



จุลสารครอบครัวใบไม้

ประจำเดือนกรกฎาคม - กันยายน 2569

ปีที่ 22



bangchak

vol.

124

ใต้ร่มพระบารมี

สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง
ส่ววิถีรักษโลกอย่างยั่งยืน





ใต้ร่มพระบารมี สมเด็จพระนันทปีหลวง สู่วิถีรักษ์โลกอย่างยั่งยืน

12 สิงหาคม วันเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง พลสกนิกรชาวไทยต่างพร้อมใจกันน้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ พระองค์ทรงเป็น “แม่ของแผ่นดิน” ทรงอุทิศพระวรกายในการบำบัดทุกข์บำรุงสุข และทรงริเริ่มโครงการต่างๆ เพื่ออนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างต่อเนื่อง ไม่ว่าจะเป็นการฟื้นฟูป่าไม้ การอนุรักษ์แหล่งน้ำ ตลอดจนการส่งเสริมวิถีชีวิตที่อยู่ร่วมกับธรรมชาติอย่างสมดุลและยั่งยืน

ใต้ร่มพระบารมีแห่งสมเด็จพระนันทปีหลวง แนวคิดเรื่อง “การใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า” ได้กลายเป็นแรงบันดาลใจให้ทุกภาคส่วนร่วมกันดูแลโลกใบนี้ เริ่มต้นจากเรื่องใกล้ตัวในชีวิตประจำวัน หนึ่งในตัวอย่างที่สะท้อนพลังแห่งความร่วมมือเพื่อสิ่งแวดล้อม คือโครงการ “Fly to Fly” ของบริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน) ที่ชวนประชาชนนำน้ำมันปรุงอาหารใช้แล้วมาส่งต่อ เพื่อนำไปผลิตเป็นเชื้อเพลิงอากาศยานยั่งยืน หรือ Sustainable Aviation Fuel (SAF)

โครงการนี้ไม่เพียงช่วยลดปัญหาการทิ้งน้ำมันลงท่อระบายน้ำ อันเป็นสาเหตุของน้ำเสียและมลภาวะต่อสิ่งแวดล้อม แต่ยังช่วยลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก และเปลี่ยน “ของเหลือใช้” ให้กลายเป็นพลังงานสะอาดที่สร้างประโยชน์ต่อสังคมและโลกในอนาคต นับเป็นอีกก้าวสำคัญของการสร้างเศรษฐกิจหมุนเวียน (Circular Economy) ที่เปิดโอกาสให้ทุกคนมีส่วนร่วมได้ เพราะการรักษ์โลกอย่างยั่งยืนไม่ได้เริ่มจากเรื่องใหญ่เสมอไป หากแต่เริ่มจากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเล็กๆ ในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นการแยกขยะ การใช้ทรัพยากรอย่างรู้คุณค่า หรือการนำน้ำมันใช้แล้วกลับมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เมื่อทุกคนร่วมแรงร่วมใจกันแม้เพียงคนละเล็กละน้อย ก็สามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ยิ่งใหญ่ให้เกิดขึ้นได้

ในโอกาสวันแม่แห่งชาติปีนี้ ขอเชิญชวนทุกคนครอบครัวร่วมสืบสานแนวพระราชดำริด้านการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ด้วยการดำเนินชีวิตอย่างพอเพียง รู้คุณค่าของทรัพยากร และร่วมกันส่งต่อโลกสีเขียวสู่คนรุ่นต่อไป เพื่อให้ “ใต้ร่มพระบารมี สู่วิถีรักษ์โลกอย่างยั่งยืน” เป็นแรงบันดาลใจและแนวทางที่หยั่งรากลึกอยู่ในหัวใจของคนไทยตลอดไป



ติดตามข่าวสารครอบครัวใบไม้ได้ที่ www.bangchak.co.th/ข่าวสารและกิจกรรม/ข่าวสารครอบครัวใบไม้

ข่าวสารครอบครัวใบไม้
ราย 3 เดือน

สื่อกลางข่าวสาร
เพื่อครอบครัวเพื่อนบ้าน
โรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง



ลิขสิทธิ์และจัดทำโดย
ส่วนชุมชนสัมพันธ์
บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

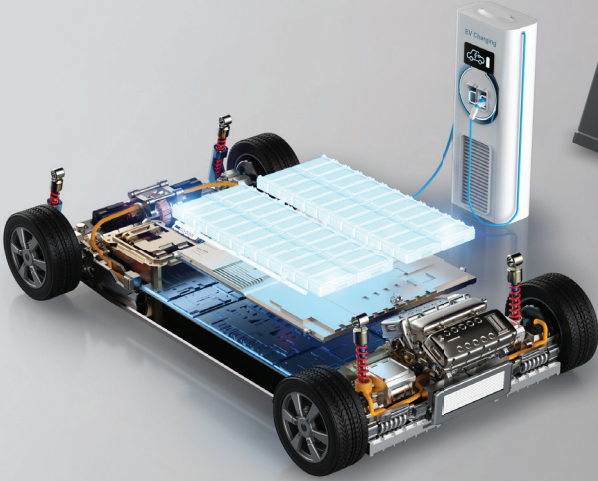


โทรศัพท์
0 2335 4060
(ในเวลาทำการ)



Email
prangthip@bangchak.co.th
(ถึงพี่ปราง)

“แบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้า (EV) เสื่อมง่ายเหมือนแบตเตอรี่มือถือจริงหรือ?”



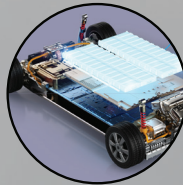
เพื่อช่วยไขข้อข้องใจว่า “แบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้า เสื่อมง่ายเหมือนแบตเตอรี่โทรศัพท์มือถือจริงหรือไม่” พร้อมแนะนำวิธีดูแลรักษาแบตเตอรี่ให้มีอายุการใช้งานยาวนาน หลายคนอาจกังวลว่าเมื่อใช้งานรถยนต์ไฟฟ้า (EV) เป็นเวลานาน แบตเตอรี่จะเสื่อมจนส่งผลต่อประสิทธิภาพการใช้งาน แต่ในความเป็นจริง แบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้าได้รับการออกแบบให้มีความทนทานและมีอายุการใช้งานยาวนานกว่าที่หลายคนเข้าใจ

? ทำให้แบตเตอรี่ EV ถึงอึดกว่าแบตเตอรี่มือถือ

แม้ว่าแบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้าจะสามารถเสื่อมสภาพได้ตามกาลเวลาล้ากับมือถือ แต่ระบบการทำงานและลักษณะการใช้พลังงานแตกต่างกันอย่างสิ้นเชิง

แบตเตอรี่โทรศัพท์มือถือ VS แบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้า

มีการเปิดใช้งานอยู่ตลอดเวลา โดยมีระบบปฏิบัติการและแอปพลิเคชันทำงานเบื้องหลังอย่างต่อเนื่อง แม้เราไม่ได้ใช้งานโดยตรง ทำให้แบตเตอรี่ลดลงเร็วและเสื่อมสภาพได้เร็วกว่า



แบตเตอรี่ถูกออกแบบมาให้รองรับการชาร์จเข้าได้หลายพันครั้ง และรถ EV จะใช้พลังงานหลักในขณะขับที่เท่านั้น ในเวลาที่จอดอยู่ พลังงานจะลดลงเพียงเล็กน้อย ทำให้อัตราการเสื่อมสภาพในแต่ละปีอยู่ในระดับต่ำมาก

4 วิธีง่ายๆ ดูแลแบตเตอรี่รถ EV ให้ใช้งานได้ยาวนาน

หากต้องการยืดอายุการใช้งานแบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้าและลดการเสื่อมสภาพก่อนเวลาอันควร ควรปฏิบัติดังนี้

1. รักษาประจุไฟให้อยู่ในช่วง 20%-80%: ควบคุมระดับแบตเตอรี่ให้อยู่ในช่วงดังกล่าว ไม่ปล่อยให้ระดับแบตเตอรี่ต่ำเกินไป และไม่จำเป็นต้องชาร์จเต็ม 100% ทุกวัน ยกเว้นกรณีที่ต้องเดินทางไกล
2. ไม่จำเป็นต้องชาร์จทุกวัน: ชาร์จเมื่อระดับแบตเตอรี่ลดลงมาในระดับที่เหมาะสม เพื่อช่วยลดภาระการทำงานของแบตเตอรี่
3. เลือกใช้หัวชาร์จแบบ AC (Normal Charge): การชาร์จด้วยไฟฟ้ากระแสสลับ (AC) ช่วยถนอมและยืดอายุการใช้งานของแบตเตอรี่ได้ดีกว่าการชาร์จด่วนด้วยไฟฟ้ากระแสตรง (DC Fast Charge)
4. ชาร์จในที่ร่ม: หลีกเลี่ยงการชาร์จรถยนต์ไฟฟ้ากลางแจ้งแดดจัดหรือในบริเวณที่มีอุณหภูมิสูง เพราะความร้อนเป็นปัจจัยสำคัญที่เร่งการเสื่อมสภาพของแบตเตอรี่

รู้ไว้ปลอดภัยกว่า / แมวดำ

การเลือกใช้แก้วพลาสติก เพื่อสุขภาพที่ดีและโลกที่ยั่งยืน



ปัจจุบัน “แก้วพลาสติก” ได้รับความนิยมอย่างแพร่หลาย เพราะน้ำหนักเบา พกพาสะดวก และมีราคาประหยัด แต่ถ้าใช้ครั้งเดียวทิ้งหรือทิ้งไม่ถูกวิธี อาจก่อให้เกิดปัญหาขยะพลาสติกสะสมในธรรมชาติได้ หากเราเลือกใช้แก้วพลาสติกที่ได้มาตรฐาน นำกลับมาใช้ซ้ำได้ รวมถึงคัดแยกขยะ เพื่อนำกลับเข้าสู่กระบวนการรีไซเคิลอย่างถูกต้อง ก็จะช่วยลดปริมาณขยะ ลดการใช้ทรัพยากรธรรมชาติ และลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกจากการผลิตพลาสติกใหม่ได้อย่างมหาศาล



ทุกวันนี้มีแก้วพลาสติกหลากหลาย หากเลือกใช้พลาสติกที่ไม่ได้มาตรฐานหรือใช้งานผิดวิธี สารเคมีอันตรายอาจปนเปื้อนลงในเครื่องดื่มและส่งผลกระทบต่อสุขภาพระยะยาวได้ วันนี้แมวดำจะมาแนะนำวิธีเลือกใช้แก้วพลาสติกแบบง่ายๆ ให้ดีต่อสุขภาพ ดังนี้

1

มองหา สัญลักษณ์ “Food Grade” หรือ “Food Safe” ซึ่งเป็นเครื่องหมายรับรองว่าวัสดุดังกล่าวสามารถสัมผัสอาหารและเครื่องดื่มได้อย่างปลอดภัย



2

เลือก ผลิตภัณฑ์ที่มีฉลาก “BPA Free” เพื่อหลีกเลี่ยงสารบิสฟีนอล เอ (Bisphenol A: BPA) สารเคมีที่อาจส่งผลกระทบต่อระบบฮอร์โมนของร่างกาย



3

ดู รหัสพลาสติกรีไซเคิลบริเวณก้นแก้ว

- พลาสติกประเภท PET หรือรหัสรีไซเคิลหมายเลข 1 นิยมใช้ผลิตขวดน้ำและแก้วเครื่องดื่มเย็น เนื้อใส น้ำหนักเบา เหมาะสำหรับการใช้งานครั้งเดียวเป็นหลัก
- พลาสติกประเภท PP หรือรหัสรีไซเคิลหมายเลข 5 ทนทานต่อความร้อนสูงกว่า เหมาะสำหรับบรรจุอาหารหรือเครื่องดื่มร้อน และสามารถนำกลับมาใช้ซ้ำได้ หากสภาพยังสมบูรณ์



ข้อควรระวังในการใช้งาน

แม้ว่าแก้วพลาสติกที่ได้รับการรับรองมาตรฐานจะมีความปลอดภัย แต่การใช้งานที่ไม่เหมาะสมอาจเพิ่มความเสี่ยงต่อการปนเปื้อนของสารเคมีได้ โดยเฉพาะเมื่อสัมผัสกับความร้อนสูง อาหารหรือเครื่องดื่มที่มีความเป็นกรด หรือการใช้งานเป็นระยะเวลานาน นอกจากนี้ ควรหลีกเลี่ยงการใช้แก้วพลาสติกที่มีรอยขีดข่วน แตกร้าว หรือเปลี่ยนสี เพราะอาจเป็นแหล่งสะสมของเชื้อโรคและทำให้วัสดุเสื่อมสภาพเร็วขึ้น

สำหรับเครื่องดื่มร้อน ควรเลือกใช้แก้วที่ผลิตจากพลาสติก PP ซึ่งออกแบบมาให้ทนความร้อนได้ดี ส่วนเครื่องดื่มเย็นสามารถใช้แก้ว PET ได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ ควรปฏิบัติตามคำแนะนำของผู้ผลิตเกี่ยวกับอุณหภูมิและวิธีการใช้งานอย่างเคร่งครัด



ที่มา : 1. <https://www.ikea.co.id/en/inspirations/food-and-beverage-packaging-is-plastic-or-glass-safer>
2. <https://scienceinsights.org/what-is-food-grade-plastic-safety-types-and-bpa/>
3. <https://whitefeathersupplies.com/blogs/kitchen-tips/what-does-bpa-free-mean-a-simple-guide-for-families>

KOSPI พุ่งแรงระดับประวัติศาสตร์โลก

โอกาสใหม่ หรือฟองสบู่รอบถืดไปของนักลงทุน

ในปี 2569 ตลาดหุ้นเกาหลีใต้ (KOSPI) ได้ก้าวขึ้นมาเป็นหนึ่งในตลาดทุนที่ร้อนแรงที่สุดในโลกอย่างแท้จริง ด้วยการสร้างผลตอบแทนได้สูงถึง 70-100% ภายในเวลาเพียง 1 ปี ซึ่งนับเป็นการเติบโตที่หาได้ยากยิ่งในตลาดใหญ่ระดับโลก สะท้อนให้เห็นถึงตลาดที่เคยถูกมองข้ามสู่การเป็น "หัวใจของเศรษฐกิจ AI โลก" อย่างเต็มตัวของเกาหลีใต้ คำถามสำคัญจึงไม่ใช่แค่ "ทำไมขึ้นแรง" แต่คือ การเติบโตที่มีพื้นฐานรองรับจริง หรือเป็นเพียงตลาดร้อนแรงชั่วคราว?

AI เปลี่ยนเกาหลีใต้ให้เป็นศูนย์กลางของโลก

เบื้องหลังการพุ่งขึ้นอย่างรุนแรงของ KOSPI ในครั้งนี้คือ Megatrend ที่ทรงพลังที่สุดของโลกยุคปัจจุบัน นั่นคือ AI Revolution การเติบโตของ AI ไม่ได้จบแค่ Software เท่านั้น แต่จำเป็นต้องพึ่งพาโครงสร้างพื้นฐานอย่าง Data Center และ Hardware จำนวนมหาศาล โดยเฉพาะ Memory Chip ความเร็วสูง (High Bandwidth Memory: HBM) และนี่คือจุดสำคัญที่เกาหลีใต้ได้เปรียบโลกอย่างชัดเจน

Samsung Electronics & SK Hynix ทุ่มขาย Chip ให้ AI

สองบริษัทผู้ผลิตหลักของโลกในตลาด Memory Chip ซึ่งเป็นส่วนที่ AI ต้องใช้มากที่สุด เมื่อความต้องการพุ่งขึ้นแบบก้าวกระโดด ทำให้ราคาชิปปรับตัวสูงขึ้น สร้างผลกำไรแบบมหาศาลให้กับบริษัทชิป และกลายเป็นแรงขับเคลื่อนตรงของ KOSPI จนกล่าวได้ว่า "ในยุค AI คนที่รวยที่สุดอาจไม่ใช่

คนสร้าง AI แต่คือคนขายชิปให้ AI" ปัจจุบันนี้ดึงดูดเม็ดเงินลงทุนจากทั่วโลก (Foreign Inflow) ให้ไหลเข้าสู่เกาหลีใต้ในฐานะจุดหมายปลายทางใหม่ ทดแทนตลาดจีนที่ยังมีความไม่แน่นอนและตลาดสหรัฐฯ ที่ราคาเริ่มตึงตัว ผสมกับแรงซื้อจากนักลงทุนรายย่อยและกองทุนบำนาญในประเทศ (Pension Fund) เข้าสะสมทั้งหมดรวมกันเป็นแรงผลักดันมหาศาลของตลาด

อย่างไรก็ตาม โครงสร้างของ KOSPI มีความเสี่ยงเฉพาะตัวสูง แม้จะดูแข็งแกร่ง เนื่องจากพึ่งพาหุ้น Samsung และ SK Hynix เป็นหลัก ซึ่งแม้จะช่วยดันให้ดัชนีพุ่งแรงในช่วงขาขึ้น แต่ก็ทำให้ตลาดเผชิญความผันผวนอย่างรุนแรงที่สุดในโลกได้เช่นกัน เมื่อเกิดการปรับฐาน

