

*M
o
r
e*

กระต่ายขาว

*e
l
o*

นักวิชาการเดือน น้ำจิตโกลนทะเลน้ำตายน!

ธีราตุ : ปลาสายไหมญี่ปุ่น

*i
e*

EM คืออะไร

ลูกาประมง : สาธารณรัฐประชาธิปไตยติมอร์-เลสเต

*N
o
v
e
m
b
e
r*

เจ้าประจำ

บ้านเทพ

ภาษาอังกฤษช่วยนิด

เรื่องเก่า...เล่าความหลัง

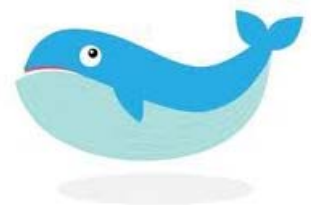
*b
e
r*

บ้านเราทำอะไรอยู่

ป. ปลาหน้ารู้

*2
0
1
1*

ถ้าทอยสมอง



นักวิชาการเตือน น้ำจืดไหลลงทะเลทำสัตว์น้ำตาย!

เมื่อวันที่ 23 พ.ย. 2554 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ภาควิชาวิทยาศาสตร์ทางทะเล คณะวิทยาศาสตร์ จัดเสวนาเรื่อง “ผลกระทบมวลน้ำมหาศาลจากน้ำท่วมครั้งใหญ่ต่อทะเลไทยร้ายแรงแค่ไหน?” โดยมี รศ. ดร. ไทยถาวร เลิศวิทย์ประสิทธิ์ หัวหน้าภาควิชาวิทยาศาสตร์ทางทะเล คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า ทะเลในอ่าวไทยจะมี 2 ฤดู คือ มรสุมตะวันออกเฉียงใต้ และมรสุมตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งในช่วงเดือนสิงหาคม - กันยายนที่ผ่านมา ปริมาณน้ำจืดจำนวนมากที่ไหลลง ทะเลนั้น กระแสการไหลของน้ำ และทิศทางลมมรสุม ทำให้พื้นที่ชายฝั่งตะวันออก จังหวัดชลบุรี ปากอ่าว ได้รับผลกระทบ แต่พอเข้าเดือนตุลาคม - พฤศจิกายน และคาดว่าจะไปถึงช่วงเดือนธันวาคม นั้น ฝั่งที่จะได้รับผลกระทบคือ ฝั่งตะวันตก น้ำจืดไหลลงปากอ่าวจังหวัดสมุทรสงคราม สมุทรสาคร และเพชรบุรี

ทั้งนี้ ผลกระทบที่ได้รับด้านชีวภาพ จะส่งผลต่อสัตว์ที่อยู่ตามปากอ่าว การเลี้ยงหอยแครง หอยแมลงภู่ของผู้ประกอบการ เลี้ยงปลาในกระชังของชาวประมงอาจจะตายหมด เพราะการที่มีน้ำจืด ไหลลงทะเลจำนวนมาก ทำให้ค่าของความเค็ม ออกซิเจนละลายน้ำได้น้อยลง ส่งผลต่อสิ่งมีชีวิตใน น้ำ และในส่วนของพื้นที่จังหวัดเพชรบุรีนี้ ชาวไทย และนักท่องเที่ยวอาจจะพบเห็นปลาตายได้ ยากขึ้น เพราะปลาพวกนี้ จะเข้ามากินสารอาหาร แต่เมื่อน้ำจืดไหลลงน้ำทะเลจำนวนมาก สารอาหารที่สมบูรณ์ บริเวณปากอ่าวจะถูกทำลาย ทำให้ปลาพวกนี้ไกลจากปากอ่าวมากขึ้น นักท่องเที่ยวก็จะเห็นปลาที่ตายยากขึ้น เช่นเดียวกับชาวบ้านดอนหอยหลอด จังหวัดสมุทรสงคราม ก็ น่าเป็นห่วง เพราะหอยจะเสียหายหมดได้ ดังนั้น นักธุรกิจ หรือผู้ประกอบการ ชาวประมง ที่ประกอบ อาชีพเลี้ยงหอย เลี้ยงปลาในกระชัง ถ้างดทุนไปแล้วให้รีบเก็บเกี่ยว หรืออย่าเพิ่งลงทุน เพราะไม่เช่นนั้น จะได้รับความเสียหายได้

“น้ำจืดที่ไหลลงทะเลในช่วงเดือนสิงหาคม - กันยายน ถือว่าเป็นปริมาณน้ำที่เยอะมาก ประมาณ 4,000 ลูกบาศก์เมตร แต่หลังจากนี้คาดว่าจะลดลงเรื่อยๆ แต่ยังคงสูงกว่าทุกปี เนื่องจากทุกปี ช่วงเดือน พฤศจิกายน - ธันวาคมนั้น น้ำจืดจะไหลลงทะเลประมาณ 300-400 ลูกบาศก์เมตร แต่ปีนี้ คาดว่าจะมีน้ำ จืดไหลลงทะเลประมาณ 1,000 ลูกบาศก์เมตร ดังนั้น อยากฝากรัฐบาลบริหารจัดการน้ำอย่างมีระบบ เพราะแม้การทยอยน้ำจืดไหลลงทะเลจะไม่ส่งผลกระทบต่อทะเลมาก แต่กระทบต่อประชาชน รัฐบาล จึงควรทำความเข้าใจกับประชาชน ให้ข้อมูลข่าวสารที่ถูกต้อง และหาระบบที่ดี” รศ. ดร. ไทยถาวร กล่าว



ด้าน ดร. เพ็ญใจ สมพงษ์ชัยกุล อาจารย์ประจำภาควิชาวิทยาศาสตร์ทางทะเล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า ผลกระทบของมวลน้ำจืดที่ไหลลงสู่ทะเลมาก ด้านเคมี เรื่องน้ำเน่าที่ปนเปื้อนอยู่ในน้ำจืด หรือสารเคมีต่างๆ ที่ไหลลงสู่ทะเล อาจทำให้ปู ปลา สัตว์น้ำปนเปื้อนสารพิษนั้น “จากการศึกษาวิจัย เมื่อสารพิษต่างๆ ลงสู่ทะเล โดยเฉพาะ โลหะหนักนั้น สารพิษจะถูกตรึงและตกตะกอน ไม่ปนเปื้อนในน้ำทะเล ปู ปลา หรือสัตว์ทะเลจะไม่ได้รับสารพิษ ดังนั้น สัตว์น้ำจากทะเลยังสามารถรับประทานได้ ประชาชนไม่ต้องเป็นห่วง อีกทั้ง ห่วงโซ่อาหารและการดำรงชีวิตของสัตว์น้ำนั้น มีการช่วยเหลือตัวเองอยู่แล้ว ยกเว้นหอยบางชนิดที่ไม่ได้ไหลไปกับกระแสน้ำ แต่ติดอยู่กับปะการัง ซึ่งหากเป็นหอยประเภทปิดปากตัวเองได้แน่ๆ ไม่ต้องกินอาหาร ก็สามารถรอดได้ แต่หากเป็นหอยประเภทเปิดปากหอยกินอาหาร ก็อาจจะตายได้”

