



ที่ สน ๐๐๑๘.๑/๑๗๖๗๖

ศาลากลางจังหวัดสกลนคร
ถนนศูนย์ราชการ สน ๔๗๐๐๐

๑๐ สิงหาคม ๒๕๖๑

เรื่อง โครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑

เรียน นายอำเภอ ทุกอำเภอ

สิ่งที่ส่งมาด้วย สำเนาหนังสือกรมการปกครอง ด่วนมาก ที่ มท ๐๓๐๒.๕/ว ๑๗๒๓๙
ลงวันที่ ๙ สิงหาคม ๒๕๖๑ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยกรมการปกครอง แจ้งกำหนดจัดฝึกอบรมตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑ ระหว่างวันที่ ๕ - ๗ กันยายน ๒๕๖๑ ณ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท อำเภอด่านมะขามเตี้ย จังหวัดกาญจนบุรี รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จังหวัดสกลนครพิจารณาแล้วเห็นว่า เพื่อให้การดำเนินโครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๑ เป็นไปด้วยความเรียบร้อย จึงขอให้อำเภอคัดเลือกบุคลากรในสังกัด จำนวน ๑ คน ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีและไม่เคยเข้าร่วมโครงการส่งแบบตอบรับให้จังหวัดสกลนครทราบ ภายในวันที่ ๑๖ สิงหาคม ๒๕๖๑ ทั้งนี้ กรมการปกครองจะรับผิดชอบค่าที่พัก ค่าอาหาร และค่าพาหนะรถยนต์โดยสารปรับอากาศในการเดินทางจากกรมการปกครองถึงสถานที่ฝึกอบรม สำหรับค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการเพื่อเข้าร่วมโครงการ ให้เบิกจ่ายจากงบประมาณต้นสังกัดเท่าที่จ่ายจริงตามระเบียบกระทรวงการคลัง

จึงเรียนมาเพื่อทราบ และพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายสมชัย คล้ายทับทิม)
ปลัดจังหวัดสกลนคร ปฏิบัติราชการแทน
ผู้ว่าราชการจังหวัดสกลนคร

ที่ทำการปกครองจังหวัด
กลุ่มงานปกครอง
โทร. ๐-๔๒๗๑-๖๖๓๗

“อยู่สกล รักสกล ทำเพื่อสกลนคร”

ด่วนมาก

ที่ มท ๐๓๐๒.๕/ว ๑๗๒๒๗๙



๙ สิงหาคม ๒๕๖๓

ปค. (1)

งานสารนิเทศกองบริหาร-ส่งข่าวสาร 3515

กองการสื่อสารวัฒนธรรมการปกครอง ๒๕๖๓

โทรศัพท์ 336

วันที่ 9 ส.ค. 2561

เวลา 11.40 น.

ถนนรัชฎาภิเศก กรุงเทพมหานคร เขต ๑ (สกลนคร)

เลขที่รับ 170

วันที่ ประจำปีงบประมาณ 9 กค ๖๓

เวลา 13.20

เรื่อง โครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง พ.ศ. ๒๕๖๓

เรียน ผู้ว่าราชการจังหวัดทุกจังหวัด

- | | |
|--|--------------|
| สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. ตารางการฝึกอบรม | จำนวน ๑ ฉบับ |
| ๒. แผนที่ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท | จำนวน ๑ ฉบับ |
| ๓. แบบตอบรับการเข้าร่วมโครงการ | จำนวน ๑ ฉบับ |

ด้วยกรมการปกครองกำหนดจัดฝึกอบรมตามโครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๓ ระหว่างวันที่ ๕ - ๗ กันยายน ๒๕๖๓ ณ ศูนย์ส่งเสริมสุขภาพ เดอะเลกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท อำเภอคำม่วนมณฑลยโสธร จังหวัดกาฬจนบุรี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพการทำงานของบุคลากร ทำให้บุคลากรได้พัฒนาทักษะ ความรู้ ในการส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพด้วยตนเองและนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติได้จริงในชีวิตประจำวัน สามารถลดค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล ทำให้เกิดความสมดุลระหว่างคุณภาพชีวิตกับการทำงานของบุคลากร รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

กรมการปกครองจึงขอความร่วมมือจังหวัดดำเนินการคัดเลือกบุคลากรในสังกัด ที่เข้ารับการตรวจสุขภาพประจำปีและไม่เคยเข้าร่วมโครงการ จำนวน ๑ คน (หากมีผู้สนใจมากกว่า ๑ คน ให้ส่งเป็นรายชื่อสำรอง) โดยกำหนดส่งแบบตอบรับภายในวันที่ ๒๑ สิงหาคม ๒๕๖๓ ทาง email: Dopahrwelfare@gmail.com หรือทางโทรสารหมายเลข ๐-๒๒๒๑-๙๖๐๒ ต่อ ๒๓๖ ทั้งนี้ กรมการปกครองจะรับผิดชอบ ค่าที่พัก ค่าอาหาร และค่าพาหนะรถยนต์โดยสารปรับอากาศในการเดินทางจากกรมการปกครองถึงสถานที่ฝึกอบรม สำหรับค่าใช้จ่ายในการเดินทางไปราชการเพื่อเข้าร่วมโครงการ ให้เบิกจ่ายจากงบประมาณต้นสังกัดเท่าที่จ่ายจริง ตามระเบียบกระทรวงการคลัง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาดำเนินการต่อไป

