



สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด

ข่าวสาร **สอ.ชป.**

เป็นสหกรณ์ออมทรัพย์ที่มั่นคงและทรงคุณค่า
ดำรงไว้ซึ่งธรรมภิบาล
บริหารงานสู่ความเข้มแข็งอย่างยั่งยืน

ปีที่ 44 ฉบับที่ 2 กุมภาพันธ์ 2568

26 กุมภาพันธ์ วันสหกรณ์แห่งชาติ



พระวรวงศ์เธอ กรมหมื่นพิทยาลงกรณ์
พระบิดาแห่งการสหกรณ์ไทย

เปิดบัญชีเงินฝากกับสหกรณ์
ได้ง่ายๆ ไม่ยุ่งยาก
เพียงแค่บัตรประชาชนใบเดียว

มาออมเงินกับ
สหกรณ์กันเถอะ!!

ดอกเบี้ยดี ปลอดภาษี
มีบริการนักบัญชีอัตโนมัติ
อีกด้วยนะ



อ่านต่อหน้า 3



โครงการสะพานน้ำ

โครงการสะพานน้ำ “ยกน้ำข้ามถนน” แห่งเดียวในประเทศไทย อันเนื่องมาจากพระราชดำริในหลวงรัชกาลที่ 9 ตั้งอยู่บริเวณสนามบินสุวรรณภูมิ ต.บางปลา อ.บางพลี และ ต.บางปู จ.สมุทรปราการ ระยะเวลาดำเนินการ พ.ศ. 2548-2553 ความยาว 10 กิโลเมตร มีลักษณะคล้ายคลองระบายน้ำ สะพานน้ำ ยกสูงจากถนนสุขุมวิทถึง 6 เมตร เป็นรูปตัวยูข้ามคลองชายทะเลและ ถนนสุขุมวิท ท้องคลองกว้าง 25 เมตร กำแพงสูงข้างละ 3.15 เมตร ระบายน้ำต่อจากคลองสำโรงได้ สูงสุด 100 ลูกบาศก์เมตรต่อวินาที ประโยชน์จากโครงการ ลดพื้นที่น้ำท่วม เป็นแหล่งสำรองน้ำจัดใช้ ในฤดูแล้งเพื่อการเกษตรกรรม และกิจกรรมอื่นๆ รวมทั้งเป็นสถานที่ท่องเที่ยวอีกแห่งของจังหวัดสมุทรปราการ

สมาชิก สอ.ชป. ไปรดทราบ

สมาชิกที่มีหนี้เงินกู้สามัญ

รับเงินบำนาญ หรือบำเหน็จรายเดือน

ในวันครบอายุ 75 ปี

หนี้สามัญต้องคงเหลือไม่เกิน

ร้อยละ 90 ของทุนเรือนหุ้น

อ่านต่อหน้า 4



ตามระเบียบ/ประกาศ สอ.ชป.
เรื่องการให้เงินกู้สามัญ พ.ศ. 2567

เรื่อง เด่น ใน ฉบับ

บทความพิเศษ: ปันความคิด:

3 กฎเหล็กวิธีเก็บเงิน สำหรับคนเก็บเงินไม่อยู่

7

สุขสันต์วันเกิด สมาชิกที่เกิดเดือนกุมภาพันธ์



- 1 สวัสดิการเงินสะสมทวีคูณ หรือ
- 2 สวัสดิการสมาชิกอาวุโส

ตรวจสอบรายชื่อ ณ ที่ทำการสหกรณ์ หรือ www.ridsaving.com

หรือ สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด

โอนเงินวันที่ 28 กุมภาพันธ์ 2568



สอบถามและร่วมแสดงความคิดเห็นได้ที่ e-mail : coop@rids saving.com

รายการย่อแสดงสินทรัพย์และหนี้สิน ตามคำสั่งนายทะเบียนสหกรณ์ที่ กษ.040/ว38
 ลว.13 มิถุนายน 2560 ณ วันที่ 31 มกราคม 2568
 (ไม่ได้ผ่านการตรวจสอบโดยผู้สอบบัญชีสหกรณ์)

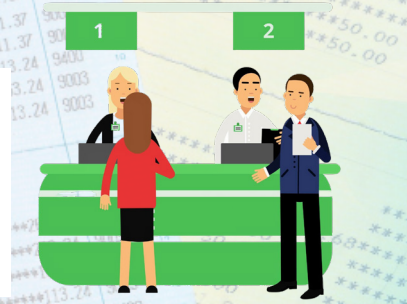
(นางอรัญญา ขาวนาใต้)
รองผู้จัดการ (สายบริหาร) รักษาการแทน
ผู้จัดการ สอ.ชป.
7 ม.ค. 2568

ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 3 เมษายน 2566 เป็นต้นไป
ฝ่ายข้อมูลสมาชิกและสวัสดิการ โทรตรง 0 2243
4798 ภายใน 2642

การเปิดบัญชีเงินฝาก



บัญชีเงินฝาก คือ สมุดที่สหกรณ์มอบให้แก่ผู้ฝากเงิน เพื่อแสดงรายละเอียดความเคลื่อนไหวของธุรกรรมการเงินต่าง ๆ เช่น การถอนเงิน การฝากเงิน การโอนเงินเข้าบัญชี ในปัจจุบันสหกรณ์เปิดให้บริการรับฝากเงินแก่สมาชิก 2 ประเภทหลัก ดังนี้



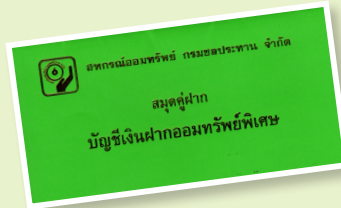
1 เงินฝากออมทรัพย์ (สมุดเล่มส้ม) อัตราดอกเบี้ย 0.75% ต่อปี ดอกเบี้ยที่ได้รับไม่เสียภาษี



- ✓ เปิดบัญชีเงินฝากครั้งแรก ขั้นต่ำ 200 บาท
- ✓ ไม่มีเงื่อนไขในการฝาก-ถอน ทั้งนี้ ยอดคงเหลือในบัญชีต้องไม่ต่ำกว่า 200 บาท คิดดอกเบี้ย ตั้งแต่ 500 บาท ขึ้นไป
- ✓ จ่ายดอกเบี้ยวันที่ 25 มีนาคม และ วันที่ 25 กันยายน ของทุกปี



2 เงินฝากออมทรัพย์พิเศษ (สมุดเล่มเขียว) อัตราดอกเบี้ย 1.50% ต่อปี ดอกเบี้ยที่ได้รับไม่เสียภาษี



- ✓ เปิดบัญชีเงินฝากครั้งแรก ขั้นต่ำ 1,000 บาท
- ✓ ถอนได้เดือนละ 1 ครั้ง หากถอนมากกว่า 1 ครั้ง จะคิดค่าธรรมเนียมการถอนครั้งที่ 2 และครั้งต่อไป

ในอัตราร้อยละ 1 ของจำนวนเงินที่ถอนแต่ละครั้ง (การถอนหน้าเคาน์เตอร์ หรือ ใน Mobile application ถือเป็นการถอนนับ 1 ครั้ง)

- ✓ จ่ายดอกเบี้ยทุกวันที่ 25 ของเดือน

การขอลงบัญชีเงินฝาก

1. เปิดบัญชีด้วยตนเองที่สหกรณ์ เฉพาะสมาชิกและสมาชิกสมทบ เปิดบัญชีได้ประเภทละ 1 เล่ม ตั้งแต่เวลา 8.30-15.00 น. วันราชการ
2. สมาชิกต้องกรอกและยื่นแบบฟอร์มขอเปิดบัญชีเงินฝากตามที่ สอ ชป.กำหนดด้วยตนเอง พร้อมกับตัวอย่างลายมือชื่อของตนเองไว้กับสหกรณ์ พร้อมแนบสำเนาบัตรประชาชน
3. สอ ชป.จะมอบสมุดเงินฝากเก็บไว้เป็นหลักฐาน บัญชีละ 1 เล่ม

การฝากเงิน

1. ฝากเงินสด มีสมุดบัญชีที่ต้องการฝาก หรือถ้าไม่มีสมุดต้องมีรายละเอียดเลขบัญชี ชื่อบัญชี ที่ต้องการจะฝาก
2. ฝากโอนธนาคาร เมื่อโอนเงินเข้าบัญชีสหกรณ์แล้ว ต้องแจ้งให้สหกรณ์ทราบทันที ภายในวันที่โอนพร้อมส่งสำเนาใบฝากเข้าบัญชีเงินฝากสหกรณ์
3. ฝากด้วยระบบ Bill Payment ธนาคารกรุงไทย เสียค่าธรรมเนียม 10.00 บาท ต่อ 1 รายการ (ไม่ต้องโทรศัพท์หรือโทรสาร)
4. กรณีสฝากโดยเช็ค ดราฟต์ หรือแคชเชียร์เช็ค ต้องระบุสั่งจ่าย “สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด” และติดต่อสหกรณ์ภายในเวลา 11.00 น. เพื่อสหกรณ์จะ ได้นำฝากเข้าบัญชีเงินฝากสหกรณ์ที่ธนาคารพาณิชย์ทันเวลา

การถอนเงินฝาก

1. สมาชิกเจ้าของบัญชีกรอกใบถอนเงินพร้อมกับมอบสมุดเงินฝาก (บัตรประชาชน ตัวจริง) ให้เจ้าหน้าที่สหกรณ์
2. สหกรณ์จะจ่ายเป็นเงินสด เป็นเช็คเท่านั้น ไม่สามารถโอนเงินเข้าบัญชีธนาคารอื่นได้
3. ถอนเงินตั้งแต่ 1,000,000.00 บาท (หนึ่งล้านบาทถ้วน) ขึ้นไป สมาชิกต้องเขียนใบคำร้องขอถอนเงินล่วงหน้าเป็นเวลา 3 วันทำการ หรือแจ้งความจำนงค์ได้ที่โทร 0 2243 4796 ฝ่ายการเงินฯ การถอนเงินฝากในกรณีที่สหกรณ์จะต้องจ่ายเป็นเช็ค สหกรณ์จะออกเช็คสั่งจ่ายในนามเจ้าของบัญชีเท่านั้น โดยขีดฆ่าหรือผู้ถือออก

