



## บันทึกข้อความ

มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา  
รัชที่..... 1523  
วันที่..... - 9 ก.พ. 2562  
เวลา..... 11.16 4.

ส่วนราชการ..... กองพัฒนานักศึกษา โทร. ๑๑๖๔

ที่..... ๒๔๗/๖๒ วันที่..... ๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒

เรื่อง..... ขออนุมัติโครงการ นศท. อาสาเพื่อน้อง ครั้งที่ ๘ จากงบประมาณเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา ภาคปกติ.

เรียน อธิการบดี

### ๑. เรื่องเดิม

ชมรมนักศึกษาวิชาทหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา กำหนดจัดโครงการ นศท.อาสาเพื่อน้อง ครั้งที่ ๘ วันที่ ๑๐ - ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๒ ซึ่งผ่านการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการเงินกิจกรรมและสถานศึกษา ภาคปกติ เรียบร้อยแล้ว โดยเบิกจ่ายจากงบประมาณเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา ภาคปกติ

### ๒. ข้อเท็จจริง

ด้วยชมรมนักศึกษาวิชาทหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา กำหนดจัดโครงการ นศท.อาสาเพื่อน้อง ครั้งที่ ๘ วันที่ ๑๐ - ๑๒ พฤษภาคม ๒๕๖๒ ณ โรงเรียนบ้านล้านช้างมิตรภาพ ที่ ๔๕ อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีจิตอาสาเพื่อชุมชน

### ๓. ข้อกฎหมาย /ระเบียบที่เกี่ยวข้อง

ระเบียบมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ว่าด้วยเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา พ.ศ. ๒๕๔๙ ลงวันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๔๙

ประกาศมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา เรื่อง หลักเกณฑ์การใช้จ่ายเงินและแนวปฏิบัติในการดำเนินกิจกรรมนักศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา จากงบประมาณเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา ลงวันที่ ๓๑ สิงหาคม ๒๕๖๐

คำสั่งมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา ที่ ๔๘๓๗ / ๒๕๖๑ เรื่อง มอบหมายงานและมอบอำนาจให้รองอธิการบดีและผู้ช่วยอธิการบดีให้ปฏิบัติราชการแทนอธิการบดี ลงวันที่ ๑๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๑ ข้อ ๕.๕.๗

### ๔. ข้อเสนอแนะ/พิจารณา

กองพัฒนานักศึกษาจึงขออนุมัติโครงการตามเอกสารแนบ โดยเบิกจ่ายงบประมาณเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา ภาคปกติ เป็นเงิน ๑๔,๐๐๐ บาท (หนึ่งหมื่นสี่พันบาทถ้วน)

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

- ทราบ
- จัดตามเสนอ
- อนุญาต
- อนุมัติ/ดำเนินการตามระเบียบ
- สำเนาแจ้ง

(อาจารย์สกรรจ์ รอดคล้าย)

รักษาการผู้อำนวยการกองพัฒนานักศึกษา

9 กพ ๖๒



# บันทึกข้อความ

# กพน.01

ส่วนราชการ .....ชมรมนักศึกษาวิชาทหาร มหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา.....

ที่..... วันที่..... เดือน..... - 7 ก.พ. 2562 ..... พ.ศ.....

เรื่อง ขออนุมัติโครงการ นศท.อาสาเพื่อน้อง ครั้งที่ 8

เรียน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา/รองอธิการบดี

ข้าพเจ้า..... นายจตุพงศ์..... เอียดแก้ว..... รหัสนักศึกษา..... 604410005..... โทรศัพท์..... 094-1437242

สังกัดหน่วยงาน..... ชมรมนักศึกษาวิชาทหาร..... จะขออนุมัติจัดโครงการ..... นศท.อาสาเพื่อน้อง..... ครั้งที่ 8..... วันที่..... 10-12..... พฤษภาคม..... 2562..... ณ..... โรงเรียนบ้านล้านช้างมิตรภาพ..... ที่45..... อำเภอเขาชัยสน..... จังหวัดพัทลุง..... งบประมาณโครงการรวมทั้งหมด..... 24,550..... บาท

ทั้งนี้..... ขอเบิกจากงบประมาณเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา..... ภาค ( / )..... ปกติ ( )..... กศ.บป..... ประจำปีการศึกษา..... 2561.....

