FOREST INDUSTRY ORGANIZATION

เพื่อนป่า

วารสารเพื่อสาระและข่าวสารสำหรับชาวองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ (อ.อ.ป.) ปีที่ 38 ฉบับที่ 439 ประจำเดือนเมษายน 2561

อ.อ.ป. ลงนามบันทึกข้อตกลง กับ สหกรณ์สวนป่าเอกชน จำกัด

เพื่อความร่วมมือในการส่งเสริมปลูกไม้เศรษฐกิจ

- ประกวดผลิตภัณฑ์เครื่องเรือน "การออกแบบเชิงนวัตกรรม ใช้ไม้สักจากป่าปลูก"
- อ.อ.ป.จัดแข่งกอล์ฟฯ "คนสร้างป่า อ.อ.ป. ครั้งที่ 1"
- Little Forest ปีที่ 3 "ปลูกป่า ปลูกคน ปลูกใจ"

FIO

รมว.ทส. มอบโล่ห์เชิดชูเกียรติ “เพชรจรัสแสง”

เมื่อวันที่ 11 เมษายน 2561 **พลเอก สุรศักดิ์ กาญจนรัตน์** รัฐมนตรีว่าการกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ได้ให้เกียรติมอบ **“โล่ห์เชิดชูเกียรติ”** (ผู้มีผลงานดี) ให้กับ **นายอัครเดช โค้วเหลย** พนักงาน (ระดับ 5) งานบัญชีข้อมูลและสถิติ สำนักบัญชีและการเงิน องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ภายใต้โครงการคัดเลือก **“เพชรจรัสแสง”** บุคคลต้นแบบ สังกัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ประจำปี 2560 จัดโดย สำนักงานปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ณ ห้องประชุมศักดิ์สิทธิ์ ตรีเดช ชั้น 2 อาคารกรมควบคุมมลพิษ กรุงเทพฯ

บทบรรณาธิการ

สวัสดีครับผู้อ่านวารสาร **“เพื่อนป่า”** ทุกๆ ท่าน สำหรับเดือนนี้ พี่ๆ น้องๆ คงได้ร่วมสัมผัสกับสภาพอากาศที่เดี๋ยวร้อนจัด เดี๋ยวฝนตกสลับกันไป รักษาสุขภาพ หรือปฏิบัติงานด้วยความระมัดระวังด้วยนะครับ (เป็นห่วงนะ) จากนั้น ขอร่วมแสดงความยินดีกับผู้แทน อ.อ.ป. ที่เข้ารับรางวัล “โล่ห์เชิดชูเกียรติ” ภายใต้โครงการคัดเลือก “เพชรจรัสแสง” บุคคลต้นแบบ ประจำปี 2560 ซึ่งเป็นรางวัลที่มอบให้กับข้าราชการ เจ้าหน้าที่ และผู้ปฏิบัติงานในสังกัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมที่ปฏิบัติงานด้วยความขยันหมั่นเพียร สมควรได้รับการยกย่องให้เป็นต้นแบบของการทำงาน โดยรางวัลดังกล่าวมุ่งหวังเพื่อเป็นการสร้างขวัญและกำลังใจต่อไป (แสดงความยินดีด้วยครับ) ส่งท้ายด้วยโครงการดีๆ ที่ อ.อ.ป. ได้เปิดโอกาสให้นักออกแบบได้ประลองฝีมือกันออกแบบผลิตภัณฑ์เครื่องเรือนจากไม้สักสวนป่า อ.อ.ป. ภายใต้แนวคิด **“การออกแบบเชิงนวัตกรรมใช้ไม้สักจากป่าปลูก”** โดยเปิดรับไอเดียหลากหลายรูปแบบแล้วตั้งแต่วันนี้ถึงวันที่ 31 สิงหาคม 2561 นะครับ รายละเอียดต่างๆ สามารถดูได้ที่เว็บไซต์อย่างเป็นทางการขององค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ www.fio.co.th และ Fan page:www.facebook.com/องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ... อย่าลืมนะครับ มีไอเดียดีๆ อย่าเก็บไว้คนเดียว

สุดท้ายนี้ ทางคณะผู้จัดทำมีความยินดีที่จะได้นำข่าวประชาสัมพันธ์การดำเนินงานของ อ.อ.ป. มาเผยแพร่สู่สาธารณชน หากมีข้อคิดเห็น ข้อแนะนำที่เป็นประโยชน์ต่อการปรับปรุงเนื้อหาวารสาร **“เพื่อนป่า”** ให้ดียิ่งขึ้น คณะผู้จัดทำขอน้อมรับไว้ด้วยความยินดียิ่งครับ

ฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง

อ.อ.ป. ลงนามบันทึกข้อตกลง สหกรณ์สวนป่าภาคเอกชนฯ

นางยิ่งลักษณ์ ปฏิภาณเทวา
ประธานสหกรณ์สวนป่าภาคเอกชน จำกัด

นางพรเพ็ญ วรวิลาวัณย์
ผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้

เมื่อวันที่ 19 เมษายน 2561 **นางพรเพ็ญ วรวิลาวัณย์** ผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ พร้อมด้วย **นางยิ่งลักษณ์ ปฏิภาณเทวา** ประธานสหกรณ์สวนป่าภาคเอกชน จำกัด ได้ร่วมลงนามเพื่อทำบันทึกข้อตกลงความร่วมมือด้านการดำเนินงานที่เกี่ยวเนื่องกับไม้เศรษฐกิจ อันจะเป็นประโยชน์ต่อการส่งเสริมการปลูกไม้เศรษฐกิจของประเทศ โดยมี **นายสุกิจ จันทร์ทอง** รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ สายงานธุรกิจ 1 และ **นายจิตติวัฒน์ สีละพัฒน์** กรรมการสหกรณ์สวนป่าภาคเอกชน จำกัด ร่วมเป็นสักขีพยาน ณ ห้องประชุม (301) องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ กรุงเทพฯ

ผลิตและจัดจำหน่าย : องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้
โทรศัพท์ : 02 280 0472
www.fio.co.th

Forest Industry Organization (Thailand)
Contact. : 02 280 0472

Wood4Thai
Available on the App Store

ผู้แทน อ.อ.ป. พร้อมด้วยหน่วยงาน ทส. และ กรมป่าไม้
ร่วมเสวนา เรื่อง “การเพิ่มพื้นที่ป่าเศรษฐกิจจากยุทธศาสตร์ชาติสู่การปฏิบัติในระดับพื้นที่”

เมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม 2561 **นายสุกิจ จันทร์ทอง** รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เข้าร่วมเสวนา **“การเพิ่มพื้นที่ป่าเศรษฐกิจจากยุทธศาสตร์ชาติสู่การปฏิบัติในระดับพื้นที่”** ภายใต้โครงการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมให้คงอยู่อย่างยั่งยืน โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจและแรงบันดาลใจให้แก่เกษตรกรในการปลูกไม้เศรษฐกิจในจังหวัดสุพรรณบุรี จัดโดย กรมป่าไม้ พร้อมนี้ได้รับเกียรติจาก **ดร.วิจารย์ สิมาฉายา** ปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม เป็นประธานในพิธี ณ โรงแรมสองพันบุรี จังหวัดสุพรรณบุรี

พร้อมนี้ รองผู้อำนวยการ อ.อ.ป. ยังได้ร่วมเสวนาในหัวข้อ **“การเพิ่มพื้นที่ป่าเศรษฐกิจนอกเขตป่าจะเป็นประโยชน์ต่อรัฐและประชาชนอย่างไร”** ร่วมกับ **ดร.วิจารย์ สิมาฉายา** ปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม , **นายบรรจง วงศ์ศรีสุนทร** ผู้อำนวยการสำนักรับรองการป่าไม้ กรมป่าไม้, **ดร.สุวรรณ ตั้งมิตรเจริญ** ผู้อำนวยการส่วนวนวัฒนวิจัย กรมป่าไม้, **นายประเสริฐ ม่วงอยู่** ป่าไม้จังหวัดสุพรรณบุรี , **นายพรชัย แสนชัยชนะ** เกษตรกรดีเด่นสาขาอาชีพปลูกสวนป่าจังหวัดสุพรรณบุรี

ผู้แทน อ.อ.ป ร่วมประชุมเพื่อจัดทำแผนชุมชนฯ ประจำปีงบประมาณ 2561

เมื่อวันที่ 27 เมษายน 2561 **นายรังสรรค์ ฉลาดเฉลียว** หัวหน้างานสวนป่าช่องเม็ก องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้เขตอุบลราชธานี เข้าร่วมการประชุม **“โครงการจัดทำแผนชุมชนการประชาคมตำบลเพื่อจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่นสี่ปี (2561-2564)”** จัดโดย องค์การบริหารส่วนตำบลช่องเม็ก จ.อุบลราชธานี ซึ่งงานสวนป่าช่องเม็กได้นำเสนอข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางการดำเนินงานของสวนป่าต่อผู้เข้าร่วมประชุม โดยแบ่งออกเป็น 3 ประเด็นหลัก คือ **1 ผลการดำเนินงานประจำปี 2560, 2 แผนการดำเนินงานประจำปี 2561 และ 3 แนวทางดำเนินงานด้านการจัดการสวนป่าอย่างยั่งยืนตามมาตรฐานสากล หรือ (FSC)** นอกจากนี้ ยังได้นำเสนอโครงการที่จะเป็นประโยชน์ต่อชุมชนรอบสวนป่า คือ โครงการปลูกไม้สามอย่างประโยชน์สี่ประการ ตามพระราชดำรัสของพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ดังนี้ **“การปลูกป่าถ้าจะให้ราษฎรมีประโยชน์ให้เขาอยู่ได้ ให้ใช้วิธีปลูกไม้ 3 อย่าง แต่มีประโยชน์ 4 อย่าง คือ ไม้ใช้สอย ไม้กินได้ ไม้เศรษฐกิจ โดยปลูกรองรับการชลประทาน ปลูกรับซับน้ำ และปลูกอุดช่วงไหล่ตามร่องห้วย โดยรับน้ำฝนอย่างเดียว ประโยชน์อย่างที่ 4 คือสามารถช่วยอนุรักษ์ดินและน้ำ”** และโครงการปลูกไม้ดอกยืนต้นเพื่อความสวยงามและเป็นสัญลักษณ์ท้องถิ่นอีกด้วย

สถาบันคชบาลแห่งชาติฯ

ร่วมรดน้ำดำหัวพ่อเมืองลำปาง เพื่อสืบสานประเพณี

เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2561 **ว่าที่พันตรี อภิชาติ จินดามงคล** ผู้อำนวยการสำนักสถาบันคชบาลแห่งชาติ ในพระอุปถัมภ์ฯ พร้อมด้วย **น.สพ.ดร. สิทธิเดช มหาสาวังกุล** ที่ปรึกษาผู้เชี่ยวชาญด้านสัตวแพทย์ และผู้จัดการส่วนการเรียนรู้และประชาสัมพันธ์ และพนักงานในสังกัดฯ เข้าร่วมพิธีรดน้ำดำหัว **นายทรงพล สวาสดิ์ธรรม** ผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง และ**นายสุรพล บุรินทราพันธุ์** รองผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง เนื่องในโอกาสเทศกาลวันสงกรานต์และวันขึ้นปีใหม่ไทย ณ จวนผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง

ร่วมรดน้ำดำหัวสืบสานประเพณีไทย

เมื่อวันที่ 26 เมษายน 2561 **ว่าที่พันตรี อภิชาติ จินดามงคล** ผู้อำนวยการสำนักสถาบันคชบาลแห่งชาติ ในพระอุปถัมภ์ฯ พร้อมด้วยพนักงานในสังกัดฯ ร่วมรดน้ำดำหัว **นายสุกิจ จันทร์ทอง** รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เนื่องในโอกาสเทศกาลวันสงกรานต์และวันขึ้นปีใหม่ไทย เพื่อสืบสานประเพณีอันดีงาม สร้างขวัญและกำลังใจให้กับผู้ปฏิบัติงาน ณ อาคารกัลยาณิวัฒนาการุณย์ สถาบันคชบาลแห่งชาติ ในพระอุปถัมภ์ฯ จ.ลำปาง

รพ.ช้างภาคใต้ รักษาช้างพลายอาคม

เมื่อวันที่ 2 เมษายน 2561 ทีมสัตวแพทย์ งานโรงพยาบาลช้างกระบี่ ส่วนอนุรักษ์ช้างกระบี่ ทำการรักษา **"พลายอาคม"** ช้างเลี้ยงเพศผู้ ซึ่งเป็นช้างชักลากไม้ในพื้นที่จังหวัดกระบี่ โดยในเบื้องต้นทีมสัตวแพทย์ ได้ตรวจพบว่าที่บริเวณขอบตาขวาของช้างมีแผลคล้ายถูกกิ่งไม้บาดทำให้ไม่สามารถลืมตาได้ และมีน้ำตาไหลอยู่ตลอดเวลา ทางทีมสัตวแพทย์จึงได้ทำการล้างแผล และใช้ยาทาควบคู่กันเพื่อลดอาการบวม โดยพลายอาคม ยังต้องอยู่ในความดูแลของทีมสัตวแพทย์อย่างใกล้ชิดจนกว่าอาการจะดีขึ้นต่อไป

อ.อ.ป.จัดแข่งขันกอล์ฟการกุศล “คนสร้างป่า อ.อ.ป. ครั้งที่ 1”

