

# JAYMART NEWSLETTER

(OCTOBER NO.19 | 2024)



## 01 Education

- เงินบาทอ่อนค่า แข็งค่า... แตกต่างกันอย่างไรมาก Page : 01
- ประคบร้อน...ประคบเย็น ควรเลือกใช้อย่างไร Page : 02
- วันผู้สูงอายุสากล Page : 03
- ทำไมต้องวางแผนเกษียณ? Page : 04

## 02 Sustainability

- หายนะที่มาพร้อมอุณหภูมิ 1.5 องศา Page : 05
- ESG Summary Data Page : 06

## 03 Activity

- ส่งมอบต้นไม้ จำนวน 368 ต้น  
ให้แก่ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน Page : 07
- International E-Waste Day Page : 08



# เงินบาทอ่อนค่า

## แข็งค่า...แตกต่างกันอย่างไร ?



**เงินบาทอ่อนค่า** คือ การใช้เงินบาทจำนวนมากขึ้น ในการแลกเงินสกุลอื่นในจำนวนเท่าเดิม

**เงินบาทอ่อนค่า**

### ผู้ได้ประโยชน์

- ✓ ธุรกิจส่งออก
- ✓ คนทำงานต่างประเทศ
- ✓ ผู้ประกอบธุรกิจที่รับเงินสกุลต่างประเทศ

“เนื่องจากทั้ง 3 กลุ่มนี้ สามารถนำรายได้ที่ได้ เป็นเงินสกุลต่างประเทศ มาแลกเป็นเงินบาท ได้มากขึ้น”

### ผู้เสียประโยชน์

- ✓ ธุรกิจนำเข้า & นักลงทุน เนื่องจากมีต้นทุนนำเข้าสินค้าสูงขึ้น เพราะราคาสินค้าจากต่างประเทศสูงขึ้น
- ✓ ประชาชน เนื่องจาก ซื้อสินค้าและบริการจากต่างประเทศสูงขึ้น
- ✓ ผู้เป็นหนี้ต่างประเทศ ภาระหนี้สูงขึ้น เพราะใช้เงินบาทในการจ่ายหนี้สกุลเงินต่างประเทศสูงขึ้น



**เงินบาทแข็งค่า**

**เงินบาทแข็งค่า** คือ การใช้เงินบาทจำนวนน้อยลง ในการแลกเงินสกุลอื่นในจำนวนเท่าเดิม

### ผู้ได้ประโยชน์

- ✓ ธุรกิจนำเข้า & นักลงทุน เนื่องจาก นำเข้าสินค้าทุนได้ถูกลง เพราะราคาสินค้าจากต่างประเทศถูกลง
- ✓ ประชาชน เนื่องจาก ซื้อสินค้าและบริการจากต่างประเทศได้ถูกลง
- ✓ ผู้เป็นหนี้ต่างประเทศ ภาระหนี้ลดลง เพราะใช้เงินบาทในการจ่ายหนี้สกุลเงินต่างประเทศลดลง

### ผู้เสียประโยชน์

- ✓ ธุรกิจส่งออก
  - ✓ คนทำงานต่างประเทศ
  - ✓ ผู้ประกอบธุรกิจที่รับเงินสกุลต่างประเทศ
- “เนื่องจากทั้ง 3 กลุ่มนี้ สามารถนำรายได้ที่ได้ เป็นเงินสกุลต่างประเทศ มาแลกเป็นเงินบาท ได้น้อยลง”



## “**ประคบร้อน...ประคบเย็น** **ควรเลือกใช้อย่างไร ???**”

### ประคบเย็น



#### ประคบเย็นเหมาะสำหรับ

- ✓ อาการบาดเจ็บช่วง 48 ชั่วโมงแรก
- ✓ ปวด บวม เจ็บพลง (อาการที่เกิดขึ้นทันที)

#### ประคบเย็นช่วยเรื่องอะไร?

- ✓ ช่วยให้เส้นเลือดหดตัว เลือดไหลเวียนน้อยลง มีการดูดซึมน้ำกลับเข้าหลอดเลือดซึ่งช่วยให้ยุบบวม

#### ประคบเย็นช่วยเรื่องอะไร?

- ✓ เลือดกำเดาไหล
- ✓ ปวดศีรษะ น้ำร้อนลวก ข้อเท้าแพลง
- ✓ ได้รับการบาดเจ็บเฉียบพลัน

