



## บันทึกข้อความ

สำนักเลขานุการ
รับงานเสนอ ผบช.ร.ร.นรต.
เลขรับ 744 X
วันที่ 24 เม.ย. 2557
เวลา 10.10 น.

ส่วนราชการ กลุ่มงานคณาจารย์ คณะนิติวิทยาศาสตร์ โทร. ๔๑๒  
 ที่ ๐๐๓๕.๕๑/๖๕ วันที่ ๒๔ เมษายน ๒๕๕๗

18.1-3-04

เรื่อง ขอรายงานผลการดำเนินงานกิจกรรมการจัดกิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health) และขออนุญาตขยายเวลาดำเนินกิจกรรม

เรียน ผบช.ร.ร.นรต.

ส่ง.ผบช.ร.ร.นรต.
เลขรับ 1๒๐2
วันที่ 25 เม.ย. 2557
เวลา ๐๙.๐4 น.

ตามอนุมัติ ผบช.ร.ร.นรต. ลง ๙ ต.ค.๒๕๕๖ ท้ายหนังสือ กลุ่มงานคณาจารย์ คณะนิติวิทยาศาสตร์ ที่ ๐๐๓๕.๕๑/๓๖๘ ลง ๗ ต.ค.๒๕๕๖ อนุญาตให้ดำเนินกิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health) ภายใต้โครงการโรงเรียนนายร้อยตำรวจองค์การส่งเสริมสุขภาพ: นวัตกรรมร่วมเรียนรู้ สู่เครือข่ายการพัฒนา “SMART Academy SMART Innovation SMART Network” ณ บริเวณระเบียงชั้น ๒ ของคณะนิติวิทยาศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเปิดพื้นที่แหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพพร้อมปรับสภาพแวดล้อมให้เหมาะต่อการส่งเสริมสุขภาพและจิตใจของข้าราชการตำรวจนักเรียนนายร้อยตำรวจ อีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมให้ข้าราชการตำรวจและนักเรียนนายร้อยตำรวจ ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยมีระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมระหว่างวันที่ ๒๗ ก.ย. - ๓๑ ธ.ค.๒๕๕๖ นั้น

บัดนี้ สิ้นสุดระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมดังกล่าวแล้ว จึงขอรายงานผลการดำเนินกิจกรรม ตามเอกสารหมายเลข ๑ โดยหลังสิ้นสุดการดำเนินกิจกรรมผู้รับผิดชอบกิจกรรมได้ทดลองปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ในระบบ DRFT (Dynamic Root Floating Technique) บริเวณพื้นที่เดิม แต่พบปัญหาอุปสรรคคือ อาการยืดยของลำต้นผัก เนื่องจากพื้นที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมนั้นมีแสงแดดส่องถึงไม่เพียงพอ ทำให้ลำต้นลักษณะยืดย ไม่สมบูรณ์

เพื่อให้การดำเนินงานโครงการฯ มีประสิทธิภาพสอดคล้องตามวัตถุประสงค์ของโครงการ ดิฉัน พ.ต.อ.หญิง พัชรา สีนลอยมา ศ.(สบ๕) กค.นว.ร.ร.นรต. จึงได้นำเจ้าหน้าที่ผู้รับผิดชอบกิจกรรม ได้แก่ ต.ต.หญิง ริน จันทรนาค และ ส.ต.ท.หญิง ปรียานุช ใจเดิม ผบ.หมู่ สงค.นว.ร.ร.นรต. เข้าศึกษาดูงาน ณ ฟาร์มผักไฮโดรโปนิคส์ ริช การ์เด้น (Rich Garden) เลขที่ ๙ หมู่ ๑ ต.คลองโยง อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม โดยมี คือ นายประเสริฐ ยานกุลวงค์ เจ้าของกิจการซึ่งเป็นผู้ที่ประสบความสำเร็จในการจำหน่ายผักไฮโดรโปนิคส์ในพื้นที่นครปฐมให้การต้อนรับ พร้อมทั้งบรรยายให้ความรู้ ตามรายละเอียดในเอกสารหมายเลข ๒ หลังจากการเรียนรู้ระบบการปลูกผักไฮโดรโปนิคส์เพิ่มเติมจากผู้ประกอบการที่มีประสบการณ์โดยตรงแล้ว เห็นว่า ควรขยายระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมเพื่อต่อยอดกิจกรรม เพื่อนำมาปรับใช้ในการดำเนินโครงการในระยะยาวต่อไป จึงขออนุญาตขยายระยะเวลาการดำเนินกิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health) ณ บริเวณพื้นที่ว่างเปล่าที่ไม่ได้ใช้ประโยชน์ระหว่างอาคาร ๕๑ - ๕๒ รร.นรต. ระหว่างเดือน ม.ค.๒๕๕๗ - ก.พ.๒๕๕๘

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุญาต หรือหากเห็นควรประการใด ขอให้โปรดสั่งการ  
เพื่อจักได้ดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

พ.ต.อ.หญิง



( พัชรา สิ้นลอยมา )

ศ.(สบ ๕) กลุ่มงานคณาจารย์ ฯ/ประธานคณะกรรมการ

เรียน ผบช.ร.ร.นรต.

