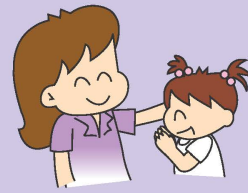
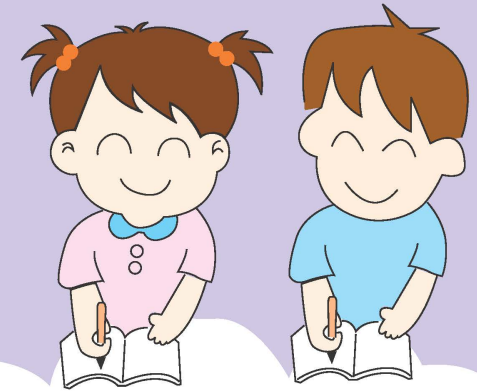


บันทึกเรื่อง-ง่าย

เพื่อคนพิการ



สอนอะไร
ได้บ้าง



ชื่อ.....นามสกุล.....
ชั้น.....เลขที่.....
โรงเรียน.....
อำเภอ.....จังหวัด.....

คำนิยาม

การออม นอกจากจะเป็นเครื่องมือสร้างภูมิคุ้มกันทางการเงินแล้วยังก่อให้เกิดวินัยกับผู้เก็บออมอย่างสม่ำเสมอ ที่สำคัญบันทึกการออมทำให้ผู้จดบันทึกได้เรียนรู้ตนเองเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมไปในทางที่ดีขึ้น ถือเป็นส่วนสำคัญในการประยุกต์ใช้เศรษฐกิจพอเพียง ธนาคารมีความยินดีเป็นอย่างยิ่งที่โรงเรียนโยธินบูรณะได้จัดทำบันทึกรับ-จ่ายเพื่อความพอเพียงขึ้น เพื่อใช้ในโรงเรียนและเผยแพร่ให้กับโรงเรียนในเครือข่ายต่อไป

Asmita ฐิตอาภรณ์

(กรรณิกา ฐิตอาภรณ์)

กรรมการผู้จัดการใหญ่

ธนาคารไทยพาณิชย์ จำกัด (มหาชน)

📌 **จุดหมาย** เพิ่มการออมเพื่อสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเอง

กลุ่มเป้าหมาย นักเรียน นิสิต นักศึกษา บุคคลทั่วไป

วิธีใช้

1. รู้จักครอบครัวและตัวเอง
2. กำหนดเป้าหมาย วัตถุประสงค์การออม
3. ตั้งปณิธาน ลด ละ เลิก เพื่อสร้างนิสัยประหยัด
4. ทำบันทึก รับ-จ่าย เป็นประจำด้วยความซื่อสัตย์
5. ทำบัญชีครบ 1 เดือนให้นำผลการออมไปลงในตารางสรุป
6. ตอบตนเองว่าออมได้ตามเป้าหมายหรือไม่ เพราะเหตุใด จึงเป็นเช่นนั้น

คำปรึกษา • อังศอร อภากร ณ อยุธยา • นงนัท สันติสุวรรณ

ผู้จัดทำ • ครูปริศนา ดันดีเจริญ โรงเรียนโยธินบูรณะ • ศศิณี ลิ้มพงษ์ ผู้จัดการโครงการเศรษฐกิจพอเพียง มูลนิธิสยามกัมมาจล

การพิมพ์ • ณัฐพร อุณหธรรม นักเรียนโรงเรียนโยธินบูรณะ

รู้จักเศรษฐกิจพอเพียง

เศรษฐกิจพอเพียง เป็นปรัชญาที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวพระราชทานแก่ปวงชนชาวไทยมากกว่า 30 ปี เพื่อให้เป็นหลักการ หลักคิด ในการดำเนินชีวิตโดยใช้สตินำ สรุปได้เป็น 3 ห่วง 2 เงื่อนไข ดังแผนภูมิ



คนที่ดำเนินชีวิตตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียงจึงเป็นคนดี และมีความรู้

การออม เป็นการเริ่มต้นของการรู้จักความพอประมาณ ด้วยการใช้จ่ายอย่างมีเหตุผล มีความระมัดระวัง มีสติรู้เท่าทันตนเอง นำไปสู่การมีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัว และพร้อมรับการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่จะเกิดขึ้นทั้งในปัจจุบันและอนาคต

การออม

การออมเงิน

การออมเงิน คือ การสะสมเงินที่ละเล็ก ที่ละน้อย ให้เพิ่มพูนขึ้นเมื่อเวลาผ่านไป

เงินมีหน้าที่หลักคือเป็นสื่อกลางการแลกเปลี่ยน ในอดีตมนุษย์ผลิตสิ่งของไว้กินไว้ใช้เอง ต่อมาเริ่มมีการแลกเปลี่ยนสิ่งของที่ผลิตได้มากกับสิ่งของที่ต้องการ มีการคิดค้นสิ่งที่ยาก เช่น เปลือกหอย และโลหะในรูปแบบต่างๆ นำมาเป็นสื่อกลางแลกเปลี่ยนสินค้า ที่รู้จักกันดี ในนามของ "เงิน" นั่นเอง