- ข้อดี** ถ้าหุ้นหลักขึ้น — Index พุ่งแรงทันที
- ข้อเสีย** ถ้าหุ้นหลักลง — ตลาดจะผันผวนรุนแรง

โอกาสระดับโลก หรือจุดเริ่มต้นของคำถามใหม่

การพุ่งขึ้นของ KOSPI ในครั้งนี้ ไม่ใช่เรื่องบังเอิญ แต่เกิดจาก 3 แกนหลักที่มาพร้อมกัน ทำให้ตลาดเกาหลีใต้เปลี่ยนบทบาทจาก "ตลาดหุ้นเชิงมูลค่าที่ถูกมองข้าม" สู่ "ตลาดเชิงกลยุทธ์ของโลกยุค AI"

1. AI Revolution ทำให้ความต้องการ Chip เติบโตแบบระเบิด
2. เกาหลีใต้ครอง Supply Chain สำคัญของโลก
3. การปฏิรูปโครงสร้างภายใน สร้างความเชื่อมั่นจากนักลงทุนรายใหม่

อย่างไรก็ตาม คำถามที่สำคัญกว่าคือ "การเติบโตนี้จะยั่งยืนหรือไม่?" เพราะในประวัติศาสตร์การลงทุน ทุกการเติบโตที่รวดเร็ว มักมาพร้อม "ความเสี่ยงที่มองไม่เห็น" เสมอ

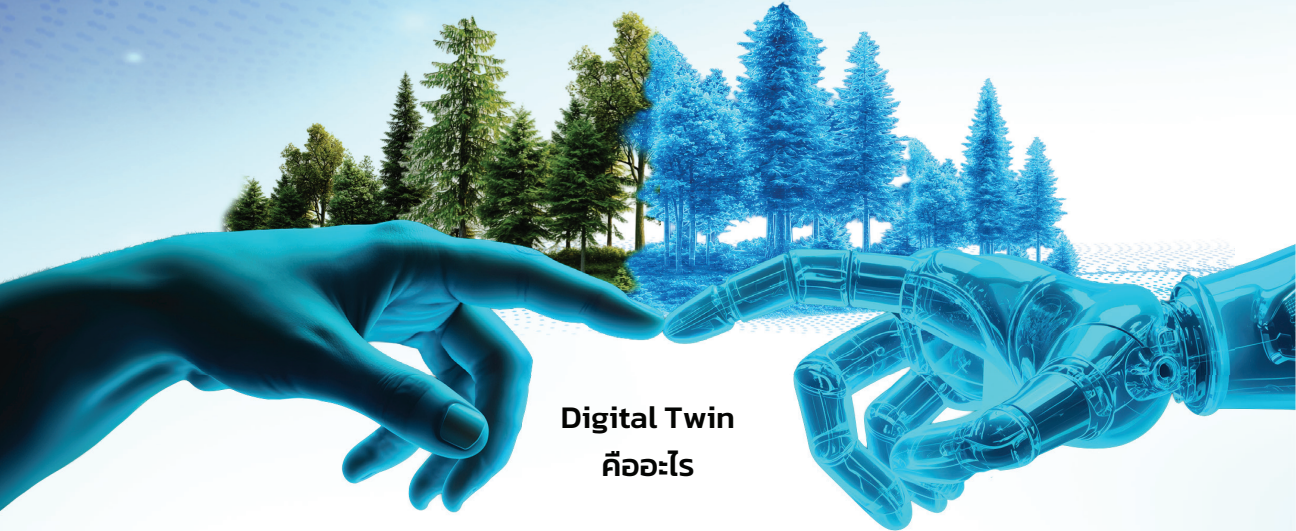
ที่มา : <https://www.livemint.com/market/stock-market-news/kospi-surges-77-ytd-why-south-korea-has-become-one-of-the-world-s-best-performing-stock-markets-in-2026-11779340826948.html>
<https://www.cnbc.com/2026/03/06/kospi-south-korea-stock-market-volatility.html>
<https://www.cnbc.com/2026/06/03/the-kospi-is-up-100percent-in-2026-goldman-sachs-still-see-more-upside.html>



Digital Twin

ในยุคปัจจุบันที่เราต้องเผชิญกับวิกฤตโลกรวน (Climate Change)

การอนุรักษ์ธรรมชาติด้วยสองมืออาจไม่เพียงพออีกต่อไป คำถามคือ เราจะใช้เทคโนโลยีอะไรมาช่วยปกป้อง “ป่าและน้ำ” ให้ยั่งยืนตามวิถีรักโลกได้บ้าง คำตอบที่องค์กรใหญ่ระดับโลกกำลังพูดถึงกันก็คือ “Digital Twin” (ฝาแฝดดิจิทัล)



Digital Twin คืออะไร

ให้เราลองจินตนาการว่าวัตถุทุกชิ้นไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ แม่น้ำ หรือภูเขา แม้แต่เมืองทั้งเมือง มี “ฝาแฝด” ซ่อนอยู่ในคอมพิวเตอร์ ฝาแฝดนี้ไม่ใช่แค่ภาพ 3 มิติที่สวยงาม แต่คือ “แบบจำลองเสมือนจริง” ที่มีพฤติกรรมและข้อมูลตรงกับของจริงทุกประการ และเชื่อมต่อแบบเรียลไทม์ตลอดเวลา ทันทีที่ระดับน้ำลดลง หรืออุณหภูมิป่าสูงขึ้น ฝาแฝดดิจิทัลก็สะท้อนสิ่งนั้นราวกับมีชีวิตผูกติดกันไว้

3 หัวใจหลักของ Digital Twin

การสร้างฝาแฝดดิจิทัลที่สมบูรณ์แบบ เกิดจากการทำงานร่วมกันของ 3 องค์ประกอบหลัก ได้แก่

1

การรับรู้ (Sensors & IoT)

เริ่มต้นจากการติดตั้งเซนเซอร์อัจฉริยะไว้ที่วัตถุจริง เพื่อทำหน้าที่คอยตรวจจับและเก็บข้อมูลต่างๆ เช่น อุณหภูมิ แสง สั่นสะเทือน หรือความเร็ว

2

การเชื่อมต่อ (Cloud & Network)

ข้อมูลที่เก็บได้จะถูกส่งผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตความเร็วสูงไปสู่ระบบคลาวด์ เพื่อให้ข้อมูลของจริงและแบบจำลองสอดคล้องกันตลอดเวลา

3

การประมวลผล (AI & 3D Modeling)

นำข้อมูลมาสร้างเป็นโมเดล 3 มิติ และใช้ปัญญาประดิษฐ์ (AI) ในการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อให้ฝาแฝดในจอสามารถเลียนแบบการทำงานและคาดการณ์สิ่งที่จะเกิดขึ้นในอนาคตได้

เทคโนโลยีฝาแฝดดิจิทัลไม่ใช่แค่กราฟิกสวยๆ แต่เป็นเครื่องมือที่ช่วยลดความเสี่ยงและจัดการทรัพยากรได้อย่างแม่นยำ ลองมาดูตัวอย่างการประยุกต์ใช้ที่สอดคล้องกับแนวทางการรักษาโลกกัน

1) การจัดการป่าต้นน้ำ (Forest Monitoring) จำลองข้อมูลพื้นที่ป่า โดย Digital Twin จะใช้ข้อมูลจากดาวเทียมและเซนเซอร์ส่งข้อมูลเข้าระบบแบบเรียลไทม์ หากพื้นที่ใดอุณหภูมิพุ่งสูงหรือความชื้นลดลงอย่างรวดเร็วจนเสี่ยงเกิดไฟป่า ระบบจะแจ้งเตือนเจ้าหน้าที่เพื่อทำแนวกันไฟได้ทันท่วงที ก่อนความสูญเสียจะเกิดขึ้น



2) การบริหารจัดการน้ำ (Water Management) สามารถจำลองสถานการณ์ล่วงหน้าของกลุ่มแม่น้ำ ทั้งน้ำท่วม และภัยแล้ง แบบจำลองสามารถคาดการณ์ทิศทางการไหลของน้ำได้ ช่วยให้การวางแผนรับมือภัยพิบัติและรักษาแหล่งน้ำเพื่อหล่อเลี้ยงการเกษตรเป็นไปอย่างยั่งยืน

3) การบริหารจัดการเมือง (Smart City) ประเทศสิงคโปร์ได้สร้าง Virtual Singapore ซึ่งเป็นแบบจำลอง 3 มิติของประเทศทั้งเกาะ ให้จำลองการวางผังเมือง ทิศทางลม การจราจร และรับมือกับน้ำท่วม เพื่อให้ทุกการตัดสินใจก่อสร้างสิ่งใหม่ๆ เกิดประโยชน์สูงสุดต่อประชาชน

