

ส่วนที่ ๓ : แบบรายงานผลการดำเนินแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่ได้รับงบประมาณสนับสนุนจาก
ระบบหลักประกันสุขภาพ (สำหรับผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ลงรายละเอียดเมื่อเสร็จ
สิ้นการดำเนินงาน)

ชื่อแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม โครงการรื้อถอนพิษจากยาเสพติด ประจำปี พ.ศ. ๒๕๖๒

๑. ผลการดำเนินงาน

ได้ดำเนินการโครงการในวันที่ ๑, ๑๐, ๑๙, ๒๐ กรกฎาคม ๒๕๖๒
๑, ๑๐, ๑๗, ๑๘ สิงหาคม ๒๕๖๒ รวม ๕ ครั้ง

- ผู้เข้าร่วม จำนวน ๕๐ คน
- การจัดโครงการนี้ ได้รับงบประมาณ ๑๖,๙๐๐ บาท
ผู้จัดทำเป็นขอไว้ ให้ผู้จัดทำมีงบไว้เพื่อใช้การ
สำหรับเงิน ; สิบหกพันเก้าร้อยบาท และ มีผู้จัดทำ
ด้านสุขภาพจิต

๒. ผลสัมฤทธิ์ตามวัตถุประสงค์/ตัวชี้วัด

๒.๑ การบรรลุตามวัตถุประสงค์

- ☒ บรรลุตามวัตถุประสงค์
- ☐ ไม่บรรลุตามวัตถุประสงค์ เพราะ

๒.๒ จำนวนผู้เข้าร่วมใน แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ๕๐ คน

๓. การเบิกจ่ายงบประมาณ

งบประมาณที่ได้รับการอนุมัติ ๑๖,๙๐๐ บาท

งบประมาณเบิกจ่ายจริง ๑๖,๙๐๐ บาท คิดเป็นร้อยละ ๑๐๐

งบประมาณเหลือส่งคืนกองทุนฯ - บาท คิดเป็นร้อยละ -

๕. ปัญหา/อุปสรรคในการดำเนินงาน

☒ ไม่มี

☐ มี

ปัญหา/อุปสรรค (ระบุ)

.....
.....
.....
.....

แนวทางการแก้ไข (ระบุ)

.....
.....
.....
.....

ลงชื่อ ผู้รายงาน

(นางอภิญญา จันทรา)

ตำแหน่ง ๐.๗๗. ๒-๑

วันที่-เดือน-พ.ศ.

แบบจัดทำแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม
กองทุนหลักประกันสุขภาพ เทศบาลตำบลบ้านนิเวศน์ รหัส กปท. L7528
อำเภอ ธวัชบุรี จังหวัด ร้อยเอ็ด

ตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม ข้อ 17 (2) “ให้พิจารณาอนุมัติโครงการ หรือกิจกรรม ให้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกองทุนตาม ข้อ 10”

อาศัยอำนาจของประกาศ ฯ ข้อ 10 “เงินกองทุนหลักประกันสุขภาพตามข้อ 7 วรรคหนึ่ง ให้ใช้จ่ายเพื่อสนับสนุนและส่งเสริมเป็นค่าใช้จ่ายตามแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ที่คณะกรรมการกองทุนอนุมัติ” จึงได้จัดทำแผนงาน โครงการ หรือกิจกรรม ประจำปีงบประมาณ 2568 โดยมีรายละเอียด ดังนี้

✓ สอดคล้องกับแผนสุขภาพชุมชน ของ กปท. รหัสที่กำหนดชั่วคราวสำหรับโรคใหม่ที่สาเหตุนั้นไม่แน่นอน

1.ชื่อโครงการ

โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ

2.ชื่อ องค์กรหรือกลุ่มประชาชน

ชุมชนหมู่.1 เทศบาลตำบลบ้านนิเวศน์

3.หลักการเหตุผล

การเปลี่ยนแปลงโครงสร้างประชากรของประเทศไทย

ทำให้ประชากรในวัยผู้สูงอายุเพิ่มขึ้นประกอบกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านเศรษฐกิจและสังคม

มีผลให้ลักษณะครอบครัวไทยเปลี่ยนจากครอบครัวขยาย ไปสู่ครอบครัวเดี่ยว

ความสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัวลดลง จำนวนผู้ที่ทำหน้าที่ดูแลผู้สูงอายุในครอบครัวลดลง

มีเวลาให้ผู้สูงอายุลดลง ขาดการให้ความรักและความอบอุ่น ผู้สูงอายุจึงถูกทอดทิ้งให้อยู่โดดเดี่ยว

ดำเนินชีวิตเพียงลำพัง จากสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป

ทำให้ผู้สูงอายุต้องเผชิญกับปัญหาในการปรับตัวเพื่อให้สอดคล้องกับสังคมในปัจจุบัน ทั้งในด้านความคิด ความเข้าใจ และค่านิยมต่างๆ ซึ่งก่อให้เกิดความน้อยใจ ความเครียด ความคับข้องใจ แยกตัวออกจากสังคม

ขาดสัมพันธภาพกับสมาชิกในครอบครัว ห่อหุ้มและเบียดเบียนในชีวิต

ประกอบกับวัยสูงอายุเป็นวัยที่ต้องเผชิญกับรูปแบบการดำเนินชีวิตแบบใหม่ ต้องออกจากงาน มีรายได้ลดลง

ภาวะสุขภาพเสื่อมลง มีโรคทางกายเพิ่มมากขึ้น มีสารชีวเคมีและฮอร์โมนลดลง การสูญเสีย สิ่งสำคัญของชีวิต เช่น

การสูญเสียตำแหน่งหน้าที่การงาน การสูญเสียสถานภาพหรือบทบาททางสังคม



“สุขภาพดีเป็นหลักประกัน ก่อเกิดสร้างสรรค์ กปท.สนับสนุน”

ตลอดจนการสูญเสียการเป็นที่พึ่งของครอบครัว สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลกระทบต่อจิตใจของผู้สูงอายุ และหากผู้สูงอายุไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่จากบุคคลใกล้ชิดด้วยแล้ว จะยิ่งส่งเสริมให้ผู้สูงอายุว่าหา

มีภาวะซึมเศร้าและความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองลดลงจนเกิดความรู้สึกสิ้นหวัง แยกตัวออกจากสังคม เป็นผลให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจที่รุนแรงและอาจเป็นอันตรายต่อชีวิตได้ กลุ่มผู้สูงอายุควรได้รับการเอาใจใส่

และมีกิจกรรมร่วมกันในสังคมรวมถึง การได้รับความรู้ เรื่องการดูแลสุขภาพ

และการออกกำลังกายอย่างถูกต้องและสม่ำเสมอจะสามารถป้องกันและแก้ไขภาวะผิดปกติที่เกิดขึ้น โดยเฉพาะโรคหัวใจและหลอดเลือด โรคระบบกล้ามเนื้อและกระดูกปัญหาสุขภาพร่างกาย รวมทั้งปัญหาสุขภาพจิต ช่วยให้อายุยืนยาวขึ้น และมีสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์แข็งแรงอย่างไรก็ตามการมารับความรู้ในโรงเรียนผู้สูงวัย

พร้อมกับการออกกำลังกายนั้นจำเป็นต้องจัดให้เหมาะสมกับร่างกาย เช่น เพศ และความแข็งแรงที่มีอยู่

เนื่องจากการออกกำลังกายมากเกินไป หรือหักโหมจะก่อให้เกิดอันตรายแก่ร่างกายได้

การออกกำลังกายเป็นประจำจึงเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับผู้สูงอายุ

เพราะนอกจากจะช่วยป้องกันการเสื่อมโทรมของร่างกายแล้วยังสามารถแก้ไขความเสื่อมโทรมที่เกิดขึ้นแล้วได้ด้วยการ

ออกกำลังกายดังนั้นกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลตำบลบ้านนิเวศน์ร่วมกับผู้นำชุมชนหมู่ที่ ๑ บ้านนิเวศน์

ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีสุขภาพร่างกายที่แข็งแรงและสุขภาพจิตใจที่ดี

ไม่ให้เป็นภาระแก่ครอบครัว ชุมชน และสังคมต่อไป จึงได้จัดทำโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพขึ้น

เพื่อสุขภาพกาย สุขภาพใจ ที่ดีของผู้สูงอายุ ต่อไป

4.วัตถุประสงค์ (เพื่อการบริหารจัดการเสริมสุขภาพ ป้องกันโรค พิบนุสรณ์ภาพ และรักษาพยาบาลระดับปฐมภูมิเชิงรุก รวมถึง

การจัดกระบวนการหรือกิจกรรมเพื่อเสริมสุขภาพ และการป้องกันโรค)

1. เพื่อให้ผู้สูงอายุได้รับความรู้อย่างต่อเนื่องในการดูแลสุขภาพทั้งด้านร่างกายและจิตใจ

2. เพื่อส่งเสริมให้ผู้สูงอายุมีกิจกรรมด้านสุขภาพร่วมกัน

3. เพื่อเป็นเวทีแลกเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ

5.วิธีดำเนินการ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. จัดอบรมให้ความรู้ด้านการดูแลสุขภาพในด้านต่างๆให้กับผู้สูงอายุ

2. จัดกิจกรรมเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ

3. จัดเวทีเวทีแลกเปลี่ยนพฤติกรรมด้านสุขภาพให้กับผู้สูงอายุ

6.กลุ่มเป้าหมาย และกิจกรรม

(เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)

✓ 6.5.กลุ่มผู้สูงอายุ จำนวน 50 คน

✓ 6.5.1.การสำรวจข้อมูลสุขภาพ การจัดทำทะเบียนและฐานข้อมูลสุขภาพ

✓ 6.5.2.การตรวจคัดกรอง ประเมินภาวะสุขภาพ และการค้นหาผู้มีภาวะเสี่ยง

✓ 6.5.3.การเยี่ยมติดตามดูแลสุขภาพ

✓ 6.5.4.การรณรงค์/ประชาสัมพันธ์/ฝึกอบรม/ให้ความรู้



“สุขภาพดีมีหลักประกัน ห่วงถิ่นสร้างสรรค์ ปลูก.สนับสนุน”

- ✓ 6.5.5.การส่งเสริมพัฒนาทักษะทางกายและใจ
- ✓ 6.5.6.การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะซึมเศร้า
- ✓ 6.5.7.การคัดกรองและดูแลผู้มีภาวะข้อเข่าเสื่อม
- ✓ 6.5.8.อื่น ๆ

7.ระยะเวลาดำเนินการ (ควรระบุตามการดำเนินงานจริง)

วันที่ 7 กุมภาพันธ์ พ.ศ. 2568 ถึงวันที่ 29 สิงหาคม พ.ศ. 2568

8.สถานที่ดำเนินการ

ชุมชนหมู่ 1

9.งบประมาณ (ให้สอดคล้องกับวิธีดำเนินการ ที่ตั้งไว้ตามข้อ 5)

