



## ข้าวประชาสัมพันธ์ จากกรมประชาสัมพันธ์

จัดทำโดย ฝ่ายประชาสัมพันธ์และสวัสดิการ สำนักงานเลขาธิการกรม  
โทรศัพท์ ๐-๒๖๑๘-๒๓๒๓ โทรสาร ๐-๒๖๑๘-๗๔๕๕  
อินเทอร์เน็ต [www.prd.go.th](http://www.prd.go.th)

ข้าวที่ **๑๕**/๒๕๕๕  
วันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๕๕

### ข้าวหอมฮางอก OTO ๕ ดาว

กรมประชาสัมพันธ์จัดจำหน่ายข้าวฮางอก เป็นภูมิปัญญาของชาวกูไท สกลนคร เป็นข้าวที่มีคุณค่าทางอาหารสูง จำหน่ายเนื่องในวันคล้ายวันก่อตั้งกรมประชาสัมพันธ์ ในราคาย่อมเยา

เนื่องในวันคล้ายวันก่อตั้งกรมประชาสัมพันธ์ ๒ พฤษภาคม ๒๕๕๕ กรมประชาสัมพันธ์ ได้จัดจำหน่ายข้าวฮางอก ซึ่งเป็นภูมิปัญญาของชาวกูไท สกลนครและชาวอีสาน ข้าวฮางอก คือ ข้าวที่เพาะงอกจากข้าวเปลือกจะมีสารอาหาร วิตามิน แร่ธาตุ ไฟเบอร์ และกลิ่นหอมจากเปลือกมาเคลือบที่เมล็ดข้าวเพิ่มขึ้น จึงทำให้ข้าวฮางอกมีสารอาหารมากกว่าข้าวกล้องงอก และมีคุณค่าทางโภชนาการสูงกว่าธัญพืชทั้งหลาย ช่วยให้ผู้สุขภาพแข็งแรงและสมดุล เพิ่มภูมิคุ้มกัน ช่วยป้องกันเชื้อโรค หรือโรคที่ไม่ได้เกิดจากเชื้อโรค เช่น ความดัน เบาหวาน ไขมัน คอเลสเตอรอลสูง โรคหัวใจ โรคอ้วน ไช้ข้ออักเสบ โรคแก่เร็ว โรคไต โรคเกี่ยวกับประสาทและสมอง ความจำเสื่อม และโรคมะเร็งชนิดต่างๆ ซึ่งเกิดจากการรับประทานอาหารที่ไม่ถูกต้อง หรือมีสารพิษต่างๆ เช่น ยาฆ่าแมลง ยาฆ่าหญ้า ปุ๋ยเคมี สารเร่งการเจริญเติบโต สารกันบูด สารสังเคราะห์ต่างๆ อากาศที่เป็นพิษ และความเครียด เป็นต้น

ข้าวฮางอก มีสารอาหารครบ ๕ หมู่ ในปริมาณมากที่สุดในบรรดาธัญพืช มีคุณค่าทางโภชนาการสูง เช่น มีสารกาบา ซึ่งมีมากกว่าข้าวกล้องถึง ๑๕ เท่า มีโปรตีนที่ดี มีไฟเบอร์ชั้นดีสูง มีไขมันชนิดดี มีสารต้านอนุมูลอิสระที่มีประสิทธิภาพสูง มีวิตามินที่สำคัญ เช่น วิตามิน B๑, วิตามิน B๒, วิตามิน B๓, วิตามิน B๖, วิตามิน D, กรดโฟลิก, วิตามิน E สูง เป็นต้น แร่ธาตุที่สำคัญ เช่น ธาตุเหล็ก แคลเซียม สังกะสี โพแทสเซียม แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส แมงกานีส ทองแดง ไอโอดีน ซีลีเนียม โคบอลต์ เป็นต้น ผลิตโดย กลุ่มเกษตรกรอินทรีย์ชีวภาพศรีวิสุทธิ จาก จ. อุบลราชธานี

กรมประชาสัมพันธ์เห็นคุณค่าทางโภชนาการ ด้านอาหาร จึงได้นำข้าวฮางอกมาจำหน่ายในราคา ถุงละ ๑๒๐ บาท ให้แก่ผู้ที่สนใจในวันที่ ๒-๓ พฤษภาคม ๒๕๕๕ ในงานคล้ายวันก่อตั้งกรมประชาสัมพันธ์ ณ กรมประชาสัมพันธ์

\*\*\*\*\*