

# เทคนิคการแพทย์กับ กิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ บุคลากรและนันทนาการ



## กิจกรรมเดือนธันวาคม

1. สุขพยาบาลเครือข่าย : การประหยัดพลังงาน เพื่อลดค่าใช้จ่ายของคณะ
2. บุคลากรร่วมพิธีเปิดงานกีฬาภายใน ประจำปีงบประมาณ 2554 “มหิดลเกมส์”
3. งานกีฬาสัมพันธ์ “วันส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่”
4. ยอดเงินบัญชี ศุภกรข่ายเครือข่าย คณะเทคนิคการแพทย์ (ชยะวีไซเคิล) ประจำเดือนธันวาคม 2553 รวมเป็นเงิน 2,110.50 บาท (สองพันหนึ่งร้อยสิบบาทห้าสิบบาทถ้วน)



**เดือนสุดท้ายของปีเสื้อ** น้ำที่ท่วมขังหลายฤดูฝนในหลายพื้นที่เริ่มลดลง.ยิ่งใ้พวกเราชาวเทคนิคการแพทย์ก็ขอเป็นกำลังใจให้คนไทยที่เดือดร้อนฝ่าฟันอุปสรรคในช่วงเวลานี้ด้วยความเข้มแข็ง โดยข้าราชการบุคลากรของเราได้ร่วมบริจาคสมทบทุนช่วยเหลือผู้ประสบภัยน้ำท่วมผ่านมูลนิธิราชประชานุเคราะห์ รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 25,850 (สองหมื่นห้าพันแปดร้อยห้าสิบบาทถ้วน) ขออนุโมทนาสาธุ มา ณ โอกาสนี้ด้วย

**อย่างเข้าสู่หน้าหนาว** (เป็นบางวัน) เมื่ออุณหภูมิลดลง ดูเหมือนหลายหน่วยงานรับรู้ได้เป็นอย่างดีว่าร่างกายคนก็ย่อมต้องการความอบอุ่น จึงจัดให้มีกิจกรรมเสริมสร้างความแข็งแรงให้กับร่างกายเพื่อที่จะสร้างภูมิคุ้มกันโรครับลมหนาวที่กำลังพัดผ่านผิวกายและหัวใจบาง ๆ ของหลาย ๆ คน ในช่วงเดือนธันวาคมนี้เรียกได้ว่าเป็นเดือนแห่งการศึกษาเลยทีเดียว **16 ธันวาคมของทุกปีเป็นวันกีฬาแห่งชาติ** ทุกภาคส่วนได้ร่วมจัดการแข่งขันกีฬา เพื่อนำไปสู่ความเป็นเลิศในแต่ละประเภทชนิดกีฬาทั้งในท้องถิ่น ระดับภูมิภาค ระดับชาติและระดับโลก แต่ในระดับองค์กรที่มีคนทำงานอยู่ การจัดการกีฬาที่เหมาะสมให้เข้ากับสภาพขององค์กรนั้น ๆ นับว่าเป็นสวัสดิการ และการเล็งเห็นประโยชน์ของการสร้างเสริมสุขภาพของคน ซึ่งจะถูกสายใยไปสู่การสร้างเสริมความสามัคคีได้อีกด้วย เช่นเดียวกัน ปีนี้ มหาวิทยาลัยมหิดล ได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยภายใน ประจำปีงบประมาณ 2554 เริ่มตั้งแต่วันที่ 17 ธันวาคม 2553 ถึง 2 มีนาคมปีหน้า ในวันเปิดการแข่งขันอย่างเป็นทางการ มีผู้บริหาร คณาจารย์ บุคลากรของเราออกมาแสดงพลังเดินขบวนพาเหรดร่วมกับส่วนงานอื่น ๆ ภายในมหาวิทยาลัย คาดเดาจากสายตานั้นจะไม่น้อยกว่า 40 คน ซึ่งต้องขอขอบคุณในความร่วมมือนอกเหนือจากกีฬาและส่วนงานภายในของคณะฯ ของเราเป็นอย่างดี เห็นไหมล่ะว่า **การแสดงสปิริตของบุคลากรเราในงานกีฬานี้ครั้งนี้ ตอบเจ้ทว่านอกจากกีฬาจะสร้างสุขภาพที่ดีแล้ว กิจกรรมกีฬายังสามารถสร้างความสามัคคีในหมู่คณะฯ เพียงแต่มีสปิริตแค่นี้ก็ชนะใจยิ่งกว่าได้เหรียญทอง.ฯอีก.**

คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยมหิดล  
ขอเชิญบุคลากร และผู้สนใจทุกท่าน เข้าร่วมกิจกรรม  
**สุขบ้าง คลายเครียด**

เพื่อรับฟังแนวทางการประหยัดพลังงาน  
เรื่อง และแลกเปลี่ยนเรียนรู้ ในเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้

**“การประหยัดพลังงาน  
เพื่อลดค่าใช้จ่ายของคณะฯ”**

โดย... คุณชนพัทธน์ นพโสภณ (พี่ตุ้ย) และทีมงานหน่วยซ่อมบำรุง

พบกับวันพุธที่ 8 ธันวาคม 2553  
เวลา 13.00-16.00 น. ณ ห้องประชุม 317 ชั้น 3  
อาคารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการแพทย์ ศาลายา



ก่อนบอกลากันวันสิ้นปี กับเรื่องเล่า HR ฉบับนี้ ขอนำเรื่องเล่าดี ๆ มาฝาก จากกิจกรรม "สุขบ้างคลายเครียด" ที่มานั่งคุยกันเมื่อวันที่ 8 ธันวาคม 2553 ณ ห้อง 317 ชั้น 3 อาคารวิทย์ฯ (ศาลายา) ภายใต้หัวข้อเรื่อง **"การประหยัดพลังงานเพื่อลดค่าใช้จ่ายของคณะฯ"** ดูหัวข้อแล้วคงไม่น่าสนใจหากไม่มีเจแปนบุยุ มีบุคลากรหลายคน que เข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้ รู้สึกว่าอยากให้กิจกรรมนี้จัดอีกครั้งเพื่อให้คนเข้าร่วมมากกว่านี้ เนื่องจากเล็งเห็นว่า มีประโยชน์ เรียกได้ว่า ผู้ที่รู้สึกผิดหวังหรือเหนื่อยเมื่อตั้งใจในการเอาใจใส่และดูแลเกี่ยวกับปัญหาทั้งที่เกี่ยวกับเรื่องซ่อมบำรุงและคอมพิวเตอร์ ด้วยการแจ้งผ่านระบบอินเทอร์เน็ตของคณะฯ มีคำตอบทุกคำตอบและแนวทางการแก้ไขข้อสงสัยอย่างสร้างสรรค์หากทุกคนฟังกันและเข้าใจ

**"ทำไมแอร์วันจันทร์ถึงร้อนกว่าปกติ?"**

**"ติดโซฟาเซลล์ แล้วประหยัดได้จริงหรือ หรือว่าติดเอาหุรุ?"**

**"ทำไมแจ้งซ่อมผ่านระบบไม่ได้" ? "แจ้งซ่อมไปแล้วจะติดตามว่าได้ดำเนินการไปถึงไหน" ? และทำไมถึงไม่ได้ดังใจ?"**

**"รู้ไหมว่าระบบบำบัดน้ำเสียของคณะฯ เป็นต้นแบบของมหาวิทยาลัย" ? "ทำไมแอร์เย็นแต่ขึ้น 7"**

มีหลายคำตอบที่ได้จากพี่ตุ้ย หน่วยซ่อมบำรุง แล้วทำให้เข้าใจว่า ในการทำงานเพื่อให้บรรลุพันธกิจของคณะฯ ตามนโยบายนั้น มีบ้างที่ต้องขจัดใจบุคลากร / คนบางคน แต่อย่างน้อย ๆ กิจกรรมในครั้งนี้ทุกคนยอมรับเป็นเสียงเดียวกันว่า ไม่ว่าใครจะบ่นจะว่ากันอย่างไร เราทำด้วยความหวังดีอยากให้เกิดผลดี ลดค่าใช้จ่ายที่สิ้นเปลืองและไม่จำเป็น แต่ปัญหาคือเราสื่อสารกันไม่ตรงกัน เวทีนี้ เราฟังกันเราเลยเข้าใจกันมากขึ้น

ขอขอบคุณหน่วยซ่อมบำรุง และทีมงานทุกคน ที่มาร่วมแลกเปลี่ยน ขอขอบคุณหนุ่มไอที "คุณต๋อย" ที่เสียสละเวลา มาอธิบายเรื่องระบบการแจ้งซ่อม และรับฟังความเห็นเพื่อนำไปพัฒนาระบบให้พวกเราในคณะฯ ได้ใช้งานได้อย่างสะดวกสบายต่อไป

เราจะทยอยนำเคล็ดลับ ในการประหยัดพลังงานและลดค่าใช้จ่ายของคณะฯ มาเล่าสู่กันฟังเรื่อย ๆ ฉบับนี้คงพอแค่นี้ก่อนนะจ๊ะ



**เก็บตก : กิจกรรมส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่**

ต้องขอแสดงความยินดีกับบุคลากรดวงดีที่จับสลากได้ในงานส่งท้ายปี 53 ซึ่งดำเนินการโดยฝ่ายสวัสดิการฯ... งานนี้ มีคนแซวมาว่า อ.ปิ่นลงมือฉีกสลากด้วยมันใจ แต่รางวัลหลักกลับกลายเป็นของ อ.ยีนส์ที่ฝากให้อาจารย์ปิ่นจับแทน ฮ่าๆ

เรื่องดวงมันก็ยังวิเศษน่า... ยังไงปีหน้า HR ก็ขอให้บุคลากรทุกท่านทั้ง คณาจารย์ ข้าราชการ และพนักงานทุกคนมีความสุข มีสุขสดชื่น สมหวัง กับปีใหม่ออย่างถ้วนหน้าทุกตรา ราตรี เลยะละกัน.....



# ภาพส่งท้ายปีเก่าต้อนรับปีใหม่ กีฬาสัมพันธ์

## ทีมเล็กสั้น (สีฟ้า)



## ทีมยาวแดง (สีเหลือง)



ท่านสามารถรับชมภาพกิจกรรมส่งท้ายปีเก่า เพิ่มเติมได้ที่ [www.mt.mahidol.ac.th](http://www.mt.mahidol.ac.th)