

สารสโมสรโรตารีทุ่งคา ฉบับที่ 20 ประจำวันพฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน 2552

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขาฯ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



รองศาสตราจารย์ นายแพทย์พีรพันธ์ เจริญชาศรี

ให้เกียรติเป็นวิทยากรประจำสัปดาห์ให้แก่สโมสรโรตารีทุ่งคา

ในวันพฤหัสบดี ที่ 5 พฤศจิกายน 2552 ณ โรงแรมภูเก็ตเมอร์ลิน เวลา 19.30 น.

สารสโมสรโรตารีทุ่งคา

ปีที่ 17 ฉบับที่ 20 ประจำวันพฤหัสบดี ที่ 12 พฤศจิกายน 2552

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวเลขานุการ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



กำหนดการประชุม



19.30 น. ลงทะเบียน และร่วมรับประทานอาหาร

20.00 น. เปิดประชุม โดย นาย.จำเริญ แซ่ตัน

20.05 น. แนะนำแขกเยี่ยมโดยปฎิคมสโมสร อน.พงศ์อนันต์ สุวรรณการ

20.10 น. แจ้งข่าวสโมสร โดย รท.กรกช รุจามกุลชัย

20.15 น. สนเทศโรตารี โดย อพภ.ประเสริฐ พักทองผล

20.25 น. แนะนำวิทยากร โดย รท.บุญสิน ธีลาวิชิตชัย

**20.30 น. วิทยากรประจำสัปดาห์ นายแพทย์เกษมศักดิ์ สันติสานต์
บรรยายเรื่อง “ภาพวาด ภาพเขียน”**

**21.00 น. ขอบคุณวิทยากร โดย อน.วรพจน์ สุหิรัญญวานิช
มอบประกาศนียบัตร โดย อน.ชรัณ ชำรงเกียรติกุล
ปิดประชุม โดย นาย.จำเริญ แซ่ตัน**

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขานุการ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



ข่าวฝากนายก



Rotary D 3330 : Public Relation



เดือนแห่งมูลนิธิโรตารี - Rotary Foundation Month

2 พย. 2552

วันลอยกระทง



13 พย. 2552

สัมมนาโครงการนำร่องวิสัยทัศน์ในอนาคต ของมูลนิธิโรตารี ณ โรงแรมราชศุภมิตร จ.กาญจนบุรี

14 พย. 2552

ประชุมระหว่างเมือง ครั้งที่ 2 พื้นที่ 13-25 ณ โรงแรมราชศุภมิตร จ.กาญจนบุรี

21 พย. 2552

สัมมนาโครงการนำร่องวิสัยทัศน์ในอนาคต ของมูลนิธิโรตารี ณ โรงแรมภูเก็ตเมอร์ลิน จ.ภูเก็ต

25 พย. 2552

วันวิสาขบูชา

PR 3330 : TIPs



1. สรรหานายกรับเลือก
2. สนับสนุนให้สมาชิกร่วมบริจาคเงินเข้ามูลนิธิโรตารี
3. เตรียมประชาสัมพันธ์โครงการรณรงค์หยุดวัดซินไปลิโอ ครั้งที่ 1
4. เตรียมจัดงานแอดมันไนต์ เดือนธันวาคม
5. Club Assembly เพื่อเตรียมการประชุมประจำปีของสโมสร (ครึ่งปีบริหาร)

สารสโมสรโรตารีทุ่งคา ฉบับที่ 20 ประจำวันพฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน 2552

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวলেখฯ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร

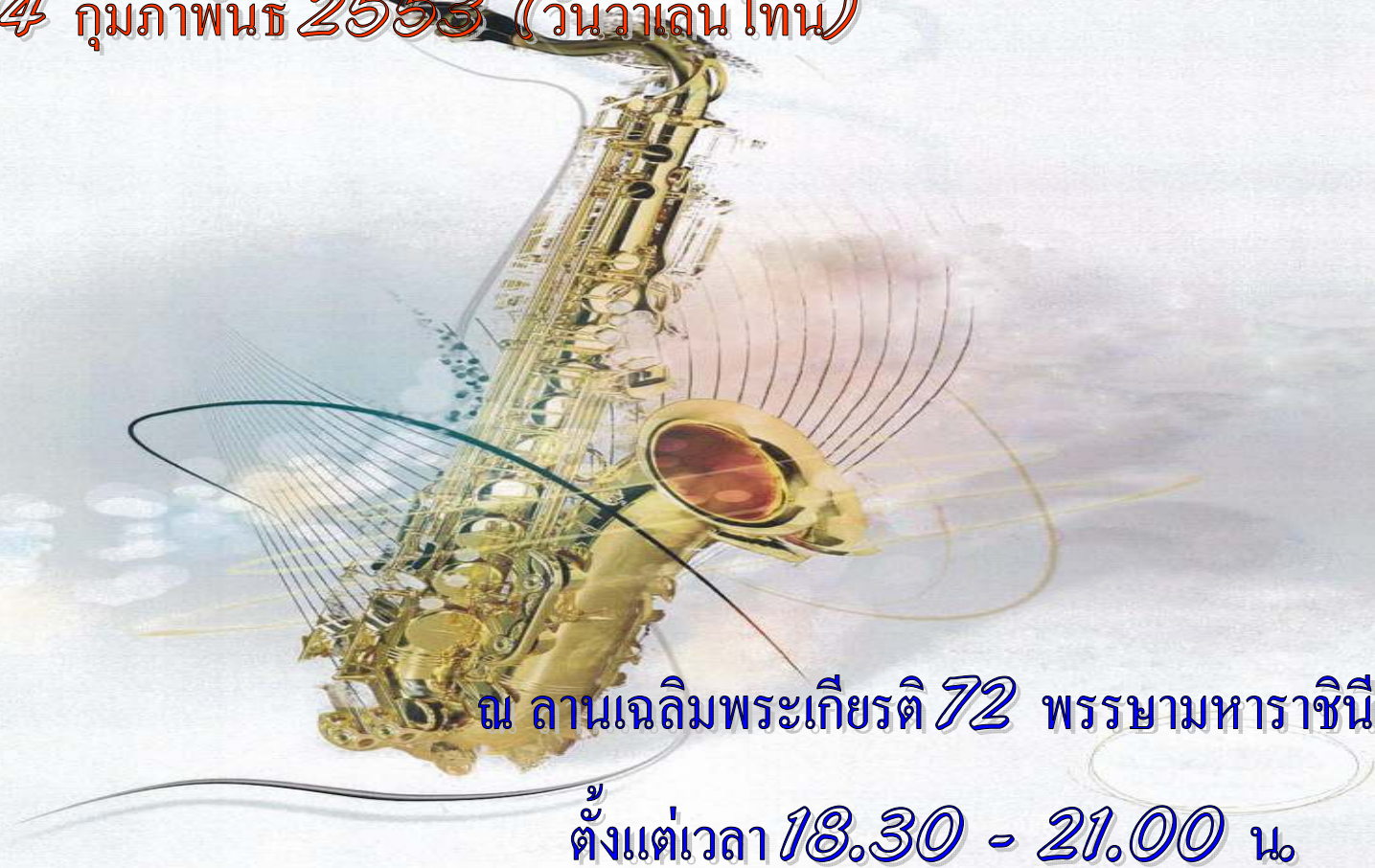


JAZZ IN THE PARK



ขอเชิญทุกท่านร่วมงานแสดงคอนเสิร์ต

14 กุมภาพันธ์ 2553 (วันวาเลนไทน์)



ณ ลานเฉลิมพระเกียรติ 72 พรรษามหาราชา

ตั้งแต่วันที่ 18.30 - 21.00 น.

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขานุการ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



เ ม นู

ชูสุขภาพ

ก ลู ม

แคลิเซียมสูง

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขาฯ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



ในลำไส้

การบริโภคอาหารที่มีเส้นใยอาหารมาก เส้นใยจะจับกับแคลเซียมในทางเดินอาหารทำให้แคลเซียมไม่ถูกดูดซึม

การรวมตัวกับสารบางชนิด ทำให้แคลเซียมดูดซึมได้น้อยลง ได้แก่

กรดออกซาลิก (Oxalic acid) สารนี้เมื่อรวมกับแคลเซียมเป็นสารประกอบแคลเซียมออกซาเลตที่ไม่ละลายน้ำ กรดนี้มีมากในผักโขม กระหล่ำปลี ผักแพว สะพลู ผักเชียด (ฮีสัน) ใบมันสำปะหลัง แขนง เสม็ด กระโดน ทนไผ่ มะรุม พืชเหล่านี้มีออกซาเลตสูง ระหว่าง 113 ถึง 987 มิลลิกรัม ต่อผักสด 100 กรัม

กรดไฟติก (Phytic acid) รวมกับแคลเซียมเป็นแคลเซียมไฟเตท (Calcium phytate) ซึ่งไม่ละลายน้ำและไม่ถูกดูดซึมในลำไส้เล็ก กรดไฟติกพบในผักใบเขียว

ไขมัน การบริโภคอาหารที่มีไขมันสูงมากๆ เป็นเหตุให้ไขมันไปรวมกับแคลเซียมเกิดเป็นสารที่ไม่ละลายจึงไม่ถูกดูดซึม

การสูญเสียแคลเซียม

การบริโภคพวกโปรตีนมากเกินไปทำให้ปัสสาวะเพิ่มความเป็นกรดมากขึ้นทำให้ร่างกายขับแคลเซียมเพิ่มขึ้น เพื่อลดความเป็นกรดลง ควรบริโภคพวกโปรตีนในปริมาณปานกลาง

ในช่วงของการเจริญเติบโต กระดูกจะมีอัตราการสร้าง มากกว่าการทำลายเนื้อกระดูก เมื่อก้าวเข้าสู่ช่วงอายุ 40 ปี อัตราการทำลายสูงกว่าการสร้าง กระดูกจะสูญเสียความแข็งแรงและความหนาแน่นในช่วงใกล้หมดประจำเดือน ระดับฮอร์โมนเอสโตรเจนลดลงทำให้เกิดการสูญเสียแคลเซียมจากกระดูกประมาณร้อยละ 3-5 ของแคลเซียม ในร่างกายต่อปี และเมื่อหมดประจำเดือนแล้วจะมีการสูญเสียร้อยละ 1 เมื่อเกิดการสูญเสีย แคลเซียมในกระดูกไปเป็นจำนวนมากติดต่อกันเป็นเวลานาน 10-20 ปี จะส่งผลให้สตรีที่หมดประจำเดือน มีโอกาสเกิดโรคกระดูกพรุนซึ่งทำให้มีความเสี่ยงต่อการเกิดกระดูกหักได้ง่าย แคลเซียมเป็นแร่ธาตุที่ร่างกายต้องการตลอดชีวิต หากแคลเซียมที่ไหลเวียน ในเลือดไม่เพียงพอแคลเซียมจะถูกดึงจากกระดูก ส่งผลให้เกิดการขาดแคลเซียม ทำให้เกิดโรคกระดูกพรุนในสตรีวัยทองและผู้สูงอายุ

การป้องกันปัญหาการขาดแคลเซียม

ผู้ใหญ่อายุตั้งแต่ 20 ปี ขึ้นไป และผู้สูงอายุ 60 ปี ขึ้นไป ทั้งหญิงและชายควรได้รับแคลเซียมวันละ 800 มิลลิกรัม หญิงตั้งครรภ์และให้นมบุตรควรได้รับแคลเซียมวันละ 1,200 มิลลิกรัม การบริโภคอาหารที่มีแคลเซียมสูง เป็นการเพิ่มแคลเซียมให้กับร่างกายและป้องกันการดึงแคลเซียมจากกระดูก อาหารทุกชนิดมีปริมาณแคลเซียมแตกต่างกัน บางชนิด มี

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขานุการ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



แคลเซียม



แคลเซียม เป็นแร่ธาตุที่มีมากที่สุดในร่างกาย เป็นส่วนประกอบที่สำคัญของกระดูกและฟัน ร้อยละ 99 ของแคลเซียมอยู่ที่กระดูกและบางส่วนอยู่ในฟัน ส่วนที่เหลืออีกร้อยละ 1 ไหลเวียนอยู่ในช่องเหลว และเนื้อเยื่อ แคลเซียม ส่วนนี้แม้จะมีปริมาณเล็กน้อยแต่มีบทบาทสำคัญในการควบคุมการทำงานของร่างกาย

แคลเซียมในกระดูกและฟัน

กระดูกเป็นคลังแคลเซียมของร่างกายซึ่งเก็บแคลเซียมไว้ได้มาก แคลเซียมในกระดูกจะถูกดึงออกมาใช้ เมื่อแคลเซียมในช่องเหลวและเนื้อเยื่อลดต่ำลง

ปัจจัยที่ช่วยในการดูดซึมแคลเซียม

แคลเซียมร้อยละ 30-80 ถูกดูดซึมที่ลำไส้ส่วนต้น โดยอาศัยปัจจัยต่างๆ ในการดูดซึม ได้แก่ **วิตามินดี** เป็นตัวช่วยกระตุ้นให้แคลเซียมผ่านลำไส้ได้ดีขึ้น และแรงการเกาะของเกล็ดแคลเซียมในกระดูกที่ทำให้เกิดการสะสมแคลเซียม

ร่างกายขาดแคลเซียม ช่วงที่แคลเซียมในร่างกาย ถูกใช้หมดไป ความต้องการแคลเซียมจะสูงมาก แคลเซียมจะถูกดูดซึมมากขึ้น

อัตราส่วนระหว่างแคลเซียมกับฟอสฟอรัสในอาหาร

อัตราส่วนที่เหมาะสมช่วยให้แคลเซียมดูดซึมได้ดี คือ

แคลเซียม : ฟอสฟอรัส = 1 : 1 - 2 : 1

ภาวะความเป็นกรด สภาพความเป็นกรดอ่อนๆ แคลเซียมจะละลายได้ดี และดูดซึมได้ดี

ปัจจัยที่ขัดขวางการดูดซึม ได้แก่

การขาดวิตามิน ดี ทำให้ขาดตัวกระตุ้นในการดูดซึม



สารสโมสรโรตารีทุ่งคา ฉบับที่ 20 ประจำวันพฤหัสบดีที่ 12 พฤศจิกายน 2552

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวเลขานุการ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ปริมาณมาก และบริโภคได้ครั้งละมากๆ ก็ถือเป็นแหล่งที่ดี เช่น นม 1 ถัง (250 ซีซี) ให้แคลเซียมประมาณ 300 มิลลิกรัม ฉะนั้นการดื่มนมโดยเฉพาะนมพร่องมันเนยหรือไขมันต่ำวันละ 2 ถังเล็ก (400 ซีซี) จะได้ แคลเซียมถึง 2 ใน 3 ที่ร่างกายต้องการใน 1 วัน และเป็นแคลเซียมที่ดูดซึมได้ดี ส่วนที่เหลืออีก 1 ใน 3 อาจได้จากอาหารชนิดอื่นๆ ตัวอย่างเช่น

