



จดหมายข่าว

องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ อำเภอหนองจิก จังหวัดปัตตานี

www.kohpoh.go.th

โทร/โทรสาร 073-330891

ประจำเดือนมีนาคม พ.ศ.2561

คุยกับทีมงาน อบต.เกาะเปาะ

หน้าร้อนที่โร อย่าย่ำได้ชะล่าใจ เพราะโรคเหล่านี้มักกลับมาในหน้าร้อน และเป็นได้ทั้งเด็กและผู้ใหญ่ เรารู้ทัน โรคฮิต ที่มากับหน้าร้อนกันเถอะค่ะ ด้วยความปรารถนา จากทีมงานอบต.เกาะเปาะกันนะคะ

รู้ทัน 5 โรคฮิต ในหน้าร้อน



อาหารเป็นพิษ

เกิดจากเชื้อแบคทีเรียจากการกินอาหารปนเปื้อน

การป้องกัน

ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงและกินอาหาร
ดื่มน้ำที่สะอาดหรือน้ำต้มสุก กินอาหารที่สะอาด
ปรุงสุกใหม่ จดการกินอาหารสุกๆ ดิบๆ



อหิวาตกโรค

โดยทั่วไปคนที่ติดเชื้ออหิวาต์จะไม่มีอาการหรือมี
ไม่มาก แต่ในรายที่ติดเชื้อรุนแรงอาจเสียชีวิตได้

การป้องกัน

ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงและกินอาหาร
ดื่มน้ำที่สะอาด กินอาหารที่สะอาดปรุงสุกใหม่

โรคอุจจาระร่วง

เป็นโรคติดต่อทางอาหารและน้ำ เกิดจากเชื้อแบคทีเรีย
เชื้อไวรัส โปรโตซัว และหนอนพยาธิ

การป้องกัน

ล้างมือให้สะอาดก่อนปรุงและกินอาหาร
ดื่มน้ำที่สะอาด กินอาหารที่สะอาดปรุงสุกใหม่



ไวรัสตับอักเสบบี A

ติดต่อผ่านทางคนหนึ่งสู่อีกคนหนึ่ง โดยการปนเปื้อน
ไปกับน้ำ หรืออาหารที่รับประทานโดยไม่ผ่านการหุงต้ม

การป้องกัน

ฉีดวัคซีน ล้างมือให้สะอาด
ก่อนปรุงและกินอาหาร ใส่ถุงมือเมื่อต้องสัมผัส
อุจจาระคนอื่นและล้างมือ



โรคพิษสุนัขบ้า หรือ โรคกลัวหมา

ติดต่อจากการถูกสัตว์ที่มีเชื้อโรคพิษสุนัขบ้ากัด ข่วน
หรือเลียบริเวณที่มีแผลรอยข่วน หรือน้ำลายของสัตว์
ที่มีเชื้อเข้าตา ปาก จมูก

การป้องกัน

หากถูกสัตว์ที่มีเชื้อพิษสุนัขบ้ากัด
ให้รีบล้างแผลด้วยสบู่และน้ำสะอาด แล้วรีบพบแพทย์



BBTV Channel 7



bbtv_oh7



BBTV CH7



CH7



สุดยอดผักผลไม้ที่คลายร้อนได้

สุดยอดผักผลไม้คลายร้อน กินมาตั้งนานเพิ่งรู้ว่าจำน้ำหนักนี้ !

แตงกวา



ประกอบไปด้วยน้ำถึง 96.7%

พริกหยวกสีเขียว



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 93.9%

สตรอเบอรี่



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 91%

ผักกาดแก้ว



ประกอบไปด้วยน้ำถึง 95.6%

กะหล่ำดอก



ประกอบไปด้วยน้ำถึง
92.1%

บรอกโคลี



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 90.7%

แตงโม



ประกอบไปด้วยน้ำถึง 92.1%

ขึ้นฉ่าย



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 95.4%

เบบี้แครอท



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 90.4%

มะเขือเทศ



ประกอบไปด้วยน้ำถึง 94.5%

มะเฟือง



ประกอบไปด้วยน้ำถึง
91.4%

แคนตาลูป



ประกอบไปด้วย
น้ำถึง 90.2%

ASTVผู้จัดการ
InfoGraphics
www.manager.co.th

ที่มา : health.kapook

ประมวลภาพกิจกรรมโครงการลดและคัดแยกขยะมูลฝอย เพื่อลดมลพิษเพื่อชีวิตและสิ่งแวดล้อม

วันอังคารที่ 6 มีนาคม 2561 องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ จัดการอบรมโครงการลดและคัดแยกขยะมูลฝอย เพื่อลดมลพิษเพื่อชีวิตและสิ่งแวดล้อม

