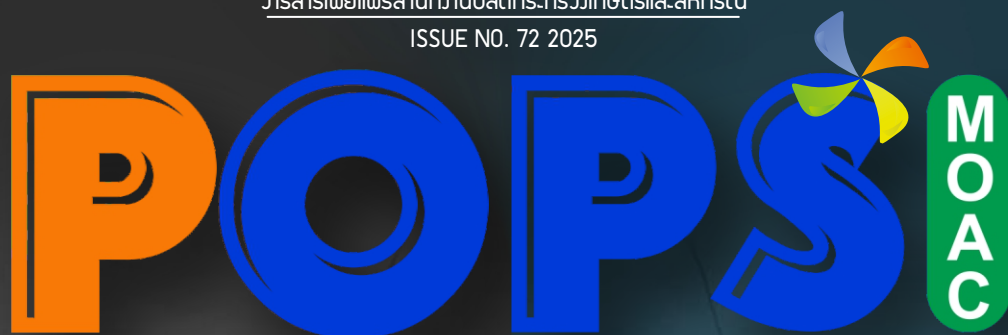


วารสารเผยแพร่สำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์

ISSUE NO. 72 2025



PRIDE OF OFFICE OF THE PERMANENT SECRETARY FOR MINISTRY OF AGRICULTURE AND COOPERATIVES

Prompt

to

Change

พร้อมรับการ

เปลี่ยนแปลง

เสด็จสู่สวรรคาลัย

น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ
ตราบนิจนิรันดร์
ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ
อย่างหาที่สุดมิได้

ข้าพระพุทธเจ้า คณะผู้บริหาร
ข้าราชการ พนักงานและลูกจ้าง
สำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์



Say-Hi

ในยุคปัจจุบันที่เทคโนโลยีมีการพัฒนาไปอย่างก้าวกระโดด ส่งผลให้สังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งสไตล์การใช้ชีวิต วัฒนธรรม เทคโนโลยีและการสื่อสาร การทำงานก็เช่นเดียวกันจะต้องพบกับการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นการเปลี่ยนเพื่อนร่วมงาน ผู้บริหาร นโยบาย รวมถึงระบบสารสนเทศที่ปัจจุบันในหลาย ๆ องค์กรเริ่มใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาจัดการเอกสารและข้อมูลในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ เช่น ระบบ e-Office ที่นำมาใช้ใน สป.กษ. แต่หลายคนอาจจะเกิดความกังวลว่าจะสามารถทำงานได้ไหม ซึ่งหากเรา มีการพัฒนาตนเองอย่างต่อเนื่อง ตามแนวคิด

Prompt to change

พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง หนึ่งในวัฒนธรรมองค์กรของ สป.กษ. หรือ HOPE จะทำให้เราจะสามารถปรับเปลี่ยนวิธีการทำงานให้รองรับกับการทำงานในยุคปัจจุบันได้อย่างแน่นอน



Canva AI สร้างได้ด้วยตัวคุณ



📁 ดีไซน์ของคุณ

📄 เพิ่มเพลด

🌐 Canva AI

อธิบายไอเดียของคุณ แล้วฉันจะเสกให้ภาพนั้นเป็นจริง



เดี๋ยวนี้ใคร ๆ ก็พูดแต่เรื่อง AI สร้างรูปภาพ ลบ สร้างวิดีโอ หรือปรับแต่งเนื้อหา ให้ออกมาตามแบบที่เราต้องการ กันมากมาย การที่เราจะสร้างภาพหรือเนื้อหาใด ๆ ก็ตามเราต้องมีข้อความหรือคำสั่ง Prompt ให้ AI เข้าใจให้มากที่สุด จึงจะได้ผลลัพธ์ที่ตรงกับความต้องการ ซึ่งปัจจุบันนี้มีผู้ให้บริการ AI อย่างมากมาย ไม่ว่าจะเป็น Chat GPT, Gemini, Deep seek, Cloud เป็นต้น โดยเนื้อหาใน POPS เล่มนี้จะแนะนำ AI นื่องใหม่ที่เพิ่งเปิดตัวมาไม่นานก็คือ Canva AI นั่นเอง

