

ປ ຣ ະ ກ າ ສ ັ ດ ູ ຣ ກ ິ ຈ

ปีที่ 6 ฉบับที่ 733 วันที่ 30 ตุลาคม 2568 เลขที่ใบอนุญาตจดทะเบียนการพิมพ์ สสช36/2563 ISSN 2730-4019

"ภาวะดีอีนซูลิน" เสี่ยงโรคเบาหวาน เช็กเลยมี 6 อาการเหล่านี้หรือไม่

ภาวะดื้ออินซูลิน (INSULIN RESISTANCE) เป็นภาวะที่ร่างกายไม่ตอบสนองต่อฮอร์โมนอินซูลินตามปกติ ส่งผลให้ระดับน้ำตาลในเลือดสูงขึ้นเรื่อยๆ โดยที่ตับอ่อนต้องผลิตอินซูลินเพิ่มขึ้นเพื่อชดเชย หากปล่อยไว้เป็นเวลานานอาจพัฒนาไปสู่โรคเบาหวาน ได้โดยไม่รู้ตัว

หลายคนอาจมีภาวะนี้โดยไม่รู้ตัว เพราะอาการมักไม่ชัดเจน แต่สามารถสังเกตได้จากสัญญาณเตือนบางอย่างในชีวิตประจำวัน

อาการที่บ่งบอกว่าอาจมีภาวะดีอีนซูลิน

หากมีอาการเหล่านี้หลายข้อร่วมกัน ควรเริ่มปรับพฤติกรรมและตรวจสุขภาพกับแพทย์
เพื่อความแน่ใจ

- รู้สึก เพลีย เหนื่อย ง่วงบ่อย แม้นอนเพียงพอ
- หิวบ่อย โดยเฉพาะช่วงบ่ายหรือก่อนนอน
- น้ำหนักเพิ่มง่าย โดยเฉพาะบริเวณรอบเอว
- มีไขมันพอกตับ หรือค่าคอเลสเตอรอลสูง
- ผิวหนังคล้ำบริเวณคอ รักแร้ หรือข้อพับ (ภาวะ ACANTHOSIS NIGRICANS)
- มีอารมณ์แปรปรวน หงุดหงิดง่าย เมื่อไม่ได้กินอาหาร

สาเหตุหลักของภาวะดีอีนซูลิน

ภาวะนี้มักเกิดจากพฤติกรรมในชีวิตประจำวันที่ไม่เหมาะสม เช่น

- กินอาหารที่มี น้ำตาลและแป้งขัดสีสูง เช่น ขนมปังขาว เครื่องดื่มหวาน น้ำอัดลม
- ขาดการออกกำลังกาย ร่างกายใช้พลังงานน้อย
- นอนดึก พักผ่อนไม่เพียงพอ ทำให้ฮอร์โมนไม่สมดุล
- ความเครียดเรื้อรัง ทำให้ระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลสูงขึ้น
- น้ำหนักเกินหรือมีไขมันในช่องท้องมากเกินไป

5 วิธีปรับพฤติกรรม ลดภาวะดื้ออินซูลินให้ร่างกายกลับมาสมดุล

1. กินอาหารที่มีดัชนีน้ำตาลต่ำ (LOW GI)

เลือกอาหารที่ไม่ทำให้ระดับน้ำตาลในเลือดพุ่งเร็ว เช่น ข้าวกล้อง ขนมปังโฮลวีต ผักใบเขียว ผลไม้ไม่หวานจัด เช่น แอปเปิ้ล เบอรี่ อะโวคาโด และหลีกเลี่ยงขนมหวาน น้ำอัดลม หรือชาไข่มุก

2. เพิ่มโปรตีนและไขมันดีในมื้ออาหาร

อาหารเข้าที่ตีควรมีแหล่งโปรตีน เช่น ไข่ต้ม ปลา ถั่ว และไขมันดีจากอัลมอนด์ เมล็ดแฟลกซ์ หรืออะโวคาโด เพราะช่วยให้อิ่มนานและควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ดี

3. ออกกำลังกายสม่ำเสมอ

เพียงเดินเร็ว ว่ายน้ำ ปั่นจักรยาน หรือโยคะ วันละ 30 นาที อย่างน้อยสัปดาห์ละ 5 วัน จะช่วยให้กล้ามเนื้อใช้น้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น เพิ่มความไวของอินซูลินตามธรรมชาติ

