



หนังสืออ่านประกอบชุด ในหลวงกับจังหวัดเพชรบุรี เล่ม 4

โครงการ

ตามแนวพระราชดำริ



“ชั่งหัวมัน”

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี



คำนำ

หนังสืออ่านประกอบสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาเล่มนี้ มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีจัดทำขึ้นตามข้อเสนอแนะของคณะกรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยและสภามหาวิทยาลัย ซึ่งเล็งเห็นว่าเยาวชนในจังหวัดเพชรบุรีและจังหวัดประจวบคีรีขันธ์อยู่ใกล้พระราชวังไกลกังวลควรมีโอกาสได้เรียนรู้พระราชกรณียกิจของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวเพิ่มมากขึ้น

สภามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีและคณะกรรมการบริหารมหาวิทยาลัย สำนักในพระมหากษัตริย์คุณว่า ตั้งแต่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้เสด็จขึ้นครองราชสมบัติสืบสันตติวงศ์เมื่อวันที่ ๑ มิถุนายน พ.ศ. 2489 และเสด็จพระราชดำเนินปฏิบัติพระราชกรณียกิจในจังหวัดเพชรบุรีมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2496 มาอย่างต่อเนื่องถึงปัจจุบันทรงมีพระราชดำริให้มีโครงการต่างๆ มากมายที่เป็นประโยชน์ต่อชาวเพชรบุรีตั้งเป็นที่ประจักษ์แก่สายตาของพสกนิกรชาวไทย

เพื่อให้นักเรียนสามารถใช้หนังสือได้ด้วยตนเองอย่างสะดวกทุกโอกาส มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีโดยคณะกรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยและคณาจารย์ผู้จัดทำได้รวบรวมพระราชกรณียกิจจัดทำเป็นหนังสือเล่มเล็กๆ อ่านแล้วเข้าใจไม่ยากและนำไปทำกิจกรรมต่อเนื่องทั้งส่วนตัวและกลุ่มได้ตลอดเวลา ทั้งที่โรงเรียน บ้าน และชุมชน เพราะหนังสืออ่านประกอบชุดพระราชกรณียกิจ ในหลวงทรงเยี่ยมราษฎรจังหวัดเพชรบุรีได้บรรจุเนื้อหาสาระที่เป็นความจริง ความรู้และความเข้าใจไว้อย่างครบถ้วนทุกกลุ่มสาระการเรียนรู้

มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือเล่มนี้จะมีส่วนช่วยให้เยาวชน มีความภาคภูมิใจในสถาบันพระมหากษัตริย์ เกิดจินตนาการและพลังสร้างสรรค์ซึ่งจะนำไปสู่การพัฒนาประเทศชาติให้พึ่งตนเองได้อย่างยั่งยืนท่ามกลางความเจริญของโลกต่อไป

พลเอกสุรยุทธ์ จุลานนท์

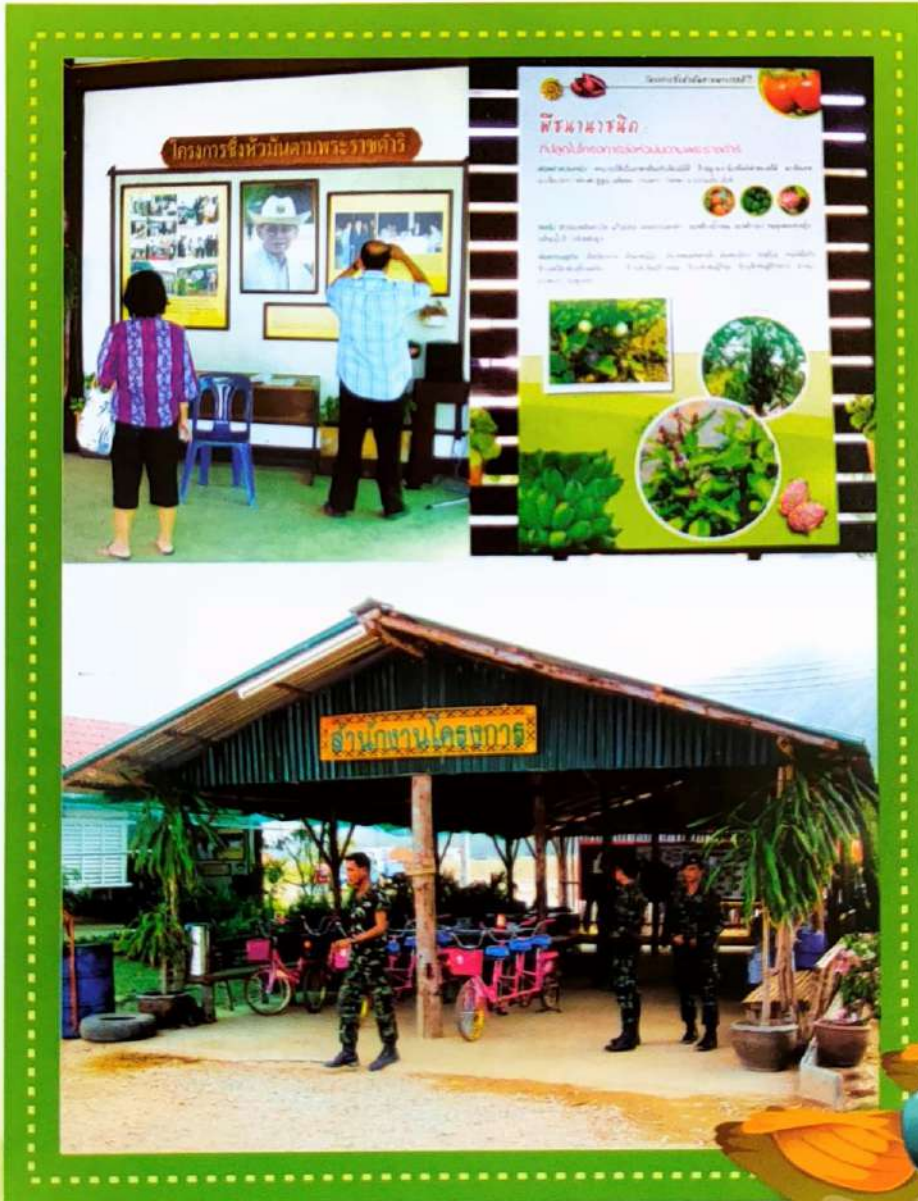
นายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

สิงหาคม 2553

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
คำนำ	1
สารบัญ	2
ความหมายของคำว่า “ซึ่งหัวมัน”	4
โครงการซึ่งหัวมัน	6
วิสัยทัศน์	7
พระราชดำรัส	9
พระราชดำหนักในโครงการ	10
แหล่งน้ำต้นทุน	11
ไฟฟ้าพลังลม	12
พืชเศรษฐกิจ	13
พืชผักสวนครัว	14
การปลูกพืชแซมในแปลงปลูก	18
การปลูกข้าวไร่	20
การปลูกมะนาว	21
การปลูกสบู่ดำ	22
การปลูกกล้วยหอมทอง	23
การทำปุ๋ยชีวภาพ	24
การดำนา	25
การเกี่ยวข้าว	26
การนวดข้าว	27
การฟัดข้าว	28
การตำข้าว	29
การฟัดข้าวสาร	30
การทดสอบหลังการเรียน	31
คณะผู้จัดทำ	33

สำนักงาน โครงการซึ่งห้วมันตามพระราชดำริ



ต.เขากระบูก อ.ท่ายาง จ.เพชรบุรี



ความหมายของคำว่า “ซึ้งหัวมัน”

หมายความว่า เมื่อปลูกมันได้เวลาก็ขุดเอาหัวขึ้นมาจากดิน เอามาซังกิโละและขายได้เงินมาเพื่อใช้จ่ายในครอบครัว ทำให้ เศรษฐกิจในครอบครัวดีขึ้น ความเป็นอยู่ของคนก็ดีขึ้น เมื่อ ความเป็นอยู่ดีขึ้น ทุกคนก็มีความสุข ประเทศชาติก็เจริญ



“ฉันชอบปลูกต้นไม้”

“ฉันชอบค้าขาย”



“ฉันเป็นชาวนา
ปลูกข้าวให้คนทั้งประเทศ
กินนะคะ”

อาชีพเกษตรกรรมและอาชีพค้าขายเป็นอาชีพที่มั่นคงหาเลี้ยง
ครอบครัวได้ รวมถึงอาชีพอื่นๆเป็นอาชีพของคนไทยที่ควรร่วมกัน
อนุรักษ์ไว้ให้ยั่งยืน สร้างความแข็งแกร่งให้กับประเทศไทยตาม
พระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว



โครงการชั่งหัวมัน

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ได้เสด็จพระราชดำเนินเป็นการส่วนพระองค์ พร้อมด้วยสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารีและท่านผู้หญิงทัศนาวลัย ศรสงคราม เสด็จถึงโครงการส่วนพระองค์ ทรงเปิดป้ายโครงการ “ชั่งหัวมัน” เมื่อวันที่ 1 สิงหาคม พ.ศ. 2552





วิสัยทัศน์ : สร้างโอกาส

โครงการซึ่งห้วม้นตามพระราชดำริ

โครงการนี้เกิดจากความเอาพระราชาหฤทัย (เอาใจใส่) ของพระบาทสมเด็จพะเจ้าอยู่หัวที่ ทรงมีต่อเกษตรกรในการที่จะพัฒนาส่งเสริม อาชีพเกษตรกรมให้ประสบความสำเร็จ สามารถ เลี้ยงดูตนเองและครอบครัวได้อย่างยั่งยืน



ปี 2552 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงใช้พระราชทรัพย์ส่วนพระองค์ซื้อที่ดินจากราษฎร ณ บ้านหนองคอไก่ ตำบลเขาระปลูก อำเภอนาทายาง จังหวัดเพชรบุรี จำนวน 250 ไร่ เพื่อพัฒนาเป็นศูนย์รวมพืชเศรษฐกิจนาชนิด เพื่อเป็นแนวทางให้กับเกษตรกร โดยเฉพาะในพื้นที่อำเภอนาทายาง จังหวัดเพชรบุรี

