

หนังสือชุด **พอเพียงอย่างเพียงพอ**

หนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์

กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม

หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๘

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ เล่มที่ ๙

ผู้เขียน : รองศาสตราจารย์ภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์ และคณะ

อำนวยการผลิต : สมาคมประกันชีวิตไทย

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : เดือน พ.ศ. ๒๕๕๑ จำนวน เล่ม

ข้อมูลทางบรรณานุกรมหอสมุดแห่งชาติ
National Library of Thailand Cataloging in Publication Data
รองศาสตราจารย์ภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์ และคณะ
หลอดยาสีฟันของพ่อ ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓ กรุงเทพฯ : สมาคมประกันชีวิตไทย, ๒๕๕๑
หน้า.....
.....
ISBN :

ออกแบบปกและรูปเล่ม : ห้างหุ้นส่วนจำกัดกชกร พิมพ์ซิง

ภาพประกอบ : สราวุธ อีสรานุวรรณ

พิมพ์ที่ :

ลิขสิทธิ์ของสมาคมประกันชีวิตไทย

สงวนลิขสิทธิ์ ห้ามลอกเลียนแบบไม่ว่าส่วนใดส่วนหนึ่งของหนังสือ นอกจากจะได้รับอนุญาต





ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ

เรื่อง อนุญาตให้ใช้หนังสือในสถานศึกษา

ด้วยสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) และสมาคมประกันชีวิตไทย ได้ร่วมกันจัดทำหนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์ (เศรษฐกิจพอเพียง) ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม เรื่อง หลอดยาสีฟันของพ่อ ระดับประถมศึกษา ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการได้พิจารณาแล้ว อนุญาตให้ใช้หนังสือนี้ในสถานศึกษาได้

ประกาศ ณ วันที่ ๑๘ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๕๒

(คุณหญิงกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา)

เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
ปฏิบัติราชการแทนรัฐมนตรีว่าการกระทรวงศึกษาธิการ



หลอดยาสีฟันของพ่อ



ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓
รองศาสตราจารย์ภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์
รองศาสตราจารย์วรินทรา แพ่งสภา
รองศาสตราจารย์ดวงกมล สิ้นเพ็ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์พาณี แสงวงกิจ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ศิริลักษณ์ ศรีกมล
นางยุพเนตร วัฒนเวคิน

ถ้อยแถลง

นายกสมาคมประกันชีวิตไทย

ในการประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง "การกำหนดยุทธศาสตร์การประกันภัยแห่งชาติ" เมื่อวันที่ ๑๒ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๔๖ โดย ฯพณฯ นายกรัฐมนตรี เป็นประธาน ได้มีมติมอบให้กระทรวงศึกษาธิการพิจารณาปรับปรุงหลักสูตรและบรรจุเนื้อหาเกี่ยวกับการประกันชีวิตเบื้องต้นไว้ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยประสานในรายละเอียดกับกรมการประกันภัย สมาคมประกันวินาศภัย และสมาคมประกันชีวิตไทย

สมาคมประกันชีวิตไทย ได้ประสานและขอความร่วมมือไปยังสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในการจัดหาคณะอาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อจัดทำหนังสืออ่านเสริมความรู้ สาระเศรษฐศาสตร์ ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" ซึ่งได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดี จากคณะอาจารย์โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยฝ่ายประถมและมัธยม พร้อมทั้งคณะทำงานด้านวิชาการจากบริษัทที่เป็นสมาชิกของสมาคมฯ ในการกำหนดสาระการเรียนรู้ การประกันชีวิตเบื้องต้น ให้มีความเหมาะสมกับผู้เรียนแต่ละชั้น และสอดคล้องกับสาระเศรษฐศาสตร์ เพื่อให้เกิดผลในทางปฏิบัติอย่างเป็นรูปธรรม และสามารถนำไปเป็นพื้นฐานศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา รวมทั้งนำไปประกอบวิชาชีพต่อไปในอนาคตได้เป็นอย่างดี

อย่างไรก็ตาม ความรู้และความเข้าใจถึงการประกันชีวิตมีความจำเป็นพื้นฐานที่จะต้องบรรจุไว้ในหลักสูตรการเรียนการสอนของเยาวชนไทย โดยการปลูกฝังความรู้เรื่องการประกันชีวิตในระยะต้นขึ้นไป ถือเป็นส่วนหนึ่งของการดำรงชีวิตประจำวัน เป็นมาตรการที่สำคัญในการป้องกันการเข้าใจผิด เกิดข้อโต้แย้งกันเพราะความเข้าใจที่ไม่ครบถ้วนถูกต้อง นั่นเอง

บรรณาธิการ

๑. นางสุกัญญา งามบรรจง
๒. นางจิตรา ลีภิบาล
๓. นายสุรศักดิ์ เจริญโล่ห์ทองดี
๔. นายสวัสดิ์ นฤวงค์
๕. นายอนุภาพ นิยะโมสถ
๖. นายสุชาติ นิลคำวงศ์
๗. นางสาวอลิสสา เปี่ยมพงศ์สานต์

คณะกรรมการจัดทำหนังสือ

๑. นายสาระ ลำชำ	ประธานกรรมการ
๒. นายสุรศักดิ์ สุจิระกุล	รองประธานกรรมการ
๓. นางสาวทัศนีย์ ธรรมพิพิธ	กรรมการ
๔. นายชาญ วรธนะกุล	กรรมการ
๕. ดร.ชาติชัย พาราสุข	กรรมการ
๖. Mr. C. Donald Carden	กรรมการ
๗. นางบุษรา อึ้งภากรณ์	กรรมการ
๘. นายกิตติ ฆาสุขดี	กรรมการ
๙. นางสุกัญญา ทองชื่นจิตต์	กรรมการ
๑๐. นายพีระพงษ์ อุ่นจิตต์	กรรมการ
๑๑. Mr. James Lowell Brown	กรรมการ
๑๒. รศ.ภาสินี เปี่ยมพงศ์สานต์	กรรมการ
๑๓. รศ.วรินทรา แพ่งสกา	กรรมการ
๑๔. รศ.ดวงกมล สินเพ็ง	กรรมการ
๑๕. ผศ.พณีย์ แสงวงกิจ	กรรมการ
๑๖. ผศ.ศิริลักษณ์ ศรีกมล	กรรมการ
๑๗. นางยุพเนตร วัฒนเวคิน	กรรมการ
๑๘. นางสาวปริญญา สันติพงษ์	กรรมการและเลขานุการ
๑๙. นางสาวกาญจนา ว่องไวกิตติสิน	กรรมการและผู้ช่วยเลขานุการ

ดังนั้น การศึกษาเรื่องการประกันชีวิต จึงมีความจำเป็นและสำคัญต่อการดำรงชีพของคนทุกสาขาอาชีพ ทุกเพศ ทุกวัย เพราะทุกชีวิตในสังคมต้องมีการเผชิญกับภัยต่างๆอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ หากครู นักเรียน ตลอดจนประชาชนทั่วไป มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการทำประกันชีวิตที่ถูกต้อง จะทำให้มีการวางแผนการออมเงิน การใช้จ่ายในแต่ละช่วงอายุของตนได้เป็นอย่างดี ไม่เป็นภาระของสมาชิกในครอบครัว หรือภาระสังคมที่รัฐบาลจะต้องจัดสรรงบประมาณส่วนหนึ่งมาให้ความช่วยเหลือ

หนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์ ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" นี้ จะมอบให้แก่ห้องสมุดโรงเรียนนำร่องทุกภาคทั่วประเทศ เพื่อให้ครูอาจารย์และนักเรียน ใช้ประกอบการเรียนการสอนสาระเศรษฐศาสตร์ ซึ่งสมาคมประกันชีวิตไทยและสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน จะร่วมกันพิจารณารายชื่อโรงเรียนต่อไป

สมาคมประกันชีวิตไทย หวังว่าหนังสืออ่านเสริมชุดนี้ จะมีคุณประโยชน์ต่อครู อาจารย์ และนักเรียนที่ได้นำมาศึกษา พร้อมกับบรรลุนิติบุคคลตามที่กำหนดไว้ใน "แผนยุทธศาสตร์ประกันภัยแห่งชาติ" และบรรลุนิติบุคคลของสาระเศรษฐศาสตร์ในหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔ เพื่อความอยู่เย็นเป็นสุขที่มั่นคงและยั่งยืนต่อไป

(นายสาระ ลำชำ)

นายกสมาคมประกันชีวิตไทย

กรกฎาคม ๒๕๕๑

คำนิยม

เลขาธิการ คณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย

การส่งเสริมการเรียนรู้เกี่ยวกับความรู้พื้นฐานด้านการประกันชีวิต ถือเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะช่วยในการพัฒนาความรู้ทางด้านเศรษฐศาสตร์ รวมทั้งการวางแผนด้านการเงินส่วนบุคคลและครอบครัว อันจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการดำรงชีวิตในปัจจุบันที่สถานการณ์ของโลกเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว

สมาคมประกันชีวิตไทย เป็นหน่วยงานหนึ่งที่มีบุคลากรของบริษัทที่เป็นสมาชิกของสมาคมฯ ที่มีความรู้ด้านการประกันชีวิต ได้ให้ความร่วมมือเข้ามาช่วยจัดทำหนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์ ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการ ในการให้ความรู้เกี่ยวกับเศรษฐศาสตร์ด้านการบริหารจัดการการเงิน เพื่อช่วยให้ครูผู้สอนและนักเรียนระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา มีความรู้ความเข้าใจการประกันชีวิตมากขึ้น ซึ่งเป็นทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับทุกคนในการใช้ดุลยพินิจอย่างเหมาะสม เพื่อการตัดสินใจวางแผนการใช้จ่ายในชีวิตประจำวัน

จึงนับเป็นเรื่องน่ายินดีที่สมาคมประกันชีวิตไทย ซึ่งมีใช้หน่วยงานของรัฐที่ประกอบด้วยผู้ที่มีความรู้ด้านการประกันชีวิต ได้ดำเนินการจัดทำหนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์ ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔ โดยได้ประมวลหลักการพื้นฐาน แนวคิด ตลอดจนกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการประกันชีวิต อันประกอบด้วยองค์ความรู้ในด้านเศรษฐศาสตร์ การเงิน ธุรกิจและการลงทุน ที่มีรูปแบบสวยงาม น่าสนใจ ชวนให้น่าติดตามอ่าน และสะดวกต่อการเรียนการสอนของครู อาจารย์ และนักเรียน

รายชื่อผู้จัดทำหนังสือ

คณะที่ปรึกษา

๑. คุณหญิง ดร.กษมา วรวรรณ ณ อยุธยา
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
๒. นายวินัย รอดจ่าย
รองเลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน
๓. นายสุชาติ วงศ์สุวรรณ
ที่ปรึกษาด้านพัฒนากระบวนการเรียนรู้
๔. ดร.เบญจลักษณ์ น้ำฟ้า
ผู้อำนวยการสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา
๕. ดร.อภิรักษ์ ไทพัฒน์กุล
อดีตนายกสมาคมประกันชีวิตไทย/กรรมการบริหารสมาคมฯ
๖. นายสุทธิ รจิตรังสรรค์
อดีตนายกสมาคมประกันชีวิตไทย/กรรมการบริหารสมาคมฯ



พ่อ อยากให้ลูก**อยู่เย็นเป็นสุข**
พ่อ จึงสอนให้ลูกยึดหลัก
ความพอเพียง



หมายถึง....

พึ่งพาตนได้

ใส่ใจศึกษา

ร่วมมือพัฒนา
หาทางเกื้อกูล

ใช้จ่ายประหยัด
สมบัติไม่สูญ

ความสุขเพิ่มพูน
เพราะ
ความพอเพียง

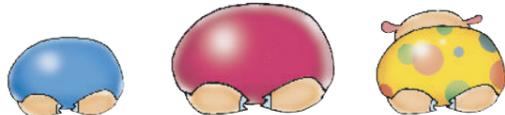
ถ้าไม่รู้จักพอ
มีเท่าไรก็ไม่พอนะจ๊ะ!



