

K

EXCELLENCE

สารสัมพันธ์

ฉบับเดือนพฤศจิกายน 2552 ปีที่ 1 ฉบับที่ 1





ภาพรวมเศรษฐกิจไทย

แนวโน้ม

เศรษฐกิจไทย

ท่ามกลางความผันผวนของ

เศรษฐกิจโลก

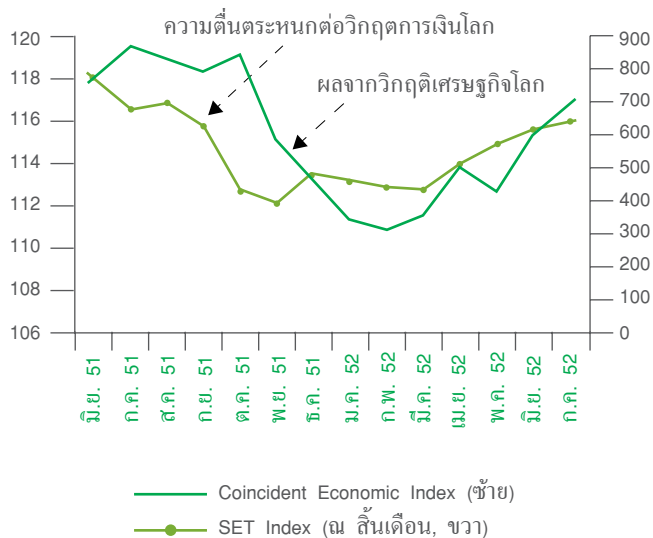


หลังจากในปีที่ผ่านมา วิกฤตการณ์ทางการเงินครั้งร้ายแรงที่สุดของสหรัฐฯ นับตั้งแต่ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำครั้งใหญ่ (The Great Depression) ในช่วงทศวรรษที่ 1930 ได้แผ่ขยายผลกระทบไปสู่ภูมิภาคต่างๆ ทั่วโลก จนนำมาสู่วิกฤตเศรษฐกิจถดถอยของโลกครั้งรุนแรงที่สุดนับตั้งแต่หลังสงครามโลกครั้งที่ 2 ขณะที่ประเทศเกิดใหม่ในเอเชียเองก็ไม่อาจแยกตัว (Decoupling) รอดพ้นจากผลกระทบของภาวะถดถอยนี้ไปได้จนถึง ณ ขณะนี้ เวลาผ่านพ้นไป 1 ปี ด้วยการประสานความร่วมมืออย่างแข็งขันของทางการของประเทศต่างๆ ในการผลักดันมาตรการแก้ไขปัญหาในภาคการเงิน รวมทั้งการอัดฉีดมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจครั้งใหญ่ ในที่สุด เศรษฐกิจโลกก็เริ่มส่งสัญญาณปรับตัวดีขึ้น โดยเศรษฐกิจเอเชียและญี่ปุ่น รวมทั้งบางประเทศในยุโรป โดยเฉพาะเยอรมนีและฝรั่งเศส เริ่มกลับมาขยายตัวในไตรมาสที่ 2/2552 (จีดีพีที่ปรับฤดูกาลเปรียบเทียบกับไตรมาสก่อนหน้า หรือ Seasonally Adjusted Quarter-on-Quarter) และคาดว่าสหรัฐฯ และกลุ่มยูโรโซนโดยรวม จะกลับมาขยายตัว (QoQ, S.A.) ได้ในไตรมาสที่ 3/2552 นี้ แม้ว่าอัตราการขยายตัวเมื่อเทียบกับช่วงเวลาเดียวกัน ของปีก่อนหน้า (Year-on-Year) จะยังคงหดตัวก็ตาม

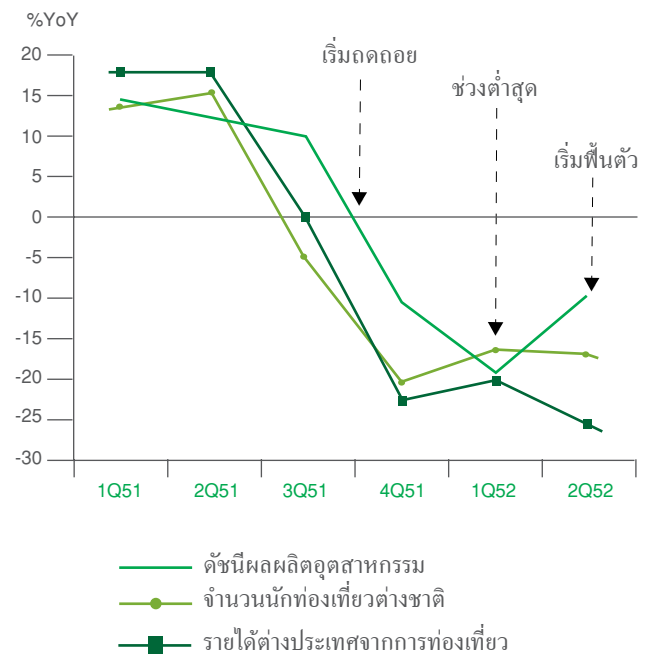
สำหรับประเทศไทยเองก็มีอาจรอดพ้นจากวัฏจักรเศรษฐกิจถดถอยครั้งนี้ไปได้ และด้วยปัจจัยภายในประเทศที่อ่อนแออยู่ก่อนแล้ว จากปัญหาความไร้เสถียรภาพทางการเมือง จึงทำให้ไทยเป็นหนึ่งในประเทศที่ประสบกับภาวะถดถอยอย่างรุนแรงมากเป็นอันดับต้นๆ ในภูมิภาคเอเชีย โดยเศรษฐกิจไทยเริ่มรับรู้ผลกระทบจากวิกฤตเศรษฐกิจโลกประมาณปลายไตรมาสที่

3/2551 เริ่มจากตลาดหุ้นไทย ที่ดัชนีปรับตัวลดลงในเดือนกันยายน ซึ่งเป็นช่วงเวลาที่ตลาดการเงินโลกตกอยู่ภายใต้ความตื่นตระหนกถึงจุดสูงสุด เมื่อสถาบันการเงินชั้นนำของโลกสัญชาติอเมริกันต้องประสบภาวะล้มละลายตามกันเป็นลูกโซ่ อย่างไรก็ดี ผลกระทบที่เกิดขึ้นโดยตรงต่อภาคเศรษฐกิจจริงนั้น เริ่มปรากฏในไตรมาสที่ 4/2551 โดยการส่งออกของไทยหดตัวลงตั้งแต่เดือนพฤศจิกายน 2551

ดัชนีพ้องเศรษฐกิจและดัชนีตลาดหลักทรัพย์ไทย



วิกฤตเศรษฐกิจ : ผลต่ออุตสาหกรรมและการท่องเที่ยว



ที่มา : ศูนย์วิจัยกสิกรไทย โดยข้อมูลจากธนาคารแห่งประเทศไทย ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย และ CEIC

ในช่วงจังหวะเวลาเดียวกัน ประเทศไทยประสบกับปัญหาความรุนแรงทางการเมืองในประเทศ จนเกิดเหตุการณ์ปิดท่าอากาศยานกรุงเทพฯ ทั้งสองแห่ง ในช่วงปลายเดือนพฤศจิกายนต่อเนื่องถึงต้นเดือนธันวาคม 2551 ซึ่งสร้างความสูญเสียอย่างรุนแรงต่อภาคการท่องเที่ยว จากผลกระทบที่เกิดขึ้นพร้อมกัน 2 ด้านทั้งจากวิกฤตเศรษฐกิจโลกและวิกฤตการเมืองภายในประเทศ จึงส่งผลให้เศรษฐกิจไทยหดตัวลงรุนแรงติดต่อกันในไตรมาสที่ 4/2551 และไตรมาสที่ 1/2552 การหดตัวรุนแรงของเศรษฐกิจ โดยเฉพาะในภาคอุตสาหกรรมส่งออกนี้ ส่งผลให้การว่างงานเพิ่มขึ้นรวดเร็วและบั่นทอนภาวะการใช้จ่ายของผู้บริโภค ขณะที่การลงทุนลดลงอย่างมาก

รัฐบาลของไทยได้มีการผลักดันมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจออกมาในหลายด้านเพื่อต่อสู้กับวิกฤตเศรษฐกิจถดถอย ทั้งมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจระยะที่ 1 วงเงิน 116,700 ล้านบาท มาตรการทางภาษี มาตรการด้านสินเชื่อ ขณะที่ในด้านนโยบายการเงิน ธนาคารแห่งประเทศไทยได้ทยอยปรับลดอัตราดอกเบี้ยซื้อคืนพันธบัตรระยะ 1 วัน ลงมาจากร้อยละ 3.75 สู่ระดับต่ำสุดที่ร้อยละ 1.25 ในเดือนเมษายน 2552 และคงอัตราดอกเบี้ยในระดับดังกล่าวมาจนถึงปัจจุบัน จากความพยายามในการดำเนินมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจดังกล่าว บวกกับเศรษฐกิจโลกเริ่มมี

สัญญาณปรับตัวดีขึ้น ในที่สุดเศรษฐกิจไทยก็สามารถหลุดพ้นจากภาวะถดถอยมาได้ในไตรมาสที่ 2/2552 โดยตัวเลขจีดีพีของไทยที่ปรับฤดูกาลแล้วขยายตัวร้อยละ 2.3 เมื่อเทียบกับไตรมาสแรก (QoQ, S.A.) ขณะที่หากเทียบกับช่วงเดียวกันของปีก่อน (YoY) จีดีพีหดตัวในอัตราที่ชะลอลงมาที่ร้อยละ 4.9 ดีขึ้นกว่าในไตรมาสแรก ที่จีดีพีหดตัวสูงถึงร้อยละ 7.1 โดยปัจจัยที่สนับสนุนการฟื้นตัวของเศรษฐกิจมาจากแรงกระตุ้นจากการใช้จ่ายของภาครัฐ และการฟื้นตัวของอุตสาหกรรมส่งออก



อัตราการขยายตัวของเศรษฐกิจไทยในระยะที่ผ่านมา

%YoY	2551	1Q52	2Q52
จีดีพี	2.6	-7.1	-4.9
การใช้จ่ายของครัวเรือน	2.5	-2.5	-2.3
การใช้จ่ายของรัฐบาล	0.5	3.6	5.9
การสะสมทุนเบื้องต้น (การลงทุน)	1.1	-15.8	-10.1
การส่งออกสินค้าและบริการ	5.4	-16.7	-21.8
การนำเข้าสินค้าและบริการ	7.5	-31.6	-25.3

ที่มา : สำนักงานคณะกรรมการพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ



สำหรับแนวโน้มในช่วงระยะเวลาที่เหลือของปีนี้ นโยบายกระตุ้นเศรษฐกิจของรัฐบาลและการฟื้นตัวเศรษฐกิจโลก น่าจะเป็นปัจจัยที่ส่งผลดีต่อเนื่องมาสู่เศรษฐกิจในไตรมาสที่ 3/2552 โดยศูนย์วิจัยกสิกรไทยคาดว่า จีดีพีในไตรมาสที่ 3/2552 ที่ปรับฤดูกาลเทียบกับไตรมาสก่อนหน้า (QoQ, S.A.) จะขยายตัวเป็นบวกได้ต่อเนื่อง ขณะที่เมื่อเทียบกับช่วงเดียวกันของปีก่อน จีดีพีน่าจะติดลบในอัตราที่น้อยลงอยู่ไม่เกินร้อยละ 4.5 (YoY) ก่อนที่จะเริ่มกลับมาเป็นบวกในช่วงไตรมาสที่ 4/2552 ถ้าเศรษฐกิจมีการฟื้นตัวได้อย่างต่อเนื่อง ซึ่งจะส่งผลให้จีดีพีในช่วงครึ่งปีหลังหดตัวชะลอลงจากที่หดตัวร้อยละ 6.0 ในช่วงครึ่งปีแรก อย่างไรก็ตาม ศูนย์วิจัยกสิกรไทยยังมีมุมมองที่ระมัดระวัง โดยเศรษฐกิจไทยยังอาจเผชิญความเสี่ยงในกรณีเกิดเหตุการณ์ที่จะเป็นอุปสรรคต่อการฟื้นตัว โดยเฉพาะประเด็นที่จะกระทบให้การเบิกจ่ายงบประมาณหรือการดำเนินการมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจของรัฐบาลต้องหยุดชะงักลง ขณะเดียวกันในด้านเศรษฐกิจต่างประเทศ การฟื้นตัวของกลุ่มประเทศพัฒนาแล้วก็ยังคงมีความเปราะบาง นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ เช่น ทิศทางราคาน้ำมันที่อาจปรับตัวสูงขึ้น การระบาดของโรคไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 และแนวโน้มการอ่อนค่าของเงินดอลลาร์ฯ ที่จะมีผลต่อค่าเงินบาทและการส่งออกของไทย เป็นต้น จากความไม่แน่นอนดังกล่าว ศูนย์วิจัยกสิกรไทยจึงคาดว่าเศรษฐกิจไทยในปี 2552 น่าจะหดตัวไม่ต่ำกว่าร้อยละ 3.5 โดยเป็นผลมาจากการหดตัวของภาคอุตสาหกรรม ตามทิศทางการส่งออก ซึ่งคาดว่าจะการส่งออก ในรูปมูลค่าดอลลาร์ฯ จะหดตัวไม่น้อยกว่าร้อยละ 14.5 นอกจากนี้ยังเป็นผลจากการลดลงอย่างมากของการลงทุนในประเทศที่คาดว่าจะหดตัวไม่น้อยกว่าร้อยละ 7.4

ทั้งนี้ แม้ว่าเศรษฐกิจไทยจะเริ่มมีสัญญาณของการฟื้นตัวแล้ว แต่เส้นทางการฟื้นตัวยังคงขึ้นอยู่กับปัจจัยเศรษฐกิจทั้งในและต่างประเทศ ซึ่งยังมีความไม่แน่นอน ขณะที่อุปสงค์ในภาคเอกชนโดยพื้นฐานแล้วยังคงอ่อนแรงหากปราศจากมาตรการกระตุ้นจากภาครัฐ ดังนั้น ในระยะเวลาที่เหลือของปี ซึ่งถือเป็นช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อที่สำคัญนี้ บทบาทของรัฐบาลจึงมีความหมายอย่างยิ่งในการประคับประคองเศรษฐกิจให้มีการฟื้นตัวอย่างต่อเนื่องได้ตลอดรอดฝั่ง แม้ว่าเศรษฐกิจอาจจะต้องเผชิญความเสี่ยงในหลายด้านก็ตาม หัวใจสำคัญของการขับเคลื่อนนโยบายของรัฐในระยะต่อจากนี้ จึงขึ้นอยู่กับความสำเร็จของการผลักดันโครงการไทยเข้มแข็ง ควบคู่ไปกับการสร้างเสถียรภาพทางการเงิน ซึ่งเป็นความคาดหวังของทุกฝ่ายในการฟื้นฟูเศรษฐกิจ อีกทั้งยังมีความหมายต่อการฟื้นฟูความเชื่อมั่นของภาคเอกชน ให้ธุรกิจมีความมั่นใจที่จะกลับมาเดินหน้าแผนการลงทุน และผู้บริโภคมีความมั่นใจที่จะใช้จ่าย ซึ่งจะเป็พื้นฐานที่มั่นคงต่อการฟื้นตัวทางเศรษฐกิจให้สามารถดำเนินต่อเนื่องไปได้ในระยะถัดๆ ไป สิ่งสำคัญเฉพาะหน้าสำหรับรัฐบาลจึงอยู่ที่การเร่งรัดการเบิกจ่ายงบประมาณ และผลักดันโครงการลงทุนของรัฐให้มีความคืบหน้าได้ตามแผน โดยต้องมุ่งเน้นให้โครงการดำเนินการอย่างโปร่งใสและมีประสิทธิภาพเพื่อให้เม็ดเงินงบประมาณก่อเกิดประโยชน์ต่อเศรษฐกิจอย่างแท้จริง ส่วนในด้านนโยบายการเงินนั้น ภาวะเงินเฟ้อที่ยังคงอยู่ในระดับต่ำ และความเสี่ยงทางเศรษฐกิจที่ยังคงมีอยู่ อาจเป็นปัจจัยที่ทำให้ธนาคารแห่งประเทศไทยอาจจะต้องยังคงอัตราดอกเบี้ยนโยบายในระดับต่ำดังที่เป็นอยู่ต่อไปจนถึงในช่วงกลางปี 2553 ทั้งนี้ จากพื้นฐานของเศรษฐกิจที่ยังอ่อนแอ ศูนย์วิจัยกสิกรไทย มองว่าการขยายตัวของเศรษฐกิจไทยในปี 2553 จะยังคงเป็นระดับต่ำกว่าศักยภาพ โดยอาจขยายตัวอยู่ในช่วงร้อยละ 2.5-3.5



ภาวะตลาดหุ้น

ลงทุนตาม

วงจรเศรษฐกิจที่เปลี่ยนไป

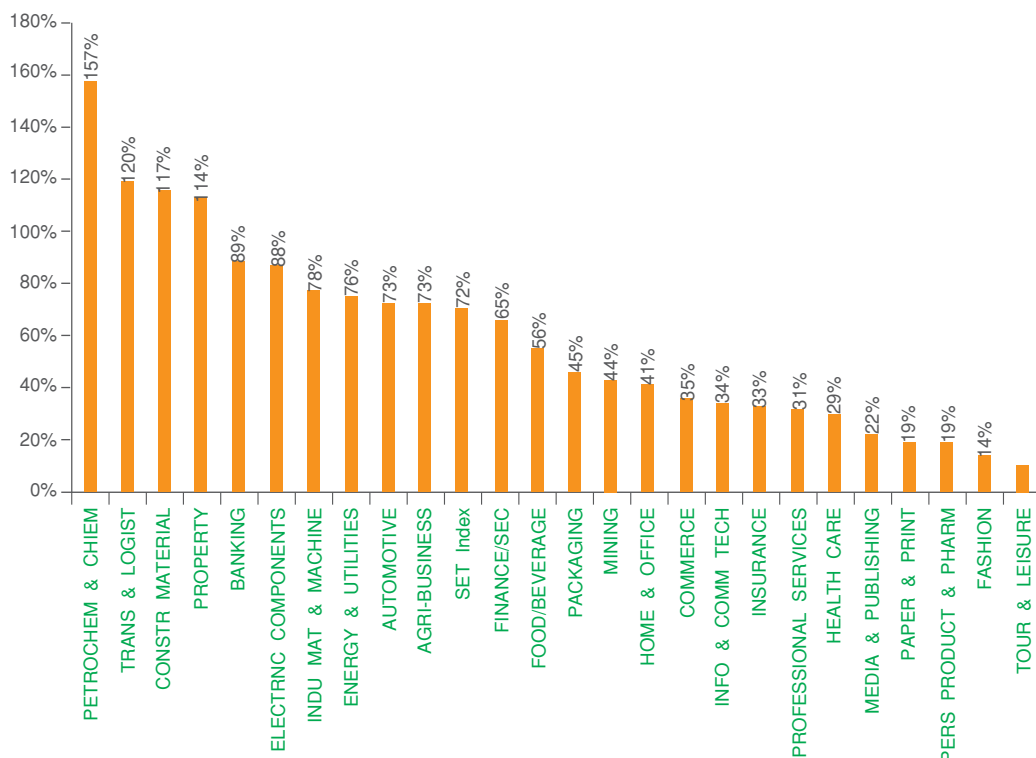
ตั้ง แต่เดือนมีนาคม 52 เป็นต้นมา ตลาดหุ้นไทยปรับเพิ่มขึ้นมากกว่า 70% ทั้งที่ในความเป็นจริงเศรษฐกิจก็ยังไม่แน่นอนอยู่ว่าจะฟื้นตัวได้ยั่งยืนมากน้อยเพียงใด และยังมีความเสี่ยงอีกมากในอนาคต อย่างไรก็ตามตลาดหุ้นจะปรับเพิ่มขึ้นได้จาก 2 ปัจจัยหลักคือ 1) ปัจจัยพื้นฐานด้านเศรษฐกิจ และ 2) ปัจจัยด้านสภาพคล่อง หรือที่เรียกว่า Fund Flow โดยปัจจัยพื้นฐานด้านเศรษฐกิจที่มีแนวโน้มดีขึ้น จะหนุนให้สภาพคล่องไหลเข้ามาในตลาดหุ้น และหากสภาพคล่องมีสูงมากพอ ก็จะทำให้ราคาหุ้นปรับเพิ่มขึ้นมาเกินกว่าราคาพื้นฐาน ซึ่งเราเชื่อว่าจะเกิดขึ้นในตลาดหุ้นรอบนี้

แม้ว่าตัวเลขเศรษฐกิจทั่วโลกที่ออกมาจะยังผสมผสานระหว่างข่าวบวก และข่าวลบ แต่หากมองในภาพรวม นักวิเคราะห์ส่วนใหญ่ยังคงปรับคาดการณ์การขยายตัวของเศรษฐกิจโลกขึ้น และเชื่อว่าเศรษฐกิจจะยังคงมีแนวโน้มในเชิงบวกได้อย่างต่อเนื่อง เนื่องจากแต่ละประเทศในโลกยังคงมีมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจ และมีความ

