

จุลสารกองการบริหารงานบุคคล

พยัญชนะไทย

ก ไก่	ข ขมิ้น	ช ชา	ค คอกหมู
ฅ ฅน	ฉ ฉลาม	ง งู	จ จระเข้
ฉ ฉลาม	ช ชบา	ซ ซุง	ฅ ฅน
ญ ญาน	ฎ ฎ	ฏ ฏ	จ จระเข้
ท ท	ฒ ฒ	ณ ณ	ด ด
ต ต	ถ ถ	ท ท	ธ ธ
น น	บ บ	ป ป	ฝ ฝ
ฝ ฝ	พ พ	ฟ ฟ	ภ ภ
ม ม	ย ย	ร ร	ล ล
ว ว	ศ ศ	ษ ษ	ส ส
ห ห	ฬ ฬ	อ อ	ฮ ฮ

เนื้อหาภายในเล่ม

- สารบัญจากผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล** 2
- โครงการปฐมนิเทศและอบรมพัฒนาอาจารย์มหาวิทยาลัย
นเรศวร ประจำปี 2563** 3
- โครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรม และการปฏิบัติตาม
จรรยาบรรณของมหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปีงบประมาณ
พ.ศ. 2563** 7
- โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปี
งบประมาณ พ.ศ. 2563”** 9
- วันภาษาไทยแห่งชาติ** 13
- เคล็ดไม่ลับกับ กบค.** 15



บทบรรณาธิการ

จลสาร กองการบริหารงานบุคคล ฉบับที่ 33 ปีที่ 11 ประจำเดือน มิถุนายน 2563 ถึงเดือน กันยายน 2563 ทางกองการบริหารงานบุคคล ได้มีข่าวสาร และกิจกรรมต่างๆ มาประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากรของ มหาวิทยาลัยนเรศวรได้ทราบ ในส่วนของฉบับนี้ก็มีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการปฐมนิเทศและอบรมพัฒนาอาจารย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2563 โครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรม และการปฏิบัติตามจรรยาบรรณของบุคลากร มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปี งบประมาณ พ.ศ. 2563” โดยรายละเอียดข่าวสารทุกท่านสามารถเข้าไปติดตามอ่านเพิ่มเติมได้ภายในเล่ม หากผู้อ่าน ท่านใดมีข้อเสนอแนะเพื่อการปรับปรุงจลสารกองการบริหารงานบุคคล สามารถเสนอแนะเข้ามาเพื่อใช้ในการปรับปรุง จลสารต่อไปในฉบับหน้า

สาสน์จากผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล

สวัสดีบุคลากรชาวมหาวิทยาลัยนเรศวรทุกท่าน สำหรับจลสารฉบับนี้ทางเรามีข่าวสารกิจกรรมต่างๆ เหมือนเช่นเคย ในส่วนของฉบับนี้จะมีข่าวสารเกี่ยวกับโครงการปฐมนิเทศและอบรมพัฒนาอาจารย์มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2563 โครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรม และการปฏิบัติตามจรรยาบรรณของบุคลากรมหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563” โดยกองการบริหารงานบุคคล ได้รวบรวมเนื้อหาสาระของข่าวสารต่างๆ และภาพบรรยากาศไว้ภายในจลสารฉบับนี้ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว หากมีข่าวสารประชาสัมพันธ์เพิ่มเติม เราจะประชาสัมพันธ์ให้กับบุคลากรทุกท่านทราบต่อไป

**โครงการปฐมนิเทศและอบรมพัฒนาอาจารย์
มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2563
วันที่ 22 – 24 กรกฎาคม 2563
ณ ห้องสัมมนาเอกาทศรถ 301 อาคารเอกาทศรถ ชั้น 3**



หลักการและเหตุผล

การปฐมนิเทศบุคลากรใหม่เป็นกิจกรรมสำคัญที่มหาวิทยาลัยจัดขึ้น โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อช่วยให้บุคลากรที่เข้ามาใหม่รู้จักองค์กรเข้าใจวัฒนธรรมขององค์กร และระบบการบริหารงานในด้านต่างๆ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับบุคลากรที่รับเข้ามาใหม่ หรือเปลี่ยนงานใหม่ ช่วยให้บุคลากรสามารถปรับตัวได้อย่างถูกต้อง มีความรู้เรื่องงานที่จะรับผิดชอบ บทบาทของตนเอง ตลอดจนวิธีปฏิบัติงานภายใต้กฎเกณฑ์ที่มหาวิทยาลัยกำหนดขึ้น เพื่อให้เกิดความเข้าใจนโยบายของมหาวิทยาลัย รวมทั้งสร้างความผูกพันกับมหาวิทยาลัย โดยให้บุคลากรมีความรู้สึกว่าเป็นเจ้าของมหาวิทยาลัยร่วมกัน ตลอดจนเพื่อการแลกเปลี่ยนประสบการณ์ สร้างความคุ้นเคยต่อเพื่อนร่วมงาน ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการติดต่อประสานงานและพัฒนามหาวิทยาลัยให้มีความเข้มแข็งมั่นคงมากยิ่งขึ้น

แผนพัฒนาการศึกษามหาวิทยาลัย ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560-2564) ได้วางกรอบทิศทางการพัฒนามหาวิทยาลัยไปสู่เป้าหมายที่กำหนดไว้ โดยมีนโยบายจัดการศึกษาอย่างมีคุณภาพสอดคล้องกับความต้องการของประเทศ และพื้นที่เขตภาคเหนือตอนล่าง ซึ่งใช้กลยุทธ์ในการพัฒนาหลักสูตรการเรียนการสอน และพัฒนาการจัดการเรียนการสอนตามกรอบมาตรฐานคุณวุฒิระดับอุดมศึกษา เพื่อเป้าประสงค์ในการผลิตบัณฑิตที่มีคุณลักษณะเป็นคนดี คนเก่ง มีวินัย ภูมิใจในชาติ และมีนโยบายปรับปรุงระบบบริหารจัดการมหาวิทยาลัยให้มีประสิทธิภาพ คล่องตัวในการทำงานให้เหมาะสมกับสถานการณ์การเปลี่ยนแปลงด้านอุดมศึกษาการปฏิรูปอุดมศึกษา และก้าวสู่การเป็น University 4.0 โดยเน้นการพัฒนาบุคลากรสายวิชาการให้มีศักยภาพที่เข้มแข็ง เป็นทีมงานที่มีประสิทธิภาพ ก้าวสู่การเป็นมหาวิทยาลัยชั้นนำของประเทศได้ตามเป้าหมาย Thailand 4.0

มหาวิทยาลัยนเรศวรตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้จัดให้มีโครงการปฐมนิเทศและอบรมพัฒนาอาจารย์มหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี 2563 ขึ้น เพื่อให้บุคลากรใหม่ได้รับทราบถึงนโยบาย เป้าหมาย ระบบการบริหารงาน วัฒนธรรมองค์กร สิทธิประโยชน์และสวัสดิการที่พึงได้รับ รวมทั้งมีทัศนคติที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน ตลอดจนแลกเปลี่ยนประสบการณ์และสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกันอันจะเป็นแนวทางให้บุคลากรใหม่สามารถปฏิบัติงานได้อย่างถูกต้อง และมีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์และผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้บุคลากรใหม่มีความรู้ความเข้าใจในบริบทของมหาวิทยาลัย รับทราบถึงนโยบาย เป้าหมาย ระบบการบริหารงานวัฒนธรรมองค์กร สิทธิประโยชน์และสวัสดิการที่พึงได้รับ
2. เพื่อให้บุคลากรใหม่มีความรู้ความเข้าใจ และทัศนคติที่เหมาะสมกับการปฏิบัติงาน รู้จักบทบาทหน้าที่ของตนเองที่มีต่อหน่วยงานเพิ่มขึ้น ทำให้สามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข และมีทัศนคติที่ดีต่อองค์กร
3. เพื่อให้บุคลากรใหม่ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนประสบการณ์ และสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างผู้บริหาร และผู้ร่วมงาน อันจะส่งผลดีต่อการประสานความร่วมมือในการปฏิบัติงานต่อไป

วันพุธที่ 22 กรกฎาคม 2563

บรรยายพิเศษ เรื่อง นโยบายและทิศทางการเป็นมหาวิทยาลัยคุณธรรมในภาคเหนือตอนล่าง
โดย ศาสตราจารย์พิเศษ ดร.กาญจนา เ गरังษี (อธิการบดี)

การบรรยาย เรื่อง เทคนิคการนำเทคโนโลยีมาใช้ในการเรียนการสอนออนไลน์
โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุรเชษฐ์ กานต์ประชา (ผู้ช่วยอธิการบดี)

การบรรยาย เรื่อง แนวทางการจัดสรรทุนวิจัยและนวัตกรรม
โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ยุทธพงศ์ พุทธิรักษา (ผู้ช่วยอธิการบดี)
นางเจนจิต นาคปรีชา (ผู้อำนวยการกองการวิจัยและนวัตกรรม) และทีมงาน

การบรรยาย เรื่อง แนวทางการบริหารจัดการอาคารสถานที่ให้สอดคล้องกับพันธกิจ
โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ดลเดช ตั้งตระการพงษ์ (ผู้ช่วยอธิการบดี)



วันพฤหัสบดีที่ 23 กรกฎาคม 2563

การบรรยาย เรื่อง หลักสูตรและแนวทางการจัดการเรียนการสอนมหาวิทยาลัยนเรศวร
โดย รองศาสตราจารย์ ดร.วารินทร์ แก้วอุไร (รองอธิการบดี)

การบรรยาย เรื่อง บทบาทหน้าที่ของอาจารย์ที่ปรึกษาด้านวิชาการ
กฎระเบียบข้อบังคับที่ควรทราบ
การใช้งานระบบทะเบียนออนไลน์ (reg)
ระบบสารสนเทศอาจารย์ที่ปรึกษา
โดย นางสาวจรรยาพร สุดสวัสดิ์ (ผู้อำนวยการกองบริการการศึกษา) และทีม

การบรรยาย เรื่อง ความก้าวหน้าในวิชาชีพอาจารย์และการเข้าสู่ตำแหน่งทางวิชาการ
โดย ศาสตราจารย์ ดร.วิทยา จันทร์ศิลา (ที่ปรึกษาคณะกรรมการพิจารณาตำแหน่งทางวิชาการมหาวิทยาลัยนเรศวร)

การบรรยาย เรื่อง สวัสดิการและสิทธิประโยชน์ของบุคลากร
โดย นายอารมย์ จินน้อย (ผู้อำนวยการกองการบริหารงานบุคคล)



วันศุกร์ที่ 24 กรกฎาคม 2563

การบรรยาย เรื่อง บทบาทของอาจารย์ในการบริการวิชาการ

โดย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พีรธร บุญยรัตพันธุ์ (รองอธิการบดี)

การบรรยาย เรื่อง แนวทางการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนในระดับบัณฑิตศึกษา

โดย ศาสตราจารย์ ดร.ไพศาล มุณีสว่าง (คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย)

การบรรยาย เรื่อง จิตวิทยาการให้คำปรึกษาสำหรับผู้ดูแลนิสิต

โดย นางสาวพีรดา อุ่นไพร (นักจิตวิทยา โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยนเรศวร) และทีมงาน



**โครงการอบรมคุณธรรม จริยธรรม และการปฏิบัติตามจรรยาบรรณ
ของบุคลากรมหาวิทยาลัยนเรศวร
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563
วันที่ 11 กันยายน 2563 เวลา 08.30 น. – 12.00 น.
ณ ห้องพระราชทานปริญญาบัตร ชั้น 2 อาคารอเนกประสงค์**



หลักการและเหตุผล

ประเทศไทยในปัจจุบัน ได้ตระหนักถึงความสำคัญของการปฏิบัติงาน ในหน่วยงานภาครัฐให้เป็นไปอย่างมีคุณธรรม จริยธรรม ตรวจสอบได้ เพื่อป้องกันการทุจริตในภาครัฐ และมหาวิทยาลัยนเรศวร มีการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการดำเนินงานของหน่วยงาน รวมถึงมีนโยบายให้บุคลากรทุกคนพึงยึดถือ และปฏิบัติงานด้วยหลักคุณธรรม จริยธรรม และความโปร่งใส เพื่อให้บุคลากรพึงมีความเป็นผู้นำ มุ่งมั่น สร้างสรรค์ในการทำความดี และมีเจตคติที่ดี และพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรม จริยธรรม ไม่ถูกครอบงำด้วยอิทธิพล หรือผลประโยชน์อื่นใด

วัตถุประสงค์ของโครงการ และผลที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการพึงมีความเป็นผู้นำ มุ่งมั่น สร้างสรรค์
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการพึงมีศีลธรรมอันดี มีความรับผิดชอบต่อตนเอง
3. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมโครงการพึงมีเจตคติที่ดี และพัฒนาตนเองให้มีคุณธรรม จริยธรรม ไม่ถูกครอบงำด้วยอิทธิพล หรือผลประโยชน์อื่นใด
4. เพื่อประกอบการประเมินคุณธรรมและความโปร่งใสในการดำเนินงานของหน่วยงานภาครัฐ



รับฟังการบรรยาย หัวข้อ “จริยธรรมและจรรยาบรรณของบุคลากรในสถาบันอุดมศึกษา”
จาก ดร.สุชาติ เมืองแก้ว ผู้ทรงคุณวุฒิพิเศษประจำมหาวิทยาลัยนเรศวร



โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563”

“สัมพันธ์จากใจ สานสายใยมุทิตาจิต”

วันที่ 15 กันยายน 2563 เวลา 17.00 – 21.00 น.

ณ อาคารอุทยานองค์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ชั้น 2

ด้านหน้ามหาวิทยาลัยนเรศวร



ตามนโยบายของมหาวิทยาลัยได้มอบให้กองการบริหารงานบุคคล ดำเนินการจัดโครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อแสดงมุทิตาจิตให้กับผู้เกษียณอายุราชการฯ เพื่อเป็นขวัญและกำลังใจให้แก่ผู้เกษียณอายุราชการฯ ที่ได้อุทิศทั้งกายและใจในการพัฒนามหาวิทยาลัยด้วยดีตลอดมา

วัตถุประสงค์

1. เพื่อมุทิตาจิตให้กับบุคลากรมหาวิทยาลัย ที่เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563
2. เพื่อให้เกิดความรักความผูกพันต่อมหาวิทยาลัย

แต่.....บุคลากรผู้ได้รับการเชิดชูเกียรติมหาวิทยาลัยนเรศวร ประจำปี พ.ศ. 2563

ณ วันแห่งเกียรติยศด้วยบทบาท
สายเลือดไทยเปี่ยมสำนึกในกมล
ด้วยเก่งคิดเก่งทำในธรรมชอบ
ด้วยสองมือด้วยใจใฝ่กิจการ
จึงได้มีวันนี้...เป็นที่ประจักษ์
เป็นแรงใจพร้อมอุทิศจิตดำเนิน

รับใช้ชาติศาสตร์กษัตริย์พิพัฒน์ผล
กายเข้มแข็งใจเข้มขันฝากผลงาน
ตามระบบเทิดรัฐไทยเกียรติไพศาล
สร้างสืบสานสังคมไทยนำไทยเจริญ
ม.นเรศวร เชิดชูศักดิ์สูงสุดสรรเจริญ
เทิดอัญเชิญผืนธงชาติประกาศชัย

รองศาสตราจารย์วันิดา บำรุงไทย
ผู้ประพันธ์

โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563”

“สัมพันธ์จากใจ สานสายใยมุทิตาจิต”

วันที่ 15 กันยายน 2563 เวลา 17.00 – 21.00 น.

ณ อาคารอุทยานองค์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ชั้น 2

ด้านหน้ามหาวิทยาลัยนเรศวร

ในปี พ.ศ. 2563 มีผู้เกษียณอายุราชการ จำนวน 31 ราย ประกอบด้วย

1. ข้าราชการพลเรือนในสถาบันอุดมศึกษา จำนวน 11 ราย
 - 1.1 รองศาสตราจารย์สุทธิชัย ยังสุข
สังกัดภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์
 - 1.2 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภฎี รุ่งรัตนกุล
สังกัดภาควิชาภาษาอังกฤษ คณะมนุษยศาสตร์
 - 1.3 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนี้ มุขแจ่ม
สังกัดภาควิชาเศรษฐศาสตร์ คณะบริหารธุรกิจ เศรษฐศาสตร์และการสื่อสาร
 - 1.4 คุณสุปราณี บัวงามดี
สังกัดสำนักงานเลขานุการ คณะวิทยาศาสตร์
 - 1.5 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิริรัตน์ แสนยงค์
สังกัดภาควิชาวิทยาศาสตร์การเกษตร คณะเกษตรศาสตร์ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
 - 1.6 ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศุภลักษณ์ วิรัชพินทุ
สังกัดภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์
 - 1.7 ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิรัช นิยมธรรม
สังกัดภาควิชาภาษาตะวันออก คณะมนุษยศาสตร์
 - 1.8 อาจารย์สมลักษณ์ วงศ์สมาโนดน์
สังกัดภาควิชาชีววิทยา คณะวิทยาศาสตร์
 - 1.9 คุณชัญญานุช สุขสบาย
สังกัดสำนักงานเลขานุการ คณะเภสัชศาสตร์
 - 1.10 คุณนงนุช พัดชุมพร
สังกัดงานการเงินจ่าย กองคลัง สำนักงานอธิการบดี
 - 1.11 คุณสินีนานา พุ่มสอาด
สังกัดบัณฑิตวิทยาลัย



โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563”

“สัมพันธ์จากใจ สานสายใยมุทิตาจิต”

วันที่ 15 กันยายน 2563 เวลา 17.00 – 21.00 น.

ณ อาคารอุทยานองค์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ชั้น 2

ด้านหน้ามหาวิทยาลัยนเรศวร

2. ลูกจ้างประจำ จำนวน 7 ราย

2.1 คุณสมชาย สิงห์เดช

สังกัดงานพัฒนาสิ่งแวดล้อม กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

2.2 คุณวันชัย พรหมสัมพันธ์

สังกัดงานสาธารณูปโภค กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

2.3 คุณจำเนียร ลาวโสม

สังกัดสำนักงานเลขานุการ คณะวิศวกรรมศาสตร์

2.4 คุณเลา จันทร์ดี

สังกัดงานระบบขนส่งและการจราจร กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

2.5 คุณปราโมทย์ จินขวัญ

สังกัดงานพัฒนาสิ่งแวดล้อม กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

2.6 คุณพีระ ทองแจ้ง

สังกัดงานระบบขนส่งและการจราจร กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

2.7 คุณบานเย็น จันทร์อิน

สังกัดงานทะเบียนนิสิตและประมวลผล กองบริการการศึกษา สำนักงานอธิการบดี

3. พนักงานมหาวิทยาลัยเงินแผ่นดิน จำนวน 7 ราย

3.1 รองศาสตราจารย์ ดร.สัมพันธ์ ไม้พวง

สังกัดภาควิชาเคมี คณะวิทยาศาสตร์

3.2 คุณพนิดา ศรีวิไล

สังกัดหน่วยประสานงาน มหาวิทยาลัยนเรศวร (สกอ.) กองแผนงาน สำนักงานอธิการบดี

3.3 อาจารย์วัชรี ศรีทอง

สังกัดคณะสาธารณสุขศาสตร์

3.4 รองศาสตราจารย์ ดร.มานะชัย สิริพิทักษ์เดช

สังกัดภาควิชาคณิตศาสตร์ คณะวิทยาศาสตร์

3.5 รองศาสตราจารย์ ดร.ชมนาด วรรณพรศิริ

สังกัดภาควิชาพยาบาลศาสตร์ คณะพยาบาลศาสตร์

3.6 ศาสตราจารย์ ดร.รัตนะ บัวสนธ์

สังกัดภาควิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์

3.7 คุณชาติรี โตโหมด

สังกัดสำนักงานเลขานุการ คณะศึกษาศาสตร์

โครงการ “งานมุทิตาจิตผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563”

“สัมพันธ์จากใจ สานสายใยมุทิตาจิต”

วันที่ 15 กันยายน 2563 เวลา 17.00 – 21.00 น.

ณ อาคารอุทยานองค์สมเด็จพระนเรศวรมหาราช ชั้น 2

ด้านหน้ามหาวิทยาลัยนเรศวร

4. พนักงานราชการเงินรายได้ จำนวน 6 ราย

4.1 คุณบุญเหลือ ทัดศรี

สังกัดงานสาธารณูปโภค กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

4.2 คุณอุ้นเรื่อน สิ้นโต

สังกัดกองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

4.3 คุณขาว รีสัมซ่า

สังกัดงานอำนวยการ สำนักงานเลขานุการ บัณฑิตวิทยาลัย

4.4 คุณยม ปานมณ

สังกัดสำนักงานเลขานุการ คณะวิศวกรรมศาสตร์

4.5 คุณสมศักดิ์ ทูลภิรมย์

สังกัดกองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี

4.6 คุณเชิด สิ้นโต

สังกัดงานสาธารณูปโภค กองอาคารสถานที่ สำนักงานอธิการบดี



วันภาษาไทยแห่งชาติ

พยัญชนะไทย

ก ไม้ ไม้	ข ไม้ ไม้	ช ไม้ ไม้	ค ไม้ ไม้
ฅ ไม้ ไม้	ฉ ไม้ ไม้	ง ไม้ ไม้	จ ไม้ ไม้
ฉ ไม้ ไม้	ช ไม้ ไม้	ซ ไม้ ไม้	ฅ ไม้ ไม้
ญ ไม้ ไม้	ฎ ไม้ ไม้	ฏ ไม้ ไม้	ฐ ไม้ ไม้
ฑ ไม้ ไม้	ฒ ไม้ ไม้	ณ ไม้ ไม้	ด ไม้ ไม้
ต ไม้ ไม้	ถ ไม้ ไม้	ท ไม้ ไม้	ธ ไม้ ไม้
น ไม้ ไม้	บ ไม้ ไม้	ป ไม้ ไม้	ฝ ไม้ ไม้
ฝ ไม้ ไม้	พ ไม้ ไม้	ฟ ไม้ ไม้	ภ ไม้ ไม้
ม ไม้ ไม้	ย ไม้ ไม้	ร ไม้ ไม้	ล ไม้ ไม้
ว ไม้ ไม้	ศ ไม้ ไม้	ษ ไม้ ไม้	ส ไม้ ไม้
ห ไม้ ไม้	ฬ ไม้ ไม้	อ ไม้ ไม้	ฮ ไม้ ไม้

ภาษาเป็นระบบการสื่อสารที่สำคัญอย่างหนึ่งของมนุษย์ เพราะมนุษย์ต้องใช้ภาษาในการติดต่อ บอกความรู้สึก ประสงค์ ความรู้สึกนึกคิด ถ่ายทอดประสบการณ์ และความรู้แก่กัน ภาษาไทยก็เป็นภาษาที่ใช้เป็นสื่อในการแสดงความรู้ ความคิด ประสบการณ์ และวัฒนธรรมของชาติ ซึ่งมีลักษณะเด่นเฉพาะตัว และมีเอกลักษณ์แตกต่างจากภาษาอื่น

การที่คนไทยเรา พูด อ่าน และเขียนภาษาไทยเป็นประจำทุกวันจนเกิดความเคยชิน อาจจะทำให้หลายๆ คนไม่รู้สึกว่า “ภาษาไทย” มีความสำคัญแค่ไหน และมีคุณค่าเพียงไร หากจะเปรียบก็คงเหมือนกับ “อากาศ” ที่เราหายใจเข้าหายใจออกอยู่ตลอดเวลา จนเราแทบไม่รู้ค่า ว่าหากขาดอากาศเมื่อไร เราก็ตายเมื่อนั้น ถึงแม้ว่า “ภาษาไทย” จะไม่เหมือนอากาศที่ทำให้เราถึงกับตาย แต่ถ้าหากชาติไทยเราขาด “ภาษาไทย” เมื่อไรนั้นก็หมายความว่า “ความเป็นชาติ” ส่วนหนึ่งก็สูญสิ้นไปด้วย

ความเป็นมาของวันภาษาไทยแห่งชาติ

คณะกรรมการรณรงค์เพื่อภาษาไทย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ได้ตระหนักในคุณค่าและความสำคัญของภาษาไทย และมีความห่วงใยในปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นต่อภาษาไทย และเพื่อกระตุ้น และปลุกจิตสำนึกให้คนไทยทั้งชาติได้ตระหนักถึงคุณค่า และความสำคัญของภาษาไทย ตลอดจนร่วมมือกันทำนุบำรุง ส่งเสริม และอนุรักษ์ภาษาไทยให้คงอยู่คู่ชาติไทยตลอดไป จึงได้เสนอขอให้รัฐบาลประกาศให้วันที่ 29 กรกฎาคม ของทุกปี เป็นวันภาษาไทยแห่งชาติ เช่นเดียวกับวันสำคัญอื่นๆ ที่รัฐบาลได้จัดให้มีมาก่อนแล้ว เช่น “วันวิทยาศาสตร์แห่งชาติ” และ “วันสื่อสารแห่งชาติ” เป็นต้น และคณะรัฐมนตรีได้มีมติเมื่อวันอังคารที่ 13 กรกฎาคม 2542 เห็นชอบให้วันที่ 29 กรกฎาคม ของทุกปี เป็นวันภาษาไทยแห่งชาติ

วันภาษาไทยแห่งชาติ

วัตถุประสงค์ของวันภาษาไทยแห่งชาติ

1. เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช ผู้ทรงเป็นนักปราชญ์ และนักภาษาไทย รวมทั้งเพื่อน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณของพระองค์ที่ได้ทรงแสดงความห่วงใยและพระราชทานแนวคิดต่างๆ เกี่ยวกับการใช้ภาษาไทย
2. เพื่อร่วมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในมหามงคลสมัยเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ ในวันที่ 5 ธันวาคม 2542
3. เพื่อกระตุ้นและปลุกจิตสำนึกของคนไทยทั้งชาติให้ตระหนักถึงความสำคัญและคุณค่าของภาษาไทย ตลอดจนร่วมมือร่วมใจกันทำนุบำรุงส่งเสริม และอนุรักษ์ภาษาไทย ซึ่งเป็นเอกลักษณ์และเป็นสมบัติวัฒนธรรมอันล้ำค่าของชาติให้คงอยู่คู่ชาติไทยตลอดไป
4. เพื่อเพิ่มพูนประสิทธิภาพในการใช้ภาษาไทย ทั้งในวงวิชาการและวิชาชีพ รวมทั้งเพื่อยกมาตรฐานการเรียนการสอนภาษาไทยในสถานศึกษาทุกระดับให้มีสัมฤทธิ์ผลยิ่งขึ้น
5. เพื่อเปิดโอกาสให้หน่วยงานต่าง ๆ ทั้งภาครัฐบาลและเอกชนทั่วประเทศมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมที่หลากหลาย เพื่อเผยแพร่ความรู้ภาษาไทยในรูปแบบต่าง ๆ ไปสู่สาธารณชนทั้งในฐานะที่เป็นภาษาประจำชาติ และในฐานะที่เป็นภาษาเพื่อการสื่อสารของทุกคนในชาติ

ประโยชน์ที่ได้รับจากการมีวันภาษาไทยแห่งชาติ คาดว่าจะมีผลดีสืบเนื่องหลายประการ คือ

1. การมี “วันภาษาไทยแห่งชาติ” จะทำให้หน่วยงานต่างๆ ทั้งภาครัฐบาลและเอกชน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหน่วยงานในกระทรวงศึกษาธิการ และทบวงมหาวิทยาลัย ตระหนักในความสำคัญของภาษาไทย และร่วมกันจัดกิจกรรมเพื่อกระตุ้นเตือน เผยแพร่ และเน้นย้ำให้ประชาชนเห็นความสำคัญของ “ภาษาประจำชาติ” ของคนไทยทุกคน และร่วมมือกันอนุรักษ์การใช้ภาษาไทยให้มีความถูกต้องงดงามอยู่เสมอ
2. บุคคลในวงวิชาชีพต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการใช้ภาษาไทย โดยเฉพาะในวงการศึกษา และวงการสื่อสารช่วยกัน กวดขันดูแลให้การใช้ภาษาไทยเป็นไปอย่างถูกต้อง เหมาะสม มิให้ผันแปรเปลี่ยนแปลง จนเกิดความเสียหายแก่คุณลักษณะของภาษาไทยอันเป็นเอกลักษณ์ของชาติ
3. ผลสืบเนื่องในระยะยาว คาดว่าปวงชนชาวไทยทั่วประเทศจะตื่นตัวและสนใจที่จะร่วมกันฟื้นฟู ทำนุบำรุง ส่งเสริมและอนุรักษ์ภาษาไทย อันเป็นเอกลักษณ์และสมบัติวัฒนธรรมที่สำคัญของชาติให้ดำรงคงอยู่คู่ชาติไทยตลอดไป

กิจกรรมในวันภาษาไทยแห่งชาติ

เชิญชวนให้สถาบันการศึกษา หน่วยงานภาครัฐ และเอกชน จัดกิจกรรมเนื่องใน “วันภาษาไทยแห่งชาติ” ในวันภาษาไทยแห่งชาติ โดยจัด ในวันที่ 29 กรกฎาคม ของทุกปี โดยมีกิจกรรมต่าง ๆ เช่น การจัดนิทรรศการ การอภิปรายทางวิชาการ การประกวดแต่งคำประพันธ์ ร้อยแก้ว ร้อยกรอง การขับเสภา การเล่านิทาน ฯลฯ

ที่มา : <http://guru.sanook.com/6070/>

เคล็ดไม่ลับกับ กบค.

8 เคล็ด (ไม่) ลับ สุขภาพดี ทำได้จริง ทำง่าย ทำได้ทุกวัน

สาวๆ รู้ไหมคะ พฤติกรรมบางอย่างที่เราทำเป็นประจำในชีวิตประจำวันบางอย่างอาจมีข้อดีซ่อนอยู่ และบางอย่างก็มีข้อเสียด้วยเหมือนกัน และวันนี้เราก็มียุทธศาสตร์ลับๆ ที่สาวๆ ไม่เคยรู้และคาดไม่ถึงมาฝากค่ะ รับรองว่า ถ้าทำได้ สุขภาพดีแน่นอน

1. ดื่มน้ำเพื่อให้อุณหภูมิสูงขึ้น

เชื่อว่าหลายๆ คนคงสงสัยแน่นอนค่ะ ว่าทำไมดื่มน้ำแล้วถึงช่วยให้อุณหภูมิสูงขึ้น ทั้งๆ ที่ปกติเราดื่มน้ำเพื่อให้อุณหภูมิร่างกายคงที่ การดื่มน้ำประมาณ 200 มิลลิกรัม จะช่วยให้เราอุ่นขึ้นถึง 20 นาที แถมยังรู้สึกกระปรี้กระเปร่าขึ้นอีกด้วย เมื่อเทียบกับคนที่ไม่ได้ดื่มน้ำ นั่นก็เพราะว่าเจ้าตัวคาเฟอีนจะไปกระตุ้นการผลิตสารตัวหนึ่งในสมอง ที่เรียกว่า อะดีโนซีนค่ะ ซึ่งถ้าระดับสารตัวนี้เพิ่มขึ้น จะช่วยให้เรารู้สึกตื่นตัว และนอนหลับได้สบายขึ้นนั่นเอง

2. เพื่อสุขภาพฟันที่ดี ห้ามแปรงฟันหลังทานข้าว

จำไว้จะคะว่า ห้ามแปรงฟันทันทีหลังจากกินอาหารหรือน้ำ ยิ่งถ้า น้ำ หรืออาหารนั้นเป็นแบบที่มีกรดมาก เช่น ผลไม้รสเปรี้ยว เครื่องดื่มชูกำลัง มะเขือเทศ และโซดา เพราะมันอาจทำลายผิวฟันของเราได้ซึ่งจากการศึกษาพบว่าการแปรงฟันทันทีหลังกินอาหารหรือน้ำเหล่านี้ จะทำให้ผิวฟันดูซีดจาง ตัวการร้ายกัดกร่อนเนื้อฟัน ได้เร็วขึ้นคะ ฉะนั้นแนะนำให้รอ 30-60 นาที แล้วค่อยแปรงฟันจะคะ

3. ยิ่งกินน้อย จะทำให้ยิ่งกินเยอะ

รู้ไหมคะ ยิ่งคุณอยากผอมด้วยการกินน้อยๆ อย่างการกินคุกกี้หรือขนมที่ให้พลังงานแค่ 100 แคลอรี มันจะทำให้คุณยิ่งหิวมากขึ้น! เพราะการกินคาร์โบไฮเดรตในปริมาณน้อยนั้นไม่ช่วยอะไรเลยคะ แต่กลับยิ่งไปกระตุ้นระดับน้ำตาลในเลือด และทำให้คุณอยากกินคาร์โบไฮเดรตมากขึ้น หากอยากผอมลองหันไปกินโปรตีน อย่างเนยถั่ว หรือแอปเปิ้ลดีกว่าคะ มันอาจจะมีแคลอรีมากกว่าคุกกี้ชนิดหนึ่ง แต่รับรองว่า มันจะทำให้คุณอิ่มได้นานขึ้นกว่าคุกกี้แน่นอนคะ

4. อย่าแตะเครื่องดื่มชูกำลังเมื่อรู้สึกเหนื่อยเด็ดขาด

สาวๆ อาจจะเคยรู้จะคะว่า เครื่องดื่มชูกำลังมีคาเฟอีนมากกว่ากาแฟถึง 5 เท่า! ซึ่งมันไม่ใช่ผลดีต่อร่างกายเลยคะ มันจะทำให้คุณรู้สึกกระวนกระวาย หงุดหงิดง่วงนอน แลมหิวใจเต้นเร็วอีกด้วย ไม่แค่นั้นจะคะ เครื่องดื่มชูกำลังยังมีกรดอะมิโนที่ไม่จำเป็นต่อร่างกาย และมีน้ำตาลมากกว่า 50 กรัม หรือมากกว่าจำนวนน้ำตาลที่ร่างกายควรได้รับอีกด้วย รู้แบบนี้แล้ว อย่าได้หยิบเครื่องดื่มชูกำลังมาดื่มบ่อยๆ เด็ดขาดเลยนะ!

5. ดื่มน้ำมากๆ เมื่อรู้สึกท้องอืด

หากสาวๆ รู้สึกอึดอัดหนักไม่ไหวกับอาการท้องอืดที่เป็นอยู่ แนะนำให้ดื่มน้ำมากๆ ค่ะ อาจจะฟังแล้วไม่เกี่ยวกันสักเท่าไรใช้ไหมคะ แต่อยากจะบอกว่า น้ำช่วยได้จริงๆ ค่ะ เพราะเมื่อคุณกินอาหารที่มีกากใยมากเกินไป ซึ่งเป็นสาเหตุของท้องอืด ร่างกายจะต้องการน้ำในการย่อยมากขึ้น และถ้าเราดื่มน้ำ เจ้าน้ำนี่แหละจะไปจับตัวกับกากใยที่ละลายน้ำได้ และทำให้มันกลายเป็นของเหลว ซึ่งมันจะส่งผลต่อการบีบตัวของลำไส้ และลดอาการท้องอืดได้ดีเลยละคะ

เคล็ดไม่ลับกับ กบค.

6. ออกกำลังกายเวลาเหนื่อยๆ

หลังจากนั่งทำงานหลังขดหลังแข็งมาทั้งวัน กลับถึงบ้านก็อยากจะทิ้งตัวลงเตียงทันที การออกกำลังกายนี้แทบจะเรียกได้ว่า เป็นสิ่งสุดท้ายที่อยากจะทำยามเหนื่อยๆ เลยล่ะค่ะ แต่สาวไหนที่คิดแบบนี้ เปลี่ยนความคิดด่วนเลยล่ะ เพราะการออกกำลังกายให้เหงื่อออก คือตัวเพิ่มพลังงานให้ร่างกายที่ดีเลยล่ะ หากสาวๆ ออกกำลังกายในระดับความหนักปานกลาง สักประมาณ 30 นาที จะช่วยให้อารมณ์แจ่มใส ดีขึ้นได้ แถมยังช่วยให้การทำงานในวันต่อๆ ไปของเรามีประสิทธิภาพมากขึ้นด้วย!

7. กินคาร์บอนจะทำให้อารมณ์เย็นลง

สาวๆ คงไม่เคยคิดมาก่อนใช่ไหมล่ะคะ ว่าการกินคาร์บอนๆ จะช่วยให้อารมณ์เราสงบลงได้ คิดแต่ว่าจะทำให้ อารมณ์ร้อนกว่าเดิมซะอีก แต่นี่แหละค่ะคือความจริงที่ว่า การกินคาร์บอน ท่ามกลางอากาศร้อนอย่างบ้านเรา จะทำให้อุณหภูมิในร่างกายของเราเกิดการเปลี่ยนแปลง และจะทำให้ร่างกายขับเหงื่อออกมามากขึ้นและการที่เหงื่อขับออกมาจากผิวของเรานี้แหละค่ะ จะช่วยให้อารมณ์ของเราเย็นลงอย่างน่าประหลาดใจเลยล่ะค่ะ

8. ใช้สบู่ฆ่าเชื้อไครว่ดี

เชื่อว่าทุกวันนี้เวลาเข้าห้องน้ำเสร็จ สาวๆ มักจะใช้สบู่ฆ่าเชื้อล้างมือทันทีหลังจากออกจากห้องน้ำใช่ไหมคะ แต่รู้ไหมคะ ว่าสบู่ที่ติดฉลากว่า ฆ่าเชื้อแบคทีเรียได้ 99.99% หรืออะไรเทือกนั้น ไม่ได้ช่วยลดความเสี่ยงในการติดเชื้อเลย! เพราะจริงๆ แล้ว ไม่มีผลวิจัยจากสถาบันไหนที่บอกว่าสบู่เหล่านั้นจะดีไปกว่าสบู่อื่นๆ เลย แถมสารบางตัวในผลิตภัณฑ์เหล่านี้ เช่น สารไตรโคลซาน ยังทำให้ร่างกายเสี่ยงต่ออันตรายแบบเรื้อรังอีกด้วย



ที่มา : https://women.trueid.net/detail/PXgI_2Vo2WMy