



ข่าวประชาสัมพันธ์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

ส่วนวิเทศสัมพันธ์และสื่อสารองค์กร ได้จัดระบบข่าวสื่อสิ่งพิมพ์ สนใจดูรายละเอียดได้ที่ <http://news.swu.ac.th/newsclips/>

ข่าวจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ออนไลน์ ฉบับประจำวันที 14 เดือนมีนาคม พ.ศ.2568 หน้า มูลค่าข่าว .-

มศว จับมือ สสส. มุ่งสู่การเป็น “มหาวิทยาลัยแห่งสุขภาพ” (Healthy University)



มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่นิสิตและบุคลากรโดยมีเป้าหมายมุ่งสู่การเป็น “มหาวิทยาลัยสุขภาพ” (Healthy University)

“อาหาร” นับเป็น 1 ใน 4 ปัจจัยหลักสำคัญของชีวิตคนเรา คำกล่าวที่ว่า “กินอย่างไร ได้อย่างนั้น” You are what you eat ช่วยย้ำเตือนให้เราตระหนักถึงความสำคัญในการเลือกบริโภคอาหารในแต่ละวัน ขณะที่ปัจจุบันองค์ความรู้เรื่องโภชนาการมีความก้าวหน้าหลากหลายด้าน อาทิ โภชนาการบำบัด อาหารเพื่อสุขภาพ อาหารแมคโครไบโอติก คลีนฟู้ดส์ อาหารชีวจิต อาหารปลอดภัย เป็นต้น ส่งผลให้คนส่วนใหญ่หันมาเอาใจใส่ต่อการเลือกอาหารเพราะอยากมีอายุยืนยาว มีสุขภาพที่ดี – กินดีอยู่ดี เพราะเชื่อมั่นว่าการเลือกอาหารที่ดีจะนำมาซึ่งการมีสุขภาพที่ดี อาหารจึงเสมือนปราการด่านแรกที่คอยปกป้องเราให้รอดพ้นจากโรคร้ายไข้เจ็บหรือมีสุขภาพที่แข็งแรงได้ทั้งกายและใจ ล่าสุด มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (มศว) จึงได้ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) จัดกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีแก่นิสิตและบุคลากรโดยมีเป้าหมายมุ่งสู่การเป็น “มหาวิทยาลัยสุขภาพ” (Healthy University)





ข่าวประชาสัมพันธ์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172

รองศาสตราจารย์ ดร.ชลวิทย์ เจียรจิตต์ รักษาการอธิการบดีมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กล่าวว่า “มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเป็นมหาวิทยาลัยสีเขียว Green University อีกทั้งยังมุ่งสู่การเป็น “มหาวิทยาลัยสุขภาพ” (Healthy University) ในปัจจุบัน มศว ให้ความสำคัญและตระหนักถึงการเอาใจใส่ใจต่อคุณภาพชีวิตของนิสิตในเรื่องการกินการอยู่ เพราะเด็กๆ นิสิตคนรุ่นใหม่ทุกวันนี้กินอาหารสำเร็จรูป อาหารแปรรูป กินตามแพชั่น กินตามเพื่อน กินตามใจปาก มหาวิทยาลัยจึงจัดกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพในรูปแบบต่างๆ โดยเฉพาะการมีโรงอาหารที่สะอาด มีเครื่องล้างจานฆ่าเชื้อ ห้องน้ำสะอาด ภาชนะสะอาด และได้ขอความร่วมมือให้ร้านค้าแต่ละร้านได้มีเมนูอาหารเพื่อสุขภาพอย่างน้อยร้านละ 1 เมนู ใน Healthy Canteen เพราะอาจจะเป็นแรงจูงใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมารับประทานอาหารสำหรับนิสิตคนรุ่นใหม่ได้ไม่มากนักน้อย”

คุณพงษ์ศักดิ์ ชงรัตน์ะ ผู้อำนวยการสำนักสนับสนุนสุขภาพองค์กรวม สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ กล่าวว่า “ขณะนี้ มศว เป็นหนึ่งในมหาวิทยาลัยเครือข่าย AUN-HPN ที่ได้ร่วมมือกับสถาบันพัฒนาสุขภาพอาเซียนในการขับเคลื่อนการสร้างเสริมสุขภาพ เพื่อสร้างความรู้ ความเข้าใจและผลักดันมหาวิทยาลัยสู่การเป็นเครือข่ายความร่วมมือทางวิชาการระดับภูมิภาคของผู้เชี่ยวชาญทางด้านการมีวิถีชีวิตที่มีสุขภาพดีในสถาบันการศึกษา สสส. เราก็เป็นองค์กรที่ทำงานด้านส่งเสริมสุขภาพให้กับประชาชนในหลายมิติ การที่องค์กรภาคีรัฐภาคการศึกษาให้ความสำคัญตระหนักรู้เข้ามาช่วยกันสร้างแรงบันดาลใจให้นิสิต น้องๆ เด็กรุ่นใหม่ ตลอดจนกลุ่มวัยคนทำงานและประชาชนทุกเพศทุกวัยได้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องกับการกินอาหารให้ถูกต้องตามหลักโภชนาการเพราะอาหารมีผลกระทบต่อสุขภาพ กินดีสุขภาพก็ดี กินไม่ดีสุขภาพก็แย่ มีโรคภัยตามมา

เทรนด์อาหารเพื่อสุขภาพคือสิ่งที่เราอยากเห็นคนไทยมีสุขภาพดี ลดการไปโรงพยาบาล ที่ย้ำให้ความรู้และอยากให้เห็นไทยลดละคือ ‘ลดหวาน ลดเค็ม ลดมัน’ ซึ่งผมดีใจที่เห็นสถาบันการศึกษาไม่เพิกเฉยและเชื่อมั่นว่าโรงอาหารในมหาวิทยาลัยไม่ว่าจะเป็นที่ไหนก็จะไม่ใช่แค่โรงอาหารที่เข้าไปนั่งรับประทานอาหาร แต่จะเป็นที่แห่งการเรียนรู้ของการมีสุขภาพที่ดีได้ทุกวัน อย่างน้อยๆ การเผยแพร่ให้ความรู้เรื่องอาหารเพื่อสุขภาพ การติดตั้งป้ายประชาสัมพันธ์ย้ำเตือน ‘ลดเค็ม ลดหวาน ลดมัน’ ก็จะเป็นสติให้เราต้องเลือกกินอาหารอย่างไรจึงจะดีต่อสุขภาพได้อีกทางหนึ่ง วันนี้คนไทยตั้งแต่วัยรุ่นหนุ่มรุ่นสาว วัยทำงาน วัยผู้สูงอายุ เจ็บป่วยด้วยโรคความดัน โรคเบาหวาน โรคหลอดเลือดตีบ ซึ่งเป็นโรคที่มาจากอาหารที่มีรสเค็ม หวาน มัน มากเกินไป ร่วมกับขาดการออกกำลังกายเพื่อเผาผลาญไขมันและปัจจัยจากอาหารแปรรูป ผมคิดว่าเรื่องสุขภาพ-สุขภาพ เป็นเรื่องที่เราต้องช่วยกันให้ความรู้ที่ถูกต้องโดยเฉพาะกับเด็กๆ ลูกหลานเจน Y เจน Z ซึ่งเป็นวัยที่อาจไม่เห็นความสำคัญของโภชนาการมากนัก เพราะพวกเขาคือกำลังสำคัญของสังคมประเทศชาติที่เป็นความหวังของคนรุ่นเราในวันข้างหน้า ผมเชื่อว่าอาหารที่ดี สุขภาพที่ดี จะนำมาซึ่งพลังกายที่ดี พลังใจที่เข้มแข็ง สติปัญญาที่ดี ซึ่ง สสส. เราได้สื่อสารเสมอมา”



ข่าวประชาสัมพันธ์

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

114 ซอยสุขุมวิท 23 เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110 โทรศัพท์ 0-2649-5000 ภายใน 15666 โทรสาร 0-259-6172



การบริโภคอาหารเพื่อสุขภาพหรือเทรนด์อาหารเพื่อสุขภาพในการรณรงค์ให้คนไทยทุกหมู่เหล่า ทุกกลุ่มเพศวัย ได้หันมาเอาใจใส่ในการดูแลสุขภาพของตนเองอย่างจริงจัง ด้วยการ “ลดเค็ม ลดหวาน ลดมัน” เป็นหัวใจสำคัญเพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญกับโรคร้ายต่างๆ ได้อย่างง่ายด้วยการเริ่มต้นด้วยตนเองนั่นเอง.