จำนวน 16,900.00 บาท รายละเอียด ดังนี้

- ค่าสัมมนาคุณวิทยากร	เป็นเงิน 2,400.00 บาท
- ค่าวัสดุ	เป็นเงิน 4,000.00 บาท
- ค่าป้ายไวนิล	เป็นเงิน 500.00 บาท
- ค่าอาหารว่างและเครื่องดื่ม	เป็นเงิน 10,000.00 บาท

10.ผลที่คาดว่าจะได้รับ (ให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ที่ตั้งไว้ตามข้อ 4)

1. ผู้สูงอายุมีความรู้เกี่ยวกับการดูแลสุขภาพเพิ่มขึ้น
2. ผู้สูงอายุในชุมชนมีการดูแลสุขภาพตนเองได้เพิ่มขึ้น
3. ผู้สูงอายุในชุมชนมีพฤติกรรมด้านสุขภาพดีขึ้น

11.คำรับรองความซ้ำซ้อนของงบประมาณ

ข้าพเจ้า นางหอมหวล จันทรา ตำแหน่ง ประธานอสม ม.1 หน่วยงาน ชุมชนหมู่ 1 หมายเลขโทรศัพท์ 0933983331 ในฐานะของผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

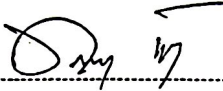
ขอรับรองว่า แผนงาน/โครงการ/กิจกรรม ที่เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ ในครั้งนี้

- ✓ ไม่ได้ซ้ำซ้อนกับงบประมาณที่ได้รับจากแหล่งอื่น
- ✓ รับทราบถึงกฎ ระเบียบ ข้อบังคับ และวิธีการดำเนินงานตามประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์เพื่อสนับสนุนให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนหลักประกันสุขภาพในระดับท้องถิ่นหรือพื้นที่ พ.ศ.2567 และที่แก้ไขเพิ่มเติม แล้ว



“สุขภาพดีมีหลักประกัน ก่อเกิดสร้างสรรค์ กปท.สนับสนุน”

ลงชื่อ.....



ผู้เสนอแผนงาน/โครงการ/กิจกรรม

(นางหอมหวล จันทรา)

ตำแหน่ง ประธานอสม ม.1

วันที่-เดือน-พ.ศ.

- เห็นชอบ
- ให้เสนอขอรับการสนับสนุนงบประมาณจากกองทุนหลักประกันสุขภาพ

ลงชื่อ.....



หัวหน้าหน่วยงาน/องค์กร/กลุ่มประชาชน

(นางรศมี แวงวรรณ)

ตำแหน่ง ประธานคณะกรรมการบริหารกองทุนฯ

วันที่-เดือน-พ.ศ.



“สุขภาพดีมีหลักประกัน ก้องถิ่นสร้างสรรค์ ปกป.สนับสนุน”

ใบสำคัญรับเงิน

ศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน
บ้านนิเวศน์ ตำบลนิเวศน์
อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด

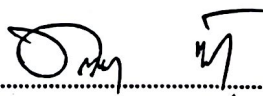
วันที่ 24 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2568

ข้าพเจ้า นายบรรณกิจ ศรีโสภา อยู่บ้านเลขที่ 114/1 หมู่ที่ 1 ตำบลนิเวศน์
อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด ได้รับเงินจากศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชนบ้านนิเวศน์ ตำบล
นิเวศน์ อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ลำดับที่	รายการ	จำนวนเงิน
1	ได้รับเงินค่าสมทบทุนวิทยากรโครงการโรงเรียน พัฒนศึกษาวิบูลย์ราษฎร์ ประจําปีงบประมาณ 2568 ในระหว่างวันที่ 1, 10, 19, 26 กรกฎาคม 2568 และวันที่ 9, 10, 17, 24 สิงหาคม 2568 เป็นเงิน	2,400 -
	รวมเป็นเงิน	2,400 -

จำนวนเงิน (ตัวอักษร) (สองพันสี่ร้อยบาทถ้วน)

(ลงชื่อ)  ผู้รับเงิน
(นายบรรณกิจ ศรีโสภา)

(ลงชื่อ)  ผู้จ่ายเงิน
(นางอภิญญา ศรีโสภา)

 บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card
เลขประจำตัวประชาชน 3 3602 00441 23 1
Identification Number

ชื่อและนามสกุล นาย วรรชิต ฤทธิ์โกมล
Name Mr. Khanchit
Last name Phitakomon
เกิดวันที่ 6 ต.ค. 2512
Date of Birth 6 Oct 1969

รูปถ่าย 114/1 ขนาด 1 นิ้ว
นาย วรรชิต ฤทธิ์โกมล

16 ต.ค. 2563
วันหมดอายุ
36 Nov 2020 (นายชวพงศ์ อังจิระ)
Date of Issue 16 ต.ค. 2563

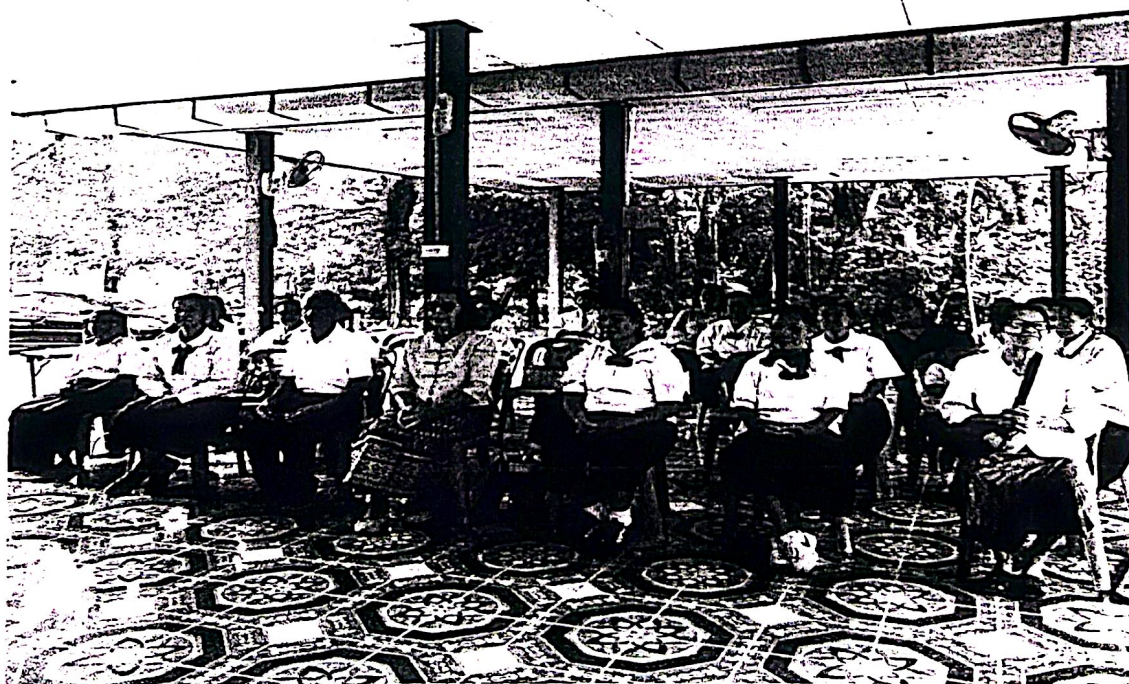
5 ต.ค. 2572
วันหมดอายุ
5 Oct 2029
Date of Expiry 4506-64-11181135



ข้าพเจ้าขอ

(นาย วรรชิต ฤทธิ์โกมล)





CASH SALE

ประการด้า

238 ม.1 ต.นิเวศน์ อ.ธวัชบุรี จ.ร้อยเอ็ด

โทร. 043-033980, 081-7491714

เลขที่ ๔

บิลเงินสด

เลขประจำตัวผู้เสียภาษีอากร

นาม Customer

ที่อยู่ Address

លេខប័ណ្ណសមាជិក ៣៥០៥០០៣១៩៤៣

วันที่

Date _____

50 ଅନୁସୂଚୀ 68

ที่อยู่ Address

ศูนย์บริการและพัฒนาราษฎรในชนบท จังหวัดขอนแก่น ๒-๑๓.๓.๒๕๖๓ ๐.๐๐๐๐

จำนวน Quantity	รายการ DESCRIPTION	หน่วยละ Unitprice	จำนวนเงิน AMOUNT
509ม	กระป๋องปลา	35	1750 -
50๘๗	อื่นๆ	15	450 -
50๑๙	ผักกาด	12	600 -
50๔๓	ใบเตย รสจืด ผักชีฝรั่ง	18	900 -
	(ใส่ผักมากหน่อย)		
ผู้รับเงิน		รวมเงิน	4000 -
RECEIVED		TOTAL	

ผู้รับเงิน

RECEIVED

รวมเงิน

TOTAL

4000

—

10 วิธีดูแลผู้สูงอายุให้สุขภาพดีทั้งกาย-ใจ

ผู้สูงอายุโดยทั่วไปนอกจากมีปัญหสุขภาพร่างกายแล้วยังมีปัญหาด้านจิตใจสมทบด้วยภายในเวลาเดียวกันเนื่องสภาพร่างกายที่เสื่อมสมรรถภาพตามอายุ จึงจำเป็นต้องได้รับการดูแลอย่างใกล้ชิด ใครมีผู้สูงอายุที่ต้องดูแล ช่วยเหลือตัวเองได้น้อย ยิ่งต้องให้ความสำคัญ ทั้งในด้านปัญหสุขภาพและสภาพแวดล้อมรอบตัวผู้สูงอายุ เพื่อให้ผู้สูงอายุมีคุณภาพชีวิตที่ดี ซึ่งสิ่งนี้ผู้ที่มีบทบาทสำคัญคือ บุคคลในครอบครัว ที่ต้องเข้าใจปัญหาต่างๆ ของผู้สูงอายุ เพื่อที่จะได้ดูแลได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม โดยเรามี 10 วิธีหลักการง่ายๆ ต้องรู้เมื่อต้องดูแลผู้สูงอายุ

1. เลือกอาหารให้เหมาะสม และพอดี

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่ร่างกายมีความต้องการต่อการใช้พลังงานลดน้อยลง เนื่องจากมีกิจกรรมที่ทำได้น้อยมากส่งผลให้แต่ละวันใช้พลังงานลดน้อยลง ดังนั้นจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องควบคุมการบริโภคในกลุ่มของแป้ง น้ำตาล และไขมันลง รวมถึงอาหารประเภทของผัด ของทอดที่ใช้ไขมัน เพื่อลดการสะสมเนื่องจากไม่ถูกดึงนำไปใช้ ให้เน้นอาหารจำพวกโปรตีนจากเนื้อปลามากขึ้น และเปลี่ยนมาใช้อาหารประเภทต้ม นึ่ง ย่าง อบ เป็นหลัก

