



ประจำเดือนมิถุนายน 2567



วันที่ 5 มิถุนายน ของทุกปี เป็นวันสิ่งแวดล้อมโลก (World Environment Day) เพื่อให้ประชาชนได้ตระหนักถึงผลกระทบที่เกิดจากปัญหาสิ่งแวดล้อมเป็นพิษ ลดการใช้ทรัพยากรธรรมชาติและพลังงานที่มีผลกระทบต่อสิ่งแวดล้อม รักษาคุณภาพสิ่งแวดล้อมที่ดีให้คงอยู่ตลอดไป

ที่ปรึกษา/อำนวยการจัดทำ

นายวินัย ทองอุบล จัดหางานจังหวัดพิจิตร

กองบรรณาธิการ

นายประทีป อยู่กรุง นักวิชาการแรงงานชำนาญการพิเศษ
นางสาววิไลวรรณ คณานันท์ นักวิชาการแรงงานชำนาญการ
นางสาวดวงพร ม่วงสุข นักวิชาการแรงงานชำนาญการ
นางสาววรารณ์ จิราพงษ์ นักวิชาการแรงงาน
นางสาวพรกนก เตชากรสิริไพศาล นักวิชาการแรงงาน

☎ 0 5661 3541 www.doe.go.th/phichit

✉ pct@doe.go.th [f](https://www.facebook.com/กรมการจัดหางาน) สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
เลขที่ 152/20 ถนนบึงสีไฟ ตำบลในเมือง
อำเภอเมือง จังหวัดพิจิตร 66000

...สาระสำคัญ...

1. เตรียมตัวอย่างไรเพื่อไปงาน นัดพบแรงงาน
2. 10 คำตามสัมภาษณ์งาน ให้ได้งาน
3. รับสมัครไปทำงานประเทศญี่ปุ่น
4. รู้หรือไม่ กลับไปทำงานต่างประเทศต้องแจ้ง Re-Entry
5. การจัดทำเอกสารรับรองบุคคลชาวเมียนมา
6. สาระน่ารู้ 7 เสหลัก แห่งการพัฒนาตัวเอง
7. Q&A แพลตฟอร์ม “คนทำงาน”
8. ประชาสัมพันธ์ เว็บไซต์ ไทยมีงานทำ/คนทำงาน
9. ผลกระทบจากปัญหาเสพติด
10. ประชาสัมพันธ์ การจัด “นัดพบแรงงานย่อย”
11. อาชีพอิสระ
12. ตำแหน่งงานว่าง เดือนมิถุนายน 2567



ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office

บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



เตรียมตัวอย่างไร เพื่อไปงาน... นัดพบแรงงาน

1. เตรียมเอกสารมาให้พร้อม ควรเลือกงานที่เหมาะสมกับความรู้ความสามารถที่ท่านมีอยู่ หากมีข้อสงสัยก็สามารถสอบถามเจ้าหน้าที่ได้ดีกว่า การสมัครแบบเหวี่ยงแหซึ่งสุดท้ายมักจะไม่ได้งานที่ตนเองถนัดหรือต้องการ ดังนั้นในเรื่องนี้ท่านควรถามตัวเองและตรวจเอกสารเกี่ยวกับการสมัครงานให้ครบถ้วนก่อนมางานนัดพบแรงงานไม่ว่า จะเป็นบัตรประชาชน ทะเบียนบ้าน วุฒิการศึกษา รูปถ่าย และอื่นๆที่เกี่ยวข้อง



3. เตรียมการถูกสัมภาษณ์ ในเรื่องนี้คือ ในการที่ท่านไปสอบถามข้อสงสัยต่างๆ จากเจ้าหน้าที่ของบริษัทที่มารับสมัครงาน ท่านอาจจะถูกสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการเข้าก็ได้ หากคุณสมบัติของท่านตรงตามที่บริษัทนั้นๆ กำลังหาอยู่พอดี ซึ่งท่านจะต้องเตรียมคำตอบให้เป็นที่น่าสนใจให้ได้ อีกทั้งกิริยาท่าทางควรแสดงถึงความกระตือรือร้นและสนใจในงานนั้นอย่างจริงจังจะทำให้ท่านได้เปรียบคู่แข่งที่ไม่ได้เตรียมตัวหรือคู่แข่งประเภทถามคำตอบคำอย่างแน่นอน ในเรื่องนี้การแสดงถึงความมั่นใจในตัวเองให้ผู้สัมภาษณ์เห็นเป็นสิ่งสำคัญมาก



