

ปีที่ 23 ฉบับที่ 287 ประจำเดือนเมษายน 2562

126 ปี สภาาชาดไทย



วันที่ 26 เมษายน 2562 สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี อุปนายิกาผู้อำนวยการสภาาชาดไทย เสด็จพระราชดำเนินไปทรงบาตรพระสงฆ์ จำนวน 127 รูป ร่วมกับคณะผู้บริหารและเจ้าหน้าที่สภาาชาดไทย เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันสถาปนาสภาาชาดไทย ครบ 126 ปี ณ บริเวณลานน้ำพุ สถานเสาวภา



บรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยแล้ง.....จังหวัดร้อยเอ็ด



หน่วยผลิตน้ำดื่ม สภากาชาดไทย บรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยแล้งในพื้นที่ 10 หมู่บ้าน ตำบลคูเมือง อำเภอมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด ตั้งแต่วันที่ 28 มีนาคม 2562 จนถึงวันที่ 2 เมษายน 2562 ผลิตน้ำดื่มสะอาดแจกจ่ายแก่ประชาชนผู้ประสบภัยแล้งไปแล้วทั้งสิ้น 176,675 ลิตร ประชาชนได้รับความช่วยเหลือ 9,712 คน และในวันที่ 5 เมษายน 2562 พลโท นายแพทย์อำนาจ บาลี ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ และคณะเดินทางไปตรวจเยี่ยมหน่วยผลิตน้ำดื่มฯ ณ บ้านป่าดวน หมู่ 8 ตำบลคูเมือง อำเภอมืองสรวง จังหวัดร้อยเอ็ด



55 ปี น.ส.พ.เดลินิวส์

วันที่ 28 มีนาคม 2562 เจ้าหน้าที่งานประชาสัมพันธ์ ร่วมกับเจ้าหน้าที่สำนักงานนิเทศและสื่อสารองค์กร มอบกระเช้าอวยพรหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ครบ 55 ปี โดยมีคุณสกวรัตน์ ปัญญาอุตม์ ผู้แทนภาพข่าวสังคม หน้า 5 รับมอบ ณ ที่ทำการหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ถนนวิภาวดีรังสิต เขตหลักสี่ กรุงเทพฯ



Road Safety : ขับขี่ปลอดภัย ขับเคลื่อนไปกับเรา

วันที่ 28 มีนาคม 2562 ภญ.จิราวรรณ สันติพิทักษ์ ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ และคณะ ร่วมกิจกรรม “Road Safety : ขับขี่ปลอดภัย ขับเคลื่อนไปกับเรา (Safety Ride Drive Together)” โดยมีนายสุรชัย เลี้ยงบุญเลิศชัย รองประธานาธิบดีบัญญัติแห่งชาติ คนที่ 1 เป็นประธานเปิดกิจกรรม ณ ห้องประชุมชั้น 12 อาคารภูมิสิริมังคลานุสรณ์ โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ฯ



สวัสดีปีใหม่ไทย (วันสงกรานต์)

วันที่ 1 เมษายน 2562 คุณโสเมธสา พงษ์เพิ่มพูนกุล ผู้จัดการฝ่ายหน่วยงานสื่อสารและภาพลักษณ์องค์กร บริษัท พีทีที โกลบอล เคมิคอล จำกัด (มหาชน) และคณะ มอบของขวัญสวัสดีปีใหม่ไทย (วันสงกรานต์) แต่ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ ณ ศูนย์ปฏิบัติการภัยพิบัติฯ



ปรึกษาหารือเกี่ยวกับแว่นตา

วันที่ 3 เมษายน 2562 Mr. Arthur Tsang ผู้อำนวยการ บริษัท วอเตอร์วูดออปติคัล อินดัสเตรียล จำกัด และคณะ เข้าพบผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ และแพทย์หญิงเกศณี สีนฉลอง หัวหน้าศูนย์จักษุมาตร และแว่นตาสาธาณสุขไทย เพื่อร่วมหารือเกี่ยวกับแว่นตา ณ ศูนย์ปฏิบัติการภัยพิบัติฯ



สร้างน้ำพระ และรดน้ำขอพร



วันที่ 10 เมษายน 2562 ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ พร้อมคณะผู้บริหาร ร่วมพิธีสร้างน้ำพระ และรดน้ำขอพรเลขาธิการสภาการศึกษาไทย เนื่องในเทศกาลสงกรานต์ ประจำปี 2562 ณ ห้องประชุมชั้น 9 อาคารเทิดพระเกียรติสมเด็จพระญาณสังวรฯ