การอบรมในครั้งนี้ ให้ความรู้ ความเข้าใจเรื่องปัญหาขยะมูลฝอย การแก้ไข และให้นักเรียน อาสาสมัครท้องถิ่นรักษ์โลก (อถล.) มีส่วนร่วมในการดำเนินการคัดแยกขยะ ปฏิบัติตนได้อย่างถูกต้องในการคัดแยกขยะและกำจัดขยะอย่างถูกวิธี ปลุกฝังให้มีจิตสำนึกในการรักษาสิ่งแวดล้อม โดยได้รับเกียรติจากผอ.โรงเรียนบ้านเกาะเปาะ มาเป็นประธานเปิดโครงการนี้



อาเคาะ ขนมพื้นบ้านที่หาซื้อได้ในเดือนรอมฎอนเท่านั้น

หากใครแวะเวียนไปในพื้นที่สามจังหวัดชายแดนภาคใต้ในเวลานี้ที่กำลังอยู่ในห้วงเดือน “รอมฎอน” หรือ “เดือนบวช” ซึ่งถือเป็นช่วงเวลาอันศักดิ์สิทธิ์ของพี่น้องผู้นับถือศาสนาอิสลาม จะเห็นภาพความคึกคักของตลาดร้านค้าในช่วงพลบค่ำ เนื่องจากพี่น้องมลายูมุสลิมในพื้นที่จะออกมาจับจ่ายซื้อของเพื่อนำไปใช้ในการละศีลอด มีรูปร่างคล้ายขนมครกหรือขนมไข่ แต่รสชาติกลับคล้ายกับขนมหม้อแกงสังขยา และเติมเปี่ยมไปด้วยรสชาติหวาน หอม และอร่อย “อาเคาะ” ที่ขึ้นชื่อในหมู่พี่น้องประชาชนในพื้นที่แดนใต้เวลานี้คงหนีไม่พ้นยี่ห้อ “อาเคาะ ชูยามู” สูตรโบราณ

วิธีทำขนมอาเคาะ

สูตรโบราณ + ประกอบด้วย

1. ไข่เป็ด 36%
2. น้ำตาลทราย 34%
3. แป้งสาลี 13%
4. กะทิสด 13%
5. น้ำใบเตย 3%
6. เกลือ 1%



วิธีทำขนมอาเคาะ

1. นำแป้งมาผสมกับน้ำไข่ขาว น้ำตาลทราย กะทิ เกลือป่น กวนให้เข้าเป็นเนื้อเดียวกัน
2. นำไปใส่แม่พิมพ์ แล้วย่างไฟทั้งสองด้านจนสุก
3. ยกลง ตักใส่ภาชนะ



ข่าวประชาสัมพันธ์

ภาษีช่วยพัฒนาตำบลของเรา

ขอให้ชาวตำบลเกาะเปาะ อำเภอหนองจิก

มายื่นแบบและชำระภาษี ประจำปี 2561 ณ

สำนักงานจัดเก็บรายได้ กองคลัง สำนักงานองค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ
อำเภอหนองจิก จังหวัดปัตตานี ตามวันเวลา ราชการ ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป

1. ภาษีโรงเรือนและที่ดิน ยื่นแบบแสดงรายการตั้งแต่เดือน มกราคม – กุมภาพันธ์ 2561

2. ภาษีบำรุงท้องที่ ยื่นแบบแสดงรายการตั้งแต่เดือน มกราคม – เมษายน 2561

3. ภาษีป้าย ยื่นแบบแสดงรายการตั้งแต่เดือน มกราคม – มีนาคม 2561

☞ จัดหมายข่าว อบต.เกาะเปาะ ☞



☺ จัดทำโดย งานจัดเก็บรายได้ (กองคลัง) องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ

☺ เลขที่ 1 หมู่ที่ 1 องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ อำเภอหนองจิก จังหวัดปัตตานี 94170

☎ 073-330891 E-mail : kohpoh@hotmail.co.th website : www.kohpoh.go.th