2. การแต่งกาย มีคำกล่าวอยู่ว่า "แต่งกายดีก็มีชัยไปกว่าครึ่ง" ไม่น่าว่าในงานนัดพบแรงงานอาจมีผู้บริหารที่มีอำนาจการตัดสินใจมาร่วมงานอยู่ด้วย เผอิญๆ ท่านอาจกำลังสอบถามหรือพูดคุยอยู่กับผู้อำนวยการฝ่ายทรัพยากรบุคคลอยู่โดยไม่รู้ตัวก็ได้ ดังนั้นหากท่านแต่งกายไม่สุภาพ เช่น กางเกงยีนส์ รองเท้าแตะ อาจถูกมองในแง่ลบ ไม่เรียบร้อยหรือไม่มีการเทศะ ดังนั้นควรแต่งกายสุภาพเรียบร้อย ดูดีเพียงเท่านี้ก็ทำให้ท่านได้เปรียบคู่แข่งอีกหลายๆ คนที่ไม่ได้เตรียมพร้อมในเรื่องการแต่งกายได้



4. การสมัครงานกับบริษัทใหญ่ๆ ย่อมจะต้องมีคู่แข่งมากกว่าบริษัทขนาดกลางหรือเล็ก เพราะใครก็อยากทำงานกับองค์กรใหญ่ๆ ที่มีชื่อเสียงแทบทั้งนั้น ดังนั้นจะทำให้มีใบสมัครให้คัดเลือกเป็นจำนวนมากหากคุณสมบัติท่านไม่ตรงกับที่บริษัทแจ้งไว้ก็ไม่ควรสมัครให้เสียเวลาเพราะอาจถูกคัดออกได้ ดังนั้น ควรใคร่ครวญให้ดีว่าจะทำงานกับบริษัทที่ไม่ต้องใหญ่ แต่มีโอกาสเจริญเติบโตไปพร้อมกับบริษัท หรือจะไปอยู่ในบริษัทใหญ่ๆ แต่โอกาสก้าวหน้าอาจช้าหน่อย ข้อดีคือ จะได้เห็นระบบงานที่ใหญ่กว่าเรียกได้ว่ามีข้อดี - ข้อเสียคนละอย่าง





ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office



บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ

* 10 คำถามสัมภาษณ์งาน

ตอบอย่างไรให้ถูกคัดเลือก ไม่ถูกคัดออก

๑ ช่วยแนะนำตัวให้กรรมการรู้จักคุณมากขึ้นอีก

ตอบ ควรกล่าวถึงประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องหรือมีผลต่อการสมัครงานมากกว่ากล่าวถึงข้อมูลทั่วไปของคุณ เช่น คุณเป็นคนตรงต่อเวลาแต่ก็มีข้อเสียคือจะหงุดหงิดมากเมื่อผู้อื่นไม่ตรงเวลา ซึ่งคุณกำลังหาทางแก้ไขข้อบกพร่องของคุณอยู่

๒ ทำไมคุณจึงอยากเปลี่ยนงาน

ตอบ ควรหลีกเลี่ยงการกล่าวถึงด้านไม่ดีของที่ทำงานเก่า โดยคุณอาจเลือกที่จะตอบกลางๆ เช่น ต้องการความก้าวหน้า ในการทำงาน ต้องการงานที่ท้าทาย หรือหากคุณมีปัญหาเกี่ยวกับเจ้านายเก่า ควรตอบให้ดูดี เช่น รูปแบบการทำงานต่างกัน

๓ ทำไมคุณจึงอยากทำอาชีพนี้

ตอบ ควรตอบให้เห็นถึงความมุ่งมั่น และความตั้งใจจริงของคุณที่จะประกอบอาชีพนี้ เช่น อาชีพนี้เป็นงานที่ต้องใช้ทักษะในการเจรจาต่อรอง และคุณมีคุณสมบัติเหมาะสม