Digital Twin ถือเป็นเทคโนโลยีที่เป็นสะพานเชื่อมระหว่างโลกทางกายภาพและโลกดิจิทัล การทำความเข้าใจเทคโนโลยีนี้จะช่วยให้เรามองเห็นภาพรวมของโลกแห่งอนาคตที่ขับเคลื่อนด้วยข้อมูล (Data-driven) และสามารถนำไปต่อยอดไอเดียใหม่ๆ เพื่อบริหารจัดการสิ่งแวดล้อมให้คงอยู่กับเราได้อย่างยั่งยืน

- ที่มา :
- <https://www.aware.co.th/th/digital-twin-%E0%B8%84%E0%B8%B7%E0%B8%AD%E0%B8%AD%E0%B8%B0%E0%B9%84%E0%B8%A3/>
 - <https://www.techtalkthai.com/introduction-to-digital-twin-by-cat-datacom/>
 - <https://bdi.or.th/movements/what-is-digital-twin/>
 - <https://www.ibm.com/think/topics/digital-twin>

2 เยาวชนฮีโร่ วิ่งเข้าช่วยตำรวจ

ควบคุมตัวชายต้องสงสัยหน้าโรงเรียน



บันทึกความดี / เนอเอม

เกิดเหตุการณ์ที่ได้รับความสนใจจากสังคมเป็นอย่างมาก หน้าโรงเรียนแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช เมื่อเจ้าหน้าที่ตำรวจ 2 นาย พยายามเข้าจับกุมชายต้องสงสัยซึ่งขี่รถจักรยานยนต์มาในบริเวณดังกล่าว แต่ผู้ต้องสงสัยขัดขืนการจับกุมและพยายามหลบหนี ท่ามกลางชาวบ้านและนักเรียนจำนวนหนึ่งที่ยืนมุงดูเหตุการณ์

ระหว่างนั้นมีนักเรียนชาย 2 คน ตัดสินใจวิ่งเข้าช่วยเหลือเจ้าหน้าที่ตำรวจ จนสามารถควบคุมตัวผู้ต้องสงสัยได้สำเร็จ



จากนั้นตำรวจจึงควบคุมตัวไปสอบสวน โดยตรวจค้นพบมีด 1 เล่ม แต่ไม่พบสิ่งผิดกฎหมายอื่น

เหตุการณ์ดังกล่าวถูกเผยแพร่และส่งต่อในสื่อสังคมออนไลน์อย่างรวดเร็ว พร้อมเสียงชื่นชมในความกล้าหาญของนักเรียนทั้งสองคน อย่างไรก็ตาม หลายฝ่ายได้แสดงความห่วงใยถึงความปลอดภัยในการที่เยาวชนเข้าไปมีส่วนร่วมในเหตุการณ์ลักษณะนี้ด้วยเช่นกัน ล่าสุด เจ้าหน้าที่ตำรวจเตรียมมอบเกียรติบัตรเพื่อยกย่องนักเรียนทั้ง 2 คน ในฐานะพลเมืองดีต่อไป

ดูแลสุขภาพ สืบสาน พระราชปณิธาน

สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงมีพระมหากรุณาธิคุณอันยิ่งใหญ่ต่อพสกนิกรชาวไทย ทั้งด้านสุขภาพ ความเป็นอยู่ และคุณภาพชีวิต พระราชกรณียกิจผ่านมูลนิธิส่งเสริมศิลปาชีพฯ และโครงการต่างๆ ล้วนสะท้อนถึงพระราชหฤทัยอันเปี่ยมด้วยความห่วงใยประชาชน โดยเฉพาะการอนุรักษ์ภูมิปัญญาไทย การส่งเสริมสมุนไพร และการพัฒนาชุมชนให้เข้มแข็ง การที่เราดูแลสุขภาพตามรอยพระยุคลบาท จึงมิได้เป็นเพียงการดูแลสุขภาพร่างกายเท่านั้น แต่ยังเป็นการสืบสานความดีงามของวิถีไทยไปพร้อมกัน



สมุนไพรไทยและการดูแลสุขภาพ

สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงสนับสนุนการใช้สมุนไพรไทยและการอนุรักษ์พืชสมุนไพรอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้คนไทยเห็นคุณค่าของภูมิปัญญาการดูแลสุขภาพใกล้ตัว การปลูกสมุนไพรไว้ในครัวเรือน เช่น ขิง ข่า ตะไคร้ หรือฟ้าทะลายโจร ช่วยให้ครอบครัวมีทางเลือกในการดูแลสุขภาพเบื้องต้นอย่างเหมาะสม สมุนไพรไทยจึงเป็นทั้งมรดกทางวัฒนธรรมและเครื่องมือดูแลสุขภาพที่เชื่อมโยงคนในบ้านเข้าด้วยกัน

นอกจากนี้ พระองค์ยังทรงเน้นย้ำถึงคุณค่าของครอบครัวอันเป็นรากฐานสำคัญของสังคมไทย เมื่อครอบครัวมีความอบอุ่น เอื้ออาทร และช่วยเหลือเกื้อกูลกัน สุขภาพกายและใจของสมาชิกย่อมแข็งแรงตามไปด้วย วิถีไทยที่เคารพผู้ใหญ่ รู้จักแบ่งปัน และร่วมกันทำกิจกรรมในชุมชน จึงนับเป็นพลังสำคัญที่ช่วยสร้างสุขภาวะอย่างยั่งยืน



แนวทางปฏิบัติสำหรับครอบครัว

- ปลูกผักสวนครัวและสมุนไพรไทยไว้ใช้ในครัวเรือนเพื่อดูแลสุขภาพและช่วยลดค่าใช้จ่าย
- เลือกปรุงอาหารด้วยวัตถุดิบท้องถิ่น ที่สด สะอาด และเหมาะสมตามฤดูกาล
- เรียนรู้ภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยและแนวทางการดูแลสุขภาพแบบวิถีธรรมชาติอย่างเหมาะสม
- สนับสนุนผลิตภัณฑ์และงานศิลปาชีพของชุมชน เพื่อช่วยสร้างรายได้และความมั่นคงแก่ครอบครัวไทย
- ใช้เวลากับครอบครัวผ่านกิจกรรมวัฒนธรรมไทย เช่น ทำอาหาร รดน้ำต้นไม้ หรือร่วมงานบุญประเพณีในชุมชน



บางจากฯ ร่วมจัดงาน “วันผึ้งโลก (World Bee Day) ประจำปี 2569”



บริษัท บางจากฯ ร่วมกับหน่วยงานภาคีเครือข่าย จัดงาน “วันผึ้งโลก (World Bee Day) ประจำปี 2569” เพื่อรณรงค์อนุรักษ์ธรรมชาติ และระบบนิเวศ และส่งเสริมการเลี้ยงผึ้งชันโรงของกลุ่มแปลงใหญ่ผึ้งชันโรง ตำบลบางน้ำผึ้ง ให้มีคุณภาพและได้มาตรฐาน ยกกระดับสู่มาตรฐานอาหารปลอดภัยจากสำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา (อย.) มาตรฐานชุมชนเข้มแข็งพึ่งตนเอง (มพช.) และมาตรฐานเศรษฐกิจหมุนเวียนและสีเขียว (BCG Model)



โครงการ “แว่นตาปันสุข” ร่วมดูแลคุณภาพชีวิต และสุขภาพสายตาแก่ชุมชน

บริษัท บางจากฯ จัดโครงการ “แว่นตาปันสุข” เพื่อร่วมดูแลคุณภาพชีวิต และสุขภาพสายตา โดยให้บริการตรวจวัดสายตาและตัดแว่น (สายตาสั้น สายตาวาว และแว่นอ่านหนังสือ) แก่ผู้ที่อาศัยในชุมชนและโรงเรียนโดยรอบ โรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง รวมถึงพื้นที่เขตบางนา เพื่อส่งมอบความสุข คู่การมองเห็นที่ชัดเจนยิ่งขึ้น อีกทั้งยังช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่าย แก่ผู้ประสบปัญหาทางสายตา ซึ่งมีผู้เข้ารับบริการในครั้งนี้อยู่ประมาณ 900 คน โดยมีพนักงานกลุ่มบริษัทบางจากฯ ร่วมเป็นอาสาสมัครต้อนรับและให้บริการ ตลอดกิจกรรม ณ ศูนย์กีฬา BCP Sport Complex



