**ภาคผนวก**

**ภาคผนวก ก**

**เครื่องมือในการวิจัย**

การสัมภาษณ์แบบสนทนาไม่เป็นทางการ (Informal Conservational Interview)

|  |  |
| --- | --- |
| **คำถามตั้งต้น** | **ประเด็นที่ถาม** |
| ชีวิตเป็นอยู่อย่างไรตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน | 1. การเปลี่ยนแปลง สภาพภูมิอากาศ2. การทำการเกษตร3. การใช้ปุ๋ยและสารเคมี4. ความสัมพันธ์ในครัวเรือนและชุมชน5. รายรับรายจ่ายครัวเรือน6. เบาหวานและพฤติกรรมการกิน การออกกำลังกายและการจัดการความเครียด7.สุขภาพครัวเรือนและชุมชน  7.1 ด้านร่างกาย 7.2 ด้านจิตใจ 7.3 ด้านสังคม 7.4 ด้านสิ่งแวดล้อม |

 **แบบสอบถามโครงการวิจัยเรื่อง**

**นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

 **(สำหรับสมาชิกครัวเรือนปราชญ์และชุมชน)**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**คำชี้แจง**

 แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ ประกอบด้วยแนวคำถามเกี่ยวกับวิวัฒนาการการทำการเกษตรและสุขภาวะเพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด จึงขอให้ท่านให้ข้อมูลที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามนี้จะนำไปศึกษาวิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น ไม่เปิดเผยข้อมูลของแต่ละท่านต่อสาธารณะ ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างยิ่ง

**ประเด็นคำถามในการสนทนากับสมาชิกครัวเรือน**

 1. การทำการเกษตรของภาคครัวเรือนในชุมชนตำบลหนองหินตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเป็นอย่างไร อะไรบ้างที่มีผลต่อการทำการเกษตรอธิบาย

 2. วิถีชีวิต เบาหวาน และพฤติกรรมการกินของท่านเป็นอย่างไรตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

 3. การสร้างเสริมสุขภาพของท่านและสมาชิกครัวเรือนเป็นอย่างไร

 4. ท่านมีความพอใจกับสุขภาพของตัวท่านอย่างไร

 5. การพัฒนาด้านจิตใจของให้ดีงาม ของท่าน ครอบครัว ชุมชนทำอย่างไร ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

 6. ท่านคิดว่าการทำเกษตรอินทรีย์ทำอย่างไร

 7. การทำเกษตรอินทรีย์ที่เหมาะสมกับตำบลหนองหินควรทำอย่างไร

**แบบสอบถามโครงการวิจัยเรื่อง**

**นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

**(สำหรับเกษตรตำบลหนองหิน จนท. อปท.)**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**คำชี้แจง**

 แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ ประกอบด้วยแนวคำถามเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เช่นเกษตรตำบลหนองหิน จนท. อปท. เพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด จึงขอให้ท่านให้ข้อมูลที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามนี้จะนำไปศึกษาวิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น ไม่เปิดเผยข้อมูลของแต่ละท่านต่อสาธารณะ ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างยิ่ง

**ประเด็นคำถามหลักในการสนทนากับผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย**

1. นโยบายด้านการทำการเกษตรเป็นอย่างไร

 2.การทำการเกษตรของภาคครัวเรือนในชุมชนตำบลหนองหินตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเป็นอย่างไร อะไรบ้างที่มีผลต่อการทำการเกษตรอธิบาย

 3. การเกษตรที่เหมาะสมกับตำบลหนองหินเป็นอย่างไร

 4. ปัญหาอุปสรรคในการทำการเกษตรมีอะไรบ้างและควรทำอย่างไร

**แบบสอบถามโครงการวิจัยเรื่อง**

**นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

**(สำหรับเจ้าหน้าที่สาธารณสุข)**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**คำชี้แจง**

 แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ ประกอบด้วยแนวคำถามเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เช่น จนท.สาธารณสุข เพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด จึงขอให้ท่านให้ข้อมูลที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามนี้จะนำไปศึกษาวิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น ไม่เปิดเผยข้อมูลของแต่ละท่านต่อสาธารณะ ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างยิ่ง

**ประเด็นคำถามหลักในการสนทนากับผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย**

1. นโยบายการจัดการโรคเบาหวานเป็นอย่างไร

 2. วิถีชีวิต เบาหวาน และพฤติกรรมการกินของครัวเรือนในตำบลหนองหินเป็นอย่างไรตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

 3. การจัดการโรคเบาหวานของโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลเป็นอย่างไร ถ้าจะทำให้ดีขึ้นทำอย่างไร

 4. การจัดการการกินตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อลดเสี่ยงเบาหวาน ถ้าจะทำให้ดีขึ้นควรทำอย่างไร

**แบบสอบถามโครงการวิจัยเรื่อง**

**นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

**(สำหรับกลุ่มแกนนำต้นแบบการกิน กลุ่มป่วยและกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน)**

**\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\***

**คำชี้แจง**

 แบบสัมภาษณ์ชุดนี้ ประกอบด้วยแนวคำถามเกี่ยวกับการสร้างเสริมสุขภาพของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย เช่น กลุ่มแกนนำต้นแบบการกิน กลุ่มป่วยและกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน เพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด จึงขอให้ท่านให้ข้อมูลที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามนี้จะนำไปศึกษาวิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น ไม่เปิดเผยข้อมูลของแต่ละท่านต่อสาธารณะ ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างยิ่ง

**ประเด็นคำถามหลักในการสนทนากับผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย**

1.การทำการเกษตรของภาคครัวเรือนในชุมชนตำบลหนองหินตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันเป็นอย่างไร อะไรบ้างที่มีผลต่อการทำการเกษตรอธิบาย

2. วิถีชีวิต เบาหวาน และพฤติกรรมการกินของครัวเรือนเป็นอย่างไรตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบัน

 3. การสร้างเสริมสุขภาพของท่านและสมาชิกครัวเรือนเป็นอย่างไร การออกกำลังกายและการจัดการความเครียดทำอย่างไร

 4. สิ่งยึดเหนี่ยวและการการพัฒนาด้านจิตใจของให้ดีงาม ของท่าน ครอบครัว ชุมชนทำอย่างไร

 5. การจัดการการกินตามแนวจิตตปัญญาศึกษาเพื่อลดเสี่ยงเบาหวาน ถ้าจะทำให้ดีขึ้นควรทำอย่างไร

**แนวทางการสังเกตแบบมีส่วนร่วมและไม่มีส่วนร่วม**

**เรื่อง นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธ**

**เพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

…………………………………………………………………………………………………

วันเดือนปีที่สังเกต ………………………………..……………….เวลา. ………………………….สถานที่……………………………………………………………………………………..………

ผู้สังเกต…………………………………………………………………………………………….

เหตุการณ์ที่สังเกต………………………………………………………………………………….…………….

ผู้ถูกสังเกต……………………………………………………………………………...……………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

จุดมุ่งหมายในการสังเกต…………………………………………………………………………….

พฤติกรรมที่สังเกต………………...…………………………………………………………………

ลักษณะของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น………………..…………………………………………………….

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

การคลี่คลายของเหตุการณ์ที่สังเกต…………………………………………………………………..

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

ความคิดความรู้สึกของผู้สังเกต (ตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้)……………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

สรุป…………………………………………………………………………………………………

…………………………………………………………………………………………………………….…………………………………………………………………………………………………

**แบบประเมินภาวะเสี่ยงของโรคเบาหวาน**

**เรื่อง นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธ**

**เพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

**โดยประเมินสมาชิกในครอบครัวที่อายุ 35 ปีขึ้นไป**

………………………………………………………………………………….

ชื่อ…………………………สกุล……………..ปี น้ำหนัก…………………กิโลกรัม

ส่วนสูง…………. เซนติเมตร ค่าดัชนีมวลกาย……………………. รอบเอว………………เซนติเมตร

ระดับน้ำตาลในเลือด…………………………..มิลลิกรัมต่อเดซิลิตร

ระดับความดันโลหิต…………………...มิลลิเมตรปรอท เป็นโรคเบาหวานมา……………..ปี

เป็นโรคความดันโลหิตสูงมา……………………………ปี รับยารักษาที่…………………………………

บ้านเลขที่……………………หมู่ที่………………ตำบลหนองหิน อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด

แกนนำครอบครัว(ที่เป็นตัวแทนเข้าร่วมเรียนรู้)ชื่อ………………………….สกุล…………………………

คำชี้แจง ใส่เครื่องหมาย / ลงในช่องใช่หรือไม่ใช่ตามความเป็นจริง

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ข้อบ่งชี้การเสี่ยง** | **ใช่** | **ไม่ใช่** |
| 1. อายุ 35 ปีขึ้นไป  |  |  |
| 2. ผู้ที่อ้วน รอบเอวในชาย ≥ 90 เซนติเมตร หญิง ≥ 80 เซนติเมตร และค่าดัชนีมวลกาย ตั้งแต่ 25.0 *กก./ม2* *หรือมี* ประวัติพ่อ แม่ พี่ หรือน้อง คนใดคนหนึ่งเป็นโรคเบาหวาน |  |  |
| 3. เป็นโรคความดันโลหิตสูงหรือกำลังรับประทานยาควบคุมความดันโลหิตสูง |  |  |
| 4. มีประวัติผลการตรวจน้ำตาลในเลือดสูงหลังอดอาหาร 8 ชั่วโมง เท่ากับ 100 -125 มก. เปอร์เซ็นต์ |  |  |
| 5. มีประวัติไขมันในเลือดผิดปกติ (ไตรกลีเซอไรด์) มากกว่าหรือเท่ากับ 250 มิลลิกรัมต่อเดซิลิตรและหรือเอชดีแอล โคเลสเตอรอล น้อยกว่า 35 มก. เปอร์เซ็นต์ หรือกำลังรับประทานยาลดไขมันอยู่ |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ข้อบ่งชี้การเสี่ยง** | **ใช่** | **ไม่ใช่** |
| 6. เพศหญิงเคยมีประวัติเป็นเบาหวานขณะตั้งครรภ์ หรือมีบุตรน้ำหนักแรกเกิดมากกว่า 4 กิโลกรัม |  |  |
| 7. เป็นโรคหัวใจและหลอดเลือด (Cardiovascular disease) |  |  |
| 8. เป็นโรคกลุ่มอาการถุงน้ำในรังไข่ (Polycystic ovarian syndrome) |  |  |

**เครื่องชี้วัดคุณภาพชีวิตขององค์การอนามัยโลกชุดย่อ ฉบับภาษไทย**

**(WHOQOL-BREF)**

**คำชี้แจง** ข้อคำถามต่อไปนี้จะถามถึงประสบการณ์อย่างใดอย่างหนึ่งของท่าน ในช่วง 2 สัปดาห์ ที่ผ่านมาให้ท่านสำรวจตัวท่านเอง และประเมินเหตุการณ์หรือหรือความรู้สึกของท่าน แล้วทำเครื่องหมาย ในช่องคำถามที่เหมาะสมและเป็นจริงกับตัวท่านมากที่สุด โดยคำถามมี 5 ตัวเลือก คือ

 ไม่เลย หมายถึง ท่านไม่มีความรู้สึกเช่นนี้เลย รู้สึกไม่พอใจมากหรือรู้สึกแย่มาก

 เล็กน้อย หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นนานๆครั้ง รู้สึกเช่นนั้นเล็กน้อย รู้สึกไม่พอใจหรือรู้สึกแย่

 ปานกลาง หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นปานกลาง รู้สึกพอใจ หรือรู้สึกแย่ ระดับกลางๆ

 มาก หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นบ่อยๆ รู้สึกพอใจหรือรู้สึกดี

 มากที่สุด หมายถึง ท่านมีความรู้สึกเช่นนั้นเสมอ รู้สึกเช่นนั้นมากที่สุด หรือรู้สึกว่าสมบูรณ์ รู้สึก

 พอใจมาก รู้สึกดีมาก

| **ข้อ** | **ในช่วง 2 สัปดาห์ ที่ผ่านมา** | **ไม่เลย** | **เล็ก****น้อย** | **ปานกลาง** | **มาก** | **มากที่สุด** |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1 | ท่านรู้สึกพอใจกับสุขภาพของท่านในตอนนี้เพียงใด |  |  |  |  |  |
| 2 | การเจ็บปวดตามร่างกายเช่นปวดหัว ปวดท้อง ปวดตามตัว ทำให้ท่านไม่สามารถทำในสิ่งที่ต้องการมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 3 | ท่านมีกำลังเพียงพอในการที่จะทำสิ่งต่างๆในแต่ละวันไหม |  |  |  |  |  |
| 4 | ท่านพอใจกับการนอนหลับของท่านมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 5 | ท่านรู้สึกพอใจในชีวิตเช่นมีความสุข ความสงบ มีความหวัง |  |  |  |  |  |
| 6 | ท่านมีสมาธิในการทำงานต่าง ๆ ดีเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 7 | ท่านรู้สึกพึงพอใจในตนเองมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 8 | ท่านยอมรับรูปร่างหน้าตาของตัวเองไหม |  |  |  |  |  |
| 9 | ท่านรู้สึกไม่ดีเช่นเหงา เศร้า หดหู่ สิ้นหวัง วิตกกังวล บ่อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 10 | ท่านรู้สึกพอใจมากน้อยแค่ไหนที่สามารถทำอะไร ๆ ให้ผ่านไปในแต่ละวัน |  |  |  |  |  |
| 11 | ท่านจำเป็นต้องไปรับการรักษาพยาบาลมากน้อยเพียงใด เพื่อที่จะทำงานหรือมีชีวิตอยู่ได้ในแต่ละวัน |  |  |  |  |  |
| 12 | ท่านพอใจกับความสามารถในการทำงานอย่างที่เคยทำมาได้มากน้อยแค่ไหน |  |  |  |  |  |
| 13 | ท่านพอใจกับการผูกมิตรหรือเข้ากับคนอื่นอย่างที่ผ่านมาแค่ไหน |  |  |  |  |  |
| 14 | ท่านพอใจกับการช่วยเหลือที่เคยได้รับจากเพื่อน ๆ แค่ไหน |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ข้อ** | **ในช่วง 2 สัปดาห์ ที่ผ่านมา** | **ไม่เลย** | **เล็ก****น้อย** | **ปานกลาง** | **มาก** | **มากที่สุด** |
| 15 | ท่านรู้สึกว่าชีวิตมีความมั่นคงปลอดภัยดีไมในแต่ละวัน |  |  |  |  |  |
| 16 | ท่านพอใจกับสภาพบ้านเรือนที่อยู่ตอนนี้มากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 17 | ท่านมีเงินพอใช้จ่ายตามความจำเป็นมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 18 | ท่านพอใจที่จะสามารถไปใช้บริการสาธารณสุขได้ตามความจำเป็นเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 19 | ท่านได้รู้เรื่องราวข่าวสารที่จำเป็นในชีวิตแต่ละวันมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 20 | ท่านมีโอกาสได้พักผ่อนคลายเครียดมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 21 | สภาพแวดล้อมดีต่อสุขภาพของท่านมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 22 | ท่านพอใจกับการเดินทางของท่านหมายถึงการคมนาคมมากน้อยเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 23 | ท่านรู้สึกว่าชีวิตท่านมีความหมายมากน้อยแค่ไหน |  |  |  |  |  |
| 24 | ท่านสามารถไปไหนมาไหนได้ด้วยตัวเองได้ดีเพียงใด |  |  |  |  |  |
| 25 | ท่านพอใจในชีวิตทางเพสของท่านแค่ไหน(ชีวิตทางเพศหมายถึง เมื่อเกิดความรู้สึกทางเพสแล้วท่านสามารถทำให้ผ่อนคลายลงได้ รวมทั้งการช่วยเหลือตนเองและการมีเพศสัมพันธ์) |  |  |  |  |  |
| 26 | ท่านคิดว่าท่านมีคุณภาพชีวิต(ชีวิตความเป็นอยู่) อยู่ในระดับใด |  |  |  |  |  |

**แบบประเมินเมนูอาหารพื้นบ้าน**

**เรื่อง นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธ**

**เพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน**

……………………………………………………………………………………………………….

