



จดหมายข่าว

ชะมายรายเดือน

กิจกรรมเคารพธงชาติ

ในวันที่ 3 กรกฎาคม 2566 เวลา 8.00น.

เทศบาลตำบลชะมาย ได้จัดกิจกรรมเคารพธงชาติ ณ บริเวณด้านหน้าสำนักงานเทศบาลตำบลชะมาย โดยมีนายอรุณศักดิ์ ชูแก้ว ปลัดเทศบาลตำบลชะมาย พร้อมหน้าส่วนราชการ พนักงานเทศบาล และพนักงานจ้างเทศบาลตำบลชะมาย เข้าร่วมกิจกรรม ด้วยการร่วมกันยืนตรงเคารพธงชาติ พร้อมไหว้พระสวดมนต์ แสดงความเคารพและความจงรักภักดีในเชิงสัญลักษณ์ต่อสถาบันชาติ ศาสนา และพระมหากษัตริย์



กิจกรรมจิตอาสา พัฒนาสระน้ำหนองหอย

ในวันที่ 5 กรกฎาคม 2566 เวลา 9.30น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมคณะผู้บริหาร, สมาชิกสภาเทศบาล, ปลัดเทศบาล, รองปลัดเทศบาล, หัวหน้าส่วนราชการ, พนักงานเทศบาล และพนักงานจ้างเทศบาลตำบลชะมาย เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา ด้วยการร่วมกันดูแลต้นไม้ที่ได้ร่วมกันปลูกเนื่องในวันต้นไม้แห่งชาติ พ.ศ.2566 โดยร่วมกันพรวนดิน ใส่ปุ๋ยและการกำจัดวัชพืชให้กับต้นไม้ เก็บกวาดขยะบริเวณโดยรอบพื้นที่ถนนของสวนสาธารณะฯ และทำความสะอาดห้องน้ำให้มีความสะอาดพร้อมใช้งานแก่ประชาชน

5 ข้อแนะนำ เตรียมตัวก่อนบริจาคเลือด

1. นอนพักผ่อนให้เพียงพอ ไม่น้อยกว่า 5 ชั่วโมง หากอยู่ระหว่างรับประทานยารักษาโรค ให้แจ้งแพทย์/พยาบาล



2. หลีกเลี่ยงการรับประทานอาหารที่มีไขมันสูง เช่น ข้าวขาหมู ข้าวมันไก่ ขนมหวาน ก่อนมาบริจาคโลหิต 6 ชั่วโมง



3. ก่อนบริจาคเลือด และก่อนเจาะเลือดบริจาคให้ดื่มน้ำ 3 - 4 แก้ว จะช่วยให้โลหิตไหลเวียนดีขึ้น



4. จงดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ จดสูบบุหรี่ ทั้งก่อนและหลัง บริจาคโลหิต 1 ชั่วโมง



5. หลังบริจาคเลือด ควรดื่มน้ำให้มากกว่าปกติและรับประทานยาเสริมธาตุเหล็ก วันละ 1 เม็ด หลังอาหารจนหมด เพื่อชดเชยธาตุเหล็กที่เสียไป





ตรวจรับจ้างโครงการปรับปรุงอาคารสำนักงานเทศบาลตำบลชะมาย ห้องกิจการสภา หมู่ที่ 6 ต.ชะมาย อ.ทุ่งสง จ.นครศรีธรรมราช



ในวันที่ 6 กรกฎาคม 2566 เวลา 10.00 น.

นายประพัฒน์ รัทษศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายให้คณะกรรมการตรวจรับงานจ้าง พร้อมด้วยประชาชนหมู่บ้าน นำโดยนายอรุณศักดิ์ ชูแก้ว ปลัดเทศบาล (ประธานกรรมการ), นายอนุสิทธิ์ ทิตทอง ผู้อำนวยการกองช่าง (กรรมการ), สิทธิพงษ์ ด้วงช่วย หัวหน้าฝ่ายบริหารงานทั่วไป (กรรมการ), นายจักรชัย สุชาติพงศ์ ผู้ช่วยผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ 7 (ตัวแทนประชาชนหมู่บ้าน) (กรรมการ), นายสมชัย จันทรประอบ ผู้ใหญ่บ้าน หมู่ที่ 3 (ตัวแทนประชาชนหมู่บ้าน) (กรรมการ) พร้อมผู้ควบคุมงาน นายเกียรติศักดิ์ ร่มเย็น และผู้ควบคุมงานผู้รับจ้าง นายจตุรภาพ ดำเกลี้ยง ร่วมกันดำเนินการตรวจรับงานจ้างฯ ซึ่งเป็นงานก่อสร้างอาคาร คสล. ชั้นเดียว จำนวน 2 ห้อง



