

# บ้านเรา

วารสารเพื่อชุมชนและสิ่งแวดล้อม

ปีที่ 13 ฉบับที่ 3 ประจำเดือน กรกฎาคม - กันยายน 2559



- กิจกรรม CSR และ แนะนำ MD ใหม่
- โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวัดแก้ว
- เฟอร์นิเจอร์ประดับมุก..หีนทอง
- ประเพณีทอดกฐินกับทอดฟ้าป่า  
ความเหมือนที่แตกต่าง



## วารสารบ้านเรา

ปีที่ 13 ฉบับที่ 3 ประจำเดือน กรกฎาคม - กันยายน 2559

## สารบัญ

CONTENTS

- คอลัมน์พิเศษ
- 2 กิจกรรม CSR และ แนะนำ MD ใหม่ คนข้างบ้าน
  - 4 กิจกรรมที่น่าสนใจในรอบ 3 เดือนของโรงไฟฟ้าราชนบุรี บ้านเราทำได้
  - 8 โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวัดแก้ว แวะร้านบ้านเรา
  - 10 เฟอร์นิเจอร์ระดับมุก..หिनกอง คุยเฟื่องเรื่องสุขภาพ
  - 11 ไซไซกา...ภัยใหม่จากถุงลายตัวเก่า สนามความรู้
  - 13 ประเพณีทอดกฐินกับทอดฟ้าป่า ความเหมือนที่แตกต่าง บอกเล่าเก้าสิบ
  - 14 พลคุณภาพอากาศและน้ำประจำเดือน ก.ค.- ก.ย. 59 คุยกันท้ายเล่ม
  - 16 สนุกคิดพิชิตรางวัล



จัดทำโดย  
ส่วนสื่อสารองค์กร ฝ่ายองค์กรสัมพันธ์  
บริษัท พลิตไฟฟ้าราชนบุรี จำกัด

# กิจกรรม CSR



# ปรับปรุงโรงอาหาร โรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้ว (เพิ่มเจริญประชาชนกุล)

กลับมาพบกันอีกครั้งกับเรื่องราวดีๆ ที่ในครั้งนี้อะไหล่ผู้ปฏิบัติงานจอบบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด (บริษัทฯ) ได้ไปร่วมกันทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์ หรือที่เรียกกันติดปากว่า CSR ด้วยการไปปรับปรุงอาคารโรงอาหารให้กับโรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้ว (เพิ่มเจริญประชาชนกุล) และยิวเสี่ยวอาหารกลางวันให้กับน้องๆ ด้วย



โรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้วฯ ตั้งอยู่ในตำบลแพงพวย อำเภอดำเนินสะดวก ปัจจุบันมีนักเรียนอยู่ทั้งหมด 39 คน มีครูผู้สอนและครูรักษาการ ผู้อำนวยการโรงเรียนรวม 3 คน ซึ่งหลังจากที่ทีมงานได้มีโอกาสผ่านมาพูดคุยกับคุณครูพรรณนีย์ รักษาการผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้วฯ ก็ทำให้ทราบว่าที่โรงเรียนแห่งนี้ นอกจากจะมีปัญหาขาดแคลนบุคลากรเป็นปัญหาใหญ่แล้ว อีกเรื่องที่เป็นปัญหาสำคัญของโรงเรียนก็คือ โรงอาหารที่มีสภาพเก่าทรุดโทรมที่อาจทำให้เกิดอันตรายต่อน้องๆ ที่ต้องมาทานอาหารกันได้



เมื่อวันที่ 21 กันยายน 2559 ที่ผ่านมา ผู้ปฏิบัติงานและผู้บริหารของบริษัทฯ จึงได้พร้อมใจกันมาร่วมปรับปรุงโรงอาหารให้น้องๆ นักเรียนโรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้วฯ ด้วยการทาสีโต๊ะ-เก้าอี้ และตัวอาคารของโรงอาหาร รวมถึงซ่อมแซมหลังคา และพื้นทางเดินบางส่วนที่ชำรุดด้วย นอกจากนี้ ยังได้จัดหาอาหารกลางวันมาร่วมรับประทานกับน้องๆ และคุณครูของโรงเรียน และในโอกาสเดียวกันนี้ นางพรรณนีย์ รักษาการรองผู้อำนวยการโรงเรียน ได้มอบช่อดอกไม้แสดงความยินดีกับนายนิมิตร เล็กเจริญสุข ในโอกาสที่ได้เลื่อนตำแหน่งเป็นกรรมการผู้จัดการคนใหม่ของบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด ซึ่งในครั้งนี้ก็ได้นำร่วมลงมือลงแรงกันกับเหล่าพนักงานด้วย

สำหรับการจัดกิจกรรม CSR ในครั้งนี้แม้จะไม่ได้ยิ่งใหญ่หรือใช้งบประมาณอะไรมากมาย แต่ผู้ปฏิบัติงานทุกคนก็ยินดีและเต็มใจที่จะร่วมกันทำเพื่อน้องๆ นักเรียนโรงเรียนบ้านหนองไก่อแก้วฯ เพราะถือเป็นอีกหนึ่งทางที่เราจะตอบแทนสังคมได้บ้างนั่นเอง



Hi!

คนข้างบ้าน

## โรงไฟฟ้าราชบุรี จัดพิธีถวายเทียนพรรษาประจำปี 2559

โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดพิธีหล่อเทียนและถวายเทียนพรรษาประจำปี 2559 แต่พระภิกษุสงฆ์จากวัดในพื้นที่ 9 ตำบลรอบโรงไฟฟ้าจำนวน 34 วัด และในพื้นที่ใกล้เคียงจำนวน 6 วัด รวมทั้งสิ้น 40 วัด โดยมี นายนิมิตร เล็กเจริญสุข กรรมการผู้จัดการบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เป็นประธานในพิธี ณ โรงยิมเนเซียมชั่วคราว ภายในโรงไฟฟ้าราชบุรี



## โรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี มอบเงินสนับสนุนติดตั้งระบบไฟส่องสว่าง

นายบุญรอด เติมมรอด ผู้จัดการส่วนอาวุโส งานกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ โรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด มอบเงินบริจาคสนับสนุนติดตั้งระบบไฟส่องสว่างจุดเสี่ยงอันตราย ต.หินกอง ตาม EIA Monitoring ปี 2559 โดยมี นายเทียม ทิมทอง นายกองดีการ บริหารส่วนตำบลหินกอง เป็นผู้รับมอบ ณ ที่ทำการองค์การบริหาร ส่วนตำบลหินกอง อ.เมือง จ.ราชบุรี



## โรงไฟฟ้าราชบุรี...ฝึกซ้อมตามแผนระดับเหตุการณ์ระดับ 3

โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดให้มีการฝึกซ้อมตามแผนระดับเหตุการณ์ระดับ 3 โดยสมมติเกิดเหตุเพลิงไหม้บริเวณ Air Heater Side B อาคาร Boiler โรงไฟฟ้าพลังความร้อนเครื่องที่ 1 โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเตรียมพร้อม ในการปฏิบัติตามแผนระดับเหตุการณ์ระดับ 3 ของผู้ที่เกี่ยวข้องทบทวนทักษะความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้ อุปกรณ์ต่างๆ การติดต่อสื่อสารและการประสานงานกันของทีมปฏิบัติทั้งภายในและภายนอกโรงไฟฟ้าราชบุรี รวมถึงเป็นการเสริมสร้างความเชื่อมั่นด้านการจัดการความปลอดภัยให้แก่ชุมชนโดยรอบโรงไฟฟ้าราชบุรี โดยโรงไฟฟ้าราชบุรีได้เชิญหน่วยราชการที่เกี่ยวข้อง ผู้นำชุมชน เข้าร่วมสังเกตการณ์การฝึกซ้อมในครั้งนี้ด้วย



## โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดโครงการเพื่อนบ้านเราประจำปี 2559

โครงการเพื่อนบ้านเราเป็นโครงการที่โรงไฟฟ้าราชบุรีเน้นกระบวนกรมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วนโดยใช้กระบวนการสานเสวนา เพื่อหาความต้องการที่แท้จริงร่วมกับนายอำเภอเมืองราชบุรี นายอำเภอดำเนินสะดวก นายอำเภอโพธาราม นายอำเภอบางแพะ จังหวัดราชบุรี และนำความต้องการดังกล่าว มาทำเป็นโครงการโดยแยกเป็นแต่ละอำเภอดังนี้



