



## จดหมายข่าว ประจำเดือน มีนาคม 2567

### การแข่งขันหมากรุกไทย ครั้งที่ 2 ประจำปี 2567 (รอบ 8 คนสุดท้าย)

วันที่ 24 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายกเทศมนตรีตำบลมาบอำมฤต เป็นประธานเปิดการแข่งขันหมากรุกไทย ครั้งที่ 2 (รอบ 8 คนสุดท้าย) เพื่อชิงรางวัลรวม 6,000 บาท ในงานประเพณีวันสงกรานต์ 15 เมษายน 2567



### พิธีเปิดโครงการจัดการแข่งขันกีฬาต้านภัยยาเสพติดอำเภอปะทิว ประจำปี 2567 (จัดโดย อบจ.ชุมพร)

วันที่ 23 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายกเทศมนตรีตำบลมาบอำมฤต กล่าวรายงานการจัดการโครงการฯ โดยมีนายพนพร อุลสิทธิ์ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดชุมพร เป็นประธานเปิดโครงการแข่งขันกีฬาต้านภัยยาเสพติดอำเภอปะทิว ประจำปี 2567 พร้อมด้วย คณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล สมาชิกองค์การบริหารส่วนจังหวัดชุมพร สว.ราชการ ข้าราชการ ผู้นำท้องที่ ผู้นำท้องถิ่น และประชาชน เข้าร่วมกิจกรรมในครั้งนี้ ณ สนามฟุตบอลเทศบาลตำบลมาบอำมฤต อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร



### กิจกรรมพัฒนาน้ำตกเขาสี่เสียด-สวนป่าสิริกิตต์(น้ำตกมาบอำมฤต)

วันที่ 18 มีนาคม 2567 เทศบาลตำบลมาบอำมฤตร่วมกิจกรรมพัฒนาน้ำตกเขาสี่เสียด-สวนป่าสิริกิตต์(น้ำตกมาบอำมฤต) ต.ดอนยาง อ.ปะทิว จ.ชุมพร



สำนักงานเทศบาลตำบลมาบอำมฤต  
เลขที่ 111 หมู่ที่ 12 ถนนวงศัวนิข  
ตำบลดอนยาง อำเภอปะทิว จังหวัดชุมพร 86210



โทรศัพท์ : 077-656289 , 077-656290  
โทรสาร : 077-656289 ต่อ 105



งานประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลมาบอำมฤต  
Fanpage



Line@



Line กลุ่ม

## พิธีถวายราชสักการะพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้า เจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5

วันที่ 18 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายเทศมนตรี ตำบลมาบอำมฤต มอบหมายให้นายสมศักดิ์ ศุทธิวิโรจน์ รองนายเทศมนตรี พร้อมด้วยพนักงานเทศบาลเข้าร่วมพิธีถวายราชสักการะพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 5 เนื่องในวันท้องถิ่นไทย วันที่ 18 มีนาคม 2567 ณ หอประชุมจังหวัดชุมพร



## กิจกรรมผู้สูงอายุเทศบาลตำบลมาบอำมฤต ประจำเดือนมีนาคม 2567

### โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุ

วันที่ 14 มีนาคม 2567 เวลา 9.00 น. เทศบาลตำบลมาบอำมฤต ร่วมกับโรงพยาบาลมาบอำมฤต และ อสม. ตำบลดอนยาง จัดกิจกรรมเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ในการดูแลสุขภาพของตนเองให้แข็งแรง ทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และด้านโภชนาการ ตลอดจนการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ทำให้ผู้สูงอายุเกิดความผ่อนคลาย มีความสุข มีความเบิกบาน ที่เข้าร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและผู้พิการตำบลดอนยาง ซึ่งในวันนี้ มีการให้ความรู้เกี่ยวกับกรรการรักษาวิญญ์จรรจร โดยวิทยากรจาก สถานีตำรวจภูธรบ้านมาบอำมฤต



