วันที่ 15 ตุลาคม ของทุกปีถูกกำหนดให้เป็น

วันล้างมือโลก : Global Handwashing Day

โดยปี 2569 ดำเนินกิจกรรมภายใต้คำขวัญ : 20 วินาที

เพื่อภารกิจมือสะอาด : 20 Seconds to Clean Hands

📢 เทศบาลตำบลทุ่งข้าวพวง ขอเชิญชวนประชาชนเรียนรู้การล้างมือ

ล้างมือที่ถูกต้อง เพื่อสร้างสุขอนามัยที่ดีให้แก่ประชาชน

ทุกกลุ่มวัยในแบบชีวิตปกติวิถีใหม่ ด้วยการเน้นย้ำ การล้างมือด้วยน้ำ

และสบู่ให้ถูกวิธีตามหลัก 7 ขั้นตอน เป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาที

ประชาสัมพันธ์ : 15 ตุลาคม 2569

เทศบาลตำบลทุ่งข้าวพวง
อำเภอเชียงดาว จังหวัดเชียงใหม่

15 ตุลาคม ของทุกปี

วันล้างมือโลก
(Global Handwashing Day)

"ล้างมือ..วันนี้ เพื่อสุขภาพที่ดีในวันหน้า"

7 ขั้นตอน การล้างมือให้สะอาด

1. ฝ่ามือถูฝ่ามือให้ทั่ว



2. ถูหลังมือทั้งสองข้าง



3. ถูฝ่ามือและซอกนิ้วทั้งสองข้าง



4. ถูหลังนิ้วมือถูฝ่ามือ



5. ถูนิ้วหัวแม่มือทั้งสองข้าง



6. ถูปลายนิ้วมือถูฝ่ามือ



7. ถูรอบข้อมือทั้งสองข้าง



ประโยชน์ของการล้างมือ

- ลดการแพร่กระจายของเชื้อโรค
- ป้องกันการเจ็บป่วย เช่น ไข้หวัด ท้องเสีย
- สุขภาพดี ห่างไกลโรค



ล้างมือให้ถูกวิธี ช่วยลดการติดเชื้อ
เพื่อสุขภาพที่แข็งแรงของเราทุกคน



งานสาธารณสุขและสิ่งแวดล้อม
เทศบาลตำบลทุ่งข้าวพวง