

รายงานผลเบื้องต้น
การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร
พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมการบริโภคอาหาร)



S2061P480000000T2



กลุ่มสถิติประชากรและสังคม
สำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม
สำนักงานสถิติแห่งชาติ
โทรศัพท์ 0 2281 0333 ต่อ 1220
โทรสาร 0 2281 8617
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ Email : navarat@nso.go.th

รายงานผลเบื้องต้น
การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร
พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมการบริโภคอาหาร)



กลุ่มสถิติประชากรและสังคม
สำนักสถิติเศรษฐกิจและสังคม
สำนักงานสถิติแห่งชาติ
โทรศัพท์ 0 2281 0333 ต่อ 1220
โทรสาร 0 2281 8617
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ Email : navarat@nso.go.th

คำนำ

สำนักงานสถิติแห่งชาติ ได้ดำเนินการสำรวจพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 ขึ้นเป็นครั้งแรก เนื่องจากได้เล็งเห็นความสำคัญของการดำเนินงานสร้างสุขภาพและการดูแลสุขภาพของตนเอง ครอบครัว และชุมชนของรัฐบาล ภายใต้ยุทธศาสตร์ "รวมพลัง สร้างสุขภาพ" จึงได้จัดทำโครงการสำรวจพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพของประชากร ในด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร ซึ่งถือเป็นแผนการสร้างสุขภาพที่สำคัญ และเป็นเรื่องหนึ่งในนโยบาย 50 (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ อนามัยชุมชน และอโรควยา) ของยุทธศาสตร์ "รวมพลัง สร้างสุขภาพ"

โครงการสำรวจพฤติกรรมและการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมการบริโภคอาหาร) เป็นโครงการที่ผนวกสอดคล้องกับแบบสำรวจโครงการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2548 โดยเก็บรวบรวมข้อมูล จำนวนประชากร ในด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหาร สุขอนามัยและพฤติกรรม การเลือกซื้ออาหารบริโภคปลอดภัย

รายงานผลการสำรวจเบื้องต้นฉบับนี้ เป็นการนำเสนอผลการสำรวจที่สำคัญเกี่ยวกับ จำนวนและพฤติกรรมของประชากรที่บริโภคอาหาร อาหารมื้อหลัก การล้างมือก่อนรับประทานอาหาร กลุ่มอาหารที่บริโภค ความถี่ในการบริโภค ตลอดจนพฤติกรรมการตัดสินใจเลือกซื้ออาหารปลอดภัยบริโภค ในภาพรวมทั้งประเทศ สำหรับรายละเอียดของผลการสำรวจ จะนำเสนอในรายงานผลฉบับสมบูรณ์ต่อไป ในระดับประเทศ ภาค และเขตการปกครอง

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	
บทที่ 1 บทนำ	1
1.1 ความเป็นมา วัตถุประสงค์ และประโยชน์	1
1.2 ขอบข่ายและคัมรวม	2
1.3 รายการข้อมูลที่เกี่ยวข้อง	2
บทที่ 2 ระเบียบวิธี	3
2.1 แผนการสุ่มตัวอย่าง	3
2.2 วิธีการประมาณผล (ระดับภาค)	5
2.3 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล	11
2.4 การประมวลผลข้อมูล	11
2.5 การเสนอผล	11
บทที่ 3 ผลการสำรวจที่สำคัญ	12
3.1 ลักษณะทั่วไปของประชากร	12
3.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	13
3.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่าง ๆ ต่อสัปดาห์และความถี่ในการบริโภค	15
3.4 พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารที่มีตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย	21
ตารางสถิติ	23
สารบัญตารางสถิติ	24-25
คำจำกัดความ	43-46

บทที่ 1

บทนำ

1.1 ความเป็นมา วัตถุประสงค์ และประโยชน์

1.1.1 ความเป็นมา

ปัญหาสาธารณสุขที่สำคัญของประเทศส่วนใหญ่ เป็นปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่เหมาะสม รัฐบาลจึงได้ประกาศให้ปี 2545 เป็นปีแห่งการเริ่มต้นรณรงค์สร้างสุขภาพทั่วไทย เพื่อให้ประชาชน องค์กร หน่วยงาน ทั้งภาครัฐและเอกชน ได้รับรู้ตระหนักและเข้ามามีส่วนร่วมสนับสนุนให้เกิดการสร้างสุขภาพและดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว ชุมชน เพื่อการมีสุขภาพที่ดี ภายใต้ยุทธศาสตร์ “รวมพลัง สร้างสุขภาพ” พฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม ปลอดภัยและมีคุณค่าทางโภชนาการ ถือเป็นแผนการสร้างสุขภาพที่สำคัญ ซึ่งเป็นเรื่องหนึ่งในนโยบาย 5 อ. (อาหาร ออกกำลังกาย อารมณ์ อนามัยชุมชน และโรคยา) ของยุทธศาสตร์ “รวมพลัง สร้างสุขภาพ”

สำนักงานสถิติแห่งชาติในฐานะเป็นหน่วยงานของรัฐมีหน้าที่รับผิดชอบจัดทำข้อมูลสถิติพื้นฐาน (Basic Statistics) ที่แสดงโครงสร้างทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศ ได้เล็งเห็นความสำคัญของการดำเนินงานส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนให้เป็นพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ จึงได้จัดทำโครงการสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากรในด้านพฤติกรรมการบริโภคอาหารขึ้นเป็นครั้งแรกในปี พ.ศ. 2548 โดยได้ผนวกข้อมูลตามแบบสำรวจโครงการสำรวจอนามัยและสวัสดิการ พ.ศ. 2548

1.1.2 วัตถุประสงค์

การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 มีวัตถุประสงค์เพื่อเก็บรวบรวมข้อมูลสถานะพฤติกรรมสุขภาพของประชาชนในด้านสุขอนามัย การโภชนาการ ตลอดจนพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารปลอดภัย

1.1.3 ประโยชน์

ประโยชน์ที่ได้จากการสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมการบริโภคอาหาร) คือ

1. เพื่อให้มีข้อมูลสถิติพื้นฐานเรื่องพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร
2. เพื่อให้หน่วยงานภาครัฐและเอกชน นำข้อมูลไปใช้ในการดำเนินการพัฒนาให้ประชากรมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสม ปลอดภัย และมีคุณค่าทางโภชนาการ
3. เพื่อให้ทราบสถานการณ์สถานะพฤติกรรมสุขภาพของประชาชน และนำไปใช้ประโยชน์ในการวางแผนกำหนดนโยบาย หรือมาตรการต่าง ๆ ตลอดจนสามารถนำไปประเมินผลการดำเนินงานที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชาชน

1.2 ขอบข่ายและคุ่มรวม

ประชากรที่อยู่ในคุ่มรวมของการสำรวจครั้งนี้ ได้แก่ บุคคลผู้อาศัยอยู่ในครัวเรือนส่วนบุคคลทั้งในเขตเทศบาลและนอกเขตเทศบาลทั่วประเทศ

ครัวเรือนที่เข้าข่ายการเจงนั้บในการสำรวจครั้งนี้ คือ ครัวเรือนส่วนบุคคลตัวอย่างที่มีรายชื่อปรากฏในบัญชีรายชื่อครัวเรือนตัวอย่างของการสำรวจภาวะการทำงานของประชากรเดือนเมษายน พ.ศ. 2548

บุคคลที่เข้าข่ายการเจงนั้บ คือ บุคคลผู้อาศัยอยู่ในครัวเรือนส่วนบุคคลตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป

1.3 รายการข้อมูลที่เกี่ยวข้อง

1. ลักษณะทั่วไปของสมาชิกในครัวเรือน
2. พฤติกรรมการบริโภคอาหาร
 - จำนวนอาหารมื้อหลักที่กินต่อวัน
 - การล้างมือก่อนกินอาหารแต่ละมื้อ
 - รสชาติอาหารที่ชอบ
 - วิธีปรุงอาหารที่ชอบ
3. ความถี่ในการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ
4. พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารปลอดภัย

บทที่ 2 ระเบียบวิธี

2.1 แผนการสุ่มตัวอย่าง (ระดับภาค)

แผนการสุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นแบบ Stratified Two-Stage Sampling โดยมีจังหวัดเป็น สตราตัม ชุมรุมอาคาร (ในเขตเทศบาล) และหมู่บ้าน (นอกเขตเทศบาล) เป็นหน่วยตัวอย่างชั้นที่หนึ่ง ครัวเรือนส่วนบุคคลเป็นหน่วยตัวอย่างชั้นที่สอง

การจัดสตราตัม

จังหวัดเป็นสตราตัม ซึ่งมีทั้งสิ้น 76 สตราตัม และในแต่ละสตราตัม ได้ทำการแบ่งออกเป็น 2 สตราตัมย่อย ตามลักษณะการปกครองของกรมการปกครอง คือ ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล

การเลือกตัวอย่างชั้นที่หนึ่ง

จากแต่ละสตราตัมย่อย หรือแต่ละเขตการปกครอง ได้ทำการเลือกชุมรุมอาคาร/หมู่บ้าน ตัวอย่างอย่างอิสระต่อกัน โดยให้ความน่าจะเป็นในการเลือกเป็นปฏิภาคกับจำนวนครัวเรือนของ ชุมรุมอาคาร/หมู่บ้านนั้นๆ ได้จำนวนตัวอย่างทั้งสิ้น 1,932 ชุมรุมอาคาร/หมู่บ้าน จากทั้งสิ้นจำนวน 109,966 ชุมรุมอาคาร/หมู่บ้าน ซึ่งกระจายไปตามภาคและเขตการปกครอง เป็นดังนี้

ภาค	รวม	ในเขตเทศบาล	นอกเขตเทศบาล
กรุงเทพมหานคร	104	104	-
กลาง (ยกเว้น กทม.)	656	360	296
เหนือ	412	232	180
ตะวันออกเฉียงเหนือ	432	240	192
ใต้	328	176	152
รวมทั้งราชอาณาจักร	1,932	1,112	820

การเลือกตัวอย่างชั้นที่สอง

ในขั้นนี้เป็นการเลือกครัวเรือนตัวอย่างจากครัวเรือนส่วนบุคคลทั้งสิ้น ในบัญชีรายชื่อ ครัวเรือนซึ่งได้จากการนับจดในแต่ละชุมรุมอาคาร/หมู่บ้านตัวอย่าง ด้วยวิธีการสุ่มแบบมีระบบ โดย กำหนดขนาดตัวอย่างเป็นดังนี้คือ

- ในเขตเทศบาล : กำหนด 15 ครัวเรือนตัวอย่าง ต่อชุมรุมอาคาร
- นอกเขตเทศบาล : กำหนด 12 ครัวเรือนตัวอย่าง ต่อหมู่บ้าน

ก่อนที่จะทำการเลือกครัวเรือนตัวอย่าง ได้มีการจัดเรียงรายชื่อครัวเรือนส่วนบุคคลใหม่ตาม ขนาดครัวเรือน ซึ่งวัดด้วยจำนวนสมาชิกในครัวเรือนและประเภทครัวเรือนเชิงเศรษฐกิจ

จำนวนครัวเรือนส่วนบุคคลตัวอย่างทั้งสิ้นที่ต้องทำการเจงนับ จำแนกตามภาคและเขต
การปกครอง เป็นดังนี้คือ

ภาค	รวม	ในเขตเทศบาล	นอกเขตเทศบาล
กรุงเทพมหานคร	1,560	1,560	-
กลาง (ยกเว้น กทม.)	8,952	5,400	3,552
เหนือ	5,640	3,480	2,160
ตะวันออกเฉียงเหนือ	5,904	3,600	2,304
ใต้	4,464	2,640	1,824
รวมทั้งราชอาณาจักร	26,520	16,680	9,840

2.2 วิธีการประมาณผล (ระดับภาค)

การเสนอผลของการสำรวจได้แบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับประชากร ส่วนที่ 2 เป็นข้อมูลเกี่ยวกับครัวเรือน ข้อมูลในแต่ละส่วนได้เสนอผลการสำรวจในระดับภาค คือ กรุงเทพมหานคร ภาคกลาง (ยกเว้นกรุงเทพมหานคร) ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือและภาคใต้ โดยจำแนกตามเขตการปกครอง คือ ในเขตเทศบาล และนอกเขตเทศบาล

ในการประมาณค่า กำหนดให้

$$k = 1, 2, 3, \dots, m_{hjl} \quad (\text{ชมรมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง})$$

$$i = 1, 2, 3, \dots, 34 \quad (\text{หมวดอายุ - เพศ})$$

$$j = 1, 2 \quad (\text{เขตการปกครอง})$$

$$l = 1, 2, 3, \dots, A_h \quad (\text{จังหวัด})$$

$$h = 1, 2, 3, 4, 5 \quad (\text{ภาค})$$

ส่วนที่ 1 : ข้อมูลเกี่ยวกับประชากร

1.1 การประมาณค่ายอดรวม

1.1.1 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับหมวดอายุ-เพศ i เขตการปกครอง j ภาค h คือ

$$x'_{Ihji} = \frac{x'_{Ihji}}{y'_{Ihji}} Y_{Ihji} = r_{Ihji} Y_{Ihji} \quad \dots\dots\dots (1)$$

โดยที่ x'_{Ihji} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองชั้นคอนของจำนวนประชากรทั้งสิ้นที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับหมวดอายุ-เพศ i เขตการปกครอง j ภาค h

y'_{Ihji} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองชั้นคอนของจำนวนของจำนวนประชากรทั้งสิ้น สำหรับหมวดอายุ-เพศ i เขตการปกครอง j ภาค h

Y_{Ihji}^* คือ ค่าประมาณจำนวนประชากรทั้งสิ้น ที่ได้จากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย สำหรับหมวดอายุ-เพศ i เขตการปกครอง j ภาค h

r_{Ihji} คือ อัตราส่วนของค่าประมาณจำนวนประชากรทั้งสิ้นที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X กับค่าประมาณจำนวนประชากรทั้งสิ้น สำหรับหมวดอายุ-เพศ i เขตการปกครอง j ภาค h

สูตรการคำนวณค่าประมาณยอดรวมโดยปกติ จากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอน คือ

$$i) \quad x'_{1hji} = \sum_{l=1}^{A_h} x'_{1hlji} \quad \dots\dots\dots (2)$$

โดยที่ x'_{1hji} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอนของจำนวนประชากรทั้งสิ้นที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับหมวดอายุ - เพศ i เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h ซึ่ง

$$x'_{1hji} = \frac{1}{m_{hlj}} \sum_{k=1}^{m_{hlj}} \frac{1}{P_{hljk}} \frac{N_{hljk}}{n_{hljk}} x_{1hljki}$$

x_{1hljki} คือ จำนวนประชากรที่เจงนับได้ทั้งสิ้น ที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X ในหมวดอายุ - เพศ i ชุมรวมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

N_{hljk} คือ จำนวนครัวเรือนที่นับจดได้ทั้งสิ้น ในชุมรวมอาคาร / หมู่บ้าน ตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

n_{hljk} คือ จำนวนครัวเรือนตัวอย่างทั้งสิ้น ในชุมรวมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

P_{hljk} คือ โอกาสในการเลือกชุมรวมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

m_{hlj} คือ จำนวนชุมรวมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่างทั้งสิ้น ในเขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

A_h คือ จำนวนจังหวัดทั้งสิ้นในภาค h และ $\sum_{h=1}^5 A_h = 76$

* การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ. ศ. 2533 - 2563 กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (มีนาคม 2538)

$$ii) \quad y'_{1hji} = \sum_{l=1}^{A_h} y'_{1hlji} \quad \dots\dots\dots (3)$$

โดยที่ y'_{1hlji} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอนของจำนวนประชากรทั้งสิ้น สำหรับหมวดอายุ - เพศ i เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h ซึ่ง

$$y'_{1hlji} = \frac{1}{m_{hlj}} \sum_{k=1}^{m_{hlj}} \frac{1}{P_{hljk}} \frac{N_{hljk}}{n_{hljk}} y_{1hljki}$$

y_{1hljki} คือ จำนวนประชากรที่เจนนับได้ทั้งสิ้น ในหมวดอายุ - เพศ i ชุมรวมอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

1.1.2 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับเขตการปกครอง j ภาค h คือ

$$x''_{1hj} = \sum_{i=1}^{34} x''_{1hji} \quad \dots\dots\dots (4)$$

1.1.3 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับหมวดอายุ - เพศ i ภาค h คือ

$$x''_{1hi} = \sum_{j=1}^2 x''_{1hji} \quad \dots\dots\dots (5)$$

1.1.4 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับภาค h คือ

$$x''_{1h} = \sum_{j=1}^2 x''_{1hj} = \sum_{i=1}^{34} x''_{1hi} \quad \dots\dots\dots (6)$$

1.1.5 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับเขตการปกครอง j ทั่วประเทศจากร คือ

$$x''_{1j} = \sum_{h=1}^5 x''_{1hj} \quad \dots\dots\dots (7)$$

- 1.1.6 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับ หมวดอายุ - เพศ i ทั้งราชอาณาจักร คือ

$$x''_{Li} = \sum_{h=1}^5 x''_{Lhi} \dots\dots\dots (8)$$

- 1.1.7 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของจำนวนประชากรที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับทั้งราชอาณาจักร คือ

$$x''_I = \sum_{h=1}^5 x''_{Ih} = \sum_{j=1}^2 x''_{Ij} = \sum_{i=1}^{34} x''_{Li} \dots\dots\dots (9)$$

ส่วนที่ 2 : ข้อมูลเกี่ยวกับครัวเรือน

2.1 การประมาณค่ายอดรวม

2.1.1 สูตรการประมาณค่ายอดรวมที่ปรับแล้วของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับเขตการปกครอง j ภาค h คือ

$$x''_{2hj} = \frac{x'_{2hj}}{y'_{2hj}} Y_{2hj} = r_{2hj} Y_{2hj} \quad \dots\dots\dots (24)$$

- โดยที่
- x'_{2hj} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอนของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับเขตการปกครอง j ภาค h
 - y'_{2hj} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอนของจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น สำหรับเขตการปกครอง j ภาค h
 - Y_{2hj} คือ ค่าประมาณจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น ที่ได้จากการคาดประมาณประชากรของประเทศไทย สำหรับเขตการปกครอง j ภาค h
 - r_{2hj} คือ อัตราส่วนของค่าประมาณจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น ที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X กับค่าประมาณจำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น ในเขตการปกครอง j ภาค h

สูตรการคำนวณค่าประมาณยอดรวมโดยปกติ จากการเลือกตัวอย่าง คือ

$$i) \quad x'_{2hj} = \sum_{l=1}^{A_h} x'_{2hlj} \quad \dots\dots\dots (25)$$

- โดยที่
- x'_{2hlj} คือ ค่าประมาณยอดรวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอน ของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับเขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h ซึ่ง

$$x'_{2hlj} = \frac{I}{m_{hlj}} \sum_{k=1}^{m_{hlj}} \frac{I}{P_{hljk}} \frac{N_{hljk}}{n_{hljk}} x_{2hljk}$$

* การคาดประมาณประชากรของประเทศไทย พ.ศ. 2533 - 2563 กองวางแผนทรัพยากรมนุษย์ สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 8 (มีนาคม 2538)

x_{2hljk} คือ จำนวนครัวเรือนตัวอย่างที่เจงนับได้ทั้งสิ้น ที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษา X สำหรับชุมชนอาคาร / หมู่บ้านตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

ii)
$$y'_{2hj} = \sum_{l=1}^{A_h} y'_{2hlj} \dots\dots\dots (26)$$

โดยที่ y'_{2hlj} คือ ค่าประมาณขอยครวมโดยปกติจากการเลือกตัวอย่างสองขั้นตอนของ จำนวนครัวเรือนทั้งสิ้น สำหรับเขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h ซึ่ง

$$y'_{2hlj} = \frac{1}{m_{hlj}} \sum_{k=1}^{m_{hlj}} \frac{1}{P_{hljk}} \frac{N_{hljk}}{n_{hljk}} y_{2hljk}$$

y_{2hljk} คือ จำนวนครัวเรือนตัวอย่างที่เจงนับได้ทั้งสิ้น ในชุมชนอาคาร / หมู่บ้าน ตัวอย่าง k เขตการปกครอง j จังหวัด l ภาค h

2.1.2 สูตรการประมาณค่าขอยครวมที่ปรับแล้วของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับ ภาค h คือ

$$x''_{2h} = \sum_{j=1}^2 x''_{2hj} \dots\dots\dots (27)$$

2.1.3 สูตรการประมาณค่าขอยครวมที่ปรับแล้วของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับ เขตการปกครอง j ทัวราชอาณาจักร คือ

$$x''_{2j} = \sum_{h=1}^5 x''_{2hj} \dots\dots\dots (28)$$

2.1.4 สูตรการประมาณค่าขอยครวมที่ปรับแล้วของลักษณะที่ต้องการศึกษา X ของครัวเรือน สำหรับทัวราชอาณาจักร คือ

$$x''_2 = \sum_{h=1}^5 x''_{2h} = \sum_{j=1}^2 x''_{2j} \dots\dots\dots (29)$$

2.3 วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 ได้ดำเนินการสำรวจในเดือนเมษายน พ.ศ. 2548 ซึ่งมีจำนวนครัวเรือนตัวอย่างประมาณ 27,000 ครัวเรือนโดยทำการเก็บรวบรวมข้อมูลพร้อมกันทั่วประเทศ การสำรวจครั้งนี้ใช้วิธีการสัมภาษณ์สมาชิกทุกคนในครัวเรือนตัวอย่างที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป โดยพนักงานของสำนักงานสถิติแห่งชาติ

2.4 การประมวลผลข้อมูล

1. ทำการบรรณาธิกรและลงรหัสที่สำนักงานสถิติจังหวัดทุกจังหวัด
2. ทำการบันทึกข้อมูลด้วยเครื่อง ICR (Intelligent Character Recognition) ที่สำนักงานสถิติแห่งชาติกรุงเทพมหานคร
3. บันทึกข้อมูลและตรวจสอบข้อมูลด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์และประมวลผลเป็นตารางสถิติ ที่สำนักงานสถิติแห่งชาติกรุงเทพมหานคร

2.5 การเสนอผล

- การนำเสนอผลการสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 ประกอบด้วย
1. รายงานผลเบื้องต้น เป็นการนำเสนอผลการสำรวจที่สำคัญเกี่ยวกับจำนวนและพฤติกรรมของประชากรที่บริโภคอาหารมือหลัก รสชาติของอาหารที่ชอบ วิธีการปรุงอาหารที่ชอบ การล้างมือก่อนกินอาหาร ความถี่ในการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ และพฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารปลอดภัย มาบริโภค โดยนำเสนอผลในภาพรวม ระดับประเทศ และเขตการปกครอง
 2. รายงานผลฉบับสมบูรณ์ เป็นการนำเสนอผลข้อมูลต่างๆ ของประชากร และพฤติกรรมต่างๆ เช่นเดียวกับข้อ 1 โดยนำเสนอผลในระดับประเทศ ภาค และเขตการปกครอง
 3. CD-ROM รายงานผลการสำรวจฉบับสมบูรณ์
 4. การเผยแพร่สรุปผลที่สำคัญทาง Web-site ของสำนักงานคือ www.nso.go.th

บทที่ 3

ผลการสำรวจที่สำคัญ

3.1 ลักษณะทั่วไปของประชากร

การสำรวจพฤติกรรมการดูแลสุขภาพของประชากร พ.ศ. 2548 (พฤติกรรมกรบริโภคอาหาร) ได้ทำการสำรวจโดยการสัมภาษณ์ผู้ที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป จากผลการสำรวจพบว่า ในปี 2548 จำนวนประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไปทั่วประเทศ มีจำนวนประมาณ 59.2 ล้านคน เป็นเพศชาย 29.4 ล้านคน เพศหญิง 29.8 ล้านคน ในจำนวนนี้เป็นประชากรที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลจำนวน 19.5 ล้านคน และอยู่นอกเขตเทศบาลจำนวน 39.6 ล้านคน (ตารางที่ 1)

เมื่อพิจารณาประชากรเป็นกลุ่มอายุ พบว่าเป็นประชากรกลุ่มวัยทำงาน (25-59 ปี) มากที่สุด คือ 31.8 ล้านคน หรือร้อยละ 53.8 รองลงมาเป็นกลุ่มวัยรุ่น (15-24 ปี) และกลุ่มวัยเด็ก (6-14 ปี) คือ 11.3 ล้านคน และ 9.6 ล้านคน ตามลำดับ กลุ่มผู้สูงอายุ (60 ปีขึ้นไป) มีจำนวนน้อยที่สุด คือ 6.5 ล้านคน

เมื่อเปรียบเทียบเพศระหว่างกลุ่มอายุ พบว่า ส่วนใหญ่มีสัดส่วนใกล้เคียงกันในทุกกลุ่มอายุ ยกเว้นกลุ่มผู้สูงอายุ มีสัดส่วนของเพศหญิงสูงกว่าเพศชาย (ร้อยละ 54.3 สำหรับหญิง และร้อยละ 45.7 สำหรับชาย) และเมื่อพิจารณาเป็นภาค พบว่า มีสัดส่วนของเพศ ไม่แตกต่างเช่นกัน โดยยกเว้นกรุงเทพมหานคร ซึ่งมีสัดส่วนของเพศหญิง สูงกว่าเพศชาย (ร้อยละ 52.7 สำหรับหญิง และร้อยละ 47.3 สำหรับชาย)

หากพิจารณาตามเขตการปกครอง พบว่า นอกเขตเทศบาลมีสัดส่วนของประชากรทุกกลุ่มอายุอาศัยอยู่มากกว่าในเขตเทศบาล โดยกระจายอยู่ในภาคต่าง ๆ

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ เขตการปกครอง และภาค

กลุ่มอายุ และภาค	รวม	เพศ				เขตการปกครอง			
		ชาย	%	หญิง	%	ในเขตเทศบาล	%	นอกเขตเทศบาล	%
รวม	59,170,765	29,375,255	49.6	29,795,510	50.4	19,531,835	33.0	39,638,930	67.0
6-14	9,597,698	4,815,660	50.2	4,782,038	49.8	2,780,229	29.0	6,817,469	71.0
15-24	11,299,476	5,727,148	50.7	5,572,328	49.3	3,738,651	33.1	7,560,825	66.9
25-59	31,808,888	15,879,531	49.9	15,929,357	50.1	10,999,990	34.6	20,808,898	65.4
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	2,952,916	45.7	3,511,787	54.3	2,012,965	31.2	4,451,738	68.8
ภาค									
กรุงเทพมหานคร	7,537,256	3,566,853	47.3	3,970,403	52.7	7,537,256	100.0	-	-
กลาง	13,697,853	6,754,584	49.3	6,943,269	50.7	4,741,257	34.6	8,956,596	65.4
เหนือ	10,800,496	5,426,524	50.2	5,373,972	49.8	2,231,489	20.7	8,569,007	79.3
ตะวันออกเฉียงเหนือ	19,456,068	9,774,850	50.2	9,681,218	49.8	3,264,148	16.8	16,191,920	83.2
ใต้	7,679,092	3,852,444	50.2	3,826,648	49.8	1,757,685	22.9	5,921,407	77.1

3.2 พฤติกรรมการบริโภคอาหาร

การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารครั้งนี้ เป็นการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารมื้อหลักในแต่ละวันของประชากร รสชาติอาหารที่ชอบกินมากที่สุด วิธีปรุงอาหารที่ชอบ ตลอดจนพฤติกรรมการสูดดมกลิ่นในการกิน คือ การล้างมือก่อนกินอาหารแต่ละมื้อ โดยมีวัตถุประสงค์ในการสำรวจแต่ละพฤติกรรมดังนี้ คือ

1. การกินอาหารมื้อหลัก มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร โดยเฉพาะการบริโภคอาหารมื้อหลักที่ผู้บริโภคได้รับในแต่ละวัน มีคุณค่าทางโภชนาการ และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการสะสมพลังงานในร่างกายในแต่ละเวลาที่แตกต่างกัน และเกิดคุณค่ามากกว่ามื้อว่าง ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นอาหารประเภท แป้ง และน้ำตาล

2. รสชาติอาหารที่ชอบ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาการบริโภคอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ เนื่องจากพฤติกรรมการกินอาหารที่มีรสชาติใดรสชาติหนึ่งอย่างสม่ำเสมอเป็นประจำ เช่น รสเค็ม หวาน หรือเผ็ด เป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์และอาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพได้

3. วิธีปรุงอาหารที่ชอบ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเลือกบริโภคอาหารซึ่งถูกปรุงด้วยกรรมวิธีต่าง ๆ เนื่องจากอาหารที่ถูกปรุงด้วยกรรมวิธีต่าง ๆ จะให้คุณค่าของอาหารต่างกััน ดังนั้นพฤติกรรมการกินอาหารที่ถูกปรุงด้วยวิธีใดวิธีหนึ่งเป็นประจำสม่ำเสมอ จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่อาจก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพ ได้เช่นกัน

4. การล้างมือก่อนกินอาหาร มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการสูดดมกลิ่นของประชากร เนื่องจากมือเป็นอวัยวะที่ใช้ทำกิจกรรมต่าง ๆ มากมายในแต่ละวัน จึงอาจสัมผัสกับสิ่งสกปรกทำให้เกิดการแพร่เชื้อโรคได้ ดังนั้นการล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนกินอาหารจะช่วยป้องกันความเสี่ยงต่อการเป็นโรค ซึ่งอาจเกิดแก่ร่างกายได้ทางหนึ่ง เช่น โรคระบบทางเดินอาหาร

3.2.1 การกินอาหารมื้อหลัก

จากการสำรวจ พบว่า พฤติกรรมการกินอาหารมื้อหลักของประชากรที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป ส่วนใหญ่ (ร้อยละ 82.2) กินอาหารมื้อหลักครบ 3 มื้อ รองลงมากินเพียง 2 มื้อ ร้อยละ 15.4 (งดมื้อเช้าร้อยละ 7.7 หรืองดมื้อกลางวันร้อยละ 7.1 หรืองดมื้อเย็นร้อยละ 0.6) ส่วนผู้ที่กินอาหารมื้อหลักเพียง 1 มื้อ มีเพียงร้อยละ 0.2 เท่านั้น สำหรับผู้ที่กินอาหารมากกว่า 3 มื้อนั้น มีร้อยละ 2.2 (ตารางที่ 2)

เมื่อพิจารณาพฤติกรรมการกินอาหารมื้อหลักในแต่ละวัยเป็นกลุ่มอายุ พบว่า ทุกกลุ่มอายุ มีสัดส่วนของการกินอาหารมื้อหลักครบ 3 มื้อ มากกว่าร้อยละ 80 โดยเฉพาะกลุ่มวัยเด็ก มีมากที่สุดถึงร้อยละ 87.2 ในขณะที่พฤติกรรมการกินอาหารมื้อหลัก 2 มื้อ โดยงดมื้อเช้า เป็นกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงานมากที่สุด (ร้อยละ 10.0) ส่วนกลุ่มที่กิน 2 มื้อ โดยงดมื้อเย็นนั้นเป็นกลุ่มวัยรุ่นวัยทำงาน และวัยสูงอายุ มีสัดส่วนใกล้เคียงกัน

สำหรับพฤติกรรมการกินอาหารมื้อหลักเพียง 1 มื้อต่อวันนั้น พบว่า เป็นกลุ่มผู้สูงอายุมากที่สุด คือร้อยละ 0.3 ในขณะที่มีพฤติกรรมการกินอาหารมื้อหลักมากกว่า 3 มื้อ มีมากที่สุดในกลุ่มวัยเด็ก (ร้อยละ 3.6) รองลงมาคือ กลุ่มวัยรุ่น (ร้อยละ 2.7)

3.2.2 รสชาติของอาหารที่ชอบ

จากการสำรวจเรื่องรสชาติของอาหารที่ชอบ พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ร้อยละ 33.3 บริโภคอาหารรสจืด ๆ รองลงมาเป็นรสเผ็ด (ร้อยละ 31.5) รสเค็ม (ร้อยละ 12.1) รสหวาน (ร้อยละ 9.4) รสอื่น ๆ ได้แก่ชอบทุกรส หรือรสชาติพอดี (ร้อยละ 8.3) และรสเปรี้ยว (ร้อยละ 5.4) ตามลำดับ

เมื่อพิจารณาถึงพฤติกรรมของรสชาติอาหารที่ชอบเป็นกลุ่มอายุ พบว่า กลุ่มผู้สูงอายุ และกลุ่มวัยเด็กชอบกินอาหารรสจืดมากที่สุด (ร้อยละ 55.7 และ 50.2 ตามลำดับ) รองลงมาคือรสหวาน สำหรับกลุ่มวัยเด็ก (ร้อยละ 18.4) และรสเผ็ดสำหรับกลุ่มผู้สูงอายุ (ร้อยละ 15.7) ในขณะที่กลุ่มวัยรุ่นและกลุ่มวัยทำงาน ประมาณร้อยละ 38 ชอบกินรสเผ็ดมากที่สุด รองลงมาคือรสจืด (ร้อยละ 22.8 สำหรับกลุ่มวัยรุ่น และร้อยละ 27.3 สำหรับกลุ่มวัยทำงาน)

3.2.3 วิธีปรุงอาหารที่ชอบ

ผลจากการสำรวจการเลือกบริโภคอาหารที่ชอบซึ่งถูกปรุงด้วยกรรมวิธีต่าง ๆ พบว่า ประชากรส่วนใหญ่ ร้อยละ 57.0 ชอบวิธีปรุงอาหารแบบ ต้มหรือลวกสุก รองลงมาชอบวิธีผัด (ร้อยละ 22.7) ทอด (ร้อยละ 11.4) สำหรับผู้ที่ชอบบริโภคอาหารด้วยวิธีลวกแบบสุก ๆ ดิบ ๆ นั้น มีเพียงร้อยละ 0.7 เท่านั้น

เมื่อพิจารณาวิธีปรุงอาหารที่ชอบกินเป็นกลุ่มอายุ พบว่า ทุกกลุ่มอายุชอบวิธีต้มหรือลวกสุกมากที่สุด โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุชอบวิธีนี้ถึงร้อยละ 73.6 รองลงมาเป็นวิธีการผัด การทอด และการปิ้งย่าง ตามลำดับ

สำหรับวิธีลวกแบบสุก ๆ ดิบ ๆ นั้นเป็นวิธีปรุงอาหารที่คนชอบกินค่อนข้างน้อยในทุกกลุ่มอายุ

3.2.4 การล้างมือก่อนกินอาหาร

จากตาราง 2 พบว่าประชากรอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป เกินกว่าครึ่งหนึ่งมีพฤติกรรมการล้างมือก่อนกินอาหารทุกครั้ง (ร้อยละ 54.8) รองลงมา มีการล้างมือก่อนกินอาหารเป็นบางครั้ง (ร้อยละ 42.8) และไม่เคยล้างมือเลยก่อนกินอาหารมีเพียง ร้อยละ 2.4 เท่านั้น เมื่อพิจารณาเป็นกลุ่มอายุ พบว่าส่วนใหญ่ ร้อยละ 50 ของกลุ่มวัยเด็ก ล้างมือก่อนกินอาหารเป็นบางครั้ง ส่วนกลุ่มวัยรุ่น กลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มผู้สูงอายุ ส่วนใหญ่มีพฤติกรรมด้านสุขอนามัยที่ดี คือล้างมือก่อนกินอาหารทุกครั้งเกินกว่าร้อยละ 50

ตารางที่ 2 อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และกลุ่มอายุ

พฤติกรรมการบริโภคอาหาร	กลุ่มอายุ				
	รวม	6-14	15-24	25-59	60 ปีขึ้นไป
การกินอาหารมื้อหลัก	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
กินครบ 3 มื้อ	82.2	87.2	80.3	81.2	82.7
กิน 2 มื้อ งดมื้อเช้า	7.7	2.6	9.1	9.3	4.9
กิน 2 มื้อ งดมื้อกลางวัน	7.1	6.5	7.0	6.8	10.0
กิน 2 มื้อ งดมื้อเย็น	0.6	0.1	0.7	0.8	0.7
กินเพียง 1 มื้อเท่านั้น	0.2	*	0.2	0.2	0.3
กินมากกว่า 3 มื้อ	2.2	3.6	2.7	1.7	1.4
รสชาติของอาหาร	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
จืด ๆ	33.3	50.2	22.8	27.3	55.7
หวาน	9.4	18.4	9.9	7.2	5.8
เค็ม	12.1	8.4	12.2	13.1	12.5
เผ็ด	31.5	12.2	38.3	38.2	15.7
เปรี้ยว	5.4	4.5	8.6	5.1	2.8
อื่น ๆ	8.3	6.3	8.2	9.1	7.5
วิธีการปรุงอาหาร	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ต้ม หรือลวกสุก	57.0	44.4	48.8	60.3	73.6
ตุ๋น	1.2	1.1	1.3	1.2	0.9
ผัด	22.7	25.1	28.3	22.2	12.2
ทอด	11.4	24.2	14.0	8.1	4.5
นึ่ง	1.4	0.7	1.4	1.5	1.7
ลวกแบบสุก ๆ ดิบ ๆ	0.7	*	0.5	1.0	0.9
ปิ้ง ย่าง	3.5	3.2	3.3	3.5	4.5
อื่น ๆ ^{1/}	2.1	1.3	2.4	2.2	1.7
การล้างมือก่อนกินอาหาร	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ทุกครั้ง	54.8	47.1	51.5	57.1	60.4
เป็นบางครั้ง	42.8	50.0	45.9	40.8	36.8
ไม่เคยล้างมือเลย	2.4	2.9	2.6	2.1	2.8

หมายเหตุ : ไม่รวมไม่ทราบ

* น้อยกว่า 0.1 ^{1/} อื่น ๆ ได้แก่ วิธีอบ วิธียำ

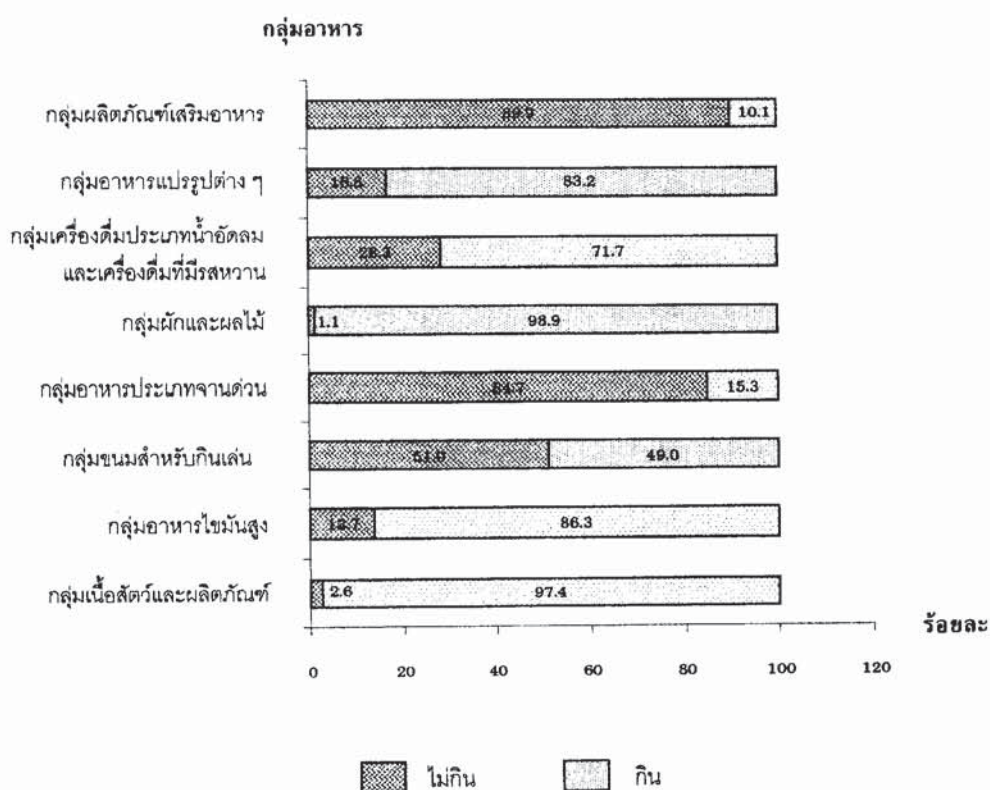
3.3 พฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ ต่อสัปดาห์และความถี่ในการบริโภค

เนื่องจากภาวะเศรษฐกิจและสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน มีผลกระทบต่อรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่เหมาะสมและครบถ้วนตามหลักโภชนาการในแต่ละสัปดาห์ของประชากร ซึ่งทำให้การบริโภคขาดการคำนึงถึงประโยชน์และคุณค่าทางโภชนาการ อันอาจก่อให้เกิดความเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพตามมาได้ จึงได้สอบถามพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ ของประชากร

3.3.1 พฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ ต่อสัปดาห์

ผลจากการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ (แผนภูมิ ก) พบว่า ใน 8 กลุ่มอาหารที่ประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปบริโภค มี 4 กลุ่มที่มีสัดส่วนของการกินเกินกว่า ร้อยละ 80 คือ กลุ่มผักและผลไม้ (ร้อยละ 98.9) กลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ (ร้อยละ 97.4) กลุ่มอาหารไขมันสูง (ร้อยละ 86.3) และ กลุ่มอาหารแปรรูปต่างๆ (ร้อยละ 83.2) ส่วนกลุ่มอาหารอื่นๆ ที่มีสัดส่วนรองลงมาคือ กลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน ร้อยละ 71.7 และกลุ่มขนมสำหรับกินเล่น ร้อยละ 49.0 ในขณะที่กลุ่มอาหารประเภทจานด่วน และกลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหารมีสัดส่วนการกินน้อยมากคือ ร้อยละ 15.3 และร้อยละ 10.1 ตามลำดับ

แผนภูมิ ก อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามพฤติกรรมการบริโภคอาหาร และกลุ่มอาหาร



3.3.2 ความถี่ในการบริโภคอาหารกลุ่มต่าง ๆ

ผลจากการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารกลุ่มต่างๆ ของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอาหาร 8 กลุ่ม การเป็นผู้ที่ไม่กิน และเป็นผู้ที่กินอาหารกลุ่มต่าง ๆ ความถี่ในการกินเฉลี่ยต่อสัปดาห์และกลุ่มอายุ (ตารางที่ 3)

กลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ มีสัดส่วนค่อนข้างน้อย โดยเป็นกลุ่มผู้สูงอายุมากที่สุด คือร้อยละ 4.7 รองลงมาเป็นกลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มวัยรุ่น คือร้อยละ 2.5 และร้อยละ 2.2 ตามลำดับ ส่วนกลุ่มวัยเด็ก ไม่กินอาหารกลุ่มนี้น้อยที่สุด คือร้อยละ 1.6

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า กินอาหารกลุ่มนี้ทุกวัน เกินกว่าร้อยละ 30 ในทุกกลุ่มอายุ ผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้เพียง 1-2 วัน/สัปดาห์ เป็นกลุ่มผู้สูงวัยมากที่สุด คือร้อยละ 25.4 ผู้ที่กิน 3-4 วัน/สัปดาห์ มีสัดส่วนการกินใกล้เคียงกันทุกกลุ่มอายุ คือประมาณ ร้อยละ 25 ส่วนผู้ที่กิน 5-6 วัน/สัปดาห์ เป็นกลุ่มวัยเด็กมากที่สุด (ร้อยละ 17.3)

กลุ่มอาหารไขมันสูง

ผู้ที่ไม่กินกลุ่มอาหารไขมันสูง จะมีสัดส่วนเพิ่มขึ้นมากตามวัย กล่าวคือ กลุ่มผู้สูงอายุ ไม่กินอาหารกลุ่มนี้มากที่สุด คือ ร้อยละ 22.8 กลุ่มที่กินน้อยรองลงมาคือ กลุ่มวัยทำงาน (ร้อยละ 14.7) กลุ่มวัยรุ่น (ร้อยละ 9.8) และกลุ่มวัยเด็ก (ร้อยละ 8.8) ตามลำดับ

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ ตามความถี่ในการกิน พบว่า ส่วนใหญ่เกินกว่าร้อยละ 40 ของทุกกลุ่มอายุกินอาหารกลุ่มนี้เพียง 1-2 วัน/สัปดาห์ และผู้ที่กิน 3-4 วัน/สัปดาห์ มากที่สุดเป็น กลุ่มวัยเด็ก (ร้อยละ 27.2) ส่วนผู้ที่กิน 5-6 วัน/สัปดาห์ ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มวัยเด็ก และกลุ่มวัยรุ่น ประมาณร้อยละ 10 ในขณะที่ผู้กินอาหารกลุ่มนี้ทุกวันมากที่สุด เป็นกลุ่มวัยเด็ก คือร้อยละ 12.4

กลุ่มขนมสำหรับกินเล่นหรือขนมกรุบกรอบ

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ มีสัดส่วนเพิ่มขึ้นมากตามวัยเช่นกัน กล่าวคือ กลุ่มผู้สูงอายุไม่กิน อาหารกลุ่มนี้มากที่สุด คือร้อยละ 83.0 รองลงมาคือ กลุ่มวัยทำงาน ร้อยละ 66.9 ในขณะที่กลุ่มวัยรุ่น ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ ร้อยละ 27.8 และกลุ่มวัยเด็ก ไม่กินเพียงร้อยละ 4.3 เท่านั้น

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า ผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ทุกวัน เป็นกลุ่มวัยเด็กคือร้อยละ 42.1 รองลงมาเป็นกลุ่มวัยรุ่นร้อยละ 12.3 และผู้ที่กิน 3-4 วัน/สัปดาห์ และ 5-6 วัน/สัปดาห์ ยังคงเป็นกลุ่มวัยเด็ก และวัยรุ่นมากที่สุด ในขณะที่ผู้กิน 1-2 วัน/สัปดาห์ เป็นกลุ่มวัยรุ่นและวัยทำงานมากที่สุดคือร้อยละ 32.0 และร้อยละ 22.5 ตามลำดับ

กลุ่มอาหารประเภทจานด่วน

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้มีสัดส่วนมากในทุกกลุ่มอายุ โดยพบว่า ทุกกลุ่มอายุมีสัดส่วนเกิน กว่าร้อยละ 75 โดยเฉพาะในกลุ่มผู้สูงอายุ มีมากถึงร้อยละ 95.9

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า กลุ่มวัยเด็ก และกลุ่มวัยรุ่น มีสัดส่วนการกินอาหารกลุ่มนี้มากที่สุด โดยมีความถี่ในการกิน 1-2 วัน/สัปดาห์ มากที่สุดคือ กลุ่มวัยรุ่น ร้อยละ 20.0 กลุ่มวัยเด็ก ร้อยละ 17.1 รองลงมากิน 3-4 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 3.5 ในกลุ่มวัยเด็ก และกลุ่มวัยรุ่นร้อยละ 3.2

กลุ่มผักและผลไม้

ผู้ที่ไม่กิน อาหารกลุ่มนี้ มีสัดส่วนน้อยมาก คือไม่เกินร้อยละ 2.0 ซึ่งแสดงให้เห็นว่า ประชากรส่วนใหญ่กินผักและผลไม้ โดยพบว่ากลุ่มวัยเด็ก มีสัดส่วนการไม่กินสูงกว่ากลุ่มอื่น คือร้อยละ 2.1

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า มีผู้ที่กินผักและผลไม้ทุกวัน เกินกว่าร้อยละ 47.0 ในทุกกลุ่มอายุ ส่วนผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้น้อยกว่าวัยอื่น ๆ เป็นกลุ่มวัยเด็กโดยมี สัดส่วนการกินเพียง 1-2 วัน/สัปดาห์ และ 3-4 วัน/สัปดาห์ มากที่สุดคือ ร้อยละ 13.8 และร้อยละ 21.9 ตามลำดับ

กลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม และเครื่องดื่มที่มีรสหวาน

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ ส่วนใหญ่เป็นกลุ่มผู้สูงอายุ คือร้อยละ 40.9 รองลงมาเป็นกลุ่ม วัยทำงาน (ร้อยละ 29.1) และกลุ่มวัยรุ่น (ร้อยละ 24.2) ส่วนกลุ่มวัยเด็กมีสัดส่วนการไม่กินอาหาร กลุ่มนี้น้อยที่สุด คือร้อยละ 21.7

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า ผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ทุกวัน เป็นกลุ่มวัยทำงานมากที่สุดคือ ร้อยละ 31.6 รองลงมาเป็นกลุ่มผู้สูงอายุ (ร้อยละ 26.6) ในขณะที่ สัดส่วนของการไม่กินอาหารกลุ่มนี้ทุกวันของกลุ่มวัยเด็ก และกลุ่มวัยรุ่นสูงมากกว่าวัยอื่น โดยเฉพาะ กินเพียง 1-2 วัน/สัปดาห์ มากถึงประมาณร้อยละ 25

กลุ่มอาหารแปรรูปต่าง ๆ

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ เป็นกลุ่มผู้สูงอายุมากที่สุด คือร้อยละ 20.2 รองลงมาเป็นกลุ่ม วัยเด็ก (ร้อยละ 19.3) และกลุ่มวัยรุ่น (ร้อยละ 16.3) กลุ่มวัยทำงาน ไม่กินอาหารกลุ่มนี้น้อยที่สุด คือ ร้อยละ 15.6

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่าทุกกลุ่มอายุกินอาหารกลุ่มนี้ ค่อนข้างน้อย กล่าวคือกินเพียง 1-2 วัน/สัปดาห์ ในสัดส่วนที่สูงไม่เกินร้อยละ 38 รองลงมา 3-4 วัน/สัปดาห์ และกินทุกวันในสัดส่วนที่ลดลงและใกล้เคียงกันทุกกลุ่มอายุ ส่วนผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ 5-6 วัน/สัปดาห์ มีไม่เกินร้อยละ 10

กลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

ผู้ที่ไม่กินอาหารกลุ่มนี้ มีสัดส่วนการไม่กินค่อนข้างสูงมากในทุกกลุ่มอายุ คือกลุ่มวัยเด็ก และกลุ่มวัยรุ่น มีสัดส่วนใกล้เคียงกันประมาณร้อยละ 92 รองลงมาเป็นกลุ่มวัยทำงาน และกลุ่มผู้สูงอายุ ร้อยละ 89.7 และร้อยละ 83.3 ตามลำดับ

หากพิจารณาผู้ที่กินอาหารกลุ่มนี้ตามความถี่ในการกิน พบว่า ส่วนใหญ่ผู้ที่กินอาหาร กลุ่มนี้ เป็นกลุ่มผู้สูงอายุมากที่สุด กล่าวคือ กิน 1-2 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 8.6 กิน 3-4 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 2.6 กินทุกวันร้อยละ 4.7 ในขณะที่กิน 5-6 วัน/สัปดาห์ มีเพียงร้อยละ 0.8 เท่านั้น ในขณะที่ วัยอื่นมีสัดส่วนไม่เกินร้อยละ 2.0

ตารางที่ 3 อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอาหาร ความถี่ในการบริโภคอาหาร และกลุ่มอายุ

กลุ่มอาหารและ ความถี่ในการบริโภคอาหาร	กลุ่มอายุ				
	รวม	6-14 ปี	15-24 ปี	25-59 ปี	60 ปีขึ้นไป
กลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	2.6	1.6	2.2	2.5	4.7
กิน	97.4	98.4	97.8	97.5	95.3
1-2 วัน/สัปดาห์	19.9	16.9	19.2	19.8	25.4
3-4 วัน/สัปดาห์	25.2	25.4	25.1	25.2	25.3
5-6 วัน/สัปดาห์	14.6	17.3	15.3	13.9	13.6
กินทุกวัน	37.7	38.8	38.2	38.6	31.0
กลุ่มอาหารไขมันสูง	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	13.7	8.8	9.8	14.7	22.8
กิน	86.3	91.2	90.2	85.3	77.2
1-2 วัน/สัปดาห์	43.7	41.3	42.1	44.9	44.0
3-4 วัน/สัปดาห์	24.0	27.2	26.6	23.1	18.9
5-6 วัน/สัปดาห์	8.3	10.3	10.1	7.5	6.6
กินทุกวัน	10.3	12.4	11.4	9.8	7.7
กลุ่มขนมสำหรับกินเล่น หรือขนมกรุบกรอบ	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	51.0	4.3	27.8	66.9	83.0
กิน	49.0	95.7	72.2	33.1	17.0
1-2 วัน/สัปดาห์	22.3	17.1	32.0	22.5	11.7
3-4 วัน/สัปดาห์	11.2	22.8	20.9	6.0	2.7
5-6 วัน/สัปดาห์	4.5	13.7	7.0	1.6	0.7
กินทุกวัน	11.0	42.1	12.3	3.0	1.9
กลุ่มอาหารประเภทจานด่วน	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	84.7	77.8	75.2	87.9	95.9
กิน	15.3	22.2	24.8	12.1	4.1
1-2 วัน/สัปดาห์	12.3	17.1	20.0	10.0	3.1
3-4 วัน/สัปดาห์	2.0	3.5	3.2	1.3	0.7
5-6 วัน/สัปดาห์	0.5	0.8	0.9	0.4	0.1
กินทุกวัน	0.5	0.8	0.7	0.4	0.2
กลุ่มผักและผลไม้	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	1.1	2.1	0.7	1.0	1.1
กิน	98.9	97.9	99.3	99.0	98.9
1-2 วัน/สัปดาห์	9.8	13.8	9.6	8.8	9.2
3-4 วัน/สัปดาห์	17.4	21.9	17.9	16.3	15.5
5-6 วัน/สัปดาห์	14.9	14.4	15.9	14.7	14.6
กินทุกวัน	56.8	47.8	55.9	59.2	59.6

ตารางที่ 3 อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอาหาร ความถี่ในการบริโภคอาหาร และกลุ่มอายุ (ต่อ)

กลุ่มอาหารและ ความถี่ในการบริโภคอาหาร	กลุ่มอายุ				
	รวม	6-14 ปี	15-24 ปี	25-59 ปี	60 ปีขึ้นไป
กลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลม และเครื่องดื่มที่มีรสหวาน	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	28.3	21.7	24.2	29.1	40.9
กิน	71.7	78.3	75.8	70.9	59.1
1-2 วัน/สัปดาห์	22.4	25.5	25.6	21.0	19.4
3-4 วัน/สัปดาห์	14.2	19.2	18.2	12.3	8.6
5-6 วัน/สัปดาห์	6.6	9.1	7.4	6.0	4.5
กินทุกวัน	28.5	24.5	24.6	31.6	26.6
กลุ่มอาหารแปรรูปต่าง ๆ	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	16.8	19.3	16.3	15.6	20.2
กิน	83.2	80.7	83.7	84.4	79.8
1-2 วัน/สัปดาห์	36.6	38.0	35.6	37.0	34.3
3-4 วัน/สัปดาห์	18.0	17.6	18.9	18.2	16.5
5-6 วัน/สัปดาห์	9.1	7.9	9.6	9.4	8.5
กินทุกวัน	19.5	17.2	19.6	19.8	20.5
กลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร	100.0	100.0	100.0	100.0	100.0
ไม่กิน	89.9	92.0	92.5	89.7	83.3
กิน	10.1	8.0	7.5	10.3	16.7
1-2 วัน/สัปดาห์	6.0	5.0	4.5	6.2	8.6
3-4 วัน/สัปดาห์	1.4	1.1	1.1	1.5	2.6
5-6 วัน/สัปดาห์	0.4	0.3	0.4	0.4	0.8
กินทุกวัน	2.3	1.6	1.5	2.2	4.7

หมายเหตุ : ไม่รวมไม่ทราบ

3.4 พฤติกรรมการเลือกซื้ออาหารที่มีตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย

ตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย หมายถึง ตราสัญลักษณ์ที่กระทรวงสาธารณสุขจัดทำขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย สำหรับให้ผู้บริโภคใช้เป็นข้อสังเกตในการเลือกบริโภคอาหารได้อย่างปลอดภัย โดยให้ครอบคลุมอาหารสด อาหารปรุงสำเร็จรูปและอาหารแปรรูป ซึ่งตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข แบ่งเป็น 3 ประเภท

1. ตราสัญลักษณ์ “อาหารปลอดภัย” (Food Safety)



เป็นตราสัญลักษณ์ที่ออกให้แผงหรือร้าน ที่จำหน่ายอาหารสดในตลาดและซูเปอร์มาร์เก็ต ที่ผ่านการตรวจแล้วไม่พบการปนเปื้อนของสารต้องห้ามในอาหารที่จำหน่าย

2. ตราสัญลักษณ์ “อาหารสะอาด รสชาติอร่อย” (Clean Food Good Taste)



เป็นตราสัญลักษณ์ที่ออกให้ร้านหรือสถานประกอบการที่ทำอาหารปรุงสำเร็จ ที่มีการดูแลสถานที่เตรียมอาหารปรุงอาหาร สถานที่รับประทานอาหาร ฯลฯ ให้สะอาด ถูกสุขลักษณะ

3. ตราสัญลักษณ์ “เครื่องหมาย ออย.”

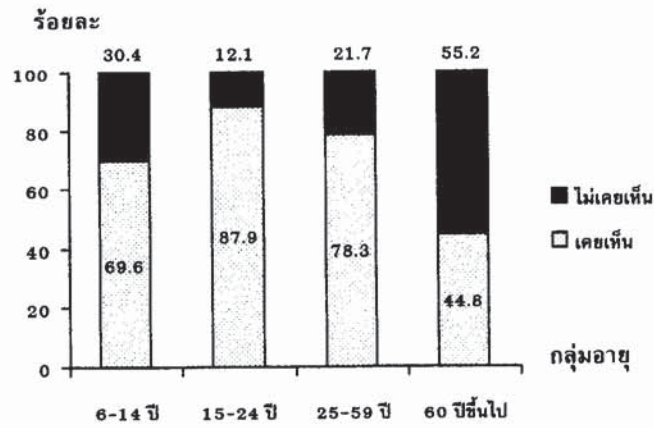


เป็นตราสัญลักษณ์ที่ออกให้กับผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูปที่ผ่านขั้นตอนการตรวจสอบแล้ว โดยอยู่บนฉลากผลิตภัณฑ์นั้น

3.4.1 พฤติกรรมการเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย

จากผลการสำรวจพบว่าประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป ที่ตอบสัมภาษณ์ด้วยตนเอง จำนวน 28.7 ล้านคน ส่วนใหญ่ เกินกว่าร้อยละ 70 เคยเห็นตราสัญลักษณ์อาหารปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข กล่าวคือ กลุ่มวัยรุ่น มีสัดส่วนมากที่สุดคือ ร้อยละ 87.9 รองลงมาเป็นกลุ่มวัยทำงาน (ร้อยละ 78.3) และกลุ่มวัยเด็ก (ร้อยละ 69.6) ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มผู้สูงอายุ มีสัดส่วนของผู้ที่เคยเห็นตราสัญลักษณ์นี้ น้อยที่สุดคือ ร้อยละ 44.8 (แผนภูมิ ข)

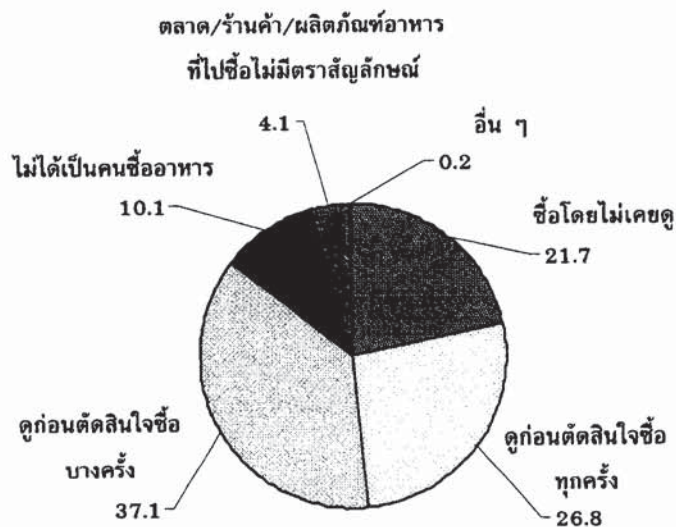
แผนภูมิ ข อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป ที่ตอบสัมภาษณ์ด้วยตนเอง จำแนกตามพฤติกรรมการเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข และกลุ่มอายุ



3.4.2 การดูตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข ก่อนตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร

จากการสำรวจพฤติกรรมของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป และเคยเห็นตราสัญลักษณ์มาก่อน จำนวน 21.3 ล้านคน เมื่อจะซื้ออาหารมาบริโภค มีพฤติกรรมอย่างไรก่อนตัดสินใจซื้อ พบว่า ส่วนใหญ่ร้อยละ 37.1 ดูก่อนตัดสินใจซื้อเป็นบางครั้ง อีกร้อยละ 26.8 ดูก่อนตัดสินใจซื้อทุกครั้ง ในขณะที่ร้อยละ 21.7 และร้อยละ 10.1 ซื้อโดยไม่เคยดู และไม่ได้เป็นคนซื้ออาหาร ตามลำดับ มีเพียงร้อยละ 4.1 ที่ตัดสินใจซื้อเพราะตลาดหรือร้านค้า หรือผลิตภัณฑ์อาหารที่ไปซื้อไม่มีตราสัญลักษณ์ ที่เหลือร้อยละ 0.2 ตัดสินใจซื้อโดยมีเหตุผลอื่นๆ เช่น ดูเครื่องหมายฮาลาล (แผนภูมิ ค)

แผนภูมิ ค อัตราร้อยละของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป และเคยเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข จำแนกตามพฤติกรรมการดูตราสัญลักษณ์ ก่อนตัดสินใจเลือกซื้ออาหาร



ตารางสถิติ

STATISTICAL TABLES

สารบัญตารางสถิติ

	หน้า
ตาราง 1 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ เขตการปกครอง	26
ตาราง 2 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามจำนวนมื้ออาหารหลักที่กินในแต่ละวัน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	28
ตาราง 3 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามพฤติกรรมการล้างมือก่อนกินอาหาร กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	29
ตาราง 4 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามรสชาติอาหารที่ชอบ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	30
ตาราง 5 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามวิธีการปรุงอาหารที่ชอบกิน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	31
ตาราง 6 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	32
ตาราง 7 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารไขมันสูง กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	33
ตาราง 8 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มขนมสำหรับกินเล่น กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	34
ตาราง 9 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารประเภทจานด่วน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	35
ตาราง 10 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มผักและผลไม้ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	36
ตาราง 11 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มเครื่องดื่มประเภท น้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	37
ตาราง 12 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารแปรรูปต่างๆ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	38
ตาราง 13 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	39
ตาราง 14 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป ที่ตอบสัมภาษณ์ด้วยตนเอง จำแนกตามการเห็น ตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย ของกระทรวงสาธารณสุข กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ท้วราชอาณาจักร	40

สารบัญตารางสถิติ (ต่อ)

	หน้า
ตาราง 15 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปที่ตอบสนองสัมภาษณ์ด้วยตนเอง และเคยเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข จำแนกตามการดูตราสัญลักษณ์ก่อนตัดสินใจเลือกซื้อ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง	41

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ เขตการปกครอง และภาค

กลุ่มอายุ (ปี) และภาค	ในเขตเทศบาล				นอกเขตเทศบาล				
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
ทั่วราชอาณาจักร	59,170,765	29,375,255	29,795,510	19,531,835	9,452,107	10,079,728	39,638,930	19,923,148	19,715,782
6-14	9,597,698	4,815,660	4,782,038	2,780,229	1,384,309	1,395,920	6,817,469	3,431,351	3,386,118
15-24	11,299,476	5,727,148	5,572,328	3,738,651	1,830,438	1,908,213	7,560,825	3,896,710	3,664,115
25-59	31,808,888	15,879,531	15,929,357	10,999,990	5,337,657	5,662,333	20,808,898	10,541,874	10,267,024
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	2,952,916	3,511,787	2,012,965	899,703	1,113,262	4,451,738	2,053,213	2,398,525
กรุงเทพมหานคร	7,537,256	3,566,853	3,970,403	7,537,256	3,566,853	3,970,403	-	-	-
6-14	840,060	416,018	424,042	840,060	416,018	424,042	-	-	-
15-24	1,474,776	698,977	775,799	1,474,776	698,977	775,799	-	-	-
25-59	4,548,781	2,154,274	2,394,507	4,548,781	2,154,274	2,394,507	-	-	-
60 ปีขึ้นไป	673,639	297,584	376,055	673,639	297,584	376,055	-	-	-
ภาคกลาง	13,697,853	6,754,584	6,943,269	4,741,257	2,306,702	2,434,555	8,956,596	4,447,882	4,508,714
6-14	1,997,268	1,001,342	995,926	661,725	330,756	330,969	1,335,543	670,586	664,957
15-24	2,464,246	1,251,889	1,212,357	858,226	426,083	432,143	1,606,020	825,806	780,214
25-59	7,571,997	3,754,033	3,817,964	2,677,211	1,308,482	1,368,729	4,894,786	2,445,551	2,449,235
60 ปีขึ้นไป	1,664,342	747,320	917,022	544,095	241,381	302,714	1,120,247	505,939	614,308

ตารางที่ 1 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามกลุ่มอายุ เพศ เขตการปกครอง และภาค (ต่อ)

กลุ่มอายุ (ปี) และภาค	รวม			ในเขตเทศบาล			นอกเขตเทศบาล		
	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง	รวม	ชาย	หญิง
	ภาคเหนือ	10,800,496	5,426,524	5,373,972	2,231,489	1,097,480	1,134,009	8,569,007	4,329,044
6-14	1,579,043	785,232	793,811	319,932	156,831	163,101	1,259,111	628,401	630,710
15-24	1,975,026	1,018,521	956,505	402,862	203,099	199,763	1,572,164	815,422	756,742
25-59	5,885,282	2,987,520	2,897,762	1,221,802	606,815	614,987	4,663,480	2,380,705	2,282,775
60 ปีขึ้นไป	1,361,145	635,251	725,894	286,893	130,735	156,158	1,074,252	504,516	569,736
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	19,456,068	9,774,850	9,681,218	3,264,148	1,620,239	1,643,909	16,191,920	8,154,611	8,037,309
6-14	3,587,754	1,789,229	1,798,525	599,779	299,568	300,211	2,987,975	1,489,661	1,498,314
15-24	3,901,265	2,011,475	1,889,790	661,589	335,302	326,287	3,239,676	1,676,173	1,563,503
25-59	9,983,107	5,067,843	4,915,264	1,673,005	837,086	835,919	8,310,102	4,230,757	4,079,345
60 ปีขึ้นไป	1,983,942	906,303	1,077,639	329,775	148,283	181,492	1,654,167	758,020	896,147
ภาคใต้	7,679,092	3,852,444	3,826,648	1,757,685	860,833	896,852	5,921,407	2,991,611	2,929,796
6-14	1,593,573	823,839	769,734	358,733	181,136	177,597	1,234,840	642,703	592,137
15-24	1,484,163	746,286	737,877	341,198	166,977	174,221	1,142,965	579,309	563,656
25-59	3,819,721	1,915,861	1,903,860	879,191	431,000	448,191	2,940,530	1,484,861	1,455,669
60 ปีขึ้นไป	781,635	366,458	415,177	178,563	81,720	96,843	603,072	284,738	318,334

ตารางที่ 2 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามจำนวนมื้ออาหารหลักที่กินในแต่ละวัน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีปอาเซียน

กลุ่มอายุ (ปี)	จำนวนมื้ออาหารหลักที่กินในแต่ละวัน						ไม่ทราบ
	รวม	กินครบ 3 มื้อ	กิน 2 มื้อ งดมื้อเช้า	กิน 2 มื้อ งดมื้อกลางวัน	กิน 2 มื้อ งดมื้อเย็น	กินเพียง 1 มื้อ	
เพศ							
และเขตการปกครอง							
ยอดรวม	59,170,765	48,595,736	4,530,436	4,221,004	380,648	137,956	1,266,376
6-14	9,597,698	8,365,317	250,634	620,901	7,462	3,398	348,817
15-24	11,299,476	9,067,401	1,023,597	791,763	77,701	28,670	301,943
25-59	31,808,888	25,822,526	2,942,311	2,159,835	247,421	82,964	528,333
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	5,340,492	313,894	648,505	48,064	22,924	87,283
ชาย	29,375,255	24,181,471	2,276,915	2,041,132	117,604	70,011	671,597
6-14	4,815,660	4,178,116	127,490	313,525	2,223	536	193,770
15-24	5,727,148	4,653,125	485,800	385,105	10,419	15,752	175,729
25-59	15,879,531	12,895,169	1,527,717	1,058,535	88,869	38,031	257,939
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	2,455,061	135,908	283,967	16,093	15,692	44,159
หญิง	29,795,510	24,414,265	2,253,521	2,179,872	263,044	67,945	594,779
6-14	4,782,038	4,187,201	123,144	307,376	5,239	2,862	155,047
15-24	5,572,328	4,414,276	537,797	406,658	67,282	12,918	126,214
25-59	15,929,357	12,927,357	1,414,594	1,101,300	158,552	44,933	270,394
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	2,885,431	177,986	364,538	31,971	7,232	43,124
ในเขตเทศบาล	19,531,835	14,808,122	2,541,851	1,524,826	146,481	64,968	411,063
6-14	2,780,229	2,371,446	91,745	224,738	3,138	1,070	86,923
15-24	3,738,651	2,722,734	585,384	286,366	33,411	15,144	87,210
25-59	10,999,990	8,100,781	1,735,251	800,358	96,570	43,669	201,954
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,613,161	129,471	213,364	13,362	5,085	34,976
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	33,787,613	1,988,584	2,696,177	234,167	72,983	855,314
6-14	6,817,469	5,993,870	158,890	396,162	4,324	2,328	261,895
15-24	7,560,825	6,344,668	438,214	505,397	44,289	13,524	214,733
25-59	20,808,898	17,721,745	1,207,059	1,359,476	150,853	39,292	326,381
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	3,727,330	184,421	435,142	34,701	17,839	52,305

ตารางที่ 3 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามพฤติกรรมการสำมังก่อนกินอาหาร กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	พฤติกรรมการสำมังก่อนกินอาหาร				ไม่ทราบ
	รวม	ทุกครั้ง	เป็นบางครั้ง	ไม่เคยสำมองเลย	
เพศและเขตการปกครอง					
ยอดรวม	59,170,765	32,388,660	25,330,845	1,405,814	45,446
6-14	9,597,698	4,514,419	4,802,673	278,459	2,147
15-24	11,299,476	5,819,136	5,180,175	289,492	10,673
25-59	31,808,888	18,156,037	12,968,617	654,817	29,417
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	3,899,068	2,379,380	183,046	3,209
ชาย	29,375,255	15,655,176	12,923,559	777,235	19,285
6-14	4,815,660	2,252,239	2,433,971	129,450	-
15-24	5,727,148	2,773,376	2,773,804	178,750	1,218
25-59	15,879,531	8,865,621	6,616,171	381,710	16,029
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	1,763,940	1,099,613	87,325	2,038
หญิง	29,795,510	16,733,484	12,407,286	628,579	26,161
6-14	4,782,038	2,262,180	2,368,702	149,009	2,147
15-24	5,572,328	3,045,760	2,406,371	110,742	9,455
25-59	15,929,357	9,290,416	6,352,446	273,107	13,388
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	2,135,128	1,279,767	95,721	1,171
ในเขตเทศบาล	19,531,835	8,752,325	10,148,295	597,533	33,682
6-14	2,780,229	1,155,843	1,539,642	83,575	1,169
15-24	3,738,651	1,513,290	2,099,174	115,513	10,674
25-59	10,999,990	5,020,438	5,637,577	323,346	18,629
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,062,754	871,902	75,099	3,210
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	23,636,330	15,182,552	808,284	11,764
6-14	6,817,469	3,358,576	3,263,032	194,884	977
15-24	7,560,825	4,305,844	3,081,000	173,981	-
25-59	20,808,898	13,135,598	7,331,041	331,472	10,787
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	2,836,312	1,507,479	107,947	-

ตารางที่ 4 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามรสชาติอาหารที่ชอบ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ที่วราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	รสชาติอาหารที่ชอบ							ไม่ทราบ
	รวม	จืดๆ	หวาน	เค็ม	เผ็ด	เปรี้ยว	อื่นๆ	
เพศและเขตการปกครอง								
ชาย								
รวม	59,170,765	19,640,564	5,531,602	7,147,551	18,630,065	3,207,885	4,911,583	101,515
6-14	9,597,698	4,812,363	1,760,237	808,896	1,167,084	431,419	608,838	8,861
15-24	11,299,476	2,570,456	1,114,058	1,376,223	4,315,746	967,363	930,094	25,536
25-59	31,808,888	8,660,535	2,282,269	4,155,212	12,134,984	1,628,703	2,884,342	62,843
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	3,597,210	375,038	807,220	1,012,251	180,400	488,309	4,275
ชาย								
รวม	29,375,255	9,019,275	2,593,982	3,637,140	10,465,821	1,206,621	2,406,302	46,114
6-14	4,815,660	2,449,324	858,070	421,312	622,222	166,041	294,314	4,377
15-24	5,727,148	1,224,786	477,285	698,444	2,523,501	338,827	460,826	3,479
25-59	15,879,531	3,819,601	1,097,934	2,116,983	6,756,269	628,896	1,423,733	36,115
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	1,525,564	160,693	400,401	563,829	72,857	227,429	2,143
หญิง								
รวม	29,795,510	10,621,289	2,937,620	3,510,411	8,164,244	2,001,264	2,505,281	55,401
6-14	4,782,038	2,363,039	902,167	387,584	544,862	265,378	314,524	4,484
15-24	5,572,328	1,345,670	636,773	677,779	1,792,245	628,536	469,268	22,057
25-59	15,929,357	4,840,934	1,184,335	2,038,229	5,378,715	999,807	1,460,609	26,728
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	2,071,646	214,345	406,819	448,422	107,543	260,880	2,132
ไม่เขตเทศบาล								
รวม	19,531,835	7,115,835	1,804,141	1,856,348	6,292,864	1,087,811	1,295,686	79,150
6-14	2,780,229	1,551,556	435,589	206,301	348,810	109,825	122,388	5,760
15-24	3,738,651	936,498	403,457	378,899	1,405,201	331,355	258,880	24,361
25-59	10,999,990	3,340,311	846,111	1,095,843	4,279,804	593,014	800,153	44,754
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,287,470	118,984	175,305	259,049	53,617	114,265	4,275
นอกเขตเทศบาล								
รวม	39,638,930	12,524,728	3,727,460	5,291,208	12,337,201	2,120,071	3,615,896	22,366
6-14	6,817,469	3,260,806	1,324,647	602,598	818,274	321,593	486,450	3,101
15-24	7,560,825	1,633,957	710,600	997,324	2,910,544	636,008	671,215	1,177
25-59	20,808,898	5,320,226	1,436,161	3,059,369	7,855,181	1,035,687	2,084,186	18,088
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	2,309,739	256,052	631,917	753,202	126,783	374,045	-

ตารางที่ 5 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามวิธีการปรุงอาหารที่ชอปกิน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	วิธีการปรุงอาหาร									
	รวม	ต้มหรือลวกสุก	ตุ๋น	ผัด	ทอด	นึ่ง	ลวกแบบสุกๆดิบๆ	ปิ้ง, ย่าง	อื่นๆ	ไม่ทราบ
ยอดรวม	59,170,765	33,658,742	715,578	13,432,150	6,751,645	799,216	434,381	2,057,810	1,218,858	102,385
6-14	9,597,698	4,253,590	106,883	2,404,990	2,323,701	62,757	4,038	304,247	126,560	10,932
15-24	11,299,476	5,505,716	147,717	3,189,376	1,572,311	159,090	59,033	366,967	274,253	25,013
25-59	31,808,888	19,143,043	400,621	7,049,200	2,564,986	469,086	315,241	1,098,777	705,750	62,184
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	4,756,393	60,357	788,584	290,647	108,283	56,069	287,819	112,295	4,256
ชาย	29,375,255	16,733,759	309,236	6,510,333	3,413,030	346,029	358,000	1,042,987	619,645	42,236
6-14	4,815,660	2,110,722	38,213	1,221,067	1,199,579	31,500	2,890	150,517	58,599	2,573
15-24	5,727,148	2,880,232	60,223	1,545,086	794,114	59,559	55,049	185,312	142,632	4,941
25-59	15,879,531	9,547,625	187,006	3,394,926	1,303,946	212,049	254,430	584,960	361,991	32,598
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	2,195,180	23,794	349,254	115,391	42,921	45,631	122,198	56,423	2,124
หญิง	29,795,510	16,924,983	406,342	6,921,817	3,338,615	453,187	76,381	1,014,823	599,213	60,149
6-14	4,782,038	2,142,868	68,670	1,183,923	1,124,122	31,257	1,148	153,730	67,961	8,359
15-24	5,572,328	2,625,484	87,494	1,644,290	778,197	99,531	3,984	181,655	131,621	20,072
25-59	15,929,357	9,595,418	213,615	3,654,274	1,261,040	257,037	60,811	513,817	343,759	29,586
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	2,561,213	36,563	439,330	175,256	65,362	10,438	165,621	55,872	2,132
ในเขตเทศบาล	19,531,835	10,463,665	327,738	5,062,592	2,232,600	324,111	95,364	524,404	417,232	84,129
6-14	2,780,229	1,219,378	35,175	772,592	641,521	13,750	373	52,709	36,514	8,217
15-24	3,738,651	1,675,036	39,531	1,180,004	541,299	53,936	15,883	111,803	97,666	23,493
25-59	10,999,990	6,119,218	214,642	2,808,857	943,528	216,319	74,217	323,141	251,905	48,163
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,450,033	38,390	301,139	106,252	40,106	4,891	36,751	31,147	4,256
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	23,195,079	387,841	8,369,554	4,519,046	475,106	339,016	1,533,406	801,626	18,256
6-14	6,817,469	3,034,212	71,708	1,632,399	1,682,181	49,007	3,665	251,537	90,045	2,715
15-24	7,560,825	3,830,681	108,187	2,009,372	1,031,012	105,153	43,148	255,164	176,588	1,520
25-59	20,808,898	13,023,826	185,978	4,240,340	1,621,457	252,768	241,026	775,637	453,845	14,021
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	3,306,360	21,968	487,443	184,396	68,178	51,177	251,068	81,148	-

ตารางที่ 6 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีปอเมริกาใต้

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์						ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	
เพศและเขตการปกครอง							
ขอรวม	59,170,765	1,515,909	11,721,326	14,900,294	8,646,807	22,275,648	110,781
6-14	9,597,698	158,204	1,623,807	2,429,820	1,655,084	3,713,045	17,738
15-24	11,299,476	253,696	2,169,376	2,829,548	1,720,159	4,302,855	23,842
25-59	31,808,888	801,598	6,291,687	8,004,943	4,391,349	12,258,501	60,810
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	302,411	1,636,456	1,635,983	880,215	2,001,247	8,391
ชาย	29,375,255	711,791	5,629,729	7,468,650	4,434,266	11,088,411	42,408
6-14	4,815,660	82,738	762,916	1,225,904	845,317	1,894,114	4,671
15-24	5,727,148	115,829	1,068,085	1,465,557	945,035	2,127,150	5,492
25-59	15,879,531	382,147	3,086,374	4,022,299	2,213,119	6,145,898	29,694
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	131,077	712,354	754,890	430,795	921,249	2,551
หญิง	29,795,510	804,118	6,091,597	7,431,644	4,212,541	11,187,237	68,373
6-14	4,782,038	75,466	860,891	1,203,916	809,767	1,818,931	13,067
15-24	5,572,328	137,867	1,101,291	1,363,991	775,124	2,175,705	18,350
25-59	15,929,357	419,451	3,205,313	3,982,644	2,178,230	6,112,603	31,116
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	171,334	924,102	881,093	449,420	1,079,998	5,840
ในเขตเทศบาล	19,531,835	658,600	3,629,051	4,144,923	2,649,755	8,379,782	69,724
6-14	2,780,229	71,169	413,272	549,776	460,403	1,275,889	9,720
15-24	3,738,651	96,181	659,106	801,326	511,575	1,656,140	14,323
25-59	10,999,990	377,636	2,083,292	2,309,412	1,418,828	4,769,896	40,926
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	113,614	473,381	484,409	258,949	677,857	4,755
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	857,315	8,092,277	10,755,370	5,997,055	13,895,865	41,048
6-14	6,817,469	87,035	1,210,535	1,880,044	1,194,683	2,437,157	8,015
15-24	7,560,825	157,516	1,510,272	2,028,221	1,208,586	2,646,714	9,516
25-59	20,808,898	423,965	4,208,395	5,695,533	2,972,521	7,488,603	19,881
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	188,799	1,163,075	1,151,572	621,265	1,323,391	3,636

ตารางที่ 7 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารไขมันสูง กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มอาหารไขมันสูง						ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	
เพศและเขตการปกครอง							
ขจรวม	59,170,765	8,084,214	25,807,105	14,176,373	4,938,020	6,070,129	94,924
6-14	9,597,698	844,907	3,955,587	2,611,159	991,687	1,184,621	9,737
15-24	11,299,476	1,109,694	4,753,265	2,999,018	1,138,722	1,279,316	19,461
25-59	31,808,888	4,657,069	14,253,295	7,343,837	2,383,396	3,110,192	61,099
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	1,472,544	2,844,958	1,222,359	424,215	496,000	4,627
ชาย	29,375,255	3,949,471	12,793,348	7,012,695	2,531,668	3,048,707	39,366
6-14	4,815,660	420,640	1,992,821	1,246,075	521,964	630,924	3,236
15-24	5,727,148	531,015	2,367,600	1,578,016	608,604	637,523	4,390
25-59	15,879,531	2,358,403	7,112,137	3,651,978	1,196,145	1,531,165	29,703
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	639,413	1,320,790	536,626	204,955	249,095	2,037
หญิง	29,795,510	4,134,743	13,013,757	7,163,678	2,406,352	3,021,422	55,558
6-14	4,782,038	424,267	1,962,766	1,365,084	469,723	553,697	6,501
15-24	5,572,328	578,679	2,385,665	1,421,002	530,118	641,793	15,071
25-59	15,929,357	2,298,666	7,141,158	3,691,859	1,187,251	1,579,027	31,396
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	833,131	1,524,168	685,733	219,260	246,905	2,590
ในเขตเทศบาล	19,531,835	2,495,640	8,354,670	4,646,085	1,609,204	2,361,986	64,250
6-14	2,780,229	226,591	1,132,022	742,275	300,309	375,080	3,952
15-24	3,738,651	306,385	1,541,613	1,009,055	346,808	519,029	15,761
25-59	10,999,990	1,492,646	4,832,116	2,521,564	831,074	1,282,223	40,367
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	470,018	848,919	373,191	131,013	185,654	4,170
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	5,588,578	17,452,431	9,530,286	3,328,816	3,708,141	30,678
6-14	6,817,469	618,316	2,823,564	1,868,884	691,378	809,541	5,786
15-24	7,560,825	803,310	3,211,652	1,989,963	791,913	760,286	3,701
25-59	20,808,898	3,164,426	9,421,176	4,822,271	1,552,322	1,827,969	20,734
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	1,002,526	1,996,039	849,168	293,203	310,345	457

ตารางที่ 8 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มชนสำหรับกินเล่น กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ที่ราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี) เพศและเขตการปกครอง	การบริโภคอาหารกลุ่มชนสำหรับกินเล่น						ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	
ยอดรวม	59,170,765	30,140,405	13,139,108	6,620,851	2,669,951	6,513,617	86,833
6-14	9,597,698	414,726	1,636,139	2,189,580	1,317,002	4,029,305	10,946
15-24	11,299,476	3,132,955	3,608,478	2,364,187	785,562	1,391,285	17,009
25-59	31,808,888	21,230,418	7,138,364	1,894,181	521,398	970,277	54,250
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	5,362,306	756,127	172,903	45,989	122,750	4,628
ชาย	29,375,255	15,301,853	6,439,438	3,253,233	1,287,317	3,054,316	39,098
6-14	4,815,660	186,640	828,598	1,042,501	678,919	2,076,108	2,894
15-24	5,727,148	1,703,444	1,882,519	1,240,061	367,223	528,368	5,533
25-59	15,879,531	10,931,289	3,403,345	890,236	221,765	404,262	28,634
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	2,480,480	324,976	80,435	19,410	45,578	2,037
หญิง	29,795,510	14,838,552	6,699,670	3,367,618	1,382,634	3,459,301	47,735
6-14	4,782,038	228,086	807,541	1,147,079	638,083	1,953,197	8,052
15-24	5,572,328	1,429,511	1,725,959	1,124,126	418,339	862,917	11,476
25-59	15,929,357	10,299,129	3,735,019	1,003,945	299,633	566,015	25,616
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	2,881,826	431,151	92,468	26,579	77,172	2,591
ในเขตเทศบาล	19,531,835	9,998,706	4,331,717	2,160,278	862,796	2,110,380	67,958
6-14	2,780,229	137,990	418,792	622,918	388,588	1,211,454	5,487
15-24	3,738,651	997,228	1,114,429	809,354	288,560	513,636	15,444
25-59	10,999,990	7,163,213	2,588,631	683,796	169,179	352,314	42,857
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,700,275	209,865	44,210	21,469	32,976	4,170
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	20,141,699	8,807,396	4,460,577	1,807,151	4,403,237	18,870
6-14	6,817,469	276,737	1,217,349	1,566,661	933,414	2,817,851	5,457
15-24	7,560,825	2,135,727	2,494,048	1,554,834	497,001	877,647	1,568
25-59	20,808,898	14,067,205	4,549,736	1,210,389	352,216	617,964	11,388
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	3,662,030	546,263	128,693	24,520	89,775	457

ตารางที่ 9 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารประเภทอาหารปรุงสุก และเซตการปกครอง ทวีราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มอาหารประเภทอาหารปรุงสุก						ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	
เพศและเซตการปกครอง							
ชาย							
รวม	59,170,765	50,035,840	7,279,045	1,151,382	313,392	290,003	101,103
6-14	9,597,698	7,457,810	1,641,075	331,470	81,217	76,411	9,715
15-24	11,299,476	8,477,363	2,253,146	356,871	100,349	84,915	26,832
25-59	31,808,888	27,903,116	3,183,362	421,029	124,839	116,907	59,635
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	6,197,551	201,462	42,012	6,987	11,770	4,921
หญิง							
รวม	29,375,255	25,062,820	3,377,436	593,201	135,990	164,519	41,289
6-14	4,815,660	3,780,538	778,497	171,829	38,251	45,189	1,356
15-24	5,727,148	4,441,434	1,005,890	187,852	33,257	51,085	7,630
25-59	15,879,531	14,022,004	1,490,448	215,399	59,000	62,708	29,972
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	2,818,844	102,601	18,121	5,482	5,537	2,331
หญิง							
รวม	29,795,510	24,973,020	3,901,609	558,181	177,402	125,484	59,814
6-14	4,782,038	3,677,272	862,578	159,641	42,966	31,222	8,359
15-24	5,572,328	4,035,929	1,247,256	169,019	67,092	33,830	19,202
25-59	15,929,357	13,881,112	1,692,914	205,630	65,839	54,199	29,663
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	3,378,707	98,861	23,891	1,505	6,233	2,590
ในเขตเทศบาล							
รวม	19,531,835	14,635,766	3,984,030	547,246	154,824	125,119	84,850
6-14	2,780,229	1,793,203	769,872	146,641	37,747	24,549	8,217
15-24	3,738,651	2,287,907	1,155,089	182,592	49,939	38,741	24,383
25-59	10,999,990	8,694,972	1,935,413	203,251	62,486	56,085	47,783
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	1,859,684	123,656	14,762	4,652	5,744	4,467
นอกเขตเทศบาล							
รวม	39,638,930	35,400,074	3,295,015	604,137	158,570	164,880	16,254
6-14	6,817,469	5,664,607	871,203	184,830	43,470	51,861	1,498
15-24	7,560,825	6,189,456	1,098,057	174,278	50,411	46,174	2,449
25-59	20,808,898	19,208,143	1,247,950	217,779	62,354	60,821	11,851
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	4,337,868	77,805	27,250	2,335	6,024	456

ตารางที่ 10 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มผักและผลไม้ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทวีราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มผักและผลไม้							ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	ไม่ทราบ	
เพศและเขตการปกครอง								
ยอดรวม	59,170,765	660,248	5,789,943	10,290,135	8,776,382	33,543,409	110,648	
6-14	9,597,698	205,150	1,317,486	2,098,388	1,383,188	4,580,033	13,453	
15-24	11,299,476	83,086	1,083,640	2,013,048	1,790,671	6,304,019	25,012	
25-59	31,808,888	303,470	2,796,450	5,178,272	4,655,491	18,808,572	66,633	
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	68,542	592,367	1,000,427	947,032	3,850,785	5,550	
ชาย	29,375,255	385,271	3,119,095	5,250,482	4,486,508	16,076,366	57,533	
6-14	4,815,660	125,643	704,801	1,034,550	700,206	2,246,719	3,741	
15-24	5,727,148	46,417	619,766	1,094,083	999,813	2,955,090	11,979	
25-59	15,879,531	181,120	1,516,154	2,671,291	2,329,065	9,142,366	39,535	
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	32,091	278,374	450,558	457,424	1,732,191	2,278	
หญิง	29,795,510	274,977	2,670,848	5,039,653	4,289,874	17,467,043	53,115	
6-14	4,782,038	79,507	612,665	1,063,838	682,982	2,333,314	9,712	
15-24	5,572,328	36,669	463,874	918,965	790,858	3,348,929	13,033	
25-59	15,929,357	122,350	1,280,296	2,506,981	2,326,426	9,666,206	27,098	
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	36,451	313,993	549,869	489,608	2,118,594	3,272	
ในเขตเทศบาล	19,531,835	159,286	1,275,967	3,011,975	2,524,593	12,496,949	63,065	
6-14	2,780,229	49,545	301,407	501,497	349,208	1,572,942	5,630	
15-24	3,738,651	26,638	237,714	602,384	517,250	2,340,280	14,385	
25-59	10,999,990	71,301	613,303	1,622,044	1,392,978	7,262,406	37,958	
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	11,802	123,543	286,050	265,157	1,321,321	5,092	
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	500,963	4,513,976	7,278,159	6,251,789	21,046,456	47,587	
6-14	6,817,469	155,606	1,016,079	1,596,890	1,033,981	3,007,091	7,822	
15-24	7,560,825	56,449	845,926	1,410,662	1,273,422	3,963,738	10,628	
25-59	20,808,898	232,168	2,183,147	3,556,228	3,262,511	11,546,164	28,680	
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	56,740	468,824	714,379	681,875	2,529,463	457	

