



ISSN 1685-5094

สารสนเทศศูนย์วิทยบริการ มหาวิทยาลัยคริสเตียน
Information of Learning Resource Center,
Christian University of Thailand



ปีที่ 4 ฉบับที่ 27 กุมภาพันธ์ 2549

ข่าวแจ้งเตือน

บัตรประจำตัวนักศึกษา ใช้เป็นบัตรสมาชิกของห้องสมุด เพื่อใช้บริการต่าง ๆ และจะใช้ได้เฉพาะผู้ที่เป็นเจ้าของบัตรเท่านั้น หากบัตรประจำตัวนักศึกษาสูญหาย กรุณาติดต่อขอทำบัตรใหม่ที่กลุ่มงานทะเบียน สำนักบริการการศึกษา

สารสนเทศห้องสมุด จักทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์

- 1.) เพื่อเผยแพร่ข่าวสารที่เกี่ยวข้องกับทรัพยากรสารสนเทศ และการให้บริการ
- 2.) เพื่ออำนวยความสะดวกให้ผู้ใช้บริการสามารถสืบค้น หรือเข้าถึงข้อมูลวิชาการต่างๆ ที่ศูนย์วิทยบริการ ได้อย่างรวดเร็ว และมีความถูกต้องมากที่สุด
- 3.) เพื่อนำเสนอทรัพยากรสารสนเทศประเภทต่างๆ ให้เป็นที่รู้จักและถูกนำไปใช้ประโยชน์อย่างเต็มที่

ดำเนินการผลิตและเผยแพร่โดย
งานบริการ ศูนย์วิทยบริการ มหาวิทยาลัยคริสเตียน

ข่าวบริการ

การตรวจสอบการยืมและค่าปรับ

ศูนย์วิทยบริการ ขอความร่วมมือผู้ใช้บริการทุกท่านโปรดตรวจสอบการยืมหนังสือและค่าปรับของท่านอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งสามารถตรวจสอบได้หลายวิธีการ ได้แก่

- 1) ตรวจสอบด้วยตนเองจากเว็บไซต์ของศูนย์วิทยบริการที่ไอคอน “ OPAC ” หรือ “ บริการสำหรับสมาชิก ”
- 2) ตรวจสอบด้วยตนเองจากคอมพิวเตอร์สืบค้น “ OPAC ” ภายในศูนย์วิทยบริการ
- 3) ตรวจสอบด้วยตนเองที่บอร์ดด้านหน้าของศูนย์วิทยบริการ (สำหรับนักศึกษา)
- 4) ตรวจสอบจากอีเมลใน EMIS ในส่วนของคณะวิชา (สำหรับอาจารย์)

แต่อย่างไรก็ตามขอให้สมาชิกทุกท่านให้ความสำคัญกับการตรวจสอบการยืมหนังสือและค่าปรับด้วย เพื่อป้องกันการถูกรับปรับกรณีเกินกำหนดส่ง (วันละ 5 บาท / เล่ม) และเพื่อให้มีการคืนหนังสือตามกำหนดจะได้มีการหมุนเวียนการใช้ทรัพยากรอย่างทั่วถึง

การใช้บริการอินเทอร์เน็ตและ Print ข้อมูล

สมาชิกที่จะใช้บริการอินเทอร์เน็ตภายในศูนย์วิทยบริการ ครั้งแรกจะต้องติดต่อเจ้าหน้าที่เพื่อลงทะเบียนขอใช้บริการอินเทอร์เน็ต ในแต่ละภาคการศึกษา หลังจากนั้นสามารถเข้าใช้บริการได้ทันทีที่เครื่องว่าง

การ Print ข้อมูล ผู้ใช้บริการต้องใช้คูปองสำหรับพิมพ์ข้อมูล โดยซื้อได้ที่เคาน์เตอร์บริการชั้น 1 ศูนย์วิทยบริการ หากจำนวนเงินหมดสมาชิกสามารถนำคูปองมาติดต่อขอเติมเงินได้

ความร่วมมือระหว่างห้องสมุด

ศูนย์วิทยบริการ มหาวิทยาลัยคริสเตียน ได้ประสานงานร่วมมือการใช้ห้องสมุดร่วมกัน ระหว่างห้องสมุด 6 สถาบัน ได้แก่ มหาวิทยาลัยคริสเตียน มหาวิทยาลัยสยาม มหาวิทยาลัยเอเชียอาคเนย์ วิทยาลัยทองสุข วิทยาลัยเทคโนโลยีธนบุรี วิทยาลัยแสงธรรม ซึ่งอาจารย์และนักศึกษาแต่ละสถาบันสามารถเข้าใช้บริการห้องสมุดทั้ง 6 แห่งได้ โดยการแสดงบัตรประจำตัวและไม่เสียค่าใช้จ่าย (ยกเว้นค่าบริการอื่น ๆ ตามที่แต่ละสถาบันกำหนด)

ขอเชิญชวนอาจารย์และนักศึกษาทุกท่าน ไปใช้บริการได้โดยสามารถติดต่อขอรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่
ศูนย์วิทยบริการ โทร. 3102-03

สารน่ารู้เพื่อสุขภาพ : ฟักทอง

เมล็ดฟักทองมีสารชื่อ คิวเคอร์บิติน (cucurbitine) มีฤทธิ์ฆ่าพยาธิตัวตืดได้ เตรียมได้จากเมล็ดฟักทอง ประมาณ 60 กรัม ทุบให้แตก ผสมกับน้ำตาล นม และน้ำเติมลงไปจนได้ประมาณ 500 มิลลิลิตร แบ่งรับประทาน 3 ครั้ง ห่างกันทุก 2 ชั่วโมง หลังจากให้ยาแล้วประมาณ 2 ชั่วโมงให้รับประทานยาระบายน้ำมันละหุ่ง 2 ช้อนโต๊ะ ส่วนเนื้อฟักทองมีแป้งและน้ำตาลประมาณ 25 เปอร์เซ็นต์ เส้นใย 1 เปอร์เซ็นต์ และมีวิตามินซีในปริมาณสูง นอกจากนี้ยังมีเบต้าแคโรทีนในปริมาณที่สูงมากเช่นกัน

ฟักทองเป็นพืชตระกูลมะระ จัดเป็นไม้เถาขนาดใหญ่ เลื้อยตามดิน ยาว 5-12 เมตร เถา ก้านใบ แผ่นใบ ก้านดอก กลีบเลี้ยง และผลอ่อนมีขนยาว ใบเป็นใบเลี้ยงเดี่ยว เว้าเป็นหยัก ดอกเดี่ยว ดอกตัวผู้กับตัวเมีย แยกกันแต่อยู่ในเถาเดียวกัน ผิวผลเมื่อยังอ่อนออกสีเขียว เมื่อแก่จะเป็นสีเหลืองสลับเหลือง ผิวขรุขระ เปลือกแข็ง เนื้อในสีเหลือง ใสเส้นใยสีเหลืองนิ่ม มีเมล็ดสีขาวแบน ๆ ติดอยู่จำนวนมาก

แนะนำส่วนผสมของน้ำฟักทอง

1. ฟักทองนึ่งสุก 1 ถ้วย
2. น้ำสะอาด 3 ถ้วย
3. น้ำตาลทราย 100 กรัมหรือน้ำเชื่อม 1 ถ้วยตวง
4. เกลือป่น



วิธีทำ

ปอกเปลือกฟักทอง นึ่งให้สุก ใส่เครื่องปั่นเติมน้ำ บดให้ละเอียด เทใส่ภาชนะนำไปตั้งไฟ เติมน้ำตาลทราย เกลือป่น ชิมรสตามใจชอบ กรองด้วยผ้าขาวบางใส่หม้อตั้งไฟพอเดือด ยกลง จะได้น้ำฟักทองสีเหลือง มีรสหวานมัน เทใส่ขวด นำไปแช่เย็น เราจะได้น้ำฟักทองสีเหลืองน่ารับประทาน

คุณค่าทางโภชนาการ

เนื้อฟักทอง มีวิตามินเอสูงมาก มีฟอสฟอรัส แคลเซียม วิตามินซี แป้ง สารสีเหลืองและโปรตีน ใบอ่อน มีวิตามินเอสูงเท่ากับเนื้อฟักทอง มีแคลเซียมและฟอสฟอรัสสูงกว่าเนื้อดอก มีวิตามินเอ ธาตุแคลเซียมและฟอสฟอรัส มีวิตามินซีเล็กน้อย เมล็ด มีน้ำมัน แป้ง ฟอสฟอรัส โปรตีนและวิตามิน

สรรพคุณ

เมล็ด ขับพยาธิตัวตืด ขับปัสสาวะ และบำรุงร่างกาย ย ราก บำรุงร่างกาย แก้ไอ ถอนพิษของฝิ่น น้ำมันจากเมล็ด บำรุงประสาท เยื่อกลางผล พอกแก้ฟกช้ำ แก้ปวดอักเสบ



รอบรู้ ..รอบอ่าน



การเรียนรู้แบบออนไลน์ (E- Learning) : เป็นเอกสารหลักสูตรการประกันคุณภาพการศึกษาจัดทำเพื่อใช้ในโครงการหนึ่งอำเภอหนึ่งโรงเรียนชุดการเรียนรู้แบบออนไลน์ เป็นชุดที่ 6 ซึ่งมีประโยชน์ต่อการพัฒนาระบบการศึกษาในประเทศ โดยพระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ กำหนดให้การจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานเป็น 12 ปี โดยมีเจตนารมณ์ที่ให้ความสำคัญกับการพัฒนาคนให้สมบูรณ์เป็นองค์รวม โดยไม่ควรมีข้อจำกัดเรื่องผู้สอน วัน เวลา และสถานที่ สื่อทางอินเทอร์เน็ตนับว่าเป็นนวัตกรรมทางการศึกษาอีกหนึ่งทางเลือกที่จะมีบทบาทต่อชีวิตทำให้เกิดการพึ่งพาตนเองได้ เพราะผู้เรียนสามารถเรียนรู้ได้ตลอดเวลา เรียนรู้ได้ตลอดชีวิต ท่านสามารถหาอ่านได้จากหมวดหมู่ **LB 1028.5 d64 2548**



การประกันคุณภาพการศึกษา : เป็นเอกสารหลักสูตรการประกันคุณภาพการศึกษาจัดทำขึ้นเพื่อใช้ในโครงการหนึ่งอำเภอหนึ่งโรงเรียนในฝันชุดการเรียนรู้ด้วยตนเองชุดที่ 7 การประกันคุณภาพ (Quality Assurance : QA) เพื่อที่จะให้ความรู้ความเข้าใจต่อครู ผู้บริหาร และทุกคนที่เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษาเพื่อให้เกิด “วัฒนธรรมคุณภาพ” ในวงการศึกษ ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการจัดการศึกษาที่สอดคล้องกับ พ.ร.บ. การศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 หนังสือเล่มนี้อยู่หมวดหมู่ **LB 2349 ก64ร 2548**



ตลาดหุ้นในประเทศไทย : เขียนโดยศุภชัย ศรีสุชาติ ซึ่งหนังสือตลาดหุ้นในประเทศไทยเป็นหนังสือตลาดหลักทรัพย์แห่งประเทศไทยจัดทำขึ้นเพื่อเป็นการเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความสำคัญและบทบาทหน้าที่ของตลาดหุ้นไทยและตลาดหลักทรัพย์ การดำเนินงานของตลาดหลักทรัพย์ ในการเป็นศูนย์กลางการซื้อขายหลักทรัพย์ ตลอดจนบทบาทหน้าที่ของหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้นักเรียน นิสิต นักศึกษา ครู อาจารย์ ผู้ลงทุน และผู้สนใจทั่วไป สามารถใช้เป็นแหล่งข้อมูลเพื่อการศึกษา ค้นคว้าและใช้อ้างอิง หาอ่านได้จากหมวดหมู่ **HG 5750.55 L74 2547**