



ที่ ตง ๐๐๒๓.๑/ว ๓๗๕

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดตรัง
ศาลากลางจังหวัดตรัง ถนนพัทลุง ตง ๙๒๐๐๐

๗ พฤษภาคม ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖

เรียน ท้องถิ่นอำเภอ ทุกอำเภอ และนายกองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ทุกแห่ง

อ้างถึง หนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดตรัง ที่ ตง ๐๐๒๓.๑/ว ๓๗๓ ลงวันที่ ๒ พฤษภาคม ๒๕๖๖

สิ่งที่ส่งมาด้วย ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดตรังแจ้งองค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินการแต่งตั้งคณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับอำเภอ/ท้องถิ่น (ทีม Admin อำเภอ/ท้องถิ่น) เพื่อทำความเข้าใจและนำไปถ่ายทอดหรือเผยแพร่ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติ และประชาชน ในพื้นที่รับผิดชอบให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง และให้กำกับและติดตามผลการดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ และท้องถิ่น ตามที่กำหนด นั้น

เพื่อสร้างการรับรู้ข้อมูลข่าวสารให้กับประชาชนอย่างต่อเนื่อง ถูกต้อง ครบถ้วน และมีประโยชน์ ในการพัฒนาตนเอง สังคม และประเทศต่อไป สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดตรัง จึงขอแจ้งข้อมูล ข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ ซึ่งมีประเด็นหัวข้อเรื่องที่สำคัญ ดังนี้

๑. ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้งในเขตเลือกตั้งและนอก ราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม – ๙ เมษายน ๒๕๖๖
๒. ๙ แนวทางการรณรงค์ “สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล”
๓. เตือนอย่าหลงเชื่อมีฉ้อฉลปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสีย ภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี
๔. ปก. แนะนำเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรระวังเกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อ ความปลอดภัยในการขับขี่
๕. กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสเตอร์ภาพเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีค่าเชิยชวน
๖. ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน
๗. แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา

/ ๘. การดูแล...

๘. การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง

๙. โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร

รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติม ได้ที่เว็บไซต์จังหวัดตรัง www.trang.go.th
หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ



(นายวิจิตต์ หวานนวล)

ผู้อำนวยการกลุ่มงานมาตรฐานการบริหารงานบุคคลส่วนท้องถิ่น รักษาราชการแทน
ท้องถิ่นจังหวัดตรัง

ฝ่ายบริหารทั่วไป

โทร ๐-๗๕๒๑-๘๒๑๑ ต่อ ๑

โทรสาร ๐-๗๕๒๑-๑๖๒๐

ผู้ประสานงาน : นางสาวณัฐกานต์ สงเพชร ๐๙๓ ๗๕๐ ๐๖๗๔



สำนักงานส่งเสริมการปกครอง
ท้องถิ่นจังหวัดฉะเชิงเทรา
เลขที่ 4172
วันที่ 20 เม.ย. 2566
ศาลากลางจังหวัดฉะเชิงเทรา
ถนนพหลุณง ตง ๙๒๐๐๐

ที่ ตง ๐๐๑๗.๓/ว ๒๒๕๗

๒๐ เมษายน ๒๕๖๖

เรื่อง การส่งข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖

เรียน คณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด

อ้างถึง ๑. หนังสือจังหวัดฉะเชิงเทรา ด่วนที่สุด ที่ ตง ๐๐๑๗.๓/ว ๑๗๕๑ ลงวันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๒

๒. หนังสือจังหวัดฉะเชิงเทรา ที่ ตง ๐๐๑๗.๓/ว ๕๔๓๘ ลงวันที่ ๘ กันยายน ๒๕๖๔

สิ่งที่ส่งมาด้วย ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ จำนวน ๑ ชุด

ตามที่จังหวัดฉะเชิงเทรา ได้แต่งตั้งคณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสาร เพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) เพื่อทำความเข้าใจและนำข้อมูลข่าวสารไปถ่ายทอดหรือเผยแพร่ให้แก่เจ้าหน้าที่ผู้ปฏิบัติ และประชาชนในพื้นที่รับผิดชอบให้ถูกต้อง รวดเร็ว และทั่วถึง และให้กำกับและติดตามผลการดำเนินการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ทั้งในระดับจังหวัด อำเภอ ท้องที่ และท้องถิ่น ตามที่กำหนด นั้น

เพื่อสร้างการรับรู้ข้อมูลข่าวสารให้กับประชาชนอย่างต่อเนื่อง ถูกต้อง ครบถ้วน จังหวัดจึงให้คณะทำงานบริหารจัดการข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ระดับจังหวัด (ทีม Admin จังหวัด) ดำเนินการประชาสัมพันธ์ เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/๒๕๖๖ ซึ่งมีประเด็นหัวข้อเรื่องที่สำคัญ ดังนี้

