

# อธิการบดีฝากนักกีฬา “ใช้สติ-น้ำใจนักกีฬา” เข้าชิงชัยกีฬาปัญญาชน ครั้งที่ 43 “กันเกราเกมส์”



กองกิจการนักศึกษาส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 43 “กันเกราเกมส์” รอบมหกรรมระหว่างวันที่ 9 - 18 มกราคม 2559 โดยมี รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นประธานและมี อาจารย์สมหมาย สุระชัย รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา คณะผู้บริหาร และนักกีฬาลูกพ่อขุนฯ ร่วมงานกว่า 200 คน เมื่อวันที่ 4 มกราคม 2559 ณ ห้องสโมสร อาคารหอประชุมพ่อขุนรามคำแหงมหาราช

โอกาสนี้ อาจารย์สมหมาย สุระชัย รองอธิการบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา กล่าวว่าการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย นับว่าเป็นมหกรรมกีฬาของนิสิตนักศึกษา เป็นการแข่งขันกันระหว่างสถาบันเพื่อชิงความเป็นเลิศด้านกีฬาซึ่งอยู่บนปรัชญาพื้นฐานการรู้แพ้ รู้ชนะ รู้อภัย ภายใต้กฎกติกาการแข่งขันและมีจุดหมายเพื่อพัฒนากีฬาของมหาวิทยาลัยให้เป็นไปตามมาตรฐานสากล (อ่านต่อหน้า 2)

อตุตา ศ อตุตโน โกโก

ปีที่ ๕๕ ฉบับที่ ๓๙

## ข่าวรามคำแหง

สื่อกลางระหว่างมหาวิทยาลัยกับนักศึกษา

วันที่ ๑๑ - ๑๗ มกราคม ๒๕๕๙

[www.info.ru.ac.th](http://www.info.ru.ac.th)

**พรรคพลังรวมและพรรคसानแสงทอง  
สมัครรับเลือกตั้ง ส.ม.ร.และอ.ศ.ม.ร.**



2 พรรคนักศึกษาสมัครรับเลือกตั้งเป็น ส.ม.ร. และ อ.ศ.ม.ร. เชิญชวน นักศึกษานำบัตรประจำตัวนักศึกษามาใช้สิทธิในวันที่ 4 กุมภาพันธ์ 2559 เวลา 08.30 - 16.00 น.

ตามที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงกำหนดการเลือกตั้งสมาชิกสภานักศึกษา(ส.ม.ร.)และคณะกรรมการองค์การนักศึกษา(อ.ศ.ม.ร.) ประจำปีการศึกษา 2559 ในวันพฤหัสบดีที่ 4 กุมภาพันธ์ 2559 เวลา 08.30-16.00 น. ณ หน่วยลงคะแนน ม.ร. หัวมหาก วิทยาเขตบางนา และสาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติส่วนภูมิภาคทุกแห่ง (อ่านต่อหน้า 11)

## ม.รามคำแหงสร้างความสัมพันธ์ผู้ประกอบการหอพัก

คณะกรรมการดำเนิน-โครงการนี้มา ป้องกันและแก้ไขปัญหาของสังคม ร่วมกับคณะกรรมการภาคประชาชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง จัดโครงการ “สร้างความสัมพันธ์กับผู้ประกอบการหอพัก” โดยมี รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง



เป็นประธานเปิดงาน และมีคณะผู้บริหาร เจ้าหน้าที่ ตลอดจนผู้ประกอบการหอพักร่วมงาน เมื่อวันที่ 24 ธันวาคม 2558 ณ ห้องศักดิ์ ผาสุกนิรันดร์ อาคารหอประชุมพ่อขุนรามคำแหงมหาราช

โอกาสนี้ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ลิษา ล้อมภิชาติ รองอธิการบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์ ในฐานะประธานคณะกรรมการภาคประชาชน กล่าวว่าตามที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง และคณะกรรมการ (อ่านต่อหน้า 2)

## ม.รามคำแหง รับ ป.โท การจัดการโลจิสติกส์

มหาวิทยาลัยรามคำแหงเปิดรับสมัครผู้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีทุกสาขา เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโท โครงการบริหาร-ธุรกิจมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการโลจิสติกส์ และโซ่อุปทาน (Logistics and Supply Chain Management) ประจำปีการศึกษา 2558-2559 โดยเปิดรับสมัครรุ่นที่ 1 (วิทยาเขตบางนา) หลักสูตร 2 ปี 39 หน่วยกิต (แผน ก ทำวิทยานิพนธ์ และแผน ข ไม่ทำวิทยานิพนธ์) ศึกษาแบบ Block Course System (อ่านต่อหน้า 9)

## คณะนิติฯ จัดงาน “หนึ่งวัน พันเทคนิค พิชิตตัวทนาย”

หน่วยกิจการนักศึกษา และคณะกรรมการฝ่ายกิจการนักศึกษา คณะนิติศาสตร์ จัดโครงการปัจฉิมนิเทศ ปีการศึกษา 2559 เรื่อง “หนึ่งวัน พันเทคนิค พิชิตตัวทนาย” เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับวิชาว่าความ เทคนิคการเรียน การเตรียมตัวสอบ และวิธีการเขียนตอบข้อสอบ โดยนายปรเมศวร์ อินทรชุมนุม รองอธิบดีอัยการ สำนักงานคดีอาญา ในวันที่ 19 มกราคม 2559 เวลา 08.30 - 16.00 น. ณ อาคาร 1 ชั้น 3 ห้องประชุม 1303 คณะนิติศาสตร์ (อ่านต่อหน้า 9)

เชิญสมัครเป็นสมาชิกทั้งด้วยตนเองและทางไปรษณีย์

๑. ชำระเงินที่อาคารสำนักงานอธิการบดี ชั้นล่าง
๒. ดำเนินการต่อที่งานประชาสัมพันธ์ อาคารสุโขทัย ชั้น ๒
๓. อัตราค่าสมาชิกปีละ ๒๐๐ บาท
๔. นักศึกษาที่เปลี่ยนแปลงที่อยู่ ติดต่อที่งานประชาสัมพันธ์ อาคารสุโขทัย ชั้น ๒ โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๕-๔๗, ๔๘ หรือโทรสาร ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๘



งานประชาสัมพันธ์  
มหาวิทยาลัยรามคำแหง  
บางกะปิ กรุงเทพฯ ๑๐๒๔๐  
โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๕-๗  
โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๐๐ ต่อ ๘๐๔๕-๗

ในราชการมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ชำระค่าฝากส่งเป็นเงินเชื่อ  
ใบอนุญาติที่ ๑/๒๕๕๗  
ศูนย์รับฝากไปรษณีย์จำนวนมากดินทรเดชา

นางวิมลนา อติโชติ

นักประชาสัมพันธ์ชำนาญการ  
รักษาการในตำแหน่งหัวหน้างานประชาสัมพันธ์

## ม.รามคำแหงสร้างความสัมพันธ์ฯ (ต่อจากหน้า 1)

ภาคประชาชนได้ร่วมกันจัดโครงการพัฒนาคุณภาพมาตรฐานการจัดการและการให้บริการของหอพักบริเวณโดยรอบมหาวิทยาลัยรามคำแหง หรือโครงการ “หอพักดีดิดาว” มาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่ปี 2552 จนถึงปัจจุบัน เพื่อเป็นแรงจูงใจให้ผู้ประกอบการหอพักมีการพัฒนาคุณภาพและยกระดับมาตรฐานหอพักให้มีคุณภาพตามเกณฑ์การรับรองมาตรฐานและเจตนารมณ์ของมหาวิทยาลัย อีกทั้ง มหาวิทยาลัยมีนโยบายในการพัฒนาคุณภาพมาตรฐานหอพักอย่างต่อเนื่อง จึงมีความจำเป็นต้องสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับแนวทางการพัฒนาคุณภาพหอพักและสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับผู้ประกอบการหอพัก จึงเห็นควรจัดโครงการสร้างความสัมพันธ์กับหอพักเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ประกอบการหอพักกับมหาวิทยาลัยรามคำแหง รวมทั้งรับฟังความคิดเห็นและข้อเสนอแนะต่างๆ เพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนาคุณภาพมาตรฐานการจัดการและการให้บริการของหอพักบริเวณโดยรอบมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยมีการบรรยายเรื่อง “การกำกับดูแลหอพักขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น” เพื่อให้ผู้ประกอบการหอพักได้ทราบถึงการดำเนินงานกิจการหอพักตาม พ.ร.บ. หอพัก พ.ศ. 2558 ภายใต้การกำกับดูแลของกรุงเทพมหานครด้วย

**รศ.ปรีชา พหลเทพ** คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ วิทยาการแทนอธิการบดี ม.ร. กล่าวว่า มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นสถาบันอุดมศึกษาแบบตลาดวิชาที่เปิดโอกาสทางการศึกษาให้แก่ผู้ใฝ่รู้ใฝ่เรียน และประชาชนทั่วไป ซึ่งมีนักศึกษาจำนวนมากและส่วนใหญ่เป็นนักศึกษาที่มาจากต่างจังหวัด จึงมีความจำเป็นต้องพักอาศัยอยู่ตามหอพักต่างๆ แต่มหาวิทยาลัยรามคำแหงไม่มีหอพักนักศึกษาเป็นของตนเอง นักศึกษาจึงจำเป็นต้องพักอาศัยในหอพักของเอกชนบริเวณโดยรอบมหาวิทยาลัย หอพักเหล่านี้จึงเปรียบเสมือนบ้านหลังที่สองของนักศึกษาและเป็นปัจจัยที่มีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตและการศึกษาเล่าเรียน มหาวิทยาลัยเล็งเห็นความสำคัญของหอพักที่อยู่บริเวณโดยรอบจึงร่วมมือกับคณะกรรมการภาคประชาชนฯ จัดโครงการหอพักดีดิดาวอย่างต่อเนื่อง เพื่อเป็นแรงจูงใจให้ผู้ประกอบการหอพักมีการพัฒนาคุณภาพและยกระดับมาตรฐานหอพักให้มีคุณภาพยิ่งขึ้น โดยได้รับความร่วมมือเป็นอย่างดีจากผู้ประกอบการหอพัก

ปัจจุบันได้มีการประกาศใช้พระราชบัญญัติหอพัก พ.ศ. 2558 แทนกฎหมายด้วยหอพักฉบับเดิมที่มีการบังคับใช้มาตั้งแต่ พ.ศ. 2507 โดยกำหนดให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นผู้กำกับดูแลหอพัก ทั้งนี้หอพักในพื้นที่กรุงเทพมหานครทั้งหมดจึงอยู่ในความรับผิดชอบของสำนักงานเขตต่างๆ มหาวิทยาลัยรามคำแหงจึงได้จัดโครงการสร้างความสัมพันธ์กับผู้ประกอบการหอพักขึ้นในวันนี้ โดยการจัดบรรยายเรื่อง “การกำกับดูแลหอพักของ

## อธิการบดีฝากนักศึกษา “ใช้สติ-น้ำใจนักกีฬา” เข้าชิงชัยกีฬาปัญญาชน ครั้งที่ 43 “กันเกราเกมส์” (ต่อจากหน้า 1)

“นักกีฬาจะประสบความสำเร็จหรือได้รับชัยชนะในการแข่งขันนั้น ต้องฝึกซ้อมอย่างหนักและต่อเนื่อง ดังนั้นการเตรียมทีมฝึกซ้อมก่อนการแข่งขันจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับนักกีฬาทุกประเภท เพื่อให้เกิดความมั่นใจในการตัดสินใจและการใช้ไหวพริบในการแข่งขันอย่างมีประสิทธิภาพในทุกสถานการณ์การแข่งขัน รวมทั้งปลูกฝังความมีน้ำใจนักกีฬา ด้วย”

**อาจารย์สมหมาย** กล่าวต่อไปว่าการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 จะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 9 - 18 มกราคม 2559 โดยปีนี้เจ้าภาพคือมหาวิทยาลัยอุบลราชธานี จังหวัดอุบลราชธานี จัดขึ้นในชื่อ “กันเกราเกมส์” ภายใต้แนวคิดหลัก 9 ประการ ได้แก่ Relationship Inspiration Spirit Ethics Society Healthiness Intension Neighborliness and Excellence ภายใต้คำขวัญที่ว่า “สายน้ำ แสงตะวันเชื่อมสัมพันธ์ สามัคคี” และมีปณิธาน ชื่อว่า “บึกบึน” และ “บัวบาน” เป็นสัตว์นำโชค โดยจัดการแข่งขัน 31 ชนิดกีฬา มีนักกีฬามาก 126 สถาบันการศึกษาทั่วประเทศส่งทีมแข่งขันเป็นจำนวนกว่า 15,000 คน ซึ่งมหาวิทยาลัยรามคำแหงพร้อมส่งนักกีฬาถูกพ้อขุนฯ ลงชิงชัย จำนวน 196 คน ใน 15 ชนิดกีฬา ได้แก่ กรีฑา บาสเกตบอลทีมชาย เซปักตะกร้อ ทีมคู่ชาย/ทีมคู่หญิง คาบสากล เทควันโด เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน ยิงปืน ยูโด วอลเลย์บอลชายหาดทีมชาย เปตอง เรือพาย สกกี ทีม 11 คน ชาย/หญิง หมากกระดาน และมวยไทยสมัครเล่น



ในปีที่ผ่านมานักกีฬารามคำแหงสามารถสร้างผลงานการแข่งขันอยู่ในลำดับต้นๆและเชื่อมั่นว่าปีนี้นักกีฬารามฯ จะสามารถคว้าเหรียญรางวัลได้หลายชนิดกีฬา เพราะนักกีฬาส่วนใหญ่เคยสร้างผลงานให้มหาวิทยาลัยมาหลายรายการ มีฝีมือ เป็นแชมป์มาหลายสมัย และเป็นนักกีฬาทีมชาติอยู่หลายคน ที่สำคัญทีมนักกีฬามีกำลังใจอย่างล้นหลาม

ด้วยการสนับสนุนจากมหาวิทยาลัยในการเตรียมความพร้อม ทั้งโค้ช สถานที่ฝึกซ้อม อุปกรณ์การฝึกซ้อม ตลอดจนแรงเชียร์คณบดีรศ.พหลเทพรามคำแหง ที่เป็นกำลังใจให้กับนักกีฬาทำให้นักกีฬามีแรงสู้ ฝึกซ้อม และตั้งใจที่จะไปสร้างชื่อให้แก่มหาวิทยาลัยรามคำแหง และประกาศให้เพื่อนต่างสถาบันได้รู้ว่ารามคำแหง นอกจากจะเข้มแข็งทางวิชาการแล้ว เรายังมีความแข็งแกร่งด้านกีฬาที่โดดเด่น เข้มแข็งและไม่แพ้ใครด้วย

สำหรับสัญลักษณ์ประจำการแข่งขัน (โลโก้) เป็นการนำภาพเขียนสีผาแต้ม สายน้ำมูล แสงตะวัน คบเพลิงและเลข 43 มาผสมผสานกัน ซึ่งแสดงถึงแรงบันดาลใจจากสัญลักษณ์ของแหล่งท่องเที่ยวสำคัญของจังหวัด และสีส้มออกมาให้สื่อถึงการแข่งขันกีฬาที่เต็มไปด้วยสีสันและความสนุกสนาน โดย ภาพเขียนผาแต้ม หมายถึงภาพลักษณ์ของผู้หญิงและผู้ชายที่กำลังมีความสุขและสนุกสนานกับการแข่งกีฬา คบเพลิงกันเกราเกมส์ หมายถึงคบเพลิงแห่งสีสันและความสนุกสนาน แสงตะวัน หมายถึงดินแดนที่ตะวันขึ้นก่อนใครในสยาม สายน้ำมูล หมายถึงเส้นโค้งอ่อนพริ้วไหวสวยงามดังสายน้ำมูล สายน้ำคู่จังหวัด และเลข 43 หมายถึงการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 ส่วนสัตว์นำโชค (มาสคอต) คือปลาบึก ชื่อว่า “บึกบึน” และ “บัวบาน”

**รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ** กล่าวว่าขอให้ตั้งใจแข่งขันกันอย่างเต็มที่ เต็มกำลังความสามารถ มีสติ ไม่ประมาท รู้แพ้รู้ชนะ และมีน้ำใจเป็นนักกีฬา หากกีฬาประเภทใดที่ต้องมีการปะทะกันก็ขอให้รู้จักอดทนอดกลั้น เอาชนะใจตนเองและชนะใจคนดูให้ได้ รวมทั้งให้รักษาชื่อเสียงและเกียรติยศของมหาวิทยาลัยไว้เสมอ เชื่อมั่นว่าทัพนักกีฬาของมหาวิทยาลัยรามคำแหงที่ผ่านรอบคัดเลือกในปีนี้เป็นผู้ที่มีความรู้ความสามารถ ทำให้มหาวิทยาลัยมีโอกาสคว้าเหรียญรางวัลในกีฬาหลายประเภทได้ และสามารถขึ้นไปอยู่ในสถาบันที่ได้รับเหรียญรางวัลในระดับต้นๆ ขอให้ทุกคนตั้งใจแข่งขันกันอย่างเต็มที่ ดูแลซึ่งกันและกันในทุกเรื่อง รวมทั้งช่วยกันรักษาชื่อเสียงของมหาวิทยาลัย เพราะเป็นสิ่งสำคัญมากกว่าเหรียญรางวัลใดๆ

องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น” จากผู้อำนวยการเขตบางกะปิ เพื่อให้ผู้ประกอบการหอพักได้ซักถามปัญหาข้อข้องใจต่างๆ เกี่ยวกับการประกอบกิจการหอพักตามพระราชบัญญัติหอพัก พ.ศ. 2558 จากหน่วยงานที่กำกับดูแล

“หอพัก” ถือเป็นปัจจัยสำคัญยิ่งที่จะช่วยดูแลนักศึกษาผู้เป็นเยาวชนของชาติ ให้ได้อยู่อาศัยระหว่างศึกษาเล่าเรียนอย่างปลอดภัยและยังเป็นสถานที่ที่เอื้อต่อการศึกษาล่าเรียน อบอุ่นเหมือนบ้านหลังที่สอง รวมทั้งห่างไกลจากสิ่งเสพติดและอบายมุข ส่งเสริม

ให้นักศึกษาสำเร็จการศึกษาออกไปเป็นบุคลากรที่ดีของสังคมในอนาคต และขอขอบคุณคณะกรรมการดำเนินงานโครงการฯ ที่จัดโครงการในครั้งนี้ และขอบคุณวิทยากรจากหน่วยงานภายนอกที่ให้ความรู้เกี่ยวกับการประกอบกิจการหอพักตาม พ.ร.บ. หอพักฉบับใหม่ ตลอดจนผู้ประกอบการหอพักที่เข้าร่วมโครงการทุกท่าน ขอให้เกิดความรู้ความเข้าใจใน พ.ร.บ.ฉบับใหม่ และเกิดความร่วมมือที่ดีที่จะช่วยดูแลนักศึกษาเหมือนลูกหลานในบ้านหลังที่สองต่อไป



## คณะศิลปกรรมศาสตร์ก้าวสู่ทศวรรษแห่งการสถาปนา

คณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง จัดงาน “ราตรีครีမ်-ทอง” ในโอกาสเฉลิมฉลองก้าวเข้าสู่ทศวรรษแห่งการสถาปนาคณะศิลปกรรมศาสตร์ โดยมี รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดี คณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดี มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นประธาน และมี รองศาสตราจารย์ รังสรรค์ แสงสุข อธิการบดี ม.ร. ผู้ก่อตั้งคณะศิลปกรรมศาสตร์ อาจารย์ ดร.สมศักดิ์ เกตุแก่นจันทร์ คณบดีคณะศิลปกรรมศาสตร์ และดร.จรรยา ไชยสร



รองอธิการบดีกรมประชาสัมพันธ์ ร่วมงาน เมื่อวันที่ 25 ธันวาคม 2558 ณ ห้องประชุมชั้น 3 อาคารสุโขทัย

ทั้งนี้ยังมีคณะผู้บริหาร คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ นักศึกษาปัจจุบันและศิษย์เก่าที่มีชื่อเสียงและประสบความสำเร็จจากหลากหลายอาชีพ ร่วมในงาน อาทิ อาจารย์โถมฉาย อรุณฉาน ป้อง ณ ปะเหลียน หนวด-สะตอ อาร์สยาม หลวงไก่ อาร์สยาม นุช ลาวัลย์ อาร์สยามและลุงเข้ม ชานดำ ดีเจลูกทุ่งคลื่น FM. 95 MHz.

โอกาสนี้ อาจารย์ ดร.สมศักดิ์ เกตุแก่นจันทร์ คณบดีคณะศิลปกรรมศาสตร์ กล่าวถึงความเป็นมาของคณะศิลปกรรมศาสตร์ว่ามหาวิทยาลัยรามคำแหงตระหนักในพันธกิจทางด้านศิลปวัฒนธรรม จึงได้จัดตั้งคณะศิลปกรรมศาสตร์เมื่อปี 2550 เพื่อมุ่งผลิตบัณฑิตที่มีความเชี่ยวชาญในวิชาชีพเป็นที่ยอมรับของสังคม ตอบสนองความต้องการด้านกำลังคนและตลาดแรงงาน ส่งเสริมความเสมอภาคทางการศึกษา ศิลปะให้ประชาชนทุกระดับชั้นได้มีโอกาสเล่าเรียนในสาขาวิชานี้อย่างเท่าเทียมกัน เพื่อให้มีการเรียนการสอนด้านศิลปะที่สมบูรณ์แบบในมหาวิทยาลัยศิลปากร และตลอดระยะเวลา 9 ปีที่ผ่านมาคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง มีนโยบายให้บริการด้านการศึกษ ส่งเสริม และเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมไทย รวมทั้งสนับสนุนให้นักศึกษาได้มีเวทีเพื่อฝึกฝนฝีมือและแสดงความสามารถด้านศิลปะการแสดง ดนตรี และนาฏศิลป์ ทั้งในระดับชาติและนานาชาติ โดยตั้งแต่ก่อตั้งคณะฯ เป็นต้นมาได้เดินทางไปเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมไทยทั้งในและต่างประเทศอย่างต่อเนื่องทุกปี



รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง กล่าวว่าขอแสดงความยินดีกับคณะศิลปกรรมศาสตร์ที่กำลังก้าวสู่ปีที่ 10 โดยตลอดระยะเวลาที่ผ่านมาคณะศิลปกรรมศาสตร์มีผลงานเป็นที่ประจักษ์ทั้งด้านดนตรีไทย ดนตรีสากล นาฏศิลป์ และโขนรามคำแหง สามารถสร้างชื่อเสียงให้กับมหาวิทยาลัย บ้านเมืองและประเทศอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งยังเป็นคณะที่ช่วยอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรมไทย และเผยแพร่ไปสู่นานาชาติด้วย โอกาสนี้ขอให้คณะศิลปกรรมศาสตร์เจริญรุ่งเรือง สามารถขยายสาขาวิชา และเปิดการเรียนการสอนในส่วนภูมิภาคต่อไป

ด้าน รองศาสตราจารย์รังสรรค์ แสงสุข อธิการบดี ม.ร. ผู้ก่อตั้งคณะศิลปกรรมศาสตร์ กล่าวว่ามหาวิทยาลัยรามคำแหง มีหน้าที่หลัก 4 ด้าน คือ การเรียนการสอน วิจัย บริการทางวิชาการแก่สังคม และทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม ดังนั้น คณะศิลปกรรมศาสตร์จึงก่อตั้งขึ้นเพื่อจัดการเรียนการสอนและให้ความรู้ด้านศิลปวัฒนธรรมแก่นักศึกษา รวมทั้งทำนุบำรุงและเผยแพร่ศิลปวัฒนธรรมออกไปสู่สังคมทั้งภายในและภายนอกประเทศ โดยเปิดสอน 3 สาขาวิชา คือ สาขาวิชานาฏกรรมไทย สาขาวิชาดนตรีไทย และสาขาวิชาดนตรีสมัยนิยม อีกทั้งยังมีโขนรามคำแหง และในอนาคตตั้งใจจะเปิดการเรียนการสอนด้านละครนอกและละครในเพิ่มขึ้นด้วย

“ภูมิใจที่คณะศิลปกรรมศาสตร์ แม้จะมีบุคลากรและนักศึกษาน้อยไม่มาก แต่ก็สามารถมีส่วนช่วยมหาวิทยาลัยรามคำแหงในเรื่องการประกันคุณภาพการศึกษาได้ดี และการติดตามผลงานของศิษย์เก่ายังพบว่า มีลูกศิษย์ประสบความสำเร็จในวงการต่างๆ มากมาย ซึ่งเป็นเพราะระบบการเรียนของรามคำแหง เป็นระบบที่เอื้อต่อการเรียนรู้ในทุกๆด้าน และหากหน่วยงานต่างๆ มีสิ่งใดให้ชาวศิลปกรรมศาสตร์ช่วยเหลือโดยเฉพาะด้านศิลปกรรม ทางคณะยินดีอย่างยิ่ง ทั้งนี้ทุกคนมีสิทธิ์ที่จะช่วยกันดูแลมหาวิทยาลัยรามคำแหง ขอให้ทำอย่างเต็มที่ด้วยความรักและความสามัคคีเพื่อให้มหาวิทยาลัยของเราเจริญก้าวหน้าต่อไป”



ปีพุทธศักราช ๒๕๕๘ นี้มีกิจกรรม “ปิ่นจักรยาน” ที่นับได้ว่าเป็นมหกรรมระดับโลกถึง ๒ ครั้ง คือ

ครั้งแรกเมื่อเดือนสิงหาคม เป็นการเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ เรียกว่า ปิ่นเพื่อแม่ หรือไบค์ฟอร์มัม

อีกครั้งหนึ่งในเดือนธันวาคม เป็นการเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เรียกว่า ปิ่นเพื่อพ่อ หรือไบค์ฟอร์แดด

ทั้งสองครั้งนี้ สมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ทรงนำ ปิ่นจักรยานเพื่อแสดงออกถึงความจงรักภักดีแด่ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ดังพระราชปณิธานในสมเด็จพระบรมโอรสาธิราชฯ สยามมกุฎราชกุมาร ที่ว่า

“ปิ่นเพื่อพ่อ” เพื่อถวายความจงรักภักดี ความรักและความสำนึกในพระมหากษัตริย์คุณอันล้นเกล้าฯ

“ปิ่นเพื่อพ่อ” เพื่อรวมพลังความรักและสามัคคีของคนไทยทั้งชาติด้วยร่างกายและจิตใจที่มุ่งมั่นเข้มแข็งและแข็งแรงฯ

“ปิ่นเพื่อพ่อ” ด้วยใจที่สะอาดและโปร่งใสอย่างจริงใจ จะได้กุศลที่เต็มรูปแบบตลอดจนถือเป็นการแสดงความกตัญญูของลูกที่พึงมีต่อพ่อ

เปลวเทียนให้แสง รามคำแหงให้ทาง

# ชีวิตจริงยิ่งกว่าละคร... เรื่องเล่าจากประสบการณ์จริง ของนักศึกษาปริญญาโท สาขาการแปล

สัมภาษณ์โดย ศศ.ดร.อิศรณี โตพงษ์วงศ์

เสียงไซเรนดังหวีดหวืออยู่รอบโสตประสาท ในวินาทีแรกที่ฉันรู้สึกตัวอย่างสละสลือ เปลือกตาทั้งสองข้างหนักอึ้งขณะกำลังพยายามจะลืมตาขึ้นมองสภาพรอบตัว แต่ยังไม่ทันสำเร็จก็รู้สึกกระอักกระอ่วนเหมือนมีก้อนอะไรจุกแน่นอยู่ตรงยอดอกเรื่อยมาถึงคอหอย และแล้ว.. “ไอ้ก.. ไอ้ก...” รู้สึกมีของเหลวข้นๆอุ่นๆ ทะลักออกจากปากหลายคำอย่างสุดจะกลืนพร้อมๆกับเสียงร้องขึ้นอย่างตื่นเต็นของผู้ชายอย่างน้อย 2 คน ใกล้ตัวว่า “ฟื้นแล้ว..ฟื้นแล้ว” และ “อ้วกเลือดอีกแล้ว..เยอะเลยคราวนี้ !” พร้อมกับมีมือหลายมือช่วยกันใช้ผ้าหรือกระดาษเช็ดบริเวณคางและลำคอฉัน บางมือก็เชย่ำตัวฉันพร้อมกับเสียงตะโกนถามแข่งแซ่แข่งกับไซเรน “ป้า..ป้าได้ยินผมพูดไหม..ป้าบอกเบอร์โทรศัพท์ญาติมาเร็ว..”

