

จดหมายข่าว

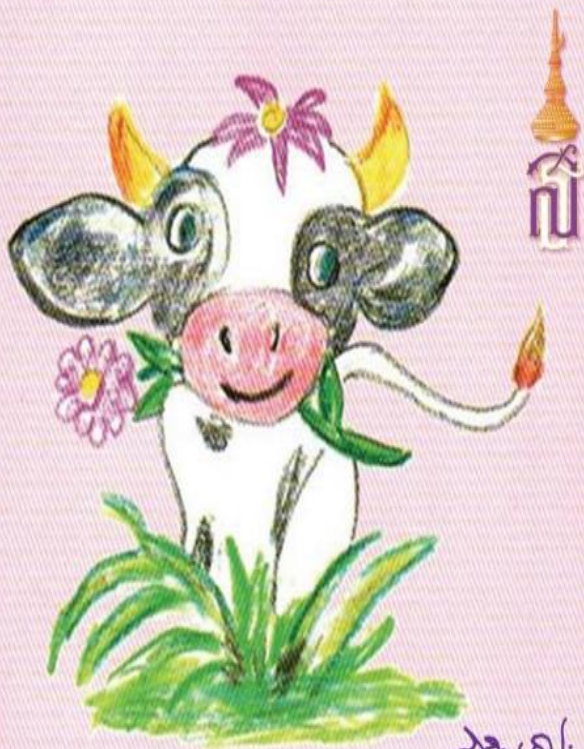
ฉบับที่ 4 ประจำเดือน มกราคม 2564

หน้า 1



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

สวัสดีปีใหม่ พ.ศ. 2564
สวัสดีปีใหม่ พ.ศ. 2564



สว.นอ.

หัวน้อยกินแต่หญ้า เสียวขี้
ตัวใหญ่แข็งแรงดี เก่งด้วย
สีตัวสีป๋น ประโยชน์
ปีใหม่ปลูกมะม่วงกล่อม ฝึกดำนาเกษตรกรรม

ส.ค.ส. พระราชทานพรปีใหม่ พ.ศ.๒๕๖๔





องค์การบริหารส่วนตำบลดงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

ประกาศองค์การบริหารส่วนตำบลดงใหญ่

เรื่อง การชำระภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง และภาษีป้าย ประจำปี 2564

ประกาศบัญชีรายการที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง
ภายในเดือน พฤศจิกายน ของทุกปี
สำรวจและปิดประกาศรายการที่ดิน ณ
สำนักงานองค์การบริหารส่วนตำบลดงใหญ่
เป็นเวลาไม่น้อยกว่า 30 วัน

ประกาศราคาประเมินทุนทรัพย์
ที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง
ก่อนวันที่ 1 กุมภาพันธ์ ของทุกปี
โดยแสดงไว้ ณ สำนักงานองค์การบริหาร
ส่วนตำบลดงใหญ่

แจ้งประเมิน/ รับชำระ
ภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง
-แจ้งประเมินภายในเดือน กุมภาพันธ์ ของ
ทุกปี
แจ้งประเมิน (ภ.ด.ส.6-7)
-รับชำระภาษีภายในเดือน เมษายน ของ
ทุกปี

ภาษีป้าย
- ยื่นแบบ ภ.ป.1 แสดงรายการภาษีป้าย
ภายในเดือน มีนาคม ของทุกปี - ติดตั้งหรือ
แสดงป้ายอันต้องเสียภาษีภายหลังเดือน
มีนาคม ให้เจ้าของป้ายยื่นแบบ ภ.ป.1 แสดง
รายการภาษีป้ายต่อพนักงานเจ้าหน้าที่ภายใน
15 วันนับแต่วันที่ติดตั้งหรือแสดงป้าย -
ชำระภาษีภายใน 15 วัน นับแต่วันที่ได้รับ
แจ้งประเมิน

