



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

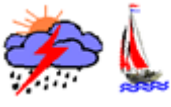

พยากรณ์อากาศ
ประจำวันอาทิตย์ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2565
ออกประกาศเวลา 17.00 น.





ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองเพิ่มขึ้นทางตอนล่างของภาค

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ ลมตะวันออกพัดปกคลุมอ่าวไทย และภาคใต้ ประกอบกับมีหย่อมความกดอากาศต่ำบริเวณชายฝั่งประเทศมาเลเซีย มีแนวโน้มเคลื่อนผ่านประเทศมาเลเซีย ลงสู่ทะเลอันดามันตอนล่างในช่วงวันที่ 13 - 14 มี.ค. 65 บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกตอนล่างมีฝนเพิ่มขึ้น

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้จนถึงเวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากทางตอนล่างของภาค ตั้งแต่จังหวัดสุราษฎร์ธานีขึ้นไป ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร ตั้งแต่จังหวัดนครศรีธรรมราชลงมา ลมตะวันออก ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันออก ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเลพุดนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	พุดนี้ ขึ้น เวลา	พุดนี้ ตก เวลา	ขึ้น เต็มที่	ลง เต็มที่
<p>จังหวัดสงขลา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณคาบสมุทรมหาสมุทรอันดามัน อำเภอมะนัง จะนะ เทพา และสะบ้าย้อย ลมตะวันออก ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>	31	26	06.25	18.29	08.08 และ 19.58	00.39 และ 14.17
<p>อำเภอหาดใหญ่</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 20 ของพื้นที่ ลมตะวันออก ความเร็ว 10-30 กม./ชม.</p>	33	23	06.25	18.30	-	-
<p>อำเภอสะเดา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 20 ของพื้นที่ ลมตะวันออก ความเร็ว 10-30 กม./ชม.</p>	34	23	06.26	18.30	-	-
<p>จังหวัดพัทลุง</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอเขาชัยสน บางแก้ว ปากพะยูน และป่าบอน ลมตะวันออก ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลสงบสงขลามีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร</p>	32	25	06.27	18.31	-	-

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

ภาคใต้ฝั่งตะวันออก ไม่มีรายงานฝนตก	อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 22.4 °ซ. ที่ อ.พระแสง จ.สุราษฎร์ธานี
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 32.5 มม. ที่ ทำอากาศยานภูเก็ต จ.ภูเก็ต	อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 35.8 °ซ. ที่ อ.เมือง จ.ภูเก็ต

นายชานูพงษ์ พจนไกร
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

สอบถามสภาพอากาศ โทร. 074-311-760
โทรสาร. 074-311-065
www.songkhla.tmd.go.th

นายสมภพ วิสุทธิศิริ
นักอุตุนิยมวิทยาชำนาญการพิเศษ รักษาการแทน
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

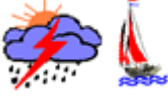

พยากรณ์อากาศ
ประจำวันอาทิตย์ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2565
ออกประกาศเวลา 17.00 น.


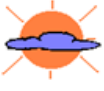


ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองเพิ่มขึ้นทางตอนล่างของภาค

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ ลมตะวันออกเฉียงใต้พัดปกคลุมอ่าวไทย และภาคใต้ ประกอบกับมีหย่อมความกดอากาศต่ำบริเวณชายฝั่งประเทศมาเลเซีย มีแนวโน้มเคลื่อนผ่านประเทศมาเลเซีย ลงสู่ทะเลอันดามันตอนล่างในช่วงวันที่ 13 - 14 มี.ค. 65 บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกตอนล่างมีฝนเพิ่มขึ้น

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้จนถึง เวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนใหญ่กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากทางตอนล่างของภาค ตั้งแต่จังหวัดสุราษฎร์ธานีขึ้นไป ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร ตั้งแต่จังหวัดนครศรีธรรมราชลงมา ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนใหญ่กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเลพุดนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	พุดนี้ ขึ้น เวลา	พุดนี้ ตก เวลา	ขึ้น เต็มที่	ลง เต็มที่
<p>จังหวัดเพชรบุรี</p> 	<p>มีเมฆบางส่วน ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร</p>	32	26	06.28	18.30	-	-
<p>อำเภอหัวหิน</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวันกับมีเมฆบางส่วน ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร</p>	35	23	06.28	18.31	05.07	20.07
<p>จังหวัดประจวบคีรีขันธ์</p> 	<p>มีเมฆบางส่วนกับมีฝนฟ้าคะนอง ไม่เกินร้อยละ 10 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอบางสะพานน้อย ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>	34	26	06.29	18.31	06.15	19.24
<p>จังหวัดชุมพร</p> 	<p>มีเมฆบางส่วนกับมีฝนฟ้าคะนอง ไม่เกินร้อยละ 10 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอละแม ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>	33	24	06.31	18.34	07.24	19.08

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

ภาคใต้ฝั่งตะวันออก ไม่มีรายงานฝนตก	อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 22.4 °ซ. ที่ อ.พระแสง จ.สุราษฎร์ธานี
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 32.5 มม. ที่ ท่าอากาศยานภูเก็ต จ.ภูเก็ต	อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 35.8 °ซ. ที่ อ.เมือง จ.ภูเก็ต

นายชานนุพงษ์ พจนไกร
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

สอบถามสภาพอากาศ โทร. 074-311-760
โทรสาร. 074-311-065
www.songkhla.tmd.go.th

นายสมภพ วิสุทธีศิริ
นักอุตุนิยมวิทยาชำนาญการพิเศษ รักษาการฯ
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม

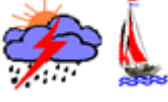

พยากรณ์อากาศ
ประจำวันอาทิตย์ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2565
ออกประกาศเวลา 17.00 น.




ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองเพิ่มขึ้นทางตอนล่างของภาค

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ ลมตะวันออกพัดปกคลุมอ่าวไทย และภาคใต้ ประกอบกับมีหย่อมความกดอากาศต่ำบริเวณชายฝั่งประเทศมาเลเซีย มีแนวโน้มเคลื่อนผ่านประเทศมาเลเซีย ลงสู่ทะเลอันดามันตอนล่างในช่วงวันที่ 13 - 14 มี.ค. 65 บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกตอนล่างมีฝนเพิ่มขึ้น

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้จนถึง เวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากทางตอนล่างของภาค ตั้งแต่จังหวัดสุราษฎร์ธานีขึ้นไป ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร ตั้งแต่จังหวัดนครศรีธรรมราชลงมา ลมตะวันออก ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันออก ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>

<p>พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้</p>		<p>คาดหมาย อุณหภูมิ</p>		<p>ดวงอาทิตย์</p>		<p>น้ำทะเลวันพรุ่งนี้</p>	
		<p>สูงสุด</p>	<p>ต่ำสุด</p>	<p>พรุ่งนี้ ขึ้นเวลา</p>	<p>พรุ่งนี้ ตกเวลา</p>	<p>ขึ้น เต็มที่</p>	<p>ลง เต็มที่</p>
<p>จังหวัดสุราษฎร์ธานี</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 20 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอกาญจนดิษฐ์ ตอกนสัก เกาะพะงัน และเกาะสมุย ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>	34	23	06.31	18.34	07.59	19.30
<p>อำเภอเกาะสมุย</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>	30	26	06.27	18.31	07.59	19.27
<p>จังหวัดนครศรีธรรมราช</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอท่าศาลา เมือง ปากพั่น และหัวไทร ลมตะวันออก ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>	34	24	06.28	18.31	11.03	01.30

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก ไม่มีรายงานฝนตก</p>	<p>อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 22.4 °ซ. ที่ อ.พระแสง จ.สุราษฎร์ธานี</p>
<p>ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 32.5 มม. ที่ ท่าอากาศยานภูเก็ต จ.ภูเก็ต</p>	<p>อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 35.8 °ซ. ที่ อ.เมือง จ.ภูเก็ต</p>

นายชานพงษ์ พจนไกร
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

สอบถามสภาพอากาศ โทร. 074-311-760
โทรสาร. 074-311-065
www.songkhla.tmd.go.th

นายสมภพ วิสุทธีศิริ
นักอุตุนิยมวิทยาชำนาญการพิเศษ รักษาการฯ
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม



พยากรณ์อากาศ
ประจำวันอาทิตย์ที่ 13 มีนาคม พ.ศ. 2565
ออกประกาศเวลา 17.00 น.

ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองเพิ่มขึ้นทางตอนล่างของภาค

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ ลมตะวันออกเฉียงใต้พัดปกคลุมอ่าวไทย และภาคใต้ ประกอบกับมีหย่อมความกดอากาศต่ำบริเวณชายฝั่งประเทศมาเลเซีย มีแนวโน้มเคลื่อนผ่านประเทศมาเลเซีย ลงสู่ทะเลอันดามันตอนล่างในช่วงวันที่ 13 - 14 มี.ค. 65 บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกตอนล่างมีฝนเพิ่มขึ้น

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้จนถึง เวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ส่วนมากทางตอนล่างของภาค ตั้งแต่จังหวัดสุราษฎร์ธานีขึ้นไป ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร ตั้งแต่จังหวัดนครศรีธรรมราชลงมา ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 18.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 18.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเล วันพรุ่งนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	พฤษภาคม ขึ้นเวลา	พฤษภาคม ตกเวลา	ขึ้น เต็มที	ลง เต็มที
<p>จังหวัดปัตตานี</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 60 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอเมือง ยะหริ่ง ปะนาเระ สายบุรี และไม้แก่น ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>	32	25	06.22	18.27	08.59 และ 19.40	01.44 และ 13.00
<p>จังหวัดยะลา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 60 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอรามัน บันนังสตา ธารโต และเบตง ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 10-30 กม./ชม.</p>	32	23	06.22	18.26	-	-
<p>จังหวัดนราธิวาส</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 60 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอเมือง ตากใบ สุไหง-โกลก และแว้ง ลมตะวันออกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูง 1-2 เมตร</p>	31	24	06.20	18.24	18.19	01.47
รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้							
ภาคใต้ฝั่งตะวันออก ไม่มีรายงานฝนตก		อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 22.4 °ซ. ที่ อ.พระแสง จ.สุราษฎร์ธานี					
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 32.5 มม. ที่ ท่าอากาศยานภูเก็ต จ.ภูเก็ต		อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 35.8 °ซ. ที่ อ.เมือง จ.ภูเก็ต					

นายชานูพงษ์ พจนไกร
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

สอบถามสภาพอากาศ โทร. 074-311-760
โทรสาร. 074-311-065
www.songkhla.tmd.go.th

นายสมภพ วิสุทธิศิริ
นักอุตุนิยมวิทยาชำนาญการพิเศษ รักษาการฯ
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก