

ทุกมื้ออร่อยจัง

เค้าโครงเรื่อง : อัมรา เรื่องศิริ

ภาพ : ลำพู แสงลม



ทุกมื้ออร่อยจัง



เค้าโครงเรื่อง : อัมรา เรืองศิริ ภาพ : ลำพู แสงลก





เช้าวันนี้
แม่ลวกผักขามี่ใหญ่
หนูช่วยปอกไข่
น้องอยู่ใกล้ ใกล้
ร้อง อ้อ อ้อ อ้อ



อ้า อ้า อ้า
น้องหมาคำไม้โต
หนูกินข้าว ผัก ไข่
ก่อนไปโรงเรียน
อืม อร่อยจัง









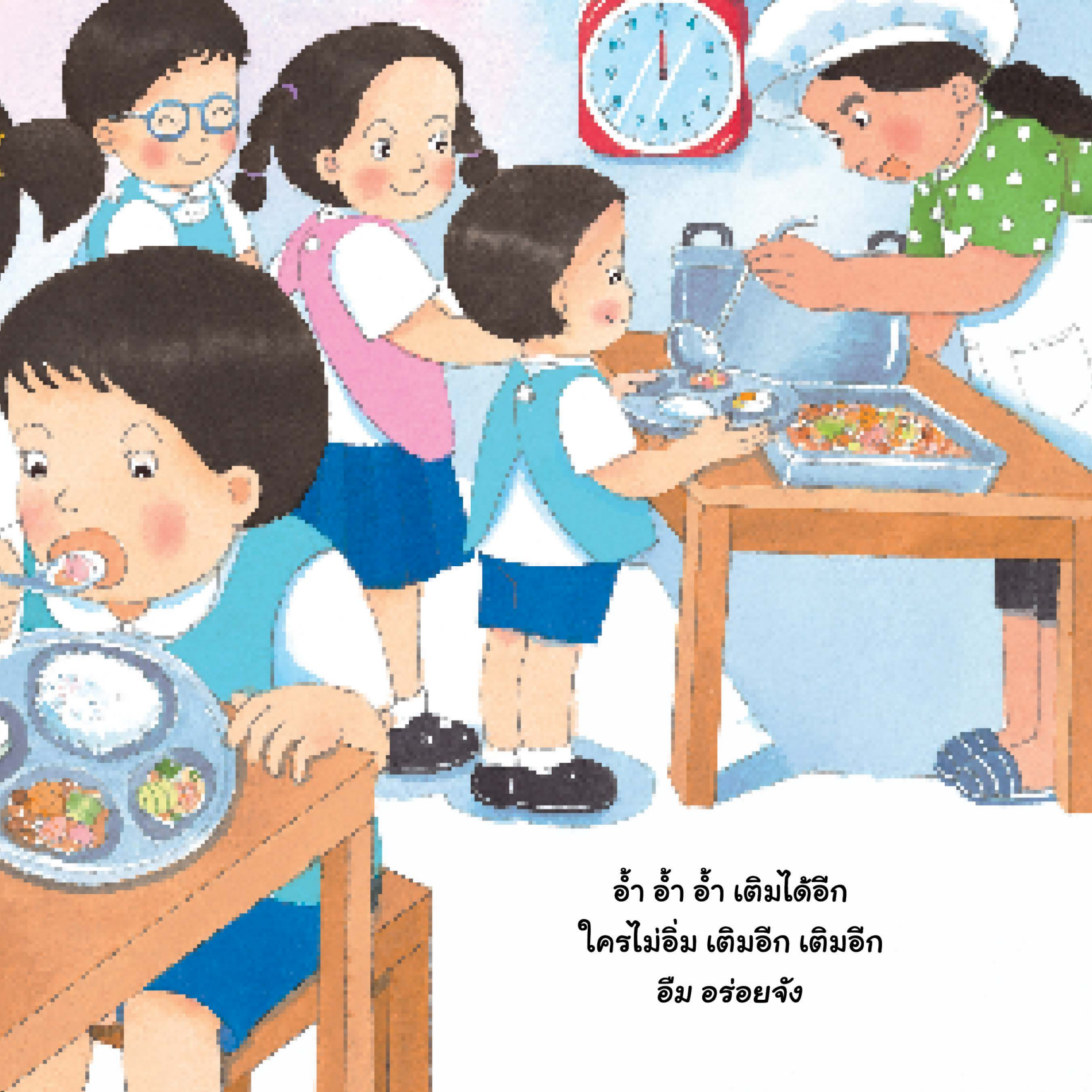
สิบโมงเช้า
เข้าแถว แล้วรับนม
พุดพุดพุด ดูนมจืด
อืม อร่อยจัง





