

จัดหางาน

ฉบับที่ 34 ประจำเดือน กรกฎาคม 2563

MAGAZINE SJC PHUKET



กระทรวงแรงงาน

Ministry of Labour



สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต
Phuket Provincial Employment Office



สมัครงานออนไลน์ได้ที่
smartjob.doe.go.th

วารสารรายเดือน
SJC PHUKET





เดียว ในแผ่นดิน



“...การดำรงชีวิตที่ดีจะต้องปรับปรุงตัวตลอดเวลา การปรับปรุงตัวจะต้องมีความเพียรและความอดทน เป็นที่ตั้ง ถ้าคนเราไม่หมั่นเพียร ไม่มีความอดทน ก็อาจจะท้อใจไปโดยง่าย เมื่อท้อใจไปแล้ว ไม่มีทางที่จะมีชีวิตเจริญรุ่งเรืองแน่ๆ...”

พระบรมราชาบาท พระบรมชนกาธิเบศร
มหาภูมิพลอดุลยเดชมหาราช บรมนาถบพิตร พระราชทาน
แก่คณะครูและนักเรียน โรงเรียนจิตรลดา
๒๗ มีนาคม ๒๕๒๓

ทักทายก่อนเปิดเล่ม

ข่าวสารสำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต ฉบับนี้ มีข่าวสารที่เป็นประโยชน์นำมาฝากมากมาย อาทิ ข่าวสารแรงงาน, Smart News, วาไรตี้คนกับงาน, สารระนำรู้, สุขภาพดี...ชีวิตดี, FOOT FIT FOR FIRE, ข้อคิด...สะกิดใจ, มุมอาชีพอิสระ และ เที้ยวเกาะภูเก็ต

สำหรับผู้ว่างงาน นักศึกษาจบใหม่ ประชาชนทั่วไป ที่ต้องการเปลี่ยนงาน สนใจหาข้อมูล ตำแหน่งงานว่าง ทั้งในและต่างประเทศ หรือต้องการประกอบอาชีพอิสระ สามารถเปิดอ่านได้จาก ข่าวสารฉบับนี้หรือเข้ามาใช้บริการด้วยตนเอง ณ สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต นอกจากนี้สามารถลงทะเบียนหางานออนไลน์ได้ด้วยตนเองผ่านเว็บไซต์ smartjob.doe.go.th หรือดู ตำแหน่งงานผ่านทางเพจ Facebook สำนักงานจัดหางานจังหวัดภูเก็ต

“บริการด้วยใจ เพื่อคนไทยมีงานทำ”
บรรณาธิการ

ข่าวสารแรงงาน

การระงับการเดินทางไปเก็บผลไม้ป่า

และการเดินทางไปทำงานในตำแหน่งคนงานตามฤดูกาล

(Seasonal Work) และคนงานสนับสนุน (Staff)

ในฟินแลนด์และสวีเดน ฤดูกาลปี 2020

ตามที่ในช่วงฤดูร้อนของฟินแลนด์และสวีเดน (กรกฎาคม - กันยายน) ของทุกปี จะมีคนงานไทยเดินทางไปเก็บผลไม้ป่า และเดินทางไปทำงานในตำแหน่งคนงานตามฤดูกาล (Seasonal Work) และคนงานสนับสนุน (Staff) เป็นจำนวนมาก แต่เนื่องจากขณะนี้เกิดการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID 19) ที่มีการแพร่ระบาดใหญ่ไปทั่วโลก ซึ่งจากข้อมูลขององค์การอนามัยโลก (World Health Organization : WHO) ณ วันที่ 27 พฤษภาคม 2563 พบว่า สาธารณรัฐฟินแลนด์ มีจำนวนผู้ป่วยยืนยัน จำนวน 6,628 คน เป็นผู้ป่วยรายใหม่ จำนวน 29 คน เสียชีวิต จำนวน 312 คน สำหรับราชอาณาจักรสวีเดน มีผู้ป่วยยืนยัน จำนวน 34,440 คน เป็นผู้ป่วยรายใหม่ จำนวน 597 คน เสียชีวิต จำนวน 4,125 คน แสดงให้เห็นว่า ทั้งสองประเทศยังคงมีจำนวนผู้ติดเชื้อรายใหม่และจำนวนผู้เสียชีวิตอย่างต่อเนื่อง

ในการนี้ กรมการกงสุล กระทรวงการต่างประเทศ ได้แจ้งความเห็นของสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงสตอกโฮล์ม และสถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงเฮลซิงกิ ซึ่งได้พิจารณาความเหมาะสมของการเดินทางไปเก็บผลไม้ป่า ฤดูกาลปี 2020 แล้ว มีความเห็นว่าการเดินทางไปทำงานในตำแหน่งคนงานตามฤดูกาล (Seasonal Work) และคนงานสนับสนุน (Staff) ในฟินแลนด์และสวีเดน ฤดูกาลปี 2020

