



พิธีไหว้

วารสารเพื่อเยาวชนของมูลนิธิเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๕๗ เดือนกรกฎาคม - กันยายน ๒๕๖๗



วารสารทิศใต้

มูลนิธิเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ

เลขที่ ๑๐๑ ถนนระนอง ๒ แขวงถนนนครชัยศรี

เขตดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๐

โทรศัพท์ : ๐-๒๒๔๓-๔๑๑๕

โทรสาร : ๐-๒๒๔๓-๔๑๑๕, ๐-๒๒๗๘-๓๕๗๘

website : nif-tidthai.org



เยาวชนไทยเป็นที่หนึ่งในหลายเวที
Best and Beyond 2024



๑๖



๒๐



๔๘

สารบัญ ปีที่ ๑๕ ฉบับที่ ๕๗ เดือนกรกฎาคม - กันยายน ๒๕๖๗

สัมภาษณ์

- ๒๐ **ยอดเยาวชน :** อาศิรา รัตนาธาร เจ้าของผลงาน “Very Good” ศิลปะโลกศาสตร์ จากเวที IESO 2023
- ๓๐ **Exclusive Interview :** ณัฐ ยนตรรักษ์ นักเปียโนมือหนึ่งของไทย ศิลปินดนตรีระดับโลก
- ๔๘ **Sport Hero :** จุฑาทิพย์ กันทะธง และ สุภาวดี วงศ์คำจันทร์ นักกีฬาเทคนิควอลเลย์บอลหญิงแชมป์โลก
- ๕๒ **อาชีพในฝัน :** ฐนโรจน์ ธนาสิทธิ์นิธิเกตุ จากเกมเมอร์สู่นักแข่งรถ
- ๕๗ **Youth on Stage :** ชลกกนก สติระนาวิณ ผู้ชนะเลิศการแข่งขันเวทีนักเต้น “CSTD Thailand Dance Grand Prix 2024”
- ๖๐ **บันทึกหัวใจไทย :** ดาวดีกต่อง มะลิและกระถิน
- ๘๔ **แรงบันดาลใจ :** วิรัช ศรีพงษ์ นักการทูต ผู้สวมบทบาทศกัณท์และขับขานเพลงสุนทราภรณ์



๕๗



๕๕



๗๔

สารคดีประจำฉบับ

- ๕ พระมหากษัตริย์คุณ : ๗๒ พรรษา ธรรมราชา มหาวชิราลงกรณ
- ๑๒ **รายงานพิเศษ :** สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดาฯ พระบรมราชินี และ สมเด็จพระราชินีซิลเวีย แห่งสวีเดน เสด็จฯ ทรงร่วมงาน Child Protection Summit, Bangkok 2024
- ๑๖ **ศาสตร์พระราช :** บ้านหัวอ่าว จังหวัดนครปฐม ตัวอย่างหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง
- ๒๔ **สานฝันเยาวชน :** คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
- ๓๖ **มรดกไทย :** จิตรกรรมฝาผนังหอไตร วัดระฆัง
- ๔๐ **ศาสนศิลป์สยาม :** วัดนางชีโชติการาม
- ๔๔ **Youth Platform :** ละครเวทีการกุศล เฉลิมพระเกียรติ “แต่บแต่บตะแลบแต่บแต่บ”



๓๔



๔๕

- ๖๕ **รักษ์โลก :** กิณรักษ์โลก เที้ยวรักษ์โลก ทำงานรักษ์โลก
- ๖๘ **ชวนเที่ยว :** เที้ยวบึงฉวาก จังหวัดสุพรรณบุรี
- ๗๔ **Balanced Life :** “อิตีโก” = ความหมายของการมีชีวิตอยู่
- ๗๖ **กฎหมายน่ารู้**
- ๗๘ **ตำราเล่มใหญ่ :** พิพิธลาดน้อย
- ๘๓ **ย้อนรอยคำไทย**

สุขภาพ-กีฬา-ข่าวเยาวชน

- ๒๘ **สุขภาพน่ารู้ :** โรค “มนุษย์ DIGITAL” ในเยาวชน
- ๕๕ **In Trend : Sport & Exercise :** โด๊คลิ้น
- ๙๐ **โลกดิจิทัล :** เวียดนามเริ่มใช้กัญชาปลดปล่อยกัญชารักษาโรค
- ๙๒ **บอกเล่าข่าวเยาวชน**
- ๙๕ **บอกเล่าข่าวประกวด**



๘๔

มทรรณาธิการ

สวัสดีค่ะ น้อง ๆ เยาวชนและคุณผู้อ่านทุกท่าน
ทิศไทฉบับนี้มีความพิเศษเป็นอย่างยิ่ง ด้วยเป็นฉบับเนื่องในโอกาสเฉลิมพระชนม
พรรษาครบ ๖ รอบ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว คอลัมน์ “พระมหากษัตริย์คุณ” จึง
ประมวลพระราชกรณียกิจหลากหลายด้านและนำพระราชหฤทัยที่หลังรินอย่างไม่สิ้น
สุดของพระองค์ท่านที่ทรงมีต่อพสกนิกรชาวไทย

สำหรับคอลัมน์ศาสตร์พระราชา พาไปหมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียงต้นแบบ บ้าน
หัวอ่าว สามพราน จังหวัดนครปฐม หนึ่งในต้นแบบศาสตร์พระราชาที่ชาวบ้านในชุมชน
พึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืน

ทิศไทได้รับเกียรติสัมภาษณ์อาจารย์ณัฐ ยนตรรักษ์ นักเปียโนมือหนึ่งของไทย
และศิลปินดนตรีระดับโลก ท่านมีหลักคิดและคำแนะนำในการใช้ชีวิตمامอบให้น้องๆ
เยาวชนที่สามารถนำไปปรับใช้ได้เป็นอย่างดี

คอลัมน์ใหม่ Youth Platform ทิศไทเก็บภาพและเรื่องราวของละครเวที
“แตบแตบตะแล็บแตบแตบ” จากพระราชนิพนธ์นิทานจำนวน ๗ เล่มที่สมเด็จพระ
พระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรง
พระราชนิพนธ์ไว้สำหรับการอ่าน เป็นที่ชื่นชอบของเด็กๆ ที่ได้รับชมกันอย่างยั้งค๊ะ

ความพิเศษประการอื่นๆ ในเล่มนี้ยังมีอีกมากมาย โดยเฉพาะผู้สร้างแรงบันดาลใจ
ในสาขาต่าง ๆ วิรัช ศรีพงษ์ นักการทูต ผู้สวมบทบาทกวีและขับขานเพลงสุนทราภรณ์
อาศิรา รัตนาภรณ์ เจ้าของรางวัล “Very Good” ศิลปะโลกศาสตร์ ชลกกน สถิระนาวิณ
ผู้ชนะการแข่งขันเชิงเทคนิค Commonwealth Society of Teachers of Dancing
(CSTD)

ทุกคนที่กล่าวมานี้ต่างส่งต่อแนวคิด พลังชีวิต การสร้างประโยชน์เพื่อส่วนรวม
ล้วนน่าทึ่งและสมควรแก่การชื่นชมเป็นแบบอย่าง หวังใจอย่างยิ่งว่าเรื่องราวทั้งหมดนี้
จะเป็นขุมพลังชั้นดีของน้องๆ เยาวชน ได้นำไปสร้างคุณค่าและประโยชน์เพื่อพัฒนา
ทักษะ และเติบโตก้าวหน้าเป็นพลเมืองชั้นยอดของประเทศไทยต่อไปในอนาคตค่ะ

พิมพ์ที่
โรงพิมพ์อักษรสัมพันธ์ (๑๙๙๗) จำกัด
เลขที่ ๑๘ ซอยประชาอุทิศ ๓๓
แขวงบางมด เขตทุ่งครุ
กรุงเทพฯ ๑๐๑๔๐

ห้ามจำหน่าย
เผยแพร่เป็นอกินนันทนาการสำหรับ
โรงเรียน สถานศึกษา และประชาชนทั่วไป
จากมูลนิธิเสริมสร้างเอกลักษณ์ของชาติ



๗๒ พรรษา
ธรรมราชา
มหาจักรีวงศ์



เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ พระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ๒๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๖๗ พระมหากษัตริย์รัชกาลที่ ๑๐ แห่งราชวงศ์จักรี

วารสารทิศใต้ ขอน้อมนำพระมหากรุณาธิคุณที่ทรงอุทิศพระวรกายในการประกอบพระราชกรณียกิจมากมายมาตั้งแต่ยังดำรงพระอิสริยยศ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร เพื่อแบ่งเบาพระราชภาระของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตรและสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ในการบำบัดทุกข์บำรุงสุขแก่อาณาประชาราษฎร์ ทรงยึดมั่นในพระปณิญา พระราชวิริยอุตสาหะ และพระราชหฤทัยอันมุ่งมั่น เป็นที่ประจักษ์แก่ปวงชนชาวไทยตลอดมา

ทรงสืบสาน ต่อยอด โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ

พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ทรงทราบด้วยพระเนตรพระกรรณ ถึงปัญหาความทุกข์ยากของราษฎรมาตั้งแต่ยังทรงพระเยาว์จากการตามเสด็จ สมเด็จพระบรมชนกนาถและสมเด็จพระบรมราชชนนี ออกเยี่ยมเยียนพสกนิกรทุกภูมิภาคของประเทศไทย ด้วยพระวิสัยทัศน์และสายพระเนตรที่ยาวไกล โครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จึงครอบคลุมในทุกด้าน ด้วยทรงตระหนักถึงพระราชภาระอันสำคัญที่รอคอยอยู่และด้วยน้ำพระราชหฤทัยอันเปี่ยมล้นด้วยพระเมตตาต่อพสกนิกรของพระองค์

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง พระราชกรณียกิจด้านการพัฒนาแหล่งน้ำ ทรงดำเนินตามรอยพระยุคลบาทพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศรมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ที่ทรงให้ความสำคัญกับ “น้ำ” ปัจจัยหลักในการดำรงชีวิตและการประกอบอาชีพของพสกนิกรโดยถ้วนทั่ว เริ่มต้นจากการพัฒนาแหล่งน้ำในหลากหลายรูปแบบมาตั้งแต่ปี ๒๕๓๔



โครงการเหล่านี้ครอบคลุมพื้นที่ต่างๆ จำนวน ๖๑ โครงการ ใน ๑๒ จังหวัดทุกภูมิภาค จากหมู่บ้านชายขอบบนภูเขา ทางภาคเหนือจดหมู่บ้านในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ ตั้งแต่จังหวัดเชียงใหม่ ราชบุรี จันทบุรี อุตรธานี จนถึงจังหวัดนราธิวาส เพื่อช่วยพลิกฟื้นชีวิตราษฎรตามความต้องการของประชาชน และความเหมาะสมของสภาพภูมิประเทศ

ทรงเสริมสร้างโอกาสทางการศึกษาแก่เยาวชนยากไร้

ด้วยทรงตระหนักในคุณค่าและความสำคัญของการพัฒนาบุคลากรให้มีคุณภาพ จึงทรงสนับสนุนการศึกษาแก่ประชาชนตั้งแต่ครั้งทรงดำรงพระอิสริยยศ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ทรงมีพระราชดำริให้นำพระราชทรัพย์ส่วนพระองค์และทรัพย์จากผู้บริจาคโดยเสด็จพระราชกุศลมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการเสริมสร้างโอกาสทางการ

คราใดที่โดยเสด็จสมเด็จพระบรมราชชนนี เสด็จฯ เยี่ยมราษฎรในพื้นที่ต่างๆ ขณะทีสมเด็จพระบรมราชชนนี ทรงงานด้านศิลปาชีพ มักทรงแยกไปทอดพระเนตรความเป็นอยู่ของราษฎรและพระราชทานแนวพระราชดำริในการพัฒนาแหล่งน้ำ เพื่อช่วยเหลือปิดเป่าความเดือดร้อนให้กับราษฎรในพื้นที่นั้น

โครงการพัฒนาแหล่งน้ำอันเนื่องมาจากพระราชดำริที่เกิดขึ้นตั้งแต่ครั้งดำรงพระอิสริยยศสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ครอบคลุมตั้งแต่การก่อสร้างอ่างเก็บน้ำ ฝาย แก้มลิง บ่อเก็บน้ำ ท่อระบายน้ำ ระบบส่งน้ำ และการปรับปรุงอ่างเก็บน้ำ ฝายอาคาร บังคับน้ำ ระบบและท่อส่งน้ำ ทำนบดิน การจัดหาน้ำเพื่อช่วยเหลือพื้นที่การเกษตร และการอุปโภคบริโภคของประชาชนในรูปแบบต่างๆ และการพัฒนาพื้นที่แบบบูรณาการ



ศึกษาให้แก่เยาวชนที่ยากจนให้มีโอกาสศึกษาอย่างต่อเนื่อง ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้จัดตั้ง “โครงการทุนการศึกษา สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร” ขึ้นเป็นครั้งแรกเมื่อปี ๒๕๕๒ ในเวลาต่อมาจึงจัดตั้งเป็น “มูลนิธิทุนการศึกษาพระราชทาน สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร” หรือ ม.ท.ศ. ขึ้น เมื่อวันที่ ๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๓ และทรงเป็นประธานกรรมการเอง

ทุนการศึกษาพระราชทาน สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร” หรือ ม.ท.ศ. เป็นทุนการศึกษาแก่เยาวชนที่เรียนดี ขยันหมั่นเพียร ประพฤติดี มีคุณธรรมและฐานะยากจนให้มีโอกาสศึกษาต่อในระดับที่สูงขึ้นจนจบปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ในสาขา



วิชาที่สอดคล้องกับความรู้ความสามารถและความต้องการของผู้เรียนโดยไม่มีภาระผูกพันต้องใช้ทุนคืน และเมื่อจบการศึกษาจะเปิดโอกาสให้เข้าทำงานเป็นข้าราชการบริพารในพระองค์ฯ ตามความสมัครใจ

นอกจากนี้ ทรงพระกรุณาพระราชทานพระราชทรัพย์ร่วมสนับสนุนให้กรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ ก่อตั้งโรงเรียนมัธยมศึกษาในถิ่นทุรกันดาร ๖ แห่ง ทรงรับโรงเรียนมัธยมศึกษา ๑๕ แห่งไว้ในพระราชูปถัมภ์ พระราชทานวัสดุอุปกรณ์การศึกษาที่ทันสมัย เช่น คอมพิวเตอร์ โทรทัศน์ วิทยุทัศน์ และในระดับอุดมศึกษา ทรงพระกรุณาเสด็จฯ ไปพระราชทานปริญญาบัตรแก่บัณฑิตของมหาวิทยาลัยต่างๆ

ทรงตั้งมั่นเทื้อหนุน เทื้อกูล ร่างพระพุทธรศาสนา

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเจริญรอยตามสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ แห่งพระบรมมหาราชวังที่ทุกพระองค์ ที่ทรงตั้งมั่นพระราชหฤทัยเทื้อหนุน เทื้อกูล เฝยแผ่ และธำรงไว้ซึ่งการสืบทอดพระพุทธรศาสนา ดังภาพที่ทรงปฏิบัติพระราชกรณียกิจต่างๆ ด้านศาสนา อันเป็นเป็นภาพที่ซาบซึ้งใจของราษฎรชาวไทยทุกหมู่เหล่าเสมอมา

เมื่อเดือนเมษายน ๒๕๖๕ ทรงพระดำเนินขึ้น-ลงพระบรมมหาราชวัง (เจดีย์ภูเขาทอง) วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร ทางบันไดจำนวน ๖๘๘ ขั้น เพื่อทรงห่มผ้าองค์พระเจดีย์บรมมหาราชวัง และสักการะบูชาพระบรมสารีริกธาตุ แม้เส้นทางที่ทรงพระดำเนินทางบันไดแต่ละขั้นจะเต็มไปด้วยความลาดชัน หากแต่

ด้วยพระราชหฤทัยอันเปี่ยมล้นด้วยความศรัทธาในพระบวรพระพุทธรศาสนา พระองค์ทรงพระดำเนินขึ้นสู่ด้านบนพระเจดีย์บรมมหาราชวัง ด้วยพระพักตร์อันสดใส

ทรงดำเนินพระราชกรณียกิจต่างๆ อาทิ ทรงประกอบพิธียกฉัตรขึ้นประดิษฐานเหนือพระประธานพระวิหาร ‘พระเจ้าใหญ่อินทร์แปลง’ ณ วัดมหาวนาราม อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี เพื่อให้พระพุทธรูปศักดิ์สิทธิ์เป็นศูนย์รวมทางจิตใจของชาวอุบลราชธานี และถวายเป็นพุทธบูชา ทรงเปิดแพรคลุมป้าย “เจดีย์อัฐบริวารเขมาภิรโต” และทรงประกอบพิธีสมโภช ‘พิพิธภัณฑสถานอัฐบริวารหลวงปู่ขาว อนาลโย’ ณ วัดถ้ำกลองเพล อำเภอเมือง จังหวัดหนองบัวลำภู เป็นต้น รวมทั้งเสด็จฯ บำเพ็ญพระราชกุศลในวันสำคัญทางศาสนาต่างๆ โดยไม่ว่างเว้น



ทรงมีพระราชประสงค์ให้ราษฎรได้รับการรักษาพยาบาลอย่างทั่วถึง

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวโดยเสด็จสมเด็จพระบรมชนกนาถและสมเด็จพระบรมราชชนนีไปทรงเยี่ยมราษฎรในชนบทเสมอ จึงมีพระราชประสงค์ให้ราษฎรได้รับการรักษาพยาบาลทั่วถึงและมีมาตรฐานเป็นที่มาของการจัดตั้งโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชในท้องถิ่นห่างไกลและกันดารขึ้นใน พ.ศ. ๒๕๒๐ สำหรับเงินในการจัดตั้งมาจากการบริจาคของรัฐบาลและประชาชนทั่วไปผ่านมูลนิธิโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราช ปัจจุบันมีโรงพยาบาลสมเด็จพระยุพราชสังกัดกระทรวงสาธารณสุขรวม ๒๑ แห่ง

หนึ่งในโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริด้านการสาธารณสุข แสดงถึงพระมหากรุณาธิคุณ โดยเฉพาะผู้ที่ได้รับความทุกข์ยากจากการเจ็บป่วยยากไร้ และขาดโอกาส คือ โครงการกาญจนนารี ที่มี



พระราชทานพระราชดำริให้ก่อตั้งขึ้นในปี พ.ศ. ๒๕๔๐ และทรงเป็นประธานจัดสร้างศูนย์บำบัดรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งครบวงจรแห่งแรกในประเทศไทย เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในโอกาสมหามงคลเสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติเป็นปีที่ ๕๐ เพื่อลดความทุกข์ยากลำบากของผู้ป่วยในการเดินทางมารับการรักษา

ปี พ.ศ. ๒๕๖๐ พระองค์พระราชทานพระราชทรัพย์ ๑๐๐ ล้านบาท ซึ่งเป็นรายได้จากการจำหน่ายสมุดไดอารี่ภาพการ์ตูนผีพระหัตถ์ เพื่อสมทบทุนสร้าง

อาคารนวมินทร์บพิตร ๘๔ พรรษา โรงพยาบาลศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ในปี พ.ศ. ๒๕๖๒ พระองค์พระราชทานพระราชทรัพย์กว่าสองพันล้านบาท เพื่อจัดซื้อเครื่องมือเครื่องใช้ทางการแพทย์ให้แก่สถานพยาบาลทั่วประเทศ โดยเป็นเงินที่ประชาชนได้ทูลเกล้าฯ ถวายในการร่วมบำเพ็ญพระราชกุศลเนื่องในงานพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ และเงินรายได้จากการจัดงานอุ่นไอรัก คลายความหนาว “สายน้ำแห่งรัตนโกสินทร์”

ในปีเดียวกัน ทรงแต่งตั้งคณะกรรมการ โครงการราชทัณฑ์ปันสุข ทำความดี เพื่อชาติ ศาสน์ กษัตริย์ เพื่อแก้ปัญหาด้านสุขภาพอนามัยของผู้ต้องขัง ให้สามารถเข้าถึงการรักษาพยาบาลได้อย่างเท่าเทียมตามหลักมนุษยธรรม

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงตระหนักว่าการมีสุขภาพอนามัยที่สมบูรณ์จะนำไปสู่สุขภาพจิตที่ดี และสามารถทำประโยชน์ด้านอื่นๆ ต่อไปได้ พระองค์จึงได้พระราชทานความช่วยเหลือและแนวพระราชดำริการแก้ไขปัญหาด้านสาธารณสุขเรื่อยมา โดยนับตั้งแต่เกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด - ๑๙ ในประเทศไทยตั้งแต่ปี ๒๕๖๓ พระองค์ทรงติดตามสถานการณ์การแพร่ระบาดอย่างใกล้ชิด พร้อมพระราชทานพระบรมราโชบายในการดำเนินมาตรการต่างๆ ด้วยทรงห่วงใยประชาชนและบุคลากรทางการแพทย์



ทรงส่งเสริมกิจการถักนวมเพื่อชุมชนด้อยโอกาส

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงบำเพ็ญพระราชกรณียกิจเพื่อส่งเสริมกิจการด้านเกษตรกรรมตลอดมา เช่น เสด็จฯ เป็นองค์ประธานพระราชพิธีพืชมงคลจรดพระนังคัลแรกนาขวัญ ที่ท้องสนามหลวง ซึ่งจัดขึ้นในเดือนหกของทุกปีหรือราวเดือนพฤษภาคม เพื่อความเป็นสิริมงคลและบำรุงขวัญเกษตรกร ซึ่งช่วงเวลาดังกล่าวเป็นระยะเหมาะสมที่จะเริ่มต้นการทำนาอันเป็นอาชีพหลักของประชาชนคนไทย

นอกจากนี้ ยังเสด็จพระราชดำเนินไปทรงเยี่ยมแหล่งเกษตรกรรมต่างๆ อาทิ โครงการปศุสัตว์ ที่อำเภอภูโนะ จังหวัดนราธิวาส สถานที่สร้างอ่างเก็บน้ำสำหรับหมู่บ้านกุกู อำเภอตากใบ จังหวัดนราธิวาส เป็นต้น

ในปี พ.ศ. ๒๕๔๕ ทรงมีพระชนมายุครบ ๕๐ พรรษา ทรงรับโครงการคลินิกเกษตรเคลื่อนที่ไว้ในพระราชานุเคราะห์และพระราชทานพระราชานุญาตให้อัญเชิญพระนามาภิไธยย่อไว้ในเครื่องหมายตราสัญลักษณ์โครงการ ด้วยทรงประสงค์จะให้บริการแก่เกษตรกร ในการแก้ไขปัญหาด้านการผลิตทางการเกษตรได้อย่างรวดเร็วทันเหตุการณ์และมีประสิทธิภาพ

ต่อมาในปี ๒๕๔๙ พระราชทานที่ดินส่วนพระองค์ในพื้นที่สวนบ้านกองแห หมู่ที่ ๔ ตำบลโป่งแยง



อำเภอแมริม จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน ๑,๓๕๐ ไร่ ให้กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ดำเนินการจัดตั้งคลินิกเกษตร เพื่อเผยแพร่ผลงานวิจัยและเทคโนโลยี การเกษตรจากศูนย์ศึกษาการพัฒนาห้วยฮ่องไคร้อันเนื่องมาจากพระราชดำริ คลินิกดังกล่าวพระราชทานนามว่า “เกษตรวิษญา” แปลว่าปราชญ์แห่งการเกษตร ทำหน้าที่เผยแพร่ผลงานวิจัยและเทคโนโลยีการเกษตรจากศูนย์ฯ ในรูปแบบของศูนย์บริการและถ่ายทอดเทคโนโลยีชุมชน เป็นศูนย์ฝึกอบรมและวิจัยพัฒนาการเกษตรให้เหมาะสมกับพื้นที่ อันเป็นการสานต่อพระราชดำริในพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ด้านเศรษฐกิจพอเพียง

ทรงรับโครงการจัดหาน้ำเพื่อบรรเทาภัยแล้งแก่ราษฎร

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับ ‘โครงการจัดหาหน้าบาดาลขนาดใหญ่แก้ภัยห่าภัยแล้ง’ ของกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ไว้เป็นโครงการอันเนื่องมาจากพระราชดำริ เมื่อวันที่ ๑๖ เมษายน ๒๕๖๔ เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนแก่ราษฎรจากภาวะวิกฤติภัยแล้ง

จำนวน ๑๕ แห่ง ในพื้นที่ ๑๑ จังหวัด ได้แก่ เชียงใหม่ ลำพูน ขอนแก่น กาฬสินธุ์ นครพนม ศรีสะเกษ ฉะเชิงเทรา กาญจนบุรี นครปฐม ราชบุรี และพัทลุง ซึ่งเมื่อดำเนินการแล้วเสร็จ ทุกพื้นที่จะมีประชาชนได้รับประโยชน์ไม่น้อยกว่า ๓๗,๖๐๐ ครัวเรือน หรือ ๑๔๓,๐๐๐ คน ครอบคลุมพื้นที่กว่าห้าแสนไร่ ช่วยประหยัดรายจ่ายให้ประชาชนกว่า ๕๐๐ ล้านบาทต่อปี จากการมีน้ำดื่มสะอาดไว้บริโภค

ในการนี้ เมื่อต้นเดือนเมษายน ๒๕๖๕ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี เสด็จฯ ไปทรงเปิดโครงการจัดหาหน้าบาดาลขนาดใหญ่แก้ภัยห่าภัยแล้งอันเนื่องมาจากพระราชดำริ ตำบลหนองฝ้าย อำเภอเลาขวัญ จังหวัดกาญจนบุรี ซึ่งได้รับการขนานนามว่า ‘อีสานภาคกลาง’ เนื่องจากสภาพภูมิประเทศ เป็นพื้นที่ราบเชิงเขา และเป็นพื้นที่เงาฝน ไม่มีระบบชลประทาน ประชาชนในหนองฝ้ายต้องจ้างรถบรรทุกน้ำสำหรับใช้อุปโภคบริโภค บางคนไม่มีน้ำใช้ในการเกษตรหรือปศุสัตว์ ต้องเสียเงินเพื่อใช้ในการสูบน้ำจากบ่อเพื่อมาทำการเกษตรและเลี้ยงสัตว์ ทำให้มีรายจ่ายมากกว่ารายรับ ชีวิตเป็นอยู่แสนยากเข็ญ





ทรงสนับสนุนการกีฬาเพื่อให้คนไทยแข็งแรง เยาวชนห่างไกลยาเสพติด

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๑๐ ทรงเล่นกีฬาตั้งแต่ทรงพระเยาว์ เมื่อครั้งดำรงพระอิสริยยศ สมเด็จพระเจ้าลูกยาเธอ เจ้าฟ้าวิมลวงมณี ทรงเป็นนักฟุตบอลของโรงเรียนจิตรลดา โรงเรียนมิลฟีลด์ ประเทศอังกฤษ โรงเรียนนายร้อย ดันทรูน ประเทศออสเตรเลีย และโรงเรียนเสนาธิการทหารบก เมื่อทรงสำเร็จการศึกษา เสด็จกลับสู่ประเทศไทย ทรงเล่นฟุตบอลกับข้าราชการบริพาร ทหาร ตำรวจ และประชาชนบ่อยครั้งจนมีการบันทึกในราชกิจจานุเบกษาครั้งเฉลิมพระเกียรติว่า “เจ้าฟ้าดาราลูกหนัง” ของปวงชนชาวไทย

ทรงเป็นประธานในกิจกรรม Bike for Mom ปันจักรยานเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เนื่องในโอกาสสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๓ พรรษา ๑๒ สิงหาคม ๒๕๕๘ นอกจากจะให้ประชาชนแสดงออกถึงความจงรักภักดีต่อสถาบันพระมหากษัตริย์ รวมทั้งความรักที่มีต่อแม่ของตนและแม่ของแผ่นดินแล้ว ยังส่งเสริมสุขภาพในการร่วมออกกำลังกาย ทำให้สุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง และปลูกฝังให้ประชาชนรักการออกกำลังกาย รวมถึงเสริมสร้างความมีน้ำใจเป็นนักกีฬาอีกด้วย

รวมถึงกิจกรรม Bike For Dad “ปั่นเพื่อพ่อ” เนื่องในโอกาสสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๘๘ พรรษา ๕ ธันวาคม ๒๕๕๘ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร รัชกาลที่ ๙ โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงนำขบวนผู้ที่มาเข้าร่วมกิจกรรมปั่นจักรยานเฉลิมพระเกียรติเพื่อแสดงความจงรักภักดี กตัญญูทิวต่อพระมหากษัตริย์ร่วมเทิดพระคุณพ่อและเพื่อแสดงพลังความสามัคคีของชาวไทยทั้งชาติ

ในปี ๒๕๖๑ เสด็จพระราชดำเนินทรงเปิดสนาม “เจริญสุขมงคลจิต” สู่ปั่นจักรยานรอบสนามบินสุวรรณภูมิ ซึ่งมีมาตรฐานระดับสากลเต็มรูปแบบแห่งแรกของประเทศไทย มีชื่อภาษาอังกฤษว่า “Happy and Healthy Bike Lane” เป็นนามพระราชทานจากสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว วัตถุประสงค์เป็นความร่วมมือกันระหว่าง บริษัท การท่าอากาศยานไทย และธนาคารไทยพาณิชย์ ที่ต้องการสนับสนุนให้ทุกคนสนใจออกกำลังกายโดยการปั่นจักรยาน

ล่าสุด ทรงพระราชทานสวนสาธารณะเพื่อประชาชน อุทยานเฉลิมพระเกียรติ รัชกาลที่ ๙ บนพื้นที่ ๒๗๙ ไร่ ที่สนามม้าบางลิ้มเดิม ซึ่งนอกจากจะให้ความรู้หลากหลายที่เข้าถึงได้ง่าย ชาวไทยยังจะได้รับความสุขจากธรรมชาติ ภายในสวนยังมีเส้นทางเดินและวิ่ง ทางปั่นจักรยาน รายล้อมด้วยทัศนียภาพที่งดงาม มีสนาม





ออกกำลังกายกลางแจ้ง มีการใช้พลังงานทดแทน รวมทั้งใช้เทคโนโลยีสมัยใหม่มาบริหารจัดการเพื่อความรู้จักประชาชน

ทรงพระราชทานกำลังใจและความห่วงใยแก่เจ้าหน้าที่ในสามจังหวัดภาคใต้

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงทราบถึงความตั้งใจและความทุ่มเทของเจ้าหน้าที่ทหารและตำรวจที่ปฏิบัติหน้าที่ในจังหวัดชายแดนภาคใต้ และทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงใหม่และสิ่งของพระราชทานไปมอบแก่เจ้าหน้าที่ที่ได้รับบาดเจ็บ หรือเจ้าหน้าที่ที่สูญเสียชีวิตระหว่างที่ปฏิบัติหน้าที่ ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณรับศพไว้ในพระบรมราชานุเคราะห์ พร้อมทั้งทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้เชิญสิ่งของพระราชทานไปมอบให้แก่ครอบครัวเจ้าหน้าที่ที่เสียชีวิตยังถิ่นพำนัก เพื่อพระราชทานกำลังใจให้ครอบครัวผู้สูญเสียมีขวัญและกำลังใจในการดำเนินชีวิตต่อไป

ทุกข์ของราษฎร มิเคยอยู่ไกลจากสายพระเนตร

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาห่วงใยการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน โดยเฉพาะเยาวชนที่ด้อยโอกาส ได้เสด็จฯ ไปทรงเยี่ยมชุมชนแออัดของกรุงเทพฯ หลายแห่ง เช่น ชุมชนแออัดพระโขนง เขตคลองเตย เขตยานนาวา พระราชทาน

พระราชทรัพย์สนับสนุนโครงการของชุมชน เช่น โครงการพัฒนาเด็กเล็กที่ขาดแคลน โครงการปราบปรามยาเสพติด

ทรงใส่พระราชหฤทัยประชาชนของพระองค์เสมอ ภาพความเดือดร้อนแสนสาหัสของพลกนิกรเมื่อต้องประสบกับวาทภัยที่พัดพาบ้านเรือนสูญหายหรือบ้านเรือนราษฎรที่มอดไหม้ไปกับกองเพลิงมิได้อยู่ไกลจากสายพระเนตร ทันททีความทุกข์ร้อนของราษฎรทราบยังฝ่าละอองธุลีพระบาท ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้องคมนตรี เชิญถุงพระราชทานเครื่องอุปโภคบริโภคและสิ่งจำเป็นขั้นพื้นฐานไปมอบแก่ราษฎรผู้ที่กำลังประสบทุกข์ภัย พร้อมเชิญพระราชกระแสรับสั่งทรงห่วงใยไปกล่าวเพื่อสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ราษฎรในพระองค์

พระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ ประดุจสายน้ำเย็นใส ไหลรินสู่หัวใจของประชาชนชาวไทยอย่างสม่ำเสมอ นำพาความร่มเย็นเป็นสุขแก่ผืนดินใต้พระบารมีมิเคยสิ้น

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ
ขอพระองค์ทรงพระเจริญยิ่งยืนนาน





สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดาฯ พระบรมราชินี และ สมเด็จพระราชินีซิลเวีย แห่งราชอาณาจักรสวีเดน เสด็จฯ ทรงร่วมงานการประชุมสุดยอดการคุ้มครองเด็ก Child Protection Summit, Bangkok 2024

ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพจัดการประชุม Child Protection Summit, Bangkok 2024 โดยมูลนิธิ World Childhood ในพระราชินูปถัมภ์สมเด็จพระราชินีซิลเวียแห่งสวีเดน ร่วมกับมูลนิธิพิทักษ์และคุ้มครองเด็ก (Safeguardkids Foundation) ณ สำนักงานองค์การสหประชาชาติ เมื่อวันที่ ๑๖ พฤษภาคม ๒๕๖๗ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความตระหนักรู้ในสังคมต่อปัญหาการล่วงละเมิดทางเพศ การค้ามนุษย์ และการแสวงหาผลประโยชน์จากเด็กและเยาวชน พร้อมทั้งผลักดันความร่วมมือ ส่งเสริมให้ทุกภาคส่วนในสังคม ทั้งภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และองค์การระหว่างประเทศ ร่วมกันช่วยเหลือเด็กและเยาวชนในประเทศต่างๆ และสร้างการมีส่วนร่วมเพื่อป้องกันไม่ให้เกิดปัญหาดังกล่าวด้วย



ในโอกาสสำคัญนี้ สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดา พัชรสุธาพิมลลักษณ พระบรมราชินี และสมเด็จพระราชินีซิลเวียเรนาเทอ ซอมแมร์ลัธ แห่งราชอาณาจักรสวีเดน เสด็จพระราชดำเนินทรงเข้าร่วมการประชุมและพระราชทานพระราชดำรัส เปิดการประชุมสุดยอดการคุ้มครองเด็กดังกล่าวอย่างน่าประทับใจ

สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดาฯ พระบรมราชินี และ สมเด็จพระราชินีซิลเวีย แห่งราชอาณาจักรสวีเดน เสด็จพระราชดำเนินยังห้องประชุม ESCAP Hall ศูนย์ประชุมสหประชาชาติ (UNCC) โดยทรงลงพระนามาภิไธยในสมุดเยี่ยมและเสด็จยังที่ประทับเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมการประชุม โดยสมเด็จพระราชินีซิลเวียแห่งราชอาณาจักรสวีเดน พระราชทานพระราชดำรัสเปิดการประชุม จากนั้นสมเด็จพระนางเจ้าสุทิดาฯ พระบรมราชินี พระราชทานพระราชดำรัสต่อที่ประชุม ทั้งสองพระองค์ทรงรับฟังการรายงาน ทอดพระเนตร การขับร้องประสานเสียงจากกลุ่มเยาวชน พร้อมเสด็จเยี่ยมชมบูธนิทรรศการจากศิลปินเมียนมา รวมถึงองค์กรต่างๆ ที่ทำงานด้านเด็กและเยาวชนในประเทศไทย และทรงฉายพระฉายาลักษณ์ร่วมกับคณะกรรมการจัดงานด้วย



สมเด็จพระราชินีซิลเวียแห่งสวีเดน พระราชทานพระราชดำรัสเปิดการประชุม Child Protection Summit, Bangkok 2024 ความตอนหนึ่งว่า “มีความยินดีที่ได้กลับมายังกรุงเทพฯ ประเทศไทย ซึ่งมีความสัมพันธ์อันแน่นแฟ้น ทั้งนี้ในการดำเนินงานเรื่องการคุ้มครองเด็กของมูลนิธิ World Childhood Foundation ได้ทำงานมาอย่างต่อเนื่อง ๒๕ ปีแล้ว สำหรับผู้ที่ไม่มีโอกาสได้ส่งเสียงเรื่องการละเมิดสิทธิหรือตัวเด็ก เพราะเป็นเรื่องที่ไม่อยากพูดคุยกันในฐานะที่เป็นแม่ ย่า ยาย แต่ความเงียบไม่สามารถทำให้ปัญหาหมดไปได้ จะยิ่งทำให้คนร้ายก่อเหตุต่อไป การละเมิดทางเพศต่อเด็กมีอยู่ทุกประเทศทั่วโลก การจะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลง การตระหนักรู้ เป็นขั้นตอนแรกที่สำคัญ และหลังจากนั้น ก็คือต้องดำเนินการต่อไป ข้าพเจ้าอยากส่งเสียงเป็นพลังในการคุ้มครองเด็กที่สมควรจะได้รับการคุ้มครองมากที่สุด โดยเฉพาะเด็กที่อาศัยอยู่ตามท้องถนน





เด็กที่มีความพิการ และเด็กที่ไม่มีผู้ใหญ่ดูแล ให้มีความปลอดภัย”

สมเด็จพระนางเจ้าสุทิดา พระบรมราชินี ทรงมีพระราชดำรัสเป็นภาษาอังกฤษ ความตอนหนึ่งว่า “สมเด็จพระราชินีซิลเวีย เรนาเทอ ซอมแมร์ลัธ แห่งราชอาณาจักรสวีเดน ทรงเป็นที่รู้จักของคนไทย เพราะพระองค์ทรงเป็นเพื่อน ทรงเป็นมิตรที่ดีของคนไทยและประเทศไทย การทรงงานที่สำคัญยิ่งของพระองค์คือการได้ดูแลเด็ก ๆ ทั่วโลก พระองค์ทรงงานอย่างหนักให้กับมูลนิธิพิทักษ์และคุ้มครองเด็ก เพื่อที่จะคุ้มครองและทำให้เด็กมีความปลอดภัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเพื่อไม่ให้เกิดการละเมิดทางเพศต่อเด็ก หรือการเอารัดเอาเปรียบต่อเด็ก



