ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒

ลำดับ	เรื่อง	หน่วยงาน	เอกสารประกอบ
มาตรการด้านการสร้างโอกาส ความเสมอภาค และเท่าเทียมกันทางสังคม			
๑.	เริ่มแล้ว "เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย" กระตุ้นเศรษฐกิจ ส่งเสริมการท่องเที่ยว	กระทรวงมหาดไทย	อินโฟกราฟิค ๑ ชุด
๒.	เริ่มแล้ว! กรมบัญชีกลางเพิ่มรายการยารักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาให้เบิกจ่ายตรงได้	กระทรวงการคลัง	-
๓.	ประกันสังคมจัดให้ ผู้ประกันตนประสงค์เปลี่ยน รพ. ยื่นขอได้ภายใน ๓๑ มี.ค. ๖๓	กระทรวงแรงงาน	อินโฟกราฟิค ๑ ชุด
มาตรการด้านการพัฒนาและเสริมสร้างศักยภาพคน			
๔.	คนพร้อม - รถพร้อม ศึกษาเส้นทาง เดินทางปลอดภัย	กระทรวงมหาดไทย	ภาพเคลื่อนไหว ๑ ชุด
มาตรการด้านการสร้างการเติบโตบนคุณภาพชีวิตที่เป็นมิตรต่อสิ่งแวดล้อม			
๕.	อย่าลืม!! งดให้ถุงพลาสติกทั่วประเทศ เริ่มต้น ๑ มกราคม ๖๓ นี้	กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม	-

หมายเหตุ

๑. ข้อมูลดังกล่าวเป็นข้อมูลเพื่อการสร้างการรับรู้ที่มาจากทุกกระทรวง ตามบันทึกข้อตกลงความร่วมมือการบูรณาการเสริมสร้างการรับรู้สู่ชุมชน จังหวัดสามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมหรือขยายความข้อมูลที่ใช้เฉพาะพื้นที่ได้ตามความถูกต้องและเหมาะสม

๒. ให้จังหวัดนำข้อมูลเพื่อสร้างการรับรู้ตามแนวทางที่กำหนด ตามหนังสือกระทรวงมหาดไทย ด่วนที่สุด ที่ มท ๐๒๐๖.๒/ว ๑๔๔๙ ลงวันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๖๒ เรื่อง แนวทางการสร้างการรับรู้สู่ชุมชน

๓. จังหวัดสามารถดาวน์โหลดข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน ได้ที่ ช่องทางไลน์ (Line) กลุ่ม “ข้อมูลข่าวสารเพื่อการสร้างการรับรู้” และเว็บไซต์กองสารนิเทศ สป. หัวข้อ “การสร้างการรับรู้สู่ชุมชน”

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน สำนักงานปลัดกระทรวงมหาดไทย
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง สำนักนโยบายและแผน
ช่องทางการติดต่อ ๐ ๒๒๒๑ ๘๐๙๕

๑) หัวข้อเรื่อง เริ่มแล้ว "เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย" กระตุ้นเศรษฐกิจ ส่งเสริมการท่องเที่ยว

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เริ่มแล้ว "เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย" กระตุ้นเศรษฐกิจ ส่งเสริมการท่องเที่ยว

รัฐบาลได้มีนโยบายส่งเสริมการท่องเที่ยวและกระตุ้นเศรษฐกิจทั่วประเทศ จึงได้กำหนดให้กรุงเทพมหานคร และทุกจังหวัด จัดกิจกรรม **"เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย"** ในรูปแบบถนนคนเดิน (Walking Street) มุ่งสร้างรายได้ให้กับประชาชนในระดับพื้นที่ ซึ่งได้กำหนดเปิดตัวพร้อมกันในวันที่ ๒๒ ธันวาคม ๒๕๖๒

ภายในงานจะมีสินค้าหลากหลาย ทั้งของกิน ของใช้ อาทิ ผลิตภันฑ์จากผู้ประกอบการในพื้นที่ ผลิตภัณฑ์ OTOP ของดีจังหวัด สินค้าเกษตรและแปรรูป สินค้าวัฒนธรรมพื้นเมือง และยังมีการจัดโซนกิจกรรม อาทิ การแสดงดนตรี การแสดงศิลปวัฒนธรรมตามอัตลักษณ์ของแต่ละพื้นที่ โดยประชาชนที่ประสงค์จะจัดจำหน่ายสินค้า จัดการแสดง หรือกิจกรรมต่าง ๆ สามารถประสานไปยังจังหวัดได้ นอกจากนั้น ยังจัดให้มีการบริการศูนย์ดำรงธรรมเคลื่อนที่ให้บริการรับเรื่องราวร้องทุกข์ ร้องเรียนและช่วยเหลือประชาชนผู้ได้รับความเดือดร้อน ณ บริเวณงานอีกด้วย ทั้งนี้ ภายในงานจัดให้มีการควบคุมการจำหน่ายเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ตามพระราชบัญญัติควบคุมแอลกอฮอล์ พ.ศ. ๒๕๕๑ อย่างเข้มงวด

สำหรับกิจกรรม "เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย" จะเป็นกิจกรรมที่ช่วยส่งความสุขให้กับคนไทยในช่วงเทศกาลปีใหม่ ได้เดิน กิน ชิมสินค้า และชมการแสดงที่หลากหลายอย่างจุใจ ทั้งยังช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจ หมุนเวียนรายได้ให้กับพี่น้องประชาชนทุกพื้นที่ และส่งเสริมการท่องเที่ยวของจังหวัด จึงขอเชิญชวนประชาชนเข้าร่วมกิจกรรมดี ๆ "เดิน กิน ชิม เที่ยว ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย" ได้ทุกจังหวัดทั่วประเทศ ตามสถานที่ที่แต่ละจังหวัดกำหนด

****

เดิน กิน ชิม เที่ยว

ถนนคนเดิน จังหวัดทั่วไทย

เริ่มเปิดพร้อมกันทั่วประเทศ

22 ธันวาคม 2562

พบกับ

สินค้ามากมาย อาทิ มหกรรมอาหาร สินค้า OTOP สินค้าเกษตร ฯลฯ

กิจกรรมหลากหลาย อาทิ การแสดงประจำถิ่น การแสดงดนตรี ฯลฯ



ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒

กระทรวง กระทรวงการคลัง
กรม / หน่วย กรมบัญชีกลาง
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กลุ่มงานประชาสัมพันธ์ กรมบัญชีกลาง โทร ๐ ๒๑๒๗ ๗๐๐๐ ต่อ ๔๗๐๘ , ๖๓๒๗
ช่องทางการติดต่อ โทร. ๐ ๒๒๗๐ ๗๐๐๐

๑) หัวข้อเรื่อง เริ่มแล้ว! กรมบัญชีกลางเพิ่มรายการยารักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาให้เบิกจ่ายตรงได้
๒) ที่มา/หลักการ

กรมบัญชีกลางได้ดำเนินการเพิ่มเติมรายการยาสำหรับรักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา ในโครงการเบิกจ่ายตรงสำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา (ระบบ OCPA) อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาสามารถเบิกจ่ายตรงได้ โดยไม่ต้องทดรองจ่ายเงินไปก่อน โดยล่าสุดกรมบัญชีกลางได้มีการปรับปรุงเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายยา ๑ รายการ และเพิ่มเติมรายการยาให้สามารถเบิกจ่ายตรงได้อีก ๑ รายการ ซึ่งจะเริ่มใช้สิทธิได้ตั้งแต่วันที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๒ เป็นต้นไป โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑. ปรับปรุงเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายค่ายา Trastuzumab ให้สามารถรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมทั้งในระยะเริ่มต้นและระยะแพร่กระจาย โดยเป็นการเพิ่มเงื่อนไขการใช้ยาให้เพิ่มขึ้นตามหลักฐานเชิงประจักษ์ทางการแพทย์ ส่งผลให้ผู้ป่วยจะได้ประโยชน์ในการรักษาพยาบาลเพิ่มมากขึ้น

๒. กำหนดเพิ่มรายการยาและเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายค่ายา Ruxolitinib ที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วยโรคพังผืดในไขกระดูก Myelofibrosis

