



วันนวมินทรมหาราช

13 ตุลาคม น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ
พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร
มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร
ด้วยสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้

ข้าพระพุทธเจ้า อธิการบดี คณะผู้บริหาร ข้าราชการพลเรือนในสถาบันอุดมศึกษา
คณาจารย์ บุคลากร และนักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



วารสารประชาสัมพันธ์

หนังสือสารหอหลวง

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร สถาบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่น



มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร Sakon Nakhon Rajabhat University

ปรัชญา

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เป็นสถาบันอุดมศึกษาเพื่อการพัฒนาท้องถิ่นมุ่งความเป็นเลิศทางวิชาการ บนพื้นฐานแห่งคุณธรรมร่วมชี้นำการพัฒนาท้องถิ่นและสังคม

วิสัยทัศน์

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร มุ่งผลิตบัณฑิตที่มีอัตลักษณ์ มีคุณภาพมีสมรรถนะ บูรณาการ องค์ความรู้ นวัตกรรม และเทคโนโลยี เพื่อพัฒนาชุมชนท้องถิ่นหรือชุมชนอื่นและสร้างความมั่นคงให้กับประเทศ

พันธกิจ

1. ผลิตครูและบัณฑิตที่มีคุณภาพและคุณธรรมเพื่อรับใช้ชุมชนท้องถิ่นหรือชุมชนอื่น
2. สร้างสรรค์งานวิจัยและนวัตกรรม เพื่อพัฒนาองค์ความรู้ และถ่ายทอดสู่การพัฒนาท้องถิ่นหรือชุมชนอื่น
3. บริการวิชาการ และถ่ายทอดเทคโนโลยี ให้กับชุมชนท้องถิ่นหรือชุมชนอื่น
4. ทะนุบำรุงศิลปและวัฒนธรรม เพื่อสร้างคุณค่าให้กับชุมชนท้องถิ่นหรือชุมชนอื่น
5. บริหารจัดการให้มีคุณภาพด้วยหลักธรรมาภิบาลให้เป็นไปอย่างมีคุณธรรมและความโปร่งใส

วารสารประชาสัมพันธ์หนองหารหลวง ปีที่ 23 ฉบับที่ 10 ประจำเดือนตุลาคม 2566

ที่ปรึกษา

คณะกรรมการสภามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
พศ.ชาคริต ชาญชัยดิษฐ์ รักษาการแทนอธิการบดี
อาจารย์ ดร.อุบลศิลป์ โพธิ์พรม รองอธิการบดี
นายเกษม บุตรดี ผู้อำนวยการสำนักงานอธิการบดี
นางสาวพิชญดา ธานี ผู้อำนวยการกองกลาง
อาจารย์ลลิตา ศรีพสุดา อาจารย์ประจำสาขาวิชานิติศาสตร์

กองบรรณาธิการ

บรรณาธิการบริหาร	นางสาวสุภาภรณ์ ตาลกุล
บรรณาธิการ	นายรัตนกาญจน์ คำเพชรดี
ออกแบบปก	นายณัฐพล น้อยนาง
ช่างภาพ	นายกิตติศักดิ์ พายทศ

จัดทำโดย

งานประชาสัมพันธ์และโสตทัศนูปกรณ์
กองกลาง สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
680 ถนนนิตโย ตำบลธาตุเชิงชุม
อำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร 47000
โทร. 0 4297 0021, 0 4297 0094 โทรสาร 0 4297 0022
www.snruc.ac.th

พิมพ์ที่ : บริษัท ดันกลา ดีไซน์ จำกัด



@snru

เรื่องเด่นในฉบับ

2

SNRU
special

- การสร้างความสุขง่ายๆ
ในการทำงาน 10 ประการ

8



- มรภ. ภูเก็ต เข้าศึกษาดูงานสภา
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

11



- มรส. รับการตรวจประเมิน
คุณภาพการศึกษายามใน
ระดับมหาวิทยาลัย

15



- มรส. รับขวัญนักศึกษาฝึกงาน
ในอิสราเอล กลับสู่ภูมิลำเนา

18



- มรส. ร่วมกิจกรรมในงาน
ประเพณีแห่ปราสาทผึ้ง
และแข่งขันเรือยาว
จังหวัดสกลนคร ประจำปี 2566



มรส. ร่วมพิธีวางพวงมาลา เนื่องใน “วันนวมินทรมหาราช” 13 ตุลาคม 2566

วันที่ 13 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย อาจารย์ ดร.พรเทพ เสถียรนพเก้า รองอธิการบดี พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร และบุคลากร ร่วมพิธีวางพวงมาลาเนื่องในวันนวมินทรมหาราช โดยมี นายชานน วาสิกศิริ รองผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร เป็นประธานในพิธีวางพวงมาลา และกล่าวน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ เบื้องหน้าพระบรมฉายาลักษณ์พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ทั้งนี้ วันที่ 13 ตุลาคม 2566 เป็นวันแห่งการเสด็จสวรรคตครบ 7 ปี หรือเรียกว่า สัตตมวราช และเพื่อเป็นการน้อมรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณ ที่ทรงมีต่อปวงชนชาวไทยเป็นล้นพ้นอย่างหาที่สุดมิได้ โดยพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมให้กำหนดชื่อวันคล้ายวันสวรรคตพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราชบรมนาถบพิตรว่า “วันนวมินทรมหาราช” โดยคณะรัฐมนตรี ได้มีมติเมื่อวันที่ 26 กันยายน 2566 กำหนดให้วันที่ 13 ตุลาคม ของทุกปี เป็น “วันนวมินทรมหาราช”

การสร้างความสุขง่ายๆ ในการทำงาน 10 ประการ

- 1 ให้ตั้งเป้าหมายถึงสิ่งที่จะทำให้ชีวิตมีความสุข และลงมือทำให้สำเร็จ
- 2 ชื่นชมข้อดีของตนเองและผู้อื่น พร้อมเริ่มต้นวันใหม่ด้วยความสุข ทบทวนถึงสิ่งต่างๆ สิ่งดีๆ ที่เกิดขึ้นในแต่ละวัน
- 3 มีอารมณ์ขันและสง่ายิ้มให้คนรอบข้างอยู่เสมอ
- 4 หยุดคิดเล็กคิดน้อย รู้จักยอมรับข้อบกพร่องของผู้อื่น
- 5 จัดสรรเวลาให้สมดุลตามหลัก 8-8-8 คือทำงาน 8 ชั่วโมง การนอนหลับ 8 ชั่วโมง และให้เวลากับสิ่งที่ตนเองรัก 8 ชั่วโมง
- 6 ใส่ใจสุขภาพ ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ อย่างน้อยวันละ 1 ชั่วโมง สัปดาห์ละ 3-5 วัน ช่วยคลายความเครียด นอนหลับดีขึ้น
- 7 ออฟไลน์ออกจากโลกโซเชียลบ้าง แล้วหันมาพูดคุย ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับคนรอบข้าง
- 8 รู้จักกล่าวคำว่าขอบคุณให้เป็นนิสัย และขอโทษเมื่อตนเองทำผิด
- 9 ยึดหลักความพอเพียงในการดำเนินชีวิต พอใจในสิ่งที่ตัวเองมี
- 10 ทำงานอดิเรกที่ชอบหรือทดลองทำสิ่งใหม่ๆ