เมื่อเราเลือกดำเนินชีวิตตามแนวพระราชดำริ ของสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง สุขภาพ ของครอบครัวก็จะเติบโตอย่างมั่นคงและงดงาม บนพื้นฐานของความเป็นไทย ขอร่วมใจกัน น้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ ด้วยการดูแลกายและใจให้สมบูรณ์แข็งแรง และ ร่วมกันสืบสานคุณค่าความอบอุ่นในครอบครัวไทย ให้ยั่งยืนสืบไป



ตามรอยพระราชดำริสมเด็จพระพันปีหลวง

เรื่องการใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่าตามแนวคิดเศรษฐกิจหมุนเวียน

สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงมีพระราชดำริ ในการนำวัสดุเหลือใช้ และทรัพยากรต่างๆ มาประยุกต์ใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด ตามแนวคิดเศรษฐกิจหมุนเวียน (Circular Economy) เพื่ออนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ดังเช่นโครงการปะการังเทียมจากวัสดุเหลือใช้ ซึ่งทรงสนับสนุนการนำวัสดุที่ไม่ใช้งานแล้ว เช่น ท่อคอนกรีต ตู้รถไฟ รถบรรทุกขยะ รวมถึงรถถังปลดประจำการ มาจัดวางเป็นปะการังเทียม เพื่อสร้างแหล่งอาศัย และขยายพันธุ์สัตว์น้ำให้มีความอุดมสมบูรณ์

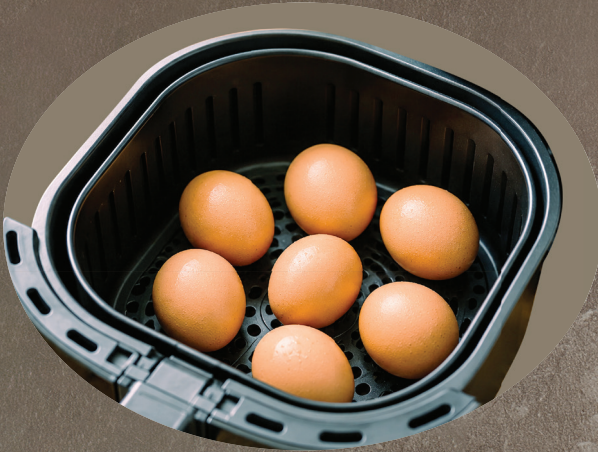
แนวพระราชดำรินี้สอดคล้องกับแนวคิดเศรษฐกิจหมุนเวียน (Circular Economy) ที่ทั่วโลกกำลังให้ความสำคัญ กล่าวคือ เป็นการเปลี่ยนจากการใช้ทรัพยากรแบบใช้แล้วทิ้ง (Linear Economy) มาเป็นการหมุนเวียนทรัพยากรให้เกิดความคุ้มค่าสูงสุด โดยหัวใจสำคัญคือการลดการเกิดขยะ และการนำวัสดุที่ใช้แล้วกลับมาแปรรูปใหม่เพื่อสร้างมูลค่าและประโยชน์เพิ่มขึ้น

เพื่อให้การนำวัสดุเหลือใช้กลับมาใช้ใหม่เป็นไปอย่างมีระบบและปลอดภัย ภาครัฐอยู่ระหว่างการผลักดันกฎหมายที่เกี่ยวข้อง เช่น ร่างพระราชบัญญัติ การจัดการซากผลิตภัณฑ์เครื่องใช้ไฟฟ้าและอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งหากมีผลบังคับใช้ก็จะเป็นกลไกสำคัญในการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์ (E-Waste) อย่างเป็นระบบ โดยร่างกฎหมายดังกล่าวกำหนดให้ผู้ผลิตและผู้นำเข้าต้องจัดให้มีระบบรับคืนและจัดการซากผลิตภัณฑ์ ขณะที่ผู้บริโภคมีหน้าที่คัดแยกและนำไปทิ้ง ในจุดรับคืนที่กำหนด ส่วนองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นมีหน้าที่รวบรวมขยะจากครัวเรือนเพื่อนำไปกำจัดหรือรีไซเคิลอย่างถูกวิธีและมีประสิทธิภาพ กระบวนการตามร่างกฎหมายฉบับนี้จึงถือเป็นรากฐานสำคัญที่จะช่วยผลักดันให้แนวคิดเศรษฐกิจหมุนเวียนเกิดขึ้นได้จริงทั่วประเทศ หากมีการประกาศใช้ในอนาคต



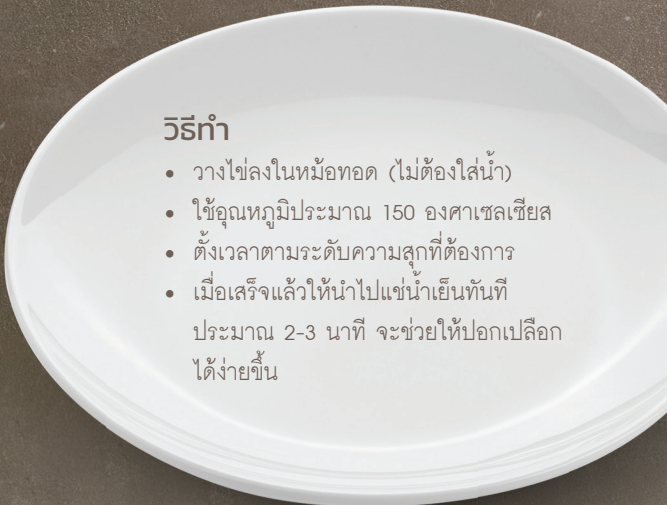
ทุกท่านเห็นหรือไม่ครับว่า เพียงแค่นำของเก่ากลับมาใช้ใหม่ เรา ก็สามารถช่วยสร้างโลกที่น่าอยู่มากขึ้นได้ ทนายหัวแหลม จึงขอเชิญชวนทุกท่านเริ่มต้นจากการแยกขยะและใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า เพื่อร่วมกันสร้างอนาคตที่ยั่งยืนให้แก่พวกเราทุกคนตลอดไปครับ

“ไข่ต้มหม้อทอดไร้น้ำมัน” ความสุข...ที่เราเลือกได้



หลายบ้านมีหม้อทอดไร้น้ำมันติดครัวอยู่แล้ว แต่อาจยังไม่รู้ว่าใช้ต้มไข่ได้ด้วย แถมยังเลือกความสุขได้ตามชอบ เหมาะทั้งสายเฮลท์ตี้ สายคุมน้ำหนัก หรือคนที่อยากหาเมนูง่ายๆ ไร้รับประทานใบตอนเช้า

- ไม่ต้องต้มน้ำ
- โปรตีนสูง อิ่มง่าย
- เหมาะกับสายสุขภาพ
- ใช้เวลาน้อยมาก



วิธีทำ

- วางไข่ลงในหม้อทอด (ไม่ต้องใส่น้ำ)
- ใช้อุณหภูมิประมาณ 150 องศาเซลเซียส
- ตั้งเวลาตามระดับความสุกที่ต้องการ
- เมื่อเสร็จแล้วให้นำไปแช่น้ำเย็นทันที ประมาณ 2-3 นาที จะช่วยให้เปลือกเปลือกได้ง่ายขึ้น

ตารางระดับความสุก**



ไข่ลวก ไข่แดงเยิ้ม



ไข่ยางมะตูมกำลังดี



สุกปานกลาง เนื้อเนียน



สุกเต็มที่ ลักษณะเดียวกับไข่ต้มทั่วไป

** ระยะเวลาอาจต่างกันเล็กน้อย ขึ้นอยู่กับขนาดของไข่และรุ่นของหม้อทอดไร้น้ำมัน

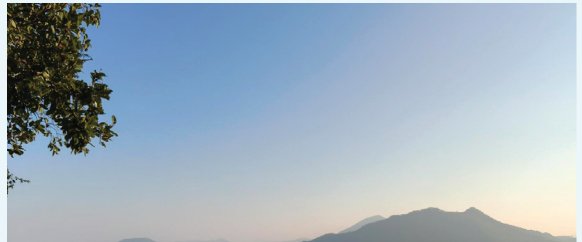
สัมผัสชีวิตเรียบง่าย กับวัฒนธรรมริมฝั่งโขง...เชียงคาน จังหวัดเลย