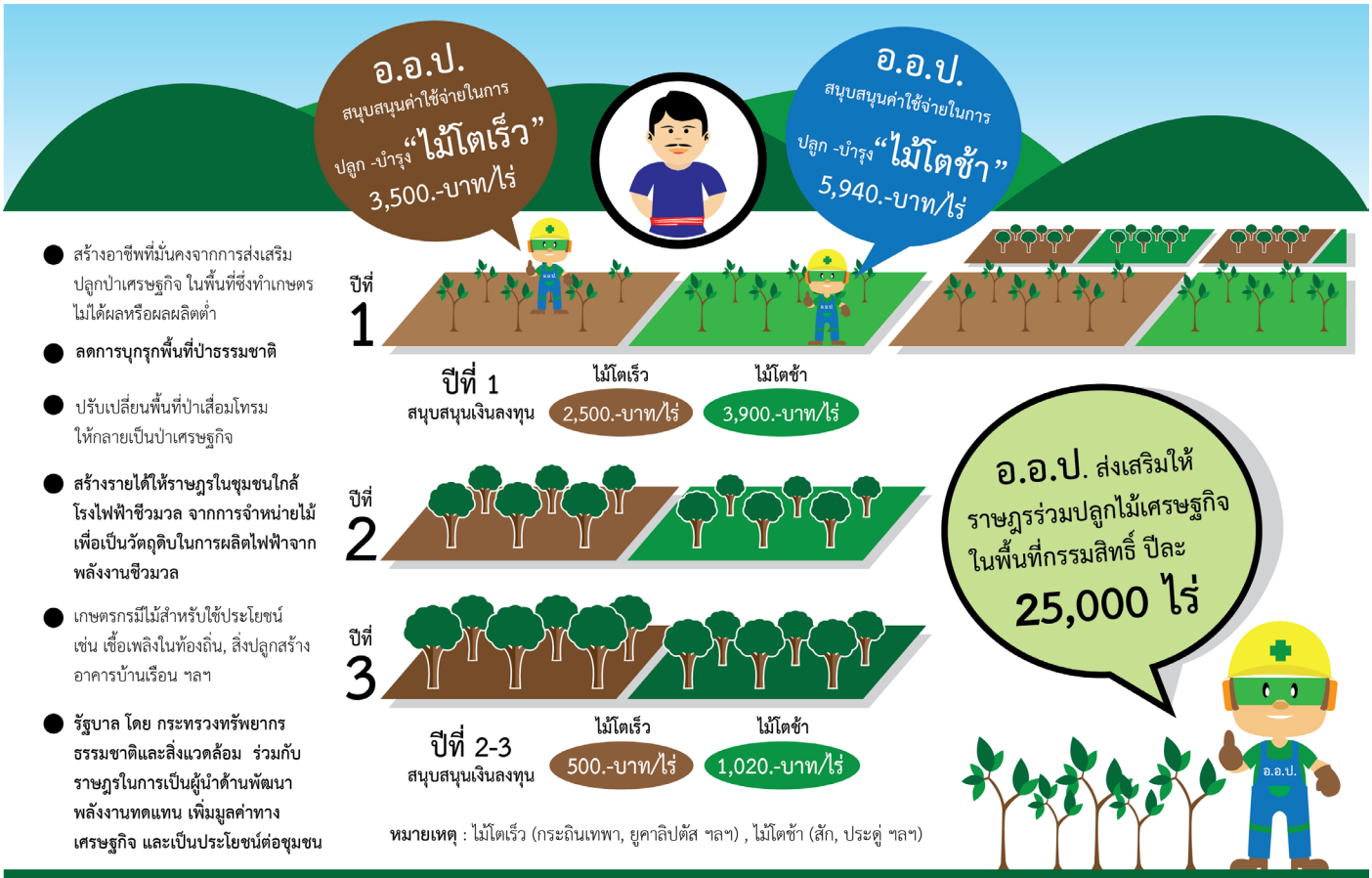
เมื่อวันที่ 21 เมษายน 2561 **นายสุกิจ จันทร์ทอง** นายกสมาคม สโมสรองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เป็นประธานจัดการแข่งขันกอล์ฟการกุศล **“คนสร้างป่า อ.อ.ป.” ครั้งที่ 1/2561** ณ สนามกอล์ฟ นอร์ธเทิร์นรังสิต กอล์ฟคลับ จ.พระนครศรีอยุธยา โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนกิจกรรมการกุศลในนามของสมาคมฯ เช่น มอบทุนการศึกษาของบุตร-ธิดา สวัสดิการต่างๆ แก่สมาชิกหมู่บ้านสวนป่า รวมถึงจัดซื้ออุปกรณ์กีฬาให้แก่โรงเรียนรอบสวนป่า อ.อ.ป. ซึ่งการจัดแข่งขันในครั้งนี้ทางผู้จัดกำหนดการแข่งขันไว้ 3 ประเภท คือ ประเภททีม, ประเภทบุคคลทั่วไป และประเภทบุคคลจำกัดไฟล์ท โดยมีหน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ให้การสนับสนุนการจัดงานดังกล่าว พร้อมส่งทีมร่วมการแข่งขันในรายการนี้ทั้งสิ้น 36 ทีม

เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารราชการ

เมื่อวันที่ 10 เมษายน 2561 **สำนักวิจัยพัฒนาการจัดการป่าไม้เศรษฐกิจอย่างยั่งยืน** เข้าร่วมกิจกรรมของสำนักงานปลัดกระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ภายใต้โครงการ **"เผยแพร่ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพระราชบัญญัติข้อมูลข่าวสารของราชการ พ.ศ.2540 แก่ประชาชน"** โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการเผยแพร่ความรู้ให้กับประชาชนเกี่ยวกับพระราชบัญญัติข้อมูลข่าวสารของราชการ พ.ศ.2540 ตลอดทั้งข้อมูล ข่าวสาร และกฎหมายต่างๆ ที่มีความเกี่ยวข้องกับหน่วยงานในสังกัด ทส. ณ บริเวณพื้นที่เกาะพญาไท อนุสาวรีย์ชัยสมรภูมิ เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร

ตรวจสมรรถภาพทางร่างกาย

เมื่อวันที่ 27 เมษายน 2561 **องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้** ร่วมกับ **มหานคร ออฟติคอล บูติก** จัดกิจกรรมตรวจสมรรถภาพทางร่างกาย และสายตาให้กับผู้ปฏิบัติงานของ อ.อ.ป. เพื่อส่งเสริมให้มีสุขภาพดี ห่างไกลโรคภัยต่างๆ ทั้งนี้ ยังได้มีการจัดบูทจำหน่ายแว่นตาคุณภาพดีราคาถูก ณ ห้องฝึกอบรมฝ่ายทรัพยากรมนุษย์ องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ (สำนักงาน) กรุงเทพฯ อีกด้วย



อาชีวอนามัย

โดย ฝ่ายทรัพยากรมนุษย์ สำนักบริหารกลาง

โทษของ “แสงแดด”

ปีใหม่เหมือนเพิ่งผ่านพ้นไป เผลอนิดเดียวหน้าร้อนกันอีกแล้ว ใครที่ชอบกิจกรรมกลางแจ้งเป็นชีวิตจิตใจก็ขอให้ระมัดระวัง แสงแดดจัดกันสักนิด เพราะอาจเป็นอันตรายต่อผิวของคุณ เนื่องจากหลายปีที่ผ่านมาอุณหภูมิของอากาศดูจะสูงขึ้นมากกว่าปกติ อันเป็นผลสืบเนื่องมาจากปรากฏการณ์ภาวะโลกร้อนที่ประเทศต่างๆ กำลังหันมาให้ความสนใจกันอย่างมาก การที่ชั้นบรรยากาศของโลกถูกทำลาย ทำให้มีปริมาณความร้อนและรังสีต่างๆ ส่งมาถึงบนผิวโลกมากขึ้น โดยเฉพาะวายร้ายอันดับหนึ่ง **“รังสีอัลตราไวโอเลต”** หรือ **“รังสี UV”** อากาศที่ร้อนขึ้นเรื่อยๆ เป็นผลให้ผิวหนังของเราซึ่งคอยปกป้องร่างกายภายในต้องรับภาระหนักขึ้นกว่าเดิม เรามาดูปัญหาที่พบบ่อยและวิธีป้องกันไม่ให้เกิดเรื่องกันเถอะ

ผดผื่น อากาศร้อนๆ แบบนี้คงหนีไม่พ้นเรื่องผดผื่น ลักษณะเป็นเม็ดเล็กๆ ใสๆ หรือถ้าเป็นมากจะเห็นเป็นตุ่มสีแดงๆ มักเกิดตามบริเวณใบหน้า คอ หน้าอก ลำตัว ซอกแขน ข้อพับและหลัง สาเหตุเกิดจากการที่ร่างกายพยายามขับความร้อนในรูปของเหงื่อ เมื่อต่อมเหงื่อทำงานหนักผลิตเหงื่อจำนวนมากขึ้นแต่ระบายออกได้ไม่ทัน ผลคือเกิดการอุดตันในท่อของต่อมเหงื่อ เห็นเป็นตุ่มเม็ดเล็กๆ เมื่อมองจากภายนอก ในบางคนอาจจะมีอาการคัน เกาจนเกิดการติดเชื้อแทรกซ้อนขึ้นเป็นตุ่มหนองตามมา วิธีป้องกัน คือ อาบน้ำ ทาแป้งฝุ่นและสวมใส่เสื้อผ้าบาง เช่น ผ้าฝ้ายและพยายามอยู่ในบริเวณที่อากาศเย็นและถ่ายเทได้ดี หรืออาจใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดตัวบริเวณที่มีอาการคันเพื่อลดความร้อนบริเวณนั้นๆ ลดกลิ่นตัวบริเวณข้อพับเช่น รักแร้ และขาหนีบ จะมีต่อมเหงื่อชนิดหนึ่ง เรียกว่า ต่อมอโปครายน (apocrine gland) ซึ่งต่อมเหล่านี้จะผลิตสารที่มีลักษณะพิเศษขุ่นข้นคล้ายน้ำนม สารที่ว่านี้เมื่ออยู่สัมผัสกับผิวหนัง จะถูกแบคทีเรียบนผิวเปลี่ยนไปเป็นสารประกอบซึ่งมีกลิ่นแรง อันเป็นสาเหตุของกลิ่นอันไม่พึงประสงค์ได้

