

## โครงการ สร้างเสริมสุขภาพผลิตและบริโภคผักในครัวเรือนบ้านมะม่วงทอง ตำบลท่าดี อำเภอสามง่าม จังหวัดนครศรีธรรมราช

### สถานการณ์

การบริโภคผักปลอดสารพิษเป็นพฤติกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ส่งผลต่อภาวะสุขภาพทุกช่วงวัย ซึ่งพื้นที่บ้านมะม่วงทอง มีจำนวนครัวเรือนทั้งหมด 456 ครัวเรือน มีครัวเรือนที่ปลูกผักจำนวน 112 ครัวเรือน มีเพียง 29 ครัวเรือนที่มีการปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี มี 83 ครัวเรือนที่ปลูกผักขายและส่งตลาดโดยเป็นการปลูกผักที่ใช้สารเคมี และมีค่าใช้จ่ายในการซื้อสารเคมีเฉลี่ย 1,900 บาทต่อเดือน นอกจากนี้มีการใช้ผักในการปรุงอาหารน้อย นิยมการซื้อผักจากตลาด รวมทั้งไม่มีความรู้และทักษะการปลูกผักปลอดสารพิษ รวมทั้งมีการปลูกผักเพื่อส่งจำหน่ายให้กับตลาดขายส่ง ไม่มีกฎ กติกาชุมชนที่ปลูกผักปลอดสารพิษ จากการสำรวจพบว่ามีผู้ป่วยโรคมะเร็ง จำนวน 2 ราย โรคมุมิแพ้ จำนวน 19 ราย ดังนั้น ชุมชนบ้านมะม่วงทองเห็นความสำคัญการผลิตและบริโภคผักปลอดสารพิษในครัวเรือนโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้ประชาชนในชุมชนมีความรู้ความเข้าใจในการปลูกผักปลอดสารพิษ และเกิดทักษะการปลูกผักปลอดสารพิษของแต่ละครัวเรือน นำไปสู่การบริโภคและแลกเปลี่ยนผักปลอดสารพิษในชุมชนและก่อให้เกิดค่าใช้จ่ายการซื้อผักในครัวเรือน

### กระบวนการและกิจกรรม

การรวมตัวกันของคณะทำงานจำนวน 15 คน จากตัวแทนสมาชิกชุมชนที่ปลูกและบริโภคผัก คณะกรรมการหมู่บ้าน และสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล สำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภคและปลูกผักปลอดสารพิษของครัวเรือน มีการจัดสิ่งแวดล้อมในชุมชนให้เกิดกลุ่มปุ๋ยชีวภาพ มีช่องทางการจำหน่ายผักปลอดสารพิษในชุมชน และจัดโซนปลูกผักปลอดสารพิษของชุมชน ร่วมทั้งการส่งเสริมและติดตามการบริโภคอย่างน้อย 400 กรัมต่อคนต่อวัน และครัวเรือนปลูกผักปลอดสารพิษอย่างน้อย 20 ชนิด

### ภาคีที่ร่วมดำเนินงาน

ภาคีที่ร่วมดำเนินการและสนับสนุนให้เกิดความสำเร็จ ได้แก่ ครัวเรือนในชุมชนเป็นทีมในการดำเนินการปลูกผักปลอดสารพิษและเน้นการบริโภคผักปลอดสารพิษในครัวเรือน มีการแลกเปลี่ยนผักปลอดสารพิษและจัดหาช่องทางในการจำหน่ายผักปลอดสารพิษของชุมชน คณะทำงานที่เป็นตัวแทนคณะกรรมการหมู่บ้านและสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบลร่วมมือในการสำรวจพฤติกรรมกรรมการปลูกและการบริโภคผักปลอดสารพิษ ติดตาม กระตุ้น และร่วมประเมินผลร่วมกัน รวมทั้งร่วมกันจัดเวทีแลกเปลี่ยนเพื่อให้ขยายผลการบริโภคผักปลอดสารพิษของชุมชน

### ผลการดำเนินงาน

เกิดคณะทำงาน 15 คน มาจากแกนนำที่มาจากตัวแทนสมาชิกชุมชนที่ปลูกและบริโภคผักจำนวน 10 คน คณะกรรมการหมู่บ้าน 3 คน และสมาชิกองค์การบริหารส่วนตำบล 2 คน มีแผนปฏิบัติการสอดคล้องกับข้อมูลสถานการณ์ปัญหาการปลูกและบริโภคผัก เกิดข้อตกลงที่เกิดจากการพูดคุยกันเพื่อให้ชุมชนปลูกผักโดยไม่ใช้สารเคมี ให้ความสำคัญกับการใช้ปุ๋ยจากน้ำหมักชีวภาพ ปุ๋ยหมัก ปุ๋ยคอก สนับสนุนให้เกิดสภาพแวดล้อมที่เอื้อต่อการปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี เริ่มมีการรวมตัวเป็นกลุ่มผลิตปุ๋ยชีวภาพ 1 กลุ่ม มีสมาชิกเป็นผู้

ปลูกผักเพื่อส่งขายในตลาด ผู้ปลูกผักเพื่อขายในร้านขนมจีน และครัวเรือนที่ปลูกผักไว้เพื่อบริโภคเอง ส่งเสริม  
ครัวเรือนปลูกและบริโภคผักปลอดสารเคมี จำนวน 65 ครัวเรือน การสำรวจข้อมูล ณ วันที่ 1 กันยายน 2567  
พบว่า ประชาชนบริโภคบริโภคผักอย่างน้อย 400 กรัม ต่อวันต่อคน จำนวน 45 ครัวเรือน ร้อยละ 55 ของ  
ครัวเรือนที่เข้าร่วมโครงการ