

รายงานผลการดำเนินงาน

โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น

กลุ่มพัฒนาสตรี

หมู่ 20 บ้านสันปอแดง

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก

กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่

ประจำปีงบประมาณ 2568

	เกษียนหนังสือออนไลน์ เลขรับ 3055/2569 ลงรับวันที่ 11 พ.ค. 2569
	เลขรับกอง : 1072 วันที่รับกอง : 11 พ.ค. 2569
	จาก กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรีบ้านดู่ หมู่ที่ 20 เลขที่ - ลว. 11 พ.ค. 2569
เรื่อง รายงานผลการดำเนินโครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น	

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

เพื่อโปรดทราบ กลุ่มพัฒนาสตรี ม.20
 ส่งรายงานผลโครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น
 ประจำปีงบประมาณ 2569 รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย



(นางสาววิจิตรา ศรีบรรจง)

คนงาน

11 พ.ค. 2569

ฝ่ายเลขานุการตรวจสอบเอกสารครบก้น
 เห็นควรรวบรวมไว้เพื่อรอการตรวจสอบจากหน่วยตรวจสอบต่อไป



(นางสาวสิรินาถ วงศ์वाल)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

11 พ.ค. 2569

เห็นควรดำเนินการตามเสนอ



(นายธนบดี ผ้าเจริญ)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

12 พ.ค. 2569

ความเห็นของปลัด

เพื่อโปรดทราบ เห็นควรดำเนินการตามเสนอ



(นายบุญญพันธ์ พุทธิโชติอนันต์)

ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่

14 พ.ค. 2569

ความเห็นของนายก

ดำเนินการตามเสนอ



(นายศรีเนตร์ ธนาคำ)

ประธานกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบล
 บ้านดู่

19 พ.ค. 2569

กลุ่ม กลุ่มพลังมวลชน หมู่ ๕๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

วันที่ 11 พฤษภาคม 2569

เทศบาลตำบลบ้านดู่	
เลขที่รับ	3059
วันที่	11 พ.ค. 2569
เวลา	10.12 น.

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม	
เลขที่รับ	1042
วันที่	11 พ.ค. 2569
เวลา	10.50

เรื่อง รายงานผลการดำเนินโครงการ

เรียน ประธานคณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายงานผลการดำเนินโครงการ

ด้วย กลุ่มพลังมวลชน หมู่ ๕๐ ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

มีความประสงค์ขอส่งสรุปรายงานผลการดำเนินโครงการ ส่งเสริมสุขภาพและป้องกันโรค ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘ ซึ่งได้รับงบประมาณสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล

ตำบลบ้านดู่ และได้แนบหลักฐานพร้อมกับรายงานผลการดำเนินโครงการ เป็นที่เรียบร้อยแล้ว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ


(นายทิมมิจ ๗๖๖๖)

ตำแหน่ง ประธานกลุ่มพลังมวลชน หมู่ ๕๐



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

1. ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

โครงการส่งเสริมสุขภาพจิตแก่ผู้สูงอายุ ในตำบล...

2. ผลการดำเนินงาน

ผู้สูงอายุในตำบล... ได้รับการส่งเสริมสุขภาพจิต...
และ... และ...

3. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

4. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ... บาท
งบประมาณเบิกจ่ายจริง ... บาท คิดเป็นร้อยละ ...
งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุน ... บาท คิดเป็นร้อยละ ...

5. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

- ☒ ไม่มี
☐ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)



6.เอกสารประกอบการรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

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

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

1. ชื่อ นางสาวรัชฎา ทรัพย์ หมายเลขโทรศัพท์ 086-1896131
2. ชื่อ นิยม มินทา หมายเลขโทรศัพท์ 0635818506
3. ชื่อ จิมพิลา อังกิน หมายเลขโทรศัพท์ 0820336746

ลงชื่อ  หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
(นางสาวรัชฎา ทรัพย์)
ตำแหน่ง ประธานกลุ่มพันธมิตร นส/ 23
วันที่-เดือน-พ.ศ. 17 - สิงหาคม 2569



สรุปแบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม
โครงการ... ส่งเสริมสุขภาพจิตชุมชน 8 ไร่ ๒๐ คน
วันที่... 17 มีนาคม ๒๕๖๙
ณ... ศาลาประชาคม อบ. ๘๐

ตอนที่ ๑ ข้อมูลทั่วไป

๑. เพศ เพศหญิง จำนวน 35 คน คิดเป็นร้อยละ ...
เพศชาย จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ ...
รวม 51 คน คิดเป็นร้อยละ ...
๒. อายุ ต่ำกว่า ๒๐ ปี จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
๒๐ - ๓๐ ปี จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
๓๑ - ๔๐ ปี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ ...
๔๑ - ๕๐ ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ ...
๕๑ ปีขึ้นไป จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ ...

ตอนที่ ๒ ความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมโครงการ

ด้านวิทยาการ

๑. การถ่ายทอดความรู้ของวิทยากรมีความชัดเจน

- ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจน้อย จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจปานกลาง จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมาก จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ ...

๒. ความสามารถในการกระบวนการอบรม

- ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจน้อย จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจปานกลาง จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมาก จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 49 คน คิดเป็นร้อยละ ...

๓. การเชื่อมโยงเนื้อหาในการฝึกอบรม

- ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจน้อย จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจปานกลาง จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมาก จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ ...

๔. มีความครบถ้วนของเนื้อหาในการฝึกอบรม

- ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจน้อย จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจปานกลาง จำนวน — คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมาก จำนวน 41 คน คิดเป็นร้อยละ ...
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด จำนวน 30 คน คิดเป็นร้อยละ ...

๕. การใช้เวลาตามที่กำหนดไว้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน 7	คน	คิดเป็นร้อยละ 10.00
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน 1	คน	คิดเป็นร้อยละ 1.54
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน 7	คน	คิดเป็นร้อยละ 10.00
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน 20	คน	คิดเป็นร้อยละ 29.09
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน 31	คน	คิดเป็นร้อยละ 45.45

๖. การตอบข้อซักถามในการฝึกอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	2	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	3	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	18	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	33	คน	คิดเป็นร้อยละ

ด้านสถานที่/ระยะเวลา/อาหาร

๑. สถานที่สะอาดและมีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ

๒. ความพร้อมของอุปกรณ์โสตทัศนูปกรณ์

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	—	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	—	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	—	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	18	คน	คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	33	คน	คิดเป็นร้อยละ

๓. ระยะเวลาในการอบรมมีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	18	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	33	คน	คิดเป็นร้อยละ	

๔. อาหาร มีความเหมาะสม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน	1	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	21	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	30	คน	คิดเป็นร้อยละ	

ด้านความรู้ความเข้าใจ

๑. ความรู้ ความเข้าใจในเรื่องนี้ ก่อน การอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	30	คน	คิดเป็นร้อยละ	

๒. ความรู้ความเข้าใจในเรื่องนี้ หลัง การอบรม

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	18	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	33	คน	คิดเป็นร้อยละ	

ด้านการนำความรู้ไปใช้

๑. สามารถนำความรู้ที่ได้รับไปประยุกต์ใช้ในการปฏิบัติงานได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	21	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	30	คน	คิดเป็นร้อยละ	

๒. มีความมั่นใจและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	21	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	30	คน	คิดเป็นร้อยละ	

๓. คาดว่าสามารถนำความรู้ไปเผยแพร่/ถ่ายทอดได้

ระดับความพึงพอใจน้อยที่สุด	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจน้อย	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจปานกลาง	จำนวน		คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมาก	จำนวน	17	คน	คิดเป็นร้อยละ	
ระดับความพึงพอใจมากที่สุด	จำนวน	34	คน	คิดเป็นร้อยละ	

ตอนที่ ๓ ข้อเสนอแนะอื่นๆ

ข้อเสนอแนะและความคิดเห็นเพิ่มเติม

สรุปจากการทำแบบประเมินความพึงพอใจ ส่วนใหญ่มีความพึงพอใจมากถึงมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ
ระดับความพึงพอใจปานกลาง คิดเป็นร้อยละ

สรุปแบบประเมินความรู้ ก่อน อบรม คิดเป็นร้อยละ

สรุปแบบประเมินความรู้ หลัง อบรม คิดเป็นร้อยละ



ทะเบียนหนังสือออนไลน์ เลขรับ 6246/2568 ลงรับวันที่ 27 พ.ย. 2568

เลขรับกอง : 2936 วันที่รับกอง : 27 พ.ย. 2568

จาก กองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น เลขที่ - ลว. 25 พ.ย. 2568

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2568

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

เพื่อโปรดพิจารณา กลุ่มพัฒนาสตรี ม.20

ขอส่งโครงการเพื่อขอรับการสนับสนุนจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาล

ตำบลบ้านดู่ ประจำปีงบประมาณ 2569 รายละเอียดตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

(นางสาววิจิตรา ศรีบรรจง)

คนงาน

01 ธ.ค. 2568

เห็นควรนำเข้าสู่ที่ประชุมคณะอนุกรรมการกลั่นกรองโครงการ

(นางสาวสิรินาทยา วงศ์वाल)

พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ

01 ธ.ค. 2568

เห็นควรดำเนินการตามเสนอ

(นายธนบดี ผ้าเจริญ)

ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

01 ธ.ค. 2568

ความเห็นของปลัด

เพื่อโปรดพิจารณา ควรดำเนินการตามเสนอ

(นายบุญพันธ์ พุทธิโชติอนันต์)

ปลัดเทศบาลตำบลบ้านดู่

01 ธ.ค. 2568

ความเห็นของนายก

ดำเนินการตามระเบียบ

(นายศรีเนตร์ ธนาคำ)

นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่

01 ธ.ค. 2568



49

กปท. 8

เทศบาลตำบลบ้านคู

เลขที่รับ 6246

วันที่ 27 พ.ย. 2568

เวลา 11.27 น.

กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม

เลขที่รับ 2936

วันที่ 27 พ.ย. 2568

รหัส กปท. 16870

แบบเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพ..... กอ/กค. กิ่ง มอ. หักดู่

อำเภอ..... 156 ง..... จังหวัด..... 156 นอ

วัน 15 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2568

เรื่อง ขอเสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2568

เรียน ประธานกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ..... กอ/กค. กิ่ง มอ. หักดู่ ✓

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

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” นั้น

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

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาอนุมัติ

ลงชื่อ..... (เจ้าหญิง หนึ่งใจ) หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

ตำแหน่ง..... ปลัด อบ. ม. 156 นอ. 20

วันที่-เดือน-พ.ศ. 25 10 68





แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ รหัส กปท. L6870

อำเภอ เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ กิจกรรมหรือแผนการดูแลรายบุคคลที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2569 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

1. ชื่อ ☐ แผนงาน ☒ โครงการ ☐ กิจกรรม

- โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น

2. ชื่อ ☐ หน่วยงาน ☐ องค์กร ☒ กลุ่มประชาชน

- กลุ่มพัฒนาสตรี หมู่ 20

3. หลักการเหตุผล

ปัจจุบันในหมู่บ้านสันปอแดง หมู่ 20 มีผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ความดันโลหิตสูง หลอดเลือดหัวใจเป็นจำนวนมาก ส่วนหนึ่งเกิดจากการรับประทานอาหารที่มันและหวานมากเกินไป โรคเหล่านี้ถ้าเข้าใจและหันมารับประทานอาหารพื้นบ้านก็จะช่วยป้องกันโรคเหล่านี้ได้ เช่น น้ำพริกทุกชนิดจะมีมะนาว หัวหอม กระเทียม พริกขี้หนู ซึ่งสมุนไพรเหล่านี้มีสรรพคุณช่วยละลายไขมันได้ เมื่อร่วมกับวิตามินและเกลือแร่ที่เราจะได้จากผักนานาชนิด ถ้าเรารับประทานอาหารสม่ำเสมอก็จะสามารถช่วยได้เพราะผักพื้นบ้านมีความสมดุลในธาตุของร่างกายและอาหารอยู่แล้ว ถ้าชุมชนหันมาสนใจปลูกผักพื้นบ้านและมีการพัฒนาตำรับอาหารหรือเมนูอาหารที่อาจจะต้องปรับปรุงให้เข้ากับยุคสมัยบ้างให้คนในชุมชนหันมาบริโภคผักพื้นบ้านกันได้มากขึ้น ดังนั้นกลุ่มพัฒนาสตรี หมู่ 20 จึงได้จัดโครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น

4. วัตถุประสงค์

1. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน
2. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง



5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. จัดการประชุมเพื่อการวางแผนการดำเนินโครงการ
2. เขียนโครงการ แผนงานนำเสนอโครงการต่อกองทุนฯ
3. ดำเนินการโครงการอบรม จำนวน 1 วัน
4. ประเมินผลโครงการ สรุปและรายงานผลการดำเนินโครงการต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพตำบล

บ้านดู่

5. สรุปและรายงานผลการดำเนินโครงการต่อกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

กลุ่มพัฒนาสตรีและประชาชนทั่วไป หมู่ 20 จำนวน 50 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. กลุ่มเด็กวัยเรียนและเยาวชน 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.....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.....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.....50.....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)

กุมภาพันธ์ – สิงหาคม 2569

8.สถานที่ดำเนินการ

อาคารอเนกประสงค์ หมู่ 20

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 10,400 บาท รายละเอียด ดังนี้

- | | |
|---|--------------------|
| - ค่าอาหารกลางวัน 1 มื้อๆละ 75 บาท 50 คน | เป็นเงิน 3,750 บาท |
| - ค่าอาหารว่าง 1 มื้อๆละ 25 บาท 50 คน | เป็นเงิน 1,250 บาท |
| - ค่าวิทยากรบรรยาย 4 ชั่วโมงๆละ 600 บาท | เป็นเงิน 2,400 บาท |
| - ค่าป้ายโครงการขนาด 1 x 3 เมตร | เป็นเงิน 450 บาท |
| - ค่าบำรุงสถานที่และเช่าเครื่องเสียง | เป็นเงิน 2,000 บาท |
| - ค่าเอกสาร ก่อน – หลัง การอบรม 50 ชุด | เป็นเงิน 100 บาท |
| - ค่าเอกสารแบบประเมินความพึงพอใจ 50 ชุด | เป็นเงิน 50 บาท |
| - ค่ารูปเล่มสรุปผลการดำเนินโครงการ 2 เล่ม | เป็นเงิน 400 บาท |

รวมเป็นเงิน 10,400 บาท

* หมายเหตุ ทุกรายการสามารถถัวเฉลี่ยกันได้

10. ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้เรื่องการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้านและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปปฏิบัติได้อย่างถูกต้อง

11. การประเมินผล

- 1. แบบประเมินความพึงพอใจ
- 2. แบบทดสอบก่อน – หลังการอบรม



12. คำรับรองความเข้าช้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นางณิรมล งามจิตต์ วงศ์ใหม่ ตำแหน่ง 1๒๖
หน่วยงาน กลุ่มพัฒนาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๒ ๐๓๓ ๖๗ ๔๖
ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

- ☒ ไม่ได้เข้าช้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น
- ☐ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท.
- ☒ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ. 2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว

ลงชื่อ ทพ.พิศุทธิ์ วงศ์ใหม่ ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
(ทพ.พิศุทธิ์ วงศ์ใหม่)
ตำแหน่ง เลขา
วันที่-เดือน-พ.ศ. 25 ๑๐ ๖๕

- เห็นชอบ/อนุมัติ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ นางณิรมล งามจิตต์ หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน
(นางณิรมล งามจิตต์)
ตำแหน่ง ประธานกลุ่มพัฒนาองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
วันที่-เดือน-พ.ศ. 25 ๑๐ ๖๕



กำหนดการอบรม

โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น

วันที่ 12 สิงหาคม 2564 เวลา 09.00 - 15.00 น.

ณ อาคารอเนกประสงค์ หมู่ 16

08.00 - 08.30 น.	ลงทะเบียน
08.30 - 09.00 น.	พิธีเปิดการอบรมโครงการ
09.00 - 12.00 น.	บรรยาย - ความรู้เรื่องผักสมุนไพรพื้นบ้านและสรรพคุณทางยา - บทบาทของผักพื้นบ้านในการส่งเสริมสุขภาพ โดย น.ส. ภาสกา จังดี
12.00 - 13.00 น.	พักรับประทานอาหารกลางวัน
13.00 - 14.00 น.	สาธิตวิธีการนำผักพื้นบ้านมาประกอบอาหาร โดย น.ส. กนกนา จิ๋วไศ
14.00 - 15.00 น.	อภิปราย ชักถาม สรุปการอบรมและปิดการอบรม
หมายเหตุ	- พักรับประทานอาหารว่าง เวลา 10.30 น. - กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม



ข้อตกลง

การขอรับสนับสนุนเงินกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ จากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่