๔ ทำไมคุณจึงอยากทำงานที่บริษัทของเขา

ตอบ ควรตอบให้เห็นว่า คุณมีความรู้เกี่ยวกับบริษัทพอสมควร บริษัทมีทิศทางอย่างไร และคุณก็มีทิศทางแบบเดียวกัน เช่น คุณได้ยืมชื่อเสียงของบริษัทมานานและประทับใจผู้บริหาร (ระบุชื่อ) ที่มีวิสัยทัศน์กว้างไกล ในการเจาะตลาดใหม่ คุณคิดว่าเป็นความท้าทายมากที่คุณจะได้มีโอกาสช่วยงานทางด้านการตลาด

๕ ทำไมเขาจึงควรรับคุณเข้าทำงาน

ตอบ ควรตอบว่า คุณเก่งอะไร มีความสามารถอะไร เหมาะกับตำแหน่งที่เขาต้องการอย่างไร ในกรณีที่คุณสมบัติของคุณยังไม่ตรงกับที่เขาหนดเสียที่เดียวพยายามใช้ทักษะชี้ชวนให้เขาเห็นว่า คุณมีสิ่งอื่นที่ทดแทนกันได้

๖ คุณเห็นตัวเองทำงานอะไรอีก 5 ปีต่อจากนี้

ตอบ ควรตอบให้รู้ว่า คุณมีเป้าหมายในชีวิตและอาชีพอย่างไร คุณจะก้าวไปสู่ตำแหน่งใด และมีความรับผิดชอบมากขึ้นอย่างไร

๗ คุณสมัครงานที่อื่นไว้บ้างหรือเปล่า

ตอบ ควรตอบให้เขาแน่ใจว่า คุณมีความตั้งใจจริงที่จะอยู่กับเขาไปนานๆ แม้คุณจะสมัครงานที่อื่นด้วย แต่ถ้าเขาเรียกคุณ คุณก็จะอยู่กับเขา

๘ จุดเด่น จุดด้อยของคุณคืออะไร

ตอบ ควรพูดถึงจุดด้อยที่ไม่มีผลต่อการทำงานของคุณมากนัก เช่น คิดเลขไม่เก่ง ว่ายน้ำไม่เป็น ส่วนจุดเด่นก็ควรเป็นจุดเด่นที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน และต้องตอบให้มีน้ำหนัก โดยมีข้อมูลสนับสนุนด้วย

๙ คุณคิดว่าจะร่วมงานกับหัวหน้างานที่มีนิสัยที่ต่างกับคุณได้หรือไม่

ตอบ ควรตอบว่า คุณสนใจที่เป้าหมายของงานมากกว่า ส่วนเรื่องนิสัยใจคอ คุณมีความยืดหยุ่นพอที่จะทำงานกับใครก็ได้

๑๐ คุณเคยทำอะไรที่ล้มเหลวหรือไม่ ถ้าเคย คุณจัดการอย่างไร

ตอบ ในโลกนี้ไม่มีใครที่สมบูรณ์แบบ ดังนั้นจึงไม่ควรตอบว่า คุณไม่เคยทำอะไรผิดพลาดเลยสักครั้ง แต่ควรตอบบนพื้นฐาน ความเป็นจริงว่า เมื่อได้ทำอะไรผิดพลาดไปคุณได้นำมาเป็นบทเรียน และพยายามไม่ทำให้มันเกิดขึ้นอีก



ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร Phichit Provincial Employment Office



บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ

เปิดรับสมัคร

ไปทำงานญี่ปุ่น



ผู้ฝึกปฏิบัติงานเทคนิคคนไทยไปฝึกงานในประเทศญี่ปุ่น โดยผ่านองค์กร IM JAPAN ปี 2567 ครั้งที่ 4 (เพศชาย)

กำหนดการรับสมัคร ครั้งที่ 4 (5รอบ)

