

ธรรมศาสตร์ส่งเสริมคุณภาพชีวิตศิษย์เก่า ผ่านกิจกรรม “ชะลอ ชรา ด้วยศาสตร์แพทย์แผนไทย”

23 มิถุนายน 2569 : สำนักงานธรรมศาสตร์สัมพันธ์ ร่วมกับ คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ จัดโครงการ “ศิษย์เก่าวัยเกษียณ ตอน ชะลอ ชรา ด้วยศาสตร์แพทย์แผนไทย” เพื่อส่งเสริมความรู้ด้านการดูแลสุขภาพและคุณภาพชีวิตให้แก่ศิษย์เก่าวัยเกษียณและผู้สนใจ ณ ห้องประชุม LA 107 คณะศิลปศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ท่าพระจันทร์

กิจกรรมดังกล่าวได้รับความสนใจจากศิษย์เก่ามหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์เป็นอย่างดี โดยผู้เข้าร่วมได้เรียนรู้แนวทางการดูแลสุขภาพตามศาสตร์การแพทย์แผนไทย ซึ่งมุ่งเน้นการส่งเสริมสุขภาพแบบองค์รวม ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และการปรับสมดุลการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับวัย ภายในกิจกรรม ผู้เข้าร่วมได้รับฟังการบรรยายและแลกเปลี่ยนประสบการณ์เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพ การชะลอความเสื่อมของร่างกาย ตลอดจนแนวทางการนำภูมิปัญญาการแพทย์แผนไทยมาประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะและคุณภาพชีวิตที่ดีในระยะยาว

นอกจากการได้รับองค์ความรู้ด้านสุขภาพแล้ว กิจกรรมยังเป็นเวทีสร้างความสัมพันธ์อันดีระหว่างศิษย์เก่าหลากหลายรุ่น ให้ได้กลับมาพบปะ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ และสานต่อความผูกพันกับมหาวิทยาลัย อันเป็นหนึ่งในพันธกิจสำคัญของสำนักงานธรรมศาสตร์สัมพันธ์ในการเชื่อมโยงเครือข่ายศิษย์เก่าและส่งเสริมการเรียนรู้ตลอดชีวิต

