

☐ สำนักปลัดเทศบาล
☐ กองคลัง
☐ กองช่าง/กิจการประปา
☐ กองการศึกษา
☒ กองสาธารณสุข

ด่วนที่สุด
 ที่ นม ๐๐๐๔ /ว ๒๕๖๔



เทศบาลตำบลปรุใหญ่
 เลขที่รับ ๑๔๖
 วันที่ ๑๙ ก.ค. ๒๕๖๔
 เวลา ๑๕.๑๐ น.

ศาลากลางจังหวัดนครราชสีมา
 ถนนมหาไถไทย นม ๓๐๐๐๐

๗ กรกฎาคม ๒๕๖๔

เรื่อง ขอความร่วมมือจัดกิจกรรม “KICK OFF โคราซสุขภาพดี” กิจกรรม : ออกกำลังกายสะสมแคลอรี Calories Credit Challenge “MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา

เลขที่รับ ๓๗๐
 วันที่ ๑๙ ก.ค. ๒๕๖๔
 เวลา ๑๕.๒๐ น.

เรียน นายกเทศมนตรีตำบลปรุใหญ่

สิ่งที่ส่งมาด้วย ตารางกำหนดการจัดกิจกรรม

ด้วยจังหวัดนครราชสีมา ได้กำหนดวาระการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมา “๑+๑๑ Agenda Korat” ภายใต้การบริหารงานของผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา โดยมีเป้าหมายในการขับเคลื่อนวาระการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมา “๑+๑๑ Agenda Korat” ให้มีประสิทธิภาพ และเกิดผลสัมฤทธิ์อย่างเป็นรูปธรรมภายใต้แนวคิด “ปลอดภัย สัมฤทธิ์ผล ยั่งยืน” และศูนย์โรคหลอดเลือดสมองศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาลได้ดำเนิน “โครงการแสงนำใจไทยทั้งชาติ เดิน วิ่ง ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๒ เฉลิมพระเกียรติ” โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว และสมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินี ที่ทรงเป็นดั่งแสงนำใจ และทรงเป็นแบบอย่างแก่ประชาชนชาวไทยในการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกาย ในการนี้ กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา ได้พัฒนาแพลตฟอร์มเชื่อมโยงและบูรณาการข้อมูลสถิติการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาของประชาชน (Calories Credit Challenge : CCC) ซึ่งเป็นแอปพลิเคชันตัวช่วยนับแคลอรีในการออกกำลังกายสำหรับคนไทย ภายใต้โครงการส่งเสริมให้ประชาชนมีส่วนร่วมในกิจกรรมการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ มีความตื่นตัวในการเล่นกีฬาและออกกำลังกาย ส่งเสริมสร้างสุขภาพพลานามัยของประชาชนทุกช่วงวัย นั้น

เพื่อเป็นการขับเคลื่อนวาระการพัฒนาจังหวัดนครราชสีมา “๑+๑๑ Agenda Korat” จังหวัดนครราชสีมา วาระการพัฒนาที่ ๒ การท่องเที่ยวเมืองกีฬา (Korat Sports City) และเมืองไมซ์ (Korat MICE City) ตามแนวทางการดำเนินงานการขับเคลื่อนเมืองกีฬาที่สำเร็จและยั่งยืน จังหวัดนครราชสีมา จึงขอความร่วมมือจัดกิจกรรม “KICK OFF โคราซสุขภาพดี” กิจกรรม : ออกกำลังกายสะสมแคลอรี Calories Credit Challenge “MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา ทุกวันพุธ พร้อมทั้ง ประชาสัมพันธ์บุคลากรในสังกัดเข้าร่วมกิจกรรมโดยพร้อมเพรียงกัน รายละเอียดปรากฏตามสิ่งที่ส่งด้วย ทั้งนี้ ขอให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมดาวน์โหลดแอปพลิเคชัน CCC เพื่อบันทึกสถิติการออกกำลังกายสะสมแคลอรี

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

(นายมนัส สุวรรณรินทร์)
 รองผู้ว่าราชการจังหวัด ปฏิบัติราชการแทน
 ผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา

สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด
 กลุ่มงานส่งเสริมและพัฒนาด้านกีฬาและนันทนาการ
 โทรศัพท์. ๐ ๔๔๒๕ ๒๔๔๔ โทรสาร. ๐ ๔๔๒๕ ๙๖๙๑



**“KICKOFF โคราชสุขภาพดี” เชื่อมโยงกิจกรรม : ออกกำลังกายสะสมแคลอรี Calories Credit Challenge
“MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา**

ลำดับที่	เดือน	หน่วยงาน	สถานที่ออกกำลังกาย
๑	วันพุธที่ ๑๕ กรกฎาคม ๖๙ เริ่ม เวลา ๑๖.๓๐ น. (พิธีเปิด KICKOFF โคราชสุขภาพดี “MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา)	แม่ทัพภาคที่ ๒ สำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัดนครราชสีมา เทศบาลตำบลหนองไผ่ล้อม กรมทหารปืนใหญ่ที่ ๓ (ผ่านผู้จัดการสำนักงานบุงตาท้าวเฉลิมพระเกียรติรัชการที่ ๙)	ลานนวมินทร์ บึงตาท้าวเฉลิมพระเกียรติรัชการที่ ๙
๒	วันพุธที่ ๒๒ กรกฎาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	อำเภอเมืองนครราชสีมา ปกครองจังหวัดนครราชสีมา สำนักงานจังหวัดนครราชสีมา	ลานกิจกรรมหอานักศึกษาศาลากลางจังหวัดนครราชสีมา
๓	วันพุธที่ ๒๙ กรกฎาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	ห้างสรรพสินค้าเดอรัมอลล์ โคราช ตลาดเมย์แฟร์ โรงพยาบาลกรุงเทพ	ลานแอโรบิคตลาดเมย์แฟร์
๔	วันพุธที่ ๕ สิงหาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครราชสีมา	ลานกิจกรรมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี
๕	วันพุธที่ ๑๙ สิงหาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล เทศบาลตำบลจอหอ	ลานกิจกรรมมหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล
๖	วันพุธที่ ๒๖ สิงหาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	ศูนย์การค้าเซ็นทรัลโคราช เทศบาลตำบลบ้านเกาะ เทศบาลตำบลจอหอ	ศูนย์การค้าเซ็นทรัลโคราช
๗	วันพุธที่ ๒ กันยายน ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	มหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา	ลานกิจกรรมมหาวิทยาลัยราชภัฏนครราชสีมา
๘	วันพุธที่ ๙ กันยายน ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน	ลานกิจกรรมมหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลอีสาน
๙	วันพุธที่ ๑๖ กันยายน ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	สำนักงานการกีฬาแห่งประเทศไทยจังหวัดนครราชสีมา สำนักงานการกีฬาแห่งประเทศไทย ภาค ๓ เทศบาลตำบลปรุใหญ่ เทศบาลตำบลโพธิ์กลาง	ลานกิจกรรมสนามกีฬาเฉลิมพระเกียรติ ๘๐ พรรษา
๑๐	วันพุธที่ ๒๓ กันยายน ๖๙. เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	โรงเรียนสุรนารีวิทยา วิทยาลัยอาชีวศึกษานครราชสีมา โรงเรียนอนุบาลนครราชสีมา	สนามกีฬาโรงเรียนสุรนารีวิทยา
๑๑	วันพุธที่ ๓๐ กันยายน ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	โรงเรียนราชสีมาวิทยาลัย เทศบาลตำบลสุรนารี องค์การบริหารส่วนตำบลมะเริง	ลานกิจกรรมโรงเรียนราชสีมาวิทยาลัย
๑๒	วันพุธที่ ๗ ตุลาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	เทศบาลตำบลห้วยทะเล โรงเรียนบุญวัฒนา โรงเรียนบ้านดอนขวาง	ลานกิจกรรมตลาดน้ำบึงห้วยทะเล
๑๓	วันพุธที่ ๑๔ ตุลาคม ๖๙ เริ่มเวลา ๑๖.๓๐ น.	ตำรวจภูธรจังหวัดนครราชสีมา สถานีตำรวจภูธรอำเภอเมือง ศูนย์ฝึกอบรมตำรวจภูธรภาค ๓	ลานกิจกรรมสถานีตำรวจ

