☑ สำนักปลัด
☐ กองคลัง
☐ กองช่าง
☐ กองสาธารณสุข
☐ กองการศึกษา

ประชาสัมพันธ์

เทศบาลตำบลบางนมโค
เลขรับที่ 980
วันที่ 27 มี.ค. 2566

ที่ อย ๑๒๑๘.๑/ว๔๓๑

ที่ว่าการอำเภอเสนา
ตำบลเสนา อย ๑๓๑๑๐

๒๕ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง ขอแจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๐/๒๕๖๖

เรียน นายกเทศมนตรีตำบล และ นายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ที่ อย ๐๐๑๗.๓/ว ๑๑๐ ลงวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๖๖ จำนวน ๑ ชุด

พร้อมนี้ อำเภอเสนา ขอส่งสำเนาหนังสือจังหวัดพระนครศรีอยุธยา ที่ อย ๐๐๑๗.๓/ว ๑๑๐ ลงวันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕๖๖ เรื่อง ขอแจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๐/๒๕๖๖ เพื่อให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสร้างการรับรู้ผ่านช่องทางหอกระจายข่าว และช่องทางการเผยแพร่อื่น ๆ อย่างต่อเนื่อง และเข้าถึงประชาชนทุกหมู่บ้าน/ชุมชน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

นางอมรรัตน์ กรึงไกร
นายอำเภอเสนา

ที่ทำการปกครองอำเภอ
สำนักงานอำเภอ
โทรศัพท์/โทรสาร ๐ ๓๕๒๐ ๑๕๐๑ ต่อ ๑๒/๒๖
ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ amphoe_sena@hotmail.com
น.ส.ศดานันท์ เชิดฉาย

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงคมนาคม
กรม / หน่วยงาน กรมการขนส่งทางบก
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการขนส่งทางบก
ช่องทางการติดต่อ กรมการขนส่งทางบก โทร. ๑๕๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง **เสี่ยงอันตรายนั่งท้ายกระบะให้ระวัง**
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เสี่ยงอันตรายนั่งท้ายกระบะให้ระวัง

กรมการขนส่งทางบก มีข้อแนะนำ เพื่อความปลอดภัยในการโดยสารนั่งท้ายกระบะรถยนต์ **๑ ใน ๔ ครั้ง ของการเกิดอุบัติเหตุ** ผู้โดยสารนั่งท้ายกระบะ กระเด็นหลุดออกจากตัวรถ เมื่อเกิดอุบัติเหตุ มีความเสี่ยงต่อการเสียชีวิต ๘ เท่า มากกว่าผู้โดยสารตอนหน้าที่คาดเข็มขัดนิรภัย

ขับขี่ปลอดภัย ใช้ความเร็วในการขับขี่อย่างมีสติ

- มีผู้โดยสารนั่งท้ายกระบะ ใช้ความเร็วไม่เกิน ๖๐ กม./ชม.
- นั่งโดยสารท้ายกระบะ ไม่เกิน ๖ คน

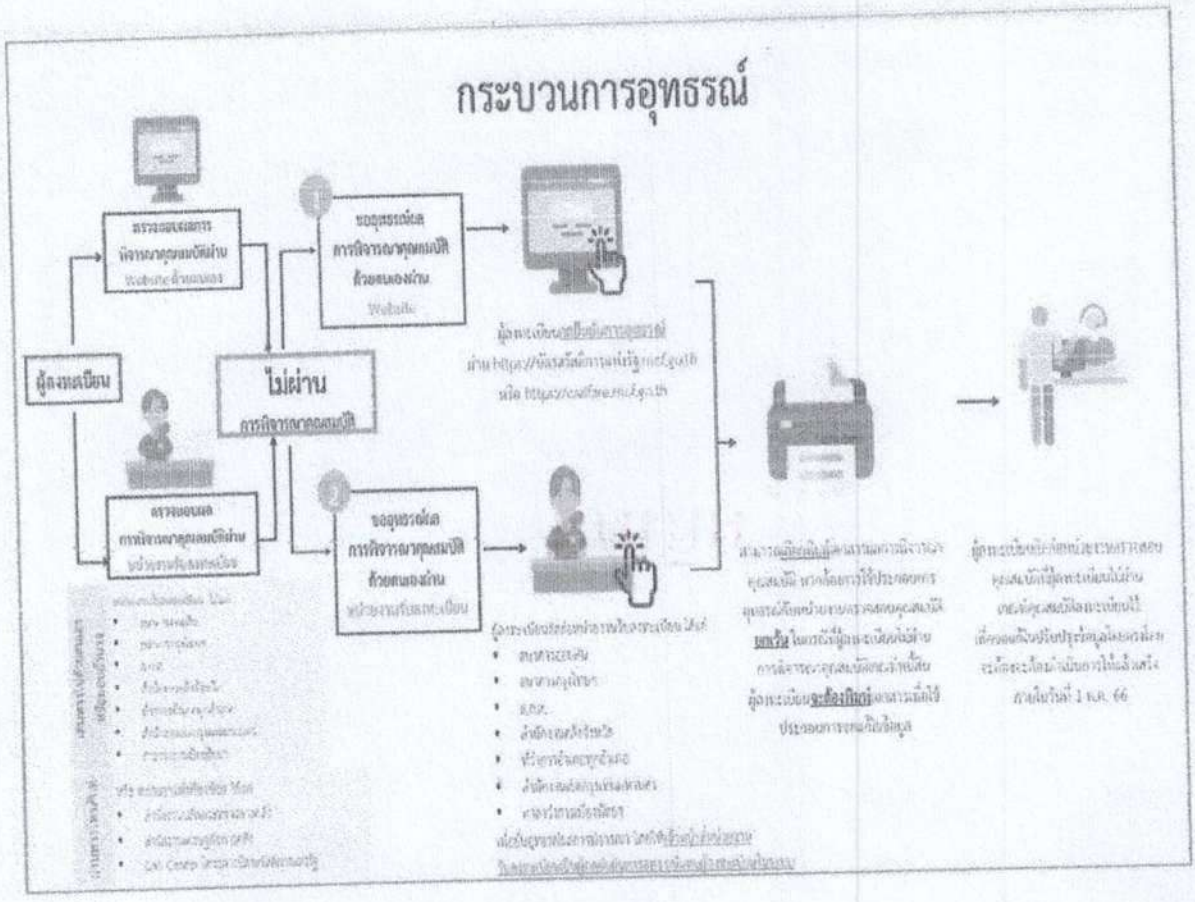
(ประกาศสำนักงานตำรวจแห่งชาติ เรื่อง การยกเว้นให้คนโดยสารไม่ต้องรัดร่างกายด้วยเข็มขัดนิรภัยในรถบางประเภท พ.ศ. ๒๕๖๖)