ขณะที่ ดร. ธรรมศักดิ์ ยี่มิน ผู้อำนวยการสถาบันวิจัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง กล่าวถึงกรณีมวลน้ำจืดที่ไหลลงทะเลในช่วงเดือนสิงหาคม - กันยายนนั้น แนวปะการังบริเวณเกาะค้างคาว จังหวัดชลบุรี ซึ่งถือเป็นแนวปะการังที่ใหญ่และยาวอีกแห่งหนึ่งได้รับความเสียหาย เกิดปะการังฟอกขาวขึ้น เช่นเดียวกับเหตุการณ์อุทกภัยในน้ำสูง เมื่อปี 2553 แต่ครั้งนี้เกิดจากน้ำจืดที่ไหลลงทะเลรุนแรงกว่า และทำให้ปะการังเสียหายมาก ได้แก่ ปะการังเขากวาง เสียหาย 100% ปะการังดอกกะหล่ำ 97% ปะการังโขด 52% ปะการังสมอง 8% นอกจากนี้ เม่นทะเลหนามดำ ตาย 45% หอยสองฝาในแนวปะการัง เช่น หอยนางรม ตาย 10% หอยงอบ ตาย 5% และหอยมุกกวาง ตาย 2%

“ขณะนี้กระแสน้ำได้ไหลไปฝั่งตะวันตก ถือเป็นเรื่องที่ดี เพราะบริเวณที่น้ำจืดที่ไหลลงทะเลจังหวัดสมุทรสงคราม สมุทรสาคร และเพชรบุรี ไม่มีแนวปะการัง เนื่องจากแนวปะการังจะมีอีกที่บริเวณจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ อย่างไรก็ตาม การฟื้นฟูปะการังที่เสียหายไปนั้น เจ้าหน้าที่จากกรมประมง นักวิชาการ และผู้เชี่ยวชาญด้านทะเล จะเข้าไปช่วยกันแก้ไข ฟื้นฟู และอยากขอความร่วมมือจากประชาชน หรือหน่วยงานที่ต้องการฟื้นฟูปะการัง อย่าตัดตอนปะการังแล้วย้ายไปปลูก เพราะนั้นไม่ใช่เป็นผลดี แต่จะสร้างผลกระทบและความเสียหายอีกมาก” ผู้เชี่ยวชาญ มหาวิทยาลัยรามคำแหง กล่าว

ที่มา : <http://ngosthailand.com/index.php>



ชिरาสุ : ปลาสายไหมญี่ปุ่น

ชिरาสุ (Shirasu) เป็นปลากะตักวัยอ่อนที่นำมาต้มและทำให้แห้ง โดยทำมาจากปลากะตักที่มีถิ่นกำเนิดในประเทศญี่ปุ่น มีชื่อว่า Japanese Anchovy (*Engraulis japonica*) ซึ่งพบได้ทุกน่านน้ำของญี่ปุ่น โดยเฉพาะในจังหวัดชิซุโอกะ

การทำประมงปลากะตักในประเทศญี่ปุ่นมีวิธีการทำ 2 รูปแบบ คือ การใช้อวนทับตลิ่ง และการใช้อวนล้อม ฤดูกาลจับเป็นช่วงเดือนพฤษภาคมถึงเดือนสิงหาคมของทุกปี เนื่องจากวัตุุดิบที่ใช้เป็นปลากะตักวัยอ่อน ดังนั้นการทำประมงจึงต้องมีการจัดการควบคุมดูแลอย่างเข้มงวด โดยสหกรณ์ประมง เพื่อให้มีการนำปลากะตักวัยอ่อนมาใช้อย่างเหมาะสม สอดคล้องกับมูลค่าของทรัพยากร

การแปรรูปชिरาสุ โดยนำปลากะตักวัยอ่อนที่จับได้นำมาต้มและทำให้แห้ง ซึ่งขบวนการแปรรูปเริ่มตั้งแต่การนำปลากะตักวัยอ่อนที่จับได้มาแปรรูป (ต้มและทำให้แห้ง) ที่โรงงานใช้เวลาไม่เกิน 2 ชั่วโมง เพื่อที่จะได้ชिरาสุที่มีคุณภาพดี จากนั้นนำไปเก็บรักษาในตู้แช่ที่มีอุณหภูมิต่ำ (-10 ถึง -18 องศาเซลเซียส) ปริมาณการผลิตชिरาสุของญี่ปุ่นมีไม่เพียงพอ ต้องนำเข้าจากต่างประเทศ เช่น ประเทศอินโดนีเซีย และไต้หวัน

ปลากะตักตากแห้งและปลาสายไหม หรือชिरาสุของญี่ปุ่น ในกลุ่มเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ส่วนใหญ่เป็นสายพันธุ์เอเชีย Anchovy (*Stolephorus commersoni*) มีการจับและแปรรูปในประเทศเวียดนาม ไทย มาเลเซีย และอินโดนีเซีย ผลผลิตกันที่ได้อาจเป็นปลากะตักตากแห้งและปลาสายไหม (ชिरาสุ) ซึ่งส่วนใหญ่เป็นปลากะตักตากแห้งมากกว่าปลาสายไหม (ชिरาสุ) ผลผลิตปลากะตักตากแห้งและปลาสายไหมส่วนใหญ่ใช้ในการบริโภคในประเทศ และส่งออกไปยังประเทศมาเลเซีย ฮองกง สิงคโปร์ ไต้หวัน เกาหลี และญี่ปุ่น

ปลากะตักที่ใช้มีทั้งสายพันธุ์ Blue anchovy, White anchovy, Black anchovy, River anchovy และ Chirimen anchovy ซึ่งฤดูกาลจับปลากะตักในประเทศเวียดนามจะเริ่มจากพันธุ์ Blue anchovy, White anchovy และ Black anchovy ตามลำดับ ส่วน River anchovy จะจับได้เฉพาะในประเทศลุ่มน้ำแม่โขง และ Chirimen anchovy (ปลากะตักสีขาว ตัวเล็ก ขนาด 1-2 เซนติเมตร) มีปริมาณน้อย มีคุณภาพดีเพราะตัวขาว ไม่มีกระดูก เนื้อนุ่ม เป็นที่ต้องการของผู้บริโภค โดยเฉพาะประเทศไต้หวันนิยมบริโภคมาก ฤดูกาลและชนิดปลากะตักของเวียดนามจะคล้ายปลากะตักของไทยในฝั่งอ่าวไทย



ที่มา : ส่วนเศรษฐกิจการประมง กรมประมง

EM คืออะไร



EM ย่อมาจากคำว่า *Effective Microorganisms* ซึ่งมีความหมายว่า กลุ่มจุลินทรีย์ที่มีประสิทธิภาพ มีลักษณะเป็นของเหลว สีน้ำตาล กลิ่นหวานอมเปรี้ยว EM เป็นสิ่งมีชีวิต ต้องเก็บไว้ในที่ร่ม อุณหภูมิปกติ ไม่ร้อนจัดหรือเย็นจัด ประมาณ 20 – 40 องศาเซลเซียส หากไม่ได้เปิดใช้เก็บไว้ได้นาน 1 ปี

EM ไม่ใช่ปุ๋ย แต่เป็นกลุ่มจุลินทรีย์ที่อยู่ในสภาพพัก การนำไปใช้หากเปิดใช้แล้วให้รีบปิด เก็บไว้ได้นาน 6 เดือน ถูกค้นพบโดยศาสตราจารย์ ดร.เทรุโอะ ฮิหงะ แห่งมหาวิทยาลัยชิริวทิว โอกินาวา ประเทศญี่ปุ่น

จุลินทรีย์ใน EM

จุลินทรีย์ที่ใช้ในการผลิต EM (จุลินทรีย์ผลิตกรดแลคติก ยีสต์ และจุลินทรีย์สังเคราะห์แสง) ผลิตจากจุลินทรีย์ธรรมชาติ ไม่มีจุลินทรีย์ก่อโรค ไม่มีสารเคมีสังเคราะห์ และไม่ใช้การตัดต่อยีนส์ (GMOs) ซึ่งเป็นโทษต่อมนุษย์ สัตว์และพืช จุลินทรีย์ใน EM มี 3 กลุ่ม ดังต่อไปนี้

1. จุลินทรีย์ผลิตกรดแลคติก

เป็นจุลินทรีย์ที่จัดอยู่ในพวกแบคทีเรียที่สามารถเปลี่ยนน้ำตาลให้เป็นกรดแลคติกได้โดยผ่านกระบวนการหมัก ซึ่งกรดแลคติกสามารถยับยั้งการเจริญเติบโตของจุลินทรีย์ก่อโรคบางชนิด และจุลินทรีย์อื่น ๆ ได้ เนื่องจากมี pH ที่ต่ำ เป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางว่ามีการนำเอาจุลินทรีย์ผลิตกรดแลคติกไปใช้ในการหมักอาหารหลายชนิด เช่น เนยแข็ง โยเกิร์ต และสามารถเก็บไว้ได้นาน

2. ยีสต์

เป็นที่รู้จักกันดีว่าเป็นตัวตั้งต้นในการหมัก ยีสต์เป็นจุลินทรีย์ที่ใช้ในการหมักเบียร์หรือแอลกอฮอล์ และใช้ในการทำขนมปัง ยีสต์ค้นพบโดยพ่อค้าชาวอังกฤษ ชื่อ แอนโทนี แวน ลีเวนฮุค (ในปี พ.ศ.2175 - 2266) ซึ่งเป็นผู้ค้นพบเป็นคนแรกในโลกเรื่องจุลินทรีย์ ยีสต์ถูกจำแนกเป็นสัตว์เซลล์เดียว ซึ่งแตกต่างจากเชื้อราเพราะมันจะอยู่เป็นเซลล์เดี่ยวไปตลอดชีวิต ยีสต์จะมีอยู่มากในสิ่งแวดล้อมที่มีน้ำตาลมาก เช่น น้ำหวานจากเกสรดอกไม้ ตามผิวของผลไม้ ใน EM ยีสต์ผลิตจะสารชีวภัณฑ์ต่างๆ หรือสารที่จำเป็นต่อสิ่งมีชีวิต เช่น กรดอะมิโน และแป้ง

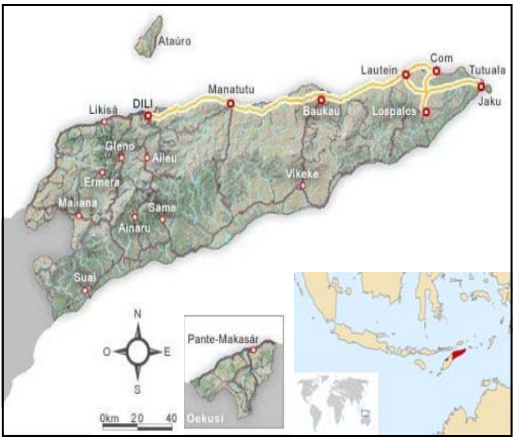
3. จุลินทรีย์สังเคราะห์แสง

ไฟโตทรอปปิคแบคทีเรีย (จุลินทรีย์สังเคราะห์แสง) ใช้พลังงานจากแสงอาทิตย์ในการย่อยสลายสารอินทรีย์และอนินทรีย์ จุลินทรีย์สังเคราะห์แสงมีอยู่ตามน้ำจืด ทะเลสาบ และทุกหนทุกแห่งบนโลกนี้ ในทางปฏิบัติจะพบจุลินทรีย์ที่มีประสิทธิภาพนี้ตามทุ่งนาเพราะมันย่อยสลายอินทรีย์วัตถุได้ดี จุลินทรีย์สังเคราะห์แสงร่วมอยู่ในระบบย่อยต่างๆ และเป็นจุลินทรีย์หลักในวัฏจักรไนโตรเจนและวัฏจักรคาร์บอน เนื่องจากเป็นจุลินทรีย์หลักในวัฏจักรต่าง ๆ มันจึงทำงานร่วมกับจุลินทรีย์ใน EM ได้ ดังนั้นจุลินทรีย์สังเคราะห์แสงจึงเป็นจุลินทรีย์ที่สำคัญใน EM

ที่มา : www.cmyo-asia.com

สู่ทางประมง

สาธารณรัฐประชาธิปไตยติมอร์-เลสเต (Timor-Leste)



ประเทศติมอร์ตะวันออก หรือ ติมอร์-เลสเต มีชื่ออย่างเป็นทางการว่า **สาธารณรัฐประชาธิปไตยติมอร์-เลสเต** เป็นประเทศหมู่เกาะ จัดเป็นเกาะในกลุ่มเกาะอินโดนีเซีย เรียกว่า **เกาะติมอร์** เกาะติมอร์ตั้งอยู่ทางตอนเหนือของประเทศออสเตรเลีย และอยู่ห่างจากกรุงจาการ์ตาของประเทศอินโดนีเซียไปทางตะวันออกเฉียงประมาณ 2,100 กิโลเมตร ประเทศติมอร์-เลสเตประกอบไปด้วยดินแดนส่วนปลายด้านตะวันออกของเกาะติมอร์ และมีดินแดนส่วนแยกเขตโอกูสซีที่ตั้งอยู่บนชายฝั่งทางตอนเหนือของติมอร์ตะวันตกซึ่งอยู่ในการปกครองของประเทศอินโดนีเซีย¹

ประเทศติมอร์-เลสเตมีชายฝั่งยาวประมาณ 650 กิโลเมตร มีพื้นที่ในการทำประมง 16,000 ตารางกิโลเมตร และเขตเศรษฐกิจจำเพาะ 61,500 ตารางกิโลเมตร² โดยพื้นที่ทำการประมงในติมอร์ฯ แบ่งตามระยะห่างจากชายฝั่งทะเล ซึ่งแบ่งเป็น 5 เขต ได้แก่ เขต A ระยะ 200 เมตร เป็นแหล่งสำหรับประมงพื้นบ้าน เขต B ระยะ 3 ไมล์ทะเล สำหรับประมงกึ่งพาณิชย์ (semi-industrial) เขต C ระยะ 12 ไมล์ทะเล สำหรับประมงเชิงพาณิชย์ (national industrial) เขต D ระยะ 6 ไมล์ทะเล สำหรับประมงกึ่งพาณิชย์ต่างชาติ และเขต E ระยะ 18 ไมล์ทะเล สำหรับประมงเชิงพาณิชย์ต่างชาติ (foreign industrial)³

