



วารสารเทศบาล ฉบับที่ ๑๙๒ ประจำเดือนธันวาคม ๒๕๖๓

นครสุราษฎร์ธานี

TALK TO THE MAYOR

จากใจนายก

พี่น้องชาวนครสุราษฎร์ธานีที่เคารพ

เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันที่ ๕ ธันวาคม อีกทั้ง เป็นวันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ผมและคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาล เจ้าหน้าที่ทุกคน ตลอดจน ชาวเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ขอโน้มรำลึกถึงพระมหากรุณาธิคุณอันหาที่สุดมิได้ พวกเราจะตั้งปณิธานมุ่งมั่นกระทำแต่ความดี บำเพ็ญตนเป็นประโยชน์ต่อชุมชนต่อสังคม เพื่อความผาสุกของชาวนครสุราษฎร์ธานีตลอดไป ผมขอแสดงความยินดีกับพ่อดีเด่นประจำปีนี้ทุกท่านที่ได้รับการยกย่อง ขอให้ท่านระลึกว่ารางวัลที่ท่านได้รับนั้น คือผลแห่งการทำความดีปรากฏแก่สังคม ชุมชนยกย่องเชิดชู จึงทำให้ได้ผลงานดีเด่นในปีนี้ ขอให้ท่านรักษาความดีนี้เพื่อให้ลูกหลานได้เป็นแบบอย่างที่ดีและภาคภูมิใจตลอดไป

เดือนธันวาคมนี้ ผมและคณะผู้บริหาร ได้มอบประติมากรรมชิ้นใหม่ให้กับชาวเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ณ ตลาดมิตรเกษม คือ “ดอกบัวผุด” เพื่อเป็นที่พักผ่อนหย่อนใจ และเป็นแลนด์มาร์คแห่งใหม่ใจกลางเมือง

สำหรับ ขณะนี้มีการแพร่ระบาดของโรคโควิด - ๑๙ ผมขอให้ชาวนครสุราษฎร์ธานีทุกท่าน “ไม่ประมาท การ์ดอย่าตก” ด้วยการสวมหน้ากากอนามัย ล้างมือบ่อยๆ กินของร้อนใช้ช้อนเอง เว้นระยะห่าง ๑ - ๒ เมตร ไม่ปกปิดข้อมูล สำหรับกิจกรรมต่างๆ ที่ผมและคณะผู้บริหารได้จัดเตรียม มอบความสุขปีใหม่ให้กับชาวเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี นั้น เทศบาลนครสุราษฎร์ธานีได้คำนึงถึงความปลอดภัยของพี่น้องประชาชนเป็นสำคัญ จึงงดการจัดงาน Count Down, กิจกรรม TAC และสวดมนต์ข้ามปี เป็นที่เสียดายอย่างยิ่ง คงไว้แต่การจัดงาน “ดอกไม้บานที่พานนริศ (Suratthani Blooming) ระหว่างวันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ - ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔ และกิจกรรมทำบุญตักบาตร วันขึ้นปีใหม่ ในวันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๔ เวลา ๐๗.๐๐ น. ณ บริเวณศาลหลักเมืองจังหวัดสุราษฎร์ธานี ในวาระดิถีขึ้นปีใหม่ ผมขออาราธนาสิ่งศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายอวยพรให้ชาวเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี พบแต่สิ่งดีๆ ในชีวิตสุขภาพแข็งแรง ตลอดไป



(นายธีระกิจ หวังมุขิตากุล)
นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี



สารบัญ

CONTENT

๐๖ | ท่าว

๐๘ | บริการด้วยใจรับใช้ประชาชน

๐๕ | ชุมชนน่าอยู่

๐๖ | ครู

๐๘ | คลัง

๐๙ | ช่างคิด ช่างทำ

๒๐ | หมอ

๒๑ | สวีทวิหระ

๒๒ | มุมนิติการ



Editor

หน้าต่างเทศบาล

วารสารเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ประจำเดือนธันวาคม นำเสนอข่าวสาร ผลการดำเนินงาน ตลอดจน กิจกรรมต่างๆ ของเทศบาล ในช่วงที่ผ่านมา เช่น นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี นำคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ ร่วมกิจกรรมเนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม เพื่อเป็นการแสดงความจงรักภักดี และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ การเปิดตลาดมิตรเกษม ที่ได้มีการปรับปรุงภูมิทัศน์บริเวณลานอเนกประสงค์ โดยได้มีการสร้างประติมากรรมบัวผุด ซึ่งเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดสุราษฎร์ธานี บริเวณตลาดมิตรเกษม ให้เป็น Land mark แห่งใหม่ และการประชาสัมพันธ์ภาษีป้ายประจำปี ๒๕๖๔ ซึ่งได้มีการกำหนดอัตราภาษีป้ายใหม่ โดยมีผลบังคับ ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๔ เป็นต้นไป

หวังเป็นอย่างยิ่งว่า การดำเนินงานของเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี จะก่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อพี่น้องประชาชน และขอขอบคุณพี่น้องประชาชน กลุ่มพลังมวลชน เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี (ชุมชน ผู้สูงอายุ อสม. แกนนำสตรี แม่บ้าน และชมรมต่างๆ) หน่วยงานภาครัฐ ภาคเอกชน ทุกหน่วยงาน ที่มีส่วนร่วมในการพัฒนาเทศบาลทุกๆ ด้าน ด้วยดีตลอดมา

ด้วยความปรารถนาดี

นายบุญณรงค์ กวีพันธ์
ปลัดเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี



Positioning

ต.น. : ผู้จัดทำ

เจ้าของ : เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ที่ปรึกษา : ปลัดเทศบาล, รองปลัดเทศบาล, พอ.สำนัก/กอง, ทุกสำนัก/กอง

จัดทำโดย : งานประชาสัมพันธ์, ฝ่ายบริการและเผยแพร่วิชาการ, กองวิชาการและแผนงาน, เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี

ที่อยู่ : 18 ถนนกักต่อนุสรณ์ อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๐๐๐ โทร. ๐-๗๗๒๐-๖๗๗๐

www.suratcity.go.th Facebook : suratthanicity

ออกแบบและจัดพิมพ์ : บริษัท สิริประเสริฐ พรินตติ้ง จำกัด โทร. ๐-๗๗๔๐-๕๒๒๘-๒๙ E-mail : stp_office2@yahooc.co.th





วันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม

นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อมคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ ร่วมกิจกรรมเนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม เพื่อเป็นการแสดงความจงรักภักดี และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ ในพิธีทำบุญตักบาตรเพื่อถวายเป็นพระราชกุศล โดยมีพระสงฆ์จำนวน ๘๙ รูป พิธีวางพานพุ่มและพิธีถวายบังคม ตลอดจน ร่วมพิธีจุดเทียนเพื่อสดุดีและน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ เพื่อแสดงความจงรักภักดี และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณที่มีต่อปวงชนชาวไทย

อย่างหาที่สุดมิได้ เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ บริเวณริมเขื่อนแม่น้ำตาปี และอาคารศูนย์กลางการประชุมสัมมนาภาคใต้ตอนบน ศาลากลางจังหวัดสุราษฎร์ธานี