### อำเภอบางแพะ

ได้ทำโครงการส่งเสริมการตลาดสินค้า เกษตรของดีบางแพะเพื่อจำหน่าย ผลผลิตทางการเกษตร และผลิตภัณฑ์ OTOP ซึ่งเป็นการฝึกให้เกษตรกร ทำการตลาดและจำหน่ายสินค้า ด้วยตนเอง ซึ่งโรงไฟฟ้าราชบุรีก็ได้ เข้าไปสนับสนุนงบประมาณในการ จัดซื้อเต็นท์ เพื่อใช้ในการจัดโครงการ ดังกล่าว

### อำเภอเมือง

โรงไฟฟ้าราชบุรีได้สนับสนุนงบประมาณ ในการจัดอบรม "โครงการอบรม อาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้พิการ ในชุมชน (Care giver)" ให้กับ เจ้าหน้าที่รพ.สต.และอสม.ในพื้นที่ อำเภอเมือง



### อำเภอโพธาราม

โรงไฟฟ้าราชบุรีได้สนับสนุนงบประมาณ ในการจัดโครงการพัฒนาศักยภาพ และเพิ่มสมรรถนะให้กับกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน และชุดรักษาความปลอดภัยหมู่บ้าน และการอบรม "โครงการอบรมอาสาสมัครผู้ดูแลผู้สูงอายุและผู้พิการ ในชุมชน (Care giver)"



### อำเภอดำเนินสะดวก

โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดโครงการ "พัฒนา ศักยภาพข้าราชการ เจ้าหน้าที่ที่ทำการปกครองอำเภอดำเนินสะดวก กำนัน และผู้ใหญ่บ้านอำเภอดำเนินสะดวก จังหวัดราชบุรี ด้วยการนำไปศึกษาดูงาน ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบน อันเนื่องมาจากพระราชดำริ จ.จันทบุรี และทำกิจกรรม CSR ทำซั้งเชือกบ้านปลา ให้กับศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบน เพื่อให้อนุรักษ์พันธุ์สัตว์น้ำต่อไป

# 3 เดือนของโรงไฟฟ้าราชบุรี

## โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดโครงการค่ายเยาวชน อนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ประจำปี 2559

นายนิมิตร เล็กเจริญสุข กรรมการผู้จัดการบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด พร้อมผู้ปฏิบัติงานฝ่ายองค์กรสัมพันธ์ นำตัวแทนครูและนักเรียนกลุ่มเครือข่ายโรงเรียนรอบโรงไฟฟ้าราชบุรีทั้ง 27 แห่ง ร่วมโครงการค่ายเยาวชนอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ประจำปี 2559 โดยแบ่งออกเป็น 2 รุ่น รุ่นละประมาณ 100 คน ณ ศูนย์วิทยาศาสตร์เพื่อการศึกษา จ.กาญจนบุรี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เกิดความรู้ ความเข้าใจที่ถูกต้องด้านวิทยาศาสตร์ เทคโนโลยี และสิ่งแวดล้อม ซึ่งเยาวชนที่เข้าร่วมกิจกรรมจะสามารถนำมาปรับใช้ในโรงเรียนและชีวิตประจำวันได้ต่อไป



## สส. อาวุโส ร่วมเสวนา "ประชารัฐร่วมใจ ชุมชนไทยไร้ความรุนแรง"

นายเชมชาติ สติยศตันติเวช ผู้จัดการส่วนอาวุโส เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด ร่วมการเสวนา "ประชารัฐร่วมใจ ชุมชนไทยไร้ความรุนแรง" ภายใต้กิจกรรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ พลังบวกสามภาครัฐ สื่อและประชาสัมพันธ์ เพื่อสตรีและครอบครัวที่จัดโดยกรมกิจการสตรี และสถาบันครอบครัว กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ณ ศาลาเฉลิมพระเกียรติ 60 พรรษา ร.9 อ.ดำเนินสะดวก จ.ราชบุรี



## ผู้บริหาร RG. เป็นประธานในพิธีเปิดงาน แข่งขันศิลปหัตถกรรมนักเรียน

นายนิมิตร เล็กเจริญสุข กรรมการผู้จัดการ เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เป็นประธานในพิธีเปิดงานแข่งขันศิลปหัตถกรรมนักเรียน ปีการศึกษา 2559 ณ อาคารอเนกประสงค์โรงเรียนวัดโพธิ์ราชบุรีศรีทวารวดี ต.สามเรือน อ.เมือง จ.ราชบุรี

## โครงการชวนเพื่อนเยือนบ้าน... โรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี



นายนิมิตร เล็กเจริญสุข กรรมการผู้จัดการ พร้อมผู้บริหารบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด (ฝ่ายโรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี) ได้ร่วมต้อนรับคณะ ผู้นำชุมชน ต.ห้วยไผ่ ต.ดอนแร่ และ ต.หินกอง ในโครงการชวนเพื่อนเยือนบ้านประจำปี 2559 ซึ่งจัดจำนวนทั้งสิ้น 3 รุ่น โดยมีวัตถุประสงค์ที่จัดขึ้นเพื่อเสริมสร้างความสัมพันธ์ และเพิ่มองค์ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับกระบวนการผลิตกระแสไฟฟ้าและการจัดการด้านสิ่งแวดล้อมของโรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี ณ โรงไฟฟ้าไทรเอนเนอจี ต.หินกอง อ.เมือง จ.ราชบุรี

## โครงการเสริมสร้างความเข้มแข็ง กลุ่มพัฒนาและกลุ่มเกษตรกรในพื้นที่ รอบโรงไฟฟ้าราชบุรี 59

โรงไฟฟ้าราชบุรีจัดโครงการเสริมสร้างความเข้มแข็งกลุ่มพัฒนาและกลุ่มเกษตรกรในพื้นที่รอบโรงไฟฟ้าราชบุรี ประจำปี 2559 โดยนำตัวแทนสมาชิกของกลุ่มจำนวน 13 กลุ่ม รวมทั้งสิ้น 46 คน เข้าศึกษาดูงาน ณ ศูนย์ศึกษาการพัฒนาอ่าวคุ้งกระเบนอันเนื่องมาจากพระราชดำริ จ.จันทบุรี

# โรงไฟฟ้าราชบุรี...ร่วมจัดนิทรรศการ "มหกรรมการส่งเสริมความรับผิดชอบต่อสังคม CSR จังหวัดราชบุรี"



นายณัฐพร ศรีสิงห์ ผู้อำนวยการฝ่ายอาวุโส และนายเขมชาติ สติยศตันติเวช ผู้จัดการส่วนอาวุโสพร้อมผู้ปฏิบัติงานส่วนชุมชนสัมพันธ์ ร่วมจัดนิทรรศการ "มหกรรมการส่งเสริมความรับผิดชอบต่อสังคม CSR จังหวัดราชบุรี" โดยมี นางฉันทรา แสงทอง รองผู้ว่าราชการจังหวัดราชบุรี เป็นประธานในพิธี

การจัดงานในครั้งนี้จัดขึ้น เพื่อส่งเสริมให้ภาคธุรกิจ ใน จ.ราชบุรีมีความรับผิดชอบต่อสังคม และมีส่วนร่วมต่อการพัฒนาสังคมให้มีความสมดุล เข้มแข็งและพึ่งพาตนเองได้ การจัดตั้งศูนย์ CSR เป็นช่องทางหนึ่งที่จะช่วยขับเคลื่อนการพัฒนาไปสู่เป้าหมายของราชบุรีภายในงานมีกิจกรรมหลากหลาย เช่น ปาฐกถาพิเศษ เรื่อง "การขับเคลื่อน CSR อย่างยั่งยืน" โดยนายไมตรี อินทุสุต และพิธีลงนามบันทึกความร่วมมือการขับเคลื่อนทางยุทธศาสตร์การส่งเสริมความรับผิดชอบต่อสังคมของภาคธุรกิจ จ.ราชบุรี ระหว่างศูนย์ CSR ราชบุรี กับหน่วยงาน/องค์กร/ภาคธุรกิจ ณ หอประชุมมูลนิธิธรรมจารีวิทยา อ.ปากท่อ จ.ราชบุรี