ลำดับที่	เดือน	หน่วยงาน	สถานที่ออกกำลังกาย
๑๔	วันพุธที่ ๒๑ ตุลาคม ๖๔ เวลา ๑๖.๓๐ น.	เทศบาลนครนครราชสีมา	สวนภูมิรักษ์ ๒
๑๕	วันพุธที่ ๒๘ ตุลาคม ๖๔ เวลา ๑๖.๓๐ น.	องค์การบริหารส่วนจังหวัดนครราชสีมา	ลานกิจกรรมหอนาฬิกาหน้าศาลากลาง จังหวัดนครราชสีมา
๑๖	วันพุธที่ ๑ พฤศจิกายน ๖๔	ทุกหน่วยงานที่รับผิดชอบกิจกรรมเดิน วิ่ง ป้องกัน อัมพาต ครั้งที่ ๑๒ พื้นที่จังหวัดและพื้นที่อำเภอ ทุกอำเภอ	สนาม เดิน วิ่ง ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๒ พื้นที่จังหวัดและพื้นที่อำเภอทุก อำเภอ

- หมายเหตุ ๑. กิจกรรมและวันเวลา สถานที่ อาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสม หากมีการเปลี่ยนแปลง
ให้หน่วยงานหลักเจ้าภาพในแต่ละครั้งแจ้งเปลี่ยนแปลงกับสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬา
จังหวัดนครราชสีมา ล่วงหน้าก่อนจัดกิจกรรม
๒. ติดต่อประสานงานข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ (การจัดกิจกรรมพื้นที่จังหวัด)
นางสาวสาริณี สว่างภพ เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำสำนักงานการท่องเที่ยวและกีฬาจังหวัด
นครราชสีมา หมายเลขโทรศัพท์ ๐๖ ๔๘๔๗ ๗๘๐๘
- นายวัชร ชีกลาง เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอเมืองนครราชสีมา ๐๖ ๑๐๓๑ ๕๕๔๘
๓. สำหรับพื้นที่อำเภอ ทุกอำเภอ ดำเนินการจัดกิจกรรมออกกำลังกายในพื้นที่ทุกวันพุธ ติดต่อ
ประสานงานข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ เจ้าหน้าที่พลศึกษาประจำอำเภอ หรือ ผู้ที่นายอำเภอมอบหมาย

กำหนดการ

“KICKOFF โคราชสุขภาพดี” เชื่อมโยงกิจกรรม : ออกกำลังกายสะสมแคลอรี Calories Credit Challenge
“MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา

ในวันพุธที่ ๑๕ กรกฎาคม ๒๕

ณ ลานนวมินทร์ สวนน้ำบึงตาหลวงเฉลิมพระเกียรติรัชการที่ ๙

(พิธีเปิด KICKOFF โคราชสุขภาพดี “MOVE TOGETHER BY CCC” จังหวัดนครราชสีมา)

