

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก ก

รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

(สำเนา)

ที่ ทม.6010(16)/171

ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239 ถ.ห้วยแก้ว
อ.เมือง เชียงใหม่ 52000

มิถุนายน 2540

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจสอบเครื่องมือ

เรียน

ด้วย นางสาวสินี ลีลสัตยกุล นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ
ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ อยู่ในระหว่างการจัดทำงานวิจัย
เรื่อง "ภาวะสุขภาพและปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาในภาคเหนือ" โดยมี
รองศาสตราจารย์อเนก ช้างน้อย และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์ เป็นคณะ
อาจารย์ที่ปรึกษา

นักศึกษามีความประสงค์จะขอความอนุเคราะห์จาก ซึ่ง เป็น
ข้าราชการในหน่วยงานสังกัดของท่านเป็นผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตรวจสอบเครื่องมือและให้ข้อเสนอแนะ
ในการทำการศึกษาวิจัย

คณะอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ได้พิจารณาแล้วเห็นว่า เป็นผู้มีความรู้
ความสามารถเหมาะสมที่จะเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือและให้ข้อเสนอแนะในการวิจัย
ดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อทราบและโปรดให้ความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือ
ดังกล่าวด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

.....ประธานกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(รองศาสตราจารย์อเนก ช้างน้อย)

.....กรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุชาดา ไกรพิบูลย์)

หากข้ค้ข้องโปรดแจ้ง
ภาควิชาบริหารการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
โทร. (053) 944216
โทรสาร (053) 221283

ภาคผนวก ข

สำเนาหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อการศึกษาวิจัย

115

(สำเนา)

ที่ ทม.6010(16)/171

ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239 ถ.ห้าแยก
อ.เมือง เชียงใหม่ 52000

กรกฎาคม 2540

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์ให้นักศึกษาเก็บข้อมูลในการทำวิจัย

เรียน

ด้วย นางสาวลินี ลีสัตย์กุล นักศึกษาระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ
ภาควิชาพลานามัย คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ อยู่ในระหว่างการจัดทำงานวิจัย
เรื่อง "ภาวะสุขภาพและปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษาในภาคเหนือ" ซึ่งในการ
ทำวิจัยครั้งนี้ นักศึกษามีความประสงค์จะขอเก็บข้อมูลจากนักศึกษาวิชาเอกพลศึกษา ชั้นปีที่ 2 ใน
วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด จำนวน คน สำหรับเวลาที่จะขอเก็บข้อมูลนั้นนักศึกษา
จะได้มาประสานกับทางวิทยาลัยอีกครั้งหนึ่ง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและโปรดให้ความอนุเคราะห์ด้วย สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หวังเป็นอย่างยิ่งว่าคงได้รับความร่วมมือจากท่านเป็น
อย่างดี จึงขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์อเนก ช้างน้อย)

ประธานสาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพ

ประจำสาขาวิชาการบริหารการศึกษา

โทร. (053) 944225-26

โทรสาร (053) 221283

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก ค

ใบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพ

ใบบันทึกผลการทดสอบสมรรถภาพทางกาย

ชื่อ - สกุล..... วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัด.....
 อายุ.....ปี เดือน เพศ.....

รายการทดสอบ	ค่าที่ได้	ค่าคะแนน
1. ความสูง (ซ.ม.)		
2. น้ำหนัก (ก.ก.)		
3. วิ่ง/เดิน 1 ไมล์/นาที		
4. ความอ่อนตัว/เซ็นติเมตร		
5. ลูก-นั่ง/30 วินาที/ครั้ง		
6. ดึงข้อ/ครั้ง		
7. Body Mass Index (BMI)		

ลงชื่อ..... ผู้บันทึก
 (.....)

