

แบบประเมินความเหมาะสมของเครื่องมือการสื่อสารและประชาสัมพันธ์เพื่อการเรียนรู้

Suitability assessment of material : SAM

ชื่อชุดสื่อการเรียนรู้ : ยึดหลัก ๓ล ในการป้องกัน COVID-19

https://hhdc.anamai.moph.go.th/ewt_dl_link.php?nid=2199&filename=questionnaire

วันที่ : ๘ สิงหาคม ๒๕๖๓

ชื่อผู้ประเมิน : นางสาวปวีตรา ไพทอง นักวิชาการสาธารณสุขปฏิบัติการ

คำแนะนำ

๑. อ่านข้อคำถามที่เป็นปัจจัยในการประเมินสื่อ (SAM) และเกณฑ์การประเมินด้านล่าง
๒. อ่านเนื้อหาสื่อที่ท่านเลือกมาประเมิน ก่อนใช้แบบประเมินความเหมาะสม (SAM)
๓. สื่อที่ถูกประเมิน
 - ถ้าสื่อที่ท่านกำลังจะประเมินมีเพียงหน้าเดียว (ตัวอย่างเช่นแผ่นพับ หรือ โปสเตอร์) ให้ประเมินทั้งชิ้นงาน
 - ถ้าสื่อที่ท่านกำลังจะประเมินมีหลายหน้า (เช่นหนังสือ, คู่มือ) ให้ท่านเลือกตัวอย่างของส่วนสำคัญที่จะประเมินหรือเลือกเพียงสามหน้าที่มีความสำคัญของสื่อชิ้นนั้น
 - หากสื่อที่ทางประเมินมีมากกว่า ๕๐ หน้าขึ้นไป ให้เพิ่มขนาดตัวอย่างเป็น ๖ หน้า
๔. ประเมินและให้คะแนน ๒๒ ข้อ โดยใช้เกณฑ์การให้คะแนน :
 - ๒ หมายถึง มีความเหมาะสมในระดับมาก
 - ๑ หมายถึง มีความเหมาะสม ในระดับปานกลาง
 - ๐ หมายถึง ไม่เหมาะสม/ควรมีการแก้ไข
๕. หากข้อที่ท่านจะให้คะแนนไม่มีในสื่อที่ถูกประเมินให้เขียน N / A ในช่องคะแนนในข้อนั้น
๖. คะแนนรวมสูงสุดคือ ๔๔ คะแนน (๑๐๐ เปอร์เซ็นต์) ซึ่งแทบจะไม่เคยเกิดขึ้นเลย)
๗. ในข้อที่ท่านไม่สามารถประเมินได้ จะถูกให้คะแนน - ๒ คะแนน/ข้อ และให้นำจำนวนข้อทั้งหมดที่ไม่สามารถประเมินได้ (N / A) แล้วนำมาลบกับคะแนนรวมที่ได้ เพื่อใส่คะแนนในช่องคะแนนที่เป็นไปได้ทั้งหมด (Total possible score) ตัวอย่าง

คะแนน SAM ทั้งหมด (Total SAM score)	๓๔
คะแนนไม่มีในสื่อที่ท่านกำลังประเมินให้เขียน N / A	๑ ข้อ = - ๒
คะแนนที่เป็นไปได้ทั้งหมด (Total possible score)	๓๒
คะแนนร้อยละ (Total SAM score)	๓๒/๔๔ = ร้อยละ ๗๓

การตีความคะแนนเป็นร้อยละ :

- ร้อยละ ๗๐-๑๐๐: สื่อดีมาก
- ร้อยละ ๔๐-๖๙: สื่อระดับกลาง
- ร้อยละ ๐-๓๙: สื่อไม่เหมาะสม

การให้คะแนน			
๒ คะแนน หมายถึง มีความเหมาะสม ในระดับมาก	๑ คะแนน หมายถึง มีความเหมาะสม ในระดับปานกลาง	๐ คะแนน หมายถึง ไม่เหมาะสม/ควร มีการแก้ไข	N/A หมายถึง เอกสารที่ถูกประเมิน ไม่ อยู่ในหัวข้อใดเลย