### ประคบร้อน



#### ประคบร้อนเหมาะสำหรับ

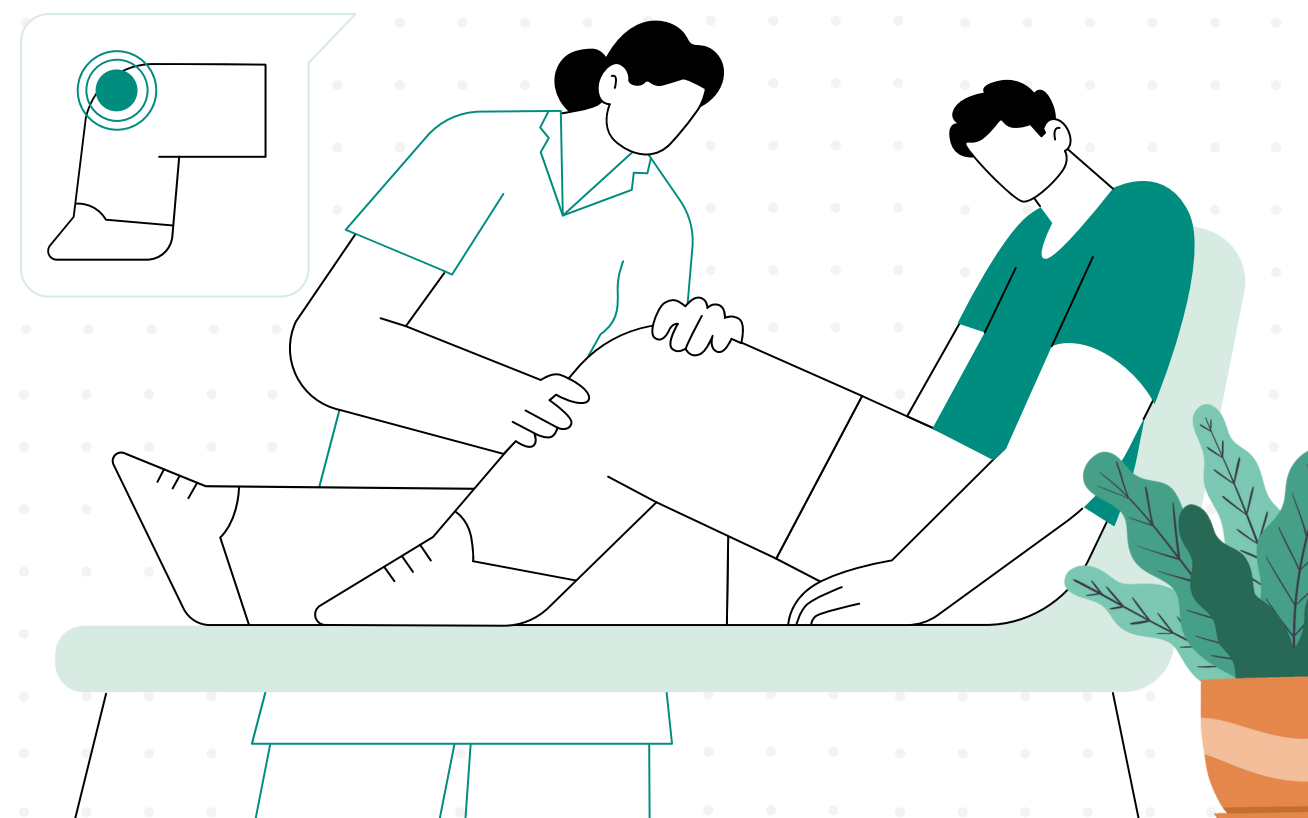
- ✓ หลังจากการบาดเจ็บผ่านไปแล้ว 48 ชั่วโมง
- ✓ มีการปวดหรือบาดเจ็บเรื้อรัง

#### ประคบร้อนช่วยเรื่องอะไร?

- ✓ ช่วยให้เส้นเลือดขยายตัว เลือดไหลเวียนได้ดี บรรเทาอาการปวด ซ่อมแซมการบาดเจ็บ

#### ประคบร้อนช่วยเรื่องอะไร?

- ✓ ปวดประจำเดือน , ปวดฟัน
- ✓ ตึงบริเวณข้อ
- ✓ ออฟฟิศซินโดรม





# วันผู้สูงอายุสากล 1 ตุลาคม 2567

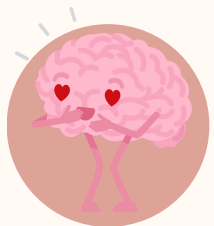
องค์การสหประชาชาติ ได้กำหนดให้ทุกวันที่ 1 ตุลาคม ของทุกปีเป็น "วันผู้สูงอายุสากล" หรือ "International Day of Older Persons" เพื่อให้ความสำคัญกับผู้สูงอายุ ผู้ซึ่งเคยมีคุณูปการต่อสังคม อีกทั้งเพื่อเป็นการสร้างความเข้าใจและช่วยกันดูแลผู้สูงอายุในด้านสุขภาพและการใช้ชีวิต

ปัจจุบันวิวัฒนาการทางการแพทย์ที่ก้าวหน้าไปอย่างรวดเร็ว ทำให้ประชากร "วัยสูงอายุ" เพิ่มมากขึ้นทุก ๆ ปี โดยองค์การสหประชาชาติได้คาดการณ์ว่า ในปี พ.ศ. 2568 จะมีประชากรที่อายุมากกว่า **60** ปี ถึง **1,200** ล้านคน ทั่วโลก

และในปี พ.ศ.2593 จะมีประชากรที่มีอายุมากกว่า 60 ปี ทั่วโลก ถึงเกือบ **2,000** ล้านคน แต่กว่าในจำนวนผู้สูงอายุที่มากขึ้นนี้ กลับมีผู้สูงอายุอีกหลายคนที่ต้องอยู่อย่างโดดเดี่ยว และถูกทอดทิ้งโดยไม่เห็นคุณค่า

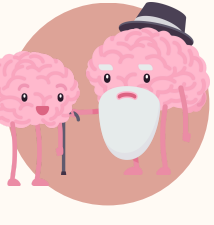


## แนวทางการดูแลสุขภาพจิตใจของผู้สูงอายุให้แจ่มใส ห่างไกลปัญหาสุขภาพจิต



### 1.ให้ความรักและความอบอุ่น

หมั่นพูดคุย ไกล่ลัด ให้ความรัก ความอบอุ่น สร้างเสียงหัวเราะ รวมถึงหาเวลาว่างทำกิจกรรมร่วมกันในครอบครัว



### 2.ให้เกียรติ

ระมัดระวังคำพูดและท่าทางที่แสดงออกต่อผู้สูงอายุหรือจับผิดเรื่องเล็ก ๆ น้อย ๆ แม้ผู้สูงอายุจะดื้อหรือเอาแต่ใจ



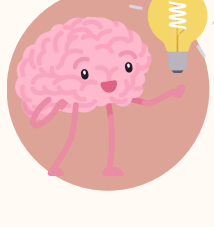
### 3.ส่งเสริมให้เกิดความสงบภายใน

ให้ผู้สูงอายุรู้จักควบคุมอารมณ์ ผ่อนคลาย และปล่อยวาง ผ่านการควบคุมลมหายใจ มีความยืดหยุ่นทางความคิด