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก ง

เกณฑ์การทดสอบสมรรถภาพ

เกณฑ์มาตรฐานส่วนสูงและน้ำหนักของคนไทย อายุ 18-25 ปี

ส่วนสูง			
เพศชาย	เพศหญิง	ค่าคะแนน	ระดับสมรรถภาพทางกาย
ส่วนสูง (ซ.ม.)			
145.0-152.2	145.0-148.3	1	ควรปรับปรุง
152.3-159.5	148.4-151.7	2	พอใช้
159.6-166.8	151.8-155.1	3	ดี
166.9-174.1	155.2-158.5	4	ดีมาก
น้ำหนัก (ก.ก.)			
44.1-48.2	36.0-40.1	1	ควรปรับปรุง
48.3-52.2	40.2-44.3	2	พอใช้
52.3-56.4	44.4-48.5	3	ดี
56.5-60.68	48.6-52.7	4	ดีมาก

ตาราง ส่วนสูงและน้ำหนักของคนไทย อายุ 18-25 ปี ดร.นพ.ประสงค์ เทียนบุญ
(2540 หน้า 8)

เกณฑ์มาตรฐานค่าคะแนนและระดับความเห็นของภาวะสุขภาพจากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ตามประเภทกิจกรรมต่าง ๆ ดังนี้

เพศชาย	เพศหญิง	ค่าคะแนน	ระดับสมรรถภาพทางกาย
เดิน/วิ่ง 1 ไมล์			
มากกว่า 13 นาที	มากกว่า 14 นาที	1	ควรปรับปรุง
11-13.00 นาที	12-13.00 นาที	2	พอใช้
7-10.59 นาที	10-11.59 นาที	3	ดี
ต่ำกว่า 7 นาที	ต่ำกว่า 10 นาที	4	ดีมาก
ความอ่อนตัว			
ต่ำกว่า 0 ซม.	ต่ำกว่า 8 ซม.	1	ควรปรับปรุง
0 - 8 ซม.	8 - 12 ซม.	2	พอใช้
9 - 13 ซม.	13 - 15 ซม.	3	ดี
มากกว่า 13 ซม.	มากกว่า 15 ซม.	4	ดีมาก
ลูกนั่ง 30 วินาที			
ต่ำกว่า 10 ครั้ง	ต่ำกว่า 5 ครั้ง	1	ควรปรับปรุง
10 - 15 ครั้ง	5 - 8 ครั้ง	2	พอใช้
16 - 22 ครั้ง	9- 15 ครั้ง	3	ดี
23 ครั้งขึ้นไป	16 ครั้งขึ้นไป	4	ดีมาก

เพศชาย	เพศหญิง	ค่าคะแนน	ระดับสมรรถภาพทางกาย
ดึงข้อ			
ต่ำกว่า 3 ครั้ง	ต่ำกว่า 1 ครั้ง	1	ควรปรับปรุง
3 - 5 ครั้ง	1 ครั้ง	2	พอใช้
6 - 10 ครั้ง	2 ครั้ง	3	ดี
มากกว่า 10 ครั้ง	มากกว่า 2 ครั้ง	4	ดีมาก
ดัชนีมวลของร่างกาย (Body Mass Index)			
มากกว่า 30	มากกว่า 30	1	ควรปรับปรุง
26-30	26-30	2	พอใช้
18-25	18-25	3	ดี
ต่ำกว่า 18	ต่ำกว่า 18	4	ดีมาก

เกณฑ์ค่าคะแนนและระดับความเห็นภาวะสุขภาพจากการทดสอบสมรรถภาพทางกาย
ตามประเภทกิจกรรมของ AAHPERD หรือ "PHYSICAL BEST"

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก จ

แบบสอบถาม

แบบสอบถาม เพื่อการวิจัย

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาภาวะสุขภาพ และปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพ ของนักศึกษาวิทยาลัยพลศึกษาในภาคเหนือ ให้นักศึกษาตอบคำถามทุกข้อ ทุกตอน ตามความเป็นจริง ผลจากการศึกษานี้อาจนำไปใช้เพื่อประโยชน์ในด้านสุขภาพของนักศึกษาต่อไป

1. ข้อมูลทั่วไป

คำชี้แจง เขียนเครื่องหมาย / ลงใน (.....) หรือเขียนข้อความลงในช่องว่างที่กำหนดให้ ตรงกับความเป็นจริง

- 1.1 เพศ
(.....) ชาย (.....) หญิง
- 1.2 อายุ.....ปี
- 1.3 น้ำหนัก.....กิโลกรัม
- 1.4 ส่วนสูง.....เซนติเมตร
- 1.5 รายได้ต่อเดือนของบิดาและมารดา หรือผู้สนับสนุนในการศึกษา
(.....) ต่ำกว่า 5,000 บาท
(.....) 5,000 บาท - 10,000 บาท
(.....) มากกว่า 10,000 บาท - 15,000 บาท
(.....) มากกว่า 15,000 บาท - 20,000 บาท
(.....) มากกว่า 20,000 บาท
- 1.6 จำนวนของพี่น้องร่วมบิดามารดาหรือร่วมบิดาหรือร่วมมารดาเดียวกัน
(.....) เป็นบุตรคนเดียว
(.....) มีพี่น้องรวมกัน 2-4 คน
(.....) มีพี่น้องรวมกัน 5-7 คน
(.....) มีพี่น้องรวมกัน 8-10 คน
(.....) มีพี่น้องรวมกันมากกว่า 10 คน

1.7 โรคประจำตัวที่แพทย์ตรวจพบ

(.....) มี (.....) ไม่มี

1.8 มีแพทย์หรือมีคลินิกประจำเวลาเจ็บป่วย

(.....) มี (.....) ไม่มี

2. แบบวัดภาวะสุขภาพของนักศึกษา

คำชี้แจง พิจารณาข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่เป็นความเห็นของท่าน

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
1. เมื่อได้ศึกษาในวิทยาลัยพลศึกษาแล้วข้าพเจ้ามีความรู้สึกที่ข้าพเจ้าสนใจในการรักษาสุขภาพมากขึ้น
2. ข้าพเจ้าสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีเมื่อมีเรื่องไม่สบายใจ
3. ข้าพเจ้าพยายามหาเวลาออกกำลังกายทุกวัน
4. ข้าพเจ้าสนใจที่จะศึกษาหาความรู้ในเรื่องสุขภาพเพื่อนำมาใช้ดูแลสุขภาพตนเอง
5. ข้าพเจ้าอาจได้รับอุบัติเหตุจากการเรียนกิจกรรมกีฬา เนื่องมาจากร่างกายแข็งแรงไม่พอ
6. ข้าพเจ้าอาจได้รับอุบัติเหตุจากการเรียนภาคปฏิบัติเสมอ
7. ข้าพเจ้านอนหลับพักผ่อนอย่างเพียงพอในแต่ละวัน

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	ไม่เป็น ความจริง เลย
8. การที่ข้าพเจ้าได้นอนหลับสนิท เป็นผลมาจากการ เล่นกีฬาและการออกกำลังกาย
9. ข้าพเจ้ารู้สึกสดชื่นกระปรี้กระเปร่าทุกเช้า และ พร้อมที่จะปฏิบัติภารกิจในวันใหม่เสมอ
10. เมื่อข้าพเจ้าศึกษาในวิทยาลัยพลศึกษาแล้ว ข้าพเจ้ามีเพื่อนฝูงมากขึ้น และมีความมั่นใจใน การสังสรรค์กับบุคคลอื่น ๆ
11. ข้าพเจ้ามีความมั่นใจในการให้ความรู้เรื่อง การรักษาสุขภาพเบื้องต้นแก่บุคคลภายนอกได้
12. ข้าพเจ้าเลือกเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย เพื่อ ผ่อนคลายความเครียด
13. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารอร่อยขึ้น เนื่องมาจาก การเรียนกิจกรรมการกีฬา
14. ข้าพเจ้าตระหนักถึงประโยชน์ของการมีสุขภาพ ที่ดีมากขึ้นหลังจากเข้ามาศึกษาที่วิทยาลัยพลศึกษา
15. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อสังสรรค์กับ เพื่อน ๆ ต่างสถาบัน

3. แบบวัดพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

คำชี้แจง พิจารณาข้อความต่อไปนี้แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่เป็นความเห็นของท่าน

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	ไม่เป็น ความจริง เลย
1. ข้าพเจ้าตรวจสุขภาพเป็นประจำทุกปี
2. ข้าพเจ้าเลือกรับประทานอาหารโดยคำนึงถึงคุณค่าอาหารมากกว่ารสชาติหรือความอร่อย
3. ข้าพเจ้าเลี่ยงการใช้น้ำยากระตุ้น (ยาโด๊ป) เมื่อต้องการเล่นกีฬา
4. ข้าพเจ้าไม่ชอบดื่มน้ำชา กาแฟ
5. ข้าพเจ้าแปรงฟันทุกเช้าและก่อนนอน
6. ข้าพเจ้าแปรงฟันทุกครั้งหลังรับประทานอาหารกลางวัน
7. ข้าพเจ้าเลี่ยงการออกกำลังกายกลางแจ้งแดดจัด
8. เมื่อเจ็บป่วย ข้าพเจ้าจะงดการออกกำลังกาย
9. ข้าพเจ้ารับประทานอาหารประเภทผักและผลไม้เป็นประจำในทุก ๆ วัน
10. ข้าพเจ้าสวมหมวกนิรภัยทุกครั้งที่ต้องขับขี่หรือซ้อนท้ายจักรยานยนต์
11. ข้าพเจ้าเลี่ยงการดื่มสุราหรือเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์
12. ข้าพเจ้าออกกำลังกายทุกวัน

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
13. ข้าพเจ้าอบอุ่นร่างกายก่อนการเล่นกีฬา (Warm-up) เสมอ
14. ข้าพเจ้าอบอุ่นร่างกายเพื่อคลายสภาพร่างกาย ภายหลังการเล่นกีฬา (Cool down) เสมอ
15. ข้าพเจ้าเลือกซื้ออาหารที่สะอาดโดยพิจารณา จากภาชนะใส่อาหาร การเก็บอาหาร และ ความสะอาดของผู้ขาย

4. แบบวัดปัจจัยที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

คำชี้แจง พิจารณาข้อความต่อไปนี้ แล้วทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่เป็นความเห็นของข้าพเจ้า

ปัจจัยหลักที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
1. ผู้ที่เรียนในวิทยาลัยพลศึกษาควรที่จะมีความรู้ในเรื่องสุขภาพ
2. การมีสุขภาพที่ดีทำให้อายุยืน
3. ผู้ที่จะเป็นครูพลศึกษา ควรีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี เป็นแบบอย่างแก่คนทั่วไป
4. ผู้ที่เรียนกิจกรรมทางพลศึกษา ควรได้รับอาหารเพิ่มมากกว่าปกติ
5. เมื่อมีการเจ็บป่วยข้าพเจ้าไม่ได้พบแพทย์หรือไปโรงพยาบาล เพราะมั่นใจว่าจะดูแลรักษาตนเองได้
6. การมีสุขภาพที่ดี ทำให้ข้าพเจ้าสามารถขจัดความเครียด หรือขจัดความวิตกกังวลได้ดี
7. การรักษาสุขภาพทำให้มีบุคลิกภาพที่ดีด้วย
8. การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ไม่ดี มีผลมาจากการขาดความรู้
9. การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี จะมีผลดีต่อตนเอง
10. การมีพฤติกรรมสุขภาพที่ดี จะมีผลดีต่อเศรษฐกิจในครอบครัว

