

ม.ร.เป็นเจ้าภาพจัดการประชุม ทปอ.



ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง พร้อมด้วย คณะผู้บริหาร ร่วมต้อนรับ ศาสตราจารย์คลินิก นายแพทย์อุดม คชินทร รัฐมนตรีช่วยว่าการ กระทรวงศึกษาธิการ ศาสตราจารย์ ดร.สุชัชวีร์ สุวรรณสวัสดิ์ ประธานที่ประชุมอธิการบดี แห่งประเทศไทย (ทปอ.) และอธิการบดี รองอธิการบดี จากทุกมหาวิทยาลัย ที่เข้าร่วมประชุม ในการประชุมสามัญที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย (อ่านต่อหน้า 2)

รตนำขอพรกรรมการ สภามหาวิทยาลัย



ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหงและคณะผู้บริหาร มหาวิทยาลัย ร่วมกันรตนำขอพร นายชีพ จุลมนต์ นายกสภามหาวิทยาลัยรามคำแหง และกรรมการ สภามหาวิทยาลัยผู้ทรงคุณวุฒิ ได้แก่ นายสงวน ตีเยะไพบุลย์สิน อุปนายกสภามหาวิทยาลัย ศาสตราจารย์ พิเศษ ปัญญา สุทธิบัติ นายวิวัฒน์ บุญญสถิตย์ ในโอกาสเทศกาลสงกรานต์ เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2562 ณ ห้องประชุม ชั้น 3 อาคารวิทยบริการ และบริหาร โอกาสนี้ นายชีพ จุลมนต์ได้อวยพรให้ ผู้บริหารมหาวิทยาลัยรามคำแหงมีความสุข เจริญก้าวหน้าในหน้าที่ราชการและประสบความสำเร็จก้าวหน้ากัน

แสดงความยินดีกับนายกสภา ม.ร.

ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดีมหาวิทยาลัย รามคำแหง มอบช่อดอกไม้แสดงความยินดี กับนายชีพ จุลมนต์ ที่ได้รับพระบรม- ราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่ง นายกสภามหาวิทยาลัยรามคำแหงในการ ประชุมสภามหาวิทยาลัย เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2562 โดยมี กรรมการสภามหาวิทยาลัย ผู้ทรงคุณวุฒิ ร่วมแสดงความยินดีด้วย



โอกาสนี้ นายชีพ จุลมนต์ นายกสภามหาวิทยาลัยรามคำแหง ได้กล่าวก่อนเริ่มประชุมว่า รู้สึกเป็นเกียรติอย่างยิ่งที่ได้มีพระบรมราชโองการโปรดเกล้าฯ ให้ดำรงตำแหน่งนายกสภามหาวิทยาลัย รามคำแหง แม้ว่าโดยส่วนตัวจะไม่มีประสบการณ์ในเรื่องการบริหารงานด้านการศึกษามาก่อน แต่ก็มี ความเชื่อมั่นว่าภายใต้การบริหารงานของกรรมการสภามหาวิทยาลัยทุกท่าน จะสามารถนำพา มหาวิทยาลัยรามคำแหง ไปสู่ความเป็นเลิศทางวิชาการและทำประโยชน์ให้แก่นักศึกษาและประชาชนได้

“ผมขอสัญญาว่าจะทุ่มเทและช่วยบริหารมหาวิทยาลัยอย่างเต็มกำลังความสามารถ”

ม.ร. สอบภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561 8-15 พ.ค. 2562

มหาวิทยาลัยรามคำแหง กำหนดสอบ ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561 ระหว่างวันที่ 8 - 15 พฤษภาคม 2562 ทำการสอบ 8 วันโดยสอบวันละ 2 คาบเวลา คาบเช้า เวลา 09.30 - 12.00 น.

คาบบ่าย เวลา 14.00 - 16.30 น.

สถานที่สอบ ใช้รามฯ 1

รามฯ 1 อาคาร KLB, NMB, SBB, SWB, VKB, VPB

สถานที่สอบพิเศษ

สถานที่สอบกรณีพิเศษ ห้องสโมสร อาคารหอประชุม พ่อขุนรามคำแหง รามคำแหง 1 (อ่านต่อหน้า 2)

รามฯ 2 จัดกิจกรรมปลูกต้นไม้รณรงค์



ผู้ช่วยศาสตราจารย์วุฒิศักดิ์ ลาภเจริญทรัพย์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นประธาน เปิดโครงการเทิดทูนสถาบันพระมหากษัตริย์ กิจกรรม “ปลูกต้นไม้รณรงค์ต้นไม้ประจำพระองค์ สมเด็จพระเจ้าอยู่หัวมหาวชิราลงกรณ บดินทรเทพยวรางกูร” โดยมี คณะผู้บริหาร คณาจารย์ เจ้าหน้าที่ และนักศึกษา ตลอดจนเจ้าหน้าที่ตำรวจจากสถานีตำรวจนครบาลอุดมสุขและประชาชน โดยรอบ ร่วมกิจกรรม เมื่อวันที่ 19 เมษายน 2562 ณ บริเวณโดยรอบอาคารสองแคว 1 และ สองแคว 2 วิทยาเขตบางนา

ปีที่ ๔๙

อดตา หิ อดตโน นาโถ

ฉบับที่ ๓

ข่าวรามคำแหง

สื่อกลางระหว่างมหาวิทยาลัยกับนักศึกษา

วันที่ ๒๙ เมษายน - ๕ พฤษภาคม ๒๕๖๒

www.info.ru.ac.th

ในฉบับ หน้า 3 พบอาจารย์ผู้สอน

เปิดทริคพิชิตเกรด A

วิชา POL 2300

ม.ร.เป็นเจ้าภาพจัดการประชุมทปอ. (ต่อจากหน้า 1)



และการประชุมสามัญสมาคมที่ประชุมอธิการบดีแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 2/2562 และการประชุมสามัญสมาคมสถาบันการศึกษาชั้นอุดมศึกษาแห่งภูมิภาคเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ประจำประเทศไทย (สอ.ประเทศไทย) ครั้งที่ 1/2562 เมื่อวันอาทิตย์ที่ 21 เมษายน 2562 ณ อาคารหอประชุมพ่อขุนรามคำแหงมหาราช

โอกาสนี้ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการได้บรรยายพิเศษในหัวข้อ “โครงสร้างและภารกิจใหม่ของกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัย และนวัตกรรม”

คณะสื่อสารมวลชน ม.ร. รับนักศึกษาใหม่ภาคพิเศษ

คณะสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยรามคำแหง เปิดรับสมัครนักศึกษาใหม่ระดับปริญญาตรี หลักสูตรศิลปศาสตรบัณฑิต ภาคพิเศษ สาขาวิชาสื่อสารมวลชน ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562 เพื่อผลิตบุคลากรที่มีความรู้ด้านการสื่อสาร ก้าวสู่วิชาชีพสื่อสารมวลชนและองค์กรต่างๆ โดยแบ่งเวลาเรียนให้นักศึกษาเลือกเรียนตามความสะดวก เป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 เรียนวันจันทร์-พฤหัสบดี เวลา 17.00 - 21.00 น. และกลุ่มที่ 2 เรียนวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา 08.00- 17.00 น.

จำหน่ายใบสมัครวันที่ 6 พฤษภาคม - 21 มิถุนายน 2562 และรับสมัครระหว่างวันที่ 10 - 21 มิถุนายน 2562 (ทุกวัน) ณ สำนักงานโครงการฯ อาคารสุขโขทัย ชั้น 2

ผู้สนใจสมัครต้องเป็นผู้สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย อนุปริญญาหรือเทียบเท่า หรือผู้ที่กำลังศึกษาป.ตรี หรือผู้สำเร็จการศึกษาปริญญาตรีสมัครเรียนเป็นปริญญาที่ 2 โดยสามารถใช้สิทธิ์เทียบโอนหน่วยกิตได้

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สำนักงานโครงการพิเศษ คณะสื่อสารมวลชน

ม.ร. สอบภาคฤดูร้อน ๑ (ต่อจากหน้า 1)

สถานที่สอบพระภิกษุ-สามเณร สอบเข้าชั้นอาครเวียงคำ101 (VKB 101) รามคำแหง 1

การรับตารางสอบไล่รายบุคคล

1. นักศึกษาทุกชั้นปี และ ผู้เข้าศึกษารายกระบวนวิชาเพื่อเตรียมศึกษา ระดับปริญญาตรี (Pre-degree) ทุกชั้นปี สามารถติดต่อขอรับตารางสอบไล่รายบุคคล ด้วยตัวเอง โดยให้นำบัตรประจำตัวนักศึกษา หรือใบเสร็จลงทะเบียนเรียนไปติดต่อขอรับได้ตามสถานที่ ที่มหาวิทยาลัยกำหนด ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน - 15 พฤษภาคม 2562 (เว้นวันที่ 4 - 6 พฤษภาคม 2562) ซึ่งแบ่งเป็น 2 แห่ง ดังนี้

1.1 งานบริการจุดเดียวเบ็ดเสร็จ (ONE STOP SERVICE) อาคารกงไกรลาศ (KLB) ชั้น 1 รามฯ 1

1.2 กองงานวิทยาเขตบางนา อาคารพระมาส (PRB) ชั้น 1 รามฯ 2

นอกจากนี้ นักศึกษายังสามารถทราบข้อมูลตารางสอบไล่รายบุคคลได้จากสื่อที่มหาวิทยาลัยจัดทำให้ ดังนี้

1. จากระบบข้อมูลข่าวสารทางโทรศัพท์ หมายเลข 02-310-6000 และ 02-310-6100 ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

2. จากระบบข้อมูลข่าวสารทางคอมพิวเตอร์ตามจุดบริการของมหาวิทยาลัย คือ อาคารเวียงผา ชั้น 1 สถาบันคอมพิวเตอร์ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

3. จากระบบ INTERNET ที่เว็บไซต์ www.ru.ac.th หัวข้อสารสนเทศปริญญาตรี

คณะรัฐศาสตร์ ม.ร. เปิดรับ ป.โท การจัดการงานสาธารณะ

คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง เปิดรับผู้สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี เข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโทหลักสูตรรัฐศาสตรมหาบัณฑิต กลุ่มวิชาการจัดการงานสาธารณะ สำหรับนักบริหารรุ่นใหม่ รุ่นที่ 20 หลักสูตร 40 หน่วยกิต ระบบการเรียนการสอนแบบ Block Course

เรียนวันเสาร์ เวลา 17.00 - 21.00 น.

และวันอาทิตย์ เวลา 08.00 - 17.00 น.

ค่าธรรมเนียมตลอดหลักสูตรรวมศึกษาดูงานภายในประเทศ 145,000 บาท (แบ่งชำระ 6 งวด) คัดเลือกโดยการสอบสัมภาษณ์

ผู้สนใจสมัครได้ตั้งแต่วันที่ -15 พฤษภาคม 2562 ที่สำนักงานโครงการฯ อาคารศรีศรัทธา คณะรัฐศาสตร์ ชั้น 3 ห้อง 0304

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม

โทร. 0-2310-8498 ,081-817-6016 , 0-2310-8483-9 ต่อ 36 หรือที่ www.mppm.ru.ac.th

อาคารสุขโขทัย ชั้น 2 โทร. 098-250-6515 083-141-9610, 081-5627411, 091-758-9392 0-2310-8978 และ 0-2310-8980 หรือ www.mac.ru.ac.th

(ส่วนกลาง) ซึ่งนักศึกษาสามารถ download ออกดูสถานที่สอบ หมายเลขแถวและที่นั่งสอบได้ แต่ไม่สามารถใช้เป็นหลักฐานในการเข้าสอบแทนใบเสร็จรับเงินได้และสามารถเข้าไปดูได้ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

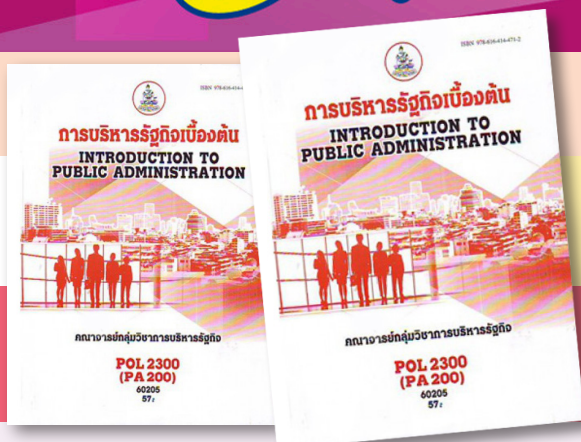
4. กรณีนักศึกษาขอเปลี่ยนแปลงกระบวนวิชาที่ลงทะเบียน ให้ติดต่อขอรับตารางสอบไล่รายบุคคลฉบับเปลี่ยนแปลงได้ที่ หน่วยจัดสอบฝ่ายลงทะเบียนเรียนและจัดสอบ อาคารสำนักบริการทางวิชาการและทดสอบประเมินผล (สวป.) ชั้น 6 รามคำแหง 1 ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

บัญชีติดที่นั่งสอบเป็นเอกสารที่แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับชื่อกระบวนวิชา หมายเลขแถว หมายเลขที่นั่งสอบ รหัสประจำตัว ชื่อ - นามสกุล เป็นภาษาไทย ซึ่งมีรอยปรุทุกระยะ 1 นิ้ว สามารถฉีกออกเป็นรายชื่อของนักศึกษาแต่ละคน และนำไปติดที่นั่งสอบได้ เป็นกระดาศสีชมพู

บัญชีรายชื่อนักศึกษาสอบวิชา เป็นเอกสารที่แสดงรายละเอียดเกี่ยวกับแถว ที่นั่ง วิชา ชื่อ-นามสกุลซึ่งเป็นเอกสารที่นักศึกษาทุกคนจะต้องลงลายมือชื่อของตนเองทุกครั้งที่เข้าสอบในแต่ละกระบวนวิชา เพื่อแสดงว่าได้เข้าสอบกระบวนวิชานั้นๆจริง ก่อนลงลายมือชื่อให้นักศึกษาตรวจสอบกระบวนวิชาที่จะสอบและชื่อ - นามสกุลของนักศึกษาว่าถูกต้องหรือไม่ เป็นกระดาศสีขาว

ในกรณีที่มีปัญหา เกี่ยวกับกระบวนวิชาในตารางสอบไล่ไม่ตรงกับใบเสร็จรับเงินลงทะเบียนเรียน ให้นักศึกษาติดต่อสอบถามไปที่หน่วยลงทะเบียนเรียน ฝ่ายลงทะเบียนเรียนและจัดสอบ อาคารกงไกรลาศ (KLB)

พบอาจารย์ผู้สอน



เปิดทริคพิชิตเกรด A

วิชา POL 2300

มหาวิทยาลัยรามคำแหง ส่วนตำราเรียนบที่ 11 จัดจำหน่ายที่ศูนย์เอกสารทางวิชาการ คณะรัฐศาสตร์ ม.รามคำแหง ซึ่งสามารถสั่งซื้อออนไลน์ได้ที่ www.rupress.ru.ac.th และ www.dtc.ru.ac.th