ปฐมนิเทศคณะกรรมการและผู้ปฏิบัติงานในกิ่งกาชาดอำเภอที่จัดตั้งใหม่

วันที่ 23 เมษายน 2562 นางสุนิษฐา เพชรดวง ผู้ช่วยผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ เข้าร่วมพิธีเปิดโครงการปฐมนิเทศคณะกรรมการและผู้ปฏิบัติงานในกิ่งกาชาดอำเภอที่จัดตั้งใหม่ รุ่นที่ 5 และบรรยายในหัวข้อพันธกิจด้านการบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัย ณ ห้องประชุมจุมภฏ อาคารเฉลิมพระเกียรติบรมราชินีนาถ ชั้น 9 ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ



“99 ปี สู่ปีที่ 100 แห่งการให้ ด้วยใจรัก”

งานประชาสัมพันธ์ จัดกิจกรรม “99 ปี สู่ปีที่ 100 แห่งการให้ ด้วยใจรัก” โดยเดินรณรงค์แนะนำสำนักงานให้เป็นที่รู้จัก พร้อมเชิญชวนเจ้าหน้าที่และประชาชนทั่วไปร่วมกิจกรรม กด Like กด Share เฟสบุ๊ก แฟนเพจ สำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ และมอบของที่ระลึก ณ โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา จังหวัดชลบุรี และโรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ วันที่ 9 และ 10 เมษายน 2562 ตามลำดับ

โรงพยาบาลสมเด็จพระบรมราชเทวี ณ ศรีราชา



โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์





เยี่ยมชุมชนพร้อมรับภัยพิบัติ...จังหวัดนครศรีธรรมราช



วันที่ 23 เมษายน 2562 นางฐานิกา พรหมประสงค์ หัวหน้าสถานีกาชาดสิรินธร (สถานีกาชาดที่ 12 ท่งสง) จังหวัดนครศรีธรรมราช และคณะ จัดกิจกรรมเยี่ยมชุมชนพร้อมรับภัยพิบัติในเขตจังหวัดนครศรีธรรมราชที่ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์พายุ “ปาบึก” พัดถล่มเมื่อวันที่ 4 มกราคม 2562 เพื่อเป็นการติดตามการให้ความช่วยเหลือหลังเกิดภัยในด้านความเข้มแข็งของชุมชนในการรับมือกับภัยพิบัติและความรู้สึกของประชาชนที่ได้รับผลกระทบ นอกจากนี้ยังมีการเยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ ผู้ป่วยติดเตียง และมอบชุดธารน้ำใจสภากาชาดไทย ช่วยผู้ประสบภัย ในพื้นที่หมู่ 13, 14 ตำบลคลองน้อย อำเภอปากพนัง และหมู่ 8 ตำบลควนพัง อำเภอร่อนพิบูลย์ จังหวัดนครศรีธรรมราช

เยี่ยมโครงการจัดฟันสัจจรา



วันที่ 23 เมษายน 2562 ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ เดินทางไปตรวจเยี่ยมโครงการจัดฟันสัจจราผู้ป่วยปากแห้ง-เพดานโหว่ โดยสมาคมทันตแพทย์จัดฟันแห่งประเทศไทย สภากาชาดไทย เหล่ากาชาดจังหวัดนครสวรรค์ และกลุ่มงานทันตกรรม โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ เขาเขียว ได้ร่วมจัดขึ้นในพื้นที่เครือข่ายบริการสุขภาพเขต 3 และจังหวัดใกล้เคียงให้ได้รับการผ่าตัดแก้ไขและจัดฟัน รวมถึงการแก้ไขการพูด เพื่อช่วยให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างปกติ เป็นการยกระดับคุณภาพชีวิตของผู้ป่วยให้ดีขึ้น ณ ห้องทันตกรรม ชั้น 3 อาคาร 100 ปี สธ โรงพยาบาลสวรรค์ประชารักษ์ เขาเขียว จังหวัดนครสวรรค์



นอนหลับสนิท...ชีวิตยืนยาว



หลับนานแค่ไหนจึงจะพอ?