รูปแบบของเงินได้วิวัฒนาการมาเรื่อยๆ ปัจจุบันรูปแบบของเงินมีหลากหลาย อาทิ เหรียญ ธนบัตร บัตรพลาสติก ใบรับรองสิทธิการเป็นเจ้าของ ฯลฯ



วางแผนการออมด้วย 4 ขั้นตอน



นี่อันตรายนักไว้ใจ....

เงินเป็นเพียงเครื่องมือให้ได้มาซึ่งสิ่งจำเป็นทางวัตถุ เงินไม่ใช่คำตอบในทุกๆ เรื่อง ดังนั้นแล้วเราจึงควรเป็นนายของเงิน ไม่ใช่ทาสของเงิน



“ยิ่งออมยิ่งได้ ยิ่งได้ยิ่งมี”



ครอบครัว และตัวฉัน

รู้จักการใช้จ่ายของครอบครัว

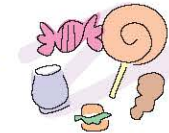
รายได้แต่ละเดือน.....บาท

รายจ่ายแต่ละเดือน.....บาท

ออม.....บาท



ฉันจะช่วยครอบครัวลดรายจ่ายอะไร ได้อะไรบ้าง



ฉันจะช่วยเพิ่มรายรับอะไรได้บ้าง



วัตถุประสงค์และเป้าหมายการออม

ฉันจะออมเพื่อ....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



เป้าหมายการออม



เป้าหมายต้องชัดเจนเป็นรูปธรรม วัดได้ ทำได้จริง มีกำหนดเวลาที่แน่นอน



การออมเงินของน้องโบโพธิ์

น้องกระปุก น้องโบโพธิ์ และน้องเด็กแนว ได้เรียนเรื่องการออม น้องกระปุกและน้องโบโพธิ์ จึงแบ่งเงินค่าขนมหยอดกระปุกออมสินไว้วันละ 5 บาท ครบ 1 ปีก็ได้เงิน 1,825 บาท น้องกระปุกหยอดเงินใส่กระปุกออมสินไปเรื่อยๆ เมื่อกระปุกออมสินเต็ม คุณพ่อซื้อให้ใหม่พอครบ 5 ปี มีเงินเก็บ 9,125 บาท

น้องโบโพธิ์ โชคดีที่คุณแม่ทำงานที่ธนาคาร แนะนำว่าเมื่อครบปีเปิดกระปุกดูมีเงิน 1,825 บาท มากแล้วให้นำไปฝากธนาคารดีกว่าจะได้ดอกเบี้ยตั้ง 10% ต่อปี ออๆ สิ้นปีที่ 2 จะได้ดอกเบี้ย 182.50 บาท น้องโบโพธิ์จึงนำเงินฝากทุกๆ ปี พอครบ 5 ปี มีเงินออม 11,141.81 บาท มากกว่าน้องกระปุก 2 พันกว่าบาท

ส่วนน้องเด็กแนวใช้จ่ายเพลินไม่สนใจอะไรทั้งสิ้น 5 ปีผ่านไปไม่มีเงินออมสักบาท พอเห็นน้องกระปุกมีเงินตั้ง 9 พันบาท และน้องโบโพธิ์ยิ่งมีมากถึงหลักหมื่นบาทจึงได้คิด และเริ่มเก็บออมบ้าง ในปีที่ 6 หลังจากเห็นตัวอย่างจึงนำเงินไปฝากธนาคารได้ดอกเบี้ยเหมือนน้องโบโพธิ์

เวลาผ่านไปอีก 10 ปี ในปีที่ 15 มาดูซิว่าเกิดอะไรขึ้น น้องกระปุกแม่เริ่มออมก่อนน้องเด็กแนว แต่การที่ไม่นำเงินไปฝากธนาคารเลยมีเงินน้อยที่สุด 27,375 บาท ส่วนน้องโบโพธิ์นั้นมีเงินมากที่สุด เพราะไม่ประมาทเริ่มเก็บออมแต่ต้นมือ แล้วยังฉลาดใช้เงินทำงานจึงมีเงินออมมากที่สุด มากกว่าเงินออมของน้องกระปุกและของน้องเด็กแนวรวมกันเสียอีก ตัวอย่างดังตารางการออมข้างล่าง

