

เปิดแล้ว นิทรรศการสื่อสร้างสรรค์

ศิลปะ คืองานศิลป์

ศิลปะสร้างสรรค์ วัฒนธรรมสถานสายใย ภูมิปัญญาไทยยั่งยืน

ฉบับที่ 65 เดือนสิงหาคม - เดือนตุลาคม 2566

www.artculture4health.com



× × × ×

7 ศิลปะ ๘ เป็ียง หนังสือ 8 เรื่อง 8 ผู้กำกับ จาก 4 พื้นที่ภาคอีสาน

10 ไอเดียจาก "กรรณก" แปลงร่างสู่การสร้างสรรค์ในมุมมองใหม่ ๆ

14 "ศูนย์เรียนรู้เสน่ห์บางลำพู" Co-Learning Space

16 ข้าวต้มใบตองทอง (ใบตองกวาว) แกงป่าเนื้อปลากลาย

18 ศิลป์สร้างสุข วัฒนธรรมสถานสายใย ภูมิปัญญาไทยยั่งยืน

20 โลกของชาวนา

เปิดบ้าน... ศิลปะสร้างสุข

สวัสดิ์ศรีภคาศีเครือข่ายการทำงานและผู้ติดตามกิจกรรมต่าง ๆ ของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ทุกท่านครับ

หลังจากที่รอคอยกันมานาน สำหรับหนังสือชุด “ศิลปะเป็ียง” หนังสือ 8 เรื่อง ที่สร้างสรรค์โดย 8 ผู้กำกับในพื้นที่ภาคอีสาน ด้วยการนำเรื่องราวจากภาคีเครือข่ายการทำงานวิชาชีพเพื่อสังคม และพื้นที่สร้างสรรค์แห่งความสุขด้วยศิลปะบำบัด สู่กิจกรรม “ศิลปะเบาใจ” ของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ใน 4 พื้นที่ อาทิ สวาทสิทธิ์คัก ตำบลสวาทสิทธิ์ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น, อำเภอสหพันธ์ จังหวัดกาฬสินธุ์, บ้านดงน้อย อำเภอนาคู จังหวัด

มหาสารคาม และ โขงสินไช บ้านหนองกง ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น มาสร้างสรรค์เป็นหนังสือ 8 เรื่องที่แตกต่างกันผ่านมุมมองของผู้กำกับที่มีต่อเรื่องราวต่าง ๆ ในพื้นที่นั้น ๆ โดยมี นายปรัชญา ปิ่นแก้ว ศิลปินมรดกอีสาน ผู้กำกับภาพยนตร์ชื่อดัง พร้อมด้วย รศ.ดร.นิยม วงศ์พงษ์คำ และ ผศ.ดร.ปริชา สาคร ผู้เชี่ยวชาญเรื่องภาพยนตร์ของอีสานเป็นผู้ควบคุมดูแล ซึ่งหนังสือชุดศิลปะเป็ียง นี้ได้รับความสนใจจากทีวีสาธารณะ อย่าง สถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส (ThaiPBS) ตัดเลือกหนังสือ 4 เรื่อง จาก 4 ผู้กำกับใน 4 พื้นที่ ไปเผยแพร่ให้ชมในวันที่ 23 ตุลาคม 2566 รวมเป็นเวลาออกอากาศ 1 ชั่วโมงเต็มด้วย แต่ทั้งนี้ยังแผนงานฯ จะนำหนังสือทั้ง 8 เรื่องนี้ไปเผยแพร่ให้ชมอย่างต่อเนื่องทางโซเชียลมีเดียช่องทางต่าง ๆ ของไทยพีบีเอส โดยสามารถติดตามได้ที่ YouTube, Facebook Fan page, X – Twitter, Instagram, TikTok และ Web Site ชื่อว่า

แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. และปันศิลป์ ปันสุข และช่องทางอื่น ๆ ภายใต้การสนับสนุนของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. ทุกช่องทางติดตามกันนะครับ และอีกหนึ่งโครงการที่เริ่มเดินหน้าทำงานกันแล้วสำหรับโครงการสื่อสร้างสรรค์และกิจกรรมเพื่อการรณรงค์ ภายใต้หัวข้อ “อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน (ลดหวานมัน เค็ม เพิ่มผัก และผลไม้)” โดยการสนับสนุนจากแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ซึ่งในปีก้าวเข้าสู่ปีที่ 5 แล้วในครั้งนี้ โดยปีนี้เราเปิดพื้นที่ใหม่ไปยัง 4 ภูมิภาคทั่วประเทศ ซึ่งโรงเรียนในจังหวัดต่างๆ เติริมอรลันได้เลยว่าโรงเรียนไหนจะถูกเลือกมาเป็นโรงเรียนต้นแบบในการเข้าร่วมโครงการเพื่อสร้างสื่อสร้างสรรค์ ลดภาวะความเสี่ยงโรคอ้วนเสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอด้วยตนเอง ด้วยการรับประทานอาหารเช้าให้ถูกสุขลักษณะ และออกกำลังกายให้ถูกวิธี นอกจากนี้ยังได้รับความรู้เรื่องโภชนาการและยังส่งเสริมการพัฒนาพฤติกรรมโภชนาให้กับเด็กและเยาวชนในครั้งนี้นี้บ้างติดตามได้เร็วๆ นี้

ไม่เพียงเท่านั้นเรายังได้มีการนำเสนอกิจกรรมข่าวสาร เรื่องราว และการทำงานต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นมาฝากด้วย เรื่องราวจะเป็นอย่างไร ติดตามได้ในเล่มครับ

ทั้งหมดนี้เป็นส่วนหนึ่งของสิ่งที่เกิดขึ้นเท่านั้น สามารถติดตามกันได้ในทุกฉบับ ถัด ๆ ไปครับ แล้วเจอกันใหม่ฉบับหน้าครับ...

นายदनัย หวังบุญชัย

ผู้จัดการ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.

CONTENTS

44

เรื่อง

หน้า

เปิดบ้านศิลปสร้างสุข

2

เรื่องเด่นประจำฉบับ

อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผักและผลไม้
ศิลปเป็ยียง หนังสือ 8 เรื่อง 8 ผู้กำกับ จาก 4 พื้นที่ภาคอีสาน

4

7

ส่งต่อความสุข

ไอเดียจาก “กรงนก” แปลงร่างสู่การสร้างสรรค์ในมุมมองใหม่ ๆ

10

บอกกล่าวเล่าสุข

"ศูนย์เรียนรู้เล่นบางลำพู" Co-Learning Space

14

สื่อศิลปสร้างสุข

ข้าวต้มใบตองทอง (ใบทองกวาว) , แขนงปानीปลากราย

16

เก็บตกมาฝาก

ศิลปสร้างสุข วัฒนธรรมसानสายใย
ภูมิปัญญาไทยยั่งยืน

18

เก็บสุขมาเล่า

โลกของซาน

20

ไขปัญหาประลองปัญญา

23

ใบสมัครสมาชิกจุลสารศิลปสร้างสุข

กรุณากรอรายละเอียดให้ครบทุกข้อ

(ไม่มีค่าใช้จ่ายใดๆ ทั้งสิ้น)

ชื่อ..... นามสกุล..... ชื่อหน่วยงานของท่าน.....

เบอร์โทรศัพท์..... เบอร์แฟกซ์..... อีเมล.....

ที่อยู่เพื่อจัดส่ง..... เลขที่..... ซอย..... ถนน.....

ตำบล..... อำเภอ..... จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....

(สามารถถ่ายสำเนาได้)

กรอกรายละเอียดแล้วกรุณาส่งกลับมาที่ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.

ที่อยู่ 128/177 ชั้น 16 อาคารพญาไทพลาซ่า ถนนพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพฯ 10400



อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน

ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผักและผลไม้

เริ่มเดินทางทำงานกันแล้วสำหรับโครงการสื่อสารสร้างสรรค์และกิจกรรมเพื่อการรณรงค์ ภายใต้หัวข้อ "อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน (ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผัก และผลไม้)" โดยการสนับสนุนจากแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ซึ่งในปีนี้นำเข้าสู่ปีที่ 5 แล้ว และเมื่อไม่นานมานี้ได้มีการประชุมนักวิชาการ นักโภชนาการ และนักออกแบบผลิตภัณฑ์นวัตกรรม นำโดย ดร.สง่า ตามาพงษ์ ผู้ทรงคุณวุฒิสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), ดร.ต๋นย์ หวังบุญชัย ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.), คุณชูกเกียรติ คุรุทรงธรรม, คุณอรวรรณ ดิษฐโยธิน, คุณวิจิต เจียมศิริกาญจน์, คุณจური สุวรรณศิลป์, คุณวสุนทรีย์ เสรีสุชาติ, คุณกุลพร สุขุมลตระกูล, คุณวิชาญพร เลียบใย และคุณเกียรติศักดิ์ แผลมจริง ไปแล้วเพื่อเตรียมดำเนินโครงการในปีที่ 5 ต่อไป

โดยเป้าหมายของโครงการในปีนี้จะเน้นสร้างแรงบันดาลใจและติดอาวุธความรู้ให้กับเยาวชนในระดับภูมิภาค โดยมุ่งเป้าไปยังโรงเรียนในพื้นที่การทำงานของวิสาหกิจเพื่อสังคมทั้ง 4 ภาค และจะมีการเชื่อมโยงบูรณาการงานกัน โดยเป้าหมายหลัก คือเด็กและเยาวชนต้องมีสุขภาพดีในทุกมิติทั้ง กาย ใจ สังคม ปัญญา และเป้าหมายรองต้องสามารถสร้างรายได้เข้าสู่ชุมชนได้ด้วย

เกี่ยวกับเรื่องนี้ ดร.ต๋นย์ หวังบุญชัย ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) บอกว่า ที่ต้องเร่งรณรงค์เรื่องนี้ในเด็กและเยาวชนไปยั้งทั่วประเทศ เพราะจากการเฝ้าระวังภาวะเริ่มอ้วนและอ้วนในเด็กของกระทรวงสาธารณสุข (Health Data Center) กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข พบข้อมูลว่า เด็กไทยมีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วน ติด 1 ใน 3 ของอาเซียน ซึ่งเด็กไทยอายุ 0-5 ปี มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 9.13 เด็กวัยเรียน 6-14 ปี มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 13.4 และเด็กวัยรุ่น 15-18 ปี มีภาวะเริ่มอ้วนและอ้วน ร้อยละ 13.2 ซึ่งสหพันธ์โรคอ้วน (World Obesity Federation) คาดการณ์ ภายในปี 2573 ประชากรอายุต่ำกว่า 20 ปี จะมีภาวะน้ำหนักเกินและอ้วนสูงขึ้นอีกเกือบร้อยละ 50 พร้อมแนะนำให้

กินอาหารสุขภาพ ถูกหลักโภชนาการ และเสริมด้วยการออกกำลังกายป้องกันภาวะอ้วน รวมทั้งจากการสำรวจพฤติกรรมการบริโภคอาหารและเครื่องดื่มที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพ (อาหารและเครื่องดื่มที่มีปริมาณไขมัน น้ำตาล และโซเดียมสูง) ในเด็ก พบว่า เด็กประมาณ 1 ใน 3 คน ตีมนมรสหวานทุกวัน กินขนมกรุบกรอบทุกวัน และดื่มน้ำอัดลมทุกวัน เด็กประมาณ 1 ใน 5 คน ตีมน้ำหวาน น้ำผลไม้ทุกวัน การสำรวจพฤติกรรมการเลือกซื้อของเด็กไทย ปี 2563 พบว่า เด็กส่วนใหญ่ยังซื้ออาหารตามความชอบ ร้อยละ 27.7 และมีเพียงร้อยละ 8.1 เท่านั้น ที่คำนึงถึงคุณค่าทางอาหาร