รายการที่ ………..ชื่อตำหรับอาหาร…………………………………อาหารประจำธาตุ……………

คำชี้แจง แบบประเมินเมนูอาหารลดเสี่ยงเบาหวานโดยคำนึงถึงประเภท ปริมาณ การปรุงและการทดสอบคุณภาพทางประสาทสัมผัส มีอยู่ 3 ตอนคือ

1. ข้อมูลทั่วไปของผู้ประเมิน
2. ปริมาณ ประเภทและวิธีการปรุง
3. การทดสอบคุณภาพทางประสาทสัมผัส(Sensory Evaluation)

**ตอนที่ 1** ข้อมูลทั่วไปของผู้ประเมิน

1. ชื่อ – สกุล………………………………………………………………….…………….
2. อายุ………………………………..ปี ตำแหน่งทางสังคม………………………………

**ตอนที่ 2** ปริมาณ ประเภทและวิธีการปรุง(ต่ออาหาร 5 ส่วน)

1. สัดส่วนและโภชนาการในอาหาร

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **รายการของอาหาร****(ให้ระบุ ผัก ผลไม้หรือโปรตีนหรือเครื่องปรุง หรือสิ่งที่นำมาทำอาหารโดยละเอียด)** | **ปริมาณ****(ส่วน)** | **ธาตุเจ้าเรือน** | **พลังงานในอาหาร** |
| **รสชาติของผักและผลไม้ที่นำมาปรุง** | **กิโลแคลอลี่** | **คาร์บ(คาร์โบไฮเดรต)** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

2. ขั้นตอนการทำ(ทำอย่างไร ใส่อะไรก่อนหลัง)

2.1……………………………………………………………………………………………

2.2……………………………………………………………………………………………

2.3……………………………………………………………………………………………

3. เคล็ดลับหรือเทคนิคที่ทำให้อร่อย

……………………………………………………………………………………………………

……………………………………………………………………………………………………

**ตอนที่ 3** ประเมินเมนูที่ปรุงเสร็จแล้ว

 โดยประเมินตามระดับคะแนนการทดสอบคุณภาพทางประสาทสัมผัส (Sensory Evaluation)

 โปรดทำเครื่องหมาย / ในช่องระดับคะแนนตามรายการประเมินที่ท่านเห็นสมควร

|  |  |
| --- | --- |
| รายการที่ประเมิน | ระดับคะแนนที่ประเมิน |
| ดีมาก(5) | ดี(4) | ปานกลาง(3) | น้อย(2) | น้อยที่สุด(1) |
| ลักษณะปรากฏ |  |  |  |  |  |
| รสชาติ |  |  |  |  |  |
| กลิ่น |  |  |  |  |  |
| ลักษณะเนื้อสัมผัส |  |  |  |  |  |
| กลิ่น รส |  |  |  |  |  |
| รวม |  |  |  |  |  |

**ข้อเสนอแนะ**…………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

………………………………………………………………………………………………………

**ความหมายของรายการประเมิน**

1. ลักษณะปรากฏ (Appearance) ได้แก่สี ความขุ่น ความใส
2. รสชาติ(Taste) เช่น รสเปรี้ยว รสหวาน รสเค็ม รสมัน
3. กลิ่น(Odor/Aroma/Fragrance) ได้แก่กลิ่นหอม กลิ่นสาบ กลิ่นส้ม กลิ่นคาว
4. ลักษณะเนื้อสัมผัส(Texture) ได้แก่ ความละเอียด ความสาก และความหนืด
5. กลิ่นรส(Flavor) ได้แก่ความรู้สึกรวมทั้งหมดที่เกิดขึ้นในปากเมื่อชิมหรือรับประทาน

**แบบพฤติกรรมของกลุ่มเสี่ยงเบาหวาน**

**เรื่อง นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธ**

**เพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน(สำหรับผู้วิจัยและ จิตอาสาเก็บข้อมูล)**

วันเดือนปี………………………ครั้งที่ประเมิน………………………………………….……........

ผู้ประเมิน……………………………………..ผู้ถูกประเมิน……………………………………….