4. นอนให้เพียงพอและลดความเครียด

การนอนหลับน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน หรือความเครียดสะสม มีผลให้ระดับฮอร์โมนคอร์ติซอลสูงขึ้น ส่งผลให้น้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้นโดยไม่รู้ตัว ควรพักผ่อนให้เพียงพอและหากิจกรรมผ่อนคลาย เช่น เดินเล่น ทำสมาธิ หรือฟังเพลง

5. ตรวจสุขภาพและติดตามระดับน้ำตาลในเลือด

ผู้ที่มีความเสี่ยง เช่น น้ำหนักเกิน หรือมีประวัติคนในครอบครัวเป็นเบาหวาน ควรตรวจระดับน้ำตาลในเลือด (FBS) และค่า HBA1C เป็นประจำปีละ 1-2 ครั้ง เพื่อเฝ้าระวังและปรับพฤติกรรมให้ทันเวลา

สรุปภาวะดื้ออินซูลิน เป็นเรื่องใกล้ตัวที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน โดยเฉพาะผู้ที่ใช้ชีวิตเร่งรีบ กินอาหารไม่สมดุล และพักผ่อนน้อย การปรับพฤติกรรมการกิน ออกกำลังกาย และพักผ่อนให้เพียงพอ จะช่วยให้ร่างกายกลับมาควบคุมน้ำตาลในเลือดได้ดีขึ้น และลดความเสี่ยงต่อการเกิดโรคเบาหวานในอนาคต

แหล่งที่มา [HTTPS://WWW.SANOOK.COM/WOMEN/265033/](https://www.sanook.com/women/265033/)



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

วันที่ 17 กันยายน 2568

สำนักงานใหญ่
63 ถนนพหลโยธิน แขวง
ถนน 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นาย นิพนธ์ บุชบง

ตามที่ นาย นิพนธ์ บุชบง

ได้ทำสัญญากู้ยืมเงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 387,000.00 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

บัญชีเงินกู้เลขที่ 020530010509 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 2 กันยายน 2553 วงเงินกู้ 387,000.00 บาท
อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.7450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 2,300.00 บาท

โดยท่านได้นำ ห้องชุดเลขที่ 2064/48 ชั้น 4 อาคารเลขที่ 64 ชื่ออาคารชุด บ้านเอื้ออาทรเมืองใหม่บางพลี 4
ทะเบียนอาคารชุดเลขที่ 12/2555 โฉนดที่ดินเลขที่ 16487,16492 ตำบล บางเสาธง อำเภอบางเสาธง จังหวัดสมุทรปราการ
พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ปรากฏว่าท่าน
มิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าการผิดสัญญาทั้งหมดนับถึงวันที่ 16 กันยายน 2568

ท่านมีหนี้ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 020530010509 เป็นเงินจำนวน 287,167.00 บาท ดอกเบี้ย 5,049.75 บาท
ระยะเวลาดังชำระ 77 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้นจำนวน 292,216.75 บาท ทั้งนี้ใน
กรณีสัญญาเงินกู้ กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับ การปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน
หรือขอไถ่ถอนจำนอง ก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่ม
เติมนอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยอัตราร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินต้นคงค้าง
นับจากวันที่ 16 กันยายน 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน
60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากท่านกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

ทั้งนี้ ธนาคารฯ จะเรียกเก็บค่าบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนอง ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารบอกกล่าว ขอให้
ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนองก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ชำระหนี้หรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ธนาคาร
มีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์

(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)
ทนายความผู้รับมอบอำนาจ

เลขที่บัญชีเงินกู้ 020530010509
โครงการ เอื้ออาทร สมุทรปราการ (เมืองใหม่-บางพลี)
กรุณาติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล
โทรศัพท์ 022021770-5

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วย
เหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แทนท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี

ผู้กู้มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนอของธนาคารซึ่งผู้
กู้จะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขอภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

หากไม่ได้รับความสะดวกในการใช้บริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ.70 ปณ.๘.สุทธาน 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้ถอนจำนวน

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR รอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกหนี้จำนวนสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน, เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application : GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีที่ลูกค้าไม่มีสมารถโทรสอบถามกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ รอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ GH Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

วันที่ 17 กันยายน 2568

สำนักงานใหญ่
63 ถนนพหลโยธิน 9 แขวง
พญาไท 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นาย วิโรจน์ ชาวลอบ