หมูจะเอาขนมอีก ๆ

ผมจะเป็นหมูพอเพียง เพื่อให้มีเพียงพอครับ!

แง ๆ...
จะเอาอีก ๆ



สำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย ขอชื่นชมในความเพียรพยายามของคณะผู้จัดทำที่ได้ทุ่มเทแรงกาย แรงใจ ในการผลิตหนังสือที่มีคุณประโยชน์ต่อการจัดการเรียนการสอน เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้เกิดความอยู่เย็นเป็นสุข และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าหนังสือชุดนี้ จะช่วยเปิดโลกทัศน์ของเด็กๆ ให้กว้างขวางมากขึ้นในการหา-ใช้-และทำให้ทรัพย์สินที่มีอยู่ได้ใช้เป็นประโยชน์แก่ตัวเองและสังคม รวมทั้งช่วยส่งเสริมให้เยาวชนไทยเห็นความสำคัญของการประกันชีวิตและธุรกิจในการทำให้ชีวิตมั่นคงยิ่งขึ้น

(นางจันทร์ธา บุรณฤกษ์)

เลขาธิการ คณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย

กรกฎาคม ๒๕๕๑

คำนำ

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน โดยสำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) และสมาคมประกันชีวิตไทย เห็นความสำคัญในการพัฒนาทักษะชีวิตในเรื่องความรู้พื้นฐานด้านการจัดการการเงิน การประกันชีวิตให้แก่เยาวชน ซึ่งจะเติบโตเป็นกำลังสำคัญของประเทศไทยในอนาคต โดยมุ่งหวังให้เยาวชนรุ่นใหม่เป็นผู้มีความรู้ และความสามารถในการดูแล และจัดการการเงินของตนเอง ตลอดจนการจัดการกับทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดได้ในระดับหนึ่ง จึงได้ร่วมกันพัฒนาหนังสืออ่านเสริมความรู้ ที่มีเนื้อหาสาระที่เกี่ยวกับทักษะชีวิตที่จำเป็น เหมาะสมสอดคล้องกับวัยของเด็ก โดยนำเสนอในรูปแบบหนังสือนิทานภาพ "ชุดพอเพียงอย่างเพียงพอ" สำหรับระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑ - ๓ มีหนังสือรวม ๙ เล่ม หลอดยาสีฟันของพ่อ เล่มนี้ เป็นหนังสือเล่มที่ ๙ ของชุด นำเสนอเนื้อหาเกี่ยวกับทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ในโลก ซึ่งประกอบด้วย อากาศ ดิน น้ำ ฯลฯ และการนำทรัพยากรมาใช้ให้เกิดประโยชน์และคุ้มค่า ตลอดจนได้เห็นคุณค่าของทรัพยากรที่มีอยู่ มาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างมีคุณภาพและเกิดประโยชน์สูงสุด ซึ่งเป็นพื้นฐานส่วนหนึ่งของทักษะการใช้ชีวิตในสาระเศรษฐศาสตร์ตามหลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐานของกระทรวงศึกษาธิการ (ระดับประถมศึกษา)

พ่อ สอนผมว่า.....

“...ทำอะไรต้องพอเพียง หมายความว่าพอประมาณ ไม่สุดโต่ง ไม่โลภอย่างมาก คนเราก็อยู่เป็นสุข...”*

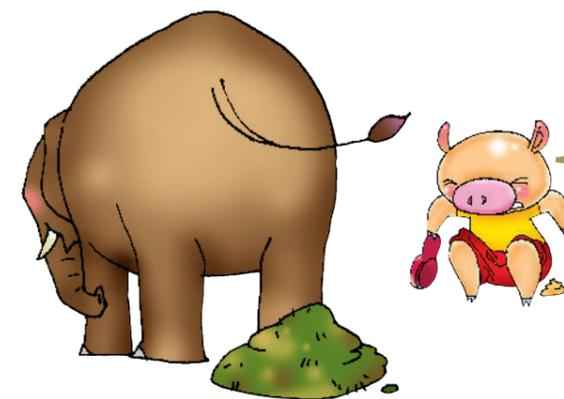
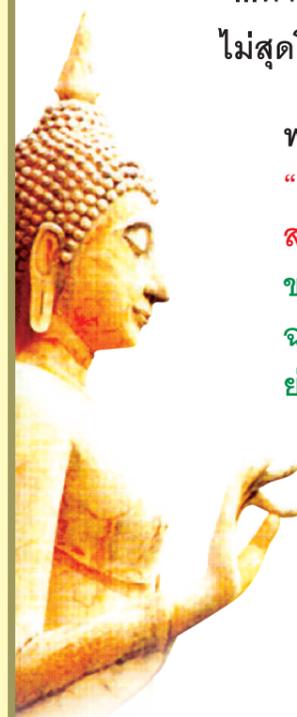
พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า

“อุฏฐาตา กมมเธยเยสุ อปฺปมตฺโต วิธานวา
สมํ กปฺเปติ ชีวิตํ สมฺภตํ อนฺรฺกฺขติ”

ขยันงาน ไม่ประมาท

ฉลาดในวิธีจัดการ เลี้ยงชีวิตแต่พอดี

ย่อมรักษาทรัพย์สมบัติให้คงอยู่ และเพิ่มทวี



ทำไม
ผมอ้วนได้มาก
เท่าพี่ช้าง?!

ทำพอดี
มีพ่พอเพียง

เห็นช้างซื้อยาซื้อตามช้าง
ต้องรู้จักประมาณตน

*พระราชดำรัส เสด็จฯในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา : ๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๑

การประหยัด เป็นทางสายกลาง เป็นแนวทางของความพอดี

น้อยเกินไป

แม่ครับยังกิน
ไม่อิ่มเลยครับ



มีแต่ไม่ใช้ให้เกิดประโยชน์
แก่ตนเองและผู้อื่น เรียกว่า
ตระหนี่

พอดี



มีใช้พอเพียงกับตนเองและผู้อื่น
และใช้อย่างคุ้มค่า เรียกว่า
ประหยัด

มากเกินไป



ใช้ของเกินความจำเป็น
ใช้ไม่คุ้มค่า ใช้ทิ้งๆ ขว้างๆ
เรียกว่า **ฟุ่มเฟือย**

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน สำนักงานคณะกรรมการกำกับ
และส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) และสมาคมประกันชีวิตไทย
หวังเป็นอย่างยิ่งว่า หนังสืออ่านเสริมความรู้ชุด "พอเพียงอย่างเพียงพอ" จะเป็น
ประโยชน์ สำหรับการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ เพื่อเสริมสร้างทักษะชีวิตให้แก่
เยาวชนไทย อันจะนำไปสู่การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพภายใต้การเรียนการสอน
ในยุคปฏิรูปการศึกษาต่อไป

Mae C ee

(คุณหญิงกษมา วรวรรณ ณ อยุธยา)
เลขาธิการคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน



พ่อ รู้ว่า น้ำมันปิโตรเลียมจากใต้โลกกำลังจะหมดไป
พ่อ จึงทำโครงการ**ไบโอดีเซล**สูตรสกัดจากน้ำมันปาล์ม
 ใช้เป็นพลังงานทางเลือก*



พ่อ พึ่งตนเองด้วยการศึกษาพืชที่ให้น้ำมัน คือเมล็ดปาล์ม
 เพื่อนำมาใช้เติมรถยนต์แทนน้ำมันปิโตรเลียม
พ่อ รอบคอบในการเตรียมหาพลังงานอื่นมาใช้ในอนาคต
พ่อ ช่วยประหยัดทรัพยากรธรรมชาติ ใช้สติปัญญา
 แก้ปัญหา เพื่อให้ได้อยู่ได้ด้วยตนเองอย่างมั่นคง



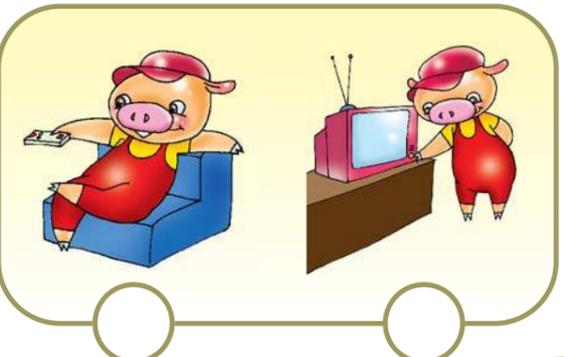
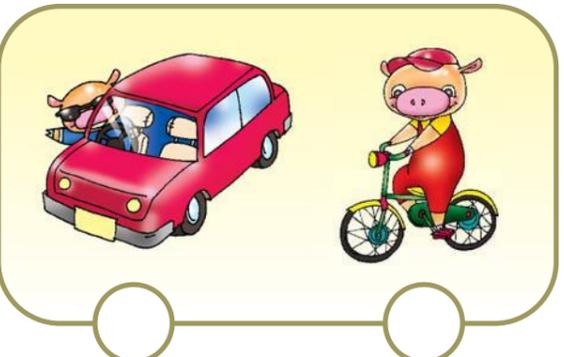
มูลนิธิของพ่อก็เอาไปหมักทำ**ก๊าซชีวภาพ**
 หรือ**ไบโอแก๊ส** ใช้เป็นพลังงานทางเลือกได้ครับ!



*ได้รับเหรียญทอง ประกาศนียบัตรสดุดีเทิดพระเกียรติคุณ และถ้วยรางวัลจากการแสดงผลงาน ในนิทรรศการ
 สิ่งประดิษฐ์นานาชาติชื่อ "บรัสเซลล์ ยูเรก้า ๒๐๐๑" ณ กรุงบรัสเซลล์ ราชอาณาจักรเบลเยียม ใน พ.ศ.๒๕๔๔



ซิด ✓ ได้รูปที่แสดงถึงการประหยัดได้ไหมครับ



พ่อ ของใคร ใครก็รัก

ผมก็รัก **พ่อ** ของผม

ก็ **พ่อ** ของผม ทั้ง **ดี** และ **เก่ง**

พ่อ จึงเป็นตัวอย่างที่ดี ของลูก ๆ

ในหลายๆเรื่อง...

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง

พ่อ สอนให้ลูก ๆ

อยู่อย่าง **พอเพียง**

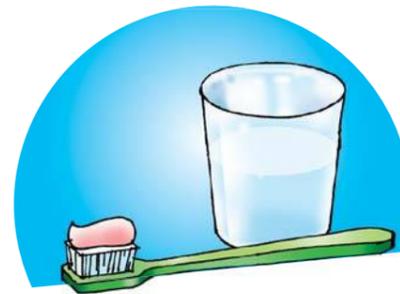
เราจะอยู่อย่าง**พอเพียง**ได้
ต้องทำอะไร?...
และ เพราะอะไร?..

๑

พ่อ สอนลูก ๆ ว่า.....

“...การ**ประหยัด**เป็นสิ่งที่พึงประสงค์อย่างยิ่งในทุกแห่งและในทุกกาลทุกเมื่อ...
ขอให้คำนึงถึงผลได้ที่เกิดขึ้นจากการ**ประหยัด**ให้มาก”*

“...ต้อง**ระมัดระวัง**ระดับประคองตัวเรามากขึ้น โดยเฉพาะในเรื่อง
การเป็นอยู่โดย**ประหยัด** เพื่อที่จะอยู่ให้รอดและก้าวหน้าต่อไปได้โดย **สวัสดิ...**”**



ใช้แก้วน้ำ บ้วนปากแปรงฟัน
ใช้น้ำเพียง ๑-๒ แก้ว

อย่างไร
ประหยัด
กว่ากันครับ



แปรงฟันไป ปล่อน้ำก็ออกไหลไป
ใช้น้ำเปลืองถึง ๑๒ ลิตรต่อครั้ง

คนที่**ระมัดระวัง**รอบคอบคิดถึงภัยที่อาจเกิดขึ้นภายหน้า
ย่อมรู้จัก**ประหยัด**เก็บออมเอาไว้ใช้ในอนาคต

รักษาสิ่งแวดล้อม
ถนอม**อนาคต**



*พระบรมราโชวาทในพิธีพระราชทาน
ปริญญาบัตรของสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า : ๓๐ ตุลาคม พ.ศ. ๒๕๒๑

**พระราชดำรัสในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ : ๓๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๒๑



๑๐

พ่อ ของฉันเป็นคน **ประหยัด**

ดู **หลอดยาสีฟัน** ของพ่อสิ



พ่อ บีบใช้จนหมดหลอด
ไม่เหลือทิ้งๆ ขว้างๆ

เมื่อรองเท้าของพ่อชำรุด

พ่อ ก็จะส่งไปให้ช่างซ่อมแซม

แล้วนำมาใช้ใหม่



๘

พ่อ สอนผมว่า เราต้องพึ่งพาตนเองได้

พ่อ ของฉันจึงชอบทำอะไรเอง

พ่อ มีความเพียรพยายามทำสิ่งต่างๆ
จนทำได้อย่างดี



พ่อ ต่อเรือใบได้และแข่งเรือใบจนได้รางวัลชนะเลิศการแข่งขัน
เรือใบประเภท โอ.เค. ในการแข่งขันกีฬาแหลมทอง
จนได้รับรางวัล เหรียญทอง
เมื่อวันที่ ๑๖ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๑๐



๒

พ่อ แต่งเพลงเพราะๆ ไว้มากมายและเล่นดนตรีก็เก่ง



บทเพลงพระราชนิพนธ์ เมื่อ พ.ศ. ๒๔๘๙



เมื่อลมฝน บนฟ้า
มาลิว....

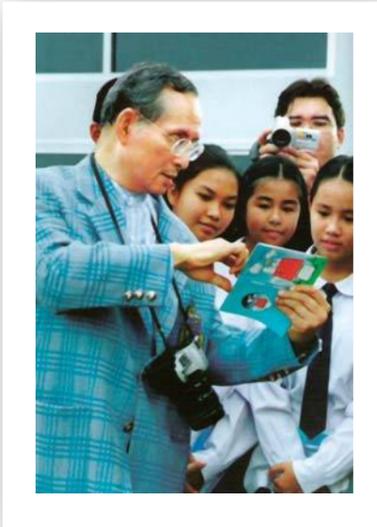
เด็กๆร้องได้
ไหมครับ



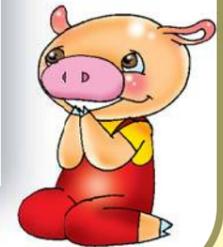
พระพุทธเจ้า ทรงสอนว่า
“อตุตทาหิ อตุตโธนาโถ”
ตนนั้นแหละ เป็นที่พึ่งแห่งตน

พ่อ สอนว่า.....

“การศึกษาหาความรู้ จึงสำคัญตรงที่ว่าต้องศึกษาเพื่อให้เกิด “ความฉลาดรู้”
คือรู้แล้วสามารถนำมาใช้ประโยชน์ได้จริงๆ โดยไม่เป็นพิษเป็นโทษ....”*



*พระบรมราโชวาท
ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร
เมื่อวันที่ ๒๒ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๒๔



พ่อ สอนให้ลูกศึกษาหา**ความรู้**
 เพื่อจะได้เกิดสติปัญญา ทำให้รู้จักใช้**เหตุผล**
 ให้เกิด**ความรอบคอบ**ในการนำ**ความรู้**นั้นมาใช้



พ่อ ผูกเชือกกรองเท้าเอง ขณะไปที่วัดศรีสุข
 อำเภอบ้านม่วง จังหวัดสกลนคร
 เมื่อเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.๒๕๓๓



กว่าผมจะผูกเชือกกรองเท้าเป็นกีฬานานอยู่ละครับ
 แต่ผมก็พยายามหัดทำ
 จนผูกเป็นแล้ว

แล้วเด็กๆ ทำอะไร
 ได้เองบ้างละครับ
 เขียนบอกพี่หมูหน่อยนะครับ



๑. _____
๒. _____
๓. _____

เก่งมากครับ



พ่อ สอนว่า ให้อุ้มชูตัวเองได้ให้เพียงพอกับตัวเองเสียก่อน
เมื่อช่วยตัวเองได้แล้ว ต้องรู้จักให้ผู้อื่นและช่วยเหลือผู้อื่นต่อไป
พ่อเปรียบเทียบการพึ่งตนเองว่า