โรคไฉ้ฉี่หนู (Leptospirosis)



โรคไฉ้ฉี่หนู (Leptospirosis)

พบบ่อยในผู้ที่ "ลุยน้ำลุยโคลน" เป็นประจำ เช่น เกษตรกร ปลูกสวน

การติดเชื้อ

เชื้อเข้าสู่ร่างกายผ่านผิวหนัง เยื่อปาก/ตา/จมูก สัมผัสโดยตรงกับเชื้อ ในปัสสาวะสัตว์ เช่น หนู สุกร สุนัข

อาการ

อาการที่พบบ่อย : ไข้สูง ปวดศีรษะรุนแรง ตาแดง ปวดกล้ามเนื้อรุนแรง (มักปวดที่น่อง/โคนขา/กล้ามเนื้อหลัง)

อาการรุนแรง : ตัวเหลือง ตาเหลือง ปัสสาวะออกน้อย อาเจียน/ไอเป็นเลือด ถ่ายอุจจาระเป็นสีดำ คอแข็ง ระบบหายใจล้มเหลว และอาจเสียชีวิตได้

การป้องกัน

- เลี่ยงแช่น้ำ/โคลน เป็นเวลานาน
- สวมอุปกรณ์ป้องกัน
- ทำความสะอาด หลังสัมผัสดิน/น้ำทุกครั้ง
- รักษาสุขอนามัยส่วนบุคคล
- กำจัดขยะ ไม่ให้เป็นที่อยู่อาศัยของหนู

หากมีอาการป่วยควรรีบไปพบแพทย์และแจ้งประวัติเสี่ยง

ลงพื้นที่ดำเนินการแก้ไขซ่อมแซมฝาปิดท่อระบายน้ำ

ในวันที่ 7 กรกฎาคม 2566
เวลา 09.00 น.

นายประพัฒน์ รัทษศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย ได้มอบหมายให้พนักงานกองช่าง ร่วมกับ นายประสงค์ พรหมจันทร์ รองประธานสภาเทศบาล ลงพื้นที่ดำเนินการแก้ไขซ่อมแซมฝาปิดท่อระบายน้ำริมถนนสายทุ่งสง-นาบอน หมู่ที่ 7 ต.ชะมาย อ.ทุ่งสง จ.นครศรีธรรมราช ตามที่ได้รับแจ้งฝาปิดท่อระบายน้ำสูญหายจากผู้นำในพื้นที่ ทั้งนี้ เพื่อให้ประชาชนได้เกิดความปลอดภัยในการสัญจรไปมาของพี่น้องประชาชนชาวตำบลชะมาย

ภัยที่มากับหน้าฝน

ลงพื้นที่สำรวจสวนสาธารณะสระน้ำหนองหอย



ในวันจันทร์ที่ 10 กรกฎาคม 2566

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วย นายประสงค์ พรหมวันรัตน์ รองประธานสภาเทศบาล และนายญาณวุฒิ เครือยศ รองปลัดเทศบาล ลงพื้นที่สำรวจสวนสาธารณะสระน้ำหนองหอย หมู่ที่ 7 ตำบลชะมาย อำเภอกู่ทอง จังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อศึกษาแนวทางในการปรับปรุงและพัฒนาให้เป็นแหล่งท่องเที่ยวแห่งใหม่ของเทศบาลตำบลชะมาย ให้เป็นที่รู้จัก ทั้งด้านสถานที่ออกกำลังกาย การพักผ่อนหย่อนใจ ตลอดจนถึงการส่งเสริมการสร้างอาชีพและรายได้ให้กับประชาชน เพื่อจัดจำหน่ายสินค้าภายในชุมชนให้กับนักท่องเที่ยวที่เดินทางมาเยี่ยมชมหรือพักผ่อนหย่อนใจเพื่อก่อให้เกิดรายได้ของคนในชุมชน