ข้อตกลงเลขที่ 19/2569

ข้อตกลงฉบับนี้ทำขึ้น ณ องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น (อปท.) เทศบาลตำบลบ้านดู่ ตั้งอยู่เลขที่ 486 หมู่ 6 ตำบล บ้านดู่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงราย เมื่อวันที่ 06 เดือน มีนาคม พ.ศ. 2569 ระหว่าง เทศบาลตำบลบ้านดู่ โดย นายศรีเนตร์ ธนาคำ ตำแหน่ง นายกเทศมนตรีตำบลบ้านดู่ ผู้บริหารสูงสุดขององค์การปกครองส่วนท้องถิ่น ในฐานะเป็นผู้ดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ ตามข้อ 6 ของประกาศ คณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงาน และบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ. 2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ซึ่งต่อไปในข้อตกลงนี้เรียกว่า “องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น” ฝ่ายหนึ่ง กับ กลุ่มพัฒนาสตรี หมู่ 20 โดย นางเทียมจิต ต่างใจ ผู้บริหารสูงสุดของหน่วยบริการ/สถานบริการ/หน่วยงานสาธารณสุข/หน่วยงานอื่น/องค์กร/กลุ่มประชาชน ในฐานะเป็นผู้ดำเนินงานตามแผนงาน โครงการหรือกิจกรรม ที่ได้รับการอนุมัติจากคณะกรรมการกองทุนฯ ตามข้อ 10 ของประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการระบบหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม โดยขอรับสนับสนุนเงินจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่ ซึ่งต่อไปในข้อตกลงนี้เรียกว่า “ผู้ดำเนินงาน” อีกฝ่ายหนึ่ง

ทั้งสองฝ่าย จึงได้ตกลงกันไว้ ดังต่อไปนี้

ข้อ 1 ผู้ดำเนินงาน ตกลงจะดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์/เป้าหมาย/แผนการดำเนินงาน ของโครงการหรือกิจกรรม ตามเอกสารแนบท้ายข้อตกลงนี้ ตลอดจนหลักเกณฑ์ วิธีการ และเงื่อนไขเป็นไปตามระเบียบของกองทุนฯ และหนังสือสั่งการของสำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติทุกประการ โดยได้รับการสนับสนุนเงิน จำนวน 10,400.00 บาท (หนึ่งหมื่นสี่ร้อยบาทถ้วน) ทั้งนี้ ผู้ดำเนินงานจะต้องเป็นผู้จัดเก็บเอกสารและหลักฐานค่าใช้จ่ายที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานตามโครงการ หรือกิจกรรมเพื่อรองรับการตรวจสอบไว้ ดังนี้

- 1) ข้อตกลง ที่ได้ระบุรายละเอียดสาระสำคัญไว้ในข้อตกลงครบถ้วนแล้ว
- 2) โครงการหรือกิจกรรม ที่ผ่านการอนุมัติและประธานกรรมการได้ลงนามเป็นลายลักษณ์อักษรแล้ว
- 3) หลักฐานการรับเงินของผู้ดำเนินงาน
- 4) หลักฐานการจ่ายเงินตามโครงการหรือกิจกรรม
- 5) รายงานผลการดำเนินงาน



ข้อ 2 หากผู้ดำเนินงาน ไม่ดำเนินการตามโครงการหรือกิจกรรม และหรือหลักเกณฑ์ เงื่อนไข วิธีการ วัตถุประสงค์ และระยะเวลาที่กำหนด เว้นแต่การไม่ดำเนินการหรือดำเนินการไม่เป็นไปตามโครงการ หรือกิจกรรม นั้น เกิดจากเหตุสุดวิสัยหรือเกิดภัยพิบัติ ซึ่งได้เกิดจากการกระทำของผู้ดำเนินงาน ผู้ดำเนินงานยินยอม รับผิดชอบเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้วรวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใดอันเกิดจากการดำเนินการหรือไม่ ดำเนินการดังกล่าว ให้แก่องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น โดยมีต้องบอกกล่าวหรือทวงถามเป็นหนังสือ แต่อย่างไร

หากผู้ดำเนินงาน ไม่ชำระเงินที่ได้รับหรือเบิกจ่ายไปแล้วรวมทั้งค่าเสียหายหรือค่าใช้จ่ายอื่นใด ให้แก่องค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น ผู้ดำเนินงานยินยอมเสียดอกเบี้ยตามอัตราที่กฎหมายกำหนด นับแต่วันที่ได้รับเงินไปจากองค์กร ปกครองส่วนท้องถิ่น รวมทั้งยินยอมให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ดำเนินคดีได้ตามกฎหมายโดยมีเงื่อนไขดังนี้

- 1) การดำเนินงานต้องเป็นไปตามโครงการหรือกิจกรรมที่ได้รับอนุมัติ
- 2) การใช้จ่ายงบประมาณในการดำเนินโครงการหรือกิจกรรมจะต้องมีหลักฐานการเบิกจ่าย (ใบเสร็จรับเงิน/ ใบสำคัญรับเงิน) และให้ผู้ที่ได้รับมอบหมายเป็นผู้เก็บหลักฐานไว้เพื่อการตรวจสอบ
- 3) ในกรณีที่มีการจัดซื้อ/จัดจ้าง/จัดหา วัสดุหรือครุภัณฑ์ ให้ใช้ราคาตามบัญชีมาตรฐานครุภัณฑ์ ของทาง ราชการโดยอนุโลม
- 4) หากมีเงินเหลือจ่ายจากการดำเนินงานให้นำเงินที่เหลือส่งคืนกองทุนฯ
- 5) ให้รายงานผลการดำเนินงานตามโครงการหรือกิจกรรมต่อกองทุนฯ ตามรูปแบบและระยะเวลาที่กองทุน กำหนด
- 6) งบประมาณที่สนับสนุนตามโครงการหรือกิจกรรม เป็นงบประมาณของกองทุนฯ

กองทุนฯ ขอสงวนสิทธิ์ที่จะดำเนินการแก้ไขเปลี่ยนแปลงแนวทางปฏิบัติของกองทุนฯ ถ้าผู้ได้รับเงินอุดหนุน ได้รับแจ้งเปลี่ยนแปลงแก้ไขให้ปฏิบัติตามแนวทางที่กองทุนฯ กำหนด

ข้อตกลงนี้ทำขึ้นเป็นสองฉบับมีข้อความตรงกัน ทั้งสองฝ่ายได้อ่านและเข้าใจข้อความในข้อตกลงนี้ตลอดแล้ว จึงได้ลงลายมือชื่อพร้อมทั้งประทับตรา (ถ้ามี) ไว้เป็นหลักฐานสำคัญต่อหน้าพยานและต่างเก็บไว้ฝ่ายละหนึ่งฉบับ

(ลงชื่อ).....
(นายศรีเนตร์ ธนาคำ)

(ลงชื่อ).....ผู้ดำเนินงาน
(นางเทียมจิต ต่างใจ)

(ลงชื่อ).....พยาน
(นายบุญพันธ์ พุทธิโชติอนันต์)

(ลงชื่อ).....พยาน
(นางพิมพ์สุจี วงศ์ใหม่)



สำนักงาน รหัสสาขา 842
Office

บัญชีเลขที่ 842-0-63539-1
Account No.

สาขาตลาดบ้านตุ้ม (เชียงใหม่)

ชื่อบัญชี
Account Name

กลุ่มพัฒนาอาชีพสตรี
บ้านสันปอแดง หมู่ที่ 20



Krungthai
กรุงไทย



ลายมือชื่อผู้มีอำนาจลงนาม
Authorized Signature

SA JA 2050704

(ทอทัศน์ทำ กวโร)

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 3 5701 01063 94 6
Identification Number

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาง เทียมจิต ต่างใจ
Name Mrs. Thiamjit Tangjai
Last name Tangjai
เกิดวันที่ 9 เม.ย. 2505
Date of Birth 9 Apr. 1962

ที่อยู่ 153 หมู่ที่ 20 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย
จ.เชียงราย
9 พ.ค. 2566
วันออกบัตร
8 May 2023
Date of Issue

8 เม.ย. 2575
วันหมดอายุ
8 Apr. 2032
Date of Expiry

5701-04-05091551

รายการเกี่ยวกับบ้าน

เล่มที่

เลขรหัสประจำบ้าน 5701-032959-1

สำนักทะเบียนท้องถิ่นเทศบาลตำบลบ้านดู่

รายการที่อยู่ 153 หมู่ที่ 20 นางกวิสรา ยวงมณี
ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

ชื่อหมู่บ้าน

ชื่อบ้าน

ประเภทบ้าน บ้าน

ลักษณะบ้าน

วันเดือนปีที่กำหนดบ้านเลขที่

นายทะเบียน

(นางเปรมใจ อินทา)

