

กรอบการคัดเลือกตัวชี้วัดด้าน “สุขภาพดี” (4ดี วิธีพอเพียง)

เน้น health literacy ส่งเสริมสุขภาพแล้วไม่เจ็บป่วย สุขภาพดีไม่ต้องไปหาหมอ 3อ2ส1พ

3 อ. 2 ส. 1 พ.	ชื่อตัวชี้วัด	แหล่งข้อมูล
อาหาร	ครัวเรือนกินอาหารถูกสุขลักษณะ ปลอดภัย และได้มาตรฐาน	จปฐ.
ออกกำลังกาย	คนอายุ 6 ปีขึ้นไป ออกกำลังกายอย่างน้อยสัปดาห์ละ 3 วัน ๆ ละ 30 นาที	จปฐ.
	ร้อยละของประชาชนวัยทำงานอายุ 30 - 44 ปี มีค่าดัชนีมวลกายปกติ	กสธ. (HDC)
อารมณ์ดี	ดัชนีชี้วัดสุขภาพจิตคนไทย	กรมสุขภาพจิต(สำรวจ)
	ดัชนีชี้วัดความสุขคนไทย	กรมสุขภาพจิต(สำรวจ)
ไม่สูบบุหรี่	คนในครัวเรือนไม่สูบบุหรี่	จปฐ.
งดดื่มสุรา	คนในครัวเรือนไม่ดื่มสุรา	จปฐ.
แปรงฟันวันละ 2 ครั้ง	ร้อยละของเด็กกลุ่มอายุ 0-12 ปี ฟันดีไม่มีผุ (cavity free)	กสธ. (HDC)