- เพื่อโปรดพิจารณา

พล.ต.ต.



( สุรพล ศรีวงศ์ )

รอง ผบช.ร.ร.นรต.

เม.ย.๒๕๕๗

- อนุญาต

- 1. ให้รอง ผบช.ร.ร.นรต. ไปรับ ผบช.ร.ร.นรต. ที่  
โรงฝึกปืน Toosonkum นรต.

พล.ต.ท.

( ศักดา เตชะเกรียงไกร )

ผบช.ร.ร.นรต.

๑๗ เม.ย.๒๕๕๗

สรุปผลการจัดกิจกรรมโครงการโรงเรียนนายร้อยตำรวจองค์การสร้างเสริมสุขภาพ  
: นวัตกรรมร่วมเรียนรู้สู่เครือข่ายการพัฒนาโรงเรียนนายร้อยตำรวจ  
“SMART Academy SMART Innovation SMART Network”  
กิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health)

๑. วันและเวลาในการจัดกิจกรรม

ตั้งแต่วันศุกร์ที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๕๖ – วันอังคารที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๖

๒. ผู้เข้าร่วมกิจกรรม

ข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจ และบุคคลทั่วไป

๓. สถานที่จัดกิจกรรม

บริเวณระเบียงชั้น ๒ คณะนิติวิทยาศาสตร์

๔. วัตถุประสงค์ในการจัดกิจกรรม

๔.๑ เพื่อเปิดพื้นที่แหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ พร้อมทั้งปรับสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมต่อการส่งเสริมสุขภาพกายและจิตใจของข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจ

๔.๒ เพื่อส่งเสริมให้ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ พัฒนาองค์ความรู้และนวัตกรรมเพื่อยกระดับการทำงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพของโรงเรียนนายร้อยตำรวจ

๕. ผลที่ได้รับในการจัดกิจกรรม

๕.๑ ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้บริโภคผักที่สะอาด ปราศจากสารพิษและยาฆ่าแมลง ส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดี

๕.๒ ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ตัวเองและสังคม

๕.๓ ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้แหล่งเรียนรู้ด้านการสร้างเสริมสุขภาพ

๕.๔ ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้องค์ความรู้และนวัตกรรมเกี่ยวกับการปลูกพืชโดยไม่ใช้ดินหรือไฮโดรโปนิคส์ (Hydroponics) และสามารถนำองค์ความรู้และนวัตกรรมดังกล่าว มาสร้างโครงการนำร่องเพื่อยกระดับการทำงานด้านการสร้างเสริมสุขภาพ ของโรงเรียนนายร้อยตำรวจ ให้เป็นตัวอย่างและแหล่งเรียนรู้แก่ผู้ที่สนใจ

๖. ภาพการทำกิจกรรม

๖.๑ การทดลองปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ ระบบน้ำลึกแบบไม่เติมอากาศ ในบ่อโพนโดยใช้ฟองน้ำเป็นวัสดุปลูก

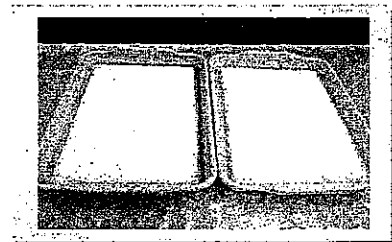
วิธีเพาะเมล็ด

อุปกรณ์



ฟองน้ำสำหรับปลูก

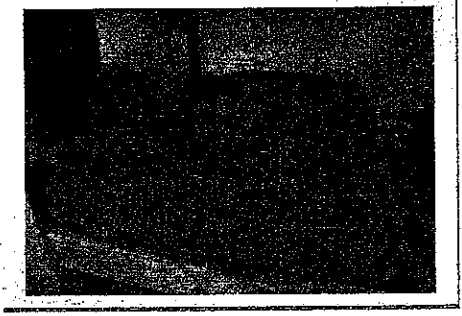
- ใช้ฟองน้ำสำเร็จรูปตามร้านขายอุปกรณ์ปลูกผักไฮโดร หรือฟองน้ำที่ร้านขายวัสดุก่อสร้าง นำมาตัดตารางตัดให้มีขนาด ๑x๑ นิ้ว กรีดตรงกลางฟองน้ำให้เป็นรูปกากบาท



ภาชนะสำหรับใส่ฟองน้ำสำหรับเพาะ เช่น ถาด, ถังพลาสติก

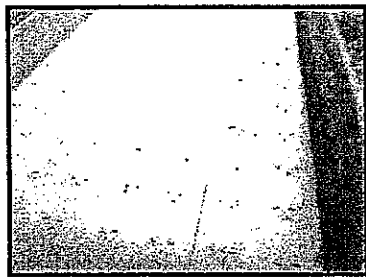


เมล็ดผักที่ใช้เพาะ

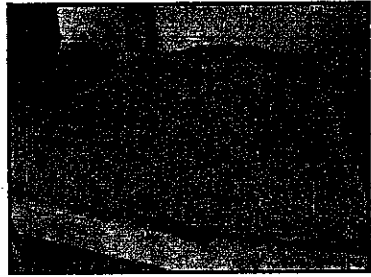


ผ้าหรือกระดาษหนังสือพิมพ์ชุบน้ำให้หมาดสำหรับคลุมภาชนะเพาะ

วิธีทำ



- นำฟองน้ำที่ตัดแล้วมาขยำให้ชุ่มน้ำ แล้ววางในถาดที่ใช้เพาะ
- นำเมล็ดผักใส่ลงในฟองน้ำตรงรอยกากบาท ฟองน้ำ ๑ ชั้น ใส่เมล็ดผัก ๒ เมล็ด



- เติมน้ำเปล่าในถาดที่วางฟองน้ำ ๐.๕ เซนติเมตร แล้วใช้ผ้าหรือหนังสือพิมพ์ชุบน้ำแล้วปิดบนฟองน้ำ นำไปไว้ที่ร่มๆ อย่าให้โดนแสงแดด



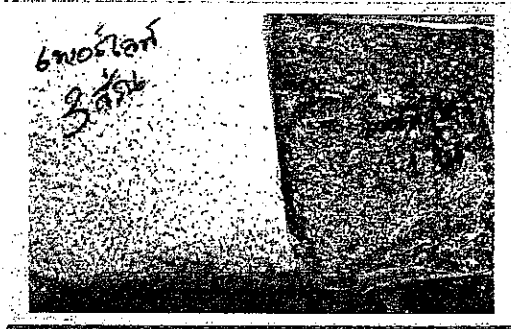
- ผักพวกสลัด เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๓๖ ชม. เมล็ดเริ่มงอก ส่วนผักกางคุ้ง เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๒๔-๓๐ ชม. เมล็ดจะเริ่มงอก ให้นำออกไปไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึงเช้า เย็น ช่วงละประมาณ ๓-๔ ชั่วโมง เพื่อป้องกันไม่ให้ลำต้นยืดหาแสง ดังรูปตัวอย่าง



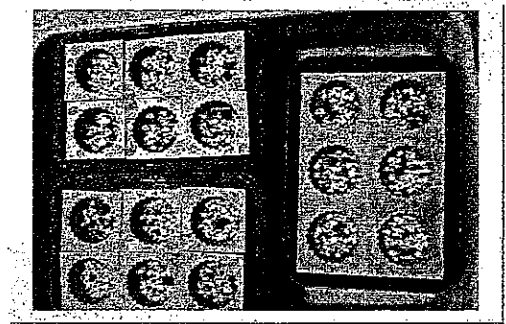
๖.๒ การทดลองปลูกผักไฮโดรโปนิคส์ ระบบน้ำลึกแบบไม่เติมอากาศ ในบ่อโฟมโดยใช้เพอร์ไลต์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลท์ (Vermiculite) เป็นวัสดุปลูก

วิธีเพาะเมล็ด

อุปกรณ์



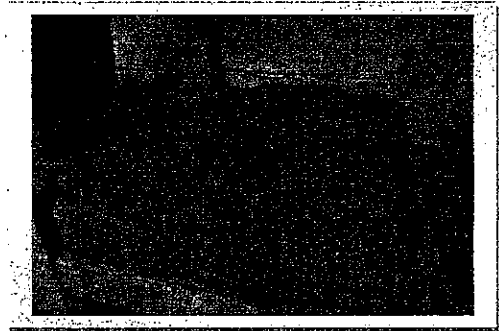
ผสมเพอร์ไลต์กับเวอร์มิคูไลท์ ในอัตราส่วน ๓ : ๑ ส่วน



- ถ้วยสำหรับเพาะเมล็ด
- ภาชนะสำหรับใส่ถ้วยสำหรับเพาะ เช่น ถาด, กล่องพลาสติก

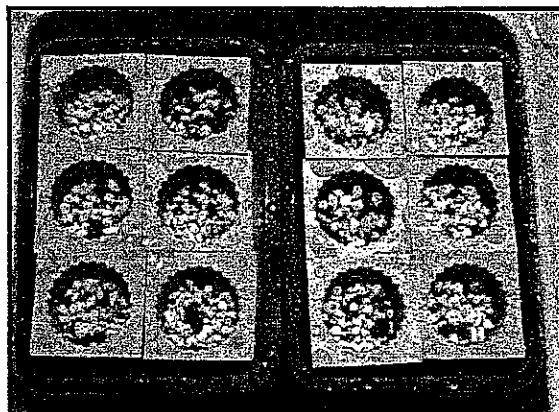


เมล็ดผักที่ใช้เพาะ

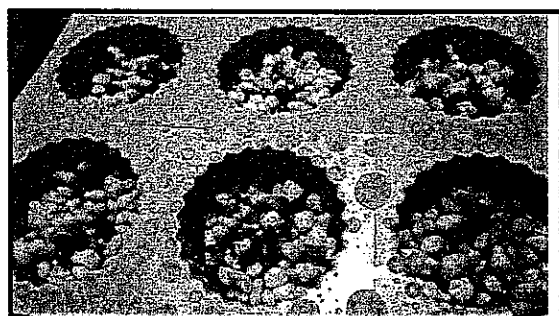


ผ้าหรือกระดาษหนังสือพิมพ์ชุบน้ำ ให้หมาดสำหรับคลุมภาชนะเพาะ

วิธีทำ



ใส่เพอร์ไลต์กับเวอร์มิคูไลท์ที่ผสมแล้วลงไปในถ้วย ประมาณ ๒/๓ ของถ้วย จากนั้นนำเมล็ดผักใส่ลงตรงกลางถ้วยลึกประมาณ ๒ มิลลิเมตร ๒ เมล็ด พร้อมน้ำให้ทั่ว แล้วเติมน้ำเปล่าเติมน้ำเปล่าในภาชนะที่ใส่ถ้วยปลูกสูงประมาณ ๑ เซนติเมตร แล้วใช้ผ้าหรือหนังสือพิมพ์ชุบน้ำแล้วปิดภาชนะที่ใส่ถ้วยปลูก นำไปไว้ที่ร่มอย่าให้โดนแสงแดด

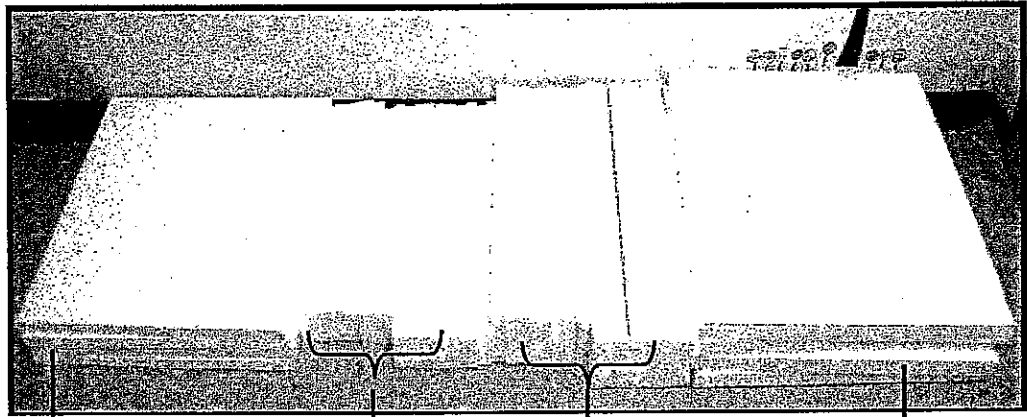


- ฝักพวกสลัด เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๓๖ ชม. เมล็ดเริ่มงอก ส่วนผักกวางตุ้ง เมื่อเวลาผ่านไปประมาณ ๒๔-๓๐ ชม. เมล็ดจะเริ่มงอก ให้นำออกไปไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึงเช้า เย็น ช่วงละประมาณ ๓-๔ ชั่วโมง เพื่อป้องกันไม่ให้ลำต้นยืดหาแสง

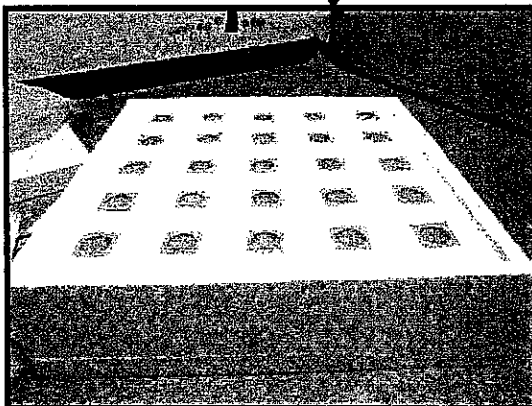
**๖.๔ วิธีทำบ่อโพนสำหรับใช้ในการปลูกกล้าผักที่ได้จากการเพาะโดยใช้ฟองน้ำตามข้อ ๖.๑ และการเพาะโดยใช้เพอร์ไลต์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลต์ (Vermiculite) เป็นวัสดุปลูก และการเลี้ยงต้นกล้าในบ่อ**

**อุปกรณ์และวิธีทำ**

แผ่นโพนหนา ๑ นิ้ว และ หนา ๑.๕ นิ้ว ตัดขนาด ดังนี้



- ตัดโพนหนา ๑ นิ้ว เพื่อทำฝาบ่น ขนาดให้วัดขนาดให้เล็กกว่าขอบอันสูง (พอน้ำลดมันจะไปติดขอบล่าง ทำให้โพนไม่ติดกับน้ำตลอดเวลา) เจาะช่องปลูกผักห่างกัน ๑๖ - ๒๕ หลุม แล้วแต่ชนิดผัก
- ตัดโพนหนา ๑ นิ้ว เพื่อทำขอบใน สูง ๘ เซนติเมตร เพื่อกันโพนลงไป อยู่ระดับเดียวกับ น้ำ เพราะรากผัก ต้องมีพื้นที่อากาศ ไว้ให้ผักด้วย
- ตัดโพนหนา ๑ นิ้ว เพื่อทำ ขอบนอกสูง ๑๒ เซนติเมตร ความยาวเท่ากับฐานให้พอดี
- ตัดโพน ๑.๕ นิ้ว เพื่อทำฐาน ขนาด ๖๐x๖๐ เซนติเมตร



หากาวลาเท็กซ์ให้ทั่ว ตามแนวที่ต้องประกบกัน แล้วจับประกบ ยึดด้วยไม้เสียบ ลูกชิ้นทิ้งไว้ ๑ วันเพื่อให้กาวแห้ง จากนั้นใช้ถุงดำคลุมบ่อโพนเพื่อกันน้ำรั่ว



บ๊วย A และ บ๊วย B

### วิธีเลี้ยงต้นกล้าในบ่อ

- บ่อเลี้ยงนี้มีความจุประมาณ ๒๐ ลิตร ผสมน้ำเปล่ากับปุ๋ย A ตามอัตราส่วนที่ฉลากระบุไว้  
ที่ไว้ ๔ - ๕ ชั่วโมง จึงเติมปุ๋ย B ผสมลงไปตามอัตราส่วนที่ฉลากระบุไว้

- นำต้นกล้าที่มีอายุประมาณ ๒๐ วัน มาเลี้ยงในบ่อที่มีน้ำผสมปุ๋ย ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึง  
โดยให้เปลี่ยนน้ำผสมปุ๋ยทุกๆ ๑๕ วัน

อายุการเก็บเกี่ยวของผัก



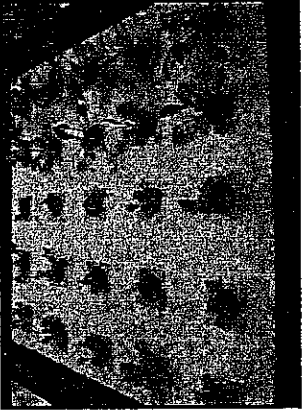
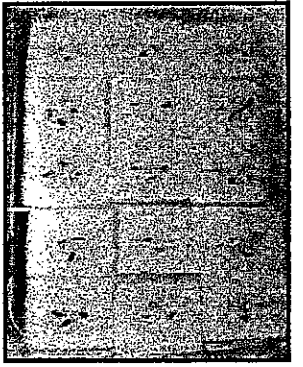
กลุ่มผัก	ผักในกลุ่ม	อายุเก็บเกี่ยว นับจากวัน เพาะเมล็ด(วัน)	อายุเก็บเกี่ยว นับจาก ย้ายลงแปลงปลูก(วัน)
ผักสลัด	กรีนโอ๊ค บัตเตอร์เฮด กรีนคอส	๓๕-๔๐	๒๘-๓๐
	เรดโอ๊ค เรดคอรัล	๓๕-๔๕	๓๐-๓๕
	มิชุน่า	๒๗-๓๐	๒๐-๒๕
ผักคะน้า	คะน้าฮ่องกง คะน้าเห็ดหอม	๓๒-๓๕	๒๕-๓๐
ผักกวางตุ้ง	กวางตุ้ง ฮ่องเต้	๓๐-๓๕	๒๒-๒๕

- ก่อนที่จะเก็บเกี่ยวผักไปรับประทาน ให้เลี้ยงผักด้วยน้ำเปล่าก่อนการเก็บเกี่ยว ประมาณ  
๓ วันเพื่อลดปริมาณไนเตรทที่ตกค้างในพืช

๒.๕ การติดตามผลการดำเนินการกิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health)

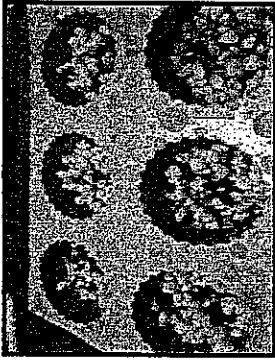


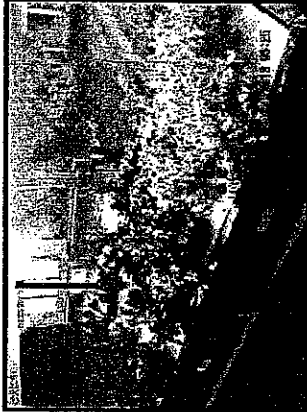

ดำเนินการปลูกผักโดยไม่ใช้ดินหรือไฮโดรโปนิกส์ (Hydroponics) โดยวิธีปลูกในสารละลายธาตุอาหาร (Liquid culture) แบบสารละลายไม่หมุนเวียน (Non-Circulating System) โดยไม่เติมอากาศ หลักคือ การนำรากพืชลงในสารละลายโดยตรง รากพืชไม่มีการยึดเกาะกับวัสดุใดๆ ยังสามารถเคลื่อนไหลไปมาได้ จึงใช้การยึดเหนี่ยวในส่วนของลำต้นไว้แทนเป็นการรองรับรากของต้นพืชเพื่อการทรงตัว โดยให้ส่วนหนึ่งของรากที่สัมผัสกับอากาศได้โดยตรงบริเวณโคนราก (ส่วนนี้ต้องให้มีช่องว่างของอากาศไว้สำหรับให้รากหายใจเอาออกซิเจนเข้าไปและอีกส่วนหนึ่งตรงปลายรากจุ่มแช่น้ำอยู่ในสารละลาย)







การติดตามผลการเพาะเมล็ดด้วยพองน้ำ

ชนิดผัก	วันที่	เมล็ดงอก	นำออกจับแสงแดดเมื่อ	ลงบ่อโพนที่มีน้ำผสมสารละลาย A,B ตั้งไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึง		
๑. Green Oak	วันที่ ๑ เพาะเมื่อ ๒๘/๙/๕๖		ตั้งไว้ในที่ร่มในท้องแอร์ ไม่ได้นำออกแดด ผ่านไปประมาณ ๔ วันลำต้นยึดทาแสง สูง ประมาณ ๒-๙ ซม.			
๒. Red Oak					๒/๑๐/๕๖ นำกล้าผักอายุ ๗ วันนับจากวันเพาะ ลงบ่อโพนที่มีน้ำผสมสารละลาย A,B ใช้ถุงไนลอนคลุม	
๓. กวางตุ้ง						
	วันที่ ๒ เพาะเมื่อ ๑๗/๑๐/๕๖		เมื่อเมล็ดงอกแล้วนำไปตั้งไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึง ผ่านไปประมาณ ๔ วัน ใบเริ่มงอกครบ ๒ ใบ ใบจริงเริ่มผลิ	๒๒/๑๑/๕๖ ผักอายุ ๓๓ วันนับจากวัน เพาะ ลำต้นยึดใบอ่อนไม่สมบูรณ์ เมื่อถูกแดดจัดใบผักจะเหี่ยวเฉามาก		



การติดตามผลการเพาะเมล็ดด้วยเพอร์ไลท์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลท์ (Vermiculite.)

ชนิดผัก	วันที่	เมล็ดงอก	นำออกรับแสงแดดเมื่อ	ลงปลูกลงหรือภาชนะอื่น ที่มีน้ำผสมสารละลาย A,B ตั้งไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึง
๑. Green Oak ๒. Red Oak ๓. Butter Head ๔. Cos	วันที่ ๑ เพาะเมื่อ ๑๙/๑๐/๕๖	ผ่านไป ๓๖ ชม.เมล็ดงอก 	นำเมล็ดที่งอกแล้วออกรับแสงแดด ๒๒/๑๐/๕๖ 	 นำกล้าผักอายุ ๒๐ วัน มาเลี้ยงในแก้วซึ่งเป็นภาชนะที่มีน้ำเปล่าผสมสารละลาย A,B ในรูปคือ ผักอายุ ๓๔ วัน (๒๒/๑๐/๕๖) ในอวบน้ำสมบูรณ์ ถ้าต้นไม่มีดี ไม่เอาแดด ๒๙/๑๐/๕๖ ผักอายุ ๔๑ ได้รื้อน้ำในแก้วไม่เพียงพอต่อความต้องการจึงต้องย้ายผัก ลงปลูกใหม่และเลี้ยงผักในน้ำเปล่าก่อนเก็บ อย่างน้อย ๓ วัน  ๔/๑๑/๕๖ ผักอายุ ๔๖ วัน ถ้าต้นส่วนปลายยืงหาแสง แต่ลักษณะใบอวบน้ำสมบูรณ์ 

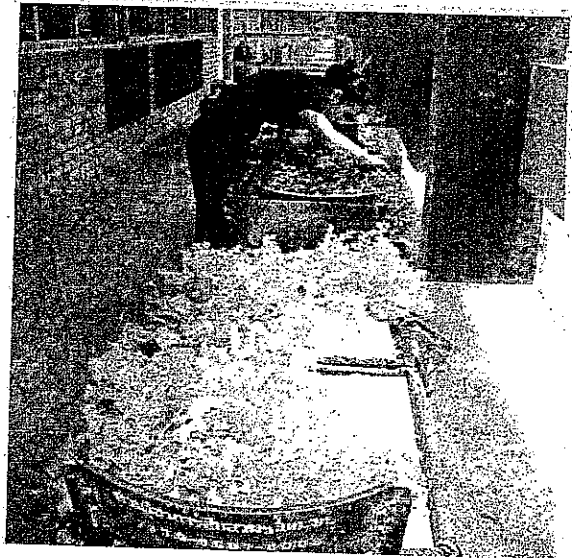
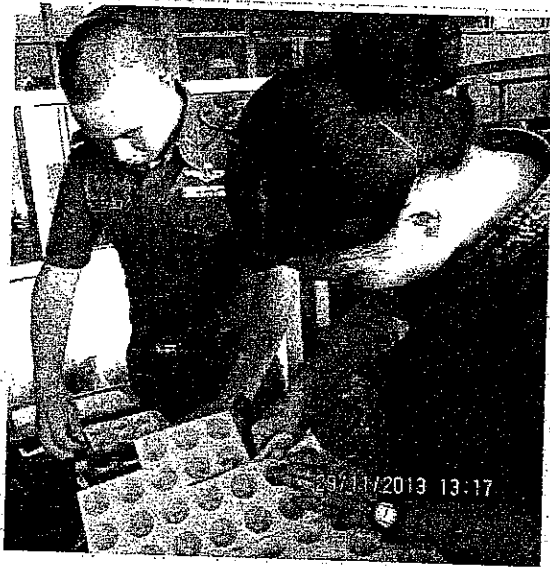
ชนิดพืช	รุ่นที่	เมล็ดออก	ลักษณะ
๑. Green Oak ๒. Red Oak ๓. Butter Head ๔. Cos	รุ่นที่ ๒ เพาะเมื่อ ๑๐/๑๑/๕๖	เมล็ดออก  ผ่านไป ๓๖ ชม. เมล็ดออก	นำออกมารับแสงแดดเมื่อ ๑๓/๑๑/๕๖ นำเมล็ดที่งอกแล้วออกมารับแสงแดด ต้นกล้าอายุ ๑๒ วัน (๑๒/๑๑/๕๖)  ๒๓/๑๑/๕๖ ต้นกล้าอายุ ๑๗ วัน  ๓๐/๑๑/๕๖ นำกล้าผักอายุ ๒๐ วัน มาเลี้ยงในแก้ว ซึ่งเป็นภาชนะที่มีน้ำเปล่าผสมสารละลาย A, B 
๑๕/๑๒/๕๖ ผักอายุ ๓๕ วัน ส่วนที่ผสมสารละลาย A, B ตั้งไว้ในที่ๆ มีแสงแดดส่องถึง จึงต้องย้ายผักลงบ่อใหม่ ในอวบน้ำผสมปุ๋ย ถ้าต้นไม้ยืด ไม่เอาแคด 	๒๕/๑๒/๕๖ ผักอายุ ๔๕ วัน ถ้าต้นส่วนปลายยืดหาแสงเล็กน้อย ลักษณะใบอวบน้ำผสมปุ๋ย เลี้ยงผักในน้ำปล้ำก่อนเก็บ อย่างน้อย ๓ วัน  		

สรุปผลเปรียบเทียบการเพาะเมล็ดด้วยฟองน้ำ กับ  
การเพาะเมล็ดด้วยเพอร์ไลต์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลต์ (Vermiculite.)

