



กรุงเทพประกันภัยน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ

BKI NEWS



ปีที่ 30 ฉบับเดือนธันวาคม 2568

CONTENTS

เพื่อน้อมสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ผู้บริหารและพนักงาน บีเคไอ โฮลดิ้งส์ และกรุงเทพประกันภัย จัดพิธีวางพวงมาลัยถวายราชสักการะพระบรมฉายาลักษณ์ และร่วมลงนามแสดงความอาลัย

นอกจากนั้นกรุงเทพประกันภัยยังร่วมจัดกิจกรรม Bhappy ครั้งที่ 15 เพื่อฟื้นฟูปาร์กษาสิ่งแวดล้อมถวายเป็นพระราชกุศล ณ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า จังหวัดนครนายก เมื่อปลายเดือนพฤศจิกายนที่ผ่านมา

ภายในเล่มยังนำเสนอพระราชประวัติและพระราชกรณียกิจ “แม่ของแผ่นดิน” พร้อมนำเสนอเส้นทางตามรอยพระราชดำริ เพื่อร่วมสืบสานคุณค่าความเป็นไทยและน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณที่ทรงมีต่อพสกนิกรชาวไทย รวมถึงสาระน่ารู้อีกมากมาย เช่น Neuro Balance สมดุลสมองและอารมณ์ Micro-Recharge Habits เทคนิคการพักผ่อนช่วงสั้นๆ แต่สร้างสุขภาพที่ดีที่ยั่งยืน พร้อมนำเสนอบริการใหม่ แจ็งเคลมรถยนต์ออนไลน์ผ่านแอปพลิเคชัน Bangkok Insurance

จากเหตุการณ์มหาอุทกภัยที่ส่งผลกระทบต่อพี่น้องชาวไทยในจังหวัดพื้นที่ภาคใต้ กรุงเทพประกันภัยขอส่งความห่วงใยและกำลังใจ พร้อมเร่งดำเนินการมาตรการช่วยเหลือต่างๆ เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนและสนับสนุนการฟื้นฟูอย่างต่อเนื่อง

ก่อนจากกันในฉบับนี้ กรุงเทพประกันภัยจะน้อมนำแนวทางที่สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวงพระราชทานแก่ปวงชนชาวไทย มาใช้ในการทำงานและการดำเนินชีวิต เพื่อประโยชน์สุขแก่ตนเอง องค์กร และสังคมสืบต่อไป

Contributing Editor

01/COVER STORY

สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง “แม่ของแผ่นดิน”

02/BKI STORY

- บีเคไอ โฮลดิ้งส์ และกรุงเทพประกันภัยจัดพิธีน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณและแสดงความอาลัยถวายแด่สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง
- 4 องค์กรใหญ่ร่วมใจจัดกิจกรรม Bhappy ครั้งที่ 15 ร่วมฟื้นฟูปาร์กษาสิ่งแวดล้อม ถวายเป็นพระราชกุศล
- กรุงเทพประกันภัยจับมือกรมสุขภาพจิต สานต่อแนวคิด “ยินดีที่ได้รู้ใจ” รณรงค์ให้คนรุ่นใหม่เรียนรู้การเข้าใจตนเอง
- กรุงเทพประกันภัยดูแลผู้ประสบภัยน้ำท่วม

06/HEALTH/WEALTH/BEING

Micro-Recharge Habits พักช่วงสั้นๆ แต่สร้างสุขภาพที่ยั่งยืน

07/FOOD

กินสร้างพลังด้วยอาหารฟังก์ชัน (Functional Food)

08/SMART LIVING

Neuro Balance สมดุลสมองและอารมณ์

09/BKI ONLINE

แจ็งเคลมรถยนต์ออนไลน์ผ่านแอปพลิเคชัน Bangkok Insurance

10/TRAVEL

4 หมายเหตุท่องเที่ยวตามรอยสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง

12/WE ARE TOGETHER

- คุณชัย ไสภณพนิช ได้รับการยกย่องเป็นพ่อตัวอย่างกรุงเทพมหานคร
- มอบทุนการศึกษา BKI Scholarship ต่อเนื่องเป็นปีที่ 9
- รับเข็มกลัดเชิดชูเกียรติจากงานประกาศเกียรติคุณจรรยาบรรณดีเด่น
- BKIH คว่าหุ้นยั่งยืน ประจำปี 2568 ระดับ AAA 3 ปีซ้อน
- มอบเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติและเงินสนับสนุนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนเทศบาล

BKI News เป็นวารสารราย 3 เดือน ของ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) จัดทำขึ้นเพื่อถนอมถนอมการแก่ผู้มีอุปการคุณ คู่ค้า ลูกค้า ตัวแทน นายหน้า ผู้บริหาร และพนักงานของบริษัทฯ บทความและรูปภาพทั้งหมดในวารสาร BKI News สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย การนำข้อความหรือรูปภาพไปเผยแพร่ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากบริษัทฯ เท่านั้น

หากท่านมีข้อคิดเห็นใดๆ เกี่ยวกับวารสาร BKI News กรุณาติดต่อสำนักบริหารแบรนด์องค์กร บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) อาคารกรุงเทพประกันภัย เลขที่ 25 ถนนสาทรใต้ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120 e-mail: corp.comm1@bangkokinsurance.com

ศูนย์ควบคุมคุณภาพ ยินดีรับข้อเสนอแนะ คำติชม

Ins. 0 2285 8575-6 หรือ www.bangkokinsurance.com

สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง

“แม่ของแผ่นดิน”

เพื่อน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ กรุงเทพรักกันกายขอร่วมจารึกพระราชกรณียกิจ สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง อันยังประโยชน์ไว้ทั้งในแผ่นดิน ผืนน้ำ ผืนป่า และศิลปวัฒนธรรม ให้ดำรงอยู่อย่างงดงามในหัวใจปวงชนชาวไทยทุกคน



“ปาร์กน้ำ” ร่มเงาแห่งพระเมตตา

ครั้งหนึ่งในปี 2525 สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง เสด็จพระราชดำเนินไปถึงบ้านถ้ำตัว จังหวัดสกลนคร ซึ่งเป็นภูเขาหัวโล้น ขาดแคลนแหล่งน้ำ ชาวบ้านต้องหักล้างดวงพงเพื่อทำไร่เลื่อนลอย เพราะไม่มีทางเลือกอื่นในการดำรงชีพ จึงมีพระราชดำริให้ฟื้นฟูป่าและระบบนิเวศ พร้อมกับฟื้นฟูขวัญและกำลังใจของราษฎรควบคู่กันไป

พระองค์ทรงมีพระราชดำรัสสำคัญว่า “ปาร์กน้ำ คนรักป่าน้ำก็จะกลับมา”

ด้วยพระวิสัยทัศน์อันกว้างไกล โครงการปาร์กน้ำ เน้นการฟื้นฟูป่าต้นน้ำด้วยพันธุ์ไม้พื้นถิ่น เพื่อให้ป่าเติบโตเองได้ในระยะยาว ภายใต้การมีส่วนร่วมของชุมชน จากจุดเริ่มต้นเล็กๆ ที่บ้านถ้ำตัว โครงการปาร์กน้ำจึงได้ขยายสู่พื้นที่อื่นๆ ของสกลนคร จนกลายเป็นแบบอย่างการอนุรักษ์ที่หลายหน่วยงานนำไปศึกษาและต่อยอด

โครงการปาร์กน้ำเป็นทั้งการฟื้นฟูทรัพยากรธรรมชาติและการพัฒนาคุณภาพชีวิต เพราะเมื่อคนในพื้นที่รักและดูแลป่า ผืนป่าก็หล่อเลี้ยงชีวิตราษฎรในชุมชนได้อย่างยั่งยืน

“พัฒนาแหล่งน้ำ” สายธารพระกรุณา

จากการที่เสด็จพระราชดำเนินไปทรงงานในหลากหลายพื้นที่

สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวงทรงพบว่าราษฎรจำนวนมากขาดแคลนทั้งแหล่งน้ำสำหรับการอุปโภคบริโภคและแหล่งน้ำสำหรับการเพาะปลูก ก่อเกิดเป็นโครงการด้านพัฒนาแหล่งน้ำในทุกจังหวัด ทุกภูมิภาคของประเทศ รวมแล้วมากถึง 423 โครงการ ตัวอย่างโครงการสำคัญ เช่น โครงการอ่างเก็บน้ำอัยปาย (ระบบส่งน้ำ) (อำเภอหรือเสาะ จังหวัดนราธิวาส)

