

# SAHA LIFE

Jan - Mar 2024

Happy  
New Year

2024

สพประกันชีวิต สวัสดิ์ปีใหม่



สพประกันชีวิต  
SAHA LIFE INSURANCE



# หลักประกัน...

# เพื่อคุณและครอบครัว

โครงการประกันชีวิตคุ้มครองสินเชื่อ **เพื่อสมาชิกสหกรณ์**



**คุ้มครอง**

ชีวิตและคุณภาพ



**ชำระเบี้ยประกันภัย**

เพียงครั้งเดียว



**ปิดเงินกู้**

ไม่เป็นการผู้ค้าประกัน



**เหลือเป็นมรดก**

ให้ครอบครัวและคนที่รัก



ติดต่อตัวแทนประกันชีวิต และปรึกษาข้อมูลกรมธรรม์

โทร. 0-2379-5099



[www.sahalife.co.th](http://www.sahalife.co.th)

สหกรณ์ชีวิต

@Sahalife



สวัสดีผู้อ่านที่เคารพทุกท่านขอต้อนรับสู่ **วารสาร Saha Life** ฉบับประจำเดือน มกราคม-มีนาคม 2567 เชื่อว่าหลายท่านที่ได้เปิดอ่านวารสารฉบับนี้คงเพิ่งผ่านพ้นกับการเฉลิมฉลองในเทศกาลปีใหม่ 2567 กันมาหมาด ๆ แน่หนอนว่าทุกงานเลี้ยงย่อมมีวันเลิกราและช่วงเวลาแห่งความสุขมักผ่านไปเร็วเสมอ จากนั้นไป ถึงเวลาที่เรากำลังต้องกลับมาตั้งหน้าตั้งตาทำงานหารายได้ เพื่อสร้างอนาคตที่มั่นคงให้กับตัวเอง ครอบครัวและคนที่รักกันไป

อย่างที่ทราบกันดีในปี พ.ศ.2567 ตรงกับปีนักษัตร **“มะโรงทอง หรือมังกรทอง”** โดยตามปฏิทินจีนโบราณ ตรงกับวันเสาร์ที่ 10 กุมภาพันธ์ 2567 สำหรับปฏิทินไทย ตรงกับวันอังคารที่ 9 เมษายน 2567 (ขึ้น 1 ค่ำ เดือน 5) ทั้งนี้วันที่เริ่มต้นและสิ้นสุดรอบปีนักษัตรจะไม่เหมือนกัน เนื่องจากการนับรอบวันของปฏิทินจีนกับปฏิทินไทยต่างกันนั่นเอง

โดยในปี 2567 ถือเป็นโอกาสดีสำหรับผู้อ่านท่านใดที่อยากมีทายาทในปีนี้อย่างมีความสุข เนื่องจากตามความเชื่อของชาวจีนโบราณกล่าวว่า **“ปีมังกรทอง”** ถือเป็นปีนักษัตรที่มงคลที่สุดในทุก ๆ ด้านของชีวิต ทั้งหน้าที่การงาน ทรัพย์สินสมบัติ สุขภาพ ครอบครัว และความรัก พ่อแม่ส่วนใหญ่จึงมักเตรียมตัวมีลูกหรือคลอดลูกตามปฏิทินที่ตรงกับปีมังกรทอง อย่างไรก็ตามเมื่อมีสิ่งดีก็ย่อมมีสิ่งที่ไม่ดีหรือความกังวลเช่นกันอย่าง **“ปีชง”** ซึ่งในปีนี้ตรงกับผู้ที่เกิดในปีนักษัตร จอ ชง 100% รวมถึงผู้ที่เกิดในปีนักษัตร มะโรง ฉลู และมะแม จะเป็นปีชงร่วม

