



สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ
สยามบรมราชกุมารี

ทรงบรรยายเรื่อง

การพัฒนาเด็กและเยาวชน
หลังโควิด ๑๙



สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดา ฯ
สยามบรมราชกุมารี

ทรงบรรยาย เรื่อง

การพัฒนาเด็กและเยาวชน
หลังโควิด ๑๙

ในงานประชุมวิชาการ การพัฒนาเด็กและเยาวชนในถิ่นทุรกันดาร
ตามพระราชดำริ ประจำปี ๒๕๖๔
ณ ศูนย์กีฬาเฉลิมพระเกียรติ มหาวิทยาลัยแม่โจ้
อำเภอสันทราย จังหวัดเชียงใหม่
วันศุกร์ที่ ๒๔ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๔



วันนี้ก็เป็นเรื่องสั้น ๆ เขาให้หัวข้อไว้ว่าให้เป็น “การพัฒนาเด็กและเยาวชนหลังโควิด ๑๙” แต่นี้ก็ไม่แน่ใจว่าจะหลังหรือยัง จะหลังเมื่อไร ที่จริงแล้วก็ตั้งมาก่อนโควิดระหว่างโควิด และขณะนี้ก็ยังเรียกว่าระหว่างโควิด แล้ว还不知道เมื่อไรจะดีขึ้นหรือไม่ดี

เริ่มต้นที่ว่าตั้งแต่ได้มีโอกาสดีที่ได้โดยเสด็จพระราชดำเนิพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้า ฯ พระบรมราชินีนาถ ในตอนสมัยรัชกาลที่ ๙ นี่ที่เริ่มทำงานด้านการศึกษา ได้เห็นด้านการศึกษา และเพื่อช่วยเรื่องสุขภาพอนามัย เพราะได้ไปเห็นว่ามีปัญหาเรื่องสุขภาพอนามัยและการศึกษาหาความรู้ ซึ่งทุกอย่างนี้เกี่ยวพันกัน ทำให้ตั้งใจตั้งแต่นั้น ก็เริ่มต้นทำงานมาตั้งแต่อายุประมาณ ๑๖ ปี จนปัจจุบันก็กินเวลามา ๕๐ ปีแล้ว ก็ยังต้องการทำอยู่อย่างเดิมคือเรื่องการศึกษาและสุขภาพอนามัย





สถานการณ์แพร่ระบาดของโรคติดเชื้อโควิด ๒๐๑๙ นี้ ถึงจะทำงานมา ๕๐ ปีนี้หนายทองเลย ไม่เคยเห็นอะไรที่เป็นลักษณะแบบนี้ ตั้งแต่ระลอกแรก มาอีกหลายระลอก นักเรียนจะเรียนก็เรียนยาก ใครจะเข้าไปสอนเดินทางไป โรงเรียนปิด เปิดไม่ได้ ตอนนั้นไม่มีใครสนใจก็ปิดล็อกโรงเรียนเข้าไม่ได้ ครั้นจะไป ก็เดินทางไปยาก ก็มานึกดูตอนน้ำท่วม สมัยนั้นเขามีที่เรียกว่าถุงยังชีพ ก็มีของแห้ง ของสด ของกิน เสื้อผ้าใส่เข้าไป แต่ว่าของเรามีเรียกของเรว่าถุงยังชีพทางการศึกษา ก็เอาไปแจกมากที่สุดเท่าที่จะมากได้ และที่มีสตางค์ซื้อเองหรือว่าเพื่อน ๆ ก็เอามา ให้กัน แล้วก็เอามาซื้อของ ทำถุงหรือกล่อง ให้ครูไปมอบให้นักเรียน ในนั้นมีสมุด หนังสือ กระดาษ และสื่อการสอน สื่อการสอนก็มีของเด็กเล็ก เด็กประถมเรียกว่า สื่อ ๖๐ พรรษา ทำตอนอายุ ๖๐ (๒๕๕๘) แล้วก็มีการทำกันใหม่เรียกว่าสื่อ ๖๕ พรรษา สำหรับชั้นมัธยม ยังไม่ค่อยสมบูรณ์ แต่สื่อ ๖๐ พรรษานี้ค่อนข้างจะสมบูรณ์ดีแล้ว มีหนังสือให้นักเรียนหัดอ่าน สมุด ดินสอสีให้วาดรูปต่าง ๆ นักเรียนถ้าพวกที่ พอมีโอกาส มีสื่อ มีสัญญาณก็เรียนออนไลน์ เดียวนี้หลายคนมีมือถือ มีสื่อ ลองถามนักเรียนดูบางคนบอกว่าสัญญาณเสถียรดี อันนี้เป็นศัพท์ใหม่ แปลว่าใช้ได้ ได้รับสารคือได้รับสิ่งที่ครูสอนมาเข้าใจดี แต่บางคนก็ไม่ได้ ไม่ใช่ไม่มีสัญญาณ แต่ว่า ใช้ไม่ถนัด เพราะฉะนั้นทุกคนถึงจะเดือดร้อนก็ไม่ใช่ว่าเฉพาะเมืองไทยเดือดร้อน





เมืองนอกประเทศที่เขาเรียกว่าประเทศเจริญแล้วก็มีจำนวนที่ไม่สามารถที่จะออนไลน์ได้ น้อยกว่าเมืองไทยเสียอีก เมืองฝรั่งนี่แหละ แล้วก็มีปัญหาในครอบครัว ไม่เคยต้องมาอุดอู้อยู่ในบ้าน ทุกคนต้องปรับตัว มีประสบการณ์ต่าง ๆ ครูก็มีใช้มอเตอร์ไซด์ไป บางทีก็ไปไม่ได้ ก็พยายามจะช่วยโดยการที่ว่า แต่ก่อนนี่ก็ยืมชมรมที่เขาเรียกว่าออฟโรด เขาก็ขนอาหารขนของไปให้ ใส่รถไปในที่ที่ทุกคนเดินทางไม่ได้ ตอนยังเด็ก ๆ ที่ไปตามโรงเรียนไปพัฒนาก็ไม่ค่อยได้เดินนะ คือว่าไม่ค่อยได้นั่งรถ ก็ลงมา สักประเดี้ยวก็เข็น เข็น ไปเรื่อย ๆ สมัยก่อนเยี่ยมโรงเรียนก็เยี่ยมในสภาพนี้ แต่ว่าก็พยายามไปหาซื้อมาสำหรับให้ทางโรงเรียนที่ทุกคนเขาใช้





ก็พอแก่ชัดไปบ้าง บางทีเด็กก็เก่งเรียนเร็วนะ พวกฉันถึงเป็นครูสอนหนังสือมา ๔๐ ปี ถือว่าเป็นคนแก่ ก็ยากกว่าเด็ก ๆ เพราะยังตอนที่หมอเขาไม่ให้ออกจากที่พัก แต่ยังดีให้เจอคนได้ ก็ได้พูดกับนักเรียนทางออนไลน์ แม้แต่นักเรียนที่อยู่ที่หอพัก นักเรียนที่ไปเรียนต่อที่ต่างประเทศ นักเรียนที่เรียนจบแล้วประกอบอาชีพมาพบไม่ได้ ก็ขอออนไลน์มาคุยด้วย ตอนแรก ๆ มีความรู้สึกนั่งอยู่เฉย ๆ นี่เพลียดูไม่ทันที่เขาฉายให้ดู ดูไม่ทันแล้วก็เจ็บตาด้วย แต่ว่าอยู่ไปอยู่มากก็พอที่จะทนได้ มีพวกที่เรียนทางทีวีก็เรียนลำบาก ก็เคยสมัยก่อนที่ยังไม่ได้มีโควิดก็มีการสอนแบบโทรทัศน์ แล้วนักเรียนคะแนนไม่ดีก็ไปต่อว่าเขา เขาบอกว่าจะมาเอาอะไรกับหนู คนเรียนจากทีวี ก็บอกว่าสมัยก่อนทีวีก็ไม่มีด้วยซ้ำไปนะ







พูดถึงการศึกษาก็มีที่เรารู้กันว่า**การพัฒนาการศึกษาที่สมดุลมี ๔ ด้าน** คือ **พุทธิศึกษา** คือวิชาการด้านต่าง ๆ **จริยศึกษา** คือคุณงามความดีและการที่มีความคิดที่ดี เช่น ช่วยเหลือคนอื่น ซื่อสัตย์สุจริต อย่างนี้เป็นต้น ก็ยังพูดกันว่าอย่างการนั่งสมาธิก็ทำให้มีสมาธิ แต่ว่าที่จริงแล้ว จริยศึกษาที่สำคัญต้องสอนว่า



พุทธิศึกษา



จริยศึกษา



หัตถศึกษา



พลศึกษา

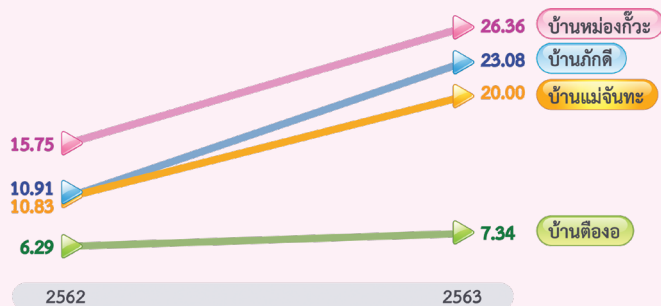


ให้มีความซื่อสัตย์ ไม่ใช่เรียนอย่างเดียว ผู้ที่ทำมาหากินก็ต้องใช้ การจะขายใครเขาก็ต้องเอาของดีมีคุณภาพ ไม่ใช่ว่าเป็นของหลอกของลง แล้วตัวก็จะได้ทำมาหากินให้มีอาชีพที่ยั่งยืน เพราะฉะนั้นจริยศึกษานี้สำคัญทั้งสำหรับเด็กและสำหรับผู้ใหญ่ ส่วน**หัตถศึกษา** คือการทำงานโดยเฉพาะอย่างยิ่งด้วยมือที่ออกกำลังมือหยิบจับอะไรให้ดี หรือว่าการสอนการทำงานช่างต่าง ๆ ซึ่งบางคนเขาเรียนงานมือ แล้วก็**พลศึกษา**ทำให้ร่างกายแข็งแรง ที่จะต้องฝึกหัดกาย ความจริงทั้งกายและทั้งสมองด้วย ให้มีพลังมีกำลัง ฝึกหัดไว้ ไม่ใช่เรามีความรู้แต่ไม่มีแรง ก็ไม่มีประโยชน์ อีกอย่างหนึ่งที่คนโบราณเขาเรียกว่า **สุ จิ ปุ ลิ** สุตมยปัญญา คือปัญญาที่มาจากฟัง เราฟังมาก ๆ ฟังแล้วก็ต้องคิดตาม ฟังแล้วยังไม่เข้าใจก็ต้องถาม ถามเสร็จ คิดแล้ว ก็ต้องจดไว้ เพื่อให้ติดตัวไป สามารถเอาข้อมูลมาใช้ได้ตลอดเวลา แต่ก็มีปัญหาในเวลานี้คือคนที่ยังฟังภาษาไทยไม่ออกพูดภาษาไทยไม่ได้ก็มีอยู่เยอะแยะ ก่อนหน้านั้นก็พยายามแก้ไขปัญหารื่องฟัง พูด อ่าน เขียน นี่ก็เป็นหลักรู้สีกทาง กศน. เขาก็ยึดหลักนี้ แล้วก็ฝึกคนให้ฟัง พูด อ่าน เขียน แต่ว่าในช่วงโควิดนี้ก็ฝึกยากจะไปถึงไปสอน แต่ก่อนนี้ได้แม้กระทั่งเราเกณฑ์เอานักเรียน ป.๓ ป.๔ มาช่วยครู กศน. ในการสอนให้ปู่ย่าตายายสามารถฟัง พูด อ่าน เขียนได้ วิชาต่าง ๆ ก็บูรณาการกัน เห็นคุณครูที่สอนคณิตศาสตร์ท่านก็แต่งโจทย์เลขเหมือนเป็นนิทานได้ไปนั่งดูก็ดีเหมือนกัน เพื่อให้ให้นักเรียนได้ฝึกอ่านฝึกเขียนตาม พวกนี้ก็เรียนทั้งคณิตศาสตร์ เรียนทั้งการอ่านการเขียน เราก็ต้องหาวิธีการใหม่ ๆ ในการทำงานจำเป็นต้องเตรียมเด็ก รวมทั้งประชาชนในชุมชนให้รับมือสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลาได้ วันก่อนก็พบนักเรียนคนหนึ่งเกรดไม่ถึง ๒ เป็นเด็กเข้า ม.๑ ใหม่ ซึ่งก็ยังไม่เคยชินและไม่เคยใช้พวกมือถือคอมพิวเตอร์ เขาก็ให้ช่วย ยิงตอนอยู่ที่บ้านเรียนอะไรไม่ได้เลย แต่ว่าตอนหลังโรงเรียนก็เอามาอยู่หอพักโรงเรียน บางทีให้เรียนในห้องพักครู ก็หวังว่าพอจะดำเนินการไป ตอนนี้ทำเท่าที่ทำได้ แล้วต่อไปก็เป็นการพัฒนาหลังโควิด หวังว่าจะมีช่วงหลังโควิด คงจะต้องเอาจริงเอาจังกันกว่าเดิม

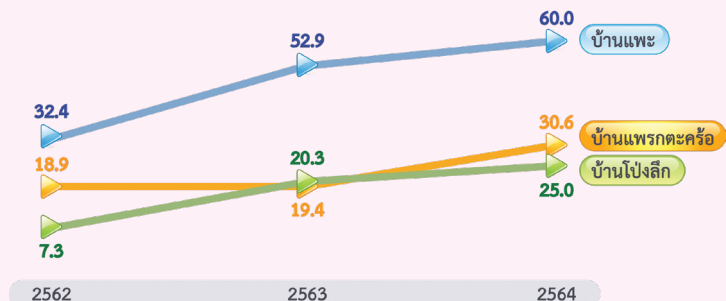


เรื่องที่ทำจนมาที่จริงในตอนเริ่มต้นยังไม่ได้สอนหนังสือทีเดียว สิ่งที่ดูแล้วก็เห็นเรื่องที่เราารู้สึกว่าสำคัญอยากจะทำก่อนหน้านั้นคือเรื่อง**โภชนาการและสุขภาพอนามัย** ตอนที่ได้ไปทำงานของ World Food Programme ที่อินเดีย ได้พบกับเพื่อนร่วมงานชาวอินเดีย ก็บอกเขาว่าฉันนะโดยวิชาชีพเป็นครู แต่เห็นว่าถ้าทั้งพ่อแม่แล้วก็นักเรียนสุขภาพอนามัยไม่ดี ก็ไม่มีสมองที่จะเรียนหนังสือ ไม่มีเรี่ยวแรงที่จะทำงานได้ เพื่อนคนนั้นเป็นแพทย์ เขาบอกว่าเขาเป็นหมอแต่ก็เห็นเรื่องการศึกษาสำคัญ คนไหนที่สังเกตดูถ้าผู้ปกครองมีความรู้ก็สามารถจะปรับให้แก้ไขเรื่องสุขภาพอนามัยได้ รวมแล้วก็ต้องไปพร้อม ๆ กัน แต่เท่าที่ดูในกราฟจากบ้านต่าง ๆ ที่เขียนมาก็จะเห็นว่าในช่วงโควิดแพร่ระบาด ตอนช่วงนั้นเป็นช่วงที่ถูกกักตัว ๓ เดือน และก็ต้องดูแลและเยี่ยมโรงเรียนทางออนไลน์ มันมีผลทำให้เด็กขาดสารอาหารเพิ่มขึ้น ในบางพื้นที่ดูจากกราฟจะเห็นว่ากลุ่มเด็กแรกเกิดถึง ๓ ปี ไปจนถึงเด็กระดับอนุบาล มีแนวโน้มของการขาดสารอาหารเพิ่มขึ้น ดูจากน้ำหนักน้อยกว่าเกณฑ์ ก็อาจจะเป็นเรื่องสถานการณ์โควิด ส่วนเด็กประถมมัธยมก็มีผลกระทบบ้างแต่ว่าไม่นักมาก

เด็กแรกเกิด-๓ ปี
ที่มีน้ำหนัก
น้อยกว่าเกณฑ์
ปี ๒๕๖๒-๒๕๖๓



เด็กอนุบาล
ที่มีน้ำหนัก
น้อยกว่าเกณฑ์
ปี ๒๕๖๒-๒๕๖๔





ตอนที่เริ่มต้นทำงาน ที่จริงจังประมาณปี ๒๕๖๒ จะเห็นว่าไม่ใช่ไปที่โรงเรียนทันที คุณเด็กในหมู่บ้านก็พยายามแก้ไขเรื่องการหยอดยาโปลิโอ สมัยนั้นโปลิโอเยอะ แต่ตอนนั้นเริ่มไม่มี แล้วก็เริ่มเรื่องพยาธิ พยายามให้ความสำคัญกับเรื่องการเพาะปลูก การดูแลทุ่งตัม แต่ว่าที่ว่าเด็กศูนย์คือแรกเกิดไปถึง ๓ ปีนี้ มีบางแห่งดูสถิติให้เขา ส่งสถิติมาตลอดทุกเดือน ตามโรงเรียนที่ไปทำงานดูน่ากังวลอยู่ ก็ไม่ทราบว่ามันจะสัมพันธ์กับนโยบายใหม่ที่เขาบอกว่าเด็กตั้งแต่แรกเกิดถึง ๖ เดือนไม่ให้รับประทานอะไรเลยนอกจากนมแม่ ซึ่งแม่ขาดสารอาหารบ้าง แม่ติดยาเสพติดบ้าง ก็รู้สึกว่ามีปัญหาอยู่ที่เดียว แต่ว่าจะไปโทษเรื่องนี้ได้อย่างเดียวไม่ได้ เพราะว่ามีหลายที่ปัญหาไม่ได้มากนัก มีคนสองคน แต่ว่ามีบางแห่งเป็นสิบ ๆ คน ก็ดูน่ากังวล เพราะสมัยก่อนเรากินกล้วยชุบข้าวบดอะไรต่าง ๆ ก็ได้สารอาหารทดแทน ยังไม่ได้ศึกษาไปลึก ๆ เพราะว่าเห็นตัวเลขเป็นบางส่วน ครูก็ไปเยี่ยมบ้านเยี่ยมได้บ้าง ไม่ได้บ้าง ทางประถมและเด็กเล็กก็จะไปเยี่ยม ส่วนเด็กที่โตหน่อยก็มารับอาหารจากที่เคยทำที่โรงเรียน และหญิงมีครรภ์หลายคนเคยไปคุย เขาก็บอกว่าเขายังไม่ค่อยกลัวรับประทานมาก เพราะเกรงว่าจะไปมีผลให้เด็กในท้องตัวโตและคลอดยาก แต่ก็พยายาม ถ้าอย่างนั้นให้รอก่อน ตอนให้นมบุตรก็พยายามจะเพิ่มอาหารอาหารที่ผลิตได้ เราก็มึงประมาณสำหรับนักเรียน เด็ก หรือว่าทางเกษตรก็มีไข่ มีนม อะไรพวกนี้ ก็ต้องพยายามจะแบ่งหรือว่าผลิตให้มากขึ้น เพื่อที่จะแบ่งไปให้หญิงให้นมบุตรด้วย ก็พยายามแก้ไขในลักษณะนี้ยังไม่ค่อยจะพอ อย่างเด็กที่เราไปดูเดิมทำแค่เด็กประถมกับในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก อาหารจานเดียวพวกนี้ ส่วนนมในตอนแรกทำเป็นนมถั่วเหลืองหรือน้ำเต้าหู้ เด็กก็ไม่ค่อยชอบ เราก็ใช้เติมน้ำตาลบ้าง บางคนก็ใส่น้ำตาลมากเกินไปกว่าที่เราคำนวณ ส่วนที่เป็นนมโรงเรียนเดี๋ยวนี้ก็ให้พวกนม UHT ซึ่งข้อดีก็คือว่าจะเก็บได้นานเป็นปีโดยไม่ต้องอยู่ในตู้เย็น แล้วก็แจกง่าย คนละกล่อง ๆ ไปเลย แต่ว่าข้อเสียก็คือว่าเงินไปลงที่กล่องเยอะ อย่างจ่ายเท่ากันนี้ถ้าเป็นนมผงจะเป็นตัวนมมากกว่า ข้อเสียคือถ้าคนไม่ระวัง ดักนกเลอะเทอะไปบ้าง ก็ไม่ได้เต็มที่อยู่ที่ดี นอกจากเด็กเล็กก็พยายามดูเด็กแรกเกิด หญิงตั้งครรภ์ หญิงให้นมบุตร ก็มีอาจารย์ผู้ใหญ่เขาแนะนำมา ก็พยายาม แล้วก็เด็ก



