



วารสารเทศบาล

บ้านเรา

นครนครสวรรค์

ปีที่ 14 ฉบับประจำเดือนพฤษภาคม พ.ศ. 2560

www.nsm.go.th

หลวงพ่อดิศสวรตย์ผู้บ้าน อุทยานสวรรค์ผู้เมือง ลือเลื่องเทศบาลอลังการ สายธารต้นเจ้าพระยา ประเพณีล้ำค่าแห่งมังกร



“ประเพณีตบ มงคลวิสาขะ
ทำบุญไหว้พระ ละชั่วทำดี”
วันวิสาขบูชา พุทธศักราช ๒๕๖๐

พนักงานเทศบาล พนักงานครูเทศบาลและประชาชนในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์

น้อมรำลึกในพระมหากรุณาธิคุณ

ร่วมจัดทำดอกไม้จันทน์เพื่อใช้ในพิธีถวายพระเพลิง

พระบรมศพพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช

อาคารเทศบาลนครนครสวรรค์ พนักงานเทศบาล พนักงานครูเทศบาล และประชาชนในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์ร่วมจัดทำดอกไม้จันทน์เพื่อใช้ในพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช โดยร่วมกันจัดทำดอกไม้จันทน์ในรูปแบบต่างๆ อาทิ ดอกดารารัตน์ หรือดอกแดฟโฟดิล (Daffodil) ซึ่งที่มาของการนำดอกไม้ชนิดนี้มาเป็น ดอกไม้จันทน์ ในพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชนั้น เนื่องจากเป็นดอกไม้ที่ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงโปรดและทรงมอบให้กับสมเด็จพระนางเจ้าสิริกิติ์ พระบรมราชินีนาถ เมื่อครั้งที่ยังมิได้ราชาภิเษกสมรส ขณะนั้น ม.ร.ว.หญิงสิริกิติ์ กิติยากร ทรงประทับอยู่ที่ปารีส ประเทศฝรั่งเศส ขณะที่พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ทรงศึกษาและประทับอยู่ที่ สวิสเซอร์แลนด์ หากพอมิเวลาว่างครั้งใด พระองค์ท่านมักจะขับรถยนต์ด้วยพระองค์เอง ข้ามพรมแดนมาเยี่ยมเยียน พระราชินีอยู่เสมอ ทุกครั้งที่เสด็จมา จะมีดอกไม้มาให้เป็นประจำ คือดอกแดฟโฟดิล



ในการนี้วัสดุหลักที่นำมาใช้ประกอบด้วยไม้โมกมัน โดยไม้โมกมันถือเป็นไม้มงคลที่นับวันจะหายากมากขึ้น ไม้โมกมันมีลักษณะเป็นไม้เนื้ออ่อนแต่เนื้อเหนียว เหมาะสำหรับทำเป็นลวดลายประดับ เพราะมีลวดลายไม้ที่สวยงาม เนื้อไม้มีสีขาวนวล และยังเป็นไม้มงคลที่มีความสวยงาม เมื่อนำมาทำเป็นช่อดอกไม้จันทน์ โดยก่อนที่จะทำต้องนำไม้โมกมันมาไสด้วยกบไสไม้แบบมือเพื่อให้ได้แผ่นไม้โมกมันที่บาง จากนั้นจึงนำแผ่นไม้โมกมันที่ไสแล้วมาตัดเป็นกลีบดอก ตกแต่งด้วยใบโพธิ์ และหนวดจันทน์ ที่ทำจากไม้สน มาประดิษฐ์เป็นดอกไม้ชนิดต่างๆ ซึ่งมีทั้งดอกดารารัตน์ ดอกกุหลาบ ดอกลีลาวดี ดอกเฟื่องฟ้า ดอกแก้วและดอกไม้ไทยอื่นๆ ภายหลังนำมาเข้ารูปจนเป็นดอกไม้ต่างๆ แล้วจึงนำมาจัดเข้าช่อเป็นดอกไม้จันทน์ เพื่อใช้เป็นส่วนหนึ่งในพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพพระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดชของจังหวัดนครสวรรค์ อีกทั้งส่วนหนึ่งยังจะนำส่งมอบให้กับกองพระราชพิธี สำนักพระราชวัง เพื่อใช้ในพระราชพิธีถวายพระเพลิงพระบรมศพ พระบาทสมเด็จพระปรมินทรมหาภูมิพลอดุลยเดช ณ มณฑลพิธี ท้องสนามหลวงต่อไป



สายตรง

นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์

ทุกคำถาม.. ทุกปัญหา.. และเรื่องราวต่างๆ

กรุณาแจ้งผ่าน..



ตู้ปณ.999

facebook

จิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ jittakasem nirojthanarat

ทุกเรื่องราวจะได้รับการแก้ไขและนำไปเป็นข้อมูลในการปรับปรุงพัฒนาการบริหารและบริการ
เพื่อความเป็นอยู่ที่ดีของประชาชนในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์



แจ้งปะปาขัดข้อง เกิดเหตุเพลิงไหม้



24

ชั่วโมง

ในบ้านหรือที่สาธารณะ

โทร. 056-212175 , 056-336669

น้ำทุกหยดมีคุณค่า กรุณาใช้น้ำอย่างประหยัด

แจ้ง 199
056-221101



iLive@NSM

เทศบาลนครนครสวรรค์ เพื่อประชาชน
ให้บริการอินเทอร์เน็ต

ฟรี

ทั่วเขตเทศบาลนครนครสวรรค์

โดยสามารถติดต่อสอบถาม - ขอใช้บริการ ได้ที่..
งานเทคโนโลยีสารสนเทศ ชั้น 3 โทร. 056-219528



“ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลด ละ เลิกยาสูบ ของเยาวชนและประชาชนในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์”



เทศบาลนครสวรรค์จัดกิจกรรม “ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลด ละ เลิกยาสูบ ของเยาวชนและประชาชนในเขตเทศบาลนครสวรรค์” หวังเป็นส่วนหนึ่งลดจำนวนผู้ป่วยและผู้สูบบุหรี่

บุหรี่ยับเป็นสารเสพติด ซึ่งถือเป็นปัญหาที่วิกฤติและภัยคุกคามต่อสุขภาพของประชาชนเป็นอันดับต้นของการเจ็บป่วย อาทิ โรคถุงลมโป่งพอง โรคอัมพาต และสมองเสื่อม โรคกระดูกพรุน โรคมะเร็งปอด โรคหัวใจขาดเลือด ซึ่งการเผาไหม้ของบุหรี่ยี่ 1 มวน จะทำให้เกิดสารเคมีต่างๆ มากกว่า 7,000 ชนิด ในจำนวนนี้เป็นสารพิษที่ก่อมะเร็งได้มากถึง 70 ชนิด อาทิ คาร์บอนมอนอกไซด์ แคลเดเมียม ไฮโดรเจนไซยาไนด์ ฟอร์มาลดีไฮด์ สารกัมมันตรังสี ฯลฯ

นอกจากนี้บุหรี่ยังไม่ได้ส่งผลเพียงแค่ผู้สูบเท่านั้นแต่ยังส่งผลไปยังบุคคลที่อยู่ใกล้หรืออยู่บริเวณใกล้เคียงนั้นด้วย หรือที่เรียกว่าควันบุหรี่ยี่มือสองซึ่งถือว่าเป็นอีกหนึ่งเรื่องที่น่าวิตก เนื่องจากในแต่ละปีมีผู้เสียชีวิตหลายแสนคนจากการรับควันบุหรี่ยี่มือสองตลอดจนควันบุหรี่ยี่มือสาม ซึ่งหลายคนอาจจะยังไม่รู้ควันบุหรี่ยี่มือสามคืออนุภาคละอองไอสารเคมีที่เป็นพิษจากควันบุหรี่ยี่ที่ตกค้างเกาะติดอยู่ตามสิ่งต่างๆ ในสถานที่ที่มีการสูบบุหรี่แม้บุหรี่ยี่จะดับไปแล้วก็ตามรวมถึงยังเกาะติดตามเสื้อผ้าด้วย ซึ่งผู้สูบบุหรี่มีตั้งแต่วัยรุ่นไปจนถึงวัยชรา และมีความเชื่อที่ผิดเกี่ยวกับบุหรี่ยี่ อย่าง สูบบุหรี่ทำให้หายเครียด บุหรี่ยี่สูดอ่อนมีอันตรายน้อยกว่า ถ้าหยุดสูบบุหรี่ทันทีจะทำให้ป่วย

เทศบาลนครสวรรค์เล็งเห็นถึงความสำคัญของสุขภาพ จึงได้มีการณรงค์เกี่ยวกับเรื่องพิษภัยของบุหรี่ยี่มาอย่างต่อเนื่อง ผ่านช่องทางต่างๆ ทั้งการจัดกิจกรรม ประชาสัมพันธ์ผ่านสื่อสิ่งพิมพ์แผ่นพับ การพูดคุยเข้าถึงชุมชน ล่าสุดได้มีการจัดโครงการ “ปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ลด ละ เลิกยาสูบ ของเยาวชนและประชาชนในเขตเทศบาลนครสวรรค์” เพื่อให้เยาวชนและประชาชน มีความรู้ ความเข้าใจ จนเกิดความตระหนักถึงโทษและพิษภัยของบุหรี่ยี่ และสมัครใจเข้ารับการอบรมและบำบัดรักษา เพื่อ ลด ละ และเลิกบุหรี่ยี่ได้สำเร็จได้อย่างยั่งยืนไม่หวนกลับไปสูบบุหรี่อีก ตลอดจนบอกเล่าความรู้ที่ได้รับถึงพิษภัยอันตรายต่อไปยังคนใกล้ตัวหรือบุคคลในครอบครัวที่สูบบุหรี่หรือมีความเสี่ยงในการสูบบุหรี่หรือเสี่ยงต่อการได้รับสารพิษจากบุหรี่ยี่ เพื่อร่วมเป็นส่วนหนึ่งในการลดจำนวนผู้ป่วยและผู้สูบบุหรี่

