

ประโยชน์ของกล้วย

- ✓ ลดความเสี่ยงต่อการเป็นโรคหลอดเลือดสมอง
- ✓ ลดความเสี่ยงต่อโรคความดันโลหิตสูง
- ✓ กระตุ้นความตื่นตัวให้กับสมอง
- ✓ ลดอาการของโรคโลหิตจาง
- ✓ ช่วยแก้ปัญหาโรคท้องผูก
- ✓ ช่วยย่อยอาหาร
- ✓ ชะลอความแก่ ปกป้องกันมะเร็ง
- ✓ ช่วยลดอาการซึมเศร้า



การแปรรูป



กล้วยฉาบ



กล้วยตาก



กล้วยบวชชี



กล้วยตาก



กล้วยปิ้ง
ราดน้ำกะทิ



กล้วยอบกรอบ

Banana



ผลิตจากสวนกล้วย
โรงเรียนนิคมสงเคราะห์ ๒



แหล่งเรียนรู้
ตามหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง

สวนกล้วย

โรงเรียนนิคมสงเคราะห์ ๒
ตำบลผ่านศึก อำเภอรัญประเทศ
จังหวัดสระแก้ว

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสระแก้ว เขต 2

nikomm2@gmail.com





วิธีปลูกกล้วย



วิธีดูแลรักษา

BANANA FARM



ขั้นตอนการปลูกกล้วย เริ่มด้วยการขุดหลุมกว้าง 50 เซนติเมตร ยาว 50 เซนติเมตร แล้วนำดิน ตากแดดไว้สัก 1 สัปดาห์ จากนั้นค่อยใส่กลับลงไป ในหลุม พร้อมผสมปุ๋ยคอกหรือปุ๋ยหมักให้สูงบูน ขึ้นมา 20 เซนติเมตร เสร็จแล้ววางหน่อกล้วยลงไป กลางหลุม เอาดินกลบ รดน้ำ และกดให้แน่น

ORGANIC



กล้วยเป็นพืชที่ทนแดดทนแล้งได้ค่อนข้างดี สามารถ ปลูกกลางแจ้งได้สบาย ส่วนน้ำให้รดทุกวัน แต่ระวังอย่า ให้น้ำแฉะหรือน้ำขัง สำหรับปุ๋ยให้ใส่ทั้งปุ๋ยคอกหรือปุ๋ย หมักและปุ๋ยเคมี โดยช่วงแรกควรให้ปุ๋ยที่มีไนโตรเจน เยอะ ส่วนปุ๋ยยูเรียให้เดือนละครั้ง

เรื่องน่ารู้ของกล้วย (BANANA)

มีชื่อวิทยาศาสตร์ว่า *Musa sapientum* Linn. เป็นผลไม้ยอดนิยมของคนไทย และเป็นพืชเศรษฐกิจของประเทศ ถิ่นกำเนิดอยู่ในแถบเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ เช่น ไทย ลาว พม่า เวียดนาม มาเลเซีย และอินโดนีเซีย มีวิวัฒนาการมานานถึง 50 ล้านปีแล้ว ปัจจุบันแพร่กระจายไปทั่วโลก โดยประเทศอินเดียได้ชื่อว่าเป็นประเทศที่ปลูกกล้วยมากที่สุดในโลก!



อย่าลืมปล่อยให้ยอดหน่อโผล่สูงกว่าหน้าดิน ประมาณ 10 เซนติเมตร และเว้นระยะปลูกอย่าให้ ใกล้กันมากเกินไป เนื่องจากใบกล้วยค่อนข้าง ใหญ่ อาจส่งผลให้ช่อกับจนได้รับแสงแดดไม่ เพียงพอและดูแลลำบากได้ โดยกล้วยจะเริ่ม ออกดอกและให้ผลแตกต่างกันไปตามสายพันธุ์ ซึ่งจะเริ่มต้นที่ประมาณ 5-6 เดือนเป็นต้นไป



นอกจากนี้อย่าลืมทำที่ค้ำยันในกรณีที่ดินมีขนาดเล็กแต่ผลใหญ่ด้วย ไมเช่นนั้นอาจจะทำให้เกิด ความเสียหายได้ อ้อ แล้วอย่าลืมหมั่นตัดหน่อที่ แตกออกมาให้เหลือแค่ 1-2 หน่อ พร้อมทั้งตัดใบ ที่แห้งออก เพื่อไม่ให้เป็นแหล่งสะสมเชื้อโรคและ ไม่ให้แย่งอาหารจากต้นแม่ด้วย

