

จุดสาร

www.rommai.net



โรงเรียนร่มไหม

ปีที่ 22 ฉบับที่ ๕๗ ประจำเดือน พฤษภาคม - กรกฎาคม ๒๕๖๐



ผลงานการวาดภาพระบายสี ในหัวข้อ “ชลบุรีถิ่นของดีที่นาเกลือ”

โดย เด็กหญิงปภาดา อมพรธโรกร ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

299/26 ซ.บ้านสวน-เศรษฐกิจ12 ถ.เศรษฐกิจ ต.บ้านสวน อ.เมือง จ.ชลบุรี

โทรศัพท์ 038-798730 E-mail : office@rommai.net

สารบัญ

คู่มือฯ บ.ก.	3
สารจากผู้อำนวยการ.....	4
ข่าวที่พลาดไม่ได้.....	5
ฝากให้คิด.....	16
ปฏิทินร่มไม้.....	21
เก็บมาฝาก.....	23
สารพันปัญหาเด็ก.....	25
น่านน้ำใครนะ.....	26
สุขภาพดีวิธีมีสุขภาพ.....	29

คณะผู้จัดทำ

ที่ปรึกษา

นางจุฑิชาพงษ์	กีระสุนทรพงษ์
น.ส. ชื่นพนา	สุภาพงษ์

บรรณาธิการ

นางทิอาพร	ธีรธรรดากุล
-----------	-------------

กองบรรณาธิการ

น.ส.รพีพรธนะ	โพธิ์โชติ
น.ส.บุญธิกา	สงวนพงษ์
น.ส.ธวีวรรณ	ศิลาวรรณ

ฝ่ายประสานงาน

น.ส.ธรรณ	อัมมสวัสดิ์
นางกุลธิดา	เปรมปรีชา
น.ส.ไพจิณ	นิลธิชาลพงษ์

คุยกับ บ.ก.



สวัสดิ์คะ ท่านผู้อ่านที่รัก

เปิดเทอมมาได้เดือนกว่าๆ จากเสียงร้องไห้ของน้องเล็กระดับเตรียมอนุบาลและอนุบาล1 ได้เริ่มเปลี่ยนเป็นเสียงหัวเราะร่าเริง ทำให้ทั้งผู้ปกครองและคุณครูต่างพากันโล่งใจยิ้มได้ไปตามๆ กัน ที่เจ้าตัวเล็กสามารถปรับตัวกับการมาโรงเรียนกันได้เสียทีนะคะ

สำหรับจุลสารฉบับนี้เราได้รวบรวมข่าวสารรอบรั้วร่วมไม้มานาน่าเสนอ พร้อมคัดสรรเรื่องราวดีๆ มีสาระมาฝากทุกท่านเช่นเคยคะ อาทิ “สอนลูกอย่างไรให้เชื่อฟังและไม่ต่อต้าน” ในคอลัมน์เก็บมาฝาก และ “9 ภัยใกล้ตัวลูก ที่ไม่ควรมองข้าม” ในคอลัมน์ฝากให้คิด และปิดท้ายฉบับกับความคิดใสๆ ของเด็กๆ ในคอลัมน์นานาทัศนะที่เด็กๆ ได้แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับความประทับใจและความภาคภูมิใจในห้องถิ่นจังหวัดชลบุรีจากการเรียนรู้ในสัปดาห์บูรณาการ

ทำนี้ด้วยความห่วงใย ขอฝากเรื่องการดูแลสุขภาพอนามัยนะคะ ในช่วงฤดูฝนมีโรคที่ต้องเฝ้าระวังสำหรับเด็กๆ หลายโรค ดังนั้นการดูแลสุขภาพเป็นสิ่งสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องอาหารการกิน การออกกำลังกาย และการพักผ่อนให้เพียงพอ เพื่อป้องกันการเจ็บป่วยและการแพร่ระบาดของโรค ขอให้เด็กๆ รักษาสุขภาพกันด้วยนะคะ

แล้วพบกันฉบับหน้า

จาก บ.ก.



สารจากผู้อำนวยความสะดวก

เรื่อง ท่านผู้ปกครองและผู้อ่านทุกท่าน

ในขณะนี้หลายคนคงได้ยินจากโทรทัศน์ งานสัมมนา หรืออ่านตามเฟสบุ๊คของนักวิชาการหลายท่าน เกี่ยวกับเรื่องของ Thailand 4.0 พบเห็นจนจำได้ขึ้นใจในประโยคที่ว่า “ประเทศไทยต้องก้าวไปสู่ Thailand 4.0 ให้ได้” ซึ่งมันคืออะไรก็ไม่รู้ รู้แค่คร่าวๆ ว่ามันเกี่ยวกับเทคโนโลยี เกี่ยวกับประเทศไทยทั้งประเทศ แต่เป็นยังไงมาying แล้วทำไมอยู่ๆ ถึงมี 4.0 เลย มี 1.0, 2.0 มาก่อนหรือไม่ แล้ว 4.0 มันคืออะไร “Thailand 4.0” คือทิศทางในการพัฒนาประเทศไทย มีการพัฒนาด้านเศรษฐกิจที่เป็นไปอย่างต่อเนื่องโดยแบ่งออกเป็น 4 ยุค ได้แก่ ประเทศไทย 1.0 เน้นการเกษตรเป็นหลัก, ประเทศไทย 2.0 เน้นอุตสาหกรรมแต่เป็นอุตสาหกรรมเบา, ประเทศไทย 3.0 เป็นอุตสาหกรรมหนักและการส่งออก เช่น อุตสาหกรรมยานยนต์ และประเทศไทย 4.0 เป็นยุคเทคโนโลยี Creative และ Innovation เน้นการสร้างให้คนไทยสามารถคิดเองได้

ยุคที่โลกมีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วนี้ การเตรียมลูกให้พร้อมเป็นสิ่งที่ผู้ปกครองต่างเป็นกังวล โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเปลี่ยนแปลงประเทศเข้าสู่ยุค Thailand 4.0 ซึ่งโครงสร้างเศรษฐกิจจะถูกขับเคลื่อนด้วยนวัตกรรมและเทคโนโลยีขั้นทันสมัย ยุคที่สมองกลอัจฉริยะจะถูกนำมาใช้แทนแรงงานและสมองคน เด็กที่ปรับตัวไม่ทันกับการเปลี่ยนแปลงอาจไม่สามารถแข่งขันและสูญเสียโอกาสที่จะประสบความสำเร็จ เด็กไทยยุคนี้จึงต้องฉลาดและมีทักษะที่หลากหลาย เพื่อพร้อมสู่การเรียนรู้ที่สอดคล้องกับการเปลี่ยนแปลงของโลกและสังคมในอนาคต ผู้ปกครองจึงต้องเตรียมความพร้อมสร้างสมรองรับอนาคตให้ลูกน้อยตั้งแต่วินาทีนี้ แต่สิ่งสำคัญในแผน Thailand 4.0 ได้นิยามคนไทยในศตวรรษที่ 21 ว่า “คือคนไทยที่มีปัญญาเฉียบแหลม มีทักษะที่เห็นผล มีสุขภาพที่แข็งแรง และมีจิตใจที่งดงาม” ถ้าเด็กไทยมีคุณสมบัติตามคำนิยามนี้แล้ว ย่อมเป็นพลังคนของประเทศที่จะทำให้ประเทศไทยเป็นประเทศที่พัฒนาแล้วอย่างได้แน่นอน

ขอแสดงความนับถือ

จันทนา สุภาพงษ์



ข่าวที่พลาดไม่ได้

เกียรติบัตรผลงานโรงเรียนที่มีผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาตินิยม

ด้วยความมุ่งมั่นในการจัดการศึกษาอย่างมีคุณภาพ โรงเรียนจึงมีผลงานด้านวิชาการที่การันตีความสามารถของนักเรียนโรงเรียนร่วมไม่ได้เป็นอย่างดี โดยเมื่อวันที่ 1 พฤษภาคม 2560 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาชลบุรี เขต 1 ได้มอบเกียรติบัตรเพื่อเป็นการแสดงความชื่นชมและยกย่องให้โรงเรียนร่วมไม่ เป็นโรงเรียนที่มีผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาตินิยมยอดเยี่ยมในประเภทต่างๆ ดังนี้

➡ โรงเรียนร่วมไม่ มีผลการทดสอบความสามารถพื้นฐานของผู้เรียนระดับชาติ (National Test : NT) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2559 **ได้คะแนนเฉลี่ยรวม 3 ด้าน สูงกว่าระดับประเทศ ลำดับที่ 1** ของโรงเรียนเอกชน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1

➡ โรงเรียนร่วมไม่ มีผลการทดสอบความสามารถพื้นฐานของผู้เรียนระดับชาติ (National Test : NT) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2559 **ได้คะแนนเฉลี่ย ด้านเหตุผล (Reasoning Abilities) สูงกว่าระดับประเทศ ลำดับที่ 1** ของโรงเรียนเอกชน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1

➡ โรงเรียนร่วมไม่ มีผลการทดสอบความสามารถพื้นฐานของผู้เรียนระดับชาติ (National Test : NT) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2559 **ได้คะแนนเฉลี่ย ด้านคำนวณ (Numeracy) สูงกว่าระดับประเทศ ลำดับที่ 2** ของโรงเรียนเอกชน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1

➡ โรงเรียนร่มไ้ม้ มีผลการทดสอบความสามารถพื้นฐานของผู้เรียนระดับชาติ (National Test : NT) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2559 **ได้คะแนนเฉลี่ย ด้านภาษา (Literacy) สูงกว่าระดับประเทศ ลำดับที่ 4** ของโรงเรียนเอกชน สังกัดสำนักงานเขต พื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1

➡ โรงเรียนร่มไ้ม้ มีผลการทดสอบทางการศึกษา ระดับชาติขั้นพื้นฐาน (O-Net) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ปีการศึกษา 2559 ได้คะแนนเฉลี่ยรวม 5 กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาไทย คณิตศาสตร์ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษาฯ และภาษาอังกฤษ) สูงสุดอันดับ 6 ของโรงเรียน เอกชน สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 1

นักเรียนคนเก่ง

ปรบมือให้รัวๆ กับนักเรียนร่มไ้ม้คนเก่งของเรา ที่มีความสามารถสร้างผลงานและชื่อเสียงให้แก่โรงเรียนทั้งด้านวิชาการและด้านกีฬา ซึ่งนักเรียนคนเก่งประจำฉบับนี้ได้แก่



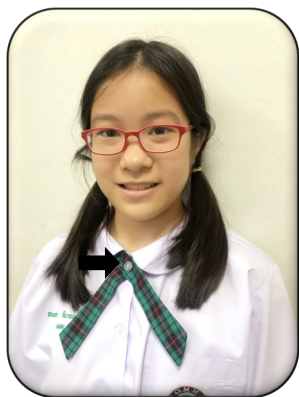
ด.ช.นนทนันต์ กลิ่นชาติ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (ปีการศึกษา 2559) มีผลการทดสอบทางการศึกษาระดับชาติขั้นพื้นฐาน (O-Net) วิชาภาษาอังกฤษ ได้คะแนนเต็ม 100

ด.ญ.เพ็ญนิตี อัมเสถียร นักเรียนชั้นอนุบาล 1 ห้อง Mango ได้รับเหรียญเงินจากการแข่งขันเทควันโด จากการแข่งขัน Laemchabang Championship 2 เมื่อวันที่ 10 มิถุนายน 2560

ด.ช.ศรพิสิษฐ์ ประพันธ์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ได้รับเหรียญเงินจากการแข่งขันเทนนิส(รุ่นเยาวชน) จากรายการฟิทีที-ลอนเทนนิสพัฒนาฝีมือ ประจำปี 2560 ภาคอีสาน ครั้งที่ 3 จังหวัดอุดรธานี เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2560

ด.ช.จัสติน ณัฐดนัย โฮลแมน นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ 5 จากการแข่งยิงปืน BB Gun รุ่น Standard Division Junior เมื่อวันที่ 4 มิถุนายน 2560 ณ สนาม The Battle BB Gun Chonburi

ประธานนักเรียนคนใหม่



สำหรับในปีการศึกษานี้ ทางโรงเรียนได้จัดกิจกรรมส่งเสริมประชาธิปไตยขึ้น โดยจัดสถานการณ์จำลองรูปแบบการออกเสียงเลือกตั้งตามระบอบประชาธิปไตย โดยให้นักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาทุกคนได้เรียนรู้และตระหนักถึงบทบาทหน้าที่ของตนเองในการร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการใช้สิทธิออกเสียงเลือกตั้งประธานนักเรียน ซึ่งผลจากการเลือกตั้ง เมื่อวันที่ 31 พฤษภาคม 2560 ที่ผ่านมา ด.ญ.ธนพร ถีนานนท์ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ได้รับเลือกให้เป็นประธานนักเรียนคนใหม่ประจำปีการศึกษา 2560 นี้ ด้วยคะแนนโหวตชนะขาดลอยอย่างเป็นเอกฉันท์ ซึ่งประธานนักเรียนพร้อมด้วยคณะกรรมการนักเรียนจะมีบทบาทหน้าที่ในการเป็นผู้นำกิจกรรมต่างๆ ของนักเรียน และทำหน้าที่ในการเข้าร่วมประชุมประจำเดือนร่วมกับผู้บริหารเพื่อร่วมกันเสนอความคิดเห็นในการพัฒนาโรงเรียนให้ตรงกับความต้องการของนักเรียนต่อไป

วันไหว้ครู

โรงเรียนได้จัดกิจกรรมวันไหว้ครู เพื่อให้นักเรียนได้ระลึกถึงพระคุณของครูบาอาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ต่างๆ ให้แก่นักเรียน อีกทั้งยังเป็นการแสดงตนว่า

นักเรียนขอเป็นศิษย์ของครูและพร้อมที่จะน้อมรับคำสั่งสอนจากครูทุกประการ
ในวันพฤหัสบดีที่ 8 มิถุนายน 2560 ซึ่งเป็นกิจกรรมภายในสำหรับนักเรียนชั้นอนุบาล 2 ถึง
ประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งนอกจากจะมีพิธีไหว้ครูแล้วยังมีการประกาศผลและมอบเกียรติบัตร
รางวัลการประกวดต่างๆ และมอบเกียรติแก่นักเรียนที่มีผลการเรียนดีเด่น (เกรดเฉลี่ย 4.00)
ประจำปีการศึกษา 2559 จำนวนทั้งสิ้น 21 คน ดังนี้

รายนามนักเรียนที่มีผลการเรียนดี	ปัจจุบันกำลังศึกษาอยู่ชั้น
เด็กชายจุฑาพล พ่วงสมบัติ	ป.2
เด็กหญิงณัฐนันท์ ชัมสกุล	ป.2
เด็กหญิงศรุตดา ประดับกุล	ป.2
เด็กหญิงญาดา ตันติตระการวัฒนา	ป.2
เด็กหญิงณรัชชา ศิลปชำนาญ	ป.2
เด็กหญิงบงกชกร ชื่นบุญเพิ่ม	ป.3
เด็กหญิงนวิรัช งามวิไลกร	ป.3
เด็กชายพิสิษฐ์ บุญโสธรวัฒนา	ป.4
เด็กชายเพชรพล ศิริสุทธิยากร	ป.4
เด็กชายกฤษฎา วสุเนตรกุล	ป.4
เด็กหญิงนภศมล เกตตรา	ป.4
เด็กหญิงปวันพัสดร์ เสริมพัฒนา	ป.4
เด็กหญิงปารณีย์ เสริมพัฒนา	ป.4
เด็กชายไตรทศ อภิชนสุข	ป.4
เด็กหญิงกมลชนก เจริญสุข	ป.5
เด็กหญิงมนัสนันท์ กุลวงศ์	ป.5

รายชื่อนักเรียนที่มีผลการเรียนดี	ปัจจุบันกำลังศึกษาอยู่ชั้น
เด็กหญิงปภาดา วนขจรไกร	ป.6
เด็กหญิงอิสราภรณ์ จินดาวัฒนธโนชค	ป.6
เด็กหญิงพัชรพร ชิมสกุล	ป.6
เด็กหญิงประณุตตา จินอยู่	ป.6
เด็กหญิงธนพร ถีนานนท์	ป.6



สัปดาห์การเรียนรู้แบบบูรณาการและภูมิปัญญาท้องถิ่น

“ทะเลงาม ข้าวหลามอร่อย อ้อยหวาน จักสานดี ประเพณีวิ่งควาย” คือ คำขวัญของจังหวัดชลบุรี ที่ทางโรงเรียนนำมาเป็นหน่วยการเรียนรู้ของนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ระหว่างวันที่ 26 - 30 มิถุนายน 2560 ซึ่งเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ฐานนอกห้องเรียนแบบบูรณาการตลอดทั้งสัปดาห์ เพื่อให้นักเรียนจะได้เรียนรู้เกี่ยวประวัติความเป็นมา

ของจังหวัดชลบุรีและภูมิปัญญาในท้องถิ่นที่น่าสนใจ และเกิดการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง ส่งเสริมให้นักเรียนได้ค้นคว้า ทำรายงาน ทำโครงการและรู้จักค้นหาคำถามด้วยตนเอง โดยกำหนดหน่วยการเรียนรู้(Theme) ในแต่ละระดับชั้นให้สอดคล้องกับคำขวัญจังหวัดชลบุรี รวมถึงทัศนศึกษาออกสถานที่ ซึ่งนอกเหนือจากความสนุกสนานแล้วนักเรียนจะได้รับความรู้ใหม่ๆ ซึ่งหาไม่ได้จากในตำรา อีกทั้งยังช่วยปลูกฝังความรักและภูมิใจในท้องถิ่นของตนเองอีกด้วย



การส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาและแก้เกียนพรรษา

ทางโรงเรียนจึงได้จัดทำโครงการส่งเสริมกิจกรรมทางพระพุทธศาสนาขึ้น เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้เกี่ยวกับวัฒนธรรมประเพณีไทย และวันสำคัญทางพระพุทธศาสนา รู้จักการประพฤติปฏิบัติตนเป็นพุทธศาสนิกชนที่ดี เป็นผู้มีความประพฤติดี โดยกำหนดให้นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ทุกคนได้ฝึกสวดมนต์ยาว(ทำนองสรภัญญะ) ฝึกการนั่งสมาธิและทำบุญตักบาตรอาหารแห้ง เมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2560 ณ บริเวณโรงอาหารประถม





และสำหรับกิจกรรมแห่เทียนพรรษาในช่วงเดือนกรกฎาคม นักเรียนระดับชั้นอนุบาล 3 จะเป็นตัวแทนเข้าร่วมกิจกรรมแห่เทียน ณ วัดอรัญญิกาวาส (วัดป่า) ต.บ้านสวน อ.เมืองชลบุรี ในวันที่ 5 กรกฎาคม 2560 พร้อมนำเครื่องอุปบริหารและถวายเงินทำบุญ โดยมียอดเงินทำบุญทั้งสิ้น จำนวน 10,100 บาท โรงเรียนขออนุโมทนาบุญกุศลในครั้งนี้ กับนักเรียน ผู้ปกครอง และคุณครูทุกคนที่ได้ร่วมกันถวายเงินทำบุญด้วยจิตศรัทธาค่ะ

กิจกรรมถวายพระพร สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร รัชกาลที่ 10

เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณบดินทรเทพยวรางกูร ๖๕ พรรษา ในวันที่ 28 กรกฎาคม 2560 นี้ ทางโรงเรียนจะจัดกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติ เพื่อเป็นการปลูกฝังคุณธรรมให้นักเรียนมีความจงรักภักดีต่อชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ โดยมีกำหนดการจัดงานในวันพุธที่ 26 กรกฎาคม 2560 โดยผู้บริหาร ครู และนักเรียนร่วมในพิธีสวดมนต์เพื่อถวาย



พระพรชัยมงคล สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณบดินทรเทพยวรางกูร และทำบุญตักบาตร(อาหารแห้ง) พระสงฆ์จำนวน 9 รูป เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล และต่อด้วยการบำเพ็ญตนต่อส่วนรวม ในกิจกรรมสาธารณประโยชน์และ Big Cleaning Day ซึ่งกิจกรรมดังกล่าวจัดขึ้นกิจกรรมภายในโรงเรียน ท่านผู้ปกครองไม่ต้องลงนามมาร่วมงานนะคะ

งานวันแม่แห่งชาติ

สำหรับกิจกรรมวันแม่แห่งชาติในปีนี้ โรงเรียนได้
จัดกิจกรรมต่างๆ เนื่องตลอดเดือนสิงหาคม ดังนี้

วันที่ 8 - 10 สิงหาคม 2560 กิจกรรมกราบแม่
ในห้องเรียน สำหรับนักเรียนเตรียมอนุบาล - อนุบาล 3

วันที่ 11 สิงหาคม 2560 กิจกรรมเทิดพระเกียรติ
แด่สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ใน
พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช เนื่องใน
โอกาสสมหามงคลเฉลิม พระชนมพรรษา 85 พรรษา และ

ทำบุญตักบาตร(อาหารแห้ง) พระสงฆ์จำนวน 9 รูป เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล สำหรับ
นักเรียนระดับชั้นอนุบาล 2 - ประถม 6 (ซึ่งทางโรงเรียนจะแจ้งกำหนดการโดยละเอียดภายหลัง)

กิจกรรมทำดีเพื่อสังคมในวันแม่แห่งชาติ “Mom & Me Charity's Day” เพื่อปลูกฝังให้
นักเรียนเป็นผู้มีน้ำใจ รู้จักการให้ การแบ่งปันและการเสียสละ โดยขอรับบริจาคสิ่งของเหลือ
ใช้(ในสภาพดี) เช่น เสื้อผ้า และของเล่น เพื่อนำมาจัดจำหน่ายเป็นสินค้ามือสอง โดยจะนำ
เงินรายได้ทั้งหมดไปบริจาคให้ผู้ด้อยโอกาสทางสังคม อาทิ สถานสงเคราะห์เด็กกำพร้า สถาน
สงเคราะห์คนพิการ ฯลฯ ซึ่งมีกำหนดรับบริจาคสิ่งของ ตั้งแต่วันที่ 31 ก.ค - 7 ส.ค 2560
ณ เวทีอาคารอนุบาล กำหนดจำหน่ายสินค้ามือสอง “Mom & Me Charity's Day” วันที่ 9 ส.ค.
2560 เวลา 14.00-16.00 น. ณ โถงอาคารประถม

นอกจากนี้ ทางโรงเรียนขอเชิญชวนคุณแม่มาร่วมเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมการเรียน
การสอนในทุกๆระดับชั้นโดยการเป็นวิทยากรเฉพาะกิจ ชวนลูกๆ ให้เรียนรู้ในงานศิลปะ
การประดิษฐ์ การทำอาหารหรือเล่นิทานที่น่าสนุกสนานในห้องเรียนของลูกได้ตลอดทั้งเดือน
สิงหาคมนี้ หากคุณแม่ท่านใดสนใจกรุณาแจ้งได้ที่ครูประจำชั้นของลูกๆ ได้เลยนะคะ



รับสมัครนักเรียนใหม่ระดับเตรียมอนุบาล

สำหรับภาคเรียนที่ 2/2560 โรงเรียนได้มีกำหนดเปิดรับสมัครนักเรียนใหม่ระดับเตรียมอนุบาลตั้งแต่วันที่ 1 มิถุนายน เป็นต้นไป ซึ่งขณะนี้ผู้ปกครองจากภายนอกเริ่มทยอยมาสมัครจองที่เรียนแล้ว



หลายท่าน เพื่อสำรองที่ไว้ให้กับน้องของศิษย์ปัจจุบัน จึงขอประชาสัมพันธ์ให้ผู้ปกครองที่ประสงค์จะสมัครเรียนให้กับบุตรหลานในภาคเรียนที่สองนี้ ติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมและสมัครเรียนได้ที่ห้องธุรการ รับประทานอาหารคะเนื่องจากทางโรงเรียนสามารถรับได้ในจำนวนที่จำกัดค่ะ



ประมวลภาพ “สัปดาห์บูรณาการ”
กิจกรรมการเรียนรู้นอกห้องเรียน ตามหน่วยคำขวัญ จังหวัดชลบุรี
26 - 30 มิถุนายน 2560



ป.1 ทะเลงาม ออกนอกสถานที่ครั้งแรกที่ขึ้นระตูปชั้นประถม ตื่นเต้นขนานน



ป.2 ข้าวหลาม

กรอกข้าวหลามไป
กลั่นน้ำลาบไปต้วย
กลั่นหอมเหลือเก็นคัา



ป.3 อ้อชหวาน

ได้เดินชมไร่อ้อชหวาน สัมผัสวัฒนธรรมชาติ
เพลิดเพลินเพลินเลยจริงๆ ค่ะ

ป.4 ชกसानติ

सानตะกัณฐ์น้านานาน สานไปเรื่อยไป
แต่สุดท้ายก็เลิกได้ตะกัณฐ์น้านาน



ป.5 ประเพณีโองคาว

อ้อหื้อ ได้มาที่มินิมูร์ท่าพาริม
คุ้มจริงๆ สนุกมากกกกก

ป.6 ชลบุรีของเรา

ท่องเที่ยวสถานที่สำคัญหลายแห่ง
ในจังหวัดชลบุรี เหนื่อยหน่อเลย
แต่มีความสุขสุดๆ





ฝากให้คิด

โดย คุณครูอนุรักษฯ สวณพงษ์

9 กัยใกล้ตัวลูก ที่ไม่ควรมองข้าม

แหล่งที่มาข้อมูล : <http://www.motherandcare.in.th>

อุบัติเหตุบางอย่างเรารู้สึกว่า เป็นเรื่องไกลตัว หรือเกิดขึ้นได้ไม่บ่อย นั้นแสดงว่าผู้ใหญ่อย่างเราๆ ประมาทแบบไม่รู้ตัวแล้วนะค่ะ จะดีกว่าไหมที่เราจะไม่มองข้ามเรื่องอันตรายที่เราคิดว่าไกลตัว เพราะถ้าเกิดขึ้นกับลูกเรา คนที่เสียใจที่สุดก็คือคุณพ่อคุณแม่แน่นอน เรามาระวังภัย โดยการสอนลูกให้รู้ทันถึงภัยใกล้ตัวที่อาจเกิดขึ้น ด้วยแนวทางการป้องกัน

1.ลานจอดรถยนต์

Causes

ลูกน้อยวัยคลาน วัยชนที่กำลังเดิน วิ่งได้ มักจะสนุกกับพื้นที่ที่อิสระ อย่างลานจอดรถในบ้าน โดยไม่สนใจสิ่งต่างๆ รอบตัว และหลายครั้งก็เกิดอุบัติเหตุไม่คาดคิด เกี่ยวกับรถยนต์ เป็นอุทาหรณ์สอนพ่อแม่ ฉะนั้น คงมีเพียงคุณ และสมาชิกในบ้าน ที่จะช่วยป้องกันปัญหานี้

Cautions

- ก่อนขับรถเข้า – ออก หรือถอยรถในลานจอดรถ ควรตรวจให้มั่นใจว่าไม่มีลูกน้อยอยู่บริเวณนั้น
- ไม่ปล่อยลูกอยู่หรือเล่นบริเวณลานจอดรถเพียงลำพัง แม้จะไม่มีรถจอดก็ตามควรมีผู้ใหญ่อยู่ดูแลด้วยเสมอ
- จัดพื้นที่เล่นของลูกให้เป็นสัดส่วน เพิ่มความระมัดระวังและลดความเร็วในการขับขี่ ก็เป็นวิธีลดความเสี่ยง อันตรายจากการขับขี่ของคุณ
- ลานจอดรถนอกสถานที่ เช่น ห้างสรรพสินค้าก็ควรระมัดระวัง คุณควรจูงหรืออุ้มลูกตัวเล็กไว้และสอนลูกคนโตไม่ให้วิ่งหรือเดินตามลำพัง เพื่อความปลอดภัยจากรถยนต์เฉี่ยวหรือชนได้

2.รถโดยสารสาธารณะ

Causes

ในที่นี้หมายถึงรถไฟฟ้า รถใต้ดิน รถเมล์ หรือบริการรถสาธารณะต่างๆ ก็สามารถทำให้เกิดอุบัติเหตุไม่คาดคิด เช่น การพลัดหล่นตกไปที่ราง ถูกประตูรถหนีบ เป็นต้น อย่าคิดว่าเกิดขึ้นยากมากๆ เสียวนะคะ เพราะขนาดผู้ใหญ่ยังตกมาแล้วเยอะแยะ

Cautions

- สอนให้ลูกสังเกตพื้นที่การขึ้นรถ, สัญญาณต่างๆ เช่น การเดินเข้า – ออก ก่อน จังหวะที่ประตูจะเปิด เป็นต้น
- เมื่อเข้ารถแล้ว ควรเข้าด้านในรถ ไม่ยืนขวาง หรือเล่นบริเวณหน้าประตูทางเข้า – ออก
- กรณีที่ลูกยังเล็กมากจำเป็นต้องใช้รถเข็นก็ต้องระมัดระวังเป็นพิเศษ เพื่อความปลอดภัยของคุณและลูก โดยศึกษาข้อมูลเส้นทางและรายละเอียด การใช้บริการ

3.รถจักรยาน

Causes

ยานพาหนะสองล้อ ที่พาลูกน้อยโลดเล่น ได้ชมนก ชมไม้ เป็นเรื่องสนุกนั้น หากไม่ทันระวังก็กลายเป็นส่วนหนึ่งของภัยใกล้ตัวได้ เพราะมีความเสี่ยงในการเกิดอุบัติเหตุการขับขี่จักรยาน เช่น เท้าลูกอาจเข้าไปติดในซี่ล้อจักรยานเกิดการบาดเจ็บตามมา



Cautions

- ไม่ควรให้ลูกนั่งซ้อนหน้า หรือซ้อนท้ายจักรยาน โดยไม่มีที่นั่งพิเศษสำหรับลูกโดยเฉพาะ ลงทุนสักหน่อย ซื้อที่นั่งสำหรับเด็กที่มีคุณภาพ แข็งแรง มีสายคาดกันตก และคาดให้ลูกทุกครั้งที่เราลูกขึ้นรถจักรยาน
- เลือกใช้จักรยานที่มีที่กันล้อเพื่อป้องกันการบาดเจ็บที่เท้า หรืออุปกรณ์อื่น ๆ เช่น หมวกนิรภัย หรือที่ป้องกันการบาดเจ็บที่ข้อศอก และเข่า
- หมั่นเช็คสภาพรถจักรยานว่าอยู่ในสภาพพร้อมใช้งานหรือไม่ เช่น โซ่ตึงหรือหย่อนเกินไปไหม ที่นั่งสำหรับเด็กขันนอตแน่นทุกตัวหรือเปล่า เป็นต้น

4. ของเล่นแขวนคอ

Causes

กับขวานเด็กน้อยวัย 4 ปี ที่รู้เท่าไม่ถึงการณ์นำสายที่นอนปิกนิกคล้องคอหมุนเล่นจนขาด อากาศหายใจและเสียชีวิตเป็นเหตุสลดใจ เป็นบทเรียนที่พ่อแม่ คนใกล้ชิด หรือคุณครูได้ระมัดระวัง กับเรื่องดังกล่าว

Cautions

- เชือกที่เป็นเส้นสายมีโอกาสที่ลูกตัวเล็กๆ เห็นเป็นของเล่น ฉะนั้นคุณต้องจัดเก็บให้ห่างมือไว้ก่อน เป็นดี
- ตรวจเช็คเรื่องความปลอดภัย สภาพแวดล้อมรอบตัวลูก เช่น สายรัดผ้ามานในหอนอน หรืออื่นๆ ที่เป็นอุปกรณ์ภายในบ้านไว้ก่อน

5. เม็ดโฟม

Causes

ข่าวต่างประเทศในสหรัฐอเมริการายงานว่า เด็กชายวัย 13 ปี จากรัฐเท็กซัส และ เด็กหญิงวัย 3 ปี จากรัฐเคนตักกี เสียชีวิตอยู่ภายในเก้าอี้เม็ดโฟม เนื่องจากเก้าอี้ชนิดนี้มีชิปที่เปิดได้จึงอาจทำให้เด็กเปิดชิปแล้วคลานเข้าไปด้านในจนขาดอากาศหายใจ และเสียชีวิตในที่สุด

Cautions

- สอนวิธีการใช้งาน การดูแลข้าวของเครื่องใช้ที่ถูกต้องกับลูกๆ ของคุณ
- ลดความเสี่ยงเรื่องอุบัติเหตุ อาจต้องใส่ใจรายละเอียดเรื่องความปลอดภัยในสิ่งของนั้นๆ เช่น เก้าอี้เม็ดโฟม ควรมีถุงเก็บโฟม บล็อกกันลูกกรุดชิปหีบเม็ดโฟมเข้าปาก จนติดคอขาดอากาศหายใจ เป็นต้น
- การดูแลเด็กเล็กอย่างใกล้ชิด ไม่ให้คลาดสายตา ยังเป็นหลักการดูแลเด็กที่ใช้ได้ดีเสมอมาค่ะ

6. อุปกรณ์ เครื่องเขียน

Causes

- เด็กชายวัย 6 ปี ทำขาตุ๊กตาพลาสติกตัวเล็กๆ หลุด พี่ชายแสบด้วย 9 ปี เดินไปเหยียบกวาดตราช่างที่ห้องเก็บของมาซ่อมตุ๊กตา ขณะที่ออกแรงบีบแท่นที่น้ำกวาดจะพุ่งออกทางหัวหลอด ดันทะลุออกมาทางก้นหลอด และหน้าข้างกระเด็นเข้าตา



- เด็กหญิงวัย 7 ปี กำลังทำงานศิลปะสร้างบ้านด้วยไม้ไอติม โดยใช้กาวเชื่อมต่อ ระหว่างการบีบๆ กาวก็พุ่งเข้าสู่จมูกอย่างคาดไม่ถึงและไหลลงไปในคอ

Cautions

- อุปกรณ์ที่มีความเสี่ยง เช่น กรรไกร กาว เข็ม ฯลฯ ควรเก็บให้พ้นมือเด็กๆ โดยคุณคอยดูแล หยิบให้เด็กๆ ใช้จะดีกว่า
- การเก็บให้เป็นที่และถูกวิธีก็มีส่วนป้องกันอุบัติเหตุ เช่น เก็บกาวในตู้เย็นหรือในขวด ควรเขียนชื่อ และแยกออกจากของอื่นๆ ป้องกันลูกเข้าใจผิดหยิบไปกินได้
- สอนลูกเรียนรู้การใช้อุปกรณ์ให้ถูกต้อง และศึกษาวิธีการดูแลอาการเบื้องต้น กรณีที่เกิดปัญหา ก็เป็นแนวคิดการจะหาวิธีลดความรุนแรงของปัญหาไว้ก่อน

7.เทศกาล งานต่างๆ

Causes

งานวัด งานบุญ งานรื่นเริง ในสถานที่ที่ผู้คนอยู่มาก มีกิจกรรมมากมาย ที่ดูเผินๆ อาจไม่มีอะไร แต่เป็นภัยเงียบหากไม่ระมัดระวัง เช่น การพลัดหลง อุบัติเหตุจากเครื่องเล่น หรือลูกหลงผลข้างเคียงจากเสียง, ควั่น พลุ่หรือปะทัดในงานที่คุณพาลูกไปด้วย

Cautions



- สอนลูกป้องกันตัวเองจากคนแปลกหน้า แก้ปัญหากรณีพลัดหลง เช่น จดจำเบอร์โทรฉุกเฉินหรือเงินหาคุณตำรวจ เพื่อขอความช่วยเหลือ เป็นต้น
- ยิ่งเด็กเล็กๆ คุณควรอยู่ใกล้ทุกครั้งที่ทำกิจกรรมด้วยกันแล้ว และเพิ่มความปลอดภัยด้วยการเขียนชื่อ เบอร์โทรติดต่อไว้ในกระเป๋าลูก
- เลี่ยงการเล่นพลุ ปะทัดช่วงเทศกาล เพราะเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุ เช่น กระเด็นหรือระเบิดใส่ตาหรือนิ้วมือ (ก็เกิดปัญหาเช่นนี้ขึ้นได้ทุกปี) หากจะเล่นก็ควรอยู่ในสายตาผู้ใหญ่

8. ของเล่น

Causes

สิ่งของบางชิ้นบางอย่างอาจใช้ด้วยกันได้สบายๆ ระหว่างพี่กับน้องกัน และของเล่นก็เป็นสิ่งของตกทอดจากพี่ถึงน้องได้ และเมื่อผ่านการใช้งานมาแล้ว เช่น หุ่นยนต์ รถบังคับ อาจบางส่วนจากการ



การเล่นของพี่หักจนมีเหลี่ยม มีมุมแหลม เมื่อน้องนำมาเล่นก็เลยเกิดเป็นอุบัติเหตุให้เจ็บตัว เป็นแผล

Cautions

ความปลอดภัยเรื่องเล่นของลูกยังต้องดูแลตลอดเวลาค่ะ และจะให้ดีก่อนส่งต่อให้น้องได้เล่น ควรตรวจดูความเรียบร้อย ทำความสะอาดหรือซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพพร้อมเล่น สนุกและปลอดภัย

9. เสื้อผ้า

Causes

เนิ่นกันที่เด็กเล็กๆ นะคะ เพราะพบว่า เส้นด้ายจากการตัดเย็บเสื้อผ้า หรือผ้าห่มผืนเล็กๆ ของเด็กๆ นี่แหละค่ะที่ทำร้ายเจ้าหนูลูกรักของคุณ จนเป็นแผลเลือดออก ร้องไห้โยเยมาแล้ว

Cautions

ก็ไม่มีอะไรมากแค่อยากจะบอกว่า เพียงแค่คุณตรวจเช็คความเรียบร้อย เช่น ตะเข็บ เส้นด้ายต่างๆ ที่อาจหลุดลุ่ย ทำให้ไปพันหรือรัดนิ้วมือ นิ้วเท้าของลูกก็เท่านั้นเองค่ะ

อย่างที่กล่าวว่า อะไรก็เกิดขึ้นได้ แต่จะดีกว่าหากเราป้องกัน โดยเฉพาะการสร้างสภาพแวดล้อมที่นอกจากเอื้อต่อการเรียนรู้ของลูกแล้ว อย่าลืมนึกถึงการจัดสภาพแวดล้อม เรื่องความปลอดภัยของลูกไปพร้อมๆ กัน



ปฏิทินร่วมไม้

ว/ด/ป	กิจกรรม
1 พ.ค. 60 - 3 พ.ค. 60	ครูบุญรักษา สว่างพงษ์ , ครูอัมพรพรณ โพธิ์โชติ และ ครูวิภาภรณ์ กิตติพรพจน์ เข้ารับการอบรมการพัฒนาครู “สะเต็มศึกษา” ด้วยระบบทางไกล ณ โรงเรียนประจักษ์ศิลปวิทยา
19 พ.ค. 60	ประชุมผู้ปกครองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 2-6 “วันพบครูของลูก” ประจำปีการศึกษา 2560 ณ ห้องสัมมนา อาคารประถม โรงเรียนร่วมไม้
1 มิ.ย. 60	ผู้อำนวยการ อาจารย์จันทนา สุภาพงษ์ ร่วมงานต้อนรับศึกษานิเทศก์ จ.บุรีรัมย์ 1
8 มิ.ย. 60	กิจกรรมวันไหว้ครู ณ โถงอนุบาล โรงเรียนร่วมไม้
16 มิ.ย. 60	นักเรียนชั้นอนุบาล 2 ถึงประถมศึกษาปีที่ 6 เข้ารับการอบรมในโครงการฝึกอบรมการตีเบาะหนังขึ้นต้นและอักษรรูปหัวใจ ของเทศบาลเมืองบ้านสวน ฟ้าจปรครอง งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย ประจำปี 2560 ณ โรงเรียนร่วมไม้
20 มิ.ย. 60	นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร่วมกิจกรรมโครงการเงินออม ครั้งที่ 1 โดยเจ้าหน้าที่ธนาคารกรุงเทพ สาขาเนินเตี้ย ได้เข้ามาให้บริการรับฝากเงิน ณ โถงประถม โรงเรียนร่วมไม้
22 มิ.ย. 60	ผู้อำนวยการ อาจารย์จันทนา สุภาพงษ์ เข้าร่วมประชุมผู้บริหารโรงเรียนเอกชน ณ ร้านอาหารชาวดาด
23 มิ.ย. 60	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ร่วมกิจกรรมสวดมนต์ขาว ทำบุญ/ถวายสังฆทานประจำปีเถื่อน ณ โถงประถม โรงเรียนร่วมไม้
26 - 30 มิ.ย. 60	สัปดาห์แห่งการเรียนรู้แบบบูรณาการและภูมิปัญญาท้องถิ่น สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1- 6
26 มิ.ย. 60	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ทำความเข้าใจการทำชิ้นงานที่ศูนย์แสดงเครื่องจักสานที่ใหญ่ที่สุดในโลก เทศบาลเมืองพนาสัยนิคม อำเภอพนาสัยนิคม จังหวัดชลบุรี
27 มิ.ย. 60	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ทำความเข้าใจพิธีไหว้ครูวันบวชนาค ณ วัดบวรนิเวศวิหาร
28 มิ.ย. 60	นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เข้ารับการอบรมในโครงการค่ายเยาวชนสีเขียว ครั้งที่ 15 โรงเรียนชลราษฎรอำรุง

ว/ด/ป	กิจกรรม
29 มิ.ย. 60	นักร้องชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทำหน้าที่ครูผู้ส่งเสริมนวัตกรรมห้องเรียนและน้ำตาล ตำบลบางพระ อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี
29 มิ.ย. 60	โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลบ้านสวน ได้เข้ามาตรวจเยี่ยมและสำรวจมาตรฐานโรงพยาบาล และความปลอดภัยของอาหารในโรงเรียน ณ โรงเรียนร่มไผ่
30 มิ.ย. 60	นักร้องชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ทำหน้าที่และฝึกทำอาหารกลางวันในตลาดหนองมน ตำบลแสนสุข จังหวัดชลบุรี
3 ก.ค. 60	นักร้องชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ทำหน้าที่สวดมนต์ที่สำคัญในอำเภอเมืองและตำบลแสนสุข
4 ก.ค. 60	นักร้องชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทำหน้าที่ มินิ มูวี่ฟาร์ม อำเภอบ้านโพธิ์ จังหวัดฉะเชิงเทรา
5 ก.ค. 60	นักร้องชั้นอนุบาล 3 เป็นตัวแทนนักร้องนักเรียนให้ชนพรรษาและเครื่องถ้วยชามถวายแด่ พระสงฆ์ ณ วัดอรุณราชวราราม(วัดป่า) และสักการะพระบรมสารีริกธาตุ ณ ศาลากลาง จังหวัดชลบุรี
15 ก.ค. 60	ครูอาสา พุ่มพวง และ ครูอริณทร ศึกษาลงไปอบรม Active learning makes for Active citizen แก้ปัญหาการศึกษาชาติ ณ อาคารนันทินันต์ไศล สุ่มวิท 31
15 ก.ค. 60	ครูทิวาพร เรืองวรรณกุล และ ครูสุจิตรา คงสุรินทร์เข้าร่วมอบรม เรื่อง การพัฒนาสมรรถนะ ผู้บริหารการศึกษาเอกชนยุคใหม่ แห่งศตวรรษที่ 21 ณ โรงแรมเดอะไฮท์ รีสอร์ท จังหวัดชลบุรี
15 - 16 ก.ค. 60	ครูบุญรักษา วัฒนพงษ์ , ครูอรอนณ อิมสวัสดิ์ , ครูบุษยามาส จิตสุข , ครูอรอนณ โพธิ์ศิลป์ , ครูกรณิการ์ ภูแก้ว เข้าร่วมการอบรมฯ พัฒนาสุขภาพผู้บังคับบัญชาลูกเสือ และ ทบทวนการจัดกิจกรรมลูกเสือ ณ ค่ายฝึกอบรมชั่วคราว โรงเรียนแสนสุขศึกษา ตำบลแสนสุข อำเภอมือทองชลบุรี
26 ก.ค. 60	นักร้องชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 - 6 ในพิธีสวดมนต์เพื่อถวายพระพรชัยมงคล สมเด็จพระ เจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร และทำบุญตักบาตร(อาหารแห้ง) พระสงฆ์ จำนวน 9 รูป เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล ณ โถงประถม โรงเรียนร่มไผ่
27 ก.ค. 60	ผู้รับใบอนุญาตโรงเรียน อาจารย์จิรพงษ์ กิ่งสุนทรพงษ์ และ ผู้อำนวยการ อาจารย์จันทร์นา สุภาพงษ์ เข้าร่วมสมมนาบทบาทของโรงเรียนในการจัดการเรียนรู้ที่มีความหมาย ได้ผลจริง เพื่อสร้าง Active Citizen ณ อาคารนันทินันต์ไศล สุ่มวิท 31



เก็บมาฝาก

โดย คุณครูบุญรักษา สวางพงษ์

สอนลูกอย่างไรให้เชื่อฟังและไม่ต่อต้าน

แหล่งที่มา : <https://th.theasianparent.com>

อะไรก็ตามที่พ่อแม่ต้องการให้ลูกๆ ทำ อย่างแรกเลยคือพ่อแม่ต้องทำให้เป็นตัวอย่างให้ลูกก่อน เด็กๆ จะจำบทเรียนจากพวกคุณ ไม่ว่าพ่อแม่เริ่มต้นที่จะทำอะไรหรือไม่ทำอะไร ทุกการกระทำจะส่งผลกระทบต่อลูกๆ ไม่ทางใดก็ทางหนึ่งแน่นอน และถ้าคุณต้องการให้ลูกๆ เชื่อฟัง นี่ก็คือเคล็ดลับง่ายๆ ๗ ที่จะช่วยให้คุณพ่อคุณแม่รู้ว่าจะทำให้ลูกเชื่อฟังได้อย่างไร

เริ่มต้นที่จะฟังลูกก่อน

การที่จะทำให้ลูกฟังสิ่งที่พ่อแม่พูดนั้นจัดเป็นงานที่ท้าทายอีกอย่างหนึ่ง ก่อนที่คุณจะทำให้ลูกๆ หันมาฟังคุณพูดนั้น พ่อแม่ต้องทำเป็นตัวอย่างก่อน และใช้จุดนี้เป็นสอนให้ลูกรู้จักทักษะการเป็นผู้ฟังที่ดี ซึ่งพวกคุณต้องแน่ใจว่าเป็นผู้ฟังที่ดีของลูกอย่างเต็มที่ด้วยหรือยัง ดังนั้นหากลูกเดินเข้ามาหาเพื่อต้องการจะพูดคุยกับคุณ ก็ควรหยุดทุกอย่างที่ทำอยู่และหันมาสนใจฟังในสิ่งที่ลูกกำลังพูด คอยสบตาเพื่อให้ลูกรู้ว่าพ่อแม่กำลังฟัง และไม่ขัดจังหวะในขณะที่ลูกพูด อาจมีคำพูดง่ายๆ ตอบรับในบางจังหวะ แต่ก็ควรระมัดระวังน้ำเสียงในขณะที่กำลังพูดคุยกับลูกด้วย การที่พ่อแม่ตั้งใจรับฟังลูกพูดทันทีที่ลูกต้องการ เขาจะเห็นได้ถึงความห่วงใยของพวกคุณ และกล้าที่จะพูดคุยกับพ่อแม่อย่างเปิดเผยมากขึ้นด้วย เพราะฉะนั้นถ้าต้องการให้ลูกๆ ฟังคุณ มันเป็นเรื่องสำคัญอันดับแรกที่ต้องเข้าใจว่าพ่อแม่จะสื่อสารกับลูกก่อนเช่นไร



น้ำเสียง เป็นส่วนสำคัญ

ในบางครั้งลูก ๆ อาจจะสนใจไม่ฟังที่พ่อแม่พูด เมื่อพ่อแม่เริ่มจู้จี้จุกจิกเกินไป หรือรู้สึกว่าคุณแม่กำลังดุหรือโกรธเขาอยู่ในสิ่งที่ไม่เป็นไปตามต้องการ แทนที่พวกคุณจะมาหัวเสียหงุดหงิดกับการ



ที่ลูกไม่สนใจฟัง ลองพยายามเปลี่ยนสถานการณ์เสียใหม่ แทนที่จะคอยออกคำสั่งหรือดุว่าเสียงดัง ก็สนับสนุนให้ลูกได้มีส่วนร่วมด้วยน้ำเสียงที่หนักแน่นแต่ไม่ดุต้น เช่น ถ้าลูกกำลังกินขนมอยู่และมีเศษขนมตกพื้น แทนที่พ่อแม่จะดุว่า ก็แค่ชี้ไปที่เศษขนมแล้วขอให้ลูกนำไปทิ้งลงในถังขยะ หรือแทนที่จะดุว่ากล่าวเวลาที่ลูกงอแง ก็ควรใช้น้ำเสียงธรรมดาปกติพูดและอธิบายให้ลูก บอกกับเขาว่าพ่อแม่ฟังไม่เข้าใจว่าลูกพูดอะไรตอนที่โยเย นั่นจะทำให้ลูกได้รับรู้ว่าพ่อแม่มีความตั้งใจฟังในสิ่งที่ลูกกำลังพูดขนาดไหน

สบตา + ชัดเจน



นอกจากความสนใจฟังและใช้ระดับน้ำเสียงที่อ่อนโยนแล้ว ภาษากายก็ยังเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้ลูกๆ เรียนรู้ที่จะรับฟัง ดังนั้นเมื่อจะรับฟังสิ่งที่ลูกพูดควรย่อตัวไปสูงเท่ากับพวกเขา สบตาเขา และตั้งใจฟัง เวลาที่พ่อแม่จะพูดก็เช่นกัน เมื่อเริ่มต้นให้คำสั่งที่ชัดเจนจะทำให้ลูกเข้าใจง่ายขึ้นและเชื่อฟังคุณ

หาสาเหตุของปัญหา

ก่อนหน้านี้อูกเป็นเด็กเชื่อฟัง แต่บางครั้งการที่ลูกไม่ฟังพ่อแม่ นั้น เราควรสังเกตและทำความเข้าใจว่าเหตุที่ลูกทำกิริยาเช่นนี้เป็นเพราะอะไร อาจเป็นการแสดงออกให้เห็นว่าลูกกำลังโกรธหรือเศร้าเสียใจอยู่ หรือการแสดงกิริยาต่อต้านเป็นเพราะต้องการให้พ่อแม่เอาใจใส่มากขึ้น เช่น เมื่อมีน้องเข้ามาเป็นสมาชิกใหม่ในบ้าน การถูกกลั่นแกล้งหรือล้อเลียนตอนอยู่ที่โรงเรียน การถูกพ่อแม่ดุ นั่นก็เป็นสาเหตุพอที่จะทำให้ลูกปฏิเสธที่จะรับฟัง เด็กๆ นั้นจะมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนไปเรื่อยตามอายุที่โตขึ้น พ่อแม่ต้องพูดคุยกับลูกให้มากและหาคำตอบว่ามันเกิดอะไรขึ้น คอยบอกลูกๆ ตลอดเวลาว่า พ่อแม่นั้นรักลูกอย่างไม่มีเงื่อนไข



สารพันปัญหาเด็ก



คำถาม : เด็กประถมต้นควรเรียนพิเศษอะไรบ้าง

คำตอบ : การพิจารณาให้เด็กประถมต้นเรียนพิเศษ ประการแรกน่าจะต้องคำนึงถึงผลการเรียนของเด็กคนนั้นๆ ว่าเรียนอ่อนหรือได้รับการบอกกล่าวจากครูผู้สอนว่าน้องยังไม่ค่อยเข้าใจในวิชานั้นๆ มากกว่าเป็นความต้องการของผู้ปกครองโดยเฉพาะวิชาหลักๆ ที่ต้องใช้ทักษะหรือต้องมีพื้นฐานเบื้องต้นก่อนที่จะเรียนบทเรียนต่อไป เช่น วิชาคณิตศาสตร์ ภาษาไทย แต่ถ้าผลการเรียนของน้องอยู่ในระดับดีอยู่แล้วหรือคุณครูแจ้งว่าไม่น่าเป็นห่วงน้องสามารถเรียนรู้ได้อย่างเข้าใจในชั้นเรียน การเรียนพิเศษก็ไม่มีมีความจำเป็นแต่อย่างใด การเรียนรู้ในชั้นเรียนน่าจะเพียงพอแล้วในระดับนี้ หากยังไม่สบายใจคุณพ่อคุณแม่อาจสามารถสอนเสริมเพิ่มเติมให้บ้างเล็กน้อยได้ โดยสอบถามเนื้อหาการสอนของครูที่เป็นปัจจุบันและหาซื้อแบบฝึกจากสำนักพิมพ์ต่างๆ ในเนื้อหาเดียวกันมาสอนลูกๆ ค่ะ ทั้งนี้ควรเป็นไปอย่างสมัครใจของลูกไม่ควรบังคับโดยเด็ดขาดเพราะอาจเป็นผลเสียมากกว่าผลดี หากเห็นลูกๆ เครียดเกินไปในการเรียนวิชาการ ก็ควรหากิจกรรมอื่นๆ ที่ลูกชอบให้ทำช่วนานไปอย่างพอเหมาะค่ะ โปรดระลึกไว้ว่า ผลการเรียนที่ออกมาไม่ดีอาจไม่ได้มีสาเหตุมาจากสติปัญญาเพียงด้านเดียว แต่อาจมีสาเหตุมาจากความเครียด หรือสาเหตุในเรื่องใดเรื่องหนึ่งก็ได้ ดังนั้น การแก้ปัญหาด้วยการเรียนพิเศษจึงไม่น่าจะใช้ทางแก้ปัญหที่ถูกต้อง

ตอบโดย - ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุพันธุ์วดี ไวยรูป <http://taamkru.com/webboard/>

คำถาม : กิจกรรมชนิดใดสามารถทดแทนการเรียนพิเศษได้ ไม่อยากให้ลูกเรียนพิเศษ เพราะรู้สึกว่าการเรียนในห้องก็หนักมากพออยู่แล้ว ควรให้ลูกทำกิจกรรมอะไรแทนได้บ้างครับ เพราะถ้าอยู่บ้านก็เล่นเกมกับคูทีวี

คำตอบ : ในวันหยุดเสาร์อาทิตย์ ลองชวนลูกให้ทำกิจกรรมในบ้านร่วมกัน เช่น ช่วยกันทำความสะอาดบ้าน จัดห้องนอน เก็บของเล่นให้เป็นระเบียบ ทำอาหารรับประทานร่วมกัน พากันไปสวนสาธารณะ ปั่นจักรยาน ไปไหว้พระ ไปล่องเรือ ไปเยี่ยมญาติ ไปบำเพ็ญประโยชน์บ้านเด็กและคนชรา นำเครื่องดนตรีออกมาเล่นด้วยกัน หรือทำบาร์บีคิวที่สวนหลังบ้าน หากต้องการถอนเด็กออกจากกิจกรรมหนึ่ง ต้องจัดอีกกิจกรรมอีกอย่างหนึ่งรองรับทดแทน โดยพิจารณาถึงประโยชน์ที่ได้จะได้รับและการใช้เวลาอย่างมีคุณภาพของครอบครัวด้วยค่ะ

ตอบโดย - รองศาสตราจารย์ ดร.พิทยาภรณ์ มานะจุติ <http://taamkru.com/webboard/>



นานาทัศนะ



ความภาคภูมิใจในท้องถิ่น จังหวัดชลบุรี

เนื่องมาจากวันที่ 26 – 30 มิถุนายน 2560 เป็นสัปดาห์การเรียนรู้แบบบูรณาการของพีๆ ระดับประถม คือการเรียนรู้จากหน่วยการเรียนรู้ภายใต้คำขวัญของจังหวัดชลบุรี “ทะเลงาม ข้าวหลามอร่อย อ้อยหวาน จักสานดี ประเพณีวิ่งควาย” ซึ่งนักเรียนจะได้รับการเรียนรู้ผ่านกิจกรรมต่างๆ และได้เรียนรู้เกี่ยวกับประวัติความเป็นมาของจังหวัดชลบุรีและภูมิปัญญาในท้องถิ่นที่น่าสนใจ เราลองมาฟังความรู้สึกภาคภูมิใจในท้องถิ่นจังหวัดชลบุรีของพีๆ ระดับประถมกันว่าแต่ละคนมีความภาคภูมิใจอะไรกันบ้าง

ด.ช.ไตรทศ อธิขันธ์ “นะโม” ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ผมชอบความสงบสุข ที่จังหวัดชลบุรีนี้ประชาชนอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข ไม่ขัดแย้งกัน ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน และจังหวัดชลบุรีของเรามีประเพณีวิ่งควาย ที่มีชื่อเสียงมากระดับโลกด้วยครับ



ด.ญ.อารณี ทาพะไฉ “ฟาติน” ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4

ภูมิใจที่จังหวัดชลบุรีมีอาหารอร่อยมากมายค่ะ โดยเฉพาะข้าวหลามหนองมนที่อร่อยมากค่ะ นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่มักต้องซื้อติดกลับไปเป็นของฝากกันค่ะ



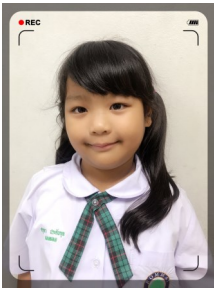
ด.ช.จิรฐ์ พรมมารี “เวิร์ธ” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ผมภูมิใจในสถานที่ท่องเที่ยวของจังหวัดชลบุรี แต่ละอำเภอก็จะทุกอำเภอเลยครับ โดยเฉพาะทะเลของจังหวัดชลบุรีก็สวยไม่แพ้จังหวัดอื่นครับ



ด.ญ.รุตธณันท์ ร่มสิน “เมย์” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๕

ที่จังหวัดชลบุรีมีสถานที่ท่องเที่ยวซึ่งติดอันดับต้นๆ ของประเทศมากมายค่ะ เช่น ทะเลบางแสน , พัทยา , ทำให้มีนักท่องเที่ยวมากมายที่อยากจะมาเที่ยวจังหวัดชลบุรีของเราค่ะ



ด.ญ.ศรดา ประดับกุล “น้ำฟ้า” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

ภูมิใจที่จังหวัดชลบุรีเป็นแหล่งท่องเที่ยวของทั้งคนไทยและคนต่างประเทศค่ะ ในช่วงวันหยุดจะมีนักท่องเที่ยวมาเที่ยวที่จังหวัดชลบุรีมากมายเลยคะ

ด.ช.วันชิน ไต่ะดี “วันชิน” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๒

ผมภูมิใจในประเพณีวิ่งควายของจังหวัดชลบุรีครับ เป็นประเพณีที่จัดขึ้นอย่างยิ่งใหญ่และมีประชาชนพาควายมาร่วมงานมากมาย ทั้งมาแข่งขันและมาโชว์ตัวเป็นประเพณีที่สนุกสนานมากครับ รวมทั้งจังหวัดชลบุรีนี้ก็มีความเจริญขึ้นในทุกๆ ปีด้วยครับ



ด.ช.ศกร เวียมศรีพันธุ์ “ปิมปิม” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

ผมภูมิใจที่จังหวัดชลบุรีมีถนนรองรับการเดินทางที่จะสะดวกสบาย เวลาที่ต้องการจะเดินทางไปไหนก็สามารถใช้ถนนได้หลายเส้นทางเลยครับ มีพัฒนาปรับปรุงถนนอยู่เสมอครับ



ด.ญ.พัฒนเนรี ถิ่นนานนท์ “ไอ” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

ภูมิใจทางด้านอาหารของจังหวัดชลบุรีค่ะ มีร้านอาหารอร่อยมากมาย บรรยาภาศ
ก็ดี ไฉรๆ ก็อยากมาทานอาหารทะเลที่จังหวัดชลบุรีค่ะ



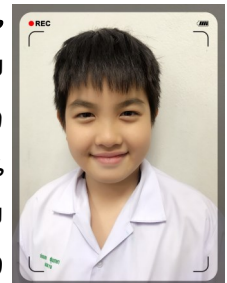
ด.ช.รัชศักดิ์ หลอดมกุล “ปังปอนด์” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

อาหารทะเลอร่อยๆ ทั้งนั้นเลยครับที่จังหวัดชลบุรีของเรา ซึ่งอาหารทะเลที่สด
อร่อยเป็นเอกลักษณ์ขึ้นชื่อเลยของจังหวัดชลบุรี นักท่องเที่ยวมากมายที่ตั้งใจ
จะเดินทางมาจังหวัดชลบุรีของเราเพื่อที่จะได้รับประทานอาหารทะเลที่สด อร่อยครับ



ด.ช.พิชญะ โพธิ์สัตย์ “ฉะครับ” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

ผมภูมิใจและประเพณีและภูมิปัญญาท้องถิ่นของจังหวัดชลบุรีครับ ประเพณี
อันโด่งดังของจังหวัดเราคือ ประเพณีวิ่งควาย ซึ่งจะจัดขึ้นทุกๆ ปี และมี
ผู้คนมาร่วมงานมากมาย และภูมิปัญญาท้องถิ่นคือ จักสานใญ่ที่สุดในโลก
ที่อำเภอพนัสนิคมครับ เป็นการนำภูมิปัญญาท้องถิ่นมาสร้างอาชีพและ
สร้างชื่อเสียงให้กับจังหวัดชลบุรีได้มากมายครับ



ด.ช.ชยพล สุภะษา “อิคคิว” ชั้นประถมศึกษาปีที่ ๑

ทะเล ของจังหวัดชลบุรี มีชื่อเสียงมากมายสำหรับนักท่องเที่ยวต่างชาติครับ
ไม่ว่าจะเป็นทะเลบางแสน , พัทยา , สัตหีบ , เกาะล้าน สามารถดึงดูด
นักท่องเที่ยวต่างชาติได้มากมาย ทำให้ช่วยสนับสนุนเศรษฐกิจของประชาชน
ในท้องถิ่นได้ด้วยครับ และอีกสิ่งที่ผมภูมิใจคือทีมฟุตบอล ชลบุรีเอฟซี ครับ
ระดับความสามารถอยู่อันดับต้นๆ ของประเทศเลย และสัญลักษณ์ของทีมยัง
เป็นรูป ฉลาม ปังบอกเอกลักษณ์ของจังหวัดชลบุรีด้วยครับ



สุขภาพดีชีวิตมีความสุข

โดย...คุณครูเบญจวรรณ วิจารณ์วัตร

อาหารเช้านั้น สำคัญไฉน

แหล่งที่มา : <http://www.thaihealth.or.th/Content/37402->

ปัจจุบันคนส่วนใหญ่ก็มีชีวิตประจำวันที่เร่งรีบ ทำให้บางวันหรือเกือบทุกวัน หลายคนไม่ได้กินอาหารเช้าเลย หรือบางคนคิดว่าในเมื่อตื่นมาแฟกั่วเดียวก็อยู่ได้จนถึงมือกลางวันแล้วละมีคนไม่น้อยที่เชื่อว่า การทำแบบนี้เป็นการประหยัดเวลา แถมยังประหยัดเงินอีกมือหนึ่ง และช่วยลดน้ำหนักได้ด้วย

หลายๆ คนจึงคิดคล้ายๆ กันว่า ถ้าอย่างนั้นไม่กินอาหารเช้าคงจะดีกว่า แต่ในความเป็นจริงแล้วการไม่กินอาหารเช้ามีผลเสียต่อร่างกายมากกว่าที่เราคิด การที่กินแค่กาแฟ ขนมปัง หรือนม ไม่ถือว่ากินอาหารเช้า เพราะว่าสิ่งเหล่านี้มีสารอาหารน้อยจนไม่สามารถกินแทนอาหารได้



หากเปรียบร่างกายเหมือนเครื่องยนต์ อาหารก็คงเหมือนน้ำมันที่จะช่วยให้ร่างกายทำงานได้ตามปกติ ลองจินตนาการดูว่าหากเราไม่กินอาหารเช้า อาหารมีค่าสุดที่ร่างกายเราได้รับก็คือมือเย็นของเมื่อวาน กว่าเราจะได้อีกมือก็คือเที่ยงนั่นแหละว่าร่างกายเราจะไม่ได้รับสารอาหารติดต่อกันถึง 16-18 ชั่วโมง การที่เราจะคาดหวังให้ร่างกายทำงานได้เป็นปกติ

โดยที่ไม่ได้รับสารอาหารนานขนาดนั้นคงจะเป็นเรื่องที่เป็นไปไม่ได้ ฉะนั้นคนที่ไม่ค่อยกินอาหารเข้า จึงมีโอกาสเป็นโรคต่างๆ ได้ดังนี้

โรคอ้วน เบาหวาน และโรคหัวใจ

จากการประชุมประจำปีของสมาคมแพทย์โรคหัวใจ (American Heart Association) มีการเสนอผลวิจัยชื่อว่า Cardia Study ที่พบว่าอัตราการเกิดโรคที่เรียกว่าภาวะดื้อต่ออินซูลิน ที่ทำให้อ้วนและเป็นโรคเบาหวาน มีอัตราลดลงในผู้ที่กินอาหารเข้าอย่างสม่ำเสมอถึง 35-50 % เทียบกับผู้ที่ไม่กิน คณะนักวิจัยเชื่อว่าอาหารเข้าเป็นอาหารมื้อที่สำคัญที่สุดในการป้องกัน เบาหวานและโรคเกี่ยวกับเส้นเลือดหัวใจ โดยคนที่ไม่กินอาหารเข้า สมอจะหลั่งสารนิวโรเปปไทด์ วาย (Neuropeptide Y) ซึ่งจะทำให้เรากินอาหารมากขึ้นโดยไม่รู้ตัว ส่งผลให้กินจุบกิน จิบทั้งวัน และกินอาหารในมื้ออื่นมากขึ้นกว่าปกติทำให้มีโอกาสอ้วนขึ้นได้ไม่ยาก

อัลไซเมอร์

คือโรคหลงๆ ลืมๆ ที่หลายคนกลัว และคิดว่าคนแก่เท่านั้นที่เป็น แต่ถ้าเราไม่ได้กินอาหารเข้าจะทำให้สมองขาดสารอาหาร ส่งผลให้เรามีโอกาสเป็นโรคหลงๆ ลืมๆ ตั้งแต่อายุยังไม่มาก และมีโอกาสเป็นอัลไซเมอร์ได้มากขึ้น

ร่างกายทรุดโทรม

เมื่อร่างกายไม่ได้พลังงานจากอาหารเข้า ร่างกายก็จะดึงสารอาหารจากอวัยวะส่วนอื่นออกมา ซึ่งภายใต้กระบวนการนี้จะเกิดกรดชนิดหนึ่งออกมาด้วย และเมื่อร่างกายต้องผลิตกรดออกมาบ่อยๆ พออายุมากขึ้น เราก็จะเป็นโรคตามมาหลายอย่าง เช่น มะเร็ง หัวใจ

หงุดหงิด อารมณ์เสียง่าย อ่อนเพลีย

เมื่อตื่นนอนในตอนเช้าระดับน้ำตาลในเลือดเราจะต่ำ หากเรายังไม่กินอาหารเข้า ร่างกายจะไปดึงพลังงานจากคาร์โบไฮเดรตที่สะสมไว้ที่ตับเพื่อเพิ่มระดับน้ำตาลในเลือด ซึ่งจะช่วยให้ร่างกายทำงานได้ตามปกติ แต่เมื่อไหร่ที่พลังงานส่วนนี้ถูกใช้จนหมดไป ในตอนเช้าระดับน้ำตาลในเลือดก็จะต่ำอยู่อย่างนั้น ทำให้เรารู้สึกหงุดหงิดอารมณ์เสียและอ่อนเพลีย

ส่วนคนที่กินอาหารเช้าจะมีพลังงานในการทำงานได้นานกว่า และมีความอ่อนล้าในช่วงกลางวันน้อยกว่าคนที่ไม่กินอาหารเช้า

สมองทำงานไม่ดีเท่าที่ควร

มีงานวิจัยหลายเรื่องที่จะระบุว่า การกินอาหารเช้ามีผลต่อการเรียนของนักเรียน เพราะถ้าสมองได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ สมองก็จะไม่รู้เรื่องที่ครูสอน หรือไม่มีสมาธิในการเรียน บางคนไปสอบโดยไม่กินอาหารเช้าก็จะทำข้อสอบได้ไม่ดีเท่าที่ควร และเด็กที่อยู่ในวัยเจริญเติบโต หากได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ ก็อาจทำให้มีไอคิวต่ำและร่างกายไม่แข็งแรงได้ ขณะที่คนในวัยทำงานก็จะมีประสิทธิภาพในการทำงานลดลง เพราะฉะนั้นเราควรกินอาหารเช้าเพื่อให้ร่างกายและสมองทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ ข้อมูลจากกระทรวงสาธารณสุขระบุว่า ในปัจจุบันมีคนไทยประมาณร้อยละ 60 เท่านั้นที่กินอาหารเช้าครบ 3 มื้อ โดยกลุ่มอายุระหว่าง 20-39 ปี เป็นกลุ่มที่กินอาหารเช้าไม่ครบ 3 มื้อมากที่สุด โดยเด็กระดับ ม.ต้น และ ม.ปลาย กินอาหารเช้าเป็นประจำเพียงร้อยละ 50 ขณะที่เด็กอาชีวและอุดมศึกษา กินอาหารเช้าเพียงร้อยละ 37 สิ่งนี้จึงเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้สุขภาพยิ่งแย่ลง ป่วยกันง่ายขึ้น และมีปัญหาเกี่ยวกับสมอง

ด้วยเหตุผลดังกล่าว เราจึงควรกินอาหารเช้าทุกวัน โดยกินอาหารเช้าให้ครบ 5 หมู่ เพื่อสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีของตัวเราเองและคนในครอบครัว เพราะถ้าเราแข็งแรงไม่เจ็บป่วยง่าย ชีวิตเราก็จะยืนยาวไปด้วย



វិទ្យាស្ថានស្រីសៀម

299/26 មុខងារសាលា-មគ្គមន្ទីរាទិ្ធ ពាណិជ្ជកម្មក្រុង ស៊ីហ្សង់ប៉ាណូស្ត ទីស្ថានីយ៍ចង ឡូឡូឡូឡូឡូ 20000
ទូរស័ព្ទ : 038-798730 E-mail : office@romma.net

STAMP