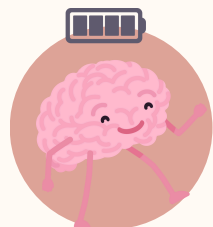
### 4.ส่งเสริมความมีคุณค่าในตัวเอง

อาจปล่อยผู้สูงอายุช่วยเหลือตนเองในเรื่องง่ายๆ เช่น กิจวัตรประจำวัน หรืองานบ้านที่ไม่เกินกำลังและไม่เป็นอันตราย



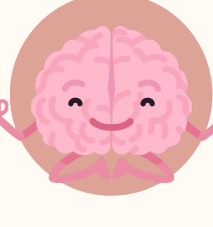
### 5.ฝึกกระบวนการคิด

ฝึกผู้สูงอายุด้านความจำ การฝึกวางแผน และการแก้ไข ปัญหาเพื่อชะลอความเสื่อมของสมองในด้านต่างๆ



### 6.ส่งเสริมการเข้าสังคม

ให้รวมกลุ่มกับเพื่อนๆ หรือกลุ่มวัยอื่นๆ เพื่อพบปะพูดคุย แลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งจะช่วยให้ผู้สูงอายุได้รู้สึกผ่อนคลาย



### 7.ผ่อนคลาย

ส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ด้วยการทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดอารมณ์เป็นสุข จิตใจสดชื่นแจ่มใส กระปรี้กระเปร่า



### 8.ฝึกสมอง

เล่นเกมที่ช่วยฝึกฝนด้านความจำหรือฝึกสมองได้เพื่อให้เกิดการแก้ปัญหา การจัดลำดับความคิด เช่น หมากรุก อักษรไขว้ ต่อคำ



### 9.เป็นที่ปรึกษา

สังเกตปัญหาและรับฟังความต้องการของผู้สูงอายุ หมั่นสอบถามสารทุกข์สุขดิบเสมอ แสดงความเห็นใจ เข้าใจ รับฟัง



### 10.ส่งเสริมการออกกำลังกาย

ให้ผู้สูงอายุหันมาดูแลสุขภาพร่างกายให้แข็งแรง คล่องแคล่ว มีกำลังวังชา ผ่านการฝึกกายบริหาร วันละ 15-30 นาที



แหล่งที่มาของข้อมูล :  
Website : อายุวัฒน์ แอร์สซึ่งโฮม



# ทำไมต้องวางแผนเกษียณ?

เราต้องมีเงินเท่าไรจึงจะพอใช้สบายๆ ไปตลอดชีวิตวัยเกษียณ?

“เกิด แก่ เจ็บ ตาย เป็นเรื่องธรรมชาติและเป็นเหตุแห่งทุกข์ที่เราทุกคนหนีไม่พ้น”

หลายคนคิดว่า... การวางแผนเกษียณเป็นเรื่องของคนสูงอายุ ไว้ใกล้ๆ เกษียณแล้วค่อยคิดกันอีกทีก็ได้ แต่ปัจจุบันมีเหตุผลมากมายที่ทำให้เราต้องหันมาให้ความสำคัญกับการวางแผนเกษียณกันอย่างจริงจังตั้งแต่วันนี้ ซึ่งข้อมูลจากสถิติบอกว่า... คนเรามีอายุยืนยาวขึ้น อัตราการเกิดลดลง นั่นแปลว่าผู้สูงอายุต้องดูแลตนเองมากขึ้น แคมป์สวัสดิการพื้นฐานของรัฐก็ไม่เพียงพอต่อการเลี้ยงชีพ ทำให้ผู้สูงอายุร้อยละ 38.4 ยังคงต้องทำงานหาเงิน

## “3 Steps ค้นหาเงิน 3 ก้อนเพื่อเกษียณสุข”

### 1 จำนวนเงินที่ต้องใช้หลังเกษียณ (เงินก้อนที่ 1)

จริง ๆ แล้ว “เงินออมที่จะพอใช้ไปตลอดชีวิต” ควรประเมินจากเป้าหมายและไลฟ์สไตล์ที่ออกแบบไว้

- ✓ ค่าใช้จ่ายเพื่อดำรงชีวิต
- ✓ ค่ารักษาพยาบาล
- ✓ ค่าใช้จ่ายเพื่อความสุข
- ✓ มรดกให้ลูกหลาน
- ✓ การบริจาคให้สังคม



How to เช็คเงินออมที่ต้องเตรียมไว้ใช้หลังเกษียณแบบคร่าว ๆ เพื่อให้เรายังสามารถรักษาไลฟ์สไตล์การใช้ชีวิตแบบเดิม ๆ เอาไว้ได้

70% ของค่าใช้จ่ายปัจจุบัน

$$\text{จำนวนเงินที่ควรจะมี ณ วันเกษียณอายุ} = \text{ค่าใช้จ่ายต่อปีหลังเกษียณ} \times \text{จำนวนปีที่คาดว่าจะใช้ชีวิตหลังเกษียณ}$$

ซึ่งควรวางแผนให้ครอบคลุมทั้งค่าใช้จ่ายพื้นฐานในการดำรงชีวิตให้มีความสุขได้ตามที่ใจปรารถนา ไปจนถึงค่าใช้จ่ายที่เตรียมพร้อมไว้ใช้ยามเจ็บป่วย และอาจจัดสรรเงินบางส่วนเพื่อเป็นมรดกให้ลูกหลานหรือส่งต่อให้สังคมก็ได้

