

สุขใจ

ปีที่ 7 ฉบับที่ 20 เมษายน - มิถุนายน 2561



เรื่องเด่นเล่มนี้
โรงไฟฟ้าพี โรงเรียนน้อง

บ้านฉัน บ้านเธอ
ตำนานเมืองโบราณ
โกสินารายณ์

เอ็กโกเรนเจอร์
ร่วมใจพิทักษ์พลังงาน
กับเหล่าฮีโร่

ข้าวตังสับหน้าป่าตัม
ของฝากจากรอยยิ้ม
คนงานบ้านโป่ง



เรื่องเด่นประจำฉบับ

หน้า 2



โรงไฟฟ้าพี โรงเรียนน้อง

ต่อเติมอนาคต
เยาวชนรอบโรงไฟฟ้า

งานมอบทุนการศึกษา
และทัศนศึกษาโรงไฟฟ้า



หน้า 18

นวัตกรรมรถยนต์ไฟฟ้า

เทคโนโลยีสุดล้ำ
แห่งอนาคต



หน้า 16

โรงอบแห้ง พลังงานแสงอาทิตย์

นวัตกรรมการผลิต
กล้วยตาก



หน้า 8

บ้านฉัน บ้านเธอ พาเที่ยวเมืองโกสินารายณ์

ตำนานเมืองโบราณ
โกสินารายณ์



หน้า 14

มะนาวหอม เงาใหญ่

มะนาวสายพันธุ์ใหม่
ปลูกง่าย ทนโรค



หน้า 10

ข้าวตังสิบห้า ป้าต้ม ของฝากจากรอยยิ้ม คนงามบ้านโป่ง



กองบรรณาธิการ วารสาร “สุขใจ” คณะทำงานส่งเสริมการมีส่วนร่วม พัฒนาคุณภาพชีวิตชุมชนในพื้นที่ รอบโรงไฟฟ้า
ที่ปรึกษา: ภาสกร ศตะนาวิน, วาสนา วงศ์พรหมเมฆ บรรณาธิการบริหาร: ศิริรัชต์ วงศ์ปิยะ บรรณาธิการกิจกรรมพัฒนาชุมชน: อติศักดิ์
ปัญญาหงษ์ บรรณาธิการ: พินทุสุตา เปี่ยมปิติ
บริษัท ผลิตไฟฟ้า จำกัด (มหาชน) อาคารเอ็กโก 222 ชั้น 11 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ 10210
โทรศัพท์: (66) 0 2998 5999 โทรสาร: (66) 0 2955 0956-9



กระดาษเนื้อในวารสารสุขใจ ใช้นวัตกรรมเพื่อสิ่งแวดล้อม ทำจากกระดาษที่ปราศจากสารคลอรีนในการผลิตและลดการใช้เยื่อไม้มากกว่ากระดาษปกติ 50%

เปิดบ้านทักทาย

สวัสดีค่ะ เพื่อนบ้านรอบโรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโกทุกครอบครัว

พบกันอีกครั้งกับวารสาร “สุขใจ” ฉบับนี้ที่ย่างเข้าสู่ฤดูฝนมาเยือนอีกครั้งหนึ่ง โดย “สุขใจ” ยังขอเป็นพื้นที่สื่อกลางระหว่างกลุ่มเอ็กโกกับเพื่อนบ้านรอบโรงไฟฟ้า โดยในวารสารสุขใจฉบับนี้ ทางทีมงานกองบรรณาธิการได้คัดสรรเรื่องราวที่เป็นสาระนานาประโยชน์ และอัปเดตกิจกรรมข่าวสารความเคลื่อนไหวของโรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโกมาฝากผู้อ่านทุกท่านอย่างเช่นเคย

เริ่มด้วยคอลัมน์ **เรื่องเด่นเล่มนี้** จะขอเล่าถึงหนึ่งในกิจกรรมสำคัญภายใต้โครงการ “โรงไฟฟ้าพี่ โรงเรียนน้อง” ซึ่งเป็นโครงการซึ่งเริ่มขึ้นในโอกาสครบรอบ 25 ปี ของการก่อตั้งบริษัทในปี 2560 โดยเป็นโครงการระยะยาว 5 ปี นั้น ในปี 2561 กิจกรรมแรกที่เอ็กโกได้สานต่อการดำเนินงานมาอย่างต่อเนื่อง นั่นก็คือ “พิธีมอบทุน ปฐมนิเทศ และทัศนศึกษาโรงไฟฟ้าของนักเรียนทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 2” จำนวน 25 ทุน

นอกจากนี้ยังมีโครงการ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า” ที่เอ็กโก กรุ๊ป ร่วมกับ มูลนิธิไทยรักษ์ป่า และอุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ดำเนินโครงการมาตั้งแต่ปี 2540 จนปีนี้ นับเป็นการจัดค่ายรุ่นที่ 51 ภายใต้แนวคิด “Gen Wild ความหลากหลายในป่ากว้าง” โดยพาเยาวชนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนในทุกภูมิภาคทั่วประเทศ 65 คน ไปเข้าค่ายทัศนศึกษา ณ อุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ จ.เชียงใหม่ เป็นเวลา 7 คืน 8 วัน ซึ่งสามารถอ่านรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่คอลัมน์ **สัปดาห์พิเศษ**

หลังจากที่ได้อัปเดตกิจกรรมต่างๆ แล้วนั้น น้องๆ เยาวชนที่อาสาเป็นไกด์ประจำฉบับจะพาทุกท่านไปเยี่ยมชม “พิพิธภัณฑ์ชุมชนสระโกสินารายณ์” ในคอลัมน์ **บ้านฉัน บ้านเธอ** และพาไปชิม “ข้าวดังลิบหน้า ป่าติ่ม” ของอร่อยจากอำเภอบ้านโป่ง จ.ราชบุรี ที่คอลัมน์ **ของดีบ้านเรา** และสำหรับเด็กๆ ก็สามารถไป **ติดตาม เอ็กโก เรนเจอร์ ในตอนที่ 2** กันต่อได้ที่หน้า 29 รับรองว่าเนื้อหาทั้งสนุก ครบเครื่องเรื่องความรู้เกี่ยวกับพลังงานไฟฟ้าอย่างแน่นอน

สุดท้ายนี้ กองบรรณาธิการหวังว่า ผู้อ่านทุกท่านจะได้รับทั้งสาระ รอยยิ้ม และความสุข จากวารสารสุขใจที่ท่านถือในมือเล่มนี้ ช่วงนี้อากาศเปลี่ยนแปลงบ่อย อย่าลืมรักษาสุขภาพกันด้วยนะคะ

พินทุ์สุดา เปี่ยมปิติ

พินทุ์สุดา เปี่ยมปิติ
บรรณาธิการ





โรงไฟฟ้าพี่ โรงเรียนน้อง

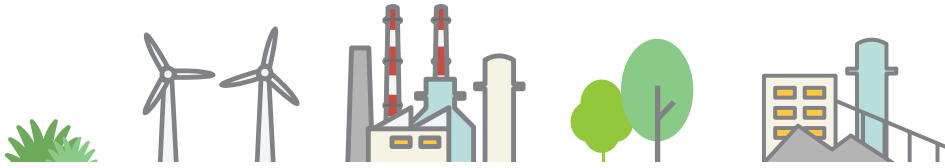
ต่อเติมอนาคตเยาวชนรอบโรงไฟฟ้า มอบ 25 ทุนเรียนต่ออาชีวศึกษา



คุณจักร์กริช พิบูลย์ไพโรจน์
กรรมการผู้จัดการใหญ่ เออีโก กรุ๊ป

ด้วยตระหนักถึงความสำคัญของการศึกษาที่จะช่วย
ส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิต เยาวชนรอบโรงไฟฟ้า
เพื่อให้เติบโตเป็นคนที่มีความรู้ เป็นกำลังสำคัญของ
ชุมชนที่ตนอาศัยอยู่ และมีส่วนสำคัญในการพัฒนาประเทศ
บริษัท ผลิตไฟฟ้า จำกัด (มหาชน) หรือ เออีโก กรุ๊ป
เห็นความสำคัญ “ทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 2” ภายใต้โครงการ
“โรงไฟฟ้าพี่ โรงเรียนน้อง” อย่างต่อเนื่อง

นายจักร์กริช พิบูลย์ไพโรจน์ กรรมการผู้จัดการใหญ่
เออีโก กรุ๊ป เล่าถึงที่มาของทุนการศึกษาว่า “เออีโก กรุ๊ป มุ่งมั่น
ดำเนินธุรกิจตามแนวทางการพัฒนาอย่างยั่งยืน บริษัทฯ ให้ความสำคัญ
กับการอยู่ร่วมกับชุมชนอย่างเกื้อกูล โดยมีส่วนร่วมดูแล
และพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็งอย่างต่อเนื่องในทุกพื้นที่ที่เราเข้าไปดำเนิน
กิจการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการมีส่วนร่วมพัฒนา “เยาวชน”



วัยต้นทางซึ่งเป็นกำลังสำคัญต่อการพัฒนาประเทศในอนาคต โดยทุนนี้เป็นทุนการศึกษาแบบต่อเนื่องระดับ ปวช. จนถึง ปวส. ไม่มีภาระผูกพันกับบริษัท เพื่อเปิดโอกาสให้เยาวชนในโรงเรียนรอบโรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโก ที่เรียนดี แต่ขาดแคลนทุนทรัพย์ มีโอกาสศึกษาต่อในระดับอาชีวศึกษาในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมไฟฟ้า ซึ่งเป็นพื้นฐานของการดำรงชีวิต อีกทั้งการส่งเสริมให้เยาวชนได้เรียนต่อในสายอาชีพ ยังเป็นการพัฒนาบุคคลที่มีทักษะและมีฝีมือเข้าสู่ตลาดแรงงาน เป็นต้นทางในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศอีกด้วย

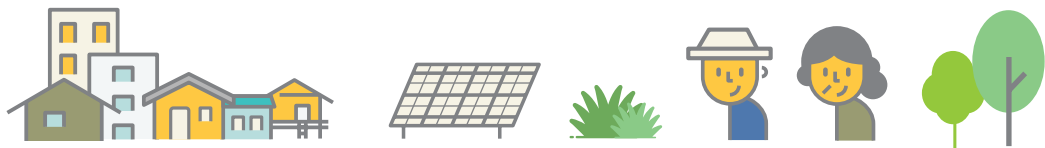
“การพิจารณาเลือกนักเรียนเข้ารับทุนการศึกษา ได้รับความร่วมมืออย่างดีจากผู้อำนวยการและคณะครูจากโรงเรียนรอบโรงไฟฟ้า นอกจากนี้ในช่วง 5 ปีระหว่างรับทุน นักเรียนทุนยังสามารถร่วมทำกิจกรรมจิตอาสากับโรงไฟฟ้าในพื้นที่ชุมชนของตนเองด้วย ผมเชื่อมั่นว่าความร่วมมือที่เกิดขึ้นนี้จะเป็นพลังที่ช่วยกันดูแลและพัฒนาชุมชนรอบโรงไฟฟ้าต่อไปอย่างยั่งยืน”

นายภาสกร ศศะนาวิน ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการใหญ่ บริหารโรงไฟฟ้า และประธานคณะกรรมการส่งเสริมการมีส่วนร่วมพัฒนาชุมชน เอ็กโก กรุ๊ป กล่าวเพิ่มเติม

โครงการ **“โรงไฟฟ้าที่ โรงเรียนน้อง”** เป็นโครงการต่อเนื่อง 5 ปี (ปี 2560-2564) ซึ่งเป็นหนึ่งในโครงการเพื่อชุมชนและริเริ่มขึ้นในโอกาสครบรอบ 25 ปี ของการก่อตั้งบริษัทในปี 2560 โดยมอบทุนอาชีวศึกษาให้แก่เยาวชนที่ผ่านการคัดเลือกจากโรงเรียนรอบโรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโก ที่เรียนดีและมีความประพฤติดี แต่ขาดแคลนทุนทรัพย์ได้ศึกษาต่อระดับ ปวช.-ปวส. ในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมไฟฟ้า 6 สาขา ได้แก่ ไฟฟ้ากำลัง อิเล็กทรอนิกส์ ซ่อมบำรุง ช่างยนต์ ช่างกลโรงงาน และแมคคาทรอนิกส์ ปีละ 25 ทุน ทุนละ 320,000 บาท (ปวช. ปีละ 60,000 บาท และ ปวส. ปีละ 70,000 บาท) สำหรับในปี 2561 นักเรียนทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 2 จำนวน 25 คน ได้รับการพิจารณาให้เข้าเรียนใน 5 สาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมไฟฟ้า โดยสาขาแมคคาทรอนิกส์ ไม่มีผู้ผ่านเกณฑ์การพิจารณา

นอกจากเยาวชนรอบโรงไฟฟ้าทั้ง 25 คน ได้เดินทางมารับมอบทุนอาชีวศึกษาจากผู้บริหารเอ็กโก กรุ๊ป ด้วยตนเองแล้ว นักเรียนทุนเอ็กโกยังได้ไปทัศนศึกษาโรงไฟฟ้าคลองหลวง จ.ปทุมธานี และโรงไฟฟ้าลพบุรี โซลาร์ จ.ลพบุรี ในกลุ่ม เอ็กโก โดยมีพี่วิศวกรจากโรงไฟฟ้าทั้ง 2 แห่ง มาถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับกระบวนการผลิตไฟฟ้าจากโรงไฟฟ้าที่ใช้เชื้อเพลิงก๊าซธรรมชาติ และพลังงานหมุนเวียนอย่างพลังงานแสงอาทิตย์ ตลอดจนประสบการณ์การทำงานในโรงไฟฟ้าให้น้อง ๆ ด้วย





พร้อมกันนี้ นักเรียนทุนยังมีโอกาสไปร่วมทำกิจกรรมจิตอาสากับชุมชนบ้านซอนม่วง อ.โคกสำโรง จ.ลพบุรี ซึ่งโรงไฟฟ้าลพบุรี โซลาร์ ได้เข้าไปมีส่วนร่วมเผยแพร่ความรู้ในเรื่องการใช้ประโยชน์จากพลังงานแสงอาทิตย์กับการเกษตรภายใต้โครงการ **“NED โซลาร์เซลล์เพื่อแปลงเกษตรบ้านซอนม่วง”** โดยเยาวชนทั้งหมดได้ไปเยี่ยมเยียนแปลงเกษตรของ ผู้ใหญ่สายชล ถนนมศักดิ์ ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ 3 ต.วังเพลิง ผู้ซึ่งนำทักษะและความเชี่ยวชาญด้านช่างที่ตนเองมีอยู่แล้ว มาผสานกับความรู้ที่ได้รับจากโรงไฟฟ้า แล้วนำไปประดิษฐ์ปั้มน้ำพลังงานแสงอาทิตย์ เพื่อสูบน้ำมาใช้ในพื้นที่เพาะปลูกของตนเอง ซึ่งช่วยลดค่าใช้จ่ายจากการใช้ไฟฟ้าจากระบบปกติได้มาก พร้อมทั้งยังเป็นต้นแบบและแหล่งเรียนรู้การนำพลังงานหมุนเวียนมาใช้เพาะปลูกและทำเกษตรแบบพอเพียงของชุมชนบ้านซอนม่วงด้วย

ผู้ใหญ่สายชล ได้ถ่ายทอดประสบการณ์และสร้างแรงบันดาลใจให้น้องๆ นักเรียนทุนที่กำลังจะเรียนในสายอาชีพว่า นอกจากน้องๆ จะได้รับความรู้และทักษะการลงมือปฏิบัติในช่วงที่เรียน ปวช.-ปวส. แล้ว น้องๆ ยังสามารถนำความรู้และทักษะฝีมือมาช่วยพัฒนาชุมชนของตนเองในอนาคตได้ด้วย

หลังจากที่น้องๆ ทุนอาชีวศึกษารุ่นที่ 2 ได้ไปเรียนรู้และทำกิจกรรมจิตอาสาแล้ว ยังมีกิจกรรมที่เป็นไฮไลท์สำคัญ คือ การแบ่งปันประสบการณ์จากพี่-สู่น้อง เพื่อแบ่งปันประสบการณ์การเรียนรู้ รวมถึงการปรับตัวเมื่อก้าวสู่รั้ววิทยาลัย โดยมีตัวแทนนักเรียนทุนอาชีวศึกษารุ่นที่ 1 จำนวน 3 คน จากสาขาวิชาอิเล็กทรอนิกส์ ไฟฟ้ากำลัง และช่างกลโรงงาน รวมทั้งพี่ๆ จากเอ็กโก กรุ๊ปที่จบการศึกษาสายอาชีวศึกษา มาร่วมแบ่งปันประสบการณ์และแลกเปลี่ยนแนวความคิดระหว่างรุ่นพี่สู่รุ่นน้อง





แบ่งปันประสบการณ์ กับนักเรียนทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 1



ปิ๋ว-พัฒนิตา พูนนิวัฒน์

วิทยาลัยเทคนิคระยอง สาขาไฟฟ้ากำลัง

“ช่วงแรกที่เริ่มเข้าไปเรียนระดับอาชีวศึกษา ก็ต้องปรับตัวค่อนข้างมาก ในเทอมแรกผลการเรียนก็ไม่ได้อย่างที่คาดหวังไว้ เนื่องจากอยู่ในช่วงการปรับตัว ซึ่งตัวเราไม่เคยเรียนแบบนี้มาก่อน จึงใช้เวลาในเทอมแรกพัฒนาตัวเอง จนมาถึงเทอมที่ 2 เกรดเฉลี่ยก็เพิ่มขึ้น เพราะเราเริ่มรู้แนวทางการเรียน รู้ว่าตัวเองต้องพัฒนาอย่างไร เพื่อให้เรียนได้ตามเป้าหมาย ฝากถึงน้อง ๆ ว่าขอให้ตั้งใจเรียน เราต้องเรียนเพื่ออนาคตที่ดีของเราเองค่ะ”



ดริ้ม-สวา เป้าหิ้นดั่ง

วิทยาลัยเทคนิคชัยภูมิ สาขาช่างกลโรงงาน

“เนื่องจากประจักษ์วิทยาลัยจะไม่เคยปิดเลย เราจะออกไปตอนไหนก็ได้ ดังนั้นเราต้องรู้จักดูแลควบคุมตัวเองให้ดี เรื่องเพื่อนสำคัญมากเลยครับ มักจะมีเพื่อนมาชวนไปในทางที่ไม่ดี เช่น สูบบุหรี่ กินเหล้า แต่ผมก็แค่เลือกที่จะไม่ไป ซึ่งแรก ๆ เพื่อนเขาก็จะพยายามชวนตลอด แต่พอเราไม่ไปบ่อย ๆ เข้าเพื่อนก็จะเลิกชวนไปเอง บางทีก็มีเพื่อนนอนไม่พูดกับเรา เพราะเราไม่ทำตามสิ่งที่เขาต้องการ แต่ผมก็ไม่ได้สนใจ ผมมองว่าสิ่งสำคัญในชีวิตของผมก็คือ ผมอยากเรียนให้จบมีงานทำจะได้เลี้ยงพ่อแม่ได้ ผมเชื่อว่าถ้าน้อง ๆ ทุกคน หากนึกถึงเป้าหมายที่ตั้งใจไว้ เราก็จะไม่อยากทำอะไรที่มันจะทำให้เราไขว้เขว ทำให้การเรียนเราเสียหรือทำให้พ่อแม่เราเสียใจครับ”



ดิ่ว-รัฐธรรมบุญ สุทธิประเสริฐ

วิทยาลัยเทคนิคบ้านค่าย สาขาอิเล็กทรอนิกส์

“การเรียนวิทยาลัยกับการเรียนมัธยมศึกษามีความแตกต่างกัน เนื่องจากครูที่วิทยาลัยเทคนิคจะไม่เหมือนกับครูมัธยมที่จะคอยตามงานเรา ตามให้เราไปสอบ ดังนั้น เราต้องดูแลรับผิดชอบตัวเอง ส่วนเพื่อน ตอนแรกเข้าไปเรียน ผมไม่มีเพื่อนเลยครับ ทำให้เราไม่ออกไปเรียน ไม่มีความสุขในการเรียน แต่ผมก็ปรึกษากับแม่ตลอดรวมถึงอาจารย์ที่ปรึกษา ทุกคนก็ให้ผมไปเรียน จนในที่สุดผมก็ได้ใช้ความรู้ ความสามารถ สร้างการยอมรับกับเพื่อนได้ จนตอนนี้เป็นหัวหน้าห้องแล้ว การปรับตัวในการเรียนของผม ผมมีปัญหาว่าผมไม่เก่งปฏิบัติแต่ผมก็แก้ไขปัญหามาโดยตลอดและหาแอปพลิเคชันที่จะช่วยให้เรียนง่ายขึ้น ผมอยากฝากให้น้อง ๆ อ่านหนังสือเยอะ ๆ หาความรู้ที่หลากหลาย เราจะได้มีความรู้รอบตัวมากขึ้น หากมีปัญหาเรื่องการเรียนพวกพี่ ๆ รุ่น 1 ก็ยินดีให้คำแนะนำครับ”



นอกจากนี้ เพื่อต้อนรับน้องๆ ทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 2 เข้าสู่ครอบครัว นักเรียนทุนอาชีวศึกษา เอ็กโก กรุ๊ป จึงได้จัดกิจกรรมผูกข้อมือรับขวัญน้อง เพื่อสร้างขวัญ กำลังใจ สร้างความผูกพันระหว่างนักเรียนทุนอาชีวศึกษา พี่ๆ เอ็กโก กรุ๊ป และคณะครูที่จะเดินเคียงข้างกันเกื้อหนุนและสานฝันให้น้องๆ สำเร็จอย่างที่ตั้งใจ



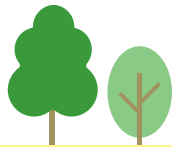
เพื่อส่งต่อกำลังใจให้น้อง ๆ นักเรียนทุนอาชีวศึกษารุ่นที่ 2
มารู้จัก 6 ตัวแทนนักเรียนทุนอาชีวศึกษา รุ่นที่ 2 จาก
โรงเรียนรอบโรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโก
กับโอกาสที่ได้รับการพิจารณาให้ได้รับทุนกันค่ะ



ข้าวต้ม – ภัญญดา ต่อมคำ

ss.วัดบ้านฆ้องน้อย ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าบ้านโป่ง จ.ราชบุรี
(เลือกเรียนสาขาไฟฟ้ากำลัง)

“ก่อนที่จะมาขอทุน ชีวิตลำบากมากค่ะเพราะอยู่กับพ่อ 2 คน ต้องช่วยแบ่งเบาภาระพ่อ วันเสาร์-อาทิตย์ก็เลยไปทำงานก่อสร้าง แบกปูน ผสมปูน ได้ค่าแรงวันละ 250-300 บาท อีกอย่าง ใจก็อยากเรียนสายอาชีพอยู่แล้ว โดยเฉพาะสาขาไฟฟ้ากำลัง เพราะไฟฟ้าเป็นสิ่งใกล้ตัวเรา การเรียนสายอาชีพ ทำให้เราทั้งความรู้และประสบการณ์นำไปปฏิบัติได้จริง จบ ปวส. ก็สามารถทำงานได้หลายอย่าง เช่น รับเหมาเดินไฟฟ้าตามบ้าน หรือทำงานในโรงไฟฟ้าก็ได้ ในอนาคตก็ตั้งใจจะเรียนต่อจนถึง ป.ตรี เพราะอยากเป็นวิศวกรไฟฟ้า ดีใจมาก ๆ ที่ได้รับโอกาสนี้ ขอขอบคุณบริษัทที่ให้เด็กไม่มีโอกาสได้มีโอกาสเรียนต่อ และสามารถนำทุนการศึกษาไปช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายในครอบครัวได้ด้วย”



เนตร – การวิณี จ้อยทองมูล

ss.วัดโพธิ์ ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าโซลาร์โก จ.นครปฐม
(เลือกเรียนสาขาอิเล็กทรอนิกส์)

“ชีวิตครอบครัวลำบากมากค่ะ ทุกเช้าก่อนไปโรงเรียนต้องช่วยแม่เก็บดอกแค เพื่อให้แม่เอาไปขาย วันเสาร์อาทิตย์ก็ไปช่วยแม่รับจ้างทำงาน เช่น กำผักนึ่ง ดายหญ้า เพราะแม่เป็นเสาหลักของบ้าน โดยส่วนตัวอยากเรียนอาชีวะอยู่แล้ว เพราะจะได้เงินเวลาไปฝึกงานด้วย อีกอย่างอาชีวะก็เป็นทักษะการใช้ชีวิต ฝึกการทำงานต่างๆ ได้เจอสังคมรู้จักการปรับตัว หนูเลือกเรียนสาขาอิเล็กทรอนิกส์เพราะเป็นสาขาที่ต้องใช้ความละเอียดรอบคอบมาก สามารถนำไปใช้งานเกี่ยวกับไฟฟ้าได้ทั้งหมด ถ้ามีโอกาส หนูอยากเรียนจนจบปริญญาตรี อยากเป็นวิศวกรอิเล็กทรอนิกส์ การได้รับทุนของเอ็กโกช่วยเปลี่ยนชีวิตครอบครัวหนูมากค่ะ ช่วยแบ่งเบาภาระครอบครัวได้เยอะมาก แม่จะได้ไม่ต้องทำงานหนักเหมือนเมื่อก่อน อยากให้แม่มีเวลาได้พักผ่อน แต่วันเสาร์-อาทิตย์หนูก็จะมาช่วยแม่รับจ้างเหมือนเดิม จะพยายามแบ่งเวลาเรียนกับเวลาทำงานพาร์ทไทม์ ถ้ามีงานจากวิทยาลัยก็จะทำให้เสร็จจากที่วิทยาลัยเลย จะได้มีเวลามาช่วยแม่ อะไรที่ได้เงินหนูก็จะทำทั้งหมด หนูมองว่าการเรียนสายอาชีพช่วยพัฒนาได้หลายอย่างทั้งทฤษฎีและปฏิบัติ ถ้าได้เรียนเป็นครูก็สามารถสอนคนอื่นได้ เพราะทุกวันนี้เทคโนโลยีพัฒนาไปเรื่อยๆ การเรียนอาชีวะช่วยพัฒนาทั้งตัวเราและประเทศชาติด้วยค่ะ”



แนน – พิมพ์ชนก แคว้นโธสง

ss.ซับใหญ่วิทยาคม ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าชัยภูมิ วันด์ฟาร์ม จ.ชัยภูมิ
(เลือกเรียนสาขาช่างกลโรงงาน)

“ทุกวันนี้ใช้ชีวิตอยู่กับตา ยาย ตาเป็นเสาหลักของครอบครัว วันหยุดก็ช่วยตาทำไร่มันสำปะหลัง และช่วยยายเลี้ยงหลาน อยากเรียนสายอาชีพ เพราะจะได้เรียนไปด้วยและทำงานไปด้วยได้ อยากแบ่งเบาภาระของตา ยาย หนูเลือกเรียนช่างกลโรงงานเพราะถนัดเขียนแบบ วาดรูป คุมเครื่องจักร และก็คิดว่าน่าจะหางานง่าย ไม่คิดมาก่อนเลยว่าจะได้ทุนเอ็กโก เพราะมีเพื่อนๆ ที่เก่งกว่าหนูอีกมาก ในอนาคตถ้ามีโอกาส ก็อยากเรียนต่อเป็นช่างทหาร อยากเรียนจนจบปริญญาด้านวิศวกรรมเครื่องกล เพื่อจะได้รับราชการ”



แคมป์ – อนุกุล โชติชัย

ร.ร.วัดมาบจำ (มาบจำวิทยาคาร) ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าอิกโก
โคเจนเออร์ชั้น จ.ระยอง (เลือกเรียนสาขาไฟฟ้ากำลัง)

“ผมเรียนสายสามัญโรงเรียนวัดมาบจำ ตอนแรกยังไม่ได้ตัดสินใจเรียนอาชีวะ พอขึ้น ม.3 แม่และญาติๆ อยากให้เรียนสายสามัญเพราะจะได้ทำงานรับราชการ มีสวัสดิการมาดูแลแม่ได้ แต่ผมไม่ชอบเรียนสายสามัญเพราะไม่ค่อยชอบทฤษฎี ชอบลงมือปฏิบัติมากกว่า ช่วงแรกๆ ก็มีปัญหากับแม่หนักมาก ผมก็เลยบอกแม่ว่า ผมจะพิสูจน์ให้แม่เห็นว่า ถ้าผมได้เรียนสายอาชีวะ ผมเรียนจบแน่นอน เลี้ยงแม่ได้แน่นอน พอติดกับจังหวะที่ครูที่โรงเรียนมาบอกข่าวเรื่องทุนอิกโกพอดี แม่ก็เลยเริ่มใจอ่อนและเห็นว่า ถ้าผมได้ทุนเรียน แม่ก็จะไม่ต้องส่ง ก็เป็นโอกาสที่ดีมาก ๆ ที่ผมได้รับทุนอิกโก ถ้าไม่ทุนนี้ แม่คงส่งให้ผมไปอยู่กับ
น้าและเรียนสายสามัญ แล้วก็เข้ามหาวิทยาลัย เหมือนคนอื่น ๆ ผมมองว่าอาชีวะ จบไป 5 ปีมีงานทำแน่ ๆ ตอนนี้ตั้งเป้าหมายว่าเรียนจบ ปวส. ก็อยากจะหางานทำเลี้ยงแม่ก่อน แต่ถ้ามีโอกาสก็อยากเรียนต่อจนจบปริญญาครับ”



บอส – อัจฉริยะ กรรเชียง

ร.ร.บ้านนิโชตสามัคคี ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าอสพิพ ภู จ.สระบุรี
(เลือกเรียนสาขาซ่อมบำรุง)

“ปัจจุบันแม่เป็นเสาหลักของครอบครัว วันเสาร์-อาทิตย์ก็ออกไปกับแม่รับจ้างทำงานต่าง ๆ เลือกเรียนสายอาชีวะ เพราะคิดว่าหางานได้ง่ายกว่าสายสามัญ ประกอบกับมีความชอบส่วนตัวด้วย รู้สึกดีใจที่เป็น 1 ใน 25 คนที่ได้รับทุนอิกโก รุ่นที่ 2 เพราะตัวเองก็ไม่ได้เรียนเก่งมาก ในอนาคตอยากเรียนจบแล้วไปทำงานเป็นช่าง เพราะช่างเป็น อาชีพที่ตลาดแรงงานมีความต้องการสูง”



เปา – บัณฑิต ภูวาศสาย

ร.ร.บ้านดงลาน (คุรุรัฐประชาสรรค์)
ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าร้อยเอ็ดกรีน
จ.ร้อยเอ็ด (เลือกเรียนสาขาอิเล็กทรอนิกส์)

“ทุกวันนี้ น้าและป้าเป็นคนส่งเสียให้เรียน วันเสาร์อาทิตย์ก็จะไปเป็นลูกมือช่วยน้าทำงานก่อสร้างโครงหลังคา ผมอยากเรียนสายอาชีวะ เพราะมีความชอบส่วนตัว ชอบต่อวงจรอิเล็กทรอนิกส์ และคิดว่าหางานง่ายเมื่อเรียนจบไปแล้ว ชอบคุณอิกโกที่พิจารณาให้ผมได้รับทุนนี้ ถ้าไม่ทุนนี้ก็ไม่แน่ใจเหมือนกัน ว่าจะมีโอกาสเรียนต่อไหม ทุนนี้ช่วยแบ่งเบาภาระของน้าได้มากครับ ถ้ามีโอกาสในอนาคต ก็อยากเรียนต่อให้สูงที่สุดเท่าที่จะทำได้”

มายด์ – วรณพร ช่อวงค์

ร.ร.วัดบ้านไผ่ ซึ่งอยู่ใกล้โรงไฟฟ้าจีฟอส ตาจัด จ.นครสวรรค์
(เลือกเรียนสาขาไฟฟ้ากำลัง)

“ชีวิตก็ไม่มีที่มั่งคั่ง ะหระเหินตั้งแต่อนุบาล ไม่มีบ้านเป็นของตัวเอง ไม่มีที่ทำกิน เป็นของตัวเอง เพราะพ่อเป็นคนรับจ้างส่งของ เรียกได้ว่าค่าไหนกินนอนที่นั่น ใช้ชีวิตกันอยู่บนรถทั้งครอบครัว ตอนเรียนอยู่ ป.3 ก็ช่วยแบ่งเบาภาระพ่อแม่ โดยไปรับจ้างปาดแกลบ เพาะกล้วยไม้ ทำงานนั้นจนถึง ป.5 หลังจากนั้น ก็ไปรับจ้างขายของที่ร้านขายของชำจนถึง ม.2 อยากเรียนต่อสายอาชีวะอยู่แล้ว เพราะสามารถไปเรียนต่อเนื่องระดับปริญญาได้ ในขณะเดียวกันก็สามารถทำงานควบคู่ไปด้วย หนูเลือกเรียนสาขาไฟฟ้ากำลัง เคยไปลงเรียนระยะสั้น มันน่าสนใจและสนุก หนูชอบคำนวณ คิดว่าถ้าเอาทฤษฎีและปฏิบัติมาผสมกัน จะทำให้เรามีทักษะและประสบการณ์มากกว่าเรียนสายสามัญ การได้รับทุนนี้เป็นโอกาสที่ดีที่สุดสำหรับหนู หนูต้องทำให้ดีที่สุด ทุนนี้สามารถช่วยแบ่งเบาภาระในครอบครัวได้มาก ในอนาคตอยากเรียนต่อเนื่อง ปริญญาตรี อยากเป็นวิศวกรไฟฟ้า จะได้มีงานดี ๆ ทำ มาเลี้ยงครอบครัวได้”



การให้ทุนการศึกษานับเป็นจุดเริ่มต้นของการสร้างอนาคตที่ยิ่งใหญ่
ให้แก่เยาวชน เพื่อเตรียมความพร้อมทั้งด้านร่างกายและ
จิตใจให้เยาวชน ในการเป็นฟันเฟืองพัฒนาชุมชนและขับเคลื่อน
เศรษฐกิจของประเทศต่อไป





ตำนานเมืองโบราณและสิ่งศักดิ์สิทธิ์

โกสินารายณ์

บ้านฉันบ้านเธอในฉบับนี้ เราได้น้องแป้งและน้องน็อต
นักเรียนชั้น ม.2 โรงเรียนโกสินารายณ์ รับอาสาพาเรา