นอกจากนี้ในกลุ่มผู้สูงอายุยังมีแนวโน้มขาดสารอาหารโดยเฉพาะแคลเซียม สังกะสี และเหล็ก ซึ่งมีอยู่มากในอาหารประเภทนม ถั่วเหลือง รวมถึงในกลุ่มของผัก ผลไม้ ธัญพืชต่างๆ ดังนั้นจึงแนะนำให้ผู้ดูแลปรับเปลี่ยนโดยการนำอาหารเหล่านี้มาทำเป็นอาหารมื้อหลักของผู้สูงอายุ และควรหลีกเลี่ยงอาหารที่มีรสหวานจัด หรือเค็มจัด เพราะเสี่ยงต่อการเกิดโรคแทรกซ้อน และควรพยายามให้ผู้สูงอายุดื่มน้ำอย่างน้อย 6-8 แก้วต่อวัน เพื่อลดภาวะท้องผูก และช่วยให้ระบบทางเดินอาหารและลำไส้ทำงานได้ดีขึ้น

2. พยายามควบคุมน้ำหนักตัวผู้สูงอายุไม่ให้อ้วน

เป็นที่ทราบกันดีว่าความอ้วน ส่งผลเสียต่อสุขภาพร่างกายในทุกเพศทุกวัย และยิ่งผู้สูงอายุด้วยแล้ว ยิ่งต้องใส่ใจเป็นพิเศษในการควบคุมอาหารและออกกำลังกายอย่างพอเหมาะ เพื่อช่วยให้ผู้สูงอายุสามารถเคลื่อนไหวได้คล่องตัว ลดปัญหาการพลัดตกหกล้ม อีกทั้งยังสามารถช่วยลดความเสี่ยงต่อผลกระทบต่อดูกระดูและข้อที่ต้องแบรับน้ำหนักตัวที่มากจนเกินไป นอกจากนี้ยังลดความเสี่ยงต่อภาวะแทรกซ้อนของโรคหัวใจ โรคหลอดเลือดหัวใจ เบาหวาน ความดัน ได้อีกด้วย

3. พาผู้สูงออกกำลังกายอย่างพอเหมาะ

ผู้สูงอายุจำเป็นต้องออกกำลังกายอย่างต่อเนื่องและสม่ำเสมอ แต่ในกรณีที่ผู้สูงอายุไม่เคยออกกำลังกาย ผู้ดูแลจำเป็นต้องศึกษาหลักการ ให้ถูกต้องและค่อยๆ ทำ และไม่ควรให้ผู้สูงอายุออกกำลังกายแบบหักโหมจนเกินไป และถ้าหากมีโรคประจำตัว ต้องปรึกษาแพทย์ก่อนเสมอ แต่ในกรณีที่ผู้สูงอายุที่ไม่ได้มีโรคประจำตัว แนะนำให้เริ่มต้นออกกำลังกายแบบแอโรบิกสัก 30 นาทีต่อครั้ง โดยสัปดาห์ละ 3-4 ครั้ง

การออกกำลังกายแบบแอโรบิกมีประโยชน์อย่างมากในการลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคหลอดเลือดหัวใจ แนะนำก่อนเริ่มออกกำลังกายควรให้ผู้สูงอายุยืดกล้ามเนื้อ แล้วค่อยๆ เพิ่มความหนัก ความแรงในการออกกำลังกาย และควรจะทำอย่างต่อเนื่อง แบบค่อยๆ ไป ช้าๆ หากเหนื่อย หรือรู้สึกไม่ดีอย่าให้ฝืนออกกำลังกายเด็ดขาด และควรสังเกตอาการผิดปกติ หากพบความผิดปกติ แนะนำให้ปรึกษาแพทย์

4. มีสภาพแวดล้อมที่ดีและสัมผัสอากาศที่บริสุทธิ์บ้าง

ผู้สูงอายุควรอยู่ในสภาพที่เอื้ออำนวยต่อการอยู่อาศัย อากาศต้องถ่ายเท มีอากาศที่สดชื่นเพื่อช่วยปัญหาสุขภาพจิตใจ เนื่องจากผู้สูงอายุโดยส่วนใหญ่ไม่ได้ออกไปไหน เวลาส่วนใหญ่จึงอยู่ที่บ้าน เพราะฉะนั้นบ้านที่พักอาศัยจึงไม่ควรกลิ่นเหม็นๆ อับหรือสิ่งของล่องลอยตามพื้นบ้าน ควรมีการปลูกต้นไม้ ปรับภูมิทัศน์ภายในบ้านให้ปลอดโปร่ง สะอาด

นอกจากนี้ลูกหลานควรพาผู้สูงอายุออกไปสัมผัสอากาศที่บริสุทธิ์บ้าง เช่นพาไปเที่ยวพักผ่อนต่างจังหวัด ที่มีธรรมชาติงดงาม เพื่อดูแลสุขภาพระบบทางเดินหายใจ จะช่วยลดโอกาสการเกิดโรค หรือหากไม่สะดวกไปต่างหวัด อาจเลือกเป็นสวนสาธารณะใกล้ๆ เพื่อให้ผู้สูงอายุเปิดหูเปิดตา และสัมผัสกับอากาศที่บริสุทธิ์

5. หากิจกรรมสร้างสรรค์ให้ผู้สูงอายุทำ

ผู้สูงอายุควรมีกิจกรรมทำ หรือช่วยให้ผู้สูงอายุได้มีโอกาสพบปะเพื่อน หรือพูดคุยกับญาติสนิท เพื่อนวัยเดียวกัน โดยอาจจัดกิจกรรมนัดพบ เชิญเพื่อนฝูงญาติมิตร มาสังสรรค์ที่บ้าน หรือพาผู้สูงอายุออกไปเยี่ยมเยียนเพื่อนบ้าง พาไปวัด หรือเข้าชมรมทำกิจกรรมต่างๆ การที่ผู้สูงอายุมีกิจกรรมหรืองานอดิเรกทำจะช่วยชะลอความเสื่อมถอยของระบบประสาทและสมอง อีกทั้งยังลดโอกาสเสี่ยงต่อโรคซึมเศร้าในผู้สูงอายุได้อีกด้วย

6. ดูแลผู้สูงอายุ อย่าให้เกิดอุบัติเหตุ

อุบัติเหตุ การพลัด ตก หกล้ม ในผู้สูงอายุดูเหมือนจะมาคู่กัน เนื่องจากการเคลื่อนไหวที่ไม่สะดวก ประกอบกับสายตาที่มองได้ไม่ชัดเหมือนเช่นแต่ก่อน ดังนั้นการเลือกกิจกรรม หรือการเตรียมที่อยู่อาศัย ควรมีความเหมาะสม ไม่เสี่ยงต่อการสะดุด หรือลื่นล้ม หมั่นตรวจดูความเรียบร้อยบริเวณบันได จัดบ้านให้เป็นระเบียบ เนื่องจากการเกิดอุบัติเหตุในผู้สูงอายุ ถือเป็นเรื่องใหญ่ อาจเกิดการบาดเจ็บ กระดูกหัก ซึ่งแน่นอนผลที่ตามมาจากอุบัติเหตุไม่ใช่เรื่องดี

7. หลีกเลี่ยงการใช้ยาที่ไม่เหมาะสม

ผู้ดูแลควมคุมการรับประทานยาของผู้สูงอายุ เนื่องจากผู้สูงอายุบางท่านอาจมีความรู้ความเข้าใจที่ผิด บางรายอาจซื้อยารับประทานเอง รวมถึงรับประทานยาเกินขนาด จากภาวะหลงลืม การรับประทานยาเก่าที่ขาดประสิทธิภาพ หรืออาจก่อผลข้างเคียงรุนแรง รวมถึงอันตรายถึงชีวิตได้ ในกรณีที่ผู้สูงอายุมีyarรับประทานประจำ อย่าละเลยหรือขาดยา

8. หมั่นสังเกตอาการผิดปกติต่างๆ ของร่างกาย

ผู้สูงอายุเป็นวัยที่สามารถเกิดภาวะเจ็บป่วยได้ง่าย เนื่องจากสภาพร่างกายที่เสื่อมถอยจากการใช้งานมานาน ดังนั้นอวัยวะต่างๆในร่างกาย จึงทำงานได้ไม่ดีดังเดิมจึงสามารถเกิดสารพัดโรคได้ ดังนั้นควรหมั่นเช็คความผิดปกติในร่างกายเพื่อป้องกันตั้งแต่เนิ่นๆ เช่น คลำได้ก้อน มีแผลแล้วหายยากเรื้อรัง กลืนอาหารลำบาก ท้องอืดเรื้อรัง ท้องผูกบ่อยๆ เบื่ออาหาร น้ำหนักลด เหนื่อยง่าย แน่นหน้าอก ฯ หากมีอาการดังที่กล่าวมาควรรพามาพบแพทย์ดีที่สุด

9. ควรให้ผู้สูงอายุมีส่วนร่วมในการตัดสินใจ

เมื่ออายุมากขึ้น และไม่ได้รับผิดชอบในหน้าที่มากเท่าในอดีต คุณค่าและบทบาทของผู้สูงอายุจะถูกลดทอนลง จนบางครั้งกลายเป็นถูกละเลยความสำคัญ สร้างความทุกข์ใจให้กับผู้สูงอายุ บางรายอาจเกิดความน้อยใจ ซึมเศร้าลง และมีความเสี่ยงต่อภาวะซึมเศร้าสูง ดังนั้นการให้ผู้สูงอายุเข้ามามีบทบาทต่อการตัดสินใจ ในบางเรื่องก็จะช่วยให้ผู้สูงอายุเห็นคุณค่าของตนเองมากขึ้น

10. ตรวจสุขภาพประจำปี

การตรวจสุขภาพประจำปีเป็นสิ่งที่ไม่ควรละเลย สำหรับการดูแลผู้สูงอายุ แนะนำให้ตรวจสม่ำเสมอเป็นประจำทุกปี หรืออย่างน้อยทุก 2 ปี เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงต่อการเกิดโรค และค้นหาโรค

เพื่อวางแผนการรักษาในระยะแรกเริ่ม เช่น โรคหลอดเลือดหัวใจ โรคเบาหวาน โรคความดันโลหิตสูง รวมถึงโรคมะเร็งเพื่อความสุขของผู้สูงอายุ ที่ถือเป็นบุคคลอันเป็นที่รักของคนในครอบครัว นอกจากการดูแลสุขภาพร่างกายแล้ว เรื่องของสุขภาพจิตใจก็สำคัญไม่แพ้กัน หากผู้สูงอายุมีความเครียด หรือกังวลกับเรื่องต่างๆ ย่อมส่งผลต่อร่างกาย และอาจเกิดภาวะเจ็บป่วยได้ในที่สุด

พญ.เมธชนัน เลิศคุณหะเกียรติ

แพทย์หัวหน้าศูนย์เวชศาสตร์ชะลอวัยโรงพยาบาลพญาไท 3

5
93
754
1000

โครงการ โรงเรียน
ผู้สูงอายุ
รักสุขภาพ

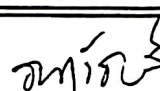
ประจำปี
งบประมาณ
2568



วันที่ 1 เดือน กรกฎาคม 2568

ข้าพเจ้า นาย สมศักดิ์ ใจดี ศึกษานิเทศก์ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา...