ทั้งนี้ทั้งหมดเป็นเพียงความเชื่อที่สืบทอดต่อกันมา ทางผู้จัดทำเชื่อว่าการคิดดี ทำดี ต่อบุพการีตนเองและผู้อื่นตลอดจนการมีน้ำใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ให้กับคนรอบข้างอยู่เสมอ ย่อมส่งผลดีต่อชีวิตของเราไม่ทางใดก็ทางหนึ่งอย่างแน่นอน ซึ่งตลอดปีที่ผ่านมา บริษัทได้มีการนำเสนอข่าวสารและกิจกรรมให้สมาชิกได้รับทราบตลอดมา และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับการสนับสนุนจากทุกท่านเช่นนี้ตลอดไป

**“สหปรังกันชีวิต สวัสดีปีใหม่ครับ”**



## เนื้อหาสำคัญ (Contents)

	หน้า
• เรื่องจากปก	4-7
• Saha Life News	8-11
• Saha Life Training	12
• Saha Life Care เพราะเราห่วงใยคุณ	13
• Saha Lifestyle	14
• Saha Life Q&A ทุกคำถามบริการ เรามีคำตอบ	15

วารสาร Saha Life เป็นวารสารราย 3 เดือนเท่านั้น บทความและรูปภาพในวารสารสงวนสิทธิ์ตามกฎหมาย การนำบทความหรือรูปภาพในวารสารไปเผยแพร่ ต้องได้รับอนุญาตเป็นลายลักษณ์อักษรจากบริษัทเท่านั้น

กองบรรณาธิการ : ส่วนสื่อสารองค์กร สำนักสื่อสารองค์กร โทร. 0-2379-5099 ต่อ 2404, 2405, 2406



# สหประกันชีวิต

## ผู้นำด้านธุรกิจประกันชีวิตในสหกรณ์



ตลอดปี 2566 บริษัท สหประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) ยังคงตอกย้ำการเป็นผู้นำด้านธุรกิจประกันชีวิตในสหกรณ์จากการได้รับความไว้วางใจให้เป็นหนึ่งในสวัสดิการที่สำคัญของสหกรณ์ชั้นนำทั่วประเทศอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้บริษัทมีความมั่นคงและเติบโตขึ้นเป็นลำดับ

พร้อมกันนี้ยังคงคืนกำไรกลับสู่สหกรณ์ผู้ถือหุ้น สหกรณ์ผู้ให้บริการ ทั้งในรูปแบบของเงินปันผล ตลอดจนการร่วมสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ อันเป็นประโยชน์ต่อสหกรณ์และสมาชิกทุกด้าน เช่น งานประชุมใหญ่สามัญประจำปี โครงการอบรมสัมมนาให้ความรู้ รวมถึงการมอบทุนการศึกษาให้แก่บุตรสมาชิกสหกรณ์

โดยมีตัวอย่างกิจกรรมที่ทางบริษัทฯ ได้เข้าร่วมสนับสนุนตลอดปี 2566 ดังนี้

### งานประชุมใหญ่สามัญประจำปีของสหกรณ์





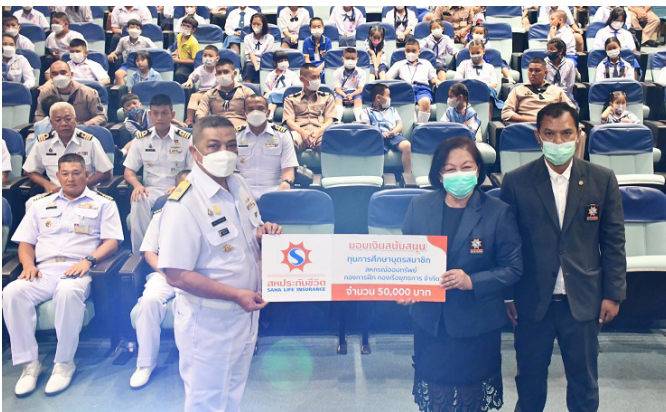




# โครงการอบรมสัมมนาให้ความรู้



# มอบทุนการศึกษาให้แก่บุตรสมาชิกสหกรณ์





## การมอบสินไหมทดแทน



## ลงนามบันทึกความเข้าใจ (MOU) อองครักษ์ เครือข่าย ภาคี







## สหประกันชีวิต สวัสดิ์ปีใหม่ 2567

แทนคำขอบคุณ ที่ให้การสนับสนุน  
กิจการของบริษัท ด้วยดีเสมอมา



สำนักงานคณะกรรมการกำกับและส่งเสริมการประกอบธุรกิจประกันภัย



สมาคมประกันชีวิตไทย





กรมส่งเสริมสหกรณ์



กรมตรวจบัญชีสหกรณ์



สันนิบาตสหกรณ์แห่งประเทศไทย





ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร



สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการกระทรวงศึกษาธิการ จำกัด



ชุมนุมสหกรณ์ออมทรัพย์แห่งประเทศไทย จำกัด



ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์กรมประชาสัมพันธ์ จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์พนักงานบริษัทการบินไทย จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์โรงพยาบาลตำรวจ จำกัด





สหกรณ์ออมทรัพย์การตรวจเงินแผ่นดิน จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์ข้าราชการสำนักงานอัยการสูงสุด จำกัด



สหกรณ์เครดิตยูเนียนคลองจั่น จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์ฐานทัพเรือสัตหีบ จำกัด



สหกรณ์การเกษตรเมืองสงขลา จำกัด



สหกรณ์ออมทรัพย์ตำรวจตระเวนชายแดนที่ 31 จำกัด



สหกรณ์การเกษตรทางดง จำกัด



สหกรณ์การเกษตรเมืองสกลนคร จำกัด





## 4 เหตุผล ที่คนเราต้องทำประกัน และตัดสินใจทำกันที

หลายคนมักมีคำถามว่า “**ทำไมต้องทำประกัน**” ต้องจ่ายเบี้ยแพง ๆ ให้เปลืองเงิน ไม่คุ้ม เสียเวลา ลงทุนอย่างอื่นดีกว่า ฯลฯ แต่ถ้าเราลองมองกลับกัน เมื่อเราต้องเจอกับอุบัติเหตุ หรือ โรคร้ายไข้เจ็บ จนทำให้บาดเจ็บเสียชีวิต หรือแม้แต่การมีชีวิตที่ยืนยาว ค่าใช้จ่าย ภาระหนี้สิน การเลี้ยงดูบุตร คุณพ่อคุณแม่ การดำเนินธุรกิจ ใครจะรับผิดชอบ ยิ่งถ้าคุณเป็นเสาหลักของครอบครัวด้วยแล้ว คนข้างหลังจะอยู่อย่างไร ? จะใช้ชีวิตต่อได้ไหม ? พวกเขาจะไปถึงเป้าหมายที่คุณเคยตั้งไว้หรือไม่ คุณเคยลองคิดถึงสิ่งเหล่านี้ไหม **“พู่นึกกับชาติหน้าไม่รู้จะอะไรจะมาก่อนกัน”** เราลองมาดู 4 เหตุผลที่คนเราต้องทำประกัน เพื่อช่วยให้คุณตัดสินใจซื้อประกันในทันที !!

### 1. อุบัติเหตุเกิดขึ้นได้ แม้คุณไม่ประมาท พลาดพลั้งเรายังรักษา —— “เจ็บช่วย”

ไม่มีใครรู้หรือคาดคิดว่าวันพรุ่งนี้จะเกิดอะไรขึ้นบ้าง อุบัติเหตุอาจเกิดขึ้นได้ทุกเมื่อไหนจะค่ายา ค่ารักษาพยาบาล ค่าสูญเสียรายได้ บางครั้งการสูญเสียชีวิตอาจจะดีกว่า สูญเสียแขนขา สูญเสียความสามารถในการทำงานเสียอีก เพราะสิ่งนี้นั้นจะกัดกินทุกสิ่งทุกอย่างที่ครอบครัวเคยมี ไม่ว่าจะเงินทอง ทรัพย์สิน การกู้หนี้ยืมสินเพื่อมาเป็นค่ารักษา และที่สำคัญมันจะกัดกินความสุขของครอบครัวไปทั้งหมด จะดีกว่าไหม ? ถ้าเราทำประกันอุบัติเหตุไว้ เพราะถ้าเกิดเหตุบาดเจ็บขึ้นประกันก็จะมาช่วยเรื่องค่าใช้จ่ายต่าง ๆ ให้

### 2. คุณจะได้รับสวัสดิการด้านสุขภาพอย่างเพียงพอและทันท่วงที —— “ป่วยให้”

หลายคนยังตัดสินใจไม่ได้ว่าควรทำประกันสุขภาพดีหรือไม่ สุดท้ายแล้วก็ได้ไม่ได้ทำประกันอะไรได้เลย เมื่อเกิดเหตุฉุกเฉินเจ็บป่วยกะทันหัน หนักซ้ำยังเป็นโรคร้ายแรง ใครละจะมาดูแล เวลาเจ็บป่วยเราก็มักจะไม่กล้าไปโรงพยาบาล เราไม่ได้กลัวหมอ หรือกลัวเข็ม แต่กลัวค่ารักษา **“หมอรักษาเราด้วยยา แต่ฆ่าเราด้วยใบเสร็จ”** คำพูดนี้ไม่เกินเลยไปจริง ๆ ยากดีมีเงินเมื่อเจ็บป่วยต้องได้รับการรักษาที่ดี ถ้าตัวเรา ลูก พ่อแม่ หรือคนที่เรารักเจ็บป่วย ชีวิตระหว่างความเป็นกับความตายต้อง **“ได้รับการรักษาอย่างเพียงพอ และทันท่วงที”** ถ้าเราทำประกันไว้ก็จะได้รับการรักษาและบริการทันที

### 3. เป็นมรดกให้กับคนที่เรารักและคนในครอบครัว —— “ตายจ่าย”

**“วันเกิดเรารู้ วันที่เราจะไม่มีใครบอก”** หากเกิดเหตุไม่คาดฝันขึ้นกับคุณ **“ครอบครัวคุณเกิดความสูญเสีย แต่ครอบครัวคุณจะไม่เสียศูนย์”** อย่างน้อยคนข้างหลังก็จะมีเงินเอาไว้ใช้จ่ายในครอบครัว ชดใช้หนี้สิน ทำให้ชีวิตดำเนินต่อไปได้แม้ไม่มีเรา หรือจะเป็นทุนเพื่อการศึกษาให้ลูก ซึ่งส่วนที่เหลือก็จะกลายเป็นมรดกให้ลูกหลาน เป็นอนุสาวรีย์แห่งความสำเร็จให้กับวงศ์ตระกูล หากเราจากไปก่อนวัยอันควร

### 4. กองทุนเพื่อการเกษียณให้กับตนเอง —— “สบายคืน”

บางคนก็รักคนอื่นจนลืมรักตัวเอง ทำทุกอย่างเพื่อคนอื่น จนลืมทำเพื่อตัวเอง แต่ประกันชีวิตกลับเป็นมากกว่าที่คุณคิด สมมุติเนครีบว่าเราทำประกันเพื่อเป็นทุนการศึกษาให้ลูก ถ้าเราโชคริ ลูกเรียนเก่ง ประสบความสำเร็จในชีวิต เมื่อครบสัญญาตามกรมธรรม์ เงินจำนวนนี้ก็จะกลับมาเป็นกองทุนการเกษียณให้กับตัวเราเอง และทำให้เรา **“เป็นคนแก่ที่อยู่อย่างมีคุณค่า เป็นคนชราที่อยู่อย่างมีความสุข”** ลูกหลานก็อยากที่จะดูแล เราก็กภาคภูมิใจ เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรให้ครอบครัว

ทำไว้เถอะครับ เหตุการณ์ทั้ง 4 นี้ “จะเกิดขึ้นอย่างแน่นอน แต่จะเกิดขึ้นเมื่อไหร่ ไม่แน่นอน” ไม่ว่าจะบาดเจ็บจากอุบัติเหตุ เจ็บป่วยด้วยโรคร้ายแรง จากไปก่อนวัยอันควร หรือแม้แต่มีชีวิตที่ยืนยาวเกินไป ปัญหาเหล่านี้ จะทุเลาเบาบางไปด้วยความคุ้มครองของประกันชีวิต และนี่คือ 4 เหตุผลที่จะช่วยให้คุณตัดสินใจในการซื้อประกันชีวิต **“เจ็บช่วย ป่วยให้ตายจ่าย สบายคืน” ประกันทำวันไหน ๆ ก็ได้ แต่ทำวันนี้ ดีที่สุด...เพราะพรุ่งนี้อาจไม่มีอยู่จริง!!**



## วิธีป้องกันลูกรักจากอันตราย ฝุ่นร้าย PM2.5



ช่วงที่ผ่านมาหากใครได้ติดตามข่าวสารจะรู้ว่าสถานการณ์ฝุ่นพิษ PM 2.5 ในบ้านเราได้กลับมาอยู่ในระดับที่น่าเป็นห่วงอีกครั้งในหลายพื้นที่ทั่วประเทศ

อย่างที่ทราบกันดี PM 2.5 มีผลกระทบต่อสุขภาพร่างกายของเราทั้งในระยะสั้นและระยะยาว โดยเฉพาะกับผู้ที่อยู่ในกลุ่มเสี่ยงหรือกลุ่มเปราะบางอย่าง เด็กเล็ก ผู้สูงอายุ หรือผู้ที่มีโรคประจำตัว อาจส่งผลร้ายรุนแรงกว่าที่คิด ยิ่งในเด็กเล็กนอกจากจะส่งผลกระทบต่อระบบภูมิคุ้มกันในร่างกายแล้ว **อาจรุนแรงถึงขั้นทำให้สมองมีพัฒนาการช้าหรือเสียหายถาวร** ได้เลยทีเดียว

ด้วยเหตุนี้ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข ได้ออกมาแนะนำวิธีปกป้องลูกรักจากฝุ่นร้าย และแนวทางหลีกเลี่ยงอันตรายจากฝุ่น PM 2.5 ไว้ดังนี้

1. หลีกเลี่ยงการทำกิจกรรมนอกบ้าน และไม่เข้าไปในพื้นที่ที่มีค่าฝุ่น PM 2.5 สูง เกินกว่าระดับมาตรฐาน
2. ขณะอยู่ในบ้านควรปิดประตูหน้าต่างให้สนิท และเปิดเครื่องฟอกอากาศที่มีแผ่นกรองแบบ HEPA ซึ่งช่วยลดปริมาณฝุ่น PM 2.5 ลงได้
3. หากจำเป็นต้องออกจากบ้านในวันที่ค่าฝุ่นเกินมาตรฐาน ต้องสวมหน้ากากชนิด N95 (สำหรับเด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป ส่วนทารกหรือเด็กเล็กไม่แนะนำให้เดินทางออกนอกบ้าน)
4. ล้างจมูกด้วยน้ำเกลือเป็นประจำ จะช่วยให้หายใจได้โล่งขึ้น
5. สำหรับเด็กอายุ 6 เดือนขึ้นไป ควรดื่มน้ำสะอาดให้เพียงพอ
6. ควรเช็ดทำความสะอาดบ้านและเฟอร์นิเจอร์ต่าง ๆ ด้วยผ้าชุบน้ำบิดหมาด ๆ เป็นประจำ เพื่อลดการสะสมของฝุ่นละอองขนาดเล็กภายในบ้าน
7. การปลูกต้นไม้ใหญ่ไว้รอบบ้าน และวางกระถางต้นไม้ฟอกอากาศ เช่น ลิ้นมังกร กวักมรกต เฟิร์น ว่านหางจระเข้ ไว้ภายในบ้าน ก็สามารถช่วยกรองสารพิษ ฝุ่นละอองขนาดเล็กเอาไว้ และฟอกอากาศให้สดชื่นได้
8. หากพบว่าลูกมีอาการแสบหน้าอก หายใจลำบาก หรือมีผื่นคันขึ้นตามร่างกายให้รีบพาไปพบคุณหมอทันที





# 10 สิ่งที่คุณควรเริ่มทำรับต้นปี

ชีวิตดี...ถึงสิ้นปีแน่นอน



1. ตรวจสอบสุขภาพประจำปี



2. จัดระเบียบข้อมูลในคอมพิวเตอร์



3. จัดโต๊ะทำงานใหม่



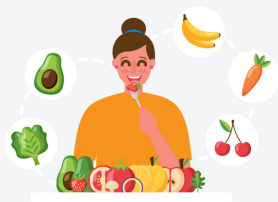
4. โละเสื้อผ้าเก่า



5. บันทึกไดอารี่



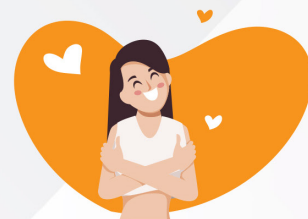
6. เริ่มต้นออกกำลังกาย



7. ทานอาหารที่มีประโยชน์



8. ปิดหนี้สินให้หมด



9. เชื่อมั่นในตัวเอง



10. ตั้งเป้าหมายที่จะทำให้สำเร็จ





# SAHA LIFE

## Q & A



### ถาม-ตอบ ข้อสงสัย ?

**คำถาม** ทำไมบริษัทถึงมี “สหกรณ์” เป็นผู้ถือหุ้น

**คำตอบ** เนื่องจาก บริษัท สหประกันชีวิต จำกัด (มหาชน) เราคือผู้นำด้านธุรกิจประกันชีวิตในสหกรณ์ที่มีสหกรณ์ทุกประเภทรวมจำนวนกว่า 2,000 แห่งทั่วประเทศ ถือหุ้นเป็นเจ้าของร่วมกัน โดยการสนับสนุนจาก กรมส่งเสริมสหกรณ์ ก่อตั้งขึ้นเมื่อวันที่ 24 ตุลาคม 2537 โดยมีวัตถุประสงค์ 3 ข้อ ดังนี้

- ✓ เพื่อส่งเสริมให้สหกรณ์ร่วมกันดำเนินธุรกิจประกันชีวิตเป็นธุรกิจของสหกรณ์ ตามหลักการช่วยเหลือตนเองและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน
- ✓ เพื่อส่งเสริมให้สหกรณ์ได้รับความคุ้มครองภัย และส่งเสริมความมั่นคงในชีวิตแก่สมาชิกสหกรณ์และบุคคลในครอบครัว โดยการทำประกันชีวิต
- ✓ เพื่อส่งเสริมให้มีการประหยัดและเก็บออมทรัพย์อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง มีหลักประกันที่มั่นคงในการดำรงชีวิตในวัยชรา

**คำถาม** สามารถดูรายชื่อ “สหกรณ์ผู้ถือหุ้น” ได้จากช่องทางใด

**คำตอบ** โดยทุกท่านสามารถเข้าไปดูรายชื่อ 10 อันดับ สหกรณ์ผู้ถือหุ้นใหญ่ของบริษัทได้ทางเว็บไซต์ [www.sahalife.co.th](http://www.sahalife.co.th) หัวข้อ ข้อมูลนักลงทุน-ข้อมูลผู้ถือหุ้น-รายชื่อผู้ถือหุ้นใหญ่ หรือสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมเกี่ยวกับสหกรณ์ผู้ถือหุ้นทั้งหมดของบริษัทได้ที่ 02-379-5099 ติดต่อ ส่วนลงทุน





• H A P P Y • N E W • Y E A R •

2024

ในนามบริษัทฯ ขอขอบคุณ  
สภกรณ์ผู้ถือหุ้นและใช้บริการทุกท่าน  
ที่มอบความไว้วางใจ  
ให้สหประกันชีวิตได้ดูแลตลอดมา  
และหวังเป็นอย่างยิ่งว่า  
จะได้รับความเมตตาเช่นนี้ตลอดไป  
ในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ พ.ศ.2567  
ขอให้ท่านและครอบครัว  
จงมีสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรง  
มีความสุข คิดหวังสิ่งใด  
ขอให้สมความปรารถนาทุกประการ



รัชนิพร พึ่งประสพ

กรรมการผู้จัดการ บริษัท สหประกันชีวิต จำกัด (มหาชน)