

ที่ นศ ๐๐๒๓.๑/ว ๑๓๓



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด
ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐๐

๒๖ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

เรียน นายกองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ทุกแห่ง

อ้างถึง หนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ นศ ๐๐๒๓.๑/ว ๒๔๒
ลงวันที่ ๓๐ เมษายน ๒๕๖๒

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๑๗๗๑
ลงวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๖๖

จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่จังหวัดนครศรีธรรมราชได้แต่งตั้งคณะกรรมการจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ตามคำสั่งจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ ๘๙๐/๒๕๖๒ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ เพื่อรับข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้จากกระทรวงมหาดไทย (คณะกรรมการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน (ทีม Admin กลาง)) ผ่านช่องทางไลน์กลุ่ม ชื่อ “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” เพื่อส่งข่าวสารดังกล่าวให้อำเภอและองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น นำไปสร้างการรับรู้ในระดับอำเภอและองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น นั้น

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช ขอส่งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙-๑๐/๒๕๖๖ ให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในสังกัดและประชาชนทราบโดยทั่วกัน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการในส่วนที่เกี่ยวข้องต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายปราโมทย์ ศรีวิสุทธิ)
ท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช

ฝ่ายบริหารทั่วไป

โทร. ๐ ๗๕๓๕ ๖๑๔๔ ต่อ ๑๑

www.nakhonlocal.go.th

“มานะ มานคร มหาศรัทธา”



ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๑๗๗๑

สำนักงานส่งเสริมการปกครอง
ท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช
เลขที่รับ 2711
วันที่ 17 มี.ค. ๖๖
เวลา
ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช
ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐

๑๗ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดนครศรีธรรมราช

อ้างถึง หนังสือจังหวัดนครศรีธรรมราช ส่วนที่สด ที่ นศ ๐๐๑๗.๒/ว ๑๗๔๐ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม ๒๕๖๒

- สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ
๒. ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๐/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ จังหวัดนครศรีธรรมราชได้แต่งตั้งท่านเป็นคณะกรรมการบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ตามคำสั่งจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่ ๘๙๐/๒๕๖๒ ลงวันที่ ๒๕ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๒ เพื่อรับข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้จากกระทรวงมหาดไทย (คณะกรรมการบูรณาการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน (ทีม Admin กลาง)) ผ่านช่องทางไลน์กลุ่ม ชื่อ “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” เพื่อส่งข่าวสารดังกล่าวให้อำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น นำไปสร้างการรับรู้ในระดับอำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

ในการนี้ กระทรวงมหาดไทยได้แจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙-๑๐/๒๕๖๖ เพื่อให้นำไปดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ และท้องถิ่น ตามแนวทางที่กำหนดต่อไป รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์ กองสารนิเทศ สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย www.pr.moi.go.th หัวข้อ “หนังสือแจ้งเวียน/ประชาสัมพันธ์” เรื่อง ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน และช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้”

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป ทั้งนี้ให้แจ้งหน่วยงานในการกำกับ ดูแลทราบและดำเนินการด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(นายไตรรัตน์ ไชยรัตน์)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช

สำนักงานจังหวัดนครศรีธรรมราช

กลุ่มงานยุทธศาสตร์และข้อมูลฯ

โทร/โทรสาร ๐-๗๕๓๕-๖๔๕๒

“มานะ มานดร มหาศรัทธา”



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๑.	กบข. เตือนอย่าหลงเชื่อมีจลาชีพแอบอ้างหลอกลวงทุน	กระทรวงการคลัง	-
๒.	โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	แจ้งเตือนโปรดระวังมีจลาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	นอนน้อย...แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	๕ พฤติกรรมเสี่ยงโรคหัวใจ	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	การป้องกัน “ไข้หวัดนก”	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	กรม สบส. ชวน อสม. รณรงค์ให้ความรู้ป้องกันไข้เลือดออก ลดป่วย ลดตาย ป้องกันการป่วยซ้ำ	กระทรวงสาธารณสุข	-
มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ			
๘.	มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จัดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี	กระทรวงมหาดไทย	ภาพประกอบ ๑ ชุด

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้นเฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๔ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ

ช่องทางการติดต่อ กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ โทร. ๑๑๗๙

๑) หัวข้อเรื่อง กบข. เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพแอบอ้างหลอกลงทุน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กบข. เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพแอบอ้างหลอกลงทุน

กบข. แจ้งเตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพแอบอ้างใช้ชื่อ “กบข.” “ตราสัญลักษณ์” “ภาพผู้บริหาร” ชักชวนลงทุนโดยมีการประกันผลตอบแทนผ่านช่องทางโซเชียลมีเดีย ย้ำ กบข. ไม่มีนโยบายเชิญชวนสมาชิกลงทุนผ่านช่องทางส่วนบุคคล นอกเหนือจากการเลือกแผนการลงทุนตามที่กฎหมายกำหนดเท่านั้น ซึ่งเงินสะสมของสมาชิกจะถูกหักจากบัญชีเงินเดือนและนำส่ง กบข. โดยเจ้าหน้าที่การเงินของหน่วยงานสมาชิกเท่านั้น ไม่มีการให้สมาชิกโอนเงินเข้าบัญชีด้วยตนเอง

ดร.ศรีกัญญา ยาทิพย์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เปิดเผยว่า กบข. ได้รับแจ้งว่ามีมิจฉาชีพแอบอ้างเป็นผู้บริหาร กบข. เชิญชวนให้เข้ากลุ่มไลน์ เพื่อหลอกลวงให้ร่วมลงทุน โดยมีพฤติกรรมสร้างบัญชีไลน์ ใช้ชื่อและรูปของผู้บริหาร กบข. เพื่อให้เข้าใจว่า กบข. เป็นผู้ชักชวน หลังจากนั้นได้ส่งข้อความหาสมาชิก กบข. และกระตุ้นให้เข้าร่วมกลุ่มไลน์และให้โอนเงินประกันผลตอบแทนเข้าระบบอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอ้างว่าเป็นการทำภารกิจเพื่อให้ได้ผลกำไร พฤติกรรมดังกล่าวเป็นการกระทำของมิจฉาชีพ ที่ทำให้สมาชิกต้องสูญเสียทรัพย์สินและเกิดความเสียหาย

กบข. ขอชี้แจงว่า กบข. ไม่มีนโยบายเชิญชวนให้สมาชิกลงทุนผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น LINE Facebook หรือช่องทางส่วนบุคคล นอกเหนือจากการเลือกแผนการลงทุนตามที่กฎหมายกำหนดเท่านั้น ซึ่งเงินสะสมของสมาชิกจะถูกหักจากบัญชีเงินเดือนและนำส่ง กบข. โดยเจ้าหน้าที่การเงินของหน่วยงานสมาชิกเท่านั้น ไม่มีการให้สมาชิกโอนเงินเข้าบัญชีด้วยตนเอง และขอแจ้งเตือนไปยังสมาชิกและประชาชนทั่วไปให้ใช้ความระมัดระวังไม่หลงเชื่อคำเชิญชวนต่าง ๆ หรือการติดต่อแอบอ้างจากช่องทางอื่น ๆ ที่ใช้ชื่อ “กบข.” “ตราสัญลักษณ์” หรือ “ภาพผู้บริหาร กบข.” ที่ไม่ใช่ช่องทางการสื่อสารหลักของ กบข.

หากพบเห็นพฤติกรรมดังกล่าว หรือโฆษณาชักชวนลงทุนที่ผิดสังเกตสามารถแจ้งมาได้ที่ ศูนย์บริการข้อมูลสมาชิก โทร. ๑๑๗๙ Facebook page กองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) ที่มีเครื่องหมายลูกสีฟ้าหลังชื่อเพจเพื่อยืนยันบัญชีทางการ หรือ LINE Official Account ไลน์ @gpfcommunity มีเครื่องหมายโลโก้เขียวหน้าชื่อบัญชี เพื่อยืนยันบัญชีทางการ

ทั้งนี้ กบข. กำลังรวบรวมหลักฐาน และส่งเรื่องจากผู้เสียหายที่มีหลักฐานครบถ้วนถึงการกระทำผิดที่เกี่ยวกับ กบข. ให้พนักงานสอบสวนดำเนินคดีอย่างถึงที่สุด

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมการปกครอง

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการปกครอง

ช่องทางการติดต่อ กรมการปกครอง โทรศัพท์ : ๐-๒๒๒๑-๘๑๕๐

๑) หัวข้อเรื่อง โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอเจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

❖ วัตถุประสงค์

๑. เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา เนื่องในวาระ ทรงเจริญพระชนมายุครบ ๓ รอบ ๓๖ พรรษา

๒. สร้างความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีภูมิคุ้มกันพร้อมรับมือภัยพิบัติต่างๆ ที่จะมา กระทบ

๓. สร้างความสามัคคีปรองดอง ร่วมมือร่วมใจประกอบกิจกรรมสาธารณะ สร้างค่านิยมความ เสียสละ จิตอาสา เพื่อให้เกิดความรัก ความผูกพันใน ๔ สถาบันหลักของชาติ คือ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และประชาชน

๔. พัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกด้าน ทั้งสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม นำไปสู่เป้าหมายการพัฒนา อย่างยั่งยืน

๕. แก้ไขปัญหาความยากจน และฟื้นฟูเศรษฐกิจฐานราก ทำให้เกิดการกระจายรายได้อย่างเสมอภาค ในหมู่บ้าน/ชุมชน

๖. พัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง แก้ไขปัญหาความยากจน และลดปัญหาความเหลื่อมล้ำ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

๗. สามารถพึ่งพาตนเองได้ อันนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

๘. ส่งเสริมความมั่นคงภายในประเทศ กินดีอยู่ดี มีความสุข บ้านเมืองมีความมั่นคงในทุกมิติและ ทุกระดับ

โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

❖ มิติใหม่ของคนมหาดไทย

➤ มุ่งทำให้ “ประเทศชาติมั่นคง ประชาชนมีความสุข แก้ไขในสิ่งผิด สืบสานในพระราชปณิธาน ภายใต้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง”

➤ ยึดหลักการทำงาน Change for Good ในการบำบัดทุกข์ บำรุงสุข

➤ ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมทำ และร่วมรับประโยชน์

➤ ยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง น้อมนำหลักการทรงงาน “เข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา”

➤ น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้จนเกิดเป็นวิถีแห่งความพอเพียง

➤ ทำตัวเป็นรวงข้าวสุกที่โน้มเข้าหาประชาชน ทำงานแบบ “รองเท้านี้สึก ก่อนกางเกงขาด”

❖ เป้าหมาย

➤ ๗๖ จังหวัด

➤ ๘๗๘ อำเภอ

➤ ๗,๒๕๕ ตำบล/หมู่บ้าน

**เรื่อง โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา**

❖ **CAST = Change Agent for Strategic Transformation**

- คณะกรรมการระดับจังหวัด ➡ P-CAST ทีมทางการ (ผู้ว่าราชการจังหวัด)
- คณะกรรมการระดับอำเภอ ➡ D-CAST ทีมทางการ (นายอำเภอ และ คณะกรรมการระดับอำเภอ) และ ทีมจิตอาสา (๗ ภาควิชา)
- คณะทำงานระดับตำบล ➡ T-CAST ทีมทางการและทีมจิตอาสา
- นักขับเคลื่อนยุทธศาสตร์นำการเปลี่ยนแปลงระดับหมู่บ้าน ➡ V-CAST ทีมทางการและทีมจิตอาสา
- หมู่บ้านที่ศักยภาพน้อยที่สุด

❖ **ระบบ คຸ່ມ/ປື້ອກ/ຫຍ່ອມ บ้าน กลไก ๓ ๕ ๗**

- ๓ ระดับ ➡ ระดับชุมชน / หมู่บ้าน ระดับจังหวัด และระดับประเทศ
- ๕ กลไก ➡ การประสานงานภาคีเครือข่าย / การบูรณาการแผนงานและยุทธศาสตร์ / การติดตามหนุนเสริมและประเมินผล / การจัดการความรู้ และการสื่อสารสังคม
- ๗ ภาควิชา ➡ ภาครัฐ ภาควิชาการ ภาคศาสนา ภาคประชาชน ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และภาคสื่อสารมวลชน

❖ **กรอบแนวคิด**

- Passion : อุดมการณ์
- Attitude : ทศนคติ
- Ability : ความสามารถ
- Knowledge : ความรู้
- Success : ความสำเร็จ

❖ **MOI One Plan “เชื่อมโยงแผนระดับต่างๆ ให้เกิดการขับเคลื่อนไปในทิศทางเดียวกัน”**

❖ **SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS “SDGs ๕ P ๑๗ เป้าหมาย”**

❖ **Sustainable Village หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน “๘๗๘ อำเภอ ๗,๒๕๕ ตำบล/หมู่บ้าน”**

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ทั้ง ๑๗ ข้อ ขององค์การสหประชาชาติ

SDGs จัดกลุ่มตามประเด็นที่ให้ความสำคัญแบ่งได้ ๕ กลุ่ม เรียกว่า ๕P เพื่อให้แน่ใจว่าโลกจะดีขึ้น ภายในปี พ.ศ.๒๕๗๓ (ค.ศ.๒๐๓๐)

➤ **กลุ่มที่ ๑ คน/สังคม (People)**

- ขจัดความยากจน
- ยุติความหิวโหย
- สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี
- การศึกษาที่มีคุณภาพและเท่าเทียม
- ความเท่าเทียมทางเพศ

➤ **กลุ่มที่ ๒ ความมั่งคั่งและการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ (Prosperity)**

- พลังงานสะอาดและเข้าถึงได้
- การเติบโตทางเศรษฐกิจและการจ้างที่ดี
- อุตสาหกรรมโครงสร้างพื้นฐานและนวัตกรรม
- ลดความเหลื่อมล้ำ
- เมืองและชุมชนยั่งยืน

➤ **กลุ่มที่ ๓ สิ่งแวดล้อม (Planet)**

- การเข้าถึงน้ำสะอาดสำหรับอุปโภคบริโภค
- การผลิตและบริโภคที่ยั่งยืน
- รับมือกับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
- ระบบนิเวศทางทะเลและมหาสมุทร
- ระบบนิเวศบนบก

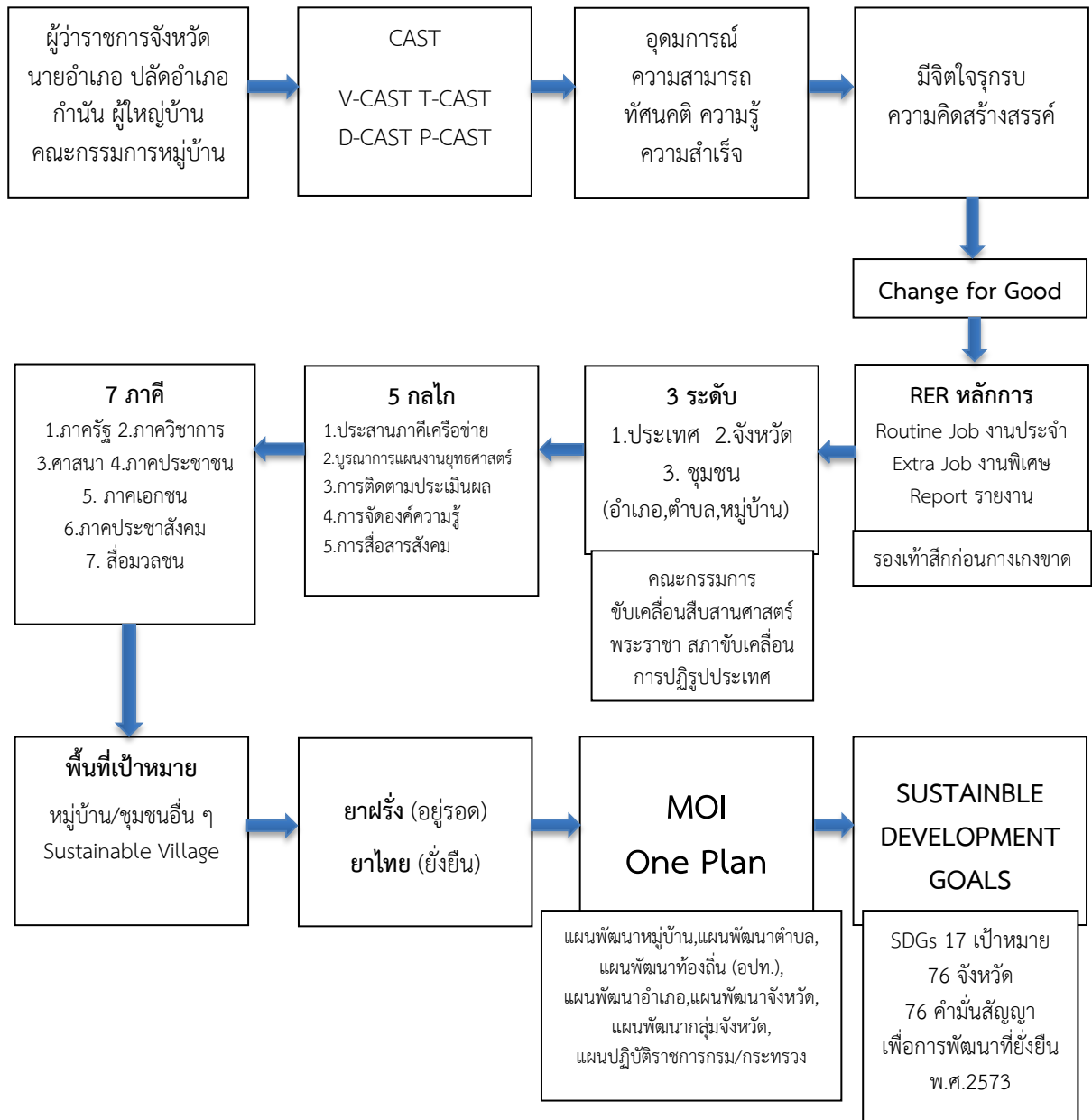
➤ **กลุ่มที่ ๔ สันติภาพและความสงบสุข (Peace)**

- สันติภาพและสถาบันและสถาบันที่เข้มแข็ง

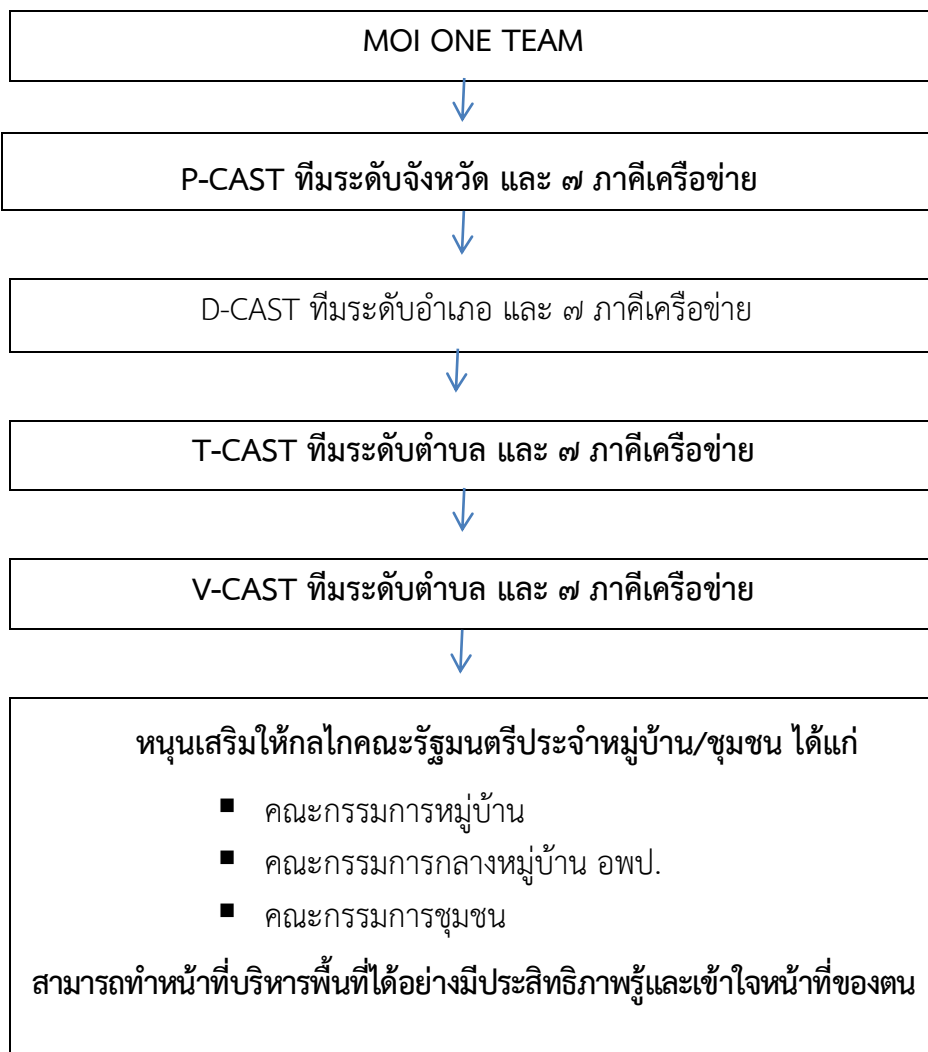
➤ **กลุ่มที่ ๕ หุ้นส่วนและความร่วมมือ (Partnership)**

- หุ้นส่วนเพื่อการพัฒนา

โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา



กรอบแนวคิดการขับเคลื่อนโครงการ
“หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน” (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา



๗ ภาคี เครือข่าย

๑. ภาครัฐ ๒. ภาควิชาการ ๓. ภาคศาสนา ๔. ภาคประชาชน ๕. ภาคเอกชน
๖. ภาคประชาสังคม และ ๗. ภาคสื่อสารมวลชน

กรอบแนวความคิดการขับเคลื่อนโครงการ
“หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน” (Sustainable Village)

เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

- คน : พึ่งพาตนเองได้
- ครอบครัว : มีภูมิคุ้มกัน
- หมู่บ้าน/ชุมชน : ยั่งยืน
- ตำบล : แข็งแรงด้วยเครือข่าย
- อำเภอ/จังหวัด : คนมีความสุข
- ประเทศ : มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน
- โลก : บรรลุเป้าหมาย SDGs ทั้ง ๑๗ ข้อ

❖ **หลักปรัชญาเศรษฐกิจพอเพียง “พอประมาณ มีเหตุผล มีภูมิคุ้มกันในตัวที่ดี”**

- ความรู้ (รอบรู้ รอบคอบ ระมัดระวัง)
- คุณธรรม (ซื่อสัตย์สุจริต ขยันอดทน สติปัญญา แบ่งปัน)

- สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้หน้าที่ของตนเอง มีความรัก ความผูกพัน
- ๔ ร่วม คือ ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมทำ และร่วมรับประโยชน์
- พัฒนาคนให้คนไปพัฒนาพื้นที่
- กาย – ปัจจัย ๔ / ใจ – ศาสนา ยึดเหนี่ยวและกลมเกลียวจิตใจ / ปัญญา – การศึกษาต่อช่วงวัย

การเรียนรู้ตลอดชีวิต

- กชช. ๒ ค ๗ หมวด ๔๔ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๑ โครงสร้างพื้นฐาน ๑๐ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๒ สภาพพื้นฐานทางเศรษฐกิจ ๑๐ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๓ สุขภาวะและอนามัย ๗ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๔ ความรู้และการศึกษา ๔ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๕ การมีส่วนร่วมและความเข้มแข็งของชุมชน ๕ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๖ ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม ๕ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๗ ความเสี่ยงของชุมชนและภัยพิบัติ ๓ ตัวชี้วัด
- จปฐ. ๕ หมวด ๓๘ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๑ สุขภาพ ๑๒ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๒ มาตรฐานความเป็นอยู่ ๙ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๓ การศึกษา ๕ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๔ เศรษฐกิจ ๔ ตัวชี้วัด
 - หมวดที่ ๕ การคุ้มครองทางสังคมและการมีส่วนร่วม ๘ ตัวชี้วัด

● ๕ P ๑๗ ได้แก่ ๑. คน / สังคม (People) ๒. ความมั่งคั่งและการเติบโตทางเศรษฐกิจ (Prosperity) ๓. สิ่งแวดล้อม (Planet) ๔. สันติภาพและความสงบสุข (Peace) และ ๕. หันส่วนความร่วมมือ (Partnership)

โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)

เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

วัตถุประสงค์



เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา
เนื่องในวาระทรงเจริญพระชนมายุครบ 3 รอบ 36 พรรษา

สร้างความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีภูมิคุ้มกันพร้อมรับมือภัยพิบัติต่าง ๆ
ที่จะมากระทบ

สร้างความสมัคสมาน สามัคคี ร่วมมือร่วมใจประกอบกิจกรรมสาธารณะ สร้างค่านิยม
ความเสียสละ จิตอาสา เพื่อให้เกิดความรัก ความผูกพันใน 4 สถาบันหลักของชาติ
คือ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และประชาชน

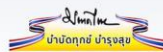
พัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกด้าน ทั้งสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม นำไปสู่เป้าหมาย
การพัฒนาอย่างยั่งยืน

แก้ไขปัญหาความยากจน และฟื้นฟูเศรษฐกิจฐานราก ทำให้เกิดการกระจายรายได้
อย่างเสมอภาคในหมู่บ้าน/ชุมชน

พัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง แก้ไขปัญหา
ความยากจนและลดปัญหาความเหลื่อมล้ำ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น

สามารถพึ่งพาตนเองได้ อันนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน

ส่งเสริมความมั่นคงภายในประเทศ กินดีอยู่ดี มีความสุข บ้านเมืองมีความมั่นคง
ในทุกมิติและทุกระดับ



โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

มิติใหม่ของคนมหาดไทย

- ◆ มุ่งทำให้ “ประเทศชาติมั่นคง ประชาชนมีความสุข แก้ไขในสิ่งผิด สืบสานในพระราชปณิธาน ภายใต้ปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง”
- ◆ ยึดหลักการทำงาน Change for Good ในการบำบัดทุกข์ บำรุงสุข
- ◆ ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมทำ และร่วมรับประโยชน์
- ◆ ยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง น้อมนำหลักการทรงงาน “เข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา”
- ◆ น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้จนเกิดเป็นวิถีแห่งความพอเพียง
- ◆ ทำตัวเป็นรวงข้าวสุกที่โน้มเข้าหาประชาชน ทำงานแบบ “รองเท้านี้ก้าว ก่อนกางเกงขาด”

เป้าหมาย

76
878
7,255

จังหวัด
อำเภอ
ตำบล/หมู่บ้าน



โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

เป้าหมายการพัฒนาที่ยั่งยืน ทั้ง 17 ข้อ ขององค์การสหประชาชาติ

SDGs จัดกลุ่มตามประเด็นที่ให้ความสำคัญแบ่งได้ 5 กลุ่ม เรียกว่า 5Pi เพื่อให้แน่ใจว่าโลกจะดีขึ้นภายในปี พ.ศ.2573 (ค.ศ.2030)

กลุ่มที่ 1 คน/สังคม (People)

- 1 ขจัดความยากจน
- 2 ยุติความหิวโหย
- 3 สุขภาพและความเป็นอยู่ที่ดี
- 4 การศึกษาที่มีคุณภาพและเท่าเทียม
- 5 ความเท่าเทียมทางเพศ

กลุ่มที่ 2 ความมั่งคั่งและการเจริญเติบโตทางเศรษฐกิจ (Prosperity)

- 7 พลังงานสะอาดและเข้าถึงได้
- 8 การเติบโตทางเศรษฐกิจและการจ้างที่ดี
- 9 อุตสาหกรรมโครงสร้างพื้นฐานและนวัตกรรม
- 10 ลดความเหลื่อมล้ำ
- 11 เมืองและชุมชนยั่งยืน

กลุ่มที่ 3 สิ่งแวดล้อม (Planet)

- 6 การเข้าถึงน้ำสะอาดสำหรับอุปโภคบริโภค
- 12 การผลิตและบริโภคที่ยั่งยืน
- 13 รับมือกับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
- 14 ระบบนิเวศทางทะเลและมหาสมุทร
- 15 ระบบนิเวศบนบก

กลุ่มที่ 4 สันติภาพและความสงบสุข (Peace)

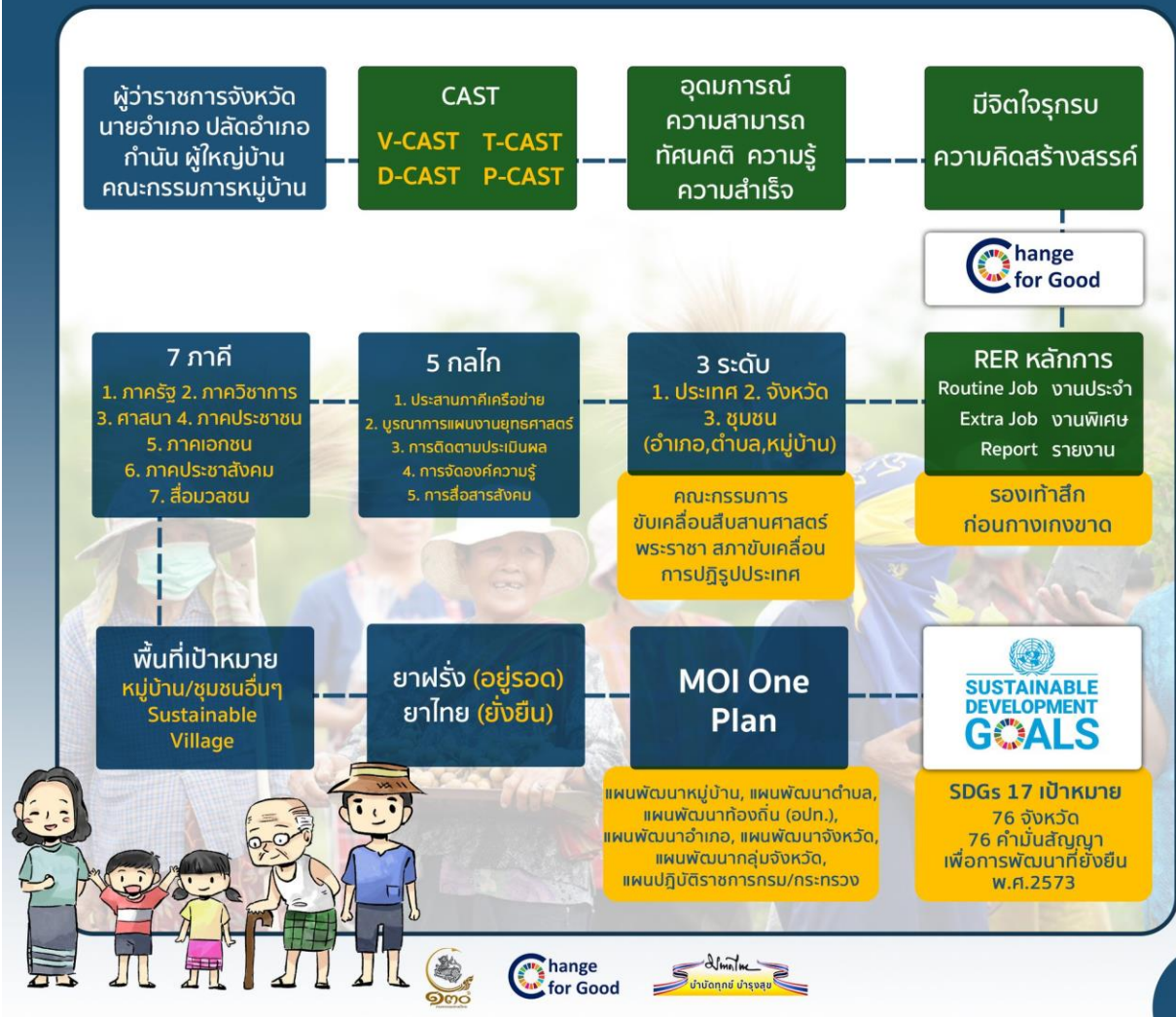
- 16 สันติภาพและสถาบันและสถาบันที่เข้มแข็ง

กลุ่มที่ 5 หุ้นส่วนและความร่วมมือ (Partnership)

- 17 หุ้นส่วนเพื่อการพัฒนา



โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา



กรอบแนวคิดการขับเคลื่อนโครงการ
“หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน” (Sustainable Village)
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

MOI ONE TEAM

P-CAST

ทีมระดับจังหวัด และ 7 ภาครี้อย

D-CAST

ทีมระดับอำเภอ และ 7 ภาครี้อย

T-CAST

ทีมระดับตำบล และ 7 ภาครี้อย

V-CAST

ทีมระดับตำบล และ 7 ภาครี้อย

หนุนเสริมให้กลไกคณะรัฐมนตรีประจำหมู่บ้าน/ชุมชน ได้แก่

คณะกรรมการหมู่บ้าน

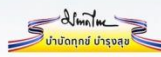
คณะกรรมการกลางหมู่บ้าน อพป.

คณะกรรมการชุมชน

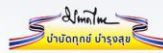
สามารถทำหน้าที่บริหารพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพรู้และเข้าใจหน้าที่ของตน

7 ภาครี้อย

- ◆ ภาครี้อย
- ◆ ภาควิชาการ
- ◆ ภาครี้อย
- ◆ ภาครี้อย
- ◆ ภาครี้อย
- ◆ ภาครี้อย
- ◆ ภาครี้อย



กรอบแนวคิดการขับเคลื่อนโครงการ “หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน” (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน

ช่องทางการติดต่อ สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๑๕๗๖๙-๗๒

๑) หัวข้อเรื่อง แจ้งเตือนโปรตระวังมิจฉาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง แจ้งเตือนโปรตระวังมิจฉาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

กรมที่ดินแจ้งระวังมิจฉาชีพใช้หนังสือราชการปลอม เพื่อให้ทำการชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง จึงขอเตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อ และควรตรวจสอบช่องทางการชำระภาษีที่ถูกต้องและหน่วยงานที่มีหน้าที่จัดเก็บภาษี ดังนี้

➤ ช่องทางการชำระภาษีที่ถูกต้อง

๑. ชำระภาษีด้วยตนเอง ณ ที่ทำการ อปท. หรือจุดบริการเคลื่อนที่ที่ อปท. กำหนด
๒. ชำระผ่านไปรษณีย์ลงทะเบียนตอบรับ
๓. ชำระผ่านธนาคาร เช่น ผ่านเคาน์เตอร์ ATM, MOBILE BANKING และโอนเงินผ่านเลขที่บัญชีของ อปท.

➤ หน่วยงานที่จัดเก็บภาษี

๑. กรุงเทพมหานคร
๒. เทศบาล
๓. องค์การบริหารส่วนตำบล
๔. เมืองพัทยา

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) พื้นที่ หรือ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น โทรศัพท์ : ๐-๒๐๒๖-๕๘๐๐



แจ้งเตือน โปรดระวังมิจฉาชีพ

การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

ด่วนที่สุด
ที่ มท ๐๕๖๕.๑/๒ ๒๕๖๐



กรมที่ดิน
ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา
อาคารรัฐประศาสนสภา ชั้น ๑๖
แขวงทุ่งพญาไท เขตพญาไท
กรุงเทพฯ ๑๐๖๑๐

วันที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ตามกระทรวงมหาดไทยได้มีแจ้งกรมที่ดินสำรวจผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

เรียน **นาย/นาง/นางสาว/นาย/นางสาว**

ด้วยทางองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์มีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนและบรรเทาภาระภาษีให้แก่ผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง และส่งเสริมการใช้จ่ายเงินภาษีเพื่อใช้ในการพัฒนาพื้นที่สาธารณะประโยชน์ และส่งเสริมการใช้จ่ายเงินภาษีเพื่อใช้ในการพัฒนาพื้นที่สาธารณะประโยชน์

ในการสำรวจการชำระค่าภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างได้ ๒ ขั้นตอน

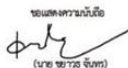
๑. ติดต่อกับสำนักงานกรมที่ดินจังหวัด หรือเขตอำนวยการ
- ๑.๑) สำนักงานประชาชน
- ๑.๒) สำนักงานเขต
- ๑.๓) โฉนดที่ดินจังหวัด
- ๑.๔) หนังสือแจ้งเสียภาษี
๒. ผ่านช่องทางอิเล็กทรอนิกส์ (E-Services) สำหรับการชำระค่าภาษี

ใช้เพื่อชำระค่าภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

มาตรวจชำระค่าภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง ตั้งแต่วันที่ ๑๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๕ ตามประกาศกระทรวงมหาดไทยในราชกิจจานุเบกษา

จึงเรียนให้ท่านได้รับทราบและขอความร่วมมือปฏิบัติตามแนวทางที่ชี้แจงนี้

วันที่ ๑๑ ธันวาคม ๒๕๖๕


(นาย ช่างสุ จันท)
อธิการบดีกรมที่ดิน

ช่องทางที่ถูกต้อง

- 1.ชำระภาษีด้วยตนเอง ณ ที่ทำการ อบท. หรือจุดบริการเคลื่อนที่ที่ อบท. กำหนด
- 2.ชำระผ่านโปรดยักษ์ลงทะเบียนตอบรับ
- 3.ชำระผ่านธนาคาร เช่น ผ่านเคาน์เตอร์, ATM, MOBILE BANKING และโอนเงินผ่านเลขที่บัญชีของ อบท.