### 2 จำนวนเงินออมที่มีเพื่อวัยเกษียณ (เงินก้อนที่ 2)

ควรตรวจสอบเงินออมจากแหล่งต่าง ๆ ที่มีอยู่ในปัจจุบันเพื่อนำมาเปรียบเทียบกับเป้าหมาย “เงินที่ต้องใช้หลังเกษียณ” เพราะยังมีเงินออม ก้อนที่ 2 มาก แผนการออมเพิ่มก็ยิ่งใช้เงินน้อยลง ในทางกลับกัน หากเราพบว่าเงินที่ออมไว้ยังห่างจากเป้าหมายที่ต้องการอยู่มาก ก็ต้องเร่งวางแผนออมและลงทุนตั้งแต่วันนี้



“เงินออมก้อนที่ 2 ยิ่งมาก แผนการออมยิ่งง่ายขึ้น”

#### ภาคบังคับ

- ประกันสังคม (ม.33)
- กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ
- กองทุนสงเคราะห์ครูเอกชน

#### ภาคสมัครใจ

- กองทุนการออมแห่งชาติ
- กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ
- กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ
- ประกันชีวิตแบบบำนาญ
- ประกันสังคม (ม.39, ม.40)

#### แหล่งอื่นๆ

- เงินฝาก
- รายได้จากการลงทุน
- รายได้จากครอบครัว
- อื่นๆ เช่น ประกันชีวิตแบบสะสมทรัพย์ ฯลฯ

โดยอาจเริ่มต้นจากระบบการออมภาคบังคับขององค์กรที่ทำงาน เช่น กองทุนประกันสังคม หรือกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ เป็นต้น หรือศึกษาทางเลือกการออมภาคสมัครใจอื่นๆ เช่น กองทุนสำรองเลี้ยงชีพ กองทุนรวมเพื่อการเลี้ยงชีพ ประกันชีวิตแบบบำนาญ การฝากธนาคารหรือการลงทุนในสินทรัพย์ต่างๆ เพื่อหาทางเลือกที่เหมาะสมกับตนเองมากที่สุด

### 3 จำนวนเงินที่ต้องออมเพิ่ม (เงินก้อนที่ 3)

เมื่อทราบแล้วว่า “ขาดเงินอีกเท่าไร” ก็ให้นำเป้าหมายนั้นมา “วางแผนออมเงินเพิ่ม” โดยเริ่มจากการทำบัญชีรายได้ค่าใช้จ่ายอย่างรัดกุม เพื่อให้มีเงินออมในแต่ละเดือน จากนั้นก็ลงมือออมเงินอย่างต่อเนื่อง และมีวินัย เลือกช่องทางการลงทุนให้เหมาะสมกับระดับความเสี่ยงที่ยอมรับได้ของตัวเอง

ตัวอย่าง หากเรายังไม่เคยวางแผนการเงินเพื่อวัยเกษียณเลย แต่ต้องการมีเงินออม 4 ล้านบาท เพื่อจะใช้เงินเดือนละ 15,000 บาท ไปอีก 20 ปีหลังเกษียณ ก็จะต้องออมเพิ่มเพื่อเกษียณ เดือนละ 4,412 บาท เป็นเวลา 30 ปี โดยการจัดสรรเงินไปลงทุนในสินทรัพย์ต่าง ๆ ให้ได้ผลตอบแทนเฉลี่ยอย่างน้อย 6% ต่อปี แต่ถ้าเราอยากใช้ชีวิตเกษียณอย่างสบายหรือเกษียณอย่างหรูหรา ก็ต้องวางแผนออมสม่ำเสมอให้ถึงเป้าหมาย โดยนอกจากจะประหยัดค่าใช้จ่ายให้มีเงินออมเพิ่มและวางแผนลงทุนแล้ว เราก็อาจเพิ่มศักยภาพตนเอง เพื่อสร้างโอกาสให้ได้เงินเดือนเพิ่มหรือขยันทำงานเสริม ให้มีเงินออมเพิ่มขึ้น 2 - 3 เท่าจากเดิม จะได้ไปถึงเป้าหมายได้อย่างมั่นใจ





### CLIMATE CARE เรื่องโลกร้อนที่ต้องรู้และแคร์ หายนะที่มาพร้อมอุณหภูมิ 1.5 องศา

ในช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมาอุณหภูมิโลกปรับตัวสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ยุคปฏิวัติอุตสาหกรรมมาจนถึงตอนนี้ **โลกร้อนขึ้นแล้วเฉลี่ย 1.1 องศาเซลเซียส** เป็นผลพวงจากการเผาผลาญเชื้อเพลิงฟอสซิลอย่างบ้าคลั่งเพื่อกิจกรรมทางเศรษฐกิจในช่วงศตวรรษที่ผ่านมา ซึ่งหากยังเป็นเช่นนี้ต่อไปเรื่อยๆ อีกไม่นานเกินรอ อุณหภูมิโลกจะแตะ**ระดับวิกฤตที่ 1.5 องศาเซลเซียส ภายในอีก 5 ปีข้างหน้า**



#### นักวิทยาศาสตร์ระบุว่า ตัวเลข 1.5 องศาเซลเซียส



ถือเป็น "จุดพลิกผันด้านสภาพภูมิอากาศ" (Climate tipping point) ส่งผลให้ระบบนิเวศของโลกเกิดการเปลี่ยนแปลงครั้งใหญ่ และเป็นการเปลี่ยนแปลงที่อันตรายต่อมนุษย์ จะเกิดสภาพอากาศที่แปรปรวนสุดขั้ว ทวีความรุนแรงกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบันอีกหลายเท่า กลายเป็นมหันตภัยร้ายแรง สร้างความเสียหายให้กับมวลมนุษยชาติอย่างมหาศาลอีกทั้งยังทำให้เกิดวิกฤตการณ์อีกหลายด้านตามมา