ติมอร์-เลสเตนับเป็นประเทศใหม่ของโลก หลังจากประกาศเอกราชจากประเทศอินโดนีเซียอย่างเป็นทางการ เมื่อวันที่ 20 พฤษภาคม 2545 และจัดอยู่ในรายการขององค์การสหประชาชาติในฐานะที่เป็นประเทศด้อยพัฒนา ติมอร์-เลสเตได้ให้ความสำคัญในการพัฒนา 3 ด้าน ซึ่งหนึ่งในนั้นเป็นการพัฒนาด้านความมั่นคงทางอาหาร (food security)⁴ ทั้งนี้ ทรัพยากรทางทะเลนับเป็นทรัพยากรธรรมชาติอย่างหนึ่งที่สำคัญของติมอร์-เลสเต โดยเฉพาะในพื้นที่ทะเลอาณาเขต คาดว่าสามารถให้ผลผลิตได้ปีละไม่ต่ำกว่า 600,000 ตัน แต่ในปี 2540 ภาคการประมงของติมอร์ฯ ผลิตได้ 2,400 ตัน หรือน้อยกว่า 1% ของปริมาณสัตว์น้ำที่มีให้จับได้ในติมอร์ฯ⁵ อาจเนื่องมาจากรูปแบบของการทำประมงมีลักษณะเป็นประมงพื้นบ้าน คือเป็นเรือขนาดเล็กใช้แรงคนในการพาย สัตว์น้ำที่จับมาได้ส่วนใหญ่ใช้รับประทานในครัวเรือน เหลือก็นำไปขาย เรียกได้ว่าไม่ค่อยทำเป็นธุรกิจ ดังนั้น รัฐบาลติมอร์ฯ จึงมีนโยบายส่งเสริมให้บริษัทประมงต่างชาติเข้าไปลงทุนจับปลาในอาณาเขตของติมอร์ฯ โดยยินดีที่จะพิจารณาคำขอสัมปทานทำการประมงในน่านน้ำติมอร์ฯ ของบริษัทต่างชาติ ทั้งที่เป็นบริษัทต่างชาติถือหุ้น 100% และบริษัทร่วมทุนกับเอกชนติมอร์ฯ⁶ ในอดีตก็เคยมีบริษัทประมงของไทยเข้ามารับสัมปทานการประมง แต่ก็ต้องถอนกิจการไป อันเนื่องมาจากการลักลอบเข้ามาของเรือประมงไร้สัญชาติ ที่มักจะเข้ามาหาปลาในเขตน่านน้ำของติมอร์ฯ อย่างผิดกฎหมาย จึงสร้างความเสียหายให้แก่ผู้ประกอบการไทยจนต้องยกเลิกสัมปทาน⁵



ปัจจุบันบริษัทพาร์ควีย์ ฟิชเชอรี (Parkway Fisheries) เป็นบริษัทจดทะเบียนในประเทศติมอร์ฯ รายแรกที่ได้รับสัมปทานการทำประมงในน่านน้ำติมอร์ฯ บริษัทนี้ได้รับการส่งเสริมการลงทุนตามกฎหมายส่งเสริมการลงทุนของประเทศติมอร์ฯ เมื่อเดือนเมษายน 2548 โดยโครงการลงทุนที่ได้รับการส่งเสริมเป็นโครงการด้านการประมงครบวงจร กรมประมงติมอร์ฯ มีแผนที่จะพัฒนาท่าเรือประมงเมืองคอมให้เป็นศูนย์กลางการประมงโดยต้องการให้กองเรือที่เข้าไปจับปลาในเขตน่านน้ำติมอร์ฯ ต้องขนถ่ายปลาที่ทำเรือเมืองคอม ทั้งนี้เพื่อให้สอดคล้องกับกฎหมายประมงติมอร์ฯ ซึ่งกำหนดให้ต้องทำการขนถ่ายสัตว์น้ำที่จับได้ ณ ท่าเรือ โดยในขั้นต้นกรมประมงมีแผนที่จะทำการบูรณะฟื้นฟูท่าเทียบเรือ และเมื่อบริษัทพาร์ควีย์ฯ ดำเนินการก่อสร้างภายในพื้นที่ช่วงแรกเสร็จ ท่าเรือแห่งนี้จะมีสิ่งอำนวยความสะดวกสำหรับเรือและลูกเรือประมง อาทิ บริการน้ำจืด น้ำมันดีเซลราคาถูก ร้านอาหาร และร้านขายสินค้าจำเป็นสำหรับลูกเรือ และในช่วงที่สองจะก่อสร้างห้องเย็น และโรงน้ำแข็ง อาคารฝึกอบรมบุคลากร และโรงแรมที่พักในบริเวณท่าเรือ ทั้งนี้ทางการติมอร์ฯ ได้ก่อสร้างอาคารสำนักงานและจัดวางระบบและบุคลากรประจำท่าเรือแห่งนี้ เพื่อให้การบริการแบบ one stop services ไว้แล้ว โดยสำนักงานที่ท่าเรือประมงเมืองคอมสามารถทำพิธีการนำเข้าและส่งออกสินค้าได้ เนื่องจากปัจจุบันมีผู้แทนของกรมศุลกากร กรมอนามัย การท่าเรือ กรมประมง และสำนักงานตรวจคนเข้าเมืองประจำอยู่แล้ว⁶



เมื่อพิจารณาถึงลู่ทางการค้าการลงทุนในติมอร์-เลสเตสำหรับภาคการประมง นับว่ายังเป็นธุรกิจที่ยังจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาและสนับสนุนด้านการเงินจากนักลงทุนภายนอกอยู่มาก เนื่องจากติมอร์-เลสเตยังขาดเงินทุน และชาวติมอร์-เลสเตยังขาดทักษะในการประกอบกิจกรรมทางเศรษฐกิจ กอปรกับในปัจจุบันมีอัตราผู้ว่างงานสูงประมาณร้อยละ 80 ซึ่งในส่วนของนักธุรกิจไทยจำเป็นต้องศึกษาความเป็นไปได้ของระเบียบรวมถึงอุปสรรคดังกล่าวต่างๆ ข้างต้น เพื่อประกอบการพิจารณาถึง

ความเสี่ยงในการลงทุน และขณะนี้สินค้าส่วนใหญ่ในติมอร์-เลสเตนำเข้าจากออสเตรเลียเพื่อรองรับการบริโภคของคณะเจ้าหน้าที่จากสหประชาชาติและคณะทูต

¹ ข้อมูลจากเว็บไซต์ <http://th.wikipedia.org>

² Acacio Guterres. 2003. Planning for fisheries development in East Timor.

ข้อมูลจากเว็บไซต์ <http://pur.lpt/915/1/cd1/ta100/ta104.pdf>

³ UNIQEST PTY LTD. 2010. Final Report: Strengthening Coastal and Marine Resource Management in the Coral Triangle of the Pacific – Phase 1 ข้อมูลจากเว็บไซต์ <http://www.adb.org/Documents/Reports/Consultant/REG/42073/42073-01-reg-tacr-03.pdf>

⁴ สำนักงานส่งเสริมการค้าในต่างประเทศ ณ กรุงจาการ์ตา. 2551. สรุปข้อมูลเศรษฐกิจและการค้าของประเทศติมอร์-เลสเต.

ข้อมูลจากเว็บไซต์ <http://www.depthai.go.th/DEP/DOC/51/51015272.doc>

⁵ โพสต์ทูเดย์: โอกาสธุรกิจในประเทศติมอร์. วันที่ 7 พฤษภาคม 2554

⁶ สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงดิลี. 2552. ธุรกิจประมงในประเทศติมอร์-เลสเต.

ข้อมูลจากเว็บไซต์ <http://www.eastasiawatch.in.th/article.php?print=55>

ปลาจระเม็ดขาว (Silver pomfrets)



P. chinensis



P. argenteus

Genus : *Pampus*

Family : Stromateidae

Suborder : Stromateoidei

Order : Perciformes

Class : Actinopterygii (ray-finned fishes)

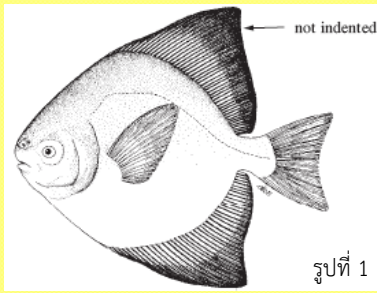
ลักษณะ เป็นปลาที่มีขนาดปานกลาง (ถึงขนาดประมาณ 60 เซนติเมตร) ลำตัวกว้างแบนข้างมาก เนื้อแน่น หนังก้าง คอดหางสั้น ลึก แบนข้างมาก ไม่มีหนามใกล้ฐานครีบหาง หัวลึกสั้น จะงอยปากทู่ แผ่นปิดเหงือกบาง ตาค่อนข้างเล็ก อยู่ในตำแหน่งตรงกลาง ล้อมรอบด้วยเยื่อไขมันที่ขยายไปด้านหน้าถึงปากและเหนือรูจมูก มีแนวสันเดี่ยวๆ ขยายไปเหนือตา ปากเล็กอยู่ในตำแหน่งปลายสุดด้านหน้าของหัว (Terminal position) หรือปากอยู่ในระดับต่ำทางด้านหน้าตอนล่างของส่วนหัว (Inferior position) แต่ยาวไม่ถึงขอบตาด้านบน ปากไม่ยืดหด กระดูกขากรรไกรยาวไปไม่ถึงขอบตา ขากรรไกรบนบางถูกปกคลุมโดยผิวหนังทั้งหมด ฟันเล็กมาก เป็นแผ่นแบน มีปลายแหลมเล็ก 3 อัน มีแถวเดี่ยวบนขากรรไกร ไม่มีฟันบนเพดานปาก มีซี่กรองเหงือกเรียวยาว 8 - 18 ซี่บนปีกล่างของแกนเหงือก มีครีบหลังอันเดียว เริ่มต้นถัดจากฐานครีบหู มีก้านครีบทั้งหมด 38 - 53 ก้าน ครีbsd้านหน้ายื่นขยายดี ไม่มีหรือมีก้านครีบแข็ง 1 - 10 ก้าน มีลักษณะแบนคล้ายใบมีด ครีบกันมีรูปร่างคล้ายครีบหลัง มีขนาดใกล้เคียงหรือสั้นกว่าเล็กน้อย ครีบกันมีก้านครีบจำนวน 34 - 47 ก้าน ครีบหางแบบเว้าลึก ครีบหูยาวค่อนข้างตรง ปลาที่โตเต็มวัยไม่มีครีบท้อง เส้นข้างตัวอยู่ด้านบนของลำตัว ยาวไปตามหลังและไปถึงคอดหาง ส่วนบนของหัวไม่มีเกล็ด กระดูกสันหลัง 29 - 48 ปล้อง

สี สันหลังสีเทาปนสีขาวเงิน ส่วนที่อยู่ใต้ลงมาจะมีสีจางลง บริเวณท้องจะเป็นสีขาวเงิน บางชนิดมีจุดดำตามลำตัว

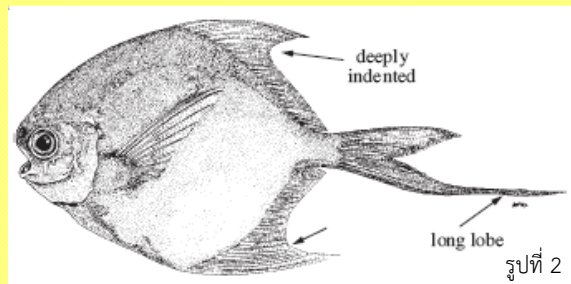
การแพร่กระจาย เป็นปลาทะเล พบในเขตร้อนของแอตแลนติกและแปซิฟิกตะวันออก และเขตร้อนของมหาสมุทรอินเดียถึงญี่ปุ่น เป็นปลาที่พบตามชายฝั่ง หากินตามพื้นน้ำตื้นที่มีน้ำใส พื้นเป็นทรายปนโคลน อยู่กันเป็นกลุ่มใหญ่ที่ความลึกมากกว่า 100 เมตร ชนิดที่พบในบริเวณนี้จัดอยู่ในสกุล *Pampus* ในน่านน้ำไทยพบในบริเวณอ่าวไทยมากกว่าฝั่งอันดามัน ชนิดที่พบมากที่สุด คือ *Pampus chinensis*

ลักษณะที่ใช้ในการจำแนกชนิด

- 1a. ปลายด้านท้ายของครีบหางและครีบกันไม่เว้าลึกเข้าไป ไม่มีก้านครีบแข็งที่มีลักษณะเหมือนใบมีด ก่อถึงครีบหลังและครีบกัน ครีบหางไม่เว้าลึกมาก มีขนาดเท่ากันทั้งสองแฉก (รูปที่ 1).....*Pampus chinensis*
- 1b. ปลายด้านท้ายของครีบหางและครีบกันเว้าลึกเข้าไป ครีบมีส่วนแฉกด้านหน้าชัดเจน มีก้านครีบแข็งที่มีลักษณะเหมือนใบมีดแทรกด้านหน้าครีบหลังและครีบกัน ครีบหางเว้าลึกมาก แฉกล่างมักยาวกว่าแฉกบนเสมอ (รูปที่ 2)..... 2



รูปที่ 1

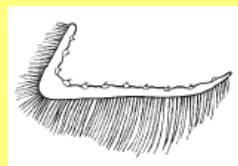


รูปที่ 2

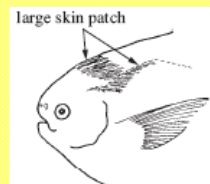
2a. ซีกรองเหงือกยาว บาง (ยาวกว่าฐานหลายเท่า) (รูปที่ 3) มีกระดูกสันหลัง 29 – 30 ปล้อง.....*Pampus* sp.
 2b. ซีกรองเหงือกมีลักษณะเป็นตุ่ม มี 2 ตุ่มหรือมากกว่า มีเดือยแหลมด้านบน มีกระดูกสันหลัง 34 ปล้อง หรือมากกว่า (รูปที่ 4)..... 3



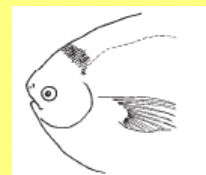
รูปที่ 3



รูปที่ 4



รูปที่ 5



รูปที่ 6

3a. มีแต่มีลักษณะเป็นสันละเอียดบนผิวหนังส่วนหัว ไปจนถึงเหนือฐานครีบหู (รูปที่ 5)
 ซีกรองเหงือกทั้งหมดบนแกนเหงือกอันแรกมี 10 - 13 ซี ก้านครีบหลัง 37 - 43 ก้าน
 กระดูกสันหลัง 34 - 37 ปล้อง.....*Pampus argenteus*
 3b. มีแต่มีขนาดเล็กลักษณะเป็นสันละเอียดบนผิวหนังส่วนหัวไม่ถึงเหนือฐานครีบหู (รูปที่ 6)
 ซีกรองเหงือกทั้งหมดบนแกนเหงือกอันแรก มี 15 - 21 ซี ก้านครีบหลัง 42 - 49 ก้าน
 กระดูกสันหลัง 41 ปล้อง.....*Pampus echinogaster*

ขนาด ความยาวประมาณ 17 - 50 ซม.

เครื่องมือ ที่จับปลาชนิดนี้ได้แก่ อวนลาก

การกินอาหาร กินแพลงก์ตอนสัตว์ โคพีพอด และตัวอ่อนของเตคาพอด เป็นอาหาร

การใช้ประโยชน์ เป็นปลาที่เป็นอาหารที่มีความสำคัญในเขตนี้ มีคุณค่าทางโภชนาการ นิยมรับประทานในหลายรูปแบบ เช่น นึ่งบว้ย นึ่งมะนาว ทอด

ขนาดของปลากะเม็ดขาวที่พบในประเทศไทย

ชนิด	อ่าวไทย			อันดามัน			
	ปี 2546	ปี 2547	ปี 2548	ปี 2546	ปี 2547	ปี 2548	
<i>P. chinensis</i>	ขนาด (ซม.)	12.25 - 28.75	6.25 - 39.25	9.75 - 42.75	10.75 - 42.75	9.75 - 29.75	13.25 - 24.75
	เฉลี่ย (ซม.)	22.3 ±5.01	16.05 ±4.41	16.88 ±4.52	20.30 ± 10.43	13.81 ±6.23	19.00 ±4.70
<i>P. argenteus</i>	ขนาด (ซม.)	8.75 - 27.75	17.25 - 29.75	13.25 - 25.25		22.25 - 29.75	24.25 - 27.25
	เฉลี่ย (ซม.)	16.6 ±5.95	21.22 ±3.04	20.20 ±0.57		25.81 ±2.20	25.75 ±1.73

เอกสารอ้างอิง

คณิต เชื้อพันธุ์, ปิยะโชค สีนอนันต์, วิรัตน์ สนิทมัจโร, สีชล หอยมูขุ, อุดมสิน อักษรผอบ และวัฒนา ฉิมแก้ว. 2551.

เอกสารวิชาการฉบับที่ 2/2551 เรื่อง ทรัพยากรสัตว์น้ำบริเวณอ่าวไทยและฝั่งทะเลอันดามันจากเรือสำรวจ ปี 2546-2548. ศูนย์วิจัยและพัฒนาประมงทะเลอ่าวไทยตอนบน (สมุทรปราการ), สถาบันวิจัยและพัฒนาเทคโนโลยี ประมงทะเล, สำนักวิจัยและพัฒนาประมงทะเล, กรมประมง. 132 หน้า.

Kent E. Carpenter and Volker H. Niem. 2001. FAO SPECIES IDENTIFICATION GUIDE FOR FISHERY PURPOSES THE LIVING MARINE RESOURCES OF THE WESTERN CENTRAL PACIFIC VOLUME 6 Bony fishes part 4 (Labridae to Latimeriidae), estuarine crocodiles, sea turtles, sea snakes and marine mammals. FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS, Rome.

www.fishbase.org

<http://sirikhun.com/Knowledge/Fish-Ship/49-110> ปลาจาระเม็ดคาว

ภาษาอังกฤษง่ายนิดเดียว

คำศัพท์เกี่ยวกับน้ำท่วม

- FLOOD เป็นได้ทั้งคำนามที่แปลว่า “น้ำท่วม” เช่น

What should I do during a flood ? (ฉันควรทำอะไรในช่วงที่มีน้ำท่วม)

หรือเป็นคำกริยาที่แปลว่า “หลากไหล เต็มไปด้วย” เช่น

Please don't flood my facebook's timeline !!! (นี่ เฟสบุคฉันเต็มไปด้วยไปด้วยสตั๊ดส์ของเธอแล้วนะ)

- DISASTER เป็นคำนาม ความหมายเป็นไปทางลบ คือแปลว่า วิกฤติ ภัยพิบัติ ความหายนะ มหันตภัย ความพินาศ เช่น

The current flooding in Thailand is a disaster. (น้ำท่วมในประเทศไทย ขณะนี้ถือเป็นภัยพิบัติ)

- OVERFLOW เป็นได้ทั้งคำนามที่แปลว่า “จำนวนที่ล้นออกมา” เช่น

A flood is an overflow of water that submerges land. (น้ำท่วม คือ การไหลล้นของน้ำที่แผ่ขยายท่วมพื้นดิน) และเป็นคำกริยาที่ได้ที่แปลว่า “ไหลล้น” เช่น This river is going to overflow. (แม่น้ำนี้กำลังจะไหลล้นแล้ว)

- DISTRICT แปลว่า “เขต” ในข่าวที่เราพบเจอ มักใช้ต่อจากชื่อพื้นที่ เช่น

The Bangkok authority will set up a flood monitoring centre in Minburi district.

(ฝ่ายบริหารกรุงเทพฯ จะตั้งศูนย์ติดตามเฝ้าระวังน้ำท่วมในเขตมีนบุรี)

- DONATE แปลว่า “บริจาค” เช่น

Let's donate to help Thailand Flood. (มาบริจาคเพื่อช่วยเหลือน้ำท่วมในประเทศไทยกันเถอะ)

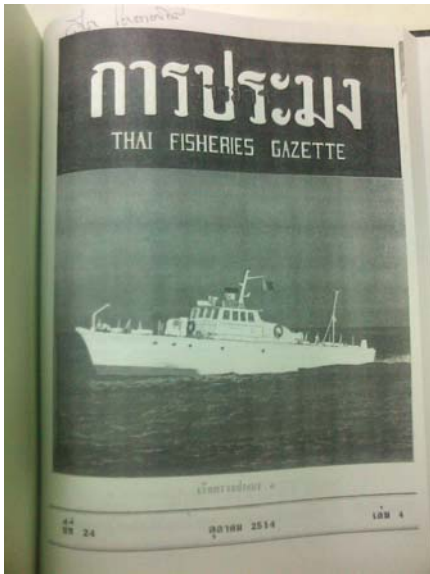
หรือทำให้เป็นคำนาม ต้องใช้คำว่า DONATION เช่น

You can make a donation to help people who are impacted by the floods.

(คุณสามารถทำการบริจาค เพื่อช่วยเหลือนคนที่ได้รับผลกระทบจากน้ำท่วม)

ที่มา : <http://loftstudy.com>

เรื่องเก่า...เล่าความหลัง



เรือตรวจประมง ๑

เรือตรวจประมง ๑ เป็นเรือที่ใช้ในการอนุรักษ์ทรัพยากรทางทะเล และปฏิบัติราชการต่างๆ ของกรมประมง เรือลำนี้สร้างโดยบริษัท “อาซูมา (AZUMA)” ประเทศญี่ปุ่น ราคาของเรือเมื่อคิดค่าธรรมเนียม และค่าภาษีด้วยกันแล้วเป็นเงินทั้งสิ้น ๒,๘๔๐,๘๗๖ บาท กรมประมง ได้ตรวจรับเรือนี้จากบริษัทอาซูมา เมื่อวันที่ ๒๘ ธันวาคม ๒๕๐๗

เรือตรวจประมง ๑ มีขนาดความยาว ๒๐.๐๐ เมตร กว้าง ๔.๘๐ เมตร ลึก ๒.๓๐ เมตร กินน้ำลึก ๑.๒๐ เมตร ระวางบรรทุก ๔๕.๕๐ ตันกรอส ๑๕.๖๖ ตันเน็ต เครื่องยนต์ที่ใช้เป็นเครื่องยนต์ “กัมมินส์” ดีเซล ๒ เครื่องๆ ละ ๓๕๐ แรงม้า มีความเร็วสูงสุด ๑๖ นอตต่อชั่วโมงและความเร็วมีรหัส ๑๒ นอตต่อชั่วโมง ถังน้ำมันเชื้อเพลิงจุ ๔.๕๐

ลูกบาศก์เมตร ถังน้ำจืดจุ ๓.๕ ลูกบาศก์เมตร ภายในเรือมีอุปกรณ์ทันสมัยสำหรับการปฏิบัติงาน เช่น เรือติดท้ายไฟเบอร์กลาสพร้อมเครื่องยนต์เมอร์คิวรีขนาด ๕.๘ แรงม้า เรดาร์รัศมีทำการไกล ๓๐ ไมล์ เครื่องวัดระดับความลึกของน้ำ เครื่องวัดความเร็วกระแสน้ำ และเครื่องคำนวณ เป็นต้น เจ้าหน้าที่ประจำเรือมีทั้งหมดประมาณ ๑๕ คน

งานในหน้าที่ของเรือตรวจประมง ๑ คือ

๑. ตรวจสอบการตั้งเครื่องมือประจำทำให้เป็นไปตามกฎหมายและระเบียบข้อบังคับ เช่น การตั้งเครื่องมือทำการประมงปิดกั้นทางเดินของสัตว์น้ำ จนไม่มีโอกาสเส็ดลอดออกไปแพร่พันธุ์ หรือตั้งเครื่องมือขวางร่องน้ำทางเดินของเรือพาณิชย์ อันเป็นผลเสียหายแก่เศรษฐกิจของส่วนรวม

๒. ตรวจตราและปราบปรามการใช้เครื่องมือทำการประมงโดยฝ่าฝืนกฎหมาย เช่น ทำการลากอวนในบริเวณหวงห้ามแถบชายฝั่ง

๓. ตรวจตราและปราบปรามการทำประมงโดยฝ่าฝืนกฎหมาย เช่น การใช้วัตถุระเบิดและยาเบื่อเมาทำการประมง เป็นต้น

๔. ตรวจตราและควบคุมไม่ให้ชาวประมงจับปลาในฤดูปลาไม่มีไข่ และฤดูปลามีขนาดเล็กตามประกาศของกระทรวงเกษตร

๕. ตรวจตราการลักลอบทำการประมงในเขตการประมงไทยของเรือประมงต่างด้าว ซึ่งปรากฏว่ามีอยู่ประจำทางชายแดนของประเทศ

๖. ตรวจและดักเตือนเรือประมงไทยไม่ให้ล่วงล้ำเข้าไปทำการประมงในน่านน้ำของประเทศอื่น

๗. งานอื่นๆ ที่กรมประมง กระทรวงเกษตรมอบหมาย เช่น ช่วยเหลือเรือประมงที่ประสบอุบัติเหตุอยู่ในทะเล เป็นต้น

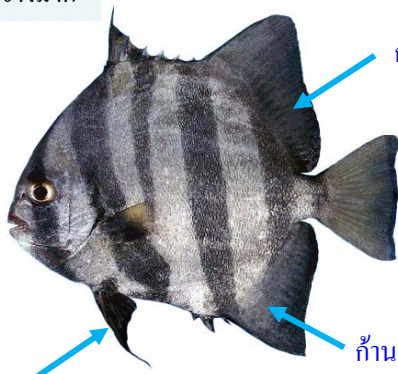
ที่มา : วารสารการประมง ปีที่ 24 ฉบับเดือนตุลาคม 2514 เล่ม 4

ป.ปลาหน้ารู้

คู่มือการจำแนกปลาภาคสนาม Order PERCIFORMES

Suborder : ACANTHUROIDEI, Surgeonfishes (ตอนที่ 1/2)

ลำตัวลึกละแบนข้างมาก



ก้านครีบแข็ง 5 - 9 ก้าน ก้านครีบอ่อน 19 - 38 ก้าน

Family: EPHIPPIDAE, Spadefishes¹

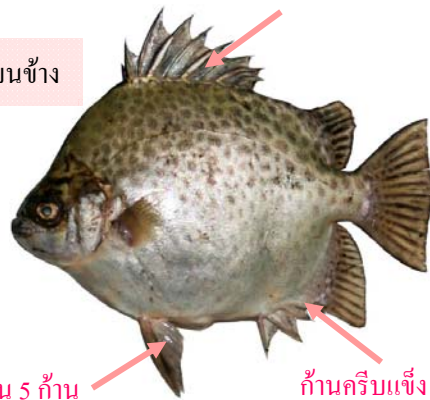
ก้านครีบแข็ง 1 ก้าน ก้านครีบอ่อน 5 ก้าน

ก้านครีบแข็ง 3 ก้าน ก้านครีบอ่อน 15 - 27 ก้าน

ก้านครีบแข็ง 11 - 12 ก้าน ก้านครีบอ่อน 16 - 18 ก้าน

ลำตัวค่อนข้างสี่เหลี่ยมและแบนข้าง

Family: SCATOPHAGIDAE,
Scats²

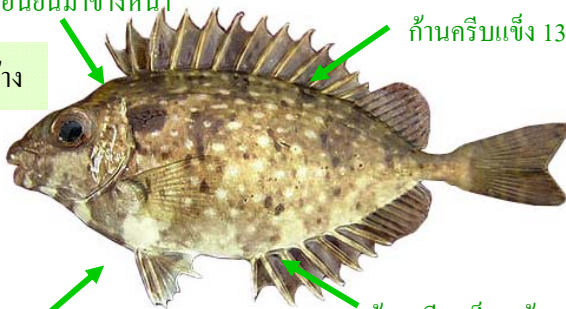


ก้านครีบแข็ง 1 ก้าน ก้านครีบอ่อน 5 ก้าน

ก้านครีบแข็ง 4 ก้าน

หนามแหลม 1 อันยื่นมาข้างหน้า

ลำตัวรีและแบนข้าง



ก้านครีบแข็ง 13 ก้าน ก้านครีบอ่อน 10 ก้าน

Family: SIGANIDAE,
Rabbitfishes³

ก้านครีบแข็ง 2 ก้าน ก้านครีบอ่อน 3 ก้าน

ก้านครีบแข็ง 7 ก้าน ก้านครีบอ่อน 9 ก้าน

ที่มา : www.discoverlife.org¹, www.siamensis.org², www.home.pacific.net³

คิดบวกสู้ภัยน้ำท่วม

ปัญหาอุทกภัยที่เกิดขึ้นนั้น เป็นป่อเกิดของความเครียด ทำให้มีอาการวิตกกังวล และป่วยเป็นโรคซึมเศร้าตามมาได้ โดยแต่ละคนมีความสามารถในการรับมือกับความเครียดได้ไม่เท่ากัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับต้นทุนพื้นฐานด้านจิตใจของแต่ละคนว่าแข็งแรงแค่ไหน ถ้ามีพื้นฐานดี จิตใจแข็งแรง ก็สามารถจะรับมือกับความเครียดได้มากกว่าคนที่จิตใจไม่แข็งแรง

ความเครียดสามารถแสดงอาการออกมาได้หลายรูปแบบ เบื้องต้นมักแสดงออกมาในรูปแบบของความไม่สบายทางกาย เช่น นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร หายใจไม่อิ่ม ใจสั่น หายใจไม่ออก ปวดหัว คลื่นไส้ อาเจียน ท้องเดิน บางรายถ้าอาการรุนแรงจนไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ เกิดอาการกลัว วิตกกังวลอย่างรุนแรง มีอาการตื่นตระหนก หรือที่เราเรียกว่า อาการแพนิก คือ ตื่นตระหนกต่อเหตุการณ์ มีอาการหายใจเร็วกว่าปกติ ใจสั่น หัวใจเต้นเร็ว เกร็งตามมือและเท้า กลัวว่าตัวเองกำลังจะตาย

สำหรับการตั้งสติเพื่อรับมือกับวิกฤติหรือปัญหาที่เกิดขึ้นนั้นไม่ใช่เรื่องยาก เพียงแค่อาศัยหลักการปฏิบัติง่ายๆ ดังนี้

