

รายงานผลการวิเคราะห์สถานการณ์ ที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น ปี 2565 (รอบ 5 เดือนหลัง)

.....

กิจกรรมทางกายสร้างคุณประโยชน์ด้านสุขภาพมากมายต่อเด็กและวัยรุ่น ทั้งการเสริมสร้างความแข็งแรงทางร่างกาย (ความแข็งแรงของระบบหมุนเวียนโลหิตและกล้ามเนื้อ) สุขภาพที่เกี่ยวข้องหลอดเลือด (ความดันโลหิต ไขมันในเลือด น้ำตาลในเลือด และการต่อต้านอินซูลิน) สุขภาพกระดูก ผลต่อประสาทการรับรู้ (การเรียนรู้ การคิดวิเคราะห์) สุขภาพจิต (ลดอาการเครียด) และลดภาวะโรคอ้วน

กิจกรรมเนือยนิ่งในเด็กและวัยรุ่นที่เพิ่มขึ้นจะตามมาด้วยผลลัพธ์ทางสุขภาพที่ไม่ดีทั้งโรคอ้วนที่เพิ่มขึ้น สุขภาพหลอดเลือด ความแข็งแรง ความประพฤติ/พฤติกรรมเอื้อสังคม และเวลานอนหลับที่ลดลง

องค์การอนามัยโลก¹ได้มีข้อเสนอแนะสำหรับกิจกรรมทางกาย ว่า “เด็กและวัยรุ่นควรทำกิจกรรมทางกายระดับปานกลาง-หนัก เฉลี่ยอย่างน้อยวันละ 60 นาที ตลอดทั้งสัปดาห์ โดยเน้นไปที่การทำกิจกรรมทางกายแบบแอโรบิก” และข้อเสนอแนะสำหรับพฤติกรรมเนือยนิ่ง ว่า “เด็กและวัยรุ่น ควรจำกัดเวลาที่ใช้ไปกับพฤติกรรมเนือยนิ่ง โดยเฉพาะเวลาที่อยู่กับหน้าจอเพื่อการสันทนาการ”

1. ผลการวิเคราะห์สถานการณ์ของตัวชี้วัดและความรู้ที่นำมาใช้ประกอบการวิเคราะห์

1.1 ผลการวิเคราะห์ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ C (Comparisons) เปรียบเทียบการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น

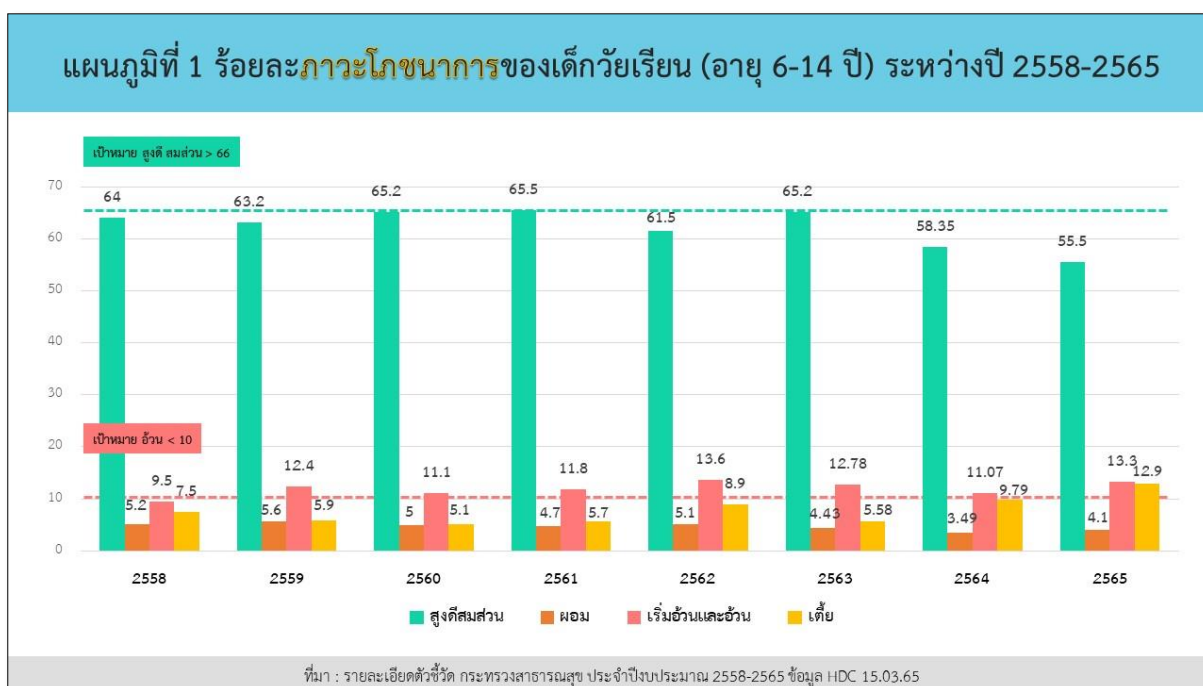
ปัจจุบัน ข้อมูลการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอทั่วโลกในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ยังไม่มีข้อมูลแน่ชัดเกี่ยวกับจำนวนร้อยละของการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ เนื่องจากข้อจำกัดของการสำรวจข้อมูล แต่มีการศึกษาวิจัยหลายชิ้นที่สามารถยืนยันได้ว่าในช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ที่ผ่านมานั้น ส่งผลกระทบต่อระดับการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอของผู้คนไปทั่วโลก² เช่น

1) ศึกษาผลกระทบของการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ต่อการมีกิจกรรมทางกายและพฤติกรรมเนือยนิ่งของเด็กในประเทศสหรัฐอเมริกา³ พบว่า เด็กอายุระหว่าง 5-13 ปี มีกิจกรรมทางกายที่ลดลงและมีพฤติกรรมเนือยนิ่งเพิ่มมากขึ้นเมื่อเปรียบเทียบกับช่วงก่อน แต่อย่างไรก็ตาม เพื่อการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ เด็กเหล่านั้นได้ปรับรูปแบบการกิจกรรมทางกายในบ้านและบริเวณรอบ ๆ บ้าน นอกจากนี้ ยังใช้สื่อมัลติมีเดียที่มีภาพและเสียงเพื่อส่งเสริมการเรียนรู้และทำกิจกรรม

2) ศึกษาผลกระทบจากมาตรการล็อกดาวน์ช่วงการแพร่ระบาดของโรคโควิด 19 ต่อการมีกิจกรรมทางกายของเยาวชนในประเทศกรีซ⁴ พบว่า กิจกรรมทางกายของเด็กและเยาวชนลดลง หลังจากที่มีประกาศมาตรการหลังล็อกดาวน์ เนื่องจากไม่สามารถใช้ชีวิตประจำวันได้ตามปกติทั้งเรื่องการทำงาน การเดินทาง และออกกำลังกาย เมื่อเปรียบเทียบกับก่อนประกาศมาตรการล็อกดาวน์

1.2 ผลการวิเคราะห์ผลลัพธ์ระดับ T (Trends) แนวโน้มการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกายในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น

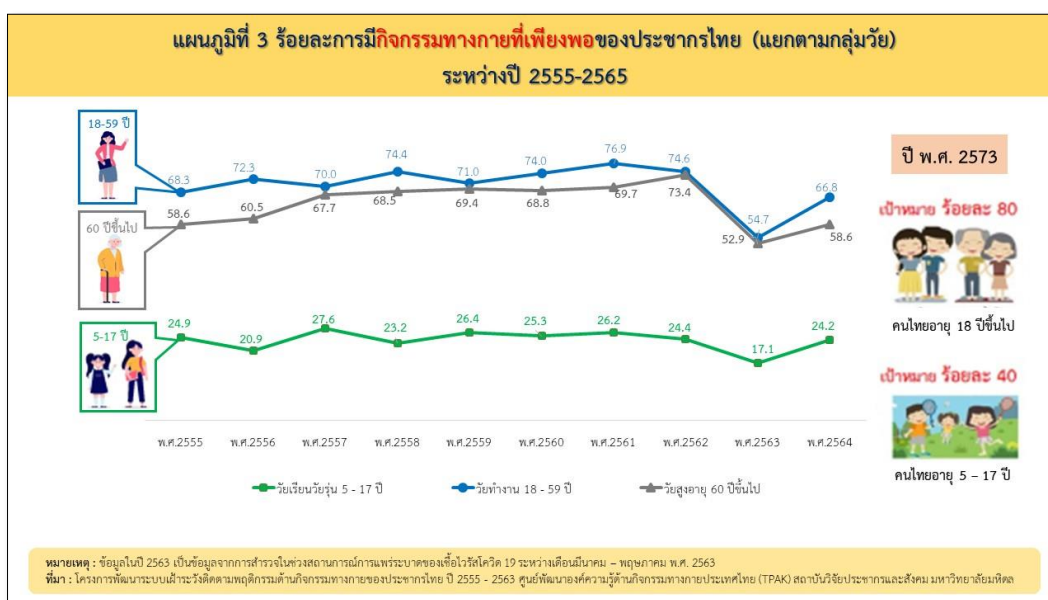
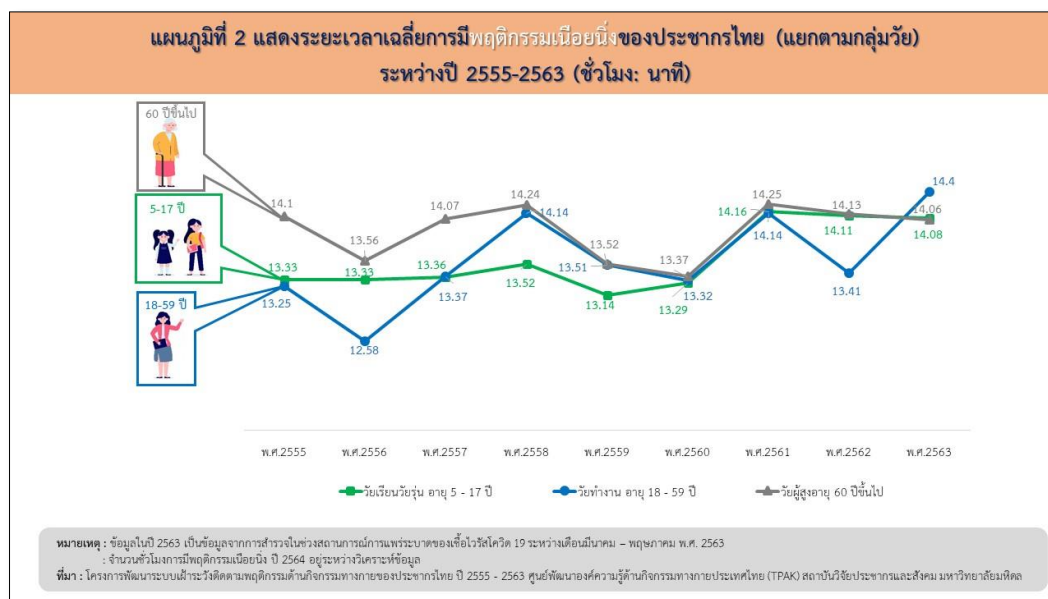
จากข้อมูลภาวะโภชนาการของเด็กไทยเดือนเมษายน พ.ศ.2565 ในฐานะข้อมูลกระทรวงสาธารณสุข พ.ศ. 2560-2565⁵ พบเด็กสูงตีสัดส่วนมีแนวโน้มลดลง (ร้อยละ 65.2, 65.5, 61.5, 65.7, 59.6 และ 55.5 ตามลำดับ) ซึ่งยังต่ำกว่าค่าเป้าหมาย (ร้อยละ 66) เด็กเริ่มอ้วนและอ้วนเริ่มมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 11.1, 11.7, 13.6, 12.5, 11.0 และ 13.3 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเป้าหมาย (ไม่เกินร้อยละ 10) เด็กเตี้ยมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 5.1, 5.5, 8.9, 6.0 9.7 และ 12.9 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเป้าหมาย (ร้อยละ 5) และเด็กผอมมีแนวโน้มเพิ่มขึ้น (ร้อยละ 5.0, 4.7, 5.1, 4.4, 3.7 และ 4.1 ตามลำดับ) แม้จะต่ำกว่าค่าเป้าหมาย (ร้อยละ 5) ที่กระทรวงสาธารณสุข กำหนดไว้ ดังแผนภูมิที่ 1



จากแผนภูมิที่ 1 เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงเกณฑ์การเจริญเติบโตของเด็กอายุ 6-9 ปีบริบูรณ์ ทำให้ข้อมูลใน Health Data Center (HDC) สะท้อนการเจริญเติบโตในปัจจุบัน มีส่วนทำให้ร้อยละของเด็ก สูงตีสัดส่วน ลดลงจากร้อยละ 65.7 (ปี 2563) เป็น ร้อยละ 59.6 (ปี 2564) และ 55.5 (ปี 2565)

จากการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยครั้งที่ 5 (สุขภาพเด็ก) ในปี พ.ศ.2558⁶ พบว่า ด้านพฤติกรรมการออกกำลังกาย ด้านเข้าเรียนวิชาพลศึกษา และด้านพฤติกรรมนั่งนาน พบว่า นักเรียนใช้เวลา 3 ชั่วโมงต่อวันหรือมากกว่านั้นในการนั่งดูโทรทัศน์ นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์ คุยกับเพื่อน นั่งอ่านหนังสือหรือนั่งคุยโทรศัพท์มากถึง ร้อยละ 56.3 รองลงมาคือไม่ได้เดินหรือขี่จักรยานไปและกลับระหว่างบ้านกับสถานศึกษา ระหว่าง 7 วันที่ผ่านมา ร้อยละ 51.7 และยังพบการทำกิจกรรมการออกกำลังกายที่รวมแล้วไม่น้อยกว่า 60 นาทีต่อวัน ในระดับต่ำคือ ร้อยละ 20 เท่านั้น สอดคล้องกับการสำรวจระดับกิจกรรมทางกายในประชากรไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคมมหาวิทยาลัยมหิดล ระหว่างปี 2555-2563⁷ พบว่า คนไทยมีแนวโน้มการมีพฤติกรรมเนือยนิ่งสูง โดยพบว่าในสถานการณ์ด้านกิจกรรมทางกาย พบว่าคนไทยมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ โดยพบว่า มีพฤติกรรมเนือยนิ่งที่เพิ่มมากขึ้นที่ร้อยละ 13.33, 13.33, 13.36, 13.52, 13.14, 13.29, 14.16, 14.11 และ 14.08 ตามลำดับ และยังพบว่าไทยมีกิจกรรมทางกายไม่เพียงพอ โดยในระหว่างปี พ.ศ. 2555-2564 พบว่า วัยผู้ใหญ่ที่มี

