

รายงานผลการดำเนินโครงการ
ส่งเสริมและป้องกันภาวะข้อเข่าเสื่อมในกลุ่มสตรีวัยทำงาน
ผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไป

ปีงบประมาณ 2566

กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ที่ 15
ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

☐ สำนักปลัด	
☐ กองคลัง	
☐ กองช่าง	
☐ กองการฝึกอบรม	
☒ กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม	
☐ กองการช่าง	

วันที่ 31/2/66

เทศบาลตำบลบ้านดู่ 4909
 กลุ่ม.....
 วันที่ 3 ก.ค. 2566
 ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย 15-2

วันที่ 3 กรกฎาคม 2566

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เลขที่รับ 0081
วันที่ 04 ก.ค. 2566
เวลา 11:31 น.

เรื่อง รายงานผลการดำเนินโครงการ

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายงานผลการดำเนินโครงการ

ด้วย กลุ่มพัฒนาองค์กร 8.15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

มีความประสงค์ขอส่งสรุปรายงานผลการดำเนินโครงการ..... ส่งเสริมและ มั่นคง ภาวะ-องค์การสิ่งแวดล้อม ในกลุ่มองค์กรที่ทำงาน

ประจำปีงบประมาณ 2566 ซึ่งได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล

ตำบลบ้านดู่ และได้แนบหลักฐานพร้อมกับรายงานผลการดำเนินโครงการ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นางสาว ดุจดาว)

ตำแหน่ง นางนางสาว ดุจดาว

แบบรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม
 กองทุนหลักประกันสุขภาพ.....รหัส กปท.
 อำเภอ.....จังหวัด.....

1.ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

ป้องกันภาวะขาดแคลน

2.ผลการดำเนินงาน

บรรลุตามวัตถุประสงค์ กลุ่มเป้าหมายมีความรู้เรื่องโรคภัยไข้เจ็บ
 และนำความรู้ที่ได้ไปใช้ป้องกันตนเองได้ ในชีวิตประจำวัน

3.ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4.การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ 13,650 บาท
 งบประมาณเบิกจ่ายจริง 13,650 บาท คิดเป็นร้อยละ 100
 งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน - บาท คิดเป็นร้อยละ -

5.ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

☒ ไม่มี
☐ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)



6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม

- ☒ สำเนาหลักฐานการจ่ายเงิน (กรณีคณะกรรมการ กปท.ต้องการทราบรายละเอียด)
- ☒ ภาพถ่ายหรือวีดิทัศน์ภาพการดำเนินการจริง
- ☐ อื่น ๆ

7.บุคคลอ้างอิง/ตัวแทนผู้รับประโยชน์จากการดำเนินงาน/โครงการ/กิจกรรม (อย่างน้อย 3 คน ขึ้นไป)

1. ชื่อ พรรณี มะโนรัมย์ หมายเลขโทรศัพท์ 0869120408
2. ชื่อ ศิริพร ทาขดี หมายเลขโทรศัพท์ 0851618320
3. ชื่อ สรวงจันทร์ คูคำ หมายเลขโทรศัพท์ 0845993620

ลงชื่อ พวงชมพู คูคำ หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
(นางพวงชมพู คูคำ)
ตำแหน่ง ประธานแม่บ้าน
วันที่-เดือน-พ.ศ. 30 มิ.ย. 66



สรุปแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม
โครงการ..... อบรมป้องกันภาวะว้อเข้าเสื่อม

วันที่..... 29 มี.ย. 2566

ณ..... อาคาร เหมอมร. สกศ หอ 15

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

๑. เพศ เพศหญิง จำนวน 5A คน คิดเป็นร้อยละ 90
เพศชาย จำนวน 6 คน คิดเป็นร้อยละ 10
รวม 60 คน คิดเป็นร้อยละ 100

๒. อายุ ต่ำกว่า ๒๐ ปี จำนวน - คน คิดเป็นร้อยละ -
๒๐ - ๓๐ ปี จำนวน - คน คิดเป็นร้อยละ -
๓๑ - ๔๐ ปี จำนวน - คน คิดเป็นร้อยละ -
๔๑ - ๕๐ ปี จำนวน 20 คน คิดเป็นร้อยละ 33.33
๕๑ ปีขึ้นไป จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 66.66

ตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ

ด้านวิทยาการ

๑. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน <u>40</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>66.66</u>
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>

๒. ความสามารถในการระบวนการอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน <u>40</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>66.66</u>
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>

๓. การเชื่อมโยงเนื้อหาในการฝึกอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน <u>40</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>66.66</u>
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>

๔. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน <u>-</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>-</u>
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน <u>40</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>66.66</u>
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน <u>10</u>	คน	คิดเป็นร้อยละ <u>16.66</u>

๕. การใช้เวลาตามที่กำหนดไว้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	2	คน	คิดเป็นร้อยละ	2
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	1
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.80
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	23.80
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	40	คน	คิดเป็นร้อยละ	52.40

๒. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	—	คน	คิดเป็นร้อยละ	—
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	—	คน	คิดเป็นร้อยละ	—
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	10.66
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	78	คน	คิดเป็นร้อยละ	90
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	41	คน	คิดเป็นร้อยละ	68.33

ด้านสถานที่/ระยะเวลา/อาหาร

๑. สถานที่สะอาดและมีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	๐	คน	คิดเป็นร้อยละ	๐
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	๑	คน	คิดเป็นร้อยละ	๑
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	๑	คน	คิดเป็นร้อยละ	๑
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

๒. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

๓. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	๐	คน	คิดเป็นร้อยละ	๐
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	๑	คน	คิดเป็นร้อยละ	๑
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	๑	คน	คิดเป็นร้อยละ	๑
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.86
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.99

๔. อาหาร มีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	60	คน	คิดเป็นร้อยละ	100

ด้านความรู้ความเข้าใจ

๑. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ ก่อน การอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	40	คน	คิดเป็นร้อยละ	66.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66

๒. ความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ หลัง การอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

ด้านการนำความรู้ไปใช้

๑. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

๒. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

๓. คาดว่าสามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	10	คน	คิดเป็นร้อยละ	16.66
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	50	คน	คิดเป็นร้อยละ	83.33

ตอนที่ ๓ ข้อเสนอแนะอื่นๆ

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติม

สรุปจากการทำแบบประเมินความพึงพอใจ ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากถึงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 97.08
ระดับความพึงพอใจปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 0.92

สรุปแบบประเมินความรู้ ก่อน อบรม คิดเป็นร้อยละ 16.66

สรุปแบบประเมินความรู้ หลัง อบรม คิดเป็นร้อยละ 83.33

☐ สำนักปลัด	
☐ อธิบดี	
☐ กองชั่ง	
☐ กองการ	
☒ กองสาธารณสุข	14 ๐๕/๖
☐ ตรวจสอบภายใน	

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เลขที่รับ 186
4 ๐๕/๖ 2565
16.๐๕
กองกมลพิษภัยสุขภาพของ

เทศบาลตำบลบ้านดู่
เลขที่ ๑๐๑๕
วันที่ 14 ๐๕ 2565
เวลา 14.๐๐ น.

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพ... รทส กบท. ๒๕๖๕

อำเภอ... จังหวัด...

วัน 14 เดือน ๕ พ.ค. ๒๕๖๕

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๕

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ... ๒๕๖๕

เอกสารแนบ แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม (แบบ กบท.7) จำนวน 1 ชุด

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” นั้น

หน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน ได้ดำเนินการจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม มาเพื่อขอรับการสนับสนุนงบประมาณ กบท. ตามเอกสารแนบ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

เรียน ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ เทศบาลตำบลบ้านดู่

กลุ่มพัฒนาสตรี ม. 15 กิ่งอำเภอวังสะพุง
กลุ่มสตรี กิ่งอำเภอวังสะพุง
ผู้สูงอายุ และประชาชนทั่วไป ประจำปีงบประมาณ
๒๕๖๕ วิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ๑๕๖๖

ลงชื่อ... ตำแหน่ง... วันที่-เดือน-พ.ศ. ...

หน้า 14/12/๖๕

ได้ขอรับเจ้าหน้าที่ปฏิบัติงาน...