ปฏิบัติถูกกฎ ลดความเสี่ยง เพิ่มความปลอดภัย

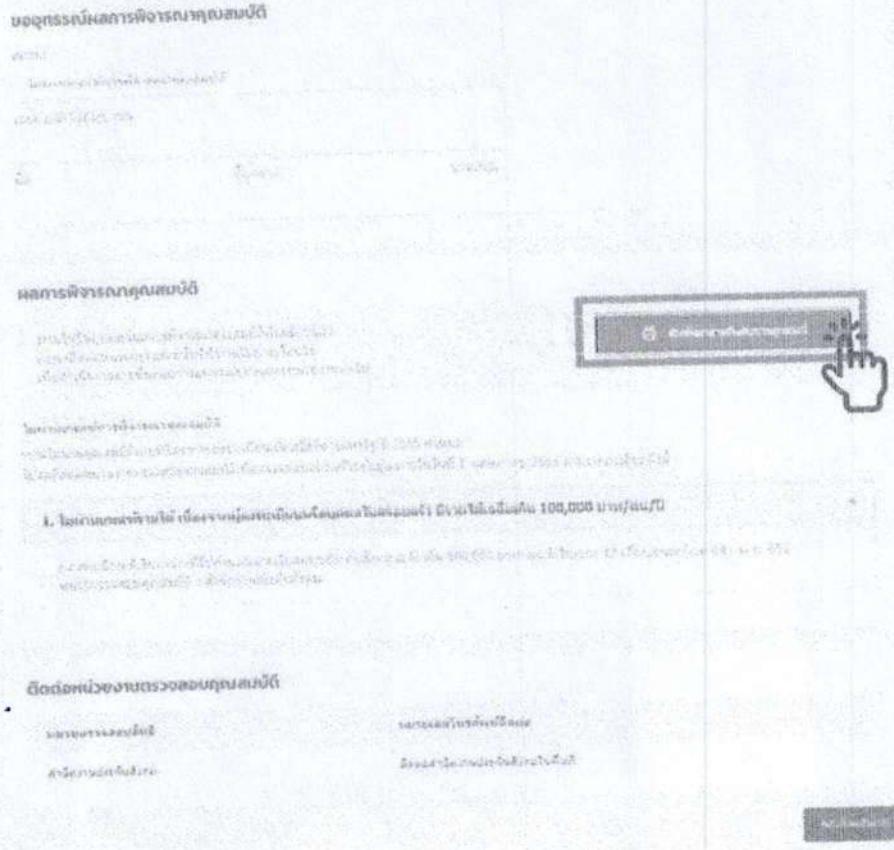
- ห้ามนั่งริมขอบกระบะ
- ห้ามนั่งซ้อน หรือนั่งบนสิ่งของที่บรรทุกในรถ
- ห้ามยืนโดยสารไม่ว่าตอนใดของรถ
- ไม่ยื่นส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกาย ออกนอกตัวรถ

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมขนส่งทางบก โทร. ๑๕๘๔

****


กระบวนการอุทธรณ์
ตรวจสอบผลการ
พิจารณาคุณสมบัติผ่าน
ขออุทธรณ์ผล
การพิจารณาคุณสมบัติ
ด้วยตนเองผ่าน
ผู้ลงทะเบียน
ไม่ผ่าน
การพิจารณาคุณสมบัติ
ตรวจสอบผล
การพิจารณาคุณสมบัติผ่าน
ขออุทธรณ์ผล
การพิจารณาคุณสมบัติ
ด้วยตนเองผ่าน

๖) ผู้ลงทะเบียนสามารถเลือกพิมพ์เอกสารการขออุทธรณ์ผลการพิจารณาคุณสมบัติโดย คลิกปุ่ม "พิมพ์เอกสารยืนยันการอุทธรณ์" **ยกเว้น** ในกรณีที่ผู้ลงทะเบียนไม่ผ่านการพิจารณาคุณสมบัติเกณฑ์หนี้สิน ผู้ลงทะเบียนจะต้องพิมพ์เอกสารเพื่อใช้ประกอบการขอแก้ไขข้อมูล



๑.๒ ขออุทธรณ์ผลการพิจารณาคุณสมบัติผ่านหน่วยงานรับลงทะเบียนทั้ง ๗ หน่วยงาน ได้แก่ ธนาคารออมสิน ธนาคารกรุงไทย จำกัด (มหาชน) ธนาคารเพื่อการเกษตรและสหกรณ์การเกษตร สำนักงานคลังจังหวัดทุกจังหวัด ที่ว่าการอำเภอทุกอำเภอ สำนักงานเขตกรุงเทพมหานคร และศาลาว่าการเมืองพัทยา ตามวันและเวลาทำการของแต่ละหน่วยงาน โดยให้เจ้าหน้าที่หน่วยงานรับลงทะเบียนเป็นผู้ดำเนินการยื่นอุทธรณ์ผลการพิจารณาคุณสมบัติ ซึ่งผู้ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติจะต้องแสดงบัตรประจำตัวประชาชนกับเจ้าหน้าที่หน่วยงานรับลงทะเบียนก่อนดำเนินการยื่นอุทธรณ์

โฆษกกระทรวงการคลังกล่าวเน้นย้ำว่า เมื่อผู้ลงทะเบียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติได้ทำการยื่นขออุทธรณ์ผ่านเว็บไซต์ หรือผ่านหน่วยงานรับลงทะเบียนเรียบร้อยแล้ว หากประสงค์ขอตรวจสอบและ/หรือขอแก้ไขข้อมูลขอให้ดำเนินการติดต่อที่หน่วยงานตรวจสอบคุณสมบัติที่ผู้ลงทะเบียนไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติด้วยตนเอง หรือเป็นไปตามเงื่อนไขที่หน่วยงานตรวจสอบคุณสมบัติกำหนด เพื่อขอปรับปรุงหรือแก้ไขข้อมูลในกรณีที่ข้อมูลไม่ถูกต้องให้ถูกต้อง โดยจะต้องดำเนินการให้แล้วเสร็จภายในวันที่ ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖

ที่ว่าการอำเภอเสนา
รับที่ 1445
วันที่ ๒๒ มีค ๒๕๖๖
เวลา

ที่ อย ๐๐๓๗.๓/ว ๑๑๕

ถึง ส่วนราชการส่วนภูมิภาค ส่วนราชการส่วนกลาง หน่วยงานรัฐวิสาหกิจ อำเภอ องค์การบริหารส่วนจังหวัดพระนครศรีอยุธยา เทศบาลนครพระนครศรีอยุธยา และเทศบาลเมืองทุกแห่ง

ด้วยกระทรวงมหาดไทยได้แจ้งข้อมูลข่าวสารประชาสัมพันธ์การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน เพื่อทำความเข้าใจแก่เจ้าหน้าที่ ผู้ปฏิบัติและประชาชนในระดับพื้นที่ให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง ในการนี้ จังหวัดพระนครศรีอยุธยาจึงขอแจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๑/๒๕๖๖ ให้กับส่วนราชการต่าง ๆ ได้รับทราบ ทั้งนี้ อำเภอและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในพื้นที่ ให้พิจารณามอบหมายผู้ที่มีความสามารถด้านการพูดและเป็นที่ยอมรับในพื้นที่ บันทึกเสียงในรูปแบบสปอตวิทยุ ในการสร้างการรับรู้ผ่านช่องทางหอกระจายข่าว และช่องทางการเผยแพร่อื่น ๆ อย่างต่อเนื่อง เข้าถึงประชาชนทุกหมู่บ้าน/ชุมชน และรายงานผลการดำเนินการให้จังหวัดพระนครศรีอยุธยาทราบ ภายในวันที่ ๒๙ ของทุกเดือน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย สำหรับอำเภอให้แจ้งเทศบาลตำบล และองค์การบริหารส่วนตำบลในพื้นที่ได้รับทราบด้วย

สำนักงานจังหวัด
กลุ่มงานอำนวยการ
โทรศัพท์/โทรสาร ๐-๓๕๓๓-๖๕๕๔ ต่อ ๒๒
E-mail : snj_ay@hotmail.com

ที่ แจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

แบบฟอร์มรายงานการดำเนินการสร้างการรับรู้ความเข้าใจกับประชาชน
ในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19)

หน่วยงาน/อำเภอ.....

ลำดับ	ผู้บันทึกเสียง/พูด/ตำแหน่ง	จำนวน สปอต/ไฟล์	จำนวนครั้งการเผยแพร่			
			วิทยุกระจายเสียง (ทุกสังกัด)	วิทยุชุมชน	หอกระจายข่าว (ท้องที่)	เสียงตามสาย (อปท.)
๑.						
๒.						
๓.						
๔.						
๕.						
๖.						
๗.						
๘.						
๙.						
๑๐.						

ผู้ประสานงาน ชื่อ-นามสกุล.....
ตำแหน่ง.....
เบอร์ติดต่อ.....

ผู้รายงาน.....
(.....)
ตำแหน่ง.....

