

จดหมายข่าว

# สารสัปดาห์

## KPRU NEWSLETTER

#คนของพระราชวังทองแผ่นดิน

#NEWS\_KPRU

#มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

KPRU



69 ม.1 ต.นครชุม อ.เมือง  
จ.กำแพงเพชร 62000  
055 706 555

ฉบับที่ 6 ปีงบประมาณ 2566 ระหว่างวันที่ 16 - 22 กันยายน 2566

พลเอกดาวพงษ์ รัตนสุวรรณ องคมนตรี  
ตรวจเยี่ยมมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ประจำปี พ.ศ.2566



www.kpru.ac.th



055-706555



มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

# พลเอกดาวพงษ์ รัตนสุวรรณ องคมนตรี ตรวจเยี่ยมมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ประจำปี พ.ศ.2566

2

เมื่อวันที่ 20 กันยายน 2566 เวลา 10.00 น. ที่ห้องประชุมดาวเรือง ชั้น 9 อาคารเรียนรวมและอำนวยการ (อาคาร 14) มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร พลเอกดาวพงษ์ รัตนสุวรรณ องคมนตรี เดินทางมาตรวจเยี่ยมมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร เพื่อติดตามการขับเคลื่อนการดำเนินงานยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560-2575) ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 1 การพัฒนาท้องถิ่น ประเด็นยุทธศาสตร์ที่ 4 การบริหารจัดการ และโครงการพัฒนา Soft Skill ด้วยกระบวนการวิศวกรรมสังคม โดยมี นายชาติป จุฑาเสรี ผู้ว่าราชการจังหวัดกำแพงเพชร, รศ.ดร.สมบัติ นพรัก นายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ผู้บังคับการตำรวจภูธรกำแพงเพชร, ผู้แทน รอง ผอ.ร.ม.น.จังหวัดฯ, พร้อมด้วยส่วนราชการ ร่วมให้การต้อนรับ

**หลังจากนั้น ผู้บริหารมหาวิทยาลัยได้นำเสนอผลการดำเนินการในประเด็นต่าง ๆ ดังนี้**

ผศ.ดร.ปริญญะ พรหมภัสสร์ รักษาการแทนอธิการบดี และ ผศ.ดร.ชาติ ตระกูล รองอธิการบดีฝ่ายบริการวิชาการและกิจการพิเศษ นำเสนอการขับเคลื่อนการดำเนินงานโครงการยุทธศาสตร์มหาวิทยาลัยราชภัฏเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น

ผศ.ดร.ขวัญดาว แจ่มแจ้ง รองอธิการบดีฝ่ายวางแผนพัฒนาและประกันคุณภาพการศึกษา นำเสนอการขับเคลื่อนการบริหารจัดการมหาวิทยาลัย และการขับเคลื่อนงานด้านการพัฒนาท้องถิ่น

ผศ.ดร.กมลวัฒน์ ภูวิชิต คณบดีคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ และ ผศ.ดร.วันสินธ์ ศิริรัตน์ ผู้อำนวยการมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร แม่สอด เป็นผู้แทนคณบดีนำเสนอการขับเคลื่อนการดำเนินงานของคณะ

จากนั้นในช่วงบ่าย ท่านองคมนตรีได้พบนักศึกษา โดยมี การนำเสนอโครงการพัฒนา Soft Skill ด้วยวิศวกรรมสังคม โดยนักศึกษาวิศวกรรมสังคมคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม และคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี พบผู้แทนนักศึกษาเพื่อพูดคุยรับฟังความคิดเห็น ให้ข้อเสนอแนะในการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรม ที่อาคารกองพัฒนานักศึกษา

หลังจากนั้น ในเวลา 16.00 น. องคมนตรีเดินทางลงพื้นที่ไปยังกลุ่มวิสาหกิจชุมชนสวนพ้อพองเพียง ตำบลลัษังงาม อำเภอลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร เพื่อตรวจเยี่ยมโครงการพัฒนาท้องถิ่นของมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ซึ่ง มหาวิทยาลัยได้ดำเนินโครงการที่โดดเด่นมาแนะนำ และจัดแสดงนิทรรศการ ประกอบด้วย

โครงการยกระดับการสร้างมูลค่าเพิ่มผลผลิตจากอ้อยด้วยหลัก BCG Model เพื่อนำไปสู่การสร้างต้นแบบกลุ่มวิสาหกิจชุมชนผู้ปลูกอ้อยแบบครบวงจรที่พึ่งพาตนเองได้อย่างยั่งยืน

