สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ
เลขที่รับ 912
วันที่ ๒๗ เม.ย. ๒๕๖๖
เวลา..

ที่ ปข ๐๐๒๓.๔/ว ๓๖๑

ถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ ทุกอำเภอ องค์การบริหารส่วนจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ สำนักงานเทศบาลเมืองประจวบคีรีขันธ์ และสำนักงานเทศบาลเมืองหัวหิน

ตามหนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ที่ ปข ๐๐๒๓.๔/ว ๓๔๖ ลงวันที่ ๒๑ เมษายน ๒๕๖๖ ได้ส่งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๒/๒๕๖๖ ความละเอียดแจ้งแล้ว นั้น

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ขอส่งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดสิ่งที่ส่งมาด้วยได้ที่ https://www.prachuaplocal.go.th/public/หนังสือราชการ สถจ.ปข.

จึงเรียนมาเพื่อพิจารณาดำเนินการต่อไป สำหรับสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอให้แจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นในเขตพื้นที่ดำเนินการต่อไป

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
๒๗ เมษายน ๒๕๖๖

เรียน ท้องถิ่นอำเภอบางสะพาน
- เพื่อโปรดทราบ
- จว. แจ้งการส่งข้อมูลเพื่อการสื่อสารประชาสัมพันธ์ ครั้งที่ 13/2566
- เห็นควรแจ้ง อปท. ดำเนินการต่อไป

เกรียน
27/เม.ย./66

กลุ่มงานกฎหมาย ระเบียบ และเรื่องร้องทุกข์
โทร. ๐-๓๒๖๐-๒๓๕๒ ต่อ ๑๐๔

ที่ ปข ๐๐๒๓.๑/ว ๒๒๐ ลว. ๒๗ เม.ย. ๖๖
เรียน นายก ทต. ทุกแห่ง
และนายก อบต. ทุกแห่ง
☑ ทราบ ☐ ถือปฏิบัติ ☑ ดำเนินการ
(ลงชื่อ)
(นายมกร แสงสุวรรณ)
ท้องถิ่นอำเภอบางสะพาน

องค์การบริหารส่วนตำบลทองมงคล www.thongmongkol.go.th 27/04/2566 13:45:18

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น
จังหวัดประจวบคีรีขันธ์
เลขรับ 3803
วันที่ ๒๕ เม.ย. ๒๕๖๖
เวลา ๑๓:๓๓ น.

ที่ ปข ๐๐๑๗.๓/ว ๗๔๔๙

ศาลากลางจังหวัดประจวบคีรีขันธ์
ถนนสละชีพ ปข. ๗๗๐๐๐

๑๒ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์

อ้างถึง หนังสือจังหวัดประจวบคีรีขันธ์ ด่วนที่สุด ที่ ปข ๐๐๑๗.๒/ว ๕๙๓๙ ลงวันที่ ๑๙ มีนาคม ๒๕๖๒

ตามหนังสือที่อ้างถึง จังหวัดมอบหมายที่ทำการปกครองจังหวัดเป็นหน่วยงานเจ้าภาพหลัก และสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดประจวบคีรีขันธ์เป็นหน่วยงานเจ้าภาพรอง ในการดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชนและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารการดำเนินนโยบายสำคัญของรัฐบาล นั้น

กระทรวงมหาดไทยได้แจ้งข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ จำนวน ๙ เรื่อง ดังนั้น เพื่อให้การสร้างการรับรู้สู่ชุมชนและเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารการดำเนินนโยบายสำคัญของรัฐบาลเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ และบรรลุวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ จึงให้ดำเนินการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ รายละเอียดปรากฏตาม QR Code ที่แนบมาพร้อมนี้

จึงเรียนมาเพื่อดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายคมกริช เจริญพัฒนสมบัติ)
รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดประจวบคีรีขันธ์

ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖

สำนักงานจังหวัด
กลุ่มงานอำนวยการ
โทร. ๐ ๓๒๖๐ ๓๙๙๒-๔



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ			
๑.	ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้งในเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๒.	๙ แนวทางการรณรงค์ “สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล”	สำนักนายกรัฐมนตรี	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	ปภ.แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรรู้เกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โพสต์ภาพเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๙.	โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร	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 ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมการปกครอง
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมการปกครอง
ช่องทางการติดต่อ กรมการปกครอง สายด่วนกรมการปกครอง โทร. ๑๕๔๘

