

จัดหน่วยงานใช้คอมพิวเตอร์เทียบเวลาใหม่

เดือนหน่วยงานและองค์กรที่ใช้คอมพิวเตอร์จัดเก็บข้อมูลการใช้บริการ 90 วัน ตามประกาศกระทรวงไอซีที ต้องเทียบเวลามาตรฐานตามสากล ผิดพลาดได้ไม่เกิน 10 มิลลิวินาที เพื่อใช้และรอยหากมีการกระทำผิดตามกฎหมายคอมพิวเตอร์ หากไม่ทำตามมีโทษปรับไม่เกิน 5 แสน พร้อมปฏิเสธข่าวปรับเวลามาตรฐานเร็วขึ้น 30 นาที

สถาบันมาตรวิทยาแห่งชาติ (มว.) และกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ไอซีที) ยืนยันว่า ไม่ได้ปรับเปลี่ยนเวลามาตรฐานประเทศไทยให้เร็วขึ้น 30 นาที ตามที่มีข่าวและการפורเวิร์ด (ส่งต่ออีเมล) ไปยังบุคคลต่างๆ โดย เมื่อเวลา 13.45 น. วันที่ 15 ส.ค. พล.อ.ด.ดร.เพียร โตท่าโรง ผู้อำนวยการ มว. กล่าวว่า สถาบันฯ ไม่ได้ปรับแก้หรือปรับเปลี่ยนเวลาใดๆ ทั้งสิ้น สถาบันฯ มีหน้าที่จัดทำและรักษาเวลามาตรฐานประเทศไทยตามระบบสากล และให้บริการถ่ายทอดเวลามาตรฐานโดยการปรับเทียบเวลามาตรฐานเพื่อให้ผู้ต้องการมีเวลาที่ถูกต้อง เทียบตรง ซึ่งสอดคล้องกับประกาศ ของกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (ไอซีที) เรื่องหลักเกณฑ์การเก็บรักษาข้อมูลจราจรทางคอมพิวเตอร์ของผู้ให้บริการ พ.ศ. 2550 ให้ถูกต้องแม่นยำตามหลักสากล โดยมีผลบังคับใช้ในวันที่ 23 สิงหาคมนี้

ด้านนายชงชัย แสงศิริ นักวิชาการ คอมพิวเตอร์จากสำนักก้ากับการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศ กระทรวงไอซีที กล่าวว่า ประกาศ กระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร ให้หน่วยงานหรือองค์กรที่เกี่ยวข้องเช่น หน่วยงานราชการ สถานศึกษา องค์กร ร้านค้า บริษัท ห้างร้าน ธนาคาร โรงแรม บ้านเช่า แพลตฟอร์มร้านค้า อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ ผู้ให้บริการร้านเกมออนไลน์ ยกเว้นผู้ใช้อินเทอร์เน็ตภายในบ้าน ต้องเก็บข้อมูลการใช้บริการไม่น้อยกว่า 90 วันนั้น จะต้องเทียบเวลามาตรฐานตามระบบสากล ให้ผิดพลาดได้ไม่เกิน 10 มิลลิวินาที

ข้อมูลทั่วไปที่จะต้องจัดเก็บก็คือ ข้อมูลที่สามารถระบุตัวผู้ใช้บริการ วันเวลาที่เข้ามาใช้งาน รวมถึงหมายเลขเครื่องที่ใช้ IP Address และ URL เพื่อประโยชน์ในการตามรอยผู้กระทำความผิด หากหน่วยงานใดไม่ดำเนินการตามกฎหมาย จะต้องรับผิดชอบโดยมีโทษปรับไม่เกิน 500,000 บาท

ทั้งนี้สำหรับการปรับเทียบมาตรฐานเวลาปัจจุบันมี 3 ช่องทาง คือ 1.การปรับเทียบ ที่ห้องปฏิบัติการของสถาบันมาตรวิทยาแห่งชาติ คลอง 5 ปทุมธานี 2.การปรับเทียบเวลามาตรฐานผ่านระบบโทรศัพท์ 181 ของกรมอุทกศาสตร์ กองทัพเรือ ซึ่งมีมาตรฐานเวลาเดียวกับของสถาบันมาตรวิทยาฯ และ 3. การปรับเทียบทางอินเทอร์เน็ต ซึ่งเป็นทางที่ประชาชนทั่วไปเข้าถึงได้ง่ายที่สุด โดยคอมพิวเตอร์ที่ใช้ระบบปฏิบัติการวินโดวส์ XP หรือ VISTA สามารถใช้เมนู Time Server ใส่ URL ของสถาบันมาตรวิทยาฯ คือ time1.nimt.or.th, time2.nimt.or.th และ time3.nimt.or.th สามารถเชื่อมโยงข้อมูลเทียบเวลามาตรฐานได้โดยอัตโนมัติ.

ที่มา : http://www.dailynews.co.th/web/html/popup_news/Default.aspx?Newsid=173611&NewsType=1&Template=1



วันที่ 18 สิงหาคม พ.ศ. 2551

<http://www.matichon.co.th/>**กินมะนาวช่วยเลิกบุหรี่ ผลทดลองพิสูจน์ชัด**

นางกรองจิต วาทีสาธกกิจ ที่ปรึกษามูลนิธิรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่ กล่าวในการประชุมวิชาการ "บุหรี่ยับสุขภาพแห่งชาติ" ครั้งที่ 7 เรื่อง "เยาวชนรุ่นใหม่ ร่วมใจ ด่านภัยบุหรี่" ว่า ผลการวิจัยพบว่าในวิตามีนซีจะมีสารที่ช่วยลดความอยากของนิโคตินได้ และช่วยฟื้นฟูร่างกายที่ทรุดโทรมให้สดชื่น กระปรี้กระเปร่า จึงมีการนำใช้เพื่อช่วยเลิกบุหรี่ โดยเทคนิคการรับประทานผลไม้รสเปรี้ยวที่มีวิตามินซีสูง โดยเฉพาะมะนาวพบว่าเมื่อนำไปใช้แล้วมีประสิทธิภาพได้ผลดีมาก เพราะมะนาวมีผลต่อการทำงานของต่อมรับรสชม ทำให้รสชาติของบุหรี่เปลี่ยนไป

นางกรองจิตกล่าวว่า วิธีการกินมะนาวช่วยเลิกบุหรี่ ต้องหั่นมะนาวเป็นชิ้นเล็กๆ ให้มีเปลือกติดมาด้วย ขนาดเท่าหัวแม่มือ เมื่อมีความรู้สึกอยากสูบบุหรี่ ให้กินมะนาวแทน โดยอมแล้วค่อยดูดความเปรี้ยว จากนั้นเคี้ยวเปลือกอย่างช้าๆ นาน 3-5 นาที จะมีผลทำให้สิ้นชมและรู้สึกเฟื่อน จากนั้นดื่มน้ำ 1 แก้ว ซึ่งนอกจากช่วยลดความอยากนิโคตินแล้ว เมื่อสูบบุหรี่จะทำให้รสชาติบุหรี่เปลี่ยนเป็นขมจนไม่อยากจะสูบบุหรี่ และสามารถกินมะนาว หรือผลไม้ชนิดอื่นที่มีความเปรี้ยวมากๆ ได้ทุกครั้งที่เกิดความอยากบุหรี่

"การกินมะนาวสามารถเลิกบุหรี่ได้ภายใน 2 สัปดาห์ และไม่อยากบุหรี่ยีก ถือว่าชนะนิโคตินได้ มีการนำไปทดลองกับนักเรียน หลายคนที่ได้ทดลองวิธีนี้ เขารู้สึกว่าสูบบุหรี่แล้วไม่อร่อย รสชาติไม่เหมือนเดิม" นางกรองจิตกล่าว

นางอนงค์ พัดระกุล อาจารย์โรงเรียนบางมดวิทยา "สีสุกวาดจวนอุบลรัตน์" ซึ่งได้รับรางวัลความคุมยาสูบแห่งชาติ ประเภทสถานศึกษาปลอดบุหรี่ กล่าวว่า จากการทำค่ายลดละเลิกบุหรี่ โดยนำนักเรียนที่สูบบุหรี่จำนวน 75 คน มาทำกิจกรรม 3-7 วัน และใช้วิธีการเคี้ยวมะนาวพบว่า ร้อยละ 75 จะสูบบุหรี่ลดลง เมื่อผ่าน 2 สัปดาห์ มีเด็กที่เลิกสูบบุหรี่เด็ดขาด ร้อยละ 50 และภายใน 1 ปี มีเด็กเพียงร้อยละ 30 ที่กลับไปสูบบุหรี่อีก โดยปัจจัยเสริมที่ทำให้เลิกได้พบว่า หากเป็นเด็กที่มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูงก็จะเลิกง่ายกว่าเด็กที่หัวอ่อนตามเพื่อน