



โครงการการพัฒนาศึกษากิจกรรมคณะเทคโนโลยี อุตสาหกรรมสู่ความเป็นเลิศทางด้านเกษตรศาสตร์

ระหว่างวันที่ 9 - 11 มกราคม 2563
ณ คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม และจังหวัดนครราชสีมา

รายงานผลการดำเนินงาน

ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563



คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
168 ถนนศรีอยุธยา แขวงวัดสุทัศน์ เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300
Faculty of Home Economics Technology
Rajamangala University of Technology Phra Nakhon
168 Sri-Ayutthaya Road, Dusit, Bangkok 10300 THAILAND



0 2665 3777 ต่อ 5229, 5236



0 2665 3800



คณะเทคโนโลยีอุตสาหกรรม มทร.พระนคร



www.hec.rmudp.ac.th

คำนำ

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เป็นสถาบันทางการศึกษาที่มีชื่อเสียงเป็นที่ยอมรับในด้านการผลิตบัณฑิตสายวิชาชีพที่มีคุณภาพ มีความเชี่ยวชาญด้านคหกรรมศาสตร์ ได้แก่ งานอาหารและโภชนาการ อุตสาหกรรมการบริการอาหาร พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร การออกแบบแฟชั่นผ้าและเครื่องแต่งกาย และงานหัตถกรรมเชิงสร้างสรรค์ อย่างต่อเนื่องเสมอมา ดังนั้น การที่จะนำคณะไปสู่ความเป็นเลิศทางด้านวิชาชีพคหกรรมศาสตร์ และเตรียมความพร้อมสู่การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างเศรษฐกิจไปสู่ Value-Based Economics ภายใต้นโยบายประเทศไทย 4.0 หรือ Thailand 4.0 นั้น การพัฒนาองค์ความรู้ให้กับบุคลากรทางการศึกษาจึงเป็นสิ่งที่สำคัญ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์จึงได้จัดโครงการ “การพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์” ขึ้น

การจัดโครงการพัฒนาบุคลากรในครั้งนี้ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ได้ตระหนักถึงความสำคัญของบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ในทุกส่วนงาน ที่ต้องพัฒนาทักษะทางด้านต่างๆ ให้มีความเข้มแข็งและมีศักยภาพในการเป็นผู้ผลิตบัณฑิตนักปฏิบัติมืออาชีพ และมีคุณภาพตอบสนองความต้องการของสังคม สามารถบูรณาการความรู้ให้ก้าวทันเทคโนโลยี และมีความพร้อมเพื่อรองรับการเปลี่ยนแปลงที่จะเกิดขึ้นในอนาคตต่อไป

งานบริหารงานบุคคล
ฝ่ายบริหาร

บทสรุปผู้บริหาร

ปัจจุบันประเทศไทยกำลังดำเนินการพัฒนาประเทศภายใต้แนวคิด ประเทศไทย 4.0 หรือ Thailand 4.0 ซึ่งเป็นนโยบายในการพัฒนาเศรษฐกิจของประเทศไทย โดยการขับเคลื่อนโครงสร้างเศรษฐกิจด้วยนวัตกรรม เพื่อสร้างประเทศไทยให้มีความเจริญมั่นคง และยั่งยืน ดังนั้น รัฐบาลจึงมีนโยบายให้ทุกภาคส่วน รวมถึงสถาบันการศึกษาและมหาวิทยาลัยต้องเร่งปรับตัวและยกระดับคุณภาพการศึกษา เตรียมพร้อมรองรับการเปลี่ยนแปลงและผลกระทบที่จะเกิดขึ้นในอนาคต

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ตระหนักถึงความสำคัญ จึงดำเนินการจัดโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ศาสตร์ต่างๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และเพื่อนำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม ระหว่างวันที่ 9 - 11 มกราคม 2563 โดยแบ่งการดำเนินงานออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 อบรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ เรื่อง “เปลี่ยนกิน เปลี่ยนชีวิต กับ 3 อ.” ในวันที่ 9 มกราคม 2563 ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น 4 อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ โดยมีบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน

ระยะที่ 2 ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ณ จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 10 - 11 มกราคม 2563 โดยมีบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน

จากผลการดำเนินงานโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ พบว่า บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์เกิดการเรียนรู้จากการอบรมและศึกษาดูงาน สามารถนำองค์ความรู้มาใช้ในการดูแลสุขภาพของตนเอง พัฒนาการทำงานในศาสตร์ของตนให้เกิดประสิทธิภาพ อันจะช่วยขับเคลื่อนองค์กรให้ประสบความสำเร็จ และจากการประเมินผลตัวชี้วัดความสำเร็จของโครงการ พบว่า สามารถดำเนินงานบรรลุเป้าหมายตามตัวชี้วัดของโครงการ สรุปได้ดังนี้

ตัวชี้วัด	เป้าหมาย	ผลการดำเนินงาน
เชิงปริมาณ		
1. จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการ	90 คน	90 คน
เชิงคุณภาพ		
2. ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ	ร้อยละ 85	94.00
3. ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์จากการให้บริการ	ร้อยละ 80	91.40
เชิงต้นทุน		
4. ค่าใช้จ่ายในการดำเนินโครงการ	300,000 บาท	296,185 บาท

รองคณบดีฝ่ายบริหาร
คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

สารบัญ

	หน้า
คำนำ	ก
บทสรุปผู้บริหาร	ข
สารบัญ	ค
ส่วนที่ 1 รายละเอียดโครงการ	
1. ชื่อโครงการ	1
2. แหล่งงบประมาณ	1
3. แผนงาน	1
4. ลักษณะโครงการ	1
5. ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์	1
6. ความสอดคล้องกับเป้าประสงค์	2
7. ความสอดคล้องกับกลยุทธ์	2
8. หลักการและเหตุผล	2
9. วัตถุประสงค์	3
10. การบูรณาการองค์ความรู้ระหว่างสาขาวิชา	3
11. กลุ่มเป้าหมาย	3
12. สถานที่จัดโครงการ	3
13. ระยะเวลาดำเนินโครงการ	3
14. การดำเนินโครงการ	4
15. แผนการเบิกจ่ายงบประมาณ	4
16. รายละเอียดงบประมาณที่ใช้ในการจัดโครงการ	5
17. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์โครงการ)	5
18. การประเมินผลโครงการ	6
19. ข้อมูลผู้ประสานงานโครงการ	7
ส่วนที่ 2 ผลการดำเนินงาน	
2.1 การอบรมเชิงปฏิบัติการ	8
2.2 การศึกษาดูงาน	16
2.2.1 ด้านธุรกิจอาหาร	16
2.2.2 ด้านผ้าและเครื่องแต่งกาย	28
2.2.3 ด้านศิลปวัฒนธรรม	31
ส่วนที่ 3 สรุปผลการดำเนินงาน	34
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป	35
ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากร คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรม ศาสตร์	40

สารบัญ (ต่อ)

	หน้า
ส่วนที่ 3 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์จากการให้บริการ	44
ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ	45
ภาคผนวก	46
- บันทึกข้อความขออนุมัติโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยี คหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์	
- บันทึกข้อความขออนุมัติดำเนินงานโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากร คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์	
- รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยี คหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์	
- คำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน : โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากร คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์	
- ตารางการอบรมเชิงปฏิบัติการ	
- กำหนดการเดินทางศึกษาดูงาน	

ส่วนที่ 1

รายละเอียดโครงการ

ส่วนที่ 1

รายละเอียดโครงการ

1. ชื่อโครงการ การพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

2. แหล่งงบประมาณ

- งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.
- งบประมาณรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563
- งบประมาณอื่นๆ.....

3. แผนงาน

3.1 แผนงานพื้นฐาน

- ผลผลิต ผู้สำเร็จการศึกษาด้านสังคมศาสตร์
- ผลผลิต ผลงานบริการวิชาการ
- ผลผลิต ผู้สำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
- ผลผลิต ผลงานทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

3.2 แผนงานบูรณาการ

แผนงานบูรณาการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้

3.3 แผนงานยุทธศาสตร์

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์

4. ลักษณะโครงการ

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> การอบรม (การบรรยาย/การฝึกปฏิบัติ) | <input type="checkbox"/> การวิเคราะห์ การทดสอบ การตรวจสอบ |
| <input type="checkbox"/> การประชุม/การสัมมนาทางวิชาการหรือเชิงปฏิบัติการ | <input type="checkbox"/> การฝึกอบรมเพื่อถ่ายทอดความรู้เทคโนโลยี |
| <input checked="" type="checkbox"/> การดูงาน การฝึกศึกษา | <input type="checkbox"/> การให้บริการข้อมูล การเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อต่าง ๆ |
| <input type="checkbox"/> การจัดงาน การจัดนิทรรศการ | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ |

5. ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์

- ยุทธศาสตร์ที่ 1 พัฒนาการจัดการศึกษาให้มีคุณภาพมาตรฐานสากล
- ยุทธศาสตร์ที่ 2 เพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของงานวิจัยและพัฒนา
- ยุทธศาสตร์ที่ 3 พัฒนาการบริการวิชาการและพัฒนาอาชีพอย่างมีคุณภาพ
- ยุทธศาสตร์ที่ 4 พัฒนาการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมและรักษาสิ่งแวดล้อมอย่างยั่งยืน
- ยุทธศาสตร์ที่ 5 พัฒนาประสิทธิภาพการบริหารจัดการองค์กรด้วยหลักธรรมาภิบาลอย่างมีคุณภาพ

6. ความสอดคล้องกับเป้าประสงค์

5.1 มีการพัฒนาระบบทุนมนุษย์ เพื่อให้บุคลากรทำงานอย่างมืออาชีพ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลง และมีคุณภาพชีวิตที่ดี

7. ความสอดคล้องกับกลยุทธ์

5.1.1.1.1 พัฒนาระบบการจัดการทรัพยากรบุคคล เพื่อให้บุคลากรมีความเป็นมืออาชีพ มีวัฒนธรรมองค์กรเข้มแข็ง มีความรักและภาคภูมิใจในมหาวิทยาลัย

8. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันนานาชาติกำลังมีการปรับตัวสู่การเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ 21 ในขณะที่ประเทศไทยเป็นหนึ่งในกำลังอยู่ในยุคของการปฏิรูป เพื่อนำประเทศเข้าสู่การพัฒนาตามแนวคิดไทยแลนด์ 4.0 องค์กรทั้งภาครัฐ ภาคเอกชนเป็นศูนย์กลางขององค์กรที่มีความสำคัญในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์เพื่อการพัฒนาประเทศ ในขณะที่เดียวกันวันนี้องค์กรต่างๆ ไม่สามารถจะอยู่ได้ตามลำพังท่ามกลางภัยคุกคามที่มีความผันผวน ความไม่แน่นอนและความซับซ้อน ดังนั้นองค์กรต่างๆ จึงจำเป็นต้องมีการปรับปรุงรูปแบบและกระบวนการบริหารจัดการให้มีความยืดหยุ่นทันสมัย รวมทั้งมีกลยุทธ์และนวัตกรรมใหม่ในการนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อการพัฒนาในบริบทต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการที่องค์กรจะบริหารจัดการให้ประสบความสำเร็จบรรลุตามวัตถุประสงค์/เป้าหมายที่กำหนดไว้นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ความเข้าใจ และมีทักษะเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในมิติต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 – 2564) จากสถานะของประเทศและบริบทการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ประเทศกำลังประสบอยู่ภายใต้กรอบหลักเพื่อการพัฒนาประเทศโดยยึดหลักที่ “ทรัพยากรบุคคลให้คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา ส่งเสริมการพัฒนาทุนมนุษย์” ยึดหลักความสมดุลและยั่งยืน สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ตามแผนยุทธศาสตร์ 15 ปี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มุ่งพัฒนาทุนมนุษย์ตามช่วงวัยให้เข้าสู่ระบบพัฒนาศักยภาพคนทั้งด้านวิชาการความรู้วิชาชีพและทักษะปฏิบัติ เพื่อให้เป็นสถาบันแห่งการพัฒนาเทคโนโลยีด้วยระบบการจัดการเรียนการสอนเฉพาะทางสอดคล้องตามอัตลักษณ์ เอกลักษณ์ ทรัพยากรบุคคลจะเป็นผู้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคมเข้มแข็ง สร้างความเป็นธรรมในการเข้าถึงทรัพยากรและบริการทางสังคมที่มีคุณภาพ ส่งเสริมผู้ด้อยโอกาสได้รับการพัฒนาศักยภาพ รวมทั้งการพัฒนาชุมชนมีความเข้มแข็งและพึ่งพาตนเอง การพัฒนามหาวิทยาลัยอย่างเป็นระบบจะนำไปสู่การพัฒนาอย่างถูกต้องแล้วสังคมจะอุดมด้วยทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพ

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เป็นสถาบันทางการศึกษาที่เป็นที่ยอมรับในด้านการผลิตบัณฑิตสายวิชาชีพ ที่ตอบสนองความต้องการของตลาดแรงงาน ทั้งทางด้านเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ที่เกี่ยวกับงานด้านอาหารและโภชนาการ อุตสาหกรรมบริการอาหาร พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร ออกแบบแฟชั่นผ้าและเครื่องแต่งกาย และงานหัตถกรรมเชิงสร้างสรรค์ คณะได้ให้ความสำคัญในดำเนินการบริหารจัดการให้สอดคล้องกับนโยบายของมหาวิทยาลัยและนโยบายของประเทศ โดยเร่งพัฒนาความรู้ความสามารถของบุคลากรการศึกษาทุกระดับ ให้มีประสิทธิภาพและเป็นผู้ผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพ สอดคล้องกับพัฒนาตามแนวคิดไทยแลนด์ 4.0 ต่อไป

9. วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ในศาสตร์ต่าง ๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
2. เพื่อนำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม

10. การบูรณาการองค์ความรู้ระหว่างสาขาวิชา

1. บูรณาการกับคณะวิชา/หน่วยงาน -
2. บูรณาการกับสาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ สาขาวิชาออกแบบแฟชั่นผ้าและเครื่องแต่งกาย และสาขาวิชาการบริหารธุรกิจคหกรรมศาสตร์
3. องค์ความรู้ที่ต้องการบูรณาการข้ามศาสตร์ (ถ้ามี) ได้แก่ สังคมศาสตร์

11. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย	จำนวนคน
11.1 บุคลากรกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่90.....
- บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์90.....
11.2 บุคลากรร่วมโครงการ10.....
- วิทยากร1.....
- คณะกรรมการดำเนินโครงการ9.....
- พนักงานขับรถ-.....
รวมทั้งสิ้น100.....

12. สถานที่จัดโครงการ

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มทร.พระนคร กรุงเทพฯ และจังหวัดนครราชสีมา

13. ระยะเวลาดำเนินโครงการ

วันที่ดำเนินโครงการ ระหว่างวันที่ 9 – 11 มกราคม 2563

14. การดำเนินโครงการ

กิจกรรม	พ.ศ. 2562			พ.ศ. 2563								
	ไตรมาส 1			ไตรมาส 2			ไตรมาส 3			ไตรมาส 4		
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
1. การวางแผนปฏิบัติงาน												
- จัดทำร่างรายละเอียดโครงการ												
- ขออนุมัติโครงการ												
2. การดำเนินงาน												
- การดำเนินโครงการ												
3. การติดตามและการประเมินผล												
- ประเมินผลโครงการ												
- จัดทำเล่มโครงการฉบับสมบูรณ์												

15. แผนการเบิกจ่ายงบประมาณ

แผนการเบิกจ่ายงบประมาณ	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.

(โปรดแนบแผนปฏิบัติการประจำปีหน้าที่ปรากฏชื่อโครงการด้วยเพื่อประกอบการอนุมัติดำเนินโครงการ)

16. รายละเอียดงบประมาณที่ใช้ในการจัดโครงการ

งบประมาณเงินรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 งบเงินรายจ่ายอื่น จำนวน 300,000 บาท (สามแสนบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่าย โดยมีเจ้าหน้าที่การเงินของคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ตรวจสอบงบประมาณ ดังนี้

ค่าตอบแทน	รวม	3,600 บาท
ค่าตอบแทนวิทยากรภายนอก (1 คน x 3 ชั่วโมง x 1,200 บาท)		3,600 บาท
ค่าใช้จ่าย	รวม	272,200 บาท
ระยะที่ 1 (การอบรม)		
ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (100 คน x 1 มื้อ x 30 บาท)		3,000 บาท
(วิทยากร ผู้เข้าอบรม และคณะทำงาน)		
ระยะที่ 2 (การดูงาน)		
ค่าที่พัก (70 คน x 1 วัน x 900 บาท)		63,000 บาท
ค่าอาหารเช้า (70 คน x 1 มื้อ x 70 บาท)		4,900 บาท
ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (70 คน x 4 มื้อ x 35 บาท)		9,800 บาท
ค่าอาหารกลางวัน (70 คน x 2 มื้อ x 350 บาท)		49,000 บาท
ค่าอาหารเย็น (70 คน x 1 มื้อ x 350 บาท)		24,500 บาท
ค่าพาหนะปรับอากาศ เดินทางจากกรุงเทพฯ ถึง จังหวัดนครราชสีมา (ไป-กลับ)		
(เหมาจ่าย : 22,000 บาท x 2 คัน x 2 วัน)		88,000 บาท
ค่าพาหนะรับจ้าง (ไป-กลับ)		25,000 บาท
ค่าของที่ระลึก		5,000 บาท
ค่าวัสดุ	รวม	24,200 บาท
ค่าวัสดุสำนักงาน		24,200 บาท

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 300,000 บาท

หมายเหตุ ขอถัวจ่ายค่าใช้จ่ายทุกรายการ โดยเบิกจ่ายจริงตามหลักเกณฑ์ที่กำหนด ไม่เกินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ

17. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์โครงการ)

1. ผลลัพธ์ขั้นปลาย (Ultimate Outcome)
 - บุคลากรมีประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มมากยิ่งขึ้น
2. ผลลัพธ์ (Outcome)
 - บุคลากรนำความรู้ไปใช้ประโยชน์กับการทำงาน
3. ผลผลิตของโครงการ (Output)
 - ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ

18. การประเมินผลโครงการ (ระบุผลการดำเนินโครงการ ตอบสนองดัชนีชี้วัดและค่าเป้าหมาย ข้อใด)

18.1 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามแผนยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ระยะ 15 ปี (พ.ศ. 2560 - 2574)

5.1.1 ระดับความพึงพอใจของบุคลากรที่ได้รับการส่งเสริมการทำงานและการพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบ

18.2 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามแผนพัฒนามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564)

5.1.1.1 ร้อยละของบุคลากรที่มีการพัฒนาด้านอาชีพ

18.3 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

ระดับความพึงพอใจของบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการ

18.4 ผลผลิต : ผลงานการให้บริการวิชาการให้ดำเนินการตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามยุทธศาสตร์การจัดสรรงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 ดังนี้

ดัชนีชี้วัด		ค่าเป้าหมาย	
		หน่วยนับ	จำนวน
ผลลัพธ์	1. ผู้เข้ารับบริการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์	ร้อยละ	86
	2. ความพึงพอใจของผู้รับบริการวิชาการและวิชาชีพต่อประโยชน์จากการบริการวิชาการ	ร้อยละ	85
	3. โครงการบริการวิชาการที่ส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> สามารถส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> ไม่สามารถส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี	ร้อยละ	15
ผลผลิต	1. ความพึงพอใจของผู้รับบริการในกระบวนการให้บริการ	ร้อยละ	90
	2. งานบริการวิชาการแล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด	ร้อยละ	95

18.5 ผลผลิต:ผลงานทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมให้ดำเนินการตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามยุทธศาสตร์การจัดสรรงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.
ดังนี้

ดัชนีชี้วัด		ค่าเป้าหมาย	
		หน่วยนับ	จำนวน
ผลลัพธ์	1. จำนวนโครงการ / กิจกรรมที่มีการเผยแพร่ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม <input type="checkbox"/> มีการเผยแพร่ <input type="checkbox"/> ไม่มีการเผยแพร่	ร้อยละ	85
	2. ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์ของการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม	ร้อยละ	90
	3. จำนวนโครงการ/กิจกรรมที่มีการเผยแพร่ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมภายในระยะเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> มีการเผยแพร่ <input type="checkbox"/> ไม่มีการเผยแพร่	ร้อยละ	85
ผลผลิต	1. โครงการที่บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ของโครงการ	ร้อยละ	90
	2. โครงการ/กิจกรรมที่แล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด	ร้อยละ	96

หมายเหตุ โปรดส่งรายงานผลฉบับสมบูรณ์ภายใน 30 วัน นับจากวันที่ดำเนินโครงการแล้วเสร็จ

19. ข้อมูลผู้ประสานงานโครงการ

ชื่อ – สกุล นางสาวกฤษณา หนองปรือ ตำแหน่ง บุคลากรปฏิบัติการ

เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-6653888 ต่อ 5220 โทรศัพท์มือถือ 0935635598

E-mail address kris_131904@hotmail.com

ส่วนที่ 2
ผลการดำเนินงาน

ส่วนที่ 2

ผลการดำเนินงาน

โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ได้รับการจัดสรรงบประมาณเงินรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 ตามแผนยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เพื่อการพัฒนาการจัดการศึกษาที่เน้นความเป็นเลิศทางวิชาการและความเชี่ยวชาญในวิชาชีพ ซึ่งมีผู้เข้าร่วมโครงการทั้งสิ้น จำนวน 90 คน โดยแบ่งการดำเนินงานเป็น 2 ระยะ ดังนี้ ระยะที่ 1 อบรมเชิงปฏิบัติการในหัวข้อ “เปลี่ยนกินเปลี่ยนชีวิต กับ 3 อ.” ในวันพฤหัสบดี ที่ 9 มกราคม 2563 ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น 4 อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร และในระยะที่ 2 ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ณ จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 10 – 11 มกราคม 2563 ซึ่งสามารถสรุปผลการดำเนินงานได้ดังนี้

2.1 การอบรมเชิงปฏิบัติการ

การอบรมเชิงปฏิบัติการได้ดำเนินการจัดขึ้นในวันพฤหัสบดี ที่ 9 มกราคม 2563 ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น 4 อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน โดยได้รับเกียรติจากท่านอาจารย์ไกรมาศพิมล มาเป็นวิทยากรบรรยายในหัวข้อ “เปลี่ยนกิน เปลี่ยนชีวิต กับ 3 อ.” ดังรายละเอียดต่อไปนี้



2.1.1 ความหมายของสุขภาพ

พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2554 (2556 : 1241) ได้ให้ความหมายของคำว่า “สุขภาพ” ไว้ว่า ภาวะที่ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ เช่น อาหารเพื่อสุขภาพ การสูบบุหรี่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

สุขภาพ หมายถึง ภาวะของความสมบูรณ์ของร่างกาย จิตใจ และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคม ปราศจากโรคภัย สุขภาพมีความหมายเชิงบวก นั่นคือ ต้องมีทั้งสุขภาพกายที่ดี สุขภาพจิตที่ดี สุขภาพสังคมที่ดี สุขภาพจิตวิญญาณที่ดี จึงจะกล่าวได้ว่ามีสุขภาพที่ดี ซึ่งผู้มีสุขภาพดีถือเป็นกำไรของชีวิต เพราะผู้ที่จะมีจะดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุข ความหมายของสุขภาพ แบ่งออกเป็น 4 องค์ประกอบด้วยกัน คือ

2.1.1.1 สุขภาพกาย (Physical Health) คือ ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน ร่างกายทำงานได้ตามปกติ อย่างมีประสิทธิภาพ ดังคำกล่าวที่ว่า การไม่มีโรคเป็นลาภอันประเสริฐ

2.1.1.2 สุขภาพจิต (Mental Health) คือ จิตใจเบิกบานแจ่มใส ควบคุมตัวเองได้ดี ดังคำกล่าวที่ว่า จิตใจที่แจ่มใส ย่อมอยู่ในร่างกายที่สมบูรณ์

2.1.1.3 สุขภาพสังคม (Social Health) คือ สภาวะกาย ใจ สมบูรณ์ ปรับตัวให้เข้ากับสังคม ดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข มีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้าง

2.1.1.4 สุขภาพจิตวิญญาณ (Spiritual Health) คือ ปัญญารู้เท่าทันความดีและความชั่ว ประโยชน์และโทษ มีจิตใจดีงาม เอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ มีคุณธรรม ดำรงชีวิตอยู่ในศีลธรรมอันดีงาม

2.1.2 องค์ประกอบของสุขภาพที่ดี

สุขภาพเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นยิ่งต่อความเจริญงอกงามและพัฒนาการต่างๆ ด้านในตัวของบุคคล สุขภาพเป็นรากฐานที่สำคัญของชีวิต ซึ่งสุขภาพเป็นความสมบูรณ์ของคนใน 4 มิติ คือ ร่างกาย จิตใจ สังคม และวิญญาณ (ปัญญา)

2.1.2.1 องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพ สิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อสุขภาพของคนเรานั้นมีมากมายหลายสาเหตุ แต่ในที่นี้จะแบ่งออกเป็น 3 องค์ประกอบที่สำคัญๆ ดังนี้

1) องค์ประกอบด้านตัวบุคคล

- 1.1) ลักษณะทางพันธุกรรม
- 1.2) เชื้อชาติ
- 1.3) เพศ อายุ และระดับพัฒนาการ
- 1.4) ปัจจัยทางสรีรวิทยา
- 1.5) ปัจจัยทางด้านจิตใจ
- 1.6) ความรู้ ความเชื่อ ค่านิยม และทัศนคติ
- 1.7) พฤติกรรมอนามัย หรือสุขปฏิบัติ

2) องค์ประกอบด้านสิ่งแวดล้อม แบ่งออกได้เป็น 4 ด้านใหญ่ คือ

- 2.1) สิ่งแวดล้อมทางกายภาพ
- 2.2) สิ่งแวดล้อมทางชีวภาพ
- 2.3) สิ่งแวดล้อมทางเคมี
- 2.4) สิ่งแวดล้อมทางเศรษฐกิจและสังคม

3) องค์ประกอบทางด้านระบบการจัดการสาธารณสุขและการบริการสุขภาพ หมายถึง การบริหารจัดการทรัพยากรต่างๆ ที่มีอยู่ของรัฐในการที่จะสนองต่อการส่งเสริมให้บุคคลที่อาศัยอยู่ในชุมชนนั้นๆ หรือประเทศนั้นๆ มีสุขภาพที่ดีและเท่าเทียมกัน ส่งเสริมให้ทุกคนมีสิทธิเท่าเทียมกันในการเข้าถึงระบบการบริการทางการแพทย์

2.1.2.2 องค์ประกอบของสุขภาพดี การดูแลสุขภาพเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับคนทุกเพศทุกวัย สุขภาพดีไม่ได้มีขาย ทุกสิ่งต้องเริ่มต้นจากตัวของเราเอง โดยคนเราจะมีสุขภาพดีต้องประกอบด้วย 3 อ. คือ อาหาร ออกกำลังกาย และอารมณ์ ซึ่งสามารถแยกแยะได้ ดังนี้

1) อาหาร ควรกินอาหารให้ครบ 5 หมู่ในแต่ละวัน เพิ่มการกินผักผลไม้ โดยผักผลไม้ควรกินในปริมาณครึ่งหนึ่งของแต่ละมื้อ กินอาหารจำพวกแป้งที่ไม่ผ่านการขัดสี เช่น ข้าวกล้อง ขนมหังโฮมวีต เป็นต้น ที่สำคัญควรเลือกกินอาหารที่มีสารต้านอนุมูลอิสระ ลดอาหารจำพวกแป้ง เช่น ข้าว ขนมหัง และน้ำตาล เมื่ออายุเพิ่มขึ้นควรกินโปรตีนจากสัตว์ให้น้อยลง ดื่มนมและน้ำให้มากขึ้น ลดอาหารจำพวกไขมันให้น้อยลง และที่สำคัญควรดื่มน้ำให้วันละ 6 – 8 แก้ว หรือ 2 ลิตรต่อวัน ซึ่งอาหารที่กินเข้าไปในแต่ละมื้อนั้น ควรคำนึงถึงกิจกรรมที่จะนำไปใช้ประโยชน์ด้วยเช่นกัน

2) ออกกำลังกาย การออกกำลังกายเป็นวิธีที่ง่ายที่สุดที่จะทำให้ร่างกายหลั่งสารแห่งความสุขออกมา เราควรที่จะออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมออย่างน้อย 20 – 30 นาทีต่อวัน สัปดาห์ละประมาณ 3 – 4 ครั้ง โดยเลือกรูปแบบการออกกำลังกายที่เหมาะสมกับอายุ และสภาพร่างกายของตนเอง ซึ่งการออกกำลังกายเป็นการบริหารอวัยวะทั้งภายในและภายนอก ทำให้ได้รับการเคลื่อนไหว ช่วยให้เกิดการเสริมสร้างส่วนที่ขาดหรือลดส่วนที่เกิน ช่วยในการทำงานของหัวใจ ปอด ฯลฯ คนที่ไม่ออกกำลังกายจะเป็นคนอ่อนแอ ขาดภูมิต้านทาน เจ็บป่วย เชื้อโรคเข้าสู่ร่างกายได้ง่าย

3) อารมณ์ ควรยึดหลักการดำเนินชีวิตตามแบบศาสนาพุทธ คือ ให้อยู่กับปัจจุบัน เพราะอดีตก็ผ่านไปแล้วไม่สามารถแก้ไขอะไรได้ และอนาคตก็ยังไม่ถึง เราไม่รู้ว่าอะไรจะเกิดขึ้น ขอให้มีความสุขกับปัจจุบัน ชีวิตจะได้มีความสุข ผู้ที่มีอารมณ์แจ่มใส ร่าเริง จะมีความสุขกว่าคนที่มีอารมณ์ขุ่นมัว หงุดหงิด ฉุนเฉียว นอกจากนั้นแล้วยังมีผลต่อระบบการทำงานของอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกายอีกด้วย

2.1.3 ความสำคัญของการดูแลสุขภาพ

สุขภาพกายและสุขภาพจิตเป็นเรื่องที่สำคัญอย่างมาก การที่จะดำรงชีวิตได้อย่างปกติ นั้นจะต้องมีร่างกายที่แข็งแรงและมีจิตใจที่มีความสุข ซึ่งจะส่งผลให้การปฏิบัติกิจวัตรประจำวันเป็นไปด้วยดีและมีประสิทธิภาพ ซึ่งในทางตรงกันข้าม ถ้าหากสุขภาพกายและสุขภาพจิตไม่สมบูรณ์อาจจะทำให้ประสิทธิภาพในการปฏิบัติกิจวัตรประจำวันลดลง ดังนั้น การหมั่นดูแลสุขภาพกายและสุขภาพให้ดีอยู่เสมอ จะส่งผลให้การดำเนินชีวิตเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เพราะมีร่างกายที่แข็งแรงและจิตใจที่เข้มแข็ง

2.1.3.1 ความสำคัญของสุขภาพจิต ผู้มีสุขภาพจิตดีจะสามารถจัดระเบียบชีวิตของตนได้เหมาะสมกับตัวเองและสังคมทั่วไป ทำให้เกิดความพอใจในชีวิต สามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าได้ เป็นคนรู้จักยอมรับความจริงของชีวิต รู้จักควบคุมอารมณ์ตัวเอง ปรับตัวให้เข้ากับสังคม และสิ่งแวดล้อมได้เป็นอย่างดี จึงมีโอกาสประสบความสำเร็จในชีวิตได้เป็นอย่างมาก ซึ่งผู้ที่มีสุขภาพจิตดีจะมีลักษณะ ดังนี้

ชีวิต

- 1) สามารถปรับตัวเข้ากับสังคม และสิ่งแวดล้อม
- 2) มีความกระตือรือร้น ไม่เหนื่อยหน่าย หรือท้อแท้ใจ หรือหมดหวังในชีวิต
- 3) มีอารมณ์มั่นคง และสามารถควบคุมอารมณ์ได้ดี
- 4) ไม่มีอารมณ์เครียดจนเกินไป มีอารมณ์ขัน
- 5) มีความรู้สึกดีๆ ต่อผู้อื่น และมองโลกในแง่ดีเสมอ
- 6) มีความตั้งใจในการทำงาน
- 7) รู้จักตนเอง และเข้าใจบุคคลอื่นได้ดี
- 8) มีความเชื่อมั่นตนเองอย่างมีเหตุผล
- 9) สามารถแสดงออกอย่างมีเหตุผล
- 10) มีความสามารถตัดสินใจได้รวดเร็ว และถูกต้อง ไม่ผิดพลาด
- 11) มีความปรารถนา และยินดี เมื่อบุคคลอื่นมีความสุข ความสำเร็จ และมีความปรารถนาดีในการป้องกันผู้อื่นให้มีความปลอดภัยจากอันตราย หรือโรคภัยไข้เจ็บ

มีความปรารถนาดีในการป้องกันผู้อื่นให้มีความปลอดภัยจากอันตราย หรือโรคภัยไข้เจ็บ

2.1.3.2 ความสำคัญของสุขภาพกาย ผู้มีสุขภาพกายที่ดีจะทำให้สภาวะของร่างกาย มีความสมบูรณ์ แข็งแรง เจริญเติบโตอย่างปกติ ระบบต่างๆ ของร่างกายสามารถทำงานได้เป็นปกติ และมีประสิทธิภาพ ร่างกายมีความต้านทานโรคได้ดี ปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ และความทุกข์ทรมาน ผู้ที่มีภาวะสุขภาพกายที่ดีจะมีลักษณะ ดังนี้

- 1) สภาพร่างกายมีความสมบูรณ์แข็งแรง
- 2) อวัยวะต่างๆ ทั้งภายในและภายนอกสามารถทำงานได้ตามปกติ
- 3) ร่างกายไม่ทุกข์ทรมาน
- 4) ความเจริญทางด้านร่างกายเป็นไปตามปกติ
- 5) ร่างกายได้รับการพักผ่อนอย่างเพียงพอ

2.1.4 วิธีดูแลตนเองให้มีสุขภาพที่ดี

วิธีง่ายๆ สำหรับการดูแลตนเองเพื่อให้มีสุขภาพที่ดี

2.1.4.1 ดื่มน้ำให้มากเพื่อสุขภาพที่ดี ควรเริ่มต้นที่ 8 - 10 แก้วต่อวัน หรือหากจะให้ได้ผลที่ดียิ่งขึ้นควรดื่มให้ได้อย่างน้อยวันละ 2 ลิตร เพราะในร่างกายของเรามีน้ำเป็นส่วนประกอบที่มากถึง 55 - 75 เปอร์เซ็นต์ของน้ำหนักตัว การดื่มน้ำนอกจากจะช่วยไม่ให้ร่างกายเกิดภาวะขาดน้ำแล้ว ยังส่งผลดีต่อระบบขับถ่ายสารพิษจากการเผาผลาญ การไหลเวียนโลหิต ช่วยควบคุมอุณหภูมิของร่างกาย รวมถึงการเพิ่มความชุ่มชื้นให้แก่ผิว ไตทำงานดีขึ้น ช่วยควบคุมความอยากอาหาร รู้สึกสดชื่น มีพลัง เมื่อดื่มน้ำมากเพียงพอจะทำให้ความอยากดื่มเครื่องดื่มที่มีแคลอรีสูง เช่น โซดา น้ำหวานชนิดต่างๆ ลดลง

2.1.4.2 กินอาหารที่มีประโยชน์ เราควรจะทราบว่าในหนึ่งวันร่างกายต้องการแคลอรีเท่าไร โดยทั่วไปผู้ชายต้องการพลังงานประมาณ 2,000 กิโลแคลอรีต่อวัน ผู้หญิงต้องการพลังงานประมาณ 1,600 กิโลแคลอรีต่อวัน แต่ถ้าผู้ที่ทำงานหนักหรือนักกีฬาจะต้องการพลังงานเพิ่มขึ้นอีก โดยเปลี่ยนเมนูอาหารด้วยการเพิ่มโปรตีนอย่างเนื้อปลา ไม่ว่าจะเป็นปลาทูน่า ปลาแซลมอน ปลาสาร์ดีน ไข่ เนื้อสัตว์ไม่ติดมัน ธัญพืช และถั่วเมล็ดแห้งต่างๆ เพราะนอกจากจะย่อย

ง่ายแล้ว ยังมีประโยชน์ต่อทุกเพศทุกวัย ควรรับประทานอาหารให้ตรงเวลาทุกมื้อ และควรรับประทานอาหารเช้าไม่น้อยกว่า 2 - 3 ชั่วโมง ก่อนเข้านอน พยายามหลีกเลี่ยงอาหารขบเคี้ยวในตอนกลางคืน เพื่อไม่ให้แคลอรีเพิ่ม ถ้าจำเป็นต้องรับประทานควรรับประทานซีเรียลที่มีไฟเบอร์สูง ผลไม้และผัก น้ำเต้าหู้ หรือนมไขมันต่ำ ซึ่งจะช่วยควบคุมน้ำตาลในเลือด ช่วยให้ลำไส้ทำงานดีขึ้นด้วย ควรเพิ่มไฟเบอร์ในแต่ละวันให้มากขึ้น เช่น เติมซีเรียลในอาหารเช้า เปลี่ยนจากรับประทานข้าวขาวเป็นข้าวกล้อง เปลี่ยนขนมปังขาวเป็นขนมปังโฮมวีต ควรเพิ่มผักผลไม้ฉ่ำให้มากขึ้น

2.1.4.3 กินผักผลไม้ให้มากและหลากหลาย ผักและผลไม้บางชนิดจะมีสีที่แตกต่างกัน และให้คุณค่าสารอาหารแก่ร่างกายแตกต่างกันออกไป เช่น สีแดงจากมะเขือเทศ แดงโม สีส้มจากแครอท สีเขียวจากผักคะน้า เป็นต้น การเลือกกินผักผลไม้มากขึ้นมีส่วนทำให้ร่างกายได้รับความสุข เพราะผักและผลไม้บางอย่างทำให้อารมณ์ดี ผิวพรรณดูเปล่งปลั่งมีน้ำมีนวล และมีกากใยอาหารช่วยทำให้ระบบขับถ่ายดี นอกจากนี้การกินผักผลไม้ที่หลากหลายนอกจากจะช่วยเพิ่มสีสันแล้วยังช่วยทำให้การกินไม่น่าเบื่ออีกด้วย

2.1.4.4 กินให้เป็น ด้วยการหลีกเลี่ยงอาหารประเภทของทอด ของมัน หรืออาหารที่อุดมไปด้วยไขมัน และควรทานอาหารประเภท ต้ม นึ่ง อบ ย่าง ไม่ควรกินอาหารอย่างใดอย่างหนึ่งมากเกินไป เช่น หากกินอาหารจำพวกเนื้อสัตว์และไขมันมากเกินไป จะทำให้เกิดอนุมูลอิสระมากขึ้น ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้ผิวพรรณเสื่อมสภาพ แก่ก่อนวัย เกิดริ้วรอย ผิวแห้งกร้านและหย่อนยาน

2.1.4.5 กินอาหารเช้า การรับประทานอาหารเช้านอกจากจะช่วยให้ร่างกายสดชื่น ยังช่วยต่อต้านการแข็งตัวของเลือด เพราะในตอนเช้าเลือดในร่างกายของเราจะแข็งตัวได้ง่ายกว่าปกติ ทำให้สารอาหารไปเลี้ยงสมองได้น้อยลงซึ่งก่อให้เกิดโรคสมองเสื่อม

2.1.4.6 หลีกเลี่ยงหวาน เค็ม อาหารที่มีรสเค็มจัดหรือหวานจัดนอกจากจะส่งผลเสียต่อสุขภาพแล้ว ยังเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ ตามมา ร่างกายของเราต้องการน้ำตาลและเกลืออย่างน้อยวันละไม่เกิน 1 ช้อนชา น้ำตาลมีแคลอรีสูงและให้คุณค่าทางอาหารน้อย ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูง ซึ่งเป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดโรคเบาหวาน และยังทำให้ฟันผุอีกด้วย และเกลือหากกินมากเกินไปจะทำให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง ดังนั้นพยายามหลีกเลี่ยงเครื่องดื่มที่มีส่วนผสมของน้ำตาลและอาหารที่มีรสชาติเค็มจัด

2.1.4.7 งดการดื่มแอลกอฮอล์ การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์จะทำให้ผิวพรรณเป็นรอยแดงจากการที่หลอดเลือดแดงขยายตัว หัวใจสูบฉีดเร็วขึ้น หากดื่มในปริมาณมากจะส่งผลเสียต่อผิวและร่างกาย ทำให้เกิดภาวะร่างกายขาดน้ำ และยังเสี่ยงต่อการเกิดโรคความดันสูง โรคตับแข็ง นอกจากนี้แอลกอฮอล์ยังทำลายวิตามินและแร่ธาตุที่ร่างกายต้องการ เช่น วิตามินบี วิตามินซี สังกะสี แมกนีเซียม โพแทสเซียม และยังทำให้เกิดโรคอ้วนอีกด้วย

2.1.4.8 หยุดสูบบุหรี่ การสูบบุหรี่แต่ละครั้งเป็นการบั่นทอนอายุให้สั้นลง ซึ่งการสูบบุหรี่ติดต่อกันเป็นเวลานานจะส่งผลให้ปอดได้รับความเสียหาย มีอาการแสบหน้าอก ไอ การดมกลิ่นมีปัญหา มีความเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคทางเดินหายใจ โรคหัวใจ โรคมะเร็งต่างๆ การสูบบุหรี่ยังทำให้ความอยากอาหารลดลง การดูดซึมอาหารไม่ดี และยังทำร้ายคนรอบข้างตัวเราอีกด้วย

2.1.4.9 พักผ่อนให้เพียงพอ การพักผ่อนเป็นวิธีการที่ดีอีกวิธีหนึ่งทีนอกจากจะช่วยผ่อนคลายความเมื่อยล้า ความเครียดต่างๆ ได้แล้ว ยังดีต่ออวัยวะภายในร่างกายของเราอีกด้วย เมื่อร่างกายได้รับการพักผ่อนที่เพียงพอ ร่างกายก็จะสดชื่น สมองทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ช่วยจดจำรายละเอียดและอย่างอื่นได้ดีขึ้นตามลำดับ สำหรับการนอนหลับพักผ่อนเพื่อให้ร่างกายได้ผ่อนคลาย ควรนอนอย่างน้อยวันละ 8 – 10 ชั่วโมง

2.1.4.10 ควบคุมน้ำหนักอย่าให้เกิน การควบคุมน้ำหนักให้อยู่ในเกณฑ์ที่ดีช่วยลดการเสี่ยงต่อการเกิดโรคอ้วน โรคหัวใจ โรคมะเร็งลำไส้ เราควรกินอาหารให้สมดุลกับพลังงานที่ใช้ไปในแต่ละวัน เช่น หากเราออกกำลังกายเป็นประจำ ปริมาณแคลอรีในอาหารจึงควรได้รับมากกว่าผู้ที่ไม่ออกกำลังกาย หรือผู้สูงอายุควรจะได้รับพลังงานในอาหารให้น้อยลง และควรเพิ่มปริมาณอาหารที่อุดมไปด้วยสารอาหารมากขึ้น เนื่องจากผู้สูงอายุมีระบบการเผาผลาญพลังงานและมีกิจกรรมน้อยลง จึงควรที่จะลดปริมาณพลังงานในอาหารลงด้วย หากกินมากเกินไปความสมดุลกับพลังงานที่ใช้จะทำให้ น้ำหนักเพิ่มขึ้น

2.1.4.11 ออกกำลังกาย การออกกำลังกายเป็นอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้สุขภาพดี ไม่ว่าจะเป็นการวิ่ง การเดิน การเต้นแอโรบิก การเล่นโยคะ นอกจากจะช่วยให้ร่างกายผ่อนคลายความเหนื่อยล้าแล้ว ยังช่วยบริหารปอด ทำให้หัวใจสูบฉีดดีขึ้น หัวใจแข็งแรงขึ้น การไหลเวียนของเลือดดีขึ้น รวมถึงระบบต่างๆ ของร่างกายดีขึ้นได้อีกด้วย ในคนสุขภาพดีควรออกกำลังกายให้ได้ทุกวันอย่างน้อยวันละ 30 นาที ควรออกกำลังกายอย่างน้อย 3 ครั้งต่อสัปดาห์ และให้เหมาะสมกับทุกช่วงวัย

2.1.4.12 หลีกเลี่ยงแสงแดด แสงแดดเป็นตัวการทำให้ผิวหนังระคายเคือง รังสีอัลตราไวโอเล็ต รังสีเอชเอช และเสี่ยงต่อการเกิดมะเร็งผิวหนัง การปกป้องผิวจากแสงแดดด้วยการทาครีมกันแดดที่มีค่าเอสพีเอฟ (SPF) ที่เหมาะสมกับกิจกรรมที่ทำทุกครั้งเมื่อออกจากบ้านนับว่าเป็นสิ่งจำเป็น หรือเลือกปกป้องผิวจากแสงแดดด้วยการสวมเสื้อแขนยาว หรือ pokr มืดตัวไปด้วยทุกครั้งเมื่อต้องเจอกับแสงแดด

2.1.4.13 ใช้เทคโนโลยีให้น้อยลง เทคโนโลยีที่ทันสมัยทำให้ผู้คนเกิดความสะดวกสบายมากขึ้น แต่หากใช้เทคโนโลยีมากเกินไปจะส่งผลร้ายต่อสุขภาพร่างกายได้เช่นเดียวกัน เช่น การใช้โทรศัพท์มือถือบ่อยๆ อาจทำให้คลื่นจากมือถือส่งผลเสียต่อสมอง หรือแม้แต่คอมพิวเตอร์ หากใช้เป็นเวลานานจะทำให้สายตาสายตาเสีย ปวดศีรษะ ดังนั้น เราควรใช้เทคโนโลยีอย่างชาญฉลาดและรู้คุณค่า

2.1.4.14 สูดลมหายใจลึกๆ การหายใจเข้าลึกๆ จะช่วยให้ปอดขยายมากขึ้น ทำให้ร่างกายได้รับออกซิเจนเพียงพอ ซึ่งการสูดอากาศเข้าเต็มปอด หายใจเข้าลึกๆ แล้วค่อยๆ ผ่อนลมหายใจออกอย่างช้าๆ อากาศที่เข้าสู่ปอดจะช่วยเพิ่มออกซิเจนในเลือด ทำให้สมองปลอดโปร่ง สดชื่น กระปรี้กระเปร่า และช่วยให้ความคิดความอ่านดีขึ้น

2.1.4.15 หมั่นตรวจสุขภาพ การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคน เนื่องจากเราใช้ร่างกายหนักมาตลอดทั้งปี จึงควรตรวจสุขภาพร่างกายเป็นประจำทุกปี ควบคู่ไปกับการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ เพื่อจะได้มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาสุขภาพ และหากเกิดโรคภัยแรงจะได้เข้ารับการรักษาได้ทันเวลา

2.1.4.16 หาที่ยึดเหนี่ยวจิตใจ ศาสนาเป็นที่ยึดเหนี่ยวทางจิตใจที่ทำให้ชีวิตคนเรามีความสุข โดยเฉพาะเมื่อเราเกิดปัญหา เกิดความเครียดที่ส่งผลให้เกิดทุกข์ สิ่งที่จะช่วยในการดับทุกข์คือ หลักธรรมคำสอนของศาสนา ซึ่งเป็นหลักธรรมที่จะนำไปสู่หนทางแห่งความสุขในการดำเนินชีวิตได้อย่างแท้จริง

2.1.5 ภาพกิจกรรมการอบรมเชิงปฏิบัติการ





2.2 การศึกษาดูงาน

การศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม ณ จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 10 – 11 มกราคม 2563 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน โดยแบ่งการศึกษาดูงานออกได้ 3 ด้าน ประกอบด้วย ด้านธุรกิจอาหาร ด้านผ้าและเครื่องแต่งกาย และด้านศิลปวัฒนธรรม สรุปได้ดังนี้

2.2.1 ด้านธุรกิจอาหาร

2.2.1.1 ธุรกิจการทำเส้นหมี่ตะคุ

การศึกษาดูงานการทำเส้นหมี่ตะคุ ณ ห้างหุ้นส่วนจำกัด แม่ตุ้ย หมี่ตะคุ อำเภอปักธงชัย จังหวัดนครราชสีมา ในปัจจุบันการทำเส้นหมี่ได้มีการนำเครื่องจักรมาใช้ในการผลิตพัฒนาต่อยอด โดยการนำมาแปรรูปเป็นหมี่ตะคุกึ่งสำเร็จรูป ซึ่งหมี่ตะคุเป็นอาหารพื้นบ้านของชาวบ้านในปักธงชัย แทบทุกครัวเรือนจะทำเส้นหมี่ สืบทอดภูมิปัญญาจากรุ่นสู่รุ่นมายาวนานนับร้อยปี หนึ่งในผู้ประกอบการท้องถิ่นที่เป็นผู้ผลักดันให้หมี่ตะคุเป็นที่รู้จักกันอย่างกว้างขวาง คือ คุณสายฝน สีดาจันทร์ หรือ “แม่ตุ้ย” ที่ยกระดับการทำเส้นหมี่โดยการนำเครื่องจักรมาช่วยในการผลิตพร้อมแปรรูปลักษณะกึ่งสำเร็จรูป ช่วยให้อาหารพื้นบ้านกลายเป็นสินค้าของฝากที่โดดเด่นประจำท้องถิ่น ซึ่งแตกต่างจากการทำเส้นหมี่แบบดั้งเดิมในชุมชนตะคุที่มีขั้นตอนยุ่งยากมาก ในทุกขั้นตอนของการผลิตต้องใช้มือทำทั้งหมด ไม่มีเครื่องจักรมาช่วยในการผลิต ทั้งยังมีปัจจัยเรื่องฝนฟ้าอากาศมาเป็นอุปสรรคในการตากแห้งเส้นหมี่ ทำให้เส้นไม่แห้ง เกิดความเสียหาย ส่งผลให้ผู้ผลิตรายอื่นๆ เลิกผลิตกันไปหมด

จุดเปลี่ยนสำคัญของธุรกิจเกิดขึ้นหลังจากแม่ตุ้ยและสามีได้เข้ามารับช่วงอาชีพต่อจากรุ่นพ่อแม่ประมาณ พ.ศ. 2536 และตัดสินใจที่จะทำเส้นหมี่โดยไม่พึ่งพาดีนฟ้าอากาศอีกต่อไป ด้วยการนำเครื่องจักรที่คุณพ่อและสามีของแม่ตุ้ยทำขึ้นเองมาใช้ในการผลิตเส้นหมี่แทน ซึ่งเครื่องจักรที่ผลิตขึ้นสามารถใช้งานได้เป็นอย่างดี ช่วยแบ่งเบาภาระแรงงานคน และผลิตได้ปริมาณมากขึ้นจากเดิมกว่า 3 เท่าตัว ส่งผลให้ยอดขายเพิ่มสูงขึ้นตามไปด้วย การนำเครื่องจักรมาต่อยอดธุรกิจทำให้ธุรกิจหมี่ตะคุของแม่ตุ้ยเติบโตอย่างต่อเนื่อง นอกจากนั้น มีการต่อยอดเส้นหมี่โดยนำมาแปรรูปเป็น “หมี่ตะคุ กึ่งสำเร็จรูป” ภายใต้แบรนด์ตัวเอง ควบคู่กับพัฒนาโรงงานสู่มาตรฐาน สะอาด ทันสมัย ครบถ้วนที่สุดในท้องถิ่น ซึ่ง ห้างหุ้นส่วนจำกัด แม่ตุ้ย หมี่ตะคุ มีส่วนก่อให้เกิดการจ้างงานภายในชุมชน เฉพาะพนักงานในโรงงานมีประมาณ 50 คน อายุตั้งแต่ 20 ปี ถึงสูงสุด 70 ปี นอกจากนั้น ยังช่วยกระจายการสร้างอาชีพให้ชาวโคราช โดยเป็นฐานการผลิตเส้นหมี่ตะคุส่งให้แก่ผู้ประกอบการรายอื่นๆ ในท้องถิ่นนำไปขายต่อ หรือติดแบรนด์ต่างๆ จนชื่อเสียงของหมี่ตะคุ เมืองโคราช เป็นที่รู้จักโดยทั่วไป เพราะมีสินค้ากระจายขายตามร้านของฝากทั่วประเทศ





2.2.1.2 ธุรกิจฟาร์มเห็ด (Mister Mushroom)

การศึกษาฐานธุรกิจการฟาร์มเห็ด ณ วังน้ำเขียว อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นโรงงานเพาะเห็ดปลอดสารพิษ จำหน่ายเห็ดสดและเห็ดแปรรูป รวมทั้งผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรอื่นๆ ได้แก่ ผักผลไม้สด นอกจากเห็ดสดๆ ที่เพาะกันเองในรูปแบบอุตสาหกรรมแล้ว ยังมีการนำเห็ดมาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ เช่น เห็ดร้า หรือเห็ดปลาร้า เป็นการถนอมอาหารในแบบเดียวกันกับปลาร้าแต่ทำด้วยเห็ดเห็ดหอม 100% ขนมหุ้นแกงเห็ด ที่นำเห็ดมาทำน้ำยาแทนเนื้อปลา เพรนซ์ ฟรายด์เห็ด ฯลฯ นอกจากนี้ วังน้ำเขียวฟาร์ม ยังเปิดให้นักท่องเที่ยวและผู้สนใจในธุรกิจของเห็ดได้เข้าชมทุกกระบวนการ ตั้งแต่เปิดดอกเห็ดจนเพาะออกมาเป็นเห็ดที่สะอาดปราศจากสารเคมี เห็ดที่เพาะ ได้แก่ เห็ดถั่งเช่าสีทอง เห็ดนางรมดอย เห็ดนางฟ้า เห็ดออริจินิ เห็ดหัวลิง เห็ดหลินจือ เป็นต้น ซึ่งเห็ดแต่ละชนิดมีสรรพคุณดังตัวอย่างต่อไปนี้

1) เห็ดถั่งเช่าสีทอง

- 1.1) ช่วยเหลือลดลมเดินสะดวก
- 1.2) ช่วยให้ร่างกายนำออกซิเจนออกมาใช้ได้สูงขึ้น
- 1.3) ช่วยเสริมสร้างกำลัง และภูมิคุ้มกัน
- 1.4) ลดอาการเหนื่อย เหน็บชา
- 1.5) กระตุ้นการผลิตเม็ดเลือดขาว
- 1.6) ช่วยเพิ่มสมรรถนะทางเพศ
- 1.7) ช่วยให้นอนหลับสนิทลดการวิตกกังวล
- 1.8) บำบัดโรคหลอดเลือดอักเสบเรื้อรัง
- 1.9) ช่วยให้ผิวพรรณเปล่งปลั่ง



เห็ดถั่งเช่าสีทอง



เห็ดนางรมดอย

2) เห็ดนางรมดอย

- 2.1) ลดระดับน้ำตาลและคลอเลสเตอรอลในเลือด
- 2.2) ปรับระดับความดันโลหิตในร่างกายให้เป็นปกติ
- 2.3) มีสารต้านอนุมูลอิสระต้านเซลล์มะเร็ง
- 2.4) ช่วยบำรุงโลหิต จึงเหมาะกับผู้ป่วยโลหิตจาง

- 3) เห็ดนางนวล
 - 3.1) ช่วยบำรุงสายตา
 - 3.2) ลดกรดที่อยู่ในไขมันของเส้นเลือด
 - 3.3) ต้านมะเร็งได้ดี
 - 3.4) ช่วยปรับระดับความดันโลหิตในร่างกายให้เป็นปกติ
 - 3.5) ลดระดับน้ำตาลในเลือด
 - 3.6) เสริมระบบภูมิคุ้มกันในร่างกาย
- 4) เห็ดนางฟ้า
 - 4.1) ช่วยป้องกันโรคมะเร็ง
 - 4.2) ลดไขมันในเส้นเลือด
 - 4.3) ป้องกันโรคหัวใจ
 - 4.4) ช่วยการไหลเวียนเลือด



เห็ดนางนวล



เห็ดนางฟ้า

- 5) เห็ดหัวลิง หรือเห็ดปุยฝ้าย
 - 5.1) มีสารต้านอนุมูลอิสระป้องกันความเสี่ยงของโรคมะเร็ง
 - 5.2) สร้างสมดุลให้กับระบบย่อยอาหารให้ทำงานเป็นปกติ
 - 5.3) ลดระดับคลอเรสเตอรอลกับน้ำตาลได้



เห็ดหัวลิง



2.2.1.3 ธุรกิจการผลิตไวน์

การศึกษาฐานธุรกิจการผลิตไวน์ ณ วิลเลจฟาร์ม แอนด์ ไวน์เนอร์รี่ อำเภอวังน้ำเขียว จังหวัดนครราชสีมา ที่ได้ชื่อว่า เป็นพื้นที่ซึ่งมีชื่อเสียงโด่งดังในฐานะของแหล่งโอโซนอันดับ 7 ของโลก มีทัศนียภาพสวยงาม อากาศเย็นสบาย และมีหมอกจางๆ ในช่วงเช้าตรู่เกือบตลอดทั้งปี เป็นอีกหนึ่งพื้นที่ในเขตประเทศไทยซึ่งมีสภาวะแวดล้อมอันเหมาะสมเอื้ออำนวยต่อการเพาะปลูกองุ่นสายพันธุ์ดี เพื่อใช้ในการผลิตไวน์ชั้นเลิศ ด้วยเหตุนี้เอง วิลเลจฟาร์ม แอนด์ ไวน์เนอร์รี่ (Village Farm & Winery) ไร่องุ่นและโรงผลิตไวน์สไตล์ฝรั่งเศสจึงได้ถือกำเนิดขึ้นบนพื้นที่กว่า 200 ไร่ ทางฝั่งตะวันตกเฉียงใต้ของที่ราบสูง อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา ก่อกำเนิดขึ้นจากแนวความคิดในการพัฒนาพื้นที่เพื่อการเกษตรไปพร้อมๆ กันกับคำนึงถึงความสำคัญในการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม โดยพยายามเก็บรักษาต้นไม้ขนาดใหญ่บนพื้นที่เพาะปลูกเอาไว้ให้ได้มากที่สุด แตกต่างจากไร่องุ่นหลายๆ แห่ง ซึ่งจุดแรกเริ่มพื้นที่การเกษตรดั้งเดิมของวิลเลจฟาร์ม ใช้เพาะปลูกเพียงแค่ข้าวโพดหวานและมันฝรั่ง ต่อมาในปี พ.ศ. 2541 ผู้มาเยือนและกลุ่มเพื่อนๆ จากประเทศฝรั่งเศสได้แวะเข้ามาเยี่ยมวิลเลจฟาร์ม พร้อมทั้งให้คำแนะนำให้มีการขยายพื้นที่เพาะปลูกไร่องุ่นเพื่อผลิตไวน์ เนื่องจากพื้นที่ตั้งอยู่ในเขตซึ่งมีภูมิอากาศและสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมต่อการเจริญเติบโตของต้นองุ่นสายพันธุ์ดีที่ใช้ผลิตไวน์ หลังจากนั้นเพียง 1 ปี (ปี พ.ศ. 2542) ต้นองุ่นชุดแรกของวิลเลจฟาร์มก็เริ่มให้ผลผลิต นับเป็นย่างก้าวที่สำคัญในการพัฒนาจากวิลเลจฟาร์ม มาสู่ วิลเลจฟาร์ม แอนด์ ไวน์เนอร์รี่ ดังที่เป็นอยู่เช่นในปัจจุบัน ที่มีทั้งไร่องุ่น โรงบ่มไวน์สไตล์ฝรั่งเศส และชั้นเรียนเกี่ยวกับการทำไวน์ การชิมไวน์ การเกษตร การแปรรูปผลิตภัณฑ์ทางการเกษตร ต่างๆ พร้อมร้านอาหาร และที่พักแบบฟาร์มสเตย์ เพื่อประกอบการเรียนรู้การท่องเที่ยวเชิงเกษตรอย่างยั่งยืน

ไวน์ (wine) ที่ผลิตจากวิลเลจฟาร์ม แอนด์ ไวน์เนอร์รี่ มีทั้งไวน์ขาว (White Wine) และไวน์แดง (Red Wine) สำหรับไวน์ขาวไม่ได้ทำมาจากองุ่นเขียวเพียงอย่างเดียว สามารถใช้องุ่นแดง หรือองุ่นดำในการผลิตไวน์ขาวได้เช่นกัน โดยแยกเปลือกที่มีพิกเมนต์สีแดงออก แล้วนำเพียงน้ำองุ่นไปทำไวน์ ซึ่งไวน์ขาวมักจะมีรสเปรี้ยวเด่น สดใส หรือครีมมี่ (Creamy) โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยการผลิตต่างๆ สำหรับกรรมวิธีการผลิตไวน์แดงไม่ได้แตกต่างจากไวน์ขาวเท่าใดนัก แต่สาเหตุที่ทำให้ไวน์แดงมีสีแดง นั้นเป็นเพราะมีการเติมเปลือกองุ่น ชั่วองุ่น รวมถึงเมล็ดเข้าไปในกระบวนการหมักด้วย ต่างจากไวน์ขาวที่คัดเปลือกและส่วนอื่นๆ ทิ้งไป นอกจากนี้ ไวน์แดงยังถูกหมักในอุณหภูมิสูงเพื่อสกัดเอาสี รสฟาดของแทนนิน กลิ่น และรสออกมาก ซึ่งจะมีความเข้มข้นแตกต่างกันไปตามระยะเวลาการทิ้งเปลือกองุ่นไว้กับน้ำองุ่นในขั้นตอนการหมัก





2.2.1.4 ธุรกิจบ้านโรงคั่วกาแฟ

การศึกษาฐานธุรกิจบ้านโรงคั่วกาแฟ ณ ชุมชนนวัตกรรม บ้านไทยสามัคคี อำเภอลำปาง จังหวัดน่าน เป็นอีกแหล่งหนึ่งที่สามารถเพาะปลูกเมล็ดกาแฟได้จาก การศึกษาและต่อยอดภูมิปัญญาของคุณปกรณ์ เตชสิทธิ์วีระโชติ ที่เข้ามาริเริ่มทำธุรกิจโรงคั่วกาแฟแบบ ครอบงวนครบคู่ไปกับการเอื้อประโยชน์ต่อสังคมและชุมชน โดยเริ่มต้นจากแปลงกาแฟเล็กๆ ของ เพื่อนบ้าน และทำการศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับวิธีการปลูก การผลิต การแปรรูป การตลาด ซึ่งรสชาติของ กาแฟที่ปลูกในพื้นที่ภาคอีสานไม่แพ้ทางเหนือของประเทศไทย ด้วยอากาศและโอโซนทำให้ผลกาแฟมี ความสมบูรณ์ คุณปกรณ์ เตชสิทธิ์วีระโชติ จึงได้สร้างเรื่องราวของกาแฟอีสานโดยดึงคุณลักษณะเด่น ของกาแฟที่ให้รสชาติดีและหอมมากเป็นจุดขาย จากการที่มีคนให้ความสนใจดื่มกาแฟจากลำปาง มากขึ้น จึงมีการชักชวนเกษตรกรบริเวณนั้นมาปลูกกาแฟ เริ่มต้นจาก 50 ไร่ ขยับมาเป็น 400 ไร่ ใน ระยะเวลา 4 ปี ตั้งแต่ปี พ.ศ. 2557 - 2560 จึงทำให้โรงคั่วลำปางมีการรวมกลุ่มของชาวบ้าน หลังจากนั้นคนก็เริ่มให้ความสนใจชีวิตเกษตรกร ด้วยคุณลักษณะที่โดดเด่น คือ ความเป็น เกษตรกรให้ทุกคนเข้าถึงได้ ให้ความรู้กาแฟเขาทำกันอย่างไร มีกระบวนการอย่างไร กรรมวิธีการผลิต ของชุมชนเกษตรกรทำตามกำลังที่มี ไม่มีเครื่องจักรที่ทันสมัยหรือราคาแพง

ด้วยผลิตภัณฑ์แปรรูปจากเมล็ดกาแฟ ธุรกิจกาแฟ หรือธุรกิจโรงคั่วใน ประเทศไทยมีการทำกันค่อนข้างเยอะมากทั้งในประเทศและต่างประเทศ และการแข่งขันค่อนข้างสูง คุณปกรณ์ เตชสิทธิ์วีระโชติ ได้ให้ครมสำคัญถึงความยั่งยืนของชุมชนทั้งอุปโภคและบริโภค จึงมี ความคิดที่จะทำให้กลุ่มลูกค้าสนใจโรงคั่วกาแฟลำปาง นอกจากเมล็ดกาแฟแล้วได้นำกากกาแฟ มาสร้างผลิตภัณฑ์ต่างๆ ที่โดดเด่นมากที่สุด คือ แชมพูกาแฟ และโฟมล้างหน้ากาแฟ มียอดขายดีมาก ด้วยสินค้ามีความแปลกใหม่ และโรงคั่วที่อื่นยังไม่ทำ ซึ่งยอดขายดีกว่าเมล็ดกาแฟคั่ว ด้วยเพราะ ผลิตภัณฑ์มีคุณภาพสามารถขายตัวเองได้ ผู้บริโภคสามารถซื้อได้โดยตรงจากผู้ผลิต แล้วผู้บริโภคก็มีความมั่นใจเพราะได้เห็นกระบวนการ และเรื่องราวที่ชุมชนเกษตรกรสร้าง





2.2.1.5 ธุรกิจฟาร์มเมล่อน

การศึกษาดูงานธุรกิจฟาร์มเมล่อน ณ รักจังฟาร์ม หมู่บ้านไทยสามัคคี อำเภอลำลูกเกด จังหวัดนครราชสีมา ที่มีการตกแต่งฟาร์มในรูปแบบญี่ปุ่น โดยมีคุณจิ๋ววรรณ กันทามาลา หรือคุณหน้อย เป็นเจ้าของฟาร์ม เมล่อนที่ปลูกมีสองสายพันธุ์ ได้แก่ พันธุ์มิชิโอะ เนื้อสีส้มหวานกรอบ และพันธุ์ทาเคชิ เนื้อสีเขียว หวานนุ่ม มีกลิ่นหอมอ่อนๆ สำหรับกระบวนการปลูกเมล่อนปลอดสารพิษที่รักจังฟาร์มนั้นจะปลูกในโรงเรือนระบบปิด ซึ่งเจ้าของฟาร์มใส่ใจในกระบวนการปลูกเมล่อนทุกขั้นตอน ตั้งแต่การเตรียมโรงเรือน การคัดเลือกเมล็ดพันธุ์มาเพาะ เมื่อต้นเมล่อนเริ่มเลื้อยก็ต้องคอยจับพันหลัก การผสมเกสรต้องทำช่วง 06.00 น. - 10.00 น. เท่านั้น เมื่อติดผลแล้วจะต้องคัดเลือกเหลือไว้เพียงต้นละหนึ่งผล ต้องเด็ดดอกอื่นๆ ที่ตัดแต่งแขนงออก เพื่อให้ไม่แย่งอาหารที่จะไปเลี้ยงผล ควบคุมปริมาณปุ๋ยและน้ำให้พอเหมาะไม่น้อยและไม่มากเกินไป พอผลเริ่มใหญ่ต้องตัดแต่งใบ ผูกเชือกช่วยพยุงผล ดูแลอย่างใกล้ชิดจนกว่าจะได้เวลาเก็บผลเมล่อนมาจำหน่าย ซึ่งข้อดีของเมล่อน คือ สามารถปลูกได้ตลอดทั้งปีโดยใช้ใช้น้ำน้อย แม้จะต้องดูแลอย่างใกล้ชิด ปัจจุบันคุณหน้อยมีโรงเรือนปลูกเมล่อน 18 โรงเรือน ซึ่งจะทยอยปลูกให้ออกผลเก็บจำหน่ายได้ทุกสัปดาห์ ผลิตภัณฑ์จัดจำหน่ายที่รักจังฟาร์ม ได้แก่ เมล่อนสด ไวน์เมล่อน น้ำสลัดเมล่อน นมอัดเม็ดเมล่อน ไอศกรีมเมล่อน เค้กเมล่อน พุดดิ้งเมล่อน รวมทั้งเครื่องดื่มเมล่อน ได้แก่ เมล่อนปั่น (สมูตตี้เมล่อน) อีกด้วย





2.2.2 ด้านผ้าและเครื่องแต่งกาย

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ได้เข้าศึกษาดูงานด้านผ้าและเครื่องแต่งกาย ณ อยุธยา บาติก อำเภอบึงขัง จังหวัดนครราชสีมา ที่มีผลิตภัณฑ์งานศิลปะบนผืนผ้าไหมแท้ 100% โดยใช้เทคนิคบาติกในการสร้างสรรค์งาน มีการออกแบบลวดลายที่เป็นอัตลักษณ์เฉพาะตัว บ่งบอกถึงถิ่นที่มาของภูมิปัญญาภาคอีสาน ผลงานสะท้อนถึงสภาพแวดล้อมที่แห้งแล้ง เช่น รอยแตกกระแหงของแผ่นดิน ลวดลายของใบไม้



2.2.2.1 ความเป็นมาของศญา

คุณชนัญญา ดร.เชื่อนสม หรือ คุณนิต ผู้ก่อตั้งแบรนด์ “ศญา” ไหมไทยลายบาติก เริ่มต้นจากการทำเสื้อผ้าขายส่งย่านประตูน้ำ ตัดเย็บและออกแบบเอง กระทั่งเผชิญวิกฤตเศรษฐกิจปี พ.ศ. 2540 จึงตัดสินใจเดินทางกลับบ้านเกิดที่จังหวัดนครราชสีมา อาศัยพื้นที่หน้าบ้านเปิดร้านตัดเย็บเสื้อผ้า ซึ่งลูกค้าส่วนใหญ่เป็นข้าราชการที่นิยมมาตัดชุดผ้าไหม ขณะที่คุณนิตรับตัดเย็บเสื้อผ้าตามแบบนั้น ก็ไม่หยุดที่จะพัฒนาตัวเอง จนกระทั่งได้มีโอกาสเข้าอบรมการทำผ้าบาติก จนเกิดเป็นแนวความคิดนำผ้าไหมมาวาดลายบาติกขึ้นในที่สุด จึงเลิกเย็บผ้ามุ่งพัฒนาผ้าไหม ลายบาติกสะท้อนเสน่ห์อีสานแบบเต็มตัว กับแบรนด์ “ศญา” (Kaya) ซึ่งมาจากคำว่า “พุทธศญา”

ด้วยการทำผ้าบาติกมีข้อจำกัดบางอย่าง คือ ต้องอาศัยเวลา เพราะเป็นงานแฮนด์เมด ทำให้ได้จำนวนสินค้าไม่มากนัก คุณนิตจึงคิดหาวิธีจัดการเรื่องเวลาและกำลังคนในขั้นตอนที่ยุงยาก นั่นคือ การลงเทียน และสามารถคิดค้นนวัตกรรมใหม่ขึ้นทดแทนการใช้เทียน คือ “กาวนวัตกรรม” ซึ่งสมบัติพิเศษของกาวชนิดนี้ใช้แทนน้ำเทียนในการขึ้นลาย ล้างออกง่าย และสามารถเขียนลายได้ง่ายขึ้น เมื่อขึ้นลายลงสีเรียบร้อยแล้วก็สามารถเอากาวออก ทำให้เกิดการ “แตก” (Crack) หรือรอยแตกกระเทาะ สื่อถึงความเป็นภาคอีสาน เปรียบเสมือนดินที่แตกกระแหง จึงนำมาสร้างเรื่องราวผ้าบาติกของตนเองสู่ผ้าบาติกอีสานอย่างในปัจจุบัน ที่มีการนำเอาธรรมชาติใกล้ตัวมาสร้างลวดลาย เช่น ก้อนหิน ต้นไม้ ใบ และสายน้ำ เมื่อผลิตภัณฑ์ได้รับการพัฒนาและเป็นที่ยอมรับ

มากขึ้น คุณนิได้กระจายทั้งอาชีพและรายได้สู่ชุมชน โดยการจัดสรรงานตามความชำนาญงานฝีมือ แต่ละประเภทอย่างเป็นระบบ ใช้วัตถุดิบที่มีในแต่ละท้องถิ่นเพื่อสร้างรายได้ที่มั่นคง



2.2.2.2 สินค้าของคณา

คณาเป็นงานแฮนด์เมดซึ่งใช้ผ้าไหม 100% ที่มาจากคนในพื้นที่แล้วนำมาใส่ ลวดลายบาติก โดยจุดเด่นของผ้าบาติกแบรนด์คณา คือ ลวดลายบนผ้านั้นเป็นการนำเอกลักษณ์ของ ภาคอีสานทั้งวิถีชีวิตและวัฒนธรรมมานำเสนอ การใช้ทิวทัศน์แทนการเขียนเทียน ทำให้สามารถซักออกได้ง่ายและประหยัดเวลามากกว่า ทำให้เกิดรอยแตกที่สวยงามอีกด้วย คณาเป็นหนึ่งในผลิตภัณฑ์โอท็อปที่ได้รับการสนับสนุนการพัฒนาผลิตภัณฑ์ต่อเนื่องจากกรมการพัฒนาชุมชน กระทรวงมหาดไทย สินค้าของคณา ได้แก่ เสื้อผ้า กระเป๋า ผ้าพันคอ ผ้าคลุมไหล่ หมอนประเภทต่างๆ ราคาเริ่มต้นที่ 450 - 3,000 บาท ปัจจุบันผลิตภัณฑ์คณานอกจากจำหน่ายผ่านช่องทางออนไลน์แล้ว ยังได้รับโอกาสให้นำสินค้าไปจำหน่ายที่ร้านค้าปลอดภาษี King Power สนามบินสุวรรณภูมิ ตลอด 3 ปีที่ผ่านมา กับสินค้า 5 ประเภท ได้แก่ หมอนรองคอ ผ้าพันคอ ผ้าคลุมไหล่ หมอนอิง และกระเป๋า คล้องมือ ซึ่งขายจุดเด่นในเรื่องของลวดลายและเทคนิคงานผ้าบาติกที่แปลกแหวกแนว โดยใช้ผ้าไหมไทย 100% ทั้งผ้าไหมท้องถิ่น และผ้าไหมจากโรงงานอุตสาหกรรม ซึ่งทำให้ธุรกิจเติบโตขึ้นมาก โดยได้รับคัดเลือกให้เป็นผลิตภัณฑ์ระดับ 5 ดาว ประเภทผ้าและเครื่องแต่งกายในโครงการคัดสรรสุดยอดหนึ่งตำบล หนึ่งผลิตภัณฑ์ไทย ปี พ.ศ. 2559



2.2.3 ด้านศิลปวัฒนธรรม

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ได้เข้ากราบสักการะสิ่งศักดิ์สิทธิ์และศึกษาจิตรกรรมฝาผนัง ณ วัดหน้าพระธาตุ ตำบลตะคุ อำเภอบึงโขงพย่อง จังหวัดนครราชสีมา ซึ่งเป็นวัดที่มีความสำคัญวัดหนึ่งในสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้นในช่วงสมัยรัชกาลที่ 1 - 3 ของประวัติศาสตร์ไทย ที่มีศิลปวัฒนธรรมพื้นบ้านทั้งศิลปะเก่าสมัยต้นกรุงรัตนโกสินทร์ และศิลปกรรมใหม่ที่คนรุ่นหลังสร้างขึ้นมา เป็นต้นว่า อุโบสถ และหอพระไตรปิฎก ซึ่งได้ก่อสร้างขึ้นมาเป็นเวลาล้านปี โดยมีชื่อว่าวัดตะคุ ต่อมาเรียกตามชื่อวัดมีพระธาตุที่ตั้งอยู่หน้าอุโบสถหลังเก่าจึงเรียกกันว่า วัดหน้าพระธาตุ วัดนี้ตามประวัติชาวลาวอพยพมาจากเวียงจันทน์สมัยนั้นได้ก่อสร้างขึ้น มีอายุเกิน 100 ปีมาแล้ว อุโบสถนั้นมีพุทธศิลป์เป็นที่น่าสนใจ เช่น ทางด้านสถาปัตยกรรม ตัวฐานอาคารอุโบสถสร้างเป็นรูปแอ่นแบบเรือ ลำเกา หน้าอุโบสถมีธาตุเจดีย์เก่าแก่ ด้านจิตรกรรมมีรูปภาพแสดงถึงวัฒนธรรมของชนพื้นเมืองท้องถิ่น ทางด้านประติมากรรมก็มีพระพุทธรูปองค์พระประธานโบราณ มีการแกะสลักหน้าบันอุโบสถ ทั้งด้านหน้าและด้านหลัง หอพระไตรปิฎกก่อสร้างอยู่กลางน้ำ เป็นต้น ทางด้านศิลปกรรมสมัยใหม่ก็ได้สร้างอุโบสถหลังใหม่ พระพุทธรูปองค์ใหญ่เฉลิมพระเกียรติและกุฎิ ศาลาการเปรียญ ซุ้มประตู เป็นต้น วัดหน้าพระธาตุ ถือเป็นศาสนสถานเก่าแก่ในสมัยรัตนโกสินทร์ที่ยังคงมีความงดงามและความโดดเด่นทางด้านศิลปกรรมต่างๆ และจิตรกรรมภายในวัดมีความเป็นเอกลักษณ์ แสดงให้เห็นถึงศิลปะและวัฒนธรรมในสมัยรัตนโกสินทร์อย่างเด่นชัด จึงต้องช่วยกันอนุรักษ์ศาสนสถานแห่งนี้ไว้เพื่อเป็นการสืบพระศาสนาต่อไป



2.2.3.1 พระธาตุเจดีย์ ตั้งอยู่หน้าพระอุโบสถหลังเก่า เป็นพระธาตุเจดีย์ศิลปะลาว รูปทรงบัวเหลี่ยมที่สูงเรียว ยอดสอบเข้าหากันเป็นยอดแหลม ภายในบรรจุพระบรมธาตุ ซึ่งเป็นที่เคารพสักการะของชาวปักษ์ชียง เป็นพระธาตุเจดีย์ที่กล่าวกันว่าชาวลาว ซึ่งอพยพจากเวียงจันทน์มาอาศัยอยู่ที่ตำบลตะคุ ได้ร่วมกันสร้างขึ้นเพื่อเป็นศูนย์กลางของชุมชน ด้านข้างพระธาตุเจดีย์ มีเจดีย์องค์เล็ก เป็นเจดีย์ที่บรรจุอัฐิท่านเจ้าอาวาสเก่า

2.2.3.2 พระอุโบสถหลังเก่า หรือ สิม คือ พระอุโบสถแบบอีสาน ตั้งอยู่ด้านข้างพระวิหาร เป็นพระอุโบสถสมัยรัตนโกสินทร์ตอนต้น ผนังก่ออิฐถือปูน หลังคามุงกระเบื้องบนเครื่องไม้เก่าแก่ ไม่มีช่อฟ้า ใบระกา และหางหงส์ แต่ทำเป็นปูนปั้นแทน มีจั่วลวดทั้งด้านหน้าและด้านหลัง หน้าบันมีงานไม้จำหลักลวดลายพรรณพฤกษา ฐานพระอุโบสถแอนโค้งแบบท้องสำเภา มีรูปแบบคล้ายศิลปะของอยุธยาตอนปลาย ผนังด้านนอกเหนือประตูทางเข้า มีจิตรกรรมฝาผนัง หรือที่เรียกกันว่า ฮูปแต้ม แสดงเรื่องราวพุทธประวัติ ภายในพระอุโบสถมีจิตรกรรมฝาผนังที่ยังคงสภาพสมบูรณ์อยู่ทั้งสี่ด้าน เป็นภาพเรื่องราวทศชาติชาดก นอกจากนี้ยังสอดแทรกเรื่องราววิถีชีวิตพื้นบ้าน และแง่คิดเกี่ยวกับธรรมะอีกด้วย