โปรดเลือกคำตอบ และใส่คะแนนที่ท่านคิดว่ามีความเหมาะสมและตรงกับความคิดของท่านมากที่สุด

ปัจจัยที่จะให้คะแนน	เกณฑ์การประเมิน	คะแนน
๑. เนื้อหา วัตถุประสงค์ (วัตถุประสงค์ของสื่อมีความ ชัดเจน ผู้อ่านสามารถเข้าใจได้)	มีการระบุวัตถุประสงค์ไว้อย่างชัดเจนในชื่อเรื่อง ภาพประกอบ หรือ บทนำ (๒ คะแนน)	๒
	วัตถุประสงค์ไม่ชัดเจน (๑ คะแนน)	
	ไม่ระบุวัตถุประสงค์ หรือไม่มีบทนำก่อนเข้าเนื้อหาการแนะนำ (๐ คะแนน)	
เนื้อหาสาระ (เนื้อหาที่น่าสนใจ และ สามารถช่วยในการปรับ พฤติกรรม)	เนื้อหาสาระของสื่อมีการประยุกต์ใช้ความรู้ ทักษะ/ ที่มุ่งไปที่การ ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมผู้อ่าน (๒ คะแนน)	๒
	เนื้อหาสาระของสื่ออย่างน้อยร้อยละ ๔๐ มุ่งเน้นไปที่พฤติกรรมหรือ การกระทำที่พึงประสงค์ (๑ คะแนน)	
	เกือบทุกหัวข้อเน้นข้อเท็จจริงเชิงวิชาการอย่างเดียวโดยไม่คำนึง พฤติกรรม (๐ คะแนน)	
ขอบเขตเนื้อหา ขอบเขตควรจำกัดตาม วัตถุประสงค์ / วัตถุประสงค์ของ สื่อสามารถใช้เวลาในการเรียนรู้ได้ อย่างเหมาะสม	ขอบเขตเนื้อหา ตรงกับวัตถุประสงค์ และสามารถเรียนรู้ได้ในเวลาที่มี จำกัด (๒ คะแนน)	๒
	ขอบเขตเนื้อหาเกินขอบเขตของวัตถุประสงค์ แต่ไม่เกิน ๔๐% เป็น ข้อมูลที่ไม่จำเป็น สามารถเรียนรู้ (๑ คะแนน)	
	ขอบเขตเนื้อหาไม่ตรงกับวัตถุประสงค์ และไม่สามารถเรียนรู้ได้ใน เวลาที่มี (๐ คะแนน)	
บทสรุป และ ตัวอย่าง (บทสรุปช่วยให้ผู้อ่านเห็น ประเด็นสำคัญ หรือตัวอย่าง ที่มี ความสำคัญ)	มีบทสรุป และมีการอธิบายคำสำคัญในคำต่าง ๆ รวมถึงการ ยกตัวอย่าง (๒ คะแนน)	๐
	มีการทบทวน หรือ สรุปแนวคิดและหลักการบางช่วงของเนื้อหา (๑ คะแนน)	
	ไม่มีการสรุปหรือการยกตัวอย่าง (๐ คะแนน)	

