



จดหมายข่าวเพื่อประชาสัมพันธ์

ฉบับที่ ๑๑ ประจำเดือน พฤศจิกายน ๒๕๖๕

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

Official Account in Line : @usb๖๖๗๓h



★ การประชุมหารือซักซ้อมแนวทางการขับเคลื่อนโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนขององค์ปกครองส่วนท้องถิ่น
>>> วันที่ ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมกับ กำนันตำบลโพธิ์งาม และผู้ใหญ่บ้าน ร่วมประชุมหารือซักซ้อมแนวทางการขับเคลื่อนโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนขององค์ปกครองส่วนท้องถิ่น เพื่อให้มีการจัดการขยะเปียกในระดับครัวเรือน ณ ที่ทำการกำนันตำบลโพธิ์งาม



★ การเตรียมสถานที่จัดงานประเพณีลอยกระทง ประจำปี ๒๕๖๕

>>> วันที่ ๓ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ พันจ่าเอกเรืองชัย รุ่งศิริ ปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม นำเจ้าหน้าที่กองการศึกษา และงานป้องกันและสาธารณสุขเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ทำความสะอาด ปรับภูมิทัศน์บริเวณรอบหนองประตูดาน โดยมีนายสมพงษ์ กองทวีผล ที่ปรึกษานายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม และนายพรเทร ไกรสิงห์ กำนันตำบลโพธิ์งาม ผู้นำชุมชน ร่วมกันช่วยกันอย่างเต็มที่ สำหรับจัดงานสืบสานประเพณีลอยกระทง ประจำปี ๒๕๖๕ ในวันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕



👉👉👉เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ขอเชิญชวนทุกท่าน จัดทำถังขยะอินทรีย์หรือขยะเปียกครัวเรือน เพื่อเป็นการจัดการขยะมูลฝอยชุมชน ตามหลัก 3Rs (ใช้น้อย ใช้ซ้ำ นำกลับมาใช้ใหม่) โดยการลด คัดแยก และจัดการขยะตั้งแต่ต้นทาง ซึ่งขยะมูลฝอยที่เกิดขึ้นจากครัวเรือนส่วนใหญ่เป็นขยะอินทรีย์ที่ย่อยสลายได้เองตามธรรมชาติ เช่น เศษอาหาร เศษผัก ผลไม้ เปลือกผลไม้ เป็นต้น โดยการจัดทำถังขยะอินทรีย์หรือขยะเปียกครัวเรือนแบบฝังดินภายในครัวเรือนของท่าน เพื่อช่วยลดปริมาณขยะมูลฝอยที่ต้องนำไปกำจัด และยังช่วยลดปัญหาสิ่งแวดล้อม รวมถึงร่วมกันขับเคลื่อนโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนตามนโยบายของรัฐบาลต่อไป



★กิจกรรม Kick off ถังขยะเปียกลดโลกร้อนของเทศบาลตำบลโพธิ์งาม และพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อการบริหารจัดการขยะและการขับเคลื่อนโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม

>>> วันที่ ๔ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม ประธานเปิดโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนขององค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น และร่วมพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อการบริหารจัดการขยะและการขับเคลื่อนโครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อนในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม ระหว่างเทศบาลตำบลโพธิ์งาม กับ กำนัน ผู้ใหญ่บ้านตำบลโพธิ์งาม ณ ห้องประชุม ชั้น ๒ สำนักงานเทศบาลตำบลโพธิ์งาม โดยมี คณะผู้บริหาร หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลโพธิ์งาม สมาชิกสภาเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมเป็นเกียรติในพิธีด้วย



★ กิจกรรมโครงการสืบสานงานประเพณีลอยกระทง เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

>>> วันที่ ๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ กองการศึกษา เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมกับกำนันตำบลโพธิ์งาม และคณะกรรมการหมู่บ้านหนองปรือตูดาน จัดกิจกรรมโครงการสืบสานงานประเพณีลอยกระทง เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ ณ หนองปรือตูดาน หมู่ที่ ๕ ตำบลโพธิ์งาม โดยนายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เป็นประธานเปิดโครงการฯ ดังกล่าว พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล พนักงานเจ้าหน้าที่เทศบาล ร่วมกิจกรรมโดยพร้อมเพรียงกัน

