



สถาบันการอาชีวศึกษาเกษตรภาคใต้  
 เลขรับ..... 1063  
 วันที่..... 26 ก.ค. 2567  
 เวลา..... 12.00 น.

ที่ นศ ๐๐๐๔/ก ๓๗๗๒

ศาลากลางจังหวัดนครศรีธรรมราช  
 ถนนราชดำเนิน นศ ๘๐๐๐

๒๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรื่อง โครงการเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
 เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรียน หัวหน้าส่วนราชการส่วนภูมิภาค หัวหน้าส่วนราชการส่วนกลาง ศูนย์ เขต ภาค หัวหน้าหน่วยงาน  
 รัฐวิสาหกิจ อธิการบดี นายอำเภอทุกอำเภอ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดนครศรีธรรมราช  
 นายกเทศมนตรีนครนครศรีธรรมราช ผู้บริหารองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่น ประธานหอการค้า  
 จังหวัดนครศรีธรรมราช ประธานสภาอุตสาหกรรมจังหวัดนครศรีธรรมราช ประธานชมรมธนาคารพาณิชย์  
 จังหวัดนครศรีธรรมราช ผู้อำนวยการสถานศึกษา นายกสมาคม ประธานชมรม และกลุ่มพลังมวลชน  
 ทุกกลุ่ม

สิ่งที่ส่งมาด้วย รายละเอียดการจัดกิจกรรมฯ จำนวน ๑ ชุด

ด้วยสำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ได้บูรณาการขับเคลื่อนโครงการเดิน วิ่ง ปั่น  
 ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล  
 เฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ร่วมกับศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช  
 คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ด้วยการเชิญชวนประชาชนทั่วประเทศและบุคลากร  
 ในหน่วยงานระดับกระทรวงเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายสะสมแคลอรี ผ่านแอปพลิเคชัน CALORIES  
 CREDIT CHALLENGE : CCC

เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล  
 เฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ จึงขอประชาสัมพันธ์มายังหน่วยงานของท่าน  
 เพื่อเชิญชวนประชาชนออกกำลังกายผ่านแอปพลิเคชัน CALORIES CREDIT CHALLENGE : CCC ตั้งแต่วันที่  
 ๒๘ กรกฎาคม ถึง ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๗ รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งมาด้วย โดยสามารถติดตามข่าวสาร  
 การจัดกิจกรรมผ่านทาง Facebook Calories Credit Challenge และ Facebook WRB Fighting Stroke

เรียน ทั้งนี้สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ นายคณากร ปันทะโชติ หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘ ๙๙๕๕ ๖๒๘๑

๑.  เพื่อโปรดทราบ  ส่งเรื่องมาเพื่อโปรดพิจารณา
๒. เห็นควรแจ้ง  รอง (๑)  รอง (๒)  ผู้ช่วยฯ
๓. เห็นควรมอบ  สอ.  สพค.  สพท.  ศวพ.  ออ.  สพม.

ขอแสดงความนับถือ

*(Signature)*

(นางไพรวลัย ศรีเทพ)

*(Signature)*  
 26 กค 67

สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด ท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน  
 โทร/โทรสาร ๐-๗๕๓๔๒ ๖๒๑  
 E-mail : [nakhonsithammarat@mots.go.th](mailto:nakhonsithammarat@mots.go.th)



การปฏิบัติ

๑. ทราบ

๒. *(Signature)* ๒๖ ก.ค. ๒๕๖๗

*(Signature)*  
 ๒๖ ก.ค. ๒๕๖๗



# โครงการ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 10 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567



เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล  
เฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 72 WSSHA  
ขอเชิญชวนประชาชนชาวไทย ออกกำลังกายสะสมแคลอรี  
ผ่าน Application Calorie Credit Challenge : CCC



# 72,000,000

แคลอรี

(สะสมระหว่าง 28 ก.ค. - 2 ก.ย. 67)



## วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อแสดงถึงความจงรักภักดี เคารพและเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 ที่ทรงเป็นดั่งแสงนำใจของประชาชนไทย และทรงเป็นแบบอย่างแก่ประชาชนชาวไทยในการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกาย ทรงมีพระเมตตาแม่ไพศาลแก่พสกนิกรชาวไทยอย่างไม่เลือกชั้นวรรณะ และเชื้อชาติ

2. เพื่อรณรงค์เชิญชวนประชาชนทุกเพศ ทุกวัย และทุกหมู่เหล่า ได้ออกกำลังกาย ผ่านกิจกรรมออกกำลังกายอย่างง่าย ๆ เช่น การเดิน วิ่ง หรือปีนจักรยาน ชิงหาก ออกกำลังกายติดต่อกันเป็นประจำ จะทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ห่างไกลจากโรค และช่วยลดค่าใช้จ่ายการรักษา ตลอดจนลดภาระของปัญหาโรคเรื้อรังได้

72 พรรษา

720 คน / จังหวัด,หน่วยงาน

7,200 เครดิต / จังหวัด,หน่วยงาน

72,000,000 แคลอรี

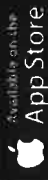
หมายเหตุ: เดิน วิ่ง ปั่น 30 นาที และ 150 แคลอรี = 1 เครดิต

ผู้เข้าร่วมต้อง

DOWNLOAD APPLICATION CCC



# วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม



WALK BIKE FIGHTING STROKE

กรุงเทพมหานคร

WALK BIKE FIGHTING STROKE

ยะลา

WRB10 กรุงเทพมหานคร

28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...

๕ ๓ ๐๖

ชาเลนจ์ จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน

WRB10 ยะลา

28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...

๕ ๓ ๐๖

ชาเลนจ์ จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน



28 กค. - 2 พย. 67

# วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม

• เข้าร่วม Challenge ของจังหวัด



• แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายชวนผู้เข้าร่วมไม่น้อยกว่า 720 คน / จังหวัด



• แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายร่วมกันสะสมเครดิต  
ให้ครบ 7,200 เครดิต



\*\*\* เดิน 30 นาที และ 150 แคลอรี = 1 เครดิต





## ของรางวัล

ทุกคนที่เข้าร่วม จะได้รับ E-Certificate ที่ลงนามโดยผู้ว่าราชการจังหวัด  
และของรางวัลตามระดับความสม่ำเสมอของการออกกำลังกาย

## ระยะเวลาเข้าร่วมกิจกรรม

เริ่ม วันที่ 28 กรกฎาคม 2567 ถึงวันที่ 2 พฤศจิกายน 2567





# THANK YOU

## Contact Us :

**f** Calories Credit Challenge  
(<https://www.facebook.com/caloriescredit>)

**f** WRB Fighting Stroke  
(<https://www.facebook.com/walkrunbikefighting>)

**f** Siriraj Stroke Center  
(<https://www.facebook.com/sirirajstrokecenter>)

 <https://www.sirirajstrokecenter.org/>