

สอ.ศร. ผ่านเกณฑ์มาตรฐานระดับดีเลิศ และได้เป็นสหกรณ์ดีเด่นระดับจังหวัด ประจำปี ๒๕๕๗/๒๕๕๘ ประเภทสหกรณ์ ออมทรัพย์ทั่วไป

2015



สาร สอ.ศร.

ช่วยออมช่วยประหยัด ด้วยชื่อเสียงและโปรงใส สมาชิกมีน้ำใจ ยึดมั่นใน สอ.ศร.

ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๓ เดือนกันยายน-ธันวาคม ๒๕๕๗

บรรณาธิการแถลง

พูลลาภ อินทรนัญญ์

กราบสวัสดิ์ที่ท่าสมาชิก สอ.ศธ. ที่เคารพรักทุกท่านครับ

สำหรับสาร สอ.ศธ.ฉบับนี้ก็เป็นฉบับที่ ๓ แล้วครับ เป็ปปุ ก็จะมีสิ้นปี ๒๕๕๗ แล้ว นักกัปปุปีทีแล้วเรอได้ทำคุณประะระชณีให้กับประะเทศชาติอย่างโรบั้ง ัน้ปีใหม่ ๒๕๕๘ ดิดจะทาอะไรกับทาหะคับ เวลาปเร็วเหลือเกิน

สาร สอ.ศธ. ฉบับนี้เรอส่งทั้งปีเก่าต้อนรับปีใหม่ด้วย คอคัมนที่หน้าอ่านอย่างจั้ง อาทิ "เอกอัจฉริยกษัตริย์ผู้สร้างสรรค" ด้วยพระวิสังที่ทงาโลกและพระอัจฉริยภาพที่สูงส่งสมกับการเป็นพระราชาที่มีความคิดสร้างสรรค บุนของคณาทงแต่ๆ คอคัมนอื่นะๆ ที่น่าสนใจก็ เช่น เครื่องเทศและสมุนไพร วันัน้พุดกิงพริกโกทงคับ ซ้อมากก็ความสงวงงาม Botox&Filler "ใครสงากกรวงง...เชิญทางนี้" ก็มั้งคิดที่เรอมองข้ามกันป วันัน้ปีใหม่ ๑ มกราคม เริ่มใช้สื่อใหม่ แวะพาท่านที่สงวักลั้ กรุงเทพฯ ครับ ซลาดเจ็ดเสมิงนอู่ราชูปนีเอง

ครับและคณะกรรมการประะชาสัมพันธ์ (องคณะกรรมการดาเนินการของ สอ.ศธ. หนักเป็นอย่างจั้งว่า สารสอ.ศธ.ทั้ง ๓ ฉบับ ดิดจะเป็นประะระชณีกับท่านสมาชิกทุกท่านครับ

กราบสวัสดิ์ครับ



สวัสดิ์ครับ

ผมมีข่าวดีที่อยากแบ่งปันให้กับทุกท่านได้ร่วมกันยินดีกับความสำเร็จอีกก้าวหนึ่งที่สำคัญของ สอ.ศธ. ในการเป็นองค์กรของสมาชิกตามหลักการสหกรณ์ การปฏิบัติตามกฎหมาย และการบริหารจัดการภายในโดยเพิ่มประสิทธิภาพการพัฒนาสหกรณ์ด้วยตัวสมาชิกและสหกรณ์เองเป็นหลัก ซึ่งสำนักงานส่งเสริมสหกรณ์กรุงเทพมหานคร พื้นที่ ๑ ได้ทำการจัดระดับมาตรฐานสหกรณ์ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๕๗ ให้สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด "ผ่านเกณฑ์มาตรฐานระดับดีเลิศ" และอีกรางวัลที่น่าภาคภูมิใจที่สำคัญคือ ได้เป็นสหกรณ์ดีเด่นระดับจังหวัด ประจำปี ๒๕๕๓/๒๕๕๔ ประเภทสหกรณ์ออมทรัพย์ทั่วไป ด้วยผมจึงขอให้สมาชิกทุกท่านได้โปรดเชื่อมั่นและไว้วางใจ สอ.ศธ. ของพวกเราทุกคน แล้วพบกันใหม่ในโอกาสหน้า

สวัสดิ์ครับ

(นายจรูญ ชูลาก)

ประธานกรรมการ สอ.ศธ.



สาร สอ.ศธ.

เจ้าของ : สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด

ที่ปรึกษา : จรูญ ชูลาก

บรรณาธิการ : พูลลาภ อินทรนัญญ์

กองบรรณาธิการ : เอี่ยมพร เรียงศรีธัญญ์ ฉันทนิช อัศวอนันต์ จุฑารัตน์ ศรีดาราร พยงค์ สีเหลือง อนุทิน คำคม สมลักษณ์ ปันกร วิมลรัตน์ ต้อยสำราญ เสวก วรรณสุข เอนก ศรีสำราญรุ่งเรือง

รูปแบบ : สุกกร ชาญศิริวิริยกุล อรุณ เกียงธรรม

สารบัญ



- ผู้จัดการพบสมาชิก ๑
- เอกอัจฉริยกษัตริย์ผู้สร้างสรรค ๒-๔
: King of Creation
- เรื่องน่ารู้...เครื่องเทศและสมุนไพร ๕
: พริกไทย ชับลม แก้วหัวดี
- BOTOX & FILLER ๖-๗
: อยากสวย...ต้องเข้าใจ
- อยากร่ำรวย...เชิญทางนี้...!!! ๘-๙
- ๑ มกราคม ๗๔ ปี แห่งการขึ้นปีใหม่ ๑๐-๑๑
- แสดงความยินดีกับสมาชิกฯ ๑๒



สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด
The Ministry of Education Official's Saving and Credit Cooperative Ltd.

อาคารสมานฉันท์ ชั้น ๓ กระทรวงศึกษาธิการ ถนนพินธุโยก กรุงเทพฯ ๑๐๓๐
โทรศัพท์ : ๐-๒๖๒๘-๗๕๐๐-๓ โทรสาร : ๐-๒๖๒๘-๗๕๐๔-๕ www.moecoop.com

ผู้จัดการ พบสมาชิก

เอนก ศรีสำราญรุ่งเรือง

สวัสดิ์สมาชิก สอ.ศธ. ทุกท่านครับ

พบกันอีกเช่นเคยกับสาร สอ.ศธ.ปีที่ ๓๗ ฉบับที่ ๓ (เดือนกันยายน - ธันวาคม ๒๕๕๗) ซึ่งเป็นฉบับท้ายสุดของปี กระผมขอแสดงความยินดี เนื่องในโอกาสที่สมาชิกของเราได้รับการแต่งตั้งเป็นรัฐมนตรี และผู้บริหารระดับสูง ประกอบด้วย นายวีระ โรจน์พจนรัตน์ ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม

และนายพนม ศรศิลป์ ได้รับแต่งตั้งให้ดำรงตำแหน่ง ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ โดยสาร สอ.ศธ.

ฉบับนี้ยังคงอัดแน่นไปด้วยสาระน่ารู้ที่เราอาจยังไม่เคยได้รับทราบมาก่อน ผมขอเริ่มด้วยการเสนอข้อคิดสำหรับการดำเนินชีวิตของผู้มีรายได้ประจำ หรือมนุษย์เงินเดือนอย่างพวกเราท่านทั้งหลายให้เกิดความสุข สิ่งหนึ่งที่ทุกคนจำเป็นต้องเรียนรู้ คือ จะบริหารการเงินของตนเองให้ประสบความสำเร็จได้อย่างไรในยุคปัจจุบัน ทำอย่างไรเราจะสามารถควบคุมดูแลการเงินของตนเองให้มีเงินเหลือ หรือเงินเก็บ หากคิดจะออมและต้องการผลตอบแทนสูง...ขอให้ท่านสมาชิกได้โปรดคิดถึง สอ.ศธ.เป็นทางเลือกลำดับที่หนึ่งของการสร้างวินัยทางการเงินด้วยวิธีการออม สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด เป็นองค์กรในรูปสถาบันการเงินที่จัดตั้งโดยมีวัตถุประสงค์หลักในการส่งเสริมการออมและให้บริการเงินกู้แก่สมาชิกตามความจำเป็น ตลอดจนจัดให้มีสวัสดิการต่าง ๆ ตามความเหมาะสม ภายใต้การนำของนายจรรุญ ชูลาก ประธานกรรมการสหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด และอดีตปลัดกระทรวงศึกษาธิการ คณะกรรมการดำเนินการ ชุดที่ ๓๔ ผู้ตรวจสอบกิจการ ที่ปรึกษา ผู้จัดการ และเจ้าหน้าที่ ในการบริหารต้นทุนของเงินที่ไหลเข้ามายังสหกรณ์ให้ต่ำที่สุดเท่าที่จะทำได้ และนำเงินไหลออกจากสหกรณ์เพื่อไปลงทุนที่ต้องให้ได้ผลตอบแทนสูงกว่าต้นทุนของเงินไหลเข้าสหกรณ์ (ยิ่งได้ผลตอบแทนสูงมาก ยิ่งดี) ต้องรักษาสภาพคล่องให้สหกรณ์มีเงินหมุนเวียนตลอดเวลา ซึ่งสิ่งสำคัญคือการบริหารความเสี่ยงด้านการเงินและการลงทุนให้สหกรณ์มีเงินเพียงพอต่อความต้องการใช้หากมีเหตุฉุกเฉิน และไม่ให้เงินสูญหายเมื่อนำไปลงทุน สอ.ศธ.ได้ดำเนินงานตามหลักธรรมาภิบาล ปฏิบัติตามกฎหมาย ระเบียบ ข้อบังคับของกรมส่งเสริมสหกรณ์ กรมตรวจบัญชีสหกรณ์ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ซึ่งเป็นผลทำให้ปีนี้ สอ.ศธ. ผ่านเกณฑ์มาตรฐานระดับดีเลิศ และได้เป็นสหกรณ์ดีเด่นระดับจังหวัด ประจำปี ๒๕๕๗/๒๕๕๘ ประเภทสหกรณ์ออมทรัพย์ทั่วไป ของสำนักงานส่งเสริมสหกรณ์กรุงเทพมหานคร พื้นที่ ๑ ด้วย ในช่วงนี้ สอ.ศธ. เปิดโครงการกู้เงินสามัญเพื่อการศึกษ่า แก้ปัญหาความเดือดร้อนเกี่ยวกับค่าเล่าเรียนบุตรสมาชิก สำหรับสมาชิกที่ชำระหนี้เงินกู้สามัญ มาแล้ว ๓ งวด สามารถยื่นกู้ได้ตั้งแต่บัดนี้ จนถึงวันที่ ๓๐ ธันวาคม ๒๕๕๗ ถ้าท่านสมาชิกกำลังเดือดร้อนหรือมีปัญหาทางการเงิน ไม่ว่าจะท่านจะมีเหตุผลประการใดเพื่อการมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นก็ขอให้ท่านสมาชิกได้โปรดคิดถึงและไว้วางใจให้ สอ.ศธ.ได้มีโอกาสรับใช้ท่านด้วยนะครับ สำหรับท่านใดมีความสามารถหรือไม่รู้จะทำอย่างไรให้เงินที่มีอยู่ในกระเป๋านั้นงอกเงยได้ ผมขอเชิญชวนสมาชิกให้ฝากเงินประเภท "ฝากออมทรัพย์พิเศษ" เปิดบัญชีครั้งแรก ๓๐,๐๐๐ บาท ฝากครั้งต่อไปไม่ต่ำกว่า ครั้งละ ๕,๐๐๐ บาท สามารถถอนได้เดือนละ ๑ ครั้ง ทั้งนี้ เงินฝากไม่เกิน ๕ ล้านบาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ ๓.๐๐ ต่อปี หรือตั้งแต่ ๕ ล้านบาทขึ้นไป อัตราดอกเบี้ยร้อยละ ๓.๑๕ ต่อปี (ดอกเบี้ยที่ได้รับไม่เสียภาษี)

ขอเรียนเชิญสมาชิก สอ.ศธ.ร่วมประชุมใหญ่สามัญ ประจำปี ๒๕๕๗ ในวันเสาร์ที่ ๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๕๘ เวลา ๐๘.๐๐ น. เป็นต้นไป ณ บริเวณหอประชุมคุรุสภา กระทรวงศึกษาธิการ

ท้ายนี้ เนื่องในโอกาสเทศกาลขึ้นปีใหม่ สอ.ศธ.ขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั่วสากลโปรดดลบันดาลให้ท่านสมาชิกและครอบครัวประสบแต่ความสุข ความเจริญ และขอให้สมาชิกทุกท่านโปรดได้ส่งเสริมสนับสนุนการดำเนินงานของสหกรณ์ให้มีความเจริญก้าวหน้าและยั่งยืน ต่อไป

ขอให้ทุกท่านโชคดี

เอนก ศรีสำราญรุ่งเรือง

นายเอนก ศรีสำราญรุ่งเรือง



โครงการแก้มลิง

เอกอัครราชทูตกรีฑิตริย์ ผู้สร้างสรรค์



รศ.ดร.เอี่ยมพร เขียรศิริญ

: King of Creation

กว่า ๖ ทศวรรษที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวทรงมีพระราชดำริในโครงการต่างๆ เพื่อพสกนิกรชาวไทย ด้วยพระวิสัยทัศน์ที่ยาวไกล และพระอัจฉริยภาพที่สูงส่งสมกับการเป็นพระราชอาผู้มีความคิดสร้างสรรค์ ที่ได้รับการเทิดพระเกียรติว่าเป็น King of Creation พระผู้ทรงเป็นพลังปัญญาของแผ่นดิน หรือ He, who is the wisdom of the land. ที่พสกนิกรชาวไทยได้พึ่งบารมีของพระองค์ทั่วทั้งแผ่นดิน แนวพระราชดำริ ที่แหลมคมของพระองค์ท่าน ได้รับการจดทะเบียนทรัพย์สินทางปัญญา พระองค์ทรงมีพระราชดำรัสพระราชทาน แก่รัฐมนตรีกระทรวงพาณิชย์ และคณะในโอกาสเข้าเฝ้าทูลเกล้าถวายสิทธิบัตร เมื่อวันที่ ๕ ตุลาคม พุทธศักราช ๒๕๔๔ ว่า

“ทรัพย์สินทางปัญญา เป็นเรื่องที่เกิดมานานแล้ว สิทธิบัตร และลิขสิทธิ์เป็นทรัพย์สินทางปัญญาที่มีความสำคัญมากเมื่อตอน ปี พ.ศ.๒๕๐๐ พุดกันว่า เราไปลอกจากต่างประเทศมาใช้ประโยชน์ ได้มากกว่า คิดที่จะจดทะเบียนสิทธิบัตรเราสามารถทำอะไรจากต่างประเทศได้ โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย สิทธิบัตร การพูดอย่างนี้ไม่ถูก เป็นการดูถูกคนไทย” (กระทรวงพาณิชย์ ๒๕๕๐)

อันที่จริงทรัพย์สินทางปัญญาในโลกการค้าที่ไร้พรมแดน เป็นสิ่งที่สร้างมูลค่าเพิ่มทางเศรษฐกิจให้กับผู้จดทะเบียนฯ อย่างมหาศาล โดยในประเทศที่มีความมั่งคั่งร่ำรวยของโลก จะมีการจดทะเบียนทรัพย์สินทางปัญญามาก เพื่อปกป้องคุ้มครองงานประดิษฐ์คิดค้น หรือแนวคิดที่สร้างสรรค์ และให้ประโยชน์ทางการค้าไม่ไห้คนอื่นละเมิด เนื่องจากต้องลงทุนในการวิจัย และพัฒนา (R&D) สูงมาก



นักวิเคราะห์คนสำคัญที่ได้ประเมินความมั่งคั่งของแต่ละประเทศ ให้ข้อมูลตรงกันว่ามูลเหตุสำคัญ ประการหนึ่ง นอกเหนือจากการมีทรัพยากรที่มีค่ามหาศาลแล้ว คือการมีทรัพย์สินทางปัญญาที่สามารถใช้ประโยชน์ในเชิงพาณิชย์ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการตอบสนองความต้องการของมนุษยชาติ เช่น ผลงานการวิจัยทางการแพทย์เกี่ยวกับ Stem cell ผลการค้นคว้าเกี่ยวกับการป้องกัน และบำบัดรักษาโรคมะเร็งไข้เจ็บต่างๆ ที่คร่าชีวิตมนุษย์ที่ผู้วิจัยต้องใช้เทคโนโลยีเฉพาะทาง และใช้ทรัพยากรดำเนินงานในกระบวนการวิจัยอย่างยาวนาน ซึ่งบางครั้งต้องลงทุนส่งผลิตภัณฑ์ที่ค้นคว้าขึ้นไปทดลอง

บนยานอวกาศเพื่อทดสอบความแม่นยำและประสิทธิภาพในการใช้งาน ทำให้นักวิจัยหรือผู้ประดิษฐ์ผลงาน.....สามารถขายลิขสิทธิ์ได้ในราคาสูงมาก