ไม่ใช่ว่าเฉพาะประณมสำคัญ ที่จริงแล้วเด็กมัธยมสำคัญ แต่ว่าเราจะมองข้ามเขาไป เพราะถือว่าเขาโตแล้วควรจะหากินหรือดูแลตนเองได้ แต่ที่จริงแล้วบางทีก็ไม่ได้ เด็กโตนี้จะลำบากกว่าเพราะไม่ได้รับความเอาใจใส่ดูแล และทางจิตใจจะมีปัญหาใหม่ๆ ขึ้นมาเรื่อย ๆ อย่างเช่นเด็กหญิงอาจจะมึนรอบเดือนทำให้เสียเลือดไปก็ขาดธาตุเหล็กหรือขาดวิตามินไป แล้วเราก็มองเขาเลย เพราะฉะนั้นที่ว่าเคยสอนหนังสือก็สอนเด็กโตเสียเยอะ เราก็นึกว่าเราเป็นครู เด็กเขาจะบอกว่าเราเป็นยายแก่หรือเป็นตาแก่ แล้วก็รำคาญน่าเบื่อ แต่จริง ๆ แล้วเขาก็รู้ว่าจิตใจของเขากับจิตใจของเรามันไปถึงกันที่ว่าถ้าเขามีอะไรเขานึกถึงเราได้ ถึงจะช่วยเขาได้ไม่ได้ แต่ว่าเขาก็รู้ว่าเรามีจิตใจรักเขา แล้วก็อยากจะให้ทุกอย่างที่ดี ๆ แก่เขา ทำให้เขามีความมั่นใจ เรื่องพวกนี้ก็ต้องช่วยกัน

ต่อไปก็เรื่อง**จัดบริการอาหาร** แต่เดิมก่อนเกิดโควิด เด็กมาโรงเรียนก็จะได้รับประทานอาหารกลางวัน ๑ มื้อ เป็นอาหารที่มีคุณค่าครบตามหลักโภชนาการ และสะอาดปลอดภัยตามหลักสุขาภิบาลอาหาร และยังได้ดื่มนมอีกอย่างน้อย ๑ แก้ว คนไหนที่ขาดโภชนาการก็จะเพิ่มเป็น ๒ แก้ว เมื่อมีปัญหาโภชนาการก็จะส่งเสริมและแก้ปัญหาไปด้วยกัน ตั้งแต่ครูโภชนาการ ครูเกษตร ทางฝ่ายสาธารณสุข เช่น รพ.สต. ก็มาช่วยกันดู ส่วนชุมชนก็มักจะส่งแม่บ้านหรือผู้ปกครองเด็กมาช่วยทำครัว ก็รู้ว่าหลักวิชาที่เราสอนมีอะไรบ้าง เมื่อกลับบ้านก็น่าจะไปทำได้ ส่วนเด็กที่มาช่วยครูทำกับข้าวก็ได้รับความรู้ทางวิชาการโภชนาการ เราก็ให้มีพฤติกรรมกินที่เหมาะสม ฝึกมารยาทสังคมในการรับประทานอาหาร เช่น ตักอาหารให้ตัวเองบ้าง เป็นแบบบุฟเฟต์เพื่อให้ฝึกมารยาทสังคมว่าเรามาก่อนแต่เราก็ต้องตักพอสมควร ไม่ใช่เราตักเสียจนกระทั่งเพื่อนมาที่หลังไม่มีจะกิน เป็นต้น หรือว่าจะต้องล้างมือ ต้องล้างชาม ต้องดูแลให้สะอาด ดูแลความสะอาดของครัว โรงอาหาร สร้างสุขนิสัยที่ดี ครูทางด้านโภชนาการหรือครูทางอนามัยต้องคุยกับครูทางด้านเกษตรตลอดเวลา ว่าต้องการให้มีอะไรที่จะเป็นประโยชน์ต่อสุขภาพ นอกจากนั้นก็หาครูทางด้านสุขภาพ แล้วก็ให้อย่างยาเม็ด วิตามินรวม ธาตุเหล็กอย่างนี้เป็นต้น





ไม่เพียงแต่อาหารกลางวัน เมื่อนักเรียนมาโรงเรียนก็ยังได้รับการและการฝึกนิสัยอื่น ๆ เช่น เราจะต้อง**ดื่มน้ำดื่มที่สะอาด** รวมทั้งที่มีทำไว้ ถึงตอนนี้มีปัญหาน้อยแต่ก็ยังทำต่อไป เช่น **น้ำดื่มผสมสารละลายไอโอดีน** เพื่อป้องกันการขาดสารไอโอดีน แต่ก่อนนี้มีมาก นอกจากที่คอโตๆ แล้วก็ยังมีคนที่มีสมองเลอะๆ เลื่อน ๆ ที่เราเรียกว่าเป็นโรคเอ๋อก็เกิดจากการขาดสารไอโอดีน ซึ่งตอนแรกก็ไม่ทราบกัน แล้วน้ำดื่มก็ต้องสะอาด บางที่ต้องเป็นน้ำกรอง RO หรือ Reverse Osmosis กรองต่าง ๆ ได้ ทางสาธารณสุขทางชลประทานก็มาช่วยดูหาแหล่งน้ำสะอาด ไม่ให้มีแบคทีเรีย ซึ่งบางทีอยู่ใกล้ห้องน้ำบ้างหรือว่าทางน้ำเป็นประปาภูเขาผ่านที่มีเลี้ยววิ้วเลี้ยวควาย หรือว่าสัตว์เลี้ยงถ่ายมูล หรือว่าเป็นสายแร่ที่เป็นอันตรายก็ต้องพยายามแก้ บางอย่าง RO ไม่ได้ก็ต้องใช้กรอง และหาวิธีแก้หาแหล่งน้ำที่บริสุทธิ์ ก็ต้องประสานกัน ทางด้านครูพยาบาลกับสาธารณสุขก็จะประสานกันว่าเราจะแก้ไขอย่างไร เช่น เรา**ฝึกอนามัยส่วนบุคคล** เช่น แปรงฟันหลังอาหาร แล้วก็**ซั้งน้ำหนักวัดส่วนสูง ติดตามดูภาวะโภชนาการ** เปรียบดูว่านักเรียนควรจะต้องทานโปรตีนเท่านี้กรัม คาร์โบไฮเดรตเท่านี้กรัม มีไขมันเกลือแร่ แล้วก็แก้ปัญหา**เรื่องความสะอาด**นิดหนึ่ง ทำความสะอาดเสื้อผ้า หรือว่าฟันดูว่าฟันผุไหม ทางโรงพยาบาลก็นำไปรักษาให้สุขภาพดีพร้อม ตอนหลังนี้ก็ดูว่าสิ่งที่เป็นปัญหาลงไป แต่ว่างานที่ทำอย่างงานเรื่องไอโอดีนก็ยังไปประชุมไอโอดีนระดับชาติ ยังเป็นกรรมการอยู่ พอถึงเวลาทางสาธารณสุขเขาก็เชิญมา





การจัดบริการอาหาร ตั้งแต่ตอนมีโควิดก็ไม่สามารถที่จะให้เด็กมารับประทาน
ที่โรงเรียนได้ตามปกติ บางที่แก้ปัญหาด้วยการทำอาหารแล้วใส่กล่องโฟม
ให้เด็กออกมารับเอาไปบ้านตอนที่มารับส่งการบ้าน ซึ่งมักจะไม่พอ ก็ลองใส่
ปิ่นโตค่าใช้จ่ายก็ค่อนข้างแพง เคยทำเรื่องปิ่นโตตอนที่มีน้ำท่วม ไปตั้งครวักัน

