

ส่วนที่ 1. ผู้เสนอผลงาน

1.1 หน่วยงานหรือผู้ประดิษฐ์

ชื่อ (บุคคล/องค์กร)นายประยงค์...กาละนิโย.....

สถานที่ติดต่อ ..งานคลินิกส่งเสริมสุขภาพ...โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพเชียงใหม่..ศูนย์อนามัยที่ 10.....
..เชียงใหม่.....

โทรศัพท์053 – 272740 ต่อ 403..... โทรสาร053 – 274014.....

โทรศัพท์มือถือ ...085-7097675..... E-mail ...manpray@gmail.com.....

1.2 ผู้ประสานงาน (โปรดกรอกในกรณีที่เจ้าของผลงานและผู้ประสานงานไม่ใช่บุคคลคนเดียวกัน)

ชื่อ (นาย/นาง/นางสาว หรือตำแหน่งทางวิชาการ)นางกัลยา.....อุไรजनानนท์.....

สถานที่ติดต่อ ..งานคลินิกส่งเสริมสุขภาพ...โรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพ...ศูนย์อนามัยที่ 10 เชียงใหม่.....

โทรศัพท์053-272740..ต่อ..403..... โทรสาร053 – 274014.....

โทรศัพท์มือถือ089-4295574..... E-mailkalayaaurajananon@gmail.com.....

ส่วนที่ 2. ผลงานประดิษฐ์คิดค้น

➡ ชื่อผลงาน

ภาษาไทยทำบริหารคีนชีวิตใหม่..ให้นิ้วเท้า..ฝ่าเท้า.....

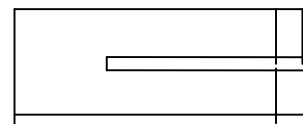
ภาษาอังกฤษ

➡ รายละเอียดผลงานโดยสังเขปไม่เกิน 5 บรรทัด (ระบุว่าเป็นผลงานอะไร ทำอย่างไร มีประโยชน์อย่างไร)

ทำบริหารคีนชีวิตใหม่ ให้นิ้วเท้า ฝ่าเท้า

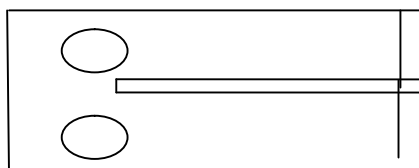
อุปกรณ์ ผ้าปูที่นอน, เสื้อผ้าผู้ป่วยที่ไม่สามารถซ่อมแซมได้จากงานจ่ายกลาง-ซักฟอก, ก้อนกรวดสำหรับถ่วงน้ำหนัก

วิธีทำ นำผ้าปูที่นอน เสื้อผ้าผู้ป่วยที่ไม่สามารถซ่อมแซมได้ มาตัดเย็บเป็นรูปกางเกง



ขนาดกว้าง 30 ซม. ยาว 2 ม. ใส่ก้อนกรวดที่ปลายขากางเกง ข้างละ ½ กิโล

การใช้งาน ยืนบนผ้า ด้านที่ไม่มีก้อนกรวด



แล้ว ใช้นิ้วเท้าขยำผ้าดึงเข้ามาตัวจนหมด ความ...ของผ้า ทำซ้ำประมาณ 15 – 30 นาที

ประโยชน์ เป็นการออกกำลังกายนิ้วเท้า ป้องกันข้อนิ้วเท้าติด ทำให้กล้ามเนื้อบริเวณฝ่าเท้า , ข้อเท้าแข็งแรง ทำให้การเดิน การทรงตัว ดีขึ้น

ภาพผลงาน



