



จดหมายข่าวประชาสัมพันธ์
JOURNAL WEEKLY

จดหมายข่าว จันทร์กระจ่างฟ้า รายสัปดาห์

ฉบับที่ 8 ปีที่ 19 วันที่ 25 กันยายน - 1 ตุลาคม 2566



- จันทร์เกษม ร่วมกับ มหาวิทยาลัยฟุคุย
- วิทยบริการ จัดคลาสสร้างความรู้



ปาฐกถา



รองศาสตราจารย์ ดร.สุมาลี ไชยศุภรากุล รักษาราชการแทนอธิการบดี เป็นประธานเปิดกิจกรรมปาฐกถาบรรยาย พันธุมธรา ครั้งที่ 12 ความหมายของ “แลนด์” (land) ที่มีการเปลี่ยนแปลงในประเทศ : จากมุมมองด้านภาษาและสังคม ซึ่งจัดโดย คณะมนุษยศาสตร์ฯ ณ ห้องประชุมจันทร์จรัส ชั้น 3 เมื่อเร็ว ๆ นี้



- เด็กมาจ. สร้างชื่อ กว่า 4 รางวัล
แข่งขันทำอาหารระดับนานาชาติ TICC



- พิธีทำบุญตักบาตร เนื่องในโอกาสวันคล้ายสถาปนามหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม ครบ 83 ปี
- พิธีมอบรางวัลเชิดชูเกียรติบุคคล "เพชรสยาม บุคคลดีเด่น" ครั้งที่ 29 ประจำปี 2566

จดหมายข่าวจันทร์กระจ่างฟ้ารายสัปดาห์ออนไลน์

บรรณาธิการ : วีระชัย ตรีหมั่นกิจ กองบรรณาธิการ : อารุวรรณ จันทมาลา
รณมล เอลิยวณิช, อ้อมฤทัย แสงแดง, คณิตา แสงสวัสดิ์

JANKAJANGFA
WEEKLY ONLINE



จันทร์เกษม ร่วมกับ มหาวิทยาลัยฟุคยู แลกเปลี่ยนเรียนรู้ ด้านงานวิจัย และวัฒนธรรม

มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษม โดยสาขาวิชาญี่ปุ่นธุรกิจ คณะมนุษยศาสตร์ฯ จัดโครงการ “Workshops on the Topics of Industries, Culture, Economy and Social Issues in Thailand” ซึ่งเป็นความร่วมมือกันระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏจันทร์เกษมกับ มหาวิทยาลัยฟุคยู จากประเทศญี่ปุ่น เพื่อเป็นการแลกเปลี่ยนนักศึกษา อาจารย์ และนักวิจัยของทั้งสองมหาวิทยาลัย ส่งเสริมและสนับสนุนการทำวิจัยร่วมกัน แลกเปลี่ยนข้อมูลทางวิชาการการตีพิมพ์บทความทางวิชาการ และข้อมูลต่าง ๆ ที่เป็นประโยชน์ต่อทั้งสองฝ่าย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สวันนีย์ โพธิ์นิ่มแดง ประธานสาขาวิชาญี่ปุ่นธุรกิจ คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ กล่าวว่า โครงการ “Workshops on the Topics of Industries, Culture, Economy and Social Issues in Thailand” เกิดจากความร่วมมือกันของทั้ง 2 มหาวิทยาลัย โดยเริ่มจัดขึ้นอย่างต่อเนื่องตั้งแต่ปี พ.ศ. 2558 จนถึงปัจจุบัน

รวมทั้งสิ้น 8 ครั้ง แต่แต่ละครั้งมีกิจกรรมการทำวิจัยด้านธุรกิจร่วมกับนักศึกษาญี่ปุ่น โดยสาขาวิชาภาษาญี่ปุ่นธุรกิจจะคัดเลือกนักศึกษาวิชาเอกภาษาญี่ปุ่นธุรกิจ เพื่อทำหน้าที่เป็นผู้ช่วยวิจัยให้นักศึกษาญี่ปุ่น ตั้งแต่ขั้นตอนการระดมความคิด วางแผนเก็บข้อมูล วิเคราะห์ แสดงผล โดยนำเสนอความก้าวหน้าระหว่างวิจัย รวมถึงผลการวิจัยทั้งภาษาญี่ปุ่นและภาษาไทยให้แก่คณาจารย์และนักศึกษาของสาขาวิชาภาษาญี่ปุ่นธุรกิจทุกชั้นปี ตลอดจนแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกัน

“สำหรับการดำเนินโครงการในครั้งที่ 8 มีนักศึกษาญี่ปุ่นจากมหาวิทยาลัยฟุคยู จำนวน 33 คนเข้าร่วมโครงการ โดยทางสาขาวิชาฯ ได้จัดกิจกรรมการแลกเปลี่ยนต่าง ๆ แบ่งได้เป็น 2 ส่วนหลัก คือ กิจกรรมด้านการวิจัย และกิจกรรมด้านวัฒนธรรม ซึ่งกิจกรรมทั้ง 2 ลักษณะ เป็นกิจกรรมที่เป็นการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันของทั้ง 2 ฝ่าย ทั้งการนำเสนอผลงานด้านวิจัย และการเรียนรู้ แลกเปลี่ยนวัฒนธรรมท้องถิ่น” ประธานหลักสูตรฯ กล่าว

ประธานหลักสูตรฯ กล่าวต่อว่า ความร่วมมือทางวิชาการกับทางมหาวิทยาลัยฟุคยู ถือว่ามหาวิทยาลัยได้รับประโยชน์จากโครงการในหลายด้าน ทั้งด้านของนักศึกษาสาขาวิชาภาษาญี่ปุ่นธุรกิจมีโอกาสได้ฝึกฝนทักษะการสื่อสารด้วยภาษาญี่ปุ่น พัฒนาความรู้ด้านการวิจัย ความเข้าใจในวัฒนธรรมญี่ปุ่น และเรียนรู้ความแตกต่างกันระหว่างคนไทยกับคนญี่ปุ่น และคณาจารย์สาขาวิชาภาษาญี่ปุ่นธุรกิจได้พัฒนาความรู้ความสามารถด้านการวิจัย

ตลอดจนได้เรียนรู้การทำงานร่วมกับหน่วยงานญี่ปุ่น รวมไปถึงการที่ผู้บริหาร บุคลากร นักศึกษา และหน่วยงานต่าง ๆ ในมหาวิทยาลัย มีโอกาสได้ประสานความร่วมมือกับมหาวิทยาลัยฟุคยู ประเทศญี่ปุ่น ผ่านการจัดกิจกรรมต่าง ๆ ของโครงการ ส่งผลให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างสองมหาวิทยาลัย อันจะนำไปสู่การสร้างความร่วมมือด้านวิชาการ การศึกษา วิจัย การแลกเปลี่ยนนักศึกษาระหว่างกันต่อไป

วิทยบริการ จัดคลาสสร้างความรู้ สร้างบรรณานุกรมด้วย MS Word

สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ จัดการอบรมเชิงปฏิบัติการ “เทคนิคการสร้างบรรณานุกรมด้วย Microsoft Word” สำหรับนักศึกษา เพื่อให้นักศึกษาสามารถทำรายการอ้างอิงและบรรณานุกรมรูปแบบ APA ด้วย Microsoft Word ได้

นางสาวรัตนภรณ์ แสนดวง บรรณารักษ์ ปฏิบัติการ สำนักวิทยบริการและเทคโนโลยีสารสนเทศ กล่าวว่า การจัดการอบรมในครั้งนี้ เป็นการส่งเสริมให้นักศึกษาได้เรียนรู้การอ้างอิง และการจัดทำบรรณานุกรม ในการเขียนรายงาน หรือ

การทำวิจัยของนักศึกษาโดยใช้โปรแกรม Microsoft Word เข้ามาเป็นเครื่องมือในการประยุกต์ร่วมกัน เพราะเป็นโปรแกรมที่นักศึกษาใช้งานได้โดยทั่วไป