อายุ 18-59 ปี มีกิจกรรมทางกายเพียงพอร้อยละ 68.3, 72.3, 70.0, 74.4, 71.0, 74.0, 76.9, 74.6 54.7 และ 66.8 ตามลำดับ ในวัยผู้สูงอายุ มีกิจกรรมทางกายเพียงพอร้อยละ 58.6, 60.5, 67.7, 68.5, 69.4, 68.8, 69.7, 73.4 52.9 และ 58.6 ตามลำดับ ในขณะที่กลุ่มเด็กวัยเรียนและวัยรุ่น มีกิจกรรมทางกายเพียงพอที่น้อยที่สุดเมื่อเทียบกับกลุ่มวัยอื่น ๆ ที่ร้อยละ 24.9, 20.9, 27.6, 23.2, 26.4, 25.3, 26.2, 24.4 17.1 และ 24.2 ตามลำดับ ดังแผนภูมิที่ 2 และแผนภูมิที่ 3

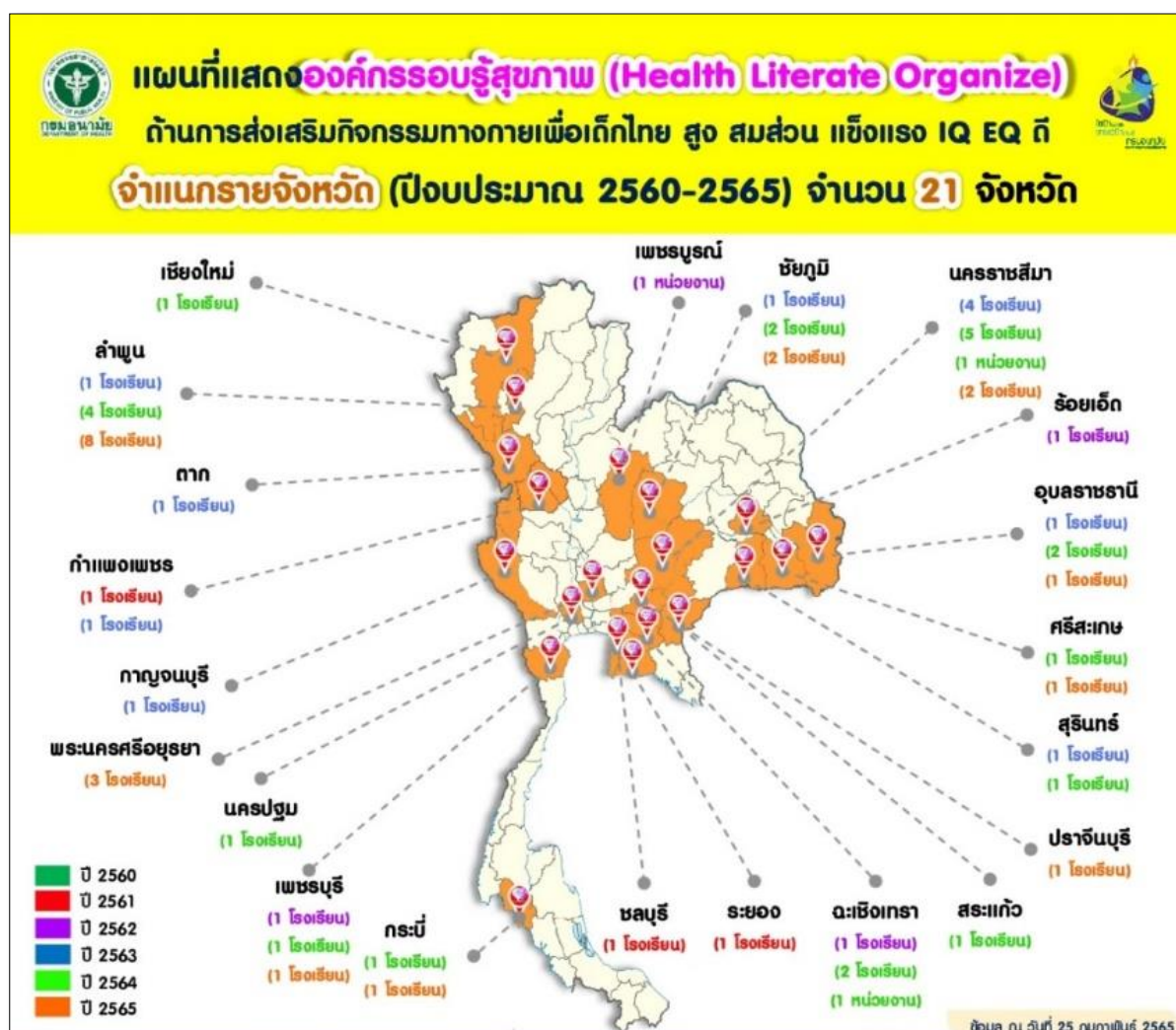


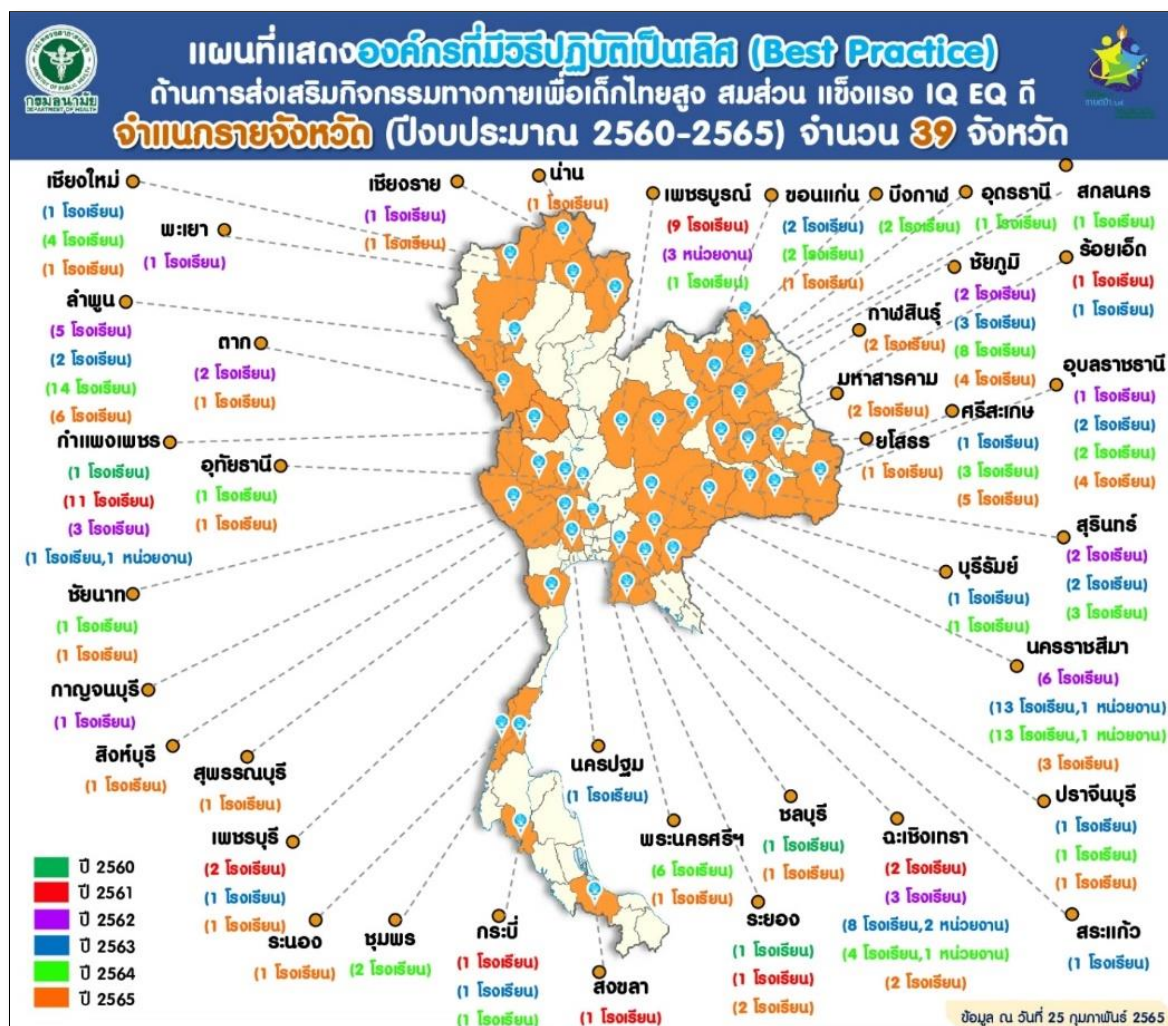
แผนภูมิที่ 3 ร้อยละการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอของประชากรไทย (แยกตามกลุ่มวัย) ระหว่างปี 2555-2565