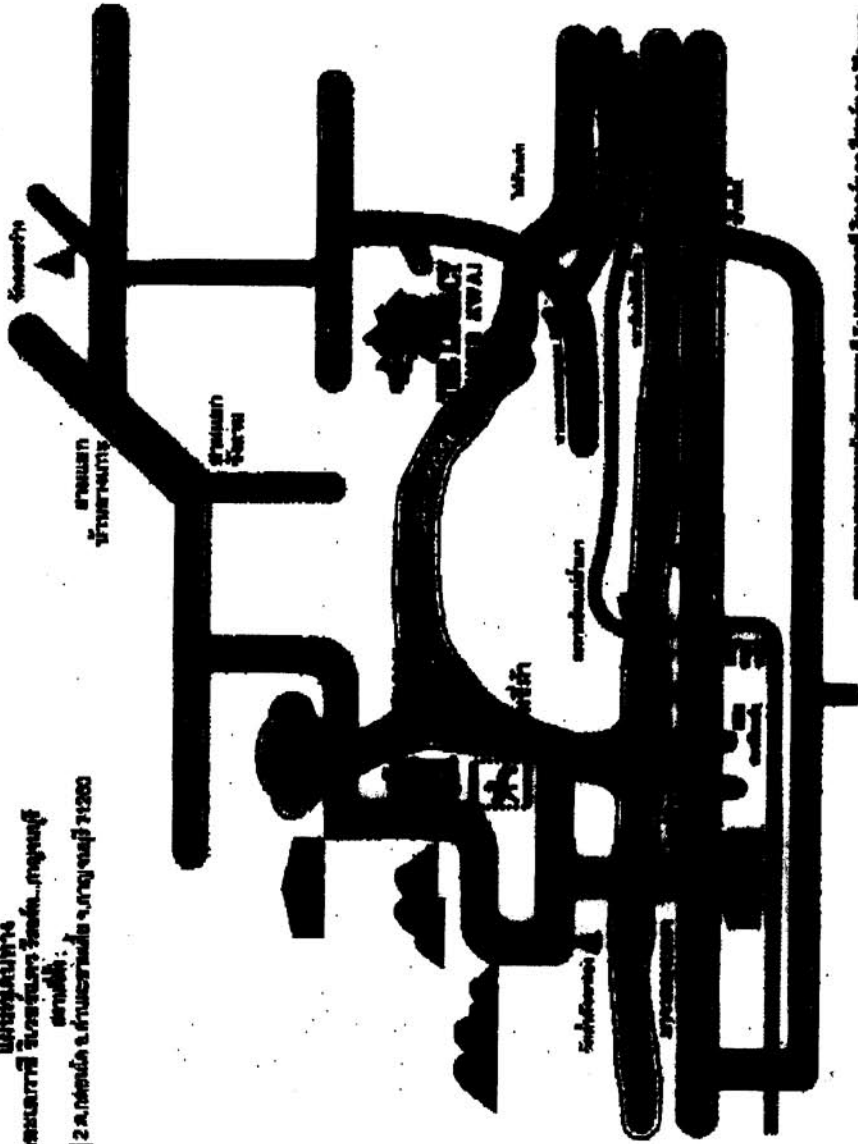
ขอแสดงความนับถือ

(นายนิวัฒน์ รุ่งสาคร)
รองอธิบดี ปฏิบัติราชการแทน
อธิบดีกรมการปกครอง

กองการเจ้าหน้าที่
กลุ่มงานสวัสดิการและประโยชน์เกื้อกูล
โทร.๐-๒๒๒๑-๙๖๐๒ ต่อ ๒๓๖ - ๒๓๘
โทรสาร.๐-๒๒๒๑-๙๖๐๒ ต่อ ๒๓๖

แผนที่และเส้นทาง วิถีสวนแก้ว วิถีชีวิต อ. กาญจนบุรี

แผนที่และเส้นทาง
เขตเทศบาล วิถีสวนแก้ว วิถีชีวิต อ. กาญจนบุรี
ฉบับที่ 1
129 หมู่ 2 ต.ท่ามะปราง อ. กาญจนบุรี 71200



แผนที่และเส้นทาง วิถีสวนแก้ว วิถีชีวิต อ. กาญจนบุรี

ตารางฝึกอบรมสัมมนาเชิงปฏิบัติการ
โครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิต ปค. ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561
ระหว่างวันที่ 5 - 7 กันยายน 2561

ณ เดอะเลกซ์ รีเวอร์แคว รีสอร์ท อำเภอคำชะโนด จังหวัดกาฬสินธุ์

วัน/เวลา	05.30	06.30	07.45	09.00	10.00	11.00	12.00	13.00	14.00	15.00	16.00	17.00	18.00	19.00	20.00	21.00
วันที่ 5	รายงานตัวและลงทะเบียน	บริเวณหน้าห้อง	ออกเดินทาง เวลา 8.15 น.	ศูนย์สุขภาพ	จังหวัดกาฬสินธุ์	พิธีเปิด	รับประทานอาหารกลางวันพิเศษ	"การสร้างทีมงานเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิต" (องค์การ สิริสุขแสง และทีมงาน)	บรรยายเรื่อง "กินอยู่อย่างไรท์ไกลโรท" (อ.ไทร มาศนิล)	แบ่งกลุ่ม ทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพ (ทีมงานสุขภาพ1)	แบ่งกลุ่ม ทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพ (ทีมงานสุขภาพ2)	รับประทานอาหารเย็นพิเศษ	แบ่งกลุ่มย่อย ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (องค์การ สิริสุขแสง และทีมงาน)	บรรยายเรื่อง "ศึกษาเครือข่ายครอบครัวที่ไม่ธรรมดา" (นพ.จุฑาพล สมประสงค์)		
	กิจกรรมกลุ่ม "เอโรบิค" (อ.สิริวรรณ เสวกนิล)	กิจกรรมเรื่อง "ออกกำลังกายอย่างไรท์เป็นยา" (รศ.นพ.ปัญญา ไชยมุก)	กิจกรรมเรื่อง ทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพ													
วันที่ 6	กิจกรรมกลุ่ม สนทนา "ซิง" (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา)	กิจกรรมเรื่อง แลกเปลี่ยนเรียนรู้	กิจกรรมเรื่อง แลกเปลี่ยนเรียนรู้	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	รับประทานอาหารเย็นพิเศษ	สรุปผลการอบรม สัมมนาเชิงปฏิบัติการ และ ปิดการอบรม	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)
	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)	ศึกษาปฏิบัติการเพื่อสุขภาพ (อ.กรรณิภา จิตต์รักษา และทีมงาน)

- ตารางอบรมอาจปรับเปลี่ยนได้ตามความเหมาะสม
- อาหารว่างและเครื่องดื่ม ช่วงเวลา 10.50 - 11.00 และ 14.50 - 15.00 น.
- สิ่งของที่ต้องเตรียมไปเป็นวันสัมมนา การแต่งกายชุดสุภาพ/ รองเท้าเดินเพื่อสุขภาพ(รองเท้ากีฬา) / ชุดว่ายน้ำหรือเสื้อยืด/กางเกงขาสั้น สำหรับแอโรบิกในน้ำ

สำหรับผู้มีโรคประจำตัว ขอให้มาปรึกษาแพทย์ผู้รับผิดชอบ

แบบตอบรับและอนุมัติไปราชการ
โครงการสร้างเสริมสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตบุคลากรกรมการปกครอง
ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2561
ระหว่างวันที่ 5 - 7 กันยายน 2561
ณ เดอะเทกาซี ริเวอร์แคว รีสอร์ท อำเภอคำชะโนด จังหวัดกาฬสินธุ์

ชื่อ

ตำแหน่ง

สถานที่ทำงาน

โทรศัพท์ (ที่ทำงาน)

โทรศัพท์ (มือถือ)

เคยเข้าร่วมโครงการนี้หรือไม่ เคย ไม่เคย

การเดินทาง ไปเอง ไปรถกรมการปกครองจัดให้

อาหาร มังสวิรัติ ปกติทั่วไป

SIZE เสื้อยืดโปโล S รอบอก 38 นิ้ว M รอบอก 40 นิ้ว L รอบอก 42 นิ้ว
 XL รอบอก 44 นิ้ว 2XL รอบอก 46 นิ้ว 3XL รอบอก 48 นิ้ว

(ลงชื่อ)

(.....)

ตำแหน่ง

ผู้บังคับบัญชา

หมายเหตุ 1. ส่งแบบตอบรับได้ 3 ช่องทาง ดังนี้

- (1) email: Dopahrwelfare@gmail.com
- (2) โทรสารหมายเลข 0-2221-9602 ต่อ 236
- (3) line คิวอาร์โค้ด



สำหรับเอกสารต้นฉบับให้ส่งไปที่ กลุ่มงานสวัสดิการและประโยชน์เกื้อกูล กองการเจ้าหน้าที่ กรมการปกครอง ภายในวันที่ 21 สิงหาคม 2561

2. ผู้ได้รับการคัดเลือกจะต้องเข้าร่วมกิจกรรมตลอดหลักสูตรที่กำหนด หากติดราชการหรือภารกิจเร่งด่วน ให้หน่วยงานคัดเลือกบุคลากรในสังกัดที่มีคุณสมบัติครบถ้วนแทนและต้องส่งหนังสือแจ้งเหตุผลการไม่เข้าร่วมจากส่วนราชการต้นสังกัดด้วย เพื่อประโยชน์ต่อส่วนราชการที่จัดทำโครงการสำหรับค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้น

3. เจ้าหน้าที่ผู้ประสานงาน นางสมพิศ พรหมประสิทธิ์ โทร. 06-3901-2697
 นายสายสิทธิ์ ขุนศรี โทร. 06-3901-3678
 นางรุ่งอรุณ สมบูรณ์โชคพิศาล โทร. 09-8825-5325