



MFU

NEWSLETTER

www.mfu.ac.th
ปลูกป่า สืบคน

An Ideal Place to Live and Learn

จดหมายข่าวมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ปีที่ 5 ฉบับที่ 47 ประจำเดือน พฤศจิกายน 2551



ประเทศไทยทั้งมวลกำลังรวดโลก
พลกน้อมก้มเกล้าขังคมลา

วิปโยคอาลัยให้เหยือก
ล่งเสด็จยังเทวาทิพยพิमान

ควรมิควรแล้วแต่จะโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม

ข้าพระพุทธเจ้า คณะผู้บริหาร คณาจารย์ พนักงาน และนักศึกษา มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

(นายพนมกร นันติ ร้อยกรตอง)



Editor Talk

วาระแห่งความเศร้าสลดของประชาชนชาวไทย ด้วยความอาลัยอย่างที่สุด จากการสิ้นพระชนม์ของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอเจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนากรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ หลังแถลงการณ์ของสำนักพระราชวังได้ออกประกาศ มวลหมู่พสกนิกรผู้จงรักภักดีร่วมไว้อาลัย และร่วมถวายพระเกียรติสูงสุดตามราชประเพณีประชาชนคนไทยต่างชาตซึ่งในพระราชกรณียกิจอันทรงคุณค่าแผ่นดินไทยแก่พวกเราชาวไทย และพร้อมใจกันไว้อาลัย

พระมหากรุณาธิคุณล้นเป็นความทรงจำอันประเสริฐสุด โดยเฉพาะโครงการแพทยอาสา พอ.สว. ที่เข้าถึงทุกซอกของคนไทยไม่ว่าจะอยู่ห่างไกลอยู่ในที่ทุรกันดารเพียงไร ขอให้พวกเราชาวไทยร่วมกันตั้งจิตอธิษฐานพร้อมเพรียงกันอีกครั้ง ส่งเสด็จให้พระองค์ท่านสู่สวรรคาลัย ด้วยความสุขสงบ สมกับความดีที่ทรงคุณค่าประเมินมิได้ ที่ประเทศไทยและคนไทยได้รับ

คณะผู้จัดทำจดหมายข่าว มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ขอถวายความอาลัยและน้อมรำลึกในพระเกียรติคุณและพระมหากรุณาธิคุณอันยิ่งใหญ่ของพระองค์ ซึ่งจะยังคงสถิตในดวงใจของเหล่าปวงข้าพระพุทธเจ้าและประชาชนชาวไทยตราบชั่วกาลนาน

ด้วยเกล้าด้วยกระหม่อมขอเดชะ

ข้าพระพุทธเจ้า นางสาวรัชดาภรณ์ พิมพ์ประพันธ์
และคณะผู้จัดทำจดหมายข่าวมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

Content

เกี่ยวกับ มฟล.	03
ภาพข่าว มฟล.	04
International News	06
วิถีคนเมือง	07
ข่าวประชาสัมพันธ์	08
ประมวลภาพ กิจกรรม	10
เรื่องจากปก	12
มาเยี่ยม มาเยือน	16
โครงการบริการวิชาการ	17
คุยเฟื่องเรื่องดอกไม้ - นอกเรื่องแฉกทอง	18
วิถี สุขภาพ	19

มุมมอง...หนังสือ



ชีวิตที่หมุนไปไม่หยุดยั้ง

ผู้แต่ง : สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี

ราคา : 900 บาท

รหัสสินค้า : 97897410818697

รวบรวมภาพถ่ายฝีพระหัตถ์ ในสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ตั้งแต่ปี 2547 ถึง 2551 วัลถึง 230 ภาพ ซึ่งเป็นภาพที่พระองค์ได้ทรงบันทึกในช่วงเวลาที่ได้ไปเยือนยังประเทศต่างๆ ทั่วโลก ในเล่มประกอบด้วยภาพสี่สีทั้งเล่ม

ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

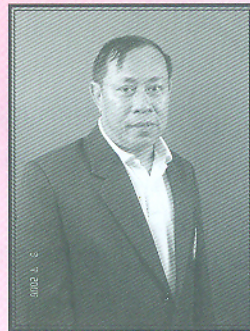
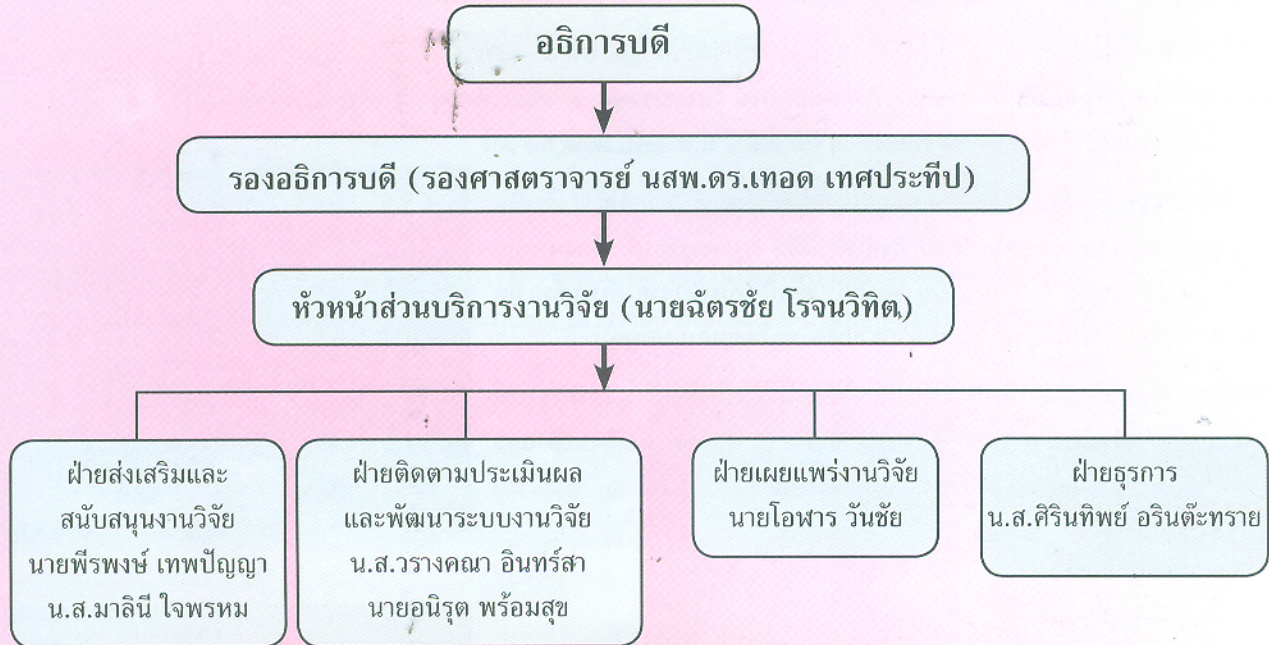
ส่วนบริการงานวิจัย

ส่วนบริการงานวิจัย เป็นหน่วยงานกลางในการประสานงานระหว่างคณาจารย์กับแหล่งทุนวิจัยภายนอก และสร้างเครือข่ายการวิจัยกับสถาบันการศึกษา หน่วยงานวิจัยทั้งภาครัฐและเอกชน ตลอดจนพัฒนาระบบสนับสนุนการดำเนินงานวิจัย และสร้างบรรยากาศทางวิชาการของมหาวิทยาลัยให้มีประสิทธิภาพ

● ภารกิจหลักของหน่วยงาน ประกอบด้วย 3 ประการหลัก คือ

1. ส่งเสริมและสนับสนุนการทำงานวิจัย
2. ติดตามและประเมินผลงานวิจัยให้มีประสิทธิภาพ
3. เผยแพร่ผลงานวิจัยไปสู่การใช้ประโยชน์ต่อความต้องการของสังคม

● โครงสร้างการบริหารงาน



คุณฉัตรชัย โรจนวิทิต



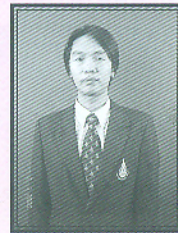
นายพีรพงษ์ เทพปัญญา



น.ส.มาลินี ใจพรหม



น.ส.วรางคณา อินทร์สา



นายไอฟาร วันชัย



น.ส.ศิรินทิพย์ อรินตะทราย

● ติดต่อ หรือขอทราบรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่

ส่วนบริการงานวิจัย อาคารบริการวิชาการ ห้อง RE 322 ชั้น 3

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง 333 หมู่ 1 ต.ท่าสูด อ.เมือง จ.เชียงราย 57100 โทรศัพท์ 0-5391-6387-9 โทรสาร 0-5391-6388,

E-mail RESEARCHMFU@yahoo.com, Website <http://reg.mfu.ac.th/research/index.asp>

อธิการบดี พบ พณว. โอกาสครบ 10 ปี แฉงเป้าหมายสู่ทศวรรษใหม่



อธิการบดี ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) แฉงเป้าหมายสู่ทศวรรษใหม่ สู่ความเป็นมหาวิทยาลัยโลก (World University) พร้อมรับความท้าทายในการแข่งขันที่เข้มข้น โดยมุ่งหารายได้เพิ่ม ควบคู่การสร้างวิชาการให้แข็งแกร่ง

รศ. ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดี มฟล. ได้กล่าวในงาน อธิการบดี พบ พนักงาน ในโอกาสครบรอบ 10 ปี เมื่อวันที่ 2 ต.ค.ที่ผ่านมา ณ หอประชุมสมเด็จพระเจ้า

การได้มาพบปะกับพนักงานของมหาวิทยาลัยเป็นเรื่องที่ดี จริงๆแล้วอยากจะทำตั้งแต่วันที่ 25 ก.ย.ที่ผ่านมา แต่เนื่องด้วยเรามีการจัดงานพิธี ซึ่งทุก ๆ คนก็มีการกิจที่ต้องทำให้มหาวิทยาลัย จึงต้องมาพบกันในวันนี้

10 ปีที่ผ่านมาถือเป็น 10 ปีแห่งการบุกเบิก สร้างสรรค์ และพัฒนา เราเริ่มจากความไม่มีอะไร สู่ความมีอะไรในวันนี้ด้วยความเหนื่อยยากแสนสาหัส เราภูมิใจที่ทุกคนรู้จักมหาวิทยาลัยแห่งนี้ ในทศวรรษที่ 2 จะมีเป้าหมายที่จะเป็น มหาวิทยาลัยโลก (World University) เพื่อรับใช้ชาวโลก ด้วย 2 คีย์เวิร์ด นั่นคือ Education for Peace และ Education for All

ในทศวรรษที่ 2 ของเราจะต้องเผชิญการแข่งขันที่เข้มข้นมากยิ่งขึ้น นั่นเป็นสิ่งที่ท้าทาย เราต้องเตรียมรับมือหลายด้าน สิ่งสำคัญก็คือ การหารายได้ เนื่องจากอีก 3 ปี เราจะถึงจุดที่รายรับกับรายจ่ายเท่ากัน ดังนั้นเราจำเป็นต้องหารายได้เพิ่มขึ้นเพื่อหนีรายจ่าย ในทุก ๆ ด้าน ทั้งนี้ก็เพื่อให้บุคลากร มฟล. จะได้กินอิ่ม นอนอุ่น

ขณะเดียวกันสิ่งที่เราต้องพัฒนาต่อไปก็คือ การสร้างคุณภาพวิชาการให้มีโครงสร้างที่เข้มแข็ง กล่าวคือมหาวิทยาลัยต้องมีอาจารย์ดี งานวิจัยดี นักศึกษาดี และระบบบริหารดี และเราจะก้าวไปพร้อมกัน ขอให้ทุกคนช่วยกัน



งานเลี้ยงสังสรรค์ 10 ปี มฟล.

สานสัมพันธ์รวมใจ ผู้บริหาร-อาจารย์-เจ้าหน้าที่

งานเลี้ยงสังสรรค์ 10 ปี ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) สุดครื้นเครง เต็มไปด้วยรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ หน่วยงานต่าง ๆ จัดการแสดงโชว์เรียกเสียงฮา ขณะที่ผู้บริหารปิดท้ายงานด้วยเสียงเพลง

เมื่อวันที่ 2 ต.ค.ที่ผ่านมา มฟล. ได้มีการจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ เนื่องในโอกาส 10 ปี แห่งการสถาปนามหาวิทยาลัย ณ อาคารกีฬาเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษา บรมราชินีนาถ ซึ่งการจัดเลี้ยงสังสรรค์นั้น ท่านอธิการบดีให้จัดขึ้นเพื่อเป็นการเลี้ยงขอบคุณผู้บริหาร คณาจารย์ และพนักงานมหาวิทยาลัยทุกท่านที่ได้อุทิศเต็มกำลังความสามารถ โดยไม่เห็นแก่ความเหน็ดเหนื่อยจนนำพามหาวิทยาลัยให้มีความก้าวหน้าอย่างต่อเนื่อง



จวบจนครบวาระครบรอบ 10 ปี ดังนั้นมหาวิทยาลัยจึงจัดงานนี้ขึ้นเพื่อให้บุคลากรได้มีโอกาสผ่อนคลาย และมีโอกาสพบปะสังสรรค์ร่วมกัน อีกทั้งเป็นการเสริมสร้างขวัญและกำลังใจให้กับพนักงานทุกท่าน

สำหรับบรรยากาศภายในงานเลี้ยงเต็มไปด้วยรอยยิ้มและเสียงหัวเราะ พร้อมด้วย ความอึดหม่นำสำราญจากอาหารบุฟเฟต์นานาชาติ อีกทั้งมีการแสดงและเกมส์ันทนาการจากกลุ่มงานต่าง ๆ ภายในมหาวิทยาลัย ก่อนที่จะปิดท้ายงานด้วยการโชว์เสียงเพลงของ 2 ร้อง อธิการบดี รศ.ดร.เทอด เทศประทีป และ ผศ. ปรีตนา ประทีปประเสน โดยมี อธิการบดีและผู้บริหารทุกท่าน อยู่ร่วมงานจนกระทั่งงานเลี้ยงเสร็จสิ้นในเวลาประมาณ 21.30 น.



น.ศ.ธุรกิจการบิน ดุลยภาพ “นวิหค” เรียนรู้ประสบการณ์ชีวิตร่วมกัน

นักศึกษาธุรกิจการบิน ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) ร่วมกิจกรรมเข้าค่าย “นวิหค” 3 วัน 2 คืน เปิดประสบการณ์นอกรั้วมหาวิทยาลัยในแดนทหาร

ในระหว่างวันที่ 10-12 ต.ค.ที่ผ่านมา สำนักวิชาการจัดการ สาขาวิชาธุรกิจการบิน ได้จัดกิจกรรมให้กับนักศึกษา ในชื่อกิจกรรมค่าย “นวิหค” ณ ค่ายเม็งรายมหาราช อ.เมือง จ.เชียงราย โดยกิจกรรมนี้มุ่งสร้างระเบียบวินัยในการเรียนรู้ที่จะดำรงชีวิต และทำงานเป็นหมู่คณะให้กับนักศึกษา



สำหรับกิจกรรมที่สำคัญในระยะเวลา 3 วัน 2 คืน ได้แก่ กิจกรรมการดำรงชีพตามภูมิประเทศ การเข้าฐานการฝึกความพร้อมของร่างกาย การเดินแถว และกิจกรรมสุดตื่นเต้นอย่างการกระโดดตบสูง ซึ่งกิจกรรมต่างๆทางสาขาวิชาหวังว่าจะเป็นการสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตที่ดีและความประทับใจให้กับนักศึกษาทั้ง 87 คนที่เข้าร่วมทุกคน

2 อาจารย์ มฟล. สร้างชื่อค้วรางวัลจากงาน “นักวิจัยรุ่นใหม่ สกอ.-สกว.”

อาจารย์ ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) สร้างชื่อค้วรางวัลจากงาน “นักวิจัยรุ่นใหม่ พบ เมธีอาวุโส สกว.” 2 รางวัล โดย ดร.สรบุศย์ รุ่งโรจน์สุวรรณ ได้รางวัลนักวิจัยรุ่นใหม่ดีเด่น และ ดร.สุรัตน์ ละภูเขียว ได้รางวัลการเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยมแบบโปสเตอร์

ตามที่สำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) และสำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.) จัดการประชุม “นักวิจัยรุ่นใหม่ พบ เมธีอาวุโส สกว.” ครั้งที่ 8 ซึ่งจัดขึ้นระหว่างวันที่ 16-18 ตุลาคม 2551 ที่โรงแรมฮอเลียเดย์อินน์ รีสอร์ท รีเจนท์ บีช โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อให้นักวิจัยรุ่นใหม่และนักวิจัยรุ่นกลางที่ได้รับทุนวิจัยนำเสนอความก้าวหน้าของงานวิจัย ซึ่งมีนักวิจัยจากทั่วประเทศเข้าร่วมประชุมกว่า 950 คน

ในการนี้มีอาจารย์จาก มฟล. ได้รับรางวัล 2 ท่าน คือ ดร.สรบุศย์ รุ่งโรจน์สุวรรณ อาจารย์ประจำสำนักวิชาศิลปศาสตร์ ได้รับรางวัลนักวิจัยรุ่นใหม่ดีเด่น ประจำปี 2551 จากโครงการวิจัย เรื่อง “คำเลียนเสียงธรรมชาติในภาษาไทย” และ ดร.สุรัตน์ ละภูเขียว อาจารย์ประจำสำนักวิชาวิทยาศาสตร์ ได้รับรางวัลการเสนอผลงานวิจัยดีเยี่ยมแบบโปสเตอร์ ประจำปี 2551 จากโครงการวิจัยเรื่อง “การศึกษาสารออกฤทธิ์ทางชีวภาพ จากต้นตัวเกลี้ยง เต้าและหัสคุณไทย”



ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) จัดโครงการ มูทิตาจิต ผู้เกษียณอายุการทำงาน มุ่งแสดงความขอบคุณผู้



เกษียณอายุที่ทำงานอย่างหนักเพื่อมหาวิทยาลัย ประเดิมครั้งแรก 2 ท่าน รศ.ดร. ปรีชา อุบโยคิน ผ.อ. ศูนย์บริการวิชาการ และ รศ.ดร.ชลอ ว่องวัฒนาภิกุล คณบดีสำนักวิชานิติศาสตร์

เมื่อวันที่ 30 ก.ย. 2551 ส่วนงานเจ้าหน้าที่ มฟล. ได้จัดงาน มูทิตาจิต ผู้เกษียณอายุการทำงานขึ้น ณ เรือนรินน้ำ ซึ่งมีพิธีการทางศาสนาเพื่อเป็นการสืบชะตาให้แก่ผู้เกษียณอายุการทำงาน ประจำปี 2551 ในปีนี้ถือเป็นครั้งแรกที่ทาง มฟล. ได้จัดงานนี้ขึ้น โดยมีบุคลากรที่จะเกษียณอายุ 2 ท่าน คือ รศ.ดร. ปรีชา อุบโยคิน ผ.อ. ศูนย์บริการวิชาการ และ รศ.ดร.ชลอ ว่องวัฒนาภิกุล คณบดีสำนักวิชานิติศาสตร์

International Connexions

Mae Fah Luang University

Dear readers,

Greeting from International Connexions, this month, we have honorable guests visit our university to discuss with the MFU administrators for future cooperation. As always, the newsletter brings stories that were told from different angles at different times.

Any comments and suggestions, please contact Ms. Nathaphorn, IA staff ext. 6026.

Enjoy reading and Sawaddee for now.

IA editor

Visitors and Activities: October, 2008

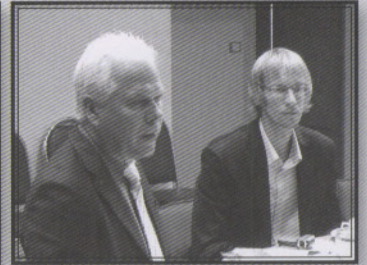
Agricultural and Food Marketing Association for Asia and the Pacific visit MFU on October 1, 2008



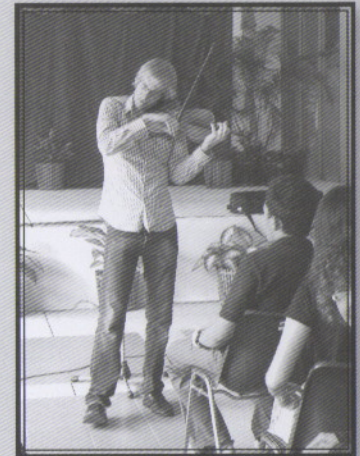
Agricultural and Food Marketing Association for Asia and the Pacific, 5 senior officers from Ministry of Agriculture courtesy visited to Dr. Vanchai Sirichana, President of Mae Fah Luang University on October 1, 2008 to discuss about the agricultural development in Thailand to be the information for the South African professionals and smallholders of land reform to provide the suitable environment needed for emerging farmers to become competitive and sustainable.

The group was welcomed and briefing by Assoc.Prof. Nareewan Chintakanond, Vice President and met with Dean and lecturers school of Agro-Industry. The group also joined the campus tour guided by Dr.Suthiwal SETHA visit Wanasom, Sirindhorn Chinese Language and Culture Center before leaving Mae Fah Luang University.

The University of Central Oklahoma visit Mae Fah Luang University on October 31 – November 2, 2008



The University of Central Oklahoma, U.S.A. brought by Dr. Dennis Dunham, Director of International Student Services had paid a visit to the Vice President of Mae Fah Luang University on October 31 – 1 November, 2008 to discuss for further collaborative in the future between the two universities. Also, Mr. Kyle Dillingham, the violinist, one of member of Horseshoe Road Band joined this trip and play violin as a special performance to students on November 1, 2008 at the Academic Service Building. He joined in Chiang Rai walking street to perform as a representative from Mae Fah Luang University for Chiang Rai governor. The group was joined campus tour and Golden Triangle, Chiang Saen before leaving Chiang Rai.



‘สับชะตา พิธีกรรมแห่งมงคลชีวิต’ (ตอนจบ)



องค์ประกอบที่ 8 ของเครื่องสับชะตา ชาวล้านนาเรียกกันว่า “ฮาวเงิน-ฮาวคำ” (ซึ่งหมายถึงราวหรือที่จับ เช่นราวสะพานหรือราวบันได) หรือบางแห่งชาวบ้านจะเรียกกันว่า “ลวดเงิน-ลวดคำ” ซึ่งจะใช้เชือกหรือลวดความยาวเท่ากับไม้ค้ำ พันด้วยกระดาษสีเงินและทองมัดติดกับก้านไม้ไผ่ และนำมาผูกรวมไว้กับไม้ค้ำ ซึ่งความหมายของราวนี้จะให้แทนความหมายว่าช่วยประคับประคอง ไม้ให้ล้มหรือเพื่อให้เกิดความมั่นคงขึ้น นอกจากนี้ในองค์ประกอบของเครื่องสับชะตาก็ยังมีองค์ประกอบหรืออุปกรณ์ต่างๆ อีกจำนวนมาก หากสังเกตให้ดีแล้วจะเห็นได้ว่าพิธีกรรมการสับชะตานี้จะเกี่ยวข้องกับวิถีชีวิตและความเชื่อประจำวันของผู้คนด้วย ซึ่งเครื่องสับชะตานี้จะประกอบไปด้วยสิ่งที่เป็นปัจจัยสี่รวมอยู่ด้วย ดังที่ผู้เขียนจะได้ยกตัวอย่างและอธิบายดังนี้

“ขันข้าว” ภาษาเหนือหมายถึง สำนับอาหาร โดยในเครื่องสับชะตานี้จะต้องมีสำหรับอาหารจำนวนหนึ่งสำหรับวางไว้ที่มุมไม้ค้ำ ในปัจจุบันลักษณะของสำรับอาหารก็เปลี่ยนมาเป็นปิ่นโต เนื่องจากสะดวกในการจัดเตรียมและประหยัดพื้นที่ในการจัดวางด้วยนอกจากสำรับอาหารแล้ว ยังมีหมาก เมียง บุหรี่ ซึ่งเป็นสิ่งที่ขาดไม่ได้ สามสิ่งนี้เป็นสิ่งที่อยู่คู่กับวิถีชีวิตของชาวล้านนามาอย่างยาวนาน โดยจะนำมาประติดประคองให้เกิดความสวยงาม บางแห่งจะถักบุหรี่เป็นรูปผืนตุง บางแห่งจะตัดเป็นคำๆ รวมไปถึงหมาก เมียง ใบพลู และนำมาผูกติดกับก้านไม้ไผ่ ให้มีขนาดความยาวเท่ากับไม้ค้ำ และผูกติดไม้ค้ำไว้ด้วยเช่นกัน



“หม้อน้ำ” หรือตุ่มดินเผาใบเล็ก ๆ ใส่น้ำไว้ข้างในพอบเป็นพิธี ซึ่งเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่เช่นกัน เมื่อเราทานข้าวเสร็จเราก็ต้องดื่มน้ำตามทุกครั้ง ซึ่งเป็นวิถีชีวิตของผู้คนอยู่แล้ว ดังนั้นในความหมายที่แฝงไว้ของคนโบราณ เพื่อให้มีกินไม่อดอยาก

“เครื่องนอน” อันประกอบไปด้วย เสื้อ หมอน ผ้าห่ม ซึ่งเป็นหนึ่งในปัจจัยสี่ของคนเรา แทนความหมายของการมีรุ่งหม่ม และได้มีที่อาศัยหลับนอน

นอกจากนี้ยังมี ข้าวเปลือก ข้าวสาร ไส้กระbungหรือภาชนะไว้ตักกล้วย ตันอ้อย มะพร้าว กล้วย หรือบางแห่งอาจจะมี ฟักทอง ฟักเขียวเพิ่มเติมก็มี ซึ่งหากเรามองให้ลึกถึงถึงนัยที่คนโบราณนำเอาข้าวของเหล่านี้เข้ามาเป็นส่วนประกอบของเครื่องสับชะตา ซึ่งจะหมายถึงให้เกิดความอุดมสมบูรณ์ ความมั่งคั่งและความพร้อมพร้อมให้มีกินมีใช้ไปตลอดนั่นเอง



เมื่อตั้งเครื่องสับชะตาเสร็จเรียบร้อยแล้ว จะต้องนำด้ายสายสิญจน์มาพันรอบเครื่องสับชะตาปล่อยชายข้างหนึ่งไว้ตรงกลาง สำหรับผู้เข้าพิธีใช้เวียนรอบศีร์ษะ และโยงไปยังตำแหน่งที่พระสงฆ์นั่งเจริญพระพุทธมนต์ หากเป็นการสับชะตาแบบใหญ่ๆ หรือที่เรียกว่า



ว่าสับชะตาหลวงนั้น ชาวล้านนาจะใช้วิธีซึ่งด้ายสายสิญจน์เหนือศีร์ษะให้เต็มสถานที่ประกอบพิธี เพื่อให้เกิดความทั่วถึงผู้เข้าร่วมพิธีทุกคน โดยทำเป็นรูปตารางสีเหลี่ยมและปล่อยชายลงมาพอที่จะเวียนรอบศีร์ษะของคนที่นั่งอยู่ด้านล่างได้ ส่วนบริเวณตรงกลางที่ตั้งเครื่องสับชะตาไว้จะให้ผู้ที่เป็นประธานในพิธีหรือผู้ที่มีอาวุโสสูงสูดนั่งอยู่ข้างในที่อีกหนึ่งสิ่งที่ขาด



ไม่ได้ขณะที่ประกอบพิธีคือฆ้องชัย ซึ่งจะลั่นฆ้องชัยในขณะที่พระสงฆ์สวดถึงบทอัญเชิญเทวดา การลั่นฆ้องชัยนี้เพื่อเป็นการบอกกล่าวเทวดาทั้ง 16 ชั้นฟ้า 15 ชั้นดินและ 17 ชั้นบาดาล เพื่อให้รับรู้รับทราบถึงงานอันเป็นการมงคลครั้งนี้ และจะลั่นฆ้องชัยไปจนกระทั่งพระสงฆ์สวดจบบทดังกล่าว

พนมกร นันติ
ส่วนอาคารสถานที่

ข่าวดี!!! เปิดโอกาสศิลปะประจำศูนย์ภาษาและวัฒนธรรมจีนสิรินธร โอกาสที่น้อง ๆ จะได้แสดงความสามารถด้าน การเต้นรำ ร้องเพลง

การรับสมัคร

เปิดรับสมัครน้อง ๆ นักศึกษาทุกชั้นปี ที่มีใจรักและชอบการแสดง (สามารถพูดภาษาจีนได้จะพิจารณาเป็นพิเศษ) ที่สนใจอยาก
จะเรียนเต้นรำ ร้องเพลง กับอาจารย์ผู้เชี่ยวชาญทั้งจากภายในประเทศและต่างประเทศ เปิดอบรมฟรีไม่เสียค่าใช้จ่าย มีการแลกเปลี่ยน
วัฒนธรรมระหว่างมหาวิทยาลัยภายในประเทศและต่างประเทศ จัดทัศนศึกษาระยะสั้น/และการให้ทุนเรียนภาษาจีนระยะสั้นที่ประเทศจีน
ฟรี (ตามเงื่อนไขของศูนย์ฯ)

รับจำนวนจำกัดเพียง 20 คนเท่านั้นรับสมัครตั้งแต่วันที่-28 พฤศจิกายน 2551 (เว้นวันหยุดราชการ)

สนใจติดต่อสอบถามรายละเอียดได้ที่

ศูนย์ภาษาและวัฒนธรรมจีนสิรินธร มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง โทร.053-917-093 หรือ 053-917-097 โทรสาร 053-917-093

สำนักวิชาศิลปศาสตร์ จัดประชุมนานาชาติ ฉลอง 10 ปี

สำนักวิชาศิลปศาสตร์ ม.แม่ฟ้าหลวง การจัดประชุมระดับชาติ “ศิลปศาสตร์วิชาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ครั้งที่ 1” เนื่องใน
โอกาสครบรอบ 10 ปี มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เรื่อง สังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์ : ความท้าทายในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงตอนบน

อนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงเป็นภูมิภาคที่มีความสำคัญและเป็นที่น่าสนใจของประชาคมโลก เนื่องจากเป็นภูมิภาคที่มีเนื้อที่กว้างใหญ่ มี
ประชากรรวมกันกว่า 200 ล้านคน ครอบคลุมพื้นที่กว่า 2 ล้านตารางกิโลเมตร จากภาวะสงครามอันเนื่องมาจากประเทศต่างๆ มีอุดมการณ์
ทางการเมืองที่แตกต่างกันมีส่วนทำให้อนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงเกิดความขัดแย้งส่งผลให้การพัฒนาเป็นไปได้ช้า ในขณะที่ภูมิภาคอื่นๆ ของโลกเจริญ
รุดหน้าไปอย่างต่อเนื่อง และเมื่อภาวะสงครามในภูมิภาคได้หมดไปโดยสิ้นเชิง เมื่อประมาณ 2 ทศวรรษที่ผ่านมา ทำให้ความสัมพันธ์ที่ตึงเครียดใน
อดีตฟื้นคืนกลับมาอีกครั้งหนึ่ง ทั้งนี้ ผลการวิจัยและการประชุมจากองค์กรการวิจัยทั้งภายในและระหว่างประเทศระบุว่า องค์ความรู้เกี่ยวกับ
เศรษฐกิจสังคมและสิ่งแวดล้อมของการพัฒนาความร่วมมือบริเวณสี่เหลี่ยมเศรษฐกิจในอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงแสดงให้เห็นว่าการปรับปรุง เส้นทาง
คมนาคมระหว่างประเทศจะเป็นการเปิดแนวป้องกันตามชายแดนของแต่ละประเทศ ซึ่งจะช่วยเพิ่มความสัมพันธ์ทางการค้าและการลงทุน
ระหว่างประเทศในกลุ่ม รวมทั้งช่วยกระชับความสัมพันธ์ที่มีแต่ดั้งเดิมให้ชัดเจนยิ่งขึ้น นอกจากนี้ข้อมูลด้านการท่องเที่ยวได้ชี้ให้เห็นว่าหาก
โครงการเกิดขึ้นจะช่วยดึงดูดนักท่องเที่ยวและเป็นการเพิ่มรายได้ให้แก่ประเทศและประชากรในท้องถิ่นลุ่มน้ำโขง

สำหรับประเทศไทยแล้ว ข้อมูลทางเศรษฐกิจแสดงให้เห็นถึงความเป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจของเขตสี่เหลี่ยมเศรษฐกิจของประเทศไทยอันเป็นผลมาจากที่ตั้งและลักษณะภูมิประเทศที่เหมาะสมและเพิ่มรายได้ของประชากรในท้องถิ่น รวมทั้งข้อมูลด้านการค้าและการลงทุน ได้
เสนอให้ ประเทศไทยขยายตลาดการค้าและการลงทุนรวมทั้งเป็นแหล่งวัตถุดิบและแหล่งพลังงานสำรองเพื่อรองรับการขยายตัวทางเศรษฐกิจ
และเป็นฐานการผลิตแหล่งใหม่ของนักลงทุนไทยส่วนข้อมูลด้านการท่องเที่ยวชี้ให้เห็นว่า ธุรกิจการท่องเที่ยวของไทยน่าจะได้รับการพัฒนาสู่ธุรกิจ
การท่องเที่ยวนานาชาติในแถบอินโดจีนและจีนตอนใต้

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เป็นมหาวิทยาลัยขนาดกลางที่มีคุณภาพและมาตรฐานการศึกษาในระดับสากล มีความเป็นเลิศในศิลปะและ
วิทยาการสาขาต่างๆ เพื่อเป็นแหล่งผลิตและพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพของประเทศและอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง รวมทั้งเป็นแหล่งสร้างสม
และพัฒนาองค์ความรู้ควบคู่กันไปกับการนำองค์ความรู้ในมหาวิทยาลัยออกไปสู่การประยุกต์ใช้ในสังคมและภาคอุตสาหกรรมของประเทศ ใน
ขณะเดียวกันก็มุ่งเน้นการศึกษาและพัฒนาศิลปวัฒนธรรมของชาติ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ดำเนินงานมาตั้งแต่ปี 2541 โดยมีเป้าหมาย
เพื่อเป็นแหล่งสืบสานพระราชปณิธานของสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนีที่จะ “สร้างคน สร้างความรู้ สร้างคุณภาพ” อนุรักษ์และฟื้นฟู
วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ด้อยโอกาสด้วยการให้การศึกษาระดับสูงเพื่อพัฒนาทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพแสวงหาองค์
ความรู้ใหม่เพื่อพัฒนาบ้านเมืองและอ้างไว้ซึ่งประเพณีและศิลปวัฒนธรรมที่งดงามของกลุ่มชาติพันธุ์ต่างๆ ในภาคเหนือและภูมิภาคลุ่มน้ำโขง
ตอนบน

ดังนั้น สำนักวิชาศิลปศาสตร์ จึงจัดให้มีการประชุมระดับชาติ ศิลปศาสตร์วิชาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ครั้งที่ 1 เนื่องในโอกาสที่
มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงได้ดำเนินงานมาครบรอบ 10 ปี ทั้งนี้เพื่อเป็นส่วนหนึ่งในการนำเสนอความก้าวหน้าทางวิชาการและร่วมกันกำหนด
ทิศทางการพัฒนาสังคมบนฐานความรู้ของผู้คนในกลุ่มประเทศเพื่อนบ้านบริเวณอนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขงตอนบนต่อไป

การประชุมดังกล่าวจะจัดขึ้นระหว่างวันที่ 12 - 14 มีนาคม 2552 สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติม สำนักวิชาศิลปศาสตร์ มฟล.
โทรศัพท์ 0-5391-6721-2 ดาวนโหลดใบสมัครได้ที่ www.mfu.ac.th

กรมทรัพยากรธรณี เปิดเว็บไซต์ใหม่อัปเดตข้อมูลธรณีวิทยาแก่ประชาชน

ศูนย์สารสนเทศทรัพยากรธรณี กรมทรัพยากรธรณี จัดทำเว็บไซต์รวบรวมข้อมูลข่าวสารด้านธรณีวิทยา หวังเป็นแหล่งข้อมูลความรู้ทางด้านทรัพยากรธรณีที่สมบูรณ์แบบ เน้นการใช้งานง่ายและมีข้อมูลที่ทันสมัย

กรมทรัพยากรธรณีได้ดำเนินการพัฒนาเว็บไซต์ใหม่ www.dmr.go.th ซึ่งได้เปิดให้บริการอย่างเป็นทางการแล้วเมื่อต้นเดือนกันยายนที่ผ่านมา เว็บไซต์ที่พัฒนาขึ้นใหม่นี้นำเสนอข้อมูลความรู้ทางด้านทรัพยากรธรณีที่สมบูรณ์แบบ เน้นการใช้งานที่ง่าย มีระบบสืบค้นข้อมูลที่มีประสิทธิภาพ มีฟังก์ชันการใช้งานและบริการที่ทันสมัย ผ่านการบริการจัดการข้อมูลระบบ Content Management System ซึ่งเป็นระบบบริหารจัดการที่ทันสมัยที่สุดตัวหนึ่งของเมืองไทย ทำให้ผู้จัดการเว็บไซต์สามารถอัปเดตข้อมูลใหม่ได้อย่างรวดเร็ว

www.dmr.go.th เป็นเว็บไซต์ที่เต็มไปด้วยข้อมูลข่าวสารที่เป็นปัจจุบัน เหมาะสำหรับนักวิชาการ นักเรียน นักศึกษา และประชาชนทั่วไปที่มีความสนใจในเรื่องของธรณีวิทยา ผู้เข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์สามารถเลือกเข้าชมได้ตามความสนใจเฉพาะเรื่อง ทั้งในส่วนของข่าวที่เกี่ยวข้องกับธรณีวิทยา ข้อมูลด้านธรณีวิทยาส่งแวดล้อม ธรณีภัยพิบัติ ข้อมูลเรื่องแร่ การวิเคราะห์ตรวจสอบหิน-แร่ และอัญมณี ซากดึกดำบรรพ์ และกฎหมายต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับทรัพยากรของชาติในรูปแบบ E-book ที่ให้ผู้อ่านมีความรู้สึกเหมือนการอ่านหนังสือจริงผ่านหน้าจอคอมพิวเตอร์ นอกจากนี้ www.dmr.go.th ยังเป็นศูนย์กลางการบอกข่าวเตือนภัยของสถานการณ์ภัยพิบัติที่จะเกิดขึ้นอีกด้วย

ผู้สนใจสามารถเข้าเยี่ยมชมเว็บไซต์และสมัครเป็นสมาชิกเพื่อรับข้อมูลอัปเดตด้านธรณีวิทยาที่ www.dmr.go.th หรือ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์สารสนเทศ กรมทรัพยากรธรณี โทร 02-6219717 หรือ 02-6219600

มพล.สุดยอดชนเลิศ “รับน้องปลอดภัย” ปี51 ระดับภาคเหนือ

ม.แม่ฟ้าหลวง (มพล.) เดินหน้าสร้างชื่อเสียงอย่างต่อเนื่อง คิวรางวัลชนะเลิศ “รับน้องปลอดภัย” ประจำปี 2551 ระดับภาคเหนือสำเร็จ พร้อมเงินรางวัล 20,000 บาท

ตามที่ แผนงานทุนอุปถัมภ์เพื่อสนับสนุนกิจกรรมปลอดภัยระดับแอลกอฮอล์ในสถานศึกษา สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างสุขภาพ (สสส.) จัดให้มีการประกวดกิจกรรมรณรงค์ “รับน้องปลอดภัย” ประจำปี 2551 ในสถาบันศึกษาทั่วประเทศ โดยการร่วมประกวดนี้จะมีเจ้าหน้าที่ของ สสส. เข้าสังเกตการณ์เป็นระยะ

ล่าสุด สสส. ได้ประกาศผลการประกวดซึ่งผลปรากฏว่า มพล. ได้รับรางวัลชนะเลิศในระดับภูมิภาค (ภาคเหนือ) และได้รับเงินรางวัล 20,000 บาท

เชิญชาว มพล. ร่วมทอดกฐิน ประจำปี 2551

ขอเชิญผู้บริหาร คณาจารย์ และพนักงาน ม.แม่ฟ้าหลวง (มพล.) ร่วมงานทอดกฐิน ประจำปี 2551

กำหนดการทอดกฐิน ประจำปี 2551 ของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

ด้วยมหาวิทยาลัยจะนำผ้ากฐิน (ผ้าไตรพระราชทาน) ประจำปีพุทธศักราช 2551 ไปถวายพระสงฆ์ที่จำพรรษา ณ วัดกาสา ต.แม่จัน ต.แม่จัน จ.เชียงราย ในวันที่ 31 ต.ค. 2551 เวลา 14.00 น. โดยมีกำหนดประกอบพิธีสมโภช และพิธีถวายผ้ากฐิน ดังนี้

วันพฤหัสบดีที่ 30 ต.ค. 2551

- 16.00 น. ผู้บริหารออกจากอาคารสำนักงานอธิการบดี
 - 16.30 น. พนักงานออกจากหน้าธนาคารกรุงเทพ
 - 17.00 น. รับประทานอาหารที่วัดกาสา
 - 18.30 น. พิธีทางศาสนา
 - 19.00 น. งานสมโภช การแสดงจากนักศึกษามหาวิทยาลัย และการแสดงของคณะศรัทธาวัดกาสา
- การแต่งกาย - เสื้อหม้อฮ่อมมหาวิทยาลัย หรือ ชุดสุภาพ

วันศุกร์ที่ 31 ต.ค. 2551

- 12.30 น. ผู้บริหารเดินทางออกจากหน้าสำนักงานอธิการบดี
 - 12.30 น. พนักงานออกจากหน้าธนาคารกรุงเทพ
 - 13.00 น. ตั้งชบวน ณ ที่ว่าการอำเภอแม่จัน
 - 13.30 น. เคลื่อนขบวนไปยังวัดกาสา
 - 14.00 น. พิธีถวายผ้ากฐิน (ผ้าไตรพระราชทาน)
 - 16.00 น. รับประทานอาหารเย็น ณ วัดกาสา
- การแต่งกาย - ชุดปกติขาว หรือชุดสุภาพมหาวิทยาลัย

มฟล.จัดงานใหญ่ถ่ายทอดสด NBT เกิดพระเกียรติสมเด็จย่า 21 ต.ค.

ม.แม่ฟ้าหลวง (มฟล.) ร่วมเทิดพระเกียรติ เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันพระราชสมภพ 9 รอบนักษัตร (108 ปี) แห่งองค์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี วันที่ 21 ต.ค.2551 จัดกิจกรรม ถ่ายทอดสดที่สถานีโทรทัศน์ NBT แสดงพลังแห่งความจงรักภักดีที่ปวงชนชาวไทย มีต่อสมเด็จพระย่า และเพื่อดำเนินตามรอยเบื้องพระยุคลบาทให้ประจักษ์เป็นรูปธรรมในนาม “มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง”

รศ.ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดี มฟล. เปิดเผยว่า “จากการที่มหาวิทยาลัยได้รับความอนุเคราะห์จากสถานีโทรทัศน์แห่งประเทศไทย กรมประชาสัมพันธ์ (NBT) จังหวัดเชียงใหม่ในการถ่ายทอดสดในวันที่ 21 ต.ค. 2551 ระหว่างเวลา 22.00-24.00 น. ทั่วประเทศไทย ซึ่งกิจกรรมถ่ายทอดสดนี้เป็นการนำเสนอกิจกรรมเพื่อเทิดพระเกียรติ ในโอกาสวันคล้ายวันพระราชสมภพขององค์สมเด็จพระย่าในรูปแบบสารคดี ประกอบการถ่ายทอดสด ซึ่งประกอบด้วย สารคดีสมเด็จพระย่าที่ถ่ายทอดถึงพระราชปณิธานของพระองค์ที่มีต่อพสกนิกรชาวไทย สารคดีการสร้าง มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงตามพระราชปณิธาน การสัมภาษณ์สดอธิการบดีถึงตำนาน 10 ปีมหาวิทยาลัยที่ถือเป็นอนุสรณ์สถานแห่งความรักภักดี เพื่อให้เป็นสมบัติของแผ่นดิน และการเปิดรับบริจาคเงินเข้ามูลนิธิ 100 ปีสมเด็จพระศรีนครินทร์”

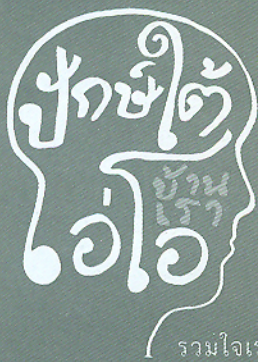
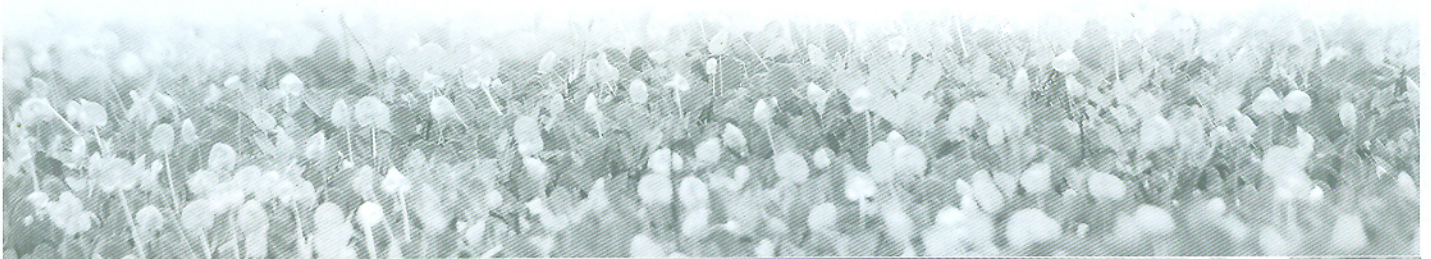
“กิจกรรมที่จัดขึ้นนี้ยังเป็นการแสดงให้เห็นถึงศักยภาพของมหาวิทยาลัย ตลอดช่วงเวลา 10 ปีของการก่อตั้งที่มุ่งการ “สร้างคน สร้างความรู้ สร้างคุณภาพ” อนุรักษ์และฟื้นฟูธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้ด้อยโอกาสด้วยการให้การศึกษาระดับสูงเพื่อพัฒนาทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพแสวงหาองค์ความรู้ใหม่เพื่อพัฒนาบ้านเมืองและดำรงไว้ซึ่งประเพณีและศิลปวัฒนธรรมที่ดั้งเดิมของชาติพันธุ์ต่างๆ ในภาคเหนือและ ภูมิภาคลุ่มน้ำโขง”

ซึ่งบรรยากาศภายในห้องส่งของสถานีวิทยุโทรทัศน์ NBT จ.เชียงใหม่ ล้นหลามไปด้วย แขนงผู้มีเกียรติ ผู้บริหาร บุคคลากร นักศึกษาเก่าและปัจจุบันของ มฟล. ที่มาร่วมแสดงพลังแห่งความจงรักภักดีต่อองค์แม่ฟ้าหลวงของปวงชนชาวไทย นอกจากนี้ยังมีการเปิดรับบริจาคเงินเข้ามูลนิธิ 100 ปีสมเด็จพระศรีนครินทร์ ซึ่งยอดรวมที่ได้รับมาทั้งหมดในคืนดังกล่าวมีทั้งสิ้น 994,000 บาท





1. Mrs. Junko Yokota กงสุลญี่ปุ่นประจำประเทศไทย ณ นครเชียงใหม่ เข้าร่วมบันทึกเทป
2. คณะผู้บริหาร คณาจารย์ พนักงาน สมาคมนักศึกษาเก่า และนักศึกษาปัจจุบัน ร่วมบันทึกเทป
3. วงดนตรีสะล้อ ซอ ซึง มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
4. คณะสมาคมนักศึกษาเก่า
5. นักศึกษามหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงร่วมเป็นพิธีกรในรายการ
- 6-11 บรรยายภาคในรายการสด
12. รศ.ดร.เทอด เทศประทีป รองอธิการบดี ร่วมรับโทรศัพท์ตอบคำถาม
13. รศ.นริวรรณ จิตนกำนันท์ รองอธิการบดี ร่วมรับโทรศัพท์ตอบคำถาม
14. รศ.ดร.จักรพันธ์ วงษ์บุรณาวาทย์ คณบดีสำนักวิชาศิลปศาสตร์ ร่วมรับโทรศัพท์ตอบคำถาม
15. รศ.ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดี ร่วมถ่ายรูปที่ระลึกพร้อมนักศึกษาพิธีกร



ปลุกน้ำใจ...ในบ้านเรา

กำกับภาพยนตร์

โดย นิสา คงศรี และ อารีญา ศิริโสภา

รวมใจเราอยู่

ในวันที่ 3 ธันวาคม 2551 ณ หอประชุมสมเด็จพระเจ้า (C4) มฟล. เวลา 13.00 - 16.30 น.

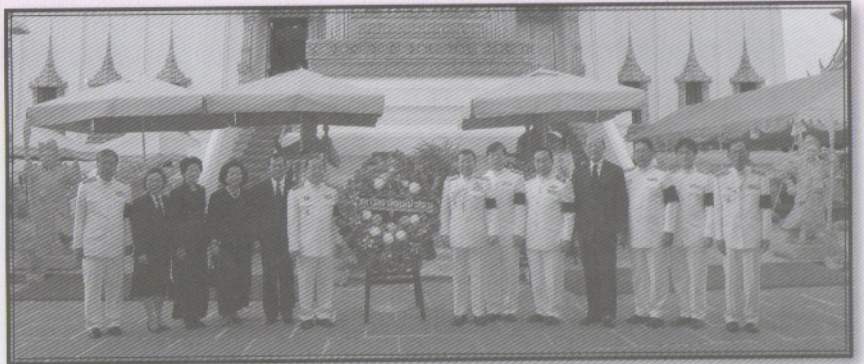


“พระกรุณาธิคุณที่มีต่อมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง”

นับเป็นการสูญเสียครั้งยิ่งใหญ่ของปวงชนชาวไทย เมื่อสำนักพระราชวังได้มีแถลงการณ์ถึงการ สิ้นพระชนม์ ของสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ เมื่อเวลา 2 นาฬิกา 54 นาที ของวันพุธที่ 2 มกราคม พุทธศักราช 2551 รวมพระชนมายุ 84 พรรษา

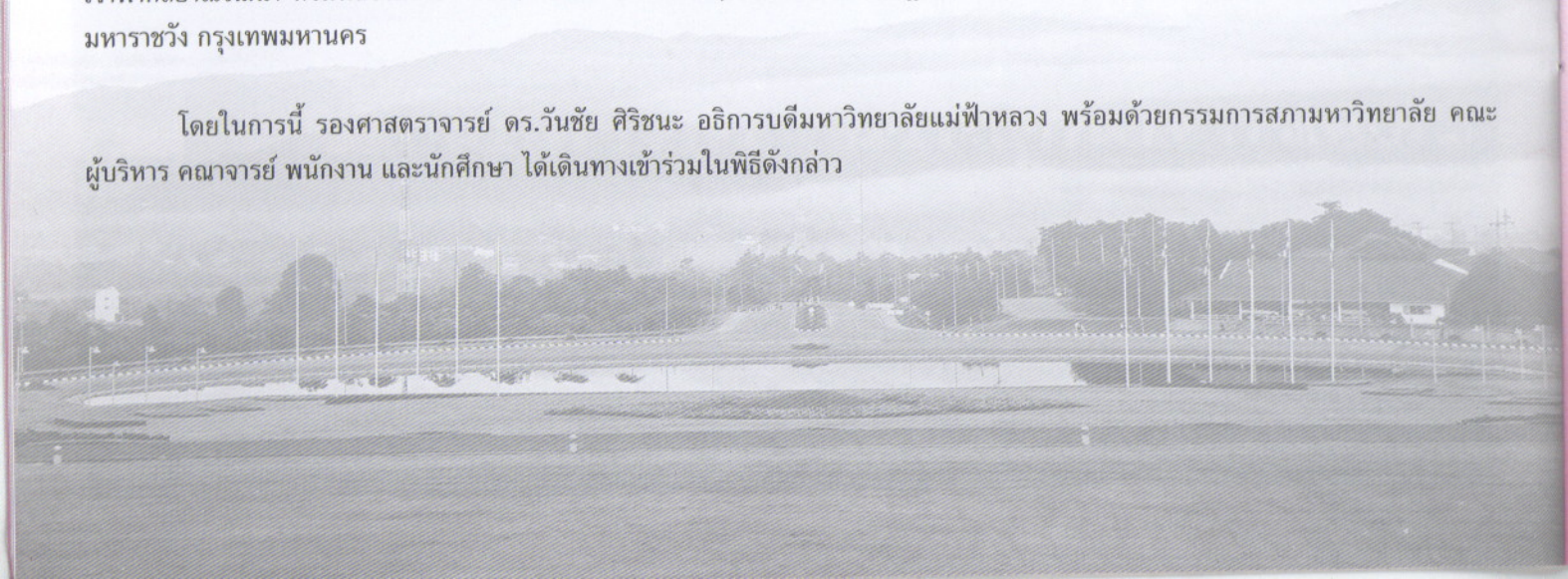
ตลอดพระชนม์ชีพ สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ ได้ทรงดำรงพระองค์ด้วยพระจริยวัตร ที่งดงามสมบูรณ์เพียบพร้อมทุกประการ ทั้งในฐานะพระธิดาของพระบรมราชชนกและพระบรมราชชนนี พระโสทรเชษฐภคินีของพระอนุชา ผู้ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ไทยที่ทรงพระคุณอันประเสริฐถึงสองพระองค์ และในฐานะพระบรมวงศ์แห่งบรมราชจักรีวงศ์ และของพสกนิกร พระกระณียกิจทั้งปวงที่ทรงบำเพ็ญล้วนเป็นคุณประโยชน์อันไพศาลทั้งแก่พระราชวงศ์ ประเทศชาติ และประชาชนชาวไทยโดยถ้วนทั่ว

ในการนี้มหาวิทยาลัยขอนแก่นแก่น้อมเกล้าฯน้อมกระหม่อมถวายความจงรักภักดี และสำนึกในพระกรุณาธิคุณแต่ สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ ผู้ทรงเป็น “แก้วกัลยาณี” แห่งบรมราชจักรีวงศ์ พระนามของพระองค์ท่านจักสถิตอยู่ เนื้อเกล้าของทวยราษฎร์ชาวไทย และขามมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงตราบนานเท่านาน



มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ได้รับพระมหากรุณาธิคุณให้มหาวิทยาลัยร่วมเป็นเจ้าภาพบำเพ็ญกุศลถวายพระศพสมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 31 กรกฎาคม 2551 เวลา 10.00 น. ศาลาดุสิตดาลัย พระบรมมหาราชวัง กรุงเทพมหานคร

โดยในการนี้ รองศาสตราจารย์ ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดีมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง พร้อมด้วยกรรมการสภามหาวิทยาลัย คณะผู้บริหาร คณาจารย์ พนักงาน และนักศึกษา ได้เดินทางเข้าร่วมในพิธีดังกล่าว

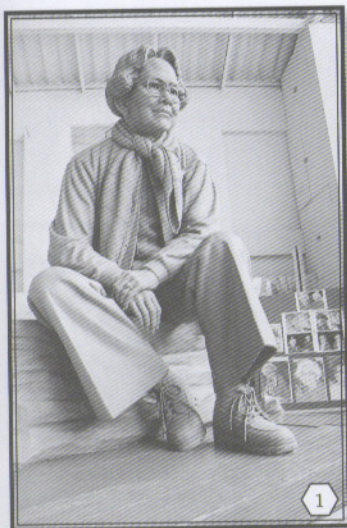


“พระกรุณาธิคุณที่มีต่อมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง”

15 มิถุนายน พุทธศักราช 2547

“เสด็จฯ ตรวจงานปั้น พระรูปสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี”

สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ เสด็จฯ ตรวจงานปั้นพระรูป สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ณ บ้านเลขที่ 35/75 ถนนพุทธมณฑล 1 หมู่บ้านมหาดไทย กรุงเทพมหานคร



1. พระรูปต้นแบบ
2. นายกสภามหาวิทยาลัย อธิการบดี กรรมการสภา และคณะผู้บริหาร เฝ้ารับเสด็จ
3. ประทับพระเก้าอี้เพื่อทอดพระเนตรพระรูปต้นแบบ
- 4-5-6. ทอดพระเนตรพระรูปต้นแบบ โดยมี พันโทนภดล สุวรรณสมบัติ ประติมากรผู้ปั้นถวายรายงาน พร้อมด้วยนายกสภามหาวิทยาลัย และอธิการบดี
7. อธิการบดีมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ถวายรายงานจุดที่ตั้งพระราชานุสาวรีย์ ณ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย
8. สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอฯ ทรงฉายพระรูปร่วมกับพระรูปต้นแบบ สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี

“พระกรุณาธิคุณที่มีต่อมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง”

15 ธันวาคม พุทธศักราช 2547

“เสด็จฯ แทนพระองค์ในพิธีเททองหล่อ พระรูปสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี”

สมเด็จพระเจ้าพี่นางเธอ เจ้าฟ้ากัลยาณิวัฒนา กรมหลวงนราธิวาสราชนครินทร์ เสด็จฯ แทนพระองค์ในพิธีเททองหล่อ พระรูปสมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ณ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง จังหวัดเชียงราย



1. นายกสภามหาวิทยาลัย อธิการบดี กรรมการสภามหาวิทยาลัย ผู้บริหาร และคณาจารย์ เฝ้ารับเสด็จ
2. เสด็จเข้าภายในพลับพลาพิธี
3. ประทับพระเก้าอี้ภายในพลับพลาพิธี
- 4,5 ทรงรับแผ่นทอง นาก เงิน จากอธิการบดี แล้วทรงหย่อนแผ่นทอง นาก เงิน ลงในช้อนที่เจ้าพนักงานพระราชพิธีถือถวาย
- 6,7 ทรงถือสายสูตรเททองหล่อพระรูป
8. ทรงประเคนจุดปัจจัยไทยธรรมถวายพระสงฆ์
9. อธิการบดีกราบทูลเบิกผู้มีจิตศรัทธาถวายเงินสมทบทุนจัดสร้างพระราชานุสาวรีย์สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี
10. นายกสภามหาวิทยาลัย เข้าเฝ้าถวายเงินโดยเสด็จพระกุศลตามพระอัธยาศัย
11. ทรงปลูกต้นไม้ (ต้นลำดวน)
12. รองอธิการบดี (รศ.ดร.เทอด เทศประทีป) ผู้บริหาร และคณาจารย์ เฝ้ารับเสด็จ ณ อาคารสำนักงานอธิการบดี
13. ทรงลงนามในสมุดเยี่ยม
- 14,15 ทรงฉายพระรูปร่วมกับกรรมการสภาและผู้บริหาร



โรงเรียนเทคโนโลยีเอเชีย จ.เชียงใหม่ 06-10-51

เมื่อวันจันทร์ที่ 6 ตุลาคม 2551 อ.ณัฐพรพรรณ อุทมา อาจารย์ประจำสำนักวิชาการจัดการให้การต้อนรับคณะจากโรงเรียนเทคโนโลยีเอเชีย จ.เชียงใหม่ พร้อมทั้งยังพาคณะเยี่ยมชมห้องปฏิบัติการทางคอมพิวเตอร์ และ ศูนย์ภาษาและวัฒนธรรมจีนสิรินธร มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง



ม.ราชมงคล จ.ตาก 13-10-51

คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล จ.ตาก เข้าศึกษาดูงานด้านการจัดการเรียนการสอนและโปรแกรมการเรียนการสอน ของสำนักวิชาศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงในวันจันทร์ที่ 13 ตุลาคม ที่ผ่านมา โดยการนี้ อาจารย์พลวัฒน์ ประพัฒน์ทอง อาจารย์ประจำสำนักวิชาศิลปศาสตร์ ให้เกียรติร่วมต้อนรับและเป็นวิทยากรในครั้งนี้



มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่ 27-10-51

เมื่อวันจันทร์ ที่ 27 ตุลาคม ที่ผ่านมา ส่วนพัฒนานักศึกษา ส่วนการเงินและบัญชี พร้อมด้วย ฝ่ายภูมิทัศน์ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ให้การต้อนรับคณะจาก มหาวิทยาลัยนอร์ท-เชียงใหม่ เข้าศึกษาดูงานด้านกองทุนการศึกษา สวัสดิการ การเงินและภูมิทัศน์ ของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ส่วนงานดังกล่าว ได้ส่งผู้แทนมาร่วมต้อนรับและร่วมกันเป็นวิทยากรให้ความรู้ พร้อมทั้งแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทักษะคิด บรรยายภาคซึ่งเต็มไปด้วยความอบอุ่น



ม.ราชภัฏนครปฐม 28-10-51

เมื่อวันอังคารที่ 28 ตุลาคม ที่ผ่านมา ส่วนพัฒนานักศึกษา นำทีมโดย คุณวีระชัย เจริญจิตติชัย หัวหน้าส่วนพัฒนานักศึกษา พร้อมทั้งหัวหน้าฝ่ายกิจกรรมและเจ้าหน้าที่ องค์กรนักศึกษาพร้อมทั้งสมาชิก ให้เกียรติต้อนรับคณะและร่วมเป็นวิทยากรและแลกเปลี่ยนความรู้แก่ กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏนครปฐมซึ่งเข้าศึกษาดูงานด้านกิจการนักศึกษา องค์กรนักศึกษาและสภานักศึกษาของมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ซึ่งบรรยายภาคเต็มไปด้วยความสนุกสนานและเป็นกันเอง



ม.ราชภัฏสวนดุสิต 30' 10 -51

เมื่อวันพฤหัสบดีที่ 30 ตุลาคม ที่ผ่านมา รศ.ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดีมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ให้เกียรติกล่าวต้อนรับคณะจากมหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต และให้ความรู้พร้อมบรรยายภาพรวมเกี่ยวกับมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ทั้งนี้ ยังมีเจ้าหน้าที่จากสำนักงานทรัพย์สินและจัดหารายได้ เจ้าหน้าที่จากส่วนรับนักศึกษา ร่วมกันเป็นวิทยากรและให้ความรู้แก่ทางคณะ และยังแลกเปลี่ยนประสบการณ์และความรู้ พร้อมทั้งเจ้าหน้าที่ฝ่ายหอพัก ยังพาเยี่ยมชมหอพักในมหาวิทยาลัยในครั้งนี้ด้วย

โครงการบริการวิชาการ

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง ในฐานะสถาบันอุดมศึกษาในกำกับของรัฐที่มีพันธกิจหลักที่สำคัญอยู่ 4 ประการ คือ การผลิตบัณฑิต การวิจัย การบริการวิชาการแก่สังคม การทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมและอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งพันธกิจบริการวิชาการแก่สังคมที่ให้บริการวิชาการแก่ชุมชนสังคมโดยรวม ในรูปแบบต่างๆ ให้แก่องค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน องค์กรอิสระ องค์กรสาธารณะ ชุมชน และสังคมโดยกว้าง เช่น การอนุญาตให้ใช้ประโยชน์ในทรัพยากรด้านต่างๆ ของสถาบัน เป็นแหล่งอ้างอิงทางวิชาการ ให้คำปรึกษา ให้บริการฝึกอบรม จัดประชุมหรือสัมมนาวิชาการ ทำงานวิจัยเพื่อตอบคำถามต่างๆ หรือเพื่อชี้แนะสังคม

ในปีงบประมาณ 2552 ระหว่างเดือนตุลาคม 2551 ถึงเดือนกันยายน 2552 มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง โดยสำนักวิชาต่างๆ ได้เสนอโครงการบริการวิชาการ เพื่อตอบสนองความต้องการของชุมชน ท้องถิ่น อันจะเป็นการเผยแพร่องค์ความรู้สู่สังคม สนองพระราชปณิธานแห่งองค์สมเด็จพระเจ้าแม่ฟ้าหลวงของชาวไทยที่น่าสนใจมากมาย ดังนี้

ตุลาคม 2551 - ธันวาคม 2551

- โครงการ กฎหมายสู่ชุมชน สำนักวิชานิติศาสตร์ จัดรายการวิทยุเผยแพร่ความรู้ทางกฎหมายทุกวันพุธ เวลา 13.00-14.00 น.ทางสถานีวิทยุร่วมด้วยช่วยกัน คลื่นความถี่ 103 เมกะเฮิร์ต และอบรมเผยแพร่ความรู้ทางกฎหมายแก่หน่วยงานองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่สนใจ
- โครงการ การให้บริการตรวจรักษาโรคเคลื่อนที่ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
- โครงการ ทักษะการออกเสียงภาษาจีนกลาง สำหรับวิชาศิลปศาสตร์ วันที่ 13 ธันวาคม 2551 ไม่เก็บค่าลงทะเบียน
- โครงการ อบรมเชิงปฏิบัติการดูแลมารดาก่อนและหลังคลอดด้วยการแพทย์แผนไทย สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ วันที่ 16-18 ธันวาคม 2551 อัตราค่าลงทะเบียน 2,500 บาท
- โครงการ การประชุมวิชาการ เรื่อง การเจ็บป่วยเรื้อรัง:วิถีสู่การให้บริการสุขภาพที่เป็นเลิศ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ วันที่ 17-19 ธันวาคม 2551 อัตราค่าลงทะเบียน 2,000 บาท

มกราคม 2552 - มีนาคม 2552

- โครงการ อบรมเชิงปฏิบัติการ ค่ายนักอุตสาหกรรมเกษตรรุ่นใหม่ สำนักวิชาอุตสาหกรรมเกษตร วันที่ 17 มกราคม 2552 รับสมัครนักเรียนระดับมัธยมศึกษาเข้าร่วมโครงการ ฟรี
- โครงการ หนังสือเพื่อน้อง ศูนย์บรรณสารและสื่อการศึกษา โครงการ ความรู้เบื้องต้นการส่งออก สำนักวิชาการจัดการ ไม่เก็บค่าลงทะเบียน
- โครงการ การเสริมความรู้ด้านอุตสาหกรรมเกษตรแก่อาจารย์ระดับมัธยมศึกษาในเขตจังหวัดเชียงราย สำนักวิชาอุตสาหกรรมเกษตร ไม่เก็บค่าลงทะเบียน
- โครงการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงกับการพัฒนาห้องสมุดโรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนในเขตพื้นที่ จังหวัดเชียงราย ศูนย์บรรณสารและสื่อการศึกษา
- โครงการ การอบรมเสริมอาชีพการแปรรูปอาหาร (โครงการต่อเนื่อง)สำนักวิชาอุตสาหกรรมเกษตร ณ องค์กรบริหารส่วนตำบลบ้านด้าย เชียงราย

เมษายน 2552 - มิถุนายน 2552

- โครงการ การสร้างสื่อผสมแบบดิจิทัลเพื่อประชาสัมพันธ์หน่วยงาน และองค์กร หรือ Digital Multimedia Creation Training for Organization Development สำนักวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ อัตราค่าลงทะเบียน 4,900 บาท
- โครงการ เสริมสร้างโรงเรียนเครือข่ายห้องปฏิบัติการวิทยาศาสตร์ปลอดภัย ศูนย์เครื่องมือวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี บริการฟรี
- โครงการ การสร้างเว็บไซต์ด้วย Joomla สำนักวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ อัตราค่าลงทะเบียนนักเรียน นักศึกษา คนละ 1,200 บาท บุคคลทั่วไป คนละ 1,500 บาท
- โครงการ PHP for Web programming ขั้นสูง ศูนย์บริการเทคโนโลยีสารสนเทศ อัตราค่าลงทะเบียน คนละ 3,000 บาท
- โครงการ การอบรมเชิงปฏิบัติการเพื่อถ่ายทอดเทคโนโลยี การรักษาโรคหัวใจหลอดเลือดด้วย โปรแกรมกระบวนการสร้างสมดุลของร่างกาย (BFEP) สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ค่าลงทะเบียน 3,000 บาท
- โครงการ การประชุมเชิงปฏิบัติการ เรื่อง การสร้างงานวิจัยจากงานการให้บริการสุขภาพ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์ อัตราค่าลงทะเบียน 2,000 บาท
- โครงการ การเสริมสร้างบุคลิกภาพในการทำงานยุคใหม่ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์เครื่องสำอาง อัตราค่าลงทะเบียนนักเรียน นักศึกษา คนละ 500 บาท บุคคลทั่วไป คนละ 800 บาท
- โครงการ การรักษาความปลอดภัยในระบบเครือข่ายเบื้องต้น สำนักวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ อัตราค่าลงทะเบียน 1,300 บาท
- โครงการ ประชุมวิชาการเรื่อง การดูแลผู้ป่วยโรคเมะเร็งด้วยการแพทย์ผสมผสาน ครั้งที่ 2 สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ อัตราค่าลงทะเบียน 2,000 บาท
- โครงการ อบรมทศทางกลยุทธ์สำหรับครูภาษาไทยในยุคสังคมฐานความรู้ครั้งที่ 3 สำนักวิชาศิลปศาสตร์ อัตราค่าลงทะเบียน 900 บาท

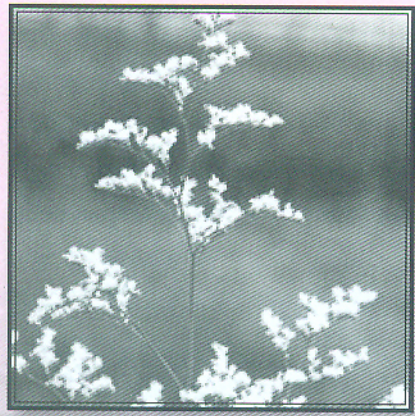
พฤษภาคม 2552 - กรกฎาคม 2552

- โครงการ การอบรมเชิงปฏิบัติการเรื่อง การจัดการงานสาธารณสุขในภาวะภัยพิบัติธรรมชาติ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ อัตราค่าลงทะเบียน 2,500 บาท
- นอกจากนี้ ยังมีโครงการ การอบรมเชิงปฏิบัติเรื่อง “การวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานในงานวิจัยวิทยาศาสตร์สุขภาพ” สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ, โครงการ พัฒนาภาษาอังกฤษสำหรับบุคคลทั่วไป และโครงการ เสริมสร้างความรู้สู่เยาวชน สำนักวิชาศิลปศาสตร์, โครงการเทคนิคการเป็นพิธีกรมืออาชีพ (รุ่นที่ 2) และโครงการ ศิลปะการพูดในที่ชุมชน ศูนย์บริการวิชาการ

ทุกโครงการบริการวิชาการ สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ ศูนย์บริการวิชาการ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง หมายเลขโทรศัพท์ 0 5391 6450 หมายเลขโทรสาร 0 5391 6384 หรือดาวน์โหลดเอกสารการรับสมัครและสมัคร Online ได้ที่ www.mfu.ac.th/center/cas

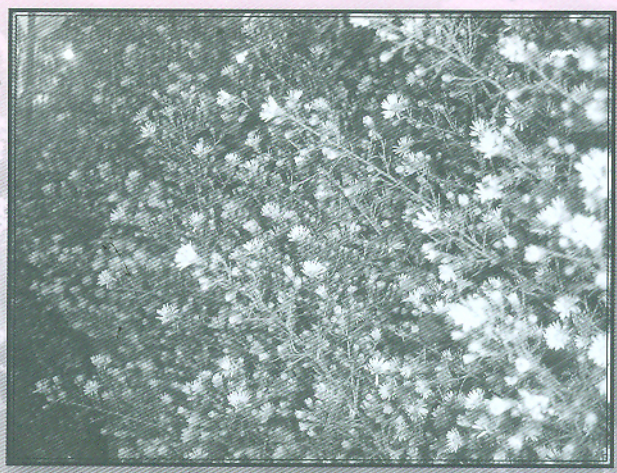
การเลือกดอกไม้

(ต่อจากฉบับที่แล้ว)



เราได้พูดถึงวิธีการเลือกดอกไม้ไปแล้วหลายชนิด ซึ่งส่วนใหญ่จะเป็นดอกหลักหรือดอกประธาน มาฉบับนี้ผู้เขียนขอแนะนำวิธีการเลือกดอกไม้ที่เป็นประเภทดอกแซม ซึ่งขนาดดอกมีขนาดเล็กและเป็นช่อ ดอกไม้ประเภทดอกแซมนี้จะมีหลายชนิดด้วยกัน อาทิ แอสเตอร์พีค็อค (Aster Precook) จิบโซฟิลล่า (Gypsophila) แคสเปียร์ (Caspea) หรือจะเป็นดอกไม้ไทยๆ อย่างสร้อยทอง เป็นต้น ลักษณะดอกเหล่านี้เราเรียกว่าดอกช่อ การเลือกดอกไม้ที่จะนำมาเป็นดอกแซมนั้นขึ้นอยู่กับวัตถุประสงค์ของการใช้งานซึ่งมีความแตกต่างกันออกไป แต่ผู้เขียนจะอธิบายในภาพรวมของการเลือกดอกประเภทดอกแซม

โดยสังเกตจากดอกไม้ที่มีขนาดเล็ก ซึ่งแอสเตอร์พีค็อค, จิบโซฟิลล่า และสร้อยทองนั้นจะมีข้อสังเกตได้ง่าย ดอกที่มีความสดและใหม่นั้นในช่อหนึ่งๆ ต้องประกอบไปด้วยดอกตูม ลักษณะยังเป็นเม็ดหรือเป็นตุ่มๆ อยู่ และดอกที่กำลังบานเต็มที่ซึ่งจะมีสีขาวสะอาดหรือสีเหลืองสีม่วงตามแต่ละชนิดของดอกไม้ แต่หากในช่อนั้นใจกลางของดอกเริ่มเป็นสีน้ำตาลหรือมีดอกที่เริ่มฝ่อหรือเฉาไปบ้างแล้ว แสดงว่าดอกนั้นแก่เกินไปหรือตัดมาจากต้นนานเกินไป อายุการใช้งานก็น้อยลงตามไปด้วย ลึที่สำคัญก้านดอกต้องสดและใหม่ ไม่มีสีน้ำตาลหรือเริ่มเปื่อยเน่าด้วย



พนมกร นันติ
 ส่วนอาคารสถานที่
 maekok_14@hotmail.com

นอกรีวิว แดง-ทอง

สมาคมฯ ร่วมงานถ่ายทอดสด รายการตามรอยสมเด็จพระเจ้า



วันที่ 21 ตุลาคม 2551 ที่ผ่านมา เป็นวันคล้ายวันพระราชสมภพ 108 ปีนักขัตตร สมเด็จพระศรีนครินทราบรมราชชนนี ทงมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงได้จัดกิจกรรมถ่ายทอดสด รายการ 10 ปีมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวงตามรอยสมเด็จพระเจ้า “ปลูกป่า สร้างคน” ณ สถานีโทรทัศน์ กรมประชาสัมพันธ์ จังหวัดเชียงใหม่ (NBT) โดยในการจัดงานครั้งนี้สมาคมนักศึกษาเก่าฯ ได้มีส่วนร่วมกับมหาวิทยาลัยเพื่อเดินทางไปบันทึกรายการและรับโทรศัพท์เพื่อรับบริจาคเงินเข้าสมทบกองทุน 100 ปี สมเด็จพระศรีนคริน นำนานานประชา รุ่งเพ็ชรวิภาวดี นายกสมาคม นายพนมกร นันติ เลขธิการสมาคม นายดำรงศักดิ์ จงไพโรจน์โมษิต และนางสาวรัชดาภรณ์

พิมพ์ประพันธ์ ผู้ช่วยประชาสัมพันธ์สมาคม และคณะกรรมการอีกจำนวนหนึ่งด้วย

นายพิทักษ์ สันติพิทักษ์ ประธานฝ่ายกิจกรรมของสมาคมนักศึกษาเก่ามหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง เผยว่า ตามที่นายกสมาคมได้แจ้งว่าสมาคมกำหนดจัดงาน “ราตรีที่เพื่อน้อง” ขึ้น ในวันที่ 30 พฤศจิกายน 2551 ที่จะถึงนี้ที่ลานอเนกประสงค์ โรงแรมวังคำนั้น ความคืบหน้าขณะนี้สมาคมได้มีการประชุมร่วมกับกรรมการที่ปรึกษา โดยได้วางแผนการประชาสัมพันธ์และการจัดจำหน่ายบัตร โดยจะจำหน่ายในราคาบัตรละ 700 บาท ซึ่งรายได้จากการจัดงานครั้งนี้จะได้นำไปจัดสรรเป็นทุนการศึกษาให้กับน้องๆ ต่อไป ซึ่งสมาคมเองจึงขอประชาสัมพันธ์และเชิญชวนผู้มีจิตเมตตาได้ช่วยสนับสนุนกิจกรรมในครั้งนี้โดยเฉพาะนักศึกษาเก่าทุกท่านด้วย



วิตามินกับสุขภาพ

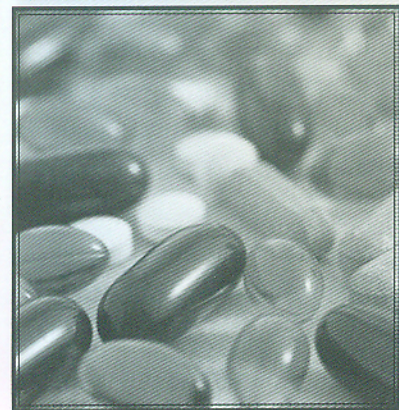
อ.จักรกฤษณ์ วัชรภักดิ์
สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
Juk_aus@hotmail.com

ตอนที่ 1 : วิตามินซี

เป็นที่ทราบกันโดยทั่วไปว่า วิตามินซีหรือ กรดแอสคอร์บิก มีประโยชน์มากมายหลายอย่าง ไม่ว่าจะเป็นช่วยปกป้องเซลล์จากการถูกทำลาย เสริมสร้างภูมิคุ้มกัน เสริมสร้างความแข็งแรงของเนื้อเยื่อในร่างกายที่เกี่ยวข้องกับเส้นเอ็น และคอลลาเจน นอกจากนี้หลายท่านยังทราบว่า วิตามินซี ยังมีฤทธิ์ในการเป็นสารแอนติออกซิแดนซ์ที่ดีที่สุด จึงสามารถป้องกันการทำลายเซลล์จากอนุมูลอิสระได้เป็นอย่างดี ซึ่งเรื่องของแอนติออกซิแดนซ์นี้ ได้เคยเขียนไว้ในบทความวารสารนี้แล้ว และมันช่วยให้ร่างกายสามารถนำสารต้านอนุมูลอิสระตัวอื่น ๆ กลับมาใช้ประโยชน์ใหม่ได้จากที่ได้กล่าวมาเบื้องต้น ภาพของวิตามินซี อาจจะยังกว้างมากไป ในที่นี้จะขอรวบรวมไว้เป็นข้อๆ เพื่อให้เห็นชัดเจนดังนี้ครับ



● วิตามินซี ช่วยบรรเทาความรุนแรงและระยะเวลาของการเป็นโรคหวัด หากเริ่มรับประทาน วิตามินซี ตั้งแต่เริ่มแรกที่มีอาการหวัด จะช่วยลดความรุนแรงของหวัดและหายได้เร็วขึ้น มีการศึกษาเมื่อปี 1995 พบว่าหากรับประทาน วิตามินซี 1,000 ถึง 6,000 มิลลิกรัมต่อวันตั้งแต่เริ่มมีอาการของโรคหวัด จะช่วยให้หายได้เร็วขึ้น 21% แต่ในทางการแพทย์ก็ยังคงรอผลการวิจัยเพื่อสนับสนุนอีกพอสมควร



- วิตามินซี ช่วยให้แผลหายได้เร็วขึ้น เนื่องจาก วิตามินซี ช่วยให้ร่างกายซ่อมแซมและรักษาตัวเอง โดยการไปเสริมสร้างผนังเซลล์ ทำให้เส้นเลือดฝอยแข็งแรง และต่อต้านอาการอักเสบ จึงทำให้แผลหายได้เร็วขึ้น คุณสมบัติข้อนี้ยังรวมถึงการเสริมสร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อหัวใจอีกด้วย
- เพิ่มความต้านทานต่อ โรคหัวใจ โดยการไปช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการควบคุมระดับ คอเลสเตอรอล ในร่างกาย โดยเฉพาะอย่างยิ่งเมื่อรับประทานร่วมกับ วิตามินอี โดยมันจะไปลดการเกาะตัวของไขมันที่ผนังหลอดเลือด
- วิตามินซี เป็นสารต้านอนุมูลอิสระที่ดีที่สุดมีฤทธิ์ค่อนข้างแรง จึงสันนิษฐานว่าจะช่วยในการป้องกันและต่อสู้กับโรค มะเร็ง ได้ มีการศึกษาอย่างมากในเรื่องนี้แต่ก็ยังไม่ข้อสรุปที่ชัดเจน ยังมีการถกเถียงกันอย่างมากในวงการวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับ วิตามินซี กับการป้องกันและต่อสู้กับโรคมะเร็ง
- บรรเทาอาการแพ้ หอบหืด ไช้นัส ทั้งนี้เนื่องจากโดยธรรมชาติแล้ว วิตามินซี มีคุณสมบัติเป็นสารต่อต้านภูมิแพ้ต่างๆ เช่น ฝุ่นละออง เกษตรดอกไม้ ซึ่งอาการแพ้เหล่านี้ก็เป็นสาเหตุส่วนหนึ่งของโรคไช้นัส นอกจากนี้ยังมีการศึกษาพบว่า วิตามินซี ช่วยป้องกันและทำให้อาการหอบหืดดีขึ้น
- ช่วยป้องกันอาการไมเกรน เมื่อรับประทานร่วมกับ pantothenic acid โดย วิตามินซี จะไปช่วยร่างกายในการต่อสู้กับความเครียดได้ดีขึ้น
- วิตามินซี จะไปช่วยรักษาสุขภาพของเซลล์ประสาทและจะได้ผลดียิ่งขึ้นหากรับประทานร่วมกับ อาหารต้านอนุมูลอิสระชนิดอื่นๆ เช่น วิตามินอี เบต้าแคโรทีน และโคเอนไซม์ Q10 ดังนั้นวิตามินซีจึงช่วยเรื่องความจำ

ขนาดรับประทาน

ในสภาวะปกติปริมาณที่แนะนำให้รับประทานคือ 60 มิลลิกรัมต่อวัน (แต่ในคนที่สูบบุหรี่ 200 มิลลิกรัมต่อวัน) ปริมาณนี้เป็นปริมาณที่แนะนำให้เพียงพอต่อการใช้ในร่างกายปกติในแต่ละวันเท่านั้น อย่างไรก็ตามผู้เชี่ยวชาญด้านอาหารเสริมสุขภาพได้แนะนำว่า เพื่อประสิทธิภาพที่ดีต่อสุขภาพควรจะต้องรับประทานอย่างน้อย 100-200 มิลลิกรัมต่อวัน คนที่มีความเครียดควรรับประทานวันละ 500 มิลลิกรัมต่อวัน แต่หากต้องการผลในด้านการป้องกันโรคต่างๆ เช่น มะเร็ง ความชรา ควรจะรับประทาน 500 - 1,000 มิลลิกรัม เนื่องจาก วิตามินซี สามารถละลายน้ำได้ดี หากร่างกายไม่ได้ใช้ก็มีการขับออกมาได้ทางปัสสาวะ อีกทั้งยังไม่เคยมีรายงานเกี่ยวกับพิษที่เกิดจากการรับประทาน วิตามินซี แม้จะรับประทานในปริมาณที่สูง การรับประทานอาจจะแบ่งรับประทานหลายครั้งในแต่ละวัน ไม่จำเป็นต้องรับประทานทีเดียวทั้งหมด สามารถรับประทานได้ตลอดเวลาไม่มีข้อจำกัดว่าต้องก่อนหรือหลังมื้ออาหาร แต่หากรับประทานได้ในตอนเช้าจะทำให้ร่างกายมีสารต้านอนุมูลอิสระต่อสู้กับ อนุมูลอิสระต่างๆที่จะเข้ามาในช่วงวันได้

การรับประทานวิตามินซี ในปริมาณมากๆเช่นอาจจะส่งผลข้างเคียงบางอย่างกับร่างกายได้เช่น จะไปลดหรือยับยั้งการดูดซึม Copper และ Selenium ซึ่งธาตุทั้งสองตัวนี้มีมากในผัก ผลไม้ ดังนั้นก็ควรรับประทานผักผลไม้ จำนวนมากพอเพื่อลดปัญหาดังกล่าวด้วย

ทำไมผมถึงได้แนะนำให้รับประทานวิตามินซีเสริมเพิ่มเติมขึ้นมา ทำไมไม่บอกว่าในอาหารธรรมชาติทั่วไปก็มี ความจริงอาหารธรรมชาติทั่วไป ไม่ว่าจะเป็น ส้ม ฝรั่ง มะขามเทศ มะขามป้อม บลอคโคลี่ พริก สับปะรด สตอเบอร์รี่ เหล่านี้ล้วนแล้วแต่มีวิตามินซีในปริมาณสูงพอสมควร แต่ด้วยข้อจำกัดอย่างหนึ่งของวิตามินซีก็คือ มันถูกทำลายได้ง่ายด้วยรังสียูวีในแสงแดด ความร้อนเพียงไม่มากหรืออากาศที่ก็ากออกซิเจน ปัจจัยเหล่านี้ทำให้วิตามินซีในอาหารธรรมชาติ สลายตัวได้รวดเร็ว หากมีการเตรียมอาหารหรือผลไม้เหล่านี้ไม่ถูกต้อง สัมผัสกับสิ่งต่างๆที่ได้กล่าวไปแล้ว โอกาสที่เราจะได้รับวิตามินซีจากอาหารเหล่านั้นก็ลดลงหรือหมดไปด้วย

ปฏิทินกิจกรรม November 2008

จันทร์ที่ 1, 8, 15, 22, 29 ธันวาคม 2551

โครงการอบรมหลักสูตรศาสตร์และศิลปการสอน
ทางการพยาบาล ณ สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์
อาจารย์ที่ยังไม่มีประสบการณ์
สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์

จันทร์ที่ 1- พุธที่ 31 ธันวาคม 2551

โครงการมอบเสื้อกันหนาวและผ้าห่มนักเรียนโรงเรียน
ตำรวจตระเวนชายแดน
ส่วนพัฒนานักศึกษา

3 พฤศจิกายน 2551

โครงการสัมมนาวิชาการและ
งานนิทรรศการการศึกษา

ณ โรงแรม Dongfang กวางโจว ประเทศจีน
ส่วนพัฒนาความสัมพันธ์ระหว่างประเทศ

พุธที่ 3 ธันวาคม 2551

โครงการ "ร่วมใจทำความดี เทิดไถ่ องค์ราชัน"
นักศึกษา บุคลากร บุคคลทั่วไป
ส่วนพัฒนานักศึกษา

พุธที่ 3 ธันวาคม 2551

โครงการการประกวดร้องเพลง-แดนเซอร์ ลูกทุ่งไทย
เทิดไถ่ องค์ราชัน ต่อต้านยาเสพติด
นักศึกษา บุคคลทั่วไป
ส่วนพัฒนานักศึกษา

พุธที่ 3 ธันวาคม 2551

งานวันนัดพบแรงงาน (Job Fair)
ณ ลาน AV ศูนย์บรรณสารและสื่อการศึกษา บุคคลทั่วไป
หน่วยปมเพาะวิสาขกิจ

พฤหัสบดีที่ 4 ธันวาคม 2551

พิธีลงนามถวายพระพร
พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ณ โถงอเนกประสงค์อาคารเรียนรวม C1
ผู้บริหาร อาจารย์ บุคลากร นักศึกษา
ส่วนสภารรณฯ อำนวยการและนิติการ

ศุกร์ที่ 5 ธันวาคม 2551

พิธีจุดเทียนชัยถวายพระพรเนื่องในวันโรกาสมหาสมงคล
วันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
ณ บริเวณสระน้ำมหาวิทยาลัย

ลานเฉลิมพระเกียรติมหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
ผู้บริหาร อาจารย์ บุคลากร นักศึกษา บุคคลทั่วไป
ส่วนสภารรณฯ อำนวยการและนิติการ

จันทร์ที่ 8 ธันวาคม 2551

การเสวนาบทบาทหญิงชาย เพื่อสังคมสันติสุข
สมาคมติดตามการพัฒนาสตรีในประเทศไทย ณ ห้อง 306

อาคารกิจกรรม D1
บุคคลทั่วไป

สมาคมติดตามการพัฒนาสตรีในประเทศไทย
ร่วมกับ ศูนย์บริการวิชาการ

จันทร์ที่ 8 - อังคารที่ 9 ธันวาคม 2551

โครงการสัมมนาวิชาการฝรั่งเศส-แม่ฟ้าหลวง ครั้งที่ 4
เรื่อง "งานวิจัยฝรั่งเศสและประเทศใน GMS
เกี่ยวกับลุ่มน้ำโขงปัจจุบัน"

(The 4th French-MFU Seminar on
"Mekong Studies at Crossed Glances")

ณ ห้องเจียงแสน สำนักงานอธิการบดี บุคคลทั่วไป
หน่วยความร่วมมือทางวิชาการฝรั่งเศส-อนุภูมิภาคลุ่มน้ำโขง

พฤหัสบดีที่ 11 - ศุกร์ที่ 12 ธันวาคม 2551

งานนิทรรศการตลาดนัดหลักสูตรอุดมศึกษา ครั้งที่ 13
ณ อาคารกีฬาเฉลิมพระเกียรติฯ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
นักเรียน อาจารย์ บุคลากร บุคคลทั่วไป
ส่วนรับนักศึกษา

ศุกร์ที่ 12 ธันวาคม 2551

การบรรยายเรื่อง
"ระบบการชำระเงินของไทยยุคใหม่"

ธนาคารแห่งประเทศไทย สำนักงานภาคเหนือ
ณ ห้อง 107 อาคารเรียนรวม C3 บุคคลทั่วไป

ธนาคารแห่งประเทศไทย สำนักงานภาคเหนือ
ร่วมกับ ศูนย์บริการวิชาการ

จันทร์ที่ 15 ธันวาคม 2551

พิธีวางศิลาฤกษ์อาคารปริศลินิก เวลา 09.09 น.
ณ สถานที่ก่อสร้างอาคารปริศลินิก

ผู้บริหาร อาจารย์ บุคลากร นักศึกษา บุคคลทั่วไป
ส่วนสภารรณฯ อำนวยการและนิติการ

อังคารที่ 16 - พฤหัสบดีที่ 18 ธันวาคม 2551

โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการดูแลมารดาอ่อนและหลังคลอด
เวลา 8.00-16.00 น.

ณ อาคาร 10 กลุ่มอาคารส่วนหน้า
บุคลากร บุคคลทั่วไป

สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ ร่วมกับ ศูนย์บริการวิชาการ

พุธที่ 17 - ศุกร์ที่ 19 ธันวาคม 2551

โครงการฝึกอบรมหลักสูตร
"ยุทธศาสตร์การทำงานให้มีประสิทธิภาพ"

สมาคมข้าราชการพลเรือนแห่งประเทศไทย ณ โรงแรมเวียงอินทร์
จังหวัดเชียงราย บุคคลทั่วไป

สมาคมข้าราชการพลเรือนแห่งประเทศไทย
ร่วมกับ ศูนย์บริการวิชาการ

พุธที่ 17 - ศุกร์ที่ 19 ธันวาคม 2551

การประชุมวิชาการ เรื่อง การเจ็บป่วยเรื้อรัง:
วิถีสู่ความเป็นเลิศในกาให้บริการสุขภาพ

ณ ห้องเจียงแสน สำนักงานอธิการบดี
บุคคลทั่วไป สำนักวิชาพยาบาลศาสตร์

ร่วมกับ ศูนย์บริการวิชาการ

เสาร์ที่ 20 ธันวาคม 2551

แบ่งปันเสื้อกันหนาว และ ออกหน่วยแพทย์เคลื่อนที่ ครั้งที่ 2/2552
เวลา 7.30-16.30 น. ณ อำเภอแม่ฟ้าหลวง

ห้อง 3 มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง
สำนักวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ

จันทร์ที่ 29 ธันวาคม 2551

อาทิตย์ที่ 4 มกราคม 2552

โครงการเตรียมใจใหม่ปลอดภัย
นักศึกษาช่วยใจป้องกันภัยจราจร (จุดบริการประชาชน)

นักศึกษา บุคลากร ส่วนพัฒนานักศึกษา

ที่ปรึกษา

รศ.ดร.วันชัย ศิริชนะ อธิการบดี, รศ.ดร.เทอด เทศประทีป รองอธิการบดี, รศ.ปรีดีนา ประทีปะเล่น รองอธิการบดี,
นางพรทิพย์ ภูติโยธิน รองอธิการบดี, รศ.นริศวรรณ จินตกานนท์ รองอธิการบดี, รศ.กัลลภา ลำธิตชาดา รองอธิการบดี,
รศ.น.อ.บุษยามา ตรีห่าน รองอธิการบดี

บรรณาธิการ

นางสาวรัชฎาภรณ์ พิมพ์ประพันธ์

กองบรรณาธิการ

รศ.ดร.สุรีย์ ภูมิภมร, อ.พฤทธิ พุฒจร, อ.จักรกฤษณ์ วัชรราชภูริ, นายพนมกร นันติ

ผู้ช่วยบรรณาธิการ

นางสาวพรนิลสุธี คัดฆ่า, นางสาวศิริประภา สกุลโรจนประวัตติ, นางสาวกนิพานัน นนทมาลย์, นางสาวปนัดดา ปันติ,
นางสาวกนกวรรณ ท้าวแพทย์, นายสันต์ สุวรรณไชยศรี, นายจักรพงษ์ วงศ์ใหญ่, นายกฤษฏา อุงแก้ว,

<http://www.mfu.ac.th/>

มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง

333 หมู่ 1 ต.ท่าสุด อ.เมือง จ.เชียงราย 57100

โทรศัพท์ 0-5391-6000 โทรสาร 0-5391-6034



ติดตาม รายการสารคดี ตามรอย...แม่ฟ้าหลวง ทางสถานีวิทยุโทรทัศน์แห่งประเทศไทย สทท.11

ออกอากาศทุกวันพฤหัสบดี และศุกร์ เวลา 17.55 - 17.58 น.

และ เชิญรับฟังข่าวสาร สาระนำรัฐ ผ่านทาง รายการ รอบรู้ มฟล. ทางคลื่น Fm 95.75 MHz ทุกวันเสาร์ เวลา 05.30 - 06.00 น.
และคลื่น Fm 91.25 MHz ทุกวันเสาร์ เวลา 10.00 - 12.00 น.

ข้อเสนอแนะ ส่วนประชาสัมพันธ์
TEL. 0-5391-7034, 0-5391-7037
Fax. 0-5391-7049