

# พะมายสาร ChamaiMunicipality

เอกสารประชาสัมพันธ์  
เทศบาลตำบลชะมาย ✨



## ประชุมหัวหน้าส่วนราชการ เทศบาลตำบลชะมาย

ในวันที่ 21 กรกฎาคม 2566  
เวลา 10.00-12.00 น.



นายอรุณศักดิ์ ชูแก้ว ปลัดเทศบาลตำบลชะมาย เป็นประธาน  
ในการประชุมหัวหน้าส่วนราชการ ร่วมกับหัวหน้าส่วนราชการเทศบาล  
ตำบลชะมาย ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลชะมาย ต.ชะมาย อ.ทุ่งสง  
จ.นครศรีธรรมราช เพื่อติดตามการปฏิบัติงานตามภารกิจต่างๆ  
พร้อมสรุปรายงานสำคัญของแต่ละส่วนราชการ อีกทั้งหารือข้อราชการ  
สำคัญในการแก้ไขปัญหาและพัฒนาท้องถิ่นให้เป็นไปตามนโยบาย  
ที่วางไว้



## 4 วิธี สำรองน้ำกิน น้ำใช้ ที่ถูกสุขอนามัย



กรมอนามัย มีข้อแนะนำ ดังนี้

1. ทำความสะอาดภาชนะก่อนใส่น้ำ
2. ถ้าน้ำขุ่นใช้สารส้มแกว่งให้ตกตะกอน
3. เต็มคลอรีนในน้ำใส เพื่อฆ่าเชื้อโรค หากนำไปบริโภค โดยตรง ควรนำมาต้ม
4. เก็บในภาชนะสะอาดมีฝาปิด มิดชิด

**ข้อแนะนำ :** ก่อนนำมาดื่มควรต้มให้เดือดอย่างน้อย 1-2 นาที  
เก็บในภาชนะที่สะอาด มีฝาปิดมิดชิด และให้ยัดหลักกินร้อน  
ช้อนกลาง ล้างมือ ทุกครั้ง เพื่อสุขอนามัยที่ดี

ทั้งนี้ สามารถติดต่อสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่  
กรมอนามัย โทร. สายด่วนกรมอนามัย 1478

ป้องกันโรคที่มาจากหน้าฝนง่ายๆ  
เพียงปฏิบัติตามนี้

1. เสริมภูมิคุ้มกันให้ร่างกาย
2. ยับยั้งเชื้อโรคในอากาศ
3. ระวังยุงและแมลงเป็นพาหะ
4. ซักเสื้อผ้าด้วยวิธีธรรมชาติ
5. ทานอาหารที่สุกสะอาด



## 5 โรคที่ต้องเฝ้าระวัง ที่มากับหน้าฝน

**โรคติดเชื้อ**  
ผ่านทางผิวหนังและเชือบุ

× โรคฉี่หนู, ผิวหนังอักเสบจากการติดเชื้อ

**โรคติดเชื้อ**  
ระบบทางเดินหายใจ

× ไข้หวัด, โรคไข้หวัดใหญ่, RSV

**โรคที่มียุงเป็นพาหะ**

× ไข้เลือดออก, ไข้ฉี่หนู, ไข้สมองอักเสบเจอี

**โรคติดเชื้อ**  
ระบบทางเดินอาหาร

× โรคอุจจาระร่วงเฉียบพลัน, โรคอาหารเป็นพิษ

**โรคตาแดง**