ปลาใส่คันแห้ง 3 ซ้อนโต๊ะ หรือปลาซาตินกระป๋อง 1 ซัน หรือกุ้งแห้งตัวเล็ก 1 ซ้อนโต๊ะ หรือปูม้า 1 ตัว ให้แคลเซียมประมาณ 130 มิลลิกรัม เต้าหู้ย่อน 5 ซ้อนโต๊ะ ให้ประมาณ 200 มิลลิกรัม

ส่วนอาหารบางชนิดมีมากจริง แต่บริโภคได้น้อย เช่น ปลาธัญ หรือกะปิ แต่ครั้งใช้เพียง 1/2 - 1 ซ้อนชา จะให้แคลเซียมประมาณ 40-90 มิลลิกรัม ต้องบริโภคบ่อยๆ ผักบางชนิด ให้แคลเซียมสูง เช่น ผักกระเฉด ผักคะน้า ใบชะพลู ยอดแค ยอดสะเดา การบริโภคแต่ละครั้งจะได้ประมาณ 50-90 มิลลิกรัม พืชผักเหล่านี้จะบริโภคในลักษณะอาหารที่มีความเป็นกรดอ่อนๆ เช่น น้ำพริก ชำผักกระเฉด แกงส้มผักกระเฉด เม็องคำ เม็องคะน้า ทำให้ดูดซึมได้ดี

การกินอาหารที่มี แคลเซียมสูงให้ได้อย่างน้อย ร้อยละ 75 ของที่ควรได้รับใน 1 วัน จะช่วยป้องกันการเกิดโรคกระดูกพรุนได้โดยไม่ต้องพึ่งแคลเซียมที่เป็นเม็ดสำเร็จรูป ถ้าต้องการกินแคลเซียมเป็นเม็ดสำเร็จรูปควรปรึกษาแพทย์

อาหารไทยหลายชนิดอุดมด้วยแคลเซียม เมื่อนำมาประกอบเป็นตำรับอาหาร ส่วนประกอบต่างๆ จะให้ประโยชน์ที่เอื้อต่อกัน เช่นตัวอย่างอาหารรายการต่อไปนี้



TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
 ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
 แยกเยี่ยมสโมสร
 ข่าวเลขานุการ
 สโมสรโรตารี
 สรุปการบรรยาย
 กิจกรรมโรตารี
 ข่าวฝากจากสมาชิก
 บทบรรณาธิการ
 คณะกรรมการบริหาร
 ประวัติสโมสร



คะแนนการประชุม

จำนวนสมาชิก	40	ท่าน	ลากิจ	-	ท่าน
ผู้เข้าร่วมประชุม	25	ท่าน	ลาป่วย	7	ท่าน
ประชุมทดแทน	2	ท่าน	ขาดประชุม	6	ท่าน
เปอร์เซ็นต์การประชุม	69.23 %				



TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
แขกเยี่ยมสโมสร
ข่าวเลขานุ
สนเทศโรตารี
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



ยินดีต้อนรับแขกเยี่ยมสโมสร

โดย อน.พงษ์อนันต์ สุวรรณาคาร



- | | |
|--|-----------------------------------|
| 1. นายวิจักษ์ เพนานนท์ | 8. โรทาแรคเตอร์วรเชษฐ์ จันทะนาเขต |
| 2. โรตารีแอนน์เพ็ญนิดา ตันติพิริยะกิจ | 9. โรทาแรคเตอร์ปิยะ แจ่มจิตร |
| 3. โรตารีแอนน์ปภาณรัสมิ์ แซ่ตัน | 10.คุณชุตินันท์ กองเงิน |
| 4. คุณธนวรรณ พรพษ์ | 11.คุณลักขมี ชื่นบุตร |
| 5. คุณชุติกาลยจน์ คิดชอบ | 12. นพ.พีรพันธ์ เจริญชาติศรี |
| 6. คุณฉินฉัตรฐ์ธร จรรย์โสภาคย์ | 13.คุณบุญญฤทธิ์ ตันสกุล |
| 7. โรตารีแอนน์รัชกร แสงไฟ | 14.โรตารีแอนน์มัชฌิมา เสี่ยงสลัก |
| 15. โรตารีแอนน์ฉัตรลักขณ์ พงศ์ชัยศิริกุล | |



TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม

ข่าวเลขหา

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ข่าวเลขหาการสโมสร

โดย รท.กรกช รุจาณกุลชัย



1. ได้รับข่าวสารจากท่าน พชภ.อาภาภฎี เลขะกุล ประธานคณะกรรมการบริการด้านอาชีพภาค 3330 แจ้งเรื่องเดือนแห่งบริการด้านอาชีพ เกี่ยวกับเป้าหมายของภาค โดยได้กำหนดหลักเกณฑ์การยกย่องสโมสร ดังนี้
 1. จัดทำโครงการส่งเสริมให้รางวัลอาชีพดีเด่น อย่างน้อย 2 ท่าน
 2. จัดทำโครงการพัฒนาอาชีพ / แนะนำให้กับชุมชน
 3. จัดทำโครงการฝึกอาชีพให้กับชุมชน โดยใช้อาชีพของสมาชิกสโมสร
 4. จัดกิจกรรมรณรงค์บทยทดสอบ 4 แนวทางให้ สโมสร และ สถานประกอบการ
 5. จัดให้มีการสนเทศอาชีพตลอดเดือน / การประชุมประจำสัปดาห์ อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง
 6. สนับสนุนให้ทุกสโมสรส่งรายงาน โครงการด้านบริการอาชีพ ให้ผู้ว่าการภาคภายในวันที่ 20 เมษายน 2553 และส่งภาพข่าวประชาสัมพันธ์ให้ฝ่ายประชาสัมพันธ์ภาค หากสโมสรใดมีกิจกรรมเข้าหลักเกณฑ์ดังกล่าว จะได้รับการยกย่องจากผู้ว่าการภาคและได้รับรางวัลจากภาคอย่างน้อย 1 รางวัล ต่อ 1 กลุ่ม เพียงทางสโมสรโรตารีทุ่งคา ส่งรายงานการทำโครงการบริการด้านอาชีพส่งให้ทางภาค
2. ขอแจ้งความคืบหน้า เรื่อง คอนเสิร์ต Jazz In The Park ทางสโมสรโรตารีทุ่งคาได้โอนเงิน งวดเดือนตุลาคมให้กับทางคุณ สลักจิต นพคุณ จำนวน 20,000 บาท ในวันที่ 30/10/2009 เรียบร้อยแล้ว และทางสโมสรจะต้องโอนเงินงวดต่อไป คือ งวดเดือนพฤศจิกายน จำนวนเงิน 30,000 บาท ครับ
3. ขอแจ้งความคืบหน้า โครงการปรับปรุงภูมิทัศน์วงเวียนสุริยะเดช (วงเวียนน้ำพุ) เรื่อง โคมไฟ ขณะนี้ทางบริษัทยูนิแลมป์ ได้ตกลงขายโคมไฟ OD-7234-HME 2X80W-E27-ดำ ในราคา 50,000 บาท ตามที่งบประมาณของสโมสรที่ได้ขอส่วนลดไป โดยได้รับการอนุมัติจากท่าน อน.พงษ์อนันต์ สุวรรณาคาร จึงขอขอบคุณมา ณ ที่นี้ด้วยครับ

