



กรมทรัพยากรน้ำ

กระทรวงทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม



สท.น.1 จัดกิจกรรมออกกำลังกาย เพื่อสุขภาพที่แข็งแรงและห่างไกลโรค

วันที่ 25 ธันวาคม 2567

นายนิทัศน์ สุกดีพงษ์ ผู้อำนวยการสำนักงานทรัพยากรน้ำที่ 1 มอบหมายให้นางสาวสุพัตสรณ สีมืด ผู้อำนวยการส่วนอำนวยการ ให้เจ้าหน้าที่จัดกิจกรรมส่งเสริมการออกกำลังกาย โดยการเล่น วอลเลย์บอล ระหว่างข้าราชการ และเจ้าหน้าที่ภายในสำนักงาน เพื่อสร้างความสามัคคี มุ่งหวังให้เจ้าหน้าที่มีสุขภาพที่แข็งแรง และเสริมบุคลิกให้มีความมั่นใจในตัวเอง ตลอดจนสามารถนำไปปรับตัว และปรับชีวิตในการดำรงชีวิต พร้อมทั้ง ดูแลสุขภาพให้สามารถรองรับต่อสถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลง หรือวิกฤตต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้

นอกจากนี้ การออกกำลังกายที่สม่ำเสมอช่วยสร้างภูมิคุ้มกันต้านทานโรคและป้องกันการเจ็บป่วย ที่รุนแรงและลดความเสี่ยงของการเกิดโรคต่าง ๆ ได้



WEBSITE



FACEBOOK

ส่วนอำนวยการ

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

"มุ่งผลสัมฤทธิ์ จัดบริการ ประสาน สามัคคี"