



จดหมายข่าว

องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ อำเภอหนองจิก จังหวัดปัตตานี

www.kohpoh.go.th

โทร/โทรสาร 073-330891

ประจำเดือนพฤษภาคม พ.ศ.2561

คุยกับทีมงาน อบต.เกาะเปาะ

สวัสดีค่ะ เข้าฤดูร้อนแล้ว เรามารู้จัก ฮีตสโตรก หรือโรคลมแดด ภัยที่มาพร้อมกับแสงแดดและอากาศร้อน ๆ จะมีวิธีป้องกันอย่างไร เรียนรู้เอาไว้ไม่เสียหาย

เมื่อเข้าสู่หน้าร้อน สิ่งที่เราหนีไม่พ้นก็คืออากาศที่ร้อนจัด รวมทั้งแสงแดดที่แรงกว่าปกติ ที่แค่เพียงออกไปยืนกลางแดดเพียงครู่เดียวก็แสบผิว นอกจากนี้ยังมีโรคร้ายที่มากับอากาศร้อน ๆ อีกก็คือ โรคลมแดด หรือที่เรารู้จักกันอีกชื่อหนึ่งว่า ฮีตสโตรก ที่ขอบอกเลยว่าเป็นโรคที่ดูเหมือนจะไม่ร้ายแรงแต่ก็อันตรายถึงชีวิตได้ หากไม่รู้จักรักษาและป้องกันที่ถูกต้อง วันนี้กระปุกดอทคอมก็เลยขอหยิบยกวิธีการป้องกันโรคฮีตสโตรก หรือโรคลมแดดนี้มาบอกเล่าให้ทราบกัน รู้ไว้ก่อนเพื่อรับมือกันอย่างถูกต้อง

ฮีตสโตรก
โรคที่เกิดช่วงหน้าร้อน

โรคฮีตสโตรก หรือ โรคลมแดด เกิดจากการรับความร้อนมากเกินไป จนทำให้ความร้อนในร่างกาย สูงกว่า 40 °C อาจเป็นอันตรายถึงชีวิตได้

กลุ่มเสี่ยง

- นักกีฬาสมัครเล่น
- เด็กและผู้สูงอายุ
- คนอดนอน
- คนที่ทำงานในที่อากาศร้อนอื่น
- คนที่ดื่มเหล้าจัด
- คนที่กินอาหารที่ไม่ได้เตรียมสภาพร่างกายเพื่อเข้ารับการฝึก
- คนที่ป่วยโรคความดันโลหิตสูง

อาการ !

- ไม่มีเหงื่อออก
- กระหายน้ำมาก
- ตัวร้อนจัดขึ้นเรื่อยๆ
- หายใจเร็ว
- อ่อนเพลีย เบื่ออาหาร
- ปวดศีรษะ คลื่นไส้ อาเจียน
- ความดันต่ำ

การช่วยเหลือเบื้องต้น

- นำผู้ป่วยเข้าร่ม นอนราบ ยกเท้าสูงทั้งสองข้าง ถอดเสื้อผ้าออก
- ใช้ผ้าชุบน้ำเย็นหรือน้ำแข็งประคบตามตัว + พัดลมเป่าระบายความร้อน
- รีบนำส่งโรงพยาบาล

วิธีการป้องกัน

- ดื่มน้ำอย่างน้อยวันละ 6-8 แก้ว
- ใส่เสื้อผ้าสีอ่อน
- ใช้ครีมกันแดด SPF15 ขึ้นไป
- หลีกเลี่ยงการอยู่กลางแจ้งแดด
- หลีกเลี่ยงการกินยาแก้ปวด
- หลีกเลี่ยงเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ควรดูแลเด็กและผู้สูงอายุเป็นพิเศษ

