

Free Copy and Magazine Online

www.greenlifeplusmag.com

# GREEN *Life*



NO. 10 VOL. 117 25 MAY 2026 - 24 JUNE 2026

ISSN : 2539-5602

FREE!  
COPY



**กทพ.มุ่งขับเคลื่อน Green Mobility  
ยกระดับนวัตกรรมการเดินทางในสังคมเมือง**

**นายสุรเชษฐ์ เหล่าพูลสุข**  
ผู้อำนวยการทางพิเศษแห่งประเทศไทย

# EDITOR'S NOTE

## ก้าวต่อไปของความยั่งยืน

ในช่วงเวลาที่โลกกำลังเผชิญความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทั้งด้านสิ่งแวดล้อม เทคโนโลยี และพฤติกรรมของผู้คน "ความยั่งยืน" ไม่ได้เป็นเพียงแนวคิดอีกต่อไป แต่กลายเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาในทุกมิติ บทความในฉบับนี้จึงอยากชวนผู้อ่านมองเห็นโอกาสท่ามกลางความท้าทาย และร่วมกันขับเคลื่อนอนาคตที่ดีกว่าไปพร้อมกัน

พร้อมกันนี้ การสร้างความยั่งยืนยังต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ไม่ว่าจะเป็นองค์กร ภาครัฐ หรือชุมชน ในการร่วมกันคิด ร่วมกันลงมือทำ และเรียนรู้ไปพร้อมกัน เพื่อให้การเติบโตไม่เพียงตอบโจทย์ในวันนี้ แต่ยังส่งต่อคุณค่าและโอกาสให้กับคนรุ่นต่อไปอย่างแท้จริง

ทีมผู้บริหารและทีมงาน  
นิตยสาร Green Life Plus ทุกคน



FREE MAGAZINE No.10  
25 MAY 2026 - 24 JUNE 2026  
VOL. 117

## ABOUT & CONTACT

บรรณาธิการบริหาร : บุรินทร์ ลาตคล้าย  
บรรณาธิการผู้พิมพ์โฆษณา : ชยากร ภูสะเทียน  
กองบรรณาธิการ : วรวิทย์ บุญศรี, พงศธร ภูสะเทียน,  
กราฟฟิคดีไซน์เนอร์ : เบญจพล กิตติปภรณ์  
ฝ่ายภาพ : ยุทธนากร ศิริกุลสุนทร  
พิสูจน์อักษร : อำนวย สุวรรณฉวี  
ควบคุมการผลิต : พชรเดช บุญพร้อม

เจ้าของ : บริษัท พราว คอร์ปอเรชั่น จำกัด  
ประธานที่ปรึกษา : ดร.ธีรพันธ์ โล่ห์ทองคำ  
ที่ปรึกษา : จาตุรันต์ วิวัฒน์ประทีป, วรณมา ศิริวัชรกุล  
ประธานกรรมการบริหาร : บุรินทร์ ลาตคล้าย  
กรรมการผู้จัดการ : อนันต์กรณ์ เวสวัชรวิทย์

พิมพ์ที่ : บริษัท ทริปเพิ้ล กรุ๊ป จำกัด

Facebook Fanpage :  
Green Life plus Magazine

สำนักงาน : เลขที่ 898/37  
หมู่บ้านอิโค สเปซ ถ.ประเสริฐมนูกิจ  
แขวงคลองกุ่ม เขตบึงกุ่ม กทม 10240  
โทร.&แฟกซ์ : 0-2001-6817  
E-mail : gl.greenlife888@gmail.com  
www.greenlifepiusmag.com

ผู้จัดการฝ่ายโฆษณา : นันทนิตย์ แสงแก้ว



## WHERE TO FIND



ติดต่อโฆษณา  
089-123-4450

# กทพ.จับเคลื่อนแนวคิด Green Mobility ผ่านระบบ Easy Pass นวัตกรรมทางพิเศษเพื่อสังคมเมือง ที่คล่องตัว อย่างต่อเนื่อง



นายสุรเชษฐ์ เหล่าพูลสุข ผู้ว่าการการทางพิเศษแห่งประเทศไทย (กทพ.) ได้จับเคลื่อนแนวคิด Green Mobility ผ่านระบบ Easy Pass ควบคู่กับแอปพลิเคชัน EXAT Portal และระบบสะสมแต้ม EXAT Reward เพื่อยกระดับการให้บริการจากระบบทางพิเศษแบบเดิม สู่ระบบการเดินทางดิจิทัลที่คล่องตัว สะดวก และรวดเร็วพร้อมตอบโจทย์ต่อประชาชนผู้ใช้ทางพิเศษในสังคมเมือง

ควันจากท่อไอเสียรถยนต์ส่งผลให้เกิดมลภาวะทางอากาศเพิ่มสูงขึ้นทุกวัน ล้วนส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของประชาชนอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ การพัฒนาระบบคมนาคมนอกจากจะต้องก้าวไกลกว่าการอำนวยความสะดวกในการเดินทาง ให้ครอบคลุมถึงความปลอดภัย การให้บริการ และการลดผลกระทบต่อประชาชนอย่างรอบด้านแล้ว ดังนั้นการดูแลผู้ใช้ทางในทุกช่วงของการเดินทาง ตั้งแต่ก่อนเข้าสู่ทางพิเศษ ระหว่างการใช้ทางไปจนถึงบริการหลังการเดินทาง จึงถือเป็นหนึ่งพันธกิจสำคัญของ กทพ. ในการใช้นวัตกรรมเพื่อยกระดับทางพิเศษ



**นายสุรเชษฐ์ เหล่าพูลสุข**  
ผู้ว่าการการทางพิเศษแห่งประเทศไทย (กทพ.)

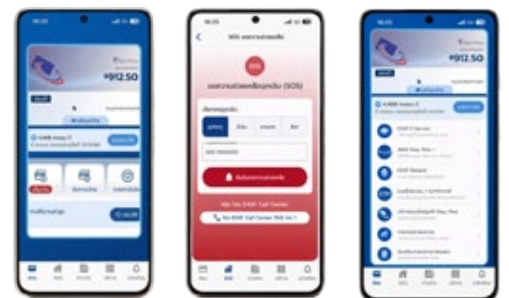


ระบบ Easy Pass คือระบบดิจิทัลสำคัญ ของ กทพ. ที่จะเข้ามาเปลี่ยนแปลงหน้าด่าน เก็บค่าผ่านทางพิเศษ จากเดิมที่ผู้ใช้ทางพิเศษ ต้องชะลอรถ หยุดจ่ายเงินสด รับเงินทอน แล้วค่อย เคลื่อนตัวใหม่ ระบบ Easy Pass จะเปลี่ยน กระบวนการดังกล่าวให้เป็นการผ่านทางที่รวดเร็ว และต่อเนื่องมากขึ้น ส่งผลให้การไหลตัวของรถ บริเวณหน้าด่านฯ มีความคล่องตัว ลดการสะสม การจอดคอย และที่สำคัญลดการใช้พลังงานที่ สูญเปล่า จากการติดเครื่องยนต์ขณะรอนานผ่านด่านฯ จึงสอดคล้องกับการขับเคลื่อนแนวคิด Green Mobility หรือ การเดินทางสีเขียว โดย Easy Pass จะเป็นส่วนหนึ่งที่จะสนับสนุนการเดินทางของ ประชาชนให้ เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม ส่งเสริมการ เดินทางบนทางพิเศษที่ราบรื่นและประหยัด พลังงานมากขึ้น สู่ Sustainable Mobility Innovation

การขับเคลื่อนแนวคิด Green Mobility ของ กทพ. ไม่ได้หยุดอยู่เพียงบนทางพิเศษ เพียงอย่างเดียว แต่ยังคงขยายสู่การพัฒนา แอปพลิเคชัน EXAT Portal ซึ่งเป็นแพลตฟอร์ม ดิจิทัลที่เชื่อมโยงบริการสำคัญของผู้ใช้ทาง ไว้ใน Application เดียว อาทิ การตรวจสอบ ยอดเงินคงเหลือ ตรวจสอบการใช้งาน Easy Pass เติมเงินบัญชี Auto Top Up บริการ E-Service พร้อมรับข่าวสาร สิทธิประโยชน์ กิจกรรมต่าง ๆ รวมถึง บริการ SOS สำหรับแจ้งเหตุฉุกเฉิน บนทางพิเศษและระบุตำแหน่ง เพื่อให้ เจ้าหน้าที่เข้าช่วยเหลือได้รวดเร็วขึ้น



**EXAT PORTAL**



แอปพลิเคชัน EXAT Portal ช่วยสร้าง ประสบการณ์อย่างคุ้มค่าและมีประโยชน์เพิ่มขึ้น แก่ผู้ใช้งานผ่านการสะสมคะแนน EXAT Reward โดยผู้ใช้งานสามารถสมัครผ่านแอป EXAT Portal





ซึ่งทุกครั้งที่มีการชำระค่าผ่านทางพิเศษด้วยบัตร Easy Pass ทุก 5 บาทจะได้รับ 1 คะแนน และสามารถนำคะแนนที่สะสมไว้แลกรับสิทธิพิเศษจากร้านค้าที่เข้าร่วมและสิทธิประโยชน์ต่าง ๆ จากพันธมิตรได้มากมาย

กทพ. มุ่งพัฒนานวัตกรรมโครงข่ายทางพิเศษสำหรับยานยนต์ไร้คนขับผ่านระบบสื่อสารอัจฉริยะ V2X (Vehicle-to-Everything) เพื่อรองรับเทคโนโลยียานยนต์แห่งอนาคต โดยเฉพาะรถไร้คนขับ หรือ Autonomous Vehicle ซึ่งถือเป็นหนึ่งในทิศทางสำคัญของระบบคมนาคมโลกในอนาคต แนวคิดนี้ มุ่งยกระดับสู่ Smart Expressway หรือทางพิเศษอัจฉริยะ โดยมีแผนทดสอบบนทางพิเศษฉลองรัช ในเร็ว ๆ นี้ นับเป็นอีกก้าวสำคัญของ กทพ. ในการขับเคลื่อนนวัตกรรมการเดินทางอัจฉริยะ ภายใต้แนวคิด Green Mobility ที่มุ่งพัฒนาระบบคมนาคมดิจิทัล ลดขั้นตอนการให้บริการ ลดการใช้ทรัพยากร และยกระดับคุณภาพชีวิตของประชาชนให้ดียิ่งขึ้น ต่อไป



**“ องค์กรนวัตกรรมเพื่อการเดินทาง และคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ”**



# เมื่อ CSR กลายเป็น กลยุทธ์ ไม่ใช่แค่กิจกรรม



ในโลกธุรกิจยุคปัจจุบัน บทบาทขององค์กรไม่ได้จำกัดอยู่เพียงการสร้างผลกำไรอีกต่อไป หากแต่ขยายไปสู่การมีส่วนร่วมในการพัฒนาสังคม สิ่งแวดล้อม และคุณภาพชีวิตของผู้คนรอบข้าง แนวคิด "ความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กร" หรือ CSR (Corporate Social Responsibility) จึงกลายเป็นหนึ่งในกลไกสำคัญที่สะท้อนถึงความยั่งยืนขององค์กรทั้งในระยะสั้นและระยะยาว

