



จดหมายข่าวเพื่อประชาสัมพันธ์

ฉบับที่ ๗ ประจำเดือน กรกฎาคม ๒๕๖๕

โทร ๐๓๗-๔๑๐๓๘๘ / ๐๓๗-๔๑๐๓๗๗ / www.pho-ngam.go.th

Official Account in Line : @usb๖๖๗๓๓



★ ประชุมคณะกรรมการศูนย์ชุมชนคุ้มครองเด็ก เทศบาลตำบลโพธิ์งาม

>>>วันที่ ๑ กรกฎาคม ๒๕๖๕ นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการศูนย์ชุมชนคุ้มครองเด็ก เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ครั้งที่ ๑/๒๕๖๕ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลโพธิ์งาม โดยมีเจ้าหน้าที่จากสำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดปราจีนบุรี ประธานสภาเทศบาล กำนัน ผู้ใหญ่บ้าน หัวหน้าส่วนราชการในเขตเทศบาลตำบลโพธิ์งาม เข้าร่วมการประชุมฯ เพื่อปรึกษาหาแนวทางการแก้ไขปัญหา วางแผนร่วมกันเฝ้าระวังปัญหาในการเข้าถึง และช่วยเหลือเด็กได้อย่างรวดเร็วทันเหตุการณ์



★ เทศบาลตำบลโพธิ์งาม พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดปราจีนบุรี เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดปราจีนบุรี ลงพื้นที่ร่วมกันตรวจสอบสภาพความเป็นอยู่เพื่อป้องกันเหตุกรณีความรุนแรงในครอบครัว

>>>วันที่ ๔ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๑๐.๐๐ น. นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม พร้อมด้วย นายเอกชัย เกรียงธนบดี ประธานสภาเทศบาลตำบลโพธิ์งาม กำนัน/ผู้ใหญ่บ้าน เจ้าหน้าที่สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดปราจีนบุรี เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดปราจีนบุรี และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ลงพื้นที่ร่วมกันตรวจสอบสภาพความเป็นอยู่ของประชาชนในตำบลโพธิ์งาม เพื่อป้องกันเหตุกรณีความรุนแรงในครอบครัว โดยได้มอบข้าวสารอาหารแห้งให้กับครอบครัวที่มีรายได้น้อยเพื่อเป็นการช่วยเหลือในเบื้องต้น



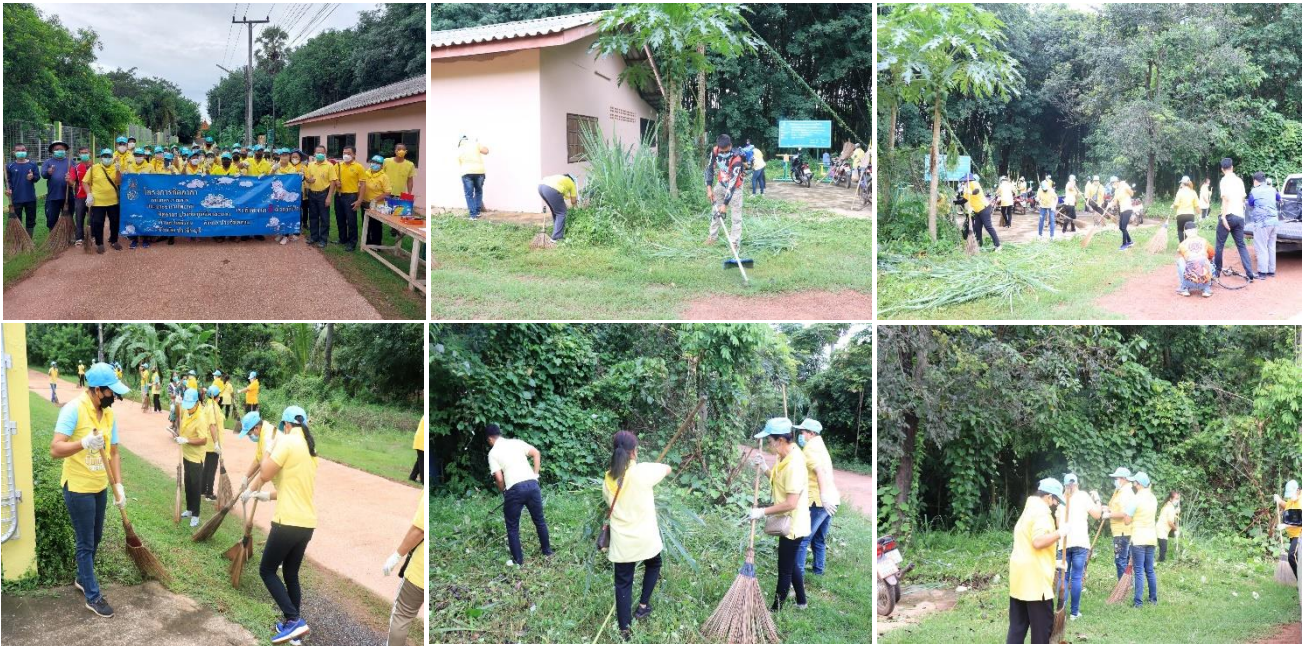
✦ โครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวตำบลโพธิ์งาม กิจกรรม "ปั่น เทียน้ำตก ชมทัศนศิลป์ ถิ่นโพธิ์งาม" ครั้งที่ ๒ เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕

>>> วันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๕ นายบันเท็ง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม จัดให้มีโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวตำบลโพธิ์งาม กิจกรรม "ปั่น เทียน้ำตก ชมทัศนศิลป์ ถิ่นโพธิ์งาม" ครั้งที่ ๒ เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕ โดยมี ดร.กนกวรรณ วิลาวัลย์ รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงศึกษาธิการ เป็นประธานเปิดโครงการฯ พร้อมด้วยนายทัศนัยสุธาพจน์ ปลัดจังหวัดปราจีนบุรี ,ผู้อำนวยการท่องเที่ยวและกีฬา สำนักงานครนนายก (นครนายก ปราจีนบุรี สระแก้ว) ,ประชาสัมพันธ์จังหวัดปราจีนบุรี ,กำนันผู้ใหญ่บ้านตำบลโพธิ์งาม ร่วมเป็นเกียรติในพิธีเปิดโครงการฯ ณ แก่งคลองช้างคaban ตำบลโพธิ์งาม อำเภอประจันตคาม จังหวัดปราจีนบุรี เพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยวในรูปแบบการออกกำลังกายโดยใช้จักรยาน ปั่นตามเส้นทางโดยรอบตำบลโพธิ์งามและตำบลใกล้เคียง ชมแหล่งท่องเที่ยวที่สำคัญของตำบลโพธิ์งาม เป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยว สร้างรายได้ให้กับประชาชนในตำบลโพธิ์งาม



★ กิจกรรมจิตอาสาพัฒนา "ปราจีนบุรีเมืองสะอาด" ครั้งที่ ๖

>>> วันที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๐๙.๓๐ น.นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายอนุชา ช่อชบา รองปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม เป็นประธานเปิดกิจกรรมจิตอาสาพัฒนา "ปราจีนบุรีเมืองสะอาด" โดยมีหัวหน้าส่วนราชการ เทศบาลตำบลโพธิ์งาม พนักงาน ลูกจ้างเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกกรวด อสม.ตำบลโพธิ์งาม เข้าร่วมกิจกรรม ณ ศาลาเอนกประสงค์ บ้านโคกกรวด หมู่ที่ ๗ ตำบลโพธิ์งาม เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายจังหวัดปราจีนบุรี เพื่อทำความสะอาดอาคารสำนักงาน ถนน บริเวณพื้นที่สาธารณะ ให้สะอาดน่ามอง



★ กิจกรรมรณรงค์ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม เนื่องในวันอนามัยสิ่งแวดล้อมไทย ปี ๒๕๖๕

>>>วันที่ ๑๒ กรกฎาคม ๒๕๖๕ นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายอนุชา ช่อชบา รองปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม นำพนักงาน เจ้าหน้าที่ที่เทศบาลตำบลโพธิ์งาม , ประชาชนจิตอาสาหมู่ ๗, อาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน, เจ้าหน้าที่จากโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพประจำตำบลโคกกรวด ร่วมดำเนินกิจกรรมรณรงค์ด้านอนามัยสิ่งแวดล้อม เนื่องในวันอนามัยสิ่งแวดล้อมไทย ปี ๒๕๖๕ โดยมีกิจกรรมร่วมกันทำความสะอาด และเก็บขยะมูลฝอย บริเวณศาลาประชาคม หมู่ ๗ บ้านโคกกรวด ตำบลโพธิ์งาม อำเภอประจันตคาม จังหวัดปราจีนบุรี

[#วันอนามัยสิ่งแวดล้อม ปี ๒๕๖๕](#)

[#Thai Environmental Health Day ๒๐๒๒](#)

[#กรมอนามัย](#)



✦โครงการอนุรักษ์ธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม กิจกรรมปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติเพื่อถวาย เป็นพระราชกุศลฯ เนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว

>>>วันที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๐๙.๐๐ น. เทศบาลตำบลโพธิ์งาม โดยนายบันเท็ง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม พร้อมคณะผู้บริหาร ประธานสภา สมาชิกสภาเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ปลัดเทศบาล ข้าราชการ ลูกจ้าง พนักงานจ้างเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมกับกำนัน ผู้ใหญ่บ้าน ทหารราบที่ ๒ รักษาพระองค์ ประชาชนจิตอาสา และครู นักเรียน โรงเรียนชุมชนวันบ้านโง้ง ปลูกต้นไม้เฉลิมพระเกียรติเพื่อ ถวาย เป็นพระราชกุศลฯ เนื่องในวโรกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษาพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรี สินทรมหาวชิราลงกรณพระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕ ณ วัดบ้านโง้ง ตำบลโพธิ์งาม อำเภอ ประจันตคาม จังหวัดปราจีนบุรี



★เทศบาลตำบลท่าเสา อําเภอบางปะกง จังหวัดฉะเชิงเทรา เข้าศึกษาดูงาน ตามโครงการพัฒนาคุณธรรม เพื่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาล ลูกจ้างประจำ และพนักงานจ้าง ตามหลักธรรมาภิบาล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕

>>>วันที่ ๒๒ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๐๙.๓๐ น. นายบันเท็ง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร ประธานสภาเทศบาล ปลัดเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมให้การต้อนรับ นายปรีชา เอี่ยมอ่อน นายกเทศมนตรีตำบลท่าเสา พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาลตำบลท่าเสา เข้าศึกษาดูงานเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ตามโครงการพัฒนาคุณธรรมเพื่อประสิทธิภาพการปฏิบัติงานของผู้บริหาร สมาชิกสภา พนักงานเทศบาล ลูกจ้างประจำ และพนักงานจ้างตามหลักธรรมาภิบาล ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕



★ โครงการซักซ้อมแผนป้องกันการเกิดอัคคีภัยศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลโพธิ์งาม

>>> วันที่ ๒๗ กรกฎาคม ๒๕๖๕ กองการศึกษา เทศบาลตำบลโพธิ์งาม จัดโครงการซักซ้อมแผนป้องกันการเกิดอัคคีภัย ศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลโพธิ์งาม เพื่อให้ครู นักเรียน และบุคลากรทุกคน ได้รู้จักวิธีการอพยพ การรวมพล ตลอดจนทั้งเป็นการบูรณาการองค์ความรู้ และทักษะเพื่อการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยให้กับโรงเรียน เพื่อความปลอดภัยและลดความสูญเสียทั้งชีวิตและทรัพย์สินของโรงเรียน



★ กิจกรรมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราวงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕

>>> วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๐๗.๐๐ น. นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายจรัสสิน ไวกาน รองนายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม นำข้าราชการ ลูกจ้าง เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราวงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕ ณ หอประชุมอำเภอประจันตคาม กิจกรรมฯ ภาคเช้า

- ✔ พิธีทำบุญตักบาตรถวายพระราชกุศล
- ✔ พิธีถวายสัตย์ปฏิญาณเพื่อเป็นข้าราชการที่ดี และพลังของแผ่นดิน
- ✔ พิธีลงนามถวายพระพรชัยมงคล





★ กิจกรรมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕

>>> วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕ เวลา ๑๘.๐๐ น. นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายสมพงษ์ กองทวีผล ที่ปรึกษานายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม นำข้าราชการ ลูกจ้าง เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระปรเมนทรรามาธิบดีศรีสินทรมหาวชิราลงกรณ พระวชิรเกล้าเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสวันวันเฉลิมพระชนมพรรษา วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๕ ณ หอประชุมอำเภอประจันตคาม กิจกรรมฯ ภาคคำ

✔ พิธีถวายเครื่องราชสักการะและวางพานพุ่ม

✔ พิธีจุดเทียนถวายพระพรชัยมงคล



เกร็ดความรู้

10
สุดยอดอาหารดี
เพื่อสุขภาพ

- แอปเปิล**
มีสารต้านอนุมูลอิสระ ลดการสะสมของคอเลสเตอรอลที่ไม่ดี
- บรอกโคลี**
ช่วยในการต้านการเกิดเบาหวาน โรคหัวใจ และโรคมะเร็งบางชนิด
- มันเทศ**
มีเบต้าแคโรทีน วิตามินเอ ซี เหล็ก แคลเซียม และโปรตีน
- น้ำมันตับปลา**
เต็มไปด้วยสารอาหาร ช่วยรักษาระดับ คอเลสเตอรอล
- ผักใบเขียว**
ต้านอนุมูลอิสระ อุดมไปด้วย สารอาหาร
- บลูเบอร์รี่**
ย่อยสลายไขมัน ที่ทำให้เกิดโรคอ้วน
- จมูกข้าวสาลี**
มีวิตามินอี กรดโฟลิก วิตามินบี สังกะสี แมกนีเซียม และฟอสฟอรัส
- ข้าวโอ๊ต**
รักษาระดับ คอเลสเตอรอล ในร่างกาย
- อัลมอนด์**
อัดแน่นไปด้วยสารอาหารมากมาย ช่วยรักษาระดับคอเลสเตอรอล
- อะโวคาโด**
เป็นไขมันแบบไม่อิ่มตัวเชิงเดี่ยว ลดระดับคอเลสเตอรอล ป้องกันโรคหลอดเลือดหัวใจตีบ

อ่านบทความทั้งหมดได้ที่ : <http://sistacafe.com/summaries/6370>

SistaCafe รวมเรื่องสุขภาพสำหรับสาวอึก เว็บไซต์ผู้หญิงหน้า น่ารัก น่ารัก หน้าฮา หลากสไตล์
W sistacafe.com f facebook.com/SistaCafePage t [@SistaCafePage](https://twitter.com/SistaCafePage)

ที่มา : www.google.com