“...ให้ยืมบนขาตัวเอง คำว่ายืมบนขาตัวเองนี่มีคนบางคนพูดว่าชอบกล ใครจะมายืมบนขา
คนอื่นมายืมบนขาเรา เราก็โกรธ แต่ตัวเองยืมบนขาตัวเองก็ต้องเสียหลักหักล้มหรือล้มลง
อันนี้ ก็เป็นความคิดที่อาจจะเพียงพอไปหน่อย แต่ว่าเป็นความที่เขาเรียกว่า ยืมบนขาตัวเอง
หมายความว่า สองขาของเรานี้ยืมบนพื้น ให้อยู่ได้ไม่หกล้ม ไม่ต้องไปขอยืมขาของคนอื่นมาใช้
สำหรับยืม...”*

ยืมบนขาของตนเองได้ ดีที่สุด



พึ่งคนอื่นไม่มั่นคงยังยืนเท่าพึ่งตนเอง

* พระราชดำรัส ณ ศาลาดุสิดาลัย สวนจิตรลดา
วันที่ ๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๔๑ ในโอกาส
วันเฉลิมพระชนมพรรษา



พ่อ ของฉันชอบเรียนรู้ ทำให้พ่อเก่งหลายๆ ด้าน
พ่อ ชอบคิดค้น หาวิธีการช่วยเหลือผู้อื่นให้มีความสุข



กังหันน้ำชัยพัฒนา ช่วยเติมก๊าซออกซิเจน
ลงในน้ำ ทำให้น้ำสะอาดขึ้น



การปลูกหญ้าแฝก เพื่อการอนุรักษ์ดิน
และน้ำ เพื่อสร้างความอุดมสมบูรณ์
ให้กับพื้นที่



“สิ วิรุฬห์เทถ เมธาวิ
เขตเต พิษวี วฏฐิยา”
คนมีปัญญาย่อมงอกงาม
ดังพืชในนา งอกงามด้วย
น้ำฝน



ฝนหลวงพระราชทาน ทำให้ฝนตก
ลงมายังพื้นที่แห้งแล้งเพื่อบรรเทา
ความเดือดร้อน ของชาวนาชาวไร่



* ได้รับการทูลเกล้าฯ ถวายรางวัลถึง ๕ รางวัลในงาน “บรัสเซลส์ ยูเรก้า ๒๐๐๐” ครั้งที่ ๔๔ โดยองค์การนักประดิษฐ์
The Belgian Chamber of Inventors ณ กรุงบรัสเซลส์ ราชอาณาจักรเบลเยียม
** ธนาคารโลกได้ถวายรางวัลเทิดพระเกียรติคุณระดับนานาชาติ ของสมาคมควบคุมการชะล้างพังทลายของหน้าดิน
นานาชาติ และถวายแผ่นเกียรติบัตรภาพจากหญ้าแฝกชุ่มสำริด เพื่อเป็นรางวัลสดุดีพระเกียรติคุณ และเผยแพร่
การดำเนินงานหญ้าแฝกของประเทศไทยให้เป็นที่ประจักษ์แก่ชาวโลก



"ถ้ารู้จักพอเพียง ก็จะมีเพียงพอ"



สมาคมประกันชีวิตไทย

๓๖/๑ ซอยสะพานคู่ ถนนพระรามที่ ๔ แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ ๑๐๑๒๐



หนังสือชุด พอเพียงอย่างเพียงพอ
หนังสืออ่านเสริมความรู้สาระเศรษฐศาสตร์
กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม
หลักสูตรการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช ๒๕๔๔

เล่มที่



หลอดยาสีฟันของพ่อ



กระทรวงศึกษาธิการ

ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑-๓



คปก.

สำนักงานคณะกรรมการกฤษฎีกาและส่งเสริม
การประกอบธุรกิจประกันภัย(คปก.)



สมาคมประกันชีวิตไทย