



# CATEGORY



## Sustainability(Environmental)

**(3 July)** International Plastic Bag Free Day Page 01  
ลดการใช้ถุงพลาสติก No more plastic bags Page 02  
ESG Summary Data Page 03

## Sustaniability (Social)

Anti-corruption Page 04  
สิ่งที่ควรทำ และสิ่งที่ไม่ควรทำเกี่ยวกับคอร์รัปชัน Page 05

## Education

โรคที่มากับฤดูฝน Page 06

## Activity

ประชุมโครงการ Care the Whale Page 07  
Jaymart Step Challenge Page 08



# International Plastic Bag Free Day วันปลอดถุงพลาสติกสากล

วันที่ 3 กรกฎาคม วันปลอดถุงพลาสติกสากลกำหนดขึ้นโดยองค์กร Plastic Bag Free World ซึ่งก่อตั้งขึ้นจากความร่วมมือขององค์กร เพื่อสิ่งแวดล้อมหลายแห่งทั่วโลก หวังกระตุ้นให้เกิดความตระหนักถึงผลกระทบของการใช้ถุงพลาสติกที่นับวันยิ่งทวีความรุนแรงต่อสิ่งแวดล้อมโลก เนื่องจากถุงพลาสติก เป็นภาชนะที่ใช้ได้อย่างสะดวกจึงมีใช้กันอยู่ทุกประเทศในโลก

วันปลอดถุงพลาสติกสากล มุ่งกำจัด "พลาสติกใช้ครั้งเดียวแล้วทิ้ง" ( single-use plastic ) พลาสติกที่ใช้งานเพื่ออำนวยความสะดวกในเวลาสั้น ๆ แต่กว่าจะย่อยสลายนั้นใช้เวลานานมาก เช่น ถุงพลาสติก หลอดพลาสติก จานพลาสติก กล่องใส่อาหารพลาสติก ซ้อนส้อมพลาสติก ฯลฯ

ด้วยเหตุนี้ในการที่จะกำจัดขยะพลาสติกประเภทนี้ จำเป็นต้องมีการรณรงค์ตั้งแต่ต้นทางด้วยการรณรงค์ให้ใช้วัสดุแบบที่สามารถนำกลับมาใช้ใหม่ได้ เปลี่ยนเป็นการใช้ถุงผ้า หรือเป็นแบบ Zero-waste อย่างพลาสติกชีวภาพที่สามารถย่อยสลายได้ง่ายและเป็นมิตรกับสิ่งแวดล้อม







# ร่วมกันทำเพื่อโลก "ลดใช้ถุงพลาสติก"

## NO MORE PLASTIC BAGS

**ลดรับ** : วิธีลดถุงพลาสติกที่ง่ายที่สุดคือ การปฏิเสธการรับถุงพลาสติกทุกชนิด โดยเฉพาะเวลาซื้อของชิ้นเล็ก ชิ้นน้อยเพียงไม่กี่ชิ้นก็สามารถถือกลับบ้านเอง หรือใส่รวมในกระเป๋าได้ แต่ถ้าหากมีความจำเป็นต้องรับถุงพลาสติกจริง ๆ แนะนำให้ใช้ถุงใบใหญ่ ใบเดียวแล้วใส่สิ่งของทั้งหมดรวมกันแทน

**ลดให้** : วิธีลดถุงพลาสติกที่เห็นผลดีมากที่สุด คือการหลีกเลี่ยงการส่งต่อถุงพลาสติกให้กับผู้อื่น โดยเฉพาะ ร้านค้า ร้านขายของ แนะนำให้เปลี่ยนจากบรรจุภัณฑ์พลาสติก ที่ย่อยสลายยาก มาเป็นบรรจุภัณฑ์ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม เช่น ถุงกระดาษ ก่อซองชานอ้อย