ในอดีต กิจกรรม CSR มักถูกมองว่าเป็นเพียงการ "บริจาค" หรือ "ทำกิจกรรมจิตอาสา" เป็นครั้งคราว แต่ในปัจจุบัน แนวคิดนี้ได้พัฒนาไปอย่างมีนัยสำคัญ โดยองค์กรชั้นนำทั่วโลกเริ่มให้ความสำคัญกับการสร้าง "คุณค่าร่วม" (Shared Value) ที่สามารถเชื่อมโยงระหว่างการดำเนินธุรกิจกับการแก้ไขปัญหาสังคมได้อย่างแท้จริง ไม่ว่าจะเป็น การสนับสนุนการศึกษา การพัฒนาชุมชน การสร้างอาชีพ หรือการดูแลสิ่งแวดล้อมอย่างเป็นระบบ

หนึ่งในแนวโน้มที่น่าสนใจคือ การที่ CSR ถูกบูรณาการเข้าไปใน "กลยุทธ์หลักขององค์กร" มากขึ้น แทนที่จะเป็นกิจกรรมเสริม เช่น บริษัทในภาคพลังงานหันมาลงทุนในพลังงานสะอาด

ควบคู่กับการสร้างความรู้ด้านสิ่งแวดล้อมให้กับชุมชน หรือองค์กรด้านอุตสาหกรรมที่พัฒนาห่วงโซ่อุปทานอย่างยั่งยืนเพื่อยกระดับคุณภาพชีวิตของคู่ค้าและแรงงาน สิ่งเหล่านี้สะท้อนให้เห็นว่า CSR ไม่ใช่เพียง "ภาพลักษณ์" แต่เป็น "ความรับผิดชอบต่อระบบ" ที่สร้างผลลัพธ์เชิงบวกได้จริง

นอกจากนี้ อีกหนึ่งมิติสำคัญคือ "การมีส่วนร่วมของผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย" (Stakeholder Engagement) ที่องค์กรเปิดโอกาสให้พนักงาน ชุมชน และพันธมิตรเข้ามามีบทบาทในกิจกรรม CSR มากขึ้น ไม่ว่าจะเป็นโครงการอาสาสมัคร การพัฒนาทักษะอาชีพในชุมชน หรือการร่วมออกแบบโครงการเพื่อแก้ปัญหาในพื้นที่จริง ส่งผลให้กิจกรรมเหล่านี้มีความยั่งยืนและตอบโจทย์ความต้องการของสังคมได้ดียิ่งขึ้น



ในขณะเดียวกัน ประเด็นด้านสิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Climate Change) ก็กลายเป็นหัวใจสำคัญของ CSR ในยุคนี้ หลายองค์กรได้ตั้งเป้าหมายลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก (Carbon Neutrality / Net Zero) พร้อมทั้งส่งเสริมการใช้ทรัพยากรอย่างมีประสิทธิภาพ และสนับสนุนเศรษฐกิจหมุนเวียน (Circular Economy) ซึ่งไม่เพียงช่วยลดผลกระทบต่อโลก แต่ยังสร้างโอกาสทางธุรกิจใหม่ ๆ อีกด้วย

ท้ายที่สุด CSR ในปัจจุบันจึงไม่ใช่เพียง "กิจกรรมเพื่อสังคม" แต่เป็น "แนวคิดในการดำเนินธุรกิจ" ที่มุ่งสร้างความสมดุลระหว่างเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม องค์กรที่สามารถผสมผสาน CSR เข้ากับกลยุทธ์หลักได้อย่างมีประสิทธิภาพ จะไม่เพียงได้รับความเชื่อมั่นจากผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย แต่ยังสามารถเติบโตอย่างมั่นคงและยั่งยืนในโลกที่เปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วได้ในระยะยาว

Birdy  
BARISTA

ช็อตเดียว  
ได้ทั้งเข้ม ทั้งละมุน



อัดแน่นรสชาติ  
เหนือความคาดหมาย



# GREEN ENVIRONMENT



## โลกสีเขียวในมือเรา: เทรนด์สิ่งแวดล้อมที่กำลังเปลี่ยนวิถีชีวิต



ในยุคที่โลกกำลังเผชิญกับความท้าทายด้านสิ่งแวดล้อมอย่างเข้มข้น ไม่ว่าจะเป็นภาวะโลกร้อน มลพิษทางอากาศ หรือปัญหาขยะล้นโลก แนวคิดเรื่อง "Green Environment" หรือการสร้างสิ่งแวดล้อมที่เป็นมิตรต่อโลก จึงไม่ได้เป็นเพียงกระแสชั่วคราว แต่ได้กลายเป็นหนึ่งในวาระสำคัญของทั้งภาครัฐ ภาคธุรกิจ และประชาชนทั่วโลก สิ่งที่น่าสนใจคือ แนวคิดนี้กำลังเปลี่ยนจากระดับนโยบายและโครงการขนาดใหญ่ มาสู่การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวันของผู้คนอย่าง เป็นรูปธรรมมากขึ้น

หนึ่งในเทรนด์ที่โดดเด่นคือ "การใช้ชีวิตแบบลดขยะ (Zero Waste Lifestyle)" ซึ่งกำลังได้รับความนิยมในกลุ่มคนรุ่นใหม่ ผู้คนเริ่มหันมาใช้สินค้าที่สามารถนำกลับมาใช้ซ้ำได้ เช่น ถุงผ้า แก้วน้ำส่วนตัว หรือบรรจุภัณฑ์ที่ย่อยสลายได้ นอกจากนี้ร้านค้าและแบรนด์ต่าง ๆ ก็เริ่มปรับตัวโดยลดการใช้พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียว และออกแบบบรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมมากขึ้น แนวโน้มนี้สะท้อนให้เห็นถึงการเปลี่ยนแปลงเชิงพฤติกรรมที่เกิดขึ้นทั้งในฝั่งผู้ผลิตและผู้บริโภค

อีกหนึ่งประเด็นที่น่าสนใจคือ "Green Consumerism" หรือการบริโภคอย่างมีความรับผิดชอบ ผู้บริโภคในปัจจุบันไม่ได้เลือกสินค้าเพียงเพราะราคา หรือคุณภาพเท่านั้น แต่ยังให้ความสำคัญกับที่มาของสินค้า กระบวนการผลิต และผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมแบรนด์ที่มีความโปร่งใส และแสดงให้เห็นถึงความมุ่งมั่นด้านสิ่งแวดล้อมจึงได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น ขณะเดียวกัน การรับรองมาตรฐานต่าง ๆ เช่น ฉลากเขียว หรือผลิตภัณฑ์ออร์แกนิก ก็กลายเป็นปัจจัยสำคัญในการตัดสินใจซื้อ

ในด้านเมืองและการใช้ชีวิต "Green Urban Living" กำลังกลายเป็นทิศทางสำคัญของหลายประเทศทั่วโลก เมืองต่าง ๆ เริ่มเพิ่มพื้นที่สีเขียว เช่น สวนสาธารณะ หลังคาเขียว (Green Roof) หรือผนังอาคารที่ปลูกพืช (Vertical Garden) เพื่อลดอุณหภูมิและเพิ่มคุณภาพอากาศ นอกจากนี้ การออกแบบเมืองให้เอื้อต่อการเดิน การใช้จักรยาน และขนส่งสาธารณะ ก็เป็นอีกหนึ่งแนวทางที่ช่วยลดมลพิษและสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นให้กับคนเมือง

ขณะเดียวกัน เทคโนโลยีดิจิทัลก็เข้ามามีบทบาทในการสนับสนุนสิ่งแวดล้อมมากขึ้น เช่น แอปพลิเคชันที่ช่วยติดตามคาร์บอนฟุตพริ้นท์ของผู้ใช้ แพลตฟอร์มที่ช่วยบริหารจัดการขยะ หรือระบบอัจฉริยะที่ช่วยลดการใช้ทรัพยากรในอาคาร เทคโนโลยีเหล่านี้ช่วยให้ผู้คนสามารถ "มองเห็นผลกระทบ" ของพฤติกรรมตนเอง และปรับเปลี่ยนได้อย่างมีประสิทธิภาพ



นอกจากนี้ "การฟื้นฟูธรรมชาติ (Nature Restoration)" ก็เป็นอีกหนึ่งแนวโน้มที่กำลังได้รับความสนใจ ไม่ว่าจะเป็นการปลูกป่า การฟื้นฟูระบบนิเวศทางทะเล หรือการสร้างพื้นที่สีเขียวในชุมชน แนวคิดนี้ไม่ได้มุ่งเพียงแค่การลดผลกระทบ แต่ยังเน้นการ "คืนความสมดุล" ให้กับธรรมชาติ ซึ่งเป็นพื้นฐานสำคัญของความยั่งยืนในระยะยาว

อย่างไรก็ตาม การสร้าง Green Environment ไม่สามารถเกิดขึ้นได้จากฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งเพียงลำพัง แต่ต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน ทั้งการกำหนดนโยบายที่ชัดเจนจากภาครัฐ การดำเนินธุรกิจอย่างรับผิดชอบต่อภาคเอกชน และการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของประชาชนในชีวิตประจำวัน

โดยสรุป Green Environment ไม่ใช่เพียงแนวคิดด้านสิ่งแวดล้อม แต่เป็น "วิถีชีวิตใหม่" ที่กำลังถูกขับเคลื่อนในทุกระดับของสังคม ตั้งแต่การใช้ชีวิตประจำวันไปจนถึงการพัฒนาเมืองและธุรกิจ หากทุกฝ่ายสามารถร่วมมือกันอย่างต่อเนื่องและจริงจัง การสร้างโลกที่สะอาด น่าอยู่ และยั่งยืนก็ไม่ใช่เรื่องไกลเกินเอื้อม แต่เป็นอนาคตที่เราทุกคนสามารถร่วมกันสร้างได้ตั้งแต่วันนี้



# ปลูกพลัง Gen Z สายกรีน ถอดรหัสป่าต้นน้ำอินทนนท์ กับ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 62”



เมื่อ “ต้นทางดี” คือจุดเริ่มต้นของผลลัพธ์ปลายทางที่ยั่งยืน บริษัท ผลิตไฟฟ้า จำกัด (มหาชน) หรือ EGCO Group และมูลนิธิไทยรักษ์ป่า องค์กรสาธารณกุศลซึ่งก่อตั้งและสนับสนุนการดำเนินงานโดย EGCO Group ประสบความสำเร็จในการจัดโครงการ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 62” ภายใต้แนวคิด “Nature Decoded: ถอดรหัสป่าต้นน้ำอินทนนท์” นำเยาวชนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 70 คนจากทั่วประเทศ ร่วมถอดรหัสลับของธรรมชาติ ณ ดอยอินทนนท์ ป่าต้นน้ำที่สูงที่สุดของประเทศไทย ซึ่งยังคงความอุดมสมบูรณ์และความหลากหลายทางชีวภาพ ทั้งด้านพืชพรรณ สัตว์ป่า และระบบนิเวศเฉพาะถิ่น เพื่อเปิดโอกาสให้เยาวชนเข้าใจถึงคุณค่าของป่าต้นน้ำที่เชื่อมโยงกับการดำรงชีวิตประจำวัน จนเกิดจิตสำนึกรักษ์ธรรมชาติและมีพฤติกรรมที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม และนำไปสู่การสร้างเครือข่าย “คนรักษ์ป่า” ที่แข็งแกร่งในอนาคต

