

## สารปีที่ 13 ฉบับที่ 153 ประจำเดือน พฤศจิกายน 2560

### สารจากประธานชมรม..... นาย มงคล จันทร์เพ็ญ



สวัสดีครับ...ท่านสมาชิก สารจากประธานฉบับประจำเดือน พฤศจิกายน 2560 ที่ท่านกำลังอ่านอยู่นี้ จะเป็นสารฉบับรองสุดท้ายของผมในฐานะประธานแล้วครับ เพราะในเดือนมกราคม 2561ที่กำลังจะมาถึง เราก็จะได้มีประธานชมรมชาวส่งเสริมการเกษตรอาวุโสคนใหม่แล้ว.....จากการเลือกตั้งที่กำลังจะเกิดขึ้น ในการประชุมใหญ่ประจำปี ในวันพุธที่ 6 ธันวาคม 2560

จึงขอเรียนเชิญชวนสมาชิกทุกท่านโปรดเข้าร่วมประชุม เพื่อจะได้พิจารณาบุคคลที่ท่านเห็นว่าเหมาะสมที่สุดเข้ามาบริหารงานต่อไป โดยการประชุมจะเริ่มตั้งแต่ 10.00 น. ณ ห้องประชุมกรมส่งเสริมการเกษตร (ชั้น 5).....สำหรับผมขอเขียนในสารจากประธาน ตั้งแต่ปีที่ 1 ถึง ปีที่ 13 ฉบับที่ 153 ไม่เคยเว้นเลยนั้น ถือเป็น งานที่ยิ่งใหญ่สำหรับผมมากในชีวิตงานหนึ่ง...ที่สำคัญคือมันยังคงอยู่ เป็นสื่อกลางที่สำคัญที่สุดสำหรับเรา....สมาชิกชมรมชาวส่งเสริมการเกษตรอาวุโส...อยู่จนถึงปัจจุบันนี้ และหวังเป็นอย่างยิ่งว่ามันคงได้มีอยู่ตลอดไป....โอกาสนี้ผมอยากขอขอบคุณฝากความรู้สึกเล็ก ๆ น้อยๆ จากการทำหน้าที่ประธาน ช.ส.อ. ที่ผ่านมามาตลอด 7 วาระ 13 ปี ดังนี้...

### ด้วยหน้าที่ สิบสามปี ช.ส.อ.

ขอลิขิต เสี่ยวชีวิต หลังเกษียณ  
ทุ่มความเพียร ทุ่มตั้งใจ ไม่ทอดทิ้ง  
สิบสามปี ที่ผ่านไป ไซ้เลิศลอย  
สมาชิกคอย ช่วยแต่งเติม เสริมกันไป

เมื่อท่านมอบ ภารกิจ จิตอาสา  
ให้นำพา ช.ส.อ. รอสดใส  
ไม่โดดเดี่ยว เพราะยังมี กำลังใจ  
สมาชิกให้ พร้อมพลัง กำลังกาย

เจ็ดวาระ ผ่านเลยไป ไม่เคยหยุด  
รีบเร่งรุด ไปข้างหน้า หาจุดหมาย  
เพื่อพวกเรา ผู้สูงวัย ได้ผ่อนคลาย  
สุขสบาย ทั้งกายจิต นิจนิรันดร

เราพบปะกัน ทุกเดือน ย้ำเตือนจิต  
ร่วมกันคิด ร่วมพลัง ร่วมสร้างสรรค์  
ทำสิ่งดี เพื่อสมาชิก กันละกัน  
เหลือแบ่งปัน สู้สังคม เหมาะสมกาล

จัดให้มี วารสาร การเคลื่อนไหว  
ใครเป็นใคร ทั่วทุกทิศ คิดสมาน  
ป่วยเจ็บไข้ ได้รับความรู้ อยู่ยาวนาน  
ช่วยประสาน ความช่วยเหลือ เจือพลัง

เล่าประสบการณ์ สู้กันฟัง ครั้นยังหนุ่ม  
ยังกระชุ่ม กระชวย รวยความหลัง  
ได้ไปพบ ประสบมา ไม่ปิดบัง  
ไกลถึงยัง ต่างประเทศ ทุกเขตแดน

สนับสนุน การเข้าวัด ปฏิบัติจิต  
ชวนญาติมิตร ร่วมทำบุญ หนุนกุศล  
อุทิศให้ ผู้ล่วงลับ นับตัวตน  
ถ้วนทุกคน ด้วยดวงจิต คิดคำนึง

เริ่มจัดทำ นำที่อยู่ สู่ทำเนียบ  
จัดระเบียบ นำค้นหา คราคิดถึง  
มีข่าวคราว ติดต่อกัน ไม่พรันพรึง  
ยังรำพึง ถึงกันอยู่ ไม่รู้ลืม

ถึงวาระ วันสงกรานต์ ไม่ผ่านเลย  
ไม่เพิกเฉย ผู้สูงวัย ใจนับถือ  
ร่วมกันจัด ด้วยเคารพ บรรจบมือ  
เพราะนี่คือ วัฒนธรรม จำใส่ใจ

จัดนำเที่ยว เลี้ยวลัดเลาะ เพราะสนุก  
ได้คลายทุกข์ ได้ใกล้ชิด จิตผ่องใส  
ได้ความรู้ ไปทุกเขต ทั่วประเทศ  
แม้เคยไป ยังสนุก กว่าทุกครั้ง

ขอขอบคุณ กรรมการท่านช่วยชี้  
บังเกิดมี ผลสัมฤทธิ์ ชวนอธิบาย  
รองฯสุพล สุทธิพันธ์ ฉันทนา  
ช่วยเสริมมา ทุกกิจกรรม ที่ทำกัน

ใครขอบคุณ สวัสดิการ กกจ.  
ท่าน ผอ. ฉวีญา มาเสริมสรรค์  
ส่งทีมช่วย สนับสนุน เกื้อหนุนพลัน  
ซึ่งใจกัน ช.ส.อ. ขอชมเชย

หลายกิจกรรม ช่วยกันทำ ย้ำไม่หมด  
ออกจากกฎ ไร้คำสั่ง อย่างเปิดเผย  
เพียงส่งไลน์ กระซิบบมา ไม่ละเลย  
ไม่เฉยเมย เต็มพลัง นั่งรายเรียง

วิกิอยู่ คู่กับเอื้อย เหนื่อยทุกเรื่อง  
คอยชำเลื่อง กล่าวขาน ประสานเสียง  
มากันครบ ติว ตี้ก หมู คู่ข้างเคียง  
เปี้ยกช่วยเรียง ดำและตุ้ย คุยถึงใคร


รองฯพัฒนา ดาราวรรณ ผู้พี่ใหญ่  
ต่อมมาไกล อี๊ดอัมพวัน นันไช้ใหม่  
ทั้งปู้ เจียบ จินตนา มาด้วยใจ  
นั้ยังไ้เวยาวภา มายกทิม

ไ้เวยาวภา เจียบ วันทนา มาบางครั้ง  
อู๊ดก็ยั้ง เจียดเวลา มาสนอง  
อี๊กเยอะเยะ เพื่อนน้องพี่ ที่ประคอง  
มีอจลอง สุดพรรณนา จาระไน

ไ้เวยาวภา จิงลาพราก จากเวที  
เลือกคนดี มาสานต่อ รอสดใส  
เรายังมี ผู้สามารถ ทั้งกายใจ  
อุทิศให้ กับชมรม มานมนาน

แม่มิได้ เป็นผู้นำ ทำหน้าที่  
ยังคงมี จิตช่วยรัก สัมครสมาน  
น่าจะยัง มีชีวิต อี๊กยาวนาน  
ขอสำราญ อย่างสูงวัย ในชมรมฯ.

ขอได้รับความขอบคุณจากใจ.