๑) หัวข้อเรื่อง ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖</u>

กระทรวงมหาดไทย โดยกรมการปกครอง แจ้งประชาสัมพันธ์ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้ง และนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖

๑. ยื่นคำขอด้วยตนเอง ต่อนายทะเบียนอำเภอ หรือนายทะเบียนท้องถิ่น หรือยื่นคำขอต่อเอกอัครราชทูต หรือผู้ที่เอกอัครราชทูตมอบหมาย

๒. ยื่นคำขอทางไปรษณีย์ จ่าหน้าซองถึงนายทะเบียนอำเภอ หรือนายทะเบียนท้องถิ่น โดยถือวันประทับตราไปรษณีย์เป็นสำคัญ

๓. ยื่นคำขอทางอินเทอร์เน็ต https://stat.bora.dopa.go.th/Election/regoutvote หรือผ่านแอปพลิเคชัน ThaiD/ Smart Vote

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมการปกครอง โทร. ๑๕๔๘

****

ช่องทางการใช้สิทธิเลือกตั้งล่วงหน้า ในเขต/นอกเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร

เปิดลงทะเบียน

25 มีนาคม - 9 เมษายน 2566



ยื่นคำขอด้วยตนเอง
ต่อนายทะเบียนอำเภอ
หรือนายทะเบียนท้องถิ่น
หรือยื่นคำขอต่อเอกอัครราชทูต
หรือผู้ที่เอกอัครราชทูตมอบหมาย



ยื่นคำขอทางไปรษณีย์
จ่าหน้าซองถึงนายทะเบียนอำเภอ
หรือนายทะเบียนท้องถิ่น
โดยถือวันประทับตราไปรษณีย์เป็นสำคัญ



ยื่นคำขอทางอินเทอร์เน็ต
https://stat.bora.dopa.go.th
/Election/regoutvote
แอปพลิเคชัน ThaID / Smart Vote

Change for Good

กระทรวงมหาดไทย
Ministry of Interior

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง สำนักนายกรัฐมนตรี
กรม / หน่วยงาน สำนักนายกรัฐมนตรี
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักนายกรัฐมนตรี
ช่องทางการติดต่อ ทำเนียบรัฐบาล โทร. ๐-๒๒๘๓-๑๒๗๐-๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง ๙ แนวทางการรณรงค์ "สืบสานสงกรานต์วิถีไทยร่วมสานใจ สู่สากล"
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ๙ แนวทางการรณรงค์ "สืบสานสงกรานต์วิถีไทยร่วมสานใจ สู่สากล"</u>

๙ แนวทาง จัดประเพณีสงกรานต์ปี ๖๖ สืบสานคุณค่าทางวัฒนธรรม ผลักดัน "สงกรานต์ในไทย" เป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ของยูเนสโก

ที่ประชุม ครม. (๒๘ มี.ค. ๖๖) รับทราบแนวทางการรณรงค์จัดงานประเพณีสงกรานต์ ปี ๒๕๖๖ ภายใต้แนวคิด "สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล" ครอบคลุมคุณค่าสาระของวัฒนธรรม ประเพณี เผยแพร่อัตลักษณ์ของท้องถิ่น ดูแลความปลอดภัยของประชาชน เพื่อเผยแพร่ประเพณีสงกรานต์ในโอกาสที่ไทยเสนอเป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติต่อยูเนสโก ซึ่งรัฐบาลให้ความสำคัญเพื่อให้ชาวไทยและชาวต่างชาติได้รับความสุข จากประเพณีสงกรานต์นี้

๑. ขอความร่วมมือหน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชน จัดกิจกรรมประเพณีสงกรานต์ มุ่งเน้นสืบสานคุณค่าสาระของประเพณีอันดีงาม พร้อมเผยแพร่ประชาสัมพันธ์สู่การรับรู้ของชาวต่างชาติ

๒. ส่งเสริมให้จังหวัดต่าง ๆ ใช้พื้นที่จัดกิจกรรมทางศาสนาและวัฒนธรรมในประเพณีสงกรานต์

๓. รณรงค์ให้ประชาชนร่วมกันสืบสานคุณค่าสาระและสิ่งที่ควรทำของประเพณีสงกรานต์ เช่น ทำบุญตักบาตร สรงน้ำพระ และขอพรผู้สูงอายุ

๔. รณรงค์ให้แต่งกายที่สร้างภาพลักษณ์ความเป็นไทย เช่น ใช้ผ้าไทย ผ้าท้องถิ่น เข้าร่วมกิจกรรม เพื่อสร้างการรับรู้ถึงอัตลักษณ์ความเป็นไทยต่อชาวต่างชาติ

๕. ขอความร่วมมือหน่วยงานต่าง ๆ สนับสนุนศิลปินพื้นบ้านเพื่อถ่ายทอดมรดกภูมิปัญญาทางวัฒนธรรม และให้เด็ก เยาวชน และประชาชนทั่วไปได้ร่วมกันสืบสานประเพณี

๖. หน่วยงานด้านความมั่นคง ความปลอดภัย และด้านบริการประชาชนบังคับใช้กฎหมายอย่างเคร่งครัด เพื่อให้ประชาชนและนักท่องเที่ยวมีความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน

๗. ขอความร่วมมือประชาชนที่ใช้ยานพาหนะและใช้ถนนให้ปฏิบัติตามกฎหมาย กฎจราจร อย่างเคร่งครัด

๘. การจัดกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับกลุ่ม ๖๐๘ ให้รักษาตามมาตรการการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคโควิด-๑๙ และโรคทางเดินหายใจ เพื่อสุขอนามัยที่ดีของผู้เข้าร่วมงาน

๙ ส่งเสริมให้ภาครัฐ เอกชน และประชาชน ได้แลกเปลี่ยนเรียนรู้ประเพณีสงกรานต์ ทั้งในระดับท้องถิ่น ระดับประเทศ และนานาชาติ ในโอกาสที่สงกรานต์ในไทยเป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติที่เข้าสู่การพิจารณาของยูเนสโก.

แนวทาง "สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล" นี้จะช่วยตอกย้ำคุณค่าของประเพณีวัฒนธรรมไทย ที่รัฐบาล ผลักดันให้ "สงกรานต์ในไทย" เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติที่ของยูเนสโก ซึ่งยูเนสโกจะพิจารณาขึ้นทะเบียนภายในเดือน ธ.ค. ๖๖ นี้


ไทยคู่ฟ้า
9 แนวทาง
จัดประเพณีสงกรานต์ปี 66
สืบสานคุณค่าทางวัฒนธรรม
ผลักดัน "สงกรานต์ในไทย"
เป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ของยูเนสโก
UNESCO
ไทยคู่ฟ้า
THAIGOV.GO.TH

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน
ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน

๑) หัวข้อเรื่อง เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง เตือนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี</u>

กระทรวงมหาดไทย โดยกรมที่ดินแจ้งประชาชาสัมพันธ์เตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อมิจฉาชีพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง ซึ่งกรมที่ดินไม่มีนโยบายในการดำเนินการดังกล่าว หน่วยงานรับผิดชอบเรื่องภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง คือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โปรดอย่าหลงเชื่อเด็ดขาด และกรมที่ดินได้แจ้งความดำเนินคดีกับกลุ่มมิจฉาชีพ และให้เจ้าพนักงานที่ดินจังหวัดและสาขา ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนในที่ประชุมกรมการจังหวัด และให้แจ้งความร้องทุกข์ หากพบการกระทำความผิดในพื้นที่ทั่วประเทศ โดยพฤติการณ์ของคนร้าย คือ จะหลอกให้เหยื่อเข้าเว็บไซต์ปลอมของกรมที่ดิน และให้เข้าแชตไลน์ปลอม (ใช้ชื่อไลน์ว่ากรมที่ดิน หรือ SmartLands) เพื่อหลอกถามข้อมูลส่วนตัว และส่งลิ้งค์ให้กรอกข้อมูล หรือส่งลิ้งค์ให้ติดตั้งแอปพลิเคชันปลอม เมื่อเหยื่อหลงเชื่อติดตั้งแอปพลิเคชันดังกล่าว ระหว่างนั้นโทรศัพท์จะขึ้นข้อความ “ระหว่างทำการตรวจสอบห้ามใช้งานมือถือ” ซึ่งคนร้ายจะใช้ช่วงเวลานี้ดำเนินการดูดเงินจากบัญชีผู้เสียหาย

ทั้งนี้ หากประชาชนมีข้อสงสัยสามารถติดต่อสอบถามข้อมูลได้ที่สำนักงานที่ดินทุกแห่งทั่วประเทศ หรือ call center กรมที่ดิน ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕

****

องค์การบริหารส่วนตำบลทองมงคล www.thongmongkol.go.th 27/04/2566 13:45:18

ด่วนที่สุด

ที่ มท ๐๕๑๗.๓/ว ๒๘๔๕๑

กรมที่ดิน
ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา
อาคารรัฐประศาสนภักดี ถนนแจ้งวัฒนะ
แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

วันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง กรมที่ดินสำรวจผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง → องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นผู้สำรวจ

เรียน

ด้วยทางองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์มีวัตถุประสงค์เพื่อลดหย่อนภาษีและสำรวจอัพเดตฐานข้อมูลตามที่อยู่อาศัย เพื่อเป็นไปตามมาตรการของทางกรมที่ดิน และเพื่อวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

๑. เพื่อทำการตรวจสอบว่าผู้ถือครองกรรมสิทธิ์นั้น ถือครองไว้เพื่อประโยชน์อันใด
๒. เพื่อตรวจสอบว่าเข้าอยู่จริงหรือไม่
๓. เพื่อตรวจสอบการเสียภาษี ← ลายน้ำ

ในการทำธุรกรรมดังกล่าวสามารถดำเนินการได้ ๒ ช่องทาง

๑. ติดต่อที่สำนักงานกรมที่ดินจังหวัดใช้เวลาดำเนินการสำรวจ ๖ เดือน เตรียมเอกสารดังนี้
- ๑.๑) สำเนาบัตรประชาชน
- ๑.๒) สำเนาทะเบียนบ้าน } กรมที่ดินยกเลิกการใช้สำเนาดังกล่าวแล้ว
- ๑.๓) โฉนดที่ดินตัวจริงหรือสำเนา
- ๑.๔) หนังสือแจ้งเตือนจากกรมที่ดิน

๒. ผ่านช่องทางอิเล็กทรอนิกส์ (E-service) ดำเนินการด้วยตนเอง ใช้เวลาประมาณ ๑๐-๒๐ นาที (ใช้เพียงชื่อ-นามสกุล และเบอร์โทรศัพท์)

มาตราการนี้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ ๓๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕[illegible] ในราชกิจจานุเบกษา

จึงเรียนให้ท่านใช้ดุลพินิจ[illegible] ตามแนวทางที่เห็นสมควรต่อไป

วันที่ ๑๒ [illegible] พ.ศ. ๒๕๖๖

เอกสารปลอม

ขอแสดงความนับถือ

(นาย ขยาวุธ จันทร)
อธิการบดีกรมที่ดิน
↓
อธิบดีกรมที่ดิน

สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน
ส่วนมาตรฐานการจดทะเบียนสิทธิและนิติกรรม
โทร. ๐ ๒๓๔๑ ๕๗๕๙, ๐ ๒๑๔๑ ๕๗๖๕
โทรสาร. ๐ ๒๑๔๓ ๙๑๒๔
↓
ไม่ใช่หน่วยงานสังกัดกรมที่ดิน

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
ช่องทางการติดต่อ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทร. ๑๗๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง ปภ. แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรรู้เกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ปภ. แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรรู้เกี่ยวกับหมวกนิรภัย</u>
<u>เพื่อความปลอดภัยในการขับขี่</u>

ปภ.แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรรู้เกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่ ดังนี้

๑. หมวกนิรภัย เมื่อสวมแล้วหมวกต้องตรง พอดีกับศีรษะ ไม่เอียง และปรับสายรัดคางให้กระชับ

๒. ไม่ใช้หมวกนิรภัยที่ถูกระแทกพื้นหรือของแข็งอย่างรุนแรง

๓. เปลี่ยนหมวกนิรภัยทุก ๓ - ๕ ปี

๔. ไม่วางหมวกนิรภัยในที่ที่มีอุณหภูมิสูงเพราะทำให้หมดอายุการใช้งานเร็ว

๕. รักษาความเร็วขับขี่ไม่เกิน ๖๐ กิโลเมตร/ชั่วโมง เพื่อให้หมวกนิรภัยสามารถรองรับแรงกระแทกได้อย่างปลอดภัยเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

ทั้งนี้ สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนนิรภัย โทร. ๑๗๘๔

****

องค์การบริหารส่วนตำบลทองมงคล www.thongmongkol.go.th 27/04/2566 13:45:18



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงยุติธรรม
กรม / หน่วยงาน สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม โทร ๐๖ ๑๙๙๓ ๙๕๒๕

๑) หัวข้อเรื่อง **กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โพสต์ภาพเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน**

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน

ตอน โพสต์ภาพเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน

มาตรา ๓๒ ของพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ ซึ่งเป็นมาตราที่บัญญัติขึ้นมาเพื่อควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระบุใจความสำคัญไว้ ๒ ส่วนด้วยกัน ดังนี้