## คณะทำงานโครงการอนุรักษ์พลังงาน... จัดกิจกรรมกับโรงเรียนเทศบาล 3

คณะทำงานด้านการจัดการพลังงาน และคณะทำงานจัดกิจกรรมการอนุรักษ์พลังงานโรงไฟฟ้าราชบุรี จัดกิจกรรมด้านการอนุรักษ์พลังงานให้แก่นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 - ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ของโรงเรียนเทศบาล 3 อ.เมือง จ.ราชบุรี ภายใต้หัวข้อ "ร่วมใจลดการใช้ไฟ ใสใจ สิ่งแวดล้อม" เพื่อให้เด็กนักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจวิธีการประหยัดพลังงาน ปกป้องสิ่งแวดล้อม ซึ่งภายในช่วงเช้ามีการบรรยายเกี่ยวกับสถานการณ์พลังงานของประเทศไทย และวิธีการประหยัดพลังงาน โดยนายรัชพล ไกลถิ่น และนายออด เข็มจันทิก และในช่วงบ่ายได้จัดซุ้มกิจกรรมเพื่อให้ความรู้ พร้อมสาธิตอุปกรณ์ด้านการอนุรักษ์พลังงานให้นักเรียนที่มาร่วมกิจกรรมกว่า 100 คน



## โรงไฟฟ้าไทรโยคเนอจี มอบเครื่องคอมพิวเตอร์ให้โรงเรียนในพื้นที่

นางสาวฉันทรา มงคลธนทรัพย์ ผู้จัดการส่วนบริหารโรงไฟฟ้าไทรโยคเนอจี เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด มอบเครื่องคอมพิวเตอร์ จำนวน 3 เครื่อง ให้แก่โรงเรียนวัดห้วยหมู เพื่อใช้ประโยชน์ประจำห้องสมุด สภานุกรมไทยสำหรับเยาวชนฯ แห่งที่ 64 ณ โรงเรียนวัดห้วยหมู ต.หินกอง อ.เมือง จ.ราชบุรี



## RG. รับประกาศนียบัตร "ร้อยดวงใจ ร่วมใจลดโลกร้อน"

นายนิมิตร เล็กเจริญสุข กรรมการผู้จัดการ บริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้าร่วมพิธีมอบคุณและรับมอบประกาศนียบัตรในงาน "ร้อยดวงใจ ร่วมใจลดโลกร้อน" ประจำปี 2559 เพื่อเป็นการเชิดชูเกียรติ และเป็นกำลังใจแก่ผู้ที่มีส่วนร่วมในการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก โดยมี พลเอก สุรศักดิ์ กาญจนรัตน์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นประธานในพิธี และมอบประกาศนียบัตร ซึ่งจัดโดยองค์การบริหารจัดการก๊าซเรือนกระจก (องค์การมหาชน) ณ ห้องบอลรูม โซนเอ ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์



## โรงไฟฟ้าราชบุรี...รับรางวัล CSR-DIW Continuous Award 2016

นายพยนต์ ชินวิไล รองกรรมการผู้จัดการ และนายณัฐพร ศรีสิงห์ ผู้อำนวยการฝ่ายอาวุโส ฝ่ายองค์กรสัมพันธ์ พร้อมผู้บริหารเป็นผู้แทนบริษัทผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้ารับรางวัลโล่ประกาศเกียรติคุณ CSR-DIW Continuous Award 2016 จากโครงการโรงไฟฟ้าพลังความร้อน และโครงการโรงไฟฟ้าพลังความร้อนร่วม จัดโดยกรมโรงงานอุตสาหกรรม กระทรวงอุตสาหกรรม โดยมีดร.สมชาย หาญหิรัญ ปลัดกระทรวงอุตสาหกรรม เป็นประธานในพิธี ณ อิมแพคอารีน่า เมืองทองธานี จ.นนทบุรี



## RG. รับรางวัลสถานประกอบกิจการดีเด่น ด้านแรงงานสัมพันธ์และสวัสดิการแรงงาน ประจำปี 2559

นายพรชัย จ्ञานงค์เดช ผู้อำนวยการฝ่ายอาวุโส ฝ่ายบริหารและการเงิน ในฐานะผู้แทนฝ่ายนายจ้าง และนางพัชราภรณ์ มาลีวรรณ ผู้จัดการส่วนอาวุโส ส่วนบัญชี ในฐานะคณะกรรมการสวัสดิการผู้แทนฝ่ายลูกจ้าง ร่วมเป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้ารับรางวัลเชิดชูเกียรติสถานประกอบกิจการดีเด่นด้านแรงงานสัมพันธ์และสวัสดิการแรงงาน 5 ปีติดต่อกัน (พ.ศ. 2555 - 2559) จากหม่อมหลวงปนัดดาตึก สมิติ ปลัดกระทรวงแรงงาน จัดโดยกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงแรงงาน ณ ห้องแกรนด์ ไดมอนด์ บอลรูม อาคาร 9 ศูนย์แสดงสินค้าและการประชุมอิมแพค เมืองทองธานี อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี



## โรงไฟฟ้าราชบุรีรับใบรับรองมาตรฐาน การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ในสถานประกอบกิจการ

นายพรชัย จ्ञานงค์เดช ผู้อำนวยการฝ่ายอาวุโส ฝ่ายบริหารและการเงิน ในฐานะประธานคณะกรรมการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานประกอบกิจการ เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้ารับมอบใบรับรองมาตรฐานการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในสถานประกอบกิจการ ประจำปี 2559 ที่จัดขึ้นโดยสำนักงานสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน จ.ราชบุรี โดยมีนางฉวีพร แสงทอง รองผู้ว่าราชการจังหวัดราชบุรี เป็นประธานในพิธี ณ โรงแรมเวสเทิร์นแกรนด์ ราชบุรี อ.เมือง จ.ราชบุรี



## โรงไฟฟ้าราชบุรีรับมอบโล่ประกาศเกียรติคุณ ระดับเงิน Zero Accident Campaign 2016

นายพยนต์ ชินวิไล รองกรรมการผู้จัดการ ในฐานะประธานคณะกรรมการความปลอดภัย อาชีวอนามัย และสภาพแวดล้อมในการทำงาน (คปอส.) เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้ารับมอบโล่ประกาศเกียรติคุณกิจกรรมการรณรงค์ลดสถิติอุบัติเหตุจากการทำงานให้เป็นศูนย์ ประจำปี 2559 (Zero Accident Campaign 2016) ระดับเงิน (Silver Level) จำนวน 4,061,329 ชั่วโมง การทำงาน ระหว่างวันที่ 1 พฤศจิกายน 2555 - 31 ธันวาคม 2558 จากพลเอกศิริชัย ดิษฐกุล รัฐมนตรีว่าการกระทรวงแรงงาน ณ ห้องประชุม จอมพล ป พิบูลสงคราม กระทรวงแรงงาน



## RG. รับรางวัลสถานประกอบกิจการต้นแบบดีเด่นด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน ประจำปี 2559 (ระดับประเทศ)

นายพยนต์ ชินวิไล รองกรรมการผู้จัดการ เป็นผู้แทนบริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด เข้ารับมอบรางวัลสถานประกอบกิจการต้นแบบดีเด่นด้านความปลอดภัย อาชีวอนามัยและสภาพแวดล้อมในการทำงาน ประจำปี 2559 (ระดับประเทศ) "ประเภทรางวัลต่อเนื่องกัน 1-4 ปี ระดับทอง" จากนายอนันต์ชัย อุทัยพัฒนาชีพ รองอธิบดีกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน ในงานสัปดาห์ความปลอดภัยในการทำงานแห่งชาติ ครั้งที่ 30 ที่จัดขึ้น โดยสมาคมส่งเสริมความปลอดภัยและอาชีวอนามัยในการทำงาน (ประเทศไทย) ณ ศูนย์แสดงนิทรรศการและการประชุมไบเทค บางนา





# โรงเรียนผู้สูงอายุ ตำบลวัดแก้ว



จากการที่ประเทศไทยมีอัตราการเกิดลดลงผนวกกับมีเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่ดีขึ้น ทำให้ในปัจจุบันผู้สูงอายุชาวไทย เพิ่มปีละประมาณ 5 แสนคน คาดว่าปี 2568 ประเทศไทยจะมีผู้สูงอายุกว่า 14 ล้านกว่าคน ซึ่งถือว่าเป็นการก้าวเข้าสู่การเป็น "สังคมผู้สูงอายุโดยสมบูรณ์" ไม่เพียงแต่ภาครัฐโดยกระทรวงสาธารณสุขที่มองเห็นปัญหา และได้เร่งพัฒนาการดูแลทั้งระบบการดูแลสุขภาพ เชลลอคความเสื่อมร่างกาย แล้วยังมีรพ.สต.หนึ่งใกล้ๆ บ้านเราที่ได้ลงมือเปิดโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้นมาเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงวัยในชุมชนให้รู้เท่าทันความชรา แลพร้อมรับมือกับสิ่งต่างๆ ที่จะมาพร้อมกับความชราได้

โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลวัดแก้วคือ หน่วยงานที่เรากล่าวถึงข้างต้น ซึ่งในวันนี้เราได้มีโอกาสพูดคุยกับพี่สมศรี หรือ นางสมศรี จังโสพานิช นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการของรพ.สต.วัดแก้ว หนึ่งในผู้เข้าร่วมกันคิดและร่วมกันทำโครงการดีๆ นี้ขึ้นมา ซึ่งวันนี้จะมาเล่าถึงที่มาของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวัดแก้วให้เราฟังกัน



"โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวัดแก้ว เกิดขึ้นจากการที่เราเฝ้าสังเกตว่าในชุมชนบ้านเรามีผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว ซึ่งเราเห็นว่าจะต้องมีการเตรียมความพร้อมและให้ความรู้ในการดูแลสุขภาพตนเองกับผู้สูงอายุเหล่านี้ที่ปัจจุบันยังมีสุขภาพดี ให้มีร่างกายที่แข็งแรง ไม่เจ็บป่วยหรือมีโรคเรื้อรังจนกลายเป็นผู้ป่วยติดเตียงและกลายเป็นภาระของครอบครัวไปในที่สุด ซึ่งก็ไปสอดคล้องกับนโยบายของกระทรวงสาธารณสุขที่ต้องการให้มีการเตรียมความพร้อมรับมือกับ "สังคมผู้สูงอายุ" ที่จะเกิดขึ้นกับประเทศไทยในอนาคตอันใกล้ รพ.สต.วัดแก้วจึงได้เปิดโรงเรียนผู้สูงอายุ ต.วัดแก้วขึ้นมา โดยได้ทำพิธีเปิดโรงเรียนไปเมื่อต้นเดือนกันยายนที่ผ่านมาเนือง"

โรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวัดแก้ว ใช้หลักสูตรการเรียนการสอนที่จัดขึ้นโดยกระทรวงสาธารณสุข ที่มุ่งเน้นในเรื่องของการดูแลสุขภาพของตนเองเป็นหลัก และก็มีเสริมในมิติของวิชาชีพที่ผู้สูงอายุจะสามารถนำไปใช้ในการสร้างรายได้ให้กับตนเองด้วย มีระยะเวลาในการเรียนประมาณ 24 สัปดาห์ ผู้ที่จบหลักสูตรจะได้ใบประกาศจาก 4 กระทรวง ที่มีส่วนร่วมในการมาอบรมให้ความรู้คือ กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงมหาดไทย กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ กระทรวงศึกษาธิการ โดยใช้สถานที่ของรพ.สต.วัดแก้วในการอบรมที่จะจัดกันในทุกๆ วันอังคาร ตั้งแต่เวลา 13.00 -16.30 น. และได้กำหนดคุณสมบัติของนักเรียนรุ่นที่ 1 ไว้ว่า จะต้องเป็นผู้สูงอายุของตำบลวัดแก้วที่มีอายุตั้งแต่ 60 ปีขึ้นไป และมีร่างกายแข็งแรง โดยมีนักเรียนทั้งสิ้น 52 คน

"ในตอนแรกที่เราได้มีการประชาสัมพันธ์เพื่อเชิญชวนผู้สูงอายุให้มาเข้าโรงเรียนนั้น ก็ยังมีกลัวๆ และไม่เข้าใจ เพราะคิดว่าจะต้องมานั่งเรียนหนังสือเหมือนเด็กๆ จึงยังมีผู้สนใจน้อยเพราะบ้างก็ว่าตาไม่ดี อ่านหนังสือไม่เก่ง เราก็ต้องลงไปทำความเข้าใจใหม่ว่าโรงเรียนของเราไม่เหมือนโรงเรียนของเด็กๆ แต่ที่นี้เราจะเน้นกิจกรรมที่จะสอดแทรกความรู้แก่ผู้สูงอายุในเรื่องการเตรียมความพร้อมรับมือความชรา เพราะเมื่อเขารู้และเข้าใจถึงสภาวะเสื่อมของร่างกายที่จะเกิด ก็ทำให้พร้อมรับมือกับสถานการณ์ต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้ โดยในด้านสุขภาพเราได้วิทยากรจากโรงพยาบาลบางแพมาแนะนำการดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรงสมวัย ด้านการสร้างอาชีพเรามีการสอนเพาะต้นอ่อนทานตะวัน/เพาะถั่วงอก ที่ผู้สูงอายุจะสามารถนำไปทำเพื่อสร้างรายได้เล็กๆ น้อยๆ ให้กับตนเองได้ เรามีวิทยากรจากเกษตร อ.บางแพ หรือผู้มีความรู้ในชุมชนมาสอนให้ หรือการให้ความรู้ด้านเทคโนโลยีใหม่ๆ ด้วยการสอนคอมพิวเตอร์ การใช้อินเทอร์เน็ตเราก็จะไปใช้สถานที่ของโรงเรียนวัดแก้ว นอกจากนี้ยังมีการจัดกิจกรรมสันทนาการที่ๆ ทหารบกด้วย ซึ่งถือเป็นจุดแข็งของโรงเรียนผู้สูงอายุ ต.วัดแก้วของเรา ที่มีเครือข่ายกับหลายๆ หน่วยงานเข้ามาสนับสนุนในการเรียนการสอนครั้งนี้"





“ผู้สูงอายุที่มาเรียนนอกจากจะไม่เสียค่าใช้จ่ายใดๆ แล้วเรายังมีอาหารกลางวันได้รับประทานก่อนเรียน ได้ไม่พลองเอาไว้ออกกำลังกายที่บ้าน ซึ่งเห็นเป็นรูปธรรมชัดๆ ในด้านของนามธรรมที่ผู้สูงอายุจะได้ก็คือ แต่ละคนจะมีความสุขขึ้น เพราะได้มาพบปะพูดคุย ทำกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อนฝูงในวัยเดียวกัน บางคนไม่เคยมีโอกาสมาทำกิจกรรมต่างๆ ที่อยู่เป็นหลักสูตนี้เลย ก็นับว่าเป็นประสบการณ์ที่แปลกใหม่สำหรับเขา บางคนหลังจากที่สูงวัยขึ้น ลูกหลานก็ให้อยู่บ้านเลี้ยงหลานตลอด พอมาเรียนที่นี้ก็ทำให้ใน 1 สัปดาห์ เขาก็มีเวลาเป็นของตัวเองบ้าง บางคนก็อยู่บ้านคนเดียว เพราะลูกหลานไปทำงานนอกบ้านกันหมด ก็เหงา พอมาเรียน มาเจอเพื่อนก็มีความสุข สดชื่นขึ้นมา บางคนมีส่วนร่วมในการถ่ายทอดความรู้ หรือช่วยเหลือเพื่อน ๆ ในชั้นเรียน ทำให้เขาภาคภูมิใจในตัวเองว่ายังสามารถทำสิ่งที่เป็นประโยชน์และช่วยเหลือผู้อื่นได้ เหล่านี้เองที่ทำให้ผู้สูงอายุมีความสุขขึ้น ในส่วนของเราที่เป็นผู้เปิดโรงเรียนผู้สูงอายุขึ้นมา หลังการอบรม ในแต่ละครั้ง พี่และพี่หม่ออิว (ผอ.รพ.สต.วัดแก้ว) จะมาพูดคุยกันเพื่อประเมินการเรียนการสอนว่า มีอะไรยากไป หรือหนักไปสำหรับผู้สูงอายุหรือเปล่า เพื่อที่จะได้นำมาปรับปรุงในครั้งต่อไป หรือรุ่นต่อไปได้”