หัวข้อ	การเพาะเมล็ดด้วยฟองน้ำ	การเพาะเมล็ดด้วยเพอร์ไลต์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลต์ (Vermiculite.)
การงอกของเมล็ด	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อัตราการงอก ๘๐% ลักษณะของต้นกล้าสมบูรณ์</li> <li>- ช่วงที่เพาะต้นกล้านั้นต้องคอยพรมน้ำบ่อยๆ เพื่อไม่ให้ผิวหน้าของฟองน้ำแห้ง</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- อัตราการงอก ๘๐% ลักษณะของต้นกล้าสมบูรณ์</li> <li>- เนื่องจากเพอร์ไลต์ (Perlite) ผสม เวอร์มิคูไลต์ (Vermiculite.) มีคุณสมบัติดูดซับน้ำได้ดี จึงไม่ต้องพรมน้ำต้นกล้าบ่อย</li> </ul>
การเจริญเติบโตและลักษณะของลำต้น	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เมื่อนำต้นกล้าที่อายุครบ ๒๐ วันไปเลี้ยงในบ่อน้ำผสมปุ๋ย ช่วงเวลาที่อุณหภูมิสูงใบผักจะเหี่ยวเฉา เนื่องจากฟองน้ำไม่มีธาตุอาหารใดๆ ที่พืชสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้จึงทำให้พืชมีการเจริญเติบโตช้าเมื่อเทียบกับการเพาะในเพอร์ไลต์(Perlite) ผสมเวอร์มิคูไลต์ (Vermiculite.)</li> <li>- ลำต้นเล็ก ใบบาง ไม่หนา ไม่อวบ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เมื่อนำต้นกล้าที่อายุครบ ๒๐ วันไปเลี้ยงในบ่อน้ำผสมปุ๋ย ช่วงเวลาที่อุณหภูมิสูงใบผักไม่เหี่ยว เนื่องจากเพอร์ไลต์ (Perlite) ผสมเวอร์มิคูไลต์(Vermiculite.) มีคุณสมบัติที่สามารถอุ้มน้ำได้ดี ทั้งยังมีธาตุอาหารโพแทสเซียม แมกนีเซียม และแคลเซียมที่พืชสามารถนำไปใช้ประโยชน์ได้ ทำให้เจริญเติบโตเร็วกว่าการเพาะในฟองน้ำอย่างเห็นได้ชัด</li> <li>- ลำต้นอวบ ใบหนาอวบ</li> </ul>
ปัญหาและอุปสรรค	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เนื่องจากพื้นที่ที่ใช้ในการจัดกิจกรรมนั้นมีแสงส่องถึงน้อยกว่า ๖ ชั่วโมง จึงส่งผลให้ลำต้นและใบของผักมีลักษณะยืด</li> </ul>	

๒.๒ ภาพการดำเนินกิจกรรม

ข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจ เข้าร่วมกิจกรรมการปลูกผักไฮโดรโปนิกส์ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์แก่ตัวเองและสังคม



ข้าราชการตำรวจ และนักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้บริจาคผักที่สะอาด ปราศจากสารพิษและยาฆ่าแมลง ส่งเสริมให้มีสุขภาพที่ดี



สรุปผลประเมินกิจกรรมสวนผักเพื่อสุขภาพ (Hydroponics For Health)

ตั้งแต่วันที่ ๒๗ กันยายน ๒๕๕๖ – วันอังคารที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๕๖

ลำดับ	ประเด็นคำถาม	คะแนนความพึงพอใจ					ค่าเฉลี่ย	หมายเหตุ
		๕ มากที่สุด	๔ มาก	๓ ปานกลาง	๒ น้อย	๑ น้อยมาก		
๑	รูปแบบของกิจกรรมเหมาะสมต่อการส่งเสริมให้ ข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจมีสุขภาพที่ดี	๑๖	๔	๐	๐	๐	๔.๘	
๒	สามารถนำพื้นที่ว่างเปล่ามาจัดกิจกรรมเพื่อเป็นแหล่ง เรียนรู้ด้านการส่งเสริมสุขภาพของข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจ	๘	๗	๕	๐	๐	๔.๑๕	
๓	ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมมีความเหมาะสม	๔	๕	๕	๖	๐	๓.๓๕	
๔	มีการดำเนินกิจกรรมและพัฒนาองค์ความรู้ เพื่อสร้าง กิจกรรมนำร่องเป็นตัวอย่างแก่ผู้สนใจ	๘	๙	๓	๐	๐	๔.๒๕	
๕	ข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจ ได้บริโภค บริโภคผักที่มีประโยชน์และปลอดภัย	๑๕	๕	๐	๐	๐	๔.๗๕	
๖	ข้าราชการตำรวจ นักเรียนนายร้อยตำรวจได้รับความรู้ และสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติได้	๙	๑๐	๑	๐	๐	๔.๔	
<b>ค่าเฉลี่ยรวม</b>							<b>๔.๒๘</b>	

ข้อเสนอแนะ

๑. ระยะเวลาในการจัดกิจกรรมควรมากกว่านี้