(นางสาวสิรินดาตย์ วงศ์วาล)
พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ
14 ๐๕ 2565

เรียน ปลัดเทศบาล
- เพื่อโปรดทราบ
- เห็นควรดำเนินการตามเสนอ
(นายธนบดี คำเจริญ)
ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่
- เพื่อโปรดทราบ

(นายพัฒน์พงษ์ โพธิ์เกตุ)
นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่
14 ๐๕ ๖๕

ว่าที่ร้อยตรี
(จำรอง อ่อนพุทรา)
ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่
14 ๐๕ ๖๕



แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ รหัส กปท. L6870
อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 16 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตามข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2566 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1.ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการส่งเสริมและป้องกันภาวะข้อเข่าเสื่อมในกลุ่มสตรีวัยทำงาน ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป ม.15

2.ชื่อ ☐ หน่วยงาน ☐ องค์กร ☒ กลุ่มประชาชน

กลุ่มพัฒนาสตรี ม.15

3.หลักการเหตุผล

โรคข้อเข่าเสื่อม เป็นปัญหาที่พบบ่อยในกลุ่มสตรีวัยทำงานและวัยผู้สูงอายุในหมู่บ้านป่าก๊ก ม.15 ต.บ้านดู่ ส่วนใหญ่จะมีอาการปวดข้อเข่า มีเสียงในข้อ ข้อยึดติด กระตุกข้อเข่าผิดปกติ ทำให้เกิดความยุ่งยากในการดำรงชีวิตประจำวัน ทำให้ทำงานลำบาก ทำให้คุณภาพชีวิตลดลง และอาจก่อให้เกิดภาวะแทรกซ้อนอื่นๆตามมา เช่น อาจกลายเป็นผู้ติดบ้าน ติดเตียงได้ กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี ม.15 ได้ตระหนักถึงความสำคัญดังกล่าว จึงได้ทำโครงการส่งเสริมสุขภาพและป้องกันภาวะข้อเข่าเสื่อมในกลุ่มสตรีวัยทำงาน ผู้สูงอายุและประชาชนทั่วไป ม.15 ขึ้น

4.วัตถุประสงค์ (เพื่อการจัดบริการสร้างเสริมสุขภาพ ป้องกันโรคฟื้นฟูสมรรถภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึงการจัดกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อการสร้างเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

1. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ในเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อม
2. เพื่อให้กลุ่มเป้าหมายมีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเพื่อป้องกันโรคข้อเข่าเสื่อม



5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. จัดการประชุม เพื่อวางแผนการดำเนินโครงการฯ
2. เขียนโครงการ เพื่อขอรับงบประมาณ เสนอต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่
3. ขอรับการสนับสนุนงบประมาณ ต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่
3. ดำเนินงานโครงการอบรม จำนวน 1 วัน
4. ประเมินผลการอบรมและประเมินความพึงพอใจ
5. สรุปและรายงานผลดำเนินงานต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

- ประชาชนทั่วไป หมู่ 15 จำนวน 60 คน

(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

☐ 6.1. กลุ่มหญิงตั้งครรภ์และหญิงหลังคลอด จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพก่อนคลอดและหลังคลอด
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมการเลี้ยงลูกด้วยนมแม่
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลรักษาแม่เรื้อรังปากมดลูกและมะเร็งเต้านม
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.2. กลุ่มเด็กเล็กและเด็กก่อนวัยเรียน จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การส่งเสริมสุขภาพช่องปาก
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.3. กลุ่มเด็กวัยรุ่นและเยาวชน จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ



- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาการตามวัย/กระบวนการเรียนรู้/ความฉลาดทางปัญญาและอารมณ์
- ☐ 6. การส่งเสริมการได้รับวัคซีนป้องกันโรคตามวัย
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.4. กลุ่มวัยทำงาน จำนวน.....¹⁰.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพฤติกรรมสุขภาพในกลุ่มวัยทำงานและการปรับเปลี่ยนสิ่งแวดล้อมในการทำงาน
- ☐ 6. การส่งเสริมการดูแลสุขภาพจิตแก่กลุ่มวัยทำงาน
- ☐ 7. การป้องกันและลดปัญหาด้านเพศสัมพันธ์/การตั้งครรภ์ไม่พร้อม
- ☐ 8. การป้องกันและลดปัญหาด้านสารเสพติด/ยาสูบ/เครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.5. กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน.....⁵⁰.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☒ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.6. กลุ่มผู้ป่วยโรคเรื้อรัง จำนวน.....คน

- ☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ
- ☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง
- ☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ
- ☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้
- ☐ 5. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคเบาหวานและความดันโลหิตสูง
- ☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหัวใจ
- ☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคหลอดเลือดสมอง



☐ 8. การคัดกรองและดูแลผู้ป่วยโรคมะเร็ง

☐ 9. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.7. กลุ่มคนพิการและทุพพลภาพ จำนวน.....คน

☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 5. การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ

☐ 6. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า

☐ 7. การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม

☐ 8. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.8. กลุ่มประชาชนทั่วไปที่มีภาวะเสี่ยง จำนวน.....คน

☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.9. กลุ่มพระสงฆ์ หรือนักบวช ในศาสนาต่าง ๆ จำนวน.....คน

☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)

☐ 6.10. กลุ่มผู้ต้องขัง จำนวน.....คน

☐ 1. การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

☐ 2. การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

☐ 3. การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

☐ 4. การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้

☐ 5. การส่งเสริมการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ

☐ 6. อื่น ๆ (ระบุ)



☐ 6.11. สำหรับการบริหารหรือพัฒนากองทุนฯ [ข้อ 10 (4)]

- ☐ 1. ค่าใช้จ่ายในการประชุม
- ☐ 2. ค่าใช้จ่ายในการเดินทาง
- ☐ 3. ค่าใช้จ่ายในการอบรม/พัฒนาศักยภาพ
- ☐ 4. ค่าวัสดุ/ครุภัณฑ์
- ☐ 5. ค่าใช้จ่ายอื่น (ระบุ)

☐ 6.12. กลุ่มอื่น ๆ (ระบุ).....จำนวน.....คน

- ☐ 1. อื่น ๆ (ระบุ)

7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

พฤษภาคม - สิงหาคม 2566

8.สถานที่ดำเนินการ

- อาคารอเนกประสงค์ ม.15

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 13,650 บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าอาหารกลางวัน จำนวน 1 มื้อ 75 บาท *60 คน	เป็นเงิน 4,500 บาท
- ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม จำนวน 2 มื้อ 25 บาท *60 คน	เป็นเงิน 3,000 บาท
- ค่าตอบแทนวิทยากรบรรยาย จำนวน 4 ชั่วโมง 600 บาท	เป็นเงิน 2,400 บาท
- ค่าเช่าเครื่องเสียง	เป็นเงิน 1,000 บาท
- ค่าบำรุงสถานที่	เป็นเงิน 1,000 บาท
- ค่าป้ายโครงการ ขนาด 1*3 เมตร จำนวน 1 ป้าย	เป็นเงิน 450 บาท
- ค่าแผ่นพับประชาสัมพันธ์ 500 แผ่น	เป็นเงิน 500 บาท
- ค่าประเมินความรู้ ก่อน หลัง อบรม ความพึงพอใจ	เป็นเงิน 400 บาท
- สรุปผล เข้าเล่ม จำนวน 2 เล่ม	เป็นเงิน 400 บาท

รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 13,650 บาท

* หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. กลุ่มเป้าหมายมีความรู้ในเรื่องโรคข้อเข่าเสื่อม
2. กลุ่มเป้าหมายมีการปฏิบัติตนที่ถูกต้องเพื่อป้องกันโรคข้อเข่าเสื่อม

11. การประเมินผล

- ประเมินความรู้ก่อน - หลัง การอบรม
- ประเมินความพึงพอใจในการอบรม



11. คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นายพนวด (ชื่อ - สกุล) ตำแหน่ง ปก. อบก. กลุ่มพัฒนการ ม.15
 หน่วยงาน หมายเลขโทรศัพท์ 084-7404395

ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

☒ ไม่ได้ซ้ำซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น

☒ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท.

