



พยาบาลศาสตร์
SCHOOL OF NURSING

คู่มือให้บริการ

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์



ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

วิสัยทัศน์

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา มุ่งดูแลและส่งเสริมให้เด็กทุกคนมีการเจริญเติบโตและพัฒนาการสมวัย อย่างมีคุณภาพโดยจะผ่านคุณภาพตามเกณฑ์มาตรฐานสถานพัฒนาเด็กปฐมวัยแห่งชาติ ระดับดีมาก ในปี 2571

พันธกิจ

1. เพื่อสนับสนุนการเรียนการสอนด้านการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก
2. เพื่อให้บริการทางวิชาการด้านการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก แก่ นิสิตและบุคลากร
3. เพื่อสนับสนุนการทำวิจัยด้านการสร้างเสริมสุขภาพเด็ก

การรับเด็ก

1. เด็กอายุ 3 เดือน – 3 ปี
2. เด็กที่มีสุขภาพแข็งแรง ไม่เจ็บป่วย หรือพิการทั้งทางร่างกายและจิตใจ

ขั้นตอนการสมัคร

1. ผู้ปกครองต้องเป็นบุคลากรของมหาวิทยาลัยพะเยา
2. ผู้ปกครองมาจองคิวล่วงหน้าก่อน 3-6 เดือน
3. กรอกใบสมัคร
4. ผู้รับบริการถึงคิวแล้วทางศูนย์พัฒนาเด็กเล็กจะติดต่อกลับไปยังท่านตามที่อยู่สมัคร

หมายเหตุ กรณีมีข้อสงสัย หรือประเด็นพิจารณาเกี่ยวกับการรับเด็กเข้าศูนย์ฯ ให้ถือว่าการตัดสินใจของคณะกรรมการศูนย์ฯ ถือเป็นที่สุด

หลักฐานประกอบการสมัคร

1. แบบฟอร์มใบสมัคร จำนวน 1 ฉบับ
2. สำเนาสูติบัตรของเด็ก จำนวน 1 ฉบับ (พร้อมรับรองสำเนาถูกต้อง)
3. สำเนาทะเบียนบ้านของเด็ก จำนวน 1 ฉบับ (พร้อมรับรองสำเนาถูกต้อง)
4. รูปถ่ายเด็กขนาด 2 นิ้ว จำนวน 2 ใบ
5. สำเนาบัตรพนักงานมหาวิทยาลัยพะเยาของผู้ปกครอง จำนวน 1 ฉบับ
6. สำเนาบัตรประชาชนของผู้ปกครอง 1 ชุด (พร้อมรับรองสำเนาถูกต้อง)
7. สำเนาเอกสารการได้รับวัคซีน 1 ชุด
8. รูปถ่ายผู้ปกครองที่มีสิทธิรับ-ส่งเด็กขนาด 2 นิ้ว จำนวน 1 ใบ/ คน (พร้อมรับรองสำเนาถูกต้อง)

การรับ-ส่งเด็ก

- ศูนย์ฯเปิดให้บริการในวันราชการ ตั้งแต่เวลา 07.40 น.-17.00 น.
- หยุดวันเสาร์-อาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์
- เวลาสำหรับรับ-ส่งเด็กได้ ดังนี้

ส่งเด็กได้ในช่วงเวลา 07.40 น. - 09.00 น.

รับเด็กได้ช่วงเวลา 16.30 น. -17.00 น.

หมายเหตุ

- การรับส่งเด็ก มีการเซ็นชื่อรับ-ส่งเด็ก ผู้รับเด็กต้องแสดงบัตรผู้ปกครองทุกครั้ง
- กรณีผู้ปกครองไม่สามารถมารับเด็กได้ตามเวลาที่กำหนด ให้โทรแจ้งศูนย์ฯหรือคณะพยาบาล

ศาสตราจารย์วงษ์ เบอริโทร 054-466666 ต่อ 3221-3222

- หากท่านผู้ปกครองมารับเด็กเกินเวลาที่กำหนด กรุณาแจ้งให้ทราบล่วงหน้าก่อนเวลา 15.00 น.

โดยทางศูนย์ฯจะคิดค่าบริการนอกเวลา

ค่าบริการดูแลเด็กนอกเวลาราชการ

ตั้งแต่เวลา 17.00 เป็นต้นไป อัตราชั่วโมงละ 100 บาท ต่อคน

อัตราค่าบริการ

- ค่าอุปกรณ์แรกเข้า 1,000 บาท/ปี ได้แก่
 - แก้วน้ำ 1 ใบ
 - แก้วแปรงฟัน 1 ใบ
 - ชุดอาหาร 1 ชุด
 - สมุดรายงานพัฒนาการเด็ก
- ค่าบริการรายเดือน ตามประกาศมหาวิทยาลัยพะเยา เรื่อง อัตราค่าบริการศูนย์พัฒนาเด็กเล็กคณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. 2565 มีดังนี้
 - เด็กอายุ 3 เดือน- 1 ปี เดือนละ 3,500 บาท
 - เด็กอายุมากกว่า 1 ปี เดือนละ 3,000 บาท
 - ค่าบริการรายวันสำหรับเด็กอายุ 3 เดือน-1 ปี คนละ 250 บาท
 - ค่าบริการรายวันสำหรับเด็กอายุ มากกว่า 1 ปี คนละ 200 บาท
 - ค่าบริการวันเสาร์- วันอาทิตย์ และวันหยุดนักขัตฤกษ์ คนละ 450 บาท
- การชำระได้ตั้งแต่วันที่ 1 – 5 ของทุกเดือน และมีเงื่อนไขดังนี้
หากค้างชำระค่าบริการเกินวันที่ 10 ของทุกเดือนให้ถือว่าไม่เข้ารับบริการในศูนย์

หมายเหตุ ในกรณีที่ผู้ปกครองหยุดรับบริการชั่วคราว ผู้ปกครองต้องจ่ายค่าบริการตามปกติ

การแต่งกายของเด็ก

แต่งกายตามปกติ ห้ามใส่เครื่องประดับทุกชนิด

อุปกรณ์ส่วนตัวของเด็กที่ต้องเตรียมมาประจำวัน

1. เสื้อผ้า 2-3 ชุด
2. ผ้าเช็ดตัวผืนใหญ่ 1 ผืน
3. ผ้าเช็ดตัวผืนเล็ก 1 ผืน
4. แอมเฟร็ส 3-4 ชิ้น
5. ขวดนมต้มสะอาด จำนวนตามที่ใช้ทั้งวัน

6. นมผง/นมกล่อง ที่ได้รับประทาน
7. แปรงสีฟันและยาสีฟัน (กรณีเด็กอายุตั้งแต่ 1 ปีขึ้นไป)
8. ผ้าเช็ดหน้าผ้าปูที่นอน 2 ผืน (กรณีเด็กอายุต่ำกว่า 2 ปี)

การจัดกลุ่มเด็ก

แบ่งเป็น 3 ห้อง ดังนี้

- ห้องเด็กเล็ก อายุ 3เดือน ถึง 12 เดือน
- ห้องเด็กกลาง อายุมากกว่า 1-2 ปี
- ห้องเด็กโต อายุมากกว่า 2-3 ปี

การให้บริการมีดังนี้

1. ด้านโภชนาการ

- 1.1 ศูนย์ฯ มุ่งเน้นให้เด็กได้รับอาหารที่เหมาะสมกับวัยเด็ก ถูกหลักอนามัย
- 1.2 ได้รับนมถูกต้องและเพียงพอกับความต้องการของเด็กตามวัย

2. ด้านสุขภาพอนามัย

- 2.1 ประเมินภาวะสุขภาพร่างกายเด็กทุกวัน
- 2.2 ดูแลความสะอาดและความสุขสบายทั่วไป
- 2.3 เสริมสร้างสุขนิสัยที่ดี เช่น การรับประทานอาหาร การทำความสะอาดปาก-ฟัน การล้างมือ การฝึกการขับถ่าย การใช้ห้องน้ำ เป็นต้น
- 2.4 ให้คำแนะนำและตรวจสุขภาพโดยแพทย์/อาจารย์พยาบาล
- 2.5 ให้คำแนะนำและตรวจสุขภาพฟันและช่องปากโดยทันตแพทย์ทุก 6 เดือน
- 2.6 กรณีพบเด็กมีอาการเจ็บป่วยศูนย์ฯ จะแยกเด็กไว้และให้การดูแลเบื้องต้น และแจ้งผู้ปกครองให้นำเด็กไปตรวจเพื่อรับการรักษาพยาบาลที่เหมาะสมต่อไป

3. ด้านการเจริญเติบโต

- 3.1 เด็กอายุ 3 เดือน – 2 ปี ชั่งน้ำหนัก วัดความยาว(ส่วนสูง)และวัดรอบศีรษะเด็กทุกเดือน
- 3.2 เด็กอายุ 2 ปีขึ้นไป ชั่งน้ำหนักและวัดส่วนสูงทุกสิ้นเดือน
- 3.3 ประเมินภาวะโภชนาการและส่งเสริมโภชนาการให้เหมาะสมกับวัย

4. ด้านพัฒนาการ

4.1 เด็กอายุ 3 เดือน-1 ปี ประเมินพัฒนาการ ทุก 2 เดือน

4.2 เด็กอายุ 1-3 ปี ประเมินพัฒนาการ ทุก 3 เดือน

4.3 จัดกิจกรรมกระตุ้นและส่งเสริมพัฒนาการเด็กครอบคลุมทุกด้าน (ตามช่วงอายุของเด็ก) ได้แก่

1) ด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวและจังหวะ การเล่นเกมกีฬา การปีนป่าย เป็นต้น

2) ด้านกล้ามเนื้อมัดเล็กและความคิดสร้างสรรค์ เช่น กิจกรรมทางด้านศิลปะต่างๆ พับ ตัดแปะ การขีดเขียน การปั้นดินน้ำมัน การต่อบล็อก เกมภาพตัดต่อ เป็นต้น

3) ด้านภาษา เช่น การเล่านิทาน การพูด การออกเสียง การร้องเพลงการเรียนรู้คำศัพท์ต่างๆ การฝึกพูดคำคล้องจอง เป็นต้น

4) ด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง เช่น การอบรมวินัยและการสร้างเสริมสุขนิสัยที่ดี เช่น การรับประทานอาหาร การล้างมือ การทำความสะอาดปาก-ฟัน การฝึกการขับถ่ายการใช้ห้องน้ำ เป็นต้น

5) กิจกรรมเสริม เช่น การฟังเพลงคลาสสิก ดุวีดีโอสำหรับเด็ก กิจกรรมเตรียมความพร้อมก่อนวัยเรียน เป็นต้น

5. การรายงานสุขภาพเกี่ยวกับเด็กโดยแจ้งผู้ปกครอง พร้อมข้อเสนอแนะ

6. การจัดบอร์ดวิชาการเกี่ยวกับการดูแลเด็ก ให้ความรู้แก่ผู้ปกครองเป็นระยะ

7. การให้คำปรึกษาเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก ในเรื่อง โภชนาการ สุขภาพอนามัย การเจริญเติบโต พัฒนาการ และการดูแลเมื่อเด็กมีปัญหาสุขภาพ หรือ ภาวะเจ็บป่วย

8. การควบคุมและป้องกันการติดเชื้อ ศูนย์ฯมีนโยบายการควบคุมและการป้องกันการติดเชื้อเพื่อให้เด็กปลอดภัยจากการติดเชื้อมากที่สุด ดังนั้นจึงไม่อนุญาตให้บุคคลภายนอกเข้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็กก่อน

ได้รับอนุญาตและเด็กที่มีอาการดังต่อไปนี้ จะงดให้บริการ

8.1 มีไข้ (อุณหภูมิร่างกายมากกว่า 37.8 °C)

8.2 ท้องเสีย (มากกว่า 3 ครั้งใน 24 ชั่วโมง)

8.3 มีอาการ เจ็บคอ ผื่น น้ำมูกมีลักษณะเหนียวข้นหรือเปลี่ยนสี มีเสมหะ หรือซึมลง เป็นต้น

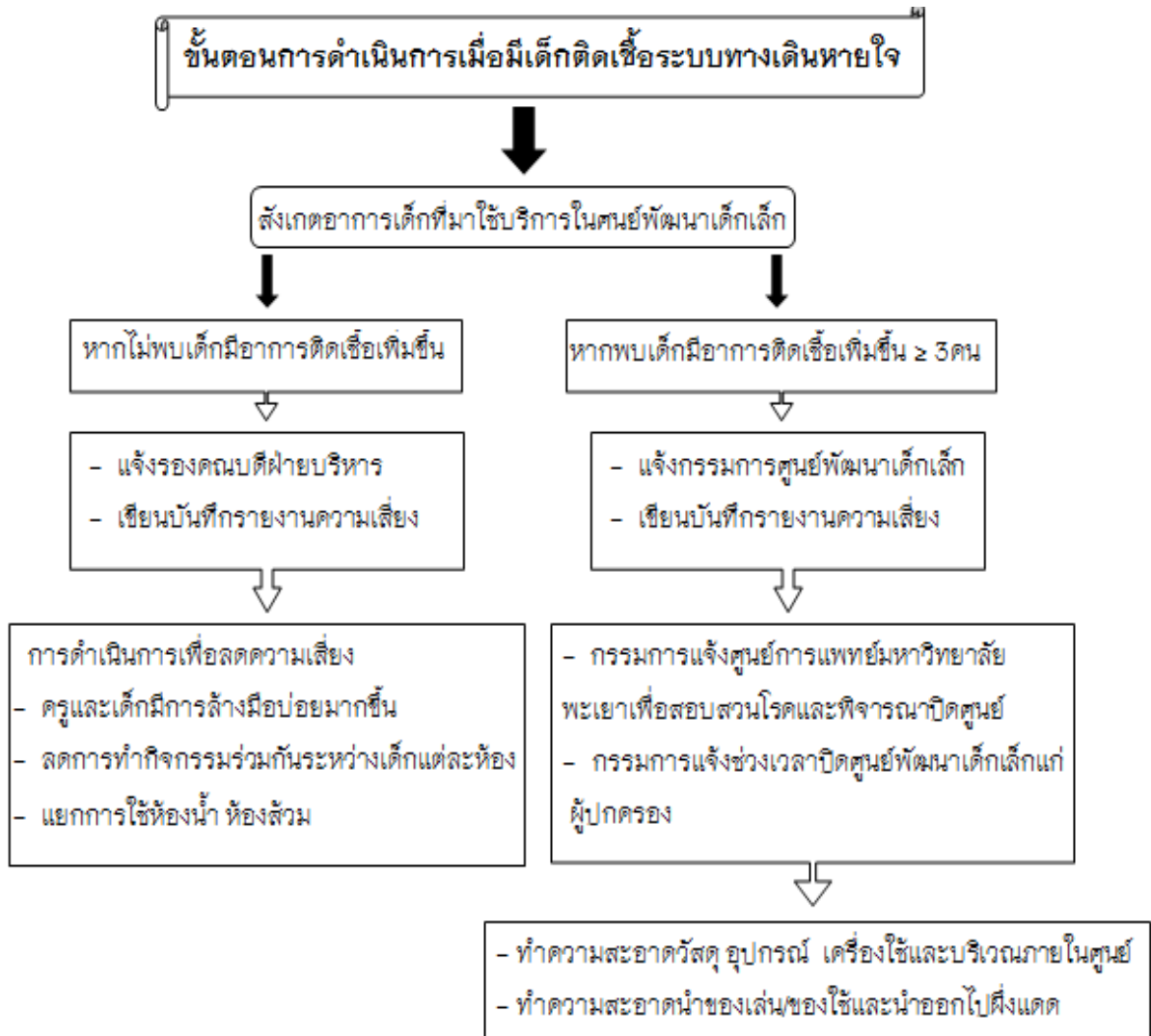
8.4 ตาแดง มีขี้ตามากหรือเป็นหนอง

8.5 ตาหรือตัวเหลือง

8.6 ไอรุนแรง

8.7 อาเจียน มากกว่า 2 ครั้งขึ้นไป ใน 24 ชั่วโมง

หมายเหตุ ในกรณีที่ครูที่เลี้ยงประเมินอาการพบว่าเด็กมีอาการป่วยเกิดขึ้นระหว่างวัน ครูที่เลี้ยงจะดำเนินการแจ้งให้ผู้ปกครองรับทราบ และขอความกรุณาให้ผู้ปกครองมารับเด็กกลับภายใน 2 ชั่วโมง



กิจกรรมประจำวันสำหรับเด็ก

กิจกรรมประจำวันห้องเด็กเล็ก

เวลา	กิจกรรม
07.40-09.00 น.	รับเด็ก ประเมินสุขภาพร่างกายทั่วไป
09.00-09.50 น.	ทำกิจกรรมส่งเสริมพัฒนาการ <ul style="list-style-type: none">- ด้านกล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น ให้เด็กฝึกเดินตามราว, จับมือฝึกหัดเดิน ฯลฯ- ด้านกล้ามเนื้อมัดเล็ก เช่น กระตุ้นให้เด็กมองตามสิ่งของ ฝึกจับลูกบอล, ฟังเสียงจากของเล่น ฯลฯ- ด้านภาษา เช่น พูดคุยหยอกล้อกับเด็กบ่อยๆ สอนให้เด็กรู้จักชื่ออวัยวะและผลไม้ ฝึกให้เด็กเลียนแบบการเล่นทำเสียง เป็นต้น- ด้านสังคมและการช่วยเหลือตนเอง เช่น กระตุ้นให้เด็กยิ้ม แสดงการโต้ตอบกับคนที่คุ้นเคย ฝึกให้เด็กเล่นสิ่งของตามประโยชน์ของสิ่งของ เป็นต้น
09.50-10.00 น.	ดื่มนม พักผ่อน
10.00-11.00 น.	นอนหลับพักผ่อน (เปิดเพลงกล่อม) ตรวจสอบสุขภาพ
11.00-11.30 น.	กระตุ้นพัฒนาการตามวัย
11.30-14.30 น.	อาบน้ำ
14.30-16.50 น.	เล่นอิสระ ดื่มนม เตรียมตัวกลับบ้าน

หมายเหตุ เนื่องจากเด็กในช่วงวัยนี้มีการพักผ่อนที่ไม่เท่ากัน การจัดกิจกรรมอาจมีการปรับให้เหมาะสมตามช่วงวัยของเด็ก

กิจกรรมประจำวันห้องเด็กกลาง

เวลา	กิจกรรม
07.40-09.00 น.	รับเด็ก ประเมินสุขภาพร่างกายทั่วไป พาเด็กไปล้างมือ
09.00-9.40 น.	กิจกรรมเสรี เล่นของเล่นในห้อง (ระหว่างรอเพื่อนๆ)
09.40-09.50 น.	กิจกรรมกลางแจ้ง - เข้าแถวเคารพธงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ ทำสมาธิ - กิจกรรมเคลื่อนไหวและเข้าจังหวะ - ออกกำลังกาย เคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย
09.50-10.40 น.	กิจกรรมเสริมประสบการณ์ (กิจกรรมในวงกลม) เป็นกิจกรรมกลุ่มในห้องเรียน เช่น ร้องเพลง เล่านิทาน ท่อง ก-ฮ ท่อง A-Z และ ท่องคำคล้องจอง เป็นต้น
10.40-10.50 น.	ล้างมือ ดื่มนม ดื่มน้ำ
10.50-11.00 น.	กิจกรรมสร้างสรรค์ เป็นกิจกรรมกลุ่มและกิจกรรมเดี่ยว เช่น วาดภาพระบายสี การเล่นสี การพิมพ์ภาพ การปั้น การพับ การฉีกตัดปะ เป็นต้น
11.00-11.30 น.	ล้างมือ รับประทานอาหารกลางวัน
11.30-12.00 น.	แปรงฟัน เข้าห้องน้ำ ตรวจสอบสุขภาพ
12.00-14.30 น.	นอนหลับพักผ่อน
14.30-15.00 น.	อาบน้ำทำความสะอาดร่างกาย
15.00-15.30 น.	รับประทานอาหารว่าง ดื่มนม
15.30-15.40 น.	เต้นประกอบเพลง
15.40-16.50 น.	เล่นอิสระ เตรียมตัวกลับบ้าน

กิจกรรมประจำวันห้องเด็กโต

เวลา	กิจกรรมประจำวัน
07.40-09.00 น.	รับเด็ก ประเมินสุขภาพร่างกายทั่วไป พาเด็กไปล้างมือ
09.00-9.40 น.	กิจกรรมเสรี เล่นของเล่นในห้อง (ระหว่างรอเพื่อนๆ)
09.40-09.50 น.	กิจกรรมกลางแจ้ง - เคารพธงชาติ สวดมนต์ไหว้พระ ทำสมาธิ - กิจกรรมเคลื่อนไหวและเข้าจังหวะ - ออกกำลังกาย เคลื่อนไหวส่วนต่างๆของร่างกาย
09.50-10.00 น.	กิจกรรมเคลื่อนไหวและจังหวะ
10.00-10.10 น.	เข้าห้องน้ำ ล้างมือ ดื่มนม
10.10-10.20 น.	กิจกรรมเสริมประสบการณ์ (กิจกรรมในวงกลม)
10.20-10.40 น.	กิจกรรมสร้างสรรค์ เช่น ระบายสี เขียนตามรอยประ ปะติดกระดาษ เป็นต้น
10.40-11.00 น.	กิจกรรมเสรี เกมการศึกษา
11.00-11.20 น.	พักรับประทานอาหาร
11.20-11.40 น.	แปรงฟัน
11.40-14.40 น.	นอนพักผ่อน เก็บที่นอน
14.40-15.30 น.	อาบน้ำ พักรับประทานอาหารว่าง
15.30-15.45 น.	เล่านิทาน สรุปกิจกรรม
15.45-16.50 น.	เตรียมตัวกลับบ้าน

กิจกรรมพิเศษประจำปี

- กิจกรรมวันเกิดของเด็ก
- กิจกรรมตามประเพณี เช่น วันเข้าพรรษา วันลอยกระทง และ วันสงกรานต์ เป็นต้น
- กิจกรรมตามวันสำคัญต่างๆ เช่น วันขึ้นปีใหม่ วันเด็ก วันพ่อ วันแม่

ขอความร่วมมือผู้รับบริการปฏิบัติตามระเบียบที่ทางศูนย์ฯกำหนดไว้ หากไม่ปฏิบัติตาม ทางศูนย์พัฒนาเด็กเล็กมีสิทธิ์ปฏิเสธในการให้บริการ

*** หากท่านมีข้อสงสัยหรือต้องการข้อมูลเพิ่มเติมที่***

นางสาวจตุพร ไชยราช ตำแหน่ง รักษาการแทนหัวหน้าศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก

ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์

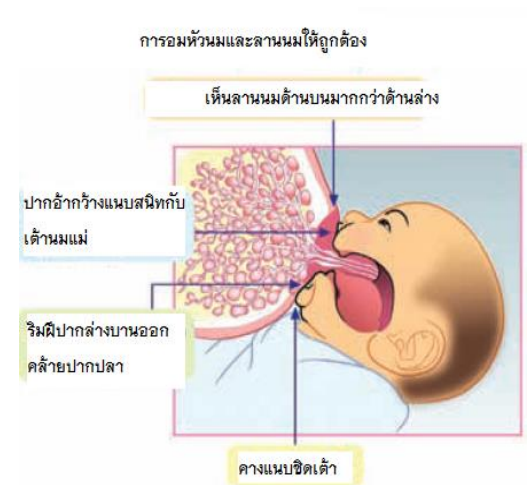
โทรศัพท์ 054-466-666 ต่อ 3222 (ในเวลาราชการ)

คำแนะนำเกี่ยวกับอาหารสำหรับเด็กในแต่ละช่วงวัย

1.) การเลี้ยงลูกด้วยนมแม่

นมแม่คือหยดแรกของสายใยรักแห่งครอบครัว

6 เดือนแรกเป็นระยะสำคัญสำหรับการสร้างรากฐานการเจริญเติบโตของสมอง นมแม่เป็นอาหารที่ดีที่สุด เพราะมีสารอาหารมากกว่า 200 ชนิดมีสารช่วยสร้างเซลล์สมอง เส้นใยประสาทสมอง และจอประสาทตา มีภูมิต้านทานโรค ทำให้ลูกแข็งแรงไม่เจ็บป่วยบ่อย ทำให้ระดับพัฒนาการและความฉลาด ไอคิวดีกว่าเด็กที่กินนมชนิดอื่น การให้อาหารอื่นเป็นการให้สิ่งแปลกปลอมแก่ทารก เพราะร่างกายยังไม่สามารถย่อยได้ อาจทำให้เกิดท้องร่วง หรือแพ้โปรตีนนมวัวได้แม่ควรเลี้ยงลูกด้วยนมแม่อย่างเดียว 6 เดือน และเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ต่อไปควบคู่กับอาหารตามวัยจนลูกอายุครบ 2 ปีหรือนานกว่านั้น



แม่ไปทำงาน เลี้ยงลูกด้วยนมแม่ได้
ปรึกษามิสนมแม่ คลินิกนมแม่ ได้ที่โรงพยาบาลทุกแห่ง



ภาพที่ 1



ภาพที่ 2



ภาพที่ 3



ภาพที่ 4

















2.) ปริมาณอาหารที่ทารกควรได้รับใน 1 วัน

สำหรับทารกแรกเกิด - 12 เดือน

อายุ (เดือน)	จำนวนมื้อต่อวัน	ชนิดและปริมาณอาหาร					แนวทาง การจัดอาหาร
		กลุ่มข้าว	กลุ่มเนื้อสัตว์	กลุ่มผัก	กลุ่มผลไม้	กลุ่มน้ำมัน	
แรกเกิดถึง 6 เดือน	-	กินนมแม่อย่างเดียว โดยไม่ต้องให้อาหารอื่นแม่แต่น้ำ					1. เริ่มให้อาหารทีละอย่าง และครึ่งช้อนชา เมื่อเด็กกินได้และไม่มีปัญหาการแพ้อาหาร จึงค่อยๆเพิ่มปริมาณจนได้ตามที่แนะนำ
6	1	ข้าวบดละเอียด 3 ช้อนกินข้าว	ไข่แดงสุกครึ่งฟองหรือปลา 1 ช้อนกินข้าว หรือตับคบ 1 ช้อนกินข้าว	ผักต้มบดละเอียดครึ่งช้อนกินข้าว เช่น คำสึง ฟักทอง	ผลไม้บด 1-2 ช้อน เช่น แก้วขนาน้ำผ่าสุก มะละกอ	ครึ่งช้อนชา	2. จัดอาหารแต่ละกลุ่มให้มีความหลากหลายเพื่อสร้างความคุ้นเคย
7	1	ข้าวบด 4 ช้อนกินข้าว	ไข่ต้มสุกครึ่งฟอง สลับกับตับคบ 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อปลา 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อหมู 1 ช้อนกินข้าว หรือ เนื้อไก่ 1 ช้อนกินข้าว	ผักสุก 1 ช้อนกินข้าว เช่น ผักหวาน คำสึง ฟักทอง	ผลไม้สุก 1-2 ช้อน เช่น มะละกอ 2 ช้อน หรือ มะม่วงสุก 2 ช้อน	ครึ่งช้อนชา	3. อาหารในช่วงอายุ 7 เดือนขึ้นไปไม่ต้องบดละเอียด เพิ่มความหยาบมากขึ้นตามอายุ เพื่อฝึกการเคี้ยวอาหาร
8-9	2	ข้าวสุกหุงนุ่มๆ บดหยาบ 4 ช้อนกินข้าว ค่อมือ	ไข่ครึ่งฟอง สลับกับตับคบ 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อปลา 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อหมู 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อไก่ 1 ช้อนกินข้าว ค่อมือ	ผักสุก 1 ช้อนกินข้าว ค่อมือ เช่น คำสึง ผักหวาน ผักกาดขาว ฟักทอง แครอท	ผลไม้สุก 2-3 ช้อน ค่อมือ เช่น มะละกอ 3 ช้อน หรือ แก้วช 1 ผล	ครึ่งช้อนชา ค่อมือ	4. ไม่ควรปรุงอาหารรสจัด ควรให้อาหารรสธรรมชาติ
10-12	3	ข้าวสุกหุงนุ่มๆ บดหยาบ 4 ช้อนกินข้าว ค่อมือ	ไข่ครึ่งฟอง สลับกับตับคบ 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อปลา 1 ช้อนกินข้าว หรือเนื้อหมู 1 ช้อนกิน หรือเนื้อไก่ 1 ช้อนกินข้าวข้าวค่อมือ	ผักสุก 1½ ช้อนกินข้าว ค่อมือ เช่น คำสึง ผักหวาน ผักกาดขาว ฟักทอง แครอท	ผลไม้สุก 3-4 ช้อน ค่อมือ เช่น มะม่วงสุก 4 ช้อน หรือ ส้ม 1 ผล	ครึ่งช้อนชา ค่อมือ	5. วัคซีนและภาวะที่ใช้นำไปปรุงอาหารและใส่อาหารต้องสะอาดและปลอดภัย

ปริมาณอาหารที่เด็กควรได้ใน 1 วัน สำหรับเด็กอายุ 1-5 ปี

กลุ่มอาหาร	ปริมาณ		หมายเหตุ
	เด็ก 1-3 ปี	เด็ก 4-5 ปี	
ข้าว-แป้ง	 3 ทัพพี	 5 ทัพพี	ข้าวสาก(หุงไม่เช็ดน้ำหรือหนึ่ง)ข้าวเหนียวแข็ง ขนมจีน ก๋วยเตี๋ยว ขนมปัง ผีอก มัน สลัด ผลิตภัณฑ์นมเนย
ผัก	 2 ทัพพี	 3 ทัพพี	ผักใบเขียวเข้ม ผักสีเหลือง-ส้ม และผักอื่นๆ สลัดผลิตภัณฑ์นมเนย
ผลไม้	 3 ส่วน	 3 ส่วน	ผลไม้สดตามฤดูกาล ต้มให้สะอาดก่อนให้ เด็กกิน (1 ส่วนของผลไม้แต่ละชนิดไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับขนาด เช่น กล้วยน้ำหว่า 1 ผล ส้มเขียวหวาน 2 ผลกลาง เงาะ 4 ผล ฝรั่งครึ่งผล มะม่วงครึ่งผล มะละกอสุก 6 ชิ้นพอคำ สับปะรด 6 ชิ้นพอคำ)
เนื้อสัตว์	 3 ช้อนกินข้าว	 3 ช้อนกินข้าว	ควรทำให้สุก หั่นเป็นชิ้นเล็กๆ เพื่อให้เคี้ยวง่าย และสลัดกับการให้ปลา ไข่ เลือดหมู/ไก่/เป็ด ดับ อาหารทะเล ปลาตัวเล็ก กุ้งฝอย เต้าหู้
นม	 2 แก้ว	 3 แก้ว	นมสด นมผง หรือโยเกิร์ต นมสด 1 แก้ว - โยเกิร์ต (150 กรัม) 1 1/2 ถ้วย
น้ำมัน กะทิ	 น้อยกว่า 3 ช้อนชา	 น้อยกว่า 4 ช้อนชา	ไม่ควรได้รับมากเกินไป จะทำให้อ้วนได้
น้ำตาล	 น้อยกว่า 2 ช้อนชา	 น้อยกว่า 3 ช้อนชา	ไม่ควรได้รับมากเกินไป อาจทำให้ผอมหรืออ้วน และฟันผุได้ จึงไม่ควรให้กินขนมและเครื่องดื่ม ที่มีรสหวานจัด เช่น ลูกอม เยลลี่ น้ำหวาน น้ำอัดลม

หลีกเลี่ยงการกินขนมกรุบกรอบ ควรจัดอาหารว่างที่มีคุณค่าโภชนาการให้กับเด็ก เช่น นม
ผลไม้ ขนมไทยรสไม่หวานจัด และให้กินก่อนเวลาอาหารเมื่อหลักประมาณ ชั่วโมงครึ่ง ถึง 2 ชั่วโมง



ประกาศมหาวิทยาลัยพะเยา

เรื่อง กำหนดอัตราค่าบริการของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. ๒๕๖๕

โดยที่เป็นการสมควรปรับปรุงประกาศมหาวิทยาลัยพะเยา เรื่อง กำหนดอัตราค่าบริการของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา ชาติยอำนาจตามความใน มาตรา ๓๓ แห่งพระราชบัญญัติมหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. ๒๕๕๓ และความในข้อ ๕ และข้อ ๗ ของระเบียบมหาวิทยาลัยพะเยา ว่าด้วย การเงิน การบัญชี การตรวจสอบ และการจัดการทรัพย์สินของมหาวิทยาลัย พ.ศ. ๒๕๖๓ ประกอบกับมติคณะกรรมการบริหารมหาวิทยาลัยพะเยา ในคราวประชุม ครั้งที่ ๔๒ (๑๕/๒๕๖๕) เมื่อวันที่ ๑๐ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๕ และมีคณะกรรมการการเงินและทรัพย์สินของมหาวิทยาลัย ในคราวประชุมครั้งที่ ๑๗๒๖๕ เมื่อวันที่ ๑๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๕ จึงออกประกาศไว้ดังนี้

ข้อ ๑ ประกาศนี้เรียกว่า “ประกาศมหาวิทยาลัยพะเยา เรื่อง กำหนดอัตราค่าบริการของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. ๒๕๖๕”

ข้อ ๒ ประกาศนี้ให้ใช้บังคับตั้งแต่วันถัดจากวันประกาศเป็นต้นไป

ข้อ ๓ ให้ยกเลิกประกาศมหาวิทยาลัยพะเยา เรื่อง กำหนดอัตราค่าบริการของศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา พ.ศ. ๒๕๕๔ และให้ใช้ประกาศนี้แทน

ข้อ ๔ ในประกาศนี้

“มหาวิทยาลัย” หมายความว่า มหาวิทยาลัยพะเยา

“อธิการบดี” หมายความว่า อธิการบดีมหาวิทยาลัยพะเยา

“คณะ” หมายความว่า คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยพะเยา

“ศูนย์” หมายความว่า ศูนย์พัฒนาเด็กเล็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัย

พะเยา

อนุมัติเมื่อ	๑๖ ก.ย. ๒๕๖๕
ลงนามเมื่อ	๒๑ ก.ย. ๒๕๖๕
มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่	๒๖ ก.ย. ๒๕๖๕

ข้อ ๕ ให้กำหนด ...

ข้อ ๕ ให้กำหนดอัตราค่าบริการของศูนย์ตามรายละเอียด ดังนี้

- (๑) ค่าบริการรายเดือนสำหรับเด็กอายุ ๓ เดือน - ๑ ปี คนละ ๓,๕๐๐ บาท
- (๒) ค่าบริการรายเดือนสำหรับเด็กอายุมากกว่า ๑ ปี คนละ ๓,๐๐๐ บาท
- (๓) ค่าบริการรายวันสำหรับเด็กอายุ ๓ เดือน - ๑ ปี คนละ ๒๕๐ บาท
- (๔) ค่าบริการรายวันสำหรับเด็กอายุมากกว่า ๑ ปี คนละ ๒๐๐ บาท
- (๕) ค่าบริการวันเสาร์ - วันอาทิตย์ และวันหยุดชดเชยคนละ ๔๕๐ บาท
- (๖) ค่าบริการนอกเวลาปฏิบัติงานตั้งแต่เวลา ๑๙.๐๐ น. ชั่วโมงละ ๑๐๐ บาทต่อคน

ข้อ ๖ ผู้ใช้บริการต้องชำระค่าบริการภายในวันที่ ๑ - ๕ ของเดือน หากชำระค่าบริการเกินวันที่ ๑๐ ของทุกเดือน ให้ถือว่าไม่ชำระค่าบริการในศูนย์

ข้อ ๗ อัตราค่าบริการสำหรับบุคลากรภายนอกคณะที่มาใช้บริการศูนย์เป็นแหล่งฝึกงาน ๑๐๐ บาท/คน/เดือน ทั้งนี้ในกรณีไม่ถึง ๑ เดือน ให้คิดอัตราค่าบริการเต็มเดือน

ข้อ ๘ กรณีที่ผู้ให้บริการชำระค่าบริการแล้วจะขอรับคืนไม่ได้ ไม่ว่ากรณีใด ๆ ทั้งสิ้น ยกเว้นการชำระค่าบริการซ้ำ การชำระค่าบริการเกินกว่าที่กำหนด

ข้อ ๙ การรับเงิน การเก็บรักษาเงิน และการเบิกจ่ายเงินให้เป็นไปตามที่มหาวิทยาลัยกำหนด

ข้อ ๑๐ ให้อธิการบดีรักษาการตามประกาศนี้ กรณีที่มีปัญหาเกี่ยวกับการบังคับใช้หรือการปฏิบัติตามประกาศนี้ ให้อธิการบดีมีอำนาจพิจารณาและวินิจฉัยชี้ขาด การตีความและการวินิจฉัยของอธิการบดีให้ถือเป็นที่สุด

ประกาศ ณ วันที่ ๒๖ กันยายน พ.ศ. ๒๕๖๕

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุภกร พงศบางโพนี)
อธิการบดีมหาวิทยาลัยพะเยา

อนุมัติเมื่อ	๑๖ ก.ย. ๒๕๖๕
ลงนามเมื่อ	๒๑ ก.ย. ๒๕๖๕
มีผลบังคับใช้เมื่อ	๒๒ ก.ย. ๒๕๖๕