



ที่ ชร ๘๑๒๐๑/ว ๖๑๑

องค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย
อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย ๕๗๒๓๐

๑๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๒

เรื่อง ขอความร่วมมือประชาสัมพันธ์ข่าวสารองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย

เรียน แจ้งท้าย

สิ่งที่ส่งมาด้วย วารสารประชาสัมพันธ์ ฯ จำนวน ฉบับ

เนื่องด้วย องค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย ได้จัดทำวารสารประชาสัมพันธ์ ประจำเดือน ตุลาคม ๒๕๖๒ ขึ้น เพื่อประชาสัมพันธ์กิจกรรมโครงการต่าง ๆ ที่ดำเนินการในรอบเดือนที่ผ่านมา และที่กำลังจะดำเนินการในหน่วยงาน

ในการนี้ องค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย จึงขอส่งวารสารประชาสัมพันธ์ดังกล่าว เพื่อประชาสัมพันธ์ในหน่วยงานของท่านตลอดจนประชาชนทั่วไปที่สนใจ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดประชาสัมพันธ์ให้ทราบโดยทั่วกัน

ขอแสดงความนับถือ

(นายรัชชัย ปาลี)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย

สำนักงานปลัด อบต.

โทร./โทรสาร ๐ ๕๓๑๗ ๘๑๗๖

www.sridonchai.go.th

แจ้งท้าย

1. กำนันตำบลศรีดอนไชย/ผู้ใหญ่บ้านทุกหมู่
2. ผอ.รพ.สต.ศรีดอนไชย
3. โรงเรียนในเขตพื้นที่
4. ประธาน อสม.ทุกหมู่บ้าน
5. ประธานแม่บ้านทุกหมู่บ้าน
6. หัวหน้าศูนย์ฯ ต.ศรีดอนไชย
7. ประธาน อบพร. ต.ศรีดอนไชย
8. อบต. ทุกแห่ง ในอำเภอเทิง

วารสารประชาสัมพันธ์ประจำเดือน พฤศจิกายน 2562

องค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย อำเภอกันตัง จังหวัดสงขลา 90230 www.sridonchai.go.th



โทรศัพท์/โทรสาร. 053-178076

วิสัยทัศน์ ศรีดอนไชยชุมชนน่าอยู่ เพียบพร้อมด้วยบริการสาธารณะ สวัสดิการสังคม ประชาชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี บริหารด้วยหลักธรรมาภิบาล

สาระน่ารู้เกี่ยวกับสุขภาพ

การสูบบุหรี่เป็นของแสลง
ของคนเป็นโรคความดันโลหิตสูง



เมื่อคุณเป็นความดันโลหิตสูง เป้าหมายสูงสุด คือ การปฏิบัติตัวและการกินยาตามที่แพทย์สั่ง เพื่อคุมความดันให้ใกล้เคียงปกติมากที่สุด เพื่อชะลอการแข็งตัวและการเสื่อมของหลอดเลือดที่เลี้ยงอวัยวะต่างๆซึ่งจะป้องกันการเกิดโรคแทรกซ้อน

ซึ่งได้แก่ โรคเส้นเลือดหัวใจตีบ หัวใจวาย หัวใจโต และหัวใจล้มเหลว โรคเส้นเลือดสมองตีบ หรือแตก (ทำให้เกิดอัมพฤกษ์ หรืออัมพาต) โรคไตวาย

ถ้าคุณเป็นความดันโลหิตสูง และสูบบุหรี่ ผลเสียที่จะเกิดจากสารพิษต่าง ๆ ในควันบุหรี่จะทำให้

- ความดันโลหิตสูงขึ้น 5-10 มิลลิเมตรปรอท
- เลือดมีความเข้มข้น มีความหนืด
- ชีพจรเต้นเร็ว
- ออกซิเจนไปเลี้ยงหัวใจลดลง
- เกิดการอักเสบของผนังเส้นเลือดทำให้หลอดเลือดแข็งตัวเร็วขึ้น

- ไชมันในเลือดชนิดไม่ดี (LDL) เพิ่มขึ้น
- ไชมันในเลือดชนิดดี (HDL) ลดลง

สิ่งดี ๆ เมื่อบ้านคุณปลอดบุหรี่

- อากาศในบ้านคุณจะสดชื่น เพราะไม่มีกลิ่นควันบุหรี่รบกวน
- คุณไม่ต้องกังวลว่าคนในบ้านจะได้รับอันตรายจากควันบุหรี่
- ลดโอกาสที่ลูกคุณจะกลายเป็นคนสูบบุหรี่
- ไม่สูบบุหรี่ในบ้าน ทำให้คุณสูบบุหรี่ย่อยลง และเลิกสูบบุหรี่ได้ง่ายขึ้น

อย่าคิดว่าสูบบุหรี่ย่อย ๆ ไม่เป็นไร “สูบแค่วันละมวน มีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจ และโรคหลอดเลือดสมองถึงครึ่งหนึ่งของคนที่สูบวันละ 20 มวน” ขอขอบคุณข้อมูล ที่มา : แผ่นพับเรื่องการสูบบุหรี่เป็นของแสลงของคนเป็นโรคความดันโลหิตสูงจากมูลนิธิการรณรงค์เพื่อการไม่สูบบุหรี่

ภาพกิจกรรมประจำเดือน

วันอังคารที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๒ เวลาประมาณ ๑๐.๐๐ น.

คณะกรรมการตรวจงานจ้างร่วมกันตรวจงานโครงการลงดินลูกรังถนนบ้านทุ่งสง่า หมู่ที่ ๙ ตำบลศรีดอนไชย อ.เทิง จ.เชียงราย



วันอังคารที่ ๑ ตุลาคม ๒๕๖๒ เวลาประมาณ ๑๐.๒๕ น.

เจ้าหน้าที่ออกบริการซ่อมแซมไฟกิ่ง บ้านหนองเลียบ หมู่ที่ ๔ จำนวน ๒ จุด



วันพุธที่ ๒ ตุลาคม ๒๕๖๒ เวลาประมาณ ๑๓.๕๘ น.

คณะกรรมการตรวจงานจ้าง ร่วมกันตรวจงานโครงการซ่อมแซมถนนสายทางบ้านหนองเลียบเชื่อมบ้านปารวก หมู่ที่ ๑ ตำบลศรีดอนไชย อ.เทิง จ.เชียงราย



วันจันทร์ที่ ๗ ตุลาคม ๒๕๖๒

นายรณชัย ปาลี นายกองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย คณะผู้บริหาร พนักงาน ร่วมงาน
กิจกรรมสืบสานประเพณีสงกรานต์น้ำประเจ้าแสนแซ่ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ณ วัดบ้านหนองเลียบ หมู่ที่ ๔ ตำบลศรี
ดอนไชย อำเภอกะเทิง จังหวัดเชียงราย



วันอังคารที่ ๘ ตุลาคม ๒๕๖๐ เวลาประมาณ ๑๐.๓๗ น. นายรณชัย ปาลี นายกองค์การบริหาร
ส่วนตำบลศรีดอนไชย นายเกรียงศักดิ์ มั่นรอด ผู้อำนวยการกองช่าง ตรวจสอบความเสียหายฝายหมู่ ๙ และ
ตรวจพื้นที่ขุดลอกร่องน้ำ หมู่ที่ ๙ ต.ศรีดอนไชย อ.เทิง จ.เชียงราย



งานปรับพื้นที่ และลงโครงสร้างบ้าน กิจกรรมงานก่อสร้างบ้านผู้พิการหมู่ที่ ๓ บ้านแม่ลอยหลวง
ตำบลศรีดอนไชย อำเภอกะเทิง จังหวัดเชียงราย จำนวน ๒ ราย





วันศุกร์ที่ ๑๘ ตุลาคม ๒๕๖๒

นายธนิต สุภาแสน นายอำเภอเทิง เป็นประธานในพิธีเปิดกิจกรรมจิตอาสาพัฒนาปรับปรุงภูมิทัศน์ ทำความสะอาดศาสนสถาน ถวายเป็นพระราชกุศลและน้อมรำลึกเนื่องในวันคล้ายวันพระราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวพร้อมด้วยหัวหน้าส่วนราชการ/หัวหน้าหน่วยงาน รัฐวิสาหกิจ/ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น/กำนัน/ผู้ใหญ่บ้าน และประชาชน จิตอาสา ณ วัดพระธาตุปู่หลง หมู่ที่ ๒ ตำบลศรีดอนไชย



วันที่ ๓๑ ตุลาคม ๒๕๖๒

กิจกรรมโครงการตานก๋วยสลากพระธาตุจอมโพน ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๓ ตำบลศรีดอนไชย อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย



วันที่ ๒๓ ตุลาคม ๒๕๖๒ เวลาประมาณ ๐๘.๐๐ น.

นายสมบุญร มาลารัตน์ ปลัดองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย พร้อมบุคลากร อบต.ศรีดอนไชย ได้รับมอบหมายให้เข้าร่วมกิจกรรมพิธีบำเพ็ญกุศลและพิธีน้อมรำลึกเนื่องในวันคล้ายวันสวรรคต พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว ณ หอประชุมวิทยาลัยการอาชีพเทิง



วันที่ ๒๔ ตุลาคม ๒๕๖๒

นายรณชัย ปาลี นายกองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย พร้อมบุคลากร เจ้าหน้าที่ฝ่ายงานพัฒนาชุมชน ร่วมกับนางชนิดา คำก้อนแก้ว ผอ.รพ.สต.ศรีดอนไชย ร่วมจัดกิจกรรมและให้ความรู้เกี่ยวกับการรักษาสุขภาพ และกิจกรรมนันทนาการของโรงเรียนผู้สูงอายุประจำเดือนตุลาคม ๒๕๖๒ ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุตำบลศรีดอนไชย อ.เทิง จ.เชียงราย



วันที่ ๒๔ ตุลาคม ๒๕๖๒ เวลาประมาณ ๑๐.๐๐ น.

นายรณชัย ปาลี นายกองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย มอบหมายให้นายขวัญใจ ภูด่านวัว เจ้าหน้าที่ฝ่ายงานพัฒนาชุมชน ตรวจเยี่ยมและช่วยประสานงานในการสร้างบ้านผู้พิการบ้านแม่ลอยหลวง หมู่ที่ ๓ ทั้ง ๒ ราย



รายงานกิจกรรม/โครงการผ่านทางเว็บไซต์องค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย
ประจำเดือนตุลาคม 2562

← → ↺ ⓘ ไม่ปลอดภัย | sridonchai.go.th/activityall.php

☆ **หยุดชั่วคราว** ⋮

[illegible]

รายงานกิจกรรม/โครงการผ่านทางเฟสบุคองค์การบริหารส่วนตำบลศรีดอนไชย

ประจำเดือนตุลาคม 2562