ทีมงานได้มีโอกาสคุยกับคุณป้าหริต เนตรสน หนึ่งในนักเรียนรุ่นแรกของโรงเรียนผู้สูงอายุตำบลวัดแก้ว ถึงการมาเรียนว่า “รู้สึกดีใจที่ได้มาเรียน เพราะจะได้มาเจอเพื่อนๆ และไม่เหงา ได้มาทำอะไรได้ด้วยกัน เยอะแยะ ทุกวันนี้รู้สึกอยากให้ถึงวันอังคารเร็วๆ เพราะมาแล้วสบายใจ และสนุกสนานดี”

ก็ต้องขอปรบมือดังๆ ให้กับอีกหนึ่งโครงการดีๆ ของ sw.สต.วัดแก้ว ที่ชุมชนไหนจะนำทำบ้าง ก็ไม่สงวนลิขสิทธิ์ เพราะนอกจากจะเป็นการสร้างเสริมสุขภาพที่ดีให้กับผู้สูงอายุในชุมชนของเราแล้วยังเป็นการยังเรียนคุณค่าของการมีชีวิตอยู่ของผู้สูงอายุกลับคืนมาอีกด้วย





# เฟอร์นิเจอร์ประดับมุก.. หินกONG



วันนี้เราได้ผ่านมาที่ ต.หินกONG อ.เมืองราชบุรี ซึ่งที่นี่เป็นที่ตั้งของ บริษัท ผลิตไฟฟ้าราชบุรี จำกัด สาขาโรงไฟฟ้าโตรอนเนอจ้ด้วย แต่ในครั้งนี่เราไม่ได้พามาที่นี้กันนะครับ แต่เราจะพามาชมการทำ เฟอร์นิเจอร์ประดับมุกงานฝีมือ Hand Made ของ ต.หินกONG กันครับ

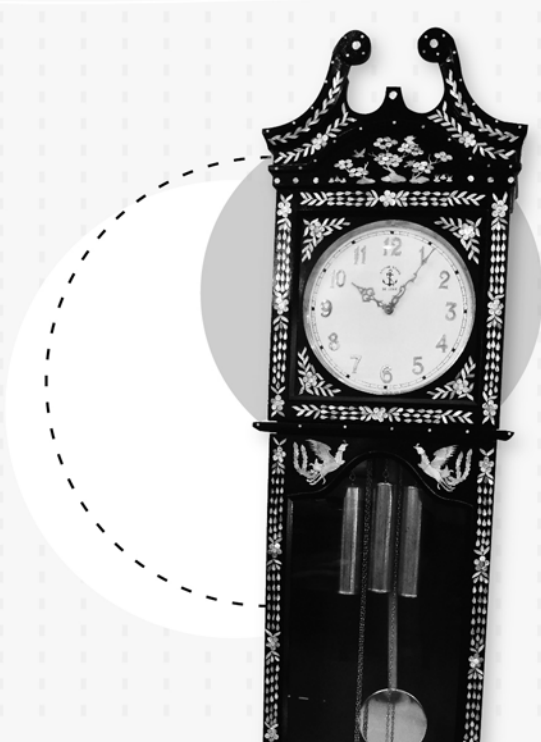
คุณเพชร ทับทิมทอง อยู่บ้านเลขที่ 109/1 ม.9 ต.หินกONG นอกจากนี้จะมีอาชีพทำเฟอร์นิเจอร์ประดับมุกแล้ว ยังมีตำแหน่งการงานการเมืองท้องถิ่น อีกตำแหน่ง คือ รองนายกองค์การบริหารส่วนตำบลหินกONG ซึ่งใครๆ มักเรียกกันติดปากว่า รองเพชร ที่วันนี้จะมาแนะนำให้เราารู้จักกับ อุตสาหกรรมในครัวเรือนการทำเฟอร์นิเจอร์ประดับมุก งานฝีมือที่ชาวราชบุรีของเราทำกันดี

แต่เดิมรองเพชรเคยเป็นลูกจ้างโรงงานนาฬิกา ที่ทำนาฬิกาตั้งพื้นเรือนใหญ่ และมีมุกประดับ ที่เรามักจะเห็นประดับตามบ้าน หรือหน่วยงานต่างๆ หลังจากทำงานมาได้หลายปีจนมีความชำนาญก็เลยคิดว่าอาชีพนี้ก็สามารถกลับมาทำที่บ้านเกิดได้ ก็เลยลาออกและกลับมาอยู่ที่ราชบุรี และเริ่มประกอบธุรกิจเป็นของตนเอง ด้วยการรับทำโครงตัวเรือนนาฬิกาตั้งพื้น และออกไปหาตลาดเอง โดยจะมีน้องชายเป็นคนทำงานไม้ พี่ชายเป็นคนทำงานสี ส่วนตนเองและภรรยาจะเป็นคนทำงานประดับมุก เรียกว่าเป็นอุตสาหกรรมในครัวเรือนอย่างแท้จริง มาจนถึงปัจจุบันก็ทำมาได้กว่า 12 ปีแล้ว โดยทุกวันนี้นอกจากการทำตัวเรือนนาฬิกาตั้งพื้นประดับมุกแล้วยังทำเฟอร์นิเจอร์จากไม้ต่างๆ ซึ่งจะประดับมุกหรือไม่ก็ได้ด้วย โดยตัวเรือนนาฬิกาจะไปส่งขายตามร้านนาฬิกาในกรุงเทพฯ ย่านเยาวราช และคลองถม เมื่อร้านนาฬิกาซื้อไปแล้วก็จะนำตัวเครื่องนาฬิกาไปใส่ในตัวเรือนอีกทีหนึ่ง สำหรับเปลือกหอยที่นำมาใช้ในจะมี 2 ชนิด คือ หอยน้ำจืด ได้แก่ หอยกาบ หอยมุกไฟ ส่วนหอยทะเล ได้แก่ หอยเสียน ซึ่งถ้าเราใช้หอยทะเลจะมีราคาแพงกว่า

## ขั้นตอนในการทำเฟอร์นิเจอร์ประดับมุกมีดังนี้

1. เตรียมไม้ที่เราจะใช้ในการทำเฟอร์นิเจอร์
2. เขียนลวดลายมุกที่เราต้องการลงบนกระดาษแล้วนำไปติดบนเปลือกหอยมุก
3. ตัดเปลือกหอยตามรูปร่างที่เราได้เขียนลวดลายไว้บนกระดาษ และนำมาติดบนไม้ที่เราต้องการประดับด้วยกาวและจีลื้อย แล้วนำไปขัดด้วยกระดาษทรายสายพานให้เรียบ กลืนไปกับเนื้อไม้
4. เขียนลวดลายบนมุกด้วยการใช้เหล็กแหลมวาดลงไปบนเนื้อมุก เช่น ถ้าเราทำเป็นรูปคนก็จะต้องเขียนหน้าตา จมูก และปาก
5. นำไม้ที่ประดับมุกและวาดลวดลายเสร็จแล้วไปทาสี เช็ดสีบริเวณเนื้อมุกออกให้เรียบร้อย และนำไปประกอบเป็นชิ้นงานเฟอร์นิเจอร์ได้เลย

สำหรับงานตัวเรือนนาฬิกาประดับมุก 1 ชิ้นนี้ใช้ระยะเวลาทำประมาณ 15 วัน ซึ่งถ้าใครสนใจจะสั่งซื้อหรือสั่งทำเฟอร์นิเจอร์จากไม้ต่างๆ ก็สามารถโทรศัพท์ไปสอบถามที่เบอร์ 089-7424334 มีของดีก็ต้องบอกต่อครับ





