



เทศบาลตำบลเชิงเนิน

www.chongkroen.go.th

15 ม.4 ต.เชิงเนิน อ.เมืองระยอง

จ.ระยอง 21000

เอกสารเผยแพร่ กิจกรรมและผลงาน

ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568

จัดทำโดย ฝ่ายบริการและเผยแพร่วิชาการ
กองยุทธศาสตร์และงบประมาณ เทศบาลตำบลเชิงเนิน

โครงการพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครแกนนำสุขภาพ เทศบาลตำบลเชิงเนิน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568



วันจันทร์ที่ 1 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน โดยกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม จัดโครงการพัฒนาศักยภาพอาสาสมัครแกนนำสุขภาพ เทศบาลตำบลเชิงเนิน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 กิจกรรม "ฝึกอบรมทางวิชาการและติดตามงานแจ้งข่าวสาร ครั้งที่ 3" ให้กับอาสาสมัครแกนนำสุขภาพ จำนวน 120 คน เพื่อพัฒนาทักษะความรู้ ความสามารถของอาสาสมัครแกนนำสุขภาพ ในการปฏิบัติงานให้เหมาะสมกับสภาพปัญหาสาธารณสุขในพื้นที่ เป็นแกนนำในการเปลี่ยนพฤติกรรมทางสุขภาพและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน ตลอดจนช่วยเหลือการเฝ้าระวังและป้องกันปัญหาสาธารณสุขที่สอดคล้องกับสภาวะสุขภาพของท้องถิ่น ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 1 อาคาร C สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568

โครงการอบรมหมอบ้านในพระราชประสงค์ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

วันอังคารที่ 2 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน โดยกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม จัดโครงการอบรมหมอบ้านในพระราชประสงค์ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 ให้กับอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้าน อาสาสมัครแกนนำสุขภาพและประชาชน จำนวน 70 คน เพื่อให้มีความรู้ในการรักษาพยาบาลเบื้องต้น รวมถึงให้ความรู้เกี่ยวกับโรคภัยไข้เจ็บต่างๆ และการเข้าถึงระบบบริการฉุกเฉิน 1669 ตลอดจนส่งเสริมให้ผู้เข้ารับการอบรมสามารถเป็นที่พึ่งพิงด้านสาธารณสุข ของเพื่อนร่วมหมู่บ้านได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยนายประเชิด เห่งยี นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดโครงการ ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 1 อาคาร C สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง



โครงการฝึกอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับประชาชน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

วันที่ 4-5 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน โดยกองสวัสดิการสังคม จัดโครงการฝึกอบรมส่งเสริมอาชีพให้กับประชาชน ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 “สืบลวดลายสร้างรายได้จากแก้วयेติ” ให้กับประชาชน จำนวน 60 คน เพื่อส่งเสริมอาชีพให้กับประชาชน มีเพิ่มรายได้ ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยนายสุกิจ ชินนิมพาณิษฐ์ รองนายกเทศมนตรีเทศบาลตำบลเชิงเนิน ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดโครงการ ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 1 อาคาร C สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568



โครงการแข่งขันกีฬาชุมชนสัมพันธ์ ครั้งที่ 8 ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

วันที่ 6-7 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน โดยกองสวัสดิการสังคม จัดโครงการแข่งขันกีฬาชุมชนสัมพันธ์ ครั้งที่ 8 ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 ให้กับประชาชน จำนวน 207 คน เพื่อส่งเสริมให้ประชาชนมีสุขภาพร่างกายสมบูรณ์แข็งแรง ใช้กิจกรรมเป็นสื่อในการเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ส่งเสริมให้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ โดยนายประเชิญ เห่งยี่ นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน ให้เกียรติเป็นประธานในพิธีเปิดโครงการ และมอบถ้วยรางวัล เงินรางวัล ให้กับทีมผู้ชนะการแข่งขัน ประเภทประชาชนทั่วไป ทีมชาย และทีมหญิง ณ สนามฟุตบอล สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง

แจกกระสอบทรายและเร่งสูบน้ำ เพื่อแก้ไขปัญหาน้ำท่วมภายในพื้นที่เทศบาลตำบลเชิงเนิน

วันจันทร์ที่ 8 กันยายน 2568 นายประเชิญ เห่งยี่ นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน มีความห่วงใยในความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สินของพี่น้องประชาชน ได้ร่วมกับผู้นำชุมชน ผู้นำท้องถิ่น และพนักงานเทศบาล กรอกกระสอบทรายและนำไปแจกจ่ายเพื่อบรรเทาความเดือดร้อนเร่งด่วนของประชาชน จากสถานการณ์ฝนตกหนักน้ำท่วมฉับพลัน น้ำป่าไหลหลาก น้ำท่วมขัง และมอบหมายสั่งการเจ้าหน้าที่ป้องกันและบรรเทาสาธารณภัยเทศบาลตำบลเชิงเนินลงพื้นที่เร่งดำเนินการสูบน้ำที่ท่วมขังภายในพื้นที่เทศบาลตำบลเชิงเนิน เพื่อแก้ไขปัญหาที่ท่วมขังโดยเร่งด่วน

หากประชาชนท่านใดต้องการกระสอบทราย สามารถรับได้ที่บริเวณหน้าอาคารป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง หรือหากต้องการความช่วยเหลือสามารถติดต่อได้ตลอด 24 ชั่วโมงทีมงานป้องกันภัยและสาธารณภัย เทศบาลตำบลเชิงเนิน หมายเลขโทรศัพท์ 038-020011 , 038-948100





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568

เทศบาลตำบลเชิงเนิน รับมอบน้ำดื่มจากบริษัท ไออาร์พีซี จำกัด (มหาชน)

บริษัท ไออาร์พีซี จำกัด (มหาชน) อนุเคราะห์มอบน้ำดื่มแก่เทศบาลตำบลเชิงเนินและเจ้าหน้าที่ที่ช่วยปฏิบัติงานจากสถานการณ์น้ำท่วมในเขตพื้นที่ตำบลเชิงเนิน โดยมีนายสุกิจ ชินนิยมพาณิชย์ และ นายมงคล สมนาทอง รองนายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน เป็นผู้รับมอบ



เทศบาลตำบลเชิงเนิน ได้รับการอนุเคราะห์จาก ชลประทานจังหวัดระยองและหมวดสูบน้ำจันทบุรี ติดตั้งเครื่องผลักดันน้ำ ลงสู่แม่น้ำระยอง

วันที่ 10 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน ได้รับการอนุเคราะห์จากชลประทานจังหวัดระยองและหมวดสูบน้ำจันทบุรี ในการติดตั้งเครื่องผลักดันน้ำลงสู่แม่น้ำระยองบริเวณคลองทับมา (ข้าง mossa sport society) หมู่ที่ 2 ตำบลเชิงเนิน เพื่อเร่งระบายน้ำที่สะสมในพื้นที่โดยรอบ





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568



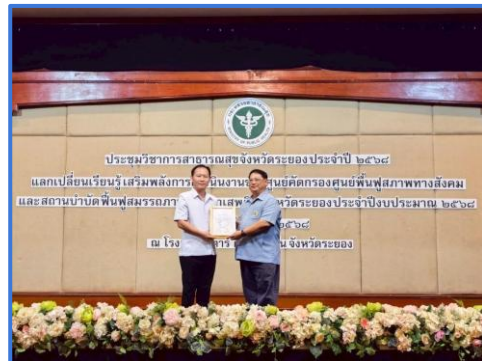
โครงการฝึกอบรมกฎหมาย ระเบียบและแนวทางปฏิบัติหน้าที่ราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568

วันเสาร์ที่ 20 กันยายน 2568 เทศบาลตำบลเชิงเนิน โดยสำนักปลัดเทศบาล จัดโครงการฝึกอบรมกฎหมาย ระเบียบและแนวทางปฏิบัติหน้าที่ราชการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2568 ให้กับพนักงานเทศบาลและพนักงานจ้าง จำนวน 100 คน เพื่อเพิ่มพูนความรู้ด้านกฎหมาย ระเบียบ และแนวทางในการปฏิบัติหน้าที่ราชการ สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติหน้าที่ราชการได้ถูกต้อง มีประสิทธิภาพ โดยได้รับเกียรติจากนายประเชษฐ เห่งยี่ นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน เป็นประธานพิธีเปิดโครงการ ณ ห้องสรวงเพชร 2 ชั้น 2 โรงแรมโกลเด้น ซิตี้ ระยอง อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง



เทศบาลตำบลเชิงเนิน รับมอบหนังสือรับรองคุณภาพบริการอนามัยสิ่งแวดล้อม (EHA) ปี 2567

วันพฤหัสบดีที่ 4 กันยายน 2568 นายประเชษฐ เห่งยี่ นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน มอบหมายให้ นายสุกิจ ชินนิยมพาณิชย์ รองนายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน เข้ารับมอบหนังสือรับรองคุณภาพบริการอนามัยสิ่งแวดล้อม (EHA) ปี 2567 ด้านการจัดการสุขาภิบาลอาหาร ในสถานที่จำหน่ายอาหารและสะสมอาหาร และการจัดการขยะมูลฝอยทั่วไป ที่ผ่านกระประเมินคุณภาพจาก สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดระยอง และศูนย์อนามัยที่ 6 ณ ห้องประชุมสุนทรภู่ โรงแรมสตาร์ คอนเวนชัน ระยอง





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568

ประชุมสภาเทศบาล สมัยวิสามัญ สมัยที่ 1 ครั้งที่ 1/2568

วันศุกร์ที่ 26 กันยายน 2568 เวลา 09.30 น. นางสาวชนากานต์ เห่งยี่ ประธานสภาเทศบาล นัดประชุมสภาเทศบาลตำบลเชิงเนิน สมัยวิสามัญ สมัยที่ 1 ครั้งที่ 1/2568 ประจำปี พ.ศ. 2568 เพื่อพิจารณาญัตติต่างๆ ที่นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน เสนอต่อที่ประชุมสภาเทศบาล ณ ห้องประชุม 1 ชั้น 1 อาคาร C สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน



กิจกรรมเนื่องในวันพระราชทานธงชาติไทย 28 กันยายน (Thai National Flag Day)

ด้วยคณะรัฐมนตรีได้มีมติเมื่อวันที่ 20 กันยายน 2559 เห็นชอบกำหนดให้วันที่ 28 กันยายน ของทุกปี เป็นวันพระราชทานธงชาติไทย(Thai National Flag Day) รวมทั้งกำหนดให้มีการชักและประดับธงชาติไทยในวันดังกล่าว เพื่อเป็นการสร้างความภาคภูมิใจของคนในชาติ และเป็นการน้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณพระบาทสมเด็จพระมงกุฎเกล้าเจ้าอยู่หัว ที่ทรงพระราชทานธงไตรรงค์เป็นธงชาติไทย

ในการนี้ เทศบาลตำบลเชิงเนิน ได้จัดกิจกรรมเนื่องในวันพระราชทานธงชาติไทย 28 กันยายน 2568 (Thai National Flag Day) ประจำปี 2568 ขึ้น ในวันจันทร์ที่ 29 กันยายน 2568 เวลา 08.00 น. จัดกิจกรรมเคารพธงชาติ และร้องเพลงชาติไทย โดยมี นายประเชษฐ เห่งยี่ นายกเทศมนตรีตำบลเชิงเนิน พร้อมด้วยหัวหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และพนักงานจ้าง เข้าร่วมกิจกรรม ณ บริเวณด้านหน้าเสาธงชาติไทย สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง





จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชิงเนิน

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568



เชิงเนิน ชวนรู้



วิธีล้างผักและผลไม้



ล้างด้วยน้ำธรรมดา



1 แช่ในน้ำนาน 5-20 นาที



2 เชย/ลูบเบาๆ



3 ล้างผ่านน้ำสะอาดไหลซ้ำอีกครั้งหนึ่งไม่น้อยกว่า 30 วินาที

เป็นวิธีที่ดีที่สุดสำหรับการล้างผักและผลไม้จำนวนน้อย

ล้างด้วยโซเดียมไบคาร์บอเนต	ล้างด้วยน้ำเกลือ
1 ผสมโซเดียมไบคาร์บอเนต 1 ช้อนชา หรือ 5 กรัม ต่อน้ำ 4 ลิตร 	1 ผสมส่วนเกลือ 1 ช้อนโต๊ะ หรือ 18 กรัม ต่อน้ำ 2 ลิตร 
2 แช่ให้ท่วมผักและผลไม้ทิ้งไว้ 15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด	2 แช่ให้ท่วมผักและผลไม้ทิ้งไว้ 15 นาที แล้วล้างด้วยน้ำสะอาด

กรณีใช้ผลิตภัณฑ์ทำความสะอาดสำหรับผักและผลไม้

- เลือกซื้อผลิตภัณฑ์ที่มีเลขสารบบอาหาร
- วิธีเตรียมหรือวิธีล้างตามข้อแนะนำที่ระบุไว้บนฉลาก

อย่าแนะนำให้ล้างผักและผลไม้ด้วยด่างทับทิม



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration

ข้อมูลอัปเดต ณ วันที่ 05/09/68
ผลิตโดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค



/FDATHAI



จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชียงใหม่

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568



เชียงใหม่ ชวนรู้

บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป

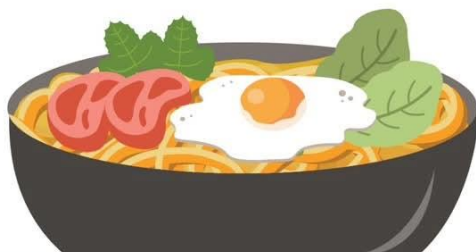
กินอย่างไรให้เหมาะสม



เลือกผลิตภัณฑ์ที่มีสัญลักษณ์โภชนาการ
“ทางเลือกสุขภาพ”
เพื่อลดปริมาณโซเดียมลง



ไม่รับประทานบ่อยจนเกินไป หรือติดต่อกันเป็นประจำ
เพราะอาจได้รับสารอาหารไม่ครบ 5 หมู่



เติมเนื้อสัตว์ต่าง ๆ ไข่ และผัก
เพื่อเพิ่มสารอาหารที่มีประโยชน์



สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration

ผลิตโดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

Facebook Twitter Instagram YouTube /FDATHAI



จดหมายข่าว เทศบาลตำบลเชียงใหม่

เอกสารเผยแพร่กิจกรรมและผลงาน ปีที่ 9 ฉบับที่ 12 เดือนกันยายน 2568



เชียงใหม่ ชวนรู้

รู้เท่าทัน METATINE

คืออะไร?

สารสังเคราะห์ชนิดใหม่ (ชื่อทางเคมี 6-Methyl Nicotine) ถูกใส่ในบุหรี่ไฟฟ้า/ผลิตภัณฑ์ใหม่บางชนิด เพื่อทำให้รู้สึกคล้ายการใช้โคโคติน โครงสร้างคล้ายโคโคติน แต่ ไม่ใช่โคโคตินแท้ และไม่ได้นำมาจากใบยาสูบ

สิ่งที่วัยรุ่นควรรู้

การตลาดนักโฆษณาว่า “ปลอดภัยกว่า ไม่ใช่โคโคติน” ทำให้เด็กและเยาวชนเข้าใจผิด ไม่อยู่ในกฎหมายควบคุมบุหรี่ไฟฟ้าหรือยาสูบโดยตรง เข้าถึงง่ายขึ้น เด็กและเยาวชนจึงกลายเป็น กลุ่มเป้าหมายหลักของการขาย

ผลกระทบ

เสี่ยงต่อ การเสพติด ใกล้เคียงหรือต่างจากโคโคติน งานวิจัยพบว่าอาจทำให้เกิด

- พิษต่อระบบประสาท (neurotoxic effects)
- ความเครียดออกซิเดทีฟในเซลล์สมอง
- ผลกระทบต่อความจำ อารมณ์ สมาธิ

ความปลอดภัยระยะยาวยังไม่ชัดเจน เสี่ยงอันตรายโดยไม่รู้

ทำไมถึงอันตรายกว่า?

คนเข้าใจผิดว่า “ไม่ใช่โคโคติน ไม่อันตราย” เป็น “ช่องโหว่กฎหมาย” ขายง่าย ไม่ต้องขออนุญาต ยังไม่มีข้อมูลวิจัยเพียงพอ ไม่รู้ผลระยะยาว

เตือนเยาวชน

อย่าหลงเชื่อคำโฆษณา Metatine ว่าปลอดภัย “สารสังเคราะห์ใหม่ อาจอันตรายกว่าโคโคตินแท้” รู้เท่าทัน เพื่อปกป้องตนเองและอนาคตของคุณ

SEE YOU NEXT MONTH : OCTOBER

กต. เชียงใหม่ @chnfwd 038-016598-9



เทศบาลตำบลเชิงเนิน



สำนักงานเทศบาลตำบลเชิงเนิน

15 หมู่ที่ 4 ตำบลเชิงเนิน อำเภอเมืองระยอง จังหวัดระยอง 21000

โทรศัพท์ 038-016598 , 038-016599

โทรสาร 038-016596

สายด่วน 24 ชั่วโมง ฝ่ายป้องกัน 038-020011

ติดต่อประสานงาน

102 - สำนักปลัด

105 = ป้องกัน

301 = กองคลัง

402 = กองช่าง

501,502,503 = กองสาธารณสุข

602 = กองการศึกษา

702, 703 = กองสวัสดิการสังคม

117 = ห้องปลัด

801 = ห้องวิชาการ

0 = จุดประชาสัมพันธ์