Canva AI เป็นเทคโนโลยีปัญญาประดิษฐ์ที่พัฒนาโดย Canva ที่จะช่วยให้การออกแบบและสร้างสรรค์เนื้อหา มีประสิทธิภาพ รวดเร็วและง่ายต่อการใช้งานมากยิ่งขึ้น เหมาะสำหรับทั้งผู้เริ่มต้นและมีอาชีพที่ต้องการเครื่องมืออัจฉริยะ ในการสร้างสื่อหลากหลายรูปแบบ ไม่ว่าจะเป็นงานกราฟิก งานนำเสนอ วิดีโอ หรือเอกสาร โดยมีฟีเจอร์ที่โดดเด่นดังนี้

1. การออกแบบอัตโนมัติ (Magic Design) สร้างงานออกแบบอัตโนมัติจากข้อมูลที่คุณระบุ Prompt ที่ต้องการ พร้อมเพิ่มเพลดหลากหลายให้เลือกปรับแต่ง
2. การเขียนข้อความด้วย AI (Magic Write) ผู้ช่วยเขียนข้อความด้วย AI สำหรับบทความ โพสต์ โซเชียล และอีเมล ปรับโทนภาษาตามต้องการ
3. การสร้างภาพด้วยข้อความ (Text to Image) สร้างภาพจากคำบรรยาย Prompt ข้อความตามสไตล์ที่เลือก เหมาะสำหรับภาพประกอบเฉพาะทาง
4. การแก้ไขภาพด้วย AI (Magic Edit และ Magic Eraser) แก้ไข เพิ่ม หรือลบวัตถุในภาพได้อย่างแม่นยำ โดยไม่กระทบส่วนอื่นของภาพ
5. การสรุปและเรียบเรียงข้อมูล (Magic Summary) ช่วยสรุปเนื้อหายาวให้อยู่ในรูปแบบกระชับ เหมาะสำหรับ รายงาน บทความ และเอกสารทางการได้
6. การสร้างงานนำเสนออัตโนมัติ (Magic Presentation) สร้างงานนำเสนออัตโนมัติจากหัวข้อที่กำหนด พร้อมจัดโครงสร้างและดีไซน์ให้เหมาะสม
7. การปรับแต่งเนื้อหาสำหรับหลายแพลตฟอร์ม (Magic Resize) ปรับขนาดงานออกแบบให้เหมาะกับหลายแพลตฟอร์มโดยคงความสวยงามของต้นฉบับ
8. การสร้างวิดีโอด้วย AI (Magic Animate และ Beat Sync) สร้างแอนิเมชันอัตโนมัติและซิงค์จังหวะภาพกับเสียง เพื่อผลิตวิดีโอที่น่าสนใจ
9. การทำงานร่วมกันแบบเรียลไทม์ รองรับการแก้ไขและแสดงความคิดเห็นพร้อมกันภายในทีมเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานร่วมกัน
10. การวิเคราะห์และแนะนำการออกแบบ ประเมินสี ฟอนต์ และการจัดวาง พร้อมแนะนำแนวทางปรับปรุง ให้เหมาะสมตามหลักงานออกแบบมืออาชีพ

เชื่อว่าหลายท่านคงเคยใช้งาน Canva เพื่อออกแบบหรือทำงานด้านต่าง ๆ กันมาบ้างแล้ว โดย Canva AI เป็นเครื่องมือ ที่ผสานเทคโนโลยีกับความยืดหยุ่นของแพลตฟอร์มการออกแบบ ช่วยให้การสร้างสรรค์เนื้อหาทุกประเภทเป็นเรื่องง่าย รวดเร็ว และมีคุณภาพระดับมืออาชีพ เหมาะสำหรับทั้งบุคคลทั่วไปและองค์กรหรือหน่วยงานที่ต้องการผลิตงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น ผู้สนใจสามารถเข้าใช้งานได้ที่ <https://www.canva.com/ai> กันได้เลย