ใบเสร็จรับเงิน กาญจนากรู๊ป 44/3 ถนนรณชัยชาญยุทธ อำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด โทร. 043-513682 จำหน่าย ครุภัณฑ์สำนักงาน เครื่องเขียนแบบเรียน ครุภัณฑ์ทางการเกษตร ขาย สีสั่งกินทุกชนิด ทะเบียนการค้าเลขที่ 1459900490911 โทร. 062-9987951		เล่มที่	๕
		เลขที่	7
		วันที่	30 / มิ.ย. 64
ชื่อ/ที่อยู่ <u>ศูนย์สหกรณ์เกษตรกรรมชุมชน ส. 1 ต.นิเวศน์ อ.จตุรัส</u>			
จำนวน	รายการ	ราคา @	จำนวนเงิน
1 ใบ	ได้รับเงินค่าจัดพิมพ์ใบตรา	500 -	500 -
	รวมเงินทั้งสิ้น		
	รวมเงินทั้งสิ้น		
→ นักร้องบาททอง		รวมเงิน	500 -



 ผู้รับเงิน

โครงการ โรงเรียน

ผู้สูงอายุ รักสุขภาพ

ประจำปี
งบประมาณ
2568

วันที่ 2 เดือน กรกฎาคม 2568

งานส่งเสริมสุขภาพและอนามัยโรงเรียน
บ้านนิคม หมู่ที่ 1 ตำบลนิคม อำเภอศรีนคร จังหวัดร้อยเอ็ด



บัตรประจำตัวประชาชน Thai National ID Card

เลขประจำตัวประชาชน Identification Number 1 4599 00490 91 1

ชื่อตัวและนามสกุล นาย ภาณุวัชร โพธิ์นอก

Name Mr. Panuwat

Last name Ponok

เกิดวันที่ 9 ก.ค. 2538

Date of Birth 9 Jul. 1995

ศาสนา พุทธ

ที่อยู่ 129 หมู่ที่ 2 ต.โนนรัง อ.เมืองร้อยเอ็ด

จ.ร้อยเอ็ด

21 ก.ค. 2564

วันออกบัตร

21 Jul. 2021

Date of Issue

Signature

(นายทนายธรรม จงจิระ)

เจ้าพนักงานทะเบียน

8 ก.ค. 2573

วันบัตรหมดอายุ

3 Jul. 2030

Date of Expiry



511-03-07211258



สมุดบัญชีใหม่ทดแทนสมุดบัญชีเก่า เลขที่ 8835140
ข้อกำหนดและเงื่อนไข

1. โปรดนำสมุดคู่มือนี้และบัตรประจำตัวมาด้วยทุกครั้งที่ติดต่อธนาคาร
2. สมุดคู่มือนี้เป็นเอกสารสำคัญโปรดเก็บในที่ปลอดภัยอย่าฝากไว้กับพนักงานธนาคารหรือบุคคลอื่น หากสูญหายแจ้งอาชญาบัตรทุกสาขาหรือที่หมายเลข 0 2111 1111 แล้วรีบแจ้งความติดต่อสาขาเจ้าของบัญชี เพื่อขอออกสมุดคู่มือใหม่ กรณีสมุดคู่มือเล่มนี้ที่รายการเต็มให้นำสมุดคู่มือเดิมขอเปลี่ยนเล่มใหม่ได้ทุกสาขา
3. การถอนต่างสำนักงานสามารถถอนได้เฉพาะเจ้าของบัญชี
4. บัญชีที่ขาดการเคลื่อนไหว และยอดคงเหลือในบัญชีต่ำกว่าที่กำหนด ธนาคารจะปิดบัญชีและ/หรือ คิดค่าธรรมเนียมตามเกณฑ์ที่ธนาคารกำหนด
5. ยอดคงเหลือในสมุดคู่มือจะถือว่าถูกต้องเมื่อได้ตรวจสอบแล้วว่าตรงกับบัญชีของธนาคาร ควรนำสมุดมาปรับรายการอย่างน้อยเดือนละครั้ง ได้ทุกสาขา หรือที่เครื่องปรับสมุดอัตโนมัติ (Update Passbook)
6. การนับจำนวนวันเพื่อคำนวณดอกเบี้ยเงินฝากออมทรัพย์ ธนาคารจะใช้หลักเกณฑ์ตามปฏิทินที่เกิดขึ้นจริง
7. เงินฝากนี้ได้รับความคุ้มครองจากสถาบันคุ้มครองเงินฝากตามจำนวนที่กำหนดไว้ในกฎหมาย

สำนักงาน
สาขาสาขากลางจังหวัดร้อยเอ็ด
Office

บัญชีเลขที่ 983 - 8 - 40299 - 0
Account No.

ร้านกาญจนากรูป ชื่อบัญชี
โดย นายภาณุวัชร ไพรัตน์
Account Name



ธนาคารกรุงไทย
KRUNGTHAI BANK



ลายมือชื่อผู้มีอำนาจลงนาม
Authorized Signature

SA I 0246301

ใบสำคัญรับเงิน

ศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชน

บ้านนิเวศน์ ตำบลนิเวศน์

อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด

วันที่ ๒๕ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๘

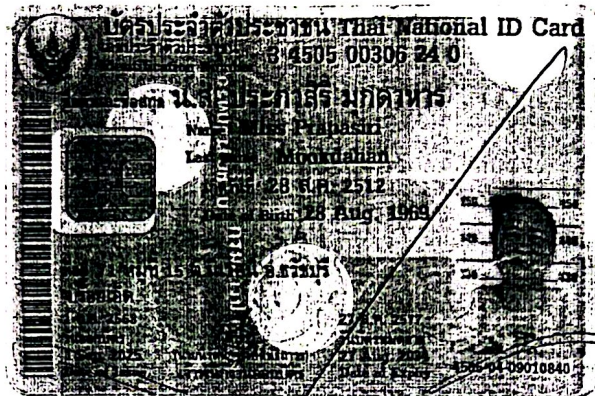
ข้าพเจ้า นายประสิทธิ์ ผกตาพร อยู่บ้านเลขที่ ๗๑ หมู่ที่ ๑๕ ตำบลนิเวศน์
อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด ได้รับเงินจากศูนย์สาธารณสุขมูลฐานชุมชนบ้านนิเวศน์ ตำบล
นิเวศน์ อำเภอธวัชบุรี จังหวัดร้อยเอ็ด ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ลำดับที่	รายการ	จำนวนเงิน
1	ได้รับเงินค่าอาหารและเครื่องดื่ม สำหรับเลี้ยง อบรม โครงการโรงเรียนผู้สูงอายุในชุมชน ประจำอำเภอ ๒๕๖๘ จำนวน ๕๐ คน ๒๕๖๘ ในวันที่ ๑๐, ๑๑, ๒๐ ก.ค. ๖๘, ๒, ๑๐, ๑๗, ๒๔ และ ๖๘ รวม ๘ ครั้ง ๗๐,๐๐๐ บาท	10,000 -
	รวมเป็นเงิน	10,000 -

จำนวนเงิน (ตัวอักษร) สิบพันถ้วนบาทถ้วน

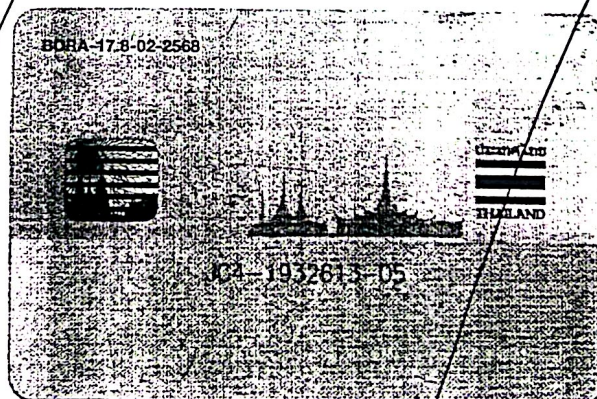
(ลงชื่อ) ประสิทธิ์ ผกตาพร ผู้รับเงิน
(นายประสิทธิ์ ผกตาพร)

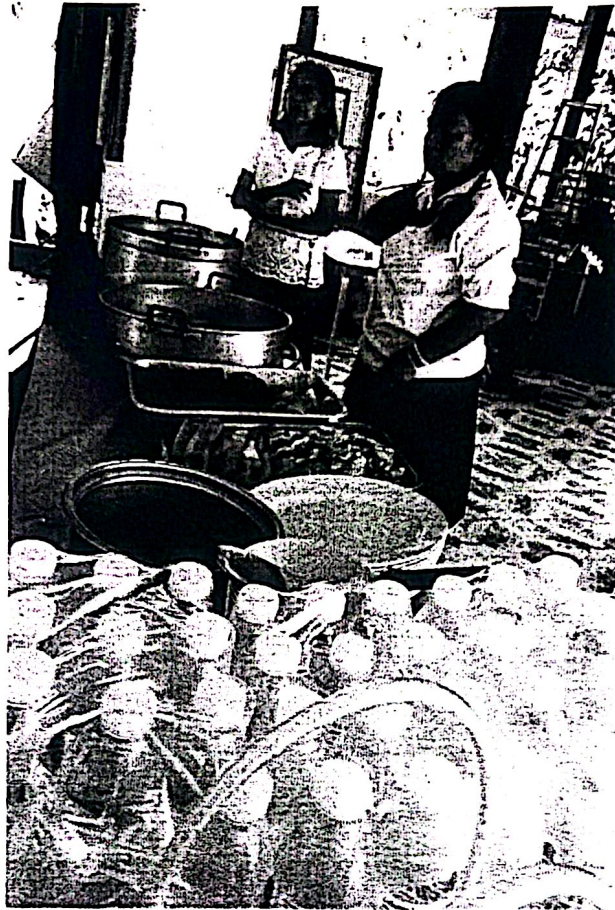
(ลงชื่อ) [ลายเซ็น] ผู้จ่ายเงิน
(นางธนพร นวลจันทร์)



