



05 **เงินทองต้องรู้**
6 เรื่องการเงินพื้นฐาน
สอนลูกเรื่องการเงิน



12 **ตะลอนทัวร์**
1 Day Trip
ย้อนวัยเด็กที่...บางแสน



เปิดบ้านบางจาก



วันเด็กแห่งชาติ วันพิเศษสำหรับเด็กไทย

วันเด็กแห่งชาติของประเทศไทยตรงกับวันเสาร์ที่สองของเดือนมกราคมของทุกปีค่ะ จุดเริ่มต้นวันเด็กแห่งชาติถูกจัดขึ้นครั้งแรกเมื่อวันที่ 3 ตุลาคม 2498 และในช่วงแรกกำหนดให้เป็นวันจันทร์แรกของเดือนตุลาคม ต่อมาในปี 2507 มีการเปลี่ยนแปลงให้วันเด็กเป็นวันเสาร์ที่สองของเดือนมกราคม เพื่อให้สอดคล้องกับสภาพอากาศและความสะดวกของเด็กๆ และผู้ปกครอง

กิจกรรมต่างๆ ในวันเด็กมุ่งเน้นไปที่การส่งเสริมพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญาของเด็ก ซึ่งเป็นโอกาสที่ดีที่เด็กๆ จะได้ใช้เวลาร่วมกับครอบครัว เพื่อน และสังคม สร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกันผ่านกิจกรรมต่างๆ ที่ทั้งภาครัฐและเอกชนจัดขึ้น ในแต่ละกิจกรรมมักจะสอดแทรกค่านิยมที่ดีงาม เช่น ความรัก ความสามัคคี ความเอื้ออาทร เพื่อปลูกฝังให้เด็กๆ เป็นคนดีของสังคม และยังมีกิจกรรมที่หลากหลายเพื่อกระตุ้นให้เด็กๆ สนใจและไม่เรียนรู้ เช่น การแสดงความสามารถพิเศษ

ของเด็กๆ การร้องเพลง เล่นดนตรี อีกทั้งยังมีเกมที่สนุกสนานพร้อมของรางวัล รวมถึงเด็กๆ อาจมีโอกาสดูได้พบปะกับบุคคลสำคัญในสังคม เช่น ดารา นักแสดง ศิลปินนักร้องที่เด็กๆ ชื่นชอบ ซึ่งรูปแบบกิจกรรมวันเด็กก็เป็นไปตามที่หน่วยงานต่างๆ จัดขึ้น

คำกล่าวที่ว่า "เด็กวันนี้คือผู้ใหญ่ในวันหน้า" เป็นคำเตือนใจให้เราตระหนักถึงความสำคัญของเด็กๆ และเห็นความจำเป็นในการดูแลเอาใจใส่เด็กๆ อย่างใกล้ชิด เพื่อให้เด็กๆ เติบโตขึ้นมาเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป



ติดตามข่าวสารครอบครัวไปไม่ได้ที่ www.bangchak.co.th/ ข่าวสารและกิจกรรม/ข่าวสารครอบครัวไปไม่

จุดสารครอบครัวไปไม่
ราย 3 เดือน
สื่อกลางข่าวสาร
เพื่อครอบครัวเพื่อนบ้าน
โรคลิ้นน้ำมันบางจาก พระโขนง

ลิขสิทธิ์และจัดทำโดย
ส่วนชุมชนสัมพันธ์
บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

โทรศัพท์
0-2335-4102
(ในเวลาทำการ)

E-mail
suwannee@bangchak.co.th
(กิ่งน่านอง)

จุดสารเล่มนี้พิมพ์ด้วย
หมึกถั่วเหลือง (Soy Ink)
บนกระดาษที่เป็นมิตร
ต่อสิ่งแวดล้อม

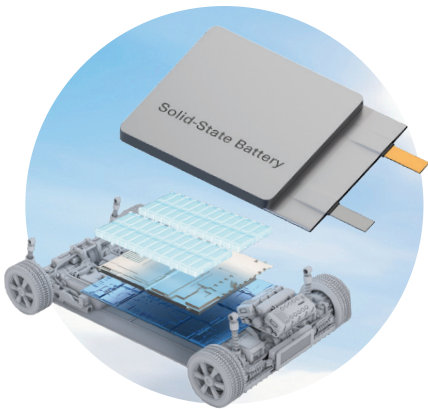
Solid-State Battery (แบตเตอรี่โซลิดสเตท)

อนาคตใหม่ของแบตเตอรี่รถยนต์ไฟฟ้า



เวลาจะซื้อรถยนต์ไฟฟ้า สิ่งหนึ่งที่ทุกคนให้ความสำคัญเป็นอันดับต้นๆ เลยก็คือ เรื่องของแบตเตอรี่ ซึ่งเป็นตัวกำหนดว่ารถที่เราซื้อจะสามารถวิ่งได้ไกลแค่ไหนต่อการชาร์จ 1 ครั้ง และเวลาชาร์จจะใช้เวลานานแค่ไหนกว่าจะเต็ม ซึ่งแบตเตอรี่ของรถยนต์ไฟฟ้าในปัจจุบันก็จะเป็นแบตเตอรี่ลิเทียมไอออนเป็นส่วนใหญ่ ซึ่งจะมีข้อจำกัดต่างๆ

เช่น เรื่องของความเสี่ยงต่อการไหม้ โดยเฉพาะเมื่อมีความร้อนสูง หรือได้รับการกระแทกอย่างรุนแรง รวมไปถึงการเสียพลังงานไปกับความร้อนระหว่างการใช้งาน อายุการใช้งานที่น้อยลงตามระยะเวลาการใช้งาน รวมถึงการชาร์จที่ใช้เวลาค่อนข้างนาน แบตเตอรี่แบบโซลิดสเตท จึงถูกพัฒนาขึ้นมาเพื่อลบจุดด้อยเหล่านี้



Solid-State Battery (แบตเตอรี่โซลิดสเตท) คืออะไร

แบตเตอรี่โซลิดสเตท (Solid-State Battery-SSB) เป็นเทคโนโลยีใหม่ล่าสุดที่พัฒนาขึ้น เพื่อแก้ไขข้อจำกัดของแบตเตอรี่ลิเทียมไอออน แบตเตอรี่ชนิดนี้ใช้อิเล็กโทรไลต์ในรูปของแข็งแทนอิเล็กโทรไลต์แบบเหลว ซึ่งทำให้มีความปลอดภัยสูงขึ้นเนื่องจากโอกาสติดไฟต่ำ มีประสิทธิภาพในการกักเก็บพลังงานที่เหนือกว่าเมื่อเทียบกับแบตเตอรี่ลิเทียมไอออนและมีอายุการใช้งานที่ยาวนานขึ้น

ข้อดีของแบตเตอรี่โซลิดสเตท

- ปลอดภัยกว่าแบตเตอรี่แบบเก่า เพราะอิเล็กโทรไลต์แบบของแข็งไม่ติดไฟ
- สูญเสียพลังงานน้อยลง
- เก็บพลังงานได้มากกว่าแบตเตอรี่แบบเก่า
- มีอายุการใช้งานยาวนานกว่าแบตเตอรี่แบบเก่า
- ชาร์จไฟได้เร็วกว่าแบตเตอรี่แบบเก่า

ด้วยข้อดีต่างๆ เหล่านี้ หากมีการนำแบตเตอรี่แบบโซลิดสเตทมาใช้ในรถยนต์ไฟฟ้า เราจะได้แบตเตอรี่ที่มีขนาดเล็กลง น้ำหนักเบาขึ้น ใช้เวลาในการชาร์จที่รวดเร็วในระดับที่ชาร์จเพียงแค่ 10 นาที ก็สามารถวิ่งได้ไกลกว่า 1,000 กิโลเมตร ซึ่งหากเทียบกับแบตเตอรี่ในปัจจุบันก็จะทำได้มากกว่าถึง 2.4 เท่า ทำให้ผู้ใช้รถยนต์ไฟฟ้าได้รับความสะดวกในการใช้งานมากยิ่งขึ้น หหมดปัญหาเรื่องสถานีชาร์จที่ไม่เพียงพอแน่นอนว่าใช้เวลาพอๆ กับการเติมน้ำมันเลย



การเลือกของเล่น ที่ปลอดภัยสำหรับเด็ก

ใกล้จะถึงวันเด็กแห่งชาติกันอีกแล้ว สถานที่ต่างๆ ก็จะมีโอกาสให้เด็กๆ ได้เข้าไปเยี่ยมชมสถานที่ เล่นเครื่องเล่น หรือมีของสมนาคุณพิเศษให้กับเด็กๆ ส่วนผู้ประกอบการหลายท่านก็จะใช้โอกาสนี้ในการซื้อของขวัญ ของเล่นให้กับบุตรหลานเช่นเดียวกัน โดยหลักในการเลือกของเล่นให้บุตรหลานควรคำนึงถึงสิ่งต่างๆ ดังนี้

เคล็ดลับในการเลือกของเล่น ที่ปลอดภัย

- ชื่อของเล่นยิ่งน้อยชิ้นยิ่งดี โดยเน้นที่คุณภาพมากกว่าปริมาณ
- หลีกเลี่ยงของเล่นที่ราคาถูกมากๆ เพราะมักจะมีสารเคมีที่เป็นอันตรายมากกว่า
- อย่าซื้อของเล่นที่มีสารเคมีรุนแรง กลิ่นฉุนหอม หรือของที่ทำให้ความรู้สึกลังเลใจ
- ของเล่นสำหรับเด็กเล็กไม่ควรมีส่วนของเล่นชิ้นเล็ก ๆ ที่สามารถดึงออกมาได้ หรือกลืนลงไปได้
- แกะบรรจุภัณฑ์ของเล่นใหม่และทิ้งไว้ภายนอกอาคาร เพื่อให้สารเคมีอันตรายบางส่วนระเหยไป

การเลือกชื่อของเล่น ประเภทต่างๆ สำหรับเด็ก

- ตุ๊กตาผ้าหรือตุ๊กตาที่เป็นธรรมชาติ หรือจากผู้ผลิตที่ไร้สารเคมีที่เป็นพิษ หรือมีฉลากสิ่งแวดล้อม เช่น ฉลาก GS ฉลากเขียว และฉลากสิ่งแวดล้อมอื่นๆ
- ของเล่นไม้ที่ไม่มีส่วนที่ติดกาาให้น้อยที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้
- ของเล่นไม้ที่ไม่เคลือบเงาและไม่ทาสีทุกครั้งที่เป็นไปได้และมองหาชิ้นส่วนธรรมชาติ
- ของเล่นที่เป็นยางธรรมชาติ หรือมองหาฉลาก “ปลอดพีวีซี (PVC-Free)” หรือ “ปลอดสารพทาเลต (Phthalate-Free)”



“รู้ไว้ปลอดภัยกว่า แน่นนอนครับ”

ที่มา : นิตยสารฉลาดซื้อ ฉบับที่ 115, 122 และ 124

https://www.consumerthai.org/main/index.php?option=com_content&view=article&id=533:2009-07-27-09-15-48&catid=163:2012-02-06-07-36-40&Itemid=156

6 เรื่องการเงินพื้นฐาน สอนลูกเรื่องการเงิน

การสอนเรื่องวินัยทางการเงินให้ลูกก็เหมือนกับวินัยเรื่องอื่นๆ ที่ควรปลูกฝังตั้งแต่วัยเด็ก แนะนำ 6 บทเรียนเรื่องการเงินพื้นฐาน เหมาะกับเด็กเล็กที่คุณพ่อคุณแม่สอนเขาได้ด้วยตัวเอง

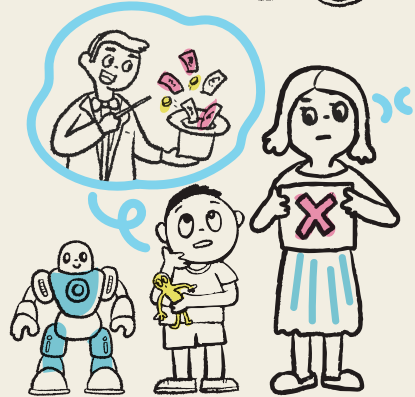
1. แยกให้ออกระหว่าง จำเป็นหรืออยากได้

การสอนให้ลูกรู้ถึงความแตกต่างเรื่อง “ความจำเป็น” กับ “อยากได้” “จำเป็น” คือต้องมีเพื่อการดำรงชีวิต “อยากได้” คือมีก็ดีแต่ถ้าไม่มีก็สามารถใช้ชีวิตอยู่ได้ สอนให้ลูกรู้จักจัดลำดับความสำคัญและใช้เงินกับสิ่งที่จำเป็น



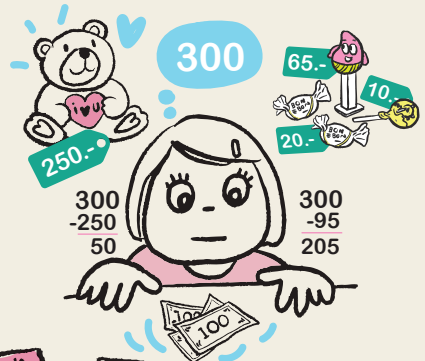
2. เงินไม่ได้ออกมาจากตู้เอทีเอ็ม และไม่มีบัตรวิเศษเลขของได้

เมื่อพ่อแม่กดเงินออกมาจากตู้ ATM หรือใช้บัตรเครดิตซื้อของ ต้องอธิบายให้ลูกเข้าใจว่าเงินมาจากการทำงาน โดยเรานำไปเก็บไว้ในธนาคาร จะถอนออกมาเมื่อจำเป็นต้องใช้ และการใช้บัตรเครดิตซื้อของก็ต้องจ่ายคืนตอนปลายเดือน



3. เรียนรู้เรื่องการท่าง

เปิดโอกาสให้เขารับผิดชอบจัดการเงินด้วยตัวเอง ถ้าได้ค่าขนมแล้วใช้ซื้อขนมเล็กๆ น้อยๆ จนหมดไม่แบ่งมาเก็บออม เขาก็จะไม่มีเงินซื้อของเล่นชิ้นใหญ่ที่อยากได้ ประสบการณ์นี้จะสอนให้เขารู้ถึงผลของการใช้จ่ายเงินโดยไม่มีการวางแผน



4. ซ้ำๆ ได้พรีแล่มงาม

การฝึกให้เด็กอดทนรอคอย ไม่ซื้อของเพราะไปรอไม่ทัน หรือซื้อก่อนจ่ายทีหลัง เรียนรู้การซื้อของอย่างคุ้มค่า เช่น การตั้งงบ ทำรายการเปรียบเทียบราคาของออนไลน์และการใช้ kupon ลดราคา สิ่งเหล่านี้จะปลูกฝังให้ลูกรู้จักการซื้อของอย่างคุ้มค่าและเคยชินกับการวางแผนก่อนออกไปซื้อของ



5. ภูมิใจมาแล้วคิดตามด้วย

พ่อแม่ควรอธิบายวิธีที่โฆษณาชักจูงใจคนให้ซื้อของให้ลูกได้เรียนรู้ไว้ด้วย เป็นการสร้างภูมิคุ้มกันเพื่อไม่ให้ถูกชักจูงด้วยโฆษณาได้ง่ายๆ ไม่หลงเชื่อคำโฆษณาโดยไม่ไตร่ตรอง

6. การแบ่งปัน

สอนให้เด็กรู้ว่าเงินของเขาสามารถนำไปช่วยชีวิตคนอื่นให้ดีขึ้นได้ ซึ่งการแบ่งปันช่วยเหลือคนอื่นไม่จำเป็นต้องเป็นจำนวนมาก เพียงแค่เงินเล็กน้อยจากหลายๆ คน ก็สร้างความเปลี่ยนแปลงได้



imoo

imoo เทคโนโลยี เพื่อความปลอดภัยและ การพัฒนาของเด็กยุคใหม่

ในยุคที่เทคโนโลยีเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของเรา imoo ได้กลายมาเป็นหนึ่งในผลิตภัณฑ์ที่ตอบโจทย์ความต้องการของครอบครัวยุคใหม่ โดยเฉพาะผู้ปกครองที่ต้องการความปลอดภัยและการเชื่อมโยงกับลูกหลานของพวกเขาอย่างใกล้ชิดในยุคดิจิทัล

imoo เป็นแบรนด์ที่พัฒนาอุปกรณ์เทคโนโลยีที่ออกแบบมาเพื่อเด็กโดยเฉพาะ โดยผลิตภัณฑ์ที่ได้รับความนิยมมากที่สุดคือ imoo Watch Phone หรือสมาร์ทวอทช์สำหรับเด็กที่ทำหน้าที่เป็นทั้งโทรศัพท์และอุปกรณ์ติดตามตัว ดีไซน์น่ารัก ทันสมัย และฟังก์ชันที่เน้นความปลอดภัย imoo จึงได้รับความนิยมอย่างรวดเร็วในกลุ่มผู้ปกครองทั่วโลก

Feature เด่นของ imoo Watch Phone

1. การโทรและส่งข้อความ

imoo Watch Phone ช่วยให้เด็กโทรหรือส่งข้อความหาผู้ปกครองได้ง่ายๆ โดยใช้เทคโนโลยี 4G และยังสามารถกำหนดรายชื่อผู้ติดต่อที่เด็กโทรหาได้ เพื่อป้องกันการติดต่อจากบุคคลที่ไม่พึงประสงค์



2. GPS ติดตามตำแหน่ง

ผู้ปกครองสามารถติดตามตำแหน่งของเด็กๆ ได้แบบเรียลไทม์ผ่านแอปพลิเคชันบนสมาร์ทโฟน ทำให้มั่นใจได้ว่าเด็กอยู่ในพื้นที่ปลอดภัย

3. โหมดห้ามรบกวน (Class Mode)

ในช่วงเวลาที่เด็กอยู่ในโรงเรียน ผู้ปกครองสามารถตั้งค่า Class Mode เพื่อปิดการแจ้งเตือนและฟังก์ชันที่อาจรบกวนการเรียน โดยนาฬิกาจะทำงานเฉพาะฟังก์ชันพื้นฐาน เช่น การบอกเวลา



4. ฟังก์ชันกันน้ำ

ด้วยมาตรฐานการกันน้ำระดับ IPX8 เด็กๆ สามารถสวมใส่นาฬิกาในขณะที่ล้างมือหรือเล่นน้ำได้โดยไม่ต้องกังวลว่านาฬิกาจะเสียหาย



5. ระบบส่งเสียง SOS

หากเกิดเหตุฉุกเฉิน เด็กสามารถกดปุ่ม SOS เพื่อส่งสัญญาณขอความช่วยเหลือไปยังผู้ปกครองพร้อมพิกัดตำแหน่งทันที

imoo เป็นตัวอย่างของเทคโนโลยีที่ออกแบบมาเพื่อตอบสนองความต้องการของครอบครัวยุคใหม่ โดยไม่เพียงแต่มอบความปลอดภัยและความสะดวกสบายให้แก่ผู้ปกครอง แต่ยังช่วยเสริมสร้างพัฒนาการของเด็กผ่านการใช้งานที่เหมาะสมด้วย