การทำงานกับมูลนิธิพิทักษ์และคุ้มครองเด็ก การทำงานร่วมกับผู้แทนจากหน่วยงานต่างๆ ในประเทศไทย จึงเป็นเรื่องที่สำคัญมาก เพราะเรากำลังเผชิญปัญหาหลายด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งการละเมิดทางเพศต่อเด็ก และการนำเด็กมาเป็นสินค้า ดังนั้นเราต้องร่วมมือกันหาวิธีปกป้องเด็กให้รอดพ้นจากความเสียหายอย่างสัมฤทธิ์ผล





เราจะต้องนำผู้บังคับใช้กฎหมายมาดูแลปัญหานี้ และจำเป็น ต้องมีการทำงานร่วมมือกันระหว่างรัฐบาล เอกชนและระดับ นานาชาติ เพื่อให้เด็กนั้นมีความปลอดภัย สิ่งนี้เป็นปัจจัยหลัก และเป็นความรับผิดชอบของพวกเราทุกคนที่เราจะต้องร่วมมือ กัน เด็กๆ เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าที่สุด เด็กควรจะมีการเจริญ เติบโตและอยู่ในสิ่งแวดล้อมที่มีความปลอดภัย เราจะต้องผลักดันให้มีการทำงานเรื่องนี้ให้อนาคตของเด็กสดใส รุ่งเรือง เด็ก ทุกคนมีสิทธิในชีวิตของเขา มีสิทธิที่จะได้รับความรักมีความสุข มีสิทธิที่จะได้รับการศึกษา มีสิทธิในการเล่น และมีสิทธิในการ เจริญเติบโตในทิศทางที่ดีด้วย”

การประชุมสุดยอดครั้งนี้ ได้รับผลสำเร็จอย่างยิ่งตามวัตถุประสงค์ที่จะเดินหน้าพิทักษ์และต่อต้านการล่วงละเมิดสิทธิเด็กและเยาวชนทั้งทาง ร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะเรื่องการล่วงละเมิดทางเพศต่อเด็กไทยในทุกช่องทาง โดยเฉพาะในช่องทางออนไลน์ที่กำลังลุกลามแบบก้าวกระโดดนับตั้งแต่ปี ๒๕๖๕ เป็นต้น มา ให้มีปราการที่แข็งแกร่งยิ่งขึ้น เพื่อหยุดยั้งการละเมิดทางเพศในเด็ก เสริมสร้างกฎหมาย ที่เข้มแข็งเพื่อปกป้องเด็กและเยาวชน และป้องปรามผู้กระทำผิดให้เกรงกลัวต่อโทษทัณฑ์ พร้อมผลักดันให้สังคมปฏิเสธรการดำรงอยู่ของปัญหา นี้ จนการล่วงละเมิดสิทธิเด็กใน ทุกมิติหมดไปจากสังคมไทย ผ่านพิธีลงนามบันทึกความเข้าใจ (MOU) ระหว่าง กระทรวงมหาดไทย กระทรวงยุติธรรม และกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ นับเป็นพระเมตตาอันเปี่ยมล้นของสมเด็จพระราชินีของทั้งสองประเทศที่ทรงมี พระราชปณิธานในการคุ้มครองเด็กและเยาวชนอย่างแน่วแน่และชัดเจนอย่างยิ่ง





บ้านหัวอ่าว อำเภอสามปราณ จังหวัดนครปฐม ตัวอย่าง หมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง “อยู่เย็น เป็นสุข”



หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง เป็นหนึ่งในศาสตร์พระราชา ที่พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ได้พระราชทานแก่พสกนิกรชาวไทยมายาวนาน เป็นแนวคิดที่ตั้งอยู่บนรากฐานของวัฒนธรรมไทย เป็นแนวทางการพัฒนาบนพื้นฐานของทางสายกลางและความไม่ประมาท คำนึงถึงความพอประมาณ ความมีเหตุผล การสร้างภูมิคุ้มกันกันตัวเอง ตลอดจนใช้ความรู้และคุณธรรมเป็นพื้นฐานในการดำรงชีวิต ที่

สำคัญจะต้องมี “สติ ปัญญา และความเพียร” ซึ่งจะนำไปสู่ “ความสุข” ในการดำเนินชีวิตอย่างแท้จริง

วิธีการของศาสตร์พระราชา จากปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืน คือ **เข้าใจ** หมายถึงการใช้ข้อมูลที่มีอยู่แล้ว การใช้และแสวงหาข้อมูลเชิงประจักษ์ การวิเคราะห์และการวิจัย การทดลองใช้จนได้ผลจริงก่อน **เข้าถึง** หมายถึงการกระเปิดจากข้างใน เข้าใจกลุ่มเป้าหมายในการพัฒนา และสร้างปัญญาสังคม พัฒนา หมายถึง การพัฒนาที่ประชาชนเริ่มต้นด้วยตนเอง พึ่งพาตนเองได้ และมีต้นแบบในการเผยแพร่ความรู้ให้ประชาชนได้เรียนรู้และนำไปประยุกต์ใช้



หนึ่งในต้นแบบศาสตร์พระราชชาติที่ประยุกต์ใช้ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง นำมาสู่การพัฒนาอย่างยั่งยืนคือ ชุมชนบ้านหัวอ่าว หมู่ที่ ๕ ตำบลบางช้าง อำเภอสามพราน จังหวัดนครปฐม ด้วยพื้นที่ ๙๗๕ ไร่ ประชากร ๑๘๕ ครอบครัว รวม ๗๑๑ คน สภาพภูมิประเทศเป็นที่ราบลุ่ม ดินลุ่มแม่น้ำมีความอุดมสมบูรณ์เหมาะสมแก่การเพาะปลูก มีลำคลอง ๔ สายไหลผ่านพื้นที่ ล้วนเป็นแหล่งน้ำธรรมชาติที่รับน้ำจากแม่น้ำท่าจีน พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่เกษตรกรรม

ประชาชนส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำการเกษตรสวนผลไม้ อาทิ สวนฝรั่ง ชมพู่ มะพร้าว น้ำหอม มะม่วง และทำนา อาชีพรอง คือ รับจ้างทั่วไป ค้าขาย รับราชการ และเจ้าหน้าที่ของรัฐ ในพื้นที่มีโรงเรียนผลผลิตของชุมชน ได้แก่ สินค้าเกษตรอินทรีย์ เช่น ผลไม้สด ข้าวไรซ์เบอร์รี่ สมุนไพรจากผักข้าวขมไทยโบราณ ไม้กวาดก้านมะพร้าว กิ่งพันธุ์ดินไม้และปุ๋ยอินทรีย์ เป็นต้น

ดินฟ้าอากาศและศัตรูพืชมากมาย ราคาผลผลิตตกต่ำ ไม่สามารถกำหนดราคาเองได้ นำไปสู่การใช้ปุ๋ยเคมีและยาฆ่าแมลงที่ทำให้ต้นทุนสูงขึ้น ปัญหาต่างๆ สะสมมากขึ้น จนกระทบต่อความมั่นคงของรายได้ มีการกู้เงินทั้งในและนอกระบบมาใช้จ่ายในครัวเรือน กระทบต่อสุขภาพของประชาชนในหมู่บ้านที่เกิดจากการใช้ยาฆ่าแมลง และกระทบต่อทรัพยากรธรรมชาติที่เป็นปัจจัยทำให้การผลิตมีสภาพเสื่อมโทรมลง

ในปี ๒๕๔๕ ชาวบ้านกลุ่มหนึ่งเริ่มตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นในชุมชนและผลกระทบที่จะเกิดขึ้นต่อลูกหลานในอนาคต จึงได้มีการรวมกลุ่มพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นถึงแนวทางการแก้ไขร่วมกัน นางประหยัด ปานเจริญ ประธานคณะกรรมการพัฒนาสตรีหมู่บ้าน (กพสม.) ซึ่งได้รับแรงบันดาลใจจากการได้เข้าร่วมเวทีประชาคมถักทอเครือข่ายพลังชุมชนพลังแผ่นดิน เพื่อเอาชนะยาเสพติดอย่างยั่งยืน เป็นแกนนำรวบรวมสมาชิกสตรีล้วน ๔๗ คน ร่วมกันลงหุ้นจัดตั้งกลุ่มผลิตปุ๋ยชีวภาพ โดยขอคำแนะนำและความช่วยเหลือจากเจ้าหน้าที่ของ กศน. ซึ่งเข้ามาเป็นที่เลี้ยงให้อย่างต่อเนื่องทุกสัปดาห์เป็นเวลากว่า ๑ ปี

ปัจจุบันกลุ่มผลิตปุ๋ยชีวภาพสามารถผลิตปุ๋ยสำหรับสมาชิกใช้ในการเกษตร และสามารถจำหน่ายให้กับชาวบ้านอื่นๆ ที่สนใจได้จำนวนหนึ่ง ผลผลิตจำหน่ายหมดทุกรอบ สามารถลดค่าใช้จ่ายค่าปุ๋ยเคมี ยาฆ่าหญ้าและค่ารักษาพยาบาลลงได้ถึงเดือนละประมาณ ๒,๐๐๐-๓,๐๐๐ บาทต่อครัวเรือน



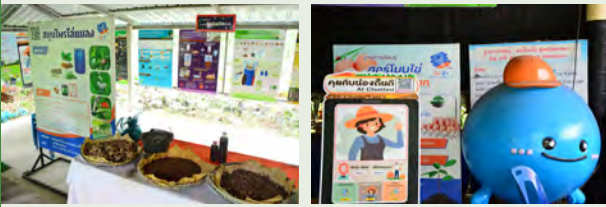
นางประหยัด ปานเจริญ
แกนนำจัดตั้งกลุ่มสตรี
ผลิตปุ๋ยชีวภาพ



ปัญหาของคนในชุมชนที่เกิดขึ้น มีค่าใช้จ่ายในชีวิตประจำวันสูง ผลผลิตทางการเกษตรมีราคาพืชตกค้าง มีปัญหาสิ่งแวดล้อมและความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติโดยเฉพาะดิน รวมถึงปัญหาสุขภาพ เช่น โรคความดัน เบาหวาน

ก่อนปี ๒๕๔๕ ชุมชนบ้านหัวอ่าวดำรงชีวิตด้วยวิถีเกษตรพึ่งพิงธรรมชาติที่ฟ้าฝนไม่แน่นอน เกษตรกรล้วนเผชิญปัญหาผลผลิตตกต่ำจากสภาพ





เมื่อกลุ่มเข้มแข็งแล้วจึงขยายผลสู่การสร้างกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ ปี ๒๕๕๔ ชุมชนบ้านหัวอ่าวเกิดวิกฤตน้ำท่วม ผลผลิตการเกษตรเสียหายหนัก นายฉญา ปานเจริญ ผู้ใหญ่บ้านซึ่งสนใจแนวคิดปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง ประกอบกับตัวเองมีปัญหาสุขภาพจากการใช้สารเคมี จึงเป็นผู้นำชุมชนทำเกษตรอินทรีย์ ในช่วงแรกมีปัญหาผลผลิตไม่ได้คุณภาพ ราคาไม่ดี มีสารเคมีตกค้างจากดินและน้ำ แต่เนื่องจากต้นทุนต่ำจากการใช้ปุ๋ยชีวภาพที่กลุ่มในชุมชนผลิตจำหน่ายในราคาถูก จึงไม่กระทบต่อรายได้สุทธิที่ได้รับ และสุขภาพดีขึ้น สมาชิกกลุ่มเกษตรกรอินทรีย์จึงยังคงรวมตัวกันหนาแน่น

ด้วยข้อดีเช่นนี้ สมาชิกในกลุ่มรวม ๒๐ ราย จึงยึดมั่นในแนวทางเกษตรอินทรีย์อย่างจริงจัง และต่อเนื่อง สามารถพัฒนาพันธุ์และผลผลิตให้มีคุณภาพสูงขึ้น กระทั่งได้ใบรับรองจากสำนักงานมาตรฐานเกษตรอินทรีย์ (มกท.) นำไปสู่การได้รับการส่งเสริมและสนับสนุนจากหน่วยงานราชการ องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และเครือข่ายที่สนับสนุนการดำเนินงานทั้งงบประมาณและองค์ความรู้อย่างสม่ำเสมอ

ในปี ๒๕๕๖ ภาศภาคเอกชน มูลนิธิสังคมสุขใจเข้าไปส่งเสริมการพัฒนาเกษตรอินทรีย์ ภายใต้รูปแบบ “สามพรานโมเดล” จัดฝึกอบรมเรื่องเกษตรอินทรีย์ ช่วยเหลือเรื่องการผลิตและการตลาดผักผลไม้อินทรีย์ของชุมชน โดยฝึกอบรม ศึกษาดูงานเพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจ และเห็นตัวอย่างการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่เห็นผลเป็นรูปธรรมแก่เกษตรกรที่สนใจปรับเปลี่ยนการผลิตสู่ระบบอินทรีย์ การเชื่อมโยงเครือข่ายผู้ผลิตและผู้บริโภคสินค้าเกษตรอินทรีย์ ตลอดจนอำนวยความสะดวกในการหาช่องทางตลาด การประชาสัมพันธ์ และเปิดหลักสูตรฝึกอบรมด้วย





ด้วยความทุ่มเทแรงใจแรงกายร่วมกันของชุมชนบ้านหัวอ่าวนับสิบปี จึงได้รับรางวัลพระราชทาน สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี หมู่บ้านเศรษฐกิจพอเพียง “อยู่เย็น เป็นสุข” และรางวัลผู้ใหญบ้านแห่งทองคำจากกระทรวงมหาดไทย ในปี ๒๕๕๗ เป็นที่รู้จักทั่วไปทั้งในและต่างประเทศ ในฐานะของ “ศูนย์เรียนรู้การประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงสู่ความยั่งยืน”

ปัจจัยความสำเร็จที่ชัดเจนนอกจากผู้นำที่สามารถนำการเปลี่ยนแปลงมาสู่ชุมชน คือการสร้างโอกาสให้สมาชิกในชุมชนได้เรียนรู้และพัฒนาตนเอง ชาวบ้านในชุมชนหัวอ่าวทุกรายพูดตรงกันว่าสภาพของชุมชนในปัจจุบันดีขึ้นกว่าในระยะเวลาที่ผ่านมา โดยเฉพาะครัวเรือนที่ทำเกษตรอินทรีย์ หรือครัวเรือนที่ใช้ปุ๋ยอินทรีย์ มิติที่มีการพัฒนาดีขึ้นอย่างชัดเจน

ปัจจุบันชุมชนหัวอ่าวประสบความสำเร็จอย่างสูงในการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

นับตั้งแต่ชาวบ้านในชุมชนบ้านหัวอ่าวเริ่มตระหนักถึงปัญหาที่ชุมชนเผชิญ ทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม สุขภาพ และสิ่งแวดล้อม นำชุมชนเข้าสู่กระบวนการพัฒนาแบบระเบิดจากข้างใน เพื่อนำไปสู่การพึ่งตนเองอย่างยั่งยืน ทุกวันนี้คนในชุมชนโดยเฉพาะผู้นำมีความเข้าใจลึกซึ้งในหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และยึดเป็นหลักคิดหลักปฏิบัติในการขับเคลื่อนการพัฒนาชุมชนอย่างต่อเนื่อง กรรมการหมู่บ้าน อาสาสมัคร และผู้ที่สนใจได้รับการฝึกอบรมศึกษาดูงานอย่างทั่วถึง สามารถสร้างความรู้ ความเข้าใจ และ เกิดตัวอย่างการประยุกต์ใช้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงที่เห็นผลเป็นรูปธรรมทั้งด้านการบริหารและการพัฒนา และร่วมกันกำหนดวิสัยทัศน์ของหมู่บ้านเพื่อเป็นทิศทางในการพัฒนา คือ “หมู่บ้านเกษตรอินทรีย์ อนุรักษ์ภูมิปัญญาท้องถิ่น ดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง”



ที่เห็นผลเป็นรูปธรรม ชาวบ้านหัวอ่าวเริ่มจัดทำบัญชีครัวเรือน บันทึกรายรับ รายจ่าย รู้จักวิเคราะห์ต้นทุน การวางแผนการผลิต ตลอดจนมีจิตสาธารณะ เอื้อเฟื้อแบ่งปัน และเป็นศูนย์เรียนรู้ของชุมชนสังคมไทยและสังคมโลกอย่างกว้างขวาง 📌

อาคิรา รัตนธาร เจ้าองผลงาน “Very Good” ศิลปะโลกศาสตร์ รวม ๔ รางวัลจาก เวที IESO 2023



รู้ว่าเป็นเพราะชื่อของ “อาคิรา” ที่แปลว่า ดวงอาทิตย์หรือเปล่า จึงทำให้ อาคิรา หรือ ไอล่า ยอดเยาวชนคนเก่งของเราจึงมีความสนใจในด้านโลกศาสตร์ ถึงขนาดได้เป็นตัวแทนประเทศไทยในการแข่งขันวิทยาศาสตร์โลกและอวกาศโอลิมปิกระหว่างประเทศครั้งที่ ๑๖ เมื่อเดือนสิงหาคม ปี ๒๕๖๖ ในรูปแบบออนไลน์และไอล่าก็สามารถคว้ามาได้ถึง ๔ รางวัล

ไอล่าแนะนำตัวเองหน่อยค่ะ

ปัจจุบันไอล่ากำลังศึกษาอยู่ชั้น ม.๖ โรงเรียนเตรียมอุดมศึกษา ค่ะ ตอนที่เข้าแข่งขันการแข่งขันวิทยาศาสตร์โลกและอวกาศโอลิมปิกระหว่างประเทศ (IESO 2023) หนูอยู่ชั้น ม.๕ ค่ะ





ผลงานล่าสุด และ รางวัล Very Good

หนูได้รับทั้งหมด ๔ รางวัล ได้แก่ เหรียญเงินจากการแข่งขัน IESO รวมถึงรางวัลอื่น ๆ ได้แก่ รางวัล Very Good จาก Art in Earth Science รางวัล Very Good จาก Earth System Project และเหรียญทองแดง National Team Field Investigation ในส่วนของรางวัล Art in Earth Science และ Earth System Project แบ่งคะแนนเป็น ๓ ระดับค่ะ ได้แก่ ยอดเยี่ยม (Excellent) ดีมาก (Very Good) และ ดี (Good) ตามลำดับค่ะ

คำอธิบายของ **Art in Earth Science** คือการสร้างชิ้นงานศิลปะ ไม่จำกัดว่าจะเป็นรูปวาด รูปปั้น หรือบทกลอน ที่เกี่ยวข้องกับโลกศาสตร์ การให้คะแนนจะพิจารณาจากความสวยงามและความหมายของผลงาน

ส่วน **National Team Field Investigation** เป็นการทำโครงการร่วมกับผู้แทนประเทศคนอื่นๆ แล้วนำเสนอเป็นภาษาอังกฤษ หัวข้อที่เลือกคือ **Preliminary Assessments of CO2 Storage in Carbonate Formations: A Case Study from Thailand** ซึ่งเป็นการประเมินเบื้องต้นเกี่ยวกับแหล่งกักเก็บคาร์บอนไดออกไซด์ในชั้นหินต่างๆ ของไทย ตัวอย่างของหัวข้อที่ประเมิน เช่น ชนิดหิน ลักษณะพื้นที่กักเก็บ และคุณภาพแหล่งกักเก็บ เป็นต้น ในช่วงที่ได้ไปฝึกภาคสนามหนูก็ได้ไปเก็บข้อมูลทำโครงการนี้ด้วยค่ะ

Earth System Project เป็นโครงการร่วมกับผู้แทนจากประเทศอื่น ๆ เช่นกันค่ะ ปีนี้หัวข้อคือ **Permafrost Thawing** เกี่ยวกับการละลายของชั้นดินเยือกแข็ง “Permafrost” ซึ่งมีส่วนประกอบหลักคือ ดิน ทราย กรวด ที่เชื่อมกันด้วยน้ำแข็ง แล้วคงสภาพอยู่ภายใต้อุณหภูมิติดลบอย่างน้อยสองปีขึ้นไป ภายใน Permafrost มีคาร์บอนไดออกไซด์กักเก็บอยู่มากและยังมีจุลินทรีย์โบราณถูกแช่อยู่ด้วย หาก Permafrost ละลายอย่างต่อเนื่อง จะส่งผลกระทบต่อเป็นอย่างมาก

หัวข้อนี้เป็นเรื่องที่ไม่คุ้นชินเพราะประเทศไทยอยู่ในเขตร้อน หลังจากที่ได้รับหัวข้อเลยต้องอ่านข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตนานพอสมควรจึงเริ่มเขียนข้อมูลโครงการได้ค่ะ



รางวัล Very Good จาก Art in Earth Science

วิเคราะห์การแข่งขันที่ได้เข้าร่วมในปี

ข้อสอบปีนี้ยากกว่าปีก่อนๆ เนื่องจากมีการนำข้อมูลมาให้วิเคราะห์ผ่านโปรแกรม แล้วนำมาตอบคำถาม หนูไม่คุ้นเคยกับโปรแกรมมาก่อน ทำให้พลาดไปหลายข้อ แต่โชคดีที่หนูสามารถทำข้อสอบวิเคราะห์ทั่วไปในข้อหลังๆ ได้ เพราะเคยทำข้อสอบของฝั่งอเมริกา (USES0) มาก่อน USES0 เป็นข้อสอบที่มีแนวคล้ายกับ IESO คือเน้นการวิเคราะห์จากข้อมูลที่โจทย์กำหนดให้ ส่วนใหญ่จะเป็นการวิเคราะห์หินและสภาพภูมิประเทศว่าสภาพแวดล้อมเป็นอย่างไรในอดีต บางข้อมีโจทย์เรื่องการเปลี่ยนแปลงในปัจจุบัน แล้วให้คาดเดาสภาพแวดล้อมในอนาคต ข้อสอบนี้เหมาะสำหรับการฝึกเพื่อรอบนานาชาติ (IESO) อย่างมาก แต่ไม่เหมาะกับรอบระดับประเทศ เพราะข้อสอบระดับประเทศ (TESO) ไม่ได้เน้นวิเคราะห์เท่า การที่เคยอ่านข้อมูลมาก่อนจะเป็นตัวชี้ว่าจะทำข้อนั้นได้หรือไม่ค่ะ

เส้นทางโอลิมปิกทำให้ค้นพบศักยภาพของตัวเอง

หนูสอบเข้า สวอน. ครั้งแรกคือวิชาคอมพิวเตอร์ ตอน ม.๑ ค่ะ แต่ไม่ติดค่ายแรก หลังจากนั้นช่วง ม.๓ โควิดระบาดรุนแรงทำให้หนูได้สอบ สวอน. อีกครั้ง ตอนนั้นหนูได้ลงวิชาวิทยาศาสตร์โลกและอวกาศ เป็นครั้งแรกซึ่งหนูพอมีความรู้เกี่ยวกับธรณีวิทยาอยู่บ้าง แต่ไม่ค่อยมีความรู้เกี่ยวกับอุทกนิยมนิเวศวิทยาเลย โชคดีที่อาจารย์วิทยา โรงเรียนสาธิตจุฬาฯ ช่วยติวให้ ผลที่ได้คือหนูเป็นผู้แทนศูนย์สำรองอันดับที่ ๑ ถึงปีนั้นจะไม่มีการเรียกตัวสำรอง แต่ทำให้หนูได้รู้ว่าตัวเองก็มีศักยภาพด้านนี้

ช่วง ม.๔ หนูเริ่มอ่านสไลด์ค่ายทั้งหมดอีกรอบ หาความรู้เพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ต นอกจากนั้นหนูยังได้ไฟล์เอกสารที่มีประโยชน์จากพี่พุดมิตา พุดมิกอนิน ในช่วงการสอบระดับชาติ ความรู้ในอินเทอร์เน็ตช่วยหนูได้จริง ๆ เช่น ประเภทหินทรายที่เคยอ่านก็มีในระดับชาติหลายข้อ หนูจึงได้เป็นผู้แทนประเทศ และได้คะแนนรวมสูงสุดอันดับที่ ๑ ในปีนั้นค่ะ

เก่งทั้งวิทย์และศิลป์

วิชาที่หนูถนัดคือศิลปะค่ะ หนูชอบเพราะทักษะจากวิชานี้นำมาใช้ได้หลากหลายโอกาส เช่น การทำสไลด์นำเสนอ หรือการวาดรูปอธิบายชนิดหินและสภาพภูมิประเทศ

สิ่งที่จุดประกายให้สนใจในศาสตร์คือการที่หนูได้ผ่านเข้าค่ายสวอน. ๑ ตอนอยู่ ม.๓ หนูได้เรียนเกี่ยวกับแร่หลายประเภท แร่หลายชนิดมีคุณสมบัติและความสวยงามที่เฉพาะตัว เช่น การเปลี่ยนสีของ Alexandrite หลังจากนั้นหนูก็เลยสืบค้นเกี่ยวกับแร่ รวมถึงเรื่อง อื่น ๆ จากอินเทอร์เน็ตบ่อย ๆ



ไอล่ากับคุณพ่อและคุณแม่

เคล็ดลับการอ่านหนังสือและการฝึกฝน

หากความรู้เพิ่มเติมจากอินเทอร์เน็ตนี่ล่ะค่ะ ข้อสอบระดับชาติที่ออก ไม่เหมือนกับข้อสอบในค่าย ๑ และ ๒ และข้อสอบระดับชาติของเราหลาย ๆ ข้อ ถ้าไม่ได้อ่านจกชนิตร์ธรณ์ ลัทธิฐานหรือหินนั้น ๆ มาก่อน อาจจะทำไม่ได้เลย

มุ่งเป้าหมายสู่การเป็นแพทย์

หลังการแข่งขัน หนูคิดว่าจะไม่รับทุนและเข้าศึกษาในคณะแพทยศาสตร์ค่ะ หนูคิดว่าความรู้เกี่ยวกับแร่ที่มีจะช่วยให้หนูเข้าใจสาเหตุของโรคได้ดีขึ้น เช่น Coal worker's pneumoconiosis ที่มีสาเหตุจากฝุ่นถ่านหิน หรือ Lead poisoning จากการรับประทานกั่วมากเกินไป



ความรู้สึกล้อ สอวน. และสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์

สอวน. เป็นรายการแข่งขันที่ดี ทำให้เด็ก ๆ มีเป้าหมายในการเรียนรู้อีก นอกจากนี้ยังครอบคลุมหลายสาขาทำให้คนที่ไม่มีฝีมือแตกต่างกันคนละด้านได้มีพื้นที่แข่งขันและฝึกฝนในค่ายระดับต่าง ๆ หนูสำนึกในพระกรุณาของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ เป็นอย่างมากที่ทรงอุปถัมภ์การศึกษาดี ๆ เหล่านี้ให้กับเด็กไทยค่ะ



ครั้งแรกที่ได้เข้าเฝ้าฯ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

หนูได้เข้าเฝ้าฯ พระองค์ท่านราวหนึ่งเดือนก่อนแข่งขัน ทรงมีเรื่องสนุก ๆ มาเล่าให้ฟังหลายเรื่องจากการเดินทางของท่าน ทำให้หนูได้รู้จักสถานที่ต่าง ๆ รอบโลก ทั้งที่ที่หนูเคยไปและไม่เคยไป เป็นประสบการณ์ครั้งหนึ่งในชีวิตที่จะไม่ลืมเลยล่ะ

เยาวชนที่อยากเข้าเส้นทางโอลิมปิกบ้างควรเริ่มจากอะไร

ถ้าไม่มีพื้นฐานมาก่อน ควรอ่านจากหนังสือสรุปชั้นมัธยมปลายทั่วไปเป็นอย่างแรก ถ้าพอเข้าใจแล้วให้อ่านหนังสือของสอวน. ต่อค่ะ ในค่ายให้พยายามอ่านสไลด์ให้เข้าใจแล้วสรุปประเด็นสำคัญไว้ ถ้าเป็นผู้แทนศูนย์ฯ ให้ดูข้อสอบระดับชาติปีเก่า ๆ จากเว็บไซต์ สอวน. ถ้าประเด็นไหนไม่เคยออกเลยก็ไม่จำเป็นต้องเสียเวลาอ่านมาก

การเรียนรู้เกี่ยวกับโลกและอวกาศให้ประโยชน์อะไรกับเราบ้าง

ทำให้เราเข้าใจการเปลี่ยนแปลงของโลกในปัจจุบันมากขึ้น เช่น ภาวะโลกร้อน มลภาวะทางอากาศภาคเหนือ และภัยจากการกักตุนเชื้อไวรัสในอ่าวไทย ซึ่งนำไปสู่การคิดว่า “ตัวเราควรเป็นส่วนหนึ่งของการแก้ไขปัญหายาวไกล” 🌍



คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ บูรณาการศาสตร์การแพทย์ ร่วมกับเวชศาสตร์การเกษตร และชีวนวัตกรรม



โลกยุคปัจจุบัน เทคโนโลยีเข้ามามีบทบาทกับชีวิตมนุษย์ในทุกส่วน ไม่เพียงแต่ภาคอุตสาหกรรม แต่ภาคการเกษตรก็มีการนำเทคโนโลยีรวมถึงสารเคมีต่างๆ เข้ามาใช้ในการผลิต โดยที่เกษตรกรผู้ใช้เทคโนโลยีและสารเคมีเหล่านั้นอาจยังไม่มีความรู้ในการป้องกันอันตรายและดูแลสุขภาพของตนเองดีพอ ทำให้เกิดโรคอุบัติใหม่หรือโรคที่มีสาเหตุเกี่ยวข้องเนื่องกับการเกษตร เช่น โรคผิวหนัง โรคปอด โรคมะเร็ง รวมทั้งโรคที่เกิดจากสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลง อีกด้านหนึ่งเทคโนโลยีชีวนวัตกรรมเองก็สามารถส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ทำให้ประชาชนมีสุขภาพแข็งแรง ลดอัตราการเข้ารักษาในโรงพยาบาลได้

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีแนวคิดในการจัดตั้งคณะแพทยศาสตร์เป็นเวลากว่าสี่สิบปีแล้ว แต่ขาดการสานต่อโครงการ กระทั่งถึงวาระที่มหาวิทยาลัยจะมีอายุครบ ๘๐ ปีในปี พ.ศ. ๒๕๖๖ สภามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ จึงมีมติเห็นชอบในหลักการทบทวนการจัดตั้ง คณะแพทยศาสตร์ หรือวิทยาลัยการแพทย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ โดย ดร.จงรัก วัชรินทร์รัตน์ อธิการบดีได้มอบหมายให้ รศ. ดร.สมหวัง ขันตยานนท์ รองอธิการบดีฝ่ายพัฒนาบัณฑิตชั้นสูงฯ

ดำเนินการในฐานะประธานคณะกรรมการเพื่อการจัดตั้งคณะและพัฒนาปรับปรุงหลักสูตร โดยมีเป้าหมายที่จะขยายขีดความสามารถด้านการศึกษา การวิจัยและการบริการวิชาการด้านสาธารณสุขและการแพทย์ บนฐานความเข้มแข็งทางวิชาการและองค์ความรู้ซึ่งสั่งสมมานานกว่า ๘๐ ปี

ปี พ.ศ. ๒๕๖๕ สภามหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มีมติเห็นชอบในการอนุมัติหลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิตและจัดตั้งคณะแพทยศาสตร์ เพื่อดำเนินการจัดการเรียนการสอน การวิจัย ผลิตแพทย์และให้บริการทางการแพทย์แก่ประชาชนในบริบทของเวชศาสตร์การเกษตรและชีวนวัตกรรม โดยถือเอาวันที่ ๑ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๕ เป็นวันสถาปนาคณะ

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับการอนุมัติหลักสูตรการสอนจากแพทยสภา เป็นสถาบันการแพทย์ลำดับที่ ๒๗ ของประเทศไทย และเปิดรับนิสิตแพทย์รุ่นแรกในปีการศึกษา ๒๕๖๗ โอกาสนี้คอลัมน์สานฝันเยาวชน วารสารทศไท ได้รับเกียรติจากคณาจารย์คณะแพทยศาสตร์ มาร่วมพูดคุยเพื่อให้ข้อมูลแก่ผู้อ่านค่ะ

จุดเด่นด้านเวชศาสตร์การเกษตรและชีวนวัตกรรม (Agro – Medicine and Bio-Innovation)

อาจารย์ ดร.ธัญวรินทร์ ฐิติภัทรภูวนนท์ ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายวิชาการ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เล่าถึงสาขาวิชาเวชศาสตร์การเกษตร



ดร.ธัญวรินทร์ ฐิติภัทรภูวนนท์

และชีวนวัตกรรมว่าเป็นการนำศาสตร์ด้านการแพทย์มาประยุกต์ร่วมกับเวชศาสตร์การเกษตร เช่น ศึกษากลุ่มโรคที่เกิดจากจุลชีพในการทำงาน หรือการสัมผัสสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นสารเคมี พืช สัตว์ หรือแมลง ฯลฯ การดูแลด้านสาธารณสุขทั่วไป อาจครอบคลุมเพียงพื้นที่จุดเกิดโรค แต่เวชศาสตร์การเกษตรจะมองมุมกว้างไปถึงสภาพแวดล้อมและเศรษฐกิจรอบชุมชนคนด้วย นอกจากนี้ยังมีการศึกษาวิจัยด้านชีวนวัตกรรมเพื่อต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ต่างๆ

ผศ.ดร. ณัฐเมธี เครือภูงา ผู้ช่วยคณบดีฝ่ายเทคโนโลยีสารสนเทศ กล่าวเสริมว่า มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีความเชี่ยวชาญด้านการเกษตร สิ่งแวดล้อม ป่าไม้ และอาหารอยู่แล้ว เมื่อนำมาประยุกต์กับศาสตร์ด้านการแพทย์ก็จะสามารถขยายขอบเขตการส่งเสริมดูแลสุขภาพ ออกสู่สังคมในวงกว้าง



ผศ.ดร. ณัฐเมธี เครือภูงา

“ยกตัวอย่างเช่น โรคที่เกิดจากแมลง ด้วยองค์ความรู้ด้านกีฏวิทยาที่เรามีอยู่ เมื่อเรารู้ว่าต้นกำเนิดโรคเป็นแมลงสปีชีส์ไหนก็จะสามารถหาวิธีการรักษาที่เหมาะสม อีกทางหนึ่ง เราไม่ได้เน้นแค่การรักษาโดยตรงเพียงอย่างเดียว แต่ยังนำองค์ความรู้มาพัฒนาต่อยอด เช่น นำความรู้ด้านกีฏวิทยามาประยุกต์กับวิทยาศาสตร์อาหาร วิจัย Alternative Food หรือแหล่งโปรตีนใหม่ๆ ได้ด้วย”

การเรียนการสอน

อาจารย์ ดร.วิฑูรย์ ศรีแก้วฉนวน อาจารย์ภาควิชากายวิภาคศาสตร์ อธิบายถึงการเรียนการสอนว่า หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ใช้เวลาเรียน ๖ ปี โดยแบ่งเป็นชั้นปรีคลินิกและชั้นคลินิก



ดร.วิฑูรย์ ศรีแก้วฉนวน

นิสิตชั้นปีที่ ๑-๓ จะเรียนวิชาของชั้นปรีคลินิก เริ่มจากวิชาพื้นฐานด้านวิทยาศาสตร์ ตามด้วยหมวดวิชาเฉพาะทางการแพทย์ เช่น กายวิภาคศาสตร์ จุลชีววิทยา ปรสิตวิทยา พยาธิวิทยา พยาธิวิทยาคลินิก สรีรวิทยา ชีวเคมีและพันธุวิศวกรรม และเภสัชวิทยา ฯลฯ โดยได้รับความร่วมมือกับวิทยาลัยแพทยศาสตร์พระมงกุฎเกล้า (วพม.) ในการเป็นสถาบันผลิตแพทย์ที่เลี้ยง

เมื่อขึ้นชั้นปีที่ ๔-๖ จะเป็นการเรียนในชั้นคลินิก นอกจากวิชาด้านแพทยศาสตร์แล้วจะมีรายวิชาเกี่ยวข้องกับเวชศาสตร์การเกษตรและชีวนวัตกรรมด้วย ทั้งนี้ทางคณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ได้รับความร่วมมือจากศูนย์แพทยศาสตร์ศึกษาชั้นคลินิก โรงพยาบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร และศูนย์แพทยศาสตร์ศึกษาชั้นคลินิก โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยมราช จังหวัดสุพรรณบุรีเป็นโรงพยาบาลสมทบหลักเพื่อผลิตแพทย์ร่วมกัน





หลักสูตรใหม่กับยุคสมัย กับเทคโนโลยี

ผศ.ดร. ธีธัญญ์ กล่าวว่า หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิตออกแบบและปรับให้ตรงกับหลักเกณฑ์ของแพทยสภาอยู่ตลอด นอกจากนี้ทางคณะยังนำเทคโนโลยีเข้ามาช่วยในการเรียนการสอนและการจัดการหลักสูตร ด้านคณาจารย์ผู้สอนเองก็มีอาจารย์รุ่นใหม่ผู้มีความชำนาญและประสบการณ์ด้านการสอน แต่ยังมีช่องว่างระหว่างวัยกับนิสิตไม่มาก ทำให้นิสิตสามารถพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับผู้สอนได้อย่างเต็มที่

อาจารย์ ดร.วิทวัสเล่าถึงความพร้อมในการเปิดรับนิสิตว่า ตอนนี้ทางคณะมีความพร้อม ๑๐๐% ทั้งในด้านสถานที่ซึ่งมีห้องกอสอนาโตมีและแล็บต่างๆ ส่วนในด้านเวชศาสตร์การเกษตรและชีวนวัตกรรม มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีความเชี่ยวชาญด้านการเกษตรในระดับต้นของประเทศอยู่แล้ว นิสิตสามารถใช้ห้องเรียนและห้องปฏิบัติการของคณะอื่นๆ ซึ่งให้ความร่วมมือด้านการจัดการเรียนการสอนร่วมกับคณะแพทย์ เช่น คณะวิทยาศาสตร์ คณะสังคมศาสตร์ คณะสัตวแพทยศาสตร์ คณะอุตสาหกรรมเกษตร หรือคณะสิ่งแวดล้อม ฯลฯ

อาจารย์ ดร.ธัญวรินทร์เสริมว่า หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิตได้ออกแบบรายวิชาเลือก เช่น วิชาพิษวิทยาและสิ่งแวดล้อม วิชาภูมิวิทยา เวชศาสตร์โภชนาการและอาหาร ฯลฯ เพื่อให้นิสิตได้เลือกเรียนตามความสนใจ และนำไปประยุกต์ใช้ในการทำงานจริงหรือนำไปต่อยอดการวิจัย นิสิตแพทย์ทุกคนจะต้องทำ Project Base และเผยแพร่ผลงานวิจัยตามความสนใจของแต่ละคน โดยสามารถทำวิจัยในชั้นปริคณิสิกหรือชั้นคลินิกก็ได้ นอกจากนี้ยังมีความร่วมมือจากคณะต่างๆ เช่น คณะสังคมศาสตร์ หรือคณะอุตสาหกรรมเกษตร ฯลฯ นิสิตสามารถเลือกทำวิจัยในหัวข้อที่เกี่ยวข้องกับคณะเหล่านั้นได้เช่นกัน



อาจารย์ ดร.ธัญวรินทร์ เสริมว่า ตอนนี้ทางมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์เตรียมก่อสร้างอาคาร คณะแพทยศาสตร์ และโรงพยาบาลมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ซึ่งจะเป็นส่วนหนึ่งของโครงการอุทยานการแพทย์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในพื้นที่เกษตรกลางบางเขน ในระยะแรกจะเป็นการก่อสร้างโรงพยาบาลขนาด ๔๐๐ เตียง และอาคารคณะแพทยศาสตร์ก่อน

ใจรักในวิชาชีพ เปิดรับความหลากหลาย รู้จักทำงานเป็นทีม

อาจารย์ ดร.วิฑูรย์ให้ความเห็นว่า “สิ่งสำคัญของการเรียนแพทยคือ ความรักในวิชาชีพ นิสิตรุ่นแรกของคุณะทุกคนเข้ามาด้วยแรงบันดาลใจที่อยากเป็นหมอ ซึ่งนั่นเป็นสิ่งที่เราต้องการ เพราะนอกจากความรู้ด้านวิชาการซึ่งทุกคนมีอยู่แล้ว สิ่งสำคัญอีกประการคือ จริยธรรมทางการแพทย์”

ด้าน ผศ.ดร. ณัฐเมธีกล่าวว่า “ด้วยความที่เราเป็นคณะแพทยศาสตร์เปิดใหม่ อาจจะมีจำนวนนักเรียนแพทย์ไม่มาก แต่นิสิตทุกคนเปิดกว้างรับความแตกต่างและความรู้ใหม่ๆ ซึ่งถือเป็นข้อดี เพราะมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์มีองค์ความรู้จากคณะอื่นๆ อยู่มากมาย ถ้านิสิตรับความรู้เหล่านั้นก็จะมีโอกาสในการเรียนรู้ได้มากขึ้น”

อาจารย์ ดร.ธัญวรินทร์ปิดท้ายว่า “หลักสูตรของเราเน้นการเรียนแบบ Active Learning ดังนั้นนิสิตจะต้องมีความใฝ่รู้ใฝ่เรียน อีกเรื่องที่สำคัญคือการทำงานร่วมกับผู้อื่น เพราะแพทย์ต้องทำงานร่วมกับวิชาชีพอื่น รวมถึงต้องสื่อสารกับคนไข้ ทักษะการทำงานเป็นทีมจึงเป็นเรื่องสำคัญไม่แพ้กัน”



หลักสูตรแพทยศาสตรบัณฑิต

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
เปิดรับนิสิตจำนวน ๔๘ คน แบ่งเป็น ๓ รอบ
ได้แก่

Portfolio แบ่งรับ ๒ โครงการ ได้แก่ โครงการ
ช่างเผือก และโครงการเรียนล่วงหน้า

TCAS2 โควต้า แบ่งเป็นเขตสุขภาพที่ ๕
สุพรรณบุรี และจังหวัดอื่นในเขตสุขภาพนี้ (นครปฐม
ราชบุรี เพชรบุรี ประจวบคีรีขันธ์ สมุทรสงคราม
สมุทรสาคร) เขตสุขภาพที่ 8 สกลนคร และจังหวัด
อื่นในเขตสุขภาพนี้ (บึงกาฬ นครพนม อุดรธานี
หนองคาย เลย และหนองบัวลำภู)

TCAS3 Admission รับผิดชอบผ่านโครงการ
กสพท.