อีกด้านหนึ่งของการเปรียบเทียบให้เห็นถึงมูลค่าของทรัพย์สินทางปัญญา คือ การที่ประเทศซึ่งไม่มีผลผลิตภาพ (Productivity) ของทรัพย์สินทางปัญญาซึ่งเป็นประเทศที่ประชาชนส่วนใหญ่อยู่ในภาคเกษตรกรรม ต้องลงทุนเกี่ยวกับการเกษตรที่ให้ผลผลิตที่มีความสามารถในการทำกำไรได้ต่ำ อีกทั้งต้องเผชิญกับภัยธรรมชาติที่ไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ ประชาชนจึงยังอยู่ในวังวนของความยากจน ไม่ว่าจะภาครัฐจะหาวิธีการบริหารจัดการหลายวิธี

เพื่อช่วยเหลือเกษตรกร ทั้งการให้เงินสนับสนุน การจัดการด้านสหกรณ์ การเกษตรเพื่อให้สมาชิกสามารถช่วยเหลือกัน และการจัดการทางการตลาดให้แต่ก็ยังไม่สามารถเปลี่ยนคนจนในภาคเกษตรกรรมให้กลายเป็นคนรวยได้

สำหรับประเทศไทยการที่จะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงคนจนส่วนใหญ่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในภาคเกษตรกรรม ให้กลายเป็นคนรวย หรือมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นอย่างทั่วถึงเป็นสิ่งที่ยาก



เจ้าหน้าที่กำลังทำลายของละเมิดลิขสิทธิ์ที่ถูกจับได้

และไม่มีวิธีการที่จะช่วยเหลือ อย่างยั่งยืน นโยบายของรัฐบาลที่ไม่ใช่สิ่งที่จะแก้ปัญหาได้จริงได้ถูกนำมาใช้ครั้งแล้วครั้งเล่า ปัญหาของเกษตรกรยิ่งซับซ้อน และทวีความรุนแรงมากขึ้น

ท่ามกลางความมืดมนของปัญหาที่กล่าวมาข้างต้น ทำให้คนยากจนของประเทศไทย ยังเผชิญชะตากรรมเช่นเดิม แต่เรายังโชคดีที่มีพระมหากษัตริย์ผู้ทรงมีพระคุณต่อพสกนิกรที่ไม่ได้หวังค่าตอบแทนจากโครงการพระราชดำริที่เกิดจากความคิดสร้างสรรค์ที่ได้ทรงจดสิทธิบัตร สิ่งที่พระองค์ประดิษฐ์คิดค้นและริเริ่มหลายโครงการในเบื้องต้นเกิดจากพระมหากรุณาธิคุณที่จะช่วยชาวไร่ชาวนาที่ยากจน ให้มีโอกาสที่จะมีที่ดินที่สามารถทำกิน มีน้ำที่พอเพียงต่อการเกษตร และมีการบริหารจัดการน้ำที่ไม่ก่อให้เกิดปัญหา เช่นการเกิดภาวะน้ำท่วม ซึ่งส่งผลกระทบต่อทั้งคนเมือง และคนชนบท นั้นหมายถึงหายนะที่มีต่อประเทศชาติโดยตรง พระองค์ให้โดยไม่หวังผลกำไรในเชิงการค้า ได้ทรงทุ่มเทพระวิริยะอุตสาหะวันแล้ววันเล่า **โครงการพระราชดำริเชิงบูรณาการในลักษณะของแผน**

กลยุทธ์ (Strategic planning) ได้ปรากฏโครงการแล้วโครงการเล่าจากกษัตริย์ผู้ยิ่งใหญ่ เพื่อนำพาประเทศไทยให้พ้นวิกฤต และเพิ่มความแข็งแกร่งให้กับประเทศ ให้เรามีอยู่มีกินมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ด้วยน้ำพระทัยที่บริสุทธิ์ที่เสนอแนวคิด ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และทฤษฎีใหม่ เป็นทรัพย์สินทางปัญญาที่ช่วยให้พสกนิกรของพระองค์มีชีวิตที่ก้าวเข้าสู่สมดุล แม้มันจะไม่มั่งคั่ง ร่ำรวย เหมือนประเทศอื่น แต่ทรัพย์สินทางปัญญาของพระองค์ได้ถูกเผยแพร่สู่สากลพระเกียรติยศขจรไกล และสิ่งสำคัญช่วยคนส่วนใหญ่ของประเทศให้ลืมตาอ้าปากได้

*พสกนิกรชาวไทยมีความภูมิใจที่ได้อยู่ใต้ร่มโพธิสมภารของพ่อมีความสงบสุขและพอเพียงอย่างยั่งยืน.....
เรารักในหลวง*

กระทรวงพาณิชย์ (๒๕๕๐). Intellectual Property of H.M. King Bhumipol Adulyadej : กรุงเทพฯ.



เครื่องเทศและสมุนไพร



พยงค์ สีเหลือง

พริกไทย ขับลม แก้วหัวดี

แต่เดิมพริกไทยเป็นเครื่องเทศขึ้นชื่อของอินเดีย พบตามเทือกเขาในแคว้นอัสสัม บ้านเรา รับเอาพริกไทยเข้ามาปลูกผ่านทางพม่าอีกทีหนึ่ง ประเทศไทยจึงเคยเป็นแหล่งปลูกพริกไทยที่สำคัญของโลก โดยมีอังกฤษเป็นคู่ค้าสำคัญ

พริกไทยเป็นพืชชนิดเถาเลื้อย ลำต้นเป็นปล้อง มีรากแขนงตามปล้องเพื่อใช้เป็นตัวยึดเกาะดอกของพริกไทย จะออกเป็นช่อขนาดเล็ก ช่อหนึ่งมีประมาณ ๑๔๐ - ๑๕๐ ดอก เมื่อดอกร่วงก็จะติดผลมี ๓ ชั้นด้วยกัน คือ เปลือก เนื้อผลและส่วนเมล็ด ผลพริกไทยออกติดกันเป็นพวงยาวประมาณ ๑๐ เซนติเมตร ช่วงที่ยังเป็นผลอ่อนจะเป็นสีเขียวเมื่อแก่จะเริ่มเปลี่ยนเป็นสีแดง ผลแห้งจะเป็นสีดำ ใช้ได้ทั้งผลสด หรือนำไปตากแห้ง พริกไทยถูกยกให้เป็นราชาแห่งเครื่องเทศ ช่วยปรับแต่งกลิ่นและรสชาติอาหารโดยเฉพาะจำพวกซूपและใช้หมักเนื้อสัตว์ ไม่เฉพาะแต่ในส่วนเครื่องเทศ แม้แต่ในเรื่องของสมุนไพร พริกไทยก็ถูกยกเป็นสมุนไพรขนานเอกเช่นกัน โดยเฉพาะในเรื่องขับลมและเรียกกำลัง มีสรรพคุณเป็นอันดับต้นๆ ของสมุนไพรมีฤทธิ์ขับลมเลยทีเดียว ในส่วนของสมุนไพรใช้พริกไทยดำจะดีกว่าพริกไทยขาว เพราะตัวยาคืออยู่มากที่เปลือก เพราะพริกไทยดำจะใช้เมล็ดพริกไทยตากแห้ง โดยไม่ลอกเปลือกออกส่วนพริกไทยขาวจะนำพริกไทยสดไปหมัก เพื่อลอกเอาเปลือกและเนื้อออกจนเหลือแต่เมล็ดพริกไทยที่อยู่ภายในเท่านั้นแล้วถึงจะนำไปทำให้แห้ง

วิธีเข้าตัวยา

๑. ขับลม แก้ก้องอืด แก้ก้องเพ้อ ในส่วนที่จะใช้ได้ทั้งผลอ่อนและผลแห้ง ผลอ่อนสามารถนำไปปรุงเป็นอาหารหรือจะกินสดๆ เลยก็ได้ ส่วนผลแห้งให้บดพอแตก ชงกับน้ำร้อน หรือตำพร้อมกับรากผักชีและกระเทียม ต้มผสมเนื้อสัตว์กินเป็นซूप จะช่วยให้เรอได้ เอาก๊าซที่ค้างอยู่ในกระเพาะและลำไส้ออกมา

๒. แก้กั๊ว ขับเหงื่อ ขับปัสสาวะ ใช้ได้ทั้งผลแห้งหรือผลสด หากใช้ผลสดใช้ประมาณ ๑๐ กรัม หรือ ๑ ชีดแกะเอาแต่เมล็ดบดให้แหลก ผสมน้ำอุ่นครึ่งถ้วยกาแฟ ต้มเข้าเย็น ถ้าเป็นผลแห้งใช้ประมาณ ๕ กรัม บดพอแหลก ผสมกับน้ำต้มสุกหรือน้ำผึ้ง ๑ ช้อนแกง กินเข้าเย็น