๑. ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้งในเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖
๒. ๙ แนวทางการรณรงค์ "สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล"
๓. เดือนอย่าหลงเชื่อมีฉ้อฉลปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี
๔. ปก.แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรระวังเกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่
๕. กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสเตอร์ภาพเครื่องตีแม่เหล็กอลูมิเนียมได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน
๖. ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน
๗. แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา

๘. การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง

๙. โรคอุบัติจากร่วงจาก ไวรัสโคโรนา

รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย ทั้งนี้ สามารถดาวน์โหลดเอกสารเพิ่มเติม ได้ที่เว็บไซต์จังหวัดตรัง www.trang.go.th หัวข้อ “การเฝ้าระวังรับผู้ชุมนุม”

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายภูวนัฐ สมใจ)

รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดตรัง
<input checked="" type="checkbox"/> จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา
<input type="checkbox"/> จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ
เห็นควร. แล้ว ลมท. ดำเนินการ
ต่อไป

หิระกษอ

(นางสาวณัฐกานต์ สงเพชร)

เจ้าพนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นปฏิบัติงาน

อนันต์

(นายวิจิตร หวานนวล)

ผู้อำนวยการกลุ่มงานมาตรฐานการบริหารงานบุคคลส่วนท้องถิ่น รักษาการแทน
ท้องถิ่นจังหวัดตรัง

สำนักงานจังหวัด

กลุ่มงานอำนวยการ

โทรศัพท์ ๐ ๗๕๒๑ ๘๕๑๖



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ครั้งที่ ๑๓/ ๒๕๖๖

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการปรับสมดุลและพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ			
๑.	ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพทรัพยากรมนุษย์			
๒.	๙ แนวทางการรณรงค์ “สืบสานสงกรานต์วิถีไทย ร่วมสานใจ สู่สากล”	สำนักนายกรัฐมนตรี	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๓.	เตือนอย่าหลงเชื่อมีจฉาซีพปลอมแปลงหนังสือราชการ ของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง หลอกดูดเงินหมดบัญชี	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๔.	ปก.แนะเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรรู้ เกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๕.	กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่ เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน ตอน โปสเตอร์ภาพ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีค่าเชิงชวน	กระทรวงยุติธรรม	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๖.	๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๗.	แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๘.	การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์ รุนแรง	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด
๙.	โรคอูจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร	กระทรวงสาธารณสุข	อินโฟกราฟิกส์ ๑ ชุด

หมายเหตุ

- ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวงตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือ
การบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใ้
เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม
- ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด
ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๖ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
- จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชนได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูล
ข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” 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 ในเขตเลือกตั้งและ
นอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนนก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้งและ
นอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม - ๙ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวงมหาดไทย โดยกรมการปกครอง แจ้งประชาสัมพันธ์ช่องทางการใช้สิทธิลงคะแนน
ก่อนวันเลือกตั้งนอกเขตเลือกตั้ง ในเขตเลือกตั้ง และนอกราชอาณาจักร เปิดลงทะเบียน ๒๕ มีนาคม -
๙ เมษายน ๒๕๖๖

๑. ยื่นคำขอดีด้วยตนเอง ต่อนายทะเบียนอำเภอ หรือนายทะเบียนท้องถิ่น หรือยื่นคำขอต่อ
เอกอัครราชทูต หรือผู้ที่เอกอัครราชทูตมอบหมาย

๒. ยื่นคำขอทางไปรษณีย์ จ่าหน้าซองถึงนายทะเบียนอำเภอ หรือนายทะเบียนท้องถิ่น
โดยถือวันประทับตราไปรษณีย์เป็นสำคัญ

๓. ยื่นคำขอทางอินเทอร์เน็ต <https://stat.bora.dopa.go.th/Election/regoutvote> หรือ
ผ่านแอปพลิเคชัน ThaiD/ Smart Vote

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมการปกครอง โทร. ๑๕๔๘

ช่องทางการใช้สิทธิเลือกตั้งล่วงหน้า ในเขต/นอกเขตเลือกตั้งและนอกราชอาณาจักร

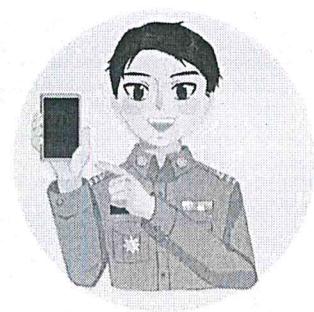
เปิดลงทะเบียน 25 มีนาคม - 9 เมษายน 2566



ยื่นคำขอด้วยตนเอง
ต่อนายทะเบียนอำเภอ
หรือนายทะเบียนท้องถิ่น
หรือยื่นคำขอต่อเอกอัครราชทูต
หรือผู้แทนเอกอัครราชทูตมอบหมาย



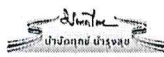
ยื่นคำขอทางไปรษณีย์
จ่าหน้าซองถึงนายทะเบียนอำเภอ
หรือนายทะเบียนท้องถิ่น
โดยถือวันประทับตราไปรษณีย์เป็นสำคัญ



