลิตผักปลอดภัยของเกษตรกรในจังหวัดพระนครศรีอยุธยา. *แก่นเกษตร*, 47(5), 1045–1056.
- วีระยุทธ์ ขาตะกาญจน์. (2558). การวิจัยเชิงปฏิบัติการ. *วารสารราชภัฏสุราษฎร์ธานี*, 2(1), 29–49.
- คันสนีย์ แก้วดวงเล็ก, นิภา มหารัชพงศ์ และยุวดี รอดจากภัย. (2560). ผลของโปรแกรมการป้องกันอันตรายจากสารเคมีกำจัดศัตรูพืชของผู้จำหน่ายผัก อำเภอเขาชะเมา จังหวัดระยอง. *วารสารวิจัยรำไพพรรณี*, 11(1), 31–38.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2565). *พฤติกรรมการกินผักและผลไม้ของคนไทย*. สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- สายสมร ศักดิ์คำดวง, สุพจน์ ประไพเพชร, สุดสวาสดิ์ ประไพเพชร, วสันต์ แสงเหลา และโกศิษฐ์ เปลรินทร์. (2565). การวิจัยปฏิบัติการแบบมีส่วนร่วม: แนวทางการประยุกต์ใช้ในสถานศึกษา. *วารสารครุศาสตร์ปัญญา*, 1(3), 38–52.
- Kemmis, S. & McTaggart, R. (1988). *The action research planner* (3rded.). Deakin University.
- Mint, K. (2007). *Quality and safety in the fresh produce marketing chain in Myanmar*. <http://ftp.fao.org/docrep/fao/meeting/011/ag102e/ag102e00.pdf>