

รายงานการไปศึกษา / ดูงาน / ฝึกอบรม / ประชุมและสัมมนา

1. ชื่อ นางสาว เพ็ญระพี สุกุล ทองอินทร์
 ตำแหน่ง ผู้เชี่ยวชาญด้านส่งเสริมและจัดการการผลิตไม้ผล ไม้ยืนต้น และยางพารา
 ที่ทำงาน สำนักส่งเสริมและจัดการสินค้าเกษตร กรมส่งเสริมการเกษตร
 ไป ฝึกอบรม เรื่อง NET ZERO ACCELATOR PROGRAM (NZAP)
 ณ Hall 1-2 อาคารเอนกประสงค์ ชั้น P10 เอส วี จี สำนักงานใหญ่ บางซื่อ
 ตั้งแต่วันที่ 9 มกราคม พ.ศ. 2569
 ถึงวันที่ 27 มีนาคม พ.ศ. 2569
 รวมระยะเวลา 12 วัน
 ผู้ดำเนินการจัด เอสซีจี สำนักงานใหญ่

2. ค่าใช้จ่ายที่ใช้ไประหว่างฝึกอบรม / ดูงาน / สัมมนา / ประชุม

ค่าเบี้ยเลี้ยง	-	บาท
ค่าที่พัก	-	บาท
ค่าพาหนะ	-	บาท
อื่น ๆ (ระบุ)		
.....		บาท
.....		บาท
.....		บาท

3. รายละเอียดการดำเนินงาน ผีก่อบรม ประชุม สัมมนา ฯลฯ ที่สมควรรายงานให้มีรายละเอียดและเนื้อหามากที่สุดเท่าที่จะทำได้ โดยบรรยายสิ่งที่ได้สังเกต รู้ เห็น หรือได้รับถ่ายทอดมาให้ชัดเจน ถ้ามีเอกสารต่างหากให้แนบไปด้วย

3.1 เนื้อหาวิชาการ

หลักสูตร Net Zero Accelerator Program (NZAP) เป็นหลักสูตรที่มุ่งพัฒนาองค์ความรู้และศักยภาพของบุคลากรในการขับเคลื่อนองค์กรไปสู่เป้าหมายการปล่อยก๊าซเรือนกระจกสุทธิเป็นศูนย์ (Net Zero Emissions) อย่างเป็นระบบและสอดคล้องกับมาตรฐานสากล โดยเนื้อหาวิชาการครอบคลุมทั้งมิติด้านสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ และการบริหารจัดการองค์กร ดังนี้

ประการแรก เป็นการเสริมสร้างความเข้าใจพื้นฐานเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ สาเหตุและผลกระทบของก๊าซเรือนกระจก ตลอดจนกรอบความร่วมมือระหว่างประเทศ อาทิ Paris Agreement ซึ่งเป็นกลไกสำคัญในการกำหนดทิศทางการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกในระดับโลก

ประการที่สอง หลักสูตรให้ความรู้เกี่ยวกับแนวคิด Net Zero และ Carbon Neutrality รวมถึงแนวทางการกำหนดเป้าหมายการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกขององค์กร โดยอ้างอิงหลักการทางวิทยาศาสตร์และมาตรฐานสากล เพื่อกำหนดเส้นทางการลดคาร์บอน (Decarbonization Pathway) อย่างเหมาะสม

ประการที่สาม เป็นการพัฒนาทักษะด้านการคำนวณและบริหารจัดการคาร์บอน (Carbon Accounting) ครอบคลุมการจัดทำคาร์บอนฟุตพริ้นต์ขององค์กรและผลิตภัณฑ์ การจำแนกแหล่งการปล่อยก๊าซเรือนกระจกตามขอบเขต Scope 1, 2 และ 3 ตามแนวทางของ Greenhouse Gas Protocol ซึ่งเป็นมาตรฐานที่ได้รับการยอมรับในระดับสากล

ประการที่สี่ หลักสูตรมุ่งเน้นกลยุทธ์และแนวทางการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกในภาคส่วนต่าง ๆ เช่น การเพิ่มประสิทธิภาพการใช้พลังงาน การใช้พลังงานหมุนเวียน การประยุกต์ใช้เทคโนโลยีสะอาด และการบริหารจัดการห่วงโซ่อุปทานอย่างยั่งยืน

ประการที่ห้า เป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับกลไกตลาดคาร์บอน ทั้งในภาคสมัครใจและภาคบังคับ รวมถึงการใช้คาร์บอนเครดิตและการชดเชยการปล่อยก๊าซเรือนกระจก โดยอ้างอิงมาตรฐานสากล เช่น Verra เพื่อเพิ่มทางเลือกในการบริหารจัดการคาร์บอนขององค์กร

ประการที่หก หลักสูตรครอบคลุมด้านนโยบาย กฎหมาย และมาตรการทางการค้าระหว่างประเทศที่เกี่ยวข้อง เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) ซึ่งอาจส่งผลกระทบต่อภาคการผลิตและการส่งออก

ประการที่เจ็ด เป็นการเชื่อมโยงประเด็นด้านการเงินสีเขียว (Green Finance) และการลงทุนเพื่อความยั่งยืน เช่น Green Bond และ ESG Investment เพื่อสนับสนุนการดำเนินงานด้านสิ่งแวดล้อมขององค์กรอย่างมีประสิทธิภาพ

สุดท้าย หลักสูตรเน้นการประยุกต์ใช้ผ่านการจัดทำแผน Net Zero Roadmap การกำหนดตัวชี้วัดความสำเร็จ (KPI) การบริหารการเปลี่ยนแปลงองค์กร และการจัดทำรายงานความยั่งยืนตามมาตรฐานสากล เพื่อให้สามารถ

นำองค์ความรู้ไปใช้ได้จริง โดยสรุป หลักสูตร NZAP เป็นเครื่องมือสำคัญในการเสริมสร้างขีดความสามารถขององค์กรในการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ และยกระดับการดำเนินงานสู่ความยั่งยืนในระยะยาว

3.2 วิธีการนำเสนอเนื้อหาของวิทยากร

วิทยากรในหลักสูตร Net Zero Accelerator Program (NZAP) มีการออกแบบวิธีการถ่ายทอดองค์ความรู้โดยเน้นการผสมผสานระหว่างภาคทฤษฎีและภาคปฏิบัติ เพื่อให้ผู้เข้าอบรมสามารถทำความเข้าใจเนื้อหาได้อย่างเป็นระบบ และสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริงในบริบทขององค์กร การนำเสนอเริ่มต้นจากการอธิบายแนวคิดพื้นฐานด้านการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศและเป้าหมายการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก โดยเชื่อมโยงกับบริบทระดับโลก เช่น Paris Agreement เพื่อสร้างความเข้าใจในภาพรวม ก่อนเข้าสู่เนื้อหาเชิงลึกในลำดับถัดไป วิทยากรใช้เทคนิคการบรรยาย (Lecture) ควบคู่กับการยกกรณีศึกษา (Case Study) จากองค์กรทั้งในและต่างประเทศ เพื่อสะท้อนให้เห็นแนวทางการดำเนินงานด้าน Net Zero ที่ประสบความสำเร็จ รวมถึงอุปสรรคและปัจจัยความสำเร็จที่สำคัญ

นอกจากนี้ ยังมีการใช้เครื่องมือเชิงปฏิบัติ (Hands-on Tools) เช่น การฝึกคำนวณคาร์บอนฟุตพริ้นต์ตามแนวทางของ Greenhouse Gas Protocol การวิเคราะห์แหล่งการปล่อยก๊าซเรือนกระจก และการจัดทำแผนลดการปล่อย (Decarbonization Plan) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมเกิดทักษะและความเข้าใจเชิงลึก ในส่วนของการมีส่วนร่วม วิทยากรส่งเสริมการเรียนรู้แบบมีปฏิสัมพันธ์ (Interactive Learning) ผ่านการอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) การระดมความคิดเห็น และการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ระหว่างผู้เข้าร่วมจากหลากหลายหน่วยงาน ซึ่งช่วยเปิดมุมมองและสร้างแนวคิดใหม่ในการประยุกต์ใช้ อีกทั้งยังมีการจัดกิจกรรมเชิงปฏิบัติการ (Workshop) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมได้ทดลองออกแบบ Net Zero Roadmap ขององค์กรตนเอง พร้อมรับข้อเสนอแนะจากวิทยากรและผู้เชี่ยวชาญ ซึ่งช่วยให้สามารถพัฒนาแผนงานได้อย่างเป็นรูปธรรม วิทยากรยังให้ความสำคัญกับการอัปเดตสถานการณ์และแนวโน้มด้านนโยบาย กฎหมาย และกลไกตลาดคาร์บอน เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสามารถปรับตัวได้ทันต่อการเปลี่ยนแปลงในระดับสากล

โดยสรุป วิธีการนำเสนอของวิทยากรในหลักสูตร NZAP มุ่งเน้นการสร้างความรู้ความเข้าใจเชิงลึก ควบคู่กับการพัฒนาทักษะเชิงปฏิบัติ ผ่านกระบวนการเรียนรู้ที่หลากหลายและมีส่วนร่วม เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสามารถนำองค์ความรู้ไปประยุกต์ใช้ในการขับเคลื่อนองค์กรสู่เป้าหมาย Net Zero ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4. ประโยชน์ที่ได้รับ

4.1 ประโยชน์ที่ได้รับต่อตนเอง

การเข้าร่วมหลักสูตร Net Zero Accelerator Program (NZAP) ส่งผลให้ผู้เข้ารับการอบรมได้รับการพัฒนาองค์ความรู้ ทักษะ และมุมมองในการดำเนินงานด้านการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกอย่างรอบด้าน

ประการแรก ได้รับความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ สาเหตุและผลกระทบของก๊าซเรือนกระจก ตลอดจนแนวทางการดำเนินงานตามกรอบความร่วมมือระหว่างประเทศ เช่น Paris Agreement ซึ่งช่วยให้สามารถเชื่อมโยงบริบทการดำเนินงานในระดับองค์กรกับเป้าหมายระดับโลกได้อย่างเหมาะสม

ประการที่สอง ได้พัฒนาทักษะด้านการคำนวณและบริหารจัดการคาร์บอน โดยสามารถจัดทำคาร์บอนฟุตพริ้นต์ขององค์กร และวิเคราะห์แหล่งการปล่อยก๊าซเรือนกระจกตามหลักเกณฑ์ของ Greenhouse Gas Protocol อันเป็นมาตรฐานสากลที่ได้รับการยอมรับ

ประการที่สาม ได้เรียนรู้แนวทางและเครื่องมือในการวางแผนลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก (Decarbonization) รวมถึงการจัดทำแผน Net Zero Roadmap ซึ่งสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการพัฒนาแผนงานหรือโครงการของหน่วยงานได้อย่างเป็นรูปธรรม

ประการที่สี่ ได้รับความรู้เกี่ยวกับนโยบาย กฎหมาย และกลไกตลาดคาร์บอน เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) ซึ่งเป็นประเด็นสำคัญที่อาจส่งผลกระทบต่อภาคการผลิตและการส่งออกในอนาคต

ประการที่ห้า ได้พัฒนาทักษะการคิดเชิงวิเคราะห์และการมองภาพเชิงระบบ (Systems Thinking) ในการเชื่อมโยงมิติด้านสิ่งแวดล้อม เศรษฐกิจ และสังคม เพื่อสนับสนุนการตัดสินใจที่สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาอย่างยั่งยืน

ประการที่หก ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนเรียนรู้ประสบการณ์กับวิทยากรและผู้เข้าร่วมจากหลากหลายหน่วยงาน ซึ่งช่วยเปิดมุมมองใหม่ และสามารถนำแนวปฏิบัติที่ดี (Best Practices) มาประยุกต์ใช้ในการทำงาน

โดยสรุป การเข้าร่วมหลักสูตร NZAP ช่วยเสริมสร้างทั้งองค์ความรู้เชิงวิชาการและทักษะเชิงปฏิบัติที่จำเป็นต่อการขับเคลื่อนงานด้านการลดก๊าซเรือนกระจก และยกระดับศักยภาพของตนเองให้สามารถมีส่วนร่วมในการพัฒนาองค์กรสู่ความยั่งยืนได้อย่างมีประสิทธิภาพ

4.2 ประโยชน์ที่ได้รับต่อหน่วยงาน

การเข้าร่วมหลักสูตร Net Zero Accelerator Program (NZAP) ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อหน่วยงานในหลายมิติ ทั้งด้านการพัฒนาองค์ความรู้ การยกระดับศักยภาพองค์กร และการเสริมสร้างความสามารถในการแข่งขันอย่างยั่งยืน

ประการแรก ได้รับองค์ความรู้และแนวทางในการดำเนินงานด้านการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกอย่างเป็นระบบ สอดคล้องกับกรอบความร่วมมือระดับสากล เช่น Paris Agreement ซึ่งช่วยสนับสนุนการกำหนดนโยบายและทิศทางการดำเนินงานขององค์กรให้เป็นไปตามมาตรฐานสากล

ประการที่สอง สามารถพัฒนาศักยภาพในการจัดทำข้อมูลและบริหารจัดการคาร์บอน เช่น การจัดทำคาร์บอนฟุตพริ้นต์ขององค์กร การจำแนกแหล่งการปล่อยก๊าซเรือนกระจก และการจัดทำระบบฐานข้อมูลด้านสิ่งแวดล้อม โดยอ้างอิงหลักเกณฑ์ของ Greenhouse Gas Protocol ซึ่งช่วยเพิ่มความน่าเชื่อถือและความโปร่งใสในการรายงานข้อมูล

ประการที่สาม สามารถนำความรู้ไปใช้ในการวางแผนและกำหนดกลยุทธ์ด้านการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก รวมถึงการจัดทำ Net Zero Roadmap และแผนปฏิบัติการที่ชัดเจน ซึ่งช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการดำเนินงานและลดต้นทุนในระยะยาว

ประการที่สี่ มีความพร้อมในการรับมือกับนโยบายและมาตรการทางการค้าระหว่างประเทศที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) ซึ่งอาจส่งผลต่อการส่งออกสินค้าและความสามารถในการแข่งขันในตลาดโลก

ประการที่ห้า สามารถเข้าถึงโอกาสด้านการเงินและการลงทุนเพื่อความยั่งยืน เช่น การระดมทุนผ่านเครื่องมือทางการเงินสีเขียว และการพัฒนาโครงการที่สอดคล้องกับแนวทาง ESG ซึ่งช่วยเสริมสร้างภาพลักษณ์องค์กรและเพิ่มความเชื่อมั่นจากผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

ประการที่หก สามารถยกระดับภาพลักษณ์และความรับผิดชอบต่อสังคมและสิ่งแวดล้อม (Corporate Social Responsibility: CSR) รวมถึงสร้างความเชื่อมั่นให้กับลูกค้า คู่ค้า และประชาชน

โดยสรุป การเข้าร่วมหลักสูตร NZAP ช่วยให้หน่วยงานมีความพร้อมทั้งด้านองค์ความรู้ เครื่องมือ และแนวทางการดำเนินงานในการก้าวสู่การเป็นองค์กรที่มีความยั่งยืน และสามารถปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงด้านสิ่งแวดล้อมและเศรษฐกิจในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. ปัญหา อุปสรรค และข้อเสนอแนะ

5.1 ปัญหาอุปสรรค

ประการแรก เนื้อหาของหลักสูตรมีความเข้มข้นและมีลักษณะเชิงเทคนิคสูง โดยเฉพาะในส่วนของการคำนวณคาร์บอนฟุตพริ้นต์และการวิเคราะห์ข้อมูลตามแนวทางของ Greenhouse Gas Protocol ซึ่งอาจทำให้ผู้เข้ารับการอบรมที่ไม่มีพื้นฐานด้านสิ่งแวดล้อมหรือพลังงานมาก่อนต้องใช้เวลาในการทำความเข้าใจเพิ่มเติม

ประการที่สอง ข้อจำกัดด้านข้อมูลของหน่วยงาน เช่น การขาดระบบฐานข้อมูลที่เป็นปัจจุบันหรือไม่ครบถ้วน ส่งผลให้การนำองค์ความรู้ไปประยุกต์ใช้ โดยเฉพาะการจัดทำบัญชีคาร์บอนและการประเมินการปล่อยก๊าซเรือนกระจก ยังไม่สามารถดำเนินการได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

ประการที่สาม ข้อจำกัดด้านเวลา เนื่องจากระยะเวลาของหลักสูตรมีจำกัด เมื่อเทียบกับปริมาณเนื้อหาที่ครอบคลุมหลายมิติ ทำให้การเรียนรู้เชิงลึกในบางหัวข้อยังไม่เพียงพอ

ประการที่สี่ การเปลี่ยนแปลงนโยบายและกฎระเบียบด้านสิ่งแวดล้อมในระดับสากล เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) มีความซับซ้อนและมีการปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้หน่วยงานต้องติดตามข้อมูลอย่างใกล้ชิด

ประการที่ห้า การนำแนวคิดไปสู่การปฏิบัติจริงในองค์กร อาจประสบข้อจำกัดด้านงบประมาณ บุคลากร และการบูรณาการระหว่างหน่วยงานภายใน

5.2 ข้อเสนอแนะ

ประการแรก ควรมีการจัดทำเอกสารหรือสื่อประกอบการเรียนรู้เพิ่มเติมในรูปแบบที่เข้าใจง่าย เช่น คู่มือ ขั้นตอนการคำนวณ หรือกรณีศึกษา เพื่อช่วยเสริมสร้างความเข้าใจให้กับผู้เข้าร่วมที่ไม่มีพื้นฐานมาก่อน

ประการที่สอง ควรเพิ่มระยะเวลาในการฝึกปฏิบัติ (Workshop) และกิจกรรมเชิงลึก โดยเฉพาะในหัวข้อ การคำนวณคาร์บอนและการจัดทำ Net Zero Roadmap เพื่อให้ผู้เข้าร่วมสามารถนำไปประยุกต์ใช้ได้จริง

ประการที่สาม ควรส่งเสริมการพัฒนาเครื่องมือหรือระบบสนับสนุน เช่น ฐานข้อมูลกลาง หรือโปรแกรม ช่วยคำนวณคาร์บอน เพื่ออำนวยความสะดวกในการดำเนินงานของหน่วยงาน

ประการที่สี่ ควรมีการติดตามผลหลังการอบรม (Follow-up) หรือจัดตั้งเครือข่ายผู้ผ่านการอบรม เพื่อแลกเปลี่ยนองค์ความรู้ อัปเดตสถานการณ์ และให้คำปรึกษาอย่างต่อเนื่อง

ประการที่ห้า หน่วยงานควรให้การสนับสนุนเชิงนโยบาย งบประมาณ และบุคลากร เพื่อผลักดันให้การดำเนินงาน ด้าน Net Zero เกิดผลอย่างเป็นรูปธรรมและต่อเนื่อง

6. ท่านจะนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานอย่างไรบ้าง

การเข้าร่วมหลักสูตร Net Zero Accelerator Program (NZAP) สามารถนำองค์ความรู้และทักษะที่ได้รับมาประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงาน เพื่อยกระดับการดำเนินงานของหน่วยงานให้สอดคล้องกับแนวทางการพัฒนาที่ยั่งยืนและเป้าหมายการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจกได้อย่างเป็นรูปธรรม ดังนี้

ประการแรก นำความรู้ด้านการคำนวณและบริหารจัดการคาร์บอนไปใช้ในการจัดทำบัญชีคาร์บอนของหน่วยงาน โดยสามารถประเมินและจำแนกแหล่งการปล่อยก๊าซเรือนกระจกตามขอบเขต Scope 1, 2 และ 3 ตามแนวทางของ Greenhouse Gas Protocol เพื่อใช้เป็นฐานข้อมูลในการวางแผนลดการปล่อยในระยะต่อไป

ประการที่สอง นำองค์ความรู้ไปใช้ในการวิเคราะห์และกำหนดแนวทางลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก (Decarbonization) เช่น การเพิ่มประสิทธิภาพการใช้พลังงาน การส่งเสริมการใช้พลังงานหมุนเวียน และการปรับปรุงกระบวนการทำงานให้เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อมมากยิ่งขึ้น

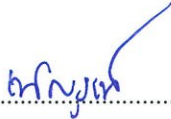
ประการที่สาม นำไปใช้ในการจัดทำแผนหรือ Roadmap ด้าน Net Zero ของหน่วยงาน โดยกำหนดเป้าหมายตัวชี้วัด (KPI) และระยะเวลาดำเนินงานที่ชัดเจน เพื่อให้สามารถติดตามและประเมินผลได้อย่างเป็นระบบ

ประการที่สี่ นำความรู้ไปสนับสนุนการจัดทำรายงานด้านสิ่งแวดล้อมหรือรายงานความยั่งยืนของหน่วยงานให้สอดคล้องกับมาตรฐานสากล และเพิ่มความน่าเชื่อถือในการเปิดเผยข้อมูลต่อผู้มีส่วนได้ส่วนเสีย

ประการที่ห้า นำองค์ความรู้ด้านนโยบายและมาตรการระหว่างประเทศ เช่น Carbon Border Adjustment Mechanism (CBAM) มาวิเคราะห์ผลกระทบต่อภารกิจของหน่วยงาน และใช้เป็นข้อมูลประกอบการวางแผนเชิงกลยุทธ์

ประการที่หก ถ่ายทอดองค์ความรู้ที่ได้รับให้แก่บุคลากรภายในหน่วยงาน ผ่านการจัดประชุม อบรม หรือการสื่อสารภายใน เพื่อสร้างความตระหนักรู้และส่งเสริมการมีส่วนร่วมในการลดการปล่อยก๊าซเรือนกระจก

ประการที่เจ็ด ประยุกต์ใช้แนวคิดการพัฒนาอย่างยั่งยืนและการบริหารจัดการเชิงระบบ (Systems Thinking) ในการวางแผนและตัดสินใจ เพื่อให้การดำเนินงานของหน่วยงานมีความสมดุลทั้งด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อม

()

นางสาวเพ็ญระพี ทองอินทร์

ผู้เชี่ยวชาญด้านส่งเสริมและจัดการการผลิต

ไม้ผล ไม้ยืนต้น และยางพารา

ผู้รายงาน

7. ความเห็นของผู้บังคับบัญชา (ระดับผู้อำนวยการกอง/สำนัก/เกษตรจังหวัด หรือเทียบเท่า ขึ้นไป)

.....

()

นายวุฒิชัย ชินวงศ์

ผู้อำนวยการสำนักส่งเสริมและจัดการสินค้าเกษตร

หมายเหตุ กรณีที่ไปประชุม / สัมมนา / ฝึกอบรม / ดูงาน เป็นหมู่คณะ โปรดระบุชื่อผู้ร่วมเดินทาง และเสนอรายงานเพียงชุดเดียว