☒ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2561 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว

ลงชื่อ พราณี มะโนเรือ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
 (นางพราณี มะโนเรือ)
 ตำแหน่ง เลขาฯ กปท.
 วันที่-เดือน-พ.ศ. 14 มิ.ค. 2565

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ ฟอซวอล ดู่ดำ หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
 (นางฟอซวอล ดู่ดำ)
 ตำแหน่ง ประธานกลุ่มพัฒนาสตรี ม.15
 วันที่-เดือน-พ.ศ. 14 มิ.ค. 2565



รายชื่อผู้เข้าร่วม โครงการ ส่งเสริมการใช้เศษอาหารใช้ทำปุ๋ยในครัวเรือน

วันที่ 29 มิถุนายน 2566

ณ อาคารเกษตร ๗. 15

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เบอร์โทรศัพท์	หมายเหตุ
1	ช่อฉวีรัตน์ ฐิตะ		094-7050327	ควบคุม
2	ทศพรिता ทวี	ทศพรिता	062719065	
3	พลธรรมา ฐิตะ		0847404395	
4	เผื้องใจ ไร่ยง	เผื้องใจ	0837615721	
5	ศรีธรรมา ไร่ยง	ศรีธรรมา	0637615721	
6	พจณนา ธรรมะ		0991373666	
7	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0869154423	
8	นางอริยา ฐิตะ		0811792883	
9	นางอริยา ฐิตะ			
10	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0831531945	
11	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0845993620	
12	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0851618320	
13	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
14	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
15	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
16	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0620565942	
17	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0988208659	
18	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
19	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0947625549	
20	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
21	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
22	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0889140708	
23	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0951299633	
24	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0802389843	
25	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0807938909	
26	นางอริยา ฐิตะ	อริยา		
27	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0835783304	
28	นางอริยา ฐิตะ	อริยา	0991355388	

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เบอร์โทรศัพท์	หมายเหตุ
29	อรณัฐ พนมพิริม	1151	0967313585	
30	นายคุณ มั่งไธสง	คณ	0941043465	
31	ทนาย ไร่โคกน้อย	ไร่		
32	นางไข น่องจันทร์	ไข		
33	นายสุชาติ แสงคำ	สุชาติ	090-4095521	
34	นาง อรุณ นีละ	อรุณ	0932232795	
35	นาง นงน พงษ์	นงน	092-4051512	
36	นาง นงน พงษ์	นงน		
37	นาย ชัย เมียค	ชัย	0945925467	
38	นาง สัท จันทน์เทศ	สัท	081 383 7173	
39	นางกรรณ วิทยวงศ์	กรรณ		
40	นางศิริวรรณ นิ่งแก้ว	ศิริวรรณ		
41	นางพรพิมล น. ลำปาง	พรพิมล	089.8511281	
42	นาย วร ลี สิงหนาม	วร	093873824	
43	นาง เบญจรัตน์ มะโนรัมย์	เบญจรัตน์		
44	นายอัมรินทร์ นานาค	อัมรินทร์	0929549959	
45	ทองดี วัฒนศิริ	ทองดี	0856169633	
46	นายอรรถพงศ์ นานาค	อรรถพงศ์		
47	สพ. นงน พงษ์	นงน		
48	นายประวิทย์ เต็มมือ	ประวิทย์		
49	นายพนมเชลื้อ กันแก้ว	พนมเชลื้อ		
50	นางสมจิตร จันทน์เทศ	สมจิตร		
51	พร วิทยวงศ์	พร	0827613066	
52	นางชนันท์ มั่งวัน	ชนันท์	0887645564	
53	ศรีทอง สิมพิศ	ศรีทอง		
54	กานจนา หล้าวงศ์	กานจนา		
55	ศุภลักษณ์ วัฒนศิริ	ศุภลักษณ์		
56	อภินันท์ กันตพ	อภินันท์		
57	นงน พงษ์	นงน		
58	น.ส. จริญญา ธรรม	จริญญา		
59	น.ส. อรุณ นีละ	อรุณ		
60	นาย ชัย มั่งไธสง	ชัย		

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... พัฒนาอาชีพ สลึงหมู 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เรียน นายทองลูก นาสงคำ

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพ สลึงหมู 15 หมู่ที่ 15 มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน อาหารกลางวัน 1 มื้อ 60 คน คนละ 75 บาท

อาหารว่างพร้อมเครื่องดื่ม 10 คน คนละ 25 x 60 x 2-

ในราคาเป็นเงิน 7,500 บาท (เจ็ดพันห้าร้อยบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน

วันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุขำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด.....วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุขำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มือเรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นางสาว ดุจดาว ผู้ว่าจ้าง
(นางสาว ดุจดาว)

(ลงชื่อ) ทองลูก นาสงคำ ผู้รับจ้าง
(ทองลูก นาสงคำ)

(ลงชื่อ) ศิริพร ทายดี พยาน
(นางศิริพร ทายดี)

(ลงชื่อ) พรมณ์ มะโนเรือง พยาน
(นางพรมณ์ มะโนเรือง)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เรื่อง ตรวจรับ อาหารกลางวัน อาหารว่างหรือเครื่องดื่ม

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15 ได้ซื้อหรือจ้าง อาหารกลางวัน 1 มื้อ ค่าเฉลี่ย 45 บาท, จำนวน 60 คน, อาหารว่างหรือเครื่องดื่ม 2 มื้อ ค่าเฉลี่ย

จาก กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15 งบประมาณ ¥500 บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) ฟองผล ดู่ดำ ประธานกรรมการ
(ฟองผล ดู่ดำ)

(ลงชื่อ) เชษฐาธิ์ คุ้มแก้ว กรรมการ
(เชษฐาธิ์ คุ้มแก้ว)

(ลงชื่อ) พรรณี มะโนเรือง กรรมการ
(พรรณี มะโนเรือง)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพ. ลอว์

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ 29 มิ.ย. 2566

ข้าพเจ้า นายทองสุข ใจสิงห์ บ้านเลขที่ 333 หมู่ที่ 15 ถนน

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... พัฒนาศาสนิกชน นพ 15

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าอาหารกลางวัน-60คน 75บาท ค่าอาหารว่างพร้อมเครื่องดื่มจำนวน 60คนคนละ 25บาท 2 มื้อ	1500 3000 1	
รวมเงิน	7500	

จำนวนเงิน..... ๕ ๒๕
เดือนกรกฎาคม ๒๕๖๖

(ตัวอักษร)

(ลงชื่อ) นางสาว นงนิตย์ นางสาว นงนิตย์ ผู้รับเงิน
 (นางสาว นงนิตย์ นางสาว นงนิตย์)

(ลงชื่อ).....ผู้จ่ายเงิน
(นางสาวสงวนพร ภู่อภิ)



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 5701 01353 29 4

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย ทองสุก แสงคำ



Name Mr. Thongsuk

Last name Saengkham

เกิดวันที่ 18 ม.ค. 2508

Date of Birth 18 Jan. 1965

ศาสนา พุทธ

ที่อยู่ 333 หมู่ที่ 15 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย

จ.เชียงราย

30 ม.ค. 2566

วันออกบัตร

30 Jan. 2023

Date of Issue

(นายสมพันธ์ รตนสุนทร)
เจ้าพนักงานออกบัตร

17 ม.ค. 2575

วันบัตรหมดอายุ

17 Jan. 2032

Date of Expiry



สำเนาบัตร
ของลูก

BORA-10.7-07-2564



ประเทศไทย



THAILAND

สำเนาบัตร
ของลูก



ଅରସନ ଚୁଡ଼ି
ଲିଫ୍ଟାୟା ୩୦୦





၁၀၀၀၀၀
 လီယာရှာန် ၁၀





မလဲအက စုစုံ
လိမ္မော်ရောင် မလဲ



ที่ทำการ 100 ปทุม 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

วันที่ 15 มิถุนายน 2566

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์วิทยากร

เรียน นาง ทน 105 ธนบุรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. กำหนดการอบรมฯ

จำนวน 1 ฉบับ

2. แบบตอบรับการเป็นวิทยากร

จำนวน 2 ฉบับ

ด้วย คณะกรรมการ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

ได้กำหนดจัดอบรมโครงการ 15/10/15 15/10/15 15/10/15

โดยมีวัตถุประสงค์

เพื่อให้นักเรียนมีความรู้เกี่ยวกับ...

ดังนั้น คณะกรรมการ 15

จึงใคร่ขอความอนุเคราะห์บุคลากรใน

สังกัดของท่าน คือ

เป็นวิทยากรโครงการดังกล่าว ในวันที่ 15 มิถุนายน

เวลา 9.00 - 14.00

น.

ณ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณา

ขอแสดงความนับถือ

(.....)

ตำแหน่ง.....

แบบตอบรับวิทยากร

โครงการ อบรม มัคคิน ภา: รร. 101 ก. 156

วันที่ 28 มิถุนายน 2566

ณ สภามหาวิทยาลัยราชภัฏ

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

ชื่อ - สกุล นางกชกร เรณู

ตำแหน่ง ผอ. มคอ. 3

หน่วยงาน สภามหาวิทยาลัยราชภัฏ

ที่อยู่ 106 ตำบล บ้านดู่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงราย

หมายเลขโทรศัพท์ โทรสาร

มือถือ อีเมล



ยินดีเป็นวิทยากร



ไม่สามารถเป็นวิทยากรได้

เนื่องจาก.....

และส่งผู้แทน ชื่อ - สกุล

ตำแหน่ง

หน่วยงาน

ที่อยู่ ตำบล อำเภอ จังหวัด

หมายเลขโทรศัพท์ โทรสาร

มือถือ อีเมล

ลงชื่อ ดร. เรณู

(นางกชกร เรณู)

ตำแหน่ง ผอ. มคอ. 3

ใบสำคัญรับเงิน

สำหรับวิทยากร

เขียนที่.....ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

โครงการ / หลักสูตร.....อบรมพัฒนาศักยภาพวิทยากร

วันที่.....29 สิงหาคม 2566

ข้าพเจ้า.....นางกตกร ใจคำ.....บ้านเลขที่.....206 หมู่ที่.....154 ถนน.....

ตำบล.....แม่ต๋ำ อำเภอ.....แม่ต๋ำ จังหวัด.....เชียงราย

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม.....กลุ่มพัฒนาสตรี หมู่ 15

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน
- วิทยากร อบรมพัฒนาศักยภาพวิทยากร	2,400
รวมเงิน	2,400

จำนวนเงิน.....สองพันสี่ร้อยบาทถ้วน

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ).....นางกตกร ใจคำ.....ผู้รับเงิน
(.....นางกตกร ใจคำ.....)

(ลงชื่อ).....นางสาวจิราพร คุ้ม.....ผู้จ่ายเงิน
(.....นางสาวจิราพร คุ้ม.....)





นางสาว... ผู้จัด
งาน... ๒๐๖๕





សាលា ពូជ
ស្រែកក្នុង ឆ្នាំ



ด้ายขาว

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มแม่บ้านดง 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 15 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2566

เรียน... หมอประสิทธิ์ จินตม

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มแม่บ้านดง หมู่ที่ 15 มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน... หมอประสิทธิ์ จินตม ราคา 183 บาท

ในราคาเป็นเงิน 450 บาท (... หนึ่งร้อยแปดสิบบาท) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 18 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 66

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด.....วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มิเรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ)... หมอประสิทธิ์ จินตม... ผู้ว่าจ้าง
(... หมอประสิทธิ์ จินตม)

(ลงชื่อ)... [Signature]... ผู้รับจ้าง
(... หมอประสิทธิ์ จินตม)

(ลงชื่อ)... สิริพร ทายดี... พยาน
(... หมอประสิทธิ์ จินตม)

(ลงชื่อ)... พรรณี มะโนเรือง... พยาน
(... หมอประสิทธิ์ จินตม)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่... ต.พ.๐๔ ก.ป.๐๐๓ ๕๕/๑๕

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

เรื่อง ตรวจรับ... ๕๕/๑๐๓

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มชมรมเกษตร ๕๕/๑๕

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มชมรมเกษตร ๕๕/๑๕ ได้ซื้อหรือจ้าง
ที่ ป.๑๐ หนาด ๑๕๓ ๑๕๐๕

จาก... ก.ป.๐๐๓ จ.ม.๑๐๕... งบประมาณ... ๔๕๐ บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ ๒๘ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๖ จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) ฟองนวก ดู่คำ ประธานกรรมการ
(นางฟองนวก ดู่คำ)

(ลงชื่อ) หงจันทรวิทย์ นิตกษร กรรมการ
(นางหงจันทรวิทย์ นิตกษร)

(ลงชื่อ) พรานี่ มะโนเรือง กรรมการ
(นางพรานี่ มะโนเรือง)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่... ตลาดนัดปทุมวัน ณ 15

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ 18 มิถุนายน 2566

ข้าพเจ้า นาย ปิยะ จันทน บ้านเลขที่ 108 หมู่ที่ 10 ถนน.....

ตำบล นาดี อำเภอ นาดี จังหวัด ราชบุรี

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... กศน. มอ. นว. มอ. นว. 15

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
จ่ายโครงการ ขนาด 1x8 เมตร	150	
	2	
รวมเงิน	150	

จำนวนเงิน..... สิบสองหมื่นบาทถ้วน

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ) ปณิธิ วัฒนกุล ผู้รับเงิน
(ปณิธิ วัฒนกุล)

(ลงชื่อ) นางสาว กุญชร ผู้จ่ายเงิน
(นางสาว กุญชร)

เลขที่ / Bill No. _____

[illegible]

ผู้รับเงิน / COLLECTOR

ขอขอบคุณท่านที่อุดหนุน
Thank You For You.



ทะเบียนเลขที่..... 3570101301812
คำขอที่..... 5751549001039(เดิม)

แบบ พค.0403

558/2552

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นายปรีชา จันเลน

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499
เมื่อวันที่..... 25 พฤษภาคม 2549

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ทำไม่

เขียนเป็นอักษรโรมัน

สำเนาถูกต้อง
(ปรีชา จันเลน)

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

- จำหน่ายและรับทำกรอบรูปทุกชนิด
- จำหน่ายและรับทำสติ๊กเกอร์ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อโฆษณา ป้ายผ้าไว้นิตทุกชนิด

ที่ตั้งสำนักงานแห่งใหญ่

เลขที่..... 124 หมู่ที่..... 3 ตรอก/ซอย..... ถนน..... พหลโยธิน
ตำบล/แขวง..... บ้านดู่ อำเภอ/เขต..... เมือง จังหวัด..... เชียงราย

ออกให้ ณ วันที่..... 27 สิงหาคม 2552





บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 3 5701 01301 81 2

ชื่อและชื่อสกุล นาย ปรีชา จันเลน



Name Mr. Preecha

Last name Chanlen

เกิดวันที่ 4 พ.ย. 2519

Date of Birth 4 Nov. 1976

ถือ 108 พ.นท 10 ต.ก.ท.อ.อ.เมืองเชียงใหม่

จ.เชียงใหม่

3 พ.ย. 2562

วันออกบัตร

2 Nov. 2019

Date of Issue



3 พ.ย. 2570

วันหมดอายุ

3 Nov. 2027

Date of Expiry



5701-02-11031058

นาย ปรีชา จันเลน

นาย ปรีชา จันเลน

ปรีชา จันเลน

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาภาพลวดลาย นร/ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ ๑๙ เดือน มิ.ย. พ.ศ. ๒๕๖๖

เรียน นายคุณรัตน์ นิตยารัตน์

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาภาพลวดลาย หมู่ที่ 15 มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน ช่างภาพที่ กล. เครือข่าย

ในราคาเป็นเงิน ๕,๐๐๐ บาท (ห้าพันบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ ๑๙ เดือน มิ.ย. พ.ศ. ๖๖

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด.....วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มือเลาะหรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นางคุณรัตน์ นิตยารัตน์ ผู้ว่าจ้าง
(นางคุณรัตน์ นิตยารัตน์)

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] ผู้รับจ้าง
(นายคุณรัตน์ นิตยารัตน์)

(ลงชื่อ) สุรินทร์ ทายดี พยาน
(นายสุรินทร์ ทายดี)

(ลงชื่อ) พทท. พะโนะ พยาน
(นายพทท. พะโนะ)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เรื่อง ตรวจรับ น้ำอุปโภคบริโภค เครื่องมือ

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15 ได้ซื้อหรือจ้าง น้ำอุปโภคบริโภค เครื่องมือ

จาก นายคุณ เรือง น้อยใจ งบประมาณ 3000 บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 29 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) นางสาว ดุจดาว ประธานกรรมการ
(นางสาว ดุจดาว)

(ลงชื่อ) นางอริพร น้อยใจ กรรมการ
(อริพร น้อยใจ)

(ลงชื่อ) ทนาย พะโนะ กรรมการ
(ทนาย พะโนะ)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ 29 มิ.ย 2566

ข้าพเจ้า นายอ่อนเรือน มีตาใจ บ้านเลขที่ 516 หมู่ที่ 15 ถนน -

ตำบล บ้านดู่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงราย

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าวัสดุสถานที่, ค่าเครื่องเสียง	2000	
รวมเงิน	2000	

จำนวนเงิน กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ) [Signature] ผู้รับเงิน
(นายอ่อนเรือน มีตาใจ)

(ลงชื่อ) [Signature] ผู้จ่ายเงิน
(นางสาวสมจิตร ชูคำ)



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 5701 01356 14 5

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย อุ่นเรือน ปุ๊ดเขียว

Name Mr. Aunruean

Last name Putkaew

เกิดวันที่ 18 ม.ค. 2507

Date of Birth 18 Jan. 1964

ที่อยู่ 546 หมู่ที่ 15 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย

จ.เชียงราย

27 ก.ย. 2565

วันออกบัตร

27 Sep. 2022

Date of Issue

(นายธนาคมี จงจิระ)
เจ้าพนักงานออกบัตร

17 ม.ค. 2574

วันบัตรหมดอายุ

17 Jan. 2031

Date of Expiry



5701-03-09271319

๑๑๐๐๗/๑๐๗ สด๑๐๐

BORA-10.7-05-2564



ประเทศไทย
THAILAND

JC3-1598920-52



ဖလှယ်
အသံ
တံခွန်
မယ်



အကယ်၍ $\frac{1}{2} \leq \frac{1}{2} + \frac{1}{2} = 1$ ဖြစ်ပါက

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

เรียน นาง นันทนา จิตต์

ผู้รับจ้างทำงาน.....ทศพร นามปากเขียน(คชกร) ต่อมา นส. ๕๔

ในราคาเป็นเงิน 900 บาท (เก้าร้อย บาท) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 28 เดือน มิ.ย พ.ศ. 2566

(ลงชื่อ) นพดล คุ้มดี ผู้ว่าจ้าง

(๕๖) ๗๐๐๕๗๖ ๑๕๕

(ลงชื่อ).....ผู้รับจ้าง

(.....)

(ลงชื่อ) สริพร ทาพดี พยาน

(สมเด็จพระเทพฯ ทรงเสด็จ)

(ลงชื่อ).....พยาน

(ਅਗਵਾਨਤਾ 24 ਮਾਰਚ)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่ ถนนพหลโยธิน กม. 15.

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 48 เดือน ธค ๒๕๖6 พ.ศ. ๒๕๖๖

เรื่อง ตรวจรับ... แบบประเมินคุณธรรม

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม...คณบดีมหาวิทยาลัยราชภัฏวชิรเวศน์

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... กลุ่ม มอชวท ตำบลโคกใหญ่ 15ได้ชื่อหรือจ้าง

112526.

จาก.....บาทถ้วน.....จำนวน.....บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อขายหรือจ้าง ลงวันที่ 18 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2566 นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 28 เดือน มิถุนายน

พ.ศ. ๒๕๖๖..... จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ).....พลเอก ตู่ดำ.....ประธานกรรมการ
(พลเอก ตู่ดำ)

(ลงชื่อ) นาง จันทรี ร่ม นิลเกษ กรรมการ
(จันทรี ร่ม นิลเกษ)

(ลงชื่อ).....กรรมการ
(นางพารักษ์ มะโนเรือง)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่..... ๐๓๗/๐๓๓ ป.ร. ๒๕๖๑ ๒๕/ 15

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ 28 มิถุนายน

ข้าพเจ้า..... นาย พงศเทพ วัฒนศิริ..... บ้านเลขที่ 13/13 หมู่ที่ 4 ถนน.....

ตำบล..... หนอง..... อำเภอ..... 1๕๐๓..... จังหวัด..... 1๕๐๓.....

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... กลุ่มพัฒนาเกษตรกรรม 15.....

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ค่าผ่านพื้นที่ ปรึกษาสัมพันธ	500	
ค่าผ่านพื้นที่ ปรึกษาสัมพันธ	200	
รวมเงิน	700	

จำนวนเงิน..... ๗๐๐ บาท

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ..... ผู้รับเงิน

(ลงชื่อ)..... ผู้จ่ายเงิน



ทะเบียนเลขที่ 0577114811841

แบบ พค.0403

คำขอที่ 1184/2548(เดิม)

588/2553

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นางจุฑามาศ จินะศรี

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 28 มิถุนายน 2548

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ร้านไคเร็กซ์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

สำเนาถูกต้อง

(นางจุฑามาศ จินะศรี)

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

- จำหน่ายอุปกรณ์เครื่องเขียน อุปกรณ์สำนักงาน

ที่ตั้งสำนักงานแห่งใหญ่

เลขที่ 132/3 หมู่ที่ 4 ตรอก/ซอย ถนน หน้าราชภัฏ
ตำบล/แขวง บ้านดู่ อำเภอ/เขต เมือง จังหวัด เชียงราย

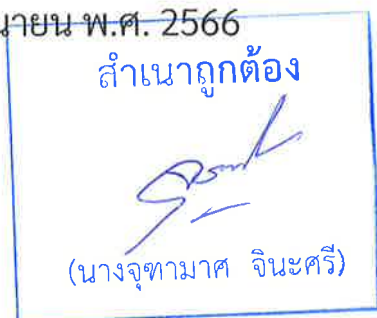
ออกให้ ณ วันที่ 30 กรกฎาคม 2553



สำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (สสว.) ขอรับรองว่า
นาง จุฑามาศ จินะศรี
ชื่อสถานประกอบการ ร้านไดเร็กซ์

ผู้ประกอบการ	เลขทะเบียน	
บุคคลธรรมดา	เลขทะเบียนพาณิชย์ หรือเลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร	3570800113977
	วันที่อนุมัติ	21 กรกฎาคม 2565

เป็นผู้ประกอบการวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (SME) ที่ได้ขึ้นบัญชีรายการ
พัสดุ และบัญชีรายชื่อไว้กับสำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (สสว.) ตาม
ข้อกำหนดในกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือ
สนับสนุน (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2563 เมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2565 และมีผลจนถึงวันที่ 30
มิถุนายน พ.ศ. 2566



นายชวันย์ สวัสดิ์-ชูโต
รองผู้อำนวยการ
สำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม
นายทะเบียน

หมายเหตุ: กรณีผู้ประกอบการเป็นบุคคลธรรมดา สสว. ได้พิจารณาการเป็นวิสาหกิจขนาดกลางและ
ขนาดย่อม ตามกฎกระทรวงกำหนดลักษณะของวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม พ.ศ. 2562 ตามที่
ระบุไว้ในแบบแสดงรายการภาษีเงินได้ของผู้ประกอบการ ปี 2564



สแกน QR Code เพื่อตรวจสอบข้อมูลหนังสือรับรองการขึ้นทะเบียนผู้ประกอบการ SME



รายการเกี่ยวกับบ้าน

เล่มที่ 1

เลขรหัสประจำบ้าน

5774-001792-2

สำนักทะเบียน

ท้องถิ่นเทศบาลตำบลบ้านดู่

รายการที่อยู่

172 หมู่ที่ 12

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

ชื่อหมู่บ้าน

บ้านป่าสักไผ่

ชื่อบ้าน

บ้านของนางสมบุรณ์ คำรงค์ศิริ

ประเภทบ้าน

บ้าน

ลักษณะบ้าน

ตึกเดี่ยว 1 ชั้น 3 ห้อง

วันเดือนปีที่กำหนดบ้านเลขที่

27 กรกฎาคม 2552

ลงชื่อ

(นางจิรธนา รินจ้อย)

นายทะเบียน

วันเดือนปีที่พิมพ์ทะเบียนบ้าน

27 กรกฎาคม 2552

เล่มที่ 1

(นางจุฑามาศ จินะศรี)

รายการบุคคลในบ้านของเลขรหัสประจำบ้าน

5774-001792-2

ลำดับที่ 1

ชื่อ นางจุฑามาศ จินะศรี

สัญชาติ ไทย

เพศ หญิง

เลขประจำตัวประชาชน

3-5708-00113-97-7 สถานภาพ เจ้าบ้าน

เกิดเมื่อ 8 ส.ค. 2518

มารดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ

เตียมต้า

3-5708-00113-96-9 สัญชาติ

ไทย

บิดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ

ประยูกร

3-5708-00113-95-1 สัญชาติ

ไทย

* มาจาก

65 ม.4 ต.ศรีดอนมูล อำเภอป่าสักไผ่

นายทะเบียน

อ.เชียงแสน จ.เชียงราย เมื่อ 3 ก.พ. 2553

(นางสาวจิตาภา ชัยลังกา)

** ไปที่

นายทะเบียน

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพพลังใจ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 30 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เรียน นางจันทมาต จันทะศรี

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม กลุ่มพัฒนาอาชีพพลังใจ หมู่ที่ 15 มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน เก็บขยะ 100 กก. จำนวน 2 ครั้ง

ในราคาเป็นเงิน 100 บาท (สิริร้อยบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 30 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด.....วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มิเรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นางจันทมาต จันทะศรี ผู้ว่าจ้าง
(นางจันทมาต จันทะศรี)

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] ผู้รับจ้าง
(นางจันทมาต จันทะศรี)

(ลงชื่อ) ศิริพร ทายดี พยาน
(นางศิริพร ทายดี)

(ลงชื่อ) พทศิ หะโทตอง พยาน
(นางพทศิ หะโทตอง)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพสมัคร หมู่ 15

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 30 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566

เรื่อง ตรวจรับ เก้าอี้เหล็กโครงงาน 2 เล่ม

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสมัคร หมู่ 15

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาอาชีพสมัคร หมู่ 15 ได้ซื้อหรือจ้าง
บริษัท เสริมโครง การงาน 08 2 เล่ม

จาก.....งบประมาณ..... 4000 บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ 30 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 26 เดือน มิ.ย. พ.ศ. 2566 จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) พลอย นวล ผู้ดำ.....ประธานกรรมการ
(พลอย นวล ผู้ดำ)

(ลงชื่อ) นางจิราพร นิลนวล.....กรรมการ
(จิราพร นิลนวล)

(ลงชื่อ) ทพณี มะโนทอง.....กรรมการ
(ทพณี มะโนทอง)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ 30 มิ.ย. 2566

ข้าพเจ้า นางจันทา มาด จันทะ บ้านเลขที่ 132/3 หมู่ที่ 4 ถนน

ตำบล มาน้อย อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงราย

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี หมู่ 15

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
ใช้กลุ่ม เล่ม โครงการ จำนวน 2 เล่ม	100	
รวมเงิน	100	

จำนวนเงิน 100 บาท

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ)  ผู้รับเงิน
(นางจันทา มาด จันทะ)

(ลงชื่อ)  ผู้จ่ายเงิน
(นางแสงจันทร์ รุ่งคำ)



ทะเบียนเลขที่ 0577114811841

คำขอที่ 1184/2548(เดิม)

588/2553

แบบ พค.0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นางจุฑามาศ จินะศรี

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 28 มิถุนายน 2548

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ร้านไดเร็กซ์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

สำเนาถูกต้อง

(นางจุฑามาศ จินะศรี)

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

- จำหน่ายอุปกรณ์เครื่องเขียน อุปกรณ์สำนักงาน

ที่ตั้งสำนักงานแห่งใหญ่

เลขที่ 132/3 หมู่ที่ 4 ตรอก/ซอย ถนน หน้าราชภัฏ
ตำบล/แขวง บ้านดู่ อำเภอ/เขต เมือง จังหวัด เชียงราย

ออกให้ ณ วันที่

30 กรกฎาคม 2553

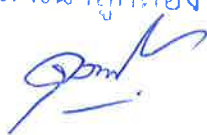


สำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (สสว.) ขอรับรองว่า
นาง จุฑามาศ จินะศรี
ชื่อสถานประกอบการ ร้านไดเร็กซ์

ผู้ประกอบการ	เลขทะเบียน	
บุคคลธรรมดา	เลขทะเบียนพาณิชย์ หรือเลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร	3570800113977
	วันที่ยื่นนิติ	21 กรกฎาคม 2565

เป็นผู้ประกอบการวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (SME) ที่ได้ขึ้นบัญชีรายการ
พัสดุ และบัญชีรายชื่อไว้กับสำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม (สสว.) ตาม
ข้อกำหนดในกฎกระทรวงกำหนดพัสดุและวิธีการจัดซื้อจัดจ้างพัสดุที่รัฐต้องการส่งเสริมหรือ
สนับสนุน (ฉบับที่ 2) พ.ศ.2563 เมื่อวันที่ 21 กรกฎาคม พ.ศ. 2565 และมีผลจนถึงวันที่ 30
มิถุนายน พ.ศ. 2566

สำเนาถูกต้อง



(นางจุฑามาศ จินะศรี)

นายชาวันย์ สวัสดิ์-ชูโต
รองผู้อำนวยการ

สำนักงานส่งเสริมวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม
นายทะเบียน

หมายเหตุ: กรณีผู้ประกอบการเป็นบุคคลธรรมดา สสว. ได้พิจารณาการเป็นวิสาหกิจขนาดกลางและ
ขนาดย่อม ตามกฎกระทรวงกำหนดลักษณะของวิสาหกิจขนาดกลางและขนาดย่อม พ.ศ. 2562 ตามที่
ระบุไว้ในแบบแสดงรายการภาษีเงินได้ของผู้ประกอบการ ปี 2564



สแกน QR Code เพื่อตรวจสอบข้อมูลหนังสือรับรองการขึ้นทะเบียนผู้ประกอบการ SME



รายการเกี่ยวกับบ้าน

เล่มที่ 1

เลขรหัสประจำบ้าน

5774-001792-2

สำนักทะเบียน

ท้องถิ่นเทศบาลตำบลบ้านดู่

รายการที่อยู่

172 หมู่ที่ 12

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

ชื่อหมู่บ้าน

บ้านป่าสักไก่อ

ชื่อบ้าน

บ้านของนางลมบูรณ์ คำรังศิริ

ประเภทบ้าน

บ้าน

ลักษณะบ้าน

ตึกเดี่ยว 1 ชั้น 3 ห้อง

วันเดือนปีที่กำหนดบ้านเลขที่

27 กรกฎาคม 2552

ลงชื่อ

นายทะเบียน

(นางจิรณา รินจ้อย)

วันเดือนปีที่พิมพ์ทะเบียนบ้าน

27 กรกฎาคม 2552

เล่มที่ 1

(นางจุฑามาศ จินะศรี)

รายการบุคคลในบ้านของเลขรหัสประจำบ้าน

5774-001792-2

ลำดับที่ 1

ชื่อ นางจุฑามาศ จินะศรี

สัญชาติ ไทย

เพศ หญิง

เลขประจำตัวประชาชน

3-5708-00113-97-7 สถานภาพ เจ้าบ้าน

เกิดเมื่อ 8 ส.ค. 2518

มารดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ

เตียมต้า

3-5708-00113-96-9 สัญชาติ

ไทย

บิดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ

ประยูทธ

3-5708-00113-95-1 สัญชาติ

ไทย

* มาจาก

65 ม.4 ต.ศรีดอนมูล แจ้งย้ายไปอาศัยทางออกใหม่

นายทะเบียน

อ.เชียงแสน จ.เชียงราย เมื่อ 3 ก.พ. 2553

(นางสาวจิตาภา ชัยลังกา)

** ไปที่

นายทะเบียน

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม
โครงการ... อบรม พัฒนาทักษะอาชีพ แก่ เลื่อม

วันที่... 29 สิงหาคม 2566

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความ

- เพศ ☒ หญิง ☐ ชาย
- อายุ ☐ ต่ำกว่า 20 ปี ☐ 20-30 ปี ☐ 31-40 ปี ☐ 41-50 ปี ☒ 51 ปีขึ้นไป
- การศึกษา
 - ☐ ต่ำกว่าระดับประถม ☒ ระดับประถมศึกษา ☐ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า
 - ☐ ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า ☐ ระดับปริญญาตรี ☐ ระดับสูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจ / ความรู้ความเข้าใจ / การนำไปใช้ ต่อการเข้าร่วมโครงการ

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านวิทยากร					
1. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน		✓			
2. ความสามารถในการอธิบายเนื้อหา	✓				
3. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม		✓			
4. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม	✓				
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / เอกประกอบการอบรม					
1. สถานที่ที่มีความเหมาะสม		✓			
2. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์			✓		
3. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม	✓				
4. เอกสารประกอบการอบรมมีความเหมาะสม		✓			
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้การอบรม		✓			
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้	✓				
2. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้	✓				
3. สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้	✓				

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

- ข้อเสนอแนะในการอบรมครั้งนี้ ได้แก่

.....

.....

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม
โครงการ... อบรม ฟังกัน ภาวะชล ภา เล่ม
วันที่ 29 มิถุนายน 2566

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความ

1. เพศ ☐ หญิง ☐ ชาย

2. อายุ ☐ ต่ำกว่า 20 ปี ☐ 20-30 ปี ☐ 31-40 ปี ☐ 41-50 ปี ☐ 51 ปีขึ้นไป

3. การศึกษา

☐ ต่ำกว่าระดับประถม ☐ ระดับประถมศึกษา ☐ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า
☐ ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า ☐ ระดับปริญญาตรี ☐ ระดับสูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจ / ความรู้ความเข้าใจ / การนำไปใช้ ต่อการเข้าร่วมโครงการ

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านวิทยากร					
1. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน	✓				
2. ความสามารถในการอธิบายเนื้อหา	✓				
3. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม	✓				
4. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม			✓		
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / เอกประกอบการอบรม					
1. สถานที่มีความเหมาะสม	✓		✓		
2. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์	✓				
3. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม		✓			
4. เอกสารประกอบการอบรมมีความเหมาะสม			✓		
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้การอบรม			✓		
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้	✓				
2. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้	✓				
3. สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้	✓				

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

1. ข้อเสนอแนะในการอบรมครั้งนี้ ได้แก่

.....
.....

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม
โครงการ อบรม พัฒนาทักษะอาชีพ แก่ เสริม
วันที่ 29 สิงหาคม 2566

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความ

1. เพศ ☐ หญิง ☒ ชาย

2. อายุ ☐ ต่ำกว่า 20 ปี ☐ 20-30 ปี ☐ 31-40 ปี ☐ 41-50 ปี ☒ 51 ปีขึ้นไป

3. การศึกษา

☐ ต่ำกว่าระดับประถม ☒ ระดับประถมศึกษา ☐ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า
☐ ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า ☐ ระดับปริญญาตรี ☐ ระดับสูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจ / ความรู้ความเข้าใจ / การนำไปใช้ ต่อการเข้าร่วมโครงการ

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านวิทยากร					
1. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน		✓			
2. ความสามารถในการอธิบายเนื้อหา		✓			
3. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม		✓			
4. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม		✓			
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / เอกประกอบการอบรม					
1. สถานที่ที่มีความเหมาะสม	✓				
2. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์		✓			
3. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม		✓			
4. เอกสารประกอบการอบรมมีความเหมาะสม		✓			
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้การอบรม		✓			
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้		✓			
2. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้		✓			
3. สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้		✓			

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

1. ข้อเสนอแนะในการอบรมครั้งนี้ ได้แก่

.....
.....

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมการอบรม
 โครงการ อบรม นวัตกรรมสู่เกษตรกรเพื่อเสริม
 วันที่ 29 สิงหาคม 2566

ตอนที่ 1 สถานภาพทั่วไป

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความ

1. เพศ ☐ หญิง ☒ ชาย
2. อายุ ☐ ต่ำกว่า 20 ปี ☐ 20-30 ปี ☒ 31-40 ปี ☐ 41-50 ปี ☐ 51 ปีขึ้นไป
3. การศึกษา

☐ ต่ำกว่าระดับประถม

☐ ระดับประถมศึกษา

☐ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายหรือเทียบเท่า

☐ ระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า

☒ ระดับปริญญาตรี

☐ ระดับสูงกว่าปริญญาตรี

ตอนที่ 2 ระดับความพึงพอใจ / ความรู้ความเข้าใจ / การนำไปใช้ ต่อการเข้าร่วมโครงการ

ประเด็นความคิดเห็น	ระดับความพึงพอใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
ด้านวิทยากร					
1. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน	✓				
2. ความสามารถในการอธิบายเนื้อหา	✓				
3. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม	✓				
4. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม		✓			
ด้านสถานที่ / ระยะเวลา / เอกประกอบการอบรม					
1. สถานที่มีความเหมาะสม	✓				
2. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์	✓				
3. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม	✓				
4. เอกสารประกอบการอบรมมีความเหมาะสม	✓				
ด้านความรู้ความเข้าใจ					
1. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้การอบรม		✓			
ด้านการนำความรู้ไปใช้					
1. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้		✓			
2. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้		✓			
3. สามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้		✓			

ตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

1. ข้อเสนอแนะในการอบรมครั้งนี้ ได้แก่

ข้อเข่าเสื่อมหรือไม่ ?

ลองเช็คว่า

เข่าฝืดหรือข้อติด

ข้อมักฝืดหลังตื่นนอนตอนเช้าโดยเป็นเวลามากกว่า 30 นาที

เข่ากรอบแกรบ

มีเสียงดังกรอบแกรบในข้อเข่าขณะเคลื่อนไหว

กดเจ็บกระดูก

- กดเจ็บที่กระดูกข้อเข่า
- การกดเจ็บมักอยู่ในเส้นแนวของข้อต่อ

ข้อใหญ่

- ข้อใหญ่ผิดปกติ
- อาจดูขาโก่ง หรือเข่าจิ้ง
- แม้จะดูข้อใหญ่ แต่กล้ามเนื้อรอบๆ ข้อเข่าลีบเล็กไม่ได้ดูกลับ

ข้อไม่ร้อน

- ไม่พบว่ามีอาการข้ออุ่น
- พบข้อปวดบวมแดงร้อนมักเป็นในข้ออักเสบแบบโรคเกาต์ หรือรูมาตอยด์มากกว่า ส่วนข้อเข่าเสื่อมมักไม่ร้อน

ถ้า“ใช่”ตั้งแต่ 2 ข้อขึ้นไป
มีโอกาสที่จะเป็น
โรคข้อเข่าเสื่อมได้

WWW.KINREHAB.COM





โรคข้อเข่าเสื่อม

ห้ามไม่ได้ แต่ชะลอได้

สาเหตุของข้อเข่าเสื่อม

มีการทำลายกระดูกอ่อนในผิวข้อเรื่อย ๆ
กระทั่งเข้าไปสู่ตัวกระดูกของข้อเข่า
ทำให้เกิดอาการเสื่อม และมีอาการแสดงออกมา
ตั้งแต่อาการปวดไปจนถึงการใช้งานข้อเข่า
ได้ยากลำบาก

สาเหตุปฐมภูมิ

- การใช้งานข้อเข่าค่อนข้างหนัก
- อาชีพของผู้ป่วยที่ต้องใช้ข้อเข่ามาก
- พฤติกรรมการใช้งานข้อเข่าในความถี่สูง
เช่น นั่งยอง ๆ บ่อย นั่งพับเพียบบ่อย
ขึ้นลงที่สูงบ่อย เป็นต้น
- น้ำหนักตัวมาก

สาเหตุทุติยภูมิ

- เคยมีอุบัติเหตุ
- เคยมีภาวะติดเชื้อในข้อเข่า
- เคยอักเสบจากโรครูมาตอยด์ โรคเกาต์

ความเสื่อมตามอายุ

- เริ่มเสื่อมตั้งแต่ 40 ปีขึ้นไป
- อายุ 60 ปีขึ้นไป อัตราความเสื่อมเพิ่มเป็นร้อยละ 40
- อายุ 75 ปีขึ้นไป อัตราความเสื่อมเพิ่มเป็นร้อยละ 50 ขึ้นไป
- ความเสื่อมขึ้นอยู่กับการใช้งานร่วมด้วย

เปรียบเทียบในคนอายุเท่ากัน แต่ถ้าหากมีการใช้งานข้อเข่า
มากกว่าก็เกิดอาการเสื่อมมากกว่า รวมถึงถ้าหากน้ำหนัก
มากกว่าในคนอายุเท่ากัน ก็อาจมีอัตราการเสื่อมของข้อเข่า
ที่มากกว่าด้วย

ความรุนแรงของอาการข้อเข่าเสื่อม

- **ระยะเริ่มต้น** สามารถทำกิจวัตรได้ตามปกติ
แต่ถ้าใช้งานหนักขึ้นเล็กน้อยจะเริ่มมีอาการปวด
- **ระยะที่สอง** เริ่มทำงานหนักไม่ได้
- **ระยะที่สาม** เริ่มทำกิจวัตรประจำวันปกติไม่ได้
- **ระยะที่สี่** แทบทำอะไรไม่ได้เลย รู้สึกปวดตลอดเวลา
หรือต้องใช้อุปกรณ์ช่วย เช่น เครื่องช่วยพยุง

ชะลออาการ
ข้อเข่าเสื่อมได้โดย

ควบคุมน้ำหนัก

ปรับอิริยาบถ
(นั่งยอง ๆ น้อยลง
หลีกเลี่ยงการนั่ง
พับเพียบ/ขัดสมาธิ
ขึ้นลงที่สูงให้น้อยลง ฯลฯ)

สร้างกล้ามเนื้อต้นขา
หรือเส้นเอ็นรอบเข่า
ให้แข็งแรงโดยการ
ออกกำลังกาย

ที่สำคัญหากเริ่มมีอาการ
ให้รีบพบแพทย์ทันที
อย่าปล่อยทิ้งไว้

ศ.คลินิก นพ.วิโรจน์ กวินวงศ์โกวิท ภาควิชาออร์โธปิดิกส์

คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล



RAMACHANNEL



RAMACHANNELTV



RAMACHANNELTV



WWW.RAMACHANNEL.TV

โรคข้อเข่าเสื่อม...เสื่อมแล้วต้องรักษา!



หลายคนอาจเข้าใจว่า ‘ข้อเข่าเสื่อม’ เป็นเรื่องของผู้สูงอายุ แต่ความจริงแล้วข้อเข่าเสื่อมสามารถเกิดขึ้นได้กับทุกเพศ ทุกวัย ไม่เว้นแม้แต่วัยรุ่นหรือวัยทำงาน ซึ่งจะส่งผลกระทบต่อการทำงานของข้อเข่าในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดความเจ็บปวด ข้อเข่าฝืด ผิดรูป

เข้าใจภาวะข้อเข่าเสื่อม!

‘ข้อเข่าเสื่อม’ อาจไม่ใช่โรคที่ร้ายแรงถึงชีวิต แต่ก็ส่งผลกระทบต่อคุณภาพชีวิตอย่างมาก ซึ่งข้อเข่าเสื่อมเกิดขึ้นได้จากการใช้งานข้อเข่ามากเกินไป ทำให้กระดูกอ่อนบริเวณข้อเข่าเสียดสีกันจนเกิดการเสื่อมและสึกกร่อนของกระดูกอ่อนผิวข้อจนมีอาการปวดเข่า มักเกิดขึ้นจากพฤติกรรมในชีวิตประจำวันที่มีการใช้งาน ข้อเข่ามากเกินไปและอายุที่เพิ่มมากขึ้นมีผลทำให้เกิดความเสื่อมของข้อเข่า

ใครบ้าง?

เสี่ยงโรคข้อเข่าเสื่อม

- 
- 1 ผู้หญิงที่มีอายุ 50 ปีขึ้นไป
 - 2 พันธุกรรมและผู้ที่มียาหรือเข้าฝักรูปแต่กำเนิด
 - 3 ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บข้อเข่า
 - 4 ผู้ที่ใช้ข้อเข่าหักโหมซ้ำๆ
 - 5 ผู้ป่วยโรคไขข้ออักเสบ เช่น รูมาตอยด์ เกาต์
 - 6 ผู้ที่มีน้ำหนักตัวมาก

เจ็บแบบไหน? สัญญาณเตือน ข้อเข่าเสื่อม



● ปวดข้อตึงหรือขัด



● ปวดบวมแดงและร้อน
บริเวณข้อเข่า



● ขยับหรือเคลื่อนไหว
มีเสียงเสียดสีของข้อ



● ปวดบริเวณข้อ
เมื่อเปลี่ยนท่า



● เดินขาแข็ง
งอเข้าได้น้อย



ฉบับอุ่น เบ้าใจ กี่ไทยนครินทร์

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ CALL CENTER 0 2340 7777

เจ็บแบบไหน? สัญญาณเตือน 'ข้อเข่าเสื่อม'

- มีอาการปวดข้อตึงหรือขัด รวมถึงข้อยึด ข้อฝืด ยืดงอขาออกได้ไม่สุดในบางครั้ง
- มีอาการปวดบวมแดงและร้อนบริเวณข้อเข่า โดยเฉพาะในช่วงที่ใช้งาน เช่น การ ยืน เดิน วิ่ง อาการจะลดลงเมื่อได้พัก
- เวลาขยับหรือเคลื่อนไหว จะมีเสียงเสียดสีกันของข้อให้ได้ยิน
- เจ็บปวดบริเวณข้อเมื่อเปลี่ยนท่า เช่น นั่งคุกเข่า ขัดสมาธิ รวมถึงเวลา ยืน เดิน กระเผลกและข้อผิดรูปจนขาโก่งได้
- เดินขาแข็งงอเข่าได้น้อย

โรคข้อเข่าเสื่อม เสื่อมแล้ว...ต้องรักษา!

ปัจจุบันการรักษาข้อเข่าเสื่อม สามารถทำได้หลายวิธี หากอาการของโรคยังไม่รุนแรง

- **ระดับเล็กน้อย** ให้คำแนะนำเรื่องของการออกกำลังกาย คุมน้ำหนักตัว โภชนาการ เพื่อให้กลับสู่สภาพเดิม
- **ระดับปานกลาง** แพทย์อาจพิจารณาให้ใช้การรักษาด้วยการฉีดยาลดการอักเสบข้อเข่า และรับประทานยา เพื่อลดการเสียดสีขณะเคลื่อนไหว ซึ่งวิธีนี้จะสามารถทำได้กับ เฉพาะผู้ที่ไม่เคยมีการติดเชื้อในข้อเข่าเท่านั้น เพื่อชะลอการผ่าตัด
- **ระดับรุนแรง** หากมีอาการปวดที่รุนแรงเรื้อรังมานานและต้องใช้ยาแก้ปวดเป็นประจำ แพทย์ส่วนใหญ่จะแนะนำให้ผู้ป่วยผ่าตัดเปลี่ยนข้อเข่าเทียมทดแทนข้อเข่าที่ เสื่อม โดยการผ่าตัดเปลี่ยนใส่ข้อเข่าเทียมทดแทนผิวข้อเข่าเดิมที่สึกชำรุดโดยใช้วัสดุ โลหะและพลาสติกโดยยึดกับกระดูกด้วยซีเมนต์ ให้ตรงเหมือนเดิม

ดูแลเข่าอย่างไร?

ไม่ให้เสื่อมกว่าเดิม!



▶ ออกกำลังกาย
ให้กล้ามเนื้อรอบหัวเข่าแข็งแรง

▶ ควบคุมน้ำหนัก

▶ รับประทานอาหารครบ 5 หมู่
เน้นโปรตีนและวิตามิน E

อบอุ่น มั่นใจ ที่ไทยนครินทร์

สอบถามเพิ่มเติมได้ที่ CALL CENTER 0 2340 7777

ดูแล 'เข่า' อย่างไร...ไม่ให้ 'เสื่อม' กว่าเดิม!

- ควบคุมน้ำหนัก ช่วยลดภาระในการแบกน้ำหนักของข้อเข่าให้ไม่ต้องทำงานหนัก
- โภชนาการทางด้านอาหารครบ 5 หมู่ โดยเฉพาะโปรตีนและวิตามิน E
- ออกกำลังกายให้กล้ามเนื้อรอบหัวเข่าแข็งแรง