

## หนังสือสำหรับเด็ก : ชุดภูมิปัญญาไทยภาคเหนือ

งานวิจัยเรื่องการบูรณาการการสอน การวิจัย และการบริการวิชาการเพื่อพัฒนาท้องถิ่น : วิทยาลัยวิชาการศึกษาสร้างหนังสือสำหรับเด็ก สำหรับนักศึกษาระดับปริญญาตรี สถาบันราชภัฏ เชียงใหม่ ปีการศึกษา 2545 ครั้งนี้ ทำให้ได้ “หนังสือสำหรับเด็กชุดภูมิปัญญาไทยภาคเหนือ” จำนวน 29 เรื่อง ที่มีคุณภาพสำหรับพิมพ์ออกเผยแพร่ให้เยาวชนของประเทศไทยได้ศึกษาอันเป็นการส่งเสริม เผยแพร่ และอนุรักษ์ภูมิปัญญาไทยไว้ให้คู่ชาติไทยตลอดไป

ดังจะนำเสนอต่อไปนี้



เรื่อง : คุณยายนวดเท้า

ผู้แต่ง : ชลธิชา แคนโพธิ์

ภูมิปัญญา : การนวดฝ่าเท้าเพื่อสุขภาพ

### เนื้อเรื่องย่อ

กล่าวถึงยายแ่งไปขอให้ยายคำนวดฝ่าเท้าเพื่อรักษาโรคปวดเมื่อยตามร่างกายให้ เจนจิรา ตามยายแ่งไปบ้านคุณยายคำ เจนจิราเห็นยายคำเริ่มนวดด้วยการนำผ้าขนหนูชุบน้ำ พองวดเบาๆ ให้สะอาก่อน จากนั้นจึงใช้น้ำมันไพรสดทาให้ทั่วตั้งแต่เข่าจนจรดปลายเท้า แล้วใช้นิมนวดจากเข่าเคลื่อนไปสู่ปลายเท้า และนวดพื้นที่สันเท้า ฝ่าเท้า นิ้วเท้า และบริเวณน่อง ยายคำใช้เวลา นวดประมาณครึ่งชั่วโมงจึงเสร็จ ทำให้ยายแ่งหายปวดเมื่อยไปได้ เจนจิราบอกกับ ยายคำว่าเขาสนใจจะมาเรียนวิธีนวดฝ่าเท้าด้วย ยายคำดีใจที่จะมีคนสืบสานงานนวดนี้



เรื่อง : หมอนวดน้อย

ผู้แต่ง : ปัทมา อินทร์อาราม

ภูมิปัญญา : การนวดแผนโบราณ

### เนื้อเรื่องย่อ

ครูบัวตองพากระปุกไปเรียนการนวดแผนโบราณกับป้าพร ที่สถานีอนามัยประจำหมู่บ้าน โดยเริ่มทำนวดจาก ท่านวดเท้า ท่านอนตะแคง ท่านอนคว่ำ ท่านอนหงายและท่านั่ง กระปุกได้นำวิธีการนวดทั้งหมดไปนวดให้คุณแม่ ทำให้คุณแม่หายจากโรคเมื่อยตามตัวได้ ตั้งแต่นั้นมากระปุกก็กลายเป็นหมอนวดน้อยประจำหมู่บ้าน และมีรายได้เป็นของตัวเอง



เรื่อง : เจ้าไหมน้อย

ผู้แต่ง : มงคล มหาชัย

ภูมิปัญญา : การทอผ้าไหม

### เนื้อเรื่องย่อ

ณ หมู่บ้านศรีเมืองยู้ง เจ้าไหมน้อยแนะนำตัวเองให้ชาวบ้านได้รู้จักความเป็นมาของตน ตั้งแต่การเลี้ยงไหมด้วยใบหม่อนในกระดิ่ง การเข้าดักแด้ของตัวหนอนไหมจนครบ 60 วัน การนำดักแด้ไปต้มแล้วสาวเส้นไหมมาข้อมสีต่าง ๆ เมื่อเส้นไหมแห้งก็นำไปทอเป็นผืนผ้า



เรื่อง : สมุนไพรพื้นบ้าน

ผู้แต่ง : วนิตา สุจินดา

ภูมิปัญญา : สรรพคุณยาสมุนไพรไทย

### เนื้อเรื่องย่อ

กล่าวถึงลูกผองพาเด็ก ๆ เดินดูพืชสมุนไพร มี “ต้นนางจืด” ใช้ต้มกินแก้สารพิษและลดน้ำตาลในเลือด “ฮ่อสะพานควาย” ต้มกินเพื่อบ่งกำจัด “ข่านไม่รู้ลืม” ใช้ต้มกินน้ำเพื่อแก้พิษทุกชนิด ส่วน “สี่สหายทลายโรค” อันได้แก่ ขิง ข่า ตะไคร้ ปลูก (ขมิ้น) เอามาล้างให้สะอาดแล้วหั่นเป็นแว่น ๆ เอาไปต้มน้ำดื่มเพื่อแก้เบาซัดไต ขับลงด้วยลูกผองขอให้เด็ก ๆ ช่วยกันอนุรักษ์สมุนไพรพื้นบ้านไว้ตลอดไป



เรื่อง : ลูกประคบสมุนไพร

ผู้แต่ง : กรรณิการ์ ไชยวงษา

ภูมิปัญญา : การทำลูกประคบสมุนไพร

### เนื้อเรื่องย่อ

ขายสอนหลานให้ทำลูกประคบเพื่อใช้ขนาดตามบริเวณร่างกายที่ปวดเมื่อย ในลูกประคบจะห่อด้วยสมุนไพรหลายอย่างคือ ใบมะขาม 100 กรัม ใบส้มป่อย 50 กรัม ขมิ้นและข่า 100 กรัม ผิวหรือใบมะกรูด 100 กรัม การบูรและพิมเสน 30 กรัม ตะไคร้ 200 กรัม ทุกอย่างหั่นแล้วห่อผ้าเป็นลูกประคบ ก่อนใช้ให้นำลูกประคบไปนึ่งให้ร้อนแล้ววางคลึงตามจุดที่เมื่อย จะช่วยคลายเส้นประสาทที่ตึงเครียด ทำให้เลือดลมไหลเวียนดี



เรื่อง : ก้วยน้อย

ผู้แต่ง : นงลักษณ์ เจริญคำ

ภูมิปัญญา : การสานเข่ง (ก้วย)

### เนื้อเรื่องย่อ

การ์ตูนก้วยน้อยแนะนำตัวว่า ตัวเองทำมาจากไม้ไผ่ที่ตัด ก้วยตัวนี้เป็นเส้นบาง ๆ ยาว 3 ฟุต ครึ่ง จำนวน 16 เส้น ให้เริ่มสานจากก้นก้วยมาก่อน แล้วสานลำตัวและปากเข่ง ตามลำดับ ก้วยมีประโยชน์หลายอย่าง คือใช้ใส่ของได้ทุกชนิด เช่น ข้าว ผลไม้ ผัก หนูกยา เป็นต้น



เรื่อง : พรมสารพัดประโยชน์

ผู้แต่ง : สวลี กังวานไกล

ภูมิปัญญา : การทำพรมจากเศษผ้า

### เนื้อเรื่องย่อ

น้องนาและเพื่อน ๆ คุณแม่ทำพรมจากเศษผ้าสีต่าง ๆ พวกเขาเห็นคุณแม่ตัดเศษผ้าให้เป็นแผ่นสี่เหลี่ยมขนาดเท่า ๆ กัน แล้วนำไปพับพร้อมกับเย็บติดกับริมกระดวยที่ตัดเป็นรูปกลม ด้วยจักรเย็บผ้า เมื่อเย็บรอบขอบนอกแล้วก็เย็บรอบใหม่เป็นวงในถัดเข้าไปอีก 3-4 รอบ ก็จะได้พรมที่เสร็จสมบูรณ์และสวยงาม พรมที่คุณแม่ทำมีหลายขนาดและนำไปใช้ประโยชน์ได้หลายอย่าง เช่น ทำที่เช็ดเท้า ที่รองนั่ง ประดับฝาห้อง ที่รองแจกัน และที่รองแก้ว เป็นต้น