ตามที่ นาย วิโรจน์ ชาวลอบ

ได้ทำสัญญากู้เงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 447,000.00 บาท โดยมีรายละเอียด ดังนี้

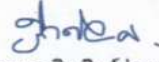
บัญชีเงินกู้เลขที่ 032560003951 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 11 เมษายน 2556 วงเงินกู้ 447,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.7450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆ เดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 3,700.00 บาท

โดยท่านได้นำ โฉนดที่ดินเลขที่ 111398 ตำบล บึงสนั่น อำเภอ ธัญบุรี จังหวัด ปทุมธานี พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ปรากฏว่าท่านมิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าการผิดสัญญาทั้งหมดนับตั้งแต่วันที่ 16 กันยายน 2568

ท่านมีหนี้ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 032560003951 เป็นต้นเงินจำนวน 114,102.74 บาท ดอกเบี้ย 2,324.17 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 173 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้นจำนวน 116,426.91 บาท ทั้งนี้ในกรณีที่สัญญาเงินกู้ กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับ การปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนอง ก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมนอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเขียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยอัตราร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินต้นคงค้าง นับจากวันที่ 16 กันยายน 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากท่านกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

ทั้งนี้ ธนาคารฯ จะเรียกเก็บค่าบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนอง ครึ่งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารฯ บอกกล่าว ขอให้ชำระหนี้ไถ่ถอนจำนองก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ธนาคารฯ มีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์

(นายสุกกิจ สิงประทับศรี)
ทนายความผู้รับมอบอำนาจ

เลขที่บัญชีเงินกู้ 032560003951
โครงการ โครงการบ้านเอื้ออาทร รังสิต คลอง 10/2
กฎนิติคดี ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล
โทรศัพท์ 022021770-5

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แทนท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี

ผู้กู้มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนองานการซึ่งผู้กู้ อาจจะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขอภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ. 70 ปณ. สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้แก่ตนเอง

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับ ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกค้านานสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน, เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application :GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีที่ลูกค้าไม่มีสมาชิโทรศัพท์ สามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ GH Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถ. พระราม 9 ห้วยขวาง
กทม. 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

วันที่ 17 กันยายน 2568

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นาย สราวุธ แซ่ตั้ง

ตามที่ นาย สราวุธ แซ่ตั้ง

ได้ทำสัญญากู้ เงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 3 บัญชี เป็นจำนวนเงิน 1,050,000.00 บาท โดยมีรายละเอียดข้อตกลงแต่ละบัญชี ดังนี้

- 1) บัญชีเงินกู้เลขที่ 035480076503 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 30 พฤษภาคม 2548 วงเงินกู้ 830,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.7450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 4,400.00 บาท
- 2) บัญชีเงินกู้เลขที่ 035550001454 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 2 มีนาคม 2555 วงเงินกู้ 130,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 6.2450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 1,200.00 บาท
- 3) บัญชีเงินกู้เลขที่ 035570005195 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 6 มิถุนายน 2557 วงเงินกู้ 90,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 6.2450 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 700.00 บาท

โดยท่านได้นำ โฉนดที่ดินเลขที่ 119106 ตำบล คลองสาม อำเภอ คลองหลวง จังหวัด ปทุมธานี

พร้อมทั้งส่งปลุกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ ปรากฏว่าท่านมิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าเป็นการผิดสัญญาทั้งหมด นับตั้งแต่วันที่ 16 กันยายน 2568 ท่านมีหนี้ทั้งหมด

- 1) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 035480076503 เป็นต้นเงินจำนวน 364,934.00 บาท ดอกเบี้ย 36,210.82 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 90 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 401,144.82 บาท
 - 2) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 035550001454 เป็นต้นเงินจำนวน 18,115.38 บาท ดอกเบี้ย 2,388.77 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 107 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 20,504.15 บาท
 - 3) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 035570005195 เป็นต้นเงินจำนวน 57,544.35 บาท ดอกเบี้ย 3,906.11 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 103 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 61,450.46 บาท
- รวม 3 บัญชี เป็นต้นเงินจำนวน 440,593.73 บาท ดอกเบี้ย 42,505.70 บาท ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 483,099.43 บาท

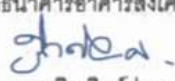
ทั้งนี้ ในกรณีที่สัญญาเงิน กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับการปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ เป็นต้น ท่านยังคงต้องชำระค่าเบี้ยปรับ ดอกเบี้ยที่ถูกปรับย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียมเพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าใช้จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยในแต่ละบัญชีในอัตราดังต่อไปนี้

