



## ความสำเร็จตามผลลัพธ์ของโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของชุมชนจังหวัดปัตตานี

### The Successful Outcomes of the Project for Producing and Consuming Chemical-free Vegetables in Households within Communities in Pattani Province

ไมตรี แก้วทับทิม<sup>1\*</sup>, นีรพงษ์ สุขเมือง<sup>2</sup> และ กัลยา เอี้ยวสกุล<sup>3</sup>

Maitree Kaewtubtim<sup>1\*</sup>, Nerapong SukMuang<sup>2</sup> and Kanlaya Eawsakul<sup>3</sup>

<sup>1</sup> นักวิชาการเกษตรชำนาญการพิเศษ, สำนักส่งเสริมและบริการวิชาการ, มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

<sup>1</sup> Agricultural Research Officer Senior Professional Level, Office of Academic Extension and Services, Prince of Songkla University

<sup>2</sup> พี่เลี้ยงโครงการ, หน่วยจัดการโครงการสร้างเสริมสุขภาพจังหวัดปัตตานี

<sup>2</sup> Project Mentor, Health Promotion Project Management Unit, Pattani Province

<sup>3</sup> ผู้จัดการโครงการ, หน่วยจัดการโครงการสร้างเสริมสุขภาพจังหวัดปัตตานี

<sup>3</sup> Project Manager, Health Promotion Project Management Unit, Pattani Province

\* Corresponding author, E-mail: drpummelo@gmail.com

#### บทคัดย่อ

การศึกษาความสำเร็จตามผลลัพธ์ของโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของชุมชนจังหวัดปัตตานี ดำเนินการระหว่างเดือนพฤษภาคม 2567 ถึง กุมภาพันธ์ 2568 เป็นระยะเวลา 10 เดือน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสำเร็จในการดำเนินโครงการของชุมชนป่าแตดือเบาะ ช่องแมว และบ้านนอก จำนวน 240 ครัวเรือน ในผลลัพธ์ 4 ด้าน คือ 1) ความรู้ความสามารถขณะทำงาน 2) ความรู้ครัวเรือนในการปลูกและบริโภคผัก 3) การเกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผัก และ 4) การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมครัวเรือน ทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา จากการศึกษาพบว่า ชุมชนป่าแตดือเบาะมีคณะทำงานที่มีความรู้ความเข้าใจแผนดำเนินงานโครงการมากที่สุด ส่วนความรู้ในการปลูกและบริโภคผัก พบว่า ชุมชนป่าแตดือเบาะและบ้านนอกมีความรู้ในระดับมาก การเกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผัก พบว่า ทุกชุมชนมีการจัดพื้นที่เป็นศูนย์สาธิตการปลูกผัก เกิดครัวเรือนต้นแบบและมีชนิดผักที่ปลูกเพิ่มไม่แตกต่างกัน ส่วนการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมพบว่า ชุมชนบ้านนอกมีครัวเรือนปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีสูงสุด 81 ครัวเรือน รองลงมา คือ ช่องแมว 59 ครัวเรือน และป่าแตดือเบาะ 45 ครัวเรือน แต่อย่างไรก็ตามจากการที่ชุมชนป่าแตดือเบาะปลูกผักไร้ดิน จึงไม่สามารถลดค่าใช้จ่ายในการซื้อปุ๋ยเอปี้ได้เหมือนการปลูกบนพื้นดินของชุมชนช่องแมวและบ้านนอกที่ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ นอกจากนั้นการดำเนินโครงการทำให้ชุมชนได้รับสิ่งดี ๆ เช่น ครัวเรือนมีสุขภาพดี เยวชนรับประทานผักมากขึ้น เกิดความรักสามัคคี เพิ่มความสัมพันธ์ในครอบครัว และใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ จากการศึกษาสรุปได้ว่าชุมชนป่าแตดือเบาะและบ้านนอก ดำเนินโครงการผ่านผลลัพธ์ดีกว่าชุมชนช่องแมวที่ประสบปัญหามากกว่า

**คำสำคัญ:** ความสำเร็จตามผลลัพธ์, การผลิตและการบริโภคผักปลอดสารเคมี, ชุมชนจังหวัดปัตตานี



## Abstract

A study on the success of the project outcomes for the production and consumption of chemical-free vegetables in households in Pattani Province was conducted from May 2024 to February 2025, a period of 10 months. The objective was to study the project's success in the communities of Padae Tuebo, Chong Maew, and Ban Nok, encompassing 240 households, focusing on four outcomes: 1) knowledge and skills of the project team 2) household knowledge of vegetable cultivation and consumption 3) the creation of an environment conducive to vegetable cultivation and consumption and 4) changes in household behavior. Data was collected through interviews and analyzed using descriptive statistics. The study found that the Padae Tuebo community had the team with the highest understanding of the project plan. Regarding knowledge of vegetable cultivation and consumption, Padae Tuebo and Ban Nok communities showed a high level of knowledge. Conducive to an environment for vegetable cultivation and consumption was observed in all communities, with similar levels of established demonstration centers, model households, and increased vegetable varieties grown. Finally, changes in household behavior were also observed. The Ban Nok community has the highest number of households growing vegetables without chemicals, at 81 households, followed by Chong Maew with 59 households and Padae Tuebo with 45 households. However, because Padae Tuebo uses soilless cultivation, it cannot reduce the cost of AB fertilizers as much as the soil-based cultivation in Chong Maew and Ban Nok communities, which uses organic fertilizers. Furthermore, the project has benefited the communities in several ways, such as improved household health, increased vegetable consumption among youth, fostered unity, strengthened family relationships, and productive use of leisure time. The study concludes that Padae Tuebo and Ban Nok communities achieved better results with the project than Chong Maew, which faced more challenges.

**Keywords:** Successful Outcomes, Producing and Consuming Chemical-free Vegetables, Communities in Pattani Province

## บทนำ

พืชผักเป็นแหล่งสารอาหารที่มีคุณค่า มีประโยชน์ และมีความจำเป็นต่อร่างกายเป็นอย่างมาก วิตามินและเกลือแร่ในผักช่วยเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค ช่วยป้องกันโรคโลหิตจาง และกระดูกพรุน โยอาหารช่วยทำความสะอาดลำไส้ ลดการดูดซึมไขมัน และช่วยระบบขับถ่ายทำให้ช่วยลดความเสี่ยงจากโรคเรื้อรังและมะเร็งลำไส้ นอกจากนี้สารต้านอนุมูลอิสระ (Phytonutrients) ในผักช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรงและเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค แอนโทไซยานินช่วยเพิ่มความยืดหยุ่นของหลอดเลือด ทำให้ลดโอกาสในการเกิดหลอดเลือดหัวใจอุดตัน ลูทีนช่วยลดความเสี่ยงจากโรคจอประสาทตาเสื่อม ไกลโคปีนช่วยลดการเกิดมะเร็งต่อมลูกหมากและแอลดีแอลในเลือด และเบต้าแคโรทีนช่วยดูแลรักษาหลอดเลือดหัวใจ