ผศ.ดร.ไวยรุจน์ อัมโพ

ประธานสภาคณาจารย์และข้าราชการ
กรรมการสภามหาวิทยาลัยโดยตำแหน่ง
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



มรสน. ขอแสดงความยินดีกับผู้ที่ได้รับคัดเลือกให้เป็น กรรมการสภามหาวิทยาลัยจากคณาจารย์ประจำ



ผศ.ดร.นิรนุช วรโสง
สังกัดคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี



ผศ.ปภกสิณ ชากิพอด
สังกัดคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์



ผศ.ดร.สทิธิ ภาคมฤต
สังกัดคณะครุศาสตร์



ผศ.วุฒินันต์ ประทุม
สังกัดคณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม

สำนักงานอธิการบดี มรสน. เข้าศึกษาดูงาน ด้าน EdPEx มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

วันที่ 26 กันยายน 2566 สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เข้าศึกษาดูงานผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ร่วมกับ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี เรื่อง การขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพการศึกษาเพื่อการดำเนินการที่เป็นเลิศ หรือ EdPEx โดยมี ผศ.รัฐพล ฤทธิธรรม รองอธิการบดี กล่าวเปิด และ นายเกษม บุตรดี ผู้อำนวยการสำนักงานอธิการบดี นำบุคลากรเข้าร่วมการประชุม ณ ห้องประชุมศรีสัจจันทร ชั้น 2 อาคาร 10 โดยได้รับเกียรติจาก ผศ.ดร.ธีระยุทธ์ เฟื่องชัย รองอธิการบดี บรรยาย การขับเคลื่อนการพัฒนาคุณภาพการศึกษาเพื่อการดำเนินการที่เป็นเลิศ (EdPEx) ของมหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี จากนั้นเป็นบรรยายการขับเคลื่อนพร้อมแลกเปลี่ยนการดำเนินการ (EdPEx) เพื่อให้บุคลากรของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร สามารถนำความรู้ที่ได้รับมาใช้เป็นแนวทางดำเนินการและขับเคลื่อนสำนักงานอธิการบดีไปสู่การพัฒนาคุณภาพการศึกษาเพื่อการดำเนินการที่เป็นเลิศต่อไป





โรงเรียนวิถีธรรม ฯ จัดกิจกรรมปิดภาคเรียน นำเสนอผลงานและองค์ความรู้ จากกระบวนการเรียนรู้แบบ



Project Based Learning ต้นกล้าวิถีธรรม

เมื่อวันที่ 28 กันยายน 2566 โรงเรียนวิถีธรรมแห่งมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดกิจกรรมและนิทรรศการ ต้นกล้าวิถีธรรม ประจำปีภาคเรียนที่ 1/2566 โดยมี ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี กล่าวเปิดกิจกรรม ณ หอประชุมจามจุรี 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ต้นกล้าวิถีธรรม เป็นการนำเสนอผลจากการเรียนรู้ โดยใช้โครงงานเป็นฐาน หรือ Project base learning ของนักเรียนทุกระดับชั้น มีกิจกรรมภายในงานประกอบด้วย การจัดแสดงผลงาน กิจกรรม Workshop การจำหน่ายผลิตภัณฑ์ของนักเรียน และการแสดงดนตรี ร้องเพลง เต้นรำ การแสดงละคร ของนักเรียนโรงเรียนวิถีธรรม ในระดับประถมศึกษาและมัธยมศึกษา แสดงให้เห็นถึงการสร้างเด็กให้มีทักษะการคิดสร้างสรรค์ คิดแก้ปัญหา การทำงานเป็นทีมและทักษะชีวิตที่จำเป็น ทักษะต่างๆ ปรากฏให้เห็นผ่านกิจกรรมต้นกล้าวิถีธรรมจากการนำเสนออย่างเป็นธรรมชาติ

มรส. MOU ความร่วมมือในการดำเนินการวิจัยเพื่อการพัฒนาชุมชนเชิงพื้นที่ หน่วยงานในพื้นที่อำเภอบ้านนา และอำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร

เมื่อวันที่ 29-30 กันยายน 2566 หน่วยวิจัยพัฒนาวิสาหกิจเพื่อสังคมท้องถิ่น (Research Unit of Social Enterprise Development for Local: SE-DL) สถาบันวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย ผศ.ดร.อุทุมพร หลอดโค หัวหน้าหน่วยวิจัยและหัวหน้าโครงการวิจัยฯ พร้อมด้วยคณะกรรมการฯ ประกอบด้วย ดร.ดนัยณัฐ จิระวัฒนาสมกุล อาจารย์คนันพร เปศรี อาจารย์วิภาวี บัวผัน อาจารย์สิริลักษณ์ จิระวัฒนาสมกุล คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ ดร.ณัฐพร จิระวัฒนาสมกุล คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อาจารย์เกริกไกร ปริญาพล คณะวิทยาการจัดการ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร และนางสาวรจิตรา กาญจนบุตร นักศึกษาปริญญาโท สาขาวิชายุทธศาสตร์การพัฒนา คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี และหน่วยงานในพื้นที่อำเภอบ้านนาและอำเภออากาศอำนวย จังหวัดสกลนคร ร่วมลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือภายใต้การขับเคลื่อนโครงการวิจัย เรื่อง “การพัฒนาทุนทางวัฒนธรรมของกลุ่มทอผ้าย้อมคราม เพื่อยกระดับสู่เศรษฐกิจสร้างสรรค์” สนับสนุนงบประมาณจากสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมวิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม (สกสว.) กองทุนส่งเสริม ววน. ประจำปีงบประมาณ 2566 เพื่อแก้ปัญหาด้วยการพัฒนาชุมชนเชิงพื้นที่ (Area - Based Development) เสริมสร้างกระบวนการเรียนรู้สำหรับการแก้ปัญหาร่วมกันกับชุมชนท้องถิ่นผ่านกระบวนการทำงานวิจัยเชิงพื้นที่ เพื่อพัฒนาและยกระดับศักยภาพของชุมชนให้สามารถแก้ปัญหาทางด้านเศรษฐกิจ สังคม และสิ่งแวดล้อมของชุมชนท้องถิ่นอย่างยั่งยืน รวมทั้งเป็นการพัฒนาเครือข่ายความร่วมมือทางด้านวิชาการ งานวิจัย และการบริการวิชาการกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในพื้นที่เป้าหมาย





คณะเทคโนโลยีการเกษตร จดอบรม

"ผสมเทียมโค" รุ่นที่ 6

สำหรับบุคคลทั่วไป

วันที่ 1 ตุลาคม 2566 คณะเทคโนโลยีการเกษตร มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดโครงการฝึกอบรมหลักสูตรผู้ช่วยผู้ประกอบวิชาชีพการสัตวแพทย์ “การผสมเทียมโค” รุ่นที่ 6 โดยมี ผศ.ชาคริต ขาญชิดปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี กล่าวเปิดการอบรม และ ผศ.น.สพ.ธราดล จิตจักร คณบดีคณะเทคโนโลยีการเกษตร กล่าวรายงาน ณ ห้องประชุมอาคาร 12 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร



การฝึกอบรมหลักสูตรระยะสั้น “การผสมเทียมโค” เป็นกิจกรรมบริการวิชาการของคณะเทคโนโลยีการเกษตร และนำความรู้มาถ่ายทอดให้แก่เกษตรกรบุคคลทั่วไป เพื่อให้ความรู้เกี่ยวกับกายวิภาคและสรีรวิทยา ระบบสืบพันธุ์โค การรีดน้ำเชื้อและการตรวจคุณภาพน้ำเชื้อ โรคที่สามารถติดต่อผ่านทาง การสืบพันธุ์ หลักการผสมเทียมและสุขอนามัยต่างๆ ตามขอบเขต และบทบาทหน้าที่ตามประกาศสัตวแพทยสภา เรื่องหลักเกณฑ์การฝึกอบรมการผสมเทียมโคให้ผู้เข้าอบรมมีคุณธรรมและจริยธรรม โดยคำนึงถึงการคุ้มครองสุขภาพสัตว์ การปฏิบัติต่อสัตว์ตามหลักสวัสดิภาพสัตว์ การแพร่กระจายของโรค ผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม และเป็นการเพิ่มประสิทธิภาพบุคลากรที่ทำหน้าที่ผสมเทียมภายในฟาร์มเกษตรกรได้ และที่สำคัญหลักสูตรดังกล่าวได้ผ่านการรับรองจากสัตวแพทยสภา โดยใช้ระยะเวลาในการฝึกอบรมจำนวน 12 วัน ตั้งแต่วันที่ 1-12 ตุลาคม 2566 และมีผู้ที่ผ่านคุณสมบัติเข้ารับการอบรม จำนวน 20 คน



ศูนย์ศึกษาทั่วไป มรสน. จัดกิจกรรม แข่งสกลนคร Showcase Vol.3

วันที่ 2 ตุลาคม 2566 ศูนย์ศึกษาทั่วไป มหาวิทยาลัยราชภัฏ
สกลนคร จัดกิจกรรมแข่งสกลนคร Showcase Vol.3 ณ หน้าอาคาร 1
โดยมี ผศ.ชาคริต ชาญชิตปริษา รักษาการแทนอธิการบดี กล่าวเปิด
กิจกรรม

สำหรับกิจกรรมแข่งสกลนคร Showcase Vol.3 เป็นการจั
แสดงผลงาน การศึกษาค้นคว้าหาของดีในแข่งสกลนคร ของนักศึกษา
ที่เรียนในรายวิชาวัฒนธรรมแข่งสกลนคร ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา
2566 เป็นการจัดแสดงข้อมูล เนื้อหา ผลงานต่างๆ ด้วยวัสดุสิ่งของ
อุปกรณ์และกิจกรรมที่หลากหลาย ให้มีความสัมพันธ์กันในแต่ละเรื่อง
มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจน โดยนักศึกษาเป็นผู้วางแผนแนวทางในการ
พัฒนางานและความคิดเกี่ยวกับวัฒนธรรมแข่งสกลนคร เช่น ภูมิปัญญา
ท้องถิ่น ของดีต่างๆ ในท้องถิ่น เพื่อใช้สำหรับด้านการศึกษาและ
จัดแสดงให้สอดคล้องกับวิชาวัฒนธรรมแข่งสกลนคร ซึ่งจะเป็นความรู้
ที่สามารถนำไปต่อยอดความคิดของนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมกิจกรรม
ตลอดจนเป็นแนวทางในการพัฒนางานและความคิด เกี่ยวกับ
วัฒนธรรมแข่งสกลนคร และเพื่อใช้สำหรับด้านการศึกษา ด้าน
เศรษฐกิจ และอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องต่อไปในอนาคต





มรภ. ภูเก็ต เข้าศึกษาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

วันที่ 10 ตุลาคม 2566 รศ.ดร.ไตรรัตน์ โภคพลากรณ์ อุปนายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร พร้อมด้วย ผศ.ชาคริต ชาวนุชิตปรีชา รักษาราชการแทนอธิการบดี และคณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ร่วมต้อนรับคณะศึกษาดูงานจากมหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต นำโดย ศ.เกียรติคุณ ดร.ชุตินา สัจจามันท์ อุปนายกสภามหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต พร้อมคณะผู้บริหาร และคณะทำงานจากมหาวิทยาลัยราชภัฏภูเก็ต โดยช่วงแรกเป็นการกล่าวต้อนรับ และแนะนำสภามหาวิทยาลัย รวมถึงการดำเนินงานและบริบทของสภามหาวิทยาลัย การขับเคลื่อนยุทธศาสตร์และการพัฒนาท้องถิ่น โดยคณะผู้บริหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จากนั้นเป็นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ณ ห้องประชุมสร้อยสุวรรณ อาคาร 10 และช่วงบ่ายเป็นการลงพื้นที่บ้านโคกสะอาด ตำบลอุ่มจาน อำเภอกุสุมาลย์ จังหวัดสกลนคร เพื่อรับฟังการเสนอข้อมูลการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครร่วมกับชุมชน โดยมี นายรัฐภูมิ บุตรราช นายกองค์การบริหารส่วนตำบลอุ่มจาน และนายชาติชาย พุทธิสัย ผู้ใหญ่บ้านโคกสะอาด หมู่ 4 ร่วมต้อนรับ และนำเสนอข้อมูลของชุมชน จากนั้น นายดาวิทย์ พุทธิสัย เลขาธิการคณะกรรมการสหกรณ์เคตติยูเนียนเลิงฮังสามัคคี จำกัด ได้แนะนำคณะกรรมการ และการดำเนินงานของสหกรณ์เคตติยูเนียนเลิงฮังสามัคคี จำกัด พร้อมกันนี้ ได้ลงพื้นที่แปลงนารวมวิสาหกิจชุมชน และสวนป่าแทนคุณ ต้นแบบป่าเศรษฐกิจรอบครัว ที่มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครได้นำนวัตกรรมสนับสนุนร่วมกับชุมชนดังกล่าว





มรสน. ร่วมต้อนรับกงสุลใหญ่ สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม ประจำจังหวัดขอนแก่น



