

# มุมมอง สรรพยากร+

วารสารสรรพยากร | เมษายน 2557

## Off We Go+

พิกายคล้ายร้อนที่บ้านกรุงด

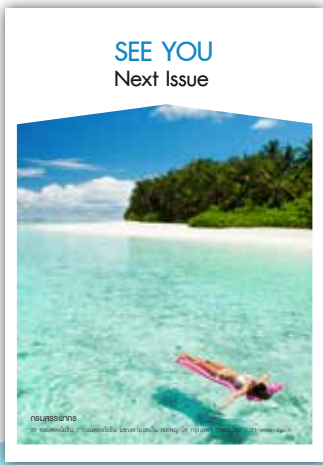
## Story Sharing+

ก่อนตัดสินใจลงทุน

## Zoom in+

เยาวชนดนตรี

RD music Contest Season 2



# Say Hi

## ที่ปรึกษา

อธิบดี

ที่ปรึกษาด้านประสิทธิภาพ

ที่ปรึกษาด้านเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

ที่ปรึกษาด้านพัฒนาฐานภาษี

ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี

(กลุ่มธุรกิจพลังงาน)

ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี

(กลุ่มธุรกิจระบบการเงินการธนาคาร)

รองอธิบดี ผู้ตรวจราชการ ผู้อำนวยการสำนัก

หัวหน้ากลุ่มงาน ผู้ตรวจสอบภายใน สรรพากรภาค

สรรพากรพื้นที่

## บรรณาธิการ

หัวหน้าส่วนเอกสารเผยแพร่

## กองบรรณาธิการ

ข้าราชการและลูกจ้างในส่วนเอกสารเผยแพร่

สำนักบริหารกลาง

## กำหนดเวลา

เผยแพร่เป็นรายเดือน

## สำนักงาน

สำนักบริหารกลาง กรมสรรพากร 90 ซอยพหลโยธิน 7

ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน

เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

## วัตถุประสงค์

เพื่อเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร

เรื่องเกี่ยวกับภาษีอากรและกรมสรรพากร ซึ่งจะเป็นช่อง

ทางอันจะนำไปสู่ประโยชน์ในทางปฏิบัติได้เป็นการทั่วไประหว่างกรมสรรพากรกับประชาชน

เพลงแบบเดี่ยวหน้าร้อนมาแล้วนะคะ ปีนี้มาเร็ว  
ชะด้วย สำหรับเมฆาหน้าร้อนนี้ ขอทุกท่านทำให้ใจให้เย็น ๆ  
กันไว้คะ ร้อน...ร้อนอย่างนี้ขอแนะนำสิ่งที่น่าจะช่วยให้  
คลายความอับอ้าวลงได้บ้าง ก็ต้องนี่เลย แต่งโมคัะ และ  
ดื่มน้ำให้มากขึ้นเพื่อทดแทนกับเหงื่อที่เสียไปกับความร้อน  
จากแสงแดดที่แผดเผาล้อมรอบตัวเรา และถ้าหลีกเลี่ยง  
การดื่มน้ำเย็นหรือน้ำแข็งได้ก็จะยิ่งดี เมนูอาหารที่ท่าน  
ก็ควรเป็นอาหารรสชาติอ่อน ๆ เพื่อลดดีกรีความร้อนแรง  
ภายใน ส่วนภายนอกก็ทาครีมกันแดดป้องกัน กันไว้  
สักหน่อยก็ดี แต่คิดว่าทุกท่านคงมีวิธีรับมือเฉพาะตัวกันอยู่  
บ้างแล้ว อันนี้มาเตือนเผื่อใครจะเผลอลืมไปคะ

ช่วงซัมเมอร์นี้ อาจมีหลายคนถือโอกาสหยุดอยู่บ้าน  
เฉย ๆ อ่านหนังสือ ปลูกต้นไม้ และหลายคนคงแพลน  
ตระเตรียมข้าวของออกเที่ยว และคงไม่พลาดหยิบ  
สมาร์ทโฟนคู่กายหลบร้อนไปหาที่พักผ่อนหย่อนใจกัน  
ให้สบายอารมณ์ สถานที่ท่องเที่ยวสวย ๆ ของบ้านเรายังมี  
อีกเยอะแยะเลยที่น่าไปสัมผัสด้วยตัวเองสักครั้งหนึ่ง  
ในชีวิตถ้ามีโอกาสนะคะ และด้วยยุคสมัยที่คนเราหันมาใช้  
มือถือสมาร์ทโฟนในการพกไปไหนมาไหนได้อย่าง  
สะดวกสบาย และเชื่อมต่อสังคมออนไลน์หรืออินเทอร์เน็ต  
ได้ทุกที่ตลอดเวลา ไม่ว่าจะเดินทางไปไหนสำหรับวันหยุดยาว  
อย่างนี้ ท่านใดที่เตรียมตัวแพ็กกระเป๋าเดินทางไปท่องเที่ยว  
ต่างประเทศ อย่าลืมเช็คแพ็กเกจการใช้งานดาต้า  
และอินเทอร์เน็ตของโทรศัพท์มือถือถือกันไว้ด้วยนะคะ  
จะได้ไปเที่ยวแบบสบายใจ สบายอารมณ์ และสบาย ๆ เมื่อ  
กลับมาอีกด้วยคะ

กองบรรณาธิการ

# Contents

04

Rd Society+

08

Zoom In+

เยาวชนดนตรี  
RD Music Contest Season 2

12

Feature+

การบริหารจัดเก็บภาษีอากร  
แบบ CRM<sup>2</sup>

14

Story Sharing+

ก่อนตัดสินใจลงทุน

16

Story Sharing+

ว่าด้วยเรื่องขงดอกเบี๋ย 1

18

Law+

เจ้าของบ้านจะทำการป้องกัน  
โดยไม่ต้องหลบหนีผู้กระทำผิดก่อน ได้หรือไม่

20

Healthy+

Cool  
summer

22

Thinking+

จัดการชีวิต 2 บทบาท  
แบบวาววา

24

How To+

4 C+1  
ไอเดียดูแลบ้านก่อนสิ้นลารวันหยุดยาว

26

Sunny Day+

ดู ล้า..ดู ล้า  
...ถ้าลมร้อน

28

Off We Go+

พิกทาศลรายร้อน  
ที่บ้านกรุงด

# Rd Society

## การประชุมการบริหารงานจัดเก็บภาษีของสรรพากรภาค ครั้งที่ 2/2557 จังหวัดตาก

นายสุทธิชัย สังขมณี อธิบดีกรมสรรพากร พร้อมด้วยผู้บริหารกรมสรรพากร ร่วมประชุมการบริหารงานจัดเก็บภาษีของสรรพากรภาค (ก.บ.ภ.) ครั้งที่ 2/2557 ณ เซ็นทารา แคมป์สโตนฮิลล์ รีสอร์ท อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก



## อธิบดีฯ ตรวจเยี่ยมสำนักงาน สรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร 7

นายสุทธิชัย สังข์ขมณี อธิบดีกรมสรรพากร พร้อมคณะตรวจเยี่ยมสำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร 7 และสำนักงานสรรพากรพื้นที่สาขาจตุจักร โดยมีข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ให้การต้อนรับ ในการนี้ ท่านอธิบดียังได้ร่วมกิจกรรมออกกำลังกายกับเจ้าหน้าที่ ซึ่งเป็นกิจกรรมที่สำนักงานสรรพากรพื้นที่กรุงเทพมหานคร 7 ได้จัดขึ้นเป็นประจำทุกวันทำการ เพื่อให้เจ้าหน้าที่ได้ผ่อนคลายจากการทำงานอีกด้วย



## กรมสรรพากรร่วมงาน CCO-MOF ครั้งที่ 2 (ภาคเหนือ) เชียงใหม่

นางวณี ทศนมนต์เชียร ที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์ การจัดเก็บภาษี กรมสรรพากร เป็นผู้แทนกรมฯ เข้าร่วมงาน CCO-MOF ครั้งที่ 2 (ภาคเหนือ) โดยมี นายรังสรรค์ ศรีวรศาสตร์ ปลัดกระทรวงการคลัง เป็นประธาน และร่วมปาฐกถาพิเศษ เรื่อง “บทบาทกระทรวงการคลังในการพัฒนาประเทศ” และร่วมรับฟังการเสวนา “การมีส่วนร่วมของหน่วยงานในสังกัดการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ กระทรวงการคลัง” ณ โรงแรมฮอลิเดย์อินน์ จังหวัด เชียงใหม่