ผู้สมัครจะต้องเป็นผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ ๖ หรือเป็นผู้สำเร็จการศึกษาชั้น
มัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า และมีคุณสมบัติ
ตามข้อกำหนดในประกาศของมหาวิทยาลัยเกษตร
ศาสตร์

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
ชั้น ๕-๗ อาคารศูนย์วิจัยวิทยาศาสตร์จุฬารักษ์
๖๐ พรรษา

คณะวิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
๕๐ ถนนนางงามศรีวาน แขวงลาดยาว เขต
จตุจักร กรุงเทพฯ ๑๐๙๐๐

โทร : ๐ ๒ ๙๔๒ ๙๒๐๐ ต่อ ๖๔๖๒๖๖

อีเมล : medicine@ku.ac.th

เว็บไซต์ : <https://medicine.ku.ac.th>

เฟซบุ๊กแฟนเพจ : คณะแพทยศาสตร์

มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

สุขภาพน่ารู้

เรื่อง : นายแพทย์อนันต์ โลหะพัฒนบำรุง

ภาพประกอบ : นิตติเตียว



โรค “มนุษย์ DIGITAL” ในเยาวชน

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยหัวเลี้ยวหัวต่อของการเจริญเติบโตด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ ควรจะได้ใช้เวลาไปกับการออกกำลังกาย ศึกษาดูด้วยการลงมือทำ ฝึกฝน มีกิจกรรมที่เอื้อต่อการเคลื่อนไหวให้คล่องแคล่วว่องไว มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบตัวในลักษณะตาดูหูฟัง ถามไถ่ พูดคุย แลกเปลี่ยนเรียนรู้ แต่พ่อแม่ยุคนี้มักใช้วิธีเลี้ยงลูกด้วยเทคโนโลยี เพราะคิดว่าลูกจะได้รับความรู้เพียงใช้ปลายนิ้ว แต่ทุกสิ่งในโลกนี้มีสองด้านเสมอ ค่านิยมของการปล่อยให้ลูกเสพติดชีวิตดิจิทัลจึงกลายเป็นภัยเงียบที่น่ากลัว กว่าจะตระหนักได้ ลูกเราก็แปลงร่างเป็น “มนุษย์ดิจิทัล” ไปเสียแล้ว

ปัญหาที่ตามมาจากการแปลงร่างนี้มีมากมาย เริ่มต้นจาก

๑. สุขภาพร่างกายไม่แข็งแรง เพราะจจจจอยู่แต่หน้าจคอมพิวเตอร์หรือมือถือทำให้ร่างกายไม่ขยับเขยื้อนเคลื่อนไหว ต่างกับเยาวชนยุคก่อนที่มีกิจกรรมสันทนาการ ทั้งวิ่ง ปีนป่าย กระโดด ช่วยให้ร่างกายได้พัฒนาทักษะกล้ามเนื้อต่างๆ

๒. เป็นโรคสมาธิสั้น เพราะเด็กจะคุ้นเคยกับการใช้อินเตอร์เน็ตที่มีความรวดเร็วทันใจ เมื่อสมองจดจำความเร็วในระดับนี้ไว้แล้ว เด็กก็จะกลายเป็นคนที่รออะไรนานๆ ไม่ได้ เสี่ยงต่อการเป็นโรคความจจจจเสื่อมหรือสมาธิสั้น เกิดความเครียด หงุดหงิด และมีอารมณ์รุนแรง

๓. มีปัญหาด้านการมองเห็น การใช้สายตาจจจจหน้าจคอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือติดต่อกันเป็นเวลานาน ไม่เพียงทำให้เด็กๆ เกิดภาวะสายตาคิดปกติ ตาล้า แต่ยังทำให้เด็กชินกับการมองภาพสองมิติ ส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทางสติปัญญาในการทำความเข้าใจภาพสามมิติ

๔. ภาวะสายตาสั้น สิ่งที่มาต่อจากมีปัญหารมมองเห็นก็คือเด็กที่มี Intense view work activity ค่อนข้างมาก คือจจจจอะไรก็ตามค่อนข้างเป็นเวลานาน ทำให้เกิดสายตาสั้นขึ้นได้ รวมทั้งการมีกิจกรรมกลางแจ้งที่ลดน้อยลง ก็เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดสายตาสั้นได้เช่นกัน

๕. มีปัญหาด้านการเรียนรู้ภาษา การจจจจอยู่กับโทรทัศน์ คอมพิวเตอร์ หรือสมาร์ตโฟน ทำให้เด็กไม่ได้ฝึกการโต้ตอบเท่ากับการเล่นเกมกับพ่อแม่ ก่อให้เกิดปัญหาด้านการพัฒนาด้านภาษา ขาดการกระตุ้นให้รู้จักคิดวิเคราะห์

๖. มีปัญหาด้านการเขียน การใช้อุปกรณ์ที่ประเภทสัมผัสหน้าจอ ทำให้เด็กได้ใช้แค่นิ้วกดหรือชี้ จนขาดการพัฒนากล้ามเนื้อ ข้อมือ หัวไหล่ รวมถึงลำตัว ซึ่งล้วนเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาการเขียนที่ดี ต่างกับเด็กที่ชอบวิ่งเล่นปีนป่ายหรือกายบริหารเป็นประจำ

๗. ขาดความสัมพันธ์กับผู้คน การไปปฏิสัมพันธ์โต้ตอบกับผู้อื่น ส่งผลให้เด็กขาดการเรียนรู้ที่จะผูกมิตรไมตรีกับผู้อื่น หากปล่อยให้เด็กอยู่กับโลกดิจิทัลนานเกินไป เด็กจะเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่ไม่รู้จักวิธีการเข้าร่วมสังคม วิธีการพูดคุยกับผู้อื่น รวมทั้งขาดทักษะการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า อันอาจตามมาด้วยปัญหาโรคซึมเศร้า

๘. เป็นโรคคอมพิวเตอร์ซินโดรม (Computer Vision Syndrome) เกิดจากการใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ๒-๖ ชั่วโมง อาการที่ตามมาคือปวดเมื่อยตา แสบตา ตามัว การจจจจคอมพิวเตอร์นานกะพริบตาน้อย ทำให้ ตาแห้ง ตาแดง

๙. เป็นโรคออฟฟิศซินโดรม (Office Syndrome) เกิดจากอิริยาบถในการทำงานหน้าจคอมพิวเตอร์ไม่เหมาะสม และนั่งต่อเนื่องเกิน ๖ ชั่วโมง อาการที่ตามมา เช่น ปวดกล้ามเนื้อ ลำคอ ป่า ไหล่ นิ้ว ข้อมือ



๑๐. การอยู่ในโลกดิจิทัลมากเกินไป ทำให้ชีวิตประจำวันเสียสมดุล ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลรอบข้างบกพร่อง หมกมุ่นอยู่ในโลกเสมือน ติดเกมตลอดเวลา เมื่อต้องไปทำหน้าที่ในชีวิตจริงจะเกิดความวิตกกังวล กระวนกระวาย ภาวะอารมณ์แปรปรวน

๑๑. สูญเสียความมั่นใจในตัวเอง เพราะการอยู่ในโลกดิจิทัลมีความคาดหวังอยากให้คนอื่นสนใจ อยากได้รับการยอมรับ เมื่อไม่ได้รับความสนใจตามที่คาดหวัง หรือเจอความคิดเห็นด้านไม่ดี จะเกิดความรู้สึกที่ว่าตัวเราไม่มีค่า ไม่มีจุดหมาย ตกสู่ภาวะซึมเศร้า หดหู่

วิธีแก้ปัญหาการกลายร่างเป็น "มนุษย์ดิจิทัล"

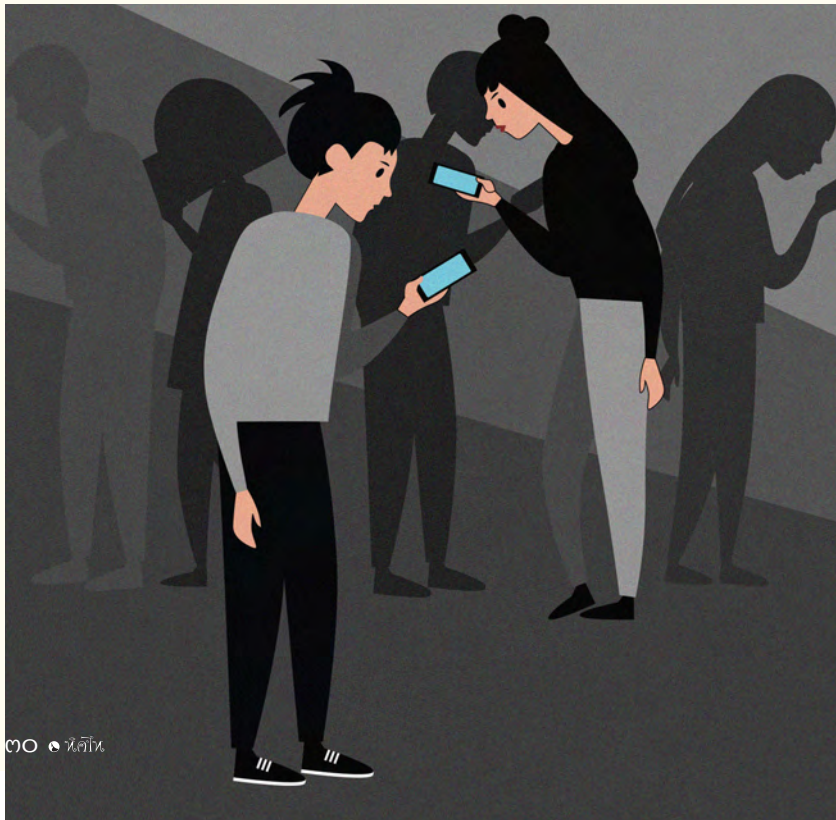
● พ่อแม่ควรตั้งกฎและกำหนดเวลาในการใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์มือถือ โดยในช่วงแรกต้องคอยสอดส่องว่าลูกมีการทำผิดข้อตกลงหรือไม่

● พ่อแม่ต้องเป็นแบบอย่างที่ดี เช่น ไม่หมกมุ่นจดจ่อกับอุปกรณ์ไอที ชวนลูกทำกิจกรรมอื่น ๆ ร่วมกัน เพื่อดึงความสนใจจากเด็ก สร้างสัมพันธ์ที่ดีภายในครอบครัว

● เมื่อจำเป็นต้องใช้ดิจิทัลในการศึกษาหาความรู้ เยาวชนก็ต้องรู้จักการคิด วิเคราะห์ หาแหล่งความรู้อ้างอิง เปรียบเทียบ เมื่อพบเจอข้อมูลเรื่องเดียวกันที่น่าเสนอหลายด้าน

สำคัญยิ่งกว่านั้น ตัวเยาวชนเองก็ต้องรักตัวเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะใช้ชีวิตด้วยสุขภาพกายและใจแข็งแรง รู้จักแบ่งเวลาให้สมดุลระหว่างการอยู่ในโลกจริงกับโลกเสมือน ออกไปวิ่งเล่น เล่นกีฬา ทำกิจกรรมที่ได้ใช้กล้ามเนื้อ ก้ามเนื้อมัดเล็กมัดใหญ่ ได้พบปะผู้คน ได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกันในสังคม

เพราะมนุษย์เป็นสัตว์สังคม เราไม่ได้ถูกเอไอสร้างขึ้น มนุษย์สร้างโลกดิจิทัลขึ้นมาเพื่อใช้ประโยชน์และอำนวยความสะดวกสบาย แต่ไม่ใช่ให้โลกเสมือนครอบงำชีวิตของพวกเขา





หลักคิด ชีวิตงาม ณัฐ ยนตรรักษ์

นักเปียโนมือหนึ่งของไทย ศิลปินดนตรีระดับโลก

ถ้าเอ่ยถึงศิลปินดนตรีชาวไทยผู้มีชื่อเสียง ความสามารถประจักษ์ชัด ได้รับการยอมรับมานานทั้งในระดับชาติและระดับโลก ย่อมต้องเป็นคุณณัฐ ยนตรรักษ์ นักประพันธ์เพลง นักเปียโนที่เดินทางไปแสดงฝีมือมาแล้วทั่วโลก ศิลปินศิลปปราชญ์สาขาคีตศิลป์ พ.ศ. ๒๕๔๙ และเป็นชาวไทยคนแรกที่ได้รับประกาศเกียรติคุณให้เป็น Steinway Artist

คุณณัฐ ยนตรรักษ์และภรรยา คุณ พ-วงเดือน เปิด “ศาลาสุทธสิริโสภา” หรือ Concert Hall สุดไฮเอนย่านลาดพร้าวให้ “ทิวทัศน์” ได้บันทึกภาพ และฟังเรื่องราวอันทรงคุณค่าซึ่งมีที่มาจากความรักความหลงใหล การคว้าทุกโอกาสที่มี การมีวินัยในตนเองอย่างสูง และความปรารถนาดีที่จะส่งต่อโอกาสที่ตนเองเคยได้รับ สู่มุขที่ต้องการทว่ายังขาดแคลน



สนใจดนตรีและเรียนเปียโนตั้งแต่ ๙ ปี

คุณณัฐเริ่มสนใจเสียงดนตรีและเรียนเปียโนตั้งแต่ อายุ ๙ ปี เมื่ออายุ ๑๔ ปี ได้เป็นลูกศิษย์ของอาจารย์พันธิภา ตรีพูนผล ความมุ่งมั่นในการฝึกฝนทำให้ได้รับรางวัลชนะเลิศในการแข่งขันเปียโน Siam Music Festival ตั้งแต่อายุ ๑๖ ปี และสอบได้ประกาศนียบัตรชั้นสูงสุด (F.T.C.L.) ของ Trinity College of Music London ซึ่งมาทำการสอบในประเทศไทยตั้งแต่อายุได้ ๑๙ ปี เมื่อจบการศึกษา



จากโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย ได้เข้าศึกษา ระดับปริญญาตรี สาขาสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย ร่วมกับคณะนักร้องประสานเสียง BCC Boys' Choir พร้อมกับศึกษาดนตรีควบคู่ไปด้วย

“ผมทำการแสดงครั้งแรกหรือเดบิวต์ตอนเรียน สถาปัตย์ปี ๓ ได้รับการสนับสนุนจากคุณพ่อคุณแม่ มาตลอด แต่ ๕๕ ปีก่อนเมืองไทยไม่มีคณะดนตรี เลย เพราะการเป็นนักดนตรีนั้นมองไม่เห็นว่าจะไป ทำอะไร พอไม่มีที่เรียนก็สอบเข้ามหาวิทยาลัยปกติ”

คุณแม่ของคุณณัฐทำงานเป็นสมุหบัญชีที่โรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน ส่วนคุณพ่อทำงานหนังสือ อสท. เป็นผู้อำนวยการหอพัก YMCA ออกแบบ สัญลักษณ์ที่ ททท. ใช้จนถึงทุกวันนี้

“ผมแสดงเปียโนเดี่ยวครั้งแรกตอนอายุ ๒๐ ปี เป็นงานการกุศลหาทุนให้โรงพยาบาลกรุงเทพคริสเตียน ความยากอยู่ตรงที่เราต้องเล่นคนเดียวเกือบชั่วโมง ครึ่ง และต้องจดทุกอย่าง ตอนเข้าจุฬาย พ่ออาจารย์ คิดจะตั้งนักร้องประสานเสียงในปีที่ผมเข้า ก็เป็นอีก โอกาสที่ได้ทำ ตอนเรียน ๕ ปี ผมก็ทำดนตรีมา ตลอด การเรียนสถาปัตย์ทำให้ได้คิดอะไรใหม่ๆ ฝึก การรู้จักสัดส่วน อะไรคือความพอดี ความสวยงาม ไม่มากไม่น้อย การรู้จักความพอดีมันยากนะครับ ถ้า อะไรที่ได้ส่วนพอดีจะสวย ก็นำมาใช้ตอนแต่งเพลง และใช้ในชีวิตได้ทุกอย่าง”

คุณณัฐเดินทางไปศึกษาต่อทางด้านดนตรีที่ Goldsmiths' College University of London และได้ รับทุนการศึกษาในระดับปริญญาโททางด้านเปียโนที่ Reading University หลังจากสำเร็จการศึกษาจึง

กลับมาเมืองไทยและได้ก่อตั้ง ณัฐสตูดิโอ (Nat Studio) เพื่อทำการแสดงและจัดการแข่งขันเปียโนในระดับ นานาชาติ ทั้งยังเปิดเป็นโรงเรียนสอนเปียโนให้กับ เยาวชนและผู้สนใจ เป็นการเผยแพร่ดนตรีคลาสสิก ให้เป็นที่แพร่หลายในประเทศไทยยิ่งขึ้น

ในเส้นทางของนักเปียโนอาชีพ คุณณัฐเป็นชาว ไทยคนแรกที่ได้รับตำแหน่ง Steinway Artist ในปี พ.ศ. ๒๕๔๖ จากบริษัทผลิตเปียโนที่มีชื่อเสียง Steinway & Sons ซึ่งถือเป็นตำแหน่งอันทรงเกียรติที่นักเปียโน และยอมรับแจกเช่นเดียวกับนักเปียโนระดับโลกอีก หลายท่าน

ประพันธ์เพลงกาย ด้วยหัวใจจงรักและภักดี

ความสามารถอันเป็นที่ประจักษ์อีกด้านหนึ่ง ของคุณณัฐ คือ การประพันธ์บทเพลงเพื่อแสดงใน โอกาสพิเศษต่างๆ ที่เราได้ยินจนคุ้นชิน เช่น เพลง ที่มีท่วงทำนองไพเราะอ่อนหวาน กุหลาบแห่งรัก (Rose of Love) ซึ่งประพันธ์เพื่อถวายสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ใน วโรกาสที่ทรงมีพระชนมายุครบ ๖๐ พรรษา บทเพลง มีท่วงทำนองอ่อนโยน พลิวไหว แสดงถึงความซุ่มซ่า





ของหยาดฝนอันโปรยปรายลงสู่ผืนดินเพื่อให้อุดมสมบูรณ์ เสมือนความรักของพระองค์ที่ทรงมีต่อพสกนิกรทั่วทุกหัวระแหง แม้แต่ผืนดินที่แห้งแล้งก็ยิ่งชุ่มฉ่ำด้วยพระเมตตา

นอกจากนี้ในการประพันธ์เพลงยังได้มีการนำสุนทรียภาพของดนตรีไทยเดิมมาผสมผสานกับการประพันธ์เพลงสากล เช่น เพลงไก่อแก้ว ซึ่งเป็นผลงานประยุกต์เพลงไทยเดิมเป็นหลักการประพันธ์ในรูปแบบ variation ทำนองให้เป็นดนตรีร่วมสมัยด้วยการบรรเลงเปียโน โดยมีทำนองหลักคือเพลงลาวจ้อย ซึ่งเป็นเพลงที่ใช้ในการแสดงระบำไก่อจากบทประพันธ์เรื่องพระลอ ผสมผสานกับการเลียนแบบไดเสียงแบบดนตรีไทย ให้มีเสียงวิบวับทอประกายสดใสเป็นภาพแทนของไก่อแก้วที่งดงามไพเราะตลอดทั้งเพลง

เนื่องในวโรกาสที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๙ ทรงครองสิริราชสมบัติ ครบ ๕๐ ปี คุณณัฐ ได้ประพันธ์เพลงเปียโนโซนาต้า หมายเลข ๑ มีชื่อว่า ถวายชัยตีตมหาราช (Glory to Our Great Kings) ซึ่งทำนองหลักของเพลงนำมาจากเพลงพระราชนิพนธ์ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ๒ รัชกาลที่ ๗ และรัชกาลที่ ๙ นำมาเรียง

ร้อยท่วงทำนองผสมผสานระหว่างดนตรีไทยเดิมและดนตรีไทยร่วมสมัย และได้มีโอกาสทำการแสดงในประเทศต่างๆ รวม ๑๑ ประเทศ รวมทั้งการแสดงที่อาคารสหประชาชาติ กรุงนิวยอร์ก เมื่อครั้งที่ฉลองการก่อตั้งองค์การสหประชาชาติ ครบ ๕๐ ปีด้วย

หลังจากนั้นจึงได้ประพันธ์บทเพลงเปียโนโซนาต้า หมายเลข ๒ ชื่อ ถวายบังคมทวามินทรราชา (Homage to H.M. King Rama the Ninth) เป็นบทเพลงที่ประพันธ์เนื่องในวโรกาสมหามงคล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ ทรงมีพระชนมายุครบ ๗๒ พรรษา โดยนำเค้าโครงทำนองมาจากเพลง “เซตจิน” เป็นบทเพลงเดี่ยวระนาดประพันธ์โดยหลวงประดิษฐ์ไพเราะ เป็นการนำมโนทัศน์ของดนตรีไทยมาประยุกต์ใช้กับองค์ความรู้ทางดนตรีตะวันตกและถ่ายทอดออกมาอย่างมีพลัง

และต่อมาได้ประพันธ์บทเพลง สยามโซนาต้า (Siam Sonata) ขึ้นเพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ เนื่องในวโรกาสทรงมีพระชนมายุครบ ๗๕ พรรษา ในปี พ.ศ. ๒๕๔๕ เป็นการนำบทประพันธ์ที่นำเสนอเอกลักษณ์ไทยทั้ง ๔ ภาค ผ่านการเดี่ยวเปียโน โดยแบ่งเป็น ๔ กระบวนเป็นตัวแทนของภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคอีสาน และภาคใต้ เป็นการนำเอกลักษณ์ของบทเพลงในแต่ละภาคมาประพันธ์ให้เกิดความผสมกลมกลืนแสดงให้เห็นถึงประเทศสยามที่มีความแตกต่างทางด้านวัฒนธรรมพื้นถิ่นของแต่ละภาค แต่สามารถอยู่ร่วม





กันบนความแตกต่างนี้ได้อย่างกลมกลืนและมีพลัง นอกจากนี้ยังมีบทเพลงอันไพเราะอื่นๆ ที่คุณณัฐ ประพันธ์ขึ้นในโอกาสต่างๆ และได้รวบรวมแล้วกว่า ๑๐ อัลบั้ม

ศาลาสุทริโสภา สร้างจากความรักของ "ท่านแม่บุญธรรม"

ชื่อศาลา 'สุทริโสภา' มาจากพระนามของ พระวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าสุทริโสภา

คุณณัฐได้รู้จักกับ หม่อมราชวงศ์นิดา สุขสวัสดิ์ หลานของพระองค์เจ้าสุทริโสภาที่เรียนอยู่คณะ วิทยาศาสตร์ เมื่อครั้งเข้าเรียนคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จากนั้นเพื่อนก็แนะนำให้ เขาไปสอนอิเล็กทรอนิกส์ให้พระองค์หญิง ตั้งแต่วันแรกที่ได้ สอน ท่านก็เมตตาให้คุณณัฐเรียกว่า 'ท่านแม่' และ ให้ความอุปถัมภ์บุตรบุญธรรมคนนี้นับจากนั้นเป็น ต้นมา

คุณณัฐได้ใช้วิชาสถาปัตยกรรมที่ร่ำเรียนมา ๕ ปี ออกแบบศาลาสุทริโสภาด้วยตัวเอง ตั้งแต่วาง แปลนตึก จำนวนสัดส่วนอาคารและห้องต่างๆ เพื่อให้ได้เสียงที่ดีที่สุด นอกจากจะเป็น Concert Hall และห้องแสดงเปียโนใหญ่แล้ว ยังมีพื้นที่สำหรับนัก ดนตรีที่มาแสดงด้วย ไม่ว่าจะเป็นห้องพักนักดนตรี ห้องซ้อมเปียโน และห้องเก็บตัวก่อนขึ้นแสดง

"พอได้ทุนไปเรียนต่อที่อังกฤษในปี พ.ศ. ๒๕๒๔ ท่านแม่ให้เปียโน Steinway & Sons มาหลังหนึ่ง ท่านพาไปเลือกที่ร้านเลย กว่าเปียโนจะเสร็จก็หนึ่งปี นะครับ ใช้เวลาสั่งทำ ๙ เดือน เพราะเป็นงานแฮนด์เมด สำหรับเปียโนเซตร้อน"

เปียโน Steinway & Sons ถือเป็นเปียโนอันดับ ๑ ของโลก และนิยมใช้ในการแสดงคอนเสิร์ตมากที่สุด ด้วยค่าเงิน ณ ขณะนั้น คุณณัฐได้มาในราคา ๗ แสน แต่หากเป็นสมัยนี้ก็อยู่ที่ ๙ ล้าน เมื่อคุณณัฐเติบโต ขึ้น ก็หลงเสน่ห์ Steinway & Sons และซื้อด้วยตัว เองมาตลอด จนเป็นศิลปินที่มีเปียโนแบรนด์นี้ในครอบ ครองมากที่สุดในประเทศไทย

"นอกจากเป็น Concert Hall สำหรับให้นักเรียน ของบ้านณัฐ สตูดิโอ ได้มีพื้นที่แสดงออกแล้ว เรายัง ต้องการสนับสนุนนักดนตรีไทย รวมทั้งเป็นพื้นที่ร่วมมือ กับสถานทูตประเทศต่างๆ อย่างเป็นทางการ อิสรเอล อิตาลี ฮังการี ส่งศิลปินมาแสดง ในขนาดความจุ หนึ่งร้อยกว่าที่นั่ง อบอุ่นมาก"





บ้านครู สตูดิโอ เพื่อยกระดับนักเปียโนไทยสู่สากล

โรงเรียนบ้านครู สตูดิโอ ก่อตั้งมา ๓๙ ปีแล้ว “เราจัดการแข่งขันเล่นเปียโนชื่อ Siam International Piano Competition ทุก ๓ ปี ปีนี้เป็นครั้งที่ ๕ จัดในช่วงเพราะโปรแกรมนที่เรจัดก่อนข้างยาก เพลงบังคับในรอบชิงชนะเลิศคือเพลงพระราชนิพนธ์ซึ่งผมเรียบเรียงเองและเหมาะกับอายุ เช่น อายุ ๗-๙ เล่นเพลงสายฝน อายุ ๑๐-๑๒ เพลงใกล้รุ่ง อายุ ๑๓-๑๖ เพลงยามเย็น แต่ว่าแต่ละปีจะเปลี่ยนไปไม่ซ้ำกัน ตอนนีผมเรียบเรียงพระราชนิพนธ์ไว้ ๑๘ เพลงสำหรับเปียโนเดี่ยวแล้ว”

คอนเสิร์ตเดี่ยวครึ่งพิเศษ ควบสองโอกาส

ในวันที่ ๑๖ สิงหาคม ศกนี้ คุณณัฐกำลังจะมีคอนเสิร์ตเดี่ยวในวาระการเป็นนักเปียโนครบ ๕๐ ปี และอายุครบ ๗๐ ปี ณ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย ซึ่งคุณณัฐเป็นนักเปียโนไทยคนแรกและคนเดียวที่เคยแสดงเดี่ยวที่หอประชุมใหญ่ของที่นี่นับตั้งแต่เปิดมา (พ.ศ. ๒๕๓๐)

“ถึงเวลาจะปลุกคนไทยให้ภูมิใจในดนตรีไทยในสิ่งที่เรามี เพราะผมนำสิ่งเดิมมาปรับให้ทันสมัย เช่นการนำลิเกพื้นบ้านมาเล่นเปียโนกับ Percussion ทำให้เป็นของร่วมสมัย เป็นนวัตกรรมใหม่ ใช้เปียโนเล่าเรื่องราวจากพระคัมภีร์ โดยมีนักบัลเลต์มาร่ายรำตามเนื้อหา

“ผมจะเล่นคอนเสิร์ตที่กล่าวถึงความรักจากเพลงของณัฐ ยนตรรักษ์ เปิดด้วยเพลงไก่แก้ว ที่พระองค์หญิงสุทธาสิริโสภาทรงแนะนำมาตอนที่ผม

เริ่มกลับมาจากอังกฤษ จากนั้นเป็นเพลงร้องที่ผมแต่งไว้ตอนอายุ ๒๐ ชื่อเพลงคิดถึงเธอ เพื่อจันทร์ เพื่อนแท้ มีนักร้องรับเชิญ ต่อด้วยโซนาต้าไทยอีสานซึ่งคล้ายเพลงเถา ฟังแล้วจะรู้สึกว่ามีอรรถรสครบถ้วน”

คุณณัฐบอกว่านี่ไม่ได้เป็นเพียงคอนเสิร์ตหนึ่งแต่รายได้จากการเล่นครั้งนี้ยังสมทบทุนการกุศลเพื่อช่วยเหลือศิลปินคนอื่น และคาดหวังว่าจะเป็นก้าวแรกที่จะเป็นไบเบิกทางให้ก้าวถัดไปตามมา

เยาวชนต้องให้กำลังใจตัวเอง ทำในสิ่งที่รัก ไม่ท้อง่าย ๆ

เด็กๆ ต้องพยายามหาว่าตัวเองชอบอะไร อย่างเรามองเห็นนักดนตรีเพลงป๊อปเป็นไอดอลแล้วอยากเป็นอย่างนั้นบ้าง ที่นี้ต้องไตร่ตรองให้ดีกว่าอยากเป็นเพราะชอบดนตรีที่คนนั้นเล่นหรือเพราะมีชื่อเสียง ได้เงินเยอะ ถ้าไม่ได้รับจริงๆ จะผ่านยาก ถ้ารักจริงๆ ต้องผ่านบททดสอบว่าไปไหวหรือเปล่า เด็กๆ ต้องให้กำลังใจตัวเอง ไม่ท้อง่าย อย่างผมให้กำลังใจเด็กๆ ในโรงเรียนว่า ความก้าวหน้าแม้จะน้อยนิดเดียวมันก็มีความหมาย จากนั้นอดถ้าเราสามารถให้กำลังใจเขาได้ มันก็ขยายได้

บนเส้นทางของความรักในเสียงดนตรีตลอด ๕๐ ปีของคุณณัฐนอกจากสร้างโอกาสให้ตนเองเติบโตและรุ่งโรจน์อย่างไม่รู้สิ้นสุด ยังต่อยอด “โอกาส” ให้แก่เด็กคนอื่นที่มีความฝันและหลงใหลในสิ่งเดียวกัน รวมทั้งส่งมอบความรักจากสิ่งที่ทำสู่หัวใจคนฟังอย่างไม่รู้จบ

“เพราะสิ่งที่เกิดขึ้นมาตลอดชีวิตจากความรักในการเล่นเปียโนของผมคือสิ่งอัศจรรย์ครับ” 🎹



จิตรกรรม ฝาผนัง หอไตร วัดระฆัง ฝีมือบรมครู ชั้นเอก

ภายในวัดระฆังโฆสิตารามฝั่งธนบุรีมีมรดกไทยชั้นล้ำค่า ซุกซ่อนอยู่ในเรือนไทยแฝดสามหลังที่เรียกว่า หอไตร ที่นี้เป็นที่ประทับเดิมของพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลกมหาราช ตั้งแต่ยังทรงรับราชการในตำแหน่งพระราชวรินทร์ในสมัยกรุงธนบุรี ซึ่งได้ทรงตั้งพระราชปณิธานที่จะอุทิศตำแหน่งถวายเป็นศาสนสมบัติ จึงโปรดให้รื้อตำหนักเดิมมาปลูกไว้ที่หลังพระอุโบสถ วัดบางหัวไถญ์

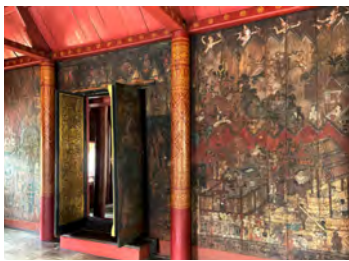
ต่อมาเมื่อ พ.ศ. ๒๓๓๑ หลังจกเสร็จสิ้นพระราชกรณียกิจในการสังคายนาพระไตรปิฎก จึงได้โปรดเกล้าฯ ให้รื้อตำหนักจากหลังพระอุโบสถมาสร้างเป็นหอพระไตรปิฎกในสระที่ขุดขึ้นใหม่ โดยปลูกเป็นเรือนไม้แฝดสามหลัง ประกอบด้วย หอกลาง หอนั่งซึ่งอยู่ทางซ้าย และหอนอนซึ่งอยู่ทางขวา และโปรดเกล้าฯ ให้ปลูกต้นจันทน์จำนวน ๘ ต้น จึงเรียกตำหนักนี้ว่า ตำหนักจันทน์



กรมศิลปากรประกาศขึ้นทะเบียนเป็นโบราณสถานสำคัญของชาติ เมื่อ พ.ศ. ๒๔๙๒ หอไตร วัดระฆังโฆสิตารามเป็นเรือนไทยโบราณเครื่องสับ



ฝาปะกน วางยาวขนานกันตามแนวตะวันออกไปตะวันตก ฝาเรือนภายในเรียบเสมอกันเหมาะแก่การเขียนจิตรกรรมฝาผนัง ตัวเรือนยกพื้น มีใต้ถุนสูง ประตูเรือนเป็นไม้แกะสลักรูปนกเวลายักษ์จับลายกระหนก พื้นปูไม้กระดานขนาดใหญ่ ช่องหน้าต่างเขียนลายรดน้ำ หย่องหน้าต่างเป็นลูกมะหวดกลิ้งหลังคาเครื่องไม้ มุงกระเบื้องนั้นลมโบกปูนหุ้มไว้ ไม่ประดับเครื่องล่ายอง มีชานชาลายื่นออกมาที่ด้านหน้าเรือนต่อกับบันไดทางขึ้นชานชาลา มีซุ้มประตูและบานประตูไม้แกะสลักเป็นลายกระหนกและนาคพัน ปิดทองประดับกระจก คันทวยรับชายคาสลักเป็นรูปนาค ปิดทองประดับกระจก เช่นเดียวกับกรอบหน้าต่างและลูกกรงหน้าต่าง



สมเด็จพระเจ้าฟ้ากรมพระยานริศรานุวัดติวงศ์ ทรงยกย่องหอไตรแห่งนี้ว่าเป็นแบบอย่างงานช่างฝีมือในรัชกาลที่ ๑ ที่ควรชม โดยมีความงดงามแปลกตากว่าหอไตรแห่งอื่น งานประดับบางแห่งยังแสดงถึงฝีมือช่างครั้งกรุงศรีอยุธยา เช่น กระเบื้องชายคารูปกระฉิ่งเทพนม และงานไม้แกะสลักประกอบส่วนอื่นๆ รวมทั้งยังมีงานช่างในสมัยต้นกรุงรัตนโกสินทร์ที่สำคัญ เช่น ซุ้มประตูกลางที่เป็นงานไม้แกะสลักซึ่งกล่าวกันว่าเป็นฝีมือพระหัตถ์ของสมเด็จพระเจ้าลูกยาเธอ เจ้าฟ้ากรมหลวงอิศรสุนทร (พระบาทสมเด็จพระพุทธเลิศหล้านภาลัย รัชกาลที่ ๒) บานประตูหน้าต่างเขียนลายรดน้ำ เป็นต้น

นอกจากนี้ ยังมีเทคนิคเชิงช่างโบราณบางประการที่น่าสนใจ เช่น การประกอบไม้เข้าเรือนแบบโบราณ การใช้เสาบกประกบกันโดยใช้สลักเหล็กแทนเดือไม้ พื้นกระดานที่ทำจากไม้แผ่นใหญ่ซึ่งหาได้ยากในปัจจุบัน การตั้งวางตู้พระไตรปิฎกในหอนั่งและหอนอน โดยตู้พระไตรปิฎกมีขนาดใหญ่กว่าประตูเรือน ทำให้ไม่สามารถเคลื่อนย้ายตู้พระธรรมออกไปได้ แสดงถึงความชาญฉลาดและภูมิปัญญาโบราณ