มงคล จันทร์เพ็ญ 




## บอกเล่าเก้าสิบ.....➤



ในการประชุมเมื่อวันอังคารที่ 7 พฤศจิกายน ที่ผ่านมา มีสมาชิกมาเกิน 50 คน หลายคนก็ร่วมเดินทางไปทัวร์กัมพูชาต้องเอาเงินส่วนเหลือมาชำระตามที่ตกลงกันไว้ให้กับบริษัททัวร์ด้วย.....พี่มนตรี วงศ์รักษพานิช เอาหนังสือ “ห่วงใยผู้สูงวัย จากใจเภสัชกร” มาฝากเพื่อนสมาชิกที่มาประชุมด้วย เป็นหนังสือคำถามคำตอบการใช้ยาในโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หัวใจขาดเลือด หัวใจวาย อัลไซเมอร์ นอนไม่หลับ ข้อเข่าเสื่อม กระดูกพรุน และท้องผูก แนะนำให้รู้ว่าเมื่อไปรับยาจากเภสัชกร จะถามอะไรดี เป็นหนังสือดีมากเลยคะพิมพ์เป็นครั้งที่ 7 แล้วด้วย แสดงว่าหนังสือดีจริงคะ

**พี่มงคล จันทรเพ็ญ ประธานชมรมฯ ผู้ไม่เคยขาดการประชุมทำหน้าที่เป็นประธานที่ประชุมด้วย** ได้ให้โอกาส**พี่พิสิษฐ์ เอื้ออำพล** สมาชิก ช.ส.อ. ที่ปัจจุบันเปิดบริษัท คิงบางกอกอินเตอร์เทรด จำกัด ทำธุรกิจด้านเครื่องมือช่างและเกษตรสมัยใหม่ วันนี้นำพร้อมเอาปฏิทิน ปี 2561 แบบแขวนผนังและแบบตั้งโต๊ะมาฝากทุกคนด้วย ....ใครมาร่วมประชุมแต่ละเดือนก็จะมีอะไรติดไม้ติดมือกลับไปบ้านด้วยเสมอคะ.....มีการแนะนำตัวของสมาชิกที่มาประชุมครั้งแรกด้วยคะ.เริ่มที่ **พี่ชุตติการ (หล่อง) สุพรรณพัฒนา** เกษียณจาก จ.อ่างทองเมื่อ 13 ปีมาแล้ว มัวยุ่งจัดตลาดนัดวันจันทร์ที่กรมส่งเสริมการเกษตร เพิ่งมีเวลามาในวันนี้.....คนที่ **2 คุณสุเทพ บัวสาย** เป็นสมาชิกตั้งแต่ปี 2559 แล้ว บอกต่อไปนี้จะมาร่วมประชุมทุกครั้งคะจริงๆ น้า ... คนที่ **3 พี่พันธ์ชาย (เล็ก) สุพรรณพัฒนา** นามสกุลเดียวกับผู้จัดการตลาดของกรมส่งเสริมฯ วันนี้นำจ่ายเงินร่วม Trip กัมพูชาด้วยคะ ..... **มีเรื่องแจ้งคือ ❶** ตามที่เมื่อเดือนที่แล้วได้มีการเสนอว่าได้ว่าจะมีการจัดแสดงมุฑิตาแก่สมาชิก ช.ส.อ.ที่มีอายุเกิน 90 ปีและที่ประชุมมีมติก็เห็นด้วยตามเสนอ แต่เมื่อมีการพิจารณารอบกันแล้ว เห็นควรเลื่อนไปก่อน จะจัดในช่วงเดือนเมษายนปีหน้าคะ.....งานเช่นนี้ก็สำคัญสำหรับพวกเราในการเป็นกำลังใจให้แก่กันนะคะ ..... **❷ เรื่องสุขภาพ...คุณณัฐิยา โตสงคราม** ผอ.กลุ่มสวัสดิการและเจ้าหน้าที่สัมพันธ์ แจ้งตามที่ได้มีการตรวจสุขภาพประจำปีเมื่อเดือนกุมภาพันธ์ และจะมีการตรวจติดตามผลทุก 3 เดือน ครั้งต่อไปคือวันที่ 16 และพบแพทย์วันที่ 20 พฤศจิกายน

