



# รายงานสรุปผลกิจกรรม นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ ภายในสำนักงานการประชุมและชวเลข



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต  
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส ของสำนักงานการประชุมและชวเลข  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓

ก

## คำนำ

รายงานสรุปกิจกรรมหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักrayงานการประชุมและชวเลข ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ จัดทำขึ้นตามแผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใสและป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ในข้อลำดับที่ ๑๐ กำหนดให้จัดกิจกรรมหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักrayงานการประชุมและชวเลข เพื่อให้การดำเนินงานภายในสำนักrayงานการประชุมและชวเลขสอดคล้องตามแนวทางนาหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสานักฯ โดยมีผู้บังคับบัญชากลุ่มงานและบุคลากรของสำนักrayงานการประชุมและชวเลขทุกคน มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมฯ ตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

มีนาคม ๒๕๖๗

สำนักrayงานการประชุมและชวเลข

## สารบัญ

|                                                                                                                                                                                                                          | หน้า |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| คำนำ                                                                                                                                                                                                                     | ก    |
| สารบัญ                                                                                                                                                                                                                   | ข    |
| ๑. หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง                                                                                                                                                                                          | ๑    |
| ๒. กิจกรรมที่ ๑ : บทบาทผู้นำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง<br>มาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก                                                                                                                                      | ๕    |
| กิจกรรมที่ ๒ : การทำยาตมจากสมุนไพรธรรมชาติ                                                                                                                                                                               | ๖    |
| - ประโยชน์ที่ได้รับ                                                                                                                                                                                                      | ๗    |
| - ส่วนผสมการทำยาตมจากสมุนไพร                                                                                                                                                                                             | ๗    |
| - ลักษณะของสมุนไพรที่ใช้ทำยาตม                                                                                                                                                                                           | ๘    |
| - วิธีทำยาตมจากสมุนไพร                                                                                                                                                                                                   | ๑๕   |
| ๓. กิจกรรมที่ ๓ : การขายขยะรีไซเคิล (ขวดน้ำ)<br>ของสำนักรายงานการประชุมและตัวเลขเพื่อนำเงิน<br>ไปทำกิจกรรมสาธารณประโยชน์ต่าง ๆ                                                                                           | ๑๗   |
| ๑. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๑                                                                                                                                                                          | ๑๗   |
| ๒. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๒                                                                                                                                                                          | ๑๗   |
| ๓. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๓                                                                                                                                                                          | ๑๘   |
| - บันทึกรายได้จากการจำหน่ายขยะรีไซเคิล                                                                                                                                                                                   | ๑๙   |
| ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๗                                                                                                                                                                                                     |      |
| ๔. ผลจากการจัดทำกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจ<br>พอเพียงของสำนักรายงานการประชุมและตัวเลข                                                                                                                               | ๒๐   |
| ภาคผนวก                                                                                                                                                                                                                  |      |
| - คำสั่งสำนักรายงานการประชุมและตัวเลข ที่ ๒๔/๒๕๖๖ เรื่อง<br>แต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงด้านทุจริต<br>ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส ของสำนักรายงานการประชุม<br>และตัวเลข ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ | ๒๑   |
| - รายชื่อบุคลากรสำนักรายงานการประชุมเข้าร่วมกิจกรรม<br>นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก                                                                                                                | ๒๕   |
| บรรณานุกรม                                                                                                                                                                                                               | ๒๗   |

หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง  
พระบรมราโชวาทเรื่องเศรษฐกิจพอเพียง



พระบาทสมเด็จพระมหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตร ได้พระราชทานหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงให้คนไทยครั้งแรกเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๗ ดังพระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทานปริญญาบัตรของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วันพฤหัสบดีที่ ๑๘ กรกฎาคม พ.ศ. ๒๕๑๗ ความว่า

“...การพัฒนาประเทศนั้นจำเป็นต้องทำตามลำดับขั้น ต้องสร้างพื้นฐาน คือ ความพอมี พอกิน พอใช้ของประชาชนส่วนใหญ่เป็นเบื้องต้นก่อน โดยใช้วิธีการและใช้อุปกรณ์ที่ประหยัดแต่ถูกต้องตามหลักวิชา เมื่อพื้นฐานมั่นคงพร้อมพอควรและปฏิบัติได้แล้ว จึงค่อยสร้างค่อยเสริมความเจริญและฐานะเศรษฐกิจขั้นที่สูงขึ้น โดยลำดับต่อไป หากมุ่งแต่จะสร้างความเจริญ ยกเศรษฐกิจขึ้นให้รวดเร็วแต่ประการเดียว โดยไม่ให้แผนปฏิบัติการสัมพันธ์กับสภาวะของประเทศและของประชาชนโดยสอดคล้องด้วย ก็จะเกิดความไม่สมดุลในเรื่องต่าง ๆ ขึ้น ซึ่งอาจกลายเป็นความยุ่งยากล้มเหลวได้ในที่สุด ดังเห็นได้ที่อารยประเทศหลายประเทศกำลังประสบปัญหาทางเศรษฐกิจอย่างรุนแรงอยู่ในเวลานี้...”

## หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

“เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาชี้ถึงแนวการดำรงอยู่และปฏิบัติตนของประชาชนในทุกระดับ ตั้งแต่ระดับครอบครัว ระดับชุมชนจนถึงระดับรัฐ ทั้งในการพัฒนาและการบริหารประเทศให้ดำเนินไปในทาง สายกลาง โดยเฉพาะการพัฒนาเศรษฐกิจเพื่อให้ก้าวทันต่อยุคโลกาภิวัตน์ ความพอเพียง หมายถึง ความพอประมาณ ความมีเหตุผล รวมถึงความจำเป็นที่จะต้องมีระบบคุ้มกันในตัวที่ดีพอสมควรต่อการ มีผลกระทบใด ๆ อันเกิดจากการเปลี่ยนแปลงทั้งภายนอกและภายใน ทั้งนี้ จะต้องอาศัยความรอบรู้ ความรอบคอบ และความระมัดระวัง อย่างยิ่งในการ นำวิชาการต่าง ๆ มาใช้ในการวางแผน และการดำเนินการทุก ขั้นตอน และขณะเดียวกัน จะต้องเสริมสร้างพื้นฐานจิตใจของคนในชาติ โดยเฉพาะเจ้าหน้าที่ของรัฐ นักทฤษฎี และนักธุรกิจในทุกระดับให้มีสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และให้มีความรอบรอบรู้ที่เหมาะสม ดำเนินชีวิตด้วยความอดทน มีความเพียรพยายามมีสติปัญญา และความรอบคอบ เพื่อให้สมดุล และพร้อมต่อการรองรับ ความเปลี่ยนแปลง อย่างรวดเร็ว และกว้างขวางทั้งด้านวัตถุ สังคม สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรมจากโลกภายนอก ได้เป็นอย่างดี”

### คำนิยาม หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง

มีหลักง่ายๆ คือ ประกอบด้วยคุณลักษณะ ๓ ประการ และเงื่อนไข ๒ เงื่อนไข ดังนี้



**หัวข้อที่ ๑** ความพอประมาณ หมายถึง ความพอดีที่ไม่น้อยเกินไปและไม่มากเกินไป โดยไม่เบียดเบียนตนเองและผู้อื่น เช่น การผลิตและการบริโภคที่อยู่ในระดับพอประมาณ

**หัวข้อที่ ๒** ความมีเหตุผล หมายถึง การตัดสินใจเกี่ยวกับระดับความพอเพียงนั้น จะต้องเป็นไปอย่างมีเหตุผล โดยพิจารณาจากเหตุปัจจัยที่เกี่ยวข้อง ตลอดจนคำนึงถึงผลที่คาดว่าจะเกิดขึ้นจากการกระทำนั้น ๆ อย่างรอบคอบ

**หัวข้อที่ ๓** ภูมิคุ้มกัน หมายถึง การเตรียมตัวให้พร้อมรับผลกระทบและการเปลี่ยนแปลงด้านต่างๆ ที่จะเกิดขึ้น โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ของสถานการณ์ต่างๆ ที่คาดว่าจะเกิดขึ้นในอนาคต โดยมีเงื่อนไขของการตัดสินใจและดำเนินกิจกรรมต่างๆ ให้อยู่ในระดับพอเพียง ๒ ประการ ดังนี้

**เงื่อนไข ๑** เงื่อนไขความรู้ องค์ประกอบในการทำงานทุกอย่างต้องเริ่มต้นจากความรู้ ซึ่งต้องรู้จัก รู้กว้าง และสามารถวิเคราะห์การต่าง ๆ นั้นมาวางแผนและดำเนินการทุกขั้นตอนอย่างรอบคอบและ ระมัดระวัง เพราะหาก ไม่มีความรู้ การนำไปปฏิบัติอาจมีปัญหา

