

ข้าวอินทรีย์ “หอมล้านนา” บ้านสามขา ลำปาง เพื่อคนรักสุขภาพและสิ่งแวดล้อม

ผู้เขียน : บุญฤทธิ์ เผือกวัฒนะ

ที่มา : เทคโนโลยีชาวบ้าน 6 มี.ค. 62



“ข้าวสุกจากเหนือล่องใต้ ผลไม้สุกจากใต้ขึ้นเหนือ” เป็นคำกล่าวที่อิงตามปรากฏการณ์ของธรรมชาติกำหนดลักษณะลมฟ้าอากาศและอิทธิพลของร่องมรสุม แหล่งพลังงานคือดวงอาทิตย์ที่มีต่อการเอียงของโลก ก่อให้เกิดกระบวนการต่างๆ รวมถึงฤดูกาลการผลิตพืชผลทางการเกษตรของประเทศไทย

ปลายเดือนตุลาคมของทุกปีท้องทุ่งนาในภาคเหนือตอนบนจะเป็นทุ่งรวงทอง เป็นสัญญาณของฤดูกาลเก็บเกี่ยวข้าวก่อนภาคอื่นๆ บ้านสามขา หมู่ที่ 6 ตำบลหัวเสือ อำเภอแม่ทะ จังหวัดลำปาง มีเกษตรกรรวมกลุ่มกันปลูกข้าวสายพันธุ์ดี “ข้าวหอมล้านนา” ได้เริ่มเก็บเกี่ยวกันตั้งแต่ต้นเดือนพฤศจิกายน กระบวนการปลูก การดูแล เก็บเกี่ยว แปรรูป เป็นระบบอินทรีย์ กลุ่มชุมชนมีกติกาก่อนการทำประชาคมว่าจะไม่มีการใช้สารเคมี ไม่ว่าจะเป็นสารเคมีกำจัดวัชพืช โรคพืช รวมถึงปุ๋ยเคมี คุณป้านารี อินทร์มาปัน อายุ 59 ปี หรือ ป้าติ่ม กับคู่ชีวิต คุณลุงคำ อินทร์มาปัน อาศัยอยู่บ้านเลขที่ 86 หมู่ที่ 6 บ้านสามขา ป้าติ่มได้เล่าย้อนอดีตไปเมื่อหลายปีก่อนว่า ภูมิลำเนาเดิมของป้าติ่มอยู่ที่จังหวัดพิษณุโลก เมื่อแต่งงานก็ย้ายมาอยู่กับคุณลุงคำ จนมีลูกด้วยกัน 3 คน ประกอบอาชีพทำนาปลูกทั้งข้าวเจ้าและข้าวเหนียวไว้กิน เพราะมีวิถีชีวิตผูกพันกันมา



เวลาต่อมาหมู่บ้านสามขาได้รับการพัฒนามาเป็นลำดับ มีผู้คนเข้ามาเยี่ยมชมงานกันมาก มีครู กศน. แนะนำว่าน่าจะมีสินค้าที่น่าสนใจมาแสดงหรือขายให้กับนักท่องเที่ยว เสนอว่ามีข้าวสีแปลกๆ ป่าสนใจไหม มีข้าวสีดำบ้าง สีแดงบ้าง ซึ่งทางมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา วิทยาเขตลำปาง กำลังดำเนินการผลิต เพื่อขยายพันธุ์ข้าวสายพันธุ์ใหม่ ได้นำมาให้รู้จักลักษณะเมล็ดพันธุ์ พร้อมกับสอนวิธีการปลูก เพื่อขยายพันธุ์ไว้เป็นเมล็ดพันธุ์ไว้ปลูกในปีต่อไป

ต่อมาป่าก็ได้ไปเข้ารับการอบรมการผลิตข้าวในระบบอินทรีย์ จัดโดยสำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ (สวทช.) เขาจัดอบรมที่จังหวัดเชียงใหม่ กลับมาก็ได้ดำเนินการทดลองปลูกข้าวสายพันธุ์นั้น ได้ยินคำว่า ข้าวสายพันธุ์นี้คนทุกซ์ (คนจน) ไม่ได้กิน กินได้แต่คนรวย ในใจป่าตี๋มคิดอยู่ว่า ฉันต้องได้กิน จึงกลับไปจังหวัดพิษณุโลกเพื่อนำวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ มาใช้ในการผลิตข้าว เริ่มจากผลิตข้าวกล้อง ข้าวกล้องงอก ก็เริ่มมีคนสนใจ มีทั้งปลูกเพื่อกิน เพื่อขาย ป่าตี๋มบอกว่า ป่าตี๋มเพิ่งมารู้จักภายหลังว่า ข้าวที่ป่าปลูกนั้น ที่แท้ก็คือ ข้าวหอมล้านนา เป็นข้าวเจ้า



ปลูกข้าวอินทรีย์แบบประณีตด้วยกล้าต้นเดียว

ป้าติ่ม ให้ข้อมูลว่า ในปีการผลิต 2561 ปลูกข้าว 3 สายพันธุ์ คือข้าวหอมล้านนา (ข้าวเจ้า) ข้าวสังข์หยด (ข้าวเจ้า) ข้าวเหนียวกำ แต่ที่เน้นพื้นที่ปลูกคือ ข้าวหอมล้านนา ในพื้นที่ 5 ไร่ ได้ข้าวเปลือก 2 ตัน ผลผลิตเฉลี่ย 400 กิโลกรัม ต่อไร่

ป้าติ่มบ่นว่าปีนี้ได้ผลผลิตน้อย เพราะปัจจัยเรื่องน้ำ จากทุกปี เคยได้ผลผลิตไม่ต่ำกว่า 500 กิโลกรัม ต่อไร่ แต่ที่ตีใจคือ ราคาข้าวสูงมาก สูงสุดถึงเกี่ยวหรือต้นละ 20,000 บาท เลยทีเดียว

ป้าติ่ม เกษตรกรคนเก่งได้เล่าถึงรายละเอียดกระบวนการหรือขั้นตอนการผลิตข้าวหอมล้านนา ตั้งแต่ต้นทาง กลางทาง และปลายทาง ถึงมือผู้บริโภค ป้าติ่มบอกว่าด้วยการมีจิตสำนึกในการผลิตข้าวที่ปลอดภัยจึงให้ความสำคัญทุกขั้นตอน ตั้งแต่เริ่มเตรียมดิน หลังจากป้าติ่มปลูกถั่วหลังนา บางปีปลูกพอเทืองก็จะปรับปรุงดินด้วยปุ๋ยอินทรีย์ผลิตขึ้นเองจากการไปเข้ารับการฝึกอบรม นำดินไปตรวจวิเคราะห์หาความเป็นกรดต่าง จากนั้นเพาะกล้าพันธุ์เหมือนทั่วๆ ไป แต่เมื่อถึงเวลานำกล้าลงดำนาปลูก ใช้ต้นกล้าเพียงต้นเดียวในการปักดำ

ช่วงระหว่างฤดูการ ป้าติ่มและลุงคำ จะลงแปลงนาตลอดเพื่อถอนวัชพืช ดูแมลงมารบกวนหรือไม่ โรคพืชมีไหม ระหว่างนี้ใช้น้ำหมักชีวภาพ ซึ่งผลิตขึ้นเองก่อนเริ่มฤดูทำนา รวมทั้งผลิตน้ำหมักชีวภาพไล่แมลงพร้อมใช้

แต่ป้าติ่มบอกว่าแม้จะมีภูมิตกของหมู่บ้านให้ดใช้สารเคมี ในพื้นที่นาของป้าติ่มก็มีโรคและแมลงรบกวนน้อยมาก ข้าวสายพันธุ์นี้ทนโรคอยู่แล้ว และพื้นที่บ้านสามขาที่เหมาะสมต่อการทำข้าวด้วยระบบอินทรีย์ เพราะมีแนวเทือกเขาล้อมรอบหมู่บ้าน ไร่เป็นปราการกันชนอย่างดี ข้าวหอมล้านนามีอายุ 105 วัน นับจากหว่านต้นกล้าจนถึงการเก็บเกี่ยว แต่ก่อนถึงช่วงเก็บเกี่ยวจะต้องทำให้พื้นดินแห้งลดความชื้นลง เพื่อให้รวงข้าวสุกเสมอกัน

การเก็บเกี่ยวใช้แรงงานคนในครอบครัว นวดข้าวตีข้าวด้วยมือ เมล็ดข้าวเปลือกยังมีความชื้นหรือเมล็ดข้าวยังมีการหายใจ จึงต้องลดความชื้นด้วยการตากแดด 2 แดด เพื่อลดอัตราการหายใจของเมล็ด ทั้งยังมีข้อดีคือ ลดการเกิดเชื้อราซึ่งเป็นสาเหตุให้ข้าวเสื่อมคุณภาพ เมื่อนำไปสีจะได้ต้นข้าวมาก น้ำหนักดี จากนั้นบรรจุกระสอบ ทยอยนำมาสีเป็นข้าวสารเพื่อขาย

แปรรูปเป็นข้าวสารจากโรงสีเฉพาะข้าวอินทรีย์

ป่าติ่มเล่าถึงการแปรรูปข้าวหอมล้านนาออกขายว่า จะนำข้าวเปลือกไปสีกับโรงสีที่สีเฉพาะข้าวอินทรีย์ แล้วนำมาทำความสะอาดบรรจุใส่ถุง เข้าเครื่องซีลติดสติ๊กเกอร์ ภายใต้ชื่อ OTOP ข้าวหอมล้านนาบ้านสามขา ผู้เขียนให้ความสำคัญกับกระบวนการผลิตข้าวเพราะผู้บริโภคเป็นกลุ่มสุดท้ายที่ได้รับผลผลิตข้าว ว่าจะต้องมีคุณภาพปลอดภัยในการบริโภค จึงขอให้ป่าติ่มเล่ารายละเอียดให้เห็นภาพของกระบวนการผลิต

ข้าวหอมล้านนา เป็นข้าวเจ้าสายพันธุ์ใหม่ที่เป็นนวัตกรรมการผลิตข้ามสายพันธุ์ระหว่าง ข้าวหอมนิลและข้าวป้าอโรซานิวารา ปรับปรุงสายพันธุ์โดย มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลล้านนา วิทยาเขตลำปาง ลักษณะเด่น ลำต้นสูง 100 เซนติเมตร มีอายุสั้นเพียง 105 วัน มีระบบรากที่ดี มีความต้านทานโรคและแมลง เป็นข้าวที่มีคุณภาพเมื่อนำมาหุงจะมีกลิ่นหอม นุ่ม อร่อย

ที่กล่าวว่า ข้าวหอมล้านนาเพื่อสิ่งแวดล้อมนั้น เพราะต้นข้าวเจริญเติบโตช่วยประหยัดน้ำ มีอายุสั้น จึงลดจำนวนวันที่ต้องให้น้ำและมีระบบรากที่ดี จึงไม่ต้องใช้น้ำมาก ก็มีความแข็งแรงเหมือนข้าวน้ำ จึงต้านทานโรคและแมลง ลดการใช้สารเคมีในการกำจัดศัตรูข้าว การปลูกข้าวแบบกล้าต้นเดียว ช่วยลดปริมาณเมล็ดพันธุ์และช่วยเพิ่มผลผลิต ซึ่งป่าติ่มบอกว่า กล้าต้นเดียวแตกกอได้ 40 ต้น 1 ต้น มี 1 รวง นับเมล็ดได้ 180 เมล็ด แต่ทั้งนี้จะต้องมีการดูแล เอาใจใส่อย่างดี

จากการวิเคราะห์ของกลุ่มเกษตรกรภาคเหนือพบว่า ข้าวหอมล้านนามีคุณค่าทางโภชนาการสูงเหมาะแก่ผู้รักสุขภาพ ประกอบด้วย ธาตุเหล็ก ป้องกันการอ่อนเพลียของร่างกาย เสริมการต้านทานเจ็บป่วย ป้องกันและรักษาภาวะโลหิตจาง เนื่องจากการขาดธาตุเหล็กและช่วยให้ผิวพรรณเรียบเนียน

โปรตีน เสริมการเจริญเติบโตและซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอของร่างกาย และช่วยรักษาสมดุลกรด-ด่าง ในร่างกาย

วิตามินบี 1 เสริมสร้างการเจริญเติบโต และช่วยบำรุงประสาทกล้ามเนื้อและการทำงานของหัวใจให้เป็นปกติ ช่วยบำรุงสมอง ความคิด สติปัญญาให้ดีขึ้น

วิตามินบี 2 เสริมการเจริญเติบโต บำรุงผิวพรรณเล็บและเส้นผม เพิ่มประสิทธิภาพการมองเห็น และช่วยบรรเทาอาการ

อ่อนล้าของดวงตา ลดการอักเสบในปาก ริมฝีปาก และลิ้น

กาบา ลดความดันโลหิต ลดไขมัน แอลดีแอล ลดอาหารอัลไซเมอร์ ลดน้ำหนัก ทำให้ผิวพรรณดี ตลอดจนช่วยลดโอกาสเป็นโรคมะเร็ง ช่วยร่างกายต้านทานเชื้อโรค

นอกจากนี้ ข้าวหอมล้านนา ยังมีไฟเบอร์หรือเส้นใยอาหารจากธรรมชาติ ช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยในการย่อยและการดูดซึม ลดความเสี่ยงการเป็นมะเร็งลำไส้ใหญ่

ป้าติ่มบอกให้ผู้เขียนนำข้าวหอมล้านนาไปหุงชิมดูว่ารสชาติจะเป็นเช่นไร ป้าติ่มย้ำ...บอกวิธีหุงให้ตวงข้าว 1 ส่วน ใส่น้ำ 2 ส่วน หุงแล้วชิมดูแล้วเป็นข้าวสวยที่นุ่ม หอม อร่อยจริงๆ

การตลาดของข้าวล้านนาบ้านสามขา

ป้าติ่ม บอกว่า ข้าวหอมล้านนาของป้าก็ขายไปเรื่อยๆ แต่หากจากนี้ไปได้รับการประชาสัมพันธ์ให้เชิญชวนสั่งซื้อข้าวหอมล้านนา ก็อาจจะมีเกษตรกรในบ้านสามขาช่วยกันปลูกข้าวชนิดนี้กันมากขึ้น และมีกำลังใจในการผลิตข้าวคุณภาพให้ผู้บริโภค ลำพังเฉพาะป้าติ่ม ขายในหมู่บ้านนักท่องเที่ยวมาในหมู่บ้านแล้วซื้อติดไม้ติดมือไปบ้าง บางครั้งได้รับแจ้งสำนักงานเกษตรอำเภอแม่ทะหรือหน่วยงานราชการอื่น ให้นำข้าวหอมล้านนาหรือผลิตภัณฑ์แปรรูปอย่างอื่นที่ใช้วัตถุดิบจากข้าวหอมล้านนา ป้าก็นำไปขายทั้งในเมืองลำปางและสถานที่อื่นๆ



ป้าติ่ม บอกว่า ป้ายังมีผลิตภัณฑ์แปรรูปจากข้าวหอมล้านนาด้วยนะ นี่ไง...ข้าวเกรียบทอด ใช้วัตถุดิบข้าวหอมล้านนาและมันเทศสีม่วง นี่...ก็อีกผลิตภัณฑ์หนึ่ง ข้าวกล้องงอกยี่ห้อป้าติ่ม บ้านสามขา ชนิดผงพร้อมดื่ม มีส่วนผสมของธัญพืชด้วย นอกจากนี้ ป้าติ่มยังส่งต่อข้าวหอมล้านนาให้โรงเรียนบ้านสามขานำไปแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ข้าวกรอบสามขา เป็นอาหารซีเรียลด้วยนะ

ผู้เขียนก็ต้องการซื้อ ถามป้าติ่มว่าบอกราคาขายข้าวหอมนิลได้ไหมครับ หากท่านผู้อ่านจะได้ตัดสินใจสั่งซื้อ ป้าติ่มบอกว่าได้เลย...อันดับแรกข้าวกล้องหอมล้านนา บรรจุถุงระบบสุญญากาศ น้ำหนัก 1 กิโลกรัม 80 บาท ข้าวกล้องงอก น้ำหนัก 250 กรัม 100 บาท เมล็ดพันธุ์ข้าวหอมล้านนา ป้าก็ขาย กิโลกรัมละ 30 บาท

ท่านโตสนใจโทร. ติดต่อขอซื้อหรือพูดคุยกับป้าติ่มคนกันเอง อารมณ์ดี ที่หมายเลข (085) 652-4823 ป้าติ่มบอกว่า มีเจ้าหน้าที่จากสำนักงานเกษตรอำเภอแม่ทะเข้ามาเยี่ยมเยียน แนะนำส่งเสริมอยู่เป็นประจำ ในวันนั้นผู้เขียนก็ได้พบกับเจ้าหน้าที่ ซึ่งเป็นเกษตรตำบล คุณบุญช่วย อุดคำมี โทร. (093) 138-5180 ได้ให้ข้อมูลการปลูกข้าวหอมล้านนาของบ้านสามขาว่า เป็นพื้นที่ปลูกข้าวอินทรีย์ทั้งหมด มี 430 ไร่

ถ้าเป็นข้าวเหนียว ผลผลิตเฉลี่ย 600 กิโลกรัม ต่อไร่ ข้าวเจ้า 550 กิโลกรัม ต่อไร่ โดยบทบาทหน้าที่การส่งเสริมของสำนักงานเกษตรอำเภอแม่ทะ จะเป็นผู้ประสานงานกับหน่วยงานอื่นๆ ด้วย โดยเฉพาะศูนย์เมล็ดพันธุ์ข้าวลำปาง ออกใบสำรวจและใบรับรองการผลิตข้าวอินทรีย์ ให้คำแนะนำการปลูก การดูแลแปลงข้าว ให้ความรู้ด้วยการอบรม ผลิตสารชีวภัณฑ์ ปุ๋ยหมัก น้ำหมักชีวภาพ ทั้งให้คำแนะนำด้านการตลาดเผยแพร่ในยูทูป เพื่อให้กลุ่มพึ่งพาตนเองได้ในที่สุด