๓. แก้กปวดหลัง ปวดเอว ช่วยให้นอนหลับ ใช้เถาพริกไทยประมาณ ๑ คืบ หั่นเป็นท่อนขนาดเล็ก บดพอแตก ต้มกับน้ำ ๑ ถ้วย เคี่ยวจนเหลือครึ่งเดียว รินต้มแต่น้ำ ต้มเป็นประจําจะช่วยแก้อาการปวดเมื่อย ปวดหลังและปวดเอว อีกทั้งยังช่วยให้นอนหลับได้ง่ายขึ้น

สรรพคุณเด่นของพริกไทย

ทีมวิจัยของคณะวิทยาศาสตร์มหาวิทยาลัยขอนแก่นพบว่าพริกไทยมีสารที่ช่วยกระตุ้นการทำงานของสมองในส่วนของความทรงจำ จากการทดสอบคุณสมบัติของสารไพเพอรีนพบว่าช่วยฟื้นฟูการทำงานของสมองที่บกพร่อง แก้กโรคหลงลืมได้เป็นอย่างดี ซึ่งสารไพเพอรีนจะพบมากในพริกไทยดำ เสริมอีกนิดด้วยเคล็ดลับที่ช่วยทำให้สมองปลอดโปร่ง โดยการใช้พริกไทยผลเล็กน้อยที่สุดเข้าทางจมูกเพื่อกระตุ้นให้จาม การจามจะช่วยให้ร่างกายตื่นตัว ช่วยทำให้การทำงานของสมองดีขึ้นอย่างเห็นได้ชัด อีกทั้งยังช่วยทำให้โล่งจมูกได้ดีทีเดียว ทำวันละครั้งตอนเช้าที่เพิ่งตื่นนอน เป็นการกระตุ้นสมองให้พร้อมเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในแต่ละวัน

ผู้เขียนหวังเป็นอย่างยิ่งว่าบทความเรื่องเครื่องเทศและสมุนไพรโดยเฉพาะพริกไทยนี้ จะเป็นประโยชน์กับสมาชิกอย่างยิ่งในการรักษาโรคร้ายไข้เจ็บบางชนิดโดยไม่ต้องพึ่งพาสารเคมี และพริกไทย ก็เป็นเครื่องเทศสมุนไพรใกล้ตัวที่ใช้ในชีวิตประจำวันเพียงแต่เราไม่ทราบสรรพคุณและคุณประโยชน์ที่แท้จริง และบทความนี้คือคำแนะนำที่ชัดเจน

ด้วยรักและห่วงใย

ข้อมูล ๑๐๘ สมุนไพรไทย สำนักพิมพ์เพื่อนอักษร



BOTOX & FILLER :

อยากสวย..ต้องเข้าใจ

วิมลรัตน์ ต้อยสำราญ



6 เมื่อพูดถึงโบท็อกซ์กับฟิลเลอร์ (BOTOX & FILLER) คงไม่มีหนุ่มๆ สาวๆ คนไหนไม่เคยได้ยินแล้วในตอนนี้นี้ หลายคนอาจเคยผ่านการโบท็อกซ์กับฟิลเลอร์มาแล้ว แต่สำหรับบางคนอาจแค่ได้ยิน แต่ยังไม่เข้าใจในรายละเอียดว่าแท้จริงแล้ว ๒ อย่างนี้มันคืออะไร..ใช่การศัลยกรรมหรือไม่..เป็นอันตรายมั๊ย..ทำแล้วได้อะไร..มีผลเสียหรือไม่อย่างไร สาร สอ.ศร.ฉบับนี้มีข้อมูลเรื่องนี้จาก W+ Free Magazine มาบอกเล่าให้พวกเราได้ทราบกันค่ะ

"โบท็อกซ์" (BOTOX) เป็นชื่อทางการค้าของโบทูลินัมที่ออกซิน โปรตีนชนิดหนึ่งซึ่งได้จากแบคทีเรียทำงานด้วยการคลายกล้ามเนื้อในบริเวณที่ฉีด จึงเป็นที่รู้จักกันดีในหมู่ผู้ที่ต้องการลบรอยตีนกา รอยเหี่ยวย่น หรือแม้แต่ผู้ที่กรมใหญ่และต้องการให้ใบหน้าเรียบเล็ก ภายในไม่กี่วันหลังจากฉีด สารพิษจะเข้าไปทำปฏิกิริยาเพื่อลดหรือหยุดการคลายตัวของกล้ามเนื้อไม่กี่วันหลังจากฉีด สารพิษจะเข้าไปทำปฏิกิริยาเพื่อลดหรือหยุดการคลายตัวของกล้ามเนื้อผลดังกล่าวไม่ถาวร ซึ่งผลการรักษาจะอยู่ได้ประมาณ ๖-๘ เดือน **สนนราคาค่าใช้จ่ายต่อครั้งรวมค่ายา ค่าแพทย์ที่ค่อนข้างวางใจได้ก็ประมาณ ๒๕,๐๐๐-๓๐,๐๐๐ บาทเป็นอย่างน้อย ถ้ารั้วรอยมากต้องฉีดยามากค่าใช้จ่ายก็จะสูงขึ้น แต่มีเงินก็เชื่อว่าฉีดได้ทุกคนนะคะ** มีข้อห้ามและข้อเสียอย่างนี้ค่ะ..

ข้อห้ามในการฉีดโบท็อกซ์อยู่ ๕ ข้อคือ

๑. มีประวัติภูมิแพ้อย่างรุนแรงต่อโบทูลินัม ที่ออกซิน
๒. หญิงตั้งครรภ์หรืออยู่ระหว่างให้นมบุตร
๓. มีความผิดปกติของโรคกล้ามเนื้ออ่อนแรง
๔. มีปัญหาเลือดออกง่ายผิดปกติ หรือกำลังกินยาที่มีผลทำให้เลือดออกแล้วหยุดยาก
๕. กำลังรักษาด้วยยาบางชนิดซึ่งมีผลต่อการออกฤทธิ์ของโบท็อกซ์

ข้อเสียและผลข้างเคียงของโบท็อกซ์

หลังการฉีดโบท็อกซ์อาจเกิดปัญหาแทรกซ้อนได้ เช่น หนังตาบนตก คิ้วตก มุมปากตก รูปปากเบี้ยว รอยจ้ำเลือดดำแดงที่ฉีดยา การเกิดภูมิต้านทานต่อโบท็อกซ์ และอาจพบอาการตาแห้งหลังการฉีด ดังนั้นแพทย์ที่ใช้ต้องมีความรู้ความเข้าใจทางเภสัชวิทยาของโบทูลินัม ที่ออกซิน ต้องรู้วิธีผสมยา การรักษาที่ถูกต้อง นอกจากนี้ ต้องมีความรู้พื้นฐานทางกายวิภาคของกล้ามเนื้อแต่ละมัด ตลอดจนเทคนิคการรักษาที่ถูกต้อง เพื่อให้ผลการรักษาเกิดประโยชน์สูงสุด และมีผลข้างเคียงน้อยที่สุด

นอกจากนี้เรายังต้องรู้อีกนะคะว่า **"โบท็อกซ์"** ที่มีอยู่ในตลาดวงการศัลยกรรมขณะนี้ มีมากมายทั้งของจริงของปลอม ของที่ปลอดภัย และของที่อันตราย เพราะฉะนั้นการเลือกผลิตภัณฑ์ โบท็อกซ์ ต้องเลือกที่มี อย. และก่อนฉีด คนไข้ควรจะถามคุณหมอก่อนว่าใช้ยี่ห้ออะไรและผลิตจากที่ไหน แล้วก็สังเกตลักษณะขวดที่เราศึกษามาให้ดีด้วย เพราะอาจพบกับโบท็อกซ์ที่ไม่มีคุณภาพโดยกระบวนการผลิตที่ไม่ดีซึ่งอาจติดเชื้อได้ เพราะหากสกักัดไม่บริสุทธิ์พิษที่คนไข้ได้รับก็จะเป็นพิษเดียวกับบาดทะยักและถ้าฉีดพลาดพิษก็อาจรั่วไหลวิ่งเข้าไปในเส้นเลือดได้ค่ะ