“นักศึกษาจะสามารถสอบผ่านวิชานี้ได้ต้องจำแบบพร้อมต่อการเข้าใจ ไม่ใช่จำโดยการท่องจำ เพราะคนที่จำพร้อมเข้าใจจะทำข้อสอบได้ดีกว่าคนที่ท่องจำซึ่งมักถูกข้อสอบหลอก และหากนักศึกษาหวังเกรด A ต้องจำชื่อนักวิชาการทั้งไทยและต่างประเทศด้วย อาจารย์จะนำมาออกข้อสอบประมาณ 30 ข้อ ทั้งนี้ก็เพื่อเป็นการให้เกียรติบุคคลที่ให้องค์ความรู้แก่เรา

ดังนั้น ข้อสอบจะมีส่วนของการจำชื่อนักวิชาการ ทฤษฎี และหลักในการนำไปประยุกต์ใช้ เช่น เรื่องนโยบายสาธารณะ ข้อสอบจะมีส่วนของทฤษฎีและชื่อนักวิชาการที่กล่าวถึงนโยบายสาธารณะ ส่วนของการประยุกต์ใช้จะถามว่านโยบายสาธารณะประกอบด้วยขั้นตอนอะไรบ้าง หากท่านเป็นเจ้าหน้าที่รัฐ จะต้องเข้าไปเกี่ยวข้องกับนโยบายข้อใด เป็นต้น อาจารย์พยายามออกข้อสอบที่จะช่วยให้นักศึกษาทำข้อสอบไปพร้อมกับทำความเข้าใจในกระบวนการต่างๆ อย่างแท้จริง”

รศ.ดร.รวิภา กล่าวอีกว่าวิชานี้เป็นวิชาพื้นฐานเปรียบเหมือนไต่เตลหนึ่ง และเป็นอินโทรให้นักศึกษาดูตามเพื่อศึกษาต่อในวิชาเชิงลึก พร้อมเตรียมตัวเข้าสู่การทำงาน ซึ่งนักศึกษาจะได้รู้ว่าจะเจออะไรบ้าง และสิ่งที่ต้องเข้าใจ เช่น การบริหารคน เข้าใจการเงิน นโยบายสาธารณะ องค์การและการจัดการ เป็นต้น เป็นการเตรียมพร้อมสู่การเป็นผู้บริหารระดับกลางและระดับสูงต่อไป ดังนั้นจึงไม่ได้เป็นการเรียนเพื่อนำไปเรียนวิชาเชิงลึกต่อไปเท่านั้น แต่เตรียมพร้อมสำหรับผู้ที่将会เข้าไปทำงานในภาคราชการด้วย

“ฝากให้นักศึกษาติดตามบทเรียนอย่างต่อเนื่อง เนื้อวิชานี้มีทั้งหมด 11 บทเป็นเนื้อหาที่ไม่ค่อย เก่งข้อสอบยากมาก ดังนั้นควรเรียนรู้และเข้าใจทุกบท หมดดูแนวข้อสอบเก่าที่อยู่ในตำราเรียน ซึ่งการเรียนมหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยเฉพาะวิชาพื้นฐาน POL 2300 เป็นวิชาที่เปิดให้นักศึกษาทำความเข้าใจกับการบริหารรัฐกิจ ควรเข้าเรียน เปิดใจรับความรู้ บางคนที่ไม่มีความรู้พื้นฐานทางรัฐศาสตร์ พอเจอเนื้อหาเยอะๆ ก็เกิดความสับสน แต่หากได้เรียน ได้ทำความเข้าใจ ติดตามบทเรียนอย่างต่อเนื่อง จะสามารถเข้าใจได้ว่าความรู้รัฐศาสตร์ไม่ยากเกินไปที่จะศึกษา

อย่ามองว่าเป็นการเรียนยามว่าง แต่ควรเรียนอย่างใส่ใจ ตั้งใจ หุ่เมเทเต็มที่ หากต้องทำงานไปด้วยเรียนไปด้วย ก็ต้องรู้จักแบ่งเวลา ใหเวลากับการเรียน เช่นวิชาพื้นฐานนี้ หากไม่ผ่านก็จะไม่สามารถไปต่อวิชาอื่นได้เลย บทเรียนที่มีเนื้อหามากถึง 11 บท ไม่่ายเลยที่จะนั่งเรียนเพียงครั้งเดียวแล้วจะสอบผ่าน เนื้อหาของวิชานี้ก็ไม่ต่อเนื่องกัน อาจารย์จึงแนะนำให้นักศึกษาติดตามบทเรียนอย่างต่อเนื่อง เพื่อจะเข้าใจและตามทันบทเรียน”

ทำความเข้าใจการบริหารรัฐกิจ กับวิชา POL 2300 การบริหารรัฐกิจเบื้องต้น วิชาพื้นฐานที่เปรียบเหมือนการเปิดประตูสู่การเรียนรู้วิชาเชิงลึกในอนาคต พร้อมการเตรียมตัวรับมือกับการทำงานราชการ **รศ.ดร.รวิภา** ย้า่นักศึกษาติดตามบทเรียน ฝึกทำแนวข้อสอบและแบบฝึกหัดท้ายบท เน้นเรียนด้วยการจำพร้อมเข้าใจมีชัยไปกว่าครึ่ง



รองศาสตราจารย์ ดร.รวิภา ธรรมโชติ

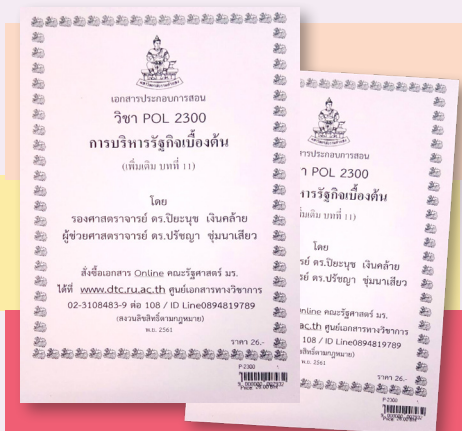
อาจารย์ประจำคณะรัฐศาสตร์ ผู้สอนวิชา POL 2300 (PA 200) การบริหารรัฐกิจเบื้องต้น กล่าวว่าเนื้อหาหลักๆ ของวิชานี้ประกอบด้วย องค์ประกอบของการบริหารรัฐกิจ นโยบายสาธารณะ องค์การและการจัดการ การบริหารทรัพยากรมนุษย์ การบริหารงานคลัง หลักธรรมาภิบาล และการบริหารภายใต้เทคโนโลยีกับการบริหารรัฐกิจ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นหัวใจสำคัญของการบริหารรัฐกิจ เป็นความรู้เบื้องต้นที่เหมือนประตูเปิดไปสู่เนื้อหาเชิงลึกต่อไป

“ความรู้เบื้องต้น คือการเรียนแต่ละเรื่องอย่างละเอียดอย่างละเอียดเหมือนการทำความรู้จักกับประเด็นต่างๆ เพราะเมื่อนักศึกษาเรียนวิชานี้จบไปแล้ว ยังต้องไปเจอรายละเอียดเชิงลึกของแต่ละเรื่องเหล่านี้อีก ซึ่งจะเป็นเนื้อหาขั้นสูงขั้นต่อไป แต่ก่อนจะเรียนเชิงลึก นักศึกษาต้องมีความรู้เรื่องการบริหารรัฐกิจพื้นฐานก่อน เพื่อให้ นักศึกษาเข้าใจภาพรวม ที่จำเป็นต่อการนำไปบริหารงานในอนาคต”

สำหรับข้อสอบวิชา POL 2300 เป็นข้อสอบปรนัย 100 ข้อ 5 ตัวเลือก เวลาสอบ 2 ชั่วโมง ออกข้อสอบโดย **รศ.ดร.วรัชยา ศิริวัฒน์** และ **รศ.ดร.รวิภา ธรรมโชติ** ซึ่งการเข้าเรียนสำคัญมาก ไม่สามารถเก่งข้อสอบได้ เพราะข้อสอบปรนัยนำเนื้อหาเกือบทั้งหมดในตำรามากออกข้อสอบ ดังนั้น หากนักศึกษาต้องการรู้ประเด็นที่อาจารย์จะนำมาออกข้อสอบ ควรเข้าห้องเรียน หรือดูวิดีโอบรรยายย้อนหลังผ่านสื่อการเรียนการสอนของมหาวิทยาลัยที่ www.ru.ac.th

“การเข้าเรียนสำคัญมาก อยากให้นักศึกษาติดตามอย่างต่อเนื่อง เพื่อจะรู้ประเด็นที่อาจารย์เน้นเป็นพิเศษและจะนำมาออกข้อสอบ รวมถึงการฝึกทำแนวข้อสอบ แบบฝึกหัดท้ายบทของตำราเรียน เพราะอาจารย์จะเลือกมาออกข้อสอบประมาณ 30-40% ด้วย”

นอกจากนี้ **รศ.ดร.รวิภา** ย้าว่านักศึกษาควรอ่านตำราเรียนที่ตีพิมพ์โดยมหาวิทยาลัย เพราะคนเขียนตำราเป็นคนสอนและเป็นคนออกข้อสอบ มันใจได้ว่าตำราเรียนนำไปสู่การสอบผ่านอย่างแน่นอน โดยวิชา POL 2300 มีเนื้อหาทั้งหมด 11 บท ตำราเรียนบที่ 1-10 จัดจำหน่ายที่สำนักพิมพ์



จากนักเรียน ม.ปลายเป็นบัณฑิตหนุ่มวัย 20 จบรัฐศาสตร์ Pre-degree เกียรตินิยมอันดับสอง

จากนักเรียน ม.ปลายวัย 16 ปี ก้าวเป็นบัณฑิตสวมชุดครุยแถวหน้า
รับปริญญาเกียรตินิยมอันดับสอง หลังใช้เวลา 3 ปีครึ่ง เรียน ม.ปลายพร้อม
ป.ตรี วันนี้จบชั้นปริญญาตรีแล้ว! เตรียมสอบเข้ารับราชการได้สมที่ตั้งใจ



นายสาธิต ชินวงศ์ หรือ บิ๊ก บัณฑิตคณะรัฐศาสตร์
เกียรตินิยมอันดับสอง ปัจจุบันอายุ 20 ปี สมัคร
เข้าเรียนระบบ Pre-degree คณะรัฐศาสตร์
ขณะเรียนชั้น ม.4 อายุ 16 ปี เมื่อจบการศึกษา
ชั้น ม.ปลาย จากโรงเรียนวัดทรงธรรม จังหวัด
สมุทรปราการ แผนการเรียนวิทย์-คณิต สะสม
หน่วยกิตได้ 141 หน่วยกิต และมาเทียบโอน
เรียนต่อได้ 111 หน่วยกิต จากนั้นใช้เวลาเรียนอีก
1 ภาค ก็จบชั้นปริญญาตรี เมื่อปีการศึกษา 2560
ใช้เวลาเรียนรวม 3 ปีครึ่ง ด้วยอายุเพียง 19 ปี

ปัจจุบัน **สาธิต** สอบผ่านภาคความรู้ความสามารถทั่วไปของสำนักงาน
ก.พ. (ภาค ก.) และกำลังศึกษาต่อชั้นปริญญาโท คณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัย
รามคำแหง ไปพร้อมกับการเตรียมตัวสอบเข้ารับราชการด้วย

บัณฑิตสาธิต เล่าถึงเส้นทางการเรียนระบบ Pre-degree ว่า ผมได้เห็น
ข่าวสารการเรียนระบบ Pre-degree จากโซเชียลมีเดียหลายทาง และพี่ชายที่
กำลังเรียนอยู่คณะรัฐศาสตร์ สาขาบริหารธุรกิจ เล่ารายละเอียดเกี่ยวกับการเรียน
ระบบนี้ให้ฟัง ซึ่งผมเรียนอยู่ชั้น ม.ปลาย มีคุณสมบัติที่ตรงกับการเรียนจึงได้มา
สมัครเรียนตอนเรียนชั้น ม.4 และเรียนไปพร้อมกับพี่ชายด้วย

“เมื่อเข้ามาเรียนแล้ว ทำให้ผมรู้ว่าระบบ Pre-degree เป็นการเรียน
ที่ให้โอกาสนักเรียน ม.ปลายที่มีความพร้อม ได้เข้ามาศึกษาเนื้อหาที่ตนเองสนใจ
ในระดับปริญญาตรีได้ตั้งแต่เรียนอยู่ชั้น ม.ปลาย ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
เพิ่มพูนทักษะความรู้ ค้นหาตนเองเพื่อเป็นแนวทางเตรียมพร้อมและตัดสินใจ
ในการศึกษาต่อระดับชั้นปริญญาตรี”

สาธิต บอกว่า ช่วงที่เรียนอยู่ แม้ว่าจะไม่ได้มาเข้าเรียน ผมจะใช้วิธีการ
ฟังคำบรรยายย้อนหลังผ่านทางเว็บไซต์ของมหาวิทยาลัย ช่วยให้ผมสามารถ
เรียนได้เหมือนอยู่ในชั้นเรียนจริงๆ และจะใช้เวลาว่างหลังจากกลับจากโรงเรียน
มาฟังคำบรรยายแล้วทำสรุป พอใกล้สอบก็จะอ่านจากสรุปที่ตัวเองทำ จะช่วย
ให้เราเข้าใจเนื้อหามากขึ้น และใช้เวลาทบทวนน้อยลง

ขณะที่ใกล้จบ ม.ปลาย ต้องสอบหลายสนามทั้งสอบที่โรงเรียน สอบที่
มหาวิทยาลัย สอบ O-NET และสอบแอดมิชชัน ทำให้ต้องจัดสรรเวลาใหม่
ให้เป็นระบบมากขึ้น แม้ว่าจะเป็นช่วงที่เหนื่อยมากแต่ผมก็ผ่านมาได้ด้วยดี
ผลสอบที่ออกมาก็เป็นที่น่าพอใจ ผมสอบติดคณะแพทยศาสตร์วชิรพยาบาล สาขา
ปฏิบัติการฉุกเฉินการแพทย์ด้วย แต่ผมก็เลือกเรียนต่อที่รามคำแหงเพียงแห่งเดียว

อีกทั้ง ช่วงที่เรียนทั้งสองสถาบันยังได้ทำกิจกรรมอยู่ตลอด เคยเข้าแข่งขัน
ทักษะวิชาการด้านการพัฒนาซอฟต์แวร์คอมพิวเตอร์ ได้รับรางวัลเหรียญทอง
ระดับภาคกลางและตะวันออก ซึ่งผมก็ได้ใช้องค์ความรู้จากวิชาที่เรียนใน
มหาวิทยาลัยมาประยุกต์ใช้ในการแข่งขันด้วย

บัณฑิตคนเก่ง บอกถึงความสำเร็จครั้งนี้ว่า มีความภาคภูมิใจ ไม่คิดว่าตัวเอง
จะสามารถจบปริญญาตรีได้ตั้งแต่อายุ 19 ปี และวันที่ผมมั่นใจว่าเรียนจบแน่ๆ
แล้ว คุณพ่อ คุณแม่ และพี่ชายก็ดีใจไปกับผม ยิ่งทำให้ภาคภูมิใจมากขึ้นไปอีก
เท่าตัวว่าเราทำได้ เราพยายามจนประสบความสำเร็จ ซึ่งผมตั้งใจอ่านหนังสือสอบ
เพื่อเข้ารับราชการให้ได้

“วันนี้ไม่เพียงแค่ว่างเรียนจบได้เร็วกว่าเพื่อนในวัยเดียวกัน สิ่งที่ได้รับมาก
ที่สุดคือ “ความรู้และประสบการณ์ชีวิต” เป็นความรู้ใหม่ๆ ที่ไม่สามารถหาได้
จากชั้น ม.ปลาย ระบบ Pre-degree ช่วยผลักดันให้เราประสบความสำเร็จ
ได้เร็วและมีเวลาเตรียมพร้อมเข้าสู่การทำงานได้เร็วขึ้น เพื่อจะได้นำความรู้
ไปพัฒนางาน พัฒนาองค์กรให้สมกับที่เป็นบัณฑิตรามคำแหง

ผมคิดเสมอว่า เมื่อเราพยายามทำอะไรสักอย่างแล้ว ถึงจุดที่เราคิดว่า
มันไม่ไหว อาจจะท้อไปบ้าง อยากให้พยายามสู้อีกครั้ง เพราะผมเชื่อมั่น
จะไม่แพ้ไปกว่านี้ และบางทีมันอาจจะผ่านพ้นวิกฤตินี้ไปเลยก็ได้ ฉะนั้น
“อย่าคิดว่าเราทำไม่ได้ ถ้ายังไม่ได้ทำ” เป็นตัวช่วยให้ผมหลายกำแพงความกลัว
ในการเรียนและการใช้ชีวิตของผมได้มาก ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนตั้งใจ และ
มุ่งมั่นเพื่อความฝันของตนเองต่อไป”

ผู้บริหารห้างเพชรสีเสงปลื้มรับปริญญากิตติมศักดิ์ เป็นแรงผลักดันนำธุรกิจอัญมณีไทยสู่เวทีโลก



นายธวัช สุธะเศรษฐ์ ผู้บริหารห้างเพชรสีเสง หรือ L.S.Jewelry Group
เผยนำศักดิ์ศรีของปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ สาขาวิชาบริหารธุรกิจ
ที่ได้รับจากมหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นแรงขับเคลื่อนอุตสาหกรรมอัญมณี
ไทยและเครื่องประดับขึ้นแท่นระดับโลก แยมใช้หลักดำเนินธุรกิจให้สำเร็จ
ด้วยความซื่อสัตย์และจิตอาสาช่วยเหลือสังคมไปพร้อมกัน

ธวัช สุธะเศรษฐ์ ปัจจุบันเป็นกรรมการผู้จัดการ
L.S.Jewelry Group ธุรกิจอัญมณีรายใหญ่ของประเทศ
เป็นนักธุรกิจที่ประสบความสำเร็จในวิชาชีพ และได้รับ
ความไว้วางใจให้ดำรงตำแหน่งที่ปรึกษาสมาคมผู้ค้า
อัญมณีไทยและเครื่องประดับ ที่ปรึกษาสมาพันธ์อัญมณี
เครื่องประดับ และโลหะมีค่าแห่งประเทศไทย และ
ที่ปรึกษาสมาคมธุรกิจทอง



ธวัช เผยในวันที่เข้ารับพระราชทานปริญญากิตติมศักดิ์ว่า รู้สึก
เป็นเกียรติที่สภามหาวิทยาลัยอนุมัติปริญญากิตติมศักดิ์ สาขาวิชาบริหาร
ธุรกิจให้ครั้งนี้ เพราะรามคำแหงเป็นเสาหลักของสถาบันอุดมศึกษาใน
ประเทศไทย และบัณฑิตที่จบจากรามคำแหงเป็นฟันเฟืองสำคัญของประเทศ
ทั้งด้านบริหาร นิติบัญญัติ การเมือง และภาคเอกชน

“ขอขอบคุณมหาวิทยาลัยที่เห็นผลงานและคุณงามความดีที่สร้าง
ประโยชน์ในฐานะผู้บริหาร L.S.Jewelry Group ซึ่งเป็นคนไทยรายเดียวใน
โลกที่เป็นตัวแทนของเมืองเดอเบียร์ส บริษัทผู้ทำเหมืองเพชรรายใหญ่ที่สุด
ในโลก มีความยินดีที่มหาวิทยาลัยประจักษ์เห็นผลงาน และเป็นแรงผลักดัน
ให้มุ่งมั่นพัฒนาอุตสาหกรรมอัญมณีของประเทศไทยที่ทำรายได้เป็นอันดับ
3 ของประเทศ”

ธวัช กล่าวว่า ผมคิดเสมอว่าการทำงานและธรรมะคือเรื่องเดียวกัน
ขณะที่เราทำงานตามหน้าที่ต้องทำให้ดี ดูแลลูกค้า พนักงานและองค์กรให้ดี
ผลออกมาดีทั้งกับตนเอง สังคม และประเทศชาติ

“ขอฝากบัณฑิตที่อยากเริ่มต้นทำธุรกิจ ขอให้เริ่มต้นจากตนเอง
มีสัมมาทิฐิ คือ มีแนวคิดที่ดี มีจุดมุ่งหมายในชีวิต ตั้งเป้าหมายในการทำ
หน้าที่ให้ดีที่สุด ไม่แปรเปลี่ยน ไม่ย่อท้อ ความสำเร็จจะตามมา แม้ความสำเร็จ
อาจไม่ได้มาในวันนี้ ก็ไม่เป็นไร พักเอาไว้ หากมีปัญหาให้ปล่อยวาง มุ่งมั่น
สู่เส้นทางที่ถูกต้อง อย่าลืมหินทาง แล้วเริ่มต้นเดินหน้าใหม่ ไปตามเส้นทาง
ที่ถูกต้อง”

บัณฑิตกิตติมศักดิ์ กล่าวด้วยว่า ธุรกิจอัญมณีและเครื่องประดับ
ถือเป็นอุตสาหกรรมที่ทำรายได้เข้าประเทศไทยเป็นอันดับ 3 อยู่แถวหน้า
ของโลก เป็นผู้นำประเทศอื่นๆ เป็นอุตสาหกรรมที่เป็นความหวังของประเทศ
เราทำธุรกิจด้วยความซื่อสัตย์ ถูกต้อง ไม่หวังกำไรเกินควร และมีความกล้า
ทำสิ่งที่ถูกต้อง

ท้ายที่สุดนี้ขอเป็นกำลังใจให้บัณฑิตรามคำแหงได้นำความรู้ที่ครู
อาจารย์มอบให้ไปพัฒนาการทำงาน ตั้งมั่นด้วยความรู้คู่คุณธรรมดังที่
มหาวิทยาลัยปลูกฝังให้แก่บัณฑิตทุกคน หากมีโอกาสเมื่อใดก็ขอให้มีโอกาส
ตอบแทนคุณแผ่นดินด้วย

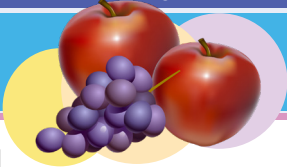
ทั้งนี้ **นายธวัช สุธะเศรษฐ์** เคยได้รับรางวัลเกียรติคุณประเทศชาติ
อวอร์ด และใบประกาศเกียรติคุณรางวัลนักบริหาร และนักพัฒนาองค์กร
ดีเด่นยอดเยี่ยมแห่งปี สาขาร้านเพชร พลอย อัญมณีดีเด่นยอดเยี่ยมแห่งปี
รางวัลเกียรติคุณ ผู้ทำคุณประโยชน์แก่อุตสาหกรรมอัญมณีและเครื่องประดับ
ประจำปี 2558



คณะมนุษยศาสตร์

อาจารย์ตุษาร์ นวย

การซื้อผลไม้ (3)



“ผลไม้” ภาษาเมียนมาพูดว่า **ဝၤဖျိ** [อะตี] หรือ **ဝၤဖျိး** [ตีตี] ประโยคตัวอย่างในการซื้อผลไม้เป็นภาษาเมียนมาดังนี้

ตัวอย่างบทสนทนา

ဇးဝၤသူ :	လိမ္မော်သီးက ဘယ်လောက်ဇးလဲ ။
[ใช้แวต]	[เลน มอ ตี้กะ แบเลาะแซ่แล]
ลูกค้า	“ส้ม ราคาเท่าไร”
ဇးဇုာ်သူ :	တစ်ကီလိုကို ၆၉ ဘတ်ပါ ။
[ใช้เข้าต]	[ตะกီโลโก เช่าแซ่โก บะ ปา]
คนขาย	“กิโลกรัมละ 69 บาท ครับ”
ဇးဝၤသူ :	အခုဘာ ချိုလား ၊ ချဉ်လား ။
[ใช้แวต]	[อะยะตากะ โชล้า ซินล้า]
ลูกค้า	“รสชาติหวานหรือเปรี้ยวละ”
ဇးဇုာ်သူ :	အခုဘာ ချိုချိုချဉ်ချဉ်လေးနဲ့ အစုံပါပြီး အရည် ရှိသေးတယ် ။
[ใช้เข้าต]	[อะยะตากะ โชโซ ซินซินเล် แ่น อะคุนป้าปยี อะเย ชั่นแด]
คนขาย	“รสชาติเปรี้ยวๆ หวานๆ เปลือกบาง และฉ่ำมาก”
ဇးဝၤသူ :	မြည်းကြည့်လိုရမလား ။
[ใช้แวต]	[มยี่จีလိုยะมะล้า]
ลูกค้า	“จะลองชิมดูได้ไหม”
ဇးဇုာ်သူ :	ဟုတ်ကဲ့ ၊ ရပါတယ် ။ ၂ ကီလို ယူရင် အပို ၃ လုံး ထပ်ထည့်ပေးပါမယ် ။
[ใช้เข้าต]	[โอะแกဲ ยะบาแด, นะกီโล ยูยีน อะโป ไต้้น โล်น ทะแท่เปปาแม]
คนขาย	“ได้ครับ ถ้าเอา 2 กิโลกรัม จะแถมเพิ่มให้ 3 ลูก”
ဇးဝၤသူ :	တေးလိုကောင်းသားပဲ ။ ၂ ကီလို ယူမယ်လေ ။
[ใช้แวต]	[โอะแต ซ้าโล่เกាំต้าแบ, 2 กิโล ยูแมเล]
ลูกค้า	“ใช่ อร่อยดีนี่ จะเอา 2 กิโลนะ”
ဇးဇုာ်သူ :	ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ခင်ဗျ ။
[ใช้เข้าต]	[เจ้ชู้ตีนบาแด คีนบยะ]
คนขาย	“ขอบคุณครับ”

คำศัพท์จากบทสนทนา

လိမ္မော်သီး	[เลน มอ ตี้]	ส้ม
ဇး	[แซ่]	ราคา
တစ်ကီလိုကို	[ตะ กီโล โก]	กิโลกรัมละ
၆၉ ဘတ်	[เช่า แซ่ โก บะ]	69 บาท
အခုဘာ	[อะ ยะ ตา]	รสชาติ
ချို	[โช]	หวาน
ချဉ်	[ซิน]	เปรี้ยว
အစုံ	[อะ คุน]	เปลือก
ပါး	[ป้า]	บาง
အရည် ရှိသေးတယ်	[อะเย ชั่น]	ชุ่มฉ่ำ, มีน้ำมาก (ของผลไม้)
မြည်းကြည့်	[มยี่ จิ]	ลองชิมดู
အပို	[อะ โป]	เพิ่มเติม, แถม
၃ လုံး	[ไต้้น โล်น]	3 ลูก
ထပ်ထည့်ပေး	[ทะ แท่ เป]	ใส่เพิ่มให้อีก
တေးလိုကောင်း	[ซ้า โล่ เกាំ]	อร่อย

ในบทสนทนาประโยคที่ใช้ว่า **အခုဘာ ချိုလား ၊ ချဉ်လား** [อะยะตากะ โชล้า ซินล้า] แปลว่า “รสชาติหวานหรือเปรี้ยวละ” ในประโยคนี้ คำว่า **လား** [ล้า] เป็นคำปัจจัยเติมท้ายประโยค เพื่อแสดงคำถาม แปลว่า “ใช่ไหม, ใช่หรือเปล่า” แต่ในการใช้รูปแบบพูดซ้ำนี้ จะแปลได้ว่า “หรือ”

เศรษฐศาสตร์ 101

คณะเศรษฐศาสตร์

รศ.อัมรินทร์พงศ์ จัตราคม

ตอน นักเรียนเศรษฐศาสตร์เขาเรียนอะไรกัน (1)

ความจริงเรื่องที่กำลังเขียนอยู่นี้ผมตั้งใจจะเขียนมานานแล้วแต่เพิ่งได้ฤกษ์จะเขียนตอนนี้อย่างเดียว เพราะกว่าจะนึกลำดับเรื่องราวได้ครบถ้วนก็ต้องเปลี่ยนเซลล์สมองที่เหลือน้อยแล้วไปหลายเซลล์ทีเดียว ส่วนสาเหตุที่ทำให้อยากเขียนเรื่องนี้เพราะอยากจะทำให้คนที่กำลังตัดสินใจเข้ามาเรียนเศรษฐศาสตร์ได้ ตาสว่าง(หรือเกือบสว่าง)ว่าจะต้องเรียนรู้เรื่องอะไรบ้าง ไม่ใช่มืดแปดด้านเหมือนสมัยที่ผมสอบเอ็นทรานซ์ติดที่คณะเศรษฐศาสตร์เมื่อปี 2510 ซึ่งไม่มีความรู้เกี่ยวกับวิชาที่จะเรียนแม้แต่คนเดียว จำได้ว่าตอนสอบสัมภาษณ์ก็ถูกถามว่ารู้หรือเปล่าว่าจะเรียนเกี่ยวกับอะไร ซึ่งก็ตอบไปว่าเกี่ยวกับการสร้างความมั่งคั่งโดยเดาเอาจากคำว่าเศรษฐศาสตร์ที่น่าจะเกี่ยวข้องกับคำว่าเศรษฐกิจอยู่บ้างแหละ โชคดีที่อาจารย์เขาไม่ซีเรียสเกี่ยวกับคะแนนสัมภาษณ์สักเท่าไร

เนื่องจากวิชาเศรษฐศาสตร์ขั้นพื้นฐานนั้นแบ่งออกได้เป็น 2 สาขาหลักคือเศรษฐศาสตร์จุลภาค (microeconomics) กับเศรษฐศาสตร์มหภาค (macroeconomics) ในตอนแรกนี้จึงจะขอเขียนถึงสาขาที่เป็น “จุลภาค” เสียก่อน สาขานี้ได้ชื่อว่าจุลภาคเพราะเป็นการวิเคราะห์ระดับส่วนย่อยของระบบเศรษฐกิจซึ่งก็คือระดับบุคคล หน่วยธุรกิจ หรือตลาดสินค้าใดตลาดหนึ่ง โดยจะเป็นการวิเคราะห์การตัดสินใจซื้อหรือขายแล้วแต่กรณี

การเรียนเริ่มแรกจะเป็นวิเคราะห์หลักเกณฑ์การตัดสินใจซื้อสินค้าหรือบริการ และเนื่องจากปัจจัยหรือตัวกำหนดการตัดสินใจซื้อมีมากมายหลายตัว ในการศึกษาเบื้องต้นนั้นจึงจะเน้นให้ราคาเป็นตัวกำหนดหลักเสียก่อน แต่ไม่ใช่ว่าปัจจัยอื่นไม่มีผลนะครับ จะมีการวิเคราะห์ประกอบด้วยว่าถ้าตัวกำหนดอื่น เช่นรายได้ รสนิยม ฯลฯ เปลี่ยนแปลงจะมีผลต่อการตัดสินใจซื้ออย่างไรด้วย การวิเคราะห์เรื่องเหล่านี้ในขั้นพื้นฐานจะใช้หลักการของการเขียนกราฟเส้นเป็นหลัก แต่ในขั้นสูงขึ้นไปจะใช้หลักสมการทางคณิตศาสตร์ในการวิเคราะห์ ศัพท์ทางเศรษฐศาสตร์ของการตัดสินใจซื้อนั้นก็คือ “อุปสงค์” หรือ demand ที่เราได้ยินกันบ่อย ๆ นั่นเอง และเรื่องที่ต้องจำให้ได้คือกฎของอุปสงค์ที่ว่าถ้าราคาสูงขึ้นจะซื้อน้อยลง แต่ถ้าราคาถูกลงจะซื้อเพิ่มขึ้น

ส่วนการตัดสินใจผลิตหรือขายที่มีคำเรียกว่า “อุปทาน” หรือ supply นั้นก็จะวิเคราะห์ทำนองเดียวกันคือปัจจัยอะไรเป็นตัวกำหนดการตัดสินใจผลิตหรือขาย ซึ่งก็จะเน้นที่ราคาสินค้าเช่นกันและหลักเกณฑ์ตัดสินใจจะเป็นไปตามกฎที่เรียกว่ากฎของอุปทานที่ว่าเมื่อราคาสูงขึ้นจะจูงใจให้ผลิตออกมาเสนอขายมากขึ้น แต่ถ้าราคาลดลงก็จะผลิตออกมาเสนอขายลดลง ในการวิเคราะห์นั้นก็จะดูถึงการเปลี่ยนแปลงของปัจจัยอื่นนอกเหนือจากราคาที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเสนอขายด้วยเช่นต้นทุน เทคโนโลยี เป็นต้น และในขั้นพื้นฐานก็วิเคราะห์ด้วยรูปกราฟทำนองเดียวกับการวิเคราะห์อุปสงค์

(อ่านต่อหน้า 11)

ซึ่งการใช้คำถาม 2 ประโยคเรียงกันแบบนี้ เป็นการถามที่จะให้เลือกตอบว่า จะเป็นอย่างไรกันแน่ระหว่างอย่างแรก หรืออย่างที่สอง ยกตัวอย่าง เช่น

1. **ဝၤဖျိးသီး** [ကြိုက်လား ၊ မလဲဘဲသီး] [ကြိုက်လား] [ตื่นบ๊อดี้ ใจกล้า, มาละกาดี้ ใจกล้า] “ชอบมะละกอหรือฝรั่ง”
2. **ဝိန္နုသီးက** **ဝိးနုသေးလား** ၊ **ပုဉ်းပျဉ်းလား** [เป็นแน่ตี้กะ เซ้นเนตี้ล้า, แม่ปยีล้า] “ขุ่นยังดิบอยู่หรือสุกแล้ว”
3. **ဖုရဲသီး** **လိုချင်သလား** ၊ **သွေးမွေးသီး** **လိုချင်သလား** [พะแยตี้ โลชินตะล้า, ตะคว้ามเวตี้ โลชินตะล้า] “อยากได้แตงโม หรือแตงไทย”
4. **ဇုးရဲသီးကို** **မကြိုက်တာလား** ၊ **မစားချင်တာလား** [คูยีนตี้โก มะเจ้တာล้า, มะซ้าชินတာล้า] “ไม่ชอบทุเรียน หรือว่าไม่ชอบกิน”
5. **ပုန်းသီးက** **အစုံ ပါလား** ၊ **အစုံ ထူလား** [ป้านตี้กะ อะคุน ป้าล้า, อะคุน ทุล้า] “แอปเปิ้ล เปลือกบาง หรือเปลือกหนา”

กัญชาและประเทศไทย

คณะทันตมาตรศาสตร์

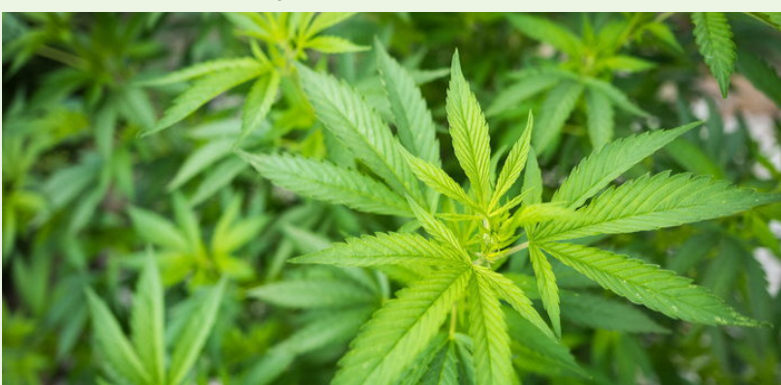
1 เกริ่น 2 ด้าน

อาจารย์ ดร.ธีระ โพยมทิพย์

เมื่อไม่นานมานี้ประเด็นเรื่องการใช้กัญชาทางการแพทย์เริ่มมีเข้ามา กระทบหูของผู้เขียนมากขึ้น ตั้งแต่มีกฎหมายให้นักวิจัยหรือหน่วยงานเพื่อการวิจัยและผู้ประกอบวิชาชีพเวชกรรมสามารถครอบครองกัญชาเพื่อวัตถุประสงค์ทางการแพทย์ได้อย่างถูกกฎหมาย ต่อมาเมื่อมีการเมืองประกาศนโยบายเปิดเสรีกัญชา ตามมาด้วยการจับกุมนายเดชา ศิริภัทร ประธานมูลนิธิข้าวขวัญ ที่ปลูกและศึกษาเกี่ยวกับการทำยาจากกัญชา เหตุการณ์ดังกล่าวทำให้มีผู้มีความเชื่อเสียในสังคมหลายท่านออกมาแสดงความไม่เห็นด้วยและสนับสนุนการใช้กัญชา ตั้งแต่ นายเนวิน ชิดชอบ ถึง ดร.อาทิตย์ อุไรรัตน์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยรังสิต

ในแง่วิทยาศาสตร์นั้น เมื่อทำการค้นหาคำว่า กัญชา (Cannabis) จากฐานข้อมูลทางการแพทย์ของสหรัฐอเมริกา (PubMed) จะพบรายงานการวิจัยมากกว่า 19,469 ฉบับ ซึ่งมีตั้งแต่การศึกษาทางพฤติกรรมและสังคมศาสตร์ในกลุ่มผู้ใช้น้ำยาเสพติด การใช้กัญชากับปัญหาความรุนแรง ไปจนกระทั่งการศึกษาในเชิงเภสัชวิทยาระดับโมเลกุล โดยเป็นที่แน่ชัดทางวิทยาศาสตร์ว่า ในกัญชานั้นมีสารอย่างน้อย 2 ชนิด ที่มีผลทางการแพทย์และน่าจะนำมาใช้เป็นยารักษาโรคได้ ได้แก่ CBD (Cannabidiol) และ THC (Tetrahydrocannabinol) ซึ่งสารทั้งสองชนิดมีผลลดการอักเสบ แก้อาการปวด นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเพิ่มเติมว่ากัญชามีผลต่อการตายของเซลล์ (Apoptosis) ทำให้ในหลายประเทศเริ่มมีการทดลองใช้กัญชาในมนุษย์ อาทิเช่น การศึกษาความปลอดภัยของการใช้กัญชาในผู้ป่วยโรครูมาติก (Rheumatic disease) และโรคทางระบบประสาท อย่างเช่น การศึกษาในโรคปลอกประสาทอักเสบ (Multiple Sclerosis) ที่พบว่าการใช้กัญชามีผลทำให้คุณภาพชีวิตของผู้ป่วยดีขึ้น ลดปัญหาการนอนไม่หลับ ทว่ายังพบผลข้างเคียงบางอย่างเล็กน้อย เช่น อาการมึนเวียนศีรษะ ง่วงซึม คลื่นไส้ จึงได้เสนอให้มีการทดลองในคนต่อไปเพื่อหาปริมาณการใช้ที่เหมาะสม

เมื่อมีการค้นพบว่ากัญชามีคุณสมบัติทางการแพทย์ ทำให้บางประเทศมีความตื่นตัวที่จะพัฒนากัญชาเป็นผลิตภัณฑ์ยาและอื่นๆ อุตสาหกรรมกัญชาในสหรัฐอเมริกามีมูลค่ามากกว่า 1,100 ล้านดอลลาร์สหรัฐ มีพื้นที่ปลูกกัญชามากกว่า 195,000 ไร่ ราคาคุณภาพดีอยู่ที่ 35 – 40 ดอลลาร์สหรัฐต่อปอนด์ ซึ่งมากกว่าราคาผักคะน้าที่น้ำหนักเท่ากันเกือบ 35 เท่า โดยนอกจากจะนำกัญชามาใช้ทางการแพทย์ยังมีการนำเส้นใยกัญชามาใช้ในอุตสาหกรรมสิ่งทอและยังมีผลิตภัณฑ์จากกัญชาอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็น น้ำมัน ยาสมุนไพร หมากฝรั่ง ฯลฯ ดังนั้นก็น่าจะเป็นโอกาสที่ดีสำหรับประเทศที่ต้องการเพิ่มมูลค่า และมองหาผลิตภัณฑ์ใหม่ ๆ กับการเปิดเสรีกัญชาเพื่อใช้ภายในประเทศ แต่ถ้าคิดจะทำเป็นสินค้าส่งออกก็ต้องระวังกันหน่อยเพราะอีกหลายประเทศก็ยังถือว่ากัญชาเป็นสินค้าต้องห้ามอยู่



ภาพจาก : <https://www.sanook.com/men/39741/>



การเปิด “เสรีกัญชา” มีความหมายกว้างกว่า “การใช้กัญชาทางการแพทย์” โดยคำว่า เสรีกัญชาจะมีความหมายครอบคลุมถึงการใช้กัญชาเพื่อสันตนาการ ทำให้ต้องพิจารณาอย่างรอบคอบว่าสังคมไทยพร้อมหรือยังกับการเปิดให้ใช้และปลูกกัญชาได้อย่างเสรี คนไทยมีความรู้หรือความตระหนักถึงฤทธิ์ของกัญชาอย่างถูกต้องตามบริบททางวิทยาศาสตร์และการแพทย์หรือไม่ ก่อนหน้านี้ผู้เขียนได้มีโอกาสคุยกับนักวิจัยท่านหนึ่งที่ทำงานด้านนโยบายการใช้กัญชาทางการแพทย์ พบว่าผู้มีส่วนมากมีความเข้าใจที่ผิดเกี่ยวกับกัญชา เช่น มีความเชื่อว่าการใช้กัญชาสามารถรักษาได้ทุกโรค ไม่ว่าจะเป็นโรคอะไรกัญชาก็รักษาได้ ทำให้การเปิดเสรีกัญชาต้องมีการสื่อสารและให้ความรู้ประชาชนถึงประโยชน์และโทษของกัญชา ผู้ใช้และสังคมต้องพึงตระหนักว่ากัญชายังคงมีฤทธิ์เป็นสารเสพติดอยู่ นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่บ่งชี้ว่าการใช้กัญชาในเด็กและวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กับการเกิดภาวะซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย การใช้กัญชาระหว่างตั้งครรภ์ทำให้เกิดความผิดปกติของทารกได้ หนึ่งในสามของอุบัติเหตุร้ายแรงบนท้องถนนในสหรัฐอเมริกามีประวัติเสพยาหรือกัญชาระหว่างหรือก่อนการขับขี่และผู้ป่วยร้อยละ 31 ของแผนกฉุกเฉินในประเทศสวีเดนแลนด์เข้ารับการรักษาจากปัญหาการใช้กัญชา เป็นต้น

ในบทความวิจัยของ นพ.ระพีพงศ์ สุพรรณไชยมาตย์ เรื่อง ประโยชน์และโทษที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้กัญชาในทางการแพทย์และการเปิดเสรีการใช้กัญชา ในวารสารวิจัยระบบสาธารณสุข ได้เสนอและสรุปประเด็นวิจัยจากต่างประเทศไว้ข้อหนึ่งคือ การอนุญาตให้มีการปลูกและใช้กัญชาทางการแพทย์มักมีผลให้เกิดการรั่วไหลของกัญชาเข้าสู่ตลาดมืด ผู้เขียนมองว่า การเปิดเสรีกัญชาน่าจะเป็นวิธีการป้องกันและสามารถนำมาใช้ให้เกิดประโยชน์ทางเศรษฐกิจของประเทศได้ ทั้งนี้ต้องมองบนพื้นฐานความจริงที่ว่า การใช้กัญชามีทั้งประโยชน์และโทษขึ้นอยู่กับนำไปใช้ของแต่ละบุคคล ดังนั้นการเปิดเสรีกัญชาควรจะทำด้วยความระมัดระวัง คณะรัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องต้องเตรียมแผนและนโยบายที่จะทำให้เกิดความสมดุลระหว่างการใช้กัญชาทางการแพทย์และเพื่อสันตนาการ ต้องมีมาตรการและการตรวจสอบอย่างเข้มงวดแก่เกษตรกรผู้ปลูกกัญชาเพื่อจัดจำหน่าย และจะมีบทลงโทษอย่างไรแก่ผู้เสพยาที่ทำให้เกิดการสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินของผู้อื่น พุดง่ายๆคือ เปิดเสรีภายใต้กรอบและกฎเกณฑ์ที่เหมาะสมต่อบริบททางสภาพสังคมและเศรษฐกิจของประเทศไทย

(อ่านต่อหน้า 8)



นานาชาติ... ประชาคมอาเซียน



คณะนิติศาสตร์

ผศ.ภัทระ ลิ้มปิติระ

กาแฟในอาเซียน : บรตกอาณาบิคมหรือวัฒนธรรมใหม่? (ตอนแรก)

ในทุกวันทำงานไม่เฉพาะแต่ในเมืองใหญ่เท่านั้น ที่ชีวิตคนทำงานมักจะเริ่มต้นด้วยการดื่มกาแฟสักถ้วยก่อนทำงาน โดยอิทธิพลของการดื่มกาแฟนี้ ปฏิเสธไม่ได้ว่าเป็นวัฒนธรรมที่ต่างชาตินำเข้ามายังประเทศไทย เพราะกาแฟไม่ใช่พืชตามธรรมชาติของประเทศไทยอยู่แล้ว แต่ทว่าด้วยภูมิศาสตร์ของไทยที่อยู่ในบริเวณเขตร้อนชื้นที่เหมาะสมกับการปลูกกาแฟหรือที่เรียกในปัจจุบันว่า Coffee belt นั้น จึงทำให้กาแฟสามารถเจริญเติบโตได้ดีในประเทศไทย

มีข้อสันนิษฐานว่ามีการเพาะปลูกกาแฟในประเทศไทยย้อนไปได้ไกลถึงสมัยกรุงศรีอยุธยา เพราะได้มีการติดต่อกับต่างประเทศ แต่การดื่มนั้นจะไม่ค่อย

นิยม เพราะรสชาติติดไปทางขมจึงไม่ค่อยคุ้นกับกาแฟ และมีหลักฐานปรากฏชัดเจนในสมัยรัชกาลที่ 3 แห่งกรุงรัตนโกสินทร์ พระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัวเคยมีพระราชประสงค์ทำสวนกาแฟอยู่ในบริเวณวัดราชประดิษฐ์ แสดงถึงความแพร่หลายของกาแฟ จนมีการทำไร่กาแฟขึ้นต่อมาในรัชกาลที่ 4 มีไร่กาแฟปรากฏเป็นหลักฐานในจดหมายเหตุของเซอร์ยอห์น เบอว์ริง (Sir John Bowring) ว่าได้ไปเยี่ยมชมไร่กาแฟของสมเด็จพระยามหาปยุรวงศ์และประทานกาแฟ 2 ถ้วย ให้เซอร์ยอห์น เบอว์ริง ไปรับประทานเป็นตัวอย่าง

จากการแพร่หลายของกาแฟจากต่างประเทศมายังสยามนั้น ย่อมแสดงให้เห็นถึงความนิยมของการดื่มกาแฟสด ที่ได้แพร่หลายในประเทศไทยมาอย่างยาวนาน แต่ทว่าวัฒนธรรมของการชงกาแฟจะแตกต่างกันจากที่ยุโรป เนื่องจากคนไทยรู้จักกาแฟในลักษณะของกาแฟโบราณที่ใช้ถุงผ้าในการชง

โดยดัดแปลงกาแฟที่เรียกกันว่า กาแฟโบราณ ซึ่งมักจะผสมกับธัญพืชหรือเม็ดมะขามคั่วเข้มเพื่อประหยัลดต้นทุนลงไปในถุงผ้าด้วย แล้วจึงใช้กระบายต้มน้ำร้อนให้ลอดผ่านถุงผ้าก็จะได้น้ำกาแฟเข้มข้น จากนั้นจึงผสมกับน้ำตาล นมข้นหวาน ทำให้ได้กาแฟรสชาติเข้มข้น หวาน มัน และยังแยกชนิดย่อยๆ ลงไปทั้งกาแฟดำที่ไม่เติมอะไรเลย โอเลี้ยง โอยั่ว ยกล้อ เป็นต้น ซึ่งเรียกชื่อแตกต่าง

ไปตามเทคนิคการเติมนมข้นหวานหรือน้ำตาล ทำให้ได้กาแฟที่มีชั้นของนมข้นปรากฏอยู่ในแก้วใสๆ

รสชาติของกาแฟที่คนไทยคุ้นเคยจึงแตกต่างไปจากกาแฟที่ดื่มกันในประเทศตะวันตก



ด้วยความเคยชินของคนไทยเช่นนี้ก็ส่งผลต่อการผลิตเมนูกาแฟที่แตกต่างไปและอาจจะเรียกได้ว่าเป็นเมนูที่มีแต่ในประเทศไทยเท่านั้น เช่น เอสเพรสโซเย็น ซึ่งให้รสชาติใกล้เคียงกับกาแฟโบราณใส่น้ำแข็งที่คนไทยคุ้นเคย เพราะโดยปกติแล้วเอสเพรสโซจะเป็นกาแฟร้อน shot เล็กๆ ที่จะต้องดื่มภายใน 3 คำเท่านั้น เพราะคำว่าเอสเพรสโซมาจากภาษาอิตาลีที่แปลว่ารีบเร่งนั่นเอง

การดื่มกาแฟสดนั้นไม่ได้มีแต่เฉพาะในกรุงเทพฯ เท่านั้น หากแต่ตามภูมิภาคต่างๆ ของไทยก็ยังคงมีความแตกต่างกัน ในอดีต ทางภาคเหนือนั้น กาแฟอาจจะไม่เป็นที่นิยมเท่ากับการเคี้ยวหมากหรือดื่มน้ำชา ดังปรากฏว่าชาวไทใหญ่จังหวัดแม่ฮ่องสอนจะมีวงเสวนาน้ำเน้งหรือน้ำหมี้ยงหรือน้ำชา เพื่อใช้เป็นที่พบปะสังสรรค์ พูดคุยกันในชุมชน แต่จนกระทั่งมีการรณรงค์ให้ชาวเขาปลูกพืชเมืองหนาวแทนการปลูกฝิ่น กาแฟก็เป็นหนึ่งในพืชเชิงเศรษฐกิจที่ได้นำมาทดลองปลูก และทำให้ภาคเหนือของไทยกลายมาเป็นแหล่งเพาะปลูกกาแฟที่มีความสำคัญ ถึงขนาดกาแฟในดอยช้างและดอยตุงสามารถไปจัดคุ้มครองแหล่งกำเนิดสินค้า (Geographical Indicator: GI) ในสหภาพยุโรป

ในทางกลับกัน จากเหนือลงสู่ภาคใต้ก็จะมีสภาพอากาศในภาคใต้หรือโกปี ดังเช่น สภาพอากาศของจังหวัดตรังที่มีเอกลักษณ์ในการดื่มกาแฟกลมกับหมูย่าง ด้วยสาเหตุที่กาแฟเป็น

ที่นิยมของคนใต้จนกระทั่งมีสภาพกาแฟเพื่อใช้เป็นที่สังสรรค์ พูดคุย พบปะกันในชุมชน ดื่มนกันได้ทุกเวลานั้น น่าจะเป็นเพราะภาคใต้เป็นแหล่งปลูกกาแฟพันธุ์โรบัสต้า ซึ่งนำเข้ามาปลูกยาวนานกว่าร้อยปี โดยเริ่มต้นปลูกที่จังหวัดสงขลา ในขณะที่กาแฟอาราบิก้านั้นเพิ่งเริ่มนำมาปลูกในภาคเหนือเมื่อประมาณยี่สิบปีที่ผ่านมาเอง

ต่อมาเมื่อครั้งอังกฤษได้คืนเอกราชให้กับประเทศเมียนมา เหล่าทหารของอังกฤษส่วนใหญ่มาจากทหารรับจ้างจากอินเดีย และเนปาล พวกทหารเหล่านี้รู้สึกผูกพันกับเมืองพยินอูวิน (Pyin U Lwin) หรือ เหม่เมียว หรือ ปางอุ และไม่อยากย้ายกลับไปไหนจึงได้แต่งงาน

อยู่กับคนในพื้นที่ ด้วยเมืองนี้อยู่ในภูเขาที่ระดับความสูง ประมาณ 1,070 เมตร มีสภาพอากาศหนาวเย็นตลอดทั้งปี จึงกลายเป็นศูนย์กลางการผลิตดอกไม้เมืองหนาวที่สำคัญ และยังเป็นศูนย์กลางของอุตสาหกรรมกาแฟที่มีการเติบโตอย่างรวดเร็ว และกำลังได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นในตลาดโลกโดยส่งออกต่างประเทศ

ชาวพม่านั้นมีวัฒนธรรมในการดื่มชาใกล้เคียงกับชาวล้านนาในบางพื้นที่ เพราะเป็นพื้นที่ที่มีการดื่มชามายาวนาน ในพม่าจึงมีร้านน้ำชาที่เป็นที่ชุมนุมของผู้คนโดยเฉพาะวัยรุ่นชายทั้งมาผ่องนคลาย เจริญธุรกิจหรือมาสนทนากันทั่วไปไม่ต่างอะไรจากสภาพอากาศในภาคใต้ของไทย และในร้านน้ำชาที่พม่าจะมีกาแฟร้อนขายด้วยเช่นกัน ซึ่งจะมีของที่ทานร่วมกับชาร้อนและกาแฟร้อน เช่น โรตีสี ปอเปียะทอด ปาท่องโก๋ เป็นต้น โดยสาเหตุที่พม่านั้นนิยมดื่มชามากกว่า เนื่องมาจากอิทธิพลของชาติเจ้าอาณานิคมที่เป็นอังกฤษ ไม่ได้นิยมดื่มชา วัฒนธรรมการดื่มกาแฟจึงไม่ได้ถูกปลูกฝังเท่ากับการดื่มน้ำชา แต่อย่างไรก็ตามร้านกาแฟที่พม่าในปัจจุบันพัฒนาไปมากพร้อมกับการเติบโตและเปิดประเทศ

ด้วยเนื้อหากระดาศที่จำกัด ผู้เขียนจะขอมาเล่าประเทศอื่นๆ ในอาเซียนต่อ ในฉบับถัดไปนะครับ

ที่มาของภาพ <https://sprudge.com/myanmar-coffee-108387.html>

บัณฑิตหนุ่มหัวโปรท จบฟิสิกส์-เคมี คว้าเกียรตินิยมอันดับหนึ่งเหรียญทอง

สองบัณฑิตหนุ่มหัวโปรทคว้าเกียรตินิยมอันดับหนึ่งเหรียญทอง คณะวิทยาศาสตร์
ภูมิใจความสำเร็จ ตอบแทนความทุ่มเทพยายาม เผยเรียนจบปริญญาตรีแล้ว มุ่งต่อปริญญาโท
ด้านวิทยาศาสตร์ พร้อมนำความรู้ทำงานด้วยหลักการและเหตุผลสมเป็นบัณฑิตรามคำแหง

ว่าที่ร้อยตรีพงษ์ธรณ พันธ์บุรณะ บัณฑิต
เกียรตินิยมอันดับหนึ่งเหรียญทอง คณะวิทยาศาสตร์
สาขาฟิสิกส์ ปัจจุบันกำลังศึกษาต่อระดับปริญญาโท
คณะวิทยาศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ด้านการ
ทำงาน เป็นเจ้าของร้าน BGK
Thailand Boardgame Shop
ผู้จัดการร้าน Inner Circle
Boardgame Café ผู้ก่อตั้ง
The Bed ever hostel
และอาสาสมัครสอนฟิสิกส์
เลขผู้ลี้ภัยชาวปาเลสไตน์
ที่ St.monica สุทธิสาร



ว่าที่ร้อยตรีพงษ์ธรณ เผยว่า ช่วงที่เข้ามา
เรียนคณะวิทยาศาสตร์ ผมเปิดร้านเกม BGK และร้าน
Inner Circle แล้ว ได้วางแผนการเรียนโดยลงเรียน
ให้มากที่สุดในแต่ละเทอม เพื่อให้จบเร็วที่สุด เวลา
เรียนจะไปก่อนเวลาเริ่มเรียน ตั้งใจเรียน คิดตาม
ไปด้วย จดโน้ตย่อตามที่เข้าใจ ส่วนไหนไม่เข้าใจ
ก็จะถามอาจารย์ช่วงท้ายคาบ และช่วงว่างจาก
ทำงานก็เอามาทบทวนและทำแบบฝึกหัด ถึงเวลา
ใกล้สอบจะอ่านเน้นที่เลกเชอร์ของตัวเอง นั่งเขียน
เลกเชอร์ใหม่อีกรอบเพื่อให้เนื้อหากระชับ และ
ชัดเจนกว่าเดิม

“ผมต้องทำงานไปด้วยมาเรียนด้วย ตาราง
สอบที่ออกล่วงหน้าของรามคำแหง ทำให้สามารถ
จัดตารางเวลาได้ชัดเจน ทั้งวิชาเข้าห้องเรียน และ
วิชาที่ต้องเข้าห้องแล็บ ด้วยความที่ไม่ถูกบังคับเข้า
ห้องเรียน ทำให้มีเวลาทำงานและเรียนในวิชาที่ชอบ
แม้บางวิชาที่มีเนื้อหาหนัก เช่น วิชาอาจารย์กัณฑ์พจน์
ทองแจ่ม สอน มีความยาก แต่ก็สนุก มีความท้าทาย
ก็ต้องค่อยๆ ทำไป เพราะวิชาฟิสิกส์ คือ กฎของโลก
กฎของธรรมชาติ เราอธิบายปรากฏการณ์ต่างๆ ได้
คิดแบบวิทยาศาสตร์ ไม่ม่งมาย และใช้เหตุผลนำ
ความคิด”

บัณฑิตพงษ์ธรณ บอกว่า ผมมาเรียนรามฯ
ตอนอายุ 28 แล้ว ทำให้เข้าใจตนเองว่าอะไรคือ
สิ่งที่เราต้องการ เราอยากเรียนฟิสิกส์ เราจึงมา
เรียนฟิสิกส์ รามคำแหงเป็นมหาวิทยาลัยที่เปิดกว้าง
กับทุกคน แต่ใครจะเรียนจบได้หรือไม่อยู่ที่ตัวเอง
“เปลวเทียนให้แสง รามคำแหงให้ทาง” คำหน่วยกิต
ก็ราคาถูก อาจารย์ทุกคนให้ความใส่ใจกับนักศึกษา
แม้บางวิชาที่มีจำนวนนักศึกษาไม่มาก ได้เรียนอย่าง
ใกล้ชิดกับอาจารย์ ก็สามารถสอบถามเรื่องที่
ไม่เข้าใจได้อย่างกันเอง ซึ่งผมยังได้ทุนเรียนดีช่วย
เรื่องค่าใช้จ่ายได้มากด้วย

“ผมเรียนจบแล้วมีความภาคภูมิใจ เพราะ
ใช้เวลาเรียนเพียงสองปี หนึ่งเทอม เป็นการ
ตอบแทนความตั้งใจ ความพยายามของตนเอง
ยิ่งอาจารย์ที่ภาควิชาแจ้งว่า ผมจบเกียรตินิยม
อันดับหนึ่งเหรียญทองคนแรกของคณะ เมื่อตอน
เทอมหนึ่ง ปี 61 ยิ่งภูมิใจ หลังจากทีจบแล้ว ผมก็
ทุ่มเทให้กับการทำงานและขอฝากร้านเกมของ
ผมด้วย “คิดถึงบอร์ดเกม คิดถึง BGK Thailand
Boardgame shop”

นายณัฐสิทธิ์ อัครวงศ์เดชา บัณฑิต
เกียรตินิยมอันดับหนึ่งเหรียญทอง คณะวิทยาศาสตร์
สาขาเคมี ปัจจุบันกำลังศึกษาต่อ
ระดับปริญญาโท คณะวิทยาศาสตร์
สาขาเคมีประยุกต์ มหาวิทยาลัย
รามคำแหง

บัณฑิตณัฐสิทธิ์
บอกว่า ชีวิตในวัยเรียน
ของเขา ทุ่มเทให้กับ
การเรียน มาเข้าเรียน
ทุกครั้ง และตั้งใจฟังอาจารย์ผู้สอนเป็นอย่างดี
จดบันทึกส่วนที่สำคัญเพื่อทบทวนหลังจากเรียนเสร็จ
กลับมาที่บ้านทบทวนและทำสรุปทันที เวลาใกล้สอบ
จะทบทวนเนื้อหาด้วยการอ่านบันทึกที่ทำขึ้นมา
พร้อมฝึกทำแบบฝึกหัด เวลาอ่านหนังสือจะอ่าน
ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ และลงทะเลียนเรียนตาม
หลักสูตรที่ทางมหาวิทยาลัยได้จัดมาให้ตามลำดับ

“รามคำแหงเป็นตลาดวิชาที่เปิดโอกาสให้
ผู้ที่สนใจได้เข้ามาศึกษาต่อในด้านที่ต้องการ
เปิดโอกาสให้คนทุกวัยได้เรียน และยังสามารถ
ทำงานหารายได้ระหว่างเรียนไปด้วยได้ เรียนสาขา
วิชาเคมี เป็นสาขาที่ค่อนข้างซับซ้อนแต่ก็ไม่ยาก
เกินความสามารถ ขอให้เราทำความเข้าใจกับ
เนื้อหาอย่างลึกซึ้ง ใช้ความเข้าใจมากกว่าการท่องจำ
และความรู้ที่เรียนมาสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้
ในชีวิตประจำวัน รวมถึงการเรียนต่อยอดในระดับ
ที่สูงขึ้น ทำให้เรามีระบบระเบียบวิธีคิดอย่างมี
หลักการและเหตุผล ตอนนั้นผมวางแผนในชีวิต
คือ ต้องการศึกษาในระดับที่สูงขึ้นไปอีก เพราะ
อยากเป็นอาจารย์หรือนักวิจัย”

ณัฐสิทธิ์ กล่าวถึงความประทับใจว่า
รามคำแหงปลูกฝังให้เป็นบัณฑิตที่มีความรู้คู่
คุณธรรม ทำให้ช่วงวัยเรียนได้เจอเพื่อนที่ดี มีความ
สามัคคี และติดต่อประสานงานกันอย่างคล่องตัว
อาจารย์ทุกท่านก็ทุ่มเทอย่างสุดความสามารถเพื่อ
ให้นักศึกษาได้รับความรู้อย่างเต็มที่และพยายาม



กัญชาและประเทศไทย

(ต่อจากหน้า 6)

ถ้าผู้อ่านมีโอกาสเดินทางไปต่างประเทศ
ลองมาหาผลิตภัณฑ์จากกัญชาได้ ซึ่งจะเขียนไว้ว่า
Marijuana-based product ไม่แน่อาจจะได้
ติดไม้ติดมือกลับมาเป็นของฝากจนเกิดไอเดีย
สร้างเป็นผลิตภัณฑ์ใหม่ๆ Made in Thailand
ก็ได้นะ !!!

บรรณานุกรม

- Fitzcharles MA, Ste-Marie PA, Hauser W et al.
Efficacy, Tolerability, and Safety of Cannabinoid Treatments in the Rheumatic Diseases: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. Arthritis Care Res (Hoboken) May 2016; 68(5): 681-688.
- Amato L, Minozzi S, Mitrova Z et al. [Systematic review of safeness and therapeutic efficacy of cannabis in patients with multiple sclerosis, neuropathic pain, and in oncological patients treated with chemotherapy]. Epidemiol Prev Sep-Dec 2017; 41(5-6): 279-293.
- Micallef J, Dupouey J, Jouve E et al. Cannabis smoking impairs driving performance on the simulator and real driving: a randomized, double-blind, placebo-controlled, crossover trial. Fundam Clin Pharmacol Oct 2018; 32(5): 558-570.
- Gobbi G, Atkin T, Zytynski T et al. Association of Cannabis Use in Adolescence and Risk of Depression, Anxiety, and Suicidality in Young Adulthood: A Systematic Review and Meta-analysis. JAMA Psychiatry Feb 13 2019.
- Gunn JK, Rosales CB, Center KE et al. Prenatal exposure to cannabis and maternal and child health outcomes: a systematic review and meta-analysis. BMJ Open Apr 5 2016; 6(4): e009986.
- ระพีพงศ์ สุพรรณไชยมาตย์ และ โชษิตา ภาวสุทธิพิศุทธิ์ (2561). ประโยชน์และโทษที่อาจเกิดขึ้นจากการใช้กัญชาในทางการแพทย์และการเปิดเสรีการใช้กัญชา. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข 12(1): 71 - 94
<https://brandinside.asia/cannabis-cbd-us/>

ทำให้นักศึกษาเกิดความเข้าใจ ถ้าไม่เข้าใจตรงไหน
สามารถสอบถามอาจารย์ได้ภายในเวลาเรียน ทำให้
เข้าใจเนื้อหาได้ทันทีและไขข้อข้องใจไปได้

“วันนี้ผมเรียนจบแล้ว ภาคภูมิใจกับความ
พยายามและความตั้งใจที่ทำมาโดยตลอดเวลา ไม่มี
อะไรเกินความสามารถของคนเรา ขอเพียงมีความ
มุ่งมั่นตั้งใจแล้วทุกอย่างจะประสบความสำเร็จด้วยดี
ขอเป็นกำลังใจให้กับทุกคนให้มีความพยายามและ
ตั้งใจทำให้เต็มที่ ไม่มีอะไรได้มาง่ายๆ เพราะฉะนั้น
เราควรมีความมานะทำให้ถึงที่สุด แล้วเราจะรู้สึก
คุ้มค่ากับเวลาที่ได้ทุ่มเท”

ตอบ ปัญหานักศึกษา

ถาม รบกวสอบถามเกี่ยวกับการโอนหน่วยกิต จากระหัส 53xxxxx มารหัสใหม่ 61xxxxx เนื่องจาก วันสมัครอาจารย์ที่รับสมัครแจ้งว่าให้มาโอนหน่วยกิต ที่หลัง จึงอยากทราบว่า มีระยะเวลาจำกัดหรือไม่ อย่างไร ถ้าจะขึ้นไปทำเรื่องภายในเทอมซัมเมอร์นี้ ได้หรือไม่ แล้วต้องติดต่อหน่วยงานไหน

ตอบ นักศึกษาที่ใช้สิทธิ์เทียบโอนหน่วยกิตในวัน สมัครแต่ไม่ได้ชำระค่าเทียบโอนทั้งหมดในวันสมัคร ในส่วนของค่าเทียบโอนหน่วยกิตต้องชำระไว้จำนวน 100 บาทก่อน เพื่อเป็นฐานข้อมูลการใช้สิทธิ์เทียบโอน ส่วนค่าเทียบโอนที่เหลือจะต้องชำระครั้งเดียวภายใน ระยะเวลา 1 ปี นับจากวันสมัคร โดยนักศึกษาที่ สมัครในภาค 1 ต้องชำระค่าเทียบโอนทั้งหมด ให้เสร็จสิ้นภายในเดือนมิถุนายนของปีถัดไป สำหรับ นักศึกษาที่สมัครเรียนภาค 2 ต้องชำระค่าเทียบโอน ทั้งหมดให้เสร็จสิ้นภายในเดือนพฤศจิกายนของปี ถัดไป นักศึกษาที่ไม่ชำระค่าเทียบโอนให้เสร็จในระย ะที่กำหนด นักศึกษาจะต้องชำระค่าเทียบโอนล่าช้า ภาคละ 300 บาท (หรือ 600 บาท/ปี) สามารถชำระ ได้ก่อนลงทะเบียนของจบการศึกษา

ขั้นตอนการเทียบโอนหน่วยกิต สำหรับผู้ที่ ใช้สิทธิ์เทียบโอนในวันสมัคร มีดังนี้

1. ติดต่อคณะที่นักศึกษาสังกัดพร้อมนำ หลักฐานสำเนาวุฒิฯ / ทรานสคริปท์ที่ใช้เทียบโอน หรือหลักฐานการเทียบโอนหน่วยกิต (ม.ร.23) ที่คณะ ออกให้ในขั้นตอนของการเทียบโอนหน่วยกิต ซึ่งได้ ระบุนำจำนวนเงินที่จะต้องชำระให้กับนักศึกษาเรียบร้อยแล้ว

2. ชำระเงินที่กองคลัง สำนักงานอธิการบดี ชั้น 1 พร้อมบัตรประจำตัวนักศึกษา

3. นำใบเสร็จชำระเงินค่าเทียบโอนพร้อม สำเนาใบเสร็จฯ ไปยื่นที่ฝ่ายทะเบียนคณะเพื่อยืนยัน การเทียบโอน

4. เก็บรักษาใบเสร็จฯ ให้ดี ห้ามหาย เพื่อเป็น หลักฐานต่อไป

ถาม เปลี่ยนคำนำหน้าและนามสกุลใหม่ ถ้าเข้าไปเปลี่ยนข้อมูลที่มหาวิทยาลัยต้องใช้อะไรบ้าง

ตอบ สำหรับนักศึกษาที่ต้องการขอเปลี่ยนชื่อ -สกุล หรือคำนำหน้านาม สามารถติดต่อขอแก้ไขและทำ บัตรประจำตัวนักศึกษาใหม่ได้ที่ ฝ่ายทะเบียนประวัตินักศึกษา อาคาร สวป. ชั้น 2 ในวันจันทร์ – วันศุกร์ เวลา 08.30 – 16.00 น. โดยใช้เอกสารดังต่อไปนี้

1. สำเนาหลักฐานการเปลี่ยนชื่อ – สกุล คำสั่งแต่งตั้งยศ หรือ ใบทะเบียนสมรส และใบ รับรอง คำนำหน้า การใช้นางหรือนางสาว

2. แบบฟอร์มสำหรับแก้ไขข้อมูล (รับที่ เคาน์เตอร์บริการ)

3. ใบเสร็จค่าทำบัตรประจำตัวนักศึกษาใหม่ (ชำระค่าธรรมเนียม 100 บาท ที่กองคลัง ตึกสำนักงานอธิการบดี ชั้น 1)

4. สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน

การงดสอนกระบวนวิชา (ครั้งที่ 1) ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561

ด้วยคณะนิติศาสตร์ คณะบริหารธุรกิจ คณะวิทยาศาสตร์ คณะเศรษฐศาสตร์ และคณะ สื่อสารมวลชน มีความจำเป็นบางประการไม่สามารถเปิดสอนกระบวนวิชา

BIO2401	COS1102	COS3104	COS4101
COS4102	ECO2100	ECO3201	ECO4401
INT4102	LAW3031	MCS2101	MCS2250
MCS2461	MCS3271	MCS3401	MCS4190
MGT3412	PHY2302	PHY2303	PHY2304
PHY2308	PHY4505	PHY4508	PHY4900
TOM4001	TOM4002	TOM4102	ZOO4301

ที่ประกาศเปิดสอนใน ม.ร.30 ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561 นี้ได้

ฉะนั้น ถ้านักศึกษาได้ลงทะเบียนเรียน ในกระบวนวิชาดังกล่าว สามารถสับเปลี่ยนเป็น กระบวนวิชาอื่นได้ก่อนการสอบของกระบวนวิชา ที่จะสับเปลี่ยนนั้น หรือไปติดต่อขอเงินค่าหน่วยกิต คืนได้ ภายในวันสุดท้ายของการสอบไล่ ที่ฝ่าย ลงทะเบียนเรียนและจัดสอบ สำนักบริการทาง วิชาการและทดสอบประเมินผล (สวป.) ชั้น 6 หากนักศึกษาผู้ใดไม่สามารถไปดำเนินการด้วย ตนเองได้ ให้มอบฉันทะให้ผู้อื่นดำเนินการแทน พร้อมทั้งนำใบเสร็จรับเงินไปด้วย

ดังนั้น มหาวิทยาลัยจึงให้งดสอนกระบวน วิชาดังกล่าว ในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561

ถาม ดิฉันเคยเรียนรหัส 57 มาก่อนและได้ทำการ ลาออก ปัจจุบันสมัครเรียนใหม่และได้ศึกษาในรหัส 61 โดยไม่ได้ทำการโอนหน่วยกิตมาเลย

1. อยากทราบว่าหากตอนนี้ ต้องการโอน หน่วยกิตที่เคยศึกษามาก่อนของรหัส 57 มาที่รหัส ปัจจุบันจะสามารถทำได้หรือไม่

2. หากทำได้ ต้องดำเนินการอย่างไร

ตอบ

1. สามารถทำได้
2. กรณีนี้สามารถทำได้ โดยแบ่งเป็น 2 กรณี
 - 2.1 หากสมัครเรียนโดยไม่ได้ใช้สิทธิ์เทียบ โอนหน่วยกิต และต้องการเปลี่ยนเป็นเทียบโอน หน่วยกิต สามารถปรับฐานข้อมูลเป็นเทียบโอน หน่วยกิตได้ โดยให้นำวุฒิการศึกษาหรือทรานสคริปท์ ที่จะใช้เทียบโอนหน่วยกิตไปติดต่อที่ ฝ่ายรับสมัคร และแนะแนวการศึกษา อาคาร สวป. ชั้น 2 และต้อง เสียค่าธรรมเนียม 500 บาท สำหรับค่าปรับฐานฯ และ 100 บาท สำหรับการเปิดฐานข้อมูลการเทียบ โอนหน่วยกิต จากนั้นให้ไปติดต่อที่คณะเพื่อคำนวณ ค่าเทียบโอนส่วนที่เหลือ

- 2.2 หากสมัครเรียนโดยใช้สิทธิ์เทียบโอนไว้ แต่ไม่ได้จ่ายค่าเทียบโอนทั้งหมดในวันสมัคร ก็ให้ ไปติดต่อที่ฝ่ายทะเบียนคณะ เพื่อคำนวณค่าเทียบ โอนส่วนที่เหลือ

ทั้งนี้ การชำระค่าเทียบโอน หากพ้นระยะ ระยะเวลา 1 ปี นับจากวันที่สมัคร ต้องเสียค่าปรับเทียบโอน ล่าช้าเทอมละ 300 บาท (ไม่นับภาคฤดูร้อน)

การรับตารางสอบรายบุคคล ภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561

ตามที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงกำหนดให้ มี การสอบภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2561 ระหว่าง วันที่ 8-15 พฤษภาคม 2562 นั้น

เพื่อให้การสอบดำเนินไปด้วยความเรียบร้อย และนักศึกษาสามารถทราบรายละเอียดของตาราง สอบ หมายเลขแถว-ที่นั่งสอบของตนเองได้อย่าง ถูกต้อง โดยนักศึกษาสามารถติดต่อขอทราบ รายละเอียดของตารางสอบรายบุคคลได้ ดังนี้

1. นักศึกษาทุกชั้นปี และผู้เข้าศึกษาราย กระบวนวิชาเพื่อเตรียมศึกษาระดับปริญญาตรี (Pre-degree) ทุกชั้นปี สามารถติดต่อขอรับตาราง สอบรายบุคคลด้วยตนเอง โดยให้นำบัตรประจำตัว นักศึกษา หรือใบเสร็จรับเงินลงทะเบียน ไปติดต่อ ขอรับได้ตามสถานที่ที่มหาวิทยาลัยกำหนด ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน ถึง 15 พฤษภาคม 2562 (วัน วันที่ 4-6 พฤษภาคม 2562) ซึ่งแบ่งเป็น 2 แห่ง ดังนี้

- 1.1 หน่วยบริการจุดเดียวเบ็ดเสร็จ (One Stop Service) อาคารโรงโกลาส (KLB) ชั้น 1 งามฯ 1

- 1.2 กองงานวิทยาเขตบางนา อาคาร พระมาส (PRB) ชั้น 1 งามฯ 2

2. ติดต่อขอทราบรายละเอียดตารางสอบ รายบุคคลจากระบบบริการข่าวสารทางโทรศัพท์ แบบอัตโนมัติ ที่หมายเลขโทรศัพท์ 02-310-6000 และ 02-310-6100 ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

3. นักศึกษาสามารถตรวจหาข้อมูลตาราง สอบรายบุคคลได้จากระบบ Internet ที่เว็บไซต์ www.ru.ac.th ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

4. ติดต่อขอทราบรายละเอียดตารางสอบ รายบุคคลจากระบบข้อมูลข่าวสารทางคอมพิวเตอร์ ณ จุดบริการตามสถานที่ที่มหาวิทยาลัยกำหนด ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

5. กรณีนักศึกษาขอเปลี่ยนแปลงกระบวน วิชาที่ลงทะเบียนเรียนให้ติดต่อขอรับตารางสอบ รายบุคคลฉบับเปลี่ยนแปลงได้ที่ หน่วยจัดสอบ ฝ่ายลงทะเบียนเรียนและจัดสอบ อาคารสำนัก บริการทางวิชาการและทดสอบประเมินผล (สวป.) ชั้น 6 งามฯ 1 ตั้งแต่วันที่ 29 เมษายน 2562

อนึ่ง หากนักศึกษาตรวจพบว่าไม่มีกระบวน วิชาหรือมีกระบวนวิชาในตารางสอบรายบุคคล ไม่ตรงกับใบเสร็จรับเงินลงทะเบียน ให้ติดต่อสอบถาม หน่วยตรวจสอบและแก้ไขข้อมูล ฝ่ายลงทะเบียนเรียน และจัดสอบ อาคารสำนักบริการทางวิชาการและ ทดสอบประเมินผล (สวป.) ชั้น 6 งามฯ 1 ก่อนการสอบ

วิมล ชีวะธรรม

วิธีคลายร้อน

สำนักหอสมุดกลาง



ช่วงหน้าร้อนสภาพอากาศดูจะยิ่งร้อนแรงมากขึ้นทุกวัน รู้สึกได้จากแสงแดดที่ทวีความร้อนแรงและอบอ้าว ฟังพัดลมก็ยังไม่หายร้อน จะออกไปไหนก็ต้องคิดว่าจะไปดีหรือไม่ดี อยากอยู่แต่ในห้องที่มีความเย็น แต่ก็ไปไม่ได้เราต้องมีการกิจที่จะต้องทำ อย่างนั้นเรามาหาวิธีเพื่อคลายร้อนกันดีกว่า

วิธีคลายร้อนแบบง่ายๆ

1. การอาบน้ำ อากาศร้อนๆ ไม่มีอะไรที่จะให้ความสดชื่นได้ดีไปกว่าการอาบน้ำอีกแล้ว การอาบน้ำจะช่วยคลายความร้อนและลดผดผื่นที่เกิดจากเหงื่อที่อับชื้นได้ เพราะน้ำจะเป็นตัวกลางในการดูดซับความร้อนออกจากร่างกาย แต่เราต้องอาบน้ำในอุณหภูมิปกติธรรมดา ไม่ต้องแช่น้ำแข็ง ร่างกายจึงจะปรับตัวได้ดีและรู้สึกสบายตัว หลังจากอาบน้ำเสร็จให้ประแป้งเย็นที่มีส่วนผสมของเมนทอลบริเวณใต้รักแร้ ลำคอ ข้อพับต่างๆ จะทำให้รู้สึกเย็นสดชื่นเข้าไปอีก เนื่องจากบริเวณเหล่านี้เป็นจุดอับของร่างกายไม่ค่อยได้สัมผัสกับอากาศ ทำให้เหงื่อออกได้ง่าย แต่ถ้าไม่สะดวกในการอาบน้ำก็ให้ใช้ผ้าขนหนูเล็กๆ ชุบน้ำเย็นบีบให้หมาดแล้วนำมาเช็ดที่ใบหน้า ลำคอ แขน ขา หรือตามจุดชีพจรต่างๆ เช่น หน้าผาก ข้อมือ ข้อพับบริเวณข้อศอกและหัวเข่า หรือนำผ้าขนหนูไปแช่ตู้เย็นประมาณ 10 - 15 นาที ก่อนนำมาเช็ดตามร่างกาย แล้วประแป้งเย็นหอมๆ จะช่วยคลายร้อนและสบายตัวขึ้น

2. เสื้อผ้า อากาศร้อน เราควรเลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่โปร่ง น้ำหนักเบา ระบายอากาศได้ดี เช่น ผ้าฝ้าย ลินิน สแปนเด็กซ์ โดยรูปทรงของเสื้อผ้าควรเป็นแบบไม่รัดรูป สวมใส่สบาย เพื่อให้ร่างกายระบายความร้อนผ่านทางผิวหนังออกมาได้ง่าย และควรเลือกใส่เสื้อผ้าสีอ่อนๆ จะช่วยสะท้อนรังสีจากแสงแดดได้ดีกว่าเสื้อผ้าสีเข้ม แต่ไม่ว่าจะสวมใส่เสื้อผ้าสีใด ชนิดใด เราควรใส่ให้เหมาะกับกาลเทศะและสถานที่ที่จะไปด้วย

3. ดื่มน้ำ หน้าร้อนควรดื่มน้ำมากๆ เมื่อเรารู้สึกร้อน ร่างกายจะขับเหงื่อออกมาเพื่อช่วยระบายความร้อน ทำให้ร่างกายสูญเสียน้ำออกไป ฉะนั้นจึงต้องดื่มน้ำเข้าไปทดแทนน้ำที่ร่างกายขับออกมา โดยเฉพาะน้ำเปล่า เนื่องจากน้ำเปล่ามีคุณสมบัติที่สามารถดูดซับความร้อนได้ดี เมื่อเราดื่มน้ำเข้าไป น้ำจะดูดซับอุณหภูมิเอาไว้และถ่ายเทออกมาในรูปของเหงื่อ หรือปัสสาวะจนทำให้ร่างกายมีอุณหภูมิลดลงได้ หรือจะหยดน้ำยาอุทัยทิพย์ เพื่อเพิ่มกลิ่นหอม และช่วยดับกระหายทำให้สดชื่นมากขึ้น เนื่องจากน้ำยาอุทัยทิพย์เป็นสมุนไพรที่ใช้แก้ร้อนในกระหายน้ำ เป็นวิธีที่นิยมใช้กันมาตั้งแต่สมัยโบราณ นอกจากนี้อาจดื่มน้ำผลไม้สดที่มีรสเปรี้ยวชนิดๆ เช่น น้ำมะตูม จะมีกลิ่นหอมชื่นใจ พร้อมทั้งมีสรรพคุณในการทำลายเชื้อแบคทีเรียบางชนิดที่ทำให้เกิดโรคท้องร่วง หรือจะจิบน้ำที่ช่วยแก้ร้อน อย่างน้ำเก็กฮวย น้ำใบชาบวบ น้ำกระเจียว น้ำแตงโม น้ำมะพร้าว น้ำจืดเลี้ยง น้ำรากบัว แต่ต้องระวังเรื่องน้ำตาลที่อยู่ในเครื่องดื่มนี้นะด้วย



4. อาหาร ในขณะที่ร่างกายมีความร้อนสูงควรเลือกรับประทานอาหารที่มีฤทธิ์เย็น อาหารรสจืดหรือหวานจากธรรมชาติ มีเส้นใยอาหารสูง ให้พลังงานต่ำ มาปรุงเป็นเมนูอาหาร ไม่ว่าจะเป็นผักบุ้ง ตำลึง สายบัว มะรุ้ม ผักหวาน บวบ ฟัก แตงต่างๆ ฯลฯ หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมัน เพราะร่างกายไม่ต้องการพลังงานเพื่อสร้างความร้อนมาก จึงควรลดไขมันและ

เนื้อสัตว์ลงเพื่อให้กระเพาะอาหารและลำไส้ไม่ต้องทำงานหนัก และลดความเสี่ยงจากการติดเชื้อแบคทีเรียที่อาจปนเปื้อนมากับเนื้อสัตว์ ควรเลือกรับประทานแกงชนิดที่ไม่มีกะทิ เช่น แกงส้มผักรวม ต้มยำน้ำใส ต้มจืด หรืออาหารแบบเย็นๆ เบาๆ เช่น ข้าวแช่ สลัดผัก ผลไม้หลายชนิดสามารถช่วยดับความร้อนได้ อาทิ ผลไม้จำพวกแตงทั้งหลาย เช่น แตงโม แตงไทย แคนตาลูป เนื่องจากผลไม้เหล่านี้มีส่วนประกอบของน้ำเป็นหลัก ทำให้มีคุณสมบัติเย็นแล้วยังอุดมไปด้วยคุณประโยชน์ เมื่อรับประทานจึงทำให้รู้สึกหวานชื่นใจ คลายร้อน ทั้งนี้รวมถึง ชมพู่ กระท้อน มังคุด แก้วมังกร สับปะรด สาลี่ ส้มโอ แอปเปิ้ล สตรอเบอร์รี่ กล้วยน้ำว่า มีคุณประโยชน์ในด้านคลายร้อนได้เช่นกัน ส่วนของหวาน เช่น เฉาก๊วย จะรับประทานกับน้ำเชื่อมหรือใส่น้ำตาลทรายแดงก็อร่อยและมีสรรพคุณแก้ร้อนใน ดับกระหาย บรรเทาอาการหวัด ลดไข้-ตัวร้อน แต่ถ้าเป็นผลไม้ล่อยแก้ว อาทิ กระท้อนล่อยแก้ว สละล่อยแก้ว วานหางจะชะล่อยแก้ว มะยงชิดล่อยแก้ว หรือจะเติมความเย็นด้วยไอศกรีมและน้ำแข็งใส ช่วยดับกระหายคลายร้อนได้ไม่น้อย

5. พกอุปกรณ์กันความร้อน ควรหาครีมกันแดดก่อนออกจากบ้าน หรือออกกลางแจ้ง นářม หมวก เสื้อคลุม หรือพัดลมมือถือติดตัวไปด้วย ช่วงไหนที่ร้อนมากๆ ก็สามารถใช้งานได้ทันที ถึงจะด้านทานแสงแดดและความร้อนระอุได้ไม่มากนัก แต่ก็ดีกว่าไม่มีอะไรปกป้องร่างกายเลย

เหล่านี้เป็นเพียงส่วนหนึ่งในการคลายความร้อน ไม่ว่าจะเป็นฤดูไหนก็ตาม สิ่งสำคัญที่สุดคือใจของเรา ถ้าเราสามารถจัดการกับอารมณ์ อย่าเครียด ทำใจให้สบายเข้าไว้ อากาศจะร้อนแค่ไหน ถ้าใจเราไม่ร้อนตามก็สบายไปทั้งกายและใจแล้ว

บรรณานุกรม

อาหารคลายร้อน ค้นเมื่อ 17 เมษายน 2562, จาก <https://www.bumrungrad.com/th/health-blog/April-2014/food-in-summer>

วิธีคลายร้อน รับซัมเมอร์สุดร้อนแรง! (2562, เมษายน 10). เดลินิวส์, หน้า 4.

รูปภาพจาก <https://www.google.co.th/search?>

วิธีคลายร้อน รับซัมเมอร์สุดร้อนแรง! (2562, เมษายน 10). เดลินิวส์, หน้า 4.

รูปภาพแดด1 จาก <https://www.sanook.com/health/2989/>

รูปภาพแดด2 จาก <https://www.bbc.com/thai/international-46837717>

รูปภาพคนดื่มน้ำ จาก <http://www.thevipe.com/blog/wordpress/wp-content/uploads/2013/07/woman-drinking-water.jpg> เผยเคล็ดลับ

วิธีง่ายๆ ดื่มน้ำอย่างไรให้ครบ8แก้วต่อวัน

รูปภาพข้าวแช่ จาก <https://www.naewna.com/lady/402336>

รูปภาพผลไม้ จาก <https://rabbitfinance.com/blog/summer-food>

รูปภาพน้ำแข็งใส จาก <https://www.panasm.com/เซ็งชิมอี/>

รูปภาพไอศกรีม จาก <https://twitter.com/hashtag/ไอศกรีมกะทิ>

เศรษฐศาสตร์101

(ต่อจากหน้า 5)

แม้ว่าการวิเคราะห์อุปสงค์และอุปทานในช่วงแรกนั้นมักจะวิเคราะห์ระดับบุคคล แต่เนื่องจากการซื้อขายจริงต้องทำในระดับตลาด การวิเคราะห์เพื่อหาระดับราคาและปริมาณซื้อขายที่จะเป็นผลดีที่สุดกับทั้งฝ่ายผู้ซื้อและผู้ขายจึงต้องวิเคราะห์จากอุปสงค์และอุปทานของตลาด โดยราคาที่เหมาะสมที่สุดกับทั้ง 2 ฝ่ายที่เรียกกันว่าราคาดุลยภาพนั้นก็คือราคาที่ทำให้ผู้ซื้อได้สินค้าจำนวนที่ต้องการครบถ้วน ในขณะที่ผู้ขายก็ขายสินค้าได้หมดพอดี โดยกลไกตลาดคือการปรับขึ้นลงของราคาตลาดจะทำให้ผู้ซื้อผู้ขายค้นพบราคาและปริมาณซื้อขายที่เหมาะสมกันได้ในที่สุด

ราคาและปริมาณซื้อขายเมื่อปรับมาจนถึงระดับเหมาะสมที่สุดหรือดุลยภาพแล้ว จะไม่มีแนวโน้มเปลี่ยนแปลง ยกเว้นเมื่อปัจจัยอื่นนอกเหนือจากราคาเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยที่กำหนดอุปสงค์เช่น รายได้ รสนิยม ฯลฯ หรือปัจจัยที่กำหนดอุปทานเช่น ต้นทุน เทคโนโลยี ฯลฯ การเปลี่ยนแปลงที่วุ่นวายทำให้ราคาและปริมาณซื้อขายดุลยภาพเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางต่าง ๆ ดังนั้นการวิเคราะห์ในส่วนนี้จึงสามารถนำมาประยุกต์ใช้กับกรณีตลาดจริงได้

อย่างไรก็ตามตลาดอาจไม่สามารถปรับให้ราคาและปริมาณซื้อขายเข้าสู่ระดับที่เหมาะสมที่สุดหรือดุลยภาพได้ถ้าหากกลไกตลาดถูกขัดขวาง ซึ่งส่วนใหญ่ก็คือการเข้าแทรกแซงของรัฐบาลที่มักดำเนินการเพื่อช่วยผู้ผลิตหรือผู้บริโภคฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง โดยถ้าหากจะช่วยผู้ผลิตก็เป็นเพราะราคาที่ถูกกำหนดโดยกลไกตลาดนั้นต่ำเกินไปเช่นราคาผลผลิตเกษตรตกต่ำ รัฐบาลก็ต้องประกันราคาขั้นต่ำ (คือจะไม่ให้ต่ำกว่าราคาที่กำหนด) ผลของการประกันราคาขั้นต่ำนี้จะทำให้เกิดสินค้าเหลือขายเป็นจำนวนมาก(กรณีประกันราคาข้าวเป็นตัวอย่าง) ซึ่งเป็นภาระให้รัฐบาลต้องเข้ามารับซื้อ มิฉะนั้นผู้ผลิต(ที่รัฐบาลต้องการช่วย)จะไม่ได้ประโยชน์อะไรเนื่องจากราคาสูงก็จริงแต่เหลือขายบานบอ

ส่วนถ้าหากรัฐบาลต้องการช่วยผู้ซื้อหรือผู้บริโภคก็จะแทรกแซงตลาดด้วยการกำหนดราคาขึ้นสูงคือจะไม่ให้ซื้อขายกันในราคาสูงกว่าที่กำหนด เช่น กำหนดราคาขึ้นสูงของสินค้าจำเป็นต่อการดำรงชีพ อาทิ น้ำมันพืช ไข่ไก่ เป็นต้น ผลของการกำหนดราคาขึ้นสูงจะทำให้สินค้ามีไม่เพียงพอต่อความต้องการเนื่องจากราคาถูกกำหนดไว้ต่ำเกินไป จนผู้ผลิตไม่ยอมผลิตออกมาขาย

ถ้าเรียนมาถึงเท่าที่เขียนนี้ก็เป็นอันว่าผ่านมาครึ่งเล่มของตำราเศรษฐศาสตร์จุลภาคแล้ว ส่วนครึ่งเล่มหลังจะเป็นพิสูจน์กฎของอุปสงค์และกฎของอุปทานซึ่งผมคงต้องขอยกยัดไปไว้ตอนต่อไป

ผณีกำล้ง 3 มหาวทิทยาลัทยฯ (ต่อจากหน้า 12)

จัดโดยสมาพันธ์นิสิตนักศึกษาคณะทัศนมาตรศาสตร์แห่งประเทศไทย ถือเป็นกิจกรรมที่ร่วมแลกเปลี่ยนความรู้ ส่งเสริมวิชาชีพ และสานสัมพันธ์ระหว่างนิสิตนักศึกษาคณะทัศนมาตรศาสตร์ ซึ่งทำให้นักศึกษามีความเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันไม่แบ่งแยกสถาบัน รัก สามัคคี ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน และออกไปเป็นผู้ประกอบโรคศิลปะที่ดี ทำประโยชน์ให้กับประชาชนต่อไป

สาขาวิชาทัศนมาตรศาสตร์ในประเทศไทย เป็นสาขาวิชาที่มีความแข็งแกร่งทางด้านวิชาการ และมีศักยภาพที่สุดในเอเชีย แต่นักทัศนมาตรศาสตร์ ในประเทศไทยมีจำนวนไม่มาก ทำให้วิชาชีพนี้ ไม่เป็นที่รู้จักแพร่หลาย นักศึกษาจึงจำเป็นต้อง เรียนรู้อย่างตั้งใจ และมีปฏิสัมพันธ์ เพื่อแลกเปลี่ยน ความรู้ซึ่งกันและกัน อีกทั้งสมาพันธ์จะช่วยกัน เตรียมความพร้อมแก่นักศึกษาให้เป็นผู้ประกอบ วิชาชีพที่มีความรู้ และมีคุณธรรมพร้อมเข้าถึง ชุมชนและช่วยเหลือประชาชน ในอนาคตหวัง อย่างยิ่งว่านักทัศนมาตรศาสตร์จะเข้าไปดูแลปัญหา ทางด้านสายตาและสุขภาพของประชาชนตั้งแต่ ในระดับการแพทย์ปฐมภูมิ พร้อมกับพัฒนาตนเอง ไปพร้อมๆ กับการพัฒนาของสังคมและประเทศ ชาติต่อไป



“วิชาชีพจะสามารถเดินหน้าต่อไปได้ คนในวิชาชีพต้องมีความสามัคคีกัน ทิศทางของ วิชาชีพทัศนมาตรศาสตร์ในปัจจุบันมีแนวโน้ม ดีขึ้นเรื่อยๆ ทั้ง 3 สถาบันมีการร่วมมือผลักดันให้ วิชาชีพมีความก้าวหน้าอย่างเข้มแข็งและมั่นคง โดยโครงการประชุมวิชาการและสานสัมพันธ์ สหพันธ์นักศึกษาทัศนมาตรศาสตร์แห่งประเทศไทยนี้ จะทำให้นักทัศนมาตรตระหนักถึงความ สัมพันธ์ของตัวเองในฐานะผู้ประกอบการวิชาชีพ และ ได้ใช้ความสามารถของตัวเองอย่างเต็มที่เมื่อสำเร็จ การศึกษาแล้ว”

คณะนิติศาสตร์ เปิดรับ
ป.ตรี ภาคพิเศษ (หัวหมาก)

โครงการหลักสูตรนิติศาสตรบัณฑิต
ภาคพิเศษ คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัย
รามคำแหง เปิดรับสมัครนักศึกษาใหม่ระดับ
ปริญญาตรี ภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2562
รุ่นที่ 39 เรียนวันจันทร์-วันศุกร์ (นอกเวลา
ราชการ) โดยเปิดจำหน่ายใบสมัครเดือนพฤษภาคม
2562 และรับสมัครวันที่ 10-21 มิถุนายน 2562
(เว้นวันเสาร์-อาทิตย์)

ผู้สนใจสอบถามรายละเอียดได้ที่
คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
(หัวหมาก) โทร. 0-2310-8194 หรือที่
<http://www.law.ru.ac.th>

ผลการประชุมสภาฯ

(ต่อจากหน้า 12)

6. ดำรงตำแหน่งทางวิชาการ

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิญญูฐา แสงสุข ดำรงตำแหน่ง
รองศาสตราจารย์ ในสาขาวิชากฎหมายเอกชน
และสาขาวิชากฎหมายการแพทย์ คณะนิติศาสตร์
ตั้งแต่วันที่ 25 ธันวาคม 2560

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สายวรุณ สุนทโรทก ดำรง
ตำแหน่ง รองศาสตราจารย์ ในสาขาวิชาภาษาไทย
คณะมนุษยศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 30 ตุลาคม 2560

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้งผู้ช่วยศาสตราจารย์เรณู ล้อมลาย ดำรงตำแหน่งรองศาสตราจารย์ ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ คณะศึกษาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 16 สิงหาคม 2561 เป็นต้นไป

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อภิวัฒน์ ขมภูสอ ดำรงตำแหน่ง
รองศาสตราจารย์ ในสาขาวิชาวัสดุศาสตร์ คณะ
วิทยาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 24 มกราคม 2562

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
อาจารย์ ดร.ดนพร จิตต์จรุงเกียรติ ดำรงตำแหน่ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ในสาขาวิชานิติศาสตร์ คณะ
นิติศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคม 2561

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
อาจารย์ปัญญา พุดซ้อน ดำรงตำแหน่ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ คณะ
ศึกษาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 3 สิงหาคม 2561

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง
อาจารย์สุรตนา อติพัฒน์ ดำรงตำแหน่ง
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ในสาขาวิชาศึกษาศาสตร์ คณะ
ศึกษาศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 5 ตุลาคม 2561

ผลการประชุมสภามหาวิทยาลัย

การประชุมสภามหาวิทยาลัยรามคำแหง ครั้งที่ 4/2562 เมื่อวันที่ 18 เมษายน 2562 โดยมี นายชีพ จุลมนต์ นายกสภามหาวิทยาลัย เป็นประธาน มีผลการประชุมที่น่าสนใจ ดังนี้

1. แต่งตั้งรองอธิการบดี

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง รองศาสตราจารย์ ดร.สมศักดิ์ เกตุแก่นจันทร์ ดำรงตำแหน่งรองอธิการบดีฝ่ายวิทยบริการจังหวัดสุรินทร์ ตั้งแต่วันที่ 22 เมษายน 2562 ถึงวันที่ 2 มีนาคม 2563

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง รองศาสตราจารย์ ดร.วัฒน์ บุญกอบ ดำรงตำแหน่งรองอธิการบดีฝ่ายวิทยบริการจังหวัดเชียงราย ตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน 2562 ถึงวันที่ 2 มีนาคม 2563

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง อาจารย์ ดร.โกวิท น้อยโคตร ดำรงตำแหน่งรองอธิการบดีฝ่ายวิทยบริการจังหวัดศรีสะเกษ ตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน 2562 ถึงวันที่ 2 มีนาคม 2563

2. แต่งตั้งคณบดีคณะมนุษยศาสตร์

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง รองศาสตราจารย์วิโรจ นาคชาติ ดำรงตำแหน่งคณบดีคณะมนุษยศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน 2562

3. แต่งตั้งผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง อาจารย์ ดร. สมชัย อวเกียรติ ดำรงตำแหน่งผู้อำนวยการสำนักหอสมุดกลาง ตั้งแต่วันที่ 19 เมษายน 2562

4. แต่งตั้งหัวหน้าภาควิชา

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติแต่งตั้ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมชาย เข้มมี ดำรงตำแหน่งหัวหน้าภาควิชาภาษาไทยและภาษาตะวันออก คณะมนุษยศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 22 เมษายน 2562

5. ลาออกจากตำแหน่ง

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติให้ อาจารย์ ดร.โกวิท น้อยโคตร ลาออกจากตำแหน่งรองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา คณะวิทยาศาสตร์

- ให้ความเห็นชอบและอนุมัติให้ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รติชัย รททอง ลาออกจากหัวหน้าภาควิชากฎหมายแพ่ง คณะนิติศาสตร์ ตั้งแต่วันที่ 1 พฤษภาคม 2562 เป็นต้นไป

(อ่านต่อหน้า11)



ผณีกกำลัง 3 มหาวิทยาลัยตั้งเสริมความแข็งแกร่งวงการศึกษามหา



อาจารย์ดนัย ตันเกิดมงคล

คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง นำคณะนักศึกษา ร่วมโครงการประชุมวิชาการและสานสัมพันธ์ นักศึกษาศึกษาศาสตร์แห่งประเทศไทย จัดโดยคณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัย

รังสิต โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ พญ.วัฒน์ ธีร์ เป็นประธานเปิดงาน และมี อาจารย์ภาณุศักดิ์ ลีดาสวัสดิ์ รักษาการหัวหน้าภาควิชาศึกษาศาสตร์ คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร รวมทั้งเจ้าหน้าที่และนักศึกษาจาก 3 สถาบัน ร่วมงาน เมื่อวันที่ 6 เมษายน 2562 ณ ห้อง 15-226 (ออดิทอเรียม) ชั้น 2 อาคาร Digital Multimedia Complex มหาวิทยาลัยรังสิต

ผศ.พญ.วัฒน์ ธีร์ เป็นประธาน คณะศึกษาศาสตร์ ม.รังสิต กล่าวว่าโครงการประชุมวิชาการและสานสัมพันธ์ สหพันธ์นักศึกษาศาสตร์แห่งประเทศไทย ครั้งที่ 6 นี้ มหาวิทยาลัยรังสิตได้รับเกียรติเป็นเจ้าภาพ ซึ่งในปัจจุบันมี นักศึกษาสนใจด้านสาขาวิชาศึกษาศาสตร์เพิ่มขึ้น ทุกปี โครงการนี้ถือเป็นการสร้างความร่วมมือระหว่างสถาบัน เพื่อให้เกิดความเข้มแข็งจากการสร้างเครือข่ายสหพันธ์นักศึกษาศาสตร์ทั้งด้านวิชาการและการสร้างความสามัคคีในสาขาวิชาชีพ ซึ่งจะทำให้นักศึกษาตระหนักถึงความสำคัญ บทบาท หน้าที่ความรับผิดชอบ ตลอดจนจรรยาบรรณวิชาชีพของตนเอง

“ในฐานะอาจารย์และนักศึกษาศาสตร์ต้องร่วมกันสร้างความเข้มแข็งให้กับวิชาชีพ การตัดแว่นกับนักศึกษาศาสตร์มีความแตกต่างกับการตัดแว่นกับร้านแว่น เพราะนักศึกษาศาสตร์ไม่ได้มีหน้าที่ตัดแว่นเพียงอย่างเดียว แต่ยังเป็นผู้คัดกรองสุขภาพสายตาด้วย ซึ่งปัจจุบันวิชาชีพศึกษาศาสตร์มีความเจริญก้าวหน้ามากขึ้น และเป็นที่ยอมรับในสังคม ดังนั้นอาจารย์มีหน้าที่สอนอย่างดีที่สุด ส่วนนักศึกษาก็มีหน้าที่ตั้งใจเรียนเตรียมพร้อมที่จะเป็นนักศึกษาศาสตร์ที่ดีออกไปรับใช้สังคมและประเทศชาติต่อไป”

อาจารย์ดนัย ตันเกิดมงคล คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ ม.รามคำแหง กล่าวว่า กิจกรรมครั้งนี้ (อ่านต่อหน้า11)

กองกิจการนักศึกษา จัดอบรมผู้นำบัณฑิต

งานกีฬา กองกิจการนักศึกษา มหาวิทยาลัยรามคำแหง จะจัดโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ “ผู้นำบัณฑิต” ระหว่างวันที่ 16-17 พฤษภาคม 2562 เวลา 08.30 - 16.30 น. ห้องศักดิ์ ผาสุขนิรันดร์ อาคารหอประชุมพุ่มพวงรามคำแหงมหาราช เพื่อสามารถนำความรู้ไปใช้ในการจัดกิจกรรม สันทนาการ ประชุม ฝึกอบรม และรับน้องเพื่อนใหม่ รวมถึงสามารถเป็นผู้นำบัณฑิตได้ด้วยตนเอง

ภายในงานมีการฝึกทักษะและเทคนิค การจัดกิจกรรมนันทนาการ การสร้างกลุ่มสัมพันธ์ และการนำเกม-เพลงรับน้องใหม่ กิจกรรมเข้าจังหวะ โดยใช้เพลงประกอบท่าทาง และ กิจกรรมพัฒนาทักษะ และฝึกปฏิบัติต่างๆ โดยมี อาจารย์ พงษ์ภณต คอนทองและอาจารย์กฤตภาส ชูชัยคุปต์ และทีมงานจากศูนย์พัฒนาบุคลากรด้วยกิจกรรมสร้างสรรค์ PDCA TRIANING CENTER เป็นวิทยากร ทั้งนี้ผู้ผ่านการอบรมจะได้รับวุฒิบัตร

ขอเชิญชวน นักศึกษา และผู้สนใจสมัคร เข้าร่วมอบรมได้ที่ งานกีฬา กองกิจการนักศึกษา อาคารกิจกรรมนักศึกษา (ชั้นล่าง) สอบถามเพิ่มเติม โทร. 02-310-8078, www.sportsram.makewebeasy.com หรือที่ www.facebook.com/sportaff/



Mr. Joachim Hecker ที่ปรึกษาฝ่ายวัฒนธรรมและการเมือง พร้อมด้วยทูตวัฒนธรรมจากสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมนีประจำประเทศไทย ได้เข้าเยี่ยมชมคณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง และร่วมหารือการสอนภาษา-วัฒนธรรมไทยเยอรมันให้นักศึกษามหาวิทยาลัยรามคำแหง โดยมี รองศาสตราจารย์วิโรจ นาคชาติ คณบดีคณะมนุษยศาสตร์ พร้อมด้วย คณาจารย์จากสาขาวิชาภาษาเยอรมัน ภาควิชาภาษาตะวันตกให้การต้อนรับ เมื่อวันที่ 23 เมษายน 2562 ณ คณะมนุษยศาสตร์