# ไซซิกา.. ภัยใหม่จาก ยุงลายตัวเก่า

**ไวรัสซิกา หรือไซซิกา** เป็นอีกหนึ่งโรคที่มี  
ยุงลายเป็นพาหะแม้จะยังไร้วัคซีนป้องกัน แต่  
ผู้ป่วยส่วนใหญ่สามารถหายได้เองภายใน 7 วัน  
ที่ต้องระวังคือ สตรีมีครรภ์เพราะหากติดเชื้อแล้ว  
จะทำให้ทารกที่คลอดออกมามีศีรษะเล็กกว่า  
ปกติ

### ไวรัสซิกา คืออะไร ?

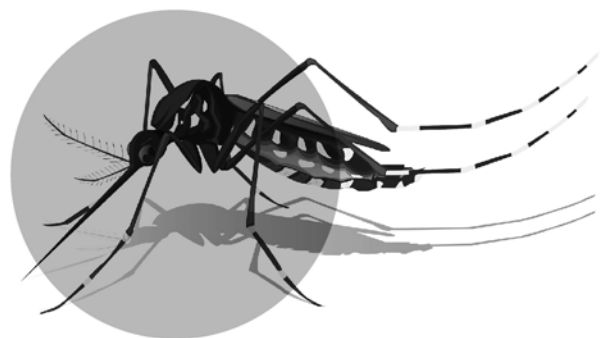
ไวรัสซิกา หรือไซซิกา เป็นเชื้อไวรัสในตระกูลเฟลิวไวรัส (flavivirus) มีลักษณะคล้ายคลึงกับ ไวรัสไข้เหลือง ไวรัสเดงกี ซึ่งเป็นสาเหตุของไข้เลือดออกรวมทั้งไวรัสเวสต์ไนล์ที่เป็นสาเหตุของไข้สมองอักเสบ และเชื้อไวรัสไข้สมองอักเสบเจอี ซึ่งทั้งหมดล้วนมียุงลายเป็นพาหะ เชื้อไวรัสซิกาถูกค้นพบครั้งแรกจากในน้ำเหลืองของลิงวอกที่ถูกนำมาซึ่งป่าซิกาในประเทศยูกันดา เพื่อศึกษาไข้เหลืองเมื่อปีพ.ศ. 2490 และพบในคนเมื่อปีพ.ศ. 2511 ในประเทศไนจีเรีย เชื้อไวรัสซิกาพบได้ในประเทศแถบทวีปแอฟริกา ทวีปอเมริกา ทวีปเอเชียใต้ และหมู่เกาะในแถบมหาสมุทรแปซิฟิกตะวันตก

### ไวรัสซิกา กลุ่มเสี่ยงคือใคร ?

กลุ่มเสี่ยงติดเชื้อไวรัสซิกามากที่สุดคือ กลุ่มสตรีตั้งครรภ์ ซึ่งหากติดเชื้อแล้วจะทำให้ทารกในครรภ์ได้รับอันตรายด้วย คือจะทำให้เด็กมีศีรษะเล็กกว่าปกติ ดังนั้นจึงมีคำแนะนำตั้งครรถ์ไม่ควรเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาดของโรค หรือหากเป็นประชากรในประเทศที่มีการระบาดก็ขอให้ชะลอการตั้งครรถ์ออกไปก่อน แต่หากหญิงตั้งครรถ์มีอาการไข้ ผื่นขึ้น ตาแดง ปวดเมื่อยตามตัว ปวดข้อ ต้องรีบพบแพทย์ เพื่อทำการเจาะเลือดตรวจหาเชื้อ

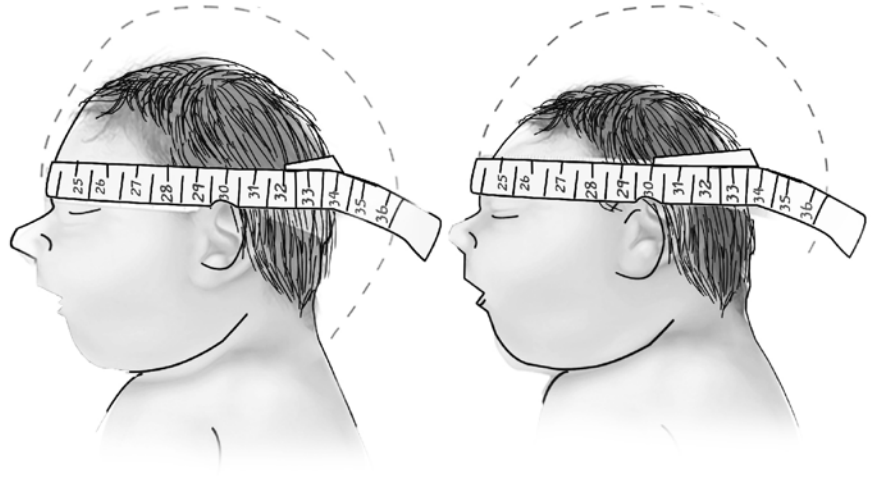
ถ้าว่ากันถึงภัยจากยุงลายที่เรารู้จักกันดีอย่างไข้เลือดออกแล้ว ยังมีอีกโรคหนึ่งชื่อ "ไวรัสซิกา" ที่เราควรรู้จักไว้ เพราะในช่วงปี 2558 โรคนี้ได้ระบาดหนักในแถบลาตินอเมริกา โดยเฉพาะประเทศบราซิล ที่การระบาดรุนแรงจนต้องประกาศสถานการณ์ฉุกเฉิน และสถานการณ์ยังรุนแรงไม่หยุดทำให้เมื่อวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2559 องค์การอนามัยโลก หรือ WHO ประกาศให้การระบาดของไวรัสซิกาเป็นภาวะฉุกเฉินด้านสาธารณสุขระหว่างประเทศ

ขณะที่ประเทศไทยก็พบผู้ติดเชื้อในหลายจังหวัด ซึ่งกระทรวงสาธารณสุขได้ประกาศให้โรคติดเชื้อไวรัสซิกาเป็นหนึ่งในโรคติดต่อที่ต้องแจ้งความ ดังนั้นได้เวลาแล้วที่เราควรจะทำความรู้จักกับเจ้าเชื้อไวรัสซิกากันแบบจริงจัง แม้จะยังไม่ใช่เรื่องใกล้ตัวแต่ก็ไม่ควรละเลยด้วยประการทั้งปวง





ศีรษะเด็กปกติ



ศีรษะเด็กที่มีอาการสลับ

นอกจากนี้ยังมีกลุ่มผู้ป่วยที่มีไข่ออกผื่น กลุ่มเด็กทารก ที่มีศีรษะสลับ และผู้ป่วยที่มีอาการปลายประสาทอักเสบ ก็ถือเป็นกลุ่มเสี่ยงของโรคนี้

### ไวรัสซิกา ติดต่อดีอย่างไร?

ไวรัสซิกาเป็นเชื้อไวรัสที่มีอยู่กลายเป็นพาหะ ดังนั้นการติดต่อจึงมาจากการถูกยุงที่มีเชื้อกัด นอกจากนี้ยังอาจติดต่อได้ทางเลือด หรือแพร่จากมารดาที่ป่วยสู่ทารกในครรภ์ อย่างไรก็ตามในตอนแรกยังไม่มียารักษาว่าพบการแพร่เชื้อจากคนสู่คน จนกระทั่งเมื่อวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2559 ศูนย์ควบคุมและป้องกันโรคของสหรัฐอเมริกายืนยันว่า พบผู้ติดเชื้อไวรัสซิกาจากการมีเพศสัมพันธ์กับผู้ติดเชื้อที่เดินทางกลับมาจากประเทศที่ไวรัสชนิดนี้ระบาด นั้นแสดงว่าโรคนี้สามารถติดต่อกันได้ผ่านการมีเพศสัมพันธ์

