



P.02 BKI STORY

โครงการในวาระพิเศษ 70 ปี
กรุงเทพประกันภัย

P.05 SMART LIVING

Smarter Time แอปพลิเคชัน
โปรแกรมประยุกต์ที่ช่วยจัดการ
คำนวณเวลาในชีวิตประจำวัน

P.06 BACKPACK

เกาะนาวโอพี (Nyaung Oo
Phee Island) สวรรค์แห่งใหม่
ของนักดำน้ำ

P.11 NAVIGATOR

เคล็ดลับในการออกแบบ
สำหรับบ้านประหยัดพลังงาน



70 ปี กรุงเทพประกันภัย

ปีที่ 23 ฉบับที่ 1 มีนาคม 2561

CONTENTS

กรุงเทพประกันภัยขอต้อนรับต้นปีด้วยเรื่องราวดีๆ ใน BKI News กับรางวัลคุณภาพด้านการบริการ โทรศัพท รางวัล Call Center ดีเด่นประจำปี 2560 และโครงการในวาระพิเศษ 70 ปี กรุงเทพประกันภัย ที่ได้ดำเนินการมาตลอดปี 2560

สำหรับ ฉบับนี้มีเรื่องราวเกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ ทั้ง BKI Care เรื่องขาดวิตามิน ใครว่าไม่สำคัญ ต่อด้วยการจัดสรรเวลาในชีวิตประจำวันให้่ายในคอลัมน์ Smart Living กับ Smarter Time แอปพลิเคชัน โปรแกรมประยุกต์ที่ช่วยจัดการคำนวณเวลาในชีวิตประจำวัน และไปพบกับสถานที่ท่องเที่ยวแห่งใหม่รับหน้าร้อน กับทะเลของประเทศข้างเคียงอย่างเมียนมา เกาะนาวโอพี (Nyaung Oo Phee Island) สวรรค์แห่งใหม่ของนักดำน้ำ และนวัตกรรมใหม่กับวิธีการทำให้เซลล์มะเร็งเปล่งแสง เพื่อช่วยให้การรักษาเป็นไปได้ง่ายยิ่งขึ้นกับคอลัมน์ Hot Issue พร้อมโปรแกรมพิเศษจากกรุงเทพประกันภัย ปิดท้ายด้วยข่าวคราวความเคลื่อนไหวมากมายรอบรั้วกรุงเทพประกันภัยใน We're Together

สาระความรู้ที่เป็นประโยชน์ในหลากหลายเรื่อง คือ สิ่งที่กรุงเทพประกันภัยต้องการและยินดีมอบให้แก่ลูกค้า คู่ค้า และประชาชนทุกคนให้ได้ประโยชน์มากที่สุด ดังเช่นสโลแกนบริษัทฯ ที่ว่า แคร่คุณ ทุกอย่างก้าว

สุจิตา

สุจิตา มลิลลา
Contributing Editor

ศูนย์ควบคุมคุณภาพ ยินดีรับข้อเสนอแนะ คำติชม
โทร. 0 2285 8575-6 หรือ www.bangkokinsurance.com

01/ BKI STORY

- อีก 1 รางวัลคุณภาพด้านการบริการทางโทรศัพท รางวัล Call Center ดีเด่นประจำปี 2560
- โครงการในวาระพิเศษ 70 ปี กรุงเทพประกันภัย

04/ BKI CARE

เรื่องขาดวิตามิน ใครว่าไม่สำคัญ

05/ SMART LIVING

Smarter Time แอปพลิเคชัน โปรแกรมประยุกต์ที่ช่วยจัดการคำนวณเวลาในชีวิตประจำวัน

06/ BACKPACK

เกาะนาวโอพี (Nyaung Oo Phee Island) สวรรค์แห่งใหม่ของนักดำน้ำ

08/ HOT ISSUE

นักวิจัยค้นพบวิธีการทำให้เซลล์มะเร็งเปล่งแสง

09/ INSIGHT

ประกันภัยโรคมะเร็ง (Cancer Insurance)

10/ BKI ONLINE

โปรแกรมพิเศษจากกรุงเทพประกันภัยเพิ่มเวลาแห่งความสุขต่อเนื่องเทศกาลต้อนรับ ปี 2561

11/ NAVIGATOR

เคล็ดลับในการออกแบบสำหรับบ้านประหยัดพลังงาน

12/ WE'RE TOGETHER

- กรุงเทพประกันภัยเปิดศักราชใหม่สู่ Digital Evolution
- กรุงเทพประกันภัยร่วมออกบูทงาน Money Expo Hatyai 2018
- เผยผลประกอบการปี 60 กว่า 2.4 พันล้านบาท
- BKI ยืนยันความแข็งแกร่งจากการจัดอันดับความน่าเชื่อถือ A- (Stable)
- 70 ปี BKI มอบอุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจ
- สูดยอดพนักงาน BKI รับรางวัลเพชรน้ำหนึ่ง
- มอบสินไหมประกันภัยอุบัติเหตุ

BKI News เป็นวารสารราย 3 เดือนของ บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) จัดทำขึ้นเพื่อถนอมถนอมการแก่ผู้มีอุปการคุณ คู่ค้า ลูกค้า ตัวแทน นายหน้า ผู้บริหาร และพนักงานของบริษัทฯ บทความและรูปภาพทั้งหมดในวารสาร BKI News สงวนลิขสิทธิ์ตามกฎหมาย การนำข้อความหรือรูปภาพไปเผยแพร่ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากบริษัทฯ เท่านั้น หากท่านมีข้อคิดเห็นใดๆ เกี่ยวกับวารสาร BKI News กรุณาติดต่อสำนักบริหารภาพลักษณ์และสื่อสารองค์กร บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) อาคารกรุงเทพประกันภัย เลขที่ 25 ถนนสาทรใต้ เขตสาทร กรุงเทพฯ 10120 โทรศัพท์ 0 2285 8581-9 โทรสาร 0 2610 2132 e-mail: corp.comm1@bangkokinsurance.com

อีก 1 รางวัลคุณภาพด้านการบริการทางโทรศัพท์ รางวัล Call Center ดีเด่น ประจำปี 2560

กรุงเทพประกันภัย บริษัทประกันวินาศภัยที่ใส่ใจการให้บริการเพื่อมุ่งเป็นที่สุดใจลูกค้า ด้วยมาตรฐานกระบวนการให้บริการที่มีคุณภาพจนได้รับรางวัลอันทรงเกียรติมากมายจากองค์กรชั้นนำทั้งในประเทศและต่างประเทศ



บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) หรือ BKI ได้รับรางวัล “ศูนย์รับเรื่องและแก้ไขปัญหาให้กับผู้บริโภค (Call Center ดีเด่น) ประจำปี 2560” จัดโดยสำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค (สคบ.) โดยมีคุณเลิศ วงศ์ชัย ผู้อำนวยการฝ่ายสินไหมทดแทนยานยนต์ เป็นผู้แทนบริษัทฯ รับมอบรางวัลประกาศเกียรติคุณดังกล่าวจาก คุณสุพจน์ ตันยวรรณะ รัฐมนตรีประจำสำนักนายกรัฐมนตรี ณ โรงแรมมิราเคิล แกรนด์ คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2561 ที่ผ่านมา

โดยกรุงเทพประกันภัย เป็นบริษัทประกันวินาศภัยที่มีกลยุทธ์และนโยบายการจัดการด้านการแก้ไขปัญหาให้แก่ผู้บริโภคได้อย่างมีประสิทธิภาพ มีกระบวนการให้บริการลูกค้าที่ได้มาตรฐาน ด้วยบุคลากร

ที่มีความรู้ความสามารถที่พร้อมปฏิบัติงานการให้บริการได้อย่างเต็มที่ตลอดจนมีการวัดผลวิเคราะห์และปรับปรุงการให้บริการอย่างต่อเนื่องภายใต้หลักเกณฑ์ของสถาบันรับรองมาตรฐานไอเอสโอ

ทั้งนี้ ที่ผ่านมามีบริษัทฯ เคยได้รับรางวัลศูนย์รับเรื่องและแก้ไขปัญหาให้กับผู้บริโภคดีเด่น ประจำปี 2558 จากสำนักงานคณะกรรมการคุ้มครองผู้บริโภค (สคบ.) เช่นกัน แสดงให้เห็นว่าบริษัทฯ ยังคงรักษามาตรฐานการบริการลูกค้าได้เป็นอย่างดี และบริษัทฯ จะพัฒนาระบบการทำงานให้มีประสิทธิภาพและคุณภาพยิ่งขึ้น เพื่อให้ลูกค้าได้รับความสะดวกสบายและความอุ่นใจทุกครั้งที่ได้ติดต่อกรุงเทพประกันภัย

โครงการในวาระพิเศษ 70 ปี กรุงเทพประกันภัย

เนื่องในวาระพิเศษที่บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) ครบวาระ 70 ปี แห่งการดำเนินงานในปี 2560 บริษัทฯ จึงได้จัดโครงการและกิจกรรมต่างๆ ที่มุ่งเน้นให้ความสำคัญกับชีวิตความเป็นอยู่ของประชาชนในด้านสุขอนามัยที่ดี เพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตของผู้ที่ขาดโอกาสทางสังคมได้มีสุขภาพที่แข็งแรง มีความเป็นอยู่ที่ดียิ่งขึ้น รวมทั้งการส่งเสริมด้านการศึกษาและด้านศาสนาและวัฒนธรรม ซึ่งโครงการและกิจกรรมพิเศษนี้มีแผนการดำเนินงานตั้งแต่ปี 2559 - 2561 นอกเหนือจากกิจกรรมต่างๆ ที่ดำเนินอยู่เป็นประจำทุกปี



1. โครงการน้ำดื่มสะอาดเพื่อน้อง โดยการมอบเครื่องกรองน้ำดื่มให้แก่โรงเรียน

บริษัทฯ จัดโครงการน้ำดื่มสะอาดเพื่อน้อง ด้วยการเข้าไปติดตั้งระบบเครื่องกรองน้ำให้แก่โรงเรียนต่างๆ ที่มีน้ำดื่มที่ยังไม่ถูกสุขอนามัย พร้อมสนับสนุนค่าบำรุงรักษาและค่าไส้กรอง โดยได้ทำการติดตั้งเครื่องกรองน้ำให้แก่โรงเรียนต่างๆ แล้วจำนวน 74 โรงเรียน

2. โครงการห้องน้ำสะอาดเพื่อน้อง โดยการจัดสร้างห้องน้ำให้แก่โรงเรียน

บริษัทฯ มีนโยบายยกระดับมาตรฐานความสะอาดของห้องน้ำของโรงเรียนในพื้นที่ห่างไกลให้ได้ถูกสุขลักษณะ เพื่อสร้างค่านิยมและกระตุ้นให้นักเรียนและเยาวชนมีพฤติกรรมการใช้ห้องน้ำอย่างถูกวิธี โดยเน้นพัฒนาด้านความสะอาด ความเพียงพอ และความปลอดภัยเพื่อสุขอนามัยที่ดี ด้วยการจัดสร้างห้องน้ำให้แก่โรงเรียน ซึ่งได้ดำเนินการสร้างห้องน้ำให้แก่โรงเรียนต่างๆ ไปแล้วจำนวน 46 โรงเรียน และจะดำเนินการสร้างห้องน้ำอย่างต่อเนื่องในปี 2561



3. โครงการสนับสนุนการสร้างตึกโรคหัวใจเพื่อแผ่นดิน โรงพยาบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร

บริษัทฯ ได้มอบเงินสนับสนุนการสร้างตึกโรคหัวใจเพื่อแผ่นดินให้แก่โรงพยาบาลสกลนคร จังหวัดสกลนคร จำนวน 35,000,000 บาท เพื่อให้สามารถรองรับผู้ป่วยในพื้นที่จังหวัดสกลนคร และพื้นที่ใกล้เคียงได้อย่างทั่วถึง

4. โครงการหน่วยแพทย์เคลื่อนที่

ในวาระพิเศษ 70 ปี กรุงเทพประกันภัย บริษัทฯ ยังคงดำเนินโครงการออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ในพื้นที่ที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงด้านการแพทย์และสาธารณสุข โดยบริษัทฯ นำคณะผู้บริหาร ร่วมกับคณะแพทย์และพยาบาล โรงพยาบาลบำรุงราษฎร์ให้บริการทางการแพทย์ อาทิ ตรวจรักษาโรค ทำฟัน พร้อมมอบสิ่งของเครื่องใช้ที่จำเป็นให้แก่ผู้มารับบริการ ซึ่งเป็นชาวบ้านในพื้นที่จังหวัดสกลนคร และจังหวัดมุกดาหาร วัดสวนป่าริมธาร จังหวัดมุกดาหาร



5. โครงการอุปสมบทหมู่

บริษัทฯ ได้จัดโครงการอุปสมบทหมู่ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช บรมนาถบพิตร โดยผู้บริหารและพนักงานจำนวน 33 คน ได้เข้าอุปสมบทเพื่อศึกษาธรรมวินัย ณ วัดพระราม 9 กาญจนาภิเษก และเดินทางไปปฏิบัติธรรม ณ วัดดอยธรรมเจดีย์ อำเภอโคกศรีสุพรรณ จังหวัดสกลนคร

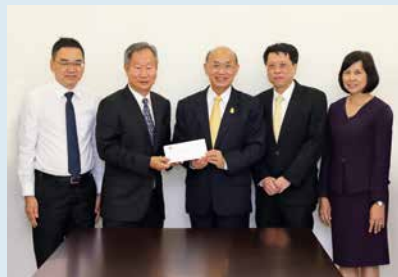
นอกจากนี้ ผู้บริหารและพนักงานที่ร่วมอุปสมบทหมู่ได้อาสาช่วยงานต่างๆ ที่วัดดอยธรรมเจดีย์ และวัดสวนป่าปริมาตร ได้แก่ การช่วยดูแลคณะสงฆ์จากวัดอื่นที่มาร่วมงานวันอาสาฬหบูชา จัดเตรียมที่พักให้คณะสงฆ์ งานโรงครัว การดูแลความสะอาดเรียบร้อยบริเวณวัด



6. สนับสนุนมูลนิธิศูนย์สิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ

บริษัทฯ ได้สนับสนุนเงินจำนวน 1,000,000 บาท เพื่อสมทบทุนมูลนิธิศูนย์สิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติต่อเนื่องเป็นประจำทุกปี โดยในปี 2560 บริษัทฯ ได้สนับสนุนงบประมาณจัดสร้างอาคารดนตรีบำบัดภายในศูนย์สิรินธร นอกจากนี้ ผู้บริหาร และพนักงานจิตอาสากรุงเทพฯ ประกันภัยร่วมกิจกรรมออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่สถาบันสิรินธรเพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์แห่งชาติ โดยให้ความช่วยเหลือตามจุดต่างๆ ได้แก่ จุดลงทะเบียนและคัดกรองผู้ป่วย ช่วยพยาบาลผู้ป่วยมารับการตรวจไปยังจุดต่างๆ จัดเตรียมอุปกรณ์การผลิตและซ่อมแซมแขน-ขา และกายอุปกรณ์เสริม ณ โรงพยาบาลเจ้าพระยาอภัยภูเบศร อำเภอเมือง จังหวัดปราจีนบุรี

7. สนับสนุนโรงเรียนคุณธรรม ร่วมกับมูลนิธิยุวสถิรคุณ



บริษัทฯ มอบเงินสนับสนุน จำนวน 1,000,000 บาท ให้แก่มูลนิธิยุวสถิรคุณ เพื่อใช้ในการดำเนินกิจกรรมของศูนย์โรงเรียนคุณธรรมตามแนวพระราชดำริ โดยมุ่งเน้นการพัฒนาศักยภาพของครูเรื่องนวัตกรรมการเรียนรู้ และบูรณาการความรู้ความดี เพื่อพัฒนาคุณธรรมจริยธรรมให้แก่เด็กเรียน

8. โครงการกรมธรรม์ประกันภัยโรคมะเร็ง 70 ปี กรุงเทพประกันภัย



บริษัทฯ ได้จัดทำแพ็คเกจกรมธรรม์ประกันภัยโรคมะเร็ง 70 ปี กรุงเทพประกันภัย โดยสะสมเงินส่วนหนึ่งจากรายได้การขายประกันภัยโรคมะเร็งดังกล่าว เพื่อสมทบทุนให้แก่สถาบันมะเร็งแห่งชาติ เพื่อใช้ประโยชน์ในการดำเนินงานของสถาบันมะเร็งแห่งชาติ โดยเมื่อวันที่ 29 พฤศจิกายน 2560 บริษัทฯ ได้มอบเงินจำนวน 1,250,000 บาท จากการขายประกันภัยโครงการดังกล่าว ให้แก่มูลนิธิสถาบันมะเร็งแห่งชาติ



9. โครงการร่วมบริจาคโลหิตให้แก่สภากาชาดไทย

ในวาระพิเศษครบรอบ 70 ปี บริษัทฯ ได้เชิญชวนผู้บริหารและพนักงาน ลูกค้า คู่ค้าของบริษัทฯ รวมถึงประชาชนทั่วไปได้ร่วมกันบริจาคโลหิตให้แก่ศูนย์บริการโลหิต สภากาชาดไทย ณ สำนักงานใหญ่ พร้อมทั้งยังเชิญชวนประชาชนทั่วทุกภาคของประเทศซึ่งดำเนินการโดยสาขาของบริษัทฯ ที่มีอยู่ 34 สาขา ร่วมกันบริจาคโลหิตเพื่อให้มีโลหิตเพียงพอในการรักษาผู้ป่วยในโรงพยาบาลต่างๆ ทั่วประเทศ และส่วนหนึ่งให้เก็บสำรองไว้ใช้ในยามฉุกเฉิน โดยมีเป้าหมายในการรับบริจาคโลหิต 7,000,000 ซีซี ซึ่งตั้งแต่ปี 2559 จนถึงปี 2560 ที่ผ่านมา ได้รับการบริจาคโลหิตรวมจำนวนทั้งสิ้น 9,741,150 ซีซี ซึ่งเกินกว่าเป้าหมายที่ได้ตั้งไว้ และยังคงดำเนินโครงการดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง

นอกจากนี้ บริษัทฯ ยังได้จัดให้มีการบริจาคอวัยวะให้แก่ศูนย์บริจาคอวัยวะ สภากาชาดไทย เพื่อช่วยเหลือชีวิตผู้ป่วยที่มีอวัยวะเดิมที่เสื่อมสภาพ จนไม่สามารถทำหน้าที่ต่อไปได้ ให้ได้รับการผ่าตัดปลูกถ่ายอวัยวะใหม่และทำงานแทนอวัยวะเดิม

10. โครงการมอบเครื่องช่วยหายใจให้แก่โรงพยาบาลทั่วประเทศ

ด้วยบริษัทฯ ตระหนักดีว่า ในปัจจุบันโรงพยาบาลหลายๆ แห่งทั่วประเทศยังคงขาดแคลนเครื่องมืออุปกรณ์ทางการแพทย์ที่สำคัญ โดยเฉพาะเครื่องช่วยหายใจที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งในการที่จะช่วยพยุงร่างกายให้ก้าวข้ามช่วงเวลาวิกฤตไปได้ และเพื่อต่อยอดทางการรักษาให้สามารถกลับมาใช้ชีวิตได้ตามปกติ บริษัทฯ จึงได้จัดโครงการมอบเครื่องช่วยหายใจให้แก่โรงพยาบาลต่างๆ ทั่วประเทศ โดยได้มอบเครื่องช่วยหายใจมาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี 2559 ถึงปี 2561 รวม 43 เครื่อง



เรื่องหาวิตามิน ใครว่าไม่สำคัญ

วิตามินคือสารประกอบอินทรีย์ที่มีความจำเป็นในปริมาณเพียงเล็กน้อยเพื่อให้ชีวิตดำรงอยู่ได้ วิตามินมีความสำคัญต่อกระบวนการเผาผลาญอาหารตามปกติ หากเราไม่ได้รับวิตามินตัวใดก็ตามอย่างเพียงพอ อาจส่งผลให้เกิดอาการผิดปกติทางร่างกายได้



วิตามินที่เป็นที่รู้จักมี 13 ประเภท แต่ละประเภทมีบทบาทต่างกันและร่างกายต้องการในปริมาณแตกต่างกัน ดังนี้

วิตามินเอ พบมากในตับ น้ำมันตับปลา แครอท บรอกโคลี เนย มันเทศ ฟักทอง ไข่ และนม หากเราขาดวิตามินเอ อาจทำให้เกิดตาฟางกลางคืนและกระจกตาขุ่น ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 900 ไมโครกรัม

วิตามินบี พบมากในยีสต์ เนื้อหมู ธัญพืช เมล็ดดอกทานตะวัน ข้าวกล้อง หน่อไม้ฝรั่ง มันฝรั่ง ส้ม ตับ และไข่ หากเราขาดวิตามินบี อาจทำให้เกิดโรคเหน็บชา ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 1.2 มิลลิกรัม

วิตามินบี 2 พบมากในหน่อไม้ฝรั่ง ถั่วลิสง ลูกพลับ กระเจี๊ยบ นม โยเกิร์ต เนื้อสัตว์ ไข่ ปลา และถั่วเขียว หากเราขาดวิตามินบี 2 อาจทำให้เกิดโรคปากนกกระจอก ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 1.3 มิลลิกรัม

วิตามินบี 3 พบมากในเครื่องใน ไก่ เนื้อวัว ปลา นม ไข่ อะโวคาโด มะเขือเทศ หน่อไม้ฝรั่ง ถั่ว เห็ด หากเราขาดวิตามินบี 3 อาจทำให้เกิดอาการท้องร่วง ผิวหนังอักเสบ และความผิดปกติทางจิต ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 16 มิลลิกรัม

วิตามินบี 5 พบมากในเนื้อสัตว์ ธัญพืชขัดสีน้อย บรอกโคลี อะโวคาโด นมผง ไข่ ปลา หากเราขาด



วิตามินบี 5 อาจทำให้เกิดความรู้สึกสับสนหรือความรู้สึกเหน็บชา ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 5 มิลลิกรัม

วิตามินบี 6 พบมากในเนื้อสัตว์ ถั่ว ธัญพืชที่ผ่านการขัดสีน้อย ผัก และถั่ว หากเราขาดวิตามินบี 6 อาจทำให้เกิดภาวะเลือดจาง โรคเส้นประสาทหลายเส้น หรือความเสียหายต่อระบบประสาทบางส่วน ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 1.3 - 1.7 มิลลิกรัม

วิตามินบี 7 พบมากในไข่แดง ตับ ผักบางประเภท หากเราขาดวิตามินบี 7 อาจทำให้เกิดผิวหนังอักเสบ หรือการอักเสบของลำไส้ ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 30 ไมโครกรัม

วิตามินบี 9 พบมากในผักใบเขียว ตับ เมล็ดดอกทานตะวัน หากเราขาดวิตามินบี 9 ในคุณแม่ตั้งครรภ์ จะมีผลเชื่อมโยงกับความพิการของทารกแรกเกิด ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 400 ไมโครกรัม

วิตามินบี 12 พบมากในปลา หอย เนื้อสัตว์ ไก่ ไข่ นม และผลิตภัณฑ์จากนม หากเราขาดวิตามินบี 12 อาจทำให้เกิดโรคโลหิตจางชนิดร้ายแรง ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 2.4 ไมโครกรัม

วิตามินซี พบมากในผักและผลไม้ หากเราขาดวิตามินซี อาจทำให้เกิดโรคโลหิตจางได้ ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 90 มิลลิกรัม

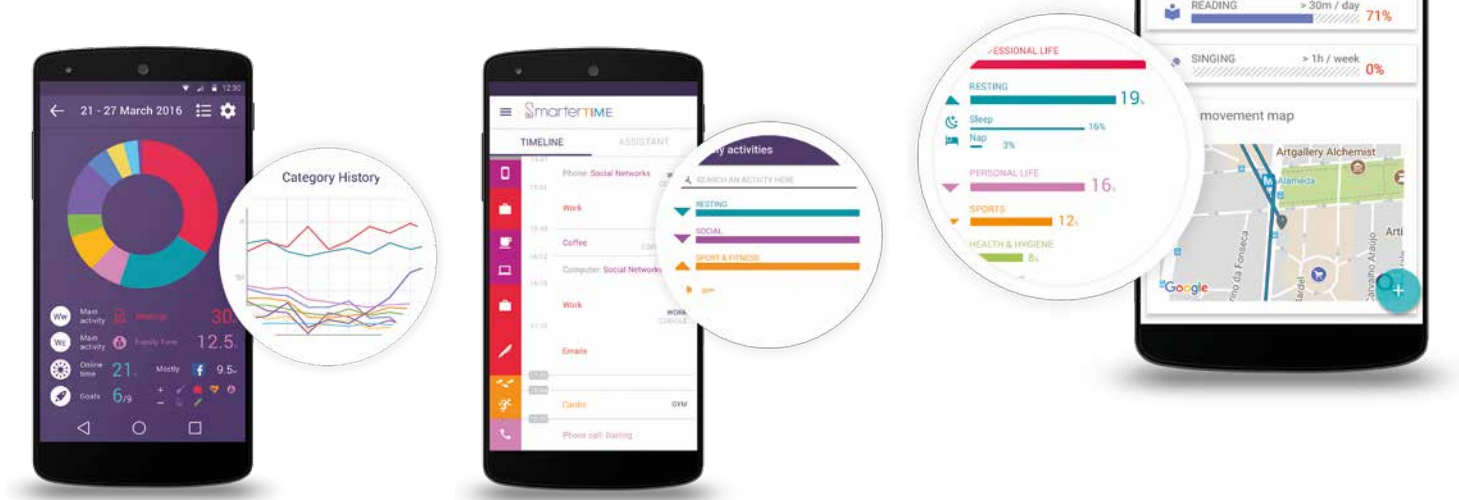
วิตามินดี พบมากในไข่ ตับวัว และเห็ด วิตามินดีส่วนใหญ่ต้องได้รับการดูดซึมจากแสงแดด หากเราขาดวิตามินดี อาจทำให้เกิดโรคกระดูกอ่อนและโรคกระดูกน่วม ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 10 ไมโครกรัม

วิตามินอี พบมากในเมล็ด ถั่ว อะโวคาโด ไข่ ถั่ว ผักใบเขียว ข้าวสาลี และธัญพืชขัดสีน้อย การขาดวิตามินอีมักเกิดได้น้อย แต่หากขาดจะเกิดการเป็นหมันในชายและการแท้งในหญิง ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 15 มิลลิกรัม

วิตามินเค พบมากในผักใบเขียว อะโวคาโด ผลไม้ และผักชีฝรั่ง หากเราขาดวิตามินเค อาจทำให้เกิดภาวะเลือดออกง่าย ปริมาณที่ต้องการต่อวันคือ 120 ไมโครกรัม