## ห้องเรียนธรรมชาติที่กว้างกว่าตำรา

ตลอดระยะเวลา 7 วัน 6 คืน ในช่วงปลายเดือนมีนาคม 2569 ที่ผ่านมา ณ อุทยานแห่งชาติดอยอินทนนท์ จังหวัดเชียงใหม่ เยาวชนที่ผ่านการคัดเลือกจากทั่วประเทศได้เปลี่ยนบทบาทจากนักเรียนในห้องสี่เหลี่ยม มาเป็น “นักสืบธรรมชาติ” ผ่านกิจกรรมที่เน้นการสัมผัสตรงและมีประสบการณ์ตรงตามมองเห็น ทั่วสัมผัสดิน ซึ่งจะทำให้ห้อง ๆ ได้เรียนรู้และเข้าใจถึงความเชื่อมโยงกันของสิ่งมีชีวิตและระบบนิเวศในป่าด้วยตนเอง

“EGCO Group และมูลนิธิไทยรักษ์ป่า มีความเชื่อว่า “ต้นทางดี” จะก่อกำเนิดผลลัพธ์ปลายทางที่ดี” ต้นทางของเราคือเยาวชน การทำค่ายเป็นเหมือนการหยอดเมล็ดพันธุ์เล็ก ๆ ลงในจิตใจให้ค่อย ๆ งอกงามและเติบโต แต่ระหว่างทางที่เราจะเติบโตก็ต้องใส่ปุ๋ยพรุนดิน เยาวชนต้องการโอกาสและพื้นที่ในการเติบโตและแสดงศักยภาพ หลายคนอาจจะมองว่าค่ายเป็นแค่กิจกรรมหนึ่งในช่วงเวลาสั้น ๆ แต่ในทางกลับกัน ค่ายเป็นจุดเริ่มต้นให้เด็ก ๆ ได้เชื่อมโยงกับบางสิ่ง เพราะเยาวชนในวันนี้คือคนที่จะมีบทบาทสำคัญในการดูแลทรัพยากรธรรมชาติในวันข้างหน้า นั่นจึงเป็นเหตุผลที่เราตั้งใจทำค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่ามาอย่างต่อเนื่องตลอด 28 ปี จนถึงปัจจุบันค่ายนี้ได้สร้างเครือข่ายเยาวชนรักษ์ป่าไปแล้วกว่า 3,600 คน ซึ่งกระจายตัวอยู่ทั่วประเทศ



มานิย์ พาทยาชีวะ เลขาธิการมูลนิธิไทยรักษ์ป่า ให้รายละเอียดถึงค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า ซึ่งจัดต่อเนื่องมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2540 และมีการเปลี่ยนหัวข้อการจัดค่ายไปทุกปี โดยหัวข้อในปีนี้เป็นเรื่อง “การถอดรหัสป่าต้นน้ำอินทนนท์” นั่นคือ การให้เยาวชนได้เข้าไปค้นคว้าและแสวงหาคำตอบจริงบางอย่างว่า ธรรมชาติทำให้ตัวเราอยู่ได้อย่างไร และตัวเราเป็นกฎเกณฑ์สำคัญอย่างไรที่ทำให้ธรรมชาตินั้นยังคงอยู่อย่างยั่งยืน การถอดรหัสเป็นนิยายที่ซ่อนเอาไว้ เยาวชนจะสามารถมองเห็นธรรมชาติรอบตัวแม้ว่าจะไม่ได้อยู่ในพื้นที่ป่า เพียงแค่เราดูแลสิ่งแวดล้อมหรือการประหยัดพลังงาน สิ่งเหล่านี้ล้วนทำให้ธรรมชาติรอบตัวเราดีขึ้น แล้วตัวเราจะต้องทำอะไรจากมาเรียนรู้และถอดรหัสป่าต้นน้ำที่ดอยอินทนนท์

กิจกรรมในค่ายไม่ได้มีแค่การเรียนรู้ทฤษฎีด้านสิ่งแวดล้อมแต่น้อง ๆ ยังได้เดินป่าจริง ๆ ทั้งการเดินทางใน “เส้นทางศึกษาธรรมชาติกิวแม่ปาน” ที่มีความหลากหลายด้านภูมิประเทศ ธรณีวิทยา และพืชพรรณ พร้อมสำรวจระบบนิเวศป่าพญาไฟด์ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวใน “เส้นทางศึกษาธรรมชาติอ่างกา” และเส้นทางศึกษาธรรมชาติยอดดอย เรียนรู้ ดิน น้ำ และต้นไม้เพื่อนรักใน “เส้นทางป่า 6 คนโอบ” กับความสัมพันธ์ที่เชื่อมโยงกันของระบบนิเวศ สวมบทบาทเป็น “นักสืบสายน้ำ” สำรวจสิ่งมีชีวิตตัวจิ๋วที่อยู่ร่วมระบบนิเวศเดียวกัน รวมทั้งการสำรวจธรรมชาติยาม ค่ำคืนที่ฝึกทักษะการใช้ชีวิตร่วมกับธรรมชาติ และเรียนรู้แผนที่เสียง ตลอดจนได้สัมผัสมิตรภาพกับเพื่อนใหม่ทั่วประเทศ

## มิตรภาพบนภูเขาสีฟ้าและผืนป่า

เสน่ห์อย่างหนึ่งของค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า คือการเริ่มสร้างมิตรภาพตั้งแต่ “ขบวนรถไฟ” จากสถานีกลางกรุงเทพอภิวัฒน์มุ่งสู่เชียงใหม่ เยาวชนจากต่างที่มาได้แลกเปลี่ยน

มุมมองด้านสิ่งแวดล้อมในพื้นที่ของตนเอง ก่อนจะร่วมกันลงมือไขรหัสลับของป่าผ่านกิจกรรมกลุ่ม ซึ่งไม่เพียงแต่ได้ความรู้ แต่ยังได้ความผูกพันและเครือข่ายเยาวชนที่จะช่วยกันเฝ้าระวังสิ่งแวดล้อมในอนาคต ในขณะเดียวกัน ความน่าสนใจของค่ายนี้คือการส่งต่อแรงบันดาลใจจากรุ่นสู่รุ่น โดยเปิดโอกาสให้เยาวชนที่เคยผ่านค่ายนี้มาแล้ว ได้สมัครมาเป็นพี่เลี้ยงค่ายให้ห้อง ๆ รุ่นต่อไป เพื่อส่งต่อ “เมล็ดพันธุ์” ผู้รักเป็นเครือข่ายเยาวชนรักษ์ป่า

## จาก “ห้องเรียนธรรมชาติ” สู่ “การตกตะกอนทางความคิด”

เปิดบันทึกเรื่องราวหลังค่าย ผ่านคำบอกเล่าและข้อเขียนของน้อง ๆ ที่ผ่านการเข้าร่วมค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 62

วัฒนาร มหาวงค์ (ต้นกล้า) “ค่ายนี้ทำให้ต้นกล้าชวนชวน และเข้าใจธรรมชาติอย่างเที่ยงแท้ ขอบใจตัวอย่างกิจกรรม “ต้นไม้เพื่อนรัก” คือกิจกรรมที่ผมชอบที่สุดในค่าย เพราะว่าผมได้ทั้งสัมผัส ทั้งทอด และอีกหลายอย่าง ขณะที่ผมได้มิตรภาพของเพื่อน ๆ กลิ่นของเขากลับกลิ่นสนุนไพร ที่ถ้าต้นรู้สึกเย็นสบาย เหมือนเขารู้ว่าเราอดเขาอยู่ เลยปล่อยความหอมออกมา ผมได้มอบความอบอุ่นให้แก่เขา แล้วสิ่งที่ผมได้เจอมา ก่อนที่จะจากกัน เราได้มีการตั้งชื่อเพื่อนของตัวเอง ผมชื่อ “ต้นกล้า” เพื่อนผมชื่อ “ต้นหอม” ธรรมชาติก็พร้อมที่จะมอบสิ่งดี ๆ ให้กับคุณ ขอแค่คุณเข้าใจเขา ก่อนที่โลกของเราจะป่วยไปมากกว่านี้”



ขวัญข้าว พงษ์โสด (ใบข้าว) “ปีนี้สมัครมาเป็นพี่เลี้ยงค่ายรุ่นที่ 62 เพราะอยากสร้างแรงบันดาลใจเรื่องการอนุรักษ์ธรรมชาติให้คนรุ่นต่อไป การมาเป็นพี่เลี้ยงค่ายทำให้เราต้องมีความเข้าใจน้อง ๆ เพราะค่ายมีความหลากหลาย ทุกคนมาจากต่างถิ่น สำหรับเรื่องการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม มองว่าเราสามารถเริ่มจากสิ่งเล็ก ๆ รอบตัวเราได้ เช่น กิจกรรม Zero Waste ในค่ายที่ให้เกิดคิดว่าทำอะไรเราจะทำกับข้าวให้ใช้วัตถุดิบอย่างคุ้มค่า และเหลือทิ้งน้อยที่สุด และทานอาหารที่ทำเองให้หมด ในอนาคตอยากสานต่อเจตนารมณ์เรื่องดูแลสิ่งแวดล้อมที่ได้รับจากพี่ ๆ ในค่ายสู่เพื่อน ๆ และคนรอบตัวต่อไป”

## บทสรุปของหัวใจกรีน

แม้สิ้นสุดระยะทางของ “ค่ายเยาวชนเอ็กโกไทยรักษ์ป่า รุ่นที่ 62” แต่ต้นทางจิตสำนึกในใจเยาวชนกำลังเริ่มขึ้น เพื่อกลับไปเติบโตและงอกงาม พร้อมเป็นกำลังสำคัญในการดูแลและรักษาทรัพยากรธรรมชาติและป่าต้นน้ำต่อไป



EXCLUSIVE INTERVIEW

# เอเนอร์จี ลิบ

## ปฏิวัติพลังงานครัวเรือนไทย สู่ความยั่งยืน ด้วยนวัตกรรมโซลาร์เซลล์



“เป้าหมายของเรา คือการมอบ ‘อิสระทางพลังงาน’ (Energy Independence) ให้กับครัวเรือนไทย ด้วยนวัตกรรมที่เปลี่ยนพลังงานแสงอาทิตย์ให้เป็นพลังงานหลักของบ้านอย่างยั่งยืน เข้าถึงง่าย และตอบโจทย์ไลฟ์สไตล์ยุคใหม่ ‘ได้อย่างลงตัว’ คุณทวนทอง ศรีวิเชียร เปิดเผยถึงวิสัยทัศน์ในการขับเคลื่อนพลังงานสะอาดในประเทศไทย

