

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมา

สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้ดำเนินการสำรวจข้อมูลเกี่ยวกับ “พฤติกรรมการเล่นกีฬา และการดูกีฬาของประชากร” เป็นครั้งแรกเมื่อ พ.ศ.2530 โดยผนวกข้อมูลไว้ในโครงการสำรวจเด็กและเยาวชน ซึ่งดำเนินการสำรวจทุก 5 ปี (พ.ศ.2530 2535 2540 และ 2545) และได้ดำเนินการจัดทำ “สำรวจพฤติกรรมการเล่นกีฬาของประชากร” ครั้งแรกเมื่อ พ.ศ.2544 โดยผนวกข้อมูลไว้ในโครงการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ ซึ่งจัดทำสำรวจทุกๆ 3 ปี (พ.ศ.2544 2547 และ 2550) ต่อมา พ.ศ.2554 ได้มีการเปลี่ยนชื่อโครงการเป็น “สำรวจการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายของประชากร” ทั้งนี้เพื่อสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาพมากยิ่งขึ้น จากนั้นสำนักงานสถิติแห่งชาติได้เล็งเห็นการเสริมสร้างสุขภาพที่นอกเหนือจากการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายของประชากร จึงดำเนินการเพิ่มการทำงานออกแรงและอื่นๆ เพื่อให้เป็นส่วนหนึ่งของการเสริมสร้างสุขภาพเช่นกัน ดังนั้นจึงเปลี่ยนชื่อการสำรวจเป็น “การสำรวจกิจกรรมทางกายของประชากร พ.ศ.2558”

1.2 วัตถุประสงค์และประโยชน์

การสำรวจกิจกรรมทางกายของประชากร มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลจำนวนประชากรที่มีการเคลื่อนไหวออกแรงหรือออกกำลังกาย เพื่อให้มีข้อมูลสถิติในเรื่องดังกล่าวสำหรับหน่วยงานภาครัฐและเอกชน สามารถนำไปใช้ประโยชน์ในการกำหนดนโยบายและวางแผน หรือกำหนดมาตรการต่างๆ ตลอดจนประเมินผลการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างสุขภาพของประชากร

1.3 ขอบข่ายและคุ่มรวม

ประชากรที่อยู่ในขอบข่ายการสำรวจ คือ บุคคลที่อาศัยอยู่ในครัวเรือนส่วนบุคคล ทั้งในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลทั่วประเทศ

1.4 รายการข้อมูลที่ได้รับรวบรวม

ข้อมูลที่ได้รับรวบรวมได้แก่

1. ข้อมูลพื้นฐานทางด้านประชากรของผู้ทำกิจกรรมทางกาย เช่น อายุ เพศ ระดับการศึกษา สถานภาพสมรส อาชีพ ภูมิลำเนา สถานภาพการทำงาน เป็นต้น

2. ข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมทางกาย เช่น จำนวนวันต่อสัปดาห์ และจำนวนนาทีต่อวันที่มีการเคลื่อนไหวออกแรงหรือออกกำลังกาย เช่น การทำงานออกแรงระดับหนัก ระดับปานกลาง การเดินหรือขี่จักรยานจากที่หนึ่งไปยังอีกที่หนึ่ง ติดต่อกัน การเล่นกีฬา/ออกกำลังกาย หรือกิจกรรมนันทนาการระดับหนัก ระดับปานกลาง รวมถึงการเคลื่อนไหวน้อย เช่น การนั่ง การเอนกาย เล่นคอมพิวเตอร์ ดูทีวี ไม่รวมการนอนหลับ เป็นต้น

