



จุลสาร ส่วนพฤษภาคมศาสตร์โรงเรียน

ก.07-214

ฉบับที่ 1 ปีที่ 20

มกราคม-กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558

ISSN - 1685-7771



๑๐๐ พรรษา เจาฟานกอนรักษ์



โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

www.rspg.or.th

ถ้อยแถลง...

ต้อนรับปีใหม่กับสมาชิกทุกท่านค่ะ...
พร้อมแล้วหรือยังสำหรับการต้อนรับ
AEC ในปี 2558 นี้... ท่านใดมีเรื่องราว
น่าสนใจก็บอกผ่านมายังเราได้นะคะ...
ฉบับนี้ก็มีสาระน่ารู้ พร้อมกับข่าวคราว
สมาชิกใหม่ มาเสนอให้ได้ติดตามกันอยู่
ตลอด ทั้งพืชพรรณน่ารู้ อย่างพืชผาง
หรือเรื่องราวจากเห็ดก็ยังมีน่าสนใจเช่น
เคย เรื่องอื่นๆ ก็น่าติดตาม แล้วพบกัน
ฉบับหน้า สวัสดีค่ะ

ในเล่ม

แนะนำโรงเรียนสมาชิก	2
ข่าวสมาชิก	3-4
ฐานทรัพยากรท้องถิ่น	5
Plants In Focus	6
สรรพมหาผาก	7
บทความจากผู้ทรงคุณวุฒิ	8-9
ETC etera	10-11
พืชพรรณน่ารู้ในบัญชียาหลักแห่งชาติ	12-13
องค์ความรู้และภูมิปัญญาจากฐานทรัพยากรท้องถิ่น	14
คุยสบายๆ กับที่ปรึกษา	15
พฤกษารรณศิลป์	16



โรงเรียนชลกันยานุกูล



โรงเรียนชลกันยานุกูล

สถานที่ตั้ง

ผู้บริหาร

ผู้ประสานงาน

ข้อมูลบุคลากร

สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา เขต 18
เปิดสอนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 – มัธยมศึกษาปีที่ 6
31 ถนนต๋านักน้ำ ตำบลบางปลาสร้อย อำเภอเมือง
จังหวัดชลบุรี 20000

โทรศัพท์ 0-3828-2559 โทรสาร 0-3827-7122

นางกมลพรรณ ทิพย์ไกรสรโชติ ตำแหน่งผู้อำนวยการโรงเรียน

ว่าที่ ร.ต. ศรีชาติ เพ็งอินทร์

ผู้บริหาร 5 คน ครู 190 คน ลูกจ้างประจำ 13 คน

นักเรียน 4,113 คน

ข้อคิดเห็นเกี่ยวกับการดำเนินงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน

โรงเรียนชลกันยานุกูล ได้เข้าร่วมเป็นสมาชิกสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เมื่อวันที่ 27 มกราคม 2557 ได้ดำเนินงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนอย่างต่อเนื่อง โดยใช้พืชศึกษาเชิงลึกคือ “บัวหลวง” บูรณาการสื่อการเรียนการสอนทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้ ทำให้เกิดความร่วมมือร่วมใจภายในโรงเรียน ผู้เรียนสามารถใช้สื่อกับธรรมชาติที่มีอยู่รอบตัวเพื่อค้นคว้าหาความรู้ด้วยตนเอง โดยครูจัดกิจกรรมการเรียนรู้บูรณาการ ก่อให้เกิดนวัตกรรมใหม่ๆ โรงเรียนมีบรรยากาศที่เอื้อต่อการเรียนรู้ ชุมชนเห็นความสำคัญของงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน จึงร่วมแบ่งปันความรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น โรงเรียนจึงเป็นแหล่งข้อมูลพืชพรรณและภูมิปัญญาท้องถิ่น จึงส่งผลให้ผู้เรียน ครู ชุมชนมีจิตใจอ่อนโยน เห็นคุณค่าและรู้ค่า ทำให้เกิดความรักในพืชพรรณไม้ ไม่คิดทำลาย มีแนวคิดที่จะอนุรักษ์สืบต่อไป



เมื่อวันที่ 12-13 ธันวาคม พ.ศ. 2557 โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.) ได้จัดการประชุมกลุ่มเชิงปฏิบัติการสมาชิกร่วมสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน (เป้าหมาย) ให้กับโรงเรียนสมาชิกร่วมสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน (เป้าหมาย) ได้แก่ โรงเรียนสมาชิกร่วมสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน (เป้าหมาย) ได้แก่ โรงเรียนวัดปทุมวนารามในพระราชูปถัมภ์ฯ เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร นำโดยนายอนุพงษ์ อินทปัญญา ที่ปรึกษาประสานงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่กิจกรรมสร้างจิตสำนึกในการอนุรักษ์พันธุกรรมพืช โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อทำความเข้าใจเกี่ยวกับการดำเนินงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน และแนวทางการดำเนินงานองค์ประกอบที่ 1 การจัดทำป้ายชื่อพรรณไม้ โดยมีการแบ่งบทปฏิบัติการออกเป็น 4 ฐาน ดังนี้

ฐานที่ 1 ศึกษาและบันทึกลักษณะทางพฤกษศาสตร์ (ก.7-003 หน้าปก - หน้า 8) และการวาดภาพทางพฤกษศาสตร์

ฐานที่ 2 การทำและติดป้ายรหัสประจำต้น การจัดทำผังแสดงตำแหน่งพรรณไม้เฉพาะพื้นที่ และการจัดทำผังพรรณไม้รวมทั้งโรงเรียน

ฐานที่ 3 การเก็บตัวอย่างพรรณไม้ จัดทำตัวอย่างพรรณไม้แห้ง ดอก เฉพาะส่วน และบันทึกภาพตัวอย่างพรรณไม้

ฐานที่ 4 การเปรียบเทียบข้อมูลที่สรุป (ก.7-003 หน้า 8) กับข้อมูลที่สืบค้นจากเอกสาร แล้วบันทึก ใน ก.7-003 หน้า 9-10 การจัดทำทะเบียนพรรณไม้ (ก.7-005) และการทำร่างป้ายชื่อพรรณไม้สมบูรณ์

สำหรับการดำเนินการประชุมกลุ่มเชิงปฏิบัติการฯ ในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากคณะครูโรงเรียนวัดปทุมวนารามฯ โรงเรียนวัดประหาระบือธรรม โรงเรียนไทยนิยมสงเคราะห์ และโรงเรียนคลองหนองใหญ่ ที่ให้ความอนุเคราะห์มาเป็นวิทยากรผู้ช่วย จำนวน 19 คน โดยครั้งนี้มีผู้เข้าร่วมการประชุมกลุ่มเชิงปฏิบัติการฯ ทั้งหมด 139 คน เป็นผู้บริหาร 16 คน ครู 104 คน



ภาพที่ 1 นายอนุพงษ์ อินทปัญญา และคณะครู
ร่วมประชุมเตรียมความพร้อมสำหรับการจัดประชุมฯ



ภาพที่ 2 นายสิทธิชัย ท้วมสกลธ์
ผู้อำนวยการเขตปทุมวัน ประธานในการกล่าวเปิด



ภาพที่ 3-4 นายอนุพงษ์ อินทปัญญา ที่ปรึกษาประสานงาน อพ.สธ. กล่าวที่มาและวัตถุประสงค์



ภาพที่ 5 บรรยายภาคในห้องประชุม



ภาพที่ 6 การบรรยายโดยวิทยากรผู้ช่วย



ภาพที่ 7 บรรยายภาคการปฏิบัติการในฐานการเรียนรู้



เรียบเรียงโดย ดร.ปิยรัชฎ์ ปริญาพงษ์ เจริญทรัพย์

พิธีสารนาโงย่าและแนวทางการดำเนินงาน สนองพระราชดำริในเรื่องฐานทรัพยากรท้องถิ่น ของ อพ.สธ.