ทั้งนี้ เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ได้จัดสถานที่ให้พี่น้องประชาชนได้ร่วมลงนามถวายพระพรพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม ณ บริเวณหน้ามุขสำนักงานเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี เพื่อแสดงความจงรักภักดี และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ อีกด้วย







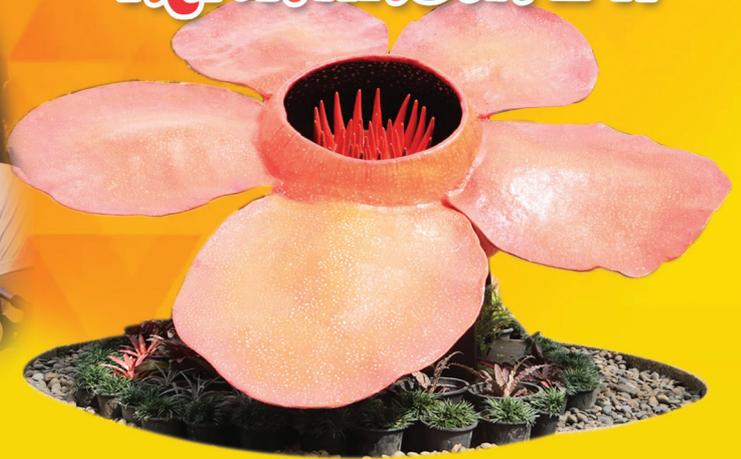
บุคคลต้นแบบในชุมชน พอดี ศรีสุราษฎร์



เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี จัดฝึกอบรมหลักสูตร “บุคคลต้นแบบในชุมชน พอดี ศรีสุราษฎร์” ตามโครงการพัฒนาระบบการเรียนรู้เพื่อสร้างชุมชนเข้มแข็งในการพัฒนาชุมชน โดยมีนายธีระกิจ หวังมุทิตาภกุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี เป็นประธานในพิธี และมอบโล่ประกาศเกียรติคุณแก่คุณพ่อต้นแบบในชุมชนและระดับเทศบาลประจำปี ๒๕๖๓ ซึ่งในปีนี้ได้มีคุณพ่อที่ผ่านการคัดเลือกจากชุมชน จำนวน ๔๔ คน เพื่อให้ประชาชนในพื้นที่เขตเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ได้มีโอกาสและตระหนักถึงคุณค่าของวันสำคัญ อีกทั้งเป็นการสร้างกำลังใจของบุคคลต้นแบบในการปฏิบัติหน้าที่คุณพ่อที่สมบูรณ์แบบทำหน้าที่เลี้ยงดูบุตรหลานให้เป็นคนดีในยุค Digital เป็นยุคที่ทุกคนต้องเรียนรู้อย่างรวดเร็วในการปรับตัวกับความก้าวหน้าพร้อมนวัตกรรมทางเทคโนโลยีที่มีผลกระทบต่อวิถีชีวิตการดำรงอยู่ของครอบครัว ทั้งนี้ได้รับเกียรติจากผู้พิพากษาหัวหน้าศาลเยาวชนและครอบครัว จังหวัดสุราษฎร์ธานี มาเป็นวิทยากรบรรยายเรื่อง “บุคคลต้นแบบในชุมชน พอดี ศรีสุราษฎร์” โดยมีคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมในพิธีเปิดการอบรมเมื่อวันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ โรงแรมวังใต้



วันดอกบัวผุด ผุดกลางเมือง@ตลาดมิตรเกษม



เมื่อวันที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๓ นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล เป็นประธานเปิดงาน "วันดอกบัวผุด ผุดกลางเมือง@ตลาดมิตรเกษม" ซึ่งมีนายชาญชัย หนุง รองประธานชมรมผู้ประกอบการแผงลอย เป็นผู้กล่าวรายงาน ซึ่งตลาดมิตรเกษมเดิมเป็นโรงฆ่าสัตว์เก่า ต่อมาได้กำหนดเป็นพื้นที่ผ่อนผันให้กับพ่อค้าแม่ค้าได้มาจำหน่ายสินค้าโดยเริ่มเปิดให้บริการเมื่อวันที่ ๒ กุมภาพันธ์ ๒๕๖๒ เป็น ๑ ใน ๓ ตลาดของชมรมผู้ประกอบการแผงลอยจำหน่ายอาหารเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี และมีการก่อสร้างลานอเนกประสงค์จากงบประมาณโครงการแปลงสินทรัพย์เป็นทุนโดยมีประชาชนมาใช้บริการจากพ่อค้าแม่ค้าและพักผ่อนหย่อนใจ ต่อมาเทศบาลนคร

สุราษฎร์ธานีได้ดำเนินการก่อสร้างประติมากรรมดอกบัวผุด ซึ่งเป็นดอกไม้ประจำจังหวัดสุราษฎร์ธานี และเป็นแลนด์มาร์คแห่งใหม่ กลางใจเมืองในเขตเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี โดยได้จัดงานภายใต้ชื่อ "ดอกบัวผุด ผุดกลางเมือง@ตลาดมิตรเกษม" ซึ่งมีพ่อค้าแม่ค้าได้ร่วมกันจัดกิจกรรม "เซ็คอินกินฟรี" กว่า ๓๐๐ รายการ ทั้งนี้ มีคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และประชาชน ร่วมเปิดงาน "วันดอกบัวผุด ผุดกลางเมือง @ตลาดมิตรเกษม" ณ ลานอเนกประสงค์ตลาดมิตรเกษม



วารสารเทศบาล นครสุราษฎร์ธานี

ลงพื้นที่ช่วยเหลือ และให้กำลังใจพี่น้องประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากฝนตกหนักอย่างต่อเนื่อง



นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อม คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ เจ้าหน้าที่เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี และประธานชุมชน ลงพื้นที่ให้การช่วยเหลือ และให้กำลังใจพี่น้องประชาชนที่ได้รับผลกระทบจากฝนตกหนักอย่างต่อเนื่อง พร้อมหาแนวทางแก้ไขปัญหพื้นที่ที่ยังได้รับผลกระทบจากน้ำท่วมขัง ต้นไม้ล้ม ดินสไลด์ ขยะอุดตัน ท่อระบายน้ำ การกำจัดผักตบชวาที่ปิดกั้นทางน้ำ ในเขตเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี







ประชุมคณะกรรมการ พัฒนาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี

นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการพัฒนาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ครั้งที่ ๖ เพื่อรับรองรายงานการประชุม ครั้งที่ ๕/๒๕๖๓ ประชุมเมื่อวันที่ ๑๙ ตุลาคม ๒๕๖๓ พร้อมเรื่องการพิจารณาร่างแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) เพิ่มเติม ครั้งที่ ๑๑ และเรื่องการพิจารณาร่างแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. ๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) เปลี่ยนแปลง ครั้งที่ ๗ โดยมีสมาชิกสภาเทศบาล รองปลัดเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องประชุม เมื่อวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมชั้น ๒ สำนักงานเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี



ประชุมเตรียมการจัดงานประเพณี วันขึ้นปีใหม่ ประจำปี ๒๕๖๔

เมื่อวันที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๖๓ นางพิพิตน์ วัฒนาวีรชัย รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี เป็นประธานประชุมเตรียมการจัดงานประเพณีวันขึ้นปีใหม่ ประจำปี ๒๕๖๔ มีคณะผู้บริหาร หัวหน้าส่วนราชการ ผู้อำนวยการสถานศึกษาในเขตเทศบาลฯ และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องเข้าร่วมประชุม เพื่อหารือในการเตรียมจัดงานประเพณีวันขึ้นปีใหม่ ประจำปี ๒๕๖๔ เพื่อเป็นการอนุรักษ์และสืบทอดประเพณีอันดีงามให้คงอยู่สืบไป โดยจะมีกำหนดจัดกิจกรรมวันพฤหัสบดี ที่ ๓๑ ธันวาคม ๒๕๖๓ พิธีสวดมนต์ข้ามปี ณ บริเวณศาลหลักเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี และ ในวันศุกร์ที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๔ พิธีทำบุญตักบาตรข้าวสารอาหารแห้ง ณ บริเวณศาลหลักเมือง จังหวัดสุราษฎร์ธานี



ร่วมพิจารณาลงนามในบันทึกข้อตกลง ความร่วมมือการส่งเสริมดิจิทัล

เมื่อวันที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๖๓ นายเอกพจน์ ยอดพินิจ รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี ร่วมพิจารณาลงนามในบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการส่งเสริมดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมในภูมิภาคอย่างยั่งยืนในพื้นที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี โดยมีนายศักดิ์พร รัตนสุภา รองผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานีเป็นประธาน เพื่อจัดทำแผนการพัฒนาดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมของจังหวัดอย่างยั่งยืน และแผนพัฒนาเมืองอัจฉริยะ (Smart City) ของจังหวัดสนับสนุน และยกระดับทักษะให้บุคลากรทั้งภาครัฐ เอกชน และประชาชนทั่วไป ส่งเสริมการประยุกต์ใช้เทคโนโลยีหรือนวัตกรรมดิจิทัลในภาคอุตสาหกรรมภาคการเกษตร ภาคธุรกิจ และให้ประชาชนเข้าถึงการใช้เทคโนโลยีและนวัตกรรมดิจิทัล เพื่อลดต้นทุนและสร้างโอกาสด้านรายได้ ณ ห้องประชุมตึก ๔ ศาลากลางจังหวัดสุราษฎร์ธานี



ลงพื้นที่แยกท่ากูป ถนนเฉลิมพระเกียรติ

เมื่อวันที่ ๑๔ ธันวาคม ๒๕๖๓ นายเอกพจน์ ยอดพินิจ รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อมด้วยปลัดเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ลงพื้นที่แยกท่ากูป ถนนเฉลิมพระเกียรติ เนื่องในโอกาสสมโภชกรุงรัตนโกสินทร์ ๒๕๖๒ ถนนศรีสุราษฎร์ โดยมีนายศักดิ์พร รัตนสุภา รองผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ร่วมลงพื้นที่ เพื่อเตรียมพร้อมรับเสด็จพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี ในโอกาสเสด็จพระราชดำเนินพระราชทานปริญญาบัตรแก่ผู้สำเร็จการศึกษาจากมหาวิทยาลัยราชภัฏ เขตภาคใต้ ประจำปี ๒๕๕๙-๒๕๖๐ ระหว่างวันที่ ๑๕-๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ หอประชุมมหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี



พิธีสวดพระพุทธรมณฑ์ เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล

เมื่อวันที่ ๑ ธันวาคม ๒๕๖๓ นางพิพิศน์ วัฒนาวีรชัย รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อมด้วยคณะครูโรงเรียนในสังกัดเทศบาลฯ เข้าร่วมพิธีสวดพระพุทธรมณฑ์ โดยมีนายวิฑูรย์ จินโต ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานในพิธีพร้อมจุดธูปเทียนแพ เบื้องหน้าพระบรมฉายาลักษณ์ เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ ซึ่งมีข้าราชการและประชาชน ร่วมพิธีเป็นจำนวนมาก ณ ศาลาการเปรียญวัดสมหวัง



นิทรรศการพระบรมฉายาลักษณ์ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ ๙)



เมื่อวันที่ ๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ร่วมกับชมรมผู้ประกอบการตลาดสะพานโค้ง ๑๐๐ ปี จัดนิทรรศการพระบรมฉายาลักษณ์ เพื่อน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร (รัชกาลที่ ๙) เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพพระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร วันชาติ และวันพ่อแห่งชาติ ๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ โดยมีเจ้าหน้าที่เทศบาลผู้ประกอบการตลาดสะพานโค้ง ๑๐๐ ปี และประชาชนร่วมจุดเทียนเพื่อสวดติพระเกียรติคุณ และน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณฯ ณ ตลาดสะพานโค้ง ๑๐๐ ปี



แสดงผลเชิงสัญลักษณ์ในการ ต่อต้านการทุจริตคอร์รัปชัน

เมื่อวันที่ ๙ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ สำนักงานเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี นายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี นำคณะผู้บริหาร หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และเจ้าหน้าที่ ร่วมแสดงผลเชิงสัญลักษณ์ในการต่อต้านการทุจริตคอร์รัปชัน โดย UN ได้ประกาศให้วันที่ ๙ ธันวาคมของทุกปี เป็นวันต่อต้านการทุจริตสากล หรือ วันต่อต้านคอร์รัปชันสากล (International Anti-Corruption Day) ทั้งนี้เพื่อสร้างความตระหนักของคนในเรื่องการทุจริต อันส่งผลกระทบต่อความมั่นคงรวมไปถึงการทำลายรากฐานของประชาธิปไตย



ร่วมวางพวงมาลาและร่วมพิธี “วันวิญญาน” ประจำปี ๒๕๖๓

เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี โดยนายทรงยศ ยอดดนตรี รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อมนางพิพิศน์ วัฒนาวีรชัย รองนายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี ร่วมวางพวงมาลาและร่วมพิธี “วันวิญญาน” ประจำปี ๒๕๖๓ ซึ่งวันที่ ๘ ธันวาคม ของทุกปี สมาคมศิษย์เก่าโรงเรียนสุราษฎร์ธานี และองค์กรต่างๆ ของโรงเรียนสุราษฎร์ธานี กำหนดจัดขึ้นเพื่อรำลึกถึงวีรกรรมความเสียสละของครูถ้ำยอง วิศุภกาญจน์ และวีรชนผู้เสียสละในสงครามมหาเอเซีย-บูรพา โดยมีนายประเวศ ไทยประยูร รองผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานในพิธี เมื่อวันที่ ๘ ธันวาคม ๒๕๖๓ ณ อนุสาวรีย์คุณครูถ้ำยอง โรงเรียนสุราษฎร์ธานี



ประชุมสภาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี สมัยสามัญ สมัยที่ ๔ ครั้งที่ ๑ ประจำปี ๒๕๖๓

เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ดำเนินการประชุมสภาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี สมัยสามัญ สมัยที่ ๔ ครั้งที่ ๑ ประจำปี ๒๕๖๓ โดยนายประเสริฐ ทับทิมทอง เป็นประธานการประชุมสภาเทศบาลฯ และนายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี พร้อมคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล ผอ.สำนัก/กอง พนักงานเทศบาล และผู้ที่เกี่ยวข้องเข้าร่วม ณ ห้องประชุมสภาเทศบาล ชั้น ๒ เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี เมื่อวันที่ ๑๗ ธันวาคม ๒๕๖๓ ซึ่งสภาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ได้ดำเนินการพิจารณาวาระต่าง ๆ ๒๗ วาระ อาทิ เรื่องรับรองรายงานการประชุมเรื่องรายงานการใช้จ่ายเงินอุดหนุนเฉพาะกิจเงินกู้ เงินจ่ายขาดจาก เงินสะสมต่อสภาท้องถิ่น, เรื่องญัตติอนุมัติ ใช้เงินบำรุงศูนย์บริการสาธารณสุข เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี เพื่อจัดซื้อครุภัณฑ์วิทยาศาสตร์หรือการแพทย์ ครุภัณฑ์สำนักงานและครุภัณฑ์คอมพิวเตอร์ เพื่อใช้ปฏิบัติงานที่ศูนย์บริการสาธารณสุขเทศบาลฯ และวาระเรื่องอื่นๆ โดยมีสมาชิกสภาเทศบาล ได้เสนอปัญหาความเดือดร้อนของพี่น้องประชาชนที่ต้องได้รับการแก้ไขปัญหาและบรรเทาความเดือดร้อนอย่างเร่งด่วน เพื่อพัฒนาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานีในด้านต่าง ๆ







สถานธนานุบาล เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี

“บริหารโปร่งใส มั่นคงปลอดภัย ใส่ใจบริการ”



“ประเด็นสำคัญที่คุณจะต้องเข้าสถานธนานุบาล ฯ (โรงรับจำนำ)” นั่นก็เพราะไม่ยุ่งยากไม่ซับซ้อนอะไรมากมาย สามารถรับเงินได้ทันทีหลังจำนำทรัพย์สิน และไม่ต้องเตรียมเอกสารอะไร ให้ง่ายๆ มีเพียงบัตรประชาชนหนึ่งใบ ก็สามารถจำนำสินค้าได้แล้ว และอัตราดอกเบี้ยของสถานธนานุบาล ฯ เมื่อเทียบกับแหล่งเงินกู้อื่น มีอัตราที่ต่ำกว่ามาก โดยคิดอัตราดอกเบี้ยเป็น ๒ ช่วง

- เงินต้นไม่เกิน ๕,๐๐๐ บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ ๐.๕๐ บาท/เดือน
- เงินต้นเกินกว่า ๕,๐๐๐ บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ ๑.๐๐ บาท/เดือน



การให้ราคารับจำนำ ทรัพย์สินรับจำนำประเภททองคำให้ราคาสูงถึงร้อยละ ๘๐ ของมูลค่าตลาด ณ วันที่รับจำนำ รองลงมา ก็จำพวกอัญมณี, นาฬิกาแบรนด์ต่างๆ, โน้ตบุ๊ก, แว่นตา, ปากกา, กระเป๋า, เครื่องใช้ไฟฟ้า, เครื่องมือช่าง เป็นต้น ได้ราคาอยู่ประมาณ ๕๐% - ๘๐% ของราคาต้นทุน โดยที่ทางสถานธนานุบาลจะมีเจ้าหน้าที่ประเมินราคาสินค้าที่ท่านนำมาจำนำ และหากท่านสงสัยประการใดสามารถติดต่อสอบถามกับเจ้าหน้าที่ได้โดยตรง



สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมที่ ๐-๗๗๒๗-๒๓๕๐

ติดต่อได้

๑. ด้วยตนเอง
๒. จดหมาย สังกัด “ศูนย์ดำรงธรรม เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี”
เลขที่ ๑๘ ก.กักตื้ออนุสรณ์ ๓.๓๓๓ อ.เมือง จ.สุราษฎร์ธานี ๘๔๐๐๐
๓. โทรศัพท์ หมายเลข ๐-๗๗๒๓๘-๑๐๔๔ / ๐-๗๗๒๓๗-๒๓๕๑๓ ต่อ ๖๐๒ หรือ
๔. โทรสาร หมายเลข ๐-๗๗๒๓๘-๑๐๔๔
๕. เว็บไซต์ www.Surathani.go.th
๖. สื่อออนไลน์



ศูนย์ดำรงธรรม
เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี



เตรียมความพร้อมผู้สูงอายุ สู่สังคมสูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ



เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้ความเข้าใจในหลักการเข้าสู่วัยผู้สูงอายุเต็มรูปแบบและวิธีการพัฒนาศักยภาพของตนเองอย่างต่อเนื่อง มีโอกาสเข้าถึงบริการทางสังคมต่างๆ สามารถปรับตัวให้ทันกับการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและเทคโนโลยี กองสวัสดิการสังคม เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ได้จัดทำโครงการส่งเสริมคุณภาพชีวิตและศักยภาพผู้สูงอายุในชุมชน หลักสูตร “การเตรียมความพร้อมให้กับผู้สูงอายุในการเป็นสังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบสู่การพัฒนาศักยภาพของชมรมผู้สูงอายุให้มั่นคงยิ่งขึ้น” โดยมีการจัดอบรมเชิงปฏิบัติการ ณ ห้องประชุมโรงเรียนเทศบาล ๕ เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ซึ่งมีกิจกรรมเสวนาแลกเปลี่ยนเรียนรู้ในประเด็น “การเตรียมความพร้อมสู่สังคมผู้สูงอายุอย่างสมบูรณ์แบบ” และ “การพัฒนาคุณภาพชมรมผู้สูงอายุให้เกิดความมั่นคงและยั่งยืน” โดยวิทยากรมากประสบการณ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สอรัฐ มากบุญ และนายเรืองเดช จิตต์รัตน์ และมีการศึกษาเรียนรู้นอกสถานที่ ระหว่างวันที่ ๒๕ - ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ณ โรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมวกเหล็ก จังหวัดสระบุรี - ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตเทศบาลเมืองบึงยี่โถ จังหวัดปทุมธานี - เทศบาลตำบลจอมบึง จังหวัดราชบุรี และ เทศบาลเมืองชะอำ จังหวัดเพชรบุรี เพื่อเป็นแนวทางในการดำเนินงานศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุให้เกิดความมั่นคง นำไปสู่การพัฒนาคุณภาพผู้สูงอายุ เตรียมความพร้อมสู่สังคมอายุยืนต่อไป



09 โรงเรียนเทศบาล ๑ (แดงอ่อนแปดมิวิทยา)

ผู้บังคับบัญชาลูกเสือ ลูกเสือและเนตรนารี โรงเรียนเทศบาล ๑ (แดงอ่อนแปดมิวิทยา) ร่วมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์โดยพร้อมเพรียงกัน ในงาน “วันสมเด็จพระมหาธีรราชเจ้า” ประจำปี ๒๕๖๓ เนื่องในวันคล้ายวันสวรรคตแห่งพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว พระผู้พระราชทานกำเนิดลูกเสือไทย ณ สวนหลวง ร.๙ สุราษฎร์ธานี เมื่อวันที่ ๒๕ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ที่ผ่านมา