ท่ามกลางความมึนงงฉันได้ยินเสียงตัวเองถามขึ้นอย่างอ่อนระโหยว่า “ทำไมหรือ..พวกคุณเป็นใครหรือ..” แล้วก็ได้ยินเสียงหนึ่งแหวกเสียงไซเรนขึ้นมาอย่างชัดเจนใกล้หูว่า.. “ป้าถูกรถชน สลบคาที่เป็นชั่วโมงแล้วเราเป็นรถมูลนิธิ..ป้าบอกเบอร์ญาติมาเร็ว” จำได้ว่าฉันบอกหมายเลขโทรศัพท์ที่บ้านน้องชายออกไปได้ทันทีโดยไม่ต้องย่ำทวนเหมือนเช่นทุกครั้งในอดีต แล้วจากนั้นสติสัมปชัญญะของฉันก็ดับวูบลงไปอีกหน

ฉันฟื้นคืนสติอย่างถาวรอีกครั้งเกือบตีหนึ่งของวันใหม่ในตึกอุบัติเหตุโรงพยาบาลของรัฐแห่งหนึ่งที่ห้องสະໂກ້ทำงานอยู่โดยได้ช่วยดำเนินการย้ายตัวฉันมาจากโรงพยาบาลเอกชนชื่อดังแห่งแรกที่รับตัวฉันไว้จากหน่วยกู้ภัยในตอนหัวค่ำ

จำได้ว่าสิ่งแรกที่ฉันถามหาจากบรรดาญาติๆ ที่รยล้อมอยู่รอบเตียงด้วยความเป็นห่วงคือ “กระป๋องหนังสือฉันล่ะ..มีใครเห็นไหม” เล่นเอาทุกคนคลาสิ่น้ำจากความวิตกกังวลกลายเป็นหัวเราะกันครืนใหญ่อย่างโล่งอก น้องชายถึงกับพูดเหน็บแนมว่า “อ้อ..ยังมีแกใจห่วงเรื่องเรียนอีกนะ อย่างนี้สบายใจได้..ตายยาก!” ฉันเองก็ถึงกับฉุดคิดได้จนอึ้งไปเช่นกัน...ก็มีใช่เพราะเจ้ากระป๋องฝักร่มสะพายข้างใบเหลืองที่บรรจุหนังสือเรียนอัดแน่นถึง 5-6 กก. เมื่อเย็นวันนั้นคือกรี ที่ทำให้ฉันเกิดคิดมักง่ายขึ้นมาชั่ววูบไม่ยอมทนลำบากแบกของหนักเดินข้ามสะพานลอยเช่นที่เคยข้ามอยู่เป็นประจำจนต้องประสบเคราะห์ร้ายแบบนี้...ถูกรถจักรยานยนต์ที่ขับขึ้นอย่างรวดเร็วและลวดเลี้ยวโดยวัยรุ่นอายุ 18 ชอกซอนมาทางเลนขวาสุดของถนนที่มีรถติดไฟแดงอยู่แล้วเสียหลักเฉี่ยวชนเข้าอย่างจังเอาที่ฉันที่ยืนอยู่บนเกาะกลางถนนจนสลบคาที่ กรามหัก กระบอศอกและเบ้าตาแตก โหนกแก้มแตกละเอียด ยับเยินไปทั้งใบหน้าและมีแผลฟกช้ำดำเขียวลอกปอกเปิกไปทั่วตัว

อุบัติเหตุครั้งนี้เกิดขึ้นเมื่อวันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2558 เวลาประมาณเกือบ 18.00 น. เมื่อฉันเดินทางกลับจากเรียนปริญญาโทภาคพิเศษสาขาการแปลจีน-ไทยที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยลงจากรถประจำทางทอดแรกเพื่อต่อรถสองแถวเข้าหมู่บ้าน อากาศของฉันสาหัสจนต้องผ่าตัดทำศัลยกรรมใบหน้าและรักษาตัวในโรงพยาบาล

เกือบครึ่งเดือนแพทย์จึงอนุญาตให้กลับไปพักฟื้นต่อที่บ้าน โชคดีที่สมองฉันไม่ได้รับความกระทบกระเทือนแต่การที่ฉันกรามหักด้วยทำให้ต้องถูกรัดฟันบนกับฟันล่างติดกันเพื่อไม่ให้ยับยกรามนานถึงเดือนเศษ ฉันจึงกินได้แต่อาหารที่เป็นของเหลวโดยดูดเข้าทางชอกฟัน น้ำหนักตัวจึงลดลงอย่างรวดเร็วจาก 52 กก.เหลือเพียง 44 กก. แทบไร้เรี่ยวแรง แม้แต่จะเดิน จนฉันต้องขาดเรียนเป็นเดือน ชำร่ายตรงกับช่วงใกล้สอบไล่ภาค 2/2557 พอดี ฉันจึงต้องขาดสอบทุกวิชาในภาคเรียนนั้นด้วย แต่ฉันก็ซาบซึ้งใจเป็นอย่างมากที่อาจารย์และเพื่อนฝูงหลายท่านได้อุตส่าห์ไปเยี่ยมฉันถึงที่โรงพยาบาลและที่บ้าน



ฉันชื่อ **ไพพรรณ สดวกการ** ปีนี้มีอายุ 61 ปี มีภูมิลำเนาอยู่ที่จังหวัดตรัง เป็นข้าราชการบำนาญที่เกษียณก่อนกำหนดตั้งแต่ปี 2557 เดิมจบปริญญาตรีด้านเศรษฐศาสตร์จากจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และปริญญาโทด้านเศรษฐศาสตร์สหกรณ์จากมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ชีวิตราชการทำงานในชนบทมาตลอดเกือบ 27 ปี ฉันใช้เวลาหลังเกษียณในช่วงแรก 4-5 ปีท่องเที่ยวไปในโลกกว้างเพื่อพักผ่อนอย่างเต็มที่ชดเชยกับในอดีตที่ก้มหน้าก้มตาทำแต่งงานในชนบทที่ห่างไกลและเพื่อเก็บเกี่ยวประสบการณ์มาสานฝันในวัยเด็กที่เคยฝันอยากเป็นนักประพันธ์

แต่การเก็บเกี่ยวประสบการณ์แบบนี้ก็ต้องลงทุนสูงจนฉันถลุงเงินที่เก็บออมมาทั้งชีวิตเสียเกือบหมด จึงต้องพักการท่องเที่ยวไว้ชั่วคราวก่อน หันมาจับงานอดิเรกที่ได้ทั้งเงินและความเพลิดเพลินนั่นคือการสอนพิเศษภาษาจีนและภาษาอังกฤษแก่เด็กนักเรียนชั้นประถมที่บ้าน เพียงไม่ถึงปีก็มีเด็กนักเรียนชั้นมัธยมปลายและผู้ใหญ่มาขอเรียนด้วย ทำให้ฉันต้องพัฒนาความรู้ของตนเองเช่นกัน บังเอิญทราบจากเพื่อนว่าที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงมีการเปิดสอนวิชาภาษาจีนและภาษาอังกฤษระดับปริญญาตรีมานานแล้วคุณภาพการเรียนการสอนก็ไม่แพ้มหาวิทยาลัยปิดชื่อดัง ที่สำคัญคือไม่จำกัดอายุผู้เรียนและไม่บังคับการเข้าชั้นเรียน สามารถซื้อตำราไปอ่านเองที่บ้านแล้วค่อยไปสอบเอาภาคละครั้ง ฉันก็เลยยิ่งกว่าลิงได้แก้วด้วยมีโอกาสแล้วที่จะได้เลือกเรียนด้านภาษาที่ฉันรัก

ปี 2553 ฉันจึงสมัครเข้าเรียนวิชาเอกภาษาจีน วิชาโทภาษาอังกฤษ ระดับปริญญาตรีที่คณะมนุษยศาสตร์ โดยวิธีซื้อตำราไปอ่านเองใช้เวลาเพียง 2 ปีฉันก็สำเร็จการศึกษา โดยได้ทุน 5 G เรียนฟรีเกือบทุกภาค ต่อมาในปี 2556 ฉันก็สมัครเรียนเอกภาษาอังกฤษ โทภาษาญี่ปุ่นอีก

ในช่วงใกล้สอบไล่ภาค 2/2556 (ราวปลายเดือนกุมภาพันธ์ 2557) ฉันเดินทางจากบ้านในภาคใต้มาเพื่อเตรียมสอบที่บังเอิญตรงกับช่วงที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงกำลังปิดรับสมัครสอบคัดเลือกนักศึกษาระดับปริญญาโทภาคพิเศษสาขาการแปลจีน-ไทยรุ่นแรกพอดี ฉันรีบสมัครโดยไม่ลังเลเพราะเป็นโอกาสสานฝันการเป็นนักประพันธ์ของฉันได้เร็วขึ้นด้วยการเป็นนักแปล แล้วฉันก็สอบได้

ดังนั้น เมื่อเปิดภาคการศึกษา 1/2557 ฉันจึงเป็นทั้งนักศึกษาปริญญาตรีและนักศึกษาปริญญาโทควบคู่กัน 2 สถานะ คราวนี้ฉันต้องย้ายมาอาศัยในกรุงเทพฯ อย่างถาวร เพราะการเรียนระดับปริญญาโทต้องเข้าชั้นเรียน ฉันจึงต้องทำงานสอนพิเศษที่บ้านในภาคใต้ไปโดยปริยาย กลายมาเป็นนักศึกษาอาวุโสที่ต้องเที่ยวแบกกระเป๋าน้ำส้มมาเรียนที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงแทบทุกวัน

การเรียนควบกัน 2 ปริญญานี้ทำให้ฉันเหนื่อยจนสายตัวแทบขาด โดยเฉพาะปัญหาการเดินทางแต่ฉันก็ยังรักที่เสียสละน้อย ไม่ยอมละทิ้งทางใดทางหนึ่ง กัดฟันสู้ด้วยการปรับเปลี่ยนแผนการเรียนจากวิชาโทภาษาญี่ปุ่นในระดับปริญญาตรีไปเป็นวิชาโทภาษาไทยแทน เพื่อให้เกิดประโยชน์เสริมกันกับการเรียนปริญญาโทแปลจีน-ไทยยิ่งขึ้น ปรากฏผลการเรียนทั้ง 2 ปริญญาผ่านไปด้วยดี กล่าวคือฉันสำเร็จการศึกษาปริญญาตรีวิชาเอกภาษาอังกฤษ วิชาโทภาษาไทยได้ภายในเวลาเพียง 1 ปีครึ่งเท่านั้น ขณะเดียวกันก็ทำคะแนนเฉลี่ยสะสมของปริญญาโทสาขาแปลจีน-ไทย ในภาคแรกได้ถึง 3.6

แต่อนิจจา...ราวกับโชคชะตาจะอิจฉาที่เห็นฉันมีความสุขกับการเรียนมากเกินไป จึงกลั่นแกล้งให้ฉันต้องประสบเคราะห์กรรมถูกรถชนจนบาดเจ็บสาหัสจนต้องขาดเรียนและขาดสอบทั้ง 4 วิชาที่ลงทะเบียนไว้ในภาค 2/2557

โชคยังดีที่ฉันมีเวลาเรียนไม่ต่ำกว่าเกณฑ์ที่มหาวิทยาลัยกำหนดและทำอาจารย์ประจำวิชาทั้งหลายมีเมตตาให้โอกาสฉันทำรายงานและสอบแก้ I ได้ภายในภาค 1/2558 นี้ ฉันจึงต้องทำงานหนักจนเลือดตาแทบกระเด็นอีกครั้ง แต่ภายใต้เงื่อนไขที่แตกต่างจากครั้งก่อนที่เรียนควบกัน 2 ปริญญา เพราะคราวนี้ฉันมีสภาพไม่ต่างจากคนพิการ สุขภาพก็อ่อนแอมาก ที่สำคัญคือมักมองเห็นภาพซ้อนเสมอ ซึ่งอาจเป็นผลสืบเนื่องมาจากการผ่าตัดกระดูกคอและเบ้าตาจนระดับตาทั้งสองข้างสูงต่ำไม่เท่ากัน ซึ่งเป็นอุปสรรคอย่างมากต่อการอ่านและเขียนจนฉันต้องแก้ปัญหาด้วยการใช้สายตาเพียงข้างเดียวแล้วหลับตาอีกข้างหนึ่งสลับกันไป

ไม่ว่างานที่ได้รับมอบหมายจะมากมายเพียงใดฉันก็ไม่กล้าต่อรองใดๆ ก็อาจารย์ท่านให้ออกาสขนาดนี้แล้วยังจะเรียกร้องอะไรอีกเล่า ถ้ามองไม่เห็นจริงๆ ฉันก็ควรเจียมตัวเลิกเรียนไปเสียจึงจะถูก แต่ถ้ายังพอมองเห็นอยู่เพียงแต่ลำบากสักหน่อยก็ต้องลองสู้สักครั้ง

คิดได้ดังนั้นฉันจึงได้แต่ก้มหน้าก้มตาอยู่กับกองหนังสือตั้งแต่เช้า-สาย-บ่าย-ค่ำ-ดึก อดหลับอดนอนนั่งอยู่ที่โต๊ะทำงานทั้งวัน ในภาคเรียนนี้นอกจากวันอาทิตย์ที่ต้องไปเรียนกับวันที่ต้องไปพบแพทย์ที่โรงพยาบาลตามนัด และวันที่ต้องนั่งแท็กซี่ตระลอนๆไปหาหนังสือทำรายงานตามห้องสมุดและร้านหนังสือต่างๆแล้ว ฉันแทบไม่เคยลุกจากโต๊ะทำงานเลย แม้แต่เวลากินและนอนก็ยังลืมเสมอ ฉันมีความสุขและมีกำลังใจฮึดสู้อย่างประหลาด

ที่รามคำแหงเขาให้ออกาสถึงขนาดนี้แล้ว ฉันก็ควรไขว่คว้าไว้ให้ถึงที่สุดมิใช่หรือ

## เศรษฐศาสตร์ 101

รศ.อัมรินทร์พงศ์ นิตราคม

คณะเศรษฐศาสตร์

## ตอน อัตราภาษีมูลค่าเพิ่ม 6.3 % หรือ 7 % กันแน่

ท่านผู้อ่านที่เห็นชื่อของตอนนี้อาจจะไม่เข้าใจว่าผู้เขียนไปสับสนเรื่องของอัตราภาษีมูลค่าเพิ่มได้อย่างไร ใคร ๆ ก็รู้กันทั้งนั้นว่าประเทศไทยเราจัดเก็บภาษีมูลค่าเพิ่มหรือแวต (มาจาก VAT ซึ่งย่อมาจาก Value Added Tax) ในอัตราร้อยละ 7 หรือ 7% มาแต่ไหนแต่ไรแล้ว

ที่ผมสับสนจนต้องไปค้นคว้ามาเคลียร์ให้ตัวเองเสียก่อนก็คือเมื่อปลายปีที่แล้วมีประกาศออกมาว่าปี 2558 รัฐบาลจะจัดเก็บภาษีมูลค่าเพิ่มในอัตราลดลงเป็นร้อยละ 6.3 และจะเพิ่มเป็นอัตราร้อยละ 9 ในปี 2559 ตอนที่ได้ฟังประกาศนี้จากข่าว หลายคน (รวมทั้งผมด้วย) ก็ใจกว้างใหญ่ว่าเราจะได้ชื่อของราคาถูกลงแน่ เพราะภาษีมูลค่าเพิ่มนั้นบวกเข้าไปในราคาสินค้าทำให้ราคาแพงขึ้น ดังนั้นถ้าบวกภาษีน้อยลง เราก็คงจ่ายค่าสินค้าถูกลงด้วย แต่ที่จู่จู่รู้สึกกังวลก็คือในปี 2559 ภาษีจะแพงขึ้นเป็น 9% ซึ่งแปลว่าสินค้าจะต้องแพงขึ้นไปอีกมากพอดู

หลังจากข่าวนี้ออกไปสักพักก็มีผู้ออกมาอธิบายว่าที่จริงอัตราภาษีอยู่ที่ 7% เท่าเดิมนั้นแหละ ไม่ได้ลดลงแต่อย่างใด แต่คำอธิบายนี้คนคงจะได้ฟังอยู่ในวงแคบ เพราะในปีนี้มีประกาศ (ความจริงออกมาเป็นพระราชกฤษฎีกา) ออกมาอีกแล้วว่าจะลดอัตราภาษีมูลค่าเพิ่มเป็น 6.3% ในปี 2559 และจะเพิ่มเป็น 9% ในปี 2560 พอมีประกาศนี้ออกมาก็มีคนออกมาโต้แย้งกันอีกแล้วว่าสินค้าจะราคาถูกลง แปลว่าที่มีคำอธิบายออกมาเมื่อปีก่อนนั้นยังมีคนอีกมากที่ไม่เคยทราบเลย

ประเทศไทยเริ่มนำภาษีมูลค่าเพิ่มมาใช้แทนภาษีการค้าตั้งแต่ปี 2535 เป็นต้นมาโดยจัดเก็บในอัตราร้อยละ 9 แต่อัตราที่จัดเก็บจริงคือร้อยละ 10 (กรุณาอย่าเพิ่งงง) เพราะกรมสรรพากรต้องบวกภาษีที่ต้องจัดสรรให้ราชการส่วนท้องถิ่นในอัตรา 1 ใน 9 ของอัตราภาษีที่จัดเก็บเข้าไปด้วย