พิษภัยของบุหรี่ยี่ และป้องกันการมีผู้สูบบุหรี่รายใหม่

โดยภายในกิจกรรมเป็นการให้ความรู้เกี่ยวกับภัยของบุหรี่ยี่จากวิทยากรผู้เชี่ยวชาญ และทำกิจกรรมทดสอบโดยจะมีเครื่องเป่าทดสอบค่าออกซิเจน ค่าคาร์บอนมอนอกไซด์จากลมหายใจ นอกจากนี้ยังมีวิธีการเลิกบุหรี่ยี่ด้วยตนเองมาแนะนำ อย่างเช่น สร้างแรงจูงใจให้กับตัวเอง ตั้งเป้าหมายให้ตัวเอง อย่างรอช้าลงมือทันที หางไกลสิ่งกระตุ้น ออกกำลังกาย ไม่หมกมุ่นอยู่กับความเครียด อย่างกลับไปสูบบุหรี่อีกครั้ง และมีการติดตามผลผู้เข้ารับการเลิกบุหรี่ยี่อย่างต่อเนื่อง

บุหรี่ยี่ด้วยรูปทรงที่ดูเล็กมวนนิดเดียว แต่ภัยของเจ้าสิ่งนี้ไม่เล็กอย่างที่คิด อย่าได้คิดลอง เพราะไม่ใช่เพียงแค่คุณเท่านั้นที่จะได้รับผลแต่ยังส่งภัยไปถึงคนใกล้ตัวและคนคุณรัก หยุดคิดสักนิดก่อนคิดลอง เพื่อร่วมกันเป็นส่วนหนึ่งในการลดจำนวนผู้ป่วยและผู้สูบบุหรี่ เพื่อสังคมปลอดบุหรี่ยี่

เทศบาลนครนครสวรรค์ ส่งเสริมพัฒนาการเด็กปฐมวัย เพื่อพัฒนาการที่สมวัย เติบโต และอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข



เทศบาลนครนครสวรรค์ ส่งเสริมพัฒนาการเด็ก ปฐมวัย เพื่อพัฒนาการที่สมวัย เติบโตและอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา เทศบาลนครนครสวรรค์ห่วงใย และใส่ใจความเป็นอยู่ของชุมชนมาอย่างต่อเนื่อง ด้วยการส่งเสริมกิจกรรม ความรู้ในด้านต่างๆ โดยการให้คนในชุมชนได้ เข้ามามีส่วนร่วม เพื่อร่วมกันบริหารพื้นที่ให้ดียิ่งขึ้น โดยส่งเสริม กิจกรรมให้กับคนทุกเพศ ทุกวัย ซึ่งจะเปิดโอกาสให้ตัวแทน ชุมชนเสนอโครงการกิจกรรมที่มีประโยชน์ต่อชุมชนและร่วม กันพัฒนาต่อยอด ทั้งในเรื่องของความเป็นอยู่สุภาพ ซึ่งที่ผ่านมาจะเห็นได้จากกิจกรรมเยี่ยมผู้ป่วย ตัดบ้านติดเตียง กิจกรรม ห่วงใยใส่ใจผู้สูงอายุ ซึ่งจะมีกิจกรรมให้ผู้สูงอายุมาร่วมทำอยู่ ตลอด เพื่อเตรียมพร้อมรองรับสังคมผู้สูงอายุและไม่ให้เกิด ความเครียด กิจกรรมวาดรูปทำของประดิษฐ์ สำหรับเด็ก ๆ ในช่วงปิดเทอม เพื่อให้เยาวชนได้รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และเสริมสร้างจินตนาการ กิจกรรมออกกำลังกาย กิจกรรมทำ ผลิตภัณฑ์น้ำยาล้างจานไว้ใช้เอง ผลิตภัณฑ์กลุ่มชุมชน ฯลฯ



โครงการพัฒนาศักยภาพครูพี่เลี้ยงเรื่องการส่งเสริม พัฒนาการเด็กด้วย DSPM (Development Surveillance and Promotion Manual) เป็นอีกหนึ่งโครงการที่เทศบาลนคร นครสวรรค์ให้การสนับสนุน เพื่อพัฒนาศักยภาพครูศูนย์เด็กเล็ก และครูปฐมวัย ให้มีความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง เกี่ยวกับการ ส่งเสริมเด็กด้วย DSPM โดยจะทำการพัฒนาเด็กเล็กในเรื่อง ของการเคลื่อนไหว พัฒนาด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและสติปัญญา พัฒนาด้านการเข้าใจภาษา พัฒนาด้านการใช้ภาษา พัฒนาด้าน การช่วยเหลือตนเองและสังคม ซึ่งเด็ก ๆ เยาวชนนั้นว่าเป็นกลุ่ม ที่มีความสำคัญต่อประเทศชาติอย่างมาก จะเป็นกำลังสำคัญ ในการพัฒนาชาติต่อไปในอนาคต จึงจำเป็นที่จะต้องปลูกฝัง ตั้งแต่วัยเด็กให้มีพัฒนาการสมวัยและสามารถช่วยเหลือตัวเอง และอยู่ในสังคมได้โดยไม่เกิดปัญหา จากข้อมูลเด็กไทยเกิดมามี พัฒนาการปกติกว่าร้อยละ 90 แต่ผ่านไปช่วงอายุประมาณ 1-3 ปี พบว่ามีพัฒนาการล่าช้ากว่าเกณฑ์ และเมื่อเด็กอายุ 3 ขวบ ไปแล้ว ส่วนใหญ่แล้วผู้ปกครองจะนำไปฝากเลี้ยง เด็กเริ่มที่จะ ออกสู่สังคมในรูปของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก หรือโรงเรียนอนุบาล จึงเป็นเรื่องที่ต้องติดตามอย่างต่อเนื่อง

การปลูกฝังนั้นนอกจากที่บ้านแล้วที่โรงเรียนหรือศูนย์ พัฒนาการเด็กก็มีส่วนสำคัญ ผู้ที่ดูแลต้องมีความรู้เข้าใจในตัวเด็ก ตลอดจนให้ความใส่ใจสังเกตพฤติกรรม ความคิด ความรู้และ พัฒนาการของเด็กว่าเป็นไปในทิศทางใด เพื่อที่จะได้นำจุดนั้นมา ปรับให้สอดคล้องเกิดประสิทธิภาพในการพัฒนา ทั้งการพัฒนา ทางด้าน IQ และการพัฒนาทางด้าน EQ ไปพร้อมๆกัน เพื่อให้ เด็กเติบโตและสามารถอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข

บ่อบำบัดน้ำเสีย : ประโยชน์ที่แหล่งน้ำได้รับ



ปัจจุบันมลภาวะทางน้ำเป็นอีกหนึ่งเรื่องที่คนหันมาใส่ใจกันมากขึ้น เนื่องจากน้ำมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิต ทั้งในเรื่องของอุปโภคและบริโภคตลอดจนเป็นเส้นทางในการใช้สัญจร และน้ำที่ใช้แล้วก็จะถูกปล่อยทิ้งออกมาซึ่งน้ำที่ถูกปล่อยทิ้งออกมานั้นไม่ว่าจะอยู่ในกลุ่มของครัวเรือนชุมชน หรือโรงงานอุตสาหกรรม ล้วนแต่เป็นน้ำเสียที่ก่อให้เกิดมลพิษทางน้ำทั้งในเรื่องของสี ความสกปรก และกลิ่นเหม็นที่ตามมา ซึ่งเป็นเรื่องที่ทุกภาคส่วนต้องช่วยกันไม่ว่าจะเป็นหน่วยงานหรือประชาชน

เทศบาลนครนครสวรรค์ได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของมลภาวะทางน้ำ โรงปรับปรุงคุณภาพน้ำ ต้นแม่น้ำเจ้าพระยา พื้นที่ประมาณ 1.3 ไร่ เทศบาลนครนครสวรรค์ได้มีการจัดตั้งมาเป็นระยะเวลาเกือบ 10 ปีแล้ว เพื่อบำบัดน้ำเสียลดมลพิษทางน้ำ โดยตระหนักเห็นถึงคุณภาพชีวิตประชาชนตลอดจนสิ่งแวดล้อมที่มีคุณภาพยั่งยืนสืบไป ซึ่งโรงปรับปรุงคุณภาพน้ำได้เริ่มก่อสร้างมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 จนถึงปัจจุบัน มีปริมาณ น้ำเสียเฉลี่ยวันละ 36,000 ลบ.ม. ซึ่งมีค่าใช้จ่ายในการรวบรวมและบำบัดน้ำเสีย ประมาณ 1,650,000 บาท ต่อเดือน ระบบบำบัดน้ำเสีย มีอยู่ด้วยกันหลายแบบ ซึ่งโรงปรับปรุงคุณภาพน้ำเทศบาลนครนครสวรรค์ใช้เครื่องจักรกลในการบำบัดน้ำเสียโดยการเติมอากาศแบบตะกอนเร่ง ซึ่งมีชื่อเรียกของระบบบำบัดน้ำเสีย เพื่อใช้กำจัดความสกปรกในรูปสารอินทรีย์ว่าระบบ MSBR ถูกออกแบบก่อสร้างให้สามารถบำบัดน้ำเสียได้ 36,000 ลูกบาศก์เมตร / วัน และขยายขีดความสามารถได้ถึง 45,000 ลูกบาศก์เมตร / วัน คาดว่าจะสามารถรองรับการเจริญเติบโตของเมืองได้ถึง 20 ปีข้างหน้า

