

การใช้ประโยชน์ด้านพืชอาหารจากป่าชุมชน ป่าชายเลนบ้านเปร็ดใน จังหวัดตราด



ส่วนพัฒนานวนศาสตร์ชุมชน
สำนักจัดการป่าชุมชน
กรมป่าไม้



คำนำ

ปัจจุบันทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อมถือว่าเป็นสิ่งสำคัญมาก เพราะมนุษย์ทุกคนต้องอาศัยทรัพยากรเหล่านี้ในการดำรงชีวิต ซึ่งหนึ่งในนั้นคือ “ทรัพยากรป่าไม้” มนุษย์ได้ใช้ประโยชน์จากป่ามาเป็นเวลานานสืบทอดต่อๆ กันมา หลายชั่วอายุคน เช่นที่อยู่อาศัย สมุนไพรรักษาโรค พืชอาหาร โดยอาศัยภูมิปัญญา



ท้องถิ่น ซึ่งถือว่าเป็นความสามารถที่เกิดขึ้น โดยการสังเกต ทดลอง จนทำให้เกิดความรู้โดยมีป่าชุมชนเป็นแหล่งวัตถุดิบ และแหล่งการเรียนรู้ จนทำให้เกิดเป็นรูปธรรมสามารถนำไปอุปโภค และบริโภค หรือสร้างรายได้ตลอดจนแสดงถึงความเป็นเอกลักษณ์ของแต่ละท้องถิ่นนั้น เช่น ป่าชุมชนป่า

ชายเลนบ้านเปรี๊ดใน อำเภอเมือง จังหวัดตราด เป็นป่าชุมชนที่ยังคงสภาพอุดมสมบูรณ์ มีพันธุ์ไม้ต่างๆ เช่นไม้สกุลโกงกาง ไม้สกุลแสม ไม้สกุลโปรง เป็นต้น

ซึ่งจากป่าที่เต็มไปด้วยพันธุ์ไม้นานาชนิดก่อให้เกิด พืชอาหาร ที่ใช้ในการรับประทานโดยใช้ส่วนต่างๆ เช่น ดอก ยอดอ่อน ฝัก และ ลำต้น ไปประกอบอาหาร คาว หวาน ซึ่งเป็นการช่วยลดรายจ่ายประจำวันในครัวเรือน เพราะไม่ต้องเสียเงินซื้อ อีกทั้งเป็นการใช้ประโยชน์จากป่าชุมชนของราษฎรเอง โดยตรง ซึ่งได้ช่วยกันดูแลรักษาไว้ อีกด้วย

สารบัญ

	หน้า
พืชอาหารในป่าชายเลนป่าชุมชนบ้านเป็ดไทร	
• โกงกางใบเล็ก	1
• โกงกางใบใหญ่	3
• ขลุ่	6
• จาก	8
• เบญจมาศน้ำเค็ม	10
• ประทะเล	11
• ประหนุ	13
• ปอทะเล	14
• เป็งทะเล	16
• โปรงแดง	18
• ฝาดดอกขาว	19
• ฝาดดอกแดง	20
• พังกาหัวสุมดอกแดง	22
• ลำแพน	23
• หวาขลิ้ง	24