อำเภอเล็กๆ สุดสโลว์ไลฟ์ริมแม่น้ำโขงในจังหวัดเลย ที่ยังคงรักษาวิถีชีวิตประเพณีดั้งเดิมไว้ได้อย่างงดงาม ด้วยบ้านไม้เก่าแก่ ผู้คนที่อบอุ่น และธรรมชาติที่เงียบสงบ ไฮไลท์ของที่นี่คือการตกบาตรข้าวเหนียวตอนเช้า เดินเล่นถนนคนเดิน บันจอร์ยานริมน้ำโขง ชมทะเลหมอกที่ภูทอก และชมหาดทรายริมน้ำโขงที่แก่งคุดคู้ การเดินทางก็สะดวกสบายด้วยเที่ยวบินตรงจากดอนเมือง-เลย โดยสายการบิน Thai AirAsia และ Nok Air จากนั้นสามารถต่อรถตู้ รถสองแถว หรือเช่ารถขับไปเชียงคานได้เลย

พักผ่อนเชียงคาน พักดีห้ามพลาด

ภูทอก

จุดชมวิวยะเลหมอกและพระอาทิตย์ขึ้นยอดฮิต อยู่ห่างจากตัวอำเภอเพียง 7 กิโลเมตร มีรถสองแถวให้บริการตั้งแต่เวลา 05.00 น. ด้านบนเป็นจุดชมวิวแบบ 360 องศา มองเห็นวิวแม่น้ำโขงและตัวเมืองเชียงคานได้อย่างสวยงาม โดยเฉพาะในวันที่อากาศดีและมีทะเลหมอกปกคลุม



ถนนคนเดินเชียงคาน (ถนนชายโขง)

สัมผัสเสน่ห์ของเชียงคานยามค่ำคืน บ้านเรือนไม้เก่าแก่แปรเปลี่ยนเป็นร้านค้า ร้านอาหาร และร้านจำหน่ายของฝากท้องถิ่น เปิดทุกวัน เวลา 17.00-22.00 น. เหมาะสำหรับเดินเล่น ชิมอาหารพื้นเมืองรสเด็ด เช่น ข้าวจี่ กุ้งเสียบไม้ และข้าวปั้นน้ำจ้าว พร้อมสัมผัสบรรยากาศสุดดีดึกในชว่งวันหยุดศุกร์-เสาร์



สกายวอล์คเชียงคาน (ภูคกั๊ว)

แลนด์มาร์กแห่งใหม่ที่ไม่ควรพลาด โดดเด่นด้วยจุดชมวิวพั้นกระจกไล และวิวแม่น้ำสองสี ณ จุดบรรจบของแม่น้ำโขงและแม่น้ำเหือง ซึ่งเป็นเส้นแบ่งพรมแดนไทย-ลาว ไฮไลท์คือช่วงพระอาทิตย์ตกดินอันงดงามท่ามกลางขุนเขาและธรรมชาติรอบด้าน

แก่งคุศคู

ช่วงหน้าแล้งระดับน้ำในแม่น้ำโขงลดลง จนปรากฏลานหินและหาดทรายขนาดใหญ่ กลายเป็นแหล่งท่องเที่ยวยอดนิยมริมแม่น้ำโขง เหมาะสำหรับพักผ่อน เดินชมโขดหิน ถ่ายภาพ ดูชาวบ้านจับปลา หรือจะใช้บริการเรือท่องเที่ยวชมทัศนียภาพของแม่น้ำโขง นอกจากนี้ ที่นี่ยังเป็นแหล่งผลิตมะพร้าวแก้ว ของฝากขึ้นชื่อของเชียงคาน ทำจากเนื้อมะพร้าวอ่อน กวนกับน้ำเชื่อมจนแห้ง มีรสชาติหอมหวาน เนื้อนุ่มเหนียว



ประเพณีตักบาตรข้าวเหนียวยามเช้า

ประเพณีดั้งเดิมอันเป็นเอกลักษณ์ของเชียงคานที่สืบทอดกันมายาวนาน จัดขึ้นทุกเช้าบริเวณถนนชายโขง ตั้งแต่เวลา 05.30-07.00 น. ชูดักบาตร (ข้าวเหนียวและขนมพื้นเมือง) สามารถจองล่วงหน้ากับที่พัก หรือซื้อบริเวณจุดตักบาตรก็ได้ อีกหนึ่งภาพความน่ารักและน่าประทับใจ คือชาวบ้านที่สวมผ้าพื้นเมืองพาดไหล่คล้ายสไบเฉียงมาตักบาตร สะท้อนวิถีชีวิตและวัฒนธรรมอันงดงามของชุมชน

มนตรีเส่งหังของเมืองเล็กฯ ริมแม่น้ำโขงที่เต็มไปด้วยความเรียบง่ายและแสนสงบแห่งนี้ เหมาะสำหรับวันที่เหนื่อยล้าจากงาน หรืออยากหาที่พักผ่อนเพื่อชาร์จพลังให้ตัวเอง ลองจัดกระเป๋าแล้วมาใช้ชีวิตสโลว์ไลฟ์ที่นี้ดูสักครั้ง เดินเล่นท่ามกลางธรรมชาติ เรียนรู้วิถีชุมชน และตื่นมาชมทะเลหมอกยามเช้า...แล้วคุณจะหลงรักเชียงคานอย่างแน่นอน

ที่มา : <https://chillpainai.com/scoop/14597>

สนามเด็กเล่น / ที่ดิน

วันสำคัญด้านการอนุรักษ์พลังงาน
และสิ่งแวดล้อมที่มีการรณรงค์กันทั้งในระดับโลก
และในประเทศไทยมีอยู่หลายวันตลอดทั้งปี
มาร่วมเติมคำตอบให้ถูกต้องกันนะครับ

ร่วมสนุกได้ที่



<https://forms.gle/pqvoz4jLZisMeCFw5>

ผู้ที่ร่วมสนุก
จะถูกสุ่มรายชื่อ
เพื่อรับกระเป๋าเก็บอุนเชกภูมิ
จำนวน 15 รางวัล



หมดเขตส่งคำตอบร่วมสนุก
วันที่ 31 กรกฎาคม 2569

ปลูกป่าบนผืนดินใด ไม่ยั่งยืนเท่า “ปลูกป่าในใจคน”

ตลอดหลายทศวรรษที่ผ่านมา ภาพที่คุ้นตาของปวงชนชาวไทย คือการได้เห็น สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เสด็จพระราชดำเนินเคียงข้าง พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ไปยังพื้นที่ที่รุกรันดาร์กทั่วประเทศ เมื่อทอดพระเนตรเห็น ความเสื่อมโทรมของทรัพยากรธรรมชาติและ ความทุกข์ยากของราษฎร ที่ขาดแคลนน้ำและที่ดินทำกิน จึงเป็นที่มาของพระราชดำริอันเป็นที่จดจำว่า “พระเจ้าอยู่หัวเป็นน้ำ ฉันจะเป็นป่า ป่าที่ถวายความจงรักภักดีต่อฉัน... พระเจ้าอยู่หัวสร้างอ่างเก็บน้ำ ฉันจะสร้างป่า”



จุดเริ่มต้น : จากความเข้าใจ สู่การเปลี่ยนใจคน

เมื่อปี 2525 ณ บ้านดำตี้ว จังหวัดสกลนคร สมเด็จพระพันปีหลวง ทรงพบผืนป่าถูกแผ้วถางจนกลายเป็นเขาหัวโล้น เพราะราษฎร ต้องบุกรุกป่าเพื่อความอยู่รอด พระองค์มีพระราชกระแสรับสั่งว่า “หากเราไปสั่งให้เขาหยุดตัดไม้ โดยที่เขาไม่มีอะไรจะกิน เขาก็ต้องทำอยู่ดี เพราะท้องมันหิว” นี่คือการกำเนิดของแนวคิด “ปลูกป่าในใจคน” พระองค์ทรงเปลี่ยนวิธีการจาก “สั่งให้เลิก” เป็นการ “ส่งเสริมให้รัก” โดยทรงจัดตั้งโครงการ “ป่ารักน้ำ” และจ้างชาวบ้าน ที่เคยตัดไม้ให้กลับมาปลูกป่าและดูแลต้นไม้ที่ตนเองปลูก โดยมีพระราชดำริให้จ่ายค่าตอบแทนรายวัน เพื่อให้มีรายได้เลี้ยงชีพ โดยไม่ต้องทำลายป่า เมื่อป่ากลายเป็นแหล่งอาชีพ ความรักและความหวงแหนผืนป่าจึงเกิดขึ้นเองจากภายในอย่างแท้จริง

ผลสำเร็จที่เป็นรูปธรรม : จาก “ผู้ทำลาย” กลายเป็น “ผู้พิทักษ์”

ผลลัพธ์ของพระปรีชาสามารถมิได้หยุดอยู่เพียงพื้นที่เดียว หากแต่ขยายผลไปสู่โครงการบ้านเล็กในป่าใหญ่ตามพระราชดำริน ในหลายพื้นที่ เช่น ดอยผ้าห่มปก จังหวัดเชียงใหม่ และพื้นที่รอยต่อ จังหวัดแม่ฮ่องสอน ซึ่งประสบความสำเร็จอย่างยั่งยืนด้วยหลักการสำคัญ 3 ประการ