กรณีมอบฉันทะในการถอนเงิน ประกอบด้วยเอกสาร ดังต่อไปนี้

1. สมุดเงินฝากของสหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด
2. ใบถอนเงิน
3. สำเนาบัตรประชาชนของผู้มอบฉันทะและผู้รับมอบฉันทะ (พร้อมตัวจริง) กรณีมอบฉันทะในการถอนเงินที่ไม่ใช่คู่สมรส บุตร บิดามารดา สหกรณ์จะจ่ายเป็นเช็คชื่อเจ้าของบัญชีเท่านั้น

การปิดบัญชี

1. สมาชิกเจ้าของบัญชีกรอกใบถอนเงิน พร้อมมอบสมุดเงินฝากให้เจ้าหน้าที่และให้ระบุ “ปิดบัญชี” พร้อมแสดงบัตรประชาชน (ตัวจริง)
2. สหกรณ์จะคำนวณดอกเบี้ยเงินฝาก จนถึงวันปิดบัญชี

กรณีผู้ฝากเงินเสียชีวิต

1. สหกรณ์จะจ่ายเงินคงเหลือทั้งหมดในบัญชีเงินฝากให้แก่ผู้รับโอนประโยชน์
2. กรณีสมาชิกผู้ฝากไม่ได้ทำหนังสือตั้งผู้รับโอนประโยชน์ สหกรณ์จะจ่ายเงินทั้งหมดให้ทายาทผู้มีสิทธิรับมรดก หรือผู้จัดการมรดกของผู้ฝาก
3. ทายาทผู้มีสิทธิฯ นำหลักฐานแสดงสิทธิของตน พร้อมสมุดคู่มือฝากแก่สหกรณ์
4. สหกรณ์คำนวณดอกเบี้ย ตามระยะเวลาที่ฝาก และปิดบัญชีเงินฝากรายนั้น



1. นำใบรายงานประจำวันรับแจ้งเป็นหลักฐานจากสถานีตำรวจ
2. สำเนาบัตรประชาชน/ข้าราชการ/ ของเจ้าของบัญชี
3. สหกรณ์คิดค่าธรรมเนียมเล่มละ 50 บาท

ข้อมูลเพิ่มเติม ฝ่ายการเงินและเงินออม

0 2243 4796 ภายใน 2439, 2529 หรือ www.ridsaving.com



สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด ขอแสดงความเสียใจอย่างยั้งและไว้อาลัย ต่อการจากไปของ

นายธรรณกร รัตนวิรุฬห์

กรรมการดำเนินการชุดที่ 44-45 (ปี 2567-2568)

อดีตหัวหน้าฝ่าย สอ.ชป. ปากเกร็ด

ถึงแก่กรรมด้วยโรคปอดอักเสบรุนแรง วันที่ 8 กุมภาพันธ์ 2568



วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2568 สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด โดยนายวิทยา แก้วมี ประธานกรรมการดำเนินการ ชุดที่ 45 พร้อมกรรมการ ที่ปรึกษาสหกรณ์ผู้ตรวจสอบกิจการ และเจ้าหน้าที่สหกรณ์ ร่วมมอบเงินและเป็นเจ้าภาพสวดพระอภิธรรมศพ นายธรรณกร รัตนวิรุฬห์ กรรมการดำเนินการ ชุดที่ 45 ณ ศาลา 3 วัดแก้วฟ้าจุฬามณี เกียกกาย ถนนสามเสน เขตบางซื่อ กรุงเทพมหานคร

การจ่ายค่าเบี้ยประกันชีวิต และค่าสินไหมทดแทน กับ บริษัท เมืองไทยประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) เดือนตุลาคม 2567-มกราคม 2568



- ➔ ค่าสินไหมทดแทนที่เรียกร้องบางส่วน ตามที่ทายาทของสมาชิก ยื่นเอกสารถึงแก่กรรมครบถ้วนแล้ว
- ➔ ตัวเลข อาจมีการเปลี่ยนแปลง เนื่องจากยื่นเอกสารภายหลัง

ณ เดือน/พ.ศ.	การเก็บเงินค่าเบี้ยประกันจากสมาชิก		บริษัทฯ จ่ายค่าสินไหมทดแทนบางส่วน	
	จำนวน (คน)	จำนวนเงิน (บาท)	จำนวน (ราย)	จำนวนเงิน (บาท)
ตุลาคม 2567	20,598	28,396,398.00	23	22,800,000.00
พฤศจิกายน 2567	20,444	28,146,878.00	14	15,100,000.00
ธันวาคม 2567	20,363	-	21	23,300,000.00
มกราคม 2568	20,185	-	21	21,700,000.00
รวม		56,543,276.00		82,900,000.00

คลินิกปิดบังคับคด สอ.ชป.

เป็นช่องทางหนึ่งที่ท่านสามารถปรึกษา เพื่อหาแนวทางแก้ไขได้ หากท่านประสบปัญหาในการก่อหนี้แล้วไม่สามารถชำระหนี้ได้

สมาชิกที่มีหนังสือจากสำนักงานบังคับคดี आयัดเงินปันผลเงินเฉลี่ยคืน และเงินทุนเรือนหุ้น เพื่อเป็นการผ่อนคลายเป็นสมาชิกและดำรงชีวิตอยู่ได้

คลินิกปิดบังคับคด สอ.ชป. จะช่วยให้สมาชิกเป็นผู้มีวินัย ทางการเงินที่ดีเหมือนเดิม เพื่อนสมาชิกท่านใดที่มีปัญหาที่ช่วยแนะนำให้มาติดต่อกับคณะทำงาน คลินิกปิดบังคับคด สอ.ชป. เพื่อจะได้พูดคุยและหาวิธีทางออกแก้ไขที่มีอยู่ให้หายไป อันจะเป็นประโยชน์กับสมาชิกเอง

ติดต่อโดยตรง คณะกรรมการเงินกู้ วันจันทร์-วันศุกร์ เวลา 08.30-14.00 น. (เว้นวันหยุดราชการ)

โปรดทราบ

การให้เงินกู้สามัญ พ.ศ. 2567



หลักเกณฑ์การขอเงินกู้สามัญ วงเงินกู้และกำหนดระยะเวลาชำระคืน

- ☑ เป็นสมาชิกชำระค่าหุ้นแล้ว ตั้งแต่ 6 งวดเดือนขึ้นไป สิทธิกู้เงินได้ 5 เท่าของทุนเรือนหุ้น แต่ไม่เกิน 3 ล้านบาท ชำระคืนภายในระยะเวลาไม่เกิน 180 งวดเดือน
- ☑ ในวันครบอายุ 75 ปี สมาชิกผู้กู้ที่มีสิทธิรับเงินบำนาญ หรือ บำเหน็จรายเดือน จะต้องมียอดคงเหลือไม่เกินร้อยละ 90 ของทุนเรือนหุ้น

ทั้งนี้เป็นไปตามเงื่อนไข ระเบียบ/ประกาศ การให้เงินกู้สามัญ พ.ศ. 2567

หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม สอบถามได้ที่ฝ่ายสินเชื่อ โทรสายตรง 0 2243 4795 สายภายใน 2247,2832 หรือ www.ridsaving.com



โครงการฝึกอบรมคณะกรรมการดำเนินการและเจ้าหน้าที่สหกรณ์ เรื่อง “การเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานและส่งเสริมการพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืน”



วันที่ 22-23 กุมภาพันธ์ 2568 สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด จัดโครงการฝึกอบรมคณะกรรมการดำเนินการและเจ้าหน้าที่สหกรณ์ ประจำปี 2568 เรื่อง “การเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงานและส่งเสริมการพัฒนาชุมชนอย่างยั่งยืน” ณ จังหวัดเพชรบุรี มีรายการ ดังนี้

1. การเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน

ม.ล.อนุมาศ ทองแถม รองประธานกรรมการ ทำหน้าที่ประธานโครงการฝึกอบรมฯ นายฉัตรมงคล สิงห์วิบูลย์ เลขานุการคณะกรรมการศึกษา รายงานวัตถุประสงค์ของการอบรม พร้อมการแนะนำตัวของกรรมการ ผู้ตรวจสอบกิจการ และที่ปรึกษาสหกรณ์

จากนั้น นายธนา สุวิทย์ รองประธานคณะกรรมการศึกษา บรรยาย การจำแนกคนและสไตล์การทำงานแต่ละ Generation ต่อมา มีการแบ่งกลุ่ม ร่วมมือ ทำงานเป็นทีม วิเคราะห์-ประเมินความเสี่ยงในการปฏิบัติงาน ของพันธกิจที่ 4 เสริมสร้างความเข้มแข็งในการบริหารและพัฒนาศักยภาพบุคลากร เพื่อเกิดประโยชน์ในการเรียนรู้ มีการระดมความคิดร่วมกัน ทำงานเป็นกลุ่ม มีการแก้ไขปัญหาหารือร่วมแรง

