



▲ วันมาตุภูมิมือแรงงานแห่งชาติ...นายณิศร์ วงศ์ปิยะสถิตย์ รองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานนำส่วนราชการ วางพานพุ่มดอกไม้สด ถวายราชสักการะ พร้อมนำกล่าวถวายราชสดุดี เทิดพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร “พระบิดาแห่งมาตุภูมิการช่างไทย” เนื่องในวันมาตุภูมิมือแรงงานแห่งชาติ ประจำปี 2563 ทั้งนี้ องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีนำโดยนายเสวก พุทธิรักษา รองนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดและนายจ่านงค์ พันธุ์เขตรการ รองประธานสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดพร้อม ข้าราชการ พนักงาน ร่วมพิธีกันอย่างพร้อมเพรียงกัน ณ อาคารสำนักงานเทศบาลนครอุทัยธานี เมื่อวันที่ 2 มีนาคม 2563



วารสารรายเดือน
อบจ. อุทัยธานี
ผลิตทุก สัปดาห์ ทุกวัน ทุกเดือน ภายใต้อำนวยการของ อบจ.อุทัยธานี
www.uthaipao.go.th โทร. 0-5651-1367

ปีที่ 21
ฉบับที่ 234
ประจำเดือน
มีนาคม
พ.ศ.2563

▲ วันข้าราชการพลเรือน...นายณรงค์ ริก ร้อย ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานในพิธีเนื่องในวันระลึกพระบาทสมเด็จพระนั่งเกล้าเจ้าอยู่หัว พระมหาเจษฎาราชเจ้า พิธีวันข้าราชการพลเรือน ประจำปี 2563 และทอดผ้าป่าสมทบกองทุนพัฒนาเด็กชนบท ในพระราชูปถัมภ์สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้ากรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ณ ลานสุพรรณนิการ์ หน้าศาลากลางจังหวัดอุทัยธานี ทั้งนี้นางสมพร ไคว่สังจา รองนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีได้เข้าร่วมในพิธีฯ เมื่อวันที่ 31 มีนาคม 2563



รัฐบาลประกาศ พรก.ฉุกเฉิน
จากสถานการณ์ระบอบโควิด-19 **อ่านต่อหน้า 11**



▲ รณรงค์เฝ้าระวังกลุ่มเสี่ยง...เมื่อวันที่ 19 มีนาคม 2563 เวลา 18.00 น. นายณรงค์ ริก ร้อย ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี พร้อมด้วย ดร.อลงกต วรกี รองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ร่วมกันรณรงค์เฝ้าระวังกลุ่มเสี่ยงผู้โดยสารรถประจำทางคัดกรอง วัดไข้ แจกหน้ากากอนามัย เจลล้างมือ และให้ความรู้ แนะนำวิธีการปฏิบัติตัว แก่ผู้ใช้บริการและผู้โดยสารผ่านไป - มา บริเวณสถานีขนส่งผู้โดยสารจังหวัดอุทัยธานี เพื่อสร้างความมั่นใจแก่ประชาชน และเป็นการป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19

▲ วันท้องถิ่นไทย...นายณรงค์ ริก ร้อย ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานประกอบพิธีถวายราชสักการะวางพานพุ่มดอกไม้สด นำผู้เข้าร่วมพิธี กล่าวคำถวายราชสดุดี และอ่านสารรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย ต่อเบื้องหน้าพระบรมราชานุสาวรีย์พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 เนื่องในวันท้องถิ่นไทย ประจำปี 2563 ทั้งนี้องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีนำโดยนายเมธีจ น้อยปรี นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีพร้อมข้าราชการ พนักงาน ได้เข้าร่วมประกอบพิธีฯ ณ บริเวณลานพระบรมราชานุสาวรีย์ รัชกาลที่ 5 หน้าศาลากลางจังหวัดอุทัยธานีหลังเก่า



▲ โควิด-19 อุทัยธานี...เมื่อวันที่ 27 มีนาคม 2563 ณ ห้องประชุมสะพานวังจั่น ชั้น 5 ศาลากลางจังหวัดอุทัยธานี นายณรงค์ ริก ร้อย ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการโรคติดต่อจังหวัดอุทัยธานี ครั้งที่ 3/2563 ซึ่งมีนายเมธีจ น้อยปรี นายก อบจ.อุทัยธานี เป็นคณะกรรมการฯ เข้าร่วมประชุม โดยสถานการณ์ตั้งแต่วันที่ 20 มกราคม - 26 มีนาคม 2563 มีผู้ป่วยสงสัยติดเชื้อโควิด-19 จำนวน 14 ราย ผลการตรวจทางห้องปฏิบัติการไม่พบเชื้อ 13 ราย ครบกำหนดเฝ้าระวัง 9 ราย อยู่ระหว่างเฝ้าระวังตนเองที่บ้าน 4 ราย ผู้ป่วยยืนยันติดเชื้อ 1 ราย อยู่ระหว่างการรักษาตัวในโรงพยาบาล



◀ ศูนย์คัดกรอง...(บน)จังหวัดอุทัยธานีโดยคณะกรรมการควบคุมโรคติดต่อมอบหมายภารกิจให้ อบจ.อุทัยธานี เป็นหน่วยงานดำเนินงานปรับปรุงสถานที่ บก.ร้อย อส.จว.อน.ที่ 1 เป็นศูนย์คัดกรองโรคระบบทางเดินหายใจ สำหรับผู้ที่มีภาวะเสี่ยงติดเชื้อ Covid -19 รวมถึงจัดหาวัสดุสิ่งของจำเป็นสำหรับผู้เข้าพักและอาหาร 3 มื้อ สำหรับผู้ถูกกักกัน และเจ้าหน้าที่ผู้ดูแลจนกว่าภารกิจจะแล้วเสร็จ การดำเนินการดังกล่าวข้างต้นใช้จ่ายงบประมาณ อบจ.อุทัยธานี โดยประมาณราว 500,000 บาท ทั้งนี้เป็นการบูรณาการทุกภาคส่วน บก.ร้อย.อส.อำนาจความสะอาดในเรือของสถานที่ สนง.สาธารณสุข รพ.อุทัยธานี หน่วยงานวิชาการคัดกรองผู้เข้าพักรวมถึงให้ความรู้ในด้านสุขอนามัยตามหลักวิชาการสาธารณสุข (ล่าง) อบจ.อุทัยธานี จัดนำยารักษาเชื้อโรคสถานที่ทำงาน ศูนย์ OTOP และบึงพระชนก

ข่าวประชาสัมพันธ์วิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี



▲ ระหว่างวันที่ 3 - 4 มีนาคม พ.ศ. 2563 วิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี จัดโครงการเสริมสร้างสมรรถนะวิชาชีพ ผู้ขอรับทุนนวัตกรรมสายอาชีพชั้นสูง ปี 2563 เพื่ออบรมคัดกรองนักศึกษาที่สมัครเข้าศึกษาต่อวิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี ซึ่งจัดกิจกรรมทดสอบสมรรถนะวิชาชีพทดสอบความรู้ความสามารถ และสัมภาษณ์ผู้ปกครอง ณ วิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี โดยมี นายอัครวงศ์ บารมีธนเศรษฐ์ ผู้อำนวยการวิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี กล่าวต้อนรับ และ ผศ.ชนวัฒน์ ศรีห่มบาง ชำราชากรปานานู เป็นวิทยากรผู้ให้ความรู้ อีกด้วย

- วิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี เปิดรับสมัครนักศึกษาใหม่ประจำปีการศึกษา 2562
- ระดับ ปวช.**
- 1) สาขาวิชาช่างยนต์
 - 2) สาขาวิชาช่างไฟฟ้ากำลัง
 - 3) สาขาวิชาการบัญชี
 - 4) สาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ
- ระดับ ปวส.**
- 1) สาขาวิชาเทคนิคเครื่องกล
 - 2) สาขาวิชาไฟฟ้า
 - 3) สาขาวิชาการบัญชี
 - 4) สาขาวิชาเทคโนโลยีสารสนเทศ
- ระดับอนุปริญญา**
- 1) สาขาวิชาการปกครองท้องถิ่น
 - 2) สาขาวิชาการศึกษาปฐมวัย
 - 3) สาขาวิชาการส่งเสริมสุขภาพผู้สูงอายุชุมชน
 - 4) สาขาวิชาการจัดการทั่วไป
- ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป สามารถติดต่อได้ที่ วิทยาลัยชุมชนอุทัยธานี หรือ โทร. 056-539204 ต่อ 12

พอ.สว.อุทัยธานี แนะนำวิธีป้องกัน "โรคฤดูร้อน"



ในช่วงฤดูร้อนของทุกปี โรคที่ต้องเฝ้าระวังเป็นพิเศษได้แก่ โรคพิษสุนัขบ้าและโรคระบบทางเดินอาหาร ที่สำคัญคือโรคอุจจาระร่วง อาหารเป็นพิษ บิด โทไพลด์ อหิวาตกโรค ด้วยความห่วงใยสุขภาพประชาชน จึงขอแนะนำวิธีการป้องกันโรค ดังนี้

โรคพิษสุนัขบ้า เป็นโรคติดต่ออันตรายจากสัตว์สู่คน สัตว์ที่น่าโรคนี้ที่สำคัญคือ สุนัขและแมว คนได้รับเชื้อเข้าสู่ร่างกายโดยถูกสัตว์ที่ป่วยเป็นโรคนี้ กัด ขีดข่วนหรือเลียบาดแผล การป้องกันโรคนี้ในสัตว์เลี้ยง ควรฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้าให้ทั้งสุนัขและแมว โดยติดต่อ สัตวแพทย์ ปศุสัตว์อำเภอหรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข หากโดนสุนัขกัด ควรจำสุนัขที่กัดให้ได้เพื่อตามหาเจ้าของและประวัติการฉีดวัคซีนป้องกันโรคพิษสุนัขบ้า ฉ่างแผลด้วยน้ำสะอาดและสบู่หลายๆ ครั้ง ใส่ยาใส่แผลสด(ถ้ามี) แล้วควรพาผู้ป่วยไปพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุข

โรคระบบทางเดินอาหาร เกิดจากการรับประทานอาหารหรือดื่มน้ำที่ไม่สะอาด มีเชื้อโรคอุจจาระร่วงปนเปื้อน ป้องกันได้โดย รับประทานอาหารที่ปรุงสุก ไม่มีแมลงวันตอม ควรมีการกำจัดขยะมูลฝอยเพื่อมิให้เป็นแหล่งเพาะพันธุ์แมลงวัน ถ่ายอุจจาระลงในส้วมที่ถูกสุขลักษณะและล้างมือทุกครั้งก่อนรับประทานอาหาร หากมีอาการอุจจาระร่วง ควรให้ผู้ป่วยดื่มสารละลายน้ำตาลเกลือแร่(ORS) ซึ่งเป็นยาสามัญประจำบ้านมีจำหน่ายตามร้านขายยาทั่วไป หลังดื่มแล้ว ถ้าอาการยังไม่ดีขึ้น ควรพาผู้ป่วยมาพบแพทย์หรือเจ้าหน้าที่สาธารณสุขโดยด่วน

ด้วยความปรารถนาดีจากโรงพยาบาลอุทัยธานี

กวีศิลป์ท่องถิ่นอุทัย

เดือนกุมภาพันธ์ นั้นว่าร้าย ยังไม่เท่า มีนภา เข้า มหันตภัย กรุงเทพฯ สกน ด้วยโรคร้าย เชื้อไวรัส เข้าลูกราน จากผู้อื่น และอิตาลี เป็นที่มา ชื่อ COVID NINETEEN อุบัติใหม่ ไม่มีใคร ในโลกเป็น มาก่อนหนา เป็นโรคใหม่ ไม่เคยพบ ในตำรา มนุสสา ไม่มีภูมิคุ้มกันภัย

จึงเจ็บป่วย ล้มตาย ไปทั่วโลก จีนเศร้าโศก อิตาลีตาม ลูกรามใหญ่ เกาหลีได้ ไปอิหร่าน วงกว้างไกล ยุโรปไกล ระบาดทั่ว ทุกหัวเมือง เชื้อขึ้นเครื่อง ติดคนไป ทุกเมืองท่า อเมริกา ยังไม่รอด ทรัมป์หน้าเหลือง รีบไปตรวจ COVID ด้วยชุดเครื่อง ช่างกรูเรื่อง ติดโรคร้าย ใจไม่ตี

โรคระบาด 100 กว่าปี จะมีครั้ง ด้วยโหดดั่ง ทักท้านาย ไซราสี นอสตราตามูส ทั้งไทยเทศ ต่างปากดี ว่าเหตุนี้ มีกำหนด ตามกฎเกณฑ์ แต่กว้างว่า วิวัฒนาการ ในด้านเชื้อ ไม่อยากเชื่อ เรื่องคาดเดา มองไม่เห็นหลักชีวะ กำหนดไว้ มีหลักเกณฑ์ สิ่งไม่เห็น อย่าใส่ใจ ไซตำรา

