

ตั้งแต่อดีตจวบจนปัจจุบัน **“นม”** ได้รับการยกย่องว่า
เป็นอาหารที่สำคัญสำหรับมวลมนุษยชาติ ทุกเพศ ทุกวัย
 จนสามารถกล่าวได้ว่า **“นม” เป็นอาหารมือแรก**
ในชีวิตมนุษย์ เพราะอาหารที่ดีที่สุดสำหรับการแรกเกิดคือ
“นมจากแม่” โดยมีนมของสัตว์ชนิดต่าง ๆ
 เป็นแหล่งสารอาหารสำคัญสำหรับการเจริญเติบโตในช่วงวัยต่อ ๆ มา



Milk Story นานาเรื่องนม

นอกจาก **“นม”** จะเป็น **อาหารธรรมชาติที่อุดมไปด้วย**
คุณประโยชน์ ด้านโภชนาการอาหารที่มีคุณค่าต่อร่างกาย
 นมยังสามารถแปรรูปเป็นหลากหลายผลิตภัณฑ์
 เช่น เนย เนยแข็ง (Cheese) เป็นต้น ซึ่งในทุกกระบวนการ
 ล้วนเป็นส่วนสำคัญที่ก่อให้เกิดรายได้ สร้างอาชีพ
 สร้างรากฐานเศรษฐกิจ อันเป็น **ปัจจัยสำคัญ**
ในการขับเคลื่อนประเทศ

ในมิติของวิถีชีวิต ความเชื่อ และพิธีกรรมทางศาสนา
 ของคนหลายเชื้อชาติ **“นม”** ถูกนำมา **เป็นเครื่องบูชา**
 เพราะเชื่อกันว่านมเป็นของอันบริสุทธิ์
 และควรค่าต่อการสักการะทวยเทพและสิ่งศักดิ์สิทธิ์ต่าง ๆ

จากมิติอันหลากหลายที่ความเชื่อมโยงกับชีวิตของมนุษย์
 จึงนับได้ว่า **“นม” เป็นอาหาร**
ที่ “สร้างคน สร้างโลก” ได้อย่างแท้จริง

เรียบเรียงข้อมูลจาก

- นม อาหารเพื่อชีวิตและสุขภาพ โดย รศ.ดร.ประไพศรี ศิริจักรวาล สถาบันโภชนาการ มหาวิทยาลัยมหิดล
- Thai Dairy Fact Book 2013 โดยชมรมนมสร้างชาติ www.milkforthai.org

นิทรรศการ **“นานาเรื่องนม”**
 57-09 / No. 01