ปัจจัยที่จะให้คะแนน		เกณฑ์การประเมิน	คะแนน
๒. ความสามารถในการอ่าน และความเข้าใจ	ระดับการอ่าน ระดับการอ่านข้อความจะเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้กลุ่มเป้าหมายเข้าใจต่อสื่อ	เด็กในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕ หรือต่ำกว่า สามารถอ่านแล้วเข้าใจได้ (๒ คะแนน)	๑
		เด็กในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๖ ถึง ม.๒ สามารถเข้าใจได้ (๑ คะแนน)	
		เด็กในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๒ ขึ้นไปถึงจะสามารถเข้าใจได้ (๐ คะแนน)	
รูปแบบการเขียน ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ใช้ภาษาพูดเพื่อสร้างความเข้าใจ	รูปแบบการเขียน ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ใช้ภาษาพูดเพื่อสร้างความเข้าใจ	๑.ข้อความส่วนใหญ่ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ๒.ใช้ประโยคที่ง่าย และใช้กันในชีวิตประจำวัน หรือศัพท์ที่รับรู้กัน อย่างแพร่หลาย (๒ คะแนน)	๒
		๑.ข้อความประมาณ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ใช้ใช้ภาษาที่เข้าใจง่าย ๒.น้อยกว่าครึ่งหนึ่งของประโยคมีข้อมูลวิชาการสอดแทรกอยู่ (๑ คะแนน)	
		กว่าครึ่งประโยคมีข้อมูลวิชาการสอดแทรกอยู่มาก (๐ คะแนน)	
คำศัพท์ที่ใช้ ใช้คำทั่วไปที่ชัดเจนเช่น 'หมอ' มากกว่า 'ผู้เชี่ยวชาญ' / 'แพทย์'	คำศัพท์ที่ใช้ ใช้คำทั่วไปที่ชัดเจนเช่น 'หมอ' มากกว่า 'ผู้เชี่ยวชาญ' / 'แพทย์'	๑.ใช้คำศัพท์ที่เข้าใจง่าย เป็นคำศัพท์ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน ๒.คำศัพท์ทางเทคนิค, แนวคิด มีคำอธิบายหรือการยกตัวอย่าง ๓.รูปภาพที่ใช้มีความเหมาะสมกับเนื้อหา (๒ คะแนน)	๒
		๑.ใช้คำศัพท์ที่เข้าใจง่าย เป็นคำศัพท์ที่ใช้ในชีวิตประจำวัน ๒.คำศัพท์ทางเทคนิค, แนวคิด มีคำอธิบายหรือยกตัวอย่าง (๑ คะแนน)	
		๑.ใช้คำศัพท์ที่เข้าใจยาก เป็นคำศัพท์ที่ไม่ใช้ในชีวิตประจำวัน ๒.ไม่มีตัวอย่าง เพื่ออธิบายคำศัพท์ทางเทคนิค และแนวคิด ๓.ใช้คำศัพท์ที่กว้างเกินกว่าจะเข้าใจ (๐ คะแนน)	
บริบทของเนื้อหา	บริบทของเนื้อหา	บริบทของเนื้อหาที่มีความต่อเนื่อง (๒ คะแนน)	๒
		บริบทของเนื้อหาที่มีความต่อเนื่อง ประมาณ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ (๑ คะแนน)	
		บริบทของเนื้อหาไม่มีความต่อเนื่อง (๐ คะแนน)	
หัวข้อที่ใช้ในสื่อสามารถส่งสาร เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ หัวข้อและเนื้อหาสามารถกระตุ้นกระบวนการคิดของผู้อ่าน และทำให้มีความสนใจที่จะเรียนรู้ในหัวข้อถัดไป	หัวข้อที่ใช้ในสื่อสามารถส่งสาร เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ หัวข้อและเนื้อหาสามารถกระตุ้นกระบวนการคิดของผู้อ่าน และทำให้มีความสนใจที่จะเรียนรู้ในหัวข้อถัดไป	เกือบทุกหัวข้อ และเนื้อหาทำให้ผู้อ่านมีความสนใจที่จะเรียนรู้ในหัวข้อถัดไป (๒ คะแนน)	๒
		ประมาณ ๕๐ เปอร์เซ็นต์ของหัวข้อ และเนื้อหาทำให้ผู้อ่านมีความสนใจที่จะเรียนรู้ในหัวข้อถัดไป (๑ คะแนน)	
		หัวข้อ และเนื้อหาไม่ทำให้เกิดความน่าสนใจที่จะเรียนรู้ในหัวข้อถัดไป (๐ คะแนน)	