ตารางที่ 11 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทัวราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน						ไม่ทราบ
	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	
เพศและเขตการปกครอง							
ยอดรวม	59,170,765	16,700,619	13,245,219	8,362,107	3,901,986	16,861,497	99,337
6-14	9,597,698	2,083,116	2,449,264	1,840,229	870,382	2,348,076	6,631
15-24	11,299,476	2,724,146	2,890,288	2,048,196	833,187	2,774,159	29,500
25-59	31,808,888	9,250,639	6,654,056	3,917,479	1,908,437	10,021,876	56,401
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	2,642,718	1,251,611	556,203	289,980	1,717,386	6,805
ชาย	29,375,255	7,770,273	6,445,209	4,213,247	2,021,447	8,889,475	35,604
6-14	4,815,660	1,021,738	1,258,824	915,337	427,379	1,190,781	1,601
15-24	5,727,148	1,348,284	1,475,860	1,079,119	445,768	1,374,536	3,581
25-59	15,879,531	4,334,469	3,156,344	1,956,685	1,009,637	5,394,962	27,434
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	1,065,782	554,181	262,106	138,663	929,196	2,988
หญิง	29,795,510	8,930,346	6,800,010	4,148,860	1,880,539	7,972,022	63,733
6-14	4,782,038	1,061,378	1,190,440	924,892	443,003	1,157,295	5,030
15-24	5,572,328	1,375,862	1,414,428	969,077	387,419	1,399,623	25,919
25-59	15,929,357	4,916,170	3,497,712	1,960,794	898,800	4,626,914	28,967
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	1,576,936	697,430	294,097	151,317	788,190	3,817
ในเขตเทศบาล	19,531,835	3,561,499	3,737,543	2,722,492	1,549,555	7,888,813	71,933
6-14	2,780,229	463,438	578,917	486,574	304,321	941,845	5,134
15-24	3,738,651	574,804	823,356	649,176	313,997	1,361,530	15,788
25-59	10,999,990	1,930,984	1,996,145	1,375,491	808,480	4,843,884	45,006
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	592,273	339,125	211,251	122,757	741,554	6,005
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	13,139,120	9,507,675	5,639,613	2,352,432	8,972,685	27,405
6-14	6,817,469	1,619,677	1,870,347	1,353,655	566,061	1,406,231	1,498
15-24	7,560,825	2,149,343	2,066,932	1,399,020	519,191	1,412,630	13,709
25-59	20,808,898	7,319,655	4,657,911	2,541,986	1,099,957	5,177,992	11,397
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	2,050,445	912,485	344,952	167,223	975,832	801

ตารางที่ 12 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มอาหารแปรรูปต่าง ๆ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ที่ราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มอาหารแปรรูปต่าง ๆ						ทั้งหมด	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน	ไม่ทราบ
	ยอดรวม	ชาย	หญิง	6-14	15-24	25-59							
เพศและเขตการปกครอง													
ยอดรวม	59,170,765	9,945,248	21,608,469	10,645,637	5,380,583	11,491,784	99,044						
6-14	9,597,698	1,853,026	3,645,909	1,686,108	754,469	1,648,526	9,660						
15-24	11,299,476	1,842,603	4,010,624	2,129,192	1,081,048	2,217,610	18,399						
25-59	31,808,888	4,947,736	11,739,389	5,763,211	2,993,818	6,300,446	64,288						
60 ปีขึ้นไป	6,464,703	1,301,883	2,212,547	1,067,126	551,248	1,325,202	6,697						
ชาย	29,375,255	4,812,737	10,678,387	5,340,418	2,783,093	5,720,198	40,422						
6-14	4,815,660	883,114	1,854,562	836,228	398,651	837,714	5,391						
15-24	5,727,148	877,780	2,037,362	1,175,166	572,180	1,061,229	3,431						
25-59	15,879,531	2,474,446	5,795,350	2,825,841	1,548,890	3,206,412	28,592						
60 ปีขึ้นไป	2,952,916	577,397	991,113	503,183	263,372	614,843	3,008						
หญิง	29,795,510	5,132,511	10,930,082	5,305,219	2,597,490	5,771,586	58,622						
6-14	4,782,038	969,912	1,791,347	849,880	355,818	810,812	4,269						
15-24	5,572,328	964,823	1,973,262	954,026	508,868	1,156,381	14,968						
25-59	15,929,357	2,473,290	5,944,039	2,937,370	1,444,928	3,094,034	35,696						
60 ปีขึ้นไป	3,511,787	724,486	1,221,434	563,943	287,876	710,359	3,689						
ในเขตเทศบาล	19,531,835	5,062,470	8,433,241	3,041,736	1,089,866	1,836,880	67,642						
6-14	2,780,229	769,760	1,208,277	395,016	166,228	236,521	4,427						
15-24	3,738,651	962,723	1,619,683	604,653	194,729	339,638	17,225						
25-59	10,999,990	2,714,803	4,765,595	1,777,036	639,615	1,061,857	41,084						
60 ปีขึ้นไป	2,012,965	615,184	839,686	265,031	89,294	198,864	4,906						
นอกเขตเทศบาล	39,638,930	4,882,780	13,175,226	7,603,901	4,290,720	9,654,902	31,401						
6-14	6,817,469	1,083,267	2,437,631	1,291,091	588,242	1,412,007	5,231						
15-24	7,560,825	879,881	2,390,940	1,524,537	886,319	1,877,971	1,177						
25-59	20,808,898	2,232,933	6,973,794	3,986,175	2,354,204	5,238,586	23,206						
60 ปีขึ้นไป	4,451,738	686,699	1,372,861	802,098	461,955	1,126,338	1,787						

ตารางที่ 13 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไป จำแนกตามการบริโภคอาหารกลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ที่ราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	การบริโภคอาหารกลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร							กินทุกวัน	ไม่ทราบ
	เพศและเขตการปกครอง	รวม	ไม่กิน	กิน 1-2 วัน/สัปดาห์	กิน 3-4 วัน/สัปดาห์	กิน 5-6 วัน/สัปดาห์	กินทุกวัน		
ยอดรวม		59,170,765	53,103,437	3,514,813	858,578	262,931	1,328,955	102,051	
6-14		9,597,698	8,815,621	474,541	106,207	34,009	154,033	13,287	
15-24		11,299,476	10,426,550	501,837	122,835	47,523	170,309	30,422	
25-59		31,808,888	28,478,829	1,980,171	462,734	133,471	700,196	53,487	
60 ปีขึ้นไป		6,464,703	5,382,437	558,264	166,802	47,928	304,417	4,855	
ชาย		29,375,255	26,553,510	1,664,813	410,367	117,404	587,367	41,794	
6-14		4,815,660	4,427,957	237,306	47,641	23,365	76,019	3,372	
15-24		5,727,148	5,346,025	214,885	69,602	15,649	73,357	7,630	
25-59		15,879,531	14,331,286	955,085	210,941	55,857	297,609	28,753	
60 ปีขึ้นไป		2,952,916	2,448,242	257,537	82,183	22,533	140,382	2,039	
หญิง		29,795,510	26,549,927	1,850,000	448,211	145,527	741,588	60,257	
6-14		4,782,038	4,387,664	237,235	58,566	10,644	78,014	9,915	
15-24		5,572,328	5,080,525	286,952	53,233	31,874	96,952	22,792	
25-59		15,929,357	14,147,543	1,025,086	251,793	77,614	402,587	24,734	
60 ปีขึ้นไป		3,511,787	2,934,195	300,727	84,619	25,395	164,035	2,816	
ในเขตเทศบาล		19,531,835	16,689,118	1,588,855	371,530	149,825	643,902	88,605	
6-14		2,780,229	2,502,611	147,286	33,917	17,680	66,946	11,789	
15-24		3,738,651	3,339,683	240,611	44,873	16,801	68,044	28,639	
25-59		10,999,990	9,373,316	930,548	212,616	91,463	348,266	43,781	
60 ปีขึ้นไป		2,012,965	1,473,508	270,410	80,124	23,881	160,646	4,396	
นอกเขตเทศบาล		39,638,930	36,414,320	1,925,956	487,048	113,105	685,056	13,445	
6-14		6,817,469	6,313,011	327,254	72,289	16,329	87,087	1,499	
15-24		7,560,825	7,086,867	261,227	77,963	30,722	102,265	1,781	
25-59		20,808,898	19,105,511	1,049,621	250,117	42,007	351,933	9,709	
60 ปีขึ้นไป		4,451,738	3,908,931	287,854	86,679	24,047	143,771	456	

ตารางที่ 14 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปที่ตอบสัมภาษณ์ด้วยตนเอง จำแนกตามการเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง ทั่วราชอาณาจักร

กลุ่มอายุ (ปี)	เพศ	การเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข							
		รวม	ไม่เคยเห็น	เคยเห็น					
และเขตการปกครอง			สัญลักษณ์ 1	สัญลักษณ์ 2	สัญลักษณ์ 3	สัญลักษณ์ 1 และ 2	สัญลักษณ์ 1 และ 3	สัญลักษณ์ 2 และ 3	ทั้ง 3 สัญลักษณ์
ยอดรวม		28,735,992	1,471,393	2,802,606	5,214,307	519,145	1,135,929	2,866,499	7,319,711
6-14		1,878,468	93,717	196,008	336,358	35,205	61,404	215,367	370,131
15-24		4,391,800	249,206	412,211	753,672	114,999	173,597	618,706	1,538,718
25-59		18,208,325	1,000,309	1,902,828	3,466,700	329,921	774,914	1,881,011	4,899,367
60 ปีขึ้นไป		4,257,399	128,161	291,559	657,577	39,020	126,014	151,415	511,495
ชาย		12,186,131	645,526	1,153,977	2,243,428	221,736	470,832	1,288,392	2,856,290
6-14		768,847	50,158	77,307	105,303	12,017	23,687	93,071	131,861
15-24		1,867,272	108,709	153,390	357,719	57,477	79,191	304,000	534,802
25-59		7,731,520	421,100	801,175	1,469,735	137,764	319,729	817,198	1,922,520
60 ปีขึ้นไป		1,818,492	916,224	122,105	310,671	14,478	48,225	74,123	267,107
หญิง		16,549,861	825,867	1,648,629	2,970,879	297,409	665,097	1,578,107	4,463,421
6-14		1,109,621	43,559	118,701	231,055	23,188	37,717	122,296	238,270
15-24		2,524,528	140,497	258,821	395,953	57,522	94,406	314,706	1,003,916
25-59		10,476,805	579,209	1,101,653	1,996,965	192,157	455,185	1,063,813	2,976,847
60 ปีขึ้นไป		2,438,907	1,435,934	169,454	346,906	24,542	77,789	77,292	244,388
ในเขตเทศบาล		8,956,444	443,473	624,876	1,230,308	207,588	352,826	989,125	3,391,826
6-14		493,522	43,595	40,458	70,485	8,815	16,877	48,336	129,329
15-24		1,365,175	62,923	101,998	179,204	38,388	42,832	182,920	625,310
25-59		5,902,214	269,797	418,926	794,274	145,819	246,722	673,709	2,402,612
60 ปีขึ้นไป		1,195,533	67,158	63,494	186,345	14,566	46,395	84,160	234,575
นอกเขตเทศบาล		19,779,548	1,027,920	2,177,730	3,984,001	311,556	783,106	1,877,376	3,927,882
6-14		1,384,946	50,122	155,550	265,873	26,391	44,526	167,031	240,802
15-24		3,026,628	186,283	310,215	574,468	76,611	130,767	435,786	913,407
25-59		12,306,107	730,510	1,483,901	2,672,427	184,101	528,193	1,207,304	2,496,753
60 ปีขึ้นไป		3,061,867	1,853,317	228,064	471,233	24,453	79,620	67,255	276,920

ตารางที่ 15 จำนวนประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปที่ตอบสัมภาษณ์ด้วยตนเองและเคยเห็นตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข จำนวนตามการดูตราสัญลักษณ์

ก่อนตัดสินใจเลือกซื้อ กลุ่มอายุ เพศ และเขตการปกครอง

กลุ่มอายุ (ปี)	การดูตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุขก่อนตัดสินใจเลือกซื้อ					
	รวม	ซื้อ โดยไม่เคยดู	ดูก่อนตัดสินใจ	ซื้อทุกครั้ง	ดูก่อนตัดสินใจ	ไม่ได้เป็น
เพศ						
และเขตการปกครอง					คนที่ซื้ออาหาร	อาหารที่ไม่ซื้อไม่มีตราสัญลักษณ์
						ตลาด/ร้านค้า/ผลิตภัณฑ์
						อื่นๆ
ขอรวม	21,329,590	4,634,449	5,726,907	7,913,481	2,147,457	868,031
6-14	1,308,190	366,065	187,589	340,454	374,643	35,380
15-24	3,861,109	773,396	951,763	1,613,065	367,226	146,811
25-59	14,255,050	3,033,949	4,167,737	5,378,841	1,059,557	594,237
60 ปีขึ้นไป	1,905,241	461,039	419,818	581,121	346,031	91,603
ชาย	8,880,181	2,046,414	2,030,182	2,911,062	1,557,135	317,598
6-14	493,404	155,581	58,942	133,046	132,324	9,702
15-24	1,595,288	366,889	312,172	596,156	267,960	52,111
25-59	5,889,221	1,320,555	1,480,805	1,922,777	938,877	212,443
60 ปีขึ้นไป	902,268	203,389	178,263	259,083	217,974	43,342
หญิง	12,449,409	2,588,035	3,696,725	5,002,419	590,322	550,433
6-14	814,786	210,484	128,647	207,408	242,319	25,678
15-24	2,265,821	406,507	639,591	1,016,909	99,266	94,700
25-59	8,365,829	1,713,394	2,686,932	3,456,064	120,680	381,794
60 ปีขึ้นไป	1,002,973	257,650	241,555	322,038	128,057	48,261
ในเขตเทศบาล	7,240,022	1,291,256	2,309,324	2,705,833	665,779	262,203
6-14	357,895	96,578	54,874	87,969	113,589	4,636
15-24	1,233,575	197,394	359,844	529,168	114,327	32,842
25-59	4,951,859	862,927	1,708,303	1,885,562	296,779	193,127
60 ปีขึ้นไป	696,693	134,357	186,303	203,134	141,084	31,598
นอกเขตเทศบาล	14,089,571	3,343,192	3,417,585	5,207,647	1,481,679	605,829
6-14	950,295	269,486	132,715	252,485	261,056	30,744
15-24	2,627,537	576,003	591,920	1,083,896	252,899	113,971
25-59	9,303,189	2,171,021	2,459,435	3,493,278	762,777	401,108
60 ปีขึ้นไป	1,208,550	326,682	233,515	377,988	204,947	60,006