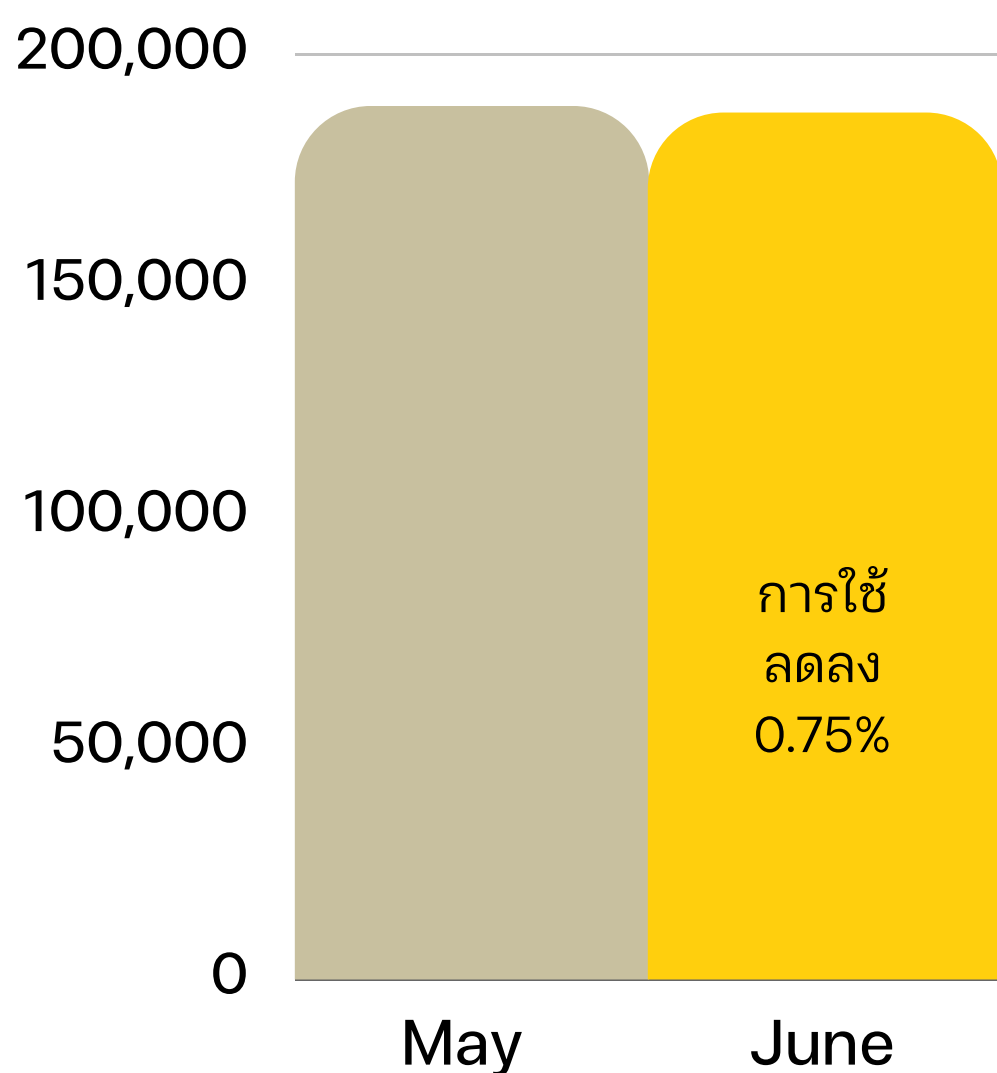
**ลดใช้** : วิธีลดถุงพลาสติก ที่มีประสิทธิภาพที่สุด คือ การเลิกใช้ถุงพลาสติกอย่างเด็ดขาด โดยการเปลี่ยนมาใช้บรรจุภัณฑ์ ที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมและสามารถใช้ซ้ำได้ เช่น ถุงผ้า กระเป๋า เป้ ตะกร้า ปิ่นโต และกล่องข้าวแทนการบรรจุภัณฑ์ที่ใช้ครั้งเดียว