1.5 คำจำกัดความ

1.5.1 การออกกำลังกาย หมายถึง กิจกรรมที่มีการวางแผนเป็นลำดับขั้นเพื่อเพิ่มความฟิตของร่างกายโดยรวมตัวอย่างเช่น การวิ่ง จ็อกกิ้ง การปั่นจักรยาน ฯลฯ และการวางแผนที่กล่าวถึงนี้จะมีรายละเอียด เช่น ระยะเวลา ความหนัก และความถี่ของการออกกำลังกาย เมื่อร่างกายมีความฟิตมากขึ้น แผนการออกกำลังกายในส่วน of ระยะเวลา ความหนัก และความถี่ก็สามารถปรับเปลี่ยนให้เหมาะสม เพื่อส่งผลให้เพิ่มความฟิตที่มากขึ้น และสุขภาพที่ดีขึ้นเช่นกัน

1.5.2 การเล่นเกมกีฬา หมายถึง กิจกรรมที่เป็นไปกฎ กติกา การเล่น ซึ่งนอกเหนือจากความหนักของกิจกรรมที่ทำแล้วยังต้องการทักษะการเล่น ซึ่งหากมีความท้าทายจากการแข่งขันจากจุดมุ่งหมายเพื่อชัยชนะแล้ว จะยิ่งทำให้ควบคุมความหนักของกิจกรรมยากขึ้น

1.5.3 กิจกรรมทางกาย หมายถึง กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกายใดๆ ไม่จำกัดความหนักของการเคลื่อนไหว กิจกรรมเหล่านี้จะต่างกับการออกกำลังกายที่ไม่ได้มีการวางแผนเพื่อเพิ่มความฟิตของร่างกาย ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมที่จำเป็นต้องทำในชีวิตประจำวัน ตัวอย่าง เช่น การกวาดบ้าน การปลูกต้นไม้ การเลี้ยงสัตว์ ฯลฯ ซึ่งแม้กิจกรรมเหล่านี้จะไม่ได้เพิ่มความฟิตแก่ร่างกายได้ชัดเจนเท่าการออกกำลังกาย แต่การทำกิจกรรมเหล่านี้ในปริมาณที่มากกว่า ร่างกายได้มีการใช้พลังงานในกิจกรรมที่เคลื่อนไหวมากพอก็ส่งผลให้ผู้ปฏิบัติมีสุขภาพที่แข็งแรงได้

1.5.4 ระยะเวลาเฉลี่ย (นาทิต่อวัน)

$$\text{โดยใช้สูตรคำนวณระยะเวลา ดังนี้}$$

$$\text{ระยะเวลาเฉลี่ย (นาทิต่อวัน)} = \frac{\text{จำนวนวันต่อสัปดาห์ที่ใช้} \times \text{จำนวนนาทิต่อวัน}}{7}$$

ทั้งนี้ไม่นับรวม “ไม่ทราบ” จำนวนวันต่อสัปดาห์ จำนวนนาทิต่อวัน

1.5.5 คาบเวลาสำรวจ

การสำรวจได้ดำเนินการพร้อมกันทั่วประเทศในเดือนมีนาคม – เมษายน 2558

1.5.6 ครั้วเรือน หมายถึง บุคคลคนเดียวหรือหลายคนซึ่งอาศัยเป็นประจำในบ้านหรือสถานที่อยู่เดียวกัน ทั้งนี้ไม่คำนึงถึงว่าบุคคลนั้นจะมีความสัมพันธ์ฉันท์ญาติพี่น้องหรือไม่ก็ตาม

สถานที่อยู่แห่งหนึ่งหรือในบ้านเลขที่หนึ่งอาจประกอบด้วยครัวเรือนเดียว หรือหลายครัวเรือนก็ได้ หรือครัวเรือนหนึ่งอาจมีสมาชิกอาศัยอยู่ในบ้านหลายหลัง หรือหลายห้องก็ได้ แต่จะต้องอยู่ในบริเวณหรือรั้วเดียวกัน หรือห้องติดกัน

