



ที่ อบ ๐๑๓๓ / ๓๓๖

สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองอุบลราชธานี  
ถนนศรีณรงค์ อ.เมือง จ.อุบลราชธานี ๓๔๐๐๐

๒ เมษายน ๒๕๖๗

เรื่อง ขอความร่วมมือผู้สำรวจคุณภาพเกลือบริโภคเสริมไอโอดีน

เรียน ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลยางลุ่ม/ปทุม/กระโสบ/ปะอาว/ด้ามพร้าวและหนองขอน

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑.แบบรายงานการสำรวจคุณภาพเกลือบริโภคเสริมไอโอดีน โดยใช้ I - kit จำนวน ๑ ชุด  
๒. แบบประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน จำนวน ๑ ฉบับ  
๓. QR code แบบประเมินร้านค้า ร้านอาหารใช้เครื่องปรุงเสริมไอโอดีน จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ ศูนย์อนามัยที่ ๑๐ อุบลราชธานี ขอความร่วมมือผู้รับผิดชอบงานโครงการควบคุมและป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนแห่งชาติ ปี ๒๕๖๗ ซึ่งมีกิจกรรมเฝ้าระวังเกลือบริโภคเสริมไอโอดีนในครัวเรือนให้อยู่ในเกณฑ์มาตรฐานคือ มีปริมาณไอโอดีน ๒๐-๔๐ ppm ต่อเกลือ ๑ กิโลกรัม โดยการสุ่มตัวอย่างเกลือบริโภคในครัวเรือนทุกหมู่บ้านในพื้นที่รับผิดชอบมาทดสอบด้วยชุดทดสอบไอโอดีนในเกลือไอโอดีน (I-Kid) และประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน ร้านค้า/ร้านอาหารที่ใช้เครื่องปรุงเสริมไอโอดีนผ่านแพลตฟอร์มอนามัยไอโอดีน นั้น

ในการนี้ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองอุบลราชธานี จึงขอความร่วมมือแจ้งให้ผู้รับผิดชอบงานอนามัยแม่และเด็กในหน่วยงานท่านมารับชุดทดสอบไอโอดีนในเกลือบริโภคเสริมไอโอดีน (I-kit) เพื่อใช้ในการสำรวจคุณภาพเกลือบริโภคเสริมไอโอดีนในครัวเรือนทุกหมู่บ้านในพื้นที่รับผิดชอบของท่าน จำนวนแห่งละ ๑๐๐ ครัวเรือน ซึ่งดำเนินการในช่วงเดือนเมษายน - พฤษภาคม ๒๕๖๗ และประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน ร้านค้า/ร้านอาหารที่ใช้เครื่องปรุงเสริมไอโอดีนผ่านแพลตฟอร์มอนามัยไอโอดีนตาม QR code พร้อมส่งรายงานผลการตรวจตามแบบรายงานมายังฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขอำเภอเมืองอุบลราชธานี ภายในวันที่ ๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๗ รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายอุทัย นิปัจการสุนทร)  
สาธารณสุขอำเภอเมืองอุบลราชธานี

ฝ่ายส่งเสริมสุขภาพ/เวชปฏิบัติครอบครัว

โทร ๐๔๕-๒๔๒-๗๘๑ โทรสาร ๐๔๕-๒๔๔-๘๓๐

ผู้ประสานงาน นางสาวกนกวรรณ ลอยนวล โทร. ๐๘๕-๒๗๙-๗๗๑๕



“๒๓๑ ปี” คือ การครบวาระการก่อตั้งจังหวัดอุบลราชธานี ครบ ๒๓๑ ปี ในปี พ.ศ. ๒๕๖๖

“รุ่งเรือง” คือ ความเจริญรุ่งเรืองของจังหวัดอุบลราชธานี จากอดีตสู่ปัจจุบัน




“เมืองธรรม” คือ เมืองแห่งธรรมะ เมืองแห่งวัฒนธรรม และเมืองแห่งธรรมชาติ





## การประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน โดยใช้ Google Form ปี 2567

ท่านสามารถประเมิน ชุมชนหมู่บ้านไอโอดีนในระดับเหรียญทอง เหรียญเงิน เหรียญทองแดง โดยใช้ Google Form สำหรับการประเมินในปี 2567 ได้ล่วงหน้าก่อน ระหว่างรอการปรับระบบแพลตฟอร์มไอโอดีน จาก Link และ OR code ด้านล่างนี้

