



## บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ สำนักงานเลขาธิการกรม ฝ่ายประชาสัมพันธ์และสวัสดิการ โทร. ๐-๒๖๑๘-๒๓๒๓ ต่อ ๑๘๐๑  
ที่ นร ๐๒๐๑.๐๓/ ๑ ๕๔๗๐ วันที่ ๒ ธันวาคม ๒๕๕๙  
เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรม “ออกกำลังกายทุกวันพุธ”

เรียน ผอ. สำนัก/กอง (ในส่วนกลาง)

ตามที่ พลเอก ประยุทธ์ จันทร์โอชา นายกรัฐมนตรี ได้สั่งการในที่ประชุมคณะรัฐมนตรี เมื่อวันที่ ๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ ให้ข้าราชการทุกหน่วยงาน ออกกำลังกาย ทุกเย็นวันพุธ เริ่มตั้งแต่วันที่ ๓๐ พฤศจิกายน ๒๕๕๙ เป็นต้นไป เพื่อรณรงค์และส่งเสริมให้เจ้าหน้าที่ของรัฐมีสุขภาพร่างกายแข็งแรง ลดภาวะสุขภาพเนือยนิ่ง นั้น

เพื่อให้เป็นไปตามข้อสั่งการดังกล่าว สลก. จึงขอเชิญท่านและเจ้าหน้าที่ในสังกัด เข้าร่วมกิจกรรม “ออกกำลังกายทุกวันพุธ” ในวันพุธที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๕๙ เวลา ๑๕.๓๐-๑๖.๓๐ น. ณ บริเวณลานอเนกประสงค์ กรมประชาสัมพันธ์

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาเข้าร่วมกิจกรรมฯ ในวัน เวลา และสถานที่ดังกล่าว โดยพร้อมเพรียงกัน

(นายเสมอ นิมเงิน)

ลนก.



## กำหนดการ

กิจกรรม “ออกกำลังกายทุกวันพุธ” ของ กปส.

วันพุธที่ ๗ ธันวาคม ๒๕๕๙

เวลา ๑๕.๓๐ - ๑๖.๓๐ น.

ณ ลานอเนกประสงค์ กปส.

-----

- เวลา ๑๕.๑๕ น. - ข้าราชการและเจ้าหน้าที่ กปส. พร้อมเพรียงกัน ณ บริเวณลานอเนกประสงค์
- เวลา ๑๕.๓๐ น. - พลโท สรรเสริญ แก้วกำเนิด รักษาราชการในตำแหน่งอธิบดีกรมประชาสัมพันธ์  
กล่าวเปิดงานและนำกิจกรรม “ออกกำลังกายทุกวันพุธ” ของ กปส.  
- ออกกำลังกายแบบแอโรบิค
- เวลา ๑๖.๓๐ น. - เสร็จสิ้นกิจกรรม

-----

หมายเหตุ : ชุดสำหรับออกกำลังกายแบบสุภาพ