



สารประจำสัมพันธ์

บรรณาธิการ

ปีที่ 6 ฉบับที่ 19 ประจำเดือนมีนาคม 2554

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา



ความดี

“การทำดีนั้นทำยากและเห็นผลช้า แต่ก็จำเป็นต้องทำ เพราะหากไม่ด่วนชั่วชีวิตทำได้บ่าย จะเข้ามาแทนที่ และจะพอกฟูเข้มงวดยิ่งรวดเร็วโดยไม่ทันรู้สึกตัว แต่ละคนจึงต้องตั้งใจและเพียรพยายามให้สุดกำลัง ในการสร้างเสริมและสะสมความดี...”

พระบรมราชโองการพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

พระราชนำแห่งผู้สำเร็จการศึกษา โรงเรียนนายร้อยต่อวัว สุวนันพร วันที่ 14 สิงหาคม 2525

บทความน่าสนใจ

สารประจำสัมพันธ์ “บรรณาธิการ” ฉบับนี้มีคอลัมน์ที่นำเสนอพระราชดำรัส / พระบรมโحاฯเพิ่มขึ้น ๑ คอลัมน์ค่ะ เพื่อเป็นการร่วมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวในปีมหามงคล ดังนั้นทีมบรรณาธิการสารประจำสัมพันธ์ “บรรณาธิการ” จึงมีแนวความคิดเพิ่มคอลัมน์นี้ตลอดปี ๒๕๕๘ ตั้งแต่ฉบับเดือนมีนาคม เป็นต้นไป

เดือนมีนาคมนี้เป็นเดือนที่มีความหมายกับประเทศไทยมาก นั่นคือเป็นช่วงเวลาที่เรา ๆ ท่านผู้อ่านที่เป็นบุคคลผู้มีรายได้จะต้องมีหน้าที่จ่ายภาษี สำหรับบุคคลผู้มีรายได้น้อยก็ต้องรายงานรายได้ให้กรมสรรพากรทราบ และสำหรับท่านผู้อ่านที่ยังอยู่ในวัยเรียนก็เป็นช่วงเวลาที่ต้องเตรียมพร้อมสำหรับการสอบเข้า สอบໄเล ช่วงนี้มีสอบสารพัดแบบที่กลุ่มนักเรียน นักศึกษาต้องใช้ความรู้ ทักษะที่สั่งสมมาใช้ในการทำข้อสอบ ทั้งนี้เพื่อพัฒนาตัวเองให้เป็นมนุษยชาติของสังคมอารยยะ ส่วนกลุ่มที่ต้องร่อนใบสมัครเพื่อสมัครงานตามสถานที่ประกอบการต่าง ๆ ก็ต้องเดินทางไปที่ต้องการที่บ่มเพาะมาจากการดับอุดมศึกษาเพื่อหางานทำ

ทีมงานสารประจำสัมพันธ์ “บรรณาธิการ” ก็ขอเป็นกำลังใจให้ทุกคนได้ปฏิบัติหน้าที่เป็นสมาชิกที่ดี ของครอบครัวและพลเมืองของสังคม

โรคพิลึก

ในช่วงกลางเดือนกุมภาพันธ์ที่ผ่านมา ผู้อ่านคงจะได้ยินข่าวที่กล่าวเป็นกระแสสังคมเกี่ยวกับนักธุรกิจสาวนามสกุล ดังที่ตกลงเป็นจำเลยในคดีลักทรัพย์สินค้าแบรนด์เนม นำส่งสัญญาล่ำคละว่าคนที่มีเงินทองมากมาย ทำไม่ถูกต้องโดยของตนตกเป็นข่าวครึกโครมขนาดนี้ ภายหลังจึงมีข่าวว่าสาเหตุที่เธอขโมยของก็เพราะบุญธรรม

ในทางจิตแพทย์เรียกพฤติกรรมที่ไม่สามารถหยุดยั้งใจตัวเองให้ขโมยสิ่งของต่าง ๆ ว่า “โรคคลิฟโตามานิย (Kleptomania)” หรือ “โรคชอบหยอดวาย” ผู้ป่วยส่วนใหญ่ถึง 75 เปอร์เซ็นต์เป็นผู้หญิง คาดว่าสาเหตุเกิดจากความผิดปกติกับสมอง ทำให้สมองหลังสารบากอย่างอ่อนไหว ทำให้เกิดความเครียดก่อนไข้จนไม่สามารถห้ามใจได้แต่หลังจากไข้หมดแล้วจะรู้สึกสบายใจและผ่อนคลายลง นอกจากนี้อาจมีสาเหตุมาจากการเรียนดูลูกแบบตามใจ ทำให้ควบคุมความต้องการของตัวเองได้น้อย ดังนั้นการรักษาโรคนี้จะต้องใช้จิตบำบัดควบคู่กับพฤติกรรมบำบัด คือ โน้มน้าวให้ผู้ป่วยกลับมาสูญเสียความจริง รู้จักภัย ภารกิจของสังคม และรู้จักศีลธรรม ทั้งนี้ครอบครัวและผู้ใกล้ชิดผู้ป่วยจะต้องร่วมมือกันปรับพฤติกรรมดังกล่าวด้วย

เอกสารค่ะ ผู้อ่านคงได้เข้าใจว่า อาการ และการรักษาโรคที่อ่อนไหวนี้แล้ว หากมีประเต็นให้นำเสนอในฉบับหน้าจะรับความสาร้ายิ่ห้อกันอีกนะค่ะ

“แหล่งวิชาการ” ก้าวทันเทคโนโลยี บริการนวัตกรรมสัมพันธ์ ร่วมสร้างสรรค์ท้องถิ่น”

*160 ถนนกาญจนวนิช ตำบลເຫັນທຸງ ວິຊາເວລີມອົງ ຈັງໝວດສະຈາກ 90000 ໄກສະ. 0-3433-6938



ໃຊ້ນໍ້າມັນ ອຍໍາໄວ ໄມ່ໄທເສີຍສຸຂກາພ

ແມ່ວ່າຈ່າວນີ້ນໍ້າມັນຮາຄາສູງແຕ່ເພື່ອສຸຂກາພແລ້ວເຮົາໄມ່ຄວຣໃຊ້ນໍ້າມັນທອດຫ້າຫລາຍ ທ່າງ ດຽວ ເພຣະນອກຈາກຄຸນກາພ ຈະເສື່ອມລົງທັງສີ ກລື່ນ ຮສທາຕີ ຍັງກ່ອື່ບໍ່ໄທເກີດສາປະປະກອບໂພລາຣີທີ່ສ່ວນຜົກກະບາກກາທ່າງການຂອງເຊລື່ສ ສາດັ່ງກ່າວກ່ອື່ບໍ່ໄທເກີດເນື້ອອກໃນຕັບ ປອດ ແລະກ່ອື່ບໍ່ໄທເກີດມະເຮົງໃນເມັດເລືອດຂາວດ້ວຍວິທີໃຊ້ນໍ້າມັນອ່າງຖຸກຕ້ອງ

1. ກາຣກອດອາຫາຣທີ່ໃຊ້ຄວາມຮ້ອນສູງ ທ່າງ ຄວຣໃຊ້ນໍ້າມັນທີ່ມີຄວາມຄອງຕັ້ງສູງເກີດຄວນໜ້າ ກາຣກອດທີ່ໃຊ້ຄວາມຮ້ອນໄມ່ສູງ ມາກ ພຣີອກຮັບໃຊ້ນໍ້າມັນ ເຊັ່ນ ນໍ້າມັນຄ້ວ່າເໜືອ ນໍ້າມັນຂ້າວໂພດ ນໍ້າມັນດອກຄຳຝອຍ ນໍ້າມັນດອກທານຕະວັນ

2. ຄວຣສັບນໍ້າມັນສ່ວນເກີນບຣີເວັນຜົວໜ້າອາຫາຣຕົບ ເພື່ອລົດກາຣແຕກຕ່ວຂອງນໍ້າມັນ ທ່າງໃໝ່ລອກກາເສື່ອມສລາຍຂອງນໍ້າມັນທອດອາຫາຣ

3. ຄວຣລ້າງຫຼືອກທ່ານສະອາດກະຮະກະ ພຣີເຄື່ອງມືອກອດອາຫາຣຖຸກວັນເນື້ອຈາກນໍ້າມັນເກ່າທີ່ຕິດດ້າງອູ້ຈະໄປເຮັ່ງກາຣເສື່ອມສປາພຂອງນໍ້າມັນໃໝ່

4. ຄວຣເປີ່ຍິນນໍ້າມັນໃໝ່ແລະໄມ່ຄວຣເຕີມນໍ້າມັນໃໝ່ຜົມກັບນໍ້າມັນເກ່າ ພາກນໍ້າມັນເກ່າຫາກນໍ້າມັນເກ່າມີລັກຊະໂລ ເຊັ່ນ ສີດຳ ຊຸ່ນ ແນີຍິວໜັນ ເໝັນເຫັນ ເກີດພອງ ຄວນ ພຣີເໝັນໄໝມີໃອນໍ້າມັນ

5. ຄວຣກອດອາຫາຣຄັ້ງລະໄມ່ມາກເກີນໄປ ໄມ່ຄວຣໃຊ້ໄຟແຮງເກີນໄປ ແລະ ຄວຣກໜາຮະດັບອຸຄະກຸມືໃຫ້ຄົງທີ່

6. ພາກຕ້ອງກາຣກອດອາຫາຣປະເກາກເນື້ອສັ່ວຍທີ່ມີສ່ວນຜົມຂອງເກລືອຫຼືອເຄື່ອງປຽງຮັບປຶກມາຄວເປີ່ຍິນນໍ້າມັນໃໝ່ບ່ອຍໜັນແລະ ພ່ມ່ນກຮອງກາກອາຫາຣທີ່ງ ໂດຍເພະອາຫາຣທີ່ມີກາຣໜຸບແປ້ງມາກ ເພື່ອອາຫາຣຂອງເຮົາຈະໄດ້ປລອດວັນຈາກມະເຮົງ

ທີ່ມາ : ສັນໄອມືອ (2554) ໃຊ້ນໍ້າມັນອ່າງໄວໄມ່ເສີຍສຸຂກາພ ພວກເຮົາເວັບໄຊ 43(942), 14

ກຳຈັດໄມ່ຢາກຄຣາບສຕືກເກອຮ໌ຕິດກະຈກ

ສັງເກຕຣາຫລາຍ ທ່າງ ດັນນັກຈະມີສຕືກເກອຮ໌ຕິດອູ້ດ້ານຫລັງ ຈະເປັນສຕືກເກອຮ໌ຮ້ານອາຫາຣ ເປັນຄໍາສັ່ງຫຼືອກຮັບຕູນ ໂດຍເພະຮັດຕັນໃຫນທີ່ມີສຕືກເກອຮ໌ກາຮົງຕູນອູ້ຕຽບປະເວັນກະຈກຄົນນັ້ນ ແລ້ວລະກີ ເຕັມໄດ້ເລີຍວ່າບ້ານນັ້ນມີເຈົ້າຕົວເລີກ ເມື່ອຕ້ອງກາຣລອກສຕືກເກອຮ໌ອອກຈາກຮັດ ປຶ້ງຫາ ຄືລອກແລ້ວຍັງເໜືອຄຣາບສກປະກຈະທຳອ່າງໄວດີ.....ໄມ່ຢາກຄ່ະ ແລ້ວຈາກລອກອອກແລ້ວ ໃຫ້ໃຈ ສຳລັບຫຼືອຄອຕຕອນບັດຈຸ່ນນໍ້າຍາລໍາງເລີນ ຄ່ອຍ ທ່າງ ເຊື້ອງບຸນບຣີເວັນຄຣາບສຕືກເກອຮ໌ ຖ້າຄຣາບນັ້ນຕິດແນ່ນການຝຶ່ງນານ ລອງຕາມຕົວຍິເມືລແລ້ວກອອລ໌ສູ້ຫຼ້າເບາ ທ່າງ ອີກຄັ້ງ ຄຣາບສກປະກົງຈະອອກຈົນໜົມ



ທີ່ມາ : ກອນບຣຄາທິກາຣ (2554) ກຳຈັດໄມ່ຢາກຄຣາບສຕືກເກອຮ໌ຕິດກະຈກ ໜວກເຮົາເວັບໄຊ 43(492), 56



ป้องกันไฟไหม้ “รถใช้ก๊าซ”

