



ที่ พร ๐๐๒๓.๓/ว ๑๙๐

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น  
จังหวัดแพร่ ถนนราษฎร์อุทิศ พร ๕๔๐๐๐

๑๒ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง โครงการเสริมสร้างสุขภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาใน ๔ ภูมิภาคทั่วประเทศ  
ประจำปีประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๗

เรียน นายกองค้การบริหารส่วนจังหวัดแพร่ นายกเทศมนตรีเมืองแพร่ ท้องถิ่นอำเภอทุกอำเภอ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ใบสมัครเข้าร่วมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ ฯ “สร้างผู้นำเครือข่ายสุขภาพครูและบุคลากร  
ทางการศึกษา” ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๕๗ จังหวัดแพร่ จำนวน ๑ ฉบับ  
๒. กำหนดการสัมมนาเชิงปฏิบัติการ “สร้างผู้นำเครือข่ายสุขภาพครูและบุคลากรทาง  
การศึกษา” จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยได้รับแจ้งว่า สำนักงานส่งเสริมสวัสดิการและสวัสดิภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา  
จังหวัดแพร่ กำหนดจัดกิจกรรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ “สร้างผู้นำเครือข่ายสุขภาพครูและบุคลากรทางการ  
ศึกษา” ตามโครงการเสริมสร้างสุขภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาใน ๔ ภูมิภาค ประจำปีงบประมาณ  
พ.ศ. ๒๕๕๗ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาในจังหวัดแพร่ ได้รับความรู้  
ด้านสุขภาพ สุขภาวะ ทักษะและแนวทางการดำเนินงาน มุ่งลดปัจจัยเสี่ยงและเพิ่มปัจจัยสร้างเสริม  
สุขภาพครอบคลุมทั้ง ๔ มิติ ได้แก่ ทางกาย ทางจิตใจ ทางสังคม และทางปัญญาอย่างถูกต้อง ภายใต้  
แนวคิด “ชีวิตครูไทย ห่างไกลโรค” ในวันที่เสาร์ที่ ๑๙ กรกฎาคม ๒๕๕๗ ณ ห้องประชุมพระลอ  
สหกรณ์ออมทรัพย์ครูแพร่ จำกัด ทั้งนี้ ขอให้ครูและบุคลากรทางการศึกษาที่สนใจ จัดส่งใบสมัครให้  
สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด ภายในวันที่ ๒๐ มิถุนายน ๒๕๕๗ เพื่อคัดเลือกตัวแทน  
จำนวน ๑๐ คน เข้าร่วมโครงการ ฯ ต่อไป รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อประชาสัมพันธ์ให้ทราบโดยทั่วกัน

ขอแสดงความนับถือ

(นายดนัย ยอดนิล)  
ท้องถิ่นจังหวัดแพร่

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น

โทร/โทรสาร ๐๕๔ - ๕๓๔๕๐๔ - ๕ ต่อ ๑๒

รูปถ่าย

ใบสมัครการเข้าร่วมสัมมนาเชิงปฏิบัติการโครงการเสริมสร้างสุขภาพครู  
และบุคลากรทางการศึกษาใน 4 ภูมิภาค  
“สร้างผู้นำเครือข่ายสุขภาพครูและบุคลากรทางการศึกษา”  
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2557 จังหวัดแพร่

1. ชื่อ - สกุล ..... อายุ..... ปี
2. สถานที่ทำงาน .....  
สังกัด..... ตำแหน่ง .....
3. ที่อยู่ปัจจุบัน  
บ้านเลขที่ ..... หมู่ที่..... ถนน.....  
ตรอก/ซอย ..... ตำบล..... อำเภอ.....  
จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....
4. โทรศัพท์ ..... โทรศัพท์เคลื่อนที่ .....
- โทรสาร ..... e-mail address .....
5. ขนาดเบอร์เสื้อ  
เบอร์ S .....  
เบอร์ M .....  
เบอร์ L .....  
เบอร์ XL .....  
เบอร์ XXL .....

\* พร้อมรูปถ่าย จำนวน 2 ใบ \*

(ลงชื่อ).....

(.....)

**กำหนดการประชุมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ**  
**“สร้างผู้นำเครือข่ายสุขภาพครูและบุคลากรทางการศึกษาจังหวัดแพร่”**  
**ตามโครงการเสริมสร้างสุขภาพครูผู้นำสุขภาพครูใน 4 ภูมิภาค**  
**ประจำปีงบประมาณ 2557**

วันที่ 19 กรกฎาคม 2557 เวลา 08.30 - 16.30 น.

ณ ห้องประชุมพระลอ สำนักงานสหกรณ์ออมทรัพย์ครูแพร่ จำกัด

\*\*\*\*\*

เวลา	กิจกรรม	วิทยากร
08.30 - 09.00 น.	ลงทะเบียน	
09.00 - 09.30 น.	การประเมินภาวะสุขภาพ ซั่งน้ำหนัก วัดส่วนสูง วัดความดันโลหิต ประเมินดัชนีมวล กาย ตรวจน้ำตาลในเลือด (เจาะเลือดปลายนิ้ว) ตรวจปริมาณไขมันในร่างกาย (ไม่อดอาหารไม่เจาะเลือด)	นางชนิสสา จันทาทุนและทีม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์เบาหวานโรงพยาบาลแพร่
09.30 - 09.45 น.	พิธีเปิด	เลขาธิการคณะกรรมการ สกสค.
09.45 - 10.30 น.	ความรู้เรื่องเบาหวานและความดันโลหิตสูง ( อ.อารมณ )	พญ. รุ่งรวี นิพิฐวณิชผล นายแพทย์ชำนาญการพิเศษ แพทย์อายุรกรรม โรงพยาบาลแพร่
10.30 - 10.45 น.	รับประทานอาหารว่าง	
10.45 - 12.00 น.	การส่งเสริมสุขภาพตนเองของบุคลากรด้านการศึกษา	นายชาติรี แมตลี นักวิชาการสาธารณสุขชำนาญการ หัวหน้างานสุขศึกษา ประชาสัมพันธ์ โรงพยาบาลแพร่
12.00 - 13.00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน	
13.00 - 14.30 น.	อาหารเพื่อสุขภาพ ( อ. อาหาร )	นางสาวน้ำทิพย์ จองศิริ นักโภชนาการชำนาญการ กลุ่มงานโภชนาการโรงพยาบาล แพร่
14.30 - 14.45 น.	รับประทานอาหารว่าง	
14.45 - 15.45 น.	แนวทางการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ( อ. ออกกำลังกาย )	นางปิยะรัตน์ สนวนกุล นักกายภาพบำบัดชำนาญการ โรงพยาบาลแพร่
15.45 - 16.30 น.	สรุปการประเมินภาวะสุขภาพและให้คำปรึกษาสุขภาพ	นางชนิสสา จันทาทุนและทีม พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ ศูนย์เบาหวานโรงพยาบาลแพร่

**หมายเหตุ** - กำหนดการนี้อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม

- ผู้เข้าร่วมการอบรมสัมมนาแต่งกาย เสื้อยืด(สนง. สกสค.แพร่ แจกให้) กางเกงกีฬา หรือ ชุดกีฬา