คุณสมบัติ

รอบที่ 5 1-30 มิถุนายน 2567

- เพศชาย
- วุฒิ.6/ปวช./ปวส./ป.ตรี ไม่จำกัดสาขา
- ความสูงไม่ต่ำกว่า 160 cm.
- ร่างกายสมบูรณ์ครบถ้วนไม่มีความผิดปกติทางร่างกาย
- สายตาปกติ สายตาไม่สั้น ไม่เอียง ไม่บอดสี
- ไม่มีรอยสักบนร่างกาย
- พันการะทางทหาร
- ไม่เคยไปฝึกงานหรือทำงานทักษะที่ญี่ปุ่น
- ไม่เคยเดินทางไปประเทศญี่ปุ่นอย่างผิดกฎหมาย
- ไม่มีความประพฤติเสียหายและไม่มีประวัติอาชญากรรม

ขั้นตอนการสมัคร

- ลงทะเบียนเข้าเว็บไซต์
- กรอกข้อมูลให้ครบถ้วน
- แนบเอกสาร รูปถ่าย บัตรประชาชน
- วุฒิการศึกษา หลักฐานการผ่านการราชการทหาร
- เมื่อสมัครแล้ว ต้องเข้าไปตรวจสอบการสมัคร หากผลการตรวจสอบเอกสารครบถ้วนและผลพิจารณาผ่าน ถือว่าคนหางานสมัครเรียบร้อยแล้ว
- พิมพ์แบบฟอร์มการสมัคร (ใช้แทนบัตรประจำตัวสอบ)

สอบสมรรถภาพร่างกาย ผ่าน
ประเมินภาษาญี่ปุ่น ไม่ผ่าน
ประเมินใหม่ได้ รอบถัดไป



สมัครได้แล้ววันนี้ ฟรี! ไม่มีค่าใช้จ่าย

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร



ทาวเว็บไซต์ toea.doe.go.th





ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office

บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



รู้หรือไม่ว่าน้อง!!

จะเดินทางกลับไปทำงานต่างประเทศ
ต้องแจ้ง RE-ENTRY ก่อน

การแจ้งการเดินทางกลับไปทำงานต่างประเทศ (RE-ENTRY)

คนหางานแสดงบัตรประจำตัวประชาชน พร้อมหลักฐานและเอกสารต้นฉบับ
ดังนี้

- สำเนาหนังสือเดินทาง
- สำเนาตรวจลงตราประเภท RE-ENTRY VISA หรือ การลงตราประเภทอื่น หรือเอกสารอื่นซึ่งคนหางานสามารถเดินทางกลับไปทำงานในประเทศนั้นได้
- สำเนาสัญญาจ้างหรือหนังสือรับรองจากนายจ้างหรือสำเนาใบอนุญาตทำงาน
- สำเนาหนังสือคนประจำเรือ(SEAMAN BOOK) กรณีเป็นคนงานที่เดินทางไปทำงานเป็นคนประจำเรือบนเรือเดินทะเล
- สำเนาตัวเครื่องบิน (ถ้ามี)

สามารถติดต่อแจ้งการเดินทางได้ที่

- กองบริหารแรงงานไทยไปต่างประเทศ
- สำนักงานจัดหางานจังหวัดทุกจังหวัด
- สำนักงานจัดหางานกรุงเทพมหานครพื้นที่ 1-10

หรือสามารถยื่นออนไลน์ผ่านระบบอิเล็กทรอนิกส์การ
บริหารแรงงานไทยไปต่างประเทศ
เว็บไซต์ : [http:// toea.doe.go.th](http://toea.doe.go.th)



สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
โทร 0 5661 2834



บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



การจัดทำเอกสาร รับรองบุคคลชาวเมียนมา ทำงานในประเทศไทย

สามารถดำเนินการได้ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป



ขั้นตอนที่ 1



จองผ่านเคาน์เตอร์เซอร์วิส
ได้ทุกสาขาและชำระค่าธรรมเนียม

เลือกศูนย์บริหารจัดการ
การทำงานของแรงงานเมียนมา
แบบเบ็ดเสร็จ

ขั้นตอนที่ 2



ไปศูนย์บริหารจัดการ
การทำงานของแรงงานเมียนมา
แบบเบ็ดเสร็จ
ตามวัน - เวลาที่เลือกไว้