2560 ..... ๓ เรื่องสหกรณ์...**พื้ดุม จิระเศวตกุล** ติดประชุมจึงมอบให้ **คุณสุเทพ บัวสาย** เป็นผู้ชี้แจงเรื่องสหกรณ์ ดังนี้ 1. การเพิ่มหุ้นของผู้รับบำนาญสามารถใช้ค่าการกู้ยืมได้ร้อยละ 90 ของค่าหุ้น.....กู้ยืมเงินได้ 1 เท่าของเงินได้รายเดือน มีผลใช้ตั้งแต่ 1 ธันวาคม 2560..... **สัปดาห์การออม** ในวันที่ 20-24 พฤศจิกายน 2560 สมาชิกฝากเงิน 5,000 บาทขึ้นไป จะให้กระเป่า 1 ใบ ในวันที่ 20 พฤศจิกายน 2560 จะให้ร่ม 1 คันคะ..... ๔ **พีพัฒนา นาคเขียว** ได้รับเอกสารจากฝ่ายตรวจสอบ กองคลัง กรมส่งเสริมฯ เรื่องการเบิกตามสิทธิในกรณีป่วย จุกเงิน พอสรุปได้ว่า 1.ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวเข้ารับการรักษา รพ.เอกชนในกรณีป่วย จุกเงิน วิกฤติ โดยพิจารณาอาการแรกรับจากแพทย์ ทำการรักษา (ภายใน 72 ชั่วโมง เบิก รพ. เอกชน ) 2.ผู้มีสิทธิ เจ็บป่วยจุกเงินวิกฤตต้องแจ้งต่อสถานพยาบาลเอกชน ว่า ประสงค์ใช้สิทธิ เจ็บป่วยจุกเงินวิกฤต เพื่อ รพ.เอกชนจะได้บันทึกข้อมูลอาการแรกรับในระบบ 3.ผู้มีสิทธิและ บุคคลในครอบครัว ต้องแสดงความประสงค์ต่อ รพ.เอกชนภายใน 24 ชั่วโมงนับแต่เข้ารับการรักษา เพื่อให้ รพ.เอกชนแจ้งข้อมูลผ่านระบบศูนย์ประสานคุ้มครองสิทธิผู้ป่วยจุกเงินวิกฤตของ สพฉ. เพื่อประโยชน์ในการหาเตียง รพ ของราชการ ไม่แจ้งภายใน 24 ชั่วโมงไม่มีสิทธิแจ้งย้าย ภายหลัง คะ

 **การไปทัวร์กัมพูชา** วันที่ 14-16 พฤศจิกายนที่ผ่านมา Trip นี้มีผู้ร่วม เดินทาง 32 คน สมาชิกทั้งกรุงเทพฯ และต่างจังหวัด เราออกเดินทางจากกรมส่งเสริม การเกษตรตั้งแต่ 05.30 น. เส้นทางสู่ อ.อรัญประเทศ จ.สระแก้ว ผ่านการตรวจคนเข้าเมือง แล้วเดินทางไปเสียมเรียบ ผ่านหมู่บ้านแกะสลักหิน ถึง จ.เสียมเรียบแล้วไปลงเรือเที่ยวจุดแรกที่ โตนเลสาบ ซึ่งเป็นทะเลสาบน้ำจืดจากแม่น้ำโขงที่ใหญ่ที่สุดในเอเชีย กินพื้นที่ถึง 5 จังหวัด คือ กำปงธม กำปงชะนัง โปธิสัตว์ พระตะบอง และเสียมเรียบ เห็นความเป็นอยู่ของชาวประมง และความเป็นอยู่ของชาวเวียดนามพลัดถิ่นที่ไม่มีที่ดินอยู่ แล้วก็ย้อนกลับไปนมัสการ องค์เจก - องค์จอม และชมวัดพระพรหมรัตน์ กระทั่งหมดเวลาจึงไปทานอาหารและเข้าที่พัก.....วันที่ 2 ไปชมมรดกโลกแห่งใหม่ ในปี 2017 เป็นมรดกแห่งที่ 3 ของกัมพูชา “สมโบร์ไพรกุก” เส้นทาง ที่ไปผ่านสะพานศิลาแลง ที่มีอายุรวม 1,000 ปีแล้ว แต่ยังใช้งานได้จนถึงปัจจุบัน บนสะพานมี ตัวนาคนาคราช 9 เคียรขนาดใหญ่ แฉให้เห็นโดยมีตัวนาคเป็นราวสะพานด้วย น่าที่จริงคะ ช่วงบ่ายเที่ยวที่สมโบร์ไพรกุกที่หมายถึงปราสาทในป่าที่บ ได้เห็นรูปแบบการแกะสลักจากดิน เผาด้วยคะ เห็นดูเฉพาะจุดสำคัญเนื่องจากคณะเดินทางคือผู้อาวุโสทั้งนั้น อายุมากที่สุดตั้ง 92 ปี แล้ว เทียวกันพอสมควรแล้วเดินทางกลับมาพักที่เสียมเรียบอีกคืน.....วันที่ 3 จึงได้ไปนครวัด นครธม ปราสาทตาพรหม ซึ่งเป็นโบราณสถานอลังการงานสร้างและงานแกะสลักฝีมือเยี่ยมเลย