หมายเหตุ : ข้อมูลในปี 2563 เป็นข้อมูลจากการสำรวจในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด 19 ระหว่างเดือนมีนาคม - พฤษภาคม พ.ศ. 2563

ที่มา : โครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย ปี 2555 - 2563 ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย (TPAK) สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล

ตลอดระยะที่ผ่านมา (พ.ศ.2559-2565) มีโรงเรียนและหน่วยงานเข้าร่วมขับเคลื่อนงานยกระดับองค์กรและโรงเรียนในพื้นที่รับผิดชอบเป็นองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศด้านกิจกรรมทางกาย (Best Practice: BP) รวมทั้งส่งเสริมการดำเนินงานให้เกิดความต่อเนื่อง และขยายผลจนเป็นองค์กรรอบรู้สุขภาพ (Health Literate Organization : HLO) ทั้งในเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณหลายแห่งดำเนินการจนเกิดผลเชิงประจักษ์ สามารถเป็นต้นแบบ เป็นแหล่งศึกษาดูงานให้กับหน่วยงานอื่น ๆ ได้ เกิดองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูงสมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง ระหว่างปี พ.ศ.2560-2565 (3, 28, 30, 46 73 และ 44 แห่ง ตามลำดับ) และในปี พ.ศ. 2561-2565 มีการพัฒนาต่อยอดเป็นองค์กรรอบรู้สุขภาพด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี สามารถต้นแบบในการเผยแพร่ ถ่ายทอดองค์ความรู้ แนวทางปฏิบัติ ในการส่งเสริมกิจกรรมทางกายให้กับหน่วยงานอื่น ๆ เพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง (3, 4, 11, 24 และ 20 แห่ง ตามลำดับ) ดังแผนภูมิต่อไปนี้





โดยในปี พ.ศ.2565 นี้ กรมอนามัย โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ได้เพิ่มรางวัลโรงเรียนพระปริยัติธรรมที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ให้แก่โรงเรียนพระปริยัติธรรมที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) และรางวัลโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี ให้แก่โรงเรียนภายใต้แผนพัฒนาเด็กและเยาวชนในถิ่นทุรกันดาร ตามพระราชดำริของสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ซึ่งมีโรงเรียนสามารถยกระดับเป็นโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี จำนวน 1 แห่ง ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้

แผนที่แสดงโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)

ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทยสูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี

ประจำปีงบประมาณ 2565 จำนวน 1 โรงเรียน

โรงเรียนนาเพียงสว่างวิทยานุกูล
อำเภอกุสุมาลย์ จังหวัดสกลนคร

ได้รับรางวัลโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice)
ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี
ประจำปีงบประมาณ 2565

จ.สกลนคร

โรงเรียนนาเพียงสว่างวิทยานุกูล
อ.กุสุมาลย์ จ.สกลนคร

***แผนที่ประเทศไทย

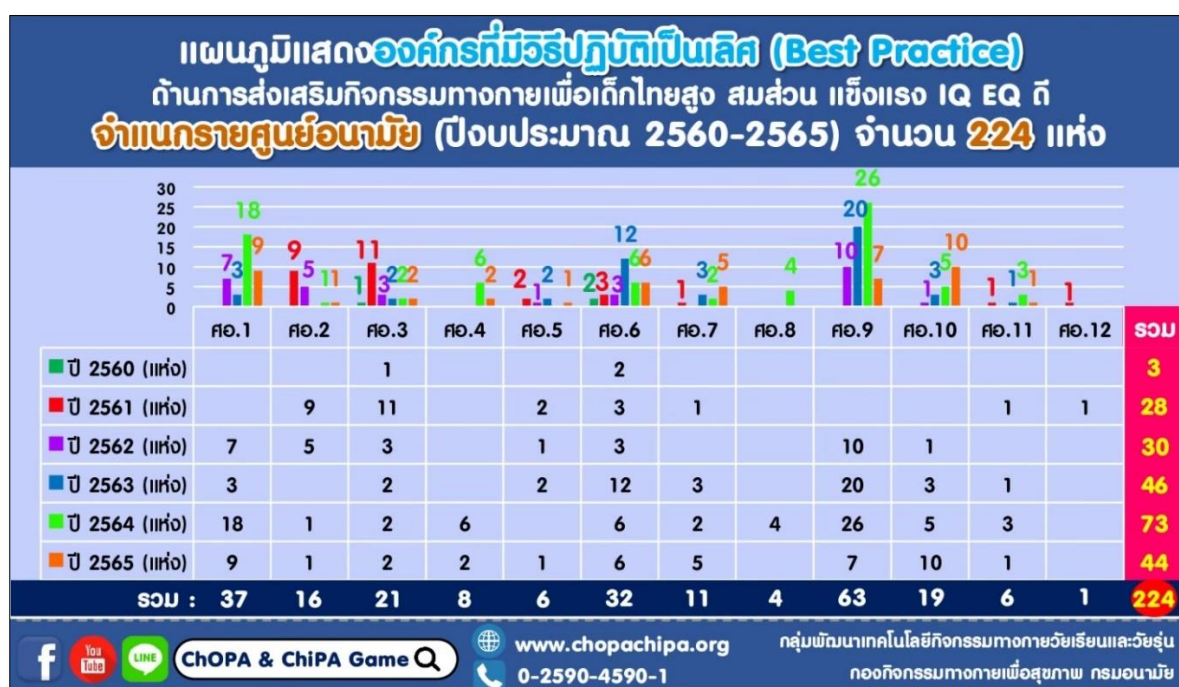
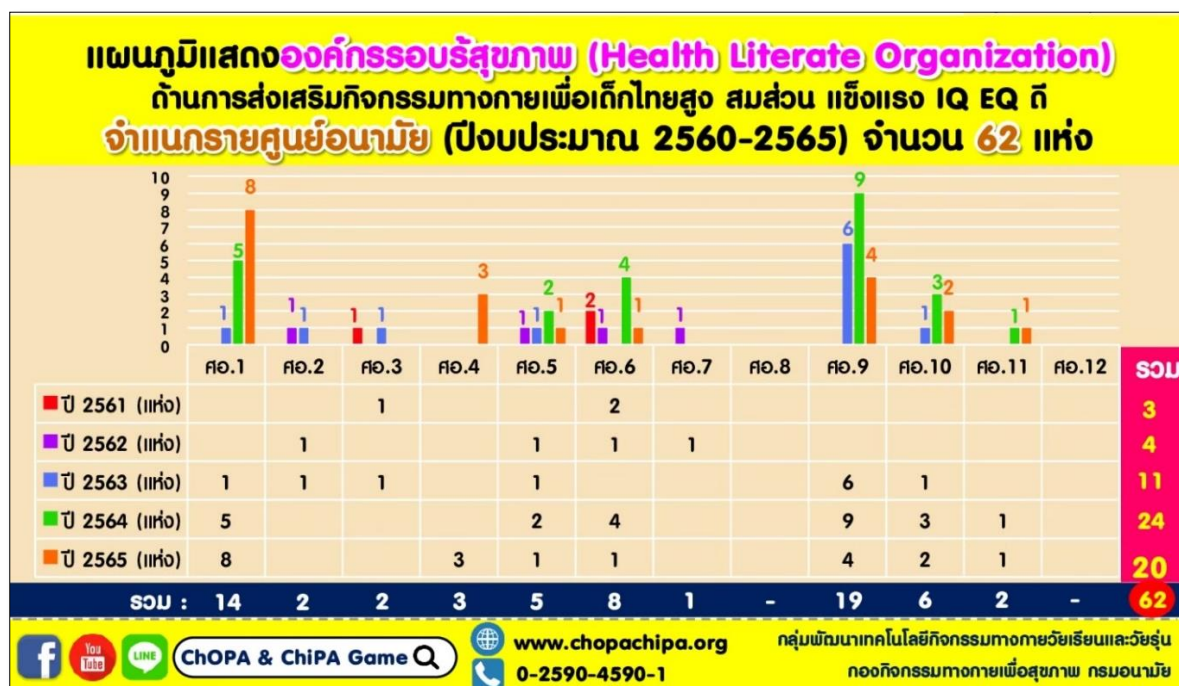
ข้อมูล ณ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2565