โรคผิวหนังจากเชื้อรา เหงื่อที่ออกมากในช่วงหน้าร้อน นอกจากจะกระตุ้นให้เกิดผดผื่นแล้ว หากปล่อยให้อับชื้นนานๆ ตามบริเวณข้อพับ รักแร้ ขาหนีบ โดยเฉพาะในคนที่น้ำหนักตัวมาก ซึ่งเนื้อค่อนข้างจะชิดกันจนทำให้อากาศถ่ายเทได้ไม่ค่อยดี อาจเกิดการหมักหมมและเจริญเติบโตของเชื้อรา เช่น กลาก เกลื้อน หรือยีสต์บางชนิดในที่สุดทำให้เกิดโรคตามมา โดยเริ่มจากอาการคัน ต่อมากลายเป็นผื่นแดงแล้วค่อยๆ ลามเป็นวงกว้างออกไปเรื่อยๆ และอาจมีขุยร่วมด้วย วิธีป้องกัน อาบน้ำทำความสะอาดร่างกายสม่ำเสมอ วันละอย่างน้อย 2 ครั้ง และพยายามรักษาผิวให้แห้งอยู่ตลอดเวลา หลังเล่นกีฬาเสร็จควรผึ่งให้แห้งหรือรีบอาบน้ำชำระล้างร่างกายเพื่อไม่ให้ร่างกายอับชื้นซึ่งเป็นสภาวะที่เชื้อราเติบโตได้ดี

Health Care เพื่อสุขภาพที่ดี

โดย ฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง

มะขามป้อม ชื่อวิทยาศาสตร์ Phyllanthus emblica L. ไม้ต้นสูง 10-12 เมตร เปลือกต้นสีเทาอมน้ำตาล แตกเป็นร่องตามยาว กิ่งก้านแข็ง เหนียว ใบเป็นใบเดี่ยวออกเรียงสลับในระนาบเดียวกัน กว้าง 1 - 5 มม. ยาว 4 - 15 มม. ปลายใบเป็นติ่งแหลม แผ่นใบเรียบสีเขียว ดอกออกเป็นช่อเป็นกระจุกเล็กๆ ดอกสีเหลืองอ่อนออกเขียว ผลทรงกลมเป็นพูตื้นๆ 6 พู ผิวเรียบ ผลอ่อนสีเขียวอมเหลือง พอแก่เป็นสีเหลืองออกน้ำตาล เมล็ดรูปรีเปลือกหุ้มเมล็ดแข็ง

ภาพประกอบ : https://health.kapook.com/view178427.html

สรรพคุณ

ผลสด โตเต็มที่ รสเปรี้ยวอมฝาด จะรู้สึกหวานตาม แก้ไอ ขับเสมหะ ทำให้ชุ่มคอ แก้โรคลักปิดลักเปิดเป็นผลไม้ที่มีวิตามินซีสูง

น้ำจากผล แก้ท้องเสีย ขับปัสสาวะ

วิธีและปริมาณที่ใช้

ใช้ผลโตเต็มที่ไม่จำกัดจำนวน กัดเนื้อเคี้ยวอมบ่อยๆ แก้ไอ หรือใช้ผลไม้สด 10-30 ผล คั้นน้ำรับประทานแก้ท้องเสีย ขับปัสสาวะ

มะขามป้อมสดมีวิตามินซีประมาณ 1-2 % มะขามป้อม 1 ผล มีปริมาณวิตามินซีเท่ากับที่มีในส้ม 2 ผล นอกจากนี้พบ nicotinic acid, mucic acid, ellagic acid และ phyllemblic acid.

เชิญ...ร่วมออกแบบผลิตภัณฑ์เครื่องเรือน

จากไม้สักสวนป่า

องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ภายใต้หัวข้อ

" การออกแบบเชิงนวัตกรรมใช้ไม้สักสวนป่า"

รางวัลที่ 1 เงินรางวัล 30,000 บาท
รางวัลที่ 2 เงินรางวัล 20,000 บาท
รางวัลที่ 3 เงินรางวัล 10,000 บาท
รางวัลที่ 4 เงินรางวัล 5,000 บาท
รางวัลที่ 5 เงินรางวัล 3,000 บาท
รางวัลที่ 6 เงินรางวัล 2,000 บาท

คุณสมบัติผู้สมัคร

นักศึกษา ประชาชนทั่วไป (ไม่จำกัดเพศ และอายุ)

รายละเอียดและเงื่อนไขการประกวด สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่...

สำนักธุรกิจการตลาด
โทร. 02 282 3243-7 ต่อ 142 / 081 814 2113
โทรสาร. 02 280 0472
E-mail : market1417@hotmail.com
Facebook : สำนักธุรกิจและการตลาด องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้
Line : Marketting_fio
สามารถดาวน์โหลดใบสมัครได้ที่ : www.fio.co.th

ส่งผลงานได้ตั้งแต่วันที่ 5 เมษายน ถึง 31 สิงหาคม 2561 (วันเวลาราชการ 8.30 น. - 16.30 น.

ข่าวประชาสัมพันธ์ รอบรั้ว อ.อ.ป.

26 ปี กรมควบคุมมลพิษ

เมื่อวันที่ 4 เมษายน 2561 **นางวันทนา เขียวสด** หัวหน้าฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง ผู้แทนองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ มอบกระเช้าดอกไม้แสดงความยินดีในโอกาสงานวันคล้ายวันสถาปนากรมควบคุมมลพิษ ครบรอบ 26 ปี โดยมี **นางสุณี ปิยะพันธุ์พงศ์** อธิบดีกรมควบคุมมลพิษ เป็นผู้รับมอบ ณ ห้องประชุมศักดิ์สิทธิ์ ตรีเดช (ชั้น 2) กรมควบคุมมลพิษ กรุงเทพฯ

26 ปี กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม

เมื่อวันที่ 4 เมษายน 2561 **นางวันทนา เขียวสด** หัวหน้าฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง ผู้แทนองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ แสดงความยินดีในโอกาสครบรอบวันสถาปนากรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม 26 ปี และร่วมบริจาคเงินในนามองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ สมทบทุน **"มูลนิธิวชิรพยาบาล"** คณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล โดยมี **นายรัชฎา สุริยกุล ณ อยุธยา** อธิบดีกรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม เป็นผู้รับมอบ ณ กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม กรุงเทพฯ

79 ปี สนง.สลากกินแบ่งรัฐบาล

นางวันทนา เขียวสด หัวหน้าฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง ผู้แทนจากองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ (อ.อ.ป.) ร่วมแสดงความยินดีกับสำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาล เนื่องในโอกาสครบรอบวันคล้ายวันสถาปนาปีที่ 79 ในโอกาสนี้ อ.อ.ป. ได้ร่วมบริจาคสมทบทุน **"มูลนิธิช่วยคนปัญญาอ่อนแห่งประเทศไทยในพระบรมราชินูปถัมภ์"** โดยมี **นางตุ้มทอง มุสิกรัตน์** รองผู้อำนวยการสำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาล เป็นผู้รับมอบ ณ สำนักงานสลากกินแบ่งรัฐบาล อ.เมือง จ.นนทบุรี เมื่อวันที่ 5 เมษายน 2561 ที่ผ่านมา

50 ปี การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย

เมื่อวันที่ 26 เมษายน 2561 **นางรัตนราศรี กระจายศรี** หัวหน้าส่วนส่งเสริมเผยแพร่ ฝ่ายกิจกรรมสัมพันธ์ สำนักบริหารกลาง และทีมงานเป็นผู้แทนองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เข้าร่วมงานแสดงความยินดีเนื่องในวันคล้ายวันสถาปนาการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย **"กฟผ. ก้าวสู่ปีที่ 50 เพื่อชีวิตที่ดีกว่าอย่างยั่งยืน"** โดยมี **นายนิกุล ศิลาสุวรรณ** รองผู้ว่าการผลิตไฟฟ้า การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย เป็นผู้รับมอบเงินบริจาคสมทบทุนให้กับ โรงพยาบาลเมตตาประชารักษ์ (วัดไร่ขิง) เพื่อสนับสนุน **"โครงการแว่นแก้ว"** ณ สำนักงานใหญ่ การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย อ.บางกรวย จ.นนทบุรี อีกด้วย

อ.อ.ป. จัดอบรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม เพื่อปลูกฝังวิธีคิดแยกแยะผลประโยชน์ส่วนตัวและส่วนรวมกับผู้ปฏิบัติงาน ส.คช. และ ออป.เหนือบน

นายสุกิจ จันทร์ทอง
รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้

เมื่อวันที่ 26 เมษายน 2561 **นายสุกิจ จันทร์ทอง** รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ ให้เกียรติเป็นประธานเปิดการอบรม **"โครงการองค์กรคุณธรรม"** ให้ผู้ปฏิบัติงานสถาบันคชบาลแห่งชาติ ในพระอุปถัมภ์ฯ และองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ภาคเหนือบน จำนวน 40 คน ให้เห็นถึงความสำคัญของการเป็นองค์กรคุณธรรมและเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานด้วยคุณธรรมที่พึงประสงค์ โดยทีมวิทยากรจากสำนักบริหารกลาง ร่วมถ่ายทอดความรู้เกี่ยวกับคุณธรรมจริยธรรม การปลูกฝังวิธีคิดแยกแยะผลประโยชน์ส่วนตัวและประโยชน์ส่วนรวม จิตพอเพียง ความอายและไม่ทนต่อการทุจริต อีกทั้งยังช่วยปรับฐานความคิดให้มีค่านิยมร่วมต่อต้านทุจริต มีจิตสาธารณะ และทำกิจกรรม Workshop จัดกลุ่มระดมความคิดเพื่อสรุปหาคุณธรรมที่พึงประสงค์ ณ ห้องประชุมกุญชรศุภศรี อาคารกัลยาณิวัฒนาการุณย์ สถาบันคชบาลแห่งชาติ ในพระอุปถัมภ์ฯ จ.ลำปาง

“ปลูกคน ปลูกป่า ปลูกใจ (Little Forest) ปีที่ 3”

โดยความร่วมมือระหว่าง อ.อ.ป. - เอกชน - และชุมชนรอบสวนป่า

little forest
ปลูกป่า ปลูกคน ปลูกใจ

เมื่อวันที่ 27 เมษายน 2561 **นายสุกิจ จันทร์ทอง** รองผู้อำนวยการองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ เข้าร่วมประชุมหารือและรับฟังการบรรยายสรุปผลการดำเนินงานโครงการ **“ปลูกคน ปลูกป่า ปลูกใจ (Little Forest) ปี 3 : ปลูกป่า 200 ไร่ ทำฝาย 3 แห่ง”** ร่วมกับคณะทำงานโครงการฯ อาทิ **ผศ.ดร.อโนทัย ชลชาติภิญโญ** รองหัวหน้าภาควิชาวิทยาการสิ่งทอ คณะอุตสาหกรรมการเกษตร มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, **นายโรจน์ภูภวิศ กฤตพลนารา** เจ้าของแบรนด์แฟชั่น ISSUE (อิชชู่), **คุณเข็มอัปสร สิริสุขะ** (เชอร์รี่) ดารานักแสดง และผู้นำชุมชนรอบสวนป่าวังชิ้น อ.วังชิ้น จ.ลำปาง พร้อมกันนี้ได้ร่วมกันสร้างฝายชะลอน้ำในชุมชนรอบสวนป่าวังชิ้น และบำรุงรักษาต้นไผ่ รวมถึงพันธุ์ไม้พื้นเมืองที่ปลูกในปีที่ผ่านมา เปรียบเทียบอัตราการเจริญเติบโตให้เป็นไปตามหลักวิชาการ เพื่อเป็นแนวป้องกัน (Buffer Zone) ก่อนส่งมอบผืนป่าและฝายชะลอน้ำให้กับองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ และชุมชนรอบสวนป่าวังชิ้นดูแลรักษาต่อไป

กรุณาส่ง

การนำส่งไปรษณีย์รายเดือน
ใบอนุญาต เลขที่ 29/2531
ปณฝ. หลานหลวง

วารสาร เพื่อนป่า
วารสาร อ.อ.ป. สัมพันธ์ (เดิม)

วัตถุประสงค์ เพื่อเสนอข่าวสาร สารคดี ข้อคิดเห็น และสาระน่ารู้อื่นๆ ที่เป็นประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติงาน อ.อ.ป.
คณะผู้จัดการ เจ้าหน้าที่สำนักบริหารกลาง
สำนักงาน สำนักบริหารกลาง องค์การอุตสาหกรรมป่าไม้ กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม อาคารถนนราชดำเนินนอก กทม.10100 โทร. 0-2282-3243-7 ต่อ 101 102 และ 103 โทรสาร. 0-2281-3370 E-mail: pr_fio.p@hotmail.com

บทความหรือข้อคิดเห็นใน เพื่อนป่า เป็นทัศนะส่วนตัวของผู้เขียน มิได้ผูกพันกับคณะผู้จัดทำ หรือองค์การอุตสาหกรรมป่าไม้แต่อย่างใด

พิมพ์ที่ หจก.อาร์ตโปรเกรส 50 ซ.เพ็ญและเพื่อน ถ.ประชาสงเคราะห์ แขวงดินแดง เขตดินแดง กรุงเทพฯ 10400 โทร. 02-247-2560