



ข่าวสารตลาดแรงงาน

ฉบับที่ 78 ประจำเดือนมีนาคม 2567

World Day for Water

22 MARCH



สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต

Phuket Provincial Employment Office



PHUKET RUN SERIES 2024

ภูเก็ต พระใหญ่

สกาย รัน

PHUKET BIG BUDDHA SKY RUN

17 มีนาคม 2024

วัดพระใหญ่ ยอดเขานาคเกิด จ.ภูเก็ต

4K



PHUKET
BIG BUDDHA



PHUKETBIGBUDDHASKYRUN

ทักทายก่อนเปิดเล่ม

ข่าวสารตลาดแรงงาน สำนักงานจัดหางาน จังหวัดภูเก็ต ฉบับนี้ มีข่าวสารที่เป็นประโยชน์ นำมาฝากมากมาย สามารถอ่านได้ทุกเพศ ทุกวัย

สำหรับผู้ว่างงาน นักศึกษาจบใหม่ ประชาชนทั่วไป ที่ต้องการเปลี่ยนงาน สนใจหา ข้อมูลตำแหน่งงานว่าง ทั้งในและต่างประเทศ หรือต้องการประกอบอาชีพอิสระ สามารถเข้ามาใช้บริการด้วยตนเอง และให้คำปรึกษา การจ้างแรงงานต่างด้าว ณ สำนักงานจัดหางาน จังหวัดภูเก็ต

นอกจากนี้ สามารถลงทะเบียนหางาน ออนไลน์ได้ด้วยตนเอง โดยผ่านเว็บไซต์ e-service.doe.go.th หรือดูตำแหน่งงานผ่านทาง เพจ Facebook สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต

“บริการด้วยใจ เพื่อคนไทยมีงานทำ”

บรรณาธิการ

สารบัญ

- ☞ การให้บริการจัดหางานในประเทศโดยรัฐ 2
- ☞ การจำแนกตามอาชีพ และวุฒิการศึกษา 3
- ☞ การบริการผู้ประกันตนกรณีว่างงาน 4
- ☞ การไปทำงานต่างประเทศ 5
- ☞ การทำงานของคนต่างด้าว 6 - 8
- ☞ SINGLE WINDOW 9
- ☞ SMART NEWS 10
- ☞ ข่าวสารแรงงาน 11
- ☞ มุมอาชีพอิสระ 12
- ☞ วาไรตี้ คนกับงาน 13
- ☞ อ่าน เรื่อย เปื่อย 14
- ☞ FUD FIT FOR FI 15
- ☞ PHUKET TOURS 16



การให้บริการจัดหางานในประเทศไทยโดยรัฐ

ณ สำนักงานจัดหางานจังหวัดฉะเชิงเทรา (ปีงบประมาณ 2567)



ความต้องการแรงงาน ผู้สมัครงาน และมีงานทำ จังหวัดฉะเชิงเทรา



ความต้องการแรงงาน

ยอดสะสม : 7,467

ก.พ.67 : 1,525

ก.พ.66 : 1,808



ลดลง 15.65%

ผู้สมัครงาน

ยอดสะสม : 1,269

ก.พ.67 : 194

ก.พ.66 : 479



ลดลง 59.50%

มีงานทำ

ยอดสะสม : 1,100

ก.พ.67 : 344

ก.พ.66 : 461



ลดลง 25.38%

นายจ้าง/สถานประกอบการ ที่ต้องการแรงงาน (อัตรา)

1. การขายส่ง - ขายปลีก

528

2. อสังหาริมทรัพย์

300

3. ข้อมูลข่าวสารและการสื่อสาร

296

4. โรงแรมและบริการด้านอาหาร

267

5. กิจกรรมวิชาชีพ/วิทย์/วิชาการ

106

6. อื่น ๆ

28

นายจ้าง/สถานประกอบการ ที่ได้รับคนเข้าทำงาน (คน)

1. การขายส่ง - ขายปลีก

175

2. โรงแรมและบริการด้านอาหาร

49

3. การก่อสร้าง

39

4. ข้อมูลข่าวสารและการสื่อสาร

36

5. อสังหาริมทรัพย์

32

6. อื่น ๆ

13



การจำแนกตามประเภทอาชีพ และวุฒิการศึกษา

ณ สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต

ความต้องการแรงงาน ประเภทอาชีพ	อัตรา
1. พนักงานบริการ/ขาย	429
2. เสมียน เจ้าหน้าที่	381
3. ช่างเทคนิค	282
4. อาชีพงานพื้นฐาน	186
5. ผู้จัดการ	116
6. อื่น ๆ	131



ความต้องการแรงงาน (อัตรา)

