

MAG

RMUTP

Rajamangala University of Technology Phra Nakhon

Boy & Girl
RMUTP
Freshmen



CONTENT

EDITOR'S TALK

ในปีนี้เป็นปีมหามงคลพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จเถลิงถวัลยราชสมบัติครบ 70 ปี 9 มิถุนายน 2559 และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ทรงเจริญพระชนมพรรษา 7 รอบ 12 สิงหาคม 2559 รัฐบาลจึงจัดกิจกรรมละครเวทีเฉลิมพระเกียรติ “เสียงแห่งความรักภักดี : Sounds of Love” จาก 9 สถาบันการศึกษา เราจึงไม่พลาดที่จะนำข่าวสารคดี แบบนี้มาฝากผู้อ่านทุกท่าน

นอกจากนี้เมื่อเร็วๆ นี้ทางมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ได้จัดการประกวด Freshy (เฟรชชี) ถือเป็นกิจกรรมที่สร้างสีสันให้กับมหาวิทยาลัยได้ไม่น้อย และเป็นอีกหนึ่งกิจกรรมที่ทำให้นักศึกษาชั้นปีที่1 ได้ผ่อนคลาย เนื่องจากการประกวดไม่ได้มีแต่บุคคลที่เข้าประกวดเท่านั้น ยังมีหน้าที่อื่นๆ ที่ให้น้องๆ นักศึกษาต้องช่วยกันทำ ไม่ว่าจะเป็นการจัดเวที เตรียมเสื้อผ้าหน้าผม การแสดงระหว่างการประกวด ซึ่งทำให้น้องๆ ได้สนิทกับเพื่อนในสาขา และคณะของตัวเองมากขึ้น ส่วนผู้เข้าประกวดเองก็จะมีควมกล้าแสดงออกที่สร้างสรรค์ ถือเป็นอีกหนึ่งแบบอย่างที่ดี สำหรับผู้ที่ได้รับเลือกเป็นเฟรชชี จะได้ปฏิบัติหน้าที่เป็นทูตศิลปวัฒนธรรม และทำหน้าที่เป็นตัวแทนในงานต่างๆ ดังนั้นจะมีแค่ความสวย ความหล่ออย่างเดียวคงไม่ได้ บุคลิกภาพและความสามารถยังเป็นสิ่งสำคัญ เราจึงไม่พลาดที่จะนำเจ้าของตำแหน่งครั้งนี้ Boy & Girl RMUTP FRESHMEN IMAGERY IN MY LIFE 2016 มาพูดคุยกัน สำหรับภายในนิตยสารเล่มนี้ยังนำเสนอสาระความรู้ดี เกี่ยวกับการดูแลตัวเองด้วยวิธีง่ายๆ

ทั้งนี้ทีมงานนิตยสาร RMUTP MAG ขอขอบคุณผู้อ่านทุกท่านที่คอยติดตามนิตยสารมาตลอดและหวังว่าจะติดตามกันต่อไปเรื่อยๆ นะคะ

ฉวีวรรณ มะโนปา

Editor



ORGANIZER

ที่ปรึกษา รองศาสตราจารย์สุภัทรา โกไศยกานนท์ อธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร, รองศาสตราจารย์วิมลพรรณ อากาศเวท รองอธิการบดีฝ่ายสื่อสารและภาพลักษณ์องค์กร **บรรณาธิการบริหาร** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ลักขณา จาตกานนท์ ผู้อำนวยการกองสื่อสารองค์กร **บรรณาธิการ** นางสาวฉวีวรรณ มะโนปา **กองบรรณาธิการ** นางสาวสมพิศ ไปเจอะ, นางสาวสุพรรณษา อั้นอ้อย, นางสาวศุภสิพร หวังชูชอบ, นางสาวมารศรี สรรพนา, นางสาวณิชชา กุลเดชะวณิช, นางสาวจุฑามาศ ฉัตรสุริยวงศ์, นางสาวลดาวัลย์ คำไพรินทร์, นางสาวสุดารัตน์ บุญญาอนุกุลกิจ, นายจรัญ มะลิสุ่น, นางสาวปภาภรณ์ ธนะเรืองสกุลไทย, นางสาวสุภัค มานะลักษณ์เจริญ **แต่งหน้า** ชนัตชญาณ์นันท์ รัตน์บุญทอง

399 กองสื่อสารองค์กร มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร

ถนนสามเสน แขวงวชิรพยาบาล เขตดุสิต กรุงเทพฯ 10300 โทรศัพท์ 0 2665 3777 โทรสาร 0 2282 9314

www.rmutp.ac.th E-mail: cci@rmutp.ac.th

จัดพิมพ์ที่ บริษัท วิชั่น พรีเมอส์ จำกัด โทร. 02-882-9981, 089-236-8956

RMUTP MAG

EDITOR'S TALK 02

UPDATE 03

UNDERCOVER 04

MY SPACE 06

GOSSIP 07





UPDATE
เรื่อง : ฉวีวรรณ มะโนปา
ภาพ : www.rmutp.ac.th

เพื่อซาบซึ้งในพระราชประวัติ พระราชกรณียกิจและพระปรีชาสามารถ ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวได้ ทรงปฏิบัติมาตลอดระยะเวลา 70 ปี



และนำมาสื่อสารเพื่อแสดง ให้เห็นถึงความจงรักภักดี สำนึก ในพระมหากรุณาธิคุณ ในรูปแบบของละครเวทีเพื่อ ให้เยาวชนและประชาชน ทั่วไปได้รับชม ทั้งนี้

มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล พระนครได้รับเลือกเป็นหนึ่งใน 9 สถาบัน ให้แสดงละครเวที ผู้สนใจสอบถาม รายละเอียดเพิ่มเติมหรือสำรองที่นั่งได้ที่ <http://soundsoflove.rmutp.ac.th> (ฟรีไม่เสียค่าใช้จ่าย), โทร 0-2665-3777 ต่อ 6320 และ 6508 ฝ่ายประสานงาน

Sounds of Love

เสียงแห่งความจงรักภักดี

ในปี 2559 เป็นปีมหามงคล ที่พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เสด็จ เถลิงถวัลยราชสมบัติครบ 70 ปี 9 มิถุนายน 2559 และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ ทรงเจริญพระชนมพรรษา 7 รอบ 12 สิงหาคม 2559 รัฐบาลจัดโครงการ เฉลิมพระเกียรติ “ปลูกไทย ...ในแบบพ่อ” น้อมนำพระบรมราโชวาทและหลักการ

ทรงงานของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เผยแพร่ให้ประชาชนรับรู้ในรูปแบบต่างๆ หนึ่งในนั้นคือละครเวทีเฉลิมพระเกียรติ “เสียงแห่งความจงรักภักดี : Sounds of Love”

การจัดงานในครั้งนี้ได้รับความร่วมมือจาก สถาบันระดับอุดมศึกษาทั้งของรัฐและเอกชน โดยสร้างกระบวนการเรียนรู้ให้นักศึกษา ที่เป็นเยาวชนของชาติได้ค้นคว้า เรียนรู้



ตารางการจัดการแสดงละครเวทีทั้ง 9 มหาวิทยาลัย

สถานที่	วัน	การแสดงละครเวที	มหาวิทยาลัย
1. มหาวิทยาลัยศิลปากร	การแสดงชุด “แรงบันดาลใจ... แรงบันดาลใจไทย”	วันที่ 15 ตุลาคม 2559 วันที่ 16 ตุลาคม 2559	หอประชุมมหาวิทยาลัยศิลปากร วังท่าพระ
2. มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา	การแสดงชุด “เสียงจากเยาวชนศิลปินเทิด ภูมิทร์ภูมิพล”	วันที่ 28 , 29 และ 30 ตุลาคม 2559	โรงละครคณะศิลปกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา
3. มหาวิทยาลัยกรุงเทพ	การแสดงชุด “แสงเทียน เดอะ มิวสิคัล”	วันที่ 24 , 25 และ 26 พฤศจิกายน 2559	Black Box Theatre มหาวิทยาลัยกรุงเทพ
4. มหาวิทยาลัยรังสิต	การแสดงชุด “Super Hero of The World”	วันที่ 13 , 14 และ 15 มกราคม 2560	ศาลาดนตรีสุริเยเทพ มหาวิทยาลัยรังสิต
5. มหาวิทยาลัยราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา	การแสดงชุด “เสียงของพ่อ”	วันที่ 18 , 19 และ 20 มกราคม 2560	หอประชุมใหญ่ มหาวิทยาลัยราชภัฏ บ้านสมเด็จเจ้าพระยา
6. มหาวิทยาลัยหอการค้าไทย	การแสดงชุด “ครอบครัว”	วันที่ 25 , 26 มกราคม 2560	หอประชุมใหญ่ ศูนย์วัฒนธรรม แห่งประเทศไทย
7. มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี	การแสดงชุด “ลูกสาวหัวหน้าวงโยธา”	วันที่ 1 , 2 และ 3 กุมภาพันธ์ 2560	อาคารหอประชุม ศูนย์ฝึกโรงแรม มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี
8. มหาวิทยาลัยเกษมบัณฑิต	การแสดงชุด “Simple Song...เสียงแห่ง ปวงประชา”	วันที่ 10 , 11 กุมภาพันธ์ 2560	หอประชุมเล็ก ศูนย์วัฒนธรรม แห่งประเทศไทย
9. มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลพระนคร	การแสดงชุด “เมล็ดพันธุ์เยาวชน ปลูกรัก ปลูกภักดี”	วันที่ 8 , 9 เมษายน 2560	หอประชุมมณฑลอาภา มหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคลพระนคร (ศูนย์พัฒนวิชาการพระนคร/นางเลิ้ง)

UNDERCOVER

ภาพ : จรรย์ มะลิสุน์/facebookBoom Siriwattana,
Nattakarn ruangjitman, กองพัฒนานักศึกษา

Boy & Girl RMUTP

Freshmen 2016



ยินดีต้อนรับน้องๆ นักศึกษาใหม่ ประจำปี 2559 เข้าสู่การเป็น เฟรชชี ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนครทุกคน ซึ่งเมื่อเร็วๆ นี้ทางมหาวิทยาลัย โดย กองพัฒนานักศึกษาได้มีการจัดการประกวด Boy & Girl RMUTP FRESHMEN IMAGERY IN MY LIFE 2016 เพื่อค้นหาหนุ่มหล่อ สาวสวยมากความสามารถเราจึงไม่พลาดที่จะพา น้องกิก “**ณัฐการณ์ เรื่องจิตต์มัน**” คณะบริหารธุรกิจ และ น้องบูม “**ระวีพรรณ ศิริวัฒนา**” คณะเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน ซึ่งเป็นเจ้าของตำแหน่งครั้งนี้ มาเผยเคล็ด (ไม่) ลับ ในการเตรียมตัว เป็นเฟรชชี และการก้าวให้ถึงความฝันในอนาคตให้เราฟังกัน

ความรู้สึกจากเด็กมัธยม เปลี่ยนมาเป็น นักศึกษาเป็นยังไงบ้าง

บูม : การใช้ชีวิตในรั้วมหาวิทยาลัย ต่างจากมัธยมเยอะมาก ทั้งเรื่องของการเรียน การใช้ชีวิต เพื่อน และที่สำคัญที่สุดคือการบริหารจัดการเวลาระหว่าง กิจกรรมกับการเรียน ซึ่งตัวบูมเองเป็นเด็ก กิจกรรมอยู่แล้ว หากวันไหนมีชั่วโมงเรียน ตรงกับการทำกิจกรรม เพื่อนๆ ในกลุ่ม จะช่วยเก็บใบงานไว้ให้ และเราจะคอยตามงานจากเพื่อนๆ ทุกครั้ง

กิก : การใช้ชีวิตช่วงมัธยมกับมหาวิทยาลัย ไม่ต่างกันมากครับ แต่ต้องแบ่งเวลาเรียน เวลาทำกิจกรรมและเวลาของการพักผ่อน ให้ถูกต้อง

เหตุผลที่กลายเป็นหนุ่ม คณะบริหารธุรกิจ สาขาคณะเทคโนโลยี สื่อสารมวลชน

บูม : มีความฝันตั้งแต่เด็กกว่าอยากเป็น พิธีกร พี่ที่สนิทกันจึงแนะนำให้มาเรียน ที่ราชวมงคลพระนคร ซึ่งเป็นสถาบันที่มี



ชื่อเสียง ในช่วงสอบรอบแอดมิชชัน จึงเลือกคณะเทคโนโลยีสื่อสารมวลชน เป็นที่แรก

กิจ : ส่วนตัวผมอยากเรียนด้านบริหารอยู่แล้ว จึงเลือกมาเรียนที่ คณะบริหารธุรกิจ ราชมงคพระนคร เพราะที่นี่ มีชื่อเสียงเรื่องบัญชีมาอย่างยาวนาน นอกจากนี้ยังมีการนำเทคโนโลยีมาปรับใช้ ให้เข้ากับการตลาดในปัจจุบัน



การแบ่งเวลาระหว่างการเรียนกับการทำกิจกรรม

บุม : เราควรให้ความสำคัญกับการเรียน และกิจกรรมควบคู่กัน ถ้าเอาแต่เรียน คงไม่ได้ประสบการณ์ชีวิตหรือทักษะที่หาไม่ได้ในห้องเรียน ดังนั้นบุมจะตั้งใจเรียน ในห้องเรียน และหลังเลิกเรียนมีเวลาว่าง ก็จะร่วมทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย

กิจ : ผมให้ความสำคัญกับการเรียนและกิจกรรม ไปด้วยควบคู่กัน หากช่วงไหนที่กิจกรรมเยอะ ก็จะคอยตามงานจากเพื่อนๆ และใช้วิธี อ่านหนังสือ หาข้อมูลในเรื่องที่เรียนจาก อินเทอร์เน็ต เพื่อความเข้าใจง่ายในเนื้อหา และช่วงสอบจะได้ไม่ต้องหัดใหม่ในการ อ่านหนังสือเพื่อเตรียมสอบอีกด้วย

เวลามีเรื่องเครียดๆ มีวิธีผ่อนคลาย ยังไงบ้าง

บุม : ร้องเพลงค่ะ เราชอบร้องเพลง ตั้งแต่เด็กๆ ตอนเรียนมัธยมทาง โรงเรียนมักจะส่งไปประกวดตาม เวทีต่างๆ และล่าสุดได้เข้าประกวดร้อง เพลงในรายการเดอะวอยซ์ เพราะฉะนั้น การได้ร้องเพลงหรือทำในสิ่งที่รัก



ถือเป็นการผ่อนคลายความเครียดเสมอ
กิจ : ดูหนัง ฟังเพลง และอ่านหนังสือ ตามร้านกาแฟ ซึ่งทำให้รู้สึกถึงความผ่อนคลายได้ดีครับ

ผลงานหลังจากรับตำแหน่ง

บุม / กิจ : หลังจากได้ตำแหน่งเรา ทั้งสองคนจะเป็นตัวแทนหรือกระบอกเสียง ในการประชาสัมพันธ์งานมหาวิทยาลัยต่างๆ และเป็นตัวแทนในการประกวด Miss Congeniality & Miss Jumbo Queen 2017 ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย เทคโนโลยีราชมงคแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 อย่างลิมเขียร์และร่วมเป็นกำลังใจ ให้เราทั้ง 2 คนด้วยนะ



เรื่อง/ภาพ : จุฑามาศ ฉัตรสุริยวงศ์
ที่มา : หนังสือพิมพ์โพสทูเดย์

ปัจจุบันคนในสังคมไทยมีการใช้ชีวิตเปลี่ยนไป ทั้งในแง่ของการเรียน ทำงาน จึงทำให้การใช้ชีวิตเป็นไปอย่างเร่งรีบ จนอาจทำให้เกิดความเครียด และมีผลต่อสุขภาพทำให้เกิดโรคต่างๆ ซึ่งเกิดจากการไม่ดูแลตัวเองให้ดี ซึ่งโรคเหล่านี้สามารถป้องกันเพียงปฏิบัติตาม 5 อ. ก็สามารถทำให้สุขภาพดีขึ้นอย่างแน่นอน

สุขภาพดีด้วย

5 อ.

1. อากาศ

อากาศบริสุทธิ์ทำให้
รู้สึกสดชื่น มีความสุข

2. อาหาร

รับประทานอาหาร
ให้ได้สัดส่วน
เพียงพอครบ 5 หมู่

5. อัจฉริยะ

หากตกค้างในร่างกาย
นานเกินไป จะทำให้
เกิดโรคร้ายไข้เจ็บ

4. ออกกำลังกาย

อย่างเหมาะสมและ
สม่ำเสมอ

3. อารมณ์

มองโลกในแง่บวก
อารมณ์มีผลต่อร่างกาย



Congratulations

วันแห่งรอยยิ้มและความสุข

เพิ่งผ่านพ้นไปกับความปลื้มปิติ ในความสำเร็จของเหล่าบัณฑิตป้ายแดง ทุกๆ คน ในพิธีพระราชทานปริญญาบัตร ของมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ประจำปีการศึกษา 2557 โดยได้รับพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อม จากพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวให้ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เสด็จพระราชดำเนิน ปฏิบัติพระราชกรณียกิจแทนพระองค์ ในการพระราชทานปริญญาบัตรแก่ผู้สำเร็จ การศึกษาจากมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคล ณ หอประชุมราชมงคล มหาวิทยาลัยเทคโนโลยี ราชมงคลธัญบุรี เมื่อเร็วๆ นี้

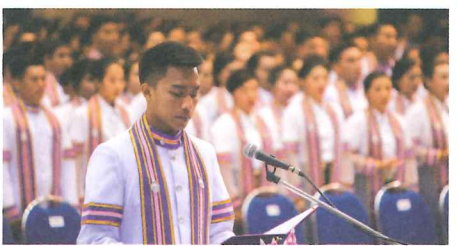
มหาบัณฑิต ประจำปีการศึกษา 2557 จำนวน 9 คณะ ประกอบด้วย คณะ ครุศาสตร์อุตสาหกรรม คณะเทคโนโลยี คหกรรมศาสตร์ คณะเทคโนโลยี สื่อสารมวลชน คณะบริหารธุรกิจ คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี คณะวิศวกรรมศาสตร์ คณะศิลปศาสตร์ คณะอุตสาหกรรมสิ่งทอและออกแบบ แฟชั่น คณะสถาปัตยกรรมศาสตร์และ

การออกแบบ รวมทั้งสิ้น 2,967 คน ซึ่งบรรยากาศภายในงานเต็มไปด้วย รอยยิ้มของเหล่าบัณฑิตและญาติพี่น้อง ที่มาร่วมแสดงความยินดีกันอย่างคับคั่ง

นิตยสาร RMUTP MAG ขอร่วมแสดงความยินดีแก่บัณฑิตของ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร ประจำปีการศึกษา 2557 ทุกท่าน



จิรารัตน์ ยุคแพน บัณฑิต วัย 76 ปี



ในปีนี้มีผู้ทรงคุณวุฒิเข้ารับ พระราชทานปริญญาดุษฎีบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จำนวน 6 คน ปริญญามหาบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จำนวน 3 คน ปริญญาบัณฑิตกิตติมศักดิ์ จำนวน 1 คน นอกจากนี้ยังมีบัณฑิตและ

12th
anniversary
RMUTP

คิด(ส์) ดี ทำดี...เพื่อสังคม



12 ปี แห่งการสถาปนามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลพระนคร 18 - 20 มกราคม 2560

การจัดนิทรรศการทางวิชาการ / แนะนำหลักสูตร / รับสมัครนักศึกษาโควตาพิเศษ
การประกวด อาทิ หุ่นยนต์ หนังสือ IT Contest
การแข่งขันทักษะวิชาชีพ ฯลฯ
การแสดงผลงานวิจัย / การอบรมวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้น ฯลฯ
มอบรางวัล เด็กดี...เพื่อสังคมไทย / ชุมจำหน่ายสินค้าราคาถูก

ณ ศูนย์พัฒนวิชาการพระนคร



ข้อมูลเพิ่มเติม

กองสื่อสารองค์กร 02-665-3777 ต่อ 6022 , 061 419 8189 www.rmutp.ac.th Line ID : @rmutp