

ใบความรู้

รายวิชา สุขศึกษาและพลศึกษา

รหัสวิชา พ 21101

ภาคเรียนที่ 1

กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา

ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1

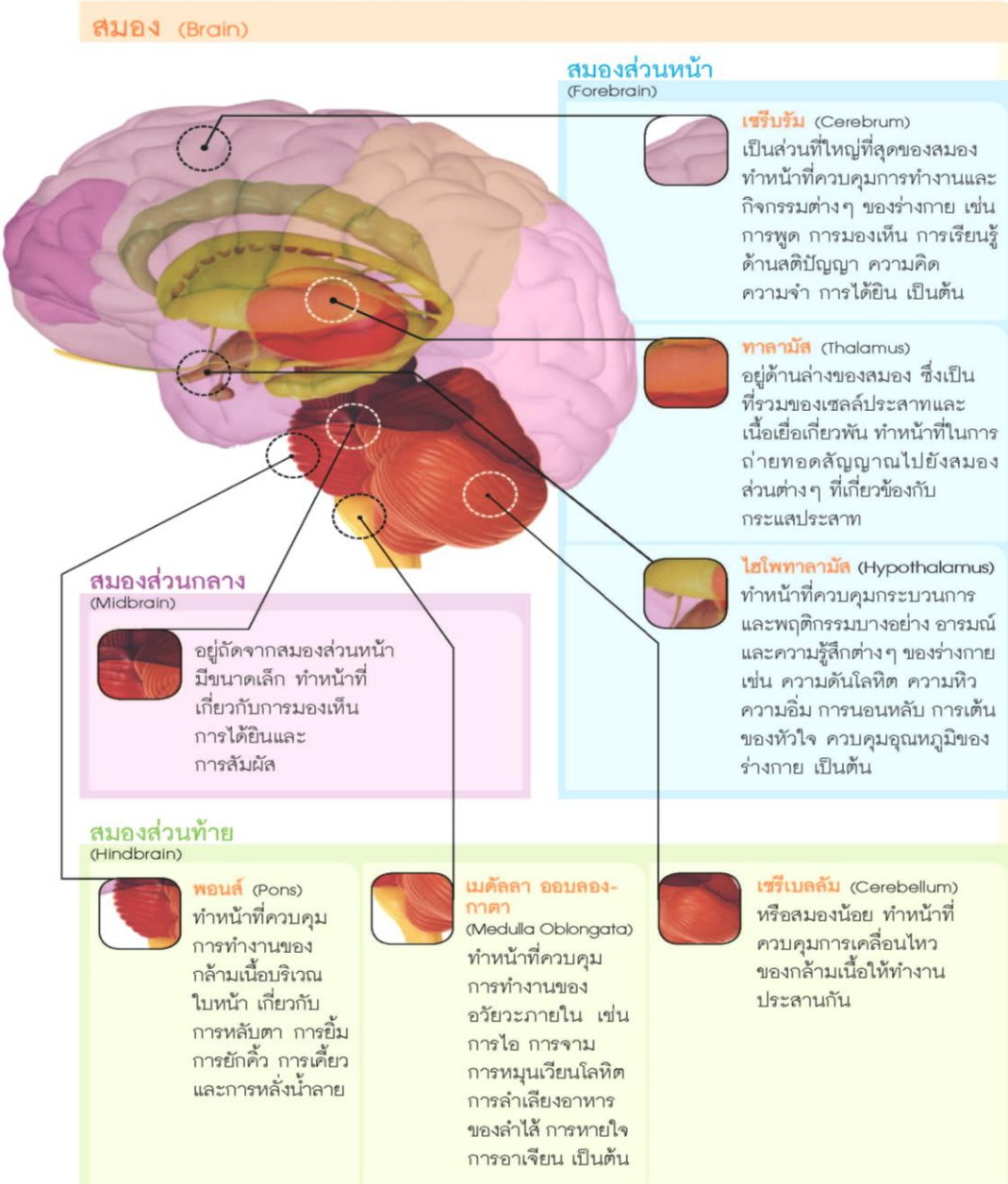
โรงเรียนคุรุประชาสรรค์ อำเภอสรรคบุรี จังหวัดชัยนาท

ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

พ 1.1 ม.1/1 อธิบายความสำคัญของระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อที่มีผลต่อสุขภาพ การเจริญเติบโตและพัฒนาการของวัยรุ่น

ม.1/2 อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ

แผนภาพแสดงส่วนประกอบและหน้าที่ของ



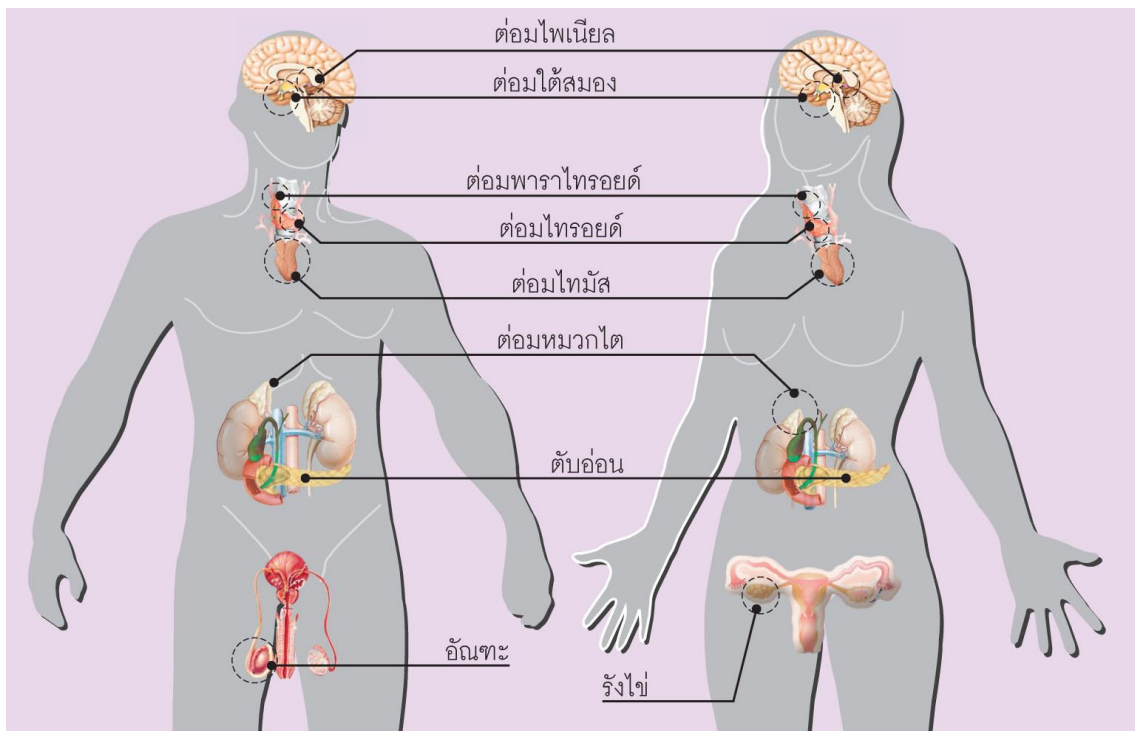
2. ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

พ1.1 ม.1/2 อธิบายวิธีดูแลรักษาระบบประสาทและระบบต่อมไร้ท่อให้ทำงานตามปกติ



ต่อมไร้ท่อเป็นต่อมที่ทำหน้าที่สร้างสารประกอบอินทรีย์เคมี ที่เรียกว่า ฮอโมน (Hormone) ซึ่งมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตของคนเรามาก ฮอโมนจะซึมเข้าสู่กระแสเลือดไปยังส่วนต่างๆ ของร่างกาย ฮอโมนแต่ละชนิด ทำหน้าที่เฉพาะ และมี อิทธิพลต่อระบบการทำงานของอวัยวะในร่างกาย ต่อมไร้ท่อในร่างกาย ของเรามีองค์ประกอบและ การทำงาน ดังนี้