จำนวน 8 แห่ง

สมุทรสาคร/สมุทรปราการ/ชลบุรี/ปทุมธานี
สุราษฎร์ธานี/เชียงใหม่/นครสวรรค์/สงขลา

เอกสารที่ต้องใช้

1. สำเนาบัตรหลักฐาน การได้รับอนุญาตทำงาน
ถึงวันที่ 13 ก.พ. 68
ที่มีเลขประจำตัวและเลขที่ใบอนุญาตทำงาน
2. แบบฟอร์ม ตม.6 และ ตม.87
3. หลักฐาน การประกันสุขภาพ
4. รูปถ่าย 1.5 นิ้ว 2 รูป

ข้อมูลเพิ่มเติม : ☎ โทร 1506 กด 2 📌 กรมการจัดหางาน

การจัดการทำเอกสารรับรองบุคคลแรงงานเมียนมาที่ทำงานในประเทศไทย ตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไป
ขั้นตอนที่ 1 การจองคิวผ่านเคาน์เตอร์เซอร์วิส ชำระค่าธรรมเนียมการออกเอกสารรับรองบุคคล (Certificate of Identity : CI) และ นัดหมาย วัน เวลา เข้าบริการ ที่ ศูนย์บริหารจัดการการทำงานของแรงงานเมียนมาแบบเบ็ดเสร็จ ในพื้นที่ 8 แห่ง ที่ จุดเคาน์เตอร์เซอร์วิส

📌 เอกสารที่ต้องใช้ - สำเนาหลักฐานการได้รับอนุญาตทำงานถึงวันที่ 13 ก.พ. 68 ที่มีเลขประจำตัวและเลขที่ใบอนุญาตทำงาน

ขั้นตอนที่ 2 การดำเนินการที่ศูนย์บริหารจัดการการทำงานของแรงงานเมียนมาแบบเบ็ดเสร็จ 8 แห่ง (ตามมติคณะรัฐมนตรีเมื่อวันที่ 3 ตุลาคม 2566)

📌 เอกสารที่ต้องใช้ : สำเนาหลักฐานการได้รับอนุญาตทำงานถึงวันที่ 13 ก.พ. 68 ที่มีเลขประจำตัวและเลขที่ใบอนุญาตทำงาน,หลักฐานการประกันสุขภาพ,แบบฟอร์ม ตม.6 และ ตม.87,รูปถ่าย 1.5 นิ้ว 2 รูป



ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office



บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



AGENDA

f Agenda @Agenda_platform

2

ตั้งเป้าหมาย
(Goal setting)

ชัดเจน วัดผลได้ ทำได้จริง
เกี่ยวข้องกับสิ่งที่ต้องการ
มีกรอบเวลา

1

นิสัย
(Habit)

ชีวิตจะไม่ทำอะไรเปลี่ยน
ถ้าไม่เปลี่ยนนิสัย

3

ระบบ
(System)

การมีกรอบ มีเกณฑ์
จะทำให้เรามีแนวทางที่ชัดเจน

7 เสาหลัก
แห่งการ
พัฒนา
ตัวเอง
โดย Scott H. Young

4

ฝึกอารมณ์
(Emotional Self-regulation)

ความฉลาดทางอารมณ์
จะช่วยให้เราแสดงออกอย่างเหมาะสม

5

สนุกกับการเรียนรู้
(Learning)

การเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ คือ
การเรียนรู้ที่เราชอบและสนใจ

6

บทวนตัวเอง
(Value and Meaning)

บทวนตัวเองเป็นประจำ
เราเป็นแบบนี้? ต้องการอะไร?

7

รู้จักตัวเอง
(Thought and Belief)

รู้ว่าชอบอะไร? รู้ว่าเชื่ออะไร?
รู้ว่าฝันอะไร?