บรรยากาศภายในงานเป็นไปด้วยความสนุก ความน่ารักของผู้มาร่วมงาน มีการจัดประกวดกระทงสวยงาม เพื่อเป็นการเชิญชวนให้ประชาชนเดินทางมาร่วมงานด้วยกัน

***ต้องขอขอบคุณ ผู้นำท้องที่ฝ่ายปกครอง และอาสาสมัครมูลนิธิร่วมกตัญญูที่ช่วยอำนวยความสะดวกและดูแลความเรียบร้อยภายในงาน



★ กิจกรรมจิตอาสาพัฒนา "ปราจีนบุรีเมืองสะอาด" ครั้งที่ ๑๐

>>> วันที่ ๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ เวลา ๐๙.๓๐ น.นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายพิสัย พานิชดี รองนายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เป็นประธานเปิดกิจกรรมจิตอาสาพัฒนา "ปราจีนบุรีเมืองสะอาด" โดยมีสมาชิกสภาเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ พนักงาน ลูกจ้างเทศบาลตำบลโพธิ์งาม และผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ ๑๖ นำประชาชน จิตอาสาเข้าร่วมกิจกรรม ณ วัดทุ่งยาว หมู่ ๑๖ บ้านทุ่งยาว เพื่อให้เป็นไปตามนโยบายจังหวัดปราจีนบุรี เพื่อทำความสะอาดอาคารสำนักงาน ถนน บริเวณพื้นที่สาธารณะให้สะอาดน่ามอง และพร้อมกิจกรรมนี้ได้มีการรณรงค์โครงการถังขยะเปียกลดโลกร้อน ด้วย





★ พิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อการบริหารจัดการขยะและการขับเคลื่อนโครงการถึงขยะเปียกลดโลกร้อนในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม

>>> วันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม ประธานในพิธีลงนามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือเพื่อการบริหารจัดการขยะและการขับเคลื่อนโครงการถึงขยะเปียกลดโลกร้อนในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม ระหว่างเทศบาลตำบลโพธิ์งาม กับ ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโพธิ์งาม , ผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลโคกกรวด และประธาน อสม. ทั้ง ๑๙ หมู่บ้าน ณ ห้องประชุม ชั้น ๒ สำนักงานเทศบาลตำบลโพธิ์งาม โดยมี หัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมเป็นเกียรติในพิธีด้วย



★โครงการเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖

>>>วันที่ ๑๗ พฤศจิกายน ๒๕๖๖ นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้นายพิสัย พานิชดี รองนายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เป็นประธานเปิดโครงการเพิ่มประสิทธิภาพการปฏิบัติงาน เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๖ โดยมีพันจ่าเอก เรืองชัย รุ่งศิริ ปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม นำหัวหน้าส่วนราชการ พนักงาน เจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ผู้ปฏิบัติหน้าที่เกี่ยวข้องกับการใช้ยานพาหนะของเทศบาล และผู้ปฏิบัติงานด้านธุรการ ของแต่ละส่วนราชการ เข้าร่วมโครงการฯ เพื่อให้ความรู้ด้านกฎหมายที่เกี่ยวข้อง และแนวทางการปฏิบัติงานให้เป็นไปตามข้อระเบียบ กฎหมาย ที่ถูกต้อง



★การประชุมเตรียมความพร้อมในการวางแผนการดำเนินการดูแลผู้มีความพิการในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม

>>>วันที่ ๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ คณะอนุกรรมการสนับสนุนการจัดบริการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง และบุคคลอื่นที่มีภาวะพึ่งพิง ประชุมเตรียมความพร้อมในการวางแผนการดำเนินการดูแลผู้มีความพิการในพื้นที่ตำบลโพธิ์งาม โดยมีนายพิสัย พานิชดี รองนายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เป็นประธาน พร้อมด้วยเครือข่ายความร่วมมือจากศูนย์ฟื้นฟูสภาพผู้สูงอายุฯ รพ.สต.ในพื้นที่และทีมสุขภาพภาคประชาชนเข้าร่วมประชุมครั้งนี้เพื่อขับเคลื่อนงาน LTC นี้



★การประชุมคณะกรรมการตรวจสอบข้อเท็จจริงกรณีเหตุสาธารณภัย (ภัยแล้ง)

>>>วันที่ ๑๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ เวลา ๑๗.๐๐ น. นายบันเทิง ปัญญาดี นายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม มอบหมายให้ จ่าสิบเอกสุริยา รัตนวิเศษฤทธิ์ รักษาการหัวหน้าสำนักปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม นำเจ้าหน้าที่งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เทศบาลตำบลโพธิ์งาม เข้าร่วมการประชุมคณะกรรมการตรวจสอบข้อเท็จจริงกรณีเหตุสาธารณภัย (ภัยแล้ง) ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑๓ บ้านคลองแก้มข้า เพื่อรับฟังปัญหา และร่วมแก้ไขปัญหาภัยแล้ง โดยสรุปได้ว่าต้องดำเนินการสร้างฝายกระสอบทราย จำนวน ๓ จุด เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนจากปัญหาภัยแล้ง

((มีรูปต่อ))



★การประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโพธิ์งาม

>>>วันที่ ๒๑ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ การประชุมคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลโพธิ์งาม ครั้งที่ ๑ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ เพื่ออนุมัติแผนการเงิน แผนสุขภาพชุมชน ตามหลักเกณฑ์ ระเบียบ และแนวปฏิบัติของกองทุนหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ



★การประชุมสภาเทศบาลตำบลโพธิ์งาม สมัยสามัญ สมัยที่ ๔ ครั้งที่ ๑ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๕

>>>วันที่ ๒๘ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ เวลา ๐๙.๓๐ น. เทศบาลตำบลโพธิ์งาม จัดการประชุมสภาเทศบาลตำบลโพธิ์งาม สมัยสามัญ สมัยที่ ๔ ครั้งที่ ๑ ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๕ เพื่อพิจารณาอนุมัติโอนงบประมาณ รายจ่าย ประจำปี ๒๕๖๕ และเรื่องต่างๆ ตามอำนาจหน้าที่ของสภาฯ ให้เป็นไปด้วยความเรียบร้อย





★เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ผ่านการคัดเลือกได้รับเกียรติบัตร องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีผลการปฏิบัติงานดีเด่น ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๕

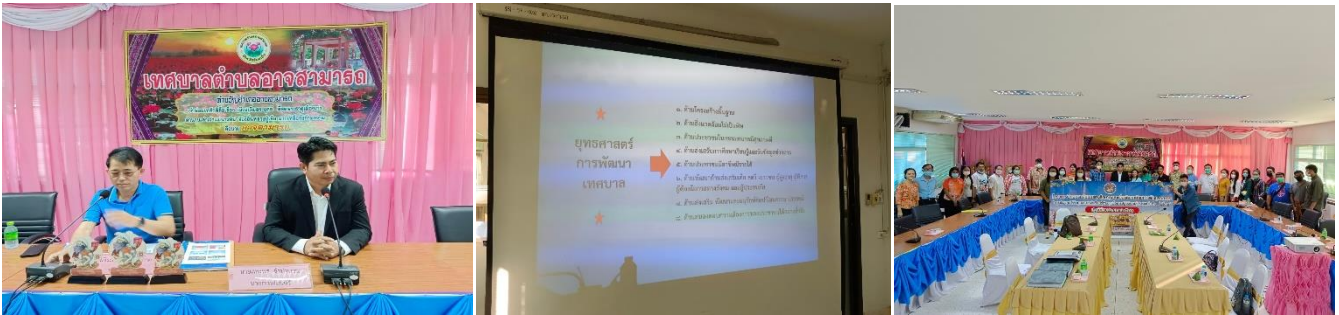
>>>วันที่ ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ เวลา ๐๘.๐๐ น. กองสวัสดิการสังคม เทศบาลตำบลโพธิ์งาม พร้อมด้วย นายสมพงษ์ กองทวีพล ที่ปรึกษานายกเทศมนตรีตำบลโพธิ์งาม เข้ารับมอบเกียรติบัตรองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีผลการปฏิบัติงานดีเด่น ประจำปี พ.ศ.๒๕๖๕ ด้านการบริหารจัดการช่วยเหลือประชาชน โดย นายพงษ์สิทธิ์ เนื่องจำนงค์ รองผู้ว่าราชการจังหวัด รักษาการแทนผู้ว่าราชการจังหวัด เป็นประธานมอบเกียรติบัตรฯ ในครั้งนี้ ณ ห้องประชุม ๔๐๓ (ห้องทวารวดี) ศาลากลางจังหวัดปราจีนบุรี

***พนักงาน เจ้าหน้าที่เทศบาลตำบลโพธิ์งาม ร่วมถ่ายภาพแสดงความยินดีกับการรับเกียรติบัตรฯ นี้ด้วย



★โครงการฝึกอบรมสัมมนาและศึกษาดูงานเพื่อพัฒนาศักยภาพเชิงบูรณาการ (การประยุกต์ใช้ข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เพื่อการปฏิบัติงานสู่ประชาชนในตำบลโพธิ์งาม) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖

>>>วันที่ ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ เทศบาลตำบลโพธิ์งาม นำโดยนายอนุชา ช่อชบา รองปลัดเทศบาลตำบลโพธิ์งาม พร้อมพนักงาน เจ้าหน้าที่ ร่วมโครงการฝึกอบรมสัมมนาและศึกษาดูงานเพื่อพัฒนาศักยภาพเชิงบูรณาการ (การประยุกต์ใช้ข้อมูลจากแหล่งเรียนรู้ต่างๆ เพื่อการปฏิบัติงานสู่ประชาชนในตำบลโพธิ์งาม) ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๖ ระหว่างวันที่ ๒๙ พฤศจิกายน ๒๕๖๕ ถึงวันที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๖๕ ณ เทศบาลตำบลอาจสามารถ อำเภออาจสามารถ จังหวัดร้อยเอ็ด ศึกษาดูงานเกี่ยวกับหลักธรรมาภิบาล และการบริหารจัดการบ้านเมืองที่ดี ซึ่งได้รับรางวัลเมื่อปี พ.ศ.๒๕๖๕



****เกร็ดความรู้****

เดิน ไต่ เดิน ต

**แกว่งแขนซ้ายขวาสลับ
หน้าหลังขนานลำตัว**
มือถึง 2 ข้าง ทำหลวมๆ แกว่งสูงระดับอก
ลำแขนผ่อนคลาย งอศอกเล็กน้อย
ทำมุม 90 องศา ระหว่างแขนท่อนบน
และล่าง

‘เดิน’
เป็นกิจกรรมทางกาย
รูปแบบหนึ่ง
ที่ทำได้ง่ายที่สุด

ไม่ก้าวยาวเกินไป
เพราะจะทำให้เมื่อยลำกล้ามเนื้อต้นขา

คามองตรง
ศีรษะตั้งตรง

ลำตัวตั้งตรง
ไหล่สองข้างอยู่ในระดับตรง

ขณะเดินก้าวเท้าออกไป
ประมาณครึ่งก้าว สันเท้าแตะพื้นก่อน
และเหยียบให้เต็มฝ่าเท้า
ส่วนขาอีกข้างให้ยกส้นเท้าขึ้นก่อน
ปลายเท้ากดพื้นไว้ ค้างเช่นนี้ไปเรื่อยๆ
จะช่วยบริหารกล้ามเนื้อหน้าแข้ง

ความเร็วในการก้าวสม่ำเสมอ

ควรเดินให้ได้ 10,000 ก้าว/วัน หรือ อย่างน้อย
ควรเดินนาน 30 นาที และสะสมให้ได้ 150 นาที/สัปดาห์

สสส.และภาคีเครือข่าย สนับสนุนการมีกิจกรรมทางกาย
และการเคลื่อนไหวร่างกาย เพื่อสุขภาพที่ดีและป้องกันโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง

ที่มา : หนังสือเดินศาสตร์

สสส.
THE THAILAND

ที่มา : สสส.