## ต้อนรับคณะเจ้าหน้าที่ IMF

นายมานิต นิธิประทีป รองอธิบดี รักษาการในตำแหน่งที่ปรึกษาด้านยุทธศาสตร์การจัดเก็บภาษี กรมสรรพากร ให้การต้อนรับ Mr. Juan Toro, Assistant Director of the Fiscal Affairs Department และผู้เชี่ยวชาญจากกรมสรรพากรออสเตรเลีย (ATO) และกรมสรรพากรเนเธอร์แลนด์ (NTCA) ที่นำคณะเจ้าหน้าที่กองทุนการเงินระหว่างประเทศ (IMF) เข้าพบเนื่องในโอกาสเข้าร่วมประชุมความร่วมมือทางวิชาการ (Technical Cooperation) ด้านการบริหารจัดเก็บภาษีในการปรับปรุงประสิทธิภาพการบริหารการจัดเก็บภาษี สำหรับผู้ประกอบการ SMEs โดยใช้หลักการบริหารความเสี่ยง (CRM) และการปรับปรุงองค์กรที่เกี่ยวข้องกับยุทธศาสตร์การบริหารการจัดเก็บภาษี SMEs ของกรมสรรพากร



## วันสถาปนากรมสรรพสามิต ครบรอบปีที่ 82

นายวีระวุฒิ วิทยกุล รองอธิบดีกรมสรรพากร และนายวสันต์ วัฒนศิริ ผู้อำนวยการสำนักบริหารกลาง ร่วมแสดงความยินดี เนื่องในโอกาส วันคล้ายวันสถาปนากรมสรรพสามิต ครบรอบปีที่ 82



## สัมมนา “กันไว้ดีกว่าแก้... รู้ก่อนแก้กฎหมายใหม่”

นายสมพงษ์ ตันตพาทย์ รองอธิบดีกรมสรรพากร เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการสัมมนาเรื่อง “กันไว้ดีกว่าแก้... รู้ก่อนแก้กฎหมายใหม่” ณ หอประชุมใหญ่ อาคารเฉลิมพระเกียรติ (อาคาร 9) วิทยาลัยเทคโนโลยีสยาม



# RD MUSIC CONTEST

Season 2\*







# เยาวชนคนตรี RD Music Contest Season 2

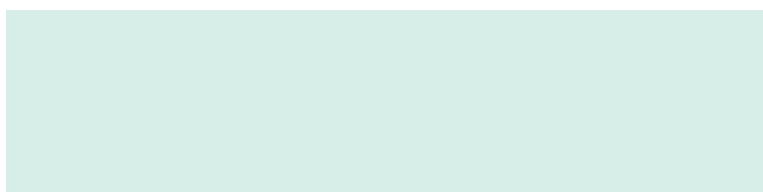
ปิดฉากไปแล้วด้วยเสียงดนตรีที่ไพเราะและบรรยากาศที่สนุกสนานสำหรับ RD Music Contest Season 2 กิจกรรมการประกวดดนตรีในระดับภูมิภาคของน้องๆ เยาวชนอายุระหว่าง 15-25 ปี ภายใต้โครงการสรรพากร On Tour ปีที่ 8 เพื่อสร้างโอกาสให้เยาวชนคนดนตรีได้พัฒนาศักยภาพด้านดนตรี ชิมินราววัลทุนการศึกษากว่า 70,000 บาท โดยได้รับเกียรติจาก นางชนาทิพย์ วีระสืบทวี รองอธิบดีกรมสรรพากร เป็นผู้มอบรางวัล เมื่อวันที่ 16 มีนาคมที่ผ่านมา ณ ลานกิจกรรมเดอะไนน์ พระราม 9 กรุงเทพฯ

กิจกรรมก่อนที่จะชิงชนะเลิศ น้องๆ ที่ผ่านรอบคัดเลือกทั้ง 4 ทีม ได้รับความรู้เพิ่มเติมด้านดนตรีจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ และเป็นคณะกรรมการในการตัดสินครั้งนี้ด้วย คือ ครูแอน นันทนา บุญหลง, คุณหนึ่ง ณรงค์วิทย์ เตชะธนะวัฒน์ นักแต่งเพลงชื่อดัง, คุณวุฒิ วงศ์สรรเสริญ ศิลปินวง The Begins สังกัด Love is, อาจารย์เมย์ เฉลิมพล จากวิทยาลัยดนตรีมหาวิทยาลัยรังสิต และเป็นศิลปินวง The Positive คุณแพท พันธุ์ปิติ โพธิ์วิจิตร อดีตนักร้องนำวงจีว่า ได้ให้คำแนะนำทักษะเทคนิคดนตรีในด้านต่างๆ อาทิ การออกเสียงและร้องเพลง การเล่นและใช้เครื่องดนตรี การนำเสนอสาว การแต่งเพลงและเรียบเรียงเสียงประสาน การทำงานร่วมกันเป็นทีมอย่างเป็นระบบ โดยการประกวดในรอบชิงชนะเลิศน้อง ๆ ทั้ง 4 ทีม จะต้องแสดงความสามารถ 2 เพลง โดยหนึ่งในนั้นคือเพลง “ขอเป็นคนคอยห่วงใย” ซึ่งเป็นเพลงที่กรมสรรพากรทำขึ้นเพื่อผู้เสียภาษีทุกท่าน คำร้องและทำนองโดย คุณหนึ่ง ณรงค์วิทย์ เตชะธนะวัฒน์ และ คุณคิงส์ The Voice เป็นผู้ขับร้อง

สำหรับผลการตัดสินรางวัลชนะเลิศเงินรางวัล 50,000 บาท ได้แก่ “ฮันแน” โรงเรียนดุริยางค์ทหารเรือ จากภาคกลาง และรองชนะเลิศ 3 รางวัลๆ ละ 5,000 บาท คือ “Topper” โรงเรียน ภปร.ราชวิทยาลัย จากภาคกลาง “The Heart Band” วิทยาลัยเทคนิคร้อยเอ็ด จากภาคอีสาน และ “Obama” โรงเรียนเทศบาล 6 จังหวัดเชียงราย จากภาคเหนือ



RD Music Contest Season 2 ในครั้งนี้ นอกจากได้รับความสนุกจากโชว์ของน้องๆ เยาวชนทั้ง 4 ทีมแล้ว ยังได้ชมมินิคอนเสิร์ตจากศิลปินชื่อดัง Getsunova ซึ่งเป็นวงดนตรีแบบอย่างที่ดีแก่เยาวชนที่ทุ่มเททำงานด้านดนตรีจนมีชื่อเสียงอันดับต้นๆ ของเมืองไทย สำหรับการจัดแข่งขันด้านดนตรีแก่เยาวชนในครั้งนี้ กรมสรรพากรหวังว่าเวทีการประกวดแห่งนี้จะช่วยสานโอกาสให้เยาวชนไทยมีเวทีที่แสดงความสามารถ และนำประสบการณ์จากการประกวด RD Music Contest ไปพัฒนาศักยภาพด้านดนตรีต่อไป



# การบริหารจัดการ ภาษีอากรแบบ CRM<sup>2</sup>



เมื่อพูดถึง CRM หลายท่านน่าจะคิดถึง Customer Relationship Management หรือ การบริหารความสัมพันธ์กับลูกค้า ซึ่งหมายถึง วิธีการที่ทำให้ลูกค้าของเรามีความรู้สึกผูกพันกับสินค้า บริการ หรือองค์กร เมื่อลูกค้ามีความผูกพันในทางที่ดีกับเราแล้ว ลูกค้าก็ไม่คิดที่จะเปลี่ยนใจไปจากสินค้าหรือบริการของเรา ทำให้เรามีฐานลูกค้าที่มั่นคง และนำมาซึ่งความมั่นคงทางรายได้ของบริษัทนั่นเอง หลายหน่วยงานรวมถึงกรมสรรพากรก็ได้นำ CRM มาใช้ในองค์กรเช่นกัน ซึ่งปัจจุบันนี้

กรมสรรพากรไม่ได้ใช้ CRM ที่เป็น Customer Relationship Management เพียงแนวทางเดียวเท่านั้น กรมสรรพากรได้มีการนำ CRM อีกตัวหนึ่งเข้ามาช่วยบริหารการจัดการจัดเก็บภาษี นั่นก็คือ “Compliance Risk Management” หรือ การบริหารการจัดการจัดเก็บภาษีอากรโดยหลักการบริหารความเสี่ยง

ภารกิจสำคัญของกรมสรรพากรนอกจากการจัดเก็บภาษีเพื่อไปพัฒนาประเทศแล้ว การสร้างมาตรฐานทางภาษีในการบรรเทา หรือ แก้ไขปัญหาทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม ภายใต้สภาพแวดล้อมต่างๆ ที่มีความเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอก็ยังเป็นภารกิจที่สำคัญ กรมสรรพากรจึงจำเป็นต้อง “เปลี่ยน – แปลง” การบริหารจัดการจัดเก็บภาษีไปตามเงื่อนไขและปัจจัยเหล่านั้นด้วย อีกทั้งในระยะเวลาดังกล่าวนี้จะมีการรวมกลุ่มประชาคมเศรษฐกิจอาเซียน (AEC) จึงยังต้องพัฒนาการบริหารจัดเก็บให้มีประสิทธิภาพทัดเทียมกับอารยประเทศด้วย

กรมสรรพากรได้ศึกษาหลักการบริหารจัดการเก็บภาษีของประเทศในแถบสหภาพยุโรป ซึ่งได้มีการนำหลักบริหารความเสี่ยงเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเก็บภาษีมาใช้ โดยหลักการก็คือ การเลือกใช้เครื่องมือในการบริหารจัดการเก็บภาษีที่แตกต่างกันไปตามความเสี่ยงของผู้เสียภาษี ซึ่งพิจารณาจากลักษณะและพฤติกรรมของผู้เสียภาษี โดยเครื่องมือต่างๆ ที่นำมาใช้ จะต้องเหมาะสมกับทรัพยากรของกรมสรรพากรและผู้เสียภาษีที่มีอยู่ เพื่อให้ต้นทุนในการจัดเก็บภาษีและต้นทุนของผู้เสียภาษีต่ำ ทำให้ผู้เสียภาษีเกิดความพึงพอใจและสมัครใจในการเสียภาษี นี่คือหลักการของการบริหารจัดการเก็บภาษีแนวใหม่ โดยใช้หลักบริหารความเสี่ยง Compliance Risk Management หรือ CRM

ปัจจุบันมีหลายประเทศนำหลักการนี้ไปใช้อย่างกว้างขวาง เช่น เนเธอร์แลนด์ สหราชอาณาจักร เยอรมัน อิตาลี ซึ่งใช้ได้ดี ส่วนในเอเชียก็มีสิงคโปร์ และสาธารณรัฐเกาหลี ที่ใช้หลักการนี้ค่อนข้างเป็นเวลานานพอสมควรแล้ว ส่วนมาเลเซียก็กำลังจะเริ่มใช้เช่นกัน กรมสรรพากรได้มีการศึกษาระบบการบริหารจัดการเก็บภาษีผ่านหลักการบริหารความเสี่ยงเพื่อนำมาเป็นแนวทางการวางระบบบริหารให้ครอบคลุมทุกภาคส่วน แต่เมื่อได้นำมาใช้จริงก็ต้องมีการปรับใช้ให้เหมาะสมกับแนวปฏิบัติเป็นกรณีไป



โดยแนวทางเดิมของกรมสรรพากรได้คำนึงถึงเรื่องความเสี่ยง แต่ยังไม่ได้มีการทำระบบให้ชัดเจน อย่างเช่น การกำหนดว่าผู้เสียภาษีสำคัญที่สุดที่เราจะต้องทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี ได้รับบริการที่ดี ให้เกิดความพึงพอใจเราเปลี่ยนคำว่า “ผู้เสียภาษี” ให้เป็น “ลูกค้า” คือให้รู้สึกว่าได้รับบริการที่ดี ได้รับการคืนภาษีที่รวดเร็วต่างๆ เหล่านี้ ลูกค้าหรือผู้เสียภาษีก็จะมีความพอใจและเต็มใจที่จะเสียภาษี

อย่างไรก็ตาม ผู้เสียภาษีมีลักษณะและพฤติกรรมที่แตกต่างกันออกไป ย่อมมีความเสี่ยงอันเกิดจากความแตกต่างกันนั้น การนำหลักการบริหารความเสี่ยงมาใช้ในการบริหารจัดการเก็บภาษีจะวิเคราะห์ว่า ความเสี่ยงในการจัดเก็บจากผู้เสียภาษีเกิดจากอะไร เกิดจากลักษณะหรือพฤติกรรมของผู้เสียภาษี และจะใช้เครื่องมืออย่างไร ซึ่งเป็นหลักการที่สอดคล้องกับแนวทางของกรมสรรพากร ซึ่งมีนโยบายให้มีการพัฒนาระบบเพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการเก็บภาษีให้ได้ตามเป้าหมาย

ฉบับหน้าเราจะมาเจาะลึกถึงวิธีการและขั้นตอนการบริหารจัดการเก็บภาษีอากรโดยหลักการบริหารความเสี่ยงกันต่อค่ะ

**อ้างอิง**

1. สัมมนา “ การเตรียมความพร้อมธุรกิจเพื่อรองรับการจัดเก็บภาษีรูปแบบใหม่” จากนายสุเทพ พงษ์พิทักษ์ ผู้อำนวยการสำนักมาตรฐานการกำกับและตรวจสอบภาษี กรมสรรพากร จัดโดยกรมพัฒนาธุรกิจการค้า 17 ก.ย.2555 <http://61.19.244.7/dbdacademy.com/vdo.php?id=16&type=morning>
2. บทสัมภาษณ์นางจิตรมณี สุวรรณพูล ที่ปรึกษาศูนย์บริหารความเสี่ยง วารสารสรรพากรสาส์นประจำเดือนมิถุนายน 2556
3. บทสัมภาษณ์ศูนย์บริหารความเสี่ยง วารสารสรรพากรสาส์นประจำเดือนกันยายน 2556
4. ภาพประกอบจาก [www.taxauditor.or.th/download/crm\\_20112012.pptx](http://www.taxauditor.or.th/download/crm_20112012.pptx)

# ก่อนตัดสินใจลงทุน

**“Property Fund” เพิ่งมาฮิตในหมู่นักลงทุนไทยเมื่อไม่นานนี้ เหตุที่ทำให้นักลงทุนหันมาให้ความสนใจก็คงจะเป็นเพราะว่าช่วงนี้ดอกเบี้ยธนาคาร และ พันธบัตรต่ำเตี้ยติดดิน ถ้าใครฝากเงินแบบประจำ แทบจะเท่ากับเอาเงินฝังตู้มเลยก็ว่าได้ ผู้มีเงินเหลือใช้เยอะจึงต้องมองหาช่องทางในการลงทุนแบบใหม่ ๆ กัน**

แล้ว Property Fund คืออะไรหรอ?? มันก็คือ “กองทุนอสังหาริมทรัพย์” ที่บริษัทห้างร้านขนาดใหญ่ ที่ลงทุนสร้างศูนย์การค้าต่าง ๆ แล้วเกิดอยากจะทำเปลี่ยนสินทรัพย์นั้นให้เป็นเงินสด ก็เลยเอาศูนย์การค้าไปขาย หรือ เช่า ให้ กองทุนอสังหาฯ หลังจากนั้น กองทุนอสังหาฯ ก็เข้ามาบริหารศูนย์การค้า โดยเอาหน่วยลงทุนมาขายต่อให้นักลงทุน ก็เหมือนนักลงทุนได้เป็นเจ้าของศูนย์การค้าทางอ้อมผ่านกองทุนอสังหาฯ โดยนักลงทุนจะได้รับผลตอบแทนในรูปของเงินปันผล จากรายได้ของอสังหาริมทรัพย์ ส่วนการซื้อขายก็เหมือนซื้อหุ้นผ่าน Broker ในตลาดได้เลย ซึ่ง Property Fund โดยหลักๆ มีสองแบบ คือ Free Hold หรือแบบซื้อขาด และ Lease Hold หรือ แบบเช่า (เช่าระยะยาว)

## แบบแรก

กองทุนอสังหาฯ แบบ Free Hold จะลงทุนโดยการซื้ออสังหาริมทรัพย์เพื่อเป็นเจ้าของ โดยจะได้กรรมสิทธิ์ในที่ดินและอาคารนั้น แล้วก็ “ให้เช่า” เพื่อทำเงิน ส่วนรายได้หลัก ๆ ของนักลงทุนก็คือ ส่วนแบ่งค่าเช่า และก็จะมีส่วนต่างจากมูลค่าทรัพย์สิน กรณีที่กองทุนอสังหาฯ ขายทรัพย์สินไป ข้อเสียของแบบซื้อขาดคือ เงินปันผลแต่ละปีจะต่ำกว่าแบบเช่า

## แบบที่สอง

กองทุนอสังหาฯ แบบ Lease Hold จะลงทุนโดยการไปเช่าช่วง เช่น ศูนย์การค้าเซ็นทรัล เขาไม่ขายขาดให้กองทุนอสังหาฯ แต่กองทุนอสังหาฯ ไปลงทุนในสัญญาเช่าระยะยาว เมื่อหมดอายุเช่า เช่น 30 ปี กองทุนนี้จะเป็นศูนย์คือ หมดมูลค่า ซึ่งเป็นข้อเสียของการลงทุนแบบเช่า แต่ข้อดีก็มีนะ นั่นคือ กว่าที่จะถึงตอนนั้น นักลงทุนจะได้เงินต้นพร้อมกำไรไปหมดแล้ว และการจ่ายคืนก็อยู่ในอัตราสูงชะด่วย