### ผลกระทบที่จะเกิดขึ้นเมื่ออุณหภูมิโลกแตะ 1.5 องศา

**ธารน้ำแข็งละลายอย่างรวดเร็ว**



แผ่นน้ำแข็งอาร์กติกซึ่งมีน้ำแข็งปกคลุมตลอดทั้งปี มีโอกาสที่จะละลายหมดในช่วงฤดูร้อนอย่างน้อยจะเกิดขึ้น 1 ครั้งในทุกๆ 100 ปี

**ทำให้เกิดภาวะน้ำทะเลเป็นกรด**



เพราะทะเลดูดซับคาร์บอนไดออกไซด์มากเกินไป ส่งผลเสียต่อระบบนิเวศใต้ทะเล

**ปรากฏการณ์คลื่นความร้อนเกิดขึ้นบ่อยครั้ง**



ทำให้ประชาชนในหลายภูมิภาคทั่วโลกได้รับผลกระทบอย่างหนัก

โคเวต้าปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจกของทั้งโลก จาก Carbon Clock ซึ่งอ้างอิงข้อมูลจากคณะกรรมการระหว่างประเทศว่าด้วยการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ (Intergovernmental Panel on Climate Change: IPCC) ออกมาเตือนว่า **Carbon budget** หรือ ก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ที่สามารถปล่อยขึ้นสู่ชั้นบรรยากาศได้โดยที่ไม่ทำให้อุณหภูมิเฉลี่ยของโลกสูงเกิน 1.5 องศาเซลเซียส **เหลือเพียงแค่ 2 แสนกว่าล้านตัน** (ข้อมูลวันที่ 18 มิถุนายน 2567) หากโลกยังปล่อยก๊าซเรือนกระจกในอัตรา 1,337 ตัน:วินาที อย่างไม่ลดละเรื่อยๆ **โลกจะเหลือเวลาอีกแค่ 5 ปีเท่านั้น** ในการควบคุมอุณหภูมิไม่ให้เกิน1.5 องศาเซลเซียส

🔍 ✕

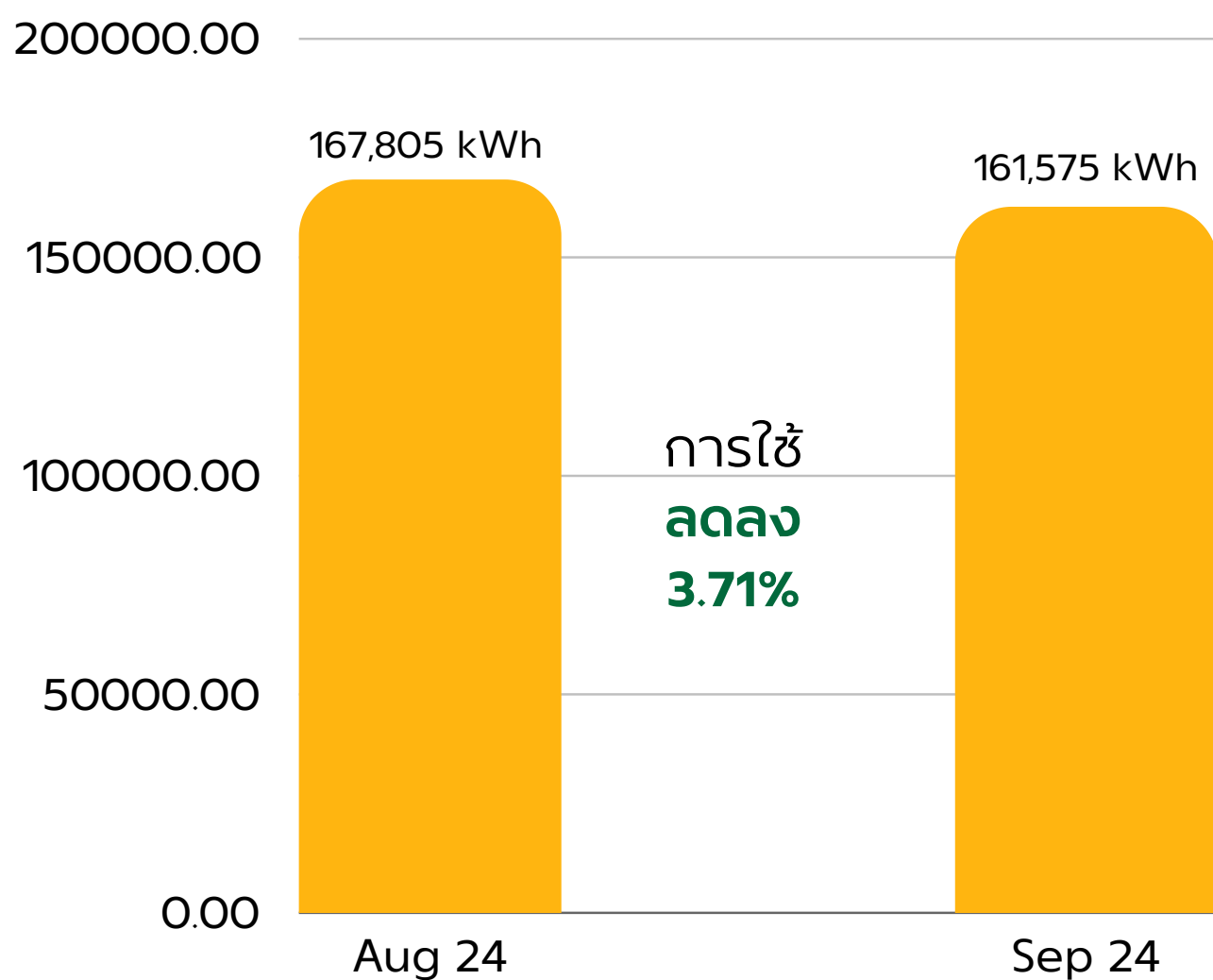
นี่อาจเป็นโอกาสสุดท้ายที่ทุกภาคส่วนที่เกี่ยวข้องจะช่วยกันแก้ไขปัญหาดังกล่าว โดยเฉพาะภาคธุรกิจ ซึ่งมีศักยภาพและความพร้อมสูงที่จะผลักดันให้เกิดการลดก๊าซเรือนกระจกอย่างมีนัยสำคัญ **มาร่วมกันวางเป้าหมายสู่การเป็นองค์กรที่ปล่อยก๊าซเรือนกระจกสุทธิเป็นศูนย์ (Net Zero Emissions)** ให้เร็วที่สุดเพื่อจะได้ก้าวผ่านวิกฤตนี้ไปด้วยกัน