ในบรรดามรดกอายุนี้บรื้อยปีที่ตกทอดสู่ลูกหลานชาวไทยของหอไตร สิ่งหนึ่งที่นับว่าเลอค่าที่สุดคือ ภาพจิตรกรรมฝาผนัง ซึ่งสันนิษฐานว่าเป็นฝีมือของพระอาจารย์นาค วัดทองเพลิงบรมครูช่างชั้นเอกสมัยกรุงธนบุรี จิตรกรรมสมัยอยุธยาตอนปลาย ผู้มีชีวิตยืนยาวล่วงมาจนถึงสมัย



อสูรซีส์ตีวเป็นพาหนะ ส่วนผนังด้านขวาเขียนภาพมฆมานพหรือตำนานพระอินทร์ หลังบานประตูเขียนภาพภิกษุปลงอสุภกรรมฐาน

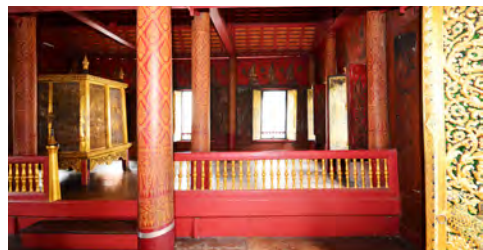
รูปแบบของจิตรกรรมฝาผนังเป็นจิตรกรรมไทยประเพณีที่สืบเนื่องมาจากสมัยอยุธยา เขียนด้วยสีฝุ่นบนผนังพื้นไม้ มีลักษณะสำคัญ เช่น ใช้เส้นสีเทาคั่นฉาก โดยใช้สีแดงเป็นพื้นหลัง เพื่อขับเน้นให้ภาพบุคคลและวัตถุอื่นซึ่งมีสีอ่อนกว่าโดดเด่นขึ้น การเขียนภาพเป็นแบบระบายสีและตัดเส้น ภาพบุคคลสำคัญใช้สีอ่อน ส่วนภาพบุคคลชั้นรองใช้สีเข้มกว่า

แม้จิตรกรรมฝาผนังทั้งหมดจะเป็นนิทานปรัมปรา คติ และวรรณคดีรามเกียรติ์ซึ่งเกี่ยวข้องกับคติความเชื่อในศาสนาพราหมณ์ แต่ก็ยังเป็นเนื้อหาที่ให้อะไรคิดในทางธรรมะ จึงอาจเป็นเหตุผลที่เลือกเขียนภาพเหล่านี้ไว้ภายในหอไตรหนึ่ง เรื่องรามเกียรติ์ยังมีบทบาททางศิลปกรรมในช่วงต้นกรุงรัตนโกสินทร์ อาจเพราะมีแนวคิดเกี่ยวข้องกับสถาบันพระมหากษัตริย์และพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้า

รัชกาลที่ ๑ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ ภาพจิตรกรรมฝาผนังในหอไตรนี้มีตลอดเกือบทุกแห่ง ละลานตาอย่างยิ่งยวด

เมื่อเดินเข้ามาในเรือนไทยแล้วค่อยๆ ชมดูทีละส่วน เริ่มจากหอกกลาง เขียนภาพรามเกียรติ์ตอนศึกกุ่มภรรยาไว้ที่ผนังด้านประตูทางเข้า ผนังฝั่งตรงข้ามเขียนตอนศึกอินทรีชิต หอนั่ง ผนังทิศตะวันออก

ทิศเหนือและทิศตะวันตกตอนบน เหนือกรอบหน้าต่างเขียนภาพเทพชุมนุม ผนังตอนล่างระหว่างช่องหน้าต่างเขียนภาพพันธุพฤกษา และสรรพสัตว์ หอนอน ผนังด้านซ้ายเขียนภาพไตรภูมิโลกัฐานุฐาน พระเวสสันดรชาดก พระมาลัย เหล่าวิทายธร เทวดาเหาะถืออาวุธ และท้าวสักกะเทวราช ทิศตะวันตกและทิศใต้ เขียนภาพเหล่ากองทัพ



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ทรงพระราช
นิพนธ์ไว้

พ.ศ. ๒๕๑๑ พระราชธรรม
ภาณี รักษาการเจ้าอาวาสในขณะ
นั้น มีหนังสือขอความอนุเคราะห์
ให้สมาคมสถาปนิกสยามในพระบรม
ราชูปถัมภ์ร่วมบูรณปฏิสังขรณ์
หอไตร จึงได้แต่งตั้งคณะอนุกรรม
การบูรณปฏิสังขรณ์หอพระไตรปิฎก
ซึ่งมีศาสตราจารย์ หม่อมเจ้ายาใจ
จิตรพงศ์ ทรงเป็นประธาน การ
บูรณะได้เริ่มขึ้นเมื่อวันที่ ๑ เมษายน
๒๕๑๓ โดยริ้วและเคลือบย้ายหอไตร
จากที่เดิม มายังบริเวณลานพระ
อุโบสถในเขตพุทธาวาส ทางด้าน
ตะวันตก ซึ่งมีกำแพงโดยรอบ
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
รัชกาลที่ ๙ ได้พระราชทานพระ
ราชทรัพย์ส่วนพระองค์เป็นเพิ่มเติม
ในการบูรณปฏิสังขรณ์ และได้
เสด็จ มาทอดพระเนตรเมื่อวันที่
๑๘ กันยายน ๒๕๑๔

พ.ศ. ๒๕๒๔ บริษัท เซลล์
ประเทศไทย ได้ทูลเกล้าฯ ถวาย
เงินแต่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี (พระอิสริยยศ
ในขณะนั้น) เพื่อเป็นทุนสำหรับ



การบูรณปฏิสังขรณ์หอไตร โดย
อาจารย์เพื่อ หริพิทักษ์ เป็นผู้ควบคุม
งานบูรณปฏิสังขรณ์และอนุรักษ์
ภาพจิตรกรรม

อย่างไรก็ดี อาจารย์เพื่อ
หริพิทักษ์ ได้คัดลอกลายเส้น
จิตรกรรมฝาผนังภายในหอไตร
ก่อนหน้าที่จะปฏิสังขรณ์อาคาร
และต่อมาอาจารย์เพื่อได้ดำเนินการ
อนุรักษ์จิตรกรรมฝาผนังโดย
เน้นการรักษาความเป็นของแท้
ดั้งเดิมของจิตรกรรมไว้ การดำเนิน

งานแล้วเสร็จ ในปี พ.ศ.๒๕๒๕

ปัจจุบันภาพส่วนใหญ่เสียหายและลบเลือนไป แต่ยังคงมองเห็นได้บ้าง กองโบราณคดี กรม
ศิลปากร ได้ประสานขอความร่วมมือกับทางวัดในการจัดระเบียบ
การจัดวางวัสดุสิ่งของภายในหอไตร
เพื่ออำนวยความสะดวกแก่นัก
ท่องเที่ยว นักเรียน นักศึกษา ใน
การเข้าชมความงามของจิตรกรรม
ฝาผนังที่เก่าแก่และหาดูยากใน
ปัจจุบัน และประทับใจในคุณค่า
ทางศิลปกรรมของฝีมือช่างชั้นครู
ในช่วงต้นรัตนโกสินทร์ตอนต้น

โดยกองโบราณคดีได้สำรวจ
สภาพความชำรุดของจิตรกรรม
และได้ตั้งงบประมาณใน
การอนุรักษ์ไว้เมื่อปีงบประมาณ
พ.ศ. ๒๕๖๕ พร้อมทั้งจะดำเนินการ
จัดทำคำบรรยายภาพจิตรกรรม
ซึ่งเป็นมรดกไทยล้ำค่าเพื่อให้ผู้สนใจ
ได้ศึกษาและเรียนรู้ต่อไป





วัดนางชีโชติการาม

วัดเก่าแก่ซ่อนตัวอยู่ในซอยเขตไท ๔๘ ย่าน
ธนบุรี แม้การเดินทางจะวุ่นวายสักนิด แต่เมื่อ
ย่างเข้าเขตวัด พบความเขียวชอุ่มร่มรื่นของต้นไม้
ใหญ่หนาพันธุ์ และความงามข้ามกาลเวลาของ
โบราณสถาน จะรู้สึกถึงความคุ้มค่าที่มาเยือน

วัดนี้ชื่อ นางชีโชติการาม เป็นพระอารามหลวง
ชั้นตรี เดิมเป็นวัดโบราณ สันนิษฐานว่าสร้างขึ้นใน
สมัยกรุงศรีอยุธยาตอนกลาง มีตำนานเล่าว่า เจ้าพระยา
พิชิตชัยมนตรี พระยาฤๅษย์ณรงค์ และออกหลวง
เสนาสุนทร ได้ร่วมกันสร้างขึ้น มูลเหตุในการสร้าง
นั้นเนื่องจากแม่เอี่ยม ลูกสาวของเจ้าพระยาพิชิตชัยมนตรี
ป่วยโดยไม่รู้สาเหตุ กระทั่งมีชีปะขาวมาเข้าฝัน
เจ้าพระยาพิชิตชัยมนตรีให้บนบาน ถ้าหายป่วยลูกสาว
ต้องบวชชี





ดังนั้น เมื่อแม่โหมหายป่วย เจ้าพระยาพิชิตชัยมนตรี จึงให้ลูกสาวบวชชีพร้อมกับสร้างวัดนี้ ซึ่งต่อมาในแผ่นดินของสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวบรมโกศ ช่วงกรุงศรีอยุธยาตอนปลาย วัดนี้ได้กลายเป็นวัดร้าง

ครั้นสมัยพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก รัชกาลที่ ๑ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ พระยาโชฎิกกราชเศรษฐี (เถียน) พ่อค้าชาวจีนที่ทำมาค้าขายและอาศัยอยู่ในแผ่นดินสยาม ได้มีจิตศรัทธาบูรณปฏิสังขรณ์วัดนางชีขึ้นใหม่ โดยสร้างเป็นศิลปะแบบจีน ประดับด้วยเครื่องเคลือบประดับมุก เมื่อสร้างเสร็จได้ถวายเป็นพระอารามหลวง

ต่อมามีการบูรณะใหญ่อีกครั้งในสมัยพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระยาราชานุชิต (จ๋อง) ให้อริของเก่าที่ทรุดโทรมและสร้างขึ้นใหม่ตามศิลปะพระราชนิยมในรัชกาลที่ ๓ เนื่องจากทรงเป็นพระ

มหากษัตริย์ที่ทำการค้าขายกับจีน ทำให้สยามมั่งคั่งมาก ทรงโปรดปรานการสร้างวัดที่มีลวดลายและศิลปะแบบจีนมาก เห็นเด่นชัดก็คือไม่มี ซ่อฟ้า ไบระกา หางหงส์ แต่จะเป็นปูนปั้น หน้าบันตกแต่งลวดลายด้วยกระเบื้องเคลือบจากจีน มีเสาดำไลซึ่งเป็นเสาเหลี่ยมขนาดใหญ่เพื่อรับน้ำหนัก มักจะไม่มียับปลายเสาดำไลเจาะหน้าต่างหลายช่อง มีลวดลายปูนปั้นเหนือขอบหน้าต่าง ประตู และซุ้มประตูโค้งแบบจีน

รัชกาลที่ ๓ ยังได้พระราชทานเครื่องเคลือบรูปเรือสำเภา สัญลักษณ์การค้าขายที่สั่งทำจากเมืองจีนแก่วัดนางชี ๑ คู่ ประดับอยู่ที่หน้าบันพระวิหาร พร้อมกับทรงยกฐานะวัดขึ้นเป็นพระอารามหลวง พระราชทานนามว่า วัดนางชีโชติการาม อีกทั้งยังได้พระราชทานเสาดำไลเทียบเรือพระที่นั่งซึ่งทรงสั่งมาจากประเทศจีนเช่นกันแก่วัดนางชีโชติการาม ปัจจุบันทางวัดได้นำมาขึ้นเสาดำไลหน้าวัด

สิ่งสำคัญในวัดที่ต้องเยี่ยมชม คือ พระวิหารหน้าประตูทางเข้า-ออกมีตึกตักตักเงินตั้งอยู่ บานประตูลงรักปิดทองทำเป็นรูปทวารบาลหรือเสียวกางเขียบสิงห์ ด้านในประดิษฐานพระประธานปางสมาธิ ล้อมรอบด้วยพระพุทธรูปปางต่างๆ หลายนองค์ ด้านหลังพระประธานเป็นปางไสยาสน์ที่งดงามแพรวพราวมาก จิตรกรรมฝาผนังโดยรอบวาดภาพเทพชุมนุม

สำหรับปูชนียวัตถุที่สำคัญยิ่งของวัดนางชีโชติการาม ได้แก่ พระบรมสารีริกธาตุ และ



พระอรหันตธาตุ ซึ่งบรรจุในผอบแก้วประดิษฐาน ณ มณฑปที่จัดทำเป็นพิเศษ

ที่มาของพระบรมสารีริกธาตุดังกล่าวเล่ากันว่าราว พ.ศ. ๑๒๑๙ คณะพราหมณ์ ๓ คน และชาวจีน ๘ คน ได้อัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุบรรจุผอบทองคำ ๒ ผอบโดยเรือสำเภาจากชมพูทวีป เพื่อไปประดิษฐานที่เมืองปทาคูจาม อาณาจักรศรีวิชัย (นครศรีธรรมราช) และที่เมืองเชียงใหม่อีกแห่งหนึ่ง แต่เมื่ออัญเชิญขึ้นประดิษฐานที่เมืองนครศรีธรรมราช (ปัจจุบันบรรจุพระบรมธาตุไว้ในพระสถูปเจดีย์ วัดพระบรมธาตุ จังหวัดนครศรีธรรมราช) แล้วเดินทางต่อไป เรือเกิดอุบัติเหตุล่มลงตรงบริเวณปากน้ำคลองด่านปัจจุบัน คณะพราหมณ์และชาวจีนจึงพร้อมใจกันอัญเชิญเสด็จพระบรมสารีริกธาตุขึ้นห่างจากที่เรือล่มราว ๘ กิโลเมตร

เมื่อเห็นว่าปลอดภัยดีก็อัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุประดิษฐาน ณ ที่นั้น ผ่านไปนานวัน ผอบทองคำบรรจุพระบรมสารีริกธาตุ ๕ องค์ก็ถูกฝังจมดินต่อมาในปี พ.ศ. ๒๐๘๒ ซึ่งเป็นปีที่วัดนางชีโชติการามสร้างเสร็จแล้ว พระบรมสารีริกธาตุได้เสด็จมาปรากฏให้แม่ชื้อ่มเห็นทั้ง ๕ องค์ แม่ชื้อ่มจึงทูลเชิญเสด็จบรรจุในผอบแก้ว และประดิษฐานไว้ ณ วัดนางชีโชติการาม ตั้งแต่นั้นมา

ในวันแรม ๒ ค่ำ เดือน ๑๒ ของทุกปี วัดนางชีโชติการาม จะจัดให้มีงานสงฆ์พระบรมสารีริกธาตุ



โดยอัญเชิญพระบรมสารีริกธาตุ และพระธาตุสาก ขึ้นประดิษฐานบนบุษบกที่ตั้งอยู่ในเรือ แล้วชักแห่จากทำน่าน้ำวัดนางชีโชติการาม ไปตามคลองด่าน เลี้ยวซ้ายไปคลองบางกอกใหญ่ ผ่านคลองชักพระ อ้อมไปทะเลสาบคลองบางกอกน้อย จนถึงวัดไถ่เตี้ย เขตตลิ่งชัน แล้วหยุดชบวน ขึ้นเลี้ยวพระเพลิงที่วัด เสร็จแล้วก็ล่องชบวนไปออกปากคลองบางกอกน้อย เลี้ยวขวาเลียบมาตามลำน้ำเจ้าพระยา เข้าคลองบางกอกใหญ่วกมาเข้าปากคลองด่าน กลับไปยังวัดนางชีโชติการามตามเดิม ชาวบ้านมักเรียกกันว่า “แห่อ้อมเกาะ” ซึ่งพุทธศาสนิกชนชาวฝั่งธนบุรีได้ถือปฏิบัติสืบเนื่องกันมาจนถึงปัจจุบัน

งานสงฆ์พระบรมสารีริกธาตุของวัดนางชีโชติการามนี้ เรียกกันทั่วไปว่า “งานชักพระวัดนางชี” หรือ “งานแห่พระบรมสารีริกธาตุ” เป็นงานบุญประเพณีของวัดนางชีโชติการาม ที่ถือปฏิบัติกันมาเป็นเวลา



ชานาน และเป็นงานซักพระแห่งเดียวที่จัดขึ้นใน กรุงเทพมหานคร

กาลเวลาที่ผันผ่านส่งผลให้ศาสนสถานสำคัญแห่งนี้ชำรุดทรุดโทรมลง แม้จะมีการบูรณปฏิสังขรณ์เรื่อยมาหลายยุคหลายสมัยก็ตาม ดังนั้น สำนักงานทรัพย์สินส่วนพระมหากษัตริย์ จึงได้ร่วมกับทางวัดจัดทำโครงการบูรณปฏิสังขรณ์วัดนางชีโชติการาม โดยใน พ.ศ. ๒๕๕๖ บูรณปฏิสังขรณ์พระวิหาร พ.ศ.

๒๕๕๘ บูรณปฏิสังขรณ์พระอุโบสถ พระปรางค์ และซุ้มพระปาเลไลย์

ในปีถัดมา สถาบันอาศรมศิลป์ ร่วมกับหอจดหมายเหตุพุทธทาส อินทปัญโญ และเหล่าภาคีเครือข่าย ได้จัดทำโครงการ “วัดบันดาลใจ” ภายใต้การสนับสนุนของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) สำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ สมาคมภูมิสถาปนิกประเทศไทย สมาคมสถาปนิกสยามฯ สมาคมวิศวกรรรมสถานแห่งประเทศไทย นำร่อง ๙ วัดต้นแบบ หวังส่งต่อองค์ความรู้และสร้างเครือข่ายการทำงานเชื่อมต่อระหว่างภาคประชาชนรุ่นใหม่กับพระสงฆ์อย่างยั่งยืน เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้วัดและชุมชน ลูกชิ้นมาร่วมกันพลิกฟื้นวัดทั้งด้านกายภาพและกิจกรรม ให้เป็นพื้นที่แห่งชีวิตและจิตวิญญาณของคนไทยทั่วทั้งประเทศ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลใน ๓ โอกาสสมหามงคลเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ ๙ ทรงเจริญพระชนมพรรษาครบ ๙๐ พรรษา และทรงครองสิริราชสมบัติครบ ๗๐ ปี และสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงเจริญพระชนมพรรษาครบรอบ ๘๔ พรรษา โดยมีวัดนางชีโชติการามเป็น ๑ ใน ๙ วัดต้นแบบด้วย



ปัจจุบันวัดนางชีโชติการามเป็นสถานที่ยึดเหนี่ยวจิตใจชาวฝั่งธนบุรี เป็นสถานที่ศึกษาทางประวัติศาสตร์ของคนทุกรุ่น และเป็นพระอารามสำคัญของคนไทยที่ดำรงอยู่สืบมาด้วยศรัทธาอันแรงกล้า 🙏

ละครเวทีการกุศล เฉลิมพระเกียรติ “แต่บแต่บตะแล็บแต่บแต่บ”



นโอกาสที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงเจริญพระชนมายุ ๖๙ พรรษา คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ร่วมกับสมาคมนิสิตเก่าอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในพระราชูปถัมภ์ จัดการแสดงละครเวทีเรื่อง “แต่บแต่บตะแล็บแต่บแต่บ” เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระองค์ท่านในโอกาสอันสำคัญยิ่งนี้ระหว่างวันที่ ๕-๘ มิถุนายน ๒๕๖๗ ผ่านมา ณ ศูนย์ศิลปการละครสดสี พันธุมโกมล คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

“ทศไท” ได้ร่วมชมในรอบพิเศษพร้อมกับเด็กๆ นักเรียนชั้นประถมจากหลายโรงเรียน บรรยายภาคใน



การชมละครสดสีและสนุกสนานเป็นอย่างยิ่ง ผู้ชมมีส่วนร่วมกับตัวละครอย่างเป็นธรรมชาติ ทั้งรับชม ฟัง ร่วมกันเล่าเรื่อง ร้องเพลง และเดินร่ำสนุกสนานไปกับนักแสดงและนักดนตรี พลังงานจากน้องๆ เยาวชนหลากหลายวัยทั้งผู้แสดงและผู้ชมถ่ายทอดความเบิกบาน ผ่องใส ตลอดการแสดง

“ครูอ้อย” ศ.พรรัตน์ ดำรุง ผู้สร้างบทและกำกับการแสดง เล่าให้ทศไทฟังว่า นิทานที่นำมาร้อยเรียงเป็นละครเรื่องนี้มาจากพระราชนิพนธ์นิทานจำนวน ๗ เล่มที่สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชนิพนธ์ไว้สำหรับการอ่าน คือ เพลงดูควาย นิทานเรื่องเกาะ หลวงจินสามรูป ศิลปินวาดไก่ ตาตีมือเป็ นิทานทาลิจีสถานเรื่อง นกคชา และนักดนตรีเถื่อน

“หนังสือชุดนี้มีทั้งหมด ๑๔ เล่ม ออกมาในวาระระดมทุนให้สถาบันหนึ่ง ท่านทรงใช้ลายพระหัตถ์และรูปของพระองค์เอง วางจังหวะรูป สี



“ครูอ้อย” ศ.พรรัตน์ ดำรุง



สะอาดสดใส น่ารักมาก ทรงเล่านิทานที่คนเล่าให้ท่านฟัง ความทรงจำสมัยทรงพระเยาว์ เช่นเรื่องเพลงดูควาย ทรงเล่าว่า “ดูควายกำลังไถนา ดูปลา กำลังกินเบ็ด ดูเบ็ดกำลังกินปลา ไล่เดือรื่องว่าแน่เมื่อปลาถูกกิน บนฟ้าก็มีนก ในน้ำก็มีปลา จิ้งจกกำลังออกไข่ ตึกแกจัญไรเอาปืนออกมาชู เมื่อเรากำลังเดินไป เห็นงูกำลังงูชี้ไคล ตัวรีนกำลังบินมาอีกกำลังเดินแท็บ แดบแดบตะแล็บแดบแดบ”

ครูอยู่เห็นว่าเพลงนี้ในนิทานมีความเป็นธรรมชาติเป็นไทย จึงนำคำว่า “แดบแดบตะแล็บแดบแดบ” มาเป็นชื่อละครเด็ก และเคยจัดแสดงมาแล้วครั้งหนึ่งเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๘ ณ ศูนย์ศิลปการละครสตูดิโอพันธุ์มโกมล คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ครูอยู่ในฐานะผู้เขียนบทและกำกับการแสดงตั้งใจที่ละครเรื่องนี้ได้กลับมามีชีวิต โลดแล่นให้ผู้ชมตัวเล็ก ๆ ได้ชมกันอีกครั้ง

“ละครคราวก่อนเราเล่าว่ามีหุ่นแมวตัวหนึ่ง มีเด็กเกลียดหนังสือคนหนึ่ง คราวนี้เราจะเล่าอย่างไร คณะอักษรศาสตร์มีแมวเยอะมาก คณบดีท่านรักแมวเราก็นำแมวมาเป็นคนเล่า แต่ละคนที่มาทำงานละครกับเราล้วนมีแมวที่บ้าน อย่างบ้านครุฑมิ-สินนา สารสาส ศิลปิน-ผู้กำกับดนตรีและผู้ประพันธ์เพลง เป็นเจ้าของชอยที่มีแมวเดินเยอะมาก เราเรียกชอยแมวมากก็แล้วกัน มีหลายอย่างที่เรายืมมาจากชีวิตของแต่ละคน อีกเรื่องคือครูสนใจเรื่องสิ่งแวดล้อม แต่จะทำให้เนื้อหาหนักก็อาจจะดูยาก ก็เลยเล่าว่าห้องสมุดแห่งนี้ถูกปิดตายมานานแล้วนะ รกร้าง มีต้นไม้เยอะ”

“แดบแดบตะแล็บแดบแดบ” จึงเป็นละครเวทีผสมการอ่านและการเล่าเรื่อง ซึ่งออกแบบให้ผู้ชมมีส่วนร่วมในการเล่าเรื่อง และเข้าไปอยู่ในเหตุการณ์ต่างๆ ได้ในฐานะส่วนหนึ่งของการแสดง โดยเล่าถึงห้องสมุดสุดชอยซึ่งปิดตายมาสักพักในชอยแมวมาก รอวันถูกรื้อไปสร้างเป็นที่จอดรถ เหล่าแมวจรต่างหุดห่ม่นหมอง วันหนึ่ง “เด็กจิว” อินฟลูเอนเซอร์คนดังหนีแม่และสื่อมวลชนหลบมาอยู่ที่นี้ เธอไม่ชอบ





การอ่าน ไม่ชอบหนังสือ จดจ่ออยู่แต่มือถือในมือ บรรดาแมวจิ้งจอกทำทุกวิถีทางเพื่อให้เธอหันมารัก การอ่าน การเล่านิทานแสนสนุกจึงเริ่มต้นขึ้น

นิทานแต่ละเรื่องเล่าถึงความมีน้ำใจ การช่วยเหลือพึ่งพากัน รวมทั้งเรื่องยากๆ เช่นความมืดดำ ในจิตใจของผู้คน ความโกรธ ความเกียจคร้าน ความละโมภที่แฝงอยู่ในใจของตัวเอง เมื่อเด็กจิ้งจอกได้ค้นพบความสนุกสนานและจินตนาการในหนังสือหลายเล่มที่ซ่อนตัวอยู่บนหิ้ง โดยมี “แมวจิ้ง ไรฟ้านัก” เป็นกองหนุน กองเชียร์ และเป็นเพื่อนของผู้ชมวัยเยาว์ให้มาร่วมมือกัน เซฟหนังสือและห้องสมุดสุดซอซอเล็กๆ นี่สักครั้ง โลกใบเล็กในห้องสมุดร้างแห่งนี้ก็เปลี่ยนไปโดยสิ้นเชิง



ความสดใสของละครรวมถึงการแสดงดนตรีสด ลูกผสมไทย - เทค เป็นวงดนตรีศิลปะอายุของศิลปิน นักดนตรีไทยตัวน้อยจากโรงเรียนสายไหม (ทัศนารมย์อนุสรณ์) ใน กทม. นักดนตรีผู้ใหญ่จากโรงเรียนสาธิต มศว. ประสานมิตร และนักดนตรีพื้นีสติของภาควิชา

อักษรศาสตร์ จุฬาย มาช่วยสร้างแรงบันดาลใจ และ เชื่อมเรื่องราวในโลกของความจริงสู่โลกจินตนาการ

ในละครเด็กๆ ได้ตื่นตากับหุ่นหลากหลายแบบที่ ออกแบบขึ้นใหม่โดยศิลปินหุ่นชาวไทย สุรารัตน์ สินหนอง จาก Homemade Puppet ผศ.คณพศ วรริตนชัย และ นักศึกษาพันธมิตรจากคณะดนตรีและการแสดง มหาวิทยาลัยบูรพา Benjamin Ho ศิลปินหุ่นร่วมสมัย จากคณะ Paper Monkey ประเทศสิงคโปร์ และ ศิริกานต์ บรรจงพรรค



นอกจากผู้คนแล้ว ละครยังเล่าถึงสรรพสัตว์และ สรรพสิ่งล้อมรอบตัวเรา โลก-ย่อนเวลา-ที่มีทุ่งนา มีควาย มีปลา ชีวิตเป็นสุข ยังมีสายน้ำ อากาศสดชื่น ผู้คนใกล้ชิดกับธรรมชาติ สิ่งดีๆ ที่เรียบง่าย รวมถึง สัตว์ที่เราแอบรักด้วยกัน เจ้าจิ้ง ฟีตูกแก ตัวริน และอีกา

ตัวร้าย

ครูอยู่เล่าเพิ่มเติมว่า “ช่วงนี้ครูสนใจเรื่องสิ่งแวดล้อม ทำอย่างไรให้ละครเน้นเรื่องนี้ ด้วยเวลาอันสั้นก็ทำได้ประมาณนี้ อยากให้เด็กๆ ได้รับแรงบันดาลใจ ครูเคยฟังเพลงร้องว่าเราตัดต้นไม้ ตัดสิ่งที่คุ้นเคยออกไปเพื่อทำความสะอึกสะอื้นใจ แล้วทำพิพิธภัณฑสถานไม้ แต่เราไม่รู้จักต้นไม้ เลยนำสิ่งนี้มาเล่าเสริมดีกว่า”

มีสัญลักษณ์หลายอย่างในละครที่สื่อความหมายตามจินตนาการไม่รู้จบ เช่นตอนจบมีหนังสือลอยขึ้นมา สื่อว่าต้องการให้เด็กๆ มาเปิดหนังสืออ่านอีกครั้ง ถ้าเราเปิดหนังสือ มันจะเป็นเวทมนตร์

“เพราะเป็นบทละครสำหรับเด็ก วิธีการเล่าและแสดงจึงต้องเปลี่ยนหรือพลิกใหม่ทุกห้านาทีเพื่อให้เขาตื่นตื่น รอคอย อยากให้คนมองว่าเด็กเป็นคนพิเศษ เราไม่ได้อยากให้เด็กเชื่อฟัง แต่เราอยากให้

เขามีส่วนร่วม ได้ลองเดิน ได้ลองเล่า ได้สนุกสนานด้วยกัน”

ความประทับใจพิเศษของครูอยู่คือมีเด็กที่ดูละครเวทีเรื่องนี้เมื่อ ๙ ปีก่อน วันนี้เติบโตใหญ่เป็นเด็กโตแล้ว เขาบอกว่าช่วงการแสดงที่ชอบที่สุด ในละครคือเด็กทุกคนลงไปว่ายน้ำทะเล ตอนนั้นเขารู้สึกสนุกมากและตั้งใจมาก

“ครูอยากให้

เด็กทุกคนที่มาชมได้รับความประทับใจและเป็นแรงบันดาลใจอย่างได้”

การจัดแสดงในครั้งนี้นอกจากจะเป็นการเผยแพร่พระราชกรณียกิจด้านการประพันธ์ และพระอัจฉริยภาพในการถ่ายทอดแนวทางการพัฒนาการศึกษาและเยาวชนผ่านพระราชนิพนธ์นิทานแล้ว ยังเป็นกิจกรรมในการจัดหาทุนการศึกษาให้แก่นิสิตคณะอักษรศาสตร์และส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างเยาวชนกับครอบครัวอีกด้วย

รศ.ดร.สุรเดช โชติอุดมพันธ์

คณบดีคณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผมหวังว่าผู้ชมจะได้รับทั้งสาระและความบันเทิงจากละครเฉลิมพระเกียรติ “แตบแตบตะแล็บแตบแตบ” และเห็นความสำคัญของการละครในอันที่จะช่วยกลม่อเมเกลาและพัฒนาเยาวชนให้เป็นพลเมืองคุณภาพของประเทศในอนาคต ตลอดจนประกายรัศมีในพระอัจฉริยภาพด้านการประพันธ์ และการสอดแทรกแง่มุมและแนวคิดเกี่ยวกับการพัฒนาการศึกษาและเยาวชนผ่านพระราชนิพนธ์ดังกล่าว



รศ.ดร.สุรเดช โชติอุดมพันธ์

เพชรพริ้ง สารสิน

นายกสมาคมนิสิตเก่าอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในพระราชูปถัมภ์

หนึ่งในพันธกิจที่สำคัญของสมาคมนิสิตเก่าอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คือการส่งเสริมศักยภาพของคณาจารย์และนิสิตอักษรศาสตร์ รวมทั้งสนับสนุนกิจกรรมเพื่อสังคม จึงเป็นโอกาสอันดีที่สมาคมฯ ได้ร่วมสนับสนุนการจัดแสดงละครในครั้งนี้ ซึ่งนอกจากจะแสดงให้เห็นถึงศักยภาพความสามารถ

ของคณาจารย์และนิสิตปัจจุบันของภาควิชาศิลปการละครแล้ว ยังเปิดโอกาสให้เยาวชนจากโรงเรียนและชุมชนต่างๆ ได้ผลิตเพลินกับการเป็นส่วนหนึ่งของการแสดงหุ่นเชิดประกอบบทเพลงที่สนุกสนาน ได้เสริมสร้างจินตนาการ ความคิดสร้างสรรค์ ความกล้าแสดงออก และปลูกนิสัยรักการอ่านให้กับเยาวชนอีกด้วย

สมาคมฯ หวังว่าเด็กๆ และครอบครัวที่ได้ชมละครจะเก็บเกี่ยวความสุข ความบันเทิง และข้อคิดดีๆ กลับไปประยุกต์ใช้เพื่อเป็นประโยชน์ต่อไปในอนาคต ✨



เพชรพริ้ง สารสิน



จุฑาทิพย์ กันทะธง และ สุภาวดี วงศ์คำจันทร์ นักกีฬาเทคบอลหญิงแชมป์โลก!

ท่าเอาต่างชาติต้องทิ้งไปตามๆ กัน กับการคว้าเหรียญแห่งชัยชนะอย่างต่อเนื่องของนักกีฬาทีมชาติไทยในการแข่งขันศึกเทคบอล เวิลด์ ซีรีส์ (Teqball World Series) เมื่อปลายเดือนพฤษภาคม ๒๕๖๗ ณ กรุงมาดริด ประเทศสเปน โดยทัพไทยคว้าถึง ๒ เหรียญทอง ๑ เหรียญเงิน และ ๔ เหรียญทองแดง ซึ่งสองเหรียญทองมาจากผลงานการฟาดแบบไม่ยั้งของ “หยกน้อยลำพูน” หรือ จุฑาทิพย์ กันทะธง ความเก่งกาจของเธอฟ่วงตำแหน่ง “นักกีฬาหญิงยอดเยี่ยม” ของรายการนี้ร่วมกับนักกีฬาชายจากฮังการีอีกด้วย



จุฑาทิพย์ กันทะธง



"ทุกคำดูถูกย่อมเป็นแรงผลักดัน"

“หยกน้อยลำพูน” ฉายาในวงการกีฬาของ “หยก” จุฑาทิพย์ กันทะธง ถือเป็นนักกีฬาเทคบอล (Teqball) ระดับแนวหน้าของทีมชาติไทย หลังคว้าแชมป์โลกและแชมป์รายการระดับนานาชาติในรอบ ๑-๒ ปี ที่ผ่านมา ล่าสุดเธอคว้าแชมป์ ๒ รายการใน Teqball World Series - Madrid ทั้งประเภทหญิงเดี่ยว Women's Single และหญิงคู่ Women's Doubles ร่วมกับ “น้องนิต” สุภาวดี วงศ์คำจันทร์ ซึ่งทั้งคู่เป็นคนเก่งและมีความตั้งใจสูง หยกได้โพสต์ในเฟซบุ๊กส่วนตัวว่า “ทุกคำดูถูกย่อมเป็นแรงผลักดัน” บ่งบอกว่ากว่าจะมีวันนี้เธอเองก็ต้องฝ่าฟันทุกคำปรามาสมาไม่น้อยเช่นกัน

จากนักตะกร้อสู่นักกีฬาเทคบอลระดับโลก

กีฬาเทคบอลเป็นกีฬาใหม่ที่หยกเพิ่งหันมาเล่นหลังจากเล่นกีฬาตะกร้อมาตลอด เนื่องจากโค้ชตะกร้อบอกเธอว่า หยกตัวค่อนข้างเล็กเกินไปสำหรับกีฬาตะกร้อ ทำให้เธอเบนเข็มสู่เทคบอลทันที วันที่พิสูจน์แล้วว่า แม้หยกจะตัวเล็กแต่ความสามารถและหัวใจของเธอยิ่งใหญ่ จนพลิกวิกฤตในเส้นทางนักกีฬาให้เป็นโอกาสได้

คำขอบคุณสำหรับทุกกำลังใจ

หยกเขียนคำขอบคุณถึงทุกกำลังใจ ตั้งแต่สมาคมกีฬาเทคบอลแห่งประเทศไทย (Teqball Association of Thailand) ที่เป็นแรงผลักดันหลัก พล.อ.รณชัย มีัญชูสุนทรกุล นายกสมาคมกีฬาเทคบอลแห่งประเทศไทย พล.ต.หญิง ปรียาภัสสร จรัสพงศ์ เลขาธิการสมาคมกีฬาเทคบอลแห่งประเทศไทย ดร.ก้องศักดิ์ ยอดมณี ผู้ว่าการการกีฬาแห่งประเทศไทย กองทุนพัฒนาการกีฬา การทางพิเศษแห่งประเทศไทย และสปอนเซอร์ในการเดินทางเพื่อไปแข่งขัน



ทั้งนี้ เจ้าตัวยังโพสต์ขอบคุณโค้ชแนนและโค้ชอ๊อต รวมถึงอาจารย์ทุกท่านผู้ที่อยู่เบื้องหลังความสำเร็จของหยกมาตลอด และไม่ลืมเอ่ยถึงคุณแม่และครอบครัวที่อยู่เคียงข้างหยกอย่างไม่ห่าง พร้อมกับกล่าวถึงเพื่อนที่นักกีฬาไทย นักกีฬาเทคบอล ทีมชาติไทยทุกคน

ที่สำคัญ หยกขอขอบคุณแฟนๆ ที่ส่งใจและแรงเชียร์ ทุกคนลำพูนและคนไทยทั่วประเทศที่ติดตามสนับสนุนนักกีฬาเทคบอลทีมชาติไทยมาโดยตลอด



สุภาวดี วงศ์คำจันทร์

สองสาวไทยตัวเล็กบิณฑลกีฬาพาดไม่ยั้ง!

จุฑาทิพย์ กันทะธง และ สุภาวดี วงศ์คำจันทร์ คว่า เหรียญทองเพิ่มให้กับทัพเทคบอลทีมชาติไทยในประเภทหญิงคู่ การแข่งขัน Teqball World Series - Madrid โดยเอาชนะ Krisztina ACS และ Gabriella KOTA สองนักกีฬาตัวเก็งอย่าง ฮังการีไปได้ ๒ : ๐ เซต ด้วยคะแนน ๑๒ : ๔ และ ๑๒ : ๔

การแข่งขันนี้นับเป็นอันดับโลกสูงสุดของ “หยก” จุฑาทิพย์ กันทะธง นอกจากนี้อันดับโลกหญิงคู่ที่จับคู่กับ “นิด” สุภาวดี วงศ์คำจันทร์ ก็ขยับขึ้นเช่นกัน ปัจจุบันหยกเป็นนักกีฬาเดี่ยว หญิงอันดับที่ ๕ ของโลก ส่วนอันดับคู่หญิงได้อันดับที่ ๑๑ ของโลก นับเป็นการพัฒนาแบบก้าวกระโดดของทั้งคู่



เทคบอล คือกีฬาชนิดใด

“เทคบอล” มาจากคำว่า “เทคนิคฟุตบอล” เป็นกีฬาที่ใช้ลูกฟุตบอลเล่นบนโต๊ะ โด่งพิเศษ (โต๊ะเทค) มีความแปลกใหม่สำหรับนักกีฬารุ่นใหม่และผู้ชื่นชอบการใช้ทักษะ และเทคนิคต่างๆ ในการเล่นกีฬาชนิดนี้ ทักษะที่ได้คือฝึกสมาธิและความแข็งแกร่งของ ร่างกาย

เทคบอลเพิ่งเกิดขึ้นเมื่อสิบปีที่แล้วในฮังการี

การเล่นเทคบอลคือแข่งกันรับ-ส่งลูกบอลไปมาโดยไม่ให้ลูกบอลตกจากโต๊ะเล่น ตามกฎของเกมนี้ ผู้เล่นสามารถใช้ส่วนลำตัวตั้งแต่ไหล่ถึงศีรษะเพื่อรับ-ส่งลูกบอลกับ คู่ต่อสู้ เทคบอลสร้างสรรค์ขึ้นในปี ๒๕๕๗ จากผู้ชื่นชอบฟุตบอล ๓ คน หนึ่งในนั้นคือ อดีตผู้เล่นมืออาชีพ “กาบอร์ บอร์ชานีย์” นักธุรกิจชาวฮังการี György Gattyán และ นักวิทยาศาสตร์คอมพิวเตอร์ Viktor Huszár

กาบอร์ บอร์ชานี เคยเล่นฟุตบอลบนโต๊ะปิงปอง แต่พบว่าการออกแบบแนวนอนของโต๊ะทำให้ลูกบอลไม่ค่อยกระดอนเข้าหาผู้เล่น จึงรู้สึกไม่สนุก เขาคิดว่าถ้าโต๊ะงอและพื้นผิวโค้งจะช่วยให้อุปกรณ์กระดอนมากขึ้นจนสามารถดึงไปที่ทำได้

เขาพัฒนาการเล่นนี้ร่วมกับ Viktor Huszár และออกแบบโต๊ะเล่นเทคบอลได้สำเร็จในปี ๒๕๕๗ ต่อมาก็กีฬาเทคบอลก็เริ่มต้นเปิดตัวอย่างเป็นทางการในปีเดียวกัน ก่อนที่จะได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อย ๆ และในปี ๒๕๖๐ ก็มีการจัดการแข่งขันเทคบอล เวิลด์ คัพ เป็นครั้งแรก มีผู้เข้าแข่งขันทั้งหมดจาก ๒๐ ประเทศ

เทคนิคการเล่นเทคบอล

คือการใช้กลยุทธ์และทักษะทางกายภาพในการเล่นอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งรวมถึงการผสมผสานระหว่างทักษะบุคลิกภาพและกีฬา ทำให้ผู้เล่นสามารถฝึกฝนสมองและความแข็งแรงของร่างกายในการเคลื่อนไหวอย่างว่องไวและมีไหวพริบ

ขอบคุณข้อมูลจาก

- <https://www.facebook.com/TeqballAssociationofthailand/>
- <https://www.facebook.com/yok.tomza/Jutatip Kuntatong>
- <https://www.facebook.com/สุภาวดี วงศ์คำจันทร์> 🇹🇭



ซูเปอร์คาร์ รนาสิทธิ์นิธิเกตุ จากเกมเมอร์สู่นักแข่งรถ หนึ่งในเดียวของไทยในแคนาดา



โครงการนิสสัน จีที อะเคเดมี่ ถือเป็นโปรเจกต์เปลี่ยนชีวิตของใครหลายคน เพราะมีจุดมุ่งหมายปั้นนักแข่งรถในจอตู้สู่นักแข่งรถมืออาชีพ โดยมี “เบ็บ-สุนโรจน์ ธนาสิทธิ์นิธิเกตุ” เป็นแชมป์ประเทศไทยปี ๒๕๕๗ ปัจจุบันเบ็บอายุ ๒๗ ปี ได้รับโอกาสจากนิสสันไปแข่งที่ประเทศแคนาดา ๑ ฤดูกาล ในรายการ Mica Cup 2014 รวมคะแนนประจำปีได้อันดับที่ ๒

ปัจจุบันเบ็บรับอาชีพสอนขับรถ เขายินดีมาเล่าเส้นทางชีวิตกว่าจะถึงฝั่งฝันบนถนนสายนี้ให้หน่อยๆ เยวชนที่สนใจอาชีพนี้ฟัง

คุณพ่อชักนำสู่ความฝันอันยิ่งใหญ่

ตอนเด็กผมชอบเล่นเกมและว่ายน้ำครับ ส่วนตัวชอบของเล่นและกิจกรรมทุกประเภทที่เกี่ยวกับรถมากๆ ในวันหยุดพักผ่อนกับทางครอบครัวจะชอบไปเที่ยวพื้ชากัน ในช่วงซากลับคุณพ่อมักจะพาเราไปขับรถเล่นที่สนามโกคาร์ท ซึ่งในช่วงนั้นผมเองก็ชอบมากๆ ครับ ครั้งแรกที่ไ้ทดลองขับโกคาร์ทอายุน่าจะประมาณ ๑๐ ขวบ และก็ได้ขับอยู่เรื่อยๆ เวลาที่ไปเที่ยวหรือมีโอกาส

คุณพ่อเห็นว่าผมชอบมากและขับได้ ท่านจึงสนับสนุนพาไปฝึกซ้อมจนได้เริ่มลงแข่งครั้งแรกตอนผมอายุ ๑๒ ปี ที่สนามพีระเซอร์กิต ได้อันดับที่ ๒ นับว่าเกิดความตั้งใจมากครับ

สิ่งสนามซ้อมสู่สนามแข่งอันจริบ

จากนั้นก็เริ่มเข้าสู่วงการแข่งรถโคคาร์ทในหลายๆ รายการ แต่กีฬาที่ใช้ทุนเยอะมาก เลยคิดว่าต้องหาทางประหยัดต้นทุนหน่อย ผมเลยเริ่มเปลี่ยนมาฝึกซ้อมด้วยการขับเกมซิมูเลเตอร์ที่บ้านครับ

ในช่วงนั้นเป็นปีแรกที่นิสสันมีรายการนิสสัน อะเคเดมี่ (Nissan Academy) คัดเลือกตัวแทนจากประเทศไทยเข้าร่วมการแข่งขันเป็นนักขับอาชีพ สังกัดทีมแข่ง Missan Nismo โดยคัดผ่านการขับซิมูเลเตอร์ ซึ่งตัวผมชนะและได้เป็นตัวแทนประเทศไทยคนแรกไปแข่งที่สนามซิลเวอร์สโตน ประเทศอังกฤษ แต่ด้วยประสบการณ์ยังน้อยก็พลาดตำแหน่งใหญ่ไป แต่ยังได้รับโอกาสจากนิสสันไปแข่งที่ประเทศแคนาดา ๑ ฤดูกาล ในรายการ Mica Cup 2014 รวมคะแนนประจำปีได้อันดับที่ ๒ ครับ

หลังจากนั้นผมพ่อก็มีโอกาสได้แข่งรถในประเทศ ในสังกัดทีม YK Motorsport หลาย ๆ รายการ อย่าง Thailand Super Series และ Thailand Super Turbo และได้รับชนับรถบ้างครับ ปัจจุบันทำธุรกิจเกี่ยวกับการติดตั้งด้านเครื่องเสียงทั้งในรถยนต์และชุดเครื่องเสียงในบ้านครับ

ต้นแบบใบการแข่งอันที่ชื่นชอบ

เฟอร์นันโด อะลองโซ่ (Fernando Alonso) ครับ เพราะตอนเริ่มเล่นโกคาร์ทในช่วงแรกๆ ที่มีรถส่วนตัวคันแรก เป็นรถที่ชื่อว่า Alonso kart เป็นรถพิเศษที่ผลิตตามชื่อนักแข่ง F1 คือ Fernando Alonso ผมมีแรงบันดาลใจจากนักแข่ง F1 คนนี้ครับ





สรุป ๐ ข้อที่ทำให้ประสบความสำเร็จ

๑. ผมประสบความสำเร็จในสิ่งที่ผมหลงใหลคือ รถยนต์ ได้ทำตามความฝัน ได้ยืนอยู่ในจุดที่ผมฝันไว้ว่าอยากจะเป็น

๒. ผมประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน เพราะได้ทำงานที่เกี่ยวข้องกับรถ และผมมีความสุขในการทำงาน

๓. ผมประสบความสำเร็จในเรื่องการได้รับความรักจากคนในครอบครัว ทุกคนในครอบครัวสนับสนุนในสิ่งที่ผมทำ รักในสิ่งที่ผมเป็น เพราะครอบครัวคือแรงผลักดันที่สำคัญที่สุด ทำให้ผมสามารถทำตามความฝันได้ครับ

หากเยาวชนอยากเป็นนักแข่งรถ ควรเริ่มทำตามฝันอย่างไร

การเริ่มต้นเป็นนักแข่งรถคือการมองหาโอกาสและกล้าที่จะฝัน มุ่งมั่นในสิ่งที่อยากเป็น ทุกคนสามารถเป็นในสิ่งที่ตั้งเป้าหมายไว้ได้ อยู่ที่ความอดทนและความพยายาม การเตรียมตัวให้พร้อมไม่ว่าจะเป็นร่างกาย ทักษะในการขับรถ มุมมองต่างๆ สำหรับโอกาสและการพิสูจน์ตัวเองเป็นเรื่องสำคัญในการเป็นนักแข่งรถ ถ้าเราพร้อม การเป็นนักแข่งรถไม่ใช่เรื่องยากครับ

เป้าหมายสูงสุดในชีวิตต่อไป

คือการได้ไปแข่งรถเต็มฤดูกาลในต่างประเทศทั่วโลก และได้แข่งกับคนเก่งๆ จากทั่วทุกมุมโลกครับ ✨





โต้คลื่น

ซูร์ฟ (Surf) หรือการเล่นกระดานโต้คลื่น นับเป็นหนึ่งในกีฬากลางแจ้งที่ได้รับความนิยมและได้รับความชื่นชอบมากที่สุดในโลก มีหลักฐานการเริ่มโต้คลื่นของมนุษย์ชาติย้อนกลับไปในประเทศเปรูกว่าหนึ่งพันปีก่อน ชาวประมงที่นั่นประดิษฐ์เรือที่ทำจากต้นกกเพื่อใช้โต้คลื่นฝ่ากระแสน้ำออกไปหาปลากลางทะเล และเมื่อจะกลับเข้าฝั่งก็จะพายให้เรือไปอยู่บนคลื่น เพื่อให้คลื่นนั้นพัดเรือเข้าฝั่งเป็นการทุ่นแรง

หลักฐานอ้างอิงที่มาของการโต้คลื่นบนกระดานที่คนส่วนใหญ่เชื่อถือมากที่สุดมาจากหมู่เกาะฮาวายประเทศสหรัฐอเมริกา เพราะชาวเกาะโพลินีเซียที่ย้ายไปฮาวายในคริสต์ศตวรรษที่ ๕ เคยใช้วิธีโต้คลื่นเพื่อนำปลาที่จับได้ในทะเลกลับมาสู้ฝั่ง จึงพาประเพณีนี้เข้าไปสู่ฮาวายด้วย

ในช่วงปี พ.ศ. ๒๓๒๐ กัปตันเจมส์ คุก ผู้ล่องเรือสำรวจทะเลจดบันทึกว่าได้พบการเล่นโต้คลื่นในเกาะฮาวายและเกาะตาฮิติ ชาวเกาะเหล่านั้นใช้กระดานซึ่งประดิษฐ์จากไม้โคอา โต้คลื่นออกไปกลางทะเลและขี่คลื่นกลับมาฝั่งชายฝั่ง ในบันทึกกล่าวว่าชาวพื้นเมือง

ฮาวายมีการบูชาท้องทะเลเพื่อให้มีคลื่นที่ดีและสามารถโต้คลื่นได้ ปัจจุบัน กีฬาโต้คลื่นได้รับการบรรจุให้อยู่ในการแข่งขันกีฬาระดับเอเชียนเกมส์ และโอลิมปิกแล้ว

กีฬาโต้คลื่นเล่นอย่างไร

แม้ว่าการเล่นกระดานโต้คลื่นจะเป็นกีฬาที่ดูโลดโผนผจญภัย แต่ก็เป็นหนึ่งในกีฬาประเภทนี้ที่เข้าถึงได้มากที่สุดและแพร่หลายที่สุด คุณสมบัติแรกที่ต้องมีสำหรับมือใหม่หัดเล่นคือต้องมีร่างกายสมดุลงและแข็งแรง สามารถทรงตัวได้มั่นคงขณะยืนบนกระดานโต้คลื่นและบนน้ำ ดังนั้น ก่อนที่จะลองเล่นกีฬาชนิดนี้ น่องๆ เยาวชนควรออกกำลังกายขึ้นพื้นฐานซึ่งจะช่วยเพิ่มความสมดุลและความอดทนในการยืนบนกระดานในระยะเวลายาวนานท่ามกลางสายลม แสงแดด และเกลียวคลื่น

อุปกรณ์จำเป็นในการเล่น

กระดานโต้คลื่น เป็นอุปกรณ์จำเป็นที่สุด หากเพิ่งเริ่มเล่นและกำลังจะซื้อให้ตัวเอง แนะนำให้เริ่มต้น

ด้วยกระดานแบบโฟมก่อน รองเท้าเชิฟ อุปกรณ์ที่ช่วยให้เรายืดเกาะและทรงตัวได้ดีบนกระดาน เสื้อผ้าไต้คลีน มีหลายประเภทที่ผลิตขึ้นเพื่อการไต้คลีนโดยเฉพาะ เลือกให้เหมาะกับตัวเอง สภาพอากาศ และความสบายของเนื้อผ้าที่สวมใส่เพราะต้องยืนบนกระดานเป็นเวลานาน แวนตาและถุงมือไต้คลีน มีแวนตาและถุงมือชนิดพิเศษ เพื่อปกป้องดวงตาจากแสงแดดและคลื่นที่จะต้องเผชิญเป็นเวลานานได้

ไต้คลีนเวลาไหนดีที่สุด?

ลมและคลื่นเป็นองค์ประกอบสำคัญที่สุดของการไต้คลีน นักไต้คลีนส่วนใหญ่ชอบลมที่พัดมาจากแผ่นดินหรือไม่มีลมเลยซึ่งปกติมักเป็นรุ่งเช้าและพลบค่ำจึงมักเล่นกันในสองช่วงเวลานี้ เพราะเมื่ออุณหภูมิของน้ำสมดุลใกล้เคียงกับอุณหภูมิพื้นผิวโลก จะส่งผลให้มีน้ำและลูกคลื่นมากขึ้น

ส่วนช่วงเวลาที่เหมาะสมที่สุดในการเล่นคือเดือนมิถุนายนถึงกันยายนของทุกปีซึ่งรู้กันดีว่าไม่ใช่ฤดูท่องเที่ยว แต่สำหรับวงการไต้คลีนเมืองไทยกลับตรงข้าม เพราะเป็นช่วงเดือนที่คลื่นดีมาก การเล่นกีฬาไต้คลีนจึงได้รับความนิยมมากที่สุด

เล่นที่และประโยชน์ของกีฬาไต้คลีน

กล่าวกันว่าไต้คลีนคือกีฬาทางน้ำที่ง่ายที่สุด เพราะถ้าฝึกหัดเล่นอย่างถูกต้อง จุดดำสิ่งที่ครูฝึกบอกได้ ไม่กี่วันก็เล่นเป็นแล้ว การเรียนจะทำให้เรารู้วิธีการนอนบนบอร์ด รู้วิธีการพาย รู้วิธีการว้าย การมองคลื่น และจับคลื่น เมื่อสามารถขึ้นไปยืนบนบอร์ด

ได้ นักกีฬาจะควบคุมได้ง่ายดายด้วยการมอง เรามองซ้ายบอร์ดก็เลี้ยวซ้าย มองขวาตัวเราก็ไปทางขวา คนที่เล่นกระดานไต้คลีนจะบอกเหมือนกันว่าอยากไปทางไหนก็มองไปทางนั้น ถ้ามองลงเราก็ลงน้ำเลย ถ้ามองขึ้นก็หงายขึ้น

พุดง่าย ๆ ก็คือเมื่อจับทางได้แล้ว การไต้คลีนเป็นเรื่องไม่ยากอย่างที่คิด

ยิ่งกว่านั้น ยังเป็นกีฬาที่เล่นได้ด้วยตัวเองคนเดียว สามารถแสดงออกถึงความเป็นตัวเองได้ไม่จำกัด เมื่อขึ้นไปยืนอยู่บนคลื่น จะรวมจุดสายตาของทุกคนที่มองมา จึงเป็นกีฬาที่ต้องสู้รบกับตัวเอง ถ้าเราชนะตัวเองได้ ขึ้นไปยืนบนคลื่นต่อหน้าทุกคนได้ จะเกิดความภาคภูมิใจ ต่อยอดสู่การเรียนรู้และพัฒนาตัวเองอย่างไม่สิ้นสุด

ที่สำคัญ เหตุผลที่กีฬาไต้คลีนได้รับความนิยมมากขึ้นเรื่อยๆ ก็เพราะผู้เล่นมักเป็นคนเมือง เมื่อได้มาพบกับบรรยากาศโล่งสบาย อยู่ท่ามกลางธรรมชาติ มองไปทางไหนมีแต่น้ำกับฟ้า ทั้งได้อยู่กับตัวเองตามลำพังบนกระดานไต้คลีน เหมือนได้ค้นพบโลกใบใหม่ แลนมหัตถ์จรรย์ ได้หลอมรวมจิตวิญญาณระหว่างมนุษย์กับธรรมชาติจนกลายเป็น เชิฟ คัลเจอร์ (Surf Culture) หรือวัฒนธรรมการท่องเที่ยวที่สนุกสนาน เฟลิดเฟลิน ทั้งได้ออกกำลังกายไปพร้อมกัน

ปัจจุบันมีโรงเรียนสอนไต้คลีนในเมืองไทยให้เลือกมากมาย เมื่อเล่นเป็นแล้ว เชื่อว่าการเที่ยวทะเลครั้งต่อไปของน้องๆ เยาวชนจะเป็นความตื่นเต้นครั้งใหม่ที่ไมเหมือนเดิมอีกต่อไป 🌊





ชลกนก สติระนาวิณ

ผู้ชนะเลิศการแข่งขันเวทีนักเต้น

“CSTD Thailand Dance Grand Prix 2024”

“CSTD Thailand Dance Grand Prix 2024” คือการแข่งขันศิลปะการเต้นเทคนิคเวทีแรกในประเทศไทย มาตรฐานสากลจากประเทศออสเตรเลีย ถือเป็นเวทีนักเต้นที่มีศิลปินเยาวชนทั้งมือสมัครเล่นและมืออาชีพกว่า ๑,๕๐๐ คน จาก ๔๒ สถาบันสอนศิลปะการเต้นทั่วประเทศไทยมาประชันกัน



ในการแข่งขันครั้งล่าสุด บ๊อบบี้ - ชลกก สตรีระนาวิน สาวน้อยวัย ๑๖ ปีเป็นผู้คว้าชัยประเภทคะแนนรวมบุคคลสูงสุด (Aggregate Solo Cup) ได้รับถ้วยพระราชทานจากสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พร้อมเป็นตัวแทนประเทศไทยเข้าร่วมแข่งขันศิลปะการเต้นระดับนานาชาติ ณ เวที Asia Pacific Dance Competition ครั้งที่ ๒๖ ในเดือนสิงหาคม ๒๕๖๗

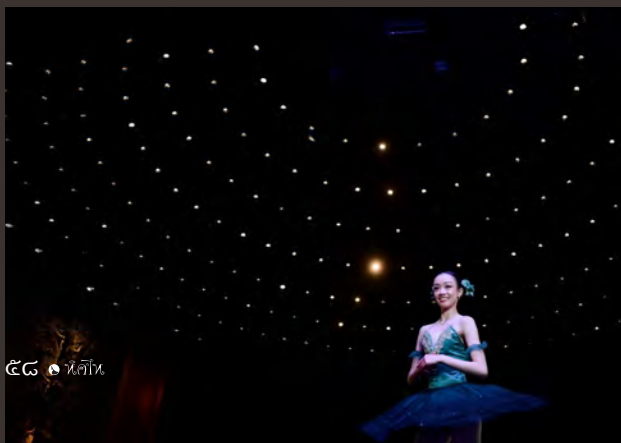
จุดเริ่มต้นจากการสนับสนุนของครอบครัว

หนูเริ่มต้นเรียนเต้นตอนอายุ ๒ ขวบค่ะ และเริ่มการแข่งขันในวัย ๘ ปี ครอบครัวก็ส่งเสริม สนับสนุน เพราะเห็นว่าหนูรักการเต้น มีความตั้งใจ ครอบครัวเสียสละทั้งในเรื่องการให้เวลา ค่าใช้จ่ายในการฝึกซ้อมและอุปกรณ์ในการเต้นต่างๆ ถึงแม้ว่าจะนอกเหนือจากการเรียนหนังสือ แต่ครอบครัวทุ่มเทให้หนูได้ทำสิ่งที่รักค่ะ



แรงบันดาลใจให้เริ่มต้น

คุณแม่ (วัชร สตรีระนาวิน) ไม่อยากให้หนูเรียนวิชาการมากเกินไป พอหนูได้เริ่มเรียนเต้น หลังจากนั้นก็ไม่เคยหยุดเรียนเต้นอีกเลย รู้ตัวอีกทีก็หลงรักการเต้นแบบไม่รู้ตัวแล้วค่ะ ส่วนจุดเริ่มต้น





ของการแข่งขันมาจาก ครูผู้ฝึกสอนที่สถาบันบางกอกแดนซ์ (Bangkok Dance Academy) น่าจะเห็นศักยภาพอะไรบางอย่างในตัวหนู เลยเปิดโอกาสให้ร่วมแข่งขัน CSTD Thailand Dance Grand Prix ตั้งแต่ ๗ ปีที่แล้ว หลังจากนั้นก็เข้าร่วมต่อเนื่องมาตลอดทุกปีค่ะ แรงบันดาลใจในปีนี่คืออยากจะพัฒนาตัวเองให้มากขึ้น ก้าวข้ามขีดจำกัดของตัวเองไปเรื่อยๆ นำสิ่งที่ได้เรียนรู้จากการแข่งขันปีก่อนๆ มาปรับใช้กับการแข่งขันในปีนี้จะ

รางวัลล่าสุด ว่าจะได้มายากแค่ไหน?

ยากค่ะ เพราะหนูเชื่อว่าผู้เข้าแข่งขันทุกคนก็คงพยายามอดทน ซ้อมกันหนักมากๆ ไม่แพ้กัน ต้องขอบคุณครอบครัว สถาบันบางกอกแดนซ์ และคุณครูหลายท่านที่บ่มเพาะความคิดไว้ให้กับหนูว่าการขึ้นไปบนเวทีคือพื้นที่ที่เราจะส่งมอบความสุขให้กับผู้ชมและมอบให้กับตัวเอง ดังนั้น การแข่งขันในแต่ละปี หนูไม่ได้รู้สึกว่ารางวัลเป็นสิ่งสำคัญอันดับแรก เพราะรางวัลต่างๆ ที่หนูได้รับมา เป็นเหมือนโบนัสที่ได้รับเพิ่ม หนูเลยรู้สึกสนุกมากๆ ทั้งตอนซ้อมและตอนแข่ง แต่ตั้งใจทำหน้าที่เราให้ดีที่สุดในการแสดงสิ่งที่เราฝึกฝนมาหลายปี บวกกับการมีครูและเพื่อนๆ คอยให้กำลังใจทุกครั้งที่ซ้อม หนูก็เครียดน้อยลงค่ะ





ความรู้สึกเมื่อได้รับรางวัลถ้วยพระราชทานจาก สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ตอนนั้นหนูมีหลายความรู้สึกมากๆ ค่ะ ทั้งงง ตื่นเต้น ดีใจ ภูมิใจ และเป็นเกียรติมากที่ได้รับพระราชทานถ้วยรางวัล จากสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และได้เป็นตัวแทนของประเทศไทย ขอขอบคุณ กรรมการทุกท่านที่มองเห็นถึงศักยภาพและความตั้งใจของหนู รวมถึงสำคัญมากๆ เลยคือ ครอบครัว และคุณครูทุกท่านที่ สถาบันบางกอกแดนซ์ค่ะ เพราะถ้าหนูขาดคนใดคนหนึ่งไป หนู ก็อาจจะไม่ได้มีโอกาสทำตามความฝันจนมาถึงจุดนี้ได้ค่ะ

วินัย และความอดทน คำแนะนำสำหรับเยาวชนที่อยากเป็น นักเต้น

หนูอยากให้ทุกคนที่อยากเป็นนักเต้นเหมือนกับหนู ลอง ออกมาเรียนเต้นหลายๆ สไตล์ดูว่าเราชอบแบบไหน เราเหมาะกับ แบบไหน หรือถ้าใครกำลังเรียนเต้นอยู่ก็สู้ๆ นะคะ หนูเชื่อว่า ถ้าเราพยายามก็ไม่มีอะไรที่เราทำไม่ได้แน่นอนค่ะ จะประสบความสำเร็จได้ก็ต้องมีวินัยและความอดทน

คำว่าวินัย คือเราจะต้องทำในสิ่งที่เราไม่อยากทำ เพื่อส่งเสริมในสิ่งที่เรารัก เหมือนที่คุณพ่อหนูสอนไว้ ✨



คุณพ่อและบ๊อบบี้



ดาวตึกตอก มะลิ และ กระถิน แฝดลูกครึ่ง ไทย-อังกฤษ อุ้งกำเมืองโชว์ ความรักเมืองไทย



“มะลิ” กับ “กระถิน”

“มะลิ” กับ “กระถิน” สองสาวฝาแฝดลูกครึ่งไทย-อังกฤษ เป็นอีกหนึ่งตึกตอกเกอร์ที่ได้รับความนิยมจากเหล่าแฟนคลับ เพราะฝาแฝดคู่นี้หน้าตาน่ารักและแสดงความสดใสผ่านช่องตึกตอกด้วยการอยู่ภาษาเหนือได้เก่งขนาดทำให้ใครๆ ต่างเอ็นดู จนมียอดผู้ติดตามในตึกตอกช่อง Tiktok : Mahrai_.cowan มากกว่าห้าแสนคน ยอดกดไลค์ถึงสิบล้าน น้องมะลิ สาวน้อยวัย ๑๙ มาเป็นตัวแทนคู่แฝดพูดคุยกับทิวไท อ่านแล้วรับรองว่าคุณจะหลงรักเธอทั้งสองมากกว่าเดิม



แนะนำตัวเอง

สวัสดีค่ะ หนูชื่อมาลัย โควาน (Mahrai Cowan) ชื่อเล่นชื่อมะลิค่ะ ตอนนี้อายุ ๑๙ ปี เรียน A-level sixth form อาศัยอยู่ที่เบิร์กเชียร์ (Berkshire) ประเทศอังกฤษค่ะ

ความผูกพันกับเมืองไทย

เมืองไทยเป็นเหมือนบ้านเกิดหลังที่สองของน้องมะลิและกระถินน้องสาวฝาแฝด เพราะตอนที่พวกเราอายุหนึ่งขวบ คุณแม่ได้พามาอยู่เมืองไทยจนถึงอายุสี่ขวบ จากนั้นก็ได้กลับมาบ้านเมืองไทยทุกปี รู้สึกอบอุ่นทุกครั้งที่มาจนไม่อยากกลับไปประเทศอังกฤษเลยคะ

การศึกษาปัจจุบัน

เราทั้งสองคนมาอยู่เมืองไทยครั้งล่าสุดสามเดือนคะ เพราะเรียนจบ Year ๑๑ ที่โรงเรียนมัธยมแล้วคะ จากนั้นมาต่อ Sixth form เรียนออนไลน์ที่บ้านอีกสองปี ตอนนี้กำลังสอบอยู่คะ ถ้าสอบเสร็จอาจจะได้ไปเรียนต่อมหาวิทยาลัยปีนี้นะ

สนใจเรียนด้านคณิตศาสตร์

มะลียากศึกษาต่อด้านคณิตศาสตร์บริสุทธิ์ที่มหาวิทยาลัย อาจะเรียนถึงปริญญาโท ต่อในด้านนี้ หนูยังไม่แน่ใจว่าอนาคตอยากทำอาชีพอะไร รู้แต่ว่าตอนนี้ชอบเรียนคณิตศาสตร์มากๆ ค่ะ

มีอะไรในเมืองไทยที่รู้สึกไม่ชอบไหมคะ

มะลิรู้สึกคุ้นเคยกับเมืองไทยอยู่แล้วตั้งแต่เด็ก เลยรู้สึกดีและมีความสุขทุกครั้งที่ได้อยู่กับญาติ ๆ ที่เมืองไทยคะ ไม่มีอะไรที่รู้สึกไม่ชอบเลยคะ



ชีวิตเด็กนักเรียนที่อังกฤษต่างจากเด็กไทยไหมคะ

ตอนเรียนชั้นประถมฯ น้องมะลิและน้องกระถินเรียนโรงเรียนสหศึกษารวมผู้หญิงและผู้ชาย แต่พอเข้ามัธยมฯ พวกเราเรียนโรงเรียนผู้หญิงล้วน เป็นโรงเรียนที่ค่อนข้างมีระเบียบชีวิตวินัยรุ่นของหนูสองคนก็เลยอยู่ในกฎระเบียบ แล้วก็อยู่ในความดูแลของคุณพ่อคุณแม่ค่ะ ไปไหนมาไหนก็ไปกับคุณพ่อ คุณแม่ตลอดจนถึงเดี๋ยวนี้ค่ะ

พวกเราเลยมีเพื่อนผู้หญิงเป็นส่วนใหญ่ น้องมะลารู้สึกว่าวัยรุ่นเมืองไทยมีอิสระมากกว่าที่อังกฤษมาก ที่นี้จะทำอะไรต้องรอให้อายุ ๑๘ ขึ้นไปถึงจะทำได้ค่ะ



การฝึกฝนภาษาไทยและภาษาเหนือ

พอมะลิอายุสี่ขวบ มะลิย้ายไปอยู่อังกฤษ ในช่วงสองปีแรก มะลิพูดภาษาไทยกับคุณแม่ พอเข้าปีที่ ๓-๔ มะลิเริ่มลืมภาษาไทยแล้วก็ภาษาเหนือ แต่คุณแม่ก็พยายามพูดภาษาเหนือตอบกลับมะลิมาตลอด เวลาคุณแม่ถามภาษาไทย มะลิจะตอบเป็นภาษาอังกฤษตลอดเลยค่ะ

ช่วงก่อนหน้าโควิดมะลิตัดเพื่อนมาก ไม่ค่อยคุยกับคุณแม่ พอตีช่วงโควิดทุกคนต้องอยู่บ้านมะลิจึงได้พูดภาษาไทยกับคุณแม่สองสามปี พอมะลิเริ่มพูด มะลิจึงเริ่มชอบก็เลยพูดมาเรื่อยๆ จนตอนนี้มะลิเริ่มพูดภาษาไทยและภาษาเหนือคล่องขึ้น หลังจากมะลิลบไปอยู่ประเทศอังกฤษแล้ว ทุกๆ ปีคุณแม่จะพากลับมาเมืองไทยช่วงโรงเรียนปิดเทอมฤดูร้อนเกือบสองเดือนเลยคะ จนถึงตอนนี้มะลิจึงคิดว่าพูดได้ประมาณ ๔๐% อ่านสัก ๒๐% แต่เขียนยังไม่ค่อยได้ค่ะ





TikTok ช่องมะลิ ลงเกี่ยวกับอะไรบ้าง

มะลิไม่ได้เจาะจงว่า TikTok ของเราต้องเป็นแนวไหน อยากทำอะไรก็ทำ อยากจะพูดอะไรก็พูด อยากจะกินอะไรก็กิน มะลิไม่ค่อยมีแนวคิดหลักของเนื้อหา มะลียากจะถ่ายและพูดอะไร มะลิก็อพูดเลย เหมือนเป็นชีวิตประจำวันของมะลิแบบนั้นแหละค่ะ

นอกจากนี้ตอนมะลิอยู่อังกฤษ มะลิทำงานพาร์ทไทม์ร้านอาหารไทย วันศุกร์ถึงวันอาทิตย์ วันละ ๓ ชั่วโมงด้วยค่ะ

สิ่งที่ทำให้รักเมืองไทยที่สุด

มะลิชอบความมีน้ำใจของคนไทยค่ะ ความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ เป็นมิตรเป็นห่วงเป็นใย ดูแลซึ่งกันและกันค่ะ

ความภาคภูมิใจที่เกิดมาเป็นลูกครึ่งไทย

มะลิชอบทุกอย่างเกี่ยวกับประเทศไทย ผู้คนใจดีและเป็นมิตร มะลิชอบอาหารไทยมาก รับประทานเป็นทุกอย่าง ทั้งอาหารเหนือ ใต้ อีสาน หรือภาคกลาง ด้านวัฒนธรรมไทยมะลิก็อชอบ งานสงกรานต์ งานผ้าป่า งานกฐิน อะไรที่เกี่ยวกับคนไทย มะลิชอบทุกอย่างเลยค่ะ

ฝากติดตามช่องทางโซเชียลของมะลิได้ดังนี้

- Instagram: Mahrai_.cowan และ katherine_.cowan
- Facebook : มะลิกระต๊อนคู่แฝด
- Tiktok: Mahrai_.cowan และ katherine_.cowan 🌟



กินรักษ์โลก เทียบรักษ์โลก ทำงานรักษ์โลก

ปัจจุบันมีกระแสดูแลสุขภาพของตัวเองและโลกรอบตัวไปพร้อมกัน เพื่อคุณภาพชีวิตส่วนรวมที่ดีขึ้นจำนวนสามด้านซึ่งผู้คนกำลังปรับตัวเดินตาม สามด้านนี้ล้วนอยู่ในชีวิตประจำวันของเราเพราะเกี่ยวข้องกับวิถีกิน วิถีเที่ยว และวิถีทำงานนั่นเอง

Green Eating หรือ กินอย่างไรให้รักษ์โลก หมายถึงการเลือกบริโภคสิ่งที่เป็นมิตรต่อตัวเราและสิ่งแวดล้อม นักวิจัยในกรุงปารีส ประเทศฝรั่งเศส จากวารสารการแพทย์นานาชาติ (JAMA Internal Medicine) พบว่า ประชากรที่เลือกรับประทานอาหารสุขภาพหรือออร์แกนิกมีโอกาสเสี่ยงต่อการเกิดโรคน้อยกว่า ๒๕% เนื่องจากผลิตด้วยวิถีธรรมชาติทั้งหมด ไม่ใช่สารเคมี สารเร่ง และยังมี การปฏิรูปการเกษตร นั่นคือภาคความร่วมมือกันระหว่างเกษตรกร นักวิทยาศาสตร์ ผู้ผลิต และผู้บริโภค เพื่อพัฒนาระบบเกษตรให้เป็นมิตรต่อโลกมากที่สุด

นอกจากนั้น การกินเนื้อสัตว์ให้น้อยลงจะช่วยลดการผลิตก๊าซที่ส่งผลเสียต่อชั้นบรรยากาศโลกได้ เพราะอุตสาหกรรมเนื้อสัตว์สร้างก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์และก๊าซเรือนกระจกมากกว่าผลิตภัณฑ์จำพวกผักและธัญพืช ยิ่งกว่านั้น การหันมาบริโภคอาหารทะเลก็ถือเป็นการช่วยโลกได้ไม่น้อย แต่ต้องเลือกอาหารตามฤดูกาล หรือมาจากฟาร์มที่ดีต่อสิ่งแวดล้อม

อีกหนึ่งวิธีคิดหนึ่งคือการสนับสนุนผลิตภัณฑ์ท้องถิ่น เพราะมีผลการวิจัยพบว่ากว่าอาหารจะมาถึงโต๊ะให้เรากินนั้นต้องใช้ระยะทางโดยเฉลี่ยถึง ๒,๔๑๔ กิโลเมตร ดังนั้นถ้าเราเลือกซื้อสินค้าที่ผลิตในจังหวัดหรือประเทศก็นับเป็นการช่วยลดพลังงานและมลพิษในการขนส่ง

เรื่องขยะจากอาหารก็สำคัญไม่แพ้กัน สถิติจากองค์การอาหารและการเกษตรแห่งสหประชาชาติเปิดเผยว่าพวกเราแต่ละคนจะสร้างขยะจากอาหารจำนวนกว่า ๑๐๐ กิโลกรัมต่อปี ทั้งอาหารที่ขายไม่ออก อาหารที่หมดอายุ และเศษอาหาร กลายเป็นพิษต่อสิ่งแวดล้อมจากขยะกองโต การแก้ไขปัญหาที่ไม่ยุ่งยากเลยเพียงเราซื้อของเท่าที่จำเป็น และเก็บรักษาอาหารอย่างถูกต้อง

สุดท้าย **ใช้บรรจุภัณฑ์ให้น้อยลง** งดใช้ถุงพลาสติก พกถุงผ้าและกระบอกน้ำ หันมาใช้ภาชนะจากธรรมชาติเพื่อย่อยสลายได้ง่ายขึ้น อาทิ ภาชนะจากใบตอง ใบสั๊ก และใบหูกวาง เป็นต้น

เที่ยวแบบรักษ์โลก หรือ **Low Carbon Tourism** หมายถึง การท่องเที่ยวแบบคาร์บอนต่ำ สมาคมอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวโลก (WTTC) ระบุว่า การท่องเที่ยวเป็นสาเหตุสำคัญของการปล่อยก๊าซเรือนกระจก คิดเป็นสัดส่วนสูงถึง ๘-๑๑% ของปริมาณการปล่อยก๊าซทั้งหมด และสิ่งที่น่าตกใจคือ ตัวเลขดังกล่าวสูงกว่าอุตสาหกรรมก่อสร้างเสียอีก

แนวคิด“การท่องเที่ยวแบบคาร์บอนต่ำ (Low Carbon Tourism) จึงถือกำเนิดขึ้นเพื่อขับเคลื่อนรูปแบบการท่องเที่ยวที่มุ่งเน้นลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกหรือก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ให้ได้มากที่สุด

เริ่มต้นจาก การเดินทาง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์มากที่สุด นักท่องเที่ยวสามารถเลือกเดินทางด้วยวิธีที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม เช่น นั่งจักรยาน เดินทางด้วยระบบขนส่งสาธารณะเพื่อช่วยลดปริมาณรถยนต์บนท้องถนน หรือใช้ยานพาหนะที่ใช้พลังงานสะอาด

