

0.14



ที่ว่าการอำเภอหัวมยอ  
รับเลขที่.....๑๕๓๗.....  
รับวันที่.....๑๗ มี.ค. ๖๖.....  
เวลา.....๑๑.๐๖.น.....

ที่ ดง ๐๐๑๗.๓/ว ๑๕๓๕

ศาลากลางจังหวัดตรัง  
ถนนพัทลุง ดง ๙๒๐๐๐

๑๓ มีนาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/๒๕๖๖

เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ

- อ้างถึง ๑. หนังสือจังหวัดตรัง ด่วนที่สุด ที่ ดง ๐๐๑๗.๓/ว ๑๗๕๒ ลงวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๒
- ๒. หนังสือจังหวัดตรัง ที่ ดง ๐๐๑๗.๓/ว ๕๔๓๘ ลงวันที่ ๘ กันยายน ๒๕๖๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่จังหวัดตรัง ให้ดำเนินการแต่งตั้งคณะกรรมการจัดการข้อมูลข่าวสาร เพื่อสร้างการรับรู้ระดับอำเภอ/ท้องถิ่น (ทีม Admin อำเภอ/ท้องถิ่น) เพื่อทำความเข้าใจและนำข้อมูลข่าวสารไปถ่ายทอดหรือเผยแพร่ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติและประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง และให้กำกับและติดตามผลการดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ ท้องที่ และท้องถิ่น ตามที่กำหนด นั้น

เพื่อสร้างการรับรู้ข้อมูลข่าวสารให้กับประชาชนอย่างต่อเนื่อง ถูกต้อง ครบถ้วน จังหวัดจึงให้คณะกรรมการจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับอำเภอ/ท้องถิ่น (ทีม Admin อำเภอ/ท้องถิ่น) ดำเนินการประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/๒๕๖๖ ซึ่งมีประเด็นหัวข้อเรื่องที่สำคัญ ดังนี้

- ๑. กบข. เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพแอบอ้างหลอกลวงทุน
- ๒. โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา
- ๓. แจ็งเตือนโปรตระวังมิจฉาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง กรมที่ดินไม่มีหน้าที่ยึดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง
- ๔. นอนน้อย...แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี
- ๕. ๕ พฤติกรรมเสี่ยงโรคหัวใจ
- ๖. การป้องกัน “ไข้หวัดนก”
- ๗. กรม สบส. ชวน อสม. รณรงค์ให้ความรู้ป้องกันไข้เลือดออก ลดป่วย ลดตาย ป้องกันการป่วยซ้ำ
- ๘. มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี

รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติม ได้ที่เว็บไซต์จังหวัดตรัง [www.trang.go.th](http://www.trang.go.th) หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายภูวนัฐ สมใจ)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน

ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง

สำนักงานจังหวัด

กลุ่มงานอำนวยการ

โทรศัพท์ ๐ ๗๕๒๑ ๘๕๑๖



## ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๙/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
<b>มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์</b>			
๑.	กบข. เดือนอย่าหลงเชื่อมีฉ้อฉลแอบอ้างหลอกลวงทุน	กระทรวงการคลัง	-
๒.	โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village) เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	แจ้งเตือนโปรดระวังมีฉ้อฉล 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	-
<b>มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ</b>			
๘.	มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี	กระทรวงมหาดไทย	ภาพประกอบ 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 “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. เตือนอย่าหลงเชื่อมีจฉาชีพแอบอ้างหลอกลวงลงทุน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

**เรื่อง กบข. เตือนอย่าหลงเชื่อมีจฉาชีพแอบอ้างหลอกลวงลงทุน**

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

ดร.ศรีกัญญา ยาทิพย์ เลขาธิการคณะกรรมการกองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ (กบข.) เปิดเผยว่า กบข. ได้รับแจ้งว่ามีมีจฉาชีพแอบอ้างเป็นผู้บริหาร กบข. เชิญชวนให้เข้ากลุ่มไลน์ เพื่อหลอกลวงให้ร่วมลงทุน โดยมีพฤติกรรมสร้างบัญชีไลน์ ใช้ชื่อและรูปของผู้บริหาร กบข. เพื่อให้เข้าใจว่า กบข. เป็นผู้ชักชวน หลังจากนั้นได้ส่งข้อความหาสมาชิก กบข. และกระตุ้นให้เข้าร่วมกลุ่มไลน์และให้โอนเงินประกันผลตอบแทนเข้าระบบอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอ้างว่าเป็นการทำภารกิจเพื่อให้ได้ผลกำไร พฤติกรรมดังกล่าวเป็นการกระทำของมีจฉาชีพ 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.) ที่มีเครื่องหมายถูกสีฟ้าหลังชื่อเพจเพื่อยืนยันบัญชีทางการ หรือ LINE Official Account ไลน์ @gpfccommunity 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 สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)  
เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