1. บัญชีเงินกู้เลขที่ 035480076503 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.7450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
2. บัญชีเงินกู้เลขที่ 035550001454 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 9.2450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
3. บัญชีเงินกู้เลขที่ 035570005195 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 9.2450 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

นับจากวันที่ 16 กันยายน 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากพ้นกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป ทั้งนี้ ธนาคารฯ จะเรียกเก็บค่าบอกกล่าวขอชำระหนี้ไถ่ถอนจำนอง ครั้งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารฯ บอกกล่าวขอชำระหนี้ไถ่ถอนจำนองก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ ธนาคารฯ มีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้กู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้กู้ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายหนังสือฉบับนี้

เลขที่บัญชีเงินกู้ 1) 035480076503, 2) 035550001454, 3) 035570005195
โครงการ 1) พฤษภา 13 (FAST TRACK), 2) -, 3) -
กรุณาติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม. และปริมณฑล
โทรศัพท์ 022021770-5

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์

(นายสุกกิจ สิงห์ประเสริฐ)
นายความผู้รับมอบอำนาจ

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดไปติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อบุคคลอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แก่ท่าน

กรณีถูกดำเนินคดี

ผู้กู้มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนองของธนาคาร ซึ่งผู้กู้จะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขออภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ. 70 ปณ. สุทธิสาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้แก่ตนเอง

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับ ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกค้านานสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักท้วงที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน, เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application :GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีที่ลูกค้าไม่มีสมาชิโทรศัพท์ สามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ GH Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า ลูกหนี้ที่มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



ธนาคาร
อาคารสงเคราะห์
Government
Housing Bank

สำนักงานใหญ่
63 ถ. พระราม 9 ห้วยขวาง
กทม. 10310
โทรศัพท์ 0 2645 9000
โทรสาร 0 2645 9001

Head Office
63 Rama IX Rd., Huaykwang,
Bangkok 10310 Thailand
T +66 (0) 2645 9000
F +66 (0) 2645 9001

วันที่ 17 กันยายน 2568

เรื่อง ขอให้ชำระหนี้และไถ่ถอนจำนอง

เรียน นาย อนุศักดิ์ สร้อยพลอย

ตามที่ นาย อนุศักดิ์ สร้อยพลอย

ได้ทำสัญญากู้ เงินจากธนาคารอาคารสงเคราะห์ 2 บัญชี เป็นจำนวนเงิน 1,772,494.00 บาท โดยมีรายละเอียดข้อตกลงแต่ละบัญชี ดังนี้

1) บัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001198 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2565 วงเงินกู้ 52,494.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.4950 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 600.00 บาท

2) บัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001203 ทำสัญญาเงินกู้เมื่อวันที่ 15 มีนาคม 2565 วงเงินกู้ 1,720,000.00 บาท อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 5.4950 ต่อปี โดยตกลงชำระดอกเบี้ยพร้อมเงินต้นเป็นรายเดือนทุกๆเดือนไม่ต่ำกว่าเดือนละ 9,500.00 บาท

โดยท่านได้นำ ห้องชุดเลขที่ 328/222 ชั้น 15 อาคารเลขที่ 31 ซี่อออาคารชุด ลุมพินี พาร์ค วัฒนาภิเษก รามวงส์วาน ทะเบียนอาคารชุดเลขที่ 6/2558 โฉนดที่ดินเลขที่ 1894 ตำบล บางกระสอ อำเภอ เมืองนนทบุรี จังหวัด นนทบุรี พร้อมทั้งสิ่งปลูกสร้างมาจดทะเบียนจำนองไว้เป็นประกันกับธนาคารฯ ซึ่งท่านทราบแล้วจากสำเนาสัญญาที่ท่านมีอยู่ ปรากฏว่าท่านมิได้ผ่อนชำระหนี้ให้แก่ธนาคารเป็นประจำทุกเดือนตามสัญญา จึงถือว่าการผิดสัญญาทั้งหมด นับถึงวันที่ 16 กันยายน 2568 ท่านมีหนี้ทั้งหมด

1) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001198 เป็นต้นเงินจำนวน 34,083.11 บาท ดอกเบี้ย 246.73 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 2 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 0.00 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 34,329.84 บาท

2) ตามบัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001203 เป็นต้นเงินจำนวน 1,641,457.83 บาท ดอกเบี้ย 39,906.30 บาท ระยะเวลาค้างชำระ 155 วัน ค่าธรรมเนียมประกันภัย 1,869.53 บาท รวมเป็นเงินทั้งหมด 1,683,233.66 บาท

รวม 2 บัญชี เป็นต้นเงินจำนวน 1,675,540.94 บาท ดอกเบี้ย 40,153.03 บาท ค่าธรรมเนียมประกันภัย 1,869.53 บาท รวมเป็นเงินทั้งสิ้น 1,717,563.50 บาท

ทั้งนี้ ในกรณีที่สัญญาเงิน กำหนดเงื่อนไข การคิดเบี้ยปรับการปรับดอกเบี้ยย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียม เพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือบางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดไว้ เป็นต้น ท่านยังคงต้องชำระค่าเบี้ยปรับ ดอกเบี้ยที่ถูกปรับย้อนหลัง หรือค่าธรรมเนียมเพื่อการชำระหนี้ทั้งหมดหรือแต่บางส่วน หรือขอไถ่ถอนจำนองก่อนระยะเวลาที่กำหนดดังกล่าว หรือค่าใช้จ่ายอื่นๆ เช่น ค่าจ้าง-ค่าไถ่จ่าย ในการดำเนินคดี (ถ้ามี) เพิ่มเติมอีกส่วนหนึ่ง

ธนาคารฯ จึงเรียนมาเพื่อขอให้ท่านนำเงินจำนวนดังกล่าว พร้อมดอกเบี้ยในแต่ละบัญชีในอัตราดังต่อไปนี้

1. บัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001198 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.4950 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง
2. บัญชีเงินกู้เลขที่ 036650001203 อัตราดอกเบี้ยร้อยละ 8.4950 ต่อปี ของยอดเงินคงค้าง

นับจากวันที่ 16 กันยายน 2568 จนถึงวันที่ชำระหนี้เสร็จสิ้น ไปชำระให้กับธนาคารฯ และทำการไถ่ถอนจำนองให้เสร็จสิ้นภายใน 60 วัน นับแต่วันที่ได้รับหนังสือฉบับนี้ หากท่านกำหนดวันดังกล่าวแล้วธนาคารฯ จำเป็นต้องดำเนินคดีกับท่านตามกฎหมายต่อไป

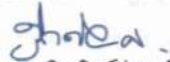
ทั้งนี้ ธนาคารจะเรียกเก็บค่าบริการกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้จนจำนวน ครึ่งละ 100 บาท จากลูกหนี้ที่ธนาคารบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้ได้จนจำนวนก่อนฟ้องคดี เว้นแต่ลูกหนี้มีหนี้ค้างชำระหรือมีหนี้ที่ถึงกำหนดชำระสะสมไม่เกินหนึ่งพันบาท พร้อมกันนี้ ธนาคารมีแนวทางการปรับปรุงโครงสร้างหนี้ เพื่อแก้ไขหนี้ของผู้ให้สอดคล้องกับความสามารถในการชำระหนี้ของผู้ รายละเอียดตามเอกสารแนบท้ายหนังสือฉบับนี้

เลขที่บัญชีเงินกู้ 1) 036650001198, 2) 036650001203

โครงการ 1) -, 2) -

กรุณาติดต่อ ฝ่ายบริหารหนี้ กทม.และปริมณฑล

โทรศัพท์ 022021770-5

ขอแสดงความนับถือ
เพื่อธนาคารอาคารสงเคราะห์

(นายศุภกิจ สิงห์ประเสริฐ)
ทนายความผู้รับมอบอำนาจ

ในการติดต่อกับธนาคารฯ ทุกครั้ง เพื่อประหยัดค่าใช้จ่ายของท่านโปรดติดต่อด้วยตนเอง ไม่ควรเชื่อนักคิดอื่นที่แอบอ้างว่าจะช่วยเหลือหรือดำเนินการทางศาลให้แทน

กรณีถูกดำเนินคดี

ผู้ที่มีสิทธิในการขอไกล่เกลี่ยหนี้กับธนาคารได้ การไม่ไปศาลอาจเกิดผลเสีย เช่น ศาลพิพากษาตามข้อเสนองานของธนาคาร ซึ่งผู้กู้จะไม่สามารถจ่ายชำระได้

หากท่านได้ชำระหนี้ก่อนได้รับหนังสือฉบับนี้ ธนาคารต้องกราบขออภัยเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

หากไม่ได้รับความสะดวกในการรับบริการ และต้องการแจ้งกรรมการผู้จัดการโดยตรง โปรดแจ้งที่ตู้ ปณ.70 ปณ.ฝ.สุทริสธาร 10321

เอกสารแนบท้ายหนังสือบอกกล่าวขอให้ชำระหนี้แก่ตนเอง

มาตรการแก้ไขปัญหานี้สินาคครัวเรือน ปี 2568

โดยให้ความช่วยเหลือนาน 1 ปี จำนวน 2 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-3 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 4-6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการภาคครัวเรือน "HD2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1 - 3 คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90% +100 บาท, เดือนที่ 4 - 6 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90 % +100 บาท และเดือนที่ 7 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย MRR-2% +100 บาท (ปัจจุบันอัตราดอกเบี้ย MRR ธอส. เท่ากับ 6.545% ต่อปี) กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ (เพิ่มเติม)

1. **มาตรการ M17** ลูกหนี้รายย่อยสถานะ NPL หรือลูกหนี้ที่ยังมีสถานะเป็น NPL ที่อยู่ระหว่างการใช้มาตรการปรับโครงสร้างหนี้กับธนาคาร อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา 12 เดือน) เดือนที่ 1-3 = 0% ต่อปี ผ่อนชำระเงินงวด 1,000 บาท เดือนที่ 4-6 = 1.99% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.99% + 100 บาท และเดือนที่ 7-12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท

2. **มาตรการ M24** ลูกหนี้ที่ได้รับ ผลกระทบจากภาวะเศรษฐกิจจากชะลอตัว และผลกระทบจากสภาวะเศรษฐกิจไทย อัตราดอกเบี้ยเงินกู้และเงินงวดผ่อนชำระ (ระยะเวลา - 12 เดือน) เดือนที่ 1 - 12 = 3.90% ต่อปี เงินงวด คำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90%+100 บาท

มาตรการช่วยเหลือลูกหนี้ที่ได้รับผลกระทบทางเศรษฐกิจ

โดยให้ความช่วยเหลือลูกค้ายานสูงสุด 2 ปี จำนวน 3 มาตรการ ประกอบด้วย

1. **มาตรการช่วยเหลือ "DC1"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM, ลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอกที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี สามารถผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.55% ต่อปีและ +100 บาท เป็นระยะเวลา 2 ปีกรณีลูกค้าชำระเกินกว่าที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

2. **มาตรการช่วยเหลือ "DC2"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ NPL และลูกหนี้สถานะมีใจทักนอก ที่กู้เงินกับธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี จะได้รับอัตราดอกเบี้ย 4 เดือนแรก 0% ต่อปีโดยผ่อนชำระเงินงวดเพียง 1,000 บาทต่อเดือน, เดือนที่ 5-8 ผ่อนชำระเงินงวดที่คำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 1.90% เพียง 50% และ +100 บาท และเดือนที่ 9 - 12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ยที่ 3.90% เพียง 50% และ +100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี) ทั้งนี้ ดอกเบี้ย 50% ของงวดที่ 5-12 ธนาคารจะพักชำระไว้ เมื่อลูกค้าผ่อนชำระครบตามเงื่อนไขจะได้รับส่วนลดดอกเบี้ย 50% ช่วงที่อยู่ในมาตรการ

3. **มาตรการช่วยเหลือ "DC3"** สำหรับกลุ่มลูกค้าสถานะ SM ที่กู้เงินจากธนาคารมาแล้วไม่น้อยกว่า 1 ปี ผ่อนชำระเงินงวดเดือนที่ 1-6 จำนวน 1,000 บาท อัตราดอกเบี้ย 0% ต่อปี, เดือนที่ 7-9 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 1.90 % +100 บาท และเดือนที่ 10-12 ผ่อนชำระเงินงวดคำนวณจากอัตราดอกเบี้ย 3.90% + 100 บาท กรณีลูกค้าชำระเกินที่ธนาคารกำหนดให้นำไปตัดดอกเบี้ยค้างชำระ (หากมี)

สำหรับลูกค้าที่ประสงค์เข้าร่วมมาตรการข้างต้น สามารถลงทะเบียนได้ตั้งแต่วันที่ 31 ธันวาคม 2568 ผ่านทาง Application :GHB ALL BFRIEND โดยลูกค้าจะต้อง Upload หลักฐานยืนยันการได้รับผลกระทบทางรายได้เพื่อให้ธนาคารพิจารณาด้วย ส่วนกรณีที่ลูกค้าไม่มีสมาชิโทรศัพท์ สามารถกรอกข้อมูลเพื่อแจ้งความประสงค์ขอรับ ความช่วยเหลือได้ที่สาขาทั่วประเทศ โดยสอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ ธอส.ทุกสาขาทั่วประเทศ GH Bank Call Center โทร.0-2645-9000 หรือ Facebook Fanpage ธนาคารอาคารสงเคราะห์และติดตามข่าวสารของธนาคารได้ที่ Application : GHB ALL GEN และ www.ghbank.co.th

หมายเหตุ : ลูกค้าสถานะ S M หมายความว่า มีวันค้างชำระตั้งแต่ 31-90 วัน

: อัตราดอกเบี้ย MRR คือ อัตราดอกเบี้ยเพื่อลูกค้ารายย่อยชั้นดี สามารถเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้นหรือลดลงได้ ตามประกาศธนาคาร

: การปรับปรุงโครงสร้างหนี้อาจทำให้ระยะเวลาการผ่อนชำระงวดนานขึ้น



แบบ พ.๒

หนังสือสำคัญแสดงการจดทะเบียนการพิมพ์
ตามพระราชบัญญัติจดทะเบียนการพิมพ์ พุทธศักราช ๒๕๕๐

เลขทะเบียน รส๒๑๗/๒๕๖๘

หนังสือสำคัญนี้ออกให้ไว้เพื่อแสดงว่า บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด โดย นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม
เลขประจำตัวประชาชน ๓-๑๐๑๒-๐๒๓๔๕-๐๘-๔ เชื้อชาติ ไทย สัญชาติ ไทย อายุ ๕๐ ปี อาชีพ นักธุรกิจ
ถิ่นที่อยู่บ้านเลขที่ ๕๕/๑ หมู่ที่ ๕ - ซอย เอกชัย ๖๖ ถนน - แขวง / ตำบล คลองบางพราน เขต / อำเภอ บางบอน
จังหวัด กรุงเทพมหานคร เป็น เจ้าของ หนังสือพิมพ์ชื่อ ประกาศศรภิก
มีวัตถุประสงค์ เพื่อเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารทางด้านธุรกิจ ด้านบัญชี ภาษี ด้านกฎหมายและข่าวสารของบริษัทและบุคคลทั่วไป
รับประกาศเชิญประชุมผู้ถือหุ้น เพิ่มทุน ลดทุน ย้ายที่ตั้ง เปลี่ยนแปลงกรรมการ ประกาศจ่ายเงินปันผล เลิกบริษัท ชำระบัญชี
ตามประมวลกฎหมายแพ่งและพาณิชย์ มาตรา ๑๑๗๕ รวมทั้งประกาศต่างๆ และโฆษณา

ภาษาที่หนังสือพิมพ์จะออก ภาษาไทย

ชนิดของหนังสือพิมพ์ที่ออก เป็นแผ่น

ระยะเวลาที่ออกหนังสือพิมพ์ รายไม่แน่นอน

ชื่อสำนักงานของหนังสือพิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อสำนักงานของผู้โฆษณา บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

ชื่อโรงพิมพ์ที่พิมพ์ บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

ตั้งอยู่ ณ ที่ - เลขที่ ๒๙/๑๗๖ ชั้น - หมู่ที่ ๔ ซอย - ถนน สุขสวัสดิ์

แขวง / ตำบล บางพึ่ง เขต / อำเภอ พระประแดง จังหวัด สมุทรปราการ

หนังสือพิมพ์ฉบับนี้

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นผู้พิมพ์

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นผู้โฆษณา

นายวัชรินทร์ วิศิษฎ์โรดม

เป็นบรรณาธิการ

บริษัท วัชรินทร์ การบัญชี จำกัด

เป็นเจ้าของกิจการหนังสือพิมพ์

ออกให้ตั้งแต่ วันที่ ๒๙ เดือน สิงหาคม พุทธศักราช ๒๕๖๘

(ลงชื่อ)

(นางสาวบุบผา ชูชาติ)

ผู้อำนวยการสำนักหอสมุดแห่งชาติ

พนักงานเจ้าหน้าที่จดทะเบียนการพิมพ์สำหรับจังหวัด สมุทรปราการ

กรมศิลปากร