“การอบรมให้ความรู้กับนักศึกษาในครั้งนี้ เป็นการเขียนทางวิชาการทุกประเภท รูปแบบการอ้างอิงมีหลายรูปแบบ ซึ่งจะใช้แตกต่างกันไปตามข้อกำหนดของแต่ละสาขาวิชาหรือแต่ละสถาบันกำหนด รูปแบบที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายที่นำมาอบรมคือ การอ้างอิงรูปแบบ APA Style มีการปรับปรุงแก้ไขฉบับปัจจุบันคือ ฉบับพิมพ์ครั้งที่ 7 ซึ่งใน

Microsoft Word ในเมนู References สามารถกำหนดให้บรรณานุกรมที่สร้างเป็นรูปแบบ APA ได้ เนื้อหาของการอบรมแบ่งเป็นหัวข้อหลัก 2 หัวข้อคือ การอ้างอิงรูปแบบ APA Style และการใช้โปรแกรม Microsoft Word ทำรายการบรรณานุกรมโดยใช้เมนู Refernces” นางสาวรัตนภรณ์ กล่าว

นางสาวรัตนภรณ์ กล่าวต่อว่า การอบรมครั้งนี้ นักศึกษาสามารถประยุกต์ใช้ Microsoft Word ในการจัดการรายการอ้างอิงในเนื้อหาของรายงาน หรือวิจัย และทำรายการบรรณานุกรมท้ายเล่ม โดยสามารถระบุแหล่งที่มาของข้อมูลหรือสารสนเทศที่ได้ทำการศึกษาค้นคว้าและนำมาอ้างอิงในรายงาน หรืองานวิจัยที่ได้ทำการศึกษาค้นคว้าตามรูปแบบการอ้างอิงแบบ APA



4 ประเภท! ออกกำลังกาย ตอบโจทย์สุขภาพดี ครบเครื่อง

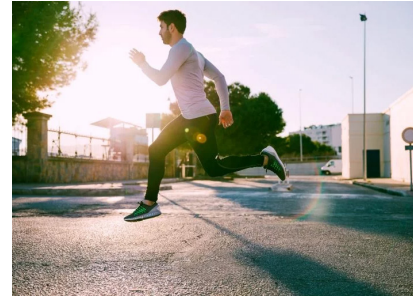
คนส่วนใหญ่มักเลือกประเภทของการออกกำลังกายเพียงหนึ่งหรือสองอย่างตามเป้าหมายสุขภาพและความชอบที่ต่างกันไป แต่รู้หรือไม่ว่าตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญและนักกายภาพบำบัด เราควรออกกำลังกายสลับกันไปให้ครบทุกรูปแบบ เพื่อให้ร่างกายได้รับประโยชน์ครบทุกส่วนและตอบโจทย์ทุกฟังก์ชันการทำงาน



1. การออกกำลังกายแบบแอโรบิก : เดินเร็ว วิ่งเหยาะ ๆ หรือเดินย่ำอยู่กับที่ เช่น ว่ายน้ำ เดิน ปั่นจักรยาน เดินขึ้นบันไดหรือขึ้นเนิน ดายท้อ กวาดใบไม้ เล่นเทนนิสหรือบาสเกตบอล ซึ่งช่วยให้ผนังหลอดเลือดคลายตัว ลดความดันโลหิต ลดระดับน้ำตาลในเลือด ลดการอักเสบ เผาผลาญไขมัน และเพิ่มระดับคอเลสเตอรอลชนิดดีในเลือด นอกจากนี้ยังช่วยปรับอารมณ์ให้ดีขึ้น

2. การฝึกความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ : เป็นวิธีที่จะช่วยสร้างกล้ามเนื้อให้กลับคืนมา ด้วยการฝึกถือของ ยกของ ยกน้ำหนัก ยกเวท ยกดัมเบลล์ วิดพื้น วิดพื้นกับผนังหรือท่าออกกำลังกายโดยใช้ยางยืดเพิ่มแรงต้านทาน ซึ่งจะช่วยกระตุ้นการเจริญเติบโตของกระดูก ลดระดับน้ำตาลในเลือด ช่วยในการควบคุมน้ำหนัก เพิ่มการทรงตัวและปรับท่าทางของร่างกาย ป้องกันการบาดเจ็บจากหกล้ม ทั้งยังลดความตึงและอาการเจ็บปวดบริเวณหลังและข้อต่อต่าง ๆ ได้