หมายเหตุ รายงานผลการดำเนินการทางไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ (E-mail) snj_ay@hotmail.com
ภายในวันที่ ๒๙ ของทุกเดือน จนกว่าสถานการณ์การแพร่ระบาดฯ จะคลี่คลาย

เรื่องสำเร็จ/๑๓

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา
รับที่ 4918
วันที่ 20 มี.ค. 2566
เวลา
สำนักงานจังหวัดพระนครศรีอยุธยา
เลขที่ 1526
20 มี.ค. 2566

ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว๒๑๕๗

กระทรวงมหาดไทย
ถนนอัษฎางค์ กทม. ๑๐๒๐๐

๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๑/๒๕๖๖

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัด ทุกจังหวัด

อ้างถึง ๑. หนังสือกระทรวงมหาดไทย ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๔๘๔๓ ลงวันที่ ๒๔ สิงหาคม ๒๕๖๔
๒. หนังสือกระทรวงมหาดไทย ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๙๑๕ ลงวันที่ ๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนครั้งที่ ๑๑/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ฉบับ

ตามที่ นายกรัฐมนตรี ได้มีข้อสั่งการในคราวประชุมคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ ๒๔ กรกฎาคม ๒๕๖๑ วันที่ ๑๑ กันยายน ๒๕๖๑ และมติคณะรัฐมนตรีวันที่ ๒๒ ตุลาคม ๒๕๖๒ ให้กระทรวงมหาดไทยเป็นหน่วยงานหลักในการประสานงานและเร่งรัดการดำเนินการสร้างการรับรู้เกี่ยวกับการดำเนินนโยบายสำคัญของรัฐบาล เพื่อทำความเข้าใจและนำไปถ่ายทอดหรือเผยแพร่ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติและประชาชนในระดับพื้นที่ให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง โดยพิจารณาใช้ช่องทางการเผยแพร่ที่หลากหลายและเหมาะสมตามแต่ละกรณี และกระทรวงมหาดไทยได้แจ้งให้จังหวัดดำเนินการแต่งตั้งคณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) และระดับอำเภอ/ท้องถิ่น (ทีม Admin อำเภอ/ท้องถิ่น) และให้กำชับและติดตามผลการดำเนินการการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ ท้องที่ และท้องถิ่นตามที่กำหนด นั้น

ในการนี้ เพื่อให้การสร้างการรับรู้สู่ชุมชนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ จึงขอให้จังหวัดนำข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๑/๒๕๖๖ ดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน โดยให้ผู้ว่าราชการจังหวัดและนายอำเภอ หรือพิจารณามอบหมายผู้ที่มีความสามารถด้านการพูดและเป็นที่ยอมรับในพื้นที่ บันทึกเสียงในรูปแบบสปอตวิทยุ พร้อมทั้ง ให้กำชับท้องถิ่นและท้องที่นำสปอตวิทยุดังกล่าว ดำเนินการสร้างการรับรู้ผ่านช่องทางหอกระจายข่าว และช่องทางการเผยแพร่อื่น ๆ อาทิ Facebook Fanpage ของจังหวัด เว็บไซต์ของจังหวัด ฯลฯ อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้เข้าถึงประชาชนทุกหมู่บ้าน/ชุมชน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสิ่งที่ส่งมาด้วยได้ตาม QR Code ท้ายหนังสือนี้

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายฉมลิต จันทรเฉก)
รองปลัดกระทรวงมหาดไทย ปฏิบัติราชการแทน
ปลัดกระทรวงมหาดไทย

QR Code

สำนักงานปลัดกระทรวง
กองสารนิเทศ
โทร. ๐ ๒๒๒๒ ๔๑๓๑ - ๒
โทรสาร ๐ ๒๒๒๒ ๑๘๗๑

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ			
๑.	กระบวนการขออุทธรณ์ของผู้ลงทะเบียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติตามโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ปี ๒๕๖๕	กระทรวงการคลัง	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๒.	เสี่ยงอันตรายนั่งท้ายกระบะให้ระวัง	กระทรวงคมนาคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	รัฐบาลแนะ ๑๐ จุดสังเกตลักษณะ "ข่าวปลอม" เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ประชาชน และรู้ทันกลโกงมิจฉาชีพ	กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	กรมที่ดินเตือนระวัง เว็บไซต์ปลอม	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	๗๖ จังหวัด ๗๖ คำมั่นสัญญา อำเภอบำบัดทุกข์ บำรุงสุข แบบบูรณาการอย่างยั่งยืน	กระทรวงมหาดไทย	คลิปวีดีโอ ๑ ชุด
๖.	ปภ. บูรณาการจังหวัดเตรียมพร้อมรับมือพายุฤดูร้อน ครอบคลุมทุกด้าน	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ช่วยเหลือค่าไฟฟ้าไม่เกิน ๓๑๕ บาท /เดือน/ครัวเรือน/สิทธิ์	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	พ่อแม่ แบบไหนได้ใจลูก ๆ	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๙.	๙ ข้อปฏิบัติห่างไกล โรคกรดไหลย้อน	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๑๐.	แขน ขา เคลื่อนไหวผิดปกติไม่เป็นจังหวะ ควรรีบพบแพทย์	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม

๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม "ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้" และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ "การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน"

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงการคลัง
กรม / หน่วยงาน สำนักงานปลัดกระทรวงการคลัง
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักงานเศรษฐกิจการคลัง
ช่องทางการติดต่อ ศูนย์ลูกค้าสัมพันธ์บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ โทรศัพท์ : ๐-๒๑๐๙-๒๓๔๕

๑) หัวข้อเรื่อง กระบวนการขออุทธรณ์ของผู้ลงทะเบียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติตามโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ปี ๒๕๖๕

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

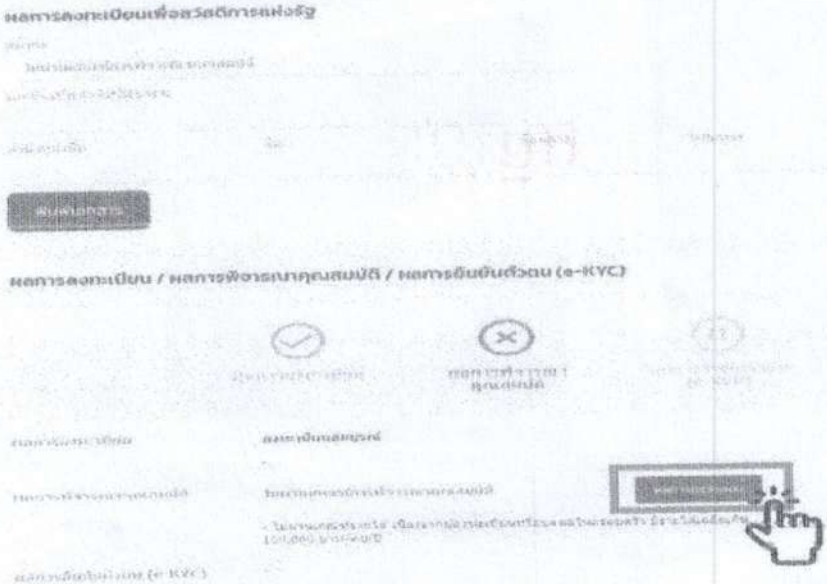
<u>เรื่อง กระบวนการขออุทธรณ์ของผู้ลงทะเบียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติตามโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ปี ๒๕๖๕</u>

นายพรชัย ฐีระเวช ผู้อำนวยการสำนักงานเศรษฐกิจการคลัง ในฐานะโฆษกกระทรวงการคลัง เปิดเผยว่าจากการประกาศผลการพิจารณาคุณสมบัติของผู้ลงทะเบียนเข้าร่วมโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐปี ๒๕๖๕ (โครงการฯ) เมื่อวันที่ ๑ มีนาคม ๒๕๖๖ พบว่าประชาชนยังมีความเข้าใจที่คลาดเคลื่อนในเรื่องการขออุทธรณ์ผลการพิจารณาคุณสมบัติ โดยขอชี้แจงรายละเอียดกระบวนการขออุทธรณ์ ดังนี้