อยู่บนศาลาการเปรียญ สอนชาวบ้านให้หัดทำกับข้าว มีปันโตซึ่งแบ่งออกมาเป็น ๑, ๒, ๓, ๔ เป็นครอบครัว เขาก็มารับตามเบอร์ แล้วก็ล้างให้สะอาด วันรุ่งขึ้นก็กลับมารับอาหาร ลองทดลองเป็นบางแห่งได้ บางแห่งเขาก็ใส่ถุงพลาสติกมีฝาปิดมีนมผง มีปลากะป๋อง ซึ่งเราก็ให้แจกจ่ายตามจุดนัดหมายไปเมื่อเด็กมารับไปงาน ซึ่งมาได้สัปดาห์ละ ๒ ครั้งบ้าง ๓ ครั้งบ้าง หรือครั้งเดียวบ้าง เอาไปแจกจ่ายที่บ้าน หรือที่จุดนัดหมาย มีจัดวัตถุดิบไป มอบไข่ไก่ที่บางแห่งไข่ไก่หรือไข่เป็ดที่โรงเรียน ก็มี บางโรงเรียนพยายามจัดวัตถุดิบโดยผลผลิตทางการเกษตรของโรงเรียน แจกจ่ายให้นักเรียนและครอบครัว เช่น ผักต่างๆ ไข่ไก่ รวมทั้งนมผง แต่ว่าก็ยังไม่ได้มีการแนะนำชัดเจนว่าวัตถุดิบที่ให้ไปจะประกอบอาหารอะไรอย่างไรแค่นั้น ทำให้เราไม่สามารถที่จะควบคุมคุณภาพของอาหารที่ประกอบให้เด็ก นักเรียนที่บ้านได้ ส่วนมากบ้านก็ไม่มีตู้เย็น เห็นก็มีผักเหี่ยว ๆ แทนที่ผักดูหน้าตาน่าอร่อย ประสุกรร้อน ๆ อย่างที่เราเคยมี แต่ก็พยายามมากที่สุดแล้ว แล้วก็เห็นว่าผู้ปกครองหลายคนเป็นศิษย์เก่า จะประกอบอาหารพอจะเข้าใจว่าควรจะทำอย่างไร เรื่องนมตอนนี้เด็กก็ชินกับการดื่มนม แต่ก่อนที่ใช้นมถั่วเหลืองบางทีก็เททิ้งตอนหน้าต่อตาเพราะมันไม่อร่อย ก็พยายามที่จะผลิตให้นมมีครรภ์ให้นมบุตรด้วย แล้วก็นอกจากสุขภาพคนแล้ว สิ่งที่ต้องดูแลอย่างมากก็คือสุขภาพสัตว์อย่างไก่ไข่ก่อนที่จะมีโควิดด้วยซ้ำไป เราก็พยายามดูหาทางว่าต้องใช้รองเท้าบูท แล้วก็ย้ายไปในยาฆ่าเชื้อโรคก่อนที่จะเข้าไปในเล้าไก่ เพราะว่าเอาเชื้อโรคจากไก่ที่บ้านไปลงไก่ที่โรงเรียนตายกันเป็นเล้า ๆ ตายยกเล้า ซึ่งก็จะมีปัญหามาก



ไปที่**ปริมาณอาหาร**ที่เตรียมไว้สำหรับเด็กคนหนึ่งหรือว่าจะกี่คน เมื่อรับประทานที่บ้านเราติดตามลำบาก จะไปดูว่าอาหารที่เตรียมนี้จะแบ่งรับประทานกี่คน อย่าว่าแต่อาหารเลย จะแจกเสื้อผ้าแจกรองเท้า อีกวันไม่มีรองเท้าใส่มาแล้ว เพราะเราก็แบ่งวันนี้พี่ไสวันนั้นน้องไสคู่เดียว เราก็ไม่ได้ให้ครบทั้งครอบครัว ก็มีหลายคน โรงเรียนอีกจำนวนมากที่จัดบริการอาหารกลางวันไม่ได้ หรือว่าจะไป



สอนหนังสือก็สอนไม่ได้ นักเรียนหลายร้อยคนครูสัก ๑๐ คนก็แยกไปตามสายคนละทิศละทาง ก็ยังไม่ครบ หรือว่าสมัยก่อนนี้ก็ถามทำไมไม่รู้หนังสืออยู่มาตั้งนานแล้ว ก็ได้ความว่าแต่เช้ามีเดินไปโรงเรียน พอไปถึงโรงเรียนโรงเรียนเล็กพอดีก็เดินกลับ เดินไปเดินมาอยู่อย่างนั้น ๓-๔ ปี สมัยนั้นยังมีไม่มีเรือนเด็กพักค้าง ตอนหลังนี้ก็จะดีขึ้น มีเด็กพักค้าง แล้วก็ต้องจัดเรื่องเกี่ยวกับอาหารสำหรับเด็กพักค้างอีก บางทีก็เรื่องข้าวเรื่องเครื่องปรุงต่าง ๆ อันนี้ก็ย่อมส่งผลต่อภาวะโภชนาการและพัฒนาการด้านพลศึกษาของเด็กอย่างเห็นชัด คือสุขภาพอนามัยโดยทั่วไป ที่เราก็นึกถึงหลายอย่าง ถ้าเพาะปลูกเรามีเกินเราก็ส่งให้เด็กไปปรับประทานที่บ้าน หรือว่าในช่วงที่เด็กมุสลิมถือศีลอด ก็ตอนเย็นให้เป็นเครื่องปรุงให้เขาไปปรุงอาหารที่บ้านได้ ช่วงโควิด ๑๙ นี้ มีโรงเรียนที่เปิดเรียนกันบ้างแล้วก็จัดอาหารกลางวันและนมให้เด็ก ก็ดำเนินการไปได้ แต่ต้องเน้นย้ำเรื่องมาตรการทางสาธารณสุข ทั้งกับกลุ่มแม่บ้านที่มาช่วยประกอบอาหาร ทั้งครูและเด็กนักเรียนทุกคนด้วยว่าเป็น **วิถีชีวิตใหม่** ก็พยายามแนะนำครู ผู้ปกครองทุกคนว่าอยากให้เขาได้รับวัคซีน เป็นเรื่องสำคัญ แต่ว่าหลายคนอยู่ในที่ทุรกันดาร วัคซีนไปไม่ถึง หรือว่าเขาปิดล็อก ครูก็ล็อกอยู่ในนั้น นักเรียนก็ล็อกอยู่ในนั้น ก็ไปไม่ได้ หรือเกรงว่าจะมีผลข้างเคียงทางด้านสุขภาพ ก็ยังต้องค่อย ๆ แนะนำกันไป พัฒนาทักษะการประกอบอาหารให้ดีขึ้น เน้นคุณค่า ความปลอดภัยของอาหารที่เขาต้องนำไปประกอบอาหารเองที่บ้าน แล้วก็เมนูพื้นบ้านที่เด็กจะประกอบอาหารได้เองโดยใช้วัตถุดิบอาหารในครัวเรือนที่ให้ไป ในถุงยังชีพนี้ก็มีเมล็ดพันธุ์พืช มีถั่ว ซึ่งสอนได้เรื่องการทำถั่วงอกบ้าง แล้วก็ทางด้านทหารก็มาช่วยกัน เช่นกลุ่มที่เรียกว่าทหารพันธุ์ดีที่เขาทำโครงการซื้อชุมชนเบิกบาน อาหารปลอดภัย ก็ไปทำ บางทีก็ในชุมชนหรือในโรงเรียนต่าง ๆ สร้างบ่อเลี้ยงปลา สร้างเล้าไก่ บางทีก็มาช่วยคุณครูสร้างเรือนพัก สร้างห้องน้ำห้องส้วม สร้างห้องครัว กวาดพื้น ฝ้าโรงเรียน ก็ช่วยกันสารพัดอย่าง แล้วก็ส่งเสริมให้เด็กและครอบครัวทำเกษตรที่บ้านมากขึ้น แล้วก็มิให้ทักษะเรื่องการถนอมอาหารและแปรรูปอาหารหลาย ๆ อย่างเพิ่มมากขึ้น เพราะว่าบางทีถ้าเด็กสามารถรวมกลุ่มได้เล็ก ๆ ได้หาหรือกันว่าควรจะทำอย่างไร เด็กเขาก็ออกความคิดดี ว่าเดี๋ยวนี้ไปตลาดไม่ได้ เอาของไปขายตลาดไม่ได้ ช่วงนี้ก็ต้องฝึกหัดเรื่องการถนอมอาหาร เพื่อให้เก็บได้นาน แล้วก็รับประทานได้นาน



เรื่องสุขภาพอนามัย การดูแลสุขภาพก็สำคัญมาก ที่ผ่านมาระจัดสื่อ
ที่ในถุงยังชีพ คือสื่อโควิด ๑๙ เพื่อให้เด็กเรียนรู้และปฏิบัติตนได้ถูกต้อง ก็เป็น
แบบเรียนหัดอ่านด้วย มีอุปกรณ์ทำความสะอาดที่จำเป็นสำหรับโรงเรียนและ
เด็กนักเรียนเป็นรายคน เช่น หน้ากาก สบู่ แอลกอฮอล์ทำความสะอาดพื้นผิวต่าง ๆ
ที่จัดไปให้ตามโรงเรียน แต่ว่าจะเหมาะสมอย่างไร จริง ๆ หมอเขาบอกว่าล้างมือ
ด้วยน้ำและสบู่ดีที่สุดที่สุด แต่ว่าบางทีก็จะลำบาก ก็อาจจะมีพวกเจลแอลกอฮอล์
เข้าเสริมด้วย





ต่อไปเราต้องฝึกเด็กของเราให้พร้อมจะดูแลตนเองมากขึ้น โดยเฉพาะอนามัยส่วนบุคคลที่ให้ความรู้เพียงพอ และสามารถถ่ายทอดให้คนในครอบครัวหรือคนอื่น ๆ ได้ ช่วยกันดูแลชุมชนของตนเอง เช่น การฝึกปฏิบัติเรื่องการล้างมือที่ผ่านมาเป็นพื้นฐานที่สำคัญ ในขณะที่ล้างมือเป็นมาตรการสำคัญอย่างยิ่งล้างด้วยสบู่ โรงเรียนก็ต้องจัดที่ล้างมือให้เด็กเข้าถึงได้ง่ายๆ แม้แต่โรงเรียนที่ไปทำอยู่ในต่างประเทศก็จัดที่ล้างมือไว้หน้าห้องเรียน การสวมหน้ากาก การทำความสะอาดหน้ากาก และการทิ้งทำลายหน้ากาก ก็ต้องให้ทางสาธารณสุขสอนวิธีการที่ถูกวิธีการฝึกการเว้นระยะห่างให้ทำงานเป็นนิสัยสำหรับวิถีชีวิตใหม่ การรู้จักดูแลตนเองให้ห่างจากการสัมผัสเชื้อโรคต่าง ๆ และการออกกำลังกายเพื่อให้สุขภาพแข็งแรง

