



ที่ ศธ ๐๔๓๑๘/ว ๒๐๗๑

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษา

พระนครศรีอยุธยา เลขที่ ๕๓ หมู่ ๒

ถนนป่าไทน์ ตำบลประตูลี้

อำเภอพระนครศรีอยุธยา

จังหวัดพระนครศรีอยุธยา ๑๓๐๐๐

๕ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรื่อง โครงการเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว  
เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนในสังกัด

สิ่งที่ส่งมาด้วย โครงการ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐

จำนวน ๑ ชุด

ด้วยจังหวัดพระนครศรีอยุธยาได้รับแจ้งจากสำนักงานปลัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา  
ได้บูรณาการขับเคลื่อนโครงการเดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เฉลิมพระเกียรติพระบาท  
สมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗  
ร่วมกับศูนย์หลอดเลือดสมองศิริราช คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ด้วยการเชิญชวนประชาชนทั่วประเทศ  
และบุคลากรทางในหน่วยงานระดับกระทรวงเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายสะสมแคลอรีผ่านแอปพลิเคชัน  
CALLORIES CREDIT CHALLENGE : CCC ตามรายละเอียดที่ส่งมาด้วย

สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาพระนครศรีอยุธยา จึงขอประชาสัมพันธ์โครงการ  
เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ ๑๐ เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาส  
พระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา ๖ รอบ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๖๗ ให้กับโรงเรียนในสังกัดร่วมกัน  
ออกกำลังกายผ่านแอปพลิเคชันดังกล่าวฯ ตั้งแต่วันที่ ๒๘ กรกฎาคม ถึง ๒ พฤศจิกายน ๒๕๖๗  
โดยสามารถติดตามข่าวสารการจัดกิจกรรมผ่านทาง Facebook Calories Credit Challenge และ  
Facebook WRB Fighting Stroke โดยสามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ นายคณากร ปันทะโชติ  
หมายเลขโทรศัพท์ ๐๘๙ ๙๕๕ ๖๒๘๑

จึงเรียนมาเพื่อทราบและดำเนินการ

ขอแสดงความนับถือ

นาย ☐ อนุญาต ☐ อนุมัติ  
นาง ☐ บริหารวิชาการ  
☐ บริหารงานบุคคล  
☐ บริหารงบประมาณ  
☒ บริหารทั่วไป  
☐ สำนักงานผู้อำนวยการ

เรียน ผู้อำนวยการเพื่อ

☒ ๑. ทราบ☐ ๒. สมควรมอบฝ่าย.....ที่ไป

พิจารณา/ดำเนินการ

☐ ๓. ....ที่ไป

กลุ่มอำนวยการ

โทร. ๐ ๓๕๘๘ ๑๒๒๐

(นายสาธิต ปองไป)

รองผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา ปฏิบัติราชการแทน  
ผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษามัธยมศึกษาพระนครศรีอยุธยา

- ททท

- ผอ.เขตฯ จ.พระนครศรีอยุธยา  
- ผอ.เขตฯ จ.พระนครศรีอยุธยา  
- ผอ.เขตฯ จ.พระนครศรีอยุธยา

“เรียนดี มีความสุข”





## โครงการ เดิน วิ่ง ปั่น ป้องกันอัมพาต ครั้งที่ 10 เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว

เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567



เพื่อเฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคล  
เฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 72 WSSHA  
ขอเชิญชวนประชาชนชาวไทย ออกกำลังกายสะสมแคลอรี  
ผ่าน Application Calorie Credit Challenge : CCC



# 72,000,000

แคลอรี

(สะสมระหว่าง 28 ก.ค. - 2 พ.ย. 67)





## วัตถุประสงค์โครงการ

1. เพื่อแสดงถึงความจงรักภักดี เฉลิมพระเกียรติพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว เนื่องในโอกาสพระราชพิธีมหามงคลเฉลิมพระชนมพรรษา 6 รอบ 28 กรกฎาคม 2567 ที่ทรงเป็นดั่งแสงนำใจของประชาชนไทย และทรงเป็นแบบอย่างแก่ประชาชนชาวไทย ในการรักษาสุขภาพ และการออกกำลังกาย ทรงมีพระเมตตาแผ่ไพศาลแก่พลสกนิกรชาวไทยอย่างไม่เลือกชั้นวรรณะ และเชื้อชาติ

2. เพื่อรณรงค์เชิญชวนประชาชนทุกเพศ ทุกวัย และทุกหมู่เหล่า ได้ออกกำลังกาย ผ่านกิจกรรมออกกำลังกายอย่างง่าย ๆ เช่น การเดิน วิ่ง หรือปั่นจักรยาน ซึ่งหากออกกำลังกายติดต่อกันเป็นประจำ จะทำให้มีสุขภาพแข็งแรง ห่างไกลจากโรค และช่วยลดค่าใช้จ่ายการรักษา ตลอดจนลดภาระของปัญหาโรคเรื้อรังได้

หมายเหตุ: เดิน วิ่ง ปั่น 30 นาที และ 150 แคลอรี = 1 เครดิต

72 พรรษา

720 คน / จังหวัด,หน่วยงาน

7,200 เครดิต / จังหวัด,หน่วยงาน

72,000,000 แคลอรี





# วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม



Available on the  
App Store

GET IT ON  
Google Play

## ผู้เข้าร่วมต้อง

## DOWNLOAD APPLICATION CCC



### กรุงเทพมหานคร

**WRB10 กรุงเทพมหานคร**  
📅 28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...  
🏃 🚴 🏍️  
📌 **ชาเลนจ์** จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน



### ยะลา

**WRB10 ยะลา**  
📅 28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...  
🏃 🚴 🏍️  
📌 **ชาเลนจ์** จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน

1 คนเข้าได้ 1 จังหวัดเท่านั้น





# วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม



ผู้เข้าร่วมต้อง  
DOWNLOAD APPLICATION CCC



WRB10 กระทรวงมหาดไทย  
28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...  
จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน  
ชาเลนจ์



WRB10 กระทรวงศึกษาธิการ  
28 กรกฎาคม 2567 - 2 พฤศจิกายน ...  
จำนวนผู้เข้าร่วม 750 คน  
ชาเลนจ์

1 คนเข้าได้ 1 กระทรวง (ตามสังกัด) เท่านั้น





28 กค. - 2 พย. 67

## วิธีการเข้าร่วม กิจกรรม

- เข้าร่วม Challenge ของจังหวัด



- แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายเชิญชวนผู้เข้าร่วมไม่น้อยกว่า 720 คน / จังหวัด



- แต่ละจังหวัดมีเป้าหมายร่วมกันสะสมเครดิตให้ครบ 7,200 เครดิต



\*\*\* เดิน ริ่ง บิน 30 นาที และ 150 แคลอรี = 1 เครดิต





## ของรางวัล

ทุกคนที่เข้าร่วม จะได้รับ E-Certificate ที่ลงนามโดยผู้ว่าราชการจังหวัด  
และของรางวัลตามระดับความสม่ำเสมอของการออกกำลังกาย



## ระยะเวลาเข้าร่วมกิจกรรม

เริ่ม วันที่ 28 กรกฎาคม 2567 ถึงวันที่ 2 พฤศจิกายน 2567





# THANK YOU

## Contact Us :



Calories Credit Challenge  
(<https://www.facebook.com/caloriescredit>)



WRB Fighting Stroke  
(<https://www.facebook.com/walkrunbikefighting>)



Siriraj Stroke Center  
(<https://www.facebook.com/sirirajstrokecenter>)



<https://www.sirirajstrokecenter.org/>