ค่ะ หลายท่านคงเคยไปเที่ยวกันมาแล้ว ก็เลยไม่ได้เล่ารายละเอียดมากนัก เกรงเป็นการเอามะพร้าวมาขายสวนซะนี่...ได้ถ่ายรูปเป็นที่ระลึกกันตามสมควร แล้วก็เดินทางกลับ ขากลับแวะเข้าห้องน้ำที่หมู่บ้านแกะสลักหิน มีใครบางคนที่อยู่แถวแยกเกษตร จ่ายทุ้มตัวเลยเมื่อเจอของชอบ แบกขึ้นรถ ซะซ้อล้ำเลย คุณท่านบอกมาครั้งล่าสุดคุ้มแล้วได้หินลับมีดอันใหญ่ 3 อันและสากหินตำพริก 1 อัน....555 .....เดินทางถึงปอยเปต และผ่านการตรวจคนเข้าเมืองที่ด่านคลองลึก อ.อรัญประเทศ จ.สระแก้ว แล้วไปทานอาหารเวียดนามเป็นมื้อสุดท้าย ก่อนเดินทางกลับกรุงเทพมหานคร หนึ่งห้องตั้งหนึ่งตาค่อยนอนหลับสบาย ตื่นอีกที แสงในรถสว่างจ้า ตอนเที่ยงคืนถึงกรมส่งเสริมการเกษตรพอดีเป็นอันสิ้นสุดของ Trip นี้ ....โอกาสต่อไป ช.ส.อ. คงได้มีโอกาสนำสมาชิกไปทัวร์กันอีกละค่ะ .....เตรียมเก็บเงินกันไว้ให้รางวัลกับตัวเองบ้างก็แล้วกัน

การประชุมในเดือนธันวาคมเป็นการประชุมพิเศษจะเป็นการประชุมใหญ่ครั้งที่ 2 ของปี 2560 จะรายงานผลการดำเนินงานครึ่งปีด้วย รวมการเลือกตั้งประธานชมรมฯ และต้อนรับน้องใหม่ด้วย.....ขอเชิญสมาชิกทุกท่านค่ะ ไปใช้สิทธิเลือกประธานชมรมฯ กัน ทั้งเสนอชื่อผู้เข้าคัดเลือกเป็นประธานชมรม และผู้คัดเลือกให้สิทธิ์ผู้อยู่ในที่ประชุมเท่านั้นนะคะ ใครไม่ไปประชุมเสียสิทธินะคะ.....โดยเฉพาะสมาชิกใหม่ขอเชิญไปพบปะและรายงานตัวด้วยค่ะ เราได้เตรียมอาหารไว้เลี้ยงต้อนรับแล้วด้วย.....เดือนนี้ทีมเคหะกิจเกษตรแนะนำอาหารอะไร เชิญพบได้ในชวนชิมชวนปรุงค่ะ .....แล้วพบกันวันพุธที่ 6 ธันวาคม 2560 ที่ห้องประชุมใหญ่ ชั้น 5 อาคาร 1 กรมส่งเสริมการเกษตร ถ.พหลโยธิน เขตจตุจักร กทม.

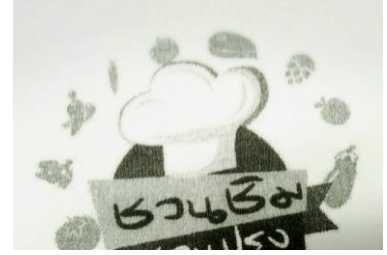
วิ ค่ะ ...