## โครงการฝึกอบรมป้องกันและควบคุมไฟฟ้า

วันที่ 15 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายเทศมนตรี ตำบลมาบอำมฤต และนายนิพนธ์ บำรุงพล จพง.ป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่งานป้องกันฯและอปพร.เทศบาลตำบลมาบอำมฤต เข้าร่วมโครงการฝึกอบรมป้องกันและควบคุมไฟฟ้า จัดโดยองค์การบริหารส่วนตำบลดอนยาง ร่วมกับองค์การบริหารส่วนตำบลปากคลอง เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีความรู้ ความเข้าใจ และมีเทคนิคในการปฏิบัติงานด้านการป้องกันและควบคุมไฟฟ้าในพื้นที่ได้อย่างถูกต้อง ปลอดภัยและมีประสิทธิภาพ โดยนายวีระชัย เตือนวีระเดช นายเทศมนตรีตำบลมาบอำมฤต นายกฤษณ์ สุขแก้ว นายกองค์การบริหารส่วนตำบลดอนยาง นายทรงสิทธิ์ พุ่มศรี นายกองค์การบริหารส่วนตำบลปากคลอง และนายสิทธิชัย มากยอด นายกองค์การบริหารส่วนตำบลเขาไชยราช ได้ร่วมลงนาม MOU อปท. ภาคีเครือข่ายด้านการป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย ณ.องค์การบริหารส่วนตำบลดอนยาง



## พิธีมอบวุฒิบัตรบัณฑิตน้อย ประจำปีการศึกษา 2566

### โรงเรียนชุมชนมาบอำมฤต

วันที่ 7 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายเทศมนตรี ตำบลมาบอำมฤต เป็นประธานในพิธีมอบวุฒิบัตรบัณฑิตน้อย ประจำปีการศึกษา 2566 โรงเรียนชุมชนมาบอำมฤต จังหวัดชุมพร



## พิธีเปิดกิจกรรมปัจฉิมนิเทศมอบประกาศนียบัตรและ เกียรติบัตรแก่นักเรียนโรงเรียนมาบอำมฤตวิทยา

วันที่ 1 มีนาคม 2567 นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายกเทศมนตรี ตำบลมาบอำมฤต ร่วมพิธีเปิดกิจกรรมปัจฉิมนิเทศมอบ ประกาศนียบัตรและเกียรติบัตรแก่นักเรียนที่สำเร็จการศึกษา โดยนายเจริญโชค พรหมชุติมา นายอำเภอปะทิว เป็นประธานเปิด กิจกรรม พร้อมด้วยคณะครู นักเรียน ผู้ใหญ่บ้าน ผู้ช่วย สมาชิกสภา เทศบาลฯ และแพทย์ประจำตำบล ณ. โรงเรียนมาบอำมฤตวิทยา ต.ดอนยาง อ.ปะทิว จ.ชุมพร



## ประชุมสภาเทศบาลเทศบาลตำบลมาบอำมฤต สมัยสามัญประจำปี สมัยสามัญที่ 1/2567(ครั้งที่ 2)

วันที่ 1 มีนาคม 2567 นายสมควร เทวชู ประธานสภาเทศบาลฯ เปิดการประชุม นายปานนท์ วงศ์ทิพย์พันธ์ ปลัดเทศบาลฯ เลขาธิการสภาฯ คณะผู้บริหาร นำโดย นายวีระชัย เตือนวีระเดช นายกเทศมนตรีตำบลมาบอำมฤต สมาชิกสภาเทศบาลตำบลมาบอำมฤต เขต 1 และ เขต 2 หัวหน้าส่วนราชการ นายอภิชาติ จินโดน สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดชุมพร และเจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้อง เข้าร่วมประชุมพร้อมกัน ณ ห้องประชุมอาคาร สำนักงานเทศบาลตำบลมาบอำมฤต



## ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก เทศบาลตำบลมาบอำมฤต

### เปิดรับสมัคร

พักเรียนเพื่อเข้าเรียน  
ในศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก  
เทศบาลตำบลมาบอำมฤต  
ประจำปีการศึกษา 2567

สมัครได้ตั้งแต่วันที่  
18 มีนาคม - 15 พฤษภาคม 2567

คุณสมบัติของผู้สมัคร  
เด็กที่มีสมัครต้องมีอายุครบ 2-3 ปีบริบูรณ์  
(นับถึงวันที่ 16 พฤษภาคม 2567)

หลักฐานและเอกสารที่ต้องนำมาในวันสมัคร

- ใบสมัครของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กเทศบาลตำบลมาบอำมฤต
- บัตรออกมีอนุสรณ์เรียบร้อยแล้ว
- สำเนาทะเบียนบ้านเด็ก 1 ฉบับ
- สำเนาสูติบัตรเด็ก 1 ฉบับ
- สำเนาใบเปลี่ยนชื่อ-สกุล (ถ้ามี) 1 ฉบับ
- สมุดบันทึกสุขภาพแม่และเด็ก(สมุดสีชมพู) ถ่ายเอกสารหน้าบันทึกการรับวัคซีน 1 ฉบับ
- ต้องนำตัวเด็กมาแสดงตนในวันที่มาสมัคร



