

## ปลูก(ผัก)ด้วยรัก สานพลังสามัคคี **ชุมชนบ้านเขนท้าว** ผักปลอดสารพิษ ชีวิตปลอดภัย ช่วยลดรายจ่ายในครัวเรือน

นำเสนอเมื่อ : 15 ก.ค. 2560

ปัจจุบันการปลูกผักเชิงพาณิชย์ส่วนใหญ่มีการใช้ทั้งสารเคมีและยาฆ่าแมลง ทำให้มีสารพิษตกค้างจำนวนมาก ส่งผลเสียต่อสุขภาพของผู้บริโภค จึงเป็นที่มาของการรวมกลุ่มแม่บ้านชุมชนบ้านเขนท้าว อำเภอมายอ จังหวัดปัตตานี ได้หันมาปลูกพืชผักปลอดสารพิษไว้รับประทานกันเองในครัวเรือน จนเกิดเป็น “โครงการส่งเสริมการผลิตและบริโภคผักปลอดภัยในครัวเรือน” โดยได้รับการสนับสนุนจากสำนักงานสภานโยบายการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรมแห่งชาติ สำนักงานกองทุนสนับสนุนการส่งเสริมสุขภาพ (สสส.) ที่นอกจากจะช่วยประหยัดค่าใช้จ่ายในแต่ละเดือนไปเป็นจำนวนมากแล้ว ยังส่งผลดีต่อสุขภาพของสมาชิกทุกคนในชุมชน

นางกรรณิมาณี มะแดง เกษตรกรต้นแบบวิถีพอเพียง และที่ปรึกษาด้านการปลูกผักปลอดสารพิษของโครงการฯ เล่าว่า คนในชุมชนของนั้นแต่เดิมไม่คิดว่าจะปลูกผักไว้บริโภคเอง เพราะซื้อกินมานานจนเคยชิน

“แรงจูงใจที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้กลุ่มแม่บ้านในชุมชนบ้านเขนท้าวเกิดความตระหนักและหันมาปลูกผักในครัวเรือนนั้น เกิดขึ้นจากการที่ทาง โรงพยาบาลมายอ ได้เขามาร่วมให้ความรู้ในเรื่องของพิษภัยจากการบริโภคผักที่ปนเปื้อนสารเคมี เพื่อให้เห็นภาพและขั้นตอนการเพาะปลูกผักในปัจจุบันที่ได้มีไปด้วยสารเคมีที่มีอันตรายต่อสุขภาพ และผลร้ายจากการบริโภคผักที่มีสารพิษตกค้าง โดยเฉพาะผักคะน้า ต้นหอม และผักชี ที่ชาวบ้านแทบไม่เชื่อว่าจะใช้สารเคมีและยาฆ่าแมลงเยอะมากจนแทบไม่กล้ารับประทานผักชนิดนี้จากตลาดอีกต่อไป”

ด้าน “นางนุริยะห์ บือราเฮง” สมาชิกของโครงการฯ เล่าว่า ที่บ้านเป็นครอบครัวใหญ่อยู่กันหลายคนซื้อผักวันหนึ่งไม่ต่ำกว่า 80 บาท แม้กระทั่งพริกยังต้องซื้อ แต่ตอนนี้ไม่ต้องซื้อแล้วเพราะมีผักที่ปลูกเองแทบทุกอย่าง ซื้อแค่นี้ก็พอแล้วอย่างปลาและไก่เท่านั้น

“เวลาที่เห็นผลผลิตออกมาแล้วเราก็มีความสุข ถ้าเก็บได้เยอะก็เอาไปแบ่งหรือแลกเปลี่ยนกับผักชนิดอื่นๆ ของเพื่อนๆ การที่ครอบครัวได้กินผักที่ปลอดสารพิษครอบครัวเราก็จะได้ปลอดภัย ทุกคนในบ้านก็มาช่วยกันดูแลผักที่ปลูกเป็นการออกกำลังกายไปในตัว ซึ่งที่บ้านยังเป็นศูนย์การเรียนรู้เรื่องของการทำสารอีเอ็มและปุ๋ยชีวภาพด้วย”



โครงการส่งเสริมการผลิตและบริโภคผักปลอดทุภัก์ในครัวเรือนนอกจากอยากที่จะให้สมาชิกในชุมชนได้ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ด้วยการปลูกผักปลอดสารพิษไว้รับประทานกันเองในครัวเรือน นอกจากนี้จะประหยัดและปลอดภัยต่อสุขภาพแล้ว ยังก่อให้เกิดการรวมกลุ่มด้วยสามัคคีเข้มแข็งขึ้น และพร้อมที่จะขยายผลจากการดูแลสุขภาพของตนเองและสมาชิกในครัวเรือนไปสู่การสร้างชุมชนแห่งนี้ให้มีสุขภาพะอย่างยั่งยืน.