ที่มา: medium.com (Scott H. Young) , Mission to the Moon EP. 804



Q&A แพลตฟอร์ม “คนทำงาน”



Khon Tham Ngan

Q 1 แพลตฟอร์ม “คนทำงาน” คือ อะไร

บริการดิจิทัลภาครัฐ สำหรับผู้ประกอบการอาชีพอิสระ ที่รับจ้างทำชิ้นงานหรือให้บริการ เพื่อลงประกาศรับจ้างทำงาน รวมทั้ง ผู้ว่าจ้างที่หาผู้รับงานอิสระ ซึ่งได้ลงประกาศรับจ้างทำชิ้นงาน หรือให้บริการ



Q 2 จุดเด่นของแพลตฟอร์ม “คนทำงาน” คือ อะไร

ผู้รับงานอิสระ ผู้ว่าจ้าง ผ่านการพิสูจน์และยืนยันตัวตนทางดิจิทัล ด้วยฐานข้อมูลบัตรประชาชน และมีฟังก์ชันติดต่อสนทนา (Chat) ฟังก์ชันสร้างใบเสนอราคา ระบบแจ้งเตือน และการให้คะแนนรีวิวของทั้งสองฝ่าย



Q 3 ทำไมต้องลงทะเบียนใช้งานแพลตฟอร์ม “คนทำงาน”

บุคคลทั่วไปสามารถดูข้อมูลประกาศงานของผู้รับงานอิสระได้ แต่หากประสงค์จะจ้างงาน หรือลงประกาศรับงาน จะต้องลงทะเบียนเป็น “ผู้รับงานอิสระ” หรือ “ผู้ว่าจ้าง”



Q 4 คำแนะนำสำหรับการลงทะเบียน

- ที่อยู่ปัจจุบัน กรอกที่อยู่ตามจริงเพื่อสะดวกในการติดต่อส่ง จัดหางานในพื้นที่
- ลงทะเบียน “ผู้รับงานอิสระ” กรอกข้อมูลคุณสมบัติ ความสามารถ วุฒิบัตร (ถ้ามี)



Q 5 คำแนะนำสำหรับการลงประกาศงาน

- ลงประกาศงานให้ตรงกับหมวดหมู่งาน
- ตั้งชื่องานให้น่าสนใจ
- คำอธิบายเกี่ยวกับงาน บรรยายลักษณะงานชัดเจน น่าสนใจ
- รูปภาพผลงาน มีความชัดเจนและเกี่ยวข้องกับงานที่ลงประกาศ



Q 6 การชำระเงินค่าจ้างทำงาน

ผู้รับงานอิสระและผู้ว่าจ้างตกลงเงื่อนไขการชำระเงิน และช่องทางการชำระเงิน กันเองได้เลย แพลตฟอร์ม “คนทำงาน” ไม่มีการชำระเงิน





ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office

บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



ไทยมีงานทำ

รวมตำแหน่งงานรัฐ-เอกชน

แพลตฟอร์มสำหรับคนหางาน



คู่มือการลงทะเบียน Digital ID

คู่มือการใช้งานแพลตฟอร์มไทยมีงานทำ

หมวดแผนไทย

รับจ้างวีวี

วาดภาพเหมือน

คนทำงาน KHON THAM NGAN

แหล่งลงประกาศงาน สำหรับผู้ที่ประกอบอาชีพอิสระ: เพิ่มโอกาส ในรายได้งาม มีรายได้
แหล่งค้นหาคนที่ตรงใจ

FIND JOB

หาคนรับฝากแมว
สัก 3 วัน

รับจ้างฝากเลี้ยงแมว จร้า

คนทำงาน
KHON THAM NGAN

ประกาศงาน

ช่างแอร์

รับแปลภาษา

รับจ้างทำสวน

<https://khonthamngan.doe.go.th>
<https://คหทำงาน.doe.go.th>





ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office

บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



ป้องกัน 04-03



ผลกระทบ จากปัญหาอาชพตติ ในหมู่บ้าน/ชุมชน

1



เกิดปัญหาอาชญากรรม การลักขโมย
ความปลอดภัยต่อทรัพย์สิน

2



มีความไม่ปลอดภัยต่อร่างกาย
และชีวิตของคนในหมู่บ้าน/ชุมชน

3



มีปัญหาทางด้านการเงิน รายได้ไม่พอ
เสียค่าใช้จ่ายที่ไม่จำเป็น
และกระทบต่อเศรษฐกิจในชุมชน