แม้คนไทยจะเริ่มชินกับน้ำมันแพงกันบ้างแล้ว แต่อย่างไรเสียแพง ก็คือแพง ซึ่งสำหรับคนที่มีรถใช้ ส่วนหนึ่งก็หันไปเพิ่งพาก๊าซ มีการนำรถไปติดตั้งระบบการใช้ก๊าซแทนการใช้น้ำมันกันมากขึ้นเรื่อย ๆ เพื่อเป็นการประหยัดค่าใช้จ่าย แต่ขณะเดียวกันก็เกิดการหัน ๆ ในเรื่อง “ความปลอดภัย” กล่าวคือรถยนต์ที่ติดตั้งระบบบีใช้ก๊าซจำเป็นจะต้องหมั่นตรวจสอบและดูแลรักษาเป็นอย่างดี รวมทั้งต้องรู้วิธีปฏิบัติเมื่อรถใช้ก๊าซเกิดประสบอุบัติเหตุ



การดูแลรักษาอย่างไรให้ใช้ก๊าซ

1. ต้องตรวจสอบสภาพรถและระบบก๊าซตามระยะเวลาที่กำหนด
2. หมั่นตรวจสอบข้อต่อท่อส่งก๊าซและการรั่วไหลของก๊าซ โดยใช้น้ำสบู่หยดที่ข้อต่อ ก๊าซทุกจุดที่สามารถทำเองได้ โดยการตรวจร้อยรั่วตามข้อต่อนั้นจะต้องทำการตรวจสอบขณะเปิดใช้ระบบก๊าซ
3. ควรเติมน้ำมันให้ถูกในระดับ 1/4 ของถังน้ำมันด้วย เพราะขณะสตาร์ทรถต้องใช้การเผาไหม้จากน้ำมัน เมื่อเครื่องยนต์ติดแล้ว ระบบจึงจะถูกปรับไปใช้ก๊าซแทน ต้องเติมก๊าซจากสถานีบริการที่ได้มาตรฐานเท่านั้น
4. หากรถไม่ใช่เป็นเวลานานควรปิดวาล์วมือหมุนที่ถังก๊าซ เพื่อป้องกันระบบวาล์วไฟฟ้าบกพร่อง เพราะอาจเกิดการระเบิดหรือเพลิงไหม้ได้
5. ต้องเติมก๊าซจากสถานีบริการที่ได้มาตรฐานเท่านั้น

วิธีป้องกันและข้อปฏิบัติเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

วิธีป้องกันเพลิงไหม้รถ ควรขับรถในอัตราความเร็วไม่เกิน 90 กิโลเมตรต่อชั่วโมง เพราะหากเกิดอุบัติเหตุฉุกเฉินนอกจากราชการจะทำให้หยุดรถได้กันแล้ว ยังช่วยลดแรงกระแทกให้เหลือเพียง 44-55 กิโลเมตรต่อชั่วโมง กรณีประสบอุบัติเหตุเฉี่ยวชน ผู้ที่ขับขี่รถที่ติดก๊าซควรดับเครื่องยนต์แล้วรับออกจากรถ หากได้กลิ่นก๊าซรั่ว ให้รับออกห่างจากรถเพราะอาจทำให้รถเกิดระเบิดได้ ที่สำคัญแม้หลังประสบอุบัติเหตุรถยังสามารถใช้งานได้ตามปกติ ก็ควรนำไปตรวจสอบสภาพ เนื่องจากระบบติดตั้งก๊าซอาจได้รับการกระทบกระเทือนก๊าซอาจรั่วไหลและระเบิดได้

วิธีปฏิบัติเมื่อเกิดเพลิงไหม้

หากเพลิงไหม้เล็กน้อยให้ใช้ถังดับเพลิงเคมีฉีดเข้าไปบริเวณต้นเพลิงจนเพลิงดับสนิท หากไม่มีถังดับเพลิงให้ใช้ผ้าแห้งหรือผ้าเบิกนาน้ำไปประหรือตอบบริเวณที่เกิดเพลิงไหม้ หากเพลิงไหม้ลุกามอย่างรวดเร็ว ให้รับออกห่างรถที่เกิดเพลิงไหม้โดยเร็วที่สุด เพื่อป้องกันอันตรายจากการระเบิด พร้อมโทรศัพท์แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง

ที่มา : ป้องกันไฟไหม้ ‘รถใช้ก๊าซ’ (2553). สายไฟฟ้า, หน้า 20-21





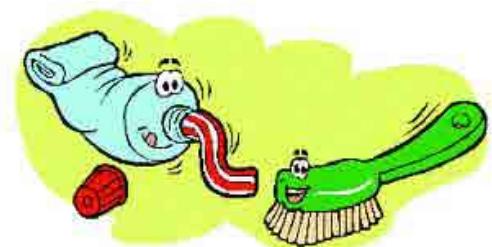
".....ເຜື່ອໄວ້ແລ້ວ....."

แม่ : ลูกจะไปเข้าค่ายตั้งสามวันทำไมในกระเบาของลูกไม่เห็นมิยาสีฟันกับประงสีฟันเลย

ลูกชาย : ก็แม่ซื้อยาสีฟันแบบปกป้องแบคทีเรียหวานานสิบสองชั่วโมงมาให้ผมใช้นี่ครับ

แม่ : อ่า...จะแม่ไม่เห็นหนูสีในเป้เลย

ลูกชาย : ไม่ต้องครับเดียวคืนนี้ผมจะประงເຜື່ອໄວ້หกรอบกีปກป้องฟันผมได้ 72 ชั่วโมง 3 วันพออีกนะแม่



".....ບໍາງ ກຳຕາມຂັ້ນຕອນ"

ภรรยา : เราต้องกินข้าวกับต้มยำไปอีก 6 มื้อแน่นะ

สามี : อ้าวทำไมล่ะ

ภรรยา : ก็ลันได้อ่านวิธีทำกับข้าว ลันก็ກຳຕາມຂັ້ນຕອນทุกวิธี

สามี : แล้วทำไมต้องกินข้าwt้มยำถึง 6 มื້อด้วยล่ะ

ภรรยา : ก็ในหนังสือเขามายเหตุเออไว้ในตอนสุดท้ายว่าสำหรับคน 12 คนกินกันต่อ 1 มื້ ลันก็ກຳໄປຕາມຂັ້ນຕອນ



เมื่อวันที่ 10 – 12 ก.พ. 54 นางสุกานดา จันทร์ ผู้อำนวยการสำนักวิทยบริการฯ ได้เดินทางเข้าร่วมการฝึกอบรมหลักสูตรผู้ประเมินคุณภาพการศึกษาภายในขั้นสูง (advanced course) รุ่นที่ 9 ณ โรงแรมเรดิสัน กรุงเทพมหานคร



เมื่อวันที่ 9 ก.พ. 54 สำนักวิทยบริการฯ จัดกิจกรรม “สำนักวิทยบริการฯ พบผู้ใช้บริการ” เพื่อเปิดโอกาสให้ผู้ใช้บริการได้มีส่วนร่วมในการดำเนินงาน พร้อมรับฟังความคิดเห็น ข้อเสนอแนะต่าง ๆ โดยมีอาจารย์ ทั้งปัจจุบันและเก่า บุคลากร และนักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมากมาย และทุกความคิดเห็นของท่าน สำนักฯ จะนำไปปรับปรุงใน การพัฒนาการดำเนินงานของสำนักฯ ต่อไป ในโอกาสนี้จึงขอบพระคุณ ทุกท่านที่สละเวลาเข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้



นางสุกานดา จันทร์ ผู้อำนวยการสำนักวิทยบริการฯ และคณะบุคลากร ร่วมมอบคอมพิวเตอร์ ให้กับโรงเรียน เพื่อใช้ในการปฏิบัติงานของครู บุคลากร นักเรียนและใช้เป็นสื่อสำหรับการเรียนการสอน อิกหังเพื่อช่วยเสริมสร้างการ พัฒนากิจกรรมการศึกษาที่เป็นประโยชน์ โดยมีโรงเรียนที่ร่วมรับมอบไปในครั้งนี้ คือโรงเรียนวัดนางเหล้า อ.สทิงพระ จ.สangkhla จำนวน 22 ชุด, โรงเรียนวัดปะໂອ օ.สิงหนคร จ.สangkhla จำนวน 10 ชุด, และโรงเรียนวัดทำหยิ օ.ควนเนียง จ.สangkhla จำนวน 10 ชุด



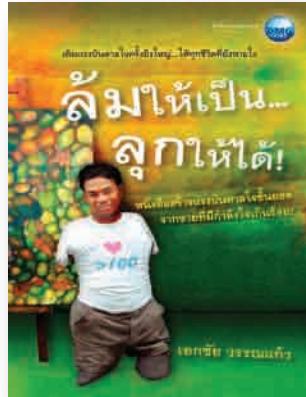


หนังสือ

เอกสาร วรรณแก้ว.(2553).สัมให้เป็น--ลูกให้ได!. พิมพ์ครั้งที่2.

