



ในเล่ม

สารจากประธานสภาคณาจารย์	2	DO หรือ Undo (กบข.)	5
อดีตอุดมศึกษา ล้มเหลวจริงหรือ	2	ภาพกิจกรรม	7
การออกกำลังกายอย่างง่ายรายชั่วโมง เพื่อสุขภาพ	3	บรรณาธิการแถลง	8



สารจากประธานสภาคณาจารย์

โดย ศ.คลินิก นพ.วิรุณ บุญนุช



เมื่อวันที่ 20-21 พฤศจิกายน 2557 ที่ผ่านมา ที่ประชุมประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.) จัดประชุมวิชาการ ปอมท. ประจำปี 2557 เรื่อง “อุดมศึกษา สร้างคน สร้างชาติ อดีต ปัจจุบัน อนาคต ภายใต้การปฏิรูปการศึกษา” ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง กรุงเทพฯ ซึ่งในการประชุมวิชาการ ปอมท. ครั้งนี้ ได้รับเกียรติจาก คุณศุภชัย ภู่งาม องคมนตรี เป็นประธาน พร้อมมอบรางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ ประจำปี 2557 จำนวน 5 ท่าน จาก 5 สาขา ได้แก่

- สาขาวิทยาศาสตร์เทคโนโลยี
 - ศาสตราจารย์ ดร.โสพิศ วงศ์คำ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- สาขาวิทยาศาสตร์สุขภาพ
 - ศาสตราจารย์ พญ.อรุณี เจตศรีสุภาพ มหาวิทยาลัยขอนแก่น
- สาขาสังคมศาสตร์
 - รองศาสตราจารย์ ดร.สุพรรณิ ไชยอำพร สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์
- สาขามนุษยศาสตร์และศิลปกรรมศาสตร์
 - ศาสตราจารย์ ดร.ชลดา เรืองรักษ์ลิขิต จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- สาขาวิชาชีพสังคม
 - อาจารย์ ดร.เดชรัต สุขกำเนิด มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

ผมในฐานะประธานที่ประชุมประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.) ขอแสดงความยินดีกับอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติ ทั้ง 5 ท่าน และขอขอบคุณ ท่านศุภชัย ภู่งาม องคมนตรี อธิการบดีมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี เลขาธิการคณะกรรมการอุดมศึกษา วิทยาการ ประธานสภาคณาจารย์ และพนักงานมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรีและทีมงาน ผู้เข้าร่วมประชุมวิชาการ คณะกรรมการจัดประชุมวิชาการ และผู้ที่มีส่วนร่วมในความสำเร็จของงานประชุมวิชาการประจำปี พ.ศ. 2557 ทุกท่าน มา ณ โอกาสนี้ครับ

อดีตอุดมศึกษา

ล้มเหลว จริงหรือ



โดย ศ.นพ.วิจารณ์ พานิช

ณ

อุดมศึกษาไทยประสบทั้งความสำเร็จและความล้มเหลว แต่ต่างด้านและต่างสถาบัน ส่วนที่ประสบความสำเร็จคือการทำให้อุดมศึกษาไทยอยู่ในสภาพที่เปิดกว้าง เป็นอุดมศึกษาสำหรับคนทุกคน ไม่ใช่อุดมศึกษาสำหรับคนเรียนเก่งเป็นเลิศเท่านั้น อย่างไรก็ตามในอดีต เวลานี้จำนวนที่เรียนระดับอุดมศึกษามีมากกว่าจำนวนผู้ต้องการเข้าเรียน

ส่วนที่ประสบความสำเร็จอีกอย่างหนึ่งคือศักยภาพของการจัดการศึกษาระดับบัณฑิตศึกษาที่มีมาตรฐานสากล โดยที่เมื่อ 20 ปีที่แล้ว เรายังไม่มีศักยภาพนี้

ส่วนที่ประสบความสำเร็จที่น่าภูมิใจ แต่ผู้คนมักไม่ตระหนักคือ เรามีมหาวิทยาลัยจำนวนหนึ่ง ที่ได้รับการยอมรับว่าติดอันดับโลก มหาวิทยาลัยไทยเหล่านี้ คุณภาพดีกว่ามหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ ในสหรัฐอเมริกาและยุโรป ดังตัวอย่าง มหาวิทยาลัยมหิดล ติดอันดับที่ 257 ของโลก และอันดับที่ 49 ของเอเชีย ใน QS Ranking 2014/15 หากคิดเฉพาะสาขา Science and Medicine อันดับที่ 117 ของโลก

ใน QS ranking 2014/15 นี้ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยมาเป็นอันดับ 1 ของไทย เป็นที่ 243 ของโลก และที่ 45 ของเอเชีย มหาวิทยาลัยไทยอื่น ๆ ที่ติดอันดับเอเชีย/โลก ได้แก่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น (104/501-550) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (135/651-700) และมหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ (150/601-650)

หากตรวจสอบแยกออกไปเป็นรายสาขา จะมีบางสาขาที่บางสถาบันของไทยติดอันดับสูงมาก เช่น ใน QS Ranking 2012 สาขา Agriculture & Forestry มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ติดอันดับที่ 48 สาขา Pharmacy & Pharmacology มหาวิทยาลัยมหิดล ติดอันดับที่ 49 สาขา Chemical Engineering จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ติดอันดับที่ 51-100

ใน URAP 2015-2015 (University Ranking by Academic Performance) ที่เพิ่งประกาศเมื่อ 12 พฤศจิกายน ใน 2,000 อันดับแรกของมหาวิทยาลัย

ในโลก มีมหาวิทยาลัยไทยติดอันดับถึง 17 แห่ง ได้แก่ มหาวิทยาลัยมหิดล จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยขอนแก่น วิทยาลัยแพทย์พระมงกุฎเกล้า มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี สถาบันเทคโนโลยีแห่งเอเชีย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบัง มหาวิทยาลัยนเรศวร มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาวิทยาลัยแม่ฟ้าหลวง มหาวิทยาลัยมหาสารคาม มหาวิทยาลัยศิลปากร

ส่วนที่ไม่ประสบความสำเร็จ คือ เรื่อง มาตรฐานคุณภาพ ยังมีบัณฑิตที่ไม่ได้คุณภาพจำนวน

มาก และคำว่าคุณภาพที่ยึดถือกันก็ยังไม่เหมาะสม ไม่มองสมรรถนะที่ครบถ้วน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสมรรถนะด้านคุณลักษณะ (character) ของความเป็นมนุษย์ ความเป็นคนดี และสมรรถนะของความเป็นคนสูงส่ง หรืออาจกล่าวรวม ๆ ว่า ยังไม่เข้มแข็งในด้านทักษะแห่งศตวรรษที่ 21 และมีตัวเลขบอกกว่าบัณฑิตปริญญาตรีที่ได้ออกงานใน 1 ปี มีเพียง 1 ใน 3

ส่วนที่ทำทายนมาก คือ อุดมศึกษาจะต้องเข้าไปมีส่วนสร้างสรรค์และพัฒนาส่วนต่าง ๆ ของชุมชน สังคม และประเทศชาติ ในลักษณะของ “พันธกิจมหาวิทยาลัยเพื่อสังคม” (University-Social Engagement) โดยการทำงานเป็นหุ้นส่วนของการพัฒนา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเป็นผู้นำสังคมในด้านคุณธรรมจริยธรรม



*บทคัดย่อ สำหรับการสานเสวนา เรื่อง “อดีตอุดมศึกษาล้มเหลวจริงหรือ” ในการประชุมวิชาการประจำปี 2557 ของ ปอมท. เรื่อง “อุดมศึกษาสร้างคน สร้างชาติ อดีต ปัจจุบัน อนาคต ภายใต้การปฏิรูปการศึกษา” 20 - 21 พฤศจิกายน 2557 ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง เสวนาวันที่ 20 พฤศจิกายน 2557 เวลา 10.15 - 11.30 น.

การออกกำลังกายอย่างง่ายรายชั่วโมง Sit/Stand Jogging เพื่อสุขภาพ

โดย ศ.เกียรติคุณ นพ.ยงยุทธ วัชรดุลย์



แนวความคิด-เหตุผล

โรคที่ไม่ติดต่อ เช่น โรคความดันโลหิตสูง เบาหวาน โรคจากอุบัติเหตุ ป้องกันได้ ถ้ามีพฤติกรรมที่เหมาะสมและหลีกเลี่ยง 9 ปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิด คือ การสูบบุหรี่ การดื่มเหล้า ความเครียด ความอ้วน นิสัยไม่ออกกำลังกาย นิสัยไม่ยอมกินผัก ไม่ตรวจความดันเลือด ไม่ตรวจหาโรคเบาหวาน มีความประมาท ปัจจัยเหล่านี้สามารถจะหลีกเลี่ยงโดยการระมัดระวังในการใช้ชีวิตให้พ้นปัจจัยเสี่ยง คือเปลี่ยนพฤติกรรมในชีวิตประจำวัน

การออกกำลังกายมีประโยชน์ช่วยลดปัจจัยเสี่ยงโดยตรงได้ 4 ปัจจัย คือ ลดความอ้วน ลดความเครียด ลดความดันโลหิต ได้ออกกำลังกายสม่ำเสมอ นอกจากนี้ยังช่วยลดปัจจัยอย่างอื่นที่เหลือทางอ้อมได้ ดังนั้นการออกกำลังกายจึงมีประโยชน์มากในการดำรงชีวิตประจำวัน การออกกำลังกายโดยทั่วไปมักต้องใช้ อุปกรณ์ ใช้เวลา ใช้สถานที่ ส่วนใหญ่ต้องทำเป็นหมู่คณะ เพื่อส่งเสริมให้มีการออกกำลังกายอย่างง่าย ปฏิบัติเป็นส่วนบุคคลได้และทำได้ทุกสถานที่ใช้เวลาสั้น และมีการขยับส่วนของร่างกายโดยใช้กล้ามเนื้อและการเคลื่อนไหวของข้อ จึงมีความจำเป็นสำหรับบุคคลทั่วไปที่มีเวลาน้อย ไม่มีสถานที่ออกกำลังกาย ไม่อยากเป็นภาระในการหาเครื่องแต่งกายและอุปกรณ์การออกกำลังกาย มีวิธีการออกกำลังกายที่สอดคล้องกับความต้องการของบุคคลเหล่านี้ โดยเฉพาะผู้ป่วยที่มีอาการปวดข้อหรือข้อเสื่อมไม่สามารถออกกำลังกายโดยใช้ขาลงน้ำหนักได้เต็มที่จึงจำเป็นต้องออกแบบการออกกำลังกายแบบใหม่ขึ้นเพื่อเสนอให้ใช้โดยทั่วไป เหมือนกับการวิ่งเหยาะ (Jogging)

ตามคำขวัญขององค์การอนามัยโลก ค.ศ. 2002 ที่ว่า Move for Health การออกกำลังกายจึงสนองคำขวัญโดยวิธีนี้คือการยกขาขึ้นลงในท่านั่ง ยืน (ขอยเท้า) เดิน (นับก้าว) หรือวิ่ง (นับก้าว) อยู่กับที่ นับต่อเนื่อง 1 ถึง 108 ทุกชั่วโมง จะทำให้มีสมาธิจากการนับ ควรทำให้ได้ทุกชั่วโมง ตั้งแต่ตื่นนอนจนเข้านอน เพื่อฝึกความเคยชินจึงมีแบบบันทึกให้ผู้ปฏิบัติบันทึกเป็นการตรวจสอบตนเอง

วิธีปฏิบัติ

1.ทำนั่ง Sit Jogging (ถีบจักรยานลมนับครึ่ง)

1. ฟิงหลังพนักเก้าอี้ มือยึดข้างเก้าอี้
2. ยกขาในท่างอเข้าขึ้นลงสลับขา เท้าไม่แตะพื้น 108 ครั้ง
3. จังหวะช้าหรือเร็วแล้วแต่ความพอใจ
4. การนับครึ่งอย่างต่อเนื่อง 1 ถึง 108 ทำให้เกิดสมาธิ
5. ทำทุกชั่วโมงและทุกวันจนครบ 60 วัน เพื่อสร้างความเคยชิน

2.ทำยืน Stand Jogging (ชวยเท้าอยู่กับที่นับครึ่ง)

1. ทำยืนชวยเท้าอยู่กับที่ 108 ครั้ง (ยืนจงกรม) หรือ อาจดัดแปลงเป็นการเดินหรือวิ่ง (ถ้าไม่มีปัญหาเกี่ยวกับข้อ)
 - เดินนับก้าวอย่างรวดเร็ว 108 ก้าว
 - วิ่งอยู่กับที่อย่างรวดเร็ว 108 ก้าว
- การยืน เดิน หรือวิ่งตามความถนัด และโอกาส (การวิ่งอยู่กับที่อาจทำก่อนอาบน้ำได้ด้วย)



ถ้าต้องการสมาธิ อาจหลับตา ถ้าต้องการออกเต็มที่ให้เร่งจังหวะและยกหรือก้าวขาให้สูงขึ้นตามต้องการ เริ่มทำช้า ๆ และเร่งเร็วขึ้น เวลาปฏิบัติไม่ควรเกิน 1 นาที ถ้าต้องการผล aerobic ให้ทำต่อเนื่องนาน 15 นาที

ประโยชน์

1. การออกกำลังกายอย่างง่ายรายชั่วโมง เป็นการออกกำลังกายส่วนบุคคล ทำได้ด้วยตนเอง โดยทำท่าถีบจักรยานลม หรือ ยืนชวยเท้าเดิน วิ่งอยู่กับที่ ทำให้การไหลเวียนเลือดดีขึ้น เพราะการออกกำลังกายกล้ามเนื้อขา หน้าท้อง เป็นการใช้พลังงานร้อยละ 70 ของปริมาตรกล้ามเนื้อในร่างกาย อาจเป็นผล ช่วยบรรเทาอาการผิดปกติ ทางสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ เช่น นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร หงุดหงิดปวดเมื่อยตามร่างกาย และลดความอ้วน เป็นต้น