อัตรากาจัดเก็บภาษีที่ดินและสิ่งปลูกสร้าง



ที่ดินเพื่อเกษตรกรรม

มูลค่า	อัตรากา
0-75 ล้านบาท	0.01 %
75-100 ล้านบาท	0.03 %
100-500 ล้านบาท	0.05 %
500-1,000 ล้านบาท	0.07 %
1,000 ล้านบาทขึ้นไป	0.1%

บุคคลธรรมดา ไร่ยกเว้น ๐.๐๓, ๐.๐๕, ๐.๐๗, ๐.๑๐ ไม่เกิน 50 ล้านบาท



ที่ดินเพื่ออยู่อาศัย

มูลค่า	อัตรากา
0-50 ล้านบาท	0.02 %
50-75 ล้านบาท	0.03 %
75-100 ล้านบาท	0.05 %
100 ล้านบาทขึ้นไป	0.10 %

บ้านหลังหลัก เป็นเจ้าของบ้านและที่ดินมีชื่อในทะเบียนบ้าน ไร่ยกเว้น 50 ล้านบาท
เป็นเจ้าของเฉพาะบ้านมีชื่อในทะเบียนบ้าน ไร่ยกเว้น 10 ล้านบาท



ที่ดินเพื่อพาณิชยกรรม

มูลค่า	อัตรากา
0-50 ล้านบาท	0.3 %
50-200 ล้านบาท	0.4 %
200-1,000 ล้านบาท	0.5 %
1,000-5,000 ล้านบาท	0.6 %
5,000 ล้านบาทขึ้นไป	0.7 %



ที่ดินรกร้างว่างเปล่า

คิดเป็นอัตรากาเริ่มต้น 0.3%
และเพิ่มขึ้น 0.3% ทุก 3 ปี
หากยังไม่มีการนำมาใช้ประโยชน์
รวมแล้วต้องไม่เกิน 3%

สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ กองคลัง องค์การบริหารส่วนตำบลดงใหญ่ อำเภอพิมาย จังหวัดนครราชสีมา โทรศัพท์/โทรสาร : 0-4496-6075



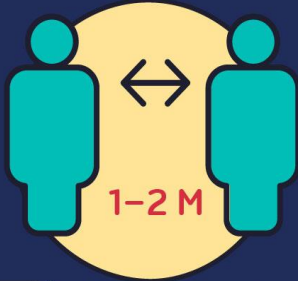
องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

พร้อมรับมือการระบาดโควิด - 19 ระลอกใหม่

ยึดหลัก

D - M - H - T - T

เพื่อรับมือโควิด-19 ระลอกใหม่



1-2 M

D Distancing
อยู่ห่างไว้



M Mask Wearing
ใส่แมสก์กัน



H Hand washing
หมั่นล้างมือ



T Testing
ตรวจวัดอุณหภูมิ
ตรวจหาเชื้อโควิด-19 (เฉพาะกรณี)



