



# จดหมายข่าว บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง ประจำเดือนมกราคม 2560



1 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็ก นำผู้รับบริการทำบุญตักบาตร เนื่องในโอกาสวันขึ้นปีใหม่ ปี 2560 และเพื่อเป็นสิริมงคล เริ่มต้นในวันใหม่แห่งปีใหม่ ณ บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง



7 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ ร่วมพิธีบำเพ็ญกุศลสวดพระอภิธรรมเพื่อถวายเป็นพระราชกุศลแด่ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ณ พระอุโบสถ วัดคูหาสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง



11 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ ร่วมกันออกกำลังกาย ก่อนเลิกงานตามนโยบายของรัฐมนตรี ณ บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง



12 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบของขวัญให้กับเด็กๆ เนื่องในวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี 2560 ณ โรงเรียนบ้านตันธง ตำบลชุมพล อำเภอศรีนครินทร์ จังหวัดพัทลุง





13 ม.ค. 60 บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง จัดโครงการร่วมใจถักตุ๊กตาวายเป็นพระราชกุศลแด่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช เพื่อให้มีวัสดุอุปกรณ์การเรียนการสอนและกีฬาเพียงพอและสนับสนุนสื่ออุปกรณ์การเรียนการสอนที่หลากหลายและมีประสิทธิภาพ ณ โรงเรียนตำรวจตระเวนชายแดนบ้านควนตะแบก อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง



14 ม.ค. 60 บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง จัดโครงการวันเด็กแห่งชาติ ประจำปี พ.ศ. 2560 กิจกรรมสาธิตและฝึกทักษะศิลปะ เพื่อพัฒนาความคิดที่สร้างสรรค์นำพาชาติมั่นคง เพื่อพัฒนาเด็กทั้งทางร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สังคม และสติปัญญา โดยใช้ศิลปะ เกมส์เป็นสื่อให้เด็กได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ และแก้ไขปัญหาที่สถานการณ์ที่เกิดขึ้น และเพื่อให้เจ้าหน้าที่ได้มีส่วนร่วมในการพัฒนาและส่งเสริมกิจกรรมให้กับเด็กที่เข้าร่วมกิจกรรม ณ บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง



16 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ เข้าร่วมประชุมคณะอนุกรรมการปฏิบัติการป้องกันและปราบปรามการค้ามนุษย์จังหวัดพัทลุง ณ ห้องประชุม ชั้น 5 ศาลากลางจังหวัดพัทลุง

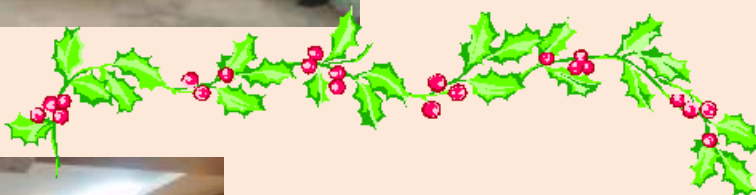




17 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ พร้อมด้วยเจ้าหน้าที่สังกัด กระทรวง พม. ร่วมมอบกระเช้าให้แก่ นายจรูญชัย โชคเรืองสกุล รองรองผู้ว่าราชการจังหวัดพัทลุงคนใหม่ ณ ศาลากลางจังหวัดพัทลุง



17 ม.ค.60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบเงินสงเคราะห์เด็กในครอบครัวช่วยเหลือเด็กขาดแคลนและเด็กฝากเลี้ยงตามบ้าน ณ ตำบลแพรกหา อำเภอกวนขนุน จังหวัดพัทลุง



18 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบเงินสงเคราะห์เด็กในครอบครัวช่วยเหลือเด็กขาดแคลนและเด็กฝากเลี้ยงตามบ้าน ณ โรงเรียนสตรีพัทลุง ตำบลคูหาสวรรค์ อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง



18 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ เข้าร่วมประชุมทบทวนแผนปฏิบัติการประจำปีงบประมาณ 2560 ณ สนง.พมจ.พัทลุง