ที่มา : กองบริหารแรงงานไทยไปต่างประเทศ

กรมการกงสุล

โทรศัพท์ 0 2245 9429 หรือ 0 2245 6716



SMART NEWS



การขึ้นทะเบียนและรายงานตัวผู้ประกันตน กรณีว่างงานผ่านเว็บไซต์

ภายใน 30 วัน นับจากวันที่ออกจากงาน

1

ลงทะเบียนเข้าใช้งานด้วยตนเองทางอินเทอร์เน็ต

 <https://empui.doe.go.th>

- ศึกษาข้อตกลงการใช้บริการ
- บันทึกและตรวจสอบข้อมูลตามบัตรประจำตัวประชาชน กำหนดรหัสผ่านและบันทึกข้อมูลส่วนตัว



2

บันทึกการขึ้นทะเบียน

- ตรวจสอบวันที่นัดรายงานตัว



3

นำเอกสารมายื่นที่สำนักงานประกันสังคม

- แบบคำขอรับประโยชน์ทดแทนกรณีว่างงาน (สปส.2-01/7)
- สำเนาสมุดบัญชีธนาคารประเภทออมทรัพย์หน้าแรกซึ่งมีชื่อและเลขที่บัญชีของผู้ประกันตน

4

การรายงานตัว

- เข้า <https://empui.doe.go.th> เพื่อรายงานตัวตามนัด



หากผู้ประกันตนไม่สามารถขึ้นทะเบียนและรายงานตัวผ่านระบบอินเทอร์เน็ตได้ สามารถขึ้นทะเบียนและรายงานตัวได้ที่ สำนักงานจัดหางาน กรมการจัดหางาน



ว่าไรตี้ คนกับงาน

ช่างเชื่อมใต้น้ำ



นายธวัช เบญจาทิกุล อธิบดีกรมพัฒนาฝีมือแรงงาน (กพร.) กระทรวงแรงงาน เปิดเผยว่า “การปฏิบัติงานเชื่อมและตัดโลหะ มีการจ้างงานหลายลักษณะ ทั้งการทำงานบนฝั่ง นอกชายฝั่ง หรือแม้แต่ใต้น้ำ โดยอัตราค่าจ้างจะมีความแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับทักษะความสามารถในการเชื่อมและตัดโลหะ บางบริษัทจ้างเชื่อมใต้น้ำเป็นรายชั่วโมงสูงถึงชั่วโมงละ 4,500 บาท อัตราจ้างรายวันตั้งแต่ 3,200 - 10,000 บาท ขึ้นกับลักษณะงาน นอกจากนี้การพัฒนาและขยายตัวด้านอุตสาหกรรมต่างๆ ในพื้นที่จังหวัดที่ติดต่อกับชายฝั่งทะเล ทั้งอุตสาหกรรมปิโตรเลียม อุตสาหกรรม งานซ่อมบำรุง แท่นขุดเจาะน้ำมัน และก๊าซธรรมชาติ จำเป็นต้องมีการซ่อมบำรุงรักษาเครื่องจักรกลและท่อส่งต่าง ๆ จำนวนมาก ส่งผลให้เกิดภาวะขาดแคลนแรงงาน เนื่องจากต้องใช้บุคลากรที่มีความรู้ความเชี่ยวชาญเฉพาะด้าน”



สาระน่ารู้

New Normal คืออะไร?? ทำไมคนพูดกัน!!

New Normal คือ ความปกติแบบใหม่ที่เกิดจากการที่เรื่องปกติได้เปลี่ยนแปลงไปจากเดิม ชีวิตจะถูกจำกัดให้อยู่ในพื้นที่ส่วนตัวอย่างคุ้นชิน **การเข้าไปอยู่ในโลกออนไลน์บนทุกมิติของการใช้ชีวิต**



สุขภาพดี...ชีวิตดี



อาหารในช่วงโควิด-19 นอกจากกะหมึกสำเร็จรูปแล้ว อ.สง่า ดามาพงษ์

ที่ปรึกษากรมอนามัย และผู้ทรงคุณวุฒิด้านโภชนาการ สสส. กล่าวว่า ยังมีเมนูอาหาร ระวังป้องกัน เช่น ปลากระป๋อง, ผักกาดดอง, ผลไม้กระป๋อง ก็เป็นเมนูที่สามารถปรับเติมให้ ได้คุณค่าทางอาหารครบ 5 หมู่เช่นกัน เริ่มจากขั้นตอนการเลือก คุณภาพภายนอก ระวังป้องกันไม่บวม ไม่บุบ บูบู้ ไม่เป็นสนิม คุณลาก่อนซื้อ โดยอาจดูยี่ห้อที่น่าเชื่อถือ มีเลข อย. ชัดเจน ต้องยังไม่หมดอายุ ภายใน 1 ปี

และถ้าจะให้ดีควรเลือกผลิตภัณฑ์ที่มีโซเดียมน้อยกว่า ยี่ห้ออื่น ๆ ส่วนวิธีการเก็บ ระวังรักษา ให้เก็บไว้ในที่แห้ง สะอาด ไม่ร้อนจัด จะเก็บไว้ได้นาน เลี่ยงการขนย้าย เข้า - ออกห้องปรับอากาศ ป้องกันการเกิดสนิม

“อาหารกระป๋องสามารถนำมาประกอบอาหารได้หลายเมนู ได้แก่ ประเภทยำ เช่น ยำทูน่า, ลาบทูน่า, ยำปลากระป๋อง ประเภทต้ม เช่น แกงส้มทูน่า, ต้มยำปลากระป๋อง, ต้มจัด ผักกาดดอง ประเภทผัด เช่น คะนํ้าผัดทูน่า, ถั่วลันเตาผัดกุ้ง, ปลากระป๋องผัดกะเพรา ประเภทน้ำพริก เช่น น้ำพริกอ่อนทูน่า, น้ำพริกหนุ่มทูน่า ทานพร้อมกับผักลวก”



FOOT FIT FOR FIRE

Chapter 34

Third Conditional Sentences

หรือ If Clause Type 3

การนำไปใช้ : นำไปใช้กับเหตุการณ์ที่ **ตรงข้ามกับความเป็นจริง ณ ตอนนั้น** ส่วนมากจะเป็นการรำพึงรำพันเสียดายภายหลัง ณ ตอนนี้

โครงสร้างของประโยค

Type	If-Clause	Main Clause
3	Past Perfect	would + have + past participle
IF I +HAD + V3 ., I WOUD+ HAVE+ V3		

ตัวอย่างประโยค If Clause Type 3

If I had studied hard, I would have passed the test.

ถ้าฉันเรียนหนักนะ ฉันคงสอบผ่านไปแล้ว - ความจริงคือ ตอนนั้นไม่ได้เรียนหนัก แล้วสอบตก

If you had taken medicine, you wouldn't have got a headache.

ถ้านายกินยานะ นายคงไม่ปวดหัวหรอก - ความจริง ตอนนั้นไม่ได้กิน แล้วปวดอยู่ตอนนี้

If he had won the singing contest, he would have got a BMW.

ถ้าเขาชนะการประกวดร้องเพลง เขาคงได้ BMW ไปแล้ว

- ความจริงคือ ตอนนั้นแพ้ ขับเก๋งคันเก่าต่อไปเถอะ

If she had known that I was sick, she wouldn't leave me alone.

ถ้าหล่อนรู้ว่าฉันป่วยนะ หล่อนคงไม่ทิ้งให้ฉันอยู่คนเดียวหรอก

- ความจริงคือ ตอนนั้นหล่อนไม่รู้ ฉันต้องอยู่คนเดียวดูแลตัวเอง

We would have played football if It hadn't rained.

พวกเราคงได้เล่นฟุตบอลแล้วแหละ ถ้าฝนไม่ตกหนะ

- ความจริงคือ ตอนนั้นไม่ได้เล่นเพราะฝนตก

If I had had money, I would have bought a BMW.

ถ้าฉันมีเงินนะ ฉันคงจะซื้อ BMW ไปแล้ว

- เหตุการณ์คือไปมอเตอร์โชว์ตอนนั้น เงินร่อยหรอ ไม่อาจซื้อได้ แต่ตอนนี้มีเงินเป็นฟอน



To Be Continued...

ข้อคิด...สะกิดใจ



สำนักงานจัดงานจังหวัดภูเก็ต



ต่อสู้ความกลัว

หลวงพ่อชา สุภทฺโท

หลวงพ่อชา สุภทฺโท

ตอนหนึ่ง
หลวงพ่อชา
กล่าวว่า

“ที่มันกลัวมากกลัวมาจนกระทั่ง มันกลัวอะไร” ใจมันถาม

“กลัวตาย” อีกใจหนึ่งตอบ

“แล้วตายมันอยู่ที่ไหน ทำไมถึงกลัวเกินบ้านเกินเมืองเขานักล่ะ
หาที่ตายมันดูซิ ตายมันอยู่ที่ไหน”

“เฮ้อ ตายเลยอยู่กับตัวเอง”

“อยู่กับตัวเองแล้วจะหนีไปไหนจึงจะพ้นมันล่ะ ริ่งหนีมันก็ตาย นั่งอยู่
มันก็ตาย เพราะมันอยู่กับเรา ไปไหนมันก็ไปด้วยนั่นแหละ เพราะความตาย
มันอยู่กับตัวเรา ไม่มีที่ไปหรอก กลัวหรือไม่กลัว มันก็ตายเหมือนกัน เพราะตาย
อยู่กับตัวเองนี่ หนีมันไม่ได้หรอก ชี้ออกไปไว ๆ อย่างนี้”

...พอบอกไปอย่างนี้เท่านั้น สัญญาก็เลยพลิกกลับทันที เปลี่ยนขึ้นมาทันที
ความกลัวทั้งหลายเลยหายออกไปเลย ปานฝ่ามือกับหลังมือเราพลิกกลับ
อัศจรรย์เหลือเกิน ความกลัวมาก ๆ มันหายไปไหน ความไม่กลัวมันกลับมาแทน
ในที่เดียวกันนี้ โอ...ใจมันสูงขึ้น ๆ เหมือนอยู่บนฟ้านะ เปรียบไม่ถูก...

ที่มา <https://goodlifeupdate.com/healthy-mind/dhamma/52964.html>





มูมอาชีพีอีสระ

นมสตรอว์เบอร์รีสด

แบบฉบับเกาหลี

Fresh Strawberry Milk



ขั้นตอนการทำนมสตรอว์เบอร์รี

๑. เอาสตรอว์เบอร์รีไปล้างทั้งหมด และนำสตรอว์เบอร์รี ๖ ลูก มาตัดส่วนหัวทิ้ง ผ่ากลาง นำมาใส่แก้วหรือขวดโหล เพื่อทำไซรัป (น้ำเชื่อม)
๒. ใช้ช้อนหรือของแข็งบดสตรอว์เบอร์รีจนละเอียด จากนั้นจึงเติมน้ำตาล ๖๐ กรัม (หรือแล้วแต่ชอบ) ลงไปแล้วคนให้สตรอว์เบอร์รีกับน้ำตาลเป็นเนื้อเดียวกัน
๓. นำสตรอว์เบอร์รีที่บดไว้ในใส่ลงไป ในหม้อ แล้วนำไปตั้งจนไซรัปสตรอว์เบอร์รีเริ่มเดือด พอเดือดแล้วก็ใช้ไม้คนต่อสัก ๒-๓ นาที จากนั้นก็ปิดเตาแล้วพักไซรัปไว้จนมันเย็น
๔. นำสตรอว์เบอร์รีอีก ๘ ลูก มาหั่นเป็นชิ้นเล็กๆ พอไซรัปเย็นแล้วก็เทลงไปในขวด วางสตรอว์เบอร์รีที่หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ ลงไปตาม แล้วก็เทนมตามลงไป
๕. ปิดฝาให้สนิท แล้วเขย่าๆ จนนมและไซรัปสตรอว์เบอร์รีผสมกันดี เสร็จแล้วก็เทลงแก้ว เสิร์ฟทานได้เลย หรือจะเอาใส่ตู้เย็นเก็บไว้กินทีหลังก็ยังได้





เที่ยวเกาะภูเก็ต



พระพุทธมิ่งมงคลเอกนาคคีรี หรือ พระใหญ่ พระพุทธรูปประจำเมืองภูเก็ต ชาวต่างชาติรู้จักกันในนามว่า Big Buddha เป็นพระพุทธรูปสีขาวขนาดใหญ่ที่ประดิษฐาน ณ บนยอดเขานาคเกิด ภูเขาสูงในเขตป่าสงวนแห่งชาติเขานาคเกิด ตำบลกะรน อำเภอเมือง จังหวัดภูเก็ต สถานที่แห่งนี้เป็นที่ท่องเที่ยวทางศาสนาแห่งใหม่ของภูเก็ต มีนักท่องเที่ยวชาวไทย และ ชาวต่างชาติขึ้นมาชมความงามของพระพุทธรูป ร่วมทำบุญทางพุทธศาสนา ชมวิวเกาะภูเก็ต เป็นจำนวนมาก

ที่อยู่: ยอดเขานาคเกิด ตำบลกะรน อำเภอเมืองภูเก็ต ภูเก็ต 83100

ที่ปรึกษา นายสันติ นันทสุวรรณ

จัดหางานจังหวัดภูเก็ต

บรรณาธิการ นางสาวทัศนีย์ สุรินทร์

นักวิชาการแรงงานชำนาญการ รักษาการในตำแหน่ง

นักวิชาการแรงงานชำนาญการพิเศษ

กองบรรณาธิการ ฝ่ายส่งเสริมการมีงานทำ

นางสาวสุพรรณษา เพ็ชรคง นักวิชาการแรงงาน โครงการเสริมสร้างความมั่นคงและยั่งยืน

นางสาวนิชาภา รุจนเวชช์ นักวิชาการแรงงาน โครงการส่งเสริมคนพิการมีงานในหน่วยงานภาครัฐ