



วันที่ 11 กุมภาพันธ์ 2563

เรื่อง ขอเชิญเข้าร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิตครั้งที่ 40

เรียน ผู้ปกครองทุกท่าน

โรงเรียนเลิศหล้า ถนนเกษตร-นวมินทร์ จัดโครงการ “เลิศหล้า มหากุศล” โดยร่วมกับสาขา ศูนย์บริการโลหิตแห่งชาติ สภากาชาดไทย โรงพยาบาลภูมิพลอดุลยเดช กรมแพทย์ทหารอากาศ (พอ.) จัดหน่วยรับบริจาคโลหิตภายในโรงเรียนเลิศหล้า ถนนเกษตร-นวมินทร์ เพื่ออำนวยความสะดวกให้กับท่าน ผู้ปกครองและชุมชนใกล้เคียง โดยไม่ต้องเดินทางไกล

ปัจจุบันสภากาชาดไทย อยู่ในสภาวะขาดโลหิตเป็นจำนวนมาก ในการนำไปช่วยเหลือผู้ป่วย ผู้ประสพภัย รวมทั้งช่วยเหลือหน่วยงานต่าง ๆ จึงขอเชิญชวนผู้ปกครองที่มีน้ำหนักตัวตั้งแต่ 45 กิโลกรัมขึ้นไป เข้าร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิตใน **วันศุกร์ที่ 21 กุมภาพันธ์ 2563 เวลา 09.00-14.00 น. ณ อาคารอิมเนเซียม โรงเรียนเลิศหล้า ถนนเกษตร-นวมินทร์** สำหรับผู้ปกครองที่มีกิจการ บริษัท ห้าง ร้าน สามารถเชิญชวนบุคลากรในหน่วยงานของท่าน เข้าร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิตในครั้งนี้ได้ค่ะ

**อาหารตามกรุ๊ปเลือด**

กรุ๊ป	ชื่อ	ระบบย่อยอาหาร	คำแนะนำ
A	พอกมังสรีรีด	ระบบย่อยอาหารไม่โต โดยเฉพาะเนื้อสัตว์	ผลไม้, ผัก, ปลา, นม, ไข่แดง, เนื้อสัตว์
B	พอกพลมพลาบ	ระบบย่อยค่อนข้างสมดุลที่สุด	ผัก, นม, ไข่ขาว, เนื้อสัตว์, ผลไม้
O	พอกโปรตีน	ย่อยเนื้อสัตว์ได้ดี แต่ระบบย่อยอาหารไม่โต อ้วนง่าย	เนื้อสัตว์, ปลา, นม, ไข่แดง, ผลไม้
AB	พอกลูกผสม	กินอาหารเหมือนกรุ๊ป A และ B	เนื้อสัตว์, ปลา, นม, ไข่ขาว, ผลไม้



ใบตอบรับ (กรุณาส่งใบตอบรับ ไม่เกินวันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2563)

ข้าพเจ้า.....ผู้ปกครอง ด.ญ./ด.ช.....ชั้น.....

ได้รับจดหมายเรื่อง กิจกรรมบริจาคโลหิตครั้งที่ 40 เรียบร้อยแล้วมีความประสงค์ดังนี้

- ผู้ปกครองเข้าร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิต จำนวน.....คน และเชิญชวนบุคลากรจากบริษัท ห้าง ร้าน เข้าร่วมเพิ่มเติมอีกจำนวน.....คน
- ไม่เข้าร่วมกิจกรรมบริจาคโลหิต

(คุณครูรวบรวมนำส่งฝ่ายพัฒนาและอาคารสถานที่ ที่ห้องธุรการ)

February 11<sup>th</sup>, 2020

Subject The 40<sup>th</sup> Blood Donation Invitation

Dear Parents and Guardians

According to the Thai Red Cross, Thailand is facing a health emergency due to a shortage of blood. This could cause major problems, including surgeons forced to forgo procedures for patients due to lack of blood donations.

Lertlah School Kaset-Nawamin Road, in cooperation with the Thai Red Cross Society, would like to invite parents and teachers to participate in the 40<sup>th</sup> Blood Donation on Friday, February 21<sup>st</sup>, 2020, during 9:00-14:00. There will be a mobile blood unit under the gymnasium at our school. Donors must weigh no less than 45 kilograms and be in good health. We hope to see a lot of donors come together for this good cause.



## The 40<sup>th</sup> Blood Donation at Lertlah School Kaset-Nawamin Road

(Please return this slip to the homeroom teacher by February 17<sup>th</sup>, 2020)

I,....., parent of.....Class.....,

have acknowledged the newsletter "The 40<sup>th</sup> Blood Donation" and decided to :

- Join to make the blood donation .....person(s)
- Not join to make the blood donation