หลักสำคัญ นั้นต้องร่วม กันช่วยแก้ สิ่งแน่แท้ ป้องกันได้ ไซผวา อย่าตระหนก ตกใจ จนระอา ช่วยรักษา ระยะห่าง ระหว่างคน หมั่นล้างมือ ครอบ Mask ปากจมูก เหลือสองลูก ลูกกะตา อย่างจน เป็นไปได้ อยู่กับบ้าน ทุกผู้คน หากไม่สน จะติดได้ ตายเป็นเบือ

โดย กร่าง สะแกกรัง

วารสารรายเดือน

อบจ.อุทัยธานี

ผลิตมุ่ง สร้างสุข แบ่งปัน ภาสใต้พระอุรังคธาตุ

www.uthaipao.go.th โทร. 0-5651-1367

ผู้พิมพ์โฆษณา : องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี **ที่ปรึกษา :** นายเผด็จ นุ้ยปรี นายก อบจ.อุทัยธานี, นางสมพร ไตรสังจา รอง นายก อบจ.อุทัยธานี, นายเสวก ทูตรักษา รอง นายก อบจ.อุทัยธานี, นางไพโรจน์ นุ้ยปรี ที่ปรึกษานายก อบจ.อุทัยธานี นายอภิชาติ โดคำ, นายอำพราน หมื่นมาก, นายธรร นวลแก้ว, นายพงศกร ชูทอง เลขานุการนายก อบจ.อุทัยธานี **บรรณาธิการ :** นางนภัสนันท์ นิธิวรรณกุล ปลัด อบจ.อุทัยธานี **กองบรรณาธิการ :** นางธมนพัฒน์ ตันตินิธิพงษ์ รองปลัด อบจ.อุทัยธานี, นางสาวจินตนา อินมณี หัวหน้าสำนักปลัด, นางนริสา เสือเนียม ผอ.กองแผนและงบประมาณ, ว่าที่ ร.ต.พงษ์ศักดิ์ แสนแก้วทอง ผอ.กองช่าง, นายสุรยุทธ ฐาระภาญจน์ ผอ.กองการศึกษา ศาสนาและวัฒนธรรม, นางสาวสมหมาย ท่อสกุล ผอ.กองกิจการสภา อบจ., นางลาวัลย์ สายทอง ผอ.กองพัสดุและทรัพย์สิน ฝ่ายช่าง นางชญานี บุญสวัสดิ์ หัวหน้าฝ่ายบริหารงานทั่วไป, นางอัจฉรา โพธิชัย, นายพิเชตน์ โศธา, นางสาวศันสนีย์ หมื่นเสมอ ที่ปรึกษาด้านกฎหมาย : นายเสรี สงรอง, สำนักงาน องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี ต.ศรีอุทัย อ.เมืองอุทัยธานี จ.อุทัยธานี 61000 โทร. 056-511367 www.uthaipao.go.th



ดูขงสมาชๆ... สไตล์ รอท่า เสวก

สถานการณ์ระบาดของไวรัสโควิด 19 ที่ระลอกไปเกือบทั่วโลก ซึ่งรัฐบาลได้ขอความร่วมมือจากพี่น้องประชาชนดูแลสุขภาพของตนเองด้วยการ “กินร้อน ช้อนกลาง ล้างมือ สวมหน้ากากอนามัย อยู่ในบ้าน โดดออกจากบ้านเมื่อจำเป็น”

สำหรับคนที่สามารถเก็บตัวอยู่ที่บ้านได้ นิยมนำข้าวต้มหรือขนมปังมาทานแทนอาหารเย็น “20 สิ่งที่น่าทำ เมื่อต้องเก็บตัวอยู่ที่บ้าน” เรียงลำดับจากสิ่งที่คุณอาจไม่คิดจะทำ ไปสู่สิ่งที่อาจทำอยู่เสมอ

1. ชมข้อมูลของ Digital Data ในเครื่องมือถือหรือแท็บเล็ต เช่น โทรศัพท์มือถือ ทีวี และคอมพิวเตอร์ สภาพที่ถ่ายแล้วไม่คิดจะดู ออนไลน์เน็ต อิมเมจหรือเอกสาร วีทีโอ

สิ่งที่ทำได้ : คุณจะมีส่วนช่วยโลกจากผลการทดสอบข้อมูลที่ศาตราจารย์ที่ส่งต่อความรันทรมาน และทำให้เครื่องมือถือหรือแท็บเล็ต เพราะไม่ต้องส่งข้อมูลลงอินเทอร์เน็ตให้เก็บ การลบหรือปิดกั้นจะทำให้จิตเขาดีขึ้นอย่างน่าอัศจรรย์

2. ทำไฟให้สลัวลง เสี่ยงภาพเรขาคณิตที่กะพริบและเพิงด้วยไว้มากมายเป็นพื้นเป็นผนังภาพ ซนิกไม่คิดจะเปิดดู คัดแยกภาพที่ขอบทำเป็นไฟสีไปรีโมทแล้วทำไฟให้สลัวลง

สิ่งที่ทำได้ : คุณจะได้เก็บรักษาภาพความทรงจำที่งดงาม ในรูปแบบที่สัมผัสได้ง่าย มีระเบียบและสวยงาม โดยไม่ต้องคอยเสียดายภาพไปจากมือถือจนน่าเวียนหัว

3. รับประทานอาหารแบบใหม่ : ได้เวลาจัดระเบียบชีวิตผ่านการจัดบ้าน หรือตู้เสื้อผ้า กองหนังสือ ของสะสมเก่าเก็บ สิ่งใดควรทิ้งให้ทิ้ง สิ่งใดควรเก็บให้เก็บอย่างเหมาะสมและมีระเบียบ

สิ่งที่ทำได้ : จิตจะสบายใจไปเอง จากการทิ้งสิ่งที่ถูกหมักหมมและไร้ประโยชน์ บ้านจะเป็นระเบียบ สะอาดสบายตา และยังได้พื้นที่บ้านคืนมากมาย

4. ปีกสมาธิ : ในแบบที่คุณอยากฝึก ในหลักวิธีพุทธ เรียกว่า อานาปานสติ เป็นการฝึกสมาธิอย่างง่ายและเป็นธรรมชาติ ใช้ลมหายใจทำให้จิตสงบ ให้ออกจกข้อกับการฝึกสมาธิเหมือนทำตัวเป็นยามเฝ้าประตู ให้จิตทำในสิ่งเดียวขณะที่ปฏิบัติให้เป็นสมาธิอย่างเฝ้าประตูสมาธิอย่างเฝ้าประตู การฝึกสมาธิให้เริ่มต้นจากครั้งละ 15 นาทีไปสู่วัน 1 ชั่วโมง เปรียบเทียบการปฏิบัติสมาธิอานาปานสติ สอนโดยอาจารย์ อัจฉราภา วังศ์สกุล <https://youtu.be/C5VMOG6XW48>

สิ่งที่ทำได้ : จะทำให้จิตมีความสงบและมีพลังมากขึ้น มีความคิดที่แจ่มใส หกซุ่นน้อยลง มองเห็นโลกในแง่บวก มีความจำที่ดีขึ้น เรียนรู้ได้เร็ว ทำงานหรือเรียนรู้ได้มีประสิทธิภาพมากขึ้น คัดสิ่งใจได้เที่ยงตรงมากขึ้นเพราะจิตมีกำลังไม่ชักส่าย การนั่งสมาธิ ถือเป็นการทำงานที่สูงมาก เพราะขณะที่จิตเข้าสู่สมาธิ จิตไม่ได้คิดร้าย ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น จึงจัดว่าเป็นการทำงานที่ดี

5. สวคณนธ์ : การสวคณนธ์ คือการเชื่อมพลังพระรัตนตรัยหรือตรีสุทธิ (Good Force) มาสู่ผู้พูด ทำให้ได้รับพลังกุศลเกื้อหนุนชีวิต การสวคณนธ์ถือเป็นการทำสมาธิอย่างหนึ่ง การสวคณนธ์ที่จิตต้องจกข้ออยู่กับคำพูด ไม่ให้จิตฟุ้งซ่านไปกับเรื่องอื่นขณะที่สวค

สิ่งที่ทำได้ : จะช่วยคลายความเครียด จิตจะแจ่มใสขึ้น มีพลังและมีความหวัง และจะมีพลังกุศลมาปกป้องรักษาผู้พูด

6. ปีกความมีสติ Mindfulness : คือการฝึกจิตให้มีความรู้ตัวกับสิ่งที่ทำ ทำอะไรให้ช้าลง ทำทีละอย่างเพื่อไม่ให้จิตไหล ให้มีความจกข้อกับสิ่งที่ทำไม่ทำหลายๆ อย่างพร้อมๆ กัน เช่น ไม่กินข้าวไปดูทีวีไป

สิ่งที่ทำได้ : ทำให้เกิดความรู้ตัวมากขึ้น จะไม่ตกเป็นทาสความคิดที่ไม่ดี เพราะสติจะคัดความคิดนั้นออกไปได้ ทำให้จิตมีพลังในการทำกิจการงาน มีความคิดมากขึ้น

7. ศึกษาประวัติศาสตร์ : ประวัติศาสตร์เป็นเรื่องราวที่ซับซ้อนที่ต้องใช้เวลาและความพยายามในการเรียนรู้ หนังสือประวัติศาสตร์มีความหนาที่ควรให้เวลาในการอ่าน นี่คือการได้เรียนรู้ประวัติศาสตร์ของชาติในรูปแบบอีกซึ่งหรือจะอ่านประวัติศาสตร์รวมโลกก็ไม่ผิดกติกา

สิ่งที่ทำได้ : ได้ความรู้ในระดับที่จะฝึกโลกทัศน์ ประเด็นปัญหา ได้แนวคิดจากบทเรียนในอดีต

8. เรียนภาษา : ผู้ที่พินัยเรียนส่วนใหญ่มีภูมิลำเนาอยู่ในการเรียนภาษาใหม่ เพราะสมองมักหนักเกินไปด้วยหน้าที่การงาน หากจัดเวลาวันละ 1 ชั่วโมงกับเวลาที่มีอยู่มากในการเรียนภาษาสักทีละ 3 วัน ทั้งฝึกฟัง พูด อ่าน เขียน ทีละเล็กละน้อย จะเป็นการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์มาก

สิ่งที่ทำได้ : นอกจากจะได้ความรู้แล้ว ยังได้ความสนุกอีกด้วย ผู้มีความรู้หลายภาษา มักได้เปรียบในเชิงการค้าหรือโอกาสที่ดีกว่า และดูเป็นคนมีเสน่ห์เหลืออีก 12 ข้อ “20 สิ่งที่น่าทำ เมื่อต้องเก็บตัวอยู่ที่บ้าน” ฉบับนี้พื้นที่ไม่พอ อ่านต่อฉบับเดือนเมษายนครับ รักษาสุขภาพกันทุกท่าน...

สพ.อุทัยธานี เขต 1

ไวรัสโคโรนา สิ่งที่ต้องเรียนรู้

สถานการณ์ของโรคระบาดที่มีชื่ออยู่ในโลกออนไลน์ตลอดทุกวัน และยังไม่มิตีท่าว่าจะดีขึ้นอย่าง “ไวรัสโคโรนา” หรือ “โควิด-19” ทำให้ใครหลายคนเป็นกังวล และคอยติดตามข่าวสารกันอยู่ตลอดเวลาถึงจำนวนผู้ติดเชื้อ อัตราการเสียชีวิตรวมไปถึงการป้องกันตัวเองให้รอดพ้นจากการติดเชื้ออันตรายนี้ มีเรื่องอะไรที่เราควรรู้เกี่ยวกับ ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือ โควิด-19 บ้าง Sanook Health ชวนมาไล่ดูไปทีละข้อพร้อมๆ กันเลยดีกว่า

วิธีป้องกันการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่

1. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิดกับผู้ป่วยที่มีอาการไอ จาม น้ำมูกไหล เหนื่อยหอบ เจ็บคอ
2. หลีกเลี่ยงการเดินทางไปในพื้นที่เสี่ยง
3. สวมหน้ากากอนามัยทุกครั้งเมื่ออยู่ในที่สาธารณะ
4. ระวังการสัมผัสพื้นผิวที่ไม่สะอาด และอาจมีเชื้อโรคเกาะอยู่ รวมถึงสิ่งที่มีคนจับบ่อยครั้ง เช่น ที่จับบน BTS, MRT, Airport Link ที่เปิด-ปิดประตูในรถ กลอนประตูต่างๆ ก๊อกน้ำ ราวจับบันได ฯลฯ เมื่อจับแล้วอย่าเอามือสัมผัสหน้า และข้างของเครื่องใช้ส่วนตัวต่างๆ เช่น โทรศัพท์มือถือ กระเป๋า ฯลฯ ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่ หรือแอลกอฮอล์เจลอย่างน้อย 20 วินาที ความเข้มข้นของแอลกอฮอล์ไม่ต่ำกว่า 70% (ไม่ผสมน้ำ)
5. จดจับตา จมูก ปากขณะที่ไม่ได้ล้างมือ
6. หลีกเลี่ยงการใกล้ชิด สัมผัสสัตว์ต่าง ๆ โดยที่ไม่มีการป้องกัน
7. รับประทานอาหารสุก สะอาด ใช้ช้อนกลาง ไม่ทานอาหารที่ทำจากสัตว์หายาก
8. สำหรับบุคลากรทางการแพทย์หรือผู้ที่ต้องดูแลผู้ป่วยที่ติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ หรือโควิด-19 โดยตรง ควรใส่หน้ากากอนามัย หรือใส่แว่นตาป้องกัน เพื่อป้องกันเชื้อโรคของมือจากเสมหะหรือสาดหลังเข้าตา