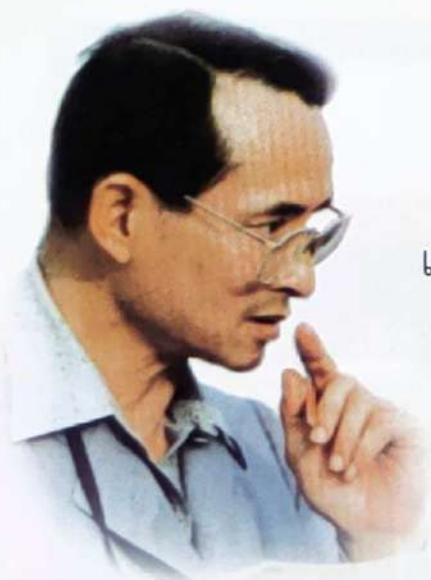


พระราชดำรัส

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวที่มีต่อ
เกษตรกรอำเภอท่ายาง จังหวัดเพชรบุรี
เมื่อวันที่ 21 สิงหาคม 2552

“คนที่ไปดูก็เห็นได้ว่าเริ่มต้น
ด้วยไม่มีอะไรเลย แต่ว่าต่อมาภายใน
วันเดียวทุกคนที่อยู่ในท้องที่นั้นก็
เข้าใจว่าต้องช่วยกัน และยิ่งสมัยนี้ในระยะนี้

เราต้องร่วมมือกันทำ เพราะว่าถ้าไม่มีการร่วมมือกันก็ไม่ก้าวหน้า
ไม่มีความก้าวหน้า ฉะนั้นการที่ท่านได้ทำแล้วมีความก้าวหน้า
เป็นสิ่งที่ดีมาก หลักการก็อยู่ที่ทุกคนต้องช่วยกันเสียสละ
เพื่อให้กิจการในท้องที่ก้าวหน้าไปด้วยดี ก้าวหน้าได้อย่างไร ก็ด้วย
การช่วยเหลือกัน แต่ก่อนนั้นเคยเห็นว่ากิจการที่ทำมีกลุ่มคน
กลุ่มหนึ่งทำแล้วก็ทำให้ก้าวหน้า แต่วันนี้มันไม่ใช่กลุ่มหนึ่ง
มันทั้งหมดร่วมกันทำและมีความก้าวหน้าแน่นอน อันนี้เป็นสิ่งที่
มหัศจรรย์และเป็นที่มีความหวัง มีความหวังว่าประเทศชาติจะ
ก้าวหน้า ประเทศชาติจะสำเร็จ”





พระราชดำหนัก

ของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

พระองค์ทรงปลูกพระราชดำหนักไว้กลางไร่ “ในโครงการ
ซึ่งหัวมัน” ไว้สำหรับทรงพักผ่อนในยามที่พระองค์ทรงเสด็จ
เข้ามาทรงงานในโครงการ โดยที่หน้าพระราชดำหนักได้ทรง
ปลูกหน่อไม้ น้ำ ด้านหลังทรงปลูกพืชผักสวนครัว ด้านขวา
ทรงปลูกสับปะรดและด้านซ้ายทรงปลูกข้าวโพด พระราชดำหนัก
ของพระองค์จึงล้อมรอบไปด้วยต้นไม้ประเภทรับประทานได้
สำหรับเป็นตัวอย่างให้ราษฎรนำเอาไปปฏิบัติตาม

แหล่งน้ำต้นทุน

แหล่งน้ำต้นทุนในโครงการ ได้ปรับปรุงอ่างเก็บน้ำหนองเสือที่เป็นโครงการชลประทานขนาดเล็กโดยการซ่อมแซมหินทิ้ง ซ่อมแซมทางระบายน้ำล้น พร้อมขุดลอกอ่างเก็บน้ำใหม่ ทำให้เก็บกักน้ำได้เพิ่มขึ้นจาก 230,000 ลูกบาศก์เมตร เป็น 280,000 ลูกบาศก์เมตร

ระบบส่งน้ำ ใช้ระบบส่งน้ำสายหลัก (main) ในแปลงสวนบ่อบาดาล ขุดเจาะบ่อบาดาลเพื่อนำน้ำมาใช้ในการเกษตรเพื่อการอุปโภคและบริโภค



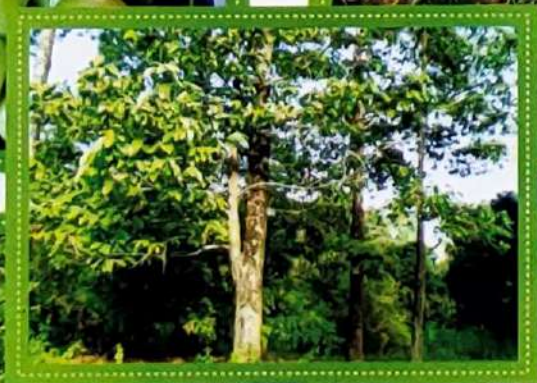


ไฟฟ้าพลังลม

ในโครงการติดตั้งกังหันลม 30 ตัว เพื่อผลิตกระแสไฟฟ้า เพราะพื้นที่บริเวณนี้เป็นช่องเขามีสลมพัดผ่าน แม้จะมีความแห้งแล้ง โดยให้ผลตอบแทนจากการลงทุน 20% ต่อปี ทำให้ที่แห่งนี้มีกังหันลมมากที่สุดในประเทศไทย ขณะเดียวกันสิ่งที่ชาวบ้านได้คือไฟฟ้าจะไม่ตกเพราะพลังงานสะอาดที่ได้จากกังหันลม ทำให้พื้นที่ห่างไกลที่เคยไฟตกบ่อยๆมีไฟฟ้าเพียงพอและไฟฟ้าไม่ตกอีกต่อไป