### ไวรัสซิกา อาการเป็นอย่างไร

องค์การอนามัยโลกระบุว่า มีผู้ติดเชื้อราว 1 ใน 4 ที่จะแสดงอาการออกมาให้เห็นหลังได้รับเชื้อ ซึ่งจะปรากฏอาการคล้ายคลึงกับอาการของโรคไข้เลือดออก ได้แก่ มีผื่นแดงขึ้นตามตัว ไข้ขึ้นสูง เยื่อเมือกอักเสบ ปวดกล้ามเนื้อ และข้อต่อ รู้สึกไม่สบายเนื้อไม่สบายตัว และปวดหัว แต่อาการเหล่านี้สามารถทุเลาลงภายในเวลา 2-7 วัน หากได้รับการรักษาอย่างถูกต้อง และทันที่วงที่ไม่รุนแรงเท่าโรคไข้เลือดออก

แต่ถ้าหากปล่อยไว้อาการอาจจะรุนแรงจนถึงขั้นทำให้ระบบการทำงานของสมองผิดปกติได้ ทั้งนี้หากเป็นผู้ป่วยหญิงที่กำลังตั้งครรภ์ เชื้อไวรัสดังกล่าวอาจจะทำให้เกิดความผิดปกติกับทารกในครรภ์ ซึ่งจะทำให้ทารกมีความผิดปกติที่ศีรษะ โดยจะมีกะโหลกศีรษะและสมองที่เล็กกว่าปกติ

### ไวรัสซิกา รักษาอย่างไร

แม้จะเป็นโรคที่ไม่รุนแรง แต่โรคไวรัสซิกาก็ยังเป็นโรคที่ยังไม่มีวัคซีนป้องกัน หรือวิธีการรักษาที่แน่ชัด ทำได้แค่เพียงรักษาตามอาการ เช่นเดียวกับโรคไวรัสอื่น ๆ ที่มีอยู่กลายเป็นพาหะ ดังนั้นผู้ป่วยควรพักผ่อนมากๆ และดื่มน้ำให้เพียงพอ ทานยาตามแพทย์สั่ง นอกจากนี้ก็ยังคงควรระมัดระวังไม่ให้เกิดอาการแทรกซ้อนที่ไม่พึงประสงค์อื่นๆ อีกด้วย

### ไวรัสซิกา ป้องกันได้อย่างไร

วิธีป้องกันที่ดีที่สุดของโรคไวรัสซิกา หรือไข้ซิกาก็คือพยายามอย่าให้ยุงกัด อีกทั้งยังควรกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลายให้สิ้นซาก เพื่อเป็นการตัดวงจรการขยายพันธุ์และป้องกันโรคที่อาจมาพร้อมกับยุงลายนอกเหนือจากไวรัสซิกา ได้แก่ โรคไข้เลือดออก โรคไข้เหลือง โรคไข้เวสต์ไนล์ และโรคชิคุนกุนยา

ได้รู้จักกันมากขึ้นแล้วกับโรคไวรัสซิกา คราวนี้ก็อยู่ที่ตัวของเราเองที่จะต้องดูแลรักษาสุขภาพของตัวเองให้ดี ยิ่งถ้าหากใครที่ต้องเดินทางไปในประเทศที่มีการระบาดก็ควรใส่ใจสุขภาพให้มาก ไม่อยากเจ็บป่วยที่หลังก็อย่าชะล่าใจนะครับ





# ประเพณีทอดกฐิน กับทอดผ้าป่า ความเหมือนที่แตกต่าง

ประเพณีทอดกฐินและทอดผ้าป่านั้นถือเป็นประเพณีที่ชาวพุทธคุ้นเคยกันดี แต่คนส่วนใหญ่มักไม่ทราบว่า ประเพณีทั้งสองมีที่มาอย่างไรและแตกต่างกันตรงไหนบ้าง สนามความรู้มีมาฝากกันครับ

## ประเพณีทอดกฐิน

กำหนดให้มีการจัดทอดกฐินขึ้นภายใน 1 เดือน หลังประเพณีออกพรรษา โดยวัดที่จะสามารถรับกฐินได้ต้องมีพระภิกษุจำพรรษาโดยไม่ขาดพรรษา และไม่ต่ำกว่า 5 รูป ซึ่งแต่ละวัดสามารถรับกฐินได้เพียงปีละ 1 ครั้งเท่านั้น การทอดกฐินตามพระวินัยกำหนดช่วงเวลาไว้ คือ ตั้งแต่แรม 1 ค่ำ เดือน 11 ถึงวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 12 ผู้มีจิตศรัทธาเลื่อมใส ใครจะทอดกฐินก็ได้ให้ทอดได้ในระหว่างระยะเวลานี้ ถ้าทอดก่อนหรือทอดหลังกำหนดนี้ จะไม่ถือเป็นการทอดกฐิน

## คำว่า กฐิน แปลว่า ไม่สะดึง

คือกรอบไม้ชนิดหนึ่งใช้สำหรับขึงผ้าให้ตึง สะดวกแก่การเย็บ ในสมัยโบราณการเย็บผ้าต้องเอาไม้สะดึงมาขึงผ้าให้ตึงเสียก่อนแล้วจึงเย็บเพราะช่างยังไม่มี ความชำนาญและเครื่องมือในการเย็บก็ยังไม่เพียงพอเหมือนจักรเย็บผ้า ในปัจจุบัน ส่วนสมัยโบราณไม่ว่าจะเป็นผ้ากฐินหรือจีวร ถ้าพระภิกษุทำเอง ก็จัดเป็นงานที่เอิกเกริก เช่น ตามตำนานได้กล่าวไว้ว่า การเย็บจีวรนั้น พระเถระานุเถระต่างมาช่วยกัน เป็นต้นว่า พระสารีบุตร พระมหาโมคคัลลานะ พระมหากัสสปะ หรือแม้แต่สมเด็จพระบรมศาสดาก็เสด็จลงมาช่วย รวมถึงพระภิกษุสามเณรอื่นๆ ก็ช่วยขนขวายในการเย็บจีวร อุบาสกอุบาสิกา ก็จัดหาไม้สะดึง มาถวายพระภิกษุสงฆ์ โดยมีองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นประธาน

ในสมัยนี้การเย็บจีวรแม้จะเป็นแบบธรรมดา ก็เป็นการต้องช่วยกันทำ หลายผู้หลายองค์ (ไม่เหมือนในปัจจุบัน ซึ่งมีจีวรสำเร็จรูปแล้ว)



ทั้งประเพณีทอดกฐินและการทอดผ้าป่า ต่างก็นับเป็นการทำบุญที่ จะช่วยดำรงพระพุทธศาสนาให้คงอยู่ต่อไป และยังเป็นบุญกุศลอย่างใหญ่หลวง ทั้งแก่ผู้ทำและผู้ทีล่าวลัไปแล้ว หลังออกพรรษาปีนี้อย่าลืมหาาร่วมทำบุญกันครับ

## ประเพณีทอดผ้าป่า

ประเพณีทอดผ้าป่าเป็นการทำบุญอีกอย่างหนึ่งของพุทธศาสนิกชน คล้ายกับ พิธีทอดกฐิน แต่พิธีทอดผ้าป่าไม่มีกำหนดระยะเวลา จะทอดเมื่อไรก็ได้ และวัด วัดหนึ่งในแต่ละปีจะจัดให้มีการทอดผ้าป่ากี่ครั้งก็ได้เช่นกัน อีกทั้ง ยังไม่เจาะจงเกี่ยวกับพระภิกษุที่จะรับผ้าป่าแต่อย่างใด