ดังนั้นการรณรงค์เพื่อสร้างความเข้าใจและติดอาวุธความรู้ให้กับเยาวชนไปยังทั่วประเทศถือว่าเป็นเรื่องเร่งด่วนที่ต้องทำ เพราะจากการทำงานของโครงการอย่าปล่อยให้เด็กอ้วน ในปีที่ 4 ที่ผ่านมา โรงเรียนต่าง ๆ ที่เข้าร่วมเป็นโรงเรียนต้นแบบนั้น ถือได้ว่าประสบความสำเร็จในการสร้างสรรค์สื่อนวัตกรรม โดยพบว่า สื่อสร้างสรรค์ต้นแบบที่เกิดขึ้นนั้นสามารถสร้างการเปลี่ยนแปลงและทำให้เด็กในโรงเรียนต้นแบบรวมถึงโรงเรียนในพื้นที่ใกล้เคียงสามารถเข้าร่วมออกแบบและผลิตสื่อสร้างสรรค์ออกมาใช้สื่อสารและรณรงค์ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผักและผลไม้ในเด็กได้สำเร็จ ทั้งนี้เพราะตลอดโครงการมีนักโฆษณา ครีเอทีฟมืออาชีพ ให้คำปรึกษาอย่างใกล้ชิด และให้เด็กได้มีโอกาสได้ทำงานเองด้วย ทำให้เกิดความเข้าใจในเรื่องโภชนาการทางอาหารเพิ่มขึ้น ส่วนโรคอ้วนและขาดสารอาหารมีแนวโน้มลดลงด้วย อีกทั้งกรุงเทพมหานครโดยนายศานนท์ หวังสร้างบุญ รองผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร ยังได้รับเอากระบวนการการทำงานนี้ไปเพื่อปรับใช้กับโรงเรียนในสังกัดทั้งสิ้น 437 แห่งด้วยเพื่อเป็นการยกระดับมาตรฐานโภชนาการที่มีคุณภาพกับเด็กและเยาวชน ที่จะปรับให้เข้ากับ 3 เรื่อง อาทิ

1.เน้นคุณภาพอาหารโภชนาการ ครบ 5 หมู่

2.คุณภาพอาหารเช้า / กลางวัน ให้โรงเรียนดำเนินการตามระบบ Thai School Lunch for BMA

3.จัดให้ในแต่มือได้รับอาหารที่มีประโยชน์ สะอาด ถูกหลักโภชนาการ ประกอบด้วยผักผลไม้ และลด หวานมัน เค็ม และมีปริมาณเพียงพอ มีเป้าหมายทำให้เด็กมีโภชนาการที่ดี โดย กทม. ได้ผลักดัน ให้โรงเรียนเป็นตัวกลางแจกจ่ายอาหารให้กับนักเรียนและชุมชน เพื่อไม่ผลักภาระการดูแลเด็กนักเรียนกับผู้ปกครองเพียงฝ่ายเดียว และจะร่วมกับภาคเอกชนและภาคประชาสังคมออกแบบเมนูอาหารสร้างสรรค์ ที่นักเรียนสามารถเลือกอาหารที่ต้องการได้ แต่ต้องคำนึงถึงคุณค่าทางอาหารครบถ้วนตามหลักโภชนาการ และจัดทำอาหารที่สอดคล้อง



กับความต้องการของกลุ่มคน บริบท และสิ่งแวดล้อมตามโรงเรียน แต่ละพื้นที่

ซึ่งสุดยอดผลงานนวัตกรรมที่ได้เป็นต้นแบบสื่อที่ดี ที่ใช้ขยายผลกับกลุ่มเป้าหมายข้างเคียงระหว่างกลุ่มเพื่อนของเด็ก ครอบครัว ครู หลักรัฐครู นโยบายของโรงเรียน ร้านค้ารอบสถานศึกษา ผลักดันให้โรงเรียนสามารถเป็นพี่เลี้ยงให้กับโรงเรียนอื่น ๆ สามารถยกระดับขยายพื้นที่ ผ่านการประยุกต์ใช้หลักสูตรต่าง ๆ ให้เหมาะสม เช่น โรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.), กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น (อปท.) และองค์การบริหารส่วนตำบล (อบต.) ผ่านการอบรมผู้บริหาร ครู และนักเรียนแกนนำ ในรูปแบบ Train for The Trainer ให้กับกลุ่มนักเรียน ประถมศึกษาปีที่ 4 - 6 ใน 4 ภูมิภาค สร้างนักสื่อสารสุขภาพ ที่พัฒนาสื่อเป็นนวัตกรรมให้เหมาะสมกับสิ่งแวดล้อมแต่ละพื้นที่ ลดปัญหาโภชนาการระยะยาวได้ ซึ่งโรงเรียนที่สามารถคว้ารางวัลชนะเลิศถ้วยพระราชทานสมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ไปครองได้สำเร็จ คือ โรงเรียนวัดปากบ่อ ที่มาในธีม : หุ่นดีดีร็อฟที่ ทำน้ำ คลองพระโขนง ตอนภาคใต้ผืนนาชาติ ส่วนรางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 1 คือ โรงเรียนวัดประชาราษฎร์ธรรม ธิม : ศูนย์ปฏิบัติการความมั่นคงแห่งสุขภาพ “Army Healthy Operation Center (AHOC)

รางวัลรองชนะเลิศอันดับที่ 2 คือ โรงเรียนวัดอินทราวาส ในธีม : Watin Country Fit & Firm Farm, รางวัลชมเชยมี 2 โรงเรียน คือ โรงเรียนวัดบางบอน (พิมพ์ จัน แต่อุบลัมภ์) ด้วยธีม : แม่ไม่ไทยพิชิตพุง, โรงเรียนวัดจันทร์ประดิษฐาราม ธิม : กองทั่วมัดจันทร์ ท้ารบสยบพุง ส่วนรางวัลกิจกรรมยอดเยี่ยมดีเด่น ได้แก่โรงเรียนศรีเอี่ยมอนุสรณ์, รางวัลเมนูดีเด่น ได้แก่โรงเรียนวัดแสงคำ, รางวัลบูรณาการสู่ความยั่งยืนดีเด่น ได้แก่โรงเรียนวัดทองสัมฤทธิ์ และรางวัลเพลงการออกกำลังกายดีเด่น ได้แก่โรงเรียนศิริวงวิทยาคาร

เมื่อความสำเร็จเกิดขึ้นโครงการสื่อสร้างสรรค์และกิจกรรมเพื่อ การรณรงค์ ภายใต้วหัวข้อ "อย่าปล่อยให้เด็กอ้วน (ลดหวาน มัน เค็ม เพิ่มผัก และผลไม้)" ในพื้นที่กรุงเทพมหานครแล้ว การทำให้โรงเรียน ในภูมิภาค รู้ เข้าใจเรื่องโภชนาการ และรณรงค์สร้างสื่อสร้างสรรค์ ลด ภาวะความเสี่ยงโรคอ้วน เสริมสร้างสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงอยู่เสมอ ด้วยตนเองด้วยการรับประทานอาหารให้ถูกสุขลักษณะ และออกกำลังกาย ให้ถูกวิธี ทั้งยังส่งเสริมการพัฒนาพฤติกรรมโภชนาการให้กับเด็กและเยาวชน ได้จึงเป็นเรื่องที่จะเกิดขึ้นในโครงการปีนี้ ซึ่งจะเป็นพื้นไหน โรงเรียน ไหน และกระบวนการและสื่อนวัตกรรมอะไรบ้างที่จะเกิดขึ้นในปี นี้ ติดตามได้อย่างต่อเนื่องในทุกช่องทางโซเชียลมีเดียชื่อว่า : แผนงาน สื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. , ปันศิลป์ ปันสุข และ ปันส์ โปรเจกต์



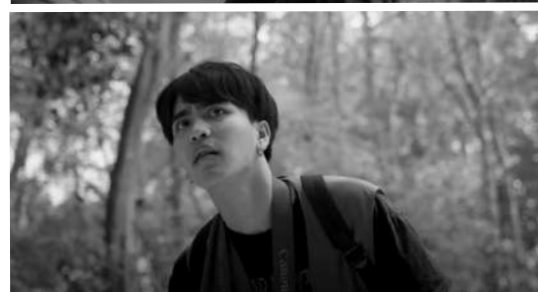
6 ศิลปสร้างสุข



หนังสือ 8 เรื่อง 8 ผู้กำกับ จาก 4 พื้นที่ภาคอีสาน

ศิลป์เคียง เป็นภาพยนตร์สั้นภายใต้โครงการปัน - ศิลป์สร้างสุข สื่อนวัตกรรม-ศิลป์เพื่อสุขภาวะ Design Hero Innovator X Startup ที่ดึงเอาอัตลักษณ์ความเป็นอีสานบน 4 พื้นที่วิสาหกิจเพื่อสังคมมานำเสนอผ่านมุมมองของ 8 ผู้กำกับ ได้แก่ คุณสุธีร์ จุฬากาญจน์, คุณทศพร ปรีชญ์ (มอง), คุณอดิสรณ์ อันสงคราม, คุณภัทรวิษญ์ ภัทรวัฒน์กุล, คุณกฤษดา คະสุวรรณ, คุณสิริวิวัฒน์ ละตา, ผศ.พชญ์ อัครพราหมณ์ และ คุณพงศธร พุทธโคตร โดยหนังสือทั้ง 8 เรื่องนี้เป็นความร่วมมือของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ สสส. กับ ภาคีเครือข่ายสื่อศิลปวัฒนธรรมชุมชนภาคอีสาน และชมรมอีสานซ็อตฟิล์ม ที่ได้รวบรวมผู้กำกับหนังสือในภาคอีสาน โดยมีนายปรัชญา ปิ่นแก้ว ศิลปมรดกอีสาน ผู้กำกับภาพยนตร์ชื่อดัง พร้อมด้วย ร.ศ.ดร.นิยม วงศ์พงศ์คำ รองอธิการบดีฝ่ายศิลปวัฒนธรรมและเศรษฐกิจสร้างสรรค์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น และ ผศ.ดร.ปรีชา สาคร หัวหน้าภาควิชานิเทศศาสตร์ คณะวิทยาการสารสนเทศ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม นักวิชาการภาพยนตร์และผู้เชี่ยวชาญภาพยนตร์ของอีสานเป็นผู้ควบคุมดูแล การจัดทำหนังสือในครั้งนี้ได้นำเสนอเรื่องราวของการทำงานพัฒนาชุมชนด้วยงานศิลปวัฒนธรรมของท้องถิ่น อาหารการกิน สถานที่ท่องเที่ยว มาใช้เป็นเครื่องมือในการพัฒนา โดยมีเป้าหมายในการส่งเสริมเศรษฐกิจสร้างสรรค์ของทั้ง 4 ชุมชน ประกอบด้วย

1. สะวะถิติคัก ตำบลสะวะถิติ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น
2. อำเภอสหพันธ์ จังหวัดกาฬสินธุ์
3. บ้านดงน้อย อำเภอนาดูน จังหวัดมหาสารคาม
4. โสภินิเช บ้านหนองกุง ตำบลศิลา อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น





