

จดหมายข่าว

บรรณราชชนกวันข่าว

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา

ปีที่ 3 ฉบับที่ 2 ประจำวันที่ 15 - 30 พฤศจิกายน 2549

สถิติการยืมของนักศึกษา ภาคเรียนที่ 1/2549

ยอดนักอ่านประจำภาคเรียนนี้ ได้แก่

ลำดับที่ 1 น.ส.วรรณี สยมภาค	:	นักศึกษาภาคปกติ	โปรแกรมวิชาคณิตศาสตร์	ชั้นปีที่ 3
ลำดับที่ 2 นายวิทยา วรรค์ดีหนูกุล	:	นักศึกษาภาคปกติ	โปรแกรมวิชาดนตรี	ชั้นปีที่ 4
ลำดับที่ 3 น.ส. อาชีวะหะ หมั่นหลี่	:	นักศึกษาภาคปกติ	โปรแกรมวิชาคณิตศาสตร์	ชั้นปีที่ 3

หนังสือดี 100 เรื่องที่คนไทยควรอ่าน

ชบวนการแก้จน



ประยูร จรรย์วางษ์. (2520). **ชบวนการแก้จน**. กรุงเทพฯ : ต่อพงษ์การพิมพ์. (ป 17๗)

ชบวนการแก้จน เป็นเรื่องราวความเป็นอยู่ของชีวิตชาวบ้านธรรมดาในสมัยก่อน ซึ่งไม่มีความรู้ทางการแพทย์ ตลอดจนเทคโนโลยีใหม่ๆ ให้ใช้ แต่ทุกคนสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้อย่างมีคุณภาพ เพราะการรู้จักธรรมชาติ รู้จักที่จะเรียนรู้ จดจำสังเกตสิ่งต่าง ๆ รอบตัวเพื่อนำมาแก้ปัญหาที่อาจเกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งคงจะเปรียบได้กับความเป็นอยู่แบบ “เศรษฐกิจพอเพียง” ตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวของปวงชนชาวไทยตอนนี้ ที่เน้นความประหยัด ความพอดี และความเรียบง่ายของทุกคนในสังคม

โดย...ฝ่ายพัฒนาทรัพยากรสารสนเทศ

เกร็ดสุขภาพ

“3 สูตรสมุนไพรไร้สี”

สมุนไพรที่ได้จากพืชธรรมชาติ เป็นต้นตำรับแก้สิว สามารถหาได้จากในสวนครัว มีอะไรบ้างนั้นเรามาดูกันค่ะ

1. หอมเล็ก นำมาทุบหรือฝานให้เป็นแว่นบาง ๆ ใช้ทาบริเวณที่เป็นสิิวหรือจุดต่างด้า ทาทิ้งไว้ประมาณ 10 นาที แล้วล้างออกใช้เป็นประจำรอยสิิวจะจางหายไป
 2. กล้วยหอม ก็มีประโยชน์ต่อผิวพรรณเช่นกัน โดยปั่นกล้วยหอม 1 ผล กับน้ำผึ้ง 1 ถ้วย นำมาพอกหน้าทิ้งไว้ 15-20 นาที แล้วล้างออกทำให้หน้าตามีผิวพรรณสดใสและไร้สิิว
 3. มะนาว ผสมน้ำมะนาว 1 ช้อนชา กับไข่ขาว 1 ช้อนชา ตีจนเป็นเนื้อเดียวกัน ต้มที่ตุ่มสิิว ทิ้งไว้ 15-20 นาที แล้วล้างออกเพียงเท่านั้นใบหน้าของคุณจะดูสดใส ไร้รอยสิิว
- แล้วอย่าลืมหมั่นดูแลจิตใจไม่ให้เคร่งเครียดด้วยการมองโลกในแง่ดีเพื่อป้องกันสิิวอีกทางหนึ่งด้วย

หนังสือในดวงใจ

ฉบับนี้ขอให้ผู้สนใจในการอ่านได้รู้จักหนังสือดีๆ ในรูปแบบการบอกเล่าจากบุคคลที่ได้อ่านมาแล้ว และได้แนะนำเนื้อหาของหนังสือให้ผู้สนใจได้ลองอ่านดูค่ะ

ชื่อ : อาจารย์พิชิต รอดทอง : อาจารย์คณะครุศาสตร์

เรื่องที่ชอบ : “นางงามตุ๊กกระจก : การศึกษากระบวนการกลายเป็นหมอนวดไทย”

เหตุผลที่ชอบ : เป็นงานเขียนจากกรวิจัยเชิงคุณภาพที่ผู้เขียนใช้การวิจัยแบบมีส่วนร่วมโดยการปลอมตัวเป็นหมอนวดเข้าไปศึกษาพฤติกรรมของหมอนวดไทยในเชิงลึก และถ่ายทอดออกมาเป็นงานเขียนอย่างมีอรรถรส น่าอ่าน น่าติดตาม ทำให้มีความรู้ความเข้าใจในอาชีพหมอนวดไทยในอีกมุมหนึ่ง ซึ่งน่าสนใจ

ชื่อ : อาจารย์มานี เต๋อสกุล : อาจารย์คณะเทคโนโลยีการเกษตร

เรื่องที่ชอบ : “เสียดายคนตายไม่ได้อ่าน”

เหตุผลที่ชอบ : เพราะมีคติเตือนใจได้ดี ทำให้รู้จักใช้ชีวิตได้อย่างคุ้มค่าระมัดระวังไม่ต้องเสียเวลาโดยเปล่าประโยชน์ ตายไปแล้วไม่ต้องเสียใจ

ชื่อ : นางนงเยาว์ แก้วมณี : เจ้าหน้าที่ศูนย์การศึกษาพิเศษ

เรื่องที่ชอบ : “ฤดูดาว”

เหตุผลที่ชอบ : เป็นนวนิยายที่สะท้อนให้เห็นธรรมชาติของนกเงือก ซึ่งเป็นสัตว์ที่หาดูได้ยากในปัจจุบัน เป็นนวนิยายกึ่งสารคดีที่ให้ความรู้และความบันเทิง

ชื่อ : นางสาวมยุรีย์ ขวัญสกุล : นักศึกษาโปรแกรมวิชาอุตสาหกรรมการท่องเที่ยว ชั้นปีที่ 3

เรื่องที่ชอบ : “หลักการมัดคุเทศก์”

เหตุผลที่ชอบ : เพราะชอบในงานมัดคุเทศก์ ชอบทางด้านการทำงานท่องเที่ยว ในหนังสือมีการบรรยายทุกอย่างทั้งทางด้านการวางแผนการทำงานท่องเที่ยว ธุรกิจการท่องเที่ยว หน้าที่คุณสมบัติ มารยาท จรรยาบรรณ การวางตัวที่ดี และบทบาทหน้าที่ในการนำเที่ยวที่ดี

พักสมอง

“รายได้ดี”

ลูกสาวตัวน้อยกำลังเล่นเป็นหมอตระจกคนไข้อยู่กับพ่อ หนูน้อยเงยหน้าขึ้นถามพ่อว่า “โตขึ้นหนูควรจะเป็นหมอโรคหัวใจ หรือหมอฟันดีคะพ่อ”
พ่อตอบว่า “หมอฟันสิลูก”

“ทำไมคะพ่อ” ลูกสาวถาม

“ก็คนเรามีหัวใจแค่ดวงเดียว...แต่มีฟันตั้งสามสิบสองซี่ให้รักษา” พ่อตอบ

ที่มา...แพรว ปีที่ 28 ฉบับที่ 654 พฤศจิกายน 2549 หน้า 260

<http://arc.skru.ac.th>

ที่ปรึกษา อาจารย์สุรัชย์ ฉายศิริพันธ์, ผศ.สมบุญ คุ้มกับพันธ์, อาจารย์สุกานดา จันทวี กองบรรณาธิการ นางจารึก คงขวัญ, นางสาวบุญศรี บุญช่วย, นางสาวเพลิน จันทวงศ์, นายจรุณ สังข์สวัสดิ์, นางสุพิศ ศิริรัตน์, นายชวฤทธิ์ ทองเพชรจันทร์, นางสาวสุภัททิรา ทอดทั้ง

ฝ่ายพิมพ์ นางสาวสุภัททิรา ทอดทั้ง, นายสมโชค ณ ถลาง ฝ่ายพิสูจน์อักษร นางสาวนันทน์นภัส สินจรรยาศักดิ์, นางสาวอารีย์ ปูนยัง
ฝ่ายศิลป์ นางสาวอุษณีย์ ไชยถาวร, นางศรีบุญญา ยินดี ฝ่ายเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ นายจรุณ สังข์สวัสดิ์, นางบุญจิรา เผ่าชู

“ แหล่งวิชาการ ก้าวทันเทคโนโลยี บริการมีบุษยสัมพันธ์ ร่วมสร้างสรรค์ท้องถิ่น ”