



เทศบาลตำบลจระเข้สามพัน  
 เลขรับที่ ๑๑๐๖  
 วันที่ ๑๑ พ.ค. ๕๖  
 เวลา

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภออุทอง  
 ถนนมาลัยแมน สพ ๗๒๑๐๑

๗ พฤษภาคม ๒๕๖๔

เลขรับที่ ๒๑๑๗  
 วันที่ ๑๑ พ.ค. ๒๕๖๔

ส่งหนังสือปฏิบัติการที่ สพ ๐๐๒๓.๑๖/ว ๑๘๐

- สำนักปลัดเทศบาล
- กองคลัง
- กองช่าง
- กองสาธารณสุข
- กองการศึกษา

เรียน ประชาสัมพันธ์ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางในการป้องกันโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019  
 เรียน นายกเทศมนตรีตำบล และนายกองค์การบริหารส่วนตำบล ทุกแห่ง

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดสุพรรณบุรี  
 ที่ สพ ๐๐๒๓.๑/ว ๑๓๕๓ ลงวันที่ ๗ พฤษภาคม ๒๕๖๔ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นแจ้งว่า อธิบดีกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้โปรดอนุมัติให้  
 กองการเจ้าหน้าที่ประชาสัมพันธ์ให้บุคลากรในสังกัดกรมส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นได้มีความรู้และเข้าใจเกี่ยวกับการ  
 ป้องกันโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) รวมถึงเพื่อเป็นการส่งเสริมให้บุคลากรตระหนักถึงสุขภาวะ  
 ด้านการดูแลสุขภาพตามหลักการสร้างองค์การแห่งความสุข (Happy Workplace) และสอดคล้องตามเกณฑ์  
 คุณภาพการบริหารจัดการภาครัฐ (PMQA) ในประเด็นรหัส HR๒ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

อำเภออุทอง จึงขอประชาสัมพันธ์ความรู้ดังกล่าวให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นได้ทราบ  
 จึงเรียนมาเพื่อทราบ

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลจระเข้สามพัน

- เพื่อโปรดทราบ/พิจารณา

ส่ง ส.พ.๑.๑๒๐๑ ประชาสัมพันธ์ ข้อมูลเกี่ยวกับแนวทางป้องกันโรคติดต่อเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙

๑๑ พ.ค. ๕๖

นางรุ่งทิภา ศักดิ์เลิศวงษ์  
 ท้องถิ่นอำเภออุทอง

(นางรุ่งทิภา ศักดิ์เลิศวงษ์)  
 ท้องถิ่นอำเภออุทอง

(นางสาวสุทธิดา ทรัพย์ส่งเสริม)

หัวหน้าฝ่ายบริหารงานสาธารณสุข ศึกษาราชการแทน

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

๑๑ พ.ค. ๕๖

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ

โทร/โทรสาร ๐-๓๕๕๐-๕๑๐๓

(นาย กอวิทย์ เกตุชัย)

ปลัดเทศบาล ศึกษาราชการแทน  
 นายกเทศมนตรีตำบลจระเข้สามพัน



# 5

## ถึงขยะ

ผสมน้ำยาฟอกขาว 1.3 ช้อนโต๊ะ ต่อน้ำ 1 ลิตร ใช้แปรงหรือฟองน้ำ ขัดให้สะอาด ล้างน้ำเปล่า แล้วผึ่งแดดให้แห้งสนิท

# 4

## ปลอดหมอน ผ้าปูที่นอน

ควรซักทำความสะอาด อย่างน้อย สัปดาห์ละ 1 ครั้ง

# 3

## เมาส์

ให้นำแบตเตอรี่ออก ใช้ผ้านุ่มหรือสำลีก้าน ชุบน้ำผสมสบู่ เช็ดพื้นผิวภายนอกเมาส์

# 2

## แป้นพิมพ์

ใช้แปรงปัดเศษฝุ่นในซอก แล้วเช็ดทีละปุ่ม จากนั้นใช้ผ้าล้างน้ำให้สะอาด หรือสำลีก้านชุบน้ำหมาด ๆ แล้วเช็ดอีกครั้ง

# 1

## ชั้นวางรองเท้า

ล้างทำความสะอาด พื้นรองเท้าและชั้นวางรองเท้า

**ไม่มองข้าม**

**5 จุด**

**หยุดโควิด-19**



# กินผัก-ผลไม้

แบบไหน?

ปลอดภัย COVID-19



ล้างก่อนเก็บทันที



เลือกเมนูปรุงสุก  
ด้วยความร้อน



เลี่ยงการดื่มน้ำผลไม้สดที่ไม่ได้คั้นเอง



กินผัก-ผลไม้หลายชนิด  
เพิ่มสารต่อต้านอนุมูลอิสระ

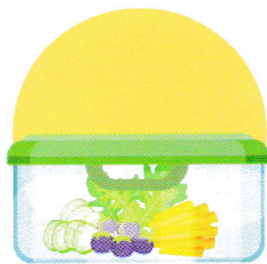


พิเศษผักทุกมื้อ  
หรือบวกรื้อก่อนรับประทานอาหาร

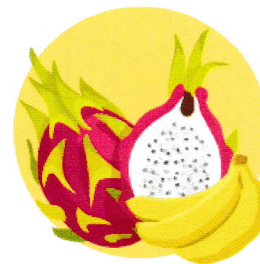


ล้างผักเคี้ยว  
ก่อนกินเสมอ

กินผัก-ผลไม้ที่ล้างสะอาด  
ลดสารปนเปื้อน และเชื้อไวรัส



ผัก-ผลไม้ใส่กล่อง  
ไปกินที่ทำงาน



กินผลไม้เปลือกหนา  
เลี่ยงการสัมผัสกับเชื้อโรค



การกินผัก-ผลไม้ อย่างน้อย 400 กรัม/วัน  
และล้างให้สะอาดก่อนกิน จะสร้างภูมิคุ้มกัน โควิด-19 ได้

ที่มา : นางสาวแหวงดา เอกขานา นักกำหนดอาหารวิชาชีพ และที่ปรึกษาโครงการกินผักผลไม้ดี 400 กรัม สสส.