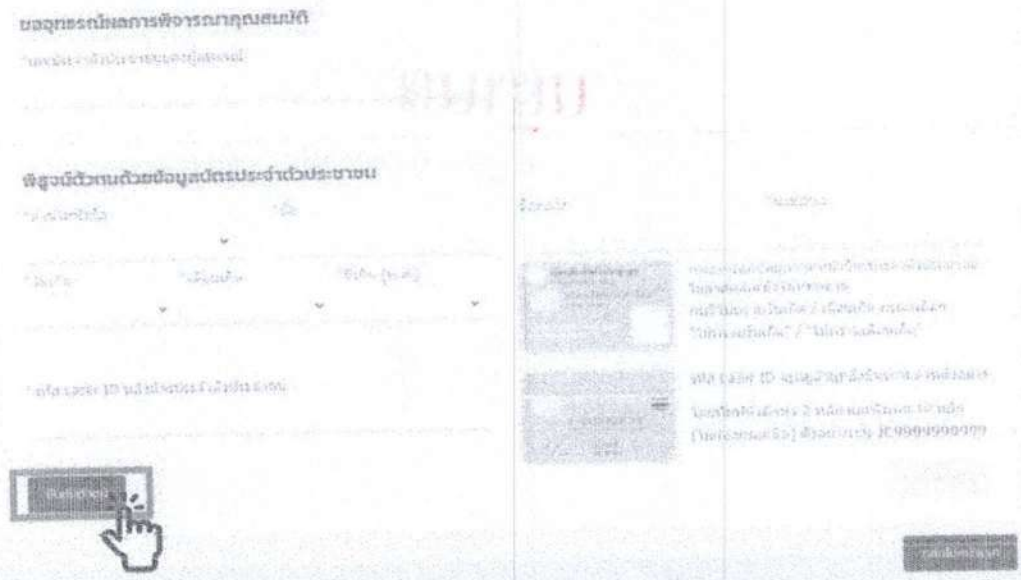
๑. ผู้ลงทะเบียนที่ไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติ สามารถยื่นขออุทธรณ์ได้ตั้งแต่วันที่ **<u>๑ มีนาคม - ๑ พฤษภาคม ๒๕๖๖ (๖๒ วัน)</u>** โดยสามารถดำเนินการผ่าน ๒ ช่องทาง ดังนี้

๑.๑ ขออุทธรณ์ด้วยตนเองผ่านทางเว็บไซต์ https://บัตรสวัสดิการแห่งรัฐ.mof.go.th หรือ https://welfare.mof.go.th ได้ตั้งแต่เวลา ๖.๐๐ น. ถึง ๒๓.๐๐ น. ของทุกวัน โดยมีขั้นตอนดังนี้

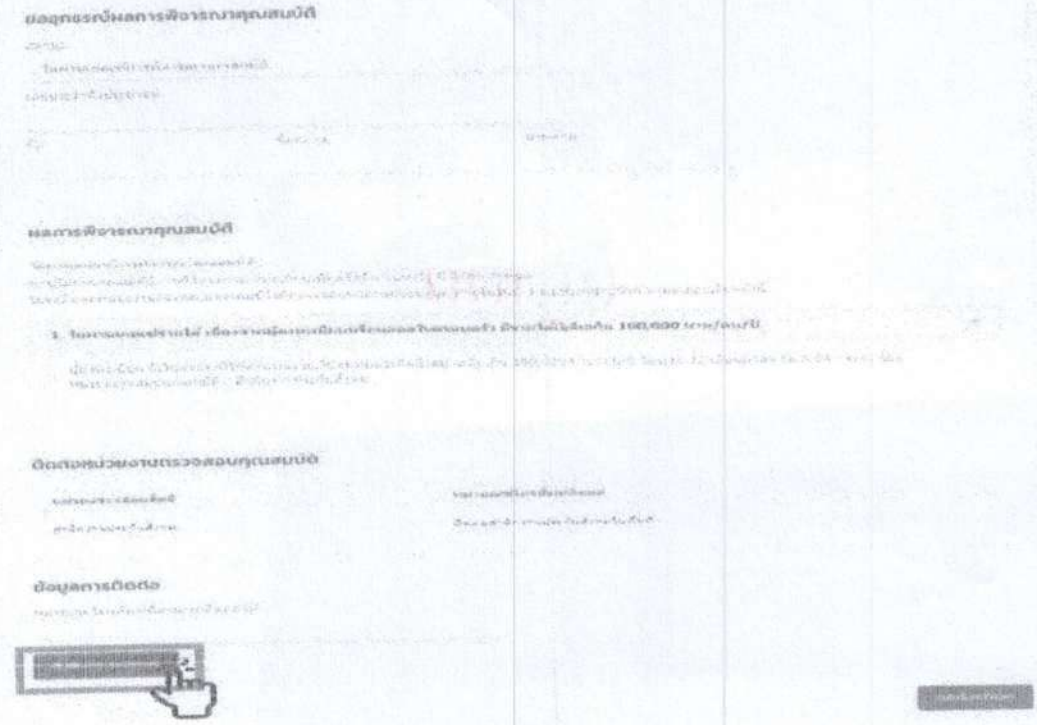
๑) ผู้ลงทะเบียนกรอกหมายเลขประจำตัวประชาชน และวันเดือนปีเกิดตามที่ระบุบนบัตรประจำตัวประชาชน ระบบจะแสดงผลการพิจารณาคุณสมบัติ ให้ผู้ลงทะเบียนคลิกปุ่ม “ผลการตรวจสอบ”



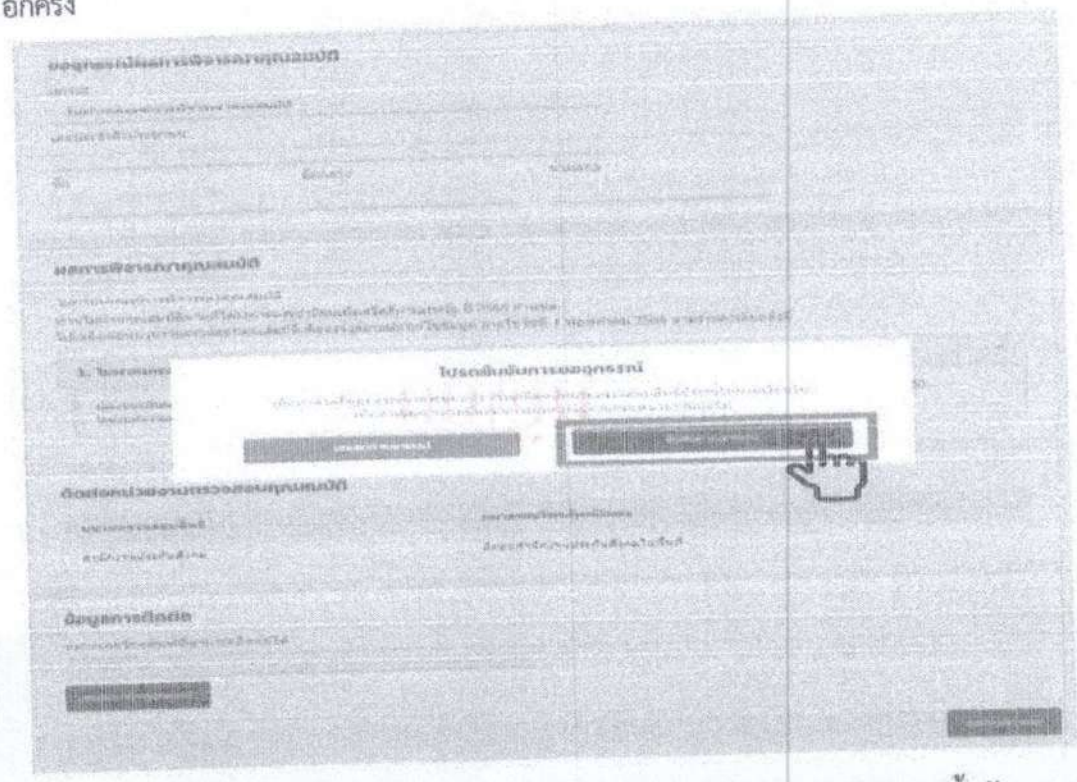
๒) ผู้ลงทะเบียนกรอก วันเดือนปีเกิดตามที่ระบุบนบัตรประจำตัวประชาชน และรหัส Laser ID หลังบัตรประจำตัวประชาชน และคลิกปุ่ม **"ยืนยันตัวตน"**