ไปรู้จักสระโกสินารายณ์ซึ่งในอดีตเล่ากันว่า
เป็นหนึ่งในสระน้ำโบราณศักดิ์สิทธิ์ ที่เชื่อกันว่า
ถ้าใครได้ดื่มน้ำในสระน้ำนี้ หากมีโรคภัยไข้เจ็บ
ก็สามารถช่วยรักษาได้ และอีกหนึ่งสถานที่ที่น่าสนใจ
ที่เป็นทั้งศูนย์เรียนรู้และแหล่งท่องเที่ยว นั่นก็คือ
“พิพิธภัณฑ์ชุมชนสระโกสินารายณ์”

ไปเที่ยวกับเรากันครับ



น้องน็อต
นวพล พวงสาหร่าย

น้องแป้ง
มนัสชนก สิกิริสตร

โค้ดทัวร์ของเรา
จากโรงเรียนโกสินารายณ์

เมืองโกสินารายณ์

ย้อนอดีต 700 ปี กับวัฒนธรรมขอม

ในระหว่างที่เดินทางไปสระโกสินารายณ์ โค้ดทัวร์ของเราทั้งน้องแป้งและน้องน็อต
ก็ได้เล่าถึงประวัติความเป็นมาของเมืองโกสินารายณ์ โดยได้พาเราย้อนอดีตไป
ในสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7 พุทธศตวรรษที่ ๑๘ หรือราว 700 ปีที่แล้ว น้องแป้งเล่า
ให้เราฟังว่า บริเวณสระน้ำแห่งนี้เคยเป็นเมืองที่ชื่อโกสินารายณ์หรือคัมพูกปฏูญะ
มาก่อน ซึ่งเป็นเมืองท่าที่สำคัญทางการค้า ตั้งอยู่ริมฝั่งแม่น้ำแม่กลอง โดยมี
หลักฐานสนับสนุนก็คือการค้นพบยอดปราสาทตั้งอยู่กลางเมือง ซึ่งสันนิษฐาน
กันว่า เป็นปราสาทที่สร้างแบบวัฒนธรรมเขมรโบราณ และมีการขุดพบพระโพธิสัตว์
อวโลกิเตศวรเปล่งรัศมี เป็นรูปเคารพสำคัญของลัทธิโลเกศวร โดยที่ฝั่งเมืองนี้
เป็นรูปสี่เหลี่ยมจัตุรัส แนวกำแพงคันดินของเมืองปัจจุบันกลายเป็นถนน และมี
สระน้ำโกสินารายณ์อยู่ทางเหนือนอกกำแพงเมือง ซึ่งสันนิษฐานว่าคล้ายคลึงกับ
อารยธรรมเขมรในสมัยพระเจ้าชัยวรมันที่ 7





สระโกสินารายณ์

จากนั้นน้องแป้งและน้องนို့ตพาเราเดินทางผ่านร่มเงาของต้นไม้ใหญ่ตลอดสองข้างทาง จนพบสระน้ำขนาดใหญ่ที่เป็นที่พักผ่อนหย่อนใจของคนในชุมชน ที่นี่คือ “สระน้ำโกสินารายณ์” สันนิษฐานว่าเป็นโบราณสถานอายุราวพุทธศตวรรษที่ 16-17 เป็นสระน้ำศักดิ์สิทธิ์มาตั้งแต่โบราณ น้ำจากสระมักถูกนำไปใช้ในการประกอบพิธีกรรม ชาวบ้านยังเชื่อว่าการดื่มน้ำจากสระน้ำแห่งนี้จะทำให้รักษาโรคภัยได้ และเป็นมงคลแก่ตัวเอง ปัจจุบัน สระโกสินารายณ์ถูกปรับปรุงให้เป็นสถานที่พักผ่อนโดยเทศบาลท่าผา และได้รับการขึ้นทะเบียนจากกรมศิลปากรให้เป็นโบราณสถานที่สำคัญของประเทศไทย

พิพิธภัณฑ์ชุมชนสระโกสินารายณ์

ก่อสร้างขึ้นโดยเทศบาลเมืองท่าผาเปิดให้เข้าชมครั้งแรกปี 2557 ตั้งอยู่ใกล้กับสระน้ำโกสินารายณ์ สร้างขึ้นเพื่อให้เป็นศูนย์การเรียนรู้ห้องสมุดสำหรับผู้ต้องการศึกษาประวัติศาสตร์และแหล่งท่องเที่ยวสำหรับประชาชน ภายในพิพิธภัณฑ์จัดแสดงนิทรรศการเกี่ยวกับเมืองโกสินารายณ์, อารยธรรมเขมรในลุ่มน้ำแม่กลอง, ชิ้นส่วนที่ขุดพบทางโบราณคดี รวมถึงองค์พระโพธิสัตว์อวโลกิเตศวรเปล่งรัศมี ที่เราสามารถเข้าไปขอพรเพื่อให้แข็งแรง ปราศจากโรคภัยได้ พิพิธภัณฑ์เปิดให้เข้าชมฟรี วันพุธ – อาทิตย์ ระหว่างเวลา 10:00 – 16:00 น. โดยมีวิทยากรใจดีพาชมและให้ความรู้เราอีกด้วย



ตำนานปลาตะเพียนยักษ์

บริเวณหน้าทางเข้าพิพิธภัณฑ์ชุมชนฯ เราจะพบรูปปั้นปลาขนาดใหญ่ ซึ่งนี่คือเจ้าของตำนานปลายักษ์ที่เฝ้าสระโกสินารายณ์ น้องแป้งเล่าตำนานให้เราฟังว่า ในอดีตมีหลวงพ่อบ้านหนึ่งได้บอกกับชาวบ้านว่ามีปลาตะเพียนมาเข้าฝัน ขอให้ช่วยพาออกจากสระไปวัด จึงมีคนไปตามหาปลาตัวนี้ที่สระน้ำ ปรากฏว่าพบปลาจริง และปลามีขนาดใหญ่มากเท่าหลังรถกระบะ ชาวบ้านต่างนับถือเป็นสิ่งศักดิ์สิทธิ์ จึงได้ขอเดชะของปลาตะเพียนไปสักการบูชา และยังมีการหล่อเหรียญปลาตะเพียนแจกจ่าย โดยเชื่อว่าปลาตะเพียนจะปกป้องคุ้มครองจากโรคภัยไข้เจ็บได้ เช่นเดียวกับตำนานของสระน้ำโกสินารายณ์



บะหมี่นางงาม

หลังจากเที่ยวชมสระน้ำโกสินารายณ์และพิพิธภัณฑ์ชุมชนฯ กันเสร็จแล้ว น้องแป้งและน้องนို့ตได้พาเราไปชิมของอร่อยบ้านโป่งอีกหนึ่งอย่าง นั่นคือ “ก๋วยเตี๋ยวลิ้มมุ่ยเฮงหรือร้านบะหมี่นางงาม” ร้านบะหมี่เก่าแก่ประจำอำเภอ ว่ากันว่าเจ้าของร้านคนเก่าเคยเป็นนางงามเทพีสวนสามพราน ใคร ๆ จึงพากันเรียกร้านนี้ว่า “ร้านบะหมี่นางงาม” สืบต่อกันมารุ่นต่อรุ่นมากกว่า 70 ปี ซึ่งนอกจากความสวยของเจ้าของร้านแล้ว เส้นบะหมี่ ก๊วยหมุ่ทำเองของที่นี่ ยังรสชาติเด็ดไม่เหมือนที่ไหน โดยเฉพาะ “หมุ่ทูป” ที่ทั้งหอมหวาน กรอบ ๆ สำหรับใครที่เดินทางแวะผ่านบ้านโป่ง ร้านนี้น้องแป้งและน้องนို့ต ขอแนะนำว่าไม่ควรพลาดด้วยประการทั้งปวง ♥



ข้าวตังสิบหน้าป้าต๋ม

ของฝากจากรอยยิ้มคนงามบ้านโป่ง

เชื่อว่าใครหลายคนอาจจะรู้จักและคุ้นชินกับข้าวตัง แต่เชื่อว่าน้อยคนนักที่จะเคยชิม “ข้าวตังหน้าน้ำพริกปลาร้า” เพราะนี่คือ 1 ในข้าวตัง 10 รสชาติที่เป็นเอกลักษณ์พิเศษที่มีเฉพาะ “ป้าต๋ม” คุณพัชรา มะลิกอง หัวหน้ากลุ่มแม่บ้านเกษตรลาดบัวขาว คุณป้าใจดีที่เป็นเจ้าของของฝากจากรอยยิ้มคนงามบ้านโป่ง

อย่างไรก็ตามก่อนที่จะมาเป็นข้าวตังที่มี 10 หน้า 10 รสชาติ เป็นของฝากสุดอร่อยจากบ้านโป่งได้นั้น เส้นทางของข้าวตัง “ป้าต๋ม” กับกลุ่มแม่บ้านเกษตรลาดบัวขาว ก็ไม่ได้โรยด้วยกลีบกุหลาบนัก ป้าต๋มจึงอยากจะมาเล่าและแบ่งปันประสบการณ์เพื่อเป็นกำลังใจให้แก่วิสาหกิจชุมชนอื่นได้รับฟัง

ก้าวแรกของ “ป้าต๋ม”

ป้าต๋มเล่าให้ฟังว่า “ในปี 2542 ป้าได้รวมกลุ่มจัดตั้ง “กลุ่มวิสาหกิจชุมชนแม่บ้านเกษตรกรลาดบัวขาว” ขึ้น โดยได้เชิญชวนแม่บ้านวัยเกษียณมารวมกลุ่มกันสร้างรายได้ ตอนแรกภายในกลุ่มเริ่มต้นจากการทำน้ำยาล้างจาน น้ำยาปรับผ้านุ่มไปขายที่งานกาชาด ราชบุรี แต่ก็ขายไม่ออก ป้าและเพื่อนๆ ในกลุ่มก็เลยทดลองทำข้าวเหนียวไส้ไส้ขาย ปรากฏว่าขายดี เลยคิดว่า “ของกิน” นี่แหละที่จะขายได้”

“พอปี 2544 ป้ามองว่าในอำเภอบ้านโป่งนี้มีกล้วยเหลือเยอะ ป้าและกลุ่มสมาชิกจึงได้ทดลองนำกล้วยหักมุกดิบมาซอยผัดเข้าเครื่องกับน้ำพริกเผา น้ำตาล เกลือ ใส่ถั่วลิสงกับงา ตั้งชื่อว่า “กล้วยทิพรส” แล้วส่งเข้าประกวด ปรากฏว่าชนะเลิศอันดับที่หนึ่งของจังหวัดราชบุรี และได้รับรางวัลพระราชทานจากสมเด็จพระเทพฯ” จากนั้นผลิตภัณฑ์ของ “ป้าต๋ม” ก็กลายเป็นที่รู้จักมากขึ้น



ก้าวต่อไปกับใจที่ไม่หยุดนิ่งของ “ป้าติ่ม”

หลังจากที่สินค้าเป็นที่รู้จัก ป้าติ่มและกลุ่มวิสาหกิจชุมชนแม่บ้านเกษตรกรลาดบัวขาว ก็ได้หยุดนิ่ง คิดค้นผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ ออกมา เริ่มจาก “ข้าวตังหน้าธัญพืช” “ข้าวตังโรยเบอรี่” “ข้าวตังรสต้มยำ” “ข้าวตังหน้างา” “ข้าวตังหน้าหมูหยอง” “ข้าวตังหน้าเห็ดหอมผัด” ข้าวตังเนยอัลมอนด์ “ข้าวตังเนยทุเรียน” “ข้าวตังทุเรียน” “ข้าวตังสอตแอนด์ไปซี่” “ข้าวตังหน้าพะแนง” และ ข้าวตังหน้า 10 คือ “ข้าวตังน้ำพริกปลาร้า” ซึ่งเป็นรสชาติใหม่ล่าสุดที่ออกมา ซึ่งพอได้ลองชิมต้องบอกว่ามากกว่าความอร่อยที่ต้องยกนิ้วให้ ก็คือ “ความอร่อยที่ลงตัว”

“ป้าติ่ม” ได้แชร์ประสบการณ์และหัวใจสำคัญการทำงานให้พวกเรารู้ด้วยรอยยิ้มว่า **“ที่ผลิตภัณฑ์ ‘ป้าติ่ม’ มีวันนี้ได้ ไม่ใช่เพราะป้าหรอก ป้าเป็นเพียงแค่ผู้ริเริ่ม แต่ป้ามีผู้ร่วมทางที่ดี”** นอกจากนี้การได้ถ่ายทอดความรู้ในทุกกระบวนการขั้นตอนการผลิตทั้งหมดให้แก่ทุกคนสามารถพึ่งพาตนเองได้โดยไม่ต้องรอความช่วยเหลือจากคนอื่นหรือจากหน่วยงานรัฐ ป้าติ่มยังกล่าวเสริมขึ้นด้วยน้ำเสียงภาคภูมิใจกับเราว่า **“ก่อนจะให้คนอื่นช่วยเรา เราต้องช่วยเหลือตนเองและพึ่งพาตนเองให้ได้ก่อน”**



ราคาเข้าถึง สร้างใจผู้บริโภค

ป้าติ่มเล่าให้ฟังถึงกลยุทธ์ทางการตลาดของผลิตภัณฑ์ข้าวตังตราป้าติ่มไว้ว่า “แม้ว่าราคาจะถูก แต่ต้องอร่อยถูกใจลูกค้าด้วย” และที่สำคัญที่สุดคือ การไม่ไล่วัตถุดิบเสีย **“สำหรับป้า ป้าคิดว่าสิ่งที่ป้าขายให้คนอื่นทานลูกหลานป้าก็ทานด้วยเหมือนกัน แม้ว่าสารวัตถุกันเสียอาจจะทำให้ของอยู่ได้นานขึ้นก็จริง แต่ป้าก็เลือกที่จะไม่ใส่”** ดังนั้นลูกค้าทุกคนจึงมั่นใจได้ทั้งราคา คุณภาพ และความห่วงใยใส่ใจสุขภาพ

ใครอ่านมาถึงตรงนี้ สนใจเริ่มอยากลองชิม อยากช่วยสนับสนุนผลิตภัณฑ์จากชุมชน สามารถติดต่อสั่งซื้อได้ง่ายๆ หลายช่องทาง ทั้งทางโทรศัพท์หรือเฟสบุ๊กก็ได้เช่นกัน

วิสาหกิจชุมชนกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรลาดบัวขาว

92/4 หมู่ 1 ต.ลาดบัวขาว อ.บ้านโป่ง จ.ราชบุรี 70110

โทรศัพท์. (032) 342-082 แฟกซ์. (032) 301-234

มือถือ. 086-381-1736, 086-5121-718

facebook.com/patimbanpong ❤️



5 สิ่งไม่ควรทำ หลังกินอิ่ม อิ่มแล้ว รอก่อน!



