



สพป.เชียงราย เขต 1  
 เลขรับ 04234  
 วันที่ 19 มี.ค. 2558  
 เวลา.....  
 สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว  นิเทศ  
 อำนวยการ  ศสน.  
 ๙๙๙ มหาวิทยาลัยราชภัฏเชียงราย โทรสาย ๔  สช.  
 นโยบายและแผน  
 ตำบลศาลายา อำเภอพุทธศุภผล   
 ส่งเสริมการศึกษาระดับ  
 จังหวัดนครปฐม ๗๓๑๗๐

โทรศัพท์ ๐๒-๔๔๑-๐๖๐๒-๘ ต่อ ๑๔๐๗

โทรสาร ๐๒-๔๔๑-๐๖๐๒-๘ ต่อ ๑๔๐๘

**ด่วนที่สุด**

ที่ ศธ ๐๕๑๗.๒๓/ ๐๐๖๒๐

วันที่ ๕ มีนาคม ๒๕๕๘

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรม และขออนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์

เรียน ผู้อำนวยการ

สิ่งที่ส่งมาด้วย ๑. โครงการกิจกรรมจำนวน ๑ ชุด

๒. แบบตอบรับการเข้าร่วมกิจกรรมและแผ่นประชาสัมพันธ์ จำนวน ๑ ชุด

เพื่อให้ครู อาจารย์ ศึกษานิเทศก์ คณะผู้บริหาร ทักษะ กระบวนการ นำองค์ความรู้จากการอบรมไปใช้ในศรพัฒนางานใน  
 หน้าที่ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว จึงได้จัดกิจกรรม โครงการอบรมเชิงปฏิบัติการ ดังนี้

วันที่	กิจกรรม	วิทยากร
วันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๘ เวลา ๐๘.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.	อบรมเชิงปฏิบัติการ "โภชนาการสมวัยและการจัด กิจกรรมโภชนาการสำหรับเด็ก" ค่าลงทะเบียน ๑,๓๐๐ บาท	อาจารย์อมรรัตน์ จันทร์เจนจบ นักโภชนาการ

ในการนี้ สถาบันจึงขอเชิญท่านและผู้สนใจเข้าร่วมกิจกรรม และขอความอนุเคราะห์ประชาสัมพันธ์กิจกรรมดังกล่าว  
 ทั้งนี้ ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ และเจ้าหน้าที่รัฐ สามารถเข้าร่วมประชุมได้โดยมีสิทธิเบิกจ่ายค่าลงทะเบียนและ  
 ค่าใช้จ่ายต่างๆ ตามระเบียบของทางราชการจากต้นสังกัด เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้บังคับบัญชาแล้ว ในการนี้สถาบันได้มอบหมายให้  
 น.ส.ศุภรดา เกษร เลขานุการโครงการ หมายเลขโทรศัพท์ ๐ - ๒๔๔๑-๐๖๐๒-๘ ต่อ ๑๔๑๗ เป็นผู้ประสานงานในเรื่องดังกล่าว

จึงเรียนมาเพื่อโปรดเข้าร่วมกิจกรรมและประชาสัมพันธ์กิจกรรมดังกล่าว และหวังเป็นอย่างยิ่งว่าจะได้รับความ  
 อนุเคราะห์จากท่าน ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์สุรียเดว ทรีปาตี)