เวลา	กิจกรรม	หน่วยงานที่รับผิดชอบ
๑๖.๓๐ น.	- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมพร้อมกันบริเวณจัดงาน โหลดแอปพลิเคชัน Calories Credit Challenge “MOVE TOGETHER BY CCC” หรือสามารถโหลดไว้ล่วงหน้าก่อนวันออกกำลังกายได้เพื่อร่วมกิจกรรมสะสมแคลอรี	หน่วยงานที่กำหนด
๑๗.๒๐ น.	- ประธานในพิธี พร้อมด้วยคณะผู้บริหารมาถึงบริเวณการจัดกิจกรรม - หน่วยงานเจ้าภาพ กล่าวต้อนรับและกล่าวรายงาน วัตถุประสงค์ - ผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา ประธานในพิธี หรือผู้แทน กล่าวขอบคุณหน่วยงานเจ้าภาพ	หน่วยงานที่กำหนด
๑๗.๓๐ น.	- ผู้เข้าร่วมกิจกรรมทุกคนเปิดแอปพลิเคชัน Calories Credit Challenge “MOVE TOGETHER BY CCC” เพื่อร่วมกิจกรรมสะสมแคลอรี เริ่มกิจกรรมออกกำลังกาย โดยวิทยากรนำเดินแอโรบิก - ประธานในพิธีให้เกียรติร่วมออกกำลังกาย พร้อมด้วยหัวหน้าส่วนราชการ บุคลากรและประชาชนบริเวณใกล้เคียงร่วมออกกำลังกายพร้อมกันครอบคลุมในพื้นที่จังหวัด และพื้นที่อำเภอทุกอำเภอ โดยพร้อมเรียงกัน - กตรายงานผล Calories	- หน่วยงานที่กำหนด - กรณีจัดกิจกรรมพื้นที่อำเภอ ๓๒ อำเภอ นำโดยท่าน นายอำเภอทุกอำเภอ และ หน่วยงานในพื้นที่ที่เกี่ยวข้อง ทุกภาคส่วน
๑๘.๐๐ น.	- เสร็จสิ้นการจัดกิจกรรมผ่านแอปพลิเคชันแอปพลิเคชัน Calories Credit Challenge “MOVE TOGETHER BY CCC” - เสร็จสิ้นการจัดกิจกรรม	- หน่วยงานที่กำหนด - กรณีจัดกิจกรรมพื้นที่อำเภอ ๓๒ อำเภอ นำโดยท่าน นายอำเภอทุกอำเภอ และ หน่วยงานในพื้นที่ที่เกี่ยวข้อง ทุกภาคส่วน

หมายเหตุ กำหนดการอาจเปลี่ยนแปลงได้ตามความเหมาะสมของพื้นที่และการจัดกิจกรรม



ชวนเพื่อนมา โหลดแอปฯ Calories Credit Challenge

สะสมแคล
แลกของรางวัล
ทุกเดือน!



สแกนร่วม Challenge "Move Together by CCC"

1

ดาวน์โหลดแอปฯ Calories Credit Challenge



สำหรับ Android

- 1 เปิดแอป Google Play
- 2 ค้นหา "CCC: Calories Credit Challenge"



- 3 กด "ติดตั้ง"
- 4 ติดตั้งเสร็จ เปิดแอปฯ ได้เลย!



สำหรับ iOS (iPhone)

- 1 เปิดแอป App Store
- 2 ค้นหา "CCC: Calories Credit Challenge"



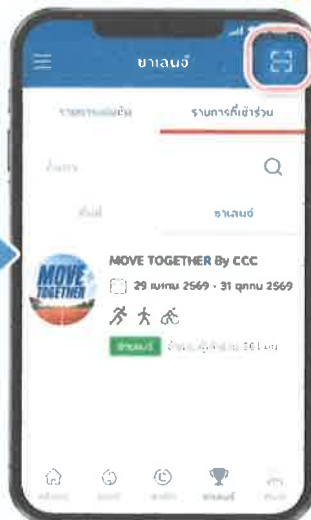
- 3 กด "รับ"
- 4 ติดตั้งเสร็จ เปิดแอปฯ ได้เลย!



2

วิธีสแกนเข้า Challenge "MOVE TOGETHER by CCC"

- 1 เปิดแอปฯ Calories Credit Challenge
- 2 กดปุ่มสแกน มุมขวาบน
- 3 สแกน QR Code
- 4 เข้าร่วม Challenge "MOVE TOGETHER by CCC" ได้เลย!



Tips

- สะสมแคลอรีจากการเดิน วิ่ง ปั่น เดิน ออกกำลังกาย และกิจกรรมสุขภาพต่างๆ
- ดูกิจกรรมและอันดับได้ที่เมนู "ชาเลนจ์"
- อย่าลืมอัปเดตแอปฯ เป็นเวอร์ชันล่าสุดเสมอ

ชวนคนที่คุณรัก
มา MOVE
ไปด้วยกันนะคะ



Scan Now!

สแกน QR Code
เพื่อเข้าร่วม Challenge
"MOVE TOGETHER
by CCC"