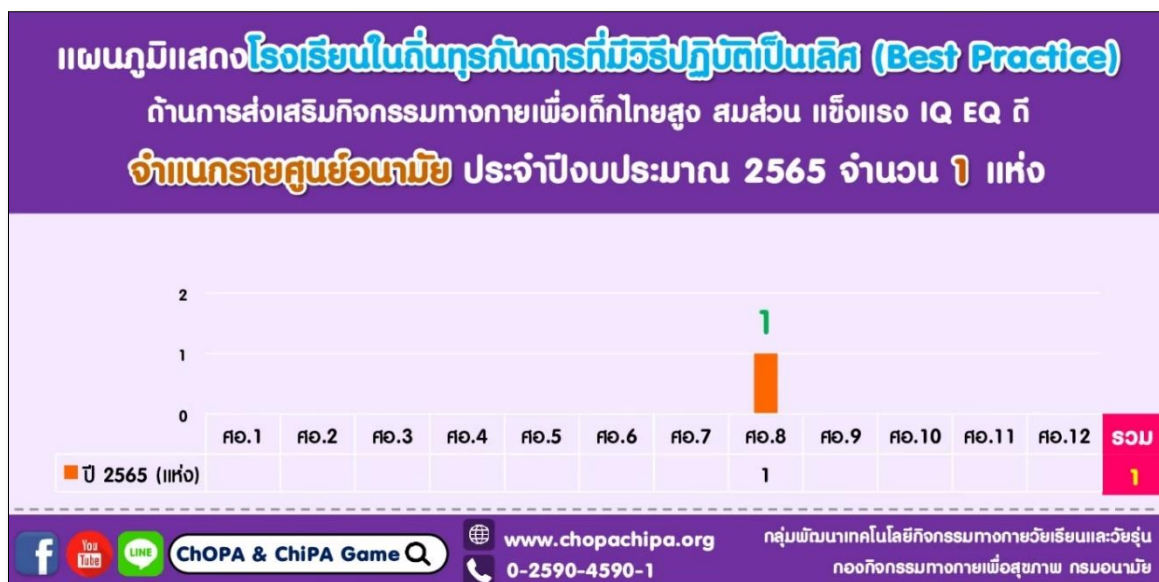
ส่งผลให้ปัจจุบันมีองค์กรต้นแบบและองค์กรรอบรู้ด้านกิจกรรมทางกาย ครอบคลุมทั่วทุกภูมิภาค
ในประเทศ จำนวนทั้งสิ้น 287 แห่ง

1.3 ผลผลิต/ผลลัพธ์ระดับ Le (Level) ของผลการดำเนินการขับเคลื่อนงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่นในปัจจุบัน

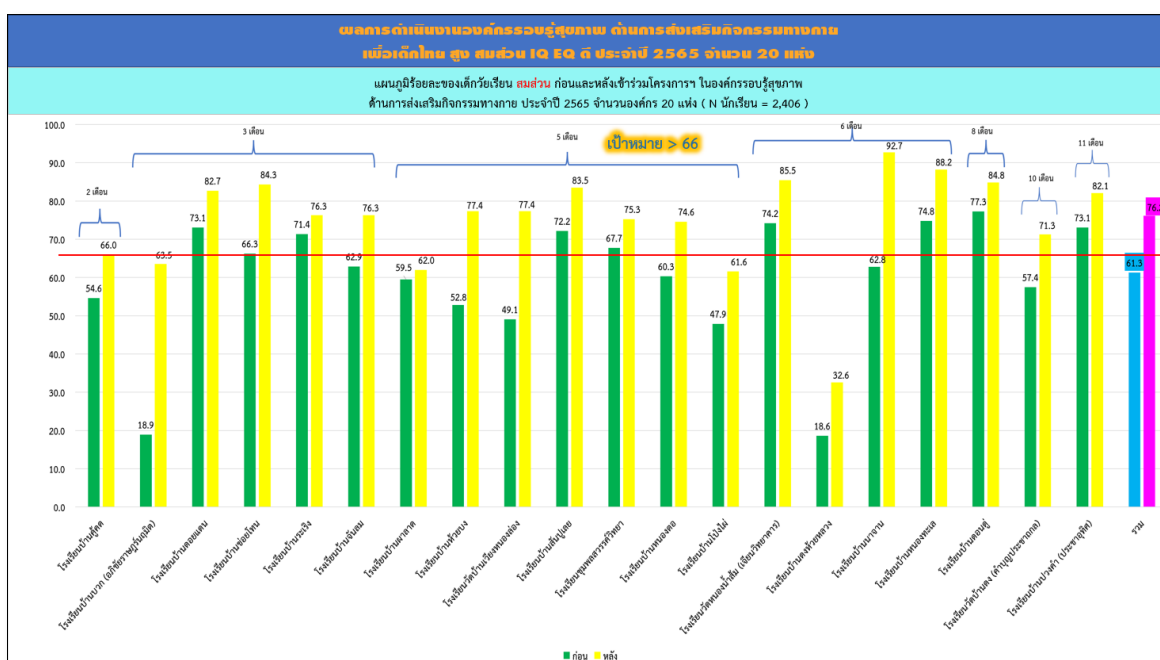
การดำเนินงานในปีงบประมาณ 2565 รอบ 5 เดือนแรก ที่ผ่านมา มีโรงเรียนสมัครเข้าร่วมการยกระดับ
เป็นโรงเรียนต้นแบบด้านกิจกรรมทางกาย จำนวนทั้งสิ้น 364 แห่ง ประกอบด้วย องค์กรที่มีความรอบรู้
สุขภาพ (Health Literate Organization: HLO) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน
แข็งแรง IQ EQ ดี จำนวน 52 แห่ง ผ่านเกณฑ์การประเมิน 20 แห่ง และมีโรงเรียนที่สมัครเข้าร่วมเป็นองค์กร
ที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย เพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ
EQ ดี จำนวน 303 แห่ง ผ่านเกณฑ์การประเมิน จำนวน 44 แห่ง โรงเรียนพระปริยัติธรรมที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ
(Best Practice) จำนวน 3 แห่ง และโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการ
ส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กไทย สูง สมส่วน แข็งแรง IQ EQ ดี จำนวน 6 แห่ง ผ่านเกณฑ์การประเมิน

