

# ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น องค์การบริหารส่วนตำบลมะรุ่ย

(เพิ่มเติม)



กองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม  
องค์การบริหารส่วนตำบลมะรุ่ย  
ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

## คำนำ

กองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม องค์การบริหารส่วนตำบลมะรุ่ย เป็นหน่วยงานหลักในการดำเนินพันธกิจด้านการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ประเพณีท้องถิ่น ได้ตระหนักถึงความสำคัญด้านภูมิปัญญาท้องถิ่นที่มีหลากหลายประเภทในพื้นที่ตำบลมะรุ่ย ซึ่งกองการศึกษาฯ ได้เห็นว่าควรเป็นอย่างยิ่งที่จะเผยแพร่และอนุรักษ์ไว้ให้คนรุ่นหลังได้สืบทอดต่อไป

กองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม  
องค์การบริหารส่วนตำบลมะรุ่ย

## สารบัญ

	หน้า
ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น	1
1.การทำพานบายศรี	4
2.การไหว้ศาลพระภูมิ	10
3.การนวดแผนโบราณ	13
4.การทำเกษตรอินทรีย์	16
5.การทำไช้ดักปู	18
6.การตัดเย็บผ้าถุง	20
7.การเผาข้าวหลาม	22
8.การทำขนมพื้นบ้าน	25
9.การทำกะปิ	27
10.การทำขนมกอละแมและข้าวเหนียวหวาน	30
11. การทำกุ่มเสียบ	33
12. การทำเครื่องแกง	35
13. การทำสครับและสบู่ จากเปลือกหอยนางรม	37
14. การทำชาขลุ่	38
15. การทำกระทงสาย	40

## ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น

## องค์การบริการส่วนตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

ลำดับที่	ชื่อภูมิปัญญา	สาขา	เจ้าของภูมิปัญญา	ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น	สถานที่ภูมิปัญญา	หมายเหตุ
1	การทำพานบายศรี	ด้านศิลปะประดิษฐ์	นางยุวดี ช่วยบุญชู	เป็นการทำพานบายศรี ที่ต้องอาศัยความปราณีต และประสบการณ์ที่สะสมมานาน ใช้ในพิธีการต่างๆ	23 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
2	การไหว้ศาลพระภูมิ	ด้านประเพณีและพิธีกรรม	นายประจักษ์ จิตรแมน	การตั้งศาลพระภูมิ เป็นพิธีการเกี่ยวกับความเชื่อของคนไทยที่มีมานาน สืบทอดรุ่นต่อรุ่น	46/5 หมู่ 2 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
3	การนวดแผนโบราณ	ด้านการแพทย์	นางอุมาพร ทากการ	เป็นศาสตร์บำบัดและรักษาโรค โดยเน้นลักษณะการกด การคลึง การบีบ การตัด การดึง การอบ และประคบ	35 หมู่ 5 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
4	การทำเกษตรอินทรีย์	ด้านเกษตร	นายกวีชัย สันแก้ว	เป็นการอนุรักษ์ดิน และระบบนิเวศ โดยใช้ทรัพยากรธรรมชาติ และเทคโนโลยีที่เหมาะสม	12/1 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	

## ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น

### องค์การบริการส่วนตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

ลำดับที่	ชื่อภูมิปัญญา	สาขา	เจ้าของภูมิปัญญา	ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น	สถานที่ภูมิปัญญา	หมายเหตุ
5	การทำไชด์ักปู	ด้านหัตถกรรม	นายจาง ทองกอบ	เป็นการทำอุปกรณ์ ที่ใช้สำหรับการวางไชด์ักปู เป็นทักษะอาชีพที่เน้นการพึ่งพาตนเองภายใต้วิถีชีวิตท้องถิ่น	20 หมู่ 5 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
6	การตัดเย็บผ้าถุง	ด้านหัตถกรรม	นางหลี่ลำดำ สาระกาน	เป็นการตัดเย็บผ้าถุง เนื่องด้วยวัฒนธรรมการนุ่งห่มยังคงนิยมใส่ผ้าถุง เป็นการสร้างรายได้อีกทางหนึ่งแก่ชาวบ้าน	22/3 หมู่ 3 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
7	การเผาข้าวหลาม	ด้านโภชนาการ	นางสาวสุทิสสา ชูวงศ์	เป็นภูมิปัญญาในการทำอาหารและถนอมอาหาร ข้าวหลามเป็นอาหารที่ปรุงรสด้วยน้ำกะทิ มีรสชาติหวาน มัน เค็ม	12 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
8	การทำขนมพื้นบ้าน	ด้านโภชนาการ	นางสาววันดี สาระกาน	เป็นการทำขนมพื้นบ้าน ที่ทำขายและสืบทอดกันมา ได้แก่ ขนมเปียกปูน ขนมลอดช่อง ขนมห่อ เป็นต้น	22/3 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	

## ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น

## องค์การบริการส่วนตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

ลำดับที่	ชื่อภูมิปัญญา	สาขา	เจ้าของภูมิปัญญา	ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น	สถานที่ภูมิปัญญา	หมายเหตุ
9	การทำกะปิ	ด้านโภชนาการ	นางฉันทนา ชายกุล	กะปิเป็นตำรับอาหารของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ซึ่งปัจจุบันกะปิกลายเป็นหนึ่งในวัฒนธรรมอาหารและสร้างรายได้แก่ชุมชนต่างๆ	54 หมู่ 3 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
10	การทำขนมกาละแมและข้าวเหนียวกวน	ด้านโภชนาการ	กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านคลองจูด	เป็นการรวมกลุ่มของแม่บ้าน ที่รวมตัวกันทำขนมพื้นบ้านขึ้นมา เพื่อการอนุรักษ์ขนมพื้นบ้านเอาไว้	หมู่ 5 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	
11	การทำกุ้งเสียบ	ด้านโภชนาการ	กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร	ส่วนใหญ่เป็นการย่างกุ้งไว้เพื่อบริโภคในครัวเรือนเป็นหลัก ชาวบ้านจะเรียกกันติดปากว่า “กุ้งเสียบ”	ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา	
12	การทำเครื่องแกง	ด้านโภชนาการ	กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร	เครื่องแกง ทรัพย์สินสมุทร เน้นคัดสรรวัตถุดิบธรรมชาติที่สด สะอาด และมีคุณภาพ นำมาผสมผสานกัน เพื่อให้เกิดรสชาติที่คงเอกลักษณ์ของความ เป็นพื้นบ้านไว้	ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา	

## ฐานข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น

## องค์การบริการส่วนตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

ลำดับที่	ชื่อภูมิปัญญา	สาขา	เจ้าของภูมิปัญญา	ข้อมูลภูมิปัญญาท้องถิ่น	สถานที่ภูมิปัญญา	หมายเหตุ
13	สครับและสบู่ จากเปลือกหอยนางรม	ด้านการแพทย์	กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร	ชุมชนได้คิดวิธีการที่จะนำเปลือกหอยนางรมมาทำเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อไม่ให้เกิดการทิ้งเปลือกหอยนางรมเป็นการเสียเปล่า และเป็นการสร้างมูลค่าแก่หอยนางรม	ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา	
14	ชาขลุ่	ด้านการแพทย์	กลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร	พื้นที่หมู่บ้านโคกไครนั้น พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ป่าชายเลนทำให้มีต้นขลุ่ขึ้นเป็นจำนวนมาก ชาวชุมชนหมู่บ้านโคกไครจึงได้นำต้นขลุ่ขึ้นมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ชาสมุนไพร เพื่อสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน	ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา	
15	การทำกระทงสาย	ด้านหัตถกรรม	นางสาวนิภาพร เกื้ออนสิน	ใช้กะลามะพร้าวเป็นตัวกระทง ภายในมีไส้กระทงเป็นมะพร้าวแห้งชุบน้ำมัน สำหรับความเชื่อในการลอยกระทงนั้นก็คล้ายกับชาวไทยในภาคอื่นๆ คือเป็นการสะเดาะเคราะห์และขอขมาพระแม่คงคา	11 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา	

## 1. ชื่อภูมิปัญญา การทำพานบายศรี

สาขา ด้านศิลปะประดิษฐ์

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำพานบายศรี

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางยุวดี ช่วยบุญชู



ที่อยู่ 23 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

### รายละเอียดของภูมิปัญญา

บายศรี เป็นการใช้ภูมิปัญญาไทย ในการสร้างขวัญกำลังใจให้แก่ ผู้ได้รับการทำพิธี บายศรีจึงเป็นของสูง สิ่งมีค่าของไทยมาแต่โบราณ ในงานมงคลทุกงานจะมีพิธีที่มีบายศรี เป็นส่วนสำคัญ เป็นศาสนพิธีของศาสนาพราหมณ์ คำว่าบาย เป็นภาษาเขมร หมายถึง ข้าว สุก ศรี เป็นภาษาสันสกฤต หมายถึง มิ่งขวัญ บายศรี จึงหมายถึง ขวัญข้าว หรือภาชนะใส่ เครื่องสังเวย

ก่อนทำพิธีสู่ขวัญ ต้องมีการจัดทำพานขวัญหรือขันบายศรี หมายถึง ภาชนะใส่เครื่องสังเวยบูชาก่อนการเรียกขวัญ ตกแต่งอย่างสวยงามด้วยใบไม้ เช่น ใบตองกล้วย นำมาพับเป็นมุมแหลมและเย็บซ้อนอย่างสวยงาม อาจทำเป็น 3 ชั้น 5 ชั้น หรือ 7 ชั้น แล้วแต่ความเหมาะสมของผู้จัดพิธี บายศรีจึงเป็นความเชื่อของคนทุกภาคในประเทศไทย การทำพิธีโดยใช้บายศรี ก่อให้เกิดขวัญกำลังใจ ช่วยให้มีจิตใจที่เข้มแข็ง สามารถเผชิญอันตรายได้อย่างดี ทำให้เกิดโชคลาภและสิริมงคลแก่ผู้กระทำ การใช้บายศรี มีทั้งเหตุการณ์ดีและเหตุการณ์ไม่ดี

การสู่ขวัญโดยใช้บายศรีในเหตุการณ์ดี เช่น การเกิด บวช แต่งงาน ขึ้นบ้านใหม่ ฉลองตำแหน่ง ผูกเสี่ยว การกลับมาบ้าน เพื่อให้เกิดสิริมงคลยิ่ง ๆ ขึ้นไป



การสู้ขวัญโดยใช้บายศรีในเหตุการณ์ที่ไม่ดี เช่น การเจ็บป่วย การเกิดอุบัติเหตุ หรือ เหตุการณ์ร้ายต่าง ๆ ที่ทำให้เสียขวัญ เพื่อสะเดาะเคราะห์ ให้อภัยจากเหตุการณ์ร้าย

หมอลำขวัญ จะเป็นผู้ประกอบพิธี โดยเชิญเทวดาอารักษ์มาเป็นสักขีพยาน และ บันดาลให้เจ้าของขวัญประสบความสำเร็จ ความสุขและความเจริญ

บายศรี ตั้งแต่โบราณมีหลายชนิด แต่ละชนิดมีชื่อเรียกแตกต่างกัน มีวิธีทำและวิธีใช้ ไม่เหมือนกัน อาทิ

1. บายศรีเทพ ใช้ในพระราชพิธีต่าง ๆ สำหรับบวงสรวง เทพ พรหม เทวดาอารักษ์ ประกอบด้วย บายศรีเก้าชั้น ทั้งหมดแปดตัว ประดับพานด้วยดอกดาวเรือง กุหลาบและ ดอกกรัก ยอดตัวบายศรีปักด้วยเม็ดโคมและเข็มหมุด ห้อยอุบะดอกกรัก ประดับยอดด้วยดอก ดาวเรืองและดอกบัว

2. บายศรีพรหม ใช้ในงานพิธีใหญ่ สำหรับบวงสรวงเทพยดา หรือองค์พรหม ประกอบด้วย บายศรีตัวแม่เก้าชั้น 4 ตัว และตัวบายศรี 6 ชั้น 4 ตัว ประดับด้วยดอก ดาวเรือง ดอกกุหลาบ ดอกบานไม่รู้โรย ห้อยอุบะดอกกรัก ยอดประดับด้วยดอกบัวและดอก ดาวเรือง

3. บายศรีตอ ใช้ในงานบวงสรวงครูแขนงต่าง ๆ ประกอบด้วย บายศรีตัวแม่เก้าชั้น ตัวลูกเจ็ดชั้น ประดับพานด้วยดอกดาวเรือง กุหลาบ ห้อยอุบะดอกกรัก ประดับยอดด้วย ดอกดาวเรืองและดอกบัว

4. บายศรีปากขาม นิยมทำ 3 ชนิดคือ

4.1 บายศรีปากขาม 7 ยอด (เล็ก เป็นบายศรีขนาดเล็กที่มีความสำคัญและ ศักดิ์สิทธิ์มาก ใช้ในงานพิธีต่าง ๆ เช่น ตั้งศาลพระภูมิ ทำบุญต่าง ๆ ยอดกรวยเสียบด้วยไข และดอกไม้ที่เป็นมงคล

4.2 บายศรีปากขาม 7 ยอด ใช้ในงานพิธีต่าง ๆ เช่น ทำขวัญเด็กเกิดใหม่ โขน ฃมไฟ โขนจุก สร้างบ้าน ยกเสาเอก ไหว้ครู ตั้งศาลพระภูมิ

4.3 บายศรีปากขาม 9 ยอด ใช้ในงานพระราชพิธีใหญ่ ๆ เพื่อสักการะบูชาครู บาอาจารย์ บวงสรวงเทพยดา ประดับด้วยบายศรีตัวแม่ 9 ชั้น รอบพานประดับด้วย ดอก ดาวเรือง ดอกบานไม่รู้โรย ประดับยอดด้วยดอกดาวเรือง

บายศรีจึงเป็นงานฝีมือของภูมิปัญญาไทย ที่ช่วยสร้างขวัญและกำลังใจให้ผู้อยู่ใน พิธี ซึ่งน่าสนใจว่าจะไม่สาบสูญอย่างแน่นอน เพราะคนไทยยังนิยมใช้บายศรีในพิธีต่าง ๆ อยู่เสมอ แต่ที่น่าเป็นห่วงคือ คนทำบายศรีเป็นมีน้อยลงทุกที การสืบทอดไม่สามารถเรียนรู้ กันได้อย่างจริงจัง ขึ้นอยู่กับฝีมือและหัวใจ

## ความเป็นมาของภูมิปัญญา

บายศรีเป็นภูมิปัญญาท้องถิ่นที่สืบทอดกันมาช้านานตั้งแต่สมัยโบราณ บายศรีของไทยทำด้วยใบตองเป็นรูปแบบกระทงบรรจุอาหาร โดยมีข้อสันนิษฐานว่า บายศรีมีมาตั้งแต่ในสมัยอยุธยา เนื่องจากมีหลักฐานปรากฏอยู่ในวรรณคดีเรื่อง มหาชาติคำหลวง กัณฑ์มหาราช ซึ่งคงแต่งขึ้นเมื่อ พ.ศ. ๒๐๒๕ และต่อมามีการนำบายศรีเข้ามาผนวกกับพิธีในพระพุทธศาสนา เช่น พิธีทำขวัญนาค ซึ่งในครั้งนั้นจะมีรูปแบบใดไม่มีหลักฐานแน่ชัด พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวทรงอธิบายไว้ใน พระราชพิธีสิบสองเดือน ตอนหนึ่งว่า "...บายศรีตองก็เป็นกระทงสำหรับบรรจุอาหาร แต่เป็นการออกหน้าประชุมคนพร้อมๆ กัน ก็คิดตกแต่งให้งดงามมากมาย ชะรอยบายศรีแต่เดิมจะใช้ใต๊ะกับข้าวใต๊ะหนึ่งจานเรียงซ้อนๆ กันขึ้นไปจนสูงๆ เหมือนแขกเขาเลี้ยงที่เมืองกลันตัน ภายหลังเห็นว่าไม่เป็นของที่แน่นอนหนา และยังไม่สู้ใหญ่โตนักสมปรารถนา จึงเอาพานซ้อนกันขึ้นไปสามชั้น ห้าชั้น แล้วเอาของตั้งวางบนปากพาน ที่เป็นคนवासาน้อยไม่มีใต๊ะ ไม่มีพาน ก็เย็บกระทงตั้งซ้อนขึ้นไปสามชั้น ห้าชั้น เจ็ดชั้น ก็เจิมปากให้เป็นกระทงเจิม ให้เป็นการงดงาม..."

## วัตถุดิบ อุปกรณ์

1. ใบตอง (ควรให้ใบตองกล้วยตานี)
2. พานแว่นฟ้า ขนาดเล็ก กลาง ใหญ่ ผูกติดกันไว้ด้วยลวด และรองพื้นพานด้วยโฟม
3. ภาชนะปากกว้างสำหรับใส่น้ำแช่ใบตอง 2 ใบ
4. สารส้ม
5. น้ำมันมะกอก ชนิดสีเหลือง หรือขาว
6. ไม้ปลายแหลม (ขนาดไม้เสียบลูกชิ้น) ประมาณ 20-30 อัน
7. ดอกไม้ (ดอกพุท ดอกดาวเรือง ดอกบานไม่รู้รุ่ย ฯลฯ)
8. กรรไกร สำหรับตัดใบตอง
9. ลวดเย็บกระดาษ

## ขั้นตอนการทำ

### การเลือก และ การทำความสะอาดใบตอง

ใบตองที่นำมาใช้สำหรับทำบายศรี มักนิยมใช้ใบตองจากกล้วยตานี เนื่องจากเป็นใบตองที่มีลักษณะเป็นเงา มันวาว เมื่อโดนน้ำจะยิ่งเกิดประกายสีเขียวเข้มสวยงามยิ่งขึ้น และที่สำคัญ ใบตองจากกล้วยตานี มีความคงทน ไม่แตกง่าย ไม่เหี่ยวง่าย สามารถนำมาพับม้วนเป็นรูปลักษณะต่างๆ ได้ง่าย และสามารถเก็บไว้ได้นานหลายวัน หรือถ้ารักษาโดยหมั่นพรมน้ำบ่อยๆ ใบตองกล้วยตานี จะสามารถคงทนอยู่ได้นานเป็นสัปดาห์ทีเดียว

เมื่อได้ใบตองกล้วยตานีมาแล้ว จะต้องนำมาทำความสะอาดก่อน ด้วยการเช็ด โดย

ใช้ฝ้านุ่มๆ เช็ดฝุ่นละอองและสิ่งสกปรกต่างๆออกจากใบตองเสียก่อน โดยการเช็ด จะต้องใช้ผ้าเช็ดตามรอยของเส้นใบไปในทางเดียว อย่าเช็ดกลับไปกลับมา หรืออย่าเช็ดขวางเส้นใบเป็นอันขาด เพราะจะทำให้ใบตองเสียหาย มีรอยแตก และซ้ำ ทำให้ไม่สามารถนำใบตองมาใช้งานได้เต็มที่

เมื่อเช็ดสะอาดดีแล้ว ก็ให้พับพอลวมๆ เรียงซ้อนกันไว้ให้เป็นระเบียบ เพื่อรอนำมาใช้งานในขั้นตอนต่อไป

### การฉีกใบตองเพื่อเตรียมทำกรวยบายศรี

ใบตองที่ได้ทำความสะอาดเป็นที่เรียบร้อยแล้ว หยิบมาทีละใบ แล้วนำมาฉีกเพื่อเตรียมไว้สำหรับม้วนหรือพับ ทำกรวยบายศรี

### การพับหรือฉีกใบตอง แบ่งเป็นสามประเภทคือ

1. ใบตองสำหรับทำกรวยแม่ ฉีกกว้างประมาณ 2 นิ้วฟุต
2. ใบตองสำหรับทำกรวยลูก ฉีกกว้างประมาณ 2 นิ้วฟุต
3. ใบตองสำหรับห่อ ฉีกกว้างประมาณ 1.5 นิ้วฟุต

ใบตองแต่ละประเภท ควรฉีกเตรียมไว้ให้ได้จำนวนที่ต้องการ กล่าวคือ ถ้าทำพานบายศรี 3 ชั้น ชั้นละ 4 ทิศ ( 4 รั้ว ) นั่นก็หมายถึงว่าจะมีรั้วทั้งหมด 12 รั้ว ในแต่ละรั้ว จะประกอบด้วยกรวยแม่ 1 กรวย และ กรวยลูก 9 กรวย รวมทั้งสิ้น จะมีกรวยแม่ 12 กรวย และ กรวยลูก 108 กรวย นั่นเอง แสดงว่าต้องมีใบตองสำหรับทำกรวยแม่ 12 ชั้น ใบตองสำหรับทำกรวยลูก 108 ชั้น ใบตองสำหรับห่อ 120 ชั้น นั่นเอง แต่ใบตองสำหรับห่อ จะต้องเตรียมไว้เพื่อห่อรั้วอีก คือใน 1 รั้วจะประกอบไปด้วย กรวยแม่ 1 กรวย กรวยลูก 9 กรวย ซึ่งจะต้องมาห่อรวมกัน ดังนั้น จึงต้องเพิ่มใบตองสำหรับห่ออีก 120 ชั้น รวมเป็นใบตองสำหรับห่อ 240