เงื่อนไข ๒ เงื่อนไขคุณธรรม ที่จะต้องเสริมสร้าง ประกอบด้วย มีความตระหนักในคุณธรรม มีความซื่อสัตย์สุจริตและมีความอดทน มีความเพียร ใช้สติปัญญาในการดำเนินชีวิต

การนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงไปประยุกต์ใช้ต้องคำนึงถึง ๔ มิติ ดังนี้

- ด้านเศรษฐกิจ  
ลดรายจ่าย/เพิ่มรายได้/ใช้ชีวิตอย่างพอควร/คิดวางแผนอย่างรอบคอบ/  
มีภูมิคุ้มกัน/ไม่เสี่ยงเกินไป/การเผื่อทางเลือกสำรอง
- ด้านสังคม  
ช่วยเหลือเกื้อกูล/รู้จักสามัคคี/สร้างความเข้มแข็งให้ครอบครัวและชุมชน
- ด้านทรัพยากรธรรมชาติ  
รู้จักใช้และจัดการอย่างฉลาดและรอบคอบ/เลือกใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างรู้ค่าและเกิดประโยชน์สูงสุด/ฟื้นฟูทรัพยากรเพื่อให้เกิดความยั่งยืนสูงสุด
- ด้านวัฒนธรรม  
รักและเห็นคุณค่าในความเป็นไทย เอกลักษณ์ไทย/เห็นประโยชน์และคุณค่าของภูมิปัญญาไทย ภูมิปัญญาท้องถิ่น/รู้จักแยกแยะและเลือกรับวัฒนธรรมอื่น

**การจัดกิจกรรมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักrayงานการประชุม  
และชวเลข ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗**

ตามที่แผนบูรณาการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส และ  
ป้องกันการทุจริตของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ในลำดับที่ ๑๐ กำหนดให้  
สำนักฯ จัดกิจกรรมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักrayงานการประชุม  
และชวเลข จึงได้ดำเนินจัดกิจกรรมต่าง ๆ ที่สอดคล้องกับการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้  
ภายในสำนักฯ โดยมีผู้อำนวยการสำนักrayงานการประชุมและชวเลข ผู้บังคับบัญชากลุ่มงาน และบุคลากรของสำนัก  
rayงานการประชุมและชวเลขทุกคน (คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐) มีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมฯ ตามหลักคิดของ  
เศรษฐกิจพอเพียง ดังนี้

๑. กิจกรรมบทบาทของผู้นำในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก
๒. กิจกรรม “การทำยาดมจากสมุนไพร” ธรรมชาติ ซึ่งเป็นภูมิปัญญาไทยด้านเภสัชกรรมมาช้านาน
๓. การขายขยะรีไซเคิล (ขวดน้ำ) ของสำนักrayงานการประชุมและชวเลข เพื่อนำเงินไปซื้อสิ่งของ  
ในการจัดทำกิจกรรมสาธารณะประโยชน์ต่าง ๆ

## กิจกรรมที่ ๑ : บทบาทผู้นำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก



**นายธีรพัฒน์ พิเชฐวงศ์** ผู้อำนวยการสำนักรายงานการประชุมและชวเลข เป็นบุคลากรต้นแบบในการนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานของสำนักรายงานการประชุมและชวเลข และสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยมุ่งเน้นการประหยัดงบประมาณ การใช้ทรัพยากรอย่างคุ้มค่า ก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อองค์กร และการดำรงชีวิต ซึ่งปฏิบัติมาอย่างต่อเนื่องจนเป็นที่ประจักษ์ มีความตระหนักถึงบทบาทและหน้าที่ของตนในการเป็นข้าราชการผู้ให้บริการแก่สังคม และร่วมเสริมสร้างสภาวะแวดล้อมที่เอื้อต่อการอยู่ร่วมกันของคนในสังคม และอยู่ร่วมกับระบบนิเวศได้อย่างสมดุล มีจิตสำนึกในคุณธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต และใช้ปัญญาพิจารณาอย่างรอบคอบในการดำเนินชีวิต ปฏิบัติหน้าที่บนพื้นฐานของความมีเหตุผล พอประมาณกับศักยภาพและสถานภาพของแต่ละบุคคลในแต่ละสถานการณ์ และหมั่นเสริมสร้างความรู้ให้เท่าทันการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ทั้งนี้

โดยในวันหยุดราชการได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยยึดหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง การพอมีพอกิน มีการปลูกพืชผักสวนครัวและไม้ผลในพื้นที่บริเวณบ้านโดยกรรมวิธีธรรมชาติตามหลัก "ผักสวนครัวปลูกราย โตเร็ว" ได้ผลผลิตไว้รับประทานในครัวเรือนเป็นอย่างดี ทำให้ลดภาระค่าใช้จ่าย และยังเหลือพอที่จะนำไปแบ่งปันให้แก่ผู้อื่นด้วย

## กิจกรรมที่ ๒ : ทำยาต้มจากสมุนไพรธรรมชาติ

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียง  
ด้านกฎวัด ส่งเสริม สนับสนุน คุณธรรม จริยธรรม  
และความโปร่งใสของสำนักงานการประมงและชลเลข  
ประจำจังหวัดประจวบฯ พ.ศ. ๒๕๖๗

**ทำยาต้มสมุนไพร**  
**กิจกรรมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง**  
**มาประยุกต์ใช้ภายในสำนัก/กลุ่ม**

วันพุธที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗  
เวลา ๑๔.๐๐ นาฬิกา  
ณ มุมพักผ่อนสีเขียว สำนักงานการประมงและชลเลข




ฉบับที่ ๒๔ เดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียง  
ด้านกฎวัด ส่งเสริม สนับสนุน คุณธรรม จริยธรรม  
และความโปร่งใสของสำนักงานการประมงและชลเลข  
ประจำจังหวัดประจวบฯ พ.ศ. ๒๕๖๗



วันพุธที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗  
เวลา ๑๔.๐๐ นาฬิกา  
ณ มุมพักผ่อนสีเขียว สำนักงานการประมงและชลเลข

ข้าราชการและบุคลากรของสำนักงานการประมงและชลเลข  
จัดกิจกรรม "ทำยาต้มสมุนไพรไทย" เรียนรู้การทำยาต้มสมุนไพรไทย  
ซึ่งเป็นภูมิปัญญาไทยทางด้านเภสัชกรรมที่สืบทอดกันมาช้านาน  
เพื่อให้บุคลากรสามารถนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน  
และสามารถสร้างรายได้จากการทำยาต้มสมุนไพรไทยได้  
ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าวเป็นการสืบสานการนำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง  
มาประยุกต์ใช้ภายในสำนักงานการประมงและชลเลข

สำนักงานการประมงและชลเลข



วันพุธที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗ เวลา ๑๔.๐๐ นาฬิกา ณ ลานพักผ่อนสีเขียว สำนักงานการประมงและชลเลข ชั้น ๓ อาคารรัฐสภา (สว.) บุคลากรสำนักงานการประมงและชลเลข จำนวน ๗๗ คน (คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐) ร่วมทำยาต้มจากสมุนไพร เป็นภูมิปัญญาไทยด้านเภสัชกรรม

## ประโยชน์ที่บุคลากรสำนักวิทยบริการประชุมและขอเลขได้รับหลังจากทำกิจกรรมฯ

๑. สามารถทำยาต้มสมุนไพรใช้เองได้ และนำไปใช้ในชีวิตประจำวัน
๒. มีความรู้ถึงสรรพคุณของยาต้มสมุนไพรที่ใช้สำหรับบรรเทาอาการเวียนศีรษะ ผ่อนคลาย
๓. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปถ่ายทอดได้ และสืบสานภูมิปัญญาไทยด้านเภสัชกรรม
๔. สามารถสร้างรายได้จากการทำยาต้มสมุนไพรไทยขายได้
๕. ประหยัดค่าใช้จ่ายด้วยการทำยาต้มสมุนไพรไทยใช้ในสำนักฯ
๖. ช่วยลดการใช้พลาสติกที่ใช้ในบรรจุภัณฑ์ยาต้ม ลดปริมาณขยะ