บรรยากาศสนุกสนาน มีสัมพันธภาพที่ดี โดยวิทยากร นายชาญณรงค์ สุภาพพร้อม

ณ โรงแรมเบย์ วินโดว์ แอท ซี เซอ่า จ.เพชรบุรี

2. การส่งเสริมพัฒนาชุมชนที่ยั่งยืน

ม.ล.อนุมาศ ทองแถม รองประธานกรรมการ นำคณะกรรมการ ผู้ตรวจสอบกิจการ ที่ปรึกษาสหกรณ์ และเจ้าหน้าที่สหกรณ์ เยี่ยมชมโครงการชั่งหัวมัน ตามพระราชดำริในหลวง รัชกาลที่ 9 อ.ท่ายาง จ.เพชรบุรี ศึกษาเส้นทางธรรมชาติ นักรถราง ฟังบรรยายจากวิทยากรประจำรถ เยี่ยมชมพืชพันธุ์ต่าง ๆ เช่น มะนาวยักษ์ ชมฟุสยารัฐ ผักทานยอดต่าง ๆ รวมไปถึง ฟาร์มโคนม ฟาร์มไข่ไก่ โรงเพาะเห็ด ฟังก์กั้นหลุมผลิตไฟฟ้า ที่พัฒนาตามแนวพระราชดำริ เพื่อถ่ายทอดองค์ความรู้สู่ชาวบ้าน โครงการชั่งหัวมันตามพระราชดำริ ตั้งอยู่บ้านหนองคอกไก่ ต.เขากระปุก อ.ท่ายาง จ.เพชรบุรี เดิมบริเวณพื้นที่แห่งนี้แห่งแล้ง เกษตรกรส่วนใหญ่นิยมปลูกพืชไร่ แต่ด้วยความคิดอันยิ่งใหญ่จากพระราชดำรินในหลวง รัชกาลที่ 9 ทำให้พลิกผืนดินที่แห้งแล้งคืนสู่ความอุดมสมบูรณ์อีกครั้ง

โครงการฝึกอบรมดังกล่าว มีผู้เข้ารับการอบรมฯ ประกอบด้วย กรรมการดำเนินการ ผู้ตรวจสอบกิจการ ที่ปรึกษาสหกรณ์ และเจ้าหน้าที่สหกรณ์ รวมจำนวนทั้งสิ้น 62 คน





PM 2.5 ฝุ่นร้ายทำลายสุขภาพ

รู้หรือไม่? ฝุ่น PM2.5 ทำร้ายสุขภาพได้มากกว่าที่คิด!

ช่วงนี้คนกรุงเทพฯ และอีกหลายจังหวัดต้องเผชิญกับปัญหามลพิษทางอากาศ เนื่องจากฝุ่นละอองชนิด PM2.5 ที่เกินระดับมาตรฐานอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ เรามาทำความรู้จักกับฝุ่น PM2.5 และวิธีดูแลตัวเองให้ปลอดภัยกันเถอะ

PM2.5 คืออะไร?

PM2.5 คือ ฝุ่นละอองที่มีขนาดเล็กมาก ที่มีเส้นผ่านศูนย์กลางเฉลี่ยน้อยกว่า 2.5 ไมโครเมตร ซึ่งมีขนาดเล็กกว่าเส้นผ่านศูนย์กลางของเส้นผมมนุษย์ถึง 20 - 30 เท่า โดยมีสาเหตุส่วนใหญ่มาจากการเผาไหม้ เช่น ควันจากการจราจร การเผาไหม้ของเครื่องยนต์ โรงงานอุตสาหกรรมและการก่อสร้างไฟฟ้า และจากการเผาขยะหรือพืชผลทางการเกษตร

PM 2.5 ส่งผลอย่างไรบ้าง

ผลกระทบระยะสั้น

- ระคายเคืองตา จมูก คอ ผิวหนัง
- หายใจลำบาก แน่นหน้าอก
- เสี่ยงเกิดโรคระบบหายใจและหัวใจ

ผลกระทบระยะยาว

- เสี่ยงเกิดโรคหัวใจ หลอดเลือดสมอง มะเร็งปอด
- เสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าและวิตกกังวล
- ส่งผลกระทบต่อหญิงตั้งครรภ์และเด็ก

กลุ่มเสี่ยงที่ควรระวัง

- ผู้หญิงตั้งครรภ์และทารกในครรภ์
- เด็กเล็กและผู้สูงอายุ
- ผู้มีโรคประจำตัว: โรคปอดเรื้อรัง, โรคหอบหืด, โรคมะเร็งปอด
- ผู้ที่สูบบุหรี่ หรือเคยสูบบุหรี่



ผลกระทบในระยะสั้น

เมื่อมีการสัมผัสกับฝุ่น PM2.5 ในระยะสั้น เช่น ภายในไม่กี่ชั่วโมงถึงไม่กี่วัน ผู้คนอาจรู้สึกอาการระคายเคืองที่ตา จมูก คอ หรือผิวหนัง ไอ หายใจลำบาก แน่นหน้าอก รวมถึงความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเกี่ยวกับระบบหายใจและหัวใจ เช่น หอบหืด โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง (COPD) หรือแม้แต่โรคหลอดเลือดสมอง ซึ่งอาจนำไปสู่การเสียชีวิตก่อนวัยอันควรได้

ผลกระทบในระยะยาว

การสัมผัสกับฝุ่น PM2.5 ต่อเนื่องในระยะยาวอาจเพิ่มความเสี่ยงในการเกิดโรคต่าง ๆ เช่น โรคหัวใจ โรคหลอดเลือดสมอง โรคปอดอุดกั้นเรื้อรัง มะเร็งปอด และอาจเสี่ยงต่อการมีปัญหาด้านสมอง เช่น ภาวะซึมเศร้าและวิตกกังวล อีกทั้งยังสามารถส่งผลกระทบต่อหญิงตั้งครรภ์และเด็ก โดยสามารถทำให้ทารกมีน้ำหนักแรกเกิดต่ำ หรือพัฒนาเป็นหอบหืดได้ในภายหลัง

PM 2.5 ป้องกันและดูแลอย่างไร

หลีกเลี่ยง การทำงานหรือกิจกรรมกลางแจ้ง

สวมหน้ากาก ที่กันฝุ่นได้ดี เช่น N95 /Kn95

ปิดประตูหน้าต่าง เพื่อป้องกันฝุ่น

ใช้เครื่องฟอกอากาศ HEPA filter

ดื่มน้ำสะอาดมากๆ

- ช่วยให้ระบบทางเดินหายใจชุ่มชื้น
- ช่วยขับสารพิษออกจากร่างกาย

เช็คค่า PM2.5 อย่างสม่ำเสมอ

งดเผาขยะ และกิจกรรมที่ก่อให้เกิดฝุ่น PM2.5

การดูแลสุขภาพในช่วงที่ค่าฝุ่น PM2.5 สูงเป็นเรื่องที่ทุกคนควรใส่ใจ เพราะฝุ่น PM2.5 มีผลกระทบทั้งระยะสั้นและระยะยาว โดยเฉพาะในกลุ่มเสี่ยง การหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับฝุ่นและการใช้เครื่องมือป้องกัน เช่น หน้ากากและเครื่องฟอกอากาศ สามารถช่วยลดความเสี่ยงได้ หากคุณมีอาการผิดปกติ เช่น หายใจลำบาก แน่นหน้าอก หรือไอเรื้อรัง ควรปรึกษาแพทย์ทันทีเพื่อการดูแลรักษาอย่างเหมาะสม

สุขภาพของคุณเริ่มต้นที่การดูแลตัวเอง และการป้องกันจาก ฝุ่น PM2.5 คือการลงทุนเพื่ออนาคตที่ดีของคุณและครอบครัว

ขอบคุณข้อมูล : <https://chulabhornchannel.cra.ac.th>

3

กฎเหล็กวิธีเก็บเงิน

สำหรับคนเก็บเงินไม่อยู่

สำหรับหลายๆ คนที่คิดว่าการเก็บออมเงินไม่ใช่เรื่องง่ายพยายามเก็บเงินเท่าไรก็ไม่สำเร็จสักทีวันนี้เรามีคำแนะนำดีๆ ที่จะช่วยให้คุณเก็บเงินให้อยู่ และสามารถเก็บออมเงินได้ตามเป้าหมายมาฝาก

1. ตั้งเป้าหมายให้ชัดเจน

สำหรับคนที่ไม่เคยมีเงินเก็บออม และคิดว่าการเก็บเงินนั้นเป็นเรื่องไกลตัวและเป็นไปไม่ได้ คุณอาจจะลองเริ่มจากการตั้งเป้าหมายการออมเงินของตนเอง โดยคำนึงถึงความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติและมีกรอบกำกับที่ชัดเจน เพื่อให้เป้าหมายนั้นสามารถบรรลุผลได้จริง คุณสามารถใช้หลัก SMART ช่วยในการตั้งเป้าหมายได้ ดังนี้

S: Specific เจาะจงเป้าหมายให้ชัดเจน	M: Measurable สามารถวัดผลได้ อย่างเป็นรูปธรรม	A: Achievable ทำได้จริง	R: Realistic สมเหตุสมผล	T: Time-bound มีกรอบเวลาที่ชัดเจน
ควรตั้งเป้าหมายที่เฉพาะเจาะจงมากขึ้นเพื่อให้ทราบถึงจุดมุ่งหมายที่แท้จริงของเป้าหมายนั้น ตัวอย่าง “ฉันจะเก็บเงินเพื่อซื้อรถยนต์” “ฉันต้องการมีอิสรภาพทางการเงิน”	ควรตั้งเป้าหมายให้สามารถวัดผลได้อย่างเป็นรูปธรรม ตัวอย่าง ต้องการเก็บออมเงินให้ได้ 10 ล้านบาท	เป้าหมายที่ตั้งไว้จะต้องสามารถทำได้จริง ตัวอย่าง ต้องการมีเงินเก็บ 1 ล้านบาท จึงลงทุนในกองทุนรวมที่มีผลกำไร 6% เดือนละ 20,000 บาท*	อย่าตั้งเป้าหมายการออมเงินที่เกินตัวหรือยากจนเกินไป เพราะนอกจากจะไม่ช่วยสร้างแรงจูงใจแล้ว อาจทำให้คุณรู้สึกท้อ หยุตทำตามแผนไปกลางคันได้ ตัวอย่าง เก็บเงิน 10% ของรายได้สุทธิ เช่น เงินเดือน 30,000 บาท เก็บเดือนละ 3,000 บาท เมื่อเงินได้ปัดไปเพิ่มขึ้นเป็น 40,000 บาท ก็เก็บเพิ่มขึ้นเป็น 4,000 บาทต่อเดือน	กำหนดกรอบระยะเวลาที่แน่นอน เพื่อเป็นแรงกระตุ้นให้คิดแผนและวิธีการออมที่ชัดเจน รวมถึงออมเงินอย่างสม่ำเสมอ ตัวอย่าง ภายในระยะเวลา 5 ปี