ทารกแรกเกิดต้องการ 14-17 ชั่วโมงต่อวัน



เมื่ออายุมากขึ้น ร่างกายต้องการเวลาหลับน้อยลง



วัยสูงอายุต้องการอย่างน้อย 7 ชั่วโมงต่อวัน

เทคนิคง่าย ๆ ช่วยให้หลับ



เข้านอน ตื่นนอนเป็นเวลา



ห้องนอนต้องมีมืด เงียบและเย็นสบาย



ทำสมาธิให้โปร่ง ไม่คิดเรื่องเครียด



หลีกเลี่ยงการเล่นอุปกรณ์สื่อสาร



หลีกเลี่ยงกาแฟและเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ประโยชน์ของการนอนอย่างมีคุณภาพ

- ★ ความจำดี
- ★ มีความคิดสร้างสรรค์
- ★ มีพลังในการเรียนรู้
- ★ อารมณ์แจ่มใส ไม่เครียด
- ★ มีภูมิคุ้มกันต้านต่อเชื้อโรค

โทษของการนอนไม่พอ

- ★ ความดันเลือดสูง
- ★ เบาหวาน
- ★ สมองเสื่อม
- ★ วูบ หลับใน เสี่ยงอุบัติเหตุ
- ★ อารมณ์แปรปรวน สมาธิสั้น
- ★ เสื่อมสมรรถภาพทางเพศ

123

วันนอนหลับโลก 15 มีนาคม 2562

LINE Ramathibodi

ศ. พญ.อรุณวรรณ พุทธิพันธ์ หัวหน้าศูนย์โรคการนอนหลับ
คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล
<https://med.mahidol.ac.th/infographics>



15 ผลไม้ “ห้าม” นำไปถวายพระ





เยี่ยมหน่วยแพทย์....จังหวัดอ่างทอง



วันที่ 25 เมษายน 2562

ผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ ลงพื้นที่เยี่ยมหน่วยแพทย์ ศูนย์สภากาชาดไทยเวชพาหน์ เฉลิมพระเกียรติ จังหวัดอ่างทอง ซึ่งให้บริการตรวจรักษาโรคทั่วไป

บริการฝังเข็มประยุกต์ และบริการด้านทันตกรรม พร้อมทั้งได้ตรวจพื้นที่คลังเก็บเรือท้องแบนและรถผลิตน้ำสะอาด

เยี่ยมหน่วยแพทย์....จังหวัดอ่างทอง



วันที่ 25 เมษายน 2562

นายแพทย์พิชิต ศิริวรรณ รองผู้อำนวยการสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ เป็นประธานการประชุมพัฒนาศักยภาพและสร้างความเข้าใจในการดำเนินงานด้านการบรรเทาทุกข์

และการนำเสนอข้อมูลข่าวสารที่น่าสนใจและทันสมัยตามยุค 4.0 โดยวิทยากรจากสมาคมการค้าพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์เพื่อธุรกิจท่องเที่ยว และสอนการใช้งานเครื่องกระตุกหัวใจแบบอัตโนมัติ โดยบริษัท คิวอาร์เอส โลฟไซเอนซ์ จำกัด เพื่อให้เจ้าหน้าที่สำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ ได้นำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในการทำงาน และพัฒนางานที่รับผิดชอบให้เกิดประโยชน์สูงสุดต่อไป ณ ห้องประชุมชั้น 6 อาคารสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ

เสวนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการปฏิบัติงานภารกิจ “ปาบึก”

วันที่ 26 เมษายน 2562

นางทองพูน เสนา หัวหน้าพยาบาลสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ พร้อมด้วยนางวัลลภา สุขศิริรัช ผู้ช่วยหัวหน้าพยาบาลสำนักงานบรรเทาทุกข์ฯ



คณะเจ้าหน้าที่ทีมอำนวยการส่วนหน้าในเหตุการณ์ พายุโซนร้อน “ปาบึก” และเจ้าหน้าที่สถานีกาชาดสิรินธร (สถานีกาชาดที่ 12 พังงา) จังหวัดนครศรีธรรมราช ร่วมเวทีเสวนาแลกเปลี่ยนประสบการณ์ในการปฏิบัติงานภารกิจ “ปาบึก” ณ ห้องประชุมโยเดีย 1 โรงแรม คลาสสิก คาเมโอ โฮเต็ล แอนด์เซอร์วิส อพาร์ทเมนต์ จังหวัดพระนครศรีอยุธยา

บรรเทาทุกข์ผู้ประสบอัคคีภัย

วันที่ 27 เมษายน 2562

นางสาวอิสราภรณ์ พละศักดิ์ พยาบาล 5 ฝ่ายบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัย พร้อมเจ้าหน้าที่ นำชุดธารน้ำใจ จำนวน 15 ชุด ไปมอบให้แก่ผู้ประสบอัคคีภัยชอยอิสราภ 42 แขวงวัดอรุณ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร เพื่อบรรเทาความเดือดร้อนเบื้องต้น ณ วัดนาคกลาง กรุงเทพฯ





กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 1 จังหวัดสุรินทร์

วันที่ 26 มีนาคม 2562 บรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยในพื้นที่อำเภอศรีณรงค์ และอำเภอลำดวน จังหวัดสุรินทร์ โดยมอบเครื่องอุปโภค - บริโภค 169 ชุด



วันที่ 18 เมษายน 2562 ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุสถานีกาชาดที่ 1 จังหวัดสุรินทร์ จัดกิจกรรมเฉลิมพระเกียรติสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี เนื่องในวันคล้ายวันพระราชสมภพ 2 เมษายน 2562 ครบ 64 พรรษา โดยมีกิจกรรมกล่าวอาศิรวาทเฉลิมพระเกียรติฯ ทำบุญถวายสังฆทานและถวายภัตตาหารพระสงฆ์ 5 รูป เพื่อถวายเป็นพระราชกุศล รวมทั้งรณรงค์นำผ้าห่มขอพรจากผู้สูงอายุเนื่องในเทศกาลสงกรานต์

กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 2 กรุงเทพฯ



วันที่ 10 เมษายน 2562 จัดกิจกรรมทำบุญใส่บาตร รดน้ำดำหัวขอพรจากผู้สูงอายุ ถวายสังฆทานแด่พระสงฆ์ และรับประทานอาหารร่วมกัน เนื่องในวันสงกรานต์เพื่อเป็นการสร้างสัมพันธ์ภาพอันดีแก่เจ้าหน้าที่และผู้สูงอายุ ส่งเสริมสุขภาพทางด้านจิตใจแก่ผู้สูงอายุอีกทั้งยังเป็นการสืบสานประเพณีไทย มีผู้เข้าร่วมกิจกรรม จำนวน 59 ราย



วันที่ 18 เมษายน 2562 จัดกิจกรรมร่วมกับโครงการจุฬาอารีย์ แจกสมุดบันทึกสุขภาพโดยทีมสหเวช ที่มาตรวจสุขภาพให้กับผู้สูงอายุในชุมชนสามแพร่งและผู้สูงอายุนอกเขตชุมชน มีผู้มารับสมุดสุขภาพและฟังผลจำนวน 81 ราย

กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 3 เชียงใหม่

วันที่ 11 เมษายน 2562 ตั้งหน่วยปฐมพยาบาล ในงานมหกรรมวันผู้สูงอายุแห่งชาติ และวันแห่งครอบครัว จังหวัดเชียงใหม่ ประจำปี 2562 ณ ห้องราชพฤกษ์ ศูนย์ประชุมและแสดงสินค้านานาชาติเฉลิมพระเกียรติ 7 รอบ พระชนมพรรษา จังหวัดเชียงใหม่ พร้อมแจกหน้ากากอนามัย N95 จำนวน 500 ชิ้น เพื่อรณรงค์ป้องกันหมอกควัน





กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 4 นครราชสีมา



วันที่ 25-27 มีนาคม 2562

เข้าร่วมกิจกรรมมหกรรมแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การดูแลสุขภาพผู้สูงอายุ อยู่อย่างมีคุณค่า ชราอย่างมีศักดิ์ศรี ประจำปี 2562 ในงาน บวงสรวงท้าวสุรนารีของอำเภोजักราช จังหวัดนครราชสีมา โดยจัดนิทรรศการ

ส่งเสริมสุขภาพ และส่งประกวดส้มตำลีลา สำหรับพื้นที่บ้านเพื่อสุขภาพปลอดหวานมันเค็ม ได้รับรางวัลที่ 2 พร้อมทั้งส่งการแสดงส่งเสริม ศักยภาพผู้สูงอายุ ตาราง 9 ช่องป้องกันสมองเสื่อมประกอบเพลง การบริหารชะลอเข้าเสื่อมประกอบดนตรี บาสโลป และแอโรบิก เพื่อเผยแพร่องค์ความรู้ในการดูแลสุขภาพและพัฒนาศักยภาพผู้สูงอายุ

กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 7 จังหวัดอุบลราชธานี

วันที่ 22 มีนาคม 2562 จัดกิจกรรมฝึกซ้อมแผนและระงับอัคคีภัย โดยมีตัวแทนจากเหล่ากาชาดจังหวัดอุบลราชธานี และภาคบริการโลหิตแห่งชาติ ที่ 7 จังหวัดอุบลราชธานี ร่วมในการฝึกซ้อมครั้งนี้ด้วย



วันที่ 25 มีนาคม 2562 มอบชุดธารน้ำใจ จำนวน 80 ชุด เพื่อบรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัย ณ หอประชุมอำเภอนาเยีย จังหวัดอุบลราชธานี



วันที่ 26 มีนาคม 2562 ออกหน่วยเชิงรุก ในกิจกรรมเทิดพระเกียรติ เนื่องในวันคล้ายวันพระราชสมภพ สมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี โดยจัดกิจกรรมบริการตรวจรักษาโรค ให้ความรู้ด้านสุขภาพและสุขอนามัย มอบเครื่องอุปโภค-บริโภคแก่ผู้สูงอายุ เยี่ยมบ้านผู้ป่วยติดเตียง และผู้ด้อยโอกาส ณ ศาลากลางบ้าน บ้านสุขเกษม ตำบลคันไร่ อำเภอสิริรินทร์ จังหวัดอุบลราชธานี



วันที่ 1 เมษายน 2562 บรรเทาทุกข์ผู้ประสบภัยบ้านปะอาว โดยมอบเครื่องอุปโภค-บริโภค จำนวน 209 ชุด ณ วัดบูรพาปะอาวเหนือ บ้านปะอาว ตำบลปะอาว อำเภอมือเือง จังหวัดอุบลราชธานี



กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 7 จังหวัดอุบลราชธานี (ต่อ)



วันที่ 3 เมษายน 2562 ร่วมกับชมรมผู้สูงอายุสถานี
กาชาดที่ 7 จังหวัดอุบลราชธานี จัดกิจกรรมถวายพระพร
เนื่องในโอกาสวันคล้ายวันพระราชสมภพ สมเด็จพระเทพ
รัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี อุปนายกผู้อำนวยการ
สภากาชาดไทย โดยจัดกิจกรรมรณรงค์ขอพรผู้สูงอายุ และ
กิจกรรมรณรงค์วันสงกรานต์ มีผู้ร่วมกิจกรรม 280 คน

กิจกรรมสถานีกาชาดสิรินธร (สถานีกาชาดที่ 12 พังงา) จังหวัดนครศรีธรรมราช

วันที่ 27-29 มีนาคม 2562 จัดอบรมหลักสูตร
“การดูแลตนเองของผู้สูงอายุ” ให้กับสมาชิกชมรม
ผู้สูงอายุบ้านบางคู หมู่ 3 ตำบลควนทอง ณ ศาลา
ประชาคม หมู่ 3 บ้านบางคู ตำบลควนทอง อำเภอขนอม
จังหวัดนครศรีธรรมราช



กิจกรรมสถานีกาชาดเทพรัตน์ (สถานีกาชาดที่ 13 จังหวัดตาก)



วันที่ 13 มีนาคม 2562

หัวหน้าสถานีกาชาดเทพรัตน์
ร่วมกับเหล่ากาชาดจังหวัดตาก
กิ่งกาชาดอำเภอแม่ระมาด
และนายอำเภอแม่ระมาด

มอบบ้านและเครื่องอุปโภคบริโภคให้แก่ยายแสงเดือน สิทธิกัน บ้านเลขที่ 20/3 หมู่ที่ 4 ตำบลพระธาตุ อำเภอแม่ระมาด
ในโครงการ “กาชาดซ่อมสร้างบ้านให้ผู้ยากไร้ เทิดไท้องค์อุปนายกผู้อำนวยการสภากาชาดไทย” ประจำปี 2561 พร้อมกันนี้
ได้ลงพื้นที่เยี่ยมบ้านผู้สูงอายุ 2 ราย ในตำบลพระธาตุ อำเภอแม่ระมาด จังหวัดตาก

กิจกรรมสถานีกาชาดที่ 14 พังงา เฉลิมพระเกียรติฯ



วันที่ 27 มีนาคม

2562 นางสาวเสาวนีย์
เสาวกุล รักษาการใน
ตำแหน่งหัวหน้าสถานี
กาชาดที่ 14 พังงา เฉลิม

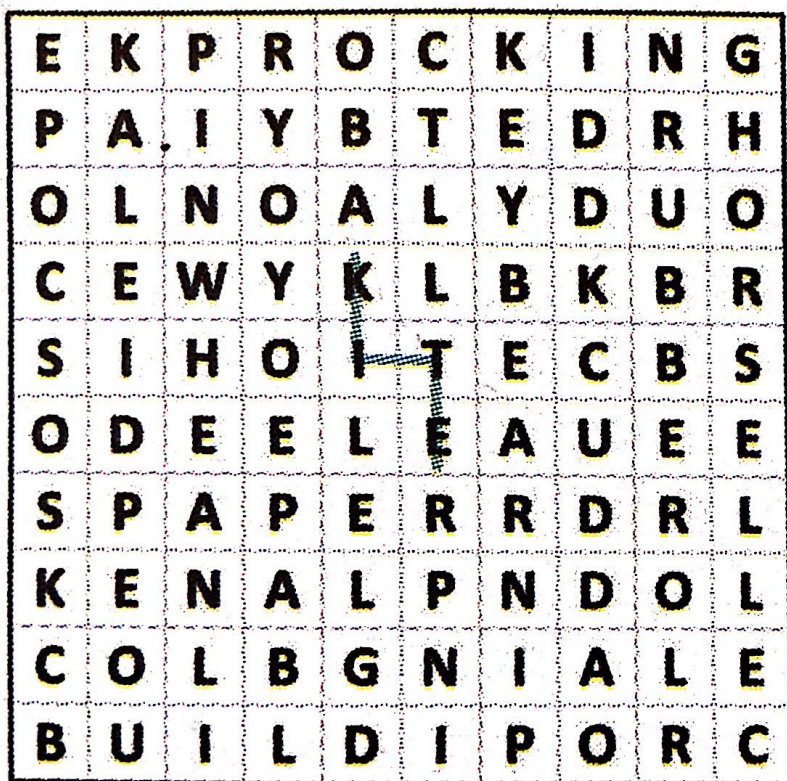
พระเกียรติฯ และคณะร่วมพิธีปิดโครงการช่วยเหลือฟื้นฟูผู้ประสบภัยพิบัติกรณีฉุกเฉิน พร้อมกันนี้ยังได้มอบชุดเครื่องนอน
ชุดเครื่องครัว และชุดครอบครัว จำนวน 81 ชุด ให้แก่ชาวมอญแกลนหมู่เกาะสุรินทร์ ณ หมู่บ้านมอญแกลน หมู่ที่ 4
ตำบลเกาะพระทอง อำเภอคุระบุรี จังหวัดพังงา

เกมนี้มีรางวัล (ทายคำศัพท์ภาษาอังกฤษ)

สารบรรเทาทุกข์ฉบับเดือนเมษายน เชิญผู้อ่านมาทายคำศัพท์ภาษาอังกฤษใส่ในตารางให้ถูกต้อง ผู้ที่ตอบถูกจะได้รับแก้วเก็บความร้อนความเย็น 1 ใบ พร้อมพวงกุญแจ 1 อัน และถุงผ้าสีสดใส 1 ใบ จำนวน 5 รางวัล รีบส่งคำตอบโดยถ่ายรูป ส่งชิงรางวัลที่ Inbox แพนเพจ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย ซึ่งมีขั้นตอนการส่งคำตอบดังนี้ค่ะ

1. กด Like และกด Share แพนเพจ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย
2. Capture หน้าจอ แพนเพจ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย หลังจากกด Like และกด Share แล้ว
3. ส่งภาพ Capture หน้าจอตามข้อ 2 + ภาพคำตอบของเกมที่ได้ + ชื่อ ที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์มาที่

Inbox แพนเพจ สำนักงานบรรเทาทุกข์และประชานามัยพิทักษ์ สภากาชาดไทย



BALL
BUILDING BLOCKS
KALEIDOSCOPE
~~KITE~~
PAPER PLANE
PINWHEEL
PORCELAIN DOLL
ROCKING HORSE
RUBBER DUCK
TEDDY BEAR
YO-YO