

กาลครั้งหนึ่ง ณ โลกแห่งสีสัน

วารสารที่จะพาเด็ก ๆ
ไปสู่โลกแห่งสีสันมากมาย

เต็มไปด้วยสาระ
และความสนุกภายในเล่ม

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
มามะ มารูจักกัน... กับพี่ ๆ ทีมบก.	2
พูดคุยก่อนอ่านกับพี่ ๆ ทีมบก.	3
แอร์รี่ พอตเตอร์	4
เลขปริศनावันตรุษจีน	6
ตามล่าหาคาศัพท์และปริศนาอักษรไขว้	8
ตึกสีรุ้งในหลอดทดลอง	10
ลิ่มมาก่อนสี หรือสีมาก่อนลิ่ม	12
สร้างสรรค์ภาพสไตล์โมเนต์	14
เจลสีเข้มสด	15
ศิลปะจากธรรมชาติ	16
สีที่ช่วยได้และพักผ่อนไม่หลากสี	18
ที่นี่...สวนงูหนู	20
OSCAR CLAUDE MONET	22
ทำให้หา	24
สัตว์หลากสีสุดน่าทึ่ง	26
ทลายนิสัยไปความเป็นจีน	28
จดหมายนี้สื่ออยู่ว่า	30
แต่มีนิดระบายหน่อย	32



مامะ มารู้จักกัน... กับพี่ ๆ ทีมบก.



พี่พิม

ชื่อ : นภัสสร วีรพลิน (พิม)
วันเกิด : 13 มีนาคม พ.ศ.2543
สาขาวรรณกรรมสำหรับเด็ก รุ่นที่ 25
เป็นคนติดบ้านที่ชอบสีฟ้าและสีน้ำเงินมาก ๆ ชอบเล่นกับสุนัข และชอบซื้อหนังสือทุกเล่มที่ลดราคาหรือสงฟรี



พี่เอ๊ะ

ชื่อ : อริสรา อินบาง (เอ๊ะ)
วันเกิด : 31 พฤษภาคม พ.ศ.2543
สาขาวรรณกรรมสำหรับเด็ก รุ่น 25
ชอบสีดำมาก เพราะเคยชอบสีอื่นแล้วแต่รู้สึกเบื่อ
รักการนอนเป็นชีวิตจิตใจ และรักการกินบุฟเฟต์เป็นที่สุด



พี่ต๋อง

ชื่อ : ทรวงพร กุลกาญจนภิบาล (ต๋อง)
วันเกิด : 9 พฤศจิกายน พ.ศ. 2541
สาขาวรรณกรรมสำหรับเด็ก รุ่นที่ 25
คนชื่อแปลกที่รักสงบ ชอบสีเขียว และยังชอบดื่มชา
และกินพายแอปเปิ้ลที่สุด

ขอบคุณก่อนอ่าน กับพี่ ๆ ทีมบก.

สวัสดีค่ะ ยินดีที่ได้พบกันอีกครั้งนะคะ น้อง ๆ หนู ๆ รู้มั๊ยคะว่าสื่ออยู่รอบตัวเราเต็มไปหมดจนเป็นกลายเป็นความเคยชิน และบางทีก็มีความสำคัญที่เรา มักไม่ได้สนใจจนมองข้ามไปอยู่บ่อย ๆ แต่ถ้าพูดถึงสื่อขึ้นมาหน่อย หนู ๆ จะนึกถึงสื่ออะไรกันบ้างเอ่ย พี่เชื่อว่าคำตอบของแต่ละคนคงแตกต่างกันไป

วันนี้พี่ ๆ จึงได้รวบรวมเรื่องราวเกี่ยวกับสื่อขึ้นมาไว้ในวารสารกาลครั้งหนึ่งฉบับนี้ เพื่อให้น้อง ๆ หนู ๆ ได้อ่านกันอย่างสนุกสนานและได้ความรู้ไปด้วย ถ้าพร้อมแล้ว เรามาเข้าสู่โลกแห่งสีสันกันเลยดีกว่าค่ะ

พี่ ๆ กองบรรณาธิการ
วารสารกาลครั้งหนึ่ง ณ โลกแห่งสีสัน

แฮร์รี่ พอตเตอร์

คอลัมน์นี้จะแนะนำให้รู้จักกับวรรณกรรมเรื่องหนึ่งค่ะ เป็นเรื่องที่โด่งดังมาก ๆ นั่นก็คือเรื่อง "แฮร์รี่ พอตเตอร์" นั่นเอง ไหนใครรู้จักบ้างเอ่ย ใครที่ไม่รู้จักก็อย่าเพิ่งกังวลไปนะคะ พี่จะพาไปรู้จักเดี๋ยวนี้เลยคะ ถ้าพร้อมแล้วก็ไปทำความรู้จักกันเลยดีกว่าคะ แล้วสำหรับใครที่สงสัยว่าวรรณกรรมเรื่องนี้เกี่ยวข้องกับสื่ออย่างไร เก็บข้อข้องใจไว้ก่อนนะคะ เดี่ยวพี่จะเฉลยแน่นอน



แฮร์รี่ พอตเตอร์ เป็นชุดนวนิยายแฟนตาซีจำนวนเจ็ดเล่ม ประพันธ์โดยนักเขียนชาวอังกฤษชื่อว่า เจ. เค. โรว์ลิง เป็นเรื่องราวการผจญภัยของพ่อมดเด็กอย่าง แฮร์รี่ พอตเตอร์ กับเพื่อนสองคน รอน วิสลีย์ และ เฮอร์ไมโอนี่ เกรนเจอร์ ซึ่งพวกเขาเป็นนักเรียนของโรงเรียนคาถाप่อมดแม่มดและเวทมนตร์ศาสตร์ฮอกวอตส์ โดยวรรณกรรมเรื่องนี้มีโครงเรื่องหลักเกี่ยวกับภารกิจของแฮร์รี่ในการเอาชนะพ่อมดศาสตร์มืดที่ชั่วร้ายอย่าง ลอร์ดโวลเดอมอร์ ผู้ที่ต้องการจะมีชีวิตเป็นอมตะ มีเป้าหมายเพื่อพิชิตมักเกิ้ล หรือประชากรที่ไม่มีอำนาจวิเศษ พิชิตโลกพ่อมดและทำลายทุกคนที่ขัดขวาง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง แฮร์รี่ พอตเตอร์นั่นเอง!

ชุดนวนิยายแฮร์รี่ พอตเตอร์สามารถจัดเป็น

วรรณกรรมได้หลายประเภท เช่น แฟนตาซีและการเปลี่ยนผ่านของวัย โดยมีองค์ประกอบของวรรณกรรมประเภทลึกลับ ตื่นเต้นสยองขวัญ ผจญภัย และโรแมนซ์ นอกจากนี้ยังมีความหมายและการสื่อถึงวัฒนธรรมหลายอย่างอีกด้วย

แฮร์รี่ พอตเตอร์ทั้งเจ็ดเล่มได้ถูกนำไปสร้างเป็นภาพยนตร์โดยวอร์เนอร์บราเธอर्सส จำนวนแปดภาค โดยเนื้อเรื่องในหนังสือเล่มที่เจ็ด ผู้สร้างได้แบ่งออกเป็นสองตอนเพราะเนื้อเรื่องที่ยืดยาว ยิ่งไปกว่านั้นภาพยนตร์ชุดแฮร์รี่ พอตเตอร์เป็นชุดภาพยนตร์ที่ทำรายได้สูงสุดตลอดกาลในลำดับที่ 3 เลยล่ะคะ

เมื่อพูดถึงแฮร์รี่ พอตเตอร์แล้วก็อดไม่ได้ที่จะนึกถึงโรงเรียนคาถाप่อมดแม่มดและเวทมนตร์ศาสตร์ฮอกวอตส์ หรือที่คนส่วนใหญ่เรียกกันว่า "ฮอกวอตส์" อย่างแน่นอน ซึ่งฮอกวอตส์เป็นโรงเรียนสอนเวทมนตร์สมมติของประเทศสกอตแลนด์ เปิดสอนนักเรียนอายุระหว่างสิบเอ็ดถึงสิบแปดปี และเป็นฉากหลักของวรรณกรรมชุดนี้

ฮอกวอตส์นั้นเหมือนกับโรงเรียนประจำเลยก็ว่าได้ เด็ก ๆ ทั้งหมดจะถูกจัดให้ไปอยู่ตามบ้านที่สังกัดกันทั้งหมดสี่บ้าน โดยการคัดสรรเด็กนักเรียนปี 1 ว่าเหมาะกับบ้านใดนั้นเป็นหน้าที่ของ "หมวกคัดสรร" นั่นเองคะ



เอาล่ะคะ เรามาดูกันเลยว่าวรรณกรรมเรื่องนี้มีส่วนไหนที่เกี่ยวข้องกับสีกันนะ ซึ่งพี่ก็ได้เกริ่นถึงคำตอบไปก่อนหน้าแล้ว นั่นก็คือ...บ้านทั้งสี่บ้านในฮอกวอตส์นั่นเองคะ ไหนใครเคยถูกบ้างเอ่ย ?

ทั้งสี่บ้านนั้นประกอบไปด้วย กริฟฟินดอร์ ฮีฟเฟิลพัฟ เรเวนคลอ และสลิธีริน แต่ละบ้านก็จะมีสีประจำบ้านและเอกลักษณ์ที่ต่างกันไป เด็ก ๆ ในฮอกวอตส์ก็จะใส่ยูนิฟอร์มที่มีสีประจำบ้านของตนเองซึ่งบ่งบอกว่าตนอยู่บ้านไหน อย่างมัวร์ซ่า เรายังไปทำความรู้จักแต่ละบ้านให้มากขึ้นกันเลยดีกว่า!



กริฟฟินดอร์
สัญลักษณ์ประจำบ้าน : สิงโต
สีประจำบ้าน : สีแดงและสีทอง
คุณสมบัติของนักเรียน : มีความกล้าหาญ มีคุณธรรม มีความซื่อสัตย์ มีไหวพริบ และชอบความท้าทาย
อาจารย์ประจำบ้าน : ศาสตราจารย์มินอร์ว่า มักกอลนาทิล
ผีประจำบ้าน : นิกหัวเกือบขาด(เซอร์นิโคลัส เดอ มิมซี-พอร์พิงตัน)



ฮีฟเฟิลพัฟ
สัญลักษณ์ประจำบ้าน : ตัวแบดเจอร์
สีประจำบ้าน : สีเหลืองและดำ
คุณสมบัติของนักเรียน : มีความซื่อสัตย์ มีความยุติธรรม มีความอดทน และมีความตั้งใจ
อาจารย์ประจำบ้านคนปัจจุบัน : ศาสตราจารย์โพโมนา สเปราท์
ผีประจำบ้าน : บาทหลวงอ้วน



เรเวนคลอ
สัญลักษณ์ประจำบ้าน : นกอินทรี
สีประจำบ้าน : สีน้ำเงินและสีbronze
คุณสมบัติของนักเรียน : มีความเฉลียวฉลาด มีสติปัญญาดี มีความคิดสร้างสรรค์ มีบุคลิกดี
อาจารย์ประจำบ้านคนปัจจุบัน : ศาสตราจารย์ฟิลิัส ฟลิตวิก
ผีประจำบ้าน : เฮเลนนา เรเวนคลอ (สุภาพสตรีสีเทา)










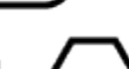
สลิธีริน
สัญลักษณ์ประจำบ้าน : งู
สีประจำบ้าน : สีเขียวและสีเงิน
คุณสมบัติของนักเรียน : มีความเป็นผู้นำ ฉลาดแกมโกง มีความเด็ดขาด มีความทะเยอทะยาน
อาจารย์ประจำบ้านคนปัจจุบัน : ศาสตราจารย์เซเวอรัส สเนป
ผีประจำบ้าน : บารอนเลือด

เป็นยังไงกันบ้างคะกับทั้งสี่บ้านในฮอกวอตส์ ไหนเด็ก ๆ อยากอยู่บ้านไหนกันบ้างนะ...?

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : https://th.wikipedia.org/wiki/แฮร์รี่_พอตเตอร์
<https://th.wikipedia.org/wiki/ฮอกวอตส์>

เลขปริศนาวันตรุษจีน

สวัสดีค่ะเด็ก ๆ เมื่อพูดถึงสีแดงจะคิดถึงวันอะไรกันเอ่ย หลาย ๆ คนคงต้องนึกถึงวันตรุษจีนแน่เลย ใช่ไหมคะ เพราะเมื่อไรก็ตามที่ถึงช่วงเทศกาลวันตรุษจีน พวกเราจะเห็นเสื้อผ้า ของประดับตกแต่งต่าง ๆ เป็นสีแดงซึ่งสีแดงคือสัญลักษณ์ของความเป็นสิริมงคลตามความเชื่อของชาวจีนนั่นเองและครั้งนี้พี่ต๋องกลับมาพร้อมกับเกมสนุก ๆ ในช่วงวันตรุษจีนแล้วพวกเรลองมาดูกันสิว่ารูปภาพข้างล่างนี้แต่ละรูปเท่ากับเลขอะไรกันนะ เต็มตัวเลขที่เด็ก ๆ คิดว่าไว้ในรูปร่างเพื่อจะได้นำไปคิดต่อในข้อถัดไปด้วยนะคะ อัยารอเข้าไปเล่นเกมกันดีกว่า

 +  - 
 +  - 3
 +  - 
 +  - 
 × ( + ) - 
 -  -  - 
 ×  ×  - 
 × ( +  + ) ×  - 
( + ) - [ × ( + )] - 

เป็นอย่างไรบ้างคะ ทำได้หรือเปล่าเอ่ย พี่ต๋องขอบอกก่อนเลยว่าตัวเลขที่เด็ก ๆ ตอบกันมา จริง ๆ แล้วมีความเกี่ยวข้องกับวันตรุษจีนด้วยนะ อัยากรู้กันแล้วใช่ไหมคะ พวกเราไปดูหน้าถัดไปกันเลย



เลขนี้เกี่ยวข้องกับอย่างไรกับ วันตรุษจีนกันนะ คำตอบของเกมที่ได้ก็เด็ก ๆ ทำได้หมายถึงอะไรมาไปติดตามกันได้เลย



- เลข 3
ชาวจีนแบ่งการไหว้เป็น 3 ช่วง คือ ตอนเช้า - ไหว้เทพเจ้า ตอนสาย - ไหว้บรรพบุรุษ ตอนบ่าย - ไหว้ผีไม่มีญาติ
- เลข 4
วันตรุษจีนจะมีธรรมเนียมไปเยี่ยมญาติโดยนำส้มไปแลกเปลี่ยนกัน ส้มมีคำจีนว่า 'ได้กิก' แปลว่า โชคดี การแลกส้มจึงมีความหมายว่านำความโชคดีมามอบให้แก่กัน นิยมนำส้ม 4 ผลส่งให้เจ้าบ้าน เจ้าบ้านรับไว้แล้วนำส้ม 2 ผลของแขก เปลี่ยนส้มของที่บ้าน 2 ผล ผลดีให้แทน
- เลข 5
นอกจากการเตรียมเครื่องไหว้อย่างละ 3 ชนิดแล้วยังสามารถเตรียมเป็น 5 ชนิดได้เช่นกัน



เลข 12
ตามปฏิทินจีน เมื่อวันตรุษจีนมาถึงก็จะมีเปลี่ยนปีนักษัตรทั้ง 12 ซึ่งมีปีชวด ฉลู ขาล เกาะ มะโรง มะเส็ง มะเมีย มะแม วอก ระกา จอ และกุน และปี 2564 ก็เป็นปีฉลูนั่นเอง



เลข 0, 120, 180, และ 270
ชาวจีนให้ความสำคัญกับทิศและฤกษ์ยามอย่างมาก ถ้าใครไหว้วันชิวอิกหรือวันเที่ยว เวลาไหว้คือ ตีห้าครึ่งถึงหกโมงครึ่ง และขอยกเว้น คือ หลังบ้านต้องไม่เป็นทิศตะวันตก (270 องศา) หรือทิศเหนือ (0 องศา) ถ้าเกิดปีวอกไม่ควรไหว้ฤกษ์นี้และหันโต๊ะไปทางทิศใต้ตรง 180 องศา หากไม่แน่ใจให้ใช้เวลาเก้าโมงครึ่งถึงสิบโมงครึ่ง และหันโต๊ะไปยังทิศตะวันออกเฉียงใต้หรือทิศ 120 องศา

ขอขอบคุณข้อมูลจาก: <https://www.thairath.co.th/content/399862>, <https://home.kapook.com/view219416.html>, <http://www.abhidhamonline.org/festival/chin.html>, <http://www.deepsouthwatch.org/th/node/11693#:~:text=ช่วงนี้คือเทศกาลตรุษจีน,ผู้เอา%20เหตุที่เรียก>

ตามล่าหาคำศัพท์

มาช่วยกันตามหาคำศัพท์เกี่ยวกับสีกันดีกว่า! ลองดูซิว่าคำนั้นอยู่ตรงไหนกันนะ? มีคำศัพท์ทั้งหมด 11 คำ ก่อนอื่นน้อง ๆ หนู ๆ ต้องเติมคำศัพท์ในช่องว่างเสียก่อน จากนั้นก็หยิบดินสอหรือสีขึ้นมาแล้วสอดส่องหาคำศัพท์เหล่านั้นในตาราง เมื่อเจอแล้วก็จัดการวงได้เลย!

สีเขียว = G _ E _ N

สีเหลือง = _ E L _ _ W

สีส้ม = O R _ _ _ E

สีน้ำตาล = _ _ O W _

สีชมพู = _ _ N _

สีม่วง = V _ O L _ _

สีฟ้า = _ L _ _

สีดำ = _ L A _ _

สีแดง = _ E _

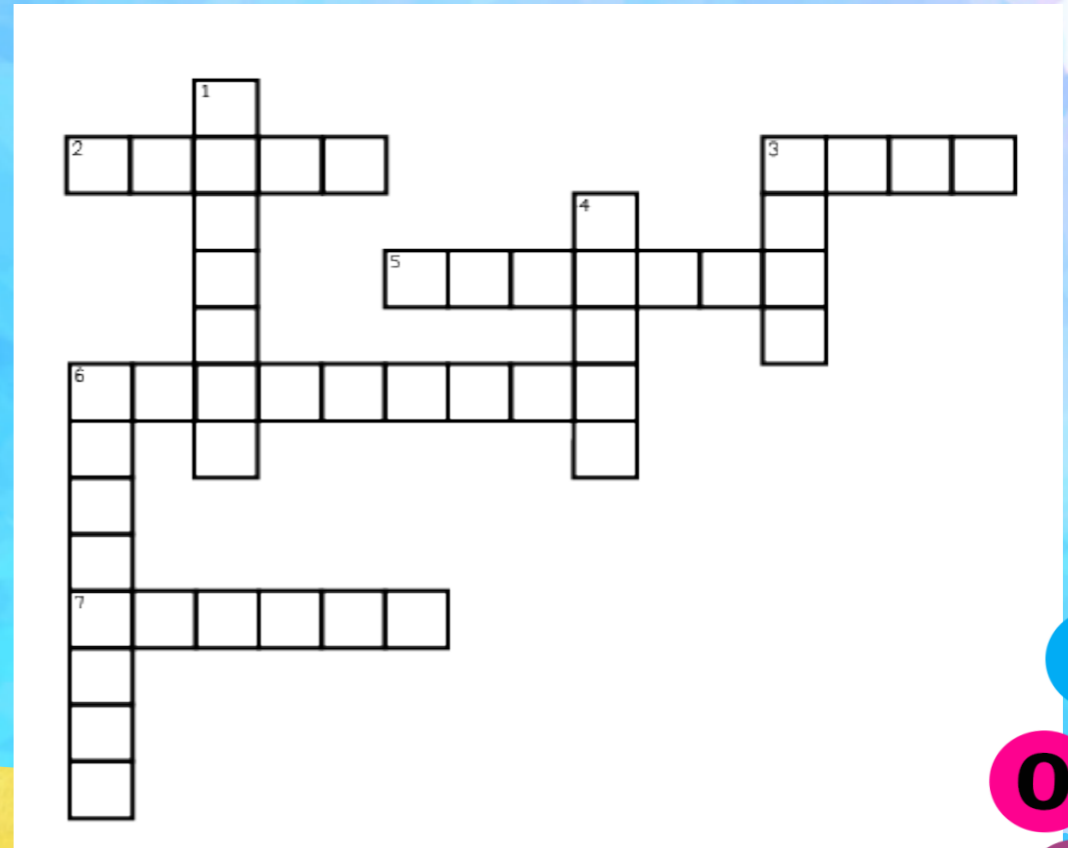
สีคราม = _ N _ _ G O

สีขาว = W H _ T _

N	A	Y	O	W	N	G	N	N	I	A	O	N	A
I	I	U	I	I	I	R	R	I	W	B	G	L	I
K	P	I	E	I	I	W	D	E	E	R	I	B	L
K	I	L	R	B	B	H	O	W	E	O	D	D	E
P	N	N	G	W	B	L	U	E	K	N	N	H	U
I	K	E	B	R	O	W	N	O	E	G	I	O	D
I	P	T	H	U	L	O	A	E	I	I	L	P	E
U	B	I	E	L	E	E	G	N	A	R	O	L	R
R	V	H	Y	E	L	L	O	W	T	K	R	V	N
E	I	W	H	O	A	I	B	A	O	N	Y	E	K
R	O	N	P	E	A	R	L	K	K	R	T	Y	E
I	L	G	P	H	O	K	A	I	B	O	E	G	E
L	E	T	I	B	B	P	C	E	N	O	K	B	B
R	T	O	U	P	Y	K	K	G	I	A	C	I	L

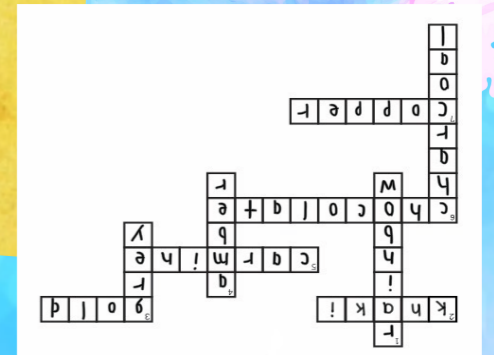
ปริศนาอักษรไขว้

สวัสดีค่ะ น้อง ๆ มาพบกับเกมปริศนาอักษรไขว้ที่ พี่ต๋องขอบอกก่อนเลยว่าครั้งนี้พี่ต๋องได้เพิ่มความท้าทายจากเกมที่ผ่านมา น้อง ๆ มาลองดูกันสิคะว่าคำศัพท์ปริศนานี้จะยากหรือง่ายกันนะ สามารถชวนเพื่อน ๆ มาช่วยกันทำก็ได้นะคะ อย่ารอช้าเรามาเริ่มแก้ปริศนาที่กันดีกว่า



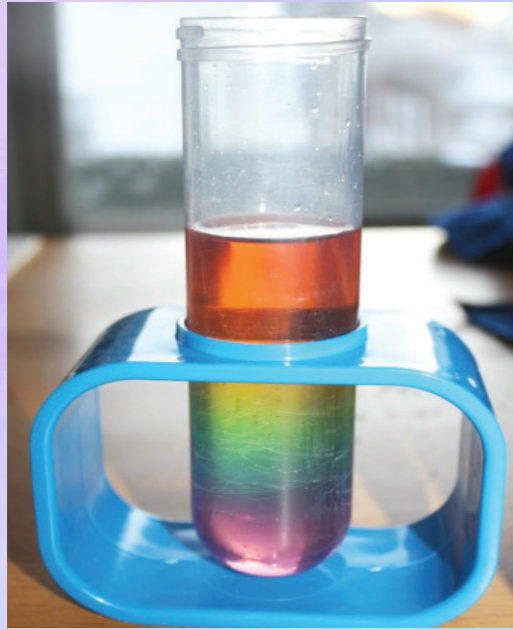
เติมคำศัพท์ภาษาอังกฤษที่ตรงกับความหมายของแต่ละข้อต่อไปนี้ให้หน่อยนะคะ

- แนวนอน
- 2. สีทอง
- 3. สีทอง
- 5. สีแดงเลือดนก
- 6. สีน้ำตาลเข้มหรือสีน้ำตาลช็อกโกแลต
- 7. สีทองแดง
- แนวตั้ง
- 1. สีรุ้ง
- 3. สีเทา
- 4. สีเหลืองอำพัน
- 6. สีถ่าน(สีดำ)



C
O
L
O
R

ขั้นตอนการทำตึกสีรุ้งในหลอดทดลอง



ตึกสีรุ้ง ในหลอดทดลอง

กลับมาพบกับการทำทดลองวิทยาศาสตร์ที่สนุก ได้ความรู้และห้อง ๆ หนู ๆ ทำได้ไม่ยาก โดยในครั้งนี้ พี่ต๋องจะมาชวนเด็ก ๆ ทำตึกสีรุ้งในหลอดทดลองกัน ส่วนอุปกรณ์จะคืออะไรบ้างเราไปดูกันเลยดีกว่า

- อุปกรณ์ที่ต้องใช้ก็มี
1. แก้ว 6 ใบ หรือ ถ้วยกาแฟก็ได้
 2. น้ำอุ่น และ ถ้วยตวง 1 ถ้วย
 3. น้ำตาล
 4. สีผสมอาหาร 4 สี คือ แดง เหลือง เขียว และน้ำเงิน
 5. ข้อน(ข้อนโต๊ะ) หรือ หลอดเล็กสำหรับดูดของเหลว (ปิเปตต์)
 6. หลอดทดลองที่จะใส่สีรุ้งเข้าไปนั่นเอง



หลอดเล็กสำหรับดูดของเหลว(ปิเปตต์)

ถ้าเด็ก ๆ อยากปรับเปลี่ยนสี หรือใส่ในภาชนะ อื่น ๆ แทน หลอดทดลองก็ได้นะคะ



หลอดทดลอง

1. เตรียมแก้วทั้งหมด 6 ใบ ตวงน้ำ 1 ถ้วยตวงใส่แก้วแต่ละใบ
2. หยดสีผสมอาหารคือสีแดง เหลือง เขียว และน้ำเงินโดยหยด 1 สีต่อ 1 แก้ว ถ้าห้อง ๆ อยากได้สีเพิ่มก็สามารถผสมสีได้นะ เช่น สีม่วง น้ำสีผสมอาหารสีแดงและสีน้ำเงินผสมกันเท่านี้ก็จะได้สีม่วงแล้วนะจ๊ะ

ขั้นตอนนี้ห้อง ๆ ก็จะมีแก้วน้ำสีเตรียมไว้เรียบร้อยแล้ว

3. ตวงและเติมน้ำตาลลงไปใ้ในน้ำสีแต่ละแก้ว ตามจำนวนต่อไปนี้

- แก้วน้ำสีแดง 2 ข้อนโต๊ะ
- แก้วน้ำสีส้ม 3 ข้อนโต๊ะ
- แก้วน้ำสีเหลือง 4 ข้อนโต๊ะ
- แก้วน้ำสีเขียว 6 ข้อนโต๊ะ
- แก้วน้ำสีน้ำเงิน 8 ข้อนโต๊ะ
- แก้วน้ำสีม่วง 10 ข้อนโต๊ะ

4. คนน้ำสีจนกระทั่งน้ำตาลละลายหมด
5. ใ้หลอดเล็กสำหรับดูดของเหลวหรือใช้ข้อนเพื่อสร้างชั้นของสายรุ้งในหลอดแก้ว เริ่มจากดูดหรือตักน้ำสีม่วงใส่ในหลอดทดลอง (ช้า ๆ และค่อย ๆ ใส่ละจ๊ะ)
- ต่อไปก็ทำเหมือนเดิมแล้วใส่สีน้ำเงิน เขียว เหลือง ส้ม ตามลำดับ และปิดท้ายด้วยสีแดง
6. สุดท้ายพวกเราก็จะได้ตึกสีรุ้งในหลอดทดลองกันแล้วนะคะ!!!

ทำไมน้ำสีรุ้งถึงเป็นชั้นได้นะ?

เป็นเพราะว่าความหนาแน่นของน้ำแต่ละสีที่ต่างกัน โดยความหนาแน่นเป็นสมบัติของสารแต่ละชนิด สารที่มีความหนาแน่นมากกว่าย่อมมีมวลมากกว่า แล้วสารที่มีความหนาแน่นน้อยมีแนวโน้มจะลอยอยู่บนสารที่มีความหนาแน่นมากกว่า

ในการทำทดลองครั้งนี้ถ้าเติมน้ำตาลมากกว่าทำให้มีความหนาแน่นมากกว่าน้ำสีที่เติมน้ำตาลน้อยกว่า เราจึงใส่สีม่วงที่เติมน้ำตาลจำนวนมากที่สุดไว้ข้างล่าง เมื่อเติมสีอื่น ๆ ลงไปสีม่วงก็จะยังคงอยู่ข้างล่าง ส่วนสีแดงที่เติมน้ำตาลน้อยก็จะลอยอยู่ข้างบนนั่นเอง

เด็ก ๆ สนุกกันไหมคะกับการทดลองวันนี้นะบบหน้าจะมี การทดลองอะไรอีก รอติดตามกันได้เลยนะ แล้วพบกันใหม่ นะคะ

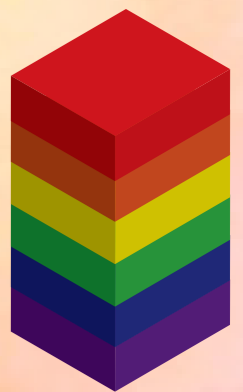


แก้วน้ำสีที่เตรียมไว้



ใส่น้ำสีลงไปช้า ๆ

น้ำสีแดง น้ำตาลน้อยลอย เพราะมีความหนาแน่นของน้ำน้อยที่สุด



น้ำสีม่วง น้ำตาลมากจม เพราะมีความหนาแน่นของน้ำมากที่สุด



' ส้มมาก่อนสี หรือสีมาก่อนส้ม '

คำถามชวนงงที่เกือบทุกคนคงเคยได้ยินมาก่อน เช่นเดียวกับอีกคำถามที่ว่า ' ไก่กับไข่อะไรเกิดก่อนกัน ' เรื่องเล่าหน้ารู้วันนี้เราจะมาไขคำตอบกันผ่านเรื่องเล่าว่า ที่มาที่ไปของคำว่า orange แท้จริงเป็นอย่างไร และความหมายแรกหมายถึงผลไม้ หรือสีกันแน่

เริ่มแรก ส้มเป็นผลไม้ที่มาจากเอเชีย โดยส่วนหนึ่งเชื่อว่ามาจากจีน ขณะที่อีกส่วนหนึ่งเชื่อว่ามาจากอินเดีย และคำว่าส้มก็ไม่ได้มีแค่คำว่า orange เท่านั้น เพราะเยอรมันมีคำเรียกว่า appelsien และภาษาดัตช์มีคำเรียกว่า sinaasappel จึงสรุปได้ว่าจีน อังกฤษ และฝรั่งเศสได้ชื่อของผลไม้ที่มาจากรากศัพท์ในภาษาสันสกฤตว่า naranga ส่งต่อมายังเปอร์เซียว่า narang และส่งมายังอาหรับว่า narangi และกว่าคำนี้จะส่งถึงฝรั่งเศส การออกเสียงก็เพี้ยนไปจากเดิมจนกลายเป็นคำว่า orange และเพี้ยนให้ออกเสียงได้คล่องปากขึ้นเป็น orange เมื่อผลส้มมาถึงอังกฤษ

เชื่อกันว่าผลส้มในสมัยช่วงศตวรรษที่ 12 - 13 ผลส้มมักถูกนำมาประกอบอาหารมากกว่าการทานผลสด ซึ่งเป็นเพราะส้มในสมัยก่อนไม่ได้มีรสชาติหวานเหมือนในปัจจุบัน แต่กลับมีรสชาติออกเปรี้ยวและขมมากกว่า นอกจากนี้ผลส้มยังเป็นสินค้าราคาแพง นิยมสำหรับผู้มีฐานะ รวมถึงเป็นหนึ่งในสัญลักษณ์ที่แสดงถึงความมั่งมี ซึ่งปรากฏในภาพวาดช่วงยุคเรอเนซองซ์ ว่ากันว่ายิ่งในภาพมีผลส้มมากเท่าไร หรือวางอยู่ในตำแหน่งไม่สำคัญอย่างพื้นหรือขอบหน้าต่าง ยิ่งหมายความว่าบุคคลในภาพร่ำรวยมากเท่านั้น



ภาพวาดช่วงยุคเรอเนซองซ์

คำว่าส้มที่กลายเป็นชื่อของสี ถูกบันทึกไว้ในช่วงต้นปี 1500s ก่อนหน้านี้ ชาวอังกฤษมีคำอธิบายสีเพียง 6 คำเท่านั้น คือ hwit / white (สีขาว), sweat / black (สีดำ), read / red (สีแดง), grene / green (สีเขียว), geolo / yellow (สีเหลือง) และ graeg / grey (สีเทา) จากนั้นจึงใช้วิธีผสมคำที่มีอยู่แล้ว สีส้ม ซึ่งอยู่ระหว่างสีแดงและเหลือง จึงเรียกว่า geoluread / yellow-red ส่วนการนำคำว่าผลส้ม (orange) มาเป็นชื่อของสีเกิดจากความนิยมในการบริโภคผลไม้ และเริ่มใช้ในศตวรรษที่ 13 ส่วน orange ที่หมายถึงสี ปรากฏหลังจากนั้นในอีกหลายร้อยปีต่อมา โดยการหมายถึงสีได้มีการบันทึกเอาไว้ครั้งแรกในการบรรยายชุดสีส้มที่พระนางมาร์กาเรต ทิวเดอร์ ราินีของสกอตแลนด์ ทรงสวมขณะเป็นเจ้าหญิง ดังข้อความว่า



พระนางมาร์กาเรต ทิวเดอร์

“
ในวันที่ 23 กรกฎาคม 1502 เรือจ้างของ
นายจอห์น ราล์ฟ เดินทางจากเวสต์มินสเตอร์
ไปยังลอนดอนเพื่อรับชุดผ้าไหมเนื้อละเอียด
สีส้มของพระนางมาร์กาเรต
”

ดังนั้น จากคำถามที่ว่าผลส้ม หรือสีส้มที่มาก่อน จึงสรุปได้ว่า ผลส้มมาก่อนสีส้มนั่นเอง โดยเกิดจากการนำเข้ามาของผลไม้ไปยังประเทศต่างๆ และการออกเสียงเพี้ยนไปจากเดิมจนกลายเป็น orange ที่ใช้กันถึงปัจจุบัน รวมไปถึงช่วงเวลาการปรากฏของ orange ที่แปลว่าผลส้ม และสีส้มยังทิ้งช่วงเวลานานถึงหลายร้อยปีอีกด้วย

และนี่ก็คือเรื่องราวการเดินทางของคำว่า orange สำหรับเรื่องเล่าหน้ารู้ครั้งหน้าจะเป็นเรื่องอะไร รอติดตามกันต่อไปนะคะ



สร้างสรรค์ภาพ

สไตล์โมเนต์

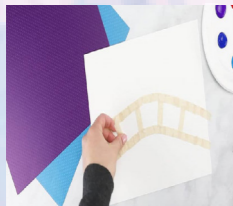
โกลด์ โมเนต์เป็นศิลปินชื่อดังที่สร้างสรรค์งานภาพสีน้ำที่สวยงามจนเป็นที่รู้จักไปทั่วโลก วันหนึ่งพี่ต๋องขอเสนองานศิลปะที่ห้อง ๆ สามารถทำได้ตามสไตล์โมเนต์ด้วยอุปกรณ์เพียงไม่กี่อย่างและใช้เวลาไม่นาน ห้อง ๆ ก็จะมีภาพสไตล์โมเนต์ฝีมือห้อง ๆ ทำได้ แต่ก่อนอื่นเรามาดูว่าอุปกรณ์มีอะไรบ้างนะ

อุปกรณ์: กระดาษการ์ด, เทปสำหรับงานศิลปะ (masking tape), สีน้ำ

1

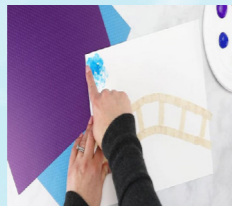
สร้างสะพาน

เริ่มใช้เทปติดบนกระดาษเป็นรูปสะพานหรือรูปใดก็ได้ที่เด็ก ๆ ต้องการ



2

ใช้นิ้วจิ้มสีที่เด็ก ๆ ชอบแล้วจิ้มลงบนกระดาษไปเรื่อย ๆ โดยไล่การไล่สีจากสีเข้มไปสีอ่อนหรือกระจายสีก็ได้จะคะ



3

เมื่อจิ้มสีตามตำแหน่งที่ต้องการหรือทั่วกระดาษแล้วก็รอให้สีแห้งประมาณ 15-20 นาที



4

หลังจากสีแห้งเรียบร้อยแล้วลอกเทปที่ได้ติดไว้ตอนแรกออกเท่านี้เด็ก ๆ ก็จะได้สะพานหรือภาพสไตล์โมเนต์แล้วจะคะ



ภาพสไตล์โมเนต์ที่เสร็จสมบูรณ์แล้วเด็ก ๆ ก็สามารถเอาไปประดับตกแต่งบ้านหรือใส่กรอบตั้งไว้บนโต๊ะอ่านหนังสือก็ได้จะคะ ถ้าห้อง ๆ ยังสนุกกับการสร้างสรรค์ภาพสไตล์โมเนต์อยู่ก็สามารถเปลี่ยนอุปกรณ์จากกระดาษเป็นอย่างอื่นได้คะ ลองทำแล้วก็ส่งมาให้พี่ต๋องดูได้จะ พี่ต๋องจะดีใจมาก ๆ เลย ไว้พบกันใหม่จะคะเด็ก ๆ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก: <https://thecraftyclassroom.com/crafts/famous-artist-crafts-for-kids/monet-craft-for-kids/>
<https://www.youtube.com/watch?v=bQ7-HWdntcg>

เจลลี่นมสดผลไม้

ส่วนผสม

- นมสด 2 ถ้วย
- น้ำตาลทรายแดง 1/4 ถ้วย
- เจลาตินแผ่น 6 แผ่น
- โยเกิร์ตธรรมชาติ 1 ถ้วย (135 กรัม)
- ผลไม้สดตามชอบ
- น้ำเย็นสำหรับแช่เจลาติน



วิธีทำ

1. แช่เจลาตินกับน้ำเย็นจนพองตัวแล้วพักไว้
2. อุ่นนมสดให้พอร้อน จากนั้นใส่น้ำตาลทรายแดงและคนให้ละลาย
3. ใส่เจลาตินที่แช่น้ำ แล้วคนให้ละลายทั่วและยกลง
4. คนต่อจนเจลาตินละลายหมด แล้วจึงใส่โยเกิร์ต จากนั้นก็ตัดใส่ถ้วยและใส่ผลไม้สด
5. นำแช่เย็นให้เซตตัว พร้อมเสิร์ฟเป็นของหวานยามบ่าย



ขอขอบคุณข้อมูลจาก : <https://www.parentsone.com/7-fruit-recipes/>

ศิลปะจากธรรมชาติ

หากนึกถึงวัยเด็ก สิ่งที่เราทุกคนต้องเคยทำมาก่อนก็คือการเล่นนั่นเอง อย่างการสมมติว่าเป็นคุณหมอ เป็นคุณครูหรือเป็นนางเงือก อย่างตอนพี่พิมยังเป็นเด็ก พี่พิมเองก็เคยเล่นบทบาทสมมติมาก่อนค่ะ แถมการเล่นเหยือกก็ต้องสมจริงที่สุดเท่าที่จะทำได้ด้วย เรียกได้ว่า อ่า ชีพ ใน พี่ น ของ พี่ พิม คือ อะไร ดูได้จากการเล่นล้วนๆ เลย ซึ่งบทบาทสมมติที่พี่ พิม ชอบ มาก ที่ สุด ก็ คือ การ เป็น เชฟ ทำอาหาร นั่นแหละ น่องๆ บางคนอาจเคยเล่นมาเหมือนกันใช่ไหมคะ วัตถุดิบหลักที่เราขาดไม่ได้เลยก็คือใบไม้กับดอกไม้แห้ง สำหรับน่องๆ บางคนอาจพอนึกภาพออก แต่สำหรับน่องๆ ที่ไม่คุ้นชินพี่พิมจะอธิบายให้ฟังเพิ่มเติมเองค่ะ

พี่พิมอยากให้น่องๆ ลองนึกกันก่อนค่ะว่าเคยเล่นใบไม้หรือดอกไม้ด้วยเทคนิคอะไรกันบ้าง เช่น นำก้อนหินแฉวๆ นั้นทาบใบไม้จนเข้าหรือเคยใช้มือขยำเล่นมาก่อน (สำหรับน่องๆ คนไหนที่ยังนึกภาพไม่ออกอยู่ดี พี่พิมแอบกระซิบเลยว่าลองเก็บใบไม้สีเขียวที่ตกพื้นมาลองดูนะคะ!) จากนั้นเมื่อเราสังเกตดูก็จะพบว่าใบไม้มีสีออกมาติดวัตถุที่เราใส่ หรือติดมือของ

เราด้วย ยิ่งถ้าเราผสมน้ำเล็กน้อยแล้วทาบหรือขยำเหยือก จะยิ่งเห็นได้ชัดเลยคะว่าธรรมชาติใกล้ตัวจากใบไม้เหยือก ก็ผลิตสีน้ำออกมาได้ด้วย แล้วขนาดใบไม้ยังให้สีอื่นได้เลย แบบนี้อีกอย่างอื่นก็ต้องให้สีอื่นได้เหมือนกันใช่ไหมคะ?

แน่นอนว่าคำตอบคือ ใช่ค่ะ ธรรมชาติหลากหลายสีอื่นของเราสามารถสร้างสีน้ำธรรมชาติได้ด้วยนะคะ แม้ว่าสีอาจจะอ่อนกว่าสีสังเคราะห์หรือสีผสมอาหารไปบ้าง แต่รับรองได้ว่าเหมาะสำหรับคุณพ่อคุณแม่ที่อยากให้น่องๆ ได้ใช้สิ่งที่ปลอดภัยไร้สารเคมีแน่นอนค่ะ แถมยังเป็นการเรียนรู้จากธรรมชาติ เพราะเราได้นำธรรมชาติมาประยุกต์ให้เกิดสิ่งใหม่อีกด้วย

รู้หรือไม่วันนี้ พี่พิมจะพาน่องๆ มาดูว่าโทนสีต่างๆ สามารถใช้ธรรมชาติอะไรในการสร้างสีได้บ้างนะ เพื่อมีน่องๆ คนไหนอยากทดลองทำตามแต่ก่อนจะเล่นน่องๆ ต้องไม่ลืมที่จะล้างมือให้สะอาดทั้งก่อนหรือหลังการทดลองทำด้วยนะคะ เพื่อความสะอาดและลดความเสี่ยงที่อาจเกิดขึ้นจากการสัมผัสสิ่งของ



สีชมพูจากแก้วมังกร

นำเนื้อแก้วมังกรสีม่วงไปคั้น และกรองแยกกาก โดยสีที่ได้ จะออกเป็นสีม่วง ต้องการให้เป็นสีชมพูก็ให้ผสมน้ำในปริมาณน้อยด้วย



สีเขียวจากใบเตย

ล้างใบเตยให้สะอาด หั่นใบเตยให้เป็นฝอย ต้มให้ละเอียด โดยผสมน้ำ และใช้ผ้ากรองแยกกาก หากต้องการสีที่เข้มขึ้นให้นำน้ำใบเตยปั่นกับใบเตยอีกครั้ง



สีดำจากมะพร้าว

เผาไฟเปลือกมะพร้าว จากนั้นนำไปบดผสมน้ำและกรองแยกกาก



สีฟ้าจากอัญชัน

ล้างอัญชันให้สะอาด ขยำอัญชันกับน้ำเล็กน้อย จากนั้นบดหรือกรองแยกกากให้เหลือแต่น้ำ



สีเหลืองจากขมิ้น

ล้างขมิ้นแก่ให้สะอาด บดให้ละเอียด เติมน้ำและคั้น จากนั้นกรองแยกกาก



สีแดงจากกระเจี๊ยบ

ล้างกระเจี๊ยบให้สะอาด ใส่น้ำในส่วนอกกลีบรองดอกและกลีบเลี้ยง ต้มในน้ำให้สีออก จากนั้นกรองแยกกาก

เพียงเท่านี้ เราก็จะได้สีจากธรรมชาติที่สามารถนำไปใช้ผสมอาหาร ผสมขนม หรือไว้ใช้ระบายแล้วค่ะ และแม้ว่าขั้นตอนการทำจะไม่มากนัก แต่หากมีผู้ปกครองคอยช่วยเหลือก็จะสนุกไปอีกแบบนะคะ มาลองทำกันดูนะคะ!

สีนี้ช่วยได้

ห้อง ๆ ไร่ไร่ใหม่คะว่าแต่ละสีมีความหมายและสีนี้เองสามารถบำบัดรักษาจิตใจของพวกเราได้แตกต่างกัน
พวกเราไปดูกันดีกว่าว่าสีช่วยเราได้อย่างไรบ้างนะคะ



สีแดง แสดงถึงพลัง ทำท่าย ความ
ทะเยอทะยาน ตื่นเต้น กระฉับกระเฉง ช่วย
กระตุ้นพลังชีวิต ให้เข้มแข็ง มีชีวิตชีวา แต่ถ้า
นำสีแดงมาเข้ากระบวนการรักษา มาก เกิน
ไปจะทำให้รู้สึกอึดอัด ขาดความอดทนได้



สีชมพู แสดงถึงการปลอบประโลมใจ การ
ปกป้อง จิตใจกว้างขวาง อ่อนน้อมและ
ทะนุถนอมทำให้รู้สึกผ่อนคลาย มีอารมณ์
ด้านบวก ลดความเครียดและ พฤติกรรม
ก้าวร้าวลงได้



สีส้ม เป็นสีแห่งความเบิกบาน มีอารมณ์ขัน
มิตรภาพและความสร้างสรรค์ทำให้กระตุ้น
ความอยากอาหาร จิตใจสดใสขึ้นบาน
กระตือรือร้น แต่ก็มีการระมัดระวังตน



สีเขียว สีแห่งความสมดุล ความกลมกลืน
มั่นคงและเยียวยาได้ ช่วยสร้างบรรยากาศ
ของความสบาย ผ่อนคลายหายเหนื่อย เสริม
กำลังใจให้ดีขึ้น ระวังความรู้สึกตื่นเต้น



สีเหลือง สีของความสุข ความเบิกบาน
เป็นสีที่กระตุ้นให้เกิดการมองโลกในแง่ดี
เมื่อคิดอะไรไม่ออก สีเหลืองจะช่วยกระตุ้น
สมองให้สดใส ตัดสินใจได้เร็วขึ้น ลดความ
ลังเลและเสริมความมั่นใจในตัวเอง



สีน้ำเงิน แสดงถึงความสงบ สุขุมเยือกเย็น
หนักแน่นและรอบคอบช่วยสร้าง แรง
บันดาลใจ และความคิดสร้างสรรค์
สีน้ำเงินที่เข้าสู่โหนดหรือมีดมากขึ้นหมายถึง
ถึงความโคกเคร้าจึงควรระวังในการนำไปใช้



สีฟ้า แสดงถึงความสงบเยือกเย็น เป็นอิสระ
ปลอดภัยสามารถระงับ ความ
กระวนกระวายในใจ
จะช่วยให้ประสาทของคุณผ่อนคลายและ
การนอนหลับมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น



สีม่วง สีของการดูแลและปลอบโยนช่วยให้
จิตใจสงบและอดทนต่อความรู้สึกที่โศกเศร้า
สร้างสมดุลของจิตใจให้พ้นกลับมาจาก
ภาวะตกต่ำกระตุ้นให้เกิด ความคิด
สร้างสรรค์และแรงบันดาลใจ



สีขาว เป็นสีที่หมายถึงความบริสุทธิ์ จัดอยู่ใน
ในกลุ่มของการปกป้อง สร้างสันติ สบาย
ช่วยบรรเทาอารมณ์ตกใจหรือ หวาดวิตก ส่ง
เสริมให้จิตใจสะอาดบริสุทธิ์ มีพลังทางความ
คิดและจิตใจ



สีดำ เป็นสีที่มีความหมายทั้งในแง่ของ
ความสะกดกลายการปกป้องและ ความ
ลึกลับ ความเยียบสันต์ พลังชีวิตที่ถดถอยหรือ
อ่อนล้า หดพลังและ ลึกลับสีดำยังเป็นสีที่ขัด
ขวางการเจริญเติบโต และการเปลี่ยนแปลง



สีน้ำตาล ให้ความรู้สึกมั่นคง ลดความรู้สึก
ที่ไม่ปลอดภัยมักเกี่ยวข้องกับการเติมเต็ม
บำบัดจากความเศร้าโศก ความรู้สึก
คับอกคับใจสีนี้มักจะนำไปช่วยเหลือคนที่ รู้สึก
หมดคุณค่าในตัวเอง

การรักษาด้วยสีเหล่านี้ใช้ใหม่คะ พวกเราสามารถจัดของที่มีสีหรือทาสีห้องเพื่อเสริมกำลังใจหรือทำให้รู้สึกสงบได้ ห้อง ๆ ลองไปทำกันดูนะ
คะ สีทำให้พวกเราทราบว่ามีนอกจากสีจะมีความสวยแตกต่างกันออกไปแล้วยังมีความหมายและส่งผลต่อสุขภาพกายใจอีกด้วย ถ้าเราเลือกใช้สีได้ถูกต้อง ขอ
ให้ทุกคนสุขภาพร่างกายและจิตใจเข้มแข็ง แข็งแรงพร้อมผ่านทุกอุปสรรคที่เข้ามาแล้วพบกันใหม่คะ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : <https://datsumo-labo.co.th/color-สุขภาพดีด้วยพลังแห่งสี/2019/>, <https://www.kroobannok.com/12836>
<https://www.scimath.org/article-science/item/4423-2014-12-21-08-11-54>

ผักผลไม้หลากสี

สวัสดีคะห้อง ๆ หนู ๆ ทุกคน กลับมาพบกับพี่เอ๊ะอีกแล้วนะคะ วันนี้นี้พี่เอ๊ะมีสาระความรู้มาฝากกันอีกเช่นเคย แต่ก่อน
อื่นแอบรู้มาว่าเด็ก ๆ หลายคนไม่ชอบกินผักและผลไม้ หนูใครไม่ชอบกินผักและผลไม้บ้างเอ่ย ยกมือขึ้น!

เด็ก ๆ ไร่ไร่ใหม่คะว่าผักและผลไม้มีหลากหลายสี แล้วไร่ไร่ใหม่คะว่าแต่ละสียังมีประโยชน์แตกต่างกันด้วยนะ
ถ้ายังไม่รู้ วันนี้นี้พี่เอ๊ะได้หาประโยชน์ของผักและผลไม้แต่ละสีมาให้เด็ก ๆ ด้วยคะ ถ้าพร้อมแล้วเราไปดูกันเลยดีกว่า



ผักผลไม้สีเขียว เช่น คะน้า กะหล่ำปลี ผักโขม บร็อกโคลี ผักบุ้ง กวางตุ้ง
ประโยชน์และสารอาหาร : ในผักสีเขียวมีคลอโรฟิลล์ที่ช่วยต้านอนุมูลอิสระ ช่วยในการบำรุงเลือด ช่วยใน
ระบบย่อยอาหาร ล้างสารพิษในร่างกาย สร้างเอนไซม์ที่ช่วยส่งเสริมฟื้นฟูเซลล์ในร่างกายอย่างรวดเร็ว
ควบคุมแคลเซียม ช่วยให้อาหารและตับทำงานได้ดีขึ้น ถ้าเด็ก ๆ คนไหนขี้บ่นขี้บ่น การกินผักสีเขียวจะช่วย
ทำให้เด็ก ๆ ขี้บ่นคล่องด้วยนะ!

ผักผลไม้เหลืองและสีส้ม เช่น แอปเปิ้ล กล้วย ฝรั่ง ข้าวโพดอ่อน
แตงโม แคนตาลูป มะละกอลูก ฟักทอง

ประโยชน์และสารอาหาร : กลุ่มผักผลไม้สีเหลืองจะมีลูทีนอยู่มาก ช่วยป้องกันและชะลอความเสื่อมของจอ
ประสาทตาในผู้ใหญ่ และช่วยพัฒนาการมองเห็นในเด็กเล็กอีกด้วย ส่วนผักผลไม้สีส้ม จะมีสารเบต้า
แคโรทีนที่ช่วยลดระดับคอเลสเตอรอล และไขมันในเส้นเลือด ช่วยรักษาความชุ่มชื้นให้ผิว ลดความเสี่ยง
ของเซลล์ในร่างกาย อีกทั้งยังช่วยสร้างภูมิคุ้มกันให้กับร่างกาย



ผักผลไม้แดง เช่น มะเขือเทศ แตงโม เชอร์รี่ สตรอว์เบอร์รี่
ดอกกระเจี๊ยบ บีทรูท



ประโยชน์และสารอาหาร : สารสีแดงในผักและผลไม้คือ ไลโคปีน และเบตาไซซีน เป็นสารต้านอนุมูล
อิสระ ช่วยป้องกันการเกิดมะเร็ง โดยเฉพาะมะเร็งต่อมลูกหมาก มะเร็งปอด และมะเร็งกระเพาะอาหาร
และยังช่วยลดการเกิดสิว อีกทั้งยังช่วยทำให้รอยแผลเป็นจางลงอีกด้วย

ผักผลไม้สีม่วง เช่น กะหล่ำปลีม่วง มะเขือม่วง ถั่วดำและถั่วแดง หอมแดง ข้าวเหนียวดำ มันสีม่วง เผือก
ดอกอัญชัน ลูกพรุน ผลไม้ตระกูลเบอร์รี่

ประโยชน์และสารอาหาร : ผักผลไม้สีม่วงมีสารแอนโทไซยานิน ซึ่งช่วยกระตุ้นการทำงานของเซลล์ต่าง ๆ
ชะลอความเสื่อมถอย ลดอัตราการเกิดโรคหัวใจ ช่วยยับยั้งเชื้ออีโคไลที่ทำให้เกิดอาการอาหารเป็นพิษ และ
ยังช่วยบำรุงเส้นผมให้เงางาม



ผักผลไม้สีขาว เช่น กระเทียม หอมหัวใหญ่ ไข่ขาว งา เส้นจันต์ ฝรั่ง แห้ว งา ลูกเดือย
ประโยชน์และสารอาหาร : มีสารแซนโทนที่ช่วยลดอาการอักเสบ และช่วยรักษาระดับน้ำตาลในเลือด
นอกจากนี้ยังมีสารอัลลิซินที่ช่วยลดไขมันในเลือด ป้องกันโรคความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดหัวใจ

เด็ก ๆ ไร่ไร่ใหม่คะว่าผักและผลไม้สีอื่น ๆ สบายงามและมีประโยชน์ขนาดไหน หลังจากนี้ใครที่ไม่กินผักและผลไม้ก็ลองกิน
ดูนะคะ ค่อย ๆ ลองกินทีละนิดก่อนก็ได้เพื่อจะได้มีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและปลอดภัยจากโรคต่าง ๆ เสียเราไม่เป็นโรคและ
มีร่างกายแข็งแรง ก็จะส่งผลทำให้ เรามีความสุขอีกด้วย!

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : <https://www.greenday.co.th/blog-and-article/fivecolor-fruits-for-kids>
<https://www.babimild.com/th/expert-articles/expert-articles-sub/kids/item/478-pre-school-5colors-foods-power-child.html>, <https://today.line.me/th/v2/article/KOkVq0>



ที่นี่...สวนนงนุช

จากวันที่สวนนงนุชเปิดให้บริการ นับมาจนถึงวันนี้ก็ 40 กว่าปีแล้ว ภายในสวนก็มีการปรับปรุง เปลี่ยนแปลง และพัฒนามาโดยตลอด ปัจจุบัน ผู้ที่จะเข้ามาชมสวนนงนุช สามารถจองตั๋วออนไลน์ล่วงหน้า หรือจะมาซื้อตั๋วที่ด้านหน้าสวนก็ได้นะคะ โดยราคาตั๋วจะแบ่งตามกิจกรรมที่เข้าชม เช่น ตั๋วเข้าชมสวนอย่างเดียว ตั๋วชมสวนและชมการแสดง ตั๋วชมสวน ชมการแสดง และรถราง เป็นต้น

หากใครที่จะมาชมสวนนงนุชแนะนำให้มาตั้งแต่เช้าเลยนะ เนื่องจากมีพื้นที่กว้างขวางมาก มีการจัดสวนต่าง ๆ และมีจุดให้ชมมากมาย ใครที่ไม่อยากเดินเยอะ หรืออยากชมเฉพาะไฮไลต์ของสวน ก็มีรถรางให้ขึ้น โดยรถรางจะวนให้ชมรอบ ๆ สวนนงนุช และจอดให้ลงที่บริเวณหุบเขาไดโนเสาร์ แต่ถ้าอยากเดินชมให้ทั่ว ๆ สวนด้วยตัวเอง นอกจากจะเดินลัดเลาะด้านล้างแล้ว ก็มีสะพานลอยฟ้ามีหลังคา ระยะทางยาวกว่า 3 กิโลเมตรให้ นักท่องเที่ยวเดินชมสวนโดยรอบได้แบบไม่ต้องเจอแดดร้อน มากนัก ซึ่งสามารถชมสวนนงนุชในรูปแบบภาพมุมสูงได้อีกด้วย เยี่ยมไปเลยใช่ไหม

แลนด์มาร์คสำคัญในสวนนงนุชก็ต้องยกให้ "สวนฝรั่งเศส" ที่มักจะเห็นกันตามสื่อต่าง ๆ เดิมทีในบริเวณนี้ เป็นดินที่ได้มาจากการขุดลอกทะเลสาบของสวนนงนุช ช่วงแรกปลูกเป็นทุ่งทานตะวัน ต่อมาก็ได้แนวคิดการจัดสวนรูปทรงเลขาคุณติมาจากสวนฝรั่งเศสที่ด้านหลังพระราชวังแวร์ซายน์ แล้วก็มีการนำสถาปัตยกรรมอื่น ๆ มาประดับเพิ่มเติมให้มีความสวยแปลกตา เช่น ตุ๊กกระด้าง เจดีย์จำลอง ตุ๊กตาศีพท์ สีแดงจากอังกฤษ เป็นต้น และในบริเวณเดียวกันก็มี "ศาลาเทวดา" ประดิษฐานหลวงพ่อบุญใจให้ได้เข้าไปสักการะกันด้วย ด้านหลังศาลาเทวดาก็จะเป็น "สวนสัตว์ไนท์" ที่ได้นำหมีลักษณะต่างสีเหลี่ยมคล้ายกับหมีที่สวนไนท์ ประเทศอังกฤษ มาจัดเรียงเป็นแนววงกลม ด้านหลังจะเป็น "หอคอย 4 แบบ" ซึ่งเป็นสถาปัตยกรรมประยุกต์จากศิลปะที่มีความสวยงาม จำลองมาจากประเทศลาว พม่า แบบล้านนา และแบบบาหลี่ อีกมุมหนึ่งที่สามารถมองจากสะพานลอยฟ้าได้ก็คือ "สะพานเชือก" หรือ "สวนดอกไม้" ที่จัดแสดงพันธุ์ไม้นานาชนิด ตามฤดูกาล มีสะพานเชื่อมระหว่างสวนดอกไม้และ สวนตะบองเพชร ระหว่างเส้นทางมีการนำรูปปั้นสัตว์มา ประดับไว้ ทั้งสีขาว ม้าลาย นกฮูก จิงโจ้ ฯลฯ นอกจากนี้ก็กล่าวถึงไปแล้ว ในสวนนงนุชยังมีสวนจัดแสดงที่เป็นสวนต่าง ๆ อีกหลายจุด เช่น สวนกระถาง สวนปาล์ม สวนตะบองเพชร สวนลายปีกผีเสื้อ สวนยุโรป หุบเขาปรัง สวนชวนชม สวนไม้ลอยน้ำ สวนอิตาเลียน สวนลับประดลี สวนนกฟลามิงโก เป็นต้น

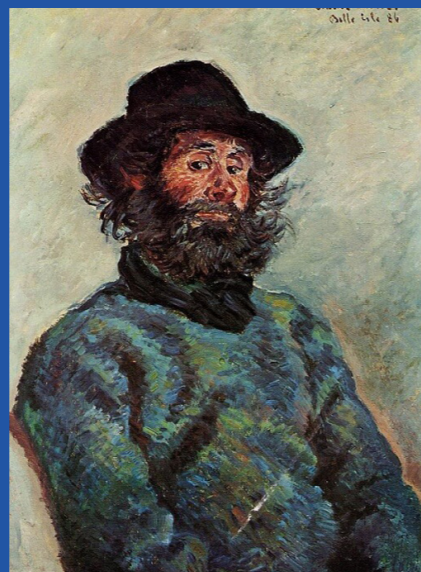


แล้วก็มีประติมากรรมสัตว์ชนิดต่าง ๆ ที่แทรกตัวอยู่ตามสวนและระหว่างทางเดิน เช่น เมียร์แคท จระเข้ วอลรัส เลื้อยซีตาร์ท กวางมูส กระต่าย แพะภูเขา อัลปาก้า ลิงอุรังอุตัง มาลาย เป็นต้น

เป็นอย่างไรบ้างคะ สวนนงนุชกว้างขวางแล้วก็หน้าทิ่งมาก ๆ เลยใช่ไหมคะ ถ้าห้อง ๆ กำลังหาสถานที่ ท่องเที่ยวในไทยที่หน้าไปอยู่พี่ ๆ ก็ขอเสนอสวนนงนุชนี้เป็นทางเลือกมาเที่ยวคลายความเครียดและเพลิดเพลินไปกับ ความสวยงามของสวนนงนุชนะคะ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : <https://www.nongnoochpattaya.com/th>, <https://www.paiduaykan.com/province/east/chonburi/nongnoochgarden.html>, <https://www.facebook.com/Garden.Nongnooch/photos/pcb.1831046616919902/1831046263586604/>, <https://www.klook.com/th/blog/nong-nooch-tropical-garden-pattaya/>

OSCAR CLAUDE MONET



Claude Monet Portrait, 1866

การสร้างสรรคผลงาน จำเป็นต้องมีทั้งอุปกรณ์ และความคิดในการถ่ายทอดอารมณ์ความรู้สึก แต่สิ่งสำคัญที่จะขาดไปไม่ได้เลยก็คือ ศิลปิน ซึ่งศิลปินคนสำคัญคนหนึ่ง พี่พิมพ์เชื่อว่าน้องๆ หลายคนอาจคุ้นชื่อหรือพอรู้จักกันบ้างอย่าง ออสการ์-โกลด์ มอแน หรือ โมเนต์ จิตรกรคนสำคัญของชาวฝรั่งเศสในช่วงศตวรรษที่ 19 - 20 ผู้ริเริ่มศิลปะแบบลัทธิอิมเพรสชันนิสม์ คือการให้ความสำคัญกับแสงสีเป็นหลัก รวมถึงใช้พู่กันวาดสีโดยไม่ร่างภาพก่อน ทำให้เราเห็นความรู้สึกที่ผู้วาดมีต่อภาพนั้นนั่นเอง

โมเนต์เกิดเมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน ค.ศ. 1840 ในกรุงปารีส โมเนต์มีความฝันอยากเป็นศิลปินมากกว่าการสืบทอดธุรกิจร้านขายของชำและอุปกรณ์เรือของพ่อ แต่แม่ของเขาที่เป็นนักร้องนั้น เข้าใจถึงความฝันจึงตัดสินใจสนับสนุนทางเลือกของโมเนต์ โดยภาพเขียนที่ได้รับความนิยมและมีชื่อเสียงมากที่สุดคือ ภาพชุด Water Lilies ซึ่งเขียนจากสวนหลังบ้านของเขา

โมเนต์ได้เรียนรู้เทคนิคการเขียนภาพกลางแจ้งในปี 1865 ทำให้พบว่าตัวเองชอบการเขียนภาพกลางแจ้งมากกว่า รวมถึงได้รู้จักกับกามีย์ ดงซีเออซ์ ซึ่งเป็นนางแบบของภาพ The Woman in the Green Dress ที่สร้างประสบความสำเร็จและได้รับคำชม ซึ่งภายหลังนี้เอง โมเนต์และกามีย์ก็ได้กลายเป็นคนรักและแต่งงานกันในปี 1866 โดยทั้งคู่มีลูกชายทั้งหมด 2 คน

แต่ถึงโมเนต์จะเริ่มมีชื่อเสียงจากภาพเขียนแล้ว เขาก็ไม่ได้มีชีวิตที่สุขสบาย เพราะภาพเขียนของเขาขายไม่ได้ จนต้องอาศัยเงินที่ครอบครัวส่งมาช่วยเหลือ แต่แล้วโชคชะตาเขาก็เกิดขึ้น เมื่อเขาได้พบกับมาดามหลุยส์ ซึ่งช่วยอุปถัมภ์เป็น

คนแรก เรียกได้ว่าโมเนต์จะประสบความสำเร็จ ก็ต้องใช้เวลายาวนานถึง 20 ปีเลยทีเดียว

หลังจากกามีย์เสียชีวิตจากโรคมะเร็ง เขาก็ห่างไปจากการเขียนภาพระยะหนึ่ง แต่ก็สามารถกลับมาเขียนภาพและสร้างชื่อเสียงอย่างต่อเนื่องได้ ในปี 1923 โมเนต์เข้ารับการผ่าตัดรักษาต่อกระเพาะ และเสียชีวิตด้วยโรคมะเร็งในปี 1926 ด้วยวัย 86 ปี รวมภาพทั้งหมดที่เขาเขียนได้ทั้งหมดประมาณ 2,500 ภาพ

แม้โมเนต์จะเสียชีวิตไปแล้ว แต่สิ่งเขาได้ทิ้งเอาไว้ก็คือ ภาพวาดแสนละเอียดอ่อน และลัทธิทางศิลปะที่สร้างชื่อเสียงให้กับจิตรกรอีกหลายคน เราจึงเรียกได้ว่าโมเนต์ถือเป็นบุคคลสำคัญที่ทำให้ความสวยงามผ่านศิลปะนั้นเอง เพราะภาพเขียนของโมเนต์มักให้ความรู้สึกเหมือนหลุดเข้าไปในสถานที่นั้น ศิลปะของโมเนต์จึงสร้างทั้งแรงบันดาลใจ ความประทับใจ และสร้างอิทธิพลต่อจิตรกรรุ่นหลังเลยทีเดียว อย่างไรก็ตาม จิตรกรที่วาดภาพแบบโมเนต์ก็ยังมีอีกหลายคน ถ้าน้องๆคนไหนอยากจะทำความรู้จักให้มากขึ้น ครั้งหน้าพี่จะพามาแนะนำในประวัติบุคคลแนวไหนคะ แล้วพบกันใหม่นะคะ



Luncheon on the Grass, 1866 - 1867



Impression, Sunrise, 1874



The Water Lily Pond, 1899



The Woman in the Green Dress, 1866

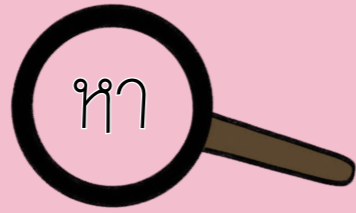


Woman with a Parasol, 1875

คลิกที่ภาพเพื่ออ่านข้อมูลโดยละเอียดของภาพ
ดูข้อมูลเพิ่มเติมที่ <https://www.claude-monet.com/>

ขอขอบคุณข้อมูลจาก <https://www.fakieng.com/stories/8659#:~:text=โกลด์%20มอแน%20Claude,หลังบ้านของเขาเอง>

ทำให้



- 5) สายคาดสีส้มพันข้อ
- 6) รอยขีดข่วนทางกระจกปิ้งขนมปัง
- 7) ปากของตุ๊กตาปีศาจ
- 8) จำนวนของตุ๊กตาปีศาจ

- 1) จุดบนควาเวลูกสีส้มในกรอบรูป
- 2) ใบไม้ดอกคอโกลสีม่วง
- 3) กุญแจสีน้ำตาล
- 4) ความยาวของเข็มสีส้มและยาว

สถานที่เพื่อตรวจหา
'ทำให้หา' ฉบับเต็ม



สัตว์หลากรสสุดน่าทึ่ง!

น้อง ๆ ส่วนใหญ่อาจจะมีภาพจำว่าสัตว์ชนิดนี้จะต้องเป็นสีนี้ แต่อาจจะไม่รู้ว่ามีสัตว์ชนิดอื่น ๆ อีกด้วย ซึ่งสัตว์ชนิดเดียวกันแต่มีสีต่างกันนั้นขึ้นอยู่กับสายพันธุ์ที่แตกต่างกันไปนั่นเองคะ วันนี้พี่เอ๊ะจะพาไปดูสัตว์ 8 ชนิดที่มีสีสันและลวดลายที่สดใสแถมยังแปลกตา ไปดูกันดีกว่าคะว่าน้อง ๆ จะรู้จักสัตว์เหล่านี้กันบ้างไหม



กิ้งก่ามวนซา (Agama mwanza)

เป็นกิ้งก่าที่มีสีสันบนตัวเหมือนสไปเดอร์แมน พบได้ในแถบแอฟริกา และมักจะอยู่รวมกันเป็นฝูง โดยจำฝูงจะมีลักษณะสีส้มละดุดตามากที่สุด



ทากทะเลสีน้ำเงิน หรือ มังกรฟ้า (Glaucus atlanticus)

เป็นสัตว์ตระกูลเดียวกับทากทะเล (sea slug หรือ mollusk) สามารถพบได้ตามชายฝั่งทะเลแอฟริกาใต้ โมซัมบิก และออสเตรเลีย เจ้ามังกรฟ้านี้จะว่ายน้ำกลับหัวกลับหาง โดยเอาฝั่งลำตัวสีฟ้าหันขึ้นรับแสงแดด และฝั่งลำตัวสีเงินเทาหันลงพื้นท้องทะเล จากลักษณะภายนอกที่ดูน่ารัก แต่แท้จริงแล้วแอบแฝง

เข็มพิษไว้ ที่ปลายแขนหรือปีก เพื่อป้องกันศัตรูที่เข้ามาทำร้ายหรือกินมัน และถ้าหากเราเอามือไปจับมันก็อาจจะเจ็บปวดจากเข็มพิษนี้ได้



หอยทากวงแหวนม่วง (Calliostoma annulatum) หรือที่รู้จักกันในชื่อ topsnail วงแหวนสีม่วง, topsnail วงแหวนสีทับทิม

เป็นหอยทาก ทะเลขนาดกลางที่มีเหงือกและอาศัยอยู่นอกชายฝั่งแปซิฟิกของทวีปอเมริกาเหนือ



อึ่งอ่างอินเดีย (Hoplobatrachus tigerinus)

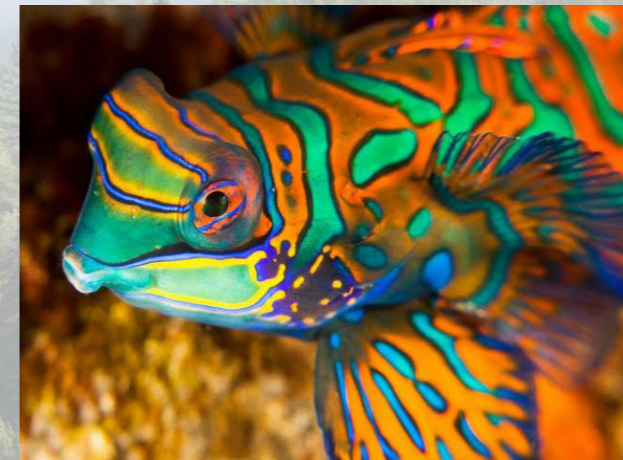
เป็นสายพันธุ์ของกบขนาดใหญ่ที่พบได้ใน บังคลาเทศ อินเดีย ปากีสถาน อัฟกานิสถานและเนปาล พวกมันอาศัยอยู่บริเวณพื้นที่ชุ่มน้ำ ขนาดตัวโตเต็มที่มี

ความยาวถึง 17 เซนติเมตร ปกติแล้วพวกมันจะมีสีน้ำตาลลายจุดดำ แต่ในฤดูผสมพันธุ์ตัวผู้จะเปลี่ยนเป็นสีเหลืองสดใส



นกฟินช์ (Gouldian finch)

มีถิ่นกำเนิดทางตอนเหนือในทวีปออสเตรเลีย เป็นนกพื้นเมือง หากินในทุ่งหญ้า และอยู่รวมกันเป็นฝูง ต่อมาได้แพร่หลายไปในทวีปยุโรป และกระจายไปทั่วโลกอย่างรวดเร็ว เนื่องจากมีสีสันสวยงามที่โดดเด่นในตัวเอง



ปลาแมนดาริน (Mandarin fish)

ปลาชนิดนี้มีความพิเศษตรงลำตัวที่แลดูเรียบลื่น เต็มไปด้วยเส้นสายสีเขียวหรือฟ้า ทาบกันไปมาบนพื้นลำ ตัวสีส้มเป็นมันเงา เหมือนกับลายฟ้าไหมหรือฟ้าแพรชั้นดี จนดูละม้ายคล้ายคลึงกับชุดบนนางจิ้นโบราณ

ปลาแมนดารินมีอุปนิสัยก้าวร้าวพอสมควร โดยเฉพาะกับปลาชนิดเดียวกัน ซึ่งตัวผู้จะมีอาณาเขตที่ชัดเจน หากมีผู้บุกรุก ตัวผู้จะกางครีบอกและขับสีให้เข้มขึ้นเพื่อข่มขู่ศัตรู อีกทั้งยังเป็นปลาที่มีพิษบริเวณเมือกปกคลุมลำตัว เพื่อใช้ป้องกันการเป็นอาหารของสัตว์น้ำหรือปลาที่มีขนาดใหญ่กว่า



ทากทะเล (Cyerce nigricans)

เป็นสายพันธุ์ของทากทะเล sacoglossan ประเภทไม่มีกระดอง มีสีดำตัดกับสีส้มสดใส แต่มดด้วยลายจุดสีเหลืองตลอดทั้งตัว



ไก่ฟ้าสีทอง (Golden pheasant)

เป็นสัตว์ป่าประเภทไก่ฟ้าที่นิยมนำมาเลี้ยงเป็นสัตว์เลี้ยงสวยงาม มีถิ่นกำเนิดดั้งเดิมบนภูเขาสูง พบมากทางภาคกลาง และภาคตะวันตกของสาธารณรัฐประชาชนจีน รวมถึงในประเทศปากีสถาน อินเดีย และศรีลังกา มีความสวยงามและทนทานต่ออากาศหนาวได้เป็นอย่างดี

เป็นยังงั้นบ้างคะสำหรับสัตว์สีส้มสวยงาม และแปลกตาทั้ง 8 ชนิด หวังว่าน้อง ๆ หนู ๆ จะชอบกันนะคะ นอกจากสัตว์ที่พี่เอ๊ะนำมาให้ทุกคนได้รู้จักแล้วยังมีสัตว์อีกมากมายหลายชนิดบนโลกที่มีสีสันสวยงามเช่นกัน ไว้โอกาสหน้าพี่จะพาไปทำความรู้จักนะคะ

ทายนิสัย ไขความเป็นฉัน



พี่พิมพ์เชื่อว่าน้องๆ หลายคนคงเคยอ่านหนังสือหรือเล่นอินเทอร์เน็ทเกี่ยวกับการดูดวง หรือทายนิสัยจากสิ่งของมาก่อน ซึ่งแน่นอนว่าวันนี้พี่พิมพ์เองก็ไม่พลาดที่จะนำการทายนิสัยจากสีมาให้น้องๆ ได้อ่านกันด้วย ไม่ว่าจะเป็นโทนสีสดใส โทนสีสบายตา หรือโทนสีเข้ม ถ้าน้องๆ คนไหนมีสีที่ชอบเป็นพิเศษแล้ว ก็มาเริ่มวิเคราะห์ตัวเองกันได้เลยค่ะ!



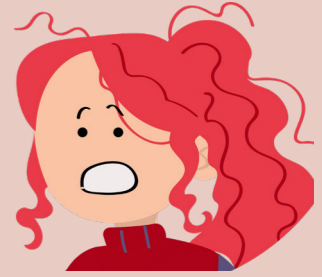
สีดำ สำหรับคนที่ชอบสีดำเป็นคนกล้าเสี่ยงกับเรื่องต่างๆ แต่บางครั้งก็อาจหุนหันพลันแล่นเกินไป เป็นคนเข้มแข็ง จริงจัง คนใกล้ชิดคนชอบสีดำจึงเคารพ หรือแอบเกรงกลัวอยู่บ้าง แต่แท้จริงแล้วคนชอบสีดำเป็นคนที่ฟังพาได้ สีดำจึงสื่อถึงความกล้าหาญ ความลึกลับ ความมีอำนาจ หรืออาจแปลไปทางแง่ลบว่าเป็นความเจ็บปวดก็ได้เช่นกัน



สีฟ้า เป็นคนที่มีแนวโน้มสูงเรื่องเป็นคนที่ซื่อสัตย์ น่าเชื่อถือ เป็นคนที่มีนิสัยอ่อนโยน เห็นอกเห็นใจคนอื่น ทำให้หลายๆ คน อาจหวังพึ่งพา แต่คนที่ชอบสีฟ้าก็พร้อมจะช่วยเหลือเช่นกัน เมื่อเจออุปสรรคก็จะค่อยๆ คิดและวางแผนแก้ไขปัญหา สีฟ้าจึงสื่อถึงความมั่นคง ความสงบ และความน่าเชื่อถือนั่นเอง



สีชมพู เป็นคนที่สดใสร่าเริง มีความสนุกสนาน มองโลกในแง่ดีจนบางครั้งก็อาจเผลอเกินไป นอกจากนั้นคนที่ชอบสีชมพูยังเป็นคนที่เปิดเผยเรื่องความรู้สึกอีกด้วย โดยสิ่งสำคัญสำหรับคนชอบสีชมพูก็คือครอบครัวและความรัก สีชมพูจึงสื่อถึงความรัก ความเป็นผู้หญิง และความขี้เล่นนั่นเอง



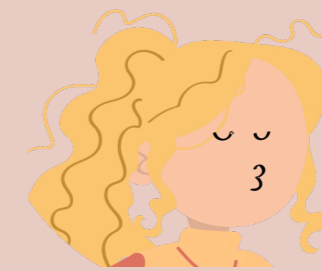
สีแดง เป็นคนที่ชอบหาความตื่นเต้นอยู่เสมอ เป็นคนใจถึง รักการผจญภัย รวมไปถึงมีความกล้าหาญจนอาจทำอะไรแบบไม่คิดหน้าคิดหลังได้เช่นกัน สีแดงจึงสื่อถึงความตื่นตาตื่นใจ ความหลงใหล และความอันตรายนั่นเอง



สีขาว เป็นคนที่ไร้เดียงสา สงบเสถียร แต่บางครั้งก็ออกจะไม่ทันคนไปบ้าง เป็นคนมีระเบียบ ชอบให้สิ่งต่างๆ สะอาดและเรียบร้อยเสมอ สีขาวจึงสื่อถึงความบริสุทธิ์ หรือสีที่เกี่ยวข้องกับการแต่งงานในวันฉัตรมงคล



สีม่วง เป็นคนที่มีไหวพริบ หัวไว มีความคิดสร้างสรรค์ จึงชอบการทำอะไรที่แตกต่างจากคนอื่น เพราะต้องการสร้างตัวตนของตัวเอง สีม่วงจึงสื่อถึงพลังอำนาจ สติปัญญา และจิตวิญญาณนั่นเอง



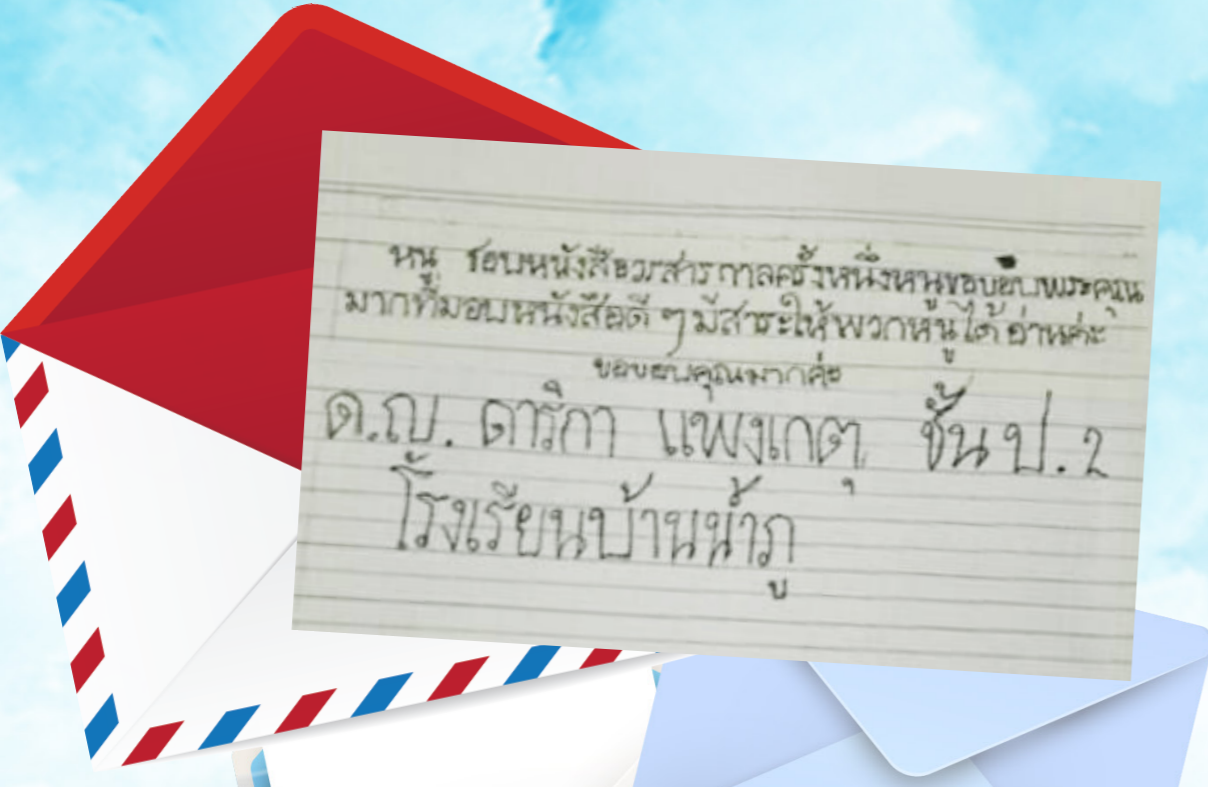
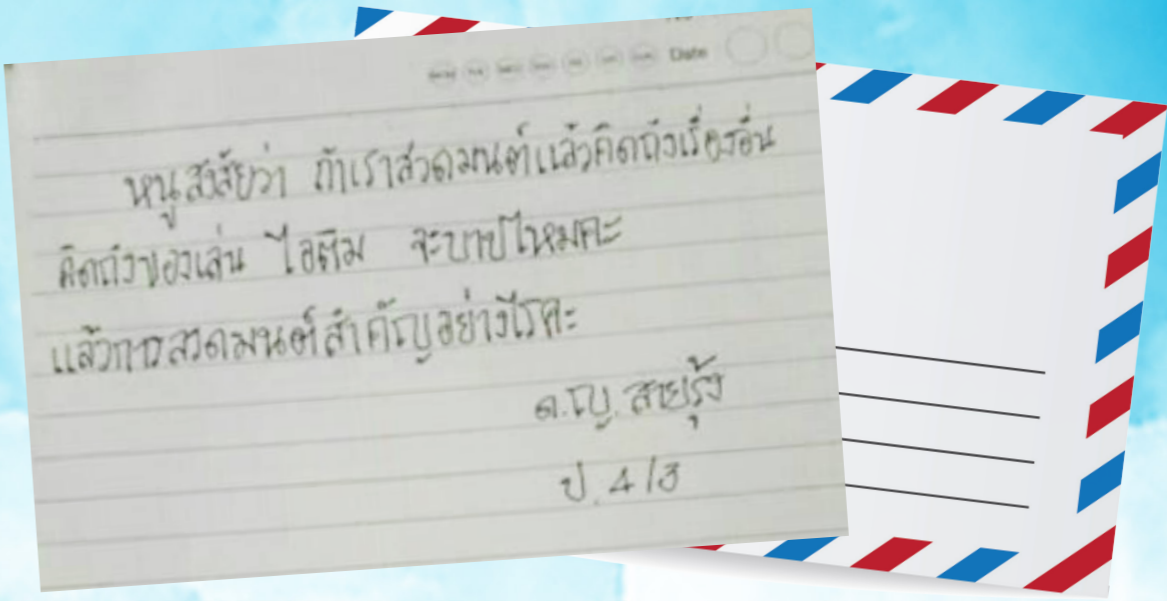
สีเหลือง เป็นคนที่ร่าเริง มีพลังบวกมาก มักมองโลกในแง่ดีตลอดเวลา นอกจากนั้นคนชอบสีเหลืองก็ยังรักการผจญภัยด้วยความสุข การคิดแก้ปัญหา และความอบอุ่นนั่นเอง

การทายนิสัยจากสีอาจแม่นยำ ใกล้เคียงอยู่บ้าง หรืออาจไม่ใกล้เคียงเลยก็ได้ แต่สิ่งหนึ่งที่พี่พิมพ์อยากบอกน้องๆ ทุกคนก็คือ หากสีที่เราเลือกมีลักษณะนิสัยที่ไม่ตรงแล้วก็ไม่ต้องกังวลไปนะคะ เพราะสีสีนไม่ใช่ตัวกำหนดตัวเราแต่เป็นตัวเราเองต่างหากที่กำหนดความเป็นตัวเอง

ขอขอบคุณข้อมูลจาก <https://sistacafe.com/summaries/82215>

จดหมายนี้มีอยู่ว่า...

คอลัมน์นี้ พี่ ๆ วารสารกาลครั้งหนึ่งดีใจที่ได้่านจดหมายจากน้อง ๆ หนู ๆ ที่ส่งกันเข้ามาไม่ว่าจะเป็นเรื่องอะไรก็สามารถส่งเข้ามาแบ่งปันกันได้นะจะหรือถ้าน้อง ๆ มีข้อสงสัยเกี่ยวกับเรื่องอะไรก็ตาม สามารถส่งจดหมายมาหาพี่ ๆ วารสารกาลครั้งหนึ่งได้เลย จะ พี่ ๆ พร้อมรับฟังและตอบทุก ข้อสงสัยของน้อง ๆ เลยนะจ๊ะ



ถึง น้องสายรุ้ง
สวัสดีค่ะน้องสายรุ้ง พี่ขอชื่นชมที่หนูสวดมนต์และมีความตั้งใจ เมื่อมองเห็นปัญหาที่ต้องการหาทางแก้ไข ปัญหาเหล่านั้นจะ น้องสายรุ้งคิดถึงเรื่องอื่นไปพร้อมกับตอนสวดมนต์ พี่บอกได้เลยว่าไม่บาปจะ เพราะหนูไม่ได้ทำให้ใครเดือดร้อนโดย การไปโม้ของใครแล้วทำให้คน ๆ นั้นเสียใจเลยใช่ไหมจ๊ะ กลับกันการสวดมนต์เป็นสิ่งที่ดีแต่ช่วงแรกหลาย ๆ คน รวมถึงตัวพี่เองก็เคยเป็นเหมือนน้องสายรุ้งนะ พี่ก็สวดมนต์ไปเรื่อย ๆ ค่อย ๆ เป็น ค่อย ๆ ไป หลังจากนั้นพี่เริ่มมีสมาธิมากขึ้น ของเล่นที่ชื่นชอบ ของอร่อยแสนหวานก็ไม่มากวนใจตอนที่พี่สวดมนต์อีกต่อไปเลยจ๊ะ พี่รู้ว่าหนูทำได้

ส่วนการสวดมนต์สำคัญมากเลยจ๊ะ เพราะการสวดมนต์ทำให้จิตใจสงบ เมื่อจิตใจสงบก็ทำให้เกิดสมาธิ ทำให้หนู ๆ สามารถจดจ่อกับสิ่งที่ทำได้ดีมากเลยนะจ๊ะ ไม่ว่าจะเป็นตอนอ่านหนังสือ เย็บผ้าหรือทำกิจกรรมอะไร ก็ตามก็ จะสามารถจดจำและทำสิ่ง ๆ นั้นสำเร็จได้ในที่สุด พี่ ๆ เป็นกำลังใจให้น้องสายรุ้งนะจ๊ะ

ทำตามคำแนะนำของพี่แล้วเป็นอย่างไร ส่งจดหมายมาพูดคุยกันอีกได้นะ พี่ดีใจที่ได้่านจดหมายจาก น้อง ๆ ทุกคน ถ้ามีคำถามอะไรก็ส่งมาหาพี่ ๆ ได้เลย พวกพี่พร้อมอ่านและตอบคำถามของน้อง ๆ ทุกคนเลยนะจ๊ะ

ถึง น้องดาริกา
สวัสดีค่ะน้องดาริกา ขอบคุณที่ติดตามผลงานของพี่ ๆ วารสารกาลครั้งหนึ่งนะจ๊ะ พวกพี่ดีใจมากเลยที่หนูชอบวารสารที่พี่ ๆ ตั้งใจคิดแล้วร่ายเวทมนตร์แห่งความสุขลงไปด้วย โอ้โฮ! น้องดาริกาก็ร่ายเวทมนตร์มาพร้อมกับ จดหมายด้วยใช่ไหมจ๊ะ หลังจากอ่านจดหมายของหนูแล้วพี่ได้รับกำลังใจมาเต็มเปี่ยมเลย ตอนนั้นพวกพี่มีพลังสร้างสรรค์และร่ายเวทมนตร์บทใหม่ให้น้องดาริกาและหนู ๆ ที่ชื่นชอบวารสารกาลครั้งหนึ่งต่อไปได้แล้ว ดีใจที่สุดเลยจ๊ะ

ถ้าน้องดาริกาสนใจเรื่องอะไรเป็นพิเศษสามารถส่งจดหมายมาบอกพวกพี่ได้นะ พี่ ๆ มีความสุขที่ได้่านจดหมาย และรับฟังความคิดเห็นของน้อง ๆ เสมอจ๊ะ เมื่อไรที่วารสารกาลครั้งหนึ่งทำให้น้อง ๆ มีความสุขและสนุกไปด้วย พวกพี่ก็ยิ่งดีใจมาก ขึ้นไปอีกเลยนะจ๊ะ

พวกพี่ขอขอบคุณน้องดาริกาอีกครั้งที่เขียนจดหมายที่แนบของบัญชีเลขผ่านสิ่งที่หนูเขียนมาด้วยรวม ถึงจดหมายจาก น้อง ๆ ที่ส่งมา พวกพี่ได้อ่านทุกฉบับและรับรู้ได้ถึงความตั้งใจ พี่ ๆ จะส่งเวทมนตร์ สาระและความสนุกอะไรต่อไปรอ ติดตามในฉบับหน้ากันได้เลยนะจ๊ะ

น้อง ๆ สามารถส่งจดหมายมาได้ตามที่อยู่นี้เลยคะ

ศูนย์การศึกษาระดับปริญญาตรี คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

พี่ ๆ รอจดหมายของน้อง ๆ อยู่นะคะ

| แต่งแต้มสีสัน

แต้มนิذرบายน้อย

มาช่วยกันสร้างสีสันให้กับป่าในจินตนาการกันดีกว่า!

โดย พี่เอ๊ะ





BACHELOR OF ARTS PROGRAM IN
**CHILDREN'S
LITERATURE**
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY



the world of color