คัดแทนฉบับเดิมซึ่งสูญหาย

วันเดือนปีที่พิมพ์ทะเบียนบ้าน 18 กรกฎาคม พ.ศ. 2565

1

2

เล่มที่ 1 รายการบุคคลในบ้านของเลขรหัสประจำบ้าน
ชื่อ นาง เทียมจิต ต่างใจ

5701-032959-1

ลำดับที่ 1

สัญชาติ ไทย

เพศ หญิง

เลขประจำตัวประชาชน 3-5701-01063-94-6 สถานภาพ เจ้าบ้าน

เกิดเมื่อ 9 เม.ย. 2505

มารดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ น้อย

สัญชาติ ไทย

บิดาผู้ให้กำเนิด ชื่อ อิน

สัญชาติ ไทย

มาจาก

นายทะเบียน

ฐานข้อมูลการทะเบียนราษฎร

เข้ามาอยู่ในบ้านเมื่อ 6 ก.ย. 2527

(นางเปรมใจ อินทา)

๑๑ ปี

นายทะเบียน

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 3 5701 01061 40-4
Identification Number

ชื่อส่วนราชการ นาง พิมพ์จิรา วงศ์ใหญ่
Name Mrs. Pimsrija Wongchai
Last name Wongchai
เกิดวันที่ 20 ม.ค. 2510
Date of Birth 20 Jan. 1967
สถานที่เกิด กรุงเทพมหานคร
ที่อยู่ 110 หมู่ที่ 20 ต.บ้านใหม่ อ.เมืองเชียงราย
จ.เชียงราย
12 พ.ค. 2556
วันออกบัตร 12 May 2013
วันหมดอายุ 12 Jan. 2032
Date of Expiry 12 Jan. 2032
5701-04-05121313

ได้รับมอบหมายให้ไปสมัครบัตรประชาชน

สำเนาถูกต้อง

พิมพ์จิรา วงศ์ใหญ่

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
 เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 5701 01065 98 1

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาม ผ่องฉวี คำแก้ว
 Name Mrs. Phongchawe
 Last name Khankhao
 เกิดวันที่ 17 ก.พ. 2515
 Date of Birth 17 Feb. 1972

อายุ 205 ซม. 28 กก. 1.6 ม. อ.เมืองเชียงราย
 จ.เชียงราย
 8 ก.พ. 2568
 วันหมดอายุ
 5 ก.พ. 2028
 Date of Expiry

5701-05-11061312

5701-05-11061312 ผ่องฉวี คำแก้ว (คำแก้ว สุกตธ)

ผ่องฉวี คำแก้ว
 (คำแก้ว สุกตธ)

ใบสำคัญรับเงิน

วันที่

10 มี.ค. 78

ข้าพเจ้า กลุ่มพัฒนาศรี ม.20 ได้รับเงินจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านดู่ ที่อยู่ 486 หมู่ที่ 6 ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

ดังรายการต่อไปนี้

[illegible]

จำนวนเงิน (หนึ่งหมื่นสี่ร้อยบาทถ้วน)

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ ผู้รับเงิน

(นางเทียมจิต ต่างใจ)

ลงชื่อ พลกรั ดิ ผู้รับเงิน

(นางผ่องฉวี คำแก้ว)

ลงชื่อ กมลพร วอแก้ว ผู้รับเงิน

(นางพิมพ์สุจี วงศ์ใหม่)

ลงชื่อ สมิ น ผู้จ่ายเงิน

(นายชนบท พิพัญญ)

รายชื่อผู้เข้าร่วม โครงการ... ส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน ฐานจริง กิ่งพันธุ์

วันที่ 17 มีนาคม 2569

ณ อาคารประชุมร่วมใจ บ้านหนองแสง หมู่ที่ 20

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เบอร์โทรศัพท์	หมายเหตุ
1	นางเทษมจิต คุ้มใจ		081-1896131	
2	นางจตุล ใจสูง		095235361	
3	ไ.กสิกรพจน์ ใจสูง		0848091228	
4	นายอัมรินทร์ ใจสูง		0871726091	
5	พิศพล ใจสูง		0820336746	
6	วิไล ทอระตัน		0861566837	
7	นางรณิศา คีรีรัตน์		081-7248242	
8	คำมอญ ใจสูง		0897550924	
9	วิไล ทอระตัน		087-1724551	
10	นางอุ้งนอ ใจสูง		083-7666511	
11	นางสัจจิต ใจสูง		080-9155247	
12	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		0950071343	
13	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		083-2914429	
14	นิคม มโนหาญ		0835818506	
15	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		0848082714	
16	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		086-9131724	
17	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		098-0098973	
18	วิไล ทอระตัน		0894346990	
19	อรุณ ใจสูง		0877264261	
20	นาง อริยาภรณ์ ใจสูง		0814938513	
21	นิคม มโนหาญ		085711583	
22	อรุณ ใจสูง		-	
23	อรุณ ใจสูง		-	
24	นางอริยาภรณ์ ใจสูง		-	

ลำดับที่	ชื่อ - สกุล	ลายมือชื่อ	เบอร์โทรศัพท์	หมายเหตุ
25	อัครพรณ์ มโนเรือง	วชิรา		
26	อรรณพ มโนเรือง	อรรณพ	0909246452	
27	อริศนา มโนเรือง	อริศนา	081-9986602	
28	นางสาว อรุณพร	อรุณพร	0840087530	
29	นาย อัมพร มโนเรือง	อัมพร	-	
30	นาย อธิษฐ์ มโนเรือง	อธิษฐ์	-	
31	น.ส. สโรจนา หาดคำ	สโรจนา	096-0758040	
32	อริศนา มโนเรือง	อริศนา	-	
33	น.ส. อธิษฐ์ มโนเรือง	อธิษฐ์	-	
34	นาย อธิษฐ์ มโนเรือง	อธิษฐ์	081-8833808	
35	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	0872379635	
36	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
37	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	089-7556241	
38	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
39	นาย อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
40	น.ส. อธิษฐ์	อธิษฐ์	0877736078	
41	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
42	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
43	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
44	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
45	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
46	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
47	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
48	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
49	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
50	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	
51	นางสาว อธิษฐ์	อธิษฐ์	-	

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม สภามหาวิทยาลัยแม่โจ้

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 16 เดือน สิง พ.ศ. 2569

เรียน คณบดี ม.แม่โจ้

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม สภามหาวิทยาลัยแม่โจ้ หมู่ที่ 20 มีความประสงค์จะจ้าง
ผู้รับจ้างทำงาน ปฎิบัติงานก่อสร้างอาคารเรียน

ในราคาเป็นเงิน 5000 บาท (ห้าพันบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 17 เดือน สิง พ.ศ. 2569

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด 1 วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้ไม่เรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นิยม มโนตาน ผู้ว่าจ้าง
(เดวิด มโนตาน)

(ลงชื่อ) ชิตา ดิษฐ์ ผู้รับจ้าง
(ชิตา ดิษฐ์)

(ลงชื่อ) อ. 72 พยาน
(นางสาว ใจใส)

(ลงชื่อ) ทศพร อภิลักษณ์ พยาน
(ทศพร อภิลักษณ์)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่ กลุ่มพัฒนาฯ ม.๕๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 14 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

เรื่อง ตรวจรับ อาคารคอนกรีตและอาคารช่าง

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาฯ ม.๕๐

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม พัฒนาฯ ม.๕๐ ได้ซื้อหรือจ้าง

อาคารคอนกรีตและอาคารช่าง พร้อมเครื่องตัด

จาก นายสมชาย คำขี้ งบประมาณ 5000 - บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ 16 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙ นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 14 เดือน มีนาคม

พ.ศ. ๒๕๖๙ จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] ประธานกรรมการ
(นายสมชาย คำขี้)

(ลงชื่อ) นายสมชาย คำขี้ กรรมการ
(นายสมชาย คำขี้)

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] กรรมการ
(นายสมชาย คำขี้)



ใบสำคัญรับเงิน

วันที่ 17 เดือน ๗ พ.ศ. ๒๕๕๙

ข้าพเจ้า นายสมชาย นามสกุล สมใจ อยู่บ้านเลขที่ 158

ซอย - ถนน - ตำบล หักฉิม อำเภอบึงสามพัน จังหวัด พิษณุโลก

ได้รับเงินจาก กองทุนแม่จันทน์ ม.๒๐ ตำบล หักฉิม อำเภอบึงสามพัน

จังหวัด พิษณุโลก ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
ค่าตอบแทนวัน / ๗๕ บาท จำนวน 50 วัน	3750	-
ค่าตอบแทน / ๗๕ บาท จำนวน 50 วัน	1250	-
รวมเป็นเงิน	5000	-

จำนวนเงิน 5,000 บาท

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ (นายสมชาย สมใจ) ผู้รับเงิน

ลงชื่อ (นายสมชาย สมใจ) ผู้จ่ายเงิน

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 5 5505 00280 64 5
Identification Number

ชื่อและนามสกุล นาง นิตยา ต่างใจ
Name Mrs. Nitaya
Last name Tangjai
เกิดวันที่ 25 ส.ค. 2522
Date of Birth 25 Aug. 1979

ที่ 158 หมู่ 20 ต.บ้านคู อ.เมืองเชียงใหม่
จ.เชียงใหม่
15 May 2023
Date of Issue

24 ส.ค. 2574
วันหมดอายุ
24 Aug. 2031
Date of Expiry

5701-05-05101136

นิตยา ต่างใจ

สำเนาถูกต้อง



Handwritten signature or mark.



AD



แบบตอบรับวิทยากร

โครงการ ล่องเลี้ยวสะพาน ดั่ง อ่างน้ำบ้าน ริ้วน้ำจืด กิ่งไม้เขียว

วันที่ ๑๗ มีนาคม ๒๕ ๕๙

ณ ศาลาอเนกประสงค์ บ้านลำปอนตอง หมู่ที่ ๒๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมือง จังหวัดเชียงราย

ชื่อ - สกุล วสันต์ อังค์

ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์

หน่วยงาน มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย คณะศึกษาศาสตร์ วิทยาลัยการศึกษาระดับปริญญาตรี

ที่อยู่ ๘๐ ตำบล บ้านดู่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงราย

หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๙ ๙๗๖ ๐๐๔๘ โทรสาร

มือถือ ๐๘๙ ๙๗๖ ๐๐๔๘ อีเมล t.wassana.957๖@gmail.com



ยินดีเป็นวิทยากร



ไม่สามารถเป็นวิทยากรได้

เนื่องจาก

และส่งผู้แทน ชื่อ - สกุล

ตำแหน่ง

หน่วยงาน

ที่อยู่ ตำบล อำเภอ จังหวัด

หมายเลขโทรศัพท์ โทรสาร

มือถือ อีเมล

ลงชื่อ วสันต์ อังค์

(นวรัตน์ วสันต์ อังค์)

ตำแหน่ง ผู้ช่วยศาสตราจารย์

ใบสำคัญรับเงิน
สำหรับวิทยากร

เขียนที่ ๑๓๐/๑๐๓๖๓๗๗ ๘.๒๐

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

โครงการ / หลักสูตร

ส่งเสริมสุขภาพจิตแก่ผู้สูงอายุ ๗ ไร่ ๑๕ ไร่ ๑๕

วันที่ ๑๗ สิงหาคม ๒๕๖๑

ข้าพเจ้า ภาณุเดช ภาณุเดช

บ้านเลขที่ ๗๗

หมู่ที่ ๗

ถนน -

ตำบล ๗๗๗

อำเภอ ๗๗๗

จังหวัด ๗๗๗

อำเภอ ๗๗๗

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม กลุ่มผู้สูงอายุ ๘.๒๐

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
	บาท	สตางค์
ค่าวิทยากร ๔ ชั่วโมง: ๖๐๐	๒๔๐๐	
	๒	
รวมเป็นเงิน	๒๔๐๐	

จำนวนเงิน ๒๔๐๐ บาท

(ตัวอักษร)

(ลงชื่อ) ภาณุเดช ภาณุเดช ผู้รับเงิน
(นางสาวภาณุเดช ภาณุเดช)

(ลงชื่อ) นิยม มโนเดช ผู้จ่ายเงิน
(นางนิยม มโนเดช)



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 5102 00202 48 1

ชื่อตัวและชื่อสกุล น.ส. วาสนา ตีวงศ์



Miss Wassana

Tiwong

เกิดวันที่ 7 ธ.ค. 2521

Date of Birth 7 Dec. 1978

ศาสนา พุทธ

ที่อยู่ 77 หมู่ที่ 7 ต.ทากาศ

อ.แม่ทา จ.ลำพูน

14 พ.ย. 2565

วันออกบัตร

14 Nov. 2022

Date of Issue

นายสมพร วัฒนกุล
เจ้าพนักงานออกบัตร

6 ธ.ค. 2573

วันหมดอายุ

6 Dec. 2030

Date of Expiry



6701-06-11140933

น้ำเชษฐา ตั๋ง
วาสนา ตีวงศ์
(นางสาววาสนา ตีวงศ์)



Handwritten signature or mark.



Handwritten signature or mark.



Handwritten signature or mark.



Handwritten signature or mark.



7.11

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ป้อมทพท ๗.๒๐.

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 13 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

เรียน เทศบาลตำบลบ้านดู่

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ป้อมทพท ๗.๒๐ หมู่ที่ ๒๐ มีความประสงค์จะจ้าง
ผู้รับจ้างทำงาน สร้างถนนคอนกรีต ๑x๖ เมตร ลานปูน ๑ บล็อก

ในราคาเป็นเงิน 450 บาท (สี่ร้อยห้าสิบบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 16 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด 3 วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้ไม่เรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นิยม มโนหาญ ผู้ว่าจ้าง
(นาง นิยม มโนหาญ)

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] ผู้รับจ้าง
(ปรีชา จินน)

(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] พยาน
(นางสาว หงษ์)

(ลงชื่อ) กัมพลสิทธิ์ อภิกโร พยาน
(กัมพลสิทธิ์ อภิกโร)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๒๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่... 16 ...เดือน... ๖ ...พ.ศ. ๒๕๖๙

เรื่อง ตรวจรับ... เสาเข็ม

เรียน ประธาน ชุมชน กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๒๐

ตามที่ ชุมชน กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๒๐ ...ได้ซื้อหรือจ้าง
เสาเข็ม ขนาด ๑๕๖ เมตร จำนวน ๑ ต้น

จาก... กลุ่มพัฒนาฯ ...งบประมาณ... 450 ...บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่... 16 ...เดือน... ๖ ...พ.ศ. ๒๕๖๙ ...นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่... 16 ...เดือน... ๖ ...พ.ศ. ๒๕๖๙ ... จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ)... [Signature] ...ประธานกรรมการ
(นาย/นายสมศักดิ์ อ. [Signature])

(ลงชื่อ)... พิชิต อ. [Signature] ...กรรมการ
(พิชิต อ. [Signature])

(ลงชื่อ)... [Signature] ...กรรมการ
(นาย/นาย [Signature])



ข้าพเจ้า.....เมธี

นามสกุล

จน/จน

อยู่บ้านเลขที่ ๑๘๘

ชื่อย. ณน. ตำบล หิวดู่ อำเภอ วังน้อย จังหวัด พระนครศรีอยุธยา

ได้รับเงินจาก กลุ่มสหกรณ์ฯ ๕.๕๐^๖ ตำบล หินดาด อำเภอ เสนา

จังหวัด สระบุรี **ดังรายการต่อไปนี้**

จำนวนเงิน สี่พัน ห้าร้อย บาทถ้วน บาท

(ตัวอักษร)

लग्नां

ผู้รับเงิน

(2/525 04624)

લગ્નચીઝ

นิยาม มาตรฐาน

ผู้จ่ายเงิน

(ကမ္ဘာပျက်မှု မရှိစေရန်)

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 3 5701 01301 81 2

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย ปรีชา จันเลน
Name Mr. Preecha
Last name Chanlen
เกิดวันที่ 4 พ.ย. 2519
Date of Birth 4 Nov. 1976

ที่อยู่ 188 หมู่ที่ 10 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย
จ.เชียงราย
3 พ.ย. 2562
วันออกบัตร
3 Nov. 2019
Date of Issue

พ.ต.ท. (นาย) (นาง) (นางสาว) (นาย) (นาง) (นางสาว)
พนักงานออกบัตร

3 พ.ย. 2570
วันบัตรหมดอายุ
3 Nov. 2027
Date of Expiry



เจ้าหน้าที่

ปรีชา จันเลน



ทะเบียนเลขที่..... 3570101301812
คำขอที่..... 5751549001039(เดิม)
558/2552

แบบ พค.0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นายปรีชา จันเสน

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

สำเนาถูกต้อง
(ปรีชา จันเสน)

ทำไว้

เขียนเป็นอักษรโรมัน

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

- จำหน่ายและรับทำกรอบรูปทุกชนิด
- จำหน่ายและรับทำสติ๊กเกอร์ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อโฆษณา ป้ายผ้าไว้นิตทุกชนิด

ที่ตั้งสำนักงานแห่งใหญ่

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

ออกให้ ณ วันที่

27 สิงหาคม 2552





โครงการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน รู้ให้จริง กินให้เป็น



วันที่ 17 มีนาคม พ.ศ. 2569



สปสช

ณ อาคารอเนกประสงค์บ้านสันปอแดง หมู่ที่ 20 ต.บ้านดู่ อ.เมือง จ.เชียงราย

งานนี้ได้รับการสนับสนุนงบประมาณจาก...กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านดู่

Signature

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ชมรมทอผ้า ม. ๒๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 16 เดือน สิง พ.ศ. ๒๕๖๑

เรียน นางสาวกุล ใจเย็น

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ชมรมทอผ้า หมู่ที่ ๒๐ มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน ทอผ้า/เย็บผ้า/เย็บเสื้อผ้า

ในราคาเป็นเงิน ๒๐๐๐ บาท (สองพันบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน

วันที่ 17 เดือน สิง พ.ศ. ๒๕๖๑

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด 1 วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มันเรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นิยม มั่นหมาย ผู้ว่าจ้าง
(นางนิยม มั่นหมาย)

(ลงชื่อ) [Signature] ผู้รับจ้าง
(นางสาวกุล ใจเย็น)

(ลงชื่อ) นาย 92 พยาน
(นางสาวกุล ใจเย็น)

(ลงชื่อ) ศิริพร ใจเย็น พยาน
(ศิริพร ใจเย็น)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๕๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 17 เดือน ๖ พ.ศ. ๒๕๖๙

เรื่อง ตรวจรับ... วัสดุ/งาน: 10 ไร่ 150

เรียน ประธาน ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๕๐

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๕๐ ได้ซื้อหรือจ้าง
วัสดุ/งาน: 10 ไร่ 150

จาก... กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๕๐ งบประมาณ ๕๐๐๐ - บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ 16 เดือน ๖ พ.ศ. ๒๕๖๙ นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 17 เดือน ๖ พ.ศ. ๒๕๖๙ จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ) ... ประธานกรรมการ
(นายวิชาญ ๐๖๖๐)

(ลงชื่อ) ... กรรมการ
(นายวิชาญ วงศ์ใหม่)

(ลงชื่อ) ... กรรมการ
(นายวิชาญ วงศ์ใหม่)



ใบสำคัญรับเงิน

วันที่ 17 เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2569

ข้าพเจ้า นาย กฤษณ์ นามสกุล กิ่งแก้ว อยู่บ้านเลขที่ 333
ซอย - ถนน - ตำบล ห้วยไร่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงใหม่
ได้รับเงินจาก กองทุนหลักประกันสุขภาพท้องถิ่น พ.ศ. 2569 ตำบล ห้วยไร่ อำเภอ เมือง
จังหวัด เชียงใหม่ ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
ค่าวัสดุอุปกรณ์ / ค่าวัสดุสิ้นเปลือง	2000	-
รวมเป็นเงิน	2000	-

จำนวนเงิน สองพันบาทถ้วน

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ (นาย กฤษณ์ กิ่งแก้ว) ผู้รับเงิน

ลงชื่อ (นาย นิยม มโนทา) ผู้จ่ายเงิน

บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 1 5799 00206 12 0

ชื่อและชื่อสกุล นาย ศราวุฒิ เรืองคำ
Name Mr. Sarawut Ruengkham
Last name Ruengkham
เกิดวันที่ 30 มิ.ย. 2531
Date of Birth 30 Jun. 1988

ที่อยู่ 333 หมู่ที่ 20 ต.บ้านคู อ.เมืองชัยภูมิ
จ.ชัยภูมิ 36000
7 มิ.ย. 2586
วันออกบัตร 7 Jun. 2023
Date of Issue 7 Jun. 2023

29 มิ.ย. 2574
วันหมดอายุ 29 Jun. 2023
Date of Expiry 29 Jun. 2023

5701-06-04071121

ศรวิทย์ เรืองคำ
นายศรวิทย์ เรืองคำ



Handwritten signature or mark in blue ink.



20

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ชมรมทอผ้า ม. ๒๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 13 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

เรียน ทอผ้าทอ ม. ๒๐

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม ชมรมทอผ้า ม. ๒๐ หมู่ที่ ๒๐ มีความประสงค์จะจ้าง
ผู้รับจ้างทำงาน ทอผ้าทอ ก่อทอ - นุ่ง ทอผ้าทอ ๑๐๐๐ 11๐: 11๐๐/11๐๐
ตามใบเสนอราคา

ในราคาเป็นเงิน 150 บาท (หนึ่งร้อยห้าสิบบาทถ้วน) กำหนดแล้วเสร็จภายใน
วันที่ 18 เดือน มีนาคม พ.ศ. ๒๕๖๙

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงาน
ภายในกำหนด 1 วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของ
ผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำให้ไม่เรียบร้อย หรือทำให้ไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้าง
จะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ) นิพนธ์ มโนทอ ผู้ว่าจ้าง
(นางนิพนธ์ มโนทอ)

(ลงชื่อ) [Signature] ผู้รับจ้าง
(จิรพงศ์ มโนทอ)

(ลงชื่อ) [Signature] พยาน
(นางสาว ใจดี)

(ลงชื่อ) หิมาวัชรวิทย์ วงศ์ใหม่ พยาน
(หิมาวัชรวิทย์ วงศ์ใหม่)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่..... กรุงเทพมหานคร ๔ ๒๐

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ 16 เดือน ส.ค พ.ศ. 2569

เรื่อง ตรวจรับ... 10 ฉบับ ก่อ-สร้าง ทดสอบ 11 มม 1:15 มัดคานเหล็ก 4012.

เรียน ประธาน ขุนชน/กลุ่ม/ชมรม หนองผไท ๕๒๐

ตามที่ ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม..... สภามหาวิทยาลัยราชภัฏวไลยอลงกรณ์ ๗๕๐

..ได้ข้อหรือจาง

[illegible]

จาก เหตุจูงใจ มา

แบบประมาณ 150

.บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อขายหรือจ้าง ลงวันที่ 13 เดือน มีค พ.ศ. 2569

๗. นับ

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ 16 เดือน ๕๑

พ.ศ. ๕๖๙.... จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ).....ประธานกรรมการ

Figure 10/046

(ลงชื่อ).....กรรมการ

คณิตศาสตร์ วิชาพิเศษ
 (คณิตศาสตร์ วิชาพิเศษ)

(ลงชื่อ).....กรรมการ

ଅଥବା
(ନିମ୍ନ ଲେଖା)



ใบสำคัญรับเงิน

วันที่ 16 เดือน ๘ พ.ศ. ๒๕๕๙
ข้าพเจ้า พงษ์ศักดิ์ นามสกุล มะโนหาญ อยู่บ้านเลขที่ 336
ซอย 1 ถนน ตำบล หินดู่ อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงใหม่
ได้รับเงินจาก กลุ่มพัฒนาอาชีพ 5,000 ตำบล หินดู่ อำเภอ เมือง
จังหวัด เชียงใหม่ ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	
ค่าอาหาร ก่อน - หลัง มหกรรม 50 บาท	100	-
ค่ารถโดยสารไป-กลับ มหกรรม 50 บาท	50	-
รวมเป็นเงิน	150	-

จำนวนเงิน หนึ่งร้อยห้าสิบบาท
(ตัวอักษร)

ลงชื่อ (ผู้รับเงิน)
(พงษ์ศักดิ์ มะโนหาญ)

ลงชื่อ (ผู้จ่ายเงิน)
(นายนิยม มโนหาญ)



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 1 5799 00170 99 1

ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย จิรทีปต์ มะโนหาญ



Name Mr. Jiratipt

Last name Manoharn

เกิดวันที่ 6 ก.ย. 2530

Date of Birth 6 Sep. 1987

ที่อยู่ 336 หมู่ที่ 20 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย

จ.เชียงราย

10 ม.ค. 2568

วันออกบัตร

10 Jan. 2025

Date of Issue

(นายโรยวุฒิ จันศิริพงษ์)
เจ้าพนักงานออกบัตร

5 ก.ย. 2576

วันบัตรหมดอายุ

5 Sep. 2033

Date of Expiry



5701-05-01100920

BORA-3.6-02-2567



ประเทศไทย

THAILAND

ทะเบียนเลขที่ 1579900170991
คำขอที่ 5751553000363



แบบ พค. 0403

กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นาย จิรทีปต์ มะโนหาญ

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ทริปเปิ้ล จี อิงค์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

TRIPLE G INK

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

จำหน่ายหมึกพรีนเตอร์ และหมึกเครื่องถ่ายเอกสาร อุปกรณ์เครื่องเขียน

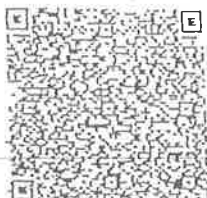
จำหน่ายอะไหล่ อุปกรณ์คอมพิวเตอร์

ที่ตั้งสำนักงานใหญ่

เลขที่ 88/3 หมู่ที่ 8 ตรอก/ซอย ถนน

ตำบล/แขวง บานต อำเภอบางบาล จังหวัด ชัยภูมิ

ออกให้ ณ วันที่ 18 กันยายน พ.ศ. 2558



แบบประเมินความรู้ ก่อน

การอบรม เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

- ก. ผักกาดขาว
- ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน (เฉลย)
- ค. แดงกวา
- ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

- ก. ต้านอนุมูลอิสระ (เฉลย)
- ข. แก้ท้องผูก
- ค. แก้หวัด
- ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

- ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย (เฉลย)
- ข. มีสารเคมีตกค้างสูง
- ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว
- ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

- ก. ใบชะพลู (เฉลย)
- ข. ใบมะยม
- ค. ใบกะเพรา
- ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

- ก. ทอดกรอบ
- ข. ต้มเป็นเวลานาน
- ค. ลวกพอสุก หรือกินสด (เฉลย)
- ง. ดองเค็ม


(กัญญาภาณุ)

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

- ก. บำรุงสายตา
- ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด (เฉลย)
- ค. แก้ปวดข้อ
- ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

- ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง (เฉลย)
- ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ
- ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น
- ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

- ก. ผักกาดหอม
- ข. ผักแพว/กะเพรา (เฉลย)
- ค. ผักบุ้ง
- ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุ้ม" คืออะไร?

- ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง (เฉลย)
- ข. ทำให้หลับสบาย
- ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง
- ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

- ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี (เฉลย)
- ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก
- ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด
- ง. ถูกทุกข้อ



แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

- ก. ผักกาดขาว
- ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน
- ค. แตงกวา
- ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

- ก. ต้านอนุมูลอิสระ
- ข. แก้ท้องผูก
- ค. แก้หวัด
- ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

- ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย
- ข. มีสารเคมีตกค้างสูง
- ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว
- ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

- ก. ใบชะพลู
- ข. ใบมะยม
- ค. ใบกะเพรา
- ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

- ก. ทอดกรอบ
- ข. ต้มเป็นเวลานาน
- ค. ลวกพอสุก หรือกินสด
- ง. ดองเค็ม



6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

- ก. บำรุงสายตา
- ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด
- ค. แก้ปวดข้อ
- ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

- ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง
- ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ
- ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น
- ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

- ก. ผักกาดหอม
- ข. ผักแพว/กะเพรา
- ค. ผักบุ้ง
- ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

- ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง
- ข. ทำให้หลับสบาย
- ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง
- ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

- ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี
- ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก
- ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด
- ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้ารับการอบรม

โครงการ.....

วันที่.....

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

.....

.....

บันทึกตกลงการจ้าง

ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม

สวท. ม. ๒๐

ตำบลบ้านคู อำเภอมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ ๒๖ เดือน ๕ พ.ศ. ๒๕๖๑

เรียน

ทอจิรทัต มโนนา

ด้วย ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม

สวท. ม. ๒๐

หมู่ที่ ๒๐

มีความประสงค์จะจ้าง

ผู้รับจ้างทำงาน

จัดจ้างแม่ครัว/แม่บ้านครัว/แม่บ้าน

๒/๖๕

ในราคาเป็นเงิน

400

บาท

(สวท. ม. ๒๐)

กำหนดแล้วเสร็จภายใน

วันที่ ๒๖ เดือน ๕

พ.ศ. ๒๕๖๑

พ.ศ. ๒๕๖๑

เมื่อคณะกรรมการตรวจการจ้างได้รับมอบแล้ว หากมีเหตุชำรุดเสียหายเกิดขึ้น แก่หน่วยงานภายในกำหนด ๑ วัน นับถัดจากวันที่ได้รับมอบงาน ซึ่งเหตุชำรุดเสียหายนั้น เกิดจากความบกพร่องของผู้รับจ้าง การใช้วัสดุไม่ถูกต้องหรือทำไว้มันเรียบร้อย หรือทำไม่ถูกต้องตามมาตรฐานแห่งหลักวิชาการ ผู้รับจ้างจะต้องรีบแก้ไขให้เรียบร้อยภายในระยะเวลาที่กำหนด โดยไม่คิดค่าใช้จ่ายใด ๆ ทั้งสิ้น

(ลงชื่อ)

นิยม มโนนา

ผู้ว่าจ้าง

(เองนิยม มโนนา)

(ลงชื่อ)

ศิริพร มโนนา

ผู้รับจ้าง

(ศิริพร มโนนา)

(ลงชื่อ)

ศิริพร มโนนา

พยาน

(ศิริพร มโนนา)

(ลงชื่อ)

ศิริพร มโนนา

พยาน

(ศิริพร มโนนา)

ใบตรวจรับพัสดุหรือการจ้าง

เขียนที่.....
กลุ่มงานพัสดุ ๒ ๔๑

ตำบลบ้านดู่ อำเภอเมืองเชียงราย จังหวัดเชียงราย

วันที่ ๒๔ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๙

เรื่อง ตรวจรับ..... จัดทำแผนปฏิบัติการประจำปี ๒๕๖๙

เรียน ประธาน ขบวนการ/กลุ่ม/ชมรม..... สโมสรภคินี ๒๕๐

ตามที่ ขบวนการ/กลุ่ม/ชมรม..... สโมสรภคินี ๒๕๐ ได้ซื้อหรือจ้าง
หนังสือพิมพ์ มโนทัศน์

จาก..... กลุ่มภคินี ๒๕๐ งบประมาณ..... 400 - บาท

ตามบันทึกข้อตกลงซื้อหรือจ้าง ลงวันที่ ๒๓ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๙ นั้น

บัดนี้ผู้รับจ้าง/ผู้ขายได้ส่งมอบงาน/พัสดุเรียบร้อยแล้ว เมื่อวันที่ ๒๔ เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๖๙ จึงสมควรจ่ายเงินให้กับผู้ขายหรือผู้รับจ้างต่อไป

(ลงชื่อ)..... ทิมศิริ วงศ์อินทร์..... กรรมการ
(..... ทิมศิริ วงศ์อินทร์.....)

(ลงชื่อ)..... นิคม มโนทัศน์..... กรรมการ
(..... นิคม มโนทัศน์.....)

(ลงชื่อ)..... ๐๙ ๔๒..... กรรมการ
(..... ๐๙ ๔๒.....)

ใบสำคัญรับเงิน

เขียนที่.....กลุ่มพัฒนาฯ ม.๑๐

ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย จ.เชียงราย

วันที่ ๒๔ มี.ค. ๒๕๖๑

ข้าพเจ้า นายจักรพันธ์ น.โพธิ์พาน บ้านเลขที่ ๓๓๖ หมู่ที่ ๑๐ ถนน -

ตำบล.....อำเภอ.....จังหวัด.....

ได้รับเงินจาก ชุมชน/กลุ่ม/ชมรม.....กลุ่มพัฒนาฯ ม. ๑๐

ดังรายการต่อไปนี้

รายการ	จำนวนเงิน	หมายเหตุ
กลุ่มพัฒนาฯ มอบเงินสนับสนุน	400	
	2	
รวมเงิน	400	

จำนวนเงิน.....สี่ร้อยบาทถ้วน

(ตัวอักษร)

ลงชื่อ).....ผู้รับเงิน

(ลงชื่อ).....ผู้จ่ายเงิน



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 1 5799 00170 99 1
Identification Number



ชื่อตัวและชื่อสกุล นาย จิรทีปต์ มะโนหาญ



Name Mr. Jiratript

Last name Manoharn

เกิดวันที่ 6 ก.ย. 2530

Date of Birth 6 Sep. 1987

ที่อยู่ 336 หมู่ที่ 20 ต.บ้านดู่ อ.เมืองเชียงราย

จ.เชียงราย

10 ม.ค. 2568

วันออกบัตร

10 Jan. 2025

Date of Issue

นายไชยวัฒน์ จันทรินทร

เจ้าพนักงานออกบัตร

5 ก.ย. 2576

วันบัตรหมดอายุ

5 Sep. 2033

Date of Expiry



5701-05-01100920

BORA-3.6-02-2567



ประเทศไทย

THAILAND

ทะเบียนเลขที่ 1579900170991
คำขอที่ 5751553000363

แบบ พท. 0403



กรมพัฒนาธุรกิจการค้า
สำนักงานกลางทะเบียนพาณิชย์
ใบทะเบียนพาณิชย์
ใบสำคัญนี้ออกให้เพื่อแสดงว่า

นาย จิรทีปต์ มะโนหาญ

ได้จดทะเบียนพาณิชย์ ตามพระราชบัญญัติทะเบียนพาณิชย์ พ.ศ. 2499

เมื่อวันที่ 8 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2553

ชื่อที่ใช้ในการประกอบพาณิชย์กิจ

ทริปเปิ้ล จี อิงค์

เขียนเป็นอักษรโรมัน

TRIPLE G INK

ชนิดแห่งพาณิชย์กิจ

จำหน่ายหมึกปริ้นเตอร์ และหมึกเครื่องฉายเอกสาร อุปกรณ์เครื่องเขียน

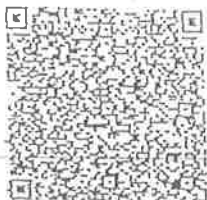
จำหน่ายอะไหล่ อุปกรณ์คอมพิวเตอร์

ที่ตั้งสำนักงานใหญ่

เลขที่ 88/3 หมู่ที่ 8 ตรอก/ซอย ถนน

ตำบลแขวง บ้านค้อ อำเภอ/เขต เมืองเชียงราย จังหวัด เชียงราย

ออกให้ ณ วันที่ 18 กันยายน พ.ศ. 2558





21





[Handwritten signature]









ธงโภชนาการผู้สูงอายุ

เพื่อสุขภาพที่ดี กินอาหารให้หลากหลาย ในสัดส่วนที่เหมาะสม
ออกกำลังกายเป็นประจำ และพักผ่อนให้เพียงพอ



Handwritten signature or mark.

แบบประเมินความรู้ ก่อน การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ

ข. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ข. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ก. ใบชะพลู

ข. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ก. ลวกพอสุก หรือกินสด

ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

- ก. บำรุงสายตา
- ☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด
- ค. แก้ปวดข้อ
- ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

- ☒ ด. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง
- ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ
- ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น
- ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

- ก. ผักกาดหอม
- ☒ ข. ผักแพว/กะเพรา
- ค. ผักบุ้ง
- ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

- ☒ ด. ต้านการอักเสบและมีวิตามินสูง
- ข. ทำให้หลับสบาย
- ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง
- ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

- ☒ ด. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี
- ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก
- ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด
- ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ ก่อน การอบรม เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

- ☒ ก. ผักกาดขาว
- ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน
- ค. แตงกวา
- ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

- ☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ
- ข. แก้ท้องผูก
- ค. แก้หวัด
- ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

- ☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย
- ข. มีสารเคมีตกค้างสูง
- ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว
- ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

- ☒ ก. ใบชะพลู
- ข. ใบมะยม
- ค. ใบกะเพรา
- ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

- ก. ทอดกรอบ
- ข. ต้มเป็นเวลานาน
- ☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด
- ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ ก่อน การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

- ☒ ก. ผักกาดขาว
- ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน
- ค. แตงกวา
- ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

- ☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ
- ข. แก้ท้องผูก
- ค. แก้หวัด
- ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

- ☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย
- ข. มีสารเคมีตกค้างสูง
- ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว
- ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

- ☒ ก. ใบชะพลู
- ข. ใบมะยม
- ค. ใบกะเพรา
- ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

- ก. ทอดกรอบ
- ข. ต้มเป็นเวลานาน
- ☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด
- ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ ก่อน การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

- ☒ ก. ผักกาดขาว
- ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน
- ค. แตงกวา
- ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

- ☒ ก. ด้านอนุมูลอิสระ
- ข. แก้ท้องผูก
- ค. แก้หวัด
- ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

- ☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย
- ข. มีสารเคมีตกค้างสูง
- ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว
- ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

- ☒ ก. ใบชะพลู
- ข. ใบมะยม
- ค. ใบกะเพรา
- ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

- ก. ทอดกรอบ
- ข. ต้มเป็นเวลานาน
- ☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด
- ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ

ข. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ข. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ก. ใบชะพลู

ข. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด

ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ข. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ข. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ข. ต้านอนุมูลอิสระ

ก. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ข. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ก. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ข. ใบชะพลู

ก. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ง. ลวกพอสุก หรือกินสด

ค. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ข. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ข. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ข. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ

ข. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ข. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ก. ใบชะพลู

ข. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ก. ลวกพอสุก หรือกินสด

ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ข. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ข. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุดใน

☒ ข. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ข. ต้านอนุมูลอิสระ

ก. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ข. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ก. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ข. ใบชะพลู

ก. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด

ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความรู้ หลัง การอบรม
เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

ก. ผักกาดขาว

☒ ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ข. ต้านอนุมูลอิสระ

ก. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ข. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ก. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ข. ใบชะพลู

ก. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ง. ลวกพอสุก หรือกินสด

ค. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

ก. บำรุงสายตา

☒ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด

ค. แก้ปวดข้อ

ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

☒ ข. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง

ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ

ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น

ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

ก. ผักกาดหอม

☒ ข. ผักแพว/กะเพรา

ค. ผักบุ้ง

ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

☒ ข. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง

ข. ทำให้หลับสบาย

ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง

ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี

ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก

ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุดใน

☒ ง. ถูกทุกข้อ

แบบประเมินความพึงพอใจของผู้เข้าร่วมอบรม
 โครงการ ส่งเสริมสุขภาพจิตในถิ่นฐาน ฐานเดิม กิ่งโนน
 วันที่ 17 มีนาคม 2569

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 ส่งเสริมสภาพแวดล้อมที่ดีขึ้นด้านสิ่งแวดล้อม
 วันที่ 17 มิถุนายน 2569

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 ส่งเสริมสุขภาพอนามัยในโรงเรียน คณิตศาสตร์
 วันที่ 17 ธันวาคม 2569

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 ส่งเสริมสุขภาพ ด้วยผักพื้นบ้าน ไร้สารพิษ ไร้เงิน

วันที่ 17 สิงหาคม 2561

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.....
วันที่..... 17 มีนาคม พ.ศ. 2569

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

.....

.....

แบบประเมินความรู้ ก่อน การอบรม เกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพด้วยผักพื้นบ้าน

1. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่มีธาตุเหล็กสูง เหมาะสำหรับผู้ที่เป็นโรคโลหิตจาง?

☒ ก. ผักกาดขาว

ข. ใบเหลียง/ผักหวานบ้าน

ค. แตงกวา

ง. กะหล่ำปลี

2. สารกลุ่มแอนโทไซยานิน (Anthocyanin) ที่พบในผักพื้นบ้านสีม่วง (เช่น ดอกอัญชัน) มีคุณสมบัติเด่นในด้านใด?

☒ ก. ต้านอนุมูลอิสระ

ข. แก้ท้องผูก

ค. แก้หวัด

ง. เพิ่มน้ำหนัก

3. ข้อใดคือประโยชน์หลักของการบริโภคผักพื้นบ้าน?

☒ ก. มีกากใยสูงช่วยระบบขับถ่าย

ข. มีสารเคมีตกค้างสูง

ค. มีราคาแพงกว่าผักเมืองหนาว

ง. ให้พลังงานสูงมาก

4. ผักพื้นบ้านชนิดใดที่นิยมนำมาทำ "เมี่ยงคำ" และมีสรรพคุณช่วยขับลม?

☒ ก. ใบชะพลู

ข. ใบมะยม

ค. ใบกะเพรา

ง. ผักแพว

5. วิธีการปรุงผักพื้นบ้านข้อใดที่ช่วยคงคุณค่าทางโภชนาการได้ดีที่สุด?

ก. ทอดกรอบ

ข. ต้มเป็นเวลานาน

☒ ค. ลวกพอสุก หรือกินสด

ง. ดองเค็ม

6. "ผักเชียงดา" มีชื่อเสียงในทางพื้นบ้านว่าช่วยดูแลเรื่องใด?

- ก. บำรุงสายตา
- ✓ ข. ลดระดับน้ำตาลในเลือด
- ค. แก้ปวดข้อ
- ง. บำรุงผิวพรรณ

7. การเลือกซื้อผักพื้นบ้านที่ปลอดภัยควรสังเกตอย่างไร?

- ✓ ก. ผักที่มีรูพรุนจากการถูกหนอนกินบ้าง
- ข. ผักที่ใบสวยไม่มีตำหนิ
- ค. ผักที่วางขายในห้างสรรพสินค้าเท่านั้น
- ง. ผักที่ต้นใหญ่ผิดปกติ

8. ผักพื้นบ้านชนิดใดมักมีกลิ่นฉุนและช่วยแก้ท้องอืดได้ดี?

- ก. ผักกาดหอม
- ✓ ข. ผักแพว/กะเพรา
- ค. ผักบุ้ง
- ง. ผักกาดขาว

9. สรรพคุณของ "มะรุม" คืออะไร?

- ✓ ก. ด้านการอักเสบและมีวิตามินสูง
- ข. ทำให้หลับสบาย
- ค. เพิ่มเม็ดเลือดแดง
- ง. แก้โรคกระเพาะ

10. ทำไมเราควรส่งเสริมการกินผักพื้นบ้านในท้องถิ่น?

- ก. ลดรายจ่ายและปลอดภัยจากสารเคมี
- ข. เพราะผักเมืองนอกหาซื้อยาก
- ค. เพราะผักพื้นบ้านรสชาติดีที่สุด
- ✓ ง. ถูกทุกข้อ