หน่วยงานที่จัดเก็บภาษี

- กรุงเทพมหานคร
- เทศบาล
- องค์การบริหารส่วนตำบล
- เมืองพัทยา

หากมีข้อสงสัยติดต่อ : อบท. พื้นที่ หรือ กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
โทร 0-2026-5800



สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน กรมที่ดิน กระทรวงมหาดไทย



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมเวชศาสตร์การนอนหลับ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง นอนน้อย...แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง นอนน้อย...แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี

กรมอนามัย มีข้อเสนอแนะในการนอน เพื่อสุขภาพที่ดี ดังนี้

การนอนหลับเป็นช่วงเวลาที่ยาวนานของร่างกายได้พักผ่อน ระบบหัวใจและหลอดเลือดไม่ต้องออกแรงมากเพื่อสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ปรับสมดุลของสารเคมีต่างๆ และเป็นระยะที่สมองทำการเรียบเรียงข้อมูล และจัดเก็บเป็นหมวดหมู่ ทำให้สมองเกิดการจดจำและมีการพัฒนาที่ดี

- วัยเรียน (อายุ ๖ – ๑๓ ปี) ควรนอนหลับวันละ ๙ – ๑๑ ชั่วโมง
- วัยรุ่น (อายุ ๑๔ – ๑๗ ปี) ควรนอนหลับวันละ ๘ – ๑๐ ชั่วโมง

หมายเหตุ : สัญญาณเตือนที่บ่งบอกว่า “เด็กวัยรุ่นนอนไม่พอ” เช่น รู้สึกเหนื่อยง่าย หงุดหงิดง่าย ง่วงนอนระหว่างวัน ปวดหัว เกิดปัญหาต่อระบบการคิด ความจำ ไม่ค่อยมีสมาธิตอบสนองช้า

ทั้งนี้ สามารถขอรับคำปรึกษาและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กรมอนามัย โทร. ๑๔๗๘



นอนน้อย.. แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี

การนอนหลับเป็นช่วงเวลาที่ยาวนานของร่างกายได้พักผ่อน ระบบหัวใจและหลอดเลือด ไม่ต้องออกแรงมากเพื่อสูบฉีดเลือดไปเลี้ยงส่วนต่างๆ ของร่างกาย ซ่อมแซมส่วนที่สึกหรอ ปรับสมดุลของสารเคมีต่างๆ และเป็นระยะที่สมองทำการเรียบเรียงข้อมูล และจัดเก็บเป็นหมวดหมู่ ทำให้สมองเกิดการจดจำและมีพัฒนาการที่ดี





วัยเรียน (อายุ 6 – 13 ปี)
ควรนอนหลับ วันละ 9 – 11 ชั่วโมง

วัยรุ่น (อายุ 14 – 17 ปี)
ควรนอนหลับ วันละ 8 – 10 ชั่วโมง

สัญญาณเตือนที่บ่งบอกว่า "เด็กวัยรุ่นนอนไม่พอ"



รู้สึกเหนื่อยง่าย



หงุดหงิดง่าย



ง่วงนอนระหว่างวัน



ปวดหัว



เกิดปัญหาต่อระบบการคิด ความจำ



ไม่ค่อยมีสมาธิ ชอบสับสน

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ข้อมูลความรู้โดย : กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

องค์กรสนับสนุนโดย : กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ

เผยแพร่ : กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุข

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง ๕ พฤติกรรม เสี่ยงเป็นโรคหัวใจ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ๕ พฤติกรรม เสี่ยงเป็นโรคหัวใจ

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะ ๕ พฤติกรรม เสี่ยงเป็นโรคหัวใจ ดังนี้

๑. รับประทานอาหารไขมันสูง : ส่งผลต่อการเพิ่มสูงขึ้นของคลอเรสเตอรอลในเลือด ทำให้การตีบตันของหลอดเลือดต่างๆ รวมไปถึงหลอดเลือดหัวใจ อันเป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน

๒. ไม่ออกกำลังกาย : ส่งผลให้กล้ามเนื้อหัวใจขาดความแข็งแรง คงทน การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ช่วยในการลดและป้องกันการเกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตันอีกด้วย

๓. ภาวะเครียดเรื้อรัง : มีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันและภาวะเครียดอย่างรุนแรง ยังมีโอกาสก่อให้เกิดภาวะหัวใจสลาย อันเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง อย่างเฉียบพลัน

๔. น้ำหนักเกินมาตรฐาน : การมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน สามารถวัดได้จาก รอบเอว การตรวจดัชนีมวลกาย พบว่า มีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคทางเดินอากาศอุดกั้น ซึ่งเป็นสาเหตุและปัจจัยในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ

๕. สูบบุหรี่ : ส่งผลต่อการบาดเจ็บของหลอดเลือดทั้งร่างกาย โดยเฉพาะหลอดเลือดหัวใจ เมื่อประกอบกับภาวะเสี่ยงอื่นๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง ก่อให้เกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตามมา และกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบตันเฉียบพลันร่วมด้วย

ทั้งนี้ สามารถขอรับคำปรึกษาและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กรมการแพทย์ โทร. ๑๖๖๘

5 พฤติกรรม เสี่ยงเป็นโรคหัวใจ



1 รับประทานอาหารไขมันสูง

- ส่งผลต่อการเพิ่มขึ้นของคลอเรสเตอรอลในเลือด ทำให้การตีบตันของหลอดเลือดต่างๆ รวมไปถึงหลอดเลือดหัวใจ อันเป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบตัน



3 ก้าวร้าวเครียด

- ก้าวร้าวเครียดเรื้อรัง มีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันและภาวะเครียดอย่างรุนแรง ยังมีโอกาสก่อให้เกิดภาวะหัวใจสลาย อันเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง อย่างเฉียบพลัน



5 สูบบุหรี่

- ส่งผลต่อการบาดเจ็บของหลอดเลือดทั้งร่างกาย โดยเฉพาะหลอดเลือดหัวใจ เมื่อประกอบกับภาวะเสี่ยงอื่นๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง ก่อให้เกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตันมา และกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบตันเฉียบพลันร่วมด้วย



2 ไม่ออกกำลังกาย

- ส่งผลให้กล้ามเนื้อหัวใจ ขาดความแข็งแรง คงทน การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ช่วยในการลดและป้องกันการเกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตันอีกด้วย



4 น้ำหนักเกินมาตรฐาน

- การมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน สามารถวัดได้จาก รอบเอว การตรวจดัชนีมวลกาย พบว่ามีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคทางเดินอากาศอุดกั้น ซึ่งเป็นสาเหตุและปัจจัยในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : โรงพยาบาลราชวิถี

ติดตามข้อมูลข่าวสารเพิ่มเติมที่ : www.dms.moph.go.th



กรมการแพทย์



กรมการแพทย์



กรมการแพทย์



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมอนามัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง การป้องกัน “ไข้หวัดนก”

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง การป้องกัน “ไข้หวัดนก”

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการป้องกันไข้หวัดนก ดังนี้

❖ ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สัมผัสหรือผู้ปรุงประกอบอาหาร

๑. ไม่ใช้มือที่หยิบจับไก่ดิบหรือเป็ดมาจับจุ่ม ตา และปาก ควรล้างมือบ่อย ๆ
๒. หลังจับเนื้อสัตว์หรือเปลือกไข่ที่มีมูลสัตว์เปื้อน ถ้ามีบาดแผลที่มือต้องปกปิดแผลให้มิดชิด และเลี่ยงการปฏิบัติงานที่มีโอกาสสัมผัสอาหาร
๓. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่สด เป็ดสด จากเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว

❖ ข้อเสนอแนะสำหรับประชาชน

๑. ควรเลือกเนื้อไก่และเป็ดสดจากร้านที่มีการรับรองมาตรฐาน หรือร้านค้าประจำ
๒. เลือกซื้อไก่และเป็ดสดที่ไม่มีลักษณะว่าอาจจะตายด้วยโรคติดเชื้อ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ มีจุดเลือดออก
๓. เลือกไข่ที่ฟองดูสดใหม่ ไม่มีมูลไก่หรือเป็ดติดเปื้อนที่เปลือกไข่ และล้างทำความสะอาดก่อนนำมาปรุง
๔. ไก่ เป็ด ควรผ่านการปรุงสุกอย่างทั่วถึงด้วยอุณหภูมิตั้งแต่ ๗๐ องศาขึ้นไปอย่างน้อย ๕ นาที เพื่อลดความเสี่ยงการปนเปื้อนเชื้อโรค รวมทั้งยาฆ่าแมลงตกค้าง

➤ **ข้อแนะนำ : หากมีอาการไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น เจ็บคอ ไอ ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีทำงานในฟาร์มเลี้ยงสัตว์หรือมีประวัติสัมผัสซากสัตว์ต้องแจ้งแพทย์ด้วย**

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โทร.๑๔๗๘

การป้องกัน “ไข้หวัดนก”



ข้อแนะนำสำหรับ ผู้สัมผัสหรือผู้ปรุงประกอบอาหาร



1. ไม่ใช้มือที่หยิบจับไก่ดิบหรือเปื้อน มาจับจุก ตา และปาก ควรล้างมือบ่อยๆ



2. หลังจับเนื้อสัตว์ หรือเปลือกไข่ที่มีมูลสัตว์เปื้อน ถ้ามีบาดแผลที่มือ ต้องปิดแผลให้มิดชิด และเลี่ยงการปฏิบัติงานที่มีโอกาสสัมผัสอาหาร



3. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่สด เป็ดสด จากเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว



ข้อแนะนำสำหรับ สำหรับประชาชน



1. ควรเลือกเนื้อไก่ และเป็ดสด จากร้านที่มีการรับรองมาตรฐาน หรือร้านค้าประจำ



2. เลือกซื้อไก่ และเป็ดสด ที่ไม่มีลักษณะว่าจะอาจจะตายด้วยโรคติดเชื้ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ มีจุดเลือดออก



3. เลือกไข่ที่ฟองดูสดใหม่ ไม่มีมูลไก่หรือเป็ด ติดเปื้อนที่เปลือกไข่ และล้างทำความสะอาดก่อนนำมาปรุง



4. ไก่ เป็ด ควรผ่านการปรุงสุกอย่างทั่วถึง ด้วยอุณหภูมิตั้งแต่ 70 องศาขึ้นไป อย่างน้อย 5 นาที เพื่อลดความเสี่ยงการปนเปื้อนเชื้อโรค รวมทั้งยาฆ่าแมลงตกค้าง



ข้อแนะนำ

หากมีอาการไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น เจ็บคอ ไอ ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีทำงานในฟาร์มเลี้ยงสัตว์หรือมีประวัติสัมผัสซากสัตว์ต้องแจ้งแพทย์ด้วย

ข้อมูลความรู้โดย : สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ
ออกแบบผลิตสื่อโดย : กองส่งเสริมความรู้และสื่อสารสุขภาพ
จัดทำเมื่อ : มีนาคม 2566

สายด่วนกรมอนามัย
1 4 7 8
กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่
AnamaiMedia
สื่อมวลชนเดียวกรมอนามัย



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง กรม สบส. ชวน อสม. รณรงค์ให้ความรู้ป้องกันไข้เลือดออก ลดป่วย ลดตาย ป้องกันการป่วยซ้ำ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กรม สบส. ชวน อสม. รณรงค์ให้ความรู้ป้องกันไข้เลือดออก ลดป่วย ลดตาย ป้องกันการป่วยซ้ำ

กรม สบส. ชวน อสม. รณรงค์ให้ความรู้ป้องกันไข้เลือดออก ลดป่วย ลดตาย ป้องกันการป่วยซ้ำ ดังนี้

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ชวน อสม.ร่วมรณรงค์ให้ความรู้ในการป้องกันตนจากยุงลาย ซึ่งเป็นพาหะนำโรคไข้เลือดออกอย่างถูกวิธี พร้อมเป็นแกนนำชุมชน ใช้หลัก ๓ เก็บ ๓ โรค ขจัดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำ ยุงลาย ลดอัตราป่วย เสียชีวิต และป้องกันประชาชนไม่ให้กลับมาป่วยโรคไข้เลือดออกซ้ำ

นพ.สุระ วิเศษศักดิ์ อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ (กรม สบส.) ให้สัมภาษณ์ว่า จากข้อมูลการระบาดของโรคไข้เลือดออก โดยกรมควบคุมโรค เผยว่าตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม – ๑ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ ประเทศไทยพบผู้ป่วยโรคไข้เลือดออก ๒,๖๘๓ ราย อัตราป่วย ๔.๐๕ ต่อประชากรแสนคน เสียชีวิต ๑ ราย ซึ่งพบว่าในปี ๒๕๖๖ มีผู้ป่วยโรคไข้เลือดออกเพิ่มขึ้นจากช่วงเวลาเดียวกันในปี ๒๕๖๕ มากถึง ๕ เท่า ทั้งนี้ การเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรค โดยการมีส่วนร่วมของทุกภาคส่วน ถือเป็นหัวใจสำคัญที่จะช่วยลดการระบาดของโรคไข้เลือดออก ในชุมชน ซึ่ง อสม. เป็นภาคส่วนที่มีความใกล้ชิดกับชุมชนในฐานะหมอบ้านที่ ๑ เป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนงานป้องกัน ควบคุมโรค กรม สบส.จึงประสานขอความร่วมมือไปยังเครือข่าย อสม. ทั่วประเทศในการออกให้ความรู้ รณรงค์ให้ประชาชนเกิดการป้องกันตนจากยุงลายอย่างถูกวิธี อาทิ นอนกางมุ้ง การใช้อุปกรณ์จุดกันยุง ยาพ่นกันยุง และเป็นแกนนำในการออกสำรวจแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย โดยนำหลัก ๓ เก็บ ๓ โรค คือ ๑.เก็บบ้านให้ปลอดโปร่งไม่ให้ยุงเกาะพัก ๒.เก็บน้ำ ปิดฝาภาชนะให้มิดชิด ภาชนะที่ไม่ได้ให้เปลี่ยนบ่อยๆ /เทน้ำทิ้ง ๓.เก็บขยะที่อาจเป็นแหล่งน้ำขังไม่ให้ยุงวางไข่ได้ มาใช้ป้องกันไม่ให้เกิดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำ ยุงลาย ซึ่งเป็นพาหะของ ๓ โรค ได้แก่ โรคไข้เลือดออก โรคไข้ปวดข้อยุงลาย และโรคติดเชื้อไวรัสซิกา

ด้าน นพ.สามารถ ธีระศักดิ์ รองอธิบดีกรม สบส. กล่าวต่อว่า ในช่วงที่มีการระบาดของโรคไข้เลือดออก ขอให้ประชาชนหมั่นสังเกตอาการป่วยของบุคคลในครอบครัวอย่างใกล้ชิด หากพบว่ามีอาการมีไข้สูงเฉียบพลัน คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร อาจพบจ้ำเลือดตามผิวหนัง หรือเจ็บชายโครงด้านขวา ขอให้สันนิษฐานในเบื้องต้นว่าอาจป่วยด้วยอาการของโรคไข้เลือดออก ให้รีบนำผู้ป่วยส่งโรงพยาบาล โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล ใกล้บ้าน เพื่อรับการรักษาที่ถูกต้อง และให้แจ้งกับ อสม.ใกล้บ้าน เพื่อให้ อสม.ได้ทำการบันทึกและส่งต่อข้อมูลการระบาดของโรคไข้เลือดออก โดยใช้ “แอปพลิเคชัน SMART อสม.” แก่หน่วยบริการสาธารณสุข เพื่อเข้าดำเนินการเฝ้าระวัง ป้องกัน ควบคุมโรค และดูแลสุขภาพชาวชุมชน อย่างใกล้ชิดตั้งแต่ระยะก่อนเกิดโรค ระยะเกิดโรค และระยะหลังการเกิดโรค ป้องกันประชาชนไม่ให้กลับมาเป็นซ้ำ

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน

ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๑-๕๕๕๕

๑) หัวข้อเรื่อง มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่
จังหวัดอุบลราชธานี

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์
ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี**

เมื่อวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย นายชยารุ จันทร อธิบดีกรมที่ดิน และ นายชลธิ์ ยังตรง ผู้ว่าราชการจังหวัดอุบลราชธานี ร่วมเป็นเกียรติ พิธีเปิด สำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ ณ สำนักงานที่ดินจังหวัด อุบลราชธานี อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย เปิดเผยว่า ตามยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี ด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐยึดหลัก “ภาครัฐของประชาชนเพื่อ ประชาชนและประโยชน์ส่วนรวม” นำโดย พลเอก ประยุทธ์ จันทรโอชา นายกรัฐมนตรี โดยการนำนวัตกรรม เทคโนโลยีที่ทันสมัย และระบบการทำงานที่เป็นดิจิทัลเข้ามาประยุกต์ในการพัฒนาการให้บริการประชาชนใน ยุค Digital Transformation โดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนได้ อย่างสะดวก รวดเร็ว และโปร่งใส กระทรวงมหาดไทยได้มอบนโยบายให้กรมที่ดิน พัฒนาสำนักงานที่ดิน อิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม ต่างสำนักงานแบบออนไลน์ ที่จะทำให้ประชาชนสามารถเข้าไป ใช้บริการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม สำหรับการจดทะเบียนที่ไม่ต้องมีการประกาศหรือรังวัด ทำให้ ประชาชนไม่จำเป็นต้องเดินทางไปยังสำนักงานที่ดินซึ่งที่ดินนั้นตั้งอยู่ แต่สามารถจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม ที่สำนักงานที่ดินที่ใดก็ได้ใกล้บ้าน

นายชยารุ จันทร อธิบดีกรมที่ดิน กล่าวว่า ในวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ กรมที่ดิน ได้ขยาย การให้บริการจดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีทั้ง ๑๐ สำนักงาน ครอบคลุมโฉนดที่ดินในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีกว่า ๘ แสนแปลง อำนวยความสะดวกให้ประชาชน ชาวอุบลราชธานีปีละกว่า ๒ แสนราย ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนที่มีที่ดินอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานีสามารถขอ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ได้ที่สำนักงานที่ดินจังหวัดอุบลราชธานี ทุกสาขา และส่วนแยก หรือประชาชนที่มีที่ดินอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครก็สามารถขอจดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ใน พื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีได้ ซึ่งจะทำให้ประชาชนที่มาขอรับบริการได้รับความสะดวก สบาย รวดเร็ว และยังสามารถลดระยะเวลาในการทำนิติกรรม มากกว่า ๕๐% ช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจ ได้รับการตอบรับจาก ประชาชนเป็นอย่างดี ยังสร้างความมั่นใจในการดำเนินธุรกรรมด้านที่ดิน สร้างความน่าเชื่อถือให้กับ ประเทศชาติ ส่งผลต่อระดับความยาก – ง่าย ในการประกอบธุรกิจ Ease of Doing Business

ที่ทำให้นานาชาติเกิดความมั่นใจในการเข้ามาลงทุนในประเทศ โดยกรมที่ดิน จะมุ่งมั่นพัฒนาการบริการให้ครอบคลุมจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศต่อไปในอนาคต โดยมีเป้าหมายการดำเนินการในปี ๒๕๖๖ จังหวัดหนองคาย เชียงใหม่ สงขลา และในปี ๒๕๖๗ จังหวัดขอนแก่น นนทบุรี ปทุมธานี และสมุทรปราการ

อธิบดีกรมที่ดิน กล่าวต่อไปว่า สำหรับประชาชนในเขตจังหวัดอุบลราชธานี และกรุงเทพมหานครที่สนใจสามารถยื่นคำขอจดทะเบียนผ่านระบบ e-QLands ก่อนล่วงหน้า ๓ วันทำการ โดยดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน e-QLands ผ่านสมาร์ตโฟนได้ทั้งระบบ IOS และ Android เลือกรายการ “จองคิวจดทะเบียนต่างสำนักงาน (เฉพาะ กรุงเทพมหานคร และ จังหวัดอุบลราชธานี)” โดยเงื่อนไขในการให้บริการจะต้องเป็นการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมที่ไม่มีการประกาศหรือรังวัดมีเอกสารหลักฐานเป็นโฉนดที่ดินเท่านั้น และเจ้าของที่ดินต้องไปดำเนินการด้วยตนเอง สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ DOL Call Center ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕







ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๐/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๑.	กยศ. ชี้แจงการหักเงินเดือน แม้ว่าผู้กู้ยืมจะมีภาระหนี้สูงก็สามารถแจ้งขอลดการหักเหลือ ๑๐๐ บาทต่อเดือนได้	กระทรวงการคลัง	-
๒.	ตั้ง “ศูนย์รับแจ้งเหตุ ทรมาณ-อุ้มหาย” ที่ กรมการปกครอง ที่ว่าการอำเภอ ทุกแห่ง และสำนักงานอัยการสูงสุด ๑๑๓ แห่งทั่วประเทศ	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี ๒๕๖๕ กรณีประชาชนที่ไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติในเรื่องการถือครองกรรมสิทธิ์ในที่ดินหรืออสังหาริมทรัพย์เกินกว่าที่โครงการกำหนด	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสต์-แชร์ ไม่คิด มีความผิดตามกฎหมาย	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	ประกันสังคม เดือน ผู้ประกันตน อย่าหลงเชื่อพวกมิจฉาชีพ แอบอ้าง ชื่อ เลขาธิการ สปส. หลอกขอข้อมูลอัปเดตผู้ประกันตนผ่านเว็บไซต์ปลอม	กระทรวงแรงงาน	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	ข่าวดี! กรม.เห็นชอบ “ผ้าขาวม้า” ขอขึ้นทะเบียนต่อยูเนสโกเป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๖ นี้ ต่อจาก โขน นวดไทย โนรา สงกรานต์ และต้มยำกุ้ง	กระทรวงวัฒนธรรม	รูปภาพ ๑ ชุด
๗.	เสี่ยงอันตราย จากฟอร์มาลิน ในอาหารทะเล	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ชวนประชาชนมอบความรักให้ครอบครัว เพื่อน คนรัก ออกกำลังกายที่ชอบ ส่งผลให้จิตใจแจ่มใส อารมณ์ดี และสุขภาพที่ดี แนะนำปฏิบัติ สุขบัญญัติ รักใครให้ชวนออกกำลังกายต้านโรค	กระทรวงสาธารณสุข	-

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้นเฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๔ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง

กรม / หน่วยงาน กองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.)

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.)

ช่องทางการติดต่อ กองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) โทรศัพท์ : ๐-๒๖๑๐-๔๘๘๘

๑) หัวข้อเรื่อง กยศ. ขี้แจงการหักเงินเดือน แม้ว่าผู้กู้ยืมจะมีภาระหนี้สูง ก็สามารถแจ้งขอลดการหักเหลือ ๑๐๐ บาทต่อเดือนได้

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กยศ. ขี้แจงการหักเงินเดือน แม้ว่าผู้กู้ยืมจะมีภาระหนี้สูง ก็สามารถแจ้ง
ขอลดการหักเหลือ ๑๐๐ บาทต่อเดือนได้

กองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (กยศ.) ขี้แจงกรณีที่มีประเด็นในสื่อสังคมออนไลน์โพสต์ข้อความเกี่ยวกับการหักเงินเดือนของลูกหนี้ กยศ. พร้อมเอกสารแสดงตัวอย่างโดยระบุว่า กยศ. หักเงินเดือนลูกหนี้อย่างโหด โดยกองทุนขอขี้แจงในประเด็นดังกล่าวว่า ตัวเลขที่แสดงในหนังสือเป็นตัวเลขตัวอย่างของผู้กู้ยืมที่มียอดผิณฑ์ชำระหนี้สูงเท่านั้น อย่างไรก็ตาม แม้ว่าผู้กู้ยืมจะมีภาระหนี้สูงและมียอดที่ถูกแจ้งหักสูง ก็สามารถแจ้งขอลดการหักเงินเดือนลงเหลือเพียง ๑๐๐ บาทต่อเดือนได้

นายชัยณรงค์ กัจฉปานันท์ ผู้จัดการกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา ขี้แจงว่า “จากกรณีที่มีหนังสือของกองทุนปรากฏในข่าวนั้น เป็นหนังสือที่กองทุนได้ส่งถึงหน่วยงานนายจ้างเพื่อแจ้งวิธีการคำนวณเงินรายเดือนเพื่อชำระหนี้ค้่นกองทุนด้วยการหักเงินเดือน ซึ่งตัวเลขที่ระบุในหนังสือเป็นตัวเลขตัวอย่างของผู้กู้ยืมที่มียอดผิณฑ์ชำระหนี้สูง แต่ในทางปฏิบัติเมื่อผู้กู้ยืมได้รับหนังสือดังกล่าว ผู้กู้ยืมสามารถยื่นขอปรับโครงสร้างหนี้หรือขอไกล่เกลี่ยกับกองทุนแล้วแต่กรณี และสามารถขอปรับลดจำนวนที่หักเงินเดือน โดยชำระขั้นต่ำ ๑๐๐ บาทต่อเดือน ที่ผ่านมากองทุนได้มีการหักเงินเดือนผู้กู้ยืมด้วยระบบการหักเงินเดือนนำส่งกรมสรรพากรไปแล้วจำนวน ๑.๗ ล้านราย ผ่านหน่วยงานนายจ้างทั้งภาครัฐและภาคเอกชนกว่า ๑ แสนแห่ง เมื่อร่างพระราชบัญญัติกองทุนเงินให้กู้ยืมเพื่อการศึกษา (ฉบับที่ ..) พ.ศ. มีผลบังคับใช้ กองทุนจะคิดดอกเบี้ยเงินกู้ในอัตราไม่เกินร้อยละ ๑ ต่อปี กรณีผิณฑ์ชำระค้ดอัตราเบี้ยปรับไม่เกินร้อยละ ๐.๕ ต่อปี รวมถึงในการกู้ยืมเงินกองทุนไม่ต้องมีผู้ค้ำประกันในทุกกรณี และช่วยเหลือผู้กู้ยืมที่อยู่ระหว่างดำเนินคดีหรืออยู่ระหว่างการบังคับคดีให้สามารถผ่อนผันการชำระเงินค้่น ปรับโครงสร้างหนี้ แพลงหนี้ใหม่ หรือระงับการชำระเงินค้่นตามเงื่อนไขที่คณะกรรมการกองทุนกำหนด ทั้งนี้ ระยะเวลาการผ่อนชำระจะค้่นถึงรายได้และความสามารถในการชำระเงินค้่นของผู้กู้ยืม ผู้กู้ยืมสามารถผ่อนชำระเงินค้่นเป็นงวดรายเดือน รายไตรมาส หรือรายปีได้ กรณีที่ผู้กู้ยืมมีหนี้ค้่นชำระจะทำการตัดชำระหนี้จากเงินต้น ดอกเบี้ย และเบี้ยปรับตามลำดับ ซึ่งกฎหมายใหม่ดังกล่าวจะสามารถช่วยเหลือผู้กู้ยืมที่ถูกดำเนินคดีแล้วให้สามารถแพลงหนี้ใหม่ เพื่อให้กลับมาชำระหนี้ได้ตามปกติ ทั้งนี้ กองทุนขอยืนยันว่าจะดำเนินการทุกวิถีทางเพื่อช่วยเหลือและให้โอกาสทุกคน และจะเป็นหลักประกันของทุกครอบครัวว่าเด็กทุกคนที่เกิดมาในประเทศนี้จะมีโอกาสเข้าถึงการศึกษาได้ทุกคน” ผู้จัดการกองทุนฯ กล่าวในที่สุด ทั้งนี้สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทรศัพท์ : ๐-๒๖๑๐-๔๘๘๘

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมการปกครอง

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการปกครอง

ช่องทางการติดต่อ กรมการปกครอง โทรศัพท์ : ๐-๒๓๖๕-๙๕๕๔

๑) หัวข้อเรื่อง ตั้ง “ศูนย์รับแจ้งเหตุ ทรมาณ-อุ้มหาย” ที่ กรมการปกครอง ที่ว่าการอำเภอ ทุกแห่ง และ
สำนักงานอัยการสูงสุด ๑๑๓ แห่งทั่วประเทศ

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง ตั้ง “ศูนย์รับแจ้งเหตุ ทรมาณ-อุ้มหาย” ที่ กรมการปกครอง ที่ว่าการอำเภอ ทุกแห่ง
และสำนักงานอัยการสูงสุด ๑๑๓ แห่งทั่วประเทศ**

กรมการปกครอง ตั้งศูนย์รับแจ้งการควบคุมตัวและดำเนินการตาม พ.ร.บ.ป้องกันและ
ปราบปรามการทรมาณและการกระทำให้บุคคลสูญหาย พ.ศ.๒๕๖๕ ประชาชนที่พบเหตุเจ้าหน้าที่รัฐ กระทำ
การทรมาณ โหดร้าย หรือทำให้บุคคลสูญหาย แก่บุคคลใด แจ้งได้ โดยใน กทม. ตั้งอยู่ที่ สำนักงานสอบสวน
และนิติการ กรมการปกครอง (วังไชยา) ถ.นครสวรรค์ เขตดุสิต ในภูมิภาคแจ้งที่ ที่ว่าการอำเภอที่เกิดเหตุ
สอบถามเพิ่มเติม โทร. ๐-๒๓๖๕-๙๕๕๔.

นอกจากนี้ ยังมี ศูนย์ป้องกันและปราบปรามการทรมาณและการกระทำให้บุคคลสูญหาย
ณ สำนักงานอัยการสูงสุด อาคารถนนบรมราชชนนี ชั้น ๑ แขวงฉิมพลี เขตตลิ่งชัน กทม. และในทุกจังหวัด
รวม ๑๑๓ แห่งทั่วประเทศ รับแจ้งเหตุตลอด ๒๔ ชั่วโมง โทร. ๐-๒๔๓๔-๘๓๒๕-๒๗ ต่อ ๖๐๑ - ๖๐๕

“ ตั้ง ศูนย์รับแจ้งเหตุ ทรมาน-อุ้มหาย ทั่วประเทศ ”

ไทยคู่ฟ้า



กทม. กรมการปกครอง (วังโยธา)
ตจว. ที่ว่าการอำเภอ

สำนักงานอัยการสูงสุด
113 แห่ง

ข้อมูล ณ วันที่ 2 มี.ค. 66



ไทยคู่ฟ้า

THAIGOV.GO.TH

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน

ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๑-๕๕๕๕

๑) หัวข้อเรื่อง โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี ๒๕๖๕ กรณีประชาชนที่ไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติในเรื่องการถือครองกรรมสิทธิ์ในที่ดินหรืออสังหาริมทรัพย์เกินกว่าที่โครงการกำหนด

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี ๒๕๖๕ กรณีประชาชนที่ไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติในเรื่องการถือครองกรรมสิทธิ์ในที่ดินหรืออสังหาริมทรัพย์เกินกว่าที่โครงการกำหนด

กรมที่ดิน มีข้อเสนอแนะกรณีประชาชนที่ไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติในเรื่องการถือครองกรรมสิทธิ์ในที่ดินหรืออสังหาริมทรัพย์เกินกว่าที่โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี ๒๕๖๕ ให้ดำเนินการ ดังนี้

ประชาชนสามารถยื่นอุทธรณ์ ได้ ๒ วิธี คือ

วิธีที่ ๑ : อุทธรณ์ด้วยตนเองผ่านเว็บไซต์ <https://welfare.mof.go.th/>

วิธีที่ ๒ : ติดต่อหน่วยงานรับลงทะเบียนเพื่อยื่นอุทธรณ์

หลังจากยื่นอุทธรณ์แล้วให้ติดต่อสำนักงานที่ดินที่ที่ดินนั้นตั้งอยู่ เพื่อตรวจสอบคุณสมบัติที่ไม่ผ่านเกณฑ์ได้ตั้งแต่วันที่ ๑๕ มีนาคม - ๓๐ เมษายน ๒๕๖๖

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ กรมที่ดิน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๑-๕๕๕๕



กรมที่ดิน
Department of Lands

โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี 2565

กรณีประชาชนที่ไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติในเรื่อง
การถือครองกรรมสิทธิ์ในที่ดินหรืออสังหาริมทรัพย์
เกินกว่าที่โครงการกำหนด ให้ดำเนินการ ดังนี้

1. ยื่นอุทธรณ์ โดยสามารถเลือก ดำเนินการได้ 2 วิธี คือ

- 1) อุทธรณ์ด้วยตนเองผ่านเว็บไซต์
<https://welfare.mof.go.th/>
- 2) ติดต่อหน่วยงานรับลงทะเบียนเพื่อยื่นอุทธรณ์



2. หลังจากยื่นอุทธรณ์แล้วให้ติดต่อสำนักงานที่ดิน ที่ที่ดินนั้นตั้งอยู่ เพื่อตรวจสอบคุณสมบัติที่ไม่ผ่านเกณฑ์ ได้ตั้งแต่วันที่ 15 มีนาคม 2566 ถึง 30 เมษายน 2566



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงยุติธรรม

กรม / หน่วยงาน สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๖ ๑๙๙๓ ๙๕๒๕

๑) หัวข้อเรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน
ตอน โพสต์-แชร์ ไม่คิด มีความผิดตามกฎหมาย

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน
ตอน โพสต์-แชร์ ไม่คิด มีความผิดตามกฎหมาย**

การโพสต์ หรือแชร์ข้อมูลโดยไม่ยั้งคิดอาจเข้าข่ายผิดกฎหมายว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ได้ เช่น

๑. โพสต์ให้ร้ายผู้อื่น
๒. โพสต์ภาพโป๊หรือภาพอนาจาร
๓. ภาพตัดต่อล้อเลียนผู้อื่น
๔. แอบอ้างสิทธิ์
๕. เหตุการณ์ที่ไม่สามารถตรวจสอบแหล่งที่มาได้
๖. เอกสารลับ หรือ ข้อมูลลับทางราชการ
๗. ภาพผู้เสียชีวิต

ผู้ใดที่กระทำการเข้าข่ายถือว่ามีความผิด ตามพระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. ๒๕๕๐ มาตรา ๑๔ ผู้ใดกระทำความผิดที่ระบุไว้ดังต่อไปนี้ ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปีหรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

(๑) โดยทุจริต หรือโดยหลอกลวง นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ที่บิดเบือนหรือปลอมไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน หรือข้อมูลคอมพิวเตอร์อันเป็นเท็จ โดยประการที่น่าจะเกิดความเสียหายแก่ประชาชน อันมิใช่การกระทำความผิดฐานหมิ่นประมาทตามประมวลกฎหมายอาญา

(๒) นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์อันเป็นเท็จ โดยประการที่น่าจะเกิดความเสียหายต่อการรักษาความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ ความปลอดภัยสาธารณะ ความมั่นคงในทางเศรษฐกิจของประเทศ หรือโครงสร้างพื้นฐานอันเป็นประโยชน์สาธารณะของประเทศ หรือก่อให้เกิดความตื่นตระหนกแก่ประชาชน

(๓) นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ใด ๆ อันเป็นความผิดเกี่ยวกับความมั่นคงแห่งราชอาณาจักรหรือความผิดเกี่ยวกับการก่อการร้ายตามประมวลกฎหมายอาญา

(๔) นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ใด ๆ ที่มีลักษณะอันลามกและข้อมูลคอมพิวเตอร์นั้นประชาชนทั่วไปอาจเข้าถึงได้

(๕) เผยแพร่หรือส่งต่อซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์โดยรู้อยู่แล้วว่าเป็นข้อมูลคอมพิวเตอร์ตาม (๑) (๒)

(๓) หรือ (๔)

ถ้าการกระทำความผิดตามวรรคหนึ่ง (๑) มิได้กระทำต่อประชาชน แต่เป็นการกระทำต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ผู้กระทำ ผู้เผยแพร่หรือส่งต่อซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ดังกล่าวต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามปีหรือปรับไม่เกินหกหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ และให้เป็นความผิดอันยอมความได้

ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. ๒๕๕๐ และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา ๑๔ , กองบังคับการปราบปราม

ทั้งนี้ ประชาชนทั่วไปสามารถขอรับคำปรึกษาด้านกฎหมาย บริการด้านงานยุติธรรมต่าง ๆ หรือ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่

๑. สายด่วนยุติธรรม ๑๑๑๑ กด ๗๗ ฟรีตลอด ๒๔ ชั่วโมง
๒. จดหมาย : ตู้ไปรษณีย์ ๓ หลักลี กทม. ๑๐๒๑๐
๓. เว็บไซต์ : <https://www.moj.go.th/> และระบบให้บริการประชาชน <http://mind.moj.go.th>
๔. อีเมลล์ : complainingcenter@moj.go.th
๕. แอปพลิเคชันไลน์ Lind id : Svlo๐๗
๖. เฟสบุ๊ก : ศูนย์บริการร่วมกระทรวงยุติธรรม และกระทรวงยุติธรรม Ministry Of Justice, Thailand
๗. แอปพลิเคชัน Justice Care : บริการรับเรื่องยุติธรรมสร้างสุข
๘. สำนักงานยุติธรรมจังหวัดทั่วประเทศ
๙. กองทุนยุติธรรม โทร ๐๖๓-๒๖๙๗๐๕๖ หรือ Facebook: กองทุนยุติธรรม กระทรวงยุติธรรม

โพสต์-แชร์ ไม่คิด มีความผิดตามกฎหมาย



การโพสต์ หรือแชร์ข้อมูลโดยไม่ยั้งคิด
อาจเข้าข่ายผิดกฎหมายว่าด้วยการกระทำความผิด
เกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ได้ เช่น

- 1 โพสต์ให้ร้ายผู้อื่น
- 2 โพสต์ภาพโป๊หรือภาพอนาจาร
- 3 ภาพตัดต่อล้อเลียนผู้อื่น
- 4 แอบอ้างสิทธิ์
- 5 เหตุการณ์ที่ไม่สามารถตรวจสอบแหล่งที่มาได้
- 6 เอกสารลับ หรือข้อมูลลับทางราชการ

ผู้ใดที่กระทำการเข้าข่ายถือว่ามีความผิด ตามพระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2550 มาตรา 14 ผู้ใดกระทำความผิดที่ระบุไว้ดังต่อไปนี้ต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินห้าปี หรือปรับไม่เกินหนึ่งแสนบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

- 1 โดยทุจริต หรือโดยหลอกลวง นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ที่บิดเบือนหรือปลอมไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน หรือข้อมูลคอมพิวเตอร์อันเป็นเท็จ โดยประการที่น่าจะเกิดความเสียหายแก่ประชาชน อันมิใช่การกระทำความผิดฐานหมิ่นประมาทตามประมวลกฎหมายอาญา
- 2 นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์อันเป็นเท็จ โดยประการที่น่าจะเกิดความเสียหายต่อการรักษาความมั่นคงปลอดภัยของประเทศ ความปลอดภัยสาธารณะ ความมั่นคงในทางเศรษฐกิจของประเทศ หรือโครงสร้างพื้นฐานอันเป็นประโยชน์สาธารณะของประเทศ หรือก่อให้เกิดความตื่นตระหนกแก่ประชาชน
- 3 นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ใด ๆ อันเป็นความผิดเกี่ยวกับความมั่นคงแห่งราชอาณาจักรหรือความผิดเกี่ยวกับการก่อการร้ายตามประมวลกฎหมายอาญา
- 4 นำเข้าสู่ระบบคอมพิวเตอร์ซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ใด ๆ ที่มีลักษณะอันลามก และข้อมูลคอมพิวเตอร์นั้นประชาชนทั่วไปอาจเข้าถึงได้
- 5 เผยแพร่หรือส่งต่อซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์โดยรู้หรือควรรู้ว่าเป็นข้อมูลคอมพิวเตอร์ตาม (1) (2) (3) หรือ (4)

ถ้าการกระทำความผิดตามวรรคหนึ่ง (1) มิได้กระทำต่อประชาชน แต่เป็นการกระทำต่อบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ผู้กระทำ ผู้เผยแพร่หรือส่งต่อซึ่งข้อมูลคอมพิวเตอร์ดังกล่าวต้องระวางโทษจำคุกไม่เกินสามปี หรือปรับไม่เกินหกหมื่นบาท หรือทั้งจำทั้งปรับ และให้เป็นความผิดอันยอมความได้



ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติว่าด้วยการกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ พ.ศ. 2550 และที่แก้ไขเพิ่มเติม มาตรา 14 , กองบังคับการปราบปราม

จัดทำโดย : กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงแรงงาน

กรม / หน่วยงาน สำนักงานประกันสังคม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง ศูนย์สารนิเทศ สำนักงานประกันสังคม

ช่องทางการติดต่อ ศูนย์สารนิเทศ สำนักงานประกันสังคม กระทรวงแรงงาน โทรศัพท์ ๐-๒๙๕๖-๒๕๓๓

๑) หัวข้อเรื่อง **ประกันสังคม เตือน ผู้ประกันตน อย่าหลงเชื่อพวกมิจฉาชีพ แอบอ้าง ชื่อ เลขาธิการ สปส.**

หลอกขอข้อมูล อัปเดตผู้ประกันตนผ่านเว็บไซต์ปลอม

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง **ประกันสังคม เตือน ผู้ประกันตน อย่าหลงเชื่อพวกมิจฉาชีพ แอบอ้าง ชื่อ เลขาธิการ สปส.**
หลอกขอข้อมูล อัปเดตผู้ประกันตนผ่านเว็บไซต์ปลอม

เมื่อวันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ นายบุญสงค์ ทัพชัยยุทธ์ เลขาธิการสำนักงานประกันสังคม กระทรวงแรงงาน เปิดเผยว่า ขณะนี้พบพวกมิจฉาชีพปลอมแปลงเอกสารทางราชการ และปลอมแปลงลายมือชื่อนายบุญสงค์ ทัพชัยยุทธ์ เลขาธิการสำนักงานประกันสังคม เพื่อหลอกให้ผู้ประกันตนกรอกข้อมูลส่วนบุคคลผ่านเว็บไซต์ปลอม <http://sso-th.cc> ขอเรียนชี้แจงว่าประเด็นดังกล่าวนี้เป็นข้อมูลเท็จ ขอให้พี่น้องผู้ประกันตนอย่าหลงเชื่อ จึงขอแจ้งเตือนให้ผู้ประกันตนโปรดระมัดระวังอย่าหลงเชื่อเป็นอันขาด

ทั้งนี้ หากผู้ประกันตนพบเห็นเว็บไซต์ปลอม เพจปลอมหรือแพลตฟอร์มออนไลน์ต่างๆ ที่แอบอ้างชื่อสำนักงานประกันสังคมโปรดแจ้งมายังสำนักงานประกันสังคม หรือหากท่านเป็นผู้ได้รับความเสียหายจากการหลอกลวงของพวกมิจฉาชีพดังกล่าว สามารถแจ้งความกับตำรวจเพื่อดำเนินคดีตามกฎหมายได้ทันที หากผู้ประกันตนประสงค์จะรับทราบข้อมูลข่าวสารจากสำนักงานประกันสังคม สามารถติดตามได้ที่เว็บไซต์ www.sso.go.th หรือสายด่วนกระทรวงแรงงาน ๑๕๐๖ ตลอด ๒๔ ชั่วโมง ไม่เว้นวันหยุดราชการ

ประกันสังคม เตือน !! ผู้ประกันตน

อย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพ หลอกขอข้อมูลส่วนบุคคล

ของผู้ประกันตนผ่านเว็บไซต์ปลอม

**สำนักงานประกันสังคม**
เรื่อง การเปิดเผยข้อมูลผู้ประกันตน

เนื่องด้วย วีระยุทธ สุระวิทรกุล ไม่ได้ทำการเปิดเผยข้อมูลผู้ประกันตนภายใน 2 ปีนี้ และต้องทำการเปิดเผยข้อมูลภายใน วันที่ ๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ หากไม่ดำเนินการ จะถูกระงับการใช้บัตรประกันสังคม

หมายเหตุ : ช่วงไม่กี่ปีที่ผ่านมาประเทศไทยมีจำนวนประชากรผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นทุกปี ในปี ๒๕๖๖ รัฐบาลไทยจึงออกนโยบายหลัก ๔ ประการเพื่อเป็นประโยชน์ต่อทุกคนที่มีส่วนร่วมในประชาสังคม

ประการที่ ๑ ผู้ที่ไม่ได้เปิดเผยข้อมูลของตนภายใน ๒ ปี ต้องทำการเปิดเผยข้อมูลกับสำนักงานประกันสังคม มิฉะนั้นสิทธิในการใช้ประกันสังคมจะถูกยกเลิก

ประการที่ ๒ เพิ่มประสิทธิภาพการเข้าถึงบริการสาธารณสุข ผู้ประกันตนในระบบประกันสังคมไม่เข้าถึงการศึกษา ๕ โรค ๑. การผ่าตัดมะเร็งลำไส้ ๒. ผ่าตัดก้อนเนื้อในสมอง ๓. ผ่าตัดนิ่วในไตและถุงน้ำดี ๔. ผ่าตัดการโรคหลอดเลือดหัวใจ และ ๕. ผ่าตัดการโรคหัวใจและหลอดเลือด และคำยาบางส่วนของประกันสังคมจ่ายให้ เพื่อลดภาระการเจ็บป่วยของประชาชน

ประการที่ ๓ สืบเชื้อสายวงศ์ตระกูล ผู้ประกันตนสำหรับผู้ป่วยก่อนการใหม่ ดอกเบี้ยไม่เกินรายละ ๒ ล้านบาท อัตราดอกเบี้ยคงที่ 1.99 % ต่อปี

ประการที่ ๔ ส่งเสริมการดูแลสุขภาพของผู้ประกันตนออนไลน์ ทุพพลภาพไม่ว่าผู้ประกันตน หลังจากรักษาโรคแล้วเสร็จแล้ว คุณจะได้รับบัตรกำนัลมูลค่า ๖๐๐ บาท


นายบุญลงค์ พิทธิชัยยุทธ์
เลขาธิการสำนักงานประกันสังคม



สอบถาม
รายละเอียดเพิ่มเติม



สายด่วน
24 ชั่วโมง

1506



ศูนย์สารนิเทศ ฝ่ายข่าว
www.sso.go.th



@ssothai

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงวัฒนธรรม

กรม / หน่วยงาน กระทรวงวัฒนธรรม

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงวัฒนธรรม

ช่องทางการติดต่อ กระทรวงวัฒนธรรม โทรศัพท์ : ๐-๒๒๐๙-๓๕๐๗-๘

๑) หัวข้อเรื่อง ข่าวดี! กรม.เห็นชอบ “ผ้าขาม้า” ขอขึ้นทะเบียนต่อยูเนสโกเป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๖ นี้ ต่อจาก โขน นวดไทย โนรา สงกรานต์ และต้มยำกุ้ง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

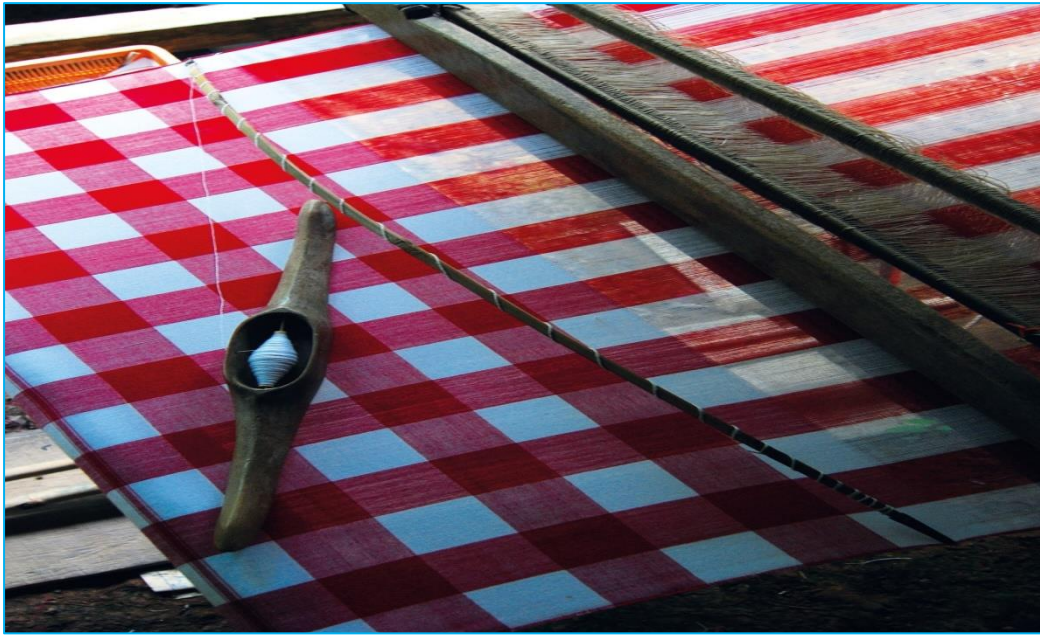
เรื่อง ข่าวดี! กรม.เห็นชอบ “ผ้าขาม้า” ขอขึ้นทะเบียนต่อยูเนสโกเป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๖ นี้ ต่อจาก โขน นวดไทย โนรา สงกรานต์ และต้มยำกุ้ง

เมื่อวันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ นายอิทธิพล คุณปลื้ม รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรมเปิดเผยว่า ที่ประชุมคณะรัฐมนตรี (ครม.) เห็นชอบตามที่กระทรวงวัฒนธรรม (วธ.) โดยกรมส่งเสริมวัฒนธรรม เสนอเรื่อง ผ้าขาม้า : ผ้าอเนกประสงค์ในวิถีชีวิตไทย เพื่อขอขึ้นทะเบียนต่อยูเนสโก เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ไปยังยูเนสโกภายในเดือนมีนาคม ๒๕๖๖ นี้ เป็นไปตามเอกสารแนวทางการอนุรักษ์ตามอนุสัญญาว่าด้วยการสงวนรักษามรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ (Operational Directives for the implementation of the Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage) หัวข้อที่ ๑.๑๕ กำหนดให้รัฐภาคียื่นเสนอรายการมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้จำเป็นต้องดำเนินการภายในเดือนมีนาคมของทุกปี รวมไปถึง ครม.ได้เห็นชอบในเอกสารนำของผ้าขาม้า และเห็นชอบให้อธิบดี สวธ. ในฐานะเลขาธิการคณะกรรมการส่งเสริมและรักษามรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม เป็นผู้ลงนามในเอกสารนำเสนอรายการผ้าขาม้า เพื่อเสนอขึ้นทะเบียนเป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติต่อยูเนสโก

รัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม กล่าวว่า สืบเนื่องมาจากประเทศไทยได้เข้าเป็นภาคีอนุสัญญาว่าด้วยการสงวนรักษามรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ ค.ศ. ๒๐๐๓ (Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage ๒๐๐๓) ของยูเนสโก เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๕๙ โดยในช่วงระหว่างปี พ.ศ. ๒๕๖๐ – ๒๕๖๕ ไทยได้เสนอมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติเพื่อขอขึ้นทะเบียนต่อยูเนสโก เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ จำนวนทั้งสิ้น ๕ รายการ คือ โขน (พ.ศ. ๒๕๖๑) นวดไทย (พ.ศ. ๒๕๖๒) โนรา (พ.ศ. ๒๕๖๔) สงกรานต์ในประเทศไทย (จะพิจารณาในปี ๒๕๖๖) และต้มยำกุ้ง (จะพิจารณาในปี ๒๕๖๘) โดยเบื้องต้น รายการ โขน นวดไทย และ โนรา ได้รับการประกาศขึ้นทะเบียนเป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติของยูเนสโกแล้ว คาดว่ารายการสงกรานต์ในประเทศไทย จะได้รับการประกาศในปี ๒๕๖๖ ต้มยำกุ้ง คาดว่า จะได้รับการประกาศปี ๒๕๖๘ จากนั้นคาดว่าผ้าขาม้า จะได้รับการพิจารณาและประกาศปี ๒๕๗๐

ทั้งนี้ ผ้าขาม้า เป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมที่ได้ประกาศขึ้นบัญชีเป็นมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรมของชาติ ประจำปี พ.ศ. ๒๕๕๖ เมื่อวันที่ ๓ กันยายน ๒๕๕๖ ผ้าขาม้าเป็นผ้าที่ทอโดยใช้เทคนิคที่เรียบง่าย มักทอเป็นลายตารางหรือลายแถบที่มีสีสัน มีการย้อมสีและสามารถทอใช้ได้เองในครัวเรือน ทั้งผู้ชาย ผู้หญิง และคนหนุ่มสาว อีกทั้งยังสามารถใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้อย่างหลากหลาย

มีการใช้งานสารพัดประโยชน์ทั้งในชีวิตประจำวัน และในประเพณีพิธีกรรมสำคัญต่าง ๆ ที่แสดงให้เห็นถึงการเปลี่ยนผ่านของชีวิต ตลอดจนเป็นของกำนัล แสดงให้เห็นถึงเอกลักษณ์ของท้องถิ่นไทย มีการถ่ายทอดภูมิปัญญาที่สืบทอดมาอย่างยาวนานโดยส่งต่อจากรุ่นสู่รุ่น ทั้งในครอบครัว ในโรงเรียน ในศูนย์ทอผ้าของชุมชน ในท้องถิ่นและมีการพัฒนาแปรรูปเป็นผลิตภัณฑ์ใช้สอยและสามารถนำกลับมาใช้ซ้ำใหม่ช่วยส่งเสริมความรับผิดชอบต่อทรัพยากรและสิ่งแวดล้อม ดังนั้น ผ้าขาวม้า มีความสอดคล้องกับลักษณะของมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ ตามนิยามในอนุสัญญาฯ ใน ๓ ลักษณะ กล่าวคือ ๑) การปฏิบัติทางสังคม พิธีกรรมงานเทศกาล ๒) ความรู้และการปฏิบัติเกี่ยวกับธรรมชาติและจักรวาล และ ๓) งานช่างฝีมือดั้งเดิม และสอดคล้องกับเกณฑ์ประเภทรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ของยูเนสโก



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุข

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง เลี่ยงอันตราย จากฟอร์มาลิน ในอาหารทะเล

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เลี่ยงอันตราย จากฟอร์มาลิน ในอาหารทะเล

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำ เลี่ยงอันตราย จากฟอร์มาลิน ในอาหารทะเล ดังนี้

ฟอร์มาลิน หรือ ฟอร์มาลดีไฮด์ จัดเป็นวัตถุอันตรายชนิดที่ ๒ ตามพระราชบัญญัติวัตถุอันตราย พ.ศ. ๒๕๓๕ และเป็นอาหารห้ามผลิต นำเข้าหรือจำหน่ายตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ ๓๙๑ (พ.ศ. ๒๕๖๑)

สำหรับอาหารที่อาจพบสารฟอร์มาลิน ได้แก่ อาหารทะเลสด เช่น กุ้ง ปู ปลา ปลาหมึก และผักสด ผลไม้สด รวมถึงเนื้อสัตว์สด เป็นต้น การกินอาหารที่ปนเปื้อนฟอร์มาลินในปริมาณมากถึง ๓๐-๖๐ มิลลิกรัม จะทำให้เกิดอาการปวดท้องรุนแรง อาเจียน ท้องเดิน หอบหืด และอาจเสียชีวิต

วิธีการเลี่ยงอันตรายจากสารฟอร์มาลิน

๑. สังเกตอาหารทะเลต้องสดเสมอกันทั้งตัวไม่มีส่วนใดส่วนหนึ่งเปื่อยหรือสีเข้มผิดปกติ
๒. ก่อนนำอาหารสดมาประกอบอาหารควรล้างให้สะอาด และปรุงให้สุกก่อนบริโภค
๓. หากดมแล้วอาหารนั้นมีกลิ่นฉุนแสบจมูกให้สันนิษฐานว่าน่าจะมีฟอร์มาลินปนเปื้อนอยู่
๔. ใช้ชุดตรวจสอบสารฟอร์มาลินในอาหาร

ข้อควรระวัง : การเติมฟอร์มาลินในอาหารในปริมาณที่สูงจนอาจเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค จะเข้าข่ายเป็นอาหารไม่บริสุทธิ์ และมีโทษตามกฎหมาย ทั้งนี้ ผู้บริโภคพบเห็นอาหารที่ไม่ได้มาตรฐาน หรือไม่ได้รับความปลอดภัย สามารถร้องเรียนมาได้ที่สายด่วน อย. โทร. ๑๕๕๖

ฟอร์มาลินในอาหารทะเล



ฟอร์มาลิน หรือ ฟอร์มัลดีไฮด์ จัดเป็นวัตถุอันตรายชนิดที่ 2 ตามพระราชบัญญัติวัตถุอันตราย พ.ศ. 2535 และเป็นอาหารที่ห้ามผลิต นำเข้า หรือจำหน่ายตามประกาศกระทรวงสาธารณสุขฉบับที่ 391 (พ.ศ. 2561)



อาหารที่อาจพบสารฟอร์มาลิน ได้แก่ อาหารทะเลสด เช่น กุ้ง ปู ปลา ปลาหมึก และผักสด ผลไม้สด รวมถึงเนื้อสัตว์สด เป็นต้น

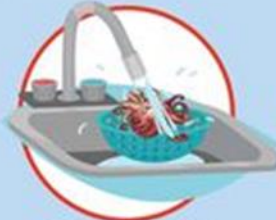


การกินอาหารที่ปนเปื้อนฟอร์มาลินในปริมาณมากถึง 30-60 มิลลิกรัม จะทำให้เกิดอาการปวดท้องรุนแรง อาเจียน ท้องเดิน หดสติ และอาจเสียชีวิต

วิธีเลี่ยงอันตรายจากสารฟอร์มาลิน



สังเกตอาหารทะเล ต้องสดเสมอทั้งตัว ไม่มีส่วนใดส่วนหนึ่งเปื่อย หรือสีเข้มผิดปกติ



ก่อนนำอาหารสด มาประกอบอาหารควร ล้างให้สะอาด และปรุง ให้สุกก่อนบริโภค



หากดมแล้วอาหาร นั้นมีกลิ่นฉุนแสบจมูก ให้สันนิษฐานว่าน่าจะมี ฟอร์มาลินปนเปื้อนอยู่



ใช้ชุดตรวจสอบ สาร ฟอร์มาลินในอาหาร

การเติมฟอร์มาลินในอาหารในปริมาณที่สูงจนอาจเป็นอันตรายต่อผู้บริโภค จะเข้าข่ายเป็นอาหาร ไม่บริสุทธิ์ และมีโทษตามกฎหมาย ทั้งนี้ผู้บริโภคพบเห็นอาหารที่ไม่ได้มาตรฐานหรือไม่ได้รับความปลอดภัย สามารถร้องเรียนมาได้ที่สายด่วน อย. โทร.1556



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration

เผยแพร่ ณ วันที่ 21/02/66
ผลิตโดย กองพัฒนากิจการผู้บริโภค

/FDATHAI

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๑๐ / ๒๕๖๖ วันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ช่องทางการติดต่อ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ โทรสายด่วนกรม สบส. ๑๔๒๖

๑) หัวข้อเรื่อง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ขวนประชาชนมอบความรักให้ครอบครัว เพื่อน คนรัก ออกกำลังกายที่ชอบ ส่งผลให้จิตใจแจ่มใส อารมณ์ดี และสุขภาพที่ดี แนะนำปฏิบัติสุขภาพที่ดี รักใครให้ชวนออกกำลังกายด้านโรค

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ขวนประชาชนมอบความรักให้ครอบครัว เพื่อน คนรัก ออกกำลังกายที่ชอบ ส่งผลให้จิตใจแจ่มใส อารมณ์ดี และสุขภาพที่ดี แนะนำปฏิบัติสุขภาพที่ดี รักใครให้ชวนออกกำลังกายด้านโรค

กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ขวนประชาชนมอบความรักให้ครอบครัว เพื่อน คนรัก ออกกำลังกายที่ชอบ ส่งผลให้จิตใจแจ่มใส อารมณ์ดี และสุขภาพที่ดี แนะนำปฏิบัติสุขภาพที่ดี รักใครให้ชวนออกกำลังกายด้านโรค

นายแพทย์สุระ วิเศษศักดิ์ อธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กล่าวว่า กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ ขอเชิญชวนประชาชน มอบความรักให้กัน ด้วยการชวนครอบครัว เพื่อน คนรักออกกำลังกายสร้างจิตใจให้แจ่มใส กองสุขศึกษาได้ทำการสำรวจพฤติกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ในปี ๒๕๖๔ กับประชาชนอายุระหว่าง ๑๕-๕๙ ปี จำนวน ๕๙,๒๕๔ คน จาก ๓๖ จังหวัด พบประชาชนประมาณร้อยละ ๔๐ ออกกำลังกายน้อยกว่า ๓ วัน ต่อสัปดาห์ และเป็นผู้ที่ไม่ออกกำลังกายเลยร้อยละ ๑๔.๖ เมื่อพิจารณาระยะเวลาการออกกำลังกาย พบว่าร้อยละ ๔๐.๗ ใช้เวลาออกกำลังกายในแต่ละครั้งน้อยกว่า ๓๐ นาที โดยผู้ตอบแบบสอบถามให้ข้อมูลเพิ่มเติมว่าครอบครัวไม่เคยชวนออกกำลังกายเลยร้อยละ ๒๔.๔ และเพื่อนไม่เคยชวนออกกำลังกายเลยร้อยละ ๒๒.๘ ซึ่งเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้ผู้ตอบไม่อยากออกกำลังกาย หรือออกกำลังกายไม่ถึงเกณฑ์ที่จะทำให้มีสุขภาพดี จากข้อมูลชี้ให้เห็นว่าอิทธิพลของคนใกล้ชิด คนที่รัก มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพ กรมสนับสนุนบริการสุขภาพจึงขอเชิญชวนประชาชนมอบความรักให้กัน ด้วยการชวนคนที่รักมาออกกำลังกายตามหลักสุขภาพที่ดีข้อที่ ๘ เพื่อให้จิตใจแจ่มใส อารมณ์ดี และมีสุขภาพที่แข็งแรง

ด้านนายแพทย์สามารถ ธีระศักดิ์ รองอธิบดีกรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กล่าวว่า สุขบัญญัติข้อที่ ๘ ออกกำลังกายสม่ำเสมอ เป็นหนึ่งในสุขภาพที่ดีซึ่งหากปฏิบัติเป็นนิสัย จะทำให้สุขภาพกายใจ แข็งแรง ซึ่งการออกกำลังกายมีข้อดีมากมาย เช่น ทำให้อัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น เป็นการบริหารปอด หัวใจ กล้ามเนื้อ และข้อต่อให้แข็งแรง ทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรง จิตใจแจ่มใส ผ่อนคลายความเครียด ช่วยให้ร่างกายใช้ออกซิเจนได้ดีกว่าเดิม มีภูมิป้องกันโรค ทำให้บุคลิกภาพดี ช่วยลดปัจจัยเสี่ยงการเกิดโรคที่มีสาเหตุมาจากการขาดออกกำลังกาย เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน รวมทั้งโรคอ้วน เป็นต้น ดังนั้น ควรมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ และเคลื่อนไหวตามความเหมาะสมของอายุน้อยวันละ ๓๐ นาที โดยออกกำลังกายที่ชอบ เช่น การเดินเร็ว ปั่นจักรยาน วิ่งเหยาะ บอดี้เวท โยคะ แอโรบิก เป็นต้น ซึ่งการออกกำลังกายนอกจากจะทำให้สุขภาพร่างกายแข็งแรงแล้ว ยังเป็นการสร้างความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว เพื่อนๆ คนรักได้อีกด้วย จึงขอเชิญชวนประชาชนร่วมกันมอบความรักให้กันด้วยการ “รักใครให้ชวนออกกำลังกาย” ส่งเสริมสุขภาพกายใจแข็งแรงร่วมกับการตรวจสุขภาพประจำปีด้วย