ที่มา : <https://www.imoo.com/th/pc/index/index.html>



บันทึกความดี โดย เฉลิม

ฮีโร่วัย 12 ขวบ
นักเรียนชั้น ป.3
ช่วยหญิงประสบเหตุ
กระโดดน้ำแม่เจ้าพระยา



เมื่อวันที่ 23 พฤศจิกายน 2567 ได้มีการแชร์คลิปเหตุการณ์กลุ่มเด็กชายได้เข้าช่วยเหลือ หญิงสาววัย 17 ปี กระโดดสะพานกรุงเทพ โดยในกลุ่มสื่อโซเชียลดังกล่าวได้ชื่นชมเด็กๆ เป็นจำนวนมาก

น้องเกล้า หรือเด็กชายธนภัทร บุญเกิด อายุ 12 ปี โรงเรียนลาดบัวขาว ป.3/1 เล่าเหตุการณ์ว่ากำลังตกลาอยู่บนสะพานและปรากฏว่าได้ยินเสียงดังคล้ายบางสิ่งตกลง

ไปในน้ำ พบว่ามีคนกระโดดลงมาจากสะพานจึงว่ายน้ำไปช่วยเหลือผู้หญิงคนดังกล่าวเข้าฝั่งจนปลอดภัย

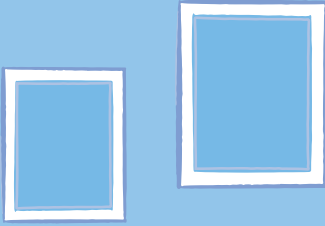
เจ้าหน้าที่ตำรวจและอาสาสมัครมูลนิธิป่อเต็กตึ๊งได้รับแจ้งเหตุมีหญิงสาวกระโดดสะพานกรุงเทพ ผังพระนครจึงเดินทางไปตรวจสอบ พบกลุ่มเด็กนักเรียนเข้าช่วยเหลือขึ้นฝั่งมารอรถพยาบาลของอาสาสมัครมูลนิธิป่อเต็กตึ๊งเพื่อตรวจเช็กร่างกายก่อนที่ญาติจะรับตัวกลับ



ขอบคุณเรื่องราวดี ๆ และภาพจากมติชนและเรื่องเล่าขำนี้
https://www.matichon.co.th/local/crime/news_4916855



ชมคลิป https://www.youtube.com/watch?v=_KGco46DL2o



ความเครียดส่งผล ต่อสุขภาพจิต ของเด็กได้อย่างไร



เด็กก็เครียดได้

ปัจจุบันปัญหาภาวะเครียดในกลุ่มเด็กและวัยรุ่นมีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้นเรื่อยๆ ซึ่งอาจเกิดจากการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคมและสิ่งแวดล้อม บางครั้งเด็กไม่สามารถปรับตัวให้สอดคล้องกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้ ส่งผลให้เกิดปัญหาสุขภาพจิต (Mental Disorders) หากปล่อยไว้หรือเกิดขึ้นบ่อยครั้ง พฤติกรรมเหล่านั้นอาจคงอยู่และมีผลต่อเนื่องไปตลอดชีวิต ดังนั้น การได้รับวินิจฉัยและรักษาอย่างถูกต้องตั้งแต่ระยะเริ่มแรกจึงเป็นวิธีแก้ปัญหาคู่ที่ดีที่สุด

ผู้ปกครองควรตระหนักว่าเด็กมีสภาวะอารมณ์ได้เหมือนผู้ใหญ่แต่การแสดงอาการอาจแตกต่างกัน พ่อแม่

อาจแยกพฤติกรรมตามวัยกับอาการป่วยทางจิตในเด็กได้ยาก ทำให้เด็กไม่ได้รับการรักษาที่เหมาะสม ดังนั้น การสังเกตและเรียนรู้สัญญาณเตือนจึงเป็นเรื่องสำคัญทำให้เราช่วยเหลือเด็กๆ ได้ทัน

รู้ทันสัญญาณเตือนในเด็ก

- มีท่าทีหวาดกลัว ไม่มีสมาธิ หงุดหงิดง่าย เมื่อหน้ายวิตกกังวล
- อารมณ์ พฤติกรรม และบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว

สอบรู้บ้านเรา



โดย กระทรวงมหาดไทย

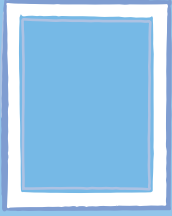


บางจากฯ มอบทุนการศึกษา
แก่เยาวชนปีที่ 20 ส่งต่อการศึกษาและ
พัฒนาเยาวชน สร้างสังคมยั่งยืน



บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน) มอบทุนการศึกษาในโครงการทุนการศึกษาเยาวชนบางจาก ประจำปี 2567 ซึ่งเป็นปีที่ 20 ที่บางจากฯ ให้การสนับสนุนทุนการศึกษาแก่เยาวชนในชุมชนรอบโรงกลั่นน้ำมันบางจาก พระโขนงและโรงเรียนในโครงการอาหารกลางวัน ตั้งแต่ระดับประถมศึกษา

ถึงปริญญาตรี เพื่อส่งเสริมการศึกษาของเยาวชนที่มีความประพฤติดี รักการเรียนมีน้ำใจและมีจิตอาสาทำประโยชน์ต่อผู้อื่น และช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายของผู้ปกครองรวม 774 ทุน รวมประมาณ 4 ล้านบาท



- มีอาการเศร้าต่อเนื่อง 2 สัปดาห์ขึ้นไป
- หลีกเลี่ยงการมีปฏิสัมพันธ์กับสังคมโดยรอบไม่พูดคุยเหมือนเดิม
- ทำร้ายหรือพูดถึงการทำร้ายตัวเอง พูดเกี่ยวกับความตายหรือการฆ่าตัวตาย



- การเรียนเปลี่ยนแปลงไป ขาดเรียน ไม่ยอมไปโรงเรียน
- ปัญหาสุขภาพกาย เช่น พฤติกรรมการกินเปลี่ยนแปลง เบื่ออาหาร น้ำหนักตัวลด
- นอนไม่หลับ ผื่นร้าย ปวดหัวหรือปวดท้องบ่อย ใจสั่น

ผู้ใหญ่สามารถช่วยรับมือได้อย่างไร

- ทำความเข้าใจเกี่ยวกับอาการของโรคและสุขภาพจิต
- สังเกตพฤติกรรมและอารมณ์ รับฟังด้วยความเข้าใจ สนใจ ไม่พูดแทรก
- ปรึกษาแพทย์หรือผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับวิธีรับมือกับพฤติกรรม
- หาวิธีผ่อนคลาย และทำกิจกรรมร่วมกับบุตรหลานของคุณ

