

ชุมชนสารสัมพันธ์

No. 69 ก.ย.-ธ.ค.

ทักทาย

สวัสดีพี่น้องสมาชิกชุมชนแนวท่อทุกท่านค่ะ เผลอแป๊บเดียวก็เข้าสู่เดือนกันยายนกันแล้ว เวลาผ่านไปไวมากๆ เลยนะคะ ในปี 2569 นี้ แทปไลน์ยังคงตั้งใจจัดกิจกรรมดีๆ เพื่อดูแลสังคม และพี่น้องสมาชิกชุมชนบริเวณแนวท่อส่งน้ำมันและคลังน้ำมันทั้ง 2 แห่ง อย่างต่อเนื่องเช่นเคยค่ะ และความพิเศษในปีนี้แทปไลน์เพิ่มเติมการมีส่วนร่วมในการสร้างอาชีพและกระจายรายได้สู่ท้องถิ่นให้มากยิ่งขึ้น ซึ่งในฉบับที่ 69 นี้ มีผลิตภัณฑ์ของ “กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรตำบลบ่อโพง” สามารถติดตามได้ในคอลัมน์ เรื่องเล่ารอบบ้าน และทุกท่านยังสามารถอัพเดทกิจกรรมของแทปไลน์ช่วงเดือนพฤษภาคม – สิงหาคม 2569 ได้ที่คอลัมน์ ภาพข่าวกิจกรรมค่ะ รวมไปถึงสาระน่ารู้ที่เราตั้งใจนำมาฝากกันอีกมากมายในฉบับนี้เช่นเคย

ช่วงนี้การแพร่ระบาดของไข้หวัดใหญ่และโควิด-19 เพิ่มขึ้น ทุกท่านอย่าลืมดูแลสุขภาพและพักผ่อนให้เพียงพอนะคะ ด้วยรักและห่วงใย จากทีม บก. แล้วพบกันใหม่ฉบับหน้าค่ะ...สวัสดีค่ะ

แบ่งปันรอยยิ้ม

Thappline Junior Safety Heroes



เมื่อความปลอดภัยในการดำเนินชีวิตเป็นสิ่งจำเป็น โดยเฉพาะสำหรับเด็กๆ ที่เปี่ยมไปด้วยพลังและจินตนาการ การเรียนรู้ที่จะป้องกันและดูแลตัวเองจากอันตรายที่อาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ไม่ควรมองข้าม บริษัท ท่อส่งปิโตรเลียมไทย จำกัด หรือ แทปไลน์ จึงตั้งใจมอบความรู้ด้านความปลอดภัยให้กับน้องๆ ผ่านกิจกรรม “Thappline Junior Safety Heroes”

โดยในปีนี้แทปไลน์เดินทางไปจัดกิจกรรมกันที่โรงเรียนบ้านมาบประชัน ต.โป่ง อ.บางละมุง จ.ชลบุรี เมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2569 ที่ผ่านมา เพื่อไปมอบความรู้ในการดับเพลิงขั้นพื้นฐานและการเอาตัวรอดจากเหตุฉุกเฉินและเหตุเพลิงไหม้ ซึ่งได้รับการตอบรับจากน้องๆ ชั้นอนุบาล 2–ประถมศึกษาปีที่ 6 และคุณครูที่เข้าร่วมกิจกรรมเป็นอย่างดี นอกจากนี้ ยังให้ความรู้เรื่องความปลอดภัยของแนวท่อส่งน้ำมันของแทปไลน์ และการแจ้งเหตุเบื้องต้นในกรณีพบการขุดเจาะ ไฟไหม้ หรือเหตุฉุกเฉินในเขตพื้นที่แนวท่อส่งน้ำมัน พร้อมสนับสนุนถังดับเพลิงเพื่อใช้ภายในโรงเรียนและอุปกรณ์เพื่อการศึกษาให้กับน้องๆ โรงเรียนบ้านมาบประชันอีกด้วย ในฉบับนี้เราได้นำภาพบรรยากาศบางส่วนมาฝากกันค่ะ