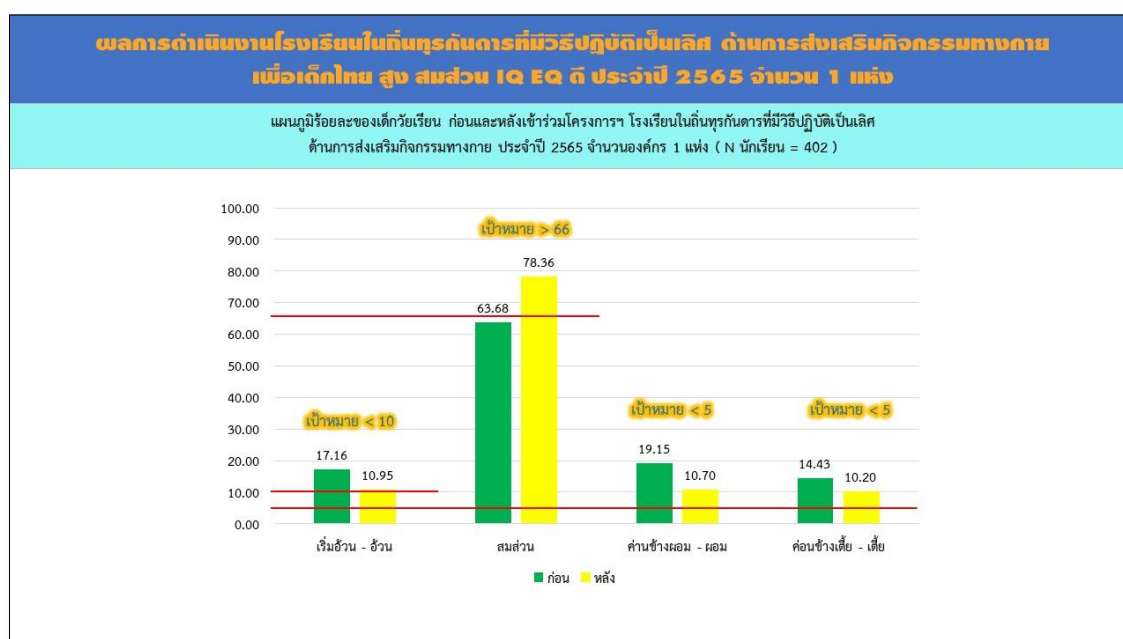
จำนวน 1 แห่ง โดยระยะ 6 ปีที่ผ่านมา พบว่ามีโรงเรียนองค์กรที่มีความรอบรู้สุขภาพ จำนวน 62 แห่ง และเป็นองค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ จำนวน 224 แห่ง และโรงเรียนในถิ่นทุรกันดารที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (Best Practice) ด้านการส่งเสริมกิจกรรมทางกาย จำนวน 1 แห่ง โดยครอบคลุมทุกศูนย์อนามัย ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



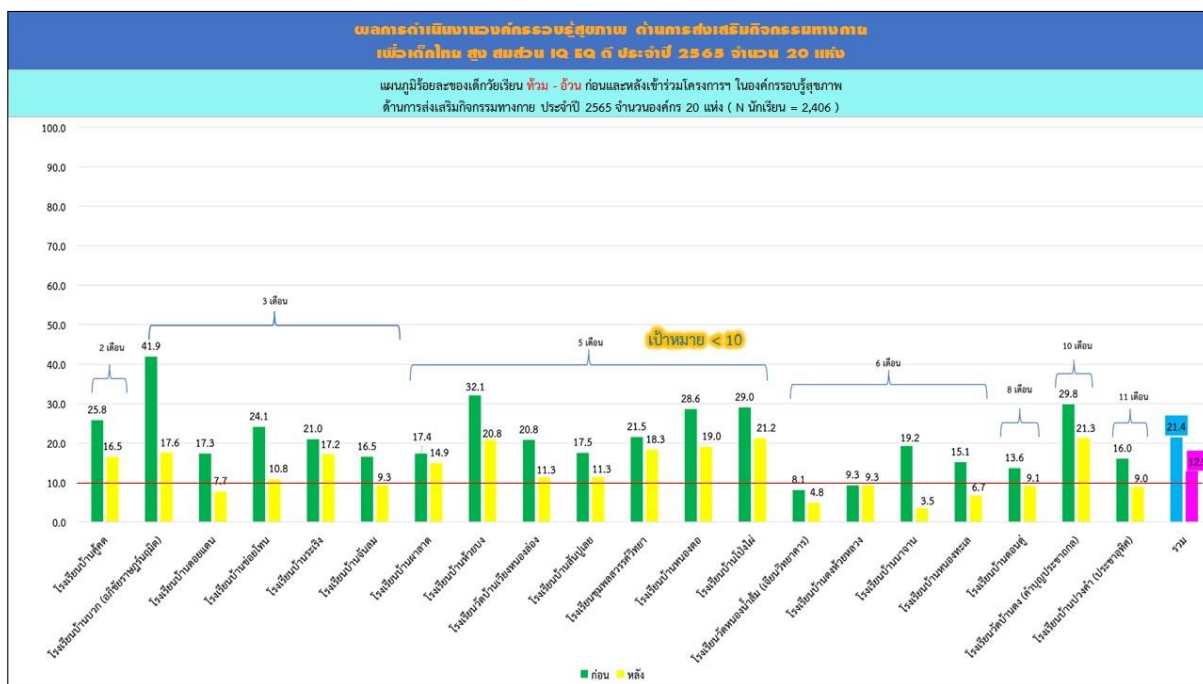


โดยพบว่า ร้อยละของเด็กวัยเรียน **สมส่วน** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์การรอบรู้ด้านสุขภาพ (HLO)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 2,406 คน มีนักเรียนมีภาวะ**สมส่วนเพิ่มขึ้น** จากร้อยละ 61.3 เพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 76.2 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้