## ส่วนผสมการทำยาต้มจากสมุนไพร



## ลักษณะของสมุนไพรที่ใช้ทำยาตาม

### ๑. พิมเสน



พิมเสนมีชื่อเรียกหลายชื่อ เช่น ภิมเสน มิมเสน พิมเสนเกล็ด พิมเสนตังกังนุ พรหมแสน มีชื่อสามัญว่า "Borneo Camphor" แวกอินเดียในบอมเบย์เรียก "Bhimseni" หรือ "Boras" ชาวฮินดูเรียก "Bhimsaini-kapur" หรือ "Barus kapur" โดยทั่วไปแล้วพิมเสนแบ่งออกได้เป็น 6 ชนิด คือ พิมเสนที่ได้จากธรรมชาติหรือพิมเสนแท้ ชื่อสามัญ Borneol camphor และพิมเสนสังเคราะห์ หรือพิมเสนเทียม ชื่อสามัญ Borneolum Syntheticum (Borneol) ซึ่งพิมเสนจะมีลักษณะเป็นเกล็ดเล็กๆ แบนๆ มีสีขาวขุ่นหรือออกแดงเรื่อๆ (หากเป็นพิมเสนบริสุทธิ์ จะเป็นผลึกรูปแผ่นหกเหลี่ยม) มีเนื้อแน่นกว่าการบูร ระเหิดได้ช้ากว่าการบูรติดไฟให้แสงจ้าและมีควันมาก ไม่มีขี้เถ้า ละลายได้ยากในน้ำ ละลายได้ดีในตัวทำละลายชนิดขี้ด่าง พิมเสนมีกลิ่นหอมเย็น ชุน รสหอม เย็นปาก เย็นคอ สมัยก่อนคนไทยนิยมใช้ใส่ในหมากพลูเคี้ยวสรรพคุณ แพทย์แผนโบราณใช้พิมเสนเป็นยาขับเหงื่อ ขับเสมหะ กระตุ้นการหายใจ กระตุ้นสมองบำรุงหัวใจ ใช้เป็นยาระงับความกระวนกระวาย ทำให้วังซิมแก้เคล็ดขัดยอกคลายเส้นการอบสมุนไพรมีพิมเสนเป็นส่วนประกอบในตัวยา พิมเสน ซึ่งระเหิดเมื่อถูกความร้อน มีกลิ่นหอม ใช้แต่งกลิ่น บำรุงหัวใจ แก้โรคผิวหนัง ผสมในลูกประคบ เพื่อช่วยแต่งกลิ่น มีฤทธิ์แก้พุพอง แก้อหวนนอกจากนี้ยังผสมอยู่ในยาหม่อง น้ำมันไทย

### ๒. การบูร



การบูรเป็นชื่อของต้นไม้นชนิดหนึ่งที่มีผลึกแทรกอยู่ตามรอยแตกของเนื้อไม้และยังสามารถนำลำต้น, ราก, ใบ มากลั่นหรือสกัดจนได้ผลึกดังกล่าวยังอีกทางหนึ่งด้วย ซึ่งแต่เดิมนั้น คำว่า "การบูร" มาจากภาษาสันสกฤตว่า "Karapur" หรือ "กรบูร" ซึ่งแปลว่า "หินปูน" เพราะโบราณเข้าใจว่าผืนนี้เป็นพวกหินปูนที่มีกลิ่นหอม ต่อมาชื่อนี้เพี้ยนเป็น "กรบูร" และเป็น "การบูร" ในปัจจุบัน (ผู้เขียนเข้าใจว่า ชื่อการบูรนี้คงถูกเรียกจากผลึกที่ได้แล้ว จึงนำมาตั้งชื่อต้น

ไม้ที่ให้ผลึก) ส่วนลักษณะของผลึกการบูรนั้น มีลักษณะเป็นผลึกหรือเกล็ดกลม ๆ เล็ก ๆ มันวาว สีขาวแห้ง มีกลิ่นหอมเย็นฉุน มักจะจับกันเป็นก้อนร่วน ๆ แตกง่าย หากทิ้งไว้ในอากาศ จะระเหิดไปหมดมีรสร้อนปราเมา

สรรพคุณ แก้ปวด แก้เคล็ดบวม ชัดยอก แผลง แก้กระดูก แก้ปวดข้อ แก้ปวดเส้นประสาท ช่วยลดคอเลสเตอรอล แก้พิษแมลงกัดต่อย รักษาโรคผิวหนังเรื้อรัง ขับเหงื่อ ขับเสมหะ ขับปัสสาวะ แก้ไข้หวัด และขับลม บำรุงธาตุ บำรุงกำหนด เป็นยากระตุ้นหัวใจ บำรุงหัวใจ แก้ปวดท้อง ท้องร่วง ขับน้ำเหลือง แก้เลือดลม บรรเทาอาการปวดประจำเดือน และขับน้ำคาวปลาในหญิงหลังคลอดบุตร ช่วยแก้รอยผิวหนังแตกในช่วงฤดูหนาว สามารถช่วยไถ่ยุงและแมลง ใช้รักษาแผล สมานแผล ขำเชื้อโรคที่เข้าสู่ร่างกาย ใช้ไล่แมลงช่วยลดกลิ่นอับ แก้อาการเมารถ

### ๓. ยูคาลิปตัส



ยูคาลิปตัส ไม่เพียงเป็นไม้เศรษฐกิจในหลายอุตสาหกรรม แต่ยังเป็นสมุนไพรที่เชื่อกันว่ามีสรรพคุณทางการแพทย์ด้วย เพราะมีสารสำคัญที่อาจมีฤทธิ์ด้านการอักเสบ ขำเชื้อแบคทีเรีย ลดอาการปวดบวม รักษาอาการของโรคในระบบทางเดินหายใจ เช่น คัดจมูก น้ำมูกไหล ไอ ปวดศีรษะ เป็นต้น

### ๔. เมนทอล



เมนทอลมีฤทธิ์เย็น ช่วยบรรเทาอาการวิงเวียนศีรษะ หน้ามืดตาลาย อาการเมารถเมาเรือต่าง ๆ คลื่นไส้ อาเจียน ช่วยให้ร่างกายสดชื่นตื่นตัวมากมากขึ้น เมนทอลช่วยบรรเทาอาการหวัด คัดจมูก แก้ไข้ แก้ไอ ลดการอักเสบในลำคอ บรรเทาอาการปวดศีรษะ แก้กระหายน้ำ

## ๕. ดอกกระดังงา



กระดังงา หรือ การเวก (Yang-Ylang) เป็นไม้เลื้อยที่นิยมปลูกกันมากในบ้านที่มีบริเวณพอสมควรโดยเฉพาะในเมืองหลวงของบ้านเรา เพราะเป็นไม้ที่แตกกิ่งมาก ให้ใบดกเขียวทั้งปี และมีอายุยืนนาน รวมถึงทนต่อสภาพอากาศร้อนและทนต่อภาวะมลพิษทางอากาศได้สูง จึงทำให้หลายบ้านนิยมปลูกกระดังงา เพื่อเป็นร่มเงา และยังเพิ่มความสวยงามได้ด้วยดอกกระดังงา อีกทั้งยังมีกลิ่นหอม ดอกปรุงเป็นยาหอม สกัดเป็นน้ำมันหอมระเหย แก้มวิงเวียน ทำบุหงา อบร่ำ ทำน้ำหอม

## ๖. รกจันทน์เทศ



ดอกจันทน์ (mace) คือส่วนเยื่อหุ้มเมล็ด ลักษณะเป็นริ้วสีแดงจัด ดูเหมือนร่างแห เป็นแผ่นบาง มีหลายแฉก หุ้มเมล็ด โดยจะรัดติดแน่นอยู่กับเมล็ด เมื่อนำมาแกะแยกออกจากเมล็ด รกที่แยกออกมาใหม่ ๆ จะมีสีแดงสด เมื่อทำให้แห้งสีของรกจะเปลี่ยนจากแดงสดเป็นสีเหลืองอ่อนหรือสีเนื้อ และเปราะ ฝวเรียบ ขนาดความยาว ๓-๕ เซนติเมตร ความกว้าง ๑-๓ เซนติเมตร ความหนา ๐.๕-๑ เซนติเมตร มีกลิ่นหอม รสขม ฝาด เผ็ดร้อน

มีสรรพคุณบำรุงโลหิต บำรุงธาตุ ขับลม แก้ปวดมดลูก แก้กท้องร่วง บำรุงกำลัง บำรุงผิวเนื้อให้เจริญ น้ำมันระเหยง่ายใช้เป็นส่วนผสมของขี้ผึ้งที่ใช้ทาระงับความปวด ใช้ขับประจำเดือน ทำให้แห้ง ทำให้ประสาทหลอน ประเทศอินโดนีเซียใช้บำรุงธาตุ แก้ปวดข้อ กระดูก

## ๗. พริกไทยดำ



ผลรูปกลม ผลแห้งมีผิวสีดำ ผิวนอกหยาบ มีรอยย่น ขนาดเส้นผ่านศูนย์กลางราว ๔ - ๖ มม. เปลือกนอกสีน้ำตาลเข้มออกดำ มีรอยย่นคล้ายร่างแห ที่ขั้วมีรอยก้านผล เปลือกผลชั้นนอกและชั้นกลางลอก ออกง่าย เปลือกชั้นในบางและค่อนข้างแข็ง ๑ ผลมี ๑ เมล็ด พริกไทยดำมีสีน้ำตาล-ดำ กลิ่นฉุน รสเผ็ดเล็กน้อย

ใช้เมล็ด ลดอาการท้องอืดเฟ้อ แน่นจุกเสียด ขับลมในลำไส้ให้ผายเรอ ช่วยเจริญอาหาร, แก้ท้องสม บำรุงธาตุ แก้ลมอัมพฤกษ์ แก้มูกติด แก้ลมสติกะวาตะ แก้ลมอันเนื่องจากอวัยวะสืบพันธุ์ ขับเสมหะ ขับเหงื่อ ช่วยลดอุณหภูมิในร่างกาย ทำให้ตัวเย็นรู้สึกร้อนเหงื่อออกสบาย ขับปัสสาวะ กระตุ้นประสาท บำรุงธาตุ บำรุงไฟธาตุ แก้อาหารไม่ย่อย

ผลและเมล็ด รักษาอาการปวดกระเพาะอาหาร อาเจียน แก้ลม จุกเสียดแน่นท้อง ขับลมในกระเพาะ ท้องเสีย แก้ปวดท้อง ปวดฟัน แก้ท้องอืด อาหารไม่ย่อย แก้อหวนต์ ทำให้น้ำลายออกมาก ช่วยให้น้ำย่อยหลังมากขึ้น ทำให้อยากอาหาร แก้อ่อนเพลีย กษัยกร่อนแห้ง แก้บิด ปวดเมื่อยตามร่างกาย ตะคริว แผลปวดเพราะสุนัขกัด ฝี สะอึก ห้ามเลือด ยาหลังคลอดบุตร ปวดศีรษะ แก้อาหารเป็นพิษ ตำรายาอินเดีย ใช้กลั้วคอ แก้เจ็บคอ ลดไข้

## ๘. ใบ/ลูกกระวาน



กระวานจัดอยู่ในลักษณะของพืชล้มลุกที่มีความสูงอยู่ที่ประมาณ ๒ - ๔ เมตร ลำต้นเป็นหัวอยู่ใต้ดิน ลักษณะของใบกระวานเป็นใบเลี้ยงเดี่ยว มีสีเขียว ออกสลับกันที่บริเวณโคนต้น อีกทั้งใบยังมีผิวที่เรียบมันโค้งมนปลายเรียวแหลม มีความยาวอยู่ที่ประมาณ ๑ - ๑๒ เซนติเมตร กาบแข็งแรง ส่วนลูกกระวานหรือผลกระวานที่เป็นเสมือนสิ่งสำคัญที่สุดของกระวาน มีลักษณะออกผลมาเป็นพวง ผิวเปลือกมีริ้วตามลักษณะยาว มีสีขาวนวล ในหนึ่งช่อจะออกผลอยู่ที่ประมาณ ๒ ลูก ภายในผลจะมีเมล็ดเป็นสีน้ำตาลประมาณ ๑๐ - ๒๐ เมล็ด ในส่วนของกลั่นลูกกระวานนั้นจะมีกลิ่นหอมฉุนจัดจ้าน และรสชาติที่เย็นพร้อมทั้งเผ็ดจัดจ้าน เป็นสมุนไพรอีกหนึ่งชนิดที่ความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตัวทั้งรสชาติ และมีกลิ่นหอม

ลูกกระวานและใบกระวานสามารถนำมาใช้ในการรักษาโรคและอาการเจ็บป่วยต่าง ๆ ได้ดีเป็นอย่างมาก ไม่ว่าจะเป็นลูกกระวานสุกแก่ที่รสชาติความเผ็ดร้อนแรงมากพร้อมกับกลิ่นหอมอันเป็นเอกลักษณ์ ช่วยในการบำรุงธาตุ ขับลม ลดอาการปวดท้อง ท้องเสีย ท้องอืด ท้องแน่นเพื่อบำรุงลำไส้และระบบขับถ่าย ช่วยในการบำรุงกำลัง เพิ่มพลังงานให้มีแรง ลดความเหนื่อยล้าทางร่างกาย บำรุงเลือดและระบบไหลเวียนโลหิต ทานแล้วเจริญอาหาร ลดอาการเบื่ออาหาร รักษาโรคอัมพาต วิงเวียนศีรษะ คลื่นไส้อาเจียน รักษาลมสันนิบาต ขับเสมหะ แก้อาการไอ ช่วยรักษาโรครำมะนาด และบำรุงระบบต่าง ๆ ในร่างกายได้เป็นอย่างดี

#### ๙. กานพลู/น้ำมันกานพลู



กานพลูเป็นไม้ยืนต้น ไม่ผลัดใบ สูงประมาณ ๕ - ๒๐ เมตร ยอดทึบเป็นรูปกรวยคว่ำ แตกกิ่งต่ำ ต้นตรง เปลือกเรียบ มีสีน้ำตาลอ่อน มีต่อมน้ำมันมาก ใบกานพลูเป็นใบเดี่ยว ออกเรียงตรงข้าม มีก้านใบเล็กเรียว ยาว ๑ - ๓ เซนติเมตร รูปใบขอบขนานแกมรูปไข่กลับ กว้าง ๓ - ๖ เซนติเมตร ยาว ๖ - ๑๓ เซนติเมตร ปลายใบแหลมหรือเรียวแหลม ขอบเรียบ โคนสอบเป็นรูปลิ้น แผ่นใบด้านบนเป็นมัน ตอนล่างของใบมีต่อมจำนวนมาก ใบมีเส้นใบจำนวนมาก น้ำมันกานพลูเป็นยาชาเฉพาะที่ แก้ปวดฟัน ระงับการกระตุก ตะคริว ขับผายลม แก้ปวดท้อง แก้ท้องอืด ผสมยาแก้ปวด ขับลม แก้ท้องขึ้น ท้องร่วง แก้ไอ ฆ่าเชื้อโรค แก้ชาปลายมือปลายเท้า บรรเทาอาการจากแมลงสัตว์กัดต่อย แก้โรคลมระงับปวด

#### ๑๐. โป๊ยกั๊ก



โป๊ยยกี้เป็นพืชที่ใช้ผลเป็นเครื่องเทศ และยังจัดเป็นสมุนไพรจีนชนิดหนึ่ง ซึ่งในประเทศจีนใช้มานานกว่า ๑,๓๐๐ ปี แล้วโดยโป๊ยยกี้ถือเป็น ๑ ใน ๕ ของผิงเครื่องเทศสมุนไพรในการปรุงอาหารแบบจีนดั้งเดิม ส่วนโป๊ยยกี้มีถิ่นกำเนิดทางภาคตะวันออกเฉียงใต้ และทางตอนใต้ของประเทศจีน เช่น มณฑลฟูเจี้ยน, กวางตง, กวางสี, และมณฑลยูนนาน เป็นต้น นอกจากนั้น บางแหล่งยังระบุไว้ว่า โป๊ยยกี้ อาจมีถิ่นกำเนิดยาวลงมาถึง ในบริเวณอ่าวตังเกี๋ย ในเวียดนามอีกด้วย สำหรับในประเทศไทยคาดว่าจะมีการนำโป๊ยยกี้เข้ามาและใช้ประโยชน์ มานานแล้ว และยังมีการใช้จนถึงปัจจุบัน

สรรพคุณ ใช้ขับลม เป็นยากระตุ้น ขับเสมหะ บำรุงธาตุ แก้อาตุพิการ แก้อาหารไม่ย่อย เพิ่มภูมิต้านทาน แก้ลมกองหยาบ แก้บิด แก้เกร็ง แก้ปวดท้อง ช่วยขับลม แก้หวัด ช่วยลดไข้ ช่วยเพิ่มการไหลเวียนโลหิต บรรเทาอาการปวดศีรษะในผู้ป่วยไมเกรน บรรเทาอาการปวดข้อรูมาตอยด์ แก้อาการปวด แก้อาการอักเสบ

#### ๑๑. ว่านประะหอม



มีเหง้าสั้น ขนาดเล็ก เหง้าหลักทรงกลมผิวสีน้ำตาลอ่อน ที่ผิวมีรอยข้อปล้องชัดเจน ออกรากจากเหง้าหลักเป็นเส้นกลมยาว คล้ายกระชายเนื้อภายในเหง้าเมื่ออบแห้งแล้วมีสีขาว หรือสีเหลืองอ่อนๆ มีกลิ่นหอม เฉพาะตัว เหง้าใต้ดิน รสเผ็ดขม มีกลิ่นหอม

หัวใต้ดิน รสเผ็ดขม สมุ่ศีรษะเด็ก แก้หวัดคัดจมูก รับประทานขับลมในลำไส้ แก้เสมหะ เจริญไฟธาตุ แก้ท้องอืด แก้โลหิตซึ่งเจือด้วยลมพิษ

#### ๑๒. อบเชย



อบเชย เป็นเครื่องเทศที่เชื่อว่าอาจมีคุณสมบัติช่วยสุขภาพ เช่น ช่วยสมานแผล ป้องกันอาการท้องร่วง มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระ ด้านการอักเสบ หรือลดระดับน้ำตาลในเลือด เนื่องจากเปลือกของอบเชยประกอบไปด้วย สารแทนนิน (Tannins) สารอนุมูลอิสระชนิดหนึ่งซึ่งอาจเป็นประโยชน์ต่อร่างกาย

### ๑๓. โกงฐหัวบัว



โกฐหัวบัว มีกลิ่นหอม รสมัน สรรพคุณแก้ลมในกองริดสีดวง และกระจายลมทั้งปวง (หมายถึงลมที่คั่งอยู่ในลำไส้เป็นตอน ๆ ทำให้ผายหรือเรอออกมา ยาไทยมักไม่ใช้โกฐหัวบัวเดี่ยว แต่มักใช้ร่วมกับยาอื่น

## วิธีทำยาต้มจากสมุนไพร

๑. พิมเสนน้ำ (น้ำมันยูคาลิปตัส น้ำมันกานพลู เมนทอล พิมเสน การบูร ผงสมุนไพร) นำมาใส่ภาชนะ (กะละมัง) ให้ละลายเข้าเป็นเนื้อเดียวกัน



๒. นำสมุนไพรที่หั่นเป็นชิ้นเล็กพอประมาณที่เตรียมไว้ (กานพลู ใบกระวาน อบเชย โกศหัวบัว ดอกกระดังงา โป๊ยกั๊ก ลูกกระวาน วานเปราะหอม รกจันทน์เทศ พริกไทยดำ) นำมาตำรวมกันให้ละเอียดพอประมาณ



๓. คลุกเคล้าสมุนไพรทั้งหมดและนำผสมกับพืมน้ำที่เตรียมไว้ให้เข้าด้วยกันด้วยภาชนะ (กะละมัง)



๔. ตักสมุนไพรใส่ภาชนะ(ขวด)ที่เตรียมไว้ และปิดด้วยสาลี่ ตกแต่งขวดให้สวยงาม



๓. กิจกรรมที่ ๓ : การขายขยะรีไซเคิล ของสำนักงานการประชมและชลเลข เพื่อนำเงินไปทำกิจกรรม  
สาธารณประโยชน์ต่าง ๆ

๑. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๑



| Transaction Overview           |                   |
|--------------------------------|-------------------|
| 1. ขยะพลาสติก (รวมรวม) - 17 kg | 167.00 THB        |
| 2. ขยะกระดาษ (รวมรวม) - 4 Kg   | 32.00 THB         |
| 3. ขยะอิเล็กทรอนิกส์ - 0.5 Kg  | 17.50 THB         |
| 4. ขยะพลาสติก - 1.5 Kg         | 16.50 THB         |
| 5. ขยะพลาสติก - 11 Kg          | 5.50 THB          |
| 6. ขยะพลาสติก - 4 Kg           | 8.00 THB          |
| 7. ขยะพลาสติก - 50 Kg          | 150.00 THB        |
| <b>Total Weight</b>            | <b>88.00 Kg</b>   |
| <b>Total THB</b>               | <b>416.50 THB</b> |

วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ ได้นำขยะ Recycle จำหน่ายให้กับบริษัท ปูนซีเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) ตามโครงการ Wake up Waste เพื่อลดผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อม เป็นจำนวน ๘๘ กิโลกรัม เป็นเงินจำนวน ๔๑๖.๕๐ บาท นำเงินเข้าสำนักเพื่อใช้ในโครงการสาธารณะประโยชน์ต่อไป

๒. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๒



| Transaction Overview             |                   |
|----------------------------------|-------------------|
| 1. ขยะพลาสติก (รวมรวม) - 13.0 kg | 152.00 THB        |
| 2. ขยะพลาสติก (รวมรวม) - 4 Kg    | 32.00 THB         |
| 3. ขยะพลาสติก - 1.5 Kg           | 16.50 THB         |
| 4. ขยะอิเล็กทรอนิกส์ - 1 Kg      | 35.00 THB         |
| <b>Total Weight</b>              | <b>20.40 Kg</b>   |
| <b>Total THB</b>                 | <b>236.40 THB</b> |

วันพฤหัสบดีที่ ๑๖ มกราคม ๒๕๖๗ ได้นำขยะ Recycle จำหน่ายให้กับบริษัท ปูนซีเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) ตามโครงการ Wake up Waste เพื่อลดผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อม เป็นจำนวน ๒๐.๔ กิโลกรัม เป็นเงินจำนวน ๒๓๖.๔๐ บาท นำเงินเข้าสำนักเพื่อใช้ในโครงการสาธารณะประโยชน์ต่อไป

### ๓. การดำเนินกิจกรรมการขายขยะรีไซเคิล ครั้งที่ ๓



วันศุกร์ที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๗ ได้นำขยะ Recycle จำหน่ายให้กับบริษัท ปูนซีเมนต์ไทย จำกัด (มหาชน) ตามโครงการ Wake up Waste เพื่อลดผลกระทบด้านสิ่งแวดล้อม เป็นจำนวน ๕๔.๒๐ กิโลกรัม เป็นเงินจำนวน ๓๕๘.๑๒ บาท นำเงินเข้าสำนักเพื่อใช้ในโครงการสาธารณะประโยชน์ต่อไป

## บันทึกรายได้จากการจำหน่ายขยะรีไซเคิล

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

## ประจำเดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๖

| วันเดือนปีรับซื้อขยะ | รายการ            | จำนวน | ราคา/กก. | รวมรายได้ |
|----------------------|-------------------|-------|----------|-----------|
| ๒๘ พ.ย. ๖๖           | ขวดพลาสติกใส      | ๑๗    | ๑๑       | ๑๘๗       |
|                      | ขวดพลาสติกฟ้า     | ๔     | ๘        | ๓๒        |
|                      | อลูมิเนียมกระป๋อง | ๐.๕   | ๓๕       | ๑๗.๕      |
|                      | ฝาขวดพลาสติก      | ๑.๕   | ๑๑       | ๑๖.๕      |
|                      | แก้วไม่แยกสี      | ๑๑    | ๐.๕      | ๕.๕       |
|                      | กระดาษสี          | ๔     | ๒        | ๘         |
|                      | กระดาษลัง         | ๕๐    | ๓        | ๑๕๐       |
|                      |                   | ๘๘    |          | ๔๑๖.๕๐    |

## ประจำเดือน ธันวาคม ๒๕๖๖

| วันเดือนปีรับซื้อขยะ | รายการ            | จำนวน | ราคา/กก. | รวมรายได้ |
|----------------------|-------------------|-------|----------|-----------|
| ๑ ม.ค. ๖๗            | ขวดพลาสติกใส      | ๑๓.๙  | ๑๑       | ๑๕๒.๙๐    |
|                      | ขวดพลาสติกฟ้า     | ๔     | ๘        | ๓๒        |
|                      | ฝาขวดพลาสติก      | ๑.๕   | ๑๑       | ๑๖.๕๐     |
|                      | อลูมิเนียมกระป๋อง | ๑     | ๓๕       | ๓๕        |
|                      |                   | ๒๐.๔  |          | ๒๓๖       |

## ประจำเดือน มกราคม - กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

| วันเดือนปีรับซื้อขยะ | รายการ            | จำนวน | ราคา/กก. | รวมรายได้ |
|----------------------|-------------------|-------|----------|-----------|
| ๑๖ มี.ค. ๖๗          | ขวดพลาสติกใส      | ๒๑.๒  | ๑๑       | ๒๓๓.๒๐    |
|                      | ขวดพลาสติกฟ้า     | ๓.๔   | ๘        | ๒๗.๒๐     |
|                      | ฝาขวดพลาสติก      | ๑.๖   | ๑๑       | ๑๗.๖๐     |
|                      | แก้วแยกสี         | ๗     | ๑.๕      | ๑๐.๕๐     |
|                      | กระดาษลัง*        | ๒๐.๖  | ๒.๗      | ๕๕.๖๒     |
|                      | อลูมิเนียมกระป๋อง | ๐.๔   | ๓๕       | ๑๔        |
|                      |                   | ๕๔.๒  |          | ๓๕๘.๑๒    |

\* ราคาขยะรีไซเคิลเปลี่ยนแปลงตามอัตรารับซื้อของ SCG

### สรุปผลการจัดทำกิจกรรมตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

ผลจากการจัดทำกิจกรรมตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงของสำนักวิทยบริการประชุมและชาวเลขจากการจัดกิจกรรมฯ ดังกล่าวข้างต้นทั้ง ๓ กิจกรรม ส่งผลให้สำนักวิทยบริการประชุมและชาวเลขมีบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่เอื้ออาทรซึ่งกันและกัน บุคลากรของสำนักวิทยบริการประชุมและชาวเลขมีความรัก ความสามัคคีต่อกัน มีการจัดกิจกรรมโดยยึดหลักความประหยัด ลดค่าใช้จ่ายฟุ่มเฟือย ยึดถือการประกอบอาชีพด้วยความถูกต้องและสุจริต มีการพัฒนาความเป็นอยู่ของตนเองให้เหมาะสมอย่างสมดุล อีกทั้งยังสามารถเป็นต้นแบบความพอเพียงให้กับผู้อื่นได้อีกด้วย

บุคลากรสำนักวิทยบริการประชุมและชาวเลขได้นำหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้ประยุกต์ใช้ในชีวิต โดยการจัดทำกิจกรรมต่าง ๆ ควบคู่ไปกับจริยปรัชญา โดยเป็นการบูรณาการความคิดเชิงเศรษฐกิจและหลักการทางศาสนา จริยธรรมเข้าด้วยกัน กระทำการในสิ่งที่ดี ช่วยในการพัฒนาตนเอง องค์กร สังคม และประเทศชาติอย่างมีประสิทธิภาพ ประสิทธิผล อย่างเป็นประโยชน์ และเกิดความสุขอย่างมั่นคงและยั่งยืน

ภาคผนวก



คำสั่งสำนักนายกรัฐมนตรีการประชุมและขอเลข

ที่ ๒๔/๒๕๖๖

เรื่อง แต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงด้านทุจริต

ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักนายกรัฐมนตรีการประชุมและขอเลข

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

ตามที่พระราชบัญญัติระเบียบข้าราชการรัฐสภา พ.ศ. ๒๕๕๔ มาตรา ๕๕ บัญญัติให้ส่วนราชการสังกัดรัฐสภา มีหน้าที่ดำเนินการให้มีการเพิ่มพูนประสิทธิภาพและเสริมสร้างแรงจูงใจให้แก่ข้าราชการรัฐสภา เพื่อให้เป็นข้าราชการที่มีคุณภาพ คุณธรรม จริยธรรม คุณภาพชีวิต มีขวัญกำลังใจในการปฏิบัติราชการให้เกิดผลสัมฤทธิ์ต่อการดำเนินงานของทางราชการ ทั้งนี้ การดำเนินการของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภาเป็นไปตามบทบัญญัติดังกล่าว คณะกรรมการข้าราชการรัฐสภา (ก.ร.) ได้เห็นชอบให้มีการประเมินผลการปฏิบัติราชการด้านคุณธรรมและความโปร่งใส โดยบูรณาการเป็นตัวชี้วัดที่ ๒.๓ ร้อยละความสำเร็จของการส่งเสริม สนับสนุน การดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัดรัฐสภา เพื่อวัดระดับความสำเร็จในการดำเนินการด้านคุณธรรมและความโปร่งใสของส่วนราชการสังกัดรัฐสภา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗

ดังนั้น เพื่อรักษามาตรฐานการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบและการขับเคลื่อนภารกิจด้านคุณธรรม จริยธรรมและความโปร่งใสของสำนักนายกรัฐมนตรีการประชุมและขอเลข เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของสำนักงานเลขาธิการวุฒิสภา โดยการรักษาและต่อยอดการเป็นองค์กรต้นแบบด้านคุณธรรมและความโปร่งใสอย่างยั่งยืน สำนักนายกรัฐมนตรีการประชุมและขอเลข จึงได้แต่งตั้งคณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จัดพอเพียงด้านทุจริตส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใสของสำนักนายกรัฐมนตรีการประชุมและขอเลข ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๗ ประกอบด้วย

**คณะที่ ๑ คณะทำงานขับเคลื่อนกระบวนการรักษามาตรฐานการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ประกอบด้วย**

|                               |                   |
|-------------------------------|-------------------|
| ๑. นางสาวสุภาวดี มงคลธรรมกุล  | ที่ปรึกษาคณะทำงาน |
| ๒. นางสาววาสนา ยังสุข         | ที่ปรึกษาคณะทำงาน |
| ๓. นางวิมล แจ่มอติละ          | ที่ปรึกษาคณะทำงาน |
| ๔. นายจิรายุส จินข้าง         | ที่ปรึกษาคณะทำงาน |
| ๕. นายจักรกฤษณ์ ศรีกล้า       | ประธานคณะทำงาน    |
| ๖. นางสาววนิดา ศิริทรัพย์สมใจ | คณะทำงาน          |
| ๗. นางสาวประกายเพชร ศิริรักษ์ | คณะทำงาน          |
| ๘. นางสาวปาริมาภรณ์ ปูนกลาง   | คณะทำงาน          |
| ๙. นางสาวปานชนก จันทร์ศรี     | คณะทำงาน          |
| ๑๐. นางสาวปทุมรัตน์ รุ่งโรจน์ | คณะทำงาน          |

|                                  |                      |
|----------------------------------|----------------------|
| ๑๑. นางนันทพร แก้วมะเรียง        | คณะทำงาน             |
| ๑๒. นางสาวปิยวรรณ พุทธาวงษ์      | คณะทำงาน             |
| ๑๓. นางสาวธัญธิชา คำเอม          | คณะทำงาน             |
| ๑๔. นางสาวจันทร์ตรี เปรมสมิทธิ์  | คณะทำงาน             |
| ๑๕. นางสาวชนัญชิตา กองคำ         | คณะทำงาน             |
| ๑๖. นางสาวขวัญดาว มหากิจศิริ     | คณะทำงาน             |
| ๑๗. นายจักราวีร์ มีบุญ           | คณะทำงาน             |
| ๑๘. นางสาวอรกมล พรหมยรัตน์       | คณะทำงาน             |
| ๑๙. นางสาวชัชสรณ์ ยิ้มศรีใส      | คณะทำงาน             |
| ๒๐. นางสาวชรินทร์ทิพย์ ศรีสุวรรณ | คณะทำงานและเลขานุการ |

#### มีหน้าที่รับผิดชอบ ดังนี้

- ๑) ขับเคลื่อนกระบวนการรักษามาตรฐานการเป็นองค์กรคุณธรรมต้นแบบ ของสำนัก  
รายงานการประชุมและขวเลข ตามแผนบูรณาการฯ
- ๒) ขับเคลื่อนกระบวนการสร้างองค์ความรู้และแหล่งเรียนรู้ด้านการส่งเสริมคุณธรรม  
จริยธรรม และความโปร่งใส ของสำนักรายงานการประชุมและขวเลข ตามแผนบูรณาการฯ
- ๓) ดำเนินการขยายเครือข่ายองค์กรคุณธรรม
- ๔) เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ตามช่องทางที่สำนักงานกำหนด
- ๕) รายงานผลการดำเนินการโครงการและกิจกรรมตามแผนบูรณาการฯ และรายงาน  
รายไตรมาสตามที่สำนักงานกำหนด
- ๖) ดำเนินการอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมาย

**คณะที่ ๒ คณะทำงานส่งเสริม สนับสนุนการดำเนินการตามหลักธรรมศาสนา  
หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง และวิถีวัฒนธรรม ตลอดจนการจัดกิจกรรมเพื่อสาธารณประโยชน์  
ประกอบด้วย**

|                                 |                   |
|---------------------------------|-------------------|
| ๑. นางสาวสุภาวดี มงคลธรรมกุล    | ที่ปรึกษาคณะทำงาน |
| ๒. นางฐิติรัตน์ คงสมจิตต์       | ประธานคณะทำงาน    |
| ๓. นายจักรกฤษณ์ ศรีกล้า         | รองประธานคณะทำงาน |
| ๔. นางสาวศศิมา แสงหิ้วย้อย      | คณะทำงาน          |
| ๕. นางสาววรรณุช ทรวงแสงวง       | คณะทำงาน          |
| ๖. นางสาวกัญญดา คูหาเรืองรอง    | คณะทำงาน          |
| ๗. นายธนพงษ์ บุญยงค์            | คณะทำงาน          |
| ๘. นางสาวมิ่งขวัญ พึ่งรัตน์มงคล | คณะทำงาน          |
| ๙. นางสาวมยุรี แก่นสาร          | คณะทำงาน          |
| ๑๐. นางสาวจิตติมา ม่วงศิริ      | คณะทำงาน          |
| ๑๑. นางสาวศรัญญา สิงห์เขต       | คณะทำงาน          |
| ๑๒. นายนันทศักดิ์ ไพฤทธิ        | คณะทำงาน          |
| ๑๓. นางสาวราตรี ศิริคุณานนท์    | คณะทำงาน          |

- |                                  |                      |
|----------------------------------|----------------------|
| ๑๔. นางสาวชรินทร์ทิพย์ ศรีสุวรรณ | คณะทำงาน             |
| ๑๕. นางสาวปานชนก จันทร์ศรี       | คณะทำงาน             |
| ๑๖. นางสาวอมลวันท์ พันธุ์ชนะพล   | คณะทำงานและเลขานุการ |

**มีหน้าที่รับผิดชอบ ดังนี้**

๑) ส่งเสริมการจัดกิจกรรมตามหลักธรรมศาสนา หลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และวิถีทางวัฒนธรรม และนำความรู้มาปรับใช้กับการปฏิบัติตนและการดำเนินชีวิต และจัดทำรายงานตามแผนบูรณาการฯ

๒) ส่งเสริมการจัดกิจกรรมเพื่อสาธารณประโยชน์ (จิตสาธารณะ)

๓) จัดมูมจริยธรรม

๔) ดำเนินการประชาสัมพันธ์โครงการกิจกรรมตามที่สำนักงานกำหนด

๕) ดำเนินการอื่นๆ ที่ได้รับมอบหมาย

**คณะที่ ๓ คณะทำงานด้านสนับสนุนการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการ**

**ดำเนินงานของหน่วยงานภาครัฐ ประกอบด้วย**

- |                                |                      |
|--------------------------------|----------------------|
| ๑. นางสาวสุภาวดี มงคลธรรมกุล   | ที่ปรึกษาคณะทำงาน    |
| ๒. นางสาววาสนา ยิ่งสุข         | ที่ปรึกษาคณะทำงาน    |
| ๓. นางพิมพ์ลักษณ์ กระจำศรี     | ที่ปรึกษาคณะทำงาน    |
| ๔. นางธีรวรรณ นราพงศ์          | ประธานคณะทำงาน       |
| ๕. นางสาวศรีอนงค์ นิสภา        | คณะทำงาน             |
| ๖. นางสาวชนัญชิตา กองคำ        | คณะทำงาน             |
| ๗. นางสาวอรกมล พรหมยรัตน์      | คณะทำงาน             |
| ๘. นางสาวปทุมรัตน์ รุ่งโรจน์   | คณะทำงาน             |
| ๙. นางสาวเกษมศรี ไชยลังกาพิงค์ | คณะทำงานและเลขานุการ |

**มีหน้าที่รับผิดชอบ ดังนี้**

๑) ดำเนินการจัดกิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรม ความโปร่งใส การต่อต้านการทุจริต การแลกเปลี่ยนเรียนรู้การเฝ้าระวังการทุจริตและการประชาสัมพันธ์ การดำเนินการของสำนักgrayงานการประชุมและขวเลข ตามแผนบูรณาการฯ

๒) จัดทำคู่มือการปฏิบัติงานและสำรวจความพึงพอใจผู้รับบริการของสำนักgrayงาน การประชุมและขวเลข

๓) เพิ่มประสิทธิภาพข้อร้องเรียน ของสำนักgrayงานการประชุมและขวเลข

๔) เผยแพร่ประชาสัมพันธ์โครงการกิจกรรมตามที่สำนักงานกำหนด

๕) ดำเนินการอื่นๆ ตามที่ได้รับมอบหมาย

คณะที่ ๔ คณะทำงานด้านการคัดเลือกข้าราชการผู้มีคุณธรรมและจริยธรรมดีเด่น  
ของสำนักงานการประชุมและชวเลข ประกอบด้วย

|                                |                      |
|--------------------------------|----------------------|
| ๑. นางนันทพร แก้วมะเรียง       | ประธานคณะทำงาน       |
| ๒. นางสาวจันทร์ตรี เปรมสมิทธิ์ | คณะทำงาน             |
| ๓. นางสาวภิญญาดา คูหาเรืองรอง  | คณะทำงาน             |
| ๔. นางสาวอรอุมา วิเศษรัตนกุล   | คณะทำงาน             |
| ๕. นายนนทศักดิ์ ไพฤทธิ         | คณะทำงาน             |
| ๖. นางสาวปานชนก จันทศรี        | คณะทำงาน             |
| ๗. นางสาวมยุรี แก่นสาร         | คณะทำงานและเลขานุการ |

มีหน้าที่รับผิดชอบ ดังนี้

๑) ดำเนินการคัดเลือก/สรรหา กำหนดวิธีการคัดเลือก/สรรหาภายในสำนักงานการประชุมและชวเลข พร้อมจัดทำรายงานเสนอให้ผู้อำนวยการสำนักงานลงนามตามแบบรายงานผลการดำเนินการคัดเลือก/สรรหา เพื่อเสนอต่อคณะกรรมการที่เกี่ยวข้อง

๒) ดำเนินการอื่น ๆ ตามที่ผู้อำนวยการสำนักงานการประชุมและชวเลขมอบหมาย

ทั้งนี้ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

สั่ง ณ วันที่ ๑๐ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๖



(นางสาวสุภาวดี มงคลธรรมกุล)

ผู้อำนวยการสำนักงานการประชุมและชวเลข

## กิจกรรมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาประยุกต์ใช้ภายในสำนักงานการประชุมและชวเลข

ยาคมสมุนไพรร

วันที่ ๑๔ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๗

เวลา ๑๔.๐๐ นาฬิกา

ณ มุมพักผ่อนสีเขียว สำนักงานการประชุมและชวเลข

| ที่ | รายชื่อ                       | ตำแหน่ง                              | กลุ่มงาน                | ลายมือชื่อ           |
|-----|-------------------------------|--------------------------------------|-------------------------|----------------------|
| 1   |                               | ผู้อำนวยการสำนักงานการประชุมและชวเลข |                         | ตำแหน่งว่าง          |
| 2   | นางพิมพ์ลักษณ์ กระจำศรี       | ผู้บังคับบัญชา                       | กลุ่มงานบริหารทั่วไป    | IR                   |
| 3   | นางนันทพร แก้วมะเริง          | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานบริหารทั่วไป    | นางนันทพร แก้วมะเริง |
| 4   | นางสาวเกษมศรี ไชยลังกาพงศ์    | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานบริหารทั่วไป    | เกษมศรี              |
| 5   | นางสาวชัชสรณ์ ยิ้มศรีใส       | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานบริหารทั่วไป    | ชัชสรณ์ ยิ้มศรีใส    |
| 6   | นางสาวปทุมรัตน์ รุ่งโรจน์     | เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน            | กลุ่มงานบริหารทั่วไป    | ปทุมรัตน์ รุ่งโรจน์  |
| 7   | นางสาววราภรณ์ ยิ่งสุข         | ผู้บังคับบัญชา                       | กลุ่มงานรายงานการประชุม | Can                  |
| 8   | นางสาวพรพิมล ปัญกุล           | วิทยากรชำนาญการ                      | กลุ่มงานรายงานการประชุม | พรพิมล               |
| 9   | นายจักรกฤษณ์ ศรีกล้า          | วิทยากรชำนาญการ                      | กลุ่มงานรายงานการประชุม | จักรกฤษณ์ ศรีกล้า    |
| 10  | นางสาวณัฏฐา โสภณวัฒนาสิงห์    | วิทยากรชำนาญการ                      | กลุ่มงานรายงานการประชุม | ณัฏฐา                |
| 11  | นางสาวชนิพรทิพย์ ศรีสุวรรณ    | นิติกรปฏิบัติการ                     | กลุ่มงานรายงานการประชุม | ชนิพร                |
| 12  | นางสาวประกายเพชร ศิริรักษ์    | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานรายงานการประชุม | ประกายเพชร           |
| 13  | นางสาวปาริมากรณ์ ปูนกลาง      | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานรายงานการประชุม | ปาริมากรณ์           |
| 14  | นางสาววนิดา ศิริทรัพย์สมบัติ  | เจ้าพนักงานธุรการอาวุโส              | กลุ่มงานรายงานการประชุม | วนิดา                |
| 15  | นางสาวปานชนก จันทศรี          | เจ้าพนักงานธุรการชำนาญงาน            | กลุ่มงานรายงานการประชุม | ปานชนก               |
| 16  | นายจิรายุส จินข้าง            | ผู้บังคับบัญชา                       | กลุ่มงานชวเลข ๑         | X                    |
| 17  | นายวินัย และไหม               | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | วินัย                |
| 18  | นางสาวธัญยิชา คำหอม           | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | ธัญยิชา              |
| 19  | นางสาวจิตติมา แก้วงาม         | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | จิตติมา              |
| 20  | นางนุชนิชา เทียนทอง           | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | นุชนิชา              |
| 21  | นางสาวปิยวรรณ พุทธวงษ์        | เจ้าพนักงานชวเลขปฏิบัติงาน           | กลุ่มงานชวเลข ๑         | ปิยวรรณ              |
| 22  | นางสาวศศิมา แสงหิ้วย้อย       | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | ศศิมา                |
| 23  | นางสาวอารีวรรณ นพรัตน์สมบูรณ์ | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | อารีวรรณ             |
| 24  | นางสาวชนิพรทิพย์ สัตถ์ลอย     | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | ชนิพรทิพย์           |
| 25  | นางสาวอรรณพ เอกบุตร           | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | อรรณพ                |
| 26  | นางสาวจันทร์ศรี เปรมสมิทธิ์   | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | จันทร์ศรี            |
| 27  | นางสาวรณัฐ ทรวงแสง            | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๑         | รณัฐ                 |
| 28  | นางวิมล แจ่มอติยะ             | ผู้บังคับบัญชา                       | กลุ่มงานชวเลข ๒         | วิมล                 |
| 29  | นางสาวพรเพ็ญ ทองประเสริฐ      | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | พรเพ็ญ               |
| 30  | นางสาวกัญญาดา คูหาเรืองรอง    | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | กัญญาดา              |
| 31  | นางดวงทิพย์ อินบุญนะ          | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | ดวงทิพย์             |
| 32  | นางสาวทิพวรรณ วันโชค          | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | ทิพวรรณ              |
| 33  | นางสาวเยาวเรศ อุดแน่น         | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | เยาวเรศ              |
| 34  | นางสาวภรณีพร วงศ์สุภา         | เจ้าพนักงานชวเลขอาวุโส               | กลุ่มงานชวเลข ๒         | ภรณีพร               |

| ที่ | รายชื่อ                        | ตำแหน่ง                                     | กลุ่มงาน        | ลายมือชื่อ          |
|-----|--------------------------------|---------------------------------------------|-----------------|---------------------|
| 35  | นางสุพิชญ์ลักษณ์ หายพิทักษ์สุข | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | Sink                |
| 36  | นางสาวอรนิตย์ ฤทธิมัต          | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | อรนิตย์             |
| 37  | นางสาวอัญญา เอี่ยมโอบุ         | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | อัญญา               |
| 38  | นางสาวขวัญดาว มหากิจศิริ       | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | ขวัญดาว             |
| 39  | นางปณณณิษฐา คายกุล             | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | ปณณณิ               |
| 40  | นางสาวอรารม จันทะพรหม          | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | อ.จันทะ-พรหม        |
| 41  | นางสาวสุชาวัฒน์ เกสัชชา        | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | สุชาวัฒน์           |
| 42  | นางสาวชนัญชิตา กองคำ           | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | ชนัญชิตา            |
| 43  | นางสาวสุกัญญา สิริกิจวนิชย์    | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๒ | สุกัญญา             |
| 44  | นางธีรธรรม นราพงศ์             | ผู้บังคับบัญชา                              | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ธีรธรรม ๒/๒         |
| 45  | นางสาวชอภัสสรณ์ ค่ายชานา       | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ชอภัสสรณ์           |
| 46  | นางสาวอรกมล พรหมยารัตน์        | เจ้าพนักงานชลเลขปฏิบัติงาน                  | กลุ่มงานชลเลข ๓ | อรกมล               |
| 47  | นางสาวนิมิตา เย็นสบาย          | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | นิมิตา เย็นสบาย     |
| 48  | นางสาวลลนา ธรรมแสง             | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ลลนา                |
| 49  | นายจักราวีร์ มีบุญ             | เจ้าพนักงานจัดการงานการประมงปฏิบัติงาน      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | จักราวีร์           |
| 50  | นางสาวมิ่งขวัญ พังรัตนมงคล     | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | มิ่งขวัญ            |
| 51  | นางสาวศรีอนงค์ นิสภา           | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ศรีอนงค์ นิสภา      |
| 52  | นางสาวอรุณา วิเศษรัตนกุล       | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | อรุณา               |
| 53  | นางสาวณัฏฐิณี วงศ์รัตนธีรกุล   | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ณัฏฐิณี             |
| 54  | นายชนพงษ์ บุญยงค์              | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ชนพงษ์              |
| 55  | นางสาวสิริพรรณ สาทย์ทองคำ      | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๓ | สิริพรรณ สาทย์ทองคำ |
| 56  | นางฐิติรัตน์ คงสมจิตต์         | ผู้บังคับบัญชา                              | กลุ่มงานชลเลข ๔ | ฐิติรัตน์           |
| 57  | นางสาวลัดดาวัลย์ รัตนบุรี      | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | ลัดดาวัลย์          |
| 58  | นางสาวอมลวันท์ พันธุ์ชนะพล     | เจ้าพนักงานชลเลขชำนาญงาน                    | กลุ่มงานชลเลข ๔ | อมลวันท์            |
| 59  | นางสาวนิจกานต์ นิยมกุล         | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | นิจกานต์            |
| 60  | นางสาวมยุรี แก่นสาร            | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | มยุรี               |
| 61  | นางสาวศรียุญา สิงห์เชิด        | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | ศรียุญา             |
| 62  | นางสาววิภาณี ณ ตะกั่วทุ่ง      | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | วิภาณี              |
| 63  | นางสาวจิตติมา ม่วงศิริ         | เจ้าพนักงานชลเลขชำนาญงาน                    | กลุ่มงานชลเลข ๔ | จิตติมา             |
| 64  | นางสาวเปล่งฉวี ศิริทโร         | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | เปล่งฉวี            |
| 65  | นางสาวลลิตร์ รำไพภัทร์         | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | ลลิตร์              |
| 66  | นางสาวโสธยา ปลื้มรุ่งโรจน์     | เจ้าพนักงานชลเลขชำนาญงาน                    | กลุ่มงานชลเลข ๔ | โสธยา               |
| 67  | นายพนทศศักดิ์ ไพฑูริ           | เจ้าพนักงานชลเลขชำนาญงาน                    | กลุ่มงานชลเลข ๔ | พนทศศักดิ์          |
| 68  | นางสง่า แทบทาม                 | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | สง่า                |
| 69  | นางสาวราตรี ศิริคุณานนท์       | เจ้าพนักงานชลเลขอาวุโส                      | กลุ่มงานชลเลข ๔ | ราตรี               |
| 70  | นางสาวณัฐมน มีเจริญ            | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ณัฐมน               |
| 71  | นางสาวกมลชนก เจาะดี            | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๓ | กมลชนก              |
| 72  | นางสาวขวัญใจ พิมพ์ชัย          | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๓ | ขวัญใจ              |
| 73  | นางสาวดวงใจ พิมพ์ชัย           | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๒ | ดวงใจ               |
| 74  | นางสาวชลธิชา ช่างคด            | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๑ | ชลธิชา              |
| 75  | นางสาวกรวิระ ดีเอี่ยม          | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๑ | กรวิระ              |
| 76  | นางสาวจรกดิ์ รักกะเปา          | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๔ | จรกดิ์              |
| 77  | นางสาวกนกวรรณ จันทร์สุคนธ์     | บุคลากรจ้างเหมาเพื่อเสริมงานด้านนิติบัญญัติ | กลุ่มงานชลเลข ๑ | กนกวรรณ             |

## บรรณานุกรม

<https://www.pobpad.com/> พรรณไม้บาบัตโรค

<https://www.disthai.com/16895122/> สมุนไพร สรรพคุณ

<https://www.pidthong.org/th/philosophy.php> ปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง



คณะทำงานขับเคลื่อนองค์กร STRONG จิตพอเพียงต้านทุจริต  
ส่งเสริมคุณธรรมและความโปร่งใส ของสำนักrayงานการประชุมและชวเลข  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