



กรมอนามัย
DEPARTMENT OF HEALTH

เรื่องเล่า

โครงการ
สุขภาพนักเรียน

ประจำปี 2567



กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย

คำนำ

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ดำเนินกิจกรรมโครงการสุขภาพนักเรียน ปี 2567 มีวัตถุประสงค์เพื่อเป็นการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้นักเรียนได้เกิดกระบวนการเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์ ทักษะด้านการดูแลสุขภาพที่ดี ตลอดจนการพัฒนาด้านสติปัญญา เพื่อให้พร้อมต่อการเรียนรู้สู่การเป็นประชากรที่มีคุณภาพ ในศตวรรษที่ 21 โดยความร่วมมือเป็นอย่างดีจากสถานศึกษาทั่วประเทศ เขตพื้นที่การศึกษา ผู้อำนวยการโรงเรียน ตลอดจนบุคลากรทางการศึกษา ร่วมมือกันผลักดันให้เกิดการบูรณาการและพัฒนางานด้านสุขภาพและสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่อการมีสุขภาพที่ดี ทั้งนี้ได้มีการรวบรวมและคัดเลือกผลงานเชิงนวัตกรรมโครงการสุขภาพนักเรียน ปี 2567 ในระดับเขตสุขภาพโดยศูนย์อนามัยที่ 1 - 12 และสถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง จำนวน 25 ผลงาน

กรมอนามัย หวังเป็นอย่างยิ่งว่าผลงานเชิงนวัตกรรมโครงการสุขภาพนักเรียน ฉบับนี้ จะเป็นต้นแบบให้เกิดการพัฒนาวัตกรรมการดูแลสุขภาพในการส่งเสริมให้เกิดความรู้ ทักษะ รวมถึงปลูกฝังให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ในการดูแลสุขภาพ รวมถึงการสร้างสภาพแวดล้อมในโรงเรียนที่เอื้อต่อสุขภาพ เพื่อยกระดับความรู้ด้านสุขภาพ อันจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาทักษะชีวิต สร้างภูมิคุ้มกันให้แก่นักเรียน ครอบครัว และชุมชน ต่อไป

กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น
สำนักส่งเสริมสุขภาพ กรมอนามัย



สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	
โครงการเทิดวิทย์วัยใสอาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ โรงเรียนเทิดวิทยาคม	1
โครงการ Fit with Friend ด้วยกิจกรรมทางกาย โรงเรียนอนุบาลวังเจ้า	2
โครงการกำจัดเหาจากผิวมะกรูด โรงเรียนบ้านใหม่ศึกษา	3
โครงการชุดตรวจคัดกรองการปนเปื้อนของกัญชาในตัวอย่างอาหาร และน้ำลายจากยาพาราเซตามอล Screening Test Kit for Cannabis in Food and Saliva โรงเรียนสายปัญญารังสิต	4
โครงการเพิ่มสูง ลดอ้วน สมส่วนดี ด้วย 5G Model โรงเรียนไทรโยคใหญ่	5
โครงการ Bamboo Strick พิชิตสุขภาพ โรงเรียนบ้านโคกพนมดี	6
โครงการสายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่ง โรงเรียนเทศบาลดุ่มหนองคู	7
โครงการยาสีฟันสมุนไพรพิชิตคราบ ขจัดกลิ่น โรงเรียนบ้านโคกลาด	8
โครงการ BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิกบุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพร โรงเรียนบ้านกรวดวิทยาคาร	9
โครงการสลัดโรลสาหร่ายผักบุ้ง โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านโนนสำนักมิตรภาพที่ 121)	10
โครงการโดรมันของ ถิ่นปกาสัยใส่ใจสุขภาพ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1	11



สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง	หน้า
โครงการสุขภาพดีด้วยวิถีคลองหวัะ ด้วยหลัก 4 เส้า 4 ร่วม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โรงเรียนบ้านคลองหวัะ (ทวิรัตน์ราษฎร์บำรุง)	12
โครงการชัยบ่ร้าง สร้างสุข โรงเรียนโฆสิตสโมสร	13
โครงการความสามารถย่อยชยะเศษพักของไล่เดือนดิน โรงเรียนบ้านขุนสาใน	14
โครงการภษณะดูดซับน้ำมันจากของเหลือทิ้งทางการเกษตร โรงเรียนบ้านหนองย่างทอย	15
โครงการชยะแปลงร้างสร้างบุญ โรงเรียนบ้านจันทิมมา	16
โครงการห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...Wrap it...with your hands... โรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยา	17
โครงการกังชยะเศษอาหาร น้ำและไขมัน วัยใสใส่ใจสิ่งแวดล่อม โรงเรียนวัดหนองประทุน	18
โครงการเตือนและป้องกันภัยร้าย PM 2.5 ด้วยเครื่องส่งสัญญาณอัตโนมัติ โรงเรียนบ้านประพาส	19
โครงการแยกแลกยิ้ม อิ่มท้อง สมองใส โรงเรียนกุดสระวิทยานุกุล	20
โครงการ SUPER Boat ทีมล่าชยะ โรงเรียนเทพสภิตวิทยา	21
โครงการหมอนหลอดลดโลกร้อน นอนหลับสบาย โรงเรียนเทศบาล 2 หนองบัว	22
โครงการประสิทธิภาพเครื่องไล่ยุงพลังงานแสงอาทิตย์โดยใช้ น้ำมันหอมระเหยจากตะไคร้หอมและเปลือกส้ม โรงเรียนบ้านคลองสง	23



สารบัญ (ต่อ)

เรื่อง

หน้า

โครงการน้ำหมักขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์

24

โรงเรียนบ้านวังหลาม

โครงการถังขยะ 4 IN 1

25

โรงเรียนโสตสโมสร



เรื่องเล่า

โครงการสุขภาพนักเรียน

ประจำปี 2567



โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ



ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนเทิงวิทยาคม

จังหวัด เชียงราย สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาเชียงราย

เรื่อง เทิงวิทยวัยโส อาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นายเสกสรร ทุนอินทร์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายพชรพล อาวุธ 2. นางสาวนภสร มาน้อย

ผู้จัดทำ 1. นายรณชัญ โยกันวี
2. นายภาณุเดช มั่นถาวร
3. นางสาวพชรทิพย์ รักพ่อ

บทคัดย่อ

โรงเรียนเทิงวิทยาคม เป็นโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษประจำอำเภอ ได้มุ่งเน้นให้นักเรียนมีคุณภาพ ในทุก ๆ ด้าน ทั้งด้านความรู้ มีทักษะการดำรงชีวิต สามารถอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างมีความสุข รวมไปถึงมุ่งเน้นให้สถานศึกษาเป็นสถานศึกษาปลอดภัย ทั้งด้านสภาพแวดล้อม และสุขภาวะที่ดี ปัจจุบันโรงเรียนเทิงวิทยาคมมีนักเรียนทั้งหมด 2,545 คน ผู้บริหาร 5 คน ครูจำนวน 119 คน และบุคลากรทางการศึกษา 60 คน รวมเป็นจำนวนทั้งสิ้น 2,788 คน ซึ่งในวันเปิดภาคเรียนนักเรียน ครู และผู้บริหารทุกท่านร้อยละ 80

ขึ้นไป จะใช้บริการโรงอาหารเป็นส่วนใหญ่ ดังนั้นความปลอดภัยในอาหารและสุขภาวะของทุกคนในโรงเรียนจึงเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างมาก จากการการเข้าตรวจสอบปนเปื้อนในอาหารที่โรงอาหารเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2567 ที่ผ่านมา ผลปรากฏว่าตุ๋กตน้ำดื่มในโรงอาหาร จำนวน 7 ตู้ ตรวจพบเชื้อ อีโคไล (E.coli) และตรวจพบโคลิฟอร์มแบคทีเรียในน้ำ เพื่อเป็นการแก้ไขปัญหาดังกล่าว นักเรียนแกนนำส่งเสริมสุขภาพนักเรียนร่วมกับงานส่งเสริมสุขภาพ กลุ่มงานบริหารงานทั่วไป โรงเรียนเทิงวิทยาคม จึงมีความตระหนักถึงการระบาดของโรคอาหารเป็นพิษในโรงเรียนจึงได้มีการจัดตั้งชุมชน อนามัยโรงเรียนและอย.น้อย และจัดทำโครงการ เทิงวิทยวัยโส อาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ และสร้างนวัตกรรม เทิงวิทยวัยโสสารปนเปื้อน ขึ้นมาเพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสารปนเปื้อนในอาหาร เลือกบริโภคอาหารได้อย่างถูกต้อง เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ และเฝ้าระวังการแพร่ระบาด โดยนักเรียนแกนนำได้ให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสารปนเปื้อนในอาหาร และเลือกบริโภคอย่างถูกต้องและสร้างความปลอดภัยของอาหารในโรงเรียน

ผลการดำเนินงานพบว่านักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสารปนเปื้อนในอาหารและเลือกบริโภคอย่างถูกต้องเพิ่มมากขึ้น ซึ่งจะได้จากการเปรียบเทียบผลการทำแบบทดสอบห้องเรียนออนไลน์ “เทิงวิทยวัยโสสารปนเปื้อน” สรุปผลได้ดังนี้ จำนวนนักเรียนที่ผ่านเกณฑ์ ร้อยละ 80 ก่อนเรียนคิดเป็นร้อยละ 71.20 หลังเรียนคิดเป็นร้อยละ 89.64 ซึ่งสูงขึ้นจากก่อนเรียนคิดเป็นร้อยละ 18.44 และนักเรียนโรงเรียนเทิงวิทยาคมได้รับประทานอาหารที่ปลอดภัยถูกสุขลักษณะ ซึ่งจะได้จากผลประเมินความพึงพอใจการใช้บริการโรงอาหารอยู่ในระดับมากที่สุด $\bar{X}$ = 4.86 จากคะแนนเต็ม 5 โดยมีค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ที่ 0.38 และหลังจากได้ดำเนินโครงการเทิงวิทยวัยโส อาหารปลอดภัย ใส่ใจสุขภาพ ผลจากสถิติการเข้าใช้บริการห้องพยาบาลของนักเรียน ครู และบุคลากรโรงเรียนเทิงวิทยาคม ไม่พบนักเรียนที่มีอาการท้องเสีย หรืออุจจาระร่วงจากอาหารในโรงอาหาร



ศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนอนุบาลวังเจ้า

จังหวัด ตาก สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตาก เขต 1

เรื่อง Fit with Friend ด้วยกิจกรรมทางกาย

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวลักขณา จี๋ปัญญา

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวพัชรีกรรณ์ กู๋ดอง

2. นางสาวทัศนีย์ ศิลปชัย

ผู้จัดทำ 1. เด็กชายเสกฐิตวุฒิ มาตบุตร

2. เด็กหญิงกมลวรรณ ไชยชาญ

3. เด็กหญิงปัทมณรรดา พิมพ์สมพร

บทคัดย่อ

โครงการ Fit with Friend ด้วยกิจกรรมทางกายนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายให้กับนักเรียนโดยใช้กิจกรรมทางกายที่เหมาะสมตามวัย (ระดับปานกลางถึงมาก อย่างน้อย 60 นาทีต่อวัน ทุกวันใน 1 สัปดาห์) และเพื่อให้เด็กนักเรียนสุขภาพร่างกายแข็งแรง มีน้ำหนัก ส่วนสูง และสมรรถภาพทางกายตามเกณฑ์โดยกลุ่มผู้จัดทำโครงการกำหนดแนวทางวิธีการส่งเสริมกิจกรรมทางกายของนักเรียนในโรงเรียนด้วยกระบวนการ AB. Challenge โดยปรับประยุกต์และพัฒนาจากกระบวนการส่งเสริมความรู้ด้านสุขภาพด้วย V-shape จากการทำโครงการพบว่าการส่งเสริมและสนับสนุนการมีส่วนร่วมของนักเรียนในการเคลื่อนไหวร่างกายด้วยกิจกรรมทางกาย ทำให้นักเรียนเห็นความสำคัญในการดูแลสุขภาพ และการออกกำลังกายสม่ำเสมอ ส่งผลให้นักเรียนมีร่างกายเจริญเติบโต สมส่วน สมวัย ตามเกณฑ์มาตรฐาน



ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านใหม่ศึกษา

จังหวัด นครสวรรค์ สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา นครสวรรค์ เขต 1

เรื่อง กำจัดเหาจากผิวมะกรูด

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางพิกุล สุรินทร์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางอรพรรณ มีเย็น

2. นางสาวสรลีย์ เปรมวิชิต

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงวิภาญดา บุรานันท์

2. เด็กหญิงปวันรัตน์ บุญนก

3. เด็กหญิงวารินทร์ พบพร

บทคัดย่อ

จากการสำรวจและตรวจสอบสุขภาพประจำสัปดาห์ของนักเรียน ทำให้พบว่ามีนักเรียนบางส่วนเป็นเหา ส่งผลให้มีอาการคันศีรษะ ก่อความรำคาญให้กับผู้ที่เป็เหา ทำให้ต้องเกาและเกิดเป็นแผลซึ่งอาจเป็นปัจจัยเสี่ยงต่อการติดเชื้อต่างๆได้ ด้วยเหตุนี้ จึงคิดที่จะหาแนวทางกำจัดเหาด้วยพืชสมุนไพรในท้องถิ่นขึ้นเพื่อความปลอดภัยต่อสุขภาพ และจากการสังเกตต้นมะกรูดที่ปลูกบริเวณบ้านนักเรียนไม่มีแมลงมารบกวน ที่เปลือกของมะกรูดเป็นส่วนที่มีน้ำมันหอมระเหยมากที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับส่วนอื่น ๆ จึงได้มีแนวคิดจัดทำโครงการด้านสุขภาพ เรื่อง การกำจัดเหาจากมะกรูด โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาอัตราส่วนที่เหมาะสม ของน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดผสมน้ำมันมะกอกในการกำจัดเหา ศึกษาระยะเวลาที่เหมาะสมในการหมักผสมด้วยสารผสมน้ำมันผิวมะกรูดผสมกับน้ำมันมะกอก ศึกษาการทำแชมพูสมุนไพรจากมะกรูดเพื่อสุขภาพ และให้นักเรียนรู้จักการดูแลสุขภาพร่างกายให้สะอาดอยู่เสมอ ซึ่งนักเรียนที่เป็นเหามีจำนวนลดลงโดยการศึกษาดังนี้ได้แบ่งการทดลองออกเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 การทดลองหาอัตราส่วนที่เหมาะสมของน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดผสมกับน้ำมันมะกอก เนื่องจากน้ำมันมะกอกมีส่วนช่วยบำรุงเส้นผมและหนังศีรษะ ซึ่งได้แบ่งการทดลองออกเป็น 5 ชุด คือ ชุดที่ 1 น้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดบริสุทธิ์ ชุดที่ 2 น้ำมันมะกอกบริสุทธิ์ ชุดที่ 3 ผสมน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดกับน้ำมันมะกอกที่อัตราส่วน 1 : 10 ชุดที่ 4 ผสมน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดกับน้ำมันมะกอกที่อัตราส่วน 2 : 10 และชุดที่ 5 ผสมน้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดกับน้ำมันมะกอกที่อัตราส่วน 3 : 10 ซึ่งได้ผลสรุปว่า น้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดต่อน้ำมันมะกอก ที่อัตราส่วน 2 : 10 เป็นอัตราส่วนที่เหมาะสมที่สุดในการทำให้เหาตายได้ดีที่สุด ตอนที่ 2 ศึกษาระยะเวลาที่เหมาะสมในการหมักผสมด้วยสารผสมน้ำมันผิวมะกรูดผสมกับน้ำมันมะกอก คือ ที่เวลา 10 นาที 20 นาที และ 30 นาที โดยได้ทำการทดลองกับนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 ของโรงเรียนบ้านใหม่ศึกษาจำนวน 9 คน โดยแบ่งออกเป็น 3 ชุดๆ ละ 3 คน แล้วนำมาหาค่าเฉลี่ย ผลสรุปว่า ใช้เวลาที่ 30 นาทีเหมาะสมที่สุดในการนำสารผสมจากตอนที่ 1 มาหมักกับเส้นผมเพื่อกำจัดเหา โดยใช้ น้ำมันหอมระเหยจากผิวมะกรูดผสมน้ำมันมะกอก ในอัตราส่วน 2 : 10 ml สามารถทำให้เหาตายได้ทั้งหมด 100 เปอร์เซ็นต์ และตอนที่ 3 ศึกษาประสิทธิภาพของแชมพูสมุนไพรจากมะกรูดเพื่อสุขภาพ โดยสุ่มนักเรียน จำนวน 3 คน ทำการสระผม 5 ครั้ง (2 วันสระ 1 ครั้ง) สรุปได้ว่า แชมพูสมุนไพรจากมะกรูด สระแล้วทำให้มีสุขภาพหนังศีรษะที่ดีขึ้น ลดปริมาณรังแคและเหาได้ ทำให้นักเรียนมีหนังศีรษะที่สะอาดมีสุขภาพที่ดีขึ้น

คลิปนำเสนอ
แสบเลย



ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนสายปัญญารังสิต

จังหวัด ปทุมธานี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาปทุมธานี

เรื่อง ชุดตรวจคัดกรองการปนเปื้อนของกัญชาในตัวอย่างอาหาร และน้ำลายจากยาพาราเซตามอล

Screening Test Kit for Cannabis in Food and Saliva.

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นายธนพจ แก้ววงษา

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวอัญชลี บุตรคำ

2. นายพิชิตพล มุ่งเกษม

ผู้จัดทำ 1. นายสิปปกร หลาบหนองแสง

2. นายจิรภัทร เจ็จ

3. นายสุวิจักขณ์ หล้าหนู

บทคัดย่อ

กัญชามีสารออกฤทธิ์ต่อจิตประสาท เช่น สาร Tetrahydrocannabinol (THC) และ Cannabidiol (CBD) จึงทำให้ในหลายประเทศมีการออกกฎหมายเพื่อควบคุมการใช้กัญชา แต่ในปัจจุบันรัฐบาลได้มีมติออกกัญชาจากการเป็นยาเสพติดให้โทษประเภทที่ 5 ซึ่งส่งผลให้ประชาชนเริ่มนำกัญชามาประยุกต์ใช้ ทั้งในการนำมาประกอบอาหารและนำมาใช้รักษาโรคต่าง ๆ แต่เนื่องจากประชาชนทั่วไป อาจมีความรู้ไม่เพียงพอ การนำกัญชามาประกอบอาหารจึงอาจทำให้เกิดอันตรายแก่ผู้ที่แพ้กัญชาได้ หรือการแอบเสพกัญชาอย่างผิดกฎหมายในสถานศึกษา ดังนั้นงานวิจัยนี้จึงวัตถุประสงค์/เพื่อศึกษาการสังเคราะห์สาร 4-Aminophenol (4-AMP) ด้วยกระบวนการไฮโดรไลซิส โดยประยุกต์ใช้การออกแบบการทดลองแบบแฟกต์เรียลในการหาปัจจัยที่ส่งผลต่อกระบวนการสังเคราะห์สาร 4-AMP และประยุกต์ใช้การออกแบบการทดลองแบบบล็อกซ์-เบห์นเดนของวิธีพินผิวตอบสนอง เพื่อหาสภาวะที่เหมาะสมในกระบวนการสังเคราะห์ 4-AMP จากผลการศึกษาพบว่า สามารถสังเคราะห์ 4-AMP จากยาพาราเซตามอลด้วยกระบวนการไฮโดรไลซิส และเมื่อนำไปหาปัจจัยที่มีผลต่อการสังเคราะห์พบว่า อุณหภูมิที่ใช้ในการสังเคราะห์มีผลมากที่สุด (99.99) รองลงมาคือ ความเข้มข้นกรดซัลฟิวริก (81.84), เวลาที่ใช้ในการสังเคราะห์ (77.77), ปริมาตรกรดซัลฟิวริก (76.20) และลักษณะของยาพาราเซตามอล (6.27) แต่ทางคณะผู้จัดทำได้มองเห็นถึงความไม่สะดวกในการควบคุมอุณหภูมิหลังจากการสร้างชุดตรวจและนำไปใช้จริง ทางคณะผู้วิจัยจึงเลือกปัจจัยรองลงมา 3 ปัจจัย คือ ความเข้มข้นกรดซัลฟิวริก, เวลาที่ใช้ในการสังเคราะห์ และปริมาตรกรดซัลฟิวริก มาหาสภาวะที่เหมาะสมโดยใช้เทคนิคของบล็อกซ์-เบห์นเดน สามารถหาสภาวะที่เหมาะสมในการสังเคราะห์ 4-AMP จากยาพาราเซตามอล 1 เม็ด คือ เติมกรดซัลฟิวริกเข้มข้น 5.2 โมลาร์/ ปริมาตรกรดซัลฟิวริก 10.3 มิลลิลิตร โดยให้ความร้อนที่ 100 องศาเซลเซียส เป็นเวลา 31 นาที จะได้ปริมาณ 4-AMP เท่ากับ 3.59 มิลลิกรัมต่อมิลลิลิตร จากนั้นได้นำ 4-AMP ที่ได้จากการสังเคราะห์ไปทดแทน 4-AMP จากชุดตรวจมาตรฐานพบว่าชุดตรวจทั้ง 2 ให้ผลไม่แตกต่างกันเมื่อนำ 4-AMP ที่สังเคราะห์จากยาพาราเซตามอลด้วยสภาวะที่เหมาะสมมาผลิตชุดคัดกรองกัญชาเปรียบเทียบกับชุดตรวจสอบมาตรฐานของตำรวจประเทศสวิตเซอร์แลนด์ พบว่าให้ผลลัพธ์ไม่แตกต่างกัน และได้นำชุดคัดกรองกัญชาจากยาพาราเซตามอลที่พัฒนาลงพื้นที่ตรวจสอบกัญชาภายในชุมชน ร้านอาหารต่าง ๆ ภายในสถานศึกษา และตรวจสอบกัญชาในน้ำลายของผู้เสพกัญชาโดยการจำลองสภาวะการเสพกัญชา จากผลการตรวจสอบไม่พบเจอการปนเปื้อนของกัญชาในอาหารและเครื่องดื่ม และสามารถตรวจพบการปนเปื้อนของกัญชาในน้ำลายได้ เช่นเดียวกันกับชุดตรวจสอบมาตรฐานของตำรวจประเทศสวิตเซอร์แลนด์

คลิปปาเสนอ
สแกนเลย



ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนไทรโยคใหญ่

จังหวัด กาญจนบุรี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากาญจนบุรี เขต 3

เรื่อง เพิ่มสูง ลดอ้วน สมส่วนดี ด้วย 5G Model

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวฐิติรัตน์ เดชเจริญพร

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางณิษฐกุล สืบอินทร์

2. นางณัฐปภัสร จันทรชนะภัย

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงกรชนก กิจเดช

2. เด็กหญิงประกานิช วงศ์วิมานภิบาล

3. เด็กหญิงปภาวรินทร์ เกษตระกูล

บทคัดย่อ

โครงการ “เพิ่มสูง ลดอ้วน สมส่วนดี ด้วย 5G Model” มีวัตถุประสงค์ เพื่อให้ให้นักเรียนที่มีภาวะโภชนาการด้านน้ำหนักสูงกว่าเกณฑ์ มีความรู้ความเข้าใจและปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพ ที่มีน้ำหนักส่วนสูงกว่าเกณฑ์ มีจำนวนลดลง และส่งเสริมเครือข่ายความร่วมมือระหว่างโรงเรียน ผู้ปกครอง ชุมชนและองค์กรในท้องถิ่น ให้มีบทบาทร่วมกัน ดูแล แก้ไข และพัฒนาสุขภาพของนักเรียนให้ดีขึ้น การนำรูปแบบ “เพิ่มสูง ลดอ้วน สมส่วนดี ด้วย 5G Model” ของโรงเรียนไทรโยคใหญ่ ดังนี้ 1. กิจกรรมเกี่ยวกับสุขภาวะที่ดี (Good Activities) 2. การร่วมมือกันของผู้บริการ ครู นักเรียน ผู้ปกครอง และหน่วยงานอื่นๆ (Good Connection) 3. อาหารกลางวัน อาหารเสริมนม (Good Food) 4. รูปร่างดี สมส่วน (Good Goal) 5. เป้าหมาย (Good Goal) ผลการศึกษา พบว่า นักเรียนที่มีภาวะอ้วนในภาคเรียนที่ 2 ลดลงจากภาคเรียนที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 2.12 นักเรียนที่มีภาวะพอมในภาคเรียนที่ 2 ลดลงจากภาคเรียนที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 2.55 และผลของนักเรียนเดี่ยว ในภาคเรียนที่ 2 ลดลงจากภาคเรียนที่ 1 คิดเป็นร้อยละ 1.48 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ “เพิ่มสูง ลดอ้วน สมส่วนดี ด้วย 5G Model” เป็นโครงการนวัตกรรมที่มีประโยชน์ต่อนักเรียน ช่วยให้นักเรียนสามารถพัฒนาตนเอง ให้มีสุขภาวะที่ดี โรงเรียนมีนวัตกรรมที่สามารถนำไปเผยแพร่ให้แก่ชุมชนและหน่วยงานอื่นๆ



ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกพนมดี

จังหวัด ปราจีนบุรี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปราจีนบุรี เขต 1

เรื่อง Bamboo Strick พิชิตสุขภาพ

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางนงนิตย์ สังข์กัญญา

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวเกศินี พรทอง

2. นางจิตติมา รักชาติลป

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงเคลลี่ บุญครอง

2. เด็กหญิงเชมจิรา น้อยเจริญ

3. เด็กหญิงกวรรักษ์ ชัยศรี

บทคัดย่อ

ในปี 2564 โรงเรียนบ้านโคกพนมดีประสบปัญหาเด็กอ้วนและเด็กพอมมากกว่าปกติโรงเรียนจึงได้จัดการออกกำลังกายในรูปแบบไฮปีแอนด์ซายป์าเต้นออกกำลังกายด้วยท่าทางจิงโจ้ fun for fit (ฟัน ฟอ ฟิต) ทำให้เด็กในโรงเรียนอยู่ในเกณฑ์สมส่วนกันมากขึ้น แต่ถึงแม้ว่าเด็กส่วนใหญ่ในโรงเรียนจะอยู่ในเกณฑ์สมส่วนแต่เมื่อมีการทดสอบสมรรถภาพทางกายของนักเรียนกลับพบว่าต่ำกว่าเกณฑ์มาตรฐานในทุกระดับชั้น ประกอบกับในปัจจุบันเทคโนโลยีความก้าวหน้าได้เข้ามามีบทบาทสำคัญกับชีวิตประจำวันเป็นอย่างมาก การเล่นเกมหรือการเล่นเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กในวัยเรียนขาดกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวส่งผลให้สมรรถภาพทางกายลดลงส่งผลเสียทั้งต่อสุขภาพกายและสุขภาพจิต และถึงแม้ว่าจะมีกิจกรรมที่ส่งเสริมสุขภาพของนักเรียนในด้านการฝึกทักษะกีฬาชนิดต่าง ๆ ซึ่งก็ยังไม่เพียงพอต่อการพัฒนาศักยภาพทางกายของเด็ก โดยเด็กวัยเรียนนี้จำเป็นต้องได้รับการพัฒนาสมรรถภาพทางกายให้เหมาะสมตามช่วงพัฒนาการของวัย การดูแลส่งเสริมสุขภาพจะต้องดูแลทั้งสุขภาพกายและสุขภาพจิต การออกกำลังกายจึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่สามารถทำให้สุขภาพกายและสุขภาพจิตของคนเราแข็งแรง เพราะความสำคัญของการออกกำลังกายอยู่ที่การได้ใช้ร่างกายในการเคลื่อนไหวหรือเคลื่อนไหวอย่างไรให้ถูกต้องเหมาะสม พอเพียงกับความต้องการของร่างกายและเกิดประโยชน์สูงสุดต่อตนเองจากเหตุผลที่กล่าวมาเบื้องต้น ผู้จัดทำจึงมีแนวคิดที่จะจัดทำโครงการ Bamboo Strick พิชิตสุขภาพ ซึ่งนำวัสดุท้องถิ่นอย่างไม้ไผ่ที่สามารถหาได้ตามบ้านเรือนนำมาเป็นที่ยึดและนำยางยืดมาร้อยเป็นข้อ ๆ ตามขนาดลำตัวของแต่ละบุคคลและนำมาใช้ร่วมกับท่าทางการออกกำลังกายทั้งหมด 9 ท่า โดยแต่ละท่าจะเป็นการบริหารกล้ามเนื้อแต่ละส่วนแตกต่างกันไป รวมถึงนักเรียนได้นำท่าออกกำลังกายไปใช้ในครอบครัวช่วยพัฒนากล้ามเนื้อ กระดูก ข้อต่อ และระบบโครงสร้างร่างกายให้แข็งแรง อีกทั้งยังช่วยกระตุ้นและพัฒนาระบบรับรู้สั่งงานของเซลล์ประสาทที่ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวร่างกายกระตุ้นให้เกิดการไหลเวียนเลือดไปเลี้ยงเซลล์กล้ามเนื้อ และเซลล์ประสาทมากขึ้นทำให้ร่างกายสดชื่น กระปรี้กระเปร่าแข็งแรง มีความมั่นคงในการทรงตัวและความสัมพันธ์ในการเคลื่อนไหว ช่วยเพิ่มความมั่นใจในบุคลิกภาพ รูปร่าง ทรวดทรงที่กระชับได้สัดส่วนมากขึ้น และอุปกรณ์สำหรับการออกกำลังกายที่ได้ก็มีราคาถูกและสามารถพกพาได้สะดวก สามารถนำติดตัวไปใช้ในสถานที่ต่าง ๆ ได้ เป็นการลดค่าใช้จ่ายในการซื้ออุปกรณ์สำหรับออกกำลังกายและยังช่วยเพิ่มกล้ามเนื้อให้มีความแข็งแรงและทำงานดีขึ้น

จากการทำโครงการ Bamboo Strick พิชิตสุขภาพ ผู้จัดทำโครงการได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่าย ไม่ว่าจะเป็นครู ผู้ปกครองในการมีส่วนร่วมในการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิตของนักเรียน นักเรียนดูแลสุขภาพกันมากขึ้น การทดสอบสมรรถภาพทางกายดีขึ้นเด็กที่อยู่ในภาวะไม่สมส่วนอยู่ในเกณฑ์สมส่วนมากขึ้นเด็กอ้วนและเด็กพอมลดลง นอกจากนี้ยังส่งผลให้นักเรียนมีความรับผิดชอบมากขึ้น รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์อีกด้วย



คลิปนำเสนอ
แกลบนเลย



ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนเทศบาลคุ้มหนองคู

จังหวัด ขอนแก่น สังกัด เทศบาลนครขอนแก่น

เรื่อง สายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่ง

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวชุดินธร หัตถพนม

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายอัครพล ศรีอุตร

2. นางสาวช่อเพชร โยเหลา

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงณดา วิชัยวงศ์

2. เด็กหญิงมณีนะ วังษ์สิม

3. เด็กชายภคินท์ อินพานิช

4. เด็กชายภูมิพันธ์ ปัดทุม

5. เด็กหญิงญานิศา สิงห์สาย

บทคัดย่อ

โครงการ เรื่อง สายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่งได้มีการด าเนินโครงการนี้เนื่องจากมีการประเมินภาวะทางโภชนาการของนักเรียนในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 จำนวน 75 คน โดยการชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงก่อนการด าเนินกิจกรรม แล้วพบว่านักเรียนมีภาวะภาวะโภชนาการเกินเกณฑ์ นักเรียนมีน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง (W/H) เกินเกณฑ์และเสี่ยงพฤติกรรมเนือยนิ่ง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 5.33 จากภาวะโภชนาการของโรงเรียน และเพื่อให้ นักเรียนที่มีภาวะทางโภชนาการที่ดีขึ้นในเรื่องน้ำหนักตามเกณฑ์อายุ (W/H) และลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง จึงมีการดำเนินงานตามวัตถุประสงค์ดังนี้ 1) เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนเคลื่อนไหวร่างกาย ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง 2) เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนรักสุขภาพ และดูแลตัวเองมากขึ้น 3) เพื่อสร้างนวัตกรรมประดิษฐ์สายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่งจากผลการดำเนินงานพบว่า

1. ผลการส่งเสริมให้นักเรียนเคลื่อนไหวร่างกาย ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง ผลปรากฏว่า นักเรียนตื่นตัวที่จะขยับร่างกาย สนใจที่จะออกกำลังกายมากขึ้น พฤติกรรมเนือยนิ่งลดลง

2. ผลการส่งเสริมให้นักเรียนรักสุขภาพ และดูแลตัวเองมากขึ้น ผลปรากฏว่า นักเรียนสนใจที่จะดูแลสุขภาพตัวเอง เลือกรับประทานอาหารที่มีประโยชน์แคลอรีต่ำ ส่งผลให้นักเรียนมีสุขภาพที่ดีขึ้น

3. ผลการสร้างนวัตกรรมประดิษฐ์สายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่ง ทางคณะผู้จัดทำได้ทำการสร้างนวัตกรรมสายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่ง ศึกษาวิธีการเขียนโค้ดคำสั่งลงในอุปกรณ์ไมโครบิต (micro:bit) เพื่อให้สามารถการแก่วงแขนและนับก้าวเกิน ดำเนินงานหาแคลอรีที่เสียไปได้ และสามารถนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้จริง จากการศึกษาค้นคว้าสรุปได้ว่าเครื่องสายรัดข้อมือพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่ง สามารถใช้งานได้จริง ผู้ทดลองตระหนักถึงสุขภาพมากขึ้น เป็นแรงผลักดันให้หันมาออกกำลังกาย เพราะสามารถช่วยเผาผลาญแคลอรีได้ ให้มีสุขภาพที่ดี ตั้งใจเรียนมีส่วนร่วมกิจกรรมในโรงเรียนมากขึ้นและสามารถพิชิตพฤติกรรมเนือยนิ่งได้จริง



ศูนย์อนามัยที่ 8 อุดรธานี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านโคกลาด

จังหวัด อุดรธานี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรธานี เขต 1

เรื่อง ยาสีฟันสมุนไพรพิชิตคราบ ขจัดกลิ่น

ประเภท โครงการงานด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน ดร. ทิฆัมพร บุญมาก

ครูที่ปรึกษาโครงการ นางสาวพรรณนิภา ปัญญาคุณ

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงกนกพร เอี่ยมเวียง

2. เด็กหญิงยุพาพร บำรุงภักดี

3. เด็กหญิงสุนิดา ผ่องใส

บทคัดย่อ

ปัจจุบันทุกคนเริ่มหันมาให้ความสนใจสุขภาพปากและฟันค่อนข้างสูง เนื่องจากฟันเป็นอวัยวะที่มีความสำคัญ อีกอย่างหนึ่งหากฟันของเราเสีย ทุ หรือเป็นโรค จะทำให้มีบุคลิกที่ไม่ดี ทำให้ร่างกายไม่สมบูรณ์แข็งแรง และเป็นบ่อเกิดของโรคภัยไข้เจ็บอื่น ๆ ยาสีฟันที่ใช้อยู่ในปัจจุบันนี้มีส่วนประกอบของสารเคมีสังเคราะห์เป็นจำนวนมาก ไม่ว่าจะเป็นสารทำความสะอาด สารกันบูด สารแต่งสี รสและกลิ่น รวมทั้งยาฆ่าเชื้อจุลินทรีย์ ทำให้ส่งผลกระทบต่อสุขภาพในระยะยาว ซึ่งแตกต่างจากการใช้ยาสีฟันสมุนไพรจากธรรมชาติ

จากการศึกษาสภาพปัญหาสุขภาพในช่องปากเด็กนักเรียนโรงเรียนบ้านโคกลาด จำนวน 260 คน เมื่อภาคเรียนที่ผ่านมาโดยฝ่ายทันตกรรม รพ.สต. หนองไฮ พบว่าเด็กนักเรียนมีปัญหาโรคฟันผุ จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 30 มีปัญหาโรคเหงือกอักเสบ จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 8.07 คณะผู้จัดทำจึงเห็นว่า ปัญหานี้ควรมีวิธีการแก้ไขและส่งเสริมให้ลดลงหรือหมดไปด้วยสมุนไพรในท้องถิ่นซึ่งมีจำนวนมากและมีสรรพคุณที่มีคุณค่า อีกทั้งเป็นการประหยัดรายจ่าย ลดการใช้ยาสีฟันที่มีส่วนประกอบของสารเคมีโดยนำสมุนไพรมาเป็นส่วนผสมในการทำยาสีฟัน ส่งผลให้จำนวนนักเรียนที่ฟันผุและเหงือกอักเสบลดลง และเป็นการส่งเสริมให้ทุกคนได้ดูแลสุขภาพช่องปากและฟันของตนเองโดยการใช้ยาสีฟันสมุนไพร เมื่อเปรียบเทียบจำนวนนักเรียนที่มีปัญหาโรคเหงือกอักเสบและฟันผุก่อนและหลังใช้ยาสีฟันสมุนไพรพิชิตคราบ ขจัดกลิ่นพบว่า นักเรียนมีฟันผุและโรคเหงือกอักเสบลดลง มีความพึงพอใจในการใช้ยาสีฟันสมุนไพรพิชิตคราบ ขจัดกลิ่นพบว่า อยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 87.48

สรุปได้ว่าโครงการ เรื่อง “ยาสีฟันสมุนไพร พิชิตคราบ ขจัดกลิ่น” เป็นโครงการที่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ ใต้นวัตกรรมผลิตภัณฑ์ยาสีฟันสมุนไพรพิชิตคราบ ขจัดกลิ่นที่ปราศจากสารเคมีช่วยในการทำมาความสะอาดสุขภาพช่องปากของเด็กนักเรียนให้สะอาด ลมหายใจหอมสดชื่นได้จริง



ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านกรวดวิทยาคาร

จังหวัด บุรีรัมย์ สังกัด สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาบุรีรัมย์

เรื่อง BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิกบุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพร

ประเภท โครงการงานด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นายณัฐพงษ์ วิโสรัมย์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวบังอร ทตมาตร 2. นางธมลวรรณ พึ่งตรบุรี

ผู้จัดทำ 1. นายภาคภูมิ จิตรตาม 2. นางสาวพรวิภา มณีนวรัตน์

3. นายปฏิภาณ เปกรัมย์ 4. นางสาวเฉลิมรัตน์ อ้อยกลาง

5. นางสาวปลายธิดา สมกักดี

บทคัดย่อ

โครงการสุขภาพนักเรียน เรื่อง BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิกบุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพร จัดทำขึ้นเพื่อ 1.เพื่อลดอัตราการสูบบุหรี่ของนักเรียนโรงเรียนบ้านกรวดวิทยาคาร 2.เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนและชุมชน มีความรู้ด้านการประยุกต์ใช้ประโยชน์จากสมุนไพรใกล้ตัวนำมาทำลูกอมเพื่อช่วยลดการสูบบุหรี่ 3.เพื่อศึกษาความพึงพอใจในการร่วมโครงการ BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิกบุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพร

สภานักเรียนได้ทำโครงการฯ โดยดำเนินการช่วยเหลือแก้ไขปัญหการสูบบุหรี่ บุหรี่ไฟฟ้า พร้อมทั้งนำปัญหาในโรงเรียนมาศึกษาเก็บข้อมูล และช่วยกันหาแนวทางช่วยเหลือในการลด ละ เลิก บุหรี่ โดยการทำลูกอมสมุนไพร ซึ่งกลุ่มเป้าหมายคือนักเรียนม.1-6 และ ปวช. ที่สนใจจะเลิกบุหรี่ ได้การทำแบบสำรวจและรับลงทะเบียน ตรวจสอบเบื้องต้น รับเล่มประเมิน ติดตามผลทุกสัปดาห์ ขั้นตอนการทำลูกอมสมุนไพรมีดังนี้ 1.หาสมุนไพรในโรงเรียนและชุมชน ประกอบไปด้วย หนุ่ยดอกขาว สรรพคุณลดการอยากบุหรี่ 2.มะนาว รสเปรี้ยว ลดการอยากสูบบุหรี่ 3.กระเจี๊ยบ มีรสเปรี้ยว แก้เจ็บคอ แก้กระหาย สีสันสวยงาม 4.ใบรางจืด ช่วยถอนพิษ โดยขั้นตอนการทำลูกอมสมุนไพรมีดังนี้ 1.ต้มสมุนไพรหนุ่ยดอกขาว กระเจี๊ยบ รางจืด และน้ำมะนาวสด 2.ขั้นตอนการทำลูกอม 2.1. ตั้งกระทะไฟฟ้า เติมน้ำตาลทรายขาว 500 กรัม 2.2 เติมน้ำสมุนไพรหนุ่ยดอกขาว 50 มิลลิลิตร 2.3 เติมน้ำมะนาว กระเจี๊ยบ รางจืด 20 มิลลิลิตร 2.4 เติมน้ำตาล 10 มิลลิลิตร 2.5 เคี่ยวไฟอ่อน ประมาณ 10 นาที ทดสอบความแข็งของลูกอม 2.6 ทิ้งให้อุ่นเทใส่พิมพ์ 2.7 ลูกอมเย็นแกะออกจากพิมพ์ โรยด้วยน้ำตาลไอซิ่งป้องกันการติดกันของลูกอม ลูกอมจะมี 3 รส มีรสมะนาว รสกระเจี๊ยบและรางจืด ขั้นตอนต่อไปคือการนำลูกอมแจกนักเรียนกลุ่มสนใจนำไปใช้และนำไปแจกเพื่อนและผู้ปกครอง สรุปโครงการ สรุปได้ว่า นักเรียนที่สนใจเข้าร่วมโครงการ BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิกบุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพรนักเรียนที่สนใจอยากเลิกบุหรี่ จำนวน 25 คน นักเรียนสามารถเลิกบุหรี่ได้จริง จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 80 และ ลดการสูบบุหรี่ลง หรือสูบบางครั้ง 3 คน ร้อยละ 12 นักเรียนที่ยังไม่เลิกสูบบุหรี่จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 8 และสรุปแบบสำรวจความพึงพอใจโครงการ เรื่อง BV Health Station พักปอด ลด ละ เลิก บุหรี่ ด้วยลูกอมสมุนไพร ค่าเฉลี่ย 4.86 อยู่ระดับดีเด่น และ ในภาพรวมมีความพึงพอใจต่อการจัดโครงการในครั้งนี้ ผลการสำรวจพบว่ามีความพึงพอใจ ระดับดีเด่น

คลิปปาเสนอ
สแกนเลย



ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านโนนสำนักมิตรภาพที่ 121)

จังหวัด ศรีสะเกษ สังกัด สำนักการศึกษา

เรื่อง สลัดโรลสาหร่ายผักบุง

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวณัฐณันท์ สีหะวงษ์

ครูที่ปรึกษาโครงการ นางสาวณัฐญาณี จันทา

ผู้จัดทำ 1. เด็กชายณัฐกร นามวงษ์
2. เด็กหญิงขวัญชนก พงศ์พีระ
3. เด็กหญิงฐิสร ทอดคำ

บทคัดย่อ

โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านโนนสำนักมิตรภาพที่ 121) มีแนวคิดหลักในการพัฒนาโรงเรียน คือ “นวัตกรรมผู้ประกอบการอาหาร” (Innovator Entrepreneur Food Science) โดยมีการปลูกผักสวนครัวชนิดต่าง ๆ ทำให้โรงเรียนมีผักสวนครัวจำนวนมาก และเป็นผักที่มีทั่วไปในท้องถิ่น เช่น ผักบุงหรือผักทอดยอด ซึ่งนิยมนำมารับประทานเป็นอาหาร หาซื้อได้ง่ายและปลูกได้ตลอดทั้งปี จากการสำรวจข้อมูลด้วยการประเมินภาวะโภชนาการของเด็กนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนเทศบาล 4 (บ้านโนนสำนักมิตรภาพที่ 121) ปีการศึกษา 2561-2566 พบว่า นักเรียนมีพฤติกรรมการรับประทานอาหารประเภท Fast Food รวมทั้งมีพฤติกรรมรับประทานอาหารที่มีส่วนประกอบของพวกผักและผลไม้ เพียงร้อยละ 67.23 นักเรียนนิยมบริโภคผักสด ร้อยละ 50.60 รับประทานผักทุกชนิด ร้อยละ 57.40 และนิยมบริโภคผักลวก ร้อยละ 58.2 ส่วนที่นิยมมากที่สุด คือ บริโภคต้นหอมหรือผักชีที่อยู่ในอาหาร เพื่อนชักชวนให้รับประทานเสมอ และบริโภคผักชุบแป้งทอด ร้อยละ 88.60, 81.00, 73.80 ตามลำดับ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวส่งผลต่อสุขภาพของเด็กนักเรียนโดยตรงและส่งผลต่อภาวะโภชนาการนักเรียนในโรงเรียนมีแนวโน้มสมส่วนลดลง ตั้งแต่ปี 2567 ร้อยละ 71.88, 71.34, 70.47, 70.34, 70.26 และ 70.03 ตามลำดับ

จากสถานการณ์ที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่า นักเรียนมีการรับประทานผักน้อยทั้งที่เป็นผักสด และอาหารที่มีส่วนประกอบของพวกผัก คณะผู้จัดทำจึงสนใจที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคผักของเพื่อนนักเรียนด้วยการนำ “ผักบุงหรือผักทอดยอด” ซึ่งมีการปลูกอยู่ในโรงเรียน หาซื้อง่าย และมีกลิ่นของผักไม่มาก มาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ ที่มีรสชาติรับประทาน มีคุณค่าทางโภชนาการ ช่วยลดปัญหาการไม่ชอบรับประทานผักและภาวะโภชนาการของเพื่อนนักเรียน ดังนั้น ทางคณะผู้จัดทำ จึงจัดทำโครงการสุขภาพนักเรียน เรื่อง สลัดโรลสาหร่ายผักบุง โดยมีผลการดำเนินงานดังนี้

1. จากแบบสังเกตพฤติกรรมในการรับประทานอาหารกลางวันของนักเรียน โดยครูประจำชั้นเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคผักชนิดอื่น ๆ พบว่า นักเรียนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการบริโภคผักชนิดอื่น ๆ ในระดับดีมาก โดยก่อนการรับประทานผลิตภัณฑ์ “สลัดโรลสาหร่ายผักบุง” คิดเป็นร้อยละ 67.23 และหลังการรับประทานผลิตภัณฑ์ “สลัดโรลสาหร่ายผักบุง” คิดเป็นร้อยละ 84.82

2. จากการความพึงพอใจกับผลิตภัณฑ์การแปรรูปผัก “สลัดโรลสาหร่ายผักบุง” พบว่า นักเรียนมีความพึงพอใจกับผลิตภัณฑ์การแปรรูปผัก ก่อนการผลิตภัณฑ์การแปรรูปผัก “สลัดโรลสาหร่ายผักบุง” ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 3.87 และหลังการผลิตภัณฑ์การแปรรูปผัก “สลัดโรลสาหร่ายผักบุง” ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 4.91

3. จากแบบภาวะโภชนาการนักเรียน ด้วยโปรแกรมภาวะโภชนาการ (iNMU -Thai Growth) โดยสถาบันวิจัยโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล จากการกรอกข้อมูลน้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง พบว่า มีค่าแปลผล “สมส่วน” พบว่า นักเรียนมีภาวะโภชนาการนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 เดือนธันวาคม 2566 เดือนมกราคม และเดือนกุมภาพันธ์ 2567 น้ำหนักตามเกณฑ์ส่วนสูง “สมส่วน” เพิ่มขึ้น 0.27

คลิปนำเสนอ
แกลนเลย



ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1

จังหวัด กระบี่ สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากระบี่

เรื่อง โครงการของ ก็นปลาสัยใส่ใจสุขภาพ

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นายพรชัย สัสดีเดช

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางชิตนภัส มาศชาย 2. นางภัทรกร ไร่ใหญ่

3. นางสาวอรรฉรรณ อมรช

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงฐิติมาญา สำราญ 2. เด็กหญิงอภิสรดา ขนานใต้

3. เด็กหญิงกานต์ธิดา ตักกุล

4. เด็กหญิงนิชมล บุตรเล็ม

5. เด็กชายกฤษฎดา คำแหง

บทคัดย่อ

โครงการโครงการของกึนปลาสัย ใส่ใจสุขภาพ เกิดจากความร่วมมือระหว่างโรงพยาบาลเหนือคลอง ศูนย์อนามัยที่ 11 สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเหนือคลอง สาธารณสุขจังหวัดกระบี่ และโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1 โดยนำกรอบแนวคิดการพัฒนาโรงเรียนส่งเสริมสุขภาพ มาเป็นพื้นฐานในการจัดทำโครงการ มีการดำเนินการพัฒนาและปรับปรุงภาวะโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนอย่างครบวงจรสู่การปฏิบัติ โดยมุ่งพัฒนาให้นักเรียนมีความรู้ ทักษะด้านการเลือกรับประทานอาหาร โภชนาการและสุขภาพ ให้นักเรียนมีพฤติกรรมที่พึงประสงค์เหมาะสมตามวัย มีภาวะโภชนาการสมวัย และขยายผลสู่ครอบครัวและชุมชน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างการรับรู้และกระตุ้นให้นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1 เกิดความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องนำไปสู่การสร้างจิตสำนึกทัศนคติที่ดี และแนวโน้มของการสร้างพฤติกรรมอย่างยั่งยืนในด้าน 3 อ ได้แก่เรื่อง อาหาร (รู้จักคุณค่าทางโภชนาการ) การออกกำลังกาย การมีสุขภาวะที่ดีทางอารมณ์ และการรู้เท่าทันสื่อ พัฒนานักเรียนแกนนำและสร้างการมีส่วนร่วม ทั้งในระหว่างเด็กด้วยกัน กับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และชุมชน นำไปสู่ความร่วมมือระหว่างโรงเรียน บ้าน วัด ร้านค้า หน่วยงานด้านสาธารณสุข โรงพยาบาล และสถาบันการศึกษาใกล้เคียง ส่งเสริมเมนูสุขภาพ รวมทั้งคุณค่าโภชนาการจากอาหารและเครื่องดื่มพื้นถิ่นที่เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมาย เพื่อสร้างความนิยมในการบริโภคและการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม โดยนักเรียนแกนนำในการจัดทำโครงการ มุ่งกลุ่มเป้าหมายหลัก นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 132 คน นักเรียนแกนนำชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 – 7 จำนวน 40 คน กลุ่มเป้าหมายรอง ครู ผู้ปกครองนักเรียน ชุมชน จำนวน 100 คน โดยใช้พื้นที่ในการดำเนินงาน ณ โรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1 ช่วงเดือนธันวาคม 2566 ถึง มีนาคม 2567 โดยใช้แบบประเมินความพึงพอใจ วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย (Average) และร้อยละ (Percentage) ซึ่งได้ผลการดำเนินงาน ดังนี้

1. การประเมินความรอบรู้ด้านสุขภาพของกลุ่มเป้าหมาย จำนวน 132 คน พบว่า นักเรียนผ่านเกณฑ์การประเมินผลการเรียนรู้ ระดับ 70 คะแนนขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 100

2. ปัญหาทุพโภชนาการของนักเรียนในโรงเรียนราชประชานุเคราะห์ 1 ลดลงทุกด้าน



ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านคลองหะ (ทวิรัตน์ราษฎร์บำรุง)

จังหวัด สงขลา สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสงขลา เขต 2

เรื่อง สุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นางณัชชา บุญศิริธนา

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวปัทมพร สุวรรณจำริญ 2. นายอากร ธาณิรัตน์
3. นางสาวหนึ่งฤทัย เกษตรสุนทร

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงขวัญกมล ทำสะบ้า
2. เด็กหญิงณัฏฐาดี เขตเทพา
3. เด็กชายทรงศนะ ชีวะอิสระกุล

บทคัดย่อ

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อลดปริมาณจำนวนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านคลองหะ (ทวิรัตน์ราษฎร์บำรุง) ที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน สามารถนำผลผลิตจากการดำเนินกิจกรรมโครงการสุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาเป็นวัตถุดิบที่มีคุณค่าทางโภชนาการและปลอดภัยในการประกอบอาหารกลางวันให้นักเรียน รวมทั้งผู้ปกครอง ชุมชน นักเรียนมีความพึงพอใจในการดำเนินโครงการสุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง โดยใช้นวัตกรรม 4 เล้า 4 ร่ม ในการดำเนินโครงการเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านคลองหะ (ทวิรัตน์ราษฎร์บำรุง) ที่มีภาวะเริ่มอ้วน และอ้วน

ผลการดำเนินโครงการสุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงพบว่า จำนวนนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 โรงเรียนบ้านคลองหะ (ทวิรัตน์ราษฎร์บำรุง) ที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนลดลง ร้อยละ 3.57 จากร้อยละ 18.04 เป็นร้อยละ 14.47 สามารถนำผลผลิตจากการดำเนินกิจกรรมโครงการสุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง มาเป็นวัตถุดิบที่มีคุณค่าทางโภชนาการและปลอดภัยในการประกอบอาหารกลางวันให้นักเรียน ส่งผลให้ผู้ปกครองชุมชน นักเรียนมีความพึงพอใจในการดำเนินโครงการ ร้อยละ 92.94

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการทำโครงการสุขภาพดีวิถีคลองหะ ด้วย 4 เล้า 4 ร่ม ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ที่มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน มีจำนวนลดลงนักเรียนมีสุขภาพอนามัยที่ดี มีความรับผิดชอบ รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ มีสมาธิในการเรียนมากขึ้น ทำให้มีผลการเรียนที่ดี เป็นคนดี เป็นคนเก่ง และมีความสุขในการใช้ชีวิตประจำวัน

คลิปปาเสนอ
แสดกนเลย



สถาบันพัฒนาสุขภาพะเขตเมือง

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนโสตถาโมสร

จังหวัด กรุงเทพมหานคร สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากรุงเทพมหานคร
เรื่อง ขยับร่าง สร้างสุข

ประเภท โครงการด้านส่งเสริมสุขภาพ

ผู้บริหารโรงเรียน นายพงศ์พิชญ์ สุพรรณ

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวอัญญา พรมลาย 2. นางสาวเนตรนภา ลีปาน

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงฐิตาพร มาศชาย

2. เด็กหญิงกุลณดา สำรวย

บทคัดย่อ

ปัจจุบันเทคโนโลยีมีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนในสังคมไทย ส่งผลให้สภาพแวดล้อมและลักษณะทางสังคมเปลี่ยนไป อุปกรณ์เทคโนโลยีในการสื่อสาร เช่น คอมพิวเตอร์ โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต และรวมถึงสมาร์ตโฟน มีความจำเป็นในชีวิตมากขึ้น ซึ่งมี ผลเสียที่ตามมา คือ ร่างกายขาดการเคลื่อนไหว เนื่อยนิ่ง สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง มีไขมันสะสมมาก บางรายมีภาวะอ้วนในวัยเด็ก ทำให้เจ็บป่วยมากขึ้น จากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ถึงสุขภาพที่ดีโรงเรียนโสตถาโมสรเห็นความสำคัญของปัญหา และหาทางปรับพฤติกรรมเพิ่มการมีกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพในโรงเรียน จึงจัดกิจกรรมการออกกำลังกายหน้าเสาธง โดยใช้การบริหารประกอบเพลงขึ้น และใช้ระยะเวลาในการดำเนินงาน 1 ปีการศึกษา เพื่อให้เด็กนักเรียนมีจิตสำนึกรักการออกกำลังกาย มีการเคลื่อนไหว เหยียดยืดกล้ามเนื้อ เพื่อเพิ่มสมรรถภาพทางกาย และจิตใจให้ผ่อนคลาย สนุกสนาน ร่าเริง สมวัย โดยเลือกทักษะการออกกำลังกาย ที่เหมาะสมกับสภาพพื้นที่สนาม บริเวณลานอเนกประสงค์ และพื้นที่เฉพาะตัวของแต่ละคนเมื่อขยายแถวแล้ว ในแถวหน้าเสาธงผู้ที่มีภาวะร่างกายไม่แข็งแรงมากนักหรือคนที่มีภาวะบกพร่องด้านร่างกายสามารถออกกำลังกาย ร่วมกันกับคนอื่น ๆ ได้ เพื่อให้รู้จักวิธีการผ่อนคลาย มีจิตใจที่แจ่มใส ร่าเริง สนุกสนาน ดังคำกล่าวที่ว่า “จิตใจที่แจ่มใส ย่อมอยู่ในร่างกายที่แข็งแรง สมบูรณ์” และเป็นผู้ที่มีสุขภาพและสมรรถภาพทางกายที่ดี

จากการส่งเสริมให้ออกกำลังกาย และการเหยียด-ยืดกล้ามเนื้อเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ พบว่ามีพัฒนาการทางด้านสมรรถภาพทางกายที่ดีขึ้นมีจิตรักการออกกำลังกาย รักการเคลื่อนไหว ไม่เนื่อยนิ่ง โดยใช้เวลาว่างเพียงนิดหน่อยในแต่ละวัน ต่อยอดจากการออกกำลังกายหน้าเสาธง เป็นการออกกำลังกายในเวลาว่าง และนำไปใช้ในกิจกรรมการออกกำลังกายและการเคลื่อนไหวร่วมกับคนในครอบครัว และเพื่อนบ้านในชุมชน ในทุกที่ที่มีกิจกรรมร่วมกัน เพื่อช่วยเพิ่มความแข็งแรงให้ร่างกาย หัวใจ และระบบของอวัยวะต่าง ๆ ให้ทำงานประสานกันได้ดี กระตุ้นการไหลเวียนเลือด ทำให้ร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ



คลิปนำเสนอ
แกลนเลย



เรื่องเล่า

โครงการสุขภาพนักเรียน

ประจำปี 2567



โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม



ศูนย์อนามัยที่ 1 เชียงใหม่

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านขุนสาใน

จังหวัด แม่ฮ่องสอน สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาแม่ฮ่องสอนเขต 2

เรื่อง ความสามารถย่อยยชะเผกของไส้เดือนดิน

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นายนิวัติ จงสร้างสรรค

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวพรวัลย์ สิงห์พันธุ์ 2. นายสมเพชร ศรีโลตัวน

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงขวัญฤดี เราเท่า 2. เด็กหญิงขวัญฤทัย นันตา
3. เด็กหญิงเยาวลักษณ์ เราเท่า 4. เด็กหญิงกนกวรรณ เราเท่า
5. เด็กชายสรสรเสริญ เราเท่า

บทคัดย่อ

หมู่บ้านขุนสาในตั้งอยู่ในพื้นที่ด.โป่งสา อ.ปาย จังหวัดแม่ฮ่องสอน วิถีชาวบ้านส่วนใหญ่ทำการเกษตรกรรมเป็นหลัก มีการปลูกพืชการเกษตรประเภทข้าวไร่และปลูกพืชผัก ผลไม้แบบผสมผสานหมุนเวียนในรอบ 1 ปี หลังจากทำการเก็บเกี่ยวพืชผัก จะมีเศษผักที่เหลือจากการตกแต่งหรือผักที่ไม่สามารถนำไปจำหน่ายได้ซึ่งมีปริมาณมากจะถูกนำไปทิ้งบริเวณหมู่บ้าน ส่งผลให้เกิดการเน่าเสีย มีแมลงวันวางไข่ เกิดกลิ่นไม่พึงประสงค์ เศษผักบางชนิดกลายเป็นเศษไม้แข็งแหว่งและถูกกำจัดโดยการเผา ทำให้เกิดมลพิษทางสิ่งแวดล้อมโครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบลักษณะการเน่าเปื่อยของผัก กลิ่นและจำนวนไข่แมลงวัน ระหว่างการใช้ไส้เดือนดินกับการย่อยสลายตามธรรมชาติ และการใช้ประโยชน์จากไส้เดือนดินในการกำจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์และกำจัดไข่แมลงวัน โดยวิธีการทดลองมีขั้นตอน คือ 1) เตรียมลิ้นชักพลาสติก 4 ชั้นและเตรียมกะละมังพลาสติก 3 ใบ เพื่อเป็นการจำลองการเปรียบเทียบชะเผกที่ผสมไส้เดือนดินและกองเศษผักที่ไม่ผสมไส้เดือนดิน 2) รดน้ำปริมาณ 3 ลิตรต่อกะละมังทุกๆ 3 วัน ชักเพื่อให้เกิดความชุ่มชื้น 3) เติมเศษผัก 1 กิโลกรัมในลิ้นชักและกะละมังทุกใบ ทุกๆ 7 วัน 4) สังเกตลักษณะการย่อยสลายของเศษผักโดยรวม การเกิดกลิ่น การมีแมลงวันมาวางไข่ในภาชนะทั้ง 6 ภาชนะ บันทึกผลการทดลองในแบบบันทึกการทดลองทุก 7 วัน โดยวิธีการเก็บข้อมูลการทดลอง ดังนี้ 1) ประเมินความสามารถในการย่อยเศษผักของไส้เดือนดิน ประเมินการย่อยเศษผักของไส้เดือนดินจากการสังเกตลักษณะการเน่าเปื่อยของเศษผัก กลิ่นและไข่แมลงวัน 2) ประเมินลักษณะการเน่าของเศษผัก กลิ่น และไข่แมลงวันจากการสังเกตด้วยตา โดยผู้ประเมิน 1 คนเพื่อลดอคติจากการประเมิน ผลการทดลองพบว่าเศษผักในลิ้นชักพลาสติกเกิดการเน่าน้อย (ระดับคะแนน 1.2) การเกิดกลิ่นน้อย (ระดับคะแนน 1.33) และเกิดไข่แมลงวันน้อย (ระดับคะแนน 1.2) เมื่อเทียบกับเศษผักที่ไม่มีการผสมไส้เดือนดิน ซึ่งพบกว่าระดับคะแนนของลักษณะการเน่าเปื่อยอยู่ระดับปานกลาง (ระดับคะแนน 3.06) กลิ่นอยู่ในระดับปานกลาง (ระดับคะแนน 3.06) จำนวนไข่แมลงวันอยู่ในระดับปานกลาง (ระดับคะแนน 3.06) สรุปผลการทดลองได้ดังนี้ เศษผักที่ผสมไส้เดือนดินจะถูกไส้เดือนดินกินก่อนที่จะเกิดการเน่า จึงทำให้ผักยังมีความสดอยู่แต่มีบางส่วนที่เน่าและมีแมลงวันมาวางไข่ แต่ส่วนที่เน่าไม่มีกลิ่นเพราะปัสสาวะไส้เดือน ช่วยกำจัดกลิ่นและกินไข่แมลงวันด้วยเมื่อผักถูกกินก่อนเน่าผักจึงยังสดอยู่ ผักในกลุ่มที่ไม่มีไส้เดือนดินมีความเน่าและแหว่งตายตามสภาพอากาศส่งกลิ่นเหม็นมากกว่า สรุปได้ว่าการผสมไส้เดือนดินในเศษผักสามารถเพิ่มการย่อยและลดการเน่าเสียของเศษผัก ช่วยลดมลพิษทางสิ่งแวดล้อม เป็นการกำจัดมลพิษโดยวิธีธรรมชาติ และไม่ต้องใช้การเผาขยะด้วย



คลิปนำเสนอ
แลกเปลี่ยน



ศูนย์อนามัยที่ 2 พิษณุโลก

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านหนองย่างทอย

จังหวัด เพชรบูรณ์ สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา เพชรบูรณ์ เขต 3

เรื่อง ภาชนะดูดซับน้ำมันจากของเหลือทิ้งทางการเกษตร

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวธาราลักษณ์ ศรีสุข

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายณพชาติ พานิชชอบ

2. นายติวกร โฉมช่วย

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงฟ้ารุ่ง ทำช้าง

2. เด็กหญิงภัทรวดี พรมตา

3. เด็กชายจิรเดช ดอศรี

บทคัดย่อ

ปัญหามลพิษทางอากาศของประเทศไทยได้เพิ่มมากขึ้นอย่างน่าวิตก แต่ขาดการตระหนักถึงความสำคัญจากภาครัฐและภาคเอกชน นอกจากโรงงานอุตสาหกรรมจะการปล่อยอากาศเสียออกสู่ชั้นบรรยากาศแล้ว การเผาไร่นาและเผาป่ายังเป็นแหล่งกำเนิดมลพิษที่สำคัญ โดยเฉพาะชาวบ้านในตำบลหนองย่างทอย ส่วนใหญ่ประกอบอาชีพเกษตรกร ในการปลูกต้นมันสำปะหลังและปลูกอ้อยเป็นหลัก หลังจากการเก็บเกี่ยวผลผลิต ทางเกษตรกรจะทำการกำจัดของเหลือทิ้งทางการเกษตรโดยการเผา ส่งผลทำให้เกิดมลพิษทางอากาศ ฝุ่นละออง P.M.2.5 ซึ่งเป็นสาเหตุที่ก่อให้เกิดภาวะโลกร้อนและโรคที่เกี่ยวข้องกับระบบทางเดินหายใจ และจากข่าวที่กรมอนามัยกระทรวงสาธารณสุข ออกมาเตือนประชาชนห้ามให้กระดากชิซู ชับน้ำมัน จากอาหาร เพราะเสี่ยงรับโซดาไฟและสารไดออกซินซึ่งเป็นสารก่อมะเร็ง เมื่อร่างกายได้รับเข้าไปจะไม่ทำให้เกิดอาการอย่างเฉียบพลัน แต่อาการจะค่อย ๆ เกิดและเพิ่มความรุนแรงจนถึงเสียชีวิตได้

โครงการแบ่งการศึกษาออกเป็น 2 ตอน ซึ่งตอนที่ 1 เป็นการศึกษาความสามารถในการดูดซับน้ำมันของเส้นใยพืชจากของเหลือทิ้งทางการเกษตร ทางผู้จัดทำโครงการได้เลือกเส้นใยพืชมาทั้งหมด 3 ชนิด ได้แก่ เส้นใยจากกากกล้วย เส้นใยชานอ้อย เส้นใยสำปะหลัง จากการทดลองพบว่าเส้นใยสำปะหลัง มีความสามารถในการดูดซับน้ำมันได้มากกว่า เส้นใยจากชานอ้อย เส้นใยจากกากกล้วย และเส้นใยจากไผ่ต้น มันสำปะหลัง ชานอ้อย สามารถขึ้นรูปเป็นภาชนะดูดซับน้ำมันได้ จากการสำรวจความพึงพอใจนักเรียนที่ได้ใช้ ภาชนะดูดซับน้ำมันจากของเหลือทิ้งทางการเกษตรร้อยละ 100 พึงพอใจต่อการใช้

ตอนที่ 2 เป็นการศึกษาแนวทางการลดปริมาณขยะพลาสติกและมลพิษทางอากาศจากการเผาไหม้ พบว่า การผลิตภาชนะ 1 ใบ จะใช้ไผ่ต้นมันสำปะหลังประมาณ 100 กรัม ทำให้ได้ผลิตภัณฑ์ตั้งแต่เดือน พ.ค. 66 - ธ.ค.66 ทำให้ได้ภาชนะจำนวน 1,555 ใบ ดังนั้นทางโรงเรียนบ้านหนองย่างทอยสามารถลดขยะพลาสติก ที่เกิดจากการใส่อาหารทอดจากร้านค้าสหกรณ์โรงเรียนและร้านค้าภายในชุมชนบ้านหนองย่างทอย ได้เป็น จำนวน 1,555 ใบ ทั้งยังช่วยลดการเผาของเหลือทิ้งทางการเกษตร (ไผ่ต้นมันสำปะหลัง) เป็นจำนวน 193 กิโลกรัม



ศูนย์อนามัยที่ 3 นครสวรรค์

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านจันทิมา ตำบลจันทิมา อำเภอลานกระบือ

จังหวัด กำแพงเพชร สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากำแพงเพชร เขต 1

เรื่อง ขยะแปลงร่างสร้างบุญ

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นายวิรัตน์ คำเวียง

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวพัชรี คล้ายอุดร 2. นางสาวกัญญา จิตเสงี่ยม

ผู้จัดทำ 1. เด็กชายณัฐภัทร สอนใจดี 2. เด็กชายณัฐภัทร อันอินทร์

3. เด็กชายณัฐวิธ จตุพร

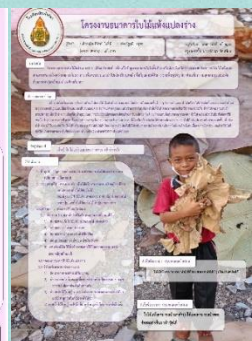
4. เด็กชายวิรัชกร พุกสาย

5. เด็กหญิงปัญญารัตน์ จตุพร

6. เด็กหญิงสาวิณ -

บทคัดย่อ

ขยะแปลงร่างบุญ เป็นโครงการสิ่งประดิษฐ์ทางวิทยาศาสตร์ ประเภทโครงการอนามัยสิ่งแวดล้อม มีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจกระบวนการ 4ช ตามหลักอริยสัจสี่ สามารถคัดแยกขยะด้วยกิจกรรม 5 ส และสามารถจัดประเภทขยะ ตามหลักการ 3Rs ที่ลดปริมาณขยะด้วยโครงการขยะแปลงร่างสร้างบุญ วิธีการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุกรูปแบบโครงการขยะแปลงร่างสร้างบุญ เพื่อให้นักเรียนสามารถปฏิบัติกิจกรรมนำขยะมาแปลงร่างด้วยแนวคิด 3R (Reduce Reuse and Recycle) การลด การใช้ซ้ำ และคัดแยกนำกลับมาใช้ประโยชน์อย่างเข้าใจ เข้าถึงและเป็นผู้พัฒนา “ทำความดีด้วยหัวใจของอริยสัจสี่” โดยใช้กระบวนการ 4 ช ด้วยการ **ชี้** ให้เห็นปัญหา(ทุกข์) **ชวน** มาหาสาเหตุของปัญหา และกำหนดสมมติฐาน และชวนมาทำให้โรงเรียนปลอดขยะ Zero Waste School ด้วยกิจกรรม 5 ส ตามหลักการ 3Rs (สมุทัย) **ชม** วิธีการแก้ปัญหาและผลงาน **เชียร์** ปฏิบัติการ 5ส คัดแยกขยะนำกลับมาใช้ซ้ำอย่างเข้าใจ เข้าถึงและเป็นผู้พัฒนา “ทำความดีด้วยหัวใจของอริยสัจสี่” เพื่อให้โรงเรียนปลอดขยะ Zero Waste School ผลการศึกษาพบว่า ขยะสามารถแปลงร่างสร้างแบบจำลองโครงสร้างดอกไม้ สร้างแผ่นใสป้องกันนกเกาะเฉพาะจุด สร้างเครื่องแยกไข่ สร้างระบบย่อยอาหาร สร้างแบบจำลองท่อลำเลียงของลำต้นพืชสร้างมาลัยจากกุนมสร้างดอกไม้บานมีน้ำหวาน และสร้างธนาคารใบไม้แห้งแปลงร่าง ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับการทำขยะสามารถแปลงร่างสร้างบุญ นี้อือ สามารถนำใช้ได้จริง มีประสิทธิภาพดี



ศูนย์อนามัยที่ 4 สระบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยา

จังหวัด พระนครศรีอยุธยา **สังกัด** สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาพระนครศรีอยุธยา

เรื่อง “ห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...” Wrap it...with your hands...

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวพืพพรรณ กิตา

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวสุพัตรา ทรัพย์เสกียร 2. นางสาวติรินภา ปิตตาฝ่าย

ผู้จัดทำ 1. นางสาวณัฐนิชา เรืองขวัญ 2. นางสาวสุภาเพชร ปิ่นงาม
3. นางสาวชลธิชา ศรีลา 4. นางสาวณัฐวรรณ คำฝอย
5. นางสาวสุภาพร ทรัพย์งาม 6. นางสาวอุษณีย์ กำแพงจันทร์
7. นางสาววรัทยา ฤกษ์ชัยศรี 8. นายอภิวัฒน์ กู๋งาม
9. นางสาวฐิตาภา พันธดนตรี 10. นางสาววาสนา มีลาภา
11. เด็กหญิงญาณิศา เพื่องฟู 12. เด็กชายโชตญากร ภาคเนตร์

บทคัดย่อ

โครงการสุขภาพนักเรียน เรื่อง “ห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...” Wrap it...with your hands... ดำเนินการเพื่อแก้ปัญหาสุขอนามัยในโรงเรียนที่ไม่เหมาะสมจากผ้าอนามัยที่ใช้แล้ว รวมถึงปัญหาขยะจากกระดาดที่ใช้แล้ว โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนโรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยา มีสุขอนามัยที่ดีจากการใช้ประโยชน์จากขยะประเภทกระดาดแก้ปัญหาผ้าอนามัยที่ใช้แล้วเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนโรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยามีความรับผิดชอบในการนำขยะจากกระดาดมาประดิษฐ์ เป็นเครื่องใช้ที่มีประโยชน์และลดปัญหาด้านสุขอนามัยในโรงเรียน และเพื่อเสริมสร้างให้นักเรียนโรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยามีความรู้ความเข้าใจหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และมีคุณธรรมจริยธรรมที่เกิดจากการเข้าร่วมกิจกรรม กลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๑-๖ ของโรงเรียนลาดบัวหลวงไพโรจน์วิทยา เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามความคิดเห็น วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าสถิติพื้นฐาน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการดำเนินกิจกรรม พบว่านักเรียนมีความพึงพอใจในการเข้าร่วมกิจกรรมโครงการสุขภาพนักเรียนเรื่อง “ห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...” Wrap it...with your hands...ในภาพรวมอยู่ระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.87, S.D.=0.34$) เมื่อพิจารณาความคิดเห็นรายข้อ 2 อันดับแรก พบว่าความพึงพอใจที่มีต่อการใช้ผลิตภัณฑ์ที่เกิดจากโครงการสุขภาพนักเรียน “ห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...” Wrap it...with your hands... (กระดาดห่อผ้าอนามัย ตะกร้าจากกระดาดฯ) อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.96, S.D.=0.21$) และการทำกิจกรรม โครงการสุขภาพนักเรียน “ห่อให้ด้วยตะ ห่อให้ด้วย ลูกใครหลานใครหละพ่อ หล้อ หล่อ ...ห่อให้ด้วย...” Wrap it...with your hands... ทำให้เราเกิดความรับผิดชอบ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X} = 4.96, S.D.=0.20$)



คลิปปาเสนอ
แลกเปลี่ยน



ศูนย์อนามัยที่ 5 ราชบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนวัดหนองปรุทูน

จังหวัด ราชบุรี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาราชบุรี เขต 2

เรื่อง กังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอม

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาววันทนา อิกหาญสุตตรู

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางนิชาภัทร เลี้ยงพันธ์ุ

2. นางสาวธีรรัตน์ ทมวดปัดมา

ผู้จัดทำ 1. ด.ช.ธนพล อภิเดช

2. ด.ญ.ธัญชนก กล่อมพุ่ม

3. ด.ญ.ชาลิสา สวัสดิ์

บทคัดย่อ

โครงการสุขภาพนักเรียนด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม เรื่อง กังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอม มีวัตถุประสงค์เพื่อนำสิ่งประดิษฐ์ชิ้นนี้ มาใช้เป็นต้นแบบในการแก้ไขปัญหาการเน่าเหม็นของเศษอาหาร การอุดตันของท่อระบายน้ำและแมลงรบกวนจากเศษอาหาร และเพื่อเป็นการส่งเสริมให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการรักษาสิ่งแวดล้อมโดยเริ่มต้นจากการคัดแยกขยะจำพวกเศษอาหาร กังขะเทศอาหาร น้ำ และไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอม นำมาแยกเศษอาหาร น้ำและไขมันออกจากกัน เพื่อเป็นการนำขยะจำพวกเศษอาหารมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยกังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอม จะแบ่งเป็น 2 ชั้น คือชั้นที่ 1 ประกอบด้วยตะกร้ากรองเศษอาหารจะช่วยกรอง เศษอาหารในชั้นแรก ส่วนน้ำและไขมันจากเศษอาหารเมื่อผ่านตะกร้า แยกเศษอาหารลงสู่ถังแล้ว น้ำและไขมันจะเกิดการแยกชั้นกัน ส่วนน้ำจะถูกระบายลงสู่ท่อระบายน้ำที่ต่อไว้โดยไขมันจะลอยตัวอยู่เหนือ ผิวน้ำและจับตัวกันเป็นก้อนหนา เมื่อระบายน้ำทิ้งผ่านท่อถึงตะกอนภายในถัง จะเหลือเพียงไขมันอยู่ภายในถังเศษอาหาร น้ำและไขมันที่แยกได้สามารถนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด โดยนำน้ำไปใช้รดน้ำผักปลอดสารพิษ นำเศษอาหารที่ได้ไปใส่ถังหมักก๊าซโลก เพื่อให้เป็นปุ๋ยของพืชผักสวนครัว ไขมันที่แยกได้ไปใช้ในกระบวนการเผาถ่าน ไร่หมักพืช กังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอมนี้ ยังนำไปใช้ในการศึกษาเรียนรู้และให้ความรู้ในการคัดแยกขยะเศษอาหารที่ต้นทางของโรงเรียนและชุมชน เพื่อลดปริมาณขยะและนำขยะมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด จากการทดสอบประสิทธิภาพของกังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอมสามารถใช้งานได้จริงและอยู่ในระดับที่ดี สามารถแยกเศษอาหาร น้ำและไขมันออกจากกันได้ก่อนนำไปใช้ประโยชน์ นักเรียนทุกคนในโรงเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการแยกเศษอาหารก่อนนำไปกำจัดอย่างถูกวิธีต่อไป ผลการศึกษาในครั้งนี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาการประดิษฐ์กังขะเทศอาหาร น้ำและไขมัน วิยโสโสสิ่งแวดลอมให้มีประสิทธิภาพมากขึ้น และนำไปเผยแพร่เพื่อให้นักเรียน ผู้ปกครอง และคนในชุมชนนำไปใช้ในครัวเรือนในชีวิตประจำวันต่อไป



ศูนย์อนามัยที่ 6 ชลบุรี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านประพาส

จังหวัด ปราจีนบุรี สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาปราจีนบุรี เขต 1

เรื่อง เตือนและป้องกันภัยร้าย PM 2.5 ด้วยเครื่องส่งสัญญาณอัตโนมัติ

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นายพชรพล เปี่ยมเต็ม

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายไวยากรณ พรมภักดี

2. นายปรีชา ตะเสนเชื้อ

3. นายศุภวณัญญ์ ไกรยะแจ่ม

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงจิรพร พันภัย

2. เด็กชายวรเชษฐ เจริญโกศล

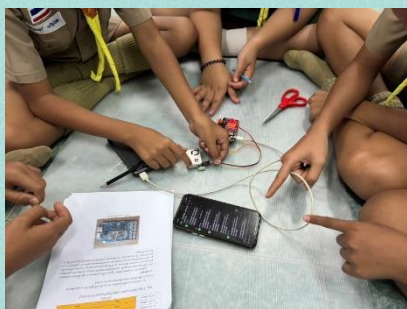
3. เด็กชายกษิตเดช โพธิ์เกิด

4. เด็กชายสายฟ้า มาตุ้ม

5. เด็กชายพิพัฒพงศ์ บุญยีน

บทคัดย่อ

จังหวัดปราจีนบุรีมีค่าฝุ่น PM 2.5 สูงติดลำดับต้น ๆ ของประเทศไทย เนื่องจากมีพื้นที่ใกล้เคียงกับโรงงานอุตสาหกรรมถนนที่มีการจราจรหนาแน่นตลอดทั้งปี โดยเฉพาะพื้นที่บริเวณโรงเรียนบ้านประพาสมีค่าฝุ่นละออง PM 2.5 สูงมากกว่าพื้นที่อื่น ๆ ส่งผลกระทบต่อนักเรียนและคนในชุมชนเป็นอย่างมาก ดังนั้นทางคณะผู้จัดทำ จึงได้จัดทำเครื่องแจ้งเตือนระดับฝุ่นละออง PM 2.5 อัตโนมัติ เพื่อแจ้งเตือนค่าฝุ่น PM 2.5 ทางแอปพลิเคชันไลน์ ว่าค่าฝุ่นอยู่ในระดับเกินมาตรฐานหรือไม่ ให้ทราบก่อนจะเดินทางมายังโรงเรียนในทุก ๆ วันเป็นการแจ้งเตือนให้ทุกคนสวมใส่หน้ากากอนามัย (Mask) ก่อนมาโรงเรียน และเลือกวิธีการรับมือในการป้องกันอันตรายจากฝุ่น PM 2.5 ในวันที่ค่าฝุ่นเกินค่ามาตรฐานได้อย่างเหมาะสม เช่น จัดกิจกรรม Big cleaning ภายในห้องเรียน ช่วงเช้าเพื่อลดการฟุ้งกระจายของฝุ่นในห้องเรียน ลุกต้นไม้ฟอกอากาศและดักจับฝุ่นในห้องเรียน จัดทำห้องเรียนปลอดฝุ่นละออง PM 2.5 สำหรับนักเรียน โดยเฉพาะนักเรียนที่เป็นกลุ่มเสี่ยงได้แก่นักเรียนที่มีอายุ 5-6 ปี และนักเรียนที่โรคประจำตัวเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ ซึ่ง ได้ทดสอบประสิทธิภาพโดยการทดลองใช้เครื่องมือจริง ผลทดลองพบว่าเครื่องแจ้งเตือนระดับฝุ่นละออง PM 2.5 อัตโนมัติ จะแจ้งเตือนเมื่อค่าฝุ่นละออง PM 2.5 เกินมาตรฐาน และสามารถแก้ปัญหาการลิ้มรสหน้ากากอนามัยได้เนื่องจากการแจ้งข้อมูลเตือนมายังแอปพลิเคชันไลน์ และเลือกวิธีการรับมือในการป้องกันอันตรายจากฝุ่น PM 2.5 ในวันที่ค่าฝุ่นเกินค่ามาตรฐานได้อย่างเหมาะสม ส่งผลทำให้ผู้ที่รับการแจ้งเตือนมีสุขภาพดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง



คลิปนำเสนอ
แสบเลย



ศูนย์อนามัยที่ 7 ขอนแก่น

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนกุดสระวิทยานุกุล

จังหวัด ร้อยเอ็ด

สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาร้อยเอ็ด เขต 3

เรื่อง แยกแลกยิ้ม อิ่มท้อง สมองใส

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางนวลใจ ดาหลวงมาตร

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางจุฑามาศ ฝักกลีบ

2. นางสาวรัตนกร สุวรรณ

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงอารีรัตน์ แก่นนาคำ

2. เด็กหญิงกัญญากัด ชนะประโดน

3. เด็กหญิงจุฑารัตน์ สันภัย

4. เด็กชายกรวิชญ์ จิตรสมนึก

5. เด็กชายทนต์ทร ปักษาไพร

บทคัดย่อ

โครงการเรื่อง แยกแลกยิ้ม อิ่มท้อง สมองใส จัดทำขึ้นเนื่องจากการสำรวจปัญหาขยะในโรงเรียนกุดสระวิทยานุกุล พบว่าขยะที่พบประกอบด้วยกล่องนม ขวดพลาสติก กุญชมนม กุญพลาสติก กระดาษ ใบไม้ เศษหญ้า และขยะเปียก ถูกนำไปเทรวมกันที่เตาเผาถูกเผารวมกันในที่โล่งส่งผลให้เกิดการเผาไหม้ที่ไม่สมบูรณ์ก่อให้เกิดมลพิษด้านสิ่งแวดล้อมมากมายซึ่งล้วนเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ซึ่งทางคณะผู้จัดทำได้เห็นถึงความสำคัญในการดูแลอนามัยและสิ่งแวดล้อมในโรงเรียน จึงเกิดแนวคิดที่จะกำจัดขยะประเภทต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนในโรงเรียนรู้จักการคัดแยกขยะเพื่อให้สามารถนำขยะที่ใช้แล้วกลับมารีไซเคิลเป็นผลิตภัณฑ์ชนิดใหม่ที่เกิดประโยชน์ และเป็น การลดปริมาณขยะเพื่อให้สภาพแวดล้อมในโรงเรียน ที่สะอาด ปลอดภัย ร่มรื่นมีชีวิตชีวา มีผลต่อการจัดการเรียนรู้ และเพื่อสร้างมูลค่าให้กับขยะโดยเปลี่ยนแปลงขยะให้นำมาซึ่งรายได้ให้กับนักเรียนรวมทั้งเป็นการศึกษาถึงความพึงพอใจของบุคลากร นักเรียนรวมไปถึงการให้ผู้ปกครองในชุมชนมีส่วนร่วมในการจัดการขยะในโรงเรียนและขยายไปสู่ ชุมชนรอบโรงเรียนโดยมีคณะผู้จัดทำโครงการประกอบด้วยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 5 คนร่วมกับอาจารย์ที่ปรึกษา 2 คน ดำเนินการจัดการคัดแยกขยะแบ่งเป็นประเภท ขยะรีไซเคิลนำกลับมาสร้างผลงานประดิษฐ์เป็นสิ่งเครื่องใช้ในบ้าน เช่นที่เก็บยาสีฟัน แปรงสีฟัน เบาะรองนั่ง ผ้าปูโต๊ะ กระถางปลูกผักเพาะถั่วงอก ฯลฯ ขยะที่ย่อยสลายได้เช่นใบของต้นจามจุรี นำมาเปลี่ยนเป็นดินเพื่อปลูกผักสวนครัว รวมทั้งทำปุ๋ยหมัก และการจัดกิจกรรมผ้าป่าขยะ รวมทั้งการนำสิ่งของที่ประดิษฐ์ได้มาขายเพื่อนำเงินที่ได้ไปใช้ในการดำเนินกิจกรรมในโรงเรียนต่อไป



ศูนย์อนามัยที่ 9 นครราชสีมา

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนเทพสถิตวิทยา

จังหวัด ชัยภูมิ

สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาชัยภูมิ

เรื่อง SUPER Boat ทีมล่าขยะ

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวสิมาพร ลิ้มไพบูลย์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายวัฒนนท์ วรรณประชา

3. นายคุณากร อุเทนสุด

2. นายศรัณ อารยะธนารัตน์

4. นายศักดิ์ดา แยมชัยภูมิ

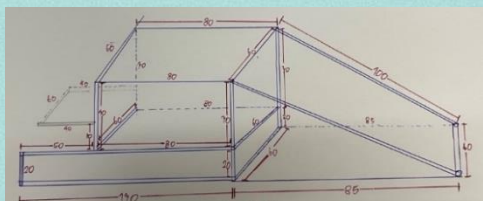
ผู้จัดทำ 1. นางสาวพกามาต กิ่งจำปา

2. นางสาวน้ำทิพย์ นากระโทก

3. นายกิตติชัย แยกจตุรัส

บทคัดย่อ

โครงการสุขภาพนักเรียน เรื่อง SUPER Boat ทีมล่าขยะ มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาและประดิษฐ์เรือเก็บขยะบังคับไร้สาย ด้วยพลังงานแสงอาทิตย์ โดยมีวิธีการดำเนินงานเริ่มจากการศึกษาการทำล่องควบคุมที่บังคับด้วยรีโมทบังคับวิทยุ ที่ใช้ในการบังคับในตัวเองสามารถใช้ได้ทั้งการยกขึ้นยกลงกับการปั่นขยะขึ้นมาเก็บในถัง 2) เพื่อลดปริมาณขยะในสิ่งแวดล้อม โดยมีวิธีดำเนินงานเริ่มจากการทดลองประสิทธิภาพในการเก็บขยะต่าง ๆ ในแหล่งน้ำ โดยนำขยะใส่ลงในแหล่งน้ำปริมาณ 700g ผลปรากฏว่าในการเก็บขยะ ครั้งที่ 1 เก็บขยะได้ 560g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 80.00% ครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ 668g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 95.43% ครั้งที่ 3 เก็บขยะได้ 570g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 81.42% ครั้งที่ 4 เก็บขยะได้ 613g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 87.57% การเก็บขยะครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ปริมาณมากกว่า ปริมาณขยะเฉลี่ยรวมได้ 602.75 / ประสิทธิภาพการเก็บเฉลี่ยรวม 86.11 รอบที่สอง โดยนำขยะใส่ลงในแหล่งน้ำปริมาณ 800g ผลปรากฏว่าในการเก็บขยะ ครั้งที่ 1 เก็บขยะได้ 610g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 76.25% ครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ 772g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 96.50% ครั้งที่ 3 เก็บขยะได้ 620g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 77.50% ครั้งที่ 4 เก็บขยะได้ 713g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 89.13% การเก็บขยะครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ปริมาณมากกว่า ปริมาณขยะเฉลี่ยรวมได้ 678.75 / ประสิทธิภาพการเก็บเฉลี่ยรวม 84.84 รอบที่สาม โดยนำขยะใส่ลงในแหล่งน้ำปริมาณ 900g ผลปรากฏว่าในการเก็บขยะ ครั้งที่ 1 เก็บขยะได้ 702g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 78.00% ครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ 830g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 92.22% ครั้งที่ 3 เก็บขยะได้ 692g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 76.89% ครั้งที่ 4 เก็บขยะได้ 812g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 90.22% การเก็บขยะครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ปริมาณมากกว่า ปริมาณขยะเฉลี่ยรวมได้ 759.00 / ประสิทธิภาพการเก็บเฉลี่ยรวม 84.33 รอบสุดท้าย โดยนำขยะใส่ลงในแหล่งน้ำปริมาณ 1,000g ผลปรากฏว่าในการเก็บขยะ ครั้งที่ 1 เก็บขยะได้ 820g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 82.00% ครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ 980g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 98.00% ครั้งที่ 3 เก็บขยะได้ 712g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 71.20% ครั้งที่ 4 เก็บขยะได้ 897g มีประสิทธิภาพในการเก็บ 89.70% การเก็บขยะครั้งที่ 2 เก็บขยะได้ปริมาณมากกว่า ปริมาณขยะเฉลี่ยรวมได้ 852.25 / ประสิทธิภาพการเก็บเฉลี่ยรวม 85.23 สรุปผลทั้งหมด ในการเก็บขยะทั้ง 4 รอบ ประสิทธิภาพในการเก็บผักตบชวา จะมีประสิทธิภาพในการเก็บที่มากกว่าทุกครั้ง เนื่องจาก ผักตบชวาจะอยู่เป็นกลุ่ม ไม่ลอยไปลอยมา จึงทำให้เรือเก็บขยะสามารถเก็บขยะได้เป็นจำนวนที่มากขึ้น



คลิปนำเสนอ
แสบเลย



ศูนย์อนามัยที่ 10 อุบลราชธานี

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียน เทศบาล ๒ หนองบัว

จังหวัด อุบลราชธานี

สังกัด เทศบาลนครอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี

เรื่อง หมอนหลอดลดโลกร้อน นอนหลับสบาย

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นายไพฑูรย์ แจ่มพันธ์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นายอมร ทองมูล

2. นางเกษติรินทร์ ทองมูล

ผู้จัดทำ 1. นางสาววรัณัฐญา ดุณสิลา

2. นางสาวทิฆัมพร พรหมด้าว

3. นางสาวโยชนา น้อยวรรณะ

บทคัดย่อ

ปัญหาสิ่งแวดล้อมที่สำคัญ คือหลอดพลาสติกที่ใช้ในการบริโภคน้ำดื่มในชีวิตประจำวัน นักเรียนในโรงเรียนจำนวน 1,465 คน เราสามารถเก็บหลอดพลาสติกได้ในปริมาณ 8-10 กิโลกรัม ต่อ 1 ภาคเรียน จึงได้จัดทำโครงการ “หมอนหลอดลดโลกร้อน นอนหลับสบาย” โดยมีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อผลิตหมอนสมุนไพรจากหลอดพลาสติก 2) เพื่อลดปริมาณขยะจากหลอดพลาสติก และ 3) เพื่อลดภาวะโลกร้อน จากการนำวัสดุสิ่งของที่ผ่านการใช้งานแล้ว นำกลับมาใช้ใหม่ให้เกิดประโยชน์ (Recycle) 4) เพื่อนำวัสดุเหลือใช้ มาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์ในการดูแลสุขภาพ ลดอาการปวดคอ ปวดไหล่ ผ่อนคลายความเครียด เมื่อพิจารณาผลการศึกษาพบว่า 1) จากการศึกษาการผลิตหมอนหลอดลดโลกร้อน โดยนำหลอดพลาสติกมาทำเป็นไส้หมอนสามารถนำมาใช้งานได้จริง หมอน 1 ใบ ใช้ปริมาณหลอดถึง 0.5 กิโลกรัม ช่วยในการลดปริมาณขยะจากหลอดพลาสติกได้ 2) ผลิตหมอนหลอดลดโลกร้อน กลิ่นต่าง ๆ จากสมุนไพรได้ 3) เปรียบเทียบความพึงพอใจ ในการใช้ หมอนหลอดลดโลกร้อน นอนหลับสบาย ในด้านต่าง ๆ ได้ดังนี้ ด้านลักษณะรูปร่าง มีความพึงพอใจ ค่าเฉลี่ย 3.34 อยู่ในระดับ ปานกลาง ด้านกลิ่น มีความพึงพอใจ คิดเป็นค่าเฉลี่ย 3.00 อยู่ในระดับ ปานกลาง ด้านการใช้งาน ค่าเฉลี่ย 4.44 อยู่ในระดับมาก และ ด้านช่วยลดปริมาณขยะ และนำวัสดุที่ใช้แล้วกลับมาใช้ใหม่ให้เกิดประโยชน์ ค่าเฉลี่ย 3.70 อยู่ในระดับมาก ค่าเฉลี่ยโดยรวมของการใช้หมอนหลอดลดโลกร้อน นอนหลับสบาย 3.62 อยู่ในระดับมาก



คลิปนำเสนอ
แสดกนเลย



ศูนย์อนามัยที่ 11 นครศรีธรรมราช

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านคลองสง

จังหวัด ชุมพร

สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชุมพรเขต 2

เรื่อง ประสิทธิภาพเครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์โดยใช้น้ำมันหอมระเหยจากตะไคร้หอมและเปลือกส้ม

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางเจริญ แพประสิทธิ์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1.นางปรารภนา สุริยานุวัฒน์ 2. นางประไพพรรณ เป็นเพชร

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงสุธิกานต์ แพรศิริ

2. เด็กหญิงพัฒนินดา เรืองศรี

3. เด็กหญิงกวิณทิพย์ อุดมกุศลศรี

4. เด็กหญิงธารารัตน์ งามนา

5. เด็กหญิงจรรยพร บัวสมุย

บทคัดย่อ

โครงการประสิทธิภาพเครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ โดยใช้น้ำมันหอมระเหยจากตะไคร้หอมและเปลือกส้ม โรงเรียนบ้านคลองสง อำเภอละแม จังหวัดชุมพร มีวัตถุประสงค์เพื่อผลิตเครื่องไต้ยุงโดยอาศัยพลังงานแสงอาทิตย์และศึกษาประสิทธิภาพของเครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ที่ใช้กับน้ำมันหอมระเหยจากสมุนไพร และความพึงพอใจของการใช้เครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ ประชากรที่ศึกษาคือครูและบุคลากรทางการศึกษา นักเรียน แม่ครัว และผู้ปกครองเด็ก จำนวน 223 คน กลุ่มตัวอย่างจากการสุ่มแบบเจาะจง จำนวน 145 คน โครงการนี้เป็นการผลิตนวัตกรรมเครื่องไต้ยุงโดยอาศัยพลังงานแสงอาทิตย์ใช้ร่วมกับน้ำมันหอมระเหยสมุนไพรไต้ยุงในชุมชน เครื่องมือที่ใช้วิเคราะห์ได้แก่ 1)แบบสอบถามความพึงพอใจต่อการใช้เครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ 2) แบบสังเกตประสิทธิภาพเครื่องไต้ยุงของเครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ที่ใช้กับน้ำมันหอมระเหย จากการผลิตเครื่องไต้ยุงโดยใช้แผงโซลาร์เซลล์ และน้ำมันหอมระเหยที่ผลิตนำไปทดลองใช้ เพื่อศึกษาประสิทธิภาพของเครื่องไต้ยุง งบประมาณจำนวน 1,655 บาท โดยดำเนินการ 2 ครั้ง ครั้งที่ 1 ดำเนินการในชั้นป.1 ซึ่งไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 3 ระยะเวลา 3 วัน ครั้งละ 30 นาที และครั้งที่ 2 ดำเนินการในกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3 ระยะเวลา ครั้งละ 30 นาที จากการสังเกตหลังจากการใช้เครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์พบว่า ค่าเฉลี่ยของจำนวนยุงลดลงเรื่อย ๆ ตามระยะเวลาที่ห่างกัน 5 นาที จนถึงนาทีที่ 30 ประสิทธิภาพของเวลาที่ 30 นาที จำนวนตัวยุงจะน้อยสุดจนถึงไม่มีจำนวนตัวยุง แสดงว่าน้ำมันหอมระเหยมีผลต่อการไต้ยุง มีความปลอดภัยต่อมนุษย์ ประหยัดพลังงานและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ผลการสำรวจความพึงพอใจของผู้ใช้เครื่องไต้ยุงพลังงานแสงอาทิตย์ พบว่าภาพรวมพึงพอใจมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.78 เมื่อพิจารณารายข้อความพึงพอใจต่อวัสดุอุปกรณ์ มากที่สุด (4.85) รองลงมาคือ ประสิทธิภาพการไต้ยุง ความปลอดภัยต่อร่างกายและเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม (4.84)



คลิปนำเสนอ
แลกเปลี่ยน



ศูนย์อนามัยที่ 12 ยะลา

โครงการสุขภาพนักเรียน โรงเรียนบ้านวังหลาม

จังหวัด ตรัง สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาตรัง เขต 2

เรื่อง น้ำหมักขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นางสาวจำเนียร นามวงศ์

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางจริญญา นิมภาญญา 2. นางสาววิศนา ธรรมเมธากุล

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงชนิสรา ชัยเพชร
2. เด็กหญิงลักขมิกานต์ สว่าง
3. เด็กหญิงศิริณญา ชูทอง
4. เด็กหญิงอมลภา บุญแก้วสุข
5. เด็กหญิงกัลยรัตน์ นาดเนนัย

บทคัดย่อ

โครงการเรื่อง “น้ำหมักขจัดกลิ่นไม่พึงประสงค์” มีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ปัญหากลิ่นไม่พึงประสงค์บริเวณห้องน้ำ ห้องเรียน โรงอาหาร และเพื่อลดต้นทุนในการซื้อผลิตภัณฑ์ชนิดอื่นมาใช้ในการดับกลิ่น ซึ่งได้พบว่าการใช้ น้ำหมักสามารถกำจัดกลิ่นและสิ่งสกปรกได้ดี โดยผู้จัดทำได้ใช้มะนาวและมะกรูดมาเป็นส่วนประกอบหลักในการหมัก น้ำสะอาด และน้ำตาลทราย เป็นส่วนผสม หลังจากทำการทดลองและประเมินความพึงพอใจต่อผลิตภัณฑ์โดยใช้แบบสอบถามไปยังนักเรียน จำนวน 50 คน ผลการวิเคราะห์ความพึงพอใจที่มีต่อผลิตภัณฑ์ พบว่าน้ำหมักมีประสิทธิภาพในการกำจัดกลิ่นได้ดี เนื่องจากน้ำหมักมีฤทธิ์เป็นกรด ซึ่งมีคุณสมบัติในการกำจัดสิ่งสกปรก และความพึงพอใจอันดับแรก คือ น้ำหมักสามารถใช้แทนน้ำยาทำความสะอาดพื้น ซึ่งลดต้นทุนการใช้น้ำยาทำความสะอาดได้ดีและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม มีระดับความพึงพอใจมากที่สุด มีค่าเฉลี่ยระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 92.00



คลิปนำเสนอ
แสดกนเลย



สถาบันสุภาพะเขตเมือง

โครงการสุภาพนักเรียน โรงเรียนโสตศึกษา

จังหวัด กรุงเทพมหานคร สังกัด สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากรุงเทพมหานคร
เรื่อง กังขยะ 4 IN 1

ประเภท โครงการด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม

ผู้บริหารโรงเรียน นายพงศ์พิชญ์ สุพรรณ

ครูที่ปรึกษาโครงการ 1. นางสาวเนตรนภา ลีปาน

2. นายอนันต์ นิรนาทธารา

ผู้จัดทำ 1. เด็กหญิงมธุรดา ทองแท้

2. เด็กหญิงกมลวรรณ ธนกิจตระการชัย

3. เด็กหญิงณัฐนิชา มะขามป้อม

บทคัดย่อ

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อออกแบบและประดิษฐ์กังขยะที่ใช้ตัดแยกขยะได้ 4 ประเภท ภายในห้องเดียว เป็นการช่วยให้นักเรียนสามารถจัดการแยกขยะภายในห้องเรียนและโรงเรียนได้อย่างถูกต้องช่วยลดการใช้กังขยะจำนวนมาก และช่วยให้จัดการขยะได้อย่างถูกวิธี โดยกังขยะที่ได้ ออกแบบและประดิษฐ์เป็นการนำวัสดุที่มาจากขยะรีไซเคิลที่ไม่ได้ใช้งานแล้วนำมาใช้ในการประดิษฐ์ เช่น ท่อ PVC เก้า ขวดพลาสติกที่หาได้ง่ายภายในโรงเรียนและที่บ้าน เป็นการช่วยลดปริมาณขยะ และนำขยะที่ย่อยสลายยากกลับมาใช้ประโยชน์ได้อีกครั้ง นอกจากนี้การนำขยะมารีไซเคิลใหม่ยังช่วยลดทรัพยากรในการผลิตขึ้นมาใหม่อีกครั้งด้วยและจากการทดลองนำกังขยะที่ประดิษฐ์ไปใช้จริงพบว่ากังขยะมีความสะดวกต่อการนำมาใช้ในการตัดแยกขยะ และง่ายต่อการใช้งาน มีขนาดที่พอเหมาะสามารถวางในห้องเรียนได้ ไม่ใช้พื้นที่มากจนเกินไปและจากที่ไม่มีการแยกขยะในห้องเรียนก็มีการแยกขยะก่อนนำมาทิ้งที่จุดรวมขยะ และยังสามารถนำขยะที่แยกไว้มานำไปใช้ประโยชน์ได้อีกครั้ง โดยเฉพาะขยะที่เป็นขยะรีไซเคิลสามารถรวบรวมให้ได้จำนวนมาก ๆ แล้วนำมาขายได้ เพื่อที่จะได้ส่งขยะไปสู่ปลายทางได้อย่างถูกต้องต่อไป นอกจากนี้การตัดแยกขยะยังทำให้มีการกำจัดขยะภายในโรงเรียนได้อย่างถูกวิธี ช่วยลดการปนเปื้อนกับดินที่ส่งผลต่อระบบสิ่งแวดล้อมได้



คลิปนำเสนอ
แสดกนเลย





กรมอนามัย DEPARTMENT OF HEALTH

“กรมอนามัย ส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี”



NewGenHealthD



กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น



กลุ่มอนามัยเด็กวัยเรียนวัยรุ่น