ประเภทวุฒิการศึกษา

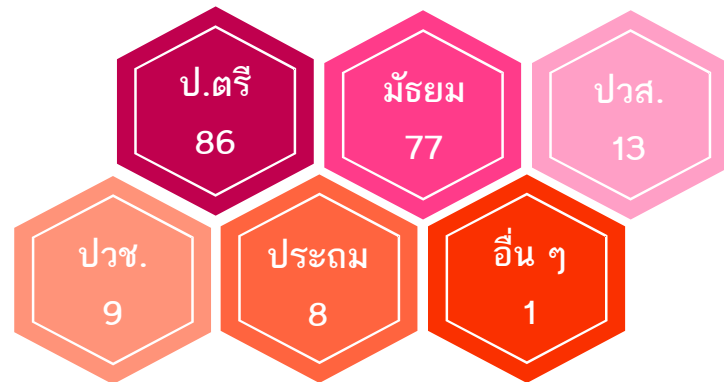


ผู้สมัครงาน ประเภทอาชีพ	คน
1. ช่างเทคนิค	54
2. อาชีพงานพื้นฐาน	49
3. เสมียน เจ้าหน้าที่	43
4. พนักงานบริการ/ขาย	18
5. ผู้ประกอบวิชาชีพ	15
6. อื่น ๆ	15



ผู้สมัครงาน (คน)

ประเภทวุฒิการศึกษา

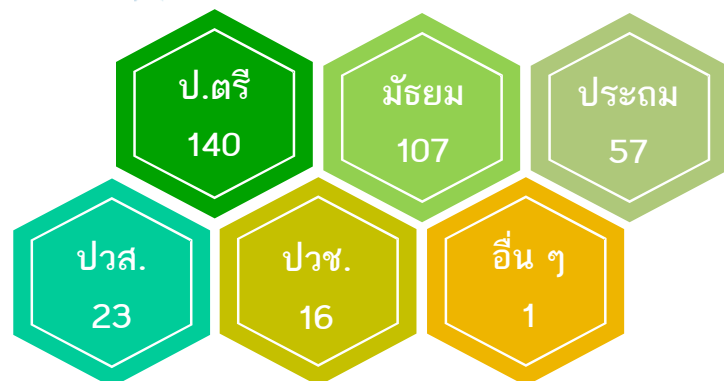


มีงานทำ ประเภทอาชีพ	คน
1. อาชีพงานพื้นฐาน	92
2. ช่างเทคนิค	76
3. พนักงานบริการ/ขาย	65
4. เสมียน เจ้าหน้าที่	62
5. ผู้ปฏิบัติงานในโรงงาน	22
6. อื่น ๆ	27



มีงานทำ (คน)

ประเภทวุฒิการศึกษา





ขึ้นทะเบียนผู้ประกันตนกรณีว่างงาน
จำแนกตามถูกเลิกจ้าง ลาออก



ณ สำนักงานจัดหางานจังหวัดฉะเชิงเทรา

ขึ้นทะเบียน

ก.พ.67 : 589

ก.พ.66 : 642

ถูกเลิกจ้าง

ก.พ.67 : 51

ก.พ.66 : 284

ลาออก

ก.พ.67 : 538

ก.พ.66 : 358



ลดลง 8.26%



ลดลง 82.04%



เพิ่มขึ้น 50.28%

รายงานตัวกรณีว่างงาน
(คนไทย)



1,407 คน



608 คน



799 คน

ผู้ประกันตนกรณีว่างงาน
(ต่างชาติ)

★ ขึ้นทะเบียน 1 คน

เลิกจ้าง 0 คน

ลาออก 1 คน

★ รายงานตัว 12 คน



แรงงานไทยในจังหวัดภูเก็ตที่ได้รับอนุญาต ให้เดินทางไปทำงานต่างประเทศ ประจำเดือน กุมภาพันธ์ 2567 จำนวน 19 คน

จำนวนคนหางานที่ได้รับอนุญาตให้เดินทาง
ไปทำงานต่างประเทศ จำแนกตามวิธีการเดินทาง

เปรียบเทียบ	RE-ENTRY	เดินทางด้วยตนเอง
ปี 2566	13	3
ปี 2567	15	4

หน่วย : คน

ผู้สมัครงานที่แจ้งความประสงค์หางานต่างประเทศ
จำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	เพศชาย	เพศหญิง	รวม
ประถมศึกษา	5	-	5
มัธยมศึกษา	6	1	7
ปวช./ ปวส./ อนุปริญญา	3	2	5
ปริญญาตรี	1	1	2
ปริญญาโท	-	-	-
รวม	15	5	19

หน่วย : คน

ติดตามข่าวสารตำแหน่งงานต่างประเทศได้ที่

www.doe.go.th/phuket

www.facebook.com/doe.phuket



ประเทศที่คนหางานเดินทางไปทำงาน
มากที่สุด 4 อันดับ

1. สหรัฐอเมริกา 11 คน
2. อินโดนีเซีย 4 คน
3. อิตาลี 1 คน
4. ไชปรัส 1 คน

ประเทศอื่น ๆ 2 คน

ตำแหน่งงานที่คนหางานเดินทางไปทำงาน
มากที่สุด 4 อันดับ

1. ช่างเทคนิค 5 คน
2. ช่างประกอบท่อ 3 คน
3. กัปตันเรือ 3 คน
4. พนักงานนวดสปา 2 คน

ตำแหน่งงานอื่น ๆ 6 คน

คนต่างด้าวจดทะเบียนและขออนุญาตทำงานในจังหวัดภูเก็ต
รวมทั้งสิ้น 102,549 คน

★ คนต่างด้าวทั่วไป (Work Permit) 13,535 คน ★

มาตรา 59
(ชั่วคราว)
12,897 คน

มาตรา 62
(ส่งเสริมการลงทุน)
471 คน

มาตรา 63/1
(ชนกลุ่มน้อย)
167 คน

★ แรงงานต่างด้าว 4 สัญชาติ 89,014 คน ★

มติ 5 ก.ค. 65
เมียนมา ลาว กัมพูชา
และเวียดนาม
56,579 คน

มติ 3 ต.ค. 66
เมียนมา ลาว กัมพูชา
และเวียดนาม
30,052 คน

นำเข้า (MOU)
เมียนมา ลาว กัมพูชา
และเวียดนาม
2,383 คน



จำนวนแรงงานต่างด้าวที่ได้รับอนุญาตทำงาน จำแนกตามสัญชาติและอำเภอ

อำเภอ	รวม	เมียนมา		ลาว		กัมพูชา		เวียดนาม	
		ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
เมืองภูเก็ต	54,815	31,801	21,987	303	362	110	68	90	94
ถลาง	17,898	10,651	6,856	119	149	30	28	37	28
กะทู้	16,301	9,506	6,521	77	86	27	24	32	28
รวมทั้งสิ้น	89,014	51,958	35,364	499	597	167	120	159	150
		87,322		1,096		287		309	



ข้อมูลคนต่างด้าวที่ได้รับอนุญาตให้ทำงาน

(ม.59,67,69 ม.62 ม.63/1)



จำนวนคนต่างด้าวที่ได้รับอนุญาตให้ทำงาน

รวม 13,535 คน



เพศชาย

10,024 คน



เพศหญิง

3,511 คน

ประเภทชั่วคราว ตามมาตรา 59,67,69	จำนวน 12,897 คน
ประเภทส่งเสริมการลงทุน ตามมาตรา 62	จำนวน 471 คน
ประเภทชนกลุ่มน้อย ตามมาตรา 63/1	จำนวน 167 คน

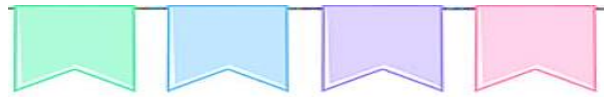


จำแนกตามอำเภอ

อำเภอเมือง 7,960 คน

อำเภอกะทู้ 3,113 คน

อำเภอถลาง 2,462 คน



จำนวนสถานประกอบการทั้งหมด

รวม 6,258 คน

จำแนกตามตำแหน่งงาน

1. ผู้จัดการฝ่ายต่าง ๆ	4,679 คน
2. ประธานกรรมการ	3,345 คน
3. เจ้าหน้าที่สำนักงาน	2,015 คน
4. ครู	1,184 คน
5. ผู้ปรุงอาหาร	422 คน
6. ผู้ฝึกสอนกีฬา	265 คน
ตำแหน่งงานอื่น ๆ	1,625 คน

รวม 13,535 คน

จำแนกตามสัญชาติ

1 รัสเซีย	3,726	คน
2 ฟิลิปปินส์	1,300	คน
3 อังกฤษ	1,099	คน
4 จีน	1,040	คน
5 ฝรั่งเศส	786	คน
6 อินเดีย	647	คน
7 อิตาลี	442	คน
8 อเมริกา	401	คน
9 ออสเตรเลีย	392	คน
10 เยอรมัน	370	คน
11 ยูเครน	318	คน
12 เกาหลี	190	คน
13 สวีเดน	189	คน
14 ญี่ปุ่น	116	คน
15 เมียนมา	107	คน
สัญชาติอื่น ๆ	2,412	คน

รวม 13,535 คน



จำแนกตามประเภทกิจการ

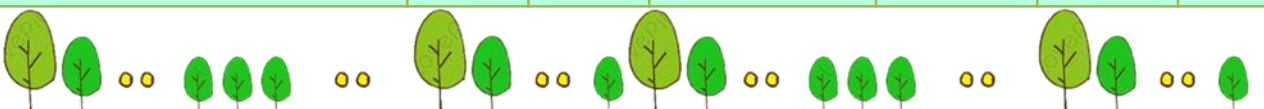
1 การดำเนินงานด้านอสังหาริมทรัพย์	2,242	คน
2 โรงแรม	1,435	คน
3 โรงเรียน	1,378	คน
4 ร้านขายอาหารและเครื่องดื่ม	1,236	คน
5 การให้คำปรึกษาทางธุรกิจและการจัดการ	966	คน
6 ตัวแทนธุรกิจท่องเที่ยวและผู้จัดนำเที่ยว	713	คน
7 สถานบริการด้านกีฬา (ดำน้ำ, วินด์เซิร์ฟ, กอล์ฟ, เทนนิส)	268	คน
8 ขายปลีกสินค้าอื่น ๆ	235	คน
9 สถานประกอบการที่เกี่ยวข้องกับคอมพิวเตอร์	193	คน
10 สถานที่พักอื่น ๆ (เกสต์เฮ้าส์, หอพัก, ห้องเช่า)	133	คน
ประเภทกิจการอื่น ๆ	4,736	คน