หนังสือทั้ง 8 เรื่องมีดังนี้

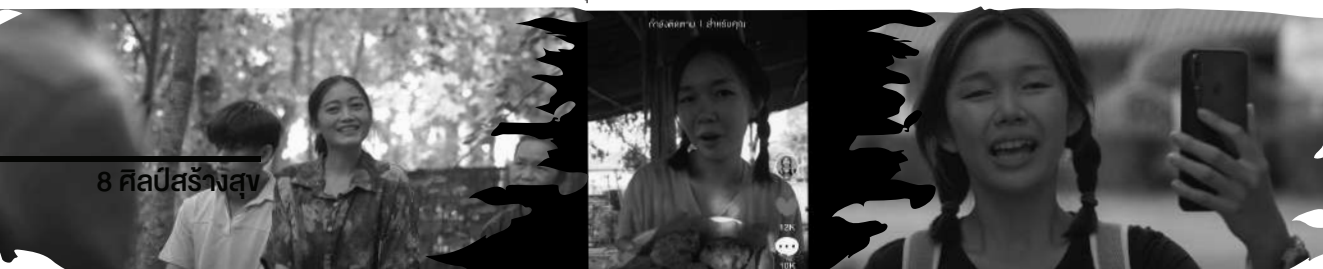
1. **เรื่อง สวาทะ(วิ)ถี** จากพื้นที่ชุมชนสวาทะถิ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น นำเสนอในประเด็น : มัคคุเทศก์ ผู้กำกับภาพยนตร์ : สุธิชัย จูฬาภานูจณ์ Theme : พุดสร้างเรื่อง
2. **เรื่อง ฝอยแก่น ฝอยสุข** จากพื้นที่ชุมชนสวาทะถิ อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ประเด็น : หมอลำพันปี, กลอนลำสินไซ ผู้กำกับภาพยนตร์ : ทศพร ปรีชญ (ฌอง) Theme : ศิลปะทำให้เราพูดภาษาเดียวกัน
3. **เรื่อง ส้ม ส่ง สุข** จากพื้นที่ชุมชนสหสชนันท์ อำเภอสหสชนันท์ จังหวัดกาฬสินธุ์ ประเด็น : ปลาส้ม ผู้กำกับภาพยนตร์ : อติสรณ์ อันสงคราม Theme : การส่งความสุข
4. **เรื่อง Joy Not Enjoy** จากพื้นที่ชุมชนสหสชนันท์ อำเภอสหสชนันท์ จังหวัดกาฬสินธุ์ ประเด็น : ร้างคองก้า ผู้กำกับภาพยนตร์ : ภัทรวชิญ ภัทรวฒน์กุล Theme : รักในคุณค่าของตัวเองและสิ่งรอบตัว
5. **เรื่อง สานรัก สานศรัทธา** จากพื้นที่ชุมชนดงน้อย ตำบลพระธาตุ อำเภอนาคู จังหวัดมหาสารคาม ประเด็น : พระไหล ผู้กำกับภาพยนตร์ : ฤชดา คະสุวรรณ Theme : จากพุทธศิลป์สู่พุทธบูชา
6. **เรื่อง หุ่นสานสุข** จากพื้นที่ชุมชนดงน้อย ตำบลพระธาตุ อำเภอนาคู จังหวัดมหาสารคาม ประเด็น : หุ่นกระต๊อบข้าว ผู้กำกับภาพยนตร์ : สิริวิวัฒน์ ละตา Theme : การเป็นหนึ่งเดียวกัน
7. **เรื่อง SH(AD)OW** จากพื้นที่โฮงสินไซ บ้านหนองกง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ประเด็น : "ศิลป์สร้างสุข"

กระบวนการทำละครหุ่นเงา ที่ รวมศาสตร์ศิลปะทั้ง 3 แขนง เพื่อเสริมสร้างการพัฒนาการแก่เด็ก ออกทิสติก , ผู้กำกับภาพยนตร์ : ผศ.พชญ อัครพรหมณ์ Theme : การกล้าที่จะเปิดใจ จะนำมาซึ่งความเข้าใจ

8. **เรื่อง ลัทธิพิกล คนพิลึก** จากพื้นที่โฮงสินไซ บ้านหนองกง อำเภอเมือง จังหวัดขอนแก่น ประเด็น : กระบวนการศิลปะเบาใจ กระบวนการทาง จิตปัญญา โดยผนวกกับศาสตร์ของศิลปะ คือ ทศศิลป์ ดนตรี และการแสดง มาเป็นเครื่องมือในการทำกิจกรรมให้ผู้เข้าร่วม ได้เรียนรู้ตนเองอยู่กับปัจจุบันขณะ และเกิดความ "เบาใจ" ผู้กำกับภาพยนตร์ : พงศธร พุทธโคตร Theme : ในโลกที่เคร่งเครียด รุนววย หนักหนา การวางใจและผ่อนคลายเป็นส่วนสำคัญที่ทำให้ชีวิตประสบผลสำเร็จ

หนังสือชุดศิลปะเปียงนี้มีการเผยแพร่ให้ชมพร้อมๆ กันทั่วประเทศ ในวันที่ 23 ตุลาคม 2566 ทางสถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส (Thai PBS) และก่อนที่หนังสือนี้จะเผยแพร่ทางสถานีโทรทัศน์ไทยพีบีเอส ได้เชิญผู้กำกับหนังสือ 4 เรื่อง จาก 8 เรื่องมาสัมภาษณ์ที่สถานีด้วย ซึ่งเรามีบรรยากาศในวันนั้นมาให้ชมด้วย

ซึ่ง ดร.ตนิย หวังบุญชัย ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) บอกว่า หนังสือทั้ง 4 เรื่องที่ได้ออกอากาศที่ไทยพีบีเอสครั้งนี้ เป็นเพียงส่วนหนึ่งของหนังสือจากจำนวน 8 เรื่อง ที่ทาง สสส. ได้สนับสนุนให้ 8 ผู้กำกับจากพื้นที่ภาคอีสานได้ทำเพื่อนำเสนอเรื่องราวของดี จาก 4 พื้นที่ ของ



8 ศิลปสร้างสุข



เครือข่ายการทำงานของ สสส. อย่างเรื่อง สภาวะ(วิ)ถี , เรื่อง Sh(ad)ow , เรื่องสานรัก สานศรัทธา และเรื่อง สัม ส่ง สุข และหลังจากนั้นจะมีการนำ ทั้ง 8 เรื่อง ไปออกอากาศที่ vipa.me เพื่อให้ได้รับชมกันอย่างจุใจ "ซึ่งบอกได้เลยว่า น่าติดตามและน่าสนใจทั้งสิ้น...อยากให้ได้รับชมกัน นอกจากนี้ยังมีการเผยแพร่ให้ได้ชมกันอีกในทุกช่องทางออนไลน์ของ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) และปันศิลป์ ปันสุข ไปพร้อมๆ กันด้วย

และต่อจากนี้ทางแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. จะมีหนังสือหรืองานอะไรออกมาให้ชมกันอีกนั้นสามารถติดตามและเป็นที่กำลังใจให้กำกับคนทำงานได้ทุกช่องทางการสื่อสาร อาทิ Official Web, Youtube, Instagram, Twitter, Tiktok ชื่อว่า แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ และปันศิลป์ ปันสุข ติดตามกันอย่างต่อเนื่องนี้.. แล้วเราจะเติบโตลึซิดกันมากขึ้น



ไอเดียจาก “กรงนก” แปลงร่างสู่การสร้างสรรคในมุมมองใหม่ ๆ โดย “กูอิรฟาน ตูแวลีเงาะ” เจ้าของเพจ Kufan.gallery

“ผลงานโคมไฟรูปทรงแปลกตา” เป็นจุดเริ่มต้นของการค้นหา
“ใครกันสร้างสรรค์สิ่งนี้ขึ้นมา”

จากความสงสัย ...สู่การค้นหา

ในที่สุดเราก็ได้พบคำตอบว่า “กูอิรฟาน ตูแวลีเงาะ” เจ้าของเพจ
Kufan.gallery คือเจ้าของคอนเซ็ปต์กรงนกมาต่อยอดเป็นผลิตภัณฑ์ตัวใหม่
อย่าง “โคมไฟ”

กูอิรฟาน ตูแวลีเงาะ เล่าว่า ผลงานโคมไฟจากกรงนกนี้เริ่มมาจาก
ฮิลิสจบของตนเอง จากการพยายามหาแรงบันดาลใจต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัว
ทั้งการแต่งกาย การละเล่นต่าง ๆ ที่ผูกพันกับชีวิตของคนภาคใต้ที่ภาพรวม
ประมาณ 80 เปอร์เซ็นต์ คือ “การเลี้ยงนก” ที่เป็นวิถีชีวิตของทุกบ้านต้อง
มีสักกรงสองกรง แขนงไว้ตามชายบ้าน คล้ายเป็นการเลี้ยงแบบผ่อนคลาย
เช่น เวลาไปกรีดยางกลับมาเหนื่อย ๆ ได้ยินเสียงนกเขาร้อง ก็จะทำให้
ผ่อนคลาย หรือไปร้านน้ำชาไปนั่งจิบชาไปด้วย ฟังเสียงนกไปด้วยจะทำให้
เราผ่อนคลาย พอเราเห็นอย่างนั้นจึงเกิดไอเดีย และตัวเราเองซึมซับจากที่
บ้านด้วย เพราะว่าพ่อก็เลี้ยงนกเขา เราเห็นตั้งแต่เราเกิด คือตั้งแต่เด็ก ๆ โต
มาก็เห็นแต่คนและกรงนกล้อมรอบบ้าน รู้สึกว่าต้องเอาเรื่องราวสตอรี่นี้มา
เล่าเรื่อง สุดท้ายไปตกผลึกว่าเราอยากได้ความเป็นวิถีชีวิตของการละเล่น
นกเขา แต่เรามองทะลุไปถึงกรงนกที่สวยงาม แล้วทำยังไงล่ะที่จะสามารถ
ต่อยอดให้ไปต่อได้ ไม่ใช่แค่จับที่กรงนก ตอนนั้นมองเห็นเทคนิคของช่างทำ
กรงนก มันพิเศษมากดั่งดุดสายตาของเราได้ ในฐานะเรียนออกแบบมาได้
เล็งเห็นในความงามตรงนี้จึงอยากสานต่อ

“นกและกรงนก ความผูกพันกับวิถีชีวิตของคนภาคใต้ ตกผลึกเป็น
ไอเดียสร้างสรรค์ ยกระดับผลิตภัณฑ์ชุมชน”



Kufan เล่าต่อว่าเริ่มแรกการเข้าไปหาช่างถูกปฏิเสธหลายครั้ง เพราะงานโคมไฟมีความซับซ้อนมาก การเข้าไปเปลี่ยนกระบวนการทำงานของช่างเป็นเรื่องที่ท้าทายอย่างมาก

เราคิดว่าเทคนิคทรงนกสามารถต่อยอดไปได้อยู่แล้ว เพียงแค่เราเจาะสื่อสารยังไงให้เขาเข้าใจในแบบที่เราอยากได้ เราเริ่มจากสังเกตแล้วสกัดแบบ จากนั้นเข้าไปคุยไปกับช่างทำทรงนก ซึ่งช่วงแรกช่างปฏิเสธหลายครั้ง ด้วยเหตุผลง่าย ๆ คือเขาทำไม่ได้ มันยากเกินไป และไม่เคยมีใครมาเปลี่ยนแปลงกระบวนการของเขาครับ เพราะว่าทรงนกปรกติเป็นงานชิ้นเดียว แต่งานโคมไฟของเรา มีความซับซ้อน เพราะต้องผลิตโดยแยกชิ้นส่วนแล้วนำมาประกอบกันเป็นหนึ่งชิ้นงาน ตอนนั้นเราทำใจแล้วนะ แต่ขอลองเปิดใจคุยกันใหม่ว่าจริง ๆ ไม่ได้ยาก เพียงแค่มีกะบวนการ ซึ่งเราเป็นคนวางแผนให้ว่าขั้นตอนที่ หนึ่ง สอง สาม ต้องเป็นอย่างไร ใช้วิธีการอธิบายและให้ช่างลงมือทำให้เสร็จทีละส่วน

“เปิดใจที่จะลองไปด้วยกัน เพราะว่าเราเองก็ไม่เคยมีประสบการณ์ในด้านการทำทรงนกเหมือนกัน แต่เราก็คิดว่าเทคนิคของช่างทำทรงนกดูน่าสนใจ มันสามารถที่จะพัฒนาเป็นผลิตภัณฑ์อย่างอื่นได้”

“โคมไฟหนึ่งโคม ต้องผ่านทีมช่างฝีมือถึง 3 ส่วน ทั้งช่างทำโครง กลุ่มแม่บ้านในการจับจีบลวดลาย และช่างกลึงไม้ ช่างทั้งสามส่วนจะทำงานผสมกันไปพร้อม ๆ กัน” Kufan บอก เราที่ผลิตออกมาชิ้นหนึ่งมีงานหลายชิ้นส่วน กว่าจะมาเป็นผลงานหนึ่งชิ้น ไม่ได้จบแค่ช่างทรงนกทำโครงเพียงคนเดียวหลัก ๆ จะเริ่มจากตัวเราที่สกัดแบบออกมาก่อน พอสกัดแบบแบบเสร็จก็เข้าไปคุยกับช่างทำโครง พอได้โครงออกมาแล้วก็ส่งส่งไม้ต่อไปที่กลุ่มแม่บ้านให้ดำเนินการจับจีบใบตาล ซึ่งการจับจีบใบตาลนี้ต้องใช้ยอดใบตาลอ่อนเท่านั้น ซึ่งใบตาลอ่อนที่นำมาใช้นี้ต้องผ่านกระบวนการต้ม และตากจนแห้งซึ่งจะได้สีที่สวยงามและเป็นธรรมชาติ

เมื่อตากใบตาลอ่อนจนแห้งแล้ว นำมาซอยเป็นชิ้นเหมือนริบบิ้น โดยต้องเป็นเส้นยาว และมีความกว้างสม่ำเสมอ ซึ่งเหล่าแม่บ้านที่เขาคิดกระบวนการนี้ เขาจะชำนาญมาก มีเทคนิคฝีมือแพรวพราว ถ้าให้เราทำเองอาจจะถนัดใช้กรรไกรในการตัดทีละใบมากกว่าการฉีกหรือซอยเป็นชิ้นขนาดเท่า ๆ กัน แม้จะใช้เวลามากกว่าหน่อยแต่ก็ออกมาคล้าย ๆ แบบที่แม่บ้านเขาทำกันอยู่ พอเราได้ยอดใบตาลอ่อนที่ผ่านกระบวนการ



มาแล้วนำมาจับจีบ ในช่วงระหว่างจับจีบ ช่างกลึงจะทำการกลึงไม้ในส่วนปลายขั้วบนของโคมไฟไปพร้อมกัน

ช่างฝีมือทั้งสามส่วนงานกระจายไปตามแต่ละหมู่บ้านในพื้นที่อำเภอสายบุรี จังหวัดปัตตานีนั้นเอง....

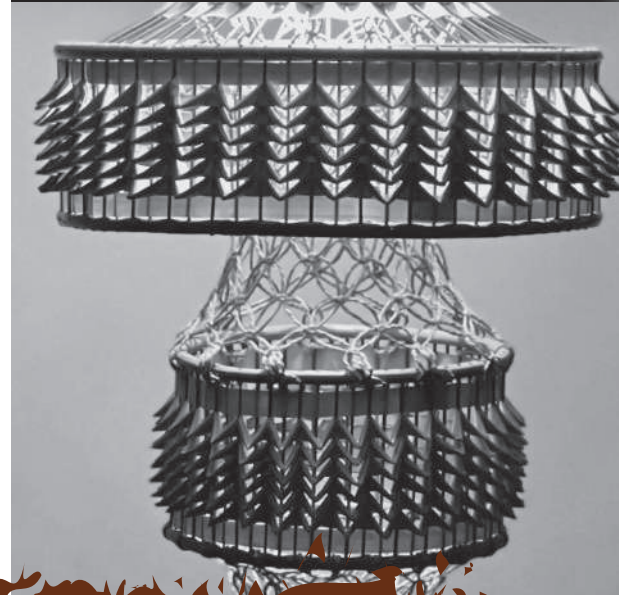
จากนั้นจะส่งต่อไปยังช่างอิเล็กทรอนิกส์เพื่อเข้ามาเพื่อประกอบไฟ ต่อสายไฟ และจะปิดท้ายที่ช่างเชื่อม จะมาเป็นผู้เก็บงานในดีเทลเล็ก ๆ น้อย ๆ อย่างการเชื่อมเหล็กทำเป็นห่วงคล้องเพื่อตกแต่งตัวโคมไฟ หากรวม ๆ แล้วจะมีทั้งหมด 5 ช่าง แต่พระเอกของเราจะเป็น ช่างโครง แม่บ้านจับจีบ และช่างกลึงไม้ กระบวนการทุกขั้นตอนถ้าวัสดุผ่านการเตรียมมาพร้อมทุกอย่าง จะใช้เวลาไม่เกิน 1 สัปดาห์จะปิดงานได้ต่อชิ้น

“ทุกส่วนของงาน จะมีกลิ่นอายของความเป็นกรงนกเพียงเรามาตีความเล่าเรื่องให้ผ่านโปรดัคต์ใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้น”
Kufan บอก

รู้สึกอย่างไรที่ผลงานที่คิดจะทำเฉพาะอีสิส มาถึงตอนนี้ได้ประสบความสำเร็จขึ้นไปอีกระดับหนึ่ง??

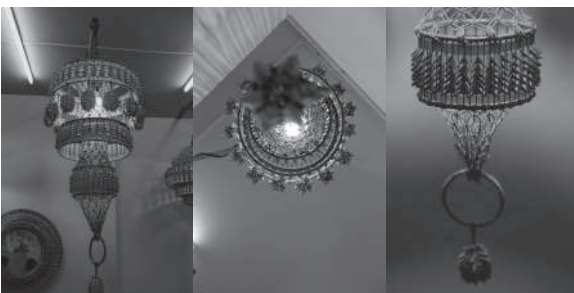
ไม่คิดเหมือนกันว่าหลังจบอีสิสแล้วจะทำมาเรื่อย ๆ มาถึงตรงนี้ก็คิดอย่างเดียวว่า **“เมื่อมีคนสนับสนุน และปูทางให้เราเราต้องทำต่อ”** ด้วยสถานการณ์ตอนทำอีสิส เมื่อทำผลงานออกมาเสร็จแล้วขายได้หมดเลย มีคนสนับสนุน มีคอนแทกมาเรื่อย ๆ จากผู้ใหญ่ทางปัตตานีที่ให้เราได้เป็น

พาร์ทเนอร์ทำงานร่วมกัน จัดสัญญากัน 5 ปี พอหมดสัญญาเราไม่ได้ต่อสัญญา และด้วยความต้องการความเป็นอิสระอยากทำงานในแบบของตัวเองได้มาเจอกับ**พีเมฆดวงใจ นันทวงศ์** จากบริษัทสงขลา เฮอริเทจ วิสาหกิจเพื่อสังคม จ.สงขลา ได้ประมาณ 3 เดือน พีเมฆก็ปูทางในเส้นทางนี้ให้เรา จากมีเพียงแค่อุปกรณ์ช่าง นักสะสมงานศิลปะคนไทยเชื้อสายจีน เพราะงานเหล่านี้จะมีกลิ่นอายความเป็นจีน เป็นโคมไฟสไตล์จีน ทำให้คนจีนและคนไทยเชื้อสายจีนจะชอบมากและส่วนมากผู้บริโภครักเขาตัดสินใจซื้อจากการดูผลงานเรา ถ้าเขาสนใจขึ้นไหนเขาจะรีควีสต์เข้ามา ซึ่งบางครั้งอาจจะให้เราปรับว่าจะไม่เอาส่วนนี้ เอาส่วนนั้นออกเราก็ปรับให้งานที่ออกมาพึงพอใจกับทั้งเราและลูกค้า แต่ก็ไม่ทิ้งคาแรคเตอร์ผลงานของตัวเองไป



เคยมีลูกค้าต่างชาติที่เข้ามาสั่งผลงานของเราทั้งออนไลน์ และออฟไลน์ อย่างกรณีมีลูกค้าต่างชาติเขามาเที่ยวประเทศไทย แล้วจะหิวขึ้นเครื่องบินกลับด้วย เรามองว่าเป็นภาระสำหรับเขา เพราะว่าตัวชิ้นงานมีขนาดค่อนข้างใหญ่ แล้วจะเอาชิ้นเครื่องไปได้อย่างไร ตอนนั้นยอมรับว่ายังไม่มีการสนับสนุนในเรื่องการขนส่ง จึงพลาดโอกาสในส่วนนี้ไป

แต่ในอนาคตจะพัฒนา อยากทดลองอะไรใหม่ ๆ ให้เกิดเป็น สีสันบนชิ้นงาน ซึ่งจะไม่ใช้สีเคมีอาจจะเป็นสีธรรมชาติ อยากทดลองย้อมสีวัสดุให้มีความคลลเลอร์ฟูมากขึ้น เพราะว่าหลังโควิด อะไร ๆ มันก็แบบรู้สึกว่ามันต้องมีสีสันเข้ามา และนอกจากผลงานชิ้นใหญ่ เรายังทำเครื่องประดับเล็ก ๆ เช่น ต่างหู ของชั่วคราว ของน้ำหอมปรับอากาศในตู้เสื้อผ้า พวงกุญแจ อันนี้อาจจะเป็นซีรีส์เล็ก ๆ ที่ขนส่งง่าย อาจจะทำขายผ่านแพลตฟอร์มออนไลน์ที่หลากหลายในอนาคต แต่สำหรับใครที่สนใจผลิตภัณฑ์ในแบรนด์ Kufan.gallery สามารถติดตามได้ที่ แฟนเพจ Kufan.gallery และที่แฟนเพจ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส.



The Sun Mirror กระจกสานใบตาล

“The Sun Mirror กระจกสานใบตาล” ผลงานที่ได้รับแรงบันดาลใจจากพระอาทิตย์พลังของประกายสว่างไสวที่เปรียบเสมือน Aura ในตัวคุณ

ผนังห้องโถง ๆ ตกแต่งด้วยงานฝีมือ สร้างบรรยากาศห้องให้ดูอบอุ่นและโฮมมี่ ด้วยการตกแต่งฝาผนังห้องที่มีสไตล์อย่างเป็นเอกลักษณ์ แบบกูปาน Kufan.gallery

“The Sun Mirror กระจกสานใบตาล” ทำมาจากวัสดุธรรมชาติในท้องถิ่นที่เป็นใบตาลไม้ไผ่และหวายโดยหยิบยกเทคนิคกระบวนการทำทรงนกเขาชาวผานด้วยงานหัตถกรรมในพื้นที่ อำเภอสายบุรี จังหวัดปัตตานี มาแปลงร่างให้เป็นกระจกเสริมความงามให้กับงานตกแต่ง ก่อตัวเป็นรูปร่างรูปทรงที่ลงตัวมีฟังก์ชันการใช้งานที่เปลี่ยนไปให้เข้ากับยุคสมัยปัจจุบัน

- สินค้าพร้อมเดอร้ได้ที่ แฟนเพจ : SKA Heritage พร้อมส่งภายใน 7 วัน
- สามารถสอบถามหรือสั่งทำเป็นพิเศษได้
- รับ 3 ชิ้นขึ้นไปให้ในราคาพิเศษ



“ศูนย์เรียนรู้เสน่ห์บางลำพู” Co-Learning Space

จุดเริ่มต้นของกลุ่มไกด์เด็กบางลำพูเกิดขึ้นหลังจากที่ “ประชาคมบางลำพู” และ “ชมรมเกรสลำพู” ทำงานร่วมกันเป็นเวลากว่า 20 ปี ระหว่างผู้ใหญ่ ผู้สูงอายุ เด็กและเยาวชน สร้างสรรค์กิจกรรมในรูปแบบต่าง ๆ เพื่อพัฒนาชุมชนย่านบางลำพู

ต้า-ปานทิพย์ ลิขะไชย ประธานชมรมเกรสลำพูได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดโครงการภายใต้ชื่อเสน่ห์บางลำพู ในปี 2560 โดยมีจุดประสงค์ให้เด็กและเยาวชนหันมาสนใจและรู้จักชุมชนของตนเองมากขึ้น ผ่านการสื่อสารอย่างสร้างสรรค์ ที่ผ่านมามีเสน่ห์บางลำพูและไกด์เด็กบางลำพูยังคงทำงานเพื่อชุมชนอย่างแข็งขัน ณ ดึกสองชั้นที่ตั้งเด่นสัปดาห์ละครั้งในชุมชนวัดสังเวชวิศยาราม ย่านบางลำพู กรุงเทพมหานคร พื้นที่ซึ่งเต็มไปด้วยเรื่องราวของกลุ่มเยาวชนที่พยายามใช้เสียงเล็ก ๆ แต่ทรงพลังสื่อสารเรื่องราวบ้านเกิดตนเองให้คนภายนอกได้รู้จัก

ท่ามกลางสังคมเมืองสมัยใหม่ที่เข้ามาแทนที่วิถีชีวิตดั้งเดิม เยาวชนกลุ่มนี้กำลังปลุกเรื่องราวในอดีตให้กลับมามีชีวิตอีกครั้ง ผ่านเรื่องเล่าชุมชนจากรุ่นใหญ่สู่รุ่นเล็ก และบอกเล่าต่อไปยังคนทั่วไป

บทบาทของไกด์เด็กบางลำพูไม่ได้จำกัดหน้าที่เพียงพานักท่องเที่ยวเดินชมชุมชนพร้อมเล่าขานประวัติศาสตร์ความเป็นมาของชุมชนเท่านั้น แต่ทั้งงานราชกรัญงานหลวง ไกด์เด็กบางลำพูกว่า 20 ชีวิตล้วนเป็นกำลังสำคัญของงานแทบทั้งสิ้น ไม่ว่าจะเป็นงานบุญงานเทศกาลประจำปี หรืองานสัมมนาผู้ใหญ่ในชุมชน เพื่อรวบรวมเรื่องราวทางประวัติศาสตร์ของชุมชน โดยหน้าที่ของไกด์เด็กแต่ละคนจะแตกต่างกันไป ขึ้นอยู่กับความถนัดและความสามารถเฉพาะตัว บ้างก็ถนัดการแสดง บ้างก็ถนัดสื่อสาร บ้างก็ถนัดประสานงาน ทว่าทุกคนล้วนมีความสำคัญและเป็นแกนหลักคอยขับเคลื่อนงานเหล่านั้นให้จบลงได้อย่างสวยงาม





ปัจจุบันมีเรื่องที่น่ายินดี ที่กลุ่มโค้ดเด็กบางลำพู ได้มี "ศูนย์เรียนรู้เล่นท์บางลำพู" Co-Learning Space เกิดขึ้น เพื่อเป็นแหล่งรวมตัวในการพัฒนาชุมชนย่านบางลำพู กระบวนการมีส่วนร่วมของคนในชุมชนและร้านค้าผู้ประกอบการในด้านที่เกี่ยวข้องในวงจรของอาหาร เพื่อไปสู่การออกแบบและจัดการอาหาร local food สร้างประสบการณ์ใหม่ ในการนำไปสู่การพัฒนาเศรษฐกิจชุมชน และเพื่อการจัดการท่องเที่ยวชุมชนอย่างสร้างสรรค์เพื่อให้เกิดความยั่งยืนในชุมชน

สถานที่แห่งนี้จะทำหน้าที่เป็น working space ที่ทุกคนสามารถมาเรียนรู้เรื่องราวบางลำพู ผ่านการรับประทานอาหาร เครื่องดื่ม ขนม กิจกรรมงาน craft งาน workshop ศิลปะ วิถีชีวิตของชุมชน และการจัดกิจกรรมการท่องเที่ยวชุมชน โดยโค้ดเด็กบางลำพู นักเล่าเรื่องชุมชน หรือแม้แต่สนใจรับประทาน อาหาร ขนม เครื่องดื่ม ย่านบางลำพู แบบมีเรื่องเล่า แล้วไปเดินซื้อ สนับสนุนร้านค้าผู้ประกอบการต่อไป ติดต่อศูนย์เรียนรู้เล่นท์บางลำพูได้เลย



ข้าวต้มใบตองทอง (ใบทองกวาว)

ข้าวต้มใบตองทอง เป็นวิธีการทำข้าวต้มของชาวบ้าน โคกสลุง อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี หรือที่เรารู้จักกันในชื่อ “ข้าวต้มมัด” นั่นเอง

แต่ “ข้าวต้มใบตองทอง” ของที่นี่ไม่ได้นำใบตองมาห่อเหมือนข้าวต้มมัดทั่วไป ชาวบ้านที่นี่จะนำใบทองกวาว ใบไม้ที่หาได้ง่ายในหมู่บ้านมาห่อแทนใบตอง นั่นเพราะสีสันทันเป็นเอกลักษณ์เฉพาะและมีความหอมกว่าใบตองทั่วไป

วิธีการทำ นำข้าวเหนียวล้างทำความสะอาด แช่น้ำอย่างน้อย 3 ชั่วโมง, นำข้าวเหนียวมาสะเด็ดน้ำพักไว้ จากนั้นนำหัวกระทิ เกลือ ลงไปผัดด้วยไฟกลาง จนกระทั่งงวดแห้งและเคลือบข้าวเหนียวดี ให้ใส่น้ำตาลทรายลงไป ผัดจนน้ำตาลทรายละลาย และข้าวเหนียวใสด้านนอกและยังเป็นไตด้านใน พักรอให้คลายร้อน

เริ่มจากตักข้าวสารข้าวเหนียวลง บนใบตองทอง (ใบทองกวาว) ตามด้วยกล้วยวางไว้ตรงกลางให้เป็นไส้ อาจจะเลือกใช้เป็นกล้วยน้ำว้าก็ได้

เสร็จแล้วตักข้าวสารข้าวเหนียววางปิดทับหน้ากล้วยเอาไว้ จากนั้นให้ห่อใบตองทอง พับซ้ายพับขวา พับปิดหัวปิดท้ายเข้าหากัน วางไว้ก่อนและทำห่ออีกหนึ่งชิ้นเหมือนกัน พอครบ 2 ชิ้น ให้หันด้านในมาประกบกันทั้งสองชิ้น และจัดการมัดด้วยตอกให้แน่นหนา เมื่อนำไปต้มไส้ด้านในจะได้ไม่ทะลักออกมา

เมื่อมัดประกบกับข้าวต้มเสร็จแล้วให้นำไปต้มในน้ำเดือดพยายามจัดให้ข้าวต้มวางเป็นแนวตั้งไว้ ใช้เวลาต้มประมาณ 1.30 ชั่วโมง ด้วยไฟแรงตลอด เมื่อครบเวลาแล้วนำขึ้นมาพักให้เย็น เป็นอันเสร็จ

หน้าตาก็คงออกมาน่ากินแบบนี้เลย

ใครที่มีใบทองกวาวอยู่รอบๆ บ้าน อยากลองทำข้าวต้มใบตองทองดูบ้าง นำวิธีการนี้ไปใช้ได้เลยจ้ะ





แกงป่าเนื้อปลากราย

แกงป่าเนื้อปลากราย ของชาวบ้านโคกสลุง อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี เป็นอาหารที่ชาวไทยเบ็งบ้านโคกสลุงนิยมทำรับประทานเป็นประจำ เนื่องจากที่ตั้งของชุมชนอยู่ติดกับเขื่อนป่าสักชลสิทธิ์ที่อุดมสมบูรณ์ไปด้วยปลานานาชนิด แกงป่าเนื้อปลากราย จึงเป็นเมนูเด็ดของที่นี่

ด้วยรสชาติ เผ็ดร้อน ด้วยเครื่องแกงที่ส่วนประกอบมากมาย อาทิ พริกแกงป่า ข้าวคั่ว กระชาย พริกแห้ง พริกขี้หนู กระเทียม หอมแดง มะเขือเปราะ มะเขือพวง ข่า ตะไคร้ ใบมะกรูด ผิวมะกรูด ที่ขาดไม่ได้เลย คือ เนื้อปลากราย นั่นเอง

วิธีการทำ

เริ่มจากตั้งน้ำให้เดือด จากนั้นใส่พริกแกงป่าลงไปคนให้เข้ากับพริกแกงป่าเข้ากัน ใส่เนื้อปลากรายลงไป (ขั้นตอนนี้ห้ามคน

เพราะจะทำให้เนื้อปลากรายเละได้) เสร็จ

แล้วปิดฝารอน้ำเดือด เมื่อน้ำเดือดแล้วให้ใส่มะเขือพวงลงไป ต้มจนน้ำเดือดอีกครั้ง ต่อมาใส่มะเขือเปราะแล้วคนให้ทุกอย่างเข้ากัน ปิดฝารอน้ำเดือดอีกรอบหนึ่ง พอน้ำเดือดแล้วให้ใส่ผักที่หาในพื้นที่นั้นได้ตามลงไปตามความชอบได้เลย... ขั้นตอนสุดท้าย ใส่ข้าวคั่วเพื่อเพิ่มความหอม

แค่นี้ก็ได้แกงป่าปลากรายทานกันแบบฟิน ๆ เผ็ดร้อนแล้วหละ...

ทั้งสองเมนูนี้เป็นสูตรเด็ดของชาวบ้านโคกสลุง อำเภอพัฒนานิคม จังหวัดลพบุรี เลยก็ว่าได้ ใครมีเมนูไหนเด็ด ๆ ส่งมาหาเราและบอกต่อเพื่อนๆ กันได้นะ ... ครั้งหน้าจะเป็นเคล็ดลับพื้นถิ่น หรือเมนูเด็ดอะไร จากพื้นที่ไหน ติดตามได้ที่นี้



ศิลปสร้างสุข

วัฒนธรรมสานสายใย ภูมิปัญญาไทยช่วยกัน



ศิลปสร้างสุข วัฒนธรรมสานสายใย ภูมิปัญญาไทย
ยั่งยืน ฉบับนี้จะพาไปชมบรรยากาศในการอบรมเชิงปฏิบัติการ
ปั้นศิลป์-ปั้นสุข เรียนรู้การทำงานและใช้เครื่องมือ แพลตฟอร์ม
ออนไลน์ เพื่อการสื่อสาร ภายใต้โครงการปั้น-ศิลปสร้างสุข
สื่ออนวัต-ศิลป์เพื่อสุขภาวะ ให้กับเจ้าหน้าที่ นักวิชาการ ผู้ปฏิบัติงาน
และภาคีเครือข่ายบางลำพู แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริม
สุขภาพ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
ที่ห้องสมรรถนานา โรงแรมนุโว ซิตี้ โดยงานนี้ **ดร.ดนัย
หวังบุญชัย** ผู้จัดการแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริม
สุขภาพ สสส. บอกว่า กิจกรรมครั้งนี้เป็นเหมือนการหนุนเสริม
ศักยภาพให้กับคนทำงานเพื่อให้ก้าวสู่การเป็นนักสื่อสาร
สร้างสรรค์และการก้าวสู่การเป็น Influencer เพื่อการสื่อสาร
และสร้างสรรค์งานใหม่ ๆ ให้เกิดขึ้น เพื่อเป็นพลังที่เข้มแข็งให้
กับงานและเผยแพร่สิ่งที่เราทำทั้งหมดสู่สังคมในวงกว้างให้มากขึ้น
โดยกิจกรรมครั้งนี้มีทั้งการเรียนรู้กระบวนการต่อยอด
การเป็นผู้ประกอบการออนไลน์ เทคนิคการศึกษา Data ของ

Platform ต่าง ๆ โดยมีคุณแมนรัตน์ แผลกล้ายอง เป็นวิทยากร
ตามด้วยเรียนรู้กระบวนการทำงานและการผลิต ทั้ง - วิธีคิด
การผลิตเนื้อหา การเล่าเรื่อง - อุปกรณ์ และวิธีการถ่ายทำคลิป
สำหรับงาน Social Media เบื้องต้น การเรียนรู้กระบวนการ
ทำงานและการผลิต ช่วงทดลองถ่ายทำจริง กับโจทย์ - ขนม
เกสรลำพู และ- ศิลปะ งานปักป้อมพระสุเมรุ จากวัสดุงาน
ปักชุดโขน ตามด้วยการสอนการตัดต่อด้วยแอปพลิเคชันตัดต่อ
CapCut และปิดท้ายด้วยการเรียนรู้กระบวนการทำงานและ
การผลิต เรื่อง Social Media Platform 2023 และการโพสต์
ในสื่อ Social Media Platform/ Thumbnail / Hashtag /
Analytics ที่ได้คุณสิบบงษ์ รัตนติลก ณ ภูเก็ต / คุณอุมาพร
ตันติยาพร / คุณสุภาวรรณ ปราบสงข เป็นวิทยากร โดยสามารถ
ติดตามผลงานของทั้งหมดได้ต่อเนื่องที่แฟนเพจ แผนงานสื่อ
ศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. และแฟนเพจ ปั้นศิลป์
ปั้นสุข ต่อไป



อีกหนึ่งโครงการที่น่าสนใจคือการอบรมเชิงปฏิบัติการ และการออกแบบ หลักสูตรการประเมินผลกระทบทางสังคม และการประเมินผลตอบแทนทางสังคมจากการลงทุน Social Impact Assessment (SIA) and Social Return on Investment (SROI) ที่โรงแรมนูโวซิตี้ กรุงเทพมหานคร ซึ่งในกิจกรรมครั้งนี้ได้มีนักวิชาการ ผู้เชี่ยวชาญ นักเศรษฐศาสตร์ และภาคีเครือข่ายการทำงานวิสาหกิจเพื่อสังคมต้นแบบ อาทิ วิสาหกิจเพื่อสังคมพื้นที่โคกสลุง จ.ลพบุรี, วิสาหกิจเพื่อสังคมพื้นที่สาวะถี จ.ขอนแก่น และ วิสาหกิจเพื่อสังคมพื้นที่บางลำพู กรุงเทพมหานครเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ จากนั้นมีการแบ่งปัน กระบวนการและการขับเคลื่อนวิสาหกิจชุมชน เพื่อสังคมที่ยั่งยืน และร่วมกันออกแบบและทดลองใช้เครื่องมือการประเมินผลตอบแทน ทางสังคมจากการลงทุน (SROI) จากกรณีศึกษาในพื้นที่วิสาหกิจเพื่อสังคมก่อนจะมีการนำเสนอผลการออกแบบ และทดลองใช้เครื่องมือการประเมินผลตอบแทน ทางสังคมจากการลงทุน (SROI) พร้อมแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน และการกำหนดทิศทางการทำงานในระยะถัดไปร่วมกัน

ควันทหลังจากงาน **“เทศกาลเที่ยวเมืองไทยประจำปี 2566” ครั้งที่ 41** ที่ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์ ได้มีภาคีเครือข่ายการทำงานภายใต้การสนับสนุนจากแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. กลุ่มหมอลำหุ่น คณะเด็กเทวดา นำโดย**ครูเชียง ปรีชา การุณ** ได้นำการแสดงหมอลำหุ่น กระจิบเข้ามาแสดงโชว์ในงาน และยังมีบูธแสดงผลงานการสานรูปแบบต่าง ๆ อาทิ พระสานจากต้นไทร หุ่นกระจิบข้าวแบบต่าง ๆ กว่า 100 ชิ้นงาน ซึ่งมีผู้สนใจให้การตอบรับขายหมดภายใน 3 วัน และมีการออเดอร์ไว้อีกจำนวนมาก และมีการต่อยอดกระจิบข้าวเหนียว ที่มีรูปทรงคล้ายรังนกที่สานจากไม้ไผ่ ที่พอคว้าแล้วลักษณะคล้ายหัวช้าง งวงช้าง เลยทดลองทำกับเด็ก ๆ ในงานให้ออกมาเป็นพระพิฆเนศ พอวางภายในงานแล้วมีคนเห็นแล้วชอบ จึงมีการสั่งทำเป็นตัวขึ้นมา อีกทั้งยังมีหุ่นกระจิบขาซัก, หุ่นกระจิบติดพิน ชื่อว่า **“หมอลำติดพิน”**, หุ่นกระจิบหมอคั้น และล่าสุดเป็นหวดหนึ่งข้าวเหนียวผู้หญิงเป็นหัวเพื่อสวมหุ่นโชว์ขึ้น อีกทั้งยังมีเป็นรูปปลาและอื่นๆ อีกมากมาย ซึ่งใครที่สนใจสามารถออเดอร์เข้ามาได้ จะเป็นแบบที่มีอยู่แล้ว หรือแบบใหม่ที่ขอบอกให้ทำขึ้นใหม่ก็ได้ ส่วนเรื่องราคารานั้นสามารถ อีเมลบอกเข้าไปเพื่อสอบถามกันได้ที่ เฟสบุ๊ค หมอลำหุ่น คณะเด็กเทวดา ได้เลย...

และนี่เป็นเพียงส่วนหนึ่งของกิจกรรมที่อยู่ภายใต้การสนับสนุนของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. ที่เกิดขึ้นเท่านั้น สำหรับรายละเอียดพื้นที่และการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ของโครงการอื่น ๆ สามารถติดตามเพิ่มเติมได้ที่แฟนเพจ www.facebook.com/artculture4h และที่เว็บไซต์ www.artculture4health.com

แล้วเราจะใกล้ชิดกันมากขึ้น





“โลกของชานน” บทความในประเด็น “สิ่งแวดล้อมในชุมชน” ที่คุณต้องติดตามผลงานจากนิติพร ชุมศรี เยาวชนในของโครงการสื่อเป็นโรงเรียนของสังคม โดยเรื่องนี้ได้นำเสนอชีวิตของชานน ที่เมื่อชานน เด็กจากต่างจังหวัดต้องเข้ากรุงเทพฯ จะเกิดอะไรขึ้นกับเขาบ้าง เรื่องราวจะเป็นอย่างไร? ติดตามได้ที่...

โลกของชานน

“ชานนเป็นเด็กบ้านนอก ครอบครัวมีปัญหา ฐานะยากจน ออกจากโรงเรียนตั้งแต่ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เขาอาศัยอยู่กับ หลวงพ่อในวัดเล็ก ๆ ประจำหมู่บ้าน ต้องตื่นเช้าเดินหัวปีนโต ตามหลังหลวงพ่อ อาหารมีให้กินแค่ไหนก็แค่นั้น เขาไม่มีสิทธิ์ เลือกกินเหมือนคนทั่วไป ไม่มีเสื้อผ้าดี ๆ ใส่ ไม่เคยได้จับเงิน ไม่เคยซื้ออะไรเลยในชีวิต ทุกสิ่งทุกอย่างได้มาจากการบริจาค และความเมตตาจากผู้หลักผู้ใหญ่ที่เข้ามาเยี่ยมเยียนหลวงพ่อ

ชีวิตของเขาแทบจะไม่มีอะไรดีเลย ยกเว้นความดีในตัวเอง เมื่อหลายปีก่อนพ่อของชานนแยกทางกับแม่ของเขา จากนั้นไม่นานจึงตัดสินใจหมั้นผ้าเหลืองตลอดชีวิต เพื่อหนีความทุกข์ทั้งหลายในเพศฆราวาส ชานนลาออกจากโรงเรียน เมื่ออายุได้สิบสี่ปี และหันมาศึกษาวิชาชีวิต แต่เขาก็ไม่ได้ละทิ้ง วิชาเรียนแต่อย่างใด ชานนชื่นชอบการอ่านหนังสือมาก และแสวงหาความรู้ด้วยตนเองอยู่เสมอไม่ได้ขาด

“ดูแลตัวเองดี ๆ นะ” หลวงพ่อกล่าวด้วยความเป็นห่วง พร้อมลูบศีรษะลูกชายสุดรักอย่างทะนุถนอม ชานนพยักหน้ารับ

และประนมมือก้มลงกราบเท้าลาเป็นครั้งสุดท้ายก่อนจะเดินขึ้น รถตู้คันงามไป

กรุงเทพมหานคร... เขารู้แต่เพียงว่าเป็นศูนย์กลางของ ประเทศไทย และเป็นเมืองหลวงที่มีตึกสูง ๆ ขึ้นหนาตามากที่สุด ครั้งนี้แล้วที่เขาจะได้สัมผัสด้วยสายตาตนเองเสียที่ว่าสิ่งที่เขาเคย เห็นในหนังสือ นั้นจะสมจริงแค่ไหนกัน

เอี้ยตตต !!!

ทันทีที่เสียยางรถเสียดกับพื้นลาดยางมะตอย ถ้าแก พักหน้าให้สัญญาณ ชานนจึงคว่ำกระเป่าสะพายเปิดประตู ลงจากรถ **“ฮัดเซ๊ย !”** เขายังจุกตัวเองพลางใช้แขนเสื้อเช็ดน้ำ ไส ๆ ที่ไหลออกจากตา เบื้องหน้าเป็นอาคารคอนกรีตหลังใหญ่ หกชั้น เป็นสถาปัตยกรรมที่ยิ่งใหญ่ที่สุดเท่าที่เขาเคยเห็นมา และแน่นอนว่าเมื่อมองไปรอบ ๆ ยังแลเห็นอาคารและตึกที่สูงกว่านี้ อีกมาก ชานนสนอกสนใจกับสิ่งใหม่ ๆ เหล่านี้เป็นพิเศษ

ถ้าแกเดินนำชานนเข้าสู่ภายในโรงแรม มีพนักงานหลายคนยกมือไหว้ด้วยความนอบน้อม ลูกค้าบางคนกำลังนั่งอ่าน

หนังสือพิมพ์ และอีกหลาย ๆ คนกำลังนั่งรับประทานอาหารเช้าถึงกับกลืนน้ำลายลงคออีกใหญ่ด้วยความทิว และเหมือนเค้าแก่จะสังเกตเห็นจึงพาเขาไปหาอะไรทานก่อนจะกล่าวรายละเอียดแนะนำพื้นที่ใช้สอยแต่ละส่วน และหน้าที่ที่เขาจะต้องรับผิดชอบต่อนี้ไป เมื่อเสร็จสรรพ... เขาก็จึงนำสัมภาระไปเก็บไว้ที่ห้องส่วนตัวซึ่งมีพนักงานอีกคนอยู่ประจำก่อนหน้าแล้ว ชานนเลยถือโอกาสทำความรู้จักกับเพื่อนร่วมห้องพร้อมทั้งฝากเนื้อฝากตัวเป็นที่เรียบร้อย เขาหวังว่าชีวิตของเขาจะได้รับประสบการณ์ดี ๆ จากการเข้ากรุงในครั้งนี้

เย็นวันนั้น เพื่อนร่วมห้องอาสาพาชานนออกไปเปิดหูเปิดตาชมสภาพของมหานครอันกว้างใหญ่แห่งนี้ เขาตื่นตื่นอย่างบอกไม่ถูกที่ได้เห็นบรรยากาศยามค่ำคืนที่เต็มไปด้วยแสงสีเสียง มันดูน่าหลงใหลและทำให้เคลิบเคลิ้มชั่วขณะ ทั้งสองหยุดมองร้านอาหารข้างทางร้านหนึ่งก่อนจะตัดสินใจเข้าไป

“อยากกินอะไรก็สั่งเลยนะ เตียวเลี้ยงเอง” แจ็ค เพื่อนร่วมห้องของชานนเอ่ยขึ้นมา

“ขอบใจนะครับ” เขารู้สึกปลาบปล้ำอย่างบอกไม่ถูก พลังสังเกตเห็นแจ๊คล้วงวัตถุดิบบางอย่างออกมาจากกระเป๋ากางเกง ก่อนใช้นิ้วจะกด ๆ เลื่อน ๆ ไปมาอย่างมีความสุข

มันคือโทรศัพท์มือถือที่เตียวเลี้ยงพัฒนาคุณสมบัติเฉพาะตัวรวดเร็วปานสายฟ้า เขามีสมาร์ตโฟนเพียงเครื่องเดียวก็สามารถตอบโจทย์ความต้องการทุกอย่างได้ครบครัน ไม่ว่าจะเป็นการสั่งอาหาร ชื่อของใช้ต่าง ๆ ตั้งแต่ซากกะเปื่อยยันเรือรบ การทำธุรกรรมทางการเงิน การจองตั๋วสำหรับเดินทางท่องเที่ยวไปยังสถานที่ต่าง ๆ บนโลกใบนี้ และอีกหลายอย่างที่ท่านทั้งหลายจะนึกได้ ซึ่งมันมีแต่คำว่า “ได้” เป็นส่วนใหญ่

ชานนอ่านหนังสือพิมพ์ประจำเลยทราบข้อมูลตรงนี้ดี เขาเองมีเพียงโทรศัพท์มือถือรุ่นดาวดาเครื่องเก่าที่หลงพ้อให้มาเพื่อใช้ติดต่อเมื่อมีเหตุจำเป็นเท่านั้น และเขาเองก็ต้องการแสวงหาโทรศัพท์รุ่นใหม่ที่มีราคาแพงเลย เพราะฐานะของตนเองดีและพยายามขังใจไม่ให้กิเลสเข้าครอบงำ

“ผิดกะเพราหมูสับไข่ดาวคะ” เด็กเสิร์ฟยกอาหารมาวางตรงหน้า

ชานนกล่าวขอบคุณก่อนลงมือจัดการสวาปามลงท้อง ส่วนแจ๊คยังคงนั่งเล่นโทรศัพท์ต่อไปพลาทิวเราะคิกคักอยู่คนเดียว ประเดี๋ยวก็ถ้ารูปอาหารแล้วก็เล่นโทรศัพท์ต่อไป จนชานนกินจะหมดจานอยู่แล้ว จานข้าวของแจ๊คแทบจะไม่มีร่องรอยของการกินเลยสักนิด

...มันช่างไม่ยุติธรรมเอาเสียเลย เขาหลงลืมคนข้าง ๆ ไปได้อย่างไร ?

ระหว่างที่นั่งรอแจ๊ค ชานนก็เริ่มสนใจสิ่งรอบตัวอย่างจริงจัง เรามีตึกสูงมากมายแทนที่ต้นไม้ เรามีรถสัญจรไปมาทั้ง ๆ ที่ถนนเกือบจะไม่มีที่ให้รถของเราแล่นได้อย่างสะดวก กรุงเทพมหานครของพวกเราเป็นศูนย์กลางในด้านต่าง ๆ รวมทั้งขยะแห่งความเจริญที่กองพะเนินจนสร้างความเดือนร้อนให้ผู้คนไปทั่ว เรามัวแต่พัฒนาจนลืมนึกถึงผลกระทบที่จะได้จากการพัฒนาเหล่านั้นด้วย ทุกวันนี้โลกร้อนขึ้น เราแก้ปัญหาด้วยการซื้อเครื่องปรับอากาศมาใช้บรรเทา แต่ไอร้อนจากเครื่องปรับอากาศที่ระบายออกนอกบ้านมันกลับยิ่งทวีความร้อนมากยิ่งขึ้น พวกเราทุกคนต่างรู้ถึงวิธีที่จะช่วยทำให้อากาศดีขึ้นอย่างถาวรในระยะยาว แต่พวกเราทุกคนกลับละเลยและต่างก้มหน้ารับผลของการกระทำนั้นต่อไป

“ฮัดเซย์ !” เป็นอีกครั้งที่เขาต้องก้มลงเอามือปิดปากสภาพแวดล้อมที่นี้ซึ่งจะก่อความระบอบทางเดินหายใจเสียแล้ว มันเหมือนมีอะไรมาอุดตันจมูกทำให้เขาต้องขยี้จมูกบ่อย ๆ แลมหอากาศก็ร้อนเหลือเกิน ทั้งที่ตอนนี้เป็นเวลาค่ำแท้ ๆ หรือว่าอุณหภูมิของไฟที่กำลังมอดไหม้กันกระหะเองที่เป็นตัวการกระจายความร้อนแผดเผาผิวกายของเขา

แจ๊คเริ่มลงมือทานข้าวอย่างเอร็ดอร่อยหลังจากเสียเวลาอันมหาศาลไปกับการเล่นโทรศัพท์ ชานนรู้สึกหงุดหงิดใจไม่น้อย แต่ก็ต้องซ่อนเงื่อนงำการเอาไว้ ในขณะที่เตียวเลี้ยงหลังของเขา ก็ชุ่มไปด้วยเหงื่อ **“อยากไปเที่ยวที่ไหนอีกมั๊ย ?”** แจ๊คเงยหน้าขึ้นถาม **“ไม่ดีกว่าครับ”** ชานนตอบไม่คิด

“เหนื่อยล่ะสิท่า งั้นกินเสร็จก็กลับเลยนะอะ” “ครับ” ชานนพยักหน้ารับคำ เขาเหนื่อยใจเหลือเกิน

คืนนั้นชานนนอนไม่หลับ ไม่ใช่ว่าเขาตื่นตื่นกับสถานที่แปลกตา แต่สิ่งที่เขาเผชิญในวันนี้ได้ทำให้เขารู้ว่าสังคมเมืองช่างต่างกับสังคมชนบทยิ่งนัก เขานึกถึงปฏิสัมพันธ์และความใกล้ชิดเมื่อครั้งอยู่บ้านนอก ที่นั่นช่างห่างเหินยิ่งนัก ทุกคนเร่งรีบและต่างก้มหน้าอยู่กับโลกส่วนตัวของตนเอง

...โลกที่ถูกสมมติขึ้นและไม่มีอยู่จริง

ชานนเหลืออกตามองนาฬิกาบนฝาผนังที่ชี้บอกเวลาห้าทุ่มแล้ว แม้แต่ตอนนี้แจ๊คยังคงก้มหน้าเล่นโทรศัพท์ต่อไป ชานนยกแขนขึ้นก่ายหน้าผากและรู้สึกปลงกับภาพที่แลเห็น หกเดือนผ่านไป...

ชานนนั่งอ่านหนังสืออยู่ในโรงซักรีดหลังจากทำงานหนักมาทั้งวัน เขากำลังอ่านหนังสือที่ว่าด้วยเรื่องของการพัฒนา เขาคิดอยู่เสมอว่าการพัฒนามักจะมาควบคู่กับการสูญเสียบางสิ่งบางอย่างเป็นการแลกเปลี่ยนกัน... และมันมักจะเป็นเช่นนั้นเสมอ ผลจากการเป็นคนรักการอ่านนี้แหละที่ทำให้เขาได้เข้าถึงข้อมูลบางอย่างที่เต็กวัยเตียวเลี้ยงกันยากเกินกว่าจะเข้าถึง ความคิด

ของเขาเองก็ดูเป็นผู้ใหญ่เมื่อเทียบกับวัยรุ่นอายุไล่เลี่ยกัน มัน เป็นสิ่งที่ผู้หมั่นแสวงหาสมควรได้รับ และอีกอย่างเขาเริ่มคิดถึง บรรยากาศแบบชนบทเพิ่มขึ้นทุกวัน ๆ

เย็นนั้น แจ็คชวนซานมานั่งตั้งวงรับประทานอาหาร ด้วยกันกับเพื่อน ๆ ของเขา เห็นว่าพากันไปจับปลาได้กลับมา ตั้งเยาะเลยพากันถลองจิ้งย่างปลากันไป อากาศรอบ ๆ ตัวร้อน พอ ๆ กับเปลวไฟที่เผาไหม้เตาถ่าน แจ็คยื่นปลาเผาตัวหนึ่งให้ กับซานน เขาก็มอมงดูปลาผู้ว่าส่งสารตัวนั้นก่อนใช้ส้อมเขี่ยไป มาและแซะเนื้อกินทีละน้อยผัดกับเพื่อนคนอื่นที่พากันสวาปาม เข้าปากอย่างสัต์วันใกล้ ๆ เขาพยายามรีบกินให้เสร็จแล้วขอตัวมา นอนอ่านหนังสือตอนเตียงนุ่ม ๆ ในห้อง และผลลัพท์ตอนไหน ก็ไม่รู้ ราวสี่กตัวอีกทีก็ถึงตอนที่ลำไส้ในท้องมันบิดจนแทบจะลุก เข้าห้องน้ำไม่ทัน

ปัง ๆ ๆ ๆ !!!! “ไอ้นัน ! เสร็จยัง ?” เสียงตะโกนของ แจ็คดังลอดเข้ามา “แปบนิ่ง ! ไกลแล้ว” ซานนตอบกลับ สักครู่เขาก็เปิดประตูออก แจ็ครีบวิ่งสวมต่อทันที ...นั่นกัน ท้องเสียหรือยัง ?

ซานนมาทราบทีหลังว่าเพื่อนร่วมวงข้าวเมื่อคืนพากัน ท้องเสียระเนระนาด บางคนถึงขั้นลุกไม่ไหวต้องนอนดื่มน้ำเกลือ แร่เพราะถ่ายหนักหลายรอบ

สาเหตุมันเกิดจากอะไร ?

ก็ปลาไงละ ! ซานนไปสืบเสาะจนรู้ว่าปลาที่นำมาทำ อาหารนั้น พวกของแจ็คไปได้มาจากแม่น้ำแห่งหนึ่งไม่ไกลไม่ไกล จากโรงแรมแห่งนี้ พวกเขาบังเอิญเห็นปลาพากันตายลอยเต็ม คลอง ด้วยความที่รู้เท่าไม่ถึงกาลนึกว่าปลาตายธรรมดาจึงตะลุย ไปจับหิ้วทำอาหารมื้อพิเศษ แต่พวกเขาทราไม่รู้ว่าปลาเหล่านั้นมัน ตายเพราะสาเหตุใด... แลวนั้นมีโรงงานฟอกย้อมสีผ้าตั้งอยู่ วันดี คืนดีก็จะปล่อยน้ำเสีย ๆ ที่เป็นอันตรายลงสู่แหล่งน้ำ พวกเขา ไม่ได้มีความเกรงอกเกรงใจชาวบ้านที่อาศัยน้ำตรงนั้นอุปโภค

บริโภคบ้างเลย สิ่งมีชีวิตต่างพากันตายเกลื่อนส่งกลิ่นเหม็นน่า ไปทั่ว แนนอนว่าในร่างกายของสิ่งมีชีวิตเหล่านั้นย่อมกลืนกินเอา สารเคมีเข้าไปด้วย พวกของแจ็คนับว่าโชคร้ายที่ดันไปเก็บปลา พวกนั้นมากินเลยต้องประสบเคราะห์หนักแบบนี้ กรณีของซานน กับแจ็คถือว่ายังหลงเหลือกรรมติดอยู่บ้างที่ท้องเสียเพียงเล็กน้อย ไม่หนักหนาสาหัสเหมือนคนอื่น ๆ

เหตุการณ์ครั้งนี้สะท้อนให้ซานนหวนระลึกถึงบ้านเกิด เมืองนอน เขาตัดสินใจแล้วว่าที่จะกลับคืนสู่ถิ่นฐานเก่าของตนเอง สถานที่ที่ไม่ต้องหวาดระแวง สถานที่ที่เต็มไปด้วยพืชพรรณป่าไม้ สถานที่ที่เต็มไปด้วยความรักความเมตตาจากคนคุ้นเคย เขาได้ เรียนรู้แล้วว่าเมืองหลวงแห่งนี้มีอะไรซ่อนอยู่ การพัฒนาที่เกิดขึ้น ในเมืองแห่งนี้ได้ส่งผลกระทบต่อผู้คนอย่างไรบ้าง เราต้องศึกษา ถึงข้อดีและข้อเสียของการพัฒนาให้มาก ๆ เราจะรู้เท่าทันการ เปลี่ยนแปลงและสามารถรับมือกับภัยคุกคามที่เกิดจากการ พัฒนาเหล่านี้ได้

จะเห็นได้ว่าในการพัฒนาประเทศ เราต้องใช้ทรัพยากร ทางธรรมชาติมากมายเพื่อวางโครงสร้างในโครงการพัฒนาหรือ ขยายเมืองต่าง ๆ โดยที่เราไม่ได้คำนึงว่าทรัพยากรเหล่านั้นล้วน มีอยู่อย่างจำกัด แต่การเจริญเติบโตของประชากรและความ ต้องการบางอย่างทำให้มนุษย์ต้องเบียดเบียนธรรมชาติ เราทุกคน ต่างมองว่าการพัฒนาจะทำให้ประเทศเดินหน้าไปสู่ความเจริญได้ แต่ถ้ามการพัฒนาของเรานั้นเป็นการทำลายทรัพยากรธรรมชาติและ สิ่งแวดล้อมที่มีอยู่แต่เดิม มันย่อมส่งผลกระทบต่อไม่ตีตามมา อย่างแน่นอน เพราะเราต่างรู้ดีว่าถ้าทรัพยากรธรรมชาติหมดไป มนุษย์คือผู้ที่ต้องแบกหน้ารับผลแห่งการกระทำของตน

#feedDD #MASS

ตุ๊กตา Mer meow "สีคราม" และ ตุ๊กตาทอม Mer meow & Mer mouse "ทรายแก้ว & สีคราม"



เจ็อกแมวแก้ว ถือเหรียญ “ สีปะ ”

ราคา 350 บาท



เจ็อกแมวหนู กระโดดแย่งชิงลูกแก้ว

ตุ๊กตาสื่อความหมายถึงตำนานเกะหนู เกะแมว จากเรื่องเล่า หนูแมวแย่งลูกแก้ว ถ่ายทอดเป็นผลงานให้ทุกคนได้เข้าถึงง่าย

- o เจ็อกแมวแก้ว ถือเหรียญ “ สีปะ ” เหยี่ยญมงคลตาม ความเชื่อของชาวเอเชีย มีไว้กวักเงินกวักทอง สร้างโชคลาภ เสริมมงคลแก่ผู้ถือครอง

- o เจ็อกแมวหนู กระโดดแย่งชิงลูกแก้ว ให้ ความหมายผ่านการเคลื่อนไหว มุ่งมั่นสู่ความ สำเร็จ รับน้องไปไว้ในอ้อมอก สามารถสั่งซื้อได้ ทาง Facebook : SKA Heritage

มาเป็นครอบครัวเดียวกัน

มาเป็นครอบครัวเดียวกัน เรารอคุณอยู่...

ฉบับไขปัญหาประลองปัญญา มาชวนทุกคนมาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของเรา และติดตามข่าวสารต่าง ๆ ของเราอย่างต่อเนื่อง เพียงแค่กดถูกใจ ติดตาม แฟนเพจของแผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. แฟนเพจ ปันศิลป์ ปันสุข



www.facebook.com/artculture4h



www.facebook.com/PunSilpPunSook

กติการ่วมสนุกเพียงแค่ทำตามขั้นตอนี้

1. หยิบโทรศัพท์มือถือ หรือเปิดคอมพิวเตอร์ แลปท็อป หรืออุปกรณ์ที่เชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตของท่านมา
2. เข้าเฟซบุ๊กแอดเคาท์ของท่าน
3. ค้นหาแฟนเพจ ชื่อว่า แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ สสส. (www.facebook.com/artculture4h) และ แฟนเพจ ปันศิลป์ ปันสุข (www.facebook.com/PunSilpPunSook)
4. กดถูกใจ และ กดติดตาม ทั้ง 2 แฟนเพจนี้

5. เคาภาพที่กดถูกใจ และ กดติดตาม นั้นส่งมาที่ กล่องข้อความของแฟนเพจนั้นๆ หรือปรี้นแล้วส่งมาที่ แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่อยู่ 128/177 ชั้น16 อาคารพญาไทพลาซ่า ถนนพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร 10400 (วงเล็บมุมซองว่าไขปัญหาประลองปัญญา)

หรือที่อีเมล : ruethairat.jah@gmail.com ช่องทางใดช่องทางหนึ่งได้เลย)

10 ท่านที่ส่งเข้ามา รับฟรีไปเลยถุงผ้าใส่ของอเนกประสงค์ ฟรี!!

สามารถดูรายชื่อผู้โชคดีได้ที่ www.facebook.com/art.culture4h

*** รับส่งเข้ามา: ของรางวัลรออยู่ ***



แผนงานสื่อศิลปวัฒนธรรมสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) มุ่งสร้างคุณค่าและอัตลักษณ์ทางสื่อศิลปวัฒนธรรมเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและสร้างเสริมสุขภาพทั้งในระดับปัจเจก ระดับชุมชน ระดับสังคม โดยพัฒนาเครือข่ายเยาวชน เครือข่ายศิลปิน เครือข่ายผู้นำชุมชน เพื่อเป็นตัวแทนในการเปลี่ยนแปลงที่เป็นพลวัต จากการสร้างสรรค์งานศิลปะอย่างมีส่วนร่วมในชุมชน ทั้งทางกายภาพและชุมชนทางความคิด ใช้เครื่องมือสื่อศิลปวัฒนธรรมทั้งสื่อศิลปวัฒนธรรมชุมชนและสื่อศิลปวัฒนธรรมร่วมสมัยที่สอดคล้องกับบริบท สถานการณ์และกลุ่มเป้าหมาย เป็นกระบวนการทางสังคมที่ก่อให้เกิดศิลปะสร้างสรรค์ พื้นที่สร้างสรรค์ ชุมชน-สังคมต้นแบบ ที่มุ่งหวังการเปลี่ยนแปลงด้านความรู้ ค่านิยมทัศนคติ และพฤติกรรมสุขภาพ เน้นจิต-ปัญญา สร้างระบบกลไกคุณค่าทางศิลปวัฒนธรรม อันเป็นรากฐานสำคัญของภาคีสุขภาพสังคมสุขภาพ นำไปสู่การสร้างนโยบายกลไกความเข้มแข็ง ชีตความสามารถ สมรรถภาพในการจัดการดูแลสมรรถภาพของตัวเอง สังคมสิ่งแวดล้อมที่เอื้อต่ออารมณ์สุขภาพและสร้างการเปลี่ยนแปลงอย่างยั่งยืน ติดตามข่าวสารต่างๆ ได้ที่ www.artculture4health.com



ติดตามข่าวสารจากภาคีเครือข่าย ได้ที่ LINE Official Account



พบกับทุกเรื่องราวของงานศิลปะ และวัฒนธรรม กิจกรรมที่น่าสนใจ ศิลปิน สื่อคำพูดของ
อาหารท้องถิ่น แหล่งท่องเที่ยวทางวัฒนธรรมที่น่าสนใจ บุคคล ชিতอาสา การละเล่นและ
การแสดง รวมถึงกิจกรรมให้ความรู้ เพื่อเผยแพร่ ส่งต่อแนวคิดและแรงบันดาลใจสู่คนที่สนใจ
ในสังคมวงกว้างต่อไปตลอดทั้งปี เพื่อให้ “ศิลปะ” สื่อสารอย่าง “สร้างสรรค์” และ “ชื่นชมจิตใจ”
ร่วมกันได้ทั่วโลกในพินิจแห่งหนึ่ง LINE Official Account ของเครือข่ายวิสาหกิจชุมชนเพื่อสังคม

เพียงพินิจหนึ่งได้ง่ายๆ เพียง SCAN แล้วเพิ่มพินิจเอาไว้ได้ทันที



★ **เล่นบางลำพู**



ภาคีเครือข่าย
ชุมชนย่านบางลำพู

★ **สงขลาเอริทอ**



ภาคีเครือข่าย
ชุมชนสงขลาเมืองเก่า



★ **เที่ยวสาวะถิวถิว**




ภาคีเครือข่าย
ชุมชนสาวะถิว

มาร่วมสร้างสีสันให้พินิจหนึ่ง
พินิจหนึ่งมีความสุขไปด้วยกัน
สื่อศิลปะ SE



★ **โคกสลุง**



ภาคีเครือข่าย
ชุมชนบ้านโคกสลุง