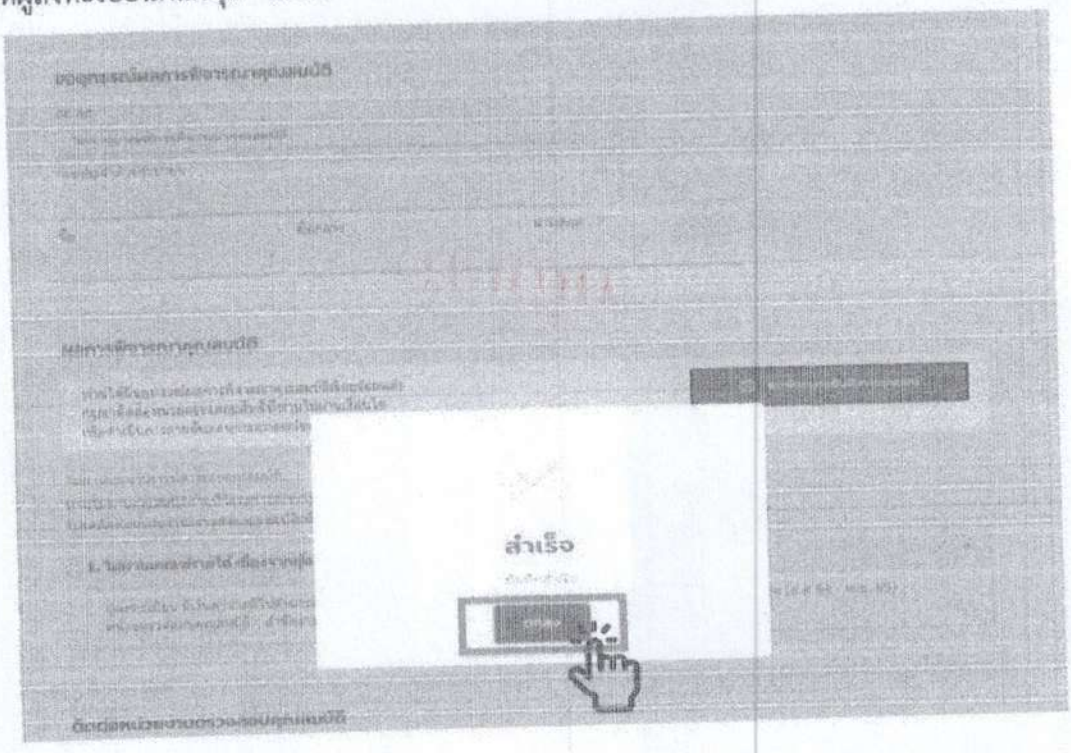
๓) ระบบจะแสดงรายละเอียดข้อมูลผลการพิจารณาคุณสมบัติที่ผู้ลงทะเบียนไม่ผ่านเกณฑ์การพิจารณาคุณสมบัติ หากผู้ลงทะเบียนที่ต้องการขออุทธรณ์ ให้ผู้ลงทะเบียนตรวจสอบหมายโทรศัพท์ที่ติดต่อได้ และคลิกปุ่ม **"ยืนยันการอุทธรณ์"**



๔) ระบบขึ้นข้อความ โปรดยืนยันการขออุทธรณ์ ให้ผู้ลงทะเบียน คลิกปุ่ม "ยืนยันการอุทธรณ์" อีกครั้ง



๕) เมื่อผู้ลงทะเบียนคลิกปุ่ม "ยืนยันการอุทธรณ์" เรียบร้อยแล้ว ระบบขึ้นข้อความ "สำเร็จ" ให้ผู้ลงทะเบียนคลิกปุ่ม "ตกลง"



เสี่ยงอันตราย!
นั่งท้ายกระบะ ให้ระวัง
1 ใน 4 ครั้ง ของการเกิดอุบัติเหตุ
ผู้โดยสารนั่งท้ายกระบะ
กระเด็นหลุด
ออกจากตัวรถ
เมื่อเกิดอุบัติเหตุ
มีความเสี่ยง
ต่อการเสียชีวิต 8 เท่า
มากกว่าผู้โดยสารตอนหน้า
ที่คาดเข็มขัดนิรภัย
ขับขี่ปลอดภัย
มีผู้โดยสารนั่งท้ายกระบะ
ใช้ความเร็วไม่เกิน
60 กม./ชม.
นั่งท้ายกระบะ ไม่เกิน 6 คน ปฏิบัติถูกกฎ ลดความเสี่ยง
ห้ามนั่งริมขอบกระบะ
ห้ามยืนโดยสาร
ไม่ว่าตอนใดของรถ
ไม่ยื่นส่วนใดส่วนหนึ่ง
ของร่างกาย ออกนอกตัวรถ
ห้ามนั่งซ้อมหรือนั่งบน
สิ่งของที่บรรทุกในรถ
ขับขี่ปลอดภัย by DLT
safedrivedlt.com
safedrivedlt
ขับขี่ปลอดภัย by DLT
@safedrivedlt

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม
กรม / หน่วยงาน กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม
ช่องทางการติดต่อ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๒-๑๐๓๓

๑) หัวข้อเรื่อง **รัฐบาลแนะ ๑๐ จุดสังเกตลักษณะ "ข่าวปลอม" เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ประชาชน และรู้ทันกลโกงมิจฉาชีพ**

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง รัฐบาลแนะ ๑๐ จุดสังเกตลักษณะ "ข่าวปลอม" เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ประชาชน และรู้ทันกลโกงมิจฉาชีพ</u>

รัฐบาลโดยกระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม (MDES) จึงแนะนำ ๑๐ จุดสังเกตลักษณะ "ข่าวปลอม" เพื่อให้ประชาชนมีภูมิคุ้มกัน และรู้เท่าทันกลโกงมิจฉาชีพ ดังนี้ .

๑. ข้อความพาดหัว : มักใช้พาดหัวที่ดึงดูดความสนใจโดยใช้ตัวหนังสือเด่น ๆ น่าตื่นตระหนก ฟังดูไม่น่าเชื่อถือ

๒. URL : เว็บไซต์ข่าวปลอมจำนวนมาก "เปลี่ยนแปลง URL" เพียงเล็กน้อย เพื่อเลียนแบบแหล่งข่าวจริง

๓. แหล่งที่มา : ตรวจดูให้แน่ใจว่าแหล่งที่มาที่น่าเชื่อถือ และมีชื่อเสียงด้านความถูกต้อง

๔. การจัดรูปแบบที่ไม่ปกติ : มักมีการสะกดผิดหรือวางเลย์เอาต์ไม่ปกติ

๕. พิจารณารูปภาพ : ข่าวปลอมมักมีรูปภาพหรือวิดีโอที่ไม่เป็นความจริง บางครั้งรูปภาพจริงแต่ไม่เกี่ยวข้องกับบริบทของเรื่องราว

๖. ตรวจสอบวันที่ : อาจมีลำดับเหตุการณ์ที่ไม่สมเหตุผล หรือมีการเปลี่ยนแปลงวันที่ของเหตุการณ์

๗. ตรวจสอบหลักฐาน : ตรวจสอบแหล่งข้อมูลของผู้เขียนเพื่อยืนยันว่าถูกต้อง

๘. ดูรายงานอื่น ๆ : หากมีการรายงานข่าวโดยหลายแหล่งข่าวที่คุณเชื่อถือได้ มีแนวโน้มว่าข่าวดังกล่าวจะเป็นข่าวจริง

๙. เรื่องราวนี้เป็นเรื่องตลกหรือไม่ : ตรวจสอบดูว่าแหล่งที่มาของข่าวขึ้นชื่อเรื่องการล้อเลียนหรือไม่ และรายละเอียดตลอดจนน้ำเสียงของข่าวฟังดูเป็นเรื่องตลกหรือไม่

๑๐. เรื่องราวบางเรื่องอาจตั้งใจเป็นข่าวปลอม : ใช้วิจารณญาณ เพื่อคิดวิเคราะห์เรื่องราวที่อ่านและแชร์เฉพาะข่าวที่แน่ใจว่าเชื่อถือได้เท่านั้น

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม โทรศัพท์ ๐-๒๑๔๒-๑๐๓๓

****

ไทยคู่ฟ้า

รัฐบาลแนะ!