## ภัยสุขภาพ ที่มาในฤดูร้อน



**ผื่นจากความร้อน** **อาการ** มีตุ่มคันสีแดงเล็กๆ มักพบบริเวณคอ หน้าอก ใต้ราวนม รักแร้ เข่า ข้อมือ ข้อพับแขนและขา

**สาเหตุ** เกิดจากการระคายเคืองของผิวหนังจากเหงื่อออกมาก

**การดูแลรักษา** อยู่ในที่อากาศเย็น เพื่อลดการเหงื่อออก ใช้ยาแก้คันที่ปราศจากสเตียรอยด์ ใช้ยาฆ่าเชื้อหากมีอาการติดเชื้อ

**บวมจากความร้อน** **อาการ** บวม โดยเฉพาะบริเวณเท้า มักเกิดขึ้นในช่วง 2-3 วันแรก ที่สัมผัสอากาศร้อน

**สาเหตุ** เกิดจากความร้อนทำให้หลอดเลือดที่ผิวหนังขยายตัว และมีสารน้ำคั่งอยู่ที่ข้อเท้าและขา ทำให้เกิดอาการบวม

**การดูแลรักษา** อากาศร้อนสามารถหายเองได้ ใช้ยาแก้ปวดตามอาการ

**ตะคริวจากความร้อน** **อาการ** กล้ามเนื้อเกร็งเจ็บปวด มักเกิดบริเวณ หน้าท้อง แขน ขา

**สาเหตุ** เกิดจากการสูญเสียเกลือแร่ จากการเสียเหงื่อเป็นจำนวนมาก

**การดูแลรักษา** ควรพักในที่ร่มและเย็น ดื่มน้ำมากๆ ดื่มน้ำเกลือแร่หรือเครื่องดื่มเกลือแร่ เพื่อทดแทนที่ร่างกายสูญเสียไป หากเป็นตะคริวนานกว่า 1 ชั่วโมง ควรปรึกษาแพทย์

**เป็นลมแดด** **อาการ** หน้ามืด วิงเวียนหัว และเป็นลมหมดสติ พบอยู่ในผู้ที่ไม่เคยชินกับอากาศร้อน

**สาเหตุ** ร่างกายพยายามขับความร้อนส่วนเกินออก โดยเพิ่มการไหลเวียนเลือดไปที่ผิวหนัง ทำให้เลือดไปเลี้ยงสมองไม่เพียงพอ

**การดูแลรักษา** ควรพักในที่ร่มและเย็น มอบความชื้นที่ผิวหนัง เย็นด้วยพัดลม ใช้หมอนหรือสิ่งอื่นรองขาให้สูงกว่าลำตัว คลายเสื้อผ้าให้หลวม ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นเช็ดหน้า และขยับแขน ขา หากอาการไม่ดีขึ้นใน 30 นาที ควรรีบไปพบแพทย์

**เพลียแดด** **อาการ** เหงื่อออกมาก อ่อนแรง ปวดกล้ามเนื้อ บวม หัว เวียนหัว สับสน มีแรง ครั่นไส้ อาเจียน และอาจเป็นลม

**สาเหตุ** เกิดขึ้นเมื่อยู่ในที่อากาศร้อนจัด ทำให้อุณหภูมิในร่างกายสูงขึ้นและเกลือแร่จากการเสียเหงื่อเป็นจำนวนมาก และเกิดภาวะขาดน้ำ

**การดูแลรักษา** ย้ายผู้ป่วยไปอยู่ในที่ร่มและเย็น หรือสถานที่ที่มีเครื่องปรับอากาศ เช็ดตัวผู้ป่วยด้วยน้ำเย็นหรือใช้พัดลมช่วยคลายร้อน และทำให้สูงกว่าลำตัว ดื่มน้ำบ่อยๆ และดื่มน้ำเกลือแร่หรือเครื่องดื่มเกลือแร่ให้สูงกว่าลำตัว ห้ามดื่มแอลกอฮอล์และใช้พัดลมเป่าตัวผู้ป่วยที่เย็นไว้ตามซอกคอ รักแร้ และขาหนีบ หากผู้ป่วยอาการไม่ดีขึ้น ให้รีบนำส่งโรงพยาบาลทันที