ปัจจัยสนับสนุนที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
1. หลังจากการเรียนวิชาที่มีการฝึกปฏิบัติทาง พลศึกษาแล้วข้าพเจ้าไม่ทำความสะอาด ร่างกายเพราะห้องน้ำของวิทยาลัย ไม่เพียงพอ
2. ช่วงของการเปลี่ยนคาบเรียนภาคปฏิบัติ ข้าพเจ้ามีเวลาน้อยเกินไปที่จะทำความ สะอาดร่างกาย
4. เมื่อเจ็บป่วยในเวลาเรียนข้าพเจ้าไม่ใช้ บริการห้องพยาบาล เพราะไม่ได้รับ การบริการที่ดีพอ
5. เมื่อเจ็บป่วยข้าพเจ้าไม่ได้ไปโรงพยาบาล หรือสถานพยาบาลของรัฐ เพราะไม่สะดวก ในการบริการ
6. ในช่วงที่มีการเจ็บป่วยข้าพเจ้าได้รับเงิน จากที่บ้านเพิ่มขึ้นจากการใช้จ่ายปกติ เพื่อเป็นค่าดูแลรักษา
7. ข้าพเจ้าสามารถศึกษาหาความรู้ในด้าน สุขภาพได้จากหอสมุดของวิทยาลัย

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
8. ในปัจจุบันภายในวิทยาลัยได้จัดให้มี โครงการต่าง ๆ ที่ส่งเสริมพฤติกรรม สุขภาพของนักศึกษา
9. ในปัจจุบันภายในวิทยาลัยมีการประชาสัมพันธ์ ให้ทราบถึง โครงการหรือกิจกรรมที่ สนับสนุนสุขภาพของนักศึกษา
10. การเรียนวิชา เอกพลศึกษาในขณะนี้ ข้าพเจ้ายังไม่มั่นใจในความรู้ทางด้าน สุขภาพ

ปัจจัยเสริมที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมสุขภาพของนักศึกษา

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
1. ทุกครั้งที่เจ็บป่วยในขณะ เรียนข้าพเจ้า ไปได้ใช้ บริการห้องพยาบาลของวิทยาลัย โดยเพื่อน ๆ ชักชวน
2. บุคคลในครอบครัวมีอิทธิพลต่อการรักษา สุขภาพของข้าพเจ้า
3. เมื่อเจ็บป่วย ข้าพเจ้าไม่ไปหาแพทย์หรือไป โรงพยาบาล เนื่องจากญาติพี่น้องหรือ บุคคลในครอบครัวไม่สนับสนุนให้ไป
4. การที่ข้าพเจ้าไม่อยากจะ ไปพบแพทย์หรือไป โรงพยาบาลเมื่อไม่สบาย เป็นเพราะกลัว จะถูกฉีดยาหรือถูกเจาะเลือด
5. ข้าพเจ้าวิตกกังวลเกี่ยวกับรูปร่าง และกลัว ผิวจะเสีย เมื่อเรียนกิจกรรมพลศึกษาหรือ เล่นกีฬา
6. ในปัจจุบันวิทยาลัยให้ความสำคัญในกิจกรรม ด้านสุขภาพของนักศึกษาโดยการสนับสนุน งบประมาณอย่างเพียงพอ

ข้อความ	เป็น ความจริง มากที่สุด	เป็น ความจริง เป็นส่วนใหญ่	เป็น ความจริง บ้าง	เป็น ความจริง เป็นส่วนน้อย	ไม่เป็น ความจริง เลย
7. อาจารย์และบุคลากรของวิทยาลัยได้ ปฏิบัติตนเป็นแบบอย่างที่ดีในเรื่องพฤติกรรม สุภาพ
8. ภายในวิทยาลัยมีการจัดนิทรรศการ หรือ มีการจัดป้ายนิเทศที่เกี่ยวกับการส่งเสริม ความรู้ด้านสุภาพเป็นประจำ
9. ข้าพเจ้าได้รับการยอมรับในเรื่องพฤติกรรม สุภาพจากกลุ่มเพื่อน ๆ ในวิทยาลัย
10. การเรียนวิธีสอนทักษะกีฬา ผู้สอนได้เน้น เรื่องสุนัขที่ดีควบคู่ไปด้วย

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นางสาลินี สีสัตยกุล
ที่อยู่ปัจจุบัน	90/1 ถนนสุขเกษมไฮเวย์ ตำบลป่าตัน อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ 50300
การศึกษา	วิทยาศาสตรบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
การทำงาน	อาจารย์ 2 ระดับ 7 ภาควิชาสุศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่