โรคขาดสารไอโอดีน

สาเหตุของโรค

ต่อมไทรอยด์ (Thyroid gland) ถือเป็นต่อมที่มีขนาดใหญ่ที่สุดของร่างกาย มีลักษณะเป็นกลีบ 2 กลีบ คล้ายปีกผีเสื้อ ยาวประมาณ 5 เซนติเมตร หนักประมาณ 30 กรัม อยู่ด้านหน้าของหลอดลม บริเวณใต้ลูกกระเดือกเล็กน้อย เคลื่อนไหวขึ้นลงได้ตามการเคลื่อนไหวของหลอดอาหารต่อมไทรอยด์ทำหน้าที่ควบคุมการเจริญของระบบประสาท และสมอง และระบบเนื้อเยื่อของร่างกายด้วยฮอร์โมนไทร็อกซิน (thyroxine) โดยอาศัยสารไอโอดีนช่วยในการสร้างฮอร์โมน โดยต่อมไทรอยด์เองสามารถดึงไอโอดีนจากส่วนต่างๆของร่างกาย และเก็บกักไว้ภายในต่อมตัวเองได้ทำให้มีปริมาณไอโอดีนในต่อมสูงมากกว่าเลือดกว่า 30 เท่า

หากร่างกายขาดสารไอโอดีนจะทำให้ระบบประสาท และสมอง ระบบกล้ามเนื้อไม่สามารถเจริญเติบโตได้ตามปกติ อัตราการเผาผลาญพลังงานน้อย ร่างกายเจริญเติบโตช้า สมองทึบ ไม่มีเรี่ยวแรง เหนื่อยง่าย นอกจากนี้ อาการที่เด่นชัด คือ เกิดภาวะต่อมไทรอยด์บวมโต 4-5 เท่า ของขนาดปกติ ซึ่งเรียกว่า คอพอก หรือโรคขาดสารไอโอดีน

สารไอโอดีน เป็นแร่ธาตุชนิดหนึ่งที่พบมากในทะเล รวมถึงพืช และสัตว์ที่อาศัยอยู่ในทะเล จากการละลาย และชะล้างจากพื้นดินลงสู่ทะเล พบได้น้อยในดิน และแหล่งน้ำจืด โดยเฉพาะบริเวณพื้นที่หุบเขา และห่างไกลจากทะเลจึงเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ประชากรในพื้นที่เหล่านี้มักเกิดภาวะร่างกายขาดสารไอโอดีน

โรคขาดสารไอโอดีน

สารไอโอดีนคืออะไร
เป็นสารอาหารที่จำเป็นต่อร่างกายใช้สร้างฮอร์โมนของต่อมไทรอยด์

ไทรอยด์ฮอร์โมนมีความสำคัญต่อร่างกายอย่างไร
กระตุ้นให้ร่างกายมีการเจริญเติบโต โดยเฉพาะสมอง และระบบประสาท ทำให้มีพัฒนาการที่สมวัย และเติบโตเต็มศักยภาพ

ร่างกายต้องการไอโอดีนในปริมาณเท่าไร
ร่างกายต้องการปริมาณเล็กน้อย แต่จำเป็นตั้งแต่วันแรก
เด็กต้องการ 90-120 ไมโครกรัม / วัน
ผู้ใหญ่ 150 ไมโครกรัม / วัน
หญิงตั้งครรภ์และให้นมบุตร 250 ไมโครกรัม / วัน

โรคขาดสารไอโอดีน มีอาการอย่างไร

ภาวะไทรอยด์ฮอร์โมนต่ำ
ผู้ใหญ่ มีอาการเกือบจคร้าน อ่อนเพลีย ง่วงซึม ท้องผูก ผิวหนังแห้ง เสียงแหบ เจ็บคอ ทนความหนาวเย็นไม่ค่อยได้
เด็ก นอกจากจะมีอาการคล้ายผู้ใหญ่แล้วยังพบอาการเซื่องซึมทางจิตใจ และเขาวงปัญหาต่ำ
ทารกแรกเกิด มีความสำคัญและรุนแรงมาก จะมีอาการทางสมอง ทำให้เกิดภาวะปัญญาอ่อน ไม่สามารถแก้ไขได้

เป็นโรคขาดสารไอโอดีนแล้วรักษาอย่างไร
จากการขาดสารไอโอดีน สามารถรักษาได้ โดยรับประทานอาหารทะเลหรือใช้เกลือบริโภคเสริมไอโอดีน น้ำปลาเสริมไอโอดีน และผลิตภัณฑ์เสริมไอโอดีน ปรุงอาหารติดต่อกันทุกวัน

ประมวลภาพกิจกรรมงานอนุรักษ์วัฒนธรรมอำเภอหนองจิก ประจำปี 2561

ภายใต้ชื่อกิจกรรม สืบสานเล่าขาน ตำนานเมืองเก่า "ถิ่นข้าวดี วิถีริมน้ำ งดงามวัฒนธรรม"

ระหว่างวันที่ 4 - 13 พฤษภาคม 2561 ณ สนามโรงเรียนวัดมุจลินทวาปีวิหาร





โครงการเงินอุดหนุน เพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิด

สำนักงานเขต สำนักงานเทศบาล หรือที่ทำการ อบต.