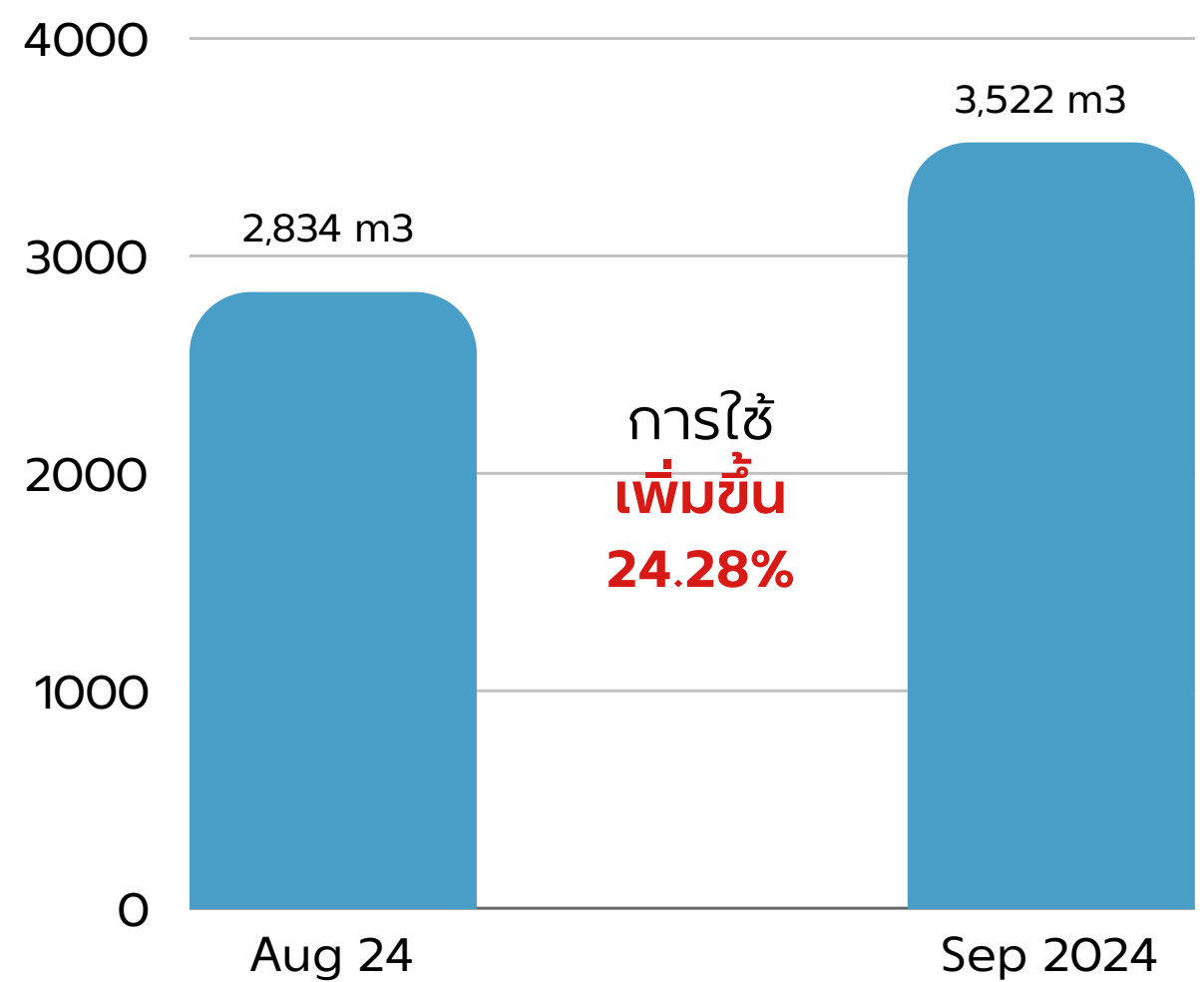


ESG Summary Data

ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้ไฟฟ้า



ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้น้ำประปา



\*\*\* ปริมาณการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาของบริษัท เจมาร์ท ณ อาคาร A , B และ C

สรุปข้อมูล

• สถิติการใช้ไฟฟ้า

ปริมาณการใช้ไฟฟ้าของเดือนกันยายน 2567 **ลดลง** กับการใช้ไฟฟ้าของเดือนสิงหาคม 2567 ทั้งหมด 3.71% ซึ่งการใช้พลังงานที่ลดลง ถือเป็นเรื่องที่ดีในการช่วยกันประหยัดการใช้ทรัพยากรในองค์กร ซึ่งหากพวกเราช่วยกันลดการใช้พลังงานไฟฟ้าที่ไม่จำเป็นก็จะสามารถช่วยลดโลกร้อนและช่วยลดค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็นได้ อีกทั้งยังสามารถเดินทางไปสู่เป้าหมายที่องค์กรได้ตั้งไว้