ผู้อำนวยการ

สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว

๒๒ เม.ย. ๒๕๕๘  
 19 มี.ค. 2558  
 ๒๕๕๘  
 ๒๕๕๘

## ๑. หัวข้อการฝึกอบรมเชิงปฏิบัติการ “โภชนาการสมวัยและการจัดกิจกรรมโภชนาการสำหรับเด็ก”

### ๒. หมวดรายจ่าย

เงินรายได้สถาบัน

### ๓. หลักการและเหตุผล

สิ่งสำคัญที่สุดในทุกช่วงวัยของการเจริญเติบโตก็คือหลักการโภชนาการที่ดี โภชนาการที่เหมาะสมเป็นปัจจัยสำคัญที่ช่วยส่งเสริมพัฒนาการของลูกทั้งด้านสมองและด้านร่างกาย ในแต่ละช่วงวัยนั้นร่างกายต้องการสารอาหารที่แตกต่างกันไป วัยเด็กหรือช่วงปฐมวัยถือได้ว่าเป็นวัยที่ต้องการสารอาหารที่ครบถ้วนมากที่สุด สารอาหารทั้งห้าหมู่ โปรตีน คาร์โบไฮเดรต ไขมัน เกลือแร่และวิตามินต่างๆควรจะได้รับในปริมาณที่เหมาะสม การได้รับสารอาหารทั้งห้าหมู่ในปริมาณที่เหมาะสมในแต่ละมื้อจะเป็นปัจจัยสำคัญในการเจริญเติบโตและพัฒนาการที่ดี การได้รับสารอาหารที่น้อยเกินไปยกตัวอย่างเช่นขาดมื้อเช้า จะส่งผลให้เด็กไม่มีความพร้อมในการเรียน ประสิทธิภาพในการเรียนรู้และการทำกิจกรรมต่ำลง เกิดพัฒนาการทางร่างกายที่ล่าช้า สมองไม่สามารถเรียนรู้สิ่งต่างๆได้อย่างเต็มที่ ในทางกลับกันถ้าเด็กได้รับสารอาหารที่มากเกินไปจนความจำเป็นหรือไม่ถูกหลักโภชนาการ เด็กก็จะเป็นโรคอ้วนได้

ในปัจจุบันเราไม่อาจปฏิเสธได้ว่าวิถีการใช้ชีวิตประจำวันในแต่ละครอบครัวของคนไทยได้แตกต่างจากในอดีต พ่อแม่ผู้ปกครองหลายๆท่านบางครั้งอาจละเลยในเรื่องหลักโภชนาการของลูกน้อย อาจสืบเนื่องจากความเร่งรีบในการดำเนินชีวิตจนไม่มีเวลา หรืออาจยังไม่เข้าใจถึงหลักความสำคัญของโภชนาการในวัยเด็ก ทางสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว เป็นสถาบันหลักที่มีหน้าที่ในการส่งเสริมสนับสนุนในทุกๆองค์ความรู้ เล็งเห็นถึงความสำคัญของหลักโภชนาการสำหรับเด็กปฐมวัยและประถมศึกษา จึงได้จัดอบรมเชิงปฏิบัติการดังกล่าวขึ้น

### ๔. วัตถุประสงค์

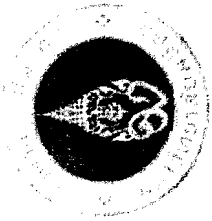
๑. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมได้เรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการด้านโภชนาการในสถานศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยและประถมศึกษา

๒. เพื่อให้ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ความเข้าใจหลักการจัดอาหารให้เหมาะสมตามวัยและหลักโภชนาการ

๓. เพื่อให้ผู้เข้ารับการอบรมมีเทคนิค วิธีการ และกระบวนการในการบูรณาการเสริมพัฒนาการเด็กด้วยกิจกรรมโภชนาการ

### ๕. การดำเนินการ

อบรมโดยวิทยากรผู้ทรงคุณวุฒิ การบรรยายสาธิตและการจัดกิจกรรมกลุ่มด้านโภชนาการ



สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล  
ขอเชิญผู้สนใจเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ

# โภชนาการสมวัย และการจัดการโภชนาการสำหรับเด็ก

วิทยากรโดย.. อ.อมรรัตน์ จันทร์เจนจบ

(นักโภชนาการ โรงเรียนสาธิตอนุบาลละอออุทิศ มหาวิทยาลัยราชภัฏสวนดุสิต)

วันพุธที่ 22 เมษายน 2558

เวลา 09.00 – 16.30 น. ณ ห้องประชุมของสถาบัน

ค่าลงทะเบียน

1,300 บาท



สอบถามโทร. 02-4410602-8

ต่อ 1407 คุณเมธีณัฐ ต่อ 1417 คุณศุภรดา

หรือทาง [www.cf.mahidol.ac.th](http://www.cf.mahidol.ac.th)

ใบสมัครเข้าร่วมการอบรมเชิงปฏิบัติการ  
“โภชนาการสมวัยและการจัดกิจกรรมโภชนาการสำหรับเด็ก”

วันที่ 22 เมษายน 2558

ณ ห้องเอนกประสงค์ ชั้น 2 สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล

(ผู้เข้าร่วมการอบรมกรุณาสวมใส่กางเกง)

ชื่อ.....สกุล.....ชื่อเล่น.....

วุฒิการศึกษาชั้นสูงสุด/สาขาวิชา.....

อาชีพ/ตำแหน่ง.....

หน่วยงานต้นสังกัด.....เลขที่.....

ถนน.....ตำบล/เขต.....อำเภอ/แขวง.....

จังหวัด.....รหัสไปรษณีย์.....

หมายเลขโทรศัพท์ที่ติดต่อได้.....

โทรสาร.....E-mail.....