ส่วนอีกเรื่องที่สำคัญสำหรับนักลงทุนในกองทุนอสังหาฯ ควรต้องรู้และศึกษาให้ดี คือ “ภาษี” ซึ่งรัฐก็ใจดี..ใจดี..ส่งเสริมและสนับสนุนการลงทุนในตลาดหลักทรัพย์ ให้ได้รับยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา สำหรับเงินส่วนแบ่งของกำไร (Dividend) และ กำไรจากการขายหน่วยลงทุน(Capital gains)\*\*\*

หากผู้ลงทุนเป็นบริษัทไทยและบริษัทจดทะเบียนจะได้รับยกเว้นเฉพาะเงินส่วนแบ่งของกำไร (Dividend) ส่วนกำไรจากการขายหน่วยลงทุน(Capital gains) ต้องนำไปรวมคำนวณกำไรสุทธิ\*\*\*

ดังนั้น กองทุนอสังหาฯ ก็เป็นอีกทางเลือกหนึ่ง ที่อยู่ตรงกลางระหว่างหุ้นกับพันธบัตร คือ ความเสี่ยงก็อยู่ตรงกลาง ราคาของ Property Fund มันแกว่งขึ้นลงได้ แต่แกว่งน้อยกว่าหุ้น ดังนั้น ผลตอบแทน ก็ย่อมน้อยกว่าหุ้นเป็นธรรมดา อย่างไรก็ตามไม่ว่าคุณจะไปเลือกลงทุนในกองทุนรวมอสังหาริมทรัพย์รูปแบบใด คุณควรศึกษาหาข้อมูลประกอบการตัดสินใจอย่างถี่ถ้วน อาทิเช่น ประเภทอสังหาริมทรัพย์ที่กองทุนรวมลงทุน ทำเลที่ตั้ง โอกาสในการหารายได้ของอสังหาริมทรัพย์นั้น ความเสี่ยงที่อาจส่งผลกระทบต่อรายได้ของอสังหาริมทรัพย์ เช่น ภาวะเศรษฐกิจ ภัยธรรมชาติ การก่อวินาศกรรม โอกาสในการขายทรัพย์สิน (กรณีเป็นแบบซื้อขาด) อัตราการปล่อยเช่าพื้นที่ของอสังหาริมทรัพย์ (occupancy rate) ทั้งในปัจจุบันและแนวโน้มในอนาคต การจัดทำมีการประกันภัยและเงื่อนไขในสัญญาเช่าต่าง ๆ เป็นต้น เนื่องจากปัจจัยเหล่านี้มีผลต่อค่าใช้จ่ายและผลประโยชน์ที่กองทุนรวมจะได้รับ และที่สำคัญมีผลต่อผลตอบแทนที่ผู้ลงทุนจะได้รับด้วย เพราะทุกการลงทุนมีความเสี่ยง แต่ความเสี่ยงอยู่ที่ความเข้าใจของเราในสิ่งที่ลงทุน จึงควรคิดให้รอบคอบก่อนตัดสินใจ

### \*\*\*หมายเหตุ\*\*\*

- เงินส่วนแบ่งของกำไร เป็นเงินได้พึงประเมินตาม ม.40 (8) ได้รับยกเว้นตาม พรฎ. 262 ม.3
- กำไรจากการขายหน่วยลงทุน เป็นเงินได้พึงประเมินตาม ม.40 (8) ได้รับยกเว้นตาม กฎกระทรวง ฉ. 126 ข้อ 2 (32)

ขอบคุณข้อมูลจาก Facebook Bualuang Securities และ <http://www.sec.or.th>



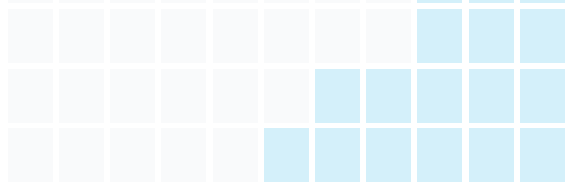
# ว่าด้วยเรื่อง ของดอกเบี้ย 1

หลังจากที่ยื่นแบบภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาไปเมื่อมีนาคมที่ผ่านมา เนื่องจากว่าปีนี้มีการลดอัตราภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาลงเป็นขั้นบันได ซึ่งใครที่เคยเสียภาษีเงินได้โดยการหักภาษี ณ ที่จ่ายไปมากกว่าอัตราภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ก็สามารถขอคืนภาษีเงินได้ที่ถูกหักไว้เกินไปได้ ส่วนใครที่เสียภาษีเงินได้ หัก ณ ที่จ่ายน้อยกว่าอัตราภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ก็ต้องยื่นแบบชำระภาษีเพิ่มเติม โดยนำเครดิตภาษีเงินได้หัก ณ ที่จ่ายมาหักกลับกัน และสำหรับใครที่มีเงินได้พึงประเมินบางประเภทสามารถเลือกเสียภาษีในอัตราร้อยละ 15 ของเงินได้พึงประเมิน โดยไม่ต้องนำไปรวมคำนวณภาษีกับเงินได้อื่น เช่น ในกรณีเงินได้ประเภทดอกเบี้ย ไม่ว่าจะเป็นดอกเบี้ยพันธบัตร ดอกเบี้ยเงินฝากธนาคารในราชอาณาจักร ดอกเบี้ยเงินฝากสหกรณ์ ดอกเบี้ยหุ้นกู้ ดอกเบี้ยตัวเงิน ดอกเบี้ยเงินกู้ยืมที่ได้จากบริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลหรือนิติบุคคลอื่น สำหรับดอกเบี้ยเงินฝากธนาคารในราชอาณาจักรประเภทเงินฝากประจำจะได้ลดอัตราเป็นอัตราร้อยละ 10 หากเข้าหลักเกณฑ์ที่กำหนดตามพระราชกฤษฎีกาฯ (ฉบับที่ 290) พ.ศ.2538

ในกรณีที่เลือกนำเงินได้ดอกเบี้ยมารวมคำนวณคำนวณภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา กับเงินได้อื่น จะต้องนำเงินได้ดอกเบี้ยที่ได้รับในปีภาษีนั้นทั้งหมดมารวมคำนวณภาษี จะเลือกเฉพาะบางส่วนมารวมคำนวณภาษีไม่ได้ สำหรับดอกเบี้ยเงินฝากบางประเภทได้รับยกเว้นภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาโดยไม่ต้องนำมารวมคำนวณภาษีกับเงินได้อื่น ได้แก่

- 1.** ดอกเบี้ยจากการฝากสลากออมสิน หรือดอกเบี้ยเงินฝากออมสินของรัฐบาลเฉพาะประเภทฝากเพื่อเรียก ตามมาตรา 42(8)(ก) แห่งประมวลรัษฎากร
- 2.** ดอกเบี้ยเงินฝากออมทรัพย์จากสหกรณ์ ดอกเบี้ยเงินฝากธนาคารในราชอาณาจักรที่ต้องจ่ายคืนเมื่อทวงถามประเภทออมทรัพย์เฉพาะที่ได้รับรวมกันไม่เกิน 20,000 บาท ตลอดปีภาษีนั้น ตามมาตรา 42(8)(ค)





แห่งประมวลรัษฎากร ประกอบกับข้อ 2(38) ของกฎกระทรวง ฉบับที่ 126 (พ.ศ.2509) และ ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 55) แก้ไขเพิ่มเติมโดย ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 177) (ฉบับที่ 181) และ (ฉบับที่ 227)

**3.** ดอกเบี้ยเงินฝากประเภทออมทรัพย์ของธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร ตามข้อ 2(22) ของกฎกระทรวง ฉบับที่ 126 (พ.ศ.2509)

**4.** ดอกเบี้ยเงินฝากที่ได้รับจากธนาคารในไทย และดอกเบี้ยเงินฝากที่ได้รับจากสหกรณ์ออมทรัพย์ ทั้งนี้ เฉพาะการฝากเงินเป็นรายเดือนติดต่อกันมีระยะเวลาไม่น้อยกว่า 24 เดือน นับแต่วันที่เริ่มฝากและมี ยอดเงินฝากแต่ละคราวไม่เกิน 25,000 บาทต่อเดือน และรวมทั้งหมดแล้วต้องไม่เกิน 600,000 บาท ตามพระราชกฤษฎีกาฯ (ฉบับที่ 301) พ.ศ.2539 และ ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 64) แก้ไขเพิ่มเติมโดย ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 228)

**5.** ดอกเบี้ยเงินฝากประจำของธนาคารในราชอาณาจักร ที่มีระยะเวลาการฝากตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป เมื่อรวม ดอกเบี้ยเงินฝากประจำทุกประเภทแล้วมีจำนวนทั้งสิ้น ไม่เกิน 30,000 บาท ตลอดปีภาษีนั้น และผู้มีเงินได้ มีอายุไม่ต่ำกว่า 55 ปีบริบูรณ์ ตามข้อ 2(69) ของกฎกระทรวง ฉบับที่ 126 (พ.ศ.2509) และ ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 137) แก้ไขเพิ่มเติมโดย ประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 229)

**6.** ดอกเบี้ยที่ได้รับคืน ตามมาตรา 4 ทศ แห่งประมวลรัษฎากร ซึ่งได้รับเนื่องจากการได้รับคืนภาษีอากร ตามมาตรา 42(19) แห่งประมวลรัษฎากร ประกอบกับ กฎกระทรวง ฉบับที่ 161 (พ.ศ.2526)

**7.** ดอกเบี้ยเงินสะสมที่ได้รับจากรัฐวิสาหกิจ ซึ่งไม่ใช่บริษัทหรือห้างหุ้นส่วนนิติบุคคลในอัตราเดียวกับที่ทางราชการจ่ายให้แก่ข้าราชการและรัฐวิสาหกิจ ซึ่งผู้จ่ายเงินมิได้ออกค่าภาษีเงินได้สำหรับดอกเบี้ยดังกล่าวให้ ตามข้อ 2(11) ของกฎกระทรวง ฉบับที่ 126 (พ.ศ.2509)

**8.** ดอกเบี้ยพันธบัตรหรือดอกเบี้ยหุ้นกู้ของรัฐบาล องค์การของรัฐบาล หรือสถาบันการเงินที่มีกฎหมาย โดยเฉพาะของไทยจัดตั้งขึ้น สำหรับให้กู้ยืมเงินเพื่อส่งเสริมเกษตรกรรม พาณิชยกรรม หรืออุตสาหกรรม ที่ผู้มีเงินได้ซึ่งมิได้เป็นผู้อยู่ในไทยได้รับ ทั้งนี้ พันธบัตรหรือหุ้นกุดังกล่าว ต้องออกจำหน่ายก่อนวันที่ 13 ตุลาคม 2553 และผู้มีเงินได้ต้องถือกรรมสิทธิ์หรือได้รับโอนกรรมสิทธิ์ในพันธบัตรหรือหุ้นกุก่อนวันที่ 13 ตุลาคม 2553 หากการโอนกรรมสิทธิ์ในพันธบัตรหรือหุ้นกุกู้มิได้มีการแจ้งต่อนายทะเบียน ต้องมีหลักฐาน การโอนกรรมสิทธิ์เป็นหนังสือซึ่งระบุวันที่โอนกรรมสิทธิ์ในพันธบัตรหรือหุ้นกุกู้นั้นไว้โดยชัดแจ้ง ตามข้อ 2(21) ของกฎกระทรวง ฉบับที่ 126 (พ.ศ.2509) แก้ไขเพิ่มเติมโดยกฎกระทรวง ฉบับที่ 286 (พ.ศ. 2554)

หากบิดามารดาของผู้มีเงินได้แต่ละคนมีรายได้ประเภทดอกเบี้ยเงินฝากธนาคาร ในปีภาษีที่ผู้มีเงินได้ขอหักลดหย่อนไม่เกินคนละ 30,000 บาท ขึ้นไป ไม่สามารถหักลดหย่อนค่าอุปการะเลี้ยงดูบิดามารดาได้ ไม่ว่าจะรายได้ดอกเบี้ยนั้นจะได้รับยกเว้นภาษีเงินได้หรือไม่ ผู้มีเงินได้ไม่มีสิทธินำค่าอุปการะเลี้ยงดูบิดามารดาดังกล่าว มาหักลดหย่อนในการคำนวณเพื่อเสียภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาตามข้อ 1(1) ของประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 136) แก้ไขเพิ่มเติมโดยประกาศอธิบดีฯ ภาษีเงินได้ (ฉบับที่ 230)(เทียบเคียง กค 0702/3825 ลงวันที่ 4 กรกฎาคม 2551)

เรื่องของดอกเบี้ยยังไม่จบแค่นี้.....ฉบับหน้ามาว่ากันต่อ...

รู้คดีไว้ก่อน ก่อนที่จะกลายเป็นคดี

**เจ้าของบ้านจะทำการป้องกัน  
โดยไม่ต้องหลบหนีผู้กระทำผิด  
ก่อนไต่มีข**

การรู้กฎหมายนับว่าเป็นเรื่องยาก แต่เมื่อมีผู้กระทำความผิดในที่เคสสถานของเรา (หมายความว่าที่ซึ่งใช้เป็นที่อยู่อาศัย รวมถึงบริเวณนั้นด้วยไม่ว่าจะมีรั้วล้อมหรือไม่ก็ตาม) ไม่ใช่เรื่องยากเลย เพราะจะไม่มีใครหนีไปให้พ้น ชอบที่จะกระทำการป้องกันตนได้เลย แต่พึงระวังอย่าทำเกินขอบเขตก็แล้วกัน ผู้นั้นก็ไม่มี ความผิด ตามประมวลกฎหมายอาญา มาตรา 68 ที่กล่าวไว้ว่า “ผู้ใดจำต้องกระทำการใดเพื่อป้องกันสิทธิของตนหรือของผู้อื่นให้พ้นภัยอันตราย ซึ่งเกิดจากการประทุษร้ายอันละเมิดต่อกฎหมาย และเป็นภัยอันตรายที่ใกล้จะถึง ถ้าได้กระทำพอสมควรแก่เหตุ การกระทำนั้นเป็นการป้องกันโดยชอบด้วยกฎหมาย ผู้นั้นไม่มีความผิด”

ดังนั้น บ้านและบริเวณบ้านถือว่าเป็นเคสสถานที่ประชาชนทั่วไปย่อมเห็นว่าเป็นที่ปลอดภัยไม่ควรถูกบุคคลอื่นรุกล้ำเข้ามากระทำการอันไม่ชอบด้วยกฎหมาย ทำให้ไม่จำเป็นต้องหลบหนีและมีสิทธิที่จะป้องกันสิทธิของตนเพราะผู้อยู่อาศัยนั้นเป็นผู้สุจริต ไม่ต้องถูกบังคับให้ไปเสียจากเคสสถานนั้น จึงมีสิทธิที่จะอยู่อาศัยและเคลื่อนไหวโดยอิสระ หากจำต้องหนีแล้ว เสรีภาพก็จะถูกระงับกระเทือน

### กรณีตัวอย่าง

นายมาโนช เดินเข้ามาในบริเวณบ้านของนายไชยากรเพื่อจะบังคับให้นางสาวน้ำทิพย์ ซึ่งเป็นบุตรสาวของนายไชยากรและเคยเป็นภริยาของนายมาโนชให้ไปอยู่กินด้วยกันเช่นเดิม แล้วเกิดโต้เถียงกัน นายไชยากรพูดจาห้ามปราม นายมาโนชไม่ฟังและได้เดินไปหานายไชยากรพร้อมกับถืออาวุธมีดยาว 12 นิ้ว นายไชยากรจึงวิ่งขึ้นไปบนบ้านหนีเอาอาวุธปืนยาวเพื่อปรามไม่ให้นายมาโนชทำร้ายนายไชยากรหรือทำลายทรัพย์สินของนายไชยากรหรือบังคับให้นางสาวน้ำทิพย์ไปอยู่กับนายมาโนช โดยไม่มีกิริยาอาการที่จะยิงทำร้ายนายมาโนช ดังนั้นจะถือว่านายไชยากรมีเจตนาสมัครใจเข้าทะเลาะวิวาทกับนายมาโนชไม่ได้ หลังจากนั้นนายมาโนชจึงเดินเข้าหานายไชยากรเพื่อทำร้ายเมื่อห่างประมาณ 1 วา โดยใช้อาวุธมีดยาว 12 นิ้ว เช่นนี้นับว่าเป็นภัยอันตรายที่ใกล้จะถึงแล้ว นายไชยากรย่อมมีสิทธิที่จะป้องกันเนื่องจากหากปล่อยให้ นายมาโนชเข้ามาใกล้กว่านั้น โอกาสที่จะใช้อาวุธปืนยาวยิงเพื่อป้องกันตัวย่อมจะขัดข้อง การที่นายไชยากรใช้อาวุธดังกล่าวยิงไปที่นายมาโนช 1 นัด แต่นายมาโนชยังเดินเข้ามาหานายไชยากรอีก นายไชยากรจึงยิงอีก 1 นัด ติดต่อกัน นายมาโนชจึงล้มลง นับว่าเป็นการพอสมควรแก่เหตุในภาวะและวิสัยเช่นนั้น

แต่หลังจากนายมาโนชล้มลงนอนหงายแล้วนายไชยากรยังเดินเข้าไปยิงนายมาโนชอีก 2 นัด จึงเป็นการกระทำเกินสมควรแก่เหตุ นายไชยากรจึงมีความผิดฐานฆ่านายมาโนชโดยป้องกันเกินสมควรแก่เหตุ

(เทียบเคียงคำวินิจฉัยคำพิพากษาศาลฎีกาที่ 7940/2551)

# Cool summer

“ฤดูร้อน” เรียกเป็นภาษาสันสกฤตว่า “คิมหันตฤดู” ชื่ออันไพเราะเพราะเพราะพริ้ง แต่อากาศร้อนสุดโหด อย่าย่ำพ่ยย่อท้อกับอากาศที่ร้อนจัด อย่าย่ำพ่ยแต่หยุดหวิดให้เสียอารมณ์ มาสนใจเรื่องที่ทำให้คลายร้อนได้ดีกว่า เพราะร้อนนี้มีกิจกรรมสนุกๆ รออยู่เพียบพร้อม วันหยุดยาวไม่ว่าจะไปเที่ยวทะเล หารีสอร์ทน่ารักๆ ไร่ผลไม้สด ว่ายน้ำ นอนอาบแดด เพื่อผิวสีแทนสวยกลับมาอวดคุณแฟน แต่อย่าเพลินจนลืมดูแลสุขภาพในหน้าร้อนนี้ด้วยนะ



สำหรับเรื่องการดูแลสุขภาพควรดื่มน้ำให้มากๆ เพื่อทดแทนเหงื่อที่เสียไปกับความร้อนจากแสงแดด แต่อย่าเพ็งกินน้ำแข็งหรือดื่มน้ำเย็นมากเพราะอาจจะป่วยได้ ควรรับประทานอาหารอ่อนๆ และผักผลไม้เยิ้มๆ ในตอนเช้า ผลไม้แช่เย็นสามารถช่วยลดความกระหายน้ำ และดับร้อนในร่างกายคุณได้ สุดแท้แต่ใจชอบว่าจะเลือกกินผลไม้สดๆ หรือจะทำเป็นสมูทตี้นั้นก็ดูเฮลตี้ดีนะ บางครั้งในช่วงวันที่ร้อนสุด สังเกตได้ว่าเราจะไม่ค่อยเจริญอาหาร ลองเปลี่ยนมาเป็นเมนูเบาๆ ที่ทำให้คุณสดชื่นได้ เช่น สลัด หรือไม่อย่างนั้นก็อาจชวนเพื่อนมาปาร์ตี้บาร์บีคิวกันไปเลย ปิ้งไป เผ้าสไป ก็ช่วยให้เจริญอาหารขึ้นได้เหมือนกัน



การแต่งกายควรสวมเสื้อผ้าเบาๆ ระบายร้อน หลวมๆ ผ่อนคลาย และเลือกสีอ่อนๆ หรือสีที่เย็นๆ เพื่อช่วยให้รู้สึกเย็นขึ้น เพราะสีดำหรือสีเข้มยิ่งดูดความร้อน ซึ่งจะช่วยให้คุณยิ่งรู้สึกร้อน และจะดีมากถ้าเลือกสวมเสื้อผ้าที่ทำจากเส้นใยธรรมชาติ อย่าง ฝ้าย ไหม และลินิน แทนผ้าใยสังเคราะห์อย่างโพลีเอสเตอร์หรือเรยอง แต่ถ้าคุณอยู่คนเดียว จะปล่อยให้เสื้อผ้าพันนาการร่างกายให้ยิ่งร้อนรุ่มไปทำไม คุณสามารถสวมเสื้อผ้าน้อยชิ้น หรือแม้แต่ไม่สวมเลยอยู่ในบ้าน อ๊ะๆ แต่ต้องแน่ใจก่อนนะว่าได้ปิดม่านให้รอดพ้นจากสายตาเพื่อนบ้านเรียบร้อยแล้ว

เวลาออกนอกบ้านก็ขอให้ทาครีมกันแดดให้ทั่วตัวอย่าทาเฉพาะหน้าจะเหนอะหนะก็ต้องทนไว้ ก่อนที่มะเร็งผิวหนังจะถามหา แว่นกันแดดก็เป็นสิ่งสำคัญช่วยป้องกันดวงตาของคุณจากรังสียูวี ก่อนออกเดินทางไปที่เขตร้อนอย่าลืม 2-3 ชั้นเดี๋ยวนี้ติดตัวไปด้วย เช่น คาลาไมน์โลชั่น เบกกิงโซดาที่จะช่วยให้คุณหลุดจากบาดแผล และอาการคันเพราะแมลงสัตว์กัดต่อย ถ้าคุณเป็นคนแพ้พวกเกสรดอกไม้ แล้วมีแผนที่จะเดินทางไปเขตร้อนตามป่าเขาลำเนาไพร ลองตรวจสอบดูก่อนว่ามีพวกเกสรดอกไม้อะไรที่คุณแพ้อยู่ในจุดที่คุณจะไปเที่ยวหรือเปล่า



นอนพักผ่อนให้เพียงพอ รับประทานอาหารระหว่างวันก็ไม่ว่ากันจำไว้อย่าปล่อยให้ตัวเองทำอะไรที่ร่างกายเกินรับไหว แต่อย่านอนตากลมในขณะที่เหงื่อออกอยู่เพราะจะทำให้ป่วยได้ ถ้าคุณรู้สึกป่วยรีบไปหาหมอซะอย่ารอให้หายเอง

**สิ่งที่สำคัญที่สุดในการดูแลจิตใจในหน้าร้อนนี้คือ “ใจเย็นเข้าไว้” อย่าปล่อยให้ร้อนตามอากาศนะเดี๋ยวงานเข้า**



Thinking+

TenT



# จัดการชีวิต 2 บทบาท แบบวาววา

Thinking+ ในเดือนแห่งฤดูร้อนนี้พบกับนักแสดงสาวดารารุ่ง วาววา ณิชารีย์ โชคประจักษ์ชัด จากบท แฝง ในละครฟอร์มยักษ์เรื่องบางระจัน ที่จะมาแนะนำการดำเนินชีวิตในช่วงเวลาของวัยรุ่นที่ต้องเรียนไปด้วย ทำงานไปด้วยจากประสบการณ์ของตัวเอง

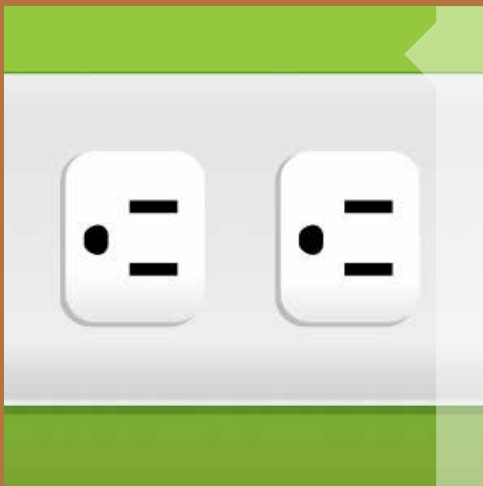
“ ก็วิธีการดูแลตัวเองในตอนที่เราต้องทั้งทำงานทั้งเรียน หรือบางคนแค่เรียนเฉยๆ หรือทำงานเฉยๆ สิ่งที่สำคัญที่สุด คือ เราต้องมีสติอยู่กับปัจจุบัน มีความสุขกับสิ่งที่เราทำอยู่ไม่ว่าจะเรียนหรือทำงาน เราจะต้องคิดให้บวกมากที่สุด พอเรามีความสุขแล้ว

ไม่ว่าจะทำอะไรมันก็จะง่าย แล้วเราก็จะไม่เหน็ดเหนื่อยมากนักคะ นอกจากนั้นก็คือ วิธีการดูแลตัวเองที่ง่ายที่สุดเลยก็คือ พักผ่อนให้เพียงพอและดื่มน้ำเยอะๆ ค่ะ ”

หลังจากที่ได้รู้วิธีการดำเนินชีวิตที่ต้องเรียนควบคู่ไปกับการทำงานของคุณวาววาแล้ว ยังไงก็อย่าลืมเอาไปปรับใช้ให้เข้ากับชีวิตของตัวเองกันนะครี๊บ แล้วอีกอย่างหน้าร้อนแบบนี้เวลาออกไปไหน อย่าลืมติดร่มและแว่นตากันแดดไปใช้เพื่อป้องกันแสงยูวีด้วย เดี่ยวถ้าคุณผู้อ่านเป็นลมแล้วจะหาว่าผมไม่เตือนนะครี๊บ

# 4 C+1 ใจเดียวดูแลบ้าน ก่อนลั่นลาวันหยุดยาว

นับถอยหลังกับแล้วสำหรับวันหยุดยาวที่รอคอยกันแสนนานในเมฆานี้ แต่ก่อนที่จะไปลั่นลาที่กันไปหาหาทรายสายลมแสงแดด สิ่งสำคัญที่ลืมไม่ได้ก็คือต้องดูแลบ้านก่อนที่จะก้าวไปนะ..ลองดู 4C+1 ใจเดียวก่อนจะก้าว