๓) การดำเนินการ/ผลการดำเนินการ

กรมบัญชีกลางได้ออกหนังสือเวียนแจ้งส่วนราชการที่เกี่ยวข้อง และประชาสัมพันธ์ข่าวสารผ่านสื่อช่องทางต่าง ๆ ของกรมบัญชีกลาง เพื่อให้ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัว รวมถึงสถานพยาบาลได้รับทราบข้อมูลข่าวสารอย่างทั่วถึง ทั้งนี้ ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวที่ป่วยด้วยโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา และแพทย์ผู้ทำการรักษามีแผนการรักษาด้วยยา ๒ รายการดังกล่าว ให้ดำเนินการลงทะเบียนขออนุมัติการใช้ยาในระบบ OCPA ณ สถานพยาบาลก่อน จึงจะสามารถใช้สิทธิเบิกจ่ายตรงได้ ซึ่งปัจจุบันระบบ OCPA มีรายการยาสำหรับการรักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาที่เบิกจ่ายตรงได้ จำนวนทั้งสิ้น ๒๐ รายการ และ ๓๓ เงื่อนไขข้อบ่งชี้

๔) ผลลัพธ์ของการดำเนินงาน / การแก้ไขปัญหา

ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัว สามารถเข้าถึงเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่มีการพัฒนาการรักษามะเร็งแต่ละชนิดได้มากขึ้น โดยกรมบัญชีกลางจะประกาศเพิ่มรายการยาและเงื่อนไขข้อบ่งชี้เป็นระยะ ๆ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่มีคุณภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุด

๕) ประโยชน์ที่ประชาชนจะได้รับ

ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวเข้าถึงการรักษาโรคมะเร็งได้มากขึ้น โดยสามารถเบิกจ่ายตรงได้ ไม่ต้องทดรองจ่ายเงินไปก่อน เป็นการเพิ่มความสะดวกและรวดเร็ว อีกทั้ง ยังช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายให้กับผู้มีสิทธิ และบุคคลในครอบครัวด้วย

๖) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง เริ่มแล้ว! กรมบัญชีกลางเพิ่มรายการยารักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาให้เบิกจ่ายตรงได้

กรมบัญชีกลางได้เพิ่มเติมรายการยาสำหรับรักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา ในโครงการเบิกจ่ายตรงสำหรับผู้ป่วยโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา (ระบบ OCPA) อย่างต่อเนื่อง เพื่อให้ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวที่ป่วยเป็นโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาสามารถเบิกจ่ายตรงได้ โดยไม่ต้องทดรองจ่ายเงินไปก่อน โดยล่าสุด กรมบัญชีกลางได้มีการปรับปรุงเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายยา ๑ รายการ และเพิ่มเติมรายการยาให้สามารถเบิกจ่ายตรงได้อีก ๑ รายการ ซึ่งเริ่มใช้สิทธิได้ตั้งแต่วันที่ ๑๖ ธันวาคม ๒๕๖๒ เป็นต้นไป โดยมีรายละเอียด ดังนี้

๑. ปรับปรุงเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายค่ายา Trastuzumab ให้สามารถรักษาผู้ป่วยโรคมะเร็งเต้านมทั้งในระยะเริ่มต้นและระยะแพร่กระจาย โดยเป็นการเพิ่มเงื่อนไขการใช้ยาให้เพิ่มขึ้นตามหลักฐานเชิงประจักษ์ทางการแพทย์ ส่งผลให้ผู้ป่วยจะได้ประโยชน์ในการรักษาพยาบาลเพิ่มมากขึ้น

๒. กำหนดเพิ่มรายการยาและเงื่อนไขข้อบ่งชี้ในการเบิกจ่ายค่ายา Ruxolitinib ที่ใช้ในการรักษาผู้ป่วยโรคพังผืดในไขกระดูก Myelofibrosis

กรมบัญชีกลางจึงขอประชาสัมพันธ์ เพื่อให้ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัว รวมถึงสถานพยาบาลได้รับทราบข้อมูลข่าวสารอย่างทั่วถึง ทั้งนี้ ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัวที่ป่วยด้วยโรคมะเร็งและโลหิตวิทยา และแพทย์ผู้ทำการรักษามีแผนการรักษาด้วยยา ๒ รายการดังกล่าว โดยให้ดำเนินการลงทะเบียนขออนุมัติการใช้ยาในระบบ OCPA ณ สถานพยาบาลก่อน จึงจะสามารถใช้สิทธิเบิกจ่ายตรงได้ ซึ่งปัจจุบันระบบ OCPA มีรายการยาสำหรับการรักษาโรคมะเร็งและโลหิตวิทยาที่เบิกจ่ายตรงได้ จำนวนทั้งสิ้น ๒๐ รายการ และ ๓๓ เงื่อนไขข้อบ่งชี้