ยื่นคำขอทางอินเทอร์เน็ต
[https://stat.bora.dopa.go.th
/Election/regoutvote](https://stat.bora.dopa.go.th/Election/regoutvote)
แอปพลิเคชัน ThaiID / 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

เรื่อง ๙ แนวทางการรณรงค์ “สืบสานสงกรานต์วิถีไทยร่วมสานใจ สู่สากล”

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. รณรงค์ให้ประชาชนร่วมกันสืบสานคุณค่าสาระและสิ่งที่ดีควรทำของประเพณีสงกรานต์ 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” นี้จะช่วยต่อยอดคุณค่าของประเพณีวัฒนธรรมไทย ที่รัฐบาล ผลักดันให้ “สงกรานต์ในไทย” เป็นรายการตัวแทนมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติที่ของยูเนสโก ซึ่งยูเนสโกจะพิจารณาขึ้นทะเบียนภายในเดือน ธ.ค. ๖๖ นี้

ไทยคู่ฟ้า

9 แนวทาง

จัดประเพณีสงกรานต์ปี 66



สืบสานคุณค่าทางวัฒนธรรม ผลักดัน “สงกรานต์ในไทย”

เป็นมรดกวัฒนธรรมที่จับต้องไม่ได้ของมนุษยชาติ ของยูเนสโก



ข้อมูล ณ วันที่ 28 มี.ค. 66



ไทยคู่ฟ้า

THAIGOV.GO.TH

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมที่ดิน
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมที่ดิน
ช่องทางการติดต่อ กรมที่ดิน

- ๑) หัวข้อเรื่อง เติมนออย่าหลงเชื่อมีจฉฉฉพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เติมนออย่าหลงเชื่อมีจฉฉฉพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูล
ผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างหลอกดูดเงินหมดบัญชี

กระทรวงมหาดไทย โดยกรมที่ดินแจ้งประชาชนสัมพันธ์เตือนประชาชนอย่าหลงเชื่อมีจฉฉฉพปลอมแปลงหนังสือราชการของกรมที่ดินสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง ซึ่งกรมที่ดินไม่มีนโยบายในการดำเนินการดังกล่าว หน่วยงานรับผิดชอบเรื่องภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง คือองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โปรดอย่าหลงเชื่อเด็ดขาด และกรมที่ดินได้แจ้งความดำเนินคดีกับกลุ่มมีจฉฉฉพ และให้เจ้าพนักงานที่ดินจังหวัดและสาขา ประชาสัมพันธ์แจ้งเตือนในที่ประชุมกรรมการจังหวัด และให้แจ้งความร้องทุกข์ หากพบการกระทำความผิดในพื้นที่ทั่วประเทศ โดยพฤติการณ์ของคนร้าย คือ จะหลอกให้เหยื่อเข้าเว็บไซต์ปลอมของกรมที่ดิน และให้เข้าแชตไลน์ปลอม (ใช้ชื่อไลน์ว่ากรมที่ดิน หรือ SmartLands) เพื่อหลอกถามข้อมูลส่วนตัว และส่งลิงค์ให้กรอกข้อมูล หรือส่งลิงค์ให้ติดตั้งแอปพลิเคชันปลอม เมื่อเหยื่อหลงเชื่อติดตั้งแอปพลิเคชันดังกล่าว ระหว่างนั้นโทรศัพท์จะขึ้นข้อความ “ระหว่างทำการตรวจสอบห้ามใช้งานมือถือ” ซึ่งคนร้ายจะใช้ช่วงเวลานี้ดำเนินการดูดเงินจากบัญชีผู้เสียหาย

ทั้งนี้ หากประชาชนมีข้อสงสัยสามารถติดต่อสอบถามข้อมูลได้ที่สำนักงานที่ดินทุกแห่งทั่วประเทศ หรือ call center กรมที่ดิน ๐ ๒๑๔๑ ๕๕๕๕

ด่วนที่สุด

ที่ มท ๒๖๒๙.๑/ว ๒๗๔๕๑

๐๕๑๕



กรมที่ดิน

ศูนย์ราชการเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา
อาคารรัฐประศาสนภักดี ถนนแจ้งวัฒนะ
แขวงทุ่งสองห้อง เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ ๑๐๒๑๐

วันที่ ๑๓ มกราคม ๒๕๖๖

เรื่อง ตามกระทรวงมหาดไทยได้แจ้ง กรมที่ดินสำรวจผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง → องค์การปกครองส่วนท้องถิ่นเป็นผู้สำรวจ
เรียน

ด้วยทางองค์การปกครองส่วนท้องถิ่นสำรวจฐานข้อมูลผู้เสียภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้างผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์มีวัตถุประสงค์เพื่อลดหย่อนภาษีและสำรวจอัตราค่าธรรมเนียมตามที่อยู่อาศัย เพื่อเป็นไปตามมาตรการของทางกรมที่ดิน และเพื่อวัตถุประสงค์ดังต่อไปนี้

- ๑. เพื่อทำการตรวจสอบว่าผู้ถือครองกรรมสิทธิ์นั้น ถือครองไว้เพื่อประโยชน์อันใด
- ๒. เพื่อตรวจสอบว่าส่อทุจริตหรือไม่
- ๓. เพื่อตรวจสอบการเสียภาษี

ในการทำธุรกรรมดังกล่าวสามารถดำเนินการได้ ๒ ช่องทาง

- ๑. ติดต่อที่สำนักงานกรมที่ดินจังหวัดใช้เวลาดำเนินการสำรวจ ๒ เดือน เดิมเอกสารดังนี้
 - ๑.๑) สำเนาบัตรประชาชน
 - ๑.๒) สำเนาทะเบียน
 - ๑.๓) โฉนดที่ดินตัวจริงหรือสำเนา
 - ๑.๔) หนังสือแจ้งเดือนจากกรมที่ดิน

← ลายน้ำ

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

มาตรการนี้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ ๓๑ ธันวาคม พ.ศ. ๒๕๖๕ เป็นต้นไป
ในราชกิจจานุเบกษา
จึงเรียนให้ท่านได้รับทราบและปฏิบัติตามแบบอย่างที่ดีซึ่งแนบยื่นภายใน
วันที่ ๑๖ มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

เอกสารปลอม

ขอแสดงความนับถือ

(นาย ชยาจ จันทร์)
อธิการบดีกรมที่ดิน

อธิบดีกรมที่ดิน

สำนักมาตรฐานการทะเบียนที่ดิน

ส่วนมาตรฐานการจดทะเบียนสิทธิ์และนิติกรรม

โทร. ๐ ๒๑๔๑ ๕๗๕๙, ๐ ๒๑๔๑ ๕๗๖๕

โทรสาร. ๐ ๒๑๔๓ ๙๑๒๔

ไม่ใช้หน่วยงานสังกัดกรมที่ดิน

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย

กรม / หน่วยงาน กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

ช่องทางการติดต่อ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย โทร. ๑๗๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง ปก. แนะนำเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรระวังเกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ปก. แนะนำเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรระวังเกี่ยวกับหมวกนิรภัย

เพื่อความปลอดภัยในการขับขี่

ปก.แนะนำเทคนิคการสวมหมวกนิรภัยถูกวิธี และข้อควรระวังเกี่ยวกับหมวกนิรภัยเพื่อความปลอดภัยในการขับขี่ ดังนี้

๑. หมวกนิรภัย เมื่อสวมแล้วหมวกต้องตรง พอดีกับศีรษะ ไม่เอียง และปรับสายรัดคางให้กระชับ

๒. ไม่ใช้หมวกนิรภัยที่ถูกระแทกพื้นหรือของแข็งอย่างรุนแรง

๓. เปลี่ยนหมวกนิรภัยทุก ๓ - ๕ ปี

๔. ไม่วางหมวกนิรภัยในที่ที่มีอุณหภูมิสูงเพราะทำให้หมวกอายุการใช้งานเร็ว

๕. รักษาความเร็วขับขี่ไม่เกิน ๖๐ กิโลเมตร/ชั่วโมง เพื่อให้หมวกนิรภัยสามารถรองรับแรงกระแทกได้อย่างปลอดภัยเมื่อเกิดอุบัติเหตุ

ทั้งนี้ สามารถสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนนิรภัย โทร. ๑๗๘๔

สวมหมวกนิรภัย อย่างไรให้ถูกวิธี



ใส่ตรงพอดี ไม่เอียง



คาดสายรัดให้กระชับคาง

ข้อควรรู้



ไม่ใช้หมวกนิรภัยที่ถูกกระแทก
พื้นหรือของแข็งอย่างรุนแรง



เปลี่ยนหมวกนิรภัย ทุก 3-5 ปี



ไม่วางหมวกนิรภัยในที่ที่
อุณหภูมิสูงเพราะทำให้
หมดอายุการใช้งานเร็ว



รักษาความเร็วขับขี่ไม่เกิน 60 กิโลเมตร/ชั่วโมง
เพื่อให้หมวกนิรภัยสามารถรองรับแรงกระแทก
ได้อย่างปลอดภัยเมื่อเกิดอุบัติเหตุ



กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย กระทรวงมหาดไทย
Department of Disaster Prevention and Mitigation, Ministry of Interior, Thailand
www.ddpm.go.th กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย DDPM @DDPMNews

Line @1784DDPM

สายด่วน 1784 ตลอด 24 ชม.

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 โปสเตอร์ภาพเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีค่าเชิงขวน
- ๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง กระทรวงยุติธรรม เสริมสร้างการรับรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้องในชีวิตประจำวันแก่ประชาชน

ตอน โปสเตอร์ภาพเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีค่าเชิงขวน

มาตรา ๓๒ ของพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ ซึ่งเป็นมาตราที่บัญญัติขึ้นมาเพื่อควบคุมการโฆษณาเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ ระบุใจความสำคัญไว้ ๒ ส่วนด้วยกัน ดังนี้

- ๑) ห้ามโฆษณาเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ เพื่อประโยชน์ในทางการค้า เช่น การโปสเตอร์ภาพเหล่าเบียร์ พร้อมข้อความต่างๆ เพราะต้องการที่จะขายสินค้าเหล้าเบียร์นั้นๆ รวมถึงการจัดกิจกรรมส่งเสริมการขายต่างๆ
- ๒) ห้ามแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พร้อมกับการมีข้อความหรือพฤติกรรมที่เป็นการอวดอ้างสรรพคุณหรือชักจูงใจให้คนอื่นอยากจะตี้มเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ดังกล่าว

ดังนั้น การที่ประชาชนโปสเตอร์ภาพขวดเหล้าเบียร์ หรือแก้วเบียร์ที่มีโลโก้เบียร์ จึงยังไม่ใช่ความผิดตามกฎหมายนี้ แต่บุคคลที่มีชื่อเสียงกับบุคคลทั่วไปมีความแตกต่างกัน ถ้าเป็นบุคคลทั่วไปโปสเตอร์ภาพคู่กับเครื่องตี้มแอลกอฮอล์โดยที่ไม่มีข้อความเชิงขวนอวดอ้างชักจูงใจก็จะเป็นความผิด แต่ดาราทหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงมีผู้ติดตามเป็นจำนวนมาก ทำให้คนหันมาสนใจสินค้ามีผลเป็นการโน้มน้าวหรือชักจูงใจไม่ว่าโดยตรงหรือโดยอ้อม จึงไม่สามารถทำได้

โดยโทษความผิดฐานโฆษณาเครื่องตี้มแอลกอฮอล์นั้นโทษตามกฎหมาย คือ จำคุกไม่เกิน ๑ ปี หรือปรับ ไม่เกิน ๕๐๐,๐๐๐ บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ แต่ถ้าเป็นการโฆษณาของผู้ผลิตหรือผู้นำเข้าจะปรับ ๕๐๐,๐๐๐ บาท โดยมีการกำหนดอัตราค่าปรับเปรียบเทียบปรับไว้ด้วย

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

ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องตี้มแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ มาตรา ๓๒

โพสต์ภาพ เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ได้ แต่ห้ามมีคำเชิญชวน



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

- 1) ห้ามโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ เพื่อประโยชน์ในทางการค้า เช่น การโพสต์ภาพเหล้าเบียร์พร้อมข้อความต่างๆ เพราะต้องการที่จะขายสินค้าเหล้าเบียร์นั้นๆ รวมถึงการจัดกิจกรรมส่งเสริมการขายต่างๆ
- 2) ห้ามแสดงชื่อหรือเครื่องหมายของเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พร้อมกับการมีข้อความหรือพฤติกรรมที่เป็นการอวดอ้างสรรพคุณ หรือชักจูงใจให้คนอื่นอยากจ้ดดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ดังกล่าว

ดังนั้น การที่ประชาชนโพสต์ภาพขวดเหล้าเบียร์ หรือแก้วเบียร์ที่มีโลโก้เบียร์ จึงยังไม่ใช่ความผิดตามกฎหมายนี้ แต่บุคคลที่มีชื่อเสียงกับบุคคลทั่วไป มีความแตกต่างกัน ถ้าเป็นบุคคลทั่วไปโพสต์ภาพคู่กับเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยที่ไม่มีข้อความเชิญชวนอวดอ้างชักจูงใจก็จะเป็นความผิดแต่ดาราหรือบุคคลที่มีชื่อเสียงมีผู้ติดตามเป็นจำนวนมาก ทำให้คนหันมาสนใจสินค้ามีผลเป็นการโน้มน้าวหรือชักจูงใจไม่ว่าโดยตรงหรือโดยอ้อม จึงไม่สามารถทำได้

โดยโทษความผิดฐานโฆษณาเครื่องดื่มแอลกอฮอล์นั้นโทษตามกฎหมาย คือ จำคุกไม่เกิน 1 ปี หรือปรับไม่เกิน 500,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ แต่ถ้าเป็นการโฆษณาของผู้ผลิตหรือนำเข้าจะปรับ 500,000 บาท โดยมีการกำหนดอัตราโทษเปรียบเทียบปรับไว้ด้วย

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

ข้อมูลจาก : พระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 มาตรา 32

จัดทำโดย กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กองกลาง สำนักงานปลัดกระทรวงยุติธรรม



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมควบคุมโรค

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมควบคุมโรค มีข้อแนะนำ ๕ โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน ดังนี้

๑. โรคอาหารเป็นพิษ : อาการถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำอย่างน้อย ๓ ครั้ง หรือถ่ายปน
มูกเลือดภายใน ๒๔ ชั่วโมง และอาจมีอาการอาเจียน

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

๓. โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน : อาการไม่รุนแรงมักหายเองได้ภายใน ๒๔ - ๔๘ ชั่วโมง
ถ้าอาการรุนแรงอาจมีอาเจียนและท้องเสียร่างกายขาดน้ำและเกลือแร่อย่างรุนแรง

๔. โรคบิด : อาการมีไข้ ปวดท้อง แบบปวดแบ่ง ถ่ายอุจจาระบ่อย อุจจาระมีมูกหรือมูก
ปนเลือด

๕. โรคไวรัส ตับอักเสบบี และ อี : มีอาการคล้ายกัน คือ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร และมี
อาการดีซ่าน พบผู้ใหญ่มากกว่าเด็ก

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมควบคุมโรค โทร. ๑๔๒๒

5 โรค ภัยสุขภาพในฤดูร้อน



1 โรคอาหารเป็นพิษ

อาการ

ถ่ายเหลวหรือถ่ายเป็นน้ำ
อย่างน้อย 3 ครั้ง
หรือถ่ายปนบูกเลือด
ภายใน 24 ชม.
และอาจมีอาการอาเจียน



2 โรคหิวแดดโรค

อาการ

38 °C ไข้สูงลอยมากกว่า 1 สัปดาห์
มีอาการร่วมคือ ปวดศีรษะ
ปวดท้อง ท้องอืด ท้องผูก
บางรายอาจมีผื่นขึ้น
ตามหน้าอกหรือลำตัว



3 โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน

อาการ

อาการไม่รุนแรง
มีตกหยองได้
ภายใน 24 - 48 ชม.
อาการรุนแรง
อาจมีอาเจียนและท้องเสีย
ร่างกายขาดน้ำ
และเกลือแร่อย่างรุนแรง



4 โรคบิด

อาการ

มีไข้ ปวดท้อง
แบบปวดแบ่ง
ถ่ายอุจจาระบ่อย
อุจจาระมีบูก
หรือบูกปนเลือด



5 โรคไวรัส คิบฮักเสบ เอ และ อี

อาการ

มีอาการคล้ายกัน
คือ อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
และมีอาการคล้าย
พบในผู้ใหญ่มากกว่าเด็ก



ภัยสุขภาพ ที่เกิดในช่วงฤดูร้อน
การเจ็บป่วย และเสียชีวิตจากภาวะอากาศร้อน



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมการแพทย์

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง แนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา

กระทรวงสาธารณสุข โดยกรมการแพทย์ มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับแนวทางการลดและหยุดดื่มสุรา ดังนี้
สุราจะมีผลออกฤทธิ์กดประสาทส่วนกลาง ถ้าเป็นพิษแบบเฉียบพลัน จะทำให้ขาดสติ
ควบคุมตัวเองไม่ได้ เป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุแลหรือทะเลาะวิวาทได้ง่าย และหากเป็นพิษแบบเรื้อรัง
จะทำให้เกิดการหมกมุ่นกับการหาสุราดื่มตลอดเวลา สุขภาพร่างกายทรุดโทรม ขาดความรับผิดชอบ
เสียสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว เสียการงาน

วิธีการเลิกดื่มสุราด้วยตนเอง

- กำหนดและจำกัดปริมาณในการดื่มแต่ละครั้ง
- ทานอาหารก่อนดื่มหรือดื่มพร้อมกับอาหาร
- หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มเพื่อนที่เคยดื่มด้วยกัน
- เลือกเครื่องดื่มที่มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ต่ำ
- ดื่มแบบผสมให้เจือจางหรือเติมน้ำเปล่าสลับบ้างในระหว่างที่ดื่มสุรา
- ไม่ดื่มเมื่อมีการทานยาทุกชนิด

วิธีหยุดดื่มสุรา : วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ดื่มที่ไม่มีอาการถอนพิษสุราในช่วงเช้าหลังตื่นนอน
เช่น คลื่นไส้ อาเจียน มือสั่น ใจสั่น เหงื่อแตก และไม่เคยมีอาการถอนพิษสุราที่รุนแรงหลังหยุดดื่มสุรา
ในอดีต เช่น ชัก กระจกกระสวยอย่างรุนแรง สับสน หูแว่ว ประสาทหลอน เป็นต้น

สำหรับผู้ที่เลิกดื่มในช่วงเริ่มต้น ควรปฏิบัติ ดังนี้ รับประทานอาหารให้เพียงพอ จิบน้ำหวานบ่อยๆ
พักผ่อนให้เพียงพอ ทำกิจกรรมอื่นทดแทน เช่น เล่นกีฬาเบาๆ หรือทำงานศิลปะ และต้องติดตามอาการ
ของตนเอง โดยเฉพาะในช่วง ๓ วันแรก หากมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนรุนแรง มือสั่น เหงื่อแตก หงุดหงิด
กระจกกระสวยเพิ่มมากขึ้น ควรรีบปรึกษาแพทย์เพื่อช่วยบำบัดในการถอนพิษสุรา

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ กรมการแพทย์ โทร. ๑๖๖๘



แนวทางการลดและหยุดดื่ม สุรา



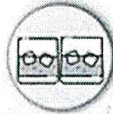
สุรา ออกฤทธิ์กดระบบประสาทส่วนกลาง

พิษแบบเฉียบพลัน ขาดสติ ควบคุมตัวเองไม่ได้ เป็นสาเหตุของการเกิดอุบัติเหตุหรือทะเลาะวิวาทได้ง่าย

พิษแบบเรื้อรัง หมกมุ่นกับการหาสุราดื่มตลอดเวลา สุขภาพร่างกายทรุดโทรม ขาดความรับผิดชอบ เสียสัมพันธ์หากกับคนในครอบครัว เสียการงาน

วิธีการเลิกดื่มสุรด้วยตนเอง

ลดปริมาณการดื่ม



กำหนดและจำกัดปริมาณที่จะดื่มในแต่ละครั้ง



ทานอาหารก่อนดื่มหรือดื่มพร้อมอาหาร



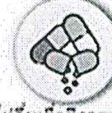
หลีกเลี่ยงการรวมกลุ่มเพื่อนที่เคยมั้ดื่มด้วยกัน



เลือกเครื่องดื่มที่มีความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ต่ำ



ดื่มแบบสลับให้เจือจางหรือดื่มน้ำเปล่าสลับบ้างในระหว่างที่ดื่มสุรา



ไม่ดื่มเมื่อมีการทนายาทุกชนิด

หยุดดื่ม

วิธีนี้เหมาะสำหรับผู้ดื่มที่ไม่มีอาการถอนพิษสุราในช่วงเช้าหลังตื่นนอน เช่น คลื่นไส้ อาเจียน มีอัสใจสัน เหนื่อยตก และไม่เคยมมีอาการถอนพิษสุราที่รุนแรงหลังหยุดดื่มสุราในอดีต เช่น ชัก กระสับกระส่ายอย่างรุนแรง สับสน หุนว่ว ประสาทหลอน เป็นต้น

ผู้ที่เลิกดื่มในช่วงเริ่มต้น ควรปฏิบัติดังนี้



รับประทานอาหารให้เพียงพอ ใช้น้ำหวานบ่อย ๆ



พักผ่อนให้เพียงพอ



ทำกิจกรรมอื่นทดแทน เช่น เล่นกีฬาเบาๆ หรือทำงานศิลปะ

ต้องติดตามอาการของตนเอง โดยเฉพาะในช่วง 3 วันแรก หากมีอาการคลื่นไส้ อาเจียนรุนแรง มีอัสใจสัน เหนื่อยตก หงุดหงิด กระสับกระส่ายเพิ่มมากขึ้น ควรรีบปรึกษาแพทย์เพื่อช่วยบำบัดในการถอนพิษสุรา

สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนี (สบข.)
ปรีชาเวชยาและสารเคมีไม่สุสุ สถาบันบำบัดรักษาและฟื้นฟูผู้ติดยาเสพติดแห่งชาติบรมราชชนนี ๒๒๓
ตั้งที่เลข ๑๑๒ ถนนสารสิน แขวงสีลม เขตบางมด กรุงเทพมหานคร ๑๑๒๑ ๘๘



www.pncrd.go.th

ncrd

Line official chat

ncrd@crd.or.th

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
ครั้งที่ ๑๓ / ๒๕๖๖ วันที่ ๓ เมษายน ๒๕๖๖

กระทรวง กระทรวงสาธารณสุข

กรม / หน่วยงาน กรมสุขภาพจิต

หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักสารนิเทศ กระทรวงสาธารณสุข

ช่องทางการติดต่อ กลุ่มภารกิจด้านข่าวและสื่อมวลชนสัมพันธ์ โทรศัพท์ : ๐-๒๕๕๐-๑๔๐๑-๒

๑) หัวข้อเรื่อง การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง

กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะ การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง ดังนี้

๑. ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด
๒. ไม่เสพข่าวมากเกินไป ไม่ส่งต่อข้อมูลที่ยั่วยุ ไม่แชร์ภาพผู้ป่วยแสดงความคิดเห็น
เคารพสิทธิผู้อื่น
๓. รู้เท่าทัน ความคิด อารมณ์ พฤติกรรมเพื่อดูแลสุขภาพจิตตนเอง
๔. วิธีดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้น เช่น รู้ลมหายใจเข้าออก ผีก่อนคลายกล้ามเนื้อทำจิตใจให้
สงบ เดินเล่น ดูภาพยนตร์ อ่านหนังสือ ฟังเพลง ออกกำลังกาย พูดคุยเรื่องราวดีดี และหาพื้นที่คลายเครียด
๕. ตรวจสอบสัญญาณเตือนสุขภาพจิต ถ้ารู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล นอนไม่หลับ ตื่นตระหนก
พูดเรื่องเหตุการณ์ซ้ำๆ เป็นต้น ขอคำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต ๑๓๒๓
๖. ให้กำลังใจ ส่งต่อข้อความดีดีแก่กัน หากความรู้ สร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิต ชุมชน
ช่วยเหลือกัน สังคมมีความหวัง

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามเพิ่มเติมได้ที่ สายด่วนกรมสุขภาพจิต โทร. ๑๓๒๓

การดูแลตนเองสำหรับบุคคลทั่วไป ที่รับรู้เหตุการณ์รุนแรง



1 ปฏิบัติตามคำแนะนำของ
เจ้าหน้าที่รักษาความปลอดภัยอย่างเคร่งครัด



2 ไม่เสพข่าวมากเกินไป
ไม่ส่งต่อข้อมูลที่ยั่วยุ ไม่แชร์ภาพผู้ป่วย
แสดงความคิดเห็นเห็นแก่ความรู้สึกผู้อื่น



3 รู้เท่าทัน ความคิด อารมณ์ พฤติกรรม
เพื่อดูแลสุขภาพจิตตนเอง



4 รู้วิธีดูแลสุขภาพจิตเบื้องต้น
เช่น รู้ลมหายใจเข้าออก ฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อ
ทำจิตใจให้สงบ เดินเล่น ดูภาพยนตร์ อ่านหนังสือ
ฟังเพลง ออกกำลังกาย พุดคุยเรื่องราวที่ดี
และหาพื้นที่คลายเครียด



5 สำนวณสัญญาณเตือนสุขภาพจิต
ถ้ารู้สึกไม่สบายใจ วิตกกังวล นอนไม่หลับ
ตื่นตระหนก พุดเรื่องเหตุการณ์ซ้ำๆ เป็นต้น
ขอคำปรึกษาสายด่วนสุขภาพจิต 1323



6 ให้กำลังใจ ส่งต่อข้อความดีดีแก่กัน
หาความรู้ สร้างความเข้าใจเรื่องสุขภาพจิต
ชุมชนช่วยเหลือกัน สังคมมีความหวัง



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้ชุมชน
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

เรื่อง โรคอุจจาระร่วงจาก ไวรัสโนโร

กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข มีข้อเสนอแนะเกี่ยวกับโรคอุจจาระร่วงจากไวรัสโนโร ดังนี้

ไวรัสโนโร (Norovirus, Nov) เป็นเชื้อไวรัสที่ก่อให้เกิดการอักเสบของกระเพาะอาหาร สามารถระบาดได้ง่ายในเวลาอันรวดเร็ว และมักจะติดต่อจากการปนเปื้อนในอาหารและน้ำดื่ม ไวรัสโนโร ทำให้เกิดโรคทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

- อาการ : ปวดท้อง ท้องเสีย มีไข้ อ่อนเพลีย คลื่นไส้ อาเจียน
- การติดต่อ : รับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อไวรัสโนโร จับหรือสัมผัสกับสิ่งของที่มีเชื้อไวรัสโนโร สัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง
- การป้องกัน : ล้างมือด้วยน้ำและสบู่ ก่อนปรุงอาหารและก่อนรับประทานอาหาร , ล้างวัตถุดิบอาหารให้สะอาด , รับประทานอาหารที่ปรุงสุกและถูกสุขอนามัย , ใช้ช้อนกลางในการรับประทานอาหารร่วมกัน , หลีกเลี่ยงน้ำดื่มหรือน้ำแข็งที่ไม่สะอาด และ ใช้ยาฆ่าเชื้อ 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 และมีจะติดต่อจากการปนเปื้อนในอาหารและน้ำดื่ม ไวรัสโนโรทำให้เกิดโรคทั้งในเด็กและผู้ใหญ่

อาการ



ปวดท้อง ท้องเสีย



มีไข้ อ่อนเพลีย



คลื่นไส้ อาเจียน

การป้องกัน



ล้างมือด้วยน้ำและสบู่
ก่อนปรุงอาหาร
และก่อนรับประทานอาหาร



ล้างวัตถุดิบ
อาหารให้สะอาด



รับประทานอาหาร
ที่ปรุงสุก
และถูกสุขอนามัย



ใช้ช้อนกลาง
ในการรับประทานอาหาร
ร่วมกัน



หลีกเลี่ยงน้ำดื่ม
หรือน้ำแข็งที่ปนสะอาด



ใช้น้ำยา 0.5% โซเดียมไฮโปคลอไรด์
หรือน้ำยาฆ่าเชื้อฟอกขาว(เจือจาง 10 เท่า)
ในการฆ่าเชือบนพื้นผิวสิ่งแวดล้อม
หรือ สิ่งของ

การติดต่อ

รับประทานอาหาร
หรือดื่มน้ำที่มีเชื้อไวรัสโนโร



จับหรือสัมผัสกับสิ่งของ
ที่มีเชื้อไวรัสโนโร



สัมผัสกับผู้ป่วยโดยตรง



กรมวิทยาศาสตร์การแพทย์
โทร. 0 2589 9850-7



18/03/2566