## CUT ตัดระบบไฟฟ้าในบ้านเพื่อความปลอดภัย

เรื่องไฟฟ้าเป็นเรื่องสำคัญที่สุด อย่างที่ว่า “โจรขึ้นบ้าน 10 ครั้งไม่เท่าไฟไหม้บ้านครั้งเดียว” ถ้าจะทิ้งบ้านหลายวันควรทำการตัดระบบไฟฟ้าก่อนจะปลอดภัยที่สุด ถอดปลั๊กปิดสวิตช์เครื่องใช้ไฟฟ้าทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็น ทีวี ตู้เย็น ไมโครเวฟ กาต้มน้ำ ฯลฯ แล้วอย่าลืมเดินสำรวจตรวจตราให้ละเอียดก่อนออกเดินทางอีกครั้ง

## CLEAR เคลียร์สิ่งของที่กักตุนอยู่ในตู้เย็น

ต้องกำจัดอาหารสดที่ตุนไว้ในตู้เย็น อาหารเหล่านั้นจะชงเสียก่อน เราอาจต้องกลับมาเหนื่อยทำความสะอาดตู้เย็นหลังจากลั่นลาที่มีความสุข งานหนักกะทางที่ดีก่อนที่จะมีแผนการวันหยุดยาวก็กำจัดอาหารเหล่านั้นมาปรุงอาหารลงท้องให้หมดจะดีกว่า







## CLEAN เสื้อผ้าก่อนลบล้าง

อย่าชะล่าใจเป็นอันขาดนะสำหรับกองเสื้อผ้าที่ใส่แล้วเต็มตะกร้าลงมือทำความสะอาดซะให้เรียบร้อย หากคิดว่ากลับจากล้นลาค่อยมาจัดการรับรองว่าคลาบเหงื่อไคลที่ฝังอยู่จะติดแน่นทนทานทำความสะอาดยาก และที่สำคัญก็จะมีเสื้อผ้าที่ใส่ล้นลาวันหยุดต้องทำความสะอาดเหนื่อยอีกทีคุณ

## CARE ดูแลต้นไม้สุดที่รัก

ต้นไม้ดอกไม้สุดที่รักต้องทิ้งกันไปนานหลายวันจะต้องเหี่ยวเฉาคิดถึงเจ้าของเป็นแน่แท้หน้าเศร้าจังแต่ไม่ใช่เรื่องน่าเศร้าอีกต่อไปลองหาเครื่องรดน้ำต้นไม้อัตโนมัติ ซึ่งหาซื้อได้ง่ายตามร้านขายต้นไม้ อุปกรณ์ทำสวนทั่วไป มาดูแลต้นไม้สุดที่รักไม่ให้เหี่ยวเฉาแทนท่านได้



## CARE হাসกาทที่ดูแลสัตว์เลี้ยงแสนรัก

จะไปล้นลาวันหยุดยาวแต่มีภาระพาน้องหมา น้องแมว ฯลฯ ไปด้วยไม่ได้เศร้าใจจัง อย่าทิ้งน้องๆ เหล่านั้นอยู่บ้านทำตาปริบๆ ตามลำพังเลย হাসกาทที่รับฝากสัตว์เลี้ยงแสนรักจะดีที่สุด ปัจจุบันมีสถานที่รับฝากอยู่มากทั้งปลอดภัยราคาไม่แพงด้วย



ได้ซาร์จพลังล้นลาวันหยุดยาวกลับมาแล้วก็ทำความสะอาดบ้านจัดการฝุ่น เปลี่ยนผ้าปูที่นอน ปลอกหมอนใหม่ ถึงจะไม่อยู่ปิดบ้านมิดชิดแต่โรฝุ่นก็ยังสร้างปัญหาเกาะเกาะบ้านท่านได้อยู่ดีแล้วอย่าลืมไปรับน้องหมา น้องแมวกลับบ้านด้วย ปานนี้ร้องไห้กระซิกกระซิกคิดถึงเจ้าของอยู่นะ



# ฮู้ ล้า.. ฮู้ ล้า ... ท้าลมร้อน

“อ๊อ!!! ร้อนจัง...หน้าร้อนปีนี้มาเยือนเร็วกว่าทุกปีเลยนะคะ และปีนี้คาดว่าอุณหภูมิน่าจะสูงขึ้นกว่าทุกปีที่ผ่านมา สาเหตุนี้ส่วนหนึ่งเกิดจากการที่พวกเราได้เพิ่มปริมาณก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ จากการเผาไหม้เชื้อเพลิงต่างๆ การขนส่ง และการผลิตในโรงงานอุตสาหกรรม พร้อมๆ กับการตัดและทำลายป่าไม้จำนวนมากเพื่อสร้างสิ่งอำนวยความสะดวก ทำให้โลกในการดึงเอาก๊าซคาร์บอนไดออกไซด์ออกไปจากระบบบรรยากาศถูกลดทอนประสิทธิภาพลง และในที่สุดสิ่งต่างๆ ที่ได้กระทำต่อโลกก็ได้หวนกลับมาสู่เราในลักษณะของภาวะโลกร้อน ทำให้อุณหภูมิเฉลี่ยของโลกเพิ่มขึ้นจากภาวะเรือนกระจก หรือที่เรารู้จักกันในชื่อว่า Green house effect รู้แบบนี้แล้วเรามาช่วยกันลดโลกร้อนกันเถอะค่ะ อย่าตัดไม้ทำลายป่า แต่มาช่วยกันปลูกต้นไม้เพิ่มขึ้นให้มันพื้นที่สีเขียวกับเขาอะๆ ดีกว่านะคะ



ถึงแม้ว่าสภาพอากาศจะร้อนอบอ้าวขนาดไหน เราก็มีวิธีคลายร้อนกันในแบบต่าง ๆ บางคนก็หาสถานที่พักผ่อนโดยการไปเที่ยวชายหาด บางคนอาจจะกระโดดน้ำสระในหมู่บ้าน พร้อมกับหาเครื่องดื่มเย็นซ่าส์ให้ชื่นฉ่ำหัวใจ แต่ถ้าใครไม่อยากออกไปเที่ยวนอกบ้านให้เปลี่ยละเหยียใจละก็ เรามีวิธีคลายร้อนมานำเสนอด้วยการทำเครื่องดื่มเย็นๆ แบบง่ายๆ เพื่อลดอุณหภูมิในร่างกาย และเพิ่มความเย็นซ่าซ่าส์สดชื่น เย็นใจ สบายอุร่ากันค่ะ

ฉบับนี้ชวนกันมาทำเครื่องดื่ม **พั้งซ์ (punch)** กันค่ะ พั้งซ์ ใช้เรียกเครื่องดื่มที่ทำจากผลไม้หรือน้ำผลไม้ ผสมโซดา แอลกอฮอล์ หรือเหล้ารัมค่ะ कै้าเล่ากันว่า นำเข้าจากประเทศอินเดียสู่ประเทศอังกฤษในช่วงต้นคริสต์ศตวรรษที่ 17 และได้เผยแพร่สู่ประเทศอื่นนับตั้งแต่นั้นมา สำหรับในบ้านเราก็นิยมทำกันเองเพื่อสังสรรค์กันในครอบครัวค่ะทำได้ง่าย ไม่ยุ่งยาก

มาลองทำกันเลยดีกว่าค่ะ เริ่มจากหาผลไม้ที่เราชอบทาน เช่น แดงโม ส้ม แอปเปิ้ลเขียวหรือแดง สับปะรด แคนตาลูป นำมาหั่นเป็นสี่เหลี่ยมชิ้นเล็กๆ เตรียมไว้ ขั้นตอนต่อไปใช้น้ำหวานเฮลบลูบอย น้ำส้มชั้นควิก และโซดา เทลงในพานะ ที่เตรียมไว้สำหรับชงให้ เข้ากันในสัดส่วนปริมาณที่ พอเหมาะแล้วลองชิมดู หากใครชอบหวานก็เติม เฮลบลูบอยอีกนิด ถ้าใครชอบเปรี้ยวก็เติมน้ำส้มอีกหน่อย แล้วแต่ชอบจริงๆ นะคะ ไม่มี



มาตรฐานตายตัว ขอให้ได้รสชาติหวาน ๆ เปรี้ยว ๆ เท่านั้นเอง ง่ายเลยใช่ไหมล่ะคะ จากนั้นก็นำผลไม้ที่หั่นเตรียมไว้เทใส่ลงไปเลยคะ แซ่เย็นไว้สักพัก ก่อนเสิร์ฟตกแต่งด้วยใบสะระแหน่ หรือเรียกกันว่าใบมินท์ตกแต่งให้สวยงาม เท่านั้นที่เสิร์ฟได้เลยคะ รับรองว่าเย็นชื่นใจ สดใสทั้งครอบครัวคะ