โครงการนวัตกรรมแปรรูปผลผลิตทางการเกษตรมูลค่าสูง โดยภาคีเครือข่ายแบบจตุรภาคี

โครงการบริหารจัดการสิ่งแวดล้อมภายในมหาวิทยาลัยและถ่ายทอดสู่โรงเรียนและชุมชน ตามเป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน SDG

โครงการยกระดับคุณภาพการจัดการศึกษาโรงเรียนเครือข่ายขนาดเล็ก

โครงการยกระดับคุณภาพชีวิตชุมชนต้นแบบ อำเภอลองลาน จังหวัดกำแพงเพชร

**สำหรับประเด็นยุทธศาสตร์ที่ท่านองคมนตรีได้มาตรวจเยี่ยมในปีนี้ได้แก่ ยุทธศาสตร์ที่ 1 การขับเคลื่อนและผลการดำเนินโครงการเด่นในการพัฒนาท้องถิ่น และยุทธศาสตร์ 4 การพัฒนาระบบการบริหารจัดการของมหาวิทยาลัยนั้น โดย รศ.ดร.สมบัติ นพรัก นายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร ได้รายงานถึงแนวนโยบายเพื่อเป็นแนวทางสำคัญในการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยและหน่วยงานภายใน เช่น**

1. สร้างความเข้มแข็งของหลักสูตรเพื่อขับเคลื่อนการพัฒนากำลังคนของพื้นที่ ทั้งหลักสูตรระดับปริญญา (Degree) และหลักสูตรแบบไม่เน้นปริญญา (Non Degree) เพื่อสนับสนุนการศึกษาตลอดชีวิต (Lifelong Learning) รวมถึง การพัฒนาหลักสูตรวิชาชีพเพื่อเป็นแนวทางเลือกอาชีพที่สองให้แก่บัณฑิต

2. สนับสนุนการพัฒนาศักยภาพบุคลากรเพื่อให้มีขีดความสามารถในการสร้างสรรค์ผลงานเพื่อการพัฒนาหลักสูตร ผลิตบัณฑิต งานวิจัยและนวัตกรรม เพื่อการพัฒนาท้องถิ่น

3. ให้การสนับสนุนให้มหาวิทยาลัยสร้างเครือข่ายการพัฒนา ทั้งในส่วนของมหาวิทยาลัยราชภัฏ มหาวิทยาลัยในพื้นที่ หน่วยงานในระดับกระทรวง ส่วนราชการระดับจังหวัดและท้องถิ่น รวมถึงภาคเอกชน เพื่อให้การทำงานเกิดผลที่สร้างแรงขับเคลื่อนแบบองค์รวมในทุกพันธมิตร

4. สนับสนุนให้มหาวิทยาลัยส่งเสริมการพัฒนาทักษะ Soft skill ของนักศึกษาด้วยกระบวนการวิศวกรรมสังคม รวมถึงให้ทุกหลักสูตรจัดการเรียนการสอนที่ให้ผู้เรียนเป็นแหล่งเรียนรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเป็นผู้มีทักษะการเรียนรู้ตลอดชีวิต มีจิตอาสา มีความรู้ ความสามารถในการสร้างสรรค์ผลงาน และสามารถนำความรู้ไปพัฒนาท้องถิ่นได้



# งานตรวจคนเข้าเมืองกำแพงเพชร

## ตรวจเยี่ยมนักศึกษาต่างชาติ มรภ.กำแพงเพชร



เมื่อวันที่ 21 กันยายน 2566 รศ.วิสิฐ ธีธัญญวัน รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ ให้การต้อนรับคณะจากงานตรวจคนเข้าเมืองกำแพงเพชร ในการเข้าตรวจเยี่ยมนักศึกษาต่างชาติ ณ สำนักงานวิเทศสัมพันธ์และกิจการอาเซียน อาคาร 10

โดยในการตรวจเยี่ยมครั้งนี้ งานตรวจคนเข้าเมืองได้ตรวจเยี่ยมนักศึกษาต่างชาติรายใหม่จำนวน 41 คน โปรแกรมวิชาภาษาไทย คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ทั้งนี้ เพื่อให้เป็นไปตามกฎหมายการตรวจคนเข้าเมืองที่คนต่างด้าว เมื่อเข้ามาในราชอาณาจักรไทย จะต้องใช้ประเภทวิชาให้ถูกต้องตามประเภทการเข้ามา โดยนักศึกษาต่างชาติจะต้องเข้ามาด้วยวีชานักศึกษาประเภท Non-Ed และต้องมีสถานะเป็นนักศึกษาที่เข้ามาศึกษาเท่านั้น ไม่สามารถประกอบธุรกิจหรือทำงานได้ สำหรับการตรวจในครั้งนี้ เป็นไปด้วยความเรียบร้อยและยังเป็นการสร้างความตระหนักรู้และความเข้าใจเกี่ยวกับกฎหมายการตรวจคนเข้าเมืองแก่ผู้บริหาร นักศึกษา และผู้ปฏิบัติงาน ด้วย



### คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ จัดโครงการสัมมนาก่อนฝึกประสบการณ์วิชาชีพ ภาคเรียนที่ 2 ประจำปี 2566

เมื่อวันที่ 20 กันยายน 2566 ณ ห้องประชุมพุทธชาต คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ศูนย์ฝึกประสบการณ์วิชาชีพคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ได้จัดโครงการสัมมนาก่อนฝึกประสบการณ์วิชาชีพ ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 ให้กับนักศึกษาชั้นปีที่ 4 วิทยาการให้ความรู้โดย อ.อรรณูรัตน์ ศรีสุพัตนะกุล หัวหน้าศูนย์ฝึกประสบการณ์วิชาชีพ คณะมนุษยศาสตร์ และ นายจิรพงษ์ เทียนแขก นักวิชาการคอมพิวเตอร์ โดยมีวัตถุประสงค์ ดังนี้

1. เพื่อให้นักศึกษามีความรู้ ความเข้าใจในลักษณะงานของหน่วยงานที่สอดคล้องกับวิทยาการวิชาชีพของตน
2. เพื่อให้นักศึกษาเกิดความรับผิดชอบ ฝึกแก้ปัญหาและพัฒนางานที่คนได้รับมอบหมายให้มีประสิทธิภาพ
3. เพื่อให้นักศึกษามีทัศนคติที่ดีต่องานตามสาขาวิชาชีพของตน
4. เพื่อให้นักศึกษาที่จะออกฝึกได้รู้ข้อมูลเกี่ยวกับการกรอกข้อมูลออนไลน์ในระบบศูนย์ฝึกประสบการณ์วิชาชีพของคณะฯ ที่เว็บไซต์ <https://register.kpru.ac.th/internship/> ทั้งนี้มีนักศึกษาชั้นปีที่ 4 เข้าร่วมทั้งสิ้น 110 คน



# ขอเชิญตักบาตรข้าวสารอาหารแห้ง พระสงฆ์ 29 รูป เนื่องวันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัย

วันศุกร์ที่ 29 กันยายน 2566



## กำหนดการ

- เวลา 05.30 - 06.00 น. พิธีสักการะพระพุทธรูปประธานปณิธาน ศาเลปฏิบัติธรรมริมน้ำ
- เวลา 06.00 - 06.30 น. พิธีสักการะพระมหามงคลสุวรรณมุนี ณ หอพักนักศึกษา
- เวลา 06.30 น. พระสงฆ์เดินทางถึงมหาวิทยาลัยราชภัฏ กำแพงเพชร
- เวลา 06.30 - 07.30 น. พระสงฆ์ฉันภัตตาหารเช้า ณ ห้องประชุมชั้น 2 อาคารที่ปึงกรัศมีโชติ
- เวลา 07.30 - 08.00 น. พิธีเจริญพระพุทธมนต์ ณ ห้องประชุมราชพลฤกษ์ ชั้น 3 อาคารที่ปึงกรัศมีโชติ
- เวลา 08.09 - 09.00 น. พิธีตักบาตรข้าวสารอาหารแห้ง พระสงฆ์ 29 รูป (แบ่งเป็น 2 สาย 14 และ 15 รูป) ณ ลานกิจกรรมหน้าอาคารที่ปึงกรัศมีโชติ



ขอเชิญร่วมงานมุทิตาจิตแด่ผู้เกษียณอายุราชการประจำปี 2566  
วันที่ 29 กันยายน 2566

เวลา 18.00 น. ณ ห้องประชุมราชพลฤกษ์ ชั้น 3 อาคารที่ปึงกรัศมีโชติ



วันคล้ายวันสถาปนามหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร  
และงานมุทิตาจิตแด่ผู้เกษียณอายุราชการ ประจำปี 2566