เป็นไปได้ไม่น้อยที่รัฐบาลในหลายๆ ประเทศจะถอนมาตรการกระตุ้นเศรษฐกิจในอีก 12 เดือนข้างหน้า เพื่อให้มั่นใจว่าเศรษฐกิจจะฟื้นตัวอย่างยั่งยืนและมั่นคง ซึ่งปัจจัยพื้นฐานที่เป็นบวกนี้จะทำให้ตลาดหุ้นสามารถปรับเพิ่มขึ้นได้ ประกอบกับเชื่อว่าสภาพคล่องจะยังคงไหลเข้าตลาดหุ้นเอเชีย เนื่องจากกลุ่มประเทศในเอเชียได้รับการคาดการณ์จากนักวิเคราะห์ว่าจะฟื้นตัวเร็วที่สุด ขณะที่ค่าเงินดอลลาร์สหรัฐฯ ที่มีแนวโน้มอ่อนค่าลงในระยะกลาง เมื่อเทียบกับสกุลเงินในเอเชีย จะยิ่งหนุนให้เงินไหลเข้ามาลงทุนในตลาดเอเชียเพิ่มขึ้น โดยในปัจจุบันมีเม็ดเงินสูงถึง 3.5 ล้านล้านเหรียญสหรัฐฯ ที่ยังคงอยู่ในตลาดเงินสหรัฐฯ และพร้อมที่จะไหลออกมาหาผลตอบแทนที่สูงขึ้น ดังนั้นคาดว่า SET Index มีโอกาสที่จะปรับเพิ่มขึ้นไปได้ถึง 820 จุด ในช่วงปลายปี 52 ถึงต้นปี 53

อย่างไรก็ตาม แม้จะคาดว่าตลาดหุ้นจะปรับเพิ่มขึ้นได้อีก แต่ตอนนี้อาจจะสายเกินไปที่นักลงทุนจะซื้อหุ้นบางกลุ่มในช่วงตลาดขาขึ้นรอบนี้ เพราะหุ้นในบางกลุ่มมีราคาสูงมาก ทั้งนี้ กลุ่มอุตสาหกรรมที่ผลักดันให้ตลาดปรับตัวขึ้นในรอบนี้ (ตั้งแต่เดือนมีนาคม 52) เป็นกลุ่มที่รู้จักกันดี ประกอบด้วยกลุ่มปิโตรเคมี กลุ่มวัสดุก่อสร้าง กลุ่มอาหารและเครื่องดื่ม และกลุ่มเดินเรือ ขณะที่กลุ่มบริการและกลุ่มสินค้าอุปโภคบริโภคพื้นฐานยังคงเป็นกลุ่มที่ยังไม่ปรับเพิ่มขึ้น (รูปที่ 1)

รูปที่ 1: เปอร์เซ็นการปรับขึ้นของหุ้นกลุ่มต่างๆ ตั้งแต่ที่ SET Index ทำจุดต่ำสุดในปีนี้ (มี.ค. 09 จนถึงปัจจุบัน)

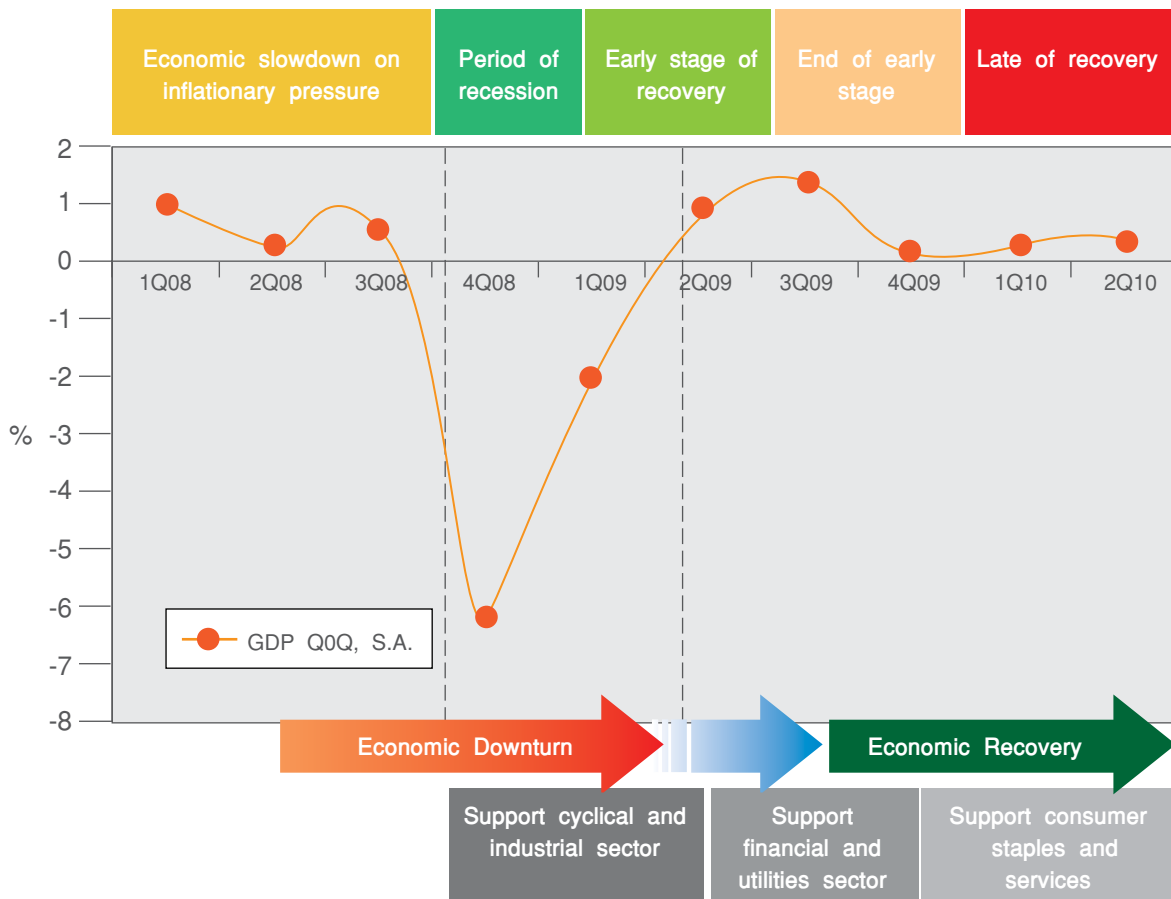


แหล่งที่มา : ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย

ถ้านักลงทุนคุ้นเคยกับทฤษฎีความสัมพันธ์ระหว่างวงจรเศรษฐกิจและวงจรอุตสาหกรรม เชื่อว่ารายชื่อกลุ่มอุตสาหกรรมที่ขึ้นมามากหรือไม่ขึ้นมามาก ไม่ได้สร้างความแปลกใจมากนักกับนักลงทุน ทั้งนี้ในปัจจุบันนักลงทุนคาดหวังว่าเศรษฐกิจจะฟื้นตัว ซึ่งกลุ่มอุตสาหกรรมบางกลุ่มจะขึ้นมากกว่าตลาดหุ้นในวงจรเศรษฐกิจระยะต่างๆ ตัวอย่างเช่น เมื่อเศรษฐกิจอยู่ในระยะแรกของการฟื้นตัว ซึ่งน่าจะเป็นระยะที่เราอยู่ในปัจจุบัน กลุ่มสินค้าอุตสาหกรรม (Industrial Sector) และกลุ่มที่วงจรตามวงจรเศรษฐกิจ (Cyclical Stock) จะมีผลประกอบการดี ขณะที่ในช่วงถัดไปของระยะการฟื้นตัว กลุ่มธนาคาร (Financial Sector) พลังงาน (Energy & Utilities Sector)

(ในช่วงกลางของการฟื้นตัว) กลุ่มสินค้าอุปโภคบริโภคพื้นฐานและกลุ่มบริการ (ในช่วงใกล้สิ้นสุด) จะมีผลประกอบการดี (รูปที่ 2) ทั้งนี้จากรูปที่ 1 แสดงให้เห็นว่าขณะนี้เราอยู่ในช่วงต้นของระยะการฟื้นตัว ดังนั้น กลุ่มอุตสาหกรรมที่มีวงจรตามเศรษฐกิจ (ปิโตรเคมี วัสดุก่อสร้าง เติบโตและอสังหาฯ) และกลุ่มสินค้าอุตสาหกรรม (อิเล็กทรอนิกส์และยานยนต์) จึงมีผลประกอบการดี อย่างไรก็ตาม เชื่อว่าเศรษฐกิจกำลังจะเข้าสู่ช่วงถัดไปของระยะการฟื้นตัว เราจึงคาดว่าจะเห็นกลุ่มพลังงานและกลุ่มธนาคารปรับตัวขึ้นต่อไป ส่วนในช่วงท้ายที่สุดของระยะการฟื้นตัวซึ่งน่าจะอยู่ในราวต้นปีหน้า จะเป็นเวลาของกลุ่มสินค้าอุปโภคบริโภคพื้นฐานและกลุ่มบริการ

รูปที่ 2: วงจรเศรษฐกิจกับผลกระทบต่อวงจรอุตสาหกรรม



แหล่งที่มา : บ.ศูนย์วิจัยกสิกรไทย และ บมจ.หลักทรัพย์กสิกรไทย

แผนภูมิที่แสดงข้างบนนี้จะคล้ายกับสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในปี 2546 เมื่อกลุ่มสินค้าอุตสาหกรรม กลุ่มวัสดุก่อสร้าง กลุ่มอสังหาฯ และกลุ่มพลังงานเป็นผู้นำตลาดปรับตัวขึ้นในช่วงแรกของระยะการฟื้นตัว (รูปที่ 3) อย่างไรก็ตาม ในระยะถัดมา จะเห็นว่ากลุ่มพลังงาน กลุ่มสินค้าอุปโภคบริโภคพื้นฐานและกลุ่มบริการจะกลับมาขึ้น

กลุ่มอื่นขณะที่กลุ่มสินค้าอุตสาหกรรมและอสังหาฯ เปลี่ยนเป็นผู้แพ้ในตลาด ทั้งนี้รูปแบบการฟื้นตัวในปี 2546 จะมีส่วนคล้ายกับรูปแบบที่เราเห็นในปีนี้นี้มาก ซึ่งยืนยันทฤษฎีที่ว่าด้วยความสัมพันธ์ระหว่างวงจรเศรษฐกิจและวงจรอุตสาหกรรมว่าเป็นจริง

รูปที่ 3: เปอร์เซ็นการเปลี่ยนแปลงของหุ้นกลุ่มต่างๆ ในช่วงปี 2546-2547



แหล่งที่มา : ตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทย และ บมจ.หลักทรัพย์กสิกรไทย

ดังนั้นในแง่ของการลงทุน บมจ.หลักทรัพย์กสิกรไทย ขอแนะนำให้นักลงทุนใช้ประโยชน์จากช่วงท้ายของตลาดขาขึ้นรอบนี้เพื่อถอนทุนส่วนหนึ่งออกจากหุ้นในกลุ่มที่ขึ้นไปมากและเกินกว่าราคาพื้นฐานแล้ว และนำเงินมาลงทุนในกลุ่มที่ยังไม่ขึ้น และจะเป็นกลุ่มอุตสาหกรรมที่จะเป็นผู้นำตลาดในระยะการฟื้นตัวถัดไป โดยขอแนะนำให้นักลงทุนออกจากกลุ่มที่มีวงจรผูกพันกับวงจรเศรษฐกิจ และกลุ่มสินค้าอุตสาหกรรม และหันไปลงทุนในกลุ่มการเงิน กลุ่มสาธารณูปโภค กลุ่มสินค้าอุปโภคบริโภคพื้นฐานและกลุ่มบริการแทน

อย่างไรก็ตามสิ่งที่นักลงทุนต้องระมัดระวัง คือเมื่อ SET Index ปรับขึ้นมายืนเหนือ 800 จุดแล้ว ซึ่งนั่นหมายถึงตลาดหุ้นได้ปรับเพิ่มขึ้นมากกว่า 100% จากจุดต่ำสุดในปีนี้ ตลาดหุ้นมีโอกาสปรับฐานขนาดใหญ่เกิดขึ้น แต่นั่นไม่ได้เกิดจากปัจจัยพื้นฐานไม่ดี แต่เกิดจากราคาหุ้นได้ปรับเพิ่มขึ้นมาเกินไป โดยเราคาดว่า SET Index จะปรับลดลงมาประมาณ 25-30% จากจุดสูงสุดที่เราคาดไว้ที่ 820 จุด

และหลังจากปรับฐานเสร็จ SET Index จะใช้เวลาทั้งปี 2553 เคลื่อนไหวแบบ Sideway ในกรอบกว้างๆ ซึ่งนักลงทุนคงต้องเพิ่มความระมัดระวังการลงทุนมากขึ้นในปีหน้า ที่ไม่เหมือนกับปีนี้ที่หุ้นปรับเพิ่มขึ้นมาตลอด





ผลการดำเนินงานของธนาคาร

ผลการดำเนินงานของธนาคารและบริษัทย่อย

งวด 9 เดือนแรกปี 2552 มีกำไรสุทธิ 11,224 ล้านบาท

เครือข่าย ธนาคารกสิกรไทยยังคงมุ่งมั่นสู่ความเป็นเลิศทางการเงิน ด้วยการดำเนินธุรกิจตามยุทธศาสตร์ที่มุ่งเน้นลูกค้าเป็นศูนย์กลาง คัดสรรผลิตภัณฑ์และบริการทางการเงินที่มีคุณภาพ มีความหลากหลายและครบวงจร เพื่อสร้างความพึงพอใจและมอบประสบการณ์ที่ดีแก่ลูกค้าทุกกลุ่ม ผลประกอบการของเครือธนาคารกสิกรไทยในช่วง 9 เดือนแรกของปี 2552 จึงเป็นที่น่าพอใจและสอดคล้องกับความคาดหวังของตลาดท่ามกลางภาวะเศรษฐกิจไทยที่ชะลอตัว

ในช่วง 9 เดือนแรกของปี 2552 ธนาคารและบริษัทย่อยมีกำไรสุทธิจำนวน 11,224 ล้านบาท โดยในไตรมาส 3/2552 ธนาคารและบริษัทย่อยมีกำไรสุทธิจำนวน 3,720 ล้านบาท เพิ่มขึ้นร้อยละ 0.40 จากไตรมาสก่อนหน้า โดยมีสาเหตุหลักมาจากการเพิ่มขึ้นของรายได้ที่มีโชคเบี้ย ตามรายได้ค่าธรรมเนียมและบริการที่เพิ่มขึ้น ขณะที่รายได้ดอกเบี้ยและเงินปันผลสุทธิปรับตัวลดลงเล็กน้อย รายได้ค่าธรรมเนียมและบริการเพิ่มขึ้นร้อยละ 13.2 จากไตรมาสก่อนหน้า และเพิ่มขึ้นร้อยละ 21.2 จากช่วงเวลาเดียวกันของปีก่อนหน้า ซึ่งเป็นผลมาจากยุทธศาสตร์การดำเนินธุรกิจของเครือธนาคารกสิกรไทยที่ยึดลูกค้าเป็นศูนย์กลาง

ยอดเงินให้สินเชื่อ ณ สิ้นไตรมาส 3/2552 อยู่ที่ 883,049 ล้านบาท เพิ่มขึ้นร้อยละ 0.16 จากไตรมาสก่อนหน้า โดยสินเชื่อในทุกกลุ่มลูกค้าเติบโตขึ้น ไม่ว่าจะเป็นสินเชื่อธุรกิจลูกค้าบริษัท สินเชื่อธุรกิจลูกค้าผู้ประกอบการ และสินเชื่อธุรกิจลูกค้าบุคคล ซึ่งนอกจากจะได้รับปัจจัยหนุนจากการที่ภาพรวมเศรษฐกิจไทยเริ่มปรากฏสัญญาณบวกที่ชัดเจนขึ้นแล้ว ก็ยังเป็นผลมาจากความมุ่งมั่นของธนาคารในการให้การสนับสนุนลูกค้าทั้งด้านเงินทุน และด้านอื่นๆ ผ่านการนำเสนอการให้คำปรึกษาทางการเงิน การพัฒนา

ผลิตภัณฑ์และบริการที่ตรงตามความต้องการของลูกค้า ตลอดจนการเดินหน้าเพิ่มจำนวนและพัฒนาช่องทางหลักในการให้บริการลูกค้าอย่างต่อเนื่อง

ผลตอบแทนต่อสินทรัพย์ที่ก่อให้เกิดรายได้สุทธิ (Net Interest Margin หรือ NIM) ยังคงอยู่ในระดับสูงเมื่อเปรียบเทียบกับธนาคารขนาดใหญ่แห่งอื่น โดยอยู่ที่ร้อยละ 3.75 แม้ว่าจะปรับตัวลดลงจากไตรมาสก่อนหน้าเช่นเดียวกับธนาคารอื่นๆ ในประเทศ

อัตราส่วนเงินให้สินเชื่อต่อคุณภาพต่อเงินให้สินเชื่อ (NPL Gross Ratio) อยู่ที่ร้อยละ 3.70 ลดลงจากไตรมาสก่อนหน้า ซึ่งสะท้อนว่าธนาคารมีการบริหารคุณภาพสินทรัพย์ที่ดี โดยธนาคารมีอัตราส่วนนี้ต่ำสุดเมื่อเปรียบเทียบกับธนาคารขนาดใหญ่แห่งอื่น

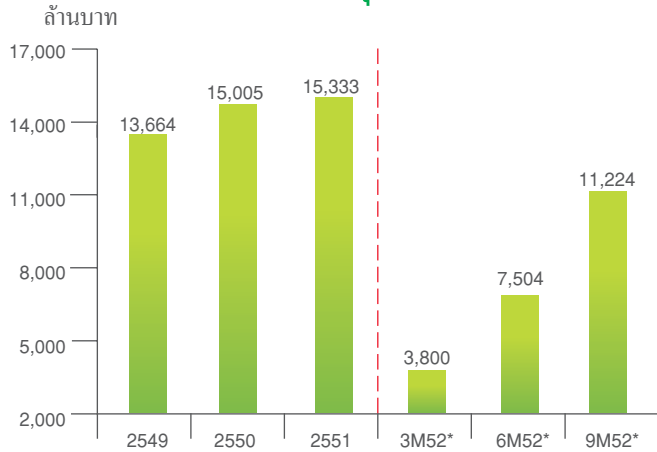
อัตราส่วนเงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยงยังคงอยู่ในระดับสูงและปรับเพิ่มขึ้นเป็นร้อยละ 16.32 สูงกว่าอัตราขั้นต่ำที่ธนาคารแห่งประเทศไทยกำหนดไว้ที่ร้อยละ 8.50 โดยแบ่งเป็นอัตราส่วนเงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยงชั้นที่ 1 และชั้นที่ 2 เท่ากับร้อยละ 10.90 และ 5.42 ตามลำดับ ทั้งนี้ ตั้งแต่เดือนธันวาคม 2551 ที่ผ่านมามาตราการเลือกคำนวณเงินกองทุนด้วยวิธีมาตรฐาน ตามหลักเกณฑ์ Basel II ซึ่งเป็นไปตามข้อกำหนดของธนาคารแห่งประเทศไทย

นอกจากนั้น เมื่อวันที่ 27 สิงหาคม 2552 ที่ประชุมคณะกรรมการธนาคารได้มีมติอนุมัติจ่ายเงินปันผลระหว่างกาลจากผลการดำเนินงานงวด 6 เดือนแรกปี 2552 ในอัตราหุ้นละ 0.50 บาท หรือคิดเป็นร้อยละ 15.94 ของกำไรสุทธิสำหรับงวด 6 เดือนแรกปี 2552 โดยมีกำหนดจ่ายเงินปันผลดังกล่าวให้แก่ผู้ถือหุ้นในวันที่ 24 กันยายน 2552

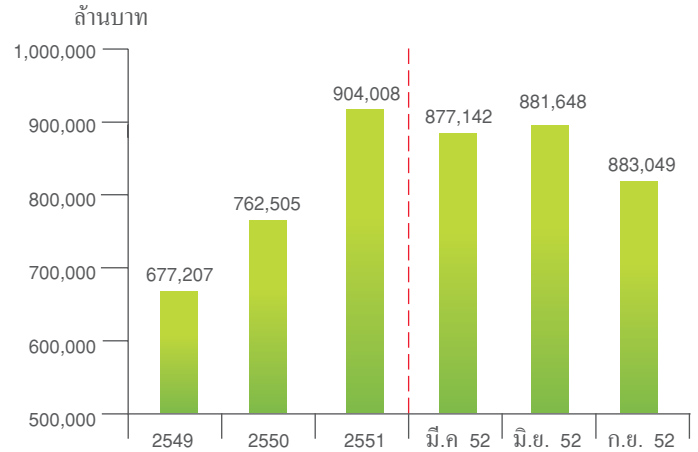
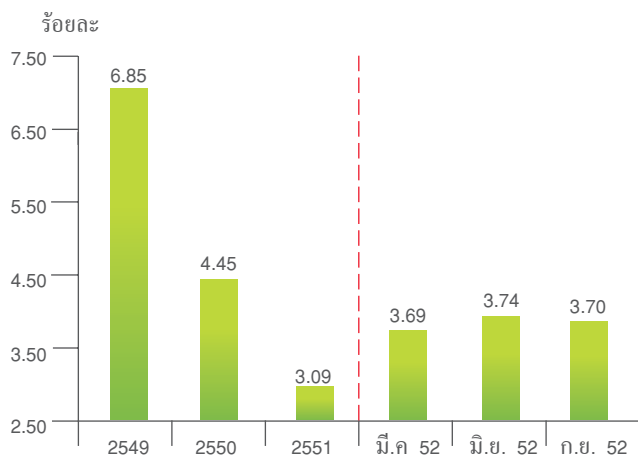
ข้อมูลทางการเงินที่สำคัญของ บมจ. ธนาคารกสิกรไทย (งบการเงินรวม)

ปี	2549	2550	2551	3M52*	6M52*	9M52*
กำไรสุทธิ	13,664	15,005	15,333	3,800	7,504	11,224
เงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยง	14.74	14.62	15.05	15.63	15.91	16.32
เงินให้สินเชื่อ	677,207	762,505	904,008	877,142	881,648	883,049
เงินให้สินเชื่อต่อคุณภาพ (NPL gross) ต่อเงินให้สินเชื่อ	6.85	4.45	3.09	3.69	3.74	3.70

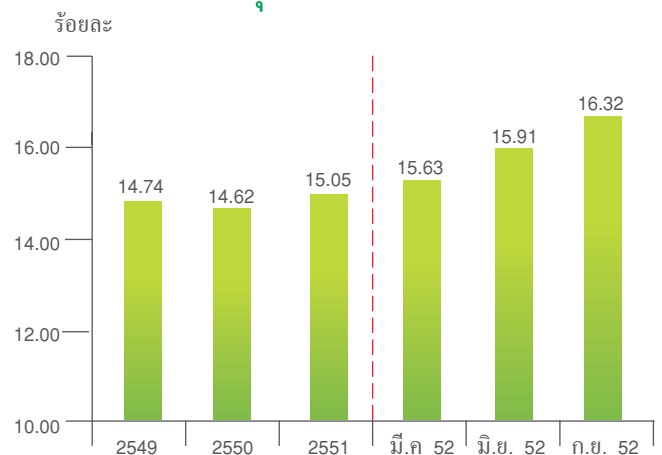
กำไรสุทธิ



เงินให้สินเชื่อ

เงินให้สินเชื่อต่อคุณภาพ (NPL gross) ต่อ
เงินให้สินเชื่อ

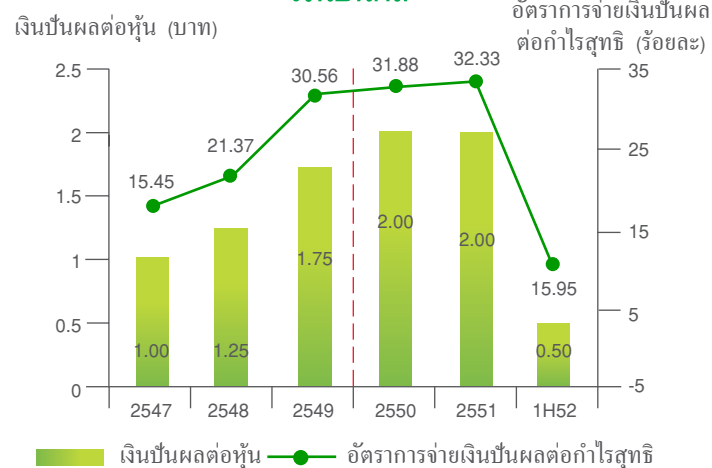
เงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยง **

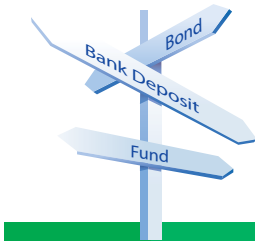


หมายเหตุ: * 3M52 หมายถึง ผลดำเนินงานงวด 3 เดือนแรก ปี 2552, 6M52 หมายถึง ผลดำเนินงานงวด 6 เดือนแรก ปี 2552, 9M52 หมายถึง ผลดำเนินงานงวด 9 เดือนแรก ปี 2552

** เงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยงตามกฎหมายต้องไม่ต่ำกว่าร้อยละ 8.5 ถ้ารวมกำไรสุทธิในไตรมาส 3 ปี 2552 แล้ว เงินกองทุนต่อสินทรัพย์เสี่ยงโดยรวมของธนาคารจะอยู่ที่ร้อยละ 16.64

เงินปันผล





ช่องทางการลงทุน

ลดความเสี่ยงในภาวะตลาดผันผวน...

ด้วยการลงทุนแบบเฉลี่ยราคาในกองทุนรวม

จากสถานการณ์ทางเศรษฐกิจที่ไม่ชัดเจนในปัจจุบันทั้งจากภายในและภายนอกประเทศ ทำให้เกิดคำถามมากมายว่าจะลงทุนอะไรที่ให้ผลตอบแทนที่ดีและมีความเสี่ยงน้อยที่สุด กองทุนรวมนับเป็นทางเลือกที่ดีในการลงทุน เนื่องจากมีบริษัทจัดการที่มีความเชี่ยวชาญ มีประสบการณ์ในการบริหารเงินลงทุนอย่างมืออาชีพ ด้วยการกระจายการลงทุนในหลักทรัพย์ หรือตราสารแต่ละประเภทไปยังผู้ออกตราสารหลากหลาย ขณะเดียวกันนักลงทุนก็สามารถจะลดความเสี่ยงอันเกิดจากช่วงเวลาต่างๆ ได้ด้วยตนเองอีกชั้นหนึ่งด้วย ซึ่งในครั้งนีขอเสนอวิธีการลงทุนแบบเฉลี่ยราคาในกองทุนรวมเพื่อลดความเสี่ยงในภาวะตลาดผันผวนเพื่อใช้เป็นข้อมูลพิจารณาประกอบการตัดสินใจเลือกวิธีการลงทุน โดยมีรายละเอียด ดังนี้

• การลงทุนแบบเฉลี่ยราคา

(DOLLAR COST AVERAGING : DCA)

คือกลยุทธ์การลงทุนที่ผู้ลงทุนมีวัตถุประสงค์การลงทุนในระยะยาว (5 ปี ถึง 10 ปี) โดยจะนำเงินลงทุนมาลงทุนอย่างต่อเนื่อง (สามารถวางแผนจัดสรรเงินลงทุนจากเงินก้อนใหญ่หรือเงินรายได้ประจำ) ในจำนวนเงินลงทุนที่แน่นอนหรือจำนวนเงินที่ใกล้เคียงกันอย่างสม่ำเสมอ หรือ ในลักษณะเป็นการซื้อหน่วยลงทุนกองทุนรวม

แบบสม่ำเสมอ (Saving Plan) ตามกำหนดช่วงระยะเวลาลงทุนไว้ อย่างแน่นอน อาทิ รายเดือน รายไตรมาส โดยไม่หวั่นไหวต่อการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์การลงทุนที่เปลี่ยนแปลงขึ้นลงไม่ว่าจะเป็นช่วงที่ระดับราคาหน่วยลงทุนสูงขึ้น หรือช่วงที่ระดับราคาลดลง ดังตัวอย่าง

NAV	Dollar Cost Averaging 2,000.00 Baht	Lump Sum 10,000.00 Baht
month 1 10.0000	200.0000 units	1,000.0000 units
month 2 10.2500	195.1220 units	-
month 3 10.7500	186.0465 units	-
month 4 11.0000	181.8182 units	-
month 5 12.0000	166.6667 units	-
	1,000.2602 units	1,000.0000 units
Ending Value	10,252.67 Baht	12,000.00 Baht

หลักการ “Dollar Cost Averaging”

กรณีตลาดมีแนวโน้มปรับตัวขึ้น

NAV	Dollar Cost Averaging 2,000.00 Baht	Lump Sum 10,000.00 Baht
month 1 10.0000	200.0000 units	1,000.0000 units
month 2 9.5000	210.5263 units	-
month 3 9.0000	222.2222 units	-
month 4 8.5000	235.2941 units	-
month 5 8.0000	250.0000 units	-
	1,118.0427 units	1,000.0000 units
Ending Value	8,944.34 Baht	8,000.00 Baht

หลักการ “Dollar Cost Averaging”

กรณีตลาดมีแนวโน้มปรับตัวลง

NAV	Dollar Cost Averaging 2,000.00 Baht	Lump Sum 10,000.00 Baht
month 1 10.0000	200.0000 units	1,000.0000 units
month 2 9.7500	205.1282 units	-
month 3 10.0500	199.0050 units	-
month 4 9.9500	201.0050 units	-
month 5 10.2500	195.1220 units	-
	929.6533 units	1,000.0000 units
Ending Value	10,252.67 Baht	10,250.00 Baht

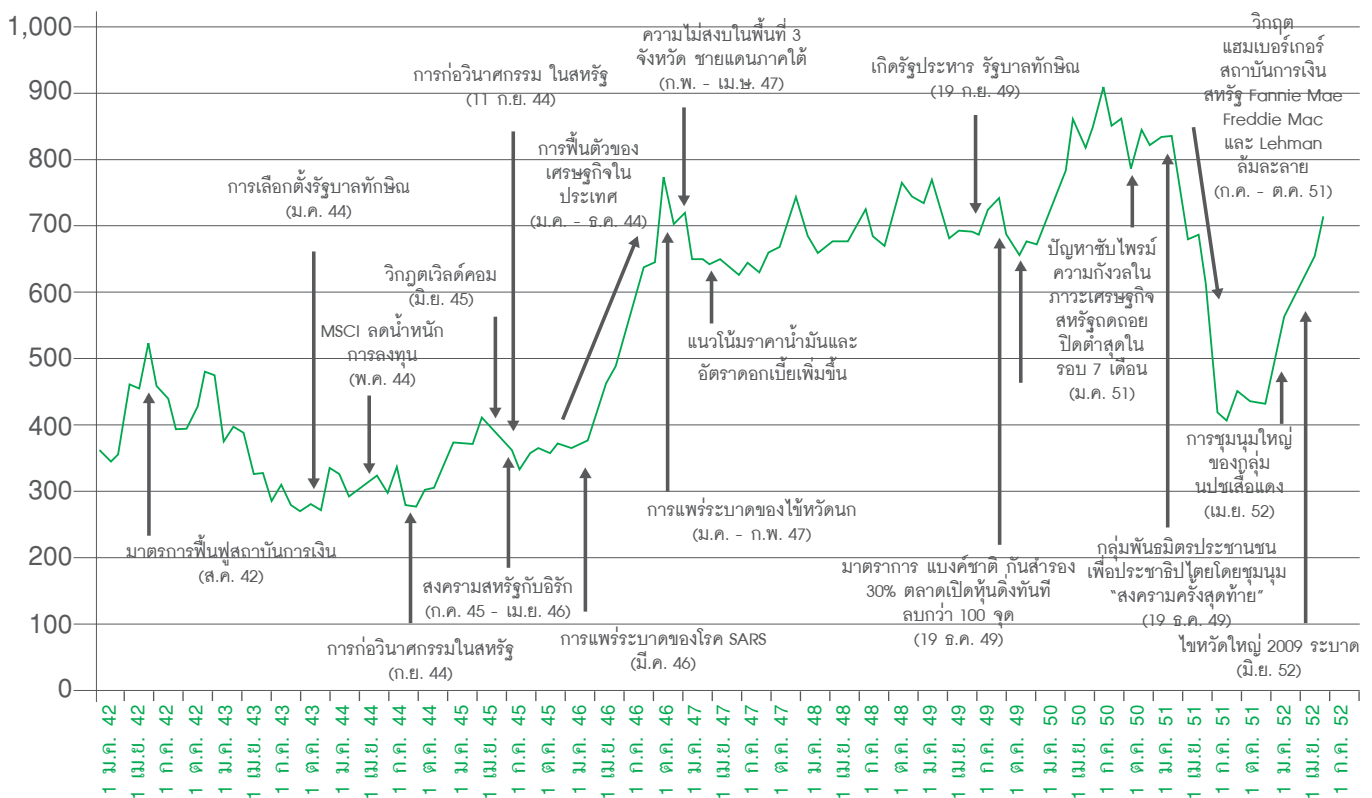
หลักการ “Dollar Cost Averaging”

กรณีตลาดมีแนวโน้มปรับตัวแบบผันผวน

จากตารางเป็นการเปรียบเทียบ การลงทุนแบบ DCA (แบ่งเงินลงทุน 10,000 บาท เป็น 5 งวดๆ ละ 2,000 บาท) กับ การลงทุนแบบครั้งเดียว(Lump Sum) ด้วยเงินลงทุน 10,000 บาท จะเห็นได้ว่าการลงทุนแบบ DCA ด้วยเงินลงทุนที่คงที่ในแต่ละเดือนจะทำให้ผู้ลงทุนได้หน่วยลงทุนน้อยในช่วงที่หน่วยลงทุนมีราคาสูงขึ้น และได้หน่วยลงทุนมากในช่วงที่หน่วยลงทุนมีราคาลดลง ในกรณีตลาดขาขึ้น การลงทุนทั้ง 2 วิธี ให้ผลตอบแทนที่เพิ่มขึ้นเช่นกัน หากแต่ในตลาดขาลง การลงทุนในแบบ DCA จะทำให้เกิดผลเสียน้อยกว่าการลงทุนแบบครั้งเดียว สำหรับกรณีตลาดมีการปรับตัวแบบผันผวน การลงทุนแบบ DCA ในระยะเวลายาว

จะสามารถลดต้นทุนเฉลี่ยในการลงทุนให้ต่ำลงได้ ซึ่งเมื่อต้นทุนต่ำ โอกาสในการทำกำไรก็มีมากขึ้น และโอกาสที่จะขาดทุนก็มีน้อยลง ซึ่งการลงทุนแบบ DCA จะไม่ทำให้ได้ราคาที่ดีที่สุด หรือ ราคาต่ำที่สุด หากแต่เป็นการถัวเฉลี่ยได้ค่ากลางๆ เสมือนหนึ่งเป็นการเฉลี่ยเฉลี่ยการซื้อถูกและซื้อผิด เมื่อเปรียบเทียบกับการลงทุนแบบครั้งเดียว หากลงทุนถูกจังหวะก็ดีมากที่สุดไปเลย ในทางกลับกัน หากลงทุนไม่ถูกจังหวะเวลาอาจไปลงทุนตอนราคาสูงขึ้น ก็จะเสียหายมาก ซึ่งในบางสถานะ ภาวะการณ์ การลงทุน การลงทุนโดยวิธีการจับจังหวะการลงทุน (Market Timing) ทำได้ยากมาก ที่จะประมาณการการณ์ภาวะช่วงเวลาที่ดีที่สุดในการลงทุน

• DCA ลดความเสี่ยงจากความผันผวนของตลาด



แหล่งที่มา : บริษัทหลักทรัพย์กสิกรไทย จำกัด

สำหรับกรณีที่เป็นการลงทุนในระยะเวลายาวในหุ้น จะเห็นได้ว่าดัชนีตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทยในช่วง 10 ปี ที่ผ่านมามีการแกว่งตัวผันผวนอ่อนไหวไปกับสถานการณ์การเมือง ภาวะเศรษฐกิจ และปัจจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศอย่างต่อเนื่อง หากนักลงทุนต้องการเลือกลงทุนในกองทุนหุ้นทุนโดยการเลือกใช้วิธีการลงทุนแบบจับจังหวะตลาดเพื่อเลือกซื้อหรือลงทุนในกองทุนรวมหุ้น ช่วงไหน ? หรือ เมื่อไหร่ ? จึงจะเหมาะสมได้ราคาที่ดีที่สุด พอซื้อแล้วได้ V Shape..... ราคาขึ้นต่อเนื่อง

แน่นอน ซึ่งเป็นการยากพอควรที่จะสามารถคาดการณ์ได้ถูกต้องแม่นยำทุกครั้ง อาจมีนักลงทุนบางท่านสามารถทำได้บ้าง แต่หากนักลงทุนที่ไม่มีเวลาหรือความรู้ความเข้าใจตลาดการลงทุนเพียงพอที่ติดตาม แต่ต้องการลดความเสี่ยงจากความผันผวนของตลาด บลจ.กสิกรไทย ขอเสนอให้เลือกลงทุนแบบเฉลี่ยราคา โดยชอยกตัวอย่างการลงทุนแบบ DCA ผ่าน K-Saving Plan ในกองทุนเปิดเคหุ้นทุนมริตพรเพื่อการเลี้ยงชีพ เปรียบเทียบกับการซื้อหน่วยลงทุนครั้งเดียวทุกวันสิ้นปี ดังนี้คือ

แหล่งที่มา : บริษัทหลักทรัพย์กสิกรไทย จำกัด

KAsset ขอเสนอตัวอย่างการลงทุนแบบ DCA ในกองทุนเปิดเค หุ้นระยะยาว เปรียบเทียบการซื้อหน่วยลงทุนแบบ DCA (K-Saving Plan) โดยกำหนดว่าในปี 2552 จะซื้อหน่วยลงทุนเป็น

จำนวนเงิน 120,000 บาท แบ่งออกเป็น 12 งวดเดือน กำหนดให้ซื้อหน่วยลงทุนในวันที่ 25 ของทุกเดือน กับการซื้อหน่วยลงทุนครั้งเดียว ณ งวดสุดท้าย (11 กันยายน 2552)

เดือน	เงินลงทุน	NAV	หน่วยลงทุนที่ได้
ม.ค. 52	10,000.00	8.0889	1,236.2620
ก.พ. 52	10,000.00	8.0852	1,236.8277
มี.ค. 52	10,000.00	8.2728	1,208.7805
เม.ย. 52	10,000.00	9.0414	1,106.0234
พ.ค. 52	10,000.00	10.5589	947.0683
มิ.ย. 52	10,000.00	10.3020	970.8853
ก.ค. 52	10,000.00	11.5988	862.1581
ส.ค. 52	10,000.00	12.4498	803.2257
11 ก.ย. 52	10,000.00	13.3307	750.1481
รวม	90,000.00		9,121.1791
จำนวนหน่วยลงทุนที่ได้รับเมื่อซื้อครั้งเดียว (หน่วย)			6,751.3333
หน่วยลงทุนต่างกัน (หน่วย)			2,369.8458
ต้นทุนเฉลี่ยต่อหน่วยเมื่อซื้อแบบ Saving Plan (บาท)			9.8671
ต้นทุนต่อหน่วยต่างกัน (บาท)			3.4636
ต้นทุนรวมต่างกัน (บาท)			8,208.0904

ตัวอย่างเปรียบเทียบการซื้อหน่วยกองทุนแบบ K-Saving Plan กับซื้อครั้งเดียว

กองทุนเปิดเค หุ้นระยะยาว

จะเห็นได้ว่า การลงทุนแบบ DCA ผ่าน K-Saving Plan จะทำให้ต้นทุนเฉลี่ยต่อหน่วยเท่ากับ 9.8671 บาทต่อหน่วย ซึ่งต่ำกว่ามูลค่าทรัพย์สินสุทธิต่อหน่วยที่ 13.3307 บาทต่อหน่วยล่าสุด ณ วันที่ 11 กันยายน 2552 โดยเปรียบเทียบต้นทุนการลงทุนต่อหน่วยต่างกันได้ 3.4636 บาท เท่ากับมีมูลค่าต้นทุนรวมต่างกัน 8,208.0904 บาท

อย่างไรก็ตาม ตัวอย่างข้างต้นเป็นเพียงการแสดงให้เห็นเฉพาะกรณีที่มูลค่าหน่วยลงทุนงวดสุดท้ายสูงกว่ามูลค่าหน่วยลงทุนโดยเฉลี่ย แต่ในทางกลับกัน หากมูลค่าหน่วยลงทุนงวดสุดท้ายต่ำกว่ามูลค่าหน่วยลงทุนโดยเฉลี่ย ก็อาจทำให้ผลที่ได้ต่างกัน แต่โดยทั่วไปแล้ว การลงทุนในระยะเวลายาว จะช่วยให้เฉลี่ยต้นทุนได้ดีกว่า

ดังนั้น KAsset จึงขอเสนอต่อก่อนการลงทุน เพื่อพิจารณาแบ่งเงินลงทุนบางส่วนมาลงทุนแบบเฉลี่ยราคา (DCA) เพื่อเลือกใช้เป็นคำตอบเพื่อลดความเสี่ยงจากความผันผวนของตลาด สำหรับการลงทุนที่มีวัตถุประสงค์ลงทุนต่อเนื่องในระยะเวลายาว (5 ปีถึง

10 ปี) และเสริมสร้างความมั่งคั่งในระยะยาวจากการที่นักลงทุนมีวินัยในการออมเงินอย่างต่อเนื่อง โดยสามารถวางแผนจัดสรรแบ่งเงินลงทุนมาลงทุนได้เพิ่มอย่างต่อเนื่อง เพื่อบรรลุวัตถุประสงค์การลงทุนที่ตั้งเป้าหมายได้อย่างมุ่งมั่นหวังตั้งใจ อีกทั้งเป็นการช่วยลดความกังวล ทุกข์ใจเกี่ยวกับความเสี่ยงที่จะเข้าลงทุนผิดจังหวะผิดเวลา อนึ่ง ในสภาวะการณ์ช่วงรอกการฟื้นตัวของเศรษฐกิจทั้งในประเทศและเศรษฐกิจโลกเช่นนี้ นักลงทุนต้องติดตามข้อมูลภาวะการณ์อย่างใกล้ชิด เพื่อการพิจารณาประกอบการเลือกวิธีการลงทุนและควรทบทวนนโยบายการลงทุนอย่างน้อยทุก ๆ 6 เดือน หรืออาจติดต่อเพื่อรับบริการที่ปรึกษาการลงทุนจาก บลจ.กสิกรไทย (KAsset) หรือหากต้องการทราบรายละเอียดเพิ่มเติมเกี่ยวกับ การลงทุนแบบเฉลี่ยราคา ผ่าน K - Saving Plan (บริการลงทุนรายงวดกองทุนรวมกสิกรไทย) สามารถติดต่อ K-Contact Center 02 888 8888 และ KAsset Call Center 02 673 3888



สุขภาพดีวันละนิดจิตแจ่มใส

กินอย่างไร ให้สุขภาพดี



จากสภาพของสังคม วิถีชีวิต และสิ่งแวดล้อมที่เปลี่ยนไป ทั้งมลภาวะเป็นพิษที่เพิ่มมากขึ้น ความเร่งรีบในชีวิตประจำวัน ความเครียด สิ่งเหล่านี้ส่งผลโดยตรงต่อสุขภาพของคนไทยให้บั่นทอนลงไปเรื่อยๆ ยิ่งไปกว่านั้นการพัฒนารูปแบบของอาหาร รสชาติ สี และกลิ่นล้วนถูกปรับปรุงให้เป็นที่ถูกอกถูกใจของผู้บริโภคมากขึ้น รวมทั้งพฤติกรรมการบริโภคที่ตามใจตัวเองกินทุกอย่างที่ชอบ ผลที่ตามมาคือการกินไม่ถูกหลักเกณฑ์ ทำให้น้ำหนักเพิ่มขึ้นอาจมีโรคภัยไข้เจ็บตามมาอีกหลายอย่าง เช่น ไขมันสูง ความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ เบาหวาน ปวดข้อ เป็นต้น หรือถ้าหากมีโรคประจำตัวอยู่ด้วยแล้วจะทำให้การควบคุมโรคนั้นๆ ยากขึ้นด้วย

ดังนั้น การหันมาใส่ใจเรื่องอาหารการกิน จึงเป็นทางเลือกที่ดีที่สุดทางหนึ่งที่ทุกคนให้ความสนใจ กอปรกับมีศาสตร์ใหม่ๆ เกี่ยวกับสุขภาพทางโภชนาการ เกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ทำให้การปฏิบัติไม่ใช่เรื่องยากอีกต่อไป



โภชนาบัญญัติ 9 ประการ

พื้นฐานง่ายๆ ของการรับประทานอาหารที่ดีเพื่อสุขภาพ



1. **รับประทานอาหารให้ครบ 5 หมู่** ในแต่ละหมู่ให้มีประเภทอาหารที่หลากหลาย และหมั่นดื่มน้ำหนักตัวอย่างสม่ำเสมอ
2. **รับประทานอาหารโปรไฮเดรตเป็นหลัก** ในแต่ละวัน ควรได้พลังงานจากอาหารกลุ่มนี้ 40-50% ของพลังงานจากอาหารที่เราได้รับ
ข้าว
(ข้าวซ้อมมือจะมีกากใย แร่ธาตุ วิตามิน มากกว่าข้าวขาว) หากกินข้าวซ้อมมือ จะช่วยให้ร่างกายได้รับวิตามินบี อี ซึ่งช่วยบำรุงระบบประสาท ช่วยด้านความชรา และทำให้ระบบขับถ่ายเป็นปกติ
ขนมปังผสมธัญพืช
หรือเครื่องดื่มผสมธัญพืชที่ไม่มีรสหวาน
หากบางมื้อไม่กินข้าว
ก็กินผัก หรือผลไม้ไม่หวานจัด ที่มีกากใยและให้พลังงานแทน อาทิ ฝรั่ง แอปเปิ้ล กล้วย แครอท สาหร่าย มะละกอ แทน
3. **รับประทานพืช ผักให้มากๆ** และกินผลไม้ให้เป็นประจำ เพราะในพืช ผัก ผลไม้ มีสารอาหารที่สำคัญหลายชนิด อาทิ วิตามิน แร่ธาตุ และใยอาหาร และยังมีสารแอนติออกซิแดนท์ที่ช่วยไม่ให้อนุมูลอิสระทำลายเนื้อเยื่อและผนังเซลล์ ทำให้ผิวพรรณเปล่งปลั่งไม่แก่เกินวัย
4. **รับประทานปลา** เนื้อสัตว์ที่ไม่ติดไขมัน ไข่ ถั่วเมล็ดแห้ง เป็นประจำ เพราะเป็นอาหารที่มีโปรตีนที่มีประโยชน์ต่อร่างกาย หากรับประทานในปริมาณที่พอเหมาะ ไม่มากหรือน้อยเกินไป
5. **ดื่มนมให้เหมาะสมกับวัย** เป็นแหล่งอาหารของโปรตีนแคลเซียม วิตามินบี 2 และแร่ธาตุต่างๆ เหมาะที่จะเป็นอาหารสำหรับคนทุกวัย แต่ควรดื่มให้อยู่ในปริมาณที่พอเหมาะ คือ เด็กควรดื่มวันละ 1 - 2 แก้ว ผู้ใหญ่และผู้สูงอายุควรดื่มวันละ 1 แก้ว

6. **รับประทานอาหารที่มีไขมันแต่พอควร** ควบคุมปริมาณให้พอเหมาะกับความต้องการของร่างกาย
7. **หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารรสจัด** และรสเค็มเพราะอาหารประเภทนี้เป็นสาเหตุของการเกิดโรคอ้วนและโรคความดันโลหิตสูง
8. **รับประทานอาหารที่สะอาด** ปราศจากการปนเปื้อนที่อาจเป็นเชื้อโรค พยาธิ และสิ่งแปลกปลอมต่างๆ และหากรับประทานอาหารที่เป็นอาหารสำเร็จรูป ควรอ่านฉลากให้ครบถ้วน ทั้งวันผลิต และวันหมดอายุ และควรล้างมือก่อนรับประทานอาหารทุกครั้ง
9. **เครื่องดื่มที่ดีที่สุด** คือน้ำดื่มสะอาด ดื่มให้เพียงพอ วันละ 8-10 แก้ว เครื่องดื่มที่มีน้ำตาล หรือน้ำผลไม้รสหวาน จะให้น้ำตาลสูงทำให้น้ำหนักขึ้นได้ง่ายๆ ถ้าต้องการวิตามินจากน้ำผลไม้ ขอแนะนำให้รับประทานผลไม้สดดีกว่าจะได้วิตามินซี อี มากกว่า และได้ไฟเบอร์ ช่วยขับถ่าย ป้องกันมะเร็งในลำไส้อีกด้วย เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ก็ให้แคลอรีสูงมาก ไม่ควรดื่มบ่อยๆ หรือหากออกงานสังสรรค์ ก็ดื่มไวน์ได้ไม่เกิน 30-50 ซี.ซี. ต่อวัน

นักโภชนาการและสมาคมกำหนดอาหาร ได้แนะนำประชาชนให้เลือกบริโภคอาหารที่มีประโยชน์และมีคุณค่าต่อร่างกาย กินอยู่ปกติ ควรเป็นอย่างไร กินอย่างไรจะห่างไกลโรค และให้มีสุขภาพดี อายุยืนยาว โดยทั่วไป วันหนึ่งประมาณ 1,600 กิโลแคลอรี สำหรับเด็ก หญิงวัยทำงาน และผู้สูงอายุ 2,000 กิโลแคลอรี สำหรับวัยรุ่นทำงาน และ 2,400 กิโลแคลอรี สำหรับผู้ใช้พลังงานมาก ได้แก่ เกษตรกรใช้แรงงาน และผู้ที่ออกกำลังกาย เท่านั้น ก็จะช่วยให้การบริโภคนอกจากเพื่อความ สุขในด้านของรสชาติแล้วยังพ่วงด้วยความสุขของการมีสุขภาพที่ดีอีกด้วย





แวดวงกลสิกรไทย



รับ 3 รางวัลจากนิตยสาร Alpha South East Asia

นิตยสารทางการเงินชั้นนำของโลก Alpha South East Asia มอบรางวัลให้ธนาคารกสิกรไทยในฐานะเป็นองค์กรที่มีการบริหารจัดการยอดเยี่ยม โดยได้รับรางวัล

1. Best Private Wealth Management House in Thailand 2009
2. Best Cash Management Bank
3. Best Bond House



SMS ง่ายๆ ได้เลย

ธนาคารกสิกรไทยต่อยอดบริการ ATM SIM ที่มีผู้ทำธุรกรรมกว่า 2.3 ล้านคน ต่อเดือน ในการชำระค่าสินค้าและบริการให้สะดวก รวดเร็ว และปลอดภัย ล่าสุดร่วมกับแอมเวย์, ไทยทิคเก็ตเมเจอร์, เอส เอฟ ซินามา ซิตี, ไทยแอร์เอเชีย และดีแทค ให้บริการ “SMS ง่ายๆ ได้เลย” สำหรับลูกค้าที่ใช้บริการ ATM SIM โดยเมื่อลูกค้าได้รับ SMS แจ้งเตือนชำระค่าสินค้าและบริการทางโทรศัพท์มือถือที่ระบุจำนวนเงินและรายละเอียดการชำระ ลูกค้าสามารถกดยืนยันการชำระเงินด้วยการใส่รหัสและตัดเงินจากบัญชี เพื่อชำระเงินให้แก่บริษัททันที ซึ่งธนาคารคาดว่าหลังเปิดให้บริการจะช่วยเพิ่มยอดขายการทำธุรกรรมอีก 15-20%

รางวัลพระราชทานความเป็นเลิศด้านการเงิน

ธนาคารกสิกรไทยได้รับรางวัลความเป็นเลิศด้านการบริหารทางการเงิน (Financial Management) จากสมาคมการจัดการธุรกิจแห่งประเทศไทยและสถาบันบัณฑิตบริหารธุรกิจแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นปีที่ 7 ติดต่อกัน โดยธนาคารนับเป็นองค์กรที่มีการบริหารจัดการที่มีประสิทธิภาพ ที่สามารถสร้างประโยชน์ให้แก่ธุรกิจและการพัฒนาองค์กรเพื่อบรรลุความเป็นเลิศอย่างต่อเนื่อง



เปิดโครงการ K SME Care รุ่นที่ 10

ธนาคารกสิกรไทยเปิดโครงการส่งเสริมการจัดการที่ยั่งยืนของผู้ประกอบการขนาดกลางและขนาดเล็ก (K SME Care) รุ่นที่ 10 ให้แก่ผู้ประกอบการเอสเอ็มอี จำนวน 966 คน เพื่อถ่ายทอดประสบการณ์จากผู้บริหารที่ประสบความสำเร็จในหัวข้อต่างๆ ที่เหมาะสมกับผู้ประกอบการเอสเอ็มอี เพื่อนำความรู้ที่ได้ไปประยุกต์ใช้ โดยจะจัดอบรมที่สำนักงานใหญ่ของธนาคาร และจังหวัดที่สำคัญ ได้แก่ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น มหาวิทยาลัยบูรพา และมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์



จับมือเมืองไทยประกันภัย ขยายประกันรถยนต์ผ่านสาขา

ธนาคารกสิกรไทยรุกขายประกันครบวงจร ล่าสุดจับมือ บ. เมืองไทยประกันภัย ขยายประกันภัยรถยนต์ผ่านสาขานาคาร “Car Protect” เน้นความสะดวก ราคาประหยัด ประกอบด้วย

- **ประกันภัยรถยนต์ภาคบังคับ** (สำหรับผู้ประสบภัยจากรถ) รถเก๋ง 645 บาท รถกระบะ 967 บาท รถตู้ 1,182 บาท
- **ประกันรถยนต์ประเภท 3** (คุ้มครองและประกันภัยรถยนต์) จ่ายเบี้ยประกันรายปี รถเก๋ง 2,148 บาท รถกระบะ 2,825 บาท รถตู้ 3,010 บาท รับผิดชอบต่อชีวิตและร่างกายสูงสุด 250,000 ต่อคน
- **ประกันรถยนต์ประเภท 5** (คุ้มครองความเสียหายต่อตัวรถ) ให้ความคุ้มครองสูงสุด 120,000 ต่อครั้ง จ่ายเบี้ยเพียง 6,800 บาท ต่อปี

ทั้งนี้ ธนาคารได้ตั้งเป้าขายประกันภัยรถยนต์ในปีนี้ได้ 60 ล้านบาท ผู้สนใจสามารถติดต่อขอซื้อฟ.ร.บ.คุ้มครองผู้ประสบภัยจากรถได้ที่ธนาคารกสิกรไทยทุกสาขาทั่วประเทศ กว่า 700 สาขา หรือสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ Call Center หมายเลขโทรศัพท์ 0 2888 8888



K-SME All-IN-1 Account (บริการบัญชีรวมมิตร เอสเอ็มอี กสิกรไทย)

ธนาคารกสิกรไทยพัฒนาบริการเพื่ออำนวยความสะดวกแก่ลูกค้าเอสเอ็มอี เพียงลูกค้ามีบัญชีเงินฝากออมทรัพย์หรือกระแสรายวันของธนาคาร สามารถใช้บริการทางการเงินอื่นๆ เพื่อสนับสนุนการดำเนินธุรกิจได้อย่างครบวงจร อาทิ บริการโอนเงินทางอิเล็กทรอนิกส์ การสั่งซื้อสมุดเช็คออนไลน์ การรับทราบข้อมูลความเคลื่อนไหวทางบัญชี และการบริหารสภาพคล่องของธุรกิจ พร้อมรับสิทธิพิเศษฟรีค่าธรรมเนียมในการใช้บริการ

Transaction Alert และ K-Cheque Alert และเมื่อเปิดบัญชีเงินฝากประจำ 6 เดือน ตั้งแต่ 50,000 ถึง 5,000,000 บาท ต่อราย รับอัตราดอกเบี้ยพิเศษบวกเพิ่ม 0.25% จากอัตราดอกเบี้ยที่ประกาศ ทั้งนี้ ลูกค้าเอสเอ็มอีเก่าและใหม่สามารถสมัครใช้บริการได้ที่ธนาคารกสิกรไทยทุกสาขา หรือสอบถามข้อมูลที่ K-Biz Contact Center 0 2888 8822

โครงการ “ประกันอนาคตเรา อนาคตลูก”

ธนาคารกสิกรไทยเพิ่มทางเลือกให้แก่ลูกค้าในยุคดอกเบี้ยต่ำ โดยออกโครงการ “ประกันอนาคตเรา อนาคตลูก” เพื่อเตรียมความพร้อมชีวิตวัยเกษียณและอนาคตการศึกษาลูก โดยให้ความคุ้มครองประกันชีวิตควบคู่การออมที่ให้ผลตอบแทนสูง ประกอบด้วย

- **ประกันเพื่ออนาคตการศึกษาบุตร (Pro Education A22/A15)** เป็นกรมธรรม์แบบสะสมทรัพย์ เน้นการวางแผนออมเงินเพื่อเป็นทุนการศึกษาของบุตรในอนาคตพร้อมคุ้มครองชีวิตสำหรับบุตรที่มีอายุ 1 เดือน ถึง 10 ปี ระยะเวลาชำระเบี้ยประกันถึง อายุ 15 ปี ให้ความคุ้มครองจนอายุครบ 22 ปี
- **ประกันเพื่ออนาคตวัยเกษียณ (Pro Retirement A 85/A55)** เป็นกรมธรรม์ประกันชีวิตแบบบำนาญ เน้นการวางแผนการเงินระยะยาวเพื่อเก็บเงินไว้ใช้ยามเกษียณอายุ ระยะเวลาการชำระเบี้ยประกันถึงอายุครบ 55 ปี โดยผู้ทำประกันต้องมีอายุ 20-45 ปี สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ธนาคารกสิกรไทยทุกสาขา หรือ ที่ K-Contact Center 0 2888 8888





ข่าวสารผู้ถือหุ้น

ทุกๆ ปี ในเดือนเมษายน ธนาคารจะจัดให้มีการประชุมสามัญผู้ถือหุ้นเพื่อรายงานผลการดำเนินงานในรอบปีที่ผ่านมาให้แก่ผู้ถือหุ้นทราบ ทั้งนี้ ธนาคารให้ความสำคัญเป็นอย่างยิ่งในการส่งเสริมสิทธิของผู้ถือหุ้นและการปฏิบัติต่อผู้ถือหุ้นอย่างเท่าเทียมกัน โดยได้ดำเนินการอย่างต่อเนื่องมาหลายปี ก่อนจะถึงวันประชุมฯ ธนาคารได้เปิดโอกาสให้ผู้ถือหุ้นสามารถเสนอเรื่องที่เห็นว่าเป็นประโยชน์เพื่อการพิจารณาบรรจุเข้าเป็นวาระการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น รวมทั้งให้ผู้ถือหุ้นสามารถเสนอชื่อบุคคลที่มีคุณสมบัติครบถ้วน เพื่อเข้ารับการพิจารณาเลือกตั้งเป็นกรรมการธนาคารในการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553 เป็นการล่วงหน้า ตั้งแต่วันที่ 1 ถึงวันที่ 30 พฤศจิกายน 2552 ซึ่งผู้ถือหุ้นสามารถศึกษารายละเอียด หลักเกณฑ์ และวิธีการที่ได้เปิดเผยบนเว็บไซต์ของธนาคารที่ <http://www.kasikornbank.com> ภายใต้วางค์หน้ากลุ่มทุนสัมพันธ์ หัวข้อการประชุมผู้ถือหุ้น รวมทั้ง เผยแพร่ผ่านระบบข้อมูลของตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทยด้วย

1. การเสนอเรื่องเพื่อบรรจุเป็นวาระการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553

หลักเกณฑ์

1. เป็นผู้ถือหุ้นที่ถือหุ้นธนาคารไม่น้อยกว่าร้อยละ 0.05 ของหุ้นธนาคารที่ชำระแล้วทั้งหมด โดยอาจเป็นผู้ถือหุ้นรายเดียว หรือหลายรายรวมกันก็ได้ และถือหุ้นอย่างต่อเนื่องนับจากวันที่ถือหุ้นจนถึงวันที่เสนอเรื่อง เพื่อบรรจุในวาระการประชุมเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 12 เดือน
2. กรอก “แบบขอเสนอเรื่องเพื่อบรรจุเป็นวาระการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553” พร้อมเอกสารหลักฐานที่เกี่ยวข้องอย่างครบถ้วนและสมบูรณ์ ส่งถึงธนาคาร ภายในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2552 ตามที่อยู่ ดังนี้

เลขานุการบริษัท

บมจ. ธนาคารกสิกรไทย ชั้น 32

1 ซอยราษฎร์บูรณะ 27/1 ถนนราษฎร์บูรณะ

กรุงเทพฯ 10140

กรณีผู้ถือหุ้นหลายรายรวมกันเสนอวาระ ผู้ถือหุ้นทุกรายต้องกรอก “แบบขอเสนอเรื่องเพื่อบรรจุเป็นวาระการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553” และลงชื่อไว้เป็นหลักฐาน แล้วรวบรวมส่งเป็นชุดเดียวกัน



2. การเสนอชื่อบุคคลเพื่อเข้ารับการพิจารณาเลือกตั้งเป็น กรรมการธนาคาร

หลักเกณฑ์

1. เป็นผู้ถือหุ้นที่ถือหุ้นธนาคาร ไม่น้อยกว่าร้อยละ 0.05 ของหุ้นธนาคารที่ชำระแล้วทั้งหมด โดยอาจเป็นผู้ถือหุ้นรายเดียว หรือหลายรายรวมกันก็ได้ และ ถือหุ้นอย่างต่อเนื่องนับจากวันที่ถือหุ้นจนถึงวันที่เสนอชื่อบุคคลเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 12 เดือน
2. กรอก “แบบขอเสนอชื่อบุคคลเพื่อเข้ารับการพิจารณาเลือกตั้งเป็นกรรมการในการประชุมสามัญผู้ถือหุ้นประจำปี 2553” พร้อมแนบเอกสารหลักฐานที่เกี่ยวข้อง และให้ผู้ได้รับการเสนอชื่อกรอก “แบบข้อมูลบุคคลที่ได้รับการเสนอชื่อเข้ารับการพิจารณาเลือกตั้งเป็นกรรมการในการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553” และ “แบบสอบถามคุณสมบัติของผู้ได้รับการเสนอชื่อเพื่อเลือกตั้งเป็นกรรมการในการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553” พร้อมเอกสารหลักฐานที่เกี่ยวข้องอย่างครบถ้วนและสมบูรณ์ส่งถึงธนาคาร ภายในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2552 ตามที่อยู่ดังนี้

เลขานุการบริษัท

บมจ. ธนาคารกสิกรไทย ชั้น 32

1 ซอยราษฎร์บูรณะ 27/1 ถนนราษฎร์บูรณะ

กรุงเทพฯ 10140

กรณีผู้ถือหุ้นหลายรายรวมกันเสนอชื่อบุคคลเข้ารับการพิจารณา ผู้ถือหุ้นทุกรายต้องกรอก “แบบการเสนอชื่อบุคคลเพื่อเข้ารับการพิจารณาเลือกตั้งเป็นกรรมการธนาคาร เพื่อบรรจุเป็นวาระการประชุมสามัญผู้ถือหุ้น ประจำปี 2553” และลงชื่อไว้เป็นหลักฐาน แล้วรวบรวมส่งเป็นชุดเดียวกัน

กรณีผู้ถือหุ้นมีข้อสงสัย หรือต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม สามารถติดต่อได้ที่ ส่วนบริหารความสัมพันธ์ผู้ถือหุ้น สำนักเลขานุการบริษัท หมายเลขโทรศัพท์ 0 2470 2663-7



ธนาคารกสิกรไทย
KASIKORNBANK 泰华农民银行



www.kasikornbankgroup.com



K-Contact Center 0 2888 8888

泰华农民银行集团 เครือธนาคารกสิกรไทย KASIKORNBANKGROUP
全方位的卓越服务 บริการทุกระดับประทับใจ Towards Service Excellence