เลือกที่พักที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม

เพราะที่พักลักษณะนี้มักจะมีระบบจัดการพลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ ระบบการกำจัดขยะที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ตัวอย่างที่พักที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม เช่น โรงแรมสีเขียว (Green Hotel) ที่ได้รับการรับรองมาตรฐาน ที่พักที่ใช้พลังงานทดแทน ที่พักที่ใช้พลังงานอย่างมีประสิทธิภาพ เช่น ติดตั้งหลอดไฟ LED ติดตั้งระบบควบคุมอุณหภูมิอัตโนมัติ หรือตกแต่งที่พักด้วยวัสดุจากธรรมชาติ

การเลือกกิจกรรมท่องเที่ยว ก็ช่วยลดการปล่อยก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ได้เช่นกัน โดยเลือกกิจกรรมที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม เช่น การท่องเที่ยวเชิงธรรมชาติ การเยี่ยมชมหมู่บ้านชุมชนท้องถิ่น หรือกิจกรรมเชิงอนุรักษ์

อย่างไรก็ตาม สำหรับนักท่องเที่ยวที่ไม่รู้ว่าควรเริ่มต้นจัดการแผนการเดินทางเลือกที่พัก หรือกิจกรรมการท่องเที่ยวอย่างไร **Go Green Booking** ช่วยได้ เพราะแพลตฟอร์มนี้เกิดจากความร่วมมือของ Find Folk องค์กรสร้างสรรค์ความเป็นเลิศด้านการท่องเที่ยวยั่งยืน และ Master Plan ที่ปรึกษาด้าน IT และธุรกิจการจัดกิจกรรมที่ตั้งใจให้นักท่องเที่ยวและผู้ประกอบการมีส่วนร่วมในการลดผลกระทบเชิงลบจาก



กิจกรรมท่องเที่ยว และยกระดับขีดความสามารถทางการแข่งขันอุตสาหกรรมท่องเที่ยวไทย โดยได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานนวัตกรรมแห่งชาติ (NIA)

นอกจากนี้ สินค้าทุกประเภทและบริการบนเว็บไซต์ **Go Green Booking** สามารถวัดผลได้ด้วยระบบคำนวณปริมาณการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกออกมาเป็นตัวเลข ซึ่งผู้ที่จองสินค้าและบริการจากเว็บไซต์สามารถสะสมปริมาณการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกไว้ได้ในรูปแบบของ Carbon Credit และสามารถนำผลออกมาในรูปแบบรายงานด้านความยั่งยืน (Sustainability Report) ได้

Green Job หมายถึงงานสีเขียว หรือการทำงานรักษ์โลก โครงการสิ่งแวดล้อมแห่งสหประชาชาติ (UNEP) ให้ความหมายของ Green Job ว่าเป็นงานในด้านเกษตรกรรม การผลิต การวิจัย การพัฒนา การบริหารจัดการ รวมไปถึงการให้บริการที่คำนึงในเรื่องการรักษาสิ่งแวดล้อมเป็นหลัก รวมถึงงานในธุรกิจผลิตสินค้าหรือให้บริการตลอดจนขั้นตอนของการปฏิบัติงานภายใต้กระบวนการที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ช่วยลดการใช้ทรัพยากรธรรมชาติที่เป็นทรัพยากรใหม่ และยังคงต้องช่วยลดพลังงานด้วย

จุดประสงค์หลักของกระแส Green Job คืองานประเภทนี้จะช่วยรักษาสิ่งแวดล้อมและระบบนิเวศให้คงอยู่ต่อไป มุ่งเน้นให้มนุษย์อยู่ร่วมกับธรรมชาติได้อย่างสมบูรณ์โดยไม่เกิดการทำร้ายซึ่งกันและกัน เพราะเมื่อมีการดูแลสิ่งแวดล้อมได้ดี ย่อมส่งผลต่อดิน น้ำ อากาศ และธรรมชาติให้คงสภาพที่ดีตามไปด้วย

นอกจากเรื่องของสิ่งแวดล้อมแล้ว Green Job จะก่อให้เกิดเศรษฐกิจรูปแบบใหม่ที่เป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม ผ่านการสร้างประสบการณ์ใหม่ๆ ให้แก่ลูกค้าหรือผู้บริโภคที่แตกต่างไปจากระบบนิเวศแบบเดิมๆ สามารถนำหลักการทำงานบางส่วนไปประยุกต์ใช้กับสายงานอื่นๆ ได้ด้วย เช่น ด้านพลังงาน ด้านขนส่ง การท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ การก่อสร้างอสังหาริมทรัพย์ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม การเกษตรแบบออแกนิก และ การบริหารการกำจัดของเสียจากธุรกิจ ฯลฯ

แม้งานด้าน **Green Job** จะสามารถประยุกต์เข้าได้กับหลายองค์กร แต่บางธุรกิจที่ไม่มีตำแหน่งด้านนี้รองรับ ก็สามารถเป็นส่วนหนึ่งของกระแสในการรักษาสิ่งแวดล้อมได้เช่นกัน ด้วยแนวคิด **Green at Work** ซึ่งมีผลวิจัยออกมาแล้วว่าการทำงานในพื้นที่สีเขียวในที่ทำงานสามารถช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานได้ถึง ๒๐ เปอร์เซ็นต์ เนื่องจากต้นไม้ช่วยให้มนุษย์รู้สึกผ่อนคลายได้มากขึ้น ช่วยลดความเครียดจากงาน สร้างสัมพันธ์ต่อเพื่อนร่วมงานได้เป็นอย่างดี อีกทั้งบรรยากาศโดยรวมจะดูปลอดภัยยิ่งขึ้น

ทั้งสามด้านถือเป็นเรื่องใกล้ตัว ดำรงอยู่ในชีวิตประจำวันของเราอยู่แล้ว เรื่องกินและเที่ยวสามารถปรับตัวเปลี่ยนแปลงได้แทบจะทันที ส่วนเรื่องการทำงานรักษ์โลกอาจต้องใช้เวลาและ

อาจมีข้อจำกัดเรื่องทักษะอาชีพและสภาพแวดล้อม แต่เราสามารถเริ่มต้นได้จากเรื่องไม่ยาก เช่น พาตัวเองไปอยู่ในพื้นที่สีเขียวให้มากขึ้น หรือสร้างบรรยากาศการทำงานรอบตัวให้ปลอดภัย ปลอดภัยๆ ปลอดภัย เป็นต้น 🍀





เที่ยวบึงฉวากเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดสุพรรณบุรี

“ทศไท” ฉบับกลางฝนพาไปเที่ยว แบบไปกลับได้ในวันเดียว รับรองรื่นเริงธรรมชาติ
ทุกเพศทุกวัย เพราะที่นี่ที่เดียวมีพื้นที่ท่องเที่ยวทั้งในร่มและกลางแจ้ง อาหารการกิน
ครบครัน ไม่ไกลจากกรุงเทพมหานคร เดินทางได้หลายแบบ นั่นก็คือ สถานแสดง
พันธุ์สัตว์น้ำบึงฉวากเฉลิมพระเกียรติฯ หรือ บึงฉวาก นั่นเองค่ะ

บึงฉวาก เป็นบึงน้ำธรรมชาติขนาดใหญ่ ตั้งอยู่บนพื้นที่กว่า ๒,๗๐๐ ไร่ ใน
อำเภอเดิมบางนางบวช จังหวัดสุพรรณบุรี และมีพื้นที่ติดต่อกับอำเภอหันคา จังหวัด
ชัยนาท อยู่ห่างจากตัวเมืองสุพรรณบุรีประมาณ ๖๔ กิโลเมตร ลักษณะภูมิประเทศ
เป็นพื้นที่ชุ่มน้ำตามอนุสัญญาแรมซาร์ คือ พื้นที่ลุ่ม พื้นที่ราบลุ่ม พื้นที่ลุ่มชื้นแฉะ
พื้นที่ค้ำน้ำ มีน้ำท่วม น้ำขัง พื้นที่พรุ พื้นที่แหล่งน้ำ ทั้งที่เกิดเองตามธรรมชาติและที่
มนุษย์สร้าง ทั้งที่มีน้ำขังหรือน้ำท่วมถาวรหรือชั่วคราว ทั้งแหล่งน้ำนิ่งและน้ำไหล
แหล่งน้ำจืด น้ำกร่อย และน้ำเค็ม รวมไปถึงชายฝั่งทะเลและทะเล

พื้นที่ในบริเวณบึงฉวากมีสัตว์น้ำ สัตว์เลื้อยคลาน และพันธุ์พืชหลากหลายสาย
พันธุ์ดำรงชีวิตอยู่ภายในบึง จนได้รับการประกาศให้เป็นเขตห้ามล่าสัตว์มาตั้งแต่ปี





พ.ศ. ๒๕๒๖ และในปี พ.ศ. ๒๕๔๑ ได้รับการจัดให้เป็นพื้นที่ชุ่มน้ำที่มีความสำคัญระดับชาติ ตามอนุสัญญาแรมซาร์ที่ประเทศไทยเป็นภาคี นักท่องเที่ยวสามารถนั่งพักผ่อนริมน้ำ ชี้อัจฉริยะน้ำและขออนุญาตกางเต็นท์ได้

รอบๆ บึงฉวากมีสถานที่ท่องเที่ยวสุดตื่นเต้นและสนุกสนานมากมาย

แห่งแรกคือ “สถานแสดงพันธุ์สัตว์น้ำบึงฉวากเฉลิมพระเกียรติ” มักเรียกว่า “อควอเรียมบึงฉวาก” หรือ “อควอเรียมเมืองสุพรรณ” สร้างขึ้นตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๓๙ และเปิดให้ประชาชนเข้าชมตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๑ เป็นสถานแสดงพันธุ์สัตว์น้ำและพิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำขวัญใจชาวสุพรรณและนักท่องเที่ยวมาช้านาน

อควอเรียมบึงฉวากแบ่งเป็น ๓ โซนหลัก ได้แก่ โซนปลาน้ำจืด โซนบ่อจระเข้ และโซนสวรรค์แห่งโลกใต้ท้องทะเล โดยมีอาคารแสดงพันธุ์สัตว์น้ำ ๓ หลัง มี ๕ จุดเด่นที่ไปถึงแล้วห้ามพลาดชมเป็นอันขาด

จุดที่ ๑ “อุโมงค์ปลาน้ำจืดแห่งแรกของเมืองไทย” (อาคาร ๒) เป็นตู้ปลาขนาดใหญ่ยาวประมาณ ๘.๕ เมตร สามารถเดินชมปลาได้รอบตู้ และมีอุโมงค์ลอดใต้ตู้สามารถชมความเคลื่อนไหวของสัตว์น้ำในตู้จากอุโมงค์อย่างใกล้ชิด

จุดที่ ๒ “อุโมงค์ปลาแนวเฉียงที่ลึกที่สุดในประเทศไทย” (อาคาร ๓) เป็นบันไดเลื่อนยาวกว่า ๗๕ เมตร ที่ค่อยๆ เลื่อนผ่านลอดใต้อุโมงค์น้ำ



ที่มองเห็นปะการังและฝูงปลาจำนวนมาก
แหวกว่าย

จุดที่ ๓ “อุโมงค์ปลาดลามที่กว้าง
สุดในเอเชีย” (อาคาร ๓) เป็นตู้ปลาดลาม
ขนาดใหญ่ ตื่นตากับดลาม ๔ สายพันธุ์
คือ ดลามเสือดาว ดลามพญาบาล ดลาม
เสือดวย และ “ดลามเลมอน” (Lemon
Shark) พระเอกของที่นี่ซึ่งมีที่เดียวใน
เมืองไทย

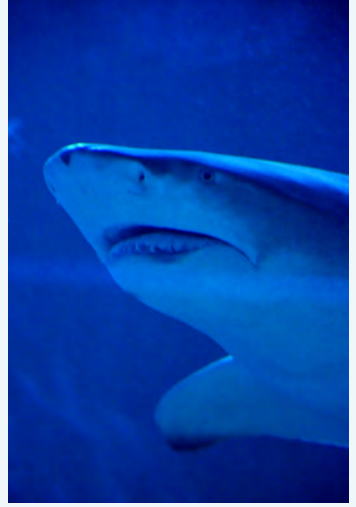
จุดที่ ๔ “ตู้ปลาทรงกระบอกที่ใหญ่
และสูงที่สุดในเมืองไทย” (อาคาร ๓) มี
ปลาหลากหลายสายพันธุ์ตั้งตระหง่าน
โดดเด่นจากพื้นไปถึงเพดาน

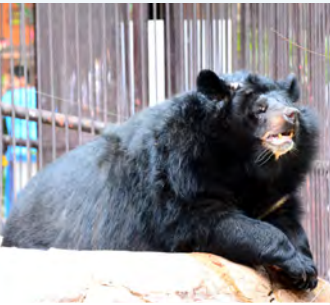
จุดที่ ๕ “บ่อจระเข้” มีพื้นที่ประมาณ
๓ ไร่ เป็นที่อยู่ของจระเข้สายพันธุ์ไทย
ขนาด ๑.๕-๔ เมตร ราว ๖๐ ตัว ผู้ชมจะ

ได้เห็นความเป็นอยู่แบบธรรมชาติของจระเข้ และสามารถเข้าชมได้อย่างใกล้ชิด อีกทั้งยังมีการแสดงโชว์จระเข้ที่ชวนอึ้ง ทั้ง และหวาดเสียวเป็นอย่างยิ่ง

ส่วนอาคารแสดงพันธุ์สัตว์น้ำ ๓ หลังมีอะไรบ้าง หลังที่ ๑ จัดแสดงพันธุ์สัตว์น้ำ
ที่น่าสนใจทั้งพันธุ์สัตว์น้ำจืดและพันธุ์สัตว์น้ำเค็ม ในส่วนของพันธุ์สัตว์น้ำจืดมีทั้งพันธุ์
ปลาไทย พันธุ์ปลาต่างประเทศ และพันธุ์ปลาสวยงามชนิดต่างๆ รวมแล้วมากกว่า ๕๐ ชนิด

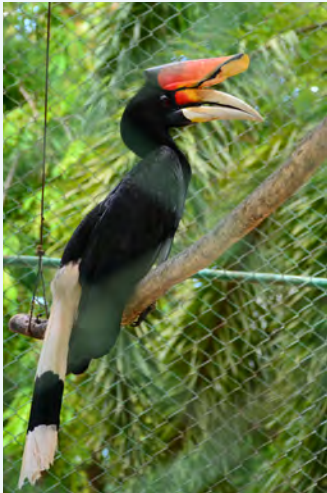
หลังที่ ๒ เชื่อมติดกับอาคารหลังแรก ภายในตัวอาคารประกอบด้วยตู้ปลาขนาด
ใหญ่ บรรจุน้ำได้ ๔๐๐ ลูกบาศก์เมตร จำนวน ๑ ตู้ สามารถเดินดูปลาได้รอบตู้
นอกจากตู้ปลาใหญ่แล้วยังมีตู้ปลาน้ำจืดขนาด ๑ ลูกบาศก์เมตร อีก ๓๐ ตู้ ตู้ปลาทะเล
๗ ตู้ และมีการแสดงตู้ปลาใหญ่เป็นนักประดาน้ำหญิงสาธิตการให้อาหารปลา





หลังที่ ๓ หรือ พิพิธภัณฑ์อุโมงค์สัตว์ทะเล (Ocean Tunnel Museum) สามารถชื่นชมความสวยงามของสัตว์ทะเลหลากหลายชนิด ผ่านอุโมงค์กระจกและตู้ปลารูปทรงแปลกตา โดยแบ่งออกเป็นโซนๆ ตามแต่ชนิดของสัตว์น้ำ เช่น ตู้ปลาทรงกระบอก (Cylinder) ที่ใหญ่และสูงที่สุดในประเทศ เต่าทะเล และอุโมงค์ยาว ๑๒.๕๐ เมตร ตู้ปะการังสีฟ้าจากโอกินาวา (Okinava Blue) ที่ชื่นชมความสวยงามของปะการังหลากสีสันแห่งท้องทะเลโอกินาวา และการแสดงให้อาหารปลาลาม

แห่งถัดไปใกล้ๆ กันคือ ศูนย์พัฒนาการจัดการสัตว์ป่าบึงฉวน และเขตห้ามล่า



สัตว์ป่าบึงฉวน” หรือ “สวนสัตว์บึงฉวน” สร้างขึ้นในวโรกาสที่ในหลวงรัชกาลที่ ๙ ทรงครองราชย์ครบ ๕๐ ปี นอกจากจะเป็นศูนย์ดูแลสัตว์ป่าของกลางทุกสภาพทั่วประเทศแล้ว ยังเป็นแหล่งท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมด้านสัตว์ป่า ที่มีสัตว์หลากหลาย อาทิ เสือโคร่ง ลิงอุรังอุตัง ยีราฟ กวางดาว ม้าลาย อุสูนกเงือก นกกระต๊อ และสัตว์ป่าของกลางอื่นๆ รวมกว่า ๖๐๐ ตัว

ด้านนอกอาคารมีกรงเลี้ยงนกขนาดใหญ่ พื้นที่ประมาณ ๕ ไร่ สูง ๒๕ เมตร ภายในกรงได้รับการตกแต่งให้ดูคล้ายสภาพธรรมชาติ ประกอบด้วยนกกว่า ๔๕ ชนิด ที่น่าสนใจ ได้แก่ นกกาบบัว นกเปิดแดง ไก่ฟ้าพญาลอ และไก่ฟ้าสีทอง ซึ่งกล่าวกันว่าเป็นไก่ฟ้าที่มีความสวยงามที่สุดในโลก นอกจากนี้ยังมีการจำลองน้ำตกขนาดเล็กเอาไว้ภายในกรง ผู้เข้าชมจะเดินตามทางเดินที่จัดไว้ และได้สัมผัสกับนกต่างๆ ที่ปล่อยให้ใช้ชีวิตอยู่ในสภาพแบบธรรมชาติอย่างใกล้ชิด หากเดินถัดไปจากกรงนกจะเป็นกรงเสือนขนาดใหญ่ กรงเสือนขนาดเล็ก มีเสือชนิดต่างๆ ให้ชม มีโชว์ลูกเสือดูดนมหมู และ

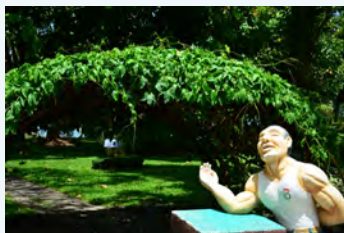


สัตว์สวยงามอีกหลายชนิด

จุดที่น่าสนใจนอกจากนี้ อาทิ กรงเสือ-สิงโต ศูนย์รวมพันธุ์ไก่ เกาะกระท้าย และจุดถ่ายภาพกับสัตว์ เป็นต้น นอกจากนี้ก็ยังมีโครงการ “พ่อแม่อุปถัมภ์” ที่เชิญชวนผู้สนใจร่วมกันช่วยเหลือ สัตว์ป่าด้วย

และแห่งสุดท้าย อุทยานผักพินบ้านเพื่อการยังชีพเฉลิมพระเกียรติบึงฉวน อยู่ในความดูแลของกรมส่งเสริมการเกษตร จัดตั้งขึ้นเพื่อสร้างจิตสำนึกให้ประชาชนทั่วไปเห็นคุณค่าและอนุรักษ์ผักพินบ้าน โดยรวบรวมผักพินบ้านจากทั่วภูมิภาคของประเทศไทยกว่า ๕๐๐ ชนิด มาปลูกไว้ในบริเวณเกาะกลางบึงฉวน มีทั้งสมุนไพร ไม้ยืนต้น ไม้เลื้อย และไม้ขึ้นแฉะที่น่าสนใจ ได้แก่ น้ำเต้าสี่เหลี่ยม บวบหอมขนาดใหญ่ อุโมงค์น้ำพุ และการจัดสวนไม้ประดับด้วยผักพินบ้าน มีโรงปลูกพืชระบบระเหยน้ำ และสาธิตการปลูกพืชไร่นาให้ชม รวมทั้งมี





ห้องสมุดบริการคอมพิวเตอร์สำหรับค้นคว้าข้อมูลพันธุ์ผักต่างๆ ห้องนิทรรศการแสดงผลผลิตทางการเกษตร และศูนย์บริการท่องเที่ยวเกษตรอุทยานผักพื้นบ้าน

เรียกว่าเป็นจุดหมายท่องเที่ยวที่มาแห่งเดียวแล้วคุ้มจริงๆ เพราะมีรายละเอียดให้เที่ยวชมแน่นมาก แนะนำให้เดินทางมาถึงแต่เช้า จะได้มีเวลาค่อยๆ ละเลียดชมความตระการตาของโลกใต้น้ำ ความน่ารักของสรรพสัตว์ และความน่าสนใจของบรรดาผักพื้นบ้าน นานาชนิด รวมทั้งได้ผ่อนคลายกับธรรมชาติระรื่นदारอบตัวด้วยค่ะ

สถานแสดงพันธุ์สัตว์น้ำบึงฉลวยเฉลิมพระเกียรติ

วันจันทร์ - วันศุกร์ เปิด ๘.๓๐ น. ปิด ๑๖.๓๐ น.

วันเสาร์ - อาทิตย์และวันหยุดนักขัตฤกษ์ เปิด ๘.๓๐ น. ปิด ๑๗.๐๐ น.

ค่าเข้าชม อาคารหลังที่ ๑ อาคารหลังที่ ๒ ชมบ่อจะเข้ ผู้ใหญ่ ๓๐ บาท เด็ก ๑๐ บาท อาคารหลังที่ ๓ ผู้ใหญ่ ๑๕๐ บาท เด็ก ๕๐ บาท

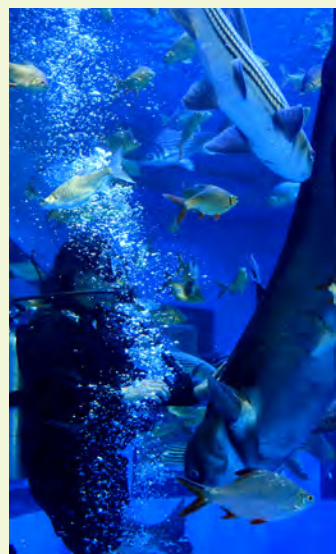
หมายเหตุ : เด็กที่มีความสูงไม่เกิน ๘๐ ซม. และผู้สูงอายุที่อายุ ๖๐ ปีขึ้นไป (แสดงบัตรประชาชน) เข้าฟรี



รถยนต์จากกรุงเทพฯ ใช้ระยะเวลาเดินทางเกือบ ๓ ชั่วโมงตามเส้นทางถนนดลิ่งชัน-สุพรรณบุรี (ทางหลวงหมายเลข ๓๕๐) ไปอำเภอเดิมบางนางบวช มีจุดเชื่อมต่อ ๒ จุดจากทางแยก ก่อนเข้าตัวเมืองเดิมบางนางบวช เลี้ยวซ้ายเพื่อข้ามสะพานข้ามแม่น้ำท่าจีนตรงไปจนถึงแยกตัวที่ อยู่ตรงข้ามคลองชลประทาน แล้วเลี้ยวขวาไปตามถนนที่ขนานกับคลองชลประทาน

รถโดยสารประจำทาง : ใช้รถเส้นทางกรุงเทพฯ-สุพรรณบุรี-ท่าช้าง ขึ้นจากสถานีขนส่งสายเหนือ (หมอชิต) หรือสถานีขนส่งสายใต้ ไปลงที่ป้ายจอดสุดท้ายคือ ท่ารถตลาดท่าช้าง จากนั้นเหมารถมอเตอร์ไซด์รับจ้างหรือรถยนต์รับจ้าง

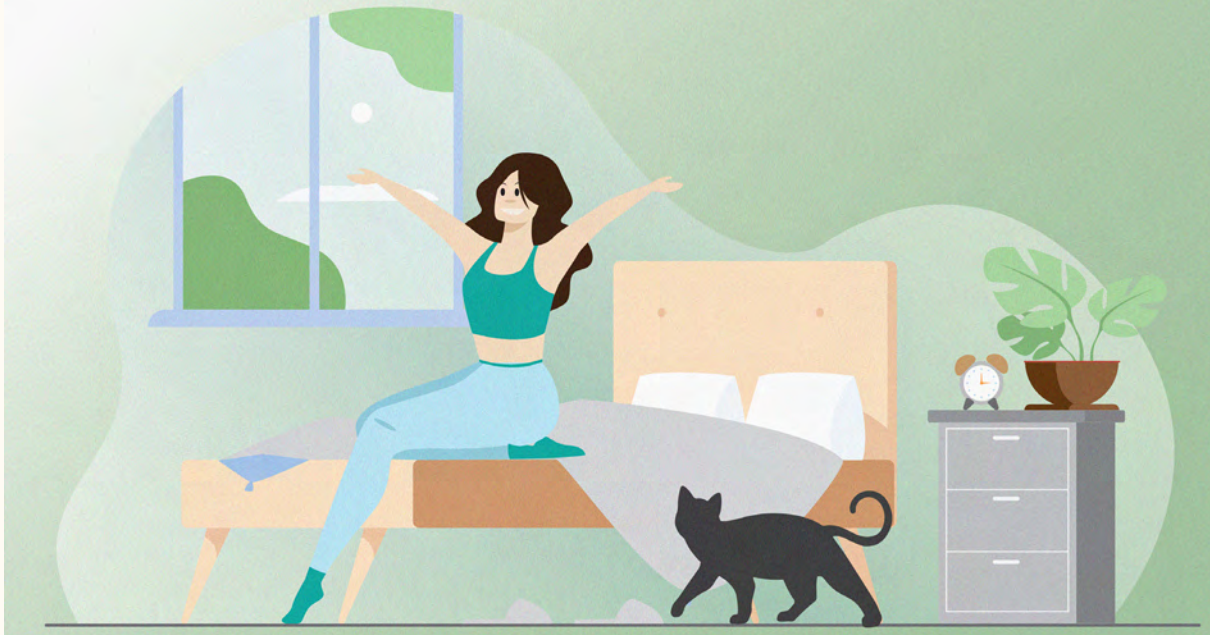
รถตู้ : รถตู้สายกรุงเทพฯ-สามชุก-หันคา ขึ้นจากสถานีขนส่งผู้โดยสารกรุงเทพฯ (จตุจักร) หรือหมอชิต ๒ ไปลงที่ท่ารถตลาดท่าช้าง จากนั้นเหมารถมอเตอร์ไซด์รับจ้างหรือรถยนต์รับจ้าง



พลังที่ส่งต่อ สู่วันพรุ่งนี้ ที่ยั่งยืน



จุดพลังชีวิต ขับเคลื่อนอนาคต



ทุกคนมี “อิคิไก” = ความหมายของการมีชีวิตอยู่

อิคิไก เป็นแนวคิดที่อยู่คู่กับสังคมญี่ปุ่นมายาวนาน ในภาษาญี่ปุ่น อิคิไก (Ikigai) แปลว่าจุดมุ่งหมายของชีวิต แนวคิดนี้ได้รับการบอกต่อว่าเป็นเคล็ดลับการมีอายุยืนของผู้สูงอายุที่โอกินาวา คุณลุงคุณป้าที่นั่นมีโอกาสได้ทำงานที่ตัวเองรัก และใช้ชีวิตมีความสุขในทุก ๆ วัน

อิคิไกคืออะไร และจะหาเราจะไปสู่อิคิไกได้อย่างไร

อิคิไก หมายถึง ความหมายและเหตุผลของการมีชีวิตอยู่ (อิคิ : มีชีวิตอยู่, ไก : คุณค่าหรือความหมาย) เป็นหนึ่งในปรัชญาการดำเนินชีวิตของคนญี่ปุ่นที่ว่าด้วยแนวทางการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าและมีความหมาย เห็นคุณค่าที่แท้จริงและสิ่งดีๆ ในตัวเอง พึงพอใจกับชีวิตที่เรียบง่ายและสิ่งที่มีอยู่แล้ว

คนที่มียิคิไกจะรู้ว่าทุกเช้าที่ตื่นขึ้นมาจะมีชีวิตไปเพื่ออะไร จะใช้ชีวิตในวันใหม่อย่างมีพลัง เบิกบาน พึงพอใจ และสุขสงบภายใน อิคิไกมีหลักง่ายๆ และสามารถนำไปปฏิบัติได้ในทุกๆ วัน เพื่อให้เป็นวันที่มีความสุขและเต็มไปด้วยความหมาย

เพราะอะไรชีวิตจึงต้องมีความหมาย

ความหมายของชีวิต หมายถึง การรับรู้ถึงเหตุผลในการใช้ชีวิตอยู่ของตัวเอง การตระหนักถึงความหมายของชีวิตช่วยให้เรามีความชัดเจนและมั่นคงต่อเป้าหมายทั้งในระยะสั้นและระยะยาว สามารถฟันฝ่าอุปสรรคและความยากลำบากในชีวิต ซึ่งจะส่งผลให้เรากลับมาเห็นคุณค่าในตนเอง มีความสุข มีอารมณ์เชิงบวกเสมอ และมีวิธีรับมือกับความเครียดอย่างเหมาะสม

อยากมีอิคิไก เริ่มจากอะไรดี?

คนในยุคนี้กำลังตามหาและต้องการ “อิคิไก” อย่างเห็นได้ชัด หลายคนกำลังไม่มีความสุข หาสมาตุลีให้ชีวิตไม่ได้ เบื่อหน่าย ท้อแท้ อ่อนล้า ตื่นมาแบบไม่มีความหมาย การหาอิคิไกให้เจอจะทำให้เรามีความสุขได้กับเรื่องเล็กๆ เติมเต็มความรู้สึกว่างเปล่า ทั้งยังสร้างสมดุลและคุณค่าให้กับชีวิต

อิคิไกเริ่มจากการสัมผัสความสุขจากสิ่งเล็กๆ น้อยๆ หากเราทำอะไรสำเร็จแม้จะเป็นสิ่งเล็กน้อยแต่สมองจะหลั่งสารโดพามีนซึ่งมีผลทำให้เรามีความสุข

อิคิไก คือชีวิตที่เราใช้เวลาใส่ใจกับผู้คน การเรียน การงาน งานอดิเรกที่ชื่นชอบ เมื่อเราให้เวลากับสิ่งเหล่านี้จะไม่มีเรื่องไหนในชีวิตที่ไม่มีจุดหมาย เพราะทุกเรื่องต่างมีความพิเศษเมื่อเราใส่ใจ อิคิไกหรือชีวิตที่มีความหมายจึงเป็นสิ่งที่อยู่รายล้อมรอบตัวเรา

ตามหาอิคิไก...ด้วยโมเดลสำหรับค้นหาตนเอง

แนวคิดอิคิไกไม่มีความเป็นปรัชญาสูงมาก บางคนบอกว่าไม่ใช่เรื่องที่สอนกันได้ง่าย ๆ เพราะทุกคนต้องรู้สึกและเข้าใจด้วยตนเอง โดยพื้นฐานแล้ว อิคิไกคือการหาสมดุลในชีวิตและการสร้างคุณค่าให้ตนเอง มี ๔ อย่างที่เราจำเป็นต้องวิเคราะห์เพื่อจะเข้าใจตัวเองในขั้นต้น ได้แก่

๑. สิ่งที่เรารัก : อะไรคือสิ่งที่มีความสุขเวลาได้ทำ? มีกิจกรรมอะไรที่ชอบบ้าง?

๒. สิ่งที่ทำได้ดี : เราทำอะไรเก่งบ้าง? อะไรคือจุดเด่นของเรา? ความถนัดและความสามารถต่างๆ

๓. สิ่งที่สร้างรายได้ : อะไรคือสิ่งที่สร้างรายได้ทำให้เราอยู่ในสังคมต่อไปบ้าง?

๔. สิ่งที่โลกต้องการ : อะไรคือสิ่งที่ทำแล้วเป็นประโยชน์ต่อสังคมและส่วนรวม? โลกกำลังต้องการสิ่งนี้

เมื่อนำแต่ละด้านมารวมกันก็จะทำให้เห็นตัวเองเบื้องต้น เช่น ความชอบ+ความถนัด = ความ

หลงใหล (passion) ความถนัด+รายได้ = อาชีพ (profession) รายได้+สังคมต้องการ = งานเพื่อสังคม (vocation) และ สังคมต้องการ+ความชอบ = พันธกิจ (mission) สิ่งที่สร้างความหมายให้ชีวิตเรา

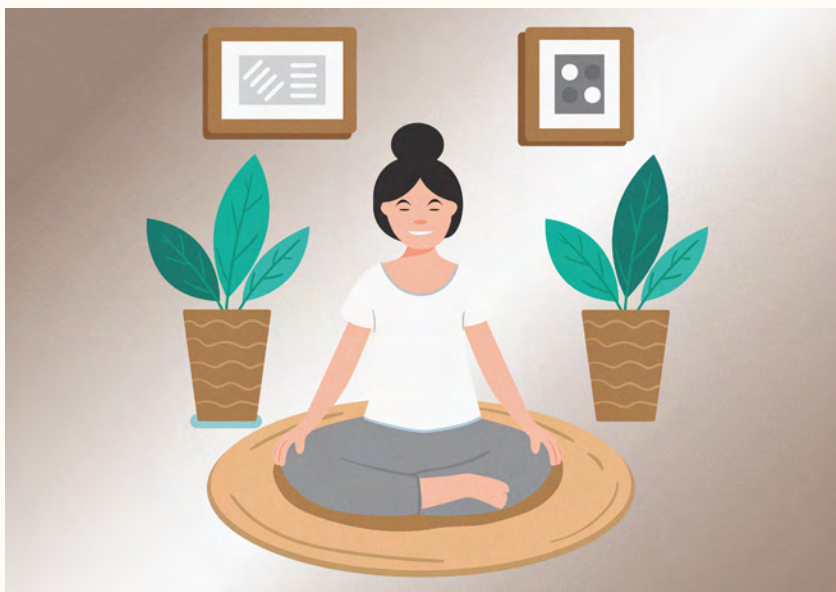
ในมุมมองปรัชญาของชาวญี่ปุ่นกล่าวไว้ว่า “การเจอเส้นทางชีวิตหรือเป้าหมายที่มีส่วนประกอบทั้ง ๔ หรือเจอ อิคิไก ของชีวิตแล้ว คือข้อพิสูจน์ได้ว่าชีวิตของเรามีความหมาย”

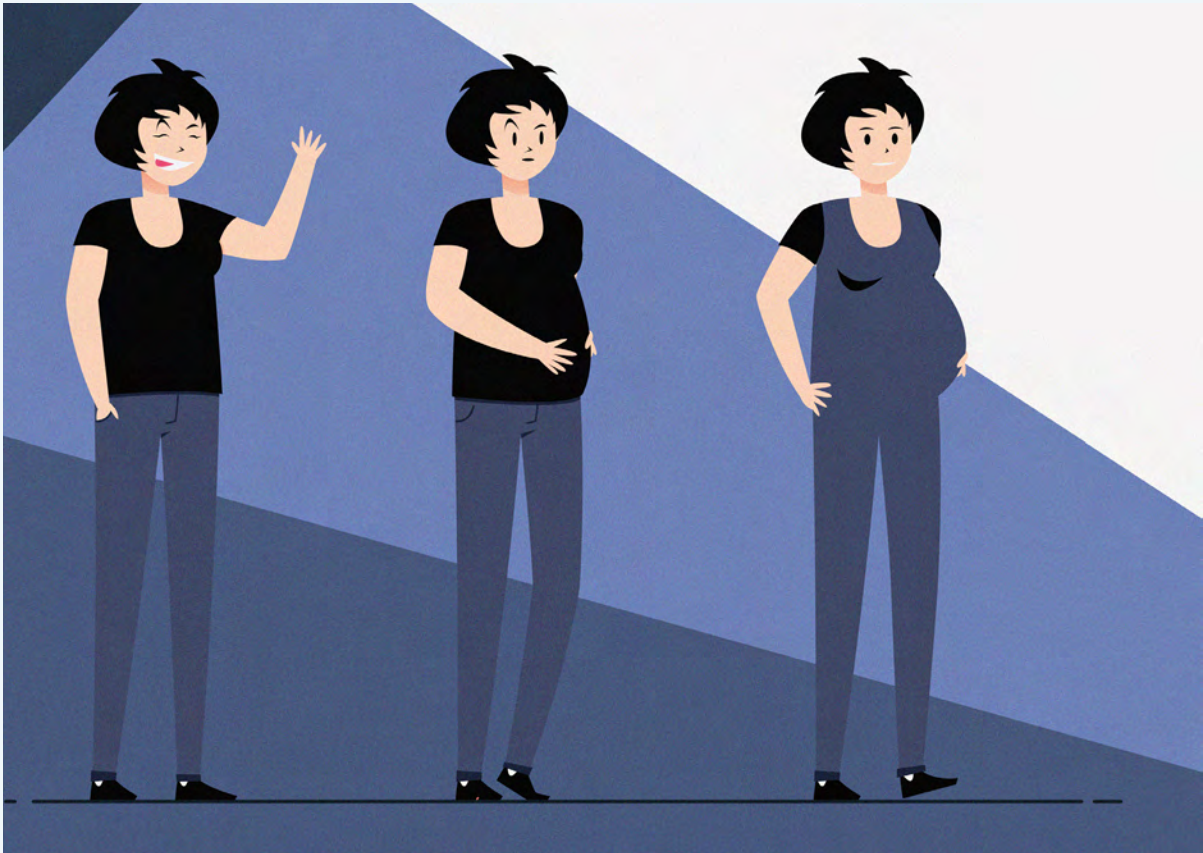
การมีอิคิไกไม่ได้หมายความว่าเราต้องเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างสิ้นเชิง แต่เป็นการปรับมุมมองและทัศนคติต่อสิ่งที่เราทำในแต่ละวัน ให้ความสำคัญกับปัจจุบัน ขณะมองหาเป้าหมายในระยะยาว อิคิไกช่วยให้เรารู้สึกมีคุณค่าและเชื่อมโยงกับสังคมรอบข้าง สร้างแรงบันดาลใจและความพึงพอใจในการใช้ชีวิต

หากเราเปิดใจยอมรับและลองนำอิคิไกมาปรับใช้ เราอาจค้นพบความหมายของการมีชีวิตอยู่ที่ลึกซึ้งยิ่งขึ้น สิ่งสำคัญคือต้องใช้เวลาและความอดทนค่อยๆ สำรวจตัวเองและโลกรอบตัว จนกว่าจะค้นพบอิคิไกที่แท้จริงของเรา เมื่อนั้นชีวิตของเราอาจเปี่ยมไปด้วยพลังและความสุขอย่างที่ไม่เคยเป็นมาก่อน

อิคิไกมาจากหัวใจของเรา มาจากความสุขส่วนตัวของเรา “ยอมรับสิ่งที่ เป็น ชื่นชมสิ่งที่มี และใส่ใจอย่างเต็มที่”

หากเรายังหาอิคิไกของตัวเองไม่เจอก็ไม่เป็นไร ภารกิจของเราคือ “ออกตามหาให้เจอ” 📌





WSU.การป้องกันการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นฉบับล่าสุด

ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่นเป็นเรื่องที่ทั่วโลกให้ความสำคัญ องค์การสหประชาชาติ ได้กำหนดให้การลดอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ ๑๕-๑๙ ปี เป็นหนึ่งในตัวชี้วัดของเป้าหมาย การพัฒนาแห่งสหประชาชาติ (Millennium Development Goals, MDGs) และเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน (Sustainable Development Goals, SDGs) กำหนดให้การลดอัตราการคลอดในวัยรุ่นอายุ ๑๐-๑๔ ปี และอายุ ๑๕-๑๙ ปี เป็นส่วนหนึ่งของตัวชี้วัดในการบรรลุเป้าหมายที่ ๓ ว่าด้วยการสร้างหลักประกันให้คนมีชีวิตที่มีคุณภาพ และส่งเสริมสุขภาวะที่ดีของคนทุกเพศทุกวัยที่นานาชาติต้องการบรรลุให้ได้ภายในปี พ.ศ. ๒๕๗๓

สำหรับประเทศไทย ได้มีมติเห็นชอบต่อร่างพระราชบัญญัติการป้องกันและแก้ไข ปัญหาการตั้งครรภ์ในวัยรุ่น พ.ศ. ๒๕๕๙ และได้ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๕๙ มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ ๒๙ กรกฎาคม ๒๕๕๙ เป็นต้นมา

ในบทความนี้จะยกสาระสำคัญในพรบ.การป้องกันและแก้ไขปัญหาการตั้งครรภ์ ในวัยรุ่นฉบับนี้มาให้หน่อย ๆ ยาวชนได้รับทราบกันค่ะ

มาตรา ๕ ระบุว่า วัยรุ่นมีสิทธิตัดสินใจด้วยตนเองและมีสิทธิได้รับข้อมูลข่าวสาร



และความรู้ ได้รับการบริการอนามัยการเจริญพันธุ์ ได้รับการรักษาความลับและความเป็นส่วนตัว ได้รับการจัดสวัสดิการสังคมอย่างเสมอภาคและไม่ถูกเลือกปฏิบัติ

มาตรา ๖ สถานศึกษา มีหน้าที่จัดการสอน เพศวิถีศึกษา จัดหา หรือพัฒนาผู้สอน ช่วยเหลือ วิทยุรุ่นที่ตั้งครรภ์ให้ศึกษาต่อเนื่อง ดูแลช่วยเหลือ คู่ปกครองนักเรียน นักศึกษาที่ตั้งครรภ์ได้รับการ ศึกษาด้วยรูปแบบที่เหมาะสมและต่อเนื่อง และมีหน้าที่ส่งต่อให้ได้รับสวัสดิการสังคม

มาตรา ๗ สถานบริการสาธารณสุข ต้องจัด ให้มีบริการให้คำปรึกษาและบริการอนามัยเจริญ พันธุ์ ทั้งเรื่องป้องกัน รักษา ฟื้นฟู ตามมาตรา ๕

มาตรา ๘ สถานประกอบการ ต้องจัดให้มี ระบบการส่งต่อให้วิทยุรุ่นที่ได้รับผลกระทบได้รับการ จัดสวัสดิการสังคมที่เหมาะสม

มาตรา ๙ กระทรวงการพัฒนาสังคมและ ความมั่นคงของมนุษย์ (พม.) ต้องจัดให้มีการฝึก อาชีพตามความสนใจและความถนัด ประสานงาน เพื่อจัดหางานให้ได้ประกอบอาชีพ จัดหาครอบครัว ทดแทนในกรณีที่วิทยุรุ่นไม่สามารถเลี้ยงดูบุตรด้วย

ตนเองได้ และจัดสวัสดิการสังคมในด้านอื่นๆ

ทั้งนี้ เมื่อหญิงตั้งครรภ์ไม่พร้อม เข้ากระบวนการรับคำปรึกษาแล้วตัดสินใจที่จะยุติ การตั้งครรภ์ ในประเทศไทยมีการกำหนดเกณฑ์ให้หญิงสามารถยุติการตั้งครรภ์ได้ อย่างถูกต้องตามกฎหมายในกรณี ดังนี้

๑. การตั้งครรภ์นั้นส่งผลเสียต่อสุขภาพทางกายหรือจิตใจของผู้หญิง
๒. ทารกในครรภ์มีความผิดปกติถึงขนาดทุพพลภาพอย่างร้ายแรง
๓. การตั้งครรภ์ที่เกิดจากการถูกข่มขืนกระทำชำเรา
๔. การตั้งครรภ์จากบุคคลที่ไม่ใช่สามี ในกรณีหญิงที่อายุไม่เกิน ๑๕ ปี
๕. การตั้งครรภ์มาจากเหตุล่อลวง บังคับ หรือข่มขู่ เพื่อทำอนาจาร สอนองความใคร่ ประมวลกฎหมายอาญา ฉบับที่ ๒๘ พ.ศ. ๒๕๖๔ ใน มาตรา ๓๐๑ และ ๓๐๕ ให้หญิงที่มีอายุครรภ์ไม่ถึง ๑๒ สัปดาห์ สามารถยุติการตั้งครรภ์ได้ โดยไม่ถือว่าทำผิด กฎหมาย ส่วนหญิงที่อายุครรภ์เกิน ๑๒ สัปดาห์ ยุติการตั้งครรภ์ได้ตามเงื่อนไขที่ กำหนด โดยบังคับใช้เมื่อเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๔ ถือเป็นอีกทางเลือกที่ช่วยแก้ไข ปัญหาท้องไม่พร้อม

ล่าสุด มีประกาศกฎกระทรวงเมื่อวันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ให้สถานศึกษาที่ มีนักเรียนหรือนักศึกษาซึ่งตั้งครรภ์อยู่ในสถานศึกษา ต้องไม่ให้นักเรียนหรือนักศึกษา นั้นออกจากสถานศึกษาดังกล่าว เว้นแต่เป็นการย้ายสถานศึกษาตามประสงค์ของ นักเรียนหรือนักศึกษานั้น



พิพิธตลาดน้อย

แหล่งเรียนรู้วัฒนธรรม
ชุมชนตลาดน้อย

พพิธภัณฑสถานแห่งชาติของกรมธนารักษ์บน “โรงกลึงเก่า” ย่านตลาดน้อย ชุมชนเก่าแก่วัดหน้าเจ้าพระยา ตั้งอยู่ในเขตสัมพันธวงศ์ โดยเป็นพื้นที่ต่อเนื่องจาก ย่านเยาวราช ย่านเศรษฐกิจสำคัญของกรุงเทพมหานคร เป็นส่วนหนึ่งของอาคารยรรยงที่สะท้อนการตั้งถิ่นฐาน ในยุคเริ่มต้นของกรุงรัตนโกสินทร์

สำหรับที่ราชพัสดุแปลงนี้ อดีตราว ๑๐๐ ปี ก่อนเป็นโรงกลึงขนาดใหญ่ทำชิ้นส่วนประกอบเรือ เครื่องจักรและโรงสีข้าว ภายหลังเลิกกิจการ พื้นที่ ถูกทิ้งร้างและไม่ได้ใช้ประโยชน์ กรมธนารักษ์ได้ปรับปรุงและพัฒนาพื้นที่ให้เป็นศูนย์กลางการเรียนรู้และการท่องเที่ยวของชุมชนตลาดน้อย

ในการจัดทำพื้นที่ที่มีการรับฟังความเห็นของ ชาวชุมชนตลาดน้อย เพื่อกำหนดแนวทางการพัฒนา ให้สอดคล้องกับความต้องการของชุมชน รวมทั้งแนวคิด การออกแบบพื้นที่และอาคารที่คำนึงถึงผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมและกลมกลืนกับธรรมชาติ ตลอดจน การนำวัสดุไม้ของโรงกลึงเดิมนำกลับมาใช้ใหม่ และ ใน พ.ศ. ๒๕๖๒ สมาคมสถาปนิกสยามในพระบรม ราชูปถัมภ์ได้มอบรางวัลสถาปัตยกรรมรุ่นใหม่ที่ดี



สมควรเผยแพร่ ประเภทอาคารสาธารณะให้แก่อาคาร พิพิธตลาดน้อยแห่งนี้

พื้นที่พิพิธตลาดน้อยภายในท่าน้ำภาณุรังษี ประกอบไปด้วย อาคารพิพิธภัณฑสถาน สำหรับจัดแสดง นิทรรศการ และกิจกรรม มีพื้นที่โดยรวมประมาณ ๒๕๐ ตารางเมตร บอกเล่าเรื่องราวประวัติศาสตร์ เศรษฐกิจ และวิถีชีวิตของชาวตลาดน้อย ซึ่งในอดีต คือแหล่งรวมของช่างฝีมือ และเต็มไปด้วยความหลากหลายทางวัฒนธรรมความเชื่อจากผู้คนหลากหลาย กลุ่ม ทั้งไทย โปรตุเกส ฝรั่งเศส ญี่ปุ่น และจีน

ภายในอาคารหลังคารทรงจั่วสวยงามออกแบบ ให้สะท้อนความเป็นโรงกลึงเก่าซึ่งเป็นบริบทเดิมของที่ตั้งโครงการ และสะท้อนความเป็นเชิงกง อัตลักษณ์ ของย่านตลาดน้อยด้วยสัดส่วนและวัสดุอาคาร

สอดคล้องกับความต้องการในการใช้งานอาคารที่ต่างไปจากเดิม

ในส่วนเปลือกอาคารและพื้นที่ว่างภายในอาคารล้วนสะท้อนและสัมพันธ์กับต้นไม้ใหญ่ภายใต้โครงการที่เก็บรักษาต้นไม้เดิมไว้ทุกต้นเพื่อเพิ่มความเขียวขุ่มอีกเท่าตัว และใช้ศักยภาพของโครงการที่มีพื้นที่ขนาดเล็กเพียง ๒๑๕ ตร.วา ให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเป็นพื้นที่สีเขียวที่มีพลัง รวมทั้งนำวัสดุเดิมอย่าง เสาไม้ของโรงกลึงเก่าที่ยังสามารถใช้ประโยชน์ได้ นำกลับมาใช้ใหม่

พิพิธภัณฑ์น้อยแบ่งออกเป็น ๓ ชั้น จัดแสดงเรื่องราวของตลาดน้อยและงานของกรมธนารักษ์ ชั้น ๑ เป็นจุดประชาสัมพันธ์ลงทะเบียน ศูนย์การเรียนรู้เรื่องเหรียญในสมัยต่างๆ ของประเทศไทย มุมจำหน่ายของที่ระลึก และพื้นที่อเนกประสงค์สำหรับจัดนิทรรศการหมุนเวียน

เมื่อก้าวขึ้นบันไดมาสู่ชั้นที่ ๒ จะพบกับนิทรรศการที่บอกเล่าถึงประวัติศาสตร์ ประเพณี วัฒนธรรมของชาวตลาดน้อย การจัดแสดงใช้สื่อรูปแบบต่างๆ ที่สนุกสนาน ทันสมัย เน้นให้ผู้เข้าชมได้มีส่วนร่วม



ทำให้ดูมีความน่าสนใจมากกว่าแค่อ่านตัวหนังสือ เช่น การสแกนคิวอาร์โค้ด

ในชั้นนี้จะแบ่งนิทรรศการออกเป็น ๖ ส่วนย่อยๆ หัวข้อแรกคือ **ชุมชนช่างเงินต้นรัตนโกสินทร์** หลายคนอาจไม่รู้ว่าเมื่อก่อนชุมชนแห่งนี้ได้ชื่อว่า 'บ้านโรงกระทะ' เพราะเป็นที่รวมของช่างหลอมโลหะชาวจีน ต่อมาก็มีทั้งช่างตีเหล็ก ช่างทำรองเท้า ช่างเครื่องยนต์ ช่างเย็บหมอน และอีกสารพัด ก่อนที่จะเปลี่ยนมาเป็น 'ตึกลักเกีย' หรือ 'ตะลักเกียะ' แปลว่า **ตลาดน้อย** เนื่องจากเป็นพื้นที่ขายสินค้าต่อเนื่องมาจากตลาดใหญ่คือสำเพ็ง

บริเวณโถงกลาง มีงานศิลปะที่นำชิ้นส่วนโลหะมาเรียงเป็นรูปช่างตีเหล็ก สะท้อนถึงอีกอาชีพที่สำคัญของคนที่นี่ในยุคที่ยังมีเรือสินค้าต่างๆ มาจอดเพื่อซ่อมแซมเครื่องยนต์ ช่างๆ กันมีภาพจำลองพื้นเพองในโรงกลึง ให้ผู้ชมจับ ตึง หมุน ทดลองเล่นสนุกได้

หัวข้อ **หลากหลายสถาปัตยกรรม** แสดงความหลากหลายของสถาปัตยกรรมในชุมชน ซึ่งมีทั้งบ้านจีน ศาลเจ้า ตึกฝรั่ง และโบสถ์คริสต์ บริเวณนี้จะมีภาพอาคารบ้านเรือนรูปแบบต่างๆ ซึ่งเพียงเอาตาไปแนบที่รูปรูปภาพ จะเห็นหน้าตาของคนที่อยู่อาศัยอยู่ในนั้น

ถัดมาคือ **เสียงตลาดน้อย** บริเวณนี้มีป้ายภาพถ่ายมุมสูงในอดีต ที่เห็นชุมชนแห่งนี้ตั้งถิ่นฐานอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา ถ้าหันกลับหลังมา ก็สามารถมองเห็นทิวทัศน์ของคั้งแม่น้ำเจ้าพระยาในปัจจุบันได้





อีกด้วย ระหว่างชมจะมีเสียงบรรยายถึงสภาพชุมชนในวันวานให้ฟังไปพร้อมกัน

อีกฝั่งของห้องคือนิทรรศการ **เทศกาล** บอกเล่าเทศกาลประเพณีสำคัญในตลาดน้อย ทั้งเทศกาลกินเจ เทศกาลไหว้พระจันทร์ เทศกาลห่่วงเชี้ยวของชาวจีน และวันสุกัรศักดิ์สิทธิ์ของชาวคริสต์ตั้งวัดกาลหว่าร์ ซึ่งเป็นช่วงเวลารำลึกถึงพระมหาทรมานของพระเยซูคริสต์ มุมนี้มีการจัดทำซุ้มศาลเจ้าจำลอง ให้ขอพรตามเทศกาลแบบดัดจริตได้

หัวข้อสุดท้าย **บรรพชนคนตลาดน้อย** นำเสนอบุคคลที่เกิดและเติบโตในตลาดน้อย ซึ่งมีคุณูปการแก่ชุมชน และประเทศชาติ อาทิ หลวงอภัยวาณิช (จาด) นายอากรผู้มีชีวิตอยู่ในรัชกาลที่ ๓ จนถึง ศ.ดร.ป๋วย อึ๊งภากรณ์ อดีตผู้ว่าการธนาคารแห่งประเทศไทย

บนชั้น ๓ คือพื้นที่ฉายภาพยนตร์แอนิเมชันเรื่องราวความเป็นมาของตลาดน้อยแบบรวบย่อ เพื่อให้ผู้ชมมองเห็นถึงคุณค่าของชุมชนอันหลากหลาย ที่สามารถหลอมรวมเป็นหนึ่งเดียว แม้จะเป็นพิพิธภัณฑ์



ขนาดเล็ก แต่พิพิธภัณฑ์น้อยก็มีการจัดแสดงที่น่าสนใจ น่ารัก ชมสนุก ใช้เวลาได้นานกว่าที่คิด ทั้งได้ทำความรู้จักพื้นที่ทางประวัติศาสตร์แห่งนี้ให้มากยิ่งขึ้นกว่าเดิม

รอบอาคารเป็นสวนเล็กๆ สำหรับพักผ่อนหย่อนใจ มีต้นไม้ใหญ่แผ่กิ่งก้านให้ร่มเงา และมุมริมน้ำที่มองเห็นพระอาทิตย์ตกยามเย็นได้สวยงาม ตลอดจนเป็นพื้นที่สำหรับจัดกิจกรรมสร้างสรรค์ของชุมชน หนึ่งในนั้นคือ ตลาดตะลั๊กเกียะ ตะลั๊กเกียะ Friendly Market ที่จัดขึ้นเป็นประจำทุกเสาร์อาทิตย์แรกของเดือน

เป็นพิพิธภัณฑ์เล็กๆ ที่มีความเป็นมาไม่ธรรมดา น้อยๆ เยวชนสามารถชมได้อย่างเพลิดเพลิน ท่ามกลางบรรยากาศแสนสบายรื่นเริงใจ



พิพิธภัณฑ์ตลาดน้อย

ชอยภาณูรังษี ตลาดน้อย ถนนทรงวาด

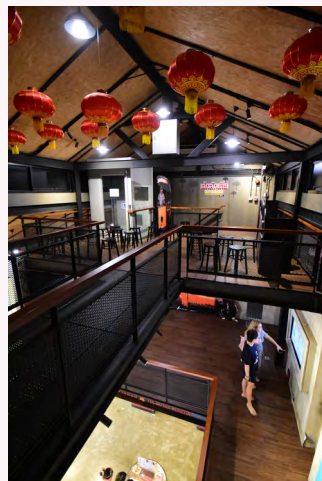
เปิดให้เข้าชมฟรี ไม่มีค่าใช้จ่าย ถึงวันที่ ๓๐ กันยายน ๒๕๖๗ ทุกวันอังคาร-วันศุกร์ เวลา ๐๘.๓๐-๑๖.๓๐ น. / วันเสาร์-วันอาทิตย์ และวันนักขัตฤกษ์ เวลา ๑๐.๐๐-๑๘.๐๐ น.

การเดินทาง

MRT: สถานีหัวลำโพง ทางออก ๑ ต่อมอเตอร์ไซค์ ระยะทาง ๔๐๐ เมตร

เรือด่วน : ท่ากรมเจ้าท่า เดินมาตามทางชอยวานิช ๒ ระยะทาง ๖๕๐ เมตร

รถเมล์สาย : ๑ ๓๕ และ ๗๕ ผ่านตลาดน้อย





ทรงพระเจริญ

ในวาระมหามงคลดลสวัสดิ์ จอมกษัตริย์เอกองค์พระทรงศรี
ผ่านพิภพเสด็จก่อดวงศักริ พระภูมิร่มเกล้าของชาวไทย
ทรงเจริญพระชนมายุ หกรอบนักษัตรลวรสมัย
กราบอัญเชิญคุณพระรัตนตรัย อำนวยชัยให้พระองค์ทรงพระเจริญ

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ
๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ
ข้าพระพุทธเจ้า กลุ่มบริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน)



Member of
**Dow Jones
Sustainability Indices**
Powered by the S&P Global CSA

อันดับ 1 ของโลก ในกลุ่มอุตสาหกรรมเครื่องดื่ม ต่อเนื่องเป็นปีที่ 6 จากดัชนีความยั่งยืนดาวโจนส์ (DJSI)



Thai Beverage Public Company Limited
Beverages Industry

Top 1%

S&P Global Corporate Sustainability
Assessment (CSA) Score 2023

S&P Global CSA Score 2023: 91/100
Score date: February 7, 2024
The S&P Global Corporate Sustainability Assessment (CSA) Score is the S&P
Global ESG Score without the inclusion of any modeling approaches.
Position and scores are industry specific and reflect exclusion screening criteria.
Learn more at <https://www.spglobal.com/esg/csa/yearbook/methodology/>

S&P Global



CDP
DISCLOSURE
2023

CLIMATE CHANGE

A-

WATER SECURITY

A-

สำนวน

“คำสั่งที่เสี่ยงอันตรายต่อตัวเอง”

สำนวนสุภาษิตได้ความรู้คู่ความเพลิดเพลินนับว่าด้วยการหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัวเองทั้งที่ไม่สมควร ไม่น่าเชื่อว่ามีให้เลือกใช้มากมาย แต่ละสำนวนเข้าใจไม่ยากเลยละ

จับจัญหาง หมายถึง ทำสิ่งทีเสี่ยงต่ออันตรายหรือไม่ถนัดอาจพลาดพลั้งได้

ที่มา วิธีจับจัญที่ถูกต้องคือ เอาบ่วงหรือตะขอคล้องหัวจัญไว้ พอยกตัวจัญขึ้นแล้วค่อยใช้มือจับที่หาง แล้วเอาไปปล่อย แต่คนที่ไม่รู้หรือไม่เชี่ยวชาญ มักเข้าไปจับปลายหางจัญก่อน ซึ่งจะทำให้จัญแก๊งมาถากเอา

ตัวอย่าง เธอไม่ได้เป็นตำรวจ จะไปจับโจรเองทำไม เดียวก็เข้าทำนองจับจัญข้างหางหรือก

ปั้นน้ำเป็นตัว หมายถึง พูดเรื่องโกหกให้เป็นเรื่องจริง หรือแต่งเรื่องขึ้นมา

ที่มา สมัยก่อนคนยังไม่รู้จักวิธีทำน้ำให้เป็นน้ำแข็ง จึงมีคำเปรียบว่าคนที่พูดเรื่องเท็จให้คนอื่นคิดว่าเป็นเรื่องจริง ก็ไม่ต่างจากการปั้นน้ำที่เป็นของเหลว ให้มีรูปร่างจับต้องได้

ตัวอย่าง ป้าข้างบ้านชอบเล่าเรื่องไม่จริง บันน้ำเป็นตัวบ่อย ๆ อย่าไปฟังเขานะ

พุ่งหอกเข้รอก หมายถึง ทำอะไรพอให้เสร็จไป โดยไม่สนใจว่าใครจะเดือดร้อน

ที่มา มีนิทานเรื่องหนึ่งเล่าว่า พระรูปหนึ่งเดินมาเจอนายพรานถือหอกจะไปล่าสัตว์ พระกลัวเลยหลบเข้าพุ่มไม้ แล้วค่อยๆ เดินลัดเลาะไปไม่ให้นายพรานเห็น นายพรานคิดว่าพระกลัวหอกจึงพุ่งหอกเข้าป่า สุดท้ายหอกก็พุ่งไปโดนพระเสียชีวิต

ตัวอย่าง น้องคนนั้นชอบทำงานของทีมลวกๆ แบบพุ่งหอกเข้รอก คนอื่นต้องมาแก้งานให้เสมอ

แมงเม่าบินเข้ากองไฟ หมายถึง คนที่เข้าไปหาอันตรายเพราะความลุ่มหลงในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

ที่มา แมงเม่าหรือแมลงเม่าหรือปลวกในระยะที่มีปีก สัตว์ขาดญาณมักชอบแสงไฟ แต่พอเข้าไปใกล้ก็มักตายด้วยความร้อน

ตัวอย่าง ป่านชอบเที่ยวกลางคืนทั้งที่รู้ว่าอันตราย แมงเม่าบินเข้ากองไฟชัดๆ

เล่นกับไฟ หมายถึง ทำสิ่งทีเสี่ยงเป็นอันตรายต่อตัวเอง

ที่มา ไฟเป็นของร้อน ทำอะไรเกี่ยวกับไฟต้องระวัง ถ้าพลาดอาจถูกไฟลวกจนแสบร้อน หรือลุก

ไหม้จนข้าวของเสียหาย คนโบราณจึงเปรียบเทียบการลงดีเสี่ยงกับสิ่งทีรู้ทั้งรู้ว่าเป็นอันตราย

ตัวอย่าง ฉลาดผู้ทีชอบไปยุ่งกับเพื่อนทีแต่งงานแล้ว เล่นกับไฟไม่เข้าเรื่อง

หุงข้าวประทศหมา ปิ้งปลาประทศแมว หมายถึง ทำประทศใส่คนอื่น แล้วเป็นผลเสียแก่ตัวเอง ผลดีกลับตกแก่ฝ่ายตรงข้าม

ที่มา คนไทยมักชอบประทศคนในบ้านเมื่อขัดใจกันด้วยการหุงข้าวปิ้งปลาเป็นตัวอย่าง ให้หมากับแมวกินแทน แต่ตัวเองเสียประโยชน์

ตัวอย่าง เธอไม่ถูกกับคนข้างบ้านเลยจะย้ายบ้านหนี ทำหุงข้าวประทศหมา ปิ้งปลาประทศแมวแบบนี้ เขาก็ยิ่งชอบใจสิ

เอามือชุกหีบ หมายความว่า หาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัวโดยใช่เหตุ

ที่มา หีบ ในที่นี้หมายถึงเครื่องหีบอ้อยเพื่อให้ได้น้ำอ้อยมาทำน้ำตาล คนทีเล่นเล่อหรือนักสนุกเอามือแห่เข้าไปในหีบอาจถูกหีบบีบมือแตกได้ จึงกลายเป็นสำนวนเปรียบคนทีอยู่ดีๆ ก็หาเรื่องใส่ตัวโดยใช่เหตุ

ตัวอย่าง อยู่ดีไม่ว่าดีทีชายฉันทก็เอามือชุกหีบให้ญาติทีตกงานยืมเงินทั้งทีรู้ว่าเขาไม่มีใช้คืน

แก่งงำหาเสี้ยน หมายถึง รนหาเรื่องเดือดร้อน

ที่มา เสี้ยนเป็นส่วนของเนื้อไม้ทีแตกเป็นชิ้นเล็กๆ คนเรามักจะไม่ระวัง เดินเหยียบเสี้ยนตามพื้นเรือน คนแก่งงำหาเสี้ยนจึงเหมือนหาเรื่องเดือดร้อนใส่ตัว

ตัวอย่าง เธอจะแก่งงำหาเสี้ยนทำไม ไม่ใช่เรื่องของเธอเสียหน่อย

หลายสำนวนน้องๆ สามารถนำไปใช้เปรียบเทียบในงานเขียนหรือพูดกับเพื่อนได้ตามบริบทเลยนะคะ บางสำนวนอาจไม่เคยได้ยิน แต่บางสำนวนยังใช้กันบ่อยๆ ฟังแล้วเนื้อตัวตะครันตะครอเชียวละ 📖



วิรัช ศรีพงษ์

นักร้อง ผู้สวมบทบาทศกัณฑ์
และขับงานเพลงสุนทราภรณ์

เชื่อว่าหลายคนคงคุ้นหน้า คุณวิรัช ศรีพงษ์ จากเวทีการประกวดร้องเพลง “เพลงเอกซีซั่น ๓” เบื้องหลังหนุ่มลูกครึ่งไทย-ฝรั่งเศส ผู้ขับร้องเพลงสุนทราภรณ์ได้จับหัวใจคนดูนี้ เต็มไปด้วยความสามารถอันหลากหลาย อาชีพปัจจุบันของเขาคือนักร้องทวดชำนาญการ กระทรวงการต่างประเทศ สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ จากมหาวิทยาลัยชียง ไป มหาวิทยาลัยด้านความสัมพันธ์ระหว่างประเทศชื่อดังในฝรั่งเศส

ทิศไท่ อยากให้น้องๆ เยาวชนได้ศึกษาประวัติของคุณวิรัช และนำแนวทางที่คุณวิรัช แนะนำไปต่อยอดทางความคิด ฝึกปรี้อทักษะ เพื่อนำตัวเองไปสู่เส้นทางที่ปรารถนาจะ





รู้จักคุณวิรัชให้มากขึ้น

ผมวิรัช ศรีพงษ์ ปัจจุบันอายุ ๓๗ ปีได้รับ จบปริญญาโท สาขาความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ มหาวิทยาลัยซียง โป (Sciences Po Paris) ประเทศฝรั่งเศส ตอนนี้นำกำลังศึกษาปริญญาเอก ภาควิชาประวัติศาสตร์ คณะอักษรศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และเป็นนักการทูตชำนาญการ กองการทูตวัฒนธรรม กรมสารนิเทศ กระทรวงการต่างประเทศ งานที่ผ่านมามีเคยเป็น นักข่าวภาษาอังกฤษของหนังสือพิมพ์ The Nation ก่อนเข้าทำงานที่กระทรวงการต่างประเทศครับ

ประวัติการศึกษา "ว่าที่ถืออกเกอร์ในอนาคต"

ช่วงปริญญาตรีผมเลือกศึกษาด้านการต่างประเทศที่มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เพราะมีความตั้งใจที่จะทำงานด้านการต่างประเทศหรือการทูต ต่อมาได้เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโท ด้านการบูรณาการความร่วมมือเศรษฐกิจและการเมืองของสหภาพยุโรปที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพราะมีความสนใจด้านประวัติศาสตร์และการบูรณาการของสหภาพยุโรปครับ และเดินทางไปศึกษาต่อที่มหาวิทยาลัย ซียง โป (Sciences Po Paris) ประเทศฝรั่งเศส เนื่องจากเป็นสถาบันที่มีศิษย์เก่าเป็นนักการทูต นักการเมือง และประธานาธิบดีของฝรั่งเศสหลายคน ปัจจุบันทำวิทยานิพนธ์ระดับปริญญาเอก โดยศึกษาวิธีการทางการทูตของศาสตราจารย์พลตรี พระเจ้าวรวงศ์เธอ กรมหมื่นนราธิปพงศ์ประพันธ์ เนื่องจากสนใจการศึกษาประวัติศาสตร์การทูตไทยผ่านประวัติบุคคลครับ





ความฝันในวัยเด็กและความพยายามเพื่อไปสู่จุดมุ่งหมาย

ผมเคยมีความฝันในวัยเด็กมากมายครับ ตั้งแต่เป็นศิลปินไซน นักโบราณคดี นักประวัติศาสตร์ และการทำงานด้านการต่างประเทศ เป็นสิ่งที่ค่อยๆ สะสมประสบการณ์ และองค์ความรู้ตามลำดับ ซึ่งโชคดีที่มีโอกาสได้ทำงานในสายงานที่ตรงกับสิ่งที่ได้ร่ำเรียนมา จุดเปลี่ยนอาจจะไม่ได้มีชัดเจนมากครับ แต่จะเป็นการพยายามให้สามารถเดินทางตามเป้าหมายที่ตั้งใจเอาไว้มากกว่า อาจจะได้ตามเป้าหมายบ้าง หรือยังไม่ได้จังหวะบ้าง แต่ท้ายที่สุดก็สามารถดำเนินตามเส้นทางที่ตั้งใจเอาไว้ได้ครับ

ความสนใจในศิลปะไทย เพลงไทย และไซน

ผมเริ่มเรียนไซนตั้งแต่อายุประมาณ ๑๑ ปีครับ และเรียนหลายแห่งได้แก่ ศูนย์วัฒนธรรม ชมรมไซนมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ไซนภาคฤดูร้อนของวิทยาลัยนาฏศิลป์กรุงเทพฯ ไซนตำหนักบ้านปลายเนิน และไซนสถาบันคีตกฤทธิในปัจจุบัน ความชอบในไซนและเพลงสุนทราภรณ์เริ่มมาจากคุณพ่อและคุณแม่ที่เป็นชาวฝรั่งเศสมีความชอบในศิลปะการแสดงและดนตรี และพาผมไปดูไซนที่สังคีตศาลาโรงละครแห่งชาติ ตั้งแต่เด็กครับ

ส่วนเพลงสุนทราภรณ์ที่สนใจเพราะคุณพ่อมีแผ่นเสียงเพลงเก่า และได้ฟังเพลงสุนทราภรณ์ในคอนเสิร์ตตามโอกาสต่างๆ ต่อมาวงดนตรีสุนทราภรณ์มีการสร้างกลุ่มคลื่นลูกใหม่ขึ้น จึงมีโอกาสไปสมัครเรียนร้องเพลงตั้งแต่อายุประมาณ ๑๔ ปี และเรียนควบคู่กับไซนเรื่อยมาจนถึงปัจจุบันครับ



คุณวีรชกับคุณพ่อและคุณแม่

แรงบันดาลใจในการใช้ชีวิต

ผู้ที่เป็นแรงบันดาลใจของผมนั้นทั้งอาจารย์ ครู และผู้ใหญ่ที่อยู่ในสายงานจำนวนมากที่แสดงให้เห็นตัวอย่างของการเคารพผู้อื่น เปิดกว้างรับฟังความคิดเห็น และมีความมุ่งมั่นในการทำสิ่งที่ตั้งใจไว้ให้เป็นรูปธรรมมากที่สุดครับ



ประสบการณ์ที่รู้สึกภูมิใจที่สุดในการทำงาน

การได้ไปประจำการที่สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงกัวลาลัมเปอร์ และได้มีส่วนจัดเที่ยวบินอพยพพากลุ่มคนไทยที่ติดค้างอยู่ในเนปาลกลับประเทศไทย เพราะเป็นการทำงานด้านการช่วยเหลือที่ได้เห็นรอยยิ้มของคนที่จะได้กลับไปพบกับครอบครัวและบ้านอันเป็นที่รัก

จุดมุ่งหมายในอนาคต

ผมยังคงมุ่งมั่นกับการเรียนปริญญาเอกและการเป็นหนึ่งในผู้ศึกษาประวัติศาสตร์การทูตไทยผ่านประวัติบุคคล รวมถึงการเขียนประวัติศาสตร์การแสดงและเพลงของไทยต่อไป และที่ลืมไม่ได้คือการรักษาและสืบสานศิลปะการแสดงโขนและการร้องเพลงสุนทราภรณ์ต่อไปครับ

อยากฝากถึงเยาวชนไทยในต่างแดน

ผมขออนุญาตแบ่งปันประสบการณ์ว่าการชอบศิลปะมีหลายแบบครับ เยาวชนหรือผู้สนใจศิลปะสามารถศึกษาสิ่งที่ตนเองชอบโดยไม่จำเป็นต้องชอบดนตรีไทยหรือชอบโขนแล้วจะต้องเล่นดนตรีหรือรำโขนเสมอไป อาจจะเป็นผู้สนใจศึกษาเรื่องประวัติศาสตร์ ฟังเพลง หรือศึกษาเรื่องราวรามเกียรติ์ได้เช่นกันครับ *อยากให้มองศิลปะเป็นเครื่องสร้างความสุขและกล่อมเกลาจิตใจ รวมถึงเป็นสิ่งที่สร้างแรงบันดาลใจและจินตนาการต่างๆ ให้กับบุคคลคนหนึ่งครับ* 🇹🇭





ทรงพระเจริญ

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ
๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๓

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อม ขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า บริษัท เครือเจริญโภคภัณฑ์ จำกัด และบริษัทในเครือ
บริษัท เจริญใต้ จำกัด บริษัท เจริญโภคภัณฑ์อาหาร จำกัด (มหาชน) บริษัท ซีพี ออลล์ จำกัด (มหาชน)
บริษัท กรุ คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน) บริษัท ซีพี แอ็กซ์ตรา จำกัด (มหาชน)



“ซีพี” ร่วม “สภาอากาศไทย” เฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษา

บริจาคเลือด ตั้งเป้า 10 ล้านซีซี ตามแนว สืบสาน รักษา ต่อยอด

ซีพี สำนักบุญคุณแผ่นดินได้ร่วมพระบารมี รวมทุกบริษัทในเครือฯ ร้อยเรียงความดี เฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคล เฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา ประเดิมด้วยโครงการ “เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต” เชิญชวนผู้บริหาร พนักงาน ประชาชนทั่วไปร่วมบริจาคโลหิต 10 ล้านซีซีตลอดปี 67 เพื่อแสดงความจงรักภักดี -ทำประโยชน์ช่วยต่อชีวิตเพื่อนมนุษย์ ถวายเป็นพระราชกุศล

เนื่องในปีนี้เป็นปีมหามงคล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงเจริญพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา บริษัท เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ จำกัด (ซีพี) โดยการนำของนายธนินท์ เจียรวนนท์ ประธานอาวุโส ได้ประกาศนโยบายให้เครือฯและบริษัทในเครือฯ ร่วมกันน้อมนำ พระราชปณิธาน พระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว “สืบสาน รักษา ต่อยอด” ดำเนินโครงการร้อยเรียงความดีเพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เพื่อแสดงความจงรักภักดี และสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ รวมถึงตอบแทนบุญคุณแผ่นดินไทย ในใต้ร่มพระบารมี ทั้งนี้จะดำเนินกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติรวม 10 กิจกรรม เริ่มต้นจากกิจกรรม “เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต” ซึ่งดำเนินร่วมกับสภาอากาศไทย ตั้งเป้าหมายให้ผู้

บริหารและพนักงานทั่วประเทศบริจาคโลหิตจำนวน 10 ล้านซีซีในปีมหามงคลนี้ เพื่อสร้างประโยชน์ต่อสังคม ช่วยต่อชีวิตเพื่อนมนุษย์ ถวายเป็นพระราชกุศล ซึ่งกิจกรรมร้อยเรียงความดี เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต ที่จัดขึ้นในวันนี้มีนายสุภกิต เจียรวนนท์ ประธานกรรมการ เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ นายศุภชัย เจียรวนนท์ ประธานคณะผู้บริหาร เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ นายวัลลภ เจียรวนนท์ รองประธานอาวุโส เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ และนางสาวปิยนันท์ คุ้มครอง ผู้ช่วยผู้อำนวยการด้านจัดหาโลหิตและภาพลักษณ์องค์กร ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภาอากาศไทย พร้อมด้วยผู้บริหารเครือฯ และบริษัทในเครือฯ อาทิ นายอดิเรก ศรีประทักษ์ รองประธานอาวุโส เครือฯ นายประสิทธิ์ บุญดวงประเสริฐ ประธานคณะผู้บริหาร ซีพีเอฟ ดร.ธีระพล ถนอมศักดิ์ยุทธ ประธานคณะผู้บริหาร สำนักยุทธศาสตร์ข้อมูลและการสื่อสาร เครือฯ นางสาวพัมลรัตน์ ริพัฒน์นาวิจิตรกุล ประธานผู้บริหารทรัพยากรบุคคลเครือฯ พร้อมผู้บริหารและพนักงานบริษัทในเครือฯ ที่ได้เข้าร่วมทำความดีบริจาคโลหิต ช่วยชีวิตเพื่อนมนุษย์กันอย่างคับคั่ง ณ ห้องประชุม ชั้น 11 อาคารซี.พี.ทาวเวอร์ ถนนสีลม กรุงเทพฯ

นายศุภชัย เจียรวนนท์ ประธานคณะกรรมการ(ร่วม) คณะกรรมการดำเนินโครงการ การจัดกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติ เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 72 พรรษา ของเครื่องเจริญโภคภัณฑ์ เปิดเผยว่า ตามนโยบายของประธานอาวุโสธนินท์ เจียรวนนท์ เครื่องเจริญโภคภัณฑ์และบริษัทในเครือฯ ได้

น้อมนำพระราชปณิธาน “สืบสาน รักษา ต่อยอด” ของพระบาทสมเด็จพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ดำเนินการจัดกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติฯรวม 10 กิจกรรมตลอดปีมหามงคลนี้ โดยมีกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติเครื่องเจริญโภคภัณฑ์ ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต ถวายเป็นพระราชกุศลฯ ดำเนินการเป็นโครงการแรก ซึ่งเครื่องจะจัดให้มีการบริจาคโลหิตในทุกสำนักงานทั่วประเทศไทยทุก 3 เดือนตลอดปี เพื่อให้ผู้บริหารและพนักงานในเครือฯ พร้อมทั้งประชาชนทั่วไปร่วมบริจาคโลหิต ซึ่งตั้งเป้าหมายรับบริจาคโลหิตรวม 10 ล้านซีซีมอบให้แก่สภาอากาศไทยสำหรับใช้เป็นโลหิตสำรองในภาวะขาดแคลนให้กับผู้ป่วยในโรงพยาบาลต่าง ๆ ทั่วประเทศ ถือเป็นโครงการร้อยเรียงความดีจากเครือฯและบริษัทในเครือฯถวายเป็นพระราชกุศลในปีมหามงคลนี้ ทั้งนี้ขอขอบพระคุณสภาอากาศไทยที่ได้ร่วมกับเครือฯ ทำความดีรับบริจาคโลหิตทั่วประเทศ โดยที่ผ่านมาเครื่องเจริญโภคภัณฑ์ได้ดำเนินโครงการบริจาคโลหิตเพื่อมอบให้กับสภาอากาศไทยอย่างต่อเนื่องมาตั้งแต่ปี 2534 จนถึงปัจจุบัน รวม 33 ปีมีปริมาณโลหิตบริจาคสะสม กว่า 221 ล้านซีซี ซึ่งสามารถนำไปช่วยชีวิตผู้ป่วยมากกว่า 1.7 ล้านคน

สำหรับกิจกรรมเครื่องเจริญโภคภัณฑ์ร้อยเรียงความดีเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 72 พรรษา ประกอบด้วย

- 1.เครื่องเจริญโภคภัณฑ์ ทำความดีด้วยการบริจาคโลหิต ถวายเป็นพระราชกุศลฯ
- 2.สายน้ำเพื่อความยั่งยืน นำโดยซีพีเอฟ ร่วมกับท้องถิ่นต่าง ๆ
- 3.มูลนิธิรากบุญจนบารมี บริการจุดตรวจมะเร็งเต้านมเคลื่อนที่ในห้างค้าปลีกของเครือฯ
- 4.นิทรรศการเฉลิมพระเกียรติ ณ รุจิฉัตร พาร์ค
- 5.ทำบุญตักบาตรเฉลิมพระเกียรติฯ
- 6.จุดเทียนชัยถวายพระพรชัยมงคล
- 7.จิตอาสาพระราชทาน “เราทำความดีด้วยหัวใจ”
- 8.ครีวปีนอันแจกข้าวกล่องให้กลุ่มเปราะบาง
9. กิจกรรมเฉลิมพระเกียรติร่วมกับ ICON SIAM
- 10.จัดทำเสื้อตราสัญลักษณ์สำหรับผู้บริหารและพนักงานสวมใส่ในทุกวันจันทร์ตลอดปีมหามงคล



นำเอาเยี่ยงอย่าง เวียดนาม เริ่มใช้กฎลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก

หนึ่งในประเทศเพื่อนบ้านอาเซียนอย่างเวียดนาม ตั้งเป้าเป็นกลางทางคาร์บอนภายในปี พ.ศ. ๒๕๙๓ และนำร่องโดยเมืองท่องเที่ยวโบราณชื่อดังอย่างฮอยอัน ซึ่งลงมือทำกิจกรรมส่งเสริมการขับเคลื่อน ‘ขยะเป็นศูนย์’ (Zero Waste) โดยทดลองเรียกเก็บค่าธรรมเนียมและบำบัดขยะรวมเป็นรายวันครั้งแรกสำหรับแต่ละครัวเรือน ซึ่งเป็นก้าวสำคัญในการได้รับการยอมรับว่าหนึ่งในเมืองท่องเที่ยวหลักของเวียดนามกำลังเป็น เมืองเชิงนิเวศ ช่วยดึงดูดการท่องเที่ยวที่ยั่งยืนอันเป็นส่วนหนึ่งของการผลักดันเพื่อทำให้กลายเป็นเมือง ‘ขยะเป็นศูนย์’ แห่งแรกในเวียดนาม

ขยะเป็นศูนย์คืออะไร?