**มุมมองตลาดโซลาร์เซลล์: จากพลังงานทางเลือก สู่พลังงานหลักของที่พักอาศัย**

คุณทวนทองมองว่า ปัจจุบันประเทศไทยกำลังอยู่ในช่วงรอยต่อสำคัญของการเปลี่ยนผ่านด้านพลังงาน โดยมีปัจจัยกระตุ้นทั้งจากค่าครองชีพที่สูงขึ้นและความผันผวนของราคาพลังงานโลก ซึ่งส่งผลกระทบต่อค่าไฟฟ้าในครัวเรือน

“ในประเทศไทย พลังงานแสงอาทิตย์กำลังขยับจากการเป็นพลังงานทางเลือกมาเป็นพลังงานหลักสำหรับที่พักอาศัยมากขึ้น ส่วนหนึ่งมาจากมาตรการสนับสนุนของรัฐ เช่น การลดหย่อนภาษี ซึ่งเป็นตัวเร่งสำคัญที่ทำให้ผู้บริโภคตัดสินใจติดตั้งได้ง่ายขึ้น”

อย่างไรก็ตาม หากเทียบกับตลาดในประเทศที่พัฒนาแล้วอย่างออสเตรเลีย ซึ่งมีบ้านกว่า 4 ล้านหลังติดตั้งแผงโซลาร์เซลล์ไปแล้ว และกำลังก้าวเข้าสู่ยุค ‘Energy Independence’ หรือการติดตั้งแบตเตอรี่เพื่อกักเก็บพลังงานใช้เองแบบ 100% ตลาดไทยยังถือว่าอยู่ในช่วงเริ่มต้น (Early Stage) แต่มีศักยภาพการเติบโตมหาศาล “เราจึงมองเห็นโอกาสในการนำโมเดลความสำเร็จจากออสเตรเลียมาประยุกต์ใช้ เพื่อข้ามขีดจำกัดเดิมๆ และยกระดับมาตรฐานการติดตั้งโซลาร์ในไทยให้ก้าวไปอีกขั้น”



**นายทวนทอง ศรีวิเชียร**

ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร เอเนอร์จีลิบ (ประเทศไทย)



**EnergyLIB กับ การสร้าง ความต่าง: ลภาพจำ ความยุ่งยาก สู่ ทางเลือก ที่ ตอบโจทย์ โลก ไร้ ไฟ ใต้**

หนึ่งในภารกิจหลักของ EnergyLIB คือการทำให้โซลาร์เซลล์เป็นเรื่องง่ายและสวยงามสำหรับบ้านทุกหลัง คุณทวนทองเน้นย้ำถึงจุดแข็งที่ทำให้แบรนด์มีความโดดเด่นในตลาด

“เราใช้กลยุทธ์ One-Stop Solution เพื่อดูแลลูกค้าแบบครบวงจร ตั้งแต่ผลิตภัณฑ์ไปจนถึงขั้นตอนการออกแบบระบบที่แม่นยำ การติดตั้งโดยทีมผู้เชี่ยวชาญ และบริการหลังการขายที่อุ่นใจ เราต้องการลบภาพจำความยุ่งยากในอดีตออกไป ให้ลูกค้าได้รับประสบการณ์ที่ดีที่สุดตลอดอายุการใช้งาน”

นอกจากความสะดวกแล้ว เรื่องของดีไซน์ก็เป็นสิ่งที่ EnergyLIB ให้ความสำคัญไม่แพ้กัน “หนึ่งใน Pain Point ใหญ่ของผู้บริโภค คือ รูปลักษณ์ของระบบโซลาร์ที่ดูเป็นเชิงอุตสาหกรรมเกินไปจนไม่เข้ากับตัวบ้าน เราจึงปฏิวัติการออกแบบให้มีความทันสมัย สวยงาม และช่วยส่งเสริมภาพลักษณ์ของที่พักอาศัยให้ดูดียิ่งขึ้น”

**เจ้าแรกที่บุกตลาด Retail: พลิกโฉมการซื้อโซลาร์เซลล์ให้เป็นเรื่องใกล้ตัว**

สิ่งที่สร้างความตื่นตัวให้กับวงการพลังงานสะอาดในไทยมากที่สุด คือการที่ EnergyLIB เป็นผู้บุกเบิกการเพิ่มช่องทางการเข้าถึงพลังงานสะอาดผ่านเครือข่ายค้าปลีก (Retail) เป็นเจ้าแรกของประเทศ

“เราต้องการให้โซลาร์เซลล์เป็นเรื่องที่ใกล้ตัวคนไทยมากที่สุด EnergyLIB จึงร่วมมือกับพันธมิตรยักษ์ใหญ่ทั้ง BaNANA, HomePro, Power Buy,



SINGER, PEA Easy D, รักเหมา และตัวแทนจำหน่ายที่ร่วมรายการทั่วประเทศ เพื่อให้ผู้บริโภคสามารถเดินเข้ามาปรึกษาและเลือกซื้อระบบโซลาร์เซลล์ได้ง่ายขึ้น”

ไม่เพียงเท่านั้น EnergyLIB ยังเป็นแบรนด์แรกที่นำโซลาร์เซลล์ขึ้นห้างสรรพสินค้าอย่างเต็มรูปแบบด้วยการเปิดตัว LIB Experience Store ครั้งแรกในไทย “เพื่อให้ลูกค้าได้สัมผัสประสบการณ์และเห็นนวัตกรรมจริงก่อนตัดสินใจ เราจึงเปิด LIB Experience Store แห่งแรกขึ้นที่ เซ็นทรัล เวสต์เกต ชั้น 2 ซึ่งเป็นข้อปโซลาร์เซลล์จากแบรนด์โดยเฉพาะที่พร้อมให้คำปรึกษาแบบมืออาชีพในบรรยากาศที่เข้าถึงง่าย”



**LIB HomeStack: นวัตกรรมมาตรฐานโลก เพื่อความเสถียรและคุ้มค่าในระยะยาว**

หัวใจสำคัญของการขับเคลื่อนในปีนี้เป็น การเปิดตัว LIB HomeStack นวัตกรรมระบบโซลาร์พร้อมแบตเตอรี่ที่ยกมาตรฐานจากออสเตรเลีย มาสู่คนไทยโดยเฉพาะ โดยเริ่มเปิดตัวไปเมื่อเดือนเมษายนที่ผ่านมา

“LIB HomeStack ถูกออกแบบมาเพื่อรับมือกับสภาพแวดล้อมและการใช้งานในประเทศไทยที่สามารถมอบความเสถียร ความปลอดภัย และความคุ้มค่าในระยะยาว ช่วยให้บ้านสามารถบริหารจัดการพลังงานได้เองอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งในแง่ของการประหยัดค่าไฟและความสวยงามที่ลงตัวกับบ้านยุคใหม่”

**บทสรุปและทิศทางสู่ออนาคตที่ยั่งยืน**

คุณทวนทองกล่าวถึงทำถึงความตั้งใจในการสร้างสังคมสีเขียวว่า “เราเชื่อว่าพลังงานสะอาดไม่ควรเป็นเรื่องที่เข้าถึงยากอีกต่อไป EnergyLIB พร้อมที่จะเป็นส่วนหนึ่งในการขับเคลื่อนให้ทุกครัวเรือนไทยเข้าถึงนวัตกรรมระดับโลก เพื่อก้าวสู่การเป็นบ้านที่พึ่งพาตนเองได้ด้านพลังงาน และร่วมสร้างอนาคตที่ยั่งยืนไปพร้อมกับเรา”



# นวัตกรรมเพื่อความยั่งยืน: เมื่อไอเดียใหม่ ๆ เปลี่ยนวิถีชีวิต ให้โลกน่าอยู่ขึ้น



ในช่วงหลายปีที่ผ่านมา "ความยั่งยืน" ไม่ได้เป็นเพียงแนวคิดเชิงนโยบายหรือเรื่องขององค์กรขนาดใหญ่เท่านั้น แต่ได้กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวันของผู้คนทั่วโลกอย่างชัดเจนมากขึ้น ขณะเดียวกัน "นวัตกรรม" ก็ไม่ได้จำกัดอยู่แค่เทคโนโลยีขั้นสูง หากแต่ครอบคลุมถึงวิถีคิดใหม่ ๆ ที่ช่วยให้เราสามารถใช้ชีวิตได้อย่างสมดุลกับสิ่งแวดล้อมและสังคม นวัตกรรมเพื่อความยั่งยืนในปัจจุบันจึงมีความหลากหลาย และหลายอย่างก็ใกล้ตัวมากกว่าที่คิด

หนึ่งในเทรนด์ที่น่าสนใจคือ "นวัตกรรมอาหารแห่งอนาคต" ซึ่งตอบโจทย์ทั้งสุขภาพและสิ่งแวดล้อม เช่น อาหารจากพืช (Plant-based food) ที่พัฒนารสชาติและเนื้อสัมผัสให้ใกล้เคียงกับเนื้อสัตว์มากขึ้น รวมถึงโปรตีนทางเลือกอย่างแมลงหรือเนื้อเพาะเลี้ยง (Cultivated meat) ที่ช่วยลดการใช้ทรัพยากรและผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม นอกจากนี้ ยังมีการพัฒนาอาหารฟังก์ชัน (Functional food) ที่ช่วยเสริมสุขภาพเฉพาะด้าน สะท้อนให้เห็นว่าการกินในยุคใหม่ไม่ได้เน้นแค่ความอร่อย แต่รวมถึงผลกระทบต่อระยะยาวต่อโลกด้วย

อีกหนึ่งแนวโน้มสำคัญคือ "แฟชั่นยั่งยืน (Sustainable Fashion)" ที่กำลังเปลี่ยนอุตสาหกรรมเสื้อผ้าอย่างเห็นได้ชัดจากเดิมที่เน้นการผลิตจำนวนมากและรวดเร็ว (Fast Fashion) ปัจจุบันแบรนด์ต่าง ๆ หันมาใช้วัสดุรีไซเคิล ฝ้ายออร์แกนิก หรือ

แม้แต่วัสดุจากธรรมชาติ เช่น เส้นใยจากสับปะรดหรือเห็ด นอกจากนี้ ยังมีโมเดลธุรกิจใหม่ เช่น การเช่าเสื้อผ้า การขายต่อ (Resale) และการออกแบบเสื้อผ้าที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ ซึ่งช่วยลดขยะและยืดอายุการใช้งานของสินค้า

ในด้านเทคโนโลยี "AI และข้อมูล (Data-driven innovation)" กำลังเข้ามามีบทบาทในการลดของเสียและเพิ่มประสิทธิภาพในชีวิตประจำวัน เช่น แอปพลิเคชันที่ช่วยจัดการอาหารเหลือทิ้งในร้านอาหาร แพลตฟอร์มที่เชื่อมโยงผู้บริโภคกับสินค้าส่วนเกินในราคาพิเศษ หรือระบบวิเคราะห์พฤติกรรมผู้บริโภคเพื่อลดการผลิตเกินความจำเป็น นวัตกรรมเหล่านี้ช่วยเปลี่ยน "ของเหลือ" ให้กลายเป็น "คุณค่า" ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