3. การยืดเหยียดกล้ามเนื้อ : จะช่วยคงความยืดหยุ่นของกล้ามเนื้อและเส้นเอ็น ซึ่งเห็นความเปลี่ยนแปลงได้ชัดเจนในวัยผู้ใหญ่เมื่อร่างกายมีความยืดหยุ่นน้อยลงด้วยท่าบริหารหรือทำยืดคลายกล้ามเนื้อใน



ส่วนต่างๆ เช่น หลัง ต้นขา คอ ไหล่ ข้อมือ ทั้งยังเป็นอุปสรรคในการทำงานในชีวิตประจำวัน

4. การฝึกการทรงตัว : ช่วยในการยืนและเคลื่อนไหวร่างกายอย่างมั่นคง ป้องกันการหกล้มง่าย การฝึกการทรงตัวไม่มีจำกัดอายุ ด้วยการยืนขาเดียวหรือเดินเขย่งเท้า โดยอาจหันกลับไปด้วยการทำท่ายืน ซึ่งเป็นการทำสมาธิพร้อมกับเคลื่อนไหวร่างกายไปช้าๆ และฝึกการหายใจเข้าออกลึก ๆ

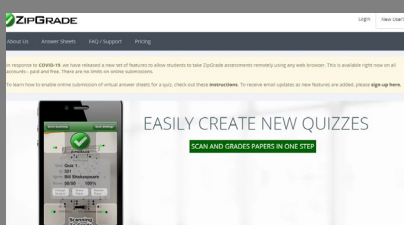
เป็นอย่างไรบ้าง กับ 4 ประเภทในการออกกำลังกายที่จะช่วยให้คุณมีสุขภาพดีในแบบครบเครื่องและเป็นวิธีง่ายๆ ๆ ที่ไม่ว่าวัยไหน เพศไหนก็ปฏิบัติได้อย่างง่ายดาย มาสร้างสุขภาพที่ดีด้วยตัวเรากันค่ะ ข้อมูล : www.primocare.com



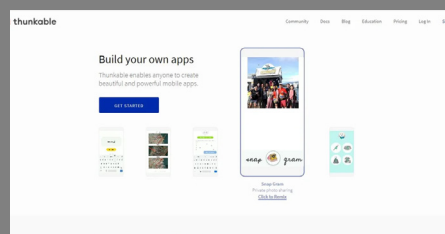
3 แอปพลิเคชันสุดเจ๋ง! สำหรับครูยุคไอที

สัปดาห์นี้ TECH&IT ขอนำเสนอ 3 แอปพลิเคชันสุดเจ๋งสำหรับครูยุคไอที ที่จะมาช่วยให้การจัดการเรียนการสอนของครูไทยยุคปัจจุบันนั้นง่ายขึ้น เพียงแค่ปลายนิ้วสัมผัส ให้เหล่าคุณครูได้เลือกใช้กันค่ะ

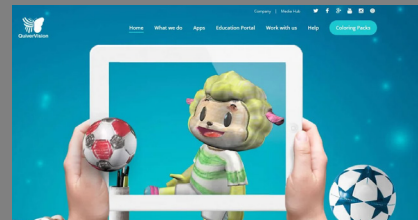
1. ZipGrade : เป็นแอปสำหรับตรวจคำตอบแบบฟลอปปีลิงในกระดาษคำตอบด้วยโทรศัพท์มือถือ



โฟน ซึ่งจะช่วยให้คุณตรวจคำตอบของนักเรียนที่ตอบคำถามของข้อสอบได้ง่ายขึ้นแทนวิธีการเดิมที่ต้องใช้มีดคัตเตอร์เจาะกระดาษตรวจคำตอบที่แสนยุ่งยากในยุคที่ผ่านมา โดยมีคุณสมบัติในการตรวจคำตอบที่แม่นยำ สามารถบอกค่าเฉลี่ยต่ำสุดหรือสูงสุดของข้อสอบได้ และที่สำคัญคือเวลาตรวจไม่ต้องมีการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตด้วย