2. เก็บก่อนใช้

สำหรับใครที่มักจะเก็บเงินไม่อยู่ แต่ต้องการเก็บเงินให้เห็นผลชัดเจน แนวคิดที่ว่า “เก็บก่อน แล้วที่เหลือค่อยใช้” จะเป็นประโยชน์กับแผนการออมเงินของคุณอย่างมาก โดยคุณสามารถแบ่งเงินเก็บออกเป็น 4 ส่วนดังต่อไปนี้

• เงินเก็บเพื่อฉุกเฉิน

เงินเก็บส่วนแรกที่เราควรมีไว้ คือ เงินเก็บเพื่อฉุกเฉิน สำหรับกรณีที่เกิดเหตุการณ์ที่ไม่คาดฝันซึ่งต้องใช้เงินในการแก้ปัญหา จำนวนเงินเก็บฉุกเฉินที่ควรมี คือ ประมาณ 6-12 เดือนของรายได้หรือค่าใช้จ่ายต่อเดือนเป็นอย่างน้อย โดยควรเก็บออมไว้ในบัญชีที่มีสภาพคล่องสูงที่สามารถฝาก-ถอนได้ทันที

• เงินเก็บเพื่อวัยเกษียณ

การวางแผน “เงินเก็บเพื่อวัยเกษียณ” ไว้แต่เนิ่น ๆ เมื่ออายุยังน้อย ในขณะที่ยังมีรายได้สม่ำเสมอ จะช่วยลดภาระทางการเงินและช่วยให้คุณสามารถใช้ชีวิตได้อย่างสบาย ๆ เมื่อเข้าสู่ช่วงบั้นปลายของชีวิต สำหรับการเก็บออมเงินเพื่อวัยเกษียณนั้นควรเน้นการออมที่มีสภาพคล่องต่ำและเป็นการออมในระยะยาว เช่น การซื้อสลากออมสิน พันธบัตร หุ้นกู้ หรือการลงทุนในกองทุนรวม

เพื่อการเกษียณ ได้แก่ กองทุนประกันสังคม กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ กองทุนรวมส่งเสริมการออมระยะยาว (SSF) และกองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ (RMF) หรือกองทุนอื่น ๆ ซึ่งบางกองทุน นอกจากจะให้ผลตอบแทนจากการลงทุนแล้วยังสามารถนำไปลดหย่อนภาษีได้อีกด้วย

• เงินเก็บเพื่อเป้าหมายระยะสั้น

การเก็บเงินในส่วนนี้เป็นทางเลือกในกรณีที่เรามีแผนที่จะซื้อสินค้าหรือบริการบางอย่างตามความต้องการของตนเองในช่วงระยะเวลาหนึ่ง เช่น การท่องเที่ยว การตกแต่งบ้าน และการจัดงานแต่งงาน เป็นต้น คุณควรกำหนดระยะเวลาที่ชัดเจน เพื่อช่วยให้คุณบรรลุเป้าหมายการออมเงินตามแผนที่วางไว้ได้

• เงินเก็บเพื่อการลงทุน

นอกจากการวางแผนการออมเงินในรูปแบบอื่น ๆ ที่กล่าวมาแล้ว การแบ่งสัดส่วนเงินเก็บเพื่อนำไปลงทุนเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะทำให้เงินเก็บของคุณงอกเงยได้มากยิ่งขึ้น เช่น การลงทุนในกองทุนรวม หรือ การลงทุนในสินทรัพย์ดิจิทัลต่าง ๆ เป็นต้น อย่างไรก็ตาม เนื่องจากทุกการลงทุนมีความเสี่ยง คุณจึงควรศึกษาข้อมูลหรือปรึกษาที่ปรึกษาทางการเงินเพิ่มเติมก่อนตัดสินใจลงทุนทุกครั้ง

3. บันทึกบัญชีค่าใช้จ่ายรายวันแบบเข้มงวด

หลังจากการแบ่งสัดส่วนเงินสำหรับการเก็บออมต่าง ๆ แล้ว คุณควรจัดทำบัญชีค่าใช้จ่ายรายวันเพื่อช่วยควบคุมและบริหารการใช้จ่ายเงินในส่วนที่เหลือด้วย การทำบัญชีค่าใช้จ่ายรายวันโดยละเอียด นอกจากจะช่วยให้คุณเห็นภาพรวมของรายจ่ายในแต่ละวันแล้ว ยังช่วยให้คุณสามารถพิจารณาตัดหรือลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นในแต่ละเดือนได้อย่างมีประสิทธิภาพด้วย ปัจจุบันบัญชีค่าใช้จ่ายรายวันสามารถทำได้ง่ายมากขึ้น เนื่องจากมีแอปพลิเคชันทั้งของไทยและต่างประเทศมากมายให้เลือกใช้ หรือคุณอาจจะเลือกใช้วิธีจดบันทึกแบบดั้งเดิม เช่น Excel Google Sheet หรือสมุดจดบันทึก ก็ได้เช่นกัน

หวังว่าข้อมูลนี้จะเป็นประโยชน์และช่วยให้การเก็บออมเงินของคุณประสบความสำเร็จได้ตามที่ตั้งใจไว้