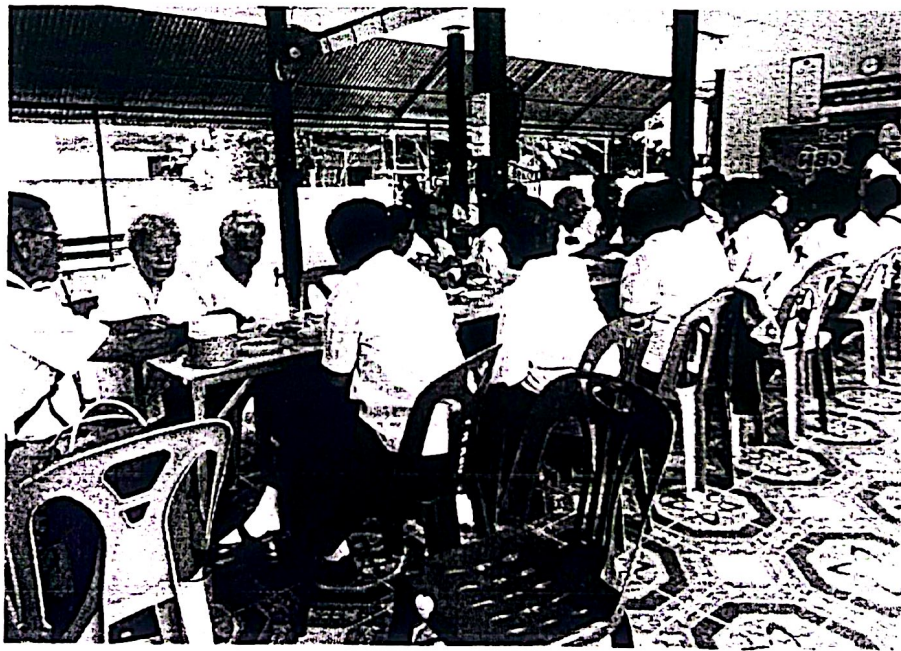
สำนักงานท้องถิ่น

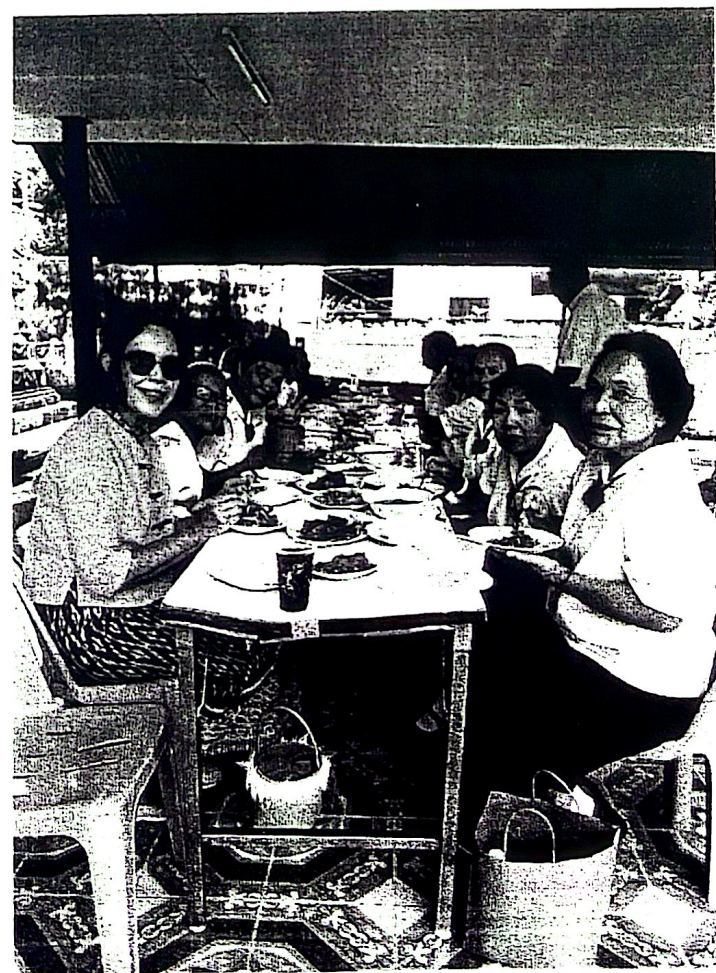
ประจักษ์ มุกตสาร

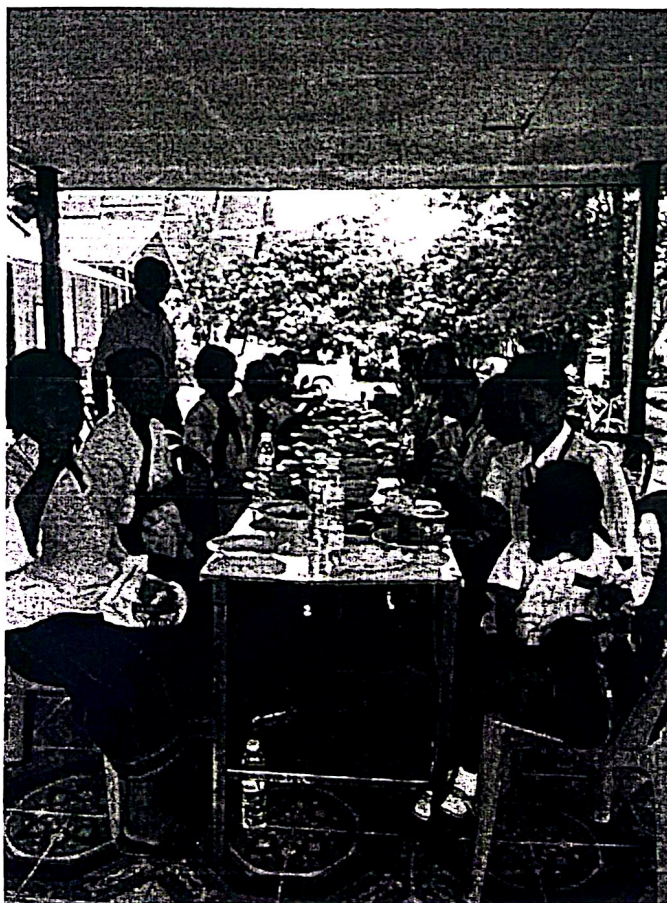
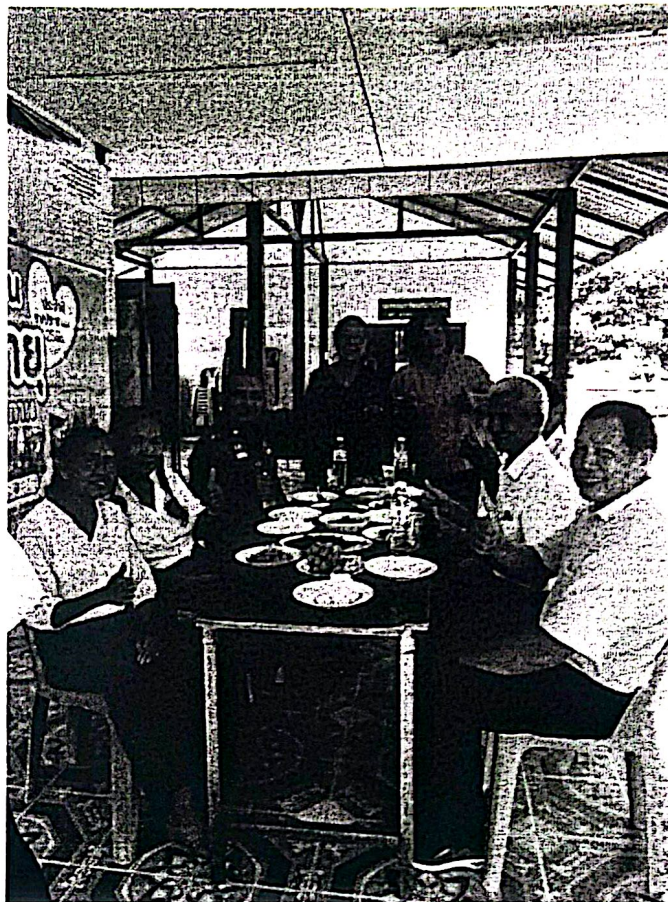


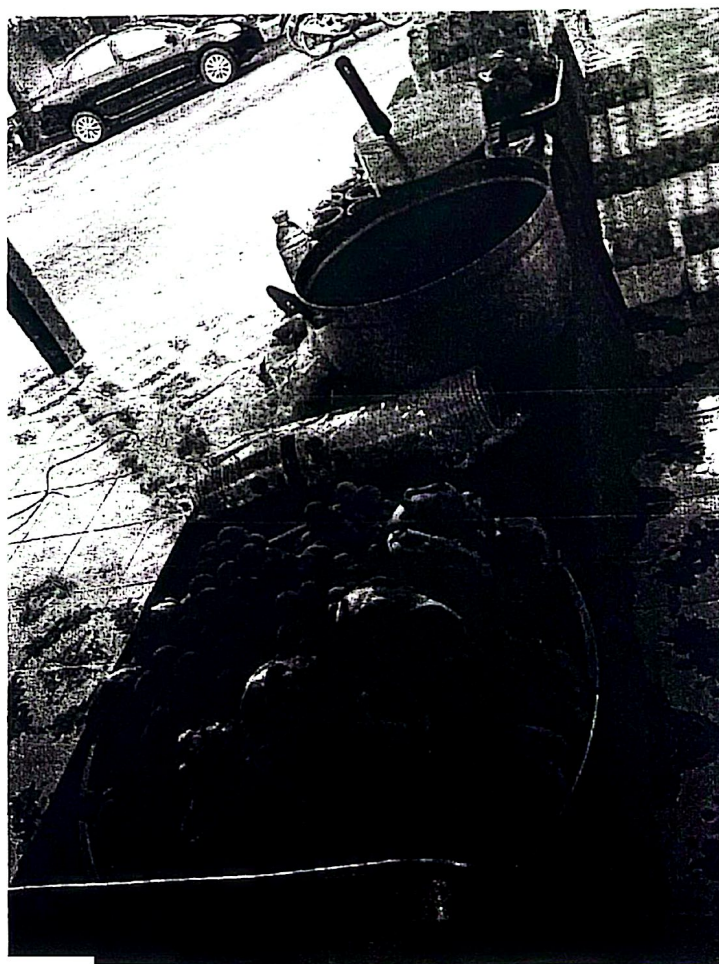
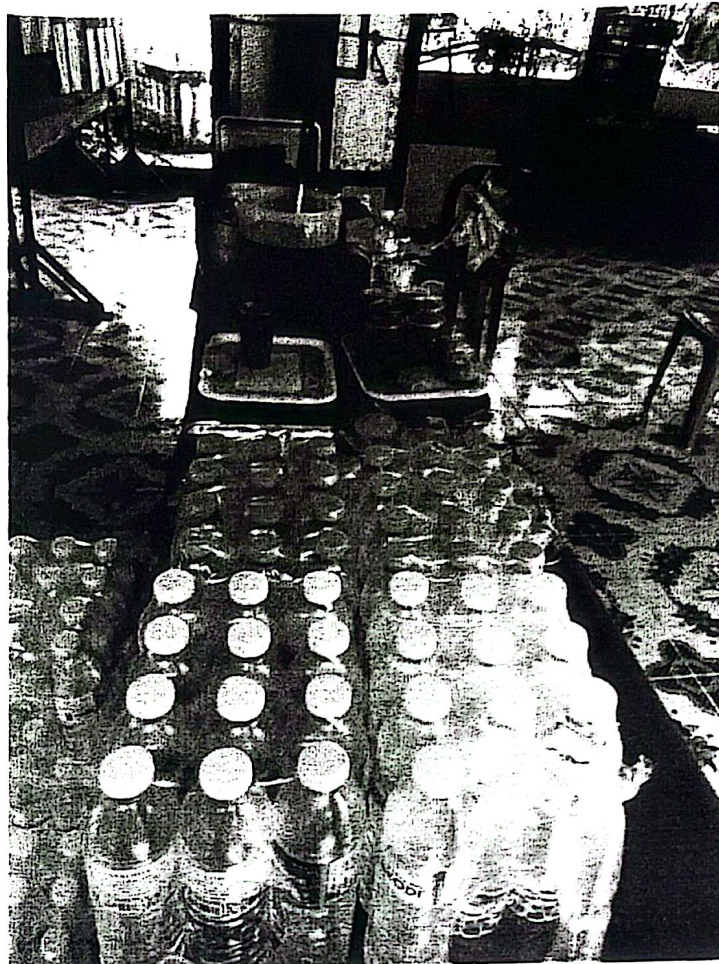














รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักษภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

วันที่ ๒ กรกฎาคม ๒๕๖๘

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นางสาว ธีรนาถ	๙๖ ม.๑	ธีรนาถ	
๒	ศรีประจักษ์ อ. พ. พ. พ.	๘๕/๑๖. 15	ศรีประจักษ์	
๓	นางสาว ลาภชัย	๔๘ ม.๑	ลาภชัย	
๔	นางสาว ๒๖๖ 17 ม.๑/๑๕	๒. ๒	๒๖๖ 17	
๕	นางสาว อ. พ. พ. พ.	๙๐4 ม. 1	อ. พ. พ.	
๖	นางสาว อ. พ. พ. พ.	133 ม. 15	อ. พ. พ.	
๗	นางสาว อ. พ. พ. พ.	67 ม. 1	อ. พ. พ.	
๘	นางสาว อ. พ. พ. พ.	35 ม. 1	อ. พ. พ.	
๙	นางสาว อ. พ. พ. พ.	157 ม. 15	อ. พ. พ.	
๑๐	นางสาว อ. พ. พ. พ.	104 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๑	นางสาว อ. พ. พ. พ.	๑๐๒ ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๒	นางสาว อ. พ. พ. พ.	๑๐ ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๓	นางสาว อ. พ. พ. พ.	219 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๔	นางสาว อ. พ. พ. พ.	312 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๕	นางสาว อ. พ. พ. พ.	306 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๖	นางสาว อ. พ. พ. พ.	189 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๗	นางสาว อ. พ. พ. พ.	44 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๘	นางสาว อ. พ. พ. พ.	55 ม. 1	อ. พ. พ.	
๑๙	นางสาว อ. พ. พ. พ.	50 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๐	นางสาว อ. พ. พ. พ.	55 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๑	นางสาว อ. พ. พ. พ.	71 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๒	นางสาว อ. พ. พ. พ.	333 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๓	นางสาว อ. พ. พ. พ.	4/1 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๔	นางสาว อ. พ. พ. พ.	8 ม. 1	อ. พ. พ.	
๒๕	นางสาว อ. พ. พ. พ.	8 ม. 1	อ. พ. พ.	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	ท้าวเกตุ ทรัพย์	191 ม.1	เกตุ	-
๒๗	นางเกตุ ทรัพย์	107/1	เกตุ	-
๒๘	นางสาว ทรัพย์	123 ม.15	ทรัพย์	
๒๙	นางสาว ทรัพย์	334 ม.1	ทรัพย์	
๓๐	นางสาว ทรัพย์	200 ม.1	ทรัพย์	
๓๑	นางสาว ทรัพย์	32 ม.15	ทรัพย์	
๓๒	นางสาว ทรัพย์	68 ม.15	ทรัพย์	
๓๓	นางสาว ทรัพย์	177 ม.15	ทรัพย์	
๓๔	นางสาว ทรัพย์	78 ม.15	ทรัพย์	
๓๕	นางสาว ทรัพย์	34 ม.1	ทรัพย์	
๓๖	นางสาว ทรัพย์	34 ม.1	ทรัพย์	
๓๗	นางสาว ทรัพย์	123 ม.1	ทรัพย์	
๓๘	นางสาว ทรัพย์	94 ม.1	ทรัพย์	
๓๙	นางสาว ทรัพย์	83 ม.15	ทรัพย์	
๔๐	นางสาว ทรัพย์	299	ทรัพย์	
๔๑	นางสาว ทรัพย์	84	ทรัพย์	
๔๒	นางสาว ทรัพย์	278	ทรัพย์	
๔๓	นางสาว ทรัพย์	98 ม.1	ทรัพย์	
๔๔	นางสาว ทรัพย์	11 ม.1	ทรัพย์	
๔๕	นางสาว ทรัพย์	43 ม.1	ทรัพย์	
๔๖	นางสาว ทรัพย์	84 ม.1	ทรัพย์	
๔๗	นางสาว ทรัพย์	93 ม.1	ทรัพย์	
๔๘	นางสาว ทรัพย์	95 ม.1	ทรัพย์	
๔๙	นางสาว ทรัพย์	200 ม.1	ทรัพย์	
๕๐	นางสาว ทรัพย์	101 ม.1	ทรัพย์	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วันที่ ๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๔

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	ศรีประภาชอชัย มหะหมัด	๕๕/๒ 15	ศรีประภาชอชัย	
๒	นาง ลาเลติช	๘๘ ๒/1	11๐๖	
๓	นาง ก้องดา นวศรี	๓๗ ๒/1	ก้องดา	
๔	นางสาว อรุณพร	133 หมู่ 15	อรุณพร	
๕	นางสาว อรุณพร นวศรี	๖๗ ๒/1	อรุณพร	
๖	นางสาว อรุณพร นวศรี	๓๕ ๒/1	อรุณพร	
๗	นางสาว อรุณพร นวศรี	107/1	อรุณพร	
๘	นางสาว อรุณพร นวศรี	123 หมู่ 15	อรุณพร	
๙	นางสาว อรุณพร นวศรี	334 ๒/1	อรุณพร	
๑๐	นางสาว อรุณพร นวศรี	๒๐๐ ๒/1	อรุณพร	
๑๑	นางสาว อรุณพร นวศรี	32๒ 15	อรุณพร	
๑๒	นางสาว อรุณพร นวศรี	๘๖ ๒/15	อรุณพร	
๑๓	นางสาว อรุณพร นวศรี	177 ๒/15	อรุณพร	
๑๔	นางสาว อรุณพร นวศรี	182 ๒/15	อรุณพร	
๑๕	นางสาว อรุณพร นวศรี	34 ๒/1	อรุณพร	
๑๖	นางสาว อรุณพร นวศรี	34 ๒/1	อรุณพร	
๑๗	นางสาว อรุณพร นวศรี	1๔๖ 15	อรุณพร	
๑๘	นางสาว อรุณพร นวศรี	๑๔๖ ๒/1	อรุณพร	
๑๙	นางสาว อรุณพร นวศรี	๑๖3 15	อรุณพร	
๒๐	นางสาว อรุณพร นวศรี	299	อรุณพร	
๒๑	นางสาว อรุณพร นวศรี	๘๑	อรุณพร	
๒๒	นางสาว อรุณพร นวศรี	๒๖๘	อรุณพร	
๒๓	นางสาว อรุณพร นวศรี	104	อรุณพร	
๒๔	นางสาว อรุณพร นวศรี	๑๐/๒ ๒/1	อรุณพร	
๒๕	นางสาว อรุณพร นวศรี	๑๐ ๒/1	อรุณพร	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	ฐิตา ฐิตานันท์	๑๑ ม. ๑	ฐิตา	
๒๗	พ.ศ. ๒๕๖๓ ม. ๑	๒๐๒	พ.ศ. ๒๕๖๓	
๒๘	ชาธิชา พนมวิเศษ	๓๐๔	ชาธิชา	
๒๙	ทองกัญญา เกียรติทอง	๒๑๙ ม. ๑	กัญญา	
๓๐	ทองทองสี นรรัตน์	๓๑๒ ม. ๑	ทองสี	
๓๑	ทองทองสี นรรัตน์	๓๐๖ ม. ๑	ทองสี	
๓๒	ทองทองสี นรรัตน์	๑๘๙ ม. ๑	ทองสี	
๓๓	น.ส. สดาส นรรัตน์	๔๔ ม. ๑	น.ส. สดาส	
๓๔	น.ส. นพพาน นรรัตน์	๕๕ ม. ๑	น.ส. นพพาน	
๓๕	ทองทองสี นรรัตน์	๕๐ ม. ๑	ทองสี	
๓๖	ทองทองสี นรรัตน์	๕๕ ม. ๑	ทองสี	
๓๗	ทองทองสี นรรัตน์	๗๑ ม. ๑	ทองสี	
๓๘	ทองทองสี นรรัตน์	๓๓๓ ม. ๑	ทองสี	
๓๙	ทองทองสี นรรัตน์	๔/๑ ม. ๑	ทองสี	
๔๐	ทองทองสี นรรัตน์	๘ ม. ๑	ทองสี	
๔๑	น.ส. จิรา นรรัตน์	๘ ม. ๑	น.ส. จิรา	
๔๒	ทองทองสี นรรัตน์	๑๕๖ ม. ๑	ทองสี	
๔๓	ทองทองสี นรรัตน์	๑๑ ม. ๑	ทองสี	
๔๔	ทองทองสี นรรัตน์	๔๓ ม. ๑	ทองสี	
๔๕	น.ส. นพพาน นรรัตน์	๘๔ ม. ๑	น.ส. นพพาน	
๔๖	ทองทองสี นรรัตน์	๑๓๓ ม. ๑	ทองสี	
๔๗	น.ส. นพพาน นรรัตน์	๑๕ ม. ๑	น.ส. นพพาน	
๔๘	ทองทองสี นรรัตน์	๒๐๐ ม. ๑	ทองสี	
๔๙	ทองทองสี นรรัตน์	๕๑ ม. ๒	ทองสี	
๕๐	ทองทองสี นรรัตน์	๑๐๑ ม. ๑	ทองสี	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วันที่ 19 กรกฎาคม ๒๕๖๔