# 50 ปีที่พากเพียร สู้วัยเกษียณที่ภาคภูมิใจ

๒๙

กันยายน ๒๕๖๖  
รัชมังคลาภิเษก

SHOP NOW



ดร.ดร.สุวิทย์ วงษ์บุญมาก



ดร.ดร.สุกุนต์ พรหมสายใจ



ดร.ราตรี สิกองกรณ์



ดร.อารักษ์สิริสุดา เอกลักษณ์รัตน์



นายเบนก บัวสำลี



นางสาวจันทรา โลยพงษ์



นายสายชล อ่วมสัดดี



นางสาวละล้า อังกะ



นายแทน กำประพันธ์



นางสาวนพพร อนันตศิริ



นางทองย้อย ปานจัน



www.kpru.ac.th



055-706555



มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร



### แจ้งกำหนดการสัมมนา ทุนการศึกษา “มูลนิธิ THE SET FOUNDATION”



ในวันพุธที่ 27 กันยายน 2566  
เวลา 16.00 น. ณ ห้องสมาคมศิษย์เก่า ชั้น 2  
อาคารกิจกรรมนักศึกษา (SAC)  
แต่งกายชุดนักศึกษา



ตรวจสอบรายชื่อ ได้ที่  
FB : กองพัฒนานักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร

กองพัฒนานักศึกษา <https://std.kpru.ac.th/>



สารพัด  
สาระดีดี



## ยืดได้ยืดดี 6ท่า ยืดกล้ามเนื้อ ป้องกันออฟฟิศซินโดรม



ท่าที่ 1

มือประสานหลังศีรษะ หลังตรง ไม่เกร็งคอ  
กดศีรษะให้คอกลมลงตึงบริเวณหลังคอ  
ค้างไว้ 10 วินาที แล้วค่อย ๆ ปล่อยมือออก



ท่าที่ 3

ยกแขนขวาไปด้านหลังในท่าเหยียด  
ศอกตรง เอามือซ้ายงอศอก  
ดันแขนขวาบริเวณเหนือศอก  
เข้าหาลำตัวมากขึ้น ค้างไว้ 10 วินาที  
ค่อย ๆ ปล่อยมือออกทำสลับกับอีกข้าง



ท่าที่ 2

ค่อย ๆ ปล่อยมือออกทำสลับกับอีกข้าง



ท่าที่ 4

ยกแขนขวาขึ้นเหนือศีรษะ  
งอศอกขวาอมมือขวาและ  
ไหล่ซ้ายใช้มือซ้ายดันศอกขวา  
เข้าหาตัวค้างไว้ 10 วินาที  
ทำสลับกับอีกข้าง

ท่าที่ 2

ใช้มือซ้ายอ้อมหลังศีรษะด้านขวา กดลงมา  
จนรู้สึกตึงบริเวณกล้ามเนื้อคอและบ่าขวา  
ค้างไว้ 10 วินาที แล้วค่อย ๆ ปล่อยมือออก  
ทำสลับกับอีกข้าง

ท่าที่ 5

เหยียดแขนขวาไปด้านหลัง  
กระดูกข้อมือขึ้น ใช้มือซ้าย  
ดันบริเวณนี้เพื่อกระดูก  
ข้อมือขึ้นเข้าหาตัวจนรู้สึกตึง  
นับ 1-10 ซ้ำ ๆ ทำสลับกับอีกข้าง



ท่าที่ 6

เหยียดแขนขวาไปด้านหลัง  
กระดูกข้อมือลง ใช้มือซ้าย  
ดันบริเวณหลังมือ เพื่อกระดูก  
ข้อมือขึ้นลงเข้าหาตัวจนรู้สึกตึง  
นับ 1-10 ซ้ำ ๆ ทำสลับกับอีกข้าง



#### ข้อควรปฏิบัติ

- ทำอย่างน้อย 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์
- ในการยืดแต่ละท่าควรค้างไว้  
ประมาณ 10 วินาที
- ทำซ้ำ 2-3 ครั้งเพื่อได้กล้ามเนื้อคุ้นชิน

สสส. - เครือข่ายคนไทยไร้พุง  
ชวนให้ทุกคนหันมาออกกำลังกาย ลดทุกกิจกรรมเนือยนิ่ง  
ด้วยการยืดเหยียดและฝึก เพื่อสุขภาพที่ดีอย่างยั่งยืน

ที่มา: หนังสือ 10 ท่าออกกำลังกายง่ายๆ สำหรับคนออฟฟิศ

สสส. สร้างนวัตกรรมการดูแลสุขภาพ



[www.kpru.ac.th](http://www.kpru.ac.th)



055-706555



มหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร