



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม



พยากรณ์อากาศ
ประจำวันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2566
ออกประกาศเวลา 11.00 น.





ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองบางพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ มรสุมตะวันตกเฉียงใต้พัดปกคลุมทะเลอันดามัน ภาคใต้ และอ่าวไทย ขอให้ประชาชนระวังอันตรายที่เกิดจากฝนฟ้าคะนอง และลมกระโชกแรง ส่วนชาวเรือขอให้เดินเรือด้วยความระมัดระวัง และหลีกเลี่ยงการเดินเรือบริเวณที่มีฝนฟ้าคะนอง

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-35 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูง 1-2 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>

<p>พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้</p>		<p>คาดหมาย อุณหภูมิ</p>		<p>ดวงอาทิตย์</p>		<p>น้ำทะเลพุ่งนี้</p>	
		<p>สูงสุด</p>	<p>ต่ำสุด</p>	<p>วันนี้ ตกเวลา</p>	<p>พรุ่งนี้ ขึ้นเวลา</p>	<p>ขึ้น เต็มที่</p>	<p>ลง เต็มที่</p>
<p>จังหวัดสงขลา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอรัตภูมิ หาดใหญ่ คลองหอยโข่ง สะเดา และนาทวี ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	34	26	18.31	06.11	01.06 และ 13.10	07.30 และ 19.30
<p>อำเภอหาดใหญ่</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม.</p>	34	24	18.31	06.12	-	-
<p>อำเภอสะเดา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม.</p>	33	24	18.31	06.12	-	-
<p>จังหวัดพัทลุง</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอกงหรา ตะโหมด และป่าบอน ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ทะเลสาบสงขลามีคลื่นต่ำกว่า 1 เมตร</p>	35	26	18.33	06.13	-	-

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก มีฝนเล็กน้อยถึงปานกลางเป็นแห่งๆ มีฝนตกหนักบางแห่ง</p>	<p>อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 23.4 °ซ ที่ อ.สะเดา จ.สงขลา</p>
<p>ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 53.4 มม. ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์</p>	<p>อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 36.1 °ซ ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์</p>

นายอิทธิพล ศรีไตรรัตน์
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

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

นายภมร พรหมสาขา ณ สกลนคร
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม



พยากรณ์อากาศ
ประจำวันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2566
ออกประกาศเวลา 11.00 น.

ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองบางพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ มรสุมตะวันตกเฉียงใต้พัดปกคลุมทะเลอันดามัน ภาคใต้ และอ่าวไทย ขอให้ประชาชนระวังอันตรายที่เกิดจากฝนฟ้าคะนอง และลมกระโชกแรง ส่วนชาวเรือขอให้เดินเรือด้วยความระมัดระวัง และหลีกเลี่ยงการเดินทางเรือบริเวณที่มีฝนฟ้าคะนอง

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-35 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูง 1-2 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเลพุ่งนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	วันนี้ เวลา	พรุ่งนี้ ขึ้นเวลา	ขึ้น เต็มที่	ลง เต็มที่
<p>จังหวัดเพชรบุรี</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 20 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำบริเวณอำเภอหนองหญ้าปล้อง และแก่งกระจาน ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	35	26	18.38	06.08	-	-
<p>อำเภอหัวหิน</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	36	26	18.38	06.09	08.58 และ 20.41	03.10 และ 14.11
<p>จังหวัดประจวบคีรีขันธ์</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอหัวหิน ปราณบุรี กุยบุรี สามร้อยยอด และเมือง ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	37	25	18.38	06.10	19.18	12.53
<p>จังหวัดชุมพร</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอเมือง สวี และพะโต๊ะ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	33	25	18.39	06.14	01.15 และ 15.24	08.28 และ 21.31

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

ภาคใต้ฝั่งตะวันออก มีฝนเล็กน้อยถึงปานกลางเป็นแห่งๆ มีฝนตกหนักบางแห่ง	อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 23.4 °ซ ที่ อ.สะเตาะ จ.สงขลา
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 53.4 มม. ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์	อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 36.1 °ซ ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

นายอิทธิพล ศรีไตรรัตน์
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

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

นายกมล พรหมสาขา ณ สกลนคร
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม



พยากรณ์อากาศ
ประจำวันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2566
ออกประกาศเวลา 11.00 น.




ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองบางพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ มรสุมตะวันตกเฉียงใต้พัดปกคลุมทะเลอันดามัน ภาคใต้ และอ่าวไทย ขอให้ประชาชนระวังอันตรายที่เกิดจากฝนฟ้าคะนอง และลมกระโชกแรง ส่วนชาวเรือขอให้เดินเรือด้วยความระมัดระวัง และหลีกเลี่ยงการเดินเรือบริเวณที่มีฝนฟ้าคะนอง