น้องๆ แฮปปี้ พี่ๆ ก็ดีใจ




ขอขอบคุณ ผอ. ภัทร์กร ที่ให้เกียรติต้อนรับทีมงานแทปไลน์ในครั้งนี้ด้วยค่ะ






นักดับเพลิงตัวจิ๋ว


ทีมฮีโร่ตัวจิ๋วของพวกเรา

กระยาสารท กลุ่มแม่บ้านเกษตร "ของดี" ตำบลบ่อโพง

เรื่องเล่ารอบบ้าน

สวัสดีพี่น้องสมาชิกชุมชนแนวท่อและรอบคลังของแทปไลน์ทุกท่านค่ะ คอลัมน์ "เรื่องเล่ารอบบ้าน" ประจำฉบับนี้ขอพาไปรู้จักกับ "ของดี" ประจำชุมชนบ่อโพง อ.นครหลวง จ.อยุธยา ซึ่งเป็นหนึ่งในชุมชนแนวท่อส่งน้ำมันที่มีความผูกพันและอยู่เคียงข้างกับแทปไลน์มาอย่างยาวนาน ของดีที่เราภูมิใจนำเสนอคือ "ขนมกระยาสารท" ฝีมือกลุ่มแม่บ้านเกษตรที่สืบทอดความอร่อยกันมาอย่างยาวนาน ความพิเศษของกระยาสารทที่นี่คือการคัดสรรวัตถุดิบชั้นดี ทำสดใหม่ ทั้งข้าวเม่า ข้าวตอก ถั่วลิสง และงา นำมาเคี่ยวกับน้ำตาลมะพร้าวแท้ กะทิ และแบะแซ กวนจนเหนียวข้นเข้ากันพอดี ทำให้ได้รสชาติที่หวานกลมกล่อม ไม่หวานแหลมจนเกินไป แถมพี่ๆ กลุ่มแม่บ้านยังใส่ใจหั่นเป็นชิ้นพอดีคำ เพื่อให้รับประทานได้ง่ายยิ่งขึ้น










ด้วยความตั้งใจของแทปไลน์ที่อยากส่งเสริมอาชีพและกระจายรายได้สู่ท้องถิ่น เราจึงมุ่งมั่นที่จะสนับสนุนผลิตภัณฑ์ดีๆ จากฝีมือพี่น้องชุมชนของเราให้เป็นที่รู้จักและได้รับการต่อยอด เราจึงไม่รอช้าที่จะเลือกขนมกระยาสารทของตำบลบ่อโพง มาเป็นหนึ่งในไฮไลต์สำคัญของกิจกรรม "ปันน้ำใจ แทปไลน์ห่วงใยชุมชน ครั้งที่ 4" เราได้นำความอร่อยข้ามจังหวัดไปมอบเป็นของขวัญแทนความห่วงใย ให้กับพี่น้องชาวชุมชนห้วยโป่งใน 2 จ.ระยอง ได้ลิ้มรสกันถึงที่

กิจกรรมนี้นับเป็นอีกหนึ่งความตั้งใจของแทปไลน์ที่จะเชื่อมโยงสายใยความสุขระหว่างชุมชนต่างๆ เข้าด้วยกัน พร้อมทั้งเป็นส่วนหนึ่งในการสนับสนุนและผลักดันผลิตภัณฑ์ท้องถิ่นให้เติบโตอย่างยั่งยืนไปพร้อมกับเราค่ะ

สาระใกล้ตัว

"เทคนิคกินดีลดความดันโลหิตสูง"

"ความดันโลหิตสูงเป็นโรคที่พบได้บ่อยในผู้สูงอายุ เป็นภัยเงียบที่อันตราย หากปล่อยทิ้งไว้หลอดเลือดจะถูกทำลาย ออกซิเจนไปเลี้ยงอวัยวะต่าง ๆ ได้ไม่สะดวก เมื่อสมองได้รับออกซิเจนไม่เพียงพอมีโอกาสเสี่ยงสมองเสื่อม ซึ่ง อาหารการกินเป็นปัจจัยสำคัญอันดับต้น ๆ สามารถช่วยลดความดันโลหิตลงได้หากเลือกรับประทานอย่างเหมาะสม"