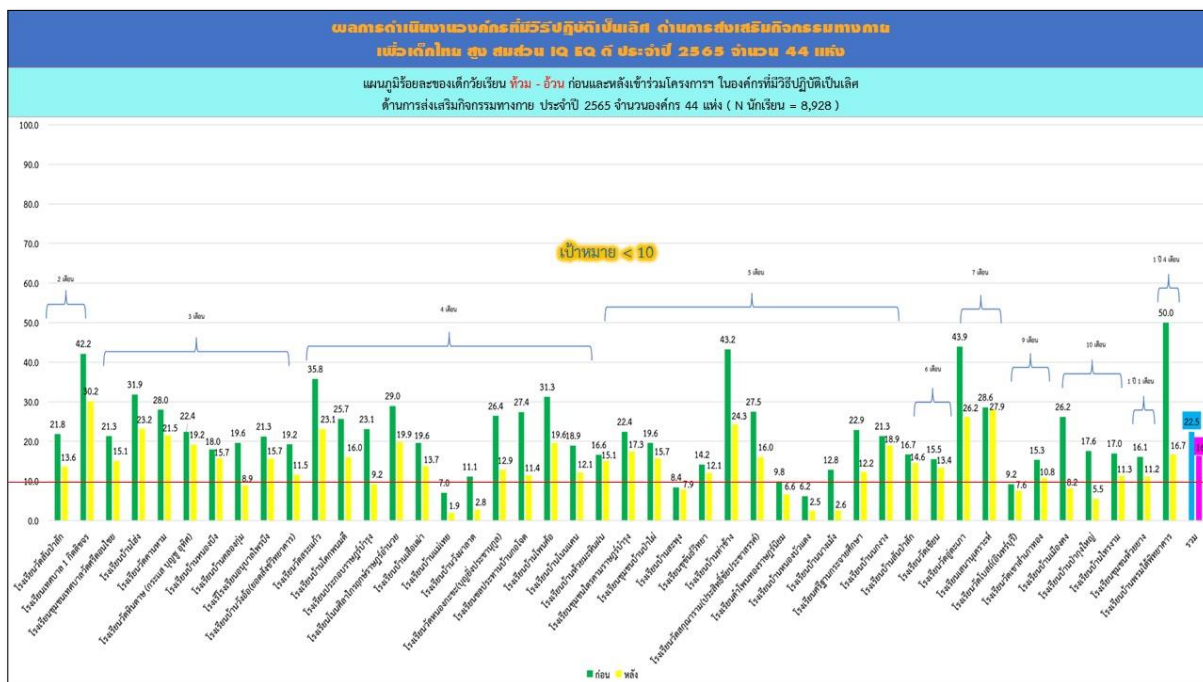




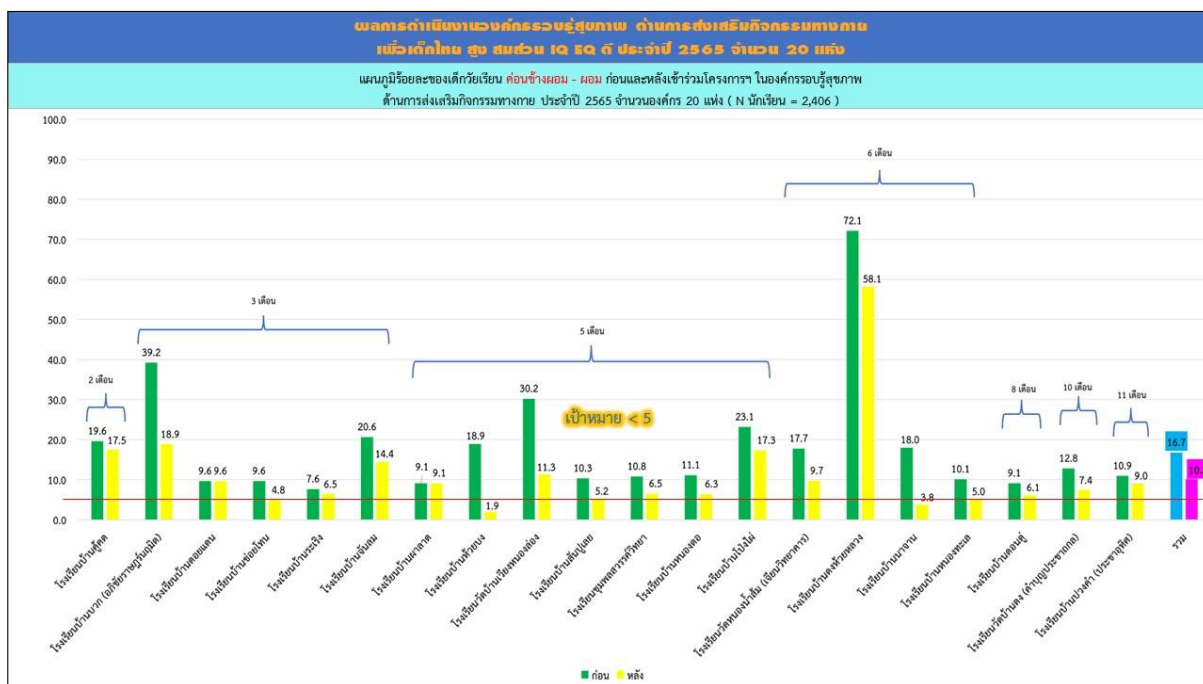
ร้อยละของเด็กวัยเรียน **ท้วม - อ้วน** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (HLO)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 2,406 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ท้วม - อ้วน** ลดลงจากร้อยละ 21.1 ลดเป็นร้อยละ 12.9 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



ร้อยละของเด็กวัยเรียน **ท้วม - อ้วน** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศ (BP)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 8,928 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ท้วม - อ้วน** ลดลงจากร้อยละ 22.5 ลดเป็นร้อยละ 16.4 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



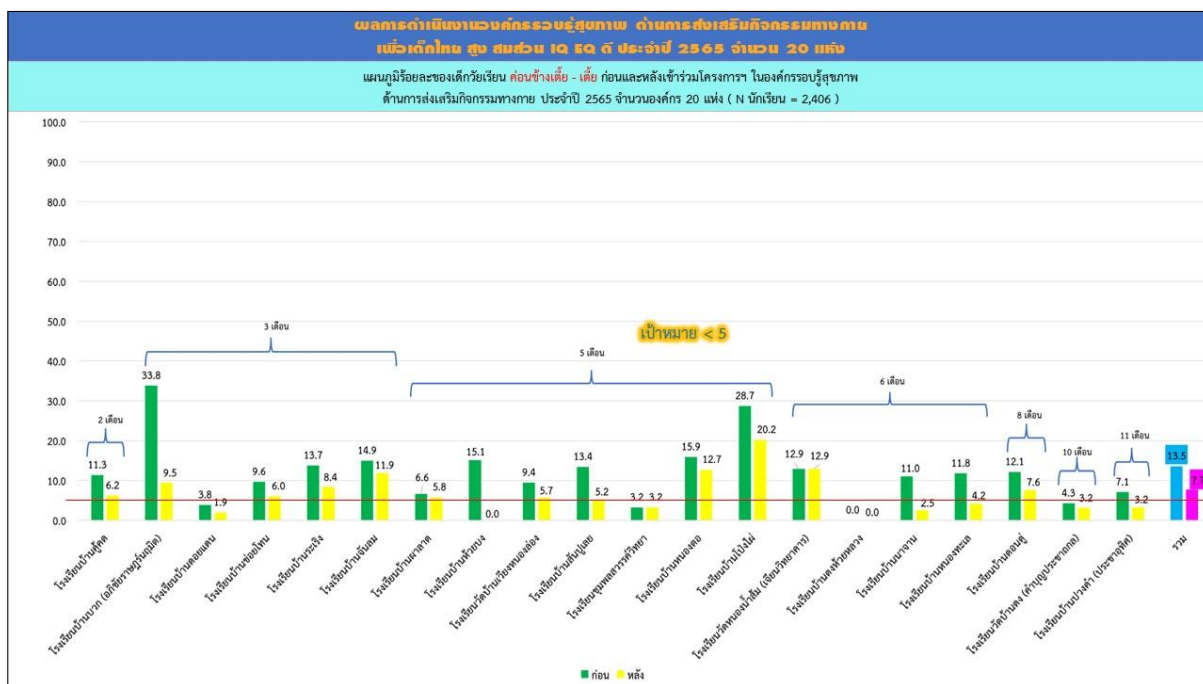
ร้อยละของเด็กร้ายเรียน **ค่อนข้างพอม-พอม** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรออรู**ด้านสุขภาพ (HLO) ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 2,406 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ค่อนข้างพอม-พอม** ลดลง จากร้อยละ 16.7 ลดเป็นร้อยละ 10.2 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