เพราะการป้องกันคือการรักษาที่ดีที่สุด เริ่มต้นป้องกันดูแลสุขภาพกันตั้งแต่วันนี้ เพื่อสุขภาพที่ดีและยั่งยืน

ที่มา : <https://www.bdmswellness.com/knowledge/mental-health-in-child>



บางจากฯ มอวินโนห์สนับสนุน
โครงการ BKK Food Bank
ส่งต่ออาหารและของใช้จำเป็น
ในพื้นที่เขตพระโขนง



บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน) ส่งมอบรถจักรยานยนต์ไฟฟ้าวินโนห์แก๊ว นางสายทิพย์ สุคนธ์มณี ผู้อำนวยการเขตพระโขนง เพื่อใช้ปฏิบัติการกิจในโครงการ BKK Food Bank ของสำนักงานเขตฯ ส่งมอบอาหารส่วนเกินให้แก่ประชาชนกลุ่มเปราะบาง โดยเฉพาะผู้สูงอายุและผู้ป่วยติดเตียงภายในพื้นที่เขตพระโขนงที่ไม่สามารถเดินทางมารับ

ได้ด้วยตนเอง ช่วยลดภาวะการสูญเสียอาหารและของเสียที่ไม่ได้บริโภค รวมถึงอาหารและของใช้จำเป็นที่รับบริจาคมาจากภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และวัดในพื้นที่ตามนโยบายพัฒนาดันแบบ BKK Food Bank ของกรุงเทพมหานคร และยังเป็นการส่งเสริมการใช้พลังงานสะอาด รักษาสิ่งแวดล้อมด้วยจักรยานยนต์ไฟฟ้าวินโนห์



“สิทธิเด็ก” เรื่องสำคัญที่ทุกคนควรรู้

“เด็ก” คือบุคคลที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี (เว้นแต่กฎหมายของประเทศจะกำหนดไว้เป็นอย่างอื่น) เป็นกลุ่มที่มีความเปราะบางและต้องการการปกป้องเป็นพิเศษ แต่ในปัจจุบันยังคงมีเด็กจำนวนมากที่ถูกละเลย ขาดโอกาสไม่ได้รับสิทธิขั้นพื้นฐาน ถูกจำกัดสิทธิและเสรีภาพในการแสดงออก และเด็กจำนวนมากไม่น้อยต้องอยู่กับการใช้ความรุนแรง ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นปัญหาระดับชาติที่ทุกประเทศทั่วโลกให้ความสนใจ จนในปี 2532 มีการจัดทำ “อนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก” (UN Convention on the Rights of the Child: CRC) ขึ้น โดยอนุสัญญาดังกล่าวได้ระบุสิทธิขั้นพื้นฐานที่เด็กทุกคนพึงได้รับ 4 ประการ ดังนี้

1. สิทธิที่จะมีชีวิตรอด (Right of Survival)

เด็กที่เกิดมาทุกคนสิทธิในการอยู่รอดปลอดภัยตั้งแต่เมื่อคลอด มีสิทธิที่จะได้รับการจดทะเบียนเกิด มีสิทธิที่จะมีชื่อ ได้สัญชาติ และได้รับการเลี้ยงดูจากบิดามารดาของตน รวมทั้งได้รับการปกป้องคุ้มครองอย่างเหมาะสม โดยรัฐมีหน้าที่คอยประกันสิทธิต่างๆ ทั้งทางด้านสาธารณสุขที่ได้มาตรฐาน อาหารที่ถูกสุขลักษณะตามหลักโภชนาการ สิ่งแวดล้อมที่เอื้ออำนวยต่อการเจริญเติบโตทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และสติปัญญา เพื่อให้เด็กได้เติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป

2. สิทธิที่จะได้รับการปกป้องคุ้มครอง (Right of Protection)

สิทธิที่จะได้รับการปกป้องคุ้มครองจากการล่วงละเมิดและการทารุณกรรมทุกรูปแบบทั้งด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงการให้แรงงานเด็กผิดกฎหมายเพื่อแสวงหาผลประโยชน์ การใช้สารเสพติด และการค้ามนุษย์ โดยรัฐต้องคอยคุ้มครองเด็กให้รอดพ้นจากการแสวงหาผลประโยชน์ของบุคคลหรือองค์กรต่างๆ ที่จะกระทำต่อเด็ก

3. สิทธิที่จะได้รับการพัฒนา (Right of Development)

สิทธิที่จะได้รับการสนับสนุนด้านการศึกษาตามมาตรฐานทุกรูปแบบ การส่งเสริมพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ รวมถึงโอกาสในการเติบโต และสามารถพึ่งพาตนเองได้ โดยรัฐต้องส่งเสริมให้เด็กได้รับการศึกษาภาคบังคับอย่างเท่าเทียมกัน

4. สิทธิที่จะมีส่วนร่วม (Right of Participation)

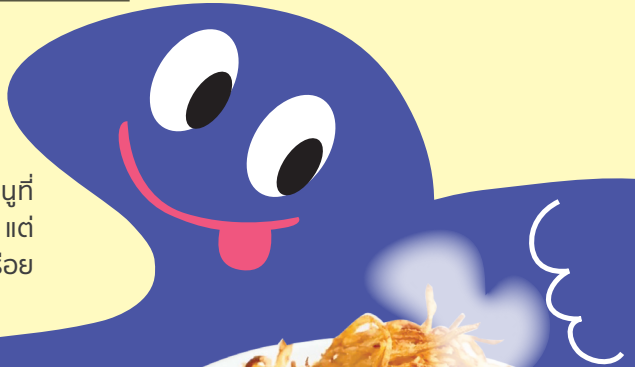
สิทธิที่จะมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นได้อย่างเสรี การได้รับข้อมูลข่าวสาร การแสดงออกทั้งในด้านความคิดและการกระทำ รวมถึงการตัดสินใจที่มีผลกระทบต่ออนาคตของตนเอง ซึ่งรัฐก็มีหน้าที่ในการคุ้มครองและเอื้ออำนวยต่อการแสดงออกของเด็ก

สิทธิดังกล่าวข้างต้นเป็นสิทธิที่เด็กทุกคนควรได้รับอย่างไม่เลือกปฏิบัติ ดังนั้น เราในฐานะผู้ใหญ่จึงควรตระหนักถึง “สิทธิเด็ก” เป็นสำคัญและถือเป็นประโยชน์สูงสุดของเด็กเป็นที่ตั้ง ซึ่งการคุ้มครองและส่งเสริมสิทธิเด็กไม่เพียงแต่เป็นการปกป้องเด็กในปัจจุบัน แต่ยังเป็นการลงทุนในอนาคตของสังคมด้วย



มันฝรั่งทอด...เบรกแตก!!!