จากที่ทาง อพ.สธ. ได้เชิญชวนและแนะนำให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ดำเนินการสมัครเข้ามาสนองพระราชดำรินโยบายพิเศษสนับสนุนการอนุรักษ์พันธุกรรมพืช หรือกิจกรรมที่ 8 ของ อพ.สธ. ปีที่ผ่านมาตัวเลขของการสมัครเข้ามาสนองพระราชดำริขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นรวมโดยประมาณ 200 แห่ง มีเลขที่สมาชิกแล้วประมาณร้อยละ 10 ที่เหลือกำลังจัดการเรื่องเอกสารในการสมัครให้ถูกต้อง การสมัครเข้ามาสนองพระราชดำริโดย อบต./เทศบาลตำบลต่าง ๆ นั้น การเตรียมเอกสารในการสมัครไม่ได้ยากอย่างที่ทางองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นกังวล เพราะทางอพ.สธ. มีแนวทางให้อย่างเป็นระบบ แต่สิ่งที่สำคัญคือความมุ่งมั่นและเห็นความสำคัญของการสำรวจและจัดทำฐานทรัพยากรท้องถิ่น เพราะข้อมูลจากการสำรวจและจัดทำฐานทรัพยากรท้องถิ่น คือกุญแจสำคัญในการวางแผนพัฒนาตำบลของตำบลนั้น ๆ เอง การวางแผนหรือแผนพัฒนาตำบลที่ทำนั้นจะมาจากข้อมูล ณ ปัจจุบันที่มีอยู่

นอกจากประโยชน์ที่จะช่วยในเรื่องการทำแผนพัฒนาตำบลแล้วสิ่งที่ดึงดูดและเป็นประโยชน์ที่ตามมาคือการได้ขึ้นทะเบียนทรัพยากรท้องถิ่นที่มีอยู่ โดยที่ตามแนวทางของอพ.สธ. ฐานทรัพยากรท้องถิ่นมี 3 ฐานทรัพยากรด้วยกันได้แก่ ทรัพยากรชีวภาพ (สิ่งมีชีวิตทุกชนิดเช่น พืช สัตว์ เห็ด รา จุลินทรีย์ เป็นต้น) ทรัพยากรกายภาพ (สิ่งที่ไม่มีชีวิตได้แก่ ดิน น้ำ แร่ ธาตุ อากาศ เป็นต้น) และทรัพยากรวัฒนธรรมและภูมิปัญญา (การเกษตรกรรม การแพทย์แผนไทย การหัตถกรรมจักสาน การสร้างบ้าน การทำอาหาร เป็นต้น) การที่ทาง อบต./เทศบาลตำบล ต่าง ๆ ได้ร่วมกันจัดทำทะเบียนของทรัพยากรเหล่านี้ ทำให้เกิดการบันทึกและขึ้นทะเบียนโดยอัตโนมัติ โดยที่ อพ.สธ. มีแบบสำหรับให้ทางตำบลได้ขึ้นทะเบียนทรัพยากรต่าง ๆ ดังกล่าวไว้ สิ่งนี้ช่วยตอบคำถามให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นว่า เตรียมพร้อมอะไรสำหรับการเข้าสู่ประชาคมอาเซียน โดยเฉพาะการเข้าสู่ประชาคมอาเซียนนั้นเป็นการเปิดประเทศไทยเพื่อการร่วมมือกันระหว่าง 10 ประเทศที่เป็นสมาชิก เมื่อเปิดประเทศไทยเพื่อนบ้านอีก 9 ประเทศก็เข้ามาในประเทศไทย นำเข้า ส่งออกสินค้า พืชพรรณ อาหาร ยารักษาโรค ทรัพยากรต่าง ๆ อย่างไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ถ้าเราได้เตรียมพร้อมตรงนี้อย่างน้อย ก็จะทำให้เกิดการแลกเปลี่ยนและการแบ่งปันอย่างยุติธรรมในอนาคต โดยเฉพาะตอนนี้พิธีสารนาโงย่า โดยที่พิธีสารนาโงย่า เป็นพิธีสารที่ว่าด้วยการเข้าถึงและแบ่งผลประโยชน์จากทรัพยากรพันธุกรรมของสิ่งมีชีวิต ไม่ว่าจะเป็นพืช สัตว์ หรือจุลินทรีย์ และเพื่อที่แต่ละประเทศที่ลงนามไปแล้วรวมถึงประเทศไทย ซึ่งได้ลงนามแสดงเจตนารมณ์ว่าจะมีส่วนร่วมในการดำเนินการให้มีการแบ่งปันผลประโยชน์ที่เกิดขึ้น จากการใช้ทรัพยากรพันธุกรรมให้กับผู้ที่เป็เจ้าของทรัพยากร ซึ่งพิธีสารฉบับนี้นอกจากจะครอบคลุมการใช้ทรัพยากรพันธุกรรมแล้ว หรือทรัพยากรชีวภาพ ไม่ว่าจะเป็น พืช สัตว์ จุลินทรีย์ และส่วนประกอบของสิ่งมีชีวิต ที่โดยทั่วไปจะมีการเข้าถึง เพื่อนำไปใช้ในกิจกรรมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาวิจัย พัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์ หรือใช้ในอุตสาหกรรมอาหาร การเกษตร ยา หรือเครื่องสำอางแล้ว ยังครอบคลุมไปถึงภูมิปัญญาท้องถิ่น หรือองค์ความรู้ในการนำทรัพยากรชีวภาพนั้นไปใช้ให้เกิดประโยชน์



ณ ปัจจุบัน ประเทศไทยและพิธีสารนาโงย่ามาถึงจุดที่ ประเทศไทยต้องให้สัตยาบัน (ratification) เนื่องจากพิธีสารนาโงย่ามีผลบังคับใช้โดยอัตโนมัติไปแล้ว (เมื่อมีประเทศสมาชิกต่าง ๆ ทั่วโลกที่เป็นภาคีของอนุสัญญาความหลากหลายทางชีวภาพ (CBD) ให้สัตยาบันครบ 50 ประเทศ) ถึงแม้ประเทศไทยที่เป็นสมาชิก CBD ที่ยังไม่ได้ให้สัตยาบันในพิธีสารนี้ ก็ต้องรีบดำเนินการออก กฎหมายและข้อตกลงต่าง ๆ โดยเร่งด่วนเพราะพิธีสารนาโงย่ามีผลบังคับใช้แล้วตั้งแต่วันที่ 17 ตุลาคม 2557 ในการประชุมครั้งที่ 12 ของสมาชิก CBD (Convention on Biological Diversity) ที่เมือง Pyeongchang, ประเทศเกาหลีใต้

(มีต่อฉบับหน้าค่ะ)



ปิยรัชฎ์ ปริญญางษ์ เจริญทรัพย์
โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืช
อันเนื่องมาจากพระราชดำริ
สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ
สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)



ช่วงอากาศเย็น ไม้ดอกไม้ประดับที่นำเข้ามาจากต่างประเทศจะออกดอกงามตระการตา มีสีสันสวยงาม ทำให้ชาวไทยนิยมขึ้นไปเที่ยวทางภาคเหนือ และไปชื่นชมดอกไม้มานานาพรรณ หนึ่งในนั้นคือดอกพิกุเนีย ซึ่งเป็นพืชในตระกูล Solanaceae ถิ่นกำเนิดอยู่ในแถบประเทศอเมริกาใต้ ชื่อสามัญเรียกว่า Petunia มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Petunia hybrida* E.Vilm. ลำต้นเป็นไม้เนื้ออ่อน มีพุ่มเตี้ยค่อนข้างเลื้อย สูงประมาณ 30 เซนติเมตร ใบคล้ายใบยาสูบ แต่มีขนาดเล็กกว่า ใบกว้างประมาณ 5 เซนติเมตร ยาวประมาณ 8-10 เซนติเมตร ลักษณะใบเป็นรูปไข่ ปลายใบแหลม ขอบใบเรียบ ทั้งหน้าใบและหลังใบมีขนอยู่ทั่วไป ดอกเป็นดอกเดี่ยว มีรูปร่างเป็นรูปกรวย คอดอกยาว กลีบดอกและกลีบเลี้ยงมี 5 แฉก มีเกสรตัวผู้ 5 อัน มีทั้งชนิดดอกชั้นเดียว และดอกซ้อน ดอกออกที่ยอดตามส่วนข้างของลำต้น สีของกลีบดอกมีหลายเฉด ตั้งแต่ ขาว แดง ชมพู ม่วง ดำ หรือมีสีสลับในดอกเดียวกัน มีชื่อเรียกในแต่ละโทนสีของพิกุเนีย เช่น ดำเข้ม เรียกว่า black magic หรือโทนสีชมพูจะเรียกว่า sakura sakura

พิกุเนีย เป็นพรรณไม้ที่นำเข้ามาเพื่อเป็นไม้ดอกไม้ประดับโดยเฉพาะ ในช่วงแรกที่นำเข้ามาปลูกในประเทศไทยมักจะเจริญเติบโตออกดอกได้ดีในที่อากาศเย็น แต่ต้นกำเนิดของพิกุเนียอยู่ในเขตร้อนชื้นแถบอเมริกาใต้ ซึ่งมีสภาพแวดล้อมไม่ต่างกับประเทศไทยมากนัก ซึ่งทำให้ผู้ที่สนใจปลูกพิกุเนีย มีการทดลองและพัฒนาพันธุ์จากการเพาะเมล็ดเป็นหลัก และผสมข้ามสายพันธุ์กันไปมา โดยนำเมล็ดพันธุ์มาจากต่างประเทศและเพาะพันธุ์ในบ้านเรา ภายใต้สภาพแวดล้อมที่เป็นอย่างทุกวันนี้ ตอนนี้พิกุเนียในบ้านเราก็ดูปรับตัวได้ดีสามารถออกดอกได้แม้แต่ในฤดูร้อน มีหลายสีหลายแบบ จัดทรงการปลูกออกมามากลายเป็นไม้ดอกไม้ประดับและมีสีสัน สวยงาม กลายเป็นได้สายพันธุ์ที่ทนร้อนและฝนได้ดีในบางสายพันธุ์ และสามารถออกดอกได้ดีในสภาพบรรยากาศบ้านเรา พิกุเนียจึงกลายเป็นไม้ประดับที่ปลูกได้ทุกฤดูกาล มีทั้งปลูกในกระถาง ปลูกลงดินทำทรงพุ่ม หรือปลูกเป็นไม้แขวนประดับตามระเบียงบ้าน สถานที่ทำงาน รีสอร์ท และสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ ได้สวยงามมาก เรื่องแดดและฝนแทบไม่เป็นอุปสรรคต่อการเจริญเติบโต การผสมข้ามสายพันธุ์ของพิกุเนีย นอกจากทำให้ทนทานต่อดินฟ้าอากาศในประเทศไทยแล้ว ยังทำให้เกิดความหลากหลายของสีของพิกุเนียมากขึ้น มีทั้งสีเดียว สีเดียวแต่มีเฉดสีไล่ระดับ สองสีในดอกเดียวกัน และตำแหน่งของสีที่อยู่บนกลีบดอกเฉพาะที่ที่แตกต่างกันอย่างสวยงามน่าชื่นชม และในโทนสีนั้นก็จะมีโทนสีม่วงสวยงาม โดยที่สีม่วงเป็นสีประจำพระองค์ของสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ทางโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.) ร่วมกับมูลนิธิอนุรักษ์พันธุกรรมพืชสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (มูลนิธิ อพ.สธ.) จึงได้มีโครงการเพื่อเฉลิมพระเกียรติเนื่องในวโรกาสที่สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ทรงมีพระชนมายุ 60 พรรษา ดำเนินโครงการผลิตต้นพิกุเนียสีม่วง ที่สามารถออกดอกได้ในสภาพเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ จัดจำหน่ายเพื่อมอบเป็นของขวัญและของที่ระลึก ให้ประชาชนมาสนับสนุนเพื่อเป็นเจ้าของพิกุเนีย สามารถสั่งจองและรับพิกุเนียพร้อมดอกที่อยู่ในขวดเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ เริ่มตั้งแต่วันที่ 4 ธันวาคม 2557 จนถึง 30 มิถุนายน 2558 ในราคาขวดละ 160 บาท รายได้หลังจากหักค่าใช้จ่ายในการดำเนินการ สมทบทุนเข้า มูลนิธิ อพ.สธ. และในขณะเดียวกันก็ยังขยายพันธุ์ “ม่วงเทพรัตน์” ซึ่งเป็นพรรณไม้ที่ได้รับพระราชทานนามจากสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในขวดเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อพืชที่สามารถออกดอกได้งดงามเช่นเดียวกัน เพื่อให้ประชาชนได้เข้ามาสนับสนุนเพื่อใช้เป็นของขวัญมอบให้กันในช่วงเทศกาลต่าง ๆ และพรรณไม้ทั้งม่วงเทพรัตน์ และพิกุเนีย สามารถนำออกปลูกลงดินได้จากการย้ายจากขวดเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อที่ได้รับไป แต่ควรย้ายปลูกลงดินในช่วงอากาศเย็น ๆ (มกราคม-กุมภาพันธ์) และขึ้นอยู่กับฝีมือของผู้ย้ายปลูก แต่ถ้าใช้เมล็ดขยายพันธุ์ก็จะใช้ฝัมน้อยกว่าการปลูกจากการเพาะเลี้ยงเนื้อเยื่อ



สรรหามาฝาก

“เค้กชาเขียวมัทฉะ”



สวัสดีปีใหม่ค่ะ ต้นปีนี้อากาศเย็นมากเลยนะคะ ทำให้ทุกคนได้สัมผัสไอหนาวกันถ้วนหน้าค่ะ ฉบับนี้สรรหามาฝาก สรรหาเค้กอร่อยๆ ที่ทำง่าย ๆ มาฝากสมาชิกค่ะ “เค้กชาเขียวมัทฉะ” เป็นเค้กชาเขียวจากหม้อหุงข้าว สำหรับสมาชิกที่ไม่มีเตาอบที่บ้าน ก็พอจะอวดฝีมือทำเค้กไว้ทานกับนม ชา กาแฟ ตอนเช้าๆ ได้บ้าง ชวนคนในครอบครัวมาทำเค้กรับประทานกันนะคะ

ส่วนผสม

1. แป้งแพนเค้ก 300 กรัม
 2. นมสด 1 ถ้วย
 3. ไข่ไก่ 2 ฟอง
 4. ผงชาเขียวมัทฉะ 1.5 ช้อนโต๊ะ
- อัตราส่วนสำหรับหม้อหุงข้าวขนาดเล็กความจุสูงสุด 540 มิลลิลิตร (ควรเป็นหม้อเทพล่อน)

วิธีทำ

1. เทแป้งแพนเค้กลงไปในหม้อหุงข้าว
2. ใส่ผงชาเขียวมัทฉะ และผสมให้เข้ากัน
3. ตีไข่ไก่ลงชามผสม 2 ฟอง และใส่นม 1 ถ้วยลงไป ตีพอเข้ากันไม่ต้องตีให้ไข่ฟู
4. เทส่วนผสมลงไปในหม้อหุงข้าว กวนเบาๆ ให้แป้งและนมเข้ากันเป็นเนื้อเดียว แล้วก็ตั้งไฟเหมือนกับการหุงข้าวปกติ จะใช้เวลา 45 นาที แล้วเปิดดูถ้ายังไม่สุกดีก็หุงต่อไปเรื่อยๆ คอยเช็คอยู่ตลอดเวลาสุกหรือยังระวังไหม้ด้วย
5. ได้ออกมาแล้วเค้กชาเขียว ครว้าหม้อลงบนจาน



ชื่อทั่วไป : ชาเขียว

ชื่อทางวิทยาศาสตร์ : *Camellia sinensis*

ชื่อสามัญ : Tea plant

ส่วนที่ใช้ : ใบ ลำต้น ดอกตูมหรือยอด ชาที่นิยมดื่มในปัจจุบันแบ่งได้เป็น 3 ชนิด ใหญ่ ๆ ชาดำ (black tea) ชาอู่หลง (oolong) ชาเขียว (green tea)



มัทฉะ (Matcha)

หมายถึงใบชาญี่ปุ่นชั้นดีที่บดละเอียด ได้จากการปลูกอยู่ในที่ร่ม หลังจากใบชาเริ่มแตกยอด จะไม่ให้ยอดใบชาถูกแสงแดด ทำให้ชะลอการเติบโตของใบชา เป็นผลทำให้ใบชาที่มีสีเขียวเข้มขึ้น มีการสร้างกรดอะมิโนซึ่งทำให้ใบชามีรสหวานขึ้น แล้วเลือกเก็บเกี่ยวเฉพาะใบชาที่ดีที่สุดด้วยมือ ใบชา ที่ไม่ม้วนงอ แผ่ออกเป็นใบ ก็จะนำไปอบ แล้วปั่นเป็นผง ซึ่งจะเรียกชาส่วนนี้ว่า เทนฉะ (tencha) หลังจากนั้น นำไปบดให้เป็นผงละเอียดด้วยครกหิน จนมีลักษณะเป็นผงละเอียดคล้ายแป้ง มีสีเขียวอ่อน ๆ จึงจะเป็นชาที่เรียกว่า มัทฉะ มีรสชาติและ ความหอมเฉพาะตัว รสชาติของมัทฉะ จะเข้มข้น มีกลิ่นหอมกว่าชาเขียวทั่วไป สีเขียวขุ่น ไม่ใสเป็นผงของใบชา

Cr. รูปและข้อมูล : www.matichon.co.th , <http://food.mthai.com/food-recipe/91933.html>



กลิ่นในไมโครเวฟ หากเริ่มมีกลิ่นไม่ดี ให้หันมะนาวเป็นชิ้นบางๆ ใส่ลงในน้ำเดือดและตั้งทิ้งไว้ไว้ ไมโครเวฟ ปิดฝา รอจนไอน้ำระเหย ออกมา แล้วค่อยใช้ผ้าสะอาดเช็ด แค่นี้กลิ่นก็จะดีขึ้น





เรียบเรียงโดย จิตร สิริเมธี
ณัฏฐาดี ภูคำ
เยาวลักษณ์ มั่นธรรม
สุนันท์ กัทรจินดา

บทความจากผู้ทรงคุณวุฒิ

แพลงก์ตอนทะเล

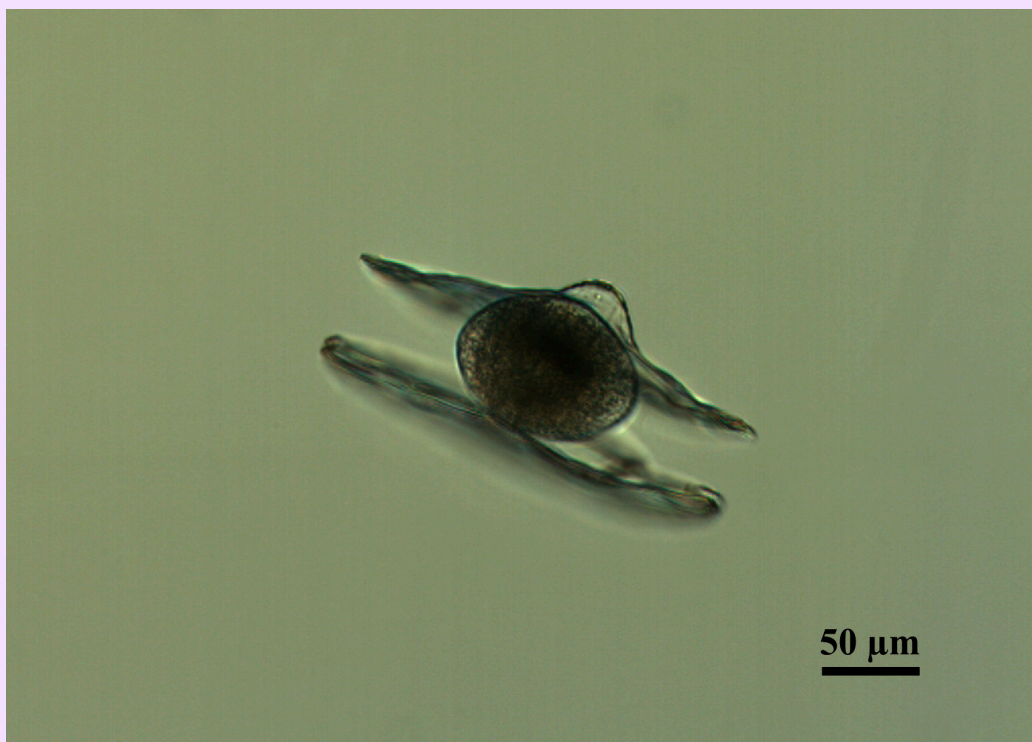
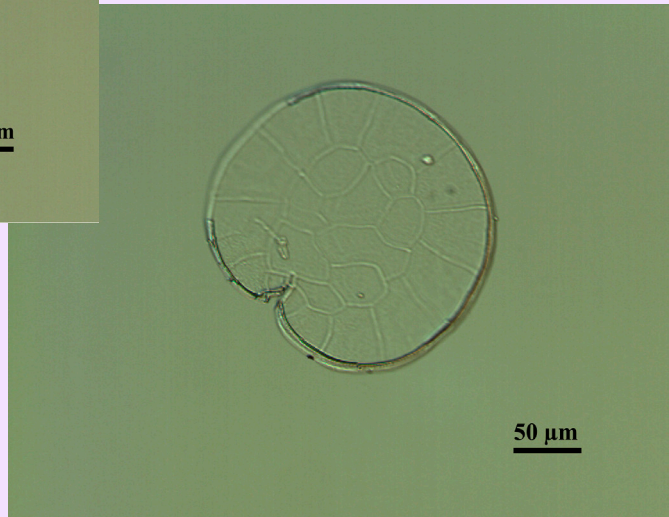
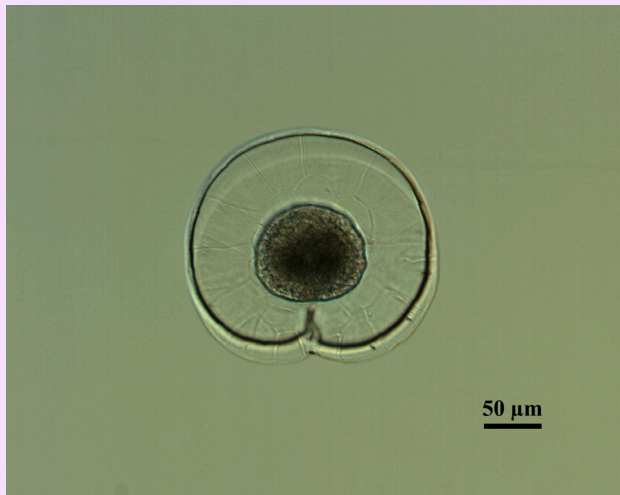
ตอนที่ 6



Podolampas bipes Stein

ลักษณะ: เซลล์ขนาดใหญ่มีผนังหุ้ม รูปร่างคล้ายลูกแพร์ ด้านบนของอวัยวะที่ยาวออกไป ไม่มีลิสต์ ที่ชอบซิงกูลัมมีหนามบนไฮโปทีคายาวและแข็งแรง 2 อัน และบนหนามมีลิสต์แผ่เป็นปีกกว้าง

สถานภาพ: พบน้อยมากบริเวณหมู่เกาะสิมิลัน



Pyrophacus steinii (Schiller) Wall & Dale

ลักษณะ: เซลล์มีผนังหุ้ม เซลล์ขนาดใหญ่ลักษณะแบนคล้ายเลนส์ อีพิทีคามียอดแหลม ซึ่งกลุ้มเป็นร่องแคบอยู่ระดับกลางเซลล์

สถานภาพ: พบน้อยมากบริเวณกลางเซลล์

อ่านต่อฉบับหน้า



Et cetera โดยพี่เจ nutthaporn@rspg.org

โลกของเรา World of Fungi

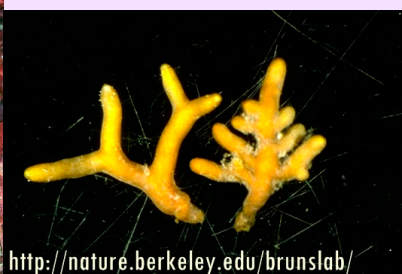
(ต่อจากฉบับที่แล้ว)

น้องๆอาจจะเคยสงสัยกับความสำคัญของเชื้อราว่ามีมากแล้วอย่างไร มีหน้าที่อะไรบ้าง บรรทัดต่อไปนี้น่าจะตอบข้อสงสัยได้เป็นอย่างดีนะคะ ในระบบนิเวศนั้น เชื้อรา มีบทบาทหลายอย่างที่เดี่ยวๆ ไม่ได้

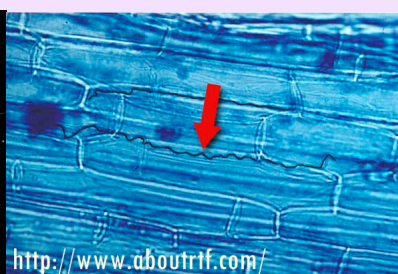
1. ผู้พึ่งพา (Symbiosis) เป็นลักษณะการพึ่งพากันระหว่างสิ่งมีชีวิต โดยรา มีความสัมพันธ์เช่นนี้กับสิ่งมีชีวิตมากมาย เช่น ไลเคน ซึ่งเป็นการอยู่ร่วมกันระหว่างราและสาหร่าย, ไมคอร์ไรซา เป็นการอยู่ร่วมกันระหว่างราหรือเห็ดกับรากของพืช และ เอนโดไฟต์ เป็นการอยู่ร่วมกันระหว่างราและพืช



British Soldier Lichen



ไมคอร์ไรซา



เส้นใยราเอนโดไฟต์ในเซลล์พืช

2. ผู้ก่อโรค (Pathogen) ราเป็นโทษต่อมนุษย์, สัตว์และพืช ราเป็นสาเหตุของโรคมามากมายหลายชนิด เช่น โรคไหม้ในมันฝรั่งจากเชื้อ *Phytophthora infestans* หรือโรคผิวหนังที่เกิดจากยีสต์ *Candida albicans*



โรคไหม้ในมันฝรั่ง



การติดเชื้อในช่องปากจาก *Candida albicans*

3. ผู้ย่อยสลาย (Decomposer) รา มีบทบาทสำคัญในวงจรคาร์บอนและเป็นสิ่งมีชีวิตไม่กี่ชนิดที่สามารถย่อยสลายได้



<http://www.fao.org/>

นอกจากบทบาทในระบบนิเวศน์แล้ว จากหลายๆเล่มที่ผ่านมา นื่องๆคงจะจำได้ว่ามนุษย์เราได้มีการนำรามาใช้ประโยชน์ทางด้านอุตสาหกรรมอีกด้วย เช่น ในอุตสาหกรรมการผลิตเอทานอล, อุตสาหกรรมการผลิตกรดอินทรีย์ เช่น กรดซิตริกสำหรับน้ำอัดลม, อุตสาหกรรมการผลิตยาปฏิชีวนะ เช่น penicillin, griseofulvin, cyclosporin เป็นต้น และอุตสาหกรรมการผลิตเอนไซม์ เช่น pectic enzymes, hemicellulase เป็นต้น

เมื่อรู้ว่รานั้นทำประโยชน์อะไรได้บ้าง มีโทษอย่างไรแล้ว ก็มาสู่ความรู้เบื้องต้นในการจำแนกชนิดรานะคะ การจำแนกชนิดของราอาศัยการดูลักษณะทางสัณฐานวิทยา (morphology) ของโคโลนี (macroscopic features) และลักษณะที่เห็นจากกล้องจุลทรรศน์ (microscopic feature) เป็นสิ่งสำคัญที่ควรจะต้องปฏิบัติทุกครั้ง และสำหรับยีสต์นั้นต้องใช้วิธีการทดสอบทางชีวเคมีเพิ่มเติม การตรวจสอบลักษณะพื้นฐานของเชื้อราด้วยตาเปล่าหรือด้วยกล้องสเตอริโอนั้น จะต้องมีการบันทึกลักษณะของราโดยละเอียดนะคะ ไม่ว่าจะเป็นขนาด สี การสร้างสืหรือสารอื่นๆในอาหาร ลักษณะของโคโลนี ลักษณะขอบ การเจริญบนอาหาร แต่เราจะต้องคำนึงถึงชนิดของอาหารเลี้ยงเชื้อและจำนวนวันที่เราเลี้ยงราคะ โดยเชื้อราชนิดเดียวกันนั้น อาจเจริญเติบโตโดยมีลักษณะของโคโลนีที่แตกต่างกันออกไปเมื่อเลี้ยงในอาหารเลี้ยงเชื้อหรือสภาพแวดล้อมที่ต่างกัน

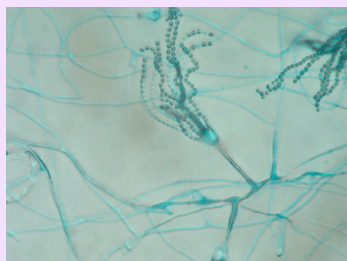


ลักษณะและรูปแบบการเจริญที่ต่างกันของเชื้อราต่างชนิดกันบนอาหารเลี้ยงเชื้อชนิดเดียวกันที่เวลา

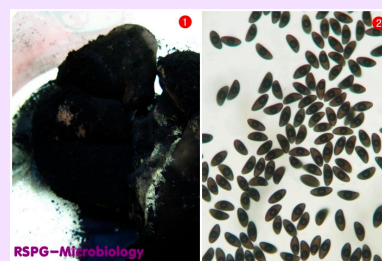


ลักษณะภายนอกที่ต่างกันของเชื้อรา ช่วยในการจำแนกเชื้อได้

สำหรับลักษณะที่ต้องตรวจสอบผ่านกล้องจุลทรรศน์ในกรณีของราเส้นสายได้แก่ ลักษณะของเส้นใย ชนิดของสปอร์ รูปร่าง ขนาด และสีของสปอร์ แต่ถ้าจะศึกษาพวกยีสต์จะต้องดูขนาด รูปร่างของเซลล์ การสร้าง pseudohypha, germ tube, true mycelium, chlamydospore มี capsule หรือไม่ เป็นต้น ซึ่งลักษณะที่ทีกล่าวน่าจะเป็นลักษณะเฉพาะของเชื้อราแต่ละชนิดที่จะช่วยให้เราสามารถจำแนกเชื้อราได้แม่นยำมากขึ้นคะ



ลักษณะเส้นใยและโคนเดี่ยวของ *Penicillium*



ลักษณะภายนอกและสปอร์ของรา *Daldinia* sp.

เอกสารอ้างอิง

Hawksworth DL. 1991. The fungal dimension of biodiversity: magnitude, significance, and conservation. Mycological Research. 95(6): 641-655.

Purvis A., and A. Hector. 2000. Getting the measure of biodiversity. Nature. 405: 212-219

พืชพรรณน่ารู้ในบัญชียาหลักแห่งชาติ :

ตอนที่ 19 ฝาง

บัวน้ำบุศย์ aaronratm@hotmail.com



แก่นฝาง

ภาพจาก พร้อมจิต ศรีสัมพันธ์ และคณะ. 2539.



น้ำยาอุทัย
ภาพจาก

khanomthaisunset.com

“ฝาง” นั้นเป็นพืชที่เหล่านักผลิตผ้าไหมหรือผ้าทอพื้นเมืองรู้จักกันเป็นอย่างดี เพราะเป็นพืชให้สีย้อมที่สำคัญ ในแก่นฝาง มีสาร Brazilin ในปริมาณมากน้อยแตกต่างกันไป ซึ่งจะให้สีชมพูอมส้มถึงแดง หากมีสีแดงเข้ม จะเรียกว่า “ฝางเสน” แต่ถ้ามีสีเหลืองอมส้ม เรียกว่า “ฝางส้ม” เมื่อต้มเคี่ยวกับน้ำจะได้ น้ำสีแดงเข้มคล้ายต่างทับทิม ซึ่งนอกจากนำมาใช้ย้อมไหมย้อมผ้าแล้ว ยังสามารถนำมาใช้เป็นสีผสมอาหารหรือเครื่องสำอางได้อีกด้วย หากกล่าวถึง “น้ำยาอุทัย” หลายท่านคงคุ้นเคยเป็นอย่างดี น้ำเปล่าหยดน้ำยา

อุทัยสีชมพู กลิ่นหอม ใส่น้ำแข็งยูนิดก้อนใหญ่ ๆ หอมเย็นชื่นใจทีเดียว สีของน้ำยาอุทัยนี้มาจากแก่นฝางซึ่งเป็นส่วนผสมหลักนี้เอง ในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมา มีการผลิตน้ำยาอุทัยออกจำหน่ายจนเป็นที่นิยมกันอย่างแพร่หลาย แม้สูตรของน้ำยาอุทัยจะแตกต่างกันไปตามแต่ผู้ผลิต แต่ก็จะมีน้ำเคี่ยวจากแก่นฝางเป็นหลัก นอกจากเป็นพืชให้สีแล้ว ฝางยังมีคุณประโยชน์ทางสมุนไพรมากมาย ฝางจึงนับเป็นพืชทรงคุณค่าชนิดหนึ่งที่อยู่กับวัฒนธรรมไทยมาเป็นเวลานาน มีข้อมูลปรากฏในเอกสารอ้างอิงว่าราชสำนักสยามเคยส่งแก่นฝางหรือไม้ฝางไปเป็นบรรณาการแด่ต่างประเทศด้วย



ลักษณะวิสัย เปลือกต้น ใบ ช่อดอก ผลและเมล็ดฝาง (ภาพจาก เอื้อมพร วิสมหมาย และปนิธาน แก้วดวงเทียน. 2547.)

ฝาง หรือเรียกตามท้องถิ่นอื่น ๆ ว่า ฝางเสน ฝางส้ม ง้าย หนามโค้ง และขว้าง มีชื่อวิทยาศาสตร์คือ *Caesalpinia sappan* L. จัดอยู่ในวงศ์ Leguminosae-Caesalpinioideae ชื่อสามัญมีหลายชื่อ ได้แก่ Sappan tree, Sappan-wood, Indian red-wood หรือ Brazilwood ลักษณะเป็นไม้ต้นขนาดเล็ก มีหนามโค้งแข็งตามลำต้นและกิ่ง ใบเป็นใบประกอบแบบขนนกสองชั้น เรียงสลับ ใบย่อยเรียงตรงข้าม รูปขอบขนาน ปลายมนเว้าตรงกลาง โคนใบเบี้ยว ดอกสีเหลือง ออกเป็นช่อกระจุกตามปลายกิ่ง ผลเป็นฝักแห้งแตก รูปขอบขนานแบน ๆ ส่วนบนผายออก ปลายตัด มีงอยแหลมขนาดใหญ่ที่มุมล่างของฝัก เมล็ดรูปรี มี 2-4 เมล็ด

ฝางออกดอกช่วงเดือนมิถุนายนถึงเดือนธันวาคม ติดผลเดือนสิงหาคมถึงเดือนกุมภาพันธ์ พบขึ้นตามเขาหินปูนที่แห้งแล้ง ป่าเต็งรัง และตามชายป่าดงดิบแล้งทั่วไป ในประเทศไทยพบทุกภาค ในต่างประเทศ พบที่อเมริกาใต้ ปลูกร้อยอย่างกว้างขวางตลอดเขตร้อน อินเดีย ศรีลังกา พม่า กัมพูชา ลาว เวียดนาม และจีนตอนใต้ นิยมขยายพันธุ์ด้วยการเพาะเมล็ด

ประโยชน์และสรรพคุณทางสมุนไพรทั่ว ๆ ไปของฝาง

ตามชนบทนิยมปลูกต้นฝางเป็นแนวรั้วบ้าน เป็นไม้ประดับหรือไม้ให้ร่มเงาขนาดเล็กได้ แต่ต้องหมั่นตัดกิ่งที่ระเกะระกะออกให้ได้ทรงพุ่มที่ต้องการ เนื้อไม้ฝางนั้นแข็ง สามารถตกแต่งชักเงาได้ดี ทำเป็นเครื่องเรือนชั้นดี และดั่งที่กล่าวมาแล้วว่าฝางเป็นพืชให้สีย้อมที่สำคัญ นอกจากแก่นและเนื้อไม้จะให้สีแดง (ฝางเสน) หรือสีเหลือง (ฝางส้ม) สำหรับใช้ผสมในอาหารและเครื่องดื่ม หรือย้อมสีผ้าไหม ผ้าฝ้าย และผ้าขนสัตว์แล้ว ยังสามารถนำมาต้มสกัดสาร Haematoxylin ใช้ย้อมสีนิวเคลียสของเซลล์ได้ด้วย ส่วนรากของฝางนั้นจะให้สีเหลือง ใช้เป็นสีย้อมผ้า และผสมอาหารเครื่องดื่มได้เช่นกัน นอกจากนี้ปัจจุบันได้มีผลิตภัณฑ์แปรรูป เครื่องดื่มสมุนไพรฝาง ทั้งในรูปแบบพร้อมดื่มและแบบชง และเครื่องสำอางอีกด้วย



น้ำฝางบรรจุขวด

ภาพจาก thaitambon.com



ชาฝาง

ภาพจาก namodetox.lnwshop.com



เส้นไหมย้อมสีฝาง ภาพจาก most.go.th



บไลซ์ออนสมุนไพรจากฝาง ภาพจาก varisa-herb.com

ด้านสรรพคุณทางสมุนไพรนั้น แก่น มีรสฝาด ชื่น ขม ต้มน้ำกินเป็นยาบำรุงโลหิตสตรี ทำให้โลหิตเย็น ฟอกโลหิต แก้โลหิตออกทางทวารหนักและทวารเบา แก้เลือดกำเดา แก้ปอดพิการ ขับหนอง แก้คุดทะราด แก้ท้องร่วง แก้ไอ รักษาโรคผิวหนังบางชนิด แก้อาตุพิการ แก้ก้อน แก่เสมหะ รักษาหระเร้งเพลิง คุมกำเนิด แก้ไข้ แก้สะอึก แก้หอบ แก้ไข้ เนื้อไม้ เป็นยาฝาดสมานแก้ท้องเสีย แก้บิด แก้อาตุพิการ รักษาอาโปธาตุไม้ให้ร้อน แก้ก้อน บำรุงโลหิต แก้ปอดพิการ แก้ลม แก้เสมหะ แก่ดีพิการ ขับเลือด แก้คุดทะราด แก้มูกิด ระบายว แก่คุดทะราด แก้โลหิตตกทางทวารหนักและทวารเบา

ฝางในบัญชียาหลัก

แก่นฝาง ผสมในยาหอมทิฟโอสถ (ยาผง ยาเม็ด) — แก้ลมวิงเวียน ผสมในยาบำรุงโลหิต (ยาแคปซูล ยาผง ยาเม็ด) — บำรุงโลหิต ผสมในยาผสมโคคลาน สูตรตำรับที่ 3 (ยาต้ม) — บรรเทาอาการปวดเมื่อยตามร่างกาย

เอกสารอ้างอิง

1. ชยันต์ พิเชียรสุนทร และวิเชียร จีรวงส์. 2545. คู่มือเภสัชกรรมแผนไทย เล่ม 2 เครื่องยาพฤกษวัตถุ. กรุงเทพฯ : อมรินทร์.
2. ธงชัย เปาอินทร์ และนิวัตร เปาอินทร์. 2544. ต้นไม้ยาน่ารู้. กรุงเทพฯ : ออฟเซ็ทเพรส.
3. พรหมจิต ศรีลัมพ์ และคณะ. 2539. สมุนไพรสวนสิริรุกชาติ. กรุงเทพฯ : อมรินทร์.
4. เอื้อมพร วิสมหมาย และปณิธาน แก้วดวงเทียน. 2547. ไม้ป่ายืนต้นของไทย 1. กรุงเทพฯ : เอช เอ็น กรุ๊ป.
5. เอกสารบัญชียาหลักแห่งชาติ. 2554. <http://www.thaifda.com>.



ฐานทรัพยากร ท้องถิ่น



องค์ความรู้และภูมิปัญญาจากฐานทรัพยากรท้องถิ่น



เจ้าหน้าที่สวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน

(jiant_antz@hotmail.com)

ข้าง ข้าง ข้าง ข้าง ข้าง น้องเคยเห็นข้างหรือเปล่า ? ขอต้อนรับเข้าสู่จุลสารฉบับนี้ด้วยเพลงที่เราคุ้นเคยกันมาตั้งแต่วัยเด็ก เนื่องจากคณะปฏิบัติงานงานฐานทรัพยากรท้องถิ่นได้มีโอกาสไปเก็บรวบรวมข้อมูลองค์ความรู้ที่บ้านข้างไทย ปางข้างแม่แตง อำเภอแม่แตง จังหวัดเชียงใหม่ ในช่วงเดือนที่ผ่านมา ได้สัมผัสกับธรรมชาติที่งดงาม ทั้งป่าไม้ ภูเขา น้ำตก รวมทั้งภูมิปัญญาที่คงคุณค่าหลากหลายสาขา ซึ่งจุลสารงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนฉบับนี้ขอนำเสนอเรื่องราว “ภูมิปัญญาในการดูแลรักษาข้าง” จากลุงบุญรัตน์ สุน้อง หมอยาสมุนไพรปางข้างแม่แตง

การดูแลรักษาข้างที่ปางข้างแม่แตง มีการนำสมุนไพรมาใช้ในการรักษาข้างร่วมกับยาแผนปัจจุบัน เพื่อบำรุงร่างกายและรักษาอาการเจ็บป่วย ถือเป็นการผสมผสานภูมิปัญญาจากผู้ที่เคยใช้สมุนไพรในการรักษาข้างจากหลากหลายพื้นที่ ได้ทดลองจนค้นพบสูตรยาสมุนไพรที่มีความเหมาะสม และใช้ทรัพยากรที่มีอยู่ในท้องถิ่นเป็นหลัก ซึ่งสามารถหาได้ง่ายในพื้นที่ปางข้างทำให้เกิดสารถค้า หรือผลข้างเคียงในการรักษา รวมทั้งลดอาการดื้อยาจากการใช้ยาแผนปัจจุบัน อีกทั้งยังเป็นการลดค่าใช้จ่ายได้อีกด้วย ซึ่งสมุนไพรในการดูแลรักษาข้างสามารถแบ่งออกเป็นกลุ่มตามการนำไปใช้ประโยชน์ได้ดังนี้

สมุนไพรรักษาบาดแผล ได้แก่ ใบพลู ขมิ้นชัน และปูนแดง ขั้นตอนการทำสมุนไพรบำรุงร่างกายคือ สับใบพลูและขมิ้นเป็นชิ้นเล็ก นำมาตำรวมกันให้ละเอียด ใส่ปูนแดงผสมให้เข้ากัน และทาลงบนแผลวันละครั้ง

สมุนไพรประคบร้อน ได้แก่ เปลือกลำต้นประดู่ เปลือกลำต้นซ้อ เปลือกลำต้นเพกา รังจืด ไมยราบแดง หญ้าปักคอ ข่า พริกแห้ง กระเทียม หญ้าสาบเสือ ขั้นตอนการทำสมุนไพรประคบร้อนมีดังนี้ นำสมุนไพรข้างต้นมาอย่างละ 1 กำมือ ต้มในน้ำจนออกสีม่วง ทิ้งไว้ให้พออุ่น เอาผ้าชุบน้ำยาสมุนไพรและนำมาโปะบริเวณแผลอย่างน้อยวันละ 4 ครั้ง



สมุนไพรบำรุงร่างกาย ได้แก่ มะขามเปียก อ้อยดำ เปลือกต้นกอก ผักหัวหนาม หญ้าแห้วหมู แปะเหล้า กล้วยน้ำว่า อ้อยข้าง เปลือกต้นตะคร้ำ ผลมะขานใหญ่ มะพร้าวห้าว อิฐ ข้าวจ้าวเปลือก บอระเพ็ด เหง้าสับประรด รากหญ้าคา ยาดำ เกลือ ขั้นตอนการทำสมุนไพรบำรุงร่างกายมีดังนี้ สับสมุนไพรให้เป็นชิ้นเล็กๆ บดรวมกัน นำมาปั้นเป็นแท่งหรือก้อนแล้วนำไปตากแห้ง นำมาป้อนให้ช้างกินวันละ 10 แท่ง นอกจากนั้นแล้วยังมีสมุนไพรและพืชอื่นๆ เช่น เครือสะบ้า นำมาขัดถูลำตัวช้างตอนอาบน้ำ ช่วยกำจัดเห็บหมัด โดยหั่นเป็นท่อน ทูบให้ละเอียด ชุบน้ำแล้วถูผิวให้เกิดฟอง พล ช่วยขับลม แก้อืดท้อง โดยหั่นส่วนเหง้าเป็นชิ้นบางๆ ใส่ในมะขามเปียกให้ช้างกิน ฟักเขียว เป็นอาหารพลังงานต่ำ ช่วยลดความก้าวร้าวของช้างตกมัน โดยหั่นเป็นชิ้นให้ช้างกิน

สมุนไพรในท้องถิ่นหลากหลายชนิดไม่เพียงแต่จะนำมาใช้ในการรักษาโรคให้กับคนในชุมชน แต่ยังใช้ในการดูแลรักษา และบำรุงร่างกายช้างได้เป็นอย่างดีอีกด้วย องค์ความรู้และภูมิปัญญาจากงานฐานทรัพยากรท้องถิ่นยังมีอีกมากมาย แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้านะคะ

คุยสบาย ๆ
กับที่ปรึกษา
รวมมิตร...ก7



นางประภัศร ไชยชนะใหญ่

1. ชื่อ-สกุล ประจำภาค

นางประภัศร ไชยชนะใหญ่ ประจำภาคเหนือตอนบน

2. ระยะเวลาที่เป็นที่ปรึกษา, ก่อนที่จะมาเป็นที่ปรึกษาทำงานอะไร, ตำแหน่งอะไร

เป็นที่ปรึกษา 6 ปี ก่อนที่จะเป็นที่ปรึกษา ที่ อพ.สธ. ท่านได้ดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาลำพูน เขต 2

3. แรงบันดาลใจที่ทำให้มาเป็นที่ปรึกษาเกี่ยวกับสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน

เมื่อครั้งเป็นผู้อำนวยการโรงเรียนน้ำดิบวิทยาคม ได้สมัครเป็นสมาชิกสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ได้มองเห็นคุณค่าและประโยชน์ที่เกิดกับบุคลากรและท้องถิ่นชุมชน หลังเกษียณอายุราชการจึงได้เข้ามาเพื่อช่วยดูแลโรงเรียนสมาชิกสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนเขตภาคเหนือตอนบน

4. ความประทับใจ ที่เกิดขึ้น เช่น จากการที่ท่านได้ไปเยี่ยมเยียนสมาชิกสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนที่ต่างๆ

ประทับใจในความตั้งใจ ความมุ่งมั่นของบุคลากรทุกโรงเรียนที่พยายามดำเนินงานอย่างเต็มความสามารถ แม้ในระดับอนุบาลที่ยังอ่านไม่ออก ก็ได้ดำเนินการตามพัฒนาการวัยของเด็ก

5. ท่านที่ปรึกษาฯ อยากจะฝากให้สมาชิก น้อง นักเรียน ต่างๆ หรือ ข้อเสนอแนะ

อยากให้มีการสร้างเครือข่ายร่วมกันในโรงเรียนสมาชิก เพื่อแลกเปลี่ยนเรียนรู้ซึ่งกันและกัน การสร้างกลุ่มเครือข่ายจะสื่อสาร แก้ปัญหา พัฒนาช่วยเหลือกันได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะโรงเรียนที่มีการเปลี่ยนแปลงบุคลากรหลักบ่อยๆ

6. เรื่องเล่าจากท่านที่ปรึกษาฯ เป็นเรื่องเล่าสั้นๆ ประเด็นต่างๆ หรือเกร็ดเล็ก เกร็ดน้อย ที่ทำให้ประทับใจต่างๆ ที่ได้จากการทำงาน หรือ ข้อเสนอแนะต่างๆ ที่อยากจะถ่ายทอดให้ ท่านผู้อ่าน

ตลอดระยะเวลาที่เข้ามาเป็นที่ปรึกษาประสานงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ได้มีโอกาสไปดูการจัดนิทรรศการ การนำเสนอผลงานของโรงเรียนสมาชิก ทั้งในการประชุมวิชาการระดับต่างๆ ได้เห็นความสามัคคี ความตั้งใจ ความพร้อม และการช่วยเหลือกันในการจัดนิทรรศการของโรงเรียนสมาชิกเองและต่างโรงเรียน การใช้วัสดุร่วมกัน การแลกเปลี่ยนเรียนรู้ระหว่างครูกับครู นักเรียนกับนักเรียน และความตั้งใจตอบคำถาม อธิบายการดำเนินงาน งานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนให้กับผู้เข้าชมด้วยความกระตือรือร้นและไมตรีจิตอันดีเยี่ยม โดยเฉพาะเมื่อที่ปรึกษาฯ ได้เข้าเยี่ยมชม จึงได้รับการต้อนรับอย่างเป็นกัลยาณมิตร ทำให้ทราบว่ากว่าที่โรงเรียนจะมานำเสนอผลงานจัดนิทรรศการได้ ก็ผ่านการทำงานที่พบกับอุปสรรคต่างๆ มาก ลองผิดลองถูกมาก็เยอะ และก็มีหลายโรงเรียนที่สามารถดำเนินงานได้อย่างราบรื่น สิ่งต่างๆ เหล่านี้ ต่างก็มีปัจจัยที่แตกต่างกันไป แต่เหนือสิ่งอื่นใดที่ทุกโรงเรียนมีเหมือนกัน คือ ความศรัทธา ความมุ่งมั่น ที่จะดำเนินกิจกรรมงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ตาม 5 องค์ประกอบ และ 3 สาระ ตลอดจนการร่วมมือกับท้องถิ่นในการจัดทำฐานทรัพยากรท้องถิ่น เพื่ออนุรักษ์และรักษาไว้ซึ่งทรัพยากรของป่าที่ให้เกิดประโยชน์อย่างยั่งยืนตลอดไป



pop up นิทานประกอบภาพวาด



การบูรณาการงานสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนในสาระวิชาต่างๆ โดยการเรียนรู้จากพืชต้นจริงก่อนนำความรู้มาจัดทำผลงานออกมา โรงเรียนองค์การบริหารส่วนจังหวัดสุราษฎร์ธานี ๒ (บ้านดอนเกลี้ยง) จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยให้นักเรียนจัดทำผลงานหนังสือนิทาน pop up ลักษณะรูปแบบการแตงนิทานประกอบภาพวาด จากการบูรณาการวิชาภาษาไทยที่ใช้พืชศึกษา “ตะขบ” ในการสร้างแนวคิดในการปลูกตะขบอย่างไรให้เจริญเติบโตจนสามารถผลิตดอกออกผล และมุ่งให้แนวคิดในการดำรงชีวิตการฝึกจิตใจให้มีความมานะพยายามที่จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งให้สำเร็จ จนเกิดประโยชน์แก่ตนเองและผู้อื่น สรุปใจความนิทานได้ดังนี้ “ครอบครัว 2 พี่น้อง เดินทางตามหาต้นไม้ในฝัน โดยปลูกต้นที่ทั้งสองสามารถเก็บผลผลิตได้ตลอดปีและนำไปต่อยอดเป็นผลผลิตอื่นๆ ได้ คือ ต้นตะขบ ทั้งสองพี่น้องปลูกต้นตะขบและหมั่นดูแลต้นตะขบของพวกเขาอย่างดี รดน้ำ พรุนดิน จนต้นตะขบผลิตดอกออกผล สามารถเก็บเกี่ยวผลผลิตรับประทานได้ด้วย จากนั้นยังสามารถนำรากและใบทำยาสมุนไพร ผลไปทำแยม และผลิตภัณฑ์อื่นๆ ได้ อีกหลายปี เรื่องนี้สอนให้รู้ว่าการมานะพยายามทำสิ่งใดให้สำเร็จผลที่จะได้รับจะคุ้มค่าต่อตนเองและคนอื่น” ผลที่นักเรียนได้รับในการปฏิบัติงาน ช่วยทำให้นักเรียนเพิ่มทักษะในการคิดอย่างเป็นระบบ รู้จักสร้างเรื่องราวจากข้อมูลที่ได้ศึกษาลักษณะทางพฤกษศาสตร์และการเรียนรู้การเจริญเติบโตของต้นตะขบ จนสามารถแตงนิทานได้ นอกจากนี้ยังสอดแทรกความคิดที่เป็นคุณธรรมในการดำรงชีวิตได้เป็นอย่างดี



พรรณสนและข้อคิดต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในบทความต่างๆ ของจุลสารสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน ถือเป็นความคิดเห็นส่วนตัวของผู้เขียน ไม่จำเป็นต้องเป็นความคิดเห็นของ อพ.สธ. และ อพ.สธ. ไม่รับผิดชอบใดๆ ต่อบทความที่ถูกละเมิด และหากมีการละเมิดสิทธิเกิดขึ้น บทความใดๆ ที่ตีพิมพ์ในจุลสารสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน สงวนสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ พ.ศ. 2537 การนำส่วนหนึ่งส่วนใดของจุลสารสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียนไปใช้ต้องได้รับอนุญาตจากบรรณาธิการจุลสารสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน

บรรณาธิการ : นายพรชัย จุฑามาศ

ผู้เชี่ยวชาญด้านสมุนไพร : ศ.ดร.เพียร เหมือนวงศ์ญาติ

กองบรรณาธิการฝ่ายบริหาร : น.ส. เพียร ศิริสัมพันธ์

กองบรรณาธิการฝ่ายวิชาการ : ศ.ดร. เพียร เหมือนวงศ์ญาติ ดร. ปิรัชฎ์ ปริญญาพงษ์ เจริญทรัพย์ ดร. อรุณรัตน์ คิดอยู่ ดร. นัฏฐพร รุจิจร น.ส. ศิริกุล เกษา

กองบรรณาธิการฝ่ายประสานงาน : น.ส. อริศรา รื่นอารมย์

กองบรรณาธิการฝ่ายประสานงานสมาชิกสวนพฤกษศาสตร์โรงเรียน : น.ส. ปัทมวรรณ ราศรี นางกมลพล จันทวงศ์ น.ส. กชกร เดชากิจไพศาล

น.ส. ณัฐธณณณ์ ศรีนอก

กองบรรณาธิการฝ่ายพิมพ์/เว็บไซต์ : น.ส. วิไลลักษณ์ ช่วงวิวัฒน์ น.ส. ดรณิ กวางทวย นายภัทรชัย จุฑามาศ

ผลิตที่ : ฝ่ายผลิตสื่อกราฟิก โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี (อพ.สธ.)

สวนจิตรลดา เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10303

กรณีต้องการสอบถามข้อสงสัยหรือข้อมูลเพิ่มเติม ติดต่อได้ที่ : หัวหน้าสำนักงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ (อพ.สธ.)

โครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ สวนจิตรลดา ถนนวิภาวดี เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10303 โทร. 0 2252 0665, 0 2282 1850 โทรสาร 0 2282 0665

<http://www.rspg.or.th> email : dongdib05@plantgenetics-rspg.org, dongdib05@rspg.org