เป็นเงิน..... 14,000..... บาท..... (หนึ่งหมื่นสี่พันบาทถ้วน)..... ดังรายละเอียดโครงการที่แนบมาแล้วนั้น

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

ลงชื่อ..... *จตุพงศ์ เอียดแก้ว*..... ผู้ขออนุมัติ..... วันที่..... - 7 ก.พ. 2562

(นายจตุพงศ์ เอียดแก้ว)

ลงชื่อ..... *Sapich*..... อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการ..... วันที่..... - 7 ก.พ. 2562

(นางสาวโสภิตา ราวขุน)

ลงชื่อ..... *ดร. พ.*..... ประธานสภานักศึกษา..... วันที่..... - 8 ก.พ. 2567

(นาย ดร. พ. วิชาเอก)

ลงชื่อ..... *ดร. พ.*..... นายกองคํการนักศึกษา..... วันที่..... - 8 ก.พ. 2567

(นาย ดร. พ. วิชาเอก)

<p>ตรวจสอบโครงการตามแผนปฏิบัติการ</p> <p><i>ทัศนดา กูณาเวทย์</i></p> <p>ลงชื่อ..... <i>ทัศนดา กูณาเวทย์</i>..... นักวิชาการศึกษา..... (นางสาวจตุมาศ แก้วศรี) วันที่..... - 8 ก.พ. 2567</p>	<p>ตรวจสอบโครงการ / ดำเนินการตามระเบียบ</p> <p><i>พนิตกมล วิจารณ์</i></p> <p>ลงชื่อ..... <i>พนิตกมล วิจารณ์</i>..... เจ้าหน้าที่บริหารงานทั่วไป..... (นางสาวสุภาพร ขุนทอง) (ฝ่ายพัสดุ) วันที่..... - 8 ก.พ. 2562</p>
<p>ตรวจสอบโครงการ / ดำเนินการตามระเบียบ</p> <p><i>พนิตกมล วิจารณ์</i></p> <p>ลงชื่อ..... <i>พนิตกมล วิจารณ์</i>..... นักวิชาการเงินและบัญชี..... (นางสาวภาวิดา ตูลาธน) วันที่..... - 8 ก.พ. 2562</p>	<p>อนุมัติ / ดำเนินการตามระเบียบ</p> <p><i>นายสกรรจ์ รอดคล้าย</i></p> <p>ลงชื่อ..... <i>นายสกรรจ์ รอดคล้าย</i>..... รักษาการผู้อำนวยการกองพัฒนานักศึกษา..... (นายสกรรจ์ รอดคล้าย) วันที่..... 8 / ก.พ. 62</p>
<p>ความเห็นของอธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา/รองอธิการบดี</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> อนุมัติ/ดำเนินการตามระเบียบ <input type="checkbox"/> ไม่อนุมัติ เนื่องจาก.....</p> <p>ลงชื่อ..... <i>จ.</i>..... (นางสาวจิรภา คงเขียว)</p> <p>รองอธิการบดี ปฏิบัติราชการแทน อธิการบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏสงขลา/รองอธิการบดี วันที่..... 9 / ก.พ. 62</p>	