❖ วัตถุประสงค์

๑. เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา เนื่องในวาระทรงเจริญพระชนมายุครบ ๓ รอบ ๓๖ พรรษา
๒. สร้างความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีภูมิคุ้มกันพร้อมรับมือภัยพิบัติต่างๆ ที่จะมากระทบ
๓. สร้างความสมัครสมาน สามัคคี ร่วมมือร่วมใจประกอบกิจกรรมสาธารณะ สร้างค่านิยมความเสียสละ จิตอาสา เพื่อให้เกิดความรัก ความผูกพันใน ๔ สถาบันหลักของชาติ คือ ชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และประชาชน
๔. พัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกด้าน ทั้งสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม นำไปสู่เป้าหมายการพัฒนาอย่างยั่งยืน
๕. แก้ไขปัญหาความยากจน และฟื้นฟูเศรษฐกิจฐานราก ทำให้เกิดการกระจายรายได้อย่างเสมอภาคในหมู่บ้าน/ชุมชน
๖. พัฒนาคนทุกช่วงวัยอย่างยั่งยืนตามหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง แก้ไขปัญหาความยากจน และลดปัญหาความเหลื่อมล้ำ ให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น
๗. สามารถพึ่งพาตนเองได้ อันนำไปสู่การยกระดับคุณภาพชีวิตอย่างยั่งยืน
๘. ส่งเสริมความมั่นคงภายในประเทศ กินดีอยู่ดี มีความสุข บ้านเมืองมีความมั่นคงในทุกมิติและทุกระดับ

### 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 “รองเท้าสึก 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 ภาคีเครือข่าย)
- คณะทำงานระดับตำบล → T-CAST ทีมทางการและทีมจิตอาสา
- นักขับเคลื่อนยุทธศาสตร์นำการเปลี่ยนแปลงระดับหมู่บ้าน → V-CAST ทีมทางการและทีมจิตอาสา
- หมู่บ้านที่ศักยภาพน้อยที่สุด

### ❖ ระบบ คຸ້ມ/ປ້ອກ/ຫຍ່ອມ บ้าน กลไก ๓ ๕ ๗

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

### ❖ กรอบแนวคิด

- Passion : อุดมการณ์
- Attitude : ทักษะคติ
- 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

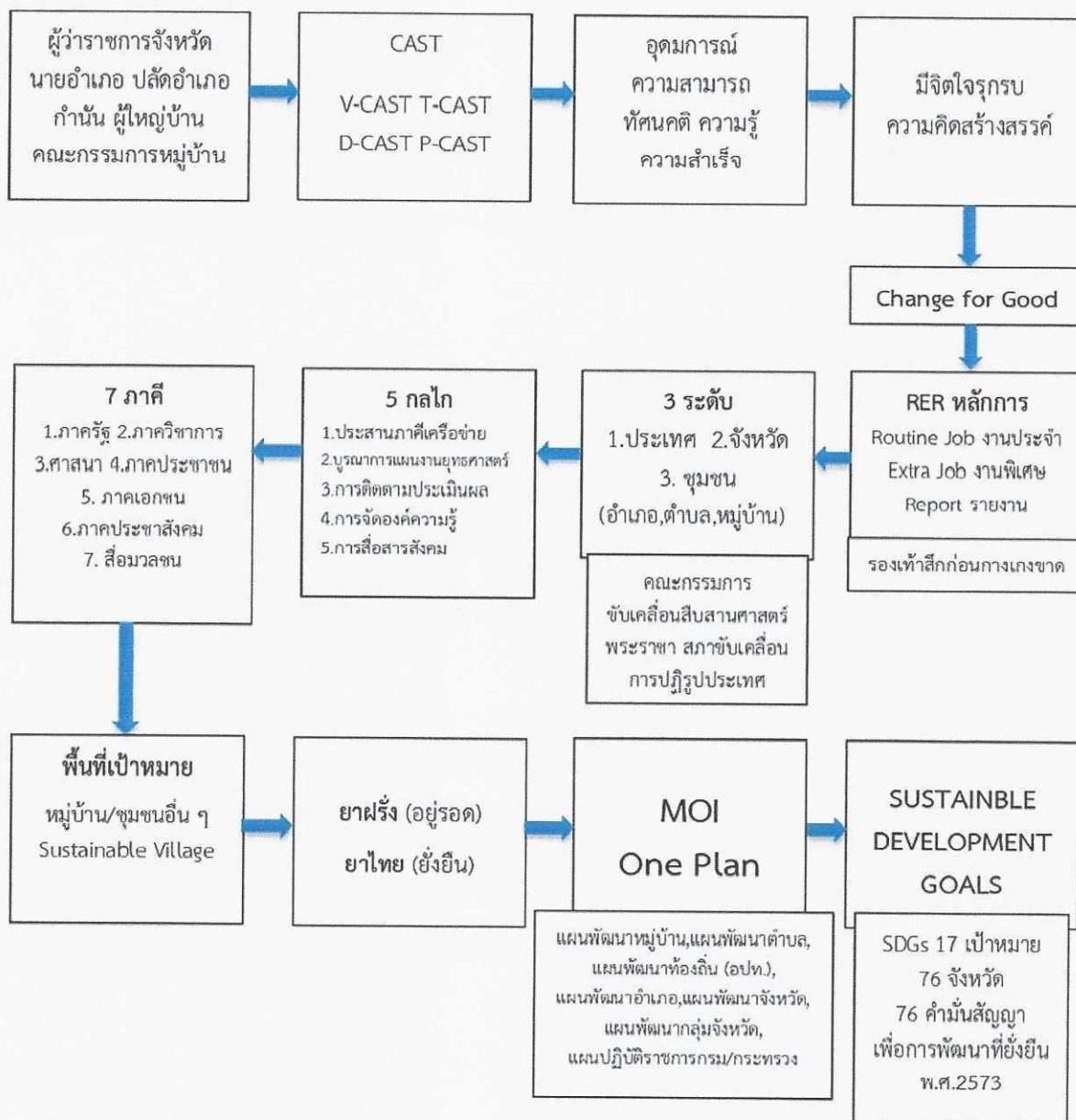
➤ **กลุ่มที่ ๔ สันติภาพและความสงบสุข (Peace)**