๑) ห้ามโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อประโยชน์ในทางการค้า เช่น การโพสต์ภาพเหล้าเบียร์พร้อมข้อความต่างๆ เพราะต้องการที่จะขายสินค้าเหล้าเบียร์นั้นๆ รวมถึงการจัดกิจกรรมส่งเสริมการขายต่างๆ

๒) ห้ามแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมกับการมีข้อความหรือพฤติการณ์ที่เป็นการอวดอ้างสรรพคุณหรือชักจูงใจให้คนอื่นอยากจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดังกล่าว

ดังนั้น การที่ประชาชนโพสต์ภาพขวดเหล้าเบียร์ หรือแก้วเบียร์ที่มีโลโก้เบียร์ จึงยังไม่ใช่ความผิดตามกฎหมายนี้ แต่บุคคลที่มีชื่อเสียงกับบุคคลทั่วไปมีความแตกต่างกัน ถ้าเป็นบุคคลทั่วไปโพสต์ภาพคู่กับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยที่ไม่มีข้อความเชิญชวนอวดอ้างชักจูงใจก็จะไม่เป็นความผิด แต่ดาราหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงมีผู้ติดตามเป็นจำนวนมาก ทำให้คนหันมาสนใจสินค้ามีผลเป็นการโน้มน้าวหรือชักจูงใจไม่ว่าโดยตรงหรือโดยอ้อม จึงไม่สามารถทำได้

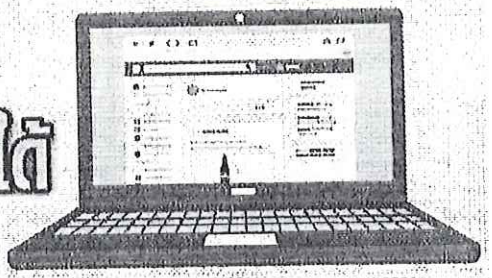
โดยโทษความผิดฐานโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นโทษตามกฎหมาย คือ จำคุกไม่เกิน ๑ ปี หรือปรับ ไม่เกิน ๕๐๐,๐๐๐ บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ แต่ถ้าเป็นการโฆษณาของผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าจะปรับ ๕๐๐,๐๐๐ บาท โดยมีการกำหนดอัตราการเปรียบเทียบปรับไว้ด้วย

ปัจจุบันมีระบบเฝ้าระวังการละเมิดกฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (TAS) โดยสามารถเข้าใช้งานผ่านเว็บไซต์ https://tas.go.th ซึ่งประชาชนทั่วไปสามารถร้องเรียนผ่านระบบดังกล่าวได้ และขอให้ประชาชนปฏิบัติตามกฎหมาย หากมีข้อสงสัยสามารถโทรสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์รับเรื่องร้องเรียน บุหรี่และสุรา โทร. ๐ ๒๕๙๐ ๓๓๔๒

ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ มาตรา ๓๒

****

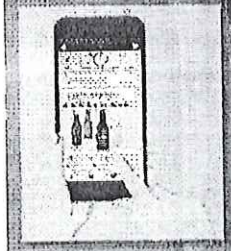
โพสต์ภาพเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน

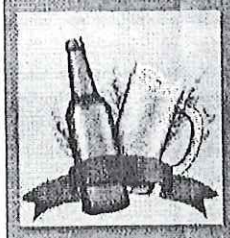


มาตรา 32 ของพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 ซึ่งเป็นมาตราที่บัญญัติขึ้นมาเพื่อควบคุมการโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ระบุใจความสำคัญไว้ 2 ส่วนด้วยกัน ดังนี้

1) ห้ามโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อประโยชน์ในทางการค้า เช่น การโพสต์ภาพเหล้าเบียร์พร้อมข้อความต่างๆ เพราะต้องการที่จะขายสินค้าเหล้าเบียร์นั้นๆ รวมถึงการจัดกิจกรรมส่งเสริมการขายต่างๆ

2) ห้ามแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมกับการมีข้อความหรือพฤติการณ์ที่เป็นการอวดอ้างสรรพคุณ หรือชักจูงใจให้คนอื่นอยากจะดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดังกล่าว





ดังนั้น การที่ประชาชนโพสต์ภาพขวดเหล้าเบียร์ หรือแก้วเบียร์ที่มีโลโก้เบียร์จึงยังไม่ใช่ความผิดตามกฎหมายนี้ แต่บุคคลที่มีชื่อเสียงกับบุคคลทั่วไปมีความแตกต่างกัน ถ้าเป็นบุคคลทั่วไปโพสต์ภาพคู่กับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์โดยที่ไม่มีข้อความเชิญชวนอวดอ้างชักจูงใจก็จะไม่เป็นความผิดแต่ดาราหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงมีผู้ติดตามเป็นจำนวนมาก ทำให้คนหันมาสนใจสินค้ามีผลเป็นการโน้มน้าวหรือชักจูงใจไม่ว่าโดยตรงหรือโดยอ้อม จึงไม่สามารถทำได้

โดยโทษความผิดฐานโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นโทษตามกฎหมาย คือ จำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 500,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ แต่ถ้าเป็นการโฆษณาของผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าจะปรับ 500,000 บาท โดยมีการกำหนดอัตราการเปรียบเทียบปรับไว้ด้วย

ปัจจุบันมีระบบเฝ้าระวังการละเมิดกฎหมายควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ (TAS) โดยสามารถเข้าใช้งานผ่านเว็บไซต์ https://tas.go.th ซึ่งประชาชนทั่วไปสามารถร้องเรียนผ่านระบบดังกล่าวได้ และขอให้ประชาชนปฏิบัติตามกฎหมาย หากมีข้อสงสัยสามารถโทรสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ศูนย์รับเรื่องร้องเรียนบุหรี่และสุรา โทร. 0 2590 3342

ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 มาตรา 32

จัดทำโดย กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ ทางกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม

กฎหมายน่ารู้ กระทรวงยุติธรรม @PR_MOJ

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

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

๑) หัวข้อเรื่อง **๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน**
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน</u>

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค มีข้อแนะนำ ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน ดังนี้

๑. โรคอาหารเป็นพิษ : อาการถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำอย่างน้อย ๓ ครั้ง หรือถ่ายปนมูกเลือดภายใน ๒๔ ชั่วโมง และอาจมีอาการอาเจียน

๒. โรคอหิวาตกโรค : อาการมีไข้สูงลอย ๓๘ องศาเซลเซียส มากกว่า ๑ สัปดาห์ และมีอาการร่วม คือ ปวดศีรษะ ปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก บางรายอาจมีผื่นขึ้นตามหน้าอกหรือลำตัว

๓. โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน : อาการไม่รุนแรงมักหายเองได้ภายใน ๒๔ – ๔๘ ชั่วโมง ถ้าอาการรุนแรงอาจมีอาเจียนและท้องเสียร่างกายขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรุนแรง

๔. โรคบิด : อาการมีไข้ ปวดท้อง แบบปวดเบ่ง ถ่ายอุจจาระบ่อย อุจจาระมีมูกหรือมูกปนเลือด

๕. โรคไวรัส ตับอักเสบ เอ และ อี : มีอาการคล้ายกัน คือ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร และมีอาการดีซ่าน พบผู้ใหญ่มากกว่าเด็ก

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมควบคุมโรค โทร. ๑๔๒๒


5โรค
ภัยสุขภาพในฤดูร้อน
กรมควบคุมโรค
1 โรคอาหารเป็นพิษ
อาการ
ถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำ
อย่างน้อย 3 ครั้ง
หรือถ่ายปนมูกเลือด
ภายใน 24 ชม.
และอาจมีอาการอาเจียน
2 โรคฮิวาตกโรค
อาการ
38 °C
ไข้สูงลอยมากกว่า 1 สัปดาห์
มีอาการร่วมกัน ปวดศีรษะ
ปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก
บางรายอาจมีผื่นขึ้น
ตามหน้าอกหรือลำตัว
3 โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน
อาการ
อาการไม่รุนแรง
มักหายเองได้
ภายใน 24 - 48 ชม.
อาการรุนแรง
อาจมีอาเจียนและท้องเสีย
ร่างกายขาดน้ำ
และเกลือแร่อย่างรุนแรง
4 โรคบิด
อาการ
มีไข้ ปวดท้อง
แน่นปวดเบ่ง
ถ่ายอุจจาระปนอุจจาระมีมูก
หรือมูกปนเลือด
5 โรคไวรัสตับอักเสบ เอ และ อี
อาการ
มีอาการคล้ายกัน
คือ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
และมีอาการดีซ่าน
พบในผู้ใหญ่มากกว่าเด็ก
ภัยสุขภาพที่เกิดในช่วงฤดูร้อน
การเจ็บป่วย และเสียชีวิตจากภาวะอากาศร้อน
ข้อมูล ณ วันที่ 14 มีนาคม 2566
กรม : กรมควบคุมโรค
1422

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

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

๑) **หัวข้อเรื่อง** แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา
๒) **ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์**

<u>เรื่อง แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา</u>

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมการแพทย์ มีข้อแนะนำเกี่ยวกับแนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา ดังนี้

สุราจะมีผลออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง ถ้าเป็น**พิษแบบเฉียบพลัน** จะทำให้ขาดสติควบคุมตัวเองไม่ได้ เป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุและหรือทะเลาะวิวาทได้ง่าย และหากเป็น**พิษแบบเรื้อรัง** จะทำให้เกิดการหมกมุ่นกับการหาสุราดื่มตลอดเวลา สุขภาพร่างกายทรุดโทรม ขาดความรับผิดชอบ เสียสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว เสียการงาน

<u>วิธีการเลิกดื่มสุราด้วยตนเอง</u>

- กำหนดและจำกัดปริมาณในการดื่มแต่ละครั้ง
- ทานอาหารก่อนดื่มหรือดื่มพร้อมกับอาหาร
- หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มเพื่อนที่เคยดื่มด้วยกัน
- เลือกเครื่องดื่มที่มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ต่ำ
- ดื่มแบบผสมให้เจือจางหรือดื่มน้ำเปล่าสลับบ้างในระหว่างที่ดื่มสุรา
- ไม่ดื่มเมื่อมีการทานยาทุกชนิด

<u>วิธีหยุดดื่มสุรา</u> : วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ดื่มที่ไม่มีอาการถอนพิษสุราในช่วงเช้าหลังตื่นนอน เช่น คลื่นไส้ อาเจียน มือสั่น ใจสั่น เหงื่อแตก และไม่เคยมีอาการถอนพิษสุราที่รุนแรงหลังหยุดดื่มสุราในอดีต เช่น ชัก กระสับกระส่ายอย่างรุนแรง สับสน หูแว่ว ประสาทหลอน เป็นต้น

สำหรับผู้ที่เลิกดื่มในช่วงเริ่มต้น ควรปฏิบัติ ดังนี้ รับประทานอาหารให้เพียงพอ จิบน้ำหวานบ่อยๆ พักผ่อนให้เพียงพอ ทำกิจกรรมอื่นทดแทน เช่น เล่นกีฬาเบาๆ หรือทำงานศิลปะ และต้องติดตามอาการของตนเอง โดยเฉพาะในช่วง ๓ วันแรก หากมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนรุนแรง มือสั่น เหงื่อแตก หงุดหงิด กระสับกระส่ายเพิ่มมากขึ้น ควรรีบปรึกษาแพทย์เพื่อช่วยบำบัดในการถอนพิษสุรา

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมการแพทย์ โทร. ๑๖๖๘

****

องค์การบริหารส่วนตำบลทองมงคล www.thongmongkol.go.th 27/04/2566 13:45:18



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กรมสุขภาพจิต
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒
๑) หัวข้อเรื่อง **การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง**
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำ การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง ดังนี้

๑. ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด

๒. ไม่เสพข่าวมากเกินไป ไม่ส่งต่อข้อมูลที่ยั่วยุ ไม่แชร์ภาพผู้ป่วยแสดงความคิดเห็นเคารพสิทธิผู้อื่น

๓. รู้เท่าทัน ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมเพื่อดูแลสุขภาพจิตตนเอง

๔. วิธีดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้น เช่น รู้ลมหายใจเข้าออก ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อทำจิตใจให้สงบ เดินเล่น ดูภาพยนตร์ อ่านหนังสือ ฟังเพลง ออกกำลังกาย พูดคุยเรื่องราวดีดี และหาพื้นที่คลายเครียด

๕. สำรวจสัญญาณเตือนสุขภาพจิต ถ้ารู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล นอนไม่หลับ ตื่นตระหนก พูดเรื่องเหตุการณ์ซ้ำๆ เป็นต้น ขอคำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต ๑๓๒๓

๖. ให้กำลังใจ ส่งต่อข้อความดีดีแก่กัน หาความรู้ สร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิต ชุมชนช่วยเหลือกัน สังคมมีความหวัง

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมสุขภาพจิต โทร. ๑๓๒๓

****

องค์การบริหารส่วนตำบลทองมงคล www.thongmongkol.go.th 27/04/2566 13:45:18

การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง



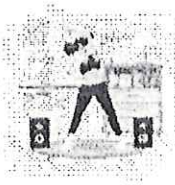
1 ปฏิบัติตามคำแนะนำของ เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด



2 ไม่เสพข่าวมากเกินไป ไม่ส่งต่อข้อมูลที่ยั่วยุ ไม่แชร์ภาพผู้ป่วย แสดงความคิดเห็นอย่างสร้างสรรค์



3 รู้เท่าทัน ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม เพื่อดูแลสุขภาพจิตตนเอง



4 รู้วิธีดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้น เช่น รู้ลมหายใจเข้าออก ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ทำจิตใจให้สงบ เดินเล่น ดูภาพยนต์ อ่านหนังสือ ฟังเพลง ออกกำลังกาย พูดคุยเรื่องราวดีดี และหาพื้นที่คลายเครียด



5 สำรวจสัญญาณเตือนสุขภาพจิต ถ้ารู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล นอนไม่หลับ ตื่นตระหนก พูดเรื่องเหตุการณ์ซ้ำๆ เป็นต้น ขอคำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323



6 ให้กำลังใจ ส่งต่อข้อความดีดีแก่กัน หาความรู้ สร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิต ชุมชนช่วยเหลือกัน สังคมมีความหวัง



สายด่วนสุขภาพจิต 1323 กรมสุขภาพจิต

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
กรม / หน่วยงาน กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข
ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๙๐-๑๔๐๑-๒
๑) หัวข้อเรื่อง โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร
๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

<u>เรื่อง โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร</u>

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข มีข้อแนะนำเกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร ดังนี้

ไวรัสโนโร (Norovirus, Nov) เป็นเชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดการอักเสบของกระเพาะอาหาร สามารถระบาดได้ง่ายในเวลาอันรวดเร็ว และมักจะติดต่อจากการปนเปื้อนในอาหารและน้ำดื่ม ไวรัสโนโร ทำให้เกิดโรคทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

- อาการ : ปวดท้อง ท้องเสีย มีไข้ อ่อนเพลีย คลื่นไส้ อาเจียน
- การติดต่อ : รับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อไวรัสโนโร จับหรือสัมผัสกับสิ่งของที่มีเชื้อไวรัสโนโร สัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง
- การป้องกัน : ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนปรุงอาหารและก่อนรับประทาน , ล้างวัตถุดิบอาหารให้สะอาด , รับประทานอาหารที่ปรุงสุกและถูกสุขอนามัย , ใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน , หลีกเลี่ยงน้ำดื่มหรือน้ำแข็งที่ไม่สะอาด และ ใช้น้ำยา ๐.๕% โซเดียมไฮโปคลอไรด์ หรือน้ำยาซักผ้าขาว (เจือจาง ๑๐ เท่า) ในการฆ่าเชื้อบนพื้นผิวสิ่งแวดล้อม หรือ สิ่งของ

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ โทร. ๐ ๒๕๘๙ ๙๘๕๐-๗

****


โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร
ไวรัสโนโร (Norovirus, NoV) เป็นเชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดการอักเสบของกระเพาะอาหาร สามารถระบาดได้ง่ายในเวลาอันรวดเร็ว และมักจะติดต่อจากการปนเปื้อนในอาหารและน้ำดื่ม ไวรัสโนโรทำให้เกิดโรคทั้งในเด็กและผู้ใหญ่
อาการ
ปวดท้อง ท้องเสีย
มีไข้ อ่อนเพลีย
คลื่นไส้ อาเจียน
การติดต่อ
รับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อไวรัสโนโร
จับหรือสัมผัสกับสิ่งของที่มีเชื้อไวรัสโนโร
สัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง
การป้องกัน
ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนปรุงอาหาร และก่อนรับประทาน
ล้างวัตถุดิบ อาหารให้สะอาด
รับประทานอาหาร ที่ปรุงสุก และถูกสุขอนามัย
ใช้ช้อนกลาง ในการรับประทานอาหารร่วมกัน
หลีกเลี่ยงน้ำดื่ม หรือน้ำแข็งที่ไม่สะอาด
ใช้น้ำยา 0.6% โซเดียมไฮโปคลอไรต์ หรือน้ำยาซักผ้าขาว(เจือจาง 10 เท่า) ในการฆ่าเชื้อบนพื้นผิวสิ่งแวดล้อม หรือ สิ่งของ
โทร 0 2589 9850-7