ต่อมไร้ท่อ เป็นต่อมที่ไม่มีท่อ ทำหน้าที่สำคัญคือ หลั่งฮอโมนออกมาเข้าสู่กระแสเลือด และทำหน้าที่โดยรวมคือ ให้ร่างกายทำงานอย่างปกติ และมีพัฒนาการตามวัย



ชื่อ ตับอ่อน

หน้าที่ ผลิตฮอร์โมนอินซูลิน
ที่ควบคุมปฏิกิริยาทางเคมีของ
คาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน
และกลูคากอนที่กระตุ้นไกลโคเจน
ในตับให้เปลี่ยนเป็นกลูโคส

ชื่อ ต่อมไพเนียล

หน้าที่ ผลิตฮอร์โมนเมลาโทนิน ที่ไปยับยั้งการ
เจริญเติบโตของต่อมเพศในช่วงก่อนเข้าสู่วัยรุ่น
แต่เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นฮอร์โมนนี้จะมีผลต่อการตกไข่
การมีประจำเดือน
ส่วนในผลิตฮอร์โมนอะดรีนาลิน และ
นอร์อะดรีนาลิน

ชื่อ ต่อมใต้สมอง

หน้าที่ ต่อมใต้สมองส่วนหน้า ผลิตโกรทฮอร์โมน
ทรอปิกฮอร์โมน และฮอร์โมนโปรแลกติน ส่วนต่อม
ใต้สมองส่วนหลังจะเก็บฮอร์โมนที่ไฮโปทาลามัส
สร้างขึ้น

ชื่อ รังไข่

หน้าที่ สร้างไข่และฮอร์โมนเพศหญิงชื่อเอสโตรเจน
และโปรเจสเตอโรน

ชื่อ ต่อมไทรอยด์

หน้าที่ ผลิตฮอร์โมนไทรอกซินที่
ควบคุมการเผาผลาญสารอาหาร

ชื่อ อวัยวะ

หน้าที่ สร้างอสุจิและฮอร์โมนเพศชาย และผลิต
ฮอร์โมน ชื่อเทสโทสเตอโรน

ชื่อ ตับอ่อน

หน้าที่ ผลิตฮอร์โมนอินซูลิน
ที่ควบคุมปฏิกิริยาทางเคมีของ
คาร์โบไฮเดรต โปรตีน และไขมัน
และกลูคากอนที่กระตุ้นไกลโคเจน
ในตับให้เปลี่ยนเป็นกลูโคส

ชื่อ ต่อมไทมัส

หน้าที่ อยู่บริเวณหน้าทรวงอกมีขนาดเปลี่ยนแปลง
ไปตามอายุ โดยในระยะที่เป็นทารกอยู่ในครรภ์
มารดาต่อมนี้จะมีขนาดใหญ่มากและจะมีขนาดใหญ่
ที่สุดเมื่ออายุครบ ๖ขวบจากนั้นก็ค่อยๆหายไป

ชื่อ ต่อมหมวกไต

หน้าที่ ต่อมหมวกไตส่วนนอกผลิต
ฮอร์โมนกลูโคคอร์ติคอยด์และมีเนอรา
โลคอร์ติคอยด์ ส่วนต่อมหมวกไต

3. ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

- พ 1.1 ม.1/3 วิเคราะห์ภาวะการเจริญเติบโตทางร่างกายของตนเองกับเกณฑ์มาตรฐาน
ม.1/4 แสวงหาแนวทางในการพัฒนาตนเองให้เจริญเติบโตสมวัย

เรื่อง ตนเองเติบโตสมวัย...ทำอย่างไร

การพัฒนาตนเองให้เติบโตสมกับวัย สิ่งที่สำคัญ คือ ...

1. น้ำหนัก

1.1 น้ำหนักปกติ หมายถึง น้ำหนักของบุคคลที่สัมพันธ์กับอายุ ส่วนสูง และโครงสร้างของร่างกาย น้ำหนักปกติของแต่ละบุคคลอาจจะแตกต่างกัน โดยพิจารณาจาก อายุ ส่วนสูง และโครงสร้างของร่างกาย

1.2 น้ำหนักผิดปกติ หมายถึง น้ำหนักของบุคคลที่ไม่สัมพันธ์กับอายุ ส่วนสูง และโครงสร้างของร่างกายตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ โดยมีน้ำหนักมากหรือน้อยกว่าเกณฑ์ปกติ เฉลี่ยร้อยละ 10 ขึ้นไป

2. ส่วนสูง

ส่วนสูง หมายถึง ความยาวของร่างกายตั้งแต่ส่วนบนสุดของศีรษะลงมาถึงฝ่าเท้า ส่วนสูงของร่างกายเป็นเครื่องชี้วัดการเจริญเติบโตและพัฒนาการด้านร่างกายของเด็ก

น้ำหนักและส่วนสูงมาตรฐานของกรมอนามัย

กระทรวงสาธารณสุข (พ.ศ. 2542)

เพศ	ชาย		หญิง	
	น้ำหนัก (กก.)	ส่วนสูง (ซม.)	น้ำหนัก (กก.)	ส่วนสูง (ซม.)
อายุ (ปี)				
12	36.8	145.7	38.5	148.8
13	41.9	153.2	42.2	153.0
14	46.9	160.6	44.9	154.9
15	50.6	164.8	46.9	156.1
16	53.5	167.4	48.0	156.9

การประเมินมาตรฐานการเจริญเติบโตของเด็กไทย

ค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index : BMI) จากข้อมูลที่กำหนดให้ พร้อมประเมินผลการเจริญเติบโต โดยเปรียบเทียบกับเกณฑ์เปรียบเทียบ

เกณฑ์เปรียบเทียบ

สูตรการคำนวณ

$$BMI = \frac{\text{น้ำหนักตัว (กิโลกรัม)}}{\text{ส่วนสูง}^2 \text{ (เมตร)}}$$

ค่าที่ได้	น้อยกว่า 18.5	แสดงว่า	ผอม
	ระหว่าง 18.5 – 24.9	แสดงว่า	ปกติ
	ระหว่าง 25.0 – 29.9	แสดงว่า	น้ำหนักเกิน
	ระหว่าง 30.0 – 39.9	แสดงว่า	อ้วน
	มากกว่า 40	แสดงว่า	อ้วนมากหรืออ้วนอันตราย

ลำดับที่	ข้อความ	BMI	ผลการเจริญเติบโต
1	เด็กชาย ก มีส่วนสูง 145 เซนติเมตร น้ำหนัก 40 กิโลกรัม
2	เด็กหญิง ข มีส่วนสูง 150 เซนติเมตร น้ำหนัก 38 กิโลกรัม
3	เด็กหญิง ค มีส่วนสูง 147 เซนติเมตร น้ำหนัก 60 กิโลกรัม
4	เด็กชาย ง มีส่วนสูง 155 เซนติเมตร น้ำหนัก 45 กิโลกรัม
5	เด็กชาย จ มีส่วนสูง 150 เซนติเมตร น้ำหนัก 70 กิโลกรัม
6	นาย ฉ มีส่วนสูง 180 เซนติเมตร น้ำหนัก 75 กิโลกรัม
7	นางสาว ช มีส่วนสูง 165 เซนติเมตร น้ำหนัก 45 กิโลกรัม
8	นางสาว ซ มีส่วนสูง 160 เซนติเมตร น้ำหนัก 80 กิโลกรัม
9	นาย ฎ มีส่วนสูง 168 เซนติเมตร น้ำหนัก 85 กิโลกรัม
10	นางสาว ฏ มีส่วนสูง 170 เซนติเมตร น้ำหนัก 50 กิโลกรัม

