



ที่ นม ๕๔๓๐๗/ว ๗/๕๕

สำนักงานเทศบาลตำบลตลาดแค
ถนนมิตรภาพ นม. ๓๐๔๒๐

๑๐ กรกฎาคม ๒๕๖๒

เรื่อง ขอบขออนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์จดหมายข่าว

เรียน นายอำเภอโนนสูง, ผู้กำกับการสถานีตำรวจภูธรโนนสูง, นายกเทศมนตรี/นายกองค์การบริหารส่วนตำบล
ทุกแห่ง, สมาชิกสภาเทศบาลตำบลตลาดแค, ผู้ใหญ่บ้านหมู่ที่ ๑, หมู่ ๒, หมู่ ๔, หมู่ ๑๑, หมู่ ๑๒, หมู่ ๑๕
และประธานคณะกรรมการชุมชน ทุกชุมชน

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. จดหมายข่าว

จำนวน ๑ ฉบับ

๒. แบบตอบรับ

จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยเทศบาลตำบลตลาดแค ได้ดำเนินการจัดทำจดหมายข่าวเทศบาลตำบลตลาดแค ประจำเดือน
มิถุนายน ๒๕๖๒ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. ๒๕๖๒ เพื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ผลงาน การดำเนินงานโครงการ
และกิจกรรมต่างๆ ให้หน่วยงานอื่นและประชาชนทั่วไป ได้รับทราบข่าวสารอย่างทั่วถึง

เทศบาลตำบลตลาดแค จึงขอส่งจดหมายข่าวเทศบาลตำบลตลาดแค มายังหน่วยงานท่านเพื่อ
เผยแพร่และประชาสัมพันธ์ให้ทราบโดยทั่วกัน อนึ่ง หากได้รับแล้วโปรดตอบรับส่งคืนให้เทศบาลตำบลตลาดแค
ทราบด้วย จักเป็นพระคุณยิ่ง

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบและพิจารณาดำเนินการต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายชัยรัตน์ กิตติหิรัญวัฒน์)
นายกเทศมนตรีตำบลตลาดแค

กองวิชาการและแผนงาน

งานประชาสัมพันธ์

โทรศัพท์ ๐ ๔๔๙๑ ๗๐๐๙-๑๐

โทรสาร ๐ ๔๔๙๑ ๗๐๑๐

www.Taladkae.go.th

“ยึดมั่นธรรมาภิบาล บริการเพื่อประชาชน”

ปลัด

รองฯ



เกษตรมาช่วย

เทศบาลตำบลตลาดแค อำเภอโนนสูง จังหวัดนครราชสีมา

ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๒



จ่ายเบี้ยยังชีพผู้สูงอายุและคนพิการ ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๒



กองสวัสดิการสังคม เทศบาลตำบลตลาดแค จ่ายเงินสงเคราะห์เบี้ยยังชีพผู้สูงอายุและคนพิการ ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๒



ประชุมประชาคมท้องถิ่นระดับตำบล



วันศุกร์ที่ ๗ มิถุนายน ๒๕๖๒ เทศบาลตำบลตลาดแค ได้ดำเนินการประชุมประชาคมท้องถิ่นระดับตำบล เพื่อทบทวนแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๖๕) ภายใต้โครงการประชาคมเพื่อจัดทำแผนพัฒนาเทศบาล ประจำปีงบประมาณ พ.ศ.๒๕๖๒ ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลตลาดแค



ประชุมคณะกรรมการสนับสนุนการจัดทำแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. ๒๕๖๑-๒๕๖๕)



วันจันทร์ที่ ๑๐ มิถุนายน ๒๕๖๒ เทศบาลตำบลตลาดแค ได้ดำเนินการประชุมคณะกรรมการสนับสนุนการจัดทำแผนพัฒนาเทศบาลตำบล เพื่อจัดทำร่างแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.๒๕๖๑-๒๕๖๕) ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลตลาดแค





ชมรมผู้สูงอายุและโรงเรียนผู้สูงอายุเทศบาลตำบลลาดแค



สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์จังหวัดนครราชสีมา ร่วมกับเทศบาลตำบลลาดแค กำหนดจัดโครงการเสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพ คุณภาพชีวิตทุกช่วงวัย (กิจกรรมรวมพลังผู้สูงวัย ร่วมใจพัฒนาสังคม)

ช่วงที่ ๑ กิจกรรมนันทนาการและการออกกำลังกาย

๓๑ พฤษภาคม ๒๕๖๒ โดยมีวิทยากรคือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ฤทธิ เทพไทอำนวย อาจารย์ประจำคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา



๔ มิถุนายน ๒๕๖๒ "กีฬาวู้ดบอลสำหรับผู้สูงอายุ" สาธิตและทดลองการใช้อุปกรณ์กีฬาวู้ดบอล โดยวิทยากรจิตอาสา ชมรมกีฬาวู้ดบอล



วันที่ ๑๓ มิถุนายน ๒๕๖๒ "การออกกำลังกายด้วยตาราง ๙ ช่อง" โดยนางภัณฑิรา นาคชลธิ เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอโนนแดง เป็นวิทยากร



ช่วงที่ ๒ กิจกรรมถ่ายทอดภูมิปัญญาและฝึกอาชีพผู้สูงอายุ

๑๑ มิถุนายน ๒๕๖๒ "การพัฒนาผลิตภัณฑ์ผู้สูงอายุ" และ "การทำแผนพัฒนาผลิตภัณฑ์ผู้สูงอายุ" วิทยากรโดย รองศาสตราจารย์วัฒนาภรณ์ ไชรัตน์ชัย จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา



๑๔ มิถุนายน ๒๕๖๒ เรื่อง "การจัดตั้งกลุ่ม และการขอรับการสนับสนุนแหล่งทุนตาม พ.ร.บ.วิสาหกิจชุมชน" โดยวิทยากรจาก สำนักงานเกษตร อำเภอโนนสูง



๑๗ มิถุนายน ๒๕๖๒ เรื่อง "ผลิตภัณฑ์อาหารสู่การพัฒนาอาชีพผู้สูงอายุ" วิทยากรโดย รองศาสตราจารย์วัฒนาภรณ์ ไชครัตนชัย และอาจารย์หงส์วริน ไชยวงศ์ จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา



๑๘ มิถุนายน ๒๕๖๒ เรื่อง "ผลิตภัณฑ์อาหารสู่การพัฒนาอาชีพผู้สูงอายุ" วิทยากรโดย รองศาสตราจารย์วัฒนาภรณ์ ไชครัตนชัย และอาจารย์หงส์วริน ไชยวงศ์ จากมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา





โครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ



๑๙ มิถุนายน ๒๕๖๒ เทศบาลตำบลลาดแคจัดโครงการพัฒนาคุณภาพชีวิตผู้สูงอายุและคนพิการ กิจกรรมปฏิบัติธรรม เดินจงกรม และกิจกรรมนันทนาการ



ประชุมคณะกรรมการพัฒนาเทศบาล



วันศุกร์ที่ ๒๘ มิถุนายน ๒๕๖๒ เทศบาลตำบลลาดแคได้ดำเนินการประชุมคณะกรรมการพัฒนาเทศบาลตำบลลาดแค เพื่อพิจารณาร่างแผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ.๒๕๖๑ - ๒๕๖๕) ณ ห้องประชุมเทศบาลตำบลลาดแค



ดูโคลนเลนหน้า รร.เทศบาลและโรงสูบน้ำอเนามัย



ปรับภูมิทัศน์ภายในเขตเทศบาลตำบลลาดแค



ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๒





ระบายตะกอนน้ำประปาในเขตเทศบาล



ประจำเดือน มิถุนายน ๒๕๖๒



สาระน่ารู้

7 พืชผลไม้ ป້องกิน โรคกระ=ดูก

กะหล่ำปลี มีทั้งแคลเซียม ฟอสฟอรัส วิตามินเอ ซี กรดโฟลิก เหล็ก เบต้าแคโรทีน และโพแทสเซียม

กล้วย มีทั้งแคลเซียมและโพแทสเซียมรวมทั้ง วิตามินบี 1 วิตามิน บี 2 วิตามินซี และ สารอาหารอื่นๆ อีกมากมาย

บลอคโคลี อุดมด้วยแคลเซียม แมงกานีส โพแทสเซียม ฟอสฟอรัส แมกนีเซียม เหล็ก รวมถึงวิตามินเอ ซี และเค ซึ่งมีส่วน ในการต่อต้านโรคมะเร็ง และช่วยปรับไปโฮสต์โคเรจลางกับในเ่างกายลดน้อยลงอีกด้วย

ผลกีวี อุดมด้วยแคลเซียม และยังมียูตามินซี สูงิน และแคโรทีนอยด์ที่ทำให้ลดการเป็นโรคหัวใจลงด้วย

ผักคะน้า เป็นแหล่งแคลเซียมสูง ช่วยสร้างเสริมกระดูกให้แข็งแรง เพราะมีสารสำคัญอย่าง ซีนีฟร่าพันสารเรติกอินโคดส์ กรดอโรมาชาติโฟลิก และกำมะถัน

ใบยอ มีวิตามินเอในรูปเบต้าแคโรทีนสูงมาก และยังมีอุดมด้วยแคลเซียม สูงถึง 4๐๐ มิลลิกรัม ต่อใบยอน้ำหนัก 1๐๐ กรัม

หอมหัวใหญ่ มีทั้งธาตุแคลเซียม แมกนีเซียม ฟอสฟอรัส โพแทสเซียม กำมะถัน ซิลิเนียม เบต้าแคโรทีน กรดโฟลิก ฟลาโวนอยด์ และเคอราเซทิน ที่ช่วยยับยั้งความเสี่ยงของกระดูก



พบกับใหม่ฉบับหน้าจะจ๊ะ



จัดทำโดย

งานประชาสัมพันธ์ / กองวิชาการและแผนงาน

เทศบาลตำบลลาดแค ต.ธารปราสาท อ.โนนสูง จ.นครราชสีมา

โทร. ๐-๔๔๕๑-๗๐๑๐ แฟกซ์ ๐-๔๔๕๑-๗๐๑๐

<http://www.taladkae.go.th>