ศูนย์อนามัยที่ 10	
ระดับเหรียญ	Link และ OR code
ระดับเหรียญทอง	<a href="https://forms.gle/nxFotSjhwEAZy3gW8">https://forms.gle/nxFotSjhwEAZy3gW8</a> 
ระดับเหรียญเงิน	<a href="https://forms.gle/LcM5b8oyzj2GV5mb6">https://forms.gle/LcM5b8oyzj2GV5mb6</a> 
ระดับเหรียญทองแดง	<a href="https://forms.gle/Svyc7YyaVhh7mZBr6">https://forms.gle/Svyc7YyaVhh7mZBr6</a> 

ติดต่อสอบถามได้ที่ กลุ่มส่งเสริมโภชนาการด้านวิตามินและแร่ธาตุ สำนักโภชนาการ กรมอนามัย โทร 02 590 4945 หรือ 02 590 4335 หรือ 02 590 4306



กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

แบบฟอร์ม 1 : แบบประเมินผลการดำเนินงาน "ชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน"

คำชี้แจง : ให้ทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างระดับผลการประเมินให้ตรงกับการดำเนินการจริงของพื้นที่ที่  
เข้ารับการประเมินมากที่สุด

เกณฑ์การประเมิน	มี (1 คะแนน)	ไม่มี (0 คะแนน)
องค์ประกอบที่ 1 : กระบวนการขับเคลื่อน "ชุมชน/หมู่บ้านไอโอดีน"		
ตัวชี้วัดที่ 1.1 : ชุมชน/หมู่บ้าน มีนโยบายและมาตรการควบคุม ป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน		
เกณฑ์การประเมินพิจารณาจาก		
1. มีการแต่งตั้งคณะทำงานเพื่อกำหนดนโยบายและมาตรการการ ควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน โดยมีผู้นำชุมชนและประชาชน ร่วมเป็นคณะทำงาน		
2. มีการประกาศนโยบายและมาตรการการควบคุมป้องกันโรคขาด สารไอโอดีนอย่างเป็นทางการเป็นลายลักษณ์อักษร		
3. มีการสื่อสารนโยบายและมาตรการการควบคุมป้องกันโรคขาดสาร ไอโอดีนให้ผู้ที่เกี่ยวข้องและประชาชนทราบอย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง		
4. มีการนำนโยบาย / มาตรการสู่การปฏิบัติ และมีแผนปฏิบัติงาน รองรับ		
รวมคะแนนตัวชี้วัดที่ 1.1 =	..... คะแนน	
ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.1 : ( ) 4 คะแนน = ดีมาก ( ) 3 คะแนน = ดี ( ) 2 คะแนน = พอใช้ ( ) 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ		



เกณฑ์การประเมิน	มี (1 คะแนน)	ไม่มี (0 คะแนน)
ตัวชี้วัดที่ 1.2 : ผู้นำชุมชนและแกนนำชุมชน/หมู่บ้าน และประชาชน- มีความรู้ และปฏิบัติเรื่องการควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีนได้		
เกณฑ์การประเมินพิจารณาจาก		
1. ผู้นำชุมชนและแกนนำชุมชน/หมู่บ้าน (ได้แก่ ผู้ใหญ่บ้าน อสม. คณะกรรมการหมู่บ้าน สมาชิกสภาท้องถิ่น) ได้รับความรู้เรื่องการ ควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน และมีการสื่อสารให้ประชาชน มีความรู้ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง		
2. ประชาชนได้รับความรู้เรื่องการควบคุมป้องกันโรคขาดสารไอโอดีน		
3. มีการประเมินความรู้และการปฏิบัติเรื่องการควบคุมป้องกันโรค ขาดสารไอโอดีนของผู้นำชุมชน แกนนำชุมชน/หมู่บ้าน และประชาชน อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง		
4. มีการจัดกิจกรรมรณรงค์ ประชาสัมพันธ์ เรื่องการควบคุมป้องกัน โรคขาดสารไอโอดีน อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง		
รวมคะแนนตัวชี้วัดที่ 1.2 =	..... คะแนน	
<p>ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.2 : ( ) 4 คะแนน = ดีมาก ( ) 3 คะแนน = ดี  ( ) 2 คะแนน = พอใช้ ( ) 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ</p>		



กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข

เกณฑ์การประเมิน	มี (1 คะแนน)	ไม่มี (0 คะแนน)
ตัวชี้วัดที่ 1.3 : มีการสุ่มตรวจคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ณ แหล่งผลิต (ถ้ามี) สถานที่จำหน่าย ร้านอาหาร ครั้วเรือน ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และโรงเรียน ปีละ 2 ครั้ง		
เกณฑ์การประเมินพิจารณาจาก		
1. แหล่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีนในชุมชน/หมู่บ้าน <input type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี ได้รับการตรวจสอบคุณภาพเกลือ โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข		
2. สถานที่จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีน (ร้านค้า ร้านขายของชำ รถเร่ ตลาดนัด ฯลฯ) ในชุมชน/หมู่บ้านได้รับการตรวจสอบคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน โดยเจ้าหน้าที่สาธารณสุข และหรือ อสม.		
3. อสม. อย.น้อย. แกนนำนักเรียน หรือบุคคลที่เหมาะสมตรวจสอบคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ณ ครั้วเรือน โดยใช้ I-kit		
4. อสม. อย.น้อย. แกนนำนักเรียน หรือบุคคลที่เหมาะสมตรวจสอบคุณภาพเกลือเสริมไอโอดีน ณ ร้านอาหาร (ถ้ามี) แผงลอย (ถ้ามี) ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ถ้ามี) และโรงเรียน (ถ้ามี) โดยใช้ I-kit		
รวมคะแนนตัวชี้วัดที่ 1.3 =	..... คะแนน	
ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.3 (กรณีมีแหล่งผลิต) :		
<input type="checkbox"/> 4 คะแนน = ดีมาก <input type="checkbox"/> 3 คะแนน = ดี <input type="checkbox"/> 2 คะแนน = พอใช้ <input type="checkbox"/> 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ		
ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.3 (กรณีไม่มีแหล่งผลิต) :		
<input type="checkbox"/> 4 คะแนน = ดีมาก <input type="checkbox"/> 3 คะแนน = ดี <input type="checkbox"/> 2 คะแนน = พอใช้ <input type="checkbox"/> 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ		
รวมระดับผลการประเมินองค์ประกอบที่ 1 (ตัวชี้วัดที่ 1.1 + 1.2 + 1.3) =	..... คะแนน	

หมายเหตุ : กรณีชุมชน/หมู่บ้านไม่มีแหล่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีน ให้ ✓ ในช่อง  ไม่มี และไม่ต้งนำมาคิดคะแนน โดยคะแนนเต็มในตัวชี้วัดที่ 1.3 สำหรับชุมชน/หมู่บ้าน ที่ไม่มีแหล่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีน เท่ากับ 3 คะแนน ส่วนชุมชน/หมู่บ้านที่มีแหล่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีน คะแนนเต็มเท่ากับ 4 คะแนน



เกณฑ์การประเมิน	มี (1 คะแนน)	ไม่มี (0 คะแนน)
ตัวชี้วัดที่ 1.4 : หญิงตั้งครรภ์ทุกคนที่มาฝากครรภ์ในสถานบริการสาธารณสุขได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน		
เกณฑ์การประเมินพิจารณาจาก		
1. สถานบริการสาธารณสุขในชุมชน/หมู่บ้าน <input type="checkbox"/> มี <input type="checkbox"/> ไม่มี มีการจ่ายยาเม็ดเสริมไอโอดีนในคลินิกฝากครรภ์		
2. หญิงตั้งครรภ์ทุกคน มาฝากครรภ์ในสถานบริการสาธารณสุข		
3. บุคลากร/เจ้าหน้าที่สาธารณสุข ในสถานบริการสาธารณสุข ตระหนักถึงความสำคัญของการจ่ายยาเม็ดเสริมไอโอดีน ให้หญิงตั้งครรภ์		
4. อสม. มีการติดตามหญิงตั้งครรภ์ให้มาฝากครรภ์เร็ว และให้ได้รับยาเม็ดเสริมไอโอดีน		
รวมคะแนนตัวชี้วัดที่ 1.4 =	..... คะแนน	
ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.4 (กรณีมีแหล่งผลิต) :		
( ) 4 คะแนน = ดีมาก ( ) 3 คะแนน = ดี ( ) 2 คะแนน = พอใช้ ( ) 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ		
ระดับผลการประเมินตัวชี้วัดที่ 1.4 (กรณีไม่มีแหล่งผลิต) :		
( ) 4 คะแนน = ดีมาก ( ) 3 คะแนน = ดี ( ) 2 คะแนน = พอใช้ ( ) 1 คะแนน = ยังไม่น่าพอใจ		
รวมระดับผลการประเมินองค์ประกอบที่ 1 (ตัวชี้วัดที่ 1.1 + 1.2 + 1.3 + 1.4) =	..... คะแนน	

หมายเหตุ :

กรณีชุมชน/หมู่บ้านไม่มีสถานบริการสาธารณสุข ให้ ✓ ในช่อง ( ) ไม่มี และไม่ต้องนำมาคิดคะแนน โดยคะแนนเต็มในตัวชี้วัดที่ 1.4 สำหรับชุมชน/หมู่บ้าน ที่ไม่มีสถานบริการสาธารณสุข เท่ากับ 3 คะแนน ส่วนชุมชน/หมู่บ้านที่มีสถานบริการสาธารณสุข คะแนนเต็มเท่ากับ 4 คะแนน





เกณฑ์การประเมิน	เป้าหมาย	ผลงาน	ระดับการประเมิน / คะแนน			
			ดีมาก	ดี	พอใช้	ยังไม่น่าพอใจ
			4 คะแนน	3 คะแนน	2 คะแนน	1 คะแนน
องค์ประกอบที่ 2 : ระดับความสำเร็จในการควบคุมป้องกัน โรคขาดสารไอโอดีนของชุมชน/หมู่บ้าน						
ตัวชี้วัดที่ 2.1 : แหล่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีนในชุมชน/หมู่บ้าน (ถ้ามี) ทุกแห่งผลิตเกลือเสริมไอโอดีนได้คุณภาพตามมาตรฐานที่กฎหมายกำหนด <input type="checkbox"/> มีแหล่งผลิต <input type="checkbox"/> ไม่มีแหล่งผลิต	100% ..... แห่ง	.....% ..... แห่ง	≥80%	70-79%	60-69%	< 60%
ตัวชี้วัดที่ 2.2 : *สถานที่จำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนทุกแห่งจำหน่ายเกลือเสริมไอโอดีนและผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนที่ได้คุณภาพ	100% ..... แห่ง	.....% ..... แห่ง	≥80%	70-79%	60-69%	< 60%
ตัวชี้วัดที่ 2.3 : คร่าวเรือนมีการใช้เกลือเสริมไอโอดีนคุณภาพมากกว่าหรือเท่ากับร้อยละ 90	>90% - คร่าวเรือน	.....% ..... คร่าวเรือน	>90%	80-89%	70-79%	<70%
ตัวชี้วัดที่ 2.4 : ร้านอาหาร (ถ้ามี) แผงลอย (ถ้ามี) ทุกแห่งในชุมชน/หมู่บ้านมีการใช้เกลือเสริมไอโอดีนและหรือผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนคุณภาพปรุงและประกอบอาหาร	100% ..... ร้าน	.....% ..... ร้าน	>80%	70-79%	60-69%	<60%
ตัวชี้วัดที่ 2.5 : ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก (ถ้ามี) ทุกแห่งในชุมชน/หมู่บ้านมีการใช้เกลือเสริมไอโอดีนและหรือผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนคุณภาพปรุงและประกอบอาหารให้เด็กบริโภค <input type="checkbox"/> มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก <input type="checkbox"/> ไม่มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก	100% ..... แห่ง	.....% ..... แห่ง	100%	85-99%	70-84%	<70%

\* สถานที่จำหน่าย เช่น ร้านค้า ร้านขายของชำ รถเร่ ตลาดนัด ฯลฯ  
ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน ได้แก่ น้ำปลา น้ำเกลือปรุงรส และซอส ซีอิ๊ว ที่ทำจากถั่วเหลือง





เกณฑ์การประเมิน	เป้าหมาย	ผลงาน	ระดับการประเมิน / คะแนน			
			ดีมาก	ดี	พอใช้	ยังไม่น่าพอใจ
			4 คะแนน	3 คะแนน	2 คะแนน	1 คะแนน
ตัวชี้วัดที่ 2.6 : โรงเรียน (ถ้ามี) ทุกแห่งในชุมชน/หมู่บ้าน มีการใช้เกลือเสริมไอโอดีนและหรือผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนที่ได้คุณภาพปรุงและประกอบอาหารให้เด็กบริโภค ( ) มีโรงเรียน ( ) ไม่มีโรงเรียน	100%	.....%	100%	85-99%	70-84%	<70%
รวมระดับผลการประเมินองค์ประกอบที่ 2 (ตัวชี้วัดที่ 2.1 + 2.2 + 2.3 + 2.4 + 2.5 + 2.6)		=	..... คะแนน			
รวมระดับผลการประเมินองค์ประกอบที่ 1 + 2		=	..... คะแนน			
( ) ผ่านเกณฑ์การประเมิน (คะแนนเฉลี่ยโดยรวม > 3.00 คะแนน) = การดำเนินงานอยู่ในระดับดี						
( ) ไม่ผ่านเกณฑ์การประเมิน (คะแนนเฉลี่ยโดยรวม < 3.00 คะแนน) = การดำเนินงานต้องปรับปรุง						