การตรวจประเมินเป็นพื้นที่ปลอดโรคพิษสุนัขบ้า ภายใต้โครงการสัตว์ปลอดโรค คนปลอดภัย จากโรคพิษสุนัขบ้า



ในวันจันทร์ที่ 10 กรกฎาคม 2566

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมาย นายญาณวุฒิ เครือยศ รองปลัดเทศบาล, นางจริยาดี วิเชียรเชื้อ ผู้อำนวยการกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม พร้อมเจ้าหน้าที่จากกองสาธารณสุขฯ เข้าร่วมในการตรวจประเมินเป็นพื้นที่ปลอดโรคพิษสุนัขบ้า ภายใต้โครงการสัตว์ปลอดโรค คนปลอดภัย จากโรคพิษสุนัขบ้า ตามพระปณิธาน ศาสตราจารย์ ดร.สมเด็จเจ้าฟ้าฯ กรมพระศรีสวางควัฒน วรขัตติยราชนารี ฯ โดยคณะกรรมการการประเมินพื้นที่ปลอดโรคพิษสุนัขบ้า ระดับท้องถิ่น ให้เป็นไปตามมาตรฐานในการประเมินและรับรองให้ตรงตามหลักเกณฑ์ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลชะมาย



ไข้เลือดออก

อันตรายหน้าฝน

มหันตภัยร้ายจากยุงลาย

ระยะแรก	ระยะวิกฤต	ระยะฟื้นตัว
มีไข้สูง อาจปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ มีผื่น บางคนอาจจะมีอาการคลื่นไส้ อาเจียน	เพลียและซึม อ่อนน้อย ปวดท้อง เลือดกำเดาไหล อาเจียนเป็นเลือด หรือเป็นสีดำ ในระยะนี้ไข้มักลดลง มีไข้ต่ำ ความดันโลหิตต่ำ และอาจทำให้ช็อกจนเสียชีวิต	ดีอกมากขึ้น อยากอาหารมากขึ้น ปวดท้อง หรือท้องอืดลดลง

ที่สำคัญ ! ควรดูแลผู้ป่วยอย่างใกล้ชิด เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดอาการช็อก หากมีไข้ต่อเนื่อง 3 วัน หรือมีอาการรุนแรงขึ้น ควรรีบมาพบแพทย์ด่วน

ป้องกันไม่ให้ยุงกัด ไม่ให้มีแหล่งเพาะพันธุ์

สวมเสื้อผ้าปิดชิด สีส่อน เพราะเสื้อสีเข้มดึงดูดแสง และมีกลิ่นที่ยุงชอบ จึงเป็นสิ่งที่ยุงชอบ	ทายากันยุง สเปรย์กันยุง 	ใช้อุปกรณ์ไล่ยุง เครื่องไล่ยุง ไฟจุดยุง สติ๊กเกอร์กันยุง	กำจัดแหล่งเพาะพันธุ์ โดยยึดหลัก 3 เก็บ ป้องกัน 3 โรค
			เก็บบ้าน เก็บขยะ เก็บน้ำ

จัดทำโดย วันที่ 26 มิ.ย. 66

สำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 9 นครราชสีมา
 โทรสาร 04321 2900 ต่อ 305 | โทร 04321 8018 | 1422

“ไข้เลือดออก”
อันตรายหน้าฝน
มหันตภัยร้ายจากยุงลาย





ประชุมปรึกษาหารือการจัดการแข่งขันกีฬานักเรียน เยาวชนและประชาชน ประจำปี 2566



ในวันที่ 12 กรกฎาคม 2566 เวลา 14.00 น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย เป็นประธานการประชุมปรึกษาหารือการจัดการแข่งขันกีฬานักเรียน เยาวชน และประชาชน ประจำปี 2566 โดยมีคณะผู้บริหาร, สมาชิกสภาเทศบาล, ปลัดเทศบาล, รองปลัดเทศบาล และพนักงานเทศบาลตำบลชะมาย ร่วมในการประชุมดังกล่าว ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลชะมาย

เพื่อร่วมหารือแนวทางการจัดการแข่งขันกีฬาในเรื่องต่างๆ เช่น ระเบียบและกติกาการแข่งขัน ประเภทของการแข่งขัน คุณสมบัติของนักกีฬา การเตรียมความพร้อมของสถานที่สำหรับจัดการแข่งขัน เพื่อให้การแข่งขันที่จะมีขึ้นเป็นไปด้วยความเรียบร้อย