สพ.อุทัยธานี เขต 1 ได้ปฏิบัติตามประกาศของกระทรวงศึกษาธิการ สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาระดับพื้นฐาน และจังหวัดอุทัยธานีอย่างเคร่งครัด โดยประกาศปิดโรงเรียนสังกัด ทุกแห่ง แจ้งประกาศและแจ้งให้โรงเรียนให้ความรู้กับนักเรียนเพื่อการปฏิบัติตัว งดการประชุมสัมมนาต่างๆ มีทำความสะอาดเป็นกรณีพิเศษ การฆ่าเชื้อ นำเจลล้างมือบริการทุกกลุ่ม และจัดสอนการทำเมสผ้าเพื่อใช้เองของบุคลากรในสังกัด เป็นต้น

ความสุขคืออะไร ข้อคิดดีๆ 3 อย่าง ที่ได้จากงานวิจัยความสุขที่ยาวนานที่สุด

ความสุขที่แท้จริงคืออะไร ความมั่งคั่งและชื่อเสียงมันทำให้เรามีความสุขได้จริงหรือเปล่า Robert Waldinger ได้นำเสนอผลงานวิจัยจาก Harvard ที่ถึงแม้เวลาจะผ่านไปกว่า 75 ปี แต่งานวิจัยนี้ก็ยังคงดำเนินต่อไป และเค้าเองก็เป็นผู้อำนวยการคนปัจจุบันที่ศูนย์วิจัยนี้

ความสุขของชีวิต

เริ่มตั้งแต่ปี 1938 ที่งานวิจัยจาก Harvard นี้ได้ศึกษาชีวิตของอาสาสมัครกว่า 724 คน รวมถึงคู่สมรสและลูกหลานอีกกว่า 2,000 คน ได้รวบรวมข้อมูลและสรุปอย่างชัดเจนว่า ความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดช่วยให้คนมีสุขภาพดีและมีมีความสุข งานวิจัยได้เริ่มต้นจากการศึกษาชีวิตของนักศึกษาใน Harvard และเด็กที่มาจากรอบครวว์จากไว้ในชุมชน Boston ซึ่งเมื่อเวลาผ่านไป คนเหล่านั้นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ หนึ่งในนั้นกลายเป็นประธานาธิบดีสหรัฐ John F. Kennedy ตลอดเวลาที่ผ่านไปหลายปี นักวิจัยได้สัมภาษณ์อาสาสมัครและคนในครอบครัว ล้วงลึกถึงชีวิตความเป็นอยู่ รวมถึงประวัติการเข้ารับการรักษาพยาบาล ติดตามชีวิตของคนเหล่านั้นมาโดยตลอด เวลาผ่านไปจึงได้พบว่า บางคนป่วยเป็นโรคทางสมอง บางคนติดเหล้า บางคนโตแล้วสูงขึ้นมา ในขณะที่บางคนมีชีวิตที่ตกต่ำลง งานวิจัยนี้ได้ข้อสรุปเป็นข้อคิด 3 อย่าง

สร้างความสัมพันธ์ที่ดีและหลีกเลี่ยงการใช้ชีวิตโดดเดี่ยว

ความสัมพันธ์ที่ดีและใกล้ชิดจะช่วยยืดเวลาให้เราแก่ช้าลง กลุ่มคนที่ใช้ชีวิตอยู่อย่างโดดเดี่ยวจะทำให้สุขภาพเริ่มแย่ลง ในวัยกลางคน ทำให้สมองทำงานผิดปกติและทำงานแย่ลงและมีชีวิตที่สั้นกว่าคนทั่วไปความสัมพันธ์และการมีส่วนร่วมในสังคมเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตที่ยืนยาวและมีสุขภาพดี คนที่มีความสัมพันธ์ที่ใกล้ชิดและกว้างขวางรู้จักคนรอบข้างมากมายจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีกว่าคนที่อยู่อย่างโดดเดี่ยวและเหงา

คุณภาพของความสัมพันธ์สำคัญกว่าปริมาณ

ในสังคมที่มีคนเยอะมากมายแต่ก็ยังเหงาและรู้สึกโดดเดี่ยว ถึงแม้ว่าจะมีเพื่อนเยอะ ก็ไม่สำคัญเท่าความสัมพันธ์และคุณภาพของความสัมพันธ์ คนที่ใช้ชีวิตอยู่ในครอบครัวที่รักและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน จะมีชีวิตยืนยาวกว่าคนที่อยู่ในครอบครัวที่ขัดแย้งและบาดหมางกัน ถึงแม้ว่าคนเหล่านั้นไม่เคยนอกใจและอยู่ด้วยกันนานแค่ไหนก็ตาม

ความสัมพันธ์ที่ดีช่วยป้องกันโรคทางสมอง

คนที่อยู่ในครอบครัวที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกันจะมีโอกาสน้อยกว่าที่จะเป็นโรคความจำเสื่อม ในเวลาที่รู้สึกว่ามีที่พึ่งสามารถพึ่งพาอาศัยคนอื่นได้ ถึงแม้ว่าจะมีความทุกข์ยาก คนกลุ่มนี้ก็ยังมีสุขภาพจิตที่ดีและจำได้แม่น

อุปสรรคในชีวิตทำให้มีความสุข

ชีวิตคนเราสั้น เราไม่มีเวลาให้กับการให้ร้ายแก่กัน หรือการขัดแย้งและไม่พอใจซึ่งกันและกัน คนที่ยังยึดติดความบาดหมางมีแต่จะทำให้สุขภาพแย่ลง เราควรใช้เวลาไปใช้ชีวิตที่ไม่มีทางลัดที่จะนำเราไปสู่ชีวิตที่ดีได้ การสร้างความสัมพันธ์ต้องการเวลา แรงกายและใจที่ทุ่มเท คนที่พบว่ามีความสุขในบั้นปลาย มักจะเป็นคนที่รู้จักสร้างและรักษาความสัมพันธ์ในครอบครัว รวมถึงเพื่อนและสังคม ให้ความสำคัญกับคนที่เรารัก เข้าหาคนที่อยู่ไกลเราการมีส่วนร่วมในสังคมเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับการมีชีวิตที่ยืนยาว ในขณะที่การอยู่อย่างโดดเดี่ยวจะทำให้ชีวิตแย่และสั้นลง คนที่สร้างและรักษาความสัมพันธ์ที่ดี จะมีอายุยืนยาวมากกว่าคนที่ใช้ชีวิตและมีความสัมพันธ์ที่ขัดแย้ง คนที่อยู่ในครอบครัวที่ช่วยเหลือซึ่งกันและกันจะมีโอกาสน้อยที่จะเป็นโรคความจำเสื่อม

คนรักอาชีพครู สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาระบบศึกษาศรีสะเกษ เขต 2

"ข่าวสาร...การเลือกตั้ง"

จัดประชุมพิจารณาคัดเลือกรูปแบบการแบ่งเขตเลือกตั้งสมาชิกสภาท้องถิ่น จำนวน 14 แห่ง

โดย...ชวิธา นันทวัฒน์



เมื่อวันที่ 4 มีนาคม 2563 และวันที่ 6 มีนาคม 2563 สนง.กกต.จ.อุทัยธานี จัดการประชุมคณะกรรมการแบ่งเขตเลือกตั้งสมาชิกสภาท้องถิ่นจังหวัดอุทัยธานี โดยมี นายอนิสร วงศ์ปิยะสถิตย์ รองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานในการประชุมพิจารณาคัดเลือกรูปแบบการแบ่งเขตเลือกตั้งสมาชิกสภาท้องถิ่น จำนวน 14 แห่ง ภายหลังจากการปิดประกาศให้ประชาชนในเขตพื้นที่ที่มีการแบ่งเขตเลือกตั้งทราบ เพื่อเปิดโอกาสให้ประชาชนร่วมแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ มาประกอบการพิจารณาของคณะกรรมการแบ่งเขตเลือกตั้ง โดยพิจารณาเลือกรูปแบบที่มีความเหมาะสมเป็นไปตามหลักเกณฑ์ของระเบียบกฎหมายกำหนดและมีส่วนต่างระหว่างเขตน้อยที่สุด ดังนี้

- | | |
|---|---|
| 1. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลเมืองอุทัยธานี ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 2. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลหาดทอง ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |
| 3. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลหนองขาหย่าง ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 4. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลทัพทัน ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |
| 5. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลหนองสระ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 6. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลลูกคู่ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |
| 7. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลลานสัก ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 8. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลสว่างอารมณ์ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 2 |
| 9. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลพลวงสองนาง ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 10. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลสว่างแจ้งสบายใจ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |
| 11. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลหนองขาหย่าง ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 | 12. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลเขาบางแกรก ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |
| 13. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลบ้านไร่ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 3 | 14. ร่างประกาศแบ่งเขตเลือกตั้ง เทศบาลตำบลเมืองกาจ ลำดับที่ 1 คือ รูปแบบที่ 1 |



เผย!!! ยอดจัดเก็บภาษีรถประจำปีในเขตกรุงเทพมหานคร ผ่านทั้ง 8 บ่อทาง เฉพาะเดือนมกราคม 2563 สามารถจัดเก็บภาษีรถได้กว่า 825 ล้านบาท

แะ!!! ชำระภาษีรถประจำปีล่วงหน้าได้ 90 วัน

นางจันทิรา บุญพัฒน์ รองอธิบดีกรมการขนส่งทางบก เปิดเผยว่า กรมการขนส่งทางบกได้พัฒนาช่องทางในการชำระภาษีรถประจำปีหลากหลายช่องทางเพื่ออำนวยความสะดวกให้แก่ประชาชน โดยเฉพาะเดือนมกราคม 2563 พบว่าสัดส่วนการชำระภาษีรถประจำปีของประชาชนในกรุงเทพมหานคร ประชาชนยังคงนิยมการใช้บริการชำระภาษี ณ สำนักงานขนส่งกรุงเทพมหานครพื้นที่ 1-5 มากที่สุด โดยมีผู้มาชำระภาษีรถประจำปีจำนวน 423,364 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 582,757,959.51 บาท รองลงมา คือการชำระภาษีรถประจำปีผ่านช่องทาง "เดือนล้อ ต่อภาษี (Drive Thru for Tax)" ภายในพื้นที่สำนักงานขนส่ง จำนวน 65,763 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 117,319,519.39 บาท ส่วนการให้บริการที่หน่วยเคลื่อนที่รับชำระภาษีรถประจำปี ในวันเสาร์-อาทิตย์ ตามโครงการ "ช้อปให้พอ แล้วต่อภาษี (Shop Thru for Tax)" ที่ห้างสรรพสินค้าที่ร่วมโครงการ มีผู้มาชำระภาษีรถประจำปีจำนวน 49,767 คัน จัดเก็บภาษีรถได้

70,164,373.71 บาท และการชำระภาษีรถออนไลน์ผ่านเว็บไซต์ <https://eservice.dlt.go.th> มีผู้ใช้บริการจำนวน 23,253 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 33,988,994.84 บาท สำหรับการให้บริการที่ศูนย์บริการร่วมคมนาคมเชิงสะพานสมเด็จพระเจ้าตากสิน เปิดให้บริการทุกวันจันทร์-ศุกร์ ตั้งแต่เวลา 08.30 - 15.00 น. มีผู้มาใช้บริการจำนวน 8,396 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 10,299,159.47 บาท ส่วนเคาน์เตอร์เซอร์วิส มีผู้ใช้บริการจำนวน 8,928 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 9,146,532.00 บาท นอกจากนี้เป็นการรับชำระภาษีรถ ณ ที่ทำการไปรษณีย์ มีผู้ใช้บริการจำนวน 888 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 1,578,792.20 บาท และผ่านทางโมบายแอปพลิเคชัน Truemoney Wallet และ mPAY มีผู้ใช้บริการจำนวน 434 คัน จัดเก็บภาษีรถได้ 725,653.81 บาท ส่งผลให้การจัดเก็บภาษีรถประจำปีตามกฎหมายว่าด้วยรถยนต์ในเขตกรุงเทพมหานคร เฉพาะเดือนมกราคม 2563 สามารถจัดเก็บภาษีรถได้ทั้งสิ้น 825,980,984.93 บาท

รองอธิบดีกรมการขนส่งทางบก กล่าวเพิ่มเติมว่า สำหรับการชำระภาษีรถประจำปี ประชาชนสามารถชำระล่วงหน้าได้ 90 วัน ก่อนครบกำหนด โดยเลือกใช้บริการผ่านช่องทางที่กรมการขนส่งทางบกได้พัฒนาขึ้นรองรับ โดยเฉพาะการชำระภาษีรถออนไลน์ผ่านเว็บไซต์ <https://eservice.dlt.go.th> ซึ่งไม่ต้องเสียเวลาเดินทางมารับเครื่องหมายแสดงการเสียภาษีและใบเสร็จรับเงินที่ทางไปรษณีย์ หรือเลือกใช้บริการชำระภาษีรถประจำปีที่ห้างสรรพสินค้าในวันเสาร์-อาทิตย์ "ช้อปให้พอ แล้วต่อภาษี (Shop Thru for Tax)" ได้แก่ ห้างสรรพสินค้าบีทีซี ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล ที่ร่วมโครงการ, ศูนย์การค้าพาราไดซ์ พาร์ค, ศูนย์การค้าอัญญาพาร์ค (พัฒนาการ), เซ็นทรัลเวิลด์, เซ็นทรัลพลาซ่า, เซ็นทรัล Westgate, เดอะมอลล์บางกะปิ รวมทั้งห้างสรรพสินค้าที่เข้าร่วมโครงการในส่วนภูมิภาค สอบถามเพิ่มเติม สายด่วน 1584 ตลอด 24 ชั่วโมง รองอธิบดีกรมการขนส่งทางบก กล่าวในที่ที่สุด



กลุ่มสตรีแปรรูปอาหาร (พริกแกงสำเร็จรูปพร้อมปรุง)

กลุ่มสตรีแปรรูปอาหารตำบลป่าอ้อ เป็นกลุ่มที่มีความเข้มแข็ง มีความพร้อม และเกิดจากความต้องการของชุมชนเอง เนื่องจากสมาชิกกลุ่มส่วนใหญ่ประกอบอาชีพทำไร่ เมื่อมีเวลาว่างจากฤดูกาลก็ได้ประกอบอาชีพเสริมเพื่อหารายได้ให้กับครอบครัวได้เป็นอย่างดี เริ่มก่อตั้งกลุ่มเมื่อปี 2542 มีสมาชิกจำนวน 29 คน สมาชิกสมทบเงินทุน 2,900 บาท และได้ ทุนจากกองทุนพัฒนาสตรีตำบล จำนวน 3,000 บาท รวมเงินทุน 5,900 บาท บริหารงานในรูปแบบคณะกรรมการบริหารตามตำแหน่งที่ได้รับการเลือกตั้ง ปัจจุบันกลุ่มมีกองทุนจำนวน 10,000 บาท การขยายกิจการของกลุ่มในปี 2544 กลุ่มจะเปิดร้านขายอาหารตามสั่ง ณ ที่ทำการกลุ่มเพื่อเพิ่มเงินทุนของกลุ่ม

- ส่วนผสมพริกแกงเผ็ด**
- พริกชี้ฟ้าแห้ง
 - ข่า

- ตะไคร้
- ผิวมะกรูด
- รากผักชี
- ทอมเล็ก
- กระเทียม
- กะปิ
- พริกไทย
- เกลือป่น

- วิธีทำ**
1. แกะเม็ดในของพริกออก ทิ้งหายๆ แล้วนำไปแช่น้ำให้นิ่ม บีบส่วนที่เป็นน้ำออก
 2. โขลกพริกกับเกลือให้ละเอียด ใส่ข่า ตะไคร้ ผิวมะกรูด รากผักชี และพริกไทยโขลกต่อจนส่วนผสมละเอียดดี
 3. ใส่ทอมเล็กและกระเทียมลงโขลกจนละเอียดดี จากนั้นใส่กะปิ



ลงผสมให้เข้ากันจะได้พริกสำเร็จพร้อมปรุงอาหารได้ที่ทันที ผลิตภัณฑ์ของกลุ่มสะอาด ผลิตภัณฑ์ทุกวันและจะไม่ใส่สารกันบูด สินค้าแพ็คเป็นถุงๆ ละ 1.50 กรัม ราคาถุงละ 50 บาท ท่านที่สนใจผลิตภัณฑ์สามารถซื้อผลิตภัณฑ์ได้ที่กลุ่มสตรีแปรรูปอาหาร เลขที่ 5 หมู่ที่ 5 ตำบลป่าอ้อ อำเภอลานสัก จังหวัดอุทัยธานี หรือติดต่อ นางสมจิตร สีคำ โทร. 081- 9710587

ประมวลภาพกิจกรรมองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี



▲ อบรมเชิงปฏิบัติการ... องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี จัดทำโครงการอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้ในการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID-19) และการจัดทำหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเอง โดยการอบรมฯ รุ่นที่ 1 เมื่อวันที่ 11 มีนาคม 2563 ณ ห้องประชุมมหาวิทยาลัยรามคำแหง สาขาวิทยบริการเฉลิมพระเกียรติ จังหวัดอุทัยธานี ได้รับเกียรติจากรองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี นายณิศร วงศ์ปิยะสถิตย์ เป็นประธานเปิดการฝึกอบรมโดยมีนายแพทย์ นุ้ยปรี นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีกล่าวรายงานวัตถุประสงค์การจัดทำโครงการ และในวันที่ 12 มีนาคม 2563 ณ ห้องประชุมสุทวารวิสิทธ์ อำเภอหนองฉาง จังหวัดอุทัยธานี โดยผู้เข้ารับการฝึกอบรมทั้ง 2 รุ่น เป็นผู้แทนจาก อปท.ของแต่ละอำเภอ กลุ่มสตรี และ อสม. จะทำหน้าที่เป็น ครู ก. เพื่อนำความรู้ที่ได้รับไปขยายโอกาสให้กับคนในชุมชนของตนเอง



▲ เฟสชิลด์... ข้าราชการ ลูกจ้าง และพนักงาน ขององค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีร่วมด้วยช่วยกันทำ Face Shield จำนวน 500 ชิ้น ซึ่งเป็นนโยบายของนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี นายแพทย์ นุ้ยปรี เพื่อมอบให้กับบุคลากรในเขตพื้นที่จังหวัดอุทัยธานีรวมถึงเจ้าหน้าที่ประจำด่านตรวจคัดกรองสุขภาพตามแนวทางของสาธารณสุข



▲ อบรมทำหน้ากากอนามัย... อบจ.อุทัยธานี อุดหนุนงบประมาณให้กลุ่มสตรีจังหวัดอุทัยธานี จัดอบรมโครงการทำหน้ากากอนามัย รวม 8 อำเภอๆ ละ 100 คน ระหว่างวันที่ 10 - 16 มีนาคม 2563 โดยมีนางไพโรดิน นุ้ยปรี ประธานคณะกรรมการพัฒนาสตรีจังหวัดอุทัยธานี ร่วมโครงการฯ การจัดอบรมในครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อฝึกทักษะให้สามารถนำไปทำใช้เอง และเพื่อทำเป็นอาชีพหลักและอาชีพเสริม โดยมี นายแพทย์ นุ้ยปรี นายก อบจ.อุทัยธานี เป็นประธานฯ

ประมวลภาพกิจกรรมองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี



▲ วันท้องถิ่นไทย...นายณรงค์ รักร้อย ผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี เป็นประธานประกอบพิธีถวายราชสักการะวางพุ่มดอกไม้สด นำผู้เข้าร่วมพิธี กล่าวคำถวายราชสดุดี และอ่านสารรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย ต่อเบื้องหน้าพระบรมราชานุสาวรีย์พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 เนื่องในวันท้องถิ่นไทย ประจำปี 2563 ทั้งนี้องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีนำโดย นายแพทย์ นุ้ยปรี นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีพร้อมข้าราชการ พนักงาน ได้เข้าร่วมประกอบพิธี ณ บริเวณลานพระบรมราชานุสาวรีย์ รัชกาลที่ 5 หน้าศาลากลางจังหวัดอุทัยธานีหลังเก่า

กองช่าง องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี



▲ กักน้ำ...องค์การบริหารส่วนตำบลหนองยายดา ได้ขอความอนุเคราะห์รถบรรทุกน้ำพร้อมเจ้าหน้าที่ขององค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี ออกให้บริการช่วยเหลือประชาชนที่ประสบปัญหาภัยแล้งขาดแคลนน้ำอุปโภคบริโภคเพื่อบรรเทาความเดือดร้อนให้ราษฎรในพื้นที่ตำบลหนองยายดา อำเภอทัพทัน จังหวัดอุทัยธานี ในช่วงเดือนมีนาคมที่ผ่านมา



▲ (1-2) ตับเพลิง...ฝ่ายป้องกันองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีได้รับแจ้งจากองค์การบริหารส่วนตำบลตอนกลางขอความอนุเคราะห์รถบรรทุกน้ำพร้อมเจ้าหน้าที่ร่วมระงับเหตุ 201 เพลิงไหม้ทุ่งนา บริเวณบ้านหนองตา หู หมู่ 3 ตำบลตอนกลาง อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี **(3-4) กำจัดผักตบชวา...**องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานีได้นำเครื่องจักรกลพร้อมเจ้าหน้าที่เข้าปฏิบัติการกำจัดผักตบชวา และวัชพืชในแม่น้ำสะแกกรัง ในเขตเทศบาลเมืองอุทัยธานี บริเวณสะพานพัฒนาภาคเหนือ บริเวณด้านหลังสำนักงานไปรษณีย์ บริเวณด้านหน้าวัดอุโปสถาราม และบริเวณฝั่งตรงข้ามหมู่บ้านชานกานต์ ระหว่างวันที่ 4 - 17 มีนาคม 2563 โดยสำนักงานเทศบาลเมืองอุทัยธานีได้สนับสนุนน้ำมันเชื้อเพลิงและหล่อลื่น



(1-3) อบจ.อุทัยธานี ส่งเครื่องจักรกลชุดลาดยางพร้อมเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงานซ่อมสร้างถนนลาดยาง Cape Seal ถนนสายบ้านห้วยปลาขาว ต.ตอนกลาง - บ้านล้อมอ้ายหมอง ต.หนองไผ่แบน อ.เมือง และถนนสายวัดถ้ำสนามิน ต.เขากวางทอง อ.หนองฉาง จ.อุทัยธานี เพื่ออำนวยความสะดวกและลดปัญหาความเดือนร้อนของประชาชนในการใช้ท้องถนนสัญจรไปมา **(4-6) อบจ.อุทัยธานี** ส่งเจ้าหน้าที่พร้อมเครื่องจักรกลเข้าปรับปรุงซ่อมแซมถนนลาดยางสายบ้านหนองดิน - บ้านหินโง่ง อ.ห้วยคต และ บ้านหนองโรง - บ้านหนองขาหย่าง อ.หนองขาหย่าง จ.อุทัยธานี เพื่ออำนวยความสะดวกและลดปัญหาความเดือนร้อนของประชาชนในการใช้ท้องถนนสัญจรไปมา **(7-8) อบจ.อุทัยธานี** ดำเนินการเป่าล้างบ่อน้ำบาดาลและซ่อมบำรุงบ่อน้ำบาดาล หมู่ที่ 7 บ้านหนองแพ้ว, หมู่ที่ 9 บ้านหนองคล้า และหมู่ที่ 12 บ้านหนองไผ่ ต.ตุลาคู่ อ.ทัพทัน จ.อุทัยธานี เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนของประชาชนให้มีน้ำไว้ใช้อุปโภคบริโภคในช่วงฤดูแล้ง



ศูนย์วงเดือน อาคมสุรทัณฑ์ ศูนย์ฝึกอาชีพราษฎรตามแนวพระราชดำริ เปิดสอนหลักสูตรวิชาชีพพระยะสั้น 40 ชั่วโมง จำนวน 13 หลักสูตร

ศูนย์วงเดือน อาคมสุรทัณฑ์ ศูนย์ฝึกอาชีพราษฎรตามแนวพระราชดำริ สมเด็จพระกนิษฐาธิราชเจ้า กรมสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เปิดรับสมัครผู้สนใจ การจัดการศึกษาและจัดฝึกอบรมวิชาชีพหลักสูตรระยะสั้น ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 รูปแบบวิชาชีพพระยะสั้น 40 ชั่วโมง ณ ศูนย์วงเดือน อาคมสุรทัณฑ์ ดังนี้

