

วิถีชาวสวน เรื่อง/ภาพ : ประชญา รัตมีธรรมวงศ์

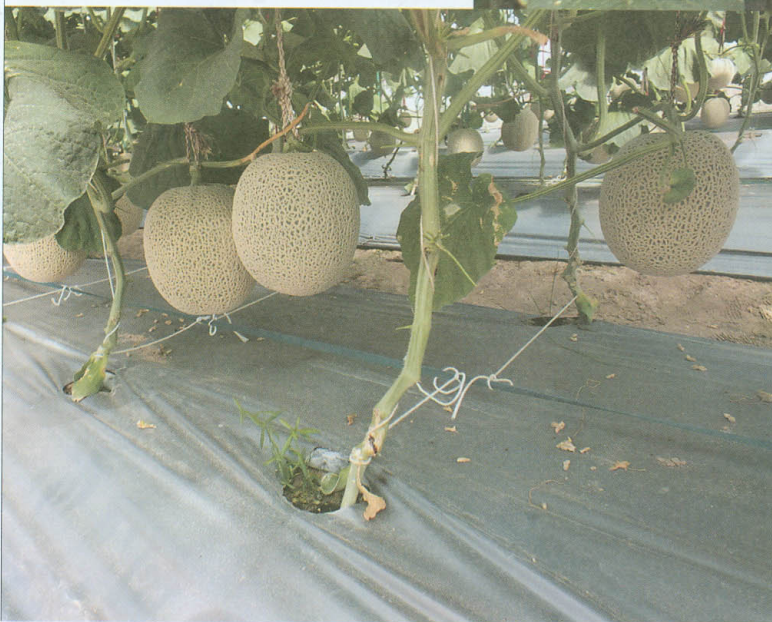
"ม่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์ม" ก่อตั้งขึ้นโดย คร.จำลอง พรหมสวัสดิ์ ภูมิลำเนาบ้านเกิดนั้นเป็นคนบ้านไม้ใหญ่ อ.ม่วงสามสิบ จ.อุบลราชธานี มีจุดประสงค์ต้องการแบ่งปันและกลับมาพัฒนาบ้านเกิด พัฒนาชุมชน และสังคม จึงเลือกทำเกษตรอินทรีย์เพื่อเป็นตัวอย่างให้เกษตรกรคนรุ่นใหม่ และผู้ที่สนใจ ได้หันมาเอาใจใส่ในการปลูกพืชโดยไม่ใช้สารเคมีมากขึ้น

แรงบันดาลใจของ คร.จำลอง ในการจัดตั้งม่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์ม เพื่อเป็นฟาร์มตัวอย่าง ปลูกพืชผัก ไม้ผลอินทรีย์ เช่น เมล่อน และแตงโมไร้เมล็ด ซึ่งเป็นพืชที่ใช้น้ำน้อย เพื่อเป็นแรงบันดาลใจให้เกษตรกรรายอื่นในการเพิ่มรายได้หลังจากพ้นฤดูการเก็บเกี่ยวข้าวแล้วเสร็จ และพัฒนาสถานที่แห่งนี้เป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตรอินทรีย์ของจังหวัดอุบลราชธานี ที่มีความโดดเด่นและสร้างสรรค์ โดยคงความเป็นธรรมชาติไว้สร้างเศรษฐกิจให้กับชุมชน อำเภอ และจังหวัดอุบลราชธานีให้ดียิ่งขึ้น เพื่อพัฒนาชีวิต สังคม สิ่งแวดล้อม และเศรษฐกิจของชุมชนให้มีความสมดุล มั่นคง และยั่งยืน

ปัจจุบันฟาร์มม่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์ม ตั้งอยู่บ้านเลขที่ 9 หมู่ 12 ตำบลม่วงสามสิบ อำเภอม่วงสามสิบ จังหวัดอุบลราชธานี มีพื้นที่ทั้งหมดประมาณ 200 ไร่ แบ่งเป็นพื้นที่ทำเกษตรอินทรีย์ 100 ไร่ มีการจัดสรรแบ่งปันพื้นที่ โดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงรัชกาลที่ 9 ปลูกเมล่อนและแตงโมอินทรีย์ 40 ไร่ ทำนาปลูกข้าวอินทรีย์ 40 ไร่ บ่อปลาและบ่อกักเก็บน้ำ 5 ไร่ พื้นที่สิ่งปลูกสร้างสำนักงาน 15 ไร่

เผยเคล็ดลับการปลูกเมล่อนอินทรีย์ที่...

# "ม่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์ม" จ.อุบลราชธานี





### จุดเด่นของ “บ่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์ม”

บ่วงสามสิบ ออร์แกนิกฟาร์มเป็นแหล่งท่องเที่ยวเชิงเกษตรอินทรีย์ที่ใหญ่ที่สุดในจังหวัดอุบลราชธานี ได้มีการน้อมนำปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงของในหลวงรัชกาลที่ 9 มาปรับใช้ภายในฟาร์มเกษตรอินทรีย์ มีการใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมใหม่ ๆ เข้ามาปรับใช้ภายในฟาร์ม เพื่อลดต้นทุนการผลิต สามารถควบคุมการปลูกเมลอนและแตงโมไร้เมล็ดได้ตามความต้องการของตลาด ภายในศูนย์การเรียนรู้แห่งนี้มีการอบรมเพื่อให้ความรู้แก่เกษตรกรและประชาชนที่สนใจทั่วไปโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย เป็นการเสริมพร้อมสำหรับนักท่องเที่ยว และผู้คนที่สนใจเข้าศึกษาฟาร์มเมลอน

### กิน “เมลอน” ดีอย่างไร

สารสกัดจากน้ำเมลอน Superoxide Dismutase (SOD) มีเอนไซม์ชนิดหนึ่งที่ช่วยป้องกันและต่อต้านสารอนุมูลอิสระ ช่วยชะลอความแก่ ต่อต้านริ้วรอย ทำให้ผิวกระชับเต่งตึง ซึ่งสารต้านอนุมูลอิสระชนิดนี้มีคุณสมบัติพิเศษอย่างชัดเจนที่แตกต่างจากสารต้านอนุมูลอิสระชนิดอื่น สามารถรีไซเคิลได้ทีต่บ มีประสิทธิภาพต่อต้านอนุมูลอิสระได้ อีกทั้งยังเป็น SOD ที่ถูกหุ้มด้วยโปรตีนพิเศษทำให้สามารถถูกดูดซึมได้ในระบบทางเดินอาหารเข้าสู่ร่างกายได้อย่างเต็มที่ เป็นสารต้านอนุมูลอิสระ (Super-antioxidant) ที่มีความจำเป็นต่อร่างกายที่มีประสิทธิภาพสูง

คนที่รับประทานเมลอนเป็นประจำจะได้สารอาหารที่มีประโยชน์ ช่วยต้านอนุมูลอิสระ ลดระดับความเครียดได้ ยังช่วยการสร้างเม็ดสีเมลานินที่เป็นต้นเหตุผิวหมองคล้ำ ช่วยชะลอความแก่และการเสื่อมสภาพของเซลล์ผิว สร้างความยืดหยุ่นของเซลล์ผิว ทำให้ผิวเกิดความเนียนนุ่ม กระชับ เรียบเนียน ผิวขาวกระจ่างใส ไร้ริ้วรอย ฝ้า กระ จุดดำ คางนโบหน้า ลดความหมองคล้ำและจุดต่างต่างทั่วร่างกาย ฟันผุผิวพรรณให้มีความยืดหยุ่น นุ่ม แข็งแรงทนต่อแสงแดด บำรุงผิวพรรณ คืนความชุ่มชื้นให้กับผิว มีสารอาหารบำรุงร่างกาย เหมาะสำหรับผู้ที่ต้องการลดน้ำหนัก

### สายพันธุ์เมลอน “ชายดี”



กาเลีย (Galia melon) เป็นสายพันธุ์เมลอนที่ได้รับการพัฒนาเริ่มต้นมาจากประเทศอิสราเอล ในปี 1970 ผลมีลักษณะทรงกลม เมื่อสุกเต็มที่ ผิวภายนอกจะมีสีเหลืองทอง ผิวมีตาข่ายแบบละเอียดสีขาวนวล มีเนื้อสีขาวอมเขียว กาเลียเป็นเมลอนมีกลิ่นหอม ระดับความหวานค่อนข้างสูง ซึ่งปกติจะไม่พบคุณสมบัติทั้งสองอย่างนี้ในเมลอนทั่วไป เมลอนสายพันธุ์กาเลียเป็นเมลอนสายพันธุ์ที่มีความทนทานต่อสภาพภูมิอากาศได้ดีเยี่ยม มีคุณภาพของผลสม่ำเสมอ และมีการดูแลไม่ค้อยยุ่งยาก มีอายุการเก็บเกี่ยว 45 วันหลังจากผสมเกสร มีน้ำหนักเฉลี่ย 1,500-1,800 กรัม/ผล



โกลเด้น (Golden melon) มาจากไซปรัส ประเทศฝรั่งเศส เป็นเมลอนที่มีลักษณะผลกลมรีเล็กน้อย ผิวเปลือกสีเขียว เมื่อสุกจะเปลี่ยนเป็นสีเทา มีลายตาข่ายเล็กน้อย มีเส้นสีเขียวลากจากขั้วผลไปทั่วผล เมลอนโกลเด้นมีคุณสมบัติพิเศษคือเนื้อสีส้มเข้มมาก (สีเนื้อปลาแซลมอน) เนื้อในละเอียด รสชาติกรอบ มีกลิ่นหอมแรง มีอายุการเก็บเกี่ยว 40 วันหลังจากผสมเกสร มีน้ำหนักเฉลี่ย 1,600-1,800 กรัม/ผล