ใครจะไปรู้ว่า พฤติกรรมที่เราทำหลังมื้ออาหารที่เป็นกิจวัตรประจำวันปกติ
ของพวกเราทุกวัน ไม่ว่าจะเป็นการนอนพักหลังทานอาหาร การนั่งพักหลังทานอาหาร หรือ
การตบท้ายมื้ออาหารด้วยการหาผลไม้ ชา กาแฟ หรือ น้ำหวาน
นั่นคือ พฤติกรรมตัวร้ายที่จะส่งผลเสียต่อระบบการย่อยอาหารอย่างไม่รู้ตัว
เพื่อให้ผู้อ่านวารสารสุขใจทุกท่านมี “จิตแจ่มใสร่างกายแข็งแรง” สอดคล้องไปกับชื่อคอลัมน์
เราลองมาดูกัน 5 พฤติกรรมที่ควรหลีกเลี่ยงหลังจากที่รับประทานอาหารอื่นๆ กันเถอะ



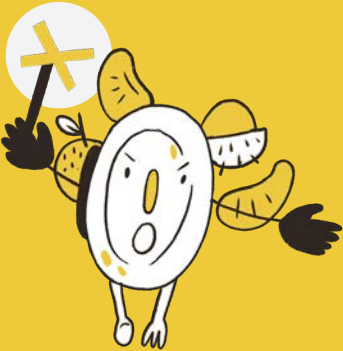
1 ไม่ควรอาบน้ำทันที

เพราะการอาบน้ำเป็นการทำให้อุณหภูมิในร่างกายของเราลดลง ส่งผลให้ระบบความดันโลหิตในร่างกายเกิดความไม่สมดุล ระบบย่อยอาหารจึงทำงานได้ไม่เต็มที่ และอาหารย่อยได้ยากขึ้น ควรรอประมาณครึ่งชั่วโมงแล้วจึงอาบน้ำได้



2 ไม่ควรนอนทันที

เมื่อหนึ่งท้องตึง หนึ่งตาก็ยากจะฝันไม่ให้นันทนอน แต่การเอนตัวลงนอนนั้นส่งผลให้การลำเลียงอาหารลง กระเพาะได้ไม่ดี ระบบย่อยอาหารทำงานได้ไม่เต็มที่ และส่งผลให้เกิดลมในกระเพาะอาหาร อาการกรดไหลย้อนที่ทำให้เกิดอาการ แสบคอ เรอเปรี้ยว หลอดลมอักเสบ และโรคกระเพาะอีกด้วย ควรรอให้ อาหารย่อยแล้ว ประมาณ 1 - 2 ชั่วโมงขึ้นไป



3 ไม่ควรทานผลไม้ตามทันที

การทานผลไม้ล้างปากเป็นกิจวัตรที่ใครหลายคนเคยชินแต่รู้หรือไม่ การทานผลไม้ตามทันทีนั้นทำให้ร่างกายดูดซึมวิตามินและเกลือแร่จากผลไม้ได้ไม่เต็มที่ และยังทำให้เกิดอาการท้องอืด ท้องเฟ้อ มีลมในกระเพาะอาหารเพิ่มขึ้นอีกด้วย ทางที่ดีควรทานหลังจากมื้ออาหารประมาณ 1-2 ชั่วโมงกำลังดี

4 ไม่ควรออกกำลังกายทันที

ข้อนี้อาจเป็นสิ่งที่ใคร ๆ รู้กันดี แต่ไม่เพียงแค่นี้ไม่ควรออกกำลังกาย ใช้แรงเยอะในการทำกิจกรรมต่าง ๆ ก็เป็นสิ่งที่ควรรอหลังอาหารย่อย ประมาณ 1 ชั่วโมง เพื่อไม่ให้เกิดอาการจุกเสียด แน่นท้อง

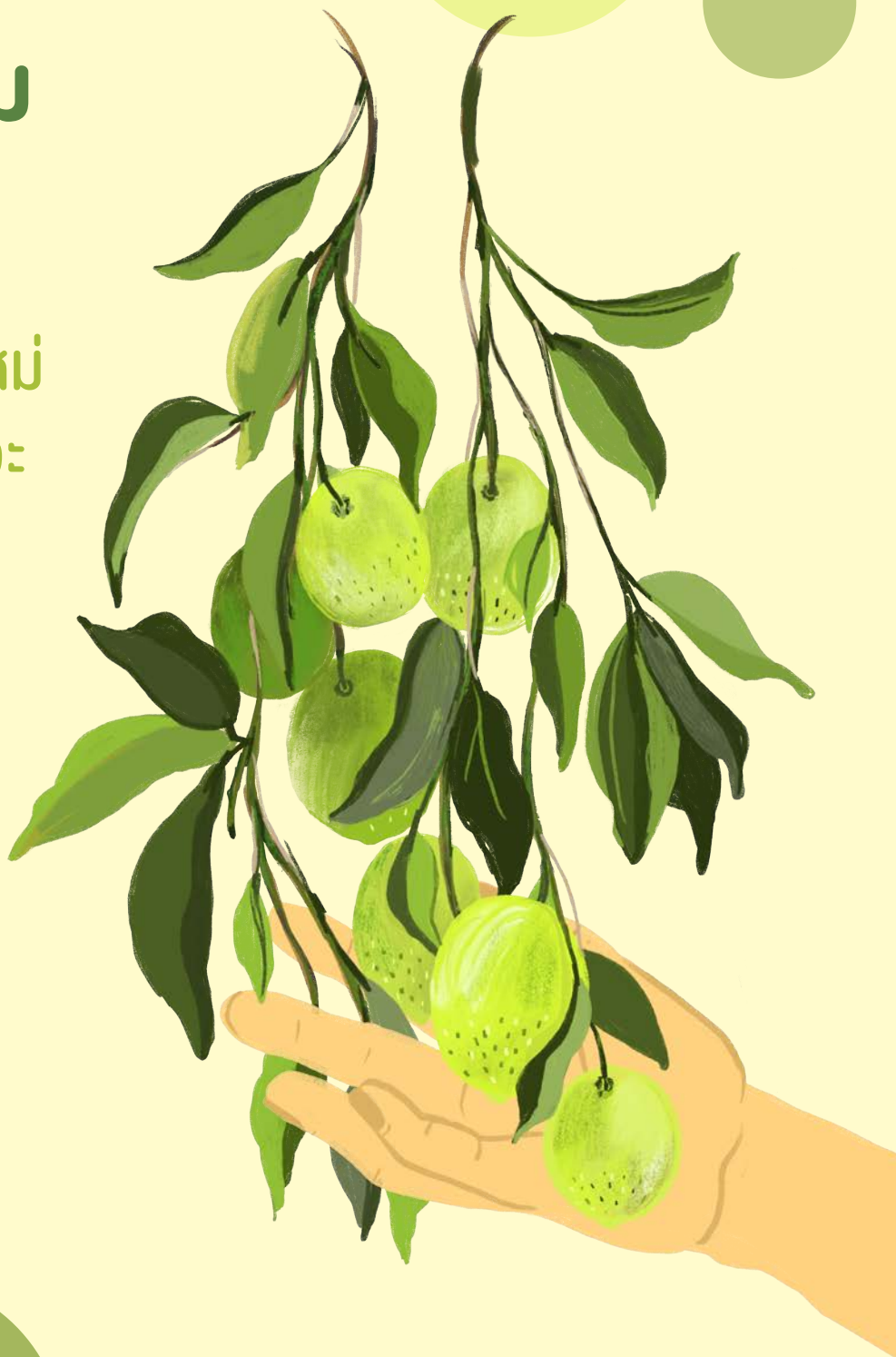


5 ไม่ควรดื่มชาทันที

การหาน้ำชามาดับท้ายมื้ออาหาร เป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ในมื้ออาหารของหลายคน แต่รู้หรือไม่ว่าการดื่มชาต่อจากมื้ออาหารนั้นสร้างความเสี่ยงให้เกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ รวมทั้งสารในใบชาจะเข้าขัดขวางการดูดซึมธาตุเหล็กและโปรตีนที่ควรได้จากอาหาร และยังส่งผลให้ระบบย่อยทำงานได้ไม่ดีอีกด้วย หากจะทานชา ควรรอหลังอาหารย่อยแล้ว ประมาณ 1 ชั่วโมง เพื่อไม่ให้ไปขัดขวางการดูดซึมแร่ธาตุ ❤

มะนาวหอม เงาใหญ่

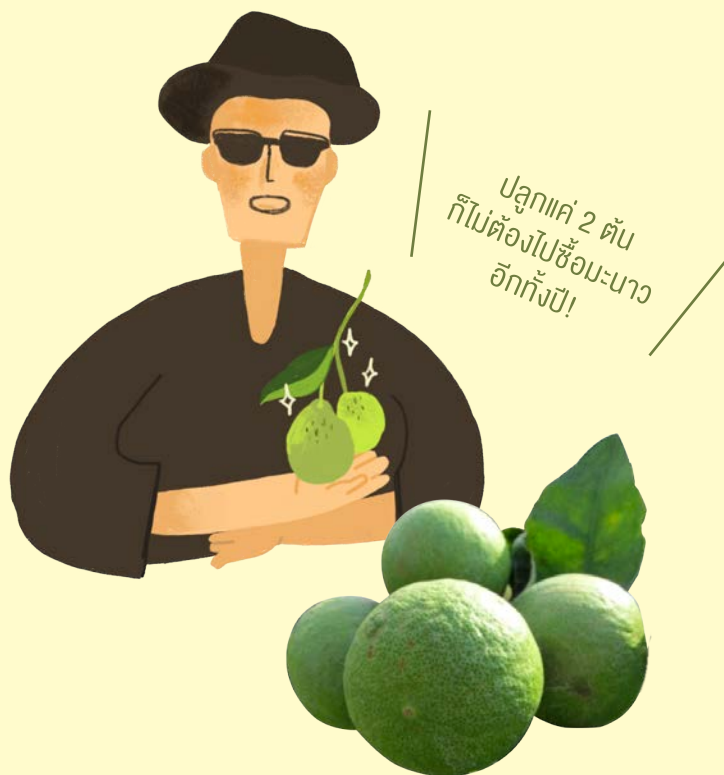
มะนาวสายพันธุ์ใหม่
เปลือกบาง น้ำเยอะ
ทนโรค



มะนาว ไม้ผลสวนครัวตัวจิ๋วที่มีความสามารถ
หลายหลากไม่ว่าจะนำมาใช้ปรุงอาหารเพิ่มรสเปรี้ยวในแกง
ในต้มยำ หรือว่าจะมาบีบมะนาวเพิ่มกลิ่นหอมๆ เวลา
รับประทานข้าวผัด หรือจะนำมาคั้นทำน้ำมะนาว ต้ม
ดับกระหาย เพิ่มความสดชื่น สารพัดเมนูควหาหวาน
ที่มะนาวทำได้ จนเรียกได้ว่า เป็นไม้ผลที่ขาดไม่ได้
จากครัวเลยทีเดียว

แต่กระนั้นในบางช่วงเราต้องเจอสถานการณ์ราคา
มะนาวพุ่งขึ้นสูงปรี๊ด เรียกได้ว่าจืดกว่าส้มมะนาวกันเลย
ทีเดียว ซึ่งถ้าเราสามารถปลูกมะนาวไว้ที่สวนหลังบ้านได้
สักหน่อก็น่าจะดีไม่น้อย คอลัมน์ “สวนหลังบ้าน” ฉบับนี้
จึงจะพาเหล่าบรรดาพ่อบ้าน แม่บ้าน ผู้อ่านวารสารสุขใจ
ไปรู้จักกับ มะนาวหอมเขาใหญ่ มะนาวสายพันธุ์ใหม่ที่มี
เสียงลือเสียงเล่าอ้างกันว่า ปลูกง่าย ให้ผลดี แถมยัง
ทนโรคอีกด้วย

มะนาวหอมเขาใหญ่ เป็นมะนาวที่รวมลักษณะเด่นจากหลาย
สายพันธุ์มาไว้ด้วยกัน คือให้ผลดก ลูกใหญ่ เปลือกบาง
น้ำเยอะ มีกลิ่นหอม ที่สำคัญคือทนต่อโรคได้ดี โดยเฉพาะโรค
แคงเกอร์ หรือโรคช้ำกลากส้มและมะนาว ซึ่งจะแพร่ระบาดได้ง่าย
ในอากาศร้อนชื้น มีลักษณะเป็นจุดคล้ายแผล ตามผล กิ่งก้าน
และใบ ทำให้ใบร่วง ผลผลิตลดลง จนตายในที่สุด จุดเด่นเรื่อง
การทนโรคนี้จึงทำให้มะนาวหอมเขาใหญ่สามารถ**ปลูกได้โดยไม่ต้องใช้สารเคมีในการกำจัดโรค** การดูแลรักษาในการปลูกก็ง่าย
เพียงแค่รดน้ำสม่ำเสมอทุกวัน เพื่อรักษาความชื้นในดิน และให้
ปุ๋ยเป็นครั้งคราว เมื่อต้นโตเต็มที่จะให้ผลดก ลูกใหญ่ โดยผลแก่
อาจจะมีย่าน้ำหนักถึง 1 ชีด เมื่อผ่าดูจะมีกลิ่นหอมติดใบมีด
สามารถปลูกเป็นไม้ผลสำหรับใช้รับประทานในครอบครัว หรือ
ปลูกเพื่อขายเป็นพืชเศรษฐกิจก็ได้เช่นกัน



ที่มาของมะนาวหอมพันธุ์เขาใหญ่นั้น มีสายพันธุ์มะนาว
จากไต้หวัน โดยคุณ นิรันดร์ชัย เกษบึงกาฬ เจ้าของสวน
เอฟเวอร์กรีนเขาใหญ่ได้รับมาทดลองปลูกแล้วได้ผลดีจึงได้ตั้งชื่อ
ว่า **มะนาวหอมเขาใหญ่** ให้เข้ากับที่ตั้งของสวน และได้เพาะกิ่ง
เพื่อจำหน่ายให้กับเกษตรกรที่สนใจด้วย สามารถติดต่อพูดคุยกับ
คุณนิรันดร์ชัย หรือคุณน้อย เพื่อติดต่อขอข้อมูล และแลกเปลี่ยน
ความรู้เกี่ยวกับมะนาวชนิดนี้ได้ที่เบอร์โทร 081-790-1924 ♥

สวนเอฟเวอร์กรีน เขาใหญ่
เลขที่ 10 หมู่ที่ 7 ตำบลหุบสวาย อำเภอปากช่อง
จังหวัดนครราชสีมา 30130
seedplanet.blogspot.com

ที่มา: <http://seedplanet.blogspot.com/2015/09/blog-post.html>



นวัตกรรมการผลิตกล้วยตากจาก โรงอบแห้ง พลังงานแสงอาทิตย์ ของวิสาหกิจชุมชนแปรรูปบ้านไร่กล้วย

คอลัมน์เส้นทางสร้างสรรค์ ปลายทางสดใส ในฉบับนี้ จะพากันไปเรียนรู้นวัตกรรมการผลิตกล้วยตากจากโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ของวิสาหกิจชุมชนเกษตรแปรรูปบ้านไร่กล้วย ณ ตำบลบ้านไร่กล้วย อ.บ้านโป่ง จ.ราชบุรี ที่ยกระดับกล้วยตากพื้นบ้านแบบเดิมๆ ที่ต้องตากกล้วยกลางแสงอาทิตย์ ซึ่งอาจจะมีฝน มีลม มีฝุ่น ปลิวเข้ามาติดบ้าง ให้เป็นกล้วยตากที่สะอาด หอมหวาน อร่อยมากยิ่งขึ้น

จุดเริ่มต้น “นวัตกรรมการผลิตกล้วยตาก” จากโรงอบพลังงานแสงอาทิตย์

คุณเพชร บุษชัย หรือป้าเพชร จากวิสาหกิจชุมชนเกษตรแปรรูปบ้านไร่กล้วย เล่าให้เราฟังถึงจุดเริ่มต้นของการแปรรูปกล้วยตากนี้ว่า เนื่องจากในพื้นที่ตำบลไร่กล้วยทุกครัวเรือนนั้น นิยมปลูกกล้วยเป็นจำนวนมาก บางครัวเรือนก็ปลูกกล้วยเพื่อบริโภค บางครัวเรือนปลูกไว้เพื่อจำหน่าย แต่ปัญหา

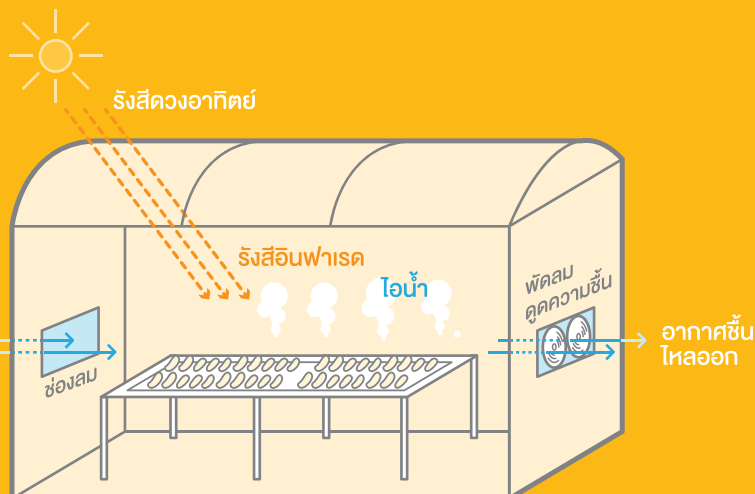


ก็คือ บางช่วงที่มีกล้วยออกมาล้นตลาดมากเกินไป ถ้าเรานำมาจำหน่ายราคาก็จะตกต่ำเยว่กับกลุ่มวิสาหกิจชุมชนจึงช่วยกันคิดและแปรรูปกล้วยมาเป็นกล้วยตาก จากนั้นก็นำเสนอโครงการเรื่องการทำกล้วยตากนี้ไปให้ทางพลังงานจังหวัดราชบุรี ซึ่งมีงบประมาณในการสนับสนุนการสร้างอาชีพและรายได้ให้แก่ชุมชนและงบประมาณในการพัฒนาให้ชุมชนเข้มแข็งอยู่แล้วพอทางพลังงานจังหวัดราชบุรี พิจารณาเห็นว่าเป็นโครงการที่ดีจึงได้ขอความร่วมมือไปยังบริษัทบ้านโป่งยูทิลิตี้ ร่วมกันสนับสนุนงบประมาณในการติดตั้งโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์เพื่อใช้เป็น “โรงอบกล้วยตาก” สร้างอาชีพ เพิ่มรายได้ ให้แก่วิสาหกิจในชุมชน

จุดเด่นของ “โรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์”

โรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ เป็นหนึ่งในโครงการฯ ที่ถูกพัฒนาโดย 2 หน่วยงานกล่าวคือ บริษัท บ้านโป่งยูทิลิตี้ จำกัด และหน่วยงานพลังงานจังหวัดราชบุรี ซึ่งได้ทดลองติดตั้งโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ในบริเวณพื้นที่ของป่าเยว่เป็นพื้นที่แรก โดยมีลักษณะเป็นโดมแบบเรือนกระจก (Green House)

ซึ่งจะปิดคลุมด้วยแผ่นโพลีคาร์บอเนตซึ่งเป็นวัสดุที่สามารถให้รังสีแสงอาทิตย์ผ่านได้ดี และสามารถจะรับรังสีแสงอาทิตย์มาเปลี่ยนเป็นความร้อนภายใน แล้วถ่ายเทความร้อนให้แก่กล้วยตาก ทำให้ความชื้นจากกล้วยระเหยขึ้นด้านบน ซึ่งมีพัดลมดูดอากาศที่ใช้พลังงานจากแผงโซลาร์เซลล์ ระบายความชื้นออกสู่ภายนอกโรงอบแห้งฯ ได้