ออกใบเสร็จในนาม.....  ชื่อ-สกุลผู้สมัคร  หน่วยงานของผู้สมัคร

ประเภทอาหาร

ปกติทั่วไป  เจ  มังสวิรัติ  อาหารอิสลาม

การสมัครและชำระค่าลงทะเบียน

- ขอให้ผู้สมัครเข้าอบรม โอนเงิน จำนวน 1,300 บาท เข้าบัญชีเงินฝากออมทรัพย์ ธนาคารไทยพาณิชย์จำกัด สาขา มหาวิทยาลัยมหิดล ชื่อบัญชี มหาวิทยาลัยมหิดล เงินค่าลงทะเบียนการประชุมวิชาการ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว เลขที่บัญชี 333-2-25089-0 ภายในวันที่ 17 เมษายน 2558
- โปรดยืนยันการลงทะเบียน และส่งใบสมัคร พร้อมเอกสารการชำระเงิน (สลิปธนาคาร) พร้อมระบุชื่อ และเบอร์โทรศัพท์มายัง หมายเลขโทรสาร 02-4410602-8 ต่อ 1408 หรือ E-mail : [suparada2009@live.com](mailto:suparada2009@live.com) และโปรดเก็บเอกสารหลักฐานฉบับจริงไว้เพื่อนำมาแสดง ณ จุดลงทะเบียนเพื่อรับใบเสร็จรับเงิน
- กรณีบุคลากรสังกัดมหาวิทยาลัยมหิดล ที่ชำระค่าลงทะเบียนโดยวิธีการโอนเงินระหว่างหน่วยงาน กรุณาส่งสำเนาหนังสือการโอนเงินระหว่างหน่วยงานมายังสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัวด้วย
- หลังจากส่งใบนำฝากเงิน (Deposit Slip) และใบสมัครแล้ว ขอความกรุณาท่านโปรดยืนยันการสมัครทางหมายเลขโทรศัพท์ 02-4410602-8 ต่อ 1407 คุณเมธิณีรัฐ 1417 คุณศุภรดา

**หมายเหตุ :** สถาบันขอสงวนสิทธิ์ในการยกเลิกการจัดอบรมดังกล่าว กรณีมีผู้ลงทะเบียนเข้าร่วมน้อยกว่ากึ่งหนึ่งของเป้าหมายที่วางไว้ หากมีการยกเลิกจริง สถาบันจะโอนเงินคืนให้แก่ผู้ที่ลงทะเบียนครบตามจำนวน

ทางชื่อบัญชี.....ธนาคาร.....

หมายเลขบัญชีธนาคาร.....สาขา.....

(กรุณากรอกรายละเอียดด้วยตัวบรรจงให้ครบถ้วน)

**๖. กลุ่มเป้าหมาย**

ผู้เข้าร่วมอบรมได้แก่ ครู อาจารย์ ผู้ปฏิบัติงานด้านโภชนาการ นิสิต นักศึกษา และบุคคลภายนอก  
ผู้สนใจทั่วไป

**๗. ผู้รับผิดชอบโครงการ**

งานสนับสนุนการบริการวิชาการ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว  
มหาวิทยาลัยมหิดล

**๘. วิทยากร**

อาจารย์อมรรัตน์ จันทรเจนจบ นักโภชนาการ โรงเรียนสาธิตอนุบาลละอออุทิศ มหาวิทยาลัย  
ราชภัฏสวนดุสิต

**๙. ระยะเวลาในการดำเนินกิจกรรม**

วันที่ ๒๒ เมษายน ๒๕๕๘ เวลา ๐๘.๓๐ – ๑๖.๓๐ น.

**๑๐. สถานที่ดำเนินกิจกรรม**

ณ ห้องอเนกประสงค์ ชั้น ๒ สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว  
มหาวิทยาลัยมหิดล

**๑๑. ค่าลงทะเบียน**

๑,๓๐๐ บาท

**๑๒. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

๑. ผู้เข้าร่วมอบรมได้เรียนรู้เกี่ยวกับการจัดการด้านโภชนาการในสถานศึกษาสำหรับเด็กปฐมวัยและ  
ประถมศึกษา
๒. ผู้เข้าร่วมอบรมมีความรู้ความเข้าใจหลักการจัดอาหารให้เหมาะสมตามวัยและหลักโภชนาการ
๓. ผู้เข้ารับการอบรมมีเทคนิค วิธีการ และกระบวนการในการบูรณาการเสริมพัฒนาการเด็กด้วย  
กิจกรรมโภชนาการ