ปีที่	น้องกระปุก		น้องโบโพธิ์			น้องเด็กแนว		
	เงินต้น	เงินออม	เงินต้น	อัตราดอกเบี้ย	เงินออมพร้อมดอกเบี้ย	เงินต้น	อัตราดอกเบี้ย	เงินออมพร้อมดอกเบี้ย
1	1,825	1,825	1,825	10%	1,825.00			
2	1,825	3,650	1,825	10%	3,832.50			
3	1,825	5,475	1,825	10%	6,040.75			
4	1,825	7,300	1,825	10%	8,469.83			
5	1,825	9,125	1,825	10%	11,141.81			
6	1,825	10,950	1,825	10%	14,080.99	1,825	10%	1,825
7	1,825	12,775	1,825	10%	17,314.09	1,825	10%	3,832.50
8	1,825	14,600	1,825	10%	20,782.55	1,825	10%	6,040.75
9	1,825	16,425	1,825	10%	24,782.55	1,825	10%	8,469.83
10	1,825	18,250	1,825	10%	29,085.80	1,825	10%	11,141.81
11	1,825	20,075	1,825	10%	33,819.38	1,825	10%	14,080.99
12	1,825	21,900	1,825	10%	39,026.32	1,825	10%	17,314.09
13	1,825	23,725	1,825	10%	44,753.95	1,825	10%	20,870.50
14	1,825	25,550	1,825	10%	51,054.34	1,825	10%	24,782.55
15	1,825	27,375	1,825	10%	57,984.78	1,825	10%	29,085.80

หมายเหตุ : ปีแรกยังไม่ได้ออมเพราะฝากสิ้นปี ดอกเบี้ยอาจเปลี่ยนแปลงขึ้นลงได้ตามสถานการณ์



ตัวอย่างบัญชีรับ-จ่ายเพื่อความพอใจเพียง

วันที่	รายได้ประจำ (1)		รายได้จร (2)		รวมรายได้ (1) + (2) = (3)	รายจ่ายจำเป็น (4)					รายจ่ายไม่แน่ใจว่าจำเป็น (5)			รายจ่ายไม่จำเป็น (6)		
	ค่าขนม	ค่าเช่า	ค่าเช่าพิเศษ	วันเกิด		ค่าอาหาร	ค่าเดินทาง	ค่าหนังสือเรียน	ของขวัญเพื่อน	ค่าปากกา	ค่าน้ำ	เค็มเงินโทรศัพท์	ทำบุญ	ขนมชงแฉะ	เกมส์	
1	120		500		620	30	50			15	300		27			
2	120			1,000	1,120	35	50			15				30		
3	120				120	25	50			15						
4	120				120	40	50						15	30		
5	120				120	35	50	375					15			
6	120				120	85	20			25			15			
7	120				120				290		100	15				
8	120				120	25	50			15						
9	120				120	35	50			15			30			
10	120				120	40	50			15			27			
11	120				120	45	50									
12	120				120	25	50									
13	120				120	60	20			30		5	30			
14	120				120											
15	120				120	30	50						27			
16	120				120	40	50			15			15			
17	120				120	25	50			15			15			
18	120				120	35	50			15						
19	120				120	35	50			15			27			
20	120				120	75	20			15		20				
21	120				120											
22	120				120	30	50						27			
23	120				120	45	50			15						
24	120				120	25	50			15						
25	120				120	25	50			15			15	30		
26	120				120	30	50							30		
27	120				120					30						
28	120				120								27			
29	120				120	50	50			15		10	27			
30	120				120	25	50			15				30		
31	120				120	30	50									
รวม	3,720		500	1,000	5,220	980	1,210	375	0	290	325	300	135	294	240	



รายจ่ายแอบแฝง (7)			รวมรายจ่าย (4)+(5)+(6) = (8)		คงเหลือ (3)-(8)	
ดูหนังกับคุณพ่อ	ทานข้าวกับที่บ้าน					
			422	198	198	
			130	990	1,188	
			50	30	1,218	
			135	-15	1,203	
			475	-355	848	
			145	-25	823	
360	500		405	-285	538	
			90	30	568	
			130	-10	558	
			132	-12	546	
			95	25	571	
			75	45	616	
			145	-25	591	
			0	120	711	
			107	13	724	
			120	0	724	
			135	-15	709	
			100	20	729	
			127	-7	722	
			130	-10	712	
	700		0	120	832	
			107	13	845	
			110	10	855	
			90	30	885	
			135	15	870	
			110	10	880	
360	900		30	90	970	
			27	93	1,063	
			152	-32	1,031	
			120	0	1,031	
			80	40	1,071	
รวม	720	2,100	4,149	1,071		

วิเคราะห์รายรับ-จ่าย

ถ้ารายรับมากกว่ารายจ่าย มีเงินออม
ถ้ามีเงินออมถือเป็นการสร้างภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเอง
ถ้ามีภูมิคุ้มกันที่ดีในตัวเองทำให้พร้อมรับ
การเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต

วิเคราะห์ ลด ละ เลิก ใช้จ่ายอะไรบ้าง.....