- สันติภาพและสถาบันและสถาบันที่เข้มแข็ง

➤ **กลุ่มที่ ๕ หุ้นส่วนและความร่วมมือ (Partnership)**

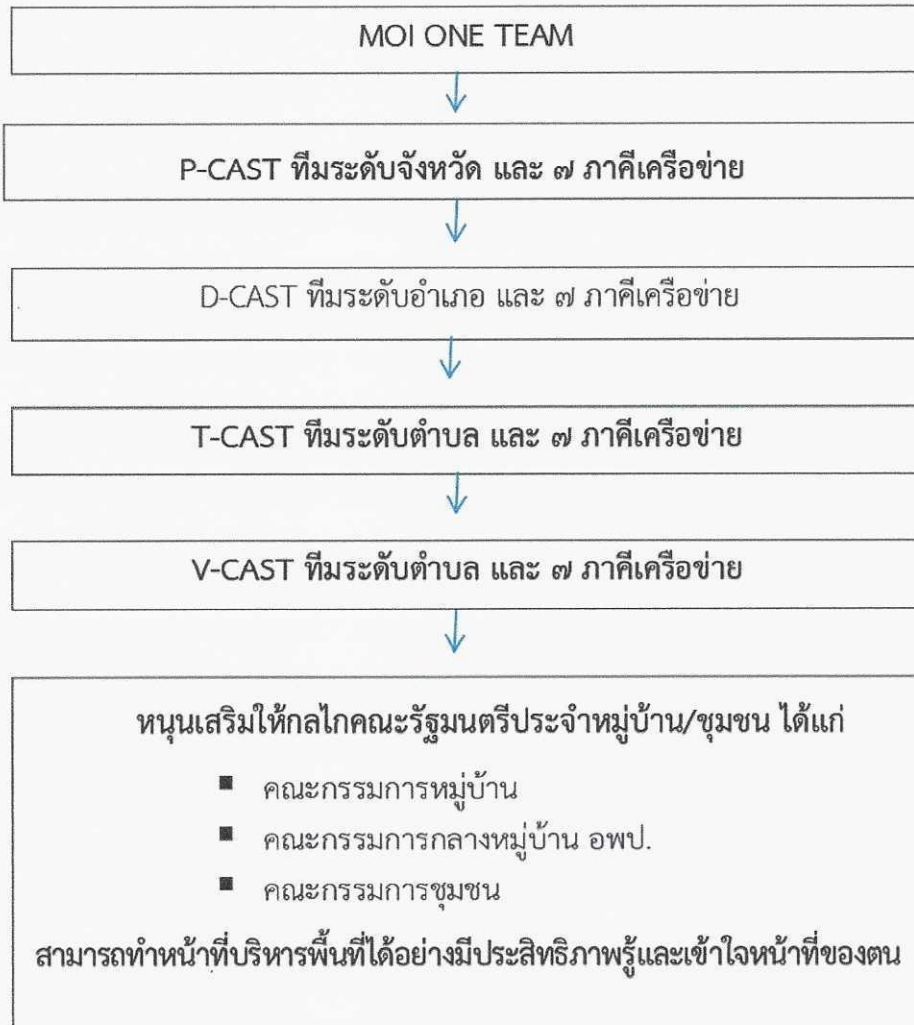
- หุ้นส่วนเพื่อการพัฒนา

**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 : เข้มแข็งด้วยเครือข่าย
- 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 ๔ 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. หุ้นส่วนความร่วมมือ (Partnership)

## โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)

เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

### วัตถุประสงค์



เฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา  
เมืองในวาระทรงเจริญพระชนมายุครบ 3 รอบ 36 พรรษา

สร้างความมั่นคงปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน มีภูมิคุ้มกันพร้อมรับมือภัยพิบัติต่าง ๆ  
ที่จะมากระทบ

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

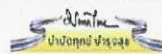
พัฒนาคุณภาพชีวิตในทุกด้าน ทั้งสังคม เศรษฐกิจ และสิ่งแวดล้อม นำไปสู่เป้าหมาย  
การพัฒนาอย่างยั่งยืน

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 ในการนำบัณฑิตทุกขั้ว บำรุงสุข
- ◆ ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมทำ และร่วมรับประโยชน์
- ◆ ยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง น้อมนำหลักการทรงงาน "เข้าใจ เข้าถึง และพัฒนา"
- ◆ น้อมนำหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียงมาใช้จนเกิดเป็นวิถีแห่งความพอเพียง
- ◆ ทำตัวเป็นรวงข้าวสุกที่โน้มเข้าหาประชาชน ทำงานแบบ "รองเท้านารีสงฆ์ ก่อนกางเกงขาด"

## เป้าหมาย

76	จังหวัด
878	อำเภอ
7,255	ตำบล/หมู่บ้าน



Change for Good

สำนักงานปลัดกระทรวง

# โครงการหนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน (Sustainable Village)

เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

CAST = Change Agent for Strategic Transformation



## ระบบ คัด/ปัด/หย่อน บ้าน คลไค 3 5 7

3 ระดับ	ระดับชุมชน/หมู่บ้าน ระดับจังหวัด และ ระดับประเทศ
5 คลไค	การประสานงานภาคีเครือข่าย การบูรณาการแผนงานและยุทธศาสตร์ การติดตามหนุนเสริมและประเมินผล การจัดการความรู้ และการสื่อสารสังคม
7 ภาคี	ภาครัฐ ภาควิชาการ ภาคศาสนา ภาคประชาชน ภาคเอกชน ภาคประชาสังคม และภาคสื่อสารมวลชน

## กรอบแนวคิด

Passion	อุดมการณ์
Attitude	ทัศนคติ
Ability	ความสามารถ
Knowledge	ความรู้
Success	ความสำเร็จ

MOI One Plan

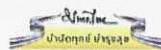
เชื่อมโยงแผนระดับต่าง ๆ ให้เกิดการขับเคลื่อนไปในทิศทางเดียวกัน



SDGs  
5 P 17 เป้าหมาย

Sustainable Village หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้าน ยั่งยืน

878 อำเภอ  
7,255 ตำบล/หมู่บ้าน



# 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)

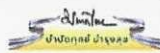
- 6. การเข้าถึงน้ำสะอาดสำหรับอุปโภคบริโภค
- 12. การผลิตและบริโภคที่ยั่งยืน
- 13. รับมือกับการเปลี่ยนแปลงสภาพภูมิอากาศ
- 14. ระบบนิเวศทางทะเลและมหาสมุทร
- 15. ระบบนิเวศบนบก

## กลุ่มที่ 4 สันติภาพและความสงบสุข (Peace)

- 16. สันติภาพและสถาบันและสถาบันที่เข้มแข็ง

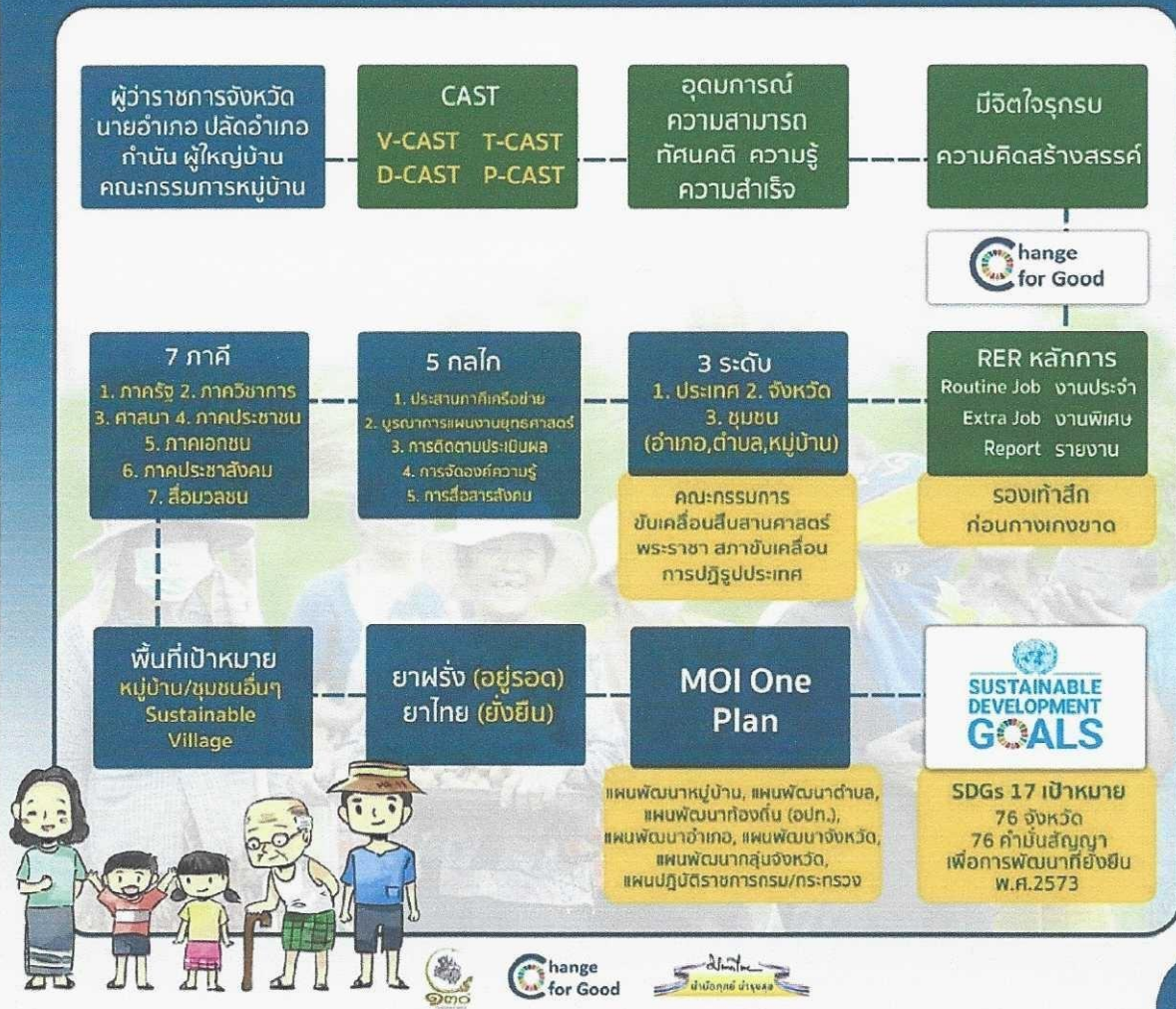
## กลุ่มที่ 5 หุ้นส่วนและความร่วมมือ (Partnership)