2.2.3.3 หอไตรกลางน้ำ ตั้งอยู่กลางน้ำหน้าพระธาตุเจดีย์ เป็นหอไตรเรือนไทยทรงพื้นเมืออีสาน ผนังแบบฝาปะกน ชั้นเดียว สร้างในสมัยสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว เพื่อใช้เป็นที่เก็บพระไตรปิฎก โดยตั้งอยู่กลางน้ำเพื่อป้องกันปลวก บานประตูเป็นลวดลายรดน้ำปิดทอง ภายในมีงานจิตรกรรมและภาพเรื่องราวพุทธประวัติ

2.2.3.4 จิตรกรรมฝาผนัง ปรากฏอยู่ที่ภายนอกและภายในพระอุโบสถ ภายนอกเป็นภาพจุฬามณีเจดีย์ ดาวดึงส์ และเนมิราชชาดก ส่วนจิตรกรรมภายในอุโบสถจะเขียนเรื่องทศชาติชาดกเป็นหลัก รวมทั้งพุทธประวัติบางตอน และจุลปทุมชาดก โดยมีรูปแบบสะท้อนเอกลักษณ์พื้นถิ่นเด่นชัด อายุของจิตรกรรมสันนิษฐานว่าอยู่ในราวรัชกาลที่ 3 - 4 ลงมา ทั้งนี้พิจารณาจากองค์ประกอบภาพในด้านต่างๆ ภาพจิตรกรรมสะท้อนให้เห็นภาพชีวิตประจำของคนในสังคมชนบทที่ประกอบอาชีพทำนา ทอดแห จับปลา ใช้เกวียนเป็นพาหนะ พักผ่อนหย่อนใจด้วยการเล่นชนไก่ เล่นว่าว ต่อนกเขา รวมทั้งภาพการสังวาส ซึ่งในการอนุรักษ์จิตรกรรมฝาผนังวัดหน้าพระธาตุ ได้ทำการคัดลอกภาพจิตรกรรมจากพระอุโบสถเป็นภาพลายเส้น เพื่อศึกษารูปแบบของจิตรกรรมและเพื่อการค้นคว้าทางเทคนิคและวิชาการ ภาพลายเส้น แบ่งออกเป็นหมวดต่างๆ ดังนี้ คือหมวดนักดนตรี หมวดชีวิตความเป็นอยู่ หมวดสถาปัตยกรรม หมวดการแต่งกายทหาร หมวดพาหนะเดินทาง และหมวดสัตว์





ส่วนที่ 3

สรุปผลการดำเนินงาน

ส่วนที่ 3

สรุปผลการดำเนินงาน

โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ได้รับงบประมาณเงินรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 โครงการด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยได้มีการดำเนินโครงการระหว่างวันที่ 9 – 11 มกราคม 2563 ซึ่งแบ่งการดำเนินงานเป็น 2 ระยะ ดังนี้ ระยะที่ 1 จัดอบรมเชิงปฏิบัติการในหัวข้อ “เปลี่ยนกิน เปลี่ยนชีวิต กับ 3 อ.” ในวันพฤหัสบดี ที่ 9 มกราคม 2563 ณ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และในระยะที่ 2 นำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ณ จังหวัดนครราชสีมา ระหว่างวันที่ 10 – 11 มกราคม 2563 โดยโครงการมีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ศาสตร์ต่างๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และเพื่อนำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม

โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ มีบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ทั้งสายวิชาการและสายสนับสนุน เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ซึ่งส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง ร้อยละ 76.67 มีช่วงอายุอยู่ระหว่าง 31 - 40 ปี ร้อยละ 50.00 การศึกษาระดับปริญญาโท ร้อยละ 48.89 เป็นบุคลากรสายวิชาการ ร้อยละ 52.22 และมีอายุการทำงานมากกว่า 20 ปี ร้อยละ 30.00 และจากการประเมินผลความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ และความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์จากการให้บริการพบว่า

1. ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน มีความพึงพอใจอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.70 คิดเป็นร้อยละ 94.00
2. การประเมินผลความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ เมื่อพิจารณาในแต่ละด้าน พบว่า ระยะที่ 1 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจด้านวิทยากร อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.79 คิดเป็นร้อยละ 95.80 รองลงมา มีความพึงพอใจด้านกระบวนการให้บริการ อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.76 คิดเป็นร้อยละ 95.20 และด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.73 คิดเป็นร้อยละ 94.60 สำหรับในระยะที่ 2 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจด้านกระบวนการให้บริการ อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.73 คิดเป็นร้อยละ 94.60 รองลงมา มีความพึงพอใจด้านวิทยากร อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.63 คิดเป็นร้อยละ 92.60 และด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.58 คิดเป็นร้อยละ 91.60
3. ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน มีความพึงพอใจต่อประโยชน์จากการให้บริการอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.57 คิดเป็นร้อยละ 91.40

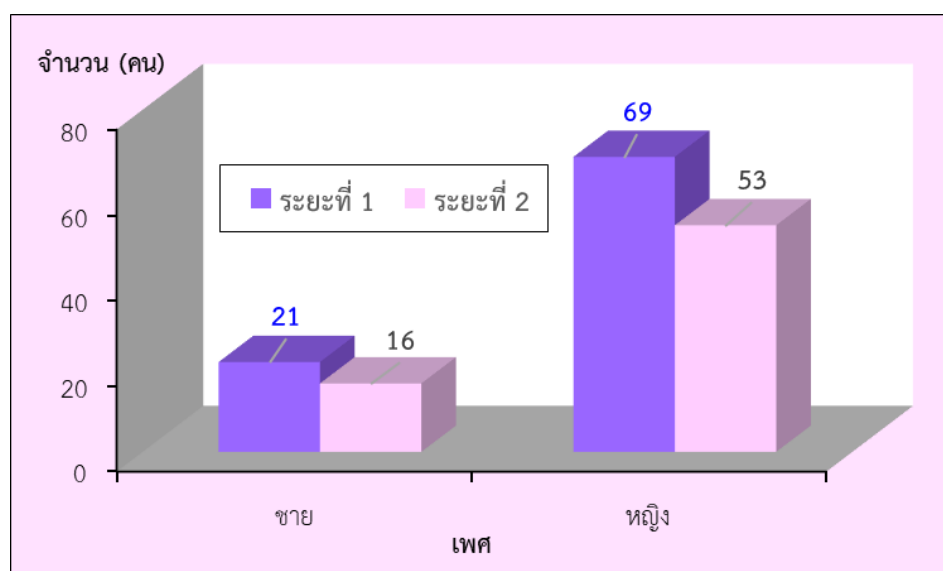
ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน สามารถจำแนกตามเพศได้ดังนี้ ระยะที่ 1 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 69 คน คิดเป็นร้อยละ 76.67 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33 และในระยะที่ 2 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 53 คน คิดเป็นร้อยละ 76.81 รองลงมาเป็นเพศชาย จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 23.19 ดังตารางที่ 1 และแผนภูมิที่ 1

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามเพศ

เพศ	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ชาย	21	23.33	16	23.19
หญิง	69	76.67	53	76.81
รวม	90	100.00	69	100.00



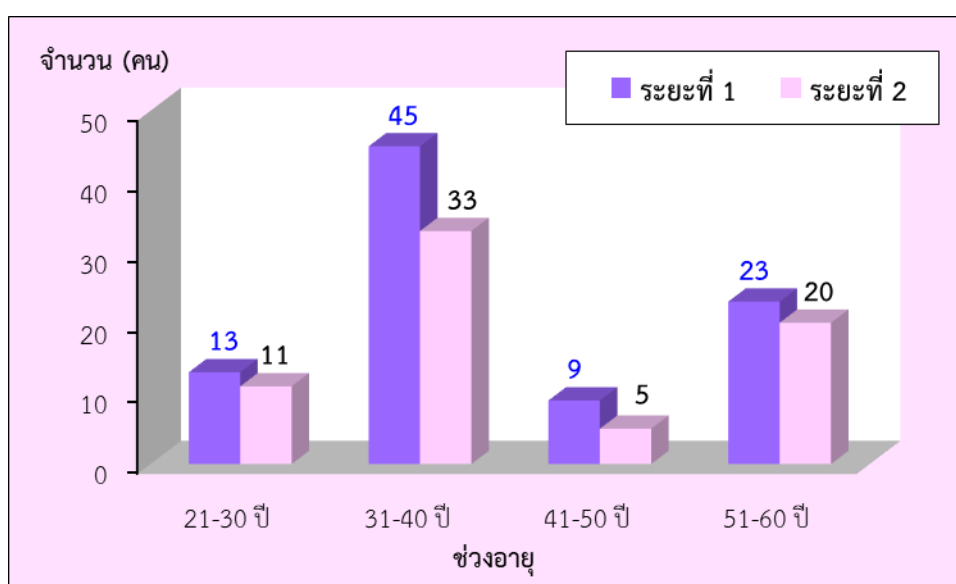
แผนภูมิที่ 1 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามเพศ

2. อายุ

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน สามารถจำแนกตามช่วงอายุได้ดังนี้ ระยะเวลาที่ 1 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 31 - 40 ปี จำนวน 45 คน คิดเป็นร้อยละ 50.00 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 51 - 60 ปี จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 25.56 และในระยะเวลาที่ 2 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 31 - 40 ปี จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 47.83 รองลงมาอยู่ในช่วงอายุ 51 - 60 ปี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 28.98 ดังตารางที่ 2 และแผนภูมิที่ 2

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามช่วงอายุ

ช่วงอายุ (ปี)	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
21- 30	13	14.44	11	15.94
31 - 40	45	50.00	33	47.83
41 - 50	9	10.00	5	7.25
51 - 60	23	25.56	20	28.98
รวม	90	100.00	69	100.00



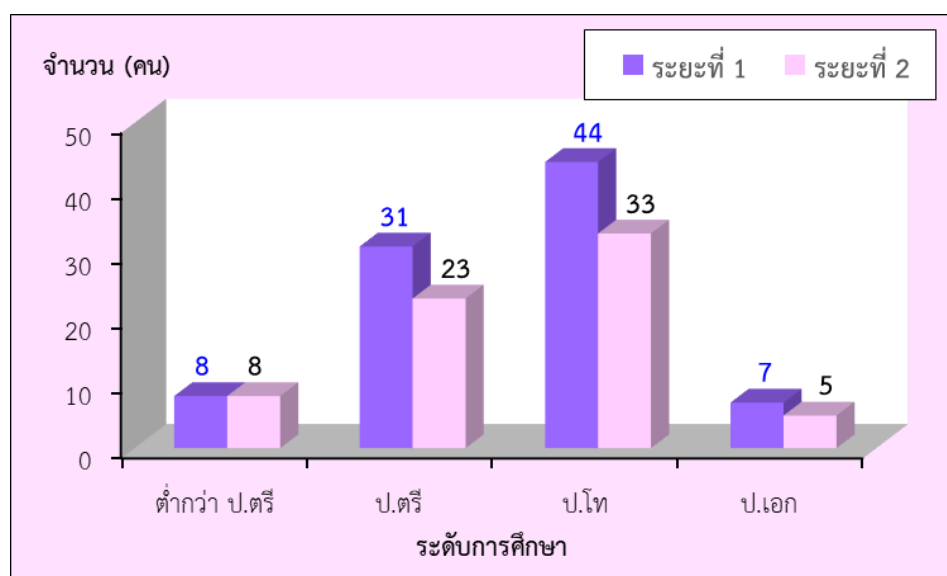
แผนภูมิที่ 2 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามช่วงอายุ

3. ระดับการศึกษา

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน สามารถจำแนกตามระดับการศึกษาได้ดังนี้ ระยะเวลาที่ 1 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ส่วนใหญ่การศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโท จำนวน 44 คน คิดเป็นร้อยละ 48.89 รองลงมาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 34.44 และในระยะเวลาที่ 2 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน ส่วนใหญ่การศึกษาอยู่ในระดับปริญญาโท จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 47.83 รองลงมาอยู่ในระดับปริญญาตรี จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33 ดังตารางที่ 3 และแผนภูมิที่ 3

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
ต่ำกว่าปริญญาตรี	8	8.89	8	11.59
ปริญญาตรี	31	34.44	23	33.33
ปริญญาโท	44	48.89	33	47.83
ปริญญาเอก	7	7.78	5	7.25
รวม	90	100.00	69	100.00



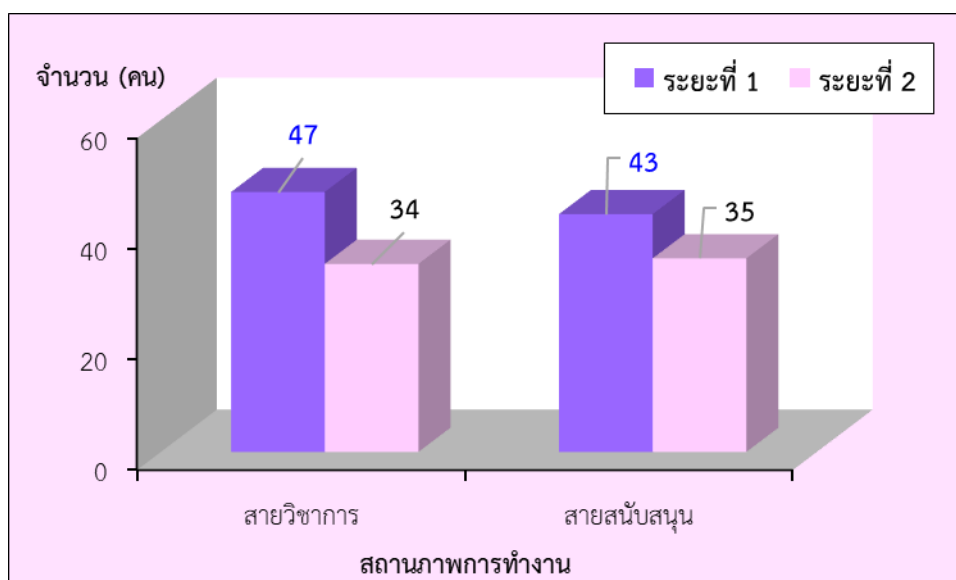
แผนภูมิที่ 3 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามระดับการศึกษา

4. สถานภาพการทำงาน

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน สามารถจำแนกตามสถานภาพการทำงานได้ดังนี้
 ระยะเวลาที่ 1 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ส่วนใหญ่มีสถานภาพการทำงานสายวิชาการ จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 52.22 รองลงมามีสถานภาพการทำงานสายสนับสนุน จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 47.78 และในระยะเวลาที่ 2 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน ส่วนใหญ่มีสถานภาพการทำงานสายสนับสนุน จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ 50.72 รองลงมามีสถานภาพการทำงานสายวิชาการ จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 49.28 ดังตารางที่ 4 และแผนภูมิที่ 4

ตารางที่ 4 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามสถานภาพการทำงาน

สถานภาพการทำงาน	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
สายวิชาการ	47	52.22	34	49.28
สายสนับสนุน	43	47.78	35	50.72
รวม	90	100.00	69	100.00



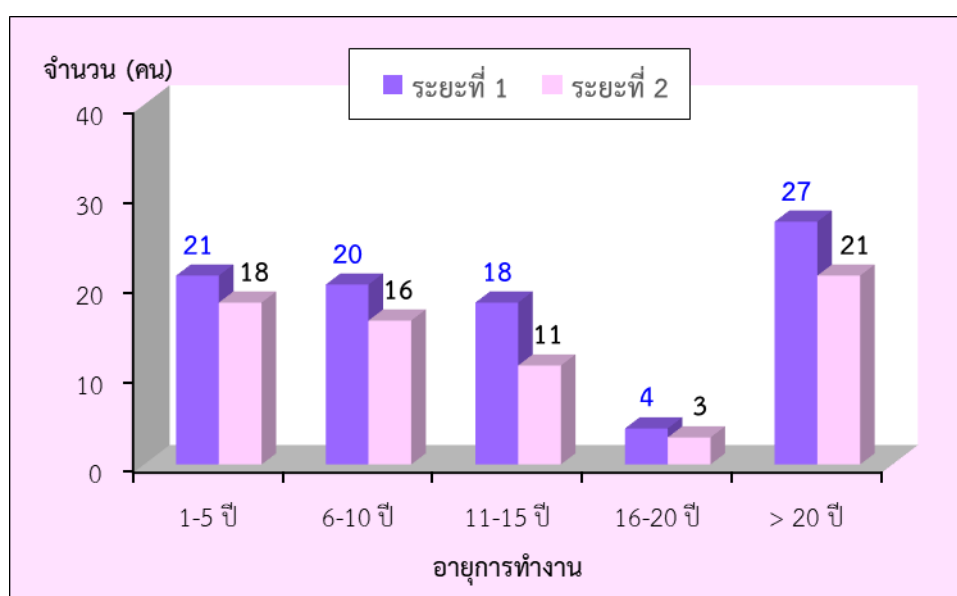
แผนภูมิที่ 4 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามสถานภาพการทำงาน

5. อายุการทำงาน

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน สามารถจำแนกตามอายุการทำงานได้ดังนี้ ระยะที่ 1 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 90 คน ส่วนใหญ่มีอายุการทำงานมากกว่า 20 ปี จำนวน 27 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 รองลงมามีอายุการทำงานอยู่ระหว่าง 1 – 5 ปี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 23.33 และอยู่ระหว่าง 6 – 10 ปี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 22.22 และในระยะที่ 2 มีผู้เข้าร่วมโครงการ จำนวน 69 คน ส่วนใหญ่มีอายุการทำงานมากกว่า 20 ปี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 30.43 รองลงมามีอายุการทำงานอยู่ระหว่าง 1 – 5 ปี จำนวน 18 คน คิดเป็นร้อยละ 26.09 และอยู่ระหว่าง 6 – 10 ปี จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 23.19 ดังตารางที่ 5 และแผนภูมิที่ 5

ตารางที่ 5 จำนวนและร้อยละของผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามอายุการทำงาน

อายุการทำงาน	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	จำนวน (คน)	ร้อยละ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1 – 5 ปี	21	23.33	18	26.09
6 – 10 ปี	20	22.22	16	23.19
11 - 15 ปี	18	20.00	11	15.94
16 – 20 ปี	4	4.45	3	4.35
> 20 ปี	27	30.00	21	30.43
รวม	90	100.00	69	100.00



แผนภูมิที่ 5 จำนวนผู้เข้าร่วมโครงการจำแนกตามอายุการทำงาน

ส่วนที่ 2 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยี คหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน 90 คน มีความพึงพอใจโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.70 คิดเป็นร้อยละ 94.00 และจากการประเมินผลในแต่ละด้าน พบว่า ระยะที่ 1 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจด้านวิทยากร อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.79 คิดเป็นร้อยละ 95.80 รองลงมา มีความพึงพอใจด้านกระบวนการให้บริการ อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.76 คิดเป็นร้อยละ 95.20 และด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.73 คิดเป็นร้อยละ 94.60 สำหรับใน ระยะที่ 2 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจด้านกระบวนการให้บริการ อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.73 คิดเป็นร้อยละ 94.60 รองลงมา มีความพึงพอใจด้านด้านวิทยากร อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.63 คิดเป็นร้อยละ 92.60 และด้านสิ่งอำนวยความสะดวก อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.58 คิดเป็นร้อยละ 91.60 แสดงรายละเอียดในตารางที่ 6 - 8 และแผนภูมิที่ 6 - 7

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ย และร้อยละความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากร
คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ประเด็นคำถาม	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ	ค่าเฉลี่ย	ร้อยละ
ด้านกระบวนการให้บริการ	4.76	95.20	4.73	94.60
ด้านวิทยากร	4.79	95.80	4.63	92.60
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	4.73	94.60	4.58	91.60
ค่าเฉลี่ย	4.76	95.20	4.65	93.00
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.70			
ร้อยละความพึงพอใจ	94.00			

หมายเหตุ : เกณฑ์การพิจารณาค่าเฉลี่ย

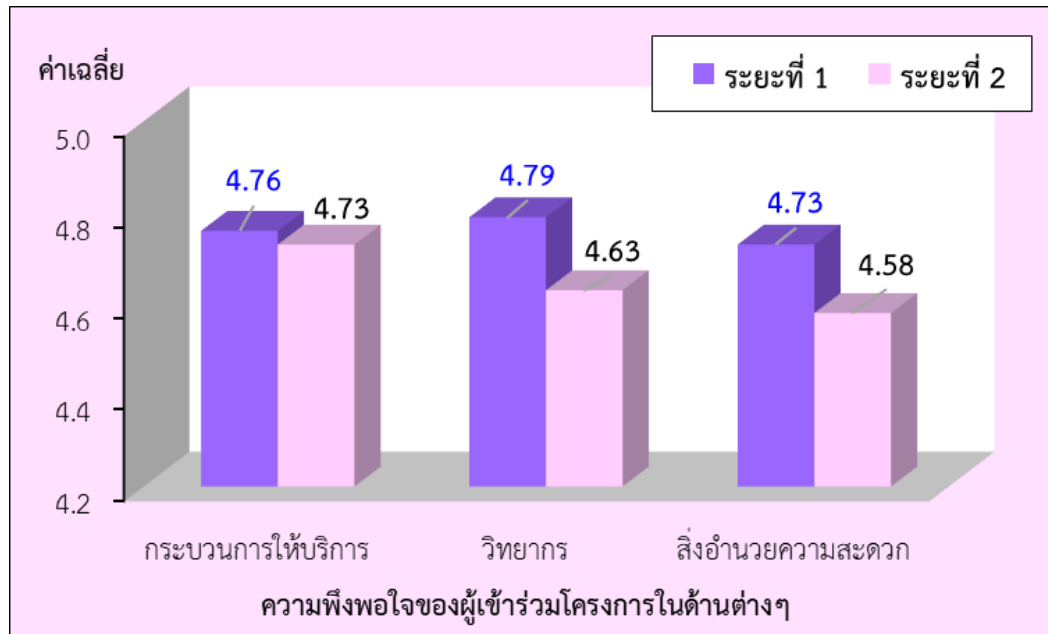
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.51 – 5.00 พึงพอใจมากที่สุด

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.51 – 4.50 พึงพอใจมาก

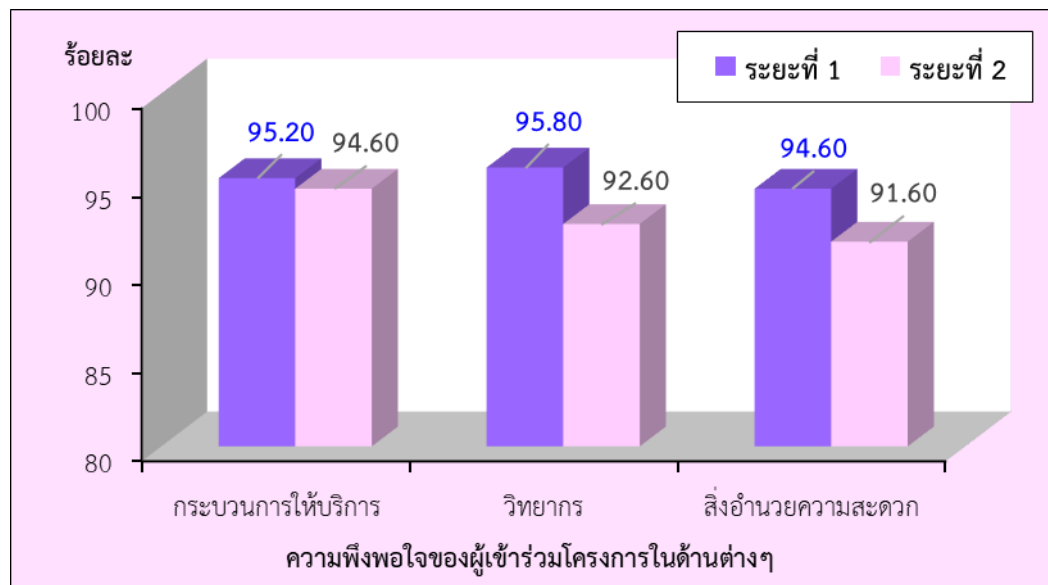
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.51 – 3.00 พึงพอใจปานกลาง

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51 – 2.50 พึงพอใจน้อย

ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.50 พึงพอใจน้อยที่สุด



แผนภูมิที่ 6 ค่าเฉลี่ยของระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีสู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ในด้านต่างๆ



แผนภูมิที่ 7 ร้อยละความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีสู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ในด้านต่าง ๆ

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนา ศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีสู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ระยะที่ 1

ประเด็นคำถาม	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ด้านกระบวนการให้บริการ			
1. มีการประชาสัมพันธ์โครงการอย่างทั่วถึง	4.76	0.46	มากที่สุด
2. มีการแจ้งกำหนดการโครงการให้ทราบล่วงหน้าก่อน	4.78	0.44	มากที่สุด
3. ติดต่อสอบถามรายละเอียดการอบรมได้ง่ายและสะดวก	4.74	0.46	มากที่สุด
4. การให้ข้อมูล คำแนะนำต่าง ๆ มีความชัดเจนและถูกต้อง	4.63	0.55	มากที่สุด
5. กำหนดระยะเวลา สถานที่จัดโครงการไว้อย่างชัดเจน	4.79	0.44	มากที่สุด
6. ความเหมาะสมของระยะเวลาในการจัดโครงการ	4.71	0.48	มากที่สุด
7. สถานที่จัดอบรมมีความเหมาะสม	4.86	0.35	มากที่สุด
8. การจัดรายการอบรมมีความเหมาะสม	4.77	0.43	มากที่สุด
9. ทีมผู้จัดโครงการมีการเตรียมตัวและมีความตั้งใจที่จะให้บริการเป็นอย่างดี	4.80	0.40	มากที่สุด
10. มีการประเมินผลโครงการอย่างชัดเจน	4.76	0.43	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.76		มากที่สุด
ด้านวิทยากร (อาจารย์ไกร มาศพิมล)			
11. คุณสมบัติและบุคลิกภาพมีความเหมาะสม	4.80	0.45	มากที่สุด
12. ความเชี่ยวชาญ และความรอบรู้ในเนื้อหาที่ถ่ายทอด	4.72	0.62	มากที่สุด
13. ความสามารถในการถ่ายทอดความรู้ให้เข้าใจ	4.72	0.62	มากที่สุด
14. การสื่อภาษาชัดเจนและเข้าใจง่าย	4.82	0.38	มากที่สุด
15. วิธีการนำเสนอข้อมูลมีความน่าสนใจ	4.79	0.51	มากที่สุด
16. รักษาเวลาในการอบรมได้อย่างเหมาะสม	4.86	0.35	มากที่สุด
17. ความชัดเจนในการตอบคำถามและข้อซักถาม	4.79	0.55	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.79		มากที่สุด
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก			
18. สื่อ/วัสดุอุปกรณ์ประกอบการอบรมมีความทันสมัย และพร้อมใช้งาน	4.72	0.52	มากที่สุด
19. สภาพแวดล้อมในห้องจัดอบรมสะอาดและเป็นระเบียบ	4.74	0.51	มากที่สุด
20. ความเหมาะสมของสถานที่จัดโครงการ	4.78	0.44	มากที่สุด
21. การบริการอาหารว่างและเครื่องดื่มมีความเหมาะสม	4.68	0.58	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.73		มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.76		มากที่สุด
ร้อยละความพึงพอใจ	95.20		

ตารางที่ 8 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนา ศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีสู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ระยะที่ 2

ประเด็นคำถาม	\bar{X}	S.D.	ระดับความพึงพอใจ
ด้านกระบวนการให้บริการ			
1. มีการประชาสัมพันธ์โครงการอย่างทั่วถึง	4.86	0.35	มากที่สุด
2. มีการแจ้งกำหนดการโครงการให้ทราบล่วงหน้าก่อน	4.80	0.41	มากที่สุด
3. ติดต่อสอบถามรายละเอียดการศึกษาดูงานได้ง่าย และสะดวก	4.80	0.41	มากที่สุด
4. การให้ข้อมูล คำแนะนำต่างๆ มีความชัดเจนและถูกต้อง	4.78	0.45	มากที่สุด
5. กำหนดระยะเวลา สถานที่จัดโครงการไว้อย่างชัดเจน	4.71	0.49	มากที่สุด
6. ความเหมาะสมของระยะเวลาในการจัดโครงการ	4.57	0.65	มากที่สุด
7. สถานที่จัดศึกษาดูงานมีความเหมาะสม	4.64	0.57	มากที่สุด
8. การจัดรายการศึกษาดูงานมีความเหมาะสม	4.65	0.51	มากที่สุด
9. ทีมผู้จัดโครงการมีการเตรียมตัวและมีความตั้งใจที่จะ ให้บริการเป็นอย่างดี	4.72	0.51	มากที่สุด
10. มีการประเมินผลโครงการอย่างชัดเจน	4.74	0.47	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.73		มากที่สุด
ด้านวิทยากร (มีคหุเทศก์ของบริษัท คัลเลอร์ฟูล ฮอติเดย์ ทราเวล จำกัด)			
11. มีการเตรียมการนำศึกษาดูงานเป็นอย่างดี	4.57	0.56	มากที่สุด
12. ความเชี่ยวชาญ และความรอบรู้ในสถานที่ศึกษาดูงาน	4.54	0.56	มากที่สุด
13. มีวิธีการถ่ายทอดความรู้ที่น่าสนใจ	4.49	0.58	มาก
14. มีความตั้งใจที่จะให้บริการเป็นอย่างดี	4.72	0.51	มากที่สุด
15. ความมีมนุษยสัมพันธ์	4.75	0.50	มากที่สุด
16. การตอบคำถามและข้อซักถามต่าง ๆ	4.62	0.64	มากที่สุด
17. นำศึกษาดูงานตรงตามรายการที่กำหนดไว้	4.71	0.52	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.63		มากที่สุด
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก			
18. ความเหมาะสมของที่พัก	4.42	0.69	มาก
19. ความเหมาะสมของพาหนะที่ใช้สำหรับการเดินทาง	4.67	0.47	มากที่สุด
20. การบริการอาหาร ของว่าง และเครื่องดื่มมีความเหมาะสม	4.65	0.51	มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย	4.58		มากที่สุด
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.65		มากที่สุด
ร้อยละความพึงพอใจ	93.00		

ส่วนที่ 3 ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์จากการให้บริการ

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีสู่ความเป็นเลิศทางด้าน
คหกรรมศาสตร์จำนวน 90 คน มีความพึงพอใจต่อประโยชน์จากการให้บริการโดยรวม อยู่ในระดับ
มากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.57 คิดเป็นร้อยละ 91.40 และจากการประเมินผลความพึงพอใจต่อประโยชน์
จากการให้บริการในแต่ละระยะของการจัดโครงการ พบว่า ในระยะที่ 1 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความ
พึงพอใจต่อประโยชน์จากการให้บริการ อยู่ในระดับมากที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.56 คิดเป็นร้อยละ 91.20
และในระยะที่ 2 ผู้เข้าร่วมโครงการมีความพึงพอใจต่อประโยชน์จากการให้บริการ อยู่ในระดับมาก
ที่สุด ค่าเฉลี่ย 4.58 คิดเป็นร้อยละ 91.60 ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และร้อยละความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อ
ประโยชน์จากการให้บริการ

ประเด็นคำถาม	ระยะที่ 1		ระยะที่ 2	
	\bar{X}	S.D.	\bar{X}	S.D.
1. การจัดโครงการตอบสนองความต้องการของ ผู้เข้าร่วมโครงการ	4.57	0.56	4.59	0.52
2. ส่งเสริมสนับสนุนการเรียนรู้ด้านต่าง ๆ	4.50	0.67	4.55	0.63
3. ท่านได้รับความรู้ความเข้าใจจากการอบรมและ ศึกษาดูงาน	4.64	0.66	4.62	0.60
4. ท่านได้รับประโยชน์จากการอบรมและศึกษาดูงาน	4.63	0.69	4.62	0.62
5. ท่านสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในการทำงาน	4.52	0.74	4.57	0.65
6. ความคุ้มค่าเมื่อเทียบกับเวลาและค่าใช้จ่าย	4.52	0.77	4.55	0.58
ค่าเฉลี่ย	4.56		4.58	
ค่าเฉลี่ยโดยรวม	4.57			
ร้อยละความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ ต่อประโยชน์จากการให้บริการ	91.40			

หมายเหตุ : เกณฑ์การพิจารณาค่าเฉลี่ย

- ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.51 – 5.00 พึงพอใจมากที่สุด
- ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.51 – 4.50 พึงพอใจมาก
- ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.51 – 3.00 พึงพอใจปานกลาง
- ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.51 – 2.50 พึงพอใจน้อย
- ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.00 – 1.50 พึงพอใจน้อยที่สุด

ความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ

ผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์เพื่อขับเคลื่อนองค์กรสู่ความสำเร็จ จำนวน 90 คน ได้แสดงความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ จำนวน 8 คน คิดเป็นร้อยละ 8.89 และไม่แสดงความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 91.11 สำหรับผู้เข้าร่วมโครงการที่แสดงความคิดเห็น/ข้อเสนอแนะ สรุปได้ดังนี้

ความคิดเห็น	ความถี่
- วิทยากรบรรยายดีมาก	1
- วิทยากรบรรยายได้สนุกมาก	1
- วิทยากรให้ความรู้ได้เข้าใจและชัดเจน	1
- ความรู้ที่ได้รับจากวิทยากรน่าสนใจ	1
- ได้รับประโยชน์จากการศึกษาดูงาน	1
- เป็นการจัดศึกษาดูงานที่มีสีสัน มีความสนุกสนานมากกว่าทุกปี ทุกคนยิ้มกว้างมากๆ	1
- จัดโครงการได้ดีและได้รับความรู้มากๆ	1
ข้อเสนอแนะ	ความถี่
- ควรมีการจัดโครงการนี้ในทุกๆ ปี	1

ภาคผนวก



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร โทร. ๐ ๒๖๖๕ ๓๗๗๗ ต่อ ๕๒๒๐

ที่ กบ.๒๕๒/๒๕๖๒ วันที่ ๓ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุมัติโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศ
ทางด้านคหกรรมศาสตร์

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ตามที่คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ได้รับอนุมัติจัดสรรงบประมาณเงินรายได้ประจำปี
งบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็น
เลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน ๓๐๐,๐๐๐.- บาท (สามแสนบาทถ้วน) โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการ
เพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ศาสตร์ต่าง ๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และเพื่อนำบุคลากรคณะ
เทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ต่าง ๆ ในจังหวัดนครราชสีมา

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินงานของโครงการเป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพสัมฤทธิ์
ผลตามวัตถุประสงค์ของโครงการ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร ได้จัดทำรายละเอียดการดำเนินงานเพื่อ
เสนอขออนุมัติโครงการ โดยแบ่งการดำเนินงานเป็น ๒ ระยะ ดังนี้ ระยะที่ ๑ อบรมเชิงปฏิบัติการ
ในวันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น ๔ อาคารเรียนปัญญา คณะเทคโนโลยี
คหกรรมศาสตร์ และระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓ ณ จังหวัดนครราชสีมา

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

(นางสาวกฤษณา หนองปรือ)

บุคลากรปฏิบัติการ

เรียน รองคณบดีฝ่ายบริหาร

เพื่อโปรดเสนอขอลงมติคณะ ททค.

เพื่อ ทราบ ลงนาม
 อนุมัติ พิจารณาสั่งการ
 เห็นควร.....

(นางสาวสรระณีษ์ เต็งเปี่ยม)

หัวหน้างานบริหารงานบุคคล

อนุมัติ

(นางปิยะจิตา สีหะวัฒนกุล)

คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

- ๕ ส.ค. ๒๕๖๒

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
เพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวรุ่งฤทัย ราพิงจิต)

รองคณบดีฝ่ายบริหาร

3 ธ.ค. 2562

เรียน คณบดี

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

1 3 10



มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

1.ชื่อโครงการ การพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้าน
คหกรรมศาสตร์

2. แหล่งงบประมาณ

- งบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ.
- งบประมาณรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563
- งบประมาณอื่นๆ.....

3. แผนงาน

3.1 แผนงานพื้นฐาน

- ผลผลิต ผู้สำเร็จการศึกษาด้านสังคมศาสตร์
- ผลผลิต ผลงานบริการวิชาการ
- ผลผลิต ผู้สำเร็จการศึกษาด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี
- ผลผลิต ผลงานทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม

3.2 แผนงานบูรณาการ

แผนงานบูรณาการพัฒนาคุณภาพการศึกษาและการเรียนรู้

3.3 แผนงานยุทธศาสตร์

ยุทธศาสตร์ที่ 3 ด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์

4. ลักษณะโครงการ

- | | |
|--|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> การอบรม (การบรรยาย/การฝึกปฏิบัติ) | <input type="checkbox"/> การวิเคราะห์ การทดสอบ การตรวจสอบ |
| <input type="checkbox"/> การประชุม/การสัมมนาทางวิชาการหรือ
เชิงปฏิบัติการ | <input type="checkbox"/> การฝึกอบรมเพื่อถ่ายทอดความรู้เทคโนโลยี |
| <input checked="" type="checkbox"/> การดูงาน การฝึกศึกษา | <input type="checkbox"/> การให้บริการข้อมูล การเผยแพร่ความรู้ผ่านสื่อต่าง ๆ |
| <input type="checkbox"/> การจัดงาน การจัดนิทรรศการ | <input type="checkbox"/> อื่น ๆ |

5. ความสอดคล้องกับประเด็นยุทธศาสตร์

- ยุทธศาสตร์ที่ 1 พัฒนาการจัดการศึกษาให้มีคุณภาพมาตรฐานสากล
- ยุทธศาสตร์ที่ 2 เพิ่มประสิทธิภาพและประสิทธิผลของงานวิจัยและพัฒนา
- ยุทธศาสตร์ที่ 3 พัฒนาการบริการวิชาการและพัฒนาอาชีพอย่างมีคุณภาพ
- ยุทธศาสตร์ที่ 4 พัฒนาการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมและรักษาสืบสานมรดกอย่างยั่งยืน
- ยุทธศาสตร์ที่ 5 พัฒนาประสิทธิภาพการบริหารจัดการองค์กรด้วยหลักธรรมาภิบาลอย่างมีคุณภาพ

6. ความสอดคล้องกับเป้าประสงค์

5.1 มีการพัฒนาระบบทุนมนุษย์ เพื่อให้บุคลากรทำงานอย่างมืออาชีพ พร้อมรับการเปลี่ยนแปลงและมี คุณภาพชีวิตที่ดี

7. ความสอดคล้องกับกลยุทธ์

5.1.1.1 พัฒนาระบบการจัดการทรัพยากรบุคคล เพื่อให้บุคลากรมีความเป็นมืออาชีพ มีวัฒนธรรมองค์กรเข้มแข็ง มีความรักและภาคภูมิใจในมหาวิทยาลัย

8. หลักการและเหตุผล

ปัจจุบันนานาประเทศกำลังมีการปรับตัวสู่การเปลี่ยนแปลงในศตวรรษที่ ๒๑ ในขณะที่ประเทศไทยเป็นหนึ่งในที่กำลังอยู่ในยุคของการปฏิรูป เพื่อนำประเทศเข้าสู่การพัฒนาตามแนวคิดไทยแลนด์ ๔.๐ องค์กรทั้งภาครัฐ ภาคเอกชนเป็นศูนย์รวมขององค์กรที่มีความสำคัญ ในการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์เพื่อการพัฒนาประเทศ ในขณะที่เดียวกันวันนี้อค์กรต่างๆ ไม่สามารถจะอยู่ได้ตามลำพัง ท่ามกลางภัยคุกคามที่มีความผันผวน ความไม่แน่นอนและความซับซ้อน ดังนั้นองค์กรต่างๆ จึงจำเป็นต้องมีการปรับปรุงรูปแบบและกระบวนการการบริหารจัดการให้มีความยืดหยุ่นทันสมัย รวมทั้งมีกลยุทธ์และนวัตกรรมใหม่ในการนำไปสู่การปฏิบัติเพื่อการพัฒนาในบริบทต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ และการที่องค์กรจะบริหารจัดการให้ประสบความสำเร็จบรรลุตามวัตถุประสงค์/เป้าหมายที่กำหนดไว้ นั้น จำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องมีความรู้ ความเข้าใจและมีทักษะเพื่อนำไปสู่ความสำเร็จในมิติต่างๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ตามแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 – 2564) จากสถานะของประเทศและบริบทการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ประเทศกำลังประสบอยู่ ภายใต้กรอบหลักเพื่อการพัฒนาประเทศโดยยึดหลักที่ “ทรัพยากรบุคคลให้คนเป็นศูนย์กลางการพัฒนา ส่งเสริมการพัฒนาทุนมนุษย์” ยึดหลักความสมดุลและยั่งยืน สังคมอยู่ร่วมกันอย่างมีความสุข

ตามแผนยุทธศาสตร์ 15 ปี มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร มุ่งพัฒนาทุนมนุษย์ตามช่วงวัยให้เข้าสู่ระบบพัฒนาศักยภาพคนทั้งด้านวิชาการความรู้วิชาชีพและทักษะปฏิบัติ เพื่อให้เป็นสถาบันแห่งการพัฒนาเทคโนโลยีด้วยระบบการจัดการเรียนการสอนเฉพาะทางสอดคล้องตามอัตลักษณ์ เอกลักษณ์ ทรัพยากรบุคคลจะเป็นผู้มีความมั่นคงทางเศรษฐกิจและสังคมเข้มแข็ง สร้างความเป็นธรรมในการเข้าถึงทรัพยากรและบริการทางสังคมที่มีคุณภาพ ส่งเสริมผู้ด้อยโอกาสได้รับการพัฒนาศักยภาพ รวมทั้งการพัฒนา ชุมชนมีความเข้มแข็งและพึ่งพาตนเอง การพัฒนา มหาวิทยาลัยอย่างเป็นระบบจะนำไปสู่การพัฒนาอย่างถูกต้องแล้วสังคมจะอุดมด้วยทรัพยากรบุคคลที่มีคุณภาพ

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร เป็นสถาบันทางการศึกษาที่เป็นที่ยอมรับในด้านการผลิตบัณฑิตสายวิชาชีพ ที่ตอบสนองความต้องการของตลาดแรงงาน ทั้งทางด้านเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ที่เกี่ยวกับงานด้านอาหารและโภชนาการ อุตสาหกรรมบริการอาหาร พัฒนาผลิตภัณฑ์อาหาร ออกแบบแฟชั่นผ้าและเครื่องแต่งกาย และงานหัตถกรรมเชิงสร้างสรรค์ คณะได้ให้ความสำคัญในดำเนินการบริหารจัดการให้สอดคล้องกับนโยบายของมหาวิทยาลัยและนโยบายของประเทศ โดยเร่งพัฒนาความรู้ความสามารถของบุคลากรการศึกษาทุกระดับ ให้มีประสิทธิภาพและเป็นผู้ผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพ สอดคล้องกับพัฒนาตามแนวคิดไทยแลนด์ 4.0 ต่อไป

9. วัตถุประสงค์

1. เพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ในศาสตร์ต่าง ๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
2. เพื่อนำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม

10. การบูรณาการองค์ความรู้ระหว่างสาขาวิชา

- 1) บูรณาการกับคณะวิชา/หน่วยงาน -
- 2) บูรณาการกับสาขาวิชา ได้แก่ สาขาวิชาอาหารและโภชนาการ สาขาวิชาออกแบบแฟชั่นผ้าและเครื่องแต่งกาย และสาขาวิชาการบริหารธุรกิจคหกรรมศาสตร์
- 3) องค์ความรู้ที่ต้องการบูรณาการข้ามศาสตร์ (ถ้ามี) ได้แก่ สังคมศาสตร์

11. กลุ่มเป้าหมาย

กลุ่มเป้าหมาย	จำนวน คน
11.1 บุคลากรกลุ่มเป้าหมาย ได้แก่90.....
1. บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์90.....
11.2 บุคลากรร่วมโครงการ10.....
- วิทยากร1.....
- คณะกรรมการดำเนินโครงการ9.....
- พนักงานขับรถ-.....
รวมทั้งสิ้น100.....

12. สถานที่จัดโครงการ

คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มทร.พระนคร กรุงเทพฯ และจังหวัดนครราชสีมา

13. ระยะเวลาดำเนินโครงการ

วันที่ดำเนินโครงการ ระหว่างวันที่ 9 – 11 มกราคม 2563

14. การดำเนินโครงการ

กิจกรรม	พ.ศ. 2562			พ.ศ. 2563								
	ไตรมาส 1			ไตรมาส 2			ไตรมาส 3			ไตรมาส 4		
	ต.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.
1. การวางแผนปฏิบัติงาน												
- จัดทำร่างรายละเอียดโครงการ												
- ขออนุมัติโครงการ												
2. การดำเนินงาน												
- การดำเนินโครงการ												
3. การติดตามและการประเมินผล												
- ประเมินผลโครงการ												
- จัดทำเล่มโครงการฉบับสมบูรณ์												

15. แผนการเบิกจ่ายงบประมาณ

แผนการเบิกจ่ายงบประมาณ	ด.ค.	พ.ย.	ธ.ค.	ม.ค.	ก.พ.	มี.ค.	เม.ษ.	พ.ค.	มิ.ย.	ก.ค.	ส.ค.	ก.ย.

(โปรดแนบแผนปฏิบัติการประจำปีหน้าที่ปรากฏชื่อโครงการด้วยเพื่อประกอบการอนุมัติดำเนินโครงการ)

16. รายละเอียดงบประมาณที่ใช้ในการจัดโครงการ

งบประมาณเงินรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 งบเงินรายได้อื่น จำนวน 300,000 บาท (สามแสนบาทถ้วน) เพื่อเป็นค่าใช้จ่าย โดยมีเจ้าหน้าที่การเงินของคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ตรวจสอบงบประมาณ ดังนี้

ค่าตอบแทน	รวม	3,600 บาท
ค่าตอบแทนวิทยากรภายนอก (1 คน x 3 ชั่วโมง x 1,200 บาท)		/3,600 บาท ✓
ค่าใช้จ่าย	รวม	272,200 บาท
ระยะที่ 1 (การอบรม)		
ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (100 คน x 1 มื้อ x 30 บาท)		/3,000 บาท ✓
(วิทยากร ผู้เข้าอบรม และคณะทำงาน)		
ระยะที่ 2 (การดูงาน)		
ค่าที่พัก (70 คน x 1 วัน x 900 บาท)		63,000 บาท X
ค่าอาหารเช้า (70 คน x 1 มื้อ x 70 บาท)		4,900 บาท X
ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม (70 คน x 4 มื้อ x 35 บาท)		9,800 บาท X
ค่าอาหารกลางวัน (70 คน x 2 มื้อ x 350 บาท)		49,000 บาท X
ค่าอาหารเย็น (70 คน x 1 มื้อ x 350 บาท)		24,500 บาท X
ค่าพาหนะปรับอากาศ เดินทางจากกรุงเทพฯ ถึง จังหวัดนครราชสีมา (ไป-กลับ)		
(เหมาจ่าย : 22,000 บาท x 2 คัน x 2 วัน)		88,000 บาท X
ค่าพาหนะรับจ้าง (ไป-กลับ)		X25,000 บาท X
ค่าของที่ระลึก		/5,000 บาท ✓
ค่าวัสดุ	รวม	24,200 บาท
ค่าวัสดุสำนักงาน		24,200 บาท X

รวมงบประมาณทั้งสิ้น 300,000 บาท

หมายเหตุ ขอถัวจ่ายค่าใช้จ่ายทุกรายการ โดยเบิกจ่ายจริงตามหลักเกณฑ์ที่กำหนด ไม่เกินงบประมาณที่ได้รับอนุมัติ

17. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ต้องสอดคล้องกับวัตถุประสงค์โครงการ)

1. ผลลัพธ์ขั้นปลาย (Ultimate Outcome)
 - บุคลากรมีประสิทธิภาพในการทำงานเพิ่มมากยิ่งขึ้น
2. ผลลัพธ์ (Outcome)
 - บุคลากรนำความรู้ไปใช้ประโยชน์กับการทำงาน
3. ผลผลิตของโครงการ (Output)
 - ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ

A

18. การประเมินผลโครงการ (ระบุผลการดำเนินโครงการ ตอบสนองดัชนีชี้วัดและค่าเป้าหมายข้อใด)

18.1 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามแผนยุทธศาสตร์การพัฒนามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ระยะ 15 ปี (พ.ศ. 2560 - 2574)

5.1.1 ระดับความพึงพอใจของบุคลากรที่ได้รับการส่งเสริมการทำงานและการพัฒนาตนเองอย่างเป็นระบบ

18.2 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามแผนพัฒนามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ฉบับที่ 12 (พ.ศ. 2560 - 2564)

5.1.1.1 ร้อยละของบุคลากรที่มีการพัฒนาด้านอาชีพ

18.3 สอดคล้องกับดัชนีชี้วัดความสำเร็จของโครงการ

ระดับความพึงพอใจของบุคลากรที่เข้าร่วมโครงการ

18.4 ผลผลิต : ผลงานการให้บริการวิชาการให้ดำเนินการตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามยุทธศาสตร์การจัดสรรงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.....ดังนี้

ดัชนีชี้วัด		ค่าเป้าหมาย	
		หน่วยนับ	จำนวน
ผลลัพธ์	1. ผู้เข้ารับบริการนำความรู้ไปใช้ประโยชน์	ร้อยละ	86
	2. ความพึงพอใจของผู้รับบริการวิชาการและวิชาชีพต่อประโยชน์จากการบริการวิชาการ	ร้อยละ	85
	3. โครงการบริการวิชาการที่ส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> สามารถส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> ไม่สามารถส่งเสริมศักยภาพในการแข่งขันของประเทศในเวลา 1 ปี	ร้อยละ	15
ผลผลิต	1. ความพึงพอใจของผู้รับบริการในกระบวนการให้บริการ	ร้อยละ	90
	2. งานบริการวิชาการแล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด	ร้อยละ	95

18.5 ผลผลิต:ผลงานทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมให้ดำเนินการตามดัชนีชี้วัดความสำเร็จตามยุทธศาสตร์
การจัดสรรงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ดังนี้

ดัชนีชี้วัด		ค่าเป้าหมาย	
		หน่วยนับ	จำนวน
ผลลัพธ์	1. จำนวนโครงการ / กิจกรรมที่มีการเผยแพร่ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม <input type="checkbox"/> มีการเผยแพร่ <input type="checkbox"/> ไม่มีการเผยแพร่	ร้อยละ	85
	2. ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการต่อประโยชน์ของการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม	ร้อยละ	90
	3. จำนวนโครงการ / กิจกรรม ที่มีการเผยแพร่ด้านทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรมภายในระยะเวลา 1 ปี <input type="checkbox"/> มีการเผยแพร่ <input type="checkbox"/> ไม่มีการเผยแพร่	ร้อยละ	85
ผลผลิต	1. โครงการที่บรรลุผลตามวัตถุประสงค์ของโครงการ	ร้อยละ	90
	2. โครงการ / กิจกรรมที่แล้วเสร็จตามระยะเวลาที่กำหนด	ร้อยละ	96

หมายเหตุ โปรดส่งรายงานผลฉบับสมบูรณ์ภายใน 30 วัน นับจากวันที่ดำเนินโครงการแล้วเสร็จ

19. ข้อมูลผู้ประสานงานโครงการ

ชื่อ - สกุล นางสาวกฤษณา หนองปรือ ตำแหน่ง บุคลากรปฏิบัติการ

เบอร์โทรศัพท์ที่ทำงาน 02-6653888 ต่อ 5220 โทรศัพท์มือถือ 0935635598

E-mail address kris_131904@hotmail.com

ลงชื่อ ผู้เสนอโครงการ

(นางสาวรุ่งฤทัย รำพึงจิต)

วันที่ 3 ธันวาคม 2562

ลงชื่อ หัวหน้าหน่วยงาน

(นางปิยะธิดา สีหะวัฒนกุล)

วันที่ 4 ธันวาคม 2562



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร โทร. ๐ ๒๖๖๕ ๓๗๗๗ ต่อ ๕๒๒๐

ที่ กบ. ๒๗๐ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๓ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขออนุมัติดำเนินงานโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ตามที่งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร ได้รับอนุมัติโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ ซึ่งการดำเนินงานของโครงการแบ่งเป็น ๒ ระยะ คือ ระยะที่ ๑ อบรมเชิงปฏิบัติการ ในวันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น ๔ อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓ ณ จังหวัดนครราชสีมา นั้น

ในการนี้ เพื่อให้การดำเนินงานของโครงการดังกล่าว เป็นไปด้วยความเรียบร้อย งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร ขออนุมัติ ดังนี้

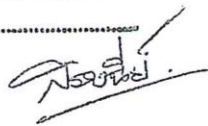
- อนุมัติรายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการ
ระยะที่ ๑ บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ จำนวน ๑๐๐ คน
ระยะที่ ๒ บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ จำนวน ๗๐ คน
- อนุมัติจัดจ้างทำอาหารว่างและเครื่องดื่ม จำนวน ๑๐๐ ที่ ๆ ละ ๓๐ บาท เป็นเงิน ๓,๐๐๐ บาท (สามพันบาทถ้วน)
- อนุมัติจัดซื้อวัสดุและของที่ระลึก
- หากพิจารณาอนุมัติ ข้อ ๑, ๒ และ ๓ โปรดมอบงานพัสดุดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป
- พิจารณารักษาราชการแทนคณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓

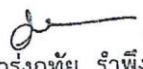
จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา


(นางสาวกฤษณา หนองปรือ)
บุคลากรปฏิบัติการ

เรียน รองคณบดีฝ่ายบริหาร
เพื่อโปรดเสนอกลบบลิตคณะ ทคศ.
เพื่อ ทราบ ลงนาม
 อนุมัติ พิจารณาสั่งการ
 เห็นควร.....

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
เพื่อโปรดพิจารณา


(นางสาวสรรัชชีย์ เต็มเปี่ยม)
หัวหน้างานบริหารงานบุคคล
23 ธ.ค. 2562


(นางสาวรุ่งฤทัย ไร่พิงจิต)
รองคณบดีฝ่ายบริหาร
24 ธ.ค. 2562

เรียน คุณวดี

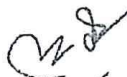
ใบรณนิจสงฆ อำนวยคดี ๗๖ ๑-๓๓ ๕๕๗

สงฆ ๑๖๖๖ ฝน , นช.คุณวดี (อ.ธนาภน)

นิจสงฆคำเป็นนท แลไปรณนิจสงฆ ผู้รักษา

รักษนทแทนในศนแน่ง คุณวดี ทขว่ว

วันที่ ๑๐-๑๑ มค ๒๕๖๓


๒๕๖๓.๑.๑๖

อนุมัติ + มอบตั้งเสนอ

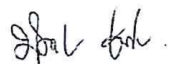
พณ. ขอบคณนต ฝนฝนคณนตคณนตคณนต
จักษนทคณนตคณนต.



(นางปิยะธิตา สิริวัฒนกุล)
คณบดีคณะเทคโนโลยีคณนตคณนตคณนต
๒๕ ธ.ค. ๖๓

ทราบ

ทราบ



๑ ม.ค ๖๓



๗ ม.ค ๖๓

รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๑ อบรมเชิงปฏิบัติการ ในวันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓

ณ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓

ณ จังหวัดนครราชสีมา

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	หมายเหตุ
๑	นางปิยะธิดา สีหะวัฒนกุล	
๒	ผศ.ดร.ชญาภัทร์ กี่อาริโอ	
๓	น.ส.รุ่งฤทัย ราพิงจิต	
๔	นายณพพร สกุลยืนยงสุข	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๕	น.ส.นือร ดาวเจริญพร	
๖	ผศ. เขาวลิต อุปรุก	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๗	นางจินตนา วรเจริญศรี	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๘	ดร.ธนภพ โสทรโยม	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๙	น.ส.มัลลิกา จงจิตต์	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๑๐	น.ส.ประพาฬภรณ์ อีรมงคล	
๑๑	น.ส.รติமாகานต์ ห้วยหงษ์ทอง	
๑๒	น.ส.อชชา หัตยานานนท์	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๑๓	น.ส.ไตรธิกา พิชิตเดช	
๑๔	นายศักรินทร์ หงส์รัตนาวรกิจ	
๑๕	ดร.น้อมจิตต์ สุธิบุตร	
๑๖	ผศ.ดรุณี โอวจริยาพิทักษ์	
๑๗	ผศ.ดร.ธนพรรณ บุนยรัตกลิน	
๑๘	ผศ.เสาวลักษณ์ คงคาฉุยฉาย	
๑๙	ผศ.มานิตย์ แก้ววงษ์ศิริ	
๒๐	รศ.สุนีย์ สหัสโพธิ์	
๒๑	ผศ.พจนีย์ บุญนา	
๒๒	ผศ.อภิรติ โสฬศ	
๒๓	ผศ.อภิญา มานะโรจน์	
๒๔	น.ส.กฤตพร ชูเส็ง	
๒๕	นายสุรียา เทพิน	
๒๖	น.ส.สุวดี ประดับ	
๒๗	น.ส.สุกัญญา จันทกุล	
๒๘	ดร.เกศทิพย์ กรี่เงิน	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๒๙	ผศ.ศรัทธา แข่งเพ็ญแข	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๓๐	น.ส.สรรชนีย์ เต็มเปี่ยม	
๓๑	น.ส.ณัฐชยา เปี้ยแก้ว	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)

รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๑ อบรมเชิงปฏิบัติการ ในวันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓

ณ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓

ณ จังหวัดนครราชสีมา

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	หมายเหตุ
๓๒	ดร.สุชีรา ผ่องใส	
๓๓	น.ส.ปรศนีย์ ทับใบแย้ม	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๓๔	ดร.ศุภศิษร มาแสวง	
๓๕	ว่าที่ ร.ต.เชม อภิกัทรโวดม	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๓๖	น.ส.สมปรารถนา สุขสละ	
๓๗	น.ส.เปรมระพี อูยามาวิริหิรัญ	
๓๘	น.ส.ฉัตรยา งามเลิศ	
๓๙	น.ส.วรลักษณ์ ป้อมน้อย	
๔๐	น.ส.สุธิดา กิจจาวรเสถียร	
๔๑	นายเกษา ลาวงษา	
๔๒	น.ส.สุมภา เทิดขวัญชัย	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๔๓	น.ส.บุญยุนุช ภูระหงษ์	
๔๔	น.ส.ดวงรัตน์ แซ่ตั้ง	
๔๕	น.ส.วรรณ ป้อมเย็น	
๔๖	น.ส.กัญญานัส แก้วรักษา	
๔๗	น.ส.นิชกานต์ กลับดี	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๔๘	นายศิวกร ตลับนาค	
๔๙	นายขจร อิศราสุชีพ	
๕๐	น.ส.จิราภรณ์ แพรวพราย	
๕๑	น.ส.ปุณิกา สุระตม	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๕๒	นางปาริฉัตร เรืองจิว	
๕๓	นายอัศม์เดชเดชา ปานท่าไข่	
๕๔	น.ส.จินตนา ดิสสานนท์	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๕๕	น.ส.กฤษณา หนองปรือ	
๕๖	น.ส.ญาณิฐา ตริสงฆ์	
๕๗	น.ส.อองาม เปรมสุข	
๕๘	น.ส.วิไล สุทธิจิตรทิวา	
๕๙	น.ส.ชนัญชิตา สุจิตจุล	
๖๐	น.ส.ยุภาวดี กิจทวีพัฒน์	
๖๑	น.ส.มะยม นิสัยตรง	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๖๒	น.ส.อัมพวัน ยันเสน	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)

รายชื่อผู้เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๑ อบรมเชิงปฏิบัติการ ในวันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓

ณ คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓

ณ จังหวัดนครราชสีมา

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	หมายเหตุ
๖๓	น.ส.ชนิษฐา พิพัฒน์นอก	
๖๔	น.ส.ศิวาพร ปานศรีนวล	
๖๕	น.ส.ภิญญาพร เตชะวรวิทยาการ	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๖๖	น.ส.พจนา นาควัชร	
๖๗	นายประสิทธิ์ ดีไต้	
๖๘	นายศุภสิทธิ์ วราศิลป์	
๖๙	น.ส.เกศินี แซ่อึ้ง	
๗๐	น.ส.สุรดา อัครชุนท์	
๗๑	น.ส.พรพรรณ ทับทิม	
๗๒	น.ส.ฉวีวรรณ เสวกฉิม	
๗๓	น.ส.จรัสพรรณ มิ่งโพธิ์เตี้ย	
๗๔	น.ส.กัลยาพร อึ้งเจริญ	
๗๕	นางสาววิภาวรรณ แจ่มจำรัส	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๗๖	น.ส.สาวินี เพียรชำนาญ	
๗๗	น.ส.ธนาเรีย เทพสถิตย์ศิลป์	
๗๘	น.ส.พิรดาวลี เบ็ญอาหลี	
๗๙	น.ส.ภัทธีราภรณ์ อารีย์มิตร	
๘๐	น.ส.ปรมน ปัญญาไตรรัตน์	
๘๑	น.ส.พัชราภา หอมชื่น	ไม่เข้าร่วมระยะที่ ๒ (ศึกษาดูงาน)
๘๒	นายจักรพันธ์ ดีใจ	
๘๓	นางสุจิรา สอนบ่อแร่	
๘๔	นายกฤษฎา บุญชู	
๘๕	นายเลียน ภัคดี	
๘๖	นายรังสรรค์ สรรพนา	
๘๗	นายชยากร กองจินดา	
๘๘	นายบุญธรรม ทำนักรสุข	
๘๙	นายสมบูรณ์ มัญสา	
๙๐	นายสมพงษ์ จิตรกล้า	



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร โทร. ๐.๒๖๖๕.๓๗๗๗ ต่อ ๕๒๒๐

ที่ กบ. ๒๕๕ / ๒๕๖๒ วันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๒

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ตามที่คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ได้รับอนุมัติจัดสรรงบประมาณเงินรายได้ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ โครงการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ จำนวน ๓๐๐,๐๐๐.- บาท (สามแสนบาทถ้วน) โดยมีวัตถุประสงค์ของโครงการเพื่อฝึกอบรมให้ความรู้ศาสตร์ต่าง ๆ แก่บุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ และเพื่อนำบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ ศึกษาดูงานตามแหล่งเรียนรู้ด้านคหกรรมศาสตร์และศิลปวัฒนธรรม

ดังนั้น เพื่อให้การดำเนินงานของโครงการเป็นไปด้วยความเรียบร้อย มีประสิทธิภาพสัมฤทธิ์ผลตามวัตถุประสงค์ของโครงการ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร จึงได้จัดทำคำสั่งแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการฯ ดังเอกสารที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวกฤษณา หนองปรือ)
บุคลากรปฏิบัติการ

เรียน รองคณบดีฝ่ายบริหาร
เพื่อโปรดพิจารณาขอขยติคณะ ททท.
เพื่อ ทราบ ลงนาม
 อนุมัติ พิจารณาสั่งการ
 ส่งตรวจ.....

(นางสาวสรรชณีย์ เต็มเปี่ยม)
หัวหน้างานบริหารงานบุคคล

๙ ธ.ค. ๒๕๖๒

อนุมัติ + ลงนามแล้ว

(นางปิยะธิดา สีหะวัฒนกุล)
คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

- ๔ S.A. ๒๕๖๒

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
เพื่อโปรดพิจารณา

(นางสาวรุ่งฤทัย รำพึงจิต)
รองคณบดีฝ่ายบริหาร



คำสั่งคณะกรรมการเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร
ที่ ๒๙๙/ค/๒๕๖๒

เรื่อง แต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงานโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ตามที่ งานบริหารงานบุคคล ฝ่ายบริหาร ได้รับอนุมัติจัดสรรเงินงบประมาณเงินรายได้ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๓ โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ นั้น โดยมีการดำเนินงานของโครงการแบ่งเป็น ๒ ระยะ คือ ระยะที่ ๑ การอบรมเชิงปฏิบัติการ ในวันที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมโชติเวช ชั้น ๔ อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓ ณ จังหวัดนครราชสีมา เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขอแต่งตั้งคณะกรรมการดังต่อไปนี้

๑. คณะกรรมการอำนวยการ

๑.๑ นางปิยะธิดา	สีหะวัฒน์กุล	คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
๑.๒ นางสาวรุ่งฤทัย	รำพึงจิต	รองคณบดีฝ่ายบริหาร
✓ ๑.๓ นายนพพร	สกุลยืนยงสุข	รองคณบดีฝ่ายวางแผน
๑.๔ นางสาวนীর	ดาวเจริญพร	รองคณบดีฝ่ายวิชาการและวิจัย
✓ ๑.๕ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เชาวลิต	อุบลาก	รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา
✓ ๑.๖ นางจินตนา	วรเจริญศรี	หัวหน้าสำนักงานคณบดี
✓ ๑.๗ ดร.ธนภพ	โสทรโยม	ผู้ช่วยคณบดี
๑.๘ นางสาวประพาฬภรณ์	ธีรมงคล	ผู้ช่วยคณบดี
✓ ๑.๙ นางสาวมัลลิกา	จงจิตต์	ผู้ช่วยคณบดี
๑.๑๐ นางสาวรติมาภานต์	ห้วยหงษ์ทอง	ผู้ช่วยคณบดี

๒. คณะกรรมการดำเนินงาน

๒.๑ จัดทำโครงการและประสานงานโครงการ

นางสาวรุ่งฤทัย	รำพึงจิต
นางจินตนา	วรเจริญศรี
นางสาวสรรชนีย์	เต็มเปี่ยม
นางปาริฉัตร	เรืองจิว
นางสาวกฤษณา	หนองปรือ

๒.๒ จัดทำหนังสือเชิญวิทยากรและสถานที่ศึกษาดูงาน

นางสาวกฤษณา	หนองปรือ
-------------	----------

- ๒.๓ พิธีกร
นายอัศม์เดชเดชา ปานท่าไช้
- ๒.๔ ส่งรูป - เทียน และคำกล่าวพิธีเปิด - ปิด ให้ประธานและผู้กล่าวรายงาน
นางสาวศิวาพร ปานศรีนวล
นางสาวภิญญาพร เตชะวรวิทยาภรณ์
- ๒.๕ จัดเตรียมและส่งมอบของที่ระลึก
นางสาวกฤษณา หนองปรือ
- ๒.๖ บันทึกภาพและสื่อวีดิทัศน์
นางสาวชญชิตา สุจิตจูล
นายประสิทธิ์ ดีไต้
- ๒.๗ จัดทำเอกสารประกอบการอบรมและศึกษาดูงาน
นางสาวกฤษณา หนองปรือ
นางสาวศิวาพร ปานศรีนวล
- ๒.๘ รับลงทะเบียนและแจกเอกสาร
นางปาริฉัตร เรื่องงิ้ว
นางสาวกฤษณา หนองปรือ
นางสาวนฤมล ดีละม้าย
นางสาวศิวาพร ปานศรีนวล
นางสาวภิญญาพร เตชะวรวิทยาภรณ์
นางสาวผการัตน์ หุ่นช่างทอง
- ๒.๙ เจ้าหน้าที่การเงินและบัญชี
นางสาวปุณิกา สุระดม
นางสาวจิราภรณ์ แพรวพราย
นางสาวยุภาวดี กิจทวีพัฒน์
นางสาวเกศินี แซ่อึ้ง
นางสาวพัชราภา หอมชื่น
- ๒.๑๐ กรรมการจัดซื้อ/จัดจ้าง
นางสาวสรุชนีย์ เต็มเปี่ยม
นางสาวกฤษณา หนองปรือ
นางสาวชนิษฐา พิพ่วนนอก
- ๒.๑๑ กรรมการตรวจรับพัสดุ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์พจน์ีย์ บุญนา
นายศักรินทร์ หงส์รัตนาวรกิจ
นางปาริฉัตร เรื่องงิ้ว

- ๒.๑๒ ประสานงานและอำนวยความสะดวกประจำรถ บัส ๑
นางสาวสรชนีชัย เต็มเปี่ยม
- ๒.๑๓ ประสานงานและอำนวยความสะดวกประจำรถ บัส ๒
นางสาวกฤษณา หนองปรือ
- ๒.๑๔ ดูแลอาหารว่างและเครื่องดื่ม
✓นางสาวนันทวัน ชมโฉม
นางสาวบุญยงษ์ ภูระหงษ์
นางสุจิรา สวนบ่อแร่
✓นางสาวอนุลักษณ์ ล้านทอง
- ๒.๑๕ ดูแลยานพาหนะ และพนักงานขับรถ
นางสาวศิวาพร ปานศรีนวล
นางสาวภิญญาพร เศษวรรวิทยากร
✓นายสมบุรณ์ มัญสา
- ๒.๑๖ จัดเตรียมห้องประชุมโซติเวซ อาคารเรียนปัญญา พร้อมอุปกรณ์โสตฯ
✓นายฐิติ โฟพี
นายกฤษฎา บุญชู
นายเลียน ภัคดี
นายรังสรรค์ สรรพนา
นายชยากร กองจันดา
✓นายสมหมาย เจ๊ะหมัด
✓นายสายชล รุ่งโรจน์
✓นายวันชาติ ปรางโพธิอ่อน
✓นางสาวอังสนา อนุชานันท์
✓นางสาววิภาวรรณ แจ่มจำรัส
- ๒.๑๗ ประเมินผลโครงการและรายงานผลการดำเนินงานโครงการรูปแบบฉบับสมบูรณ์
นางสาวสรชนีชัย เต็มเปี่ยม
นางสาวกฤษณา หนองปรือ

ทั้งนี้ ตั้งแต่ วันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๒

คำสั่ง ณ วันที่ ๕ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๒



(นางปิยะธิดา สีหะวัฒนกุล)
คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ตารางการอบรมเชิงปฏิบัติการ โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีการเกษตรสู่ความเป็นเลิศทางด้านเกษตรศาสตร์

ระยะที่ ๑ วันพฤหัสบดี ที่ ๙ มกราคม ๒๕๖๓

ณ ห้องประชุมโซติเวซ ชั้น ๔ อาคารเรือนปัญญา คณะเทคโนโลยีการเกษตร

วัน / เวลา	๐๘.๓๐ - ๐๘.๔๕ น.	๐๘.๔๕ - ๐๙.๐๐ น.	๐๙.๐๐ - ๑๒.๐๐ น.
๙ ม.ค. ๒๕๖๓	ลงทะเบียน	พิธีเปิด โดย คณบดีคณะเทคโนโลยีการเกษตร	อบรมเชิงปฏิบัติการ หัวข้อ "เปลี่ยนกิน เปลี่ยนชีวิต กับ ๓ อ." โดย อาจารย์ไกร มาศพิมล (นักโภชนาการ)

หมายเหตุ

- พักรับประทานอาหารว่างและเครื่องดื่ม เวลา ๑๐.๓๐ น.



งานบริหารงานบุคคล
 รับที่ ๐๐๖
 วันที่ ๑๕ ม.ค. ๖๓
 เวลา ๑๐.๐๖ ๑๐.

บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สาขาวิชาการบริหารธุรกิจคหกรรมศาสตร์ โทร. ๐ ๒๖๖๕ ๓๗๗๗ ต่อ ๕๑๕๑
 ที่ บค. ๒๒๕ / ๒๕๖๓ วันที่ ๑๔ มกราคม ๒๕๖๓

เรื่อง ขออนุมัติไม่เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์
 เป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์

ข้าพเจ้าผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิรติ โสพฤกษ์ อาจารย์ประจำสาขาวิชาการบริหารธุรกิจคหกรรมศาสตร์ ขออนุมัติไม่เข้าร่วมโครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์ เนื่องจาก สามีอาหารเป็นพิษต้องเข้ารับการรักษาพยาบาลเป็นคนที่ใน ณ โรงพยาบาลกรุงเทพ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ในวันที่ ๑๐ มกราคม ๒๕๖๓ ทำให้ไม่สามารถเข้าร่วมโครงการฯ ระยะที่ ๒ ศึกษาดูงาน ระหว่างวันที่ ๑๐ - ๑๑ มกราคม ๒๕๖๓ ณ จังหวัดนครราชสีมา ได้

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์อภิรติ โสพฤกษ์)
 อาจารย์ประจำสาขาวิชาการบริหารธุรกิจคหกรรมศาสตร์

เรียน รองคณบดีฝ่ายบริหาร

เพื่อโปรดเสนอคณะคณบดีคณะ ททค.

เพื่อ ทราบ ลงนาม
 อนุมัติ พิจารณาสั่งการ
 เห็นควร อนุมัติ ไม่เข้าร่วม

ตรงการระยะที่ ๒ ราย

ผศ.อภิรติ โสพฤกษ์

(นางสาวสรระชัย เต็มเปี่ยม)
 หัวหน้างานบริหารงานบุคคล

14 ม.ค. 25๖3

เรียน คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
 เพื่อโปรดพิจารณา

นางสาวรุ่งฤทัย ร้าพึงจิต)

รองคณบดีฝ่ายบริหาร

14 ม.ค. 2563

อนุมัติ

(นางปิยะธิดา สีหะวัตตนกุล)
 คณบดีคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์.

กำหนดการเดินทาง

โครงการการพัฒนาศักยภาพบุคลากรคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์สู่ความเป็นเลิศทางด้านคหกรรมศาสตร์

ระหว่างวันที่ 10 – 11 มกราคม 2563

ณ จังหวัดนครราชสีมา

วันศุกร์ที่ 10 มกราคม 2563 (เส้นทาง กรุงเทพฯ – จ.นครราชสีมา)

เวลา 07.00 น. ออกเดินทางโดยรถบัสปรับอากาศจากคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์
รับประทานอาหารเช้าบนรถ (มื้อที่ 1)

เวลา 10.30 น. ศึกษาดูงานด้านศิลปวัฒนธรรม ณ วัดหน้าพระธาตุ หรือวัดตะคุ อ.ปักธงชัย จ.นครราชสีมา
เป็นวัดเก่าแก่ของชาวปักธงชัย สร้างขึ้นในปี พ.ศ. 2330 หรือในช่วงรัชกาลพระบาทสมเด็จพระพุทธยอดฟ้าจุฬาโลก วัดมีความโดดเด่นด้วยงานจิตรกรรมฝาผนังที่เก่าแก่ และ
โบราณสถานยังมีสภาพค่อนข้างสมบูรณ์

เวลา 11.00 น. ศึกษาดูงานการทำเส้นหมี่ตะคุ เมืองโคราช ณ ห้างหุ้นส่วนจำกัด แม่ตุ้ย หมี่ตะคุ อ.ปักธงชัย
จ.นครราชสีมา ซึ่งหมี่ตะคุเป็นอาหารพื้นบ้านที่รู้จักกันอย่างกว้างขวางด้วยการนำเครื่องจักร
มาใช้ในการผลิต พัฒนาต่อยอดโดยการนำมาแปรรูปเป็นหมี่ตะคุกึ่งสำเร็จรูป และกลายเป็น
สินค้าของฝากเด่นประจำท้องถิ่น

เวลา 12.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน ณ ร้าน..... (มื้อที่ 2)

เวลา 14.00 น. ศึกษาดูงานผ้าไหมไทยลายบาติก ณ คลญา บาติก อ.ปักธงชัย จ.นครราชสีมา เป็นการนำผ้า
ไหม 100 % มาวาดลวดลายบาติก โดยเน้นการออกแบบลวดลายและลงสีให้สะท้อน
เอกลักษณ์วิถีชีวิตตามแบบฉบับคนอีสาน ภายใต้แบรนด์ชื่อ “คลญา” ตัดเย็บเป็นสินค้า 5
ประเภท ได้แก่ หมอนรองคอ ผ้าพันคอ ผ้าคลุมไหล่ หมอนอิง และกระเป๋าคล่องมือ
กลายเป็นผลิตภัณฑ์โอท็อป ระดับ 5 ดาว ด้วยแนวคิดเชิงนวัตกรรม ต่อยอดจากภูมิปัญญา
สร้างมูลค่าเพิ่มให้กับสินค้า

เวลา 17.00 น. เดินทางเข้าที่พัก ณ เดอบัว วิลเลจ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

เวลา 19.00 น. รับประทานอาหารค่ำในรูปแบบงานปาร์ตี้ ณ ห้องจัดเลี้ยงของที่พัก (มื้อที่ 3)

วันเสาร์ที่ 11 มกราคม 2563 (เส้นทาง จ.นครราชสีมา – กรุงเทพฯ)

เวลา 07.00 น. รับประทานอาหารเช้าแบบบุฟเฟต์ ณ ห้องอาหารของที่พัก (มื้อที่ 4)

เวลา 09.00 น. ศึกษาดูงานฟาร์มเห็ด (Mister Mushroom) ณ ฟาร์มเห็ด อ.วังน้ำเขียว จ.
นครราชสีมา เป็นโรงงานเพาะเห็ดแบบออร์แกนิก (Organic) ปลอดภัย พิษ ในรูปแบบ
อุตสาหกรรมที่มีขนาดใหญ่ที่สุดในภาคอีสาน จำหน่ายเห็ดสดและเห็ดแปรรูป รวมทั้ง
ผลิตภัณฑ์ทางการเกษตรอื่นๆ เช่น ผักสด

เวลา 10.30 น. ศึกษาดูงานเกษตรที่ครบวงจร มีทั้งสวนองุ่น โรงบ่มไวน์ พิพิธภัณฑ์เครื่องมือ เครื่องใช้ใน
การทำไวน์ ณ วิลเลจฟาร์ม แอนด์ ไวน์เนอรี่ อ.วังน้ำเขียว จ.นครราชสีมา

เวลา 11.30 น. รับประทานอาหารกลางวัน ณ ร้าน.....(มื้อที่ 5)

เวลา 13.30 น. ศึกษาดูงาน บ้านโรงคว่ำกาแพ ที่เอาผลผลิตกาแพจากบ้านไทยสามัคคีมาทำเป็นผลิตภัณฑ์
ต่าง ๆ เช่น เมล็ดกาแพคั่วบด แชมพูกาแพ ณ ชุมชนนวัตวิถี บ้านไทยสามัคคี

เวลา 14.30 น. เยี่ยมชม รักจังฟาร์ม ซึ่งเป็นร้านขายผลิตภัณฑ์จากเมล่อนเป็นหลัก เยี่ยมชมการปลูกเมล่อน
พันธุ์ต่างๆ ของบ้านไทยสามัคคี จ.นครราชสีมา

เวลา 15.00 น. เดินทางกลับกรุงเทพฯ

เวลา 18.30 น. เดินทางถึงคณะเทคโนโลยีคหกรรมศาสตร์ กรุงเทพฯ โดยสวัสดิภาพ