- ลด การเล่นเกมคอมพิวเตอร์
- ละ การซื้อซีดีให้เหลือเดือนละ 1 แผ่น
- เลิก ระบายมุข หรือซื้อสิ่งของฟุ่มเฟือย ไม่จำเป็น

บอกเล่าแก้ววิเศษ

- รายได้ประจำ คือ รายได้ที่ได้รับอย่างสม่ำเสมอ อาทิ ค่าขนม เงินได้จากงานประจำ
- รายได้จร คือ รายได้ที่เกิดขึ้นชั่วคราว เช่น ค่าจ้าง จากงานพิเศษ ของขวัญ เงินรางวัล ฯลฯ
- รวมรายได้ คือ รายได้ประจำรวมกับรายได้จร
- รายจ่ายจำเป็น ควรเรียงลำดับจากจำเป็นมากไปหาน้อย
- รายจ่ายที่ไม่แน่ใจว่าจำเป็น อาจปรับเปลี่ยนเป็นรายจ่ายที่จำเป็นหรือไม่ก็ได้
- รายจ่ายไม่จำเป็น คือ จ่ายซื้อสิ่งของฟุ่มเฟือย
- รายจ่ายแอบแฝง คือ รายจ่ายที่ผู้อื่นจ่ายแทนให้ แม้ไม่ใช่เงินของเรา ก็ควรตระหนักว่ามีรายจ่ายส่วนนี้ แต่ไม่ต้องนำไปรวมกับรายจ่ายอื่นๆ เพราะผู้ออมไม่ได้จ่ายเอง
- รวมรายจ่าย คือ ผลรวมของรายการ (4)+(5)+(6)



บัญชีรับ-จ่ายเพื่อความพอใจของประจำเดือน.....

วันที่	รายได้ประจำ	รายได้จร	รวมรายได้ (1) + (2) = (3)	รายจ่ายจำเป็น			รายจ่ายไม่แน่ใจว่าจำเป็น			รายจ่ายไม่จำเป็น			รายจ่ายแอบแฝง			รวมรายจ่าย (4)+(5)+(6) = (8)	คงเหลือ (3)-(8)	เงินออมสะสมประจำเดือน
	(1)	(2)		(4)			(5)			(6)			(7)					
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		
14																		
15																		
16																		
17																		
18																		
19																		
20																		
21																		
22																		
23																		
24																		
25																		
26																		
27																		
28																		
29																		
30																		
31																		
รวม																		

วิเคราะห์ ลด ละ เลิก

ลด

ละ

เลิก

การออมเดือนนี้

- ออมได้ตามที่ตั้งใจ
- ออมได้น้อยกว่าที่ตั้งใจเหตุผลเพราะ

.....

.....

คุณธรรมที่ใช้ในการออมประจำเดือนนี้

.....

.....

คุณธรรมที่ได้จากการออม

.....

.....

สรุปรายรับ - จ่าย/รายปี 255...

เดือน	รายรับ			รายจ่าย (2)					รวม ๒๕๕(๑) - ๒๕๕(๒)
	ประจำ	จก	รวม	จำเป็น	ไม่จำเป็น	ไม่จำเป็น	แยกต่าง	รวม*	
มกราคม									
กุมภาพันธ์									
มีนาคม									
เมษายน									
พฤษภาคม									
มิถุนายน									
กรกฎาคม									
สิงหาคม									
กันยายน									
ตุลาคม									
พฤศจิกายน									
ธันวาคม									
รวม									

*รวมรวมจ่าย = รวมจ่ายจำเป็น + ไม่จำเป็น + ไม่จำเป็น ไม่รวมรวมจ่ายแยกต่างหาก (ใช้สำหรับรายจ่ายที่เข้าบัญชีอื่นที่รายจ่ายนั้นมีบัญชีไว้ หรือไม่เข้าบัญชีอะไรเลย)

ฉันสามารถลดรายจ่าย

- ได้ตามเป้าหมาย
- ไม่ได้ตามเป้าหมาย

เหตุผลเพราะ

.....

.....

.....

.....

.....

.....



เขียนเล่าการใช้..... ในแต่ละวัน

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

สมเด็จพระปรมัย ธิราช บรมนารถ บรมบพิตร
 "ความรู้จักพอ เป็นทรัพย์อย่างหนึ่ง"
 Contentment is the greatest Wealth

ฉบับแก้ไข ๒๕๕๖/๒๕๕๗ ของกรม การบัญชีไทย
 จาก คำสอนของเจ้าฟ้าเพชรรัตนราชสุดา สิริโสภาพัฒนา