



ปีที่ 19  
ฉบับที่ 84

วารสารเพื่อประชาสัมพันธ์ข่าวสารและกิจกรรม



**อบจ.ตาก**

ประจำเดือนมกราคม ถึง มีนาคม พ.ศ. 2563

# อบจ. ตาก

ให้กำลังใจบุคลากรทางการแพทย์



วันที่ 31 มีนาคม 2563 องค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก นำโดย นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก พร้อมคณะผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ สังกัด องค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ร่วมปรบมือให้กำลังใจ ในการปฏิบัติหน้าที่ของ แพทย์ พยาบาล ตลอดจน บุคลากรทางการแพทย์ทุกท่าน ที่ต้องดูแลผู้ป่วย เสียสละ ทุ่มเทกำลังกาย กำลังใจ และยังคงเสี่ยงต่อการติดโรคเป็นอย่างยิ่ง เป็นเวลา 5 นาที เพื่อขอบคุณและเป็นขวัญกำลังใจ ในการปฏิบัติหน้าที่ต่อสู้กับการแพร่ระบาดของโรคไวรัส COVID - 19 ในประเทศไทย “เรายืนเคียงข้างกัน ไม่ทอดทิ้งกัน” ณ องค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก

## อบจ.ตาก หน่วยงานนี้ขนส่ง จ.ตาก



นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ได้มอบหมายให้เจ้าหน้าที่ ที่เกี่ยวข้อง ดำเนินการทำความสะอาดภายในสถานีขนส่งผู้โดยสารจังหวัดตาก ตามมาตรการและแนวทางการดำเนินงาน “4+4 มาตรการป้องกันไวรัส COVID - 19” ของนายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก และตามกำหนดการของกิจกรรม Big Cleaning Week การทำความสะอาดทุกวันพุธของสัปดาห์ เพื่อลดการสะสมของเชื้อโรคต่างๆ และเพื่อความสะอาด ปลอดภัยต่อสุขภาพของประชาชนผู้รับบริการ โดยองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก นำโดยนายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ได้ให้ความสำคัญ และห่วงใยประชาชนเป็นอย่างมาก จึงดำเนินการช่วยเหลือประชาชนอย่างเต็มที่เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา (COVID - 19) ทั้งนี้ขอให้พ่อแม่พี่น้องประชาชนชาวจังหวัดตาก จงโชคดีปลอดภัยจาก COVID - 19 ในครั้งนี้ ด้วยรักและห่วงใยอย่างยิ่ง จากนายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก



## โครงการฝึกอบรมส่งเสริมสุขภาพในครอบครัวและชุมชน ปี 2563

วันที่ 8 มีนาคม 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก มอบหมายให้นางสาวอรุณวรรณ ยมเกิด เลขาอนุการ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานเปิดโครงการฝึกอบรมส่งเสริมสุขภาพในครอบครัวและชุมชน ปี2563 ระหว่างวันที่ 8-11 มีนาคม 2563 โดยมีกลุ่มเป้าหมาย ดังนี้ อสม.อำเภอบ้านตาก,อสม.อำเภอสامเภาและอสม.อำเภอวังเจ้า จำนวนทั้งสิ้น 135 คน ได้รับเกียรติจาก นางกนกพร วันคำ เป็นวิทยากร จาก สาธารณสุขจังหวัดตาก ให้ความรู้เรื่องสถานการณ์โรคติดต่อโคโรนา และการป้องกันโรค โดยสาธิตการทำหน้ากากอนามัย