- 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 ภาครี้อย่าง

D-CAST

ทีมระดับอำเภอ และ 7 ภาครี้อย่าง

T-CAST

ทีมระดับตำบล และ 7 ภาครี้อย่าง

V-CAST

ทีมระดับตำบล และ 7 ภาครี้อย่าง

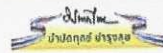
หนุนเสริมให้กลไกคณะรัฐมนตรีประจำหมู่บ้าน/ชุมชน ได้แก่

คณะกรรมการหมู่บ้าน  
คณะกรรมการกลางหมู่บ้าน อพป.  
คณะกรรมการชุมชน

สามารถทำหน้าที่บริหารพื้นที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพรู้และเข้าใจหน้าที่ของตน

7 ภาครี้อย่าง

- ◆ ภาครัฐ
- ◆ ภาควิชาการ
- ◆ ภาคศาสนา
- ◆ ภาคประชาชน
- ◆ ภาคเอกชน
- ◆ ภาคประชาสังคม
- ◆ ภาคสื่อสารมวลชน





## กรอบแนวคิดการขับเคลื่อนโครงการ

### “หนึ่งตำบล หนึ่งหมู่บ้านยั่งยืน” (Sustainable Village)

เพื่อเฉลิมพระเกียรติ สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าสิริวัณณวรี นารีรัตนราชกัญญา

- คน**  
พึ่งพาตนเองได้
- ครอบครัว**  
มีภูมิคุ้มกัน
- หมู่บ้าน/ชุมชน**  
ยั่งยืน
- ตำบล**  
เข้มแข็งด้วยเครือข่าย
- อำเภอ/จังหวัด**  
คนมีความสุข
- ประเทศ**  
มั่นคง มั่งคั่ง ยั่งยืน
- โลก**  
บรรลุเป้าหมาย SDGs ทั้ง 17 ข้อ



สมาชิกในครอบครัวเรียนรู้หน้าที่ของตนเอง มีความรัก ความผูกพัน

4 ร่วม คือ ร่วมคิด ร่วมวางแผน ร่วมทำ และร่วมรับประโยชน์



พัฒนาคนให้คนไปพัฒนาพื้นที่

กาย - ปัจจัย 4  
ใจ - ศาสนา ซื่อสัตย์ และกล่อมเกล่าจิตใจ  
ปัญญา - การศึกษาต่อช่วงวัย การเรียนรู้ตลอดชีวิต

จปฐ. 5 หมวด 38 ตัวชี้วัด

- หมวดที่ 1 สุขภาพ 12 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 2 มาตรฐานความเป็นอยู่ 9 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 3 การศึกษา 5 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 4 เศรษฐกิจ 4 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 5 การคุ้มครองทางสังคม และการมีส่วนร่วม 8 ตัวชี้วัด

กช. 2ค 7 หมวด 44 ตัวชี้วัด

- หมวดที่ 1 โครงสร้างพื้นฐาน 10 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 2 สภาพพื้นฐานทางเศรษฐกิจ 10 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 3 สุขภาวะและอนามัย 7 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 4 ความรู้และการศึกษา 4 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 5 การมีส่วนร่วมและความเข้มแข็งของชุมชน 5 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 6 ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม 5 ตัวชี้วัด
- หมวดที่ 7 ความเสี่ยงของชุมชนและภัยพิบัติ 3 ตัวชี้วัด



1. คน/สังคม (People)
2. ความมั่งคั่งและการเติบโตทางเศรษฐกิจ (Prosperity)
3. สิ่งแวดล้อม (Planet)
4. สันติภาพและความสงบสุข (Peace)
5. หุ่นส่วนความร่วมมือ (Partnership)



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน

ช่องทางการติดต่อ สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน โทรศัพท์ : ๐-๒๑๔๑๕๗๖๙-๗๒

- ๑) หัวข้อเรื่อง แจ้งเตือนโปรดระวังมิฉฉาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง แจ้งเตือนโปรดระวังมิฉฉาชีพ การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง  
กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

กรมที่ดินแจ้งระวังมิฉฉาชีพใช้หนังสือราชการปลอม เพื่อให้ทำการชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง จึงขอเตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อ และควรตรวจสอบช่องทางการชำระภาษีที่ถูกต้องและหน่วยงานที่มีหน้าที่จัดเก็บภาษี ดังนี้

➤ ช่องทางการชำระภาษีที่ถูกต้อง

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

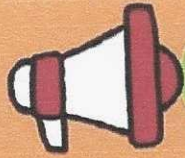
บัญชีของ อปท.

➤ หน่วยงานที่จัดเก็บภาษี

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

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

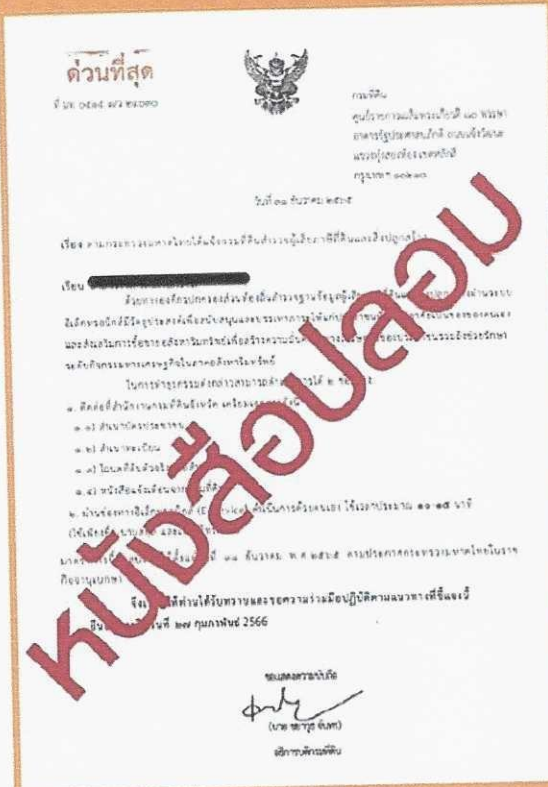
\*\*\*\*\*



# แจ้งเตือน โปรดระวังมิจฉาชีพ

## การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง

### กรมที่ดินไม่มีหน้าที่จัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง



#### ช่องทางที่ถูกต้อง

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

#### หน่วยงานที่จัดเก็บภาษี

- กรุงเทพมหานคร
- เทศบาล
- องค์การบริหารส่วนตำบล
- เมืองพัทยา

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



สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน กรมที่ดิน กระทรวงมหาดไทย



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กระทรวงสาธารณสุข

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 รู้สึกเหนื่อยล้า หงุดหงิดง่าย ง่วงนอนระหว่างวัน ปวดหัว เกิดปัญหาต่อระบบการคิด ความจำ ไม่ค่อยมีสมาธิตอบสนองช้า

ทั้งนี้ สามารถขอรับคำปรึกษาและสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กรมอนามัย โทร. ๑๔๗๘

\*\*\*\*\*



# นอนน้อย.. แต่ต้องนอนนะ เพื่อสุขภาพที่ดี

การนอนหลับเป็นช่วงเวลาที่อวัยวะของร่างกายได้พักผ่อน ระบบหัวใจและไหลเวียนเลือด 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"



รู้สึกเหนื่อยล้า



หุดคใจง่าย



ง่วงนอน ระหว่างวัน



ปวดหัว



เกิดปัญหาต่อระบบ การคิด ความจำ



ไม่ค่อยมีสมาธิ  
ตอบสนองช้า

กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ข้อมูลความรู้โดย : กองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ

สถาบันส่งเสริมสุขภาพ : กองส่งเสริมความรู้และเฝ้าระวังสุขภาพ



เลขที่หนังสือ : กยวพ.พ.ร.๒๕๖๒.๐๕

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 : ส่งผลต่อการเพิ่มสูงขึ้นของคลอเลสเตอรอลในเลือด 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 ทำให้การบีบตัวของหลอดเลือดต่างๆ รวมไปถึงหลอดเลือดหัวใจ อันเป็นสาเหตุของโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ



## 3 กวาระเครียด

- กวาระเครียดเรื้อรัง มีผลต่อการกระตุ้นให้เกิดภาวะหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันและกวาระเครียดอย่างรุนแรง ยังมีโอกาสก่อให้เกิดกวาระหัวใจสลาย อันเกิดจากการทำงานของกล้ามเนื้อหัวใจลดลง อย่างเฉียบพลัน



## 5 สุขบุหรี

- ส่งผลต่อการบาดเจ็บของหลอดเลือดทั้งร่างกาย โดยเฉพาะหลอดเลือดหัวใจ เมื่อประกอบกับกวาระเสี่ยงอื่นๆ อาทิ ความดันโลหิตสูง และไขมันในเลือดสูง ก่อให้เกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตามมา และกระตุ้นให้เกิดกวาระหลอดเลือดหัวใจตีบเฉียบพลันร่วมด้วย



## 2 ไม่ออกกำลังกาย

- ส่งผลให้กล้ามเนื้อหัวใจ ขาดความแข็งแรง คงทน การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ช่วยในการลดและป้องกันการเกิดหลอดเลือดหัวใจตีบตีบ อีกด้วย



## 4 น้ำหนักเกินมาตรฐาน

- การมีน้ำหนักเกินมาตรฐาน สามารถวัดได้จาก รอบเอว การตรวจดัชนีมวลกาย พบว่ามีความสัมพันธ์กับการเกิดโรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน โรคทางเดินอากาศอุดกั้น ซึ่งเป็นสาเหตุและปัจจัยในการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : โรงพยาบาลราชวิถี  
ติดตามข้อมูลข่าวสารเพิ่มเติมที่ : [www.dms.moph.go.th](http://www.dms.moph.go.th)



รสนการแพทย์



รสนการแพทย์



รสนการแพทย์



RAJABHAT MEDICAL CENTER  
INSTITUTE OF MEDICAL SCIENCE

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมอนามัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ กรมอนามัย

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง การป้องกัน “ไข้หวัดนก”

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง การป้องกัน “ไข้หวัดนก”

กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการป้องกันไข้หวัดนก ดังนี้

❖ ข้อเสนอแนะสำหรับผู้สัมผัสหรือผู้ปรุงประกอบอาหาร

๑. ไม่ใช้มือที่หยิบจับไก่ดิบหรือเป็อนมาจับจุ่มก ตา และปาก ควรล้างมือบ่อย ๆ

๒. หลังจับเนื้อสัตว์หรือเปลือกไข่ที่มีมูลสัตว์เป็อน ถ้ามีบาดแผลที่มือต้องปกปิดแผลให้

มิดชิด และเลี่ยงการปฏิบัติงานที่มีโอกาสสัมผัสอาหาร

๓. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่สด เบ็ดสด จากเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว

❖ ข้อเสนอแนะสำหรับประชาชน

๑. ควรเลือกเนื้อไก่และเบ็ดสดจากร้านที่มีการรับรองมาตรฐาน หรือร้านค้าประจำ

๒. เลือกซื้อไก่และเบ็ดสดที่ไม่มีลักษณะว่าอาจจะตายด้วยโรคติดเชื้อ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ

มีจุดเลือดออก

๓. เลือกไข่ที่ฟองดูสดใหม่ ไม่มีมูลไก่หรือเบ็ดติดเป็อนที่เปลือกไข่ และล้างทำความสะอาดก่อนนำมาปรุง

สะอาดก่อนนำมาปรุง

๔. ไก่ เบ็ด ควรผ่านการปรุงสุกอย่างทั่วถึงด้วยอุณหภูมิตั้งแต่ ๗๐ องศาขึ้นไป

อย่างน้อย ๕ นาที เพื่อลดความเสี่ยงการปนเป็อนเชื้อโรค รวมทั้งยาฆ่าแมลงตกค้าง

➤ ข้อเสนอแนะ : หากมีอาการไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น เจ็บคอ ไอ ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีทำงานในฟาร์มเลี้ยงสัตว์หรือมีประวัติสัมผัสซากสัตว์ต้องแจ้งแพทย์ด้วย

ทั้งนี้ หากมีข้อสงสัยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ กรมอนามัย กระทรวงสาธารณสุข โทร.๑๔๗๘

\*\*\*\*\*



# การป้องกัน "ไข้หวัดนก"



## ข้อแนะนำสำหรับ ผู้สัมผัสหรือผู้ปรุงประกอบอาหาร



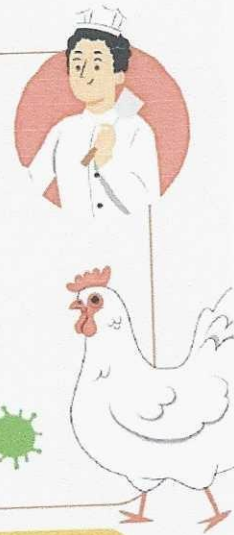
1. ไม่ใช้มือที่หยิบจับไก่ดิบหรือเป็อน มาจับจมูก ตา และปาก ควรล้างมือบ่อยๆ



2. หลังจับเนื้อสัตว์ หรือเปลือกไข่ที่มีมูลสัตว์เป็อน ถ้ามีบาดแผลที่มือ ต้องปกปิดแผลให้มิดชิด และเลี่ยงการปฏิบัติงานที่มีโอกาสสัมผัสอาหาร



3. ควรแยกเขียงสำหรับหั่นเนื้อไก่สด เปิดสด จากเขียงสำหรับหั่นอาหารที่ปรุงสุกแล้ว



## ข้อแนะนำสำหรับ สำหรับประชาชน



1. ควรเลือกเนื้อไก่ และเปิดสด จากร้านที่มีการรับรองมาตรฐาน หรือร้านค้าประจำ



2. เลือกซื้อไก่ และเปิดสด ที่ไม่มีลักษณะว่าอาจจะตายด้วยโรคติดเชื้ เช่น เนื้อมีสีคล้ำ มีจุดเลือดออก



3. เลือกไข่ที่ฟองดูสดใหม่ ไม่มีมูลไก่หรือเป็ด ติดเป็อนที่เปลือกไข่ และล้างทำความสะอาดก่อนนำมาปรุง



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



## ข้อแนะนำ

หากมีอาการไม่สบาย เช่น มีไข้ ปวดศีรษะ หนาวสั่น เจ็บคอ ไอ ต้องรีบไปพบแพทย์ทันที กรณีทำงานในฟาร์มเลี้ยงสัตว์หรือมีประวัติสัมผัสซากสัตว์ต้องแจ้งแพทย์ด้วย

ข้อมูลความรู้โดย : สำนักสุขาภิบาลอาหารและน้ำ  
ออกแบบผลิตสื่อโดย : กองส่งเสริมความรอบรู้และสื่อสารสุขภาพ  
จัดทำเมื่อ : มีนาคม 2566

สายด่วนกรมอนามัย  
1 4 7 8  
กรมอนามัยส่งเสริมให้คนไทยสุขภาพดี

ติดตามสาระความรู้สุขภาพ ได้ที่  
**AnamaiMedia**  
สื่อออนไลน์กรมอนามัย



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน  
ครั้งที่ ๙ / ๒๕๖๖ วันที่ ๗ มีนาคม ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒

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. เป็นภาคส่วนที่มีความใกล้ชิดกับชุมชนในฐานะหมอคนที่ ๑ เป็นกลไกสำคัญในการขับเคลื่อนงานป้องกัน ควบคุมโรค กรม สบส. จึงประสานขอความร่วมมือไปยังเครือข่าย อสม. ทั่วประเทศในการออกให้ความรู้ รณรงค์ให้ประชาชนเกิดการป้องกันตนจากยุงลายอย่างถูกวิธี อาทิ นอนกางมุ้ง การใช้อุปกรณ์จุดกันยุง ยาทากันยุง และเป็นแกนนำในการออกสำรวจแหล่งเพาะพันธุ์ยุงลาย โดยนำหลัก ๓ เก็บ ๓ โรค คือ ๑.เก็บบ้านให้ปลอดโปร่งไม่ให้ยุงเกาะพัก ๒.เก็บน้ำ ปิดฝาภาชนะให้มิดชิด ภาชนะที่ปิดไม่ได้ให้เปลี่ยนบ่อยๆ / เทน้ำทิ้ง ๓.เก็บขยะที่อาจเป็นแหล่งน้ำขังไม่ให้ยุงวางไข่ได้ มาใช้ป้องกันไม่ให้เกิดแหล่งเพาะพันธุ์ลูกน้ำ ยุงลาย ซึ่งเป็นพาหะของ ๓ โรค ได้แก่ โรคไข้เลือดออก โรคช้ำปวดข้อยุงลาย 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 จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง มท ๑. เปิดสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์

ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานี

เมื่อวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย นายชยาวุธ จันทร อธิบดีกรมที่ดิน และ นายชลธี ยังตรง ผู้ว่าราชการจังหวัดอุบลราชธานี ร่วมเป็นเกียรติพิธีเปิด สำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ ณ สำนักงานที่ดินจังหวัดอุบลราชธานี อำเภอเมือง จังหวัดอุบลราชธานี

พลเอก อนุพงษ์ เผ่าจินดา รัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย เปิดเผยว่า ตามยุทธศาสตร์ชาติ ๒๐ ปี ด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐยึดหลัก “ภาครัฐของประชาชนเพื่อประชาชนและประโยชน์ส่วนรวม” นำโดย พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี โดยการนำนวัตกรรมเทคโนโลยีที่ทันสมัย และระบบการทำงานที่เป็นดิจิทัลเข้ามาประยุกต์ในการพัฒนาการให้บริการประชาชนในยุค Digital Transformation โดยยึดประชาชนเป็นศูนย์กลาง เพื่อตอบสนองความต้องการของประชาชนได้อย่างสะดวก รวดเร็ว และโปร่งใส กระทรวงมหาดไทยได้มอบนโยบายให้กรมที่ดิน พัฒนาสำนักงานที่ดินอิเล็กทรอนิกส์ จดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม ต่างสำนักงานแบบออนไลน์ ที่จะทำให้ประชาชนสามารถเข้าไปใช้บริการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม สำหรับการจดทะเบียนที่ไม่ต้องมีการประกาศหรือรังวัด ทำให้ประชาชนไม่จำเป็นต้องเดินทางไปยังสำนักงานที่ดินซึ่งที่ดินนั้นตั้งอยู่ แต่สามารถจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรมที่สำนักงานที่ดินที่ใดก็ได้กลับบ้าน

นายชยาวุธ จันทร อธิบดีกรมที่ดิน กล่าวว่า ในวันที่ ๒๗ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๖ กรมที่ดิน ได้ขยายการให้บริการจดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีทั้ง ๑๐ สำนักงานครอบคลุมโมดูลที่ดินในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีกว่า ๘ แสนแปลง อำนวยความสะดวกให้ประชาชนชาวอุบลราชธานีปีละกว่า ๒ แสนราย ซึ่งจะส่งผลให้ประชาชนที่มีที่ดินอยู่ในจังหวัดอุบลราชธานีสามารถขอจดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ได้ที่สำนักงานที่ดินจังหวัดอุบลราชธานี ทุกสาขา และส่วนแยกหรือประชาชนที่มีที่ดินอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครก็สามารถขอจดทะเบียนที่ดินต่างสำนักงานแบบออนไลน์ในพื้นที่จังหวัดอุบลราชธานีได้ ซึ่งจะทำให้ประชาชนที่มาขอรับบริการได้รับความสะดวก สบาย รวดเร็ว และยังสามารถลดระยะเวลาในการทำนิติกรรม มากกว่า ๕๐% ช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจ ได้รับการตอบรับจากประชาชนเป็นอย่างดี ยังสร้างความมั่นใจในการดำเนินธุรกรรมด้านที่ดิน สร้างความน่าเชื่อถือให้กับประเทศไทย 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



