

ประกาศธุรกิจ

ปีที่ 7 ฉบับที่ 760 วันที่ 28 มกราคม 2569 เลขที่ใบอนุญาตจดทะเบียนการพิมพ์ สสช 17/2568 ISSN 2730-4019

วิธีล้างผักที่หลายคนเข้าใจผิดมาตลอด ล้างแบบนี้เสี่ยงสารตกค้างโดยไม่รู้ตัว

หลายคนมั่นใจว่าล้างผักก่อนกินทุกครั้งคือปลอดภัย แต่รู้หรือไม่ว่า วิธีล้างผักบางแบบที่ทำกันมานาน อาจไม่ได้ช่วยกำจัดสารเคมีอย่างที่คิด แถมบางวิธียังทำให้ผักปนเปื้อนมากกว่าเดิมโดยไม่รู้ตัว วันนี้เรารวมความเข้าใจผิดเกี่ยวกับการล้างผัก พร้อมวิธีที่ถูกต้องมาให้แล้ว

1. แช่ผักในน้ำไว้นานๆ จะช่วยล้างสารเคมีได้ดี

ความเชื่อยอดฮิตคือการแช่ผักทิ้งไว้เป็นเวลานาน แต่ความจริงคือ การแช่นานเกินไปอาจทำให้ผักดูดซึมสารเคมีที่ละลายออกมาแล้วกลับเข้าไปอีก รวมถึงทำให้วิตามินที่ละลายน้ำสูญเสียไปด้วย

วิธีที่ถูกต้อง: แช่ผักในน้ำสะอาดไม่เกิน 10–15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำไหลอีกครั้ง

2. ล้างผักด้วยเกลือ ยิ่งเค็มยิ่งดี

หลายคนเชื่อว่ายิ่งใส่เกลือเยอะ สารเคมียิ่งหลุดออกง่าย แต่จริงๆ แล้ว เกลือช่วยไล่แมลงได้บ้าง แต่ไม่ได้กำจัดสารเคมีได้ทั้งหมด และการใช้เกลือเข้มข้นเกินไปอาจทำให้ผักเหี่ยว เสียความสด

วิธีที่ถูกต้อง: หากใช้เกลือ ควรใช้ในปริมาณเล็กน้อย และล้างด้วยน้ำไหลตามเสมอ

3. น้ำส้มสายชู หรือเบกกิ้งโซดา ล้างได้ครอบจักรวาล

หลายบ้านนิยมใช้น้ำส้มสายชูหรือเบกกิ้งโซดา เพราะเชื่อว่าช่วยกำจัดสารเคมีได้ดีที่สุด แต่ความจริงคือ สารเคมีแต่ละชนิดตอบสนองต่อสารละลายไม่เหมือนกัน และหากใช้ในสัดส่วนที่ไม่เหมาะสม อาจทิ้งสารตกค้างไว้บนผัก

วิธีที่ถูกต้อง: ใช้ตามคำแนะนำ ไม่เข้มข้นเกินไป และต้องล้างน้ำสะอาดซ้ำหลายครั้ง

4. ล้างผักรวมกันทีเดียว ประหยัดเวลา

การล้างผักหลายชนิดรวมกันในกะละมังเดียว อาจทำให้ สารเคมีหรือสิ่งสกปรกจากผักชนิดหนึ่งปนเปื้อนไปยังผักอีกชนิด โดยเฉพาะผักที่มีดินหรือคราบมาก

วิธีที่ถูกต้อง: ล้างผักแยกชนิด โดยเฉพาะผักกินสด

5. ล้างแล้วปอกเปลือกที่หลัง ปลอดภัยกว่า

หลายคนคิดว่าปอกเปลือกที่หลังไม่เป็นไร แต่ความจริงคือ มีดอาจพาสารเคมีจากเปลือกเข้าสู่เนื้อผัก หรือผลไม่ได้

วิธีที่ถูกต้อง: ควรล้างผักหรือผลไม้ทั้งลูกก่อนปอกเปลือกทุกครั้ง

วิธีล้างผักที่แนะนำ ปลอดภัยและได้ผลจริง

- เด็ดหรือแยกใบก่อนล้าง
- แช่น้ำสะอาด 10–15 นาที
- ล้างด้วยน้ำไหลที่ละใบหรือทีละชั้น
- สะเด็ดน้ำให้แห้งก่อนนำไปปรุงอาหาร

สรุป

การล้างผักไม่ใช่แค่ล้างให้ดูสะอาด แต่ต้องล้างให้ถูกวิธีด้วย การเลิกพฤติกรรมที่เข้าใจผิดและเลือกวิธีล้างผักที่เหมาะสม จะช่วยลดความเสี่ยงจากสารตกค้าง และทำให้ทุกมื้ออาหารปลอดภัยมากขึ้นอย่างแท้จริง

แหล่งที่มา [HTTPS://WWW.SANOOK.COM/WOMEN/267057/](https://www.sanook.com/women/267057/)

บริษัท เอ็ม แอนด์ ลอจ คอนซัลท์ จำกัด

วันที่ 28 มกราคม 2569

เรื่อง ขอเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 1/2569

เรียน ท่านผู้ถือหุ้นของบริษัท

ด้วยคณะกรรมการของบริษัทมีมติให้เรียกประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 1/2569 ในวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2569 เวลา 10:00 น. ณ เลขที่ 206/11 ตรอกวัดสามง่าม แขวงรองเมือง เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร เพื่อพิจารณาเรื่องต่างๆ ตามระเบียบวาระดังต่อไปนี้

- พิจารณาแก้ไขที่ตั้งสำนักงานของบริษัท
- พิจารณาแก้ไขเพิ่มเติมหนังสือบริคณห์สนธิ ข้อ 2. ดังนี้
ข้อ 2. สำนักงานของบริษัทตั้งอยู่ ณ จังหวัด
- พิจารณาเรื่องอื่นๆ (ถ้ามี)

ดังนั้น จึงขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้น ไปประชุมตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น โดยพร้อมเพรียงกันด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาวณัฐชกร วงศ์วิทยานนท์)

กรรมการผู้มีอำนาจลงนาม



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียน
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียนการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน รส๑๗/๒๕๖๘

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด โดย นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์วโรดม เลขประจำตัวประชาชน ๓-๑๐๑๒-๐๒๓๔๕๖-๐๘-๔ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๕๐ ปี อาชีพ นักธุรกิจ ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน - แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน จังหวัด กรุงเทพมหานคร เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ ประกาศศรภกิจ มีวัตถุประสงค์เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านธุรกิจ ด้านบัญชี ภาษี ด้านกฎหมายและข่าวสารของบริษัทและบุคคลทั่วไป รับประกาศเชิญประชุมผู้ถือหุ้น เพิ่มทุน 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 บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

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

แขวง / ตำบล บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

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

แขวง / ตำบล บางพิง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้



นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์วโรดม

เป็นผู้พิมพ์

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์วโรดม

เป็นผู้โฆษณา

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์วโรดม

เป็นบรรณาธิการ

บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่วันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๖๘

(ลงชื่อ)

(นางสาวบุบผา ชูชาติ)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด สมุทรปราการ

กรมศิลปากร