สำหรับ **"ฟิลเลอร์"** (FILLER) เป็นการฉีดเติมเต็มด้วยสาร Hyaluronic Acid ซึ่งเป็นสารประกอบของคอลลาเจน ที่มีอยู่แล้วในผิวหนัง คอลลาเจนนั้นเป็นโปรตีนสำคัญของผิว เพราะเป็นส่วนที่เปรียบได้กับสปริงของผิวหนัง ช่วยสร้างความตึงให้กับผิวหนังชั้นหนังแท้ คอลลาเจนโปรตีนจะเสื่อมสภาพลงเมื่ออายุมากขึ้น พอสปริงไม่ตึงเหมือนเก่า ผิวหนังจึงยุบตัวลง ความเหี่ยวย่น ริ้วรอย และความขรุขระของผิวพรรณจึงปรากฏ การฉีดฟิลเลอร์จึงนิยมเพื่อช่วยในการปรับแก้ไขรูปหน้า เช่น เสริมจมูก เสริมคาง เสริมแก้ม

หรือเพื่อเติมเต็มริ้วรอยบนใบหน้า เติมเต็มร่องลึกต่างๆ เช่น ร่องใต้ตา ร่องแก้ม หรือแม้แต่การบำรุงผิวให้กระชับ เปล่งปลั่ง สดใสขึ้นมาอีกครั้ง ไม่ว่าจะเป็นบริเวณใบหน้า ลำคอ หลังมือ หรือแม้แต่ผิวหนังอวัยวะ โดยสารชนิดนี้ที่ฉีดเข้าไปนั้น สามารถย่อยสลายไปเองได้ตามกระบวนการทำงานของร่างกาย โดยผลลัพธ์การรักษาจะอยู่ได้ประมาณ ๙-๑๒ เดือน แต่ก็มีข้อเสียและผลข้างเคียงอีกนั้นแหละค่ะ..

ข้อเสียและผลข้างเคียงของ "ฟิลเลอร์"

เมื่อฟิลเลอร์มีความนิยมที่มากขึ้น หมอเถื่อนก็เกิดขึ้นเป็นเงาตามตา บางคนแค่เคยเป็นผู้ช่วยแพทย์ เห็นแพทย์ฉีดง่ายๆ ก็นึกว่าตัวเองทำได้ ออกไปทำเอง เป็นเรื่องอันตรายมากๆ ซ้ำบางทีความไม่รู้ กลายเป็นการฉีดสารที่ไม่ใช่ ฟิลเลอร์ เช่น ซิลิโคนเหลว สารฟิลเลอร์ปลอม หรือสารฟิลเลอร์ที่ไม่ได้มาตรฐาน ทำให้เกิดผลเสียร้ายแรงมาก ซึ่งเคยมีกรณีที่สารฟิลเลอร์เข้าไปในกระแสเลือด เข้าสู่สมอง ทำให้เส้นเลือดแตก เส้นเลือดไปเลี้ยงสมองอุดตัน เป็นอัมพาต อัมพฤกษ์ได้

โดยหลังการฉีดฟิลเลอร์ อาจจะมีอาการตั้งแต่ไม่รุนแรง ไปจนถึงรุนแรงมาก เช่น เกิดผื่นแดง จุดแดง หรือจำเริญบริเวณที่ฉีดฟิลเลอร์จากรอยเข็มที่ฉีด ซึ่งอาการเหล่านี้จะหายไปเอง หรือเกิดรอยนูน เมื่อฉีดปริมาณมากเกินไป หรือฉีดตำแหน่งที่ตื้นเกินไป หรือปัญหาการไหลย้อยของฟิลเลอร์ เช่น ฉีดตรงดั้งจมูกแต่ไหลไปที่ปลายจมูก ฯลฯ แต่ผลข้างเคียง ที่ถือว่าอันตรายมาก คือ การฉีดฟิลเลอร์ผิดตำแหน่งโดยฉีดเข้าไปในหลอดเลือดจึงทำให้เกิดการอุดตันของหลอดเลือดได้ เคยมีรายงานเกิดตาบอดภายหลังการฉีดฟิลเลอร์ เนื่องมาจากฟิลเลอร์ที่ฉีดไปอุดตันหลอดเลือดที่ไปเลี้ยงจอประสาทตา รวมถึงการแพ้สารฟิลเลอร์ เช่น กรณีของพริตตี้สาวที่เสียชีวิตจากการฉีดฟิลเลอร์เข้าสะโพก ก่อนหน้านี้ด้วย

เพราะฉะนั้นในการฉีดต้องคำนึงถึงปัจจัยสำคัญ ๆ หลายอย่าง เช่น สารที่ฉีดต้องปลอดภัยและแน่ใจว่าเป็นฟิลเลอร์ Hyaluronic Acid ที่ผ่านการรับรองจาก ออย. ไม่ใช่สารอื่น หรือเป็นฟิลเลอร์ราคาถูกที่มีขายตามเว็บไซต์หรือนำเข้าอย่างผิดกฎหมาย คนฉีดต้องเป็นแพทย์ที่มีความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน รู้เทคนิคการฉีดที่ถูกต้องเหมาะสม สามารถวิเคราะห์ปริมาณยาและตำแหน่งที่ฉีดได้แม่นยำ เพราะเมื่อฉีดสารเข้าไป แต่ละครั้งมีโอกาสเสี่ยงในการที่

จะไปโดนเส้นเลือดหรือบริเวณอื่นที่ไม่ต้องการ ทำให้เกิดอันตรายที่อาจถึงแก่ชีวิตได้ สถานที่ฉีด ต้องฉีดในสถานพยาบาล ที่มีมาตรฐานได้รับอนุญาตให้ดำเนินการถูกต้องตามกฎหมาย มีเครื่องมือช่วยชีวิตยามฉุกเฉิน และสุดท้ายคนที่ต้องการจะฉีด ต้องรู้ว่าตัวเองมีสภาพร่างกายพร้อม ไม่เป็นคนเลือดออกง่าย หรือมีประวัติเป็นโรคมะเร็งแพ้รุนแรง แพ้จันซ็อกหรือกำลังตั้งครรภ์อยู่ เพราะคนที่มีสภาพร่างกายอย่างทีกล่าวมาแล้วมีโอกาสเสี่ยงสูงจึงไม่ควรฉีดฟิลเลอร์เด็ดขาด สำหรับค่าใช้จ่ายต่อจุดต่อครั้งราคาไม่เท่ากัน ก็เฉลี่ยหลักหมื่นเป็นอย่างน้อยแต่ก็ไม่เกิน ๑๕,๐๐๐ บาท

ค่ะ..เมื่อเราได้รู้จักตัวตนของทั้ง **"โบท็อกซ์และฟิลเลอร์"** แล้ว ก็ต้องทำความเข้าใจและศึกษาข้อมูลให้ดี ก่อนที่จะตัดสินใจไปทำกันด้วยนะค่ะ ซึ่งจริง ๆ แล้วผู้หญิงทุกคนมีความสวยอยู่กับตัว ทั้งนั้นค่ะ หลัก ๆ ก็เพียงแค่เราดูแลตัวเองด้วยวิถีธรรมชาติ หมั่นออกกำลังกาย ทานอาหารที่มีประโยชน์เพื่อบำรุงผิวพรรณของเรา รวมถึงใช้ผลิตภัณฑ์บำรุงผิวอย่างสม่ำเสมอ แค่นี้เราก็ไม่ต้องเสียเงินและเสี่ยงอันตรายกับการอยากสวยด้วย **BOTOX & FILLER** แล้วใช้มัยคะ..?



ใครอยากร่ำรวย...เชิญทางนี้...!!!



ฉันทนิช อัครวนนท์

ทากเป็นคนหนุ่มคนสาววัยทำงานอายุตั้งแต่ ๒๕ ขึ้นไป ล้วนค้นคว้าหาทางสร้างฐานะทางเศรษฐกิจ เรียกว่าอยากรวย ไม่ใช่แค่เพียงมีเงินใช้จ่ายใช้สอยตามปกติเท่านั้น แต่อยากรวยและอยากรวยเร็วอีกต่างหาก ซึ่งถ้าไม่ได้เป็นทายาทเจ้าสัวหรือเศรษฐีมีมรดก คาบซ้อนเงินซ้อนทองมาแต่เกิด ก็ฝันไปก่อน ส่วนจะดำเนินการอย่างไรค่อยมาคิดกัน

เราอย่าไปสนคนประเภทดังกล่าวเลย มองมาที่ตัวเราก่อนดีกว่า ว่าเราฝันไว้ว่าอย่างไร เรียกว่าตั้งเป้าหมายไว้ก่อน ขึ้นต่อไปก็ดำเนินการ ล่าฝัน ฟังเพลง “คนล่าฝัน” ของน้ำแอ๊ด คาราบาวไปด้วย ก็จะสนุกสนานและไม่เครียดอีกทั้งยังมีกำลังใจที่จะอดออมสร้างฐานะทางการเงินให้ค่อยเป็นค่อยไป เมื่อประมาณ พ.ศ. ๒๕๐๒ รัฐบาลนายกรัฐมนตรียอมพลสฤษดิ์ ธนะรัชต์ มีคำขวัญให้ประชาชนมีความตั้งใจแน่วแน่เพื่อสร้างอนาคตให้พออยู่พอกิน และยังมีเงินเหลือเก็บว่า