การเพิ่มเติมรายการยาดังกล่าวจะทำให้ผู้มีสิทธิและบุคคลในครอบครัว สามารถเข้าถึงเทคโนโลยีทางการแพทย์ที่มีการพัฒนาการรักษามะเร็งแต่ละชนิดได้มากขึ้น ผ่านระบบเบิกจ่ายตรง ไม่ต้องทดรองจ่ายเงินไปก่อน เป็นการเพิ่มความสะดวกและรวดเร็ว อีกทั้ง ยังช่วยลดภาระค่าใช้จ่ายให้กับผู้มีสิทธิ และบุคคลในครอบครัวด้วย โดยกรมบัญชีกลางจะประกาศเพิ่มรายการยาและเงื่อนไขข้อบ่งชี้เป็นระยะ ๆ เพื่อให้ผู้ป่วยได้รับการรักษาที่มีคุณภาพ และเกิดประโยชน์สูงสุด

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒

กระทรวง กระทรวงแรงงาน
กรม/หน่วยงาน สำนักงานประกันสังคม (สปส.)
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง ศูนย์สารนิเทศ สำนักงานประกันสังคม
ช่องทางติดต่อ โทรศัพท์ ๐ ๒๙๕๖ ๒๕๓๓

๑) หัวข้อเรื่อง ประกันสังคมจัดให้ ผู้ประกันตนประสงค์เปลี่ยน รพ. ยื่นขอได้ภายใน ๓๑ มี.ค. ๖๓

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง ประกันสังคมจัดให้ ผู้ประกันตนประสงค์เปลี่ยน รพ. ยื่นขอได้ภายใน ๓๑ มี.ค. ๖๓

สำนักงานประกันสังคมได้เปิดโอกาสให้ผู้ประกันตนสามารถขอเปลี่ยนสถานพยาบาลใหม่ได้ทุกๆ ปีๆ ละ ๑ ครั้ง เพื่อเป็นการอำนวยความสะดวกให้กับผู้ประกันตนในการใช้บริการทางการแพทย์ในกรณีมีเหตุจำเป็น และไม่ได้รับความสะดวก เช่น ย้ายที่พัก ย้ายสถานที่ทำงานใหม่

สำหรับการเลือกสถานพยาบาลในแต่ละครั้งนั้น ขอแนะนำให้ผู้ประกันตนควรเลือกด้วยตนเอง โดยให้คำนึงถึงความสะดวก ความพึงพอใจและประโยชน์ในการขอรับบริการทางการแพทย์ และสถานพยาบาลที่เลือกจะต้องเป็นสถานพยาบาลในจังหวัดที่ผู้ประกันตนทำงานอยู่ หรือพักอาศัยในเขตรอยต่อของจังหวัดดังกล่าว สำหรับผู้ประกันตนที่ไม่ประสงค์เปลี่ยนสถานพยาบาลสามารถใช้สิทธิรับบริการทางการแพทย์จากสถานพยาบาลตามสิทธิเดิมได้จนสิ้นสุดความเป็นผู้ประกันตน กรณีสิ้นสภาพจากความเป็นผู้ประกันตนสามารถใช้สิทธิต่อไปได้อีก ๖ เดือนนับแต่วันที่สิ้นสภาพ

ทั้งนี้ ผู้ประกันตนสามารถยื่นขอเปลี่ยนสถานพยาบาลได้**ตั้งแต่บัดนี้ ถึงวันที่ ๓๑ มีนาคม ๒๕๖๓** โดยผู้ประกันตนสามารถทำการเปลี่ยนสถานพยาบาลได้หลายช่องทาง อาทิ ยื่นแบบการเลือกสถานพยาบาลในการรับบริการทางการแพทย์ (สปส. ๙-๐๒) ที่สำนักงานประกันสังคมทุกแห่งทั่วประเทศ หรือทำรายการผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เว็บไซต์ www.sso.go.th หรือที่ Applications: SSO Connect โดยผู้ประกันตนสามารถตรวจสอบรายชื่อสถานพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการประกันสังคมในปี ๒๕๖๓ ได้ที่เว็บไซต์ประกันสังคม www.sso.go.th หรือที่สายด่วน ๑๕๐๖

****

สำนักงานประกันสังคม เปิดโอกาสให้ผู้ประกันตน เปลี่ยน รพ.ประจำปี 63 เริ่ม 16 ธ.ค. 62 นี้

สำนักงานประกันสังคมเปิดโอกาสให้ผู้ประกันตนสามารถขอเปลี่ยนสถานพยาบาลได้ ปีละ 1 ครั้ง
ตั้งแต่วันที่ 1 มกราคม ถึงวันที่ 31 มีนาคมของทุกปี

ปี 2563 ผู้ประกันตนสามารถยื่นเรื่องขอเปลี่ยนสถานพยาบาล
ได้ตั้งแต่วันที่ 16 ธันวาคม 2562 นี้เป็นต้นไป

กระทรวงแรงงาน
สำนักงานประกันสังคม



เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับผู้ประกันตนที่มีเหตุจำเป็น
เช่น ย้ายที่พักอาศัย ย้ายสถานที่ทำงาน หรือผู้ประกันตน
ที่ประสงค์จะเปลี่ยนสถานพยาบาลเพื่อความพึงพอใจในการ
ขอรับบริการทางการแพทย์



เอกสารการขอรับบริการทางการแพทย์

โดยในปี 2563 จะเปิดให้เปลี่ยนสถานพยาบาลได้
ตั้งแต่วันที่ 16 ธันวาคม 2562
จนถึง 31 มีนาคม 2563
สามารถยื่นแบบเลือกสถานพยาบาล สปส.9-02
ได้ที่สำนักงานประกันสังคมกรุงเทพมหานคร
พื้นที่ / จังหวัด / สาขา ทุกแห่งทั่วประเทศ
ทำรายการผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ที่เว็บไซต์ www.sso.go.th
หรือทำรายการผ่าน Applications SSO Connect



- ☑ บัตรประจำตัวประชาชน
- ☑ กรณีคนต่างด้าวบัตรประกันสังคมและ
  หนังสือเดินทาง (Passport)
  หรือบัตรประจำตัวซึ่งไม่มีสัญชาติไทย (บัตรชมพู)



**ผู้ประกันตนสามารถตรวจสอบรายชื่อสถานพยาบาลที่เข้าร่วมโครงการประกันสังคมในปี 2563
ได้ที่เว็บไซต์ประกันสังคม www.sso.go.th หรือที่สายด่วน 1506 ตลอด 24 ชั่วโมง



กระทรวงแรงงาน สำนักงานประกันสังคม

CONTACT CENTER 1506 www.sso.go.th (ข้อมูล ณ ธ.ค. 2562)

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒

กระทรวง กระทรวงมหาดไทย
กรม / หน่วยงาน กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย
ช่องทางการติดต่อ สายด่วนนิรภัย ๑๗๘๔

๑) หัวข้อเรื่อง คนพร้อม - รถพร้อม ศึกษาเส้นทาง เดินทางปลอดภัย

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง คนพร้อม - รถพร้อม ศึกษาเส้นทาง เดินทางปลอดภัย

สำหรับในช่วงเทศกาลส่งท้ายปีเก่า ต้อนรับปีใหม่ที่ใกล้จะมาถึงนี้ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย ขอให้ประชาชนที่กำลังวางแผน เตรียมความพร้อมกลับภูมิลำเนาให้เตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมขับรถ การตรวจสอบสภาพรถรถให้สามารถใช้งานได้อย่างปลอดภัย การศึกษาและเลือกใช้เส้นทางที่ปลอดภัย นับเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางถนน และขอแนะนำข้อควรปฏิบัติในการเตรียมพร้อมก่อนขับรถ ดังนี้

๑. เตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมขับรถ โดยผู้ขับขี่ควรนอนหลับพักผ่อนให้เพียงพออย่างน้อยวันละ ๗ - ๘ ชั่วโมง ไม่อดนอนติดต่อกันหลายวัน เพื่อป้องกันการง่วงและหลับใน

๒. หลีกเลี่ยงปัจจัยที่ทำให้เกิดอาการง่วงนอน โดยผู้ขับขี่ต้องไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ และไม่ทานยาที่มีฤทธิ์กดประสาท เพราะทำให้ประสิทธิภาพในการขับรถลดลง

๓. ตรวจสอบรถให้อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน โดยหมั่นตรวจสอบระบบเบรกให้สามารถหยุดรถได้ในระยะทางที่ปลอดภัย ยางรถยนต์อยู่ในสภาพสมบูรณ์และเติมลมยางตามค่าที่กำหนด สัญญาณไฟมีแสงไฟส่องสว่างทุกดวง และเครื่องยนต์ทำงานได้ตามปกติ ไม่มีสัญลักษณ์เตือนบนหน้าปัดรถ กรณีรถมีอาการผิดปกติให้นำรถเข้าศูนย์บริการ เพื่อซ่อมแซมให้อยู่ในสภาพปลอดภัย รวมถึงจัดเตรียมอุปกรณ์ฉุกเฉินไว้ประจำรถ อาทิ ยางอะไหล่ สายพ่วงแบตเตอรี่ ชุดอุปกรณ์ลาก พ่วง จูง พร้อมศึกษาวิธีใช้งาน จะได้นำมาใช้ในการแก้ไขสถานการณ์ฉุกเฉินทันท่วงที

๔. ศึกษาและเลือกใช้เส้นทางที่ปลอดภัย โดยตรวจสอบข้อมูลเส้นทางจากแผนที่ เว็บไซต์ หรือแอพพลิเคชันแนะนำเส้นทาง วางแผนและเลือกใช้เส้นทางที่ปลอดภัย โดยเพิ่มความระมัดระวังเมื่อขับรถผ่านเส้นทางที่ชำรุด อยู่ระหว่างการซ่อมแซมหรือเส้นทางที่ไม่คุ้นเคย

ทั้งนี้ การเรียนรู้ข้อควรปฏิบัติในการเตรียมพร้อมก่อนขับรถ จะช่วยลดความเสี่ยงต่อการเกิดอุบัติเหตุทางถนน และเพิ่มความปลอดภัยในการเดินทาง

“ขับรถมีน้ำใจ รักษาวินัยจราจร”
ด้วยความห่วงใยจากกรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย

****

ข้อมูลข่าวสารเพื่อสร้างการรับรู้สู่ชุมชน
ครั้งที่ ๓๒ / ๒๕๖๒ วันที่ ๒๕ ธันวาคม ๒๕๖๒

กระทรวง กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
กรม/หน่วยงาน กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
หน่วยงานเจ้าของเรื่อง กรมส่งเสริมคุณภาพสิ่งแวดล้อม
ช่องทางการติดต่อ ๐ ๒๒๗๘ ๘๔๐๐ - ๑๙ หรือ E-mail : info@deqp.mail.go.th

๑) หัวข้อเรื่อง อย่าลืม!! งดให้ถุงพลาสติกทั่วประเทศ เริ่มต้น ๑ มกราคม ๖๓ นี้

๒) ข้อความสำหรับใช้ประชาสัมพันธ์

เรื่อง อย่าลืม!! งดให้ถุงพลาสติกทั่วประเทศ เริ่มต้น ๑ มกราคม ๖๓ นี้

ตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๓ เป็นต้นไป ในห้างสรรพสินค้า ซุปเปอร์มาร์เก็ต และร้านสะดวกซื้อจะงดให้บริการถุงพลาสติก เพื่อลดและเลิกใช้พลาสติกแบบใช้ครั้งเดียว (Single – Use Plastic) ที่ก่อให้เกิดผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อมภายใต้ Roadmap การจัดการขยะพลาสติก พ.ศ. ๒๕๖๑ – ๒๕๗๓

ผลที่คาดว่าจะได้รับ คือ ปริมาณขยะถุงพลาสติกหูหิ้วลดลง ๔๕,๐๐๐ ล้านใบต่อปี ส่งผลให้ปริมาณขยะที่ต้องนำไปกำจัดลดลง ๒๒๕,๐๐๐ ตันต่อปี และหน่วยงานภาครัฐประหยัดงบประมาณในการจัดการขยะมูลฝอยได้ ๓๔๐ ล้านบาทต่อปี รวมทั้งประหยัดพื้นที่รองรับและกำจัดขยะมูลฝอยในการฝังกลบได้ประมาณ ๖๑๖ ไร่

จึงขอเชิญชวนประชาชนทุกท่าน เตรียมถุงผ้า หรือตะกร้าของท่านให้พร้อม สำหรับใช้บริการในห้างสรรพสินค้า ซุปเปอร์มาร์เก็ต และร้านสะดวกซื้อต่าง ๆ โดยเริ่มตั้งแต่วันที่ ๑ มกราคม ๒๕๖๓ เป็นต้นไป

****