### การพับกรวย และห่อกรวย



การพับหรือห่อกรวย หมายถึงการนำใบตองที่ฉีกเตรียมไว้แล้วสำหรับพับกรวย มาพับ โดยการพับกรวยแม่และกรวยลูกจะมีลักษณะวิธีการพับเหมือนกัน คือ การนำใบตองมาพับม้วนให้เป็นกรวยปลายแหลม เพียงแต่กรวยลูกจะมีการนำดอกพุท มาวางเสียไว้ที่ส่วนยอดปลายแหลมของกรวยด้วย เมื่อพับหรือม้วนใบตองเป็นกรวยเสร็จในแต่ละกรวยแล้วให้นำลวดเย็บกระดาษ มาเย็บใบตองไว้เพื่อป้องกันใบตองคลายตัวออกจากกัน แล้วเก็บกรวยแต่ละประเภทไว้จนครบจำนวนที่ต้องการเมื่อได้กรวยแต่ละประเภทครบตาม

จำนวนที่ต้องการแล้ว ก็นำกรวยที่ได้มาห่อ โดยการนำใบตองที่ฉีกเตรียมไว้สำหรับห่อมาห่อกรวย หรือเรียกอีกอย่างว่า ห่มผ้า หรือ แต่งตัวให้กรวยบายศรี

### การห่อข้าวบายศรีและการแช่น้ำ

การห่อข้าวบายศรี คือการนำกรวยแม่ และ กรวยลูกที่ได้ห่อกรวยไว้เรียบร้อยแล้ว มาห่อมัดรวมเข้าไว้ด้วยกัน ที่นิยมทำกัน ใน 1 ร้อย จะประกอบด้วย กรวยแม่ 1 กรวย กรวยลูก 9 กรวย

### วิธีการห่อข้าว มีการห่อคล้ายกับการห่อกรวยแม่หรือกรวยลูก



แต่จะแบ่งวิธีตามลักษณะงานที่ได้เป็น 2 วิธี คือ

1. ห่อแบบตรง คือการห่อโดยเริ่มต้นจากกรวยแม่ แล้ววางกรวยลูกไว้ด้านบนกรวยแม่เป็นชั้นๆทับกันขึ้นมา หรือหันกรวยลูกเข้าหาตัวผู้ห่อ การห่อแบบนี้ จะได้ข้าวบายศรีค่อนข้างตรง และในช่วงตัวร้อย จะมีรอยหยักของใบตองห่อเรียกว่า มีเกล็ด

2. ห่อแบบหวาน คือการห่อ โดยเริ่มต้นจากกรวยแม่ แต่วางกรวยลูกไว้ด้านล่างของกรวยแม่ และวางซ้อนลงด้านล่างลงไปจนครบ หรือหันกรวยแม่เข้าหาตัวผู้ห่อ โดยวางกรวยลูกลงด้านล่างจนครบนั่นเอง การห่อแบบนี้ จะได้ข้าวบายศรีเป็นลักษณะอ่อนช้อย งาม อ่อนหวาน

เมื่อห่อร้อยจนเสร็จในแต่ละร้อยแล้ว จึงนำร้อยที่ได้ลงแช่ในน้ำผสมสารส้มที่เตรียมไว้ประมาณ 20 นาที เพื่อให้ใบตองเข้ารูปทรง อยู่ตัวตามที่ได้พับและห่อ จากนั้น จึงนำไปแช่ในน้ำผสมน้ำมันมะกอกต่อไป เพื่อให้ร้อยมีความเป็นมันวาว เน้นสีเขียวเข้มของใบตองมากขึ้น และมีกลิ่นหอมในตัวเอง

### การประกอบพานบายศรี

การประกอบพานบายศรี ถือเป็นขั้นตอนสุดท้ายในการทำบายศรี คือการนำร้อยที่ทำเสร็จแล้วและแช่ในน้ำผสมน้ำมันมะกอกแล้ว มาประกอบเข้ากับพานบายศรี 3 ชั้นที่ได้เตรียมไว้

การนำร้อย มาประกอบกับพาน ควรเริ่มต้นจากพานใหญ่สุด หรือพานที่วางอยู่ชั้นล่างสุดก่อน โดยการวางให้ร้อยอยู่บนพานให้มีระยะห่างเท่าๆกัน 4 ร้อย ( 4 ทิศ ) ซึ่งจะยึดร้อยติดกับพานโดยใช้ไม้ปลายแหลมที่เตรียมไว้แล้ว มากัด หรือเสียบจากด้านบนของร้อยให้ทะลุไปยึดติดกับโพมที่รองไว้บนพื้นพาน

การประกอบร้อยกับพานชั้นกลาง และชั้นบนสุด ก็ใช้วิธีเดียวกัน แต่จะต้องให้ร้อยชั้น

ที่ 2 วางสลักรับริ้วชั้นแรก และริ้วบนพานชั้นบนสุด ก็ให้สลักรับริ้วบนพานชั้นกลาง

การประกอบริ้วกับพานชั้นบนสุด ให้ห่อใบตองเป็นกรวยขนาดใหญ่พอควรวางไว้เป็นแกนกลางของพาน เมื่อวางริ้วทั้ง 4 ริ้วเสร็จแล้ว ให้รวบปลายสุดของริ้วทั้ง 4 เข้าหากัน โดยมีกรวยที่ทำเป็นแกนกลางอยู่ด้านใน แล้วนำใบตองม้วนเป็นกรวยขนาดใหญ่อีกกรวย มาครอบทับยอดทั้ง 4 ของริ้วไว้ ซึ่งจะทำให้พานบายศรีที่ได้ มียอดแหลมที่สวยงามและมั่นคง

จากนั้นจึงนำใบไม้ (ส่วนใหญ่จะนำใบไม้ที่มีชื่อเป็นมงคล เช่น ใบเงิน ใบทอง ) มาวางรองบนพาน เพื่อปกปิดไม่ให้มองเห็นโฟมที่รองพื้นพาน และนำดอกไม้สีสด เช่น ดอกบานไม่รู้รุ่ย หรือดอกดาวเรือง มาประดับบนพานเพิ่มความสวยงามหรือทำมาลัย สวมบนยอด หรือทำเป็นอุษะร้อยรอบพานแต่ละชั้น ก็จะเพิ่มสีสัน และความสวยงามให้แก่พานบายศรีมากขึ้น

### ตัวอย่างผลงาน



## 2. ชื่อภูมิปัญญา การตั้งศาลพระภูมิ

สาขา ด้านประเพณีและพิธีกรรม

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การตั้งศาลพระภูมิ

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นายประจักษ์ จิตรแมน



ที่อยู่ 46/5 หมู่ 2 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

### รายละเอียดของภูมิปัญญา

ตั้งแต่อดีต คนไทยมีความเชื่อที่ผูกกับการปลูกบ้าน เมื่อสร้างบ้านเสร็จต้องเชิญพรหมณ์หรือผู้ที่มีความรู้ด้านการตั้งศาลมาเชิญเทพให้มาสถิตที่เจิวัดในศาลพระภูมิ เพื่อขอพรบันดาลให้เกิดโชคลาภและความสุขแก่ผู้อยู่อาศัย โดยตำนานของศาลพระภูมิ เล่าถึงกษัตริย์ท้าวทศราช มีมเหสีชื่อพระนางสันทาทุกข์ ครองครองกรุงพลี มีโอรส 9 พระองค์ แต่ละพระองค์มีความสามารถ จึงส่งไปรักษาถิ่นฐานต่างๆ ได้แก่

1. พระชัยมงคล ถูกส่งไปรักษาบ้านเรือน ร้านค้า โรงหอค้าต่างๆ
2. พระนครราช ถูกส่งไปรักษาประตูเมือง ป้อม และค่าย
3. พระเทพน ถูกส่งไปรักษาคอกสัตว์ โรงช้างม้า วัวควาย
4. พระชัยศพน ถูกส่งไปรักษาฝั่งฉางข้าว เสบียงคลัง
5. พระคนธรรพ์ ถูกส่งไปรักษาเรือนหอบ่าวสาว
6. พระธรรมโหรา ถูกส่งไปรักษาไร่ นา พุง ลาน ป่าเขา
7. พระเทวเถร ถูกส่งไปรักษาอาราม วัด วิหาร ปุชนิยสถานต่างๆ
8. พระธรรมิกราช ถูกส่งไปรักษาอุทยาน และสวนผลไม้
9. พระทาชธารา ถูกส่งไปรักษา ห้วย หนอง คลอง บึง และแม่น้ำ



## ความเป็นมาของภูมิปัญญา

เป็นพิธีกรรมที่ได้รับการสืบทอดมาจากคนเฒ่าคนแก่ และเป็นพิธีกรรมที่ผู้สืบทอด ยินดีที่จะเรียนรู้ สืบต่อวิชาที่ส่งกันมารุ่นต่อรุ่น ทำให้ความเชื่อและประเพณีดั้งเดิมยังคงอยู่ สืบไป

### วิธีตั้งศาลพระภูมิ

การทำพิธีตั้งศาลพระภูมิใช้เวลาประมาณ 1 ชั่วโมง แต่ไม่รวมการเตรียมการที่ใช้ เวลาล่วงหน้า 1 วัน หลังจากได้ฤกษ์แล้วก็ต้องขุดหลุมเตรียมลงเสา และทำพิธีอัญเชิญเจว็ด ขึ้นศาล ดังนี้

#### 1. ดูฤกษ์ยาม

พราหมณ์หรือผู้ตั้งศาลจะดูฤกษ์ยาม และวันตั้งศาลให้ โดยในแต่ละเดือนมีฤกษ์ และวันห้ามตั้งศาลที่ไม่เหมือนกัน

#### 2. ขุดหลุมเตรียมเสา

ก่อนตั้งศาลต้องขุดหลุมเตรียมศาล โดยผู้ทำพิธีจะแจ้งว่าให้ขุดตรงไหน ลงฐานศาล พระภูมิทิศไหน และตรวจสอบความเรียบร้อยทั้งหมดในช่วงเย็น เพื่อให้วันต่อมาทำพิธีตั้ง ศาลพระภูมิได้ตามฤกษ์

#### 3. ตั้งเครื่องสังเวย

เตรียมเครื่องสังเวย ตั้งโตะบูชาตามความเชื่อ โดยปู่ผ้าขาว ตั้งเครื่องสังเวย เตรียม ฐูปเทียน ผ้าแพร 3 สี สำหรับตาดเสา

#### 4. เชิญเจว็ดขึ้นศาล

เมื่อถึงฤกษ์เทพูน เชิญตัวแทนพระภูมิ เรียกว่า “เจว็ด” เป็นรูปเทวดายืนด้วยไม้ อยู่ในรูปพัทธสีมา อันเป็นตัวแทนของพระภูมิ เชิญเจว็ดขึ้นศาล ไหว้เทวดา และออกชื่อ พระภูมิ ผู้ตั้งศาลประนมมือกล่าวคาถา

"ยัสสานุสสระณะนาปี อันตะลิกเข ปิปาณโน

ปะติภูฐะมะธิคัจฉันติ ภูมิยัง วियะ สัพพะทา

สัพพุปัททวะชาลัมหา ยักขะโจราทิสัมภะวา

คะณะนา นะจะ มุตตานัง ปะริตตันตัม ภาณามะเห"

#### 5. ตักเครื่องสังเวยใส่กระทง

หลังจากเชิญเจว็ดขึ้นศาลแล้ว เมื่อขอพรเสร็จก็นำเครื่องสังเวยใส่กระทง นำไปตั้ง ไว้บนที่ดินศาล แล้วนำผ้าแพร 3 สีผูกที่เสาพระภูมิ

## ของไหว้ศาลพระภูมิ



การไหว้ศาลพระภูมิ บางบ้านไหว้ทุกวัน และวันพระ หรือเมื่อมีงานสำคัญ ก็ต้องตั้งเครื่องสังเวย ต้องดูองค์ประกอบว่าตั้งศาลพระภูมิเดือนไหน ถึงจะถวายเครื่องสังเวยอะไร ถ้าเป็นเดือนเจ ก็ถวายอาหารเจ

วิธีการตั้งศาลพระภูมิมียุขยี่ตอนและมีข้อปฏิบัติเพื่อให้ผู้อยู่อาศัยอยู่อย่างสงบร่มเย็น ประกอบกิจการได้ตั้งใจหวัง แต่หากตั้งแล้วดูแลได้ไม่ดี ปฏิบัติล่วงเกินโดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว ก็จะเป็นผลเสียกับผู้ตั้งศาลมากกว่า เพราะฉะนั้นคนสมัยก่อนจึงแนะนำว่า ให้เลือกนำพระเข้าบ้าน (เรียกภูมิพระพุทฺธ) ก่อน ส่วนภูมิเจ้าที่จะตั้งหรือไม่ตั้งก็ได้



### 3. ชื่อภูมิปัญญา การนวดแผนโบราณ

สาขา ด้านการแพทย์

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การนวดแผนโบราณ

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางอุมาพร หากการ



ที่อยู่ 35 หมู่ 5 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** นวดแผนไทย คือ การนวดชนิดหนึ่ง ซึ่งเป็นศาสตร์บำบัดและรักษาโรคแขนงหนึ่งของการแพทย์แผนไทย โดยจะเน้นในลักษณะการกด การคลึง การบีบ การตัด การดึง การรอบ และประคบ ซึ่งรู้จักกันโดยทั่วไปในชื่อ “นวดแผนโบราณ” ซึ่งไม่ใช่เพื่อรักษาความเจ็บปวดเท่านั้น แต่ยังดีต่อสุขภาพ และสามารถรักษาโรค เพราะการนวดจะส่งผลโดยตรงต่อร่างกายและจิตใจ โดยอาศัยการสัมผัสอย่างมีศิลปะ

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** การนวดไทยเป็นทั้งศาสตร์และศิลปะที่มีมาแต่โบราณ เกิดจากสัญชาตญาณเบื้องต้นของการอยู่รอด เมื่อมีอาการปวดเมื่อยหรือเจ็บป่วยตนเองหรือผู้ที่อยู่ใกล้เคียงมักจะลูบไล้บิบนวดบริเวณดังกล่าว ทำให้อาการปวดเมื่อยลดลง เริ่มแรกๆ ก็เป็นไปโดยมิได้ตั้งใจ ต่อมาเริ่มสังเกตเห็นผลของการบิบนวดในบางจุด หรือบางวิธีที่ได้ผล จึงเก็บไว้เป็นประสบการณ์ และกลายเป็นความรู้ที่สืบทอดกันต่อๆ มา จากรุ่นหนึ่งไปสู่อีกรุ่นหนึ่ง ความรู้ที่ได้จึงสะสมจากลักษณะง่ายๆ ไปสู่ความสลับซับซ้อน จนสามารถสร้างเป็นทฤษฎีการนวด จึงกลายมาเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่มีบทบาทบำบัดรักษาอาการและโรคบางอย่าง

วัตถุดิบ อุปกรณ์ ที่นอน น้ำมันมะพร้าว

## วิธีการนวดแผนโบราณ

- **การนวด** การใช้น้ำหนัก กดลงบนส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย น้ำหนักที่กดจะทำให้ กล้ามเนื้อ เส้นเอ็น พังผืดคลาย การนวดไทยเน้นมักจะใช้น้ำหนักของร่างกาย เป็นแรงกด
- **การบีบ** เป็นการใช้น้ำหนัก กดลงบนส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ในลักษณะ 2 แแรงกด เข้าหากัน
- **การคลึง** การใช้น้ำหนัก กดคลึง เป็นการกระจายน้ำหนักกดบนส่วนนั้น การคลึง ให้ผลในการคลายใช้กับบริเวณที่ไวต่อการสัมผัส เช่น กระดูก ข้อต่อ
- **การถู** การใช้น้ำหนักถู เพื่อทำให้ผิวหนังเกิดการยืดขยายรูขุมขนเปิด วิธีนี้นิยมใช้ กับยาหรือน้ำมันเพื่อให้ตัวยาสัมผัสเข้าได้ดี
- **การกลิ้ง** การใช้น้ำหนักหมุนกลิ้ง ทำให้เกิดแรงกดต่อเนื่องไปตลอดอวัยวะ ทั้งยัง เป็นการยืด กล้ามเนื้ออีกด้วย
- **การหมุน** การใช้น้ำหนักหมุนส่วนที่เคลื่อนไหวได้คือ ข้อต่อ เพื่อให้พังผืด เส้นเอ็น รอบ ๆ ข้อต่อ ยืดคลายการเคลื่อนไหวดีขึ้น
- **การบิด** จะมีลักษณะคล้ายกับการหมุน
- **การตัด** การใช้น้ำหนักยืด ตัดกล้ามเนื้อ เส้นเอ็นพังผืดให้ยืดกว่าการทำงานปกติ เพื่อให้เส้นหย่อนคลาย
- **การทุบ** การใช้น้ำหนักทุบ ตบ สับ ลงบนกล้ามเนื้อให้ทั่ว
- **การเขย่า** การใช้น้ำหนักเขย่ากล้ามเนื้อ เพื่อกระจายความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อ ให้ทั่ว

## ลักษณะการนวดแผนโบราณ

แบ่งออกเป็น 3 ลักษณะ

1. **การนวดยืด ตัด** ลักษณะการนวดแบบนี้คือ การยืด ตัดกล้ามเนื้อ เส้นเอ็น พังผืด ให้ยืดคลาย
2. **การนวดแบบจับเส้น** ลักษณะการนวดคือ การใช้น้ำหนักกดตลอดลำเส้นไปตาม อวัยวะต่าง ๆ การนวดชนิดนี้ต้องอาศัยความเชี่ยวชาญของผู้นวด ซึ่งได้ทำการนวดมานานและสังเกตถึงปฏิกิริยาของแรงกดที่แล่นไปตามอวัยวะต่าง ๆ
3. **การนวดแบบกดจุด** ลักษณะการนวดคือ การใช้น้ำหนักกดลงไปบนจุดของร่างกาย การนวดนี้เกิดจากประสบการณ์และความเชื่อว่าอวัยวะของร่างกายมีแนว สะท้อนอยู่บนส่วนต่าง ๆ และเราสามารถกระตุ้นการทำงานของอวัยวะนั้นโดยการ กระตุ้นจุดสะท้อนที่อยู่บนส่วนต่าง ๆ บนร่างกาย

ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



#### 4. ชื่อภูมิปัญญา การทำเกษตรอินทรีย์

สาขา ด้านเกษตร

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำเกษตรอินทรีย์

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นายกวีชัย สันแก้ว



ที่อยู่ 12/1 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา

#### ความเป็นมาของภูมิปัญญา

ด้วยการดำรงชีพในตำบลมะรุ่ยส่วนใหญ่จะเป็นการประมง การทำสวนปาล์ม น้ำมัน พืชผลทางการเกษตรที่จะใช้บริโภคนั้นมีน้อยมาก ชาวบ้านส่วนใหญ่ต้องออกไปซื้อในตลาด การทำเกษตรอินทรีย์จึงเป็นทางเลือกหนึ่งที่ชาวบ้านเลือกทำ เนื่องจากเป็นการทำ การเกษตรด้วยหลักธรรมชาติ บนพื้นที่การเกษตร ที่ไม่มีสารเคมีตกค้าง และหลีกเลี่ยงการปนเปื้อนของสารเคมีทั้งทางดิน ทางน้ำ และทางอากาศ ยังเป็นการส่งเสริมความอุดม สมบูรณ์ของดินและความหลากหลายทางชีวภาพในระบบนิเวศ รวมถึงฟื้นฟูสิ่งแวดล้อมให้ กลับคืนสู่สมดุลธรรมชาติ โดยไม่ใช้สารเคมี สารสังเคราะห์ หรือสิ่งที่ได้จากการตัดต่อ พันธุกรรม

