



ที่ พร ๐๐๒๓.๓/ว ๒๕๖๑

ถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอทุกอำเภอ ที่ทำการองค์การบริหารส่วนจังหวัดแพร่  
และสำนักงานเทศบาลเมืองแพร่

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นแจ้งว่า กรมอนามัย โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ได้ขับเคลื่อนและส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่งมีความรอบรู้สุขภาพ มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ และเหมาะสม ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง รวมถึงนอนหลับเพียงพอ เพื่อเด็กวัยเรียนวัยรุ่งมีความรอบรู้สุขภาพ สูง สมส่วน แข็งแรง และมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ลดปัญหาเด็กอ้วน ผอม เตี้ย ไม่แข็งแรง

เพื่อให้การขับเคลื่อนและส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับวัยเรียนในสถานศึกษา สังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นจังหวัดแพร่ขอแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีสถานศึกษาในสังกัด ประชาสัมพันธ์คู่มือส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับดีในเด็กวัยเรียนวัยรุ่งให้สถานศึกษาในสังกัดทราบ สำหรับใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอนหลับดี ในเด็กวัยเรียนวัยรุ่งโดยสามารถดาวน์โหลดคู่มือการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับได้ รายละเอียดปรากฏตามสำเนาหนังสือกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่น ที่ มท ๐๘๑๖.๓/ว ๑๐๐๖ ลงวันที่ ๖ มีนาคม ๒๕๖๗ แนบท้ายนี้ เรียนมาเพื่อทราบ และดำเนินการ สำหรับอำเภอขอความร่วมมือแจ้งให้เทศบาลตำบล และองค์การบริหาร ส่วนตำบลในพื้นที่ทราบและดำเนินการต่อไป



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด

กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น

โทร. ๐-๕๔๕๓-๔๑๑๙ ต่อ ๓๐๕

ผู้ประสานงาน นางสาวกนกพร ล่างาม โทร ๐๖๓-๑๖๓๙๓๒๖

ก.ว. ส.อ.อ.  
อ.ม.

๐ ๖ ๖



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดแพร่
เลขที่ ๑๔๑
วันที่ 12 มี.ค. 2567
เวลา

ที่ มท ๐๘๑๖.๓/๑๐๐๖

ถึง สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัด ทุกจังหวัด

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้รับแจ้งจากกรมอนามัย โดยกองกิจกรรมทางกาย เพื่อสุขภาพว่า ได้ขับเคลื่อนและส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่นมีความรอบรู้สุขภาพ มีกิจกรรมทางกายเพียงพอ และเหมาะสม ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง รวมถึงนอนหลับเพียงพอ เพื่อเด็กวัยเรียนวัยรุ่นมีความรอบรู้สุขภาพสูง สมส่วน แข็งแรง และมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ลดปัญหาเด็กอ้วน ผอม เตี้ย ไม่แข็งแรง

กรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นพิจารณาแล้วเห็นว่า เพื่อให้การขับเคลื่อนและส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับวัยเรียนในสถานศึกษาสังกัดองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น จึงขอความร่วมมือจังหวัดแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นที่มีสถานศึกษาในสังกัด ประชาสัมพันธ์คู่มือส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับดีในเด็กวัยเรียนวัยรุ่นให้สถานศึกษาในสังกัดทราบ สำหรับใช้เป็นแนวทางการดำเนินงานส่งเสริมกิจกรรมทางกาย ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และการนอนหลับดีในเด็กวัยเรียนวัยรุ่น โดยสามารถดาวน์โหลดคู่มือการส่งเสริมกิจกรรมทางกายและการนอนหลับ ได้ตาม QR Code ที่ปรากฏท้ายหนังสือนี้

เรียน ท้องถิ่นจังหวัดแพร่  
- หสนคร๒๒คือ ๐๒๓.ในคืนที่ครจบ  
และ: อ้าขนิทานกร๐๒๒ไป

๑๖.

นางสาวกนกพร ล้างาม  
นักส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นชำนาญการ



(นายต่อพงษ์ ทับทิมโต)  
ท้องถิ่นจังหวัดแพร่

กองส่งเสริมและพัฒนาการจัดการศึกษาท้องถิ่น  
กลุ่มงานส่งเสริมการจัดการศึกษาท้องถิ่น

โทร. ๐ ๒๒๔๑ ๙๐๐๐ ต่อ ๕๓๑๓

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ saraban@dla.go.th

ผู้ประสานงาน : นางสาวสุวิมล ผลาผล โทร. ๐๙๑ ๒๓๒ ๒๑๕๖



คู่มือการส่งเสริมกิจกรรมฯ

bit.ly/42VrtI8