รวม 13,535 คน



สรุปข้อมูลนายจ้างและแรงงานต่างด้าว 4 สัญชาติ ที่ได้รับอนุญาตทำงานในจังหวัดภูเก็ต

ประเภทกิจการ	รวม นายจ้าง	รวม ต่างด้าว	เมียนมา		ลาว		กัมพูชา		เวียดนาม	
			ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง	ชาย	หญิง
1. ประมง	78	1,652	1,597	15	12	3	25	0	0	0
2. ต่อเนื่องประมงทะเล	33	281	131	142	1	2	2	3	0	0
3. เกษตรและปศุสัตว์	390	2,151	1,177	786	115	66	1	2	3	1
4. กิจการก่อสร้าง	3,534	43,039	27,969	14,726	89	70	98	78	4	5
5. งานบ้าน	1,819	2,005	296	1,554	10	112	7	8	1	17
6. กิจการต่อเนื่องการเกษตร	132	446	289	142	8	7	0	0	0	0
7. ต่อเนื่องปศุสัตว์โรงฆ่าสัตว์ชำแหละ	7	32	22	10	0	0	0	0	0	0
8. กิจการรีไซเคิล	70	555	355	192	4	1	2	1	0	0
9. เหมืองแร่/เหมืองหิน	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
10. จำหน่ายผลิตภัณฑ์โลหะ	50	467	393	68	4	2	0	0	0	0
11. จำหน่ายอาหารและเครื่องดื่ม	2,162	12,639	5,559	6,740	72	142	4	4	65	53
12. ผลิตหรือจำหน่ายผลิตภัณฑ์จากดิน	3	8	4	4	0	0	0	0	0	0
13. ผลิตหรือจำหน่ายวัสดุก่อสร้าง	151	951	708	236	2	2	2	1	0	0
14. แปรรูปหิน	4	10	10	0	0	0	0	0	0	0
15. ผลิตหรือจำหน่ายเสื้อผ้าสำเร็จรูป	338	1,187	588	567	2	7	2	6	5	10
16. ผลิตหรือจำหน่ายผลิตภัณฑ์พลาสติก	6	41	26	15	0	0	0	0	0	0
17. ผลิตหรือจำหน่ายผลิตภัณฑ์กระดาษ	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0
18. ผลิตหรือจำหน่ายผลิตภัณฑ์อิเล็กทรอนิกส์	22	201	152	49	0	0	0	0	0	0
19. ขนถ่ายสินค้าทางบก น้ำ คลังสินค้า	34	250	204	45	0	1	0	0	0	0
20. คำส่ง คำปลีก แผงลอย	1,174	5,776	3,215	2,308	71	55	2	1	70	54
21. ตู้ซ่อมรถ ล้าง อัดฉีด	49	377	270	103	1	0	0	0	3	0
22. สถานีบริการน้ำมัน แก๊ส เชื้อเพลิง	21	87	56	26	2	3	0	0	0	0
23. สถานศึกษา มูลนิธิ สมาคม สถานพยาบาล	37	459	264	190	1	4	0	0	0	0
24. การให้บริการต่าง ๆ	1,748	16,075	8,497	7,297	105	120	22	16	8	10
25. แปรรูปสัตว์น้ำ	21	323	175	148	0	0	0	0	0	0
26. งานผู้ประสานงานด้านภาษากัมพูชา ลาว หรือเมียนมา	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0
รวมทั้งสิ้น	11,885	89,014	51,958	35,364	499	597	167	120	159	150
	11,885	89,014	87,322		1,096		287		309	





SINGLE WINDOW FOR VISA & WORK PERMIT PROJECT

ลำดับ	ประเภทกิจการ	บรรจุใหม่	ขยายระยะเวลา	เปลี่ยนแปลง	จำนวนคนต่างด้าว	จำนวนนายจ้าง
1	บริหารการขายการตลาด	146	271	0	417	1
2	โรงแรม	347	218	0	565	8
3	ฟิฟิธภัณฑ์สัตว์น้ำ	48	15	0	63	2
4	กิจการพาณิชย์อิเล็กทรอนิกส์	25	11	0	36	4
5	ผลิตซอฟต์แวร์	173	117	5	295	3
6	กิจการพัฒนาซอฟต์แวร์	61	33	0	94	8
7	ผลิต ผลิตภัณฑ์จากยางพาราเพื่อการส่งออก	9	2	0	11	1
8	บริการเตาเผาขยะและขายผลผลิตอันเกิดจากขยะ	10	15	0	25	1
9	บริหารการขายห้องพัก	28	0	0	28	1
10	ผลิตและจัดหาอวัยวะเทียมและเปลือก	1	3	0	4	1
11	สวนน้ำสวนสนุก	2	4	0	6	1
12	กิจการผลิตเครื่องกีฬาหรือชิ้นส่วน	2	2	0	4	1
13	บริหารงานด้านธุรกิจ	8	3	0	11	4
14	เดินเรือท่องเที่ยวให้เช่าเรือท่องเที่ยว	2	1	0	3	1
15	การสื่อสารและโทรคมนาคม	25	101	0	126	2
16	กิจการฟื้นฟูสุขภาพ	2	1	0	3	1
17	ผลิตอาหารส่งสายการบิน	1	0	0	1	1
18	ผลิตและจำหน่ายใบเรือ	2	2	0	4	1
19	แปรรูปสัตว์น้ำ	2	0	0	2	1
20	ผลิตถุงมือยาง	20	0	0	20	1
21	ขายส่งสินค้าหลายชนิด	35	19	0	54	1
22	ประเภทกิจการอื่น ๆ	46	37	0	83	21
ยอดรวม		995	855	5	1,855	66



1,274 ราย



581 ราย

รัสเซีย 343 ราย

ฝรั่งเศส 96 ราย

ญี่ปุ่น 66 ราย

จีน 262 ราย

อินโดนีเซีย 86 ราย

อเมริกัน 54 ราย

มาเลเซีย 96 ราย

ออสเตรเลีย 72 ราย

สิงคโปร์ 22 ราย

สัญชาติอื่น ๆ (เดนมาร์ก , ไต้หวัน , อินเดีย , สวีเดน) 758 ราย



สทศ. เวิร์กช็อปเปิด 3 แอปฯ เพื่อคนพิการ เน้นเข้าถึงลดเหลื่อมล้ำ-สร้างโอกาส

สทศ. เวิร์กช็อป...

<https://www.bangkokbiznews.com/tech/gadget/1113049>

สทศ. (สำนักงานคณะกรรมการดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ) ได้ตระหนักถึงความสำคัญในการพัฒนาและให้นำเทคโนโลยีมาใช้เป็นเครื่องมือสนับสนุนการพัฒนาประเทศในทุกมิติ โดยให้ความสำคัญกับการขับเคลื่อนผ่านเครื่องมือและกลไกต่าง ๆ เพื่อส่งเสริมการใช้เทคโนโลยีดิจิทัลให้แก่คนพิการและผู้ด้อยโอกาส ซึ่งมีแอปพลิเคชันใหม่ที่เปิดตัว ได้แก่

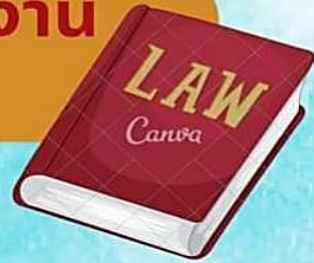
1. Service for all : ระบบศูนย์รวมการบริการจากคนพิการทุกประเภท
2. E-mart for all : ระบบอี-คอมเมิร์ซเพื่อสนับสนุนการซื้อสินค้าจากคนพิการทุกประเภท
3. Show for all : ระบบศูนย์รวมการแสดงความสามารถจากคนพิการทุกประเภท

โดยทั้ง 3 แอปพลิเคชันนี้ อยู่ในแอปพลิเคชันหลัก คือ D4D APP PORTAL ศูนย์รวมแอปพลิเคชันของคนพิการของ สทศ. และยังมีแอปพลิเคชันที่พร้อมใช้งานอีก 4 แอปพลิเคชัน ได้แก่

1. InfoPage for ALL : ระบบศูนย์รวมข้อมูลศูนย์ให้การสนับสนุนเพื่อคนพิการในการกำกับของหน่วยงานที่สนับสนุนคนพิการทุกประเภท
2. My Mood For All : ระบบประเมินสุขภาพทางจิต
3. eCard Practice for ALL : ระบบการเรียนรู้คำศัพท์ 3 ภาษา
4. eLearning for ALL : ระบบศูนย์รวมหลักสูตรฝึกอบรมและฝึกอาชีพเพื่อคนพิการทุกประเภท เพื่อให้ตอบสนองความต้องการของกลุ่มคนพิการให้ได้มากที่สุด



ข้อกฎหมายควรรู้ก่อนไปทำงาน ต่างประเทศ



มาตรา 62

คนหางานซึ่งเดินทางออกไปนอกราชอาณาจักรจะต้องเดินทางออกไปโดย**ผ่านทางด่านตรวจคนหางาน** และต้องยื่นรายการต่อพนักงานเจ้าหน้าที่ตามแบบที่อธิบดีกรมการจัดหางานประกาศกำหนด ณ ด่านดังกล่าวตามพระราชบัญญัติจัดหางานและคุ้มครองคนหางาน พ.ศ. 2528 และที่แก้ไขเพิ่มเติม

ฝ่าฝืนมีโทษ

ผู้ใดไม่ปฏิบัติตามมาตรา 62 ต้องระวางโทษ จำคุกไม่เกิน 6 เดือน หรือปรับไม่เกิน 10,000 บาท หรือทั้งจำทั้งปรับตามมาตรา 87 แห่งพระราชบัญญัติจัดหางานและคุ้มครองคนหางาน พ.ศ. 2528 และที่แก้ไขเพิ่มเติม





มูมอาชีพอิสระ

วัตถุดิบ

- ข้าวเหนียว 2 1/2 ถ้วย
- มะพร้าวขูด 1/2 กิโลกรัม
- เกลือป่น 1 ช้อนชา
- น้ำตาลทราย 1/2 ถ้วย

วัตถุดิบใส่ไส้

- กุ้งชีแฮ้ 1/2 กิโลกรัม
- มะพร้าวขูดขาว 1 ถ้วย
- รากผักชี 2 ช้อนชา
- พริกไทยป่น 1/2 ช้อนชา
- เกลือป่น 1 1/2 ช้อนชา
- น้ำตาลทราย 1/4 ถ้วย
- ใบมะกรูดหั่นฝอย 1 ช้อนชา

วัสดุสำหรับห่อ

- ใบตองหรือใบจาก
- ไม้กลัด

วิธีทำ

- นำข้าวเหนียวมาแช่น้ำอุ่น 2-3 ชั่วโมง แล้วนำไปนึ่งจนสุก
- มะพร้าวขูดผสมน้ำอุ่นทีละน้อย คั้นให้ได้หัวกะทิ 1 ถ้วย
- ผสมหัวกะทิ น้ำตาลทราย เกลือ เข้าด้วยกัน ยกขึ้นตั้งไฟคนให้ละลาย ยกลง นำข้าวเหนียวที่นึ่งสุกแล้ว ผสมรวมกับหัวกะทิ คนให้เข้ากัน ปิดฝาพักไว้
- ปรุงรสใส่ โดยสับกุ้งและมะพร้าวเข้าด้วยกัน พักไว้ 1 ชั่วโมง รากผักชี พริกไทยให้ละเอียด นำไปผัดในกระทะที่ตั้งไฟกลาง โดยใส่น้ำเล็กน้อย ใส่กุ้งสับ ผัดให้หอมปรุงรสด้วยเกลือ น้ำตาล ผัดให้เข้ากัน ชิมให้ได้รสเค็มหวาน ยกลง ใส่ใบมะกรูดหั่นฝอย พักไว้ให้เย็น

ปาวหาล้าง

ปาวหาล้าง คือ ข้าวเหนียวปิ้งใส่มะพร้าวผสมกับกุ้งแห้งป่น และพริกไทย ห่อด้วยใบตองโดยการม้วนแล้วใช้ไม้กลัด กลัดทั้งหัวและท้าย แล้วนำไปปิ้งให้ข้าวเหนียวด้านนอกมีสีเหลือง น้ำตาลไหม้เล็กน้อย

ปาวหาล้างจะอร่อย ข้าวเหนียวต้องปิ้งอย่างพอเหมาะ คือ ตัวข้าวเหนียวด้านนอกต้องเกรียมนิด ๆ หากทานร้อน ๆ เนื้อข้าวเหนียวด้านนอกต้องกรอบนิด ๆ ตัวไส้มะพร้าวต้องทำจากมะพร้าวที่มันทึบ ที่เพิ่งขูดสด ๆ ร้อน ๆ รสจะมัน หวาน หอม ไส้ที่ผัดเรียบร้อยแล้วต้องมีกลิ่นหอมอ่อน ๆ จากกุ้งแห้งป่น และเผ็ดนิดหน่อยจากพริกไทย



- ตัดใบตอง หรือใบจากให้ได้ความยาว 8-10 นิ้ว ตักข้าวเหนียวใส่ 1 ช้อนโต๊ะ ตักไส้ใส่ แล้วตักข้าวเหนียวปิดหน้าอีก 1 ช้อนโต๊ะ ห่อปิด กลัดด้วยไม้กลัด หัว-ท้าย นำไปปิ้งให้สุกหอม ยกเสิร์ฟขณะร้อน ๆ

ปล. ขนาดรับประทาน 8 - 10 คน



#HOWTO



สวัสดีค่ะ มารู้จักวิธีเขียน Resume กันนะคะ



ประวัติโดยย่อ

ชื่อ นามสกุล อายุ และ
ข้อมูลพื้นฐานทั่วไปที่จำเป็น



ช่องทางติดต่อกลับ ที่สำคัญ

เบอร์โทรศัพท์ อีเมล
(โซเซียลมีเดียใส่ หรือไม่ใส่ก็ได้)



ประวัติการศึกษา หรือประวัติการทำงาน

ชื่อสถานศึกษา สาขาวิชาที่ศึกษา
และเกรดเฉลี่ย หรือ ชื่อสถานที่
ทำงาน และ ตำแหน่งงาน

▶ เป้าหมาย หรือจุดประสงค์ ของเรา

ให้บรรยายถึงความตั้งใจ หรือ เป้าหมาย
ในการสมัครงานๆ นี้

▶ ความสามารถ

ความสามารถในโปรแกรมต่างๆ ภาษา หรือทักษะพิเศษ
ที่ส่งเสริมงานที่สมัคร

▶ ข้อมูลอื่นๆ เพิ่มเติม

ในกรณีที่งานที่สมัครอาจต้องการข้อมูล หรือคุณสมบัติ
ที่แตกต่างออกไป เช่น รูปถ่าย คะแนนทดสอบทางภาษา
ต้องศึกษาก่อนเขียนให้ดี

▶ ผลงาน

ผลงานที่น่าสนใจ
และคัดเลือกมาแล้ว
ว่าสอดคล้องกับงาน
ที่สมัคร



เรซูเม่ไม่ต้องมี หลอดปลั๊กค่ะ

แนะนำให้ระบุนักความสามารถ
Bullet เป็นข้อๆ ดีกว่า



8 อาหารแก้แฮงค์

หนักมาแค่ไหนก็ช่วยได้



น้ำส้มคั้น



ไข่ต้ม ไข่ลวก



ช็อกโกแลต



แตงโม



น้ำเก๊กฮวย



น้ำขิง



กาแฟ



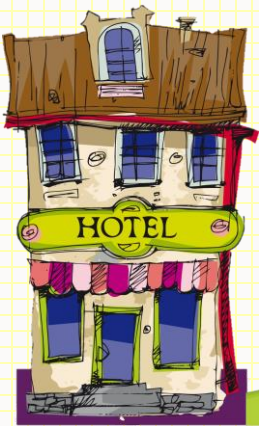
ซีเรียล





Chapter 28 (1)

Engnow สำนวนภาษาอังกฤษ เกี่ยวกับ ร้อน



To be off on your vacation หมายถึง ออกไปเที่ยวในวันหยุดของคุณ
My friends are off on their vacation in Italy at the moment.
เพื่อนของฉันไปเที่ยวที่อิตาลีในช่วงนี้

Travel on a shoestring หมายถึง เดินทางแบบมึงบ๋น้อย
While the surroundings are not luxurious,
this is a popular hotel for people traveling on a shoestring.
สภาพแวดล้อมไม่หรูหรา นี่เป็นโรงแรมยอดนิยมสำหรับผู้คนที่เดินทางแบบมึงบ๋นจำกััด

To take a shine to someone หมายถึง ชอบบางสิ่งหรือบางคนมาก
Mr. Green seemed to take a shine to her. นายกรีนดูเหมือนชอบเธอ

Thrown in at the deep end หมายถึง ตกอยู่ในสถานการณ์ยากลำบาก
I'll be honest. Jim was thrown in at the deep end. He didn't have anyone to train him in the new position
but I think he's done really well and proved that he can learn quickly on the job.

ขอมุดจากใจ จิมตกอยู่ในสถานการณ์ยากลำบาก ไม่มีใครฝึกอบรมเขาในตำแหน่งใหม่เลย
แต่ฉันคิดว่า เขาทำ (หน้าที่นั้น) ได้ดีจริง ๆ และยังสามารถพิสูจน์ได้ว่าเขาเรียนรู้งานได้เร็ว



A drop in the ocean หมายถึง จำนวนเล็กน้อย หากเปรียบเทียบกับสิ่งที่ต้องการหรือจำเป็น
The money sent by charity to help poverty in Africa is just a drop in the ocean.
They need far more than this.

เงินส่งมอบให้แก่การกุศลเพื่อช่วยเหลือความยากจนในทวีปแอฟริกา เป็นเพียงแต่เล็กน้อยเท่านั้น
พวกเขาต้องการมากกว่านี้



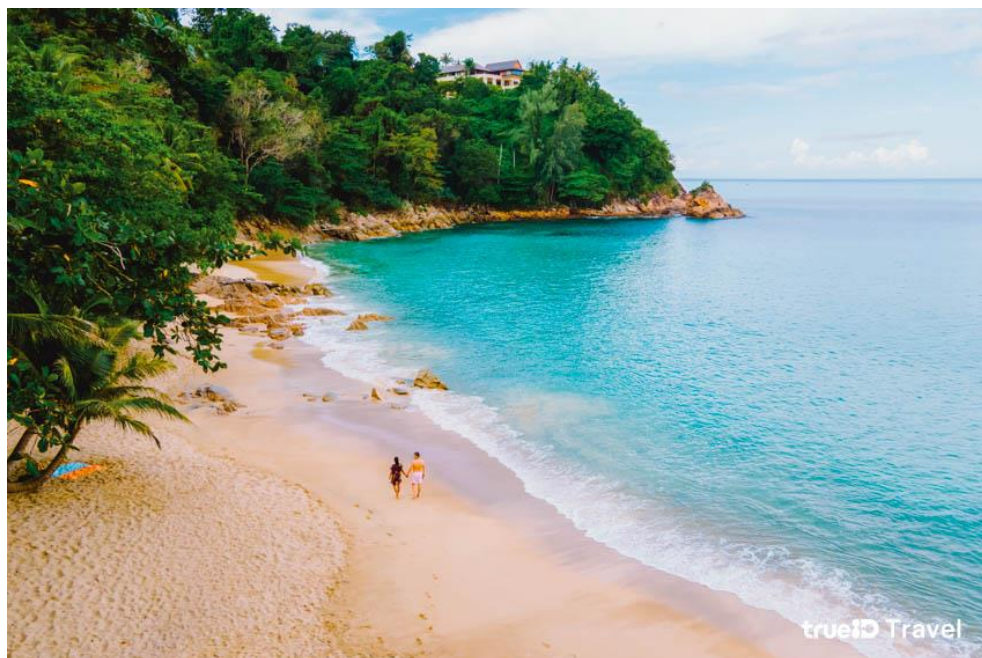
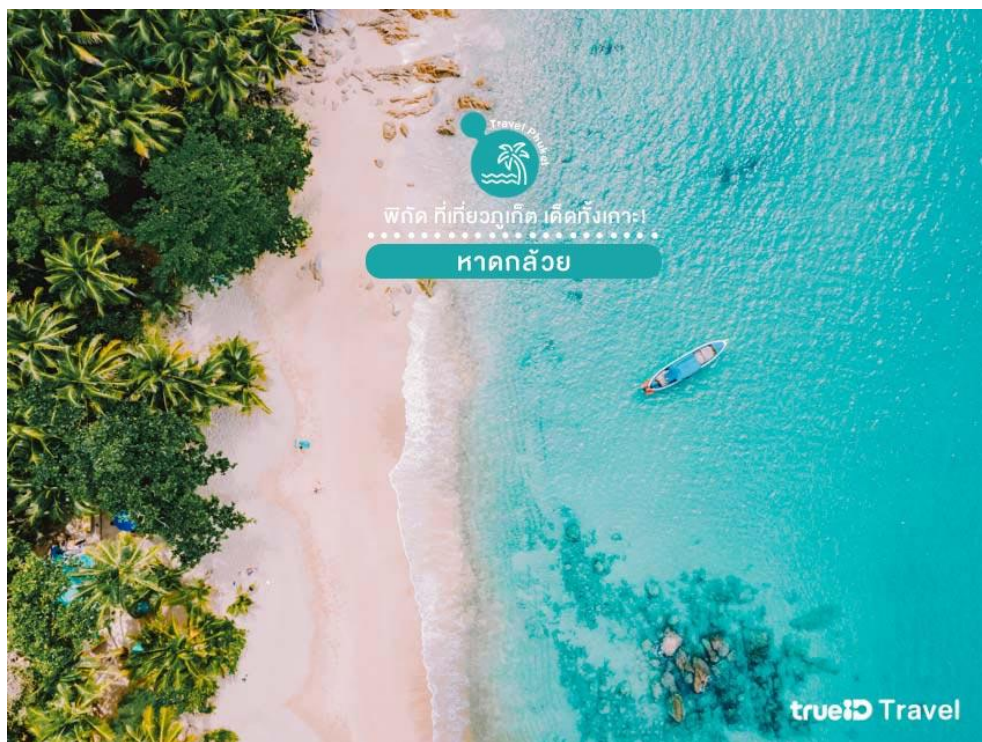
To make hay while the sun shines หมายถึง ทำ(บางอย่าง) ตอนมีโอกาส
The tourists won't be here forever, so we'd better make hay while the sun shines.
นักท่องเที่ยวคงจะไม่ได้อยู่ที่นี้ตลอดไป ดังนั้น ทำตอนมีโอกาสดีกว่านะ



To Be Continued...



ไข่มุกอันดามัน สวรรค์เมืองใต้ หาดทรายสีทอง สองวีรสตรี บารมีหลวงพ่อแช่ม



หาดกล้วย

(Bahaha Beach)

ชายหาดที่ตั้งอยู่ระหว่างหาดลาหยัน และหาดในทอน ตั้งอยู่ในบริเวณริมเชิงเขาเขียวสงบและน้ำทะเลก็ทั้งสวยใสมากที่เดียวค่ะ ไฮไลท์ของหาดแห่งนี้จะต่างกับหาดอื่น ๆ ตรงที่มีกองหินรูปร่างแปลกตาและธารน้ำจืดที่ไหลออกสู่ทะเล ทำให้เป็นจุดถ่ายรูปที่น่าสนใจมาก ๆ ที่เดียว ใครยังไม่เคยมา แวะมาดูกันได้เลย...

ขอบคุณข้อมูล และ ภาพประกอบ [https:// https://travel.trueid.net/detail/Z9A31kEM8dZ](https://travel.trueid.net/detail/Z9A31kEM8dZ)



ตำบลเชิงทะเล อำเภอถลาง จังหวัดภูเก็ต

ที่ปรึกษา

นายพิชิต

สิงห์ทองคำ

จัดหางานจังหวัดภูเก็ต

บรรณาธิการ

นางสาวจิรภา

ไชยสม

นักวิชาการแรงงานชำนาญการพิเศษ

กองบรรณาธิการ

นายสมโชค

ศรีเงินดม

นักวิชาการแรงงานปฏิบัติการ

นางสาวนิชาภา

รุจนเวชช์

นักวิชาการแรงงาน

นางสาวสิริพร

สีบกระพันธ์

นักแนะแนวอาชีพ

นายณัฐนันท์

ลือเลื่อน

เจ้าพนักงานแรงงาน