

## กิจกรรมบริการวิชาการเกี่ยวกับการให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการกับกลุ่มชาติพันธุ์

### กลุ่มชาติพันธุ์: ลาวเวียง อำเภอนีนขาม จังหวัดชัยนาท

การดำเนินงานกิจกรรมบริการวิชาการเกี่ยวกับการให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการกับกลุ่มชาติพันธุ์ เป็นโครงการกิจกรรมต่อเนื่องจากโครงการงานวิจัยที่ได้รับทุนสนับสนุนจากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.) ประจำปีงบประมาณ 2563 ซึ่งจากข้อมูลด้านอาหารและโภชนาการในการสัมภาษณ์กลุ่มคนชาติพันธุ์ลาวเวียงที่อาศัยอยู่ในอำเภอนีนขาม จังหวัดชัยนาท พบว่า คนในชุมชนมีการบริโภคอาหารที่ใช้วัตถุดิบธรรมชาติในท้องถิ่น อย่างไรก็ตามรูปแบบการบริโภคอาหารของคนในชุมชนนิยมบริโภคอาหารที่มีรสชาติจัด เช่น แกงบอนที่มีรสชาติค่อนข้างหวานและเค็ม เมนูอาหารท้องถิ่นบางชนิดที่มีการใช้เกลือในปริมาณมาก เป็นต้น อีกทั้งคนในชุมชนบางส่วนเผชิญกับปัญหาโรคไม่ติดต่อเรื้อรังที่เกิดจากพฤติกรรมการบริโภคอาหารที่ไม่เหมาะสม โดยในปี พ.ศ. 2564 ทางมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษมจึงได้มีการดำเนินการจัดกิจกรรมบริการวิชาการในการให้ความรู้เชิงปฏิบัติการด้านอาหารและโภชนาการเพื่อสุขภาพให้กับคนในชุมชน ในกิจกรรมเป็นการบรรยายให้ความรู้ด้านข้อมูลอาหารท้องถิ่นลาวเวียง คุณค่าทางโภชนาการอาหารท้องถิ่นลาวเวียง รูปแบบการบริโภคอาหารที่เหมาะสมเพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง และการปฏิบัติการประกอบอาหารลาวเวียงสูตรเพื่อสุขภาพสำหรับคนในชุมชน

### ภาพกิจกรรมบริการวิชาการเกี่ยวกับการให้ความรู้ด้านอาหารและโภชนาการกับกลุ่มชาติพันธุ์



ภาพที่ 1 การสัมภาษณ์ข้อมูลอาหารท้องถิ่นลาวเวียงและรูปแบบพฤติกรรมการบริโภคอาหารของคนในชุมชน วันที่ 18 กรกฎาคม 2563 ณ วัดนีนขาม อำเภอนีนขาม จังหวัดชัยนาท



ภาพที่ 2 การประชุมติดต่อประสานงานกับคนในชุมชนในการจัดกิจกรรม



ภาพที่ 3 การบรรยายให้ความรู้ด้านข้อมูลอาหารท้องถิ่นลาวเวียง คุณค่าทางโภชนาการอาหารท้องถิ่นลาวเวียง รูปแบบการบริโภคอาหารที่เหมาะสมเพื่อสุขภาพร่างกายที่แข็งแรง วันที่ 14 เมษายน 2564 ณ วัดเนินขาม อำเภอนีนขาม จังหวัดชัยนาท



ภาพที่ 4 การปฏิบัติการประกอบอาหารลาวเวียงสูตรเพื่อสุขภาพสำหรับคนในชุมชนวันที่ 20 และ 27 พฤศจิกายน 2564 ณ อำเภอเนินขาม จังหวัดชัยนาท