ผลลัพธ์จากนวัตกรรมโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์

โรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์แบบเรือนกระจกถูกออกแบบให้ใช้งานได้สะดวก โดยระบบจะทำงานอัตโนมัติ เมื่อมีแสงแดดในตอนเช้า แสงแดดจะช่วยทำให้เกิดความร้อนภายในระบบอบแห้ง และทำให้โซลาร์เซลล์ผลิตกระแสไฟฟ้าสำหรับพัดลมระบายอากาศ

กล้วยตากที่ได้จากนวัตกรรมการผลิตแบบใหม่ภายในโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์นี้ จะมีลักษณะพิเศษที่แตกต่างจากกล้วยตากธรรมดาที่นำไปตากแดดทั่วไป นั่นก็คือ

1. ความสะอาด ปลอดภัย ถูกสุขอนามัย

เพราะว่าการเปลี่ยนจากการตากกล้วยในพื้นที่เปิดมาตากในพื้นที่ปิด ทำให้เราสามารถควบคุมเรื่องฝุ่นเรื่องแมลง ไม่ให้เข้าไปในพื้นที่ที่เราตากกล้วยได้

2. รสชาติ

การตากกล้วยในโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ ส่งผลให้อุณหภูมิภายในโรงอบแห้งฯ มีอุณหภูมิที่เหมาะสมซึ่งทำให้น้ำหวานที่อยู่ในเนื้อกล้วยค่อยๆ ซึมออกมาเคลือบตัวกล้วย โดยที่ไม่ต้องไปเพิ่มความหวานให้กล้วยตากด้วยการชุบน้ำเชื่อมเหมือนกล้วยตากทั่วๆ ไป ดังนั้นรสชาติกล้วยตากจากนวัตกรรมโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ จึงมีรสชาติความหวานหอมกล้วยที่กลมกล่อมกำลังพอดี

ถึงแม้ว่าจุดเริ่มต้นของกล้วยตากจากโรงอบแห้งฯ ดูเหมือนจะเป็นเรื่องกล้วยๆ แต่แท้ที่จริงแล้ว ป้าเยว่ต้องใช้เวลาในการเรียนรู้และพัฒนาเคล็ดลับขั้นตอนกระบวนการผลิตกล้วยตากมาเป็นระยะเวลากว่าหนึ่งปี เพื่อให้สามารถพัฒนาออกมาเป็นผลิตภัณฑ์ที่มีคุณภาพ สามารถจัดจำหน่ายและออกขายแข่งขันตามท้องตลาดได้ ป้าเยว่และวิสาหกิจชุมชนยังพัฒนารูปแบบ “บรรจุภัณฑ์” โดยเลือกเป็นแบบแพคเข้าถุงสุญญากาศ เพื่อให้กล้วยตากอยู่ได้นานขึ้น และไม่เสียรสชาติ หากผู้อ่านวารสารสุขใจท่านใด อยากเป็นส่วนหนึ่งในการสนับสนุนผลิตภัณฑ์ของชุมชน ได้ชิมกล้วยตากที่สะอาด ปลอดภัย รสชาติอร่อย ราคาสบายกระเป๋า ก็สามารถติดต่อได้ที่

คุณพเยาว์ บุญชัย หรือป้าเยว่ ตัวแทนวิสาหกิจชุมชนเกษตรแปรรูปบ้านไร่กล้วย เบอร์โทรศัพท์ 081-858-5056

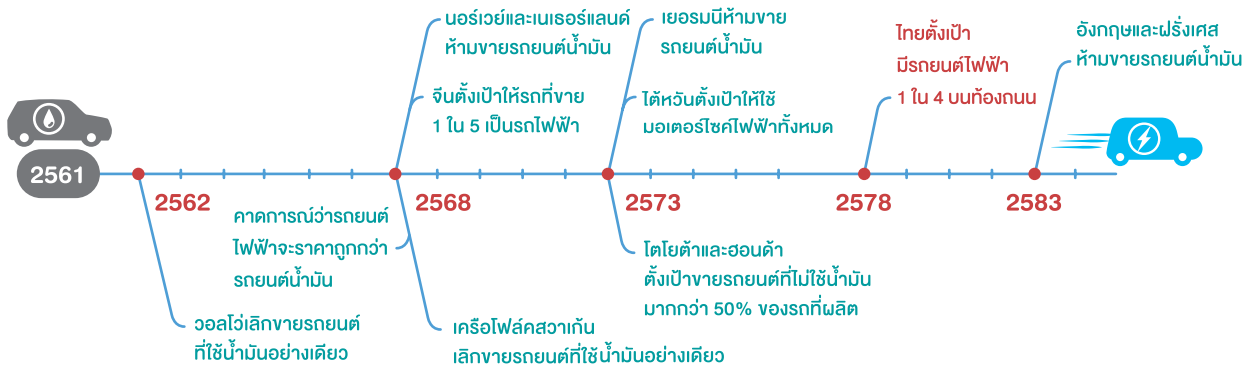


รถยนต์ไฟฟ้ากำลังจะมา

(ตอนที่ 1)

หลายคนอาจจะเคยได้ยินข่าวเกี่ยวกับรถยนต์ที่ใช้ไฟฟ้า
เป็นพลังงานในการขับเคลื่อน หรือรถยนต์ที่ขับเคลื่อนอัตโนมัติ
โดยไม่ต้องมีคนขับ บางคนอาจจะคิดว่า
เป็นเรื่องที่ไกลตัว เหมือนในภาพยนตร์มากกว่าเรื่องจริง
แต่เรื่องเหล่านี้ ใกล้จะเป็นจริงแล้ว

ด้วยกระแสของโลกทุกวันนี้มุ่งไปสู่เรื่องพลังงานสะอาด รวมถึงปริมาณของ
น้ำมันบนโลกที่ลดน้อยลงเรื่อยๆ ทำให้เกิดการคิดค้นพัฒนาการใช้พลังงานชนิด
อื่นในการขับเคลื่อนเครื่องยนต์ที่มีประสิทธิภาพมากขึ้นและปล่อยมลพิษน้อยลง ซึ่ง
รถยนต์ที่ขับเคลื่อนด้วยพลังงานไฟฟ้า (Electric Vehicles หรือ EV) ดูเหมือนจะ
เป็นคำตอบในอนาคตอันใกล้ โดยเฉพาะในช่วง 1-2 ปีที่ผ่านมา ได้มีการผลักดัน
ทั้งจากหน่วยงานรัฐในหลายประเทศและบริษัทผู้ผลิตรถยนต์หลายเจ้าที่ต่างออก
มาประกาศวิสัยทัศน์ในการพัฒนา การเปลี่ยนผ่านเทคโนโลยีจากรถยนต์น้ำมันไปสู่
รถยนต์ไฟฟ้ากันอย่างต่อเนื่อง เราลองมาดูว่ามีใครกำลังจะทำอะไรกันอยู่บ้าง



“ประเทศของเราจะมุ่งสู่อนาคต ไม่มีรถที่ใช้ น้ำมัน” รวมกลุ่มประเทศ ที่ประกาศแบนการขายรถยนต์ใช้น้ำมันในอนาคตอันใกล้

นอร์เวย์และเนเธอร์แลนด์ ถือว่าเป็นประเทศที่สนับสนุนการใช้รถยนต์ไฟฟ้าอย่างจริงจัง โดยจะเริ่มห้ามขายรถยนต์ที่ใช้น้ำมันเป็นเชื้อเพลิงในการขับเคลื่อนตั้งแต่ปี พ.ศ. 2568 เป็นต้นไป หรืออีกเพียง 7 ปีข้างหน้าเท่านั้น

เยอรมนี ประเทศผู้ผลิตรถยนต์ยี่ห้อดังที่เรารู้จักกันดีอย่าง เมอร์เซเดส-เบนซ์ และบีเอ็มดับเบิลยู ก็ได้ประกาศห้ามรถยนต์ที่ใช้น้ำมันในปี พ.ศ. 2573 หรืออีก 12 ปีข้างหน้า

สกอตแลนด์ ตั้งเป้าว่า หลังจากปี พ.ศ. 2575 หรืออีก 14 ปีข้างหน้า จะไม่มีรถยนต์ที่ใช้น้ำมันวิ่งในประเทศ

อังกฤษและฝรั่งเศส มีนโยบายห้ามขายรถยนต์ที่ใช้น้ำมันในปี พ.ศ. 2583 หรืออีก 22 ปีข้างหน้า

ไต้หวัน ได้เริ่มพิจารณาแผนการเปลี่ยนผ่านไปสู่รถยนต์ไฟฟ้า โดยเริ่มจากมอเตอร์ไซด์ไฟฟ้าก่อน ภายในปี พ.ศ. 2573 รถมอเตอร์ไซด์ที่วิ่งในไต้หวันจะต้องใช้ไฟฟ้าเป็นพลังงานทั้งหมด

ประเทศจีน สนับสนุนการพัฒนาการผลิตไฟฟ้าจากผู้ผลิตภายในประเทศอย่างเต็มที่ และตั้งเป้าว่า ภายในปี พ.ศ. 2568 รถยนต์ไฟฟ้า จะต้องมีส่วนเป็น 1 ใน 5 ของรถยนต์ทั้งหมดที่ขายในประเทศ

ผู้ผลิตรถยนต์จากรับสู่การเปลี่ยนแปลง

ไม่เพียงแต่การสนับสนุนและตั้งเป้าหมายอย่างจริงจังจากภาครัฐในหลายประเทศชั้นนำ ผู้ผลิตรถยนต์ค่ายต่างๆ ก็ได้ประกาศแนวทางการพัฒนาการผลิตไฟฟ้าของตัวเองเพื่อตอบรับกับการเปลี่ยนผ่านเทคโนโลยีที่กำลังจะเกิดขึ้นเช่นกัน โดยภายใน 1-7 ปีข้างหน้า ผู้ผลิตรถยนต์เจ้าใหญ่ในยุโรป เช่น วอลโว่, โฟล์คสวาเก้น, ออดี้, ฯลฯ ต่างมีนโยบายยกเลิกการผลิตรถยนต์ที่ใช้น้ำมันเพียงอย่างเดียว ส่วนค่ายรถยนต์ญี่ปุ่นที่

คนไทยรู้จักคุ้นเคยกันดีอย่างโตโยต้าและฮอนด้า ก็ตั้งเป้าในการเพิ่มสัดส่วนการขายรถยนต์ไฟฟ้ามากกว่า 50% ภายใน ปี พ.ศ. 2573 และผู้ผลิตรถยนต์หน้าใหม่จากสหรัฐอเมริกาที่คนไทยอาจจะยังไม่คุ้นหูอย่างเทสลา แต่ถือว่าเป็นผู้นำเทคโนโลยีด้านรถไฟฟ้าที่คนทั่วโลกให้ความสนใจ ได้ทดลองผลิตรถยนต์ไฟฟ้าออกมา จำหน่ายแล้วหลายรุ่น แถมแต่ละรุ่นยังมีประสิทธิภาพที่ล้ำสมัย ทั้งวิ่งได้เร็วและไกลไม่แพ้รถยนต์ที่ใช้น้ำมันเลยทีเดียว

ไทยตั้งรับ ปรับตัวตามโลก

ประเทศไทยนั้นเป็นฐานการผลิตการส่งออกรถยนต์ที่สำคัญรายหนึ่งของโลก จึงจำเป็นต้องเร่งปรับตัวให้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงที่กำลังเกิดขึ้นนี้ โดยรัฐมีเป้าหมายที่จะทำให้เขตระเบียงเศรษฐกิจพิเศษภาคตะวันออก (อีอีซี) เป็นศูนย์กลางการผลิตรถยนต์ไฟฟ้า รวมถึงการพัฒนาด้านเทคโนโลยีและนวัตกรรมที่จำเป็น ออกนโยบายส่งเสริมการลงทุน เพื่อรักษาการเป็นศูนย์กลางการผลิตและประกอบรถยนต์ในภูมิภาคนี้

นอกจากนี้ยังตั้งเป้าให้มีรถยนต์ไฟฟ้าประมาณ 1 ใน 4 บนท้องถนนภายในปี พ.ศ. 2579 โดยปัจจุบันได้เริ่มมีการสร้างสถานีชาร์จไฟขึ้นมารองรับ ทั้งจากหน่วยงานรัฐและเอกชน

ในคราวหน้า เราจะมาคุยเรื่องที่หลายคนอ่านแล้วอาจจะยังสงสัยว่า ถ้ามีแต่รถยนต์ไฟฟ้าแล้วมันจะเป็นอย่างไรเราจะชาร์จไฟที่ไหน สถานีชาร์จไฟจะเหมือนปั้มน้ำมันไหม ชาร์จแล้วจะวิ่งได้ไกลแค่ไหน การมาถึงของรถยนต์ไฟฟ้าที่ดูเหมือนเป็นเรื่องไกลตัว จะเป็นไปได้อย่างไรที่ไม่มีรถยนต์ที่ใช้น้ำมันเลย แต่อย่าลืมนะว่า ในปัจจุบันนี้ เทคโนโลยีนั้นพัฒนาเร็วมาก เมื่อ 10 ปีที่แล้ว เรายังไม่มีสมาร์ตโฟนที่ถ่ายรูปต่ออินเทอร์เน็ตได้ง่ายๆ ไม่มีเฟซบุ๊กหรือไลน์ที่ใช้กันเป็นประจำเหมือนวันนี้ และเมื่อถึงเวลานั้น การขับรถไปเติมน้ำมันอาจจะฟังดูเป็นเรื่องโบราณไปแล้วก็ได้ ❤️

ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า พา “Gen Wild” สัมผัสความหลากหลาย ในป่าอินทนนท์

ด้วยเอ็กโก กรุ๊ป เล็งเห็นถึงความสำคัญของการสนับสนุนการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและผืนป่าต้นน้ำลำธารที่สำคัญของประเทศให้เกิดความยั่งยืน โดยเฉพาะพื้นที่ป่าต้นน้ำซึ่งเป็นจุดเริ่มต้นของแม่น้ำลำธาร อุดมสมบูรณ์ไปด้วยความหลากหลายทางชีวภาพและสิ่งมีชีวิตทางธรรมชาติ ทั้งนี้ยังได้ตระหนักว่าการมีจิตสำนึกรักษ์ธรรมชาติและเข้าใจชีวิตที่อยู่ร่วมกันกับธรรมชาติ คือ หัวใจสำคัญของการดูแลรักษาธรรมชาติอย่างยั่งยืน

จากแนวคิดนี้และความตระหนักว่าการปลูกจิตสำนึกด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและป่าต้นน้ำต้องเริ่มต้นที่การปลูกจิตสำนึกของเยาวชน ซึ่งเป็นกำลังสำคัญที่จะดูแลทรัพยากรธรรมชาติต่อไปในอนาคต จึงเป็นที่มาของการที่ บริษัท ผลิตภัณฑ์ จำกัด (มหาชน) หรือ เอ็กโก กรุ๊ป จัดโครงการ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า” โดยร่วมมือกับมูลนิธิไทยรักษ์ป่า องค์กรสาธารณกุศลซึ่งเอ็กโก กรุ๊ป ก่อตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานและอุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ ซึ่งฝึกอบรมเยาวชนไปแล้ว 50 รุ่น รวมกว่า 3,000 คน

สำหรับในปีี้ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 51” จัดขึ้นภายใต้แนวคิด “Gen Wild ความหลากหลายในป่ากว้าง” โดยพาเยาวชนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจากโรงเรียนในทุกภูมิภาคทั่วประเทศ 65 คน ที่อาจจะเรียกได้ว่าเป็นกลุ่มคนอีกหนึ่ง Generation ได้ ไปเรียนรู้และสัมผัสความหลากหลายทางชีวภาพของป่าต้นน้ำและการอยู่ร่วมกันกับป่าของชุมชนคนต้นน้ำและผู้พิทักษ์ป่า ณ อุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ จ.เชียงใหม่ เป็นเวลา 7 คืน 8 วัน



ปีนี้เอ็กโก กรุ๊ป ยกประเด็นความหลากหลายในป่ากว้างให้เยาวชนได้สัมผัสอย่างชัดเจนขึ้น และด้วยคุณลักษณะตามธรรมชาติในวัย เยาวชนก็จะได้ค้นพบว่า ท้ายที่สุดใคร ๆ ก็สามารถเป็น Gen Wild ได้ ถ้ามีจิตใจที่รักธรรมชาติและเข้าใจชีวิตที่อยู่ร่วมกับธรรมชาติ ซึ่งการที่ได้มาที่อุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ ป่าต้นน้ำที่มีความสมบูรณ์ และมีความหลากหลายทางชีวภาพมากที่สุดแห่งหนึ่งของเมืองไทย เยาวชนจะได้เห็น และสัมผัสระบบนิเวศ รูปแบบความสัมพันธ์ของสิ่งมีชีวิต ต้นไม้ สัตว์ และหน้าที่ที่แต่ละสิ่งมีต่อกัน รวมทั้งความหลากหลายของผู้คนที่อยู่ใกล้ชิดกับธรรมชาติและการอยู่ร่วมกับป่าของคนเหล่านั้น ไม่ว่าจะเป็นเจ้าหน้าที่ผู้พิทักษ์ป่า ชุมชนที่อยู่กับป่า ไปจนถึงมัคคุเทศก์ประจำถิ่น ที่มีความหลากหลายทางความคิดและมุมมองที่มีต่อธรรมชาติ ก็จะเป็นประสบการณ์ให้เยาวชนได้มาสัมผัส และพบว่าความหลากหลายของสรรพสิ่งที่อยู่ร่วมกันได้นั้น ล้วนมีหน้าที่ต่อกัน เชื่อมโยงและสัมพันธ์กันเป็นระบบนิเวศ รวมทั้งตัวเราด้วย

ไฮไลท์ของกิจกรรมในค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 51 คือความหลากหลายที่แฝงอยู่ในแต่ละกิจกรรมที่ออกแบบมาในแต่ละวัน ซึ่งช่วยกระตุ้นให้น้อง ๆ ได้พบเจอคุณค่าของระบบนิเวศ



“ใครๆ ก็สามารถเป็น
Gen Wild ได้ หากมี
จิตใจที่รักธรรมชาติและ
เข้าใจชีวิตที่อยู่ร่วมกับ
ธรรมชาติ”

สิ่งแวดล้อมที่มีอยู่รอบตัวในสังคมที่เขาอยู่ในแต่ละวัน เขาอาจมองไม่เห็นหรือมองข้ามไป ได้ตีความหมาย เกิดการผสมผสาน และตกผลึกในรูปแบบของตนเองได้แก่กิจกรรมเรียนรู้ระบบนิเวศและป่าต้นน้ำที่สูงที่สุดในประเทศไทย ณ เส้นทางศึกษาธรรมชาติกิวแม่ปาน เรียนรู้ผ่านกิจกรรมสื่อความหมายธรรมชาติ ณ ป่า 6 คนโอบ การดูแลและอยู่ร่วมกันกับป่าของชุมชนคนต้นน้ำ ณ บ้านแม่กลางหลวง รวมทั้งเรียนรู้ระบบนิเวศป่าสนและป่าดิบเขา ระดับล่าง เพื่อเห็นถึงการใช้ประโยชน์และการอนุรักษ์ธรรมชาติ

นพ.รังสฤษดิ์ กาญจนวณิชย์ (หมอหม่อง) คุณหมอหัวใจนักอนุรักษ์หนึ่งในบุคคลที่มีหน้าที่และวิถีชีวิตใกล้ชิดกับธรรมชาติ ได้มาเล่าประสบการณ์ในฐานะวิทยากรของค่ายนี้ให้น้องๆ ฟังและให้ข้อคิดทิ้งท้ายว่า “...เราต้องให้เกียรติ และเคารพต่อการดำรงอยู่ของสิ่งมีชีวิต ไม่ว่าจะเป็นตัวเล็กเท่ามดแดง หรือตัวใหญ่เท่าปลาวาฬก็มีความสำคัญทั้งสิ้น ฉะนั้น ความเมตตาที่เรามีต่อสิ่งต่างๆ รอบตัว จึงเป็นสิ่งที่สำคัญมาก ๆ อยากให้เรามีหัวใจสัมผัสความงามบนโลกใบนี้ เมื่อเราเห็นความงดงามต่างๆ เห็นความงดงามในแง่ของคุณค่าต่อระบบนิเวศต่อโลกนี้ เราจะรักมัน เมื่อเรารักมัน เราก็จะมีหัวใจที่คิดอยากจะปกป้องมัน”

ตัวแทนเยาวชน 3 คน จากภูมิภาคต่างๆ สะท้อนมุมมองและความรู้สึก หลังจากมาใช้ชีวิตร่วมกันในค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 51 ดังนี้

ปภาวิน ปินทะเยา รร.จอมทอง จ.เชียงใหม่ กล่าวว่า “ป่าไม่ได้มีแค่ต้นไม้เพียงอย่างเดียว แต่ยังมีสิ่งมีชีวิตและไม่มีชีวิตอยู่อีกมากมาย และความหลากหลายที่เป็นองค์ประกอบของป่า ซึ่งมีความสัมพันธ์กัน ทุกคนที่มาอยู่ในค่ายนี้มาจากต่างพื้นที่ ต่างภูมิภาค มีความหลากหลายในเรื่องของปัญหาสิ่งแวดล้อม การมาค่ายครั้งนี้ ทุกคนจะได้รับแนวทางและพลังที่จะส่งเสริมให้มีความกล้าในการแก้ไขปัญหา นอกจากนี้ ด้วยความคิดและมุมมองที่หลากหลายจากคนที่อยู่ร่วมกับป่า ทำให้ได้รับความรู้และข้อมูลที่จะนำไปใช้ในการเปลี่ยนแปลง เพื่อสร้างสิ่งแวดล้อมให้ดีขึ้นมากกว่านี้ครับ ความหลากหลายในเรื่องของรุ่นพี่รุ่นน้องรุ่นคุณลุงเป็นเหมือนการประสานความคิดให้รู้ถึงทัศนคติของแต่ละคนว่าความคิดในแต่ละรุ่นเป็นแบบไหน ความคิดของผู้ใหญ่กับความคิดของเด็ก เมื่อนำมารวมกันจะสามารถเปลี่ยนแปลงสิ่งๆ หนึ่งได้อย่างเข้มแข็งและยั่งยืน

ในขณะที่ **มูทิตา ปาโกวงศ์ รร.พอกพิทยาคม รัชมังคลาภิเษก จ.ศรีสะเกษ** กล่าวว่า “ป่าคือระบบนิเวศที่มีสิ่งมีชีวิตมากมาย รวมทั้งผู้คนหลากหลายที่ใช้ชีวิตสัมพันธ์กับป่า ถ้าป่าขาดสิ่งใดสิ่งหนึ่งไป ป่านั้นก็จะไม่สมบูรณ์ สิ่งที่เราในฐานะเยาวชนทำได้ก็คือการรักษาป่า เพราะถ้าวันหนึ่งไม่มีป่า ไม่มีต้นไม้ นั้นหมายความว่า ทุกอย่างคงจะจบสิ้นลง”

สุวรรณ แสงัง รร.มัธยมวัดดอนตูม จ.ราชบุรี สะท้อนมุมมองว่า “ค่ายนี้นอกจากจะได้มิตรภาพที่ดีแล้ว ยังได้ประสบการณ์อีกมากมาย ได้เรียนรู้ความสำคัญของป่าต้นน้ำที่อุดมสมบูรณ์ แล้วยังปลูกฝังจิตสำนึกให้กับตนเองผ่านการเรียนรู้จากห้องเรียนธรรมชาติ ทำให้หนูรู้ว่า ป่าไม่ได้มีเพียงแค่ต้นไม้เท่านั้น แต่เต็มไปด้วยความหลากหลาย ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ ดิน น้ำ อากาศ และสิ่งมีชีวิตน้อยใหญ่ ที่อยู่ร่วมกันแบบเป็นวัฏจักร ทำให้มีความสมบูรณ์ในตัวของมันเอง วัฏจักรของป่าไม่จำเป็นต้องมีมนุษย์ แต่วัฏจักรของมนุษย์จำเป็นต้องมีป่า”

ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 51 หวังว่า เมื่อเยาวชนทั้งหมดกลับออกไปจากป่า เขาจะสามารถตั้งคำถามต่อตัวเองถึงหน้าที่ต่อธรรมชาติในฐานะเยาวชนคนหนึ่ง รวมทั้งออกแบบรูปแบบการใช้ชีวิตที่อยู่ร่วมกับธรรมชาติในแบบของตนเองและเหมาะสมต่อบริบทชีวิตและวัยของตนเองได้ ❤️

เคล็ดลับแม่บ้าน เก็บผักสดอย่างไร ให้กินได้ทัน

คิดว่าแม่บ้านทุกบ้านน่าจะเคยประสบปัญหา “ผักเน่า” คาตู้เย็นกันมาไม่น้อย ทั้งที่ๆ utsch สำหรับตั้งใจเก็บผักไว้ในตู้เย็นอย่างดี แต่พอผ่านมาไม่ถึงอาทิตย์ ผักที่เราเฝ้าบรรจจะบูดเน่าอมเก็บเอาไว้ ตั้งใจว่าจะเอามารับประทาน ผักเหล่านั้นก็เน่าเสียกันไปหมด รู้หรือไม่ว่า หากเราเปลี่ยนวิธีการเก็บผัก ไม่ได้เก็บผักทุกอย่างรวมๆ กัน แอจัดอยู่ในช่องเก็บผักตู้เย็นแบบที่ปกติเคยทำ จะทำให้เราสามารถยืดอายุของผักให้เสียช้าลงได้ “รู้ไว้ใช้ว่า” ฉบับนี้ จึงขอนำเสนอเคล็ดลับวิธีการยืดอายุเวลาของผักสด เราลองมาดูกันว่า ผักแบบไหน ควรเก็บอย่างไรถึงจะอยู่ได้นาน อย่างรอช้า... ลองไปดูกันเลย



ผักชี ใบกะเพรา ใบโหระพา ต้นหอม

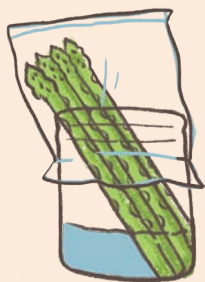
ผักเหล่านี้เมื่อซื้อมาแล้ว ก่อนจะเก็บควรจะล้างน้ำทำความสะอาด ตัดราก แล้วแช่ในน้ำเย็นประมาณ 10-15 นาที ก่อน เพื่อให้ผักนั้นฟื้นฟูสภาพกลับมาสดอีกครั้ง แล้วจึงค่อยนำออกมาซับน้ำให้แห้ง ใส่ถุงพลาสติก ปิดปากถุงให้แน่น หรืออาจจะใช้ถุงซิปล็อค ก่อนจะนำไปเก็บในตู้เย็นอีกครั้ง



ผักประเภทหัว ผักสลัด ผักกาดขาว และผักกาดเขียว

ใช้วิธีคล้ายกับวิธีแรก คือเด็ดใบผักไปล้างน้ำให้สะอาดที่ละใบ ซับน้ำให้แห้ง แล้วจึงค่อยนำไปใส่ถุงพลาสติก หรือถุงซิปล็อคก่อนเก็บในตู้เย็น





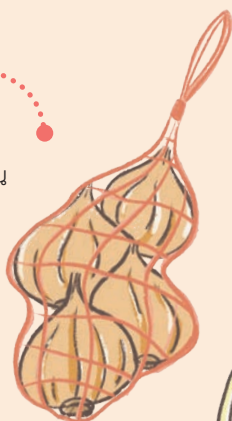
หน่อไม้ฝรั่ง

ให้นำไปล้างน้ำให้สะอาด ตัดด้านล่างของลำต้น ออกประมาณ 1-2 นิ้ว แล้วเอาไปใส่ในขวดโหลที่มี น้ำประมาณ 1 ใน 3 ของขวด จากนั้นคลุมด้วย ถุงพลาสติก แล้วเก็บในตู้เย็น จะทำให้ หน่อไม้ฝรั่งยังกรอบสดได้เป็นอาทิตย์เลยทีเดียว

ผักบางอย่างไม่ต้องแช่ตู้เย็นก็ได้นะ

หัวหอม

หัวหอมนั้นชอบที่ปลอดโปร่ง มีอากาศถ่ายเท ดังนั้นจึงไม่จำเป็นต้องเก็บในตู้เย็น แต่ให้นำมาใส่ในตาข่ายแขวนไว้ในที่ที่มีอากาศถ่ายเทจะดีกว่า



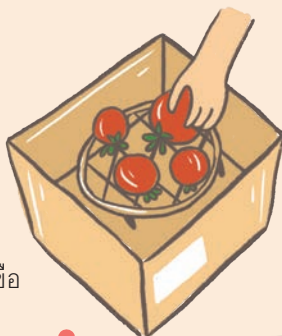
เห็ด

ความชื้นในตัวเห็ดนั้นเป็นตัวการที่ทำให้เห็ดเสียง่าย จึงไม่ควรรีบล้างถ้ายังไม่ได้ใช้ วิธีการเก็บจึงควรใส่ในถุงพลาสติกที่เจาะรูไว้รอบๆ ถุง เพื่อให้มีอากาศถ่ายเทออกจากถุงได้ แล้วจึงค่อยนำไปใส่ตู้เย็น วิธีนี้จะทำให้ยืดอายุของเห็ดได้ประมาณ 3 วัน แต่ถ้าอยากให้อยู่ได้สักประมาณ 5 วัน ให้เก็บนอกตู้เย็น โดยใส่เห็ดในถุงก๊อบแก๊บ เปิดปากถุงกว้างๆ แล้ววางไว้ในที่มีอากาศถ่ายเท เช่น ริมหน้าต่าง แม้ว่าอายุของเห็ดได้นานขึ้น แต่จะทำให้ผิวของเห็ดเหี่ยวลง ไม่เต่งตึงน่ากินเหมือนวิธีแรก



มะเขือเทศ

มะเขือเทศนั้น หากเก็บในตู้เย็นจะทำให้เสียรสชาติ เนื่องจากความเย็นและความชื้น ดังนั้น จึงควรเก็บนอกตู้เย็น โดยแยกเป็น 2 วิธี คือ **1. มะเขือเทศที่ยังไม่สุก** ให้หาลัง หรือกล่องกระดาษปูด้วยผ้าเสร็จแล้วหาตะแกรงมาวางบนผ้า แล้วเรียงมะเขือเทศตะแกรง โดยเอาขั้วลงด้านล่าง เพื่อให้ขั้วมะเขือเทศสัมผัสกับอากาศและแสงแดดน้อยลง ซึ่งช่วยให้มะเขือเทศสุกช้าลงเก็บได้นานขึ้น **2. มะเขือเทศที่สุกจัด** ควรเก็บในอุณหภูมิต่ำ และวางให้ห่างไกลแสงแดด จะยืดระยะเวลาได้อีกประมาณ 1 อาทิตย์



หัวเผือก หัวมัน

หัวเผือก และหัวมันเป็นพืชที่ชอบความมืดและอากาศถ่ายเท เราจึงควรเก็บในตู้กับข้าว แบบที่มีบานเปิดเป็นบานเกล็ด หรือมุ้งลวด ไม่ใช่บานปิดทึบ หรืออีกวิธีคือเก็บในตระกร้าที่มีรูรอบๆ แล้วเอากะดาษหนังสือพิมพ์วางปิดด้านบนเพื่อป้องกันความชื้น วางไว้ในที่แดดส่องไม่ถึง ก็สามารถเก็บได้เป็นเดือน



โรงไฟฟ้า โรงเรียนน้อง

โครงการโรงไฟฟ้าพี่ โรงเรียนน้อง

เอ็กโก กรุ๊ป จัดพิธีมอบทุนปฐมนิเทศ และทัศนศึกษา โรงไฟฟ้า สำหรับนักเรียนทุนอาชีวศึกษารุ่นที่ 2 ภายใต้โครงการ “โรงไฟฟ้าพี่ โรงเรียนน้อง” เพื่อเปิดโอกาสให้เยาวชนในโรงเรียนรอบ โรงไฟฟ้าในกลุ่มเอ็กโกที่เรียนดี แต่ขาดแคลนทุนทรัพย์ ได้ศึกษาต่อ ในระดับ ปวช.-ปวส. ในสาขาวิชาที่เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมไฟฟ้า จำนวน 25 ทุน ซึ่งเป็นทุนที่ไม่มีภาระผูกพันกับบริษัท นอกจากพิธีมอบทุนอาชีวศึกษาให้สำหรับนักเรียน ทุนอาชีวศึกษารุ่นที่ 2 แล้ว ทางเอ็กโก กรุ๊ป ยังได้ พาน้อง ๆ เยาวชนที่ได้รับทุน เดินทางไปทัศนศึกษา โรงไฟฟ้าคลองหลวง และ โรงไฟฟ้าพลังงาน แสงอาทิตย์ลพบุรีโซลาร์ อีกด้วย



การแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและเปิดให้เยี่ยมชมโรงไฟฟ้าเพื่อส่งเสริมชุมชนเข้มแข็ง

โรงไฟฟ้าบ้านโป่ง

โรงไฟฟ้าบ้านโป่ง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรมการนำเยาวชน เยี่ยมชมโรงไฟฟ้า เพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจถึงบทบาทและหน้าที่ ที่ถูกต้องของโรงไฟฟ้ากับชุมชน อีกทั้งยังเป็นการช่วยประชาสัมพันธ์ กองทุนพัฒนาโรงไฟฟ้า ซึ่งได้รับความสนใจเป็นอย่างมากจากนักศึกษา ระดับอุดมศึกษา และเจ้าหน้าที่จากคณะกรรมการกำกับกิจการพลังงาน



โรงไฟฟ้าขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม ในกลุ่มเอ็กโก เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งใน กิจกรรม “สภากาแฟยามเช้า” เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเพื่อ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นและประชาสัมพันธ์ข่าวสารของ แต่ละหน่วยงานให้รับทราบโดยทั่วกัน โดยมีเทศบาล ตำบลอ่าวขนอมเป็นเจ้าภาพในการจัดกิจกรรมประจำ เดือนมีนาคม ซึ่งมีผู้เข้าร่วมกิจกรรมทั้งจากหน่วยงาน ภาครัฐและเอกชน ประชาชน ในอำเภอขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม ในกลุ่มเอ็กโก นำโดย นายสืบศักดิ์ ชูฤทธิ์ กรรมการผู้จัดการ ให้การต้อนรับคณะผู้บริหารจากรัฐวิสาหกิจ ไฟฟาลาว และคณะผู้บริหารจาก ESCO ในการเข้าเยี่ยมชม กระบวนการผลิตกระแสไฟฟ้า และเทคโนโลยีใหม่ล่าสุด ใน กระบวนการทำงานของโรงไฟฟ้าขนอม



ส่งเสริมการเรียนรู้ และการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

โรงไฟฟ้าขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมกับโรงเรียนบ้านท่าม่วง จัดโครงการสอบแข่งขันความรู้ระดับประถมศึกษา ชิงทุนการศึกษา ครั้งที่ 18 ประจำปี 2561 ขึ้น โดยมี จุดประสงค์เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนในเขตอำเภอขนอม มีความกระตือรือร้น และเพิ่มพูนประสบการณ์ในการสอบ หรือแข่งขัน โดยได้มอบทุนการศึกษาแก่นักเรียนตาม โครงการฯ ทั้งสิ้นจำนวน 30 ทุน



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ให้การต้อนรับ คณะศึกษาดูงานที่อยู่ใกล้พื้นที่โครงการฯ (หมู่บ้านตลุกคุณพัฒนา) รวมทั้งให้ข้อมูลโครงการที่เป็นรายละเอียดของ โครงการฯ ให้เยาวชนนักเรียนได้รับทราบโดยเฉพาะข้อมูล พลังงานสะอาดที่เกี่ยวข้องกับพลังงานทางเลือก และส่วน กระบวนการผลิตไฟฟ้าจากกังหันลมซึ่งได้รับความสนใจจาก ผู้เข้าร่วมศึกษาดูงานมาก โดยมี นางภัทราภรณ์ พิชัยกุล รักษาการในตำแหน่ง ผู้อำนวยการโรงเรียนบ้านตลุกคุณพัฒนา ผู้ใหญ่บ้านตลุกคุณพัฒนา คณะกรรมการสถานศึกษา และผู้นำท้องถิ่น เข้าร่วมการศึกษาดูงานครั้งนี้



โรงไฟฟ้าบ้านโป่ง

โรงไฟฟ้าบ้านโป่ง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนของรางวัล สำหรับการจัดกิจกรรมของ สนง.พลังงาน จ.ราชบุรี ในงาน “ท่องเที่ยวราชบุรี ของดีเมืองอ่องและงานกาชาดประจำปี 2561” โดยภายในงานนี้ทางสนง.พลังงานจังหวัดราชบุรี ได้เข้าร่วมจัดกิจกรรมนิทรรศการเผยแพร่ความรู้ด้าน พลังงานให้กับประชาชนผู้เข้าร่วมงาน



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก เปิดโอกาสให้ นายวิชณุ เพชรโพธิ์กุล นักวิชาการพัฒนาการอำเภอชัยใหญ่ คณะกรรมการสถานศึกษา และนักเรียน เข้ามาศึกษาดูงาน ที่โรงไฟฟ้า ซึ่งได้มีการบรรยายให้ข้อมูลเกี่ยวกับพลังงาน สะอาดและพลังงานทางเลือก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในส่วน กระบวนการผลิตไฟฟ้าจากกังหันลมที่ได้รับความสนใจเป็นอย่าง มากจากผู้เข้าร่วมศึกษาดูงาน

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรม กีฬาต้านยาเสพติด ประจำปี 2561 เพื่อเป็นการเสริมสร้าง ความเข้มแข็ง และความสามัคคีร่วมกันของชาวบ้านในแต่ละ หมู่บ้าน เพื่อให้ชาวบ้านมีกิจกรรมทำ ร่วมกัน และใช้กีฬาเป็นตัวเชื่อมความ สัมพันธ์ระหว่างหมู่บ้าน ซึ่งจะทำให้ วัยรุ่นหันมาเล่นกีฬา ห่างไกล ยาเสพติด และสร้างความสัมพันธ์ อันดีต่อหน่วยงานราชการในระยะยาว



โรงไฟฟ้าเอ็กโกโคเจนเนอเรชั่น

โรงไฟฟ้าเอ็กโกโคเจนเนอเรชั่น ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุน กิจกรรมการศึกษาดูงานกับโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลมาบตาพุดพัฒนา ซึ่งอยู่ภายใต้ “โครงการส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพ ชีวิตผู้สูงอายุ ประจำปี 2561” จ. อุดรธานี



โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีไฟร์

โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีไฟร์ ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณในกิจกรรมการแข่งขันกีฬาด้านยาเสพติด โดยมีนายกเทศบาลตำบลทุ่งเทิงเป็นตัวแทนในการรับมอบ



ความปลอดภัยและสุขอนามัยของชุมชน

โรงไฟฟ้าชัยภูมิ วินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิ วินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณกิจกรรม “วันหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ พอ.สว. จังหวัดชัยภูมิ” โดยร่วมกับเจ้าหน้าที่จากอำเภอยิ้ม อำเภอบ้านไผ่



ออกเยี่ยมให้กำลังใจ และช่วยเหลือนักเรียนยากจน และผู้มีรายได้น้อยในเขตพื้นที่อำเภอบ้านไผ่ และสร้างความสัมพันธ์อันดีต่อหน่วยงานราชการในระยะยาว



โรงไฟฟ้าขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม ในกลุ่มเอ็กโก นำโดย นายพนมวรรณ ตะกี้ ผู้จัดการส่วนบริการ นายมนตรี โชคอนันต์ ผู้จัดการส่วนเคมี และสิ่งแวดล้อม พนักงาน และผู้ปฏิบัติงาน บพข. ร่วมกับอาสาสมัครสาธารณสุขมูลฐาน (อสม.) หมู่ที่ 8 และโรงพยาบาลขนอม จัดโครงการออกเยี่ยมผู้พิการ และผู้สูงอายุประชาชนบ้านบางแพง ตามโครงการส่งเสริมคุณภาพภาคประชาชนบ้านบางแพงประจำปี 2561 เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดภาวะการระบาดของโรคติดต่อต่าง ๆ

โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีไฟร์

โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีไฟร์ ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณกิจกรรม “โครงการสร้างเมืองสะอาด” ณ ที่ทำการกำนันตำบลท่าคล้อ ต.ท่าคล้อ อ.เบญจลักษ์ จ.ศรีสะเกษ



โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณกิจกรรม “พัฒนาสถานที่อาสากู้ชีพ เทศบาลเมืองคลองหลวง” เพื่อใช้งานในทีมอาสากู้ชีพเทศบาลเมืองคลองหลวง ใช้ในการติดต่อสื่อสารช่วยเหลือผู้บาดเจ็บเมื่อเกิดอุบัติเหตุ ในพื้นที่ตำบลต่าง ๆ โดยมีนายชัยวัฒน์ ยิ่งยวด รองนายกเทศมนตรี เป็นตัวแทนในการรับมอบ



โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนโครงการ “ทันตกรรมเคลื่อนที่” ซึ่งอยู่ภายใต้โครงการส่งเสริมความปลอดภัย และเสริมสร้างสุขอนามัยที่ดีให้กับชุมชน โดยจัดขึ้นเพื่อให้ประชาชนชุมชนในคลองหลวงมีสุขภาพในช่องปากและฟันดี และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น



โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีทุ

โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์เอสพีพีทุ ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณในการจัด “โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและพิการ ปี 2561” พร้อมกับมอบเสื้อเป็นของที่ระลึกให้แก่เจ้าหน้าที่สำนักงานเทศบาลตำบลแสลงพัน ซึ่งเป็นตัวแทนในการรับมอบ

โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณใน “โครงการส่งเสริมสุขภาพและให้ความรู้ผู้สูงอายุ” ณ สถาบันสวนอาชีวะหิรัญญา จ.ปทุมธานี เพื่อให้ทางอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (อสม.) สามารถดูแลและให้ความรู้ผู้สูงอายุที่กระจายอยู่ในชุมชนอย่างใกล้ชิด โดยมีนายปริญญา หอมจันทร์ ประธานอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน (ชุมชนมุสลิมคลองหนึ่ง) เป็นตัวแทนในการรับมอบ



พัฒนาสาธารณูปโภค

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรม “จิตอาสาทำแนวกันไฟ ณ สวนพฤกษอุทยานเฉลิมพระเกียรติ (แก่งช่องแค)” ซึ่งโรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์มได้ดำเนินกิจกรรมในการร่วมปลูกต้นไม้ และทำแนวกันไฟมาต่อเนื่องเป็นระยะเวลา 5 ปี โดยมีนายบุญหลั่น แก้วสีไว

ประธานสภา อบต.ซับใหญ่ นายพิษณุ เพชรไพฑูล

นักวิชาการพัฒนาชุมชนอำเภอซับใหญ่

นักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา

และนักเรียนโรงเรียนซับใหญ่วิทยาคม

และโรงเรียนบ้านบุญนวน เข้าร่วมร่วมในกิจกรรมนี้



โรงไฟฟ้าเอ็กโกโคเจนเนอเรชั่น

โรงไฟฟ้าเอ็กโกโคเจนเนอเรชั่น

ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุน

งบประมาณจัดซื้อและติดตั้ง

เครื่องปรับอากาศให้แก่ รพ.สต.

บ้านกระเจต เพื่อปรับปรุงสถานที่

ให้เหมาะสมมากขึ้น



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรม “ความสุขจากฟ่อ สู่ผืนแผ่นดิน” ซึ่งกิจกรรมนี้เป็นการร่วมกันทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์ ระหว่างเยาวชนในพื้นที่ และคนในชุมชน โดยมุ่งทำกิจกรรมที่จะก่อให้เกิดประโยชน์และสอดคล้องกับความต้องการของประชาชนในแต่ละพื้นที่



โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์โซลาโก (ไทรเพชร)

โรงไฟฟ้าพลังงานแสงอาทิตย์โซลาโก (ไทรเพชร) ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณในการจัดสร้างเต็นท์เก้าอี้และโต๊ะเพื่อชุมชนหมู่ 1 ต.บางตาเถร จ.สุพรรณบุรี



โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุน

งบประมาณในโครงการ “การพัฒนาปรับปรุงแหล่งเรียนรู้

ในสถานศึกษา โรงเรียนบุญคุ้มราษฎร์บำรุง จ.ปทุมธานี”

เพื่อปรับปรุงภูมิทัศน์พื้นที่ในโรงเรียนให้มีสิ่งแวดล้อมและ

บรรยากาศในสถานศึกษาที่ดีขึ้น



โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุน

“โครงการด้านการพัฒนาสถานที่สมาคมสูงอายุไว้ที่แฮลล์”

ณ สมาคมผู้สูงอายุ ชุมชนไว้ที่แฮลล์ จ.ปทุมธานี โดยทาง

ชุมชนได้นำไปซื้อพัดลม เพื่อเป็นประโยชน์แก่ชุมชนใช้ในการ

ทำกิจกรรมต่างๆ ในสมาคม เช่น งานทำบุญ

งานประชุมประจำปี พิธีงานต่างๆ และภายในชุมชน

สามารถนำไปใช้ในงานต่างๆ ได้ตามความเหมาะสม ซึ่งมี

นายบุญคง หอมเนียน อุปนายกเป็นตัวแทนในการรับมอบ



อนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก เข้าร่วมและสนับสนุนงบประมาณกิจกรรม “วันแรงงานแห่งชาติของสวัสดิการและคุ้มครองแรงงานจังหวัดชัยภูมิ” ซึ่งเป็นกิจกรรมเกี่ยวกับการดูแลสาธารณประโยชน์โดยการปลูกป่าฟื้นฟูสภาพป่าไม้ที่ถูกทำลาย เพื่อคืนผืนป่าต้นน้ำ ณ ป่าโลใหญ่ชัยภูมิ อุทยานแห่งชาติตาบดโตน อำเภอมือง จังหวัดชัยภูมิ



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุน “โครงการ ป่ารักษาน้ำโลใหญ่ชัยภูมิ” โดยทางโรงไฟฟ้าร่วมสนับสนุนงบประมาณในการปลูกต้นไม้เพื่อฟื้นฟูสภาพป่าเสื่อมโทรม (เขาหัวโล้น) และการสร้างฝายมีชีวิต เพื่อกักเก็บน้ำในลำห้วยสาขาที่เป็นต้นน้ำของลำน้ำชี ณ บริเวณป่าโลใหญ่ ในเขตอุทยานแห่งชาติตาบดโตน อำเภอมือง จังหวัดชัยภูมิ รวมทั้งเป็นการกระชับความสัมพันธ์กับหน่วยงานราชการจังหวัดชัยภูมิอีกด้วย



ส่งเสริมวัฒนธรรมประเพณี กิจกรรมทางศาสนา และวันสำคัญของชุมชน

โรงไฟฟ้าขนอม

โรงไฟฟ้าขนอม ในกลุ่มเอ็กโก นำโดยนายสืบศักดิ์ ชูฤทธิ์ กรรมการผู้จัดการ พร้อมทั้งพนักงาน บพข. ร่วมทอดผ้าป่าสามัคคีวัดสุวรรณบรรพต วัดอุปสงคค์ เพื่อนำปัจจัยมาดำเนินการก่อสร้างศาลาเทียบเมรุ ณ วัดสุวรรณบรรพต จ.นครศรีธรรมราช



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนงบประมาณในการจัดงาน “200 ปี ผู้กล้าพญาแล” หรือที่รู้จักกันในชื่อของ “งานบุญเดือนหก” ซึ่งกิจกรรมงานบุญเดือนหกนี้เป็นกิจกรรมที่ทุกอำเภอในจังหวัดชัยภูมิ จะส่งนางรำเข้าร่วมรำถวายเจ้าพ่อพญาแล ในโอกาสที่จังหวัดชัยภูมิครบรอบอายุ 200 ปี



โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม

โรงไฟฟ้าชัยภูมิวินด์ฟาร์ม ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรมการถวายภัตตาหารแด่พระสงฆ์และสามเณร วัดชัยเจริญสุข ต.ชัยใหญ่ โดยมีนางไพวัลย์ ทวีไธสงค์ ผู้ใหญ่บ้านชัยเจริญสุข นายพิษณุ เพชรไพฑูรย์ นักวิชาการพัฒนาชุมชนอำเภอชัยใหญ่ และผู้คนในพื้นที่หมู่บ้านชัยเจริญสุข และหน่วยงานท้องถิ่น เข้าร่วมกิจกรรม



โรงไฟฟ้าคลองหลวง

โรงไฟฟ้าคลองหลวง ในกลุ่มเอ็กโก ร่วมสนับสนุนกิจกรรม “งานทำบุญประจำปี ไหว้เจ้าสัว 3” เพื่อสร้างความเป็นสิริมงคลแก่ผู้คน และสร้างความสามัคคีร่วมกันในชุมชน โดยมีนายบัญชา กิจวิติ ประธานชุมชนไหว้เจ้าสัว 3 เป็นผู้รับมอบ





เปิดบ้านพลังงาน เอ็กโกเอนเนอร์จี

ณ เมืองชายทะเลที่มีตึกสูง
และโรงงานต่างๆ มากมาย



โรงงานทำขนม

ขนมปังอบใหม่ๆ
หอมๆ มาแล้วครับ

อ้อ...อร่อยจัง



ช่วงนี้ขายดี
ผลิตแทบไม่ทันเลย...