1. คนอยู่ร่วมกับป่า: ราษฎรไม่ต้องย้ายออกจากพื้นที่ต้นน้ำ แต่ได้รับอนุญาตให้อยู่อาศัยโดยมีเงื่อนไขว่าต้องเป็น “ยามเฝ้าป่า”
2. เกษตรแบบประณีต: บริหารจัดการพื้นที่ที่มีจำกัดให้เกิดประโยชน์สูงสุด ด้วยการส่งเสริมการปลูกพืชเมืองหนาวและงานศิลปาชีพ สร้างรายได้ทดแทนการทำไร่เลื่อนลอย
3. ความหลากหลายทางชีวภาพ: พื้นที่ที่เคยเสื่อมโทรม กลับมาอุดมสมบูรณ์ พบสัตว์ป่าหายากกลับมาอาศัย และมีน้ำตลอดปี ส่งผลให้มีน้ำใช้ในการอุปโภคบริโภคอย่างไม่ขาดแคลน

สู่วิถีรักโลกอย่างยั่งยืนในปัจจุบัน

ความสำเร็จของโครงการพระราชดำรินเหล่านี้มิได้วัดด้วยจำนวนต้นไม้ที่ปลูก เพียงอย่างเดียว แต่วัดได้จากรอยยิ้มของราษฎรและความเข้มแข็งของชุมชนที่ลุกขึ้นมาปกป้องผืนป่าด้วยหัวใจ ด้วยพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้นี้เองที่ทำให้ผืนป่าไทยยังคงเป็นร่มเงาและลมหายใจให้กับคนไทยทุกคนจวบจนปัจจุบัน

แม้ผู้คนอีกมากมายจะอยู่ห่างไกลจากป่าต้นน้ำ แต่แนวคิด “ปลูกป่าในใจคน” ของสมเด็จพระพันปีหลวงยังคงก้นสมัยและปรับใช้ได้เสมอ ไม่ว่าจะเป็นการประหยัดพลังงาน ลดขยะ หรือเพิ่มพื้นที่สีเขียวเล็กๆ ในที่พักอาศัย ล้วนคือการปลูกป่าในใจเราเอง เพื่อส่งต่อโลกที่สมบูรณ์ให้แก่ลูกหลาน





HAPPY EARTH DAY

เฉลยเกม ฉบับที่ 123

ตัวอย่างวิธีอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมและดูแลโลกในชีวิตประจำวัน

1. การลดปริมาณขยะ การคัดแยกขยะ
2. ลดการใช้พลาสติก เลือกใช้วัสดุที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม
3. ปลูกต้นไม้เพิ่มพื้นที่สีเขียว
4. ใช้พลังงานอย่างประหยัด
5. ใช้ขนส่งสาธารณะลดการใช้รถยนต์ส่วนตัว หรือเดินในระยะที่เดินได้ เป็นการออกกำลังกายไปในตัว
6. ใช้โซลาร์เซลล์ สร้างพลังงานสะอาด ลดการสร้างมลพิษทางอากาศ

- | | | |
|------------------------------|---------------------------|------------------------------|
| 1. คุณณินฐา ต้นสง่า | 6. คุณอรวรรณ วัฒนชัยมงคล | 11. คุณธิดิวัจน์ พิพัชรพรกุล |
| 2. คุณจันทราภรณ์ ธนาวุฒิก | 7. คุณอลิสา พัฒนวร | 12. คุณสาริน เต๋นอนุสรณ์ |
| 3. คุณพิพัฒน์ พัฒนา | 8. คุณปวีติศา เลิศสกุลกุล | 13. คุณสุวรรณ สาลิกานพคุณ |
| 4. คุณสุธาวัลย์ จันทร์เพ็ญ | 9. คุณลัดดา เขียวขุ่ม | 14. คุณมาลา คุปต์ดาวฤกษ์ |
| 5. คุณอดิศักดิ์ คุปต์ดาวฤกษ์ | 10. คุณวาทีต ศุภนรวัฒน์ | 15. คุณวราภา เมลลาวอน |

รายชื่อผู้โชคดี (จากการสุ่ม) ที่ได้รับ กระบอกน้ำบางจาก จำนวน 15 รางวัล



เริ่มจัดส่งของรางวัลวันที่ 8 กรกฎาคม 2569

บางจาก นำเกมน้ำมันพรีเมียมสู่สนามแข่งมอเตอร์สปอร์ต

รายการ Bangchak presents Eighty-Six Challenge ชู Bangchak Hi Premium 98+ Plus เป็นน้ำมันมาตรฐานสำหรับรถแข่ง



ไขชุลมุน / จริงใจ



บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน) เดินหน้ารุกตลาดน้ำมันพรีเมียม ตอกย้ำความเป็นผู้นำด้านนวัตกรรมพลังงานคุณภาพสูง สู่การแข่งขันรถยนต์ทางเรียบรายการ Bangchak presents Eighty-Six Challenge fueled by Hi Premium 98+ Plus ซึ่งเป็นหนึ่งในรายการสำคัญของปฏิทินการแข่งขันระดับประเทศ Thailand Super Series 2026 โดยความร่วมมือในครั้งนี้ไม่เพียงสะท้อนบทบาทของบางจาก ในฐานะผู้สนับสนุนหลักของรายการเท่านั้น แต่ยังเป็นการยกระดับมาตรฐานการแข่งขัน โดยรถแข่งทุกคันที่ลงสนามจะใช้น้ำมัน Bangchak Hi Premium 98+ Plus ซึ่งเป็นนวัตกรรมน้ำมันเชื้อเพลิงคุณภาพสูงที่พัฒนาขึ้นเพื่อเสริมสมรรถนะของเครื่องยนต์ รองรับการใช้งานในทุกสภาวะรวมถึงในระดับการแข่งขัน



โครงการ Fry to Fly

ตรวจสอบ สถานบริการน้ำมันบางจากที่เข้าร่วมโครงการ Fry to Fly

รับซื้อ น้ำมันปรุงอาหารใช้แล้ว อยู่กรณี

สแกน QR Code



โครงการครอบครัวเดียวกัน

เดือนกรกฎาคม - กันยายน 2569

กิจกรรมบางจาก



สถานี
Fry to Fly

ขอเชิญชวนสมาชิกจุลสารฯ ร่วมรักษาสีสิ่งแวดล้อม

โดยไม่ทิ้งน้ำมันที่ใช้แล้วสู่พื้นที่สาธารณะ นำน้ำมันปรุงอาหารใช้แล้วมาจำหน่ายในโครงการ “Fry to Fly” เพื่อนำไปผลิตน้ำมันเชื้อเพลิงอากาศยานยั่งยืน (SAF)

สถานี Fry to Fly ณ หน้าโรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง สุขุมวิท 64

วันเสาร์ที่ 26 กันยายน 2569 เวลา 08.00-11.00 น.

(พิเศษ เฉพาะวันที่จัดกิจกรรมครอบครัวเดียวกันเท่านั้น 50 ท่านแรก รับของที่ระลึกจากทีมงาน)

กิจกรรมครอบครัวสัญจร – คู่กับบางกะเจ้า

ชวนสมาชิกจุลสารฯ และครอบครัวร่วมเรียนรู้วิถีชุมชนรักษ์สิ่งแวดล้อม แหล่งผลิตออกซิเจนที่สำคัญของประเทศไทย (กำหนดการกิจกรรมในใบแนบ)



รับสมัคร

ที่ Link หรือ QR Code **60 คน**

<https://forms.gle/yEBlkyvKfTHqU9xc9>

วันพุธที่ 1 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.00 น. เป็นต้นไป

* หากผู้สมัครเต็มจำนวน Link จะปิดไม่สามารถกรอกข้อมูลได้

เงื่อนไขการสมัครกิจกรรม

1. ต้องเป็นสมาชิกจุลสารครอบครัวไปไม่บางจากเท่านั้น
2. ขอสงวนสิทธิ์ 3 ท่าน/1 หมายเลขสมาชิก
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม อายุ 10-65 ปี
4. รับผิดชอบต่อค่าดำเนินการสมัครและข้อมูลต้องถูกต้องตามเงื่อนไข
5. เมื่อประกาศผลแล้วถือเป็นที่สุด ยืนยันตามรายชื่อที่ได้รับสิทธิ์เท่านั้น



ประกาศรายชื่อผู้ได้รับสิทธิ์ฯ

วันอังคารที่ 4 สิงหาคม 2569

ที่ Link หรือ QR Code

<https://shorturl.asia/nWuV4>

* และเจ้าหน้าที่โทรยืนยันการเข้าร่วมกิจกรรมล่วงหน้า 5-7 วัน

หมายเหตุ: ข้อมูลในการลงทะเบียนกิจกรรมในครั้งนี้จะนำไปใช้ในการประเมินผลกิจกรรมของบริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับจุลสาร สมาชิกสมาชิก เปลี่ยนที่อยู่ หรือกิจกรรม โทร. 0 2335 4060, อีเมล : prangthip@bangchak.co.th
ในวันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 09.00-16.00 น. (ในวันทำการ) โครงการครอบครัวเดียวกัน ส่วนชุมชนสัมพันธ์ บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

แอปเดทข่าวสารและกิจกรรมดีๆ ได้ที่ www.bangchak.co.th/ข่าวสารและกิจกรรม/จุลสารครอบครัวไปไม่



บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

210 ถนนสุขุมวิท 64 แขวงพระโขนงใต้

เขตพระโขนง กรุงเทพฯ 10260

กิจกรรม D.I.Y. ดอกไม้ประดิษฐ์จากขวดน้ำมันหอย

ชวนสมาชิกจุลสารฯ ร่วมกิจกรรมประดิษฐ์ดอกไม้จากขวดน้ำมันหอยเป็นของที่ระลึกส่งมอบให้คนที่รักได้ทุก ๆ โอกาส (กำหนดการกิจกรรมในใบแนบ)

กิจกรรมรอบที่ 1



วันเสาร์ที่ 26 กันยายน 2569

รับสมัคร

ที่ Link หรือ QR Code **60 คน**

<https://forms.gle/Z8Tza2VKPqtXigMe8>

กิจกรรมรอบที่ 2



วันอาทิตย์ที่ 27 กันยายน 2569

รับสมัคร

ที่ Link หรือ QR Code **60 คน**

<https://forms.gle/TBtpq3S9mpP1SMgRo9>

เปิดรับสมัครวันพุธที่ 1 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.00 น. เป็นต้นไป

* หากผู้สมัครเต็มจำนวน Link จะปิดไม่สามารถกรอกข้อมูลได้

เงื่อนไขการสมัครกิจกรรม

1. ต้องเป็นสมาชิกจุลสารครอบครัวไปไม่บางจากเท่านั้น
2. ขอสงวนสิทธิ์ 2 ท่าน/1 หมายเลขสมาชิก
3. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม อายุ 15-75 ปี
4. สมัครร่วมกิจกรรมได้ 1 รอบเท่านั้น
5. เมื่อประกาศผลแล้วถือเป็นที่สุด ยืนยันตามรายชื่อที่ได้รับสิทธิ์เท่านั้น



ชมภาพกิจกรรม

โครงการครอบครัวเดียวกัน

ที่ Link หรือ QR Code

<https://shorturl.asia/RFBq1>

* ระยะเวลาเปิดสิทธิ์ให้เข้าชมภาพกิจกรรม 30 วัน หลังจบกิจกรรมในแต่ละครั้ง



โครงการครอบครัวเดียวกัน

กิจกรรม : ครอบครัวสัญจร – คู่บงกชเจ้า จังหวัดสมุทรปราการ
ชวนสมาชิกจุลสารฯ และครอบครัวร่วมเรียนรู้วิถีชุมชน รักษ์สิ่งแวดล้อม
แหล่งผลิตออกซิเจนที่สำคัญของประเทศไทย

วันเสาร์ที่ 22 สิงหาคม 2569 เวลา 07.00-17.00 น.

กำหนดการ

เวลา

07.00-07.30 น.

07.30-07.45 น.

07.45-08.15 น.

08.30-09.00 น.

09.00-12.00 น.

12.00-13.00 น.

13.00-15.00 น.

15.00-15.30 น.

15.30-16.00 น.

16.00-16.30 น.

กิจกรรม

ลงทะเบียนร่วมกิจกรรม ณ โรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง สุขุมวิท 64

ออกเดินทางไปท่าเรือวัดบางนาออก เพื่อขึ้นเรือไปท่าเรือวัดบางน้ำผึ้งนอก

ออกเดินทางจากท่าเรือวัดบางน้ำผึ้งนอก ไปสวนศรีนครเขื่อนขันธ์

ทักทาย - แนะนำสวนศรีนครเขื่อนขันธ์ การอนุรักษ์พื้นที่สีเขียว

ฐานกิจกรรมห้องเรียนธรรมชาติ และการทำขนมจากผลิตผลในท้องถิ่น

รับประทานอาหารกลางวัน

ฐานกิจกรรมปลูกต้นไม้ - พายเรือชมวิถีชุมชน

สรุปกิจกรรม

เดินทางกลับไปที่ท่าเรือวัดบางน้ำผึ้งนอก

เดินทางกลับไปที่โรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง สุขุมวิท 64

จบกิจกรรม

เปิดรับสมัคร

วันพุธที่ 1 กรกฎาคม 2569
เวลา 09.00 น. เป็นต้นไป



ทาง QR Code หรือ Link
กิจกรรมในปกหลังจุลสารครอบครัวในไม้
โดยขอสงวนสิทธิ์ 3 ท่าน/1 หมายเลขสมาชิก

* หากมีผู้สมัครเต็มจำนวนแล้ว Link จะปิดไม่สามารถกรอกข้อมูลได้

หมายเหตุ: กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม เช่นไขเป็นไปตามบริษัท บางจากฯ กำหนด
เมื่อประกาศผลแล้วถือเป็นที่สุด ยืนยันตามรายชื่อที่ได้รับสิทธิ์เท่านั้น





โครงการครอบครัวเดียวกัน

กิจกรรม : D.I.Y. ดอกไม้ประดิษฐ์จากขวดน้ำมันหอย

ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนง ซอยสุขุมวิท 64

รอบที่ 1 วันเสาร์ที่ 26 กันยายน 2569

เวลา 08.30-12.00 น. รับสมัครจำนวน 60 ท่าน

รอบที่ 2 วันอาทิตย์ที่ 27 กันยายน 2569

เวลา 08.30-12.00 น. รับสมัครจำนวน 60 ท่าน

กำหนดการ

เวลา

กิจกรรม

08.00-08.45 น.

ขอเชิญชวนสมาชิกจุลสารฯ นำน้ำมันปรุงอาหารใช้แล้วมาจำหน่ายในโครงการ "Fry to Fly" ณ หน้าโรงกลั่นน้ำมัน บางจาก พระโขนง (พิเศษ เฉพาะวันที่จัดกิจกรรมครอบครัวเดียวกันเท่านั้น)

08.30-09.00 น.

ลงทะเบียนร่วมกิจกรรม ณ ห้องประชุมใหญ่ โรงกลั่นน้ำมัน บางจาก พระโขนง

09.00-12.00 น.

กิจกรรมประดิษฐ์ดอกไม้จากขวดน้ำมันหอย

จบกิจกรรม

เปิดรับสมัคร

วันพุธที่ 1 กรกฎาคม 2569 เวลา 09.00 น.

เป็นต้นไป ทาง QR Code หรือ Link

กิจกรรมในปกหลังจุลสารครอบครัวในไม้

โดยสมัครร่วมกิจกรรมได้ 1 รอบเท่านั้น



รอบที่ 1

วันเสาร์ที่ 26 กันยายน 2569



รอบที่ 2

วันอาทิตย์ที่ 27 กันยายน 2569

* หากมีผู้สมัครเต็มจำนวนแล้ว Link จะปิดไม่สามารถกรอกข้อมูลได้

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสมขึ้นอยู่กับตามบริษัท บางจากฯ กำหนด เมื่อประกาศผลแล้วถือเป็นที่สุด ยืนยันตามรายชื่อที่ได้รับสิทธิ์เท่านั้น

ขอเชิญชวน
สมาชิกจุลสารฯ

ร่วมรักษาสິงแวดล้อม
โดยไม่ทิ้งน้ำมันที่ใช้แล้ว

สู่พื้นที่สีเขียว



นำน้ำมันปรุงอาหารใช้แล้วมาจำหน่าย
ในโครงการ "Fry to Fly" ซึ่งจะนำไปผลิต
น้ำมันเชื้อเพลิงอากาศยานยั่งยืน SAF

**กิจกรรมรับซื้อน้ำมันที่ใช้แล้ว ณ หน้าโรงกลั่นน้ำมันบางจาก
พระโขนง ซอยสุขุมวิท 64 เวลา 08.00-11.00 น.**



พิเศษ

เฉพาะในวันที่จัดกิจกรรม
ครอบครัวเดียวกันเท่านั้น