10 จุดสังเกตลักษณะ "ข่าวปลอม"

เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้ ปชช. และรู้ทันกลโกงมิจฉาชีพ

ข้อมูล ณ วันที่ 7 มี.ค. 66

ไทยคู่ฟ้า THAIGOV.GO.TH

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน
ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน โทรศัพท์ : ๐ -๒๑๔๑-๕๕๕๕

๑) หัวข้อเรื่อง กรมที่ดินเตือนระวัง เว็บไซต์ปลอม
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กรมที่ดินเตือนระวัง เว็บไซต์ปลอม

กรมที่ดินเตือนระวัง เว็บไซต์ปลอม เว็บไซต์จริงต้อง www.dol.go.th เท่านั้น หากมีบุคคลแอบอ้างหลอกให้ดาวน์โหลดโปรแกรมไม่พึงประสงค์หรือเข้าเว็บไซต์อื่น โปรดอย่าหลงเชื่อเด็ดขาด

ทั้งนี้ สามารถสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ Call Center กรมที่ดิน ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕

****

กรมที่ดิน
หน่วยงานภายใน
TH EN
dol-thgo.cc
dol.go.th
๑๗
๑๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖
กรมที่ดิน
กรมที่ดิน
เตือน
เว็บไซต์ปลอม
ดาวน์โหลด
ข่าวจัดซื้อจัดจ้าง
หลอกดาวน์โหลดโปรแกรมไม่พึงประสงค์โปรดอย่าหลงเชื่อ

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมการปกครอง
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการปกครอง
ช่องทางการติดต่อ กรมการปกครอง โทรศัพท์ : ๐-๒๒๒๑-๘๑๕๐

๑) หัวข้อเรื่อง **๗๖ จังหวัด ๗๖ คำมั่นสัญญา อำเภอบำบัดทุกข์ บำรุงสุข แบบบูรณาการอย่างยั่งยืน**
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ๗๖ จังหวัด ๗๖ คำมั่นสัญญา อำเภอบำบัดทุกข์ บำรุงสุข แบบบูรณาการอย่างยั่งยืน</u>

จากข้อมูล จปฐ. และกชช. ๒ค ที่มีการสำรวจหมู่บ้านที่ตกเกณฑ์ในปี ๒๕๖๔ พบว่า ทุกชุมชนกำลังเผชิญกับปัญหา ประกอบด้วย ๗ มิติ คือ ด้านการเข้าถึงบริการภาครัฐ ด้านเศรษฐกิจ ด้านสุขภาพและอนามัย หรือ การมีภูมิคุ้มกันด้านการมีส่วนร่วม หรือ ความรักใคร่สามัคคีกลมเกลียวกัน ด้านสิ่งแวดล้อม และด้านการลดความเสี่ยงในชุมชน ทั้งภัยที่อาจเกิดจากมนุษย์ หรือธรรมชาติ

ในปี ๒๕๖๕ ที่ผ่านมา กระทรวงมหาดไทย ได้ดำเนินโครงการอำเภอนำร่อง บำบัดทุกข์ บำรุงสุข แบบบูรณาการ สร้างทีมผู้นำการขับเคลื่อนยุทธศาสตร์ในระดับอำเภอ สร้างภาคีเครือข่ายทีมจิตอาสาทำงานระดับอำเภอ เพื่อค้นหาปัญหา ร่วมวางแผน ร่วมกันแก้ไข ถ้าหากนายอำเภอจะย้าย หรือเกษียณอายุราชการแต่ทีมที่ดูแลพื้นที่ยังทำงานได้เข้มแข็ง พร้อมร่วมสานต่อและสร้างสรรค์สิ่งที่ดีๆ ให้กับคนในชุมชนหมู่บ้านได้อย่างต่อเนื่อง ภายใต้แนวความคิด “Change for Good” ซึ่งได้มีการฝึกอบรมนายอำเภอและทีมอำเภอ รวม ๑๐ คน และหลายอำเภอได้เสนอโครงการดีๆ มากมาย จนได้รับกระแสตอบรับที่ดีจากทุกพื้นที่

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ กรมการปกครอง โทร. ๐-๒๒๒๑-๘๑๕๐

****

คลิป วีดีโอ ๗๖ จังหวัด ๗๖ คำมั่นสัญญา อำเภอบำบัดทุกข์ บำรุงสุข แบบบูรณาการอย่างยั่งยืน

https://www.youtube.com/watch?v=IDVSaoSiytc

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
ช่องทางการติดต่อ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทร. สายด่วนนิรภัย. ๑๗๘๔
๑) หัวข้อเรื่อง ปภ. บูรณาการจังหวัดเตรียมพร้อมรับมือพายุฤดูร้อนครอบคลุมทุกด้าน
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ปภ. บูรณาการจังหวัดเตรียมพร้อมรับมือพายุฤดูร้อนครอบคลุมทุกด้าน

กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยมีข้อแนะนำจังหวัดเกี่ยวกับการเตรียมพร้อมรับมือพายุฤดูร้อนครอบคลุมทุกด้าน ช่วงฤดูร้อนหลายพื้นที่มีความเสี่ยงต่อการเกิดพายุฤดูร้อน โดยมีสภาพอากาศแปรปรวน พายุฝนฟ้าคะนอง ลมกระโชกแรง และลูกเห็บตก สร้างความเสียหายแก่ทรัพย์สินและก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิต ดังนี้

❖ **เตรียมความพร้อมรับมือ**

๑. **ติดตามสภาพอากาศและปัจจัยเสี่ยงการเกิดพายุฤดูร้อน** พร้อมแจ้งเตือนประชาชนรับทราบสถานการณ์ และปฏิบัติตามคำแนะนำอย่างเคร่งครัด

๒. **ตรวจสอบความมั่นคงแข็งแรงของสิ่งปลูกสร้าง** หากอยู่ในสภาพไม่ปลอดภัย ให้แจ้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องดำเนินการแก้ไขปรับปรุงให้อยู่ในสภาพปลอดภัย

๓. **เตรียมพร้อมรับมือสถานการณ์ภัย** โดยจัดเจ้าหน้าที่ เครื่องมือวัสดุอุปกรณ์ และเครื่องจักรกลด้านสาธารณภัยให้พร้อมเผชิญเหตุและช่วยเหลือผู้ประสบภัย

๔. **สร้างการรับรู้การเตรียมพร้อมรับมือพายุฤดูร้อน** ทั้งข้อมูลแนวโน้มสถานการณ์ภัยการแจ้งเตือนภัยและวิธีปฏิบัติตนให้ปลอดภัยจากพายุฤดูร้อน

❖ **เผชิญเหตุและช่วยเหลือ**

หากเกิดวาตภัยส่งผลกระทบในพื้นที่ ให้เร่งสำรวจความเสียหายเพื่อช่วยเหลือผู้ประสบภัยตามระเบียบและหลักเกณฑ์ที่เกี่ยวข้องโดยเร็ว แยกเป็น

➢ **กรณีบ้านเรือนเสียหาย** โดยแบ่งมอบภารกิจและพื้นที่รับผิดชอบในรูปแบบทีมประชารัฐเร่งดำเนินการซ่อมแซมบ้านเรือนประชาชน

➢ **กรณีป้ายโฆษณา สิ่งปลูกสร้าง ไม้ยืนต้น โครงสร้างพื้นฐานเสียหาย และระบบไฟฟ้าขัดข้อง** ให้ดำเนินการแก้ไขและซ่อมแซมให้สามารถกลับมาใช้งานได้ตามปกติโดยเร็ว

➢ **กรณีผลผลิตการเกษตรเสียหาย** ให้เร่งสำรวจและให้ช่วยเหลือด้านการเกษตรตามหลักเกณฑ์ที่เกี่ยวข้อง

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัย สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนนิรภัย ๑๗๘๔ หรือ line @๑๗๘๔DDPM