1.5.7 ครัวเรือนส่วนบุคคล หมายถึง ครัวเรือนที่ประกอบขึ้นด้วย บุคคลคนเดียวหรือหลายคน อาศัยอยู่ในบ้านหรือที่อยู่อาศัยเดียวกัน และจัดหาหรือใช้สิ่งอุปโภคบริโภค อันจำเป็นแก่การครองชีพร่วมกัน บุคคลเหล่านี้อาจเป็นญาติหรือไม่เป็นญาติกันก็ได้ สำหรับครัวเรือนที่ไม่ได้เป็นญาติกัน จะต้องมีสมาชิกไม่เกิน 5 คน

ญาติ ในที่นี้หมายถึง คู่สมรส บุตร บุตรเขย บุตรสะใภ้ บุตรของบุตร บิดา มารดา พี่ น้อง ปู่ ย่า ตา ยาย อา น้า ป้า ลุง ทวด หลาน เหลน ทั้งของตนเองและคู่สมรส และรวมถึงลูกผู้พี่ ลูกผู้น้อง และเขยสะใภ้ของตัวเอง

1.5.8 สมาชิกในครัวเรือน หมายถึง

1. ผู้ที่อาศัยอยู่เป็นประจำในครัวเรือนและอยู่ในวันสัมภาษณ์

2. ผู้ที่อาศัยอยู่เป็นประจำในครัวเรือน แต่ในวันสัมภาษณ์ได้ไปที่อื่นชั่วคราวโดยไม่มีวัตถุประสงค์จะไปอยู่ประจำที่อื่น และมีลักษณะอย่างใดอย่างหนึ่ง ดังนี้

2.1 จากไปที่อื่นชั่วคราวมีระยะเวลาน้อยกว่า 3 เดือน นับจากวันที่จากไปถึงวันที่ทำการสำรวจ (ยกเว้นผู้ที่ไปทำงาน และเรียนหนังสือ)

2.2 จากไปเพื่อศึกษาอบรมดูงานต่างประเทศน้อยกว่า 6 เดือนที่ไม่ใช่ผู้ที่ไปทำงาน นับจากวันที่จากไปถึงวันที่ทำการสำรวจ

2.3 จากไปเกิน 3 เดือน แต่ไม่มีที่อยู่อาศัยประจำที่อื่น เช่น ไปทำงานในเรือ 4 เดือน เซลล์แมน เป็นต้น

2.4 จากไปทำงานและกินอยู่ที่อื่นชั่วคราวไม่เกิน 30 วัน นับจากวันไปถึงวันกำหนดกลับ เช่น คนไปตัดอ้อย ฯลฯ

3. ผู้ที่มาอยู่ชั่วคราวเกิน 3 เดือน

1.5.9 ระดับการศึกษาสูงสุดที่เรียนจบ หมายถึง ระดับการศึกษาสูงสุดที่ได้รับ (ไม่รวมวิชาชีพระยะสั้นที่ไม่มีวิชาสามัญสอน เช่น ตัดผม ตัดเสื้อ ซ่อมวิทยุซ่อมโทรศัพท์มือถือ เป็นต้น)

ไม่เคยเรียน หมายถึง บุคคลที่ไม่เคยเข้ารับการศึกษานี้ในโรงเรียน หรือไม่เคยได้รับการศึกษา

ก่อนประถมศึกษา หมายถึง บุคคลที่ได้รับการศึกษาต่ำกว่าระดับประถมศึกษาตอนปลายคือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (หลักสูตรปัจจุบัน) หรือ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 (หลักสูตรเก่า) หรือชั้น ม.3 (หลักสูตรเดิม)

ประถมศึกษา หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาตอนปลายตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (หลักสูตรปัจจุบัน) หรือชั้นประถมศึกษาปีที่ 7 (หลักสูตรเก่า) หรือชั้น ม.3 (หลักสูตรเดิม) ขึ้นไป แต่ไม่สำเร็จระดับการศึกษาที่สูงกว่า

มัธยมศึกษาตอนต้น หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาตั้งแต่ชั้น ม.3 (หลักสูตรปัจจุบัน) ม.ศ.3 (หลักสูตรเก่า) หรือม.6 (หลักสูตรเดิม) ขึ้นไป แต่ไม่สำเร็จระดับการศึกษาที่สูงกว่า

มัธยมศึกษาตอนปลายสายสามัญ หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาประเภทสามัญศึกษาตั้งแต่ชั้น ม.6 (หลักสูตรปัจจุบัน) ม.ศ.5 (หลักสูตรเก่า) หรือม.8 (หลักสูตรเดิม) ขึ้นไป แต่ไม่สำเร็จการศึกษาที่สูงกว่า

มัธยมศึกษาตอนปลายสายอาชีพ หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาประเภทอาชีวศึกษา หรือวิชาชีพที่เรียนต่อจากมัธยมศึกษาตอนต้น หรือเทียบเท่าโดยมีหลักสูตรไม่เกิน 3 ปี หรือประเภทวิชาการศึกษา (การฝึกหัดครู) ในระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่าขึ้นไป แต่ไม่สำเร็จระดับการศึกษาที่สูงกว่า

ปวส. ปวท. อนุปริญญา หมายถึง บุคคลที่ศึกษาอาชีวศึกษา หรือวิชาชีพเทคนิคที่เรียนต่อจากระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่าโดยภาคปกติมีหลักสูตร 2 ปี แต่ไม่สำเร็จระดับการศึกษาที่สูงกว่า

ปริญญาตรี หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาโดยได้รับวุฒิปริญญาตรี แต่ไม่สำเร็จการศึกษาที่สูงกว่า

สูงกว่าปริญญาตรี หมายถึง บุคคลที่สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท หรือปริญญาเอก

อื่นๆ หมายถึง อาชีวศึกษาระยะสั้น และบุคคลที่สำเร็จการศึกษาที่ไม่สามารถเทียบชั้น เช่น เรียนทางศาสนาอิสลามในโรงเรียนปอเนาะที่ไม่มีการสอนวิชาสามัญ เป็นต้น

1.5.10 สถานภาพสมรส หมายถึง ความผูกพันระหว่างชายกับหญิงในการเป็นสามีภรรยา โดยแบ่งเป็นดังนี้

1 **โสด** ได้แก่ ผู้ที่ยังไม่เคยสมรส

2 **สมรส** ได้แก่ ผู้ที่อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยา ไม่ว่าจะทำการสมรสกันถูกต้องตามกฎหมายหรือไม่ก็ตาม และแม้ว่าระหว่างไปสำรวจทั้งสามีภรรยาจะไม่ได้อยู่ด้วยกัน แต่ยังมีความสัมพันธ์ฉันท์สามีภรรยา เช่น สามีไปทำงานต่างจังหวัดหรือต่างประเทศ

3 **ม่าย** ได้แก่ ผู้ที่คู่สมรสได้ตายไปแล้ว และขณะนี้ยังไม่ได้สมรสใหม่

4 **หย่า** ได้แก่ สามีภรรยาที่หย่ากันโดยถูกต้องตามกฎหมาย

5 **แยกกันอยู่** ได้แก่ ผู้ที่มีได้อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาแล้ว แต่ยังไม่ได้หย่ากันตามกฎหมาย รวมทั้งผู้ที่ไม่ได้สมรสอย่างถูกต้องตามกฎหมาย แต่ไม่ได้อยู่ร่วมกันฉันท์สามีภรรยาแล้ว

6 **เคยสมรสแต่ไม่ทราบสถานภาพ** ได้แก่ ผู้ที่สมรสแต่ไม่ทราบว่าสถานภาพใด สำหรับ “แม่ชี” ให้ใช้หลักปฏิบัติเช่นเดียวกับบุคคลธรรมดา

1.5.11 อาชีพ หมายถึง ประเภทหรือชนิดของงานที่บุคคลนั้นทำอยู่ เช่น ผู้ว่าราชการจังหวัด อธิบดี ผู้อำนวยการ โรงเรียนเอกชน ผู้จัดการฝ่ายผลิต นักเคมีฟิสิกส์ นักออกแบบระบบงานคอมพิวเตอร์ วิศวกรเครื่องกลการเกษตร ครูประจำชั้นประถมศึกษา เกษตรกรปลูกข้าว เกษตรกรปลูกไม้ยืนต้น เป็นต้น

1.5.12 อุตสาหกรรม หมายถึง ประเภทหรือชนิดของกิจการทางเศรษฐกิจที่บุคคลนั้นทำงานอยู่ เช่น โรงงานผลิตอาหารสำเร็จรูป โรงงานผลิตน้ำมันจากพืช บริษัทขายรถยนต์ ร้านขายปลีกอาหารและเครื่องดื่ม การปลูกข้าว การเลี้ยงปลาน้ำจืด เป็นต้น

1.5.13 สถานภาพการทำงาน หมายถึง สถานะของบุคคลที่ทำงานในสถานที่ทำงานหรือธุรกิจ แบ่งออกเป็น 5 ประเภทคือ

1.5.13.1 นายจ้าง หมายถึง ผู้ประกอบธุรกิจของตนเองเพื่อหวังผลกำไร หรือส่วนแบ่ง และได้จ้างบุคคลอื่นมาทำงานในธุรกิจในฐานะลูกจ้าง

1.5.13.2 ผู้ประกอบธุรกิจของตนเอง หมายถึง ผู้ประกอบธุรกิจของตนเองโดยลำพังผู้เดียว หรืออาจมีบุคคลอื่นมาร่วมกิจการด้วยเพื่อหวังผลกำไร หรือส่วนแบ่งและไม่ได้จ้างลูกจ้าง แต่อาจมีสมาชิกในครัวเรือนหรือผู้ฝึกงานมาช่วยทำงานโดยไม่ได้รับค่าจ้าง หรือค่าตอบแทนอย่างอื่นสำหรับงานที่ทำ

1.5.13.3 ผู้ช่วยธุรกิจของครัวเรือน หมายถึง ผู้ที่ช่วยทำงานโดยไม่ได้รับค่าจ้างในไร่นา เกษตร หรือธุรกิจของสมาชิกในครัวเรือน

1.5.13.4 ลูกจ้าง หมายถึง ผู้ที่ทำงานโดยได้รับค่าจ้างเป็นรายเดือน รายสัปดาห์ รายวัน รายขึ้น หรือเหมาจ่ายค่าตอบแทนที่ได้รับจากการทำงาน อาจจะเป็นเงินหรือสิ่งของ

ลูกจ้างแบ่งออกเป็น 3 ประเภท

ลูกจ้างรัฐบาล หมายถึง ข้าราชการ พนักงานเทศบาล พนักงานองค์การบริหารส่วนจังหวัด เจ้าหน้าที่องค์การระหว่างประเทศ ตลอดจนลูกจ้างประจำและชั่วคราวของรัฐบาล

ลูกจ้างรัฐวิสาหกิจ หมายถึง ผู้ที่ทำงานให้กับหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ

ลูกจ้างเอกชน หมายถึง ผู้ที่ทำงานให้กับเอกชน หรือธุรกิจของเอกชน รวมทั้งผู้ที่รับจ้างทำงานบ้าน

1.5.13.5 สมาชิกของการรวมกลุ่มผู้ผลิต หมายถึง กลุ่มคนที่มาร่วมกันทำงานโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อพึ่งตนเอง และช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สมาชิกแต่ละคนมีความเท่าเทียมกันในการกำหนดการทำงานทุกขั้นตอนไม่ว่าเป็นการลงทุน การขาย งานอื่นๆ ของกิจการที่ทำ ตลอดจนการแบ่งรายได้ให้สมาชิกตามที่ตกลงกัน (การรวมกลุ่มดังกล่าวอาจจดทะเบียนจัดตั้งในรูปของสหกรณ์หรือไม่ก็ได้)