คณะกรรมการสถานศึกษาขั้นพื้นฐานคณะครู และบุคลากร โรงเรียนเทศบาล ๓ (ตลาดล่าง) เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ขอแสดงความยินดีกับทีม “THE SHARK” จากโรงเรียนเทศบาล ๓ (ตลาดล่าง) ได้รับรางวัลชนะเลิศ “แชมป์ภาคใต้” จากการแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEENDANCERCISE THAILAND CHAMPIONSHIP ๒๐๒๑ รุ่น PreTeenage ณ ศูนย์การค้าจังซีลอน จังหวัดภูเก็ต เมื่อวันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ซึ่งนำทีมโดย นางสาวสิริสมบุรณ์ อุ่เงิน ผู้อำนวยการสถานศึกษาโรงเรียนเทศบาล ๓ (ตลาดล่าง) ทั้งนี้ได้เป็นตัวแทนของภาคใต้ เข้าร่วมแข่งขัน TO BE NUMBER ONE TEEN DANCERCISE THAILAND CHAMPIONSHIP ๒๐๒๑ รุ่น Pre Teenage ซึ่งถ้วยพระราชทานทูลกระหม่อมหญิงอุบลรัตนราชกัญญาสิริวัฒนาพรรณวดี ในเดือนมกราคม



0๒ โรงเรียนเทศบาล ๓ (ตลาดล่าง)



03 โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดโพธารวาส)

นายรุ่งโรจน์ สันต์พัฒน์ดา นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ ๕ โรงเรียนเทศบาล ๔ (วัดโพธารวาส) เข้าร่วมการแข่งขันหมากฮอสไทย รุ่นอายุไม่เกิน ๑๘ ปี ชาย รายการ "หมากฮอสสวนสุนันทาโอเพ่น" ยาวชนชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย ครั้งที่ ๑ ได้รับรางวัลชนะเลิศ ได้รับถ้วยรางวัล และเงินรางวัล จำนวน ๓,๐๐๐ บาท จากนายกสมาคมกีฬา กีฬาแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ การแข่งขันจัดขึ้นระหว่างวันที่ ๗ - ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ณ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนสุนันทา



ลูกยางสาว ท.๕ คิวรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑

๐๔ โรงเรียนเทศบาล ๕

โรงเรียนเทศบาล ๕ เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี โดยนางสาวรัตนา บัวเพชร ผู้อำนวยการสถานศึกษา จัดส่งกีฬาโอลิมปิกบอลในร่ม เข้าร่วมแข่งขันรายการ “SURAT MINI VOLLEYBALL INVITATION ๒๐๒๐” ณ โรงแรมเนชั่นไฮม์ ๒ มหาวิทยาลัยราชภัฏสุราษฎร์ธานี เมื่อวันที่ ๒๔ - ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ซึ่งผลปรากฏว่า นักtblูกยาง ท.๕ ได้รับรางวัลรองชนะเลิศอันดับ ๑ โดยมี นายประพาร เพชรรัตน์ ตำแหน่งวิทยฐานะครูชำนาญการพิเศษ และนายสุรบดี จริตงาม เป็นผู้ฝึกสอน ทั้งนี้ นำความภาคภูมิใจและชื่อเสียงมาสู่โรงเรียน



๐๕ โรงเรียนกีฬา เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี

แผนกกีฬาเทควันโด โรงเรียนกีฬาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ร่วมกับสโมสร SADUDEE TAEWONDO ได้จัดการแข่งขันเทควันโดโอเพ่นนครสุราษฎร์ธานี ประจำปี ๒๕๖๓ ซึ่งถ้วยผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี ในวันเสาร์ ที่ ๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ณ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซาสุราษฎร์ธานี ฮอลล์ ชั้น ๔ จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้รับเกียรติจากนายสุทธิพงษ์ คล้ายอุดม รองผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานในพิธีเปิด และได้รับเกียรติจากนายธีระกิจ หวังมุทิตากุล นายกเทศมนตรีนครสุราษฎร์ธานี กล่าวต้อนรับคณะนักกีฬา ที่เดินทางมาแข่งขันจากทั่วประเทศ โดยการแข่งขันในครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชน ได้มีทางเลือกในการเล่นเทควันโดเพื่อเผยแพร่ให้เป็นที่รู้จัก การใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลยาเสพติด และเพื่อประชาสัมพันธ์และค้นหานักกีฬาเข้าศึกษาต่อโรงเรียนกีฬาเทศบาลนครสุราษฎร์ธานี พร้อมทั้งเปิดโอกาสให้เยาวชนเยาวชน ได้มีรายการการแข่งขันที่ได้มาตรฐาน และส่งเสริมให้นักกีฬาไปสู่ระดับทีมชาติไทย



การอบรมโครงการเสริมสร้างประสิทธิภาพพนักงานครูเทศบาลและบุคลากรทางการศึกษา ในหลักสูตร “การพัฒนาศักยภาพครูผู้สอนภาษาอังกฤษ ตามกรอบการประเมินความสามารถทางภาษา (CEFR)” ในวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ณ ห้องประชุมสุวรรณภูมิจังหวัดสุราษฎร์ธานี ๕ ผู้เข้ารับการอบรมเป็นครูผู้สอนภาษาอังกฤษ โรงเรียนในสังกัดทุกโรงเรียน จำนวนผู้เข้ารับการอบรมทั้งหมด ๓๕ คน เพื่อเป็นการเสริมสร้างความรู้และทักษะในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนภาษาอังกฤษ

๐๖ สำนักการศึกษา หน่วยงานศึกษานิเทศก์



ประชาสัมพันธ์ภาษีป้าย ประจำปี ๒๕๖๔
อัตราภาษีป้ายใหม่
มีผลบังคับ ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๔
เป็นต้นไป



กฎกระทรวงกำหนดอัตราภาษีป้าย
พ.ศ. ๒๕๖๓



เป้าหมาย

ในชีวิตคนเรากำหนดเป้าหมายก็เหมือนกับการกำหนดความสำเร็จไว้ครั้งหนึ่งแล้ว เพราะถ้าหากเรามีเป้าหมาย เราก็ต้องมีความพยายาม เกิดแนวคิด ทวีวิธีการ เพื่อไปให้ถึงจุดหมายหรือเป้าหมายที่วางไว้ ในหลายๆ โครงการที่ได้กำหนดไว้ บางครั้ง บางคน คิดว่ามันจะง่ายไปเสียทุกอย่างแต่สรุปแล้ว พบว่ายังมีปัจจัยต่างๆ อีกมากมายที่เราต้องฝ่าฟันเพื่อให้พบกับความสำเร็จ

กับอีกหนึ่งโครงการเพื่อสร้างความสุขให้กับประชาชนในช่วงเทศกาลปีใหม่ พ.ศ. ๒๕๖๔ กับงานดอกไม้บานที่พานนริศ (SURATTHANI BLOOMING ๒๐๒๐) ในช่วงระหว่างวันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๓ - ๑๕ มกราคม ๒๕๖๔ ณ บริเวณสะพานนริศ สำนักการช่าง ฝ่ายส่งเสริมการเกษตร ได้วางแผนเพื่อเพาะพันธุ์ไม้ดอกไม้ นานาพันธุ์มากกว่าแสนต้น ณ แปลงปลูกดอกไม้บริเวณสวนหลวง ร.๙ เพื่อใช้ประดับตกแต่งภายในงานดอกไม้บานที่พานนริศ รวมถึงการออกแบบรูปแบบการตกแต่งเพื่อให้เกิดความสวยงาม สร้างสีสันให้เมืองสุราษฎร์ธานี



