



ที่ อต ๐๐๒๓.๓/ว ๒๘๖

ถึง ที่ทำการองค์การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์ สำนักงานเทศบาลเมืองอุดรดิตถ์ และสำนักงานส่งเสริมการปกครอง
ท้องถิ่นอำเภอ ทุกอำเภอ

ด้วยสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ แจ้งว่า กรมอนามัย โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ
ดำเนินโครงการยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กวัยเรียนวัยรุ่น สูงดี สมส่วน แข็งแรง ปี ๒๕๖๙
โดยได้พัฒนาสื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน ภายใต้แคมเปญ “ภารกิจพิชิตสูง” เพื่อส่งเสริม
ให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่น มีสุขภาพร่างกาย แข็งแรง สูงดีสมส่วน มีความรอบรู้ด้านสุขภาพและมีพฤติกรรมสุขภาพ
ที่พึงประสงค์ ด้วยการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และนอนหลับเพียงพอ

สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดอุดรดิตถ์ จึงขอแจ้งให้องค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นเผยแพร่
และประชาสัมพันธ์ สื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน ให้สถานศึกษาในสังกัดองค์กรปกครอง
ส่วนท้องถิ่น ทราบ เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพ และเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียน
ควบคู่กับการปลูกฝังพฤติกรรม สุขภาพที่เหมาะสม และตอบแบบประเมินความพึงพอใจการใช้สื่อดังกล่าว โดยสามารถ
ดาวน์โหลดสื่อได้ที่เว็บไซต์ <https://chopachipa.anamai.moph.go.th/gh> หรือสแกน QR Code รายละเอียด
ปรากฏตามสำเนาหนังสือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ที่ อต ๐๐๓๓.๐๐๓/ว ๕๕๓ ลงวันที่ ๙ มีนาคม ๒๕๖๙
ที่ส่งมาพร้อมนี้ สำหรับสำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นอำเภอ ขอความร่วมมือแจ้งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น
ในพื้นที่ทราบ และดำเนินการต่อไป



กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาท้องถิ่น

โทร. ๐-๕๕๕๐-๓๐๐๘ ต่อ ๑๓

ผู้ประสานงาน : ธนาภรณ์ เปรมปรี (โทร.) ๐๘๙-๔๓๙๐๙๒๗



สำนักงานส่งเสริมการปกครองท้องถิ่นจังหวัดอุดรธานี

เลขที่รับ..... 1892

วันที่..... 12 มี.ค. 2569

เวลา.....

บพ. บถ. สส. กม. กก. กษ.

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

อำเภอลับแล อต ๕๓๑๓๐

ที่ อต ๐๐๓๓.๐๐๓/ว ๕๕๓

๙ มีนาคม ๒๕๖๙

เรื่อง ขอความร่วมมือเผยแพร่และประชาสัมพันธ์สื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน
เรียน บัญชีแจ้งท้าย

สิ่งที่ส่งมาด้วย QR Code ส่งเสริมการออกกำลังกายเพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน จำนวน ๑ ฉบับ

ด้วยกรมอนามัย โดยกองกิจกรรมทางกายเพื่อสุขภาพ ดำเนินโครงการยกระดับการส่งเสริมกิจกรรมทางกายเพื่อเด็กวัยเรียนวัยรุ่น สูงดี สมส่วน แข็งแรง ปี ๒๕๖๙ โดยได้พัฒนาสื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน ภายใต้แคมเปญ “ภารกิจพิชิตสูง” เพื่อส่งเสริมให้เด็กวัยเรียนวัยรุ่น มีสุขภาพร่างกายแข็งแรง สูงดีสมส่วน มีความรอบรู้ด้านสุขภาพและมีพฤติกรรมสุขภาพที่พึงประสงค์ ด้วยการมีกิจกรรมทางกายที่เพียงพอ ลดพฤติกรรมเนือยนิ่ง และนอนหลับเพียงพอ

สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี จึงขอความร่วมมือหน่วยงานของท่านได้เผยแพร่และประชาสัมพันธ์ สื่อส่งเสริมการออกกำลังกายฯ ให้แก่ หน่วยงาน สถานศึกษา บุคลากรที่เกี่ยวข้อง เพื่อใช้เป็นเครื่องมือในการส่งเสริมสุขภาพและเสริมสร้างสมรรถภาพทางกายของนักเรียนควบคู่กับการปลูกฝังพฤติกรรมสุขภาพที่เหมาะสม และตอบแบบประเมินความพึงพอใจ การใช้สื่อดังกล่าว โดยสามารถดาวโหลดสื่อได้ที่เว็บไซต์ <https://chopachipa.anamai.moph.go.th/gh> หรือสแกน QR Code ที่ปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ และแจ้งผู้เกี่ยวข้องต่อไป

ขอแสดงความนับถือ

(นายขจร วินัยพานิช)

นายแพทย์สาธารณสุขจังหวัดอุดรธานี

กลุ่มงานส่งเสริมสุขภาพ

งานวัยเรียนวัยรุ่น

โทร. ๐ ๕๕๔๑ ๑๔๓๙ ต่อ ๓๐๖,๓๐๘

โทรสาร ๐ ๕๕๔๑ ๑๘๔๘

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์ : Saraban-Utt@moph.go.th

ผู้ประสานงาน : นางนันทวัน ปุรินทรภิบาล ๐๘ ๙๙๕๗ ๕๑๕๔

ตรวจสอบเอกสาร



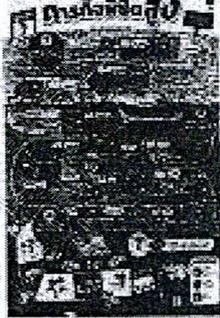
บัญชีแจ้งท้าย

หนังสือสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดอุดรดิตถ์ ที่ อต ๐๐๓๓.๐๐๓/ว ๕๕๓ ลงวันที่ ๙ มีนาคม ๒๕๖๙
เรื่อง ขอความร่วมมือเผยแพร่และประชาสัมพันธ์สื่อส่งเสริมการออกกำลังกายเพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน

๑. ศึกษาธิการจังหวัดอุดรดิตถ์
๒. ท้องถิ่นจังหวัดอุดรดิตถ์
๓. นายกองค้การบริหารส่วนจังหวัดอุดรดิตถ์
๔. นายกเทศบาลเมืองอุดรดิตถ์
๕. ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรดิตถ์ เขต ๑
๖. ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาอุดรดิตถ์ เขต ๒
๗. ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่ศึกษามัธยมศึกษา พิษณุโลก อุดรดิตถ์

เอกสารแนบ

QR Code สื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย เพิ่มความสูง ลดภาวะอ้วน

ลำดับ	QR Code	ภาพตัวอย่างสื่อ
1	วิดีโอ Youtube : ชุดท่ากระโดด (1)  https://qr.sh/84KZ	
2	วิดีโอ Youtube : ชุดท่ากระโดด (2)  https://qr.sh/pMch	
3	วิดีโอ Youtube : ชุดท่าอึดเหยียด  https://qr.sh/LQ8Z	
4	โปสเตอร์ (Poster) : การกึ่งพิชิตสูง  https://qr.sh/T79X	
	 https://qr.sh/D5vj	<p>แบบสำรวจความพึงพอใจ ต่อการใช้สื่อส่งเสริมการออกกำลังกาย ลดความอ้วน เพิ่มความสูง</p>