

# หนูน้อยกับหมวกนิรภัย





# หนูน้อยกับหมวกนิรภัย

เนื้อเรื่องและคำกลอน: นายอลงกรณ์ จันทร์เทียน  
ภาพประกอบและโครงเรื่อง: นางสาวน้ำพร สามิภักดิ์  
ที่ปรึกษา: นางสาวปิยภา เมืองแมน  
และคณะทำงานมูลนิธิสร้างเสริมองค์ความรู้ด้านสุขภาพ (สคส.)

ผศ.ดร.กนกวรรณ ธารวรรณ

นางสาวนันทิยา คาทาสี

นางสาวชลลดา เดชกุลรัมย์

นางสาวธัญญา ฉลาด

นายมิตรรัตน์ หนิหมาน

นางสาวณัฐพัชร์ อรศิริสกุล

นายภูมิพัฒน์ พรหมอักษร

นางสาวธมน ประทุมรัตน์

นางสมปอง บุญช่วยส่ง



เข้านี้ธารา จะไปโรงเรียน  
แม่ช่วยมาเตรียม ก่อนออกเดินทาง  
สวมหมวกนิรภัย ปรับสายรัดคาง  
ให้พร้อมทุกอย่าง ก่อนนั่งมอเตอร์ไซด์



ถึงแยกไฟแดง ไม่แซงขึ้นไป  
พ่อสอนความหมาย ไฟสีต่างกัน  
ไฟเหลืองชะลอ ไฟแดงหยุดพถัน  
ไฟเขียวทุกคัน จึงค่อยขับไป



มาถึงโรงเรียน ลงมอเตอร์ไซด์  
ถอดหมวกอย่างไร พ่อสอนธรรมา  
ปลดสายด้านนอก ดึงออกซ้ำซ้ำ  
ถอดหมวกออกมา ครูพาไปวาง



# ธนาคารหมวกนิรภัย

ที่ชั้นวางหมวก สีล้นต่างต่าง  
ตู้ธนาคาร หมวกนิรภัย  
หากใครไม่มี ยืมที่นี่ได้  
เพื่อความปลอดภัย มีให้แถมกัน





ถึงเวลาเรียน อ่านเขียนทุกวัน  
จำไว้ให้มั่น สัญญาณจราจร  
สวมหมวกทุกครั้ง ป้องกันไว้ก่อน  
ใส่ให้แน่นนอน ก่อนขับซีไป

ตกเย็นกลับมา ธาราดีใจ  
เร็วรี่รีบไป ซี่จักรยาน  
ล้มบ้างบางครั้ง ก็ยังไม่หวั่น  
เพราะสิ่งป้องกัน คือหมวกคู่กาย



วันหยุดแล้วจ้า เพื่อนมาทักทาย  
ต้นกล้าชวนไป ชี้อรถเล่นกัน  
แล้วจึงไปชวน เด็กหญิงพาฝัน  
ใส่หมวกพร้อมพลัน ปั่นจักรยาน



แต่ถึงกลางทาง ฟังสิใครกัน  
ร้องให้ดังลั่น อยู่ริมพงหญ้า  
ล้มอยู่ตรงนั้น นินนี่องนินจา  
น้ำตานองหน้า ร้องจ้าแงงแงง



นินจาเล่าว่า ชี้อัจฉริยะ  
เจ้าเหมียววิ่งผ่าน หันหลบไม่ทัน  
รถล้มเจ็บตัว หัวโนเฉียบพลัน  
ไม่มีหมวกกัน สงสารนินจา





ธรรมาเพื่อนผอง ประคองข้าข้า  
ช่วยพานินจา มาส่งที่บ้าน  
พ่อแม่ นินจา จึงมาช่วยกัน  
กอดลูกไว้แน่น ขวัญเอ๋ยขวัญมา



พ่อช่วยทำแผล แม่ช่วยทายา  
จึงหยุดน้ำตา ที่เจ็บที่กลัว  
พ่อถามรู้ไหม ทำไมเจ็บตัว  
มีแผลที่หัว เพราะหมวกไม่มี

พ่อพาไปซื้อ หมวกให้ทันที  
สวมใส่พอดี เพื่อความปลอดภัย  
ตั้งแต่นั้นนี้ ขับขี่มั่นใจ  
สวมหมวกคู่กาย ใส่ไว้คู่กัน



ทุกคนแข็งแรง ชี้อากาศ  
ธาราพาฝน ต้นกล้าข้างกาย  
นินจามาด้วย ช่วยกันพร้อมใจ  
สวมหมวกนิรภัย ปลอดภัยทุกวัน



# เลือกหมวกกันน็อคให้ลูก ปลอดภัยตั้งแต่ก้าวแรก

การเลือกหมวกกันน็อคสำหรับเด็ก ควรเน้น ขนาดพอดี และได้มาตรฐาน เพื่อปกป้องศีรษะได้อย่างมีประสิทธิภาพเมื่อเกิดอุบัติเหตุ



## เลือก “ขนาดพอดี”

- วัดรอบศีรษะเหนือคิ้ว 1–2 ซม. ผ่านเหนือใบหู
- เลือกไซส์ให้เหมาะกับรอบศีรษะ
- เมื่อสวม หมวกต้อง **ไม่หลวม ไม่โยก**
- สายรัดคางควรสอดนิ้วได้ **ประมาณ 2 นิ้ว**



## เลือก “หมวกได้มาตรฐาน”

- ควรมีเครื่องหมาย **มอก.** เพื่อความมั่นใจด้านความปลอดภัย
- ประเภทหมวก
  - **เต็มใบ:** ปลอดภัยสูงสุด ปกป้องทั้งศีรษะและใบหน้า
  - **เปิดหน้า:** ใส่สบาย แต่ปกป้องน้อยกว่า
- เลือกสี **สดใส / สะท้อนแสง** มองเห็นได้ชัด



# แนวทางจัด “ธนาคารหมวกนิรภัย” ในสถานศึกษา

## แนวทางการจัดการ

- จัดระบบ **ยืม-คืน** มีทะเบียนและบันทึกชัดเจน
- ทำความสะอาดหมวก **สม่ำเสมอ** เพื่อสุขอนามัย
- จัดมุมหมวกในจุดที่หยิบใช้ง่าย (หน้าเข้า-ออก)
- ใช้แบบ **หมุนเวียน** เด็กโตส่งต่อรุ่นน้อง



## กิจกรรมส่งเสริมการใส่หมวก

- อบรมผู้ปกครอง เรื่องความสำคัญและการเลือกหมวก
- สอนเด็กใส่หมวก/ ล็อกสาย ผ่านการเล่นหรือเพลง
- กำหนดเขต **ใส่หมวก 100%** ในสถานศึกษา



## ภาพประกอบและโครงเรื่อง: นางสาวน้ำพร สามีภักดิ์

แรงบันดาลใจในการสร้างสรรค์ผลงาน: เริ่มต้นจากความห่วงใยในเรื่องความปลอดภัยบนท้องถนน สำหรับเด็ก ๆ ที่จะต้องเดินทางเป็นประจำทุกวัน การปลูกฝังวินัยจราจรจึงเป็นการสร้างจิตสำนึก ความรับผิดชอบ และการเคารพสิทธิของผู้อื่นบนท้องถนนด้วย

ผลงานนิทานเล่มนี้จึงมุ่งหวังให้เป็นเครื่องมือเล็กๆ ที่ช่วยจุดประกายให้เด็ก ๆ เรียนรู้ และปฏิบัติตามกฎจราจรอย่างถูกต้อง พร้อมทั้งเป็นแรงผลักดันให้เกิดสังคมที่ปลอดภัย น่าอยู่ และเต็มไปด้วยความเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่

## เนื้อเรื่องและคำกลอน: นายอลงกรณ์ จันทรเทียน

เป็นคนทำงานด้านสังคมที่ชอบเขียนบอกเล่าเรื่องราวต่าง ๆ รวมถึงยังเขียนเพลงและเขียนกลอนได้นิดหน่อย จึงอยากนำทักษะทางด้านภาษาที่พอมีบ้างเล็กน้อยนี้มาเขียนเป็นนิทานกลอน เพื่อให้ผู้อ่านสามารถอ่านได้ง่าย เด็ก ๆ ฟังแล้วเพลิดเพลินขึ้น หวังว่านิทานเรื่องนี้จะมีส่วนช่วยให้ทั้งเด็ก ๆ และทุกคนในสังคมไทยมีความปลอดภัยบนท้องถนนมากขึ้นนะคะ







**นิทานเรื่อง “หนูน้อยกับหมวกนิรภัย”**

จัดทำโดย

มูลนิธิสร้างเสริมองค์ความรู้ด้านสุขภาพ (สคส.)

86/58 ถนนนครอินทร์ ต.ตลาดขวัญ อ.เมือง จ.นนทบุรี 11000

สนับสนุนโดย

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

เรื่อง

นายอลงกรณ์ จันทรเทียรณ

ภาพ

นางสาวนาพร สามีภักดี

พิมพ์ที่

บริษัท ภาพพิมพ์ จำกัด

45/12-14, 33 หมู่ 4 ต.บางขุนน อ.บางกรวย จ.นนทบุรี 11130

พิมพ์ครั้งที่ 1

เมษายน 2569

ISBN

978-616-92306-9-4

รับฟังเพลงรณรงค์สวมหมวกนิรภัยได้ที่นี้



9 786169 230694 >