เราเสียภาษีมูลค่าเพิ่มในอัตรานี้มาได้ 4 - 5 ปีก็เกิดวิกฤตเศรษฐกิจรุนแรงขึ้นในปี 2540 คือวิกฤตที่เราตั้งชื่อว่าวิกฤตต้มยำกุ้งนั้นแหละครับ รัฐบาลในสมัยนั้นเห็นว่าประชาชนกำลังแย่ จึงหาทางลดภาระให้ด้วยการลดภาษีมูลค่าเพิ่มลงชั่วคราวเป็นร้อยละ 6.3 ซึ่งพอบวกภาษีที่จัดสรรให้ราชการส่วนท้องถิ่นก็จะเป็นร้อยละ 7 ที่เราเสียกันอยู่ทุกวันนี้แหละครับ

แต่มาตรการลดอัตราภาษีมูลค่าเพิ่มนี้เป็นแค่มาตรการชั่วคราวสำหรับปีเดียว เพราะฉะนั้นถ้าต้องการช่วยลดภาระให้บรรดาไพร่ฟ้าหน้าแห้งทั้งหลายต่อไป รัฐบาลก็ต้องออกพระราชกฤษฎีกาลดอัตราภาษีมูลค่าเพิ่มเป็น 6.3% ทุกปี และบอกด้วยว่าจะเพิ่มเป็น 9% ในปีถัดไป ซึ่งก็เหมือนกับที่เราได้ฟังข่าวในปีที่แล้วและปีนี้นั่นเอง เพียงแต่ก่อนหน้านี้ไม่มีใครนำเอาพระราชกฤษฎีกาลดอัตราภาษีนี้อามาทำข่าว เราก็เลยไม่รู้และไม่งงด้วย

สรุปว่าเรายังคงเสียภาษีมูลค่าเพิ่มในอัตราที่เก็บจริงเท่ากับ 7% ต่อไปอีกอย่างน้อย 1 ปี (ไม่ใช่ลดเหลือ 6.3% นะครับ ไม่ต้องดีใจ) และถ้าปีต่อไปรัฐบาลจะกรุณาต่ออายุให้จัดเก็บในอัตรานี้ต่อไปก็คงจะดี แต่ถ้าท่านไม่ต่ออายุมาตรการลดภาษีให้ เราจะต้องกลับเสียภาษีมูลค่าเพิ่มในอัตราเดิมก่อนปี 2540 คือ 10% (แต่อัตราที่ประกาศซึ่งยังไม่รวมที่กรมสรรพากรต้องจัดสรรให้ราชการส่วนท้องถิ่นคือ 9%)

ก่อนจบตอนนี้ขอระลึกถึงความหลังเมื่อมีการจัดเก็บภาษีมูลค่าเพิ่มใหม่ ๆ มาเล่าสู่กันฟังสักเล็กน้อย เพราะเมื่อเป็นของใหม่ก็ทำให้เกิดความสับสนพอสมควร โดยเฉพาะเมื่อป้ายราคาที่ติดไว้ที่สินค้านั้นเป็นราคาที่ยังไม่รวมภาษีมูลค่าเพิ่ม เรื่องของเรื่องก็คือเวลา เราเลือกซื้อสินค้าก็จะคำนวณเงินในกระเป๋าไปด้วยว่าพอจ่ายหรือเปล่า แต่ลืมคิดไปด้วยว่าต้องบวกภาษีอีก 10%



## ภาษาอาเซียน เรียนรู้ไว้

## ยานพาหนะ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สรตี ปรีชาปัญญากุล

aseanlang\_ram@yahoo.co.th

ยานพาหนะ ภาษาเวียดนาม คือ phương tiện giao thông (เฟื่อง เตียน ชว ชง - สำเนียงภาษาเวียดนามเหนือ) และไม่แปลกอะไร หากท่านเดินทางไปยังเมืองต่าง ๆ ในประเทศเวียดนามแถบภาคกลาง และภาคใต้ สำเนียงในการออกเสียงจะเปลี่ยนเป็น (เฟื่อง เตียน ยาว ชง) ทั้งสองต่างมีความหมายเดียวกันทั้งสิ้น

ยานพาหนะที่เราพบเห็นในประเทศเวียดนาม ไม่ค่อยแตกต่างจากยานพาหนะในประเทศไทยสักเท่าไรด้วยพื้นฐานทางวัฒนธรรม และวิถีความเป็นอยู่ รวมถึงการประกอบอาชีพต่าง ๆ ทำให้เรามองเห็นภาพยานพาหนะที่อยู่บนท้องถนน หรือบนไร่นาของชาวเวียดนามได้โดยไม่ยากนัก

ยานพาหนะที่ใช้อยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น

| คำศัพท์              | คำอ่าน               | คำแปล             |
|----------------------|----------------------|-------------------|
| xe đạp               | (แซ ค่ำบ)            | รถจักรยาน 2 ล้อ   |
| xe xích lô           | (แซ ชิก โล)          | รถจักรยาน 3 ล้อ   |
| xe máy               | (แซ มัย)             | รถจักรยานยนต์     |
| xe ô tô              | (แซ โอโต)            | รถยนต์            |
| xe buýt              | (แซ บวืต)            | รถโดยสารประจำทาง  |
| xe chở khách du lịch | (แซ เจอ คัก ชู ลิก)  | รถทัวร์           |
| xe khách             | (แซ คัก)             | รถโดยสาร          |
| xe lửa               | (แซ เหลือ)           | รถไฟ              |
| xe tải mùnì bánh     | (แซ ต่าย หมือย บ้าง) | รถสิบล้อ          |
| máy cày              | (มัย ไก)             | รถไถ              |
| máy bay              | (มัย ไบ)             | เครื่องบิน        |
| tàu                  | (เต่า)               | เรือ              |
| thuyền               | (เถวียน)             | เรือพาย           |
| thuyền thúng         | (เถวียน ธุง)         | เรือกระด้ง        |
| xe tàu điện          | (แซ เต่า เตียน)      | รถไฟฟ้า           |
| tàu điện ngầm        | (เต่า เตียน เหงิม)   | รถไฟฟ้าใต้ดิน     |
| tàu điện trên cao    | (เต่า เตียน เจน กาว) | รถไฟฟ้าบนรางยกสูง |



พาหนะของชาวเวียดนามที่อาจแปลกไปสำหรับคนไทย คือ รถสามล้อ xe xích lô (แซ ชิก โล) ที่มีรูปร่างคล้ายรถชาเล้งย่อบาง บริเวณด้านหน้าจะทำเป็นที่นั่งผู้โดยสาร ส่วนคนปั่นรถสามล้อจะนั่งอยู่ในระดับที่สูงกว่าทางด้านหลัง รถสามล้อนี้

ในชีวิตประจำวันของคนเวียดนามมักจะไม่ได้ใช้สัญจรไปมา หากแต่เป็นเอกลักษณ์อย่างหนึ่งของประเทศ ที่ชาวต่างชาติเมื่อไปเยือนประเทศเวียดนามมักจะทดลองนั่ง เพื่อซึมซับบรรยากาศ มองเห็นทิวทัศน์โดยทั่วไปอย่างช้า ๆ เหมาะกับคนที่ต้องการใช้ชีวิตแบบ slow life เป็นอย่างยิ่ง

(ภาษีมูลค่าเพิ่มยุคแรก) พอไปจ่ายเงินที่เคชเชียร์ก็อายเขาสิครับ เพราะมีเงินไม่พอ ซึ่งที่จริงถ้าซื้อสินค้าบริโภคเล็ก ๆ น้อย ๆ คงไม่มีปัญหานี้หรอก ที่จะมีปัญหา ก็คือเวลาไปซื้อสินค้าประเภทเครื่องใช้ไฟฟ้าหรือผลิตภัณฑ์อิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งราคาหลายหมื่น ถ้าไม่บวกภาษีเข้าไปก่อนตอนคิดคำนวณว่าจะซื้อดีหรือไม่ก็อาจเจอปัญหาเงินไม่พอจ่ายได้

# รู้จักหนุ่มนิติศาสตร์จากจังหวัดเชียงราย ...เจ้าของรางวัลบุคคลผู้มีผลงานดีเด่น ด้านการส่งเสริม ปกป้อง และคุ้มครองสิทธิมนุษยชน ประจำปี 2558



“เด็กที่มาจากครอบครัวที่ร่ำรวยหรือที่อาศัยอยู่ในเมืองมักมีโอกาสเข้าถึงการศึกษาหรือการรักษาพยาบาลที่มีคุณภาพ หรือมีโอกาสอื่นๆ ที่จะพัฒนาตนเองมากกว่าเด็กที่มาจากครอบครัวยากจนหรือที่อาศัยอยู่ในชนบท พวกเราต้องการเห็นความเปลี่ยนแปลงในเรื่องนี้ เพราะเด็กทุกคนควรมีโอกาสเท่าเทียมกันในการพัฒนาเพื่อที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพ”

“พวกเราต้องการให้เด็กและเยาวชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับชีวิตของพวกเขามากขึ้น เราอยากให้ผู้ใหญ่รับฟังเสียงของเด็กอย่างแท้จริงและลงมือทำสิ่งต่างๆ เพื่อเด็ก”

“ผมหวังว่าข้อเสนอแนะของเราในวันนี้จะไม่เป็นเพียงแค่กระดาษแผ่นหนึ่งเท่านั้น”

ข้อความส่วนหนึ่งจากคำกล่าวในนามของตัวแทนเด็กและเยาวชนของประเทศไทย โดย นายพงษ์พันธ์ รัตนทรัพย์ นนท์กั ตัวแทนเด็กและเยาวชนไทย นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง พร้อมยื่นข้อเสนอแนะ เรียกร้องให้รัฐบาลดำเนินการต่างๆ อย่างเป็นรูปธรรม เพื่อให้เกิดความเท่าเทียมและสังคมที่เป็นมิตรต่อเด็กเนื่องในโอกาสวันสิทธิเด็กสากล และครบรอบ 25 ปีของอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กที่ต้องการส่งไปถึงรัฐบาลและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องให้เห็นถึงความตั้งใจจริงของเด็กและเยาวชนที่ต้องการให้ผู้ใหญ่ให้ความสำคัญกับเด็กและเยาวชนทั้งในด้านโอกาสที่เท่าเทียม การได้รับความรัก ความเข้าใจ ความสัมพันธ์ที่ดีของคนในครอบครัว และต้องการให้พ่อแม่ผู้ปกครองมีทักษะในการเลี้ยงลูก ตลอดไปถึงหยุดใช้ความรุนแรงในครอบครัว

นายพงษ์พันธ์ รัตนทรัพย์ ปัจจุบัน อายุ 21 ปี กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี คณะนิติศาสตร์ ชั้นปีที่ 4 และเป็นรองประธานและผู้บริหารสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย ล่าสุดเพิ่งได้รับรางวัลบุคคลผู้มีผลงานดีเด่นด้านการส่งเสริม ปกป้อง และคุ้มครองสิทธิมนุษยชน ประจำปี 2558 ประเภทเด็กและเยาวชนอายุไม่เกิน 25 ปี เนื่องในวันสิทธิมนุษยชนสากลโดยคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ เมื่อวันที่ 15 ธันวาคม 2558 ที่ผ่านมา

นายพงษ์พันธ์ รัตนทรัพย์ เป็นชาวจังหวัดเชียงราย เป็นสมาชิกสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย ด้านสิทธิเด็กและสิทธิมนุษยชน การเมืองและประชาธิปไตย การลดความรุนแรง และการใช้สันติวิธี ตั้งแต่ปี 2556 เคยเป็นคณะทำงานเวทีสิทธิเด็กทั้งระดับภาคและระดับชาติ คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบคุ้มครองเด็กแห่งชาติ คณะอนุกรรมการพัฒนานุเคราะห์ด้านเด็กและเยาวชน คณะอนุกรรมการเพื่อดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กและเยาวชน ตั้งครรภ์ไม่พร้อม คณะกรรมการยกร่างข้อบังคับสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย รวมทั้งเป็นวิทยากรบรรยายและวิทยากรกระบวนการด้านสิทธิเด็กและสิทธิมนุษยชน การเมืองและประชาธิปไตย การลดความรุนแรง การใช้สันติวิธี และการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคม และอื่นๆ

โดยภาพรวมของการทำงานในช่วงหลายปีที่ผ่านมา ถือได้ว่าเป็นเยาวชนนักกิจกรรมที่เข้าร่วมโครงการและอบรมในหลักสูตรต่างๆ มากมาย เช่น ผ่านการอบรมพัฒนาศักยภาพแกนนำสภาเด็กและเยาวชน ผ่านการอบรมหลักสูตร



การเตรียมความพร้อมของภาคประชาชน โดยการสร้างความตระหนักรู้และให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกระบวนการสร้างประชาคมอาเซียน ผ่านการอบรมค่ายเยาวชนลมหายใจไว้มลทิน กิจกรรมค่ายเยาวชนจิตอาสาเพื่อพัฒนาชุมชนร่วมศึกษาฐานสถานการณ์ด้านเด็กและเยาวชนบริเวณชายแดน รวมทั้งร่วมโครงการแลกเปลี่ยนระหว่างประเทศต่างๆ เป็นต้น



นอกจากนี้ยังเป็นตัวแทนเด็กและเยาวชนของประเทศ ยื่นข้อเสนอของเด็กและเยาวชน ไปยังรัฐบาล เพื่อให้นำข้อเสนอของเด็กและเยาวชน ไปกำหนดเป็นนโยบาย ยุทธศาสตร์ แผนงาน มาตรการต่างๆ รวมทั้งนำข้อเสนอจากเวทีสิทธิเด็กระดับชาติ ว่าด้วยอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก เข้าที่ประชุม “คณะกรรมการส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ” เพื่อนำไปขับเคลื่อนเป็นนโยบายสู่กระทรวง ทบวง กรมต่างๆ ตลอดจนรวบรวมและจัดทำข้อเสนอแนะ สร้างความเข้าใจตามอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก 4 ด้าน ประกอบด้วย ด้านสิทธิการอยู่รอด ด้านสิทธิการพัฒนา ด้านสิทธิการปกป้องและคุ้มครอง และด้านสิทธิการมีส่วนร่วม ทำให้เด็กสามารถเข้าใจสิทธิต่างๆ ที่ตนมีอย่างถูกต้องตามกฎหมาย หรือตามข้อตกลงที่ประเทศไทยเป็นภาคีเครือข่าย ทำให้เด็กและเยาวชนสามารถคิดวิเคราะห์ สังเคราะห์ข้อมูล ประเด็นปัญหาต่างๆ ตามบริบทพื้นที่ของตนเองได้อย่างตรงจุด

นายพงษ์พันธ์ รัตนทรัพย์เป็นผู้มีผลงานโดดเด่นทั้งในด้านการเรียนและด้านคุณธรรมจริยธรรม อย่างต่อเนื่อง เคยได้รับรางวัลและประกาศเกียรติคุณที่สำคัญ ได้แก่ ปี 2555 ได้รับรางวัลเด็กดีเด่น มีคุณธรรม งานวันเด็กแห่งชาติ จากเทศบาลตำบลเมืองพาน จังหวัดเชียงราย และรางวัลนักเรียนดี มีคุณธรรม จากโรงเรียนพานพิเศษพิทยา ปี 2558 ได้รับรางวัล “ผู้นำเด็กและเยาวชนที่มีความเสียสละ อดทน ต่อการส่งเสริมปกป้องคุ้มครองเด็ก” เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2558 จากสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย รางวัล “ผู้ทำคุณประโยชน์ต่อเด็กและเยาวชน ด้านการส่งเสริม พัฒนา และปกป้องคุ้มครองเด็ก” ปี 2558 จากสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย และรางวัล “ผู้มีส่วนร่วมในการพัฒนาเด็กและเยาวชน อันเป็นที่ยอมรับ” จากกรมกิจการเด็กและเยาวชน กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์

“ถ้าพูดถึงแรงจูงใจให้เข้ามาทำงานด้านสิทธิมนุษยชนนี้ สิ่งสำคัญเลยคือด้วยความเป็นคนชอบทำกิจกรรมอยู่แล้ว โดยเฉพาะด้านสังคมการเมืองประชาธิปไตย สิทธิเสรีภาพ การลดความรุนแรงและการใช้สันติวิธี เมื่อเรามีความชอบมีความสนใจอะไรเป็นพิเศษ เราก็จะแสวงหาหนทางและโอกาสในการทำสิ่งที่รักนี้จนได้ และถ้าเราได้ลงมือทำอย่างจริงๆ จังๆ กับสิ่งที่เรารัก เราชอบผลที่ได้มันสวยงามเสมอ”

สิ่งสำคัญอีกอย่างหนึ่ง ที่เป็นแรงจูงใจและหันมาทำงานด้านนี้อย่างจริงจังคือการเดินทางไปเห็นขอทานแม่ลูกคู่หนึ่ง ที่ต้องมานั่งตากแดดขอเงินประทังชีวิตไปวันๆ อย่างไร้จุดหมาย เด็กคนนั้นแทบไม่มีโอกาสที่จะได้ใส่ชุดนักเรียนไปโรงเรียนเหมือนเด็กทั่วไป ทั้งๆ ที่ในวัยนั้นเขาควรจะได้ไปโรงเรียนเหมือนเด็กคนอื่นๆ ทำให้ผมนึกไปถึงเรื่องราวในชีวิตของตัวเองในอดีต ว่าอย่างน้อยเรายังดี ที่ได้มี

(อ่านต่อหน้า 8)

# โรคยอดฮิตที่มากับการติดสมาร์ทโฟน

ประหยัด เลวัน

ภาควิชาวิทยาการคอมพิวเตอร์ คณะวิทยาศาสตร์

ยุคทองของสมาร์ทโฟนที่แข่งขันกันออกรุ่นใหม่ นวัตกรรมใหม่ ดึงดูดใจผู้บริโภคกันอย่างต่อเนื่อง โดยมีการพัฒนาฟังก์ชันการใช้งานให้ตอบสนองความต้องการของผู้ใช้งานที่นิยมใช้ชีวิตอยู่กับมือถือให้เป็นทุกสิ่งทุกอย่างเบ็ดเสร็จ (All in one) คือ แค่มีสมาร์ทโฟนเครื่องเดียวคุณก็สามารถนั่งทำงานจากที่ไหนก็ได้สบาย แต่ในขณะเดียวกันก็ต้องทราบถึงพิษภัยที่มาจากพฤติกรรมติดสมาร์ทโฟนที่อาจส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกาย

โรคติดสมาร์ทโฟนนั้น มีชื่อเรียกในภาษาการแพทย์ว่า “โนโมโฟเบีย” ถือเป็นโรคสมัยใหม่ ที่ YouGov ซึ่งเป็นองค์การวิจัยของสหราชอาณาจักร บัญญัติศัพท์คำนี้ออกมาเรียกใช้ โดยการนำคำว่า no-mobile-phone มารวมกับ คำว่า phobia ซึ่งหมายถึง โรคกลัวในทางจิตเวช จัดอยู่ในกลุ่มวิตกกังวล เป็นความกลัวที่มากกว่าความกลัวทั่วไป คนที่เป็นโรคโนโมโฟเบีย จะมีอาการเครียด คลื่นไส้ ตัวสั่น เป็นอาการเกิดจากความหวาดกลัวในการขาดสมาร์ทโฟน ไม่มีสมาร์ทโฟนอยู่ติดกับตัว รวมไปถึงความเครียด เมื่ออยู่ในจุดอับสัญญาณ ความกังวลเมื่อแบตเตอรี่หมด กลัวที่จะไม่สามารถติดต่อสื่อสารกับใครได้



รูปที่ 1 ติดการใช้สมาร์ทโฟน  
แม้ในขณะที่ขับรถยนต์(ผิดกฎหมาย)

รูปที่ 2 ติดการใช้สมาร์ทโฟน  
แม้ในเวลางานหน้าเครื่องคอมพิวเตอร์

อาการที่บ่งบอกถึงสัญญาณของโรคติดสมาร์ทโฟน เช่น หงุดหงิดอยู่กับการเช็คมือถือตลอดเวลา กังวลไปว่ามือถือจะหายคอยตรวจเช็คตลอดเวลา ต้องวางมือถือไว้ในจุดที่เอื้อมหยิบได้ถึงตลอดเวลา ใช้เวลากับสมาร์ทโฟนมากกว่าสนทนากับคนรอบข้าง ก่อนทานอาหารต้องถ่ายรูปเพื่อโพสต์ลงในเครือข่ายสังคมออนไลน์ (Social Network) โพสต์รูปและความรู้สึกลงในสื่อสังคมออนไลน์ตลอดเวลา วันละหลายครั้ง ที่นี้มาดูผลกระทบต่อนส่วนต่างๆ ของร่างกายทางกายภาพ

## อาการปวดเมื่อย

อาการปวดเมื่อย คอ บ่า ไหล่ ถือเป็นอาการลำดับแรกๆ ที่เป็นผลมาจากการนั่งเกร็งในท่าเดิมๆ ยิ่งไปกว่านั้นเวลาที่เรากำลังดูหน้าจอนั้น ท่าทางร่างกายของเราก็จะค่อยๆ ค้อมลง ตัวงอและงุ่ม ส่งผลให้กล้ามเนื้อคอและบ่า และอาจส่งผลไปถึงการปวดศีรษะ เพราะเลือดที่ไปเลี้ยงสมองนั้นต้องไหลผ่านกล้ามเนื้อส่วนบ่า ดันคอ เมื่อเกิดอาการเกร็งจนกล้ามเนื้อบิด ทำให้เลือดไหลเวียนไม่สะดวกนัก เมื่อเป็นบ่อยครั้งเข้าจะทำให้รู้สึกปวดศีรษะได้ หากเกิดอาการนี้กับเด็กหรือวัยรุ่น จะส่งผลให้กระดูกหรือหมอนรองกระดูกเสื่อมก่อนวันอันควรอีกด้วย

นอกจากปวดเมื่อยแล้วจากการนั่งหลังงุ้มแล้ว ยังส่งผลต่อโรคระบบทางเดินหายใจ เมื่อนั่งหลังงุ้มจะทำให้หายใจไม่สุดปอด หายใจสั้นและติดขัด ส่งผลต่อการขับของเสียหรือเชื้อโรคในทางเดินหายใจที่ถูกจำกัดลง

## อาการตาเสื่อม

การจ้องหน้าจอนานๆ ทำให้กล้ามเนื้อรอบดวงตาเกร็งตัว เมื่อมองแสงสีของภาพจากจอที่จุดจาง เคลื่อนที่เร็ว ทำให้ประสาทตาล้า เกิดอาการตาแห้ง

ซึ่งเมื่อเป็นแบบนี้บ่อยครั้งเข้าก็จะส่งผลให้ประสาทตาเสื่อมสภาพเร็วขึ้น

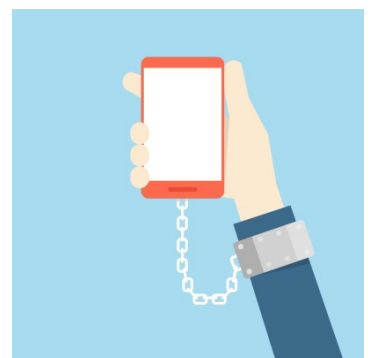
## อาการนิ้วล็อก

การใช้มือถือจิ้มที่หน้าจอบ่อยๆ นานๆ อาจทำให้เป็นอาการนิ้วล็อก นิ้วขาปวดข้อมือ อาจถึงขั้นเส้นเอ็นข้อมืออักเสบ ลักษณะอาการนิ้วล็อกให้สังเกตจากจะเริ่มกำมือไม่ค่อยลง มือและนิ้วแข็ง กำแล้วเหยียดขึ้นไม่ได้ เมื่อตื่นนอนขึ้นมา ยิ่งรู้สึกมือแข็งมาก รู้สึกปวดเมื่อยมือและนิ้ว ให้สงสัยได้เลยว่าคุณกำลังเป็นโรค นิ้วล็อก ควรพบแพทย์เพื่อรักษาต่อไป

## อาการอ้วนและโรคเกี่ยวกับกระเพาะอาหาร

การนั่งอยู่กับที่นานๆ ทำให้ร่างกายไม่เกิดการเผาผลาญ อาหารถูกพอกพูนเป็นไขมันสะสมโดยเฉพาะบริเวณหน้าท้อง ก้น และต้นขา เกิดการสะสมเซลล์ไขมัน นอกจากจะทำให้อ้วนขึ้นแล้ว ยังส่งผลต่อสุขภาพของกระเพาะอาหาร อาหารย่อยยาก ท้องอืด ลำไส้อ่อนแรง เพราะไม่ค่อยมีการเคลื่อนไหวของลำไส้

ผู้ที่มีอาการดังกล่าว ทางแพทย์ต้องใช้การรักษาแบบ Cognitive Behavior Therapy (CBT) ซึ่งเป็นการรักษาที่นิยมใช้ในกลุ่มผู้มีอาการซึมเศร้า วิตกกังวล และอาการกลัวในระดับต่างๆ ทำโดยการปรับเปลี่ยนความคิด เปลี่ยนแปลงความเชื่อเฉพาะตัวและกรอบความคิดเพื่อให้ผู้ป่วยเห็นปัญหาในปัจจุบันและสามารถลำดับความสำคัญของปัญหาเพื่อเรียนรู้ที่จะหลีกเลี่ยงหรือแก้ไขได้ เมื่อได้รับการรักษาจนหายดีแล้ว จะรู้สึกเป็นอิสระมากขึ้นเมื่อไม่มีสมาร์ทโฟนให้ต้องมาคอยเป็นกังวล



รูปที่ 3 ภาพแสดงการเฝ้าระวังตัว  
ผู้ใช้ที่ติดสมาร์ทโฟนอย่างหนัก

## บทสรุปและคำแนะนำ

หากรู้ตัวเองว่าเพิ่งเริ่มติดสมาร์ทโฟน ลองรักษาด้วยตัวเองก่อน เริ่มจากลองใช้ชีวิตโดยลดการพึ่งพาสมาร์ทโฟนไปที่ละนิด ใช้เฉพาะเวลาที่เป็นเท่านั้น หากรู้สึกเหงา ให้เดินไปคุยกับใครสักคนใกล้ๆ แลวนั้น คุยกับคนในบ้าน คุยกับเพื่อนร่วมงาน ในช่วงวันหยุดลองไม่หยิบสมาร์ทโฟนขึ้นมา เมื่อรู้สึกว่าง ให้หาอะไรทำอย่างอื่นทดแทน อ่านหนังสือ ออกกำลังกาย นั่งสมาธิ ปิดโทรศัพท์มือถือเมื่อเข้านอน แต่หากทำแล้วรู้สึกว่าไม่สามารถอยู่ห่างจากมือถือได้ ควรปรึกษาจิตแพทย์เพื่อรับการรักษาอย่างถูกต้อง

เทคโนโลยีผูกพันและสำคัญกับชีวิตของคนเราในยุคนี้ตลอด 24 ชั่วโมง ต้องรู้จักฉลาดเลือกใช้ให้เกิดประโยชน์กับตัวเรา เลือกใช้ให้พอประมาณ เพื่อรักษาสุขภาพของเราให้คงอยู่กับเราต่อไปนาน

## เอกสารอ้างอิง

1. ธนาคารไทยพาณิชย์. “โรคยอดฮิตที่มากับการติดมือถือ” (ออนไลน์: <http://www.scbsme.com/th/sme-society/health/671/โรคยอดฮิตที่มากับการติดมือถือ>). ค้นเมื่อวันที่ 11 ธันวาคม 58.

2. เกลนิวส์. “ห่วงคนไทยติดมือถือหนัก ‘โนโมโฟเบีย’ สุขภาพพัง” (ออนไลน์: <http://www.dailynews.co.th/politics/344947>). ค้นเมื่อวันที่ 11 ธันวาคม 58.

## รู้จักมนุษยศาสตร์จากจังหวัดเชียงราย ...?

(ต่อจากหน้า 6)

โอกาสได้เรียน แม้อุณหภูมิหรือโอกาสต่างๆจะไม่ดีนัก แต่กับเด็กคนนี้สิ เขาได้อยู่แค่โลกแคบๆของเขาทุกวัน แทบไม่ได้ออกไปวิ่งเล่นกับเพื่อน ไม่รู้จักเลยว่าโรงเรียนคืออะไร ครูคือใคร

ทำให้ตั้งแต่นั้นมา ผมให้สัญญากับตัวเองว่าถ้ามีโอกาสทำงานด้านนี้จะใช้โอกาสนั้นอย่างเต็มที่เพื่อช่วยเหลือเด็กทุกคนที่ขาดโอกาสให้ได้รับการศึกษาอย่างเสมอภาค

ผมได้เริ่มทำงานด้านสิทธิมนุษยชนนี้อย่างเต็มตัว ตั้งแต่ได้รับความไว้วางใจผ่านกระบวนการสรรหาและเลือกตั้งเข้ามาเป็นตั้งแต่เป็นสมาชิกสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย สู่ผู้บริหารฯ รองประธานฯ ไปจนถึงรักษาการประธานสภาเด็กและเยาวชนแห่งชาตินั้น ผมรับผิดชอบงานด้านการบริหารกิจการทุกอย่างขององค์กร ซึ่งมีเครือข่ายที่ต้องรับผิดชอบและดูแลอยู่ทุกจังหวัด ทุกอำเภอ และทุกตำบลในประเทศไทย ตามอำนาจหน้าที่ระบุไว้ในพระราชบัญญัติส่งเสริมการพัฒนาเด็กและเยาวชนแห่งชาติ พ.ศ.2550 แต่นอกเหนือจากงานด้านบริหารแล้วงานหลักอีกอย่างหนึ่งของผมจะเน้นหนักไปทำงานด้านสิทธิเด็ก สิทธิมนุษยชน สังคมการเมือง ประชาธิปไตย กฎหมาย การลดความรุนแรง และการใช้สันติวิธีเป็นหลัก

หน้าที่สำคัญ คือการเป็นตัวแทนเด็กและเยาวชนของประเทศ ในการรวบรวมประเด็นปัญหา ข้อเสนอแนะ แนวทางต่างๆจากเด็กและเยาวชนทั่วประเทศ ในการนำไปเสนอต่อภาครัฐ ภาคเอกชน ภาคประชาสังคมที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำไปกำหนดเป็นนโยบาย ยุทธศาสตร์ แผนงาน กรอบงบประมาณ และกฎหมายต่างๆ เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการปกป้องคุ้มครอง ส่งเสริมและพัฒนาเด็กและเยาวชน และตอบสนองความต้องการตามเจตจำนงของของเด็กและเยาวชน เพื่อให้ปรากฏเป็นจริงและเป็นรูปธรรมมากที่สุด

ประสบการณ์ที่ทำให้ผมเกิดความภาคภูมิใจในการทำงานด้านสิทธิมนุษยชน คงเป็นวันที่ได้ทำหน้าที่ในการเป็นตัวแทนของเด็กและเยาวชนทั้งประเทศ นำข้อเสนอซึ่งรวบรวมจากเวทีสิทธิเด็กทั้ง 4 ภูมิภาคทั่วประเทศ ซึ่งมาจากความร่วมมือของตัวแทนเด็กจากหลายกลุ่ม เช่น กลุ่มเด็กชาติพันธุ์ เด็กไร้สัญชาติ เด็กพิการ เด็กที่อยู่ในภาวะเสี่ยง เด็กในกระบวนการยุติธรรม เด็กจากสามจังหวัดชายแดนภาคใต้ เป็นต้น ทุกคนต่างเข้ามานำเสนอและรวบรวมประเด็นต่างๆ นำเสนอต่อรัฐบาลเพื่อนำไปกำหนดเป็นนโยบาย ยุทธศาสตร์ แผนงานสู่กระทรวง ทบวง กรมต่างๆ ซึ่งในวันนั้นมีผู้หลักผู้ใหญ่สำคัญๆตั้งแต่รัฐมนตรี ข้าราชการชั้นผู้ใหญ่ ผู้แทนองค์การสหประชาชาติ (UN) ผู้แทนองค์กรเอกชนทั้งในและต่างประเทศ รวมทั้งตัวแทนจากเด็กและเยาวชนทุกกลุ่มในประเทศและประเทศอาเซียนต่างมาเป็นสักขีพยานในวันนั้น ซึ่งเป็นวันสิทธิเด็กสากล และเป็นวันครบรอบ 25 ปีอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็ก (CRC) ที่ประเทศไทยลงนามเป็นภาคีร่วม ทำให้วันนี้เป็นประสบการณ์ชีวิตในการทำงานด้านนี้ ที่ผมภูมิใจมากที่สุด ทำให้ได้รู้จริงๆแล้วว่าเสียงของเด็กวันนี้ ไม่ใช่ตัวประกอบหรือเป็นไม้ประดับอีกต่อไป แต่มีความสำคัญและความหมายแล้ว

อุดมการณ์ในการทำงานด้านสิทธิมนุษยชนของผม คือ “การทำให้คนในสังคมเคารพต่อศักดิ์ศรีความเป็นมนุษย์ของกันและกัน รวมทั้งมีสิทธิเสรีภาพในการแสดงความคิดเห็น ทดลองความรู้ ความเห็นได้อย่างเสรี เพื่อให้เกิดทางเลือกที่หลากหลายนำเสนอสู่สังคมอย่างเสมอภาคและเท่าเทียม”

ส่วนความคาดหวังในการทำงานในอนาคต คือ การได้ใช้วิชาความรู้ความสามารถ และประสบการณ์ โดยเฉพาะความรู้ด้านกฎหมาย มาปกป้องคุ้มครอง ส่งเสริมและพัฒนา รวมทั้งเป็นตัวผลักดันขับเคลื่อนกลไกต่างๆให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และตรงตามเจตนารมณ์ของคนในสังคม ด้วยความจริง ความดี และความงาม

## ผลการประชุมสภามหาวิทยาลัย

สภามหาวิทยาลัยรามคำแหง ได้มีการประชุม ครั้งที่ 14/2558 เมื่อวันที่ 28 ธันวาคม 2558 โดยมี **นายวิรัช ชินวินิจกุล** นายกสภามหาวิทยาลัยเป็นประธาน มีผลการประชุมที่น่าสนใจ ดังนี้



## 1. ลาออกจากตำแหน่ง

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติให้รองคณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ลาออกจากตำแหน่งดังนี้

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุพจน์ อิงอาจ รองคณบดีฝ่ายบริหาร
  2. อาจารย์ภาติยะ พัฒนาศักดิ์ รองคณบดีฝ่ายนโยบายและแผน
  3. อาจารย์ภูษิษฐ์ สว่างสุข รองคณบดีฝ่ายสวัสดิการ
- ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2559

## 2. แต่งตั้งรองคณบดี

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้งรองคณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ดังนี้

1. อาจารย์ชัยวัฒน์ หมู่เจริญ ดำรงตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายบริหาร
  2. อาจารย์อุดม ศรีชนะ ดำรงตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายสวัสดิการ
  3. อาจารย์นาที เกิดอรุณ ดำรงตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายนโยบายและแผน
- ทั้งนี้ ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม 2559

## 3. ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้งอาจารย์แพรวพรรณ หลายปัญญา ให้ดำรงตำแหน่งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ในสาขาวิชานิติศาสตร์ คณะนิติศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 18 มิถุนายน 2558

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้งอาจารย์ ดร.อัมพร วัจนะ ให้ดำรงตำแหน่งผู้ช่วยศาสตราจารย์ ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 6 มกราคม 2558

## 4. ปรับปรุงแก้ไขหลักสูตร

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ฉบับปี พ.ศ. 2555 (ปรับปรุงอาจารย์ประจำหลักสูตร และอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร)

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ ฉบับปี พ.ศ. 2555 (ปรับปรุงอาจารย์ประจำหลักสูตร และอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร)

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต ฉบับปี พ.ศ. 2555 (ปรับปรุงอาจารย์ประจำหลักสูตร และอาจารย์ผู้รับผิดชอบหลักสูตร)

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรรัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต ฉบับปี พ.ศ. 2555 (ปรับปรุงอาจารย์ประจำหลักสูตร)

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติปรับปรุงแก้ไขหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาคณิตศาสตร์ ฉบับปี พ.ศ. 2555

## 5. ปริญญาคุณวุฒิบัณฑิต

- อนุมัติปริญญาคุณวุฒิบัณฑิตในภาค 1 ปีการศึกษา 2558 (ครั้งที่ 12) ดังนี้

## โครงการบริหารธุรกิจคุณวุฒิบัณฑิต

## บริหารธุรกิจคุณวุฒิบัณฑิต (แบบ 2)

1. นายประสิทธิ์ชัย นรากรณ์ รหัสประจำตัว 5519110015 ตั้งแต่วันที่ 14 ธันวาคม 2558

2. นางสาวรินรำไพ รุ่งเรืองจิตต์ รหัสประจำตัว 5519110018 ตั้งแต่วันที่ 14 ธันวาคม 2558

# ตอบ ปัญหานักศึกษา

**ถาม** ถ้าผมลงทะเบียนเรียนและเมื่อมหาวิทยาลัยเปิดบรรยายได้มีการประกาศภาคบรรยาย ผมสามารถดำเนินการอย่างไรได้บ้างครับ

**ตอบ** ระเบียบมหาวิทยาลัยรามคำแหงว่าด้วยการสมัครเป็นรายกระบวนวิชาเพื่อเตรียมศึกษาระดับปริญญาตรี ( ฉบับที่ 2 ) พ.ย.2550 ประกาศ ณ วันที่ 23 กรกฎาคม พ.ศ.2550 ได้กำหนดหลักเกณฑ์ ดังนี้

ข้อ 10 การบอกเลิกกระบวนวิชาและการขอคืนเงินค่าลงทะเบียนเรียน

10.1 การบอกเลิกกระบวนวิชาที่ได้ลงทะเบียนเข้าไว้ เพราะยังไม่ทราบผลการสอบของภาคก่อน ต่อมาทราบผลว่าสอบได้ จะบอกเลิกได้ก่อนการสอบกระบวนวิชาที่ลงทะเบียนเข้าไว้ในภาคการศึกษานั้นๆ โดยมีสิทธิได้รับเงินค่าหน่วยกิตคืน

10.2 กรณีมหาวิทยาลัยประกาศงดการเรียนการสอนกระบวนวิชาใด ผู้เข้าศึกษาที่ได้ลงทะเบียนเรียนวิชานั้นไว้ มีสิทธิขอค่าหน่วยกิตคืนหรือขอสับเปลี่ยนไปลงทะเบียนเรียนวิชาอื่นแทน ซึ่งอาจต้องชำระเงินเพิ่มหรือขอเงินคืน ถ้าหน่วยกิตไม่เท่ากัน

ข้อ 11 การลงทะเบียนสอบซ่อม จะต้องเป็นกระบวนวิชาที่มหาวิทยาลัยกำหนดให้มีการสอบซ่อม ซึ่งต้องเป็นกระบวนวิชาที่สอบตกหรือขาดสอบในภาคการศึกษานั้นและจะไม่คืนเงินลงทะเบียนสอบซ่อมไม่ว่ากรณีใดๆ

นักศึกษาไปติดต่อที่ อาคาร KLB ชั้น 1 ช่อง 11-13 เพื่อติดต่อขอค่าลงทะเบียนเรียนวิชาดังกล่าวคืน หรือจะขอสับเปลี่ยนกระบวนวิชา โดยนำวิชาอื่นลงทะเบียนเรียนแทน แต่ทั้งนี้จำนวนหน่วยกิตต้องเท่ากันแต่ถ้าไม่เท่ากัน คือ ถ้าวิชาที่นำมาแทนหน่วยกิตมากกว่า นักศึกษาต้องชำระเงินค่าหน่วยกิตเพิ่ม แต่ถ้าวิชาที่ลงทะเบียนเรียนหน่วยกิตน้อยกว่า นักศึกษาสามารถทำเรื่องขอเงินคืนค่าหน่วยกิตที่หน่วยกิตเกินได้

**ถาม** ผมลงทะเบียนเข้ากัวิชาที่ผ่านแล้วไม่ทราบว่ามีขาดสอบ เกรด D เหมือนเดิมหรือกลายเป็น F

**ตอบ** ตามข้อบังคับมหาวิทยาลัยรามคำแหงว่าด้วยการศึกษาชั้นปริญญาตรี (ฉบับที่ 3) พ.ศ.2555

ข้อ 16.5.3 นักศึกษามีสิทธิ์ปรับอักษรระดับคะแนนได้เฉพาะกระบวนวิชาที่ได้ผลการสอบต่ำกว่าอักษรระดับคะแนน C ทั้งนี้ให้นับวิชาที่สอบได้ อักษรระดับคะแนนสูงสุดเพียงครั้งเดียว

ดังนั้น การที่นักศึกษาสอบได้เกรด D และนำวิชาดังกล่าวมาลงทะเบียนใหม่จึงเป็นการรีเกรด แต่นักศึกษาไม่ได้เข้าสอบในวิชาดังกล่าว วิชานั้นจึงมีผลเป็นสอบตก คือได้เกรด F ซึ่งเกรด F ไม่มีผลอะไร ไม่มีการนำไปคิดเกรดเฉลี่ย และไม่ทำให้เป็นการรีเกรด เพราะไม่มีการเข้าสอบ หรือถ้าเข้าสอบ และได้เกรด F ก็ถือว่าไม่เป็นการรีเกรดเช่นกัน

ตามคำถาม นักศึกษาได้เกรด D เหมือนเดิม

**กองบรรณาธิการ**

# สำนักพิมพ์ พิมพ์ตำราใหม่

| สำนักพิมพ์ ขอแจ้งรายชื่อตำราที่พิมพ์แล้วเสร็จภายในเดือนตุลาคม 2558 จำนวน 14 วิชา ดังนี้                                                                                                                                                                |                         |             |                                      |                                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| เลขพิมพ์                                                                                                                                                                                                                                               | รหัสวิชา                | ราคา/ค่าส่ง | ชื่อวิชา                             | ชื่อผู้แต่ง                          |
| 58214                                                                                                                                                                                                                                                  | CSO 2208 (SO 255)       | 55/25       | ภูมิศาสตร์โลกสำหรับครู สังคมศึกษา    | ผศ.สุวัฒนา จิตวัฒนพงศ์               |
| 58223                                                                                                                                                                                                                                                  | CTL 3004                | 48/25       | การบริหารและการจัดการ สำหรับครู      | ผศ.ทิพย์ หาสาสน์ศรี                  |
| 58222                                                                                                                                                                                                                                                  | EDA 3134                | 49/25       | มนุษยสัมพันธ์ทางการบริหาร การศึกษา   | รศ.รัตนา กาญจนพันธุ์                 |
| 58221                                                                                                                                                                                                                                                  | FRE 3505 (S) FR 331 (S) | 66/25       | การวิจารณ์วรรณกรรมฝรั่งเศส เบื้องต้น | รศ.ดร.นงนภัส ตาปสนันท์               |
| 58224                                                                                                                                                                                                                                                  | HEC 3502 (HC 398)       | 106/25      | การแกะสลักผลไม้                      | อาจารย์ภูษิณย์ สว่างสุข              |
| 58216                                                                                                                                                                                                                                                  | HED 4501                | 62/25       | สุขภาพผู้สูงอายุ                     | อาจารย์พนัชกร ภวภูตานนท์ ณ มหาสารคาม |
| 58206                                                                                                                                                                                                                                                  | HIN 1001                | 80/25       | ภาษาอินดีพื้นฐาน 1                   | ผศ.ดร.สถิตย์ ไชยปัญญา                |
| 58201                                                                                                                                                                                                                                                  | HIS 4501 (HI 451)       | 48/25       | ประวัติศาสตร์อังกฤษสมัยใหม่          | รศ.เพ็ญศรี ภูมิถาวร                  |
| 58217                                                                                                                                                                                                                                                  | HRD 2101 (HU 301)       | 65/25       | หลักการการพัฒนา ทรัพยากรมนุษย์       | ผศ.ดร.ดวงเดือน จันทรเจริญ            |
| 58215                                                                                                                                                                                                                                                  | MER 3204                | 92/25       | การประเมินผลการเรียน วิชาภาษาไทย     | รศ.สมจิตรา เรืองศรี                  |
| 58242                                                                                                                                                                                                                                                  | MGT 3303 (GM 409)       | 62/25       | ระบบสินค้าคงคลัง                     | รศ.ดร.ปิยะฉัตร จารุธีรสานต์          |
| 58184                                                                                                                                                                                                                                                  | RAM 1000 (H) RU 100 (H) | 29/25       | ความรู้คู่คุณธรรม                    | รศ.ดร.โมฆิต อินทวงศ์                 |
| 58250                                                                                                                                                                                                                                                  | SBM 3506                | 81/25       | กฎหมายด้านโลจิสติกส์                 | อาจารย์สอนชัย สิริวิทยกุล            |
| 58212                                                                                                                                                                                                                                                  | THA 4101                | 89/25       | วิวัฒนาการของภาษาไทย                 | อาจารย์ณัฐวรรณ ชังใจ                 |
| นักศึกษาสั่งซื้อหนังสือเรียนได้ทางอินเทอร์เน็ตหรือทางไปรษณีย์ โดยตรวจเช็ครายชื่อหนังสือได้ที่ <a href="http://www.rupress.ru.ac.th">www.rupress.ru.ac.th</a> และสามารถซื้อตำราด้วยตนเองได้ที่สำนักพิมพ์ (RPB) ชั้น 3 โทร. 0-2310-8757-9 ต่อ 1101, 1103 |                         |             |                                      |                                      |
| ข่าวโดย ชวรัตน์ ษณิชนิคมกุล                                                                                                                                                                                                                            |                         |             |                                      |                                      |

| ม.รามคำแหงฯ (ต่อจากหน้า 1)                                                                                                                                                                                                                                                                                               | คณะนิติฯ (ต่อจากหน้า 1)                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ใน 2 กลุ่ม คือ <b>กลุ่มที่ 1</b> เรียนวันเสาร์ เวลา 08.00 - 21.00 น. และ <b>กลุ่มที่ 2</b> เรียนวันอาทิตย์ เวลา 08.00 - 21.00 น. คัดเลือกโดยการสอบสัมภาษณ์ ค่าใช้จ่ายตลอดหลักสูตร รวมศึกษาดูงาน ณ ประเทศเกาหลีใต้ 139,000 บาท หรือศึกษาดูงาน ณ ประเทศญี่ปุ่น 169,000 บาท หรือประเทศสวิตเซอร์แลนด์และฝรั่งเศส 199,000 บาท | ขอเชิญชวนนักศึกษา ศิษย์เก่า และผู้สนใจ ร่วมงานปัจฉิมนิเทศ ประจำปี 2559 ตามกำหนดวันเวลา และสถานที่ดังกล่าว สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม โทร. 0-2310-8170                    |
| ผู้สนใจสมัครได้ตั้งแต่วันที่ - 31 มกราคม 2559 ที่สำนักงานโครงการฯ คณะบริหารธุรกิจ ชั้น 5                                                                                                                                                                                                                                 | ห้อง 502 สอบถามรายละเอียด โทร. 0-2310-8235, 086-336-7330-1, 086-336-7334, 086-374-1116 หรือที่ <a href="http://www.mbalogistics.ru.ac.th">www.mbalogistics.ru.ac.th</a> |

# ข่าวกระบวนวิชา

ภาค 2/2558

## ENG 3201 (EN 309)

### การฟังภาษาอังกฤษเพื่อความเข้าใจ 1

#### English Listening for Comprehension I

#### ❖ วัน/เวลา/สถานที่เรียน

Section 1 วันอังคาร 09:30 - 11:20 ห้อง SBB 304

Section 2 วันจันทร์ 11:30 - 13:20 ห้อง VPB 302

#### ❖ อาจารย์ผู้สอน

Section 1: อาจารย์ ดร.แก้วกัลยา อภัยบัณฑิตกุล

Section 2: อาจารย์ Rick Whisenand

#### ❖ ตำราที่ใช้ ENG 3201 (EN 309) การฟังเพื่อความเข้าใจ 1 แต่งโดย รศ. จารุพรรณ เพ็งศรีทอง

❖ คำอธิบายกระบวนวิชา ศึกษาวิธีและฝึกฟังโดยการเน้นการจำแนกเสียงของคำที่มีการออกเสียงคล้ายกันคำที่มีการลงเสียงเน้นหนัก พร้อมทั้งจับทำนองเสียงตลอดจนฝึกฟังข้อความสั้นๆ ได้แก่ บทสนทนา บทสัมภาษณ์ ข่าว บทโฆษณา ฝึกเขียนตามคำบอก และเขียนบทสรุปจากข้อความที่ได้ยิน

#### ❖ จุดมุ่งหมายของกระบวนวิชา

1. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจวิธีการฟังและฝึกฟังภาษาอังกฤษจากเจ้าของภาษา
2. เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจการลงเสียงเน้นหนักและทำนองเสียงซึ่งเป็นลักษณะสำคัญของภาษาอังกฤษ
3. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกฟังข้อความสั้นๆ เช่น บทสนทนา บทสัมภาษณ์ ข่าว และบทโฆษณา
4. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกเขียนตามคำบอก
5. เพื่อให้ผู้เรียนได้ฝึกเขียนบทสรุปจากข้อความที่ได้ยิน

#### ❖ แนวทางการเรียน การบรรยายและฝึกฟัง

จาก CD ซึ่งมีจำหน่ายพร้อม script และตัวอย่างข้อสอบ 2 ชุด พร้อมคำเฉลยที่ภาควิชาภาษาอังกฤษและภาษาศาสตร์

#### ❖ เนื้อหาวิชา ตัวเลขที่ใช้ในชีวิตประจำวัน

ความสำคัญของเสียงท้ายคำและเสียงซึ่งเกิดจากการลดพยางค์ ความสำคัญในการเน้นพยางค์และทำนองเสียง การเชื่อมเสียงระหว่างคำ การตัดเสียงและการกลมกลืนเสียง คำบอกลักษณะคน สิ่งของ รูปร่าง ทิศทางและคำแนะนำต่างๆ บทสนทนาทางโทรศัพท์ Active Voice และ Passive Voice และการละคุณศัพท์ กริยา สรรพนาม ที่คู่สนทนาเคยกล่าว

#### ❖ ลักษณะข้อสอบ/วันสอบ อัตนัยผสมปรนัย

100 ข้อ ภาควิชาจัดสอบเอง เวลาและสถานที่สอบจะประกาศให้ทราบในภายหลังทาง website ของมหาวิทยาลัย รามคำแหงที่ [www.ru.ac.th](http://www.ru.ac.th) ประกาศที่ภาควิชาภาษาอังกฤษและภาษาศาสตร์ และ Fanpage Facebook ของภาควิชา :

[F]: Department of English and Linguistics, Ramkhamhaeng University

#### ❖ รายละเอียดของลักษณะข้อสอบ ข้อสอบ

แบ่งออกเป็น 6 part ดังนี้

**Part 1 Write down the numbers, dates, times etc. you hear.** ข้อสอบ part นี้มี 10 ข้อ 10 คะแนน ข้อสอบ part นี้ เป็นการเขียนจากการบอกตัวเลขต่าง ๆ วัน เดือน ปี เวลาและตัวเลขอื่น ๆ เช่น ถ้านักศึกษาได้ยินว่า “January the seventh nineteen-eighty” นักศึกษาต้องเขียน January 7, 1980 หรือถ้าได้ยินว่า “two-hundred thousand nine-hundred forty” นักศึกษาต้องเขียน 200,940 หรือถ้าได้ยินว่า “sixty-three dollars forty-nine cents” นักศึกษาต้องเขียน \$63.49 เป็นต้น

#### Part 2 Word Differentiation.

**Each of the sentences-spoken twice-will contain one of the four words in A to D. Choose the word that you hear.** ข้อสอบ part นี้มี 15 ข้อ 15 คะแนน นักศึกษาจะได้ยินเสียงอ่านประโยคครึ่งละหนึ่งประโยค สิ่งที่นักศึกษาต้องทำใน part นี้คือ หาตัวเลือกที่ถูกต้องจากบรรดาตัวเลือกที่ออกเสียงคล้าย ๆ กันจากตัวเลือก A ถึง D ว่าตัวเลือกใดเป็นคำที่มีอยู่ในประโยคที่นักศึกษได้ยิน

#### Part 3 Contractions.

**Find the contraction in each sentence and write the contracted part in its full form, e.g. If you hear: “At last I’ve found a boy friend” -you can write either “I have” or just “have.” In the case of “won’t” you write “will not.”** ข้อสอบ part นี้มี 15 ข้อ 15 คะแนน นักศึกษาจะได้ยินประโยคครึ่งละหนึ่งประโยค โดยที่ประโยคทุกประโยคที่ได้ยินจะมีคำที่มีการลดเสียงหรือการย่อให้สั้นลง สิ่งที่นักศึกษาต้องทำคือเขียนรูปเต็มของคำที่มีการลดเสียง เช่น ถ้าประโยคที่ได้ยินเป็น “He’ll go with you tomorrow morning.” คำที่มีการลดเสียงคือคำว่า ‘ll ให้นักศึกษาเขียนรูปเต็มคำเสียงที่ลดนี้คือ will นั่นเอง ถ้าเสียงที่ลดคือ “We won’t ....” ให้นักศึกษาเขียน will not ถ้าเป็น “I’m not ....” ให้นักศึกษาเขียน I am เป็นต้น

#### Part 4 Read the questions below, then listen to the dialogues and answer them.

ข้อสอบ part นี้เป็นการตอบคำถามจากการฟังบทสนทนาสองบท 20 คะแนน

นักศึกษามีเวลาอ่านคำถามของแต่ละบทสนทนา ก่อนการฟังเพื่อให้ นักศึกษารู้จักจับประเด็นก่อนและ นักศึกษาสามารถเขียนตอบแบบสั้น ๆ ให้ได้ใจความ ไม่จำเป็นต้องตอบเป็นประโยคที่สมบูรณ์

#### Part 5 Listening Comprehension

**Look at the questions below, then listen to each passage “-spoken twice-” and write short answers.** ข้อสอบ part นี้มี 20 คะแนน นักศึกษาจะมีเวลาอ่านคำถามก่อนการฟังเรื่องอ่านที่ยาวขึ้น ซึ่งจะคล้ายกับข้อสอบใน part 4 ต่างกันที่ข้อสอบ part นี้ไม่ใช้บทสนทนาเท่านั้นเอง การตอบก็ตอบแบบสั้น ๆ ให้ได้ใจความเช่นเดียวกับการตอบคำถามใน part 4

#### Part 6 Cloze Dictation

Fill in the blanks in the following passage,

spoken twice, with the words that you hear. ข้อสอบ part นี้มี 20 คะแนน ให้นักศึกษาฟังแล้วเติมคำที่หายไป ในช่องว่างที่เว้นว่างไว้ให้

อาจารย์ ดร.แก้วกัลยา อภัยบัณฑิตกุล

## ENG4901 (EN395)

### วรรณกรรมของนักเขียนรางวัลโนเบล

❖ เนื้อหาโดยสรุป ศึกษารูปแบบการประพันธ์และแนวคิดในบทประพันธ์ของนักเขียนรางวัลโนเบล เช่น R. Kipling, S. Quasimodo, C. Milosz, N. Mahfouz, Pearl S. Buck และ Samuel Becket

#### ❖ ตำราเรียน

1. ENG4901 (EN395) วรรณกรรมของนักเขียนรางวัลโนเบล (มีจำหน่ายที่ศูนย์หนังสือ ม.ร.)
2. หนังสือนวนิยายเรื่อง The Good Earth โดย Pearl S. Buck
3. หนังสือบทละครเรื่อง Waiting for Godot โดย Samuel Becket

❖ ข้อเสนอแนะในการเรียน นักศึกษาควรฝึกการอ่านเนื้อหาในตำรา งานเขียนของนักประพันธ์ที่จะศึกษาตลอดทั้งเรื่อง ก่อนที่จะไปอ่านบทความวิจารณ์วรรณกรรมต่างๆ ในห้องสมุดหรือแหล่งค้นคว้าต่างๆ เพื่อจะได้มีความรู้เสริมมากขึ้นและสามารถร่วมอภิปรายในห้องเรียนได้ ส่วนนักศึกษาที่ทำงานแล้วและศึกษาวิชาด้วยตนเอง ควรเข้าพบอาจารย์ผู้สอน (ตามตารางให้คำปรึกษา) เพื่อซักถามข้อข้องใจหรือขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนตั้งแต่ตอนต้นของภาคเรียน

❖ การวัดผล ข้อสอบกระบวนวิชานี้จะเป็นอัตนัยจำนวน 5 ข้อ (100 คะแนน) ดังต่อไปนี้

Part I: ความรู้เกี่ยวกับรางวัลโนเบล (20 คะแนน)

Part II: บทประพันธ์ร้อยกรอง (20 คะแนน)

Part III: เรื่องสั้น (20 คะแนน)

Part IV: นวนิยาย (20 คะแนน)

Part V: บทละคร (20 คะแนน)

#### ❖ การประเมินผล

ตัดเกรด A, B+, B, C+, C, D+, D หรือ F ตามเกณฑ์มาตรฐาน

#### ❖ ข้อเสนอแนะในการสอบ

1. นักศึกษาอาจตอบคำถามเป็นภาษาอังกฤษหรือภาษาไทยก็ได้ และให้เขียนคำตอบด้วยปากกาเท่านั้น

2. การตอบคำถามแบบคำต่อคำ โดยไม่มีการยกตัวอย่างหรือข้อความจากผลงานของนักประพันธ์ที่ได้ศึกษามาประกอบคำตอบของนักศึกษาหรือไม่มีการอธิบายขยายความเพิ่มเติมอาจทำให้นักศึกษาได้คะแนนไม่มากนัก

รองศาสตราจารย์เอมอร ดิสปัญญา

## คณะนิติศาสตร์จัดงานสัมพันธครูสู่ศิษย์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิณัฏฐา แสงสุข คณบดีคณะนิติศาสตร์ เป็นประธานเปิดโครงการ “สานรัก สายสัมพันธ์ จากครูสู่ศิษย์ 2558” โดยมี คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษาร่วมงานกว่า 200 คน เมื่อวันที่ 22 ธันวาคม 2558 ณ บริเวณด้านหน้าอาคาร 1 คณะนิติศาสตร์



โอกาสนี้ ผศ. ดร.วิณัฏฐา แสงสุข คณบดีคณะนิติศาสตร์ กล่าวว่ากิจกรรม “สานรัก สายสัมพันธ์ จากครูสู่ศิษย์” ปีนี้จัดขึ้นเป็นปีที่ 2 เพื่อให้ให้นักศึกษาได้รู้จักคณาจารย์ เจ้าหน้าที่ ของคณะนิติศาสตร์มากขึ้น และสร้างความสัมพันธ์ระหว่างนักศึกษากับคณาจารย์ด้วย ตลอดระยะเวลาปี 2558 ที่ผ่านมานักศึกษาต้องมุ่งมั่นตั้งใจเรียนหนังสืออย่างหนัก มีทั้งทุกข์และสุขปนกันไป แต่วันนี้เมื่อมาทำกิจกรรมร่วมกันขอให้ทุกคนสนุกและมีความสุขอย่างเต็มที่ ทำความรู้จักกับอาจารย์และเพื่อนๆ ที่อยู่รอบตัวให้มากที่สุด

“การเป็นนักศึกษาด้านกฎหมายที่ดี ต้องมีความมุ่งมั่น อดทน มีอุดมการณ์ของชีวิตที่ชัดเจน และต้องรู้จักการแข่งขันกับตัวเองและเอาชนะตัวเองให้ได้ รวมทั้งต้องวางแผนการเรียนและการใช้ชีวิต แบ่งเวลาร่วมกิจกรรมเพื่อทำความรู้จักสังคมด้วย เพราะมหาวิทยาลัยรามคำแหงเป็นมหาวิทยาลัยตลาดวิชา การที่นักศึกษาจะได้เจอเพื่อนๆ และครูอาจารย์มีโอกาสน้อยมากนัก ดังนั้นการทำกิจกรรมร่วมกับทางคณะนิติศาสตร์ถือเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง และขอให้นักศึกษาทุกคนก้าวสู่ปีใหม่ 2559 อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จดังที่ตั้งใจ”

## อบรมการประกันคุณภาพฯ หน่วยงานสนับสนุน



สำนักงานประกันคุณภาพการศึกษา จัดอบรมเรื่อง “การประกันคุณภาพการศึกษา สำหรับหน่วยงานสนับสนุน” โดยมี รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นประธานเปิดงาน และมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิไล เรียงวัฒนสุข รองอธิการบดีฝ่ายประกันคุณภาพ เป็นวิทยากรให้ความรู้แก่เจ้าหน้าที่จากหน่วยงานสนับสนุน ทั้งส่วนกลางและส่วนภูมิภาค จำนวน 129 คน เมื่อวันที่ 21 ธันวาคม 2558 ณ ห้องประชุมพล กุลมัตย์ อาคารหอประชุมพ่อนุรรมคำแหงมหาวิทยาลัยรามคำแหง

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สุวิไล เรียงวัฒนสุข รองอธิการบดีฝ่ายประกันคุณภาพ กล่าวว่าตามที่สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) ได้พัฒนาตัวบ่งชี้การประกันคุณภาพการศึกษาภายในระดับอุดมศึกษาปี 2557 ในด้านพันธกิจหลัก 4 ประการของการอุดมศึกษาซึ่งสอดคล้องกับหลักเกณฑ์ที่กำหนดในกฎกระทรวงว่าด้วยระบบหลักเกณฑ์และวิธีการประกันคุณภาพการศึกษา พ.ศ. 2553 นั้น ในปีการศึกษา 2557 จะมีการประกันคุณภาพการศึกษาทั้งระดับหลักสูตร คณะและสถาบัน สำหรับการประกันคุณภาพของหน่วยงานสนับสนุนจะใช้ตัวบ่งชี้บางตัวคล้ายกับตัวบ่งชี้ในระดับคณะ และมหาวิทยาลัย รวมทั้งหน่วยงานสนับสนุนยังมีพันธกิจที่จะต้องรายงานผลการดำเนินงานบางส่วนให้กับหลักสูตรและคณะด้วย เช่น สิ่งสนับสนุนการเรียนรู้ เป็นต้น

สำนักงานประกันคุณภาพการศึกษา จึงได้จัดการอบรมขึ้นเพื่อให้บุคลากรในหน่วยงานสนับสนุนและสาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ

ด้วยรักและผูกพัน

(ต่อจากหน้า 12)

ปีประหยัคน้ำเราช่วยกันประหยัดหลายๆคนเข้าก็ได้อาหลายขัน หลายๆ คนเข้าก็ได้อาหลายๆ ถังหลายๆ ตุ่ม นี้อย่างนี้เป็นต้น เป็นการสะสมไว้และเป็นการเตรียมการที่จะสู้กับการขาดน้ำในกาลข้างหน้า นั้น เป็นเรื่องสำคัญที่สุด พบกันใหม่ฉบับหน้าครับ สวัสดีครับ

พรรคพลังรามฯ

(ต่อจากหน้า 1)

โดยเปิดรับสมัครพรรคนักศึกษาเข้ารับการเลือกตั้ง เมื่อวันที่ 23 - 24 ธันวาคม 2558 นั้น

ปรากฏว่ามีพรรคนักศึกษาสนใจสมัครเข้ารับการเลือกตั้งจำนวน 2 พรรค คือ พรรคพลังราม และ พรรคสถานแสงทอง ซึ่งผลการจับสลากหมายเลขพรรคที่สมัครเข้ารับการเลือกตั้ง มีรายละเอียด ดังนี้

|               |                               |
|---------------|-------------------------------|
| อ.ศ.ม.ร.      | หมายเลข 1 พรรคพลังราม         |
|               | หมายเลข 2 พรรคสถานแสงทอง      |
| ส.ส.ระบูปรรค  | หมายเลข 1 พรรคพลังราม         |
|               | หมายเลข 2 พรรคสถานแสงทอง      |
| ส.ส.ระบุนุคคล | หมายเลข 1-8 พรรคพลังราม       |
|               | หมายเลข 9 - 16 พรรคสถานแสงทอง |

มหาวิทยาลัยขอเชิญชวนนักศึกษาใช้สิทธิเลือกตั้ง ส.ม.ร. และอ.ศ.ม.ร. ในวันพฤหัสบดีที่ 4 กุมภาพันธ์ 2559 เวลา 08.30 - 16.00 น. โดยนำบัตรประจำตัวนักศึกษามาใช้สิทธิด้วย

ของมหาวิทยาลัยรามคำแหง มีความเข้าใจในตัวบ่งชี้ และเกณฑ์การประเมิน สามารถดำเนินงานได้อย่างมีประสิทธิภาพ นอกจากนั้นยังมีการถ่ายทอดผ่านทาง VDO Conference ไปยังสาขาวิทยบริการฯ ด้วยเพื่อให้บุคลากรทุกคนได้มีความรู้ความเข้าใจอย่างทั่วถึง

รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง กล่าวว่าหน่วยงานด้านสนับสนุน ถือเป็นหน่วยงานที่ทำให้การเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น และทำให้บัณฑิตที่จบจากรามคำแหงมีคุณภาพมาตรฐานเป็นที่ยอมรับของสังคม ดังนั้น หน่วยงานสนับสนุนจึงจำเป็นต้องอย่างยิ่งที่จะต้องทำความเข้าใจเกี่ยวกับการประกันคุณภาพการศึกษาและตัวบ่งชี้ต่างๆ รวมทั้งสร้างความเข้าใจที่ตรงกัน เพื่อผลการดำเนินงานเป็นไปตามเกณฑ์ที่ สกอ. กำหนด

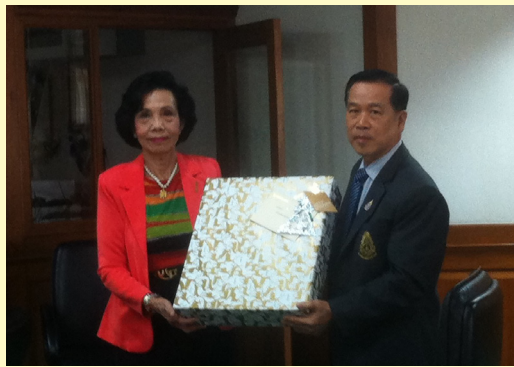
“ขอให้การอบรมครั้งนี้ประสบความสำเร็จ ทำให้ผู้อบรมได้รับความรู้ ความเข้าใจตรงตามเป้าหมายที่ต้องการ เพื่อช่วยกันทำให้ผลผลิตคือบัณฑิตของรามคำแหง มีคุณภาพที่ดียิ่งขึ้นต่อไป”

### หนังสือพิมพ์ข่าวรามคำแหง

|                   |                              |                        |                      |
|-------------------|------------------------------|------------------------|----------------------|
| เจ้าของที่ปรึกษา  | มหาวิทยาลัยรามคำแหง          |                        |                      |
| บรรณาธิการ        | คณะกรรมการประชาสัมพันธ์ ม.ร. |                        |                      |
| ผู้ช่วยบรรณาธิการ | ผศ.ลินา ลิมอริชาด            |                        |                      |
| กองบรรณาธิการ     | รศ.วาริดา พลายบัว            | น.ส.สุธิ์ ดันดินันท์ธร |                      |
|                   | นางวนิดา หาญณรงค์            | นางรัชณี ไคตรพรหม      | น.ส.ณอมพงษ์ สิงห์สุข |
|                   | น.ส.พรรณวรา เพิ่มพูล         | นางปัญญธิสา อรพินท์    | น.ส.กุลิศรา เจริญสุข |
|                   | นางสาริดา แสงสุข             |                        |                      |
| ผู้จัดการช่างภาพ  | นางวัฒนา อัดโชติ             |                        |                      |
|                   | นายวิทยา ธนาฤกษ์มงคล         | นายภาณุพงศ์ พิงไธสง    | นายสมยมพล ศรพรหม     |

### กองจัดการ

งานประชาสัมพันธ์ โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๐๔๔-๔๗ อาคารสุโขทัย ชั้น ๒ ห้อง ๒๐๔  
อัตราสมาชิก (ปีละ ๔๒ ฉบับ) ออกทุกวันจันทร์ ปีละ ๒๐๐ บาท  
สมาชิกอาจมารับด้วยตนเองที่มหาวิทยาลัยก็ได้ โดยต้องส่งเงินทางธนาคารเท่านั้น  
ในนามผู้จัดการหนังสือพิมพ์ข่าวรามคำแหง งานประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง  
ถนนรามคำแหง เขตบางกะปิ กทม. ๑๐๒๔๐ ส่งจ่าย ปณ.รามคำแหง  
ผู้พิมพ์ สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง โทร. ๐-๒๓๑๐-๘๗๔๔-๔๙



### อวยพรปีใหม่

บุคลากรและผู้แทนหน่วยงานต่าง ๆ เข้าอวยพรปีใหม่ รองศาสตราจารย์ปรีชา พหลเทพ คณบดีคณะวิทยาศาสตร์ รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง ในเทศกาลปีใหม่ พุทธศักราช 2559 ในช่วงปลายเดือนธันวาคมที่ผ่านมา

โอกาสนี้ รักษาการแทนอธิการบดี ได้กล่าวขอบคุณและอาราธนาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ในสากลโลก อวยพรปีใหม่ให้ชาวรามคำแหง ประสบแต่ความสุขความเจริญรุ่งเรือง และเปี่ยมด้วยพลังกายใจที่จะร่วมกันทำงานเพื่อพัฒนามหาวิทยาลัยให้ก้าวหน้ายิ่งขึ้นต่อไป



**ขอบคุณสื่อ** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธินา ล้อมภิชาติ รองอธิการบดีฝ่ายประชาสัมพันธ์ และทีมงานประชาสัมพันธ์ ม.ร. มอบของที่ระลึกแก่สื่อมวลชน ในโอกาสปีใหม่ 2559 เพื่อขอบคุณสื่อมวลชนต่าง ๆ ที่ให้ความอนุเคราะห์ในการเผยแพร่ข่าวสารของมหาวิทยาลัยแก่สาธารณชนอย่างดียิ่งตลอดปีที่ผ่านมา

### หนุ่มนิสิตาสตร์ ม.รามคำแหง คว้ารางวัลผลงานเด่นด้านสิทธิมนุษยชน

“พงษ์นรินทร์ นนท์คำ” นักศึกษาคณะนิติศาสตร์ ม.รามคำแหง ได้รับรางวัลบุคคลผู้มีผลงานดีเด่นด้านการส่งเสริม ปกป้อง และคุ้มครองสิทธิมนุษยชน ประจำปี 2558 ประเภทเด็กและเยาวชน อายุไม่เกิน 25 ปี เนื่องในวันสิทธิมนุษยชนสากลจากคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ



นายพงษ์นรินทร์ เป็นรองประธานสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย ทำงานด้านสิทธิเด็กและสิทธิมนุษยชน การเมืองและประชาธิปไตย การลดความรุนแรง และการใช้สันติวิธี ตั้งแต่ปี 2556 เคยเป็นคณะทำงานเวทีสิทธิเด็กทั้งระดับภาคและระดับชาติ คณะอนุกรรมการพัฒนาระบบคุ้มครองเด็กแห่งชาติ คณะอนุกรรมการพัฒนาบุคลากรด้านเด็กและเยาวชน คณะอนุกรรมการเพื่อดำเนินการป้องกันและแก้ไขปัญหาคาเด็กและเยาวชนตั้งครรภ์ไม่พร้อม คณะกรรมการกร่างข้อบังคับสภาเด็กและเยาวชนแห่งประเทศไทย รวมทั้งเป็นวิทยากรบรรยายและวิทยากรกระบวนการด้านสิทธิเด็กและสิทธิมนุษยชน การเมืองและประชาธิปไตย การลดความรุนแรง การใช้สันติวิธี และการมีส่วนร่วมของภาคประชาสังคม



### ขาดน้ำ

ได้มีการพูดการกล่าวกันโดยทั่วไปว่า โลกเรากำลังจะขาดแคลนน้ำเพราะอุณหภูมิของโลกจะสูงขึ้นปีละหลายๆ องศาเซลเซียส การที่อุณหภูมิสูงขึ้นเป็นผลต่อน้ำด่างนั้นการที่จะไม่ให้ขาดน้ำก็จะต้องประหยัดในการใช้น้ำหรือใช้น้ำให้เป็น

มีทั้งนักวิชาการทั้งนักเขียนนักจัดรายการอะไรต่างๆ ได้รวบรวมข้อมูลต่างๆ เกี่ยวกับเรื่อง การที่จะขาดน้ำซึ่งน่าจะเกิดขึ้นได้อย่างแน่นอน เพราะปัจจุบันนี้ในของโลกของเราใช้กันอย่างสิ้นเปลือง ไม่มีข้อที่จะลดหย่อนผ่อนผันแก่กันได้เลย ใช้โดยต่างคนต่างใช้เพราะทุกคนคิดว่าจำเป็นทั้งสิ้นทั้งปวง การจะอาบน้ำแต่ก่อนคนโบราณอาบน้ำในคลองก็ไม่มีความรู้สึกละอายใจที่จะไปทำไร ต่อมาอาบน้ำจากคู่มือก็จะบอกว่าอาบน้ำหรือใช้น้ำอาบสามขันบ้างห้าขันบ้างบางคนก็ได้ฉายาว่ามหาห้าขัน คือเอาขันตักน้ำอาบไม่เกินห้าขัน

บ้างก็มีคำแนะนำว่าเราเปิดน้ำจากก๊อกมือหนึ่งเปิดมือหนึ่งควรจะจับขั้วก๊อกที่จะหมุน เราได้น้ำพอเพียงที่จะใช้แล้วเราก็ต้องปิดก๊อกทันที ไม่ควรที่จะเปิดก๊อกไว้แล้วก็ใช้น้ำไปเรื่อยๆ บางทีก็เสนอภาพในอ่างล้างหน้าเปิดน้ำล้างแปรงสีฟันในขณะที่สีฟันอยู่ก็ใช้น้ำซึ่งเป็นการเปล่าประโยชน์ นี้อย่างนี้เป็นต้น

น้ำเป็นความสำคัญของชีวิตเป็นอย่างยิ่ง ชีวิตขาดน้ำไม่ได้ ถ้าชีวิตขาดน้ำไม่กี่วันเราก็ตาย แต่ขาดอาหารนั้นอดอาหารนั้นอาจจะอดได้มากกว่าน้ำหลายเท่า ดังนั้นน้ำเป็นสาระสำคัญของชีวิต ในตัวเราน้ำที่เป็นเลือดเป็นน้ำเหลืองเป็นส่วนที่เป็นน้ำก็มีมากมาย ในขณะที่เดียวกันนั้น ถ้าหากว่าเราไม่คำนึงถึงความมากมายนั้นจะสูญสิ้นไป เลือดถ้าเราเจาะออกมาร่างกายเราขาดเลือดเราก็ตาย น้ำในโลกเมื่อขาดแคลนแห้งไปมากมายโลกก็จะแตกกระแหง สรรพชีวิตต่างๆ ทั้งหลายจะเกิดขึ้นได้อย่างไรสิ่งที่นำมาเป็นอาหารไม่ว่าจะเป็นพืชหรือสัตว์ ไม่ว่าจะเป็นสิ่งใดที่ต้องใช้น้ำในการดำรงชีวิตหรือใช้น้ำในการล้างทำความสะอาดหรือใช้น้ำในทางผสมผสานอย่างไรก็ตามแต่จะทำให้เราไม่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข ดังนั้นปีนี้ครูอยากจะทำเชิญชวนทุกท่านทุกคน ทั้งลูกศิษย์และผู้ปกครองว่าเป็นปีที่เราประหยัดน้ำเกิด (อ่านต่อหน้า 11)