



ได้ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรื่อง โครงการเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว
เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรียน หัวหน้าส่วนราชการส่วนภูมิภาค หัวหน้าส่วนราชการส่วนกลาง ศูนย์ เขต ภาค หัวหน้าหน่วยงาน
รัฐวิสาหกิจ อธิการบดี นายอำเภอทุกอำเภอ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราช
นายกเทศมนตรีนครนครศรีธรรมราช ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ประธานหอการค้า
จังหวัดนครศรีธรรมราช ประธานสภาอุตสาหกรรมจังหวัดนครศรีธรรมราช ประธานชมรมธนาคารพาณิชย์
จังหวัดนครศรีธรรมราช ผู้อำนวยการสถานศึกษา นายกสมาคม ประธานชมรม และกลุ่มพลังมวลชน
ทุกกลุ่ม

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายละเอียดการจัดกิจกรรมฯ

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยสำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ได้บูรณาการขับเคลื่อนโครงการเดิน วิ่ง ปั่น
ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล
เฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ร่วมกับศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช
คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ด้วยการเชิญชวนประชาชนทั่วประเทศและบุคลากร
ในหน่วยงานระดับกระทรวงเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายสะสมแคลอรี ผ่านแอปพลิเคชัน CALORIES
CREDIT CHALLENGE : CCC

เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล
เฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ จึงขอประชาสัมพันธ์มายังหน่วยงานของท่าน
เพื่อเชิญชวนประชาชนออกกำลังกายผ่านแอปพลิเคชัน CALORIES CREDIT CHALLENGE : CCC ตั้งแต่วันที่
๒๘ กรกฎาคม ถึง ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย โดยสามารถติดตามข่าวสาร
การจัดกิจกรรมผ่านทาง Facebook Calories Credit Challenge และ Facebook WRB Fighting Stroke
ทั้งนี้ สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ นายคณากร ปันทะโชติ หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๙๙๕๕ ๖๒๘๑

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(นางไพรวลัย ศรีเทพ)

สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด ท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

โทร/โทรสาร ๐-๗๕๓๔๒ ๖๒๑

ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช

E-mail : nakhonsithammarat@mots.go.th



นศร ๘๙๓๔๒ ๖๒๑



โครงการ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 10
เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 84 พรรษา 28 กรกฎาคม 2567



เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล
 เฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 72 พรรษา
 ขอเชิญชวนประชาชนชาวไทย ออกกำลังกายสะสมแคลอรี
 ผ่าน Application Calorie Credit Challenge : CCC



72,000,000

แคลอรี

(สะสมระหว่าง 28 ก.ค. - 2 พ.ย. 67)



วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อแสดงถึงความจงรักภักดี เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 ที่ทรงเป็นดั่งแสงนำใจของประชาชนไทย และทรงเป็นแบบอย่างแก่ประชาชนชาวไทย ในการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกาย ทรงมีพระเมตตาแผ่ไพศาลแก่พสกนิกรชาวไทยอย่างไม่เลือกชั้นวรรณะ และเชื้อชาติ

2. เพื่อรณรงค์เชิญชวนประชาชนทุกเพศ ทุกวัย และทุกหมู่เหล่า ได้ออกกำลังกาย ผ่านกิจกรรมออกกำลังกายอย่างง่าย ๆ เช่น การเดิน วิ่ง หรือปั่นจักรยาน ซึ่งหากออกกำลังกายติดต่อกันเป็นประจำ จะทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ห่างไกลจากโรค และช่วยลดค่าใช้จ่ายการรักษา ตลอดจนลดภาระของปัญหาโรคเรื้อรังได้

72 พรรษา

720 คน / จังหวัด,หน่วยงาน

7,200 เครดิต / จังหวัด,หน่วยงาน

72,000,000 แคลอรี

หมายเหตุ: เดิน วิ่ง ปั่น 30 นาที และ 150 แคลอรี = 1 เครดิต



ผู้เข้าร่วมต้อง

DOWNLOAD APPLICATION CCC

วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม



WRB10 กรุงเทพมหานคร

28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...



จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน

WRB10 ยะลา

28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...



จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน



28 กค. - 2 พย. 67

วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม

• เข้าร่วม Challenge ของจังหวัด



• แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายเชิญชวนผู้เข้าร่วมไม่น้อยกว่า 720 คน / จังหวัด



• แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายร่วมกันสะสมเครดิต
ให้ครบ 7,200 เครดิต



*** เดิน รัง ปั่น 30 นาที และ 150 แคลอรี่ = 1 เครดิต

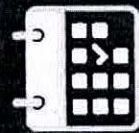


ของรางวัล



ทุกคนที่เข้าร่วม จะได้รับ E-Certificate ที่ลงนามโดยผู้ว่าราชการจังหวัด
และของรางวัลตามระดับความสม่ำเสมอของการออกกำลังกาย

ระยะเวลาเข้าร่วมกิจกรรม



เริ่ม วันที่ 28 กรกฎาคม 2567 ถึงวันที่ 2 พฤศจิกายน 2567



THANK YOU

Contact Us :

f Calories Credit Challenge
(<https://www.facebook.com/caloriescredit>)

f WRB Fighting Stroke
(<https://www.facebook.com/walkrunbikefighting>)

f Siriraj Stroke Center
(<https://www.facebook.com/sirirajstrokecenter>)

 <https://www.sirirajstrokecenter.org/>