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม

ข่าวเลขหา

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ข่าวเลขหาการสโมสร

โดย รท.กรกช รุจาณกุลชัย



- ได้รับ E-mail จาก PR 3330 เรื่องนิตยสาร โรตารีประเทศไทย เพื่อห้องสมุดโรงเรียน, ประชาชน, สโมสรอินเทอร์แรคท์, โรทาแรคท์ แจกฟรี!!!! โดยแจ้งความประสงค์ ในนามสโมสรโรตารี ได้ที่ผู้ว่าการภาค 3330 ให้ระบุชื่อโรงเรียน, สโมสร พร้อมทั้งอยู่ ทางศูนย์โรตารีในประเทศไทย จะทำการจัดส่งให้ค่ะ
- ได้รับ E-mail จากผู้ว่าการภาค 3330 เรียนเชิญนายกสโมสรโรตารี ปีบริหาร 2552-2553 รุ่น 105 ร่วมงานพบปะสังสรรค์ นายก 105 ในวันศุกร์ ที่ 13 พฤศจิกายน 52 เวลา 18.00 น. ณ เดือนฉายริสอร์ท ของ นย.เพชรพรรณ (พี่ปุก) ล่องแพ ทานอาหารและสังสรรค์ ผู้ร่วมงานท่านละ 250 บาท ครับ
- ได้รับแจ้งข่าวจากท่านนรเศรษฐ ปัทมานันท์ ประธานคณะกรรมการ โปลิโอพลัสแห่งชาติของโรตารีสากล เรียนเชิญนายกสโมสรทุกสโมสรเข้าร่วมสัมมนาเรื่อง “การรณรงค์ให้วัคซีน โปลิโอ ปี 2552-2553” ในวันพุธที่ 18 พฤศจิกายน 2552 เวลา 13.00-16.30 น. ณ. ศูนย์โรตารีในประเทศไทย โดยผู้เข้าร่วมสัมมนาไม่ต้องเสียค่าใช้จ่ายใด ๆ
- ได้รับ E-mail จากทางสโมสรโรตารีอันดามัน เรื่อง สโมสรโรตารีกำแพงแสน เรียนเชิญร่วมการแข่งขัน โบว์ลิงการกุศลชิงถ้วยเกียรติยศ ในวันอาทิตย์ ที่ 29 พฤศจิกายน 52 เวลา 10.00 น. ณ บ้านโป่งโบว์ลิง จังหวัดราชบุรี
- ได้รับ E-mail จากทางสโมสรโรตารีอันดามันเรื่องโครงการท่องเที่ยวเชิงอนุรักษ์ ภาค 3350 และกลุ่มนายก รุ่น 100 ปี ขอเชิญผู้สนใจทุกท่าน ร่วมกิจกรรมท่องเที่ยวถ่ายภาพ-ไหว้พระอยุธยา ชมการแสดงตลาดน้ำคลองสระบัว-ล่องเรือทานอาหารค่ำ ราคาเพียง 950 บาท สนใจติดต่อด่วน ที่ อน.กิตติวงศ์ ประทีปสว่างวงศ์ 081-9111125 , อน.กำไร วัฒนโชติกร 081-6541078 และ อน.วิไล เชนศรี 081-8276655 หรือแจ้ง ทาง E-mail : Kittiwongs@sscamera.com

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม

ข่าวเลขาน

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ข่าวเลขานุกรสโมสร

โดย รท.กรกช รุจามูลชัย



- ได้รับแจ้งจากทางสโมสรโรตารีภูเก็ตเช้าที่เรื่องขอแจ้ง งด การประชุมปกติประจำสัปดาห์ วันพฤหัสบดีที่ 5 พฤศจิกายน พ.ศ. 2552
- แจ้งคะแนนการประชุมประจำเดือนตุลาคม 2552 รวมทั้งเดือน 76.91%
- วันที่ 8 พ.ย. 52 สโมสรโรตารีภูเก็ตเช้าที่เชิญสมาชิกทุกท่านร่วมไปฟังธรรมจากทีมงานพระอาจารย์สมปองที่โรงแรมเฟลด์ ห้องแกรนด์บอลรูมชั้น 1 เวลา 14.00 – 17.00 น.

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

แขกเยี่ยมสโมสร

ข่าวเลขานุการ

สนเทศโรตารี

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



สนเทศโรตารี

โดย รท.วิชัย พงศ์ชัยสิริกุล



คำจำกัดความของโรตารี

ท่านจะให้คำอธิบายเกี่ยวกับองค์กรที่เรียกว่า “โรตารี” ได้อย่างไร?

สโมสรโรตารีมีคุณลักษณะมากมายหลายประการ เช่นเดียวกันกับกิจกรรมของโรตารีเรียนนับล้าน เช่น คุณลักษณะในการบำเพ็ญประโยชน์ ความเป็นสากล มิตรภาพ ประเภทอาชีพของแต่ละอาชีพ การพัฒนา มิตรจิตและความเข้าใจระหว่างกันในโลก การเน้นมาตรฐานจรรยาบรรณ การเอื้ออาทรต่อบุคคลอื่น ฯลฯ

ในปี ค.ศ.1976 คณะกรรมการบริหารของโรตารีสากลสนใจการให้คำจำกัดความที่กะทัดรัด เกี่ยวกับลักษณะต่าง ๆ ของโรตารีโดยทั่วไป คณะกรรมการจึงมอบให้บุคคล 3 ท่าน ผู้ซึ่งกำลังทำหน้าที่เป็น คณะกรรมการประชาสัมพันธ์ของโรตารีอยู่ขณะนั้น ให้เขียนคำจำกัดความของโรตารีให้ได้ความเพียง 1 ประโยค หลังจากทีคณะกรรมการร่างคำจำกัดความหลายต่อหลายครั้ง จึงได้คำจำกัดความซึ่งใช้กันนับแต่นั้นเรื่อยมาในสิ่งพิมพ์ต่าง ๆ ของโรตารี ดังนี้

“โรตารี คือ องค์กรของนักธุรกิจและวิชาชีพจากทั่วโลกซึ่งบำเพ็ญประโยชน์เพื่อเพื่อนมนุษย์ ส่งเสริมมาตรฐานจรรยาบรรณในทุกวิชาชีพ พร้อมทั้งช่วยสร้างมิตรจิตและสันติสุขในโลก”

ทั้ง 31 คำนี้มีค่าแก่การจดจำเมื่อมีใครก็ตามถามว่า “สโมสรโรตารีคืออะไร”

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
แขกเยี่ยมสโมสร
ข่าวเลขฯ

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



ประวัติวิทยากร

ประวัติส่วนตัว :

นายแพทย์ เกษมศักดิ์ สันติสานต์

อาชีพ : แพทย์ศัลยกรรม ออร์โธปิดิกส์

สมรส : โรตารีแอนน์บุษยา สันติสานต์

สถานที่ติดต่อ :

คลินิกเกษมศักดิ์ การแพทย์

160/3 ถ.เขาวราช อ.เมือง จ.ภูเก็ต 83000

โทร. 076 – 217033

บรรยายหัวข้อ “ภาพวาด ภาพเขียน”

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขาฯ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี
ประวัติวิทยากร
สรุปการบรรยาย
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



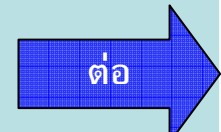
สรุปการบรรยาย

โดย นพ.พีรพันธ์ เจริญชาติศรี

โรคจมูกและภูมิแพ้ในมุมมองผู้เชี่ยวชาญ



Rhino-Allergy Center



TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวলেখาฯ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

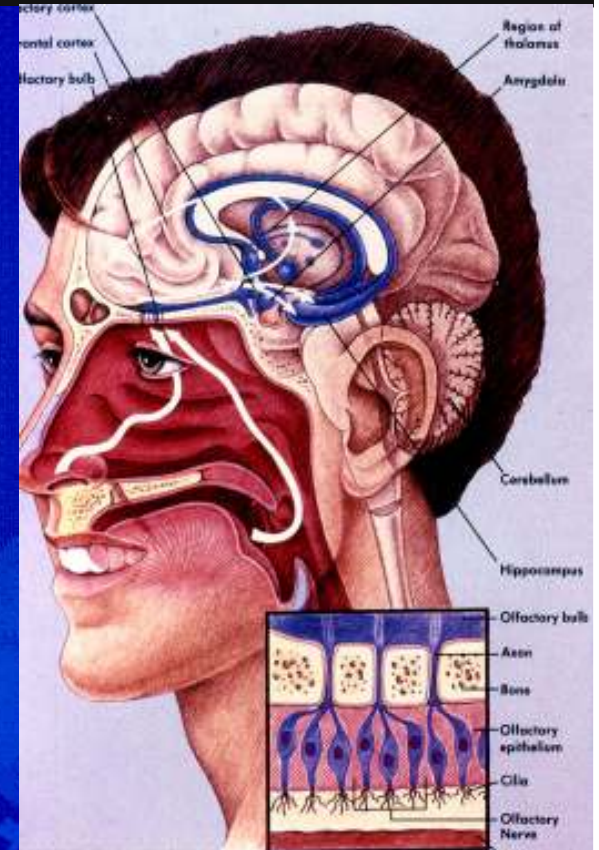
คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร




จมูก

- ◆ หายใจ
- ◆ ปรับอากาศ
- ◆ กรองฝุ่นละออง
- ◆ ป้องกันร่างกาย



สถานการณ์ของโรคภูมิแพ้

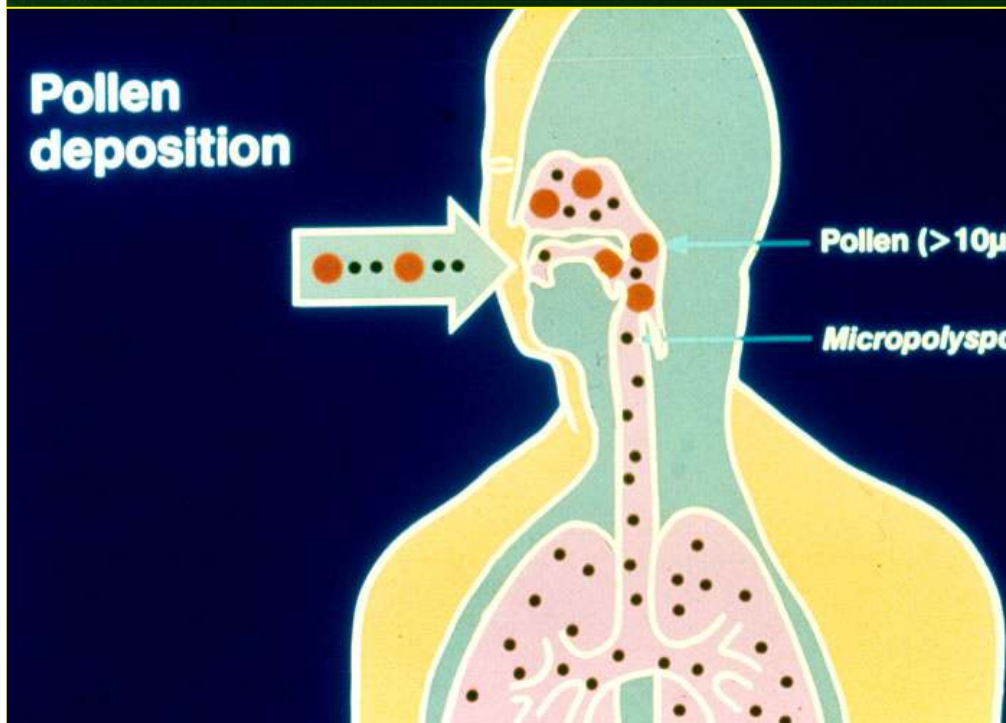
- โรคจมูกอักเสบจากภูมิแพ้ ร้อยละ 23-30
- โรคหืด ร้อยละ 10-15
- โรคผื่นภูมิแพ้ผิวหนัง ร้อยละ 15
- โรคแพ้อาหาร ร้อยละ 5

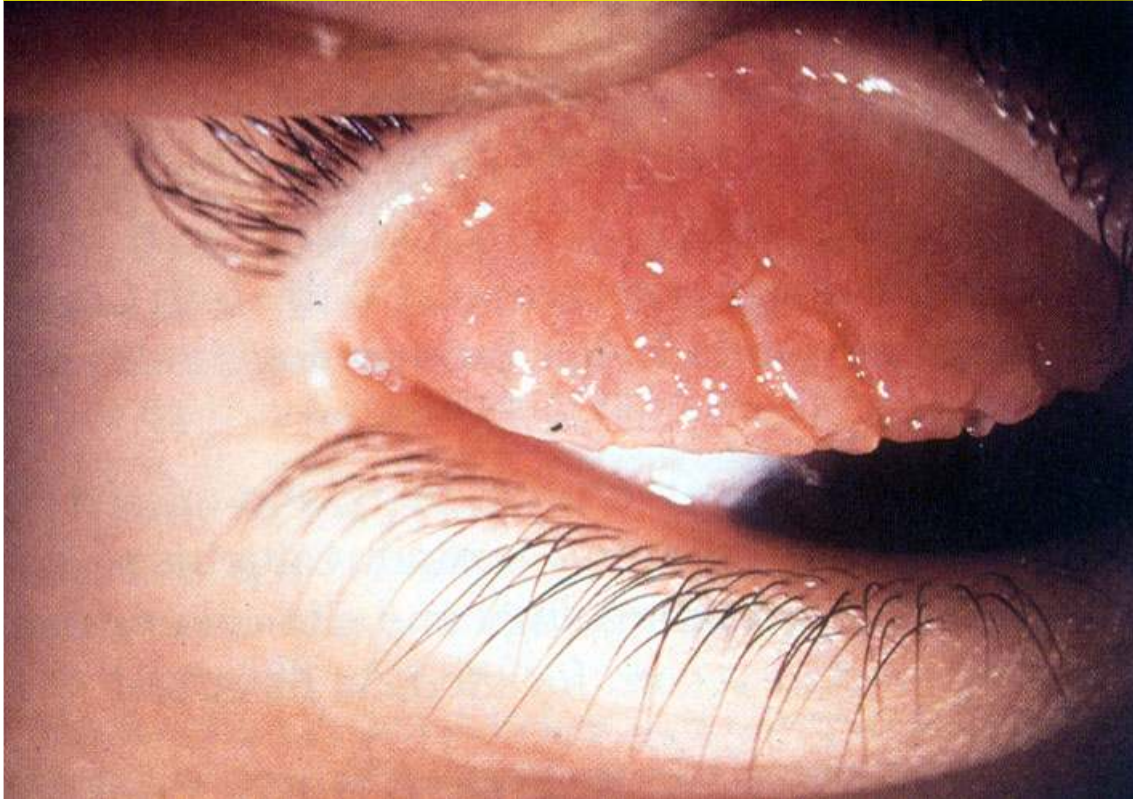
อุบัติการณ์ในเด็ก จะสูงกว่าในผู้ใหญ่

โรคหืด



แพ้อากาศ





เยอบุตาอักเสบ

ประวัติโรคภูมิแพ้ในครอบครัว

ความเสี่ยงทางพันธุกรรม

ปัจจัยที่เป็นตัวกระตุ้น

- ควันบุหรี่
- มลพิษทางอากาศ

สร้าง IgE มากเกิน

ระบบภูมิคุ้มกันโดนกระตุ้น

IgE

ภูมิแพ้ แอบแฝง

- ทดสอบทางผิวหนัง
- เจาะเลือดตรวจ

ปัจจัยเสริมอื่นๆ

- การอักเสบ
- การติดเชื้อ
- สุขภาพร่างกาย
- บุหรี่
- มลพิษ

เยื่อบุทางเดินหายใจไวผิดปกติ

อาการของโรคภูมิแพ้

ส
ว
ก
อ
ภ
ม
แ
พ

ข้อควรสังเกตสำหรับประชาชน

คนปกติทั่วไป – ถ้ามีอาการทางจมูก, หวัด

รักษาเอง หรือหายเองโดยไม่รักษา

ใช้เวลาไม่เกิน 2 สัปดาห์

คนที่เป็นหวัดเรื้อรังเป็น ๆ หาย ๆ – ควรพบแพทย์

เพื่อตรวจหาสาเหตุ

คนที่คิดว่าตนเองเป็นโรคภูมิแพ้ – ควรตรวจทดสอบให้แน่

ชัด ว่าแพ้จริงหรือไม่

และแพ้อะไรบ้าง

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

แบบทดสอบ 4 แนวทาง

เปิดประชุม

เคารพธงชาติ

แนะนำแขกเยี่ยมสโมสร

ข่าวเลขานุการ

สนเทศโรตารี

อวยพรวันคล้ายวันเกิด

กิจกรรมโรตารี

แนะนำวิทยากร

วิทยากรประจำสัปดาห์

ขอบคุณวิทยากร

มอบประกาศนียบัตร

ปิดประชุม



สโมสรโรตารี ทุ่งคา



*สมาชิกสโมสรโรตารีแคว้นภูเก็ต
และอินเทอแรคท์โรงเรียนเทศบาลบ้านบางเหนียว
เข้าร่วมกิจกรรมช่วยเหลือผู้ประสบปัญหา
ในวันที่ 8 พฤศจิกายน 2552
ณ บ้านเด็กและครอบครัว จังหวัดภูเก็ต*

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

เปิดประชุม

เคารพธงชาติ

แนะนำแขกเยี่ยมสโมสร

ข่าวเลขานุการ

กิจกรรมโรตารี

สนทนาโรตารี

Club Assembly

ปิดประชุม



สโมสรโรตารี ทุ่งคา



**สมาชิกสโมสรโรตารีทุ่งคาและโรตารีแอนน์
ร่วมตรวจสอบสภาพความพร้อมของเครื่องฟอกไต
ในโครงการ Matching Grant
ในวันที่ 6 พฤศจิกายน 2552
ณ โรงพยาบาลวชิระจังหวัดภูเก็ต**

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

เปิดประชุม

เคารพธงชาติ

แนะนำแขกเยี่ยมสโมสร

ข่าวเลขชาฯ

กิจกรรมโรตารี

สนเทศโรตารี

Club Assembly

ปิดประชุม



สโมสรโรตารี ทุ่งคา

ขอเชิญสมาชิกสโมสรโรตารีทุ่งคาทุกท่าน

ร่วมโครงการตรวจสุขภาพคนชรา

ในวันที่ 4 ธันวาคม 2552

ณ สถานอนามัยตำบลราไวย์ เวลา 8.30 - 12.00 น.

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
 ข่าวฝากจากนายก
 คณะกรรมการประชุม
 ข่าวলেখาฯ
 แหกเยี่ยมสโมสร
 สโมสรโรตารี
 ประวัติวิทยากร
 สรุปรายบรรยาย
 กิจกรรมโรตารี
ปฏิทินโรตารี
 บทบรรณาธิการ
 คณะกรรมการบริหาร
 ประวัติสโมสร



ปฏิทินโรตารี

โดย รท.วีระ หริจันทนะวงศ์



คณะกรรมการมูลนิธิโรตารีสากล

คณะกรรมการบริหาร โรตารีสากล และคณะกรรมการมูลนิธิผู้ว่าการภาคที่จะเข้ารับ

หน้าที่แต่งตั้งคณะกรรมการมูลนิธิโรตารีภาค (District Rotary Foundation Committee หรือ DRFC) DRFC ประกอบด้วย ประธานกรรมการหนึ่งคนและประธานอนุกรรมการเจ็ดคน ผู้ว่าการภาคเป็นผู้แต่งตั้งกรรมการและอนุกรรมการต่าง ๆ ประธานคณะกรรมการมูลนิธิโรตารีภาค และประธานคณะอนุกรรมการควรเป็นอดีตผู้ว่าการภาค อนุกรรมการแต่ละคนควรอยู่ในวาระ 3 ปีเหลื่อมกัน เพื่อความต่อเนื่องและไม่มีการเปลี่ยนกรรมการหมดทั้งชุดในแต่ละปี

คณะอนุกรรมการควรประกอบด้วยโรแทเรียนผู้มีประสบการณ์ในงานแต่ละด้านที่ คณะอนุกรรมการแต่ละคณะรับผิดชอบ โดยควรมีคณะอนุกรรมการต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

- คณะอนุกรรมการการบริจาคประจำปี
- คณะอนุกรรมการการบริจาคแก่กองทุนถาวร
- คณะอนุกรรมการทุนการศึกษา
- คณะอนุกรรมการกลุ่มศึกษาแลกเปลี่ยน (GSE)
- คณะอนุกรรมการทุนสนับสนุน (Grants)
- คณะอนุกรรมการศิษย์เก่ามูลนิธิ
- คณะอนุกรรมการโพลีโพลัส

รายละเอียดของหน้าที่ของคณะอนุกรรมการต่าง ๆ อยู่ในคู่มือมูลนิธิโรตารี (“The Rotary Foundation Handbook”)

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวলেখฯ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ปฏิทินโรตารี

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ปฏิทินโรตารี

โดย รท.วีระ หริจันทนะวงศ์



โปรแกรมของมูลนิธิโรตารี

คณะกรรมการบริหาร โรตารีสากลและคณะกรรมการบริหารมูลนิธิได้อนุมัติโปรแกรมที่ได้ผล

และเป็นรูปธรรม เพื่อแพร่ขยายวัตถุประสงค์ของมูลนิธิโรตารี ดังต่อไปนี้

- ทูลการศึกษาทูตสันถวไมตรีโรตารี
- ศูนย์โรตารีเพื่อการศึกษาระหว่างประเทศ
- ทูลโรตารีเพื่อสนับสนุนอาจารย์มหาวิทยาลัย
- ทูลสนับสนุนกลุ่มศึกษาแลกเปลี่ยน
- ทูลสนับสนุนสมทบโครงการระหว่างประเทศเพื่อมนุษยชาติ
- ทูลสนับสนุนความช่วยเหลือ
- ทูลสนับสนุนการบรรเทาพิบัติภัย
- ทูลสนับสนุนโครงการเพื่อสุขภาพ ความหิวโหยและมนุษยชาติ (3-H)
- ทูลสนับสนุนเพื่อการวางแผนโครงการ 3-H (สุขภาพ ความหิวโหยและมนุษยชาติ)
- ทูลสนับสนุนอาสาสมัครโรตารี
- ทูล คาร์ล พี. มิลเลอร์ (Carl P. Miller) และทูลสนับสนุนเพื่อสำรวจโครงการ โดยใช้เงินทุนจัดสรรภาค (DDF)
- ทูล เบลน เพื่อสนับสนุนการให้ภูมิคุ้มกันแก่ชุมชน
- ทูลสนับสนุนโอกาสใหม่ (New opportunities Frants)
- ทูลสนับสนุนการช่วยเหลือแก่ชุมชน

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวเลขานุการ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ปฏิทินโรตารี

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



ปฏิทินโรตารี

โดย รท.วีระ หริจันทนะวงศ์



- ทูลสนับสนุนค่าขนส่งเพื่อมนุษยชาติ
- ทูลสนับสนุน โปรแกรมโรตารีเพื่อสันติภาพ

- โปลิโอพลัส
- โปลิโอพลัสพาร์ทเนอร์

ขั้นตอนการขอทุน กฎเกณฑ์ คุณสมบัติ และกำหนดเวลาการยื่นขอทุน โปรแกรมมูลนิธิโรตารี
ได้อธิบายไว้ใน “คู่มือมูลนิธิโรตารี” (The Rotary Foundation Handbook)

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขานุการ

แขกเยี่ยมสโมสร
สนเทศโรตารี

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



บรรณาธิการ

โดย ปราบดา ระ



เมื่อวันศุกร์ ที่ 6 พฤศจิกายน 52

นย.จำเริญ แซ่ตัน และแอนน์ พร้อมมวลมิตรสมาชิกทุ่งคา ประกอบด้วย ผชภ.อน.มานพ เนติวุฒิสาร, นยล.มานะ รัตนยนต์, รทร.พรชัย ชารกมลสุข, รทร.พิสุทธิ สุทธิจินดาวงศ์ และ รทร.วีระ หริจันทนะวงศ์ ร่วมตรวจสภาพเครื่องฟอกไต ซึ่งเป็นผลงาน Matching Grant ระหว่างสโมสรโรตารีทุ่งคา กับสโมสรโรตารีบางรักและ Matching Grant กับประเทศญี่ปุ่น ณ โรงพยาบาลวชิระ ภูเก็ต เป็นเครื่องที่ 12 จากเดิมที่ โรงพยาบาลวชิระภูเก็ตมีอยู่ 11 เครื่อง โดยมี พญ.ปลื้มจิตร ต้นกั ได้ให้ข้อมูลบางส่วนดังนี้ มีจำนวนเตียงในห้องไต 10 เตียง ที่ห้อง ICU 1 เตียง จำนวนคนไข้ฟอกไตเรื้อรังทั้งหมด 34 คน ต่อสัปดาห์ สามารถฟอกไตเทียม 20 รายต่อวัน

เมื่อวัน อาทิตย์ ที่ 8 พฤศจิกายน 52

นย.จำเริญ แซ่ตันและแอนน์ พร้อมด้วยมวลมิตรสมาชิกทุ่งคา ประกอบด้วย รทร.กรกช รุจานุกุลชัยและแอนน์, รทร.วีระ หริจันทนะวงศ์ และ ผชภ.อน.มานพ เนติวุฒิสาร เข้าร่วมกิจกรรมช่วยเหลือผู้ประสบปัญหา ณ บ้านพักเด็กและครอบครัว จ.ภูเก็ต ซึ่งตั้งอยู่ ณ บ้านเลขที่ 11 ถ.ศักดิเดช อ.เมือง จ.ภูเก็ต โดยมี น้อง ๆ อินเทอร์เน็ตและโรทาแรคท์ในจังหวัดภูเก็ต เป็นหัวเรี่ยวหัวแรงใหญ่ในการ จัดกิจกรรมครั้งนี้ ให้การต้อนรับอย่างอบอุ่น โดย นายอรรถวุฒิ โต้ะบุ นังสังคมสงเคราะห์ ผู้ประสานงานในบ้านพักเด็กและครอบครัวจังหวัดภูเก็ต ในกิจกรรมดังกล่าว น้อง ๆ อินเทอร์เน็ตและโรทาแรคท์ได้จัดเตรียมส่งของเครื่องใช้ต่าง ๆ ที่จำเป็นในชีวิตประจำวัน พร้อมทั้งอาหารและเครื่องดื่มเลี้ยงผู้รับบริการ ณ บ้านพักเด็กและครอบครัวดังกล่าว พร้อมกันนั้น พวกพี่ ๆ ทั้งหลายที่เข้าร่วม ก็อิมใจและดีมท้องกันถ้วนทั่วทุกคนไป

นี่แหละผลงานอันบริสุทธิ์ จากฝีมือน้อง ๆ อันเป็นเมล็ดพันธุ์ที่ประเสริฐของโรตารี เพื่อก่อกำเนิดเป็น โรแทเรียนที่ดีในอนาคตข้างหน้า ใครจะไปรู้