สำหรับความสำคัญของบ่อบำบัดน้ำเสียนั้น บ่อบำบัดน้ำเสียเป็นที่รวบรวมน้ำเสียจากบ้านเรือนและแหล่ง อุตสาหกรรม โดยเข้าสู่กระบวนการบำบัดแบบต่าง ๆ เพื่อกำจัดมลสารที่อยู่ในน้ำเสีย ให้มีคุณภาพดีขึ้นและไม่ก่อให้เกิดผลเสียต่อแหล่งน้ำธรรมชาติหรือสิ่งแวดล้อมโดยรอบ ซึ่งน้ำเสียที่ผ่านการบำบัดแล้วจะถูกระบายลงสู่แหล่งน้ำสาธารณะ หรือบางส่วนยังสามารถนำกลับมาใช้ประโยชน์ในด้านการเกษตร อุตสาหกรรม และอื่นๆ แม้ว่าน้ำจะเป็นแหล่งทรัพยากรที่มีการใช้ซ้ำหลายครั้งจนเวียนเป็นวัฏจักร และมีกระบวนการทำให้สะอาดโดยตัวมันเอง (Self Purification) แต่กระบวนการนี้ก็มีขีดความสามารถจำกัดในแต่ละแหล่งน้ำ ฉะนั้นการบำบัดน้ำเสียจึงเป็นกลไกสำคัญอันหนึ่งที่จะช่วยแหล่งน้ำในการทำมาความสะอาดตัวเองตาม ธรรมชาติและช่วยป้องกันไม่ให้สารปนเปื้อนลงสู่แหล่งน้ำดิบในการผลิตน้ำประปาอีกด้วย





ขั้นตอนในการบำบัดน้ำเสีย มี 3 ขั้นตอนด้วยกัน คือ

1. การบำบัดขั้นต้น (Preliminary Treatment) และการบำบัดเบื้องต้น (Primary Treatment) : เป็นการบำบัดเพื่อแยกทราย กรวด และของแข็งขนาดใหญ่ ออกจากของเหลวหรือน้ำเสีย

2. การบำบัดขั้นที่สอง (Secondary Treatment) : เป็นการบำบัดน้ำเสียที่ผ่านกระบวนการบำบัดขั้นต้นและการบำบัดเบื้องต้นมาแล้ว แต่ยังคงมีของแข็งแขวนลอยขนาดเล็กและสารอินทรีย์เหลือค้างอยู่ โดยทั่วไปการบำบัดขั้นที่สองหรือการบำบัดทางชีวภาพ (Biological Treatment) จะอาศัยหลักการเลี้ยงจุลินทรีย์ในระบบที่สามารถควบคุมได้ เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการกินสารอินทรีย์ได้รวดเร็วกว่าที่เกิดขึ้นตามธรรมชาติ และ

แยกตะกอนจุลินทรีย์ ออกจากน้ำทิ้งโดยใช้ถังตกตะกอน ทำให้น้ำทิ้งมีคุณภาพดีขึ้น จากนั้นจึงผ่านเข้าระบบฆ่าเชื้อโรค เพื่อให้แน่ใจว่าไม่มีจุลินทรีย์ที่ก่อให้เกิดโรคปนเปื้อน ก่อนจะระบายน้ำทิ้งลงสู่แหล่งน้ำธรรมชาติ หรือนำกลับไปใช้ประโยชน์

3. การบำบัดขั้นสูง (Advance Treatment หรือ Tertiary Treatment) : เป็นกระบวนการกำจัดสารอาหาร (ไนโตรเจนและฟอสฟอรัส) สี สารแขวนลอยที่ตกตะกอนยาก และอื่นๆ ซึ่งยังไม่ได้ถูกกำจัดโดยกระบวนการบำบัดขั้นที่สอง ทั้งนี้เพื่อปรับปรุงคุณภาพน้ำให้ดียิ่งขึ้นเพียงพอที่จะนำกลับมาใช้ใหม่ได้นอกจากนี้ยังช่วย ป้องกันการเติบโตผิดปกติของสาหร่ายที่เป็นสาเหตุทำให้เกิดน้ำเน่า และแก๊สพิษอื่นๆ ที่ระบบบำบัดขั้นที่สองไม่สามารถกำจัดได้



“ร่วมกันรักษาคุณภาพน้ำ เพื่อรักษาคุณภาพชีวิตของคุณ”

ระบบรวบรวมและบำบัดน้ำเสีย เทศบาลนครนครสวรรค์

เริ่มดำเนินการมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2553 จนถึงปัจจุบัน มีปริมาณน้ำเสียเฉลี่ยวันละ 36,000 ลบ.ม.

มีค่าใช้จ่ายในการรวบรวมและบำบัดน้ำเสีย 1,650,000 บาทต่อเดือน



โรงปรับปรุงคุณภาพน้ำเทศบาลนครนครสวรรค์ ตั้งอยู่ริมแม่น้ำเจ้าพระยา ตรงข้ามวัดนครสวรรค์

5 วิธี

ประหยัดพลังงานเพื่อชาติ



1

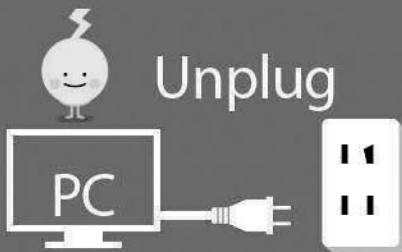


Off

Save 23M Baht

ปิดไฟสแตนด์บาย (จุดสีแดงตามโทรทัศน์ และเครื่องใช้ไฟฟ้าต่างๆ) ถ้าคนไทย 5 แสนครัวเรือน คิดเป็น 2.50% ของประเทศ ช่วยกันปิดไฟสแตนด์บายจะประหยัดได้ปีละ 2.4 ล้านบาท หาก 5 ล้านครัวเรือนหรือ 25% ของประเทศ จะประหยัดได้ถึง 23 ล้านบาท

2



Unplug

Save 35-40%

อย่าเปิดคอมพิวเตอร์ทิ้งไว้ถ้าเลิกใช้แล้ว ติดตั้งระบบลดกระแสไฟฟ้าเข้าเครื่องเมื่อพักการทำงานจะประหยัดไฟฟ้าได้ร้อยละ 35-40 และถ้าหากปิดหน้าจอทันทีเมื่อไม่ใช้งาน จะประหยัดไฟได้ร้อยละ 60



Save 150-200 Liters/Time

การล้างรถ ควรรองน้ำใส่ภาชนะ เช่น ถังน้ำ แล้วใช้ผ้าหรือเครื่องมือล้างรถจุ่มน้ำลงในถัง เพื่อเช็ดทำความสะอาดแทนการใช้สายยางฉีดน้ำโดยตรงซึ่งจะเสียน้ำมากถึง 150-200 ลิตร/ครั้ง หากสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ไม่เปิดน้ำทิ้งระหว่างการใช้น้ำหรือปล่อยให้ น้ำล้นจะสามารถลดการใช้น้ำได้ถึง 20-50% ที่เดียว

4

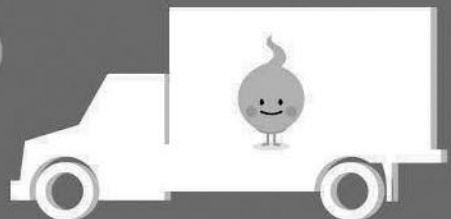


Constant

70 to 80 km./hour

ควรขับรถด้วยความเร็วคงที่ที่เลือกขับที่ความเร็ว 70-80 กิโลเมตรต่อชั่วโมง ที่ 2,000-2,500 รอบเครื่องยนต์ ความเร็วระดับนี้ประหยัดน้ำมันได้มากกว่า

5



Save Gas

ไม่ควรบรรทุกในรถน้ำหนักเกินพิกัดเพราะเครื่องยนต์จะทำงานตามน้ำหนักที่เพิ่มขึ้นหากบรรทุกหนักมาก จะทำให้เปลืองน้ำมันและสึกหรอสูง

ที่มาข้อมูล : สำนักงานนโยบายและแผนพลังงาน กระทรวงพลังงาน



ยิบ

“ชายชู”, “หญิงชู”

ต้องติดคุก

หรือไม่

กฎหมายไทยตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์บรรพ 5 ครอบครัว ได้ยอมรับหลักการมีคู่สมรสเพียงคนเดียว โดยคู่สมรสต้องจดทะเบียนสมรสกันโดยชอบด้วยกฎหมาย ชายหรือหญิงจะไปสมรสกันใหม่ไม่ได้ตราบเท่าที่ยังไม่ได้หย่าขาดจากคู่สมรสเดิม หากใครฝ่าฝืนจดทะเบียนสมรสซ้อน โดยการกล่าวเท็จต่อนายทะเบียนว่าตนไม่เคยสมรสมาก่อน การสมรสครั้งหลังนั้นย่อมตกเป็นโมฆะ เสียเปล่า ใช้อ้างไม่ได้ และฝ่ายที่กล่าวเท็จหรือแจ้งเท็จยังมีความผิดตามกฎหมายอาญาในฐานะแจ้งความอันเป็นเท็จซึ่งมีโทษจำคุกอีกด้วยนะครับ

นอกจากนี้แล้วการลักลอบเป็นชู้กับเมียหรือผัวชาวบ้านคนอื่นนั้น ไม่ว่าจะแอบไปร่วมประเวณีหรือมีเพศสัมพันธ์กันที่ไหนตามหาที่สังคมไฮโซชอบไปกัน นอกจากผิดศีลธรรมแล้วยังเป็นความผิดในทางคดีแพ่ง โดยคู่สมรสอีกฝ่ายสามารถฟ้องร้องเรียกค่าทดแทนความเสียหายได้ตามกฎหมายอีกด้วย และที่สำคัญบางรายซึ่งถูกจับได้ว่ามีชู้ก็จะได้รับ “ลูกปืน” เป็นของฝากของแถมกลับไปด้วย แต่มีข้อป็นจำเป็นซึ่งอาจจะเป็น “คุณสมบัติ” หรือ “คุณภรรยา” จะติดคุกหรือไม่นั้นต้องลองมาดูคำตัดสินของศาลกันนะครับ



คำพิพากษาศาลฎีกาที่ 378/2479

จำเลยเป็นสามีโดยชอบด้วยกฎหมายของผู้ตาย จำเลยเห็นผู้ตายและชายชู้กำลังร่วมประเวณีกันอยู่ เมื่อจำเลยเข้ากริยาและชายชู้ตายขณะร่วมประเวณีกัน จึงเป็นการป้องกันเกียรติยศพอสมควรแก่เหตุ จึงไม่มีความผิดตามกฎหมาย.

แต่ถ้าเป็นสามีหรือภรรยาที่ไม่ชอบด้วยกฎหมาย (ไม่ได้จดทะเบียนสมรส) ผลของคดีจะแตกต่างกันดังนี้ครับ

คำพิพากษาศาลฎีกาที่ 249/2515

จำเลยเห็นผู้ตายกำลังชำเรากิริยาจำเลยในห้องนอน แม้ภริยาจำเลยจะมีใช้ภรรยาที่ชอบด้วยกฎหมาย (ไม่ได้จดทะเบียนสมรสกัน) ก็ตาม แต่ได้อยู่กินร่วมกันมา 15 ปี และมีบุตรด้วยกัน 6 คน จำเลยย่อมมีความรักและหวงแหน การที่จำเลยใช้มีดพับเล็กที่หามาได้ในทันทีแทงผู้ตาย 2 ที ถือได้ว่าจำเลยกระทำโดยบันดาลโทสะ ศาลลงโทษจำเลย 2 ปี แต่ให้รอการลงโทษไว้ 5 ปี

ท่านทั้งหลายครับ การเป็นชู้กับเมียหรือผัวคนอื่นนั้น ตามกฎหมายบ้านเมืองแล้วในทางคดีแพ่งท่านอาจถูกฟ้องร้องให้จ่ายเงิน “ค่าทดแทน” ได้ ส่วนอาญานั้นท่านอาจ “ตายฟรี” จากของที่แถมมาก็ได้นะครับ ส่วนภายหลังจากที่ตายแล้วนั้นจะไปป็นต้นจิ้งในนรกหรือไม่อย่างไร ใครรู้หรือมีประสบการณ์โดยตรงช่วยบอกต่อที พบกันใหม่ฉบับหน้าครับ



นายณรงค์ มะระรงค์ พร้อมด้วยนายวรุดิ ตันวิสุทธิ รองนายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ และนายเกรียงสิทธิ์ หนู่มรักชาติ เลขานุการนายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ นำเจ้าหน้าที่งานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เทศบาลนครนครสวรรค์ควบคุมเหตุเพลิงไหม้บ้านประชาชน ภายในหมู่บ้านอัมรินทร์ 2 ใกล้ท่าจอดรถสองแถวสายศูนย์ท่ารถ โดยสามารถควบคุมเหตุเพลิงไหม้ได้ ตรวจสอบพบความเสียหายเล็กน้อย สาเหตุเบื้องต้นคาดว่าน่าจะเกิดจากไฟฟ้าลัดวงจร

****เหตุด่วน-เพลิงไหม้ แจ้งงานป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย เทศบาลนครนครสวรรค์ 199 ตลอด 24 ชั่วโมง**

เทศบาลนครนครสวรรค์ ประชาสัมพันธ์รณรงค์ป้องกันการเกิดอัคคีภัย โดยขอความกรุณาให้ตรวจสอบอุปกรณ์ไฟฟ้า สายไฟฟ้าให้อยู่ในสภาพดี พร้อมทั้งตรวจสอบระบบแก๊สหุงต้มก่อนออกจากบ้านทุกครั้ง ตลอดจนมีโครงการลดการเกิดเหตุเพลิงไหม้ โครงการจิตอาสาช่วยดับไฟเบื้องต้น โดยมอบเครื่องดับเพลิงไปตามชุมชนต่างๆ เพื่อชะลอระงับยับยั้งหากมีเหตุเพลิงไหม้

ทั้งนี้นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์สั่งการเตรียมความพร้อมหากเกิดอัคคีภัยในช่วงเทศกาลสงกรานต์ โดยเตรียมความพร้อมทั้งกำลังเจ้าหน้าที่ ตลอด 24 ชั่วโมง งดเว้นพัก ตรวจสอบยานพาหนะและอุปกรณ์ให้พร้อมใช้งาน ทั้งนี้หากเกิดเพลิงไหม้ สามารถแจ้งได้ที่หมายเลขโทรศัพท์ 199 และ 056-221101 ได้ตลอด 24 ชั่วโมง



เทศบาลนครนครสวรรค์ร่วมกับสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครสวรรค์ สำนักงานป้องกันและควบคุมโรคติดต่อ เขต 3 นครสวรรค์ โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ เทศบาลเมืองแพร่ เทศบาลเมืองแพร่และหน่วยงานด้านการสาธารณสุข ร่วมจัดการประชุมเชิงปฏิบัติการดำเนินงานเพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (โรคหัวใจขาดเลือด) โดยมีชุมชนเป็นฐาน เพื่อแลกเปลี่ยนแนวทาง ประสบการณ์ และความคิดเห็นในการดำเนินการป้องกันและควบคุมโรคหัวใจขาดเลือดดังกล่าว



นายธนาคม จงจิระ ผู้ว่าราชการจังหวัดนครสวรรค์ เป็นประธานในการทำบุญตักบาตร ข้าวสารอาหารแห้งแด่ พระภิกษุสงฆ์ เนื่องในเทศกาลสงกรานต์ ณ บริเวณเชิงบันได วัดเขาบดด้านหน้า เทศบาลนครนครสวรรค์ โดยมีนายจิตต เกษมณัฏ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ คณะผู้บริหารเทศบาลนครนครสวรรค์ หัวหน้าส่วนราชการ ตลอดจนประชาชนร่วมทำบุญตักบาตร ณ บริเวณเชิงบันไดเขาบด



โครงการสูงค่าสูงวัยแบบอย่างประเพณีไทยตามวิถีชุมชน จัดขึ้นเพื่อให้ผู้สูงอายุมีความรู้ ทักษะ ในการดูแลสุขภาพและสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ได้อย่างถูกต้อง ตลอดจนผู้สูงอายุมีสุขภาพกายและสุขภาพจิตที่ดีที่สุดในส่วนของกิจกรรมนั้นประกอบไปด้วย ออกกำลังกายด้วยการรำวงย้อนยุค การประกวดสุขภาพวัยใหญ่วัยเก๋า และสืบสานอนุรักษ์ประเพณีไทยวันสงกรานต์ด้วยการรดน้ำขอพรผู้สูงอายุ



วันอังคารที่ 11 เมษายน 2560 เวลา 09.30 น. ที่สำนักงานปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี ทำเนียบรัฐบาล นายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ มอบหมายให้ นายณัฐวุฒิ จินมหันต์ นักวิชาการคอมพิวเตอร์ชำนาญการพิเศษ พร้อมเจ้าหน้าที่ผู้เชี่ยวชาญระบบกล้องโทรทัศน์วงจรปิดของเทศบาลนครนครสวรรค์ ร่วมในการประชุมนำเสนอรายละเอียดการดำเนินการติดตั้งระบบกล้องโทรทัศน์วงจรปิด(CCTV) ในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์ โดยมีนายจิรายุ นันท์ธราธร หัวหน้าผู้ตรวจราชการสำนักนายกรัฐมนตรี เป็นประธานในการประชุม

โดยเทศบาลนครนครสวรรค์นำเสนอข้อมูลการดำเนินการติดตั้งระบบCCTV แนวทางการพัฒนาระบบกล้องโทรทัศน์วงจรปิดภายในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์เพื่อเพิ่มประสิทธิภาพในการให้บริการประชาชนของนายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ พร้อมแนวการเชื่อมโยงกล้อง CCTV ส่วนของการบริหารจัดการระบบ ของเทศบาลนครนครสวรรค์ และในระดับจังหวัด. เพื่อเชื่อมโยงในระดับประเทศ โดยมีหน่วยงานเข้าร่วม คือ สำนักปลัดนายกรัฐมนตรี. กระทรวงมหาดไทย nectec. Cat. Tot กทม. และเทศบาลฯ ตามนโยบายของรัฐบาล



นายธนาคม จงจีระ ผู้ว่าราชการจังหวัด นครสวรรค์ เป็นประธานในพิธีทำบุญสมโภชศาลหลักเมืองนครสวรรค์ ณ ศาลหลักเมืองจังหวัดนครสวรรค์ โดยมีนายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ นายสมศักดิ์ อรุณสุรัตน์ ประธานสภาเทศบาลนครนครสวรรค์ และคณะกรรมการจัดงานประเพณีแห่เจ้าพ่อ-เจ้าแม่ปากน้ำโพ ประจำปี 2560-2561 ร่วมในพิธี



นายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ เป็นประธานในการประชุม คณะกรรมการกองทุนหลักประกันสุขภาพเทศบาลนครนครสวรรค์ ครั้งที่ 3/2560 ณ ห้องประชุมสำนักงานเทศบาลนครนครสวรรค์

กิจกรรมวันเทศบาล 24 เมษายน 2560



เทศบาลนครนครสวรรค์ ร่วมกับ กองกำลังรักษาความสงบเรียบร้อยจังหวัดนครสวรรค์ จังหวัดนครสวรรค์ ตำรวจภูธรจังหวัดนครสวรรค์ กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในจังหวัดนครสวรรค์ จัดชุดปฏิบัติการจัดระเบียบทางเท้าภายในเขตเทศบาลนครนครสวรรค์

วัตถุประสงค์ เพื่อชี้แจง ประชาสัมพันธ์ ทำความเข้าใจ อีกทั้งขอความร่วมมือประชาชนและผู้ประกอบการร่วมกันจัดระเบียบทางเท้า และถนนเพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อยของพื้นที่สาธารณะ มุ่งสู่การเป็นถนนสีขาวปลอดอบายมุข ปลอดอุบัติเหตุ และมีทัศนียภาพที่สวยงาม ตลอดจนประชาชนสามารถใช้พื้นที่ให้เกิดประโยชน์อย่างสูงสุด



นายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ เป็นประธานในการประชุมเพื่อรับฟังข้อคิดเห็น ข้อเสนอแนะ โครงการอาคารศูนย์ข้อมูลจักรยาน (Exhibition Nakhonsawan Bike) โดยเทศบาลนครนครสวรรค์ดำเนินการจัดสร้างศูนย์ข้อมูล จักรยานตั้งอยู่ภายในอุทยานสวรรค์ เอื้องลานมังกรอุทยานสวรรค์ เพื่อเป็นสถานที่รวบรวมข้อมูลการดำเนินการรณรงค์การใช้จักรยาน ในการเดินทางระยะสั้นเพื่อลดมลภาวะและการใช้พลังงาน อีกทั้ง เป็นสถานที่พบปะ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นของผู้ใช้จักรยานในเขต เทศบาลนครนครสวรรค์ ทั้งยังมีการแสดงข้อมูลการท่องเที่ยวเพื่อ เป็นการส่งเสริมการท่องเที่ยวอีกทางหนึ่ง

คาดว่าภายในอาคารจะประกอบด้วย ส่วนแสดงนิทรรศการ เกี่ยวกับจักรยาน การดำเนินโครงการเทศบาลนครนครสวรรค์มุ่งสู่ เมืองคาร์บอนต่ำ เพื่อลดภาวะและการใช้พลังงาน จุดบริการที่เติม ลมจักรยาน น้ำดื่มแก่ผู้ใช้จักรยาน และการปรับปรุงภูมิทัศน์โดย รอบเพื่อเป็นสถานที่พักผ่อน พบปะของประชาชนและผู้ใช้จักรยาน



Congratulations!

นายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ เป็นประธานในพิธีมอบประกาศนียบัตรให้แก่นักเรียนที่สำเร็จการ ศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนในสังกัดเทศบาลนครนครสวรรค์ ประจำปีการศึกษา 2559



นายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ร่วมในการประชุมคณะกรรมการตรวจสอบและติดตามการบริหารงานตำรวจ(กต.ตร.) จังหวัดนครสวรรค์(สัญจร) ครั้งที่ 1/2560 โดยมี กต.ตร.ของแต่ละอำเภอในจังหวัดนครสวรรค์เข้าร่วมประชุม ณ ห้องเจ้าพระยาคอนเวนชันฮอลล์ ศูนย์ประชุมมหาวิทยาลัยเจ้าพระยา



สำนักงานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม เทศบาลนครนครสวรรค์ ร่วมกับสำนักงานปศุสัตว์จังหวัดนครสวรรค์ และสำนักงานปศุสัตว์อำเภอเมือง ตรวจสอบที่จำหน่ายเนื้อสัตว์ภายในตลาดสด เพื่อควบคุมคุณภาพอาหาร พร้อมทั้งเฝ้าระวังมาตรฐานด้านสุขอนามัยให้แก่ผู้บริโภคในช่วงเทศกาลสงกรานต์



โรงเรียนเทศบาลวัดไทรใต้ สังกัดเทศบาลนครนครสวรรค์ จัดการสอนส่งเสริมทักษะการอ่านและเขียนภาษาไทยให้แก่นักเรียนโดยนายจิตตเกษมณ์ นิโรจน์ธนรัฐ นายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ พร้อมด้วยนางจินตนา เสรีภาพ รองนายกเทศมนตรีนครนครสวรรค์ มินโยบายส่งเสริมพัฒนาการทักษะการศึกษานักเรียนโรงเรียนในสังกัดเทศบาลนครนครสวรรค์เพิ่มเติมในเวลารว่าง จึงได้มีการจัด “โครงการสอนเสริมการอ่านและเขียน ภาคฤดูร้อน” ขึ้น เพื่อเป็นการเพิ่มทักษะในการอ่านและเขียนภาษาไทยให้ถูกต้องเพิ่มเติมให้แก่นักเรียน



“ดื่มน้ำในถูกวิธี”

น้ำ คือ ส่วนประกอบหลักของร่างกาย ร่างกายคนเราหากขาดอาหารสามารถอยู่ได้นานถึงหนึ่งสัปดาห์ แต่ถ้าขาดน้ำเพียงวันเดียวก็ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ได้ และอย่างที่รู้กันว่าเราควรดื่มน้ำให้ได้วันละ 8-10 แก้ว ต่อวัน แต่จะดื่มอย่างไรให้ถูกวิธี



ดื่มแค่ไหนถึงจะดี

ร่างกายของแต่ละคนต้องการน้ำในปริมาณที่แตกต่างกัน คำนวณได้โดยใช้สูตร น้ำหนัก $\times 2.2 \times 30/2 =$ ปริมาณน้ำ(มล.) เช่น น้ำหนักตัว $55 \times 2.2 \times 30/2 = 1,815$ มล. คือปริมาณที่ควรดื่มต่อวัน ถ้าหากดื่มน้ำได้น้อยกว่าปริมาณที่ร่างกายต้องการก็จะส่งผลให้การไหลเวียนของเลือดทำงานได้ไม่ดี ทำให้ร่างกายขับของเสียได้ยาก และเมื่อเลือดไหลเวียนไม่สะดวกก็ส่งผลให้เกิดลิ่มเลือด เลือดข้น อันเป็นสาเหตุของการเกิดโรคต่างๆ



ดื่มน้ำตอนไหน

ควรเริ่มดื่มหลังจากตื่นนอนในตอนเช้าประมาณ 2 แก้ว เพราะร่างกายขาดน้ำมาตลอดทั้งคืน จะได้ช่วยให้ระบบขับถ่ายทำงานได้ดี และช่วยให้ระบบการไหลเวียนของเลือดทำงานได้เป็นปกติ หลังจากนั้นควรดื่มน้ำก่อนมีอาหารประมาณ 1 ชม. โดยการดื่มน้ำที่ถูกวิธีไม่ใช่การดื่มทีละมากๆ แต่เป็นการค่อยๆ จิบทีละน้อยตลอด 5-10 นาที ซึ่งควรทำให้น้ำ สำหรับหนุ่มสาว

ออฟฟิศอาจวางแก้วน้ำไว้ใกล้ๆ ตัว เมื่อนึกขึ้นได้ก็จิบน้ำทันที วิธีนี้จะช่วยให้ดื่มน้ำได้บ่อยและดีต่อสุขภาพ



น้ำเย็นหรือน้ำอุ่น

หลายคนชอบดื่มน้ำเย็นเพราะทำให้รู้สึกชื่นใจ แต่การดื่มน้ำเย็นทำให้ระบบภายในของร่างกายต้องทำงานเพิ่มขึ้น ในการปรับอุณหภูมิของน้ำให้เท่ากับอุณหภูมิของร่างกาย ทำให้ร่างกายอ่อนแอได้ง่ายกว่าผู้ที่ดื่มน้ำอุ่นหรือน้ำที่มีอุณหภูมิห้องเป็นประจำ



ดื่มน้ำอะไร

น้ำอัดลม น้ำผลไม้ น้ำเปล่า หลายๆ คนบอกว่าที่บอกมาทั้งหมดก็คือน้ำเหมือนกัน ดื่มแล้วช่วยดับกระหายได้ไม่ต่างกัน แต่ผู้ที่ดื่มน้ำอัดลมเป็นประจำต้องเรียกว่าเป็นการสร้างภาระหนักให้กับไต ในการกรองเอาเฉพาะน้ำที่สะอาดเท่านั้น การดื่มน้ำผลไม้ก็ได้ประโยชน์จากวิตามิน แต่แนะนำว่าควรจะเป็นน้ำผลไม้คั้นสดที่ไม่เติมน้ำตาล เพราะน้ำตาลในปริมาณมากๆ ย่อมส่งผลให้เกิดโรคเบาหวานและโรคอ้วนได้ ทางที่ดีดื่มแค่ น้ำเปล่าที่ผ่านการกรองอย่างสะอาดหรือผ่านการต้มสุกก็เพียงพอต่อความต้องการของร่างกายแล้ว แต่ถ้าอยากให้การดื่มน้ำเป็นเรื่องง่าย อาจจะลองใส่มะนาวฝานลงในน้ำเพื่อช่วยให้มีรสชาติ อีกทั้งมะนาวยังมีประโยชน์ในเรื่องของการดีท็อกซ์ลำไส้อีกด้วย



ที่มาข้อมูล : สถาบันวิจัยระบบสาธารณสุข



จังหวัดนครสวรรค์เป็นเจ้าภาพการแข่งขันกีฬารองเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 20
“นครสวรรค์พลบดีเกมส์”

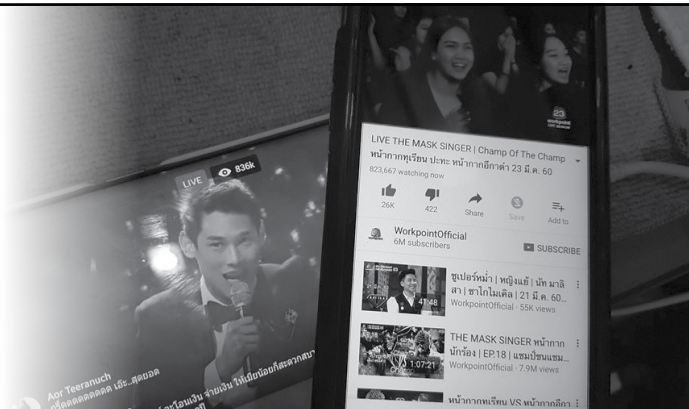
นายธนาคม จงจิระ ผู้อำนวยการจังหวัดนครสวรรค์ พร้อมด้วยดร.ภิญโญ นิโรจน์ นายกสมาคมกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ และ ดร.ปลวัชร รุจิรกาล ผู้อำนวยการโรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ ร่วมกันเปิดเผยว่า สถาบันการพลศึกษา ร่วมกับจังหวัดนครสวรรค์ สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุโขทัย และโรงเรียนกีฬาจังหวัดนครสวรรค์ กำหนดจัดการแข่งขันกีฬารองเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 20 “นครสวรรค์พลบดีเกมส์” ขึ้น ในระหว่างวันที่ 26 กรกฎาคม – 4 สิงหาคม 2560 ณ จังหวัดนครสวรรค์

โดยการแข่งขันทัวร์นาเมนต์กีฬารองเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 20 “นครสวรรค์พลบดีเกมส์” กำหนดจัดการแข่งขัน 27 ชนิดกีฬา ประกอบด้วย กรีฑา กอล์ฟ คาราเต้โด จักรยาน เซปักตะกร้อ เทนนิส เทควันโด บาสเกตบอล เบสบอล ปีนจักสีลัด ฟุตบอล ฟุตซอล ฟันดาบ มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น มวยปล้ำ ยกน้ำหนัก ยูโด ยิมนาสติก ยิงธนู ยิงปืน เรือพาย วายน้ำ วูซู วอลเลย์บอล แอนด์บอล และฮอกกี้ ใช้สนามแข่งขันภายในจังหวัดนครสวรรค์ทั้งสิ้น 27 สนาม ผู้เข้าร่วมแข่งขันประกอบด้วยนักกีฬาจาก 22 โรงเรียนกีฬาในประเทศไทย และอีก 8 แห่งจากภูมิภาคอาเซียนประเทศ ได้แก่ โรงเรียนกีฬาประเทศสิงคโปร์ โรงเรียนกีฬาประเทศบรูไน โรงเรียนกีฬาอิสกาลีมันตัน ประเทศอินโดนีเซีย โรงเรียนกีฬารากูมัน ประเทศอินโดนีเซีย โรงเรียนกีฬาซีกูล่า ซูกัน ปาฮัง ประเทศมาเลเซีย โรงเรียนกีฬาซาบา โรงเรียนกีฬาดังกูมาโกตาอิสเมล โรงเรียนกีฬาเสรีตีวังสา จากประเทศมาเลเซีย รวมทั้งสิ้น 30 แห่ง คาดว่าจะมีนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ร่วมในการแข่งขันครั้งนี้มากกว่า 10,000 คน

“นครสวรรค์พลบดีเกมส์” มีคำขวัญประจำการแข่งขัน ว่า
“สามัคคี สนิท มิตรภาพ” *Harmony Spirit Friendship* มีมังกรนน้อย “เป่าเป่า” เป็นสัตว์นำโชค สื่อความหมายถึง ความอุดมสมบูรณ์ ความสามัคคี สนิท และมิตรภาพที่จะเกิดขึ้นจากการแข่งขัน ในการนี้ขอเชิญชวนชาวจังหวัดนครสวรรค์นครสวรรค์ร่วมต้อนรับและแสดงออกถึงการเป็นภาพที่ดีในการแข่งขันกีฬารองเรียนกีฬาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 20 “นครสวรรค์พลบดีเกมส์” ณ จังหวัดนครสวรรค์ ระหว่างวันที่ 26 กรกฎาคม – 4 สิงหาคม 2560 ที่จะถึงนี้



“หน้ากากนักร้อง” บทพิสูจน์ Online Streaming โลกใหม่ของทีวีไทย



กลายเป็นกระแสร้อนแรงในอินเทอร์เน็ตหลังรายการ The Mask Singer หน้ากากนักร้องจบลงในคืนวันที่ 23 มีนาคม ทั้งปรากฏการณ์ออนไลน์ที่มีผู้ชมการถ่ายทอดสดครั้งนับหมื่นคน และกระแสตอบรับหลังจากจบรายการ แต่นี่ก็เป็นบทพิสูจน์สำคัญ เป็นกรณีศึกษาของการทำ

สื่อโทรทัศน์ยุคใหม่ ที่ออกจากชนบททีวีแบบดั้งเดิม จนได้รับความนิยมสำเร็จ

- หน้ากากช่วยให้ผู้ชมเปิดใจรับเนื้อหาใหม่ๆ ที่คนดังปกติไม่สามารถทำได้และประหลาดใจเมื่อนักร้องถอดหน้ากาก
- ผู้ชมเบื่อรายการร้องเพลงแบบมือสมัครเล่น ซึ่ง The Mask Singer ลงทุนในเรื่องดนตรีและนักร้องจนผู้ชมประทับใจ
- งานโปรดักชั่นอลังการ จังหวะของรายการที่มีทั้งโชว์ร้องเพลง และช่วงถามตอบที่สนุกสนานตรงจริตคนไทย ช่วยสร้างอารมณ์ร่วม
- ช่องทางออกอากาศหลากหลายทั้งโทรทัศน์ปกติ และออนไลน์สตรีมมิง

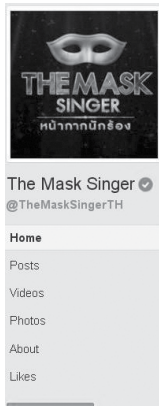
ซึ่งการถ่ายทอดสดเมื่อวันที่ 23 มีนาคมทั้ง 2 ช่องทางออนไลน์คือ Youtube Live และ facebook Live สามารถดึงคนมาดูพร้อมกันออนไลน์สูงสุดราว 1.7 ล้านคน คิดเป็นราวๆ 4.5 % ของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตไทย 38 ล้านคน ซึ่งตัวเลขนี้ยังไม่รวมกับช่องทางทีวีปกติ ซึ่งถือเป็นตัวเลขที่สูงมาก แม้รายการในวันนั้นจะจบด้วยประเด็นครม.ที่คนไทยเหมือนโดนหลอกให้ชมรายการที่ยาวกว่า 3 ชั่วโมง แต่ไม่ได้ผลลัพธ์อย่างที่หวังก็เถอะ

ทีวีนั้นไม่เคยตาย แต่รายการทีวีต่างหากที่ต้องเปลี่ยนแปลง ช่วง 3 - 4 ปีที่ผ่านมา หลังจากกระแสของทีวี

ดิจิทัลเริ่มเสื่อมมนต์ลง ผู้คนเริ่มรู้แล้วว่าความต้องการตามข้อจำกัดของทีวีดั้งเดิม ทั้งเรื่องสถานที่ที่ต้องดูจากจอทีวีในบ้าน และเรื่องเวลาที่ต้องดูในเวลาที่กำหนดนั้นมันไม่เวิร์คสำหรับวิถีชีวิตคนยุคปัจจุบันอีกต่อไป จนกลายมาเป็นคำพูดติดปากของใครหลายๆ คนว่าทีวีนั้นกำลังจะตาย เพราะคนกำลังดูน้อยลงเรื่อยๆ แต่หน้ากากนักร้องก็ทำให้เห็นภาพชัดว่าไม่ใช่ เนื้อหาที่ดียังขายได้เสมอ

แม้ว่าตอนนี้เราจะคิดว่าคนจ้องมือถือกันมากกว่าจอทีวีใหญ่ๆ จนห้างนั้นขายทีวีรุ่นใหม่อีกไม่ออก แต่จริงๆ แล้วยอดขายทีวีนั้นเติบโตขึ้นทุกปี และทีวีที่จอใหญ่ขึ้นก็ขายดีมากชิ้นเรื่อยๆ ข้อมูลจากผู้ผลิตระบุว่าปัจจุบันคนเริ่มมองทีวีที่ใหญ่กว่า 40 นิ้วกันเป็นหลักแล้ว แล้วคนเอาทีวีจอใหญ่ไปใช้ทำอะไร ในเมื่อเรตติ้งช่องทีวีไทยไม่ได้มีแนวโน้มที่เติบโตขึ้นเลย

คำตอบนั้นอาจอยู่ที่ประโยชน์ของทีวีจอใหญ่ แถมมีระบบปฏิบัติการเป็น Smart TV ในยุคปัจจุบันนั้นไม่ได้จบที่การรับชมทีวีอย่างเดียวแล้ว ผู้ใช้ต่างต้องการทีวีรุ่นใหม่เพื่องานหลายอย่าง ตั้งแต่เล่นเกม หรือใช้รับชมเนื้อหาแบบสตรีมมิง ให้ผู้บริโภคมีทางเลือกมากขึ้น สามารถรับชมเนื้อหาได้แทบทุกอย่างที่ต้องการโดยไม่ต้องอาศัยช่องโทรทัศน์แบบเดิมเลย



คุณ เป็นใคร ?

ช่วงนี้ใครที่ติดตามสถานการณ์ของโลกใบนี้อยู่อย่างใกล้ชิดก็คงจะอดกังวลไม่ได้...ว่าเหตุการณ์จะบานปลายไปถึงกับเกิดสงครามโลกครั้งที่สามหรือไม่ หรือแม้แต่ในประเทศของเราเอง ในวันที่นั่งเขียนต้นฉบับอยู่นี้ สถานการณ์ในสามจังหวัดชายแดนใต้ก็เริ่มหนักหน่วงขึ้น ตามข่าวที่เขาว่า เนื่องจากจะครบรอบ 13 ปี ของเหตุการณ์ที่กรือเซะ เมื่อปี 2547

ไม่ว่าจะเกิดที่ชายแดนใต้ของไทยเราหรือที่เกาหลีเหนือ ที่สหรัฐอเมริกาหรือที่ซีเรีย ก็เป็นเรื่องไม่ไกลตัวเราเลย ทุกสิ่งเกี่ยวพันกันไปหมด เหตุเกิดที่คนละฟากทวีปก็มีผลกระทบถึงกันทั้งโลกไม่มากนักน้อย จึงน่าจะต้องนั่งลงทบทวนกันสักนิดไหม...ว่ามนุษย์เรากำลังลุ่มหลงกับบทบาทที่ได้รับในบางขณะหรือเปล่า?

ตัวเราเป็นใครกันแน่ ?

แท้จริงแล้วเราไม่ได้เป็นใครอยู่ตลอดเวลาหรอก

เราเป็นแค่ตัวสมมติที่ทำหน้าที่อยู่ ณ ขณะหนึ่งๆ เท่านั้น เรื่องนี้ พ.อ.นพ.พงษ์ศักดิ์ ตั้งคณา นักคิดนักพูดชื่อดัง ท่านยกตัวอย่างให้ฟังถึงตัวท่านเองว่า...

เป็น ผอ. ก็ตอนลงนามในหนังสือที่โต๊ะทำงาน พอไปตรวจคนไข้ เราก็เป็นหมอ

ถ้าเดินไปหน้าโรงพยาบาลแล้วถูกรถชน เราก็เป็นคนไข้

ไปสอนหนังสือนักศึกษาแพทย์เราเป็นครู ถ้ามีครูเราเดินมาพอดี เราก็เป็นลูกศิษย์

กลับไปบ้านเจอภรรยา เราเป็นสามี ลูกกลับมาจากโรงเรียนเจอกัน เราเป็นพ่อ

เดินไปอีกบ้านไปเจอพ่อ เรากลายเป็นลูก ไปเจอยาย เรากลายเป็นหลานไปเลย

พอเจอหลาน เรากลายเป็นตาไปเสียแล้ว.... ฯลฯ



แต่เพราะมนุษย์ไม่ได้คิดว่า เราเป็นโดยสมมติเพียงขณะทำหน้าที่นั้นเท่านั้น จึงเกิดการยึดติด หลงตัวเองว่าเราเป็นนั่น เป็นนี้อยู่ตลอดเวลา

บางคนเลิกงานไปเที่ยวพักผ่อนเป็นส่วนตัวแล้ว แต่ไม่ได้ถอนความเป็นตัวเป็นตนตอนทำงานออก ยังเอาตำแหน่งติดตัวมาด้วย จึงเกิดเหตุการณ์อย่างที่เป็นข่าวต่างๆ ที่ได้ยินได้ฟัง มีการทำร้ายผู้อื่นบ้าง

กล่าวได้ว่า การไม่รู้จักถอนความเป็นตัวเป็นตนออกมาปล่อยวางเสียบ้าง เป็นต้นเหตุของการทะเลาะเบาะแว้งกัน การเบียดเบียนกัน และการฆ่าแกงกันของมนุษย์โดยแท้

โลกใบนี้ส่งบรมเย็นได้ก็เพราะเราทำหน้าที่ในขณะรับบทบาทนั้นๆ อย่างมีสติ... มิใช่ลุ่มหลงมัวเมา เพราะเมื่อเราไม่ได้รับบทบาทการสมมติในบางขณะนั้นเมื่อใด เราก็เป็นเพียงมนุษย์คนหนึ่ง ที่มีหน้าที่ในฐานะพลเมืองของโลก ที่ต้องดูแลทะนุบำรุงโลกใบนี้และเพื่อนมนุษย์ ตลอดจนสิ่งมีชีวิตอื่นๆ ให้มีความเจริญรุ่งเรือง มิใช่เสื่อมถอย

ปีใหม่ไทยเราผ่านมาถึงอีกปีหนึ่งแล้ว ขอเชิญชวนคุณผู้อ่านปล่อยวางบางบทบาทสมมติเพื่อให้ใจเราเบาสบาย และนั่งคิดทบทวนเพื่อทำอะไรใหม่ ๆ ให้ตนเองให้ส่วนรวม และโลกใบนี้บ้าง ทำจะดีนะคะ/



...กฎหมายครอบครัว สิ้นสมรส...

สิ้นสมรส ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1474 ก็คือ ทรัพย์สินที่มีความเป็นเจ้าของร่วมกันระหว่างสามีและภรรยาที่จดทะเบียนสมรส โดยกฎหมายได้กำหนดให้สิ่งต่อไปนี้เป็นสิ้นสมรส โดยแบ่งเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. ทรัพย์สินที่คู่สมรสได้มาระหว่างสมรส คือ ทรัพย์สินใดๆ ก็ตามที่ได้มาหลังจดทะเบียนสมรส ย่อมเป็นกรรมสิทธิ์ของสามีและภรรยาคนละครึ่ง เช่น คนใดคนหนึ่งซื้อที่ดิน ซื้อบ้าน ซื้อรถ ไม่ว่าใครจะเป็นคนจ่ายเงินหรือใส่ชื่อของใครเป็นเจ้าของก็ถือเป็นทรัพย์สินร่วมกันของสามีภรรยา

2. ทรัพย์สินที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้มาระหว่างสมรสโดยพินัยกรรมหรือโดยการให้เป็นหนังสือเมื่อพินัยกรรมหรือหนังสือยกให้ระบุว่าเป็นสิ้นสมรส คือ สามีหรือภรรยาคนใดคนหนึ่งได้รับมรดกมาหลังจดทะเบียนสมรส แต่มรดกที่ได้มานั้นถูกระบุในพินัยกรรมว่า “ให้เป็นสิ้นสมรส” มรดกนั้นก็ต้องเป็นกรรมสิทธิ์ของสามีและภรรยาคนละครึ่ง

3. ทรัพย์สินที่เป็นดอกผลของสินส่วนตัว ก็เป็นสิ้นสมรส เช่น ภรรยามีเงินฝากธนาคารก่อนจดทะเบียนสมรส เงินต้นถือเป็น



เป็นสินส่วนตัวของภรรยา แต่ดอกเบี้ยที่ได้รับหลังจากจดทะเบียนสมรสถือเป็นสิ้นสมรส ซึ่งสามีจะเป็นเจ้าของด้วยครึ่งหนึ่ง ดังมีแนวคำพิพากษาศาลฎีกาที่ 12346/2558 ที่วินิจฉัยเกี่ยวกับทรัพย์สินที่ถือว่าเป็น “สิ้นสมรส” ดังนี้

“ประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา 1474 (2) บัญญัติว่า สิ้นสมรสได้แก่ ทรัพย์สินที่ฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งได้มาระหว่างสมรสโดยพินัยกรรมหรือโดยการให้เป็นหนังสือ เมื่อพินัยกรรมหรือหนังสือยกให้ระบุว่าเป็นสิ้นสมรส จึงเป็นกรณีที่กฎหมายกำหนดชัดเจนแล้วว่า หากผู้ให้ทรัพย์สินแก่สามีหรือภรรยาคนใดคนหนึ่งในระหว่างสมรสประสงค์จะยกให้เป็นสิ้นสมรส ผู้ยกให้ต้องระบุไว้ในหนังสือยกให้ให้ชัดเจน (คำพิพากษาศาลฎีกาที่ 12346/2558) ”

...พบกันใหม่ฉบับหน้า...

ขอขอบคุณข้อมูลจาก : คำพิพากษาศาลฎีกาที่ 12346/2558

ON AIR

เทศบาลนครนครสวรรค์

เสียงรับฟัง



ข้อมูลข่าวสาร และสาระดีๆ จากเทศบาล

FM

104 MHz

จันทร์ - ศุกร์

11.00 น. - 12.00 น.

สวท.

93.25 MHz

ทุกวันพุธ

09.15 น. - 10.00 น.

ร:บบ

กระจายเสียงไร้สาย

จันทร์ - ศุกร์

13.00 น. - 14.00 น.

ดำเนินการโดย อ.ดุชนิ ลองเมฆ



เรื่อง อียากขายของต้องทำอย่างไร? (ตอนที่ 3)

สวัสดีครับ ท่านผู้อ่านอย่างเข้าสู่ฤดูร้อนแล้วขอให้ทุกท่านใจเย็นๆอย่าใจร้อนตามอากาศนะครับ เพราะสถานการณ์จะแย่ไปกว่านี้ นอกจากนี้แล้วผมป้อมเทศกิจขอเชิญชวนทุกท่านร่วมกันประหยัดน้ำโดยไม่เปิดน้ำทิ้งไว้พร้อมทั้งสำรวจอุปกรณ์ประปาภายในบ้านหากมีการรั่วหรือชำรุด หรือพบเห็นท่อประปาแตกชำรุดทั้งภายในและภายนอกอาคารโปรดแจ้งประปาเทศบาลนครนครสวรรค์ได้ทันที หรือแจ้งได้ที่ เบอร์โทร 0-5621-2175 ตลอด 24 ชั่วโมง

สำหรับวารสารบ้านเราฉบับนี้ ขอแนะนำเรื่องจุดผ่อนผันต่อจากฉบับที่แล้ว

จุดที่ 10 บนสันเขื่อนถนนเจ้าสี่พระยาหรือตลาดริมน้ำ แบ่งเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 และช่วงที่ 2 จากสะพานป้อมหนึ่ง ถึง แยกร้านจิ้งจอก ในเวลากลางวันจำหน่ายเสื้อผ้าเครื่องนุ่งห่มโดยผู้ค้ารวมกันจัดตั้งเป็นชมรม “ชมรมเบ็ดเตล็ดขายผ้ากลางวัน” ส่วนในเวลากลางคืนจำหน่ายอาหารโดยผู้ค้ารวมตัวจัดตั้งเป็นชมรม “ชมรมอาหารต้นน้ำเจ้าพระยากลางคืน”

จุดที่ 11 บนสันเขื่อนของถนนเจ้าสี่พระยาแบ่งเป็น 3 ช่วง

ช่วงที่ 1 และช่วงที่ 2 ตรงข้ามร้านจิ้งจอกถึงตรงข้ามสำนักงานเจ้าท่าเดิม ในเวลากลางวันจะขายเสื้อผ้าและของเบ็ดเตล็ดโดยผู้ค้ารวมกันจัดตั้งกันเป็นชมรม “ชมรมค้าปลีกเจ้าพระยากลางวัน” ส่วนในเวลากลางคืนจะขายเสื้อผ้าแฟชั่นโดยผู้ค้ารวมกันจัดตั้งกันเป็นชมรม “ชมรมพ่อค้า - แม่ค้าริม

เขื่อนกลางคืน”

ช่วงที่ 3 บนทางเท้าของถนนมาตุลีข้างบริษัทเงินทุนหลักทรัพย์เจ้าพระยาเดิม ขายอาหารในเวลากลางวัน

จุดที่ 12 ริมถนนและบนทางเท้าทั้ง 2 ฝั่ง ของถนนจุฬามณี จากแยกถนนโกสีย์ถึงถนนเจ้าสี่พระยาจำหน่ายของกินและของไหว้เจ้าโดยมักเรียกกันติดปากว่าตลาดชุมชนหงส์

จุดที่ 13 บริเวณตลาดสดเทศบาลจากโรงแรมวังนครถึงซอยรณชัย แบ่งเป็น 2 ช่วง

ช่วงที่ 1 บนสันเขื่อนจำหน่ายของสด เช่น ปลา เนื้อสัตว์ตั้งแต่เช้าถึงค่ำ

ช่วงที่ 2 บนถนนเจ้าสี่พระยาจำหน่ายผักผลไม้ค้าส่งในเวลาตั้งแต่ค่ำถึงเช้า

จุดที่ 14 บนถนนศรีวิฑูชาต 1 (ซอยชาตรี) ตั้งแต่ทางแยกถนนเทพหัสดินถึงถนนเจ้าสี่พระยาข้างตลาดสดเทศบาล ขายผักผลไม้ส่ง ตั้งแต่ค่ำถึงเช้า

จุดที่ 15 บนถนนศรีวิฑูชาต 2 (ซอยข้างตึกก้านนสุเทพ) ตั้งแต่ทางแยกถนนเทพหัสดินถึงถนนเจ้าสี่พระยา ข้างตลาดสดเทศบาล ขายผักผลไม้ส่ง ตั้งแต่ค่ำถึงเช้า

จุดที่ 13, 14 และ 15 จะเป็นจุดที่อยู่บริเวณตลาดสดเทศบาลโดยผู้ค้าบริเวณนี้และในตัวอาคารตลาดสดรวมตัวกันเป็นชมรม “ชมรมตลาดสดเทศบาลนครนครสวรรค์”

ฉบับนี้ขอเรียนให้ทราบเพียงเท่านั้นก่อนส่วนจุดอื่นๆ ติดตามฉบับหน้า สวัสดีครับ



“คนเดินได้ รถวิ่งได้ พ่อค้าแม่ค้าขายของได้”

เทศบาลนครนครสวรรค์ ร่วมกับ กอ.รมน. จังหวัดนครสวรรค์ตำรวจจังหวัดนครสวรรค์และส่วนราชการอื่นๆที่เกี่ยวข้องร่วมกันจัดระเบียบการตั้งวางสิ่งของบนทางเท้าภายในเขตเทศบาล โดยต้องเว้นทางเท้าให้ประชาชนได้สัญจรได้และผู้ค้าก็สามารถขายของได้

หลักธรรมสำคัญในวันวิสาขบูชา



วันวิสาขบูชา

วันวิสาขบูชา ถือเป็นวันสำคัญยิ่งทางพระพุทธศาสนา เพราะเป็นวันที่เกิด 3 เหตุการณ์สำคัญที่เกี่ยวกับวิถีชีวิตของพระสัมมาสัมพุทธเจ้า เวียนมาบรรจบกันในวันเพ็ญเดือน 6 แม้จะมีช่วงระยะเวลาห่างกันนับเวลาหลายสิบปี ซึ่งเหตุการณ์อัศจรรย์ 3 ประการ ได้แก่ วันที่พระพุทธเจ้าประสูติ ตรัสรู้ อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ และ เสด็จเข้าสู่ปรินิพพาน

หลักธรรมที่สำคัญในวันวิสาขบูชา ที่ควรนำมาปฏิบัติ

1. ความกตัญญู คือ การรู้คุณค่า เป็นคุณธรรมที่คู่กับความกตเวที ซึ่งหมายถึงการตอบแทนคุณที่มีผู้ทำไว้ ความกตัญญูและความกตเวทีนี้ เป็นเครื่องหมายของคนดี ทำให้ครอบครัวและสังคมมีความสุข ซึ่งความกตัญญูกตเวทิตานั้นสามารถเกิดขึ้นได้กับทั้ง บิดามารดาและลูก ครูอาจารย์กับศิษย์ นายจ้างกับลูกจ้าง ฯลฯ

ในพระพุทธศาสนา เปรียบพระพุทธเจ้าเสมือนกับบุพการี ผู้ชี้ให้เห็นทางหลุดพ้นแห่งความทุกข์ ดังนั้นพุทธศาสนิกชนจึงควรตอบแทนด้วยความกตัญญูกตเวทิตะด้วยการทำนุบำรุงพระพุทธศาสนา และดำรงพระพุทธศาสนาให้อยู่สืบไป

2. อริยสัจ 4 คือ ความจริงอันประเสริฐ 4 ประการที่พระพุทธเจ้าทรงตรัสรู้ใน วันวิสาขบูชา ได้แก่

- ทุกข์ คือ ปัญหาของชีวิต สภาวะที่ทนได้ยาก ซึ่งทุกข์ชั้นพื้นฐาน คือ การเกิด การแก่ และการตาย ล้วนเป็นสิ่งที่มนุษย์ทุกคนต้องเผชิญ ส่วนทุกข์จร คือ ทุกข์ที่เกิดขึ้นในการดำเนินชีวิตประจำวัน เช่น การพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักหรือความยากจน เป็นต้น

- สมุทัย คือ ต้นเหตุของปัญหา หรือสาเหตุของการเกิดทุกข์ และสาเหตุส่วนใหญ่ของปัญหาเกิดจาก “ตัณหา” อันได้แก่ ความอยากได้ต่างๆ อย่างไม่มีที่สิ้นสุด

- นิโรธ คือ ความดับทุกข์ เป็นสภาพที่ความทุกข์หมดไป เพราะสามารถดับกิเลส ตัณหา อุปาทานออกไปได้

- มรรค คือ หนทางที่นำไปสู่การดับทุกข์ เป็นการปฏิบัติเพื่อแก้ปัญหามี 8 ประการ ได้แก่ ความเห็นชอบ ดำริชอบ วาจาชอบ กระทำชอบ เลี้ยงชีพชอบ พยายามชอบ ระลึกชอบ ตั้งจิตมั่นชอบ

3. ความไม่ประมาท คือ การมีสติตลอดเวลา ไม่ว่าจะทำอะไร พุดอะไร คิดอะไร ล้วนต้องใช้สติ เพราะสติคือการระลึกได้ การระลึกได้อยู่เสมอจะทำให้เราใช้ชีวิตอย่างไม่ประมาท ซึ่งความประมาทนั้นจะทำให้เกิดปัญหายั่งยืนตามมา ดังนั้นในวันนี้พุทธศาสนิกชนจะพากันน้อมระลึกถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์ ด้วยความมีสติ



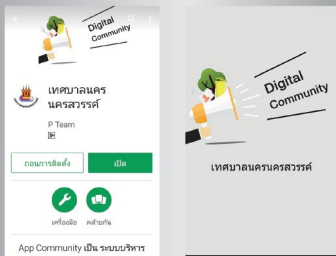
วิธีการสมัครและใช้งาน Application : เทศบาลนครนครสวรรค์

1 ดาวน์โหลด App : เทศบาลนครนครสวรรค์ จาก

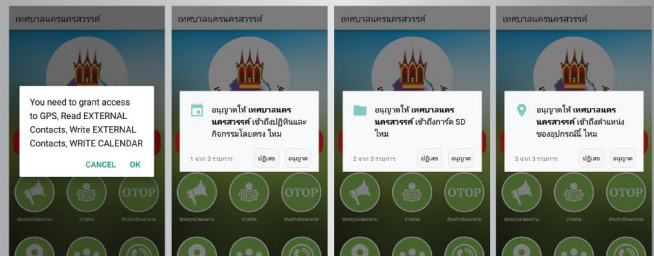


ฟรี

2 เปิด App



3 กดอนุญาตทั้งหมด



4 ลงทะเบียนผู้ใช้งาน

 ชื่อ _____ นามสกุล _____ เบอร์โทรศัพท์ _____ อีเมล _____ เลขบัตรประชาชน _____ บันทึก	ชื่อ _____ นามสกุล _____ เบอร์โทร _____ อีเมล _____ เลขบัตรประชาชน _____
--	--

5 เริ่มใช้งานได้ทันที



งานสุขสิ่งปฏิกูล

รับเก็บและขนอุจจาระหรือสิ่งปฏิกูล
 ลูกบาศก์เมตร: 200 บาท
 โทร. 056-223084

งานบริการด้านความสะอาด

รับเก็บขนมูลฝอยเป็นครั้งคราว เช่น กิ่งไม้ เศษวัสดุ
 ลูกบาศก์เมตร: 150 บาท
 โทร. 056-219549



สาธารณสุขเทศบาลนครนครสวรรค์

ยินดีให้บริการ

สถานที่ในกำกับดูแลและใช้ประโยชน์ของทางราชการ



ห้ามขาย ห้ามดื่ม เครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ห้ามนำเข้า มีโทษจำคุกไม่เกิน 6 เดือน
หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับ

ตามพระราชบัญญัติควบคุมเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ พ.ศ. 2551 (มาตรา 4 , 27(8) , 31(7))



กองกำลังรักษาความสงบเรียบร้อยจังหวัดนครสวรรค์
จังหวัดนครสวรรค์
ตำรวจภูธรจังหวัดนครสวรรค์
กองอำนวยการรักษาความมั่นคงภายในจังหวัดนครสวรรค์
เทศบาลนครนครสวรรค์

**ดำเนินการจัดระเบียบทางสาธารณะ
เพื่อความเป็นระเบียบเรียบร้อย**

- 1. ห้าม** ไม่ให้วางสิ่งของบนทางเท้านอกเขต
พ่นพินและนอกช่วงกำหนดเวลาพ่นพิน
- 2. ห้าม** ไม่ให้วางวัสดุและสิ่งของกีดขวางบน
พื้นผิวทางจราจร
- 3. บริเวณโดยรอบอุทยานสวรรค์ ให้จอดรถ
จักรยานยนต์และรถยนต์ ในพื้นที่ที่กำหนดไว้ให้
ขอความร่วมมือให้ถือปฏิบัติโดยเคร่งครัด
ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป**

สายด่วน
บริการประชาชน

งานทะเบียนราษฎร : 056-219521
งานแผนที่ภาษี : 056-216534
งานประปา : 056-212175
งานสาธารณสุข (ช่าง) : 056-222193
งานสาธารณสุข (กำจัดสิ่งปฏิกูล) : 056-223084
งานป้องกันฯ (ดับเพลิง) : 056-221101, 199



สำนักงานเทศบาลนครนครสวรรค์
ถนนอรุณกวี นครสวรรค์ 60000
ที่ นว.52002/

โทรศัพท์ภายใน
โทรเลขเลขที่ 85/2544
ไปรษณียบัตร

เรียน.....
.....
.....
.....

ส่งตีพิมพ์



วัตถุประสงค์

1. เพื่อเผยแพร่กิจกรรมการดำเนินงานของเทศบาล
2. เพื่อสร้างเสริมความสัมพันธ์และความเข้าใจระหว่างประชาชนกับเทศบาล
3. เพื่อเพิ่มคุณภาพชีวิตของประชาชนและสร้างความเข้าใจในหน้าที่ที่มีต่อสังคม

จัดทำโดย งานบริการและเผยแพร่วิชาการ กองวิชาการและแผนงาน (เสนอแนะติชม) 056-219555
พิมพ์ที่ โรงพิมพ์นิวเอเซีย นครสวรรค์ 056-214341