โครงการเงินอุดหนุนเพื่อการเลี้ยงดูเด็กแรกเกิด เพื่อให้ได้รับการเลี้ยงดูที่มีคุณภาพ และพัฒนาการที่ดีของเด็ก และเยาวชน จากครอบครัวยากจน หรือเสี่ยงต่อภาวะความยากจน

โดยปีงบประมาณ 2559 จะได้รับเดือนละ 400 บาท และปีงบประมาณ 2560 จะได้รับเดือนละ 600 บาท จ่ายให้เด็กแรกเกิดถึง 3 ขวบ

เงื่อนไข

- มีลูกเกิดตั้งแต่วันที่ 1 ตุลาคม 2558
- อยู่ในครอบครัวยากจนหรือเสี่ยงต่อภาวะความยากจน
- บิดาหรือมารดา มีสัญชาติไทย
- ไม่ได้รับสวัสดิการ เกี่ยวกับบุตรใด ๆ จากภาครัฐ และรัฐวิสาหกิจ



ติดต่อสอบถามรายละเอียดโทร : 073-330891

และติดต่อข้อมูลข่าวสาร ขององค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ

งานจัดเก็บรายได้ กองคลัง องค์การบริหารส่วนตำบลเกาะเปาะ

การจัดเก็บภาษีโรงเรือนและที่ดิน

1. ผู้มีหน้าที่เสียภาษีโรงเรือนและที่ดิน ยื่นแบบแสดงรายการเสียภาษีโรงเรือนและที่ดิน (ภ.ร.ด.2)
2. เจ้าหน้าที่รับแบบยื่น ภ.ร.ด.2 ตรวจสอบเอกสารกับข้อมูลใน ผ.ท.4 และ ผ.ท.5
3. คำนวณค่ารายปีและคิดค่าภาษี
4. แจ้งการประเมิน (ภ.ร.ด.8)
5. ผู้มีหน้าที่เสียภาษีโรงเรือนและที่ดินชำระเงิน และรับใบเสร็จรับเงินค่าภาษีโรงเรือนและที่ดิน (ภ.ร.ด.12)

กรณีผู้ชำระภาษียื่นแบบ ภ.ร.ด.๒ แล้วยังไม่ชำระทันทีให้ดำเนินการ ดังนี้

1. เมื่อได้รับการแจ้งการประเมิน (ภ.ร.ด.8) ต้องชำระภายใน 30 วัน นับถัดจากวันที่ได้รับแจ้งการประเมินหากชำระเกินกำหนดต้องเสียเงินเพิ่ม ดังนี้ ไม่เกิน 1 เดือน เงินเพิ่ม 2.5 % เกิน 1 เดือน แต่ไม่เกิน 2 เดือน เงินเพิ่ม 5 % เกิน 2 เดือนแต่ไม่เกิน 3 เดือน เงินเพิ่ม 7.5% เกิน 3 เดือนแต่ไม่เกิน 4 เดือน เงินเพิ่ม 10% เกิน 4 เดือน ต้องดำเนินคดี
2. ได้รับแจ้งการประเมินแล้วไม่พอใจในการประเมินต้องอุทธรณ์ภายใน 15 วัน

หลักฐานที่ต้องนำมา ประกอบในการยื่นชำระ

1. สำเนาบัตรประจำตัวประชาชน และสำเนาทะเบียนบ้าน
2. ใบเสร็จรับเงินค่าภาษีในปีที่ผ่านมา
3. สำเนาทะเบียนพาณิชย์
4. แผนผังที่ตั้งพอสังเขป
5. สำเนาโฉนดที่ดิน นส.3 หรือ นส.3ก

ประชาชนผู้รับบริการ
ยื่นแบบ ภ.ร.ด.2



รับเรื่อง/ตรวจสอบเอกสาร/ประเมิน ค่าภาษี/แจ้งการประเมิน/
รับเงิน/ออกใบเสร็จรับเงิน (5 นาที)

การจัดเก็บภาษีป้าย

1. ผู้มีหน้าที่เสียภาษีป้าย ยื่นแบบแสดงรายการภาษีป้าย (ภ.ป.1) พร้อมเอกสารประกอบ
2. เจ้าหน้าที่รับแบบยื่น ภ.ป.1 ตรวจสอบเอกสารกับข้อมูล ผ.ท.4 และ ผ.ท.5
3. คำนวณพื้นที่ป้ายและประเมินค่าภาษีป้าย
4. แจ้งการประเมิน (ภ.ป.3)
5. ผู้มีหน้าที่เสียภาษีป้ายชำระเงินและรับใบเสร็จรับเงิน (ภ.ป.7)

หลักฐานที่ต้องนำมา ประกอบในการยื่นชำระ

1. สำเนาทะเบียนบ้าน / สำเนาบัตรประชาชนของผู้มีหน้าที่เสียภาษี
2. สำเนาโฉนดที่ดิน / สัญญาซื้อขายทรัพย์สิน
3. สัญญาเช่าทรัพย์สิน / สัญญาเช่าที่ดิน
4. ทะเบียนพาณิชย์ / ทะเบียนการค้า / ทะเบียนภาษีมูลค่าเพิ่ม
5. ใบอนุญาตปลูกสร้างอาคาร
7. หนังสือมอบอำนาจ (กรณีที่ไม่ได้มาดำเนินการเอง)

ประชาชนผู้รับบริการ
ยื่นเอกสารแบบ ภ.ป.1



รับเรื่อง/ตรวจสอบเอกสาร/ประเมินภาษี/รับเงิน/
ออกใบเสร็จรับเงิน (3 นาที)

การจัดเก็บภาษีบำรุงท้องที่

1. ผู้เป็นเจ้าของที่ดินยื่นแบบแสดงรายการที่ดิน(ภ.บ.ท.5)
2. เจ้าหน้าที่ตรวจสอบเอกสาร
3. ผู้มีหน้าที่เสียภาษีบำรุงท้องที่ชำระเงิน และรับใบเสร็จรับเงินค่าภาษีบำรุงท้องที่ (ภ.บ.ท.5)

เอกสารประกอบการพิจารณา

1. บัตรประจำตัวประชาชนและสำเนาทะเบียนบ้าน
2. ใบเสร็จรับเงินค่าภาษีบำรุงท้องที่ปีผ่านมา(ภ.บ.ท.11)
3. สำเนาโฉนดที่ดิน นส.3 หรือ นส.3ก
4. หนังสือมอบอำนาจ กรณีที่ให้ผู้อื่นมาทำการแทน

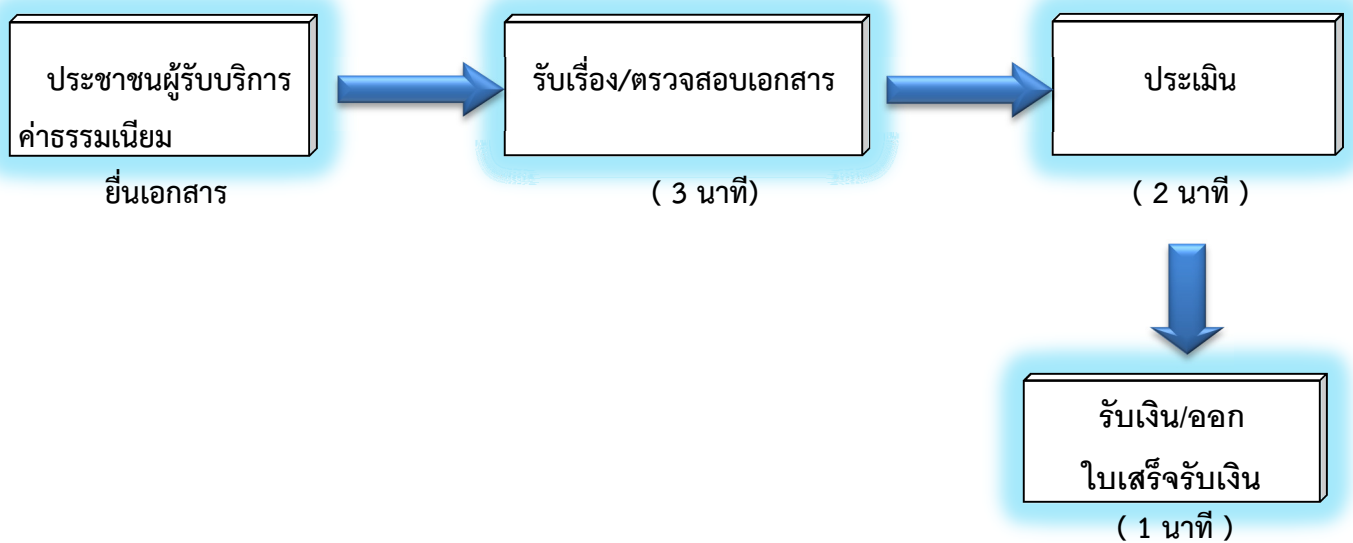
ประชาชนผู้รับบริการ
ยื่นเอกสารแบบ ภ.บ.ท.5



รับเรื่อง/ตรวจสอบเอกสาร/ประเมินภาษี/รับเงิน
/ออกใบเสร็จรับเงิน (3 นาที)

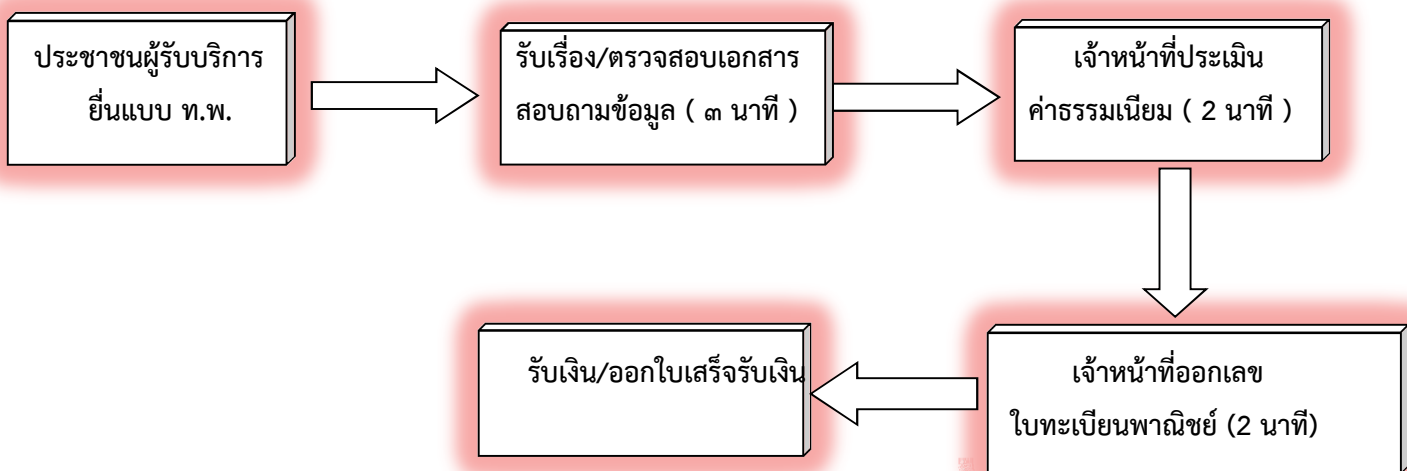
การเก็บค่าธรรมเนียมประกอบกิจการที่เป็นอันตรายต่อสุขภาพ

๑. ผู้มีหน้าที่เสียค่าธรรมเนียมฯ
๒. เจ้าหน้าที่รับเรื่อง ตรวจสอบเอกสาร
๓. คำนวณค่าธรรมเนียมฯ
๔. ผู้มีหน้าที่เสียค่าธรรมเนียมฯ ชำระเงินและรับใบเสร็จรับเงิน



การจดทะเบียนพาณิชย์

๑. ผู้ประกอบการพาณิชย์ยื่นคำขอ และกรอกข้อมูล (แบบ ท.พ.) กรอกแบบคำขอจดทะเบียน
๒. เจ้าหน้าที่ตรวจสอบเอกสาร
๓. นายทะเบียนพิจารณาคำขอ และจดทะเบียนพาณิชย์
๔. ชำระเงินค่าธรรมเนียมและรับใบทะเบียนพาณิชย์



☺ จดหมายข่าว 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