## ประสานงานความร่วมมือด้านการปฏิบัติงาน การส่งเสริมการท่องเที่ยวในพื้นที่จังหวัดตาก

วันที่ 5 มีนาคม 2563 ร.ต.อ.พงษ์พัฒน์ เกริกพิบูลชัย รอง สารวัตร ตำรวจท่องเที่ยว กองกำกับการ 2 กองบังคับการ ตำรวจท่องเที่ยว 2 พร้อมชุดปฏิบัติการสายตรงตรวจตำรวจท่องเที่ยวตาก เข้าพบ นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองคํการบริหาร ส่วนจังหวัดตากเพื่อประสานงานความร่วมมือด้านการปฏิบัติงานการส่งเสริมการท่องเที่ยวในพื้นที่จังหวัดตาก และประชาสัมพันธ์ การป้องกันโรคปอดอักเสบเชื้อไวรัสโคโรน่าสายพันธุ์ใหม่ โดยนายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองคํการบริหาร ส่วนจังหวัดตาก ได้แนะนำเรื่องการให้บริการรถไฟนำเที่ยว การจัดโครงการส่งเสริมการท่องเที่ยวต่างๆ ที่ อบจ.ตากได้ดำเนินการมาโดยตลอด และยินดีเป็นอย่างยิ่งที่จะให้ความร่วมมือ บูรณาการการทำงานร่วมกับตำรวจท่องเที่ยวตาก เพื่อสนับสนุนและส่งเสริม การท่องเที่ยวให้จังหวัดตากเป็นที่รู้จักของนักท่องเที่ยวทั้งชาวไทยและชาวต่างชาติ และเกิดความอุ่นใจที่มีตำรวจท่องเที่ยว มาคอยดูแลเรื่องความปลอดภัยให้แก่นักท่องเที่ยวอีกด้วย



## การประชุมสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก



การประชุมสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก สมัยสามัญ สมัยที่ 1 ครั้งที่ 2 ประจำปี 2563 เมื่อวันที่ 5 มีนาคม 2563 เริ่มต้นขึ้น เมื่อเวลา 09.30 น. โดยมีนายนิรันดร์ หงษชาติ ประธานสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เปิดการประชุม ณ ห้องประชุมสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก โดยมีระเบียบวาระทั้งสิ้น 8 วาระ ประกอบด้วย การกำหนดสมัยประชุมสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก สมัยสามัญ สมัยที่ 2 ประจำปี 2563 , การกำหนดสมัยประชุมสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัด สมัยสามัญ สมัยที่ 1 ประจำปี 2564, แจ้งประกาศใช้แผนพัฒนาท้องถิ่น (พ.ศ. 2561 – พ.ศ. 2565) แก์ไท (ครั้งที่ 2) ขององค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก, แก์ไทเปลี่ยนแปลงคำชี้แจงงบประมาณรายจ่าย ประจำปีงบประมาณ 2563 และจ่ายขาดเงินสะสมขององค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ประจำปีงบประมาณ 2563



## โครงการฝึกอบรมส่งเสริมการดูแลสุขภาพอนามัย ที่ดิงของสตรีและบุคคลในครอบครัว รุ่นที่ 1

วันที่ 4 มีนาคม 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการฝึกอบรมพัฒนาด้านเศรษฐกิจพอเพียง ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2563 ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก โดยมี นางวันทนา วิรัชเกษม รองปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก กล่าวรายงาน วัตถุประสงค์ในการจัดโครงการนี้ เพื่อเสริมสร้างความรู้มาปรับใช้ชีวิตประจำวัน รวมถึงนำมาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมการเรียนการสอน และถ่ายทอดเรียนรู้แบบบูรณาการในชั้นเรียน และเพื่อศึกษาหาความรู้นอกห้องเรียนจากแหล่งเรียนรู้ในสถานที่จริง ระหว่างวันที่ 4-7 มีนาคม 2563 โดยนำผู้เข้ารับการฝึกอบรมเข้าศึกษาดูงานแหล่งเรียนรู้ต่างๆ ในจังหวัดจันทบุรี จังหวัดตราด และจังหวัดปทุมธานี เพื่อศึกษาโครงการตามแนวพระราชดำริของพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวฯ โดยมีกลุ่มเป้าหมายเป็นนักเรียน ครู บุคลากรทางการศึกษาในจังหวัดตาก เข้าร่วมจำนวน 50 คน





## ประชุมคณะกรรมการ กองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพจังหวัดตาก

วันที่ 3 มีนาคม 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานการประชุมคณะกรรมการกองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพจังหวัดตาก ครั้งที่ 1/2563 ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ได้รับเกียรติจากท่านสมชัย กิจเจริญรุ่งโรจน์ รองผู้ว่าราชการจังหวัดตาก เป็นที่ปรึกษากองทุนฯ และคณะกรรมการกองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพจังหวัดตากชุดใหม่ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสนับสนุนส่งเสริมระบบบริการฟื้นฟูสมรรถภาพขององค์การบริหารส่วนจังหวัด องค์การปกครองส่วนท้องถิ่น สถานบริการ หน่วยบริการ หน่วยงานสาธารณสุข หน่วยงานอื่น กลุ่มคนพิการ กลุ่มผู้สูงอายุ หรือองค์กรอื่น เพื่อให้ผู้มีสิทธิได้รับการฟื้นฟูสมรรถภาพ เข้าถึงบริการฟื้นฟูสมรรถภาพที่จำเป็นต่อสุขภาพ และการดำรงชีวิตได้อย่างทั่วถึงและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น โดยส่งเสริมกระบวนการมีส่วนร่วมตามความพร้อม ความเหมาะสม และความต้องการของประชาชนในพื้นที่ นอกจากนี้ได้ประกาศคณะกรรมการหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เรื่อง หลักเกณฑ์การดำเนินงานและบริหารจัดการกองทุนฟื้นฟูสมรรถภาพ ระดับจังหวัด พ.ศ. 2562