ช่วยสร้างระบบภูมิคุ้มกัน และช่วยกำจัดเซลล์มะเร็ง (พัฒนา พรหมณี, อาภา สาระกุล และ มะลิวรรณ กิจจาวท, 2568) การรับประทานผักสม่ำเสมอ หลากหลายชนิด และเพียงพอกับความต้องการของร่างกาย จึงเป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยสร้างเสริมสุขภาพได้เป็นอย่างดี World Health Organization (2002) ได้แนะนำให้บริโภคผักและผลไม้อย่างน้อยวันละ 400 กรัม เพื่อช่วยลดความเสี่ยงจากโรคเบาหวาน โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคมะเร็ง และโรคกระเพาะอาหาร (ชนิพรรณ บุตรยี่, 2563; กรมส่งเสริมการเกษตร, 2562) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล (2565) รายงานว่าคนไทยที่อายุ 15 ปี ขึ้นไปมีการบริโภคผักและผลไม้เฉลี่ย 392 กรัมต่อวัน ซึ่งต่ำกว่ามาตรฐานขององค์การอนามัยโลก เช่นเดียวกับจำนวนผู้บริโภคผักและผลไม้ในระดับที่เพียงพอ ก็พบว่ามีเพียงร้อยละ 38 ซึ่งค่อนข้างต่ำเมื่อเปรียบเทียบกับประเทศพัฒนาแล้วอื่นๆ นอกจากนั้นการไม่บริโภคผักผลไม้ของเด็กก็เป็นปัญหาสำคัญอีกประการหนึ่งที่ต้องเร่งแก้ไข (ธิดารัตน์ เอกศิรินิมิต, กำไล สมรัักษ์, เกียรติกำจร กุศล, น้ำฝน ฤทธิภักดี และพัชตราภรณ์ แก้วพะวงค์, 2564) นอกจากปัญหาการบริโภคผักผลไม้ค่อนข้างต่ำแล้ว การซื้อผักผลไม้ที่วางจำหน่ายในท้องตลาดมาบริโภคก็ประสบปัญหาที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพได้เช่นเดียวกัน เนื่องจากเกษตรกรผู้ผลิตมีการใช้สารเคมีป้องกันกำจัดศัตรูพืชในอัตราความเข้มข้นสูง และมีการใช้อย่างต่อเนื่องโดยไม่เว้นระยะก่อนเก็บเกี่ยวผลผลิต ส่งผลให้ผลผลิตทางการเกษตรหลายๆ ชนิด รวมทั้งอาหารที่แปรรูปจากผลผลิตดังกล่าว มีความเสี่ยงจากการปนเปื้อนสารเคมีกำจัดศัตรูพืช จากการสำรวจผักและผลไม้ที่จำหน่ายในท้องตลาดหลายพื้นที่ พบว่า มีสารพิษตกค้างในระดับที่ไม่ปลอดภัย ในทุกกลุ่มของสารกำจัดศัตรูพืช ทั้งออร์กาโนคลอรีน ออร์กาโนฟอสเฟต คาร์บาเมต และสารสังเคราะห์ไพรีทอย (พรรณเกษม แผ่พร, 2540) ผักที่พบมาก เช่น ผักหวาน ผักชี กระน้ำ มะกรูด(ใบ) และ ถั่วพู (วิจิตรา เหลียวตระกูล, วชิรญา เหลียวตระกูล, ปรียานุช เพ็ญเลี้ยงชีพ และ รวีวรรณ เต็มขันธ์มณี, 2563) ผลไม้ที่พบมาก เช่น ฝรั่ง ส้ม แอปเปิล มะม่วง และ แก้วมังกร (เปมิกา บุญยาพรกุล และคณะ, 2565; พัชรี ภคกษมา, สุวรรณีย์ สายสิน และศรมน สุทิน, 2559) ซึ่งหากบริโภคผักผลไม้ที่ปนเปื้อนสารเคมีดังกล่าวเป็นเวลานาน จะทำให้ร่างกายมีการสะสมสารพิษจนเป็นสาเหตุสำคัญของการเจ็บป่วยจากโรคมะเร็งชนิดต่าง ๆ (World Health Organization, 2002) จากสาเหตุดังกล่าวกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จึงได้สนับสนุนงบประมาณดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนให้กับชุมชนในจังหวัดปัตตานี เพื่อส่งเสริมให้ครัวเรือนปลูกผักปลอดสารเคมี และเพิ่มการบริโภคผักปลอดภัยให้สูงขึ้น

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสำเร็จตามผลลัพธ์ในการดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของชุมชนป่าแตตือเบาเซ ซ่องแมว และบ้านนอก ว่าเกิดจากเหตุปัจจัยหรือมีเงื่อนไขความสำเร็จที่มีความเหมือนหรือแตกต่างกันอย่างไร โดยใช้ผลลัพธ์ ตัวชี้วัด และกิจกรรม ในการประเมินผล

### แนวคิด ทฤษฎี กรอบแนวคิด

การศึกษาความสำเร็จตามผลลัพธ์ในการดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือน ใช้กรอบแนวคิดแบบทฤษฎีผนวก (Integrated Theoretical Framework) เพื่อวิเคราะห์สาเหตุเงื่อนไขปัจจัยความสำเร็จของชุมชน โดยใช้ผลลัพธ์ ตัวชี้วัด และกิจกรรม ที่กำหนดโดย สสส. เป็นกรอบการดำเนินงาน ใช้แผนกิจกรรมโครงการที่ชุมชนได้กำหนด ตามข้อเสนอโครงการขอรับทุน เพื่อติดตาม ประเมินผล ตรวจสอบ และให้ข้อเสนอแนะโดยคณะวิจัยและคณะกรรมการตรวจสอบประเมินผล



โครงการ ซึ่งจากการที่ครัวเรือนในแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกันทั้งการนับถือศาสนา (ไทยพุทธ-ไทยมุสลิม) ลักษณะพื้นที่ที่ตั้งของชุมชน (ที่ลุ่ม-ที่สูง) และบริบทอื่นๆ ที่ส่งผลให้ความสำเร็จตามผลลัพธ์โครงการในแต่ละชุมชนมีความแตกต่างกัน

### วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาวิจัยความสำเร็จตามผลลัพธ์โครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของชุมชนจังหวัดปัตตานี ดำเนินการระหว่างเดือนพฤษภาคม 2567 ถึง เดือนกุมภาพันธ์ 2568 เป็นระยะเวลา 10 เดือน โดยมีประชากรในการศึกษา คือ จำนวนครัวเรือนทั้งหมดในแต่ละชุมชน ประกอบด้วยชุมชนป่าแตดือเบาะ จำนวน 70 ครัวเรือน ชุมชนช่องแมว จำนวน 100 ครัวเรือน และชุมชนบ้านนอก จำนวน 70 ครัวเรือน รวมทั้งหมด 240 ครัวเรือน ซึ่งในแต่ละครัวเรือนจะเลือกสมาชิกเพียงคนเดียวเพื่อให้ข้อมูลที่เป็นตัวแทนของครัวเรือนนั้นๆ ทำการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างวิจัย โดยใช้ครัวเรือนที่สนใจเข้าร่วมโครงการตามข้อกำหนด การเข้าร่วมโครงการเพื่อขอรับทุนสนับสนุนจาก สสส. คือ ในทุกชุมชนจะต้องมีครัวเรือนเข้าร่วมไม่น้อยกว่า 70 ครัวเรือน และหากชุมชนใดมีจำนวนครัวเรือนน้อยกว่าที่กำหนดไว้จะต้องเข้าร่วมทุกครัวเรือน ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสัมภาษณ์และแบบทดสอบวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าสูงสุด ค่าต่ำสุด และค่าเฉลี่ย เพื่ออธิบายผลลัพธ์โครงการใน 4 ด้าน คือ 1) ความรู้ความสามารถคณะทำงานโครงการ 2) ความรู้ครัวเรือนในการปลูกและบริโภคผัก 3) การเกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผัก และ 4) การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมครัวเรือนในการปลูกและบริโภคผัก ทำการเก็บข้อมูล จำนวน 3 ครั้ง คือ ก่อนระหว่าง และหลังเสร็จสิ้นการดำเนินโครงการ

### ผลการวิจัย

ชุมชนที่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก สสส. เพื่อดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของจังหวัดปัตตานี ประกอบด้วย ชุมชนป่าแตดือเบาะของอำเภอยะรัง ชุมชนช่องแมวของอำเภอสายบุรี และชุมชนบ้านนอกของอำเภอปานาเระ ทั้งหมดเป็นชุมชนขนาดกลาง มีการนับถือศาสนา และลักษณะพื้นที่แตกต่างกัน คือ บ้านนอกเป็นชุมชนที่นับถือศาสนาพุทธ มีที่ตั้งในที่ราบลุ่ม และเป็นชุมชนเดียวที่มีครัวเรือนเข้าร่วมโครงการทุกครัวเรือน จำนวน 70 ครัวเรือน นอกจากนั้นยังมีครัวเรือนจากชุมชนใกล้เคียงเข้าร่วมโครงการเพิ่มอีก 20 ครัวเรือน ทำให้มีครัวเรือนทั้งหมด จำนวน 90 ครัวเรือน ช่องแมวเป็นชุมชนของคนที่นี่นับถือศาสนาอิสลาม มีที่ตั้งชุมชนเป็นที่ราบลุ่มเช่นเดียวกัน โดยมีครัวเรือนเข้าร่วมตามข้อกำหนดของ สสส. จำนวน 70 ครัวเรือน และชุมชนป่าแตดือเบาะ มีจำนวนครัวเรือนเข้าร่วม 50 ครัวเรือน เป็นชุมชนของคนที่นี่นับถือศาสนาอิสลามเช่นเดียวกัน แต่มีที่ตั้งชุมชนอยู่บนที่สูงของเนินเขาขนาดเล็ก ทำให้พื้นดินของหมู่บ้านมีหินผุผสมอยู่จำนวนมาก ทำให้ดินขาดความอุดมสมบูรณ์ และน้ำเพื่อการเกษตรไม่เพียงพอ จากลักษณะของชุมชนที่แตกต่างกัน แต่สามารถดำเนินโครงการได้สำเร็จผ่านเกณฑ์การประเมินของ สสส. ได้เช่นเดียวกัน ผู้วิจัยจึงได้นำเสนอความสำเร็จตามผลลัพธ์ จากการติดตามประเมินผล และให้ข้อเสนอแนะ ในช่วงการจัดกิจกรรมโครงการตามผลลัพธ์ต่างๆ ดังนี้

#### 1. ความรู้ความสามารถของคณะทำงานโครงการ

หลังได้รับการสนับสนุนงบประมาณดำเนินโครงการ ทุกชุมชนมีแนวทางดำเนินการที่ใกล้เคียงกัน คือ การกำหนดโครงสร้างและบทบาทคณะทำงานที่รับผิดชอบโครงการ ที่เป็นตัวแทนของคนในชุมชน ซึ่งคณะทำงานดังกล่าวมาจากผู้ใหญ่บ้าน อาสาสมัครสาธารณสุข บัณฑิตอาสา ใต้ฮิม่าน หรือ แกนนำ



ชุมชนอื่น ๆ เพื่อทำหน้าที่สำคัญในโครงการ เช่น ประธาน รองประธาน เลขานุการ เหรัญญิก ผู้เก็บข้อมูล และกรรมการ ซึ่งในทางปฏิบัติคณะทำงานจะมีการประชุม 2-3 ครั้งต่อเดือน เพื่อวางแผนเตรียมความพร้อมให้การปฏิบัติงานบรรลุตามผลลัพธ์และตัวชี้วัด รวมทั้งสามารถจัดกิจกรรมได้ตามกรอบเวลาที่กำหนด (ตารางที่ 1) นอกจากนั้นคณะทำงานยังได้ร่วมจัดทำข้อตกลงร่วมคณะทำงาน ซึ่งเป็นกุญแจสำคัญให้การดำเนินโครงการประสบผลสำเร็จ โดยแต่ละชุมชนมีจำนวนข้อตกลง และเนื้อหาสาระในแต่ละข้อแตกต่างกันในแต่ละชุมชน แต่ข้อตกลงคณะทำงานโครงการ มีเป้าหมายหลักเพียงอย่างเดียว คือ การให้คณะทำงานได้ร่วมคิด ร่วมปฏิบัติ และร่วมรับผิดชอบกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้การดำเนินงานประสบผลสำเร็จ มีประสิทธิภาพ และทันเวลาตามแผนงานโครงการ จากผลการศึกษาพบว่า คณะทำงานโครงการในทุกชุมชนมีความรู้ความสามารถและมีความเข้าใจต่อแผนดำเนินงานโครงการ ในระยะก่อนดำเนินงานระดับปานกลางถึงมาก แล้วค่อยๆ เพิ่มขึ้นในระหว่างดำเนินงาน จนสูงสุดหลังดำเนินงานแล้วเสร็จ โดยคณะทำงานชุมชนป่าแตดือเปาะ มีความรู้ความสามารถและมีความเข้าใจต่อแผนดำเนินงานโครงการมากที่สุด รองลงมา คือ คณะทำงานชุมชนช่องแมว และบ้านนอก ตามลำดับ

**ตารางที่ 1** กรอบการดำเนินงานโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือน

ผลลัพธ์	ตัวชี้วัด	กิจกรรม
I. เกิดคณะทำงานที่มีความสามารถ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. มีโครงสร้างและกำหนดบทบาท</li> <li>2. มีความเข้าใจเป้าหมาย</li> <li>3. มีข้อมูลการปลูกและบริโภคผักเพื่อออกแบบกิจกรรม</li> <li>4. มีแผนปฏิบัติงานโครงการ</li> <li>5. มีข้อตกลงร่วมคณะทำงาน</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประชุมทำความเข้าใจโครงการ</li> <li>2. จัดตั้งคณะทำงาน</li> <li>3. สืบค้นข้อมูลและทำข้อมูลการปลูกและบริโภคผักในชุมชน</li> <li>4. จัดทำแผนปฏิบัติงานโครงการ</li> <li>5. กำหนดข้อตกลงร่วมคณะทำงาน</li> </ol>
II. ครัวเรือนมีความรู้ในการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในชุมชน	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เกิดกติกาการปลูกและบริโภคผักโดยไม่ใช้สารเคมีแบบมีส่วนร่วมของชุมชน</li> <li>2. ครัวเรือนมีความรู้เกี่ยวกับการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี</li> <li>3. ครัวเรือนสามารถนำความรู้ไปใช้ในการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ประชุมทำความเข้าใจและคืนข้อมูลสถานการณ์การปลูกบริโภคผักในชุมชน</li> <li>2. การร่วมกำหนดกติกาการปลูกและบริโภคผักโดยไม่ใช้สารเคมีของชุมชน</li> <li>3. อบรมให้ความรู้ในการปลูกและบริโภคผักโดยไม่ใช้สารเคมีแก่ชุมชน</li> </ol>
III. เกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในชุมชน	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. จำนวนและลักษณะสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในชุมชน</li> <li>2. ข้อมูลพฤติกรรมกรรมการปลูกและบริโภคผักและการใช้สารเคมี <ul style="list-style-type: none"> <li>- ชนิด จำนวน พันธุ์ ที่มีการปลูก</li> <li>- การใช้ประโยชน์จากผัก</li> <li>- ชนิดและจำนวนผักที่ซื้อมาบริโภค</li> <li>- ชนิดจำนวนและปริมาณการใช้สารเคมี</li> </ul> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ปฏิบัติการปลูกผักปลอดสารเคมีและบริโภคผักที่ปลูก</li> <li>2. การจัดปรับปรุงสภาพแวดล้อมตามบริบทของชุมชน <ul style="list-style-type: none"> <li>- จัดพื้นที่ส่วนกลางในการปลูกผักของชุมชน</li> <li>- กิจกรรมรวมกลุ่มผลิตปุ๋ยหมัก ปุ๋ย อินทรีย์น้ำ และสารชีวภัณฑ์</li> <li>- ประกวดครัวเรือนต้นแบบและเมนูอาหารจากผัก</li> </ul> </li> <li>3. คืนข้อมูลพฤติกรรมกรรมการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในเวทีประชุมหมู่บ้าน</li> </ol>
IV. ครัวเรือนมีพฤติกรรมกรรมการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีในชุมชน	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ครัวเรือนที่เข้าร่วมโครงการร้อยละ 80 ปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีใดๆ</li> <li>2. ครัวเรือนที่เข้าร่วมโครงการร้อยละ 80 บริโภคผักอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ ต่อเนื่องอย่างน้อย 3 เดือน</li> <li>3. ค่าใช้จ่ายในการซื้อผักบริโภคต่อครัวเรือนลดลง</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. เวทีสรุปบทเรียนผลการดำเนินงานเพื่อสรุปความสำเร็จและผลลัพธ์ที่เกิดขึ้น</li> </ol>



## 2. ความรู้ของครัวเรือนในการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี

ชุมชนที่ศึกษาทั้งหมดมีความรู้เกี่ยวกับการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี จากการเข้าร่วมโครงการตั้งแต่เริ่มพัฒนาโครงการเพื่อขอรับทุน และเริ่มดำเนินงานโครงการ จากการเข้ารับการฝึกอบรมให้ความรู้เกี่ยวกับโทษภัยของสารเคมีจากการบริโภคผักปนเปื้อนสารเคมีกำจัดศัตรูพืช ของเจ้าหน้าที่สำนักงานสาธารณสุขอำเภอ นอกจากนี้ชุมชนยังได้รับทราบข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับอาการเจ็บป่วยเรื้อรังและข้อมูลการปนเปื้อนสารเคมีในเลือด ในกรณีมีประชาชนบางรายเจ็บป่วย จากการคืนข้อมูลในเวทีหมู่บ้าน ส่วนความรู้ในการปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี แต่ละชุมชนจะได้รับจากการฝึกอบรมโดยเจ้าหน้าที่สำนักงานเกษตรอำเภอ ที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการทำปุ๋ยหมัก ปุ๋ยอินทรีย์น้ำ สารชีวภัณฑ์ และความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับการปลูกผัก โดยชุมชนป่าแดดือเบา มีความแตกต่างจากชุมชนอื่น ๆ เนื่องจากต้องการความรู้เกี่ยวกับการปลูกผักไร้ดิน (Hydroponic) ในขณะที่ช่องแหมและบ้านนอก ต้องการความรู้เกี่ยวกับการปลูกผักทั่วไป ในระหว่างจัดกิจกรรมปลูกผัก ทุกชุมชนได้ร่วมกันจัดทำกติกาปลูกและบริโภคผักโดยไม่ใช้สารเคมีแบบมีส่วนร่วม จำนวน 3 ข้อ ซึ่งเนื้อหาอาจมีความแตกต่างกันในแต่ละชุมชน แต่มีสาระสำคัญประกอบด้วย 1) ครัวเรือนปลูกผักเพิ่มขึ้นกี่ชนิด 2) ครัวเรือนต้องทำปุ๋ยหมัก ปุ๋ยอินทรีย์น้ำและสารชีวภัณฑ์เพื่อใช้ในการปลูกผัก 3) ครัวเรือนต้องปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี และ 4) ครัวเรือนต้องบริโภคผักอย่างน้อยก็วันต่อสัปดาห์ เป็นเวลานานก็เดือน สำหรับความรู้เกี่ยวกับการปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีของครัวเรือนพบว่า ครัวเรือนในทุกชุมชนมีความรู้ระดับน้อยถึงปานกลาง ในช่วงเริ่มดำเนินงาน แล้วค่อยๆเพิ่มขึ้นในระหว่างดำเนินงาน จนสูงสุดหลังดำเนินงานแล้วเสร็จ โดยชุมชนป่าแดดือเบาและบ้านนอกมีความรู้ในระดับมาก และชุมชนช่องแหมมีความรู้ในระดับปานกลาง หลังดำเนินงานแล้วเสร็จ

## 3. การเกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผัก

ชุมชนเป้าหมายทั้งหมดเกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี โดยชุมชนป่าแดดือเบา ได้จัดพื้นที่ส่วนกลางเพื่อเป็นศูนย์สาธิตเพื่อถ่ายทอดเทคโนโลยีการปลูกผักไร้ดินจำนวน 4 จุด เพื่อเป็นแหล่งเรียนรู้ให้กับคนในชุมชนและพื้นที่ใกล้เคียง และเกิดครัวเรือนต้นแบบการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมี จำนวน 10 ครัวเรือนหลังสิ้นสุดโครงการ ผักที่ครัวเรือนปลูกเพิ่มขึ้น 8 ชนิด ได้แก่ คะน้า แตงกวาญี่ปุ่น ผักสลัด มะเขือเทศ ผักบุ้ง ถั่วฝักยาว กระเจี๊ยบเขียว และ โหระพา นอกจากนี้ครัวเรือนยังได้นำผักที่ปลูกไปแปรรูปสร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจ โดยนำไปแปรรูปเป็นสลัดผัก และขายต้นพันธุ์ผักให้กับคนในชุมชนและจำหน่ายในตลาดท้องถิ่นใกล้เคียง ส่วนชุมชนช่องแหมมีการจัดพื้นที่ส่วนกลางเพื่อเป็นจุดสาธิตการปลูกผัก 1 จุด และเกิดครัวเรือนต้นแบบการผลิตและบริโภคผัก จำนวน 6 ครัวเรือน มีผักที่ปลูกเพิ่มขึ้น 7 ชนิด ได้แก่ มะเขือเปราะ ผักบุ้ง ถั่วฝักยาว ข้าวโพด ผักอ่อน ถั่วพลู และมะเขือยาว ส่วนชุมชนบ้านนอกเกิดครัวเรือนต้นแบบการผลิตและบริโภคผักหลังสิ้นสุดโครงการสูงที่สุดจำนวน 10 ครัวเรือน และมีจุดสาธิตการปลูกผักและกลุ่มผลิตปุ๋ยอินทรีย์ในพื้นที่เดียวกัน 1 จุด ผักที่ครัวเรือนปลูกเพิ่มขึ้น 7 ชนิด คือ พริกทอง กวางตุ้ง คะน้า ผักกาดขาว มะเขือยาว กระเจี๊ยบมอญ และมะระขี้นก ส่วนการจัดกิจกรรมอื่น ๆ เช่น การประกวดเมนูอาหารจากผัก พบว่าทุกชุมชนมีผลจัดกิจกรรมค่อนข้างดีไม่แตกต่างกัน ส่วนการครัวเรือนที่ปลูกผักโดยใช้สารเคมีที่เป็นตัวชี้วัดความสำเร็จที่สำคัญพบว่า ทุกชุมชนมีครัวเรือนที่ใช้สารเคมีรวมทั้งปุ๋ยเคมีค่อนข้างสูงในช่วงเริ่มดำเนินโครงการ (ป่าแดดือเบา 7 ครัวเรือน, ช่องแหม 32 ครัวเรือน, บ้านนอก 51 ครัวเรือน) และมีค่าใช้จ่ายต่อครัวเรือนต่อเดือนในการซื้อสารเคมีสูงเช่นเดียวกันเท่ากับ 704 บาท (ป่าแดดือเบา) 205 บาท (ช่องแหม) และ 42 บาท (บ้านนอก) จากนั้นจำนวนครัวเรือนและค่าใช้จ่ายค่อยๆ ลดลงระหว่างดำเนินโครงการ และลดลงต่ำสุด



หลังสิ้นสุดการดำเนินโครงการ โดยชุมชนป่าแตดือเบาะ มีครัวเรือนที่ใช้สารเคมี 5 ครัวเรือน มีค่าใช้จ่าย 598 บาท ชุมชนช่องแมว มีครัวเรือนที่ใช้สารเคมี 1 ครัวเรือน มีค่าใช้จ่ายต่อเดือน 54 บาท และชุมชนบ้านนอก มีครัวเรือนที่ใช้สารเคมี 9 ครัวเรือน มีค่าใช้จ่ายต่อเดือน 19 บาท (ตารางที่ 2)

ตารางที่ 2 จำนวนครัวเรือนที่ปลูกผักโดยใช้สารเคมีและค่าใช้จ่ายการซื้อสารเคมีปลูกผัก

ชุมชน	ครัวเรือนปลูกผักโดยใช้สารเคมี (ครัวเรือน)			ค่าใช้จ่ายการซื้อสารเคมี (บาท/เดือน)		
	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ
ป่าแตดือเบาะ	7	9	5	704	649	598
ช่องแมว	32	4	1	205	97	54
บ้านนอก	51	28	9	42	25	19

\* หมายเหตุ จำนวนครัวเรือนที่เข้าร่วมในชุมชนป่าแตดือเบาะ (50 ครัวเรือน) ช่องแมว (70 ครัวเรือน) และบ้านนอก (90 ครัวเรือน)

#### 4. การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมครัวเรือนในการปลูกและบริโภคผัก

ชุมชนบ้านนอกมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมครัวเรือนในการปลูกผักผ่านตัวชี้วัดโครงการ โดยมีครัวเรือนที่ปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีสูงสุดหลังสิ้นสุดโครงการ จำนวน 81 ครัวเรือน จากจำนวนครัวเรือนทั้งหมด 70 ครัวเรือน (มีครัวเรือนจากหมู่บ้านใกล้เคียงสมทบเข้าร่วมโครงการ) ในขณะที่ชุมชนช่องแมวมีครัวเรือนปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี 59 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 84.29 และชุมชนป่าแตดือเบาะมีครัวเรือนปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี 45 ครัวเรือน คิดเป็นร้อยละ 90.00 (ตารางที่ 3) อย่างไรก็ตามในจำนวนดังกล่าวของชุมชนป่าแตดือเบาะ เป็นการนับครัวเรือนที่ปลูกผักโดยใช้ปุ๋ยเอบี เป็นครัวเรือนที่ปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีรวมเข้าไปด้วย ส่วนพฤติกรรมในการบริโภคผัก พบว่า ทุกชุมชนสามารถผ่านตัวชี้วัดได้เป็นอย่างดี (บริโภคผักอย่างน้อย 3 วันต่อสัปดาห์ต่อเนื้ออย่างน้อย 3 เดือน) เนื่องจากทุกครัวเรือนในทุกชุมชนบริโภคผักทุกวันต่อเนื่องกัน (ตารางที่ 3) ค่าใช้จ่ายในการซื้อผักบริโภคของครัวเรือน พบว่า ทุกชุมชนมีค่าใช้จ่ายค่อนข้างสูงในช่วงเริ่มดำเนินโครงการ หลังจากนั้นจะค่อยๆ ลดลงในระหว่างดำเนินโครงการ และลดลงต่ำสุดหลังสิ้นสุดโครงการ โดยชุมชนช่องแมวมีค่าใช้จ่ายในการซื้อผักของครัวเรือนสูงสุด 422 บาทต่อครัวเรือนต่อเดือน รองลงมา คือ ชุมชนป่าแตดือเบาะ 298 บาท และชุมชนบ้านนอก มีค่าใช้จ่ายต่ำสุด 38 บาท (ตารางที่ 4) นอกจากนั้นการดำเนินโครงการดังกล่าว ยังทำให้มีครัวเรือนที่ไม่ปลูกผักในแต่ละชุมชนลดลงอย่างมาก ซึ่งจำนวนครัวเรือนที่ไม่ปลูกผักจะมีมากในช่วงเริ่มโครงการ แล้วค่อย ๆ ลดลงจนต่ำสุดหลังสิ้นสุดโครงการ โดยบ้านนอกเป็นชุมชนที่ไม่มีครัวเรือนที่ไม่ปลูกผัก รองลงมา คือ ชุมชนป่าแตดือเบาะ 3 ครัวเรือน และชุมชนช่องแมว 9 ครัวเรือน (ตารางที่ 4) นอกจากตัวชี้วัดตามข้อกำหนดของ สสส. คณะวิจัยยังได้เก็บข้ออื่นๆ ที่แสดงความสำเร็จที่เด่นชัดมากขึ้น เช่น จำนวนและรายได้ครัวเรือนที่ปลูกผักจำหน่าย ที่พบว่าทุกชุมชนมีจำนวนน้อยในช่วงเริ่มโครงการแล้วค่อย ๆ เพิ่มขึ้น จนสูงสุดหลังสิ้นสุดโครงการ โดยชุมชนบ้านนอก มีครัวเรือนที่ปลูกผักจำหน่ายสูงสุด 26 ครัวเรือน และครัวเรือนของชุมชนช่องแมว มีรายได้จากการจำหน่ายผักสูงสุด 933 บาทต่อเดือน (ข้อมูลไม่แสดง) นอกจากนั้นการเข้าร่วมโครงการยังทำให้ชุมชนได้รับสิ่งดี ๆ อื่นๆ เช่น ชุมชนป่าแตดือเบาะ การเข้าร่วมโครงการทำให้ครัวเรือนในชุมชนมีสุขภาพดีขึ้น เด็กและเยาวชนรับประทานผักมากขึ้น เกิดความสามัคคีช่วยเหลือแบ่งปัน และเกิดนวัตกรรมการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมในชุมชน โดยการนำถังโพลีเอทิลีนมาทำน้ำอัดลมและหลังคากระเบื้องมาใช้ปลูกพืชไร้ดิน ชุมชนช่องแมวการเข้าร่วมโครงการทำให้ครัวเรือนมีสุขภาพดีขึ้น เกิดครัวเรือนที่ผลิตปุ๋ยอินทรีย์เพิ่มมากขึ้นเป็น 11 ครัวเรือน (ข้อมูลไม่แสดง) และเกิดสิ่งดี ๆ ในชุมชน คือ



ช่วยเพิ่มความสัมพันธ์ เกิดการช่วยเหลือแบ่งปัน และมีการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ส่วนชุมชนบ้านนอก การเข้าร่วมโครงการทำให้ครัวเรือนมีสุขภาพในระดับดีมากที่สุด ลดการซื้อปุ๋ยคอกมูลสัตว์จากภายนอก และเกิดสิ่งดี ๆ ในชุมชน คือ เกิดการช่วยเหลือแบ่งปัน มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมโดยทำการล้างผัก ก่อนบริโภคมากขึ้น และการนำผักไปแปรรูปเป็นอาหารและขนมไปร่วมกิจกรรมในงานบุญต่าง ๆ

**ตารางที่ 3** จำนวนครัวเรือนที่ปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมีและการบริโภคปลูกผักปลอดสารเคมีของชุมชน

ชุมชน	ปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี (ครัวเรือน)			การบริโภคผัก (วันต่อสัปดาห์)		
	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ
ป่าเต็งรัง	3	9	45	5	7	7
ช่องแมว	19	51	59	5	5	7
บ้านนอก	41	59	81	5	5	7

\* หมายถึง จำนวนครัวเรือนที่เข้าร่วมในชุมชนป่าเต็งรัง (50 ครัวเรือน) ช่องแมว (70 ครัวเรือน) และบ้านนอก (90 ครัวเรือน)

**ตารางที่ 4** จำนวนครัวเรือนที่ไม่มีการปลูกผักและค่าใช้จ่ายในการซื้อผักของครัวเรือนต่อเดือน

ชุมชน	ครัวเรือนที่ไม่มีการปลูกผัก (ครัวเรือน)			การซื้อผักของครัวเรือนต่อเดือน (บาท/เดือน)		
	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ	เริ่มโครงการ	ระหว่าง	สิ้นสุดโครงการ
ป่าเต็งรัง	59	11	3	1,198	497	298
ช่องแมว	21	16	9	602	396	422
บ้านนอก	5	2	-	104	49	38

\* หมายถึง จำนวนครัวเรือนที่เข้าร่วมในชุมชนป่าเต็งรัง (50 ครัวเรือน) ช่องแมว (70 ครัวเรือน) และบ้านนอก (90 ครัวเรือน)

### สรุปและอภิปรายผล

โครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของชุมชนจังหวัดปัตตานี เป็นการดำเนินงานของ สสส. ในการสนับสนุนงบประมาณเพื่อส่งเสริมให้ชุมชนมีการปลูกผักปลอดสารเคมีและบริโภคผักปลอดภัยให้มากขึ้น เพื่อส่งเสริมให้คนไทยมีการบริโภคผักผลไม้ให้ได้ วันละ 400 กรัม ตามมาตรฐานขององค์การอนามัยโลก เพื่อช่วยลดความเสี่ยงจากโรคต่างๆ (ชนิพรรณ บุตรยี่, 2563) และลดการเสียชีวิตจากโรคมะเร็ง ที่เป็นสาเหตุการตายที่สำคัญของคนไทย โดยมีมูลเหตุที่สำคัญจากการบริโภคผักปนเปื้อนสารเคมี การดำเนินงานโครงการดังกล่าวอยู่ภายใต้การควบคุมดูแลของหน่วยจัดการโครงการสร้างเสริมสุขภาพจังหวัดปัตตานี ที่มีทีมวิจัยเป็นคณะทำงานร่วมอยู่ด้วย เพื่อเป็นพี่เลี้ยงให้กับชุมชนดำเนินงานโครงการ จากการศึกษาพบว่า ทุกชุมชนดำเนินงานโครงการได้สำเร็จตามผลลัพธ์ ตัวชี้วัด และกิจกรรมของแหล่งทุน โดยมีเหตุปัจจัยที่มีความเหมือนและแตกต่างกันในบางประการ ดังนี้ ชุมชนป่าเต็งรัง ดำเนินโครงการได้สำเร็จมีสาเหตุมาจากการมีคณะทำงานโครงการที่เข้มแข็ง มีความรู้ความสามารถ และมีความเข้าใจในแผนดำเนินงานโครงการมากที่สุด สอดคล้องกับ Parker and Kropp (2001) ที่กล่าวว่าการทำงานเป็นทีมของกลุ่มบุคคลที่มีเป้าหมายร่วมกัน มีความเชื่อมั่นต่อการปฏิบัติงานร่วมกันเป็นทีม จะทำให้งานบรรลุเป้าหมาย (Smith, T., Davis, F.S., Nancarrow, S., Ariss, S., & Enderby, P., 2020) เป็นความสำเร็จที่เกิดจากการรวบรวมความรู้ความสามารถและทักษะจากหลาย ๆ บุคคลที่มีขอบเขตจำกัด มารวมเป็นความสามารถของกลุ่ม ที่นำเอาจุดเด่นของแต่ละบุคคลมาใช้ปฏิบัติงานให้บรรลุตามเป้าหมาย (วรารักษ์ ตรีภูมิตถะ, 2549) อย่างไรก็ตามจากการที่ชุมชนป่าเต็งรัง ตั้งบน



พื้นที่สูง ดินอุดมสมบูรณ์ต่ำ และน้ำเพื่อการเกษตรไม่เพียงพอ จึงทำให้ครัวเรือนมีการปลูกผักไร้ดิน เป็นการปรับตัวของชุมชนเพื่อให้ทำกิจกรรมปลูกพืชผักในสภาพแวดล้อมที่จำกัด (อานัฐ ตันโช, พัชรินทร์ พุทธิฤทธิ์ และวีระดา หล้าเบอะ, 2547) จากลักษณะการปลูกผักดังกล่าว จึงมีผลต่อผลลัพธ์และตัวชี้วัดอื่น ๆ ที่ตามมา เช่น ปลูกผักได้น้อยชนิด ไม่เกิดกลุ่มผลิตปุ๋ยอินทรีย์ เนื่องจากการปลูกผักไร้ดินไม่ต้องใช้ปุ๋ยดังกล่าว ครัวเรือนมีค่าใช้จ่ายสูงเพื่อซื้อปุ๋ยเอปมาใช้ทำให้ชุมชนไม่สามารถลดต้นทุนในการปลูกผักได้มากนัก การปลูกผักไร้ดินใช้ปุ๋ย 2 ชนิดคือ ปุ๋ยเอ ที่ประกอบด้วยแคลเซียมไนเตรท และเหล็กคีเลต และปุ๋ยบี ที่ประกอบด้วย โปแทสเซียมไนเตรท โมโนโปแทสเซียมฟอสเฟต โมโนแอมโมเนียมฟอสเฟต แมกนีเซียมซัลเฟต และจุลธาตุ (เหล็ก แมงกานีส สังกะสี ทองแดง โบรอน และโมลิบดีนัม) (ถวิล สุขวงษ์, 2546) ซึ่งปุ๋ยดังกล่าวจำเป็นต้องซื้อจากท้องตลาด อย่างไรก็ตาม การปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมีควรให้ความหมายที่นำไปสู่การปฏิบัติได้ชัดเจน เนื่องจากผักปลอดสารเคมี หรือผักปลอดภัย หมายถึง การปลูกและบริโภคผักที่สามารถใช้ปุ๋ยเคมี หรือสารเคมีกำจัดศัตรูพืชได้ แต่ในการเก็บเกี่ยวต้องเว้นระยะเวลาหลังการใช้ระยะหนึ่ง เพื่อให้สารดังกล่าวเสื่อมฤทธิ์ ซึ่งจะทำให้การบริโภคผักมีความปลอดภัย ในการดำเนินงานโครงการ ใช้คำว่า ผักปลอดสารเคมี แต่ลักษณะการดำเนินงานเป็นแบบเกษตรอินทรีย์ ที่ไม่มีการใช้ปุ๋ยเคมี หรือสารเคมีกำจัดศัตรูพืชใด ๆ ดังนั้น หากรวมครัวเรือนที่ปลูกผักโดยใช้ปุ๋ยเอป เป็นครัวเรือนที่ปลูกผักโดยใช้สารเคมี ก็จะทำให้ครัวเรือนปลูกผักโดยใช้สารเคมีของชุมชนขาดต่อเนื่องเพิ่มขึ้นอย่างมาก อย่างไรก็ตามสิ่งที่ต้องพัฒนาในอนาคต คือ การผลิตปุ๋ยอินทรีย์น้ำที่ให้มีปริมาณธาตุอาหารสูงเพื่อใช้แทนปุ๋ยเคมีในการปลูกผัก (ไมตรี แก้วทับทิม, 2551) ; Kaewtubtim, M., 2008) หรือใช้แทนปุ๋ยเอปในการปลูกผักไร้ดินเพื่อลดต้นทุนการผลิต (ดิเรก ทองอร่าม, 2550; อานัฐ ตันโช และคณะ, 2547) ชุมชนช่องแมวดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนได้สำเร็จตามผลลัพธ์และตัวชี้วัดของแหล่งทุนเช่นเดียวกัน แต่มีความโดดเด่นไม่มากนัก อาจเกิดจากสาเหตุน้ำท่วมขังในช่วงจัดกิจกรรมปลูกผัก และปัญหาการเข้าทำลายของสัตว์เลื้อย มีผลทำให้ค่าใช้จ่ายในการซื้อผักของครัวเรือนไม่ลดลงมากนัก อย่างไรก็ตาม หากชุมชนมีการทำรั้วป้องกันสัตว์เลื้อย ร่วมกับการนำสิ่งของเหลือใช้ เช่น โฟม ยางรถยนต์ ขวดน้ำ ถังน้ำ หรือของเหลือจากธรรมชาติ เช่น ไม้ไผ่ ต้นกล้วย กิ่ง หรือตอไม้ มาประดิษฐ์ตัดแปลงให้แปลงผักสูงขึ้น การปลูกผักบนแคร่ หรือการปลูกผักบนแปลงลอยน้ำ ก็จะทำให้ปัญหาดังกล่าวลดลง ส่วนชุมชนบ้านนอก สามารถดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนได้สำเร็จตามผลลัพธ์และตัวชี้วัดเช่นเดียวกัน โดยมีความโดดเด่นในการเข้าร่วมโครงการของครัวเรือนที่มีมากถึง 90 ครัวเรือน จากจำนวนครัวเรือนทั้งหมดของชุมชน 70 ครัวเรือน เนื่องจากการเข้าร่วมโครงการของหมู่บ้านใกล้เคียง จำนวน 20 ครัวเรือน ทำให้ตัวชี้วัดดังกล่าวเป็นแบบอย่างที่ดีแก่ชุมชนอื่น ๆ

การดำเนินงานโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีในครัวเรือนของทุกชุมชนในจังหวัดปัตตานี มีจุดที่น่าสังเกตประการหนึ่ง คือ การไม่นำผักพื้นบ้านมาใช้ในกิจกรรมปลูกผัก ทั้งที่ผักพื้นบ้านมีจุดเด่นหลายประการ บางชนิดมีรสชาติดี สามารถสร้างอัตลักษณ์ สร้างมูลค่าเพิ่ม โดยการพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ได้ดีกว่าพืชผักทั่วไป บางชนิดมีสารต้านอนุมูลอิสระสูง ช่วยทำให้ร่างกายแข็งแรง และเสริมสร้างภูมิคุ้มกันโรค ผักพื้นบ้านหลายชนิดใกล้สูญพันธุ์ การนำผักพื้นบ้านดังกล่าวมาปลูกในกิจกรรมการปลูกผักโครงการ จะมีส่วนช่วยในการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชของประเทศ และที่สำคัญพืชผักพื้นบ้านส่วนใหญ่สามารถเจริญเติบโตและเก็บเกี่ยวได้โดยไม่ต้องใช้สารเคมีในการปฏิบัติดูแลรักษา ทำให้ครัวเรือนสามารถบริโภคได้อย่างปลอดภัย ยกตัวอย่างเช่น ผักที่เหมาะสมสำหรับการปลูกในที่ราบลุ่ม ได้แก่ ผักกูด (*Diplazium esculentum* (Retz.) Sw.) บัวบก (*Centella asiatica* L.) ลำไ้ ( *Stenochlaena*



*palustris* Burm.f.) พาโหม (*Paederia foetida* L.) หัวปลี (*Leptocarpus disjunctus* Mast.) เปราะหอม (*Kaempferia galangal* L.) ผักหนาม (*Lasia spinosa* (L.) Thwaites.) ผักหวานบ้าน (*Breynia androgyna* L.) หมากหมก (*Lepionurus sylvestris* Blume) ผักเหลียง (*Gnetum gnemon* L.) เป็นต้น ส่วนผักที่เหมาะสมสำหรับการปลูกในที่สูงหรือเนินเขา เช่น เม่าไขปลาคา (*Antidesma ghaesembilla* Gaertn.) มั่นปู้ (*Glochidion wallichianum* Müll.Arg.) พิลั่งกาสา (*Ardisia elliptica* Thunb.) เพกา (*Oroxylum indica* (L.) Kurz) มะรุม (*Moringa oleifera* Lam.) และเสม็ดแดง (*Syzygium antisepticum* (Blume) Merr.) เป็นต้น ดังนั้นในอนาคต หากมีการนำผักพื้นบ้านมาร่วมในกิจกรรมปลูกผักน่าจะมีส่วนช่วยให้ผลลัพธ์และตัวชี้วัดโครงการดีขึ้น

### ข้อเสนอแนะ

การสนับสนุนงบประมาณในการดำเนินโครงการผลิตและบริโภคผักปลอดสารเคมีให้กับชุมชนควรมีกิจกรรมอื่นๆ เพิ่มเติมเพื่อส่งเสริมสนับสนุนให้กิจกรรมปลูกและบริโภคผักได้รับผลดีมากยิ่งขึ้น เช่น กิจกรรมแปรรูปผักเป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ หรือแปรรูปเพื่อเก็บไว้บริโภคในช่วงขาดแคลน การจัดกิจกรรมอื่น ๆ ควบคู่กับการปลูกผัก เช่น การเลี้ยงสัตว์ การเลี้ยงปลา การเพาะเห็ด การเลี้ยงผึ้ง การเลี้ยงชันโรง การเลี้ยงไส้เดือน และการเลี้ยงแมลงวันลาย เพื่อนำมูลสัตว์ น้ำจากบ่อเลี้ยงปลา เศษวัสดุเพาะเห็ดหลังเก็บเกี่ยวผลผลิต หรือผลพลอยได้อื่น ๆ มาใช้เพื่อลดต้นทุนการปลูกผัก หรือจัดกิจกรรมอื่น ๆ ที่ส่งเสริมสนับสนุนให้ชุมชนพัฒนากิจกรรมการปลูกผักเป็นศูนย์เรียนรู้การปลูกและบริโภคผักในชุมชน ร้านค้าจำหน่ายผักผลไม้อินทรีย์ในชุมชน หรือแหล่งท่องเที่ยวเกษตรอินทรีย์ในชุมชน เป็นต้น

### เอกสารอ้างอิง

- กรมส่งเสริมการเกษตร. (2562). การผลิตพืชผักปลอดภัย. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- ชนิพรรณ บุตรยี่. (2563). บริโภคผักผลไม้อย่างน้อยวันละ 400 กรัมเพื่อสุขภาพ: หลักฐานเชิงประจักษ์. วารสารโภชนาการ, 55(1), 53-65.
- ดิเรก ทองอร่าม. (2550). การปลูกพืชโดยไม่ใช้ดิน. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมธิราช.
- ถวิล สุขวงษ์. (2546). การปลูกพืชโดยไม่ใช้ดิน. กรุงเทพฯ: หจก.พีเอ็นเค การพิมพ์.
- ธิดารัตน์ เอกศิรินิมิต, กำไล สมรักษ์, เกียรติกัจจกร กุศล, น้ำฝน ฤทธิภักดี และพัศตราภรณ์ แก้วพะวงค์. (2564). รูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในการบริโภคผักผลไม้ของนักเรียนโรงเรียนอ่าวลึก จังหวัดกระบี่. วารสารมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, 8(1), 42-60.
- เปมิกา บุญยาพรกุล, ญัฐนันท์ สุริยาเวชวงศ์, จุฬาลักษณ์ ศรีสวัสดิ์, บัญญัติ รัตนวิเชียร, ภูมิภัทร ภัทรวิฑิตตากร, ปณวรรณ ไชยิตสกุล, แพรวา หาญสมบุรณ์เดช และ เจนินา ชารนาท. (2565). การตรวจสอบสารเคมีฆ่าแมลงตกค้างของกลุ่มออร์แกนอโฟสเฟตและคาร์บาเมตในผลไม้สดในเขตกรุงเทพมหานคร. วารสารสถาบันป้องกันควบคุมโรคเขตเมือง, 7(1), 36-46.
- พรรณเกษม แผ่พร. (2540). สารกำจัดแมลง. วารสารวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์, 11(2), 157-166.
- พัชรี ภาคขมา, สุวรรณีย์ สายสิน และศรมน สุทิน. (2559). การตรวจสอบสารเคมีฆ่าแมลงตกค้างของสารกลุ่มออร์แกนอโฟสเฟตและคาร์บาเมตในผัก ในพื้นที่จังหวัดสมุทรปราการ. วารสารวิชาการสมาคมสถาบันอุดมศึกษาเอกชนแห่งประเทศไทย (วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี), 5(1), 22-30.



- พัฒนา พรหมณี, อาภา สาระกุล และมะลิวรรณ กิจวาท. (2568). รูปแบบการผลิตผักปลอดสารเคมีกำจัดศัตรูพืชสำหรับบริโภคในครัวเรือนเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพในพื้นที่แก้มลิง อำเภอบางบาล จังหวัดพระนครศรีอยุธยา. วารสารปราชญ์ประชาคม, 3(3), 106-119.
- ไมตรี แก้วทับทิม. (2551). ปริมาณธาตุอาหารพืชในสารละลายที่ได้จากการหมักวัสดุอินทรีย์ชนิดต่างๆ. วารสารเกษตร, 24(3), 233-241.
- วรารมณ์ ตระกูลสฤกษ์ดี. (2549). การทำงานเป็นทีม. กรุงเทพฯ: ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.
- วิจิตรา เหลียวตระกูล, วชิรญา เหลียวตระกูล, ปรียานุช เพ็ญเลี้ยงชีพ และรวีวรรณ เต็มขันมณี. (2563). การตรวจสอบสารเคมีตกค้างกลุ่มออร์กาโนฟอสเฟตและคาร์บาเมตในผักสด ในจังหวัดพระนครศรีอยุธยาและประสิทธิภาพในการล้างผักต่อสารเคมีตกค้างในผักคะน้า. วารสารเกษตรพระจอมเกล้า, 38 (1), 131-138.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล. (2565). สถานการณ์การบริโภคผักและผลไม้ของคนไทย (รายงานการศึกษา). กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อานัฐ ตันโซ, พัทธฤทธิ์ พุทธฤทธิ และวีระดา หล้าเบอะ. (2547). การจัดการธาตุอาหารพืชในระบบปลูกผักไร้ดิน(รายงานการวิจัย). เชียงใหม่: มูลนิธิโครงการหลวง.
- Kaewtubtim, M. (2008). A study on amounts plant nutrients in soluble organic fertilizer from fermentation of fish heads, fruits, food leftovers, weed, sand marine animals. In Proceedings of 46<sup>th</sup> Kasetsart University Annual Conference, Bangkok.
- Parker, G and Kropp, R. (2001). Team workout: A trainer's Sourcebook of 50 Team Building Games and Activates. New York: Amacom Books.
- Smith, T., Davis, F.S., Nancarrow, S., Ariss, S., & Enderby, P. (2020). Towards a theoretical framework for Integrated Team Leadership. Journal of Interprofessional Care, 34(6), 726-736.
- World Health Organization, (2002, 28 Jan- 1 Feb). Diet, nutrition and chronic diseases in context. In Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases, report of a joint WHO/FAO expert, Geneva, Switzerland.