นอกจากนี้ "นวัตกรรมเมืองและการใช้ชีวิต (Smart & Sustainable Living)" ก็เป็นอีกหนึ่งประเด็นที่กำลังได้รับความสนใจ เช่น การออกแบบพื้นที่เมืองให้เดินได้ (Walkable City) การใช้จักรยานหรือขนส่งสาธารณะร่วมกัน (Shared Mobility) รวมถึงอาคารอัจฉริยะที่ออกแบบให้ประหยัดทรัพยากรและส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้อยู่อาศัย แนวคิดเหล่านี้ไม่ได้เพียงช่วยลดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม แต่ยังสร้างสังคมที่น่าอยู่และมีความสุขมากขึ้น



อีกมิติที่โดดเด่นคือ "นวัตกรรมเพื่อสังคม (Social Innovation)" ซึ่งมุ่งแก้ปัญหาความเหลื่อมล้ำและสร้างโอกาสให้กับชุมชน เช่น แพลตฟอร์มการเรียนรู้ออนไลน์ที่เข้าถึงได้ฟรี การใช้เทคโนโลยีเพื่อสนับสนุนเกษตรกรรายย่อย หรือการพัฒนาโมเดลธุรกิจที่ให้ความสำคัญกับผู้มีส่วนได้ส่วนเสียทุกกลุ่ม ไม่ใช่เพียงผลกำไร แนวคิดนี้สะท้อนให้เห็นว่าความยั่งยืนไม่ได้มีแค่ด้านสิ่งแวดล้อม แต่รวมถึงมิติทางสังคมและเศรษฐกิจด้วย

อย่างไรก็ตาม แม้นวัตกรรมเหล่านี้จะมีบทบาทสำคัญ แต่ความสำเร็จที่แท้จริงขึ้นอยู่กับ "การปรับพฤติกรรมของผู้คน" เพราะนวัตกรรมจะเกิดผลได้ก็ต่อเมื่อมีการนำไปใช้ในชีวิตจริง ไม่ว่าจะเป็นการเลือกซื้อสินค้าอย่างมีความรับผิดชอบ การลดขยะ หรือการสนับสนุนธุรกิจที่ใส่ใจความยั่งยืน

โดยสรุป นวัตกรรมเพื่อความยั่งยืนในปัจจุบันไม่ได้จำกัดอยู่เพียงเทคโนโลยีขนาดใหญ่หรือภาคอุตสาหกรรม แต่แทรกซึมอยู่ในทุกมิติของชีวิต ตั้งแต่อาหาร เสื้อผ้า การใช้ชีวิตในเมือง ไปจนถึงระบบสังคม หากเราสามารถเปิดรับและปรับใช้แนวคิดเหล่านี้ได้อย่างเหมาะสม ความยั่งยืนก็จะไม่ใช่เรื่องไกลตัวอีกต่อไป แต่จะกลายเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตที่สร้างสมดุลให้กับทั้งตัวเราและโลกในระยะยาว



Free Copy and Magazine Online  
**GREEN Life+**  
 www.greenlifeplusmag.com

ร่วมกับ



**ออมสิน**  
 GOVERNMENT SAVINGS BANK



# ปักหมุด รักษ์ทะเลไทย ใส่ใจสิ่งแวดล้อม #5

วันที่ 6-7 มิถุนายน 2569

ณ ชายหาดแหลมรุ่งเรือง จ.ระยอง

เพื่อเป็นการส่งเสริมท่องเที่ยวชุมชนและเพิ่มพื้นที่สีเขียว  
 ให้กับชายหาดโดยการปลูกต้นมะพร้าวและร่วมกันเก็บขยะ  
 บนชายหาดเป็นโครงการปีที่ 5 สู่ความยั่งยืน



สนับสนุนโดย



**ExxonMobil**



**NEO**



**CP CONSUMER**



**Jab's**

**biosafety**  
 ศูนย์พัฒนาไม้ไผ่ชุมชน

**IRPC**

**Smiley**  
 Smiley Assistance Co., Ltd.

**UBE**

**SUNTORY**  
**PEPSICO**



**ข้าวโพด**  
 สนับสนุนโดย: กลุ่มข้าวโพด

**deco**  
 GREEN ENERGY

# ท่องเที่ยวหน้าร้อนอย่างมีสไตล์: เมื่อเทรนด์ใหม่เปลี่ยนการเดินทาง ให้มีความหมายมากขึ้น

ฤดูร้อนมักถูกมองว่าเป็นช่วงเวลาทองของการท่องเที่ยว ไม่ว่าจะเป็นการหนีร้อนไปทะเล การขึ้นภูเขาสัมผัสอากาศเย็น หรือการเดินทางไปยังเมืองใหม่ ๆ เพื่อเปิดประสบการณ์ชีวิต อย่างไรก็ตาม ในยุคปัจจุบัน "การท่องเที่ยว" ไม่ได้เป็นเพียงการพักผ่อนอีกต่อไป แต่กำลังเปลี่ยนไปสู่รูปแบบที่เน้น "คุณค่า" และ "ความหมาย" มากขึ้น นักท่องเที่ยวยุคใหม่ไม่ได้มองหาความสวยงามเพียงอย่างเดียว แต่ยังใส่ใจสิ่งแวดล้อม ชุมชน และประสบการณ์ที่ลึกซึ้งมากขึ้น

หนึ่งในเทรนด์ที่โดดเด่นในช่วงฤดูร้อนคือ "การท่องเที่ยวเชิงธรรมชาติและความยั่งยืน (Sustainable Tourism)" ผู้คนเริ่มเล็งจุดมุ่งหมายปลายทางที่ไม่แออัดและมีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมน้อย เช่น การเที่ยวชุมชน การพักผ่อนโฮมสเตย์ หรือการเข้าร่วมกิจกรรมอนุรักษ์ธรรมชาติ แนวคิดนี้ไม่เพียงช่วยลดผลกระทบจากการท่องเที่ยวจำนวนมาก (Overtourism) แต่ยังสร้างรายได้ให้กับชุมชนท้องถิ่น และรักษาเอกลักษณ์ทางวัฒนธรรมไว้ได้อย่างยั่งยืน ขณะเดียวกัน "การท่องเที่ยวแบบช้า (Slow Travel)" ก็กำลังได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะ



ในกลุ่มคนทำงานรุ่นใหม่ที่ต้องการหลีกเลี่ยงความเร่งรีบของชีวิตประจำวัน แทนที่จะเดินทางไปหลายที่ในระยะเวลาสั้น ๆ นักท่องเที่ยวหันมาใช้เวลาอยู่ในสถานที่ที่หนึ่งนานขึ้น เพื่อซึมซับบรรยากาศ เรียนรู้วัฒนธรรม และใช้ชีวิตเหมือนคนท้องถิ่น เทรนด์นี้สอดคล้องกับแนวคิด Workation หรือการทำงานไปเที่ยวไป ซึ่งได้รับความนิยมมากขึ้นหลังยุคโควิด-19

สำหรับฤดูร้อน จุดหมายปลายทางยอดนิยมยังคงเป็นทะเลและแหล่งน้ำ แต่สิ่งที่เปลี่ยนไปคือ "รูปแบบของประสบการณ์" นักท่องเที่ยวไม่ได้เพียงแค่ไปพักผ่อนริมชายหาด แต่ยังมองหากิจกรรมใหม่ๆ เช่น ดำน้ำเชิงอนุรักษ์ (Eco-diving) การพายเรือคายัคในป่าชายเลน หรือการเรียนรู้วิถีชีวิตของชุมชนชายฝั่งในประเทศไทยเอง หลายพื้นที่เริ่มพัฒนาเส้นทางท่องเที่ยวที่เชื่อมโยงธรรมชาติกับวัฒนธรรม เช่น การท่องเที่ยวเชิงเกษตรหรือการเรียนรู้ภูมิปัญญาท้องถิ่น อีกหนึ่งเทรนด์ที่น่าสนใจคือ "การท่องเที่ยวเพื่อสุขภาพ (Wellness Tourism)" ซึ่งเติบโตอย่างรวดเร็ว



ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมา โดยเฉพาะในฤดูร้อนที่ผู้คนต้องการพักผ่อนและฟื้นฟูร่างกายไปพร้อมกัน รีสอร์ทและสถานที่ท่องเที่ยวหลายแห่งจึงปรับตัวโดยนำเสนอโปรแกรมโยคะ สปา อาหารสุขภาพ หรือแม้แต่การดีท็อกซ์ดิจิทัล (Digital Detox) เพื่อช่วยให้ผู้เดินทางได้พักผ่อนอย่างแท้จริงทั้งกายและใจ

นอกจากนี้ เทคโนโลยียังเข้ามามีบทบาทสำคัญในการวางแผนการเดินทาง ตั้งแต่การค้นหาลocations ที่ท่องเที่ยวผ่านโซเชียลมีเดีย การใช้แอปพลิเคชันเพื่อจองที่พัก ไปจนถึงการใช้ AI ช่วยวางแผนทริปแบบเฉพาะบุคคล ทำให้การท่องเที่ยวในปัจจุบันสะดวก รวดเร็ว และตอบโจทย์ความต้องการของแต่ละคนได้มากขึ้น อย่างไรก็ตาม ความสะดวกนี้ก็มาพร้อมกับความท้าทาย เช่น การกระจุกตัวของนักท่องเที่ยวในสถานที่ยอดนิยม ซึ่งยิ่งตอกย้ำความสำคัญของการท่องเที่ยวอย่างรับผิดชอบ

สุดท้าย ไม่ว่าเทรนด์จะเปลี่ยนไปอย่างไร หัวใจของการท่องเที่ยวก็ยังคงเป็น "ประสบการณ์" ที่ผู้เดินทางได้รับ ฤดูร้อนจึงเป็นโอกาสที่ดีในการออกเดินทางค้นหาสถานที่ใหม่ๆ แต่ขณะเดียวกันก็เป็นช่วงเวลาที่เราควรตั้งคำถามว่า การเดินทางของเราสร้างผลกระทบต่อโลกและผู้คนรอบตัว



# รวม AI ตัวตึงเอาไว้ในที่เดียว!

## ม.อ. วางรากฐานมหาวิทยาลัยยุคใหม่

### เปิดตัว dotBLUE AI พลิกมหาวิทยาลัยสู่ยุคอัจฉริยะ



**ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชินพงศ์ อังสุโชติเมธี ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักนวัตกรรมดิจิทัลและระบบอัจฉริยะ ด้านบูรณาการบริการดิจิทัลและระบบอัจฉริยะ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์**

ท่ามกลางกระแสการพัฒนาและการใช้งาน AI ในยุคปัจจุบัน ที่ได้เข้ามามีบทบาทกับชีวิตความเป็นอยู่และการทำงานของคนแบบหลีกเลี่ยงไม่ได้ การมี AI ไว้ใช้งานเปรียบเสมือนมีผู้ช่วยทางความคิด วิเคราะห์ การตัดสินใจ และยังช่วยการทำงานให้ง่ายและรวดเร็วขึ้น มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (ม.อ.) ในฐานะสถาบันอุดมศึกษาชั้นนำของประเทศ ได้ให้ความสำคัญกับการใช้ AI อย่างมีความรับผิดชอบ ผ่าน dotBLUE AI ผู้ช่วยอัจฉริยะที่ออกแบบมาเพื่อยกระดับศักยภาพของนักศึกษาและบุคลากรของมหาวิทยาลัยโดยเฉพาะ