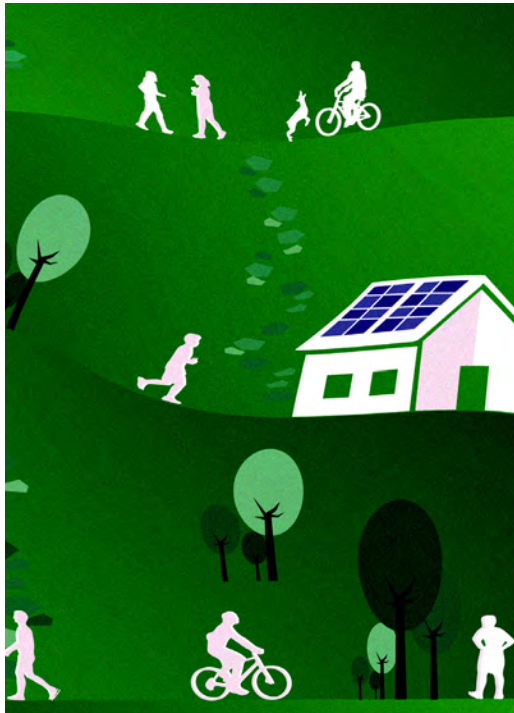
“Zero Waste” คือการอนุรักษ์ทรัพยากรอย่างมีความรับผิดชอบครบทุกกระบวนการ ตั้งแต่การผลิต การบริโภค การใช้ซ้ำ นำผลิตภัณฑ์และบรรจุภัณฑ์กลับมาใช้ใหม่ วัสดุไม่มีการเผาไหม้และไม่มีการปล่อยลงสู่พื้นดิน น้ำ หรืออากาศ ซึ่งจะทำลายสิ่งแวดล้อมหรือสุขภาพของมนุษย์

ดังนั้นแทนที่จะจ่ายค่าขยะรายเดือนเป็นเงิน ๓๐,๐๐๐ ดองเวียดนาม (๑.๑๘ เหรียญสหรัฐ) แต่ละครัวเรือนในฮอยอันจะแยกขยะออกเป็นประเภทต่างๆ และส่งเสริมการจำแนกประเภทขยะตั้งแต่ต้นทาง โดยขยะที่ไม่สามารถนำกลับมาใช้จะถูกนำไปฝังกลบ

ตั้งแต่เดือนสิงหาคม ๒๕๖๖ รัฐบาลเวียดนามได้เผยแพร่คู่มือการปฏิบัติตามกฎระเบียบในการปล่อยก๊าซคาร์บอน ซึ่งมีอุตสาหกรรม ๖ ประเภทที่ต้องเริ่มติดตามการปล่อยก๊าซเรือนกระจก ได้แก่ โรงงานอุตสาหกรรม พลังงาน การขนส่ง การก่อสร้าง เกษตรกรรม และการจัดการขยะของเสีย

เมื่อปลายปี ๒๕๖๖ กระทรวงเกษตรและพัฒนาชนบทของเวียดนามร่วมกับจังหวัด Hau Giang ในพื้นที่สามเหลี่ยมปากแม่น้ำโขง จัดพิธีเปิดโครงการพัฒนาข้าวคุณภาพสูงและลดการปล่อยมลพิษในพื้นที่ ๑ ล้านเฮกตาร์ เพื่อเพิ่มมูลค่า พัฒนาอุตสาหกรรมข้าวของประเทศอย่างยั่งยืน เพิ่มรายได้ให้เกษตรกร ปกป้องสิ่งแวดล้อม และสร้างความตระหนักรู้ถึงการให้คำมั่นด้านสิ่งแวดล้อมของเวียดนาม คาดว่าโครงการนี้จะลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกได้มากกว่า ๑๐ %

ทั้งนี้รัฐมนตรีกระทรวงเกษตรฯ กล่าวย้ำว่า ตลอดระยะเวลาดำเนินโครงการจะทดลองนโยบายใหม่ๆ รวมถึงการจ่ายคาร์บอนเครดิตตามผลการดำเนินงาน เน้นการผลิตที่ปล่อยก๊าซเรือนกระจกต่ำโดยเชื่อมโยงกับการเติบโตของสีเขียวในภูมิภาคสามเหลี่ยมปากแม่น้ำโขงภายในปี ๒๕๗๓ และพัฒนาเศรษฐกิจการเกษตรแบบหมุนเวียน



ผู้บริหารของธนาคารโลกกล่าวเพิ่มเติมว่า โครงการนี้จะช่วยสนับสนุนเกษตรกรและการเกษตรของเวียดนามได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยส่งเสริมการนำวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมาประยุกต์ใช้ ซึ่งนอกจากจะช่วยลดการปล่อยก๊าซแล้ว ยังช่วยลดต้นทุน เพิ่มผลผลิต และทำให้เกษตรกรมีกำไรเพิ่มขึ้นถึง ๓๐%

แน่นอนว่าสิ่งนี้จะช่วยให้เวียดนามสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่ได้ให้คำมั่นไว้ในการประชุมรัฐภาคีกรอบอนุสัญญาสหประชาชาติว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ สมัยที่ ๒๖ (COP26) ที่จะลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกให้เป็นศูนย์ภายในปี ๒๕๙๓

ยิ่งกว่านั้น ภาคธุรกิจของเวียดนามก็ตอบรับพร้อมขอให้รัฐบาลออกนโยบายด้านอุตสาหกรรมอีก ๒ นโยบาย เพื่อส่งเสริมองค์กรที่ประพฤดีดี นโยบายแรกคือ การลดหย่อนภาษีเพื่อการผลิตที่สะอาด เช่น การเปลี่ยนมาใช้วัสดุอินทรีย์และสารเคมีที่ปลอดภัย อีกนโยบายหนึ่งคือ มาตรฐานการรายงานความยั่งยืน เช่น รายงานการปล่อยก๊าซเรือนกระจก เพื่อช่วยให้ธุรกิจปรับปรุงคุณภาพให้อยู่ภายใต้มาตรฐานที่กำหนด

สำหรับกฎสินค้าคงคลังของเวียดนามจะกำหนดให้บริษัทปล่อยคาร์บอนได้อย่างน้อย ๓,๐๐๐ ตันต่อปี และกระทรวงสิ่งแวดล้อมจะกำหนดโควตาในการปล่อยมลพิษให้กับแต่ละบริษัท ถ้าบริษัทใดปล่อยมลพิษเกินโควตาก็จะต้องซื้อเครดิตคาร์บอนมาชดเชย ส่วนบริษัทที่ลดการปล่อยมลพิษได้มากมายจนมีเครดิตคาร์บอนเหลือ ก็สามารถนำไปขายบริษัทอื่นผ่านตลาดคาร์บอนได้ ทั้งนี้ เวียดนามยังสร้างตลาดคาร์บอนเพื่อจ่ายให้กับประเทศผู้ก่อมลพิษอีกด้วย

ส่วนประเทศไทยก็ต้องมาเอาใจช่วยกันว่า เราจะเป็นกลางทางคาร์บอน (Carbon Neutrality) ในปี พ.ศ. ๒๕๙๓ และปล่อยก๊าซเรือนกระจกสุทธิเป็นศูนย์ (Net Zero) ภายในปี พ.ศ. ๒๖๐๘ ตามที่กล่าวไว้ในการประชุม COP26 ได้จริงหรือไม่ ความร่วมมือนี้ไม่ใช่เป็นแค่หน้าที่ของรัฐบาลใดรัฐบาลหนึ่ง แต่ขึ้นอยู่กับความรับผิดชอบและจิตสำนึกของคนไทยทุกคน

- อ่านบทความเรื่อง **ทำความเข้าใจกับการประชุม COP26** เพิ่มเติมได้ที่ : <https://www.nxpo.or.th/th/9648/>

- อ้างอิง vietnamnews.vn/environment/ 

เยาวชนไทยคว้า ๑๓ รางวัลใหญ่ REGENERON ISEF 2024

เปิดคอลัมน์ช่วงกลางปีด้วยผลงานของเยาวชนไทยในการประกวดโครงงานวิทยาศาสตร์และวิศวกรรม สำหรับเยาวชนระดับโลก REGENERON ISEF 2024 (Regeneron International Science and Engineering Fair) จัดโดย Society for Science เมื่อวันที่ ๑๑-๑๗ พฤษภาคม ๒๕๖๗ ที่ผ่านมา ณ เมืองลอสแอนเจลิส รัฐแคลิฟอร์เนีย ประเทศสหรัฐอเมริกา

มีตัวแทนเยาวชนกว่า ๗๕ ประเทศทั่วโลกเข้าร่วมการแข่งขัน ผลปรากฏว่าทีมเยาวชนไทยคว้ามาได้ถึง ๑๓ รางวัล ประกอบด้วย

รางวัล Grand Award อันดับ ๒ ได้แก่

สาขาสัตวศาสตร์ (Animal Sciences) : โครงงาน Bee's spa: นวัตกรรมแอ่งโคลนเทียมสำหรับให้แร่ธาตุในการเพาะเลี้ยงผึ้งพันธุ์ Apis mellifera บนพื้นที่สูงเพื่อลดการตายในฤดูแล้ง โดยทีมโรงเรียนดำรงราษฎร์ สงเคราะห์ จังหวัดเชียงราย ประกอบด้วยนายวิษณุชัย หัตถก่อง นายรัตนโกสินทร์ ภิราษร และนายธนภัทร สมญาพรเจริญชัย

สาขาฟิสิกส์และดาราศาสตร์ (Physics and Astronomy) : โครงงานการศึกษาผลของมุมยอดของรูปทรงสามเหลี่ยมที่มีผลต่อการไหลแบบ Acoustic streaming โดยทีมโรงเรียนกำเนิดวิทย์ จังหวัดระยอง ประกอบด้วยนายกรกฤต ดันพงษ์พันธ์ และ นายเวโรจน์ บุญราช

สาขาพฤกษศาสตร์ (Plant Sciences) : โครงงานวิธีการเพาะไขน้ำแฉะใหม่เพื่อเพิ่มศักยภาพการผลิตโปรตีนสำหรับพัฒนาเป็นอาหารแห่งอนาคตที่ยั่งยืน โดยทีมโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยนายสัญญาพัชฌ์ อัครจิราวัฒน์ และนายธนัตถ์ภรณ์ เขาวนสมิทธิ

รางวัล Grand Award อันดับ ๓ ได้แก่

สาขาสัตวศาสตร์ (Animal Sciences) : โครงงานการลดคาร์บอนฟุตพริ้นท์และการผลิตไบโอดีเซลจากการย่อยสลายและการเปลี่ยนขยะทางการเกษตรโดยหมอนแมลงวันลาย โดยทีมโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยนายณภูตล ศรีรัตน และนายปพนพัทธ์ วิรุฬห์ไววุฒิ นอกจากนี้ทีมนี้ยังคว้ารางวัล Special Award อันดับ ๒ จากหน่วยงาน Sigma Xi, The Scientific Research Honor Society ในสาขา Life Sciences มาครองได้ด้วย

สาขาหุ่นยนต์และเครื่องจักรกลปัญญาประดิษฐ์ (Robotics & Intelligent Machines) : โครงงานระบบวิเคราะห์คุณภาพลูกกอล์ฟความแม่นยำสูงด้วยเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์สำหรับอุตสาหกรรมการเพาะเลี้ยงกุ้งขาวแวนนาไม โดยทีมโรงเรียนวิทยาศาสตร์จุฬาราชมนตรีวิทยาลัย ปทุมธานี จังหวัดปทุมธานี ประกอบด้วยนายปฏิพนธ์ ดิยะปัญจนิตย์ และนายทินภัทร เสียมใหม่ ทีมนี้ยังได้รับรางวัล Special Award อันดับ ๑ จากหน่วยงาน Association for Computing Machinery (ACM) อีกด้วย

สาขาวิทยาศาสตร์การแพทย์ปริวรรต (Translational Medical Science) : โครงงาน EiPCA: อุปกรณ์ตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจแบบพกพาแบบ ๑๒ ลีด โดยทีมโรงเรียนปรีณสรอยแยลส์วิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วยนายคุณานสิน สุขศรี นายพีรพัฒน์ วัฒนกิจ และนางสาวพัชรดา เทวาทิเทพ



รางวัล Grand Award อันดับที่ ๔ ได้แก่

สาขาสัตวศาสตร์ (Animal Sciences) : โครงการนวัตกรรมกิ้งไม้เทียมสำหรับเลี้ยงแมลงครึ่งเพื่อเพิ่มผลผลิตครึ่งอย่างยั่งยืน โดยทีมโรงเรียนหัวซ้อวิทยาคม รัชมิ่งคลาสิก จังหวัดเชียงราย ประกอบด้วยนายวรฤทธิ์ สุยาละ และนางสาววิภาวรัตน์ รวยทรัพย์โกติน



สาขาฟิสิกส์และดาราศาสตร์ (Physics and Astronomy) : โครงการงานการเปรียบเทียบคลื่นความโน้มถ่วงที่เกิดขึ้นจากระบบหลุมดำคู่กับคลื่นแบบหมุนที่เกิดขึ้นจากการเคลื่อนที่ของก้อนมวลบนผืนผ้าสแปนเด็กซ์

โดยทีมโรงเรียนกำเนิดวิทย์ จังหวัดระยอง ประกอบด้วยนายคณิศร สว่างไสว และนายภูติศ ธนกุลไกรฤทธิ

สาขาวิศวกรรมสิ่งแวดล้อม (Environmental Engineering) : โครงการงานเอ็นโซม์ขนาดเล็กเพื่อการย่อยสลายพลาสติกพอลิเอทิลีน เทเรพทาเลต (PET) โดยทีมโรงเรียนกำเนิดวิทย์ จังหวัดระยอง ประกอบด้วยนางสาววิรัชพัชร์ จิรัลิตเจริญ, นางสาวปวรวรรณ ไชยวงศ์ และนางสาวอภิปรียา ปวบุญสิริวงศ์

รางวัล Special Awards ๒ รางวัล ได้แก่

รางวัล Special Awards อันดับที่ ๒ จากหน่วยงาน : U.S. Agency for International Development (USAID) : โครงการงานการพัฒนาแผ่นอนามัยย่อยสลายจากเส้นใยพืชเคลือบสารสกัดมะขามป้อม โดยทีมโรงเรียนมงฟอร์ตวิทยาลัย แผนกมัธยม จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วยนางสาวสิริวิภา ปันทุราภรณ์ และนางสาวสิริวิภา ปันทุราภรณ์

รางวัล Special Awards จากหน่วยงาน Association for the Advancement of Artificial Intelligence : โครงการงานโครงการแพลตฟอร์มช่วยตรวจหาโรคอัลไซเมอร์ในระยะเริ่มต้นด้วยตาโดยเอไอ โดยทีมโรงเรียนปรีณสร้อยแยลส์วิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ ประกอบด้วยนายเลนนี่ โรมัส นางสาวธัญญาดา ทองใบ และนายดิณณ์ โพธิกานนท์

รางวัลนำเสนอการทดลองบนอวกาศ Kibo-ABC Award

ยังคงอยู่ในแวดวงวิทยาศาสตร์ แต่ไปถึงการทดลองในอวกาศกันบ้าง กับการแข่งขันนำเสนอผลการทดลองทางวิทยาศาสตร์บนสถานีอวกาศนานาชาติ ภายใต้โครงการ Asian Try Zero-G 2023 จัดโดยองค์การสำรวจอวกาศญี่ปุ่น หรือแจ็กซา (JAXA) คัดเลือกข้อเสนอการทดลองจากเยาวชนจาก ๘ ประเทศสมาชิกในภูมิภาคเอเชีย ขึ้นไปทดลองจริงในห้องทดลองคิโบ โมดูล (Kibo Module) บนสถานีอวกาศนานาชาติเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา และมีหัวข้อการทดลองของเยาวชนไทยได้รับคัดเลือก ๓ เรื่อง

ล่าสุดทางแจ็กซา (JAXA) ได้จัดงานประกาศผลการแข่งขันการทดลองบนอวกาศ ผลปรากฏว่า การทดลองเรื่อง “การออกกำลังกายท่าดาวทะเลภายใต้สภาวะแรงโน้มถ่วงต่ำ (Starfish exercise for microgravity)” เสนอโดยนางสาววรรณวิ จันทรังาม และนางสาวพุทธิมา ประกอบชาติ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนระยองวิทยาคม สามารถรางวัลชนะเลิศ Kibo-ABC Award มาครองได้เป็นผลสำเร็จ

นอกจากนี้การทดลองเรื่อง “ก้อนน้ำทรงกลมกับแรงไฟฟ้าสถิต (Water spheres and electrostatic force)” เสนอโดยนายชญาณิน เลิศอุดมศักดิ์ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๖ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย ยังได้รับรางวัล Crew Award จากการพิจารณาคัดเลือกโดยนายซาโตชิ ฟุรุกาเว นักบินอวกาศญี่ปุ่นด้วย



๙ รางวัลการแข่งขันคณิตศาสตร์นานาชาติ IMWiC

ต่อด้วยด้วยผลงานของน้องเล็กเยาวชนไทยซึ่งเดินทางไปร่วมการแข่งขัน **International Mathematics Wizard Challenge - IMWiC 2024** การแข่งขันคณิตศาสตร์นานาชาติประเภทบุคคล ตั้งแต่เกรด ๒-๑๑ ณ เมืองโบกอร์ ประเทศอินโดนีเซีย เมื่อเดือนมิถุนายนที่ผ่านมา



งานนี้ที่มเด็กไทยสามารถคว้ามาได้ถึง ๙ รางวัล ได้แก่

๒ เหรียญทอง : เด็กหญิงเพชรพริมา เศรษฐปิยานนท์ โรงเรียนมาแตร์เดอีวิทยาลัย และเด็กชายวุฒิภัทร ชิงชัยฤทธิ์ โรงเรียนสิรินธร จังหวัดสุรินทร์ เด็กหญิงเพชรพริมา เศรษฐปิยานนท์ สามารถทำคะแนนสูงสุด หนึ่งร้อยคะแนนเต็มในระดับประถมศึกษาปีที่ ๕ คว้าตำแหน่งแชมป์ของเกรด ๕ มาครองได้เป็นผลสำเร็จ

๒ เหรียญเงิน : เด็กชายเตโชชัย มหรรทศนพวงศ์ โรงเรียนสิรินธร จังหวัดสุรินทร์ และเด็กหญิงธัญจิรา กิตติจตุรงค์ โรงเรียนสามเสนวิทยาลัย

๓ เหรียญทองแดง : เด็กชายคณิศร วงศ์พิชญวิศาล โรงเรียนมัธยมปัญญาวิวัฒน์ เด็กชายมนัสวิน พงษ์ประเสริฐ โรงเรียนปรินทร์สร้อยแยลส์วิทยาลัย และเด็กชายทนุธรรม กันทวงศ์ โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่

๑ รางวัลชมเชย : นายณภัทร นุ่มน่วม โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน

เด็กไทยสร้างชื่อ คว้า ๔ รางวัลในการแข่งขัน Grand International Talent Festival 2024

เปลี่ยนบรรยากาศมาดูผลงานด้านดนตรีกันบ้าง กับการแข่งขัน **Grand International Talent Festival** การแข่งขันความสามารถทางด้านดนตรี ซึ่งจัดขึ้นที่ประเทศมาเลเซีย เมื่อเดือนพฤษภาคมที่ผ่านมา

เด็กไทยโชว์ความสามารถด้านดนตรีไทยคว้ามาได้ถึง ๔ รางวัล ได้แก่

รางวัล 2nd prize รุ่น Young Artist : เด็กชายกীরติ วณิชไพจิตร

รางวัล 2nd prize รุ่น Talent : เด็กหญิงธัญญภัสร สีริเจริญพานิช

รางวัล 3rd prize รุ่น Talent : เด็กชายกฤต โพธิ์รักษ์

รางวัล 3rd prize รุ่น Talent : เด็กชายดิชพล แก้วทิพย์

นอกจากเด็กไทยจะได้แสดงความสามารถทางด้านดนตรีแล้ว ยังได้เผยแพร่ความงดงามของดนตรีไทยให้ชาวโลกได้รับรู้ด้วย



NSM เผยผลการแข่งขันพัฒนานวัตกรรมของเล่นต้นแบบเพื่อศตวรรษที่ ๒๑

ปิดท้ายด้วยการแข่งขันในประเทศ เมื่อวันที่ ๒๔ มิถุนายนที่ผ่านมา องค์การพิพิธภัณฑ์วิทยาศาสตร์แห่งชาติ (อพวช.) - NSM ประกาศผลการแข่งขันการพัฒนานวัตกรรมของเล่นต้นแบบเพื่อศตวรรษที่ ๒๑ ด้วยของเล่นกลไก (2024 Innovative Science Toys Competition : Automata Toys) การแข่งขันที่ส่งเสริมนักออกแบบ ผู้ผลิตของเล่นวิทยาศาสตร์รุ่นใหม่ เพื่อต่อยอดสู่การพัฒนาในรูปแบบของเล่นวิทยาศาสตร์ที่สร้างสรรค์และหลากหลายในอนาคต ปรากฏว่าผลงาน **Rolling Marble** โดยนางสาวชมมณี พระศรี และนางสาวณัฐจริย์ ฐุสรานนท์ สามารถคว้ารางวัลชนะเลิศระดับเยาวชนมาครองได้เป็นผลสำเร็จ

ส่วนรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑ ได้แก่ผลงาน Holz Bagger โดยนายอชิตะ พนาเชวง และนางสาวอุสิชา ปาณะดิษ รางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๒ ได้แก่ผลงาน 3 2 1 ready!...go!!! โดย นางสาวต้นน้ำ ตรีปัญญาศิลป์ และรางวัลขวัญใจกรรมการ ได้แก่ ผลงานมานะทันลม โดย นางสาวกัญญาพัชญ์ ไชตริรัตน์การณณ์ นางสาวปริมรดา ธนาศิริ และ นางสาววิมลพัฒน์ ตันติพงศ์



ประกวดดนตรีไทย “ประลองเพลง ประเลงมโหรี”

กรมกิจการเด็กและเยาวชน (ตย.) และธนาคารกรุงเทพ จำกัด (มหาชน) ขอเชิญนักเรียนมัธยมศึกษา หรือเทียบเท่าเข้าร่วมการประกวดดนตรีไทยระดับมัธยมศึกษา “ประลองเพลง ประเลงมโหรี” ซึ่งด้วยพระราชทาน สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี พร้อมเงินรางวัล และเกียรติบัตร

การประกวดบรรเลงขับร้อง (วงมโหรี) ถ้วย ก และ ถ้วย ข ปิดรับสมัครวันที่ ๑๕ กันยายน ๒๕๖๗ การประกวดบรรเลงเดี่ยวเครื่องดนตรีและขับร้อง ปิดรับสมัคร วันที่ ๒๗ ตุลาคม ๒๕๖๗

รายละเอียดสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กองส่งเสริมการพัฒนาและสวัสดิการเด็ก เยาวชน และครอบครัว (กสส.) โทร ๒๖๕๑ ๒๕๔๑ (ในเวลาราชการ)

ธนาคารกรุงเทพ จำกัด(มหาชน) โทร ๐ ๒๒๓๐ ๒๗๑๑ และ ๑๒ ๒๓๐ ๒๗๑๕ (ในวันและเวลาทำการ)



SEE JORAKAY Sculpture Design Contest 2024

JORAKAY ขอเชิญนักเรียน นักศึกษา ส่งผลงานเข้าร่วมการประกวดออกแบบ SEE JORAKAY Sculpture Design Contest 2024 ซึ่งเงินรางวัลรวมกว่า ๒๕๐,๐๐๐ บาท พร้อมโอกาสที่ผลงานประติมากรรม จะได้ก่อสร้างจริง

ผู้เข้าร่วมประกวดต้องออกแบบประติมากรรมลอยตัวที่เหมาะสมกับพื้นที่กลางแจ้งในบริเวณสำนักงานใหญ่ของบริษัท จระเข้ คอร์ปอเรชั่น จำกัด โดยใช้ผลิตภัณฑ์สีสร้างลายรุ่น คัลเลอร์ สติคโค ของ SEE JORAKAY อย่างน้อยร้อยละ ๗๕ ของพื้นผิวประติมากรรมทั้งหมด และสามารถใช้ร่วมกับวัสดุอื่นๆ ที่เป็นโครงสร้างหรือส่วนตกแต่งของประติมากรรม

ผลงานออกแบบทุกชิ้นต้องจัดทำเป็นไฟล์ PDF ส่งมาที่อีเมล seejorakay.designcontest@gmail.com ภายในวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๗ ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ www.seejorakay.com สอบถามเพิ่มเติม โทร ๐ ๒๔๒๒ ๙๙๙๙ ต่อ ๔๘๘๐ หรือทางอีเมล seejorakay.designcontest@gmail.com



ประกวดสื่อสร้างสรรค์

SEED Thailand ขอเชิญนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย และนิสิต นักศึกษา ส่งผลงานเข้าร่วมการประกวดสื่อสร้างสรรค์ “Road Safety Stronger Together” สานพลังเข้มข้น สร้างกลไกเข้มแข็ง เพื่อถนนไทยปลอดภัย” ในหัวข้อ “สะท้อนความเสี่ยงในการใช้รถใช้ถนน สร้างความตระหนักถึงการขับขี่ปลอดภัย และการใช้อุปกรณ์นิรภัย” ซึ่งมูลค่าเงินรางวัลรวมกว่าหนึ่งหมื่นบาท

คลิปวิดีโอเนื้อหาที่มีความยาวไม่เกิน ๕ นาที โดยไม่จำกัดเทคนิคและวิธีการในการนำเสนอ เช่น คลิปวิดีโอ โฆษณา รายการ หนังสือ MV แอนิเมชัน Motion Infographic ฯลฯ

สามารถส่งผลงานเข้าร่วมการประกวดเป็นรายบุคคลหรือเป็นทีม ทีมละไม่เกิน ๓ คน เปิดรับสมัครระหว่างวันที่ - ๓๐ สิงหาคมศกนี้

ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เฟสบุ๊คแฟนเพจ : [seedprojectthailand](https://www.facebook.com/seedprojectthailand)



ประกวด “โครงการลมหายใจไร้มลทิน ประจำปี ๒๕๖๗

กรมกิจการเด็กและเยาวชน (ตย.) ร่วมกับ มูลนิธิลมหายใจไร้มลทิน ขอเชิญนักเรียน นักศึกษา และเทียบเท่า ส่งผลงานเข้าร่วมการประกวดโครงการลมหายใจไร้มลทิน ประจำปี ๒๕๖๗ ชิงเงินรางวัลมูลค่ารวมกว่าสามแสนบาท

ประเภทการประกวด มีการประกวดเรียงความเสริมสร้างค่านิยมแห่งความซื่อสัตย์สุจริต หัวข้อ “คนรุ่นใหม่ใจซื่อมือสะอาด” การประกวดร้องเพลงประกอบดนตรี เพลง “คิดดี ทำดี” เพลง “ด้วยลมหายใจที่ไร้มลทิน” การประกวดวาดภาพศิลปะสะท้อนค่านิยมแห่งความซื่อสัตย์สุจริต หัวข้อ “พลิกฟื้นลมหายใจของโลกในยุคหมอกควัน” การประกวดวิดีโอคลิปสะท้อนค่านิยมแห่งความซื่อสัตย์สุจริต หัวข้อ “ซื่อสัตย์สุจริต ชีวิตดีดีไชยยี่เยล” สมัครและส่งผลงานตั้งแต่วันที่ - ๓๐ สิงหาคมศกนี้

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

มูลนิธิลมหายใจไร้มลทิน โทรศัพท์ ๐ ๒๐๕๕ ๘๔๔๔ ต่อ ๓๑๖, ๓๑๘
กรมกิจการเด็กและเยาวชน โทรศัพท์ ๐ ๒๖๕๑ ๖๕๔๑

กรมกิจการเด็กและเยาวชนร่วมกับมูลนิธิลมหายใจไร้มลทิน

Motor XPO ดิมหายใจไร้มลทิน

ประกวด "ลมหายใจไร้มลทิน" ชิงทุนการศึกษา 300,000 บาท

ส่งผลงานได้ตั้งแต่วันที่ - 30 สิงหาคม 2567

- ประกวดเรียงความ หัวข้อ "คนรุ่นใหม่ใจซื่อมือสะอาด"
- ประกวดร้องเพลงประกอบดนตรีตามเพลง "คิดดี ทำดี" และเพลง "ด้วยลมหายใจที่ไร้มลทิน"
- ประกวดวาดภาพศิลปะ หัวข้อ "พลิกฟื้นลมหายใจของโลกในยุคหมอกควัน"
- ประกวดวิดีโอคลิป หัวข้อ "ซื่อสัตย์สุจริต ชีวิตดีดีไชยยี่เยล"

รายละเอียดการแข่งขันและใบสมัคร

ประกวดแนวคิดผลงาน “นวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์”

ศูนย์การเรียนรู้และวิจัยเฉลิมพระเกียรติ ๖๐ ปี เจ้าฟ้าจุฬาภรณราชวิทยาลัยจุฬาภรณ์ ขอเชิญนักเรียนระดับชั้นมัธยมปลาย ส่งผลงานเข้าร่วมโครงการประกวดแนวคิดผลงาน “นวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์” ทั้งรูปแบบทีมและเดี่ยว โดยจัดส่งแนวคิด ผลงานนวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์มาที่ ip.clrc@cra.ac.th ตั้งแต่วันที่ - ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๗

สอบถามเพิ่มเติม โทร ๐ ๒๕๗๖ ๖๑๐๐ ต่อ ๘๔๔๘ (คุณศิริทิพย์) ๐ ๒๕๗๖ ๖๑๐๐ ต่อ ๘๗๔๒ (คุณพชร) ๐ ๒๕๗๖ ๖๑๐๐ ต่อ ๘๕๙๓ (คุณนิตติยา)

ขอเชิญนักเรียนระดับมัธยมปลาย เข้าร่วมโครงการประกวดแนวคิดผลงาน "นวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์"

นวัตกรรมและสิ่งประดิษฐ์

| ระดับ | ประเภท | จำนวนทีม | เงินรางวัล |
|------------------------|-----------|----------|------------|
| ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น | ทีมเดี่ยว | 1 ทีม | 10,000 บาท |
| | ทีมผสม | 1 ทีม | 5,000 บาท |
| ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย | ทีมเดี่ยว | 1 ทีม | 20,000 บาท |
| | ทีมผสม | 1 ทีม | 10,000 บาท |

1. รางวัลชนะเลิศ (ทีมเดี่ยว/ทีมผสม) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น/มัธยมศึกษาตอนปลาย

2. รางวัลรองชนะเลิศ (ทีมเดี่ยว/ทีมผสม) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น/มัธยมศึกษาตอนปลาย

3. รางวัลชมเชย (ทีมเดี่ยว/ทีมผสม) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น/มัธยมศึกษาตอนปลาย

4. รางวัลผู้เข้ารอบสุดท้าย (ทีมเดี่ยว/ทีมผสม) ระดับมัธยมศึกษาตอนต้น/มัธยมศึกษาตอนปลาย

QR Code: [QR Code]

ปิดรับสมัครแล้ว!

มูลนิธิตั้งเซ็กกิม
Tang-Sek-Kim Foundation

สนับสนุนทุนการศึกษา รอบประกวดเขียนเรียงความ

หัวข้อ "คุณธรรม...สำคัญกับการดำเนินชีวิตอย่างไร"

ใช้คะแนนการสอบคัดเลือกนักเรียนและนักศึกษาทั่วประเทศ ทั้งสิ้น 110 คน รวมมูลค่า 590,000 บาท โบนัสเรียนต่ออีก ๑ ปี

| ระดับ | จำนวนทีม | เงินรางวัล |
|------------------------|----------|------------|
| ระดับประถมศึกษา | 3 ทีม | 4,000 บาท |
| ระดับมัธยมศึกษา | 3 ทีม | 6,000 บาท |
| ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย | 3 ทีม | 8,000 บาท |

สมัครตั้งแต่วันที่ 3 ตุลาคม - 31 สิงหาคม 2567
สมัครได้ที่ www.nongnong.com

ปิดรับสมัครแล้ว!
15 ตุลาคม 2567
สมัครได้ที่ www.nongnong.com

ส่งเอกสารไปที่
มูลนิธิตั้งเซ็กกิม
146 ถนนสาทรเหนือ แขวงมลิบาล
เขตบางมด กรุงเทพฯ 10500
เบอร์โทร โทร 02-949-8000

ประกวดเขียนเรียงความ

“คุณธรรม...สำคัญกับการดำเนินชีวิตอย่างไร”

มูลนิธิตั้งเซ็กกิม ขอเชิญนักเรียน นักศึกษา ส่งผลงานเข้าร่วมการประกวดเขียนเรียงความ หัวข้อ “คุณธรรม...สำคัญกับการดำเนินชีวิตอย่างไร” ชิงทุนการศึกษามูลค่ารวม ๕๙๐,๐๐๐ บาท

แบ่งการประกวดออกเป็น ๓ ระดับ ได้แก่ ประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอุดมศึกษา

เปิดรับสมัครและส่งผลงานตั้งแต่วันที่ - ๓๑ สิงหาคมศกนี้
สอบถามเพิ่มเติมโทร ๐ ๒๖๔๘ ๘๐๐๐ (คุณวรรณพร) ☒

หัตถ์

รายนามคณะกรรมการจัดทำวารสารทศโท

นายสมพันธ์
ดร.เนตรชนก
นางสิริพร
นางเพชรพริ้ง
ดร.สุภาณีญา
นายนิติกร
ดร.นนชัย
นางเพ็ญศรี
รศ.เย็นใจ
นางเยาวลักษณ์
นายเรืองชัย
นางวิณีนารถ
นายสุรินทร์
หม่อมหลวงอนุพร
ดร.อัญชลี
นางสาวฉวีพร

จารุมิลินท
วิภาตะศิลป์
ทองคำวงศ์
สารสิน
พงษ์ศิริ
กรัยวิเชียร
ศานติบุตร
เคียงศิริ
สมวิเชียร
โหดรวานนท์
รุจิระพัฒน์
พันธุ์วุฒิ
เงินรูปร่าง
เกษมสันต์
เกษสุริยงค์
ถ้ำสิงห์

ประธานกรรมการ
รองประธานกรรมการ
รองประธานกรรมการ
รองประธานกรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการ
กรรมการและเลขานุการ

ที่ปรึกษาเกียรติยศ

พลเอก สุรยุทธ์
ร้อยโท ดร.สุวิทย์

จุลานนท์
ยอดมณี

บรรณาธิการ

นางวิณีนารถ

พันธุ์วุฒิ

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

นางสาวทัศนีย์

ยวาะประภาษ

ศิลปินรวม

นายสมชาย
นายพงษ์ณัฐ

หวนเสงี่ยม
วัฒนสุคนธ์

ผู้อุปถัมภ์

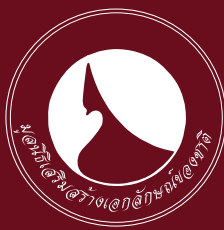


การกีฬาแห่งประเทศไทย



บริษัท ไทยเบฟเวอเรจ จำกัด (มหาชน)





ทิศใต้ เปิดสู่ทุกทิศ และ เปิดรับทุกทิศ