**คำชี้แจง** : ใช้ประเมินกลุ่มเสี่ยงเบาหวานด้วยการสังเกตและ/หรือให้ยกมือในวงสนทนา

|  **การปฏิบัติของกลุ่มแกนนำ** | **สิ่งที่เกิดขึ้น/ได้ยิน/ได้รับฟังคนอื่นสะท้อน/การสังเกต** |
| --- | --- |
| 1.การเลือก ประเภทและหมวดอาหาร: ข้าว ผักผลไม้นม เหมาะสมหลากหลายและการกินอาหารหมวดโปรตีนและไขมันผู้ปฎิบัติคือ **………………………………………………………….** |  |
| 2. วิธีการปรุง: วิธีการประกอบอาหารเหมาะสม (แบบดั้งเดิมเช่น หมก, ซุป, อ่อม, แกง ) หรือใช้นำมันหรือใส่กะทิผู้ปฎิบัติคือ **………………………………………………………….** |  |
| 3. ปริมาณ: ข้าว ผักผลไม้และนม /การใส่น้ำตาล/การใส่ผงชูรสผู้ปฎิบัติคือ **……………………………………………………..** |  |
| 4. เลือกปรับเปลี่ยนตนเอง:จากพฤติกรรมการกินเดิมที่เป็นปัญหาผู้ปฎิบัติคือ **………………………………………………………** |  |
| 5. การออกกำลังกายและการดูแลสุขภาพตนเองทั่วไป ผู้ปฎิบัติคือ **………………………………………………………** |  |
| 6 ความรักและความเมตตาการอยู่ร่วมกับครอบครัว และ/หรือชุมชนผู้ปฎิบัติคือ **………………………………………………………** |  |
| 7. การรับฟังผู้อื่นอย่างไม่ด่วนตัดสิน เข้าใจและยอมรับความจริงที่เกิดขึ้นผู้ปฎิบัติคือ**………………………………………………………** |  |
| 8. การแสดงออกถึงความเชื่อมั่นในความรู้ ในการดูแลตนเองผู้ปฎิบัติคือ**… ……………………………………………………** |  |
| 9. การปฏิบัติตนเพื่อลดเครียดและผ่อนคลาย (ไหว้พระ สวดมนต์ สมาธิ) และการแสดงออกถึงการมองบวก นิ่งสงบ เป็นตัวอย่างแก่ผู้อื่นผู้ปฎิบัติคือ**………………………………………………………** |  |

*แบบสอบถามเลขที่…...............………..*

**แบบสอบถามโครงการวิจัย**

**เรื่อง นวัตกรรมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน (สำหรับสมาชิกครัวเรือน)**

**คำชี้แจง**

 แบบสอบถามชุดนี้ ประกอบด้วย 4 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม และครัวเรือนส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านสุขภาพ ส่วนที่ 3 ข้อมูลด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติ และ 4 ข้อมูลประเมินความพึงพอใจ เกี่ยวกับการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ด้วยกระบวนการจิตตนิยามเชิงพุทธเพื่อลดภาวะเสี่ยงเบาหวาน ของผู้ตอบแบบสอบถาม ดังนั้น เพื่อให้สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์ได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด จึงขอให้ท่านให้ข้อมูลที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด ทั้งนี้ข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามนี้จะนำไปศึกษาวิเคราะห์ในภาพรวมเท่านั้น ไม่เปิดเผยข้อมูลของแต่ละท่านต่อสาธารณะ ผู้วิจัยขอขอบคุณในความกรุณาสละเวลาตอบแบบสอบถามเป็นอย่างยิ่ง

เก็บข้อมูลวันที่……......…. เดือน….......………………. พ.ศ. ……..

ชื่อผู้ให้ข้อมูล………………………………………………………………....................................………

บ้านเลขที่…...................... หมู่ที่……............. บ้าน……….….ตำบลหนองหิน อำเภอเมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด

**ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับผู้ตอบแบบสอบถาม**

**คำชี้แจง** : ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ใน ( ) หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับตัวผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด

 1. เพศ ( ) 1. ชาย ( ) 2.หญิง

 2. อายุ………………..ปี (บริบูรณ์)

 3. การศึกษา

 ( ) 1. ไม่ได้เรียน ( ) 2. ประถมศึกษา

 ( ) 3. มัธยมศึกษาตอนต้น (ม.3) ( ) 4. มัธยมศึกษาตอนปลาย (ม.6/ม.ศ.5/ปวช.)

 ( ) 5. อนุปริญญาหรือเทียบเท่า/ปวส. ( ) 6. ปริญญาตรี ( ) 7. สูงกว่าปริญญาตรี

 4. ศาสนา

 ( ) 1. พุทธ ( ) 2. คริสต์ ( ) 3. อิสลาม ( ) 4. อื่นๆ (ระบุ) ……………

 5. สถานภาพในครัวเรือนของผู้ตอบแบบสอบถาม

 ( ) 1. เป็นหัวหน้าครัวเรือน ( ) 2. คู่สมรสของครัวเรือน

 ( ) 3. บุตร/บุตรเขย/บุตรสะใภ้ ของครัวเรือน ( ) 4. บิดา/มารดา/ของหัวหน้าครัวเรือน

 ( ) 5. ญาติ/พี่/น้อง ของหัวหน้าครัวเรือน ( ) 6. อื่นๆ (ระบุ)…………………………

 6. อาชีพหลักของครัวเรือน

 ( ) 1. รับจ้างทั่วไป

 ( ) 2. เกษตรกรรม (ปลูกพืช/เลี้ยงสัตว์)

 ( ) 3. พนักงาน/ลูกจ้างบริษัท/สถานประกอบการเอกชน

 ( ) 4. ค้าขาย/ประกอบธุรกิจของตนเอง

 ( ) 5. รับราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานราชการ

 ( ) 6. รับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม

 ( ) 7. อื่นๆ ระบุ............................................................

 7. อาชีพรองของครัวเรือน

 ( ) 1. ไม่มี

 ( ) 2. ลูกจ้างบริษัท/สถานประกอบการเอกชน

 ( ) 3. เกษตรกรรม (ปลูกพืช/เลี้ยงสัตว์)

 ( ) 4. ค้าขาย/ประกอบธุรกิจของตนเอง

 ( ) 5. รับจ้างทั่วไป

 ( ) 6. รับจ้างในโรงงานอุตสาหกรรม

 ( ) 7. อื่นๆ ระบุ............................................................

 8. รายได้เทียบกับรายจ่ายในครัวเรือนของท่านเป็นอย่างไร

 ( ) 1. รายได้กับรายจ่ายพอๆ กัน ( ) 2. รายได้มากกว่ารายจ่ายพอมีเงินเหลือเก็บ

 ( ) 3. รายได้น้อยกว่ารายจ่าย ( ) 4. อื่นๆ (ระบุ)…………………….........

 9. พื้นที่ถือครองทำการเกษตร

 ( ) 1. พื้นที่ของตนเองในการทำนา……..ไร่ ทำสวนหรือปลูกพืชผัก…………..ไร่/ งาน

 ( ) 2. พื้นที่เช่า ทำนา ………….ไร่ ทำสวนหรือปลูกพืชผัก…………………..ไร่/งาน

 10. มีการจ้างแรงงานเสริมในการทำการเกษตร

 ( ) 1. มี ( ) 2. ไม่มี

 11. แหล่งน้ำทำการเกษตร(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

 ( ) 1. แหล่งน้ำธรรมชาติ ( ) 2. อาศัยน้ำฝน

 ( ) 3. น้ำบาดาล ( ) 4. สระขุด

 ( ) 5. น้ำประปาหมู่บ้าน ( ) 6. อื่นๆ ระบุ......................................

 11. ในการปลูกพืช (ตั้งแต่เริ่มปลูกจนถึงการเก็บเกี่ยว) ท่านใช้สารเคมีเพื่อการเกษตรหรือไม่

 ( ) 1. ใช้ จำนวน……………….ครั้ง ( ) 2. ไม่ใช้

 12. ท่านคิดจะเปลี่ยนการใช้ปุ๋ยและสารเคมีมาเป็นสารอินทรีย์(น้ำหมัก/ ปุ๋ยคอก/ สาร พด./การไถกลบตอซัง/ ปุ๋ยพืชสดหรือจุลินทรีย์ต่าง ๆ ) หรือไม่

 ( ) 1. เปลี่ยน ( ) 2. ไม่เปลี่ยน ( ) 3. ใช้ร่วมกัน

 13.ค่าใช้จ่ายทางการเกษตรต่อไร่

 ( ) มากกว่า 3500 บาทต่อไร่ ( ) น้อยกว่า 3500 บาทต่อไร่

**ส่วนที่ 2 ข้อมูลด้านสุขภาพ**

**คำชี้แจง** : ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ใน ( ) หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับผู้ตอบที่สุด

 1. สมาชิกในครัวเรือนของท่านมีโรคประจำตัวหรือไม่ (รวมตัวท่านด้วย)

 ( ) 1. ไม่มี

 ( ) 2. มี ระบุ (โรคและจำนวนคน)

 2.1) โรคเบาหวาน ................................... คน

 2.2) โรคความดันโลหิตสูง ...................... คน

 2.3) โรคหัวใจและหลอดเลือด ................ คน

 2.4) โรคทางเดินปัสสาวะ/ไต .................. คน

 2.5) โรคมะเร็ง ......................................... คน

 2.6) อื่น ๆ (ระบุ) .........................ใ........... คน

 2. คนในครัวเรือนของท่านมีพฤติกรรมความเสี่ยงด้านสุขภาพต่างๆ เหล่านี้หรือไม่

(ตอบได้มากกว่า 1 คำตอบ)

 ( ) 1.การกินอาหารสุก ๆ ดิบ ๆ

 ( ) 2. การกินอาหารไม่ครบห้าหมู่

 ( ) 3. การกินอาหารรสชาติจัด (เค็มจัด/หวานจัด/ มันจัด)

 ( ) 4. การสูบบุหรี่

 ( ) 5. การดื่มสุรา

 ( ) 6. พฤติกรรมความเสี่ยงจากการมีเพศสัมพันธ์

 ( ) 7. พฤติกรรมความเสี่ยงจากการติดยาเสพติด

 ( ) 8. กินผักน้อย

 3. กินผักน้อยกว่า ครึ่งกิโลกรัมต่อวัน

 ( ) ใช่ ( ) ไม่ใช่

 **สวนที่ 3 ข้อมูลด้านความรู้ ทัศนคติ และการปฏิบัติ**

**คำชี้แจง** : ให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ใน ( ) หรือเติมข้อความลงในช่องว่างที่ตรงกับตัวผู้ตอบแบบสอบถามมากที่สุด

**ด้านความรู้**

 ถูก หมายถึง ท่านเห็นว่าคำตอบของข้อคำถามที่กำหนดนั้นถูกต้อง

 ผิด หมายถึง ท่านเห็นว่าคำตอบของข้อคำถามที่กำหนดนั้นผิด

 ไม่แน่ใจ หมายถึง ท่านไม่แน่ใจในคำตอบของข้อคำถามที่กำหนด

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ข้อคำถาม | ถูก  | ผิด | ไม่แน่ใจ  |
| 1. | การพัฒนาจิตใจตามแนวทางของศาสนาพุทธทำได้โดยการนั่งสมาธิและหรือเดินจงกรม |  |  |  |
| 2. | ทักษะการฟังสามารถพัฒนาได้ |  |  |  |
| 3. | ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ความพอเพียงหมายถึงการพอเพียงตามฐานะของตนเอง |  |  |  |
| 4. | เมล็ดพันธุ์พืชพระราชทานสามารถเก็บเมล็ดพันธุ์ไว้ใช้ต่อไปได้ |  |  |  |
| 5. | ครอบครัวหมายถึงกลุ่มคนที่รวมกันตั้งแต่สองคนขึ้นไปผูกพันทางด้านจิตใจ จะอยู่บ้านหลังเดียวกันหรือคนละหลังก็ได้ |  |  |  |
| 6. | การส่งเสริมสุขภาพตนเองไม่ให้เจ็บป่วยเป็นโรคเราต้องไปหาหมอเท่านั้น |  |  |  |
| 7. | เกษตรอินทรีย์ คือเกษตรที่เลิกใช้ปุ๋ยและสารเคมีทุกชนิด |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ข้อคำถาม | ถูก  | ผิด | ไม่แน่ใจ  |
| 8. | น้ำหมักมีสารอาหารที่พืชต้องการ |  |  |  |
| 9. | การใช้สารเคมีในการทำการเกษตรไม่ทำให้เกิดการเจ็บป่วย |  |  |  |
| 10. | การจดจ่อกับการทำงานหรือกิจวัตรประจำวันต่างๆทำให้มีสมาธิ |  |  |  |
| 11. | ปุ๋ยพืชสดเช่น ถั่วพร้า ปอเทือง ปลูกแล้วช่วยปรับปรุงดินให้อุดมสมบูรณ์ขึ้น |  |  |  |
| 12. | จุลินทรีย์ไตรโคเดอม่าช่วยดูแลระบบรากของพืช |  |  |  |
| 13. | ความอ้วนคือภาวะเสี่ยงของโรคเบาหวาน |  |  |  |
| 14. | การออกกลังกายทุกวันไม่จำเป็นต้องควบคุมการกินร่วมด้วย |  |  |  |
| 15. | ข้าวกินได้มากเท่าที่ต้องการ |  |  |  |

**ด้านเจตคติ**

 ระดับความคิดเห็นมากที่สุด หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความนั้นทั้งหมด

 ระดับความคิดเห็นมาก หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่

 ระดับความคิดเห็นปานกลาง หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความนั้นบางส่วน

 ระดับความคิดเห็นน้อย หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความนั้นเป็นส่วนน้อย

 ระดับความคิดเห็นน้อยที่สุด หมายถึง ท่านรู้สึกเห็นด้วยกับข้อความนั้นน้อยที่สุด

|  |  |
| --- | --- |
| ข้อคำถาม | ระดับความคิดเห็น |
| มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| 1. | การทำสมาธิก่อให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีขึ้น |  |  |  |  |  |
| 2. | การฟังที่ดีทำให้เราเข้าใจคนอื่นมากขึ้น |  |  |  |  |  |
| 3. | การปฎิบัติตามปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงทำให้เรามีความสุขในชีวิต |  |  |  |  |  |
| 4. | การเก็บเมล็ดพันธุ์ข้าวและพืชไว้ใช้เองช่วยลดรายจ่ายทางด้านการเกษตร |  |  |  |  |  |
| 5. | ครอบครัวอบอุ่นคือฐานสำคัญของสุขภาพดี |  |  |  |  |  |
| ข้อคำถาม | ระดับความคิดเห็น |
| มากที่สุด | มาก | ปานกลาง | น้อย | น้อยที่สุด |
| 6. | การทำการเกษตรกรรมกับการดูแลสุขภาพตนเองควรแยกจากกัน |  |  |  |  |  |
| 7. | การใช้สารเคมีในการทำเกษตรกรรมทำให้เกิดสารเคมีตกค้างในพืชผัก |  |  |  |  |  |
| 8. | เศษอาหารที่เหลือกินในครอบครัวสามารถนำมาทำน้ำหมักเพื่อเป็นปุ๋ยของพืชได้ |  |  |  |  |  |
| 9. | สารเคมีตกค้างในพืชผักไม่ทำให้เราเจ็บป่วย |  |  |  |  |  |
| 10. | การมีสมาธิทำให้เราทำงานได้ดีขึ้น |  |  |  |  |  |
| 11. | การใช้ปุ๋ยพืชสดทำให้ดินอุดมสมบูรณ์ |  |  |  |  |  |
| 12. | การปรุงอาหารแบบเดิมของคนอีสานเช่นป่น อ่อมแกงช่วยลดภาวะเสี่ยงเบาหวานได้ |  |  |  |  |  |
| 13. | การลดเสี่ยงเบาหวานเราทำได้ด้วยตนเอง |  |  |  |  |  |
| 14. | การเคลื่อนไหวร่างกายจากการทำงานช่วยลดภาวะเสี่ยงเบาหวานได้อีกช่องทางหนึ่ง |  |  |  |  |  |
| 15. | การกินข้าวอย่างเหมาะสมช่วยลดภาวะเสี่ยงเบาหวานได้ |  |  |  |  |  |

**ด้านการปฏิบัติ**

 ทุกวัน หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ ปฏิบัติ ทุกวัน

 5 - 7 วัน หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ ปฏิบัติ 5 - 7 วัน

 3 - 4 วัน หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ ปฏิบัติ 3 - 4 วัน

 1 - 2 วัน หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ ปฏิบัติ 1 - 2 วัน