โรงงานผลิตของเล่น

ช่วงปิดเทอมเด็กๆ
คงอยากได้
ของเล่นน้ำดู



โรงพยาบาล



เดี๋ยวก็
หายแล้ว
นะคะ
คุณแม่

ห้างสรรพสินค้า



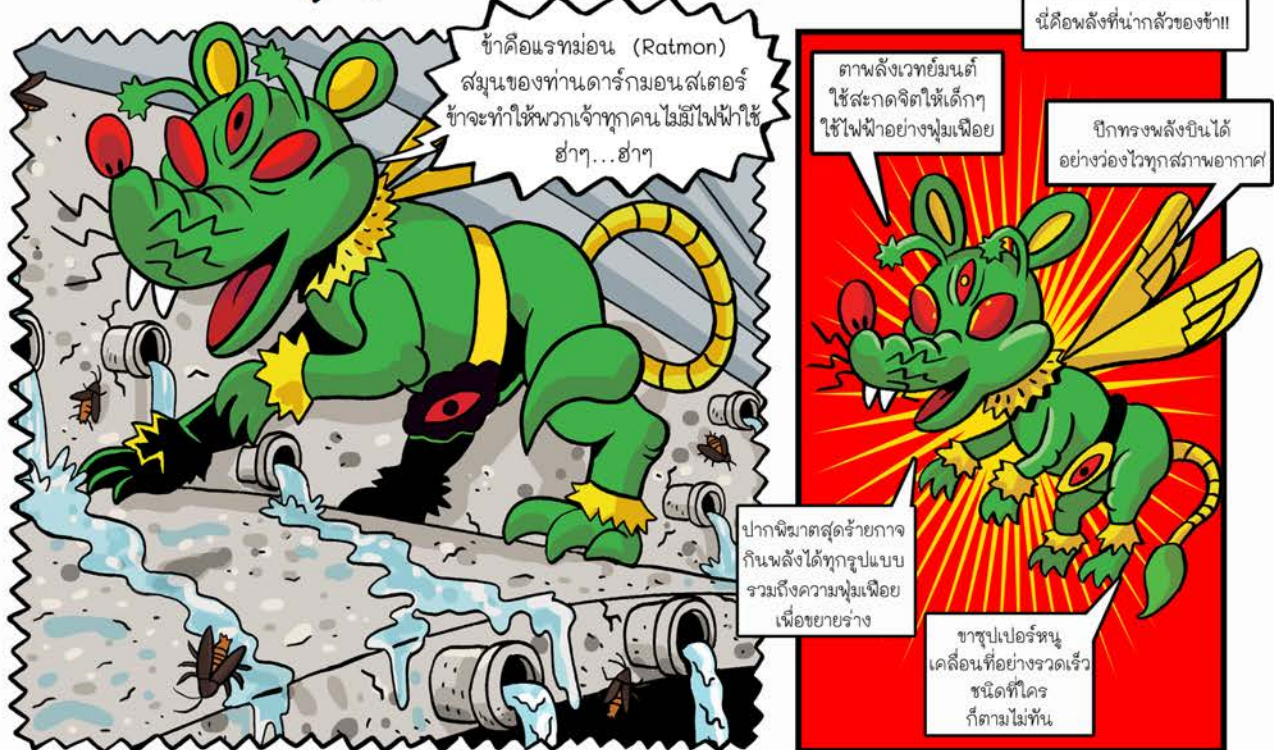
ขอแอดดู
ของเล่น
ชิ้น 5
นะครับแม่



ฮ่าๆ ฮูรีลี
ตอนนี้น่าจะฟัง



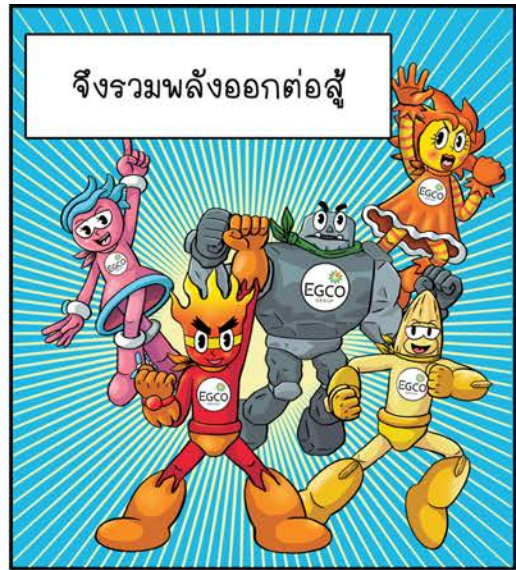
เด็กๆ ในเมืองนี้ใช้ชีวิต
สะดวกสบายด้วยเครื่องใช้ไฟฟ้า
สารพัดชนิด



เมื่อเหล่าเอ็กโกเรนเจอร์ได้รับสัญญาณแจ้งเตือน
ไฟฟ้าที่ขาดหายและความเดือดร้อนของเด็กๆ



จึงรวมพลังออกต่อสู้



จัดการ
เลย

คิดจะมาสู้กับข้ารี
ฝันไปเถอะ



มันหลบพลังของฉันได้สบายๆ เลยแฮะ

มัน
ไวจริงๆ

พลังที่เจ้าพวกเด็กๆ
ใช้อย่างฟุ่มเฟือย
นี่ช่วยเพิ่มพลังให้ข้า...
555



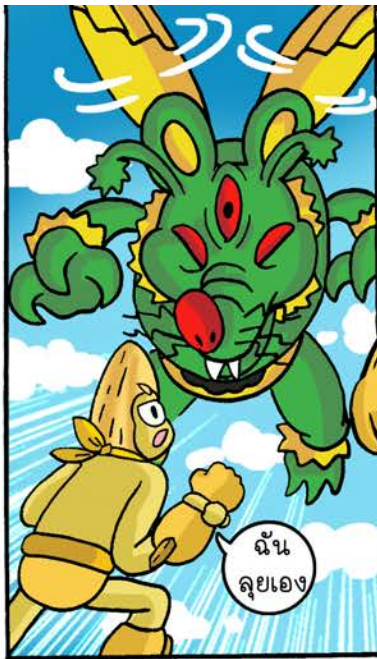
ไวนักใช้มัย
เจอปลังลม
ของฉันหน้อย
เป็นไง



ตึกสูงบังลมหมดเลย
พลังฉันจึงไม่แรงมากพอ
ขอโทษนะทุกคน



อะไรกันเจ้านี้
เหมือนตัวมัน
จะใหญ่ขึ้น
เรื่อยๆ เลย



ฉัน
ลุยเอง



พลังของไบโอมัสเรนเจอร์
เริ่มลดน้อยลงเพราะ
ต่อสู้ในเมืองทำให้
พลังงานจากวัสดุเหลือใช้
ทางการเกษตรส่งมาไม่ทัน



แม้จะ
ต่อสู้
ไม่หยุด



ก็ไม่สามารถทำอะไร
เจ้าปีศาจหนูได้เลย



เพราะมัน
ว่องไว
เหลือเกิน



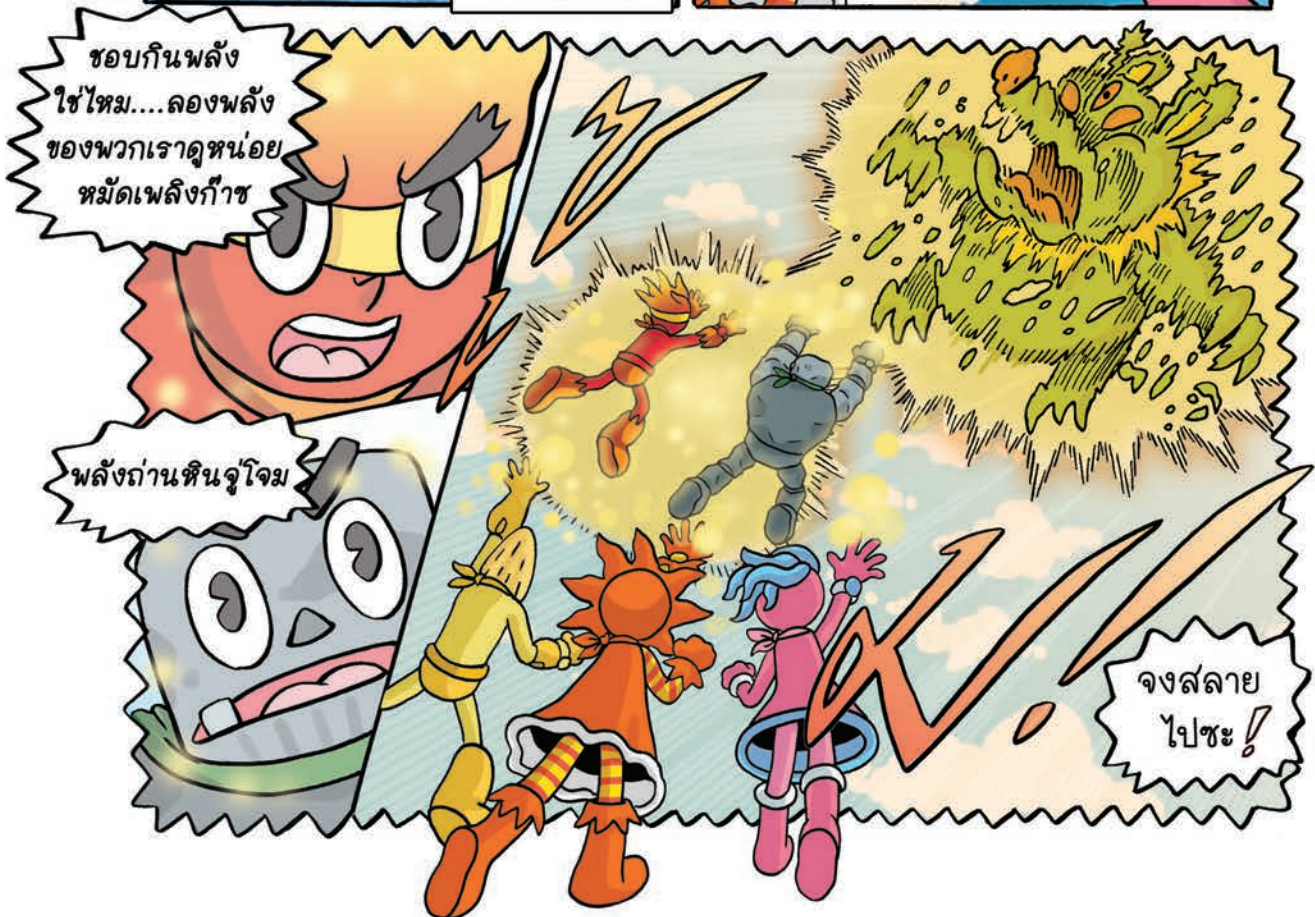
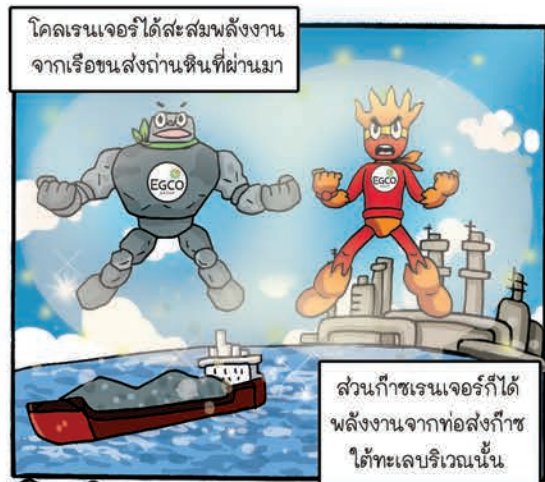
ส่วนวอเตอร์เรนเจอร์นั้นก็
กำลังเดินทางมาจากภูเขาสูง

รอฉันหน่อยนะ
ฉันกำลังไป



ไม่ว่าจะปล่อยพลัง
ใส่มันเท่าไร
ปากพินาตของมันก็
จับบพลังไปกิน
ได้อย่างสบายๆ









อีกด้านหนึ่ง

เจ้าดาร์กมอนสเตอร์รู้ข่าวถึงการพ่ายแพ้ของแรทม่อน



หนอย...ย แนะ
เจ้าพวก
เอ็กโกเรนเจอร์



อย่าเพิ่งได้ใจไป
ข้าเตรียมลูกสมุน
ที่ร้ายกาจกว่าเดิม
รอพวกเจ้าไว้แล้ว



ไซโบที่สองที่หลบซ่อนอยู่
ในห้องของอีกากำลังโตขึ้นๆ
ปัญหาใหญ่กำลังก่อตัว



มาร่วมเป็นกำลังใจให้
เอ็กโกเรนเจอร์ต่อสู้ต่อไป
เพื่อให้ได้ๆ ทุกคนมีไฟฟ้าใช้กันนะ

เด็กๆ รู้จักเหล่าเอ็กโกเรนเจอร์กันแล้ว
ลองลากเส้นจับคู่ภาพเอ็กโกเรนเจอร์ให้ตรงกับบ้านของพวกเขาเถอะ



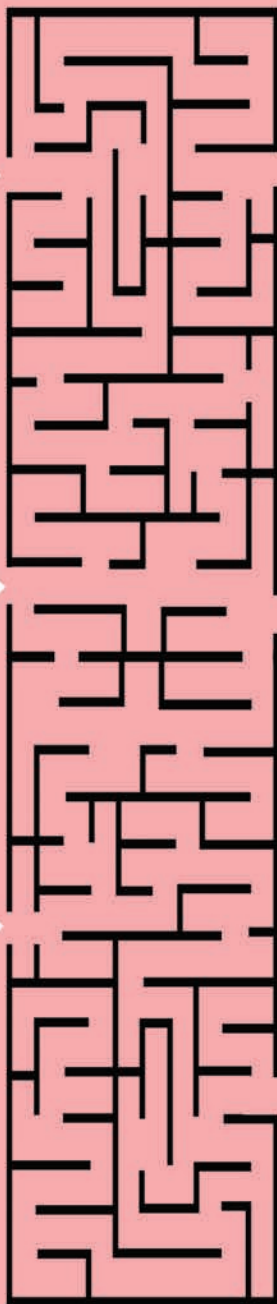
Gas Ranger
ก๊าซเรนเจอร์



Solar Ranger
โซลาร์เรนเจอร์



Coal Ranger
โคลเรนเจอร์



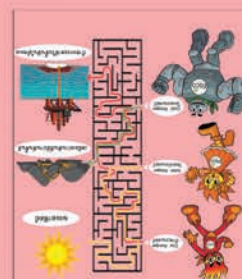
พระอาทิตย์



เหมืองถ่านหินที่มีถ่านหินชั้นดี

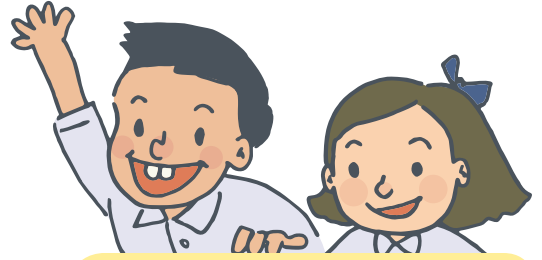


ก๊าซธรรมชาติในชั้นหินใต้ทะเล



สนุกคิดพิชิตรางวัล

ปัจจุบัน สัตว์ทะเลกำลังประสบปัญหาหยาบและมลพิษทางน้ำ ช่วยดูให้หน่อยว่าปลาตัวนี้ กินอะไรเข้าไป ถึงได้ไม่สบาย ใครตอบได้เรามีของเล็กๆ น้อยๆ เป็นรางวัลให้นะ



วิธีเล่น

ลากเส้นต่อจุดตามลำดับแล้วดูว่าได้เป็นรูปอะไร



ขอตอบว่าสิ่งที่อยู่ในท้องปลาคือ

.....

ชื่อ - นามสกุล _____

ที่อยู่ _____

โทรศัพท์ _____ อีเมล หรือ ไลน์ไอดี _____

ความคิดเห็น จากเพื่อนบ้าน



พื้นที่สำหรับเพื่อนบ้านที่สนใจสอบถามข้อมูลเกี่ยวกับการดำเนินงานของโรงไฟฟ้า

ในกลุ่มเอ็กโก หรือมีข้อเสนอแนะที่อยากส่งถึงเอ็กโก กรุ๊ป โดยส่งมาที่

กองบรรณาธิการ วารสาร “สุขใจ” คณะทำงานส่งเสริมการมีส่วนร่วมพัฒนาคุณภาพ

ชีวิตชุมชนในพื้นที่รอบโรงไฟฟ้า บริษัท ผลิตไฟฟ้า จำกัด (มหาชน) อาคารเอ็กโก 222

ชั้น 11 ถนนวิภาวดีรังสิต แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ 10210

คำถาม

1.
2.
3.

ข้อเสนอแนะ

1.
2.
3.

ชื่อ-นามสกุล

ที่อยู่

โทรศัพท์ อีเมล

จิตใจของเราทำดีเวลาไหน มันก็ดีเวลานั้น
ความดี ความชั่ว ไม่ขึ้นกับฟ้ากับดิน
ขึ้นอยู่กับจิตกับใจ กับความประพฤติของเรา

หลวงปู่หล้า เขมปัตโต



ยิ้มที่สุขใจ

เรายิ้มเมื่อเราเป็นสุข พลังแห่งรอยยิ้มมีประโยชน์หลายอย่างที่เราคาดไม่ถึง มีหลายงานวิจัยพบว่า “หัวสมองเร็วขึ้นเมื่อเรายิ้ม” นักวิจัยพบว่าคนที่ยิ้มแย้มแจ่มใส และมีความสุขเป็นประจำ จะมีแนวโน้มแก้ไขจัดการปัญหาต่างๆในที่ทำงานได้ดีกว่าคนที่หน้าตาบูดบึ้ง หน้าปกสุขใจฉบับนี้ได้รับพลังแห่งรอยยิ้มจาก **ป้าเยาว์ พยาร์ว บุญชัย** ตัวแทนวิสาหกิจชุมชนเกษตรแปรรูปบ้านไร่กล้วย ผู้สร้างสรรค์นวัตกรรมการผลิตกล้วยตากจากโรงอบแห้งพลังงานแสงอาทิตย์ ที่นอกจากกล้วยตากของ ป้าเยาว์จะส่ง ความหวานละมุนลิ้นผ่านกล้วยตากถึงลูกค้าทุกคนแล้ว ยังขอส่งต่อความหวานผ่านรอยยิ้ม ความสดใส มาให้แก่ผู้อ่านวารสารสุขใจทุกท่านด้วย





บ้านเราแสนสุขใจ

ทุกที่ที่เราไป ทุกเสียงของความสุข
จะดำเนินต่อไปไม่เปลี่ยน



เสียงจากความเป็นอยู่ที่ดีของชุมชน และเสียงจากความอุดมสมบูรณ์
ของธรรมชาติ คือเสียงแห่งความสุข ที่เราจะร่วมรักษาไว้ตลอดไป
เพราะเอ็กโก กรุ๊ป คิดเสมอว่าทุกที่ที่เราไปเปรียบเสมือนบ้าน เราจึงให้
ความสำคัญกับการรักษาวิถีชีวิต และสิ่งแวดล้อมรอบโรงไฟฟ้า เพื่อเป็น
ต้นแบบของการอยู่ร่วมกับชุมชน และสิ่งแวดล้อมอย่างกลมกลืน



www.egco.com