๑. “งานคือเงิน เงินคืองาน บັນดาลสุข”

๒. “การประหยัดเป็นการสร้างอนาคต ไม่มีใครสร้างอนาคตได้โดยไม่รู้จักประหยัด”

คำขวัญ ทั้งหนึ่งและสองต้องผูกโยงกันโดยอัตโนมัติ เริ่มจากช่วงวัยเด็ก วัยรุ่น วัยเรียน วัยทำงาน แต่ละวัยนั้นเป็นการสั่งสมประสบการณ์เข้าสู่วัยทำงานหลังจบการศึกษาและเริ่มทำงาน การทำงานคือการหารายได้ (เงิน) ไว้กินไว้ใช้ในสิ่งจำเป็นและการดำรงชีพ ผู้เขียนค่อนข้างเป็นห่วงคนหนุ่มคนสาวที่กำลังก่อร่างสร้างตัวในทุกวันนี้ ที่เป็นห่วงก็เพราะว่า ค่าครองชีพ (Cost of living) ณ พ.ศ.นี้ มันสูงกว่าแต่ก่อนมาก ยกจะนำมาเปรียบเทียบกัน สมัยผู้เขียนเริ่มทำงาน เงินเดือนขั้นต้นแค่ ๙๕๐.- บาท ซื้อทองคำรูปพรรณได้ ๒ บาทเศษ ทอง ๑ บาท ราคา ๔๐๐.- บาท เท่านั้น ทุกวันนี้ทองคำหนักบาทละ ๑๘,๕๐๐.- บาทขึ้นไป คนเรียนจบปริญญาตรี แม้รัฐบาลจะให้ได้รับเงินเดือนขั้นต่ำ ๑๕,๐๐๐.- บาทขึ้นไป ก็ยังซื้อทองคำได้หนักไม่ถึง ๑ บาท แล้วมนุษย์เงินเดือนจะมีเงินเหลือเก็บได้อย่างไร

ที่ผู้เขียนนำเรื่องทองคำมาเกี่ยวข้อง เป็นเพราะเราไม่มีตัวชี้วัดที่เป็นมาตรฐาน เมื่อผู้เขียนมีรถยนต์คันแรก

ประมาณ พ.ศ. ๒๕๑๓ นั้น น้ำมันเบนซินชนิดพิเศษลิตรละ ๒.๑๐ บาท เบนซินธรรมดา ๒.๐๐ บาท อ่านมาถึงตรงนี้ ท่านรู้สึกอย่างไร ฉะนั้นคนรุ่นใหม่ที่มีรายได้เงินเดือนสูงๆ แต่ค่าใช้จ่ายแต่ละอย่างก็แพงตามไปด้วย และยังมีค่าใช้จ่ายแฝงเพิ่มขึ้นมาอีก เช่น ค่าเช่าอินเทอร์เน็ต ค่าโทรศัพท์มือถือ ฯลฯ ซึ่งล้วนแต่จำเป็นและต้องใช้อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ วิเคราะห์ดูดีๆ แล้วโอกาสเงินจะเหลือเก็บไว้สร้างอนาคตก็วังเวงเต็มที

ถึงอย่างไรก็คงไม่ใช่เหตุผลวิสัยที่คนซึ่งมีสติปัญญาเหนือกว่าสัตว์หรือคนบางคน บางพวก บางกลุ่มจะทำได้ หากปฏิบัติตาม ๑-๒ ที่กล่าวมาแต่ต้นโดยวางแผนเป็นขั้นเป็นตอน (Step by step) เช่น การแบ่งรายรับออกเป็น ๔ ส่วน

ส่วนหนึ่งออมหรือเก็บ อีก ๒ ส่วนใช้จ่ายค่าเครื่องอุปโภคบริโภค หยูกยา หนังสือพิมพ์ และเรื่องบันเทิง ตลอดจนค่าผ่อนรถ ผ่อนบ้าน เฟอร์นิเจอร์ ฯลฯ ซึ่งบางคนเรียกว่า “วิมานเงินผ่อน” อีกหนึ่งส่วนใช้จ่ายเกี่ยวกับการเดินทางไปทำงาน ค่าพาหนะ ค่าอาหารกลางวัน ฯลฯ แต่ละส่วนไม่จำเป็นต้องเท่ากัน

สำหรับการออมมีความสำคัญถึงกับได้รับการกำหนดให้เป็นวันออมของโลก วันที่ ๓๑ ต.ค. ของทุกปี เชิญนะ

ส่วนที่เก็บหรือออมนั้นต้องพิจารณาให้ดีว่าจะออมอย่างไรที่ออมแล้วเงินจะงอกเงยขึ้นเรื่อยๆ การออมเงินก็มีหลากหลายวิธี เช่น

๑. ฝากไว้กับธนาคาร เรียกว่า บัญชีฝากประจำ หรือฝากออมทรัพย์

๒. ฝากไว้กับบิดามารดา หรือ ลิ่นชก ลิ่นกุญแจ (เซฟ)

๓. เล่นแชร์กับ

เพื่อนหรือเสี่ยงโชคกับ

สลากกินแบ่งรัฐบาล

หรือสลากกินรวบ อย่างที่





คนกล่าวว่า “คนจนเล่นหวยคน รวยเล่นหุ้น” ฯลฯ

การฝากเงินกับวิธีที่ ๑ ปลอดภัยดี แต่ผลตอบแทน (ดอกเบี้ย) น้อย จนไม่พอใจผู้ออม คงฝากไว้ ใช้จ่ายเป็นรายเดือนแทนการ เก็บเงินสดไว้กับตัว วิธีที่ ๒

ไม่สะดวกเพราะหากบิดา มารดา ถือเงิน พี่ๆ น้องๆ อาจมา ขอยืมไปใช้ ถ้าเก็บไว้สิ้นซึก (เซฟ) ปลอดภัยไม่ถึง ๑๐๐% ผลอๆ อาจไขกุญแจนำเงินไปใช้ชั่วคราวก่อน ทำบ่อยๆ เงินออมก็หมดอีก ออมวิธีที่ ๓ เล่นแชร์มีผลตอบแทนดีแต่ เสี่ยง ยิ่งสลากกินรวบยิ่งเสี่ยงมาก ส่วนสลากกินแบ่งยิ่งเสี่ยง ต่อการสูญเงินง่าย โอกาสจะถูกรางวัลแม้แต่เลขท้าย ๒ ตัว ก็ยากเต็มที

การออมเงินที่ดีต้องมีแต่ได้...ได้...ได้...ปราศจากการ เสี่ยง ถ้าองค์กรใดมีสหกรณ์ออมทรัพย์นับว่าดีมาก...มาก...

มาก...ที่ว่ามีมากคืออย่างไร เพราะว่าการออมโดยส่งเป็นเงินทุน หุ้นทุกเดือน เงินก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นตามกาลเวลา จากเดือนที่ ๑ ที่ ๒ เพิ่มไปเรื่อยๆ พอสิ้นปีสหกรณ์ก็คิดดอกเบี้ยให้ใน รูปของเงินปันผล (Dividend) เงินปันผลที่ได้รับมาไม่ต้อง เสียภาษีให้รัฐบาล ได้ ๒ อย่างแล้วนะคือ ๑) ได้เงินออม ๒) ได้ยกเว้นภาษีเงินได้ ได้ที่ ๓ หากเกิดเหตุจำเป็นต้องใช้เงินก่อน สามารถกู้ยืมจากสหกรณ์ได้มากกว่าเงินที่ออมเสียอีก ดอกเบี้ย ที่ต้องจ่ายก็ต่ำกว่าธนาคารทั่วไปและดอกเบี้ยทั้งปียังนำมา เป็นเงินเฉลี่ยคืนอีก การคิดอัตราดอกเบี้ยเฉลี่ยคืนมีวิธีคิด ตามที่แจ้งไว้ในสาร สอ.ทส.ฉบับพิเศษ พ.ศ. ๒๕๕๖ สรุปว่า ดอกเบี้ย ที่จ่ายเมื่อกู้เงินก็ถูกลงอีก อ้อ! ยังงั้นหรือ ดีจังเลย หนูชอบชอบ...โอ้ใครๆ ก็ชอบกันทั้งนั้น เงินหมุนเวียนในการ ดำเนินงานมันคงมีเป็นพันๆ ล้าน มันคงแน่ รู้แล้วบอกต่อนะจะ หน่วยงานใดไม่มีสหกรณ์ออมทรัพย์ เพื่อพนักงานหรือสมาชิก ก็ช่วยไม่ได้ต้องไปกู้เงินนอกระบบมาใช้ ดีไหมละ น.ส.ส.(นำ สงสาร) ส.น.น.

คาถามหารวย หรือหัวใจเศรษฐี มีดังนี้

หาเงินใช้ ได้เงินกิน รวย
กินเงินได้ ใช้เงินมี จน

หากพิจารณาและปฏิบัติตามที่เขียนมานี้ คำว่า นาย...ผู้มั่งคั่ง สักวันหนึ่งต้องเป็นของท่านแน่นอน



๑ มกราคม

๗๕ ปี แห่งการขึ้นปีใหม่

สังคีตปีใหม่



ชาว์เลิศ ชวัญเมือง

หลายท่านคงรำพึงรำพันว่าวันเวลาช่างหมดไปเร็ว
จริงหนอ เผลอเดียวเดียวก็ขึ้นปีใหม่ พ.ศ. ใหม่
อีกแล้ว จริงอย่างที่หลายคนคิด วัน เวลาเป็นทรัพยากร
ธรรมชาติที่ใช้แล้วหมดไป ไม่สามารถจะเรียกร้องให้หวน
กลับมาได้อีก ประเทศไทยเป็นประเทศหนึ่งในสากลโลก
ดังนั้นเราก็จะมีวันขึ้นปีใหม่ เช่นเดียวกับประเทศอื่น ๆ
อาจช้าเร็วแตกต่างกันบ้างในแต่ละประเทศ แล้วท่าน
ทราบหรือไม่ว่าประเทศไทย มีวันขึ้นปีใหม่มาแล้วกี่ครั้ง
ทำไมต้องเปลี่ยน เราเปลี่ยนมาใช้วันที่ ๑ มกราคม เป็น
วันขึ้นปีใหม่ตั้งแต่เมื่อใด

ในสมัยโบราณคนไทยถือเอาแรม ๑ ค่ำเดือน
อ้ายเป็นวันขึ้นปีใหม่ ต่อมาได้เปลี่ยนแปลงไปตามคติ
ความเชื่อของพราหมณ์ กำหนดนับเดือนเมษายนให้เป็น
เดือนแรกของปี โดยกำหนดให้ วันขึ้น ๑ ค่ำ เดือน ๕
เป็นวันขึ้นปีใหม่ และยึดถือกันสืบมาจนถึงสมัยรัชกาล
ที่ ๕ แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ในพ.ศ. ๒๔๓๒ เห็นว่า วันขึ้น
๑ ค่ำ เดือน ๕ ตรงกับวันที่ ๑ เมษายน ดังนั้น พระบาท
สมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว จึงโปรดเกล้าฯ ให้
กำหนดวันที่ ๑ เมษายน เป็นวันขึ้นปีใหม่ของไทยนับ
แต่นั้นมา ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นวันทางสุริยคติที่แน่นอน
เหมือนกันทุก ๆ ปี

การเปลี่ยนวันขึ้นปีใหม่ของไทยครั้งล่าสุดเกิดขึ้น
ในสมัยรัฐบาลของหลวงพิบูลสงคราม หรือที่หลายคน
รู้จักในนามของจอมพล ป.(แปลก) พิบูลสงคราม นายก
รัฐมนตรี ผู้ริเริ่มแนวคิด รัฐนิยม ที่ต้องการนำพาชาว
สยามก้าวสู่สิ่งที่เรียกว่า ความศิวิไล ของผู้มีอารยะ ใน
สมัยนี้มีการเปลี่ยนชื่อให้ทันสมัย แต่งกายแบบตะวันตก



จอมพล ป. พิบูลสงคราม

ต้องใส่หมวก เป็นต้น

คณะรัฐมนตรีของหลวงพิบูลสงครามได้ลงมติ
เมื่อวันที่ ๓๑ มกราคม ๒๔๘๒ มอบหมายให้หลวงวิจิตร
วาทการ ตรวจสอบและทำบันทึกว่าประเทศไทยถือเอา
วันที่ ๑ เมษายน เป็นวันขึ้นปีใหม่มีเหตุผลหรือประวัติ
ความเป็นมาอย่างไร ซึ่งต่อมาในวันที่ ๗ กุมภาพันธ์
๒๔๘๒ หลวงวิจิตรวาทการได้เสนอบันทึกให้คณะรัฐมนตรี
พิจารณา ซึ่งคณะรัฐมนตรีพิจารณาแล้ว มีมติแต่งตั้ง
คณะกรรมการพิจารณาการเปลี่ยนวันขึ้นปีใหม่ประกอบ
ด้วย หลวงวิจิตรวาทการ พระยาเทวาธิราช ที่ปรึกษา
สำนักนายกรัฐมนตรีและผู้แทนจากกระทรวงต่างๆ คณะ
กรรมการ ชุดนี้ เรียกว่า คณะกรรมการพิจารณาการ
เปลี่ยนแปลงวันขึ้นปีใหม่



หลวงวิจิตรวาทการได้เสนอร่างพระราชบัญญัติวันขึ้นปีใหม่ให้คณะรัฐมนตรีพิจารณาพร้อมกับชี้แจงปัญหาบางเรื่องที่จะเกิดขึ้นจากผลการเปลี่ยนแปลงวันขึ้นปีใหม่ เช่น คนที่เกิดเดือนมกราคมควรจะหมดอายุราชการในวันที่ ๓๑ มีนาคม จะได้รับสิทธิเวลาราชการยึดไปอีก ๙ เดือน ส่วนคนที่เกิดก่อนเดือนมกราคม จะมีเวลาที่จะได้รับราชการต่อไปลดน้อยลง ๓ เดือน ซึ่งคณะรัฐมนตรีของหลวงพิบูลสงครามพิจารณาร่างพระราชบัญญัติดังกล่าวแล้ว ก็ได้ลงมติ เมื่อวันที่ ๕ มิถุนายน ๒๔๘๓ รับหลักการตามที่คณะกรรมการพิจารณาเรื่องเปลี่ยน วันขึ้นปีใหม่เสนอ

หลังจากนั้นเมื่อกระบวนการต่าง ๆ ดำเนินไปจนเริ่มปรากฏเป็นที่แน่ชัดแล้วว่า ทางราชการไทยจะใช้วันที่ ๑ มกราคม ๒๔๘๔ เป็นวันแห่งการเริ่มต้นศักราชใหม่ คณะรัฐมนตรี ก็ได้ มีมติ เมื่อวันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๔๘๓ ให้หยุดราชการวันขึ้นปีใหม่ในวันที่ ๓๑ ธันวาคม วันที่ ๑ และวันที่ ๒ มกราคม ส่วนการหยุดราชการแบบเดิมคือวันที่ ๓๑ มีนาคม และ วันที่ ๑ เมษายน นั้นให้งดเสีย ส่วนร่างพระราชบัญญัติวันขึ้นปีใหม่ นั้น ต่อมาได้เปลี่ยนชื่อเป็น พระราชบัญญัติปีประดิทิน พุทธศักราช ๒๔๘๓ ซึ่งประกาศในราชกิจจานุเบกษา เมื่อวันที่ ๑๗ กันยายน ๒๔๘๓ โดยมาตรา ๒ บัญญัติให้ใช้พระราชบัญญัตินี้ เมื่อพ้นกำหนดสามสิบวัน นับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษา เป็นต้นไป ซึ่งชาวไทยก็ได้เฉลิมฉลอง

ศักราชใหม่ ในวันที่ ๑ มกราคม ๒๔๘๔ เป็นครั้งแรก

เกิดอะไรขึ้นจากการเปลี่ยนวันขึ้นปีใหม่ จากวันที่ ๑ เมษายน มาเป็นวันที่ ๑ มกราคม จะพบว่าเป็นการลบลบอิทธิพลของลัทธิพราหมณ์ที่เข้าครอบงำพุทธศาสนาซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติจนมากเกินไป เนื่องจากการใช้วันขึ้นปีใหม่แบบเดิมนั้น ได้รับอิทธิพลมาจากลัทธิพราหมณ์ของอินเดีย ประกอบกับตามธรรมเนียมปฏิบัติของศาสนาพุทธเองแล้ว การนับวันขึ้นปีใหม่ ในเดือนมกราคมก็ถือว่าถูกต้องตามหลักพระพุทธศาสนา และในอดีตไทยก็เคยยึดถือหลักการเช่นว่านี้ เหตุผลหลักที่ทำให้รัฐบาลของหลวงพิบูลสงครามต้องการเปลี่ยนวันขึ้นปีใหม่ในครั้งนั้น ก็คงหนีไม่พ้นประเด็นเรื่องการยกระดับประเทศไทยให้ก้าวสู่ความเป็นสากลตามแบบตะวันตกนั่นเอง เป็นการนำพาประเทศไปสู่ความศิวิไลแบบผู้มีอารยะตามนโยบายหลักของรัฐบาล ในขณะนั้น

จวบจนปัจจุบันนับเป็นเวลา ๗๔ ปีแล้วที่ชาวไทยได้เฉลิมฉลองวันขึ้นปีใหม่ตามแบบสากลหลายท่านอาจไม่ทราบที่มาที่ไปของการเปลี่ยนแปลงในครั้งนั้น

อย่างไรก็ตามในโอกาส วันขึ้นปีใหม่พุทธศักราช ๒๕๕๘ นี้ ก็ขอให้สมาชิกสหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด ทุกคนประสบแต่ความสุข ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บทั้งปวง บรรรณาลิขิตของจงสำเร็จสมดังปรารถนาทุกประการ



...ขอแสดงความยินดีกับสมาชิกของเรา...



รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม

นายวีระ โรจน์พจนรัตน์ สมาชิกเลขที่ ๑๖๒๘๒ เกิดเมื่อวันที่ ๑๑ มีนาคม พ.ศ.๒๔๙๕ สำเร็จการศึกษาชั้นประถมศึกษาจากโรงเรียนบางมูลนากราชบุรีอุทิศ ชั้นมัธยมต้นจากโรงเรียนบางมูลนากภูมิวิทยาคม จังหวัดพิจิตร มัธยมศึกษาจากโรงเรียนอานวยศิลป์ ระดับปริญญาตรี สาขาสถาปัตยกรรมหลัก จากคณะสถาปัตยกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สาขารัฐศาสตร์ จากมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และระดับปริญญาโท สาขาบริหารรัฐกิจ จากคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ผลงานด้านบริหาร : รณรงค์เรื่องคุณธรรมจริยธรรมสำหรับข้าราชการและจรรยาบรรณวิชาชีพขององค์กรเอกชน, โครงการพัฒนาศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทยให้เป็นพื้นที่บริการทางวัฒนธรรมระดับนานาชาติ ประกอบด้วย หอศิลป์วัฒนธรรมร่วมสมัย โรงละครแห่งใหม่ ห้องสมุดวัฒนธรรม ลานวัฒนธรรม อาคารสำนักงานกระทรวงวัฒนธรรม, ส่งเสริมอุตสาหกรรมภาพยนตร์, การรณรงค์ส่งเสริมความเป็นไทย, การนำมิติทางวัฒนธรรมพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ



ที่มา : <http://www.komchadluek.net/detail/20140903/191360.html> และ http://th.wikipedia.org/wiki/วีระ_โรจน์พจนรัตน์

ผู้อำนวยการสำนักงานพระพุทธศาสนาแห่งชาติ

นายพนม ศรศิลป์ สมาชิกเลขที่ ๒๒๑๒๒ เกิดเมื่อวันที่ ๙ กุมภาพันธ์ ๒๕๐๒ สำเร็จการศึกษาหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (ศศ.ม.) มหาวิทยาลัยมหาสารคาม ได้ผ่านหลักสูตรการฝึกอบรมที่สำคัญ อาทิ หลักสูตรประกาศนียบัตรชั้นสูง : การบริหารงานภาครัฐและกฎหมายมหาชน รุ่นที่ ๑๓ จากสถาบันพระปกเกล้า ปี ๒๕๕๗ เป็นต้นผลงานด้านบริหาร: ประธานคณะทำงานจัดทำแผนยุทธศาสตร์และแผนปฏิบัติการการพัฒนาการศึกษาพระปริยัติธรรมของคณะสงฆ์ ทั้ง ๓ แผนก คือ แผนกธรรม แผนกบาลี และแผนกสามัญศึกษา, ประธานคณะทำงานจัดทำแผนแม่บทการเผยแผ่พระพุทธศาสนา และแผนพัฒนาบุคลากรด้านการเผยแผ่พระพุทธศาสนาของคณะสงฆ์, ประธานคณะทำงานโครงการสร้างความปรองดองสมานฉันท์โดยใช้หลักธรรมทางพระพุทธศาสนา “หมู่บ้านรักษาศีล ๕” ตามนโยบายของมหาเถรสมาคมและรัฐบาล เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนในชาติใช้หลักศีลธรรมทางพระพุทธศาสนา สร้างความรัก ความสามัคคี อย่างยั่งยืน

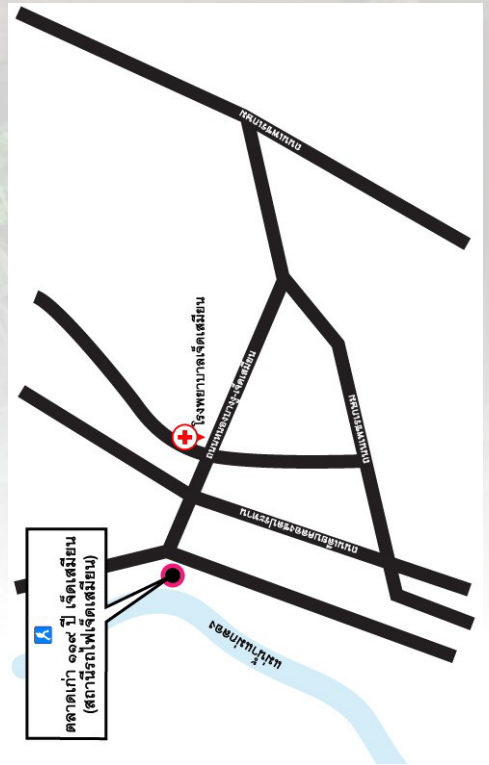


ที่มา : http://www.onab.go.th/index.php?option=com_content&view=article&id=9658&Itemid=378

ตลาดเจ็ดเสมียน เปลี่ยนลานค้าเป็นลานศิลป์ จังหวัดราชบุรี



หัวไชโป้ว ตลาดเจ็ดเสมียน



ตลาดเจ็ดเสมียน ตั้งอยู่หลังสถานีรถไฟเจ็ดเสมียน สถานีรถไฟเล็กๆ ที่รถไฟสายใต้ทุกขบวนต้องผ่านก่อนถึงราชบุรี ตลาดเจ็ดเสมียนด้านหน้าติดสถานีรถไฟ ด้านหลังติดริมแม่น้ำแม่กลอง สิ่งที่สำคัญของชุมชน คือ **ห้องแถวไม้ วัดเจ็ดเสมียน ศาลคุณตาผ้าขาว ลานโพธิ์** ซึ่งจัดแสดงงานศิลปะพื้นบ้านของเด็กและผู้สูงอายุในชุมชนสินค้าที่ขึ้นชื่อของที่นี่คือ **หัวไชโป้ว** เพราะเจ็ดเสมียนเคยเป็นแหล่งปลูกหัวผักกาดขาว ก่อนผลิตเป็นหัวไชโป้วส่งจำหน่ายไปทั่วประเทศ

ตลาดเก่าเจ็ดเสมียน

มีการจัดกิจกรรม All about arts ทุกวันศุกร์ เสาร์ อาทิตย์ ในสัปดาห์สุดท้ายของเดือน ตั้งแต่เวลา 16.00 น. เป็นต้นไป มีการแสดงถ่ายภาพ ภาพวาดของบรรดาศิลปินจากโพธาราม การแสดงของคนพื้นบ้าน และสิ่งของเครื่องใช้ในสมัยก่อน ซึ่งนับเป็นสิ่งที่หาดูได้ยากในปัจจุบัน

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ สวนศิลป์บ้านดิน โทร.032-397668, 081-8317041

เทศบาลตำบลเจ็ดเสมียน โทร.032-397015 ททท.สำนักงานเพชรบุรี โทร.032-471005-6

การเดินทาง จากกรุงเทพฯ ใช้ทางหลวงหมายเลข 4 (เพชรเกษม) ผ่านนครปฐมไปทางจังหวัดราชบุรี ผ่านสี่แยกโพธารามไปไม่ไกลประมาณ 21 กิโลเมตร ทางซ้ายมือจะเห็นนิคมอุตสาหกรรมราชบุรี (มีป้ายตัวหนังสือสีเหลือง) เตรียมตัวชิดขวา (เกาะกลาง) สังเกตป้ายตรงเกาะกลางจะเขียนว่า **“วัดเจ็ดเสมียน”** จากนั้นเลี้ยวเข้าถนนตามป้ายบอกทาง

ข้อมูลจาก... **การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย**