Smarter Time แอปพลิเคชัน

โปรแกรมประยุกต์ที่ช่วยจัดการคำนวณเวลาในชีวิตประจำวัน



Smarter Time คือแอปพลิเคชันอันชาญฉลาดที่ช่วยในการจัดการเวลา โดยการวัด วิเคราะห์ และปรับปรุงการใช้เวลาของคุณ เพียงเก็บโทรศัพท์ไว้ในกระเป๋า Smarter Time ก็จะเรียนรู้กิจวัตรของคุณจากตำแหน่งที่ตั้ง การกรอกข้อมูล และเซนเซอร์ของแอป

ส่วนประกอบต่างๆ ของ Smarter Time

- ปฏิทิน คุณสามารถกลับมามองปฏิทินไปมาเพื่อดูสรุปการใช้เวลาของคุณแบบกว้าง ๆ เป็นแบบรายวัน หรือลำดับเหตุการณ์ที่แน่นอนในแต่ละวันเป็นรายชั่วโมง
- การวิเคราะห์ แบ่งการใช้เวลาเป็นรายการย่อยที่แสดงตามหมวดหมู่เป็นรายวัน รายสัปดาห์ หรือรายเดือน
- การติดตามแบบอัตโนมัติ แอปจะเดาว่าคุณกำลังทำอะไร ไม่นับตัวจับเวลาเริ่มต้นและสิ้นสุด โดยจะมีการเพิ่มช่องเวลาเข้าไปทุกครั้งที่คุณเริ่มกิจกรรมใหม่
- รายละเอียดกิจกรรม สังเกตแนวโน้มทั่วไปโดยอาศัยมุมมองหมวดหมู่หรือเลือกเข้าไปที่รายการกิจกรรมเพื่อดูข้อมูลโดยละเอียด
- แก้ไข ในแอปนี้ คุณสามารถแก้ไขได้ทุกอย่าง ไม่ว่าจะเป็นกิจกรรม ตำแหน่งที่ตั้ง และเวลา
- ประวัติการวิเคราะห์ สามารถดูหมวดหมู่หรือความก้าวหน้าของกิจกรรมย้อนหลังได้ ทำให้ทราบรูปแบบการใช้ชีวิต และจัดการกับกราฟความก้าวหน้า

ประโยชน์สำคัญที่ผู้ใช้งาน Smarter Time จะได้รับคือ

การได้รู้จักตนเอง เมื่อมีการเก็บข้อมูลแต่ละช่วงเวลาในแต่ละวันที่แน่นอน คุณจะได้รับทราบข้อมูลดังกล่าว เพื่อนำมาปรับไม่ให้เกิดการเสียเวลาอีกต่อไป และนำเวลากลับคืนมาใช้กับเรื่องที่สำคัญอย่างแท้จริง

การทำเป้าหมายของคุณให้สำเร็จ การวิเคราะห์อย่างละเอียดถี่ถ้วน จะทำให้คุณทราบระยะเวลาแน่นอนที่คุณใช้ไปในการทำกิจกรรมต่างๆ คุณจะได้รับข้อมูลเชิงลึก เกี่ยวกับผลิิตภาพของตนเอง รูปแบบการนอนหลับ งานอดิเรก และการออกกำลังกาย ซึ่งสิ่งเหล่านี้จะให้แรงบันดาลใจแก่คุณในการไล่ตามเป้าหมายที่สำคัญต่อตัวคุณเอง รวมทั้งได้ความสมดุลและความสุขที่คุณสมควรจะได้รับ

โทรศัพท์จะทำงานให้คุณ Smarter Time จะเรียนรู้จากทุกสิ่งทุกอย่างที่คุณทำและทุกสิ่งที่คุณบอก แล้วจดจำเอาไว้ ดังนั้น เมื่อผ่านไปเพียงสองสามวัน คุณก็สามารถรื้อเก็บเกี่ยวผลลัพธ์ได้แล้ว นอกจากนี้ คุณยังสามารถดาวน์โหลดข้อมูลได้ตลอดเวลาเป็นไฟล์ .csv หรือเลือกที่จะบันทึกไว้แบบออนไลน์ หรือเก็บไว้ในโทรศัพท์ โดยไม่ต้องเข้าถึงเซิร์ฟเวอร์อีกด้วย

คุณสมบัติอื่นๆ ของแอปคือ ระบบอัตโนมัติที่สามารถตรวจจับว่า คุณอยู่ที่ใดในระดับพื้นที่ห้อง โดยการใช้เครือข่าย WIFI โดยรอบ การรวบรวมข้อมูลการใช้งานโทรศัพท์ เช่น แอปที่คุณใช้ สายโทรศัพท์ที่คุณรับ หรือค่าที่อ่านได้จากเซนเซอร์ในโทรศัพท์ของคุณ รวมถึงการจัดทำรายงานประจำวันรายสัปดาห์ ซึ่งจะแสดงข้อมูลที่สำคัญที่สุดของสัปดาห์นั้นๆ

นอกจากนี้ คุณสมบัติสำคัญอีกประการหนึ่งคือ มีคำสั่ง save/restore เพื่อให้มั่นใจว่าข้อมูลของคุณจะไม่สูญหาย ยังมีความสามารถในการอ่านกิจกรรมต่างๆ ที่คุณกำหนดไว้ในปฏิทินและใช้ข้อมูลเหล่านี้ในการคาดเดาว่าคุณอยู่ที่ใดและกำลังทำอะไรได้อีกด้วย แอปพลิเคชันนี้ยังเป็นระบบที่สามารถใช้ได้บนหลายแพลตฟอร์ม ทั้งเครื่องคอมพิวเตอร์ รวมถึงโทรศัพท์และอุปกรณ์เคลื่อนที่อื่นๆ ในระบบแอนดรอยด์

สำหรับระบบ iOS และ Windows Phone แอปพลิเคชันนี้จะจัดทำรุ่นทดลองให้ใช้ก่อน โดยผู้ใช้งานต้องเข้าไปที่เว็บไซต์ www.smartertime.com เพื่อลงชื่อขอรอดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน

เกาะนาวโอพี (Nyaung Oo Phee Island) สวรรค์แห่งใหม่ของนักดำน้ำ



นับตั้งแต่ประเทศเมียนมาได้มีการเปิดประเทศอย่างเป็นทางการ หลายคนก็ได้มุ่งหน้าสู่ประเทศเมียนมา ทั้งนักลงทุน นักธุรกิจ และในส่วนของนักเดินทางเองก็เช่นกัน ในช่วง 2-3 ปีนี้ประเทศเมียนมาถูกปิดกั้นให้เป็นปลายทางในการเดินทางโดยกั้นกั้น โดยทรัพยากรทางธรรมชาติที่ยังสมบูรณ์และสดใหม่ที่บอกเล่ากันปากต่อปาก อย่างเช่นที่เกาะนาวโอพี ในหมู่เกาะ Myeik แห่งนี้ก็ได้รับคำกล่าวขานว่าเป็นสวรรค์แห่งใหม่ของคนรักทะเลและนักดำน้ำที่ควรแวะ

“เกาะนาวโอพี” เป็นเกาะที่อยู่ทางใต้ของเมียนมา มีชายแดนติดกับจังหวัดระนอง เป็นเกาะขนาดใหญ่และมีเกาะเล็กน้อยอยู่รายล้อม พร้อมความสวยงามทางธรรมชาติ และความอุดมสมบูรณ์ของทรัพยากรทางทะเล

การเดินทางไปท่องเที่ยวเกาะนาวโอพีจากประเทศไทยนั้น โดยเริ่มที่ท่าเรือประภาคารระนอง จังหวัดระนอง นั่งสปีดโบ๊ตข้ามประเทศไปเมียนมาใช้เวลาประมาณ 10 นาทีก็มาถึงยังสำนักงานตรวจคนเข้าเมือง (ตม.) จังหวัดเกาะสอง จังหวัดที่อยู่ทางใต้สุดของประเทศเมียนมา เพื่อดำเนินการยื่นเอกสารตรวจคนเข้าเมือง โดยการท่องเที่ยวที่เกาะนาวโอพีจะต้องซื้อแพคเกจท่องเที่ยวกับเจ้าหน้าที่บริษัททัวร์เพื่อดำเนินการให้ ซึ่งแพคเกจท่องเที่ยวมีทั้งแบบเข้าไปเย็นกลับ หรือค้างคืนที่รีสอร์ทบนเกาะนาวโอพี นักท่องเที่ยวต้องเตรียมบัตรประชาชนไว้สำหรับให้ทางตรวจคนเข้าเมืองตรวจ แล้วออกเดินทางต่อจากเกาะสองใช้เวลาประมาณ



1.30 ชั่วโมงก็ถึงเกาะนาวโอพี ระหว่างทางไปเกาะนาวโอพีไม่อนุญาตให้ถ่ายรูป เพราะเป็นเขตทหาร

สถานที่ท่องเที่ยวบนเกาะนาวโอพีได้แก่ หาดมาตามหรือหาดคุณนาย โดยบริเวณเกาะนาวโอพี เป็นเว้าอ่าวที่มีหาดทรายขาวเนียนทอดตัวโค้งรับกับท้องน้ำทะเลสีฟ้าใส ที่ค่อยๆไล่โทนเป็นสีน้ำเงินเข้มขึ้นหากไกลออกไป สามารถนั่งทอดอารมณ์พักผ่อนไปกับความบริสุทธิ์ของธรรมชาติที่หาดแห่งนี้ได้



บริเวณรอบเกาะนาวาโอพี ยังมีแหล่งท่องเที่ยวอื่นๆ ที่น่าสนใจ อย่างเช่น แหลมดอกไม้หรือทุ่งดอกไม้ ดอกไม้ที่นั่นคือ ดอกไม้ทะเล เพียงคุณดำน้ำอยู่เหนือผิวน้ำ แล้วก้มหน้ามองลงไปยังโลกใต้ท้องทะเล ก็จะเห็นเหล่าดอกไม้ทะเลเต็มไปหมด สีลันสวยงามแทรกตัวอยู่ระหว่างปะการังประเภทต่างๆ ทั้งปะการังดอกกะหล่ำ ปะการังก้อนรูปสมอง ปะการังโขดหิน ปะการังก้อน ปะการังเขากวาง เป็นต้น

เกาะภูเขาไฟ อีกจุดหนึ่งที่จะเห็นดอกไม้ทะเลจำนวนมาก อีกทั้งเป็นแหล่งอาศัยของปลาและสัตว์ทะเลน้อยใหญ่หลายชนิด เราจะได้เห็นดอกไม้ทะเลสีม่วงคล้ายผักกาดอวตโณสวยงามอยู่ในท้องทะเล บางดอกก็บาน บางดอกก็หุบ ซึ่งถ้าวันไหนแดดออกดี ๆ ดอกไม้เหล่านี้จะบานสะพรั่งเต็มใต้ท้องทะเล

อีกหนึ่งเกาะที่น่าสนใจคือ เกาะเลเทเทอร์ (The Letter Island) เป็นเกาะขนาดเล็ก ซึ่งดูผ่านๆ เหมือนเป็นหินหนึ่งก้อนที่ตั้งอยู่ในทะเล แต่ด้านล่างของหินก้อนนั้น คือแหล่งปะการังที่อุดมสมบูรณ์อีกแห่งหนึ่งทีเดียว มีทั้งปะการังหลากหลายรูปแบบและสีลัน ปลาหลากหลายสายพันธุ์ และกัลปังหาที่ไม่ค่อยได้พบเห็นในบริเวณน้ำตื้น

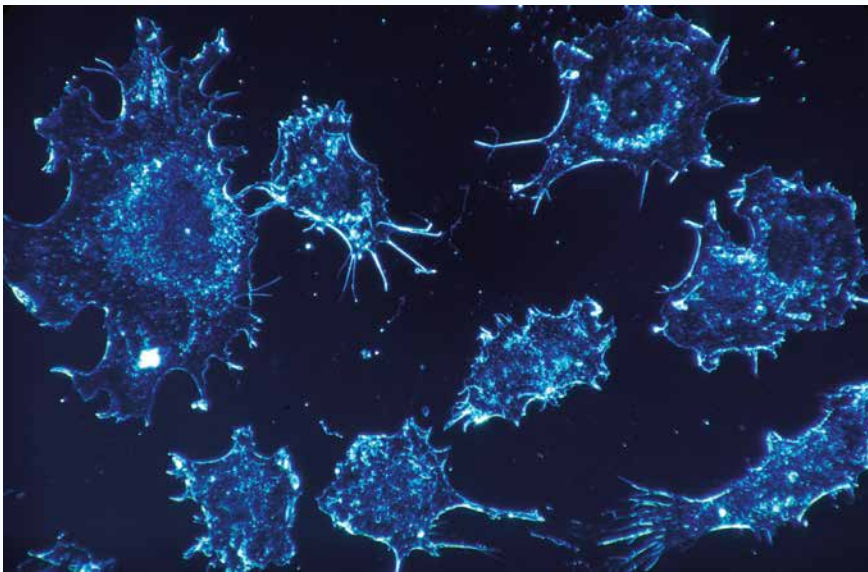
การดำน้ำแบบสน็อกเกิ้ลหรือการดำน้ำตื้นบริเวณรอบเกาะนาวาโอพี และเกาะอื่นๆ ซึ่งเป็นการดำน้ำบริเวณผิวน้ำ เพื่อชมความสวยงามของบริเวณเกาะนาวาโอพี ก็สร้าง



ความประทับใจไม่ใช่น้อย ทั้งนี้ การดำน้ำบริเวณรอบเกาะนาวาโอพี และเกาะอื่นๆ ควรอยู่ภายใต้การดูแลของผู้นำทาง เนื่องจากเป็นพื้นที่ใหม่ บางจุดอาจมีคลื่นลมแรงเป็นอันตรายถึงชีวิตได้ อีกทั้งเกาะนาวาโอพีเป็นเกาะเปิดใหม่ การเดินทางต้องทำการจองทัวร์ผ่านเอเจนซี่ที่เป็นบริษัททัวร์สำหรับเกาะนาวาโอพีเท่านั้น

นักวิจัยค้นพบวิธีการ ทำให้เซลล์มะเร็งเปล่งแสง

การตรวจพบเซลล์มะเร็งทุกเซลล์ในเนื้องอกเป็นวิธีการที่ดีที่สุดในการทำให้มะเร็งนั้นไม่กลับมาอีก เวลานี้ นักวิจัยสามารถคิดแยกเซลล์มะเร็งเหล่านั้นได้แล้ว โดยการทำให้เซลล์มะเร็งเปล่งแสง



แพทย์ผู้รักษามะเร็งมีวิธีการอย่างเป็นขั้นตอนในการเริ่มต้นนำเอาเนื้องอกออก โดยทั่วไปแพทย์จะเริ่มต้นด้วยการผ่าตัดเพื่อตัดชิ้นเนื้อออกให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ จากนั้นจึงตามด้วยการฉายรังสีและเคมีบำบัดเพื่อทำลายเซลล์ที่อาจเหลือทิ้งเอาไว้ แต่การค้นหาเซลล์เหล่านั้นนับเป็นความท้าทาย เพราะบางเซลล์ก็ฝังอยู่ในเนื้อเยื่อที่ยังคงแข็งแรงดีอยู่

ด้วยเหตุนี้ นักวิจัยที่ศูนย์การแพทย์แห่งมหาวิทยาลัย Duke โรงพยาบาล Massachusetts General และสถาบันเทคโนโลยีแห่งแมสซาชูเซตส์จึงได้พัฒนาอุปกรณ์หัวตรวจหรือ Probe ที่สามารถค้นหา ยึดจับ และทำให้เซลล์มะเร็งที่หลงเหลืออยู่นั้นส่องสว่างขึ้นมาได้ ซึ่งทำให้แพทย์สามารถมองเห็นเซลล์เหล่านั้นได้ง่ายขึ้น เทคนิคนี้ไม่เพียงทำให้การผ่าตัดมะเร็งเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้นเท่านั้น แต่ยังสามารถช่วยให้แพทย์กำหนดเป้าหมายการรักษาโดยการฉายรังสีไปยังส่วนที่ถูกต้องบนเนื้องอกเท่านั้นเพื่อฆ่าเซลล์มะเร็งที่เหลืออยู่ได้อีกด้วย

ในรายงานการศึกษาที่ตีพิมพ์ใน Science Translational Medicine นักวิทยาศาสตร์กล่าวถึงหัวตรวจชนิดหนึ่งที่มีชื่อว่า LUMo15 ซึ่งนักวิทยาศาสตร์สอดเข้าไปตรงบริเวณที่ศัลยแพทย์ได้นำเนื้องอกออกไปแล้วจากทั้งหมดและคน และพบว่าเทคนิคนี้มีทั้งความปลอดภัยและน่าจะมีประสิทธิภาพในการตรวจหาเซลล์มะเร็ง

หนูมีเซลล์เนื้อเยื่ออ่อน ซึ่งเป็นเซลล์ที่สามารถส่งผลกระทบต่อไขมัน กล้ามเนื้อ เส้นประสาท และท่อน้ำเหลือง รวมถึงเลือด เมื่อ LUMo15 ซึ่งออกแบบมาให้ค้นหาร่องรอยบางอย่างบนเซลล์มะเร็งได้ค้นพบเป้าหมายแล้ว หัวตรวจนี้จะแตกออกและปล่อยสารฟลูออเรสเซนต์ที่ทำให้เซลล์มะเร็งในสัตว์มีความสว่างมากกว่าเนื้อเยื่อที่แข็งแรงโดยรอบอย่างเช่นกล้ามเนื้อ โดยเฉลี่ยถึง 5 เท่า ซึ่งทำให้นักวิทยาศาสตร์เลือกหาเซลล์มะเร็งได้อย่างรวดเร็ว



นักวิจัยยังทดสอบ LUMo15 ซึ่งพัฒนาโดยบริษัท Lumicell กับผู้ป่วย 15 คนที่มีมะเร็งประเภทเดียวกันหรือผู้ป่วยที่เป็นมะเร็งเต้านม นักวิจัยพบว่ามีความปลอดภัยและยังทำให้เซลล์เนื้องอกสว่างโดดเด่นออกมามากกว่าเนื้อเยื่อปกติ

สิ่งหนึ่งที่ทีมนักวิจัยจำเป็นต้องดำเนินการปรับปรุงคือประสิทธิภาพของ LUMo15 ในการยึดจับกับเซลล์มะเร็ง ซึ่งในหนูทดลองนั้น มีประสิทธิภาพประมาณ 20% ซึ่งยังไม่เพียงพอ นอกจากนี้ ยังมีประเด็นเรื่องหัวตรวจที่เข้าไปยึดจับเพียงแค่ว่าเซลล์ที่เข้าถึงได้ง่ายเท่านั้นหรือไม่ หรือหัวตรวจสามารถเข้าถึงเนื้อเยื่อที่ลึกลงไปอีกซึ่งเป็นที่ที่เซลล์มะเร็งอาจซ่อนอยู่หรือไม่ โดยขณะนี้ ทีมนักวิจัยกำลังทำการศึกษาโดยละเอียดยิ่งขึ้นในผู้ป่วยที่ได้รับ LUMo15 ก่อนที่จะได้รับการผ่าตัดเอาเนื้องอกออก

หากการศึกษาวินิจฉัยข้างต้นยังคงสนับสนุนความปลอดภัยและประโยชน์ของ LUMo15 ต่อไป เทคนิคนี้อาจสามารถทำได้มากกว่าเพียงการค้นหาเซลล์มะเร็งที่หลงเหลืออยู่ โดยอาจจะสามารถนำเทคนิคนี้มาใช้ในการตรวจจับและวินิจฉัยโรคมะเร็งได้ในขั้นต้น ซึ่งต้องค้นคว้าอีกมากเพื่อดูว่าจะสามารถใช้สารฟลูออเรสเซนต์ดังกล่าวกับทั้งร่างกายได้อย่างไร แต่การใช้สารดังกล่าวในการค้นหาเซลล์มะเร็งที่หลงเหลืออยู่คือขั้นตอนแรกที่สำคัญสำหรับแนวความคิดนี้

คุ้มครอง ให้คุณอุ่นใจ คุ้มครองค่า ช่วยแบ่งเบาภาระค่าใช้จ่ายด้วยแผนประกันภัยโรคมะเร็ง

อาหาร ความเครียด และสภาวะแวดล้อมต่างๆ รอบตัวเรา คือปัจจัยของการเกิดโรคมะเร็ง ภัยเงียบที่อาจเกิดขึ้นได้กับทุกคน สร้างความพร้อม เพิ่มความอุ่นใจ ด้วยแผนประกันภัยโรคมะเร็ง ที่ให้วงเงินคุ้มครองสูงสุดถึง 1,000,000 บาท

คุ้มครอง คุ้มครองค่า

ตรวจพบว่าเป็นมะเร็งครั้งแรก รับทันที 100%
เพียงนำหลักฐานทางการแพทย์มายืนยันการตรวจพบว่าเป็นมะเร็งครั้งแรก ไม่ว่าระยะใด หลังเอาประกันภัยไม่น้อยกว่า 90 วัน รับค่าสินไหมทดแทนทันที

มั่นใจ...ด้วยเบี้ยประกันภัยคงที่ตลอดไป

เบี้ยประกันภัยคงที่ไม่เพิ่มตามอายุและความเสี่ยงที่เพิ่มขึ้นของการเกิดโรคมะเร็ง

คุ้มครองต่อเนื่องถึงอายุ 65 ปี

สำหรับท่านผู้สมัครที่มีอายุไม่เกิน 60 ปี (ในวันสมัคร) สามารถรับความคุ้มครองอย่างต่อเนื่องได้จนถึงอายุ 65 ปี

ไม่ต้องตรวจสุขภาพ

เพียงกรอกข้อมูลลงในใบแจ้งความประสงค์ขอเอาประกันภัย แล้วส่งกลับมายังบริษัทฯ ความคุ้มครองจะเริ่มทันทีเมื่อได้รับการอนุมัติ โดยไม่ต้องตรวจสุขภาพ

ตารางเบี้ยประกันภัย

หน่วย : บาท

แผน	ทุนประกันภัย	เบี้ยประกันภัยสำหรับแต่ละช่วงอายุ			
		10-34 ปี	35-44 ปี	45-54 ปี	55-60 ปี
1	100,000	450	920	1,670	2,440
2	200,000	910	1,840	3,350	4,880
3	300,000	1,370	2,760	5,030	7,370
4	400,000	1,820	3,680	6,710	9,770
5	500,000	2,280	4,600	8,390	12,220
6	600,000	2,730	5,520	10,060	14,660
7	700,000	3,190	6,440	11,740	17,100
8	800,000	3,660	7,360	13,420	19,590
9	900,000	4,100	8,280	15,100	21,990
10	1,000,000	4,560	9,200	16,780	24,450

ข้อยกเว้น

มะเร็งที่เป็นมาก่อนการเอาประกันภัย โรคเนื้องอกที่มีส่วนเกี่ยวข้องหรือสืบเนื่องจากโรคภูมิคุ้มกันบกพร่อง รวมถึงเชื้อ HIV และมะเร็งผิวหนัง

หมายเหตุ

1. เบี้ยประกันภัย คิดจากอายุเมื่อเริ่มเอาประกันภัยและคงที่ตลอดไปไม่เพิ่มตามอายุ
2. ในการคำนวณอายุ เศษของวันหรือเดือนให้ปัดขึ้น
3. สามารถสมัครทำประกันภัยได้สูงสุดทุนประกันภัยรวมกันแล้วทุกฉบับไม่เกินคนละ 1,000,000 บาท
4. ผู้ซื้อควรทำความเข้าใจในรายละเอียดความคุ้มครองและเงื่อนไขก่อนตัดสินใจทำประกันภัยทุกครั้ง
5. การแถลงสุขภาพเป็นปัจจัยหนึ่งในการพิจารณารับประกันภัย หรือจ่ายเงินตามสัญญาประกันภัย
6. เบี้ยประกันภัยดังกล่าวรวมอากรและภาษีแล้ว

โปรโมชั่นพิเศษจากกรุงเทพประกันภัย เพิ่มเวลาแห่งความสุขต่อเนื่องเทศกาลต้อนรับ ปี 2561



อุ่นใจต่อเนื่องสำหรับคนรักบ้าน

เมื่อทำประกันภัยอัคคีภัย กรมธรรม์ใหม่

เบี้ยประกันภัยตั้งแต่ 1,000 บาทขึ้นไป

รับฟรี Central Gift Voucher มูลค่าสูงสุด 1,000 บาท

ความสุขสำหรับคนรักรถยนต์

เมื่อทำประกันภัยรถยนต์ กรมธรรม์ใหม่

เบี้ยประกันภัยตั้งแต่ 6,500 บาทขึ้นไป

รับฟรี บัตรเติมน้ำมัน ปตท. มูลค่าสูงสุด 2,500 บาท

ต่อเวลาแห่งความสุข
โปรโมชั่นพิเศษ
ต้อนรับปี 2561

เมื่อทำประกันภัยรถยนต์
ตั้งแต่ 6,500 บาท ขึ้นไป

รับฟรี บัตรเติมน้ำมัน ปตท.
มูลค่าสูงสุด 2,500 บาท



ของขวัญปีใหม่สำหรับนักเดินทาง

เมื่อทำประกันภัยการเดินทาง ภายในประเทศหรือต่างประเทศ

ตั้งแต่ 500 บาทขึ้นไป ผ่าน bangkokinsurance.com หรือ

แอปพลิเคชัน BKI iCare บนสมาร์ตโฟน

รับฟรี Central Gift Voucher มูลค่าสูงสุด 1,000 บาท

Healthy Trend ดูแลคนรักสุขภาพ

เมื่อทำประกันภัยสุขภาพ ประกันภัยโรคมะเร็ง หรือประกันภัย
อุบัติเหตุส่วนบุคคล

รับฟรี Tesco Lotus Gift Card มูลค่าสูงสุด 1,000 บาท

ต่อเวลาแห่งความสุข
โปรโมชั่นพิเศษ
ต้อนรับปี 2561



เมื่อทำประกันภัยสุขภาพ
ประกันภัยโรคมะเร็ง
หรือประกันภัยอุบัติเหตุ

รับฟรี Tesco Lotus Gift Card
มูลค่าสูงสุด 1,000 บาท

โปรโมชั่นพิเศษนี้ เฉพาะลูกค้าที่ทำกรมธรรม์ประกันภัยใหม่ ผ่านเว็บไซต์กรุงเทพประกันภัย bangkokinsurance.com

ตั้งแต่วันที่ - 30 เมษายน 2561 ดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์กรุงเทพประกันภัย bangkokinsurance.com หรือติดต่อสอบถามโทร. 0 2285 8585

เคล็ดลับในการออกแบบสำหรับ บ้านประหยัดพลังงาน

บ้านประหยัดพลังงานคือ บ้านที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม นับเป็นอีกแนวทางหนึ่งในการช่วยอนุรักษ์สภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและเป็นการใช้ประโยชน์จากพลังงานอย่างคุ้มค่า การเลือกซื้อบ้านหรือสร้างบ้านที่ประหยัดพลังงานเป็นวิธีหนึ่งที่สามารถลดค่าใช้จ่ายด้านพลังงานที่นับวันมีแต่จะสูงขึ้น อีกทั้งยังเป็นการช่วยลดปริมาณการใช้พลังงานของประเทศได้



ดังนั้น ไม่ว่าจะเป็นการสร้างบ้านหรือการออกแบบตกแต่งบ้านใหม่ ลองใช้แนวคิดอันสร้างสรรค์ด้วยการใช้ธรรมชาติและเทคโนโลยีให้เป็นประโยชน์ต่อตัวคุณดังต่อไปนี้

1. การเลือกใช้ตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับที่ตั้งอาคารและทิศทางของอาคาร จะช่วยลดความแตกต่างระหว่างอุณหภูมิภายในและภายนอก กล่าวคือทำให้ตัวบ้านสามารถสกัดกั้นความร้อนจากภายนอกได้มากที่สุด เช่น การออกแบบช่องเปิดให้ลมผ่านเข้ามาได้และช่วยลดความจำเป็นในการใช้เครื่องปรับอากาศ การควบคุมการรั่วซึมของอากาศ การใช้ต้นไม้ช่วยให้อากาศเย็น ซึ่งจะช่วยให้บ้านเย็นและช่วยประหยัดค่าไฟฟ้า อีกทั้งทำให้สภาพแวดล้อมของบ้านเย็นลงกว่าเดิม

2. การพิจารณาการออกแบบและการเลือกกระบบเปลือกอาคาร คือการเลือกระบบผนังที่สามารถป้องกันความร้อนและความชื้นได้ดี รวมถึงการเลือกใช้วัสดุที่ทนทาน เช่น ไม้สัก ซึ่งมีความแข็งแรงทนทานต่อปลวก แมลง และน้ำ และไม่ต้องการการดูแลรักษามาก

3. การพิจารณาเลือกกระบบที่มาใช้ภายในอาคาร คือการเลือกสรรวัสดุที่มีค่ากักเก็บความร้อนและความชื้นน้อย เช่น วัสดุก่อสร้างหรือวัสดุตกแต่งที่มีผิวมันและมีน้ำหนักเบา อย่างอิฐและคอนกรีตมวลเบา ไม้อัด ยิปซัม พลาสติก โฟม

4. การเลือกใช้เครื่องเรือน เฟอร์นิเจอร์เท่าที่จำเป็น และเลือกใช้ชนิดที่มีน้ำหนักเบา และไม่ดูดความชื้น

5. การใช้อุปกรณ์ไฟฟ้าที่มีประสิทธิภาพสูงและใช้พลังงานน้อย

6. การใช้ความทันสมัย คือการทำบ้านให้เป็น Smart Home เช่น การติดตั้งระบบอัตโนมัติในบ้าน การเปิด ปิดสวิตช์ไฟและเครื่องปรับอากาศผ่านแอปพลิเคชัน การติดตั้งระบบป้องกันขโมย ฯลฯ



เมื่อไม่นานมานี้ ทางกรมพัฒนาพลังงานทดแทนและอนุรักษ์พลังงาน (พพ.) กระทรวงพลังงานได้เผยแพร่ชุดแบบบ้านประหยัดพลังงานซึ่งมี 12 แบบให้เป็นทางเลือก ภายใต้ชื่อ “บ้านต้นแบบดีดี DEDE รักษาพลังงาน” ซึ่งมีแนวคิดหลักในการออกแบบ ดังนี้

- การลดปริมาณรังสีจากแสงอาทิตย์เข้าสู่ตัวบ้าน
- การแบ่งโซนพื้นที่ใช้พลังงานและช่วงเวลาการใช้พลังงานที่แตกต่างกันออกจากกัน
- การเลือกใช้วัสดุก่อสร้างและอุปกรณ์ไฟฟ้าอย่างดี เน้นผลิตภัณฑ์ที่มีฉลากประหยัดพลังงานรับรอง
- การติดตั้งแผงพลังงานทดแทน (โซลาร์เซลล์) บนหลังคา โดยออกแบบติดตั้งให้มีมุมเอียง 20 องศา ซึ่งเป็นมุมที่สามารถติดตั้งได้ทุกภูมิภาค และยังทำให้แผงโซลาร์เซลล์มีประสิทธิภาพการทำงานสูง ไม่ว่าจะหันหน้าบ้านไปทิศทางใด

แบบบ้านประหยัดพลังงานตามแนวคิดดังกล่าวอาจทำให้ต้นทุนในการก่อสร้างเพิ่มขึ้นเฉลี่ยประมาณ 10-15% ของค่าก่อสร้างปกติ แต่ข้อดีคือ เจ้าของบ้านสามารถประหยัดค่าใช้จ่ายที่เกิดจากการประหยัดพลังงานได้ถึง 20-50% เมื่อเทียบกับบ้านทั่วไป จึงทำให้สามารถคืนทุนได้ภายในระยะเวลาเพียง 4-5 ปีเท่านั้น

ทั้งนี้ สามารถเข้าไปดูแบบบ้านดังกล่าวได้จากเว็บไซต์ของกระทรวงพลังงาน www.dede.go.th และที่ Facebook [dedehomeoffthailand](https://www.facebook.com/dedehomeoffthailand)



กรุงเทพประกันภัยเปิดตัวกราฟิกใหม่สู่ Digital Evolution

บริษัท กรุงเทพประกันภัย จำกัด (มหาชน) หรือ BKI จัดงานเปิดตัวกราฟิกใหม่ ภายใต้แนวคิด BKI Digital Evolution โดยดร.อภิสิทธิ์ อนันตนาถรัตน์ กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ ได้ให้ทิศทางและเป้าหมายการทำงานในปี 2561 แก่ผู้บริหารและพนักงานที่จะร่วมกันพัฒนาองค์กรให้เติบโตอย่างแข็งแกร่ง เพื่อก้าวสู่ยุคดิจิทัลอย่างเต็มรูปแบบ พร้อมกันนี้ คุณชัย โสภณพนิช ที่ปรึกษาด้านกิจการต่างประเทศ และประธานกรรมการ มูลนิธิกรุงเทพประกันภัย และคุณพนัส อธิวณิชกุล กรรมการและประธานคณะผู้บริหารได้ให้พรปีใหม่แก่พนักงานเพื่อความเป็นสิริมงคลอีกด้วย

นอกจากนี้ บริษัทฯ ยังได้จัดงานเลี้ยงสังสรรค์ประจำปี เพื่อขอบคุณ สร้างขวัญและกำลังใจแก่พนักงานในโอกาสเริ่มต้นศักราชใหม่ 2561 และเพิ่มสีสันยิ่งขึ้นด้วยการประกวดการแต่งกาย ภายใต้ธีม BKI Digital Evolution ปิดท้ายด้วย มินิคอนเสิร์ตจากศิลปินวงร็อกพราวดีออกซ์ สร้างความสนุกสนานและประทับใจให้พนักงาน ณ โรงแรมเซ็นทารา แกรนด์ แอท เซ็นทรัลเวิลด์ เมื่อวันที่ 20 มกราคม 2561



กรุงเทพประกันภัยร่วมออกบูธงาน Money Expo Hatyai 2018

กรุงเทพประกันภัย ออกบูธงานมหกรรมการเงินมหาดใหญ่ ครั้งที่ 8 Money Expo Hatyai 2018 ภายใต้แนวคิด "Wealth Transformation หรือ มิติใหม่แห่งความมั่งคั่ง" โดยมีคุณวิสุทธิ ศรีสุพรรณ (ที่ 2 จากขวา) รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการคลัง พร้อมด้วยคุณสันติ วิริยะรังสฤษฎ์ (ขวาสุด) ประธานจัดงาน คุณภาคิน วิริยะรังสฤษฎ์ (ซ้ายสุด) รองประธานจัดงาน และคุณต่อศักดิ์ จงเกื้อตระกูล (ที่ 2 จากซ้าย) ที่ปรึกษา บมจ. กรุงเทพประกันภัย ร่วมเปิดบูธกรุงเทพประกันภัยอย่างเป็นทางการ ซึ่งภายในงานนี้ บริษัทฯ ได้จัดโปรโมชั่นพิเศษพร้อมของสมนาคุณมากมายมอบให้แก่ลูกค้า โดยตลอดการจัดงานมีประชาชนให้ความสนใจเข้าชมบูธและทำประกันภัยอย่างมากมาย ณ หาดใหญ่ฮอลล์ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลเฟสติวัล หาดใหญ่ เมื่อวันที่ 9 - 11 มีนาคม 2561



เผยแพร่ประกอบการปี 60 กว่า 2.4 พันล้านบาท

กรุงเทพประกันภัยเปิดเผยถึงผลการดำเนินงานของบริษัทฯ ในปี 2560 สิ้นสุด ณ วันที่ 31 ธันวาคม 2560 มีเบี้ยประกันภัยรับรวม 15,940.9 ล้านบาท เมื่อเทียบกับปี 2559 ลดลงร้อยละ 0.6 มีกำไรสุทธิจากการรับประกันภัยหลังหักค่าใช้จ่ายในการดำเนินงานและต้นทุนทางการเงิน 1,396.4 ล้านบาท ลดลงร้อยละ 9.1 รายได้สุทธิจากการลงทุน 1,365.9 ล้านบาท เพิ่มขึ้นร้อยละ 6.3 มีกำไรก่อนค่าใช้จ่ายภาษีเงินได้ 2,762.3 ล้านบาท เมื่อหักค่าใช้จ่ายภาษีเงินได้แล้ว บริษัทฯ มีกำไรสุทธิ 2,403.1 ล้านบาท ลดลงจากปี 2559 ร้อยละ 0.9 และมีกำไรต่อหุ้นขั้นพื้นฐาน 22.57 บาท

โดยที่ประชุมคณะกรรมการบริษัทฯ ซึ่งได้ประชุมเมื่อวันที่ 23 กุมภาพันธ์ 2561 มีมติให้จ่ายเงินปันผลงวดสุดท้าย สำหรับผลประกอบการไตรมาสที่ 4 ปี 2560 แก่ผู้ถือหุ้นในอัตราหุ้นละ 5 บาท โดยได้จ่ายเงินปันผลไปแล้วในไตรมาส 1-3 ในอัตราหุ้นละ 9 บาท รวมทั้งปี 2560 บริษัทฯ จ่ายเงินปันผลให้แก่ผู้ถือหุ้นในอัตราหุ้นละ 14 บาท

BKI ยืนยันความแข็งแกร่งจากการจัดอันดับความน่าเชื่อถือ A- (Stable)

กรุงเทพประกันภัยยังคงรักษาระดับความน่าเชื่อถือทางการเงิน จาก Standard & Poors หรือ S&P สถาบันการจัดอันดับทางการเงินชั้นนำของโลก ที่ระดับ A- (Stable) ณ วันที่ 12 มกราคม 2561 ซึ่งสะท้อนให้เห็นถึงความเป็นผู้นำในธุรกิจประกันวินาศภัยที่มีความสามารถในการดำเนินงานธุรกิจ ด้วยผลประกอบการที่ดี มีฐานะทางการเงินที่แข็งแกร่ง เงินกองทุนและสินทรัพย์ที่มั่นคง รวมทั้งมีการบริหารเงินทุนในระดับที่น่าพึงพอใจ ตลอดจนมีการบริหารจัดการที่ดี ถือเป็นหนึ่งในบริษัทประกันวินาศภัยที่เข้มแข็งของประเทศไทย โดยกรุงเทพประกันภัยได้รับการจัดอันดับความน่าเชื่อถือที่ระดับ A- (Stable) มาติดต่อกันกว่า 10 ปี

70 ปี BKI มอบอุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจ

ดร.อภิสิทธิ์ อนันตนาถรัตน์ กรรมการผู้อำนวยการใหญ่ มอบอุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจให้แก่โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ โดยมี นพ.วุฒิเดช ตาบ-องครักษ์ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ เป็นผู้รับมอบ ณ โรงพยาบาลสรรพสิทธิประสงค์ จังหวัดอุบลราชธานี เมื่อวันที่ 29 มกราคม



2561 และมอบอุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจให้แก่โรงพยาบาลขอนแก่น โดยมี พญ.นิตยา มิลล์ รองผู้อำนวยการฝ่ายการแพทย์โรงพยาบาลขอนแก่น เป็นผู้รับมอบ ณ โรงพยาบาลขอนแก่น จังหวัดขอนแก่น เมื่อวันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2561

ทั้งนี้ การมอบเครื่องช่วยหายใจให้แก่โรงพยาบาลต่างๆ ทั่วประเทศ เป็นส่วนหนึ่งในโครงการพิเศษเนื่องในวาระที่บริษัทฯ ครบรอบ 70 ปี ในปี 2560 โดยปัจจุบันได้มอบอุปกรณ์เครื่องช่วยหายใจรวมแล้วจำนวน 43 เครื่อง



สวดอดพนังกงาน BKI รับรางวัลเพชรน้ำหนึ่ง

คุณอานนท์ วัจจุ ผู้ช่วยกรรมการผู้อำนวยการใหญ่ เป็นประธานในพิธีมอบเกียรติบัตรและรางวัลโครงการเพชรน้ำหนึ่ง ประจำปี 2560 ให้แก่พนักงานบริษัทฯ ที่ได้รับหนังสือคำชมเชยการให้บริการดีเด่นจากลูกค้าและคู่ค้า รวมทั้งรางวัลพนักงานบริการดีเด่นภายในหน่วยงาน และระหว่างหน่วยงาน เพื่อเป็นขวัญกำลังใจและยกย่องให้เป็นแบบอย่างที่ดีในการทำงานแก่เพื่อนพนักงาน โดยมีคณะผู้บริหารร่วมแสดงความยินดี ณ ห้องประชุม 1105 ชั้น 11 อาคารกรุงเทพประกันภัย สำนักงานใหญ่ ถนนสาทรใต้ เมื่อวันที่ 14 กุมภาพันธ์ 2561

มอบสินไหมประกันภัยอุบัติเหตุ



คุณสุกัญญา ดอนดง (ขาวสุด) ผู้ช่วยผู้จัดการสาขาอุดรธานี เป็นผู้แทนบริษัทฯ มอบสินไหมทดแทนประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 420,000 บาท ให้แก่คุณวดี บุญโสม (พี่ 2 จากซ้าย) และคุณกมลชัย บุญโสม (ซ้ายสุด) ผู้รับประโยชน์จากกรณีที่นายกุลศ บุญโสม ผู้เอาประกันภัยซึ่งเป็นสามีและบิดาเกิดอุบัติเหตุจมน้ำทำให้เสียชีวิต โดยมีคุณสัจจุ ภาณุเวทย์ (พี่ 2 จากขวา) ผู้จัดการธนาคารกรุงเทพ สาขาเทศบาลโกลดัส ท่าบ่อ ร่วมมอบสินไหมทดแทนและเป็นสักขีพยาน ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาเทศบาลโกลดัส ท่าบ่อ จังหวัดหนองคาย เมื่อวันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2561



คุณประพันธ์ ตั้งตรงไพโรจน์ (พี่ 2 จากขวา) ผู้ช่วยผู้อำนวยการ ภาคนครหลวง ธุรกิจสาขาและการร่วมทุน เป็นผู้แทนบริษัทฯ มอบสินไหมทดแทนประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 740,000 บาท ให้แก่คุณมาลี ทราญทอง (พี่ 2 จากซ้าย) ผู้รับประโยชน์ซึ่งเป็นมารดาของคุณนิคม ขอบใจ ผู้เอาประกันภัยที่ประสบอุบัติเหตุจากการขับขีรถจักรยานยนต์ล้มเป็นเหตุทำให้เสียชีวิต โดยมีคุณอนันตญา สัมอำ (ขาวสุด) ผู้จัดการธนาคารกรุงเทพ สาขาตลาดไท ร่วมมอบสินไหมทดแทนและเป็นสักขีพยาน ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาตลาดไท จังหวัดปทุมธานี เมื่อวันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2561



คุณประพันธ์ ตั้งตรงไพโรจน์ (ซ้ายสุด) ผู้ช่วยผู้อำนวยการ ภาคนครหลวง ธุรกิจสาขาและการร่วมทุน เป็นผู้แทนบริษัทฯ มอบสินไหมทดแทนประกันภัยอุบัติเหตุส่วนบุคคล จำนวน 320,000 บาท ให้แก่คุณแต้ว ศิริขำ (ยืนกลาง) ผู้รับประโยชน์ซึ่งเป็นภรรยาของคุณบุญเลิศ ศิริขำ ผู้เอาประกันภัยที่ประสบอุบัติเหตุจากการขับขีรถจักรยานยนต์ล้มเป็นเหตุทำให้เสียชีวิต โดยมีคุณสุจิตรา โอบขลา-นุเคราะห์ (ขาวสุด) ผู้จัดการธนาคารกรุงเทพ สาขาสมุทรปราการ ร่วมมอบสินไหมทดแทนและเป็นสักขีพยาน ณ ธนาคารกรุงเทพ สาขาสมุทรปราการ จังหวัดสมุทรปราการ เมื่อเร็ว ๆ นี้



โครงการหน่วยแพทย์เคลื่อนที่



โครงการห้องน้ำสะอาด



โครงการมอบเครื่องช่วยหายใจ



โครงการบริจาคโลหิต

ร่วมกันดูแลผู้อื่นที่อยู่รอบตัว
ด้วยมือของเราทุกคน



โครงการน้ำดื่มสะอาดเพื่อน้อง