🌐 ดีไซน์

🖼️ รูปภาพ

📄 Doc

</> โค้ดดิ้ง



สถานการณ์ที่ทำงานเปลี่ยนไป รับมืออย่างไรกับการเปลี่ยนแปลง

วัฒนธรรมของสำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ได้มีแนวคิดหลัก 4 ด้าน คือ Honesty (มีคุณธรรม), Ownership (รับผิดชอบร่วมกัน), Prompt to change (พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง) และ Establish (สร้างสรรค์) ซึ่งในสถานการณ์ปัจจุบันสังคมมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งสไตล์การใช้ชีวิต วัฒนธรรม เทคโนโลยีและการสื่อสาร รวมถึงในการทำงานอาจจะต้องพบกับ การเปลี่ยนแปลงไม่มากนักน้อย อาจจะเป็นการเปลี่ยนเพื่อนร่วมงาน ผู้บริหาร นโยบายการดำเนินงาน ระบบสารสนเทศที่ปัจจุบันในหลาย ๆ องค์กรเริ่มเข้าสู่ระบบ Paperless คือ การลดการใช้กระดาษ ในองค์กรโดยใช้เทคโนโลยีดิจิทัลมาจัดการเอกสารและข้อมูลทั้งหมดให้อยู่ในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ เมื่อเราเจอการเปลี่ยนแปลงการรับมือของแต่ละคนย่อมไม่เหมือนกัน ซึ่งอาจจะทำให้เกิดความ ไม่สบายใจ วิตกกังวล หรือความเครียดว่าอนาคตจะสามารถทำงานได้ไหม ความรู้ความสามารถที่มี จะนำมาใช้กับการทำงาน หรือนโยบายที่เปลี่ยนแปลงไปได้หรือไม่ แต่ถ้าเรานำแนวคิดในด้าน Prompt to change (พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง) สร้างภูมิคุ้มกันชีวิตโดยเริ่มต้นจากภายใน ให้เข้มแข็ง ต่อให้พบการเปลี่ยนแปลงแค่ไหนก็จะสามารถก้าวเดินต่อไปได้อย่างแน่นอน

การเตรียมพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงสามารถทำได้ โดย

การมีทัศนคติที่ดี ทุกอย่างเริ่มต้นที่ตัวเราคิดและตระหนักไว้ว่าความ เปลี่ยนแปลงคือส่วนหนึ่งของชีวิต เรียนรู้ที่จะสนุกและมองว่าเป็นโอกาสดี ที่จะได้เรียนรู้สิ่งใหม่ รวมถึงการมีสติอยู่กับปัจจุบันอยู่เสมอ ในเมื่อเกิด การเปลี่ยนแปลงไปแล้วการยึดติดกับสิ่งเดิม ๆ จะทำให้การยอมรับ การเปลี่ยนแปลงยากขึ้นไปอีก รวมถึงการเชื่อมั่นในตัวเอง ฝึกคิดในแง่บวกและให้กำลังใจตัวเองสม่ำเสมอจะทำให้เวลาที่ทำงานทำผิดพลาด เราจะไม่ซ้ำเติมตัวเองแต่จะยอมรับและหาทางแก้ไขปัญหาก็ดีขึ้น



การดูแลสุขภาพกายและใจ นับเป็นสิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งที่จะทำให้ก้าวผ่าน กับทุกสถานการณ์ไปได้ เพราะทุกการเปลี่ยนแปลงในชีวิตจะส่งผลต่อสุขภาพร่างกาย และจิตใจโดยตรง ดังนั้นถ้ามีร่างกายที่แข็งแรงจิตใจที่ดีก็นับเป็นต้นทุนในการทำงาน และใช้ชีวิตอย่างมีความสุข