พืชเศรษฐกิจ

พระองค์ทรงสนับสนุนให้ประชาชนปลูกอ้อยโรงงาน
มันเทศญี่ปุ่น มันออสเตรเลีย มันต่อเผือก มันปิ้ง หน่อไม้ฝรั่ง
ข้าวเหนียวพันธุ์ชีวแม่จัน ข้าวเจ้าพันธุ์ข้าวหอม ข้าวเจ้าพันธุ์ลิซอ
ข้าวเจ้าพันธุ์ข้าวขาว ยางนา ยางพารา และชมพูเพชร





พืชผักสวนครัว

พระองค์ทรงสนับสนุนให้ปลูกพืชท้องถิ่น เช่น พริกพันธุ์ ชูบเปอร์ฮอท กะเพรา โหระพา มะนาวแป้น ผักชี มะเขือเทศ และมะเขือเปราะ สามารถใช้เป็นอาหารในครัวเรือนได้ดี ถ้าปลูกมาก มีเหลือจำหน่ายได้ก็ยิ่งดี

ผลไม้

สับปะรดพันธุ์ปัตตาเวีย แก้วมังกร มะละกอแขกดำ มะพร้าว น้ำหอม มะพร้าวแก้ว ชมพู่เพชรพันธุ์สายรุ้ง กัลยณน้ำว้า และกล้วยหักมุก



ทรงดำริให้เกษตรกรใช้ “หลักเกษตรธรรมชาติ” หมายถึง การทำการเกษตรที่ไม่ใช้สารเคมีทุกชนิด เพราะก่อให้เกิดผลเสีย ต่อสภาพแวดล้อม เป็นอันตรายต่อเกษตรกรและผู้บริโภค แต่จะ ใช้การปรับปรุงดินในการเพาะปลูกโดยการนำทรัพยากรธรรมชาติ ที่มีอยู่อย่างจำกัดมาใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด เช่น ใช้พลาสติค คลุมดินไม่ให้หญ้าขึ้น จึงไม่ต้องฉีดยาฆ่าหญ้าซึ่งเป็นวิธีการที่ ไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อสภาพแวดล้อม สามารถให้ผลผลิตที่มีทั้ง ปริมาณและคุณภาพ เป็นระบบเกษตรที่มีความยั่งยืนถาวรเป็น อาชีพที่มั่นคง



เดินชมเหนื่อย

พักผ่อนในศาลาเก้าเหลี่ยมได้ นะครับ
บรรยากาศร่มรื่น เชิญดื่มน้ำก่อนครับ
เชิญครับ

ดีจัง... กำลัง
หิวน้ำเลย



หรือจะมาพักที่ศาลาซึ่งหิวมันก็ได้นะคะ
มีพระที่นั่งของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ให้ชมด้วยค่ะ... เชิญค่ะ



เชิญครับ





พระองค์ทรงดำริให้เกษตรกรใช้วิธีปลูกพืชแบบปลูกพืชแซม คือการเลือกพืชมาปลูกร่วมกันหรือแซมกัน พืชที่เลือกมานั้น ต้องเกื้อกูลกัน เช่น ช่วยป้องกันแมลงศัตรูพืช ช่วยเพิ่มธาตุอาหารให้อีกชนิดหนึ่ง ช่วยคลุมดิน ดังเช่น ปลูกมะละกอแซมในกล้วย หมายถึงปลูกกล้วยก่อน เมื่อกล้วยมีใบมากขึ้นสามารถเป็นร่มเงาให้ต้นกล้าเล็กๆของมะละกอที่อ่อนแอไม่ต้องโดนแสงแดดมากจึงแข็งแรงและสามารถเจริญเติบโตได้เอง ต้นกล้วยยังเก็บความชื้นในดินไว้ได้มากและช่วยให้มะละกอหรือพืชชนิดอื่นที่นำมาปลูกแซมไม่เหี่ยวเฉาและตายลงง่ายๆนั่นเอง



นี่ครับ... หญ้าแฝก

พระองค์ทรงดำริ “ให้ใช้หญ้าแฝกปลูกรอบแปลงพืชผัก เพื่อป้องกันดินพังและยังเป็นการพัฒนา ปรับปรุงบำรุงดิน ฟื้นฟูดินให้มีความอุดมสมบูรณ์และแก้ปัญหาดินเสื่อมโทรม เพราะหญ้าแฝกช่วยในการอนุรักษ์ดินและน้ำ รวมถึงการรักษาดิน ป้องกันน้ำเซาะดินพังซึ่งจะสร้างความเสียหายให้แก่พืชผักได้

ทรงดำริให้ปลูกข้าวไร่

การปลูกข้าวไร่เป็นการปลูกข้าวบนที่ดอนและไม่มีน้ำขัง เช่น เิงเขาที่มีระดับสูงๆต่ำๆ ไม่สามารถไถเตรียมดินได้ง่ายๆ ชนิดของข้าวที่ปลูก เรียกว่าข้าวไร่ โดยขั้นแรกทำความสะอาดพื้นที่ที่จะปลูก แล้วใช้ไม้ปลายแหลมเจาะดินลึกประมาณ 3-4 เซนติเมตร ปากหลุมมีขนาดกว้างพอที่จะหยอดเมล็ดพันธุ์ข้าวลงไปได้ 5-10 เมล็ด หลุมนี้มีระยะห่างกันประมาณ 25 เซนติเมตร จะต้องหยอดเมล็ดพันธุ์ทันที หลังจากเจาะหลุมแล้วใช้เท้ากลบดินปากหลุม การปลูกข้าวไร่อาศัยน้ำฝนเพียงอย่างเดียวจะต้องใช้พันธุ์ที่ออกผลเร็วโดยปลูกในต้นฤดูฝน แ่และเก็บเกี่ยวได้ในปลายฤดูฝน การปลูกข้าวไร่ ชาวนาจะต้องหมั่นกำจัดวัชพืช





การปลูกมะนาว

มะนาวมีหลายชนิด เช่น มะนาวหน้าง มีลักษณะกลมยาว หัวท้ายแหลม ด้านหัวมีจุดเล็กๆ มีเปลือกค่อนข้างหนาจึงทำให้เก็บรักษาผลไว้ได้นาน มะนาวไข่คล้ายมะนาวหน้างเกือบทุกอย่าง เมื่อโตเต็มที่แล้วจะมีลักษณะกลมมนเป็นส่วนมาก เปลือกบาง ผลโตกว่ามะนาวหน้าง มะนาวแป้นเป็นมะนาวที่ออกผลตลอดปี ผลมีขนาดกลาง ทรงผลแป้น เปลือกบาง เช่น พันธุ์แป้นรำไพ แป้นทราย เป็นต้น ซึ่งในโครงการชั่งหัวมัน พระองค์ทรงปลูกมะนาวแป้นไว้จำนวนมาก



การปลูกสบู่ดำ

ชื่อทางวิทยาศาสตร์ว่า *Jatropha curcas* Linn. อยู่ในวงศ์ ไม้ยางพารา เป็นพืชน้ำมันชนิดหนึ่งมีสารพิษ (Hydrocyanic) มีกลิ่นเหม็นเขียว ผลสบู่ดำหนึ่งผลมีเมล็ด 2-3 เมล็ด ในเมล็ดสบู่ดำ มีน้ำมัน 30-35 เปอร์เซ็นต์ พระองค์ทรงปลูกสบู่ดำเป็นตัวอย่าง ให้เกษตรกรในโครงการซึ่งห้วยมัน เพื่อให้ประเทศไทยมีพลังงาน ทางเลือกมากขึ้น ทรงใช้วิธีปลูกถั่วฮามาต้าแซมเพื่อคลุมดิน ปรับปรุงดินและนำมาเลี้ยงวัวได้อีกด้วย



การปลุกกล้วยหอมทอง

ก่อนที่จะปลุกพืชหรือเก็บผลผลิตทุกชนิดต้องมีการวางแผนร่วมกับ “โกลเด้นเพลซ” ซึ่งเป็นผู้รับไปขายก่อนทุกครั้ง วางแผนการปลูกที่เหมาะสมกับความต้องการของผู้บริโภค เพื่อให้ผลผลิตที่ออกมาไม่ตกค้างอยู่ในตลาด โดยพืชเศรษฐกิจที่ปลูก คือ กล้วยหอมทอง ชมพู่เพชร ข้าวเจ้าพันธุ์ข้าวขาว ข้าวเจ้าพันธุ์สีขอ ข้าวหอม ข้าวเหนียวพันธุ์ผิวแม่จัน ยางนา ยางพาราหน่อไม้ฝรั่ง มันต่อเผือก อ้อยโรงงาน และพืชผักสวนครัวต่างๆ



การทำปุ๋ยชีวภาพ

ในโครงการไม่มีการใช้สารเคมี ปุ๋ยที่จะใช้ พระองค์ทรงส่งเสริมให้ประชาชนทำปุ๋ยหมัก ปุ๋ยพืชสดและปุ๋ยชีวภาพขึ้นใช้เอง เป็นการประหยัดและไม่ทำให้ดินเสีย เป็นการลดค่าใช้จ่ายทำให้ครอบครัวเกษตรกรมีเงินเหลือมากขึ้น ทำให้มีความเป็นอยู่ดีขึ้น และประชาชนมีความสุขมากขึ้น ทำให้พระองค์มีความสุขด้วย เพราะพระองค์ทรงปรารถนาให้คนไทยทุกคนมีความสุข

การดำนา

เมื่อโครงการได้ฟื้นฟูประเพณีลงแขกดำนา แต่พระองค์ทรงพระประชวร จึงมีการถ่ายทอดโทรทัศน์ไปให้พระองค์ทอดพระเนตรที่โรงพยาบาลศิริราชโดยมีคนจำนวนมากมาช่วยกันดำนา การปักดำ เมื่อต้นกล้ามีอายุประมาณ 25-30 วันก็ถอนเอาไป ปักดำได้ ชั้นแรกให้ถอนต้นกล้าขึ้นมาจากแปลงแล้วมัดรวมกันเป็นมัดๆ ถ้าต้นกล้าสูงมากก็ให้ตัดปลายใบทิ้งแล้วเอาไปปักดำในพื้นที่นาที่ได้เตรียมไว้ ต้องปักดำให้เป็นแถวเป็นแนว และมีระยะห่างระหว่างกอมากพอสมควร โดยทั่วไปการปักดำจะใช้ต้นกล้า 3-4 ต้นต่อกอ ระยะปลูกรหรือปักดำ 25 x 25 ซม. จนข้าวแตกกอ ข้าวนาดำจะให้ได้ผลผลิตสูงกว่าข้าวนาหว่านหรือข้าวไร่





การเกี่ยวข้าว

เมื่อ 15 พฤศจิกายน 2552 ทางโครงการได้ฟื้นฟูประเพณีเกี่ยวข้าวขึ้นมา โดยมีประชาชนมาร่วมเกี่ยวข้าวในโครงการจำนวนมาก นำโดยผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบุรี เมื่อเกี่ยวเสร็จก็จะเอาข้าวมัดกันเองเป็นมัดๆ เพื่อสะดวกในการเก็บเข้าสู่ลานนวดข้าว ประเพณีเกี่ยวข้าวเป็นประเพณีที่แสดงถึงความรัก ความสามัคคี และเอื้อเฟื้อช่วยกันทำงาน แลกเปลี่ยนแรงงานกันโดยไม่ใช้เงิน ทำให้คนโบราณมีความรักและเอื้อเฟื้อต่อกันสูงซึ่งเป็นแบบอย่างที่ดีที่คนยุคปัจจุบันควรเอาแบบอย่าง

การนวดข้าว

ชาวนาจะเตรียมลานนวดข้าว โดยตากหญ้าและกวาดฝุ่นออกจนหมด แล้วใช้ซี่วัวเหยียบบย่ำผสมน้ำด้วยเท้าทั้งสองข้างจนละเอียดแล้วใช้ไม้กวาดหญ้าที่แข็งทาน้ำซี่วัวลงบนพื้นดินที่เตรียมไว้จนทั่วปล่อยให้แห้ง แล้วเก็บข้าวในนาใส่เกวียนใช้วัว 2 ตัว ลากเข้ามาในลานแล้วใช้วัวเหยียบข้าวจนเมล็ดหลุดออกจากรวง หรือไม่ก็ใช้แรงคนฟาดข้าวออกจากรวงเหลือแต่เมล็ดข้าวซึ่งจะมีเมล็ดข้าวที่ดีและเมล็ดข้าวที่เสีย เมล็ดข้าวที่เสียเราเรียกว่า “ข้าวลีบหรือแกลบ” ซึ่งเป็นเมล็ดข้าวที่มีแต่เปลือกไม่มีเนื้อข้าวสารข้างในนั่นเอง





การฟัดข้าว

เมื่อนวดหรือฟาดข้าวเสร็จแล้วชาวนาจะนำมาฟัดเพื่อเอาข้าวลีบหรือแกลบออก โดยอุปกรณ์ที่เรียกว่า “สีฟัด” ซึ่งเป็นเหมือนกลองใหญ่ๆ ที่มีใบพัดและมีกลองใส่ข้าวเปลือกด้านบน พอเทข้าวเปลือกใส่ในกลองด้านบนข้าวก็จะค่อยๆ ไหลลงมา ชาวนาจะใช้มือหมุนใบพัดเพื่อให้ลมกระพือพัดข้าวลีบหรือแกลบซึ่งไม่มีน้ำหนักออกไปทางหนึ่ง และเมล็ดข้าวเปลือกที่มีน้ำหนักก็จะทานแรงลมตกลงทางด้านหน้าของสีฟัดหรือหากข้าวเปลือกมีจำนวนน้อยหรือไม่มีสีฟัดชาวนา ก็อาจใช้กระดิ่งฟัดเอาข้าวลีบหรือแกลบออกก็ได้ แต่จะใช้เวลามากและเหนื่อยมากกว่า



ครกกระเดื่อง

ครกมือ

การตำข้าว

เมื่อได้ข้าวเปลือกชาวนาก็จะนำมาตำเอาเปลือกข้าวที่เรียกว่า แกลบออกให้เป็นข้าวสาร การตำข้าวแบบโบราณมีทั้งตำด้วยเท้า เรียกว่า “ครกกระเดื่อง” และที่ตำมือเรียกว่า “ครกมือ” ข้าวที่ได้ เรียกว่า “ข้าวซ้อมมือ” ซึ่งมีวิตามินบีสูง





การคัดข้าวสาร

เมื่อตำข้าวเสร็จจะต้องนำข้าวนั้นมาคัดเอาแกลบและรำออก แกลบคือเปลือกข้าวที่มีลักษณะหยาบๆ รำคือเปลือกข้าวที่โดนตำจนละเอียด มีลักษณะเป็นฝุ่นผง ชาวนาจะคัดออกจนหมดเหลือแต่ข้าวสารขาวๆ หรือบางทีออกเหลืองที่เรียกว่า “ข้าวซ้อมมือ” เมื่อนำไปหุงเป็นข้าวสวยร้อนๆ จะเป็นข้าวที่รับประทานอร่อยและมีประโยชน์สูงสุด

แบบทดสอบหลังเรียน

จงเลือกตอบข้อที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว (ข้อละ 1 คะแนน)

1. เหตุผลใดที่ภูมิปัญญาชาวบ้านใช้ขี้วัวทาบนพื้นดินก่อนนวดข้าว

- ก. ป้องกันดินยุ่ยเป็นฝุ่นทำให้ข้าวสกปรก
- ข. ขี้วัวช่วยเพิ่มวิตามินบีในข้าว
- ค. ชาวนายากจนไม่มีเงิน
- ง. นา-ข้าว-วัว เป็นของคู่กัน

2. ข้อใดเป็นการคุมหญ้าด้วยวิธี “เกษตรธรรมชาติ”

- ก. ใช้พลาสติกคลุมดิน
- ข. ใช้ปุ๋ยอีเอ็มคลุมหญ้า
- ค. ใช้ยาปราบวัชพืช
- ง. ปรับดินด้วยไฟฟ้า

3. การปลูกพืชแซมในแปลงปลูกมีจุดประสงค์อย่างไร

- ก. เพิ่มปุ๋ยให้พืช
- ข. คลุมวัชพืช
- ค. พัฒนาปรับปรุงดิน
- ง. กำจัดแมลง

4. พืชในข้อใดสามารถป้องกันดินพังได้ดีกว่าพืชชนิดอื่น

- ก. หญ้าแฝก
- ข. หญ้าแพรง
- ค. หญ้าหัวหมู
- ง. หญ้านวลน้อย

คณะผู้จัดทำ

1. สภามหาวิทยาลัย โดย พลเอกสุรยุทธ์ จุลานนท์ และคณะ
2. คณะกรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัย ประกอบด้วย
 - 2.1 พลเอกสุรินทร์ พิกุลทอง ประธานคณะกรรมการส่งเสริมกิจการฯ
 - 2.2 นายนคร ตั้งคะพิภพ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิรองประธาน
 - 2.3 นายชวลิต จงเจริญชัยสกุล กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.4 นายประดิษฐ์ เหลืองอร่าม กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.5 นายบัณฑิตย์ โลจนาทร กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.6 นายชิน ชำเพชร กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.7 นายปริญญา อุดมทรัพย์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.8 นายพงศ์ศักดิ์ เกตุสวัสดิวงศ์ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.9 นายไพบูลย์ เกตุแก้ว กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.10 นายสืบพงศ์ เกตุนุติ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.11 นายชัยยศ สงวนนทร์ชัย กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.12 นางประโยชน์ สุนทรวาทะ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.13 นางสาวจิราพร ทัดพินิจ กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.14 ดร.โณมยง โต๊ะทอง กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ
 - 2.15 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศรีชัย เย็นเปรม อนุกรรมการ
 - 2.16 รองศาสตราจารย์ยศ ธีระเดชพงศ์ อนุกรรมการ
 - 2.17 นางสาวรุ่งอรุณ ปิยะฤทธิ์ ประธานสภานักศึกษา
 - 2.18 นายชูเกียรติ เพลิดพริ้ง นายกองคํการนักศึกษ
 - 2.19 นายกรัณย์ สุทธารมณั กรรมการผู้ทรงคุณวุฒิและเลขานุการ
 - 2.20 นางกอบกาญจน์ ศิริธนาวงศ์ ผู้ช่วยเลขานุการ
 - 2.21 นางสาวรัฐกาญจน์ วิโนทัย ผู้ช่วยเลขานุการ

โครงการตามแนวพระราชดำริ

3. คณะกรรมการดำเนินงาน ประกอบด้วย

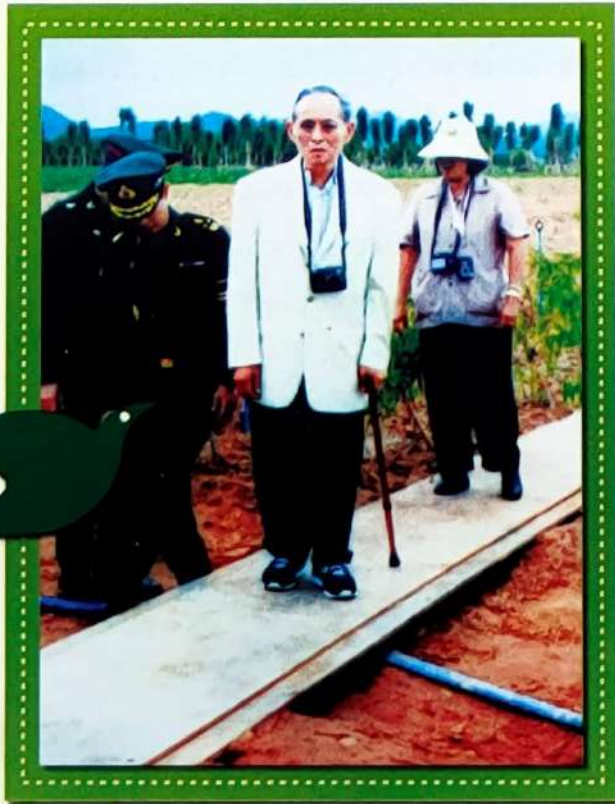
- | | | |
|------|---|----------------------------|
| 3.1 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศรีชัย เย็นเปรม | ประธานกรรมการ |
| 3.2 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชำนาญ งามสมบัติ | รองประธานกรรมการ |
| 3.3 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์รพีพรรณ เทียมเดช | รองประธานกรรมการ |
| 3.4 | ดร.วิวัฒน์ วรวงษ์ | กรรมการ |
| 3.5 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์อุบล สมทรง | กรรมการ |
| 3.6 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์พจนารถ บัวเขียว | กรรมการ |
| 3.7 | อาจารย์ภมร พราหมณ์แก้ว | กรรมการ |
| 3.8 | อาจารย์ยุทธิ เย็นเปรม | กรรมการ |
| 3.9 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์บุญยั้ง ชื่นธะภาค | กรรมการ |
| 3.10 | ดร.บุญสนอง ช่วยแก้ว | กรรมการ |
| 3.11 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์พูลสวัสดิ์ มุมบ้านเช่า | กรรมการ |
| 3.12 | อาจารย์มนัญญา ปรียวิชญ์ภักดิ์ | กรรมการ |
| 3.13 | ผู้ช่วยศาสตราจารย์ น.สพ.มหิศร ประภาสะโนบล | กรรมการ |
| 3.14 | ดร.ปิยะนาถ บุญมีพิพิธ | กรรมการ |
| 3.15 | ดร.มณฑาทิ จำปาเหลือง | กรรมการ |
| 3.16 | นางกอบกาญจน์ ศิริธนาวงศ์ | กรรมการ |
| 3.17 | นายเสรี ถาวรเวช | กรรมการ |
| 3.18 | นายสะอาด เข้มสีดา | กรรมการและเลขานุการ |
| 3.19 | ดร.สมสุข แคมคำ | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |
| 3.20 | นางอาณา เข้มสีดา | กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ |

4. ผู้เรียบเรียง

- 4.1 ในหลวงกับอาชีพ
- 4.1.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์อุบล สมทรง
- 4.1.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ น.สพ.มหิศร ประภาสะโนบล
- 4.1.3 อาจารย์มนัญญา ปรียวิชญ์ภักดิ์

- 4.2 ตึกตากจากพ่อ
- 4.2.1 รองศาสตราจารย์ ดร.กาญจนา บุญส่ง
- 4.2.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์พจนารถ บัวเขียว
- 4.2.3 ผู้ช่วยศาสตราจารย์พรรณี คอนจจอหอ
- 4.2.4 ผู้ช่วยศาสตราจารย์อรอนงค์ ศรีพวาทกุล
- 4.2.5 ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิทย์ เปี้ยผ่อง
- 4.2.6 นายเทวินทร์ เอี่ยมมี
- 4.3 เชื้อนแก่งกระจานอันเป็นที่รัก
- 4.3.1 ดร.บุญสนอง ช่วยแก้ว
- 4.4 โครงการชิงห่มันตามพระราชดำริ
- 4.4.1 ดร.ปิยะนาถ บุญมีพิพิธ
- 4.5 ในหลวงกับการเสด็จวิไลมหาธาตุนววิหาร
- 4.5.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ชำนาญ งามสมบัติ
- 4.5.2 อาจารย์บุญมี พิบูลย์สมบัติ
- 4.5.3 อาจารย์ภมร พราหมณ์แก้ว
- 4.5.4 นางสาวน้ำฝน แสงอรุณ
5. ผู้ออกแบบรูปเล่ม
- 5.1 ผู้ช่วยศาสตราจารย์พูลสวัสดิ์ มุมบ้านเช่า





ขอขอบพระคุณผู้สนับสนุนการจัดพิมพ์



มูลนิธิพระเทพสุวรรณมุนี



มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี



สมาคมชาวเพชรบุรี

ไทยพาณิชย์ SCB



บ.สหวิริยาสตีลอินดัสตรี มหาชน จำกัด



กฟผ.

ผลิตไฟฟ้าเพื่อความสุขของคนไทย

การไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย



สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน
COMMUNITY ORGANIZATIONS
DEVELOPMENT INSTITUTE



ชลประทานงานเพื่อแผ่นดินไทย



สถานีวิทยุโทรทัศน์กองทัพบก

นายอลงกรณ์ พลบุตร
พล.อ.สุรินทร์ พิกุลทอง
นายชาย พานิชพรพันธุ์
นายประดิษฐ์ เหลืองอร่าม
นายชวลิต จงเจริญชัยสกุล
นายบัณฑิต ไรจนาท
ดร.โดมยง ไต้ะทอง
นายพงศ์ศักดิ์ เกตุสวัสดิวงศ์
นายกรัณย์ สุทธารมณ
ดร.ไพบูลย์ เกตุแก้ว
นายไมเคิล เอริคส์ เมสเนอร์
นายสนิท ขาวสะอาด
นายประสาน วงศ์สวัสดิ์
นายวรสิทธิ์ ไรจนพานิช
รศ.ดร.กาญจนา บุญส่ง
รศ.ทพ.ชัยวัฒน์ ปิ่นน้อย
นายไพรัช พวงมะลิ

สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดเพชรบุรี
ประธานคณะกรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
ผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบุรี
อดีตสมาชิกสภาผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบุรี พ.ศ.2550
บริษัทเขาใหญ่ศิลา จำกัด
ผู้อำนวยการโรงเรียนภาษา และภูมิปัญญาตะวันออก กทม.
กรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
กรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
โรงแรมรอยัลโดมมอน
กรรมการส่งเสริมกิจการมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
บริษัท Gussing Renewable Energy จำกัด (Thailand)
รองผู้ว่าราชการจังหวัดสระบุรี
รองผู้ว่าราชการจังหวัดระนอง
อดีตผู้ว่าราชการจังหวัดพังงา และกาฬสินธุ์
รองอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี
อาจารย์ประจำคณะทันตแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

คณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรี

โครงการ
ตามแนวพระราชดำริ



“ซ่งหัวมัน”