 ไม่ทำเลย หมายถึง ใน 1 สัปดาห์ ไม่ปฏิบัติเลย

|  |  |
| --- | --- |
| การปฏิบัติของท่าน | ความถี่ของการปฏิบัติใน 1 สัปดาห์ |
| ทุกวัน | 5-7 วัน | 3-4 วัน | 1-2 วัน | ไม่ทำเลย |
| 1. | ท่านรับประทานผักวันละครึ่งกิโลกรัม หรือ 6 ทัพพี |  |  |  |  |  |
| 2. | ท่านกินเครื่องดื่มที่มีรสหวาน เช่น โอวัลติน น้ำอัดลม กาแฟ น้ำผลไม้ที่ผสมน้ำหวาน |  |  |  |  |  |
| 3. | ท่านกินอาหารไขมันสูง เช่นหนังไก่ แคปหมู ไส้กรอก กุนเชียง หมูยอ |  |  |  |  |  |
| 4. | ท่านกินอาหารที่มีรสเค็มจัด หรืออาหารหมักดอง เช่น ปลาเค็ม ไข่เค็ม ผักกาดดอง  |  |  |  |  |  |
| 5. | ท่านทำกิจกรรมเคลื่อนไหวร่างกายในแต่ละวันเช่น การทำสวน รดน้ำต้นไม้ การปลูกพืชผัก การหาหญ้าเลี้ยงวัวหรือควาย |  |  |  |  |  |
| 6. | ท่านทำกิจกรรมคลายเครียด เช่นสวดมนต์ ไหว้พระ ทำสมาธิ  |  |  |  |  |  |
| 7. | ท่านกินผลไม้ที่มีรสหวาน เช่น มะม่วงสุก ทุเรียน ผลไม้สุก |  |  |  |  |  |
| 8. | ท่านกินอาหารจนอิ่มเกินไปทุกมื้อ |  |  |  |  |  |
| 9. | ท่านกินขนมขบเคี้ยว |  |  |  |  |  |
| 10. | ท่านกินอาหารพื้นบ้านอีสาน |  |  |  |  |  |

**สวนที่ 4 แบบประเมินความพึงพอใจ**

 ระดับความพึงพอใจมากที่สุด หมายถึง ท่านรู้สึกพึงพอใจกับข้อความนั้นทั้งหมด

 ระดับความพึงพอใจมาก หมายถึง ท่านรู้สึกพึงพอใจกับข้อความนั้นเป็นส่วนใหญ่

 ระดับความพึงพอใจปานกลาง หมายถึง ท่านรู้สึกพึงพอใจกับข้อความนั้นบางส่วน

 ระดับความพึงพอใจน้อย หมายถึง ท่านรู้สึกพึงพอใจกับข้อความนั้นเป็นส่วนน้อย

 ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด หมายถึง ท่านรู้สึกพึงพอใจกับข้อความนั้นน้อยที่สุด

|  |  |
| --- | --- |
| กิจกรรม | ระดับความพึงพอใจของท่าน |
| มากที่สุด(5) | มาก(4) | ปานกลาง(3) | น้อย(2) | น้อยที่สุด( 1 ) |
| 1. ท่านพึงพอใจต่อการได้รับข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการทำเกษตรอินทรีย์ |  |  |  |  |  |
| 2. ท่านพึงพอใจต่อการได้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการกินอาหารลดเสี่ยงเบาหวาน |  |  |  |  |  |
| 3. ท่านพึงพอใจต่อข้อมูลที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาจิตใจ |  |  |  |  |  |
| 4. ท่านพึงพอใจต่อการได้ฝึกทักษะในการผลิตจุลินทรีย์ |  |  |  |  |  |
| 5. ท่านพึงพอใจต่อการได้ฝึกทักษะการกินเพื่อลดเสี่ยงเบาหวาน |  |  |  |  |  |
| 6. ท่านพึงพอใจต่อความรู้และทักษะที่ได้รับ |  |  |  |  |  |
| 7. ท่านพึงพอใจต่อการการมีส่วนร่วมพูดคุยแลกเปลี่ยนข้อมูลกับคนอื่นๆหรือผู้จัดกิจกรรม |  |  |  |  |  |
| 8. ท่านพึงพอใจต่อการลดเสี่ยงเบาหวานได้ |  |  |  |  |  |
| 9. ท่านพึงพอใจต่อการ ไหว้พระสวดมนต์หรือทำสมาธิ |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| กิจกรรม | ระดับความพึงพอใจของท่าน |
| มากที่สุด(5) | มาก(4) | ปานกลาง(3) | น้อย(2) | น้อยที่สุด( 1 ) |
| 10.ท่านพึงพอใจต่อการทำเกษตรอินทรีย์ |  |  |  |  |  |
| 11. ท่านพึงพอใจต่อเรื่องอาหารลดเสี่ยงเบาหวาน |  |  |  |  |  |
| 12. ท่านพึงพอใจต่อระยะเวลาในการจัดกิจกรรม |  |  |  |  |  |
| 13. ท่านพึงพอใจต่อการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกลุ่ม |  |  |  |  |  |
| 14.ท่านพึงพอใจต่อการมีธนาคารโค |  |  |  |  |  |
| 15.ท่านพึงพอใจต่อการมีสถานที่เรียนร่วมกัน(นาต๋อม)  |  |  |  |  |  |

☺ ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านที่สละเวลาในการตอบแบบสอบถาม ☺