กรุงเทพฯ : ดีเอ็มจี 158.1 ๐๕๑

ล้มให้เป็น--ลูกให้ได! เป็นหนังสือสร้างแรงบันดาลใจชั้นยอดจากชาญ
ที่มีกำลังใจเกินร้อย ที่ซื่อเอกสารชัย วรรณแก้ว ชายผู้มีสภาพร่างกายต่างไปจาก
ปกติ เขาไม่มีแขนที่จะรังสรรค์ศิริติให้สมบูรณ์แบบเหมือนคนอื่น และเกือบจะ
กล้ายเป็นคนไม่รู้หนังสือ แต่ด้วยความพิเศษ คือมีกำลังใจจากหัวใจที่แข็ง
แกร่งเกินร้อย ผลักดันให้เขาก้าวขึ้นมา มีศรีษะทัดเทียมกับคนปกติอย่างน่าภูมิใจ
หนังสือเล่มนี้จะจุดฝันให้ทุกคนมีกำลังใจในการต่อสู้



ສູງຕິນາດ ລ. ພັກລຸງ.(2551).ເໝັ້ມທຶນຊື່ວິຕ 2 : ຕອນກວ້າແໜ່ງເໝັ້ມທຶນ
ຈລບປ໌ : ເໝັ້ມທຶນຊື່ວິຕ 158.1 ສູງຕິນາດ

เป็นหนังสือที่ให้ข้อคิด คำแนะนำในการใช้ชีวิตหลากหลายแห่งมุม
เนื้อหาภายในเล่มมีอรรถรสที่สนุกสนาน นำพาผู้อ่านทุกคนสู่หนทางแห่ง
อิสรภาพ ความสุข และมหัศจรรย์แห่งพลังชีวิต จึงเหมาะสมเป็นคู่มือสำหรับ
เจริญสติในชีวิตประจำวันได้เป็นอย่างดี

ขอเชิญผู้ใช้บริการอ่านบทความยอดนิยม 25 อันดับของฐานข้อมูล SciVerse ScienceDirect
ขอเชิญอ่านหนังสืออิเล็กทรอนิกส์ (e-books) ที่เขียนโดยอาจารย์มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอม
เกล้าธนบุรี ได้ที่ <http://www.thailis.or.th/ebook/>

รายชื่อหนังสือที่ได้รับการพิจารณาสั่งซื้อ(อยู่ในระหว่างดำเนินการ) จากร้านค้าสำนักพิมพ์ที่มาออก
ร้านจำหน่ายหนังสือ เมื่อวันที่ 13-15 มกราคม 2554 ผู้ใช้บริการสามารถตรวจสอบรายชื่อดังกล่าวได้จาก
หน้าเว็บไซต์ของสำนักวิทยบริการฯ (<http://arit.skru.ac.th>)



กำหนดคืน

ภาคเรียนที่ 2/25

นักดักจับญาดป่าตี วันที่ 4 มิ.ค.54

หนังสือเรียนภาษาไทย ภาค กศ.บบ., ป.โท, ป.ญช.กิตติ์ วันที่ 13 มีค.54

การ์เนชันส์ วันที่ 15 มี.ค.54

๑๙

เจ้าของ : สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ <http://airt.skru.ac.th>
กองบรรณาธิการ : นายปียะ มาส่ง, นายกอบศักดิ์ ณ นคร, นางพรพิมล คงอินทร์,
นางสาวสมศรี หวั่นชินธนา, นางสาวเพลิน จันทวงศ์,
นางสาวศรัณญา ใจจนวงศ์ชัย, นางสาวอุไรวรรณ มศิริกัตตน์

