

## ออมเงิน ออมชีวิต ด้วยเศรษฐกิจพอเพียง: นางสาวนพร ไทยภักดี

ศุภกร คุรุการเกษตร

อาจารย์ประจำคณะศิลปศาสตร์ สถาบันการเรียนรู้เพื่อปวงชน

### บทคัดย่อ

นางสาวนพร ไทยภักดี ได้ปฏิบัติโครงการออมเงินออมชีวิตตามแนวคิดเศรษฐกิจพอเพียงโดยการออมเงินไว้ใช้ในอนาคตหรือในยามฉุกเฉินอย่างจริงจังพร้อมกับดูแลสุขภาพตนเองให้แข็งแรง มีแรงทำงานไม่เจ็บป่วยด้วยการออกกำลังกาย ปลูกผักไว้กินเอง และทำอาหารกินเอง

ผลที่ได้รับจากการปฏิบัติทำให้มีเงินออมจากอาชีพ มีสุขภาพดีไม่เจ็บป่วย สามารถจัดการชีวิตของตนเองโดยการแบ่งเวลาในการประกอบอาชีพและการทำงานช่วยเหลือสังคมทำให้มีเวลาให้กับครอบครัวและในสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ก็ได้เปลี่ยนวิกฤตให้เป็นโอกาสด้วยการหางานทำเพื่อให้มีรายได้เข้ามาทดแทนจากการต้องหยุดอาชีพค้าขายของที่ระลึกให้กับนักท่องเที่ยวต่างชาติ

### ความเป็นมา

นางสาวนพร ไทยภักดี มีความใฝ่ฝันตั้งแต่เด็กว่าถ้ามีโอกาสจะเรียนให้จบปริญญาตรี มีสุขภาพที่ดี ไม่มีโรค และมีเงินออมสะสมไว้เพื่ออนาคต เพราะที่ผ่านมามีอาชีพค้าขายได้รับเงินทุกวันจนมีเงินปลูกบ้านซื้อรถยนต์ และเลี้ยงครอบครัว ส่วนการเก็บออมนั้นเป็นการเก็บไว้เพื่อใช้ในการศึกษาเล่าเรียนของลูกจนจบปริญญาตรี

การประกอบอาชีพค้าขายทำให้มีกินมีใช้มาตลอดแต่ไม่เคยได้ออมเงินไว้เพื่ออนาคตหรือไว้ใช้จ่ายฉุกเฉินเลย จนเมื่อลูกเรียนจบแล้วก็ได้โอกาสของตนเองที่ได้เรียนระดับปริญญาตรี จึงได้เริ่มต้น “ออมเงินออมชีวิต”

### วัตถุประสงค์

๑. ออมเงินไว้ใช้ในอนาคตหรือในยามฉุกเฉิน
๒. ดูแลสุขภาพตนเองให้แข็งแรง มีแรงทำงาน และไม่เจ็บป่วย

### องค์ความรู้ที่ใช้ในการทำโครงการ

นางสาวนพร ไทยภักดี ได้ใช้ความรู้จากการเรียนรายวิชาในภาคการศึกษาแรกที่เน้นให้นักศึกษาได้เรียนรู้การใช้ชีวิตพอเพียง จนมีความสนใจในเรื่องการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยการจัดการเวลาในชีวิต การจัดการอาชีพ การจัดการทางการเงิน และการดูแลสุขภาพตนเอง ครอบครัว และชุมชน การปลูกผักไว้กินเองเพื่อสุขภาพและลดค่าใช้จ่าย

### การออมเงินเพื่ออนาคตที่ได้ปฏิบัติ คือ

1. เงินได้มาแบ่งเป็น 4 ส่วน ออมก่อน 1 ส่วน เหลือ 3 ส่วนไว้จ่าย เมื่อใช้จ่ายแล้วเหลือก็นำมาออมเพิ่มอีก
2. ก่อนจะซื้ออะไร คิดก่อนเสมอว่าจำเป็นหรือไม่ ถ้าไม่จำเป็นหรือมีอยู่แล้วก็ไม่ซื้อ
3. ตัดรายจ่ายที่ไม่จำเป็นออกไป เช่น การซื้อเสื้อผ้า ใช้ของเก่าที่มีอยู่หรือเอามาดัดแปลงให้เป็นของใหม่
4. หัดทำอาหารทานเองในครอบครัวเพื่อเป็นการประหยัดและทานได้หลายมือ

### การออมชีวิตที่ได้ปฏิบัติ คือ

1. การแบ่งเวลา ทำงานขายของวันจันทร์-ศุกร์ และมาเรียนในวันเสาร์-วันอาทิตย์ จะขาดเรียนบ้างเมื่อมีธุระจำเป็นจริง ๆ
2. ปฏิบัติหน้าที่ในชุมชนด้วยความรับผิดชอบและมีได้พักพร้อม
3. ส่งเสริมครอบครัวให้รู้จักออมเงินและออมชีวิต
4. ทำอาหารทานเองในครอบครัวทำให้ทุกคนอยู่กันพร้อมหน้า อบอุ่น มีโอกาสได้พูดได้คุย และปรึกษาปัญหาต่าง ๆ