ปี 2541 ทรงเสด็จพระราชดำเนินเยี่ยมราษฎรในพื้นที่จังหวัดชายแดนใต้ จึงมีพระราชเสาวนีย์ให้กรมชลประทานพิจารณาสร้างอ่างเก็บน้ำพร้อมระบบท่อส่งน้ำ เพื่อแก้ปัญหาความแห้งแล้ง การขาดแหล่งน้ำอุปโภคบริโภค และความเดือดร้อนต่อเนื่องของเกษตรกร โครงการนี้ยังช่วยให้ราษฎรมีทางเลือกในการประกอบอาชีพมากขึ้น

“โอบ” มรดกศิลปของแผ่นดิน

หลายสิบปีก่อนหน้านั้น โขนหนึ่งในนาฏศิลป์ชั้นสูงของไทยเหลือเพียงลมหายใจอ่อนแรง ใกล้ถูกกลืนเลือน สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง ทรงมีพระราชดำรัสอันอ่อนโยนแต่หนักแน่นว่า “ถ้าไม่มีใครดู แม่จะดูเอง” พระราชดำรัสสั้นๆ แต่กลายเป็นประโยคสำคัญที่ฟื้นฟูลมหายใจของโขนไทยขึ้นมาอีกครั้ง พระองค์ทรงมอบหมายให้มูลนิธิส่งเสริมศิลปาชีพฯ ฟื้นฟูและสืบสานโขนอย่างเป็นระบบ รวบรวมครูโขนครูนาฏศิลป์ และช่างฝีมือจากทั่วแผ่นดินมาร่วมสร้างสรรค์งานอย่างประณีต

โขนพระราชทานจัดแสดงครั้งแรกตอน พรหมมาศ ในปี 2550 ณ ศูนย์วัฒนธรรมแห่งประเทศไทย ก่อนจัดแสดงต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี โดยตอนล่าสุดปี 2568 คือตอน สัตยาพาลี ปัจจุบันโขนจึงเหมือนหนึ่งรากฐานทางอัตลักษณ์ของชาติที่สะท้อนความเป็นไทยที่งดงามที่สุดรูปแบบหนึ่ง

จากป่าไม้ สายน้ำ สู่ศิลป์แผ่นดิน เป็นเพียงบางส่วนของพระราชกรณียกิจ “แม่ของแผ่นดิน” ที่จะสว่างไสวอยู่ในใจราษฎรไทยไปตราบนานเท่านาน

บีเคไอ โฮลดิ้งส์ และกรุงเทพประกันภัย จัดพิธี น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณและแสดงความอาลัยถวายแด่สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง



คุณชัย โสภณพนิช ประธานกรรมการ บริษัท บีเคไอ โฮลดิ้งส์ จำกัด (มหาชน) และบริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) พร้อมด้วยคณะผู้บริหารและพนักงาน จัดพิธีถวายราชสักการะ เบื้องหน้าพระฉายาลักษณ์และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนี พันปีหลวง ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอย่างหาที่สุดมิได้ ที่ทรงอุทิศพระวรกายปฏิบัติพระราชกรณียกิจนานัปการเพื่อ บำบัดทุกข์บำรุงสุขและพัฒนาคุณภาพชีวิตของพสกนิกร ทุกหมู่เหล่าให้มีความเป็นอยู่ที่ดียังยืน

ในการนี้ คุณชัย โสภณพนิช เป็นประธานในพิธีวาง พวงมาลัยถวายราชสักการะ และลงนามแสดงความอาลัย เบื้องหน้าพระฉายาลักษณ์ โดยมีคณะผู้บริหารและพนักงาน ร่วมในพิธีและยืนสงบนิ่งเป็นเวลา 1 นาที เพื่อแสดงความอาลัย ณ อาคารกรุงเทพประกันภัย สำนักงานใหญ่ ถนนสาทรใต้ เมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน 2568



ทั้งนี้ บริษัทฯ ได้จัดตั้งโต๊ะหมู่ประดิษฐานพระฉายาลักษณ์ และสมุดลงนามเพื่อให้พนักงาน ลูกค้า และประชาชนทั่วไปได้ ถวายราชสักการะและลงนามแสดงความอาลัย ณ บริเวณโถงชั้น 1 อาคารกรุงเทพประกันภัย สำนักงานใหญ่ ถนนสาทรใต้

4 องค์กรใหญ่ร่วมใจจัดกิจกรรม Bhappy ครั้งที่ 15 ร่วมฟื้นฟู รักษาสิ่งแวดล้อม ถวายเป็นพระราชกุศล แด่สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง



ด้วยพระราชปณิธานอันแน่วแน่ของสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง ในการส่งเสริม การอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้ ทรงริเริ่มและสนับสนุนโครงการ ในพระราชดำริ เช่น โครงการปลูกป่าเฉลิมพระเกียรติโครงการ อนุรักษ์ป่าต้นน้ำลำธาร โครงการปลูกป่าเพิ่มความหลากหลาย ทางชีวภาพ โครงการฟื้นฟูป่าชายเลน โดยมีเป้าหมายใน การฟื้นฟูและรักษาสิ่งแวดล้อมให้สมดุลและยั่งยืน นับเป็น แรงบันดาลใจให้ประชาชนตระหนักถึงความสำคัญและมี ส่วนร่วมอนุรักษ์ทรัพยากรป่าไม้ในทุกพื้นที่ทั่วประเทศ

กรุงเทพมหานคร โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ กรุงเทพมหานคร ประกันชีวิต และไอโออี กรุงเทพมหานคร น้อมสำนึกใน

พระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ จึงจัดกิจกรรม Bhappy ครั้งที่ 15 ร่วมฟื้นฟูรักษาสิ่งแวดล้อม ถวายเป็นพระราชกุศลแด่ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนี พันปีหลวง ณ โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า จังหวัด นครนายก เมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2568

คุณชัย โสภณพนิช ประธานกรรมการ บมจ. กรุงเทพประกันภัย ในฐานะเป็นประธานการจัดกิจกรรม พร้อมด้วยคุณปิ๋วณา จุขวน ผู้อำนวยการใหญ่ บมจ. กรุงเทพประกันภัย เกษียรทนต์ ดร.อาทิตร์ จารุกิจพิพัฒน์ ประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บมจ. โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ อินเตอร์เนชั่นแนล คุณชิน โสภณพนิช กรรมการผู้จัดการใหญ่และประธานเจ้าหน้าที่บริหาร บมจ. กรุงเทพ ประกันชีวิต และคุณสาธิต ลิขิตะสิริ ประธานกรรมการและ ประธานคณะกรรมการการลงทุน บมจ. ไอโออี กรุงเทพ ประกันภัย นำคณะผู้บริหารและพนักงานจิตอาสารวมเกือบ 300 คน ร่วมกันปลูกต้นไม้ถวายเป็นพระราชกุศลแด่ สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนี พันปีหลวง โดยมีพันเอก วันปิยะ ไชยเนตร ผู้อำนวยการ กองกิจการพลเรือน โรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้าให้ การต้อนรับ หลังจากนั้นมีการแบ่งกลุ่มพนักงานจิตอาสา ทำกิจกรรมสัมพันธ์ Walk Rally 4 ฐาน สร้างความสามัคคี ระหว่างองค์กร พร้อมเข้าพื้นที่ร่วมกิจกรรมปันกระสุนเมล็ด พันธุ์พืชที่ขึ้นด้วยดินเหนียว และยิงเมล็ดพันธุ์ให้กระจายออกไป ในพื้นที่ป่า ซึ่งเป็นหนึ่งในวิธีการอนุรักษ์ฟื้นฟูป่าไม้ให้มีความอุดมสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

สำหรับโครงการ Bhappy ทั้ง 4 บริษัทได้ร่วมกันจัดขึ้นโดย มีวัตถุประสงค์เพื่อให้พนักงานได้มีส่วนร่วมทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อสร้างประโยชน์ให้แก่ชุมชน สังคม และสิ่งแวดล้อมอย่าง ยั่งยืน รวมทั้งเพื่อสร้างความสามัคคี และความสัมพันธ์อันดี ระหว่างองค์กร ซึ่งโครงการ Bhappy ดำเนินกิจกรรมต่อเนื่อง มาเป็นครั้งที่ 15 และจะยังคงเดินหน้าสร้างสรรค์และสานต่อ กิจกรรมดีๆ เพื่อสังคมโดยรวมต่อไป