2. Thunkable : เป็นแอปเป็นเครื่องมือการสร้างแอปพลิเคชันที่คุณครูสามารถสอนนักเรียนให้ทำได้ด้วยตนเองเป็นที่นิยมนำมาเรียนรู้สร้างแอปพลิเคชันในต่างประเทศ ช่วยให้การเขียนโปรแกรมในการสร้างแอปพลิเคชันนั้นง่ายขึ้นด้วยการลากวางด้วยการสร้างโค้ดแบบที่เรียกว่า Blockly ซึ่งนักเรียนอาจจะคิดว่าการสร้างแอปพลิเคชันนั้นเป็นเรื่องที่ยากมาก แต่ถ้า



ลองศึกษาเรียนรู้ด้วย thinkabel คุณครูก็จะมีนักเรียนที่สามารถสร้างแอปพลิเคชันได้อีกมากมายในอนาคต

3. Quiver : เป็นแอปที่เหมาะสมกับการเรียนรู้วิชาศิลปะให้กับนักเรียนได้ฝึกระบายสี สามารถไปดาวน์โหลดภาพตัวอย่างระบายสี ได้ที่เว็บไซต์ Quiver ที่มีให้เลือกมากมายหลากหลายรูปแบบแต่ที่สุดล้าไปกว่านั้นก็คือนักเรียนจะสามารถทำให้ภาพเหล่านั้นมีชีวิตชีวาสามารถกระโดดโลดเต้นได้ ก็ต้องไปโหลดแอปพลิเคชัน Quiver ลงบนโทรศัพท์มือถือ ซึ่งจะช่วยสร้างความสนุกให้กับนักเรียนได้เป็นอย่างดี

ต้องบอกเลยว่าเรื่องราวของ IT มีการพัฒนาอย่างรวดเร็ว เราต้องหมั่นที่จะเรียนรู้และใช้ประโยชน์ให้ได้มากที่สุดนะค่ะ ข้อมูล : www.news.trueid.net

เด็กมจร. สร้างชื่อ กว่า 4 รางวัล แข่งขันทำอาหารระดับนานาชาติ TICC



หากพูดถึงการเรียนรู้อะไรๆ คงไม่มีแค่ในห้องเรียนอีกต่อไป คงปฏิเสธไม่ได้ว่า การเรียนรู้ “นอกห้องเรียน” เสมือน “เวทีแห่งการเรียนรู้ที่แท้จริง” อีกทางหนึ่งให้นักศึกษาได้แสดงศักยภาพพร้อมกับพัฒนาตนเองให้มีทักษะทางด้านวิชาชีพได้อย่างชำนาญ

เช่นเดียวกับ... นักศึกษา สาขาวิชาการประกอบอาหารและการจัดการงานครัว คณะวิทยาศาสตร์ ที่ออกไปเรียนรู้หาประสบการณ์จากเวทีนานาชาติ ด้วยการคว้ารางวัล 4 รางวัล จากการแข่งขันทำอาหาร ระดับนานาชาติ Thailand's 27th International Culinary Cup (TICC) เมื่อวันที่ 23-26 สิงหาคม 2566 ณ ฮอลล์ 1-3 ชั้น G ศูนย์การประชุมแห่งชาติสิริกิติ์

ผู้ช่วยศาสตราจารย์อัญชิษฐา ลิขิตทรัพย์เจริญ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการประกอบอาหารและการจัดการงานครัว

คณะวิทยาศาสตร์ และให้ฐานและผู้ดูแลนักศึกษาในการแข่งขันครั้งนี้ เล่าถึงการเข้าร่วมการแข่งขัน TICC ของนักศึกษาว่า “จุดเริ่มต้น คือการได้เห็นศักยภาพของนักศึกษาในระหว่างการเรียนการสอน ทำให้คณาจารย์มีแนวคิดในการต่อยอดความสามารถ พัฒนาทักษะของนักศึกษา จึงเปิดโอกาสในการเรียนรู้ ผ่านการประกวดและแข่งขันในเวทีต่างๆ”

“นักศึกษาที่มีส่วนร่วมในการแข่งขันนั้น มีความสนใจ ตั้งใจ ในทักษะที่ถนัดของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการแกะสลักการทำอาหาร โดยนำความรู้ในห้องเรียน มาปรับใช้ โดยเวที TICC นี้ เป็นการแข่งขันกับตัวเอง มีเกณฑ์คะแนนในระดับต่าง ๆ ทำให้นักศึกษามุ่งมั่น แสดงความสามารถได้อย่างเต็มศักยภาพ โดยที่ไม่ต้องคำนึงถึงผลการแข่งขันของผู้อื่น ถือว่าเป็นสิ่งที่ดีให้นักศึกษา

แต่เป้าหมายแรกในการแข่งขันของพวกเรา ไม่ใช่เหรียญรางวัล แต่เป็นเรื่องของประสบการณ์ รางวัลที่ได้รับเป็นเพียงผลตอบแทนในความมุ่งมั่น ตั้งใจในการทำสิ่งที่เรารัก แต่สิ่งสำคัญที่เวทีเหล่านี้ให้ นอกเหนือจากรางวัลคือ เพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ เครือข่ายต่าง ๆ ที่มารวมตัวกันอยู่ที่นี้ จึงเป็นสิ่งที่ไม่ได้หาได้ง่าย ๆ ครับ

ได้เรียนรู้ฝึกประสบการณ์ ทัศนศึกษา เล่าถึงความตั้งใจของเหล่านักศึกษาที่ต้องการเรียนรู้และแข่งขันกับตัวเองผ่านเวทีการประกวด

ด้าน “บ่าว” หรือ นายกฤตภัค พุ่มไชย นักศึกษาชั้นปีที่ 3 เจ้าของเหรียญเงินในการแข่งขันประเภท (A1) Modern Thai Cuisine: Individual เล่าให้ฟังถึงการแข่งขัน TICC ว่า “ผมแข่งขันประเภท Modern Thai Cuisine: Individual โจทย์ก็คือ ทำอาหารไทยในเวลา 1 ชั่วโมง ซึ่งอาหารที่ผมได้ทำคือ แกงคั่วหอยขม ปลาทอดขมิ้น ใบชะพูทอด ยำมะม่วง และข้าวอบขมิ้น โดยจัดจานแนว Western หรือสไตล์ยุโรปครับ ซึ่งผมก็ได้รับรางวัลเหรียญเงิน” บ่าว เล่าถึงโจทย์และการรังสรรค์เมนูของตนเอง และเล่าถึงการคว้าเหรียญรางวัลจากเวทีนี้ต่อว่า

“นี่เป็นครั้งที่ 2 ที่ได้มีโอกาสออกมาหาประสบการณ์ผ่านเวทีการแข่งขัน และผมได้รับเหรียญเงิน ก็ต้องบอกว่าดีใจครับ แต่เป้าหมายแรกในการแข่งขันของพวกเรา ไม่ใช่เหรียญรางวัล แต่เป็นเรื่องของประสบการณ์รางวัลที่ได้รับ เป็นเพียงผลตอบแทนในความมุ่งมั่น ตั้งใจในการทำสิ่งที่เรารัก แต่สิ่งสำคัญที่เวทีเหล่านี้ให้ นอกเหนือจากรางวัลคือ เพื่อน ๆ พี่ ๆ น้อง ๆ เครือข่ายต่าง ๆ ที่มารวมตัวกันอยู่ที่นี้ จึงเป็นสิ่งที่ไม่ได้หาได้ง่าย ๆ ครับ”



“ทุกครั้งที่ผมได้รับโอกาส ผมเต็มที่ที่สุดตัว ครึ่งนี้ก็เช่นกัน ผมฝึกซ้อมมากกว่า 3 เดือน ฝึกฝนกับอาจารย์ที่มหาวิทยาลัย 1 วันต่อสัปดาห์ ฝึกให้ชินมือกับอุปกรณ์ ฝึกทำอาหารให้ทันกับเวลาที่กำหนด รสชาติก็ต้องสมบูรณ์ การตกแต่งจาน และก็กลับมาฝึกต่อกับตัวเองที่บ้านเมื่อมีเวลาครับ”

จากเวทีแรกที่ผมได้แข่งขัน ผมอาจจะผิดพลาดไปบ้าง แต่ผมก็นำความผิดพลาดตรงนั้น มาปรับ มาพัฒนาตัวเองกับเวทีนี้ ซึ่งก็ทำให้ผมสามารถก้าวข้าม และมีผลงานที่ดีขึ้น ครึ่งนี้ผมได้เหรียญเงิน แต่ครึ่งหน้า ผมจะคว้าเหรียญทอง ด้วยรางวัลมาให้ได้ครับ” บ่าว เล่าถึงการฝึกซ้อมของตนเองที่มุ่งมั่นมาตลอด 3 เดือน และเล่าถึงเป้าหมายต่อไปของตัวเองว่า

มาต่อกันที่ “ทราย” นางสาววิมลรัตน์ ฉายอรุณ ตัวแทนของทีม ที่สามารถคว้ารางวัลเหรียญทองแดง ในการแข่งขันแกะสลัก ประเภท F2 = Fruit & Vegetable Carving Live: Team of 3 มาได้ เล่าให้ฟังว่า “ก่อนทำการแข่งขัน 1 วัน ได้มีโอกาสไปดูสถานที่แข่งขัน ยอมรับว่าตื่นเต้น และมีความกังวลอยู่ไม่น้อยเลยล่ะ ว่าเราจะทำได้ไหม แต่พอถึงเวลาแข่งขันจริง ๆ ของทีมเรา ความตื่นเต้นก็หายไปค่ะ เหมือนเราไม่กดดันอะไรแล้ว ก็เต็มที่ เหมือนเป็นการแข่งขันกับตัวเองมากกว่า ว่าเราจะสามารถทำตามโจทย์ได้ไหม ทำอยู่ในกรอบระยะเวลาที่กำหนดไหม”

“ทีมเราแกะสลักผักผลไม้ 8 ลูก ทรายเองได้สลักลวดลายดอกไม้ ด้วยลูกแคนตาลูป สลักลายผีเสื้อ ด้วยลูกแตงโม และมีการสลักดอกย่อยเพื่อใช้ในการตกแต่ง โดยเราต้องสลักให้ทันเวลาภายใน 4 ชั่วโมง ซึ่งเราก็สามารถทำได้ทันเวลา” ทราย เล่าถึงการสลักผักผลไม้ในการแข่งขันครั้งนี้ และยังเล่าถึงการฝึกซ้อมและสิ่งที่ตัวเองได้รับว่า

“เรา 3 คน ร่วมฝึกซ้อมกันมา 2-3 เดือน ซึ่งได้รับการสนับสนุน ฝึกสอนดูแลจาก

ต้องขอขอบคุณอาจารย์ทุก ๆ ท่าน ที่คอยสนับสนุน ส่งเสริม และคอยให้คำปรึกษา มอบโอกาสให้พวกเราได้มีประสบการณ์จากเวทีการประกวดในระดับนานาชาติ ทำให้พวกเรามีประสบการณ์อันล้ำค่านี้ พวกเราจะพัฒนาทักษะ เรียนรู้ ด้วยความมุ่งมั่น ตั้งใจของพวกเรา และหวังว่าจะมีส่วนในการผลักดันให้รุ่นน้อง เพื่อน ๆ ได้ก้าวออกมาแสดงศักยภาพของตัวเองผ่านเวทีการประกวดต่าง ๆ ให้ได้ค่ะ/ครับ

อาจารย์เป็นอย่างดี ทำให้เราพัฒนาตัวเองได้ดีมากยิ่งขึ้น จากที่ใช้เวลาแกะสลัก 1 ลูกใหญ่ 1-2 ชั่วโมง ก็ลดลงมาต่ำกว่า 1 ชั่วโมงได้ ทำให้เรามีความมั่นใจมากขึ้นก่อนลงแข่งขัน