ด้านร่างกาย ควรรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ครบ 5 หมู่ ดื่มน้ำสะอาดและ นอนหลับพักผ่อนให้เพียงพอ หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์และสารเสพติดจะช่วยให้ ร่างกายและสมองได้ฟื้นฟู พร้อมทั้งออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอจะสร้างให้ร่างกายแข็งแรง ไม่เจ็บป่วยได้ง่าย พร้อมรับกับทุกสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงได้อย่างมีประสิทธิภาพแน่นอน

ด้านจิตใจ เรียนรู้วิธีการจัดการกับความเครียด เช่น การทำสมาธิ การปล่อยวาง การปรับวิธีคิด ให้มองในแง่ดี สร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับครอบครัว เพื่อน หรือเพื่อนร่วมงาน เพื่อสร้างสังคมที่จะสามารถ ขอความช่วยเหลือ หรือสร้างกำลังใจให้แก่กันและกันในวันนี้อาจจะเจอสถานการณ์ที่ยากลำบาก การมี ความสัมพันธ์ที่ดีจะสามารถช่วยให้คำปรึกษาและส่งเสริมให้เรามีพลังใจในการทำงานได้ดีขึ้น



การสั่งสมประสบการณ์และองค์ความรู้ คือ การมีทักษะและความเข้าใจที่ลึกซึ้ง ในงานที่ทำ โดยการลงมือทำอย่างต่อเนื่อง อาจจะเริ่มจากการศึกษาหาความรู้ ตั้งแต่ลักษณะขององค์กร นโยบายการดำเนินงานจะทำให้รู้เป้าหมาย ความต้องการ และภาพรวมขององค์กร และที่สำคัญการมีความรู้ในตำแหน่งงานที่ได้รับมอบหมาย เข้าใจขอบเขตของงาน วัตถุประสงค์ และความคาดหวัง ทบทวนในเนื้อหาที่ทำ และมองหาวิธีปรับปรุงให้ดียิ่งขึ้นเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพและลดข้อผิดพลาดให้น้อย ที่สุด ถ้าเชี่ยวชาญในงานที่ทำก็จะสร้างความมั่นใจให้กับตัวเอง สิ่งเหล่านี้จะเป็น คลังข้อมูลที่อยู่ติดตัวกับเราไปตลอด พร้อมทั้งหมั่นฝึกฝนพัฒนาทักษะทั้ง Hard Skills (ทักษะเฉพาะทางที่จำเป็นต่องาน เช่น การใช้เครื่องมือหรือเทคโนโลยี ใหม่ ๆ) และ Soft Skills (ทักษะด้านอารมณ์และสังคม เช่น การคิดวิเคราะห์ การสื่อสาร การปรับตัว และการแก้ปัญหา) อย่างต่อเนื่อง



เมื่อได้พัฒนาตัวเองในด้านต่าง ๆ ทั้งทัศนคติ ร่างกาย จิตใจ ประสบการณ์และองค์ความรู้อย่างต่อเนื่อง เราจะได้ความมั่นใจ และเชื่อมั่นในตนเองมากพอไม่ที่จะต้องเจอสถานการณ์การ เปลี่ยนแปลงรูปแบบไหน รับรองได้เลยว่าการเตรียมความพร้อม ของเราจะสามารถ**พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงได้แน่นอน**



ทำงานจำเจ แต่ไม่จำใจทำงาน

หลาย ๆ คน คงเคยทำงานที่มีลักษณะซ้ำ ๆ เดิม ๆ จนน่าเบื่อ จำเจ ทำให้รู้สึกที่ไม่มีความท้าทาย อาจเป็นสัญญาณของการหมดไฟในการทำงานหรือ Burnout Syndrome ส่งผลให้เหนื่อยล้าทั้งร่างกายและจิตใจ ไม่มีแรงจูงใจ และมีความคิดเชิงลบ จนทำให้รู้สึกหมด Passion ควรเริ่มจากการสำรวจตนเองและหาสาเหตุของปัญหา จากนั้นตั้งเป้าหมายใหม่เพื่อสร้างแรงจูงใจ พูดคุยกับเพื่อนร่วมงาน เพื่อแลกเปลี่ยนมุมมอง และสิ่งที่สำคัญที่สุด คือ การดูแลสุขภาพกายและสุขภาพจิตให้ดี โดยการลดความเครียด แน่นอนว่าการลงมือแก้ไขอย่างรวดเร็วจะช่วยให้ตัวเรากลับมามีไฟในการทำงานได้อีกครั้ง



1. Positive Thinking คิดบวก

Positive Thinking คิดบวก คิดอย่างไร ยอมได้อย่างนั้น คิดในสิ่งดี ๆ คิดอย่างมีความหวัง มองหาข้อดีหรือแง่บวกในทุกสถานการณ์ จะเป็นการช่วยให้มีความสุขจิตที่ดี ฝึกให้คุณเข้าใจโลก



2. เติมเสียงหัวเราะในที่ทำงาน

เติมเสียงหัวเราะในที่ทำงาน การหัวเราะสามารถลดฮอร์โมนความเครียดในเลือดได้ และยังช่วยเพิ่มสารเอนดอร์ฟิน ซึ่งเป็นสารแห่งความสุขที่ผลิตจากสมองส่วนต่อมใต้สมองและไฮโปทาลามัส มีคุณสมบัติช่วยบรรเทาอาการปวด ลดความเครียด และทำให้อารมณ์ดีขึ้น



3. พักเบรก

พักเบรก สัก 10-20 นาที ช่วยผ่อนคลายความเครียดที่สะสมระหว่างวัน ช่วยฟื้นฟูสมองในการคิดและสร้างสรรค์มากขึ้น เพิ่มความตื่นตัว ทำให้รู้สึกกระปรี้กระเปร่า



4. ปรับสภาพแวดล้อมในห้องทำงาน

ปรับสภาพแวดล้อมในห้องทำงาน เช่น การจัดโต๊ะทำงานให้น่าอยู่ รักษาความสะอาด จัดการสายไฟและวางอุปกรณ์ต่าง ๆ ในตำแหน่งที่เหมาะสมกับหลักสรีรศาสตร์ (ergonomics)



5. ผ่อนคลายหลังเลิกงาน

ผ่อนคลายหลังเลิกงาน การออกกำลังกาย ดูหนัง ฟังเพลง ทำสมาธิ ฟังธรรม ดมกลิ่นน้ำมันหอมระเหย เลี้ยงสัตว์และพักผ่อนให้เพียงพอ



ระบบสารบรรณดิจิทัล (e-Saraban) ช่วยประหยัดพลังงานไฟฟ้าและลดการใช้ทรัพยากรในสำนักงาน



สำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง (Prompt to Change) และปรับตัวให้ทันต่อยุคสมัย โดยการนำระบบสารบรรณดิจิทัล (e-Saraban) มาใช้ในสำนักงาน e-Office คือ บริการ Work Collaboration บริการนี้อยู่ภายใต้โครงการ คลาวด์กลางภาครัฐ (Government Data Center and Cloud Service: GDCC) ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพ การจัดการด้านเอกสารและระบบอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องภายในองค์กร เช่น ระบบเอกสารดิจิทัล (ระบบสารบรรณ ระบบพิมพ์ร่างตรวจหนังสือ ระบบลงนามด้วยลายมือชื่ออิเล็กทรอนิกส์) ระบบบริหาร การประชุม ระบบคลังจัดเก็บเอกสาร ระบบจองห้องประชุม ระบบจองรถ ทำให้ช่วยลดการใช้ไฟฟ้าจากเครื่องพิมพ์ เครื่องทำลายเอกสาร เครื่องถ่ายเอกสารและลดการใช้ทรัพยากรในสำนักงาน เช่น กระดาษ หมึกพิมพ์ ปากกา ลวดเย็บกระดาษ คลิปหนีบ น้ายาลบคำผิด แฟ้มเอกสาร ตู้เก็บเอกสาร ชาร์ตดีสก์พพพา