วันที่ 11 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย ผศ. ชاکริต ชาวนิชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี ต้อนรับ H.E. Mr. Chu Duc Dung กงสุลใหญ่สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม ประจำจังหวัดขอนแก่น พร้อมคณะผู้ติดตามจากสถานกงสุลฯ ณ ห้องสุวรรณภิงคาร ชั้น 2 อาคารสถาบันภาษา ศิลปะและวัฒนธรรม ในโอกาสเดินทางมาเยี่ยมชมมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร และร่วมหารือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นร่วมกับคณะผู้บริหาร คณาจารย์ และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ในเรื่องความร่วมมือทางด้านการจัดการเรียนการสอนระหว่างมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กับมหาวิทยาลัยในประเทศเวียดนาม พร้อมทั้งรายงานข้อมูลการจัดการอบรมภาษาไทยสำหรับชาวต่างชาติที่เปิดทำการเรียนการสอนสำหรับนักศึกษาชาวเวียดนาม รวมถึงการเรียนการสอนทางด้านภาษาเวียดนามสำหรับนักศึกษาชาวไทย ทั้งนี้เพื่อหาแนวทางในการแลกเปลี่ยนและสนับสนุน โดยทางกงสุลใหญ่สาธารณรัฐสังคมนิยมเวียดนาม ประจำจังหวัดขอนแก่น มีความยินดีเป็นอย่างยิ่งที่จะเป็นตัวกลางในการประสานงานในส่วนที่เกี่ยวข้องในอนาคต ทั้งนี้ท่านกงสุลใหญ่ได้พบปะพูดคุยกับนักศึกษาชาวเวียดนามที่มาารอต้อนรับและเยี่ยมชม พิพิธภัณฑ์เมืองสกลนครและห้องสมุดศูนย์ภาษา



สาขาวิชาดนตรี จัดมหรสพดนตรี The Final Project Concert 2023



วันที่ 11 ตุลาคม 2566 สาขาวิชาดนตรี คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดมหรสพดนตรี The Final Project Concert 2023 “โตติดตง คอนเสิร์ต” ณ ลานหน้าหอประชุมมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยมี ผศ.ดร.พุฒจักร ลิทธิ คณบดีคณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ เป็นประธานเปิดกิจกรรม การจัดกิจกรรมในครั้งนี้ เป็นการนำเสนอผลงานดนตรีของนักศึกษาสาขาวิชาดนตรี ชั้นปีที่ 4 เพื่อพัฒนาทักษะทางด้านดนตรี ในการควบคุมความพร้อมเพียงในการเล่นดนตรี และส่งเสริมการเรียนรู้ในหลักสูตรให้มีประสิทธิภาพ ก่อนที่จะสำเร็จการศึกษา



มรส. รับการตรวจประเมินคุณภาพ การศึกษาภายใน ระดับมหาวิทยาลัย

วันที่ 18-19 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร รับการตรวจประเมินคุณภาพการศึกษาภายใน ประจำปีการศึกษา 2565 ณ ห้องประชุม สร้อยสุวรรณา อาคาร 10 โดย ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร อาจารย์ และบุคลากรมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ร่วมให้การต้อนรับคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิจากหน่วยงานภายนอก ได้แก่

รศ.วิรัตน์ พงษ์ศิริ	ประธานกรรมการ
ผศ.ดร.สุวิทย์ นามมหาจักร	กรรมการ
ผศ.วงศ์วิระ วรรณพงศ์	กรรมการ
ผศ.พัชรี มงคลวัย	กรรมการ
อาจารย์ ดร.จิตรา	กรรมการ

จากนั้น ผศ.ดร.สมบุญ ขาวชายโขง รองอธิการบดี นำเสนอผลการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยในรอบปีการศึกษา 2565 และคณะกรรมการประเมินฯ ได้วิเคราะห์และประเมินผลการดำเนินงานของมหาวิทยาลัยตามตัวบ่งชี้และองค์ประกอบเอกสารหลักฐานอ้างอิงต่างๆ และจากการสัมภาษณ์ผู้บริหาร อาจารย์ เจ้าหน้าที่ ศิษย์เก่า ศิษย์ปัจจุบัน ตลอดจนกลุ่มผู้แทนชุมชน ซึ่งคณะกรรมการประเมินฯ ได้สรุปผลการประเมินฯ วิเคราะห์จุดแข็ง จุดอ่อนที่ควรพัฒนา พร้อมข้อเสนอแนะ โดยมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้รับผลประเมินตามเกณฑ์มาตรฐานอยู่ในระดับดีมาก (คะแนนเฉลี่ย 4.72 คะแนน)



ศูนย์ประสานงาน อพ.สธ. จัดอบรมฐานทรัพยากรท้องถิ่น รุ่นที่ 1/2567



ศูนย์ประสานงาน อพ.สธ. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดการฝึกอบรมปฏิบัติการฐานทรัพยากรท้องถิ่น หลักสูตร 6 งานฐานทรัพยากรท้องถิ่น รุ่นที่ 1/2567 ระหว่างวันที่ 17-20 ตุลาคม 2566 ณ หอประชุมจามจุรี 1 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดยมีพิธีเปิดการอบรมเมื่อวันที่ 19 ตุลาคม 2566 โดย ผศ.ชาคริต ขาญจิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี กล่าวเปิดการอบรม และ ผศ.ดร.สมบุญ ขาวชายโขง ผู้อำนวยการศูนย์ประสานงาน อพ.สธ. มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร กล่าวรายงาน

จากนั้นเป็นการบรรยายและการฝึกปฏิบัติการโดย คุณปัทมวรรณ ราศรี เจ้าหน้าที่งานในพระองค์ ระดับ 6 พร้อมด้วย ที่ปรึกษาศูนย์ประสานงานโครงการอนุรักษ์พันธุกรรมพืชอันเนื่องมาจากพระราชดำริฯ จำนวน 3 ท่าน คือ คุณอำนาจ ขนชนะชัย คุณจเรนท์ ทิพย์ทอง และคุณจารุวรรณ ทิพย์ทอง เป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้ แก่ผู้เข้าร่วมการฝึกอบรมประกอบด้วย บุคลากรจากองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ในจังหวัดนครพนม รวมทั้งหน่วยงานที่ร่วมสนองพระราชดำริฯ จำนวนทั้งสิ้น 124 คน จาก 35 หน่วยงาน ได้มีความรู้ ความเข้าใจแนวทางการดำเนินงานตามนโยบาย ทิศทาง เป้าหมาย ในงานฐานทรัพยากรท้องถิ่น ตามแนวทางของโครงการฯ ตลอดจนได้รับความรู้ความเข้าใจ ด้านที่ 1 ด้านการบริหารและจัดการ ด้านที่ 2 การดำเนินงาน ประกอบด้วย 6 งาน

งานที่ 1 งานปกป้องทรัพยากรท้องถิ่น

งานที่ 4 ดำเนินงานอนุรักษ์และใช้ประโยชน์ทรัพยากรท้องถิ่น

งานที่ 2 งานสำรวจเก็บรวบรวมทรัพยากรท้องถิ่น

งานที่ 5 งานศูนย์ข้อมูลทรัพยากรท้องถิ่น

งานที่ 3 งานปลูกรักษาทรัพยากรท้องถิ่น

งานที่ 6 งานสนับสนุนในการอนุรักษ์และจัดทำฐานทรัพยากรท้องถิ่น



มรส. ร่วมพิธีน้อมรำลึกเนื่องในวันคล้ายวันสวรรคต พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว “วันปิยมหาราช”



วันที่ 23 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย อาจารย์ ดร.พรเทพ เสถียรนพแก้ว รองอธิการบดี พร้อมด้วยบุคลากร ร่วมกิจกรรมน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ เนื่องในวันคล้ายวันสวรรคต พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว (วันปิยมหาราช) โดยมี นายชานน วาสิกศิริ รองผู้ว่าราชการจังหวัด สกลนคร เป็นประธานในพิธี พร้อมด้วย ตุลาการ ทหาร ตำรวจ ข้าราชการพลเรือน ภาคเอกชน และประชาชน ชาวสกลนคร ร่วมในพิธี ณ บริเวณลานพระบรมราชานุสาวรีย์ รัชกาลที่ 5 อำเภอเมือง จังหวัดสกลนคร

มรส. ร่วมงาน “วันตำรวจ” ประจำปี 2566



วันที่ 19 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย ผศ.รัฐพล ฤทธิธรรม รองอธิการบดี พร้อมด้วย นางสาวพิชญาดา ธาณี ผู้อำนวยการกองกลาง ร่วมเป็นเกียรติในงาน “วันตำรวจ” ประจำปี 2566 ณ ลานฝึก อินทรจักร์ ด้านหน้าอาคารที่ทำการตำรวจภูธรจังหวัดสกลนคร โดยมี พล.ต.ต.สรธธาน อินทรจักร์ ผู้บังคับการ ตำรวจภูธรจังหวัดสกลนคร เป็นประธานในพิธี เพื่อแสดงถึงความมุ่งมั่น ท่วมเท เสียสละ อุทิศตนเพื่อระงับทุกข์และ บำรุงสุขให้กับประชาชน

“วันตำรวจ” เริ่มครั้งแรกเมื่อวันที่ 13 ตุลาคม 2458 โดยเป็นวันประกาศรวม “กรมพลตระเวน” กับ “กรมตำรวจภูธร” เป็นกรมเดียวกัน เรียกว่า “กรมตำรวจ” ต่อมาภายหลังได้เปลี่ยนเป็น “สำนักงานตำรวจแห่งชาติ” จึงถือเอาวันที่ 13 ตุลาคมเป็นวันตำรวจ กระทั่งในปี 2560 ได้มีคำสั่งเปลี่ยนแปลงวันตำรวจ เป็นวันที่ 17 ตุลาคม ของทุกปี

KRAM SILK SIVALAI : สกลนคร นครแห่งสายธารา ผลงานออกแบบจากอาจารย์ มรสน.



อาจารย์นกะวี ด้านลาพล (อ.ใจซ์) Design/HeadProject
จากสาขาทัศนศิลป์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครผู้สร้างสรรค์
และออกแบบชุดประจำชาติ การประกวด **Miss Thailand Universe
2023**

โดยได้นำผ้าคราม 6 เกรดสี จาก 5 อำเภอ ในจังหวัดสกลนคร
ได้แก่ อำเภอโคกศรีสุพรรณ อำเภอพรรณานิคม อำเภอนาคู
อำเภออากาศอำนวย และอำเภอเมืองสกลนคร มาสร้างสรรค์ให้เป็น
ผลงาน ชื่อชุด **KRAM SILK SIVALAI : สกลนคร นครแห่งสายธารา
คราม**

ช่างเย็บ : แม่จ๋า อำเภอเมือง

ช่างปัก : สาขาวิชาคหกรรม มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

ช่างเครื่องประดับ : โอ้ กัลยา : อ.วาริช

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้รับการประเมินการจัดอันดับ

จาก THE World University Rankings 2024 เป็น **1** ใน **4**
จากมหาวิทยาลัยราชภัฏทั่วประเทศ



Times Higher Education หรือ THE สถาบันจัดอันดับมหาวิทยาลัยโลกชื่อดัง จากประเทศอังกฤษ
เผยแพร่ผลการจัดอันดับ Times Higher Education World University Rankings 2024 เมื่อวันที่ 27 กันยายน
2566 ที่ผ่านมา ซึ่งปีนี้มีมหาวิทยาลัยทั่วโลกเข้ารับการจัดอันดับ 1,904 แห่งใน 108 ประเทศ และมีมหาวิทยาลัย
ไทยได้รับการจัดอันดับรวม 19 แห่ง จากทั้งหมด 27 แห่งที่ส่งข้อมูล โดยมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครได้ส่งข้อมูล
เพื่อเข้ารับการประเมินการจัดอันดับเป็นปีแรก และเป็น 1 ใน 4 มหาวิทยาลัยราชภัฏที่เข้ารับการประเมิน
ซึ่งประกอบไปด้วย มหาวิทยาลัยราชภัฏบุรีรัมย์ มหาวิทยาลัยราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง มหาวิทยาลัยราชภัฏ
นครราชสีมา และมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ซึ่งหากพิจารณารายตัวชี้วัดแล้ว มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
ต้องมีการดำเนินงานที่ดีขึ้น ทั้งในด้านสภาพแวดล้อมการวิจัย (Research Environment) และคุณภาพ
งานวิจัย (Research Quality) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในตัวชี้วัด คุณภาพงานวิจัย (Research Quality) เพื่อสะท้อน
ให้เห็นถึงการที่ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เป็นมหาวิทยาลัยมีการพัฒนางานวิจัยที่มีคุณภาพและเป็นที่ยอมรับ
ในระดับนานาชาติเพิ่มมากขึ้น

มรสน. รับขวัญนักศึกษาฝึกงานในอิสราเอล กลับสู่ภูมิลำเนา

วันที่ 19 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร โดย ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร และบุคลากร ร่วมให้การต้อนรับและผูกแขนรับขวัญนักศึกษาฝึกงานในประเทศอิสราเอล ณ ห้องสมุดกองพัฒนานักศึกษา อาคาร 20

จากการที่นักศึกษาสาขาวิชาธุรกิจการเกษตร คณะเทคโนโลยีการเกษตร เข้าร่วมโครงการความร่วมมือจัดการเรียนการสอน ระหว่างมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ กับ Arava International Center for Agricultural Training (AICAT) ประเทศอิสราเอล จำนวน 7 คน ซึ่งนักศึกษาในกลุ่มดังกล่าวไปฝึกงานด้านการเกษตร เมืองอรอวา (Arava) ค่อนข้างห่างไกลจากภัยความไม่สงบ โดยมีนักศึกษาจำนวน 3 คน ได้แก่ นายชัยยันต์ กลั่นอักษิ นายภานุรุจ ภพวงษา และนายณัฐวุฒิ เรือนเงิน แจ้งความประสงค์ขอเดินทางกลับประเทศไทย พร้อมกับกลุ่มแรงงานและนักศึกษาชาวไทย ด้วยเที่ยวบินเช่าเหมาลำพิเศษของสายการบิน El Al Israel Airlines ซึ่งออกเดินทางจากท่าอากาศยานเบนกูเรียน ประเทศอิสราเอล เมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2566 เวลา 06.20 น. ถึงท่าอากาศยานสุวรรณภูมิ วันที่ 16 ตุลาคม 2566 เวลา 21.05 น.



ทั้งนี้ นักศึกษาทั้ง 4 คน ประกอบด้วย นายพรประสิทธิ์ จักรพิมพ์ นางสาวนัตถา ไทรัตน์ นางสาวกุลธิดา รูปคม และนายปิยะวัฒน์ พิกุลศรี มีความประสงค์ที่จะอยู่ในพื้นที่ Arava ต่อ ซึ่งเป็นพื้นที่ปลอดภัย โดยสถานเอกอัครราชทูตไทย ประจำประเทศอิสราเอล รวมถึงองค์กร AICAT ที่นักศึกษาไปฝึกงานได้ดูแลในเรื่องของความปลอดภัย และมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ได้ติดต่อกับทางมหาวิทยาลัยนราธิวาสราชนครินทร์ และล่ามของ AICAT เพื่อให้ข้อมูลและอำนวยความสะดวกแก่นักศึกษาทั้งหมด เพื่อให้เดินทางกลับถึงบ้านโดยสวัสดิภาพ พร้อมกับการตั้งกลุ่มในการติดต่อสื่อสารผ่าน Application Line โดยมี อธิการบดี อาจารย์ประจำสาขาวิชา ธุรกิจการเกษตร นักศึกษา และผู้ปกครอง เพื่อติดตามสถานการณ์อย่างใกล้ชิด

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ขอขอบคุณกระทรวงการอุดมศึกษา วิทยาศาสตร์ วิจัยและนวัตกรรม รัฐบาลไทย สถานเอกอัครราชทูตไทย ประจำประเทศอิสราเอล และองค์กร AICAT รวมถึงหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการดูแลสวัสดิภาพของนักศึกษาและอำนวยความสะดวกแก่นักศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนครกลับถึงประเทศไทยได้อย่างปลอดภัย

มรส. MOU กับ NESBIA นักศึกษา ประจำปีงบประมาณ 2567



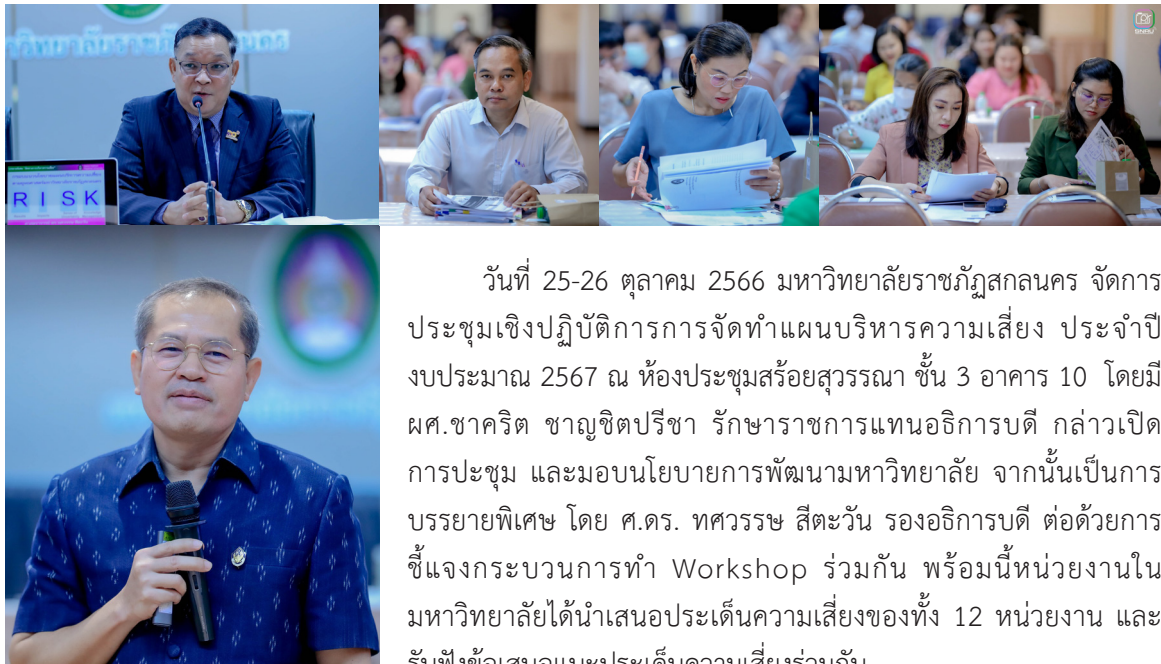
วันที่ 24 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ลงนามบันทึกความเข้าใจกับสมาคมการค้าซอฟต์แวร์และธุรกิจนวัตกรรมภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดย ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เป็นผู้ลงนามร่วมกับ นายธวัชชัย โคตรวงษ์ นายกสมาคมการค้าซอฟต์แวร์และธุรกิจนวัตกรรมภาคตะวันออกเฉียงเหนือ การลงนามในครั้งนี้ เพื่อเป็นการร่วมกันผลิตบัณฑิต การจัดการเรียนการสอนแบบบูรณาการ สหกิจศึกษา และการบูรณาการกับการทำงาน พร้อมด้วยผู้บริหารจากทั้งสองหน่วยงานร่วมเป็นสักขีพยาน และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ทิศทางการบูรณาการกับการพัฒนาการเรียนการสอนร่วมกัน

สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ จัดกิจกรรม SNRU HOME ECONOMICS

วันที่ 24 ตุลาคม 2566 สาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดกิจกรรม THE FINAL PROJECTS งานแสดงผลงานประจำภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2566 ณ โถงชั้น 1 อาคาร 13 โดยมี ผศ.ดร.สมบุญร ชวชาญโขง รองอธิการบดี เป็นประธานกล่าวเปิดกิจกรรม พร้อมให้โอวาทแก่นักศึกษา การจัดกิจกรรมดังกล่าวเป็นการจัดแสดงผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนประจำภาคเรียน นำเสนอสร้างสรรค์ ต่อยอดความน่าสนใจแก่ผลงานการเรียนของนักศึกษา และประชาสัมพันธ์ การเรียนการสอนในสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ กิจกรรมภายในงาน ประกอบด้วย การแสดงแฟชั่นโชว์ งานสาธิต ศิลป์ และทักษะการเย็บผ้า และการจำหน่ายอาหารจากนักศึกษาสาขาวิชาคหกรรมศาสตร์ทุกชั้นปี



มรส. จัดประชุมการจัดทำแผนบริหารความเสี่ยง



วันที่ 25-26 ตุลาคม 2566 มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร จัดการประชุมเชิงปฏิบัติการการจัดทำแผนบริหารความเสี่ยง ประจำปีงบประมาณ 2567 ณ ห้องประชุมสร้อยสุวรรณ ชั้น 3 อาคาร 10 โดยมี ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี กล่าวเปิดการประชุม และมอบนโยบายการพัฒนามหาวิทยาลัย จากนั้นเป็นการบรรยายพิเศษ โดย ศ.ดร. ทศวรรษ สีตะวัน รองอธิการบดี ต่อด้วยการชี้แจงกระบวนการทำ Workshop ร่วมกัน พร้อมนี้หน่วยงานในมหาวิทยาลัยได้นำเสนอประเด็นความเสี่ยงของทั้ง 12 หน่วยงาน และรับฟังข้อเสนอแนะประเด็นความเสี่ยงร่วมกัน

คณะครุศาสตร์ MOU ทางวิชาการ ร่วมกับ สพป.สกลนคร เขต 1

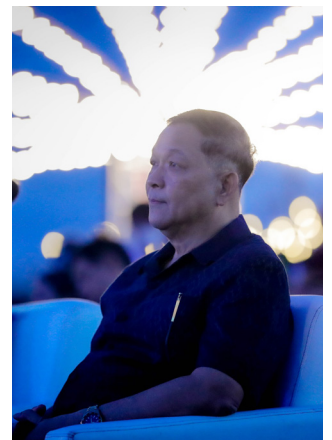


วันที่ 25 ตุลาคม 2566 คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือทางวิชาการ กับ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 โดย ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร เป็นผู้ลงนาม ร่วมกับ ดร.สท้าน วารี ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาสกลนคร เขต 1 พร้อมด้วยผู้บริหารจากทั้งสองหน่วยงานร่วมเป็นสักขีพยาน การลงนามในครั้งนี้ เพื่อเป็นเครือข่ายร่วมพัฒนาครูและบุคลากรทางการศึกษา พัฒนาสมรรถนะครูด้านคุณธรรม จริยธรรม การปลูกฝังจิตวิญญาณความเป็นครู มีความรักชาติ ศาสน์ กษัตริย์ มีการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ตามแนวทางชุมชนแห่งการเรียนรู้ทางวิชาชีพ และมีการพัฒนานตนเองเพื่อให้เป็นไปตามข้อตกลงในการพัฒนางาน สอดคล้องกับสมรรถนะวิชาชีพ และการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงรุก

มรส. จัดกิจกรรมส่งเสริมศิลปะและวัฒนธรรม ในงานประเพณีแห่ปราสาทผึ้งและแข่งขันเรือยาว จังหวัดสกลนคร ประจำปี 2566



มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ร่วมกับ จังหวัดสกลนคร เทศบาลนครสกลนคร องค์การบริหารส่วนจังหวัดสกลนคร การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน จัดงานประเพณีออกพรรษาแห่ปราสาทผึ้งและแข่งขันเรือยาว “ชิงถ้วยพระราชทาน” ประจำปี 2566 “แลปราสาทผึ้งไทสกล ยลแดนศิลป์ถิ่นธรรม” ระหว่างวันที่ 23-29 ตุลาคม 2566 ณ บริเวณศูนย์ราชการจังหวัดสกลนคร ลานพระบรมราชานุสาวรีย์ รัชกาลที่ 5 วัดพระธาตุเชิงชุมวรวิหาร และสวนสมเด็จพระศรีนครินทร์ โดยมีกิจกรรมการแสดงปราสาทผึ้งโบราณ ปราสาทผึ้งประยุกต์ การสักการะศักดิ์สิทธิ์คู่บ้านคู่เมืองจังหวัดสกลนคร การแข่งขันเรือยาวชิงถ้วยพระราชทาน สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี และกิจกรรมอื่นๆ อีกมากมาย มีพิธีเปิดงานเมื่อวันที่ 25 ตุลาคม 2566 โดยนายชานน วาสิกศิริ รองผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร รักษาการแทนผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร เป็นประธานเปิดงาน พร้อมด้วย ผศ.ชาคริต ชาญชิตปรีชา รักษาการแทนอธิการบดี คณะผู้บริหารมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร และหัวหน้าส่วนราชการร่วมเป็นเกียรติในพิธีเปิด และไฮไลท์สำคัญของพิธีเปิดคือ การแสดงศิลปวัฒนธรรมท้องถิ่น ประกอบ แสง สี เสียง และสื่อผสม “โหมฮิตฮอย ศรีธา มหาพุทธบูชาปราสาทผึ้ง” โดยความร่วมมือระหว่างมหาวิทยาลัยเครือข่ายทางศิลปะและวัฒนธรรม สถาบันทางการศึกษากลุ่มเยาวชนต่างๆ ภาครัฐและเอกชน เพื่อให้เกิดการมีส่วนร่วมและสร้างเครือข่ายกิจกรรมทางวัฒนธรรมในการสร้างสรรค์ผลงานผ่านการเล่าเรื่องความเชื่อความศรัทธาต่อการถวายปราสาทผึ้งจากอดีตกาล สู่ยุคปัจจุบันเป็น Soft Power ของกลุ่มเยาวชนคนรุ่นใหม่ที่รวมพลังร่วมแรงร่วมใจกันสืบสาน สร้างสรรค์ และต่อยอด เพื่อส่งเสริมงานบุญประเพณีสำคัญของจังหวัดสกลนคร





นอกจากนี้ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ยังได้ร่วมในอีกหลายกิจกรรมของงานประเพณีแห่ปราสาทผึ้ง และแข่งขันเรือยาว “ชิงถ้วยพระราชทาน” จังหวัดสกลนคร ประจำปี 2566 โดยการร่วมสนับสนุนกิจกรรมในส่วน ลานแสดงศิลปวัฒนธรรม และการจัดทำปราสาทผึ้งสร้างสรรค์ โดยสาขาวิชาคหกรรม พร้อมกับเป็นขบวนนำ ในการแห่ปราสาทผึ้ง และขบวนอัญเชิญถ้วยพระราชทานฯ ซึ่งในปีนี้ได้ได้รับความสนใจจากนักท่องเที่ยวและประชาชนทั่วไปเข้าร่วมชมงานเป็นจำนวนมาก



บก. ชวนคุย...



รศ.ดร.ชวณัท คำเพชรดี
บรรณาธิการ



สวัสดีผู้อ่านวารสารประชาสัมพันธ์หออาหารหลวงครับ ในฉบับเดือนตุลาคม 2566 นี้ บรรณาธิการประจำวารสารขอแนะนำเรื่องราวที่เป็นประโยชน์ทางด้านสุขภาพเกี่ยวกับการเลือกรับประทานผลไม้ไม่ว่าจะให้ทั้งไกลจากเบาหวาน และการรับประทานผลไม้ไม่ว่าจะไม่เสี่ยงต่อเบาหวาน เพราะการเลือกรับประทานอาหารอย่างถูกต้องและเหมาะสม เป็นสิ่งสำคัญในการควบคุมระดับน้ำตาลในเลือด และช่วยป้องกันและชะลอภาวะแทรกซ้อนจากเบาหวานได้

รู้ทัน “น้ำตาลในผลไม้” ! กินอย่างไรไม่เสี่ยงเบาหวาน

คนจำนวนมากเข้าใจว่า น้ำตาลในผลไม้เป็น “น้ำตาลที่ดี” ไม่ก่ออันตรายใดๆ ต่อร่างกาย ทั้งกับคนปกติ และคนที่เบาหวาน เพราะเป็นสารจากธรรมชาติ แต่นั่นเป็นความเข้าใจที่ผิด เพราะน้ำตาลที่พบในผลไม้มีด้วยกันถึง 3 ชนิด คือ ฟรุคโทส กลูโคส และซูโครส ดังนั้นเราจึงควรเลือกกินผลไม้ไม่อย่างระมัดระวัง เพราะกินมากเกินไปอาจทำให้ร่างกายได้รับน้ำตาลมากเกินไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มผู้ป่วย หรือผู้ที่มีความเสี่ยงต่อโรคเบาหวาน

4 หลักในการกินผลไม้

1. หวานน้อยไม่ได้ดีเสมอไป หลายคนมีหลักการพื้นฐานในการเลือกบริโภคผลไม้ว่า ให้เลือกบริโภคผลไม้ที่หวานน้อยเป็นหลัก และที่หวานมากเป็นรอง ความเชื่อเช่นนี้สามารถใช้เป็นหลักการกว้างๆ ได้ แต่ไม่ใช่ในทุกกรณี เพราะผลไม้บางประเภท แม้รสหวานน้อย แต่กลับมีส่วนประกอบของน้ำตาลกลูโคส และ ซูโครส ในสัดส่วนที่สูง หากบริโภคโดยไม่ระมัดระวัง ผู้ที่มีความเสี่ยงหรือเป็นโรคเบาหวานอาจเกิดอันตรายได้ ตัวอย่างเช่น แก้วมังกร กล้วยหอม กล้วยเล็บมือนาง ข้าวโพดเหลืองต้ม สละ ระกำ ลูกท้อ สับปะรดกูด

2. ผลไม้อบแห้งก็ต้องระวัง ผลไม้อบแห้ง เช่น ลูกเกด ลูกพลับ พุทราจีนแห้ง อินทผลัม ฯลฯ นั้น แม้ว่าจะเป็นชนิดที่ไม่ได้ผ่านกระบวนการเติมน้ำตาล เช่น การนำไปแช่อิ่ม กวน หรือคั่วจนแห้งก็ตาม ก็ต้องบริโภคอย่างพอดี เนื่องจากส่วนที่เป็นน้ำได้ระเหยออกไปมาก จึงทำให้มีน้ำหนักเบาลง ซึ่งอาจทำให้บริโภคได้มากกว่าขณะเป็นผลไม้สด เพราะอิมพัลส์ในขณะที่มีปริมาณน้ำตาลมีเท่าๆ กัน อย่างเช่น พุทราจีนแห้ง 100 กรัม มีน้ำตาลอยู่ถึง 13 ช้อนชา อินทผลัมน้ำหนักเท่ากัน มีน้ำตาล 14 ช้อนชา

3. ผลไม้สดดีที่สุด คำแนะนำให้บริโภคผลไม้สดน่าจะเป็นประจำ นั่นคือผลไม้สดเท่านั้น และไม่อาจทดแทนได้ด้วยผลไม้แปรรูป เช่น ผลไม้แช่อิ่ม กวน หรือคั่วจนแห้ง น้ำตาล รวมทั้ง น้ำผลไม้สำเร็จรูป เพราะวิตามินและสารที่มีคุณค่าในผลไม้จะสูญเสียไปตามอายุและการได้รับความร้อน อีกทั้ง ในผลไม้แปรรูปและน้ำผลไม้ยังมีการเติมน้ำตาลเพื่อปรุงรสให้ชวนบริโภคเข้าไปอีกจำนวนมาก และอาจรวมถึงสารเคมีต่างๆ อีกด้วย

4. กินผักให้มากกว่าผลไม้ ในการปฏิบัติตามคำแนะนำให้บริโภคผักผลไม้วันละ 400 กรัม เพื่อสร้างเสริมสุขภาพและห่างไกลจากโรคภัยไข้เจ็บ ควรเลือกบริโภคผักก่อนเป็นอันดับแรก และผลไม้เป็นส่วนเสริม เพื่อให้มั่นใจว่า จะไม่กลายเป็นการ “หนีเสือปะจระเข้” จากการได้รับน้ำตาลจากผลไม้มากเกินไป จนกลายเป็นการเร่งให้เกิดโรคอื่นๆ ตามมา

ข้อมูลอ้างอิงจาก : รายงานการศึกษาวิจัยโครงการณรงค์เพื่อเด็กไทยไม่กินหวาน เรื่อง “การศึกษาวิจัย รวบรวม และจัดการองค์ความรู้ โครงการปริมาณน้ำตาลในผลไม้ไทย”
Facebook : เด็กไทยไม่กินหวาน / สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส)

สมาคมศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

SAKON NAKHON RAJABHAT UNIVERSITY ALUMNI ASSOCIATION

มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ให้ความสำคัญกับนักศึกษาที่สำเร็จการศึกษา ในการที่จะเป็นกำลังสำคัญร่วมสนับสนุนการดำเนินงานตามพันธกิจของมหาวิทยาลัย จึงได้จัดตั้ง “สมาคมศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร” ใช้ชื่อภาษาอังกฤษว่า “Sakon Nakhon Rajabhat University Alumni Association” เพื่อเป็นศูนย์กลางในการติดต่อประสานงานระหว่างศิษย์เก่ารุ่นต่างๆ ประกอบด้วย วิทยาลัยครูสกลนคร สถาบันราชภัฏสกลนคร และศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร และเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างศิษย์เก่า ศิษย์ปัจจุบัน และมหาวิทยาลัย ตลอดจนประสานความร่วมมือ สนับสนุน การดำเนินงานของมหาวิทยาลัย และจัดกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ต่อศิษย์เก่า ศิษย์ปัจจุบันและมหาวิทยาลัย รวมถึงชุมชนและสังคม



ผศ.ดร.วิทนา สุวรรณไทรย์

นายกสมาคมศิษย์เก่า
มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

วัตถุประสงค์ของสมาคมศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

- เป็นศูนย์กลางในการแลกเปลี่ยนความรู้ประสบการณ์ ความคิดเห็นและข้อมูลข่าวสารของสมาชิก
- ส่งเสริมและสนับสนุนกิจกรรมต่างๆ ภายในมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร ให้มีความมั่นคงและเข้มแข็ง
- เผยแพร่ประชาสัมพันธ์ ชื่อเสียงเกียรติคุณของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
- สร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างศิษย์เก่ากับศิษย์ปัจจุบัน และคณาจารย์ให้มีความผูกพันแน่นแฟ้น
- ส่งเสริมและสนับสนุนสวัสดิการแก่สมาชิกและศิษย์ปัจจุบันของมหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร
- ดำเนินกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ในเชิงสร้างสรรค์ ไม่ยุ่งเกี่ยวกับการเมืองและการพนัน
- ดำเนินการ หรือร่วมมือกับองค์กรการกุศลและองค์การสาธารณะประโยชน์ เพื่อสาธารณะประโยชน์



วิจัย นวัตกรรม พลิกโฉมการพัฒนาท้องถิ่น
สู่ “สังคมก้าวหน้า เศรษฐกิจสร้างมูลค่าอย่างยั่งยืน”

มหาวิทยาลัยราชภัฏ 38 แห่ง ขอเชิญร่วมงานการประชุมวิชาการ ระดับชาติและนานาชาติ

The 7th Rajabhat University
National and International
Research and Academic Conference

วันที่ 14 - 16 พฤศจิกายน 2566
ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสกลนคร

<https://runirac.snru.ac.th/>



Host



Co-host