โครงการดอกไม้บานที่พานนริศ SURATTHANI BLOOMING ๒๐๒๐



วารสารเทศบาล นครสุราษฎร์ธานี



โครงการอบรมและพัฒนาศักยภาพ แกนนำสุขภาพชุมชน

วันที่ ๒๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ งานสุขภาพภาคประชาชน สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี จัดอบรมและศึกษาดูงานตามโครงการอบรมและพัฒนาศักยภาพแกนนำสุขภาพชุมชน เพื่อพัฒนาศักยภาพแกนนำสุขภาพชุมชน รวมถึงพัฒนาการสร้างนวัตกรรม การดูแลสุขภาพเพื่อนำไปใช้ในการปฏิบัติทำงานให้เกิดประโยชน์แก่ประชาชนในเขตเทศบาล โดยจัดอบรม ณ ภัตตาคารป๊อปปายะวิภาวดี และศึกษาดูงานภาคตะวันออก ในวันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๖๓ ถึงวันที่ ๔ ธันวาคม ๒๕๖๓



ตรวจประเมินภาวะโภชนาการและเฝ้าระวังส่งเสริม พัฒนาการเด็กก่อนวัยเรียนและเด็กปฐมวัย

ในช่วงเดือนพฤศจิกายน ๒๕๖๓ ที่ผ่านมา งานส่งเสริมสุขภาพ สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครสุราษฎร์ธานี ได้ดำเนินการตรวจประเมินภาวะโภชนาการและเฝ้าระวังส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ก่อนวัยเรียนและเด็กปฐมวัย ให้แก่ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กในเขตเทศบาล ประกอบด้วยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านบางหลา ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโรงเรียนเทศบาล ๔ (โพธารวาส) และศูนย์พัฒนาเด็กเล็กโรงเรียนวัดโพธิ์นimit โดยมีกิจกรรมการชั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูงวัดรอบศีรษะ ประเมินผลโดยเทียบกับกราฟโภชนาการ และการประเมินพัฒนาการตามคู่มือเฝ้าระวังและส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย (DSPM) ๕ ด้าน ได้แก่ พัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว พัฒนาการด้านกล้ามเนื้อมัดเล็ก และสติปัญญา พัฒนาการด้านการเข้าใจภาษาและพัฒนารด้านการช่วยเหลือตนเองและสังคมพร้อมให้คำแนะนำเกี่ยวกับพฤติกรรมกรรมการดูแลสุขภาพตามความเหมาะสมของช่วงวัย



โรคร้าย ที่มากับ น้ำท่วม

โรคฉี่หนู

มีไข้สูง ปวดกล้ามเนื้อ ปวดหลัง ปวดศีรษะมาก ตาแดง เจ็บคอ เบื่ออาหาร

ป้องกัน สวมรองเท้าบูทยาง กันน้ำทำความสะอาดที่เท้า ไม่ให้เป็นแหล่งอาศัยของหนู

โรคน้ำกัดเท้าจากเชื้อรา แผลพุพองเป็นหนอง

เท้าเปื่อยเป็นหนอง คันตาม ซอกนิ้วเท้า ผิวหนังลอก เป็นขุย ผิวหนังพุพอง อักเสบ

ป้องกัน เช็ดเท้าให้แห้ง หากมีบาดแผลควรรักษา แอลกอฮอล์เช็ดทายาฆ่าเชื้อ

โรคทางเดินหายใจ

ครั่นเนื้อครั่นตัว ปวดศีรษะ มีไข้ คัดจมูก มีน้ำมูก ไอ จาม เจ็บคอ ปวดเมื่อยตามร่างกาย อ่อนเพลีย

ป้องกัน หลีกเลี่ยงการแช่น้ำ นาน ไม่สวมเสื้อผ้าเปียกชื้น ปิดปากปิดจมูกด้วยผ้า

โรคตาแดง

ระคายเคือง ปวดตา กลัวแสง น้ำตาไหล มีขี้ตามาก หนังตาบวม เยื่อตาขาว อักเสบแดง

ป้องกัน ไม่ใช้สิ่งของร่วมกับ สิ่งสกปรกเข้าตา รับล้างด้วย น้ำสะอาดทันที

โรคไข้เลือดออก

ไข้สูง เบื่ออาหาร อาเจียน ปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ ตัวแดง หรือจุดเลือดตามผิวหนัง เมื่อไข้ลด มือเท้าเย็น บัสสาวะน้อย ซีด

ป้องกัน อย่าให้ยุงกัด ทายากันยุง อย่าปล่อยให้ ภาชนะต่างๆ ภายในบ้านมีน้ำขัง

สงสัยว่าจะเป็นโรคต่างๆ เหล่านี้ให้รีบปรึกษาแพทย์





เรื่องของวิตามิน

เห็นสาว ๆ หลาก ๆ ท่าน หรือแม่แต่หนุ่ม ๆ หรือคนทุกเพศทุกวัยสมัยนี้ ชอบหาซื้อวิตามินในลักษณะอัดเม็ดบรรจุขวดมารับประทานกันโดยระบุผลิตภัณฑ์ตามท้องตลาดว่าผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร อันนี้ก็แล้วแต่ความความคิดเห็นส่วนตัวและกำลังทรัพย์ของแต่ละคนที่จะหาซื้อมารับประทานกัน แต่ถ้าหากเราไม่รับประทานวิตามินแบบอัดเม็ดบรรจุขวดละ อาหารที่เราบริโภคทุกวันนี้ก็จำเป็นจะเป็นแหล่งวิตามินที่ดีเลยเชียวนะ สัปดาห์นี้เลยนำเรื่องราวของวิตามินรวมทั้งประโยชน์และโทษหากได้รับมากเกินไปมาฝากกันค่ะ ตามนี้เลย

วิตามิน	คุณประโยชน์	อาหารที่เป็นแหล่งวิตามิน	ผลกระทบหากขาดวิตามิน	ผลกระทบหากได้รับมากเกินไป
วิตามินซี (C)	มีสารต่อต้านอนุมูลอิสระ ช่วยให้ผิวพรรณสวย สดใส ลดเลือนจุดต่างดำ รอยสิ่ว ช่วยปกป้องและฟื้นฟูผิว จากแสงแดด ช่วยในเรื่อง การสร้างคอลลาเจนในชั้นผิว ช่วยลดริ้วรอยบนใบหน้า ช่วยให้ผิวเต่งตึง	ผักและผลไม้ ผักที่พบมาก ได้แก่ ดอกกะหล่ำ กะหล่ำปลี ขึ้นฉ่าย ต้นหอม ถั่วลิสง เต้าหู้ เต้าหู้ขาว ไขมันสำหรับหลัง ไบโอมะระจีน ผักกาดขาว ผักกาดเขียวปลี ผักโขม ผักคะน้า ผักชี ผักบุ้ง มะรุ้ม เซอร์รี่ ส้มต่างๆ มะนาว ฝรั่ง มะขามป้อม มะเขือเทศ มะละกอ ส้มโอ และ สตรอว์เบอร์รี่ เป็นต้น	จะเป็นโรค ลักปิดลักเปิด ผิวพรรณไม่เปล่งปลั่ง มีรอยหมองคล้ำ	จะปวดท้องเกร็ง ท้องเสีย คลื่นไส้ ซึ่งเกิดจากระบบย่อยอาหารไม่สามารถดูดซึมวิตามินซีได้อย่างมีประสิทธิภาพ และยังมี ความเสี่ยงที่จะเป็นโรคนิวโมโตมาซีส
วิตามินอี (E)	วิตามินอีเป็นวิตามินสำคัญที่ร่างกายต้องได้รับ ซึ่งช่วยป้องกันการแตกของเม็ดเลือดแดง ป้องกันการเกิดลิ่มเลือดและการอุดตันของเส้นเลือด วิตามินอีเปรียบเสมือนฟองน้ำที่คอยดูดซับอนุมูลอิสระ	วิตามินอีพบมากทั้งในเนื้อเยื่อของสัตว์และในพืชแต่จะพบมากในน้ำมันของพืช เช่น น้ำมันดอกคำฝอย น้ำมันเมล็ดฝ้าย น้ำมันจมูกข้าวสาลี น้ำมันข้าวโพด น้ำมันมะกอก น้ำมันมะพร้าว น้ำมันคาโนลา และน้ำมันรำ นอกจากนี้ยังพบในอัลมอนต์ บร็อคโคลี่ เฮเซลนัต กีวี มะม่วง เนยถั่ว ผักโขม เมล็ดทานตะวัน และมะเขือเทศ อีกทั้งยังพบในเนื้อ เนย และไข่อีกด้วย	จะส่งผลต่อระบบ การไหลเวียนเลือด แต่หากขาดวิตามินอีมากๆ อาจทำให้ตับ และไตถูกทำลาย	จะก่อให้เกิดอาการคลื่นไส้ อ่อนเพลีย ซึม ปวดท้อง สายตาพร่ามัวและหากได้รับมากกว่านี้จะทำให้กล้ามเนื้อไม่มีแรง มุมปาก และริมฝีปากอักเสบได้เหมือนกัน
วิตามินบีรวม	เป็นสารอาหารที่ช่วยบำรุงร่างกายและระบบประสาท เราจึงจำเป็นต้องรับประทานเพื่อบำรุงสุขภาพและฟื้นฟูร่างกายทุกวัน	วิตามินบีพบได้ในอาหารมากมายหลายชนิด โดยพบมากในข้าวกล้อง จมูกข้าวสาลี นมถั่วเหลือง ถั่วลิสง งา เมล็ดทานตะวัน เห็ด ผักใบเขียว ไข่ไก่ เนื้อไก่ ตับ ปลาหูฉลาม เนื้อหมู ปลาแซลมอน เนื้อวัว และเครื่องในสัตว์	ในกรณีวิตามินบีรวม ไม่พบข้อมูล กรณีขาด มีเพียงการระบุว่า ผลข้างเคียงของการใช้วิตามินบีรวมที่พบได้ทั่วไป คือ ปัสสาวะ มีสีเหลืองเข้มและสว่างขึ้น ซึ่งเป็นมาจากการขับวิตามินส่วนเกินออก	อาเจียน ผื่นขึ้น เวียนศีรษะ หรือตบอักเสบ

แหล่งข้อมูลอ้างอิง
 Beau_Monde. (๒๕๖๑). "๗ วิตามิน ช่วยบำรุงร่างกาย ควรกินตอนไหน ให้ได้ประโยชน์สูงสุด" [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://women.trueid.net/detail/MVYe18EN8eKV> (๗ ธันวาคม ๒๕๖๓)
 BEAUTY+HEALTH. . (๒๐๒๐). "๗ วิตามิน สร้างสวยสำหรับ "ผู้หญิง". [ระบบออนไลน์]. แหล่งที่มา <https://www.thairath.co.th/women/beauty/health/๑๗๗๐๕๖๑> (๔ ธันวาคม ๒๕๖๓)

ยังมีในส่วนของวิตามินอื่นๆ อีกหลายตัวไว้อ่านต่อฉบับหน้า



ทรัพย์สินที่ไม่สามารถยึด หรืออายัดได้

พระราชบัญญัติแก้ไขเพิ่มเติม

ประมวลกฎหมายวิธีพิจารณาความแพ่ง (ฉบับที่ ๓๐) พ.ศ.๒๕๖๐

ทรัพย์สิน (มาตรา ๓๐๑)



๑

เครื่องนุ่งห่ม นอนหลับ
เครื่องใช้ในครัวเรือน เครื่องใช้ส่วนตัว
ที่มีราคา รวมกัน
ไม่เกินประเภทละ
สองหมื่นบาท

๒

สัตว์ สิ่งของ เครื่องมือ
เครื่องใช้ ในการประกอบอาชีพ
หรือวิชาชีพที่จำเป็นในการเลี้ยงชีพ
ของลูกหนี้ ที่มีราคา
ประมาณรวมกัน ไม่เกิน
หนึ่งแสนบาท



๔

ทรัพย์สินที่มีลักษณะ
เป็นของส่วนตัวโดยแท้



๓

สัตว์ สิ่งของ เครื่องใช้
และอุปกรณ์ ที่จำเป็นต้องใช้
ทำหน้าที่หรือแทนอวัยวะ
ของลูกหนี้
ตามคำพิพากษา

๕

ทรัพย์สินที่โอนกันไม่ได้
ตามกฎหมาย



เงิน (มาตรา ๓๐๒)



๑. เบี้ยเลี้ยงชีพซึ่งกฎหมายกำหนดไว้

๒. เงินรายได้เป็นคราวๆ ซึ่งบุคคลภายนอกได้ยกให้เพื่อเลี้ยงชีพ
จำนวนไม่เกินเดือนละสองหมื่นบาท

๓. เงินเดือน ค่าจ้าง บำเหน็จ บำนาญ เบี้ยหวัด หรือรายได้อื่นใดในลักษณะ
เดียวกันของข้าราชการ เจ้าหน้าที่หรือลูกจ้างในหน่วยราชการ

๔. เงินเดือน ค่าจ้าง บำนาญ ค่าชดใช้ เงินสงเคราะห์หรือรายได้อื่นใด
ในลักษณะเดียวกันของพนักงาน ลูกจ้างในหน่วยงานอื่นๆ ที่มีใช้
หน่วยราชการเป็นจำนวนรวมกันไม่เกินเดือนละสองหมื่นบาท

๕. บำเหน็จหรือค่าชดเชยหรือรายได้อื่นใดในลักษณะเดียวกันของพนักงานลูกจ้าง
ในหน่วยงานอื่นๆ ที่มีใช้หน่วยราชการเป็นจำนวนไม่เกินสามแสนบาท

๖. เงินฌาปนกิจสงเคราะห์ที่ลูกหนี้ ได้รับอันเนื่องมาจากความตาย
ของบุคคลอื่นเป็นจำนวนตามที่จำเป็นในการดำเนินการฌาปนกิจศพ
ตามฐานะของผู้ตายที่เจ้าพนักงานเห็นสมควร



ที่มา : กระทรวงยุติธรรม

สนใจสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ โทร ๐-๒๕๘๑-๕๕๕๕ หรือสายด่วน ๑๑๑๑ กด ๗๕



สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

พระราชกรณียกิจอันโดดเด่น ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙

พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ทรงเป็นพระมหากษัตริย์ที่เปี่ยมด้วยพระอัจฉริยภาพและความสามารถ พระองค์ทรงอุทิศพระวรกายในการประกอบพระราชกรณียกิจ ตลอด ๗๐ ปีที่ทรงครองราชสมบัติ ซึ่งพระราชกรณียกิจที่โดดเด่นของพระองค์ มีดังต่อไปนี้

๑. โครงการแก่งดิน แก่งดิน เป็นแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ เพื่อแก้ไขปัญหาดินเปรี้ยว จะทำด้วยการขังน้ำไว้ในพื้นที่ จนกระทั่งเกิดปฏิกิริยาทางเคมีจนทำให้ดินเปรี้ยวจัด เมื่อถึงที่สุดแล้ว จะมีการระบายน้ำออกแล้วปรับสภาพดินด้วยปูนขาว จนกระทั่งสามารถใช้ดินในการเพาะปลูกได้

๒. โครงการปลูกหญ้าแฝก พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ได้ทรงศึกษาเรื่องการหญ้าแฝกในการอนุรักษ์ดินและน้ำจากเอกสารของธนาคารโลก ที่นาย Richard Grimshaw ได้ทูลเกล้าฯ ถวาย และพระองค์ได้พระราชทานพระราชดำริเกี่ยวกับหญ้าแฝก โดยให้ทรงทดลองปลูกหญ้าแฝกเพื่อป้องกันการพังทลายของดิน จนปัจจุบันมีหน่วยงานกว่า ๕๐ หน่วยงาน ดำเนินงานสนองพระราชดำริการพัฒนาและรณรงค์การใช้หญ้าแฝก ส่งผลให้การดำเนินงานก้าวหน้ามากขึ้นตามลำดับ

๓. โครงการหน่วยแพทย์พระราชทาน พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ พระราชทานโครงการแพทย์หลวงพระราชทาน เมื่อปี พ.ศ. ๒๕๑๐ โดยที่มียกจัดเจ้าหน้าที่แพทย์ พยาบาล เครื่องมือเครื่องใช้ เพื่อตรวจรักษาราษฎรในถิ่นทุรกันดารโดยไม่คิดมูลค่าและอบรมหมอหมู่บ้านเพื่อแก้ไขปัญหาสุขภาพของประชาชน

๔. โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน โครงการสารานุกรมไทยสำหรับเยาวชน ได้จัดทำขึ้นตามพระราชประสงค์ในพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ โดยจัดขึ้นเป็นรูปเล่ม และบางส่วนได้เผยแพร่ออนไลน์ อันรวบรวมเนื้อหาจากหลายสาขาวิชา โดยที่ฉบับปกติมีทั้งหมด ๓๗ เล่ม และฉบับเสริมการเรียนรู้มีทั้งหมด ๒๐ เล่ม

๕. ทุนมูลนิธิอานันทมหิดล พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าโปรดกระหม่อมพระราชทานพระราชทรัพย์ส่วนพระองค์จัดตั้งมูลนิธิอานันทมหิดล ในปี พ.ศ. ๒๕๐๒ เพื่อให้บัณฑิตนักศึกษามีผลการเรียนดีเด่น ได้มีโอกาสไปศึกษาหาความรู้ชั้นสูงในต่างประเทศ และนำองค์ความรู้ที่ได้มาช่วยพัฒนาประเทศต่อไป

๖. แนวคิดเศรษฐกิจพอเพียง : เกษตรทฤษฎีใหม่ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ได้พระราชทานแนวพระราชดำริเรื่องเกษตรทฤษฎีใหม่ โดยเป็นตัวอย่างการใช้หลักเศรษฐกิจพอเพียงในขั้นต้น โดยการนำเกษตรทฤษฎีใหม่นี้ แบ่งออกเป็น ๓ ชั้น ได้แก่ ชั้นต้น คือ การแบ่งพื้นที่ออกเป็น ๔ ส่วน ตามอัตรา ๓๐-๓๐-๓๐-๑๐ เพื่อขุดเป็นสระกักเก็บน้ำ ๓๐% ปลูกข้าวในฤดูฝน ๓๐% ปลูกไม้ผล ไม้ยืนต้น พืชผักสมุนไพร ๓๐% และเป็นที่อยู่อาศัยอีก ๑๐% จากนั้นจึงเป็นเกษตรทฤษฎีใหม่ขั้นที่สอง คือการให้เกษตรกรรวมกันในรูปแบบของกลุ่ม สหกรณ์ เพื่อดำเนินการในด้านการผลิต การตลาด ความเป็นอยู่ สวัสดิการ การศึกษา จากนั้นจึงเป็นเกษตรทฤษฎีใหม่ขั้นที่สาม คือ การติดต่อประสานงาน จัดหาแหล่งเงินทุน เพื่อใช้ลงทุนพัฒนาคุณภาพชีวิตต่อไป

๗. โครงการส่วนพระองค์สวนจิตรลดา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ได้พระราชทานทรัพย์ส่วนพระองค์สร้างโครงการอันหลากหลายในโครงการส่วนพระองค์สวนจิตรลดา ซึ่งแบ่งออกเป็น ๒ ประเภทคือ โครงการแบบไม่ใช้ธุรกิจ เพื่อพัฒนาประสิทธิภาพการผลิตทางการเกษตร และโครงการกึ่งธุรกิจ อาทิ โรงโคนมสวนจิตรลดา, โรงนมผงสวนดุสิต, น้ำผึ้งสวนจิตรลดา เป็นต้น

๘. โครงการฝนหลวง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ทรงมีพระราชดำริส่วนพระองค์ในเรื่องการจัดทำฝนหลวง เพื่อบรรเทาปัญหาขาดแคลนน้ำในการเกษตร โดยมีการค้นคว้าทดลองปฏิบัติการฝนหลวงขึ้น ซึ่งจะใช้สารเคมีโปรยในท้องฟ้า จนกระทั่งไอน้ำอึดตัวและกลั่นตัวออกมากลายเป็นเม็ดฝน

๙. กังหันน้ำชัยพัฒนา พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ได้มีพระราชดำริให้มูลนิธิชัยพัฒนาดำเนินการวิจัยและพัฒนากังหันน้ำชัยพัฒนาขึ้น เพื่อบำบัดน้ำเสียด้วยวิธีการเติมอากาศ ทำให้น้ำเสียกลายเป็นน้ำดี และสามารถประยุกต์ใช้ในการอุปโภคบริโภคของประชาชน น้ำเสียจากโรงงานอุตสาหกรรม และเพิ่มออกซิเจนให้บ่อเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำทางการเกษตร

อนึ่ง พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวภูมิพลอดุลยเดช รัชกาลที่ ๙ ยังมีอีกหลายพระราชกรณียกิจที่ท่านทรงตั้งใจและทุ่มเททำเพื่อประชาชนคนไทย ข้าพระพุทธเจ้า บริษัท ไวส์โลจิสติกส์ จำกัด (มหาชน) ขอน้อมถวายความอาลัยยิ่งแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

ที่มา : <https://highlight.kapook.com/view/143392>



น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ
เนื่องในวันคล้ายวันพระบรมราชสมภพ
พระบาทสมเด็จพระบรมชนกาธิเบศร
มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร

วันชาติ
วันพ่อแห่งชาติ

๕ ธันวาคม ๒๕๖๓



Suratthani

Municipality Journal

Volume 192 December 2020

<http://www.facebook.com/suratthanicity>