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-35 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูง 1-2 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเลวันพรุ่งนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	วันนี้ เวลา	พรุ่งนี้ ขึ้นเวลา	ขึ้น เต็มที่	ลง เต็มที่
<p>จังหวัดสุราษฎร์ธานี</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอเมือง ท่าชนะ ไชยา ท่าฉาง พุนพิน กาญจนดิษฐ์ และดอนสัก ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	35	24	18.38	06.15	02.39 และ 15.38	08.42 และ 21.15
<p>อำเภอเกาะสมุย</p> 	<p>มีเมฆบางส่วนกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 10 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	33	26	18.35	06.11	01.57 และ 15.13	08.28 และ 20.55
<p>จังหวัดนครศรีธรรมราช</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากบริเวณอำเภอนบพิตำ พรหมคีรี เมือง พระพรหม ปากพันธ์ ทุ่งใหญ่ บางขัน และทุ่งสง ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	35	24	18.34	06.13	04.08 และ 16.51	11.17 และ 22.55

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

ภาคใต้ฝั่งตะวันออก มีฝนเล็กน้อยถึงปานกลางเป็นแห่งๆ มีฝนตกหนักบางแห่ง	อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 23.4 °ซ ที่ อ.สะเตกา จ.สงขลา
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 53.4 มม. ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์	อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 36.1 °ซ ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

นายธิติพล ศรีไตรรัตน์
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

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

นายกมล พรหมสาขา ณ สกลนคร
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก



ศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก
กรมอุตุนิยมวิทยา
กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม



พยากรณ์อากาศ
ประจำวันจันทร์ที่ 21 สิงหาคม พ.ศ. 2566
ออกประกาศเวลา 11.00 น.

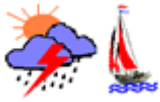

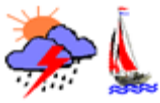
ลักษณะอากาศทั่วไป

พยากรณ์อากาศ 24 ชั่วโมง บริเวณภาคใต้ฝั่งตะวันออกมีฝนหรือฝนฟ้าคะนองบางพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ

ลักษณะทางอุตุนิยมวิทยาที่สำคัญ มรสุมตะวันตกเฉียงใต้พัดปกคลุมทะเลอันดามัน ภาคใต้ และอ่าวไทย ขอให้ประชาชนระวังอันตรายที่เกิดจากฝนฟ้าคะนอง และลมกระโชกแรง ส่วนชาวเรือขอให้เดินเรือด้วยความระมัดระวัง และหลีกเลี่ยงการเดินทางเรือบริเวณที่มีฝนฟ้าคะนอง

พยากรณ์อากาศสำหรับภาคใต้ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้

<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันออก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>
<p>ภาคใต้ฝั่งตะวันตก</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 40 ของพื้นที่ ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-35 กม./ชม. ทะเลมีคลื่นสูง 1-2 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>

พยากรณ์อากาศรายจังหวัดภาคใต้ฝั่งตะวันออก ตั้งแต่เวลา 12.00 น. วันนี้ จนถึงเวลา 12.00 น. วันพรุ่งนี้		คาดหมาย อุณหภูมิ		ดวงอาทิตย์		น้ำทะเลวันพรุ่งนี้	
		สูงสุด	ต่ำสุด	วันนี้ ตกเวลา	พรุ่งนี้ ขึ้นเวลา	ขึ้น เต็มที่	ลง เต็มที่
<p>จังหวัดปัตตานี</p> 	<p>อากาศร้อนในตอนกลางวัน กับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ บริเวณอำเภอเมือง หนองจิก โคกโพธิ์ และแม่ลาน ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	35	24	18.28	06.09	00.26 และ 12.16	06.16 และ 18.33
<p>จังหวัดยะลา</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ ส่วนมากบริเวณอำเภอกาบัง ธารโต และเบตง ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม.</p>	34	24	18.27	06.09	-	-
<p>จังหวัดนราธิวาส</p> 	<p>มีเมฆเป็นส่วนมากกับมีฝนฟ้าคะนอง ร้อยละ 30 ของพื้นที่ ส่วนมากในระหว่างบ่ายถึงค่ำ บริเวณอำเภอจะแนะ สุคีริน และแว้ง ลมตะวันตกเฉียงใต้ ความเร็ว 15-30 กม./ชม. ห่างฝั่งทะเลมีคลื่นสูงประมาณ 1 เมตร บริเวณที่มีฝนฟ้าคะนองคลื่นสูงมากกว่า 2 เมตร</p>	34	24	18.25	06.07	10.58 และ 23.46	04.41 และ 17.24

รายงานอากาศส่วนมากบริเวณภาคใต้ ของสถานีตรวจอากาศมีดังนี้

ภาคใต้ฝั่งตะวันออก มีฝนเล็กน้อยถึงปานกลางเป็นแห่งๆ มีฝนตกหนักบางแห่ง	อุณหภูมิต่ำสุด วัดได้ 23.4 °ซ ที่ อ.สะเดา จ.สงขลา
ฝนมากที่สุดภาคใต้ วัดได้ 53.4 มม. ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์	อุณหภูมิสูงสุด วัดได้ 36.1 °ซ ที่ ต.หนองพลับ อ.หัวหิน จ.ประจวบคีรีขันธ์

นายธิติน พล ศรีไตรรัตน์
ผู้พยากรณ์อากาศ
ส่วนพยากรณ์อากาศ

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

นายกมล พรหมสาขา ณ สกลนคร
ผู้อำนวยการศูนย์อุตุนิยมวิทยาภาคใต้ฝั่งตะวันออก