นอกจากนี้การดูแลสุขภาพก็ต้องดูแล**อนามัยสิ่งแวดล้อมของโรงเรียน** ให้สะอาดปลอดภัยด้วยมาตรการทางสาธารณสุข เช่น การจัดห้องเรียนให้มีโต๊ะเรียนตามมาตรฐานเว้นระยะห่าง การจัดนั่งรับประทานอาหารก็ต้องทำตามมาตรการเว้นระยะห่าง ห้องส้วมแยกชายหญิง ทำความสะอาดทุกวัน ที่ล้างมืออย่างเพียงพอและนักเรียนเข้าถึงได้ง่าย ที่กำจัดขยะโดยเฉพาะอย่างยิ่งหน้ากากอนามัย สำหรับโรงเรียนที่มีหอพักต้องคำนึงถึงการจัดเตียงให้มีระยะแค่นอน การทำความสะอาดห้องน้ำห้องส้วมตามมาตรการของโควิด ๑๙ การทำอาหารนั้นที่สำคัญเดี๋ยวนี้ที่เขาเน้นกันก็คือที่เรียกว่า Zero waste คือมีของทิ้งเป็นศูนย์ คือใช้ได้หมดไม่มีอะไรทิ้งขว้างให้สกปรก กินก็ไม่ให้กินเหลือ พยายามกิน แต่ว่าที่เหลือก็มาทำอาหารสัตว์ หรือว่าทำน้ำหมักชีวภาพ ทำปุ๋ยที่จะใช้ในโรงเรียนได้อีก



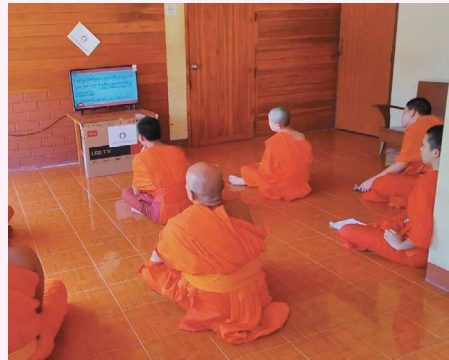


เรื่อง**การเรียนรู้การสอน** ที่สมัยนี้เขาเรียกว่า On hand คือด้วยถุงยังชีพทางการศึกษา นี้ก็มีของที่จะต้องใช้ในการเรียน และนำไปให้เป็นถุงก่อนที่จะปิดเรียน โรงเรียนก็ปิด ๆ เปิด ๆ ตลอดเวลา ขาดความต่อเนื่องในการพัฒนาและการเรียนรู้ของเด็กนักเรียน เรียนไปได้พักปิด เปิดมาอีกทีก็ลืมไปแล้ว ก็ต้องมาทวนกัน ทวนซ้ำกลับไปกลับมาอยู่อย่างนั้น คงไม่ค่อยจะจบเห่หรอก แต่ว่าเขาบอกเด็กกลับมามันนะ ที่เห็นคะแนนเด็กที่ส่งเรียนช่วงนี้คะแนนดีมาก เพราะว่าเขาตั้งใจครูก็พยายามให้เด็กได้พัฒนา เรื่อง On hand ครูก็นำถุงนี้ไปแจกจ่าย มีสมุดดินสอ สมุดวาดเขียน ปากกา ดินสอ คำแนะนำบทเรียน แล้วก็มอบใบงานที่มาจากสื่อ ๖๐ พรรษา และให้การบ้าน อาจจะพบนักเรียนเป็นรายคนที่บ้าน หรือหน้ากลุ่มย่อยที่บ้านหรือที่โรงเรียนได้บ้าง ในถุงนี้ก็แก้ปัญหาเฉพาะหน้าไปในระยะสั้น ๆ เราก็จัดไปได้ครั้งหนึ่งแล้ว คือประกวดการวาดรูป การเขียนเรียงความเกี่ยวกับเรื่องโควิด ว่าแต่ก่อนชีวิตเป็นอย่างไร ตอนช่วงโควิดเป็นอย่างไร ในอนาคตหวังว่าจะเป็นอย่างไร วางแผนชีวิตอย่างไร เด็กเขียนได้ดี ๆ เด็กหลายสังกัด ที่ผ่านมาที่ทำครั้งแรก สพฐ. ชนะ แต่ว่าตอนนี้ก็ไม่ทราบ ต่อไปก็มี สพฐ. ดชด. กศน. โรงเรียนเอกชน เช่น เอกชนสอนศาสนาอิสลาม พุทธศาสนา หรือว่าที่สังกัดของ อบต. อบจ. ทุกสังกัดมาเข้าร่วมการแข่งขันนี้ แล้วก็ครั้งหน้าครั้งที่ ๒ นี้จะจัดที่ศูนย์ศิลปะของ กทม. จะเป็นประกวดชิงรางวัลครั้งที่ ๒ ครั้งแรกก็ประสบความสำเร็จดี





ที่นี้ก็มีการเรียน เช่น โรงเรียนพระปริยัติธรรม โรงเรียนพระปริยัติธรรมนี้เป็นการเอาสามเณรจากวัดต่าง ๆ ที่อยู่ใกล้เคียง เข้ามาเรียนมาอยู่ที่วัดที่เป็นโรงเรียนพระปริยัติธรรม มีวิชาสอนทั้งวิชาธรรมะ ของทางพระวาสน์ก็มี NT มี O-NET ตอนนี้องของพระปริยัติธรรมก็มี O-NET และมี B-NET คือวิชาเกี่ยวกับการพระพุทธศาสนา จะเป็นพุทธธรรม เป็นบาลี เป็นพุทธประวัติ อะไรก็ตาม แต่หลายแห่งยังขาดหนังสือ อุปกรณ์การสอน เช่น เด็กสมัยนี้ก็ใช้ค้นด้วยคอมพิวเตอร์ หนังสือก็ไม่ค่อยค้น หรือไม่กี่ไม่ค่อยมี ไม่ครบพอที่จะหาความรู้ได้ ซึ่งจริง ๆ แล้วค้นง่ายกว่าคอมพิวเตอร์อีก เพราะบางทีคอมพิวเตอร์ไม่มีสัญญาณหรือว่าอุปกรณ์ทาง On air นี้ก็ไม่มีโทรทัศน์ ก็พยายามจัดหาอุปกรณ์ไปให้ตามวัดที่มีสามเณรที่เป็นนักเรียนจำพรรษาอยู่ได้เรียน ก็เป็น Smart TV ซึ่งสามารถเอา Thumb drive หรือ Flash drive ที่เราอัดวิชาต่าง ๆ เสียบเข้าไปเสริมกับที่มีการสอนตามรายการทีวีศึกษา ปรากฏว่าเด็กนักเรียนที่อยู่ใกล้วัดได้เข้ามาเรียนร่วมกับสามเณรด้วย ก็มีประโยชน์ให้แก่คนทั่วไป แต่ว่าหลายโรงเรียนมีเด็กนักเรียนที่ยากจนเข้ามาเรียนกับสามเณรอยู่แล้ว คือเด็กพรവാสเคยเข้าไปเยี่ยมโรงเรียนพระปริยัติธรรมที่ทางใต้ ก็มีนักเรียนมุสลิมเข้ามาเรียนและรับประทานอาหารร่วมกับสามเณร พระอาจารย์ก็สอนทั้งเด็กชาวบ้านแถวนั้นด้วย แต่ที่นี้พระอาจารย์เราก็พยายาม ถ้าท่านพันธกิจของสงฆ์แล้วก็ได้หารถมารับท่านไปสอนตามวัดต่าง ๆ ก็ช่วย ๆ กันไปแบบนี้

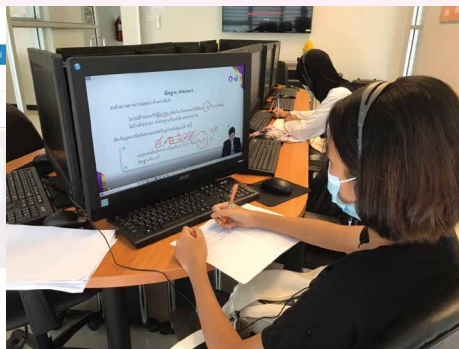
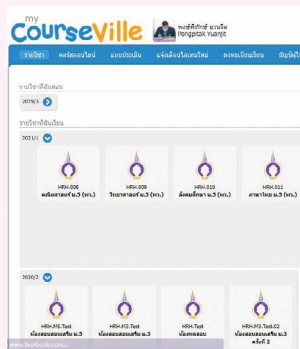


เรียน Online นี้ส่วนใหญ่จะเป็นนักเรียนมัธยมขึ้นไป เช่น **นักเรียนที่ให้ทุน** เขาทั้งมัธยมและอุดมศึกษา โรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยก็ต้องกลับมาอยู่บ้านในพื้นที่ห่างไกล ก็ไม่มีสัญญาณ WiFi หลายคนขาดอุปกรณ์ หลายคนก็เรียนจากมือถือ ซึ่งสมัยนี้ยังดีที่คนมีมือถือกันมาก ก็จัดหาอุปกรณ์จะเป็นแท็บเล็ต เป็นโน้ตบุ๊ก คอมพิวเตอร์ให้ ฟังวิทยุก็มีกลุ่มคนที่เขาพยายามจัดการ เขาซื้อ กลุ่มคอมพิวเตอร์เพื่อน้อง ก็ให้คอมพิวเตอร์ ให้กระดาษสำหรับเขียนหรือจด แต่บางทีบริจาคกระดาษนี้ก็ไม่ใช่ง่าย ๆ เพราะว่ากระดาษที่ใช้แล้วหน้าหนึ่ง หน้าหนึ่งที่ใช้แล้วนี้อาจจะเป็นความลับไม่สามารถที่จะให้ใครได้ อีกหน้าก็เสียไปเปล่า ๆ แต่บางคนก็มีเอาที่ไม่เป็นความลับมาทำเป็นสมุดเล่มบ้าง หรือว่าพอจะบริจาคได้ก็บริจาค WiFi อาจจะบริจาค Pocket WiFi บ้าง บางโรงเรียนเขาก็ให้มาใช้ที่โรงเรียนได้ เป็นคอมพิวเตอร์ของโรงเรียนที่จะเรียนด้วยกันได้ แล้วก็พยายามจะเสริมด้วยห้องสมุด ก็พยายามบอกเขาว่าตอนนี้ชีวิตมันเปลี่ยนแปลง เพราะฉะนั้นต้องหันกลับมาใช้ห้องสมุดใช้นั่งสือเรียน ก็ได้ จัดซื้อ **หนังสือเรียนระดับมัธยม**ให้ห้องสมุดโรงเรียน ดชด. ซึ่งเป็นโรงเรียนระดับประถมศึกษาให้นักเรียนที่เป็นนักเรียนทุนยืมไปได้ไปอ่านเพิ่มเติม อ่านแล้วก็ให้จดบันทึกวิชาการย่อเอาไว้สำหรับศึกษาด้วยตนเอง แล้วก็เด็กอื่น ๆ ที่ไม่ได้เป็นนักเรียนทุน เด็กในหมู่บ้าน ก็แนะนำให้ช่วยด้วย ครูบรรณารักษ์ก็ควรจะร่วมกับครูประจำชั้นจัดเอาหนังสือไปให้นักเรียนยืมอ่านที่บ้าน แต่บางคนเขาก็บอกเขาไม่กล้าเอาไปเพราะว่าเดี๋ยวจะหาย ก็เป็นเหตุผลดีเหมือนกัน หรือบาง





โรงเรียนก็ไฟดับตลอดตก โรงเรียนเองก็เรียนไม่ได้เหมือนกัน สมัยก่อนนี้ใช้วิธี ถอดกระเบื้องหลังคาแล้วเอากระเบื้องใส่ใส่แทน หรือว่าบางทีก็มีต้นไม้ขึ้นบังอยู่ ที่หน้าต่างก็ลิดกิ่งไปบ้าง ก็โดนคุณครูว่ากัใส่ว่าทำลายสิ่งแวดล้อมไปตัดกิ่งไม้ ก็บอกว่าไม่ได้ตัดหมด ตัดเฉพาะกิ่งที่บังแสงแดดที่จะเข้ามาในห้อง เอาหนามยี่โรงเรียน เข้าไปวัด เขาบอกว่าแสงที่เข้ามาในห้องที่อ่านหนังสือน้อยเกินไปทำให้เด็กตาเสียได้ ตอนหลังก็เข้าใจกันแล้ว ไฟนอกจากใช้แสงสว่างอย่างเดียว สมัยนี้สื่อการสอน ที่เป็นอิเล็กทรอนิกส์ต้องใช้ไฟฟ้า เช่น คอมพิวเตอร์ก็มีมากขึ้น เพราะฉะนั้น ต้องใช้ไฟ ไฟใช้โอเวอร์โวลตก็ดับ จะเขียนครูเขาก็บอกว่าจะเอากระดาด ขี่ไหนเป็นหมื่น ๆ แผ่นมาทำใบงานส่งนักเรียน ก็เป็นปัญหาทั้งนั้นที่จะต้อง ร่วมกัน ก็นี่ตอนนั้นก็ไปทุกวันเลย ไปโฆษณาการใช้หนังสือ นี่เป็นหนังสือใหม่เอี่ยม ที่ทาง สสวท. เขาจัดทำ หรือว่าพยายามไปหานหนังสือเรียนดี ๆ มา ก็มีคนให้มาเรื่อย ๆ หนังสือที่ควรอ่าน หนังสือที่เป็นหนังสือเรียน สำหรับทำรายงาน ที่จริงแล้วจะใช้ คอมพิวเตอร์อย่างเดียวก็อาจจะไม่พอถ้าไฟดับบ่อย ๆ ก็พยายามว่าจะรวบรวม โรงเรียนที่ไฟดับตลอดกาล ซื้อเครื่องปั่นไฟ ยอมเสียเงินค่าน้ำมันดีเซลปั่นไฟบ้าง ก็พอจะได้ เพราะว่า**การที่เด็กได้รับการศึกษานี้เป็นเรื่องสำคัญที่สุด**





ส่วนที่ให้ทุนนักเรียน ปกติทุกปีจะจัดค่ายช่วงปิดเรียนเดือนมีนาคม เมษายน เป็นระยะ ๑๕-๒๒ วัน มีโครงการค่ายแนะแนว เตรียมความพร้อมเพื่อศึกษาต่อ ของนักเรียนในพระราชานุเคราะห์ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ โครงการสอนเสริมเพื่อปรับ พื้นฐานการศึกษานักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๔ แต่เมื่อมีโควิด ๑๙ ก็ไม่สามารถ จะพานักเรียนมาค้างหรือมาเรียนรวมกันได้ ก็ต้องปรับรูปแบบของการฝึกอบรม มาเป็นออนไลน์อีกแล้ว ความจริงเรามีการอบรมในพื้นที่กรุงเทพมหานคร และมีคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยช่วยพัฒนาโปรแกรมการศึกษา ระบบออนไลน์โดยใช้ระบบ CourseVille เพื่อให้นักเรียนเข้ามาศึกษาด้วยตนเอง และช่วยในการติดตามและประเมินความก้าวหน้าการเรียนรู้ของนักเรียน เดิมก็ จัดเป็นค่าย แล้วก็มีทางนิสิตของคณะครุศาสตร์ จุฬา ฯ ช่วยมาเป็นวิทยากร ก็ทำ แบบเดิมไม่ได้ จากการติดตามผลพบว่าเราควรใช้รูปแบบอื่นผสมผสานไปด้วยกับ การใช้ CourseVille เช่น การพบครูเป็นระยะ ๆ เพื่อช่วยกำกับดูแลตอบข้อสงสัย นอกจากนี้ยังจะมีการนำเสนอรูปแบบบทเรียนที่หลากหลาย มีทั้งวิดีโอ การสอน ไลฟ์สด สำหรับด้านอุปกรณ์ที่ใช้ เครื่องคอมพิวเตอร์ หรือโทรศัพท์มือถือ ความ สามารถในการเข้าถึงอินเทอร์เน็ตก็ยังเป็นปัญหาในหลาย ๆ ที่ เพราะว่าบางทีก็เข้า ไม่ได้เลย กิจกรรมอื่น ๆ เช่น การปฐมนิเทศ การติดตาม ก็ปรับมาใช้ออนไลน์บ้าง หรือบางที่ที่พอจะไปได้ก็ไป หรือว่าฝากได้ กำลังคิดว่าอย่างเช่น อสม.หรือเจ้าหน้าที่ สาธารณสุข ที่ไหนที่ไปไม่ทันไปไม่ถึงก็อาจจะขอแรงบุคลากรเหล่านี้ให้นำไปได้ หรือชาวบ้านบางคนที่มีความรู้อ่านออกเขียนได้ก็ให้ช่วยบ้าง หรือรุ่นพี่ก็มา แนะนำ ตอนนี้ก็พยายามจะเน้น **กิจกรรมชมรมศิษย์เก่า** ซึ่งพวกนี้เขาก็ช่วยแนะนำ รุ่นน้อง ๆ ได้ดีพอสมควร

ที่นี้ก็มีปัญหาที่พบ คือทักษะพวกนี้ที่เขาใช้ On hand, Online, On air ครูยังขาดทักษะ ไปโทษครูก็ได้เพราะว่าเป็นของใหม่ที่ไม่เคยมีมาในสถาบันที่สอนวิชาครู ก็ต้องเอาพวกนี้มาพูดหารู้กันแล้วว่าควรจะทำอย่างไร ถึงแม้จะเรียนแล้วครูก็ขาดสื่อการสอน แนวทางในการดำเนินการก็สื่อที่กล่าวมาแล้ว คือสื่อ ๖๐ พรรษาสำหรับประถม สื่อ ๖๕ พรรษาสำหรับมัธยม แต่บางที่อ่านดูก็ยังไม่พร้อมร้อยเปอร์เซ็นต์ ยังต้องค่อย ๆ ปรับแก้ไปเรื่อย ๆ สถานศึกษายังขาดอุปกรณ์หรือมีไม่เพียงพอ เช่น ตอนนี้ยังไม่ชินกับการอ่านหนังสือ เขาก็ให้วาดรูป เขียนทำหนังสือเล่มเล็ก ซึ่งก็มีประโยชน์มาก นอกจากให้สอนเรื่องวิชาการแล้ว ตอนนี้ก็สอนเรื่องการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ซึ่งสิ่งพวกนี้เดิมก็คือว่าเราสอดแทรกเข้าไป หรือว่าเรื่องจริยธรรมคุณธรรมจะใส่อะไร หรือเรื่องของการอนุรักษ์ด้านศิลปวัฒนธรรม ก็มีให้เครื่องดนตรีไว้ และครูบางคนก็สอนได้ถึงเขาเป็นผู้บริหารแล้วก็ไปขอร้องเขาให้ยังสอน ทั้งศิลปะของพื้นถิ่น ศิลปะของประเทศ หรือแม้แต่ของประเทศเพื่อนบ้านก็ให้เรียนรู้ไว้ แต่ตอนนี้ก็ทำยาก



สื่อ ๖๐ พรรษา



สื่อ ๖๕ พรรษา



เรื่องที่เราต้องฝึกนี้ **จัดการเรียนการสอนให้นักเรียนรอบด้าน มีทักษะชีวิต ทักษะการทำงาน** ตอนนี้ต้องพยายาม แล้วก็นึกถึงว่าทำอะไร ต้องเลี้ยงชีพได้ ได้รับความรู้จากโรงเรียนและให้ทำได้ เวลาพูดคุยกับนักเรียนก็คุยเรื่องนี้ และทักษะการสื่อสารก็ฝึกให้ได้ เรียนรู้ทักษะในการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ การเรียนการสอนต่อไปนี้จะทำอะไรให้รอบด้านให้มีทักษะชีวิต ทักษะการทำงาน ซึ่งอาจจะทำเป็นคลิปสั้นๆ หรือว่าทำแบบนี้ทำอะไร เขาก็สอนกัน การผลิต ผลิตได้ ขายเป็น คือจะต้องสามารถแนะนำท้องถื่นว่าให้ขายได้ อาจจะขายออนไลน์ ทำอย่างไร เพราะหลายคนก็ผลิตได้ สินค้าก็ไม่เลว ทำได้ดีแต่ทำไมไม่ล้าที่จะไปตลาด เพราะว่ากลัวโลก การเรียนรู้สารสนเทศ เราต้องใช้สารสนเทศ แล้วก็ใช้อ่านหนังสือ เขียน หลายๆ อย่าง อย่างเช่นพระปริยัติธรรม หรือที่ไปเรียนตามวัดที่นักเรียน เป็นเณรและอยู่ที่วัดต่าง ๆ มาเรียน โชคดีเพราะว่าหลาย ๆ อย่าง เช่นทีวี จะให้ครอบครัวหนึ่งแจกทีวี ๑ เครื่องก็อาจจะลำบาก แต่ถ้าวัดหนึ่งแจกทีวีเครื่องหนึ่ง

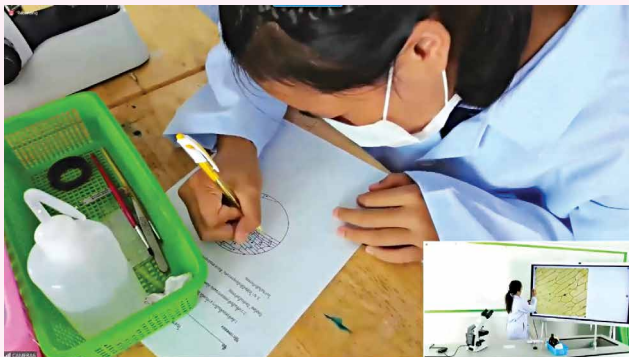
ก็จะคุ้มค่า แล้วก็มีสื่อการสอน อย่างเรื่องวิทยาศาสตร์เดี๋ยวนี้ สวทช. ทำอุปกรณ์การสอนที่เรียกว่า KidBright เอามาทำเวลาออกแบบอะไรต่างๆ ได้เยอะแยะมาก ตามจินตนาการ แล้วเราก็ต้องดูที่จะรวมเรื่องเทคนิค ตอนนี้ไปดูที่ลำบากที่สุด ไม่ใช่วิทยาศาสตร์เสียด้วยซ้ำไป เป็นการอ่านการเขียน อ่านออกเขียนได้ธรรมดาๆ ยังยาก ถ้าอ่านออกเขียนไม่ได้คณิตศาสตร์วิทยาศาสตร์ก็ไม่ได้เหมือนกัน เราก็ใช้วิชาโบราณวิธีโบราณ คือให้อ่านหนังสือเขียนหนังสือไป แล้วทำอะไรต้องไม่ให้เบื่อด้วย ให้นักเรียนสอนแบบปฏิบัติการลงมือทำด้วยตัวเอง อย่างตามโรงเรียนก็ให้นักเรียนเขียนเหมือนไดอารี่ประจำตัว เขาบอกชีวิตก็น่าเบื่อไม่ได้ทำอะไรวัน ๆ ก็เหมือน ๆ กัน เขาก็เขียนได้ดีนะ ตั้งแต่ ป. ๑ ถึง ม. ๖ ก็เขียนให้บรรยายว่าทำอะไร อย่างที่ทหารเข้าไปสอน ถ้ามเขาก็บอกว่าพี่ทหารสอนอะไรบ้าง วันนี้ช่วยกันทำเล้าไก่ ช่วยกันถอนหญ้า ปลุกอะไรไป ปลุกพวกนี้มีประโยชน์อะไร เขาเขียนมาได้ทุกวัน เขียนส่งมาให้อ่าน ก็ดี ก็ฝึกการเขียน ฝึกการอ่าน ฝึกการใช้ความคิด คือต้องเอาทุกเรื่องเวลานี้ เน้นให้เด็กลงมือปฏิบัติ

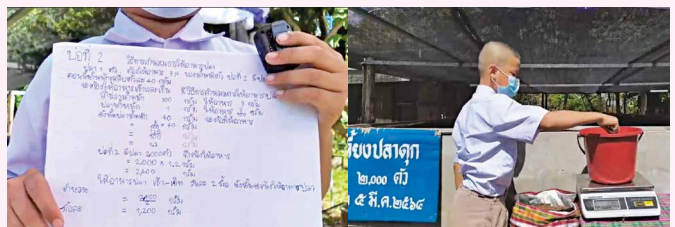


การสอนจริยธรรมคุณธรรม ให้เป็นคนดีมีจิตอาสาอยากช่วยเหลือคนอื่น อันนี้ทำอะไร ถ้าจะสอนออนไลน์สอนอย่างไร ถ้าไม่ออนไลน์ คือทั่ว ๆ ไป ถ้าครูเป็นคนดีทำดีก็เหมือนเป็นตัวอย่างให้เขา และการวัดประเมินผลการเรียนที่หลากหลายเหมาะสมกับวิธีสอน อย่างนี้ก็ร่วมกันทำความสะอาด สร้างฝายชะลอน้ำ ที่สำคัญอย่างหนึ่งก็คือการนิเทศการสอน ซึ่งเรื่องนี้หายไปเยอะ แต่ก่อนหน้านี้จะมีศึกษานิเทศก์มานิเทศหรือช่วยแนะนำการสอน แล้วก็วัดประเมินผล เพราะว่าการสอนบางทีถ้าไปถามแล้วก็อีก ๆ อีก ๆ ถามไปถามมาเขาบอกว่ารู้บ้าง นักเรียนก็รู้บ้างไม่รู้บ้าง ครูก็ง ๆ ไม่รู้จะสอนอย่างไร ก็บ่นโชคชะตาตัวเองไปเสียครึ่งชั่วโมงกว่าจะสอน สอนครึ่งชั่วโมง



ที่ผ่านมาก่อนที่จะเกิดโควิดก็ใช้เทคโนโลยีมาบ้างแล้ว เช่น **สื่อทางไกล** **สองทาง** ได้ลองไปให้ทางโรงเรียนสาธิตของมหาวิทยาลัย บางทีก็สอนโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามทางด้านห้องแล็บ ก็ทำให้เด็กในโรงเรียนเอกชนสอนศาสนาอิสลามเขาเข้าถึงทางด้านวิทยาศาสตร์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งวิทยาศาสตร์สุขภาพได้มากขึ้น มีตัวอย่างมีครูโรงเรียนจุฬาภรณ์มาสอนสาธิตให้นักเรียนระดับมัธยมศึกษาปีที่ ๑ โรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนการทำอากาศยานแห่งประเทศไทย ฯ ในด้านการใช้กล้องจุลทรรศน์ ก็ได้อุปกรณ์ที่ให้ทั้งสองทางทางบริษัท Huawei เขาส่งเสริมมาให้มีสื่อทั้งสองทาง สื่อพูดกันได้ สื่อสารสองทาง ก็จะมีประโยชน์มาก





สุดท้ายก็จะเป็นเรื่องของความท้าทาย **งานเกษตรงานอาชีพ** สำคัญยิ่ง เพราะช่วงโควิด ๑๙ ที่ผ่านมามีเห็นชัดว่าช่วยสร้างความมั่นคงทางอาหารให้แก่ ครอบครัวและชุมชน เรื่อง **การเกษตร** ทำให้มีกิน นักเรียนนำความรู้ไปทำเกษตร ที่บ้านตนเอง ผลิตอาหารเองในช่วงที่โรงเรียนปิดเพราะโควิด ก็ให้บูรณาการ การเกษตรใน ๘ กลุ่มสาระ เด็กก็นำไปเรียนที่บ้านที่เลี้ยงปลาเลี้ยงหมูเลี้ยงไก่ แต่ก็ต้องรักษาความสะอาดอย่างที่อธิบายไปเมื่อกี้ นี้ก็ได้นึกถึงเรื่องชุมชนเบิกบาน อาหารปลอดภัยนี้แหละ เด็กเขาก็จดบันทึก แล้วก็เขียนคำนวณอาหารสัตว์ ก็ได้คณิตศาสตร์ คำนวณอาหารสัตว์ว่ามีกี่ตัว ต้องใช้อาหารที่ผสมด้วยอะไรเท่าไร คำนวณให้ดูก็ดี