การติดตามและทดสอบความหนาแน่นโครงการก่อสร้างถนนคอนกรีต



ในวันที่ 12 กรกฎาคม 2566 เวลา 13.00 น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายให้คณะกรรมการตรวจรับงานจ้าง นำโดยนายอรุณศักดิ์ ชูแก้ว ปลัดเทศบาล (ประธานกรรมการ), นายสิทธิพงษ์ ดั่งช่วย หัวหน้าฝ่ายบริหารงานทั่วไป (กรรมการ) พร้อมผู้ควบคุมงาน นายสุรยุทธ ชินสิทธิ์และนายเกียรติศักดิ์ ร่มเย็น และผู้รับจ้าง นายสุรเชษฐ เพ็ชรแถมแก้ว ร่วมกันดำเนินการทดสอบความหนาแน่นถนนคอนกรีต "ตามโครงการปรับปรุงถนนสายห้วยขัน ซอย 5 หมู่ที่ 4 โครงการปรับปรุงถนนสายวังหีบ ซอย 8 หมู่ที่ 5 โครงการปรับปรุงถนนสายนาคำทวด ซอย 7 หมู่ที่ 6 ตำบลชะมาย อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช



ในวันที่ 12 กรกฎาคม 2566 เวลา 13.00 น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วย นายอรุณศักดิ์ ชูแก้ว ปลัดเทศบาล และนายจุมพฏ กิ่งจันทร์ สมาชิกสภาเทศบาล เข้าร่วมพิธีเปิดการแข่งขันกีฬาสี "วังหีบเกมส์" โรงเรียนวัดวังหีบ หมู่ที่ 5 ตำบลชะมาย อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช เพื่อเป็นการสร้างการมีส่วนร่วมและให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นกับโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ประถมศึกษานครศรีธรรมราช

พิธีเปิดการแข่งขันกีฬาสี "วังหีบเกมส์" โรงเรียนวัดวังหีบ



จดหมายข่าว "ชะมายรายเดือน"
ปีที่ 1 ฉบับที่ 9

ประจำเดือน กรกฎาคม 2566

การคัดเลือกคนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีดีเด่น ระดับจังหวัด ตามโครงการเชิดชูเกียรติ คนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรี ประจำปี 2566

ในวันที่ 14 กรกฎาคม 2566
เวลา 09.00 น.



นายประพัฒน์ รักศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายงานพัฒนาชุมชน นำโดยนายสมชาย คมชาญเดชา นักพัฒนาชุมชนชำนาญการ เข้าร่วมต้อนรับ คณะกรรมการประเมินคัดเลือกคนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีดีเด่นระดับจังหวัด ตามโครงการเชิดชูเกียรติคนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรี ประจำปี 2566 ประเภทกลุ่ม อาชีพกองทุนพัฒนาบทบาทสตรี "วิสาหกิจชุมชนกลุ่มแพทย์แผนไทยตำบลชะมาย" อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมีคณะกรรมการประเมินคัดเลือกคนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีดีเด่นระดับจังหวัด นำโดยนายจตุพล ศรีดำ พัฒนาการจังหวัด นครศรีธรรมราชและคณะ ทำหน้าที่เป็นคณะกรรมการในการประเมินการคัดเลือกคนกองทุนพัฒนาบทบาทสตรีดีเด่นระดับจังหวัด



ในวันที่ 14 กรกฎาคม 2566
เวลา 13.00 น.



พิธีเปิดกิจกรรม "KICK OFF รณรงค์ป้องกันและควบคุมโรคไข้เลือดออก"



นายประพัฒน์ รักศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล และพนักงานกองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อมเทศบาลตำบลชะมาย ได้ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขอำเภอทุ่งสง และโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านหนองหว้า ในการดำเนินกิจกรรม "KICK OFF รณรงค์การป้องกันและควบคุมการระบาดของโรคไข้เลือดออก" โดยมีนายธนคม ทองอินทร์ ปลัดอาวุโสอำเภอทุ่งสง เป็นประธานในพิธีเปิดกิจกรรม "KICK OFF" ในครั้งนี้ ณ โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบล บ้านหนองหว้า หมู่ที่ 1 ตำบลชะมายอำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช



โครงการอาสาสมัคร ท้องถิ่นรักโลก



ท้องถิ่นจะสะอาด ด้วยประชาชนที่มีจิตอาสา
พร้อมจะอุทิศตน ปกป้อง รักษาธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
มีคุณสมบัติ ดังนี้ ภายในชุมชน

- 1 มีอายุไม่ต่ำกว่า 7 ปีบริบูรณ์
- 2 เอกสารสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน 1 ฉบับ
- 3 รูปถ่ายหน้าตรง ขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป

เทศบาลตำบลชะมาย ขอเชิญชวนประชาชนในเขตเทศบาลตำบลชะมาย
เข้าร่วมเป็นอาสาสมัครท้องถิ่นรักโลก
สมัครได้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

เทศบาลตำบลชะมาย
โครงการอาสาสมัคร
ท้องถิ่นรักโลก

สมัครได้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป
ณ กองสาธารณสุขฯ ทต.ชะมาย

ช่องทาง...
สมัครสมาชิก ทต.ชะมาย

คุณสมบัติ

- มีอายุไม่ต่ำกว่า 7 ปีบริบูรณ์
กรณีผู้สมัครมีอายุต่ำกว่า 18 ปี บริบูรณ์ ต้องมีผู้ปกครองลงนามยินยอมใบสมัครด้วย
- เอกสารสำเนาบัตรประจำตัวประชาชน จำนวน 1 ฉบับ
- รูปถ่ายหน้าตรงขนาด 1 นิ้ว จำนวน 2 รูป

สอบถามเพิ่มเติม กองสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
075-466614

พิธีมอบผ้าอ้อมผู้ใหญ่แผ่นรองซับการจ้างถ่าย และพาอ้อมทางเลือก

ในวันที่ 17 กรกฎาคม 2566

เวลา 10.00 น.



นายประพัฒน์ รักศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วยคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล ได้ร่วมกับศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลชะมาย ในการดำเนินโครงการสนับสนุน ผ้าอ้อมผู้ใหญ่สำหรับบุคคลที่มีภาวะพึ่งพิงและบุคคลที่มีภาวะปัญหาการกลั้นปัสสาวะหรืออุจจาระไม่ได้ ณ ศูนย์พัฒนาคุณภาพชีวิตและส่งเสริมอาชีพผู้สูงอายุเทศบาลตำบลชะมาย หมู่ที่ 6 ตำบลชะมายอำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยได้รับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลชะมาย เพื่อให้บุคคลที่มีภาวะพึ่งพิงได้รับการสนับสนุนและเข้าถึงการบริการทางสาธารณสุขตามสิทธิประโยชน์ในระบบหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ



ในวันที่ 18 กรกฎาคม 2566

เวลา 13.30 น.



ประชุมคณะอนุกรรมการจัดบริการดูแลระยะยาว สำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง



นายประพัฒน์ รักศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายนายชัยยุทธ หอมหัวล รองนายกเทศมนตรีตำบลชะมาย เป็นประธานในการประชุมคณะอนุกรรมการจัดบริการดูแลระยะยาวสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง โดยมีคณะอนุกรรมการเข้าร่วมการประชุม ประกอบด้วย นายกเทศมนตรีหรือผู้ที่ได้รับมอบหมาย, ผู้แทนกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพ (สปสช.), ผอ.รพ.สต.บ้านหนองหัว, ผู้จัดการดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุข (อสม.), ผู้ช่วยเหลือดูแลผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิง (Care Giver), ปลัดเทศบาล และเจ้าหน้าที่จากกองสาธารณสุขฯ เพื่อร่วมพิจารณาเห็นชอบโครงการเพื่อจัดบริการดูแลระยะยาวด้านสาธารณสุขสำหรับผู้สูงอายุที่มีภาวะพึ่งพิงตำบลชะมาย อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช

รู้ปึ้งใจคิ้ว!!!

6 สัญญาณเตือนของคิ้วขมวด!

ทำไมภูมิคุ้มกันถึงตก?

- มีหลายปัจจัย! ที่เราอาจทำโดยไม่รู้ตัว
- ความเครียดสะสม
- มลภาวะในอากาศที่ก่อให้เกิดสารอนุมูลอิสระในร่างกายขึ้น
- การกินอาหารที่ไม่มีประโยชน์ กินของหวานของทอดเยอะ ๆ
- ไม่ออกกำลังกาย
- นอนดึก นอนน้อย



สิ่งที่ควรทำ

นอนหลับให้เพียงพอ หากิจกรรมผ่อนคลายความเครียด ออกกำลังกายสม่ำเสมอถึงกินอาหารดีๆ ให้ได้สารอาหารครบ 5 หมู่ และอย่าลืม! หาตัวช่วยที่เพิ่มภูมิคุ้มกันอย่างวิตามินและแร่ธาตุต่างๆ ให้เพียงพอ



อาการไหนกันบ้างที่ควรระวัง!

- รู้สึกอยากแต่จะนอน อ่อนเพลีย เหนื่อยง่าย
- แพ้อากาศ คัดจมูก ไอ จาม บ่อย ๆ
- ไม่สบายบ่อยและง่ายกว่าปกติ เช่น ตาแดงก็ป่วย โดนฝนก็ป่วย
- มีอาการทางผิวหนัง เช่น ผื่นคัน กลาก เกลื้อน
- ท้องเสียบ่อย หรือท้องเสียเรื้อรัง กินปุ๊บออกปั๊บ
- รู้สึกเบื่ออาหาร



กิจกรรมจิตอาสาพัฒนาสวนสาธารณะเขาตาเล่ง และศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองหว้า

ในวันที่ 19 กรกฎาคม 2566 เวลา 10.00 น.

นายประพัฒน์ รัถศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายนายชัยยุทธ หอมหวล รองนายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วยนายเดชน์ ชาญอาวูร เลขานุการสภาผู้นำพนักงานเทศบาล พนักงานจ้างเทศบาลตำบลชะมาย และกลุ่มอาสาสมัครท้องถิ่นรักโลก (อถล.เทศบาลตำบลชะมาย) เข้าร่วมกิจกรรมจิตอาสา ด้วยการพัฒนาศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองหว้า หมู่ที่ 1 และพัฒนาสวนสาธารณะเขาตาเล่ง หมู่ที่ 8 ต.ชะมาย อ.ทุ่งสง จ.นครศรีธรรมราช โดยดำเนินการตัดต้นไม้ที่หักโค่น ล้มทับอาคารเรียนของศูนย์พัฒนาเด็กเล็กบ้านหนองหว้า และดำเนินการเก็บกวาดทำความสะอาดบริเวณโดยรอบของสวนสาธารณะเขาตาเล่งให้เป็นพื้นที่ที่มีความสะอาด



กิจกรรมถวายเทียนพรรษา

ในวันจันทร์ที่ 24 กรกฎาคม 2566

เทศบาลตำบลชะมาย ร่วมกับ สภาวัฒนธรรมตำบลชะมาย โดยทุกภาคส่วนได้ร่วมกันเดินขบวนและแห่เทียนพรรษาประเพณีถวายเทียนพรรษา ณ วัดเขากลาย และวัดวังหีบ ตำบลชะมาย อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช >>> เพื่อจุดส่งประทีปบูชาพระพุทธรูปปฏิมา ในวันเข้าพรรษา ซึ่งตรงกับวันพุธที่ 2 สิงหาคม 2566 ตั้งแต่ แรม 1 ค่ำ เดือน 8 ถึงวันขึ้น 15 ค่ำ เดือน 11



ลงพื้นที่สำรวจและวัดขนาด เพื่อจัดเตรียมข้อมูลนำเข้าสู่แผนพัฒนาเทศบาล

ในวันศุกร์ที่ 21 กรกฎาคม 2566

นายประพัฒน์ รัถศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วย นายจักรพล วัชรศิรินทร์ เลขานุการนายกเทศมนตรี นายประสงค์ พรหมวันรัตน์ รองประธานสภาเทศบาล และนายญาณวุฒิ เครือยศ รองปลัดเทศบาลตำบลชะมาย ได้นำทีมพนักงานกองช่าง ลงพื้นที่สำรวจและวัดขนาดเพื่อจัดเตรียมข้อมูลนำเข้าสู่แผนพัฒนาเทศบาล >>เพื่อเป็นการพัฒนาด้านโครงสร้างพื้นฐาน บำบัดทุกข์ บำรุงสุข แก้ไขปัญหาความเดือดร้อนให้แก่ประชาชนในพื้นที่ ซึ่งเป็นปัจจัยพื้นฐานที่ก่อให้เกิดความสะดวกสบายกับชีวิต และความเป็นอยู่ของประชาชน ทั้งด้านการศึกษา เศรษฐกิจ และการคมนาคม สนองตอบความต้องการของประชาชนในท้องถิ่น



โครงการปล่อยพันธุ์สัตว์น้ำเฉลิมพระเกียรติ พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว รัชกาลที่ 10 เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566

ในวันที่ 26 กรกฎาคม 2566 เวลา 08.30 - 12.00 น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมคณะผู้บริหาร สมาชิกสภาเทศบาล, กำนัน, ผู้ใหญ่บ้าน, ผู้นำชุมชน, อสม.เทศบาลตำบลชะมาย, อาสาสมัครท้องถิ่นรักษ์โลก (อถล.) และประชาชนจิตอาสา เข้าร่วมพิธีเปิดกิจกรรมฯ ณ สวนสาธารณะสระน้ำหนองหอยหมู่ที่ 7 ต.ชะมาย อ.ทุ่งสง จ.นครศรีธรรมราช เพื่อเป็นการแพร่ขยายพันธุ์สัตว์น้ำให้แหล่งน้ำธรรมชาติมีความอุดมสมบูรณ์ อีกทั้งเป็นการปลูกฝังให้ประชาชนได้มีส่วนร่วมและรู้สึกหวงแหนทรัพยากรธรรมชาติในท้องถิ่นของตนเอง

>>> สำหรับกิจกรรมในวันนี้ เทศบาลตำบลชะมายได้รับความอนุเคราะห์พันธุ์ปลาบ้า และพันธุ์ปลายี่สกเทศ จาก ศูนย์วิจัยและพัฒนาการเพาะเลี้ยงสัตว์น้ำจืดนครศรีธรรมราช จำนวน 50,000 ตัว เพื่อนำไปปล่อยลงสู่แหล่งน้ำธรรมชาติภายในเขตพื้นที่ 4 แห่ง ได้แก่ สระน้ำหนองหอย หมู่ที่ 7, สระน้ำบิไต้ หมู่ที่ 5, สระน้ำบตาเค หมู่ที่ 6 และสระน้ำเตยหนู หมู่ที่ 4



โครงการประชุมเชิงปฏิบัติการเวทีประชาคม เทศบาลตำบลชะมายเพื่อพิจารณาร่างแผน พัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.2566-2570) เพิ่มเติม เปลี่ยนแปลง ครั้งที่ 3/2566

ในวันที่ 26 กรกฎาคม 2566 เวลา 14.00 น.

นายประพัฒน์ รัชศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมคณะผู้บริหารฯ สมาชิกสภาเทศบาล หัวหน้าส่วนราชการ เทศบาลตำบลชะมาย คณะกรรมการพัฒนาเทศบาล และประชาชน เข้าร่วมในการประชุมฯ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลชะมาย โดยการประชุมในครั้งนี้ ได้ร่วมกันพิจารณาร่างแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.2566-2570)

เพิ่มเติม เปลี่ยนแปลง ครั้งที่ 3/2566 ตลอดจนรับฟังการนำเสนอปัญหาความเดือดร้อน และการแสดงความคิดเห็นต่างๆ จากคณะกรรมการพัฒนาเทศบาลและประชาชน ที่เข้าร่วมการประชุมประชาคม พร้อมจะเร่งนำปัญหาความเดือดร้อนตามที่ได้นำเสนอไปเร่งดำเนินการแก้ไข ต่อไป



ชะมายเกมส์

ขอเชิญชวน
ประชาชนร่วมรับชม

ชะมายเกมส์
ตามโครงการแข่งขันกีฬา
นักเรียน เยาวชน และประชาชน ประจำปี 2566

พบกับการแข่งขันกีฬา

- ฟุตบอล
- ตะกร้อ
- เปตอง
- กรีฑา

ร่วมรับชมความอลังการ
การเดินขบวนพาเหรด
นำโดย

วงโยธวาทิต
โรงเรียนชะวอดวิทยาคาร
ที่มีชื่อเสียงโด่งดังและ
การโชว์ที่ไม่เหมือนใคร...

พวกเรามีนัดกัน!

วันที่ 26 - 30 สิงหาคม 2566
ณ สนามโรงเรียนพาณิชย์การทุ่งสง

แล้วพบกัน!

กิจกรรมวันเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566



ในวันที่ 28 กรกฎาคม 2566 เวลา 06.30-08.30 น.

นายประพัฒน์ รัถศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมนายชัยยุทธ หอมหวล รองนายกเทศมนตรีตำบลชะมาย, นายประยูร มากคงแก้ว สมาชิกสภาเทศบาล, นายญาณวุฒิ เครือยศ รองปลัดเทศบาล, พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างเทศบาลตำบลชะมาย เข้าร่วมกิจกรรมพิธีเจริญพระพุทธมนต์ และร่วมตักบาตรอาหารแห้ง แก่พระสงฆ์ จำนวน 72 รูป เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล เนื่องในวันเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว ในหลวงรัชกาลที่ 10 ณ สนามหน้าที่ว่าการอำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมีนายถิรนาท เอสะนาชาตัง นายอำเภอทุ่งสง เป็นประธานในพิธีฯ



ในวันที่ 28 กรกฎาคม 2566 เวลา 15.30-20.00 น.

นายประพัฒน์ รัถศรีทอง นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย มอบหมายนายชัยยุทธ หอมหวล รองนายกเทศมนตรีตำบลชะมาย พร้อมด้วยนายเดชณ์ ชาญอาวรุ สมาชิกสภาเทศบาล, หัวหน้าส่วนราชการ, พนักงานเทศบาลและพนักงานจ้างเทศบาลตำบลชะมาย เข้าร่วมกิจกรรมเดินขบวนเทิดพระเกียรติเฉลิมพระชนมพรรษา 28 กรกฎาคม 2566 เพื่อเฉลิมพระเกียรติ และสำนึกในพระมหากรุณาธิคุณของพ่อหลวงแห่งแผ่นดิน ณ บริเวณตัวเมืองอำเภอทุ่งสง ตามด้วยกิจกรรมถวายเครื่องราชสักการะ (พุ่มทอง-พุ่มเงิน) และร่วมจุดเทียนถวายพระพรชัยมงคล ณ สนามหน้าที่ว่าการอำเภอทุ่งสง อำเภอทุ่งสง จังหวัดนครศรีธรรมราช โดยมีนายถิรนาท เอสะนาชาตัง นายอำเภอทุ่งสง เป็นประธานในพิธีฯ



รู้ไว้ ไม่เสียหาย วัคซีนไขหวัดใหญ่

เรื่องที่คุณควรรู้เกี่ยวกับ
วัคซีนไขหวัดใหญ่
ไขหวัดใหญ่ (Influenza virus)

อาการ : มีไข้สูง ปวดศีรษะ อ่อนเพลีย ปวดเมื่อยตามร่างกาย
โดยอาการจะแตกต่างกันตามอายุของผู้ป่วย

✓ **ผู้ควรฉีดวัคซีน**

- เด็กเล็กอายุระหว่าง 6 เดือน - 5 ปี ขึ้นไป
- ผู้สูงอายุที่มีอายุมากกว่า 65 ปี ขึ้นไป
- หญิงตั้งครรภ์
- บุคลากรทางการแพทย์
- ผู้ที่มีโรคเรื้อรังต่างๆ

✗ **ผู้ไม่ควรฉีดวัคซีน**

- ผู้ที่มีประวัติแพ้วัคซีนไขหวัดใหญ่หรือแพ้ส่วนประกอบของวัคซีน
- ผู้ป่วยที่เป็นหรือมีประวัติเคยเป็นโรค **Guillain-Barré Syndrome** ให้ปรึกษาแพทย์ก่อนได้รับวัคซีนไขหวัดใหญ่
- เด็กที่มีอายุน้อยกว่า 6 เดือน
- ผู้ที่มีอาการป่วยถึงขั้นรุนแรง ควรเลื่อนการฉีดวัคซีนไขหวัดใหญ่ไปก่อน

สำนักงานคณะกรรมการอาหารและยา
Food and Drug Administration

ข้อมูลเผยแพร่ ณ วันที่ 07/07/66
ผลิตโดย กองพัฒนาศักยภาพผู้บริโภค

Facebook Twitter YouTube /FDATHAI