T Thai Cha na
ใช้แอปฯ ไทยชนะ



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

พร้อมรับมือการระบาดโควิด - 19 ระลอกใหม่

9 วิธีหนี COVID-19



1



ออกจากบ้าน
เมื่อจำเป็นเท่านั้น

2



ใส่หน้ากากอนามัย/ผ้า
เมื่อต้องออกจากบ้าน

3



ใช้รถสาธารณะเมื่อจำเป็นเท่านั้น
หลีกเลี่ยงชั่วโมงเร่งด่วน

4



ล้างมือบ่อยๆด้วย
สบู่หรือเจลแอลกอฮอล์

5



ยืนห่างจากคนอื่น
อย่างน้อย 1-2 เมตร

6



หากต้องซ้อนมอเตอร์ไซด์
ควรนั่งหันข้าง

7



กินอาหารปรุงสุกใหม่
ควรแยกสำหรับอาหาร

8



แยกของใช้ส่วนตัว
ไม่ควรใช้ร่วมกับผู้อื่น

9



เมื่อกลับถึงบ้าน
ควรอาบน้ำทันที



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

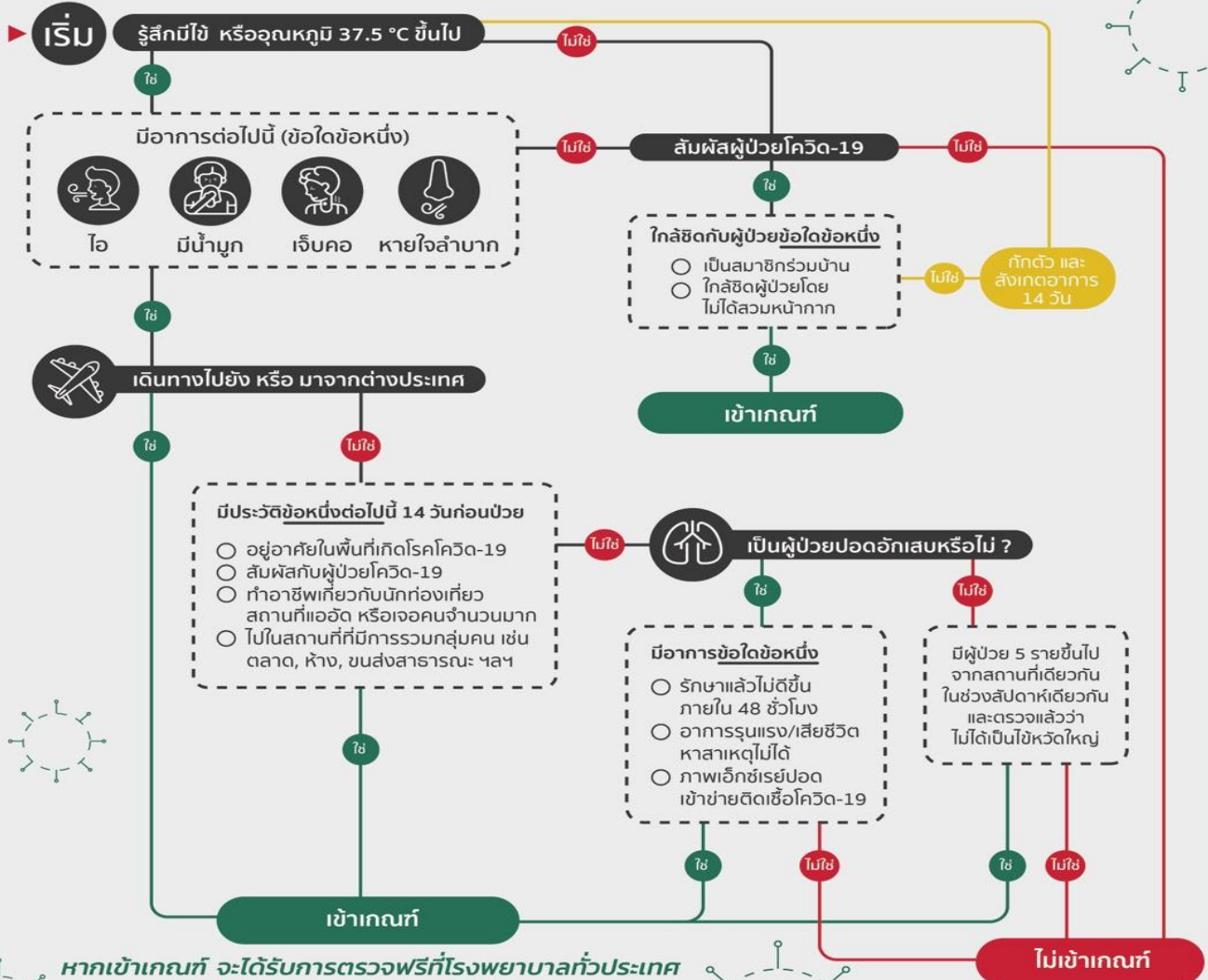
พร้อมรับมือการระบาดโควิด - 19 ระลอกใหม่

เผยแพร่ ณ วันที่ 25 เมษายน 2563



เกณฑ์การตรวจโควิด-19 ฟรี! สำหรับประชาชน

เช็คตัวเองเข้าข่ายผู้ป่วยต้องสงสัยที่ใช้ในปัจจุบันโดยกระทรวงสาธารณสุขหรือไม่?



