



กรมทรัพยากรน้ำ

กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม



สัปดาห์ที่ 1

ขับเคลื่อนการออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพที่แข็งแรง

13 พฤศจิกายน 2567

นายโอกาส ทาวร ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 มอบหมายให้ส่วนอำนวยการ นำทีมข้าราชการและเจ้าหน้าที่ จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยการเล่นวอลเลย์บอล และแบดมินตันระหว่างข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ภายในสำนักงาน เพื่อสร้างความสามัคคีและมุ่งมั่นให้เจ้าหน้าที่มีสุขภาพที่แข็งแรง และเสริมบุคลิกให้มีความมั่นใจในตัวเอง ตลอดจนสามารถนำไปปรับตัวและปรับชีวิตในการดำรงชีวิต พร้อมทั้ง ดูแลสุขภาพให้สามารถรองรับต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงหรือวิกฤตต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้ นอกจากนี้ การออกกำลังกายที่สม่ำเสมอยังช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านโรคและป้องกันการเจ็บป่วยที่รุนแรงและลดความเสี่ยงของการเกิดโรคต่าง ๆ ได้



WEBSITE



FACEBOOK

ส่วนอำนวยการ

สำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 555 หมู่ 15 ต.บ่อแก้ว อ.เมืองลำปาง จ.ลำปาง 52100

"มุ่งผลสัมฤทธิ์ จัดบริการ ประสาน สามัคคี"