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม

ข่าวฝากจากนายก

คะแนนการประชุม

ข่าวเลขานุการ

แขกเยี่ยมสโมสร

สนเทศโรตารี

ประวัติวิทยากร

สรุปการบรรยาย

กิจกรรมโรตารี

ข่าวฝากจากสมาชิก

บทบรรณาธิการ

คณะกรรมการบริหาร

ประวัติสโมสร



คณะกรรมการบริหารสโมสร ปีบริหาร 2552-2553

ที่ปรึกษา	อผก.ประเสริฐ ทัตทองผล อดีตนายกสโมสรทุกท่าน	081-3746565
นายกสโมสร	นยล.จำเริญ แซ่ตัน	081-8913259
นายกปรับเลือก	นยล.มานะ รัตนยันต์	0815978601
นายกพิงผ่านพ้น	อน.นพ.ประสิทธิ์ โกยศิริพงศ์	086-6863131
อุปนายก 1	อน.นาวิ ถิ่นสาธุ	086-9473555
อุปนายก 2	อน.ภูชิน แสงไฟ	081-6062828
เลขานุการ	รทร.กรกช รุจามกุลชัย	081-3704522
เหรัญญิก	อน.วิโรจน์ อรรถบดี	088-6523899
ประธานฝ่ายสมาชิกภาพ	อน.สุธา พานิชวงศ์	081-4769476
ประธานอนุกรรมการ สนเทศโรตารี	รทร.ธนงค์ หวังเกียรติ	081-5694976
กรรมการฝึกอบรม (Trainer)	อน.ชรัณ ช่างเกียรติกุล	081-8918933
ประธานมูลนิธิโรตารี	อน.นพ. สงวน คุณาพร	081-8917300
ประธานอนุกรรมการ กลุ่มศึกษาแลกเปลี่ยน	อน.นพ.ชูเกียรติ จูตะดิลก	081-8916285
ประธานอนุกรรมการ โปลิโอพลัส	รทร.นพ.เกษมศักดิ์ สันติสานต์	081-5690838
ประธานอนุกรรมการ ทุนการศึกษา	รทร.ทพ.สิทธิานนท์ วั่งซ้าย	089-7037787
ประธานฝ่ายประชาสัมพันธ์	รทร.วิชัย พงษ์ชัยศิริกุล	081-8912685
ประธานฝ่ายบริหารจัดการสโมสร	อน.วิชัย จิตติศักดิ์วัตร	081-7374686
ประธานอนุกรรมการ สารสโมสร	รทร.วีระ หริจินทนะวงศ์	081-7191525
ผู้ช่วยอนุกรรมการ สารสโมสร	รทร.พรชัย ธารกมลสุข	081-6775984
ประธานฝ่ายโครงการบำเพ็ญประโยชน์	อน.ชัยศักดิ์ โกยสมบูรณ์	081-6910691
ประธานอนุกรรมการ บริการระหว่างประเทศ	อน.สมบูรณ์ จิรายุส	081-6919922
รองประธานอนุกรรมการบริการระหว่างประเทศ	รทร.ฤทธิ์ เทพบุตร	081-9028169
ประธานอนุกรรมการ บริการชุมชน	รทร.ณรงค์ฤทธิ์ ถาวรไพณุลย์บุตร	081-9235446
ประธานอนุกรรมการ บริการด้านอาชีพ	อน.วรพจน์ สุทธิบุญวานิช	081-7875431
ประธานอนุกรรมการ เพื่อนผู้ร่วมบำเพ็ญประโยชน์	อน.นพ. ธรณิศ ตันดิพิริยะกิจ	081-6935455
ประธานอนุกรรมการ พิทักษ์สิ่งแวดล้อม	รทร.ถาวร จิรพัฒน์โสภณ	089-8742988
ผู้ช่วยประธานอนุกรรมการ พิทักษ์สิ่งแวดล้อม	รทร.กิตติศักดิ์ เสียงสลัก	084-0532333
ประธานอนุกรรมการ บริการชุมชนโลก	รทร.ณภัทร พงศพรธาดา	081-6932224
ประธานอนุกรรมการ พัฒนามนุษยชาติ	รทร.มนลักษ์ณ์ ตันดิพรสวัสดิ์	081-4778899
ประธานอนุกรรมการ เยาวชน	รทร.พิสุทธิ สุทธิจินดาวงศ์	087-0160602
ประธานอนุกรรมการ อาสาสมัคร โรตารี	รทร.สมเกียรติ อยู่ทิม	081-6911248
ปฏิคม	อน.พงศอนันต์ สุวัฒน์ถาวร	081-8958506

TONGKAH



Rotary Club of TONGKAH



กำหนดการประชุม
ข่าวฝากจากนายก
คะแนนการประชุม
ข่าวเลขานุการ
แขกเยี่ยมสโมสร
สนทศโรตารี
ประวัติวิทยากร
สรุปการบรรยาย
กิจกรรมโรตารี
ข่าวฝากจากสมาชิก
บทบรรณาธิการ
คณะกรรมการบริหาร
ประวัติสโมสร



ประวัติสโมสรโรตารี ทุ่งคา

สโมสรโรตารีทุ่งคาจังหวัดภูเก็ต ภาค 3330 ประชุมครั้งแรก เมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 2535 โดยมี นายก.สาธิต อัสวธิน: ผู้ล่วงลับไปแล้วเป็นนายกก่อตั้งและได้รับสารตราตั้งจากโรตารีสากล เมื่อวันที่ 6 เมษายน 2536 ในระยะเวลา 15 ปีที่ผ่านมา มีการพัฒนาคุณภาพของสโมสรจนเป็นที่ยอมรับและนำอุดมการณ์บริการ 4 แนวทางของโรตารีไปใช้อย่างกว้างขวาง

สมาชิกสโมสร และครอบครัวมีโอกาสทำกิจกรรมต่าง ๆ ด้วยกัน รวมทั้งการจัดการแข่งขันแรลลี่แฟมิลี่โรตารีทุ่งคาติดต่อกันถึง 9 ครั้ง เพื่อหาทุนสำหรับไปใช้ในโครงการบำเพ็ญประโยชน์ให้กับชุมชนอย่างถาวรต่อเนื่องทุกปี

ในด้านการยกระดับมาตรฐานจริยธรรมในธุรกิจและอาชีพนั้น สมาชิกของสโมสรโรตารีทุ่งคาได้รับการยอมรับจากแวดวงธุรกิจและราชการ สมาชิกหลายท่านได้รับเลือกเป็นผู้นำและกรรมการบริหารของสมาคมธุรกิจและวิชาชีพต่าง ๆ คณะผู้พิพากษาสมทบ คณะกรรมการติดตามและตรวจสอบการทำงานของตำรวจ คณะกรรมการศาลเจ้า เป็นต้น

ด้านการบำเพ็ญประโยชน์ต่อชุมชนในจังหวัด และระดับประเทศทั้งในภาวะปกติ และช่วงเกิดภัยพิบัติสึนามิ หรือน้ำท่วม สโมสรมีโครงการต่าง ๆ มากมาย อาทิ การสร้างจักษุคลินิกเคลื่อนที่ที่น้อมเกล้าถวายสมเด็จพระเทพรัตนราชสุดาฯ สยามบรมราชกุมารี ในฐานะองค์อุปนายกสภาการศึกษาภาคใต้ เพื่อออกให้บริการกับผู้ด้อยโอกาสที่มีปัญหาทางสายตาในถิ่นทุรกันดารทั่วประเทศ การจัดหาและบริหารจัดการแหล่งน้ำสะอาดให้กับโรงเรียนและชุมชน การสร้างเรือประมงขนาดเล็กและซ่อมแซมที่อู่อาศัยให้กับผู้ประสบภัยพิบัติสึนามิ การบูรณะวงเวียนสุริยเดช (วงเวียนน้ำพุ) ในเมืงภูเก็ต การอบรมอาชีพให้กับประชาชน เป็นต้น

ส่วนการส่งเสริมสันติภาพ มิตรภาพ และความเข้าใจระหว่างประเทศนั้น สโมสรโรตารีทุ่งคาได้เข้าร่วมโครงการเยาวชนแลกเปลี่ยน (Youth Exchange) และกลุ่มศึกษาแลกเปลี่ยน (Group Study Exchange) ของโรตารีสากลมาโดยตลอด ปัจจุบันมีสโมสรโรตารีในจังหวัดภูเก็ตรวม 7 สโมสร คือ สโมสรโรตารีภูเก็ต สโมสรโรตารีทุ่งคา สโมสรโรตารีอันดามัน สโมสรโรตารีป่าตองบีช สโมสรโรตารีจังซีลอน สโมสรโรตารีภูเก็ตไชน่า และสโมสรโรตารีลาгуน่าภูเก็ต