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นางไพฑูริ โฉมศรี	110	ไพฑูริ	
๒	นางสมใจ อภัย	71	สมใจ	
๓	นางวันเพ็ญ ทรัพย์	275	วันเพ็ญ	
๔	นางแดง งามชัย	88	แดง	
๕	นางนกแก้ว นาค	90/2	นกแก้ว	
๖	นางจันทรา ใจดี	100	จันทรา	
๗	นางกมล ตรี	107/1	กมล	
๘	นางลักขณา อธิ	354	ลักขณา	
๙	นางพิมพ์ นาค	118	พิมพ์	
๑๐	นางอภา นาค	90	อภา	
๑๑	นางสาว ปัทมา นาค	67	ปัทมา	
๑๒	นางนงนุช นาค	67	นงนุช	
๑๓	นางนงนุช นาค	293	นงนุช	
๑๔	นางนงนุช นาค	44	นงนุช	
๑๕	นางนงนุช นาค	514	นงนุช	
๑๖	นางนงนุช นาค	131	นงนุช	
๑๗	นางนงนุช นาค	91	นงนุช	
๑๘	นางนงนุช นาค	34	นงนุช	
๑๙	นางนงนุช นาค	334	นงนุช	
๒๐	นางนงนุช นาค	177	นงนุช	
๒๑	นางนงนุช นาค	96	นงนุช	
๒๒	นางนงนุช นาค	299	นงนุช	
๒๓	นางนงนุช นาค	104	นงนุช	
๒๔	นางนงนุช นาค	179	นงนุช	
๒๕	นางนงนุช นาค	8	นงนุช	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	นายทองใบ งามทรัพย์	๖๕	ทองใบ	
๒๗	นายสมชาย วิชาญ	๕๕	สมชาย	
๒๘	นายสมชาย งามทรัพย์	182 ม. 15	สมชาย	
๒๙	นายสมชาย งามทรัพย์	32 ม. 15	สมชาย	
๓๐	นายสมชาย งามทรัพย์	๖๕ ม. 15	สมชาย	
๓๑	นายสมชาย งามทรัพย์	166	สมชาย	
๓๒	นายสมชาย งามทรัพย์	125 ม. 15	สมชาย	
๓๓	นายสมชาย งามทรัพย์	23 ม. 2	สมชาย	
๓๔	นายสมชาย งามทรัพย์	85 ม. 15	สมชาย	
๓๕	นายสมชาย งามทรัพย์	83 ม. 15	สมชาย	
๓๖	นายสมชาย งามทรัพย์	109 ม. 2	สมชาย	
๓๗	นายสมชาย งามทรัพย์	31 ม. 2	สมชาย	
๓๘	นายสมชาย งามทรัพย์	59/2 ม. 2	สมชาย	
๓๙	นายสมชาย งามทรัพย์	40 ม. 2	สมชาย	
๔๐	นายสมชาย งามทรัพย์	94 ม. 2	สมชาย	
๔๑	นายสมชาย งามทรัพย์	30 ม. 2	สมชาย	
๔๒	นายสมชาย งามทรัพย์	2/2 ม. 2	สมชาย	
๔๓	นายสมชาย งามทรัพย์	215 ม. 2	สมชาย	
๔๔	นายสมชาย งามทรัพย์	30 ม. 2	สมชาย	
๔๕	นายสมชาย งามทรัพย์	68 ม. 2	สมชาย	
๔๖	นายสมชาย งามทรัพย์	30 ม. 2	สมชาย	
๔๗	นายสมชาย งามทรัพย์	202 ม. 1	สมชาย	
๔๘	นายสมชาย งามทรัพย์	189 ม. 1	สมชาย	
๔๙	นายสมชาย งามทรัพย์	306 ม. 1	สมชาย	
๕๐	นายสมชาย งามทรัพย์	101 ม. 1	สมชาย	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักษาสภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วันที่ ๒๖ กรกฎาคม ๒๕๖๔

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นาง พิน มงคล	118	พิน	
๒	นาง งาม เลิศฤทธิ์	90	งาม	
๓	นางสาว ฝักกัญญา เขมทอง	67	ฝักกัญญา	
๔	นายทศพร แสงขาว	67	ทศพร	
๕	นาง ฝักกัญญา เขมทอง	84	ฝักกัญญา	
๖	นาง อัมพร อุตสาหกิจ	57	อัมพร	
๗	นาง ใจดี สิริวิเศษ	62	ใจดี	
๘	นาง คำแพง กลายยา	49	คำแพง	
๙	นางสุวรรณี หอมแพง	318	สุวรรณี	
๑๐	นางเอมอร สุนทรวิเศษ	131	เอมอร	
๑๑	นางประจักษ์ งามทอง	334	ประจักษ์	
๑๒	นางวิภา ใจดี	96	วิภา	
๑๓	นางประจักษ์ งามทอง	299	ประจักษ์	
๑๔	นางสาวดวงใจ แสงทอง	104	ดวงใจ	
๑๕	นางพิมพ์ดี สุนทร	177	พิมพ์ดี	
๑๖	นางระพีพร งามทอง	125 ม.14	ระพีพร	
๑๗	นางประจักษ์ งามทอง	85 ม.15	ประจักษ์	
๑๘	นางสีดาพร งามทอง	182 ม.15	สีดาพร	
๑๙	นางประจักษ์ งามทอง	84	ประจักษ์	
๒๐	นางใจดี งามทอง	189	ใจดี	
๒๑	นางประจักษ์ งามทอง	55	ประจักษ์	
๒๒	นางทองดี งามทอง	50	ทองดี	
๒๓	นางใจดี งามทอง	83 ม.15	ใจดี	
๒๔	นางทองดี งามทอง	66 ม.15	ทองดี	
๒๕	นางใจดี งามทอง	166 ม.2	ใจดี	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	นางสมจิตร ทรัพย์มากน้อย	71		
๒๗	นาง. อังกร อดุลพาน	100		
๒๘	นางวันทา หิพธาส์	215	พิมพ์	
๒๙	นางนงนุช งามทรัพย์	293	นงนุช	
๓๐	นางสาวสิริวิภา วัฒนศิริ	44	ศิริ	
๓๑	นางสาวกมล งามประไพ	65	กมล งาม	
๓๒	นางสาววิภา งามงาม	8	วิภา	
๓๓	นางสาวสมาน งามงาม	55	สมาน	
๓๔	นางสาวสิริวิภา งามงาม	33	สิริวิภา	
๓๕	นางสาวพิมพ์ดี งามงาม	179	พิมพ์ดี	
๓๖	นางสาวสมร งามงาม	23 2-2	สมร	
๓๗	นางสาวสุภา งามงาม	219	สุภา	
๓๘	นางสาววิภา งามงาม	110	วิภา	
๓๙	นางสาวกมล งามงาม	88	กมล	
๔๐	นางสาวสิริวิภา งามงาม	252	สิริวิภา	
๔๑	นางสาวกมล งามงาม	90/2	กมล	
๔๒	นางสาวกมล งามงาม	107/1	กมล	
๔๓	นางสาวกมล งามงาม	91	กมล	
๔๔	นางสาวกมล งามงาม	218	กมล	
๔๕	นางสาวกมล งามงาม	312	กมล	
๔๖	นางสาวกมล งามงาม	215 2. 2	กมล	
๔๗	นางสาวกมล งามงาม	109 2. 2	กมล	
๔๘	นางสาวกมล งามงาม	84	กมล	
๔๙	นางสาวกมล งามงาม	59 2. 2	กมล	
๕๐	นางสาวกมล งามงาม	101	กมล	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

วันที่ ๒ สิงหาคม ๒๕๖๘

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นางพิมลย์ กิ่งท้อ	177 ม.15		
๒	นางวิจิตา ใจโสมป้อ	96		
๓	นางปราณี กอสงสิริตร	299		
๔	นางสมรวงค์ แสงสว่าง	104		
๕	ไข่มองดี สอนสิงห์	179		
๖	จันทร์ พงษ์พงษ์	293 ม.1		
๗	ประยูร กิ่ง	394 ม.1		
๘	นางกัญญา งามทอง	67 ม.1		
๙	นางลิ้นจี่ ม่อนขมิ้น	182 ม.15		
๑๐	นางศรีประภาวดี งามทอง	๔5 ม.15		
๑๑	นางประสิทธิ์ งามทอง	32 ม.15		
๑๒	นางประภาวดี งามทอง	66 ม.15		
๑๓	นางมาลี นีวรรณ	๔3 ม.15		
๑๔	นางประภา พงษ์วิไล	109 ม.2		
๑๕	นางประภา พงษ์วิไล	31 ม.2		
๑๖	นางบรรดา กิ่ง	54/2 ม.2		
๑๗	นางมาลี งามทอง	51 ม.2		
๑๘	นางประภา พงษ์วิไล	96 ม.2		
๑๙	นางประภา พงษ์วิไล	86 ม.2		
๒๐	นางประภา พงษ์วิไล	40 ม.2		
๒๑	นางประภา พงษ์วิไล	94 ม.2		
๒๒	นางประภา พงษ์วิไล	82 ม.2		
๒๓	นางประภา พงษ์วิไล	46 ม.2		
๒๔	นางประภา พงษ์วิไล	30 ม.2		
๒๕	นางประภา พงษ์วิไล	89 ม.2		

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	อากรณ สุทธิสินธุ์	41		
๒๗	อัมมวดี หัตถ์ดี	7/2	สมจิตร	
๒๘	นางอรุณรัตน์ มิ่งมงคล	95/2	ดวงจันทร์	
๒๙	สมรพล มิ่งมงคล	93 ม.2	ว.ร. นก	
๓๐	อัครวิทย์ สุทธิสินธุ์	41 ม.2		
๓๑	นายวิชัย มิ่งมงคล	34 ม.1	วิชัย	
๓๒	นางสาวอรุณ สุทธิสินธุ์	208 ม. 2	อรุณ	
๓๓	นาย วิชัย	103 ม.2		
๓๔	นางเจิญ สุทธิสินธุ์	205 ม.2	เจิญ	
๓๕	นางสมรพร จงวิ	113 ม.5	สมรพร	
๓๖	นางสาววิไลวรรณ งามนาค	30 ม.2	วิไลวรรณ	
๓๗	นาง นงนภ จงวิ	68 ม. 2	นงนภ	
๓๘	นายวิมล งามนาค	30 ม.2	วิมล	
๓๙	นาง สนิท สุทธิสินธุ์	166 ม.2	สนิท	
๔๐	นาง จิรากร อมรา	2/5 ม.2	จิรากร	
๔๑	นาย วิชัย งามนาค	100	วิชัย	
๔๒	นาง วิไลวรรณ งามนาค	71	วิไลวรรณ	
๔๓	นางสาวอรุณ งามนาค	314	อรุณ	
๔๔	นางสาวอรุณ / สนิท	90	อรุณ	
๔๕	นางสาววิมล งามนาค	125 ม. 14	วิมล	
๔๖	นางสมร งามนาค	23 ม.2	สมร	
๔๗	นางสาวกนก งามนาค	90/2	กนก	
๔๘	นางสาววิมล งามนาค	110	วิมล	
๔๙	นางสาววิมล งามนาค	59 ม.2	วิมล	
๕๐	นางสาววิมล งามนาค	101	วิมล	