• สถิติการใช้น้ำประปา

ปริมาณการใช้น้ำประปาของเดือนกันยายน 2567 **เพิ่มขึ้น** จากการใช้น้ำประปาของเดือนสิงหาคม 2567 **มากถึง 24.28%** ซึ่งสวนทางกันกับเป้าหมายที่องค์กรได้ตั้งไว้ ซึ่งการใช้น้ำประปาที่เพิ่มขึ้นอาจส่งผลกระทบต่อค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานและส่งผลกระทบต่อทรัพยากรของสิ่งแวดล้อม เนื่องจากการปล่อยน้ำทิ้งลงแหล่งน้ำเป็นจำนวนมาก อีกทั้งอาจทำให้เกิดการขาดแคลนทรัพยากรน้ำในอนาคตได้อีกด้วย

เพื่อให้มีปริมาณการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาที่ลดลงอย่างต่อเนื่อง นอกจากการย้ำเตือนตัวเองให้ใช้ทรัพยากรไฟฟ้าและน้ำอย่างคุ้มค่ามากที่สุดแล้วนั้น อยากให้เพื่อนๆพนักงานทุกคนช่วยกันสอดส่องดูแลบริเวณพื้นที่การทำงานของตนเอง หากมีเพื่อนพนักงานเปิดไฟฟ้า เปิดแอร์หรือเปิดน้ำทิ้งไว้ขอให้ช่วยกันปิดเมื่อไม่ได้ใช้งานแล้วหรือปิดระหว่างพักรับประทานอาหารกลางวัน เพื่อช่วยลดการใช้ทรัพยากรได้อีกทางหนึ่ง ทั้งนี้เราหวังเป็นอย่างยิ่งว่าเพื่อนๆพนักงานทุกคนจะร่วมใจช่วยกันให้ปี 2567 นี้สามารถบรรลุได้ตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ คือ ลดการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาลงร้อยละ 10 เมื่อเทียบกับปีฐาน 2566



### ESG Summary Data

ประเภทของขยะ	Aug 2024	Sep 2024
1 กระดาษ	น้ำหนัก 2,798 กก.	น้ำหนัก 2,104 กก.
2 ขยะทั่วไป	น้ำหนัก 7,272 กก.	น้ำหนัก 6,413 กก.
3 ขวดพลาสติก	น้ำหนัก 80.50 กก.	น้ำหนัก 47 กก.

\*\*\* ปริมาณขยะจากบริษัท เจมาร์ท ณ อาคาร A , B และ C ปี 2567

#### สรุปข้อมูล

จากข้อมูลในตารางจะเห็นได้ว่าปริมาณขยะเดือนกันยายน 2567 มีแนวโน้มลดลงเมื่อเปรียบเทียบกับ เดือนสิงหาคม 2567 โดยเฉพาะในประเภทขยะทั่วไป ขยะกระดาษ และขยะพลาสติก สาเหตุที่เป็นไปได้ อาจมาจากการดำเนินมาตรการคัดแยกขยะอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น สะท้อนถึงการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการคัดแยกขยะ การใช้ทรัพยากรในองค์กรให้คุ้มค่า ซึ่งเป็นหนึ่งในวิธีสำคัญที่ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพการทำงาน ลดต้นทุน และนำไปสู่การสนับสนุนความยั่งยืนขององค์กรในระยะยาว

อย่างไรแล้วหากแนวโน้มนี้ยังคงดำเนินต่อไป อาจนำไปสู่การจัดการขยะอย่างยั่งยืนมากขึ้นในระยะยาว และลดภาระงานของระบบจัดเก็บและกำจัดขยะได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เพื่อให้บรรลุผลลัพธ์ตามเป้าหมายที่บริษัทวางไว้ คือ ภายในปี 2568 ลดสัดส่วนการนำขยะไปฝังกลบหรือเผาทำลาย โดยการนำเข้าสู่กระบวนการ Recycle ไม่น้อยกว่าร้อยละ 10

การ 'แยกขยะ' เริ่มต้นได้ตั้งแต่ตัวเราเอง ซึ่งหากเพื่อนๆพนักงานสงสัยว่าขยะแต่ละประเภทควรทิ้งขยะถังไหน ก่อนทิ้งขยะในมือให้หยุดอ่านประเภทถังขยะและอ่านป้ายให้ความรู้เรื่องประเภทขยะตามจุดทิ้งขยะ เพื่อช่วยคลายความสงสัยว่าขยะนั้นๆควรทิ้งอย่างไร







### บริษัท เจมาร์ท กรุ๊ป โฮลดิ้งส์ ส่งมอบต้นไม้ จำนวน 368 ต้น ให้แก่ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

บริษัท เจมาร์ท กรุ๊ป โฮลดิ้งส์ จำกัด (มหาชน) มีความมุ่งมั่นในการพัฒนาด้านความยั่งยืนในทุกมิติของการดำเนินธุรกิจ และให้ความสำคัญอย่างยิ่งกับการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม โดยบริษัทฯ ได้ร่วมมือกับพันธมิตรภายนอกเพื่อสร้างการเปลี่ยนแปลงที่ดีให้แก่สังคมอย่างต่อเนื่อง และที่ผ่านมาเจมาร์ทได้เข้าร่วมโครงการ “ทิ้ง E-Waste เท่ากับปลูก ร่วมสร้างพื้นที่สีเขียว” กับบริษัท AIS ซึ่งเป็นโครงการที่มีวัตถุประสงค์ เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว ในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ครบ 72 พรรษา โดยมุ่งส่งเสริมการตระหนักรู้และร่วมมือกันดูแลสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืนในระดับชุมชนและประเทศชาติ