2. ด้านสุขภาพจิต การนับตัวเลขอย่างต่อเนื่อง 1 ถึง 108 ทุกชั่วโมง ทำให้มีสมาธิ ไม่ฟุ้งซ่านลดอารมณ์เครียด โกรธ ส่งเสริมความแข็งแรงของกระดูกกล้ามเนื้อ ส่งเสริมสุขภาพจิต

3. การออกกำลังกายวิธีนี้ประหยัด ไม่มีอุปกรณ์ ทำได้ทุกสถานที่ และใช้เวลาออกกำลังกายเพียง 1 นาทีต่อชั่วโมง

4. เป็นวิธีเหมาะสมสำหรับผู้สูงอายุและผู้มีอาการโรคข้อ เช่น โรคข้อเข่า ข้อสะโพก ข้อเท้า และข้อกระดูกสันหลังเสื่อม

5. ในระหว่างขับรถทางไกล ใช้การออกกำลังกายวิธีนี้แก้อาการง่วงนอน โดยให้หยุดรถข้างทางปฏิบัติโดยวิธีนี้ จะมีสมาธิในการขับรถ

6. ในชั้นเรียน ก่อนเริ่มเรียนทุกชั่วโมง ควรให้นักเรียนออกกำลังกายก่อนเริ่มเรียนเพื่อให้มีสมาธิและอาจช่วยคลายความหนาวเย็นในฤดูหนาว

รายละเอียดติดต่อ ศ.เกียรติคุณ นพ.ยงยุทธ วัชรดุลย์ ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล อาคารอดุลยเดชวิกรม ชั้น 5 โทรศัพท์ 081-821-3924
 เอกสารอ้างอิง : ยงยุทธ วัชรดุลย์, การออกกำลังกายอย่างง่ายรายชั่วโมง โดยถีบจักรยานลม, วารสารราชบัณฑิตยสถาน ปีที่29: 4;2547:1053-1060.

DO หรือ UNDO

(เป็นสมาชิก ก.บ.ช.)

(ยกเลิกการเป็นสมาชิก ก.บ.ช.)

โดย รศ.ดร.ศรีสันทิ อินทรมณี



ตามที่ “พระราชบัญญัติการกลับไปใช้สิทธิในบำเหน็จบำนาญตามพระราชบัญญัติบำเหน็จบำนาญข้าราชการ พ.ศ. 2494 พ.ศ. 2557” ประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่ม 131 ตอนที่ 77ก วันที่ 13 พฤศจิกายน 2557 นั้น ส่งผลให้ สมาชิก ก.บ.ช. ที่เป็นสมาชิก ก.บ.ช. และเข้ารับราชการก่อน 27 มีนาคม 2540 มีสิทธิ์เลือกลาออกจาก ก.บ.ช. เพื่อรับบำเหน็จบำนาญตามระบบเดิมได้ ทั้งผู้ที่ยังรับราชการอยู่ และผู้ที่พ้นจากราชการแล้ว โดยกำหนดให้ใช้สิทธิได้ตั้งแต่วันที่ 15 ธันวาคม 2557 ทั้งนี้ มีสิ่งที่เกี่ยวข้องโดยสรุป ได้แก่

บำนาญ กรณีไม่เป็นสมาชิก ก.บ.ช. หรือ บำนาญแบบเดิม

○ บำนาญรายเดือน = เงินเดือน เดือนสุดท้าย **คูณ** จำนวนปีเวลาราชการ **หาร** 50

โดยที่ **จำนวนปีเวลาราชการที่ใช้คำนวณ** คือ จำนวนปีรวมเศษของปี ถ้าถึงครึ่งปีให้นับเป็น 1 ปี

ตัวอย่าง เวลาราชการปกติ รวม เวลาราชการทวีคูณ จำนวน 37 ปี 5 เดือน 26 วัน

จำนวนปีเวลาราชการที่ใช้คำนวณ คือ 37 ปี

○ บำเหน็จดำรงชีพ = เงินเดือน เดือนสุดท้าย **คูณ** 15 โดยต้องไม่เกิน 400,000 บาท และรับ 2 ครั้ง คือ เมื่อ เกษียณ 200,000 บาท กับ เมื่อ อายุครบ 65 ปี รับอีก 200,000 บาท

○ บำเหน็จตกทอด = เงินเดือน เดือนสุดท้าย **คูณ** 30 ลบด้วย บำเหน็จดำรงชีพที่รับไป

บำนาญ กรณีสมาชิก ก.บ.ช.

○ บำนาญรายเดือน = เงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย **คูณ** จำนวนปีเวลาราชการ **หาร** 50

โดยที่ **จำนวนปีเวลาราชการที่ใช้คำนวณ** คือ จำนวนจริง

ตัวอย่าง เวลาราชการปกติ รวม เวลาราชการทวีคูณ จำนวน 37 ปี 5 เดือน 26 วัน

จำนวนปีเวลาราชการที่ใช้คำนวณ คือ ตัวเลขจริง $77 + 5/12 + 26/360 = 37.49$ ปี และ

บำนาญปกติที่คำนวณได้ต้องไม่เกิน 70% ของเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย

○ บำเหน็จดำรงชีพ = เงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย **คูณ** 15 โดยต้องไม่เกิน 400,000 บาท และรับ 2 ครั้ง คือ เมื่อเกษียณ 200,000 บาท กับ เมื่ออายุครบ 65 ปี รับอีก 200,000 บาท

○ บำเหน็จตกทอด = เงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย **คูณ** 30 ลบด้วย บำเหน็จดำรงชีพที่รับไป

หมายเหตุ

1. เงินที่นำมาคำนวณ เป็น เงินเดือน ไม่รวมเงินประจำตำแหน่ง

2. สมาชิก ก.บ.ช. ที่จะลาออก จะได้รับเงินสะสมเงินสะสมส่วนเพิ่ม (ถ้ามี) และผลประโยชน์ของเงินดังกล่าว

3. สมาชิก ก.บ.ช. ที่จะลาออก จะต้องคืนเงินประเดิม เงินชดเชย เงินสมทบ และผลประโยชน์ของเงินดังกล่าว โดยวิธีหักกลบลบกัน

4. เงินบำเหน็จดำรงชีพ และบำเหน็จตกทอด ไม่ต้องเสียภาษีและไม่ต้องจ่ายคืน

ข้อสังเกต

1. เงินบำนาญที่รับจาก ก.บ.ช. จะไม่เกิน 70% ของเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย

2. ถ้าเงินเดือนต้นติดเพดานนานกว่า 5 ปี ค่าเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย เท่ากับ เงินเดือนเดือนสุดท้าย

3. ถ้าอายุราชการ มากกว่า 35 ปี จะได้เงินบำนาญ กรณีเป็นสมาชิก **น้อยกว่า** กรณีไม่เป็นสมาชิก ก.บ.ช. เพราะเงินบำนาญ กรณี เป็นสมาชิก ก.บ.ช. ที่คำนวณได้จากัดไว้ที่ ต้องไม่เกิน 70% ของเงินเดือนเฉลี่ย 60 เดือนสุดท้าย (35/50)

4. ผู้ที่ออกจากราชการไปหลายปี ยิ่งนาน ๆ เช่น early รุ่นแรก ๆ และ ผู้ที่ออกจากราชการไปแล้ว ประมาณ 10 ปี และถ้ามีอายุราชการ มากกว่า 35 ปี มากๆ ด้วย ส่วนใหญ่จะได้เงินก้อนคืน (ส่วนต่างของบำนาญที่ได้ คูณ จำนวนเดือนที่ออกจากราชการมาแล้ว ลบเงินก้อนที่รับมาจาก ก.บ.ช. โดยไม่รวมเงินสะสม) พร้อมบำนาญรายเดือนเพิ่มขึ้น กลุ่มนี้ตัดสินใจไม่ยากทำ undo

5. ผู้ที่ออกจากราชการไป 5 ถึง 10 ปี เมื่อหักกลบลบแล้ว บางคนจะได้เงินก้อนคืน บางคนจะต้อง



กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ



คืนให้ ก.บ.ข. บ้าง โดยทั้งหมดจะได้รับบำนาญรายเดือนเพิ่มขึ้น กลุ่มนี้ต้องคิดหน่อย

ก. เงินก่อนที่ได้มา หหมดไปแล้ว กลุ่มนี้ ตัดสินใจได้แล้วว่า ทำดีที่สุดแล้ว

ข. นำเงินก่อนที่ได้มาไปทำให้งอกเงย เช่น ซื้อสลากออมสิน สลาก ธ.ก.ส. เล่นหุ้น ฯลฯ หรือที่ผลประโยชน์น้อยกว่าคือฝากธนาคาร ฝากสหกรณ์ออมทรัพย์ และน้อยสุดคือใส่ตูมฝังดิน เมื่อเทียบเงินก้อนนี้ กับ เงินส่วนต่าง สี-ห้าพันบาท ลองคำนวณดูว่า จะต้องเก็บเงินส่วนต่างที่ได้เพิ่มแต่ละเดือน ในกี่เดือน ก็ปี จึงได้เท่าเงินก้อนนี้ ถ้าคำนวณแล้ว ใช้เวลาเก็บเงิน

ข1 10 ปี หรือมากกว่า ก็น่าที่จะรับเงินก้อนปัจจุบันมากกว่าคืนเงินก้อนแล้วไปรับส่วนเพิ่มในแต่ละเดือน เพราะมีความเสี่ยงในการจะเก็บเบี้ยหัวแตกนี้เป็นก้อน กับความเสี่ยงที่จะไม่อยู่/เสียชีวิต อย่างไรก็ตาม ทายาทได้รับเงินก้อนนี้อยู่แล้วถึงแม้ว่าบำเหน็จตกทอดจะน้อยลงบ้าง นอกเสียจากว่าไม่ต้องการมีเงินก้อน และตั้งใจจะอยู่ 100 ปี ก็ undo คืนเงินก้อน

ข2 น้อยกว่า 10 ปี เงินจะไม่มากนัก ถ้ามัวตัวเองว่าพอใจแบบไหน โดยถ้าจะอยู่ถึง 100 ปี ก็ undo คืนเงินก้อน

6. ผู้ที่ยังอยู่ในราชการและผู้ที่ออกจากราชการไปไม่ถึง 5 ปี คงต้องปรึกษากับตัวเองว่า

ก. เงินก่อนที่ได้มา หหมดไปแล้ว กลุ่มนี้ตัดสินใจได้แล้วว่า ทำดีที่สุดแล้ว

ข. มีแนวทางที่เงินก้อนนี้จะหมดทันทีหรือโดยเร็ว และ/หรือ ไม่ประสงค์จะมีเงินก้อน กรณีนี้ น่าจะ undo เพื่อรับรายเดือนไปเรื่อย ๆ ตลอดชีพ

ค. มีแนวทางและพอใจในการทำให้งอกเงยตามศักยภาพ ก็ รับเงินก้อน ไม่ต้อง undo

7. หาข้อมูลตัวเลขประกอบการตัดสินใจที่หน่วยงานต้นสังกัด

ขั้นตอน UNDO : ยกเลิกการเป็นสมาชิก ก.บ.ข.

1. กรณีเป็นผู้รับบำนาญ ประสงค์ยกเลิกการเป็นสมาชิก ก.บ.ข. ให้แจ้งความประสงค์ลาออกที่

หน่วยงานต้นสังกัด ระหว่างวันที่ 15 ธันวาคม 2557 ถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2558

2. กรณีรับราชการอยู่ ประสงค์ยกเลิกการเป็นสมาชิก ก.บ.ข. ให้แจ้งความประสงค์ลาออกที่หน่วยงานต้นสังกัด ระหว่างวันที่ 15 ธันวาคม 2557 ถึงวันที่ 30 กันยายน 2558

3. ผู้ที่ต้องคืนเงินให้ ก.บ.ข. ถ้าคืนครั้งเดียวให้คืน ภายใน 30 มิถุนายน 2558 ถ้าไม่คืนครั้งเดียว จะแบ่งจ่ายเป็นงวด ๆ ได้ 3 งวดคือ

ครั้งแรก 1-15 กรกฎาคม 2558

ครั้งที่สอง 1-15 สิงหาคม 2558

ครั้งที่สาม 1-30 กันยายน 2558

4. ถ้าไม่ปฏิบัติตามกำหนดการนี้ถือว่าเสียสิทธิ์ ทั้งนี้ กระทรวงการคลังแจ้งว่า เงินที่จะได้รับจาก ก.บ.ข. ไม่ต้องเสียภาษี

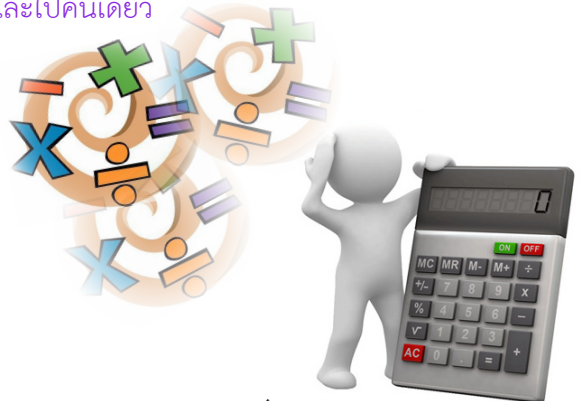
5. ผู้ที่ได้รับเงินก้อนจาก ก.บ.ข. จะได้รับ วันที่ 1 ตุลาคม 2558 เป็นต้นไป ตามลำดับคิวที่แจ้ง

6. วันที่จะได้รับบำนาญแบบเดิม เดือนแรกคือสิ้นเดือน ตุลาคม 2558 และต่อไปตลอดชีพ

7. หากผู้รับบำนาญที่แสดงความประสงค์ไว้ถึงแก่ความตายก่อนวันที่ 1 ตุลาคม 2558 ให้ถือว่าการแสดงความประสงค์ไม่มีผลใช้บังคับ

จะ DO หรือ UNDO อยู่ที่ท่าน

ท่านเป็น หนึ่งในผู้มีสิทธิกลับไปใช้บำนาญสูตรเดิมจากจำนวนผู้มีสิทธิทั้งหมด หนึ่งในล้านคน จากประชากร หกสิบล้านคนในประเทศไทย ที่เป็นเพื่อนเกิด แก่ เจ็บ ตาย ด้วยกันทั้งนั้น ดังที่ ครูบาอาจารย์สอนไว้ว่าทุกคนมาคนเดียว ต่างคนต่างมา ต่างคนต่างไป เพราะเกิดขึ้นมา จึงทำให้เกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน เกิดเป็นความผูกพัน ความยึดมั่นถือมั่น (อุปาทาน) ว่า คนสมบัตินี้ เงินนี้เป็นของฉัน ยิ่งเติบโตขึ้น ความยึดมั่นถือมั่นก็มากขึ้น ความทุกข์ก็มากขึ้นไปด้วย สมบัตินี้ เงินนี้ อยู่กับเราเพียงแค่ชาตินี้เท่านั้น เมื่อถึงวันหนึ่งต้องแยกจากกัน ทุกคนมาแต่ตัว มาคนเดียว ก็ไปแต่ตัว และไปคนเดียว



ภาพ
กิจกรรม



ประมวลภาพจากการจัดประชุมวิชาการ ปอมท. ประจำปี 2557 ภายใต้หัวข้อ “อุดมศึกษา สร้างคน สร้างชาติ อดีต ปัจจุบัน อนาคต ภายใต้การปฏิรูปการศึกษา” ในวันที่ 20-21 พฤศจิกายน 2557 ณ โรงแรมอมารี ดอนเมือง กรุงเทพฯ โดยที่ประชุมประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ปอมท.) ร่วมกับมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี (มจธ.) และสำนักงานคณะกรรมการการอุดมศึกษา (สกอ.) กระทรวงศึกษาธิการ ซึ่งในการประชุมวิชาการ ปอมท. ครั้งนี้ได้รับเกียรติจาก นายศุภชัย ภู่งาม องคมนตรี เป็นประธาน รวมทั้งมอบรางวัลอาจารย์ดีเด่นแห่งชาติประจำปี 2557

บรรณาธิการแถลง โดย ผศ.ดร.น.สพ.สุวิทย์ ลิมาวงษ์ปราณี



สวัสดีครับ ชาวมหาวิทยาลัยมหิดลทุก ๆ ท่าน
ข่าวสภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดลฉบับนี้ เป็น
ฉบับที่ 11 ประจำเดือนพฤศจิกายน 2557

ในเดือนพฤศจิกายนนี้ เรามีกิจกรรมระดับ
ประเทศคือ การจัดประชุมวิชาการของที่ประชุม
ประธานสภาอาจารย์มหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย
(ปอมท.) ซึ่งจัดร่วมกับคณะกรรมการการอุดมศึกษา
และมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี ใน
ระหว่างวันที่ 20-21 พฤศจิกายน 2557 ที่ผ่านมา ณ
โรงแรมอมารี ดอนเมือง กรุงเทพฯ ในหัวข้อเรื่อง
“อุดมศึกษา สร้างคน สร้างชาติ อดีต ปัจจุบัน อนาคต
ภายใต้การปฏิรูปการศึกษา” การประชุมวิชาการ
ครั้งนี้เป็นการเปิดโอกาสให้บุคลากรในแวดวงการศึกษา
ไทย ได้มีโอกาสแสดงความคิดเห็น ข้อเสนอแนะ
ของการศึกษาของประเทศที่ควรจะไปทิศทาง
ใด ซึ่งเนื้อหาจากการประชุมวิชาการ สภาคณาจารย์
จะนำมาถ่ายทอดให้ท่านทราบกันในโอกาสต่อไป เพื่อ
เป็นช่องทางสื่อสารสำหรับชาวมหิดล

ดังนั้น ข่าวสภาคณาจารย์ฉบับนี้จึงได้นำ
มุมมองของ ศาสตราจารย์ นพ.วิจารณ์ พานิช จากการ
เสวนาในการประชุมวิชาการ ที่ผ่านมา เมื่อวันที่ 20
พฤศจิกายน 2557 ท่านจะได้ทราบถึง “อดีตอุดมศึกษา
ล้มเหลวจริงหรือ” หรือส่วนที่ยังไม่ประสบความสำเร็จ
ของระบบการศึกษาของประเทศ

นอกจากนี้ ยังมีบทความเพื่อสุขภาพของ
เรา โดยได้รับเกียรติจาก ศาสตราจารย์เกียรติคุณ
นพ.ยงยุทธ วัชรดุลย์ ภาควิชาศัลยศาสตร์ออร์โธปิดิกส์
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มาแนะนำการ

ออกกำลังกายอย่างง่ายรายชั่วโมง
เพื่อสุขภาพ Sit/Stand Jogging
ผมคิดว่าท่านคงจะได้นำไปใช้ใน
ชีวิตประจำวันบ้างนะครับ เพื่อประโยชน์ และส่งเสริม
สุขภาพของท่านเอง

และอีกเรื่องที่ยากให้ติดตามกันคือ เรื่อง
เกี่ยวกับพระราชบัญญัติ (พ.ร.บ.) การกลับไปใช้สิทธิ
บำเหน็จบำนาญตาม พ.ร.บ. บำเหน็จบำนาญ พ.ศ.
2494 (พ.ร.บ. undo) ประกาศในพระราชกิจจานุเบกษา
วันที่ 13 พฤศจิกายน 2557 (มีผลบังคับเมื่อพ้น
กำหนด 30 วัน นับแต่วันประกาศในราชกิจจานุเบกษา
เป็นต้นไป) และสามารถใช้สิทธิได้ตั้งแต่วันจันทร์
ที่ 15 ธันวาคม 2557 ถึงวันที่ 30 มิถุนายน 2558
รายละเอียดท่านสามารถอ่านจากบทความในฉบับ
ซึ่ง รองศาสตราจารย์ ดร.ศรีสนธิ อินทรมณี ได้นำ
เสนอข้อมูลไว้อย่างน่าสนใจ สำหรับท่านเพื่อการ
ตัดสินใจครับ

เรื่องที่มีผลกระทบต่อการทำงานของ
บุคลากรในมหาวิทยาลัยอีกเรื่อง ต้องขอยกยอดไป
ในข่าวฉบับหน้า ท่านจะได้ทราบถึงกรณีศึกษา เรื่อง
“การไม่จ้างต่อเพราะหมดสัญญา” ซึ่งเป็นเรื่องที่
น่าติดตามอย่างยิ่ง

ก่อนปิดท้ายฉบับนี้ เป็นภาพกิจกรรมในช่วง
เดือนที่ผ่านมาบางส่วน ซึ่งได้รับความอนุเคราะห์จาก
กรรมการจัดประชุมวิชาการ ประธาน ปอมท.
กองบรรณาธิการข่าวสภาคณาจารย์จึงขอ
ขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้ครับ

พบกันใหม่ฉบับหน้า



ข่าวสภาคณาจารย์

เป็นหนังสือในมหาวิทยาลัย และเป็นสื่อระหว่างคณาจารย์ในการรับฟังแลกเปลี่ยนทัศนคติ ข้อคิดเห็น
ทั้งด้านการบริหาร ด้านวิชาการ ด้านสวัสดิการ และอื่นๆ ของมหาวิทยาลัย บทความ ข้อคิด จดหมาย
เป็นความเห็นของผู้เขียนเท่านั้น มิใช่ความเห็นของสภาคณาจารย์ เกณฑ์การพิจารณาบทความเป็นไป
ตาม www.senate.mahidol.ac.th/th/regulation.html

บรรณาธิการประจำฉบับ
กองบรรณาธิการ

ผศ.ดร.น.สพ.สุวิทย์ ลิมาวงษ์ปราณี

ผศ.ดร.ชาญยศ ปลั่งปิติวิริยะเวช อ.ดร.ธิดิตคม พัวพันสวัสดิ์ ผศ.ดร.น.สพ.สุวิทย์ ลิมาวงษ์ปราณี
อ.ดร.อรรตพล กาญจนพงษ์พร ศ.พญ.อลิสา ลิ้มสุวรรณ

ประสานงานกลาง
ออกแบบและจัดทำรูปเล่ม
เจ้าของ

สุจิตรา สอนสม พัชญา วงษ์วันทนี

พรศิริ บุญมาวงศ์

สภาคณาจารย์มหาวิทยาลัยมหิดล สำนักงานอธิการบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ชั้น 5

999 ถนนพุทธมณฑลสาย 4 ต.ศาลายา อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม 73170

โทรศัพท์ : 0-2849-6351-2 โทรสาร : 0-2849-6351