คำจำกัดความ

(Definition)

1. มืออาหาร

หมายถึง อาหารหลักทั้ง 3 มือ หรืออาหารว่าง เข้า-บ่าย และก่อนนอน

มือเช้า อาหารหลัก ได้แก่ ข้าว ข้าวต้ม โจ๊ก ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน ขนมปังไข่ดาว+ หมูแฮม ฯลฯ รวมทั้งเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่า

อาหารว่างเช้า อาหารที่ไม่ใช่อาหารหลัก เช่น ของกินเล่น ขนม ผลไม้ รวมทั้งเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่าที่กินระหว่างมือเช้าและมือกลางวัน

มือกลางวัน อาหารหลัก ได้แก่ ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน ฯลฯ รวมทั้งเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่า

อาหารว่างบ่าย อาหารที่ไม่ใช่อาหารหลัก เช่น ของกินเล่น ขนม ผลไม้ รวมทั้งเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่าที่กินระหว่างมือกลางวันกับมือเย็น

มือเย็น อาหารหลัก ได้แก่ ข้าว ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน ฯลฯ รวมทั้งเครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่า

ก่อนนอน อาหาร ของกินเล่น ขนม ผลไม้ เครื่องดื่มทุกชนิด ยกเว้นน้ำเปล่าที่กินก่อนเข้านอน

2. อาหารมือหลัก

หมายถึง อาหารหลัก 3 มือ ได้แก่ มือเช้า มือกลางวัน และมือเย็น อาหารมือหลักจึงเป็นการบริโภคอาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการที่ทำให้ร่างกายทำงานได้ตามปกติในแต่ละวัน จึงควรรับประทานอาหารต่าง ๆ ให้ครบถ้วน ตามความต้องการของร่างกายในปริมาณที่เพียงพอและเหมาะสมทั้ง 5 หมู่ ดังนี้

หมู่ที่ 1 ได้แก่ นม ไข่ เนื้อสัตว์ต่าง ๆ ถั่วเมล็ดแห้งและงา เป็นแหล่งโปรตีนที่ดี สามารถนำไปเสริมสร้างร่างกายให้เจริญเติบโตและซ่อมแซมเนื้อเยื่อที่เสื่อมให้อยู่ในสภาพปกติ

หมู่ที่ 2 ได้แก่ ข้าว แป้ง เผือก มัน น้ำตาล มีสารอาหารคาร์โบไฮเดรตเป็นแหล่งสำคัญที่ให้พลังงาน ข้าวกล้องและข้าวซ้อมมือ มีใยอาหาร (ซึ่งมีประโยชน์ช่วยเพิ่มน้ำหนักและปริมาณอุจจาระ) วิตามินและแร่ธาตุ เพื่อให้ร่างกายได้ประโยชน์มากที่สุด ควรกินสลับกับผลิตภัณฑ์จากข้าวและธัญพืชอื่น ที่ให้พลังงานเช่นเดียวกับข้าว ได้แก่ ก๋วยเตี๋ยว ขนมจีน บะหมี่ วุ้นเส้นหรือแป้งต่าง ๆ และไม่ควรกินมากเกินไปเกินความต้องการ เพราะอาหารประเภทนี้จะถูกเปลี่ยนและเก็บสะสมไว้ในรูปของไขมันตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้เกิดโรคอ้วน

หมู่ที่ 3 ได้แก่ พืชผักชนิดต่าง ๆ

หมู่ที่ 4 ได้แก่ ผลไม้ต่าง ๆ

พืชผักและผลไม้ (หมู่ที่ 3 และ 4) เป็นแหล่งสำคัญของวิตามินและแร่ธาตุรวมทั้งสารอาหารอื่น ๆ ที่จำเป็นต่อร่างกาย ทำให้การทำงานของร่างกายเป็นปกติ เช่น ใยอาหารช่วยในการขับ

ถ่ายนำโคเลสเตอรอลและสารพิษที่ก่อมะเร็งบางชนิดออกจากร่างกาย พืชผักผลไม้ที่ไม่หวานจัด ให้พลังงานต่ำทำให้ไม่อ้วน ลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคมะเร็งและโรคหัวใจ

หมู่ที่ 5 น้ำมันและไขมันจากพืชและสัตว์ เป็นอาหารที่จำเป็นต่อสุขภาพ ให้พลังงาน (2 เท่าของสารคาร์โบไฮเดรต) และความอบอุ่นแก่ร่างกาย ในเนื้อสัตว์ หนังสัตว์ น้ำมันสัตว์ทุกชนิด พบกรดไขมันอิ่มตัว ยกเว้นไขมันจากปลาจะมีสัดส่วนของกรดไขมันไม่อิ่มตัวสูงและยังมีกรดไขมัน โอเมก้า 3 อีพีเอ และดีเอชเอ อยู่ด้วย ซึ่งมีคุณสมบัติช่วยลดความเสี่ยงในการเกิดโรค หัวใจขาดเลือด

3. กลุ่มอาหารต่าง ๆ ที่บริโภคโดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์

การสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร เป็นการสอบถามการบริโภคอาหารที่ประชากรบริโภคประเภทต่าง ๆ โดยเฉลี่ยต่อสัปดาห์ เป็นความถี่ 1-2 วัน/สัปดาห์ 3-4 วัน/สัปดาห์ หรือกินทุกวัน และได้จำแนกประเภทอาหารต่าง ๆ เป็น 8 กลุ่มดังนี้คือ

1. กลุ่มเนื้อสัตว์และผลิตภัณฑ์ ได้แก่ อาหารพวกไข่ เนื้อสัตว์ปนมัน เครื่องในสัตว์ สำหรับผลิตภัณฑ์เนื้อสัตว์ เช่น เบคอน กุนเชียง หมูยอ ไส้กรอกอีสาน ไส้อั่ว แหนม เป็นต้น
2. กลุ่มอาหารไขมันสูง ได้แก่อาหารต่าง ๆ ที่ปรุงด้วยวิธีการผัด การทอด แกงที่ใส่กะทิ ขนมเบเกอรี่ เช่น ขนมเค้ก โดนัท คุกกี้ ขนมปังทานเนย/แยม ฯลฯ
3. กลุ่มขนมสำหรับกินเล่น หรือขนมกรุบกรอบ
4. กลุ่มอาหารประเภทจานด่วน เช่น พิซซ่า แซนวิช แฮมเบอร์เกอร์ เป็นต้น
5. กลุ่มผักและผลไม้
6. กลุ่มเครื่องดื่มประเภทน้ำอัดลมและเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น โอวัลติน กาแฟ ชา น้ำผลไม้ที่ใส่น้ำตาล เป็นต้น
7. กลุ่มอาหารแปรรูปต่าง ๆ ได้แก่ อาหารแปรรูปประเภทใส่เกลือเป็นหลัก เช่น เนื้อเค็ม หมูเค็ม ปลาเค็ม ปลาร้า บูด ฯลฯ ผลไม้กระป๋องชนิดต่าง ๆ ผลไม้แปรรูปอื่น ๆ ที่ทำเป็นในรูป เชื่อม กวน แอ้ฉิม ทอง ฯลฯ
8. กลุ่มผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร คือผลิตภัณฑ์ที่ใช้กินนอกเหนือจากอาหารที่กินทุกวัน มักอยู่ในรูปแคปซูล ผง เกล็ด ของเหลว เช่น ซุปไก่สกัด รังนก สาหร่ายอัดเม็ด น้ำมันตับปลา เป็นต้น

4. ตราสัญลักษณ์อาหารที่มีความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข

หมายถึง ตราสัญลักษณ์ที่กระทรวงสาธารณสุขจัดทำขึ้นเพื่อเป็นสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย สำหรับให้ผู้บริโภคใช้เป็นข้อสังเกตในการเลือกบริโภคอาหารได้อย่างปลอดภัย โดยให้ครอบคลุมอาหารสด อาหารปรุงสำเร็จรูปและอาหารแปรรูป ผู้ประกอบการที่จะได้รับตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัย จะต้องผ่านการตรวจสอบว่าปฏิบัติได้ตามเกณฑ์ที่กำหนด จึงจะได้ตราสัญลักษณ์มาติดแสดงที่ร้านหรือที่ผลิตภัณฑ์ซึ่งตราสัญลักษณ์แห่งความปลอดภัยของกระทรวงสาธารณสุข แบ่งเป็น 3 ประเภท

1. ตราสัญลักษณ์ “อาหารปลอดภัย” (Food Safety)
2. ตราสัญลักษณ์ “อาหารสะอาด รสชาติอร่อย” (Clean Food Good Taste)
3. ตราสัญลักษณ์ “เครื่องหมาย ออย.”

4.1 ตราสัญลักษณ์ “อาหารปลอดภัย” (Food Safety)

หมายถึง ตราสัญลักษณ์ ที่ออกให้โดยกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งแผงหรือร้านที่จำหน่ายอาหารสดในตลาดและซูเปอร์มาร์เก็ต ที่กระทรวงสาธารณสุขตรวจสอบแล้วไม่พบการปนเปื้อนของสารต้องห้ามในอาหารที่จำหน่าย จะเป็น “ป้ายพื้นขาว” และหากตรวจ ติดต่อกัน 3 เดือน เดือนละครั้ง แล้วยังไม่พบสารห้ามใช้ก็จะได้รับเป็น “ป้ายพื้นทอง” ไปติดแสดง หลังจากนั้นจะตรวจติดตามทุก 6 เดือน

4.2 ตราสัญลักษณ์ “อาหารสะอาด รสชาติอร่อย” (Clean Food Good Taste)

หมายถึง ตราสัญลักษณ์ ที่ออกให้โดยกระทรวงสาธารณสุข ซึ่งสถานประกอบการที่ทำอาหารปรุงสำเร็จ ต้องดูแลสถานที่เตรียม/ปรุงอาหาร และสถานที่รับประทานอาหารให้สะอาด ถูกสุขลักษณะ ดูแลความสะอาด และความเหมาะสมของอาหาร สารปรุงแต่ง น้ำ น้ำแข็ง เครื่องดื่ม ภาชนะอุปกรณ์ ห้องน้ำ ห้องส้วม รวมถึงสุขอนามัยของผู้ปรุง ผู้เสิร์ฟอาหาร และดูแลการกำจัดขยะ ของเสีย นอกจากนี้ยังต้องตรวจสอบความสะอาดของอาหาร ภาชนะ และมือ ด้วยชุดตรวจหาเชื้อ โคลิฟอร์มแบคทีเรีย โดยต้องผ่านเกณฑ์ไม่น้อยกว่าร้อยละ 90 ถ้าสามารถปฏิบัติได้ตามที่กล่าว ก็จะได้รับป้ายสัญลักษณ์ “อาหารสะอาด รสชาติอร่อย” หรือ “Clean Food Good Taste” โดยป้ายนี้มีอายุการรับรอง 1 ปี

4.3 ตราสัญลักษณ์ “เครื่องหมาย ออย.”

หมายถึง เครื่องหมายที่อยู่บนฉลากผลิตภัณฑ์อาหารแปรรูป ซึ่งอาหารแปรรูปที่จะได้รับ ออย. นั้น ต้องผ่านขั้นตอนในการตรวจสอบความเหมาะสมของสถานที่ตั้ง และอาคารผลิต เครื่องมือ เครื่องจักรและอุปกรณ์ในการผลิต การควบคุมขบวนการผลิต การสุขาภิบาลโรงงาน การบำรุงรักษา และการทำความสะอาด และบุคลากรในการผลิต นั่นคือ เป็นไปตามเกณฑ์วิธีการที่ดีในการผลิตอาหาร หรือ GMP (Good Manufacturing Practice) นอกจากนั้น ต้องผ่านการตรวจสอบในเรื่องคุณภาพมาตรฐานของผลิตภัณฑ์ ภาชนะที่บรรจุ และการแสดงข้อมูลบนฉลากว่าครบถ้วน ไม่อ้อวอด หลอกหลวง หรือทำให้เข้าใจผิด อาหารนั้นจึงจะได้รับเครื่องหมาย ออย.

5. ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร ตามพระราชบัญญัติอาหาร พ.ศ. 2522 มิได้มีการกำหนดความหมายไว้ชัดเจน ทำให้มีการขึ้นทะเบียนในหลายประเภท กล่าวคือจัดเป็นอาหารควบคุมเฉพาะ เช่น อาหารสำหรับผู้ที่ต้องการควบคุมน้ำหนัก เป็นอาหารที่กำหนดคุณภาพมาตรฐานเพื่อความปลอดภัยของผู้บริโภค เช่น รอยัลเฮลลีสและผลิตภัณฑ์รอยัลเฮลลีส และจัดเป็นอาหารที่กำหนดให้แสดงฉลาก เช่น ผลิตภัณฑ์กระเทียม ฯลฯ ซึ่งมีการกำกับดูแลแตกต่างกัน

ความหมายของผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ใช้กันอย่างไม่เป็นทางการ หมายถึง ผลิตภัณฑ์ที่ใช้รับประทานโดยตรง นอกเหนือจากการรับประทานอาหารปกติ ซึ่งมักอยู่ในรูปลักษณะเป็นเม็ด แคปซูล

ผงเกลือ ของเหลว หรือลักษณะอื่นๆ โดยมีจุดมุ่งหมายสำหรับบุคคลทั่วไปที่มีสุขภาพปกติ มิใช่สำหรับผู้ป่วย

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) ได้จำแนกผลิตภัณฑ์เสริมอาหารที่ได้รับอนุญาตเป็น 6 กลุ่ม คือ

1. กลุ่มสารสกัดจากพืช เช่น สารสกัดจากใบแปะก๊วย สารสกัดจากผลส้มแขก กลูโคแมนแนน (ใยอาหาร) เป็นต้น
 2. กลุ่มสารสกัดจากสัตว์ เช่น เปลือกหอยนางรมอัดเม็ด กระดูกอ่อนปลาฉลาม โปรตีนจากไข่ผง เป็นต้น
 3. กลุ่มน้ำมันและไขมัน เช่น น้ำมันดอกคำฝอย
 4. กลุ่มโปรตีน วิตามินและเกลือแร่ เช่น กรดอะมิโนชนิดแคปซูล คลอราเจน เป็นต้น
 5. กลุ่มธาตุพืช เช่น รำข้าวสาลีชนิดเม็ด ผลิตภัณฑ์จากธัญพืชสกัด เป็นต้น
 6. กลุ่มอื่นๆ เช่น Coenzyme Q10 บริวเวอรียีสต์ชนิดเกลือ นมเปรี้ยวชนิดแคปซูล เป็นต้น
-