4



ขาดความสงบสุข
และปัญหาคุณภาพชีวิต
ของคนในหมู่บ้าน/ชุมชน



สามารถดูรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ เว็บไซต์ สำนักงาน ป.ป.ส.
<http://www.oncb.go.th>

สำนักงาน ป.ป.ส.
สายด่วน ป.ป.ส. โทร.1386

ยุทธธรรมถ้วนหน้า ประชามีส่วนร่วม

กระทรวงยุติธรรม



ข่าว

สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร
Phichit Provincial Employment Office

บริการด้วยใจ... เพื่อคนไทยมีงานทำ



นัดพบ แรงงานย่อย



วันพุธ ที่ 10 กรกฎาคม 2567
เวลา 09.00 - 15.00 น.

ณ. สำนักงานจัดหางานจังหวัดพิจิตร

พบกับตำแหน่งงานว่างในจังหวัด และต่างจังหวัด
สมัครงาน/สัมภาษณ์งานกับนายจ้าง/สถานประกอบการ โดยตรง

ผู้สนใจลงทะเบียนสมัครงานล่วงหน้า



สแกนเพื่อลงทะเบียนเข้าร่วมงาน (สำหรับบุคคลทั่วไป)

สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โทรศัพท 0 5661 3541 ต่อ 19



หม่าล่า

“หม่าล่า” ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยตรงตัวเลยคือ "ชาแล้วเผ็ด" เมนูสุดฮิตที่ใช้เครื่องเทศจีนที่ส่งตรงมาจากยูนนานอย่างพริกฮวาเจียว กินแค่คำแรกก็ชาไปถึงโคนลิ้น แต่ก็เพลินมาก!



วัตถุดิบปรุงหม่าล่า

สะโพกไก่หั่นชิ้นเล็ก 200 กรัม
กุ้งขาว 20 ตัว
หมูสันคอหั่นชิ้นเล็ก 200
หอมหัวใหญ่ 1 หัว
พริกชี้ฟ้าเขียว 1 หัว
เห็ดออริจิ 50 กรัม
ต้นหอมญี่ปุ่น 1/2 หัว
กระเจียบ 4 ฝัก
ถั่วฝักยาว 4 ฝัก

วัตถุดิบ

พริกฮวาเจียว 2 ซ้อนโต๊ะ
พริกไทยดำ 2 ซ้อนโต๊ะ
พริกชี้หนูแห้ง 8 เม็ด
พริกป่น 2 ซ้อนโต๊ะ
ยี่หระป่น 2 ซ้อนโต๊ะ
กระเทียม 16 กลีบ
ขิง 2 แฉ่ง
ผงพะโล้ 2 ซ้อน
ซีอิ๊วขาว 4 ซ้อน
น้ำมันมะกอก 4 ซ้อนโต๊ะ
ซอสฮอยซิน 2 ซ้อนโต๊ะ
น้ำตาลทรายแดง 2 ซ้อนโต๊ะ

วิธีทำ

- หั่นวัตถุดิบทั้งเนื้อสัตว์และผักเป็นชิ้นเล็ก ๆ เตรียมไว้สำหรับเสียบไม้
- นำพริกชี้หนูแห้ง พริกป่น พริกฮวาเจียว พริกไทยดำ กระเทียม ขิง และผงพะโล้มาตำรวมกันให้ละเอียด
- นำส่วนผสมของพริกไปผสมกับซอสฮอยซิน ซีอิ๊วขาว น้ำมันมะกอก และน้ำตาลทรายแดง คนให้เข้ากัน แล้วพักไว้
- นำตัวซอสหม่าล่าที่ผสมเสร็จแล้ว ไปคลุกกับเนื้อสัตว์ที่หั่นเตรียมไว้ตอนแรก แล้วเสียบไม้ แخذู้เย็นไว้ประมาณ 30 นาที ส่วนผักเสียบไม้ไว้ได้เลย ไม่ต้องหมัก
- ตั้งเตาให้ร้อน แล้วนำเนื้อสัตว์ที่หมักไว้มาปิ้งให้สุก ส่วนผัก ปิ้งให้สุกก่อนแล้วค่อยทอดด้วยซอส



ที่มา <https://www.wongnai.com>