## โครงการฝึกอบรมส่งเสริมให้ความรู้ ด้านธรรมศึกษา บาลีศึกษา

วันที่ 24 กุมภาพันธ์ 2563 นายปณิธิ ระวังนาม เลขาธิการนายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก และเจ้าหน้าที่กองการศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม องค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ได้รับมอบหมายจากนายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก ร่วมพิธีเปิดโครงการฝึกอบรมส่งเสริมให้ความรู้ด้านธรรมศึกษา บาลีศึกษา ในเขตพื้นที่จังหวัดตาก ประจำปีงบประมาณ 2563 ซึ่งมีกำหนดการจัดโครงการระหว่างวันที่ 24 - 26 กุมภาพันธ์ 2563 ณ วัดแม่ตาว อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก โดยได้รับความเมตตาจากเจ้าคณะอำเภอแม่สอด เป็นประธานฝ่ายสงฆ์ วัดอุประสงค์ในการจัดโครงการครั้งนี้ เพื่อให้เกิดจิตสำนึก รู้จักรับผิดชอบตนเอง และส่วนรวม ตามหลักธรรมคำสอนของพระพุทธศาสนา รวมทั้งเป็นการรักษาพระพุทธรพจน์ ของพระบรมศาสดา ของศาสนาพุทธให้ดำรงอยู่สืบไป มีกลุ่มเป้าหมายเป็น เด็กเยาวชน และประชาชนทั่วไป จากอำเภอแม่สอด เข้าร่วมจำนวน 200 คน



# จักรยานมิตรภาพไทย – เมียนมา ครั้งที่ 21 ประจำปี 2020



วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก พร้อมคณะผู้บริหาร และเจ้าหน้าที่ องค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เข้าร่วมกิจกรรม “จักรยานมิตรภาพไทย – เมียนมา ครั้งที่ 21 ประจำปี 2020” ณ สนามกีฬาสมเด็จพระนเรศวรมหาราช อำเภอแม่สอด จังหวัดตาก ซึ่งจัดขึ้นโดยหอการค้าจังหวัดตากโดยมีนายศุภกนิมิตร เปาภิกรรองผู้ว่าราชการจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธี สำหรับกิจกรรม “จักรยานมิตรภาพไทย – เมียนมา” มีวัตถุประสงค์ เพื่อเป็นการประชาสัมพันธ์และส่งเสริมการท่องเที่ยวจังหวัดตาก กระตุ้นให้เกิดการกระจายรายได้จากอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวภายในจังหวัด และเพื่อส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีระหว่างชาวไทยและชาวเมียนมา ตลอดจนส่งเสริมให้ประชาชนได้ตระหนักถึงการออกกำลังกาย พร้อมกับรณรงค์ลดการใช้น้ำมันเชื้อเพลิง เพื่อช่วยลดมลพิษในอากาศ โดยตลอดเส้นทางการบินจักรยาน นักปั่นจะได้สัมผัสวิถีชีวิต วัฒนธรรมของพี่น้องชาวเมียนมา วิวทิวทัศน์ที่สวยงามเจดีย์พระเจี๊ยะแก้ว เจดีย์ชเวดากองจำลอง ซึ่งสร้างความตื่นตาตื่นใจ สร้างความรัก ความสามัคคี ตลอดจนสร้างความสัมพันธ์ไมตรีที่ดี ให้แก่เมืองคู่ขนานเขตเศรษฐกิจพิเศษของทั้งสองฝั่งประเทศให้แน่นแฟ้นยิ่งขึ้น ในการนี้องค์การบริหารส่วนจังหวัดตากได้สนับสนุนงบประมาณในการจัดกิจกรรมจำนวน 200,000 บาท



# โครงการแข่งขันกีฬา - กรีฑา

นักเรียน เยาวชน หรือประชาชน ระดับอำเภอ ( อำเภอท่าสองยาง )



