



กรมทรัพยากรน้ำ
กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม

สถาน.1 จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เพื่อผ่อนคลายจากการทำงาน

วันที่ 18 กันยายน 2567

นายโอภาส ถาวร ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 มอบหมายให้นางสาวสุพัตสรณ์ สีมืด ผู้อำนวยการส่วนอำนวยการ นำทีมข้าราชการและเจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยการเล่นวอลเลย์บอล และแบดมินตันระหว่างข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ภายในสำนักงาน เพื่อสร้างความสามัคคีและมุ่งมั่นให้เจ้าหน้าที่มีความสุขที่แข็งแรง และเสริมบุคลิกให้มีความมั่นใจในตัวเอง ตลอดจนสามารถนำไปปรับตัวและปรับชีวิตในการดำรงชีวิต พร้อมทั้งดูแลสุขภาพให้สามารถรองรับต่อการเปลี่ยนแปลง หรือวิกฤตต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ นอกจากนี้ การออกกำลังกาย ที่สม่ำเสมอยังช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านโรคและป้องกันการเจ็บป่วย ที่รุนแรงของโรคได้อีกด้วย



WEBSITE

FACEBOOK

ส่วนอำนวยการ

สำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 เลขที่ 555 ม.15 ต.บ่อแก้ว อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง

"มุ่งผลสัมฤทธิ์ จัดบริการ ประสาน สามัคคี"