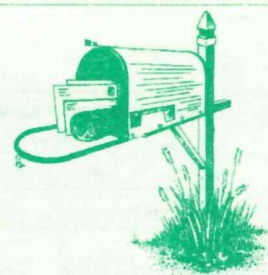




จดหมายข่าว



เรียนรู้เพื่อรับใช้สังคม

ปีที่ 1 ฉบับที่ 9 (16-28 กุมภาพันธ์ 2544) มหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ

<http://Intranet.hcu.ac.th>

บรรณาธิการ

จดหมายข่าว...ฉบับนี้เป็นฉบับที่ 9 แล้ว ซึ่งที่ผ่านมาได้รับความสนใจจากหน่วยงานและคณะพอสมควร... ในฉบับนี้จะมีเรื่องราวดี ๆ มากมายนำมาฝากให้ทุกท่านได้อ่านกัน

อย่ากรูแล้วละซิว่ามีเรื่องอะไรบ้าง... สารนารูจากกองคลังในฉบับนี้จะบอกเรื่องราวของการมาขอใช้บริการขอหนังสือรับรองเงินเดือน และเรื่องการเปลี่ยนแปลงเลขที่บัตรประกันสังคม

และเรื่องของสุขภาพร่างกาย ที่คณะเทคนิคการแพทย์ได้นำเสนอฉบับนี้คือ "ไข่มุนในเส้นเลือด...คืออะไร" ส่วนเนื้อหาวิชาการ... จะนำเสนอเรื่องข้อแนะนำสำหรับคณะวิชาที่มีการปรับปรุงหลักสูตร และผลงานทางวิชาการประเภทต่าง ๆ และกิจกรรมการสัมมนาที่จะมีขึ้นในอีก 10 กว่าวันที่จะมาถึง เพียงแคยกตัวอย่างก็น่าจะทราบแล้วว่าในฉบับนี้มีเรื่องราวสาระดี ๆ อย่างแน่นอน... ต้องติดตามกันฉบับ

ทำความสะอาดประจำปี

ขอเชิญ....บุคลากรของมหาวิทยาลัยทุกท่าน เข้าร่วมพิธีเปิด "วันทำความสะอาดประจำปี" ครั้งที่ 4 ในวันศุกร์ที่ 2 มีนาคม 2544 เวลา 08.30 น ณ ลานอเนกประสงค์ หน้าอาคารเฉลิมพระเกียรติ และจะประกาศผลรางวัลคณะและหน่วยงานยอดเยี่ยม รวมทั้งชมนิทรรศการกิจกรรม 5 ส และร่วมทำความสะอาดประจำปีด้วยกัน ขอให้ชาว มอช.ใส่ใจเลือกพิฬามหาวิทยาลัย (สีเหลือง)

สารนารูจากกองคลัง

ฉบับนี้ขอแนะนำอาจารย์และเจ้าหน้าที่ทุกท่าน ที่จะใช้บริการขอหนังสือรับรองเงินเดือน โดยท่านสามารถขอได้ 2 วิธี คือ 1. กรอกรายละเอียดในแบบฟอร์มทาง Intranet 2. กรอกรายละเอียดในแบบฟอร์มซึ่งสามารถขอได้ที่กองคลัง ทั้งนี้แผนกเงินเดือนจะใช้เวลาดำเนินการประมาณ 3 วันทำการ นับตั้งแต่ได้รับเรื่อง และท่านจะต้องมารับเอกสารนี้ด้วยตนเอง

สำหรับผู้ที่ต้องการทราบเลขที่บัญชีเงินฝากธนาคารศรีนครที่มหาวิทยาลัยนำเงินเดือนเข้าให้แต่ไม่ได้นำสมุดบัญชีมาไว้ที่ทำงานนั้น ถ้าท่านมีใบแจ้งเงินเดือนอยู่ขอให้ท่านดูเลขที่บัญชีของท่านได้ที่ด้านล่างขวามือ

สุดท้ายเป็นเรื่องของประกันสังคม ท่านที่ยังไม่เคยสนใจกับบัตรรับรองสิทธิการรักษาพยาบาลที่ได้รับนั้น ขอให้ท่านสังเกตสักนิดว่าสำนักงานประกันสังคมได้มีการเปลี่ยนแปลงเลขที่บัตรประกันสังคมในบัตรรับรองสิทธิการรักษาพยาบาลเป็นเลขประจำตัวประชาชนแล้ว ดังนั้น ขอให้ท่านตรวจสอบดูสักนิดว่า เลขบัตรประชาชนที่บัตรรับรองสิทธิของท่านถูกต้อง และเป็นเลขเดียวกับบัตรประจำตัวประชาชนของท่านหรือไม่ และเป็นเลขที่ท่านให้แผนกเงินเดือนหรือกองบุคลากรด้วยหรือไม่ ถ้าไม่ถูกต้องโปรดติดต่อที่แผนกเงินเดือนและกองบุคลากรทันที จะได้แก้ไขให้ถูกต้อง เพื่อการใช้สิทธิจากประกันสังคมจะได้ไม่มีปัญหา

สำหรับผู้ประกันตนที่ยังไม่ทราบถึงระยะเวลาในการยื่นเรื่องขอรับประโยชน์ทดแทนกรณีต่าง ๆ ซึ่งตามกฎหมายประกันสังคมกำหนดให้ลูกจ้างผู้ประกันตนสามารถยื่นเรื่องขอรับประโยชน์ทดแทนภายในระยะเวลา 1 ปี นับจากวันที่เกิดเหตุ คือ * กรณีเจ็บป่วยฉุกเฉินหรืออุบัติเหตุ จะนับตั้งแต่วันที่เข้ารับการรักษารหรือวันที่ระบุใบเสร็จรับเงิน * กรณีคลอดบุตร จะนับตั้งแต่วันที่คลอดบุตรที่ระบุในสูติบัตร * กรณีทุพพลภาพ จะนับตั้งแต่วันที่แพทย์สิ้นสุดการรักษาและมีความเห็นว่าทุพพลภาพ ซึ่งระบุใบรับรองแพทย์ ส่วนในกรณีที่เสียชีวิตจะนับจากวันที่ระบุใบมรณบัตร * ส่วนกรณีสงเคราะห์บุตร ให้ยื่นเรื่องภายใน 1 ปี เท่านั้น โดยนับจากวันที่เกิดสิทธิ คือจะต้องส่งเงินสมทบ กรณีสงเคราะห์บุตรและชราภาพมาแล้วไม่น้อยกว่า 12 เดือน ภายในเวลา 36 เดือน และบุตรอายุไม่เกิน 6 ปี สามารถติดต่อขอรับได้โดยกำหนดระยะเวลา 2 ปี ที่สำนักงานประกันสังคมที่ท่านส่งเงินสมทบอยู่

ของฝากจากการดูงาน 5 ส ที่ ป.ต.ท.

การปีโตรเลียมแห่งประเทศไทย (ป.ต.ท.) ได้ทำกิจกรรมเพิ่มผลผลิต ซึ่งมีกิจกรรม 5 ส เป็นกิจกรรมพื้นฐานเข้ามาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพคนและคุณภาพงานตั้งแต่ปี พ.ศ. 2525

ปัจจุบันกิจกรรม 5 ส ถือเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินกิจกรรมเพิ่มผลผลิตโดยใช้ระบบ Q-SHE ซึ่งประกอบด้วย

Q = Quality กิจกรรมเพิ่มผลผลิตและคุณภาพ

กิจกรรม 5 ส

กิจกรรมข้อเสนอแนะ

กิจกรรมควบคุมคุณภาพ QC

กิจกรรม MINI QC

กิจกรรมการบำรุงรักษาทีเอ็ม (TPM)

S = Safety เพื่อควบคุมความปลอดภัยและลดความสูญเสีย

H = Health เพื่อสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีให้กับพนักงาน

E = Environment ระบบการจัดการสิ่งแวดล้อม ไม่ให้ของเสียทำลายระบบสิ่งแวดล้อม และใช้ทรัพยากรคุ้มค่าตามมาตรฐาน เพื่อพัฒนาไปสู่ Green Company

หลักการทำกิจกรรม 5 สสู่ความสำเร็จ

1. ผู้บริหารทุกระดับต้องให้ความสำคัญและสนับสนุนอย่างจริงจัง
2. การเพิ่มผลผลิตเป็นความรับผิดชอบของทุกคน
3. การทำกิจกรรม 5 ส ต้องกระทำอย่างต่อเนื่องและมีระบบ
4. สามารถกำหนดวิธีการวัดผลได้

ซึ่งเมื่อดำเนินกิจกรรม 5 ส เพื่อเพิ่มผลผลิตแล้วจะทำให้เกิดการเพิ่มคุณภาพอย่างต่อเนื่อง TQM (TOTAL QUALITY MANAGEMENT) โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ

- เน้นพนักงานทุกระดับ
- เน้นการทำงานเป็นระบบเพื่อสร้างความพึงพอใจในองค์กร
- เน้นศักยภาพของพนักงานให้พร้อมรับการพัฒนารวมทั้งสม่ำเสมอ

 "การหยุดนิ่งในวันนี้ แม้เพียงเศษเสี้ยววินาทีเท่ากับเราก้าวถอยหลัง"

ธนาคารออมสินให้บริการ "สินเชื่อเคหะ"

ข่าวดี สำหรับผู้ที่ประสงค์จะกู้เงินสินเชื่อเคหะ อัตราดอกเบี้ยถูกที่สุด คงที่ 5% ช้อและได้ถอนจำนวนที่ดินพร้อมอาคาร ผู้ที่สนใจติดต่อและสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ธนาคารออมสิน สำนักงานใหญ่ ถ.พหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ หรือ โทรศัพท์ 299-8200 หรือ 299-8000 ต่อ 1414 - 1418 โทรสาร 2701562 ทางธนาคารยินดีที่จะมารับบริการถึงที่มหาวิทยาลัย

ไขมันในเส้นเลือดคืออะไร

ไขมันในเลือดมีหลายชนิด ได้แก่ โคเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ และแอลดีแอล ไขมัน 3 ชนิดนี้ ควรมีระดับต่ำ ส่วนไขมันอีกชนิดหนึ่งคือ เอชดีแอล ควรมีระดับสูง เพราะเป็นไขมันชนิดที่ช่วยทำลายไขมันโคเลสเตอรอลในเลือด ไขมันในเลือดมาจากอาหารและร่างกายสังเคราะห์ได้เอง การมีไขมันในเลือดสูงเป็นสาเหตุอย่างหนึ่งที่ทำให้หลอดเลือดตีบและแข็ง ถ้ามีปัจจัยเสี่ยงอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น ความอ้วน ความดันสูง และสูบบุหรี่ จะทำให้เกิดโรคหัวใจ อัมพาต หรือเสียชีวิต

ผู้ที่มีอายุ 35 ปีขึ้นไป ควรตรวจหาปริมาณไขมันในเลือด ปีละ 1-2 ครั้ง ควรปฏิบัติตนให้มีระดับไขมันโคเลสเตอรอล และไตรกลีเซอไรด์ ไม่เกิน 200 mg/dL ไขมันแอลดีไม่เกิน 120 mg/dL ส่วนไขมันเอชดีแอล ควรสูงกว่า 50 mg/dL ถ้าพบว่ามีไขมันในเลือดสูงควรหลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น อาหารทะเล (ยกเว้นปลา) เครื่องในสัตว์ เนื้อติดมัน ขนมหวาน กะทิ มะพร้าว ควรรับประทานผลไม้ และผักมาก ๆ รวมทั้งออกกำลังกาย เช่น เดิน วิ่ง ปั่นจักรยาน ซึ่งจะช่วยให้ไขมัน 3 ชนิดลดลง คือ โคเลสเตอรอล ไตรกลีเซอไรด์ และแอลดีแอล ส่วนเอชดีแอลจะสูงขึ้นเป็นสิ่งบ่งชี้ที่ดี

มารู้จัก...สไลด์ (Slide)... กัน ดีกว่า (ต่อ)

กลับมาพบกันอีกแล้วนะคะ...ฉบับที่แล้วเราได้นำเสนอเกี่ยวกับเรื่องสไลด์ แต่ในฉบับนี้เราจะนำเสนอปัญหาต่างๆที่มักเกิดเสมอในขณะที่เราใช้เครื่องฉายสไลด์

ปัญหาที่มักเกิดขึ้นขณะทำการฉายสไลด์ ได้แก่

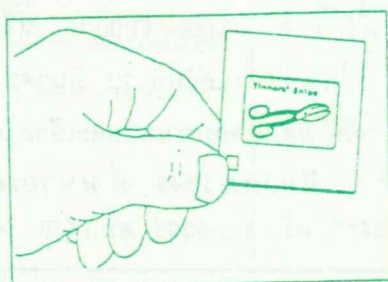
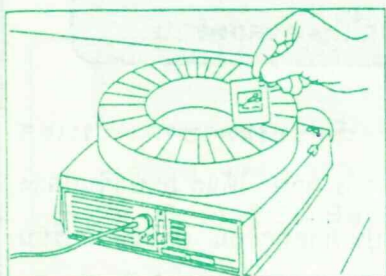
1. สไลด์กลับหัวหรือเรียงลำดับผิดที่
2. กรอบสไลด์เปิดช้า ทำให้การฉายติดขัด
3. ภาพไม่ชัดเจน เนื่องจากการปรับโฟกัส และห้องที่ฉายไม่สามารถควบคุมแสงสว่างได้
4. หลอดฉายขาดระหว่างการฉาย

ข้อแนะนำทุกครั้งในการนำเสนอด้วยสไลด์

1. วิเคราะห์ผู้ฟัง
2. กำหนดวัตถุประสงค์ในการบรรยาย
3. วางโครงเรื่องให้ตรงหัวข้อเรื่องและสไลด์
4. เลือกภาพที่ดีที่สุด
5. รู้จักการใช้เครื่องมือและสถานที่
6. ชักซ้อมให้มั่นใจที่สุด

การดูแลรักษาสไลด์

1. เก็บสไลด์ในที่ที่ไม่ร้อนหรือชื้นเกินไป
2. เวลาจับสไลด์ไม่ควรถูกที่เนื้อฟิล์ม จะทำให้ผิวฟิล์มสกปรกควรจับที่กรอบสไลด์เท่านั้น
3. เช้ากรอบให้เรียบร้อย
4. หลังจากนำไปใช้แล้ว ควรเก็บสไลด์ในกล่องใส่สไลด์หรืออัลบั้มใส่สไลด์ให้เรียบร้อย



สัมมนาเชิงปฏิบัติการ เรื่อง

"ทักษะการบริหารของผู้นำกิจกรรม"

แผนกกิจกรรมนักศึกษา ร่วมกับสโมสรนักศึกษา จะจัดโครงการสัมมนาเชิงปฏิบัติการเรื่อง "ทักษะการบริหารของผู้นำกิจกรรม" ครั้งที่ 4 จะมีขึ้นระหว่างวันที่ 19 - 21 กุมภาพันธ์ 2544 ณ ห้อง 2-151 และศูนย์ฝึกอบรมการป่าไม้เขาใหญ่ จังหวัดนครนายก วัตถุประสงค์ของการจัดโครงการเพื่อให้ผู้นำศึกษานำหลักการเขียนโครงการ หลักการประชุม และทักษะในการพูด นำไปใช้ในการดำเนินโครงการของคณะ ชมรม และสโมสรนักศึกษา

ข้อแนะนำสำหรับคณะวิชาที่มีการปรับปรุงหลักสูตร

1. เมื่อมีการปรับปรุงหลักสูตรแล้วรายวิชาที่มีชื่อเดิม คำอธิบายรายวิชาเหมือนเดิม ขอให้ใช้รหัสวิชาของหลักสูตรเดิม
2. เมื่อปรับปรุงหลักสูตรหากมีรายวิชาใหม่ โดยมีชื่อวิชาหรือคำอธิบายรายวิชาไม่เหมือนเดิม ให้ใช้รหัสวิชาใหม่ ทั้งนี้ควรตรวจสอบกับสำนักทะเบียนและประมวลผล ทุกครั้งว่า รหัสวิชาไม่ซ้ำซ้อนกับรหัสวิชาอื่นๆ ในหลักสูตรเดิมและหลักสูตรอื่น ที่เปิดสอนในมหาวิทยาลัยหัวเฉียวเฉลิมพระเกียรติ
3. ให้คณะวิชาที่ทำการปรับปรุงหลักสูตร จัดทำตารางเทียบโอนรายวิชาของหลักสูตรเดิมและหลักสูตรใหม่ รายวิชาที่เทียบโอนกันนั้นต้องเป็นรายวิชาที่มีเนื้อหาเทียบเคียงกันได้ หรือ มีเนื้อหาสาระครอบคลุมไม่น้อยกว่าสามในสี่ส่วนของรายวิชาที่ขอเทียบโอน โดยส่งสำนักทะเบียนและประมวลผลเพื่อดำเนินการต่อไป

หลักการกำหนดรหัสวิชา

รหัสวิชาประกอบด้วย รหัสอักษรภาษาอังกฤษ 2 ตัว ตามด้วยเลข 4 หลัก โดยมีเกณฑ์ดังนี้

1. รหัสอักษร - ใช้แทนความหมายของสาขาวิชาของรายวิชานั้นๆ

2. รหัสตัวเลข - ประกอบด้วยตัวเลข 4 หลักดังนี้

หลักพัน - แทนชั้นปี

หลักร้อยและหลักสิบ - ลำดับวิชา (คณะวิชาเจ้าของหลักสูตรเป็นผู้กำหนด)

หลักหน่วย - แทนจำนวนหน่วยกิต

หมายเหตุ การปรับปรุงหลักสูตรทุกครั้ง ขอให้คณะวิชาจัดทำโครงสร้างหลักสูตร ชื่อวิชา คำอธิบายรายวิชาเป็นภาษาอังกฤษด้วย

ร่วมสัมมนาทางวิชาการ

ขอเชิญ...ผู้ที่สนใจเข้าร่วมสัมมนาทางวิชาการ เรื่อง เทคนิคประวัติศาสตร์จากคำบอกเล่ากับงานวิจัยสถาบัน ศึกษาศาสตร์จากคำบอกเล่า เรื่อง "90 ปี มูลนิธิป่อเต็กตึ๊ง บนเส้นทางประวัติศาสตร์สังคมไทย : ประวัติศาสตร์ จากคำบอกเล่า" ในวันจันทร์ที่ 26 กุมภาพันธ์ 2544 เวลา 13.30 - 16.30 น. ณ ห้องบรรยายพิเศษ 2 ชั้น 2 อาคารบรรณสาร

ลักษณะของผลงานทางวิชาการ ประเภทต่าง ๆ

ฉบับนี้...ขอเสนอลักษณะของผลงานทางวิชาการที่ เรียกว่า "งานวิจัย" มาแนะนำให้รู้จักกันมากขึ้น ว่างานวิจัย มีลักษณะอย่างไร

งานวิจัย หมายถึง งานค้นคว้าอย่างมีระบบ และมี วัตถุประสงค์ที่ชัดเจน เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูล หลักการ หรือข้อ สรุปรวมที่จะนำไปสู่ความก้าวหน้าทางวิชาการ หรือเพื่อการนำ วิชาการนั้นไปประยุกต์ มีลักษณะเป็นเอกสารที่มีระเบียบวิธี วิจัยที่เหมาะสมกับธรรมชาติของวิชา

ลักษณะคุณภาพของงานวิจัยระดับต่าง ๆ

ระดับดี เป็นงานวิจัยที่มีความถูกต้องเหมาะสมทั้งใน ระเบียบวิธีวิจัย การวิเคราะห์ผลและ การนำเสนอผล ซึ่งแสดงให้เห็นถึง ความก้าวหน้าทางวิชาการ หรือนำไปประยุกต์ ได้ ทั้งนี้ ต้องได้รับการตีพิมพ์ และเผยแพร่ ตามเกณฑ์ ที่ ก.ม.กำหนด

ดีมาก ใช้เกณฑ์เดียวกับระดับดี โดยมีข้อกำหนด ด้านคุณภาพเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

1. เป็นผลงานที่แสดงถึงความรู้ใหม่ที่ ลึกซึ้งกว่างานเดิมที่เคยมีผู้ศึกษาแล้ว
2. เป็นประโยชน์ด้านวิชาการอย่าง กว้างขวางหรือสามารถนำไปประยุกต์ ได้อย่างแพร่หลาย

ดีเด่น ใช้เกณฑ์เดียวกับระดับดีมาก โดยมีข้อกำหนด ด้านคุณภาพเพิ่มเติม ดังต่อไปนี้

1. เป็นงานบุกเบิกที่มีคุณค่ายิ่ง ทำให้เกิด ความก้าวหน้าทางวิชาการในระดับสูง
2. เป็นที่ยอมรับในวงวิชาการหรือวิชาชีพที่ เกี่ยวข้องในระดับชาติ และ/หรือระดับ นานาชาติ

ลักษณะของการตีพิมพ์เผยแพร่ เป็นการเผยแพร่ใน ลักษณะใดลักษณะหนึ่ง ดังนี้

1. ตีพิมพ์เผยแพร่ในรูปของบทความวิจัยใน วารสารทางวิชาการ
2. ตีพิมพ์ในหนังสือรวมวิจัยระดับนานาชาติ ซึ่งเป็นงานที่ได้รับเชิญให้เขียน และ/หรือมี กองบรรณาธิการตรวจสอบคุณภาพ
3. นำเสนอในรูปของเอกสารวิชาการต่อที่ ประชุมทางวิชาการ ซึ่งเป็นที่ยอมรับของ นักวิชาการในสาขานั้น ๆ โดยมีการนำไป รวมเล่มเผยแพร่ในรูปของหนังสือ รวมเอกสารจากการประชุม ครั้งนั้น (Proceedings)
4. ในกรณีที่งานวิจัยฉบับสมบูรณ์ที่มีความ ยาวขนาดเล่มหนังสือ จะต้องผ่าน การประเมินคุณภาพ โดยผู้ทรงคุณวุฒิ ก่อนนำเผยแพร่ไปยังสถาบันทางวิชาการ ในสาขาที่เกี่ยวข้อง

คณะศิลปศาสตร์ เปิดอบรมภาษาจีนกลาง อังกฤษ และญี่ปุ่น ภาคฤดูร้อน

คณะศิลปศาสตร์ เปิดอบรมภาษาต่างประเทศ ตามโครงการบริหารวิชาการ 3 ภาษา ได้แก่ ภาษาจีนกลาง ภาษาอังกฤษ และภาษาญี่ปุ่น ภาคฤดูร้อน สำหรับ นักเรียน นิสิต นักศึกษา และบุคคลทั่วไป โดยจะอบรมในวันจันทร์ - วันศุกร์ เวลา 09.00 - 11.00 น. หรือ 17.00 - 19.00 น. รวม 30 ชั่วโมง ตั้งแต่วันที่ 19 มีนาคม 2544 - 9 เมษายน 2544 หรือ ติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ตั้งแต่วันที่ 16 มีนาคม 2544 ที่ หมายเลขโทรศัพท์ (02) 312-6417 หรือ 312-6300 ต่อ 1178, 1493