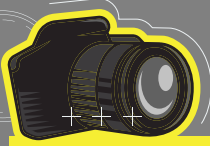
การได้เข้าร่วมแข่งขันครั้งนี้ นอกจากรางวัลที่เราได้รับแล้ว เรายังได้เรียนรู้กระบวนการทำงานอย่างมืออาชีพ ได้รับความรู้จากกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิ เชฟผู้เชี่ยวชาญระดับประเทศ ระดับนานาชาติ และได้รับประสบการณ์ในการแข่งขัน เครือข่ายมากมาย ถือเป็นสิ่งที่สร้างประโยชน์ให้เราได้มีความพร้อมก่อนออกสู่การทำงานจริงในอนาคตด้วยค่ะ”

ทั้ง 2 คนยังได้ทิ้งท้ายด้วยว่า “ต้องขอขอบคุณอาจารย์ทุก ๆ ท่าน ที่คอยสนับสนุน ส่งเสริม และคอยให้คำปรึกษา มอบโอกาสให้พวกเราได้มีประสบการณ์จากเวทีการประกวดในระดับนานาชาติ ทำให้พวกเรามีประสบการณ์อันล้ำค่านี้

พวกเราจะพัฒนาทักษะ เรียนรู้ ด้วยความมุ่งมั่น ตั้งใจของพวกเรา และหวังว่าจะมีส่วนในการผลักดันให้รุ่นน้อง เพื่อน ๆ ได้ก้าวออกมาแสดงศักยภาพของตัวเองผ่านเวทีการประกวดต่าง ๆ ให้ได้ค่ะ/ครับ” บ่าวและทราย ทิ้งท้ายขอบคุณได้อย่างน่าประทับใจ

4 รางวัลที่ได้รับ เวที TICC 2023

1. นายชัยวัฒน์ มีทอง นักศึกษาชั้นปีที่ 4 : รางวัลเหรียญทองแดง ในการแข่งขันประเภท (A1) Modern Thai Cuisine: Individual
2. นางสาวมณีวรรณ พันธุ์มณี นักศึกษาชั้นปีที่ 3 : รางวัล Diploma ในการแข่งขันประเภท (A1) Modern Thai Cuisine: Individual
3. นายกฤตภัค พุ่มไชย นักศึกษาชั้นปีที่ 3 : รางวัลเหรียญเงิน ในการแข่งขันประเภท (A1) Modern Thai Cuisine: Individual
4. นางสาววิมลรัตน์ ฉายอรุณ, นางสาวอรอนงค์ เมืองจินดา และ นางสาวนฤมล พะวันรัมย์ นักศึกษาชั้นปีที่ 3 : รางวัลเหรียญทองแดง ในการแข่งขันแกะสลัก ประเภท F2 = Fruit & Vegetable Carving Live : Team of 3



ประมวลภาพกิจกรรม

กิจกรรมทำบุญตักบาตร เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันสถาปนา มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม ครบ 83 ปี

ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏจันทรเกษม
เมื่อระหว่างวันที่ 7 กันยายน ที่ผ่านมา



พิธีมอบรางวัลเชิดชูเกียรติบุคคล “เพชรสยาม บุคคลดีเด่น” ครั้งที่ 29 และรางวัล “คนดีศรีจันทรเกษม” ประจำปี 2566



ประมวลภาพกิจกรรม

ณ ห้องประชุมจันทร์גרอส ชั้น 3 อาคารสำนักงานอธิการบดี เมื่อวันที่ 2 กันยายน 2566





สมัครเรียนออนไลน์ 24 ชม. www.chandra.ac.th
โทร. 0 2942 5800, 0 2942 6800



Address

เขตศุจักร กรุงเทพมหานคร 10900
39/1 ถนนรัชดาภิเษก แขวงจันทระเกษม



Phone

0 2942 5800
0 2942 6800
fax 1111-3 ,7003-7004



e-Contact

pr.cru@chandra.ac.th