

ที่ ชม ๓/๕๖๐๕/ว ๑๔๖



ที่ทำการองค์การบริหารส่วนตำบลแช่ช้าง
๕๕ หมู่ที่ ๒ บ้านม่วงชุม ตำบลแช่ช้าง
อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่

๒ มีนาคม ๒๕๖๕

เรื่อง ประชาสัมพันธ์การกำหนดระยะห่างในการออกกำลังกาย

เรียน กำนัน / ผู้ใหญ่บ้าน ทุกหมู่บ้าน

ด้วยขณะนี้สถานการณ์ระบาดของเชื้อไวรัส โควิด ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) อยู่ในสถานการณ์ระบาดในวงกว้าง ระยะเริ่มต้น คือเริ่มมีการติดเชื้อจากคนภายในประเทศและกระทรวงสาธารณสุขได้ประกาศให้ โรคเชื้อไวรัส โควิด ๒๐๑๙ (COVID-๑๙) เป็นโรคติดต่ออันตราย ตามพระราชบัญญัติโรคติดต่อ พ.ศ.๒๕๕๘ เพื่อให้เกิดความปลอดภัยแก่ผู้ออกกำลังกายตามหมู่บ้าน ในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลแช่ช้าง หรือตำบลใกล้เคียง นั้น

องค์การบริหารส่วนตำบลแช่ช้าง จึงขอประชาสัมพันธ์ให้กับผู้ออกกำลังกายทั้งเดิน วิ่ง และปั่นจักรยาน เนื่องจากการแพร่เชื้อไวรัสสามารถเดินทางได้ไกลถึง ๒๐ เมตร ดังนั้นควรเว้นระยะห่างในการออกกำลังกายแต่ละประเภท ดังต่อไปนี้

- | | |
|----------------------|-----------------------|
| ๑.การเดินออกกำลังกาย | เว้นระยะห่าง ๔-๕ เมตร |
| ๒.การวิ่ง | เว้นระยะห่าง ๑๐ เมตร |
| ๓.การปั่นจักรยาน | เว้นระยะห่าง ๑๐ เมตร |

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

ขอแสดงความนับถือ

(นายมานิตย์ แก้วแสน)

นายกองค์การบริหารส่วนตำบลแช่ช้าง

กองการศึกษา อบต.แช่ช้าง

โทรศัพท์ (๐๕๓) ๓๔๑๐๓๕ , ๓๓๒๒๓๔ ต่อ ๒๑ /โทรสาร (๐๕๓) ๓๓๑๑๐๓

<http://www.chaechang.go.th>

เดิน วิ่ง ปั่นจักรยาน

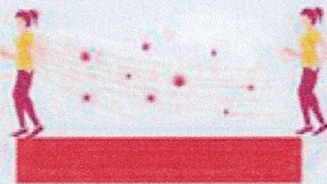
ห่าง 2 เมตร ไม่ปลอดภัย COVID-19!

สวทช.
NSTDA

นักวิจัยจากมหาวิทยาลัย KU Leuven ประเทศเบลเยียม และมหาวิทยาลัย TU Eindhoven ประเทศเนเธอร์แลนด์ ทดลองสร้างแบบจำลองการแพร่กระจายเชื้อไวรัสก่อโรค COVID-19 ของผู้ที่ออกกำลังกายทั้งเดิน วิ่ง และปั่นจักรยาน ในสวนสาธารณะ พบหากมีการไอหรือจามอาจแพร่เชื้อไวรัสได้ไกลถึง 20 เมตร

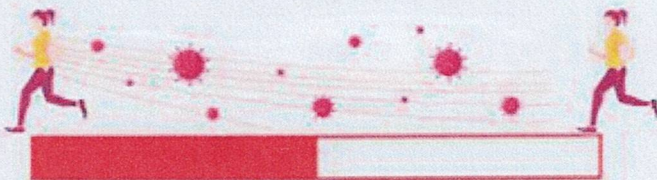
ห่างเท่าไร ปลอดภัยจากเชื้อไวรัส

เดินออกกำลังกาย



4-5 เมตร

วิ่ง



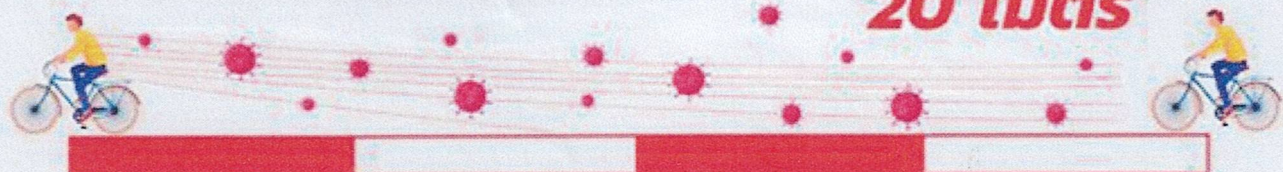
10 เมตร

ปั่นจักรยานช้าๆ

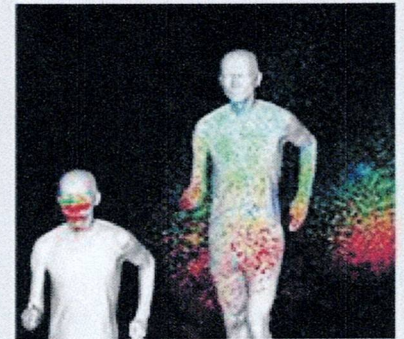


10 เมตร

ปั่นจักรยานด้วยความเร็ว



20 เมตร



ภาพจำลองแสดงถึง การฟุ้งกระจายของ ฝอยละอองในขณะที่วิ่งตามกัน