#### รายละเอียดของภูมิปัญญา

แนวทางของเกษตรอินทรีย์ เป็นการอนุรักษ์ดินและระบบนิเวศ โดยใช้ ทรัพยากรธรรมชาติและเทคโนโลยีที่เหมาะสม ในการปลูกพืชจะใช้ปุ๋ยหมักแทนปุ๋ยเคมี กำจัดวัชพืชโดยใช้แรงงานคน ปลูกพืชหมุนเวียนเพื่อให้เกิดความหลากหลาย ใช้เศษพืชทำ เป็นปุ๋ยหมัก ทำให้ดินได้รับการปรับปรุงให้ดีขึ้นอย่างต่อเนื่อง และลดต้นทุนการผลิตด้วย มี การใช้น้ำส้มควันไม้เพื่อไล่แมลงศัตรูพืชทดแทนการใช้สารเคมี เป็นการปรับปรุง สภาพแวดล้อมให้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น เกษตรกรมีความปลอดภัยต่อสุขภาพ สามารถลดค่าใช้จ่าย ภายในบ้านได้



วัตถุประสงค์ อุปกรณ์ 1.อุปกรณ์การทำเกษตร 2.เมล็ดผักต่างๆ 3.น้ำส้มควันไม้

### ขั้นตอนการทำ

1. เตรียมพื้นที่ที่ต้องการทำแปลงเกษตรอินทรีย์ โดยการถางวัชพืช พร้อมกลับหน้าดิน
2. ยกแปลงผักขึ้นมาให้เป็นแถวตามที่ต้องการ และจัดทำราวให้พืชจำพวกไม้เลื้อย เช่น ถั่วฝักยาว แตงกวา
3. นำเมล็ดผักต่างๆ ที่ได้เตรียมเอาไว้ นำมาปลูกในแปลงผัก
4. ดูแลรักษา รดน้ำเข้าเย็น เพื่อให้พืชเจริญเติบโตตามหลักเกษตรอินทรีย์

### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 5. ชื่อภูมิปัญญา การทำไซตักปู

สาขา ด้านหัตถกรรม

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำไซตักปู

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นายจาง ทองกอบ



ที่อยู่ 20 หมู่ 5 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** การวางไซตักปูดำซึ่งทำได้ไม่ยากแค่ดูค่าของดวงจันทร์ว่ากี่ค่ำ ซึ่งต้องเป็นช่วงน้ำใหญ่ คือ 11 ค่ำ จนถึง 5 ค่ำ เพราะน้ำเดินปูจะได้กลิ่นพลาสติกที่ใช้เป็นเหยื่อล่อตกในไซ ส่วนวิธีการวางไซต้องให้ปากของไซหันไปด้านเดียวกับน้ำ เมื่อปูได้กลิ่นเหยื่อก็จะเดินเข้ากับดักที่วางไว้ สำหรับปูดำที่วางไซได้ จะนำไปขายให้พ่อค้าคนกลางในราคา กิโลกรัมละ 100 บาท ทำให้มีรายได้ช่วยเหลือครอบครัว เฉลี่ยวันละ 200 บาท แต่การวางไซตักปูดำ ไม่ใช่จะทำได้ทุกวัน จะทำได้ก็เฉพาะช่วงน้ำใหญ่เท่านั้น

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** เนื่องจากพื้นที่ตำบลมะรุ่ย เป็นหมู่บ้านที่ติดป่าชายเลนที่อุดมสมบูรณ์และมีคลองไหลผ่าน ชาวบ้านส่วนใหญ่มีอาชีพทำประมงพื้นบ้าน การทำไซตักปูจึงเป็นทักษะอาชีพที่เน้นการพึ่งพาตนเองภายใต้วิถีชีวิตท้องถิ่นอยู่อาศัย และทั้งยังเป็น การรู้จักใช้ประโยชน์จากป่าชายเลนทรัพยากรธรรมชาติอย่างรู้คุณค่า เป็นการสืบสานวิถีชีวิตท้องถิ่นให้คงอยู่ดำรงต่อไป

**วัตถุดิบ อุปกรณ์** ลวดขนาดใหญ่ อวนเส้นใหญ่ตาขนาดกลาง ด้ายเย็บอวน และไม้ไผ่ สำหรับหลักวางไซ



### ขั้นตอนการทำ

- นำลวดขนาดใหญ่มาตัดเป็นวงกลม
- นำอวนเส้นใหญ่ตามขนาดกลางมาเย็บเข้าประกบกับลวดวงกลมที่ทำเอาไว้
- นำไม้มาประกบกับอวน และไม้ไผ่เอาไว้สำหรับหลักวางไซ

### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 6. ชื่อภูมิปัญญา การตัดเย็บผ้าถุง

สาขา ด้านหัตถกรรม

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การตัดเย็บผ้าถุง

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางหลี่ลำด้า สาระการ



ที่อยู่ 22/3 หมู่ 3 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** การใส่ผ้าถุง ถือเป็นวัฒนธรรมการแต่งกายอย่างหนึ่งในเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ที่นิยมทุกประเทศ โดยประเทศไทยนั้นมีการใส่ผ้าถุงมานานตั้งแต่สมัยโบราณ ทั้งหญิงและชาย ลวดลายผ้าถุงนั้นจะมีความนิยม มีความเป็นเอกลักษณ์ แต่ลักษณะที่แตกต่างกันไป โดยทางภาคใต้นั้นจะมีลักษณะเป็นผ้าปาเต๊ะ ซึ่งเป็นที่ขึ้นชื่อของทางภาคใต้ นิยมนำมาใส่ในงานประเพณีต่างๆ

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** เนื่องจากชาวบ้านส่วนใหญ่ในพื้นที่ทับปุด ยังคงนิยมใส่ผ้าถุง ไม่ว่าจะใส่ในชีวิตประจำวัน หรือใส่ออกงานต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งตามหน่วยงานราชการ ทำให้การใส่ผ้าถุงยังคงเป็นเรื่องที่นิยม ใส่ได้ทุกวัย ทุกโอกาส การตัดผ้าถุงใส่จึงยังเป็นที่ต้องการ ซึ่งการรับจ้างตัดเย็บผ้าถุงเป็นการช่วยสร้างรายได้อย่างหนึ่ง และยังถือว่าเป็นงานฝีมือที่ส่งรุ่นต่อรุ่น

**วัตถุดิบ อุปกรณ์** จักรเย็บผ้า กรรไกร ผ้าลายไทย กระดาด ไม้บรรทัด ซ็อกเขียนผ้า กีบดำ เข็มหมุด

**ขั้นตอนการทำ**

- เริ่มจากนำผ้าที่ต้องการตัดเย็บเป็นผ้าถุงมาวัดให้ได้ขนาดตามที่ต้องการ
- ตัดให้ได้ขนาดตามที่ขีดวาดเอาไว้
- เย็บตะเข็บผ้าตามรอบชายผ้าให้สวยงาม



ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 7. ชื่อภูมิปัญญา การเผาข้าวหลาม

สาขา โภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การเผาข้าวหลาม

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางสาวสุทิสรา ชูวงศ์



ที่อยู่ 12 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา

### ความเป็นมาของภูมิปัญญา

ถิ่นกำเนิดข้าวหลาม ยังไม่ทราบแน่นอน แต่น่าจะเป็นภูมิปัญญาที่ตกทอดกันมารุ่นสู่รุ่นทำข้าวคำว่า "หลาม" เป็นการปรุงอาหารสำหรับการเดินทาง เพราะในสมัยโบราณทั้งอาหารและของทุกอย่างที่ใส่กระบอกและนำไปเผาไฟจะเรียกว่า "หลาม" เช่น ปลาหลาม ยาหลาม (ยาสมุนไพรที่เผาในกระบอกให้ สุก) ดังนั้น ข้าวเหนียวผสมกะทิและเครื่องปรุงรสในกระบอกจึงเรียกว่า "ข้าวหลาม"

### รายละเอียดของภูมิปัญญา

ข้าวหลามเป็นภูมิปัญญาในการทำอาหารและถนอมอาหารให้เข้ากับวัฒนธรรมชาติ คือ ต้นไผ่ซึ่งเป็นพืชที่ปลูกและมีอยู่ในทุกภาคของประเทศไทย การทำข้าวหลามแรกเริ่มเดิมที คือนำข้าวสารหรือข้าวเหนียวมาหุงในกระบอกไม้ไผ่ แต่ที่นิยมมักใช้ข้าวเหนียวมาหุงเป็นข้าวหลามซึ่งต่อมาได้มีการพัฒนาการหุงข้าวหลามเหนียวให้เป็นอาหารหวานที่ปรุงรสด้วยน้ำกะทิ มีรสชาติ หวาน มัน เค็ม

ต้นไผ่ที่นิยมมาหุงข้าวหลามนั้นคือ ไผ่ข้าวหลาม หรือไม้ป้าง ซึ่งลำต้นจะเป็นปล้องยาว ๓๐-๖๐ เซนติเมตร มีหลายขนาด คุณสมบัติพิเศษของไผ่ข้าวหลามคือเยื่อไผ่จะร้อนออกดีมาก ง่ายต่อการปอกออกจากลำไผ่และคงความหอม อีกทั้งได้รูปทรงกระบอก

### วัตถุดิบ

- 1.ข้าวสารเหนียว 1/2 ลิตร
- 2.น้ำตาลทราย 400 กรัม
- 3.กะทิ 3 ถ้วย
- 4.ถั่วดำถั่วดำต้มสุก 2 ถ้วย
- 5.เกลือป่น 2 ช้อนโต๊ะ
- 6.ไข่ข้าวหลาม 12 กระจบอก
- 7.กาบมะพร้าว 12 ชั้น

### วัสดุอุปกรณ์

- 1.ไม้ไผ่อ่อน
- 2.มีดปลอกข้าวหลาม
- 3.ราวเหล็ก
- 4.ถ่าน 5 กิโลกรัม
- 5.ช้อน
- 6.หม้อ
- 7.ไม้คียบถ่าน

### ขั้นตอนการทำ

- 1.ตัดไข่ข้าวหลามให้ยาวประมาณ 12 นิ้ว ล้างเฉพาะด้านนอกกระจบอก ให้สะอาด คว้ากระจบอกลง พักไว้ให้แห้ง
- 2.ผสมกะทิ น้ำตาล และเกลือ รวมกันแล้วคนให้เข้ากันจนน้ำตาลละลาย
- 3.ล้างข้าวสารให้สะอาดจนกระทั่งน้ำใส นำข้าวใส่ตะกร้าเพื่อให้สะเด็ดน้ำ ใส่ถั่วดำต้มสุกลงในข้าว คลุกเคล้าให้เข้ากัน
- 4.นำข้าวที่ผสมถั่วดำแล้วใส่ลงในกระจบอก 1 กำมือ กระจบอกเบาๆ ทำสลับกันไปเรื่อยๆ จนเต็มกระจบอก เลือกด้านบนกระจบอกไว้ประมาณ 2 นิ้ว สำหรับปิดจุก
- 5.นำกาบมะพร้าวมาปิดกระจบอกข้าวหลาม
- 6.เผาข้าวหลามพอประมาณ 30-45 นาที สังเกตกระจบอกมีสีเหลืองทั่ว แสดงว่าข้าวหลามสุก
- 7.ทิ้งไว้ให้อุ่น ปอกเปลือก และเหลาให้เปลือกข้าวหลามบางลง เพื่อให้แกะรับประทานได้ง่าย

### วิธีการย่างไฟ

- 1.ติดไฟเตา เมื่อไฟติดได้ที่แล้ว จึงนำกระจบอกข้าวหลามที่เตรียมไว้มาวางเรียงในลักษณะตั้งเอนขึ้นให้พียงกับแนวหลักที่ทำจากท่อนเหล็ก



2. ควรพลิกข้าวหลามอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ข้าวหลามสุกอย่างทั่วถึง และไม่ให้ข้าวหลามไหม้ บริเวณใดบริเวณหนึ่ง

3. หากกะทิเดือดมาก ต้องคอยดึงจุกข้าวหลามออก แล้วเทกะทิใส่เข้าไปใหม่

4. การย่างข้าวหลามจะต้องอาศัยระยะเวลาในการย่างถึง 1 ชั่วโมง ข้าวหลามจึงจะออกมาดูน่ารับประทาน

### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 8. ชื่อภูมิปัญญา การทำขนมพื้นบ้าน

สาขา โภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำขนมพื้นบ้าน

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางสาววันดี สาระกาน



ที่อยู่ 22/3 หมู่ 3 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จังหวัดพังงา

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** ในสมัยโบราณคนไทยจะทำขนมเฉพาะวาระสำคัญเท่านั้น เป็นต้นว่างานทำบุญ เทศกาลสำคัญ หรือต้อนรับแขกสำคัญ เพราะขนมบางชนิดจำเป็นต้องใช้กำลังคนอาศัยเวลาในการทำพอสมควร ส่วนใหญ่เป็น ขนมประเพณี เป็นต้นว่า ขนมงาน เนื่องในงานแต่งงาน ขนมพื้นบ้าน เช่น ขนมครก ขนมถ้วย ฯลฯ ส่วนขนมในรั้วในวังจะมีหน้าตาจุ่มจิม ประณีตวิจิตรบรรจงในการจัดวางรูปทรงขนมสวยงาม

### รายละเอียดของภูมิปัญญา

วัตถุดิบขนมไทยดั้งเดิมแล้วมีเพียงแค่ 3 อย่างเท่านั้น คือแป้ง น้ำตาล และมะพร้าว อาจมีการนำผัก ผลไม้ หรือดอกไม้ตามธรรมชาติมาเพิ่มสีสันให้กับขนมไทยเมนูนั้น ๆ และในช่วงสมัยอยุธยา ท้าวทองกีบม้า ได้นำไข่ไก่ หรือไข่เป็ดมาเป็นวัตถุดิบในการทำขนมไทย ส่วนการทำขนมพื้นบ้านที่ นางสาววันดี สาระกาน ได้ทำขายและสืบทอดกันมา ได้แก่ ขนมเปียกปูน ขนมลอดช่อง ขนมห่อ เป็นต้น ซึ่งขึ้นอยู่กับฤดูกาลของวัตถุดิบแต่ละอย่าง และความต้องการของตลาด

### วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ขนมเปียกปูน)

- แป้งข้าวเจ้า 500 กรัม
- แป้งท้าวยายม่อม หรือแป้งมัน 150 กรัม
- น้ำปูนใส
- น้ำตาลปีบ 1+1/2 กิโลกรัม (ปรับเพิ่ม-ลดความหวานได้ตามชอบ)



- น้ำใบเตยคั้นเข้มข้น
- มะพร้าวทึนทึกขูดเป็นเส้น สำหรับโรยหน้า

### ขั้นตอนการทำ (ขนมเปียกปูน)

1. ผสมแป้งข้าวเจ้า แป้งเท้ายายม่อม และน้ำปูนใสเล็กน้อยพอให้เหลว ๆ คนให้ละลายเข้าด้วยกัน

2. ใส่น้ำใบเตยลงไปคนให้เข้ากัน ตามด้วยน้ำตาลปี๊บคนให้ละลาย จากนั้นนำน้ำนำไปกรองผ่านกระชอน

3. เทส่วนผสมลงในกระทะทองเหลืองหรือกระทะเทพลอน นำขึ้นตั้งกวนด้วยไฟแรงจนส่วนผสมงวดและแห้งเหนียว

4. ตักส่วนผสมใส่พิมพ์ พักทิ้งไว้จนส่วนผสมเซตตัว ตัดเป็นชิ้น ๆ โรยมะพร้าวขูด

### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 9. ชื่อภูมิปัญญา การทำกะปิ

สาขา โภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำกะปิ

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางฉันทนา ชายกุล



ที่อยู่ 54 หมู่ 3 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด

ความเป็นมาของภูมิปัญญา ‘กะปิ’ คิดขึ้นโดยชาวประมง ที่ต้องการจะดองกุ้งที่จับมาได้ เพื่อเอาไว้รับประทานได้ในระยะเวลาานาน ๆ หรือ อีกข้อสันนิษฐานหนึ่งกล่าวว่าเนื่องจากไม่สามารถขายกุ้งได้หมด จึงทำการดองเอาไว้ ไม่ว่าจะข้อสันนิษฐานจะเป็นอย่างไร แต่ข้อเท็จจริงคือ กะปิเป็นตำรับอาหารของเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ซึ่งในปัจจุบัน กะปิกลายเป็นหนึ่งในวัฒนธรรมอาหาร และสร้างรายได้ให้แก่ชุมชนต่าง ๆ จากการผลิตกะปิขายได้เป็นอย่างมาก

### รายละเอียดของภูมิปัญญา

เคยน้ำแรก (กะปಿನ้ำแรก) อยู่ในช่วงเดือนมกราคมหรือช่วงแรก จะมีความบริสุทธิ์สูง สะอาด และมักเป็นตัวเคยล้วนๆ เพราะใช้สวิงตักที่ผิวน้ำแทนการรุนที่มักจะมีทรายปนมากับตัวเคย กะปಿನ้ำแรกจะมีราคาสูง คุณภาพดีที่สุด ใช้ตำน้ำพริกอร่อยมาก

เคยน้ำสอง (เคยรุนหัว) อยู่ในช่วงประมาณเดือนกุมภาพันธ์ การเก็บตัวเคยน้ำสองนี้ใช้วิธีรุนเคย จึงมีลูกปลาชนิดต่างๆ ปะปนอยู่ค่อนข้างมากในตัวเคยที่รุนได้ กะปิที่ได้มีราคาปานกลาง ทำได้ทั้งน้ำพริกและแกงเผ็ด

เคยน้ำสาม (เคยสารส้มโอ) อยู่ในช่วงปลายเดือนมีนาคม การเก็บตัวเคยน้ำสามนี้ใช้วิธีรุนเคยเช่นเดียวกับการเก็บตัวเคยน้ำสอง แต่ตัวเคยที่เก็บได้จะมีขนาดใหญ่กว่าเคยน้ำ

แรกและเคยน้ำสอง นอกจากนี้เคยน้ำสามมักมีลูกหอยปนมาอยู่เสมอ กะปิเคยแบบนี้มีราคาต่ำที่สุดจึงเหมาะในการทำแกงเผ็ด แต่ไม่เหมาะในการทำน้ำพริก

**วัตถุดิบ อุปกรณ์** 1.ตัวเคย 2.เกลือ 3.ครกไม้ 4.โองมั่งกร 5.ผ้าพลาสติก 6.ตะกร้า

### ขั้นตอนการทำ

1. วิธีแยก เคย ออกจาก กุ้งเคย หลังจากชาวประมงได้เคยมา ก็จะแยกเอาเฉพาะเคยแท้ โดยนำใส่ในตะกร้าที่หุ้มด้วยถุงตาข่ายถี่ๆ นำตะกร้าไปร่อนในน้ำทะเล วิธีนี้จะเป็นการทำความสะอาดเคยไปในตัว เคยจะลอดตาข่ายของตะกร้าได้ ส่วนปลาเล็กปลาน้อย หรือกุ้งตัวโต จะติดอยู่บนตะกร้าและถูกคัดออกไป ต้องล้างด้วยน้ำเค็ม เคยจะได้ไม่เหม็นเน่า
2. นำเคยมาคลุกเคล้ากับเกลือ หมักให้เข้ากัน จากนั้นก็นำไปบ่มทิ้งไว้ 1 คืน ให้น้ำในตัวเคยไหลออกมา วันรุ่งขึ้นจะได้เคยสีส้มๆ 5 กิโลกรัม ต่อเกลืออย่างดี 1 กิโลกรัม
3. นำเคยสีส้มมาบีบให้เป็นก้อนเล็กๆ ไปผึ่งแดดให้แห้ง 1-3 วัน
4. นำเคยไปตำให้ละเอียดในครกไม้ ภาษาใต้เรียกว่า ทิม หรือ หักค้อ ส่วนที่ต้องตำครกไม้ก็เพราะหากตำในครกหิน ครกปูน จะมีฝุ่นหิน ทราย หลุดมาปะปนในกะปิเคล็ดกลับ ก่อนที่จะนำเคยที่ตากแดดไว้มาตำ จะต้องทิ้งไว้ให้หายร้อนซะก่อน ไม้ อย่างนั้นกะปิที่ได้จะมีรสขม และเก็บได้ไม่นาน ขั้นตอนการตำจะใช้เวลาพอสมควร ตำให้ละเอียดโดยไม่ต้องใส่เครื่องปรุงใดๆเลย เคยที่ถูกตำได้ที่จะเปลี่ยนเป็นสีแดงโดยธรรมชาติ หากตำจนเยื่อเคยเนียนติดสากขึ้นมาเป็นก้อน แสดงว่าเคยกลายเป็นกะปิที่ได้ที่แล้วค่ะ
5. บรรจุลงในโองมั่งกรอัดกะปิให้แน่นจนเต็ม ปิดด้วยผ้าพลาสติก โรยด้วยเกลือเม็ดให้เต็มพื้นที่ ตั้งทิ้งไว้ประมาณ 45 วัน ขั้นตอนนี้ เรียกว่าการทำ โองขัดน้ำ หรือ เคยขัดน้ำ ที่เรียกแบบนี้ก็เพราะว่า หลังจากบรรจุลงโองแล้วปิดทับด้วยใบสับปะรด ผ้าพลาสติก หรือบางเจ้าก็ใช้ร่มมะพร้าว แล้วขัดด้วยไม้ไผ่ เพื่อให้ปิดทับได้แน่นขึ้น ทิ้งไว้ประมาณ 3-4 วัน จะมีน้ำออกมาจากกะปิเรียกว่า น้ำเคย มีรสเค็มอร่อยคล้ายกับน้ำปลา ขั้นตอนการทำเคยขัดน้ำจะทำให้กะปิหอมกว่าแบบไม่ขัดน้ำ และเก็บได้นานถึง 2 ปี



ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 10. ชื่อภูมิปัญญา การทำขนมกาะแมและข้าวเหนียวกวน

สาขา ด้านโภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำขนมกาะแมและข้าวเหนียวกวน

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มแม่บ้านเกษตร บ้านคลองจูด



ที่อยู่ หมู่ 5 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** เกิดจากการรวมกลุ่มของแม่บ้านในตำบลมะรุ่ยที่ร่วมกันทำขนมพื้นบ้านขึ้นมา เพื่อการอนุรักษ์ขนมพื้นบ้านเอาไว้ ซึ่งได้แก่ การทำขนมกาะแมและข้าวเหนียวกวน โดยขนมกาะแมและข้าวเหนียวกวนนั้นจัดเป็นขนมพื้นบ้านทางภาคใต้ ที่นิยมทำกันในเทศกาลต่างๆ เช่น วันสาทรเดือนสิบ หรือทำบุญเนื่องในโอกาสต่างๆ ต่อมาในยุคปัจจุบันเริ่มมีการขยายเศรษฐกิจมากขึ้น การขนส่งมีความเจริญขึ้นอย่างรวดเร็ว ทำให้ขนมกาะแมและข้าวเหนียวกวนสามารถวางขายได้มากขึ้น ซึ่งเป็นการสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** กาะแม เป็นขนมไทยที่ทำจากแป้งข้าวเหนียว ซึ่งในอดีตนิยมทำมากในช่วงขึ้นในวันปีใหม่ไทยหรือวันสงกรานต์ไทยที่มักจะใช้ใบตองห่อเป็นรูปพีรามิด ด้านในเป็นเนื้อขนมสีดำ สีแดงอมดำ หรือสีเขียว เนื้อขนมเหนียวนุ่ม ให้รสหวานมัน **ข้าวเหนียวแดง** เป็นขนมไทยโบราณมีสองสีคือสีน้ำตาลแดงซึ่งได้จากการเคี้ยวน้ำตาลและสีเขียวยิบเตยเป็นขนมที่นิยมใช้ในงานมงคลต่างๆ เช่น งานบวช งานทำบุญขึ้นบ้านใหม่ หรืองานแต่งงานเพราะมีความหมายว่าให้คู่สมรสมีชีวิตครอบครัวที่เหนียวแน่นเป็นปึกแผ่น

มั่นคง การทำข้าวเหนียวแดงมีวิธีและขั้นตอนที่ไม่ยุ่งยากแต่ต้องมีความละเอียดอ่อน  
 ประณีตในการทำตามลักษณะของขนมไทยโบราณทั่วไป

### วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ถ้ามี)

ส่วนผสม กาละแม

- แป้งข้าวเหนียว 2 ถ้วยตวง
- แป้งท้าวยายม่อม 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำตาลทรายแดง ½ ถ้วยตวง
- น้ำตาลโตนด ½ ถ้วยตวง
- หัวกะทิ 1 ถ้วยตวง
- กาบมะพร้าวเผา
- แปะแซ ทำขนม 2 ช้อนโต๊ะ
- น้ำมันพืช 2 ช้อนชา

ส่วนผสม ข้าวเหนียวแดง

- ข้าวเหนียว(นิยมใช้ข้าวเหนียวเขี้ยวงู) 5 ถ้วย
- กะทิคั้นใช้แต่หัวกะทิ 2.5 ถ้วย
- งาขาวคั่ว ½ ถ้วย
- น้ำตาลปีบ 500 กรัม

### ขั้นตอนการทำ (ถ้ามี)

วิธีทำ กาละแม

1. ตวงแป้งให้ได้สัดส่วน แล้วเติมน้ำตาลทรายแดงผสมลงไป
2. นำกาบมะพร้าวที่เผาแล้วขยักกับน้ำเปล่า จากใช้ผ้าขาวบางกรองน้ำให้ได้ 1 ถ้วยตวง
3. นำน้ำสีดำที่ได้จากกาบมะพร้าว เทลงไปในแป้ง น้ำตาลที่พักไว้ และนวดให้เข้ากัน
4. เตรียมกระทะ เทส่วนผสมทั้งหมด เติมหัวกะทิลงไปเล็กน้อย ใช้ไม้พายกวนให้สุก
5. พอเนื้อเริ่มสุกให้ใส่แปะแซลงไป
6. เทขนมลงในถาดที่เตรียมไว้ ใช้ไม้พายเกลี่ยให้เสมอกัน
7. พักไว้จนเย็นแล้วตัดเป็นชิ้นตามต้องการ โรยหน้าด้วยงาและถั่ว เป็นอันเสร็จ

วิธีทำ ข้าวเหนียวแดง

1. ล้างข้าวเหนียวให้สะอาด หากใช้ข้าวเหนียวเขี้ยวงูแช่น้ำไว้ประมาณ 4-5 ชั่วโมง
2. จากนั้นนำไปนึ่งให้สุกแล้วเทใส่ภาชนะหรือตะแกรงผึ่งให้เย็น
3. ผสมกะทิกับน้ำตาลปีบแล้วนำไปตั้งไฟเคี่ยวไฟปานกลางจนเป็นสีน้ำตาลแดง ลักษณะ  
 เหนียวเป็นยางมะตูม



4.ใส่ข้าวเหนียวที่ผึ่งไว้ลงไปกวนให้แห้งแล้วยกลงจากเตาเทใส่ในถาดโรยหน้าด้วยงาที่คั่วไว้ แล้วตัดเป็นชิ้นหรือกดใส่ในพิมพ์เกลี่ยให้เรียบโรยหน้าด้วยงาขาว

ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 11. ชื่อภูมิปัญญา การทำกุ่มเสียบ

สาขา ด้านโภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำกุ่มเสียบ

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มแม่บ้านเกษตร บ้านโคกไคร



ที่อยู่ ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

ความเป็นมาของภูมิปัญญา กลุ่มสตรีเพื่อการส่งเสริมอาชีพบ้านโคกไคร หรือกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2543 เริ่มผลิต กุ่มย่าง เป็นผลิตภัณฑ์หลักของกลุ่ม เพราะเห็นว่าตลาดมีความต้องการ ราคาสูง ทั้งยังสามารถเพิ่มมูลค่าให้กับวัตถุดิบในชุมชน ต่อมาได้มีการพัฒนากระบวนการผลิตอย่างต่อเนื่อง สามารถพัฒนาผลิตภัณฑ์เป็นสินค้า OTOP ระดับ 5 ดาว ได้จดทะเบียนเครื่องหมายการค้าอย่างเป็นทางการภายใต้ชื่อว่า “กุ่มย่างตราทรัพย์สมุทร” และมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพิ่มเติมอย่างต่อเนื่อง เช่น ผลิตภัณฑ์กะปิกุ้งเคียว ผลิตภัณฑ์เครื่องแกง

รายละเอียดของภูมิปัญญา ในอดีตจะนำกุ่มมาเสียบไม้ไฟ แล้วนำไปย่างบนเตาถ่านไม้ และส่วนใหญ่เป็นการย่างไว้เพื่อบริโภคในครัวเรือนเป็นหลัก ชาวบ้านจะเรียกกันติดปากว่า “กุ่มเสียบ” ต่อมามีการพัฒนารูปแบบการผลิตใหม่ ได้เลิกใช้ไม้เสียบ เป็นการย่างบนตะแกรงเหล็กแทนแต่ยังคงความหอม หวาน มัน

วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ถ้ามี)

1. กุ่ม
- 2.เกลือ
3. ไม้เสียบ
4. ตะแกรงเหล็ก

ขั้นตอนการทำ (ถ้ามี)

1. นำกุ่มที่ได้มาตัดหัวออก

2. เสียบไม้เรียงกัน
3. ทาเกลือเล็กน้อยบนตัวกุ้ง
4. นำไปรมควันจนแห้งได้ที่

#### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 12. ชื่อภูมิปัญญา การทำเครื่องแกง

สาขา ด้านโภชนาการ

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำเครื่องแกง

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มแม่บ้านเกษตร บ้านโคกไคร



ที่อยู่ ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอบึงนาราง จังหวัดพิจิตร

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** กลุ่มสตรีเพื่อการส่งเสริมอาชีพบ้านโคกไคร หรือกลุ่มแม่บ้านเกษตรกรบ้านโคกไคร ก่อตั้งขึ้นเมื่อ พ.ศ.2543 เริ่มผลิต กุ้งย่าง เป็นผลิตภัณฑ์หลักของกลุ่ม เพราะเห็นว่าตลาดมีความต้องการ ราคาสูง ทั้งยังสามารถเพิ่มมูลค่าให้กับวัตถุดิบในชุมชน ต่อมาได้มีการพัฒนากระบวนการผลิตอย่างต่อเนื่อง สามารถพัฒนาผลิตภัณฑ์เป็นสินค้า OTOP ระดับ 5 ดาว ได้จดทะเบียนเครื่องหมายการค้าอย่างเป็นทางการภายใต้ชื่อว่า “กุ้งย่างตราทรัพย์สมุทร” และมีการพัฒนาผลิตภัณฑ์เพิ่มเติมอย่างต่อเนื่อง เช่น ผลิตภัณฑ์กะปิกุ้งเคียว ผลิตภัณฑ์เครื่องแกง

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** พริกแกงไทยหรือเครื่องแกงไทย เป็นภูมิปัญญาและมรดกทางวัฒนธรรมของไทยเราที่มีมานานหลายร้อยปี ผ่านการปรับปรุงจนได้เป็นสูตรขึ้นมา โดยการรวมกลุ่มกันในชุมชนภายใต้ชื่อผลิตภัณฑ์ เครื่องแกง ทรัพย์สมุทร ที่เน้นคัดสรรวัตถุดิบธรรมชาติที่สด สะอาด และมีคุณภาพ นำมาผสมผสานกัน เพื่อให้เกิดรสชาติที่คงเอกลักษณ์ของความเป็นพื้นบ้านไว้ จึงทำให้อาหารประเภทแกง รสกลมกล่อม กลิ่นหอมอร่อย

**วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ถ้ามี)**

- พริกจินดาแห้ง 40 เม็ด
- พริกสด 20 เม็ด
- ตะไคร้ 4-5 ต้น
- ขมิ้นชัน 4-5 แฉ่ง



- กระทียม 10 กลีบ
- หอมแดง 10 หัว
- พริกไทยดำ 2 ซ่อนโต๊ะ
- เกลือ 1 ซ่อนโต๊ะ
- กะปิ 2 ซ่อนโต๊ะ

### ขั้นตอนการทำ (ถ้ามี)

1. นำตะไคร้ ขมิ้น ข่า หอมแดง ซอยเป็นแผ่นเล็กๆ เพื่อสะดวกต่อการนำมาโขลก จากนั้นหั่นเอาแต่ผิวมะกรูด 1 ลูก
2. เริ่มจากการโขลกพริกแห้งให้ละเอียดก่อน ตามด้วยพริกไทยเม็ด เกลือ จากนั้นโขลกให้ละเอียดอีกที
3. จากนั้นใส่ผิวมะกรูด ข่า ตะไคร้ โขลกให้ละเอียดอีกครั้ง
4. เมื่อละเอียดดีแล้วตามด้วยขมิ้น กระทียม โขลกให้ละเอียด
5. จากนั้นใส่หอมแดงปิดท้าย โขลกให้ละเอียด (โขลกให้ระวัง เพราะหอมแดงมีน้ำเยอะ)
6. เมื่อละเอียดได้ที่ดีแล้ว ตามด้วยกะปิปิดท้าย และโขลกให้เข้ากันอีกครั้ง เป็นอันเสร็จ

### ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน





### 13. ชื่อภูมิปัญญา สครับและสบู่ จากเปลือกหอยนางรม

สาขา ด้านการแพทย์

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น สครับและสบู่ จากเปลือกหอยนางรม

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มแม่บ้านเกษตร บ้านโคกไคร



ที่อยู่ ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอบึงนาราง จังหวัดพิจิตร

ความเป็นมาของภูมิปัญญา เนื่องจากชุมชนหมู่บ้านโคกไครนั้นมีการทำฟาร์มหอยนางรม ทำให้มีจำนวนเปลือกหอยนางรมที่เยอะ และโดยปกติแล้วจะนำไปทิ้ง ไม่ได้ก่อให้เกิดประโยชน์อะไร ในเวลาต่อมาทางชุมชนได้คิดวิธีการที่จะนำเปลือกหอยนางรมมาทำเป็นผลิตภัณฑ์เพื่อไม่ให้เกิดการทิ้งเปลือกหอยนางรมเป็นการเสียเปล่า และเป็นการสร้างมูลค่าแก่หอยนางรม สร้างรายได้ให้แก่ชุมชน จนในที่สุดจึงได้มาเป็นผลิตภัณฑ์สครับและสบู่

รายละเอียดของภูมิปัญญา เปลือกหอยมีสารประกอบสำคัญเป็นพวกหินปูน แคลเซียม คาร์บอเนต และซิงค์ ซึ่งเป็นสารที่ช่วยในการป้องกัน uv ช่วยเสริมสร้างความแข็งแรงของชั้นผิว ทางชุมชนจึงได้นำมาสกัดเป็นสครับที่ผลัดเซลล์ผิว ช่วยฟื้นฟูบำรุงเซลล์ผิวที่หยابกร้านให้มีความเนียนนุ่มช่วยลดความมัน ป้องกันสิว ลดริ้วรอย และสบู่ที่ช่วยในการทำ ความสะอาดผิวกายและบำรุงผิวให้แข็งแรง

ขั้นตอนการทำ (ถ้ามี)

นำเปลือกหอยนางรมภายในชุมชนมาทำความสะอาดและทำการบดให้ละเอียด สกัดออกมาผสมกับส่วนผสมต่างๆ ที่สำหรับทำสครับและสบู่  
ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 14. ชื่อภูมิปัญญา ชาขลุ่

สาขา ด้านการแพทย์

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น ชาขลุ่

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น กลุ่มแม่บ้านเกษตร บ้านโคกไคร



**ที่อยู่** ศูนย์แปรรูปผลิตภัณฑ์อาหารทะเล หมู่ 1 ตำบลมะรุ่ย อำเภอทับปุด จังหวัดพังงา

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** พื้นที่หมู่บ้านโคกไครนั้น พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นพื้นที่ป่าชายเลน ทำให้มีต้นขลุ่ขึ้นเป็นจำนวนมาก ชาวชุมชนหมู่บ้านโคกไครจึงได้นำต้นขลุ่ขึ้นมาทำเป็นผลิตภัณฑ์ชาสมุนไพร เพื่อสร้างรายได้ให้แก่ชุมชน

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** ตามตำรายาไทยนั้น ใบขลุ่ รสหอมฝาดเมาเค็ม เป็นยาขับปัสสาวะ แก้เบาหวาน ขับนิ่ว นำใบสดแก้ นำมาตำแล้วบีบเอาน้ำ ทาตรงหัวริดสีดวงทวาร ทำให้หัวริดสีดวงหดหายไป แก้กระษัย ยาอายุวัฒนะ สมานภายนอกและภายใน แก้ไข้ ขับเหงื่อ นำใบมาตำผสมกับเกลือกินรักษาคลื่นปาก และระงับกลิ่นตัว นำใบมาต้มดื่มแทนชาลดน้ำหนัก บรรเทาอาการปวดเมื่อย มุตกิด น้ำคั้นจากใบสดรักษาริดสีดวงทวาร ใบต้มน้ำอาบแก้ผื่นคัน บำรุงประสาท เป็นยาขับมดลูก น้ำคั้นใบสดรักษาริดสีดวงทวาร โรคนิ่ว ใบและต้นอ่อน บรรเทาอาการปวดข้อ ไนโรคไซซ้ออักเสบ รักษาประดง เลือดลม ตำผสมกับแอลกอฮอล์ ทาหลังบริเวณเหนือไต บรรเทาอาการปวดเอว ต้มน้ำอาบรักษาหิด ไข้เรื้อน ใบและราก เป็นยาฝาดสมาน แก้ไข้ ขับเหงื่อ พอกแก้แผลอักเสบ ผสมกับสมุนไพรอื่น ต้มน้ำอาบรักษาเส้นตึง และทำเป็นขี้ผึ้งทาแผลเรื้อรัง เปลือกต้น นำมาสับเป็นชิ้นมวนบุหรีสูบแก้โพรงจมูกอักเสบ (ไซนัส) ทั้งต้น รสหอมฝาดเมาเค็ม ใช้ต้มกินรักษาอาการขัดเบา แก้นิ่วในไต ขับปัสสาวะ แก้ปัสสาวะพิการ แก่ริดสีดวงทวาร แก่มุตกิดระดูขาว แก่ตานขโมย แก้เบาหวาน รักษาวัณโรคที่ต่อมน้ำเหลือง ต้มอาบ แก้ผื่นคัน แก้ประดง เลือดลม และแก้โรคผิวหนัง

## วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ถ้ามี)

ราก ต้น ใบ ดอก ของต้นขลุ่

ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน



## 15. ชื่อภูมิปัญญา การทำกระทงสาย

สาขา ด้านหัตถกรรม

ชื่อภูมิปัญญาท้องถิ่น การทำกระทงสาย

เจ้าของภูมิปัญญาท้องถิ่น นางสาวนิภาพร เกื่อนสิน



ที่อยู่ 11 หมู่ 4 ต.มะรุ่ย อ.ทับปุด จ.พังงา

**ความเป็นมาของภูมิปัญญา** การลอยกระทงสายนี้มีการพัฒนาการคิดมาจากประเพณีการลอยกระทงเป็นสิ่งที่เกิดจากภูมิปัญญาท้องถิ่น ที่มีความพร้อมด้วยปัจจัยวัฒนธรรมชาติคือกะลามะพร้าว ซึ่งมะพร้าวมีมากในภูมิภาคนี้ซึ่งเห็นได้ จากอาหารพื้นเมืองที่มีส่วนประกอบของมะพร้าวเป็นสำคัญ จากวัฒนธรรมชาติที่ใช้ปัจจัยเอื้อก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ ผนวกกับการมีนิสัยที่รักสนุกสนานรื่นเริง จึงเกิดประเพณีลอยกระทงสายขึ้นเป็นผลผลิตที่เกิดจากภูมิปัญญาท้องถิ่น

**รายละเอียดของภูมิปัญญา** ใช้กะลามะพร้าวเป็นตัวกระทง ภายในมีไส้กระทงเป็นมะพร้าวแห้งชุบน้ำมัน สำหรับความเชื่อในการลอยกระทงนั้นก็คล้ายกับชาวไทยในภาคอื่นๆ คือเป็นการสะเดาะเคราะห์และขอขมาพระแม่คงคา แต่ในบางครั้งก็เชื่อว่าเป็นการบูชารอยพระพุทธบาทที่ริมฝั่งแม่น้ำนัมทามหานที อันเป็นคติความเชื่อเหมือนกับภาคกลาง แต่บางที่ก็เชื่อว่าเป็นการบูชาพระอุปคุตอรหันต์หรือพระโมคคัลลีบุตรมหาสาวก (ตามอย่างความคิดอิทธิพลของพม่าที่แพร่กระจายอยู่ในดินแดนล้านนา)

**วัตถุดิบ อุปกรณ์ (ถ้ามี)**

1. กะลามะพร้าว
2. กระดาษทราย
3. หม้อต้ม เต้าไฟและฟืน
4. เทียน

## ขั้นตอนการทำ (ถ้ามี)

1. นำกะลามะพร้าวด้านที่ไม่มีรูมาขัดด้วยกระดาษทราย
2. ต้มน้ำเทียน
3. นำน้ำเทียนหยอดลงในกะลาเล็กน้อยเพื่อให้ปีกเทียนได้
4. นำเทียนปักในกะลา
5. นำกระทงสายทยอยปล่อยลงสู่แม่น้ำ

## ตัวอย่างผลิตภัณฑ์/ตัวอย่างผลงาน