ขอบคุณข้อมูล <https://www.uob.co.th>



หมายเลขโทรศัพท์สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด

	0-2241 5655-64 ต่อ	สายตรง	โทรสาร (FAX)
รองผู้จัดการ (สายบริหาร) รักษาการแทนผู้จัดการ	2647	0-2241 0473	0-2243 5086
รองผู้จัดการ (สายการเงิน)	2644	0-2669 6579	-
รองผู้จัดการ (สายสินเชื่อ)	2643	0-2669 6576	-
ฝ่ายบริหาร	2445	0-2241 0473	0-2243 5086
ฝ่ายข้อมูลสมาชิกและสวัสดิการ	2642	0-2243 4798	0-2669 6575
ฝ่ายการเงินและเงินออม	2439, 2529	0-2243 4796	0-2243 4796
ฝ่ายบัญชี	2646	0-2243 4798	0-2669 6575
ฝ่ายจัดเก็บและตรวจสอบ	2344	0-2669 6595	0-2669 6575
ฝ่ายสารสนเทศและประชาสัมพันธ์	สารสนเทศ 2373	0-2669 6576	-
	ประชาสัมพันธ์ 2645	-	-
ฝ่ายสินเชื่อ	2247, 2832	0-2243 4795	0-2243 0968
ฝ่ายสหกรณ์ปากเกร็ด	0-2583 6050-0 ต่อ 513 สายตรง 0-2961 1504 หรือ 0-2583 8912 โทรสาร 0-2961 1731		
รับเรื่องร้องเรียน สอ.ชป.	โทรสายตรง 0-2163 4678		

การฝากเงิน ชำระหนี้ สอ.ชป. โดยการโอนเงินผ่านสาขาธนาคารที่ สอ.ชป. เปิดบัญชีไว้เพื่อบริการแก่สมาชิก ดังนี้

ธนาคาร	สาขา	เลขที่บัญชี
 กรุงไทย	ศรียาน	012-1-10137-1
 กสิกรไทย	บางกระบือ	007-2-07575-7
 กรุงเทพ	ศรียาน	110-0-43737-3
 กรุงศรีอยุธยา	บางกระบือ	008-1-08434-8
 ทหารไทยธนชาติ	ศรียาน	041-2-21722-6

การโอนเงินฝากเข้าบัญชี สอ.ชป. เมื่อโอนแล้วโปรดแจ้ง สอ.ชป. ทราบทันทีทางโทรศัพท์หรือทางโทรสารพร้อมส่งสำเนาใบฝากเงินไปยัง สอ.ชป. ยกเว้นธนาคารกรุงไทย สามารถฝาก-ชำระด้วยระบบ Bill Payment โดยเสียค่าธรรมเนียม 10.00 บาท/รายการ

- การเงินและเงินออม โทรศัพท์ 0-2243-4796 โทรสาร 0-2243-4796
- ชำระหนี้ โทรศัพท์ 0-2669-6595 โทรสาร 0-2669-6575

โปรดทราบ

การให้บริการ

สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด

สอ.ชป. สามเสน

✓ บริการด้านธุรกรรมการเงิน

เวลา 08.30-15.00 น.

✓ บริการด้านเอกสารและอื่น ๆ

เวลา 08.30-16.30 น.

สอ.ชป. ปากเกร็ด

✓ บริการด้านธุรกรรมการเงิน

เวลา 08.30-14.00 น.

✓ บริการด้านเอกสารและอื่น ๆ

เวลา 08.30-16.30 น.

(ข้อมูล ณ วันที่ 16 กันยายน 2564 เป็นต้น)

สอ.ชป. เปิด

ไม่หยุดพักเที่ยง

วันจันทร์-ศุกร์

เวลา 08.30-16.30 น. (เว้นวันหยุดราชการ-วันนักขัตฤกษ์)

โปรดทราบ

สมาชิก สอ.ชป. ที่ไม่ได้รับความสะดวกในการติดต่อกับเจ้าหน้าที่ช่วยงานหรือเจ้าหน้าที่สหกรณ์หรือมีคำแนะนำเกี่ยวกับการดำเนินงานของ สอ.ชป. กรุณาส่งไปที่ตู้แสดงความคิดเห็นหรือผู้จัดการ สอ.ชป. โดยตรง โทร. 0 2241 0473

วัตถุประสงค์ของข่าว สอ.ชป.

1. เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารและกิจกรรมของ สอ.ชป. แก่สมาชิก ให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสหกรณ์
2. เป็นสื่อกลางแลกเปลี่ยนข่าวสารความคิดเห็นระหว่าง คณะกรรมการดำเนินการ สอ.ชป. กับสมาชิกสหกรณ์



สหกรณ์ออมทรัพย์กรมชลประทาน จำกัด

811 อาคารสวัสดิการกรมชลประทาน ถนนสามเสน
แขวงถนนนครไชยศรี เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300
www.ridsaving.com

ชำระค่าไปรษณียากรแล้ว
ใบอนุญาตเลขที่ 94/2558
ไปรษณีย์คู่ลิต 10300

กรุณาส่ง