กรุงเทพประกันภัยจับมือกรมสุขภาพจิต สานต่อแนวคิด “ยินดีที่ได้รู้ใจ” รณรงค์ ให้คนรุ่นใหม่เรียนรู้การเข้าใจตนเอง และดูแลสุขภาพทางใจอย่างยั่งยืน



ด้วยความตระหนักถึงแนวโน้มปัญหาด้านสุขภาพจิตที่เพิ่มสูงขึ้นในกลุ่มเยาวชน กรุงเทพประกันภัยร่วมกับกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข เดินหน้ารณรงค์สร้างความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางใจที่ดี ผ่านกิจกรรม กรุงเทพประกันภัย ส่งเสริมสุขภาพใจ ใส่ใจสุขภาพจิต เพื่อการป้องกันอย่างยั่งยืน ต่อเนื่องเป็นปีที่ 2 ภายใต้แนวคิด ยินดีที่ได้ “รู้ใจ” เพื่อขยายการรณรงค์สู่สถาบันการศึกษาต่างๆ

เมื่อเร็วๆ นี้ บริษัทฯ ได้จัดกิจกรรมดังกล่าวขึ้นที่มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย โดยมีคุณลดา โสภณพนิช ผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) และ ดร.มานะ ตีรียาภิวัฒน์ รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย ร่วมเป็นประธานเปิดงาน ภายในงานมีกิจกรรมที่น่าสนใจ เช่น นิทรรศการให้ความรู้แบบ Interactive และ

สื่อวีดิโอกราฟิกชุด “ยินดีที่ได้รู้ใจ” พร้อมการพูดคุยเสวนาในหัวข้อ “กว่าจะรู้ใจ” ซึ่งได้รับเกียรติจากวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้มีประสบการณ์ตรงมาร่วมแบ่งปันความรู้ ได้แก่ ดร. นพ. วรตม์ โชติพิทยสุนนท์ รองโฆษกกระทรวงสาธารณสุข “เชื่อน” ภัทรดนัย เสตสุวรรณ นักจิตบำบัดและเจ้าของแคมเปญ “จุดพักใจ” และ “ส้ม” มารี เออเจนี เลอเลย์ ศิลปินและอินฟลูเอนเซอร์ชื่อดัง พร้อมปิดท้ายด้วยการแสดงสุดพิเศษจากส้ม มารี เพื่อส่งต่อพลังบวกและเป็นการกำลังใจให้แก่ทุกคน

ไม่เพียงเท่านั้น บริษัทฯ ยังเดินหน้าจัดกิจกรรมรณรงค์อย่างต่อเนื่องที่มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ศูนย์พัฒนวิชาการพระนคร โดยได้รับเกียรติจากคุณปวีณา จุฬวน ผู้อำนวยการใหญ่ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) และ ผศ. ดร.กษิทธิ์เดช สุทธิวานิช รองอธิการบดี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ร่วมเป็นประธานเปิดงาน ภายในงานมุ่งเน้นการสร้างพื้นที่แห่งการเรียนรู้ที่เข้าถึงง่าย และเป็นมิตร เปิดโอกาสให้นักศึกษาได้สำรวจจิตใจของตนเอง พร้อมเสริมความเข้าใจเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพทางใจ ผ่านนิทรรศการและสื่อวีดิโอกราฟิก นอกจากนี้ ยังมี การเสวนาจากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญที่มาร่วมแบ่งปันความรู้และแลกเปลี่ยนประสบการณ์ ได้แก่ ดร. นพ.วรตม์ โชติพิทยสุนนท์ รองโฆษกกระทรวงสาธารณสุข “เชื่อน” ภัทรดนัย เสตสุวรรณ นักจิตบำบัด และ “หมอฝรั่ง” นริกุล เกตุประภากร นักแสดงและอินฟลูเอนเซอร์ชื่อดัง

บริษัทฯ มุ่งหวังให้กิจกรรม “กรุงเทพประกันภัย ส่งเสริมสุขภาพใจ ใส่ใจสุขภาพจิต เพื่อการป้องกันอย่างยั่งยืน” จะเป็นส่วนหนึ่งในการช่วยเสริมสร้างเกราะป้องกันทางใจที่แข็งแกร่งให้แก่เยาวชนคนรุ่นใหม่ พร้อมทั้งส่งเสริมให้สังคมไทยเป็นสังคมที่เปิดกว้างและเข้าใจเรื่องสุขภาพจิตมากยิ่งขึ้น สำหรับกิจกรรมดังกล่าวจะยังคงจัดขึ้นในสถาบันการศึกษาต่างๆ อย่างต่อเนื่อง เพื่อสร้างความตระหนักรู้ให้เข้าถึงกลุ่มเยาวชน

กรุงเทพประกันภัยดูแลผู้ประสบภัยน้ำท่วม

จากเหตุการณ์มหาอุทกภัยที่ส่งผลกระทบต่อหลายจังหวัดในพื้นที่ภาคใต้ กรุงเทพประกันภัยห่วงใยต่อประชาชนพร้อมตระหนักถึงผลกระทบด้านเศรษฐกิจ และคุณภาพชีวิตของผู้ประสบภัย จึงได้เร่งดำเนินการมาตรการช่วยเหลือต่างๆ เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนและสนับสนุนการฟื้นฟูอย่างต่อเนื่อง โดยมาตรการช่วยเหลือ 3 ด้าน ดังนี้

ด้านลูกค้า : อำนวยความสะดวก พร้อมช่วยเหลือทุกช่องทาง

มาตรการเร่งด่วนในเบื้องต้น

- ส่งข้อความ SMS แจ้งความคุ้มครองถึงลูกค้าในพื้นที่ประสบภัย พร้อมให้ข้อมูลเกี่ยวกับช่องทางการรับบริการและการติดต่อผ่านสื่อโซเชียลมีเดียต่างๆ ของบริษัท
- เปิดแจ้งเคลมน้ำท่วมตลอด 24 ชั่วโมง ทั้งประกันภัยทรัพย์สินและประกันภัยรถยนต์ รวมถึงการให้บริการรถยกได้อย่างสะดวกผ่าน LINE: @bangkokinsurance และสายด่วน 1620
- จัดตั้งจุดบริการเคลมในพื้นที่ประสบอุทกภัย เพื่อรองรับและอำนวยความสะดวกให้แก่ลูกค้าเพิ่มเติมจากสำนักงานสาขาขนาดใหญ่ ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาหาดใหญ่

มาตรการช่วยเหลือลูกค้าในระยะยาว

- ขยายระยะเวลาคุ้มครองของกรมธรรม์ประกันภัยทุกประเภท สำหรับลูกค้ารายย่อยที่กรมธรรม์หมดอายุในช่วงระหว่างวันที่ 21 พฤศจิกายน - 31 ธันวาคม 2568 ในพื้นที่จังหวัดสงขลา ซึ่งได้ประกาศเป็นเขตภัยพิบัติ
- ขยายระยะเวลาผ่อนผันการชำระเบี้ยประกันภัยทุกประเภท สูงสุด 90 วัน สำหรับลูกค้าที่ได้รับผลกระทบจากเหตุอุทกภัยในพื้นที่จังหวัดภาคใต้
- ขยายระยะเวลาผ่อนชำระเบี้ยประกันภัย ดอกเบี้ย 0% สูงสุด 10 เดือน สำหรับบัตรเครดิตธนาคารกรุงเทพ และ 0% สูงสุด 6 เดือน สำหรับบัตรเครดิตอื่นๆ ที่ร่วมรายการ

ด้านพนักงาน : ดูแลบุคลากรในพื้นที่น้ำท่วมอย่างเต็มที่

- เงินช่วยเหลือสำหรับการซ่อมแซมและฟื้นฟูที่อยู่อาศัยตามจริง หรือสูงสุด 20,000 บาท เพื่อช่วยบรรเทาความเสียหายในเบื้องต้น
- เงินกู้สำหรับการซ่อมแซมบ้านเรือน ดอกเบี้ย 0% วงเงินสูงสุด 300,000 บาท ระยะเวลาผ่อนชำระ 3 ปี
- วันหยุดพิเศษ 3 วัน เพื่อให้พนักงานจัดการภารกิจส่วนตัวต่างๆ
- ค่าใช้จ่ายในการฉกฉวยศพ จำนวน 10,000 บาท ในกรณีที่บิดา มารดา คู่สมรส หรือบุตรของพนักงานเสียชีวิตจากเหตุอุทกภัย

ด้านสังคม : ส่งต่อความช่วยเหลือสู่ชุมชนภาคใต้

- บริจาคเงินสนับสนุนจำนวน 250,000 บาท ผ่านสภาขาตไทย
- บริจาคเงินสนับสนุนจำนวนกว่า 645,000 บาท ผ่านมูลนิธิโรงพยาบาลสงขลานครินทร์ จากการร่วมสมทบทุนของบริษัทกรุงเทพประกันภัย คณะผู้บริหาร พนักงาน และผู้มีจิตศรัทธา
- ร่วมส่งมอบเครื่องอุปโภคบริโภค มูลค่ารวมกว่า 500,000 บาท โดยมูลนิธิชัย-นุชนารถ และกรุงเทพประกันภัย ร่วมกับสำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย (คปภ.) เพื่อส่งต่อสิ่งของจำเป็นไปยังพื้นที่ภาคใต้ผ่านศูนย์อำนวยการช่วยเหลือเครือข่ายวายุภักษ์ กระทรวงการคลัง

• จัดทำและส่งมอบถุงยังชีพ ให้ประชาชนในพื้นที่อำเภอหาดใหญ่ จังหวัดสงขลา

กรุงเทพประกันภัยร่วมส่งกำลังใจให้ประชาชนในพื้นที่สามารถผ่านพ้นสถานการณ์ดังกล่าวและฟื้นฟูจากมหาอุทกภัยครั้งนี้ให้กลับสู่สภาวะปกติโดยเร็ว



Micro-Recharge Habits

พักช่วงสั้นๆ แต่สร้างสุขภาพที่ยั่งยืน

ในโลกการทำงาน การใช้ชีวิตที่เร่งรีบอาจทำให้แนวความคิดหยุดพักถูกมองเป็นเรื่องไกลตัว แต่รู้ไหมว่าการพักสั้นๆ และฝึกปฏิบัติจนเป็นนิสัย จะช่วยเติมพลัง ฟันฟุสมาธิ ลดความตึงเครียด และปรับร่างกายสู่โหมดสมดุลได้เร็วขึ้น มาเริ่มต้นสุขภาพดีกันง่ายๆ จากสิ่งที่ “เล็ก” ที่สุดกัน



หากนึกถึงการพักผ่อน เรามักนึกถึงการใช้เวลายาวๆ เช่น เขียนใบลาหยุดพักร้อน การนอนเต็มอิ่ม 8 ชั่วโมง หรือการจัดสเปา 1 วันเต็ม แต่ความจริงแล้ว การพักสั้นๆ แต่ฝึกปฏิบัติจนเป็นนิสัย ก็สามารถสร้างสุขภาพที่สมดุลได้ โดยไม่ต้องเปลี่ยนไลฟ์สไตล์ครั้งใหญ่

งานวิจัยด้านประสาทวิทยาระบุว่าใน 1 วัน ร่างกายของเราเผชิญความเครียดหลายครั้ง หากปล่อยให้ระดับคอร์ติซอลสูงจะส่งผลต่อคุณภาพการนอน ภูมิคุ้มกัน ระบบย่อยอาหาร ไปจนถึงอารมณ์และสมาธิ ลองหาไมเมนต์เล็กๆ ระหว่างวัน ชาร์จแบตเตอรี่ตัวเอง ปรับการหายใจลึกๆ ยืดเหยียด 1 นาที เดินสั้นๆ รอบโต๊ะ หรือแม้กระทั่งการจิบน้ำระหว่างวัน สิ่งเล็กๆ เหล่านี้ช่วยให้ร่างกายและสมองรีเซ็ตอย่างรวดเร็ว ทำให้เรามีสมาธิ ยืดวงจรพลังงานได้ยาวขึ้น และทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากกว่าเดิม

ไอเดียการพักช่วงสั้นๆ ทำได้ง่าย

1. เหนื่อยจัด ลองหัด Box Breathing 1 นาที

Box Breathing หรือการหายใจแบบกล่อง คือเทคนิคการหายใจเข้าลึกๆ รูปแบบหนึ่ง โดยแบ่งการหายใจออกเป็น 4 ขั้นตอนเท่าๆ กัน คือ หายใจเข้า 4 วินาที - กลั้นหายใจ 4 วินาที - หายใจออก 4 วินาที - และกลั้นหายใจอีกครั้ง 4 วินาที เทคนิคนี้ช่วยให้ร่างกายและจิตใจสงบลง ลดความเครียด เพิ่มสมาธิเพื่อช่วยลดการเต้นของหัวใจ ลดความกดดัน และปรับสมองให้กลับมาชัดเจนอย่างรวดเร็ว

2. 20 วินาที แห่งการยืดเหยียด

แค่คลายไหล่ หมุนคอ หรือเหยียดแผ่นหลัง ก็ช่วยปลดล็อกระบบไหลเวียนเลือด ลดความล้าของกล้ามเนื้อ และทำให้สมองปลอดโปร่งขึ้นมาก

3. สัมผัสแดดยามเช้า

แดดยามเช้าคือจุดเริ่มต้นนาฬิกาชีวิต หลังตื่นนอน เพียงรับแดดช่วงสั้นๆ วันละ 2 - 3 นาที จะช่วยส่งงานสมองให้ผลิตพลังงานได้ดีขึ้น ทำให้อารมณ์นิ่งขึ้น และนอนหลับลึกกว่าเดิม



4. จิบน้ำระหว่างวัน

การดื่มน้ำเป็นนิสัยที่ง่ายที่สุดในการสร้างสมดุลระหว่างวัน ทางแพทย์แนะนำให้ฝึกปฏิบัติเป็นนิสัย ทุกครั้งที่ดื่มน้ำให้หยุด 10 วินาที แล้วรู้สึกถึงการหายใจของตัวเอง

5. พักสายตาด้วยกฎ 20/20/20

เมื่อจ้องจอนานเกิน 20 นาที ให้มองออกไปนอกหน้าต่างประมาณ 20 ฟุต (ประมาณ 6 เมตร) 20 วินาที วันละ 6 - 8 ครั้ง สมองจะสดชื่นขึ้น

การพักแบบสั้นๆ เป็นการดูแลสุขภาพที่ทำได้ง่ายๆ ด้วยตนเอง เพียงปรับวิถีการใช้ชีวิตเพียงเล็กน้อย เท่านั้นร่างกายก็เหมือนได้ทยอยชาร์จแบตเตอรี่เพิ่มระหว่างวัน ให้พร้อมลุยกับทุกบทบาทของชีวิต

กินสร้างพลังด้วยอาหารฟังก์ชัน (Functional Food)

จะดีแค่ไหน ถ้ามีอาหารเป็นผู้ช่วยริชาร์จสุขภาพของเราได้ ชวนมารู้จักอาหารฟังก์ชันที่มีคุณสมบัติมากกว่าโภชนาการพื้นฐาน แต่ยังช่วยปรับสมดุล ฟันฟู และเสริมการทำงานของร่างกาย



อาหารฟังก์ชัน (Functional Food) คืออาหารที่มีคุณค่าทางโภชนาการสูง มีส่วนช่วยป้องกันหรือลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรค (แต่ไม่ใช่เพื่อการรักษาโรค) นอกจากนี้ยังมีคุณสมบัติพิเศษคือช่วยริชาร์จพลังงานให้คนวัยทำงานอีกด้วย

หมวดเพิ่มพลังงาน ไม่เพลียระหว่างวัน

เคยรู้สึกไหม ทำไมหลังจากอึดท้องเรามากอยากนอนงีบ นั่นเป็นเพราะว่าหากเราทานอาหารหวานจัด มันจัด ระดับน้ำตาลในเลือดของเราจะขึ้นสูง จึงทำให้รู้สึกง่วงนอนและเหนื่อยล้า ซึ่งอาหารฟังก์ชันหลายชนิดช่วยเรื่องนี้ได้ เช่น ข้าวโอ๊ต มีไฟเบอร์สูง ทำให้น้ำตาลในเลือดขึ้นช้าและพลังงานคงที่นานหลายชั่วโมง มันเทศ ร่างกายดูดซึมได้ช้า ทำให้พลังงานคงที่ ถั่วและเมล็ดพืช มีไขมันดีและโปรตีน พลังงานสำคัญของสมอง ทำให้สมองทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพเต็มที่ ควินัว มีโปรตีนสูง ทำให้อิ่มนานและช่วยเรื่องการโฟกัสได้ดี

หมวดลดความเครียด รับการอักเสบจากความเหนื่อยล้า

หากวันใดที่คุณรู้สึกเหนื่อยล้า หดพลังจากออฟฟิศซินโดรม ลองเลือกรับประทานอาหาร เช่น ชาเขียวและพืชสีเข้มต่างๆ เช่น เบอร์รี่หรือโกโก้ มีสารโพลีฟีนอลช่วยลดการอักเสบและลดความเครียด ขมิ้น มีสารเคอร์คูมินช่วยต้านการอักเสบและต้านอนุมูลอิสระ ปลาไขมันดีและธัญพืชมีสารโอเมก้า 3 ช่วยลด

การอักเสบของร่างกาย เพิ่มการโฟกัส บำรุงสมอง ทำให้ร่างกายฟื้นตัวได้เร็ว

หมวดดูแลลำไส้ สมองที่ 2 “Gut-Brain Axis”

เคยได้ยินประโยคนี้ไหม ลำไส้คือสมองที่ 2 ของมนุษย์ เมื่อลำไส้แข็งแรงจะทำให้สมองปลอดโปร่ง อารมณ์และสมาธิดีขึ้น โดยผ่านระบบ Gut-Brain Axis ซึ่งเป็นการสื่อสาร 2 ทางระหว่างลำไส้กับสมอง ทั้งสองส่วนนี้จะสื่อสารกันผ่านระบบประสาท สฮอร์โมน และสารเคมีต่างๆ เพื่อควบคุมการทำงานของทั้งสองระบบให้เชื่อมกันเป็นหนึ่งเดียว ทั้งระบบการย่อยอาหาร อารมณ์ ความเครียด และระบบภูมิคุ้มกัน แนะนำรับประทานอาหารฟังก์ชันที่มีโพรไบโอติก (จุลินทรีย์ดี) และพรีไบโอติก (อาหารของจุลินทรีย์ดี) เพื่อช่วยปรับจุลินทรีย์ลำไส้ ลดความเครียด และส่งผลต่อสมองที่นิ่งขึ้น

ตัวอย่างอาหารที่มีโพรไบโอติก ได้แก่ โยเกิร์ต คอมมูจะ นัตโตะ กิมจิ ผักดองแบบหมักธรรมชาติ

สำหรับอาหารที่มีพรีไบโอติก ได้แก่ ถั่วลิสง กล้วย หน่อไม้ฝรั่ง หัวหอม กระเทียม ข้าวโอ๊ต

หมวดนอนหลับสบาย ให้อารมณ์ดีผ่อนคลาย

เพราะการนอนคือหัวใจแห่งการริชาร์จ ลองเมนูอย่างมัทจะ ที่มีแอลคาร์นิทีนสูง เมล็ดแฟลกซ์ ช่วยปรับสมดุลฮอร์โมน และส่งเสริมการนอนหลับให้ดีขึ้น นมอุ่น มีทริปโตเฟนเป็นกรดอะมิโนจำเป็นที่ส่งเสริมการนอนหลับ ปวยเล้ง อะโวคาโด มีแมกนีเซียมสูง ลดฮอร์โมนความเครียด เมื่อเรานอนหลับได้ลึก แปลว่าร่างกายของเราได้ริชาร์จเต็มที่ เท้านี้ก็ตื่นขึ้นมา มีพลังเต็มร้อย

และนี่คือตัวอย่างของอาหารฟังก์ชันที่ไม่เพียงให้พลังงานและคุณค่าทางโภชนาการ แต่ยังช่วยปรับสมดุลทั้งกายและใจ ทำให้เราฟื้นตัวเร็วขึ้น พร้อมกลับมาใช้ชีวิตอย่างมีพลังในทุกวันอีกครั้ง

Neuro Balance สมดุลสมองและอารมณ์

จะดีแค่ไหนถ้าเรารู้ว่าสมองของเราตอนนี้อยู่ในโหมดไหน กำลังโฟกัส เครียด ล้าแล้วควรหยุดพัก หรือพร้อมลุยต่อ



นั่นคือแนวคิดของ Neuro Balance ที่มุ่งสร้างสมดุลให้ระบบประสาทและอารมณ์ ผ่านความเข้าใจการทำงานของสมองแบบเรียลไทม์ นักประสาทวิทยามองว่าความสมดุลของชีวิตเกิดจากวงจรพลังงานของสมอง (Brain Energy Cycle) ซึ่งอาจเปลี่ยนแปลงขึ้นลงตามความเครียด การพักผ่อน คุณภาพการนอน และสิ่งกระทบอารมณ์รายวัน

งานวิจัยจาก Harvard Medical School ชี้ชัดว่าการรู้ทันสภาวะสมองแบบเรียลไทม์ สามารถลดความเครียดเรื้อรังและช่วยให้ตัดสินใจดีขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ

แต่ต้องมีตัวช่วย นั่นคือเทคโนโลยีที่ช่วยอ่านสัญญาณสมองแบบเรียลไทม์ ตั้งแต่คลื่นสมอง (EEG) ไปจนถึง AI ที่วิเคราะห์อารมณ์จากเสียงและพฤติกรรม

1. Brainwave Tracker เข้าใจภาวะสมองแบบเรียลไทม์

อุปกรณ์สวมศีรษะ (Neuro Headband) อย่าง Muse, Emotiv หรือ BrainCo ถูกออกแบบเพื่ออ่านคลื่นสมอง (EEG) และแยกแยะสภาวะได้ เช่น กำลังใช้สมาธิ เครียด วอกแวก ผ่อนคลาย โกงล้ำแล้วต้องพัก

ถ้ามีอุปกรณ์ตัวนี้ เราจะรู้ทันสมองว่าเมื่อไรควรพักหรือลุยต่อ สามารถจัดตารางทำงานและพักผ่อนได้อย่างเหมาะสมกับวงจรพลังงานจริงๆ ของตัวเอง

งานวิจัยของ Nature Scientific Reports (2021) ยังระบุว่าการตรวจคลื่นสมองในชีวิตประจำวันสามารถทำนายสภาวะล้า (Mental Fatigue) ได้แม่นยำมากกว่าที่เรารู้สึกด้วยตนเองเสียอีก

Rebalance Tips: ใช้ Tracker 5 - 10 นาที เข้าและเย็น เพื่ออ่านภาวะสมองแล้วจัดคิวงานตามระดับพลังงาน จะช่วยเพิ่มประสิทธิภาพและลดโอกาสการเกิดภาวะหมดไฟ

2. Meditation Gadgets อุปกรณ์ช่วยทำสมาธิที่ปรับอารมณ์ด้วยเสียงและคลื่นสมอง

ถ้าใครสนใจการนั่งสมาธิ หรือต้องการฝึกความสงบ ต้องถูกใจอุปกรณ์ตัวนี้แน่นอน เพราะเป็นเทคโนโลยีช่วยให้เข้าถึงภาวะสงบได้เร็วขึ้นผ่านแสง เสียง หรือคลื่นแม่เหล็กเบาๆ เพื่อโน้มนำสมองให้อยู่ในระดับคลื่นที่ต้องการ เช่น คลื่นแอลฟา (Alpha) หรือทีตา (Theta) ที่เชื่อมโยงกับความผ่อนคลาย

อุปกรณ์แนวการบำบัดด้วยคลื่นเสียง เช่น

- Sensate ใช้เสียงความถี่ต่ำกระตุ้นระบบประสาทพาราซิมพาเทติก
- NeoRhythm ใช้สนามแม่เหล็กอ่อนช่วยปรับสมดุลคลื่นสมอง
- Melomind ฝัง EEG กับเสียงสมาธิแบบปรับตามอารมณ์

3. Emotion AI Apps แอปพลิเคชันวิเคราะห์อารมณ์ด้วย AI

Emotion AI คือการวิเคราะห์ผู้ใช้งานผ่านการแสดงออกทางสีหน้า น้ำเสียง และภาษากาย เพื่อการตอบสนองที่ถูกต้องและเป็นธรรมชาติ โดยใช้งานผ่านกล้องโทรศัพท์มือถือ ไมโครโฟน ซึ่งสามารถอ่านไมโครอิมชันบนใบหน้า น้ำเสียง และแบบแผนการพิมพ์ของเราได้แล้ว เช่น ถ้าจังหวะการพิมพ์เราเปลี่ยน จู่ๆ ก็พิมพ์เร็วเร็ว อาจจะหมายถึงอารมณ์ที่กำลังร้อนใจ หรือกำลังหงุดหงิด

แอปพลิเคชันหลายตัว เช่น Wysa, Youper, Replika หรือ Moodpath ใช้ AI Emotion Detector ประเมินภาวะอารมณ์ เช่น ความเครียด ความวิตก ความเหนื่อยล้า ความเศร้า ความตื่นตัว งานวิจัยจาก MIT Media Lab ระบุว่าความสามารถของ AI ว่าพัฒนาถึงระดับที่จับสัญญาณอารมณ์ได้ จึงเป็นหนึ่งเครื่องมือช่วยป้องกันความเครียด ช่วยให้ผู้ใช้สามารถปรับสมดุลอารมณ์ตัวเองได้ทัน

Neuro Balance สมองที่สมดุล ไม่ได้หมายความว่าไม่เครียดเลย แต่คือการรู้จักจังหวะพลังของตัวเอง สามารถจัดสรรและฟื้นฟูให้ลงตัวก่อนที่จะล้าเกินไป ช่วยจัดสมดุลระหว่าง งาน - ชีวิต - สุขภาพ - อารมณ์ อย่างเข้าใจตัวเอง

แจ้งเคลมรถยนต์ออนไลน์ได้ง่ายๆ ผ่านแอปพลิเคชัน Bangkok Insurance

กรุงเทพประกันภัยขอแนะนำอีกหนึ่งช่องทางการเคลม ประกันภัยรถยนต์ที่ลูกค้าสามารถแจ้งเคลมด้วยตนเองได้ง่ายๆ สะดวก รวดเร็ว พร้อมติดตามสถานะการเคลมและดูประวัติ การเคลมย้อนหลังได้ผ่านแอปพลิเคชัน Bangkok Insurance เมื่อเกิดอุบัติเหตุรถยนต์ ลูกค้าสามารถแจ้งเคลมได้ทันที

หากรถเกิดอุบัติเหตุแบบไม่มีคู่กรณี เช่น รถชนเสา รถชน กระถางต้นไม้ ซึ่งความเสียหายไม่รุนแรงและไม่ประสงค์รอ เจ้าหน้าที่สำรวจอุบัติเหตุเดินทางไปที่เกิดเหตุ ลูกค้าสามารถ แจ้งเคลมภายหลังได้ เพียงถ่ายรูปความเสียหายและอัปโหลดรูป ผ่านแอปพลิเคชัน Bangkok Insurance



4 หมายเหตุท่องเที่ยวตามรอย สมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง

หากการท่องเที่ยวคือการพักผ่อน ชื่นชมทัศนียภาพของเส้นทาง เปิดรับประสบการณ์ใหม่ ยัมรับน้ำใจไมตรี ระหว่างการเดินทาง 4 หมายเหตุท่องเที่ยวที่กรุงเทพประกันภัยอยากแนะนำต่อไปนี่ จะนำความอึ้งอัมใจ ความภาคภูมิใจในความเป็นไทย และน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณของสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง



1. เกาะเกิด จังหวัดพระนครศรีอยุธยา : พิพิธภัณฑ์ศิลป์แผ่นดิน

พิพิธภัณฑ์แห่งนี้จัดแสดงผลงานชิ้นเอกของช่างฝีมือเอกแห่งสถาบันสิริกิติ์ ซึ่งครั้งหนึ่งคือลูกหลานชาวไร่ชาวนาที่ประสบปัญหาภัยแล้ง ปัญหาน้ำท่วม และได้รับโอกาสเข้ามาฝึกหัดงานหัตถศิลป์จากโครงการศิลปาชีพในพระราชดำริของสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง

สถานที่นี้เป็นแหล่งรวมงานศิลป์ชั้นยอด ดังนั้นตั้งแต่ก้าวแรกที่เข้าสู่พิพิธภัณฑ์ ผู้มาเยือนจะได้ตื่นตาไปกับ

- โคมระย้ารูปหงส์และพญานาค ตกแต่งด้วยปีกแมลงทับระยิบระยับ
- ผืนห้องที่ประดับด้วยแผ่นसानยานิลเภาสอดปีกแมลงทับลวดลายละเอียดแน่นราวลายปักบนผืนผ้า
- งานประณีตศิลป์ชิ้นเอก เช่น บุษบกมณฑา เรือพระที่นั่งจำลอง ฉากผ้าปักไหมเรื่องอิเหนา งานถมทอง คร่ำ ลงยาสี แกะสลักไม้ และเครื่องเงินเครื่องทองอีกนับไม่ถ้วน

บางชิ้นงานใช้ศิลปินช่างปักกว่าร้อยชีวิต ใช้สมาธิและความอดุสาหะทำนานกว่า 4 ปี เกาะเกิดจึงไม่ใช่แค่จุดหมายท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรมธรรมดา แต่ทำให้เราเห็นถึงพระมหากรุณาธิคุณอันล้นพ้นและพระราชปณิธานด้านการพัฒนาคน เพราะเมื่อคนตัวเล็กๆ ได้รับโอกาส พวกเขาสามารถสร้างผลงานที่งดงามระดับมาสเตอร์พีชได้อย่างภาคภูมิใจ

2. สวนพฤกษศาสตร์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ จังหวัดเชียงใหม่ : พิพิธภัณฑ์กลางขุนเขา เพื่อนุรักษ์พรรณไม้ของแผ่นดิน

สวนพฤกษศาสตร์สมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ ขนาดกว่า 6,500 ไร่ จัดตั้งขึ้นในปี 2535 ในโอกาสเฉลิมพระชนมพรรษา 5 รอบ ที่ไม่ใช่แค่สวนดอกไม้ พรรณไม้สวยๆ แต่เป็นศูนย์อนุรักษ์และรวบรวมพรรณไม้ไทยและต่างประเทศ เป็นแหล่งวิจัยด้านพฤกษศาสตร์ และยังเป็นพื้นที่เรียนรู้เรื่องความหลากหลายทางชีวภาพของไทย

ไฮไลต์ที่ไม่ควรพลาดเมื่อมาถึงที่นี่คือเรือนกระจกขนาดใหญ่ที่จัดแสดงพืชจากระบบนิเวศต่างๆ และทางเดินลอยฟ้า Canopy Walkway ที่พาเราเดินอยู่เหนือเรือนยอดไม้ มองเห็นผืนป่าเขียวขจีสุดสายตา

พื้นที่สีเขียวนอกจากช่วยรักษารักษาหัวใจและพลังงานแล้วยังทำให้คนไทยรู้จักและรักธรรมชาติของตนเอง ผ่านการเรียนรู้พืชพรรณของแผ่นดิน



3. พิพิธภัณฑสถานผ้าในสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ กรุงเทพฯ : ผืนผ้าเล่าเรื่อง ตั้งแต่เรือนชาวนาถึงฉลองพระองค์

ในเขตพระราชฐานชั้นนอก ริมกำแพงด้านทิศเหนือของ พระบรมมหาราชวัง คือที่ตั้งของพิพิธภัณฑสถานผ้าในสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ ซึ่งบูรณะขึ้นจากอาคารหอระฆังการพิพัฒน์เก่าของกระทรวงการคลัง เปิดอย่างเป็นทางการในปี 2555 เพื่อให้เป็นแหล่งเรียนรู้เรื่องผ้าไทยและประวัติศาสตร์เครื่องแต่งกายของคนไทย

ภายในพิพิธภัณฑสถานจัดแสดงผ้าโบราณจากภูมิภาคต่างๆ ของไทย ผ้าทอร่วมสมัยที่พัฒนาขึ้นผ่านโครงการศิลปาชีพ และไฮไลต์ฉลองพระองค์ชุดต่างๆ ที่ทรงสวมใส่ในโอกาสสำคัญระดับนานาชาติ

เมื่อเดินชมแต่ละห้อง เราจะเห็นว่าผืนผ้าไม่ได้แสดงเพียงความงาม แต่ยังเล่าเรื่องประวัติศาสตร์ เศรษฐกิจ และชีวิตของผู้คนจำนวนมากที่ถูกร้อยเรียงไว้บนเส้นด้าย เส้นใยที่เดินทางจากเรือนชาวนาในชนบทจนถึงฉลองพระองค์ ซึ่งสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวงมิได้เพียงทรงสวมผ้าไทย แต่ทรงประชาสัมพันธ์ให้โลกรู้จักผ้าไทยผ่านฉลองพระองค์ ขณะเดียวกันยังทำให้ชาวบ้านที่เป็นผู้ทอผ้ามีรายได้ มีอาชีพ มีศักดิ์ศรี และภาคภูมิใจในงานของตนเอง

ขอขอบคุณภาพจาก : www.royalgrandpalace.th



4. พิพิธภัณฑสถานเครื่องจักสานย่านลิเภาและเครื่องถมทอง โรงแรมซี.เอส.ปัตตานี : มรดกหัตถศิลป์แดนใต้

สุดปลายด้ามขวานที่ปัตตานี มีพิพิธภัณฑสถานเล็กๆ แต่ทรงคุณค่า ตั้งอยู่ในโรงแรมซี.เอส.ปัตตานี ภายใต้แนวคิดถาวรไว้ซึ่งเอกลักษณ์ของจังหวัดปัตตานี

ย่านลิเภา คือ เภาไม้เลื้อยที่เคยถูกมองว่าเป็นเพียงวัชพืช แต่ด้วยพระปรีชาสามารถและสายพระเนตรอันยาวไกลของสมเด็จพระบรมราชชนนีพันปีหลวง จึงเป็นจักสานย่านลิเภาที่สร้างรายได้และชื่อเสียงในระดับโลก

พิพิธภัณฑสถานเครื่องจักสานย่านลิเภาและเครื่องถมทอง จัดแสดงงานหัตถศิลป์ชิ้นงามที่หาดูได้ยาก ทั้งเครื่องจักสานย่านลิเภา และเครื่องถมทอง งานหัตถกรรมโลหะสุดประณีตที่ต้องอาศัยทั้งฝีมือและความอดทนในการลงลายและถมผิวให้ละเอียดงดงาม สะท้อนทั้งศิลปะไทยและอัตลักษณ์มลายูมุสลิมในพื้นที่ ซึ่งเป็นอีกหนึ่งงานที่พระองค์ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ ส่งเสริมอาชีพผ่านโครงการศิลปาชีพและการฟื้นฟูภูมิปัญญาในพื้นที่ภาคใต้

ขอขอบคุณภาพจาก : Facebook cspattanihotel

ทั้ง 4 จุดหมาย คือส่วนหนึ่งของการบอกเล่าพระราชกรณียกิจของสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ พระบรมราชชนนีพันปีหลวง เมื่อเราไปเยือนสถานที่เหล่านี้ เราไม่ได้เป็นเพียงนักท่องเที่ยว แต่ยังได้ร่วมสืบสานพระราชปณิธานในการอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม ทรัพยากรธรรมชาติ ให้คงอยู่และภาคภูมิใจในอัตลักษณ์ความเป็นไทยสืบไป



คุณชัย ไสภณพนิช ได้รับการยกย่องเป็นพ่อตัวอย่างกรุงเทพมหานคร เทศสาร

คุณชัย ไสภณพนิช ประธานกรรมการ กรุงเทพมหานคร กรุงเทพมหานคร ได้รับการยกย่องเชิดชูเกียรติ “พ่อตัวอย่างกรุงเทพมหานคร” จากสำนักงานเขตสาร ในโอกาสนี้ คุณชัย ไสภณพนิช ผู้อำนวยการใหญ่ เป็นผู้รับโล่ประกาศเกียรติคุณในฐานะบุตรของคุณชัย ไสภณพนิช โดยคุณชัยชาติ สิทธิพันธุ์ ผู้ว่าราชการกรุงเทพมหานคร เป็นประธานมอบโล่รางวัลจากงานเชิดชูเกียรติ “วันพ่อ” ประจำปี 2568 จัดโดย

สำนักพัฒนาสังคม กรุงเทพมหานคร ณ โรงแรมปรีซ์พาลัส กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2568

โดยคุณชัย ไสภณพนิช ผ่านการคัดเลือกและได้รับการยกย่องว่าเป็นบุคคลที่มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการส่งเสริมสถาบันครอบครัว ด้วยการเป็นผู้นำครอบครัวที่ดูแลและอบรมสั่งสอนบุตรได้เป็นอย่างดี เป็นผู้นำองค์กรที่ดำเนินธุรกิจด้วยวิสัยทัศน์ก้าวไกล ส่งเสริมให้กรุงเทพมหานครเป็นบริษัทประกันวินาศภัยที่เติบโตอย่างมั่นคงแข็งแกร่ง

มอบทุนการศึกษา BKI Scholarship ต่อเนื่องเป็นปีที่ 9

คุณชัย ไสภณพนิช ผู้อำนวยการใหญ่ กรุงเทพมหานคร มอบทุนการศึกษาในโครงการ BKI Scholarship ประจำปีการศึกษา 2568 ให้แก่นิสิต นักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 33 คน โดยให้ทุนการศึกษาต่อเนื่องจนสำเร็จการศึกษาในสาขาวิชาประกันภัย สาขาคณิตศาสตร์ สาขาสถิติ และสาขาเทคโนโลยีสารสนเทศ จากสถาบันการศึกษาต่างๆ รวมมูลค่า 1,750,000 บาท พร้อมมอบประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล (PA) ทุนประกันภัย 200,000 บาทต่อคนต่อปี โดยไม่มีข้อผูกพันใดๆ ณ อาคารกรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 14 พฤศจิกายน 2568



รับเข็มกลัดเชิดชูเกียรติจากงานประกาศเกียรติคุณจรรยาบรรณดีเด่น

คุณปวีณา จุฬวน ผู้อำนวยการใหญ่ กรุงเทพมหานคร รับเข็มกลัดเชิดชูเกียรติในงานประกาศเกียรติคุณจรรยาบรรณดีเด่น หอการค้าไทย โดยได้รับเกียรติจากคุณกอบกาญจน์ วัฒนวรางกูร รองประธานกรรมการหอการค้าไทยและประธานคณะกรรมการตัดสินโครงการเกียรติคุณจรรยาบรรณดีเด่น หอการค้าไทย เป็นผู้มอบรางวัลดังกล่าว ในงานประกาศเกียรติคุณจรรยาบรรณดีเด่น หอการค้าไทย ประจำปี 2568 ณ มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2568

BKIH คว่ำหุ้ยยั่งยืน ประจำปี 2568 ระดับสูงสุด AAA 3 ปีซ้อน

บมจ. บีเคไอ โฮลดิ้งส์ หรือ BKIH ได้รับผลการประเมินอยู่ในรายชื่อหุ้นยั่งยืนของตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย (SET ESG Ratings) ประจำปี 2568 ในระดับ AAA ซึ่งเป็นระดับสูงสุดติดต่อกัน 3 ปีต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี 2566 - 2568 โดยบีเคไอ โฮลดิ้งส์ มีความโดดเด่นในการดำเนินธุรกิจที่ให้ความสำคัญกับความรับผิดชอบต่อสิ่งแวดล้อม สังคม ภายใต้การกำกับดูแลกิจการที่ดี รวมถึงมีการบริหารจัดการความเสี่ยงอย่างเหมาะสม ใช้กลยุทธ์ในการดำเนินงานอย่างสร้างสรรค์ โดยคำนึงถึงผลกระทบทั้งเชิงบวกและเชิงลบที่มีต่อผู้มีส่วนได้เสียทุกกลุ่ม เพื่อการเติบโตทางธุรกิจอย่างมั่นคง แข็งแกร่ง และยั่งยืน





มอบเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติและเงินสนับสนุนเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตของชุมชนเขตสาทร

คุณลสา ไสภณพนิช ผู้อำนวยการใหญ่ กรุงเทพมหานคร และกรรมการ มูลนิธิ กรุงเทพมหานคร มอบเครื่องกระตุกหัวใจไฟฟ้าอัตโนมัติ (เครื่อง AED) จำนวน 1 เครื่อง เพื่อสนับสนุนการปฏิบัติภารกิจของฝ่ายกู้ชีพกู้ภัย อาสาสมัครป้องกันภัยฝ่ายพลเรือน (อปพร.) ในการช่วยเหลือผู้ป่วยในพื้นที่เขตสาทร พร้อมมอบเงินสนับสนุนโครงการของคณะขับเคลื่อนการมีส่วนร่วมเพื่อการพัฒนาเขตสาทร

รวมมูลค่าทั้งสิ้นกว่า 250,000 บาท โดยมีคุณธวัชชัย แพงไทย ผู้อำนวยการเขตสาทร เป็นผู้รับมอบ ณ อาคารกรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2568

มอบประกันภัยอุบัติเหตุแก่เจ้าหน้าที่ดับเพลิงและกู้ภัย ปีที่ 2

กรุงเทพมหานครมอบกรมธรรม์ประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล พุณประกันภัยรายละ 100,000 บาท ให้แก่เจ้าหน้าที่ดับเพลิงและกู้ภัยทุ่งมหาเมฆ จำนวน 40 คน ต่อเนื่องเป็นปีที่ 2 พร้อมทั้งขยายการสนับสนุนไปยังเจ้าหน้าที่ดับเพลิงและกู้ภัยบางแค จำนวน 7 คน ปฏิบัติงานในพื้นที่ใกล้เคียงสาขากาญจนานิเทศ โดยมีคุณปวีณา จุขวน ผู้อำนวยการใหญ่ เป็นผู้แทนบริษัทฯ มอบกรมธรรม์ประกันภัยให้แก่คุณทองปาน ชินตะวัน รองหัวหน้าสถานีดับเพลิงและกู้ภัยทุ่งมหาเมฆ และคุณสำเร็จ ผลรัตน์ หัวหน้าสถานีดับเพลิงบางแค เป็นผู้แทนรับมอบ ณ อาคารกรุงเทพมหานคร เมื่อวันที่ 12 ธันวาคม 2568



รับรางวัลเชิดชูเกียรติ สถานประกอบการดีเด่น

กรุงเทพมหานครได้รับรางวัลเชิดชูเกียรติสถานประกอบการดีเด่น ด้านแรงงานสัมพันธ์และสวัสดิการแรงงาน ระดับประเทศ ประจำปี 2568 จากกรมสวัสดิการและคุ้มครองแรงงาน กระทรวงแรงงาน ต่อเนื่องเป็นปีที่ 7 ประเภทไม่มีสหภาพแรงงาน กลุ่มสถานประกอบการขนาดใหญ่ รางวัลดังกล่าวสะท้อนถึงการดำเนินงานตามหลักธรรมาภิบาลและความรับผิดชอบต่อสังคมขององค์กรอย่างต่อเนื่อง

จาก BKI ถึงผู้อ่านเพื่อเข้าสู่การบังคับใช้ พ.ร.บ. คุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล

กรุงเทพมหานครขอขอบพระคุณลูกค้า/คู่ค้าที่ให้การตอบรับข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ ทั้งนี้ เพื่อให้การส่งข่าวสารซึ่งประกอบด้วยข้อมูลข่าวสาร การประชาสัมพันธ์ โปรโมชัน และสิทธิพิเศษผ่านทางอีเมลของลูกค้า/คู่ค้าสอดคล้องกับ พ.ร.บ. คุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคล พ.ศ. 2562 บริษัทฯ จึงขอสอบถามความประสงค์การรับข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ ดังนี้

พ.ร.บ. คุ้มครองข้อมูลส่วนบุคคลกับการยกเลิกหรือจัดการข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์

- กรณีลูกค้า/คู่ค้าต้องการยกเลิกการรับข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์
- กรณีลูกค้า/คู่ค้าต้องการเปลี่ยนแปลงอีเมล หรือเพิ่ม/ลด จำนวนอีเมลในการรับข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์ สามารถแจ้งความประสงค์ดังกล่าว พร้อมชื่อ - นามสกุล และอีเมลที่ต้องการยกเลิก เปลี่ยน หรือเพิ่ม/ลด ส่งมาได้ทั้งอีเมล corp.comm1@bangkokinsurance.com หรือสแกน QR Code



ยกเลิกหรือเปลี่ยนแปลง
อีเมลรับข่าวสาร BKI NEWS

การติดตามข่าวสาร BKI News ฉบับอิเล็กทรอนิกส์

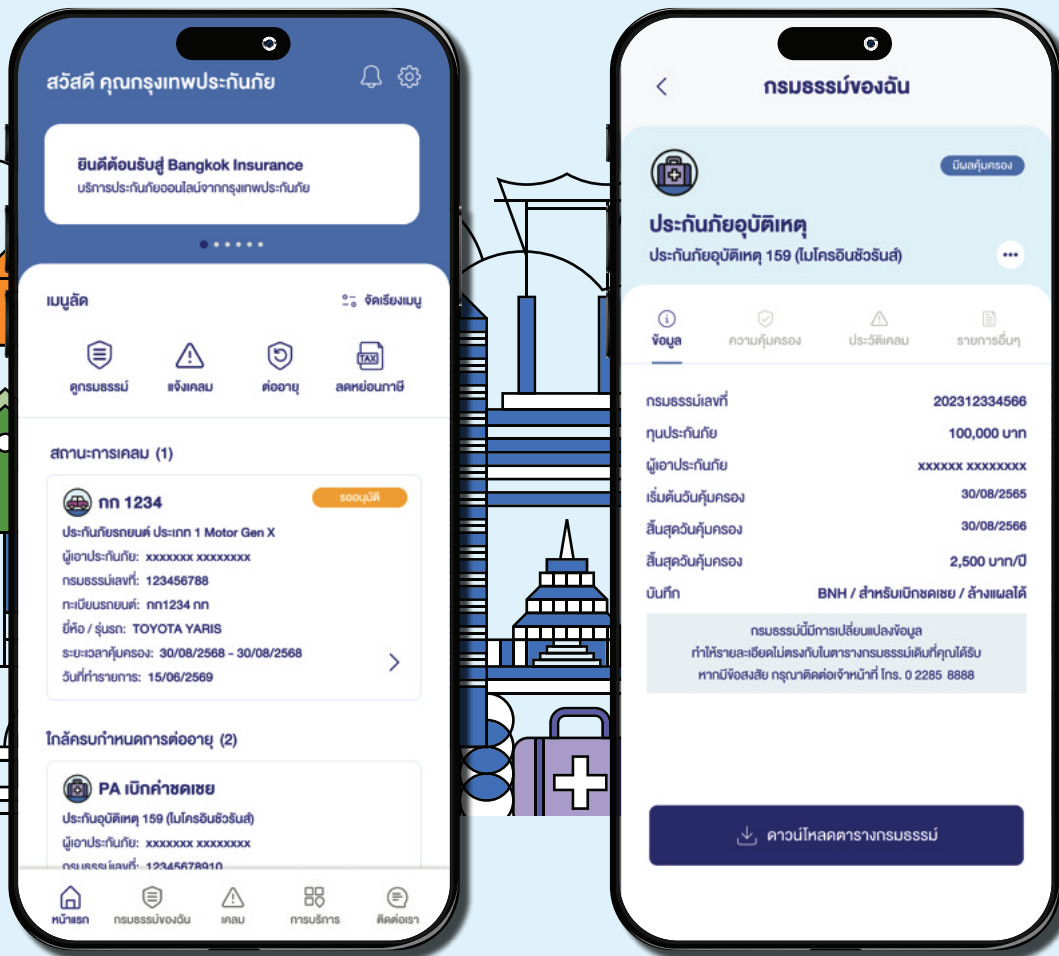
สำหรับลูกค้า/คู่ค้า ผู้ที่อ่านข่าวสาร BKI News อย่างต่อเนื่อง สามารถติดตามอ่านได้ในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์ตาม QR Code ที่แนบมานี้



BKI NEWS
ฉบับอิเล็กทรอนิกส์



แอปพลิเคชัน Bangkok Insurance



ให้คุณอุ่นใจทุกอย่างก้าวกับ
บริการประกันภัยออนไลน์จากกรุงเทพประกันภัย

 ดูข้อมูลกรมธรรม์

 แจ้งเคลม

 ต่ออายุกรมธรรม์

 ชำระเบี้ยประกันภัย

 ตรวจสอบสภาพรถก่อนทำประกันภัย

 ขอเอกสารลดหย่อนภาษี

 ค้นหาหรือโรงพยาบาล

 บริการแจ้งเตือน (Reminder)



กรุงเทพประกันภัย
Bangkok Insurance

ดาวน์โหลดได้แล้ววันนี้
ทั้ง App Store
และ Google Play