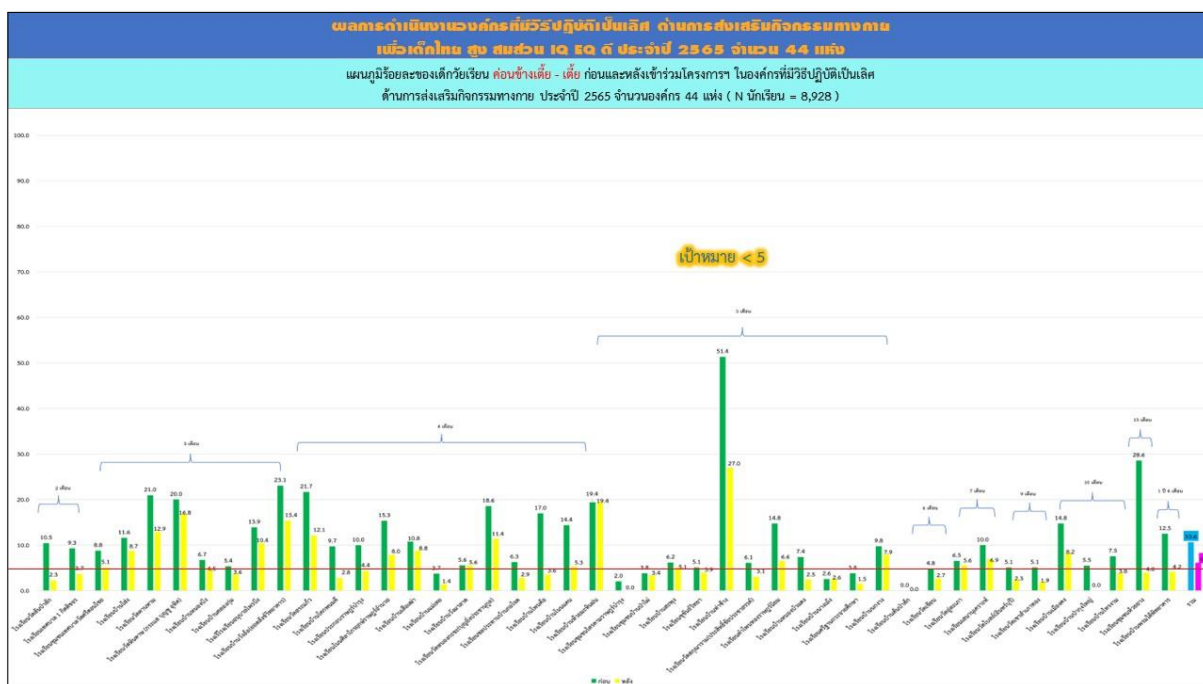
ร้อยละของเด็กวัยเรียน **ค่อนข้างผอม-ผอม** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรที่มีวิธีปฏิบัติเป็นเลิศ (BP)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 8,928 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ค่อนข้างผอม-ผอม** ลดลง จากร้อยละ 11.4 ลดเป็นร้อยละ 7.4 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



ร้อยละของเด็กวัยเรียน **ค่อนข้างดี-ดี** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรรอบรู้ด้านสุขภาพ (HLO)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 2,406 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ค่อนข้างดี-ดี** ลดลง จากร้อยละ 13.5 ลดเป็นร้อยละ 7.7 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



ร้อยละของเด็กวัยเรียน **ค่อนข้างดี-ดี** ก่อนและหลังเข้าร่วมโครงการใน**องค์กรที่มีวิถีปฏิบัติเป็นเลิศ (BP)** ประจำปี 2565 จะเห็นว่า มีนักเรียนเข้าร่วมโครงการทั้งหมด 8,928 คน มีนักเรียนมีภาวะ**ค่อนข้างดี-ดี** ลดลง จากร้อยละ 10.6 ลดเป็นร้อยละ 6.1 ดังที่ปรากฏในแผนภูมิ ต่อไปนี้



แหล่งอ้างอิง

1. WHO. WHO GUIDELINES ON PHYSICAL ACTIVITY AND SEDENTARY BEHAVIOUR [อินเทอร์เน็ต]; [เข้าถึงเมื่อ 15 มี.ค.65]. เข้าถึงได้จาก: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336657/9789240015111-eng.pdf>
2. วณิสรา เจริญรัมย์, นันทวัน ป้อมค่าย, คมกฤษ ตะเพียนทอง และณรากร วงษ์สิงห์. https://tpak.or.th/th/article_print/65
3. Dunton GF, Do B, Wang SD. (2020). Early effects of the COVID-19 pandemic on physical activity and sedentary behavior in children living in the U.S. BMC public health. 2020;20(1):1351.
4. Bourdas DI, Zacharakis ED. Impact of COVID-19 Lockdown on Physical Activity in a Sample of Greek Adults. Sports (Basel). 2020;8(10):139.
5. กระทรวงสาธารณสุข. รายงานตามตัวชี้วัดกระทรวง ปี 2564 [อินเทอร์เน็ต]; [เข้าถึงเมื่อ 15 มี.ค.65]. เข้าถึงได้จาก: https://hdcservice.moph.go.th/hdc/reports/page_kpi.php?flag_kpi_level=1&flag_kpi_year=2021
6. วิชัย เอกพลากร. บรรณาธิการ. รายงานการสำรวจสุขภาพประชาชนไทยโดยการตรวจร่างกาย ครั้งที่5 พ.ศ. 2557. นนทบุรี: สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข. 2557.
7. ปิยวัฒน์ เกตุวงศา, กรรณก พงษ์ประดิษฐ์. บรรณาธิการ. ฟันกิจกรรมทางกายในประเทศไทยหลังวิกฤตโควิด-19: Regenerating physical activity in Thailand after COVID-19 pandemic/, บรรณาธิการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. นครปฐม: ศูนย์พัฒนาองค์ความรู้ด้านกิจกรรมทางกายประเทศไทย สถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2563.