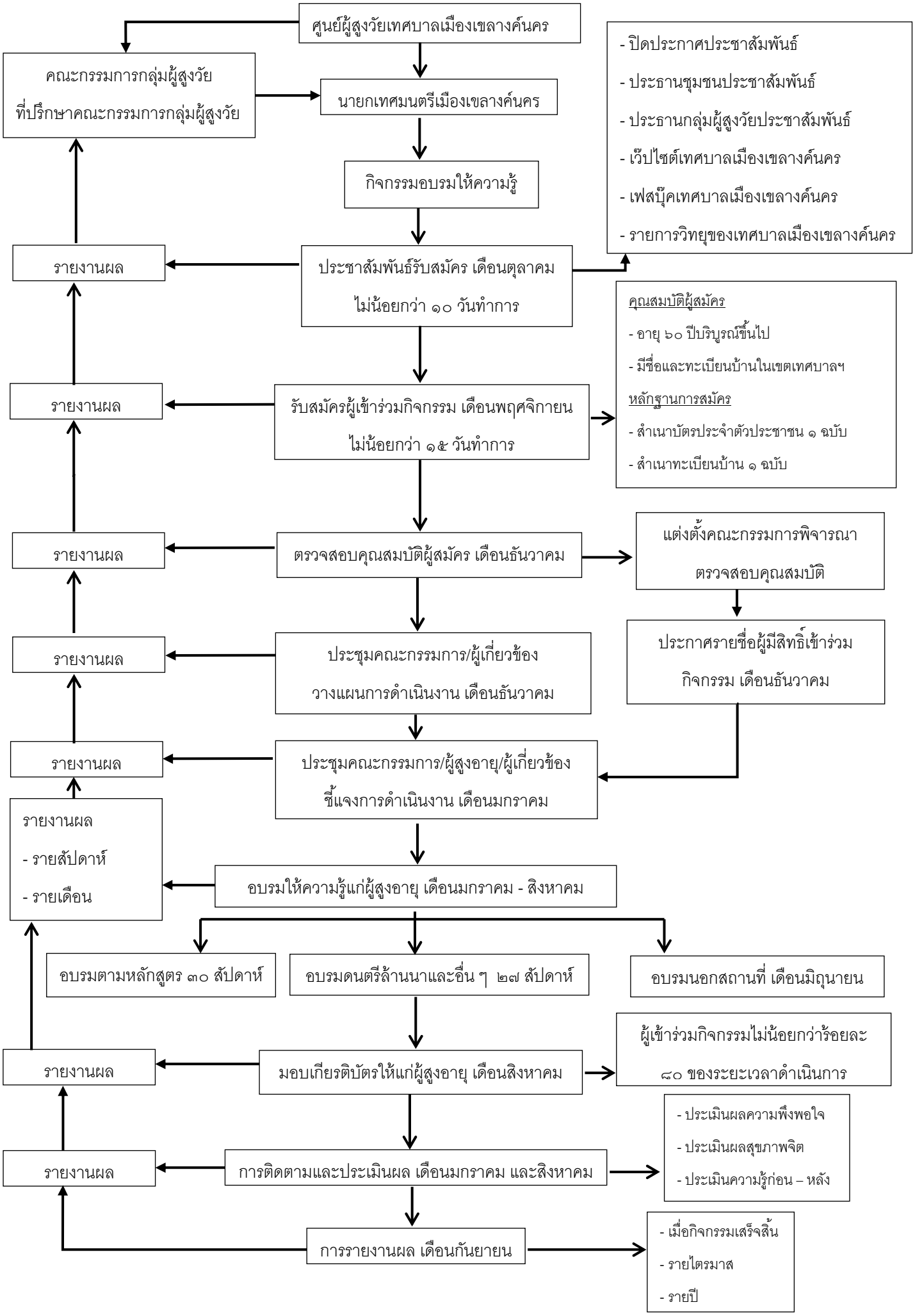ขั้นตอนการดำเนินงานกิจกรรมอบรมให้ความรู้ของศูนย์ผู้สูงวัยเทศบาลเมืองเขลางค์นคร