หากเข้าเกณฑ์ จะได้รับการตรวจฟรีที่โรงพยาบาลทั่วประเทศ
ไม่ว่าผลตรวจจะเป็นลบหรือเป็นบวก



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา พร้อมรับมือการระบาดโควิด - 19 ระลอกใหม่

จุดเสี่ยงในที่สาธารณะ



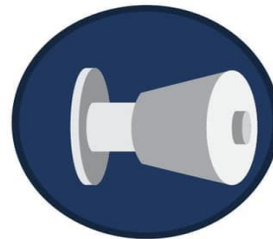
จับแล้วต้องรีบล้าง



ราวบันได



ห้องน้ำ
สาธารณะ



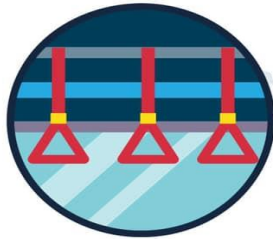
ลูกบิด/ที่จับ
ประตู



โทรศัพท์



ไมโครโฟน



ราวจับ
รถสาธารณะ



เหรียญ/ธนบัตร



ATM



โต๊ะทำงาน



รถเข็น/ตะกร้า
ในห้าง/ซูเปอร์มาร์เก็ต



ปุ่มกดลิฟต์



ที่เปิดประตู
รถสาธารณะ



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

สารความรู้...แนะใช้พืชผักสมุนไพร กลิ่นธรรมชาติ ช่วยคลายเครียด

ที่มา : กรุงเทพมหานคร



แนะใช้พืชผักสมุนไพร กลิ่นธรรมชาติ ช่วยคลายเครียด

เพิ่มภาพ

กรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก แนะนำประชาชนใช้พืชผักสมุนไพร ประุงเป็นอาหาร และกลิ่นสมุนไพรจากธรรมชาติ เพื่อผ่อนคลายร่างกาย และจิตใจ ลดอาการตึงเครียดในสถานการณ์ปัจจุบัน

นายแพทย์ขวัญชัย วิศิษฐานนท์ รองอธิบดีกรมการแพทย์แผนไทยและการแพทย์ทางเลือก กล่าวว่า จากปัญหาต่างๆ ในปัจจุบัน ทำให้ประชาชนส่วนใหญ่เกิดความเครียด วิตกกังวล ซึ่งศาสตร์การแพทย์แผนไทยคนที่มีการเครียด จะเกิดอาการปวดเมื่อยกล้ามเนื้อ เลือดลมไหลเวียนไม่สะดวก นอนไม่หลับ การบรรเทาความเครียดโดยใช้พืช ผัก สมุนไพรมาประุงเป็นอาหาร โดยแบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มเครื่องเทศ และ กลุ่มดอกไม้หอม

กลุ่มเครื่องเทศที่มีฤทธิ์ร้อน ได้แก่ ขิง ขมิ้นชัน กระเพรา กระเทียม กระชาย ตะไคร้ หอมแดง ใบมะกรูด มะนาว จะช่วยกระตุ้นระบบการไหลเวียนโลหิต ทำให้เลือดลมไหลเวียนดี สามารถบรรเทาอาการปวดตึงของกล้ามเนื้อ และกระตุ้นการการบีบตัวของลำไส้ ช่วยให้ระบบทางเดินอาหารทำงานได้เป็นปกติ และยังช่วยเสริมภูมิคุ้มกันของร่างกาย ให้ร่างกายแข็งแรง

สำหรับเมนูอาหารที่สามารถนำสมุนไพรกลุ่มนี้ไปทำเป็นอาหาร ได้แก่ ต้มยำ ต้มโคล้ง ต้มจิตกะเพรา และเมนูยำต่างๆ ที่สำคัญคือ ต้องปรุงสุก สด ใหม่เสมอ ส่วนน้ำสมุนไพร ได้แก่ น้ำขิง น้ำตะไคร้ ชาใบหม่อน น้ำมะนาว เป็นต้น ส่วนกลุ่มที่ 2 คือ กลุ่มดอกไม้หอม ได้แก่ ดอกมะลิ จำปี จำปา และกุหลาบมอญ กลิ่นของสมุนไพร ดังกล่าว มีผลต่อสารสื่อประสาทในสมอง ช่วยให้เกิดความรู้สึกผ่อนคลาย อารมณ์ดี ความเครียด ช่วยให้นอนหลับได้สนิท



องค์การบริหารส่วนตำบลคงใหญ่ อ.พิมาย จ.นครราชสีมา

สารน่ารู้...แนะใช้พืชผักสมุนไพร กลิ่นธรรมชาติ ช่วยคลายเครียด (ต่อ)

นายแพทย์ขวัญชัย กล่าวต่อไปว่า ยังมีตำรับยาสมุนไพรที่ช่วยเรื่องการผ่อนคลายที่อยากแนะนำ คือ ยาหอม ในคัมภีร์แพทย์แผนไทยมีการบันทึกถึงตำรับยาหอม ไว้มากกว่า 300 ตำรับ ปัจจุบันยาหอมจัดอยู่ในบัญชียาหลักแห่งชาติ มีทั้งหมด 5 ตำรับ ได้แก่ ยาหอมทิพโอสถ ยาหอมเทพจิตร ยาหอมนวโกฐ ยาหอมอินทจักร์ และยาหอมแก้ลมวิงเวียน สรรพคุณเน้นไปในเรื่องบำรุงหัวใจ บำรุงร่างกาย แก้อาการอ่อนเพลีย วิงเวียนศีรษะ แก้อาการใจหวิว ใจสั่น หน้ามืด ตาลาย ตาพร่าจะเป็นลม ยาหอมแต่ละชนิด ประกอบด้วยสมุนไพรไม่ต่ำกว่า 50 ตัว

ตัวยาหลักส่วนใหญ่จะเป็นเกสรดอกไม้ การรับประทานยาหอมให้ได้สรรพคุณ หรือมีประสิทธิภาพที่ครบถ้วนนั้น ควรชงในน้ำร้อน แล้วรับประทานอุ่นๆ เพราะนอกจากจะได้สรรพคุณที่รักษาโรคที่เป็นอยู่แล้ว กลิ่นน้ำมันหอมระเหยจากยาหอมยังช่วยบรรเทา สภาพจิตใจ ลดความตึงเครียดที่สะสมมาในชีวิตประจำวัน ทำให้เกิดความรู้สึกและอารมณ์ที่ผ่อนคลาย จึงอาจกล่าวได้ว่ายาหอม เป็นยาชนิดหนึ่งที่รักษาโรคได้แบบองค์รวม คือ สามารถบำบัดได้ทั้งโรค ทางกาย และเยียวยาโรคทางจิตใจไปพร้อมๆกัน

"อยากแนะนำให้ประชาชนออกกำลังกายด้วยท่าฤาษีตัดตนและการบริหารร่างกายด้วยศาสตร์มณีเวช สามารถช่วยแก้อาการปวดเมื่อยร่างกาย มีผลต่อกล้ามเนื้อ ข้อต่อ และกระดูก ทำให้การเคลื่อนไหวได้คล่องแคล่ว มีประสิทธิภาพ ช่วยบริหารระบบลมหายใจ และอีกศาสตร์ที่อยากแนะนำ คือ การฝึกสมาธิบำบัด ซึ่งมีประโยชน์ช่วยให้จิตใจเกิดความสงบ ผ่อนคลาย ซึ่งจะส่งผลดีต่อสุขภาพร่างกายและทำให้ร่างกายสร้างภูมิต้านทานโรคได้ดี เพื่อผ่อนคลายร่างกาย และจิตใจ ลดอาการตึงเครียดในสถานการณ์ปัจจุบันได้อีกด้วย" นายแพทย์ขวัญชัย กล่าวในตอนท้าย