หลักสูตรวิชาชีพพระยะสั้น 40 ชั่วโมง จำนวน 13 หลักสูตร ได้แก่

1. หลักสูตรการทำขนมไทยโบราณ
2. หลักสูตรการทำอาหารไทย
3. หลักสูตรเบเกอรี่
4. หลักสูตรการแปรรูปสมุนไพร
5. หลักสูตรการแกะสลักผักและผลไม้
6. หลักสูตรการปั้นดินไทย
7. หลักสูตรการร้อยมาลัยขั้นพื้นฐาน
8. หลักสูตรการทำพานขันหมาก
9. หลักสูตรการทำบายศรี
10. หลักสูตรการทำเครื่องแขวนชั้นสูง
11. หลักสูตรภาษาอังกฤษเพื่อการสื่อสาร
12. หลักสูตรการรำไทย

13. หลักสูตรดนตรีไทย

****หมายเหตุ****

- หลักสูตร 40 ชม. เรียนจำนวน 8 วัน
- หลักสูตรละ 11 - 15 คน ตามลำดับผู้สมัคร ที่เหลือจะสำรองไว้
- หลักสูตรที่มีคนสมัครครบตามจำนวน จะพิจารณาเปิดสอนก่อน
- หลักสูตรที่เปิดอาจมีการปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม

*****ผู้ที่สนใจสามารถมาสมัครเรียนได้ที่ศูนย์วงเดือน อาคมสุรทัณฑ์*****

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ 056-510688 ในวันและเวลาราชการหรือที่ Facebook ศูนย์วงเดือน อาคมสุรทัณฑ์



กรมสรรพากร
เต็มที่ เต็มใจ ให้ประชาชน
จังหวัดอุทัยธานี
โทร.0-5697-0128-30



นางจันทร์เจริญ เทพสุธา สรรพากรพื้นที่อุทัยธานี ขอเชิญชวนประชาชน ผู้เสียภาษี ผู้ประกอบการ และผู้นำส่งภาษี รับฟังและรับชมรายการ "คุณภาพชีวิตนี้มีคำตอบ" ทางสถานีวิทยุกระจายเสียง 93.4 FM 88.75 MHz สำนักงานพัฒนาภาค 1 หน่วยบัญชาการทหารพัฒนา กองบัญชาการกองทัพไทย จังหวัดอุทัยธานี วิทยุออนไลน์ www.rbs934.org และ Facebook Live สำนักงานสรรพากรพื้นที่อุทัยธานี ทุกวันพุธ เวลา 13.00 น. - 14.00 น. เพื่อก่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจการปฏิบัติหน้าที่ทางภาษีที่ต้อง

"คุณภาพชีวิตนี้มีคำตอบ"

ครบถ้วน

เพื่อช่วยเหลือผู้มีหน้าที่เสียภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาซึ่งได้รับผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจโลกที่ชะลอตัว ประกอบกับการระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ที่อาจส่งผลกระทบต่อสภาวะเศรษฐกิจของประเทศไทย รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการคลังพิจารณาแล้ว จึงอาศัยอำนาจตามตรา 3 อัญญา วรรคสอง แห่งประมวลรัษฎากร อนุมัติให้ขยายกำหนดเวลาการยื่นรายการและชำระภาษีตามประมวลรัษฎากร ได้แก่ ผู้มีหน้าที่เสียภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา โดยขยายกำหนดเวลาการยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา (ภ.ง.ด.90,91) สำหรับปีภาษี 2562 ซึ่งต้องยื่นรายการและชำระภาษีภายในวันที่ 31 มีนาคม 2563 หรือภายในวันที่ 8 เมษายน 2563 สำหรับการยื่นรายการและชำระภาษีผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต แล้วแต่กรณี ออกไปเป็นภายในวันที่ 31 สิงหาคม 2563

ในการยื่นแบบแสดงรายการภาษีเงินได้บุคคลธรรมดา ผู้เสียภาษีต้องแสดงข้อมูลเงินได้และค่าลดหย่อนต่างๆ เพื่อให้ได้รับสิทธิการลดหย่อนและเสียภาษีถูกต้องครบถ้วน กรมสรรพากรตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว จึงสร้างช่องทางให้ผู้เสียภาษีสามารถเข้ามาตรวจสอบข้อมูลค่าลดหย่อนต่างๆ ของตนเองผ่านระบบ My Tax Account ที่เว็บไซต์กรมสรรพากร www.rd.go.th ซึ่ง My Tax

Account เป็นระบบให้บริการผู้เสียภาษีในการค้นข้อมูลค่าลดหย่อนและสิทธิประโยชน์ทางภาษี โดยมีการเชื่อมโยงข้อมูลในรูปแบบอิเล็กทรอนิกส์กับหน่วยงานเจ้าของข้อมูลต่างๆ และแสดงข้อมูลค่าลดหย่อน ได้แก่ ข้อมูลเบี้ยประกันสุขภาพ ข้อมูลการบริจาคที่ปรากฏอยู่ในระบบบริจาคอิเล็กทรอนิกส์ (e-Donation) และข้อมูลเงินสะสมเข้ากองทุนบำเหน็จบำนาญข้าราชการ ซึ่งจะช่วยลดภาระในการเก็บเอกสารหลักฐานและการสแกนเอกสารต่างๆ และช่วยให้การยื่นแบบภาษีเงินได้บุคคลธรรมดาและการคืนภาษีสะดวกรวดเร็วขึ้น ซึ่งปีที่ผ่านมาผู้ใช้จากระบบนี้กว่าแปดแสนราย

การยื่นแบบผ่านอินเทอร์เน็ตจะช่วยให้ได้รับเงินคืนภาษีเร็วกว่าการยื่นแบบกระดาษ หากไม่ต้อง ขอเอกสารเพิ่มเติม ระบบจะประมวลผลส่งคืนเงินแบบอัตโนมัติ โดยโอนเงินคืนภาษีเข้าในระบบพร้อมเพย์ของผู้เสียภาษีได้หรือบัตร e-Money/e-wallet

ยืดเวลาชำระภาษี
เป็น วันที่ 31 สิงหาคม 2563



หน้ากากอนามัย สุโรคไวรัสโควิด -19



▲ นายจตุ โกรฤกษ์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (รมว.พม.) เปิดเผยถึงความคืบหน้าในการทำหน้ากากผ้าที่เย็บด้วยมือเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 ว่า ตั้งแต่วันที่ 7 มีนาคม 2563 เป็นต้นมา ตนได้มอบนโยบายให้หน่วยงานในสังกัดกระทรวง พม. กว่า 400 แห่ง ทั่วประเทศ รวมทั้งสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (พมจ.) ทุกจังหวัด เร่งทำหน้ากากผ้าที่เย็บด้วยมือ เพื่อนำไปแจกจ่ายให้กับประชาชนในพื้นที่ท้องถิ่น เพื่อร่วมกันป้องกันตนเอง ครอบครัว และชุมชน จากการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโควิด-19 สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดอุทัยธานี พร้อมทีม One Home และอาสาสมัครพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ (อพม.) เครือข่ายในพื้นที่ ร่วมกันตัดเย็บหน้ากากอนามัย สุโรคโควิด -19 ตามนโยบาย นายจตุ โกรฤกษ์ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ณ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดอุทัยธานี

P จอดป้าย สามสุพรรณิการ์

สองฉบับที่ผ่านมา ผมเขียนเรื่องราวเกี่ยวกับผลพวงของกระแสโลกาภิวัตน์

ไม่ว่าจะเป็นเรื่องของเศรษฐกิจ เรื่องของการเมือง และล่าสุด เรื่องที่โลกกำลังได้รับผลกระทบอย่างรุนแรงจากภาวะการแพร่กระจายของเชื้อ COVID-19

ดูเหมือนเรื่องนี้จะเขย่าขวัญชาวโลกได้มากมายมหาศาลทีเดียว ล่าสุดในขณะที่ผมกำลังเขียนต้นฉบับอยู่นี้ ทั่วโลกมีผู้ติดเชื้อ COVID-19 ไปแล้ว 336,232 คน รักษาหายเป็นปกติ 98,347 คน และมีผู้เสียชีวิตจำนวน 14,646 คน

มีประเทศที่มีผู้ติดเชื้อร่วม 200 ประเทศทั่วโลก ปาเข้าไปเกือบทั้งโลกแล้วครับ

ในส่วนของประเทศไทย ล่าสุด มีผู้ติดเชื้อ 827 คนทั่วประเทศ กำลังรักษา 766 คน หายแล้วสามารถกลับบ้านได้ 57 คน และมีผู้เสียชีวิต 4 คน เรามีจำนวนผู้ป่วยเป็นลำดับ 27 ของโลก และมีผู้เสียชีวิตอยู่ลำดับที่ 45 ของโลก ขอให้ลำดับอย่าได้มีการเลื่อนขึ้นเลยนะครับ

กระทรวงสาธารณสุข กระทรวงการต่างประเทศ กระทรวงแรงงาน กระทรวงมหาดไทย กระทรวงการคลัง ว่ากันต่างๆ ทุกกระทรวงแหละครับ หน่วยงานต่างๆ กำลังทำงานกันอย่างขะมักเขม้น ไม่ค่อยเลยนะครับ เพราะเรื่องนี้เป็นเรื่องใหม่สำหรับบ้านเรามากๆ ครับ

การห้ามคนเดินทาง การห้ามคนมีปฏิสัมพันธ์กัน การห้ามคน

“COVID-19”

โดย... นต. สมภกรัง

ด้วยสิทธิต่างๆ เป็นไปได้ยากครับบนกระแสโลกาภิวัตน์ ที่ตกลงสุด ยิ่งกว่านั้น คือ มีพรรคการเมืองพรรคหนึ่ง ออกแถลงการณ์ “ห้ามรัฐบาลใช้ พ.ร.ก.ฉุกเฉิน” เพราะเป็นการละเมิดเสรีภาพประชาชน

คิดได้อย่างไรครับ

คิดได้อย่างไร

งง มากๆ ครับ

ในขณะที่กำลังร่วมมือกันเพื่อยับยั้งการแพร่ระบาดของโรค แต่พรรคการเมืองบางพรรค(ขอไม่บอกนะครับว่าพรรคการเมืองพรรคไหน เพราะผมก็ไม่เคยได้ยินชื่อพรรคการเมืองพรรคนี้เหมือนกัน) มากำแบ่นนี้ นี่แหละครับการปกครองระบอบประชาธิปไตย (ฮา) นอกจากปัญหาเรื่องการแพร่กระจายที่ทำให้สุขภาพชาวโลกนี้ยังไม่พอละครับ

ยังเป็นเรื่องของการทำงานภาวะเศรษฐกิจ ของโลกอย่างย่อยยับ กระทบระลอกแรกก่อนเลยนะครับ คือธุรกิจน้ำมัน ไม่ว่าจะสำรวจ ขุดเจาะ บริษัทจัดจำหน่าย ลงไปถึงผู้ค้ารายย่อย

ต่อเนื่องมาถึงธุรกิจท่องเที่ยว แน่นนอนครับบรรดานักท่องเที่ยวพากันหยุดสนิทเมื่อมีการแพร่กระจายของโรคติดต่อ พากันอยู่บ้านกันเป็นแถว ย่อมกระทบไปถึงธุรกิจโรงแรม ที่พัก ทัวร์ สถานที่ท่องเที่ยวต่างๆ รวมไปถึงธุรกิจการบิน

การบินไทยหนักสุดครับงานนี้ ไปต่อไม่ไหวที่ขาดทุนอยู่แล้วยังไปกันใหญ่ เฮ้อ

ต้องขอบคุณทุกๆ ภาคส่วนเลยนะครับ ที่ร่วมมือกันทำงานอย่าง

หนัก

รัฐบาลออกนโยบายให้ความช่วยเหลือออกมาในสารพัดรูปแบบ

ความช่วยเหลือในภาคประชาชน ไม่ว่าจะเป็นผู้ว่างงาน ผ่านหน่วยงานประกันสังคม ผ่านหน่วยงานกระทรวงแรงงาน

ผู้ประกอบการรายใหญ่ รายย่อย เงินกู้ดอกเบี้ยต่ำ พักชำระ

เงินต้น ลดดอกเบี้ย สารพัดเงื่อนไข

การเฝ้าระวังผู้ที่เคลื่อนย้ายพื้นที่ต่างๆ ให้เป็นไปอย่างเข้มงวด มีการตรวจสอบสุขภาพมากขึ้น

อาจจะขาดตกบกพร่องไปบ้าง ก็ขอให้ทุกๆ ท่านอดทนและเข้าใจครับ

สถานการณ์สร้างวีรบุรุษ

ศึกครั้งนี้ เป็นปัญหาระดับชาติ เป็นปัญหาของคนไทยทุกคน ไม่ใช่ปัญหาของใครคนใดคนหนึ่ง

เป็นปัญหาของพลโลกเลยละครับ

ร่วมมือกันครับ

เราจะผ่านเหตุการณ์ร้ายๆ นี้ไปด้วยกัน



มาแล้วครับ เริ่มแพลมออกมาแล้วครับ สำหรับ TCAS64 สกอ. ประกาศนโยบายออกมาแน่ชัดแล้วครับว่าจะเหลือรอบต่างๆ จาก 5 รอบก่อนหน้านี้ ให้เหลือเพียง 4 รอบเท่านั้น

เอาง่ายๆ ที่มีการเปลี่ยนแปลงก่อนนะครับ

เบื้องต้น ระบบตัวสำรองจะเกิดขึ้นใน TCAS รอบ 3 และรอบ 4 และค่าวารอบ 3 ที่เดิมเป็นระบบรับตรงร่วมกัน มีการเปลี่ยนเป็น "Admission 1"

ส่วนรอบ 4 เดิมที่ ที่เป็นระบบ "Admission" เปลี่ยนเป็น

ใหม่โรง TCAS64

"Admission 2" นั้นหมายความว่า ใน TCAS64 จะมีคำว่า "Admission" จำนวน 2 รอบครับ

ในปี 2564-2566 ในส่วนของรอบ 3 และรอบ 4 จะทำการรวมให้เป็นรอบเดียว เพื่อให้มีความกระชับมากขึ้น ง่ายต่อการดำเนินการมากขึ้นนั่นเอง

อย่าเพิ่งงงนะครับ และเมื่อรอบ 3 และรอบ 4 ถูกรวมกันแล้ว ผู้ที่ยื่นสมัครคณะต่างๆ อาจมีการเลือกได้ 6 อันดับ 8 อันดับ หรือ 10 อันดับ ยังไม่เป็นที่ตกลงกันครับ ต้องรอที่ประชุม ทปอ. ในรายละเอียดอีกครั้งกันอีกที

อ่านแล้วก็ยังงงๆ นะครับ เพราะรายละเอียดทั้งหมดยังไม่ออกมาถึงขนาดแน่ชัด

แต่ที่ประชุม ทปอ. ก็คงออกรายละเอียดออกมาเรื่อยๆ ให้พวกเราได้รับทราบกัน คงต้องติดตามกันอย่างใกล้ชิด

ที่แน่ๆ ขอให้ผู้สอบเตรียมตัวให้พร้อมดีกว่าครับ ไม่ว่าจะเขียน จะออกมาเป็นแบบไหนอย่างไร ไม่สำคัญไปกว่าที่ตัวเรามีความพร้อมในการสอบ

แน่นนอนครับ ถ้าคะแนนสูง ระบบไหนก็ได้ครับ (ฮา) ...

สำนักงานประกันสังคม
Social Security Office

จังหวัดสุพรรณบุรี
โทร.056-970-133-6

โรคโควิด-19 กับ สิทธิประกันสังคม

นายทศพล กฤตวงศ์วิมาน เลขาธิการสำนักงานประกันสังคม กล่าวถึง สถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา-19 ที่ยังคงเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องและระลอกไปทั่วโลก ว่าสำนักงานประกันสังคม ในฐานะหน่วยงานที่ทำหน้าที่ดูแลสุขภาพของผู้ประกันตนในระบบประกันสังคม ได้ติดตามสถานการณ์การระบาดของโรคดังกล่าวอย่างใกล้ชิด พร้อมย้ำผู้ประกันตนที่มีอาการป่วย มีไข้ ไอ เจ็บคอ อ่อนเพลีย ให้เข้ารับการตรวจรักษา ชักประวัติในโรงพยาบาลตามสิทธิรักษาพยาบาล โดยไม่เสียค่าใช้จ่าย และต้องให้ข้อมูลตามความเป็นจริง ว่ามีประวัติไม่ต่างประเทศหรือไม่ หรือมีญาติป่วยเป็นไข้หวัดหรือไม่ เพื่อแพทย์ประเมินอาการได้ถูกต้องหากแพทย์สงสัยว่าจะเข้าข่ายโรคโควิด-19 แพทย์จะส่งตรวจเพาะเชื้อทางห้องแล็บ โดยผู้ประกันตนไม่ต้องจ่ายค่ายาใดๆ หากอาการไม่เข้าข่าย ไม่แนะนำให้ไปขอตรวจเอง

72 ชั่วโมง หากจำเป็นต้องถูกกักกันเพื่อไม่ให้เกิดการแพร่เชื้อ ให้แจ้งโรงพยาบาลตามสิทธิให้รับผิดชอบค่าใช้จ่าย และขออย่าว่าหากไม่มีอาการใดๆ หรืออาการไม่เข้าข่ายตามหลักเกณฑ์ของการตรวจ แต่ต้องการตรวจเอง ไม่แนะนำให้ไปขอตรวจเองเพราะจะเพิ่มความเสี่ยงในการเข้าไปรับเชื้อในโรงพยาบาล

นายมานะ วิทิตศาสตร์ ประกันสังคมจังหวัดสุพรรณบุรี กล่าวเพิ่มเติมด้วยความห่วงใยผู้ประกันตนหากมีอาการดังนี้ สามารถตรวจหาโควิด-19 ฟรี มีประวัติเสี่ยงอย่างใดอย่างหนึ่งในช่วง 14 วันก่อนมีอาการ

1. เดินทางมาจากเขตติดโรค/พื้นที่ที่มีการระบาดต่อเนื่อง
2. ประกอบอาชีพที่สัมผัสใกล้ชิดกับผู้เดินทางมาจากเขตติดโรค/พื้นที่ที่มีการระบาดต่อเนื่อง
3. สัมผัสใกล้ชิดกับผู้ป่วยสงสัย/ผู้ป่วยยืนยัน
4. เป็นบุคลากรทางการแพทย์ที่สัมผัสผู้ป่วยยืนยันและมีไข้ 37.5 องศาเซลเซียสขึ้นไป ร่วมกับมีอาการอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ไอ น้ำมูก เจ็บคอ หายใจเหนื่อยหอบเข้ารับการตรวจรักษาที่โรงพยาบาลตามสิทธิ ฟรี

เช็ก! ใครบ้างได้สิทธิ์ ตรวจรักษา COVID-19 ฟรี!

สิทธิประกันสังคม สิทธิประโยชน์ สิทธิการแพทย์

มีอาการ + เป็นกลุ่มเสี่ยง → ตรวจฟรี รักษาฟรี

อาการ	กลุ่มเสี่ยง
1. มีไข้ ≥ 37.5°C เป็นๆ	1. เที่ยวบิน 14 วัน ก่อนวันที่ไปตรวจ
2. มีอาการใน 14 วัน ก่อนวันที่ไปตรวจ	2. ผู้ที่เดินทางไปพื้นที่ที่มีการระบาด
3. มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้เดินทางมาจากเขตติดโรค	3. ผู้ที่เดินทางไปพื้นที่ที่มีการระบาด
4. มีประวัติสัมผัสใกล้ชิดกับผู้เดินทางมาจากเขตติดโรค	4. บุคลากรทางการแพทย์ที่สัมผัสผู้ป่วย

ไม่เข้าหลักเกณฑ์? เสียค่าใช้จ่ายในการตรวจของสถานพยาบาลที่ตรวจ COVID-19 ฟรี!

☑️ SW.3 (สงขลา) ☑️ SW.4 (ภูเก็ต) ☑️ SW.5 (ยะลา)

☑️ SW.6 (ปัตตานี) ☑️ SW.7 (นราธิวาส) ☑️ SW.8 (สตูล)

☑️ SW.9 (กระบี่) ☑️ SW.10 (ตรัง) ☑️ SW.11 (พิจิตร)

☑️ SW.12 (สุโขทัย) ☑️ SW.13 (กำแพงเพชร) ☑️ SW.14 (พิจิตร)

☑️ SW.15 (สุพรรณบุรี) ☑️ SW.16 (กาญจนบุรี) ☑️ SW.17 (สุพรรณบุรี)

☑️ SW.18 (สุพรรณบุรี) ☑️ SW.19 (สุพรรณบุรี) ☑️ SW.20 (สุพรรณบุรี)

หากมีข้อสงสัยสามารถติดต่อสอบถามได้ที่สำนักงานประกันสังคมจังหวัดสุพรรณบุรี โทร.056-970-133-6 ในวันเวลาราชการ หรือสำนักงานประกันสังคมกรุงเทพมหานครเขตพื้นที่/จังหวัด และสาขาทั่วประเทศ หรือสายด่วน 1506 ตลอด 24 ชั่วโมง

โดย นายสุคนธ์ สุพรรณบุรี



**สำนักงาน
ป.ป.ช.**
ประจำจังหวัดอุทัยธานี

การขับเคลื่อนแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็น การต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ (พ.ศ. 2561 - 2580)

สืบเนื่อง คณะกรรมการยุทธศาสตร์ชาติ ซึ่งมีนายกรัฐมนตรี เป็นประธาน มอบหมายให้สำนักงาน ป.ป.ช. เป็นเจ้าภาพแผนแม่บทฯ ด้านที่ 21 ซึ่งคณะกรรมการ ป.ป.ช. ได้แต่งตั้งคณะกรรมการขับเคลื่อนแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็น การต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ (พ.ศ. 2561 - 2580) โดยมีประธานกรรมการ ป.ป.ช. เป็นประธานกรรมการ และในการขับเคลื่อนจะใช้แผนปฏิบัติการด้านการต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ ระยะที่ 1 (พ.ศ. 2563 - 2565) เป็นกรอบทิศทางในการทำงานร่วมกันระหว่างหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ในการนี้ คณะกรรมการขับเคลื่อนฯ เห็นควรให้เตรียมการ ขับเคลื่อน เพื่อสร้างความเข้าใจร่วมกันกับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภายในและภายนอกสำนักงาน ป.ป.ช. โดยใช้สื่อออนไลน์ เพื่อให้การดำเนินงานเป็นไปอย่างราบรื่นและมุ่งไปในทิศทางเดียวกัน

ทั้งนี้ แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็น การต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ (พ.ศ. 2561 - 2580) ได้ยึดแนวทางการพัฒนาตามยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปี เป็นกรอบในการจัดทำ โดยแผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็น การต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ มีเป้าหมายให้ “หน่วยงานภาครัฐมีความโปร่งใส ปลดการทุจริตและประพฤติมิชอบ” โดยกำหนดให้ประเทศไทยมีอันดับค่าคะแนนดัชนีการรับรู้การทุจริตในปี 2580 อยู่ในอันดับ 1 ใน 20 ของโลก หรือมีค่าคะแนน 73 คะแนน แผนแม่บทฯ ประกอบด้วย 2 แผนย่อย คือ

1. การป้องกันการทุจริตและประพฤติมิชอบมุ่งเน้นการปรับพฤติกรรม “คน” และการปรับ “ระบบ” การปรับพฤติกรรม “คน”

โดยการปลูกฝังวิถีคิดในกลุ่มเป้าหมายเด็กและเยาวชนเพื่อปฏิรูป “คนรุ่นใหม่” ให้มีจิตสำนึกในความซื่อสัตย์สุจริตผ่านหลักสูตรการศึกษาภาคบังคับ กลุ่มประชาชนทั่วไป เน้นการสร้างวัฒนธรรม และ พฤติกรรมสุจริต ควบคู่การส่งเสริมการมีส่วนร่วม กลุ่มข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ของรัฐ สร้างธรรมาภิบาลในการบริหารงาน และ รู้จักแยกแยะเรื่องส่วนตัวกับส่วนรวม กลุ่มนักการเมือง เน้นการยกระดับการมีจริยธรรม การเป็นแบบอย่างที่ดี มีคุณธรรม จริยธรรม ความซื่อสัตย์สุจริต เพื่อสร้างพลังร่วมในการแก้ไขปัญหาคอร์รัปชัน และประพฤติมิชอบในอนาคต

การปรับ “ระบบ” โดยการการสร้างนวัตกรรมต่อต้านการทุจริต เพื่อให้การดำเนินงานของหน่วยงาน ภาครัฐมีความโปร่งใส ตรวจสอบได้ในทุกขั้นตอนการดำเนินงาน เท่าทันพลวัตของการทุจริตผ่านกระบวนการมีส่วนร่วมของ ภาคประชาชนในการตรวจสอบ แจ้งข้อมูล และชี้เบาะแสการทุจริตและประพฤติมิชอบ ซึ่งจะนำไปสู่การลดจำนวนคดีและ ประพฤติมิชอบในหน่วยงานภาครัฐ

2. การปราบปรามการทุจริตมุ่งเน้นการเสริมสร้างประสิทธิภาพของกระบวนการและกลไกการป้องกันและ ปราบปรามการทุจริตและประพฤติมิชอบ ทั้งในด้านการดำเนินคดีทุจริตมีความรวดเร็ว เป็นธรรม โปร่งใส ไม่เลือกปฏิบัติ และการพัฒนาปรับปรุงมาตรการทางกฎหมายเพื่อส่งเสริมและสนับสนุนการปราบปรามการทุจริตให้ได้ผลและมีประสิทธิภาพ

สำหรับการจัดทำแผนปฏิบัติการด้านการต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ ระยะที่ 1 (พ.ศ. 2563 - 2565) ของหน่วยงานภาครัฐและองค์กรอิสระต้องมีความเชื่อมโยงสอดคล้องกับแผน

3 ระดับ คือ แผนระดับที่ 1 (ยุทธศาสตร์ชาติ ด้านการปรับสมดุล และพัฒนาระบบการบริหารจัดการภาครัฐ และด้านความมั่นคง) แผนระดับที่ 2 (แผนแม่บทภายใต้ยุทธศาสตร์ชาติ ประเด็นการต่อต้านการทุจริตและประพฤติมิชอบ แผนการปฏิรูปประเทศ แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 12 ยุทธศาสตร์ที่ 6 การบริหารจัดการในภาครัฐฯ และนโยบายและแผนระดับชาติว่าด้วยความมั่นคงแห่งชาติ นโยบายที่ 9 การเสริมสร้างความมั่นคงของชาติจากภัยการทุจริต) แผนระดับที่ 3 (ยุทธศาสตร์ว่าด้วยการป้องกันและปราบปรามการทุจริต ระยะที่ 3) เมื่อมีการขับเคลื่อนงานตามแผนปฏิบัติการฯ แล้ว ให้รายงานผลในระบบติดตามและประเมินผลของสำนักงาน สภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ เพื่อประมวลผลการดำเนินงานในภาพรวมและรายงานต่อคณะรัฐมนตรีต่อไป

ทั้งนี้ สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่



จัดงาน บริการงานและอาชีพ

โดย...สำนักงานจัดหางานจังหวัดอุทัยธานี กรมการจัดหางาน กระทรวงแรงงาน โทร. 0-5697-0258

คุณรู้หรือไม่ว่าความแข็งแรงจะนำมาสู่การมีทัศนคติแง่ลบกับงานที่คุณทำไม่ว่าคุณเจออุปสรรคเล็กหรือใหญ่ คุณก็จะมองว่ามันใหญ่โต เกินกว่าที่คุณจะรับมือได้ สุดท้ายคุณก็จะเป็นฝ่ายพ่ายแพ้ไปในที่สุด

จริงๆ แล้วหากเรามองให้ดีๆ จะพบว่า อะไรกันแน่ที่เป็นสาเหตุที่ทำให้เราพบความล้มเหลว ตัวเราเอง หรือคนอื่น หรือสภาพแวดล้อมอื่น ในวันที่ ผมอยากบอกท่านผู้อ่านทุกท่านว่า ไม่มีอะไรที่จะมาทำร้ายเราได้ นอกจากเราจะทำร้ายตัวเราเอง ดังนั้น ก่อนที่เราจะแก้ปัญหาความแข็งแรงด้วยสาเหตุอื่นๆ เรามาปรับทัศนคติให้ดีขึ้นกันดีกว่า นะครับ เรามาลูกกันครับว่ามีอะไรบ้าง

1. **ไม่เป็นไร ผิดพลาดกันได้ ไม่ใช่เรื่องใหญ่** คุณทำงานผิดพลาดแล้วยังจะมานั่งโทษตัวเองให้เหนื่อยทำไม ให้กำลังใจตัวเองเพื่อทำงานขึ้นต่อไปดีกว่านะครับ ยิ่งมีร่วมกับความผิดพลาดเดิมๆ เราก็จะทำงานขึ้นต่อไปไม่ได้ สู้อะความผิดพลาดมาทำให้ถูกต้องในงานขึ้นใหม่ดีกว่า สังกรรมของชีวิตที่ต้องจำไว้อย่างหนึ่งคือ ไม่มีใครจำเรื่องของคนอื่นนานหรอก ถึงใครจะว่าเรามากมายแค่ไหน แต่พอ

วิธีการให้กำลังใจตัวเองในการทำงาน

เดินหันหน้าเราไปเขาก็ต้องคิดเรื่องอื่นแทน แล้วเราจะมาลงโทษตัวเองอยู่ทำไม

2. **งานไม่ได้หนักทุกวันสักหน่อย** เดียวก็ได้พักแล้ว เวลางานล้นมือเราอาจท้อ แต่ท้อไม่งานก็ไม่เสร็จ ลูกมากุมเท้าทำให้เสร็จๆ ไปดีกว่า เหนื่อยแค่ไหนเดี๋ยวก็ได้พัก และสิ่งที่ต้องทำเมื่องานเยอะคือ จัดระเบียบเส้นตายของงานแต่ละชิ้น เจรจาต่อรองว่าถ้าจะไม่ได้เสร็จตรงเวลา แล้วค่อยๆ ทำไปทีละงาน เดียวดีเองครับ

3. **ถึงจะไม่เก่งงานนี้ แต่เราก็พยายามเต็มที่แล้ว** ป่อยครั้งที่เราได้รับมอบหมายงานที่ไม่ถนัด ก็คิดเสียว่าไม่เป็นไร ทำให้เต็มที่ แต่ก่อนทำก็บอกคนที่มอบหมายหน่อยว่าไม่ค่อยถนัดนะ แต่จะทำเต็มที่ ผิดพลาดอะไรก็ได้ เขาจะได้ไม่คาดหวังมาก แต่ถ้าทำออกมาแล้วดีก็ถือเป็นกำไร อย่าเสียใจที่ทำงานบางประเภทไม่เก่ง เพราะเราอาจจะเก่งในงานประเภทอื่นก็ได้ จำไว้ว่าปลาอาจจะว่ายน้ำเก่งกว่าลูกสุนัข แต่ปลาวังไม่ได้เหมือนกัน ถ้าปลาตัวหนึ่งจะโดดขึ้นมาบนบกแล้วสืบคลานจนถลอกเปือกก็คงไม่มีใครว่าอะไร เพราะมันเป็นปลาจริงไหมครับ

4. **ใครจะว่าอะไรก็ช่าง** ถ้าเราไม่ได้เป็นอย่างนั้นก็พอแล้ว เคยได้ยินคนพูดเรื่องการติดฉลากไหม การติดฉลากคือการประทับตราว่าสิ่งนั้นเป็นอะไร เพื่อให้จ่ายต่อการจัดประเภท ที่นี้ปัญหาอยู่

ที่ว่าถ้าติดฉลากถูกก็ดีไป แต่ถ้าเมื่อไรติดฉลากผิด สิ่งนั้นจะไม่ใช่สิ่งที่เป็นตามฉลากก็เท่านั้น ในหลักการเดียวกัน ถ้าใครมาว่าคุณสารพัดเรื่อง แต่ถ้าคุณไม่ได้เป็นอย่างเขาบอก ก็ไม่เห็นจะต้องคิดมากกับฉลากที่เขาเอามาติดไว้ ถ้าคุณเป็นน้ำศาล แล้วเขาเอาฉลากน้ำปลาติดไว้ก็ไม่ใช่ปัญหาของคุณ เขาเองต่างหากที่คิดผิด

5. **ให้เกียรติงานที่ทำด้วยการทุ่มเททำงานอย่างเต็มที่** อย่านบว่าไม่ชอบงาน นึกถึงกระเป๋ารถเมล์ที่ยิ้มแย้มแจ่มใสสิครับ แล้วเปรียบเทียบกับเราที่นั่งบ่นอยู่นั้นแล้วจะเหนื่อย ไม่สนุก ถ้ามว่างานหรือเปล่าที่ทำให้เราทุกข์จริงๆ แล้ว เราต่างหากที่ทำให้ตัวเองเป็นทุกข์ เพราะนั่งพ่ายบ่นกับสิ่งที่ไม่ได้ตั้งใจ ถ้าใครได้ทำงานที่ชอบก็ดีไปแต่อย่าลืมว่างานที่ชอบก็มีด้านที่ทำให้เราเหนื่อยได้เหมือนกัน ใช่ว่าหนทางการทำงานจะไปด้วยกันทุกหลายเสมอไป สิ่งที่เราควรคิดคืองานคือสิ่งที่ทำให้เราใช้ชีวิตอย่างคุ้มค่า อย่าดูถูกงานของตัวเองไม่เช่นนั้นเราก็ดูถูกตัวเองด้วยที่เลือกทำงานนั้น อย่าลืมว่าเราต่างหากที่เป็นคนเลือกที่จะทำหรือไม่ทำ ดังนั้นทำงานที่เราเลือกในเวลานั้นๆ

หวังว่าทุกท่านจะเริ่มมีทัศนคติที่ดี ที่มีพลังพอที่จะเผชิญกับปัญหาและอุปสรรคต่างๆ นะครับ



การกีฬาแห่งประเทศไทยจังหวัดอุทัยธานี
ติดปีกกีฬา ติดปีก กทม.
โทรศัพท์ 056-503079-80

การกีฬาแห่งประเทศไทยจังหวัดอุทัยธานีขอรายงานการเคลื่อนไหววงการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ และกีฬาอาชีพ ของจังหวัดอุทัยธานี ประจำเดือนมีนาคม 2563

ด้านกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ

การกีฬาแห่งประเทศไทยจังหวัดอุทัยธานี กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ประกาศเลื่อนการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 36 “ช้างชาวแกมส์” และกีฬาอาวุโสแห่งชาติ ครั้งที่ 3 “ตราดแกมส์”

เลื่อนการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 36 “ช้างชาวแกมส์”

อย่างไม่มีการกำหนด เนื่องจากสถานการณ์ “ไวรัสโควิด-19”

ด้านกีฬาอาชีพ

ทีมฟุตบอล “อุทัยธานี เอฟซี” ได้ประกาศหยุดทำการแข่งขันจนกว่าสถานการณ์จาก “ไวรัสโควิด-19” จะกลับสู่สภาวะปกติ แฟนคลับ อุทัยธานี เอฟซี ตอนนี้หยุดพักกันยาวๆ ครับ ยังไงก็ขอให้ที่บ้านติดตามข่าวคราวเพิ่มเติมในฉบับหน้าครับ

(เขาฝาก...มหา...ปากดีปิงดู...มาบอกเล่า...เก่า...สืบ...ครับ)



"ยึดมั่นธรรมาภิบาล บริการเพื่อประชาชน"

แถลงการณ์สำนักนายกรัฐมนตรี เรื่อง การประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ.2548

สำนักนายกรัฐมนตรี ได้ออกแถลงการณ์ เรื่องการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินตามพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ.2548 โดยมีใจความว่า ตามที่นายกรัฐมนตรีด้วยความเห็นชอบของคณะรัฐมนตรีในการประชุมเมื่อวันที่ 24 มีนาคม 2563 และตามคำแนะนำของผู้บริหารและนักวิชาการด้านการแพทย์และสาธารณสุขได้อาศัยอำนาจตามความในมาตรา 5 แห่งพระราชกำหนดการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน พ.ศ.2548 ประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินในทุกเขตท้องที่ทั่วราชอาณาจักร ตั้งแต่วันที่ 26 มีนาคม 2563 จนถึงวันที่ 30 เมษายน 2563 นั้น

การประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินดังกล่าวเป็นไปตามกฎหมายที่มีอยู่แล้วตั้งแต่ พ.ศ.2548 อันเนื่องจากขณะนี้ได้เกิดสถานการณ์การแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ซึ่งเป็นโรคระบาดใหญ่เพิ่งเกิดขึ้นใหม่แต่แพร่ไปทั่วโลกอย่างรวดเร็วและประเทศไทยได้รับผลกระทบเช่นกัน

ในขณะนี้ยังไม่มียุทธศาสตร์ป้องกันและรักษาที่ได้ผล รัฐบาลได้ใช้มาตรการป้องกัน สกัดกั้นระลอก และสร้างความรับรู้ความเข้าใจแก่ประชาชนมาเป็นลำดับและประเมินสถานการณ์เป็นรายวัน ตามความคืบหน้าของสถานการณ์ ข้อมูลข่าวสาร และคำแนะนำทางการแพทย์ของบรรดาผู้เชี่ยวชาญทั้งหลาย โดยคำนึงถึงผลกระทบต่อประชาชนด้านสังคมความเป็นอยู่ เศรษฐกิจ การครองชีพ ทรัพยากรของรัฐบาล ด้านการสาธารณสุขและป้องกันการตื่นตระหนกเกินกว่าเหตุ

บัดนี้ทุกฝ่ายเห็นว่า สถานการณ์ควรยกระดับขึ้นสู่การบังคับใช้มาตรการขั้นสูงสุดได้แล้วเพื่อที่รัฐจะสามารถนำมาตราการอื่นๆ มาบังคับใช้เพิ่มขึ้นจากเดิม ส่วนจะเลือกใช้มาตรการใดก่อนหลังจะมีการออกประกาศและข้อกำหนดแจ้งให้ทราบต่อไป แต่ในเบื้องต้นจำเป็นต้องประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินเสียก่อน ซึ่งประกาศแล้วในวันนี้

ผลจากการประกาศดังกล่าว คือ รัฐบาลจะมีช่องทางตามกฎหมายเข้าควบคุม หรือบริหารสถานการณ์ได้ เช่น จะมีการโอนอำนาจบางประการของรัฐมนตรี ตามกฎหมายบางฉบับมาเป็นของนายกรัฐมนตรี เท่าที่จำเป็นและเป็นการชั่วคราว เพื่อความรวดเร็ว และบูรณาการ จะมีการออกข้อกำหนด คือ ข้อห้ามหรือ ข้อปฏิบัติ อย่างเช่น ห้ามเข้าออกสถานที่บางแห่ง ห้ามหรือจำกัดการเข้าออกราชอาณาจักร และการเคลื่อนย้ายประชาชนจำนวนมากข้ามเขต พื้นที่ การควบคุมการใช้ยานพาหนะ เส้นทางจราจร การควบคุมสินค้า และเวชภัณฑ์

มาตรการเหล่านี้แม้เป็นไปตามกฎหมายว่าด้วยการบริหารราชการในสถานการณ์ฉุกเฉิน และแม้ว่าสถานการณ์จากตัวเลขจำนวนผู้ได้รับเชื้อและการเสียชีวิตในประเทศจนถึงปัจจุบัน จะยังไม่สูงมากนักเมื่อเทียบกับประเทศอื่นๆ แต่หากยังคงมีการเคลื่อนย้าย หรือเดินทาง การรวมกลุ่มคนจำนวนมาก เพื่อทำกิจกรรมร่วมกัน การติดต่อ สัมผัสหรือใกล้ชิด และการขาดความรู้ความเข้าใจความรับผิดชอบ ตลอดจนการไม่ปฏิบัติตามให้ถูกต้องตามมาตรการป้องกันโรคตามหลักสากลประกอบกับกำลังจะเข้าสู่ช่วงเทศกาล และการเปลี่ยนฤดูกาลตามธรรมชาติ เชื้อโรคโควิด-19 ย่อมมีโอกาสแพร่ไปได้เร็ว และเพิ่มจำนวนผู้ติดเชื้อมากขึ้น จนเป็นอันตรายอย่างยิ่ง เพราะจะกระทบต่อประสิทธิภาพในการให้

บริการทางการแพทย์และกระทบต่อการใช้ทรัพยากรด้านการสาธารณสุขของประเทศ เช่น แพทย์ พยาบาล โรงพยาบาล ยา และเวชภัณฑ์ต่างๆ จนอาจขาดแคลนเข้าวันหนึ่ง อันจะนำมาซึ่งความสูญเสียรุนแรงสุดจะประมาณได้ดังที่ปรากฏในบางประเทศในขณะนี้

รัฐบาลจึงจำเป็นต้องประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินเสียแต่บัดนี้ เพื่อความไม่ประมาทอาจจะเป็นการสร้างความมั่นใจแก่เจ้าหน้าที่ปฏิบัติและคลายความวิตกกังวลของประชาชน การประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินเป็นความจำเป็นเร่งด่วนเฉพาะช่วงเวลานี้ โดยรัฐบาลจะพิจารณาเลือกใช้เฉพาะมาตรการเท่าที่จำเป็นตามคำแนะนำทางการแพทย์และสาธารณสุขเพื่อป้องกัน และระงับยับยั้งการแพร่ระบาดของโรค โดยถือว่าการดูแลสุขภาพอนามัยและชีวิตของประชาชน การจัดสรรทรัพยากรเวชภัณฑ์ และการให้บริการทางการแพทย์ให้ทั่วถึงเพียงพอแก่ประชาชน มีความสำคัญเร่งด่วนเป็นลำดับแรก ซึ่งแน่นอนว่าความสะดวกสบายของประชาชนในขณะนี้ย่อมลดน้อยลงไปกว่าเดิม เพราะทุกคนต้องปรับเปลี่ยนพฤติกรรม แต่ประชาชนยังสามารถใช้ชีวิตได้อย่างปกติโดยไม่เกิดภาวะขาดแคลน ส่วนมาตรการช่วยเหลือเยียวยาผู้เดือดร้อนจะได้ทยอยดำเนินการ

ต่อไปในยามนี้เรากำลังต่อสู้กับศัตรูที่มองไม่เห็น คือเชื้อโรคและอาจจะจู่โจมมาถึงเราทุกคน ไม่นานที่ใดทุกเมื่อ จึงจำเป็นต้องควบคุมสถานการณ์และบังคับใช้มาตรการขั้นสูงสุดเพื่อความอยู่รอดร่วมกัน ซึ่งจะเป็นเช่นนี้ไประยะหนึ่งตามที่กฎหมายให้อำนาจรัฐบาลประกาศได้เป็นคราวๆ ไป คราวละไม่เกินสามเดือน แต่อาจจะประกาศขยายเวลาต่อได้อีกตามความจำเป็นแห่งสถานการณ์ อันที่จริงการประกาศสถานการณ์ฉุกเฉินได้กระทำมาหลายปีแล้ว ในขณะนี้ในบางพื้นที่ในจังหวัดชายแดนภาคได้แต่อาศัยเหตุแห่งการประกาศใช้แตกต่างไปจากครั้งนี้

รัฐบาลขอให้ประชาชนวางใจในระบบสาธารณสุขของประเทศ และโปรดดูแลรักษาสุขภาพตนเอง เพราะความไม่โรคเป็นลาภอันประเสริฐโดยแท้ ขณะเดียวกันโปรดให้ความร่วมมือกับทางการในการปฏิบัติตามมาตรการและคำแนะนำทางการแพทย์อย่างเคร่งครัดตลอดจนการรับรู้ข้อมูลข่าวสารที่เผยแพร่ทางช่องทางที่เป็นทางการ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ สื่อสิ่งพิมพ์ที่ระบุแหล่งข่าวอ้างอิงเชื่อถือได้ มีโซเชียลหรือข่าวที่ไม่ปรากฏแหล่งที่มา หากมีข้อสงสัยสอบถามได้ที่กระทรวงสาธารณสุข หรือศูนย์บริหารสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 หมายเลขโทรศัพท์ 1111

ขณะนี้การอยู่กับบ้านตามคำกล่าวที่ว่า "อยู่บ้าน หยุดเชื้อ เพื่อชาติ" การไม่รวมกลุ่มกับผู้คนจำนวนมาก การใช้มาตรการป้องกันโรคเพื่อตนเอง และแสดงความรับผิดชอบต่อสังคม เช่น การใช้หน้ากากอนามัย เจลล้างมือ การหมั่นล้างมือ การไม่สัมผัสหรือรับเชื้อที่มากับผ้อยละอองน้ำลาย การเว้นระยะสัมผัสห่างจากผู้อื่น การไปพบแพทย์ในกรณีต้องสงสัย เป็นที่ยอมรับทั่วโลกสามารถลดความเสี่ยงได้ดีที่สุดที่เราจะป้องกันตนเอง คนที่ทำงานรัก และประเทศชาติ เพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง รัฐบาลจะได้แถลงให้ทราบเป็นระยะๆ ในโอกาสต่อไป

สำนักนายกรัฐมนตรี 25 มีนาคม 2563

เทศบาลเมืองอุทัยธานี ตรวจคัดกรอง ตรวจวัดไข้ วัดอุณหภูมิร่างกาย



▲ เฝ้าระวังและป้องกัน...กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม ตรวจคัดกรอง ตรวจวัดไข้ วัดอุณหภูมิร่างกาย และเจลล้างมือ ให้บริการกับพี่น้องประชาชนที่มากับจ่ายสินค้าตลาดเช้า พร้อมทั้งแจกถุงมือให้กับพ่อค้าแม่ค้า และประชาสัมพันธ์การป้องกันตนเองเพื่อเป็นการเฝ้าระวังและป้องกันผลกระทบที่จะเกิดขึ้นจากการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID -19) เมื่อวันที่ 18 มีนาคม 2563

ป้องกันติดเชื้อไวรัส COVID 19 และการจัดทำหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเอง



▲ อบรมเชิงปฏิบัติการ...วันที่ 13 มีนาคม 2563 เวลา 09.00 น. นายดำรงค พชรรัตน์ นายกเทศมนตรีตำบลหนองฉาง เป็นประธานเปิดงานอบรมเชิงปฏิบัติการให้ความรู้ในการป้องกันโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID 19) และการจัดทำหน้ากากอนามัยเพื่อป้องกันตนเอง โดยมี นายไพโรจน์ รัศมี รองปลัดเทศบาลฯ กล่าวรายงานฯ โดยมี สมาชิกสภาฯ ประชาชนในชุมชนเทศบาลเข้าร่วมการอบรมในครั้งนี้ ณ ห้องประชุมอาคารหนองฉางรวมใจ อำเภอหนองฉาง จังหวัดอุทัยธานี

โครงการฝึกอบรมเกษตรกรและประกาศโครงการส่งเสริมแปลงเรียนรู้เศรษฐกิจพอเพียงตามแนวพระราชดำริ
ของพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓



รับสมัคร

ตั้งแต่บัดนี้ - ๓๐ มิถุนายน ๒๕๖๓



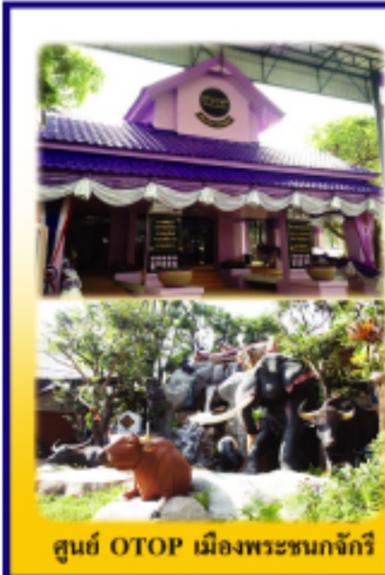
ฝ่ายทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กองช่าง องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี โทร/โทรสาร ๐๕๖-๕๑๑๒๐๒

จังหวัดอุทัยธานี เตรียมความพร้อมรับมือสถานการณ์ไวรัสโควิด-19



เมื่อวันที่ 16 มีนาคม 2563 เวลา 17.00 น. บริเวณศูนย์ราชการจังหวัดอุทัยธานี ทางหลวงหมายเลข 333 ถนนสายอุทัยธานี - นครสวรรค์ ดร.อลงกต วรกี รองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี ปฏิบัติราชการแทนผู้ว่าราชการจังหวัดฯ พร้อมด้วย ส.อบจ.ป๋านัดดา ไทยเศรษฐ์ และส่วนราชการต่างๆ เป็นการบูรณาการร่วมทุกหน่วยงาน ตั้งด่านและจุดตรวจอนามัยจังหวัดอุทัยธานี เพื่อตรวจคัดกรองสุขภาพอนามัยตามแนวทางที่กระทรวงสาธารณสุขกำหนด ตลอดจนประชาสัมพันธ์สร้างการรับรู้และแนวทางป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสโควิด-19 ให้กับประชาชน พร้อมแจกหน้ากากอนามัย เอกสารแนะนำ และสร้างความตระหนักด้วยการล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์ เพื่อการป้องกันการแพร่ระบาด และการติดเชื้อไวรัสโควิด-19 แก่ผู้ขับขี่ยานยนต์สัญจร พร้อมลงพื้นที่สร้างการรับรู้แก่สถานบันเทิงและสถานประกอบการ ในพื้นที่อำเภอเมืองฯ

เมื่อวันที่ 28 มีนาคม 2563 เวลา 16.30 น. ที่วัดหนองขุนชาติ อำเภอหนองฉาง จังหวัดอุทัยธานี นางสาวณัญญา ไทยเศรษฐ์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงเกษตรและสหกรณ์ ลงพื้นที่ระดมพลจิตอาสาเข้าฉีดวัคซีนทำความสะอาดสถานที่สำคัญ ในเขตพื้นที่อำเภอหนองฉาง โดยมี ดร.อลงกต วรกี รองผู้ว่าราชการจังหวัดอุทัยธานี นายชัชวาล ไทยเศรษฐ์ สมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดอุทัยธานี เขต 2 หัวหน้าส่วนราชการ จิตอาสาพระราชทาน เจ้าหน้าที่ฝ่ายปกครอง และผู้นำท้องถิ่น ร่วมกิจกรรมฉีดวัคซีนเข้าฉีดวัคซีนทำความสะอาดบริเวณวัดหนองขุนชาติ และตลาดสดเทศบาลตำบลหนองฉาง



ศูนย์ OTOP เมืองพระชนกจักรี

ส่ง

ชำระค่าฝากส่งเป็นรายเดือน
ใบอนุญาตเลขที่ 44/21
ปทจ.อุทัยธานี

องค์การบริหารส่วนจังหวัดอุทัยธานี
ถนนศรีอุทัย อำเภอเมือง จังหวัดอุทัยธานี 61000
โทร (056) 511367 Fax : (056) 511297 www.uthaipao.go.th



บึงพระชนก