ส.ป.กษ. ประหยัดพลังงาน

“วันต่อต้านคอร์รัปชันสากล 9 ธันวาคม (International Anti-Corruption Day)”

วันต่อต้านการทุจริตสากล หรือ วันต่อต้านคอร์รัปชันสากล (International Anti-Corruption Day) ถือกำเนิดขึ้นหลังจากที่ประชุมใหญ่สมัชชาสหประชาชาติ (The United Nation : UN) ที่มีมติเห็นชอบอนุสัญญา สหประชาชาติว่าด้วยการต่อต้านการทุจริต พ.ศ.2546 เมื่อวันที่ 31 ตุลาคม 2546 จากนั้นประเทศภาคีสมาชิก จำนวน 191 ประเทศ รวมทั้งประเทศไทยได้เข้าร่วมลงนามในอนุสัญญาระหว่างวันที่ 9 - 11 ธันวาคม 2546 ณ เมืองเมอร์ริดา ประเทศเม็กซิโก ด้วยเหตุนี้ UN จึงได้กำหนดให้ทุกวันที่ 9 ธันวาคมของทุกปีเป็น “วันต่อต้านคอร์รัปชันสากล” การจัดงานวันต่อต้านคอร์รัปชันสากล (ประเทศไทย) วันที่ 9 ธันวาคมของทุกปี นับเป็นช่วงเวลาที่มีรัฐบาลจะร่วมมือกับสำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามการทุจริตแห่งชาติ องค์การต่อต้านคอร์รัปชัน (ประเทศไทย) และภาคีเครือข่ายทุกภาคส่วนร่วมมือกันทำงานเพื่อแสดงเจตนารมณ์มุ่งมั่นในการแก้ไขปัญหาการทุจริตอย่างต่อเนื่อง และปลุกกระแสสังคมที่ไม่ทนต่อการทุจริต ภายใต้แนวคิด “HERO OF THE TRUTH ร่วมหยุดคอร์รัปชัน” เพื่อแสดงเจตนารมณ์ของผู้นำทางการเมืองที่ร่วมกับภาคีทุกภาคส่วน มุ่งมั่นในการแก้ไขปัญหาการทุจริตอย่างต่อเนื่องและปลุกกระแสสังคมที่ไม่ทนต่อการทุจริต มุ่งยกระดับดัชนีการรับรู้การทุจริต (CPI) ของประเทศไทยให้สูงขึ้น โดยเน้นว่าถึงเวลาแล้วที่คนไทยต้องลุกขึ้นมาทำหน้าที่และปกป้องสิทธิของตนเอง และประเทศไทย ด้วยการไม่ทนต่อการทุจริต มีจิตสำนึกที่ถูกต้อง ยึดมั่นในคุณธรรม จริยธรรม และความพอเพียง พร้อมทำหน้าที่ตรวจสอบและเฝ้าระวังการทุจริต



กำหนดจัดงานวันต่อต้านคอร์รัปชันสากล (ประเทศไทย) ภายใต้แนวคิด “HERO OF THE TRUTH ร่วมหยุดคอร์รัปชัน” ในวันอังคารที่ 9 ธันวาคม 2568 เวลา 08.00 - 11.30 น. ณ ฮอลล์ 4 อาคารศูนย์การประชุมอิมแพ็ค เมืองทองธานี จังหวัดนนทบุรี และเผยแพร่ผ่าน facebook สำนักงาน ป.ป.ช.



ส.ป.กษ. ต่อต้านทุจริต

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการป้องกัน และปราบปรามการทุจริตแห่งชาติ (สำนักงาน ป.ป.ช.)