ปัจจัยที่จะให้คะแนน		เกณฑ์การประเมิน	คะแนน
๓. การออกแบบดีไซน์องค์ประกอบของสื่อหัวข้อย่อย, ตาราง, แผนภูมิ	รูปที่ใช้ประกอบ(หน้าปก)	หน้าปกมีองค์ประกอบ ทั้ง ๓ ข้อ ดังนี้ (๒ คะแนน)	๒
		๑. รูปภาพทำให้เข้าถึงได้ง่าย	
		๒. รูปภาพหน้าปกดึงดูดความสนใจ	
หน้าปกสามารถสื่อหรืออธิบายเนื้อหาภายในเล่มได้ชัดเจน	หน้าปกมีองค์ประกอบ ๑ - ๒ ข้อ ดังนี้ (๑ คะแนน)		
๑. รูปภาพทำให้เข้าถึงได้ง่าย			
๒. รูปภาพหน้าปกดึงดูดความสนใจ			
๓. ภาพปกสามารถสื่อหรืออธิบายเนื้อหาภายในเล่มได้ชัดเจน	ไม่มีองค์ประกอบใดเลยใน ๓ ข้อ ดังนี้ (๐ คะแนน)		
๑. รูปภาพทำให้เข้าถึงได้ง่าย			
๒. รูปภาพหน้าปกดึงดูดความสนใจ			
๓. ภาพปกสามารถสื่อหรืออธิบายเนื้อหาภายในเล่มได้ชัดเจน			
รูปแบบในการออกแบบการออกแบบด้วยการวาดภาพเป็นลายเส้นอย่างง่ายสามารถสร้างความสมจริง และทำให้ผู้อ่านจดจำได้ดีและจดจำได้ง่าย	รูปแบบในการออกแบบ	มีองค์ประกอบ ทั้ง ๓ ข้อ ดังนี้ (๒ คะแนน)	๒
		๑. การออกแบบการวาดภาพเป็นลายเส้นอย่างง่าย/ ภาพวาดที่เป็นลายเส้นที่เหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่	
		๒. ภาพประกอบมีแนวโน้มที่ผู้อ่านจะคุ้นเคย	
มีองค์ประกอบ ๑ ข้อ ดังนี้ (๑ คะแนน)			
๑. การออกแบบการวาดภาพเป็นลายเส้นอย่างง่าย/ ภาพวาดที่เป็นลายเส้นที่เหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่			
๒. ภาพประกอบมีแนวโน้มที่ผู้อ่านจะคุ้นเคย	ไม่มีองค์ประกอบใดเลยใน ๒ ข้อ ดังนี้ (๐ คะแนน)		
๑. การออกแบบการวาดภาพเป็นลายเส้นอย่างง่าย/ ภาพวาดที่เป็นลายเส้นที่เหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่			
๒. ภาพประกอบมีแนวโน้มที่ผู้อ่านจะคุ้นเคย			
ความเชื่อมโยงของรูปภาพกับเนื้อหา	รูปภาพภาพที่ประกอบในสื่อทำให้ผู้อ่านสามารถเข้าใจแนวคิดและหลักจากรูปภาพ โดยไม่มีภาพอื่นๆมาขัดทำให้เสียสมาธิ	(๒ คะแนน)	๒
		รูปภาพภาพที่ประกอบในสื่อไม่ค่อยเชื่อมโยง / รูปภาพที่ใช้ไม่มีสื่อสารกับผู้อ่าน (๑ คะแนน)	
		ไม่รูปภาพที่ใช้สื่อสาร หรือมีการใช้รูปภาพมากเกินไปจนความจำเป็นทำให้เกิดความสับสน (๐ คะแนน)	
องค์ประกอบของสื่อหัวข้อย่อย, ตาราง, แผนภูมิ	การจัดเตรียมข้อมูลที่มีความชัดเจน มีลำดับ และขั้นตอน พร้อมการยกตัวอย่างเพื่อสร้างความเข้าใจให้กับผู้อ่าน	(๒ คะแนน)	N/A
		การจัดเตรียมข้อมูลมีลำดับ และขั้นตอน ที่ไม่ชัดเจน ต่อความเข้าใจของผู้อ่าน มีลำดับ (๑ คะแนน)	
		ไม่มีการอธิบาย หัวข้อย่อย, ตาราง, แผนภูมิ (๐ คะแนน)	
คำบรรยายใต้ภาพ	คำบรรยายใต้ภาพ ตาราง แผนภูมิ สามารถอธิบายได้ครอบคลุมสิ่งที่ต้องการสื่อสารได้เกือบทั้งหมด และทำให้ผู้อ่านเข้าใจได้อย่างรวดเร็ว	(๒ คะแนน)	N/A
		คำบรรยายใต้ภาพ ใต้ภาพ ตาราง แผนภูมิ อธิบายได้ไม่ละเอียด และไม่ครอบคลุมสิ่งที่ต้องการสื่อสาร (๑ คะแนน)	

		ไม่มีคำบรรยายใต้ภาพ (๐ คะแนน)	
ปัจจัยที่จะให้คะแนน	เกณฑ์การประเมิน	คะแนน	
๔. การจัด ออกแบบสื่อ และการใช้ ตัวอักษร	การใช้ตัวอักษร	องค์ประกอบของสื่อในการใช้ตัวอักษร ๑. มีการใช้ตัวหนังสือตัวใหญ่ในหัวข้อ และตัวเล็กในเนื้อหา ๒. ตัวหนังสือต้องมีขนาดไม่น้อยกว่า ๑๒ ๓. มีการจัดวางตัวอักษร โดยใช้ตัวหนา สีข้อความ ขนาด ตัวอักษร ที่มีความเหมาะสม ๔. ไม่ใช้ตัวหนังสือตัวใหญ่ทั้งหมดในหัวเรื่อง และข้อความ เนื้อหาที่มีความยาวเป็นย่อหน้า	๒
	สื่อมีองค์ประกอบ ๓ ใน ๔ ข้อ	(๒ คะแนน)	
	สื่อมีองค์ประกอบ ๒ ใน ๔ ข้อ	(๑ คะแนน)	
	สื่อมีองค์ประกอบ ๑ หรือไม่มีข้อใดเลย - หรือใช้รูปแบบตัวหนังสือมากกว่า ๒ รูปแบบ / ใช้ขนาด ตัวหนังสือมากกว่า ๒ ขนาด ในหนึ่งหน้า	(๐ คะแนน)	
รูปแบบการจัดวางในการ ออกแบบสื่อ	องค์ประกอบของสื่อในการจัดรูปแบบการจัดวางในการออกแบบสื่อ ๑. ภาพประกอบอยู่ในหน้าเดียวกันติดกับข้อความที่เกี่ยวข้อง ๒. รูปแบบการจัดวาง และการลำดับข้อมูลมีความสอดคล้อง เชื่อมโยงกันทำให้ผู้อ่านเข้าใจข้อมูลได้ง่าย ๓. มีการใช้ การแรเงาเพื่อเน้นคำสำคัญ, การนำคำใส่ในกล่อง ข้อความ, การใช้ลูกศรชี้ เพื่อกำหนดจุดสนใจในเนื้อหาที่ สำคัญ ๔. มีการแบ่งสัดส่วนในการออกแบบที่มีความเหมาะสมใน การช่วยให้ผู้อ่านสบายตา และไม่ทำให้เกิดความสับสน ๕. การใช้สีในการออกแบบที่สบายตา และสร้างให้ผู้อ่านเกิด ความสนใจ ไม่ว่าจะ เป็นสีที่ใช้กับตัวอักษร สีพื้นหลัง และ สีรูปภาพประกอบ ๖. ความยาวต่อบรรทัดอยู่ในระหว่าง ๓๐-๕๐ อักขระและมี การเว้นวรรคในการแบ่งประโยค ๗. มีความแตกต่างสูงระหว่างประเภทและกระดาษ ๘. กระดาษที่ใช้มีพื้นผิวที่ไม่มันวาว	๒	
	สื่อมีองค์ประกอบอย่างน้อย ๕ ข้อ		๒ คะแนน(
	สื่อมีองค์ประกอบอย่างน้อย ๓ ข้อ) ๑ คะแนน(
	สื่อมีองค์ประกอบ ๒ ข้อ (หรือน้อยกว่า) มีการออกแบบที่อ่านยาก		(๐ คะแนน)
หัวข้อย่อย	เนื้อหา มีการแบ่งหัวข้อย่อย และมีการจัดกลุ่มที่ชัดเจน โดยแต่ละหัวข้อ ย่อย ที่นำเสนอไม่เกินห้ารายการ	๒ คะแนน(๑
	หัวข้อย่อย ที่นำเสนอไม่เกินเจ็ดรายการ	(๑ คะแนน)	
	มีข้อมูลแสดงมากกว่าเจ็ดรายการโดยไม่มีหัวเรื่องย่อย	(๐ คะแนน)	

ปัจจัยที่จะให้คะแนน		เกณฑ์การประเมิน	คะแนน
๕. สื่อที่กระตุ้นการเรียนรู้และแรงจูงใจให้กับผู้อ่าน	สื่อที่สร้างปฏิสัมพันธ์กับผู้อ่าน	มีข้อมูล หรือ คำถามและคำตอบ เพื่อกระตุ้นการรับรู้ของผู้อ่าน (๒ คะแนน)	N/A
		เนื้อหามีการใช้รูปแบบ คำถามและคำตอบ เพื่อนำเสนอแนวทางการแก้ไขปัญหา (๑ คะแนน)	
		เนื้อหาไม่มีการกระตุ้นการเรียนรู้แบบโต้ตอบ (๐ คะแนน)	
	สื่อที่มีรูปแบบของการเสริมสร้างพฤติกรรม (Modelling of behaviours)	สื่อมีเนื้อหาที่ระบุชัดเจนในเรื่องการเสริมสร้าง/ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หรือ ทักษะต่างๆ (เช่น การเรียนรู้ด้านโภชนาการเน้นสร้างพฤติกรรมที่เฉพาะในเรื่องนั้น เช่นการอ่านฉลากผลิตภัณฑ์) (๒ คะแนน)	๒
		สื่อมีเนื้อหาที่ระบุไม่ชัดเจน ข้อมูลใช้คำศัพท์เชิงเทคนิค ที่ผู้อ่านอาจตีความได้ยาก (ตัวอย่างเช่น ไฟเบอร์สูง: ๑-๔ กรัม ของไฟเบอร์ต่ออาหาร ๑ ครั้ง) (๑ คะแนน)	
		ข้อมูลในสื่อไม่มีการจำกัดหมวดหมู่ หรือไม่มีการระบุที่ชัดเจน (๐ คะแนน)	
แรงจูงใจ	ผู้คนมีแรงจูงใจในการเรียนรู้มากขึ้นเมื่อพวกเขาเชื่อว่าทำได้	หัวข้อมีการแบ่งออกเป็นส่วนเล็ก ๆ เพื่อให้ผู้อ่านได้ทำความเข้าใจ และมีมุมมองต่อตนเอง ที่นำไปสู่การรับรู้ความสามารถของตนเอง (๒ คะแนน)	๒
		มีบางหัวข้อที่ถูกแบ่งออกเป็นส่วนเล็ก ๆ เพื่อให้ผู้อ่านได้ทำความเข้าใจ และมีมุมมองต่อตนเอง ที่นำไปสู่การรับรู้ความสามารถของตนเอง (๑ คะแนน)	
		ไม่มีการแบ่งช่วง เพื่อให้ผู้อ่านได้ทำความเข้าใจ และมีมุมมองต่อตนเอง ที่นำไปสู่การรับรู้ความสามารถของตนเอง (๐ คะแนน)	

๖. ความเหมาะสมทางวัฒนธรรม	การจับคู่ทางวัฒนธรรม	แนวความคิด และเนื้อหาที่มีความเหมาะสมกับวัฒนธรรมของกลุ่มเป้าหมาย ภาษาที่ใช้มีความเหมาะสม และเหมาะสมกับประสบการณ์ของกลุ่มเป้าหมาย (๒ คะแนน)	๒
		แนวความคิด และเนื้อหาที่มีความเหมาะสมกับวัฒนธรรมของกลุ่มเป้าหมาย ภาษาที่ใช้มีความเหมาะสม และเหมาะสมกับประสบการณ์ของกลุ่มเป้าหมาย เพียง ๕๐ เปอร์เซ็นต์ (๑ คะแนน)	
		ไม่มีความเหมาะสม ทั้งแนวความคิด และเนื้อหา ภาษาที่ใช้ไม่มีความเหมาะสม และไม่ตรงกับประสบการณ์ของกลุ่มเป้าหมาย (๐ คะแนน)	
	รูปภาพทางวัฒนธรรม และการยกตัวอย่าง	รูปภาพและตัวอย่างที่ใช้ในสื่อ นำเสนอในเชิงบวก เหมาะสมกับวัฒนธรรมนั้นๆ)๒ คะแนน(๒
		รูปภาพและตัวอย่างที่ใช้ในสื่อ นำเสนอที่มีความเป็นกลาง)๑ คะแนน(
		ใช้ภาพในเชิงลบ ไม่เหมาะสม เช่น ลักษณะทางวัฒนธรรมที่พุดเกินจริงหรือใช้ภาพล้อเลียนการกระทำ หรือการยกตัวอย่าง (๐ คะแนน)	
คะแนน SAM ทั้งหมด (Total SAM score)			๓๓
คะแนนไม่มีในสื่อที่ท่านกำลังประเมิน N / A			-๖
คะแนนที่เป็นไปได้ทั้งหมด (Total possible score)			๒๘
คะแนนร้อยละ (Total SAM score)			๒๘*๑ ๐๐/๔ ๔=๖ ๓.๖๔

สรุปคะแนนสื่อ: ๖๓.๖๔ หมายถึงสื่ออยู่ระดับปานกลาง



ยึดหลัก 3 ล. ป้องกัน COVID-19

ลดสัมผัส

- ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำ หรือ เจลแอลกอฮอล์ให้บ่อยขึ้น
- ไอ จาม ใช้ผ้าปิดปาก จมูก จามใส่ข้อศอก เมื่อไม่สบายให้สวมหน้ากากอนามัย

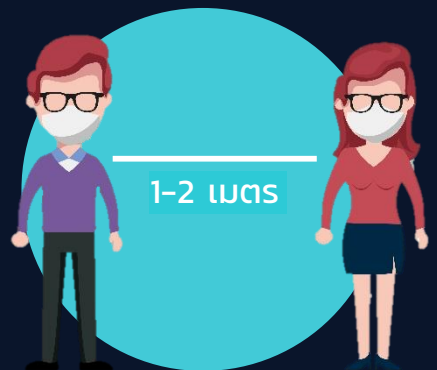


เลี่ยงจุดเสี่ยง

- เลี่ยงพื้นที่ที่มีคนหนาแน่น หรือพื้นที่ปิด หากจำเป็นให้ใส่หน้ากาก
- เลี่ยงผู้ที่ไอ จาม และมีความเสี่ยงติดเชื้ระบบทางเดินหายใจอย่างน้อย 1 เมตร
- เลี่ยงการใช้มือสัมผัสใบหน้า ตา ปาก จมูก
- ผู้ที่เป็นกลุ่มเสี่ยง ผู้สูงอายุที่อายุมากกว่า 70 ปี เด็กอายุต่ำกว่า 5 ปี ผู้มีโรคเรื้อรัง ให้เลี่ยงการออกนอกบ้าน

ดูแลสุขภาพตนเองและสังคม

- เลือกทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ ใช้ช้อนกลาง ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ
- หากเดินทางกลับจากพื้นที่ที่มีการแพร่ระบาดควรกักตัวเองที่บ้าน 14 วัน และปฏิบัติตามประกาศของกระทรวงสาธารณสุข
- รักษาระยะห่างทางสังคม ด้วยการอยู่ที่บ้าน หากออกนอกบ้านให้รักษาระยะห่างระหว่างบุคคล ไม่น้อยกว่า 1-2 เมตร ในทุกที่ทุกเวลา



กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี