

NANMEEBOOKS ร่วมกับ กระทรวงเกษตรและสหกรณ์

เรียนรู้วิถีเกษตรกรรมอย่างสร้างสรรค์
ด้วยการอ่านและลงมือทำด้วยตนเอง



ปลาไน

สมหมาย เจนกิจการ และ ณัฐพงษ์ ปานขาว เรียบเรียง



ทวี วิพuthานุมาศ บรรณาธิการ สุทัศน์ ปาละมะ ภาพประกอบ



ปลาไน

สมหมาย เจนกิจการ และ ณัฐพงษ์ ปานขาว เรียบเรียง



ทวี วิพุทธานุมาศ บรรณาธิการ สุทัศน์ ปาละมะ ภาพประกอบ

ชุด เกษตรกรรมลองทำดู ปลานิล

สมหมาย เจนกิจการ และ ธีรพงษ์ ปานขาว เรียบเรียง
สุทัศน์ ปาละมะ ภาพประกอบ
เมทนี สุคนธรักษ์ ดร.โชคชัย เอกทัศนาวรรณ และ ฤทัย จงสฤษดิ์ บรรณาธิการที่ปรึกษา
ทวี วิทูษฐานุมาศ บรรณาธิการต้นฉบับ
พิมพ์ครั้งที่ 1 ตุลาคม 2559

ราคา 195 บาท

© ลิขสิทธิ์ 2559: บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด
สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์ (ฉบับเพิ่มเติม) พ.ศ. 2558

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

สมหมาย เจนกิจการ.

ปลานิล. -- (ชุด เกษตรกรรมลองทำดู). -- กรุงเทพฯ: นานมีบุ๊คส์, 2559.

52 หน้า.

1. ปลานิล. I. ธีรพงษ์ ปานขาว, ผู้แต่งร่วม. II. สุทัศน์ ปาละมะ, ผู้วาดภาพประกอบ. III. ชื่อเรื่อง.
639.3758

ISBN 978-616-04-3408-4

ประธานบริษัท สุวดี จงสถิตย์วัฒนา • กรรมการผู้จัดการ คิม จงสถิตย์วัฒนา • ผู้ช่วยกรรมการผู้จัดการ ราตรี สังสกฤษ
• ผู้จัดการสำนักพิมพ์ สุชาดา งามวัฒนจินดา • บรรณาธิการบริหาร สุภากรรัตน์ ภูไธรัตน์ • บรรณาธิการเล่ม มณีรัตน์ สกุลนิมิต
ชลธิชา ป้อมสุวรรณ • หัวหน้าพิสูจน์อักษร ดวงพร วิญญูธรรมรัตน์ • พิสูจน์อักษร รณชัย ทุมรัตน์ ภัทรวา ปุษะ • ที่ปรึกษา
ฝ่ายศิลปกรรม เบญจสิงห์ สมบุญ • ผู้จัดการกองศิลปกรรม กฤษดา เส่งสงค์ • ผู้ช่วยผู้จัดการกองศิลปกรรม สุนันท์ เพชรวาว
• กราฟิก จิตติมา ศรีตินทิพย์ • หัวหน้าประสานงานการผลิต จรัสศรี พรหมเทพ • ประสานงานการผลิต นัทรทิพย์ กลิลสิทธิ์

เพลตที่ NR फिल्म โทร. 0-2215-9306 พิมพ์ที่ พิมพ์ดี โทร. 0-2401-9401

จัดพิมพ์และจัดจำหน่ายโดย

 **NANMEEBOOKS**

บริษัท นานมีบุ๊คส์ จำกัด

เลขที่ 11 ซอยสุขุมวิท 31 (สวัสดี) ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

โทร. 0-2670-9800, 0-2662-3000 โทรสาร 0-2662-0919

e-mail: editorial@nanmeebooks.com • www.nanmeebooks.com • www.facebook.com/nanmeebooksfan

หนังสือเล่มนี้พิมพ์ด้วยหมึกธรรมชาติจากน้ำมันถั่วเหลือง จึงปลอดภัยต่อมนุษย์และเป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม

หากหนังสือเล่มนี้ผลิตไม่ได้มาตรฐาน สำนักพิมพ์ยินดีรับผิดชอบเปลี่ยนเล่มใหม่ให้ โดยไม่มีเงื่อนไขใดๆ ทั้งสิ้น
โปรดส่งไปเปลี่ยนตามที่อยู่บริษัท หรือติดต่อ Nanmeebooks Call Center โทร. 0-2662-3000 กด 1

คำนำสำนักพิมพ์

ใครเคยไปตลาดสดกับคุณพ่อคุณแม่บ้าง นอกจากเลือกซื้อผักผลไม้ ก็ซื้อ “ปลานิล” กลับมาทำอาหารด้วย รสชาติดีใช้ใหม่ล่ะ แล้วอยากลองเลี้ยงปลานิลไหม เพราะเลี้ยงง่าย โตเร็วจะได้มีปลาไว้กินเอง

นานมีบุ๊คส์จึงได้จัดทำหนังสือ ชุด **เกษตรกรรมลองทำดู: ปลานิล** เพื่อใช้เป็นหนังสืออ้างอิงสำหรับผู้สนใจเรื่องปลานิล และเป็นหนังสือที่ใช้ประกอบการเรียนการสอนกลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีได้เป็นอย่างดี โดยแบ่งเนื้อหาเป็น 3 ส่วน คือ ความรู้ทั่วไป ลองทำดู และเกร็ดความรู้เสริม

เนื้อหาส่วนความรู้ทั่วไป ผู้อ่านจะได้รู้จักประวัติการเลี้ยงปลานิลในประเทศไทย และรู้จักปลาที่มีลักษณะคล้ายกับปลานิล ส่วนลองทำดู แนะนำวิธีการเตรียมบ่อสำหรับเลี้ยง รวมทั้งการดูแลลูกปลานิล ส่วนเกร็ดความรู้เสริมจะได้เรียนรู้คุณค่าทางโภชนาการของปลานิล

นานมีบุ๊คส์มีความมุ่งมั่นผลิตหนังสือเพื่อช่วยส่งเสริมให้เยาวชนไทยเห็นความสำคัญของอาชีพเกษตรกร มีแนวทางในการประกอบอาชีพ รวมทั้งมีจิตใจที่รักธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม จึงหวังว่าหนังสือ “ปลานิล” เล่มนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้อ่านและสร้างแรงบันดาลใจในการประกอบอาชีพต่อไป

นานมีบุ๊คส์



ถึงครูและผู้ปกครอง

เริ่มต้นด้วยการอ่าน

หนังสือชุด **เกษตรกรรมลองทำดู** จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กและเยาวชนได้รู้จักผักผลไม้ ดอกไม้ และสัตว์ ซึ่งเป็นสินค้าเกษตรที่มีความสำคัญต่อเศรษฐกิจของประเทศไทย เนื้อหาในเล่มประกอบด้วย 3 ส่วน ซึ่งนำไปสู่การเรียนรู้เรื่องเกษตรกรรม โดยให้เด็กอ่านและลงมือทำด้วยตนเอง

ส่วนที่ 1 ความรู้ทั่วไป

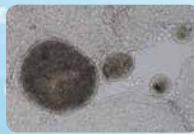
แนะนำให้รู้จักปลานิล เริ่มตั้งแต่ลักษณะทั่วไป แหล่งกำเนิด และพันธุ์ปลานิลที่เลี้ยงในประเทศไทย

เนื้อหาส่วนนี้ช่วยปูพื้นฐานให้เข้าใจธรรมชาติของปลานิล ซึ่งนำไปประยุกต์ใช้ในการเลี้ยงได้

สอดคล้องภาพจริง

โรคและศัตรูของปลานิล

เมื่อปลานิลอยู่ในสภาพแวดล้อมไม่เหมาะสม เช่น น้ำเน่า อุดหนืด น้ำจืด ศัตรูบนออกซิเจนในน้ำน้อย และปลานิลในบ่อหนาแน่นเกินไป สาเหตุเหล่านี้จะทำให้ปลานิลเครียด อ่อนแอ เสี่ยงเป็นโรค และโรคอาจแพร่ระบาดจนปลานิลตายทั้งบ่อ



ไข่ปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



โรคและศัตรูของปลานิล

สัตว์จากภายนอกที่สัมผัสกับตัว ปลานิลเป็นโรคจากเชื้อราและแบคทีเรีย หรือเกิดจากความเครียดจากน้ำเน่า



โรคและปรสิตของปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



โรคและศัตรูของปลานิล

เป็นโรคที่เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



ไข่ปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



ไข่ปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



ไข่ปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน



ไข่ปลานิล

เป็นปรสิตที่อาศัยเป็นจุดสีขาวขนาดเล็กตามปลายของเหงือกและตามลำตัว ปลานิลที่ติดเชื้อมีอาการคันและคันคัน

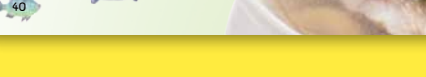
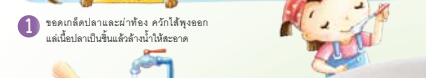
ต้มยำปลานิลรสแซ่บ

ต้มยำเป็นอาหารไทยรสจัดจ้านถึงใจใครๆ ต้องยกนิ้วให้ แม่ครัวชาวชาติต้องชอบชิม เราลองใช้เนื้อปลานิลนุ่มๆ ไร้กลิ่นมาทำต้มยำ ดูซิว่าต้มยำปลานิลจานนี้จะอร่อยแค่ไหน



เครื่องปรุง

- ปลานิล 1 ตัว
- ข่า 1 แขนง
- ตะไคร้ 1 แขนง
- ใบมะกรูด 5-6 ใบ
- พริกแกงเผ็ด 1 ช้อนโต๊ะ
- ใบโหระพา 1 ถ้วย
- น้ำมะนาว 1 ถ้วย
- เกลือ 1 ช้อนชา
- น้ำปลา 1 ช้อนชา



ปลานิลสด ๆ

สิ่งที่ตลาดจะรู้ได้อย่างไรว่าปลาตัวไหนสด เมื่อไม่ซ้ำ ไม่เป็นโรค
ล้าง และเก็บรักษาปลาจนนำไปปรุงอาหาร



ล้างปลาสดให้หมดควา



- 1 ผ่านตะแกรงแล้วล้างน้ำเกลือที่เนื้อปลา แล้วล้างให้สะอาด
- 2 ล้างปลาด้วยน้ำผสมเกลือ 1 ช้อนโต๊ะ
- 3 ล้างน้ำสะอาด แต่ต้องเปิดน้ำแรงๆ ให้ไหลผ่าน

การเก็บรักษา

- 1 เมื่อล้างปลาเสร็จแล้ว ให้ขยี้เกล็ดออกให้หมด



- 2 ต้มเกลือและน้ำร้อนจนเดือด แล้วนำปลาไปแช่จนหมดควา



47

ส่วนที่ 3 เกร็ดความรู้เสริม

สอดแทรกข้อมูลที่มีประโยชน์ เช่น คุณค่าทางโภชนาการ วิธีการเลือกซื้อ ปลานิลและการเก็บรักษา

เนื้อหาส่วนนี้ช่วยให้เด็ก ๆ เห็นความสำคัญและนำไปเชื่อมโยงกับการใช้ชีวิตประจำวันได้

เนื้อหาสั้น ๆ
อ่านเพลิน

อธิบายวิธีปฏิบัติ เป็นขั้นตอน



สานต่อด้วยการลงมือปฏิบัติ

ครูและผู้ปกครองควรอ่านหนังสือเล่มนี้ร่วมกับเด็ก เมื่ออ่านจบแล้วควรซักชวนและสนับสนุนให้เด็กลงมือเลี้ยงปลานิลด้วยตนเอง

หลังจากเลี้ยงปลานิลควรกระตุ้นให้เด็กสังเกตและจดบันทึกการเจริญเติบโตของปลานิล การสังเกตเป็นพื้นฐานสำคัญของการเลี้ยงสัตว์ เพราะช่วยให้รู้ว่าปลาสมบูรณ์ดีหรือไม่ หากมีปัญหาหรือโรคระบาด ก็จะแก้ไขได้ทัน

ผู้ปกครองควรส่งเสริมให้เด็กได้แปรรูปหรือทำอาหารจากปลานิล เพื่อให้เกิดความภูมิใจและเห็นประโยชน์ของการทำเกษตรกรรม ทั้งยังเป็นการเสริมสร้างความสัมพันธ์ภายในครอบครัวด้วยการทำกิจกรรมร่วมกัน

41

สารบัญ



ความรู้ทั่วไป

ในหลวงกับปลานิล.....	8
รู้จักปลานิล.....	10
ถิ่นกำเนิดของปลานิล.....	12
การเลี้ยงปลานิลในประเทศไทย.....	14
พันธุ์ปลานิลในประเทศไทย.....	16
รู้จักวงจรชีวิตปลานิล.....	18

ลองทำดู: เลี้ยง

เตรียมบ่อเลี้ยงปลานิล.....	20
ถึงเวลาเพาะพันธุ์ปลานิลแล้ว.....	22
การดูแลลูกปลานิล.....	24
ปลานิลแปลงเพศ.....	26
โรคและศัตรูของปลานิล.....	28
การป้องกันและรักษาโรค.....	30
วิดบ่อจับปลานิล.....	32
ปฏิทินการเลี้ยงปลานิล.....	34
ลองเลี้ยงปลานิล.....	36





ลองทำดู: ทำอาหาร

ปลานิลทอดราดพริกสามรส.....38

ต้มยำปลานิลรสแซ่บ.....40

ลองทำดู: แปรรูป

แหนมปลานิล.....42



เกร็ดความรู้เสริม

สารอาหารจากปลานิล.....44

เลือกซื้อปลานิลสด ๆ.....46

ความสำคัญทางเศรษฐกิจของปลานิล....48

การทำลูกบอลลี่เฒ๋ม.....50



ในหลวงกับปลานิล

เมื่อวันที่ 25 มีนาคม พ.ศ. 2508 สมเด็จพระจักรพรรดิอะกิฮิโตะแห่งประเทศญี่ปุ่น ทูลเกล้าฯ ถวายปลานิลจำนวน 50 ตัวแด่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว พระองค์ทรง พระกรุณาโปรดเกล้าฯ ให้เลี้ยงในบ่อดินบริเวณสวนจิตรลดา พระราชวังดุสิต เมื่อเลี้ยง ได้ประมาณ 5 เดือนพบว่ามิถุนายนปลานิลจำนวนมาก จึงรับสั่งให้เจ้าหน้าที่ชุดบ่อเพิ่ม และให้ นักวิชาการจากกรมประมงมาตรวจสอบทุกเดือน ต่อมาพระองค์พระราชทานปลานิลจำนวน 10,000 ตัวแก่กรมประมงและสถานีประมงทั่วประเทศรวม 15 แห่ง นำไปเพาะขยายพันธุ์เพื่อให้ชาวบ้านเลี้ยงเป็น อาชีพ นับเป็นพระมหากรุณาธิคุณของพสกนิกรชาวไทย