ถ้าพูดถึงเมนูสำหรับช่วงเทศกาลปาร์ตี้ หนึ่งในเมนูที่
ถูกใจคนทุกเพศทุกวัยที่พลาดไม่ได้ก็คือ “มันฝรั่งทอด” แต่
วันนี้จะขอแนะนำมันฝรั่งทอดใหม่ รับรองว่ากรอบ อร่อย
เคี้ยวเพลิน ใครกินก็เบรกไม่อยู่แล้วแน่นอนค่ะ



ส่วนผสม

- มันฝรั่ง
- น้ำมันพืช
- แป้งทอดกรอบ
- เกลือหรือผงคลอโรรชาติตามชอบ

3



วิธีทำ

- 1 ล้างมันฝรั่งให้สะอาด ปอกเปลือก
และหั่นซอยให้เป็นเส้นยาวเล็กๆ
- 2 นำมันฝรั่งที่หั่นแล้วมาแช่ในน้ำที่ผสม
เกลือ ทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที
- 3 นำมันฝรั่งขึ้นพักให้แห้งสะเด็ดน้ำ
แล้วนำไปคลุกกับแป้งทอดกรอบให้ทั่ว



- 4 นำมันฝรั่งไปทอดในน้ำมันร้อน
ใช้ไฟกลาง
- 5 ทอดจนเหลืองกรอบ นำขึ้นจากเตา
พักให้แห้งสะเด็ดน้ำมัน
- 6 โรยเกลือหรือผงคลอโรรชาติต่างๆ
ตามชอบ
- 7 เสิร์ฟพร้อมซอสตามชอบ





1 Day Trip

ย้อนวัยเด็กที่...บางแสน

“วัยเด็กแห่งชาติ” ไม่ใช่เป็นเพียงแค่วันของเด็กๆ เท่านั้น แต่เป็นอีกหนึ่งวันที่จะทำให้เราได้ย้อนกลับไปคิดถึงวัยเด็กของเราเองที่ได้ใช้เวลาไปกับครอบครัว เพื่อน หรือคนที่เรารักอย่างอบอุ่น สนุกสนาน และมีความสุขเหมือนกับเด็กๆ ในตอนนี้



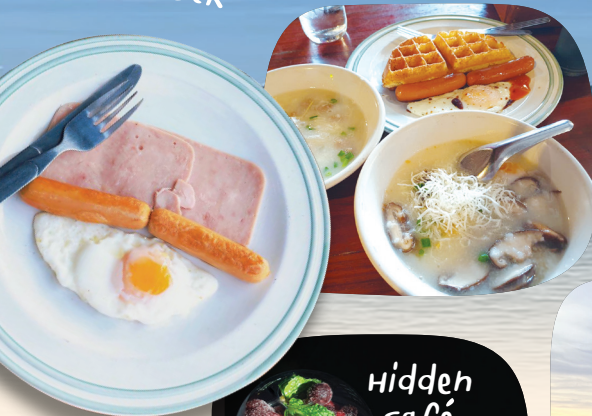
อยากพาทุกคนย้อนไปวัยเด็กกับกิจกรรม 1 Day Trip ที่บางแสน เมืองชลบุรี นี้เอง ซึ่งใช้เวลาขับรถแค่ชั่วโมงเศษๆ หรือใช้บริการขนส่งสาธารณะได้เช่นเดียวกัน และไม่จำเป็นต้องพาเด็กๆ เท่านั้น แต่มาได้ทุกวันโดยเฉพาะช่วงฤดูหนาว เป็นช่วงที่น้ำทะเลบางแสนจะมีความใสสะอาดและอากาศดีสุดๆ ตอนเช้าได้มาเดินเล่นรับลมทะเลเย็นๆ ชมวิวทะเลแสนสวยจะช่วยให้เรามีวันที่สดใสและสดชื่นขึ้นได้

วันดี ๆ ต้องเริ่มด้วยการได้รับประทานอาหารรสชาติดี ขอแนะนำร้าน 6 o'clock ร้านอาหารเช้าบรรยากาศดี ใกล้ชายหาดบางแสน พักต่ออยู่บริเวณเวียงแหลมแท่น ซึ่งมีเมนูอาหารเช้าให้ได้เลือกสรรอย่างหลากหลาย รวมทั้งเมนูเครื่องดื่ม

อีกมากมายเช่นกัน โดยทางร้านมีเมนูแนะนำอย่าง โจ๊กไข่กระทะ รวมไปถึงแพนเค้กและวาฟเฟิลน้ำผึ้งหอมๆ ซึ่งเป็นเมนูยอดนิยมของทางร้าน

เมื่อเติมพลังเรียบร้อยแล้ว ก็ถึงเวลาที่เราจะได้ออกไปท่องโลกใต้ทะเลกันที่พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำบางแสนหรือสถาบันวิทยาศาสตร์ทางทะเล มหาวิทยาลัยบูรพา ซึ่งเป็นแหล่งรวมสัตว์น้ำและระบบนิเวศทางทะเลมาจัดแสดงให้ได้ชมกันอย่างเพลิดเพลิน ภายในมีการจำลองระบบนิเวศทางทะเลที่หลากหลาย รวมไปถึงน้องสัตว์ทะเลแสนน่ารัก และจุดไฮไลต์ที่ดึงดูดความสนใจทั้งวัยเด็กและผู้ใหญ่อย่างจุดแสดงแมงกะพรุนที่นำเอาแสงสีเข้ามาช่วยสร้างความสวยงามเหมือน

6 o'clock



ก๋วยเตี๋ยว
หน้ามัน



เจ้าแมงกะพรุนนี้สามารถเรืองแสงได้เอง เป็นเหมือนงานศิลปะ แสงสีรวมเข้ากับความพลิ้วไหวของแมงกะพรุน สร้างสรรค์ออกมาเป็นผลงานศิลปะที่น่าหลงใหลไปอีกแบบ

หลังจากชมโลกใต้ทะเลกันอย่างเต็มอิ่มแล้ว เรามาเติมพลังด้วยเมนูก๋วยเตี๋ยวจากร้านดัง “ก๋วยเตี๋ยวน้ำมัน” โดยเมนูเด็ดประจำร้านได้แก่ ก๋วยเตี๋ยวลูกเงาะ และก๋วยเตี๋ยวมั้ย่าง ด้วยรสชาติที่อร่อยเป็นเอกลักษณ์และราคาเป็นมิตร ร้านก๋วยเตี๋ยวน้ำมันจึงได้รับความนิยมทั้งนักท่องเที่ยวและคนในพื้นที่เลยทีเดียว



พิพิธภัณฑ์สัตว์น้ำ




หากมาบางแสนแล้วไม่แวะคาเฟ่ริมทะเล อาจจะไม่ถึงบางแสนก็ได้นะครึบ...ฮาๆ ดังนั้น จึงขอแนะนำ Hidden Lab Café ที่ตั้งอยู่บนเขาสามมุก มีวิวทะเลแบบ 180 องศา นอกจากวิวทะเลสวยแล้วยังมีเมนูอาหาร ของหวาน และเครื่องดื่มให้ท่านได้ลิ้มลอง พร้อมไปกับการชมพระอาทิตย์ตกได้อย่างดีเลยทีเดียว ที่นี่เขายังอนุญาตให้เด็กๆ สามารถเล่นน้ำทะเลริมหาดได้อีกด้วย ไม่ต้องกลัวเลยว่าเด็กๆ จะเบื่อ เพราะนอกจากน้ำทะเลจะน่าเล่นแล้วยังมีเมนูของหวานพร้อมเสิร์ฟอีกด้วย



บางแสนยังมีกิจกรรมอีกมากมายที่รอให้คุณได้มาสัมผัสความคุ้มค่า ทั้งวิวแสนสวย อาหารรสเลิศ กิจกรรมหลากหลาย หากมีโอกาส อยากเชิญชวนให้มาพักผ่อนพร้อมกับครอบครัวและคนที่ท่านรัก ณ ที่แห่งนี้

ที่มา : ก๋วยเตี๋ยวน้ำมัน : Namonoodlefan | Facebook
<https://www.yotireview.com/restaurant/view/9963>

สนามเด็กเล่น  โดย พี่กวาง

ใกล้ถึงวันเด็กแห่งชาติแล้ว

อยากทราบว่าสมาชิกจุลสารฯ จะพาลูกๆ หลานๆ ไปเที่ยวหรือร่วมกิจกรรมวันเด็กที่ไหนกันบ้าง ส่งคำตอบมาบอกพี่กวางกันเยอะๆ นะคะ

ร่วมสนุกได้ที่

<https://forms.gle/dcpH96YPMiaoxVMV7>



ผู้ที่ร่วมสนุก

จะถูกสุ่มรายชื่อเพื่อรับ

พัดลมบางจาก

จำนวน 15 รางวัล

หมดเขต

ส่งคำตอบร่วมสนุก

วันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2568

HAPPY
Children's
Day



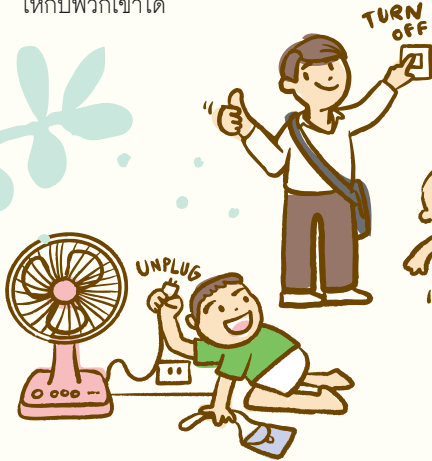
เด็กเอ๋ย เด็กดี ต้องมีหน้าที่ดูแลโลกกัน



สวัสดิ์ค่ะผู้อ่านทุกท่าน บ้านไหนมีเด็กๆ คอลัมน์เพื่อโลกสวยวันนี้จะแนะนำ 5 วิธี ปฏิบัติด้านกรักษ์สิ่งแวดล้อมที่เด็กๆ ก็ทำได้มาฝากกันค่ะ

1. มอบหมายการเป็น “ผู้ควบคุมไฟ” ในบ้าน

เด็กๆ ขอบการได้รับมอบหมายหน้าที่เท่าๆ ค่ะ ลองแต่งตั้งเจ้าตัวเล็กให้เป็นคนสอดส่องการปิดไฟ หรือเครื่องใช้ไฟฟ้าที่ไม่ได้ใช้งาน ทุกครั้งก่อนออกจากบ้าน โดยมีผู้ใหญ่คอยชื่นชมความภูมิใจนั้นจะค่อยๆ สร้างจิตสำนึกในการประหยัดพลังงานให้กับพวกเขาได้



2. ทำให้การรีไซเคิลเป็นเรื่องสนุกใกล้ตัว

การจัดของเป็นหมวดหมู่ให้เข้าพวกเป็นการเสริมสร้างพัฒนาการที่สำคัญ เราสามารถทำให้การแยกขยะเป็นเกมให้เด็กได้เล่นสนุกและเรียนรู้ไปพร้อมกันได้ กำหนดมุมในบ้านให้มีถังหรือตะกร้าน่ารักที่มีสีสันหรือภาพแบ่งประเภทชัดเจน เช่น กระดาษ แก้ว พลาสติก หรือกล่องนม ให้เด็กได้นำวัสดุไม่ใช้แล้วที่รีไซเคิลได้มาใส่แยกตามประเภท เมื่อเต็มแล้วนำไปขายหรือส่งตามจุดรับวัสดุรีไซเคิลด้วยกัน ถือเป็นกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อการสร้างนิสัยพฤติกรรมกรรีไซเคิลอย่างค่อยเป็นค่อยไป



3. อย่าให้ “พลาสติก” เป็นของใช้ทั่วไป

หลายคนเคยชินกับการใช้พลาสติกในชีวิตประจำวัน ไม่ว่าจะเป็นถุงหูหิ้ว หลอด แก้วน้ำ จนลืมไปว่าเราสามารถใช้อย่างอื่นแทนหรือไม่ใช้ก็ได้ ดังนั้น ผู้ใหญ่อย่างเรามาช่วยกันส่งต่อความเคยชินใหม่ให้กับเด็กๆ ดีกว่าค่ะ เช่น ดื่มน้ำจากแก้ว โดยไม่ต้องใช้หลอด นำถุงผ้าติดกระเป๋ามาใช้เสมอ เมื่อซื้อของก็ใส่ถุงที่เตรียมมา ให้เด็กๆ คำนึงกับการใช้ชีวิตโดยไม่พึ่งพา Single-use Plastic



4. ใช้กระดาษ 2 ด้าน

การสอนลูกว่ากระดาษนั้นมี 2 ด้าน และให้เขาใช้กระดาษทั้ง 2 ด้านก่อนที่จะเริ่มวาดบนกระดาษแผ่นใหม่ หรือนำกระดาษที่ใช้แล้ว 1 หน้า มาให้ใช้ต่อหน้าที่ 2 แค่นี้ก็ช่วยลดปริมาณการใช้กระดาษได้เท่าตัว แถมเด็กๆ ยังได้รู้จักการใช้สิ่งของให้คุ้มค่าอีกด้วย

5. ไปเล่นข้างนอกกันเถอะ

เราควรสนับสนุนให้เด็กๆ ไปวิ่งเล่นนอกบ้านแทนที่จะอยู่กับหน้าจอในห้องแอร์ นอกจากเด็กจะได้เล่นสนุกและออกกำลังกายแล้ว ยังเปิดโลกทัศน์ให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์กับโลกแห่งความเป็นจริง อุดหนุนภูมิของโลก ต้นไม้ใบหญ้าแถวบ้าน แหล่งน้ำใกล้บ้านมีปลาอะไรบ้าง การได้สัมผัสธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมจะทำให้เด็กคุ้นเคยผูกพันและพัฒนาไปสู่ความรู้สึกอยากรักษาสีงเหล่านี้ไว้



แม้เป็นเด็กในวัยที่อาจจะทำอะไรไม่ได้มาก แต่การปลูกฝังเด็กๆ ตั้งแต่ยังเล็กนี้แหละ จะเป็นการสร้างทรัพยากรที่มีค่า เพื่อให้เด็กในวันนี้เป็นผู้ใหญ่ที่ช่วยกันดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมต่อไป



เจอลยเกม ฉบบที่ 117

กีฬาที่สมาชิกรจุลสารฯ ร่วมส่งคำตอบมากที่สุด ได้แก่



- | | | | |
|--------------|-----------|------------|---------------|
| 1. แบดมินตัน | 2. ปิงปอง | 3. ว่ายน้ำ | 4. วอลเลย์บอล |
| 5. ริ่ง | 6. ฟุตบอล | 7. เทนนิส | 8. บาสเก็ตบอล |
| 9. เปตอง | 10. โยคะ | | |

- | | | |
|-----------------------------|---------------------------|----------------------------------|
| 1. คุณกนก รัตนะเศษฐี | 6. คุณณัฐดนัย เขาว์ชะตา | 11. คุณวาทีต ศุภนรวัฒน์ |
| 2. คุณกนกฤทัย บุญกิตติพร | 7. คุณธนาทิพย์ บุญบานเย็น | 12. คุณสุภาภรณ์ พุทธิชาติไพโรจน์ |
| 3. คุณจักรกฤษณ์ วิเศษจั้ง | 8. คุณนารี เลิศวรรณพงษ์ | 13. คุณอลิสสา พัฒนวร |
| 4. คุณจันทราภรณ์ ธนาวุฒิกกร | 9. คุณภัทรรกร พนมเนตรกุล | 14. คุณอัจฉรา ตนะวีไล |
| 5. คุณชญาดา สมบูรณ์ | 10. คุณวราภา เบลลาวอน | 15. คุณอิสริยย์ พิพัชรพรกุล |

ผู้โชคดี
(จากการสุ่ม) ที่ได้รับ
กระบอกน้ำรักยโลก
บางจาก
จำนวน 15 รางวัล



เริ่มจัดส่งของรางวัลวันที่ 15 มกราคม 2568



โครงการครอบครัวเดียวกัน

เดือนมกราคม - มีนาคม 2568

กิจกรรมบางจาก

ขอส่งมอบ
ไฟฉายบางจาก
ให้กับสมาชิก
จุลสารครอบครัวใบไม้
จำนวน 1 กระบอก



รับสมัคร
ทาง QR Code



จำนวนรับ → 335 สิทธิ์

วันจันทร์ที่ 20 มกราคม 2568 เวลา 09.00 น. เป็นต้นไป
* หากผู้สมัครเต็มจำนวน Link จะปิดไม่สามารถกรอกข้อมูลได้

รับสมัคร
ทางโทรศัพท์



06-4826-5844

จำนวนรับ → 15 สิทธิ์

วันอังคารที่ 21 มกราคม 2568 (เฉพาะเวลา 09.00-16.00 น. ในวันทำการ)

* ขอความกรุณาโทรสมัครตามวัน-เวลาและหมายเลขโทรศัพท์ที่แจ้งไว้เท่านั้น
หากมีผู้สมัครเต็มจำนวน โทรศัพท์จะปิดเครื่องถือเป็นการปิดรับสมัคร

ตรวจสอบรายชื่อผู้ได้รับสิทธิ์

ในวันจันทร์ที่ 3 กุมภาพันธ์ 2568 ตาม QR Code
และเริ่มจัดส่งไฟฉายให้ท่านที่ได้รับสิทธิ์ (จัดส่งแบบลงทะเบียน)
ในวันอังคารที่ 4 กุมภาพันธ์ 2568 เป็นต้นไป



เงื่อนไขการสมัครกิจกรรม



1. ต้องเป็นสมาชิกจุลสารครอบครัวใบไม้บางจากเท่านั้น
2. หมายเลขสมาชิกที่สมัครต้องตรงกับชื่อในฐานข้อมูลฯ
3. ขอสงวนสิทธิ์ 1 หมายเลขสมาชิก รับไฟฉาย 1 กระบอก
4. รับสิทธิ์ตามลำดับการสมัครและข้อมูลต้องถูกต้องตามเงื่อนไข
5. เมื่อประกาศผลแล้วถือเป็นที่สุด ยืนยันตามรายชื่อที่ได้รับสิทธิ์เท่านั้น



หมายเหตุ : ข้อมูลในการลงทะเบียนกิจกรรมในครั้งนี้จะนำไปใช้ในการประเมินผลกิจกรรมของบริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับจุลสาร สมาชิกสมาชิก เปลี่ยนที่อยู่ หรือกิจกรรม โทร. 0-2335-4102, e-mail : thanyalak@bangchak.co.th
ในวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 09.00-16.00 น. โครงการครอบครัวเดียวกัน ส่วนกิจการสัมพันธ์ บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

อัปเดตข่าวสารและกิจกรรมดีๆ ได้ที่ www.bangchak.co.th/ข่าวสารและกิจกรรม/จุลสารครอบครัวใบไม้



บริษัท บางจาก คอร์ปอเรชั่น จำกัด (มหาชน)

210 ถนนสุขุมวิท 64 แขวงพระโขนงใต้
เขตพระโขนง กรุงเทพฯ 10260

เรียน

ท่านเจ้าของบ้าน