

ป่าชายเลนลำปำ

MANGROVE AT LAMPAM



เป็นแหล่งที่อยู่อาศัยของบรรดาสัตว์น้ำน้อยใหญ่ซึ่งเป็นแหล่งอาหารสำคัญของผู้คนในพื้นที่ตำบลลำปำ

This is one of ecological diversities existing at Lampam. Here is a sanctuary of those marine animals, the main resource of food for the natives.

วิธีการทำนาริมทะเล

RICE FARMING ALONG LAMPAM LAGOON



การทำนาริมทะเลสาบยังคงมีให้เห็นอยู่ทั่วไปในหมู่ที่ 7, 8 และ 11 ต.ลำปำ รวมระยะทางประมาณ 5 กม. ด้วยภูมิปัญญาอันชาญฉลาด ประกอบกับการปรับตัวให้เข้ากับธรรมชาติอย่างเหมาะสม จึงทำให้ชาว ต.ลำปำ สามารถยืนหยัดได้ด้วยตนเอง สมกับคำกล่าวที่ว่า “ในน้ำมีปลา ในนามีข้าว” สอดรับคำขวัญของจังหวัดพัทลุงที่ว่า...

“เมืองหนังโนราห์ อู่นาข้าว พราวน้ำตก แหล่งนกน้ำ ทะเลสาบงาม เขาอกทะลุ น้ำพุร้อน” อย่างแท้จริง

Rice farming along Lampam Lagoon is still seen at Moo 7, 8 and 11 of Lampam. With local wisdom and ability to adjust themselves to the nature, the villagers can sustainably stand by their own as mentioned in Phatthalung slogan...

"The city of Nora and shadow play, Land of Paddy Field, Sparkling Waterfall, Source of waterfowls, Lovely Lagoon, Okthalu Mountain, Hot spring"

“ชาวตำบลลำปำยินดีต้อนรับทุกท่าน
สู่แผ่นดินอันอุดมสมบูรณ์
ด้วยพืชผล ทรัพยากรท้องถิ่น และภูมิปัญญา”

“Welcome to Lampam...
The Land of crops, tourism resources
and local wisdom”

ติดตามความเคลื่อนไหว ไม่พลาดข้อมูลที่สำคัญได้ที่



LINE Add friend



องค์การบริหารส่วนตำบลลำปำ

LAMPAM SUBDISTRICT ADMINISTRATIVE ORGANIZATION



เลขที่ 18 ม. 3 ต.ลำปำ อ.เมืองพัทลุง จ.พัทลุง 93000
18, Moo 3, Lampam, Meuangphatthalung, Phatthalung, 93000



TEL. 074-829825 ต่อ (ext.) 13



www.lampam.go.th



lampamoffice@gmail.com



เที่ยวสุขใจ...ไปตำบลลำปำ

EXPLORE LAMPAM...THE HAPPINESS YOU CAN REACH

“ถิ่นแดนประวัติศาสตร์

ชายหาดงามตา

เกษตรกรรมน่าค้นหา

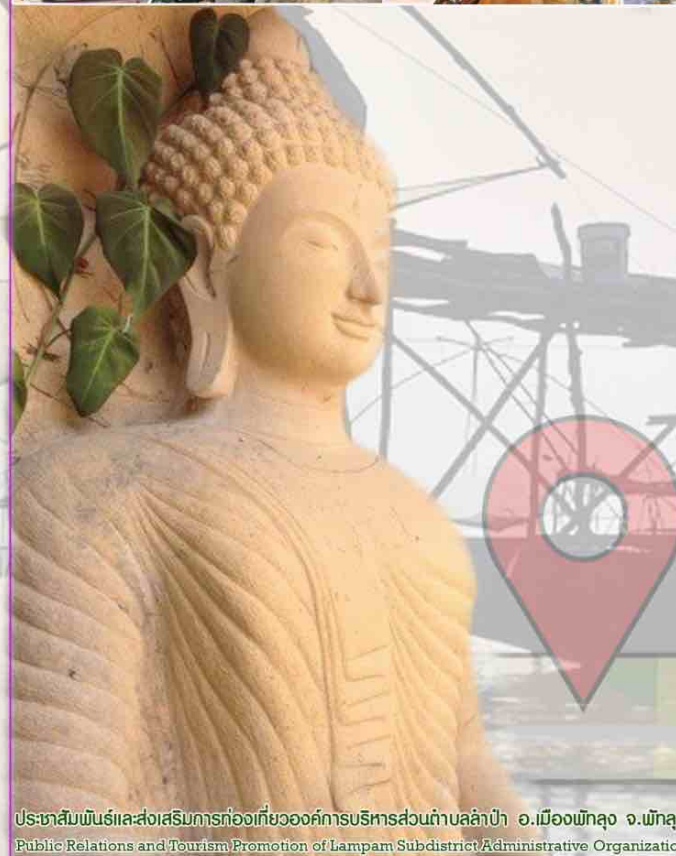
ล้ำค่าวัฒนธรรม”

“Land of HISTORY

BEACH is Gorgeous

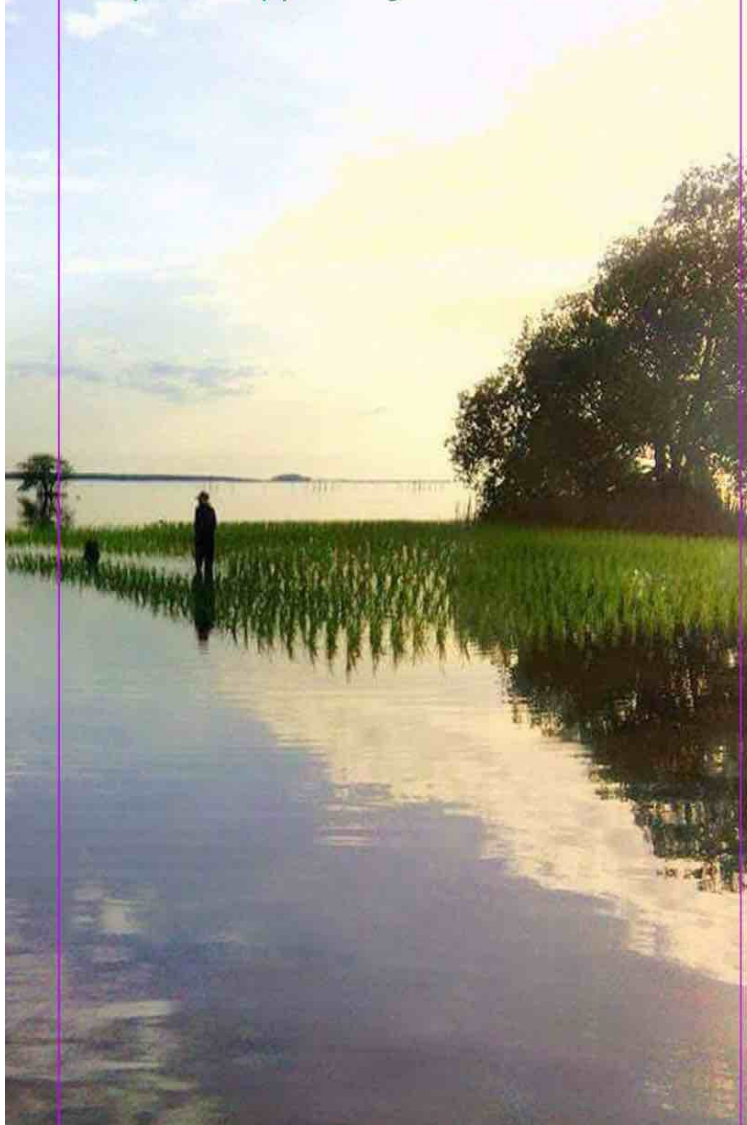
AGRICULTURE is Wealthy

CULTURE is Precious”



ประชาสัมพันธ์และส่งเสริมการท่องเที่ยวขององค์การบริหารส่วนตำบลลำปำ อ.เมืองพัทลุง จ.พัทลุง
Public Relations and Tourism Promotion of Lampam Subdistrict Administrative Organization

ลำปำ...ความสุขที่คุณสัมผัสได้...
Lampam...Happiness you can reach...



วิถีการทำนาริมทะเลสาบลำปำ

THE WAY OF LIFE ON RICE FARMING ALONG LAMPAM LAAGOON

จัดทำโดย งานข้อมูลและประชาสัมพันธ์ สำนักปลัด องค์การบริหารส่วนตำบลลำปำ

Created by Information and Public Relations Section, Office of Lampam Subdistrict Administrative Organization

ลำปำ

เป็นตำบลหนึ่งของ อ.เมืองพัทลุง จ.พัทลุง ห่างจากที่ว่าการ อำเภอเมืองพัทลุงประมาณ 12 กม. มีเนื้อที่จำนวน 26,343.75 ไร่

หรือจำนวน 42.15 ตร.กม. ส่วนใหญ่เป็นที่ราบติดกับทะเลสาบสงขลา ด้วยความอุดมสมบูรณ์ของพื้นที่จึงทำให้ประชาชนส่วนใหญ่มีอาชีพด้านการเกษตร เช่นทำนา ปลูกพืชไร่ เลี้ยงโคนม และทำประมง เป็นต้น

Lampam is a sub-district of Meuangphatthalung District, just 12 km. from Meuangphatthalung District Office. It is also adjacent to Songkhla Lagoon. With its fertility, most of the villagers earn their living by rice farming, growing crops, feeding milk cows and fresh water fishery, for example.

ผลิตภัณฑ์เด่นตำบลลำปำ OUTSTANDING PRODUCTS OF LAMPAM

กุ้งก้ามกราม (Giant Prawn)



กุ้งก้ามกรามสดๆจากทะเลสาบลำปำ เนื้อหวาน รสอร่อยอีกหนึ่งผลิตผลของความสมบูรณ์ตามธรรมชาติที่ไม่ควรพลาดชิม GIANT FRESH PRAW, another natural fresh product from fertile Lampam Lagoon.

มันเทศ หรือ “มันหลา” เป็นพืชที่ปลูกกันแพร่หลายในตำบลลำปำ มีลักษณะพิเศษที่แตกต่างจากมันเทศที่อื่น คือ มีรสหวาน หอมอร่อยเนื่องจากความอุดมสมบูรณ์ของดิน SWEET POTATO or locally known as “Man La” is generally grown in Lampam. It is specially sweet in taste and odor.

มันเทศ (Sweet Potato)



การเลี้ยงโคนม (Milk Cow Farming)



การเลี้ยงโคนมลำปำ เป็นอาชีพหลักของชาวลำปำที่สามารถพบเห็นได้ทั่วไป สามารถผลิตน้ำนมดิบที่มีคุณภาพออกสู่ตลาดได้อย่างต่อเนื่อง MILK COW is the main cash animal, generally found in the area, producing quality raw milk to the market.

ข้าวยาสมุนไพรของคุณสุณีย์ สุวรรณโณ

Southern Thai Rice Salad with Herbs by Khun Sunee Suwannano



คุณสุณีย์ สุวรรณโณ ม. 10 ต.ลำปำเจ้าของผลิตภัณฑ์ข้าวยา น้ำข้าวยาสมุนไพรและผลไม้แปรรูปที่มีชื่อเสียงของตำบลลำปำ อีกหนึ่งความภูมิใจของเราที่อยากให้ทุกท่านได้เข้ามาลิ้มลองความอร่อยจากผลิตภัณฑ์เพื่อสุขภาพอย่างแท้จริง

Khun Sunee Suwannano, the owner of Khoayam or Southern Thai Rice Salad with Thai Herbs, Khaoyam Sauce and Processed Fruits. This is selected to be our pride for our visitors to come and try their sense of healthy taste.

เที่ยวลำปำ EXPLORE LAMPAM

วัดป่าลิไลยก์

Pa Li Lai Buddhist Temple



วัดป่าลิไลยก์ ตั้งอยู่ที่ ม. 7 ต.ลำปำ เป็นวัดเก่าแก่ สมัยอยุธยา สร้างขึ้นในปี 2234 สังกัดคณะสงฆ์ มหานิกาย เดิมเรียก “วัดป่าชัน” ต่อมาเปลี่ยนเป็น “วัดป่าไร่” และปัจจุบันเรียก “วัดป่าลิไลยก์” เป็นวัดที่มีความสงบเงียบเหมาะสมแก่การปฏิบัติธรรมเป็นอย่างยิ่ง

Wat Pa Li Lai Buddhist Temple is the ancient religion sanctuary which was established in the period of Ayutthaya. This temple was formerly known as “Wat Pa Chan” and was built in the Mahanikaya Sect of Buddhism in 1891. Its name was changed to “Wat Pa Re Rai” and became “Wat Pa Li Lai” as it is called at the present. The temple was really suitable for practicing Dharma and meditation.

วัดป่าขอม

Pa Khorm Buddhist Temple

วัดป่าขอมแห่งนี้เป็นศาสนสถานที่มีความสำคัญต่อชุมชนลำปำเป็นอย่างมาก นอกจากนี้ยังมีชื่อเสียงในเรื่องของพระชื่อดังคือ “พระพุทธนิมิต” ซึ่งเป็นที่เคารพและศรัทธาของประชาชนโดยทั่วไปนอกจากนั้นวัดแห่งนี้ยังมีบรรยากาศร่มรื่นและเงียบสงบเหมาะแก่การปฏิบัติธรรมและวิปัสสนาเป็นอย่างยิ่ง วัดแห่งนี้ทางจากศาลากลางจังหวัดพัทลุงเพียง 13 กิโลเมตร และสามารถเดินทางได้สะดวก

Wat Pa Khorm is a private temple and it is regarded as a local Buddhist sanctuary with “PhutthaNimit Buddha Image” is greatly respected by the community and those visitors. With shady and calm surroundings, the temple is suitable for practicing Dharma and meditation. The temple is only 13 km. east from Phatthalung City Hall, and it is easy to reach.