วันที่ 21 กุมภาพันธ์ 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานเปิดโครงการแข่งขันกีฬา - กรีฑา นักเรียน เยาวชน หรือประชาชน ระดับอำเภอ ( อำเภอท่าสองยาง ) ประจำปีงบประมาณ 2563 ณ สนามกีฬาเทศบาลตำบลแม่ต๋าน อำเภอท่าสองยาง จังหวัดตาก วัดอุปประสงค์ ในการจัดโครงการนี้ เพื่อให้นักเรียน และเยาวชน เกิดการพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีศักยภาพที่สูงขึ้นทั้งด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ฝึกให้เป็นผู้มีระเบียบวินัย มีความรับผิดชอบ มีคุณธรรม ปลูกฝังนิสัยการเล่นกีฬาให้กับนักเรียน เยาวชน และประชาชน รู้จักใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ ห่างไกลจากอบายมุข และสิ่งเสพติด ในการนี้องค์การบริหารส่วนจังหวัดตากได้สนับสนุนงบประมาณในการจัดงาน จำนวน 150,000 บาท



## โครงการฝึกอบรมส่งเสริมการค้าสุขภาพอนามัยที่ดี ของสตรีและบุคคลในครอบครัวรุ่นที่ 1

วันที่ 18 กุมภาพันธ์ 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการฝึกอบรมส่งเสริมการค้าสุขภาพอนามัยที่ดีของสตรีและบุคคลในครอบครัวรุ่นที่ 1 ประจำปีงบประมาณ 2563 ณ ห้องประชุมองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก โดยมีนางวันทนา วิรัชเกษม รองปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัด กล่าวรายงาน และได้รับเกียรติจากคณะวิทยากร โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลแม่งาม มาเป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้ วัตถุประสงค์ในการจัดโครงการนี้ เพื่อให้สตรีและบุคคลในครอบครัวมีความรู้ และตระหนักถึงความสำคัญเกี่ยวกับการส่งเสริมสุขภาพและมีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการดำรงชีวิตได้อย่างเหมาะสม และเพื่อพัฒนาส่งเสริมให้สตรีและบุคคลในครอบครัว ทุกระดับอายุ มีความเข้าใจในการดูแลสุขภาพสุขภาพและจิตใจให้แข็งแรง มีกลุ่มเป้าหมายเป็นแกนนำสตรี สตรีทั่วไป และบุคคลในครอบครัวจากอำเภอเมืองตาก อำเภอวังเจ้า อำเภอบ้านตาก และอำเภอสามเงาเข้าร่วมจำนวน 155 คน



## โครงการฝึกอบรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีในชุมชนประจำปีงบประมาณ 2563

วันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีกิจกุลกิจ นายกองค้การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการฝึกอบรมส่งเสริมสุขภาพที่ดีในชุมชน ประจำปีงบประมาณ 2563 ซึ่งมี กำหนดการจัดโครงการในระหว่างวันที่ 16 - 19 กุมภาพันธ์ 2563 ณ ห้องประชุมองค์การบริหาร ส่วนจังหวัดตากและศึกษาดูงาน ณ จังหวัดนครราชสีมา และจังหวัดสิงห์บุรี โดยมีนางสาวธัญญพัฒน์ ตันกรัพย์ สมาชิกสภาองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เขตอำเภอเมืองตาก กล่าวรายงาน และได้รับเกียรติ จากนางกนกพร วันคำ พยาบาลวิชาชีพชำนาญการ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดตาก มาเป็นวิทยากร บรรยายให้ความรู้ วัตถุประสงค์ในการจัดโครงการนี้ เพื่อให้คนในชุมชนมีแนวทางร่วมกันในการสร้าง สุขภาวะที่ดี เพื่อให้มีสุขภาพที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคม และเพื่อให้ประชาชนในชุมชน มีสุขภาพที่ดีขึ้น มีกลุ่มเป้าหมายเป็นอาสาสมัครสาธารณสุข เครื่องข่าย แก่นนำสุขภาพและประชาชนที่สนใจ จากอำเภอเมืองตาก เข้าร่วมจำนวน 85 คน

# อบจ.ตาก มินิมาราธอน ครั้งที่ 4



เมื่อวันที่ 16 กุมภาพันธ์ 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเกื้อกูลกิจ นายกองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิด โครงการแข่งขันกีฬา อบจ.ตากคัพ ประจำปีงบประมาณ 2563 "อบจ.ตาก มินิมาราธอน ครั้งที่ 4" ณ บริเวณลานศาลสมเด็จพระเจ้าตากสินมหาราช อำเภอเมืองตาก จังหวัดตาก วัตถุประสงค์ในการจัดโครงการครั้งนี้ เพื่อให้เยาวชนและประชาชน มีสุขภาพพลานามัยที่แข็งแรงสมบูรณ์ และสร้างความรัก ความสามัคคี รู้แพ้ รู้ชนะ รู้ถ้อย มีน้ำใจของนักกีฬา



โครงการส่งเสริม

# การเลี้ยงโคขุนจังหวัดตาก รุ่นที่ 1



วันที่ 23 มกราคม 2563 นายณัฐวุฒิ ทวีเทือกุลกิจ นายกองคํการ  
บริหารส่วนจังหวัดตาก เป็นประธานในพิธีเปิดโครงการส่งเสริมการเลี้ยงโคขุน  
จังหวัดตาก รุ่นที่ 1 ประจำปีงบประมาณ 2563 ณ ห้องประชุมองค์การบริหาร  
ส่วนจังหวัดตาก โดยมีนายวุฒิชัย วงศ์ปัญญา ปลัดองค์การบริหารส่วนจังหวัดตาก  
กล่าวรายงาน และได้รับเกียรติจากนายประสิทธิ์ ยิ้มเกตุ ผู้อำนวยการศูนย์วิจัย  
และบำรุงพันธุ์สัตว์ตาก นางสาวมุลลีนท์ สุวรรณโนภาส นักวิชาการสัตวบาล  
นายโอภาส รอดโกมล สัตวแพทย์ชำนาญงาน สำนักงานปศุสัตว์จังหวัดตาก  
และนายภคพงศ์ คำปลอด ประธานกลุ่มวิสาหกิจชุมชน พร้อมคณะ วิสาหกิจ  
ชุมชนผู้เลี้ยงโคขุนตาก มาเป็นวิทยากรบรรยายให้ความรู้ วัตถุประสงค์ในการ  
จัดโครงการนี้ เพื่อปรับปรุงโคพันธุ์ตาก และการสร้างเครือข่ายมาตรฐานฟาร์ม  
โคเนื้อ โรคและการป้องกันโรคเนื้อ สร้างสินเชื่อการส่งเสริมการเลี้ยงโค และการ  
สร้างตลาดโคจังหวัดตาก มีกลุ่มเป้าหมายเป็นประชาชนจากอำเภอเมืองตาก  
อำเภอสามเภา และอำเภอวังเจ้า เข้าร่วมจำนวน 110 คน





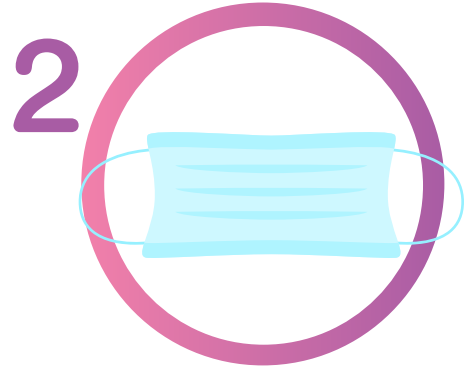
# หน้ากากอนามัย ทิ้งอย่างไรให้ถูกวิธี



หลังจากใช้หน้ากากอนามัยเสร็จแล้ว เพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) รวมไปถึงเชื้อโรคอื่นๆ เราขอแนะนำถึงวิธีการทิ้งหรือจัดการกับหน้ากากอนามัยอย่างถูกต้อง



1  
ถอดหน้ากาก  
โดยไม่สัมผัสด้านในของหน้ากาก



2  
พับหน้ากาก  
เก็บให้ส่วนที่สัมผัสร่างกายอยู่ด้านใน



3  
ม้วนสายรัด  
แล้วพับโดยรอบหน้ากาก



4  
ใส่ถุงรองรับแล้วมัดปากถุงให้แน่น  
ป้องกันการแพร่กระจายของเชื้อโรค



5  
ทิ้งหน้ากากอนามัยที่ใช้แล้ว  
ลงถังขยะที่แยกออกจากขยะทั่วไป  
เพื่อนำไปสู่กระบวนการกำจัดขยะติดเชื้อ



6  
ล้างมือให้สะอาด