**ขอเชิญสมาชิกชมรมชาวส่งเสริมการเกษตรอาวุโส  
ร่วมประชุมและพบปะสังสรรค์  
วันพุธที่ 6 ธันวาคม 2560 เวลา 10.00 น. เป็นต้นไป  
ณ ห้องประชุมใหญ่ ชั้น 5 อาคาร 1 กรมส่งเสริมการเกษตร**

**มีสาระสำคัญในคราวเดียวกัน คือ**

**1.สรุปผลงานและเงินรอบครึ่งปี 2.การเลือกตั้งประธานชมรมคนใหม่ 3.การต้อนรับสมาชิกใหม่**

# อาหารริมทาง



สำหรับ ในเดือนนี้ หากท่านจะเดินทางไปจันทบุรี-ตราด และต้องใช้เส้นทางผ่านบ้านบึง-แกลง แนะนำให้เก็บพุงเพื่อไปเติมเต็มให้ชื่นมื่นที่บ้านบึงกันดีกว่านี้ จากกรุงเทพฯ ขึ้นมอเตอร์เวย์ ถึงด่านบ้านบึง ให้เลี้ยวซ้ายไปอำเภอบ้านบึง จากนั้นผ่านที่ว่าการอำเภอบ้านบึง(อยู่ขวามือ) พอเลยธนาคารกรุงไทย ให้ชิดซ้าย แล้วเลี้ยวซ้ายหาที่จอดรถได้เลยค่ะ บริเวณนั้นของอาหย่อยเพียบบบบ...ขอบอก



ประเดิมด้วยร้านแรก นั่นก็คือก๋วยเตี๋ยวสูตรโบราณ ถ้าเจ้าแรกตั้งเดิมให้เดินเข้าซอยไป (รถเข้าไม่ได้นะคะ) เป็นก๋วยเตี๋ยวสูตรโบราณ น้ำซุปล้ำจะใส่ปลาหมึกแห้ง และกุ้งแห้ง ลูกชิ้นก๊วยชวต โอเคร ไม่ว่าจะ เป็นลูกชิ้นหมู ลูกชิ้นปลา กลิ่นหอมνάกิ้น...น่ากิน และที่สำคัญอร่อยไม่ต้องปรุงเลยคะ จะว่าไปร้านก๋วยเตี๋ยวนี่ อยู่ริมถนนทุกแยก อร่อยฟังได้ทุกร้านนะเนี่ย

ระหว่างรอก๋วยเตี๋ยวนะไม่ให้เป็นการเสียเวลา ก็รีบไปสั่งก๋วยช่ายทอดกรอบนอก นุ่มใน ใส่เผือก ก๋วยร้อย ใส่มันแกวก็ได้ ร้านนี้เขาจะเหาะน้ำจิ้มลงไปพร้อม ไม่ต้องจิ้มต่างหาก หรือถ้าชอบก๋วยเตี๋ยวลอด หมี่กรอบ อ้อ! หอยจ้อก็มี สั่งได้เลย เสริฟร้อนๆน่ากินทีเดียว พอคิดถึงแล้วน้ำลายหยด ถ้าไม่เชื่อต้องไปลองชิมเองนึ



จากของควาเราก็ไปต่อด้วยของหวาน เริ่มด้วย...ขนมครกหอมมม หวานน นมนนด้วยกะทิสด โรยหน้าด้วยต้นหอม เผือก ข้าว โปด(หมดไปหลายฝาเลยคะ) และอีกเมนูที่จะพลาดไม่ได้ นั่นก็คือ...กะลोजี ทอดกรอบนุ่ม โรยด้วยน้ำตาล ถั่วลิสงคั่วใหม่ๆบดพอหยาบ และงาดำหอมๆ กินเพลินเลยคะ

กว่าจะออกจากบริเวณนี้ได้ อิ่มอร่อยกันจนพุงปลิ้นลิมเรื่องน้ำหนักเกินไปเลย เดินทางครั้งต่อไป ถ้าท่าน ไตผ่านอำเภอบ้านบึงแล้วหละก็ อย่าลืมแวะชิมของอร่อยๆกันนะคะ ขอบอกกกกกนึ

\*\*ขอบคุณรูปภาพจากพันธุทิพย์ เพราะมัวแต่กินจนลิมถ่ายรูปไปเลยคะ^^\*\*