ประวัติความเป็นมาของพิธีทอดผ้าป่ากล่าวไว้ว่า ในสมัยพุทธกาล เมื่อครั้งที่ พระบรมศาสดายังมิได้ทรงอนุญาตให้พระภิกษุทั้งหลายรับจีวรจากชาวบ้าน พระภิกษุเหล่านั้นจึงต้องเที่ยวเก็บผ้าที่เขาทิ้งแล้ว เช่น ผ้าเประเบื้อนที่ชาวบ้าน ไม่ต้องการนำมาทิ้งไว้หรือผ้าห่อศพ มารวบรวมผ้าชิ้นเล็กชิ้นน้อยพอแก่ ความต้องการแล้ว จึงนำมาซักเพื่อความสะอาด ตัดเย็บ ย้อม เพื่อทำเป็นจีวร สบง หรือสังฆาฏิ ผืนใดผืนหนึ่ง ชาวบ้านทั้งหลายเห็นความยากลำบาก ของพระภิกษุสงฆ์ จึงต้องการจะนำผ้ามาถวาย แต่เมื่อยังไม่มีพุทธานุญาตโดยตรง จึงนำผ้าไปทอดทิ้งไว้ ณ ที่ต่างๆ เช่น ในป่า ตามป่าช้า หรือข้างทางเดิน เมื่อพระภิกษุสงฆ์มาพบ เห็นว่าเป็นผ้าที่ผู้เป็นเจ้าของทอดอาลัยแล้วคือ ไม่ต้องการ ก็นำเอามาทำเป็นสบง จีวร ผ้าชนิดนี้จึงเรียกว่าผ้าป่า และก็เป็น ที่มาของประเพณีทอดผ้าป่านั้นเอง

ในอดีตการทอดผ้าป่าคือ การนำผ้าไปทิ้งไว้ดังที่กล่าวแล้ว แต่ในปัจจุบัน นิยมทำในรูปแบบต่างๆ แตกต่างกันไป จึงมีชื่อเรียกเป็น 3 อย่าง คือ

1. ผ้าป่าทางกฐิน ได้แก่ ผ้าป่าชนิดที่เจ้าภาพจัดให้มีขึ้นต่อจากการทอดกฐิน คือเมื่อทำพิธีทอดกฐินเสร็จแล้ว ก็จะทำทอดผ้าป่าด้วยเลย จึงเรียกว่า ผ้าป่าทางกฐิน หรือผ้าป่าแถมกฐิน
2. ผ้าป่าโยง ได้แก่ ผ้าป่าที่จัดทำรวมๆ กันหลายกอง นำบรรทุกเรือแห่ ไปทอดตามวัดต่างๆ ที่อยู่ริมแม่น้ำ จึงเรียกว่า ผ้าป่าโยง จะมีเจ้าภาพ เดียวหรือหลายเจ้าภาพก็ได้
3. ผ้าป่าสามัคคี คือ ผ้าป่าที่มีการแจกฎีกาอนุญาตไปตามบุคคล สถานที่ต่างๆ ให้ร่วมกันทำบุญแล้วแต่ศรัทธา โดยจัดเป็นกองผ้าป่า มารวมกัน จะเป็นกี่กองก็ได้ เมื่อถึงวันทอดจะมีขบวนแห่ผ้าป่ามารวมกัน ที่วัดอย่างสนุกสนาน บางทีจุดประสงค์ก็เพื่อร่วมกันหาเงินสร้างถาวร วัตถุต่างๆ เช่น โบสถ์ วิหาร ศาลาการเปรียญ

ในปัจจุบันการจัดทำทอดผ้าป่านั้นจะเห็นว่าเป็นที่นิยม ทำกันมากเพื่อรวมเงินสร้างสิ่งก่อสร้าง หรือจัดซื้อ อุปกรณ์ต่างๆ เช่น อาคารที่พัก ผู้ป่วยในโรงพยาบาล อาคารเรียน อุปกรณ์การศึกษา อุปกรณ์ทางการแพทย์ เป็นต้น

Hi!

บอกเล่าทำสิบ

# ผลการตรวจวัดคุณภาพสิ่งแวดล้อม โรงไฟฟ้าราชบุรี

คุณภาพอากาศบริเวณโดยรอบโรงไฟฟ้าราชบุรี

## กรกฎาคม 2559

ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 25

วัดนันทบุษย์	11-43
วัดบางกะโต	21-55
วัดโพธิ์ราชวร	13-36
บ้านชาวเหนือ	อยู่ระหว่างการ ซ่อมแซมอุปกรณ์
บ้านบางลาน	17-47



ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 1

วัดนันทบุษย์	0-5
วัดบางกะโต	1-2
วัดโพธิ์ราชวร	0-3
บ้านชาวเหนือ	1-2
บ้านบางลาน	0-4



## สิงหาคม 2559

ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 29

วัดนันทบุษย์	13-42
วัดบางกะโต	อยู่ระหว่างการ ซ่อมแซมอุปกรณ์
วัดโพธิ์ราชวร	12-32
บ้านชาวเหนือ	30-43
บ้านบางลาน	20-55



ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 1

วัดนันทบุษย์	0-3
วัดบางกะโต	2-3
วัดโพธิ์ราชวร	0-2
บ้านชาวเหนือ	1-2
บ้านบางลาน	0-5



## กันยายน 2559

ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 19

วัดนันทบุษย์	12-22
วัดบางกะโต	11-28
วัดโพธิ์ราชวร	12-26
บ้านชาวเหนือ	14-26
บ้านบางลาน	15-36



ค่าเฉลี่ยจาก 5 สถานี = 1

วัดนันทบุษย์	0-3
วัดบางกะโต	2-3
วัดโพธิ์ราชวร	0-0
บ้านชาวเหนือ	1-2
บ้านบางลาน	0-5



\*มาตรฐานไม่เกิน 330 ไมโครกรัมต่อลูกบาศก์เมตร

\*มาตรฐานไม่เกิน 120 ส่วนในพันล้านส่วน

หมายเหตุ

1. ค่ามาตรฐานคุณภาพอากาศในบรรยากาศทั่วไป ตามประกาศคณะกรรมการสิ่งแวดล้อมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (2538) ฉบับที่ 24 (2547) ฉบับที่ 28 (2550) และฉบับที่ 33 (2552)
2. ผลค่าเฉลี่ยตามรายงานจากฝ่ายสิ่งแวดล้อม การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

## คุณภาพน้ำที่ถูกปล่อยลงสู่คลองบางป่า

### กรกฎาคม 2559



ค่าที่วัดได้ 32 องศาเซลเซียส



ค่าที่วัดได้ 8.0 pH



ค่าที่วัดได้ 3.6 มิลลิกรัมต่อลิตร

### สิงหาคม 2559



ค่าที่วัดได้ 32 องศาเซลเซียส



ค่าที่วัดได้ 8.3 pH



ค่าที่วัดได้ 3.8 มิลลิกรัมต่อลิตร

### กันยายน 2559



ค่าที่วัดได้ 32 องศาเซลเซียส



ค่าที่วัดได้ 8.3 pH



ค่าที่วัดได้ 4.1 มิลลิกรัมต่อลิตร

หมายเหตุ

ค่ามาตรฐานของกรมชลประทาน ตามคำสั่งกรมชลประทานที่ 73/2554

ค่ามาตรฐานคุณภาพน้ำทิ้งจากโรงงานอุตสาหกรรมและนิคมอุตสาหกรรม ตามประกาศกระทรวงวิทยาศาสตร์ฯ ฉบับที่ 24 (พ.ศ.2547)



## สนุกคิดพีชิตรางวัล

**เข้าสู่ช่วงปลายฝน ต้นฤดูหนาว**อย่างเป็นทางการแล้ว หลายคนคงจัดหาเวลาสำหรับวางแผนเดินทางไปท่องเที่ยวต้อนรับลมหนาว และการเที่ยวทางภาคเหนือในหน้าหนาวนั้นก็คงเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมอันดับต้นๆ ของนักเดินทางวันนี้จึงขอแนะนำสถานที่ท่องเที่ยวของภาคเหนือมาฝากกันค่ะ

โดยร่วมสนุกกับเกมในฉบับนี้กันค่ะ **เพียงแค่จับคู่จิ๊กซอว์ A B C และ D ว่าจับคู่กับภาพหมายเลขใด** เขียนคำตอบที่ถูกต้องแล้วรอรับของรางวัลได้เลย และขอสงวนสิทธิ์บ้านละ 1 รางวัลเท่านั้น



จับคู่จิ๊กซอว์ A B C และ D ว่าจับคู่กับภาพหมายเลขใด

ภาพที่ 1 จับคู่กับ.....

ภาพที่ 2 จับคู่กับ.....

ภาพที่ 3 จับคู่กับ.....

ภาพที่ 4 จับคู่กับ.....

เฉลยคำถามฉบับที่แล้ว : ประเทศที่ได้เป็นแชมป์ฟุตบอลยูโร 2016 ได้แก่ประเทศโปรตุเกส