ต่อไปขอแนะนำเครื่องดื่มสมุนไพรเพื่อสุขภาพกันบ้าง ทำเองได้ง่าย ๆ สรรพคุณบอกไว้ก่อนนะคะ **น้ำเก็กฮวย** ใช้ดอกเก็กฮวย 10 กรัม ชาใบเขียว 10 กรัม น้ำ 500 ซีซี นำมาต้ม ใส่น้ำตาลเล็กน้อย เท่านั้น ก็พร้อมเสิร์ฟได้ทั้งแบบร้อน หรือจะใส่น้ำแข็งก็ได้คะ น้ำเก็กฮวยนี้ ช่วยขับร้อน ทำให้ตาสว่าง เสริมสร้างน้ำในร่างกาย ดับกระหาย ลดการอักเสบ และขับพิษร้อน ส่วน **น้ำใบบัวสด** ใช้บัวหลวงประมาณ 20 กรัม ต้มกับน้ำ 1,000 ซีซี เวลาดื่มเติมน้ำตาลเล็กน้อย จะช่วยขับร้อนทำให้เย็น สร้างน้ำในร่างกาย ดับกระหาย ขับความชื้น ลดไขมัน



ในเลือด หรือ **น้ำถั่วเขียว ถั่วแดง ถั่วดำต้ม** น้ำถั่วเขียว ถั่วแดง และถั่วดำอย่างละ 50 กรัม ใส่น้ำพอสมควร ใส่น้ำตาลให้พอหวานกำลังดีไม่ต้องหวานมากนักกินทั้งเปลือก มีสรรพคุณขับร้อน ขับความชื้น บำรุงไตคะ

และสุดท้ายการทำ **น้ำกระเจี๊ยบ** ใช้ดอกกระเจี๊ยบสดหรือแห้งก็ได้ 20 กรัม ( 5 ดอก ) น้ำเชื่อม 30 กรัม น้ำเปล่า 200 กรัม และเกลือป่นเสริม ไอโอดีน 2 กรัม นำเอาดอกกระเจี๊ยบสดหรือแห้งก็ได้ ล้างน้ำทำความสะอาด นำใส่หม้อต้ม จนเดือด แล้วลดไฟลงอ่อน ๆ เคี่ยวเรื่อย ๆ จนน้ำเป็นสีแดง จนเข้มข้น จากนั้นเอาดอกกระเจี๊ยบขึ้นจากหม้อต้ม แล้วเอาน้ำเชื่อมและเกลือใส่ลงไป ปล่อยให้ น้ำกระเจี๊ยบเดือด 1 นาที ชิมรสตามชอบ รับรองดื่มแล้วเย็นชื่นใจคะ สำหรับประโยชน์ของน้ำกระเจี๊ยบ มีวิตามินเอสูงมาก ช่วยบำรุงสายตา มีแคลเซียมช่วยบำรุงกระดูกและฟัน ช่วยขับปัสสาวะ ลดความดันโลหิต เป็นยาระบายอ่อนๆ และช่วยแก้อาการกระหายน้ำอีกด้วย เห็นมั๊ยล่ะคะว่า การทำเครื่องดื่มเพื่อสุขภาพทานกันเอง นอกจากได้ทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัวในวันหยุดที่อากาศแสนจะร้อนแล้ว พอทำเสร็จปุ๊บ เสิร์ฟแบบเย็นๆ เราจะรู้สึกเย็นกายเย็นใจขึ้นมาปั๊บเลยล่ะคะ



อากาศร้อนกันสุดๆ แบบนี้ นอกจากจะต้องดูแลผิวพรรณไม่ให้ไหม้เกรียมจากรังสีของแสงยูวีแล้วยังต้องรักษาสุขภาพร่างกายด้วยการระมัดระวังเรื่องอาหารการกินให้มากขึ้นอีกด้วยนะคะ

# พักผ่อน คลายร้อน ที่บ้านกรูด

สวัสดีเดือนเมษายน เดือนที่ทุกคนพูดกันเป็นเสียงเดียวว่า “ร้อนมาก” (ซึ่งจริงๆแล้วเมืองไทยมี 2 ฤดูคือ ร้อนกับร้อนมาก ฮา...) เพราะฉะนั้นในเดือนที่ร้อนมาก มาหาอะไรทำคลายร้อนกันดีกว่า ซึ่งคนส่วนใหญ่ลงความเห็นอีกกว่า หน้าร้อนแบบนี้ ควรจะไปทะเล เล่นน้ำให้หายร้อนกันไปเลยใช่ไหมครับ

ซึ่งถ้าคุณเคยไปทะเล อย่างพัทยา ชะอำ หรือหัวหิน แล้วรู้สึกว้าไปมาหลายรอบ อยากลองหาที่ใหม่ๆ บ้าง ผมขอแนะนำให้คุณลองมาที่บ้านกรูดดูบ้าง เพราะว่า บ้านกรูดถือเป็นสถานที่พักผ่อนอีกหนึ่งที่ ซึ่งจุดเด่นของที่นี่ก็คือ มีความเงียบสงบ เหมาะแก่การพักผ่อนพักผ่อน นั่งบนหาดทรายปล่อยให้สายตามองทะเลทอดยาวไปยังสุดเส้นขอบฟ้า

บ้านกรูด ตั้งอยู่ที่ตำบลธงชัย อำเภอบางสะพาน จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ซึ่งแต่เดิมบริเวณ บ้านกรูด จะมีต้นมะกรูดขึ้นมากมาย จึงเป็นที่มาของชื่อ “บ้านกรูด” นอกจากนี้คุณ จะเล่นน้ำบริเวณชายหาดบ้านกรูดแล้ว อีกหนึ่งกิจกรรมที่นักท่องเที่ยวส่วนใหญ่ทำกันก็คือ การนั่งเรือข้ามไปเกาะทะลุ ซึ่งเป็นเกาะที่อยู่ไม่ไกลจากหาดบ้านกรูดมากนัก โดยลักษณะเด่นของเกาะทะลุ อยู่ตรงที่มีความแปลกของธรรมชาติซึ่งเป็นที่มาของชื่อเกาะ โดยบริเวณด้านทิศเหนือจะเป็นแหลมที่มีผาหินคล้ายกับสะพาน ส่วนช่วงกลางจะเป็นช่องว่างกลมๆ มองทะลุออกไปได้ ที่เกาะทะลุแห่งนี้คุณสามารถเล่นน้ำทะเลใสๆ ริมชายหาด ดำน้ำดูปะการัง หรือเดินเล่นเก็บบรรยากาศบริเวณรอบๆ



เกาะก็ได้ ผมลืมบอกไปครับว่าอีกหนึ่งอย่างที่จะเติมเต็มความสุขของคุณในการมาเที่ยวบ้านกรูดในครั้งนี้ก็คือ คุณจะได้รับประทานอาหารทะเลที่สดๆ ใหม่ๆ ไม่แพ้ที่อื่นเลยเพราะว่า ชาวบ้านแถวนี้ยังหาเลี้ยงชีพโดยการทำประมงอยู่ เพราะฉะนั้นคุณสามารถเดินไปซื้อกุ้ง หอย ปู ปลา และปลาหมึกในตลาด หรือหากินตามร้านอาหารริมทางก็จะได้กินอาหารทะเลที่สดและอร่อยเช่นกันครับ



ถึงตรงนี้แล้วคุณผู้อ่านหลายๆคน คงอยากจะไปคลายร้อนที่บ้านกรูดกันแล้วใช่ไหมครับ ซึ่งการเดินทางมี 3 ตัวเลือครับ นั่นก็คือ

1. รถยนต์ จากทางหลวงหมายเลข 4 (ถนนเพชรเกษม) ประมาณกิโลเมตรที่ 382 เลี้ยวซ้ายไปตามถนนเพชรเกษม-บ้านกรูด ข้ามทางรถไฟไปประมาณ 9 กิโลเมตร ถึงถนนเลียบหาดบ้านกรูด
2. รถไฟซึ่งผมขอแนะนำให้นั่งรถขบวนที่ 43 ซึ่งเป็นรถด่วนพิเศษออกจากกรุงเทพฯ เวลา 8.05 น. ถึงบ้านกรูด เวลา 13.07 น. นะครับ ซึ่งลงรถที่สถานีรถไฟบ้านกรูด แล้วใช้บริการรถสองแถวหรือรถจักรยานยนต์รับจ้างเข้าไปนะครับ หรือถ้าทางโรงแรมที่ไปพักมีบริการรถมารับที่สถานีรถไฟจะดีมากเลยครับ
3. รถโดยสารประจำทาง นั่งรถโดยสารประจำทางสายกรุงเทพฯ-บางสะพานน้อย ลงรถที่ปากทางเข้าบ้านกรูด แล้วก็ทำเหมือนที่มาโดยรถไฟครับ ซึ่งผมขอย้ำอีกรอบว่าให้หาโรงแรมที่มีรถมารับจะสะดวกมากที่สุดครับ

# SEE YOU Next Issue



กรมสรรพากร

90 ซอยพหลโยธิน 7 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400 โทร. 1161 [www.rd.go.th](http://www.rd.go.th)