ความอ้วนและความผอม

3.1 ความอ้วน เป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาสำหรับบุคคลทั่วไป เพราะทำให้บุคลิกภาพไม่ดีแล้ว ยังเป็นบ่อเกิดปัญหาต่อสุขภาพ และเกิดโรคต่างๆ มากมาย

ความอ้วน หมายถึง สภาพความผิดปกติของร่างกายที่มีน้ำหนักตัวเกินกว่าน้ำหนักปกติ ร้อยละ 20 ขึ้นไป ทำให้ร่างกายมีน้ำหนักไม่ได้สัดส่วนกับส่วนสูง และขนาดของร่างกาย

ตัวอย่าง

หญิงคนหนึ่งมีส่วนสูง 170 เซนติเมตร น้ำหนักปกติของเขาคือ $170 - 105 = 65$ กิโลกรัม

น้ำหนักเกินกว่าปกติ ร้อยละ 20 ของเขา คือ $65 \times 20 / 100 = 13$

ดังนั้น ถ้าน้ำหนักน้อยกว่า 78 กิโลกรัม ($65 + 13$) ก็จัดว่าเป็น คนอ้วน

3.2 ความผอม แม้ว่าความผอมจะไม่ทำให้เกิดความวิตกกังวลเท่ากับความอ้วน แต่ความผอม ก็ทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพได้เหมือนกัน

ความผอม หมายถึง สภาพความผิดปกติของร่างกายที่มีน้ำหนักตัวน้อยกว่าปกติ ร้อยละ 20 ขึ้นไป ทำให้ร่างกายไม่ได้สัดส่วนกับความสูง

4. การดูแลตนเอง

การหมั่นระวังดูแลรักษานามัยส่วนตัวไม่เพียงแต่จะทำให้เราดูสะอาดสะอ้านแจ่มใสเท่านั้น หากยังเป็นก้าวแรกที่จะย่างเข้าไปสู่สุขภาพอันดี มีเรื่องง่ายๆ อยู่หลายประการที่เราอาจทำได้ในชีวิตประจำวัน ซึ่งควรปฏิบัติ ดังนี้

1. อาบน้ำให้สะอาดทุกวันเพื่อให้สิ่งสกปรกที่เกาะตามผิวหนังของเราหลุดออก และทำให้เราดูดี มีกลิ่นสะอาด
2. หลีกเลี่ยงสารอันตรายและเสพติด เช่น ยาสูบ แอลกอฮอล์ และสารเสพติด สิ่งเหล่านี้ ไม่ได้ให้คุณ แต่ประการใดเลย
3. นอนอย่างน้อยวันละ 8 ชั่วโมง จะทำให้ร่างกายของเราชุ่มกระชวยมีชีวิตชีวาสำหรับวันรุ่งขึ้น
4. ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอในที่โล่ง ซึ่งจะทำให้การหมุนเวียนของโลหิตดีขึ้น และร่างกายของเราก็จะแข็งแรงกว่าเดิม
5. กินอาหารดีมีประโยชน์ ผักสด ผลไม้ ปลา สัตว์ปีก และอาหารที่ทำจากธัญพืช งดหลีกเลี่ยงไขมันจากสัตว์ น้ำตาล เนื้อแดง และอาหารประเภทจานด่วน
6. แปรงฟันอย่างน้อยวันละ 2 ครั้ง จะรักษาฟันและเหงือกของเราให้แข็งแรง

4. ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

พ 2.1 ม.1/1 อธิบายวิธีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และพัฒนาการทางเพศอย่างเหมาะสม

ม.1/2 แสดงทักษะการปฏิเสธเพื่อป้องกันตนเองจากการถูกล่วงละเมิดทางเพศ

<p>1. พัฒนาการทางเพศของวัยรุ่น เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านเพศของวัยรุ่น โดยมีความสำคัญที่วัยรุ่นจะต้องเรียนรู้ เพื่อให้เข้าใจถึงภาวะการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นกับตนเองและผู้อื่น</p>	<p>ให้นักเรียนศึกษาข้อความด้านซ้ายมือให้เข้าใจ เพื่อเป็นพื้นฐานความรู้ในการตอบคำถาม ของกรอบข้อความต่อไป</p>
<p>2. อวัยวะสืบพันธุ์เพศชาย ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none">- ต่อมสร้างน้ำเลี้ยงอสุจิ มีขนาดเท่าเม็ดถั่วลันเตา หลังสารเมือกสำหรับหล่อเลี้ยง และส่งท่อเปิดเข้าสู่ท่อปัสสาวะในองคชาติ- ท่ออสุจิ เป็นทางเดินของน้ำอสุจิจากลูกอัณฑะสู่ท่อปัสสาวะ- ต่อมลูกหมาก มีหน้าที่สร้างน้ำเมือกหล่อเลี้ยงเชื้ออสุจิ- องคชาติ มีลักษณะเป็นท่อหรือหลอดตั้งอยู่เหนือลูกอัณฑะ ช่วยในการขับถ่ายปัสสาวะ- ลูกอัณฑะ มีลักษณะเล็กกลมจำนวน 2 ลูก บรรจุอยู่อย่างหลวมๆ ในถุงอัณฑะ เป็นแหล่งผลิตตัวอสุจิออกมา	<p>อ่านให้เข้าใจก่อนนะคะ อย่าเพิ่งรีบมากจนเกินไป</p>
<p>3. อวัยวะสืบพันธุ์เพศหญิง ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none">- มดลูก มีรูปร่างคล้ายลูกแพร์ ขนาดเท่ากำปั้น ภายในกลวงเป็นโพรง เป็นอวัยวะที่ตัวอ่อน ไข่เป็นที่ฝังตัวและเจริญเติบโตเป็นทารก- ท่อรังไข่ หรือปีกมดลูก เป็นทางขนส่งไข่ไปยังมดลูก- รังไข่ ทำหน้าที่ปล่อยไข่ออกมาเดือนละใบสลับข้างกัน- ปากมดลูก เป็นกล้ามเนื้อที่บีบตัวเข้าหากันเป็นจังหวะ และยืดตัวอย่างเต็มที่เพื่อให้ทารกเคลื่อนตัวผ่านออกไปในระหว่างคลอด- ช่องคลอด มีลักษณะแบนเรียบ สามารถขยายตัวได้เมื่อมีเพศสัมพันธ์ หรือเพื่อเปิดทางในการคลอดทารก	

<p>4. ต่อมควบคุมการเจริญเติบโตและพัฒนาการทางเพศ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none">- ต่อมไร้ท่อ ทำหน้าที่ผลิตฮอร์โมนต่างๆ ในร่างกาย เพื่อกระตุ้นและควบคุมให้พัฒนาการทางเพศเป็นไปอย่างปกติ	
---	--

<ul style="list-style-type: none"> - ต่อมเพศ ต่อมเพศชาย คือ ลูกอัณฑะ ทำหน้าที่ผลิตอสุจิ และผลิตฮอร์โมนเพศในเพศชาย ได้แก่ ฮอโมนแอนโดรเจน กระตุ้นลักษณะความเป็นชาย และฮอโมนเทสโทสเทอโรน กระตุ้นให้เกิดลักษณะเสียงห้าว กล้ามเนื้อใหญ่ มีรูปร่าง ทรวดทรงเป็นชาย ต่อมเพศหญิง คือ รังไข่ มีหน้าที่สำคัญ คือ ผลิตไข่หรือเซลล์สืบพันธุ์ของเพศหญิง ผลิตฮอโมน เพศหญิง 2 ประเภท คือ ฮอโมนเอสโตรเจน ช่วยกระตุ้น ให้เกิดลักษณะความเป็นหญิง และฮอโมนโปรเจสเทอโรน ทำหน้าที่กระตุ้นการสร้างมดลูกให้หนาขึ้นเพื่อรองรับการ ผังตัวของไข่ที่ผสมแล้ว และกระตุ้นการผลิตน้ำนมเมื่อมีทารก - ต่อมหมวกไต ทำหน้าที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการทางเพศ ทำ หน้าที่ผลิตฮอโมนและควบคุมความรู้สึทางเพศ ● หากต่อมหมวกไตทำงานผิดปกติ จะมีผลต่อพัฒนาการ ทางเพศของเด็กชายและเด็กหญิงอย่างไร 	
<p>5. การเปลี่ยนแปลงของร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ มีความสัมพันธ์กับพัฒนาการทางเพศ วัยรุ่นจึงควรยอมรับและ ปรับตัวให้สอดคล้องกับพัฒนาการทางเพศของแต่ละบุคคล</p> <ul style="list-style-type: none"> ● เพราะเหตุใด วัยรุ่นจึงจะต้องรู้จักยอมรับการเปลี่ยนแปลง ที่เกิดขึ้น 	
<p>6. ข้อปฏิบัติในการยอมรับและปรับตัวต่อพัฒนาการทางเพศ ได้แก่</p> <ul style="list-style-type: none"> - ศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับเรื่องเพศ - ยอมรับต่อการเปลี่ยนแปลงว่าเป็นเรื่องธรรมชาติ - รู้จักปฏิบัติตนให้เหมาะสมต่อตนเองและเพศตรงข้าม - รู้จักทักษะในการแก้ปัญหาทางเพศ - หากิจกรรมหรืองานอดิเรกทำ - ดูแลสุขภาพอนามัยของตนเองให้ถูกต้อง - เมื่อมีปัญหาเรื่องเพศควรปรึกษาพ่อแม่ หรือผู้ใหญ่ที่ ไว้วางใจ 	

ลักษณะของพฤติกรรม การล่วงละเมิดทางเพศ



1. การล่วงละเมิดทางเพศด้วยวาจา

เป็นการกระทำอนาจารต่อบุคคลอื่นด้วยคำพูด เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนเองในเรื่องเพศ ถือว่าเป็นการกระทำที่ไม่รุนแรง เช่น การวิพากษ์วิจารณ์หน้าตาของผู้อื่นที่สื่อไปในทางลามกอนาจาร การตามจับหรือพูดจาเกี้ยวพาราสี การเล่าเรื่องตลกลามก เรื่องสองแง่สองง่ามในเรื่องเพศ การใช้คำพูดทะลึ่งโลมหยาบคายเรื่องเพศ การใช้คำพูดเพื่อกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ การใช้โทรศัพท์พูดคุยเรื่องเพศ ลวนลาม หรือกระตุ้นอารมณ์ทางเพศ

2. การล่วงละเมิดทางเพศด้วยการกระทำที่ไม่ถูกเนื้อต้องตัว

เป็นการกระทำอนาจารต่อบุคคลอื่นด้วยการกระทำต่างๆ อาจจะใช้สายตา การอวดอวัยวะเพศ ตลอดจนการใช้สื่อต่างๆ เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนเองในเรื่อง เพศ เช่น การจ้องมองบริเวณของสงวนของผู้อื่น เช่น หน้าอก อวัยวะเพศ เป็นต้น การแอบดูหรือแอบถ่ายตามห้องน้ำ ห้องเปลี่ยนเสื้อผ้า ห้องนอน ห้องแต่งตัว บันไดเลื่อน หรือสถานที่ส่วนตัวอื่นๆ การอวดอวัยวะเพศ การอวดภาพที่สื่อไปในทางลามกอนาจาร การเผยแพร่สื่อลามก การแพร่ภาพลามกอนาจารทางอินเทอร์เน็ต

3. การล่วงละเมิดทางเพศที่เป็นการกระทำอย่างชัดเจน

เป็นการกระทำอนาจารด้วยการกระทำอย่างชัดเจนโดยการถูกเนื้อต้องตัวร่างกายบุคคลอื่นที่ไม่ยินยอมพร้อมใจ เพื่อสนองความพึงพอใจของตนเองในเรื่องเพศ การแตะเนื้อต้องตัวโดยที่บุคคลอื่นไม่พึงประสงค์ เช่น การเสียดสีร่างกาย การแตะเนื้อต้องตัว การกระทำอนาจาร เช่น กอด จูบ ลูบ คลำ เป็นต้น ซึ่งเป็นการแสดงความใคร่ทางเพศ การขอมิเพศสัมพันธ์ การถูกบังคับให้มีเพศสัมพันธ์ การข่มขืน





หน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือแก่ ผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศ

ในปัจจุบันมีหน่วยงานที่ให้ความช่วยเหลือผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศมากมายทั้งที่เป็นหน่วยงานของรัฐบาลและเอกชนซึ่งผู้ถูกล่วงละเมิดทางเพศสามารถขอใช้บริการได้โดยติดต่อไปตามที่อยู่ของหน่วยงานนั้นๆ เช่น

๑. หน่วยงานราชการ ได้แก่

- ♥ สถานีตำรวจทุกแห่ง
- ♥ สายด่วน ๑๓๐๐ ของกระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์
- ♥ สำนักงานพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ ทุกจังหวัด
- ♥ ศูนย์ให้คำปรึกษาปัญหาเยาวชนและครอบครัว สถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนกลาง กระทรวงยุติธรรม ถนนแจ้งวัฒนะ ต.คลองเกลือ อ.ปากเกร็ด จ.นนทบุรี ๑๑๑๒๐ โทรศัพท์ ๐-๒๒๒๒-๑๑๙๔-๕, ๐-๒๒๒๑-๓๑๖๑-๗/๐ ต่อ ๐๖๙-๙, ๖๑๐, ๖๑๕

- ♥ กองกำกับการสวัสดิภาพเด็กและเยาวชน สำนักงานตำรวจแห่งชาติ ๑ ถนนราชดำเนินนอก แขวงโสมนัส เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย กรุงเทพมหานคร ๑๐๑๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๒๙๑-๑๔๔๙

- ♥ กองคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงแรงงานและสวัสดิการสังคม สถานสงเคราะห์เด็กบ้านราชวิถี ถนนราชวิถี แขวงทุ่งพญาไท เขตราชเทวี กรุงเทพมหานคร ๑๐๔๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๒๔๖-๘๖๕๒, ๐-๒๒๔๗-๙๔๘๕

- ♥ สำนักพัฒนาบริการท่องเที่ยว กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา สนามกีฬาแห่งชาติ ถ.พระราม ๑ วังใหม่ เขตปทุมวัน กรุงเทพฯ ๑๐๓๓๐ โทรศัพท์ ๐-๒๒๑๙-๔๐๑๐-๑๗

๒. หน่วยงานเอกชน ได้แก่

- ♥ มูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ๑๘๕/๑๖ ถนนจรัลสนิทวงศ์ ๑๒ แขวงท่าพระ เขตบางกอกใหญ่ กรุงเทพมหานคร ๑๐๖๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๔๑๒-๑๑๙๖, ๐-๒๔๑๒-๐๗๓๙

- ♥ ศูนย์กนิษฐ์นารี สมาคมส่งเสริมสถานภาพสตรีในพระอุปถัมภ์ พระเจ้าวรวงศ์เธอ พระองค์เจ้าโสมสวลี พระวรราชาทินัดดามาตุ เลขที่ ๕๐๑/๑ ถ.เดชะตุงคะ แขวงสีกัน เขตดอนเมือง กรุงเทพมหานคร โทรศัพท์ ๐๒-๙๒๙-๒๒๒๒ หรือ E-mail : admin@spsw-thailand.org

- ♥ มูลนิธิเพื่อนหญิง ๓๘๖/๖๑-๖๒ ซ.รัชดาภิเษก ๔๒ (ซอยเฉลิมสุข) ถ.รัชดาภิเษก แขวงลาดยาว เขตจตุจักร กรุงเทพมหานคร ๑๐๙๐๐ โทรศัพท์ ๐-๒๕๑๓-๑๐๐๑

5. ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

6. ตัวชี้วัด/ผลการเรียนรู้