136

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วันที่ ๑๐ สิงหาคม ๒๕๖๔

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นายไพฑูรย์ วัชรวิเศษ	110	ไพฑูรย์	
๒	นางนงนุช นิลดี	90/2	นงนุช	
๓	นางสมศรี แก้วหนอง	71	สมศรี	
๔	นางเจียร ธรรมาน	100	เจียร	
๕	นางวันทา กิ้วยะผะ	215	วันทา	
๖	นางแดง ลาอัย	88	แดง	
๗	นางลักขณา อธิสุข	352	ลักขณา	
๘	นางจันทนา เกตุภักดิ์	90	จันทนา	
๙	นางไฉไล นิลวิเศษ	62	ไฉไล	
๑๐	นางวันวิสาข์ นิลวิเศษ	49	วันวิสาข์	
๑๑	นางทอง นิลวิเศษ	213	ทอง	
๑๒	นางนิตยา นิลวิเศษ	44	นิตยา	
๑๓	นางสุภาวดี นิลวิเศษ	317	สุภาวดี	
๑๔	นางทองใบ นิลวิเศษ	65	ทองใบ	
๑๕	นางทองใบ นิลวิเศษ	131	ทองใบ	
๑๖	นางสุภาวดี นิลวิเศษ	34	สุภาวดี	
๑๗	นางนงนุช นิลวิเศษ	334	นงนุช	
๑๘	นางวันวิสาข์ นิลวิเศษ	96	วันวิสาข์	
๑๙	นางนงนุช นิลวิเศษ	122	นงนุช	
๒๐	นางนงนุช นิลวิเศษ	299	นงนุช	
๒๑	นางนงนุช นิลวิเศษ	104	นงนุช	
๒๒	นางนงนุช นิลวิเศษ	182 น.15	นงนุช	
๒๓	นางนงนุช นิลวิเศษ	32 น.15	นงนุช	
๒๔	นางนงนุช นิลวิเศษ	26 น.15	นงนุช	
๒๕	นางนงนุช นิลวิเศษ	107/1	นงนุช	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	นาง พิน มุทกกิจ	118	พิน	
๒๗	นางสาว รัตนา ตระวาศี	8	รัตนา	
๒๘	นางสาว นพพร อภิบาล	55	นพพร	
๒๙	นางสาว กนกนา นนทพันธ์	91	กนกนา	
๓๐	นางสาว พนมณี สอนสมิท	179	พนมณี	
๓๑	นางสาว เมธวดี วัฒนศิริ	1252-14	เมธวดี	
๓๒	นางสาว ศุภมาส อภิบาล	232-2	ศุภมาส	
๓๓	นางสาว กนกนา นนทพันธ์	219	กนกนา	
๓๔	นางสาว นพพร อภิบาล	852-16	นพพร	
๓๕	นางสาว นพพร อภิบาล	84	นพพร	
๓๖	นางสาว นพพร อภิบาล	189	นพพร	
๓๗	นางสาว นพพร อภิบาล	2152-2	นพพร	
๓๘	นางสาว นพพร อภิบาล	832-16	นพพร	
๓๙	นางสาว นพพร อภิบาล	288	นพพร	
๔๐	นางสาว นพพร อภิบาล	312	นพพร	
๔๑	นางสาว นพพร อภิบาล	2002-1	นพพร	
๔๒	นางสาว นพพร อภิบาล	301	นพพร	
๔๓	นางสาว นพพร อภิบาล	306	นพพร	
๔๔	นางสาว นพพร อภิบาล	333	นพพร	
๔๕	นางสาว นพพร อภิบาล	278	นพพร	
๔๖	นางสาว นพพร อภิบาล	50	นพพร	
๔๗	นางสาว นพพร อภิบาล	4/1	นพพร	
๔๘	นางสาว นพพร อภิบาล	93	นพพร	
๔๙	นางสาว นพพร อภิบาล	101	นพพร	
๕๐	นางสาว นพพร อภิบาล	592-2	นพพร	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๘

วันที่ 17 สิงหาคม ๒๕๖๘

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	นางอภัย ฉลาพวง	๓๐ ม. 15	อภัย	
๒	นางทองใบ ดอนเพชร์แก้ว	๖๕ ม. 1	ทองใบ	
๓	นางลักขณา อธิสไม	352 ม. 1	ลักขณา	
๔	นางสาว พงศธร	131 ม. 1	พงศธร	
๕	นางสาวจันทรา ราษฎร์	1๕2 ม. 15	จันทรา	
๖	นางทอง รามารักษ์	293. ม. 1	ทอง	
๗	นางสาววิมล ๗-๗๗	3๕ ม. 15	วิมล	
๘	นางสาวแก้ว ๗-๗๗	66 ม. 15	แก้ว	
๙	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	67 ม. 1	๗-๗๗	
๑๐	นางสาววิมล ๗-๗๗ ๗-๗๗	85 ม. 15	วิมล	
๑๑	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	202 ม. 1	๗-๗๗	
๑๒	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	195 ม. 14	๗-๗๗	
๑๓	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	334 ม. 1	๗-๗๗	
๑๔	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	88 ม. 1	๗-๗๗	
๑๕	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	215 ม. 1	๗-๗๗	
๑๖	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	90 ม. 1	๗-๗๗	
๑๗	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	83 ม. 15	๗-๗๗	
๑๘	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	๗1 ม. 1	๗-๗๗	
๑๙	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	118 ม. 1	๗-๗๗	
๒๐	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	179 1	๗-๗๗	
๒๑	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	31๗ ม. 1	๗-๗๗	
๒๒	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	1๗๗ ม. 15	๗-๗๗	
๒๓	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	94 ม. 1	๗-๗๗	
๒๔	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	๗1 ม. 1	๗-๗๗	
๒๕	นางสาว ๗-๗๗ ๗-๗๗	299	๗-๗๗	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	นางไพร ใจวัฒนะ	๖๒ ม. ๑	ไพร	
๒๗	นางอรอนงค์ อธิกุล	๘๐ ม. ๑๕	อรอนงค์	
๒๘	นางสาว เสรีวิมล	๒๙๙	เสรีวิมล	
๒๙	นางกมลชนก อธิกุล	๑๐๗/๑	กมลชนก	
๓๐	นางสาว (อ.) สีมานะ	๘๑	สีมานะ	
๓๑	นางวารี ยะยี่	๒๒๘	วารี	
๓๒	นางสาวนงค์ เส็งแก้ว	๑๐๔	นงค์	
๓๓	นางทองล้น หรรษิ	๓๒๒	ทองล้น	
๓๔	นางชนก ๕ ม. ๑๖	๑๐/๒	๒๔ ก. ๒๖	
๓๕	นางจันทิมา ๑๖ ม. ๑	๑๓๖-๑	๑ จันทิมา	
๓๖	นางสมศรี อติกุล	๑๘๖ ม. ๑	สมศรี	
๓๗	นางทองทิพย์ รัตนเสถียร	๓๐๖	ทองทิพย์	
๓๘	น.ส. น. ๑๖๖ เลขาภิบาล	๕๓ ม. ๑	๑๖๖	
๓๙	น.ส. น. ๑๖๖ เลขาภิบาล	๕๕ ม. ๑	๑๖๖	
๔๐	นางทองดี รัตนเมตตา	๕๐ ม. ๑	ทองดี	
๔๑	นางไพฑูริ์ วัฒนศิริ	๑๑๐ ม. ๑	ไพฑูริ์	
๔๒	นางวันดี วัฒนศิริ	๑๘๙ ม. ๑	วันดี	
๔๓	นางทองจันทร์ จงศิริ	๕๕ ม. ๑	ทองจันทร์	
๔๔	นางกมลชนก เทียนทอง	๒๑๙ ม. ๑	กมลชนก	
๔๕	นางกมลชนก วัฒนศิริ	๓๔ ม. ๑	กมลชนก	
๔๖	นางสาว วัฒนศิริ	๔๔ ม. ๑	วัฒนศิริ	
๔๗	นางสาว วัฒนศิริ	๓๔ ม. ๑	วัฒนศิริ	
๔๘	นางสาว วัฒนศิริ	๕๙ ม. ๒	วัฒนศิริ	
๔๙	นางสาว วัฒนศิริ	๑๖๖ ม. ๑	วัฒนศิริ	
๕๐	นางสมศรี อติกุล	๑๐๑ ม. ๑	สมศรี	

รายชื่อผู้เข้ารับการอบรมโครงการโรงเรียนผู้สูงอายุรักสุขภาพ ประจำปีงบประมาณ ๒๕๖๔

วันที่ ๒๔ ธันวาคม ๒๕๖๔

ณ ศาลาเอนกประสงค์ หมู่ที่ ๑ ตำบลนิเวศน์

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๑	ทอวันนา รักนาค	๒๑๕ ม. ๑	วันนา	
๒	สุริยา งามศรี	๑๖ หมู่ ๑	สุริยา	
๓	ทองหล่อ พลางพรม	ม. ๑๕ - ๗๐	ทองหล่อ	
๔	นางทองใบ ทองพรม	ม. ๑ - ๕๕	ทองใบ	
๕	ทองดี สิงห์ทอง	๕๒ ม. ๑	ทองดี	
๖	พันทอง ร่มทอง	๒๑๕ ม. ๑	พันทอง	
๗	พันทอง ร่มทอง	๒๕๒ ม. ๑	พันทอง	
๘	นางสาว พงษ์	๑๓๑ ม. ๑	พงษ์	
๙	นางสาว น. ๒๕๕	๓๒๖ ๑๕	๒๕๕	
๑๐	นางสาว น. ๒๕๕	๕๒ ม. ๑๕	๒๕๕	
๑๑	นางสาว น. ๒๕๕	๕๗ ม. ๑	๒๕๕	
๑๒	นางสาว น. ๒๕๕	๑๕๒ ม. ๑๕	๒๕๕	
๑๓	นางสาว น. ๒๕๕	๕๕ ม. ๑๕	๒๕๕	
๑๔	นางสาว น. ๒๕๕	๕๐ ม. ๑๕	๒๕๕	
๑๕	นางสาว น. ๒๕๕	๒๐๕	๒๕๕	
๑๖	นางสาว น. ๒๕๕	๑๕๕ ม. ๑๔	๒๕๕	
๑๗	นางสาว น. ๒๕๕	๕๕	๒๕๕	
๑๘	นางสาว น. ๒๕๕	๓๓๔ ม. ๑	๒๕๕	
๑๙	นางสาว น. ๒๕๕	๕๐ ม. ๑	๒๕๕	
๒๐	นางสาว น. ๒๕๕	๗๑ ม. ๑	๒๕๕	
๒๑	นางสาว น. ๒๕๕	๑๑๕ ม. ๑	๒๕๕	
๒๒	นางสาว น. ๒๕๕	๕๑๕ - ๙๓	๒๕๕	
๒๓	นางสาว น. ๒๕๕	๑๗๗ ๑	๒๕๕	
๒๔	นางสาว น. ๒๕๕	๕๑๕ ม. ๑	๒๕๕	
๒๕	นางสาว น. ๒๕๕	๑๗๗ ม. ๑๕	๒๕๕	

ลำดับ ที่	ชื่อ - สกุล	ที่อยู่	ลายมือชื่อ	หมายเหตุ
๒๖	ทอทณีน วัฒนพล	94 ม.1		
๒๗	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	91 ม.1		
๒๘	ปวณ พงษ์สิทธิ์	299		
๒๙	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	107/1		
๓๐	ทอวาลี วัชร	228		
๓๑	ทอทองสี มรณ	312		
๓๒	ทอสีทอง วัฒนสิทธิ์	104		
๓๓	มณีรัตน์ วัฒนสิทธิ์	84		
๓๔	ทอภิตตา มรณ	90/2		
๓๕	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	219 ม.1		
๓๖	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	306 ม.1		
๓๗	ทอวัชร วัฒนสิทธิ์	189 ม.1		
๓๘	ทอสีทอง วัฒนสิทธิ์	44 ม.1		
๓๙	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	34 ม.1		
๔๐	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	278 ม.1		
๔๑	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	304 ม.1		
๔๒	ทอวัชร วัฒนสิทธิ์	8 ม.1		
๔๓	ทอสีทอง วัฒนสิทธิ์	110 ม.1		
๔๔	ทอภิตตา วัฒนสิทธิ์	34 ม.1		
๔๕	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	43 ม.1		
๔๖	ทอสีทอง วัฒนสิทธิ์	55 ม.1		
๔๗	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	50 ม.1		
๔๘	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	55 ม.1		
๔๙	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	59 ม.2		
๕๐	ทอทองสี วัฒนสิทธิ์	101 ม.1		