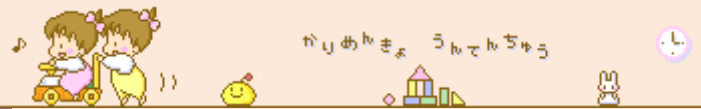
24 - 27 ม.ค. อบรมเชิงปฏิบัติการเสริมสร้างศักยภาพครอบครัวลดความรุนแรงในเด็กเล็ก รุ่นที่ 1 ณ โรงแรมเดอะทวิน ทาวเวอร์ กทม



24 ม.ค. 60 เข้าร่วมการประชุมเชิงปฏิบัติการการจัดทำแผน ยุทธศาสตร์พัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดพัทลุง พ.ศ.2560-2564 ณ สถาบันพัฒนาองค์กรชุมชน ตำบลตำนาน อำเภอเมือง จังหวัดพัทลุง



24 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบเงินสงเคราะห์เด็กในครอบครัวช่วยเหลือเด็กขาดแคลนและเด็กฝากเลี้ยงตามบ้าน ณ โรงเรียนปากเหมือง อำเภอป่าพะยอม จังหวัดพัทลุง



24 ม.ค.60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบเงินสงเคราะห์เด็กใน ครอบครัวช่วยเหลือเด็กขาดแคลนและเด็กฝากเลี้ยงตามบ้าน ณ ต.เขาชัยสน อ.เขาชัยสน จ.พัทลุง





24 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ เข้าร่วมโครงการยกระดับคุณภาพบริหารด้านการเงินการคลังภาครัฐแก่ส่วนราชการและองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเพื่อสนับสนุนการเติบโตทางด้านเศรษฐกิจจังหวัดพัทลุง อย่างยั่งยืน ณ ห้องประชุมกาบบัว ชั้น 5 ศาลากลางจังหวัดพัทลุง



25 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ มอบเงินสงเคราะห์เด็กในครอบครัวช่วยเหลือเด็กขาดแคลนและเด็กฝากเลี้ยงตามบ้าน ณ โรงเรียนบ้านทุ่งนารี กับเกษตริณคม ต.ทุ่งนารี อ.ป่าบอน จ.พัทลุง



26 ม.ค. 60 เจ้าหน้าที่บ้านพักเด็กฯ ได้ร่วมพิธีลงเสาเอกและสนับสนุนงบประมาณเพื่อสมทบการสร้างบ้านให้แก่ นางเครื่องสงขลา สุวรรณโณ กรณีประสบปัญหาด้านที่อยู่อาศัย ณ หมู่ที่ 3 ตำบลโคกสัก อำเภอบางแก้ว จังหวัดพัทลุง



27 ม.ค. 60 บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง ได้จัดกิจกรรมโครงการสังคมสมานฉันท์ด้วยธรรมะปัญญา ประจำปี 2560 เพื่อส่งเสริมและพัฒนาให้เด็กและเยาวชน รวมถึงผู้ใช้บริการให้เห็นคุณค่าและเกิดทัศนคติที่ดีต่อตนเอง รวมถึงเกิดทักษะในการทำงานอย่างมีความสุข ณ บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง





สถิติของผู้ใช้บริการของบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพัทลุง  
ประจำเดือนมกราคม 2560



ที่	สภาพปัญหา	ผู้รับบริการ (ยอดยกมา)		ผู้รับบริการ (รับใหม่)		ที่	สภาพปัญหา	ผู้รับบริการ (ยอดยกมา)		ผู้รับบริการ (รับใหม่)	
		ชาย	หญิง	ชาย	หญิง			ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
1.	ปัญหาเด็กและเยาวชน					3.	ปัญหาชีวิตครอบครัว				
	1.1 เด็กกำพร้า/ไร้ที่พึ่ง						3.1 ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว				
	1.2 เด็กเร่ร่อน/ขอทาน						3.2 ปัญหาหย่าร้าง/แยกทาง/ไม่รับผิดชอบครอบครัว				
	1.3 บุตรผู้รับบริการสงเคราะห์/ติดตามดา			3	3	4.	ปัญหาเศรษฐกิจ/การเงิน (ครอบครัวยากจน)				
	1.4 เด็กที่ผู้ปกครองไม่สามารถอุปการะเลี้ยงดูได้	3	4			5.	ปัญหาคนพิการ				
	1.5 เด็กมีปัญหาพฤติกรรม					6.	ปัญหาผู้สูงอายุ				
	1.6 ต้องการฝากเด็กเข้าสถานสงเคราะห์			1		7.	ปัญหาที่อยู่อาศัย				
	1.7 ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์					8.	ผู้ป่วยจิตเวช				
	1.8 ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว		2	1	3	9.	ปัญหาเกี่ยวกับชาย/หญิง (เร่ร่อน/ขอทาน)				
	1.9 ถูกกระทำความรุนแรง (จากผู้ที่มีใช้บุคคลในครอบครัว)					10.	ปัญหาการค้ามนุษย์				
	1.10 ปัญหาด้านการศึกษา					11.	ปัญหาเกี่ยวกับผู้ติดเชื้อและได้รับผลกระทบจาก HIV				
	1.11 การเลี้ยงดูบุตรไม่เหมาะสม					12.	ปัญหาสุขภาพ			1	
2.	ปัญหาสตรี					13.	เบาะแสด้านสังคม				
	2.1 ตั้งครรภ์ไม่พึงประสงค์				1	14.	ปัญหาอื่นๆ				
	2.2 ถูกกระทำความรุนแรงในครอบครัว						14.1 หลบหนีเข้าเมืองผิดกฎหมาย				
	2.3 ถูกกระทำความรุนแรง (จากผู้ที่มีใช้บุคคลในครอบครัว)						14.2 ขอรับคำปรึกษา, สอบถามข้อมูล				
	รวม	3	6	5	7		รวม	-	-	1	-
รวมจำนวนทั้งสิ้น 22 ราย											



# เกร็ดลับน่ารู้

## 6 ท่าพิชิตอาการปวดออฟฟิศซินโดรม



### บริหารต้นคอ

ไขว้แขนขวาไปด้านหลัง  
เอียงคอไปด้านซ้าย  
เอื้อมมือซ้ายไปวางบน  
ศีรษะด้านขวา  
ทำสลับกันอีกข้าง



### บริหารข่าและไหล่

ยืนตัวตรง ประสานมือ  
เหยียดแขนไปข้างหน้า  
ก้มศีรษะพร้อมกับยืดตัว  
ไปข้างหน้าเล็กน้อย  
ค้างไว้แล้วนับ 1-10



### บริหารสะบัก และหน้าอก

ยืนตัวตรง กางแขนทั้ง  
สองข้างออกในลักษณะ  
ตั้งฉาก แล้วค่อยๆ ดึง  
แขนไปด้านหลัง



### บริหารหลัง

ยืนตัวตรง ค่อยๆ  
ก้มตัว เอามือทั้งสอง  
ข้างวางแนบพื้นโดย  
ไม่เอวเข้า



### บริหารหลังขา น่อง

ก้มตัว สอดมือทั้งสอง  
ไว้ด้านหลังหัวเข่า ค่อยๆ  
งอเข่าทั้งสองข้างค้างไว้  
แล้วนับ 1-10



### บริหารหลัง

ยืนตัวตรง ยกแขน  
ทั้งสองข้างเหนือศีรษะ  
ประสานมือเอาไว้  
แล้วค่อยๆ เอนตัวไป  
ด้านหลัง



### สถานที่ติดต่อราชการ

185 หมู่ที่ 1 ตำบลโคกชะงาย อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร 93000

โทรศัพท์ 0 7482 9991

โทรสาร 0 7482 9992

เว็บไซต์ : [www.ptl-shelter.com](http://www.ptl-shelter.com)

Facebook : <https://www.facebook.com/บ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดพิจิตร> Phatthalung Shelter

E-Mail : [phatthalungshelter@dcy.go.th](mailto:phatthalungshelter@dcy.go.th)

