249 สื่อออนไลน์
249online.com
10 บาท
เชิญประชุมผู้ถือหุ้น วัตถุประสงค์ อนุมัติงบการเงิน เพิ่มทุน ลดทุน เลิกบริษัทจำกัด แจ้งเจ้าหนี้ลูกหนี้ แปรสภาพเป็นบริษัทจำกัด
ปีที่ 8 ฉบับที่ 2538 ประจำวันที่ 02 พฤศจิกายน พ.ศ. 2569 ใบอนุญาตพิมพ์ เลขที่ สสช 12/2562 ISSN 2672-9318

7 คุณประโยชน์ของ “แก้วมังกร” ที่ให้มากกว่ารสชาติอร่อย



หลายคนอาจจะเคยลิ้มลองรสชาติของ “แก้วมังกร” ทั้งที่เป็นแบบเนื้อสีขาวและสีชมพู และผลไม้ชนิดนี้อาจจะเป็นผลไม้ที่ชื่นชอบของใครหลายๆคน ในขณะเดียวกันก็อาจจะเป็นผลไม้ที่ให้ความรู้สึกเฉยๆ สำหรับบางคนก็ว่าได้ แต่วันนี้เราจะขอนำประโยชน์ดีๆ ที่ได้จากการกินแก้วมังกรมาบอกกันค่ะ เพื่อที่อย่างน้อยอาจจะทำให้ทุกคนหันมาชื่นชอบการกินผลไม้ชนิดนี้กันมากขึ้น มาดูกันว่าประโยชน์จากการกินแก้วมังกรมีอะไรกันบ้าง

1.คลายความร้อน

แก้วมังกรจัดเป็นผลไม้ที่มีส่วนช่วยดับกระหายและช่วยคลายความร้อนได้เป็นอย่างดี เนื่องจากเมล็ดของแก้วมังกรอุดมไปด้วยไขมันไม่อิ่มตัว นั่นจึงสามารถต่อต้านปฏิกิริยาออกซิเดชั่นได้ดี จึงส่งผลให้บรรเทาอาการร้อนในร่างกายได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

2.ช่วยลดน้ำหนัก

สำหรับสาวๆ คนไหนที่มีความตั้งใจอยากลดน้ำหนัก แนะนำให้กินแก้วมังกรกันค่ะ เพราะแก้วมังกรจัดเป็นผลไม้ที่มีแคลอรีต่ำ และให้คุณค่าทางสารอาหารสูงมาก ที่สำคัญยังมีกากใยอาหารสูง จึงช่วยให้ร่างกายรู้สึกอิ่มนานและไม่ทำให้หิวบ่อยอีกด้วย

3.แก้อาการท้องผูก

เนื่องจากแก้วมังกรมีกากใยอาหารสูง ดังนั้นจึงมีส่วนช่วยกระตุ้นให้ระบบขับถ่ายทำงานได้อย่างสะดวก และนั่นจึงส่งผลต่อการแก้อาการท้องผูกได้เป็นอย่างดีเลยทีเดียว

4.ดูดซับสารพิษในร่างกาย

เมล็ดของแก้วมังกรมีคุณสมบัติช่วยดูดซับสารพิษต่างๆ ออกจากร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นสารตกค้างที่มาจากยาฆ่าแมลงที่ติดมากับผักที่กินเป็นประจำ สารตกค้างจากตะกั่วที่มาจากการสูดดมควันจากท่อไอเสียรถ หรือสารพิษอื่นๆ อีกมากมายได้อย่างเต็มประสิทธิภาพ

5.ควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด

แก้วมังกรมีส่วนช่วยควบคุมระดับน้ำตาลในเลือดของผู้ที่เป็นโรคเบาหวานชนิดที่ไม่ต้องใช้อินซูลินได้เป็นอย่างดี และยังช่วยบรรเทาโรคโลหิตจาง พร้อมทั้งช่วยเพิ่มธาตุเหล็กให้แก่ร่างกาย อีกทั้งยังช่วยป้องกันหลอดเลือดหัวใจอุดตันได้อีกด้วย

6.ปรับผิวพรรณให้สดใส

แก้วมังกรอุดมไปด้วยแร่ธาตุหลากหลายชนิด ทั้งโปรตีน วิตามินซี แคลเซียม คลอโรฟิลล์ และฟอสฟอรัส ซึ่งสารอาหารเหล่านี้ล้วนมีความจำเป็นต่อผิวพรรณอย่างมาก เพราะช่วยบำรุงผิวพรรณให้แลดูเปล่งปลั่งและสดชื่น ที่สำคัญยังช่วยชะลอริ้วรอยต่างๆ ได้เป็นอย่างดี

7.ป้องกันการเกิดโรคมะเร็ง

แก้วมังกรมีคุณสมบัติช่วยป้องกันการเกิดโรคมะเร็งได้ โดยเฉพาะแก้วมังกรพันธุ์เนื้อแดง เพราะพันธุ์นี้มีสารไลโคปีนอยู่จำนวนมาก ซึ่งสารชนิดนี้มีส่วนช่วยต่อต้านอนุมูลอิสระ ซึ่งเป็นสาเหตุของการทำให้เกิดโรคมะเร็ง

เป็นอย่างไรกันบ้างคะกับประโยชน์ดีๆ ที่ได้จากการกินแก้วมังกร แม้ว่าสาวๆ บางคนจะไม่ค่อยอินกับรสชาติของผลไม้ชนิดนี้ แต่หากเทียบกับประโยชน์ที่ร่างกายได้รับ ก็ถือว่าเป็นผลไม้ที่ไม่ควรพลาดเลยทีเดียว ยังไงก็อย่าลืมหาแก้วมังกรมากินสลับกับผลไม้ชนิดอื่นๆ กันด้วยนะคะ เพื่อที่ร่างกายจะได้รับประโยชน์ดีๆ จากผลไม้ชนิดนี้ด้วยนั่นเอง

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324

ประกาศ

บริษัท สามเพื่อน การช่าง จำกัด

วันที่ 2 พฤศจิกายน 2569

เรื่อง ขอเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้นครั้งที่ 1/2569

เรียน ท่านผู้ถือหุ้นบริษัท สามเพื่อน การช่าง จำกัด ทะเบียนเลขที่ 0105559168571

ด้วยคณะกรรมการของบริษัทฯ ได้มีมติให้เรียนเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้นครั้งที่ 1/2569 ใน วันอังคารที่ 17 พฤศจิกายน 2569 เวลา 10.00 น. ณ สำนักงานใหญ่ของบริษัทฯ เลขที่ 99/94 หมู่ที่ 2 แขวงทวีวัฒนา เขตทวีวัฒนา กรุงเทพมหานคร เพื่อพิจารณาเรื่องต่างๆ ตามระเบียบวาระดังต่อไปนี้

วาระที่ 1 พิจารณารับรองรายงานการประชุมครั้งที่ผ่านมา

วาระที่ 2 พิจารณาลงมติพิเศษเพิ่มทุนของบริษัทอีก 20,000,000.00 (ยี่สิบล้านบาทถ้วน) โดยการออกหุ้นสามัญใหม่ จำนวน 200,000 หุ้น (สองแสนหุ้น) มีมูลค่าหุ้นละ 100.00 (หนึ่งร้อยบาทถ้วน)

วาระที่ 3 พิจารณาให้เรียกชำระค่าหุ้นเพิ่มอีก 20,000,000 (ยี่สิบล้านบาทถ้วน)

วาระที่ 4 พิจารณามติพิเศษเพื่อแก้ไขเพิ่มเติมหนังสือบริคณห์สนธิ ข้อ. 5

วาระที่ 5 พิจารณาเรื่องอื่นๆ ถ้ามี

ดังนั้น จึงขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้นไปประชุมตามวัน เวลาและสถานที่ดังกล่าวข้างต้น หากท่านไม่สามารถไปประชุมด้วยตนเองได้ โปรดทำหนังสือมอบฉันทะให้ผู้อื่นไปประชุมแทน จักขอบคุณยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

นางพัชรี เฉิน

กรรมการ

บริษัท แอมเพิล แอดเคาท์ติ้ง จำกัด

วันที่ 2 พฤศจิกายน 2569

เรื่อง ขอเชิญประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 2/2569

เรียน ท่านผู้ถือหุ้นของบริษัท แอมเพิล แอดเคาท์ติ้ง จำกัด

ด้วย คณะกรรมการของบริษัทมีมติให้เรียกประชุมวิสามัญผู้ถือหุ้น ครั้งที่ 2/2569 ในวันที่ 20 พฤศจิกายน 2569 เวลา 10.00 น. ณ สำนักงานของบริษัท เลขที่ 35/62 ซอยเอกชัย 39 แขวงบางขุนเทียน เขตจอมทอง กรุงเทพมหานคร เพื่อพิจารณาเรื่องต่าง ๆ ตามระเบียบวาระดังต่อไปนี้

วาระที่ 1 พิจารณาอนุมัติมติพิเศษให้ลดทุนของบริษัท
วาระที่ 2 พิจารณาแก้ไขเพิ่มเติมหนังสือบริคณห์สนธิ ข้อ 5. (ทุน)
วาระที่ 3 พิจารณาการอนุมัติการจ่ายเงินปันผลของบริษัท
วาระที่ 4 พิจารณาเรื่องอื่น ๆ (ถ้ามี)

ดังนั้น จึงขอเรียนเชิญท่านผู้ถือหุ้นไปประชุมตามวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าวข้างต้น โดยพร้อมเพียงกันด้วย จักขอบคุณอย่างยิ่ง

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาววรรณี เจริญศรีศักดิ์กุล)

กรรมการ

ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนนทบุรี 93 ถนนนนทบุรี ตำบลบางกระสอ อำเภอเมืองนนทบุรี จังหวัดนนทบุรี 11000 โทรศัพท์ : 065-492-6324
ปีที่ 12/2562 ISSN : 2672-9318 ประกาศ : ลงวันที่ 2 พฤศจิกายน 2569 เผยแพร่ครั้งที่ 249 ออนไลน์ทุกวันที่ 2 ของเดือน เผยแพร่ครั้งที่ 1 ก่อตั้งเมื่อ 1 มกราคม 2562



ที่มา:ขอขอบคุณ: https://www.sanook.com/

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324

แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดแจ้งการพิมพ์
ตามพระราชบัญญัติจดแจ้งการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน สสช ๑๒/๒๕๖๒

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล

เลขประจำตัวประชาชน ๓ ๑๐๐๕ ๐๑๐๕๘ ๗๔ ๙ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๓๗ ปี อาชีพ นักธุรกิจ

ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๗๔๓/๓๗ หมู่ที่ - ซอย ไชยสิทธิ์ ๒ ถนน เลียบฯฝั่งเหนือ

แขวง / ตำบล หนองแขม เขต / อำเภอ หนองแขม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ 249 สื่อออนไลน์

มีวัตถุประสงค์ เพื่อลงประกาศข่าวงานราชการและประกาศโฆษณาด้านธุรกิจและกฎหมาย รวมถึงเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารด้านธุรกิจและกฎหมาย และข้อมูลข่าวสารทั่วไปทุกจังหวัด

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายวัน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา -

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท ๒๔๙ สื่อออนไลน์ จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๑๐/๑๒๘๗ หมู่ที่ - ซอย นวมินทร์ ๙๓ ถนน -

แขวง / ตำบล นวมินทร์ เขต / อำเภอ บึงกุ่ม จังหวัด กรุงเทพมหานคร

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้ สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นผู้พิมพ์

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นผู้โฆษณา

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นบรรณาธิการ

สิบตรีศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์



ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๗ เดือน กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๖๒

(ลงชื่อ)

(นางสาวกนกอร ศักดาเดช)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดแจ้งการพิมพ์สำหรับจังหวัด กรุงเทพมหานคร

เจ้าของ/ผู้พิมพ์โฆษณา : บริษัท 249 สื่อออนไลน์ จำกัด เลขที่ใบอนุญาต : สสช 12/2562 ISSN : 2672-9318 บรรณาธิการ : ส.ต.ศิวะพล จารีรัตน์ชัยกุล
ที่ตั้ง : 10/1287 ซอยนวมินทร์ 93 แขวงนวมินทร์ เขตบึงกุ่ม กรุงเทพมหานคร 10240 โทรศัพท์ : 065-492-6324