อาหารควรเลี่ยงและควรลด

1. อาหารที่มีโซเดียมสูง เช่น เครื่องปรุง เครื่องจิ้ม อาหารหมักดอง อาหารกระป๋อง อาหารกึ่งสำเร็จรูป เนื้อสัตว์แปรรูป เบเกอรี่
2. อาหารที่มีไขมันอิ่มตัวสูง เช่น ไขมันจากสัตว์ เนย ชีส ครีมเทียม น้ำมันมะพร้าว น้ำมันปาล์ม กะทิ ของทอด
3. น้ำตาล ของหวาน เครื่องดื่มที่มีน้ำตาล ซึ่งน้ำตาลเองอาจจะไม่ใช่สาเหตุของการเกิดโรคนี้โดยตรง แต่การบริโภคน้ำตาลมากเกินไปนั้นเป็นสาเหตุของการเกิดโรคอ้วนและอาจเหนี่ยวนำหรือเป็นสาเหตุแห่งการเป็นโรคความดันโลหิตสูงได้ในอนาคต เนื่องจากภาวะน้ำตาลในเลือดสูงทำให้หลอดเลือดเกิดการอักเสบและขาดความยืดหยุ่นได้
4. แอลกอฮอล์ ทำให้ระดับความดันโลหิตเกิดความแปรปรวนและจะส่งผลให้เกิดปัญหาเกี่ยวกับความดันโลหิตในระยะยาวอีกด้วย

อาหารประเภทไหนช่วยลดความดันโลหิตได้

1. เน้นกินพืช ธัญพืช ถั่วต่าง ๆ
2. โปรตีนที่มีคุณภาพดี ไขมันอิ่มตัวต่ำ เช่น ปลา ไก่ เต้าหู้
3. แร่ธาตุโพแทสเซียมที่ได้มาจากผัก ผลไม้ พืชประเภทหัว
4. แร่ธาตุแมกนีเซียม ซึ่งได้มาจากผัก ผลไม้ ถั่วเมล็ดแห้ง ถั่วเปลือกแข็ง เมล็ดพืชและดาร์กช็อกโกแลต
5. แร่ธาตุแคลเซียม ที่ได้จากนมและผลิตภัณฑ์จากนมพร่องมันเนยหรือขาดมันเนย นมถั่วเหลืองเสริมแคลเซียม ปลาตัวเล็กตัวน้อย กุ้งฝอย งา เต้าหู้แข็ง
6. เกลือโซเดียมไม่เกิน 2,000 มิลลิกรัมต่อวัน
7. กินอาหารที่ไม่ผ่านการแปรรูป และไม่ปรุงแต่งมากเกินไป

ที่มา : www.caregiverthai.com

ภาพข่าวกิจกรรม



>> บริจาคสถานสงเคราะห์เนื่องในโอกาสครบรอบการก่อตั้งบริษัท ปีที่ 35 เมื่อวันที่ 7 พฤษภาคม 2569 ณ สถานสงเคราะห์เด็กชาย บ้านบางละมุง จ.ชลบุรี



>> จัดซ้อมแผนฉุกเฉินน้ำมันรั่วไหลแนวท่อส่งน้ำมัน ประจำปี 2569 ร่วมกับสถานีดับเพลิงบางขัน เมื่อวันที่ 27 พฤษภาคม 2569 ณ บริเวณ คลองครุ เขตคันยาว กทม.



>> กิจกรรมปันน้ำใจ แทปไลน์ห่วงใยชุมชน ครั้งที่ 2 ประจำปี 2569 เมื่อวันที่ 29 พฤษภาคม 2569 ณ ชุมชนสุขอนันต์ เขตคันนายาว กทม.



>> กิจกรรม Thappline Junior Safety Heroes เมื่อวันที่ 23 มิถุนายน 2569 ณ โรงเรียนบ้านมาบประชัน จ.ชลบุรี



>> กิจกรรมปันน้ำใจ แทปไลน์ห่วงใยชุมชน ครั้งที่ 3 ประจำปี 2569 เมื่อวันที่ 23 กรกฎาคม 2569 ณ ชุมชนหมู่ไผ่ จ.ปทุมธานี



>> กิจกรรม 35 ปี แทปไลน์ มอบให้ด้วยใจ ประจำปี 2569 เมื่อวันที่ 6 สิงหาคม 2569 ณ โรงพยาบาลลำลูกกา จ.ปทุมธานี



>> กิจกรรมปันน้ำใจ แทปไลน์ห่วงใยชุมชน ครั้งที่ 4 ประจำปี 2569 เมื่อวันที่ 26 สิงหาคม 2569 ณ ชุมชนตำบลห้วยโป่งใน จ.ระยอง



>> พิธีมอบทุนการศึกษาแทปไลน์ ประจำปี 2569 เมื่อวันที่ 1 กันยายน 2569 สำหรับโรงเรียนในพื้นที่รอบคลังน้ำมันลำลูกกา และเมื่อวันที่ 3 กันยายน 2569 สำหรับโรงเรียนในพื้นที่รอบคลังน้ำมันสระบุรี

ห่วงใยชุมชน เพื่อสังคมที่น่าอยู่

มาตรการเกี่ยวกับอาชีวอนามัย ความปลอดภัย และสิ่งแวดล้อมที่กำหนดในรายงานการประเมินผลกระทบสิ่งแวดล้อม หรือ EIA

ฉบับก่อนเราได้ทราบไปแล้วว่า รายงาน EIA Monitor ระบุมาตรการการป้องกันและแก้ไขผลกระทบสิ่งแวดล้อมที่แทปไลน์ต้องปฏิบัติตาม ซึ่งแบ่งออกเป็นด้านต่างๆ เช่น มาตรการด้านสังคมและการมีส่วนร่วมของประชาชน ที่ได้กล่าวถึงในฉบับก่อน ฉบับนี้จะกล่าวถึงมาตรการด้านอาชีวอนามัย และความปลอดภัย ซึ่งกำหนดให้โครงการต้องดำเนินการที่เกี่ยวข้อง ดังนี้ การดำเนินงานตามระบบควบคุมการปฏิบัติงานเพื่อให้มั่นใจว่าการปฏิบัติงานต่างๆ ต้องคำนึงถึงความปลอดภัย การฝึกอบรมพนักงานที่เกี่ยวข้องด้านความปลอดภัย อาทิ หลักสูตรดับเพลิงขั้นต้นเพื่อให้พนักงานมีความสามารถในการตอบสนองเหตุฉุกเฉิน การตรวจสอบอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้องในการระงับเหตุฉุกเฉิน เพื่อให้มีความพร้อมในการใช้งานอยู่เสมอ การซ้อมแผนกรณีเกิดเหตุฉุกเฉินประจำปีกรณีเกิดเหตุไฟไหม้หรือน้ำมันรั่วไหล เพื่อให้มั่นใจว่าหากมีเหตุฉุกเฉินแทปไลน์สามารถดำเนินการตามขั้นตอนเพื่อระงับเหตุฉุกเฉินได้อย่างมีประสิทธิภาพ

การดำเนินการดังกล่าวไม่เพียงแต่เป็นการปฏิบัติตามข้อกำหนดของรายงาน EIA แต่ยังสะท้อนถึงความมุ่งมั่นในการสร้างวัฒนธรรมความปลอดภัยที่เข้มแข็ง เพื่อให้พนักงานปฏิบัติงานได้อย่างปลอดภัย ลดผลกระทบที่อาจเกิดขึ้นต่อชุมชนและสิ่งแวดล้อมโดยรอบ

รายชื่อผู้โชคดีที่ร่วมสนุก จากชุมชนสารสัมพันธ์ ฉบับที่ 68

1. คุณสุธารัตน์ รัตนปิณฑะ	กทม.
2. คุณอาณัติ ท้วมศรี	กทม.
3. คุณจินดา ปันทวาย	สระบุรี
4. คุณศิริวรรณ เพ็ญฉาย	สระบุรี
5. คุณศราวุธ ประทุมศรี	ปทุมธานี
6. คุณวนิดา เกตุดี	ปทุมธานี

มาร่วมสนุกตอบคำถามง่ายๆ เพื่อลุ้นรับบัตรของขวัญจากเทสโก้ โลตัส กันนะคะ

เฉลยคำถามฉบับที่ 68

1. แทปไลน์สนับสนุนอินทผลาลัม เนื่องในเทศกาลใดของชุมชน
คำตอบ : เทศกาลรอมฎอน
2. ผลิตภัณฑ์ชุมชน “ไข่เค็มใบเตย” เป็นสินค้าของพื้นที่ใด
คำตอบ : ชุมชนตำบลเชียงรากน้อย จ.อยุธยา

ขอเชิญทุกท่านร่วมตอบคำถาม เพื่อลุ้นรับบัตรของขวัญจากเทสโก้ โลตัส มูลค่า 500 บาท จำนวน 6 รางวัล

โดยสามารถร่วมตอบคำถามได้ 2 ช่องทาง ดังนี้

1. Line ID : san19510
2. ส่งไปรษณีย์ : แผนกสื่อสารองค์กรและกิจการสัมพันธ์ บริษัท ท่อส่งปิโตรเลียมไทย จำกัด เลขที่ 2/8 ม.11 ถ.ลำลูกกา ต.ลาดสวาย อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี 12150

- โปรดส่งภายในวันที่ 27 พฤศจิกายน 2569 ร่วมส่งคำตอบได้ท่านละ 1 ครั้ง / ฉบับ เท่านั้น
- ขอสงวนสิทธิ์เฉพาะชุมชนที่อาศัยอยู่ในเขตแนวท่อส่งน้ำมัน และคลังน้ำมันเท่านั้น
- เฉลยคำตอบและประกาศชื่อผู้โชคดีในชุมชนสารสัมพันธ์ ฉบับที่ 70 / มกราคม - เมษายน 2570

หมายเหตุ 1.สำหรับผู้ร่วมตอบคำถามทางไลน์ขอความร่วมมือแจ้งที่อยู่พร้อมกับการตอบคำถาม โดยบริษัทฯ จะจัดส่งบัตรของขวัญให้ตามที่อยู่ที่ท่านได้แจ้งไว้เท่านั้น

2.สำหรับผู้ร่วมตอบคำถามทางไปรษณีย์ บริษัทฯ จะจัดส่งบัตรของขวัญให้ตามที่อยู่ที่ท่านได้ระบุไว้เท่านั้น

คำถามฉบับที่ 69

1. ของดีชุมชนบตำบลบ่อโพง อ.บนครหลวง จ.อยุธยา คือผลิตภัณฑ์ใด

คำตอบ : _____

2. แทปไลน์จัดซ้อมแผนฉุกเฉินน้ำมันรั่วไหลแนวท่อส่งน้ำมัน ประจำปี 2569 ร่วมกับหน่วยงานใด

คำตอบ : _____

ชื่อ.....นามสกุล .....โทรศัพท์ .....

ที่อยู่ .....

.....

บริษัท ท่อส่งปิโตรเลียมไทย จำกัด
2/8 ม.11 ถ.ลำลูกกา ต.ลาดสวาย อ.ลำลูกกา จ.ปทุมธานี 12150 โทรศัพท์ 02-034-9199 www.thappline.co.th

เหตุขัดข้องที่นำจ่ายผู้รับไม่ได้

- ☐ 1. จ่าหน้าซองไม่ชัดเจน
- ☐ 2. ไม่มีเลขที่บ้านตามจ่าหน้า
- ☐ 3. ไม่ยอมรับ
- ☐ 4. ไม่มีผู้รับตามจ่าหน้า
- ☐ 5. ไม่มารับตามกำหนด
- ☐ 6. เลิกกิจการ
- ☐ 7. ย้ายไม่ทราบที่อยู่ใหม่
- ☐ 8. อื่นๆ

ลงชื่อ.....