“dotBLUE AI คือระบบ Generative AI ระดับองค์กร (Enterprise AI) ที่มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พัฒนาขึ้นด้วยความโดดเด่นไม่ได้อยู่ที่ความฉลาดเพียงอย่างเดียว แต่อยู่ที่ความปลอดภัยและความเป็นส่วนตัว เนื่องจากข้อมูลที่ป้อนเข้าไปจะถูกเก็บรักษาไว้ภายในขอบเขตของมหาวิทยาลัยโดยไม่ถูกนำไปใช้ฝึกฝนโมเดลสาธารณะภายนอก”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชินพงศ์ อังสุโชติเมธี ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักนวัตกรรมดิจิทัลและระบบอัจฉริยะ ด้านบูรณาการบริการดิจิทัลและระบบอัจฉริยะ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ กล่าวว่า จุดเด่นของ Platform dotBLUE มาจากการที่อยากให้นักศึกษาได้รู้และได้เรียนรู้การใช้งานของ AI ในหลากหลายค่ายที่แตกต่างกัน ซึ่งจุดเริ่มต้นของโครงการ dotBLUE มาจากการใช้ Generative AI ที่มาแรงขึ้นทุกวัน ทางมหาวิทยาลัยได้ทำสัญญากับผู้ผลิต AI แปรนตีต่าง ๆ เพื่อนำมาเปิดให้บริการบน Platform dotBLUE ของมหาวิทยาลัยเอง ซึ่งจะช่วยลดความเหลื่อมล้ำของนักศึกษาที่มีกำลังจ่าย และไม่มีกำลังจ่ายให้ได้ใช้งานอย่างทั่วถึงและเท่าเทียมกัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับความต้องการของนักศึกษาให้เข้าใจ Digital Literacy และ AI Literacy ในระดับที่ทันสมัยตลอดเวลา เพื่อจะได้ไม่ต้องประสบปัญหาโดน AI ทดแทน หรือตกงานเนื่องจากตามกระแสของ AI ไม่ทัน

“มหาวิทยาลัยกำลังก้าวเข้าสู่การเปลี่ยนผ่านครั้งสำคัญในยุค AI โดยเตรียมเดินหน้าโครงการ “AI On Tour” ลงพื้นที่ให้ความรู้ครบทั้ง 5 วิทยาเขต เพื่อสร้างความเข้าใจแก่นักศึกษา อาจารย์ และบุคลากร ว่าโลกการเรียนรู้และการทำงานในยุคถัดไปจะต้องปรับตัวอย่างไรเมื่อ AI เข้ามา มีบทบาทมากขึ้น หากมองย้อนกลับไปที่ 10-20 ปีก่อน หลายองค์กรเคยเผชิญกับการเปลี่ยนผ่านจากระบบทำงานแบบทำมือไปสู่การใช้โปรแกรมอย่าง Excel จนกลายเป็นทักษะพื้นฐานที่ทุกคนต้องมี มาวันนี้มหาวิทยาลัยกำลังอยู่ในจุดเปลี่ยนลักษณะเดียวกันอีกครั้ง แต่เป็นการเปลี่ยนจากการทำงานแบบ Manual ไปสู่การทำงานร่วมกับ AI อย่างมีประสิทธิภาพ”

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ชินพงศ์ กล่าวอีกว่า เป้าหมายสำคัญไม่ใช่เพียงการนำเทคโนโลยีใหม่มาใช้ แต่คือการทำให้คนในมหาวิทยาลัยทุกกลุ่มสามารถอยู่ร่วมกับ AI ได้อย่างเข้าใจและเท่าทัน ทั้งในมิติของการเรียน การวิจัย การบริหารจัดการ และการให้บริการ โดยมีโจทย์สำคัญคือการยกระดับผลลัพธ์ให้ดีขึ้น เร็วขึ้น และมีคุณภาพมากกว่าที่เคย ในระยะยาวบุคลากรจะสามารถทำงานได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น อาจารย์จะมีตัวช่วยในการสอนและการทำวิจัยที่รวดเร็วขึ้น ขณะที่นักศึกษาจะได้พัฒนาทักษะที่สอดคล้องกับโลกสมัยใหม่ พร้อมเรียนรู้การใช้ AI อย่างถูกต้อง การขับเคลื่อน dotBLUE AI จึงไม่ใช่เพียงการนำเทคโนโลยีเข้ามาในมหาวิทยาลัย

แต่คือการวางรากฐานให้คนในองค์กรได้ใช้ AI เป็น ทำงานกับ AI ได้ และเติบโตไปกับ AI อย่างมีจริยธรรมอีกด้วย

ในอนาคตอันใกล้การพัฒนา dotBLUE AI จะขยายจากการเป็นแพลตฟอร์มสนับสนุนการใช้งาน AI ทั่วไป ไปสู่การเป็นระบบบริการอัจฉริยะเฉพาะทางภายในมหาวิทยาลัยที่ตอบโจทย์ทั้งการเรียน การสอน และการบริหารจัดการองค์กรอย่างรอบด้าน โดยหนึ่งในบริการสำคัญที่กำลังผ่านการทดสอบภายในและเตรียมเปิดใช้งาน คือเครื่องมือในลักษณะใกล้เคียงกับ NotebookLM แต่พัฒนาเป็นเวอร์ชันสำหรับใช้งานภายในมหาวิทยาลัยโดยเฉพาะ เพื่อช่วยให้การสรุป วิเคราะห์ และเชื่อมโยงข้อมูลจากเอกสารหรือองค์ความรู้ต่าง ๆ ทำได้สะดวกและปลอดภัยมากยิ่งขึ้น

ขณะเดียวกันยังมีแผนพัฒนา AI Tutor หรือผู้ช่วยการเรียนรู้เสมือนจริง ที่จะเข้ามาเติมเต็มข้อจำกัดด้านเวลาในการดูแลนักศึกษาของอาจารย์ โดยอาจต่อยอดเป็นระบบอาจารย์เสมือน ในรูปแบบเฉพาะรายวิชาหรือเฉพาะบุคคล เพื่อให้นักศึกษาสามารถเข้าไปสอบถาม ทบทวนบทเรียน หรือขอคำแนะนำเพิ่มเติมได้ตลอดเวลา ในฝั่งการบริหารงานภายใน มหาวิทยาลัยยังเตรียมนำ AI เข้าไปเสริมศักยภาพระบบงานสำคัญ เช่น e-Document และ e-Meeting เพื่อยกระดับกระบวนการทำงานของบุคลากรให้รวดเร็ว คล่องตัว และมีประสิทธิภาพมากขึ้น ลดภาระงานซ้ำซ้อน และช่วยให้การตัดสินใจบนฐานข้อมูลทำได้ง่ายขึ้น ส่วนในมิติของนักศึกษา มีแผนพัฒนา Personal Agent หรือผู้ช่วยอัจฉริยะส่วนบุคคล ที่จะเชื่อมโยงเข้ากับระบบดิจิทัลของมหาวิทยาลัย โดยเมื่อผู้ใช้งานเข้าสู่ระบบ AI จะสามารถนำเสนอข้อมูลสำคัญได้แบบอัตโนมัติ เช่น ตารางเรียนประจำวัน กิจกรรมที่เกี่ยวข้อง หรือข่าวสารเด่นที่ควรรู้ โดยไม่ต้องค้นหาดูด้วยตนเองทั้งหมด

“ภาพรวมของการพัฒนาเหล่านี้ สะท้อนให้เห็นว่า dotBLUE AI กำลังมุ่งสู่การเป็นโครงสร้างพื้นฐานด้าน AI ของมหาวิทยาลัยที่ครอบคลุมทั้งมิติการเรียนรู้ การบริการ และการบริหารจัดการ โดยขณะนี้ Roadmap การพัฒนากำลังทยอยเดินหน้าอย่างต่อเนื่อง และคาดว่าในช่วงประมาณเดือนมิถุนายน บรรยากาศการขับเคลื่อนจะเริ่มชัดเจนมากขึ้น โดยมีแนวโน้มว่าเมื่อเข้าสู่ช่วงเปิดภาคการศึกษาที่ 1/2569 เราจะได้เห็นการใช้งาน AI อย่างคึกคักในหลายมิติ จนกล่าวได้ว่าอาจกลายเป็นอีกหนึ่งช่วงเวลาสำคัญของการก้าวเข้าสู่ยุค AI อย่างเต็มรูปแบบในรั้วมหาวิทยาลัย” ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักนวัตกรรมดิจิทัลและระบบอัจฉริยะ ม.อ. กล่าวทิ้งท้าย





# GREEN TALK

โดย | ดร.วิจารย์ สิมาฉายา  
ผู้อำนวยการสถาบันสิ่งแวดล้อมไทย

# เมื่อ 'โลกเดือด' ไม่ใช่แค่เรื่องอากาศ: ผู้สูงอายุจึงต้องปรับ เปลี่ยน วิถีชีวิต เพื่อความปลอด(ภัย) รอดจากภัยโลกเดือด

ในปัจจุบัน ประเทศไทยกำลังเผชิญกับวิกฤตการณ์ทางภูมิอากาศที่ทวีความรุนแรงอย่างมีนัยสำคัญ โดยเฉพาะในช่วงเดือนเมษายนที่อุณหภูมิพุ่งสูงที่สุดในรอบปี จากปรากฏการณ์ "ภาวะโลกเดือด" (Global Boiling) ซึ่งสภาวะอากาศสุดขั้วนี้ไม่ได้ส่งผลเพียงแต่ความไม่สบายตัว แต่ได้กลายเป็นภัยคุกคามโดยตรงต่อความมั่นคงทางสุขภาพ โดยเฉพาะในกลุ่มเปราะบางอย่างผู้สูงอายุที่มีความเสี่ยงสูงต่อภาวะอุณหภูมิร่างกายสูงเกินขีดจำกัด และโรคลมแดด (Heatstroke)

ข้อมูลเชิงสถิติได้สะท้อนความรุนแรงของสถานการณ์อย่างชัดเจน โดยในปี 2568 ที่ผ่านมา อุณหภูมิสูงสุด ในหลายพื้นที่พุ่งทะลุ 42 - 45 องศาเซลเซียส สอดคล้องกับรายงานจากกรมควบคุมโรคที่ระบุว่าในปี 2567 ประเทศไทย มีผู้เสียชีวิตจากโรคลมแดดสูงถึง 63 ราย และที่น่ากังวลที่สุดคือ อายุเฉลี่ยของผู้เสียชีวิตอยู่ที่ 62 ปี ซึ่งเป็นดัชนีชี้ชัดว่าผู้สูงอายุคือกลุ่มหลักที่ต้องแบกรับผลกระทบรุนแรงที่สุดจากการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศในปัจจุบัน

## ยุทธศาสตร์การปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Climate Adaptation)

ภายใต้ภาวะโลกเดือด สุขภาพในครอบครัวอาจแปรเปลี่ยนเป็นความสูญเสียได้หากเราขาดการเตรียมพร้อมสภาพอากาศที่ร้อนจัดในปัจจุบันไม่ใช่เพียงแค่ปรากฏการณ์