POPS Product

หากพูดถึง "มะเดื่อฝรั่ง หรือ ฟิก (Fig)" ใครที่เป็นสายสุขภาพ คงรู้จักกับ มะเดื่อฝรั่ง เป็นอย่างดี ซึ่งนับว่าเป็นหนึ่งในสุดยอดของผลไม้เพื่อสุขภาพ ที่อุดมไปด้วยคุณค่าทางอาหาร มีเส้นใยอาหารสูง และให้พลังงานสูง มีสรรพคุณ อาทิ ช่วยลดคอเลสเตอรอล มีสารต้านอนุมูลอิสระ และช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด เหมาะสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน นิยมรับประทานแบบผลสด ทานได้ทั้งผล รสชาติหวาน กลิ่นหอมอ่อน ๆ เนื้อละเอียด สามารถนำไปทำเมนูอาหารได้ทั้ง **เมนูหวาน และหวาน** เช่น ซุปครีม สลัด สเต็ก เจลลี่ แพนเค้ก แยม ฯลฯ

มะเดื่อฝรั่งเป็นพืชพื้นเมืองในประเทศแถบตะวันออกกลาง ซึ่งมีถิ่นกำเนิดในเอเชียตะวันตกและแถบทะเลเมดิเตอร์เรเนียนในยุโรป รวมถึงในแอฟริกาเหนือ จัดเป็นพืชในวงศ์เดียวกับขี้เหล็ก และจัดอยู่ในสกุลเดียวกับมะเดื่อไทย สำหรับในประเทศไทยได้มีการนำมะเดื่อฝรั่งมาทดลองปลูกครั้งแรกที่ตอย่างบางเมื่อ พ.ศ. 2524 โดยมูลนิธิโครงการหลวง และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ นำเข้ามาทดลองปลูก 5 สายพันธุ์ ได้แก่ พันธุ์คาโดต้า ลิซ่า ชูก้า ดรอปินส์ และบราวเทอร์รี่ ปัจจุบันสามารถปลูกและให้ผลผลิตได้ในหลายพื้นที่ของประเทศไทย

มะเดื่อฝรั่ง (FIG)



BOOK



ผู้เขียน : จำปิต ชาติพาลชน



ไปจามาจากไหน ทำไมไม่เชื่อหมอ

ร่างกาย สุขภาพ ชีวิต ไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ ถ้าเผลอพลั้งดูแล หรือประมาทพลาดผิดวิธีอาจส่งผลเสียร้ายแรงถึงตายได้ แต่บางคนก็ยังเชื่อ ตลอดจนทำบางอย่างที่ขัดกับสิ่งที่ถูกต้องกันเป็นปกติ เห็นคนชัก หายของแข็งให้คาบ โดนไฟดูดเอาไปฝังทราย โดนพิษแมงกะพรุนเอาฉีราด ถูกด้นชะนะ โดนของร้อนทาสีฟัน เลือดกำเดาไหลให้เงยหน้า กินเหล้าช่วยคลายหนาว ฯลฯ

รีบไปอ่านใหม่ และทำความเข้าใจให้ถูก ไปกับ (อดีต) หมอตัวจริง จำปิต ชาติพาลชน เจ้าของเพจ **DRAMA-ADDICT** ร่วมกับการถ่ายทอดความรู้คู่ความบันเทิงโดย **SAHRED TOY** ศิลปินฝีมือจัดจ้านตัวท็อปคนหนึ่งของเมืองไทย

หนังสือ "ไปจามาจากไหน ทำไมไม่เชื่อหมอ" พร้อมให้บริการ ณ ห้องสมุดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ อาคาร 3 ชั้น 3 นะคะ



กองบรรณาธิการ POPS : กองเกษตรสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงเกษตรและสหกรณ์

3 ก.ราชดำเนินนอก แขวงบ้านพานถม เขตพระนคร กทม. 10200

Tel. 0-2281-2505 Fax. 0-2281-9416

E-mail : moacplan.pr@gmail.com Website : www.opsmoac.go.th