

ประกาศธุรกิจ

ปีที่ 6 ฉบับที่ 748 วันที่ 19 ธันวาคม 2568 เลขที่ใบอนุญาตจดทะเบียนการพิมพ์ สสช36/2563 ISSN 2730-4019

หน้าหนาวกินอะไรดี? รวม 5 ผลไม้ บำรุงผิวและสุขภาพฉายา "มอยส์เจอร์ เซอร์ธรรมชาติ"

5 ผลไม้ที่เหมือน "ครีมบำรุงผิวตามธรรมชาติ" หน้าหนาวหาซื้อง่าย ทั้งอร่อย มีสารอาหาร และช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน

อากาศหนาวและแห้งในฤดูหนาวเป็นบททดสอบทั้งต่อสุขภาพโดยรวมและผิวพรรณ โดยเฉพาะการสูญเสียความชุ่มชื้นของผิวและความเสี่ยงป่วยง่ายขึ้น การเพิ่ม "ผลไม้" ในมื้ออาหารช่วงหน้าหนาวจึงสำคัญ เพราะช่วยเติมน้ำให้ร่างกาย ได้วิตามินและสารต้านอนุมูลอิสระ พร้อมสนับสนุนระบบภูมิคุ้มกันสำหรับผู้หวั่น ฤดูหนาวมักกระตุ้นปัญหาผิวแห้งลอก เป็นสิ่ว ผิวหมองคล้ำได้ การเลือกผลไม้ให้เหมาะสมจึงช่วยบาลานซ์โภชนาการ ช่วยย่อย ชะลอวัย ดูแลผิว และบำรุงร่างกายจากภายใน

เหตุผลที่ควรเพิ่มผลไม้ในฤดูหนาว

- ช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นให้ร่างกายและผิว ลดอาการผิวแห้งหยาบ ลอกเป็นขุย
- ได้วิตามิน แร่ธาตุ และสารต้านอนุมูลอิสระ ช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน
- ใยอาหารช่วยให้ลำไส้ทำงานดี ลดท้องผูกที่พบได้บ่อยในช่วงอากาศหนาว
- สนับสนุนการไหลเวียนเลือดและการขับของเสีย ทำให้ร่างกายสดชื่นขึ้น

5 ผลไม้เหมาะกินหน้าหนาว บำรุงผิวและสุขภาพ

1) แอปเปิล

แอปเปิลเป็นผลไม้ที่เหมาะกับฤดูหนาว เพราะสารอาหารจำนวนมากอยู่ในรูปที่ละลายน้ำ ทำให้ร่างกายดูดซึมและนำไปใช้ได้ง่าย แอปเปิลมีกรดอินทรีย์หลายชนิดที่ช่วยสนับสนุนการลดไขมันในเลือดและคอเลสเตอรอล นอกจากนี้ยังช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น ลดกระหาย ดูแลระบบทางเดินหายใจ และช่วยเรื่องผิวพรรณ

แอปเปิลมีใยอาหารสูง ช่วยให้ลำไส้ทำงานดี ลดท้องผูกซึ่งมักเกิดในช่วงอากาศเย็น สารต้านอนุมูลอิสระในแอปเปิลยังช่วยลดผลกระทบจากอนุมูลอิสระและชะลอกระบวนการเสื่อมของร่างกาย การกินแอปเปิลเป็นประจำจึงให้ประโยชน์ต่อสุขภาพและความแข็งแรงของภูมิคุ้มกัน

2) ส้ม

ส้มเป็นตัวเลือกที่เหมาะในหน้าหนาว เพราะมีวิตามินซีสูงโดดเด่น และถูกระบุว่าสูงกว่าผลไม้บางชนิดอย่างส้มเขียวหวานหรือแอปเปิลหลายเท่า เพียงกินส้มประมาณครึ่งผลต่อวันก็สามารถช่วยเติมวิตามินซี

ให้เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายได้ วิตามินซีเป็นสารต้านอนุมูลอิสระสำคัญที่ช่วยเสริมภูมิคุ้มกัน และดูแลหลอดเลือด

สั้มยังช่วยสนับสนุนการไหลเวียนเลือด และช่วยเรื่องคอเลสเตอรอลกับไขมันในเลือด รวมถึงมีใยอาหาร ช่วยให้ระบบย่อยทำงานดีและช่วยขับของเสีย นอกจากนี้ยังมีแร่ธาตุอย่างแคลเซียม แมกนีเซียม และ โพแทสเซียมที่สำคัญต่อการทำงานของร่างกาย การกินส้มเป็นประจำช่วยให้รู้สึกกระปรี้กระเปร่าในฤดูหนาว

3) กีวี

กีวีเป็นผลไม้ที่มีสารอาหารหนาแน่น เหมาะเติมในเมนูฤดูหนาว กีวีมีกรดอินทรีย์ที่ช่วยสนับสนุนการลดคอเลสเตอรอลในเลือด ซึ่งมีส่วนช่วยลดความเสี่ยงโรคหัวใจและหลอดเลือด รวมถึงช่วยกระตุ้นการย่อยโปรตีนและช่วยทำความสะอาดลำไส้

กีวียังมีประโยชน์ต่อผิวแห้งในฤดูหนาว เพราะช่วยเพิ่มความสามารถในการกักเก็บน้ำของผิว ทำให้ผิวชุ่มชื้นและเรียบเนียนขึ้น อีกทั้งยังมีวิตามินอี โฟเลต โพแทสเซียม และแมกนีเซียม ซึ่งเป็นสารอาหารสำคัญต่อสุขภาพโดยรวมและการดูแลผิวจากภายใน

4) อ้อย

อ้อยเป็นผลไม้/พืชกินได้ที่ไม่ควรมองข้ามในฤดูหนาว โดยเฉพาะช่วงอากาศแห้งที่ทำให้ผิวหยาบแห้งหรือช่วงที่ร่างกายอ่อนล้าและภูมิคุ้มกันลดลง การกินอ้อยช่วยเพิ่มความชุ่มชื้น ลดกระหาย และทำให้รู้สึกสบายขึ้น

ในหน้าหนาว การเติมน้ำให้ร่างกายสำคัญเป็นพิเศษ อ้อยไม่เพียงช่วยคลายกระหาย แต่ยังให้วิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหาร ซึ่งช่วยการเคลื่อนไหวของลำไส้และช่วยป้องกันท้องผูกที่พบได้บ่อยเมื่ออากาศเย็นและกิจกรรมน้อยลง

5) เชอร์รี่ (เชอร์รี่/ผลเชอร์รี่)

เชอร์รี่เป็นผลไม้ที่มีสารอาหารหลากหลาย ทั้งวิตามินและสารอาหารรอง รวมถึงมีทั้งโปรตีนและคาร์โบไฮเดรต การกินเชอร์รี่เป็นประจำช่วยให้ผิวดูอมชมพูสดใส สนับสนุนการลดเลือนริ้วรอยและจุดด่างดำ อีกทั้งถูกอธิบายนว่ามีคุณสมบัติให้ความอบอุ่น ช่วยบำรุงพลังงานในช่วงอากาศหนาว

เชอร์รียังถูกเรียกว่าเป็น “ผลไม้ลูกเล็กแต่วิตามินสูง” เพราะมีวิตามินเอ วิตามินซี และวิตามินอี ซึ่งช่วยดูแลผิวให้แข็งแรง มีฤทธิ์ต้านอนุมูลอิสระและช่วยลดการอักเสบ นอกจากนี้ใยอาหารในเชอร์รียังช่วยการย่อยและการขับของเสีย ทำให้ผิวดูมีความเงาตามธรรมชาติได้



HYLAX (THAILAND) CO., LTD.
บริษัท ไฮลักซ์ (ประเทศไทย) จำกัด

27/85 Moo 4 T. Latsawai, A.Lamlukka, Pathumthani 12150 Thailand Website : www.hylax.co.th

27/85 หมู่ 4 ตำบลลาดสวาย อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12150 Tel. (662)049-9798 Fax. (662)052-6498

วันที่ 19 ธันวาคม 2568

เรื่อง ขอเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 8/2568

เรียน ท่านผู้ถือหุ้นบริษัท ไฮลักซ์ (ประเทศไทย) จำกัด

ด้วยคณะกรรมการของบริษัทมีมติให้เรียกประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 8/2568 ในวันที่ 27 ธันวาคม 2568 เวลา 10:00 น. ณ สำนักงานของบริษัท เลขที่ 27/85 หมู่ที่ 4 ตำบลลาดสวาย อำเภอลำลูกกา จังหวัดปทุมธานี 12150 เพื่อพิจารณาเรื่องต่างๆ ตามระเบียบวาระดังต่อไปนี้

วาระที่ 1 พิจารณานุมัติการจ่ายเงินปันผลระหว่างกาล และจัดสรรทุนสำรองตามกฎหมาย (ถ้ามี)

วาระที่ 2 พิจารณาเรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

ดังนั้น จึงขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้นเข้าประชุมตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น โดยพร้อมเพรียงกันด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

ชาติร์ ยิ้มสุด

(นายชาติร์ ยิ้มสุด)

กรรมการผู้จัดการ



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียนการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน กส๑๗/๒๕๖๘

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด โดย นายวัชรินทร์ วิศิษฐ์โรตม เลขประจำตัวประชาชน ๓-๑๐๑๒-๐๒๓๔๕-๐๘-๔ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๕๐ ปี อาชีพ นักธุรกิจ ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ ๔ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน - แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ ประกาศศรัทธา มีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านธุรกิจ ด้านบัญชี ภาษี ด้านกฎหมายและข่าวสารของบริษัทและบุคคลทั่วไป รับประกาศเชิญประชุมผู้ถือหุ้น พิธีมอบ ลดทุน ย้ายที่ตั้ง เปลี่ยนแปลงกรรมการ ประกาศจ่ายเงินปันผล เลิกบริษัท ชำระบัญชี ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๑๗๕ รวมทั้งประกาศต่างๆ และโฆษณา

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายไม่แน่นอน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

นายวัชรินทร์ วิศิษฐ์โรตม

เป็นผู้พิมพ์

นายวัชรินทร์ วิศิษฐ์โรตม

เป็นผู้โฆษณา

นายวัชรินทร์ วิศิษฐ์โรตม

เป็นบรรณาธิการ

บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๒๙ เดือน สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๖๘



(ลงชื่อ)

(นางสาวบุบผา ชูชาติ)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ
พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด สมุทรปราการ