ปภ.บูรณาการจังหวัดเตรียมพร้อม
รับมือพายุฤดูร้อน...ครอบคลุมทุกด้าน
ช่วงฤดูร้อนหลายพื้นที่มีความเสี่ยง
ต่อการเกิดพายุฤดูร้อน โดยมีสภาพ
อากาศแปรปรวน พายุฝนฟ้าคะนอง
ลมกระโชกแรง และลูกเห็บตกสร้างความ
เสียหายแก่ทรัพย์สินและก่อให้เกิด
อันตรายต่อชีวิต
เตรียมความพร้อมรับมือ
1
2
3
4
เผชิญเหตุและช่วยเหลือ
1784
@1784DDPM
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM
ddpmNews
www.disaster.go.th
กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
กระทรวงมหาดไทย

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กระทรวงมหาดไทย
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง การไฟฟ้าส่วนภูมิภาค
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง **โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ช่วยเหลือค่าไฟฟ้าไม่เกิน ๓๑๕ บาท /เดือน/ครัวเรือน/สิทธิ์**

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง โครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ช่วยเหลือค่าไฟฟ้าไม่เกิน ๓๑๕ บาท /เดือน/ครัวเรือน/สิทธิ์</u>

สำนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาค มีข้อแนะนำเกี่ยวกับโครงการลงทะเบียนเพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ ช่วยเหลือค่าไฟฟ้า ไม่เกิน ๓๑๕ บาท/เดือน/ครัวเรือน/สิทธิ์ ดังนี้

- เริ่มค่าไฟฟ้า บิลเดือน เม.ย. ๒๕๖๖
- ลงทะเบียนได้ตั้งแต่ ๑๕ มี.ค. ๒๕๖๖
- กรณีได้รับการช่วยเหลือสวัสดิการแห่งรัฐ บิลค่าไฟฟ้าจะแสดงยอดเงินเป็น ๐.- บาท
- ช่องทางลงทะเบียนขอใช้สิทธิ์
  - ผ่านระบบ Online ของ PEA www.pea.co.th หรือ สแกนที่ QR code
  - สำนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคทุกแห่ง

หมายเหตุ : โครงการบัตรสวัสดิการฯ (เดิม) จะได้รับสิทธิ์การช่วยเหลือค่าไฟฟ้าถึงรอบบิลเดือน มี.ค. ๒๕๖๖ และต้องชำระค่าไฟฟ้าดังกล่าว ภายใน ๓๐ เม.ย. ๒๕๖๖

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัย สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ๑๑๒๙ PEA Contact Center หรือ สำนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคทุกแห่ง

PEA
โครงการลงทะเบียน
เพื่อสวัสดิการแห่งรัฐ
ช่วยเหลือค่าไฟฟ้า
ไม่เกิน 315.- บาท
/เดือน/ครัวเรือน/สิทธิ
เริ่มค่าไฟฟ้า
บิลเดือน เม.ย.
2566
ลงทะเบียนได้ตั้งแต่ 15 มี.ค. 2566
กรณีได้รับการช่วยเหลือสวัสดิการแห่งรัฐ
บิลค่าไฟฟ้าจะแสดงยอดเงินเป็น 0.- บาท
ช่องทางลงทะเบียนขอใช้สิทธิ์
ผ่านระบบ online ของ PEA
www.pea.co.th หรือ
สแกนที่ QR code
สำนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคทุกแห่ง
หากมีข้อสงสัย
สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่
1129 PEA Contact Center หรือ
สำนักงานการไฟฟ้าส่วนภูมิภาคทุกแห่ง
*** โครงการบัตรสวัสดิการฯ (เดิม) จะได้รับสิทธิ์การช่วยเหลือค่าไฟฟ้า
ถึงรอบบิลเดือน มี.ค. 2566
และต้องชำระค่าไฟฟ้าดังกล่าวภายใน 30 เม.ย. 2566
1129 PEA

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุข
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง พ่อแม่ แบบไหนได้ใจลูกๆ
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง พ่อแม่ แบบไหนได้ใจลูกๆ

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำเกี่ยวกับเรื่อง พ่อแม่ แบบไหนได้ใจลูกๆ ดังนี้

❖ **พ่อแม่ แบบไหนได้ใจลูกๆ**

๑. **ไม่เปรียบเทียบลูก**ของตัวเองกับลูกคนอื่น

๒. **พูดคุยไม่ใช้อารมณ์** หรือคำพูดที่รุนแรง รับฟัง เป็นที่ปรึกษาให้ลูกได้

๓. **แสดงความรักเป็นประจำ** ทั้งคำพูดและการกระทำ

๔. ให้ลูกตัดสินใจด้วยตัวเอง แม้จะมีผิดพลาดบ้าง ไม่ควรซ้ำเติม แต่**ควรแนะนำแนวทางที่ดีให้กับลูก**

๕. ชื่นชมเมื่อลูกทำดี **เพื่อสร้างกำลังใจให้ลูก**

๖. **ส่งเสริมให้ลูกทำในสิ่งที่ชอบ** โดยไม่มองเป็นเรื่องไร้สาระ **ยอมรับในสิ่งที่ลูกเป็น** ยิ่งลูกโตขึ้น ยิ่งต้องการการยอมรับจากพ่อแม่มากขึ้น

๗. **ใช้เวลากับลูกทำสิ่งที่ลูกชอบ** เช่น อดทนฟังเพลงเดียวกับลูกได้ โดยไม่วิจารณ์ เสียๆ หายๆ

๘. **ยอมรับและขอโทษเมื่อพ่อแม่ทำผิด** ทำให้ทุกคนในครอบครัวเรียนรู้เคารพตัวเอง เคารพซึ่งกันและกัน

๙. **ติดตามดูแลลูกและให้ความอบอุ่นสม่ำเสมอ** จะทำให้วัยรุ่นกล้าปรึกษาพูดคุยกับพ่อแม่

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สำนักอนามัยการเจริญพันธุ์ โทร. ๐-๒๕๔๐-๔๑๖๒

****

พ่อแม่แบบไหนได้ใจลูกๆ

1. ไม่เปรียบเทียบลูกของตัวเองกับลูกคนอื่น
2. ชื่นชมในสิ่งที่ลูกทำดี หรือคำพูดที่รุนแรง รับฟัง เป็นที่ปรึกษาให้ลูกได้
3. แสดงความรักความห่วงใย ทั้งคำพูด และการกระทำ
4. ให้ลูกตัดสินใจด้วยตัวเอง แม้จะมีผิดพลาดบ้าง ไม่ควรซ้ำเติม แต่ควรสอน นำแนวทางที่ดีให้กับลูก
5. ชื่นชมเมื่อลูกทำดี ตักเตือนเมื่อลูกทำผิด ให้ลูก
6. รับฟังปัญหาของลูกด้วยความตั้งใจ โดยไม่มอง เป็นเรื่องไร้สาระ ยิ่งลูกโตขึ้น ยิ่งต้องการการยอมรับจากพ่อแม่มากขึ้น
7. ใช้เวลาร่วมกันกับลูกของท่าน เช่น อดทนฟังเพลงเดียวกับลูกได้ โดยไม่วิจารณ์ เสียๆ หายๆ
8. ยอมรับและเข้าใจเมื่อพ่อแม่ทำผิด ทำให้ทุกคนในครอบครัวเรียนรู้การพึ่งตัวเอง เคารพซึ่งกันและกัน
9. ความรักของลูกจะใช้ความอบอุ่นสร้างสรรค์ จะทำให้วัยรุ่นกล้าปรึกษาพูดคุยกับพ่อแม่

สถาบันส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรคไม่ติดต่อ
ที่ปรึกษา : สถาบันส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุข
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒
๑) หัวข้อเรื่อง ๙ ข้อปฏิบัติห่างไกล โรคกรดไหลย้อน
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ๙ ข้อปฏิบัติห่างไกล โรคกรดไหลย้อน

กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำเกี่ยวกับ ๙ ข้อปฏิบัติห่างไกล โรคกรดไหลย้อน ดังนี้

❖ **๙ ข้อปฏิบัติห่างไกล โรคกรดไหลย้อน**

๑. ลดน้ำหนักตัว รักษา BMI ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
๒. ทำกิจกรรมผ่อนคลายความเครียด และหลีกเลี่ยงการสูบบุหรี่
๓. ไม่ควรสวมเสื้อผ้าที่คับหรือรัดแน่นเกินไป โดยเฉพาะบริเวณรอบเอว
๔. รับประทานอาหารในปริมาณที่พอเหมาะ ไม่อิ่มเกินจนแน่น
๕. หลังรับประทานอาหารเสร็จใหม่ๆ ไม่ควรนอนราบ ออกกำลัง ยกของหนัก เอี้ยวหรือก้มตัว
๖. หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง ย่อยยาก รสจัด พืชผักบางชนิด เช่น หัวหอม กระเทียม มะเขือเทศ
๗. หลีกเลี่ยงการดื่มน้ำชา กาแฟ น้ำอัดลม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทุกชนิด โดยเฉพาะในตอนเย็น
๘. ไม่ควรนอนหลังรับประทานอาหารทันที ควรรออย่างน้อย ๓ ชั่วโมง
๙. ใช้วัสดุรองขาเตียง ให้หัวเตียงสูงขึ้น ๖ – ๑๐ นิ้ว ไม่ควรใช้หมอนรองให้สูงเฉพาะศีรษะเพราะจะทำให้ความดันในช่องท้องเพิ่มมากขึ้น

หมายเหตุ : หากมีอาการรุนแรงขึ้น หรือบ่อยขึ้น ควรพบแพทย์เพื่อรับการตรวจรักษาอย่างเหมาะสม

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข โทร. ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

9 ข้อปฏิบัติ
ห่างไกล
โรคกรดไหลย้อน
1. ลดน้ำหนักตัว
รักษา BMI ให้อยู่ในเกณฑ์ปกติ
2. ทำกิจกรรมผ่อนคลาย
ความเครียด และหลีกเลี่ยง
การสูบบุหรี่
3. ไม่ควรสวมเสื้อผ้าที่คับ
หรือรัดแน่นเกินไป
โดยเฉพาะบริเวณรอบเอว
4. รับประทานอาหารในปริมาณ
ที่พอเหมาะ ไม่อิ่มเกินจนแน่น
5. หลังรับประทานอาหารเสร็จใหม่ ๆ
ไม่ควรนอนราบ ออกกำลัง
ยกของหนัก เอี้ยวหรือก้มตัว
6. หลีกเลี่ยงอาหารที่มีไขมันสูง
ย่อยยาก รสจัด พืชผักบางชนิด
เช่น หัวหอม กระเทียม มะเขือเทศ
7. หลีกเลี่ยงการดื่มน้ำชา กาแฟ
น้ำอัดลม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
ทุกชนิด โดยเฉพาะในตอนเย็น
8. ไม่ควรนอนหลังรับประทานอาหาร
ทันที ควรรออย่างน้อย 3 ชั่วโมง
9. ใช้วัสดุรองขาเตียง
ให้หัวเตียงสูงขึ้น 6-10 นิ้ว
ไม่ควรใช้หมอนรองให้สูง
เฉพาะศีรษะ เพราะจะทำให้
ความดันในช่องท้องเพิ่มมากขึ้น

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๑ / ๒๕๖๖ วันที่ ๒๐ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กรมการแพทย์
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒
๑) หัวข้อเรื่อง แขน ขา เคลื่อนไหวผิดปกติไม่เป็นจังหวะ ควรรีบพบแพทย์
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง แขน ขา เคลื่อนไหวผิดปกติไม่เป็นจังหวะ ควรรีบพบแพทย์</u>

กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข มีคำเตือนเกี่ยวกับเรื่อง แขน ขา เคลื่อนไหวผิดปกติไม่เป็นจังหวะควรรีบพบแพทย์ ดังนี้

❖ <u>กลุ่มอาการเคลื่อนไหวผิดปกติ โคเรีย (Chorea)</u>

การเคลื่อนไหวผิดปกติ ไม่เป็นจังหวะ มีรูปแบบของการขยับ บิดหรือม้วนไปมา ไม่สามารถคาดเดาทิศทางหรือรูปแบบได้ คล้ายการรำ อาจพบได้ที่แขนหรือขาข้างเดียว หรือเป็นครึ่งซีก หรือเป็นทั้งตัว ส่วนมากไม่สามารถควบคุมให้หยุดได้

❖ <u>สาเหตุการเกิด</u>

➢ **สาเหตุจากโรคทางพันธุกรรม**

- เกิดโคเรียได้บ่อย คือ โรคฮันทิงทัน มักพบในคนอายุน้อยและมักมีอาการทางจิตเวชร่วมด้วย

➢ **สาเหตุที่เกิดภายหลัง**

- ปัจจัยที่พบบ่อย คือ ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง หลอดเลือดสมองตีบในบางตำแหน่งของสมอง ภาวะอิมมูน ภาวะเกลือแร่ที่ผิดปกติ หรือจากการใช้ยาบางกลุ่ม

❖ <u>การรักษา</u>

➢ **การรักษาโรคทางพันธุกรรม**

- ปัจจุบันยังไม่มีวิธีรักษาให้หายขาดจากโรค มักรักษาเพื่อควบคุมอาการโคเรียและอาการทางจิตเวชเท่านั้น การวางแผนครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อลดการถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น

➢ **การรักษาสาเหตุที่เกิดภายหลัง**

- มักเป็นการมองหาสาเหตุและการแก้ไขเฉพาะจุด หากผู้ป่วยมีอาการที่สงสัยโคเรีย ควรมาพบแพทย์ประเมินหาสาเหตุ เพื่อการรักษาที่ถูกต้อง

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมการแพทย์ โทร.๐-๒๕๙๐-๖๐๐๐

****

กลุ่มประสาทวิทยา สำนักงานสาธารณสุขจังหวัด
เตือน!
แขน ขา
เคลื่อนไหวผิดปกติ
ไม่ใช่ปวดหลัง
ควรรีบพบแพทย์
กลุ่มอาการเคลื่อนไหวผิดปกติ
โคเรีย(Chorea)
การเคลื่อนไหวผิดปกติ ไม่เป็นจังหวะ มีรูปแบบของการขยับ บิดหรือม้วนไปมา ไม่สามารถคาดเดาทิศทางหรือรูปแบบได้ คล้ายการร่ำ อาจพบได้ที่แขนหรือขาข้างเดียว หรือเป็นครึ่งซีก หรือเป็นทั้งตัว ส่วนยากไม่สามารถควบคุมให้หยุดได้
สาเหตุการเกิด
สาเหตุที่ทำให้เกิดโรคทางสมองโดยตรง
เกิดโคเรียได้บ่อยคือ โรคอันตังกัน มักพบในคนอายุน้อยและมักมีอาการทางจิตเวชร่วมด้วย
สาเหตุที่ทำให้เกิดทางอ้อม
ปัจจัยที่พบบ่อยคือ ภาวะน้ำตาลในเลือดสูง หลอดเลือดสมองตีบในบางตำแหน่งของสมอง ภาวะเกลือแร่ที่ผิดปกติ หรือจากการใช้ยาบางกลุ่ม
การรักษา
ปัจจุบันยังไม่มีวิธีการรักษาให้หายขาดจากโรค นักรักษาเพื่อควบคุมอาการโคเรียและอาการทางจิตเวชเท่านั้น การวางแผนครอบครัวจึงเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อลดการถ่ายทอดจากรุ่นสู่รุ่น
มักเป็นการมองหาสาเหตุและการตรวจวินิจฉัย
หากผู้ป่วยมีอาการที่สงสัยโคเรียควรมาพบแพทย์เพื่อประเมินหาสาเหตุ เพื่อการรักษาที่ถูกต้อง
ขอขอบคุณข้อมูลจากสถาบันประสาทวิทยา กรมการแพทย์
ทุกท่านตอบแบบสอบถามเพื่อประโยชน์กับเรา