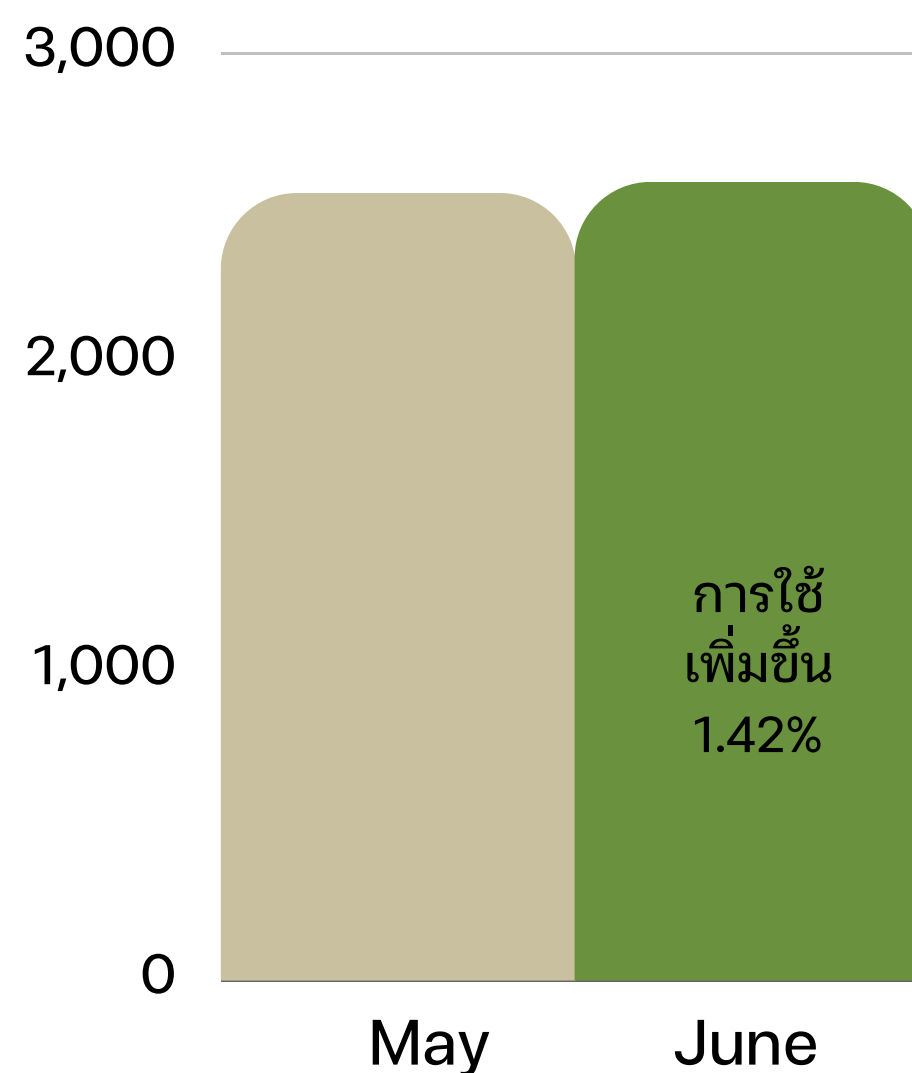


### ESG Summary Data

ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้ไฟฟ้า



ข้อมูลเปรียบเทียบการใช้น้ำประปา



\*\*\* ปริมาณการใช้ไฟฟ้าและน้ำประปาของบริษัท เจมาร์ท อาคาร A , B และ C

#### สรุปข้อมูล

##### สถิติการใช้ไฟฟ้า

ปริมาณการใช้ไฟฟ้าของเดือน ก.ค. **น้อยลง**กว่าเดือน มิ.ย. ถึง 0.75% ซึ่งปริมาณการใช้ไฟฟ้าที่ลดลงเป็นสัญญาณที่ดีที่ช่วยส่งเสริมการใช้พลังงานที่ยั่งยืน อีกทั้งยังเป็นการช่วยอนุรักษ์พลังงานสิ่งแวดล้อม และ ทรัพยากรธรรมชาติที่มีอยู่ในจำนวนจำกัดอีกด้วย

ทั้งนี้ เรายังคงเหลือเวลาอีก 4 เดือนที่สามารถช่วยกันทำให้องค์กรบรรลุได้ตามเป้าหมาย ซึ่งเป้าหมายดังกล่าว นอกจากจะช่วยองค์กรได้แล้วยังสามารถช่วยโลกของเราได้อีกด้วย ดังนั้นการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ไฟฟ้าในทางที่เป็นประโยชน์เป็นสิ่งที่สำคัญ ทำให้เรามีไฟฟ้าที่สามารถใช้งานได้ในระยะยาว

##### สถิติการใช้น้ำประปา

ปริมาณการใช้น้ำประปาของเดือน ก.ค. **เพิ่มขึ้น**กว่าเดือน มิ.ย. 1.42% ซึ่งทรัพยากรน้ำเป็นทรัพยากรที่จำเป็นและมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต การใช้น้ำเกินความจำเป็นอาจทำให้ทรัพยากรน้ำลดลง เพื่อลดผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการใช้น้ำประปาที่มากเกินไป สามารถดำเนินการใช้น้ำประปาให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น โดยการช่วยกันลดการใช้น้ำประปา



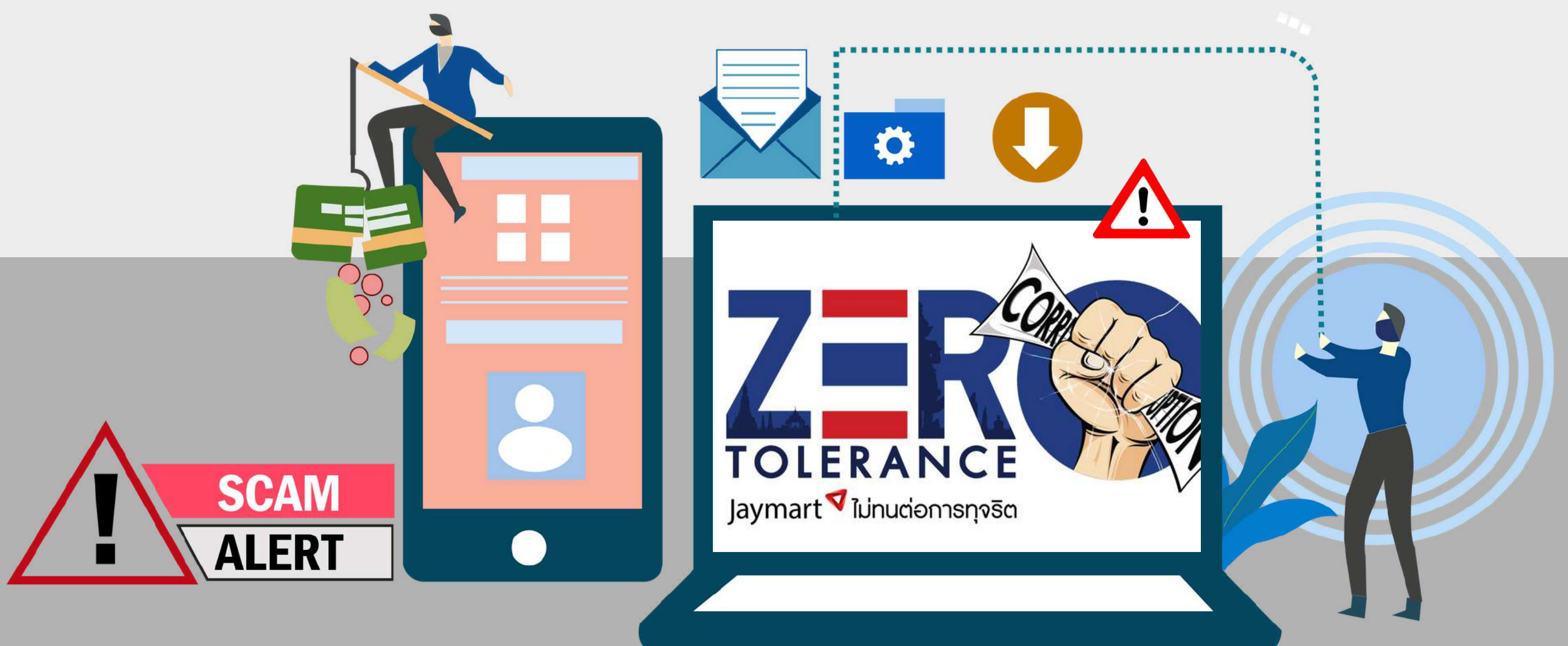


# ANTI-CORRUPTION

ปัญหาการคอร์รัปชันในปัจจุบันด้วยสังคมไทยสมัยนี้ มีปัญหาเรื่องการคอร์รัปชันกันภายในองค์กรกันค่อนข้างเยอะ เป็นปัญหามาจากค่านิยม โครงสร้างทางสังคมเป็นระบบอุปถัมภ์ การเล็งเห็นผลประโยชน์ของตนหรือพวกพ้องดีกว่าส่วนรวม การแสวงหาผลประโยชน์มองเห็นว่าการทุจริตคอร์รัปชันเป็นเรื่องปกติทั่วไปที่ได้รับผลตอบแทนคุ้มค่า หรือในบางกรณีก็ละเลย เพิกเฉย และไม่ยากเข้าไปยุ่งเกี่ยว จึงอยากนำเสนอให้เห็นถึงปัญหา แนวทางการแก้ไข ให้ปัญหาเรื่องการคอร์รัปชันให้หมดไปจากองค์กร

ดังนั้น ความสำคัญของการจัดการกับสภาพปัญหา จึงจำเป็นต้องเร่งแก้ไขให้มีการส่งเสริมเสริมสร้าง จิตสำนึก และค่านิยม ให้แก่ทุกคนในองค์กร ให้ปฏิบัติงาน และดำเนินชีวิตตามหลักคุณธรรมจริยธรรม ส่งเสริมให้ทุกคน ทุกหน่วยงาน ได้เรียนรู้และปฏิบัติงานตามหน้าที่โดยยึดหลักธรรมาภิบาล ความซื่อสัตย์สุจริต และการต่อต้านการทุจริต เพื่อเสริมสร้างจิตสำนึก ค่านิยมให้กับองค์กร

มาตรการการป้องกันการทุจริตคอร์รัปชัน กลุ่มเจมาร์ท : กรรมการ ผู้บริหาร และพนักงาน รวมไปถึงธุรกิจและรายการทั้งหมดในทุกหน่วยงานและทุกบริษัทย่อย บริษัทร่วม รวมไปถึงบริษัทอื่นที่บริษัทมีอำนาจในการควบคุม และบุคคลที่เกี่ยวข้องทางธุรกิจกับบริษัทฯ จำเป็นจะต้องปฏิบัติตามนโยบายต่อต้านการคอร์รัปชันอย่างเคร่งครัด โดยจะต้องไม่เรียกร้อง ไม่ไปเข้าร่วมหรือเกี่ยวข้อง หรือยอมรับการคอร์รัปชันในทุกรูปแบบทั้งทางตรงและทางอ้อม เพื่อประโยชน์ต่อบริษัท ตนเอง ครอบครัว และผู้ที่เกี่ยวข้อง ซึ่งบริษัทฯ จัดให้มีการควบคุมภายในที่เหมาะสม สม่่าเสมอเพื่อป้องกันไม่ให้พนักงานมีการปฏิบัติที่ไม่เหมาะสมโดยเฉพาะงานขาย การตลาด และจัดซื้อบริษัทฯ จะให้ความสำคัญและคุ้มครองพนักงานที่ปฏิเสธหรือแจ้งเรื่องการคอร์รัปชันที่เกี่ยวข้องกับบริษัทโดยให้มาตรการคุ้มครองผู้ร้องเรียนหรือ ผู้ที่ให้ความร่วมมือในการรายงานการทุจริต ตามนโยบายของบริษัท







# สิ่งที่ควรและสิ่งที่ไม่ควร

## เกี่ยวกับการคอร์รัปชัน

### DO

### DON'T

- ✓ ซื่อสัตย์และสุจริต
- ✓ ยึดติดกฎระเบียบและกฎหมายที่ควรปฏิบัติ
- ✓ แสดงความเคารพและการปฏิบัติตนอย่างเหมาะสม
- ✓ การสื่อสารอย่างเปิดเผยและโปร่งใส
- ✓ นำหลักจิตพอเพียง STRONG มาปรับใช้เพื่อไม่ให้ตัวเองตกเป็นเหยื่อในการคอร์รัปชัน
- ✓ มีจริยธรรมหลักธรรมในการทำงาน
- ✓ เป็นหูเป็นตาในการสอดส่องการทุจริตภายในองค์กร

- ✗ ไม่บันทึกการขายและเก็บเงินไว้เอง (Skimming)
- ✗ นำเงินจากการจำหน่ายสินค้าซึ่งเป็นรายรับของบริษัทไปใช้จ่ายส่วนตัว
- ✗ นำเงินจากการขายสินค้าของลูกค้ารายหนึ่งไปทดแทนส่วนต่างของลูกค้าอีกรายหนึ่ง
- ✗ ทำลาย แก้ไข หรือปลอมแปลงเอกสารการขายเพื่อยักยอกทรัพย์สิน
- ✗ บันทึกการให้ส่วนลดที่นอกเหนือจากรายการที่บริษัทกำหนดโดยไม่ได้รับการอนุมัติ
- ✗ การให้สินค้าหรือบริการที่มีคุณภาพต่ำกว่าค่าโฆษณา
- ✗ ไม่นำเงินที่ได้จากการขายสินค้าเข้าธนาคารทันทีหรือนำเงินเข้าเพียงบางส่วนรวมทั้งแก้ไขวันที่บนใบฝากเงินเพื่อกลบเกลื่อนข้อมูลความเป็นจริง



# โรคติดต่อช่วงหน้าฝน



## กลุ่มโรคทางเดินอากาศ

- โรคไข้หวัดใหญ่
- โรคหลอดลมอักเสบ
- โรคปอดอักเสบ และปอดบวม

เกิดจากสภาพอากาศที่แปรปรวนบวกกับการหายใจเอาเชื้อไวรัสที่กระจายอยู่ในอากาศจากการไอ หรือจามเข้าไปโดยเฉพาะช่วงหน้าฝนที่อากาศชื้น จะยิ่งทำให้เชื้อโรคแพร่กระจายได้ง่าย ดังนั้นวิธีการป้องกัน คือหากมีอาการป่วยหรือต้องอยู่ในที่ชุมชน แออดให้สวมใส่หน้ากากอนามัยปิดปากปิดจมูกเวลาไอหรือจามที่สำคัญควรหมั่นล้างมือบ่อยๆ

## กลุ่มโรคที่มียุงเป็นพาหะ

- โรคไข้เลือดออก
- โรคไข้สมองอักเสบ
- โรคมาลาเรีย

เป็นโรคติดต่อที่เกิดจากยุงไม่ว่าจะเป็นยุงลาย , ยุงรำคาญหรือยุงก้นปล่องเป็นพาหะ อาการที่แสดงออกส่วนใหญ่ผู้ป่วยมักจะมีไข้ , หนาวสั่น , ปวดศีรษะ หากเป็นหนักอาจถึงขั้นช็อคหมดสติและเสียชีวิตได้ ทางที่ดีจึงควรป้องกันโดยการฉีดวัคซีนป้องกันโรคและกำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ยุง รวมถึงหลีกเลี่ยงการโดนยุงกัดการเดินทางไปในหน้าฝนหรือพยายามอยู่ให้ห่างจากพื้นที่ที่มีต้นไม้เยอะ



## กลุ่มโรคติดต่อทางน้ำและอาหาร

- โรคท้องเดิน
- โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน
- โรคบิด
- โรคอาหารเป็นพิษ
- โรคตับอักเสบ เป็นต้น

สาเหตุเกิดจากการรับประทานอาหารและน้ำดื่มที่ไม่สะอาดมีการปนเปื้อนเชื้อจุลินทรีย์และเชื้อแบคทีเรีย ทำให้เกิดโรคในระบบทางเดินอาหารและลำไส้ ผู้ป่วยมักมีอาการปวดท้อง , ท้องเดิน , ถ่ายไม่หยุด , อาเจียน บางรายเป็นหนักถึงขั้นขาดน้ำและหมดสติได้ ดังนั้นจึงควรระมัดระวังเรื่องอาหารการกินมากเป็นพิเศษ โดยการทานอาหารที่ปรุงสุกใหม่ๆ ใช้ช้อนกลาง ใช้ภาชนะใส่อาหารและน้ำดื่มที่ล้างสะอาดและควรล้างมือให้สะอาดทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร

## กลุ่มโรคติดเชื้อทางบาดแผลหรือเยื่อเมือผิวหนัง

- โรคแผลโตสไปโรซิส หรือที่รู้จักกันในนาม "โรคฉี่หนู"
- โรคตาแดง

สาเหตุมาจากการสัมผัสกับน้ำที่ปนเปื้อนเชื้อโรค โดยเฉพาะเชื้อโรคที่มาพร้อมกับน้ำท่วมขัง , น้ำเสียในท่อระบายน้ำ , น้ำที่ปนเปื้อนสิ่งปฏิกูลทั้งจากคนและสัตว์ , สัมผัสดิน , สัมผัสอาหารที่ปนเปื้อนปัสสาวะ , เลือดหรือเนื้อเยื่อของของสัตว์ที่ติดเชื้อชนิดนี้ เช่น สุนัข วัว หนู สุนัข สัตว์ป่า เป็นต้น

หลังได้รับเชื้อประมาณ 1-2 สัปดาห์ ผู้ป่วยจะมีไข้สูงเฉียบพลัน ปวดศีรษะ มักปวดกล้ามเนื้อบริเวณน่องและโคนขาอย่างรุนแรง รวมถึงอาการตาแดง , คอแข็งสลับกับไข้ลด หากเป็นหนักอาจมีจุดเลือดออกที่เพดานปาก หรือตามผิวหนัง หากเป็นหนักอาจมีอาการตับวายและไตวายได้ ดังนั้นวิธีป้องกันกันคือ หลีกเลี่ยงการว่ายน้ำหรือการเดินลุยในน้ำที่อาจปนเปื้อนเชื้อปัสสาวะจากสัตว์น้ำโรค หากจำเป็นควรสวมใส่รองเท้าบูทป้องกันทุกครั้ง และหมั่นตรวจตราแหล่งน้ำและดินทรายที่อาจมีเชื้อปนเปื้อน ควรระบายน้ำตามท่อระบายออกแล้วล้างเพื่อกำจัดน้ำที่ปนเปื้อน



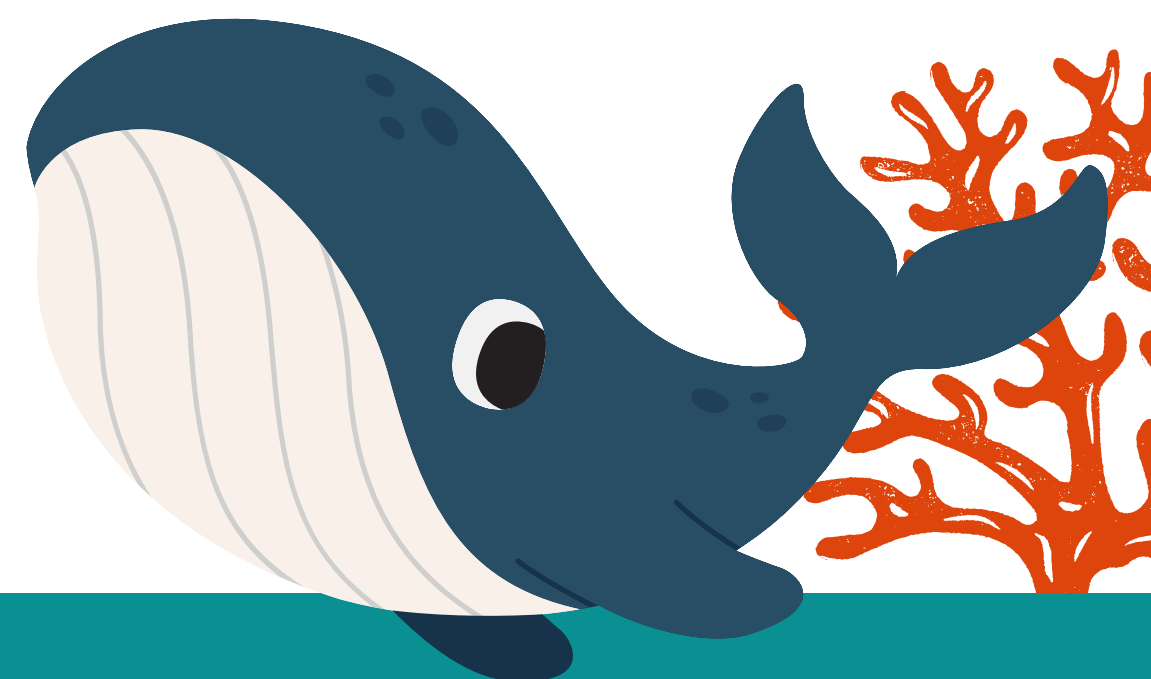




# CARE THE WHALE

วันพฤหัสบดีที่ 13 กรกฎาคม 2566 บริษัทเจมาร์ท กรุ๊ป โฮลดิ้ง , บริษัท เจ เอ็ม ที เน็ทเวอร์ค เซอร์วิสเซ็นส์ และ บริษัท เจเอเอส แอสเซ็ท ได้เข้าร่วมประชุม โครงการ Care the whale " ขยะล่องหน " พร้อมลูกบ้านสมาชิกโครงการกว่า 30 องค์กร ร่วมประชุม แลกเปลี่ยนเรียนรู้ การบริหารจัดการขยะในองค์กร โดยในครึ่งปี 2023 การดำเนินงานของสมาชิกสามารถคัดแยกขยะได้ถึง 2,976,496.10 กิโลกรัม ซึ่งลดปริมาณก๊าซเรือนกระจกได้ 11,643,322.83 กิโลกรัม คาร์บอนไดออกไซด์เทียบเท่า หรือเทียบเท่าการดูดซับคาร์บอนไดออกไซด์ต่อปีของต้นไม้จำนวน 1,293,700 ต้น สมาชิกสามารถลดปริมาณขยะทั่วไป และมีกระบวนการจัดการขยะเพื่อนำสู่การรีไซเคิลเพิ่มขึ้น

ต่อมาได้มีการพูดคุยเกี่ยวกับ โครงการสนับสนุนกิจกรรมลดก๊าซเรือนกระจก (Low Emission Support Scheme) หรือเรียกว่าโครงการ LESS ที่มีแนวคิดในการพัฒนารูปแบบการดำเนินกิจกรรม เพื่อสร้างความตระหนักให้เกิดการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก และยกย่องผู้ทำความดีโดยการมอบใบประกาศเกียรติคุณ ซึ่งในปัจจุบัน บริษัทในเครือเจมาร์ท ทั้ง 3 บริษัท ได้รับมอบใบประกาศเกียรติคุณ โดยผ่านกระบวนการวิเคราะห์ การประเมินปริมาณก๊าซเรือนกระจกทางเทคนิควิชาการของโครงการ LESS ซึ่งนำมาผนวกกับแนวคิดการให้การสนับสนุนจาก "ผู้ให้" ในภาคองค์กรและธุรกิจ ไปสู่ "ผู้รับ" ในสังคมและชุมชนต่อไป





## JAYMART STEP CHALLENGE



### ฉลองครบรอบ 35 ปี JAYMART

บริษัท เจมาร์ท จำกัด (มหาชน) ได้ก่อตั้งขึ้น เมื่อวันที่ 27 ธันวาคม พ.ศ. 2531 โดยคุณอดิศักดิ์ สุขุมวิทยา และคุณยุวดี พงษ์อัชฌา เริ่มแรกขายเฉพาะเครื่องใช้ไฟฟ้าแบบพอนซาระ ต่อมา ในปัจจุบัน บริษัทมีสถานะเป็นโฮลดิ้ง คอมพานี ประกอบธุรกิจลงทุนในธุรกิจอื่น โดยมีธุรกิจหลักของบริษัทแทน คือ จำหน่ายทั้งค้าปลีกและค้าส่งโทรศัพท์เคลื่อนที่ และสินค้าที่เกี่ยวข้องกับโทรศัพท์เคลื่อนที่ของผู้ผลิต โทรศัพท์เคลื่อนที่หลักทุกรายและผู้ให้บริการเครือข่าย และอุปกรณ์ที่เกี่ยวข้อง

ดังนั้น จึงได้มีการจัดกิจกรรม Jaymart Step Challenge 350 ล้านก้าว กลุ่มเจมาร์ตร่วมใจ มุ่งหน้าก้าวเดินต่อไปด้วยกัน เพื่อฉลองในวาระครบรอบ 35 ปี ของเจมาร์ท ในครั้งนี้เพื่อเป็นกิจกรรมที่สร้างความสามัคคีในองค์กร และส่งเสริมสุขภาพที่ดีให้กับพนักงาน อีกทั้งยังแสดงถึงความเป็นหนึ่งเดียวกันของเจมาร์ทกรุ๊ปที่จะก้าวไปข้างหน้าไปด้วยกันอย่างยั่งยืน