- หมายเหตุ :
- กรณีที่ในชุมชน/หมู่บ้าน ไม่มีแหล่งผลิต/ไม่มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และหรือไม่มีโรงเรียน ไม่ต้องใส่ข้อมูลในช่องเป้าหมาย ผลงาน และไม่นำมานับคะแนน สำหรับคะแนนเต็มให้นับเฉพาะตัวชี้วัดที่ตอบว่า มี
  - กรณีที่ในชุมชน/หมู่บ้าน ไต ตอบว่า มีแหล่งผลิต/มีศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก และหรือมีโรงเรียน ให้ใส่ข้อมูลในช่องเป้าหมาย ผลงาน และคะแนนที่ได้ ในช่องระดับคุณภาพ ตาม % ผลงานที่ดำเนินการได้ในแต่ละตัวชี้วัด
  - ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน ได้แก่ น้ำปลา น้ำเกลือปรุงรส และซอส ซีอิ๊ว ที่ทำจากถั่วเหลือง

การประเมินร้านค้าและร้านอาหาร โดยใช้ Google Form ปี 2567

ศูนย์อนามัยที่ 10

การประเมินร้านค้า/ร้านอาหาร	Link และ OR code
ร้านค้า	<a href="https://forms.gle/5NjKKikqgCRrLJnq5">https://forms.gle/5NjKKikqgCRrLJnq5</a> 
ร้านอาหาร	<a href="https://forms.gle/dkNdso9jCivQFtks9">https://forms.gle/dkNdso9jCivQFtks9</a> 



เอกสารเพิ่มเติมการประเมินชุมชนหมู่บ้านไอโอดีน โดยใช้ Google Form ปี 2567

ติดต่อสอบถามได้ที่ กลุ่มส่งเสริมโภชนาการด้านวิตามินและแร่ธาตุ สำนักโภชนาการ กรมอนามัย  
โทร 02 590 4945 หรือ 02 590 4335 หรือ 02 590 4306



## การประเมินร้านค้าและร้านอาหาร โดยใช้ Google Form ปี 2567

### การประเมินร้านค้าที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนผ่าน Google Form ปี 2567

ผู้ประกอบการร้านค้าที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน เช่น เกลือ น้ำปลา น้ำเกลือ ซอส ซีอิ๊ว เป็นต้น สามารถประเมินตนเองโดยการตอบคำถามทั้งหมด 5 ข้อ พร้อมแนบภาพถ่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนในร้านค้าของท่าน

- ประเมินตามความเป็นจริง กรณีผู้ประกอบการไม่สามารถใช้เครื่องมือสื่อสาร หรือไม่มีสัญญาณ Internet สามารถให้ผู้แทน เช่น บุคลากรสาธารณสุข หรือผู้แทนชุมชน หมู่บ้าน ประเมินได้ แต่เพียงท่านเดียวต่อร้าน และประเมิน 1 ครั้ง เท่านั้น
- ท่านสามารถประเมินร้านอาหาร ร้านค้า ผ่าน Google Form สำหรับการประเมินในปี 2567 ได้พลางก่อน ระหว่างรอการปรับระบบแพลตฟอร์มไอโอดีน จาก Link และ QR code ด้านล่างนี้

### การประเมินร้านอาหารที่ปรุงประกอบอาหารโดยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนผ่าน Google Form ปี 2567

ผู้ประกอบการร้านอาหาร โรงอาหาร หาบเร่ แผงลอย ฟู้ดทรัค โฮมเมต หรือ อื่น ๆ ที่ปรุงประกอบอาหารโดยใช้ผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน เช่น เกลือ น้ำปลา น้ำเกลือ ซอส ซีอิ๊ว เป็นต้น สามารถประเมินตนเองโดยการตอบคำถามทั้งหมด 5 ข้อ พร้อมแนบภาพถ่ายผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีนที่ร้านของท่านใช้ปรุงประกอบอาหาร