กลิ่นหอมฉุยจากโรงครัว
หนูเตรียมตัว กินอร่อย มีเอกลางวัน
อ้อ อยากกินจัง





อ้อ อ้อ อ้อ เติมได้อีก
ใครไม่อิ่ม เติมอีก เติมอีก
อ้อm อร่อยจัง



อาหารว่าง บ่ายนี้ มีตะโก้
ขนมตาล จิ้นโต ๆ มาแบ่งกัน
อืม อร่อยจัง







หลังเลิกเรียน ช่วยพ่อเก็บตำลึง
เข่งเอี่ยมจนถึง ดึงยอดอ่อนมา
ผักมีคุณค่า อี๋ม นางกินจัง







อาหารมือเย็น เห็นแล้วน่าอร่อย
พอบอกไว้ๆ หนอย มาล้อมวงพร้อมหน้า
อ้า อ้า อ้า อืม มีความสุขจัง

คุยสร้างสุข เพื่อการอ่านสร้างสุข

อาหารแต่ละมื้อที่ต่อเนื่องจากนมแม่ มีความสำคัญอย่างยิ่งยวดต่อการเจริญเติบโตใน ทุกๆ ด้านของเด็กๆ และการจะทำให้เด็กๆ มีความสุขกับการกินอาหารทุกมื้อ แม้ไม่ใช่เรื่องง่าย แต่คุณพ่อคุณแม่คุณครูหลายต่อหลายท่านพบเครื่องมือมหัศจรรย์เข้าแล้ว นั่นคือหนังสือ **ทุกมื้ออร่อยจัง** พัฒนามาจากการอบรมปฏิบัติการสร้างสรรค์หนังสือทำมือแก่เครือข่าย ส่งเสริมการอ่านในชุมชนท้องถิ่น โดยวิทยากรผู้เชี่ยวชาญคือ **คุณระพีพรรณ พัฒนาเวช**

ขณะนี้หนังสือเล่มนี้สำหรับเด็กๆ ของเรา จากเค้าโครงเรื่องของ**คุณอัมรา เรื่องศิริ** หนึ่งในผู้ร่วมอบรม เสรีสมบูรณ์สวยงามด้วยงานภาพที่สีสันสดใส มีชีวิตชีวาของ**คุณลำพู แสงลม** นักวาดภาพประกอบหนังสือสำหรับเด็ก

หวังอย่างยิ่งว่า **ทุกมื้ออร่อยจัง** จะเป็นหนังสือพิเศษอีกเล่มที่ผู้แวดล้อมเด็กจะได้ใช้เป็นเครื่องมือในการสร้างเสริมประสบการณ์ให้เด็กๆ เกิดความสุข ความประทับใจในเรื่องคุณภาพการกินตั้งแต่เยาว์วัย

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการ

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน





ลำพู แสงลภ

สร้างสรรค์ภาพ

เกิดวันที่ ๒๔ พฤศจิกายน ๒๕๑๕

จบมัธยมศึกษาจากโรงเรียนบางมูลนากภูมิวิทยาคม จังหวัดพิจิตร

จบปริญญาตรีจากคณะวิจิตรศิลป์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ หลังเรียนจบทำงาน

เป็นฝ่ายศิลปกรรมอยู่สำนักพิมพ์แพรวเพื่อนเด็กและสำนักพิมพ์แพรวเยาวชน ๔ ปี และเริ่มเขียนหนังสือสำหรับเด็กมาเรื่อยๆ

ปัจจุบันรับราชการตำแหน่งนักวิชาการศาสนาชำนาญการ สำนักงานพระพุทธศาสนาจังหวัดสุพรรณบุรี เป็น คุณแม่ลูกหนึ่งที่ใช้นิทานสร้างนิสัยรักการอ่านให้ลูก และยังคงเขียนหนังสือสำหรับเด็กด้วยใจรัก

ผลงานการเขียนหนังสือสำหรับเด็กที่ได้รับรางวัล คือ หนูนิดไม่ยอมแปรงฟัน, หนูนิดเด็กดีไม่ดื้อรัน, เพื่อนใหม่ของลูกหมี, เอ๊ะ! นั่นเสียงใคร, ของลูกหมีอันไหนเอ่ย และ อันไม่ไหวขอไปด้วย



อัมรา เรืองศิริ

เค้าโครงเรื่อง

จบการศึกษาระดับอนุปริญญา คณะศึกษาศาสตร์ สาขาการศึกษาปฐมวัย วิทยาลัยชุมชนตราด

ปัจจุบันทำงานอยู่ที่ศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัดตราด สาขาบ่อไร่ โดยทำหน้าที่เป็นที่เลี้ยงเด็กพิเศษ

ความตั้งใจทำหนังสือภาพเรื่อง “ของโปรดของนินจา” เพราะต้องการไว้อ่านให้ลูกฟัง ฝึกให้น้องรู้จักชื่อของตนเองและอาหารประเภทต่างๆ และก็ยังได้ทำหนังสือภาพให้เด็กพิเศษได้ใช้ต่อเนื่อง เพราะการเรียนรู้จากรูปภาพช่วยกระตุ้นพัฒนาการได้ดีขึ้นมาก



หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย

ทุกมี้อร่อยจัง

เค้าโครงเรื่อง : อัมรา เรืองศิริ

ภาพ : ลำพู แสงลม

พิมพ์ครั้งที่ ๑ : มิถุนายน ๒๕๕๗

จำนวนพิมพ์ : ๑,๐๐๐ เล่ม

กรรมการบริหารโครงการ : ชีวัน วิสาสะ ระพีพรรณ พัฒนาเวช อาจารย์ชนิศา ชงัดเวช

บรรณาธิการ : สุดใจ พรหมเกิด บรรณาธิการเล่ม : หยาดฝน ธัญโชติกานต์

กองบรรณาธิการ : ดวงดาว ไชยา วิลาสินี ดอนเงิน ชุตติมา พุกกลิ่น คณิตา แอดตาล

วิลัย มีแก้วสุข จันทิมา อินจร นิสารัตน์ อานาจอมนันต์

รูปเล่ม : ธัญญากานต์ สันติสุขโพธา

จัดพิมพ์และเผยแพร่ : แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

พิมพ์ที่ : บริษัท แปลน ฟรันทิ่ง จำกัด



แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน ได้รับการสนับสนุนจาก สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

มีบทบาทหน้าที่ในการประสานกลไก นโยบาย และปัจจัยขยายผลจากทั้งภาครัฐ ภาคประชาสังคม และภาคเอกชนให้เอื้อต่อการขับเคลื่อน การสร้างเสริมพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านให้เข้าถึงเด็ก เยาวชน และครอบครัว โดยเฉพาะกลุ่มที่ขาดโอกาสในการเข้าถึงหนังสือ และกลุ่มที่มีความต้องการพิเศษ

คณะกรรมการกำกับทิศทาง แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

กลุ่มแผนงานสื่อสร้างสรรค์เพื่อสุขภาวะ และสื่อสารการตลาดเพื่อสังคม

ที่ปรึกษา	อาจารย์มานิจ สุขสมจิตร	นพ.ยงยุทธ วงศ์ภิรมย์ศานติ์	
ประธาน	รศ.จุมพล รอดคำดี		
กรรมการ	อาจารย์สุรินทร์ กิจนิตยชีวี	ดร.ชฎามาศ ธุวะเศรษฐกุล	รศ.ดร.อุบลรัตน์ ศิริยุวศักดิ์
	รศ.ดร.วิลาสินี อดุลยานนท์	นายมานพ แยมอุทัย	นางมัทนา ถนอมพันธุ์ หอมผลอ
เลขานุการ	นางสาวเข้มพร วิรุฬราพันธ์	นางสุดใจ พรหมเกิด	นายदनัย หวังบุญชัย
ผู้ช่วยเลขานุการ	นางญานี รัชต์บริรักษ์		

ผู้จัดการแผนงานฯ : นางสุดใจ พรหมเกิด

ร่วมสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบาย โครงการ และกิจกรรม

เพื่อสร้างเสริมให้เกิดพฤติกรรมและวัฒนธรรมการอ่านเพื่อสังคมสุขภาวะ กับเราได้ที่

แผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน

๔๒๔ หมู่บ้านงาไม้ ซอยจรัญสนิทวงศ์ ๖๗ แยก ๓ ถนนจรัญสนิทวงศ์ แขวงบางพลัด เขตบางพลัด กรุงเทพฯ ๑๐๗๐๐

โทรศัพท์ : ๐-๒๔๒๔-๔๖๑๖-๗ โทรสาร : ๐-๒๔๔๑-๑๘๗๗ E-mail : info@happyreading.in.th

Website : <http://www.happyreading.in.th> Facebook : <http://www.facebook.com/happy2reading>

Twitter : <http://www.twitter.com/happy2reading>

หวังอย่างยิ่งว่า ทุกมืออรรอยจ้ง จะเป็นหนังสือพิเศษอีกเล่ม
ที่ผู้แวดล้อมเด็กจะได้ใจเป็นเครื่องมือในการสร้างเสริมประสบการณ์
ให้เด็ก ๆ เกิดความสุข ความประทับใจในเรื่องคุณภาพการกินตั้งแต่เยาว์วัย

สุดใจ พรหมเกิด

ผู้จัดการแผนงานสร้างเสริมวัฒนธรรมการอ่าน



“มอบความสุขทุกครั้งด้วยหนังสือ”

สามารถดาวน์โหลด

หนังสือเดินทางสร้างสุขเพื่อเด็กปฐมวัย ได้ที่

www.happyreading.in.th