> ยอมรับสิ่งที่เกิดขึ้น

ให้ทำความเข้าใจและยอมรับว่าตอนนี้เรื่องของภัยพิบัติไม่ได้เกิดกับเราคนเดียว ไม่ใช่เราเป็นผู้เคราะห์ร้ายอยู่คนเดียว มีเพื่อนร่วมชะตากรรมอีกเยอะมาก แล้วก็คิดว่าปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นนี้ ถึงที่สุดก็ต้องผ่านไปได้ ต้องเชื่อมั่นว่ามีทางออกแต่อาจจะต้องใช้เวลาบ้าง คือท้อแท้ได้แต่อย่างนานและต้องลุกขึ้นเดินต่อ อาจจะต้องลำบากอยู่ช่วงหนึ่งแต่ก็จะผ่านไปได้ มันจะมีวันที่ฟ้าสว่าง หลังจากสงบจิตสงบใจ ตั้งสติได้แล้ว ก็คงเป็นเรื่องของการปฏิบัติในขั้นต่อไป

> จัดลำดับความสำคัญของปัญหา

พยายามนั่งพักให้จิตใจนิ่งแล้วรวบรวมสติมองปัญหาว่าเกิดอะไรขึ้นบ้าง แล้วจัดลำดับความสำคัญของปัญหา เรื่องไหนเป็นเรื่องด่วน เรื่องไหนไม่ด่วน มันมีทั้งเรื่องที่สำคัญน้อยแต่ด่วน เช่น การแก้ปัญหาเฉพาะหน้า เรื่องการอยู่ การกิน การนอน เรื่องห้องน้ำ การขับถ่าย วันนั้นจะเอาข้าวที่ไหนกิน เอาเสื้อผ้าที่ไหนสวมใส่ ระดับน้ำจะเพิ่มสูงขึ้นอีกไหม จะเตรียมตัวขนย้ายหรืออพยพคนในครอบครัวอย่างไร



แต่ปัญหาที่สำคัญต้องแก้ไขในระยะยาว เช่น จะป้องกันปัญหาน้ำท่วมอย่างไร ซึ่งก็เป็นเรื่องใหญ่แต่ไม่ด่วน การช่วยเหลือจากรัฐบาลหลังน้ำลด การเตือนภัย แล้วก็อาจจะเป็นเรื่องของกรวางผังเมือง หรือเรื่องมาตรการการรักษาป่า รักษาธรรมชาติต่างๆ ซึ่งถือเป็นปัญหาที่ต้องแก้ไข แต่ยังไม่ด่วนเท่าชีวิตความเป็นอยู่ในช่วงที่ประสบกับปัญหา การจัดลำดับความสำคัญจะช่วยลดความวิตกกังวลไปได้ เรื่องไม่ด่วนวางไว้ก่อน มุ่งสนใจแต่เฉพาะเรื่องด่วนก่อน อะไรด่วนมากที่สุด ก็ค่อยๆ แก้ไปที่ละข้อ เพราะการที่เราแก้ปัญหาได้สำเร็จไปที่ละอย่างทีละข้อจะช่วยให้เกิดความมั่นใจ กำลังใจก็จะค่อยๆ เกิดขึ้นจนกลายเป็นความเชื่อมั่นว่าจะสามารถผ่านวิกฤตินี้ไปได้

> พยายามใช้ชีวิตเรียบง่าย

คนที่ประสบกับปัญหาจะต้องปรับวิธีคิด และปล่อยวางเรื่องทรัพย์สินสิ่งของนอกกาย อนาคตยังมีโอกาสหาใหม่ได้ พยายามใช้ชีวิตเรียบง่ายเพื่อลดการที่จะทำให้รู้สึกเครียดลง บางคนเครียด เพราะเป็นห่วงเรื่องทรัพย์สิน จนไม่ยอมอพยพขึ้นไปอยู่พื้นที่สูงเหนือน้ำ ตรงนี้ควรจะมีการชี้แจงให้ทราบว่าเรื่องของทรัพย์สินของมีค่าก็มีความจำเป็นในระดับหนึ่ง แต่เรื่องของชีวิตสุขภาพเป็นสิ่งที่สำคัญกว่า ทางออกของปัญหาอีกอย่างหนึ่ง หากไม่ยอมย้ายก็อาจทำได้โดยจะมีการรวมกลุ่มกันกับเพื่อนบ้าน มีการช่วยแบ่งเบาภาระกัน เช่น เพื่อนบ้านแบ่งเวลาสลับเวรยามกัน แทนที่ทุกคนจะต้องเฝ้าบ้านของตัวเอง ไม่มีเวลาพัก ก็อาจจะช่วยดูแลกันไปเป็นกลุ่มๆ อย่างน้อยเรื่องของทรัพย์สิน และความปลอดภัยในชีวิตของคนก็ได้รับการดูแล แต่ละคนก็จะไม่เหนื่อยจนเกินไป สุขภาพไม่ทรุดโทรมจนเกินไป

> เอาใจใส่ ดูแลกันและกัน

โดยคนที่แข็งแรงต้องช่วยคนที่อ่อนแอ ถ้าในบ้านนั้นยังมีคนที่เป็นหลักได้ ยืนอยู่ได้ ก็คงต้องคอยให้กำลังใจกับคนที่รู้สึกหมดแรง ท้อแท้ ให้คนที่รู้สึกเครียดมากได้ระบายความรู้สึก แล้วก็ให้กำลังใจเขา รับฟัง เพราะเพียงแค่ว่าการที่มีคนมารับฟัง มาเข้าใจว่าฉันรู้สึกอย่างไร อึดอัดใจอย่างไร ทุกข์ใจอย่างไร ก็สามารถช่วยทำให้ผู้ที่ประสบปัญหาหรือมีความเครียดรู้สึกดีขึ้นได้แล้วในระดับหนึ่ง

ที่มา : <http://www.dhammathai.net>



"เราจะฝ่าวิกฤตินี้ไปด้วยกัน"

ทำทายสมอง



เกมนี้ทุกคนคงคุ้นเคยกันดีนะคร้าบ...

วิธีการเล่น : ภายในตาราง 6x6 จะมีช่องสำหรับเติมเลข 1-6 โดยไม่ซ้ำกัน

	6	4		1	
5		2			6
				6	3
6	3				
4			1		2
	2		6	5	

เฉลยเกมทำทายสมองฉบับที่แล้ว

S	H	R	A	M	P	R	C	B	O	E
E	Q	E	S	A	S	H	R	I	M	P
A	O	U	O	C	E	U	A	E	A	O
C	D	L	I	E	A	M	B	A	E	K
B	L	O	O	D	C	O	C	K	L	E
S	Q	U	B	O	R	P	R	A	E	D
M	I	E	D	O	A	S	A	R	I	B
A	D	A	O	L	B	H	B	O	E	O
C	O	C	K	B	I	R	A	H	K	L
K	M	A	C	K	E	R	E	L	C	A
E	B	L	O	O	D	E	S	A	B	R

เฉลยคำถามประจำเดือนตุลาคม 2554

1. alginate จากธรรมชาติ สกัดมาจากอะไร?

ตอบ สาหร่ายสีน้ำตาล

2. เครื่องมือประมงที่ประเทศบรูไนอนุญาตให้ทำการประมงในเขต 2 และ 3 คือ?

ตอบ อวนลาก อวนล้อม และเบ็ดราวทวน่า

3. อวนลากกลางน้ำที่อินเดียพัฒนาขึ้นเพื่อการทำประมงอย่างยั่งยืนและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม มีชื่อว่าอะไร?

ตอบ CIFT SPTS

ผู้ที่ตอบคำถามประจำเดือนตุลาคม 2554 ถูกต้อง ได้แก่ **คุณเข็มจิรา อ่อนทอง**

ขอแสดงความยินดีกับผู้ที่ตอบคำถามได้ถูกต้องด้วยนะคร้าบ ทางเราจะจัดส่งของ

รางวัลไปตามที่อยู่ที่ได้ให้ไว้วันนะคร้าบ...