## โครงการ นศท. อาสาเพื่อน้อง ครั้งที่ 8

ชื่อโครงการ/กิจกรรม

อาสาพัฒนาเพื่อน้อง

ลักษณะโครงการ/กิจกรรม

โครงการ/กิจกรรมใหม่

โครงการ/กิจกรรมต่อเนื่อง

### 1. ข้อมูลพื้นฐานของโครงการ

#### 1.1 ประเภทโครงการ

กิจกรรม 5 ด้าน

- กิจกรรมส่งเสริมคุณลักษณะบัณฑิตที่พึงประสงค์ที่กำหนดโดยสถาบัน
- กิจกรรมกีฬา หรือการส่งเสริมสุขภาพ
- กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ หรือรักษาสีสิ่งแวดล้อม
- กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม
- กิจกรรมส่งเสริมศิลปวัฒนธรรม

กิจกรรมตาม TQF

- ด้านคุณธรรม จริยธรรม
- ด้านความรู้
- ด้านทักษะทางปัญญา
- ด้านทักษะความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและความรับผิดชอบ
- ด้านทักษะการวิเคราะห์เชิงตัวเลข การสื่อสาร และ การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ

#### 1.2 ความสัมพันธ์การบูรณาการโครงการกับการเรียนการสอน และ/หรือการบริการวิชาการ และ/หรือการทำนุบำรุงศิลปวัฒนธรรม และ/หรือการวิจัย

- หลักสูตร/รายวิชา .....
- องค์ความรู้ในเรื่อง .....
- การวิจัย เรื่อง .....

#### 1.3 ความร่วมมือกับหน่วยงานอื่น

- หน่วยงานภายนอก โรงเรียนลานช้างมิตรภาพที่45 ตำบลเขาชัยสน อำเภอเขาชัยสน  
จังหวัดพัทลุง
- หน่วยงานภายใน (ระบุ) .....

#### 1.4 ความสอดคล้องกับยุทธศาสตร์ของมหาวิทยาลัยกับหน่วยงาน

ระดับ	ประเภท	ข้อที่	เรื่อง
มหาวิทยาลัยราชภัฏ สงขลา	ยุทธศาสตร์	1	ผลิตบัณฑิตและพัฒนากำลังคนเพื่อเสริมสร้างศักยภาพตลอดช่วงชีวิต
	เป้าประสงค์	2	บัณฑิตนักปฏิบัติมีศักยภาพสอดคล้องกับการพัฒนาประเทศ
	กลยุทธ์	1	ส่งเสริมการจัดกิจกรรมที่หลากหลายพัฒนาคุณลักษณะบัณฑิตให้เป็นคนดี มีทักษะชีวิต มีจิตสาธารณะ
กองพัฒนานักศึกษา	ยุทธศาสตร์	1	พัฒนานักศึกษาให้เป็นบัณฑิตที่มีคุณธรรม และมีคุณภาพตามอัตลักษณ์
	เป้าประสงค์		บัณฑิตมีคุณธรรม และมีคุณภาพตามอัตลักษณ์
	กลยุทธ์	1	ส่งเสริมการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาให้สอดคล้องกับอัตลักษณ์ และให้มีส่วนร่วมในกิจกรรมทั้งภายในและภายนอก แลกการนำความรู้ไปพัฒนาท้องถิ่นโดยยึดหลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง
	กลยุทธ์	2	ส่งเสริมกิจกรรมจิตอาสา “เราทำความดีด้วยหัวใจ”

#### 1.5 ความสอดคล้องกับระบบประกันคุณภาพ

ระบบ	ประเภท	ข้อที่	เรื่อง
ระบบการประกันคุณภาพ การศึกษาภายในของ สำนักงานคณะกรรมการ การอุดมศึกษา (สกอ.)	องค์ประกอบ	1	การผลิตบัณฑิต
	ตัวบ่งชี้	1.5/1.6	<p>กิจกรรมนักศึกษาระดับปริญญาตรี</p> <p>เป้าหมายที่คาดหวังมี 6 ข้อ ดำเนินการได้ 5 ข้อ ดังนี้</p> <p>(1) จัดทำแผนการจัดการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาในภาพรวมของสถาบัน โดยให้นักศึกษามีส่วนร่วมในการจัดทำแผนและการจัดกิจกรรม</p> <p>(2) ในแผนการจัดการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษาให้ดำเนินกิจกรรมในประเภทต่อไปนี้อย่างครบถ้วน</p> <p>กิจกรรม 5 ด้าน</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- กิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์</li> <li>- กิจกรรมเสริมสร้างคุณธรรมจริยธรรม</li> </ul> <p>กิจกรรม TQF</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้านคุณธรรม จริยธรรม</li> </ul> <p>(4) ทุกกิจกรรมที่ดำเนินการ มีการประเมินผล ความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมและนำผลการประเมินมาปรับปรุงการดำเนินงานครั้งต่อไป</p> <p>(5) ประเมินความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของแผนการจัดการจัดกิจกรรมพัฒนานักศึกษา</p> <p>(6) นำผลการประเมินไปปรับปรุงแผนหรือปรับปรุงการจัดกิจกรรมเพื่อพัฒนานักศึกษา</p>

## 2. หลักการและเหตุผล

ทางชมรมนักศึกษาวิชาทหารได้ตระหนักถึงโรงเรียนในชนบท ที่อยู่ห่างไกลความเจริญและยังประสบปัญหาในเรื่องของการขาดแคลนอุปกรณ์ทางการศึกษา อุปกรณ์กีฬาต่างๆที่โรงเรียนในชนบทประสบปัญหา เช่นนี้สาเหตุสืบเนื่องมาจาก ไม่ได้รับการสนับสนุนงบประมาณที่มากพอ นอกจากนี้สถานที่ และภูมิทัศน์ของ โรงเรียนยังขาดขาดการดูแลให้สวยงาม ทางชมรมจึงเล็งเห็นความสำคัญในเรื่องนี้

ดังนั้นชมรมนักศึกษาวิชาทหาร จึงได้ริเริ่มโครงการ อาสาเพื่อน้องในการพัฒนาโรงเรียนและสร้างเสริมกิจกรรมการเรียนรู้ อุปกรณ์การเรียนและอุปกรณ์กีฬา เพื่อนำไปมอบให้กับน้องๆและปรับปรุงภูมิทัศน์ ทาสีกำแพง และอาคารเรียน โรงเรียนให้สวยงามต่อไป

## 3. วัตถุประสงค์

- 3.1 เพื่อส่งเสริมนักศึกษาทำกิจกรรมจิตอาสาเพื่อชุมชน/สังคม
- 3.2 เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีม สร้างความสัมพันธ์ระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชน

## 4. กลุ่มเป้าหมายผู้เข้าร่วมโครงการ

มีผู้เข้าร่วมโครงการ 50 คน ประกอบด้วย

- 4.1 อาจารย์ จำนวน 2 คน
- 4.2 นักศึกษา จำนวน 48 คน

## 5. ตัวชี้วัด/ค่าเป้าหมาย(กรณีอบรม,สัมมนา)

- 5.1 ตัวชี้วัดเชิงปริมาณ : มีผู้เข้าร่วมโครงการ ไม่น้อยกว่า ร้อยละ 80
- 5.2 ตัวชี้วัดเชิงคุณภาพ : 5.2.1 ผู้เข้าร่วมโครงการได้ช่วยกันฟื้นฟู ซ่อมแซม และทำกิจกรรมที่มีประโยชน์เพื่อพัฒนาชุมชน ไม่น้อยกว่าค่าเฉลี่ย3.15  
: 5.2.2 ชุมชนมีความสัมพันธ์ที่ดี สร้างการทำงานเป็นทีมได้ ไม่น้อยกว่าค่าเฉลี่ย 3.15

## 6. วัน เวลา สถานที่ และระยะเวลาในการดำเนินงาน

จัดโครงการ ระหว่างวันที่ 10-12 พฤษภาคม 2562 ณ โรงเรียนลานช้างมิตรภาพที่45 ตำบลเขาชัยสน อำเภอลำเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง โดยมีแผนการดำเนินงาน ดังนี้

- 1) ประชุมผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องเพื่อเตรียมการจัดโครงการ
- 2) เขียนโครงการเพื่อขออนุมัติ
- 3) ติดต่อประสานงานกับผู้ที่เกี่ยวข้องและแต่งตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน
- 4) ขออนุมัติยืมเงินสำหรับการจัดโครงการ
- 5) ดำเนินการจัดโครงการ
- 6) สรุปโครงการและประเมินผลการดำเนินโครงการ

7. วิทยากร (กรณีอบรม,สัมมนา) จำนวน ..... คน  ภายใน  ภายนอก

8. คุณสมบัติผู้เข้าร่วมโครงการ (กรณีอบรม,สัมมนา)

9. วิธีการจัดโครงการ (บรรยาย,สัมมนา,ประชุม)

- บรรยาย จำนวน .....หัวข้อ ๆ ละ .....ชม. รวมเวลา .....ชม.  
 สัมมนา จำนวน .....หัวข้อ ๆ ละ .....ชม. รวมเวลา .....ชม.  
 ฝึกปฏิบัติการ (Workshops) จำนวน .....หัวข้อ ๆ ละ .....ชม. รวมเวลา .....ชม.

10. ค่าใช้จ่ายในการจัดโครงการ รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 24,550 บาท ,

โดยขอเบิกจ่ายจากเงินค่ากิจกรรมนักศึกษา ภาค  ปกติ  กศ.บป. เป็นเงิน 14,000 บาท

10.1 ค่าใช้สอย เป็นเงิน 20,250 บาท ,

- |   |          |        |       |
|---|----------|--------|-------|
| - ค่าอาหารจำนวน 50 คน ๆ ละ 6 มื้อ ๆ ละ 45 บาท               | เป็นเงิน | 13,500 | บาท ✓ |
| - ค่าอาหารว่าง และเครื่องดื่ม 50 คน ๆ ละ 3 มื้อ ๆ ละ 25 บาท | เป็นเงิน | 3,750  | บาท ✓ |
| - ค่าน้ำมันเชื้อเพลิงรถบัส                                  | เป็นเงิน | 3,000  | บาท ✓ |

10.2 ค่าวัสดุ เป็นเงิน 4,300 บาท ,

- |   |          |       |       |
|---|----------|-------|-------|
| - ค่าไม้กวาดทางมะพร้าว จำนวน 8 ด้าม ๆ ละ 50 บาท | เป็นเงิน | 400   | บาท ✓ |
| - สีทาภายนอก จำนวน 3 ถัง ๆ ละ 1,000 บาท         | เป็นเงิน | 3,000 | บาท ✓ |
| - ลูกฟุตบอล จำนวน 3 ลูก ๆ ละ 300 บาท            | เป็นเงิน | 900   | บาท ✓ |

11. หลักสูตรและหัวข้อในการฝึกอบรม(กรณี อบรม,สัมมนา)

12. ผลที่คาดว่าจะได้รับ

12.1 ชุมชน/โรงเรียนได้รับการซ่อมแซม ปรับปรุงอาคารเรียน

12.2 สมาชิกชมรมมีจิตอาสาเพื่อช่วยเหลือชุมชน / สังคม

13. การประเมินผลโครงการตามวัตถุประสงค์ของโครงการโดยประเมินด้วยตัวชี้ค่า (ค่าเป้าหมาย)

วัตถุประสงค์ของโครงการ	ตัวชี้วัด	รายละเอียด	ค่าเป้าหมาย	เครื่องมือที่ใช้ประเมิน
3.1 เพื่อส่งเสริมนักศึกษาทำกิจกรรมจิตอาสาเพื่อชุมชน/สังคม 3.2 เพื่อส่งเสริมการทำงานเป็นทีม สร้างความสัมพันธ์ระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชน	เชิงคุณภาพ เชิงปริมาณ	นักศึกษาร่วมกิจกรรมจิตอาสาเพื่อชุมชน สร้างการทำงานเป็นทีม และสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างมหาวิทยาลัยกับชุมชน	ค่าเฉลี่ย 3.51 ร้อยละ 80	แบบประเมิน แบบลงทะเบียน

14. ข้อเสนอแนะ

- การสำรวจการลงพื้นที่ไม่ละเอียด มีพื้นที่ในบางส่วนไม่ได้รับการปรับปรุง

15. แนวทางปรับปรุง (จากโครงการต่อเนื่อง / เดิม)

- ลงพื้นที่อย่างละเอียด ตรวจสอบบริเวณพื้นที่ต่างๆ ของโรงเรียนให้เด่นชัด ประชุมวางแผนการดำเนินงานอย่างละเอียด รอบคอบ

16. หน่วยงาน/ผู้รับผิดชอบโครงการ/เบอร์โทรศัพท์

ชมรมนักศึกษาวิชาทหาร / นายจตุพงศ์ เอียดแก้ว/094-1437242

กำหนดการ นศท.อาสาพัฒนานานเพื่อน้อง ครั้งที่ 8

วันที่ 10-12 พฤษภาคม 2562

ณ โรงเรียน ล้านช้างมิตรภาพที่ 45 อำเภอเขาชัยสน จังหวัดพัทลุง

วันที่ 10 พ.ศ. 2562

05.30 – 06.00 น.	ลงทะเบียน
06.00 – 09.30 น.	ออกเดินทางสู่โรงเรียนโรงเรียนบ้านล้านช้างมิตรภาพที่ 45
09.30 – 10.00 น.	ถึงที่พัก, เก็บสัมภาระ
10.00 – 12.00 น.	ประชุมวางแผนการทำงาน / แบ่งกลุ่มปฏิบัติงาน
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารเที่ยง ①
13.00 – 17.00 น.	ปฏิบัติงาน ทาสีกำแพง/ อาคารเรียน/ จัดบอร์ด
17.00 – 18.00 น.	ปฏิบัติภารกิจส่วนตัว
18.00 – 20.00 น.	รับประทานอาหารเย็น ②
20.00 – 22.30 น.	กิจกรรมนันทนาการ
22.30 – 23.00 น.	สรุปกิจกรรม
23.00 น.	พักตามอัยาศัย

วันที่ 11 พ.ศ. 2562

07.00 – 08.00 น.	รับประทานอาหารเช้า ③
08.00 – 12.00 น.	ปฏิบัติงานทาสี กำแพง / อาคารเรียน/ จัดบอร์ด (ต่อ)
12.00 – 13.00 น.	รับประทานอาหารเที่ยง ④
13.00 – 16.00 น.	ทำความสะอาดบริเวณโรงเรียนและชุมชน
17.00 – 18.00 น.	กิจกรรมกีฬาและกิจกรรมเชื่อมความสัมพันธ์
18.00 – 19.00 น.	รับประทานอาหารเย็น ⑤
19.00 – 22.00 น.	กิจกรรมนันทนาการ
22.00 น.	พักผ่อนตามอัยาศัย



วันที่ 12 พ.ค. 2562

07.00 – 08.00 น.

รับประทานอาหารเช้า ๑

08.00 – 12.00 น.

ปฏิบัติงานทาสีต่อกำแพง และอาคารเรียน (ต่อ)

12.00- 13.00 น.

รับประทานอาหารเช้า ๒

14.00 – 16.00 น.

เดินทางกลับโดยสวัสดิภาพ

หมายเหตุ : กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงตามความเหมาะสม

(รับประทานอาหารเช้าและเครื่องดื่ม เวลา 10.30 – 10.45 น. และ 14.30 – 14.45 น.)