โครงการ “เก็บขยะ E-Waste 1 ชิ้น เท่ากับต้นไม้ 1 ต้น” ที่บริษัทฯ ได้เข้าร่วมมีระยะเวลาตั้งแต่ 1 เมษายน – 19 กรกฎาคม 2567 ซึ่งมีการประชาสัมพันธ์ภายในกลุ่มบริษัทฯ เพื่อให้พนักงานมีส่วนร่วมในการรวบรวมขยะอิเล็กทรอนิกส์ (E-Waste) ที่ไม่ใช้แล้ว ผลจากการร่วมมือ และความตั้งใจทำให้บริษัทฯ สามารถรวบรวมขยะ E-Waste ได้มากถึง 368 ชิ้น ซึ่งสอดคล้องกับจำนวนต้นไม้ที่ได้รับมา 368 ต้น โดยต้นไม้เหล่านี้ประกอบด้วยพันธุ์ไม้หลายชนิด เช่น ต้นมะฮอกกานี ต้นชมพูพันธุ์ทิพย์ ต้นชงโค ต้นประดู่แดง ต้นตะแบก และต้นซิลเวอร์โอ๊ค



เมื่อวันที่ 26 กันยายน 2567 ที่ผ่านมา บริษัทฯ ได้สานต่อโครงการด้วยการส่งมอบต้นไม้ทั้งหมด ให้แก่ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน จังหวัดนครปฐม เพื่อสนับสนุนการปลูกและอนุรักษ์พื้นที่สีเขียวในมหาวิทยาลัย การส่งมอบครั้งนี้ไม่เพียงแต่แสดงถึงความมุ่งมั่นของบริษัทฯ ในการสนับสนุนการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติ แต่ยังสะท้อนถึงความตั้งใจของบริษัทฯ ในการร่วมมือกับหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชน เพื่อขยายการสร้างสรรค์สังคมที่ยั่งยืนในระยะยาว

บริษัทฯ เชื่อว่าการส่งเสริมให้พนักงานและสังคมเห็นความสำคัญของการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์อย่างถูกต้อง จะเป็นอีกก้าวสำคัญในการสร้างอนาคตที่ยั่งยืน โดยการนำแนวทางนี้ไปใช้ในทุกภาคส่วนจะช่วยให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่แท้จริงในการดูแลรักษาสิ่งแวดล้อมและการสร้างพื้นที่สีเขียว

# International E-Waste Day

## 14 ตุลาคม 2567



“

เราในฐานะผู้บริโภค รู้หรือไม่ว่า  
ทุกวันนี้มีขยะอิเล็กทรอนิกส์  
ที่รอกำจัดมีปริมาณเท่าใด?

”

ตามรายงาน Global E-Waste Monitor ของ UN  
ล่าสุด ประจำปี 2024 ระบุว่า ปัจจุบันมีขยะอิเล็กทรอนิกส์เกิด  
ขึ้นทั่วโลก **62,000 ล้านกิโลกรัม**

หากเทียบให้เห็นภาพ คือ รถบรรทุก 1.55 ล้านคัน ที่บรรทุก  
ขยะอิเล็กทรอนิกส์เรียงรายอยู่ตามแนวเส้นศูนย์สูตรของโลก



นอกจากนี้ มีการคาดว่าปริมาณขยะอิเล็กทรอนิกส์จะเพิ่มขึ้นเป็น 82,000 ล้านกิโลกรัม ภายในปี 2030 หรือปี 2573 และปัจจุบัน ปริมาณขยะอิเล็กทรอนิกส์เพิ่มขึ้นเร็วกว่าอัตราการเก็บขยะรีไซเคิลอย่างเป็นทางการถึง 5 เท่า ซึ่งหากขยะเหล่านี้ตกค้างและไม่ได้เข้าสู่กระบวนการจัดการรีไซเคิลที่ถูกต้อง ก็จะนำมาซึ่งอันตรายจากสารพิษและปริมาณของก๊าซเรือนกระจกที่จะสร้างผลกระทบต่อมหาศาลโดยตรงกับโลกและตัวเราเช่นกัน

ดังนั้น บริษัท เจมาร์ท กรุ๊ป โฮลดิ้งส์ จำกัด (มหาชน) โดย บริษัท เจมาร์ท โมบาย จำกัด ขอเป็นส่วนหนึ่งในการร่วมแคมเปญ 2024 กับ AIS- International E-Waste Day กับแคมเปญ อุ่นใจไปทั่วโลก ตามล่าหา E-Waste โดย เจมาร์ท ขอร่วมทำ Mission ภารกิจตามล่าหา E-Waste เพื่อช่วยโลกและขอเชิญชวนให้ทุกคน ตามล่าหา E-Waste E ภัยร้ายใกล้ตัว ทั้ง E-Waste ให้ถูกที่ ซึ่งสามารถทำได้ตามเจมาร์ท สโตร์ มากกว่า 300 สาขา , พี่ไปรษณีย์ทุกสาขา, AIS Shop และจุดทิ้งกว่า 2,700 จุดสาขาทั่วประเทศ

ร่วมยกระดับการทำงานของ HUB OF E-WASTE หรือ ศูนย์กลางการจัดการขยะอิเล็กทรอนิกส์อัจฉริยะ จากการแก้ไขปัญหาขยะอิเล็กทรอนิกส์ให้เข้าสู่กระบวนการรีไซเคิลอย่างถูกวิธีผ่านการสร้างความตระหนักรู้สู่ภารกิจ Decarbonization ที่จะเข้าไปเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยลดปริมาณการปล่อยก๊าซเรือนกระจก



# JAYMART NEWSLETTER

(OCTOBER NO.19 | 2024)



สแกนเพื่อทำแบบสอบถามความคิดเห็น



**THANK YOU**

---

[jaymartgroup\\_esg@jaymart.co.th](mailto:jaymartgroup_esg@jaymart.co.th)