### วิธีการดำเนินงานทำโครงการ

การออมเงิน นางสาวชนพร ไทยภักดี มีอาชีพค้าขายของที่ระลึกให้กับนักท่องเที่ยวต่างชาติ แต่ในช่วงโควิด-19 ระบาดนั้นทำให้ต้องหยุดขายของ ต้องอยู่กับบ้าน จึงคิดหางานทำ มีเพื่อนแนะนำให้ขายอาหารลงเฟส แต่ด้วยตนเองไม่ชอบทำอาหารจึงคิดอยู่หลายวัน ต่อมาจึงตัดสินใจโพสต์ขายก๋วยจั๊บน้ำใสในครั้งแรกเพื่อน ๆ แถวบ้านช่วยซื้อ เพราะมันแปลกใหม่ที่คนออกไปไหนไม่ได้ จึงเป็นโอกาสดีและเปลี่ยนเมนูอาหารทุกวันเพื่อให้ลูกค้าเบื่อ แล้วต่อมามีเพื่อนแถวบ้านมาชวนทำงานอีก คือชวนเด็ดพริกแห้งโดยการรับพริกแห้งจากล้งมาเด็ดกระสอบละ 70 บาท พริกนากกระสอบละ 180 บาท และการนำเปลือกมะพร้าวมามัดทำเป็นที่ปลูกพลุต่าง อันละ 8 บาท

จากสถานการณ์โควิด-19 ทำให้ได้เรียนรู้เรื่องการเอาตัวรอดเพื่อให้มีรายได้มีเงินออมไว้ใช้ในยามจำเป็นหรือฉุกเฉิน

การออมชีวิต นางสาวชนพร ไทยภักดี ได้วางแผนสุขภาพตนเองและออกกำลังกายบริเวณริมถนน แถวบ้านอย่างน้อยสัปดาห์ 3-4 ครั้ง / 1 ชั่วโมง กินอาหารประเภทผักผลไม้และเลือกกินอาหารที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย

### ผลที่เกิดขึ้นจากการทำโครงการ

#### ผลผลิต

มีเงินออมไว้ใช้ในยามจำเป็นหรือฉุกเฉิน และมีคุณภาพชีวิตที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ

## ผลลัพธ์

ได้นำเงินที่ออมไว้จากการประกอบอาชีพค้าขายมาใช้ในช่วงที่เกิดโรคระบาดโควิด-19

## ผลกระทบ

ปรับตัวให้หยุดได้ในสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ครอบคลุมอบอุ่น และสามารถปฏิบัติงานในชุมชนได้

## การสังเคราะห์องค์ความรู้ที่เกิดขึ้น (เกิดองค์ความรู้อะไรบ้าง)

๙.๑ การรู้จักแบ่งเวลาในการเรียน การทำงาน ครอบครัว ชุมชนและสังคม ซึ่งทำได้ไปพร้อมๆ กัน โดยไม่ทำให้เสียอย่างใดอย่างหนึ่ง

๙.๒ การปรับตัวให้หยุดในช่วงสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19 ด้วยการประกอบอาหารและการขายออนไลน์

๙.๓ การเรียนรู้แบบออนไลน์ ทั้งการเรียนในระดับปริญญาตรี และการสืบค้นเรียนรู้จากสื่อออนไลน์ เพื่อสร้างงานสร้างอาชีพเสริมสร้างรายได้ให้หยุดในช่วงสถานการณ์โรคระบาดโควิด-19

## สรุปผลการทำโครงการ

ในระยะ 3 ปีที่ได้เข้ามาเรียน นางสาวธนพร ไทยภักดี ได้ประกอบอาชีพค้าขายที่ทำอยู่เดิมและได้พัฒนาอย่างต่อเนื่อง ไม่มีปัญหาอะไร จนกระทั่งเกิดโรคระบาดโควิด-19 จนได้รับผลกระทบคือไม่มีนักท่องเที่ยวมาเที่ยวเพราะการท่องเที่ยวต้องหยุดชะงักอย่างไม่มีกำหนด ทำให้ต้องเปลี่ยนแปลงการใช้ชีวิต การทำมาหากินเพื่อความอยู่รอด จากที่ไม่เคยทำกับข้าวเอง ก็มาฝึกทำโดยถามจากเพื่อน ๆ ญาติ ๆ และเปิดดูยูทูป และทดลองทำให้ลองชิมก่อน เพื่อนโอเคก็เลยลงเฟสจึงได้อาชีพเสริมสร้างรายได้ให้ครอบครัว เป็นการพลิกวิกฤตให้เป็นโอกาสกับอาชีพใหม่ๆ หลายอาชีพทั้งการทำอาหารขาย การทำกะมะมะพร้าว ปลูกพุดต่าง การรับจ้างเด็ดพริกแห้ง โดยทุกคนในครอบครัวช่วยกันทำ

จากการเรียนรู้ด้วยการปฏิบัติโครงการพัฒนาชีวิตทำให้สามารถนำความรู้มาประยุกต์ใช้และปรับตัวได้ในสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงอย่างสมศักดิ์ศรี

-----