การอาชีพที่ใช้ในชีวิตประจำวัน เช่น เย็บผ้า ปัจจุบันก็สอนทั้งเย็บมือและเย็บจักร ทำหน้ากากผ้าไว้ใช้เองหรือทำจำหน่ายเป็นรายได้ได้งานซ่อมเครื่องไฟฟ้า การเดินสายไฟก็เป็นการช่วยรายได้ วิธีการสอนงานอาชีพเหล่านี้ต้องสอนให้เห็นการปฏิบัติจริงด้วย แต่บางทีก็ลำบาก เพราะว่าเครื่องมือบางอย่างเป็นเครื่องมือที่มีราคาก็ต้องไว้ที่โรงเรียน จะแจกไปแต่ละคนก็ลำบาก ต้องมีศูนย์ จัดเข้าเป็นกลุ่มแม่บ้าน อย่างเช่นการสอนทำเครื่องเงินเด็กตั้งแต่ประถมจนถึงมัธยมก็เรียนมีครู อาจจะทำเป็นคลิปสั้นๆ ให้เรียนรู้ด้วยตนเอง วิธีการประมวลผลเรียนรู้แบบใหม่

อย่างเช่นการทำเครื่องเงินให้นักเรียนตามภูมิปัญญาของท้องถิ่น ปกติผู้สอนจะทำให้ดูพร้อมอธิบายให้นักเรียนเห็นด้วยตาและลงมือทำตาม ผู้สอนคอยแนะนำเพื่อให้ได้ชิ้นงานที่ดีออกมา เป็นการฝึกสมาธิในการทำงานไปพร้อมกับความอดทน งานสอนอาชีพเหล่านี้ถ้าหากไม่สามารถเจอกันและรวมกลุ่มได้ เราก็ต้องคิดวิธีการสอนใหม่ๆ ไปเรื่อย ๆ ตามสถานการณ์ คือครูก็ต้องพัฒนาตัวเองตลอดเวลา ลองคิดวิธีการสอน



เรื่อง**สหกรณ์นักเรียน** ยังต้องเน้นเรื่องการทำบัญชีรับจ่าย จริง ๆ แล้วเขาต้องทำงานเป็นทีม แต่ว่าเมื่อเวลารวมกันไม่ได้ก็อาจจะลำบาก ต้องดูว่าทำได้แค่ไหน แทนที่แต่จะก่อนนี้ทางกรมส่งเสริมสหกรณ์หรือกรมตรวจบัญชีสหกรณ์เคยจัดงานทัศนศึกษาไปดูที่ต่าง ๆ ก็อาจจะต้องใช้การเขียนการอ่าน หรือหลักทฤษฎีแทน หรือให้เด็กซื้อขายออนไลน์ให้มีความรู้และสามารถไปช่วยเหลือผู้ปกครองและกลุ่มอาชีพในชุมชนได้ด้วย





การอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นอยู่ภายใต้สภาวะอย่างไร เรื่องการปลูกฝังให้เด็กมีความตระหนักและมีจิตสำนึกร่วมกันอนุรักษ์ป่าไม้และทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมอื่น ๆ ในชุมชนของตนเอง ก็ยังเป็นเรื่องจำเป็นและต้องเน้นให้มากขึ้น เพราะเห็นว่าทรัพยากรธรรมชาติ โดยเฉพาะป่าไม้ถูกทำลายไปอย่างรวดเร็ว ในพื้นที่ทำงานอยู่ก็หลายแห่งที่เขาพูดแต่ว่าทำลายไปแล้วก็ทำให้ขาดน้ำ ก็ร่วมมือกันเชิญทางชลประทานเข้ามาช่วยดูหรือกรมทรัพยากรน้ำ กรมทรัพยากรน้ำบาดาล ก็ช่วยกันหารือกันว่าใครจะแบ่งหน้าที่ช่วยกันอย่างไรบ้าง ส่วนวิธีการสอนก็สอนให้นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจ เห็นความงดงามและความน่าสนใจของธรรมชาติ ความปิติที่จะได้ศึกษาและอนุรักษ์เก็บไว้เป็นสมบัติส่วนตัวของชุมชนต่อไป เป็นความรักผูกพันและหวงแหนในทรัพยากรของตน ในขณะที่เดียวกันกับสิ่งที่มีในธรรมชาติ สิ่งที่มีในธรรมชาติ



นี่ก็จะเป็นสื่อการสอนต่างๆ ได้หลายอย่าง ที่บ้านนี่ อย่างโครงการที่เราเคยทำกันมา เช่น โครงการบ้านนักวิทยาศาสตร์น้อยนี่ก็ไม่ต้องหยุด เพราะว่าอุปกรณ์ที่ใช้ในการสอนการทดลองวิทยาศาสตร์ การดูการสังเกต ส่วนมากเป็นอุปกรณ์การครัว ที่ทุกคนก็มีอยู่ที่บ้าน หรือว่าของที่ใช้ในบ้าน ไม่ใช่ของที่ต้องหาซื้อมาด้วยราคาแพงอะไร ก็ให้แนะนำกันได้ ส่วนเรื่อง**มรดกทางวัฒนธรรม**ก็ต้องช่วยกันรักษาและสืบสาน เช่น แต่ก่อนนี่ก็จะมีอย่างฟ้อนมโนราห์ แต่เดี๋ยวนี้ตามโรงเรียนสอนดนตรีที่จะเล่นประกอบไว้ด้วย เด็กจะภาคภูมิใจ เห็นคุณค่าในมรดกทางวัฒนธรรม และภูมิปัญญาของไทยด้วย



ที่ทำให้ก่อนที่จะเกิดโควิดคือ**การขยายผลจากโรงเรียนสู่ชุมชน** ความรู้ต่าง ๆ ที่มีในโรงเรียนก็ขยายไปสอนในชุมชน แต่บางอย่างครูเขาก็บอกว่าไปไม่ได้ เพราะว่าติดข้อบังคับที่ห้าม แทนที่สอนที่โรงเรียนไม่ได้ก็ไปสอนในชุมชนได้ไหม โรงเรียนเองก็ใช้เป็นศูนย์พัฒนาความรู้ด้วย คือตั้งเป็นฐานเรียนรู้ก็มีคนเข้ามาเรียนใน**ด้านการเกษตร**เราแจกเมล็ดพันธุ์ ต้นกล้า ให้ครัวเรือนผลิตได้เอง โรงเรียนเป็นศูนย์บริการความรู้ ให้กลุ่มแม่บ้านมาฝึกเรื่องงานหัตถกรรม งานทำอาหาร เรื่องความสะอาด การรักษาบ้านเรือน สุขภาพส่วนตัว ความสะอาดส่วนตัวให้ด้วย ในช่วงโควิดผลิตผลการเกษตรจึงนำไปแจกที่บ้านได้ ไม่ใช่ครบถ้วนแต่ก็มีบ้างก็ได้เรื่อง**สุขภาพอนามัย** เรื่อง**การทำบัญชีครัวเรือน** ก็ยังไปสอนกันอยู่ เพราะบางที่อาชีพขายของแต่ว่าขายไปเรื่อย ๆ ไม่เคยรู้เลยว่าตัวได้กำไรเท่าไร





ข้อสรุปว่า การพัฒนาเด็กและเยาวชนในช่วงต่อไป ก็จะต้องใช้วิธีการหลายๆรูปแบบผสมผสานไป ทั้งรูปแบบเดิม เช่น สอนให้เขียนด้วยสมุดดินสอปากกา ไปจนถึงการสอน โดยใช้เทคโนโลยี ที่สำคัญคือการสอนเรื่องคุณธรรมและ จริยธรรม อาจจะต้องเป็นการคุยกันว่าทำแบบนี้ถ้าทำไม่ถูกต้องตามคุณธรรมและจริยธรรม มีข้อดีข้อเสียอย่างไร ผู้เป็นครู ก็ต้องพัฒนาตัวเองตลอดเวลา คิดวิธีใหม่ ๆ หาวิธีการสอน แบบใหม่ไปเรื่อย ๆ ตามสถานการณ์ และสถาบันต่าง ๆ เช่น คณะครุศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ก็ต้องคิดว่าจะให้นักศึกษา มีความสามารถในการที่ว่าจะสอนแบบใหม่ได้อย่างไร ก็เท่ากับช่วย ๆ กันคิด



ทั้งหมดนี้ก็เพื่อจะหล่อหลอมให้เด็กและเยาวชนเกิดทักษะด้านต่าง ๆ สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปได้ แล้วก็มีความได้เลี้ยงตัวเองเป็นที่พึ่งของครอบครัว สร้างชุมชนนำประเทศให้ก้าวหน้าสู่อนาคตอย่างมั่นคง พร้อมทั้งจะร่วมกับชุมชนระหว่างประเทศ หลังโควิดนี้ ก็คงจะต้องมีการติวอย่างขนานใหญ่ ทั้งอ่าน เขียน พูด ฟัง ก็เป็นวิธีการที่จะต้องคิดเสียตั้งแต่ตอนนี้ พอโควิดหายเปิดเรียนได้จะต้องเริ่มต้นกัน ก็ขอไว้แค่นี้ ขอขอบคุณ



ISBN

๙๗๘-๖๑๖-๗๙๗๕-๕๕-๙

จัดพิมพ์โดย โครงการส่วนพระองค์สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า
กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี
สวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต กรุงเทพฯ ๑๐๓๐๓
โทรศัพท์ ๐ ๒๒๘๒ ๖๕๑๑, ๐ ๒๒๘๑ ๓๙๒๑
โทรสาร ๐ ๒๒๘๑ ๓๙๒๓
www.psproject.org

พิมพ์ครั้งที่ ๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๕

จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม

พิมพ์ที่ บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด
๕๕/๑๑-๑๔,๓๓ หมู่ ๕ ต.บางขุน อ.บางกรวย
นนทบุรี ๑๑๑๓๐
โทรศัพท์ ๐ ๒๘๗๙ ๙๑๕๔-๖

