

พฤศจิกายน 2560

คนไทยกินอาหารมือหลักครบ 3 มือเพิ่มขึ้น



นายภูซพงศ์ โนดไธสง ผู้อำนวยการสำนักงานสถิติแห่งชาติเปิดเผยผลการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารของประชากร พ.ศ.2560 โดยเก็บรวบรวมข้อมูลจากครัวเรือนส่วนบุคคลตัวอย่างในเดือนมีนาคม 2560 จากครัวเรือนตัวอย่างทั้งสิ้น 27,960 ครัวเรือนทั่วประเทศ พบว่า ร้อยละ 89.4 ของประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปทานอาหารมือหลักในแต่ละวันครบ 3 มือ โดยกลุ่มวัยเด็ก(6-14ปี)และกลุ่มวัยสูงอายุ(60ปีขึ้นไป)มีสัดส่วนสูงสุดร้อยละ 92.8 และต่ำสุดในกลุ่มวัยเยาวชน

(15-24ปี) ร้อยละ 87.4 เมื่อเปรียบเทียบผลการสำรวจกับปีที่ผ่านมา พบว่า ประชากรอายุ 6 ปีขึ้นไปมีพฤติกรรมการบริโภคอาหารมือหลักครบ 3 มือเพิ่มขึ้นจากร้อยละ 82.2 ในปี 2548 เป็นร้อยละ 87.1 88.0 และ 89.4 ในปี 2552 2556 และ 2560 ตามลำดับในเรื่องของรสชาติอาหารในมือหลักที่ทานเป็นประจำ ส่วนใหญ่ทานรสจืดร้อยละ 38.4 รองลงมาคือรสเผ็ดร้อยละ 26.2 รสหวาน ร้อยละ 14.2 รสเค็ม ร้อยละ 13.8 รสเปรี้ยว ร้อยละ 4.8 และรสอื่นๆร้อยละ 2.6

สำหรับสิ่งที่คนส่วนใหญ่คำนึงถึงเป็นอันดับแรกก่อนเลือกซื้ออาหาร คือ ความชอบ ร้อยละ 22.1 รองลงมา คือ รสชาติ ความอยากทาน และความสะอาด ร้อยละ 18.5 18.2 และ 17.8 ตามลำดับ คุณค่าทางโภชนาการ ร้อยละ 12.9 ความสะดวกรวดเร็ว และราคา ร้อยละ 10.5

นายภูซพงศ์ฯ ยังกล่าวว่าอาหารทุกมื้อล้วนแต่มีความสำคัญ และจากการศึกษาวิจัยอาหารมือเช้าเป็นมือที่สำคัญที่สุดสำหรับการให้พลังงานเพื่อเริ่มต้นกิจกรรมต่างๆ อย่างมีประสิทธิภาพ จะช่วยพัฒนาศักยภาพด้านความจำ อารมณ์ และความกระตือรือร้น เป็นต้น แต่ด้วยความเร่งรีบอาจทำให้คนละเลยอาหารมือเช้ากันพบกับข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ www.nso.go.th นายภูซพงศ์ฯ กล่าว