ชั่วคราวที่ทำให้รู้สึกไม่สบายตัว แต่คือวิกฤตระยะยาวที่คุกคามความมั่นคงทางสุขภาพของมนุษย์อย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ โดยเฉพาะกลุ่มผู้สูงอายุซึ่งเป็นกลุ่มเปราะบางที่มีความเสี่ยงสูงจากการรับเคราะห์ทางสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลงไป สถาบันสิ่งแวดล้อมไทย (TEI) จึงได้สื่อสารแนวทางการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศตามแนวทาง **ปรับเพื่ออยู่ รู้เพื่อรอด ที่สอดคล้องแผนการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศแห่งชาติ (NAP)** แต่ขณะเดียวกันการขับเคลื่อนแผนระดับชาตินั้นต้องอาศัยจุดเริ่มต้นที่ครอบครัวร่วมกันแสดงความห่วงใย ด้วยการสร้างเกราะป้องกันความร้อนให้แก่ผู้สูงวัย เพื่อให้ก้าวผ่านวิกฤตนี้ไปได้อย่างปลอดภัย โดยอาศัยการบูรณาการองค์ความรู้สู่การลงมือปฏิบัติจริงในการปรับเปลี่ยน 2 มิติหลัก ดังนี้

1. **การปรับตัวในมิติสาธารณสุขและการดูแลสุขภาพภาวะบุคคล** กับมาตรการป้องกันในระดับบุคคล เพื่อลดความเสี่ยงการเกิดโรคลมแดด ประกอบด้วย:

- **การรักษาสมดุลของเหลวในร่างกาย:** ควรบริโภคน้ำสะอาดอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน และหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีฤทธิ์ขับปัสสาวะ เช่น คาเฟอีน หรือแอลกอฮอล์
- **การปรับพฤติกรรมกิจกรรมกลางแจ้ง:** งดการออกกำลังกายหรือกิจกรรมนอกอาคารในช่วงที่มีความเข้มข้นของรังสี UV สูง (เวลา 10.00 - 16.00 น.)



- **การเฝ้าระวังอาการทางคลินิก:** สังเกตสัญญาณเตือน เช่น ตัวร้อนจัด ผิวน้ำแห้ง มีนงงหรือสับสน รวมถึงการปรึกษาแพทย์ในกรณีที่มีโรคประจำตัว ซึ่งต้องให้ยาที่มีผลต่อระบบการระบายความร้อน

2. **การปรับตัวในมิติการตั้งถิ่นฐานและสภาพแวดล้อมกายภาพ** โดยปรับ เปลี่ยนการจัดการสภาพแวดล้อมในระดับครัวเรือนและชุมชนเพื่อลดความร้อนสะสม:

- **การออกแบบเชิงสถาปัตยกรรมและวิศวกรรม:** จัดพื้นที่พักนอนในบริเวณชั้นล่างที่มีการถ่ายเทอากาศได้ดี การใช้ม่านกันแดดและมู่ลี่เพื่อลดการแผ่รังสีความร้อนเข้าสู่ตัวอาคาร ซึ่งสามารถช่วยลดอุณหภูมิได้มากกว่า 2 องศาเซลเซียส
- **การจัดการพื้นที่สีเขียว (Green Infrastructure):** ปลูกต้นไม้เพื่อให้ร่มเงาและลดอุณหภูมิผิวอาคารผ่านกระบวนการคายน้ำและการดูดซับความร้อน
- **การเสริมสร้างความเข้มแข็งของชุมชน:** การจัดเตรียมพื้นที่ส่วนกลางที่มีระบบระบายอากาศที่มีประสิทธิภาพ และการมีส่วนร่วมของคนในชุมชน เพื่อเฝ้าระวังผู้สูงอายุที่พักอาศัยอยู่เพียงลำพัง

การรับมือกับภาวะโลกเดือดไม่ใช่เพียงเหตุการณ์ชั่วคราว แต่เป็นความท้าทายระยะยาวที่ต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกภาคส่วน การบูรณาการแนวทางการปรับตัวเข้าสู่ระดับครอบครัวและชุมชนถือเป็นกลไกสำคัญในปกป้องประชากรกลุ่มเปราะบางให้สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปลอดภัยท่ามกลางวิกฤตการณ์สภาพภูมิอากาศในปัจจุบัน





# GREEN MARKETING

โดย | อธิวัฒน์ สรรค์พิทักษ์  
CEO Eminent Air (Thailand)



## เป็นท้อ พอแล้ว...ไม่ไหวแล้ว



เราลดการใช้ถุงพลาสติก พกกระบอกน้ำ เดินแทนการใช้รถ แยกขยะ รีไซเคิล ปลูกต้นไม้ ใช้หลอดไฟ LED ถอดปลั๊กเมื่อไม่ใช้ เปิดแอร์ 25 องศา นี่เราทำทุกสิ่งทุกอย่างแล้ว เพื่อ!!!!???

เมื่อสงครามกลายเป็นตัวเร่งที่เราไม่คาดคิด แม้ในช่วงหลายปีที่ผ่านมาโลกทั้งใบพยายามต่อสู้กับภาวะโลกร้อนอย่างจริงจัง เราลดการใช้ถุงพลาสติก เปลี่ยนมาใช้พลังงานสะอาด รมรณรงค์เรื่อง Net Zero และคำนวณคาร์บอนฟุตพริ้นต์กันอย่างละเอียด หลายคนพยายามเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน ตั้งแต่พกแก้วกาแฟส่วนตัว ไปจนถึงเลือกใช้รถไฟฟ้า แต่ในอีกมุมหนึ่งของโลก สิ่งที่เกิดขึ้นคือสงคราม และสงครามกำลังปล่อยคาร์บอนฯ จำนวนมหาศาลเข้าสู่ชั้นบรรยากาศของโลก

ข้อมูลจากบทความเรื่อง Military Carbon Footprint Grows นักวิจัยด้านสิ่งแวดล้อมพบว่าในปี 2025 - 2026 กิจกรรมทางทหารของโลกปล่อยก๊าซเรือนกระจกประมาณ 2.75 พันล้านตันต่อปีหรือคิดเป็นประมาณ 5.5% ของการปล่อยก๊าซเรือนกระจกทั้งหมดของโลก หากกองทัพทั่วโลกเป็นประเทศหนึ่ง ประเทศนั้นจะเป็นผู้ปล่อยคาร์บอนฯ มากเป็นอันดับ 4 ของโลกเลยทีเดียว ([https://www.mapw.org.au/military-carbon-footprint-grows/?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.mapw.org.au/military-carbon-footprint-grows/?utm_source=chatgpt.com)) สิ่งที่น่าสนใจคือ การปล่อยคาร์บอนฯทางทหารนี้ไม่ได้มีรายงานอย่างชัดเจนในข้อตกลงด้านสภาพภูมิอากาศ

ระหว่างประเทศทำให้ตัวเลขจำนวนมากยังคงไม่ได้รับความสนใจ

หากอยากทราบว่าจะสงครามหนึ่งครั้งปล่อยคาร์บอนมากแค่ไหน ตัวอย่างล่าสุดจากความขัดแย้งในวันออกกลางนักวิเคราะห์พบว่าเพียง 14 วันแรกของสงครามหนึ่งครั้งได้สร้างการปล่อยคาร์บอนมากกว่า 5 ล้านตันคาร์บอนไดออกไซด์ หรือมากกว่าการปล่อยจาก 84 ประเทศรวมกันเสียอีก (Patrick Bigger ผู้อำนวยการสถาบันวิจัย Climate and Community ,[www.theguardian.com](http://www.theguardian.com)) แหล่งกำเนิดคาร์บอนเหล่านี้มาจากหลายส่วน ได้แก่ การเผาไหม้น้ำมันของเครื่องบินรบ การยิงขีปนาวุธและระเบิด การระเบิดทำลายคลังน้ำมัน รวมถึงการทำลายอาคารและโครงสร้างพื้นฐานจำนวนมาก ลองคิดดูว่าแค่คลังน้ำมันที่ถูกโจมตีก็ปล่อยคาร์บอนได้มหาศาลแล้ว และสิ่งที่ตามมาหลังสงครามก็ยังสร้างคาร์บอนต่อเนื่อง เช่นการก่อสร้างฟื้นฟูเมือง การผลิตปูนซีเมนต์ การผลิตเหล็ก การก่อสร้างเมืองใหม่ ซึ่งล้วนเป็นอุตสาหกรรมที่ปล่อยคาร์บอนสูง

FYI สงครามสหรัฐฯ-อิหร่าน เริ่มต้นประมาณ 28 กุมภาพันธ์ 2026 เมื่อสหรัฐฯและพันธมิตรเริ่มโจมตีเป้าหมายในอิหร่าน ในช่วง 2 สัปดาห์แรก มีการโจมตีเป้าหมายมากกว่า 6,000 จุด อาคารและโครงสร้างพื้นฐานเสียหายประมาณ 20,000 อาคาร มีการยิงขีปนาวุธกว่า 1,000 ลูก และโดรนกว่า 2,000 ลำถูกใช้ในปฏิบัติการรบ นอกจากนี้ยังมีการโจมตีโครงสร้างพื้นฐานสำคัญ เช่น คลังน้ำมัน โรงงานปิโตรเคมี ทำให้น้ำมันดิบถูกเผาไหม้ประมาณ 2.5 - 5.9 ล้านบาร์เรล ไฟจากคลังน้ำมันเหล่านี้ปล่อยคาร์บอนประมาณ 1.88 ล้านตันคาร์บอนฯ

คำถามที่น่าสนใจคือ ความพยายามของเรายังมีความหมายอยู่หรือไม่ เมื่อคาร์บอนของสงครามไม่ได้จับแค่สสารรอบ ผลกระทบของสงครามต่อสภาพภูมิอากาศมีอย่างน้อย 3 ระดับ การใช้ น้ำมันเชื้อเพลิงมหาศาล เครื่องบินรบ รถถัง และเรือรบ ใช้น้ำมันในปริมาณสูงมาก การทำลายระบบนิเวศ ไฟป่าการระเบิด และสารเคมีจากอาวุธ



ทำลายป่าและพื้นที่ธรรมชาติ และการฟื้นฟูหลังสงคราม การสร้างเมืองใหม่ต้องใช้ปูนซีเมนต์และเหล็กจำนวนมาก ค่าตอบอาจไม่ใช่การดูเรื่องปริมาณคาร์บอนฯ เพียงอย่างเดียว แต่คือทิศทางของโลก เพราะถ้าเราเลือกที่จะไม่ทำอะไรเลยโลกจะยิ่งถอยหลังไปอีกขั้น ความพยายามเล็กๆ ของผู้คนจำนวนมากอาจไร้ผล บทเรียนที่สงครามกำลังบอกเรา คือสงครามทำให้เราเห็นความจริงข้อหนึ่งของโลกว่าการแก้ปัญหาโลกร้อนไม่ใช่เรื่องเทคโนโลยี แต่มันคือเรื่องของมนุษย์ เพราะสุดท้ายแล้วโลกที่ร้อนขึ้นอาจไม่ได้เกิดจากการใช้หลอดพลาสติก แต่อาจเกิดจากความรื้อรุมของความขัดแย้งระหว่างมนุษย์ เราไม่ควรถามว่า "ความพยายามของเรายังมีความหมายไหม" แต่ควรถามว่า "เราจะสร้างโลกที่ไม่ต้องทำสงครามได้หรือไม่" เพราะบางทีวิธีคิดโลกร้อนที่ดีที่สุดอาจไม่ใช่แค่การเปลี่ยนพลังงาน แต่เป็นการสร้างโลกที่สงบกว่านี้ พอเออะครับ พอแล้ว...ไม่ไหวแล้ว Peace Please



# การดูแลสุขภาพซึ่งป้องกัน ท่ามกลางความท้าทาย ของฤดูร้อน



เมื่ออุณหภูมิโลกมีแนวโน้มสูงขึ้นในทุกปี ฤดูร้อนจึงไม่ใช่แค่เรื่องของความร้อนที่สร้างความไม่สบายตัวเท่านั้น แต่ยังเป็นช่วงเวลาที่เราต้องเผชิญกับความเสียด้านสุขภาพที่เพิ่มขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ ตั้งแต่ภาวะขาดน้ำ (Dehydration) ไปจนถึงโรคลมแดด (Heatstroke) ขณะเดียวกัน กระแสการดูแลสุขภาพในปัจจุบันก็เริ่มเปลี่ยนไปสู่แนวทางที่ "ลึก" และ "ชาญฉลาด" มากขึ้น ไม่ใช่เพียงการดื่มน้ำหรือหลีกเลี่ยงแดด แต่รวมถึงการฟื้นฟูร่างกายจากภายใน การใช้เทคโนโลยีติดตามสุขภาพ และการปรับไลฟ์สไตล์ให้เหมาะกับสภาพอากาศที่เปลี่ยนแปลง

ในช่วงฤดูร้อน ร่างกายของเราจะสูญเสียน้ำและเกลือแร่ผ่านเหงื่อในปริมาณมาก หลายคนอาจเข้าใจว่าการดื่มน้ำเปล่าเพียงอย่างเดียวเพียงพอ แต่ในความเป็นจริง "สมดุลของอิเล็กโทรไลต์" กลายเป็นประเด็นสำคัญที่กำลังได้รับความสนใจมากขึ้น เครื่องดื่มที่มีแร่ธาตุ เช่น โซเดียม โพแทสเซียม และแมกนีเซียม จึงกลายเป็นเทรนด์ใหม่ โดยเฉพาะ

ในกลุ่มคนที่ออกกำลังกายหรือทำกิจกรรมกลางแจ้ง อย่างไรก็ตาม การเลือกดื่มควรคำนึงถึงปริมาณน้ำตาลที่เหมาะสม เพื่อไม่ให้เกิดผลเสียต่อสุขภาพในระยะยาว

อีกหนึ่งเทรนด์ที่กำลังมาแรงคือ "การกินเพื่อฟื้นฟู (Functional Food)" ซึ่งเน้นอาหารที่มีประโยชน์ต่อระบบต่างๆ ของร่างกายโดยเฉพาะ ในช่วงหน้าร้อนอาหารที่มีน้ำสูง เช่น แตงโม แตงกวา ส้ม หรือมะพร้าว กลายเป็นตัวเลือกยอดนิยม เพราะช่วยเติมน้ำให้ร่างกายและให้ความสดชื่นไปพร้อมกัน นอกจากนี้ อาหารที่มีสารต้านอนุมูลอิสระ เช่น เบอร์รี่ หรือชาเขียว ก็ช่วยลดผลกระทบจากความร้อนและแสงแดดที่ทำให้เกิดความเครียดในระดับเซลล์

ขณะเดียวกัน เทคโนโลยีก็เข้ามามีบทบาทสำคัญในการดูแลสุขภาพในยุคนี้ อุปกรณ์สวมใส่ (Wearable Devices) เช่น สมาร์ทวอตช์ สามารถวัดอัตราการเต้นของหัวใจ ระดับความเครียด และแม้กระทั่งเตือนให้ผู้ใช้ดื่มน้ำในช่วงเวลาที่เหมาะสม เทคโนโลยีเหล่านี้ช่วยให้การดูแลสุขภาพเป็นเรื่อง "เฉพาะบุคคล" มากขึ้น และช่วยลดความเสี่ยงจากพฤติกรรมที่อาจส่งผลเสียโดยไม่รู้ตัว

นอกจากนี้ เทรนด์ "การฟื้นฟูร่างกายจากภายใน (Recovery & Rest)" กำลังได้รับความนิยมเพิ่มขึ้น โดยเฉพาะในกลุ่มคนทำงานที่ต้องเผชิญกับความเครียดและอากาศร้อนร่วมกัน การนอนหลับอย่างมีคุณภาพ การทำสมาธิ หรือแม้แต่การแช่น้ำเย็น (Cold Therapy) กลายเป็นวิธีที่ช่วยลดอุณหภูมิร่างกายและฟื้นฟูระบบประสาทได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดสุขภาพแบบองค์รวม (Holistic Health) ที่มองร่างกายและจิตใจเป็นหนึ่งเดียว



อย่างไรก็ตาม สิ่งที่สำคัญที่สุดยังคงเป็น "การตระหนักรู้" และการปรับพฤติกรรมให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นการหลีกเลี่ยงกิจกรรมกลางแจ้งในช่วงแดดจัด การสวมใส่เสื้อผ้าที่ระบายอากาศได้ดี หรือการทาครีมกันแดดอย่างสม่ำเสมอ เพราะแม้เทรนด์สุขภาพจะเปลี่ยนไปอย่างไร พื้นฐานของการดูแลตัวเองยังคงเป็นสิ่งที่ไม่ควรมองข้าม

โดยสรุป การดูแลสุขภาพในฤดูร้อนไม่ใช่เพียงการ "เอาตัวรอดจากความร้อน" แต่เป็นโอกาสในการปรับไลฟ์สไตล์ให้สอดคล้องกับแนวโน้มสุขภาพยุคใหม่ ทั้งการเลือกอาหารที่เหมาะสม การใช้เทคโนโลยีช่วยดูแลตัวเอง และการใส่ใจทั้งร่างกายและจิตใจ หากสามารถผสมผสานแนวทางเหล่านี้ได้อย่างลงตัว ฤดูร้อนก็อาจไม่ใช่ช่วงเวลาที่น่ากังวลอีกต่อไป แต่กลับกลายเป็นช่วงเวลาแห่งการดูแลและฟื้นฟูสุขภาพอย่างแท้จริง



# เดบิวต์บ้านใหม่ในฝัน

## ก้าวแรกสู่ความสุข

### ด้วย สินเชื่อบ้านหลังแรก

ผ่อนต่ำ เริ่มต้นปีแรก ล้านละ

# 2,500

บาทต่อเดือน

## ดอกเบี้ยคงที่

# เริ่มต้น 1.99%

ต่อปี  
(4 เดือนแรก)

สนับสนุนค่าประเมินฯ\* สูงสุด 5,000 บาท

ยื่นกู้ได้ตั้งแต่ 1 เม.ย. 69 – 30 ก.ย. 69

อนุมัติและจัดทำนิติกรรมสัญญา ภายใน 30 ต.ค. 69

หมายเหตุ • ปัจจุบัน MRR เท่ากับ 6.045% (ตั้งแต่วันที่ 2 มีนาคม 2569 เป็นต้นไป) ทั้งนี้ อัตราดอกเบี้ยลอยตัวสามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น หรือลดลงได้ • อัตราดอกเบี้ยที่แท้จริงตลอดอายุสัญญา (EIR) อยู่ระหว่าง 4.276% - 4.758% จำนวนจากวงเงินกู้ 1 ล้านบาท ระยะเวลา 20 ปี แบบผ่อนชำระเท่ากันทุกงวด • ไปรษณีย์สินเชื่อบ้านหลังแรก เฉพาะกรณีซื้อที่อยู่อาศัย / ปลูกสร้าง วงเงินกู้สินเชื่อเคหะไม่เกิน 5 ล้านบาท โดยสัญญาสินเชื่อเพื่อที่อยู่อาศัยต้องเป็นสัญญาที่ 1 ของผู้กู้ • เงินงวดผ่อนชำระสินเชื่อเคหะแบบผ่อนชำระ ปีที่ 1 ล้านละ 2,500 บาท/เดือน ปีที่ 2 ล้านละ 3,500 บาท/เดือน ปีที่ 3 ล้านละ 4,500 บาท/เดือน ปีที่ 4 – 5 เท่ากับ 7,100 บาท/เดือน หลังจากนั้น 7,400 บาท/เดือน ดอกเบี้ยทั้งสัญญา 534,886 บาท จำนวนจากวงเงินกู้ 1 ล้านบาท ระยะเวลา 20 ปี กรณีชำระคืนชีวิตเพื่อประกันสินเชื่อตามเงื่อนไข • การทำประกันชีวิตเพื่อประกันสินเชื่อ เป็นการชำระคืนชีวิตเพื่อคุ้มครองวงเงินสินเชื่อ โดยหลักเกณฑ์ เงื่อนไข เป็นไปตามที่ธนาคารกำหนด • \*สนับสนุนค่าประเมินราคาหลักทรัพย์ สำหรับลูกค้าที่วงเงินกู้สินเชื่อเคหะตั้งแต่ 1 ล้านบาทขึ้นไป ให้ตามที่จ่ายจริงไม่เกินรายละเอียด: 5,000 บาท ลูกค้าต้องสำรองจ่ายค่าประเมินราคาหลักทรัพย์ไปก่อน โดยธนาคารจะโอนเงินคืนเข้าบัญชีเงินฝากเมื่อเรียกวงเงินกู้ภายใน 30 วัน นับจากวันที่จัดทำนิติกรรมสัญญาแล้วเสร็จ • กรณีผู้ชำระคืนเงินกู้ก่อนกำหนด เฉพาะกรณีไปก่อนชำระก่อนครบกำหนด (Prepayment) เพื่อไปใช้บริการกับสถาบันการเงินอื่น ภายในระยะเวลา 3 ปี นับแต่วันที่ทำสัญญาเงินกู้ ผู้กู้ต้องเสียค่าธรรมเนียมตามที่ธนาคารกำหนด (ปัจจุบัน 3.00% ของยอดเงินต้นคงเหลือ) • หลักเกณฑ์เงื่อนไขอื่นๆ เป็นไปตามที่ธนาคารกำหนด

\*เงื่อนไขเป็นไปตามที่ธนาคารกำหนด

สมัครเลยที่  
[www.gsb.or.th](http://www.gsb.or.th)



#ธนาคารเพื่อสังคมเพื่อทุกชีวิต

[www.gsb.or.th](http://www.gsb.or.th) | GSB Contact Center 1115



ทิพยประกันภัย  
DHIPAYA INSURANCE

ภาครัฐเป็นผู้ถือหุ้นใหญ่

# ESG



## TIPGOGREEN

ทิพยประกันภัย ร่วมสร้างฐาน

ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน