



# ရတနာပုံ

၁၉၉၂ ခုနှစ် ၊ မေလ ၁ ရက် စတင်ထုတ်ဝေသည်။

yadanarbonnews.com

၁၃၈၈ ခုနှစ် ၊ နယုန်လဆန်း (၉)ရက် ၊ တနင်္ဂနွေနေ့ ၊ (24-5-2026) ၊ အတွဲ (၃၅) ၊ အမှတ် (၀၂၄)

## ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

- ❖ ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး။
- ❖ တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး။
- ❖ အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး။

- ❖ ၅ နှစ်အရွယ် ကလေးများကို သူငယ်တန်း (KG) သို့ အပ်နှံရန်။
- ❖ ၆ နှစ်အရွယ် ကလေးများကို ပထမတန်း (Grade 1) သို့ အပ်နှံရန်။

“နိုင်ငံတော်စဉ်ဆက်မပြတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ဖို့ ကျောင်းနေအရွယ်ကလေးအားလုံး ကျောင်းအပ်နှံကြပါစို့”

## ကျောင်းအပ်နှံရေးသီတင်းပတ် (၂၅.၅.၂၀၂၆ ရက်နေ့မှ ၃၁.၅.၂၀၂၆ ရက်နေ့ထိ)

### ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်

ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည်တော်အတွင်း လမ်း၊ တံတားများ အဆင့်မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်နေမှုနှင့် ဒေသထွက်သီးနှံများကို အခြေခံသည့် စက်မှုကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုတို့ကို လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေး



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည်တော်လေဆိပ်အဝင်လမ်းသစ်ဖောက်လုပ်နေမှုကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးစဉ်။

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်သည် ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ဒုတိယသမ္မတ ဦးညိုစော၊ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများ ဖြစ်ကြသည့် ဦးမျိုးသန့်၊ ဦးမင်းနောင်နှင့် တာဝန်ရှိသူများလိုက်ပါ၍ ပြည်ထောင်စု နယ်မြေ နေပြည်တော်အတွင်း လမ်း၊ တံတားများ အဆင့်မြှင့်တင်ဆောင်ရွက် နေမှုနှင့် ဒေသထွက်သီးနှံများကို အခြေခံ သည့် စက်မှုကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက် နေမှုတို့ကို လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

လမ်း၊ တံတားများ အဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေမှု ဦးစွာ နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် ရွှေပြည် တော်ဝင်လမ်းပေါ်ရှိ နေပြည်တော်- တောင်တွင်းကြီး မီးရထားလမ်း ခုံးကျော်

တံတား ပေ ၁၃၀၀ တည်ဆောက်ခြင်း လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများ ကို သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးရာ ဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စု ဝန်ကြီး ဦးမျိုးသန့်နှင့် တာဝန်ရှိသူများက လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများ

နှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြသည်။ ရှင်းလင်းတင်ပြမှုများအပေါ် နိုင်ငံ တော်သမ္မတက ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည်တော်အတွင်း လမ်းများအားလုံး အဆင့်မီမီနှင့် စနစ်တကျဖြစ်စေရေး စာမျက်နှာ ၁၆ ကော်လံ ၁

**အရည်အသွေးမြင့်စား တမာ မှာ**  
**TRISTAR**

TBB, TBR, PCR တာယာ  
အရွယ်အစားမျိုးစုံအပြင် ဆိုင်ကယ်တာယာများကိုပါ ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူး ရောင်းချလျက်ရှိပါသည်။

**CAR TYRE**

**LIGHT TRUCK TYRE**

**CYCLE TYRE**

**The Best Quality Tyre**

ပင်ရင်းအရောင်းဌာန - ဝန် - ၀၉ ၂၅၄ ၂၇၂၀၄၃၊ ၀၉၄၅၃၂၅၅၄၅၅  
 STARMART nine mile Showroom - (၉)မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၃၀၈၆၀၀၀၀  
 KHA YAE PIN MART-မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၆၇၀၄၄၃၅၅၅  
 STARMART MANDALAY Wholesale-၂၆လမ်းနှင့်၆၆လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၆၆၀၇၀၂၂၄၄  
 STARMART Nay Pyi Taw-ရန်ကုန်-မန္တလေး လမ်းပေါ်ဘက်၊ ရွာတောက်ရပ်၊ ပျဉ်းမနား၊ ဝန် - ၀၉ ၆၅၅၀၀၉၀၇၇

# ရတနာပုံ

၂၀၂၆ ခုနှစ် မေ ၂၄ ရက်  
အယ်ဒီတာ့အာဘော်

## အောင်ပွဲရတပ်မတော်သားများကို သောင်းသောင်းဖြဖြ ဂုဏ်ပြုကြိုဆို

အကြမ်းဖက်သောင်းကျန်းသူများ၏ လက်အောက်တွင် မတရားနှိပ်စက်ညှဉ်းပန်းမှုနှင့် ဆင်းရဲဒုက္ခမျိုးစုံကို တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရသော ဒေသခံပြည်သူများမှာ ဒေသတည်ငြိမ်အေးချမ်းမှုနှင့် ငြိမ်းချမ်းမှု၏ အနှစ်သာရကို ကိုယ်တိုင်သိရှိခံစားခဲ့ကြရပြီဖြစ်ရာ အကြမ်းဖက်သောင်းကျန်းသူများ ယာယီစိုးမိုးထားသည့် မြို့၊ ရွာတချို့ကို ပြန်လည်သိမ်းပိုက်ပြီး နယ်မြေရှင်းလင်းချီတက်လာသော တပ်မတော်စစ်ကြောင်းများကို လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက်၌ အောင်သပြေပန်းများ၊ ဂုဏ်ပြုပန်းကုံးများဖြင့် သောင်းသောင်းဖြဖြ ဝမ်းပန်းတသာ ကြိုဆိုခဲ့ကြသည်။

ထို့အတူပင် နယ်မြေလုံခြုံရေးနှင့် စစ်ဆင်ရေးတာဝန်များထမ်းဆောင်ပြီး တပ်ရင်းဌာနချုပ်သို့ ပြန်လည်ဝင်ရောက်လာသည့် ရှေ့တန်းပြန်နိုင်ငံ့သားကောင်းတပ်မတော်သားများအား ဌာနဆိုင်ရာ အသီးသီးနှင့် လူထုလူတန်းစားအလွှာအသီးသီးပါဝင်သော ဒေသခံပြည်သူလူထုမှ အောင်သပြေခက်များ၊ ဂုဏ်ပြုပန်းကုံးများ၊ ဆိုးစည်ဗုံမောင်းအတီးအမှုတ်၊ အကအခုန်များဖြင့် ကြည်နူးအားတက်ဖွယ် ဂုဏ်ပြုကြိုဆိုခဲ့ကြသည်။

နိုင်ငံတော်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ပြည်သူတို့၏ လူမှုစီးပွားဘဝများ မြင့်မားတိုးတက်ရေးအတွက် နယ်မြေဒေသတည်ငြိမ်မှုနှင့်လုံခြုံမှုမှာ အဓိကအခြေခံအကြောင်းတရားဖြစ်သည်။ မျက်မှောက်ကာလတွင် နိုင်ငံရေးအခြေအနေကိုအကြောင်းပြု၍ ပေါ်ပေါက်လာသော အကြမ်းဖက်သောင်းကျန်းသူများ ခေတ္တထိန်းချုပ်ခဲ့သည့်နယ်မြေဒေသများမှ ပြည်သူများ၏ ဘဝဆင်းရဲဒုက္ခများကို ဒေသခံပြည်သူများသာမက နိုင်ငံသူနိုင်ငံသားများအားလုံး သိရှိကြပြီးဖြစ်သည်။

တပ်မတော်သည် မူလတာဝန်ဖြစ်သည့် နိုင်ငံတော်ကာကွယ်ရေးတာဝန်များကို သမိုင်းအစဉ်အဆက် ကျေပွန်စွာကြိုးပမ်းထမ်းရွက်လျက်ရှိသည့်အပြင် နယ်မြေဒေသတည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် ပြည်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝလုံခြုံရေးကိုလည်း သက်စွန့်ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ ယခုအခါ အကြမ်းဖက်သောင်းကျန်းသူများ ယာယီစိုးမိုးထားပြီး အကြမ်းဖက်လုပ်ရပ်များ လုပ်ဆောင်လျက်ရှိသည့်ဒေသများ၌ တန်ပြန်ထိုးစစ်နှင့် အကြမ်းဖက်ချေမှုန်းရေးစစ်ဆင်ရေးများကို ပြည်သူလူထုပူးပေါင်းပါဝင်မှုဖြင့် တိုက်ဖျက်လျက်ရှိရာ မြို့ရွာများ၊ နယ်မြေဒေသများကို တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပြန်လည်ထိန်းချုပ်ထားနိုင်ခဲ့ပြီ ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတော်ကာကွယ်ရေးတာဝန်များတွင် တပ်မတော်နှင့်ပြည်သူ ကြည်ဖြူစွာလက်တွဲဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည့် အောင်မြင်မှုရလဒ်များပင်ဖြစ်သည်။

တပ်မတော်စစ်ကြောင်းများအနေဖြင့် ပြည်သူထဲကပေါက်ဖွားလာသည့် ပြည်သူ့သားကောင်းများဖြစ်သည်နှင့်အညီ ယာယီနေရပ်စွန့်ခွာခဲ့ရသည့် ဒေသခံပြည်သူများ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းစွာ ပြန်လည်ဝင်ရောက်နေထိုင်နိုင်ရေး၊ ဆက်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းများ ပြန်လည်ဖွင့်လှစ်နိုင်ရေး၊ အစိုးရအုပ်ချုပ်မှုယန္တရားများပြန်လည်လည်ပတ်ကာ ဒေသခံပြည်သူလူထု၏ လူမှု စီးပွားဘဝဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ပြန်လည်ဖော်ဆောင်ပေးနိုင်ရေး၊ စားသောက်နေထိုင်မှု အဆင်ပြေစေရေးနှင့် ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများကို နိုင်ငံတော်အစိုးရ ဒေသခံပြည်သူများနှင့်အတူ တက်ညီလက်ညီ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

ယခုကဲ့သို့ အောင်ပွဲရတပ်မတော်သားများကို ပြည်သူတစ်ရပ်လုံးက ဝမ်းမြောက်ဂုဏ်ယူစွာ သောင်းသောင်းဖြဖြကြိုဆိုနေကြပုံမှာ နိုင်ငံတော်နှင့် ပြည်သူအတွက် မိမိအသက်ကိုပင် ပမာနမထားဘဲ ရွပ်ရွပ်ချွံချွံ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့ကြသူတို့အတွက် နိုင်ငံတော်နှင့်ပြည်သူမှလည်း တန်ဖိုးထားလေးစားဂုဏ်ယူလျက်ရှိကြောင်း ဖော်ညွှန်းပြဆိုနေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ မေတ္တာနှင့်ယှဉ်သော အပြန်အလှန် ကျေးဇူးတုံ့ပြန်သည့် မင်္ဂလာရှိသောမြင်ကွင်းများပင်ဖြစ်ပါကြောင်း ဂုဏ်ယူရေးသားလိုက်ရပေသည်။

## စဉ့်ကိုင်မြို့နယ် ကသဲစုကျေးရွာ၌ ရေပိုက်လိုင်းသွယ်တန်းခြင်းလုပ်ငန်းပြီးစီးမှု စစ်ဆေး

စဉ့်ကိုင် မေ ၂၃ တွင် စဉ့်ကိုင်မြို့နယ် ကျေးလက် မှာကြားသည်။  
မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ကသဲစုကျေးရွာ၌ အရှည်ပေ ၅၀၀၀ ရှိ နှစ်လက်မ PVC ရေပိုက် မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုး မြို့နယ်ဦးစီးဌာနနှင့် ဒေါ်နန်းအိဖြိုးနှင့် ၄၀၀၀ ရှိ နှစ်လက်မ PVC ရေပိုက် မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုး မြို့နယ်ဦးစီးဌာနနှင့် ဒေါ်နန်းအိဖြိုးနှင့် အင်ဂျင်နီယာ လိုင်းသွယ်တန်းခြင်း လုပ်ငန်းကို ပြည်ထောင်စုခွင့်ပြု ရန်ပုံငွေကျပ် ၁၉ ဒသမ ၁၇ သန်းဖြင့် မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရေးဦးစီးဌာနက ယခုနှစ် ဧပြီလ ပထမပတ်မှစတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ စစ်ဆေးပြီး မြို့နယ်ဦးစီးဌာနက ဆောင်ရွက်ပြီးလုပ်ငန်းများကို ယခုအခါလုပ်ငန်းများ ရာနှုန်းပြည့် ရေရှည်တည်တံ့အောင် ဝိုင်းဝန်း ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။  
ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာ ထိန်းသိမ်းကြရန် ဆွေးနွေး အောင်ရဲကျော်

## ရွှေဘိုခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မတ်ပဲကေ ၁၂၅၀ စိုက်ပျိုးမည်



ယခင်နှစ်က မတ်ပဲစိုက်ခင်းကို တွေ့ရစဉ်။

ရွှေဘို မေ ၂၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ရွှေဘို ခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုး ရာသီ၌ မတ်ပဲကေ ၁၂၅၀ စိုက် ပျိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း ရွှေဘိုခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ရွှေဘိုခရိုင်တွင် မတ်ပဲစိုက်ပျိုးရန် အတွက် မြို့နယ်အလိုက်လျာထား မှုအနေဖြင့် ရွှေဘိုမြို့နယ်တွင် ၁၁၁၅ ဧကနှင့် ကျောက်မြောင်း မြို့နယ်တွင် ၁၃၅၅ ဧက စုစုပေါင်း ဧက ၁၂၅၀ တို့ဖြစ်ကြောင်း၊ အဆိုပါစိုက်ပျိုးမှုကို ယခုနှစ် ဇွန်လမှစတင်၍ စက်တင်ဘာ လထိ စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။  
"ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ရွှေဘိုခရိုင်မှာ မတ်ပဲကေ ၁၀၀၀ ကျော်စိုက်ပျိုးဖို့အတွက် လျာထား ပါတယ်။ မတ်ပဲလျာထားဧကပြည့် မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့အတွက် ဆောင်ရွက်ပေးသွားမယ်။ မတ်ပဲ စိုက်ပျိုးရာသီမှာလဲ လိုအပ်တဲ့ နည်းပညာတွေ၊ မျိုးတွေ၊ ပိုးမွှား ရောဂါကာကွယ်ရေး နည်းလမ်း တွေကိုလဲ မြေပြင်ကွင်းဆင်းဆောင် ရွက်ပေးသွားပါမယ်"ဟု ရွှေဘို ခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ခရိုင် ဦးစီးမှူး ဒေါ်ဇော်မင်းက ပြောပြသည်။  
ရွှေဘိုခရိုင်တွင် မတ်ပဲစိုက် တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုး ရေးဦးစီးဌာနအနေဖြင့် ဒေသနှင့် ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

## ညောင်တုန်းမြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ပြေလအတွင်း ငါးမြစ်ချင်းပိဿာချိန် ၅၀၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့



ညောင်တုန်း မေ ၂၃ ဈေးကွက်သို့ မတ်လက ငါးမြစ် ရောဝတီတိုင်းဒေသကြီး မအူပင် ခရိုင် ညောင်တုန်းမြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ဧပြီလ အတွင်း ငါးမြစ်ချင်းပိဿာချိန် ၅၀၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ ကြောင်း ညောင်တုန်းမြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ် ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ခင်ခင်က ပြောပြသည်။  
ညောင်တုန်းမြို့နယ်မှ ရန်ကုန် ဈေးကွက်သို့ မတ်လက ငါးမြစ် ချင်းပိဿာချိန် ၃၅၀၀၀ သာတင်ပို့ ရောင်းချနိုင်ခဲ့ပြီး ဧပြီလတစ်လ အတွင်း ငါးမြစ်ချင်းပိဿာချိန် ၅၀၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ ကြောင်း၊ အဆိုပါ ဒေသကငါးမြစ် ချင်းများအပါအဝင် ရေထွက်ကုန် ပစ္စည်းများကို ရန်ကုန်ဈေးကွက် သို့ တင်ပို့ရောင်းချနေကြောင်း သိရသည်။  
"အခု ငါးမြစ်ချင်းတွေ ရန်ကုန် ကျော်ကျော်လင်း

ဈေးကွက်ကိုအရင်ကထက် ပိုမို တင်ပို့ ရောင်းချအားကောင်းနေပါ တယ်။ ဧပြီလအတွင်း တင်ပို့ ရောင်းချနေတဲ့ ငါးမြစ်ချင်း တစ်ပိဿာကို ငွေကျပ် ၁၉၅၀၀ ထိ ဈေးပေါက်နေပါတယ်။ အခုလို ငါးမြစ်ချင်းတွေ တင်ပို့ရောင်းချ အားကောင်းလာတော့ ငါးမြစ်ချင်း မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ တွေနဲ့ ရေလုပ်သားတွေ အဆင်ပြေ နေပါတယ်"ဟု ညောင်တုန်း မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ခင်ခင်က ပြောပြသည်။  
ညောင်တုန်းမြို့နယ်မှ ထွက်ရှိ သည့် ငါးမြစ်ချင်းများကို ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့ရောင်း ချလျက်ရှိပြီး ရန်ကုန်မှတစ်ဆင့် နေပြည်တော်နှင့် အခြားဒေသ များသို့ ဆက်လက်တင်ပို့ရောင်းချ လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

# စလင်းမြို့နယ် အုတ်ဖိုကန်ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှု စစ်ဆေး

စလင်း မေ ၂၃ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မင်းဘူးခရိုင် စလင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP) ရန်ပုံငွေဖြင့် တောစိမ့်ကျေးရွာအုပ်စုအုတ်ဖိုကန်ကျေးရွာ၌ ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှု အခြေအနေများကို မေ ၂၂ ရက်က

တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး မြို့နယ်ဦးစီးမှူးက ကွန်ကရစ်လမ်းကို သတ်မှတ်စံချိန်စံညွှန်းများနှင့်အညီ အချိန်မီပြီးစီးအောင် ဆောင်ရွက်ကြရန် မှာကြားခဲ့သည်။ အဆိုပါ အုတ်ဖိုကန်ကျေးရွာ၌ လမ်းအရှည်ပေ ၅၀၀၊ အကျယ် ၁၂ပေ၊ အမြင့် ခြောက်လက်မရှိ ကျေးရွာတွင်းကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်း စီမံကိန်း(VDP)ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၁၅၀ အသုံးပြု၍ မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန၏နည်းပညာပံ့ပိုးမှု အနီးကပ်ကြီးကြပ်မှုဖြင့် ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများကိုယ်တိုင် မေလပထမပတ်က စတင်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ လုပ်ငန်းများ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပြီ ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ သန်းသန်းစိုး

# ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် အုတ်ဖိုကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

ပြင်ဦးလွင် မေ ၂၃ ကျေးဇူးများ၊ စီမံကိန်းလက်စွဲ စာစောင်ပါ အကြောင်းအရာများ၊ အတိုးနှုန်း သတ်မှတ်ချက်များ၊ ခရိုင် ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက အုတ်ဖိုကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းအရင်းမပျောက်လည်ပတ်ရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေးခြင်းကို မေ ၂၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ရှေးဦးစွာ ပြင်ဦးလွင်ခရိုင် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးဆက်နိုင်ထွန်းက အမှာစကားပြောကြားပြီး ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ခင်မုန်ကျော်က မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းဆောင်ရွက်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ၊ အကျိုးအောင်ရဲကျော်

# စစ်ကိုင်းခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ငရုတ် ၁၇၃၁ ဧက စိုက်ပျိုးမည်



စစ်ကိုင်းခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ငရုတ် ၁၇၃၁ ဧက စိုက်ပျိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း စစ်ကိုင်းခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ "ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ စစ်ကိုင်းခရိုင်မှာ ငရုတ် ၁၇၃၁ ဧက စိုက်ပျိုးဖို့ လျာထားပါတယ်။ စိုက်ပျိုးရန်အတွက် မြို့နယ် လျာထားဧက ပြည့်မီအောင်

စစ်ကိုင်းခရိုင်တွင် ငရုတ်စိုက် တောင်သူများအနေဖြင့် ငရုတ်အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်စေရေး၊ စိုက်နည်းစနစ် မှန်ကန်စေရေး၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှု ကာကွယ် နှိမ်နင်းရေး၊ မြေဆီလွှာအာဟာရ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရေး နည်းပညာပေးခြင်းတို့ကို သက်ဆိုင်ရာ မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ ဝန်ထမ်းများက ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက် ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ငရုတ်ကို အထွက်နှုန်း တိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်း စားသုံးမှုဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့် ငရုတ်ကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်သင့်ကြောင်း စစ်ကိုင်းခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြတ်မိုးဝင်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

# သာစည်မြို့နယ် ကုန်းတောင်း(တောင်)ကျေးရွာ၌ RBF စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေမှု စစ်ဆေး

သာစည် မေ ၂၃ ငွေထူထောင်ခြင်းစီမံကိန်း (RBF) မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိတ္ထီလာခရိုင် သာစည်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ကုန်းတောင်း(တောင်)ကျေးရွာ၌ ကျေးလက်စီးပွားမြှင့်တင်ရေးရန်ပုံငွေထူထောင်ခြင်း စီမံကိန်း (RBF) လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေမှုကို ယနေ့ နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ထိုသို့ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် သာစည်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြသက်ဝင်းနှင့် ကုန်းတောင်း(တောင်)ကျေးရွာ၌ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေသည့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအဖွဲ့လေးဖွဲ့မှ အသင်းသား၊ ကျပ် သန်း ၃၀ ထုတ်ချေးပေးထားကြောင်း မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြသက်ဝင်းထံမှ သိရသည်။ ဟိန်းထက်စိုး(မလှိုင်)

# မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် နွေသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက စိုက်ပျိုးခဲ့သော သစ်စိမ်းမြေဩဇာ(ပိုက်ဆန်လျှော်) ကေအားလုံးရိတ်သိမ်းပြီးစီး

မြောင်းမြ မေ ၂၃ ရော့ဝတီတိုင်းဒေသကြီး မြောင်းမြခရိုင် မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် နွေသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက စိုက်ပျိုးခဲ့သော သစ်စိမ်းမြေဩဇာ(ပိုက်ဆန်လျှော်) ကေအားလုံး ရိတ်သိမ်းပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း မြောင်းမြခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် နွေသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ သစ်စိမ်းမြေဩဇာ(ပိုက်ဆန်လျှော်) ကေ ၂၅၀၀ စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ကြောင်း၊ အဆိုပါစိုက်ပျိုးခဲ့သည့် သစ်စိမ်းမြေဩဇာ(ပိုက်ဆန်လျှော်)များကို ယခုနှစ် မတ်လပထမပတ်က စတင်ရိတ်သိမ်းခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ကေအားလုံး ရာနှုန်းပြည့်

ရိတ်သိမ်းပြီးစီးပြီဖြစ်ပြီး တစ်ဧကလျှင် ၁၂ ဒသမ ၅၁ တင်း ထွက်ရှိခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ "မြောင်းမြမြို့နယ်မှာ ပိုက်ဆန်လျှော် ကေ ၂၅၀၀ စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ပါတယ်။ လက်ရှိ ကေအားလုံး ရိတ်သိမ်းပြီးစီးပြီဖြစ်ပါတယ်။ ပိုက်ဆန်လျှော်စိုက်ပြီး ဓာတုဓာတ်မြေဩဇာအစားထိုး ပြန်လည်အသုံးပြုတဲ့ နည်းတွေကို ဒေသခံတွေက စိတ်ဝင်စားပါဝင်ဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ ပိုက်ဆန်လျှော်ကို အစားထိုးမြေဩဇာအဖြစ် အသုံးပြုတာက ဓာတုဓာတ်မြေဩဇာတွေ သုံးစွဲမှုလျော့နည်းသွားမယ်၊ မြေဆီလွှာ ပျက်စီးမှုလျော့နည်းသွားမယ်။ ဒါ့ပြင် ပိုက်ဆန်လျှော်ထည့်စိုက်တဲ့ လယ်ယာ



# စားသုံးသူတို့၏ စိတ်ခံစားချက်နှင့် အရောင်းဗျူဟာ

## မျိုးသူ (ကုန်သွယ်မြင့်)

စားသုံးသူအများစုက လိုအပ်သည်ကို ဝယ်ကြသည်ဟု ကိုယ့်စိတ်တွင်ထင်ကြသော်လည်း များသောအားဖြင့် လိုချင်သည်ကိုသာ ဝယ်တတ်ကြသည်။ ရောင်းသူသည် ကိုယ့်ပစ္စည်းကို ဝယ်ယူသူက လိုချင်စေရန် ဆွဲဆောင်တတ်ကြသည်။ ရောင်းသူက စားသုံးသူတို့၏ စိတ်ခံစားချက်ကိုသိမှသာ မည်သည့်ပစ္စည်းကို မည်သူ့အားရောင်းရမည်ကို သိမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရောင်းချရေးဗျူဟာကို ချမှတ်ဆောင်ရွက်ပြီး ရောင်းချနိုင်ရေးကို ဆောင်ရွက်ကြမည်ဖြစ်သည်။ ရောင်းချခြင်းဆိုသည်မှာ ဝယ်ယူသူ၏စိတ်ကို ရှာဖွေခြင်းဟု ဆိုချင်သည်။ အရောင်းပညာတွင် အဆင့်အလိုက် အောက်ပါအတိုင်းဖော်ပြတတ်သည်။

**လိုအပ်ချက်နှင့်လိုအင်ဆန္ဒကို ရှာဖွေခြင်း**  
ပစ္စည်းတစ်ခုကို ဝယ်ယူသည်ဆိုရာတွင် လူတို့သည် အကြောင်းမဲ့ဝယ်လေ့မရှိကြပေ။ သူတို့၏စိတ်ထဲတွင် လိုအပ်ချက်တစ်ခုခုရှိနေခြင်းကြောင့် ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်တတ်သည်။ ထိုလိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် လိုအင်ဆန္ဒတစ်ခုခုကြောင့် ဝယ်ယူခြင်းဖြစ်သဖြင့် ထိုအချက်ကို ရောင်းသူက ဖမ်းဆုပ်မိနိုင်ရန်လိုအပ်သည်။ ဈေးရောင်းကောင်းသူတစ်ဦးသည် ဝယ်ယူသူ၏စိတ်ထဲက လိုအပ်ချက် သို့မဟုတ် ပြဿနာတစ်ခုခုကို အရင်ဆုံးရှာဖွေဖမ်းမိနိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။

**ခံစားချက်ကိုနားလည်ခြင်း**  
အကျိုးအကြောင်းတစ်ခုခုအတွက် ဝယ်ယူသူထက် ခံစားချက်ကြောင့်ဝယ်ယူသူက ပိုများသည်။ ပစ္စည်းတစ်ခုကိုဝယ်ယူလိုက်ခြင်းသည် စိတ်လှုပ်ရှားမှုရခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် လုံခြုံမှုရလိုချင်ဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် ဂုဏ်ယူချင်သည့်စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် စိုးရိမ်ပူပန်မှုတစ်ခုခုကြောင့်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။ ဝယ်ယူသူတို့စိတ်တွင် ခံစားရသည့်အချက်ကို ဖမ်းဆုပ်နိုင်၊ နားလည်ပေးနိုင်လျှင် ရောင်းသူနှင့်ဝယ်ယူသူကြားတွင် ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်နိုင်ပြီဖြစ်သည်။

**ဝယ်ယူသူ၏အခက်အခဲကို ဖြေရှင်းပေးခြင်း**  
ဝယ်ယူသူ၏ စိတ်ကိုသိပြီးဆိုလျှင် မိမိကုန်ကို ထိုးရှုရောင်းရန်မဟုတ်ပေ။ ဝယ်ယူသူ၏လိုအပ်ချက်ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့်အခက်အခဲကို ဤကုန်ပစ္စည်းက ဖြေရှင်းပေးနိုင်ကြောင်း ပြောပြရန်ဖြစ်သည်။ ဝယ်ယူသူတို့၏စိတ်တွင် ဖြစ်ပေါ်လာသောအခက်အခဲနှင့် လိုအပ်ချက်ကို ဤပစ္စည်းက ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ကြောင်း ချိတ်ဆက်ပြသရုံသာလုပ်ရန်ဖြစ်သည်။ ရောင်းချသူ သို့မဟုတ် ဈေးကွက်ဖော်ဆောင်သူသည် ဝယ်ယူသူ၏ လိုအပ်ချက်ပေါ်စေသည့်အခက်အခဲကို ဖြေရှင်းပေးသူဖြစ်သည်ဟု ခံယူဆောင်ရွက်ရန်ဖြစ်သည်။ ယခုအချက်သုံးချက်ကို အတိုချုပ်အားဖြင့် "ရှာဖွေ-နားလည်-ဖြေရှင်း"ဟူ၍ မှတ်သားထားနိုင်သည်။

ဤအချက်သုံးချက်ပေါ်တွင် အခြေခံ၍ အရောင်းဗျူဟာကို ခင်းကျင်းရမည်ဖြစ်သည်။ အရောင်းဗျူဟာကို စနစ်တကျခင်းကျင်းနိုင်ရန် အဆင့်ငါးဆင့် ချမှတ်ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ အခြေခံအုတ်မြစ်သည် "ဝယ်ယူသူ၏စိတ်ခံစားချက်ကို ရှာဖွေခြင်း"သာဖြစ်သည်။ **မျှော်မှန်းဈေးကွက်ကို အပိုင်းပိုင်းခွဲခြားခြင်း**  
မျှော်မှန်းချက်ထားသည့်ဈေးကွက်ကို အလွှာလိုက် အပိုင်းပိုင်းခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့်ရမည်။ ဝယ်ယူသူများ၏ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာခံစားချက်များနှင့် လိုအပ်ချက်များကိုဖြေရှင်းပေးနိုင်ရန်အတွက် ဝယ်ယူသူက ဘယ်သူလဲ၊ ဘယ်အရွယ်လဲ၊ အမျိုးသားလား၊ အမျိုးသမီးလား၊ လက်ရှိတွင်ဖြစ်ပေါ်နေသည့် ဝယ်ယူမည့်

သူတို့၏စိတ်တွင် မည်သည်ကို ခံစားနေရသလဲ၊ မည်သည့်အခက်အခဲများ၊ အဖုအထစ်များ စိတ်မှာ ဖြစ်နေသလဲ၊ မိမိကုန်ပစ္စည်းက ပေးနိုင်သည့် အချက်များနှင့် ဝယ်ယူသူ၏လိုအပ်ချက်များ မည်သည့်နေရာတွင် ဆုံမှတ်ဖြစ်မလဲ စသည့်အချက်များကို အလွှာလိုက်၊ အပိုင်းလိုက် ခွဲခြားရမည်ဖြစ်သည်။

ဖီးလစ်ကော့တလာ၏ မာကတ်တင်းစစ်ပိုင်ဇီးရီးတွင် ဝယ်ယူမည့်သူဖောက်သည်များဖြစ်သောလူငယ်များသည် ဈေးကွက်အတွင်း၌ အရရာကိုလေးထောင့် ဖန်သားပြင် (ဖုန်း၊ တက်ဘလက်၊ လက်တော့

## ❖ အစားအသောက်များတွင် ဈေးကြီးပေးဝယ်စားနေရသော်လည်း ကျန်းမာရေးအတွက် မည်မျှစိတ်ချရသည်ကိုမသိရမှု၊ စားသောက်ကုန်များတွင် ဆိုးဆေးများ၊ ဓာတုဓာတ်ကြွင်းအန္တရာယ်များကို ကြောက်ရွံ့မှုများ၊ အတုများကို အစစ်နှင့်ခွဲရန်ခက်ခဲနေခြင်းများကို စားသုံးသူများ ကြုံတွေ့နေရသည်။ ထိုအခက်အခဲများကိုဖြေရှင်းနိုင်ကြောင်း စားသုံးသူက ယုံကြည်လျှင် ရောင်းအားတိုးမည်ဖြစ်၍ စားသုံးသူ၏ အခက်အခဲများကိုဖြေရှင်းနိုင်ကြောင်းကို ယုံကြည်အောင်ပြောပြ၊ လုပ်ပြ၊ ဖြေရှင်းပြနိုင်ခြင်းသည် အဓိကဗျူဟာဖြစ်လာသည်။ ❖

စသည်)တို့ကို အမြဲလိုလိုကြည့်၍ လုပ်ကိုင်တတ်သဖြင့် သူတို့တွင် အာရုံငါးပါးအပြည့်မရဘဲဖြစ်ခြင်းနှင့် ကြားခြင်းတွင်သာ လမ်းဆုံးနေတတ်ကြောင်း၊ သို့ဖြစ်၍ ယခုအခါ အာရုံငါးပါးကိုခံစားနိုင်သည့် စားဝတ်နေရေး၊ လူမှုစီးပွားရေးများကိုဆောင်ရွက်လာလိုကြောင်း၊ သူတို့၏အခက်အခဲမှာ မြင်ခြင်းနှင့် ကြားခြင်းထက်ပိုသောအာရုံများကို ပိုမိုရလို၊ ခံစားလိုသောပြဿနာဖြစ်လာနေကြောင်း၊ သို့ဖြစ်၍ အဆိုပါ လိုအပ်ချက်ကိုဖြည့်ဆည်းပေးသည့် အနံ့၊ အရသာ၊ အထိအတွေ့စသည့်အာရုံများဖြင့် ဈေးကွက်ဖော်ဆောင်မှုများလည်း လုပ်ကိုင်ရောင်းဝယ်သင့်ကြောင်း ဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ယခုခေတ်တွင် အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးမရွေး၊ အသက်အရွယ်မရွေး၊ နေရာဒေသမရွေး စိုးရိမ်ကြသည်မှာ ကျန်းမာရေးနှင့် အလှအပရေးရာဟုပင် ပြောရမည်ဖြစ်သည်။ ကျန်းမာလိုသည်ထက် လှပသောကိုယ်လုံးနှင့် လှပသောရုပ်ရည်ဖြစ်ချင်စိတ်က ပိုကြသည်ဟုပင်ပြောလိုသည်။ သူတို့ ဘာကိုလိုချင်သလဲ၊ ဘာကိုတန်ဖိုးထားနေသလဲဟူသည့် စိတ်နေသဘောထားကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာကြည့်ခြင်းသည် အခြေခံအချက်ဖြစ်သည်။

ဥပမာ-မိမိကုန်ပစ္စည်းသည် အစားအသောက် ဖြစ်နေလျှင် ဝယ်ယူသူ၏ ကျန်းမာရေး၊ အလှအပရေးရာများအတွက် မည်မျှအထောက်အကူပြုသည်ကိုပြောရန်သာဖြစ်သည်။ ဝယ်ယူသူအများစုသည် ပေးရသည်နှင့်တန်ဖိုးညီမျှရဲ့လားဟု အရည်အသွေးနှင့်ကျန်းမာရေးကို တွက်ချက်ကြသည်။

**အခက်အခဲကို ချဉ်းကပ်ခြင်း**  
မိမိကုန်ပစ္စည်း၏ အချက်အလက်များကိုသာ ရှေ့တန်းတင်၍ ရောင်းချရန်ကြိုးစားခြင်းအစား မိမိကုန်ပစ္စည်းက ဝယ်ယူသူ၏ မည်သည့်အခက်အခဲ၊ လိုအပ်ချက်၊ စိတ်ခံစားချက်ကို ဖြေရှင်းပေးနိုင်သည်ဆိုသည်ကို ဗဟိုပြုရမည်ဖြစ်သည်။ ကျွန်တော်တို့ ပစ္စည်းက မည်မျှကောင်းသည်ဆိုသည်ထက်

ကျွန်တော်တို့ပစ္စည်းက လူကြီးမင်းနေ့စဉ်ကြုံတွေ့နေရသည့် အာရုံငါးပါးအပြည့်အဝမရသည်ကို မည်သို့ ပြည့်စုံအောင်လုပ်ပေးနိုင်သည်ဟုပြောခြင်းမျိုးဖြစ်ရမည်။ အစားအသောက်များတွင် ဈေးကြီးပေးဝယ်စားနေရသော်လည်း ကျန်းမာရေးအတွက် မည်မျှစိတ်ချရသည်ကိုမသိရမှု၊ စားသောက်ကုန်များတွင် ဆိုးဆေးများ၊ ဓာတုဓာတ်ကြွင်းအန္တရာယ်များကို ကြောက်ရွံ့မှုများ၊ အတုများကို အစစ်နှင့် ခွဲရန်ခက်ခဲနေခြင်းများကို စားသုံးသူများကြုံတွေ့နေရသည်။ ထိုအခက်အခဲများကိုဖြေရှင်းနိုင်ကြောင်း စားသုံးသူက ယုံကြည်

လျှင် ရောင်းအားတိုးမည်ဖြစ်၍ စားသုံးသူ၏ အခက်အခဲများကို ဖြေရှင်းနိုင်ကြောင်းကို ယုံကြည်အောင် ပြောပြ၊ လုပ်ပြ၊ ဖြေရှင်းပြနိုင်ခြင်းသည် အဓိကဗျူဟာဖြစ်လာသည်။ **ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ခြင်း**  
တစ်ဆက်တစ်စပ်တည်းအားဖြင့် စားသုံးသူ၏ အခက်အခဲကိုနားလည်ပြီး အမှန်တကယ်ဖြေရှင်းပေးနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်မှုကိုရသည်နှင့်ရောင်းရသည်မှာ သေချာနေသဖြင့် ဝယ်ယူသူ၏ ယုံကြည်မှုကို တည်ဆောက်ခြင်းသည်လည်း အရောင်းဗျူဟာ တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ စိုးရိမ်စိတ်ဖြင့် ဝယ်ယူနေကြရသည်ကိုဖယ်ရှားပြီး ယုံကြည်စိတ်ချစွာဖြင့် ဝယ်ယူနိုင်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ရောင်းချမှုလည်းမြင့်တက်လာမည်ဖြစ်သည်။

ယနေ့ ရန်ကုန်မြို့၏ကားဈေးကွက်တွင် ကားအဟောင်းများသာ ဈေးကွက်အတွင်း များပြားနေသဖြင့် ရောင်းသူများအနေဖြင့် အတိုက်အခိုက်ရှင်းသောကားမျိုးဖြစ်ရဲ့လားဟူသည်မှာ ဝယ်ယူသူ၏ စိတ်ခံစားချက်ဖြစ်သည်။ ငါ့ကိုညာမှာလားဟူသည်မှာ ဝယ်ယူသူ၏ခံစားချက်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ရောင်းချသော Car Show Room များသည် ယုံကြည်မှုကို အဓိကတည်ဆောက်နေကြခြင်းဖြစ်သည်။ ရောင်းချသူများကို ယုံကြည်သည်နှင့် ဝယ်ယူသူများက ရောင်းသည့်နေရာကိုလိုက်၍ ဝယ်ယူကြသည်သာဖြစ်သည်။ ယုံကြည်မှုခိုင်မာလေ သစ္စာရှိသော ဖောက်သည်များပြားလေဖြစ်သည်။

**လမ်းဖောက်ခြင်း**  
အထက်ဖော်ပြပါ အဆင့်သုံးဆင့်ကို လုပ်ကိုင်နိုင်သည်ဆိုလျှင် ဝယ်ယူသူ၏ယုံကြည်မှုကို ရရှိပြီဖြစ်သည်။ သို့ရာတွင် ယခုမှဝယ်ယူမည့်သူသည် မြင်မြင်ချင်း၊ ကြားကြားချင်းဆိုသကဲ့သို့ ချက်ချင်းဝယ်ယူခြင်းမပြုတတ်ကြပေ။ သို့ဖြစ်၍ ဝယ်ယူသူ၏ စိတ်နေသဘောထားပေါ်အခြေခံ၍ လမ်းဖောက်ပေးရမည်။ ဝယ်ယူခြင်းလမ်းကို ဖြောင့်ဖြူးအောင် ဖောက်ပေး

ရပါမည်။

**သိအောင်လုပ်ခြင်း**  
ကိုယ့်ပစ္စည်းအကြောင်း၊ ကိုယ့်အကြောင်းကို ဝယ်ယူသူသိအောင်လုပ်ပါ။ ဥပမာ-မိမိပစ္စည်းကို စားသုံးသူအများစုသုံးစွဲသည့် Media များတွင် မြင်နေ၊ ကြားနေအောင်လုပ်ရမည်။

**စဉ်းစားစေခြင်း**  
မကြာခဏ မြင်၊ ကြားနေသောအခါ စိတ်အတွင်းသို့ မသိမသာဖြစ်စေ ဝင်ရောက်နေရာယူလာသည်ဖြစ်သည်။ ကြိုက်ခြင်း၊ မကြိုက်ခြင်းကို မခွဲခြားနိုင်မီပင် စိတ်တွင်နေရာယူလာသဖြင့် လိုအပ်ချက်နှင့် တိုက်ဆိုင်လျှင် ထည့်သွင်းစဉ်းစားလာမည်ဖြစ်သည်။ ဝယ်ယူမည့်သူစိတ်တွင် လိုအပ်သောပစ္စည်းဖြစ်လာအောင်၊ ထည့်သွင်းစဉ်းစားလာအောင်လုပ်ရမည်ဖြစ်သည်။ ကိုယ့်ပစ္စည်းက အမှန်အကျိုးပြုသည်ဟု စဉ်းစားလာစေခြင်းဖြစ်သည်။

**ဆုံးဖြတ်ခြင်း**  
စဉ်းစားလာပြီး ထိုပစ္စည်းကို ဝယ်ယူရန်ကြိုးစားသည့်အခါတွင် လွယ်ကူအောင်၊ ရှာဖွေနိုင်အောင် လုပ်ဆောင်ပေးထားရမည်။ ဝယ်ယူရလွယ်ကူသော ဝန်ဆောင်မှုများ၊ အထူးအစီအစဉ်များ၊ အိမ်အရောက် ပို့စနစ်များ စသည်တို့ကို ဖန်တီးပေးခြင်းသည် ဝယ်ယူမည်ဟုဆုံးဖြတ်ခြင်းကို ပြတ်သားစေသည်။ အထူးအစီအစဉ်များဖြင့် ဆုံးဖြတ်ချက်ကိုသိခြင်း၊ စဉ်းစားခြင်းများနှင့် တစ်ဆက်တည်းဖြစ်အောင် လုပ်ထားနိုင်သည်။

**ရောင်းချပြီးဆက်ဆံရေး**  
ရောင်းချပြီး ဆက်ဆံရေးကို မပြတ်အောင်လုပ်ပေးခြင်းဖြင့် ဖောက်သည်ဖြစ်လာခြင်း၊ ဖောက်သည်၏ ဆွဲဆောင်စည်းရုံးမှုကြောင့် ထပ်မံ၍ဖောက်သည်တိုးလာခြင်းတို့ကို ရရှိစေသည်။ ဖောက်သည်သည် အခမဲ့ကြော်ငြာသူများဖြစ်ကြသည်။ ထိုသို့ဖြစ်စေရန်အတွက် ရောင်းချပြီးနောက် ဆက်ဆံရေးသည် အလွန်အရေးပါသည်။ ဈေးဝယ်ပြီးလျှင်လမ်းခွဲမည်ဟု မဖြစ်စေဘဲ ဈေးဝယ်ပြီးလျှင် လက်တွဲမည်ဟုဖြစ်ရမည်။ တစ်ခါဝယ်ယူ၊ ရာသက်ပန်ဝယ်ယူဖြစ်အောင် လုပ်နိုင်ရန်မှာ After Sale Service ပင်ဖြစ်သည်။ မရောင်းမီ၊ ရောင်းနေဆဲနှင့် ရောင်းချပြီးဆက်ဆံရေးသည် တစ်ပြေးညီဖြစ်နေရမည်ဆိုသည်ထက်ပင် ရောင်းချပြီးနောက်တွင် ပိုမိုကောင်းမွန်သော ဆက်ဆံရေးရှိလာရန်လိုအပ်သည်။ စေတနာရှေ့ထားသည့်ဝန်ဆောင်မှုများ၊ ရောင်းချပြီးဆက်ဆံရေးများသည် ဝယ်ယူသူကို စိတ်လည်စေသည့်အချက်များဖြစ်သည်။ ရာသက်ပန်ဖောက်သည်ဖြစ်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးအရောင်းဗျူဟာများပင်ဖြစ်သည်။

အရောင်းဗျူဟာများကိုကြည့်လျှင် ခေတ်အဆက်ဆက်ပြောင်းလဲလာသည်ကို တွေ့ရသည်။ ယခင်က ကုန်ပစ္စည်း၏အရည်အသွေး၊ အင်္ဂါရပ်များကို ရှေ့တန်းတင်၍ရောင်းချခဲ့ကြသည်။ ကုန်ပစ္စည်းဗဟိုပြုသောခေတ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ ယခုအခါ ဝယ်ယူသူများကို ဗဟိုပြု၍ စိတ်ခံစားချက်ကိုအခြေခံကာ ရောင်းချသည့်စနစ်ကို ပြောင်းလဲလာပြီဖြစ်သည်။ ဝယ်ယူသူ၏ စိတ်ခံစားချက်ကိုအခြေခံသည့် အရောင်းဗျူဟာများဖြစ်လာသည်။ စိတ်ခံစားချက်ကို ရှာဖွေဖော်ထုတ်ပြီး ပဟေဠိကို အဖြေထုတ်သကဲ့သို့ လုပ်ကြံရခြင်းဖြစ်သည်။ လူတို့၏ စိတ်ခံစားချက် သုံးမျိုးသည် ဝယ်ယူလိုစိတ်ကို အဓိကမောင်းနှင်သည့်တွန်းအားများဖြစ်သည်ဟုဆိုသည်။

# လမ်းလျှောက်ခြင်းဖြင့် စိတ်ကိုကြည်လင်လန်းဆန်းစေနိုင်သည်



မိမိတို့အနေနဲ့တစ်ခါတလေ အဲဒီလို လမ်းလျှောက်လိုက်မှာ စိတ်ညစ်မှုတွေ၊ စိတ်အလိုမကျမှုတွေ ကြုံဖူးမှာပါ။ အဲဒီအချိန်မှာ မရည်ရွယ်ဘဲ ခဏလောက်ဖြစ်ဖြစ်လမ်းထဲလျှောက်မိတတ်ကြပါတယ်။

တာကိုလက်တွေ့ကြုံဖူးကြမှာပါ။ ဆိုပါတယ်။ ပညာရှင်တွေရဲ့ လေ့လာမှု အရဆိုရင်လည်း လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ စိတ်ကိုကြည်လင်လန်းဆန်းစေတယ်လို့ တွေ့ရှိထားပါတယ်။ တစ်ကိုယ်တည်းလမ်းလျှောက်ခြင်းထက် စိတ်တူကိုယ်တူရှိတဲ့ အဖော်တစ်ဦးနဲ့လမ်းလျှောက်ခြင်းက ပိုပြီးတော့တောင် အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ပုံမှန်လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိတ်ဓာတ်ကျဆင်းမှုနဲ့ စိတ်ပူပန်မှုတွေကိုလည်း ကျဆင်းစေတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

## ဘုတလင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ကေ ၁၁၃၀၀ စိုက်ပျိုးမည်



ဘုတလင် မေ ၂၃ ရက်နေ့တွင် ဘုတလင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်းကေ ၁၁၃၀၀ စိုက်ပျိုးသွားမည် ဖြစ်ကြောင်း ဘုတလင်မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ ဘုတလင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ကေ ၁၁၃၀၀ စိုက်ပျိုးရန် လျာထားပြီး ယခုနှစ် ဇွန်လပထမပတ်မှ စတင်စိုက်ပျိုးသွားမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ "ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ဘုတလင်မြို့နယ်မှာ ပဲတီစိမ်းကေ ၁၁၃၀၀ စိုက်ပျိုးဖို့ လျာထားပါတယ်။ လျာထားဧကပြည့်မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့၊ ပဲတီစိမ်းကေတိုးချဲ့ စိုက်ပျိုးဖို့ အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်ဖို့ မျိုးကောင်းမျိုးသန့်တွေသုံးစွဲ

မှန်ကန်ရေး၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှု ကင်းရှင်းရေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာ စနစ်တကျသုံးစွဲရေး၊ အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်ရေးတို့ကို အသိပညာပေး ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီတွင် ပဲတီစိမ်းစိုက်ပျိုးရာ၌ အထွက်နှုန်းနှင့် အရည်အသွေးကောင်းမွန်ရေးအတွက် လိုအပ်သည့် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်များ၊ သွင်းအားစုများကိုတောင်သူများနှင့်ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ပဲတီစိမ်းကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်မည်ဆိုပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှု ဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိပြီး လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် ပဲတီစိမ်းကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ဘုတလင်မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဖြိုးဝေက ပြောပြသည်။ (၂၀၆)

အခြားသူများပါ သုံးစွဲခြင်း၊ မိမိနှစ်သက်လက်ခံသူ၊ မိမိအထင်ကြီးသူများပါ သုံးစွဲသည့်ပစ္စည်းများဖြစ်သည်ဟူသောအတည်ပြုချက်ကိုလည်း ရရှိလိုကြသည်။ ထိုခံစားချက်သည် လူတိုင်းသို့ မြန်မြန်ဆန်ဆန်ကူးစက်နိုင်သည်ကိုလည်း တွေ့နိုင်သည်။ ဝယ်ယူသူသည် ရောင်းသူ၏ အမြတ်တန်းထားခြင်း၊ ဦးစားပေးခြင်းကိုခံလိုသည့် စိတ်ခံစားချက်သည် အလွန်မြင့်သည်။ စားသောက်ဆိုင်တစ်ဆိုင်တွင် ခေါက်ဆွဲကြော်တစ်ပွဲသာ ဝယ်ယူစားသောက်သော်လည်း အမျိုးမျိုးကြေးများပြနေခြင်းမှာ ထိုဝယ်ယူသူသည် အများအပြားဝယ်ယူစားသုံးသူများနှင့် တန်းတူဝန်ဆောင်မှုကို ခံလိုခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။ ဝယ်ယူသူများ၏ အခက်အခဲကို

စာနာနားလည်ခြင်း၊ ကိုယ်ချင်းစာစိတ်ထားပေးခြင်းကို အလွန်လိုလားကြသည်ကို သတိပြုရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ ဝယ်ယူသူကို တန်ဖိုးထားခြင်းသည် ဝယ်ယူသူ၏လိုလားချက်တွင် အမြင့်ဆုံးဟု ဆိုနိုင်သည်။ ယနေ့ခေတ်တွင် အရောင်းဗျူဟာလုပ်ခြင်းသည် ကုန်ပစ္စည်းကို ငွေနှင့်လဲလှယ်ခြင်းအလုပ်မျှသာမဟုတ်ဘဲ ဝယ်ယူသူ၏စိတ်ခံစားချက်၊ ဝယ်ယူသူ၏စိတ်ကွက်လပ်တို့ကိုဖြည့်ဆည်းခြင်း၊ ရောင်းချမှုတွင် ရောင်းသူ၏ စေတနာ၊ လူသားဆန်မှု၊ ကိုယ်ချင်းစာတရား စသည့် ကျင့်ဝတ်များ၊ လူသားအရည်အသွေးများပါ ပါဝင်သည့် လူမှုစီးပွားရေး ပညာရပ်တစ်ခုဖြစ်လာသည်။ ထို့ကြောင့် ကုန်ရောင်းရပြီးရောဟူသော စိတ်မျိုးမထားဘဲ ဝယ်ယူသူများကို လူသားဆန်မှု၊ စိတ်စေတနာတို့ဖြင့် အရောင်းဗျူဟာတစ်ခုကိုခင်းကျင်းကာ သစ္စာရှိဖောက်သည်များ ရှာဖွေနိုင်ကြပါရန် ရေးသားဖော်ပြလိုက်ရပါသည်။

Philip Kotler's Marketing 4.0 to 6.0

# မြတ်ကုသိုလ်ပန်း တို့ဆင်မြန်း

- အချိန်ကို တန်ဖိုးထား တို့ကြိုးစား ပြုလုပ်ပါ။ လူ့ဌာန တစ်ခဏ ရောက်ကြမှန်စွာ၊ လူဖြစ်ရ အချိန်အခါ တို့သူငါ ကောင်းပင်ပျိုး၊ ဆိုးပင်တွေ ဖယ်ရှားပစ်လို့ လူဖြစ်မြတ်နိုး။
- အတိတ်အချိန် မှန်းမျှော်ကိုး နောင်တမျိုး ချန်ရစ်ပါ။ ပစ္စုပ္ပန် အချိန်ကား ကြိုးစားနေကာ၊ အနာဂတ် အချိန်တွေမှာ ကောင်းမွန်စွာ အသုံးချ၊ ဘဝကို အရှုံးမပေးလို့ ကြံတွေးနေကြ။
- အရာရာ အနိစ္စ မြတ်ဗုဒ္ဓ မိန့်ကြားပေ၊ သဘာဝင် အမြင်မှား ပျော်ပါးကာနေ၊ အသုဘ အမှန်လေ သိမြင်စေ တို့အများ၊ မြတ်ကုသိုလ် တစ်ပွင့်ပန်းတို့ (အိုကွယ်) ဆင်မြန်းစေသား။ ။ ဧပြီလကျောင်းအိုသား

## သဲကုန်းမြို့နယ် ကရင်ကုန်းကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

သဲကုန်း မေ ၂၃ ရက်နေ့တွင် သဲကုန်းမြို့နယ် ကရင်ကုန်းကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေးခြင်းကို ယနေ့နံနက်ပိုင်း က အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပ ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ရှေးဦးစွာ နတ်တလင်းခရိုင် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးဌေးလွင်စိုးက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်းဖြင့် ကျေးလက်နေပြည်သူများ ဆင်းရဲမှုလျော့ကျစေရန်နှင့် စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန် ရည်ရွယ်၍ ထုတ်ချေးပေးခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။ ဆက်လက်၍ သဲကုန်းမြို့နယ် ကရင်ကုန်းကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေးပေးခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အေးမြတ်



# လေးရက်ကြာ အိန္ဒိယနိုင်ငံခရီးစဉ် အမေရိကန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး စတင်

နယူးယောက် မေ ၂၃ အမေရိကန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး မာကိုရူဘီယိုသည် လေးရက်ကြာ အိန္ဒိယနိုင်ငံခရီးစဉ်ကို ယနေ့တွင် စတင်ခဲ့ကြောင်း Xinhua သတင်းဌာနက ဖော်ပြထားသည်။

အမေရိကန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး ရူဘီယိုသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံအစ အဖြစ် ယနေ့တွင် ကိုလံဘတ္တားမြို့သို့ ရောက်ရှိခဲ့ပြီး မာသာထရီဆာ ကုသိုလ်ဖြစ်အသင်း ဌာနချုပ်သို့ သွားရောက်ခဲ့သည်။

ကိုလံဘတ္တားခရီးစဉ်ပြီးဆုံးပြီး နောက် မာကိုရူဘီယိုသည် နယူးဒေလီမြို့သို့ ဆက်လက်သွားရောက်၍ အိန္ဒိယဝန်ကြီးချုပ် မိုဒီနှင့် တွေ့ဆုံဆွေးနွေးရန် စီစဉ်ထားကြောင်း သိရသည်။

မေ ၂၆ ရက်တွင် ပြီးဆုံးမည့် အိန္ဒိယခရီးစဉ်အတွင်း အမေရိကန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး ရူဘီယိုသည် နယူးဒေလီမြို့၌ ကျင်းပမည့် ကွာဒ်အုပ်စု နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးများ ညီလာခံသို့ ပါဝင်တက်ရောက်မည် ဖြစ်သည်။

ကွာဒ်အုပ်စုတွင် ဂျပန်၊ ဩစတြေးလျ၊ အိန္ဒိယ၊ အမေရိကန်နိုင်ငံတို့ပါဝင်ပြီး အိန္ဒိယသမ္မတ ဒေသထိန်းညှိရေးအတွက် ဖွဲ့စည်းထားသည့် မဟာမိတ်အုပ်စု ဖြစ်သည်။

ယခုခရီးစဉ်သည် အမေရိကန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး မာကိုရူဘီယို၏ ပထမဆုံးအိန္ဒိယခရီးစဉ်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua  
Trs : KKO

# နယူးယောက်ရေလုံသင်္ဘောကျင်းတစ်ခု၌ မီးလောင်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်၊ ၃၆ ဦး ဒဏ်ရာရ

နယူးယောက် မေ ၂၃ အမေရိကန်နိုင်ငံ နယူးယောက်မြို့ရှိ စတာတန်အိုင်လန်းရပ်ကွက် ရေလုံသင်္ဘောကျင်း တစ်ခုတွင် မေ ၂၂ ရက်က မီးလောင်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားခဲ့ရာ လူတစ်ဦးသေဆုံး၍ ၃၆ ဦးဒဏ်ရာရရှိခဲ့ကြောင်း RT သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြထားသည်။

မီးလောင်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားခဲ့ပြီးနောက် မီးသတ်သမားများက မီးကိုထိန်းချုပ်ရန် ကြိုးစားခဲ့ရပြီး ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေး သမားများကလည်း ပိတ်မိနေသူနှစ်ဦးကို ကယ်ထုတ်ရန်ကြိုးပမ်းခဲ့ရသည်။

ရေလုံသင်္ဘောကျင်းမီးလောင်ပေါက်ကွဲမှုထိန်းချုပ်ရန် ကြိုးပမ်းနေစဉ်အတွင်း မီးသတ်သမား သုံးဦးလည်း ဒဏ်ရာရရှိခဲ့ကြောင်း နယူးယောက်မြို့ တာဝန်ရှိသူများ

က ပြောကြားထားသည်။ မီးလောင်မှုကို ထိန်းချုပ်နိုင်ချိန်တွင် ရေလုံသင်္ဘောကျင်းပေါက်ကွဲမှု အကြောင်းရင်းကို စတင်စုံစမ်းစစ်ဆေးရန် အမေရိကန်တာဝန်ရှိသူများက စီစဉ်ထားသည်။

ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားခဲ့ပြီးနောက် ရေလုံသင်္ဘောကျင်း မြေအောက်ခန်းတစ်ခန်း၌ အလုပ်သမားနှစ်ဦး ပိတ်မိနေကြောင်း အမေရိကန်တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားထားသည်။

ရေလုံသင်္ဘောကျင်းပေါက်ကွဲမှုသည် သင်္ဘောကျင်းတစ်နေရာ၌ ဖြစ်ပွားနေသည့် မီးလောင်မှုတစ်ခုကို ငြိမ်းသတ်နေစဉ်ဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : RT  
Trs : KKO



# ကျောင်းသားဘော်ဒါဆောင်ကို ယူကရိန်းတိုက်ခိုက်မှု တုံ့ပြန်ရန် ရုရှားသမ္မတပူတင် ညွှန်ကြား



မော်စကို မေ ၂၃ လူးဟန်စ်ဒေသရှိ ကျောင်းသားဘော်ဒါဆောင်တစ်ခု တိုက်ခိုက်ခံခဲ့ရပြီးနောက် ယူကရိန်းကို တုံ့ပြန်ရေးအတွက် ပြင်ဆင်ရန် သမ္မတ ပူတင်က ရုရှားတပ်မတော်ကို မေ ၂၂ ရက်တွင် ညွှန်ကြားထားကြောင်း RT သတင်းဌာနက

ယနေ့တွင် ဖော်ပြထားသည်။ လူးဟန်စ်ဒေသ စတာရီဘလစ်စ်မြို့ရှိ ကျောင်းသားဘော်ဒါဆောင် တစ်ခုကို ယူကရိန်းနိုင်ငံက မေ ၂၂ ရက်တွင် မောင်းသုံးဒရုန်းယာဉ်ဖြင့်တိုက်ခိုက်ခဲ့ရာ ခြောက်ဦး သေဆုံး၍ အများအပြားဒဏ်ရာရရှိခဲ့ပြီး ၁၅ ဦး ပျောက်ဆုံးနေ

ကြောင်း ရုရှားတာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားထားသည်။ အဆိုပါ တိုက်ခိုက်မှုကို တုံ့ပြန်ရေးအတွက် နည်းလမ်းများပြင်ဆင်ထားရန် ရုရှားတပ်မတော်ကို မိမိညွှန်ကြားထားကြောင်း သမ္မတပူတင်က မေ ၂၂ ရက်တွင် ပြောကြားထားသည်။

ယူကရိန်းအနေဖြင့် အဆိုပါ ကျောင်းသား ဘော်ဒါဆောင်ကို စစ်ရေးပစ်မှတ်မဟုတ်သော်လည်း မောင်းသုံးဒရုန်းယာဉ် ၁၆ စင်းဖြင့် သုံးကြိမ်တိုင်တိုင် ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိ တိုက်ခိုက်ခဲ့သည်ဟု သမ္မတပူတင်က ပြောကြားထားကြောင်း သိရသည်။

မောင်းသုံးဒရုန်းယာဉ်များသုံး၍ ယူကရိန်းကတိုက်ခိုက်ချိန်တွင် အဆိုပါ ကျောင်းသားဘော်ဒါဆောင်၌ အသက် ၁၄ နှစ်နှင့် ၁၈ နှစ်ကြား ကျောင်းသား ၈၆ ဦး အိပ်စက်နေကြောင်း ရုရှားတာဝန်ရှိသူများ ပြောကြားထားသည်။

လူးဟန်စ်ဒေသသည် ယူကရိန်းစစ်ရေးပစ်မှတ် ကာလအတွင်း ရုရှားနိုင်ငံက ထိန်းချုပ်ထားသည့် ယူကရိန်းအရှေ့ပိုင်း နယ်မြေဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : RT  
Trs : KKO

# တရုတ်နိုင်ငံမြောက်ပိုင်း၌ ကျောက်မီးသွေးတွင်းဓာတ်ငွေ့ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်၊ လူဦးရေ ၉၀ သေဆုံး

ပေကျင်း မေ ၂၃ တရုတ်နိုင်ငံမြောက်ပိုင်း ရှန်ရှီပြည်နယ်၌ ကျောက်မီးသွေးတွင်းဓာတ်ငွေ့ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး သေဆုံးသူ ဦးရေ ၉၀ ထိရှိလာပြီ ဖြစ်ကြောင်း တရုတ်အစိုးရမီဒီယာများက ယနေ့တွင် သတင်းထုတ်ပြန်ထားသည်ဟု Xinhua သတင်းဌာနက ဖော်ပြထားသည်။

အဆိုပါ ဓာတ်ငွေ့ပေါက်ကွဲမှုသည် ချင်းယွန်ခရိုင်ရှိ လျူရှန်းယု ကျောက်မီးသွေးတွင်း၌ မေ ၂၂ ရက်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဓာတ်ငွေ့ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားချိန်တွင် လျူရှန်းယုကျောက်မီးသွေးတွင်းမြေအောက်၌ အလုပ်သမား ၂၄၇ ဦးအလုပ်လုပ်နေပြီး အဆိုပါ ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီးနောက် ကျောက်မီးသွေးတွင်းမြေအောက်၌ ရှိနေသော အလုပ်သမားများ



အနက် အများစုကိုကယ်ဆယ်နိုင်ခဲ့ပြီး ကိုးဦးပျောက်ဆုံးနေဆဲ ဖြစ်ကြောင်း တရုတ်အစိုးရမီဒီယာများ၏အဆိုအရ သိရသည်။

ကျောက်မီးသွေးတွင်းပေါက်ကွဲ မီးလောင်မှုကြောင့် ဒဏ်ရာရခဲ့သူများကို အစွမ်းကုန်ကုသကယ်တင်

ပေးကြရန်နှင့် ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ အစွမ်းကုန်ဆောင်ရွက်ရန် သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများကို တရုတ်သမ္မတ ရှီကျင့်ဖျင်က ညွှန်ကြားထားသည်။

လျူရှန်းယု ကျောက်မီးသွေးတွင်း ဓာတ်ငွေ့ပေါက်ကွဲမှုသည်

၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း တရုတ်နိုင်ငံအတွက် လူအသေအပျောက် အများဆုံး ကျောက်မီးသွေးတွင်း ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua  
Trs : KKO

# အသက်လေးနှစ်မိန်းကလေးငယ်ကို အမေ့မကျူးလွန်သူဟုယူဆရသူကို ရဲလက်မှတ်ယူရန် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်ဆန္ဒပြသူများ ကြိုးပမ်းခဲ့

ဒါကာ မေ ၂၃ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၌ အသက်လေးနှစ်ရှိ မိန်းကလေးငယ်တစ်ဦးကို အမေ့မပြုကျင့်သူအဖြစ် ယူဆရသူအမျိုးသားကို ဆန္ဒပြသူများက ရဲတပ်ဖွဲ့လက်ဝယ်မှ လုယူရန်ကြိုးပမ်းခဲ့ကြောင်း မေ ၂၂ ရက် သတင်းများတွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်ဟု RT သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြထားသည်။

အဆိုပါဖြစ်စဉ်သည် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၏ ဒုတိယအကြီးဆုံးမြို့ဖြစ်သည့် ချက်တိုဂရမ်မြို့၌ မေ ၂၂ ရက်တွင် ဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

မိန်းကလေးငယ်ကို အမေ့မပြုကျင့်သူအဖြစ်ယူဆရသူအမျိုးသားတစ်ဦးကို ဒေသခံများက ဝိုင်းဝန်းဖမ်းဆီး၍ ရဲတပ်ဖွဲ့ထံလွှဲပြောင်းပေးစဉ် အမျက်ထွက်နေသည့်ဆန္ဒပြသူများက ၎င်းအမျိုးသားကို ရဲတပ်ဖွဲ့လက်မှတ်ယူရန် ကြိုးပမ်း

ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဆန္ဒပြသူများက ရဲတပ်ဖွဲ့မော်တော်ယာဉ်ကို ဝိုင်းအုပ်တိုက်ဆို့ပြီးနောက် တရားခံအဖြစ်ယူဆရသူအမျိုးသားကို လုယူရန်ကြိုးပမ်းခဲ့ရာ ရဲတပ်ဖွဲ့ကလည်း အင်အားဖြည့်တင်း၍ မျက်ရည်ယိုဗုံးများဖြင့် လူစုခွဲခဲ့ရကြောင်း ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားထားသည်။

ပြီးခဲ့သည့်လများအတွင်း ဘင်္ဂ

လားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၌ အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးများ အကြမ်းဖက်တိုက်ခိုက်ခံရမှုများမြင့်တက်လာခဲ့သည်။

ယခုနှစ် ဧပြီလတစ်လတည်း မှာပင် တစ်နိုင်လုံးအတိုင်းအတာအရ အမျိုးသမီးနှင့် ကလေးများ အကြမ်းဖက်ခံရမှု ၂၀၁၁ မှထိရှိခဲ့သည်ဟု ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားထားကြောင်း သိရသည်။

Ref : RT  
Trs : KKO

# SCIENCE AND TECHNOLOGY

## ဂျပန်မြေကမ္ဘာလေ့လာရေးဂြိုဟ်တုတစ်စင်းကို Rocket Lab ကုမ္ပဏီက အောင်မြင်စွာလွှတ်တင်နိုင်ခဲ့



ဝါရှင်တန် မေ ၂၃ အောင်မြင်စွာ လွှတ်တင်နိုင်ခဲ့ နိုင်ငံမှ လွှတ်တင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အမေရိကန်နိုင်ငံ အခြေစိုက် ကြောင်း သိရသည်။ လွှတ်တင်ပြီး မကြာမီမှာပင် Rocket Lab ကုမ္ပဏီသည် ဂျပန် Strix အမည်ရှိ အထက်ပါ အီလက်ထရွန်းနစ်ပစ္စည်းများကို အထက်ပါ အီလက်ထရွန်းနစ်ပစ္စည်းများကို မြေကမ္ဘာလေ့လာရေး ဂြိုဟ်တု မြေကမ္ဘာလေ့လာရေးဂြိုဟ်တုကို မြေကမ္ဘာလေ့လာရေးဂြိုဟ်တုကို တစ်စင်းကို မေ ၂၂ ရက်တွင် အီလက်ထရွန်းနစ်ပစ္စည်း နယူးဇီလန် ကမ္ဘာမြေပြင်အထက် အမြင့် ၃၅၅

မိုင်အကွာတွင်ရှိသည့် ပတ်လမ်း ပေါ်သို့ အောင်မြင်စွာပို့ဆောင်ပေး နိုင်ခဲ့ကြောင်း Rocket Lab ကုမ္ပဏီ က သတင်းထုတ်ပြန်ထားသည်။ Strix မြေကမ္ဘာလေ့လာရေး ဂြိုဟ်တုသည် ဂျပန်နိုင်ငံအခြေ စိုက် Synspecitive ကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ အဆိုပါ Strix မြေကမ္ဘာ လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုသည် Syn- specticive ကုမ္ပဏီအတွက် လွှတ် တင်ပေးခဲ့သည့် နဝမမြောက် ဂြိုဟ်တုဖြစ်သည်။ Strix မြေကမ္ဘာလေ့လာရေး ဂြိုဟ်တုမစ်ရှင်သည် အီလက် ထရွန်းနစ်ပစ္စည်းများ၏ ၇၈ ကြိမ်မြောက် အာကာသမစ်ရှင် ဖြစ်ကြောင်း Rocket Lab ကုမ္ပဏီက သတင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။

Ref : Sputnik News  
Trs : KKO

# HEALTH

## ဗီတာမင်-ဒီနှင့် ကယ်လ်စီယမ်အားဖြည့် ဆေးများက သက်ကြီးပိုင်းများ အရိုးကျိုးအက်မှု၊ လဲပြိုကျမှုတို့ကို ကာကွယ်ပေးနိုင်မှုမရှိဟုဆို

လန်ဒန် မေ ၂၃ ဆေးပညာရှင်များ လက်ရှိလက်ခံ ထားသည့် သဘောတရားများနှင့် ဆန့်ကျင်လျက်ရှိသည်။ အရိုးကျန်းမာရေးကို ထိန်းထား နိုင်ရေးအတွက် သက်ကြီးပိုင်းများ အနေဖြင့် ဗီတာမင်-ဒီနှင့်ကယ်လ် စီယမ်အားဖြည့်ဆေးများကို ပုံမှန် သုံးစွဲသင့်ကြောင်း ဆေးပညာရှင် များက အကြံပြုထားသည်။ သို့ရာတွင် မိမိတို့၏ လေ့လာ တွေ့ရှိချက်အရ အထက်ပါအား ဖြည့်ဆေးပေးသည့် လက် ကြီးပိုင်းများ ပုံမှန်သုံးစွဲမှုသည် လက်တွေ့အားဖြင့် သက်ကြီးပိုင်း များ၏ကျန်းမာရေးကို ထိရောက် စွာ အထောက်အကူပေးနိုင်မှုမရှိ ကြောင်း ဗြိတိန်သုတေသနပညာ ရှင်များက ပြောကြားသည်။

ဗြိတိန် သုတေသနပညာရှင် များ၏အထက်ပါတွေ့ရှိချက်သည်

Ref : Russia Today  
Trs : KKO

## GLP-1 အုပ်စုဝင်ဆေးများက ကင်ဆာရောဂါ အခြေအနေဆိုးလာမှုကို လျော့ချပေးနိုင်ဖွယ်ရှိ

နယူးယောက် မေ ၂၃ ရိုက်ကန်သုတေသနပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။ အမေရိကန်သုတေသနပညာ ရှင်များသည် ရင်သားကင်ဆာ၊ အူမကြီးကင်ဆာ၊ ကျောက်ကပ် ကင်ဆာ၊ အသည်းကင်ဆာ၊ အဆုတ်ကင်ဆာ၊ ပန်ကရိယ ကင်ဆာနှင့် ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ လူနာ ဦးရေ ၁၀၀၀၀ ကျော်တို့၏ ကျန်းမာရေး အချက်အလက် များကို လေ့လာခဲ့ကြသည်။ လေ့လာချက်မှ ပေါ်ထွက်လာ သည့်ရလဒ်များအရ ကင်ဆာရောဂါ စတင်ဖြစ်ပွားပြီးနောက် GLP-1 အုပ်စုဝင်ဆေးများသုံးစွဲသူ လူနာ များ၌ ရောဂါအခြေအနေများတိုး တက်သည်ကို တွေ့ရကြောင်း အထက်ပါကျန်းမာရေးအကျိုး ကျေးဇူးများအပြင် GLP-1 အုပ်စု ဝင်ဆေးများသည် ကင်ဆာရောဂါ များ အခြေအနေဆိုးလာမှုကို လျော့ချနိုင်ဖွယ်ရှိကြောင်း အမေ

Ref : Sputnik News  
Trs : KKO



## ဆိုက်ဒီအာကာသယာဉ်က အင်္ဂါဂြိုဟ်ကို အနီးကပ်ဖြတ်ကျော်ပျံသန်းခဲ့ပြီး ၁၆ ဆိုက်ဒီသတ္တုဂြိုဟ်သိမ်ဆီသို့ ဆက်လက်ခရီးနှင့်နေပြီဖြစ်

ဝါရှင်တန် မေ ၂၃ အမေရိကန်အစိုးရ အမျိုးသား လေကြောင်းနှင့် အာကာသစီမံ ခန့်ခွဲရေးအေဂျင်စီ(နာဆာ) ၏ ဆိုက်ဒီ အာကာသယာဉ်သည် အင်္ဂါဂြိုဟ်ကို အနီးကပ်ဖြတ် ကျော်ပျံသန်းခဲ့ပြီး ၁၆ ဆိုက်ဒီ အမည်ရှိ သတ္တုဂြိုဟ်သိမ်ဆီသို့ ဆက်လက် ခရီးနှင့်နေပြီဖြစ် ကြောင်း မေ ၂၂ ရက် သတင်းများ အရ သိရသည်။ ဆိုက်ဒီအာကာသယာဉ်သည် မေ ၁၅ ရက်တွင် အင်္ဂါဂြိုဟ်ကို အနီးကပ်ဖြတ်ကျော် ပျံသန်းခဲ့ပြီး နောက် ၁၆ ဆိုက်ဒီသတ္တုဂြိုဟ်သိမ် ဆီသို့ ဆက်လက်ထွက်ခွာသွားပြီ ဖြစ်ကြောင်း နာဆာသိပ္ပံပညာရှင် များက အတည်ပြုထားသည်။ ဆိုက်ဒီအာကာသယာဉ်သည်



အင်္ဂါဂြိုဟ်ကို အနီးကပ်ဖြတ်ကျော် ပြုလုပ်ခဲ့သည်။ ဆိုက်ဒီအာကာသယာဉ်သည် ပျံသန်းခြင်းဖြင့် ထည့်သွင်းထား သောလောင်စာရည်များကို အသုံး အင်္ဂါဂြိုဟ်ကို အနီးဆုံးမှတ်မှတ် ပြုရန်မလိုဘဲ ပျံသန်းမှုအရှိန် ဖြတ်ကျော် ပျံသန်းခဲ့ပြီးနောက် အဟုန်ကို မြှင့်တင်နိုင်ခဲ့ပြီး ပျံသန်း အာကာသယာဉ်၏ ပျံသန်းမှုအရှိန် ရာလမ်းကြောင်း ထိန်းညှိမှုများ မှာ တစ်နာရီလျှင် မိုင် ၁၀၀၀ ထိ

ထပ်မံမြင့်တက်လာပြီး ပတ်လမ်း မြင်လွှာကိုလည်း တစ်ဒီဂရီမျှ ရွှေ့ပြောင်းနိုင်ခဲ့သည်ဟု နာဆာ သိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားခဲ့ ကြောင်း သိရသည်။ လက်ရှိအချိန်တွင် ဆိုက်ဒီ အာကာသယာဉ်သည် ၁၆ ဆိုက်ဒီ သတ္တုဂြိုဟ်သိမ်ဆီသို့ ဦးတည်နေ သည့် ပတ်လမ်းကြောင်းပေါ်သို့ရောက် ရှိနေပြီဖြစ်သည်။ လက်ရှိပျံသန်းရာ လမ်း ကြောင်းသည် ဆိုက်ဒီအာကာသ ယာဉ်ကို ၂၀၂၉ ခုနှစ် နွေဦးရာသီ အတွင်း ၁၆ ဆိုက်ဒီသတ္တုဂြိုဟ်သိမ် ဆီသို့ ပို့ဆောင်ပေးမည်ဖြစ် ကြောင်း နာဆာသိပ္ပံပညာရှင်များ က ပြောကြားသည်။

Ref : Russia Today  
Trs : KKO

## စပေအိတ်ကုမ္ပဏီက Starship- V3 ခုံးပျံကို လွှတ်တင်ရန်ကြိုးပမ်းခဲ့သော်လည်း လွှတ်တင်မည့်အချိန်တွင် နည်းပညာပြဿနာတစ်ရပ်ကြောင့် အစီအစဉ်ပျက်သိမ်းခဲ့ရ

ဝါရှင်တန် မေ ၂၃ အမေရိကန်နိုင်ငံ အခြေစိုက် စပေအိတ်ကုမ္ပဏီသည် Starship- V3 ခုံးပျံကို မေ ၂၁ ရက်တွင် လွှတ် တင်ရန် ကြိုးပမ်းခဲ့သော်လည်း လွှတ်တင်မည့်အချိန်တွင် နည်း ပညာပြဿနာ တစ်ရပ်ကြောင့် အစီအစဉ် ပျက်သိမ်းခဲ့ရကြောင်း မေ ၂၂ ရက် သတင်းများအရ

သိရသည်။ စပေအိတ်ကုမ္ပဏီသည် Star- ship-V3 ခုံးပျံကို လွှတ်တင်ရေး အတွက် ယနေ့တွင် ထပ်မံကြိုးပမ်း မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ Starship-V3 ခုံးပျံသည် ယခင် Starship ခုံးပျံများကိုအဆင့် မြှင့်တင်ထားသည့် ခုံးပျံဖြစ် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Starship-V3 ခုံးပျံမစ်ရှင်သည် အောင်မြင်မှုရရှိခဲ့သည်။ စပေအိတ်ကုမ္ပဏီသည် လ ကမ္ဘာနှင့် အင်္ဂါဂြိုဟ်ပေါ်သို့ လူသား များ ပို့ဆောင်နိုင်ရေးအတွက် Starship ခုံးပျံများကို တည် ဆောက် စမ်းသပ်နေခြင်းဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua News  
Trs : KKO



### ပရီးမီးယားလိဂ် တစ်နှစ်တာအကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို မန်ယူအသင်းမှ ဖာနန်ဒက် ဆွတ်ခူး

မန်ချက်စတာ မေ ၂၃ ယခုနှစ် ဘောလုံးရာသီ ပရီးမီးယားလိဂ်ပြိုင်ပွဲ၏ တစ်နှစ်တာ အကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို မန်ယူအသင်းမှ ကွင်းလယ်ကစားသမား ဖာနန်ဒက်က ဆွတ်ခူးခဲ့ကြောင်း ESPN သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

ဖာနန်ဒက်သည် ယခုနှစ် ဘောလုံးရာသီတွင် မန်ယူအသင်းအတွက် ဂိုးဖန်တီးမှု အကြိမ် ၂၀ ထိပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သဖြင့် ပရီးမီးယားလိဂ်ပြိုင်ပွဲ၌ ဂိုးဖန်တီးမှုအများဆုံး ကစားသမားများဖြစ်သည့် အွန်နရီ နှင့် ဒီဘရိုင်းတို့၏ဆုကို လိုက်မီ နိုင်ခဲ့သကဲ့သို့ အသင်းကိုလည်း အမှတ်ပေးဇယား အဆင့်(၃)နေရာ သို့ရောက်ရှိအောင် အဓိကနေရာမှ ပါဝင်ခဲ့ပြီးနောက် တစ်နှစ်တာ

အကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို ဆွတ်ခူးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ဖာနန်ဒက်သည် ကလပ် အသင်းကစားသမားများ၊ ဘောလုံး ကျွမ်းကျင်သူများ၊ ပရိသတ်များက ပေးအပ်သည့် ဆန္ဒမဲအများဆုံးဖြင့် ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီ တစ်နှစ် တာအကောင်းဆုံးကစားသမားဆု ကို ဆွတ်ခူးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လူငယ်တစ်နှစ်တာ အကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို မန်စီးတီးအသင်းနှင့်အတူ ပရီးမီးယားလိဂ်ပြိုင်ပွဲတွင် သွင်းဂိုး ငါးဂိုးနှင့် ဂိုးဖန်တီးမှုသုံးကြိမ် ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည့် ခံစစ်ကစား သမား အိုရှိုင်းလီက ဆွတ်ခူးခဲ့ ကြောင်း သိရသည်။

Ref : ESPN  
Trs : ML



### Internationaux de Strasbourg တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲ ဗိုလ်လုပွဲအဆင့်ကို အမ်ဘိုကို တက်ရောက်

စတရော့စ်ဘူဂ် မေ ၂၃ ပြင်သစ်နိုင်ငံ စတရော့စ်ဘူဂ်မြို့ တွင် ကျင်းပနေသည့် Internationaux de Strasbourg တင်းနစ် ပြိုင်ပွဲ ဆီမီးဖိုင်နယ်အဆင့် ပွဲစဉ် တစ်ပွဲအဖြစ် ကနေဒါတင်းနစ်မယ် အမ်ဘိုကိုနှင့် ရိုမေးနီးယားတင်းနစ် မယ် ခရစ္စတီယန်တို့ယှဉ်ပြိုင်ပွဲရာ အမ်ဘိုကိုက (၇-၆၊ ၂-၆၊ ၆-၂) ရလဒ်ဖြင့်အနိုင်ရပြီး ဗိုလ်လုပွဲ အဆင့်သို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြောင်း Ubi Tennis သတင်းဌာနက ယနေ့ တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အသက် ၁၉ နှစ်ရှိ အမ်ဘိုကို သည် ဝါရင့်တင်းနစ်မယ် ခရစ္စတီ ယန်ကို ပထမပွဲငယ်တွင် tie-break အဆင့်ထိ ကစားခဲ့ရပြီး အနိုင်ရခဲ့သော်လည်း ဒုတိယပွဲငယ် တွင် ပြတ်သားသည့်ရလဒ်ဖြင့် ပြန်လည်ရှုံးနိမ့်ခဲ့သည်။

တတိယပွဲငယ်ကို ဆက်လက် ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ အမ်ဘိုကိုက ပြတ်သားသည့်ရလဒ်ဖြင့် ပြန်လည် အနိုင်ရပြီး ဗိုလ်လုပွဲအဆင့်သို့ တက်ရောက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အမ်ဘိုကိုက "တိုက်ပွဲတစ်ပွဲ ဆင်နွှဲနေရသလိုပဲ။ သိပ်ကို ခက်ခဲတဲ့ပွဲစဉ်တစ်ပွဲပဲ။ ပြိုင်ဘက် က ကျွန်ုပ်တို့ထက်လျှောက် ဖိအားပေးခဲ့ပါတယ်။ ကျွန်ုပ်တို့က အကန့်အသတ် ဖြစ်အောင် ဖိအားပေးခဲ့ပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဒီနေ့ပွဲစဉ်မှာ ကျွန်ုပ်တို့ အဆုံးသတ် ရိုက်ချက်တွေက သိပ်ကိုကောင်းခဲ့ပါတယ်။ ပွဲပန်း ယန်ကို ပထမပွဲငယ်တွင် tie-break အဆင့်ထိ ကစားခဲ့ရပြီး အနိုင်ရခဲ့သော်လည်း ဒုတိယပွဲငယ် တွင် ပြတ်သားသည့်ရလဒ်ဖြင့် ပြန်လည်ရှုံးနိမ့်ခဲ့သည်။

Ref : Ubi Tennis  
Trs : AZL

## မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ်ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ စတင်ကျင်းပ မြဝတီအက်ဖ်စီအသင်းနှင့် ဂလက်ဆီအက်ဖ်စီအသင်းတို့ နိုင်ပွဲကိုယ်စီရရှိ



ရန်ကုန် မေ ၂၃ မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ကော်မတီ က ကြီးမှူးကျင်းပသည့် မြန်မာ နေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၁)ပွဲစဉ်များကို ယနေ့တွင် ရန်ကုန်မြို့၌ စတင်ကျင်းပခဲ့ပြီး မြဝတီအက်ဖ်စီအသင်းနှင့် ဂလက်ဆီအက်ဖ်စီအသင်းတို့ နိုင်ပွဲများ

ကိုယ်စီရရှိခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၁)အဖြစ် ယနေ့မွန်းလွဲ ၃နာရီခွဲက ရန်ကုန်မြို့ ဗဟန်း နေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ အားကစားကွင်းတွင် မြဝတီ အက်ဖ်စီအသင်းနှင့် ချင်းလန်း အက်ဖ်စီအသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာ မြဝတီအက်ဖ်စီအသင်းက သုံးဂိုး ဆီအက်ဖ်စီအသင်းတို့ နှစ်ဂိုးဖြင့်အနိုင်ရခဲ့ပြီး မြဝတီ

များကို ပွဲချိန် မိနစ် ၇၀ နှင့် ၈၂ မိနစ် တွင် ဘိုဟိန်း၊ ပွဲချိန် ၉၃ မိနစ် ပြည့်ပြီး အချိန်ပို သုံးမိနစ်တွင် ချစ်မင်းကိုကိုတို့က သွင်းယူခဲ့ကာ ချင်းလန်းအက်ဖ်စီအသင်းအတွက် သွင်းဂိုးများကို ပွဲချိန် ၄၇ မိနစ်တွင် သိုင်းဇေသန်း၊ ပွဲချိန် ၆၉ မိနစ်တွင် လန်းယာဂျင်တို့က သွင်းယူခဲ့

ကြသည်။ အလားတူ မွန်းလွဲ ၃ နာရီခွဲက သီဟဒီပ အားကစားကွင်းတွင် ဂလက်ဆီအက်ဖ်စီ အသင်းနှင့် ရတနာပုံအက်ဖ်စီ အသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာ ဂလက်ဆီအက်ဖ်စီ အသင်းက နှစ်ဂိုး တစ်ဂိုးဖြင့်အနိုင် ရခဲ့ပြီး ဂလက်ဆီအက်ဖ်စီအသင်း အတွက် သွင်းဂိုးများကို ပွဲချိန် ၁၁ မိနစ်တွင် ကြည်သာနှင့် ပွဲချိန် ၇၃ မိနစ်တွင် ခွန်ဝေမြိုးတို့က သွင်းယူခဲ့ပြီး ရတနာပုံအက်ဖ်စီ အသင်းအတွက် သွင်းဂိုးကို ပွဲချိန် ၆၇ မိနစ်တွင် ဆထွဋ်အာဝါက သွင်းယူခဲ့သည်။

မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၁)အဖြစ် မေ ၂၄ ရက် တွင် ဧရာဝတီယူနိုက်တက်အသင်း နှင့် ISPE အသင်း၊ ဒဂုံစတားအသင်း နှင့် ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်အသင်းတို့ ဆက်လက် ကစားသွားမည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။

STA

## The CJ Cup Byron Nelson ဂေါက်သီးရိုက်ပြိုင်ပွဲ ဒုတိယနေ့အပြီးတွင် ကင်စီဂူက အမှတ်ပေးဇယားကို ဦးဆောင်

တက္ကဆက် မေ ၂၃ အမေရိကန်နိုင်ငံ တက္ကဆက် ပြည်နယ်တွင် ကျင်းပနေသည့် The CJ Cup Byron Nelson ဂေါက်သီးရိုက်ပြိုင်ပွဲ ဒုတိယနေ့ အပြီးတွင် တောင်ကိုရီးယား ဂေါက်သီးရိုက်ကစားသမား ကင်စီဂူက စုစုပေါင်းသတ်မှတ်ရိုက်ချက် ထက် ၁၈ ချက် လျော့ရိုက်ကာ အမှတ်ပေးဇယားကို ဦးဆောင်နေ ကြောင်း Golf Monthly သတင်း

ဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။ အမေရိကန် ဂေါက်သီးရိုက် ကစားသမားများ ဖြစ်ကြသည့် စကော့တီရှက်ဖလော၊ ဝိုင်ဟမ် ကလက်ခံ၊ ဆပ်ဘာ၊ တောင် ကိုရီးယား ဂေါက်သီးရိုက်ကစား သမား ဆန်ဂျေအင်၊ ဂျပ်န ဂေါက်သီးရိုက်ကစားသမား ဟီရာ ထက် ၁၈ ချက် လျော့ရိုက်ကာ အမှတ်ပေးဇယားကို ဦးဆောင်နေ ကာ အမှတ်ပေးဇယား၏ ဒုတိယ

နေရာ၌ ပူးတွဲရပ်တည်နေ ကြသည်။ ကင်စီဂူသည် ဒုတိယနေ့တွင် သတ်မှတ်ရိုက်ချက်ထက် ၁၁ ချက် ထိ လျော့ရိုက်နိုင်ခဲ့သည့်အတွက် အမှတ်ပေးဇယား၏ ဒုတိယနေရာ မှ ပြိုင်ပွဲဝင်များကို ရိုက်ချက် ငါးချက်ထိ ဖြတ်တောက်ထားနိုင် ခဲ့သည်။ ကင်စီဂူက "ဒုတိယနေ့ရိုက် ချက်တွေ သိပ်ကိုကောင်းခဲ့ပါ

တယ်။ ကျင်းစိမ်တဲ့အပိုင်းမှာလဲ အမှားနည်းခဲ့တဲ့အတွက် အခုလို ရလဒ်ကောင်းရခဲ့တာပါ။ အရာ အားလုံးက ပြီးပြည့်စုံတဲ့အခြေ အနေဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် နောက်ဆုံးကျင်းမှာ ရိုက်နိုင်ခဲ့တဲ့ ရိုက်ချက်တွေက ပြီးပြည့်စုံတဲ့ ရိုက်ချက်တွေပါ"ဟု ပြောကြား ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Golf Monthly  
Trs : AZL

## ဆုဖလားအများဆုံးရရှိထားသည့်ကစားသမားစာရင်းတွင် အယ်လ်နာဆာအသင်းမှ စီရော်နယ်ဒို အဆင့်(၄)နေရာရောက်ရှိလာ

ရီယူဒ်စ် မေ ၂၃ အယ်လ်နာဆာအသင်း ဝါရင့် တိုက်စစ်မှူး စီရော်နယ်ဒိုသည် အယ်လ်နာဆာ အသင်းနှင့်အတူ ဆော်ဒီပရိုလိဂ်ဖလားဆွတ်ခူးခဲ့ပြီး နောက် ဘောလုံးလောကတွင် ဆုဖလားအများဆုံး ရရှိထားသည့် ကစားသမားစာရင်း၌ အဆင့်(၄) နေရာ ရောက်ရှိလာခဲ့ကြောင်း Football.com သတင်းဝက်ဘ် ဆိုက်က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။ အစောပိုင်းက စီရော်နယ်ဒို သည် ဆုဖလားအများဆုံးကစား သမား ၁၀ ဦးစာရင်းတွင် ရီးရဲလ် မက်ဒရစ်အသင်းမှ အလာဘာ၊ ဘာစီလိုနာအသင်း ကစားသမား ဟောင်းများဖြစ်သည့် ပီကေးနှင့် အင်နီယေစတာ၊ ပေါ့တိုအသင်း ကစားသမားဟောင်း ဗစ်တာ ဘီဘာတို့နှင့်အတူ ရပ်တည်နေ

သော်လည်း ဆော်ဒီပရိုလိဂ်ဖလား ကို ဆွတ်ခူးခဲ့ပြီးနောက် စုစုပေါင်း ဆုဖလား ၃၇ ကြိမ်ဖြင့် ၎င်းတို့ကို ကျော်ဖြတ်ပြီး အဆင့်(၄)နေရာ တွင် သီးသန့်ရပ်တည်နိုင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။ စီရော်နယ်ဒိုသည် မန်ယူ အသင်း၊ ဂျူဗင်တပ်အသင်း၊ စပို့တင်းလစွာ့နန်းအသင်း၊ ရီးရဲလ် မက်ဒရစ် အသင်းတို့နှင့်အတူ ချန်ပီယံလိဂ်ဖလား ငါးကြိမ်၊ ကလပ် ကမ္ဘာ့ဖလား လေးကြိမ်၊ ပရီးမီးယား လိဂ်ဖလား သုံးကြိမ်၊ စပိန်လာလီဂါ ဖလား နှစ်ကြိမ်၊ အီတလီစီးရီးအေ ဖလား နှစ်ကြိမ်၊ စပိန်ကိုပါဒယ်ရေး ဖလား နှစ်ကြိမ်၊ ကွာရာဘောင်း ဖလား နှစ်ကြိမ်၊ စပိန်စူပါဖလား နှစ်ကြိမ်၊ ကိုပါအီတာလီယာဖလား တစ်ကြိမ်၊ အီတလီစူပါဖလား နှစ်ကြိမ်၊ ဥရောပစူပါဖလား



သုံးကြိမ်၊ ပေါ့တိုစူပါဖလား တစ်ကြိမ်၊ အက်ဖ်အေဖလား တစ်ကြိမ်၊ ကွန်မြူနတီဒိုင်း သုံးကြိမ်၊ အယ်လ်နာဆာအသင်း နှင့်အတူ ဆော်ဒီပရိုလိဂ်ဖလား တစ်ကြိမ်၊ ပေါ့တိုအသင်းနှင့် အတူ ယူရိုဖလားတစ်ကြိမ်၊ ဥရောပ နေရှင်းလိဂ်ဖလား နှစ်ကြိမ်

ဆွတ်ခူးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ လက်ရှိ ဆုဖလားအများဆုံး ကစားသမားစာရင်းတွင် အင်တာ မီယာမီအသင်း တိုက်စစ်မှူး မက်ဆီက စုစုပေါင်း ၄၈ ကြိမ်ဖြင့် ထိပ်ဆုံးတွင် ရပ်တည်နေကြောင်း သိရသည်။ Ref : Football.com

Trs : STA

# ၂၀၂၆ တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ် အသက် ၁၈ နှစ်အောက် အမျိုးသားဘောလုံးပြိုင်ပွဲ အုပ်စုပွဲစဉ်များ ဆက်လက်ကျင်းပ



နေပြည်တော် မေ ၂၃ - အားကစားရေးရာဝန်ကြီးဌာန ကကြီးမှူးပြီး တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့၊ မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်တို့ ပူးပေါင်း ကျင်းပသည့် ၂၀၂၆ တိုင်းဒေသကြီး နှင့်ပြည်နယ် အသက် ၁၈ နှစ် အောက် အမျိုးသားဘောလုံးပြိုင်ပွဲ ကို ယနေ့မွန်းလွဲပိုင်းတွင် ကရင် ပြည်နယ် ဘားအံမြို့ရှိ ဇွဲကပင် အားကစားကွင်း၊ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ကြီးမြို့ရှိ ပြည်နယ် အားကစားကွင်း၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသ ကြီး ပဲခူးမြို့ရှိ အားကစားဥယျာဉ် ကွင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ပုသိမ်မြို့ရှိ ကိုးသိန်းအားကစား ကွင်းတို့၌ ဆက်လက် ကျင်းပခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဇန်လေးဇန်ခွဲ၍ အုပ်စုပွဲစဉ်များအဖြစ် မွန်းလွဲ ၃ နာရီမှစတင်၍ ကရင် ပြည်နယ် ဘားအံမြို့ ဇွဲကပင် အားကစားကွင်း၌ ရခိုင်ပြည်နယ် အသင်းနှင့် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး

အသင်းတို့ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ ရန်ကုန် တိုင်းဒေသကြီးအသင်းက ကိုးဂိုး ဂိုးမရှိ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ပဲခူးမြို့ အားကစား ဥယျာဉ်ကွင်းတွင် မကွေးတိုင်းဒေသကြီး အသင်းနှင့် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည် တော်အသင်းတို့ ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည် တော်အသင်းက သုံးဂိုး ဂိုးမရှိ ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ကြီးမြို့ရှိ ပြည်နယ် အားကစားကွင်းတွင် တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးအသင်း နှင့် ကယားပြည်နယ်အသင်းတို့ ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ တနင်္သာရီတိုင်း ဒေသကြီးအသင်းက လေးဂိုး ဂိုးမရှိဖြင့် အသီးသီးအနိုင်ရခဲ့ ကြသည်။

အဆိုပါပြိုင်ပွဲကို မေ ၂၄ ရက် တွင် တစ်ရက်ရပ်နားကာ မေ ၂၅ ရက်တွင် ပြန်လည်ကျင်းပမည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။

# မြန်မာ့ဖူဆယ်လိဂ်ယူ-၁၉ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၃)ပွဲစဉ်များ ဆက်လက်ကျင်းပ

ရန်ကုန် မေ ၂၃ - မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဖူဆယ်နှင့်သံသောင်ပြင်ကော်မတီ ကကြီးမှူးကျင်းပနေသည့် မြန်မာ ဖူဆယ်လိဂ်ယူ-၁၉ ပြိုင်ပွဲပွဲစဉ်(၃) ပွဲစဉ်များကို ရန်ကုန်မြို့ MFF Fut- sal Stadium တွင် ဆက်လက် ကျင်းပခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာဖူဆယ်လိဂ် ယူ-၁၉ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၃)ပွဲစဉ်များအဖြစ် ယနေ့နံနက် ၈ နာရီခွဲက ပစိဖိတ် ဆန်းဖားအသင်းနှင့် ရွှေပြည်သာ ယူနိုက်တက်အသင်းတို့ ကစား ခဲ့ရာ ပစိဖိတ်ဆန်းဖားအသင်းက ၁၄ ဂိုး တစ်ဂိုး၊ နံနက် ၁၀ နာရီက ULAD FCအသင်းနှင့် Burmese Warriors အသင်းတို့ကစားခဲ့ရာ ULAD FC အသင်းက ခြောက်ဂိုး နှစ်ဂိုး၊ နံနက် ၁၁ နာရီခွဲက မင်္ဂလာဒုံစီးတီးအသင်းနှင့် YRG FCအသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာ YRG FC အသင်းက ၁၂ ဂိုး နှစ်ဂိုးဖြင့် အသီးသီးအနိုင်ရခဲ့ကြသည်။

အလားတူ မွန်းလွဲ ၁ နာရီက YCDC DT အသင်းနှင့် ယူနိုက် တက်စီးတီးသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာ YCDC DT အသင်းက ၁၄ ဂိုး တစ်ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း၊ မွန်းလွဲ ၂ နာရီခွဲက MIU FC အသင်းနှင့် ရွှင်ရယ်နီကာအသင်းတို့ ကစား ခဲ့ရာ MIU FC အသင်းက ငါးဂိုး တစ်ဂိုး၊ ညနေ ၄ နာရီက JV FC အသင်းနှင့် Gold Dream အသင်း တို့ကစားခဲ့ရာ Gold Dream အသင်းက သုံးဂိုး တစ်ဂိုးဖြင့် အသီးသီးအနိုင်ရရှိခဲ့ကြသည်။

မြန်မာဖူဆယ်လိဂ် ယူ-၁၉ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၄)ပွဲစဉ်များကို လာမည့် မေ ၃၀ ရက် နံနက် ၈ နာရီမှစတင်ပြီး ရန်ကုန်မြို့ MFF Futsal Stadium တွင် ဆက်လက် ကျင်းပသွားမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

# WBC ခရုဆာဝိတ်တန်းချန်ပီယံ မိကဲလီယန်နှင့်ထိုးသတ်ပြီးပါက ဘီနာဗီဒက်ဇ်နှင့်ထိုးသတ်ရန် အိုပီတိုင်ယာ စိန်ခေါ်

ကင်ဘာရာ မေ ၂၃ - ဩစတြေးလျလက်ဝှေ့သမား အိုပီတိုင်ယာသည် WBC ခရုဆာ ဝိတ်တန်းချန်ပီယံခါးပတ်အတွက် လက်ရှိချန်ပီယံ အာမေးနီးယား လက်ဝှေ့သမား မိကဲလီယန်နှင့် ထိုးသတ်ပြီးပါက ခရုဆာ ဝိတ်တန်း ပြိုင်ဘက်ကင်းကမ္ဘာ့ ချန်ပီယံခါးပတ်အတွက် အမေ ရိကန်လက်ဝှေ့သမား ဘီနာ ဗီဒက်ဇ်နှင့် ထိုးသတ်လိုကြောင်း စိန်ခေါ်ခဲ့သည်ဟု Zuffa သတင်း ဖြစ်သည်။

ဥရောပ ယနေ့တွင် ဖော်ပြ အိုပီတိုင်ယာက "ကျွန်တော့် အတွက် ပြီးပြည့်စုံတဲ့ ကမ္ဘာကြီး ဖြစ်လာဖို့အတွက် ပထမဆုံး ဖြစ်လာဖို့အတွက် ပထမဆုံး မိကဲလီယန်နဲ့ WBC ခရုဆာ ဝိတ်တန်း ချန်ပီယံခါးပတ် အတွက် ထိုးသတ်သွားပါမယ်။ ပြီးရင် ကျန်တဲ့ ခါးပတ်နှစ်ခုအတွက် ဘီနာဗီဒက်ဇ်နဲ့ ထိုးသတ်သွားပါ မယ်။ ပြိုင်ဘက်ကင်းကမ္ဘာ့ ချန်ပီယံတစ်ယောက် ဖြစ်ခွင့်ရပြီး ရင် ကျန်တော်ဟဲဗီးဝိတ်တန်းကို ရွှေ့ပြောင်းမယ်။ ဒါက ကျွန်တော့်ရဲ့ ရည်မှန်းချက်ပါ။

ဒါပေမဲ့ အဲဒါလောက်ထိ လွယ်မယ်လို့တော့ မထင်ပါဘူး။ ကျွန်တော့်ရဲ့ရည်မှန်း ချက်တွေ အထမြောက်လာဖို့က ပြိုင်ဘက်တွေကလဲ ကျွန်တော့်ရဲ့ စိန်ခေါ်မှုကို လက်ခံဖို့လိုအပ်ပါ တယ်။ ပြိုင်ဘက်တွေအနေနဲ့ ကျွန်တော့်ရဲ့စိန်ခေါ်မှုကို လက်ခံ မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်"ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Zuffa  
Trs : AZL



# ရိုးရဲလ်မက်ဒရစ်အသင်းမှ အလာဘာ အလွတ်ပြောင်းရွှေ့ခွင့်နှင့် ထွက်ခွာမည်

မက်ဒရစ် မေ ၂၃ - ဒဏ်ရာပြဿနာကြောင့် ရုန်းကန် ရိုးရဲလ်မက်ဒရစ် အသင်းနှင့် ငါးနှစ်သက်တမ်းစာချုပ် ကုန်ဆုံးခဲ့ သည့် ခံစစ်ကစားသမား အလာ ဘာသည် လာမည့်နေရာသီကစား ဘာသည် အပြောင်းအရွှေ့ကာလတွင် အလွတ်ပြောင်းရွှေ့ခွင့်နှင့် ထွက် ခွာမည်ဟု အတည်ပြုကြေညာ ခဲ့ကြောင်း Fotmob သတင်းဝက် ချက်ကြောင့် ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘောလုံးရာသီတွင် ပြိုင်ပွဲစဉ် ၁၇ ပွဲ၊ ၂၀၂၄-၂၀၂၅ ဘောလုံးရာသီတွင် ပြိုင်ပွဲစဉ် ၁၄ ပွဲ၊ ယခုနှစ်ဘောလုံး ရာသီတွင် ပြိုင်ပွဲစဉ် ၁၅ ပွဲသာ ကစားခွင့်ရခဲ့ပြီး ပုံမှန်ခြေစွမ်း ပျောက်ဆုံးခဲ့သည့်အတွက် ရိုးရဲလ် မက်ဒရစ်အသင်းက စာချုပ် ကုန်ဆုံးချိန်တွင် အလွတ်ပြောင်း ရွှေ့ခွင့်ပြုခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အသက် ၃၃ နှစ်ရှိ အလာဘာ သည် မေ ၂၄ ရက်(ယနေ့)တွင် ဘီလ်ဘာအိုအသင်းနှင့် ကစားမည့် ရာသီပိတ်ပွဲစဉ်၌ ရိုးရဲလ်မက်ဒရစ် အသင်းကစားသမားဘဝနုတ်ဆက် ပွဲစဉ်အဖြစ် ပါဝင်လာမည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။

သို့သော် အလာဘာသည် ၂၀၂၃ ခုနှစ်မှ၍ အသက်အရွယ်နှင့်

# အီတလီစီးရီးအေပြိုင်ပွဲ တစ်နှစ်တာအကောင်းဆုံးကစားသမားဆုကို အင်တာမီလန်အသင်းမှ ဒီမာကို ဆွတ်ခူး

ရောမ မေ ၂၃ - ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီအီတလီ စီးရီးအေပြိုင်ပွဲ၏ တစ်နှစ်တာ အကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို အင်တာမီလန်အသင်း ကွင်းလယ် ကစားသမား ဒီမာကိုကို ဆွတ်ခူးခဲ့ ကြောင်း B/R Football သတင်း ဝက်ဘ်ဆိုက်က ယနေ့တွင် ဖော်ပြ ခဲ့သည်။

အသက် ၂၈ နှစ်ရှိ ဒီမာကိုသည် ယခုနှစ် ဘောလုံးရာသီတွင် အင်တာမီလန်အသင်း အီတလီ စီးရီးအေပြိုင်ပွဲ၌ ချန်ပီယံဆုလား ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့ရာတွင် အဓိက ကစားသမားတစ်ဦးအဖြစ် ပါဝင်ခဲ့ ပြီးနောက် အီတလီစီးရီးအေပြိုင်ပွဲ ၏ တစ်နှစ်တာအကောင်းဆုံး ကစားသမားဆုကို ဆွတ်ခူးခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ဒီမာကိုသည် အီတလီစီးရီးအေ ပြိုင်ပွဲတွင် ၃၄ ပွဲပါဝင်ကစားခဲ့ရာ သွင်းဂိုး ခြောက်ဂိုးနှင့် ဂိုးဖန်တီးမှု ၁၇ကြိမ်ပြုလုပ်ခဲ့သလို အီတလီ စီးရီးအေပြိုင်ပွဲတွင်လည်း တစ်ရာသီ အတွင်း ဂိုးဖန်တီးမှုအကြိမ်ရေ အများဆုံး လုပ်ဆောင်နိုင်သည့် ကစားသမားတစ်ဦးအဖြစ်ရပ်တည် ခဲ့ပြီးနောက် အီတလီစီးရီးအေ ပြိုင်ပွဲ၏ တစ်နှစ်တာအကောင်း ဆုံး ကစားသမားဆုကို ဆွတ်ခူးခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်။

ယခုနှစ် ဘောလုံးရာသီတွင် အင်တာမီလန်အသင်းနှင့် အတူ အကောင်းဆုံး ခြေစွမ်းပြသပြီး ပြိုင်ပွဲ၏ တစ်နှစ်တာအကောင်း ဆုံးကစားသမားဆု ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့



သည့် ဒီမာကိုကို လာမည့်နေရာသီ အင်တာမီလန် အသင်းအနေဖြင့် လက်လွှတ်ရဖွယ် ရှိနေကြောင်း သိရသည်။

Ref : B/R Football  
Trs : STA

# သတိမေ့အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ

ကိုကို(မန္တလေး)

အယ်ဒိုင်းမားရောဂါကို အမေ့လွန်ရောဂါလို့ အမည်တပ်ရင် ပိုသင့်တော်မှာပါ။ ကျွန်တော့် ဆေးခန်းကို ဆီးချိုရောဂါအတွက် နှစ်ပတ်တစ်ခါ လာပြနေကျ အသက် ၇၀ နီးပါး အဒေါ်ကြီး တစ်ယောက်ဆိုရင် လတ်တလော နီးနီးစပ်စပ်ကိစ္စ တွေကို လုံးဝမမှတ်မိတော့ဘဲ ကြာခဲ့ပြီးဖြစ်တဲ့ ကိစ္စတွေကိုတော့ မှတ်မိနေတတ်ပါတယ်။ အတူနေ ဆွေမျိုးအရင်းတွေကိုတော့ မမှတ်မိပါဘူး။

အလားတူ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါခံစားနေရတဲ့ အနံ့ကယ်ကြီးတစ်ယောက်ဆိုရင်လဲ သူ့ရဲ့သား အရင်း၊ သမီးအရင်းတွေ၊ လက်ရှိ ခုနှစ်၊ နေ့စွဲ၊ မြန်မာစာအရေးအသားတွေကို လုံးဝမမှတ်မိတော့ပါ ဘူး။ ဒါပေမဲ့ လွန်ခဲ့တဲ့အနှစ် ၂၀ ကျော်က သူ့ဆီ မှာ ကားဒရိုင်ဘာလုပ်သွားတဲ့သူကိုတော့ မှတ်မိ နေပါတယ်။

ဒီလို အတိတ်မေ့မှတ်ဉာဏ်တွေချို့ယွင်းပြီး အသိစိတ်တွေမဲ့လာတဲ့ရောဂါကို အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ (Alzheimer's Disease)လို့ခေါ်ပြီး ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်သူတွေကတော့ အလွယ် AD လူနာလို့ ခေါ်ကြပါတယ်။ ဒီရောဂါဟာ သာမန်မေ့လျော့တတ် တာထက်ဆိုးပါတယ်။

အယ်ဒိုင်းမားဖြစ်ရင် ဘယ်နေရာကို အဓိက ထိလဲဆိုတော့ ဦးနှောက်ပါ။ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်ပါက ဦးနှောက်ဟာ ရှုံးထွက်ဖြစ်နေတတ်ပါတယ်။ ဦးနှောက်ဟာ ပုံမှန်အားဖြင့် အခန်းအကန့်တွေ၊ လိုဏ်ခေါင်းတွေ ထင်ထင်ရှားရှား ရှိနေပေမဲ့ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါခံစားနေရသူတွေရဲ့ဦးနှောက်က အာရုံကြောနဲ့ အမျှင်တွေက သာမန်လိုမဟုတ်ဘဲ ခြောက်မြောင့်နှစ်ထပ်ပုံလိုဖြစ်ပြီး အမျှင်လိမ်တွေ ကြောင့် ရှုံးထွက်ဖြစ်နေတာဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလိုရှုံးထွက်ဖြစ်ရတာဟာ အပြင်ကပိုင်းရပ်ပိုး တွေဝင်လို့လား၊ ဇရာအိုမင်းလာမှုကြောင့်လား၊ မျိုးရိုးကြောင့်လား ဘယ်သူမှ သေသေချာချာ မသိကြရပါဘူး။ ဒီမှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းရောဂါဟာ များသောအားဖြင့် အသက် ၆၅ နှစ်အထက်တွေမှာ အဖြစ်များပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အခုနောက်ပိုင်းမှာ အသက် ၄၀ ကျော်၊ ၅၀ ကျော်တွေမှာတောင် ဖြစ်လာကြပြီလို့သိရပါတယ်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့(WHO)ရဲ့ ခန့်မှန်းချက်အရ ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှာ ကမ္ဘာတစ်ဝန်း အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်တဲ့သူပေါင်း ၄၇ ဒသမ ၅ သန်းခန့် ရှိတယ်လို့သိရပြီး ၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်ရောက်ရင် ၇၁ သန်းထိ ဖြစ်လာမယ်လို့ ခန့်မှန်းထားကြပါတယ်။ အမေရိကန်နိုင်ငံမှာ ၆၅ နှစ်အထက် သက်ကြီးရွယ်အိုတွေ ၂၇ သန်းရှိသည့် အနက် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါခံစားနေရတဲ့သူက ခုနှစ် သန်းလောက်ရှိပြီး ၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်ရောက်ရင် အယ် ဒိုင်းမားရောဂါဟာ လူ ၈၅ ယောက်မှာ တစ်ယောက် ဖြစ်သွားမယ်လို့ WHO က ခန့်မှန်းထားပါတယ်။

နိုင်ငံကယ် လူဦးရေကလဲနည်းတဲ့ စင်ကာပူ နိုင်ငံမှာ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေများပြီး ကလေးမွေးဖွား

မှုနန်းဟာ နည်းပါးနေပါတယ်။ ကိန်းဂဏန်းအချက် အလက်တွေအရ ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှာ အယ်ဒိုင်းမား ရောဂါခံစားခဲ့ရသူ ဦးရေ ၄၅၀၀၀ ခန့်ရှိနေပြီး ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်မှာ ဦးရေ ၁၀၃၀၀၀ ခန့်ရှိမယ်လို့ ခန့်မှန်းကာ ၂၀၅၀ ပြည့်နှစ်မှာတော့ ၂၄၀၀၀၀ ထိ တိုးလာနိုင် တယ်လို့ ဆေးဘက်ဆိုင်ရာကျွမ်းကျင်သူတွေက ခန့်မှန်းနေကြပါတယ်။

ဟောင်ကောင်မှာ ၂၀၁၂ ခုနှစ်က လူဦးရေ ၁ ဒသမ ၃ သန်းရှိချိန် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်သူက



တစ်သိန်းကျော်ရှိတယ်ဆိုတော့ အချိုးအစားအရ အတော်များနေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ U K Lancet ဂျာနယ်ကထုတ်တဲ့ အစီရင်ခံစာအရ ကမ္ဘာမှာ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ အဖြစ်အများဆုံးနိုင်ငံဟာ တရုတ်နိုင်ငံဖြစ်တယ်လို့ဖော်ပြထားပြီး ၂၀၁၃ ခုနှစ် စစ်တမ်းတွေအရ ကိုးသန်းကျော်ရှိတယ်လို့ သိရပါ တယ်။ လက်ရှိ သက်ကြီးရွယ်အိုဦးရေ တိုးပွားလာမှု ကြောင့် ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်မှာ ၇၅ ဒသမ ၆ သန်းရှိမယ် လို့ခန့်မှန်းထားကြပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ဒီရောဂါခံစားနေ ရသူတွေကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ဖို့ လူ ၁၀ သန်းလောက် လိုမယ်လို့ ခန့်မှန်းတွက်ချက်ကြပါတယ်။ WHO ကတော့ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေ တိုးပွားလာမှုအရ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဟာ အလွန်စိုးရိမ်စရာဖြစ်လာပါ တယ်။ မြန်မာနိုင်ငံမှာ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်ပွား မှုကို လေ့လာကြည့်ပါက သက်ကြီးရွယ်အိုဦးရေရဲ့ ၆၀ ရာခိုင်နှုန်းကနေ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းထိ ဖြစ်ပါတယ်။ အသက်အရွယ်ကြီးလေ ပိုဖြစ်လေလို့သိရပါတယ်။

အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ စတင်ဖြစ်ပွားချိန်မှာ ဖြစ်လေ့ရှိတဲ့ လက္ခဏာတွေရှိပါတယ်။ ဒါတွေက တော့ လုပ်လိုက်တယ်၊ ဘာကြောင့်လုပ်ရတယ်၊ ဘာဆက်လုပ်ရမှာ မသိတော့တာ၊ အခန်းတစ်ခုထဲ

ဝင်ပြီးပစ္စည်းတစ်ခုယူဖို့ဝင်သွားရင် အထဲလဲ ရောက်ရော ဘာလို့ဝင်လာတာလဲကို မမှတ်မိတာ၊ သားသမီးဆွေမျိုးနာမည်၊ လုပ်ခဲ့တဲ့အလုပ်တွေ၊ နေ့စွဲတွေ၊ သူ့အသက်ဘယ်လောက်ရှိနေပြီဆိုတာ တွေက မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းမှုစေနေပြီဆိုတာကို ပြတာ ပါ။ နေ့စဉ် လုပ်ဆောင်နေတဲ့ကိစ္စတွေ၊ အမူအကျင့် တွေ မသိမသာ နည်းနည်းစပြောင်းလဲလာပြီဆို အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ စနေပြီလို့ ဆိုနိုင်ပါတယ်။

မျက်မှောက်ကာလမှာ နှလုံးရောဂါ၊ ကင်ဆာ

ရောဂါ၊ လေဖြတ်ရောဂါတို့ပြီးရင် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ က စတင်ဖြစ်ပေါ် အဖြစ်အများဆုံးရောဂါဖြစ်ပါ တယ်။ အသက်ကြီးလာရင် ဦးနှောက်ထဲသွေးပို့နိုင်မှု တွေကလျော့ကျသွားကြပြီး သတိချို့ယွင်းမှုတွေ မှတ်ဉာဏ်မကောင်းတော့တာတွေဟာ အယ်ဒိုင်းမား ရောဂါ အစပျိုးနေတာဖြစ်နိုင်တဲ့အတွက် ကြိုတင် သိရှိကုသနိုင်ဖို့ ဆရာဝန်တွေနဲ့ တိုင်ပင်ဆွေးနွေး သင့်ပါတယ်။

ဒါဆိုရင် ဘယ်လိုလူမျိုး၊ ဘယ်လိုအခြေအနေ တွေမှာ ဖြစ်နိုင်ကြတာလဲ သိဖို့လိုအပ်ပါတယ်။ မျိုးရိုး ထဲမှာ ဒါမျိုးရောဂါဖြစ်ပွားဖူးသူရှိရင် ဒီရောဂါဟာ မျိုးရိုးလိုက်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုက ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၁၂ ရာခိုင်နှုန်းထိ ရှိပါတယ်။

မိသားစုအတွင်းမှာ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်နေ ပြီဆိုရင် သူ့ကိုပြုစုစောင့်ရှောက်ဖို့ လူတစ်ယောက် တော့ လိုအပ်လာပါပြီ။ ငှားတဲ့သူကိုလဲ စိတ်ချရမဲ့ သူကိုပဲ စီစဉ်ရွေးချယ်ရမှာပါ။ ကိုယ်ချင်းစာစိတ် အပြည့်နဲ့ စောင့်ရှောက်ဖို့လိုလာပါပြီ။ စိတ်ရှည်ရှည် ထားပြီး နွေးထွေးစွာဆက်ဆံရမှာပါ။ လွဲချော်တဲ့ ပြောဆိုမှု၊ ပြုမူမှုကို အပြစ်မတင်ဘဲ သူတို့မေ့နေတာ တွေကို သူ့ဘာသာသူစဉ်းစားဖို့ အချိန်ပေးတာတွေ

လုပ်ပေးရပါမယ်။ အန္တရာယ်ရှိမဲ့ ကိစ္စကလွဲရင် ကျန်တာသူ့စိတ်ကြိုက် လုပ်ခွင့်ပြုရမှာဖြစ်ပါတယ်။ အော်တာ၊ ငေါက်တာမလုပ်မိဖို့ အရေးကြီးပါတယ်။ ထိရောက်တဲ့ကုသမှု ကုထုံးဆေးတွေ အခုထိ မပေါ် သေးပေမဲ့ စမ်းသပ်တွေ့ရှိမှုအရ နည်းနည်းထိရောက် တဲ့ဆေးတစ်မျိုးကတော့ ဖီဆိုစတစ်မင်းဖြစ်ပါတယ်။ ဦးနှောက်တွင်းလိုအပ်တဲ့ အက်ဆီတိုင်းအင်ဇိုင်းကို ဖြည့်ပေးနိုင်ပါတယ်။ အလားတူ ဘီတာနီကောဆေး ကို တိုက်ရိုက်သွင်းပေးတဲ့ ကုထုံးတွေဟာလဲ အထိုက်အလျောက် ထိရောက်မှုရှိပါတယ်။ ဒါ့ပြင် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသူတွေကို ချောကလက်စားခိုင်းစေပြီး လေ့လာတော့ ချောက လက်စားသူတွေက မစားသူတွေထက် ရောဂါဖြစ်ဖို့ အလားအလာနည်းသွားတယ်လို့ သိရပါတယ်။ တရားထိုင်ရင်ထွက်တတ်တဲ့ ဆီရိုတိုနင်ခေါ်တဲ့ ဦးနှောက်ဟော်မုန်းဟာဆိုရင် အသက်ကြီးလာရင် ဖြစ်တတ်တဲ့ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါကို ကုသရာမှာ အလွန်အရေးပါကြောင်း သိရှိရပါတယ်။

ဆေးလိပ်အသောက်များရင် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်ဖို့များမယ်ဆိုတဲ့အချက်ပါ။ ဆေးလိပ်သောက်တဲ့ သူတိုင်း ရောဂါမဖြစ်ကြပေမဲ့ ဒီရောဂါဖြစ်နေကြတဲ့ သူတိုင်း ဆေးလိပ်သောက်သူနဲ့ ဆေးလိပ်ငွေ တစ်ဆင့်ခံရှူရသူတွေဆိုတာ သိရပါတယ်။ အရက် သေစာနဲ့ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲသူဆိုရင် ရောဂါဖြစ်ဖို့ ပိုများပါတယ်။ ကိုယ်အလေးချိန်လွန်ကဲနေသူတွေ မှာ အသက်ကြီးလာရင် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်နိုင် ခြေပိုများပါတယ်။ သွေးတိုး၊ ဆီးချိုရောဂါအခံရှိသူ တွေ၊ ဦးခေါင်းဒဏ်ရာရဖူးသူတွေ၊ ဦးခေါင်းထဲမှာ ရေအိတ်ရှိတဲ့သူတွေ၊ ဦးနှောက်ကျုံ့တဲ့သူတွေ၊ ဦးနှောက်ကင်ဆာသမားတွေ၊ ဦးနှောက်အမြှေး ရောင်ဖူးသူတွေမှာလဲ အသက် ၆၅ နှစ် ကျော်လာရင် အယ်ဒိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။

အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်ပွားမှုကို လျော့ချနိုင်ဖို့ အတွက် ချောကလက်စားတာ၊ ရေများများ သောက်တာ၊ တရားထိုင်ပြီး ဦးနှောက်အင်ဇိုင်း ဆီရိုတိုနင်များထွက်အောင်လုပ်တာ၊ စာဖတ် တာ၊ အဝမလွန်အောင် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု လုပ်တာတွေနဲ့ ထိန်းကြရာမှာဖြစ်တဲ့အပြင် ငါးကြီး ဆီ၊ နှစ်တစ်ရာပဲလို့ခေါ်တဲ့ Ginkgo Biloba၊ ဗီတာ မင်အီး၊ ဘလူးဘယ်ရီသီး၊ သစ်ကြားသီး၊ ဗာဒံဇွေ၊ သီဟိုဠ်စေ့ စတာတွေစားပေးတာဟာ ဦးနှောက်စွမ်း ဆောင်ရည်ကို တိုးတက်စေပြီး မှတ်ဉာဏ်ကောင်း စေပါတယ်။

ဒါကြောင့် သတိမေ့အယ်ဒိုင်းမားရောဂါဖြစ်ပွား မှုကို မတားဆီးနိုင်ပေမဲ့ အထက်ဖော်ပြပါ နည်းလမ်းတွေနဲ့ လျော့ချနိုင်မှာဖြစ်ကြောင်း အကြံပြုရေးသားလိုက်ရပါတယ်။

ကိုးကား - Dr Sticot Wilson US University Research Dept

## ပြည်ပတွင် သွားရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်မည့်သူများအနေဖြင့် မလိုလားအပ်သော ဆုံးရှုံးမှုများမဖြစ်ပေါ်စေရေး သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီဆောင်ရွက်ရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်ခြင်း

၁။ ပြည်ပတွင် သွားရောက်လုပ်ကိုင်မည့်သူများအနေဖြင့် ဥပဒေနှင့်အညီမှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ ပြည်ပအလုပ်အကိုင်အတွက် နိုင်ငံကူးလက်မှတ် (Passport for Job-PJ) လျှောက်ထားရယူခြင်း၊ ပြည်ပအလုပ်အကိုင်အလုပ် သမားသက်သေခံကတ်(OWIC) လျှောက်ထားရယူခြင်းတို့မရှိဘဲ ပြည်ပအလည်အပတ်နိုင်ငံကူးလက်မှတ်(Passport for Visit-PV)ကိုသာ လျှောက်ထားရယူထားပြီး ပြည်ပအလုပ်အကိုင်ဗီဇာများရယူကာ လေကြောင်း ခရီးဖြင့် ပြည်ပထွက်ခွာရန်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြသဖြင့် သက်ဆိုင်ရာက လေဆိပ်တွင်စစ်ဆေးသည့်အခါ သတ်မှတ်ချက်များနှင့်မကိုက်ညီသည့်အတွက် ပြည်ပသို့ထွက်ခွာခွင့်မရခြင်းများကြောင့် လေယာဉ်လက်မှတ်ခအပါ အဝင် အခြားသောကုန်ကျစရိတ်များ ဆုံးရှုံးရသည့်ဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပါသည်။

၂။ သို့ပါ၍ ပြည်ပတွင် သွားရောက်အလုပ်လုပ်ကိုင်လိုသူများအနေဖြင့် မလိုလားအပ်သည့် ဆုံးရှုံးမှုများမဖြစ်ပေါ်စေရေးအတွက် ဥပဒေနှင့်အညီမှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ ပြည်ပအလုပ်အကိုင်အတွက် နိုင်ငံကူးလက်မှတ်(Pass- port for Job-PJ)လျှောက်ထားရယူခြင်း၊ ပြည်ပအလုပ်အကိုင်အလုပ်သမားသက်သေခံကတ်(OWIC)လျှောက်ထားရယူခြင်းတို့အား ဆောင်ရွက်ကြပါရန် တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။ အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန

# ရွှေတိဂုံစေတီတော်တွင် မဟာသမယအခါတော်နေ့အခမ်းအနား ကျင်းပမည်



ဖခင်နှစ်က ရွှေတိဂုံစေတီတော်တွင် မဟာသမယအခါတော်နေ့ ဈာန်ပန်းတိုင်တို့ တွေ့ရစဉ်။

ရန်ကုန် မေ ၂၃  
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ဒဂုံမြို့နယ်ရှိ ရွှေတိဂုံစေတီတော်၌ နယုန်လပြည့်နေ့ (မေ ၃၀ ရက်) တွင် မဟာသမယ အခါတော်နေ့ အခမ်းအနားကို စည်ကားသိုက်မြိုက်စွာ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်း ဂေါပကအဖွဲ့

ထံမှ သိရသည်။  
ရွှေတိဂုံစေတီတော်တွင် ဆယ့်နှစ်ရာသီပွဲတော်များကို လအလိုက် နှစ်စဉ်ကျင်းပလျက်ရှိရာ ယခုနှစ် နယုန်လပြည့်နေ့တွင် မဟာသမယအခါတော်နေ့ အခမ်းအနားကို ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။  
"နယုန်လပြည့် မဟာသမယ

အခါတော်နေ့ အခမ်းအနားမှာ နှစ်စဉ် ကျင်းပနေကျအတိုင်း ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းဂေါပကအဖွဲ့က ကြီးမှူးပြီး မေ ၃၀ ရက် မနက် ၅ နာရီ မှာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်မြတ်အား အရုဏ်ဆွမ်း ကပ်လှူပူဇော်မှာဖြစ်ပါတယ်။ မနက် ၆ နာရီမှာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်ဩဝါဒါစရိယ ဆရာ

တော်ကြီးအမှူးပြုတဲ့ သံဃာတော်တွေကို အရုဏ်ဆွမ်းကပ်လှူပူဇော်ပြီး လှူဖွယ်ပစ္စည်းတွေလှူဒါန်းမှာဖြစ်ပါတယ်။ မနက် ၆ နာရီခွဲမှာ ရွှေတိဂုံစေတီတော် ရင်ပြင်တော်ပေါ်ရှိရှေးဟောင်း ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်များတန်ဆောင်းမှာ မဟာသမယအခါတော်နေ့ဆိုင်ရာ သိမှတ်ဖွယ်ရာတွေနာကြားတာနဲ့ ရေစက်ချအခမ်းအနားကို ကျင်းပမှာဖြစ်ပါတယ်"ဟု ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်း ဂေါပကအဖွဲ့ဝင် ဦးဘိုးသင်းက ပြောပြသည်။  
အဆိုပါ အခမ်းအနားတွင် မဟာသမယအခါတော်နေ့ ဖြစ်ပေါ်လာပုံကို ဖော်ကျူးသည့်အနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဝေယျာဝစ္စအသင်းများနှင့် ဝန်ထမ်းများက ကပိလဝတ်နှင့် ကောလိယ အုပ်စုနှစ်စုခွဲ၍ စေတီတော်ကြီးအား လက်ယာရစ်လှည့်လည်ပူဇော်ကာ ရွှေတိဂုံစေတီတော်မြောက်ဘက်မှခန့်ရှိ ချမ်းသာကြီးတန်ဆောင်းတွင် မဟာသမယသုတ် ရွတ်ဖတ်ပူဇော်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ASH

## တေးသံရှင် မေဆွိ၊ ဟေမာနေဝင်း၊ ထွန်းအိန္ဒြာဗိုတို့၏

### 3 Ladies Concert Day 2 တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲ ပြုလုပ်မည်ဖြစ်

ရန်ကုန် မေ ၂၃  
တေးသံရှင် မေဆွိ၊ ဟေမာနေဝင်း၊ ထွန်းအိန္ဒြာဗိုတို့၏ 3 Ladies Concert Day 2 တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲကို မေ ၂၈ ရက်တွင် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်ရှိ Judson Entertainment Bar ၌ ပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း တေးသံရှင်ထွန်းအိန္ဒြာဗိုထံမှ သိရသည်။  
အဆိုပါ 3 Ladies Concert Day 2 တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲတွင် တေးသံရှင် မေဆွိ၊ ဟေမာနေဝင်း၊ ထွန်းအိန္ဒြာဗိုတို့က လူသိများထင်ရှားခဲ့သည့် တေးသီချင်းများကို AURORA BAND တေးဂီတအဖွဲ့၏ တီးခတ်မှုနှင့်အတူ သီဆိုဖျော်ဖြေတင်ဆက် ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။



မေ ၂၈ ရက်ညမှာ 3 Ladies Concert Day 2 တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲ ဆက်လုပ်သွားမှာပါ။ မခိုင်တို့နဲ့ အတူ ဒုတိယပွဲလေးမှာ ပရိသတ်တွေအားလုံး တစ်ခေတ်တစ်ခါက ရေဒီယိုသီချင်းလေးတွေ၊ ကက်ဆက်ခေတ်က ကက်ဆက်သီချင်းလေးတွေကို အတူတူဆိုကြရင်း မိုးညတွေကို ဖြတ်သန်းကြဖို့ အလှပဆုံး အမှတ်တရတွေကို ပြန်လည်တူးဖော်ဖို့ လှမ်းခဲ့ပါလို့ ဖိတ်ခေါ်ပါတယ်"ဟု တေးသံရှင်ထွန်းအိန္ဒြာဗိုက ပြောပြသည်။  
အဆိုပါ တေးဂီတဖျော်ဖြေပွဲတွင် Judson Entertainment Bar ၏ ပင်တိုင်တေးသံရှင်များကလည်း ဝန်းရံသီဆိုဖျော်ဖြေပေးကြမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ASH

## The Last Druid ဇာတ်ကား၌ ရိုလက်စလီ၊ အန်ဒရီယာပစ်မင်းနှင့် ဒန်နီယယ်ဗိုဗက်တိုတို့ ပါဝင်လာ

နယူးယောက် မေ ၂၃  
The Last Druid အမည်ရှိ အက်ရှင်ဒရာမာ ဇာတ်ကားသစ်၌ မင်းသမီး ရိုလက်စလီ၊ မင်းသား အန်ဒရီယာပစ်မင်းနှင့် ဒန်နီယယ်ဗိုဗက်တိုတို့လည်း ပါဝင်လာကြောင်း မေ ၂၂ ရက် သတင်းများအရ သိရသည်။  
အထက်ပါ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး သရုပ်ဆောင် သုံးဦးတို့သည် The Last Druid ဇာတ်ကား၌ အော်စကားဆရာနှင့် မင်းသားကြီး ရုပ်ဆွဲရေးနှင့်အတူ သရုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။  
The Last Druid ဇာတ်ကားသည် ရောမဇာတ်ကားတစ်ဦးနှင့် ဒရက်ကူးများ စတင်ဖွဲ့စည်းကြား



## Lionsgate ကုမ္ပဏီ၏ Magic ဇာတ်ကားကို ဒါရိုက်တာ ဆမ်ရိုင်းမီးက တာဝန်ယူရိုက်ကူးမည်

နယူးယောက် မေ ၂၃  
Lionsgate ရုပ်ရှင်ကုမ္ပဏီ၏ Magic အမည်ရှိ ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားကို ဒါရိုက်တာ ဆမ်ရိုင်းမီးက တာဝန်ယူရိုက်ကူးမည်ဖြစ်ကြောင်း မေ ၂၂ ရက် သတင်းများအရ သိရသည်။  
Magic ဇာတ်ကားသည် စာရေးဆရာ ဝီလျံဂျိုး၏ Magic ဝတ္ထုကို ခေတ်သစ်ပုံစံဖြင့် ပြန်လည်ရိုက်ကူးမည့်ဇာတ်ကားဖြစ်ပြီး အဆိုပါ Magic ဝတ္ထုကို ၁၉၇၈ ခုနှစ်တွင် ဒါရိုက်တာ ရစ်ချက်အက်ဘန်ဘိုရိုက ရုပ်ရှင်ဇာတ်ကားအဖြစ် ရိုက်ကူးခဲ့ရာ မင်းသားကြီး အန်တိုနီဟော့ဂင်း ပါဝင်သရုပ်ဆောင်ခဲ့သည်။  
Magic ဇာတ်ကားသည် မိမိ



## M Entertainment ရုပ်သံလိုင်းနှင့် M Entertainment YouTube Channel တို့မှ အကယ်ဒမီရှုမလေး ရုပ်သံဇာတ်လမ်း ထုတ်လွှင့်ပြသမည်ဖြစ်

ရန်ကုန် မေ ၂၃  
M Entertainment ရုပ်သံလိုင်းနှင့် M Entertainment YouTube Channel တို့မှ အကယ်ဒမီရှုမလေး ရုပ်သံဇာတ်လမ်းကို မေ ၃၀ ရက်တွင် ထုတ်လွှင့်ပြသသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ဒါရိုက်တာ သီတာလင်းထံမှ သိရသည်။  
အဆိုပါ အကယ်ဒမီရှုမလေး ရုပ်သံဇာတ်လမ်းသည် ပြဇာတ်ဒါရိုက်တာ ဂီတစာဆိုမောင်ကြေးမုံ

၏ ကက်ဆက်ဇာတ်လမ်းကို ဒါရိုက်တာသီတာလင်းက ဇာတ်ညွှန်းရေးသားပြီး တာဝန်ယူပုံဖော် ရိုက်ကူးထားကြောင်း သိရသည်။  
"တစ်ချိန်တုန်းက ထင်ရှားခဲ့တဲ့ ကက်ဆက်ဇာတ်လမ်းတွေကို ရုပ်သံဇာတ်လမ်းအဖြစ် တင်ဆက်ပေးထားပါတယ်။ ကက်ဆက်ဇာတ်လမ်းတွေထဲက အကယ်ဒမီရှုမလေး ရုပ်သံဇာတ်လမ်းကို အရင်ခေတ်နဲ့မတူတဲ့ အသွင်သစ်

တစ်မျိုးလေး ကြည့်ရှုရမှာပါ။ မင်းသမီး အိမ်မက်နဲ့ မြို့တက်ခဲ့တဲ့ သဲဒါလီတစ်ယောက် ဆရာစကား နားမထောင်မိတဲ့အခါ ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရမဲ့ လောကဓံရဲ့ လှည့်ကွက်တွေနဲ့ အချစ်ကြီးလို့ အမျက်ကြီးခဲ့တဲ့ ဆရာဖြစ်သူတို့ အကြောင်းကို ပုံဖော်ထားတဲ့ အကယ်ဒမီရှုမလေး ဇာတ်လမ်းကို M Channel မှာ စောင့်မျှော်ကြည့်ရှုနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါတယ်"ဟု

ဒါရိုက်တာ သီတာလင်းက ပြောပြသည်။  
အဆိုပါ ရုပ်သံဇာတ်လမ်းတွင် သရုပ်ဆောင်များအဖြစ် နေထွဋ်၊ ဇေယျတု၊ ဘုန်းထက်နိုင်၊ စောမြတ်နိုး၊ ဧပြီမိုးဖြူ၊ ခင်မာလာ၊ အေးစန္ဒာချစ်၊ ကောင်းကင်ချို၊ စွမ်းယု၊ ငွေစိုးနှင့် သရုပ်ဆောင်များစွာ ပါဝင် သရုပ်ဆောင်ထားကြောင်း သိရသည်။ ASH

Ref : Sputnik News  
Trs : KKO

# President of the Republic of Union of Myanmar U Min Aung Hlaing inspects upgrading of roads and bridges and operations of industries based on local agro-products in Nay Pyi Taw, Union Territory



President U Min Aung Hlaing hears reports on frozen vegetable processing.

**Nay Pyi Taw May 23**  
President of the Republic of Union of Myanmar U Min Aung Hlaing, accompanied by Vice President U Nyo Saw, union ministers, U Myo Thant and U Min Naung, and officials, inspected upgrading of roads and bridges and operations of the industries based on local agro-products in Nay Pyi Taw, Union Territory, this morning.

**Upgrading of roads and bridges**

During the inspection of a railway bridge (1300 feet) of the Nay Pyi Taw-Taungdwingyi railroad on Shwepyithawin Road, Union Minister for Construction U Myo Thant and officials reported on progress of work.

Regarding the report, the President said all roads in Nay Pyi Taw (Union Territory) must be upgraded systematically in accord with the standard quality. Careful calculations should be made to build railways bridges at necessary places in Nay Pyi Taw Council Area. He stressed the need to complete parts of the Nay Pyi Taw-Taungdwingyi railroad bridge project that can be carried out before the onset of monsoon through

proper supervision. The President observed the activities to clean and beautify the areas along the Shwepyithawin Road in a motorcade.

The President inspected the new Nay Pyi Taw Airport entrance road project and preparations for erection of a temporary steel-frame bailey bridge, and heard a report on progress work presented by the Union Minister for Construction and officials.

In response, the President said facilitation of the trip from Nay Pyi Taw to the new airport entrance road and vice versa is the aim of the road construction project. Systematization and quality must be taken into account in building new roads. Probability of the increasing number of road users and traffic in the future must be calculated, he noted, adding that continuous road upgrading projects calls for the adoption of a master plan. Shade trees and wind-breakers must be planted on both sides of the roads before the arrival of rains.

The President then proceeded to Yangon-Mandalay railroad bridge project on

Shwepyithawin Road. In response to a report presented by an official, he called for careful measures in building the road linking Pyimana detour and Shwepyithawin Road. Systematization of all roads in Nay Pyi Taw Council Area and calculating of the increasing urban population and traffic in the future must be conducted through well-planned actions. He also looked into other requirements.

**Implementation of industries based on local crops**

Then, the President arrived at the frozen vegetable export industry of Myanmar Agri Foods Co. Ltd in Kyeein village in Pyinmana and heard reports on the processing and exports of various frozen vegetables including ladies' fingers, amaranth, French bean, mangoes and other beans to foreign markets, endeavors made to increase per capita incomes of basic social classes, production by using 90 percent of raw materials from contract farms, plans to manufacture high-quality new products, market shares currently secured and measures taken to expand to Asia and Europe markets submitted by an

responsible official from the company.

After hearing the reports, the President said it is an enterprise that contribute to the interest of the country and measures must be taken to boost the exports aiming at the existing markets. In doing so, collective cooperative system can be applied.



President U Min Aung Hlaing inspects bridge maintenance work.

If research is conducted to mass produce vegetables at any season in trove in green houses, more vegetable raw materials will be available., more products can be manufactured and distributed to local and foreign markets, increasing foreign exchange earnings for the country.

In carrying out manu-

facturing businesses, it is necessary to take all supply chain steps from raw materials to consumption properly and to utilize agricultural land beneficially. The President also gave necessary instructions.

Then, the President inspected the production process of frozen vegeta-

bles and asked questions of interest based on reports of officials before giving instructions on necessary coordination with relevant departments to expand operations and boost production as it is an enterprise that will contribute a lot to economic development of the country.

**Proper ditches and**

**drainage**  
Then, the President proceeded along the old Yangon-Mandalay Highway by car and inspected the tasks being carried out for proper ditches and drainage on both sides of the road near Aisout village and Pinlaung junction before giving necessary instructions on reports of officials.

Afterward, the President arrived at Aye Myint Tharyar Bridge (Hsinthay Creek) and gave instructions on systematic maintenance of waterway and banks to withstand strong water flow during floods and natural disasters, inspection and maintenance at bridges and other needs.

# Kawlin District plans cultivation of more than 1,000 acres of sugarcane this monsoon



Photo shows a large sugarcane plantation.

surpassed the target acreage. Local farmers regularly cultivate sugarcane,” said U Win Thein, Head of the Agriculture Department in Kawlin District.

In Sagaing Region, sugarcane is cultivated in Shwebo District, Kanbalu District, and Katha District, with Katha and Kanbalu districts having the largest cultivation areas.

In Kawlin District, the cultivation cost for sugarcane ranges between K600,000 and K700,000 per acre, and the yield is about 30 tons per acre.

In Sagaing Region, high-yield sugarcane varieties such as K-95/84, Nawaday-4, Formoza, and Shwe Li are cultivated, with priority given to rain-fed and irrigated plantations.

206

### Kawlin May 23

According to the Kawlin District Department of Agriculture, local authorities decided to manage cultivation of more than 1,000 acres of sugarcane in the district of Sagaing Region this monsoon.

In 2025-26 monsoon season cultivation period, local authorities earmarked cultivation of 1,774 acres of sugarcane in Kawlin Township and 35 acres in Wuntho Township, totalling 1,809 acres, and the crops will be planted starting

from June.

“This rainy season, more than 1,000 acres of sugarcane are targeted for cultivation in Kawlin District. Efforts will be made to exceed the target acreage. Last year as well, sugarcane cultivation

## Public Notice for Elimination of Violence

1. Declaring themselves to be “for the people”, the so-called CRPH, NUG and PDF terrorist groups are lawlessly killing Buddhist monks, civil servants including schoolteachers, and members of the general public, as well as looting and robbing.
2. Not encouraging, supporting, or assisting “CRPH”, “NUG”, and “PDF” terrorists, who are intimidating and killing people and committing destructive activities, is to protect the lives and property of the general public.
3. Giving information secretly to the authorities on terrorists and on possession and transport of weapons/ammunition is tantamount to protecting the lives and property of innocent people.

# Plan underway to cultivate more than 5,000 acres of green gram in Kyunhla Township

### Kyunhla May 23

Agricultural data from Kyunhla Township of Sagaing Region stated that local farmers prepare to cultivate more than 5,000 acres of green gram in Kyunhla Township in coming monsoon this year.

During the 2026-2027 monsoon crop cultivation season, Kyunhla Township has targeted the cultivation of 5,420 acres of green gram, with planting

to be carried out from June through September this year.

“This year, during the monsoon cultivation season, more than 5,000 acres of green gram are targeted for cultivation in Kyunhla Township. Efforts will be made to meet the target acreage. Regarding green gram cultivation, awareness campaigns are being conducted to encourage expanded cultivation, and farmers are also being edu-

cated on the use of high-quality pure seeds to achieve better yields,” said Daw Myint Myint Yi, Head of the Agriculture Department in Kyunhla Township.

This year, the Township Agriculture Department will provide assistance and awareness programs for green gram farmers in Kyunhla Township on obtaining high-quality seeds suitable for the local region, applying correct cultivation

methods, preventing pest infestations, using fertilizers systematically, and improving crop yields.

During this year’s monsoon crop cultivation season, in order to improve both the yield and quality of pulse crops, the necessary support such as high-quality pure seeds, agricultural inputs, and post-harvest technology training will be carried out in cooperation with farmers.

206

# Myaung Township plans to cultivate more than 10,000 acres of pigeon pea this year

### Myaung May 23

Statistics of Sagaing District Agriculture Department stated that local authorities decided to grow 10,001 acres of pigeon pea as monsoon crops in Myaung Township of Sagaing Region this year.

During the 2026-2027 monsoon crop planting season, Myaung Township has targeted the cultivation of 10,001 acres of pigeon pea, with planting scheduled to begin in June and continue through September this year.

“This year, during the monsoon crop planting season, Myaung Township is targeting the cultivation of 10,001 acres of pigeon pea. Efforts will be made to ensure the full target acreage is achieved. Measures are also being taken to improve yields in pigeon pea cultivation. Farmers cultivate pigeon pea both as a stan-

dalone crop and as an intercropped crop,” said Daw Myat Moe Win, head of the Sagaing District Agriculture Department.

This year, the Township Agriculture Department will provide field-based education and technical assistance to pigeon pea farmers in Myaung Township on selecting quality seeds, applying correct cultivation methods, preventing pest infestations, and improving yields.

The Township Agriculture Department in Myaung Township is also distributing technologies that combine the use of urea and borax in order to reduce farmers’ foliar fertilizer costs. It is reported that the combined use of urea and borax helps reduce cultivation expenses, keeps crops free from pests, and promotes better plant growth.

206

# Myaungmya Township dispatches 70,000 tender areca fruits to Yangon market within one market

### Myaungmya May 23

Daw Kyi San, the owner of arecanut trading in Myaungmya Township of Ayeyawady Region, said that local merchants sent 70,000 young areca fruits to Yangon market in April.

From Myaungmya Township, only about 50,000 viss of young areca fruits were shipped and sold to the Yangon market during March.

However, in April, shipments increased to as much as 70,000 viss. The rise in shipments of young areca fruits was reportedly due to strong demand from the domestic market.

“We shipped up to 70,000 viss of young areca fruits from Myaungmya Township to the Yangon market during August. The increase in orders for young areca fruits

led to large shipments being sent to Yangon. At present, prices for young areca fruits are rising. Since trading is active, those involved in areca cultivation are now able to operate their businesses more smoothly,” said Daw Kyi San.

Young areca fruits produced in Myaungmya Township are reportedly purchased directly from areca planta-

tions by traders, systematically selected and packed, and then transported to Yangon for sale. From Yangon, they are further exported to foreign markets. Previously, there were only two markets for green and ripe areca fruits, but now young areca fruits are also being traded without growers having to wait until the fruits fully ripen.

Kyaw Kyaw Lin

# အာဖဂန်နစ္စတန်နိုင်ငံ ဘက်ဂ်လန်ပြည်နယ်တွင် ရုတ်တရက်ရေကြီးမှုကြောင့် အနည်းဆုံး လူ ၁၀ ဦး သေဆုံးခဲ့



ကဘူးလ် မေ ၂၃ အာဖဂန်နစ္စတန်နိုင်ငံ မြောက်ပိုင်းရှိ ဘက်ဂ်လန်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းပြီး ရေကြီးမှုများဖြစ်ပွားခဲ့ရာ အနည်းဆုံး လူ ၁၀ ဦး သေဆုံးခဲ့ကြောင်း ယနေ့ သတင်းများအရ သိရသည်။ ဘက်ဂ်လန်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှုကြောင့် လူနေအိမ် ၁၀၀ ကျော် ပျက်စီးခဲ့ရပြီး စိုက်ပျိုးမြေစေ့ ထောင်ပေါင်းများစွာ ရေလွှမ်းမိုးခံခဲ့ရကာ ပြည်နယ်၏ ကျေးလက်စီးပွားရေးကို ပြင်းထန်စွာ ထိခိုက်ခဲ့ကြောင်း ပြည်နယ်ဘေးအန္တရာယ်

စီမံခန့်ခွဲမှု အာဏာပိုင်အဖွဲ့မှ အကြီးအကဲဖြစ်သူ ဟီဒါယာတူလာ ဟမ်ဒါဒါက ပြောကြားခဲ့သည်။ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုနှင့် အတူ ပြင်းထန်သောလေမုန်တိုင်းများ တိုက်ခတ်ခဲ့ရာကန်ဒါဟာပြည်နယ်တွင်လည်း လူသုံးဦးသေဆုံးပြီး ခြောက်ဦး ဒဏ်ရာရရှိခဲ့သည်။ အာဖဂန်နစ္စတန်နိုင်ငံတွင် ယခုတစ်ပတ်အတွင်း မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှု၊ လေမုန်တိုင်းများနှင့် မိုးကြိုးပစ်မှုများ ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး လာမည့်ရက်များတွင်လည်း မိုးဆက်လက် ရွာသွန်းနိုင်ကြောင်း နိုင်ငံ၏ မိုးလေဝသဌာနက သတိပေးချက်များ ထုတ်ပြန်ထားသဖြင့် အာဏာပိုင်များက ဒေသခံပြည်သူများကို သတိပြုနေထိုင်ကြရန် တိုက်တွန်းထားကြောင်း သိရသည်။

Ref : Sputnik News  
Trs : KZ

# ကင်ညာနိုင်ငံ အမ်လိုလောင်းဂိုဒေသတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် မြေပြိုကျမှုကြောင့် လမ်းမကြီးတချို့ ပျက်စီး

နိုင်ရိုဘီ မေ ၂၃ ကင်ညာနိုင်ငံ မာချာကိုစ်ကောင်တီ အမ်လိုလောင်းဂိုဒေသတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် မြေပြိုကျမှုများ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပြီး လမ်းပိုင်းတချို့ ပျက်စီးခဲ့ကြောင်း ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာနက ယနေ့တွင် သတင်းထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ ရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် မြေပြိုကျမှုသည် မာချာကိုစ်ကောင်တီ အမ်လိုလောင်းဂိုဒေသအပြင် ဆာဘာကီဒေသနှင့် ဆိုကီမော်ဒေသတွင်လည်း ဖြစ်ပေါ်နေပြီး အဆောက်အအုံတချို့လည်း ပျက်စီးခဲ့ကြောင်း၊ အခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် လူနေအိမ်ခြေများ ပျက်စီးမှုကို စိစစ်နေဆဲဖြစ်ပြီး လမ်းပိုင်းပျက်စီးမှုကိုလည်း တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက် စစ်ဆေးနေကြောင်း၊ အမ်လိုလောင်းဂိုဒေသကို သဘာဝဘေးအန္တရာယ် အရေးပေါ်အခြေအနေအဖြစ် သတ်မှတ်လိုက်ပြီး မာချာကိုစ်ကောင်တီ အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းက ပြန်လည်

ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက် ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ "မာချာကိုစ်ကောင်တီတစ်ဝန်း ရေကြီးရေလျှံမှုတွေဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။ ရေကြီးရေလျှံမှုအပြင် မြေပြိုကျမှုတွေလဲ ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ အတွက်ကြောင့် အခြေခံအဆောက်အအုံတချို့နဲ့ လူနေအိမ်ခြေတချို့ ပျက်စီးခဲ့ပါတယ်။ လမ်းပိုင်းတချို့လဲ ပျက်စီးခဲ့တဲ့အတွက်ကြောင့် လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေးတွေ ပြတ်တောက်နေပါတယ်။ ဘေးလွတ်ရာ ရွှေ့ပြောင်းခဲ့ရသူတွေကိုလဲ ကယ်ဆယ်ရေး စခန်းတွေမှာ မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်တွေက နေရာချပေးထားပါတယ်။ အမ်လိုလောင်းဂိုဒေသကိုတော့ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် အရေးပေါ်အခြေအနေ သတ်မှတ်လိုက်ပါတယ်" ဟု မာချာကိုစ် ကောင်တီအာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်း မှ ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိသူ အန်ဒီတီက ပြောကြားခဲ့သည်။

Ref : Russia Today  
Trs : Sai Sat

# ရာသီဥတုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများကို ပူးပေါင်းကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းရန် တရုတ်နှင့် ပြင်သစ်နိုင်ငံတို့ ဆွေးနွေးခဲ့

ပေကျင်း မေ ၂၃ တရုတ်နှင့် ပြင်သစ်နိုင်ငံတို့သည် ရာသီဥတုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများကို ပူးပေါင်းကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းရန်အတွက် မေ ၂၂ ရက်တွင် ဆွေးနွေးခဲ့ကြောင်း အဆိုပါ နှစ်နိုင်ငံစလုံးသည် ရာသီဥတုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ စိန်ခေါ်မှုများကို ပူးပေါင်းကိုင်တွယ် ဖြေရှင်းရန်အတွက် တရုတ်-ပြင်သစ်နှစ်နိုင်ငံ ပထမဆုံးလုပ်ငန်းအစည်းအဝေးကို မေ ၂၂ ရက်က တရုတ်နိုင်ငံ ပေကျင်းမြို့၌ ကျင်းပခဲ့သည်။ အစည်းအဝေးတွင် ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ရာသီဥတုထိန်းချုပ်မှု၊ အသွင်ကူးပြောင်းရေး၊ ရာသီဥတုနှင့် လိုက်လျောညီထွေဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ရေး၊ ဇီဝမျိုးစုံမျိုးကွဲများ ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ဂေဟစနစ်ဆိုင်ရာ ရာသီဥတုထိန်းချုပ်မှု၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများ တိုးချဲ့လုပ်ဆောင် သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရပြီး ဒုတိယအကြိမ်အစည်းအဝေးကို ၂၀၂၇ ခုနှစ်တွင် ပြင်သစ်နိုင်ငံ ပါရီမြို့၌ ကျင်းပရန် ပျက်စီးမှု ကာကွယ်ရေး၊ ပလတ်စတစ်ညစ်ညမ်းမှု လျှော့ချရေး၊ ရေအရင်းအမြစ်နှင့် သမုဒ္ဒရာစီမံ

Ref : Russia Today  
Trs : KZ

**သစ်ပင်စိုက်ပါ တို့ကမ္ဘာ သာယာလှပ စိမ်းမြမြ**

# ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ မေယွန်မီးတောင်အောက်တွင် မြေငလျင် ၂၉ ကြိမ်ထိ လှုပ်ခတ်မှုဖြစ်ပွားခဲ့သောကြောင့် မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပေါ်လာနိုင်

မနီလာ မေ ၂၃ ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံ မေယွန်မီးတောင်အောက်ခြေတွင် ယနေ့ နံနက်ပိုင်းက မြေငလျင် ၂၉ ကြိမ်ထိ လှုပ်ခတ်ခဲ့သောကြောင့် မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကြောင်း ဖိလစ်ပိုင်မီးတောင်နှင့် ငလျင်ဗေဒဌာန (PHIVOLCS) က မီးတောင်အန္တရာယ် သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ထားသည်။ မေယွန်မီးတောင်သည် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံတွင်ရှိသော မီးတောင်များအနက် သက်ဝင်လှုပ်ရှားမှုနှုန်း အမြင့်ဆုံးဆုံးသော မီးတောင်ဖြစ်ကြောင်း၊ ယနေ့နံနက်ပိုင်းလှုပ်ခတ်ခဲ့သော မီးတောင်မြေငလျင်များအနက် ၁၅ ကြိမ်မှာ ၅၃ မိနစ်အတွင်း၌ လှုပ်ခတ်သွားခဲ့ခြင်း

ဖြစ်ကြောင်း၊ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်စဉ် မဖြစ်ပွားသေးသော်လည်း မီးတောင်အတွင်းမှ မီးခိုးငွေ့များ ထွက်ပေါ်နေကြောင်း သိရသည်။ "မေယွန်မီးတောင်အောက်မှာ ဒီနေ့နံနက်အစောပိုင်းက မြေငလျင် ၂၉ ကြိမ်ထိ လှုပ်ခတ်ခဲ့ပါတယ်။ မီးတောင်လှုပ်ခတ်မှု အကြိမ်ရေများတဲ့အတွက်ကြောင့် မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်ပါတယ်။ လှုပ်ခတ်ခဲ့တဲ့ မီးတောင်မြေငလျင်တွေအနက် ၁၅ ကြိမ်ဟာ ၅၃ မိနစ်ပါတယ်။ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုကို ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်တဲ့ အခြေအနေပါ။ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု အဆင့်မျိုး မရောက်သေးပေမဲ့လဲ မီးတောင်အတွင်းကနေ မီးခိုးငွေ့အနည်းငယ် ထွက်ပေါ်နေပါတယ်။ မီးတောင်အခြေအနေကိုတော့ အချိန်ပြည့် စောင့်ကြည့်နေပါတယ်။ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတင်းထုတ်ပြန်တာနဲ့ ဘေးလွတ်ရာ ရွှေ့ပြောင်းဖို့အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားဖို့လဲ လိုအပ်ပါတယ်" ဟု ဖိလစ်ပိုင်မီးတောင်နှင့် ငလျင်ဗေဒဌာန (PHIVOLCS) မှ သူတော်တစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့သည်။



Ref : Russia Today  
Trs : Sai Sat

# နိုင်ဂျီးရီးယားနိုင်ငံ ဆမ်ဖာရာပြည်နယ်တွင် ရေဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်သွားမည်

အဘူဂျာ မေ ၂၃ နိုင်ဂျီးရီးယားနိုင်ငံ ဆမ်ဖာရာပြည်နယ်တွင် ရေဘေးအန္တရာယ်ဖြင့် ရင်ဆိုင်ရဖွယ်ရှိနေသည့် အတွက်ကြောင့် ရေဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးအစီအစဉ်များ ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း အမျိုးသား အရေးပေါ်စီမံခန့်ခွဲမှု အေဂျင်စီ(NEMA)က ထုတ်ပြန်သွားခဲ့သည်ဟု ယနေ့သတင်းများတွင် ဖော်ပြထားသည်။ ဆမ်ဖာရာပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းပြီး နှစ်စဉ်

ရင်ဆိုင်ရလေ့ရှိကြောင်း၊ ရေဘေးအန္တရာယ်ဖြင့် ရင်ဆိုင်ရတိုင်းလည်း ရေလေ့ရှိသည့်အတွက် ရေဘေးအန္တရာယ်ကြောင့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှု လျှော့ချနိုင်ရေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများ ပြုလုပ်သွားရန် NEMA က ဆမ်ဖာရာပြည်နယ် အာဏာပိုင် အဖွဲ့အစည်းနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ NEMA မှ တာဝန်ရှိသူများနှင့် ဆမ်ဖာရာပြည်နယ် အာဏာပိုင် အဖွဲ့အစည်းမှ အဖွဲ့အစည်းမှ တာဝန်ရှိသူများ ပူးပေါင်းကာ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဆမ်ဖာရာပြည်နယ် ရေဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင် ကာကွယ်ရေးအတွက် စည်းရုံးလှုံ့ဆော်ရေးအခမ်းအနားများလည်း ပြုလုပ်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း NEMA က ထုတ်ပြန်သွားခဲ့သည်။ "ဆမ်ဖာရာပြည်နယ်မှာ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှုတွေ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပါတယ်။ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းမှုတွေဖြစ်ပေါ်

Ref : Russia Today  
Trs : Sai Sat

# ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပြောင်းသီးနှံဧက ၁၃၅၀ စိုက်ပျိုးမည်



ယခင်နှစ်က ပြောင်းစိုက်ခင်းကို တွေ့ရစဉ်။

ချောင်းဦး မေ ၂၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မုံရွာခရိုင် ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပြောင်းသီးနှံဧက ၁၃၅၀ စိုက်ပျိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း ချောင်းဦးမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

ဧက ၅၀ နှင့် ဖူးစားပြောင်းဧက ၁၃၀၀ စုစုပေါင်းဧက ၁၃၅၀ စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ယခုနှစ် ဇွန်လမှ စတင်စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

လျာထားပါတယ်။ လျာထားဧက ပြည့်မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့အတွက် ဆောင်ရွက် ပေးသွားပါမယ်။ ပြောင်းသီးနှံတွေ ဖြစ်ထွန်းအောင် မြင်ဖို့ အထွက်နှုန်းတိုးစေဖို့ ပိုးမွှားရောဂါကျရောက်မှု မရှိစေဖို့ အသိပညာပေးလုပ်ငန်းတွေ ဆောင်ရွက်ပေးသွားပါမယ်"ဟု ချောင်းဦးမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန

မြို့နယ် ဦးစီးမှူး ဦးတင့်ဆွေက ပြောပြသည်။  
ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် အစေ့ထုတ်ပြောင်းနှင့် ဖူးစားပြောင်းစိုက်တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သင်တန်းပေးခြင်း၊ ကွင်းသရုပ်ပြပွဲများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ဖောင်မြှောင်တောင်ပိုး ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း စသည့်စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာများ အသိပညာပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။  
ပြောင်းကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်း စားသုံးမှု ဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့် ပြောင်းကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ချောင်းဦးမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးတင့်ဆွေက ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

# ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ပြေလအတွင်း ငါးရှဉ့်ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့

ပန်းတနော် မေ ၂၃ ရောဂတ်တိုင်းဒေသကြီး ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ပြေလအတွင်း ငါးရှဉ့်ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း ပန်းတနော်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်အေးဝင်းက ပြောပြသည်။

ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရပါတယ်။ ငါးရှဉ့်တွေ တယ်။ အခုလို ငါးရှဉ့်တင်ပို့အား ကောင်းလာတော့ ငါးရှဉ့်မွေးမြူ

ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင်တွေနဲ့ ငါးရှဉ့်ရှာဖွေဖမ်းဆီးသူတွေ အဆင်ပြေလာတာတွေ့ရပါတယ်"ဟု ပန်းတနော်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်အေးဝင်းက ပြောပြသည်။



ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင်များသည် ငါးရှဉ့်များကို ဝယ်ယူပြီး ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှ တစ်ဆင့် အခြားဈေးကွက်များကို ပြန်လည်တင်ပို့ ရောင်းချလျက် ရှိပြီး အဆိုပါ ငါးရှဉ့်တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၁၇၅၀၀ မှ ၂၀၀၀၀ ထိ ပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သိရသည်။ ကျော်ကျော်လင်း

# မော်လမြိုင်မြို့နယ် သူကြီးကုန်းကျေးရွာ၌ မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

မော်လမြိုင် မေ ၂၃ မော်လမြိုင်ခရိုင် မော်လမြိုင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက သူကြီးကုန်းကျေးရွာ၌ မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်း အရင်းမပျောက်လည်ပတ်ရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေးပေးခြင်းကို မေ ၂၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ဇင်မာသင်းက မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်းဖြင့် ကျေးလက်နေပြည်သူများ ဆင်းရဲမှုလျော့ကျစေရန်နှင့် တစ်နိုင်တစ်ပိုင်စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး၊ ရေလုပ်ငန်းနှင့် အခြားမိသားစုဝင်ငွေတိုး စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်စေရန်ရည်ရွယ်၍ ထုတ်ချေးပေးရခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

တာဝန်ခံဝန်ထမ်းက ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပါအကြောင်းအရာများ ကျေးလက်နေပြည်သူများ လိုက်နာရမည့်တာဝန်များ၊ ရပိုင်ခွင့်များ၊ ပြစ်မှုနှင့်ပြစ်ဒဏ်များကို အသေးစိတ်ရှင်းလင်းပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထို့နောက် မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များက သူကြီးကုန်းကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူငါးဦးကို ငွေကျပ် ၆ ဒသမ ၄ သန်း၊ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူဦးရေ ၅၀ ကို ငွေကျပ် ၃၂ ဒသမ ၈ သန်း၊ စက်ချုပ်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူနှစ်ဦးကို ငွေကျပ်နှစ်သန်း စုစုပေါင်း အသင်းသား၊ အသင်းသူ ၅၇ ဦးကို ရန်ပုံငွေကျပ် ၄၁ ဒသမ ၂ သန်း ထုတ်ချေးပေးခဲ့ကြောင်း မော်လမြိုင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ဇင်မာသင်းထံမှ သိရသည်။ သုတ

ရေးဦးစွာ မော်လမြိုင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်

**လျှပ်စစ်မီးကို ချွေတာသုံးစွဲပါ**

နိုင်ငံတော်စီမံခန့်ခွဲရေးအဖွဲ့အစည်း

အဓိကအဖော်မွန်မြန်မာ့လျှပ်စစ်မီးတို

- လန်ဒင်အား မှုတအောင် သုံးစွဲပါ။
- လေလွင့်ပျောက်ဆုံးမှုမရှိအောင် ကုစိုက်ပါ။
- အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် သတိပြုပါ။
- ငွေစဉ် အကျိုးရှိစွာ ချွေတာသုံးစွဲပါ။

# မိုင်းဖြတ်မြို့နယ် နမ့်ကုန်းကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှု စစ်ဆေး



မိုင်းဖြတ် မေ ၂၃ ရှမ်းပြည်နယ် (အရှေ့ပိုင်း) တာချီလိတ်ခရိုင် မိုင်းဖြတ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက နမ့်ကုန်းကျေးရွာ အုပ်စု နမ့်ကုန်းကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှု အခြေအနေများကို မေ ၂၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

လွင်က သတ်မှတ်စံချိန်စံညွှန်းနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်သွားရန် မှာကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ နမ့်ကုန်းကျေးရွာတွင် လမ်းအရှည်ပေ ၅၀၀၊ အကျယ် ၁၀ ပေ၊ အမြင့် ခြောက်လက်မရှိ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်း ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၅၀၊ ပြည်သူထည့်ဝင်ငွေကျပ် ၁၀ သိန်း၊ စုစုပေါင်း သိန်း ၆၀ အသုံးပြု၍ မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန နည်းပညာပံ့ပိုးမှု အနီးကပ်ကြီးကြပ်မှုတို့ဖြင့် ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများကိုယ်တိုင် မေ ၁၀ ရက်မှ စတင်အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ လုပ်ငန်းများ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပြီ ဖြစ်ကြောင်း မိုင်းဖြတ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ဇင်မာသင်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် တာချီလိတ်ခရိုင်ကျေးလက်ရေးဦးစီးဌာန ဝန်ထမ်းများ၏ ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်အေးလွင်၊ မိုင်းဖြတ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ဇင်မာသင်းနှင့် ခရိုင်မြို့နယ်တာဝန်ခံအင်ဂျင်နီယာများက မြစ်ရေကူးရွာစီမံကိန်း လုပ်ငန်း အဖွဲ့ဝင်များနှင့်အတူ နမ့်ကုန်းကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်အေး

မာသင်းက ပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သိရသည်။ ကျော်ကျော်လင်း

**ကိုစစ်-ဗုဒ္ဓ ဂေဟဓိရာဇာဓိကုမ္ပဏီလီမိတက် အစောဆုံးအကျိုးဖြစ်ထွန်း**

ကြက်သွန်ဖြူနှင့် ကြက်သွန်နီစားသုံးပေးခြင်းဖြင့် နှလုံးနှင့်အဆုတ်အတွက် အထူးကောင်းမွန်သည်။

ဇင်မာ



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်ကို ဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးမျိုးသန့်က ရွှေပြည်တော်ဝင်လမ်းပေါ်ရှိ နေပြည်တော်-တောင်တွင်းကြီးမီးရထားလမ်း ခုံးကျော်တံတား ပေ ၁၃၀၀ တည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြစဉ်။

ရှေ့ဖုံးမှအဆက် အဆင့်မြှင့်တင် ဆောင်ရွက်သွားရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေအတွင်း မီးရထားလမ်းကူးနေရာများ၌ ခုံးကျော်တံတားများ ဆက်လက်ထည့်သွင်း တည်ဆောက်နိုင်ရေးအတွက်လည်း စနစ်တကျ တွက်ချက်ဆောင်ရွက်သွားကြရန် လိုကြောင်းနှင့် ယခုနေပြည်တော်-တောင်တွင်းကြီး မီးရထားလမ်း ခုံးကျော်တံတား တည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းကို မိုးမကျမီဆောင်ရွက်၍ရသည့် လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရေး ကြပ်မတ်ဆောင်ရွက်သွားကြရန်လိုကြောင်းဖြင့် မှာကြားသည်။ ထို့နောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် ရွှေပြည်တော်ဝင်လမ်းတစ်လျှောက် သန့်ရှင်းသာယာလှပရေးလုပ်ငန်းများနှင့် လမ်းအဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုများကို မော်တော်ယာဉ်များဖြင့် လှည့်လည်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ပျဉ်းမနားမြို့ ကျီးအင်းကျေးရွာရှိ အေးခဲဟင်းသီးဟင်းရွက်ထုတ်လုပ်တင်ပို့ခြင်းလုပ်ငန်း(Myanmar Agri Foods Co.,Ltd)အတွင်း ကြည့်ရှုလေ့လာစဉ်။

ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် နေပြည်တော်လေဆိပ်အဝင် လမ်းသစ်ဖောက်လုပ်နေမှုနှင့် ယာယီသံဘောင့်ဘေလီတံတား တည်ဆောက်ရန်ဆောင်ရွက်နေမှု လုပ်ငန်းခွင်သို့ရောက်ရှိစစ်ဆေးရာ ဆောက်လုပ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့် တာဝန်ရှိ

သူများက လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ရှင်းလင်းတင်ပြသည်။ ရှင်းလင်းတင်ပြမှုများအပေါ် နိုင်ငံတော်သမ္မတက ယခုလေဆိပ်အဝင်လမ်းသစ်ကို နေပြည်တော်မှ လေဆိပ်သို့ လာရောက်သူများနှင့် လေဆိပ်မှ နေပြည်တော်သို့သွား

ရောက်သူများ ပိုမိုလျင်မြန်မြန်ဆန်စွာဖြင့် သွားလာရောက်ရှိနိုင်ရေး ရည်ရွယ်ဆောင်ရွက်စေခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ လမ်းသစ်ဖောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်း အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရာတွင် စနစ်တကျဖြင့် အဆင့်ဆင့်အဆင့်မြှင့်တင်ဆောက်လုပ်သွား

ရန်လိုကြောင်း၊ နောင်အနာဂတ်တွင်ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မည့် လမ်းအသုံးပြုသူဦးရေနှင့် မော်တော်ယာဉ်အစီးရေ တိုးတက်လာနိုင်မှုများအပေါ် ထည့်သွင်းတွက်ချက်၍ လမ်းအဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရေးအတွက်လည်း Master

Plan ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ထားရှိရန် လိုကြောင်း၊ လမ်းဘေးဝဲယာတစ်လျှောက်၌ အရိပ်ရလကာပင်များကိုလည်း မိုးရာသီအစီစိုက်ပျိုးသွားရန် လိုကြောင်းနှင့် အခြားလိုအပ်သည်များကို လမ်းညွှန်မှာကြားသည်။ ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် ရွှေပြည်တော်ဝင်လမ်းပေါ်ရှိရန်ကုန်-မန္တလေး မီးရထားလမ်းခုံးကျော်တံတားတည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းခွင်သို့ရောက်ရှိပြီး တာဝန်ရှိသူတစ်ဦး၏ ရှင်းလင်းတင်ပြမှုများအပေါ် ပျဉ်းမနားမြို့ရှောင်လမ်းမှ ရွှေပြည်တော်ဝင်လမ်းသို့ဝင်ရောက်သည့်လမ်းကို စနစ်တကျ ဖြစ်စေရေးစနစ်တကျ ဆောင်ရွက်သွားရန် လိုကြောင်း၊ နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေအတွင်းရှိ လမ်းများအားလုံးကို စနစ်တကျ ဖြစ်စေရေးနှင့် နောင်အနာဂတ်တွင်တိုးတက်လာမည့် မြို့ပြလူဦးရေနှင့် ယာဉ်အသုံးပြုမှုများပြားလာနိုင်မှုအပေါ်တွက်ချက်၍ တိုးချဲ့အဆင့်မြှင့်တင်နိုင်ရေးအတွက်လည်း စီမံဆောင်ရွက်သွားရမည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် အခြားလိုအပ်သည်များကို လမ်းညွှန်မှာကြားသည်။ ဒေသစိုက်ပျိုးသီးနှံများကို အခြေခံသည့် စက်မှုကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှု ထို့နောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည်

# ရောဂါတိုင်းဒေသကြီးအတွင်းရှိ ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများနှင့် လူ့စွမ်းအားအရင်းအမြစ် ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို နယ်စပ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒုတိယဗိုလ်ချုပ်ကြီးဖုန်းမြတ် ကြည့်ရှုစစ်ဆေး



ရောဂါတိုင်း ဒေသကြီး မေ ၂၃ နယ်စပ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒုတိယဗိုလ်ချုပ်ကြီးဖုန်းမြတ်သည် ရောဂါတိုင်းဒေသကြီး လုံခြုံရေးနှင့် နယ်စပ်

ရေးရာဝန်ကြီး ဗိုလ်မှူးကြီးစိုးမင်းဦးနှင့်အတူ ယမန်နေ့က ရောဂါတိုင်းဒေသကြီး မအူပင်မြို့ရှိ နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသား လူငယ်များ ဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်းသို့

ရောက်ရှိပြီး လိုအပ်သည်များမှာကြား ပြည့်ဆည်းဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ထို့နောက် ကျောင်းအုပ်၊ ဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာ၊ဆရာမများနှင့်ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူ

များနှင့်တွေ့ဆုံ၍ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် နည်းပြများအနေဖြင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို နောင်တစ်ချိန်တွင် နိုင်ငံတော်အတွက် အားကိုးအားထားပြုရမည့် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းကောင်းများ၊ ခေါင်းဆောင်ကောင်းများဖြစ်အောင် ရည်မှန်းချက်များနှင့် အညီ လေ့ကျင့်သင်ကြားပျိုးထောင်သွားကြရန်မှာကြားပြီး ချီးမြှင့်ငွေများပေးအပ်ကာ ကျောင်းဝင်းအတွင်း ကြည့်ရှုစစ်ဆေး၍ လိုအပ်သည်များ မှာကြားဖြည့်ဆည်းဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ယင်းနောက် ဘိုကလေးမြို့နယ်ရှိ နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များ ဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်းသို့ရောက်ရှိပြီး ကျောင်းအုပ်၊ ဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများနှင့်တွေ့ဆုံ၍ ချီးမြှင့်ငွေများ ပေးအပ်ကာ ကျောင်းဝင်းအတွင်း လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့်အဖွဲ့သည် ယနေ့တွင် ပုသိမ်မြို့ရှိ အမျိုးသမီးအိမ်တွင်းမူသက်မွေးလုပ်ငန်းပညာ သင်တန်းကျောင်း၊ လပွတ္တာမြို့ရှိ အမျိုးသမီးအိမ်တွင်းမူသက်မွေးလုပ်ငန်းပညာသင်တန်းကျောင်းတို့သို့ရောက်ရှိပြီး ဝန်ထမ်းများ၊ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများကို တွေ့ဆုံအမှာစကားပြောကြား၍ ချီးမြှင့်ငွေများပေးအပ်သည်။ ယင်းနောက် လပွတ္တာမြို့ရှိ နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များ စက်မှုလက်မှုသင်တန်းကျောင်းသို့ရောက်ရှိပြီး သင်တန်းသားများ၏ လက်ကိုင်ဖုန်းပြင်သင်တန်း၊ မော်တော်ယာဉ်စက်ပြင်သင်တန်း၊ လျှပ်စစ်သင်တန်း၊ ဂဟေသင်တန်း၊ ဆောက်လုပ်ရေးသင်တန်းများတွင် ဘာသာရပ်အလိုက် လက်တွေ့သင်ကြားနေမှု၊ ဂါလန် သုံးသိန်း တစ်သောင်းဆုံ ရေစက်ကန်ကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် အိုင်စောက်ကျေးရွာအနီး လမ်းဘေးဝဲယာတစ်လျှောက် ရေစီးရေလာကောင်းမွန်စေရေး ရေနုတ်မြောင်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုအခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးစဉ်။

ပျဉ်းမနားမြို့ ကျီးအင်းကျေးရွာရှိ အေးခဲဟင်းသီးဟင်းရွက် ထုတ်လုပ်တင်ပို့ခြင်း လုပ်ငန်း(Myanmar Agri Foods Co.,Ltd)သို့ ရောက်ရှိလေ့လာရာ ကုမ္ပဏီမှ တာဝန်ရှိသူ တစ်ဦးက ဒေသတွင်းမှထွက်ရှိသည့် ရိုးပတီ သီး၊ ဟင်းနုနုနယ်၊ ဘိုစားပဲ၊ သရက်သီးနှင့် ပဲ အမျိုးမျိုးတို့အပါအဝင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် မျိုးစုံကို အေးခဲဟင်းသီးဟင်းရွက်များထုတ် လုပ်၍ ပြည်ပဈေးကွက်သို့ တင်ပို့ရောင်းချနေ မှုအခြေအနေများ၊ အခြေခံလူတန်းစားများ၏ တစ်ဦးချင်းဝင်ငွေတိုးတက်စေရေး ဆောင် ရွက်ပေးနိုင်မှုကန်ထရိုက်လယ်ယာစိုက်ခင်း များမှကုန်ကြမ်းများကို ၉၉ ရာခိုင်နှုန်းထိ အသုံးပြုထုတ်လုပ်လျက်ရှိမှု အရည်အသွေး ပြည့်မီသည့် ထုတ်ကုန်အသစ်များအတွက် လုပ်ဆောင်ရသည့်လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ လက်ရှိ ဈေးကွက်ရရှိမှုအခြေအနေများနှင့် ယင်းကို အခြေခံ၍ အာရှဈေးကွက်ဥရောပဈေးကွက် များသို့တိုးချဲ့ဆောင်ရွက်သွားမည့်အခြေအနေ များနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြသည်။

ရှင်းလင်းတင်ပြမှုများအပေါ် နိုင်ငံတော် သမ္မတက နိုင်ငံအတွက် အကျိုးရှိသည့် လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး လက်ရှိရရှိပြီးဖြစ်သည့် ဈေးကွက်ကို အဓိကရည်ရွယ်၍ ဆက်လက် တိုးချဲ့ထုတ်လုပ်တင်ပို့နိုင်ရေး ဆောင်ရွက်

## နောင်အနာဂတ်တွင်ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်မည့် လမ်းအသုံးပြုသူဦးရေနှင့် မော်တော်ယာဉ်အစီးရေ တိုးတက်လာနိုင်မှုများအပေါ် ထည့်သွင်းတွက်ချက်၍ လမ်းအဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်း များ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နိုင်ရေးအတွက်လည်း Master Plan ရေးဆွဲဆောင်ရွက်ထား ရှိရန်လို၊ လမ်းဘေးဝဲယာတစ်လျှောက်၌ အရိပ်ရလေကာပင်များကိုလည်း မိုးရာသီအမိ စိုက်ပျိုးသွားရန်လို . . .

သွားရန်လိုကြောင်း၊ ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာ တွင် စုပေါင်းသမဝါယမစနစ်ဖြင့်လည်း ဆောင်ရွက်၍ရနိုင်ကြောင်း၊ ဟင်းသီး ဟင်းရွက်များကို Green House များဖြင့် တစ်အုပ်တစ်မရာသီမရွေးစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ် နိုင်အောင် သုတေသနပြုလုပ်၍ ဆောင်ရွက် သွားမည်ဆိုပါက ကုန်ကြမ်းသီးနှံများပိုမိုရရှိ နိုင်မည်ဖြစ်ပြီး ထုတ်ကုန်များပိုမိုထုတ်လုပ် နိုင်ကာ ပြည်တွင်းပြည်ပဈေးကွက်များသို့ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခြင်းဖြင့် နိုင်ငံအတွက် နိုင်ငံခြားဝင်ငွေများ ပိုမိုရရှိနိုင်မည်ဖြစ် ကြောင်း။

ကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာ

တွင် ကုန်ကြမ်းမှစ၍ သုံးစွဲသူလက်ဝယ်သို့ ရောက်ရှိသည်ထိ အဆင့်အားလုံးကိုချိတ် ဆက်ထားသည့် ထောက်ပံ့ရေးကွင်းဆက် (Supply Chain)ကို စနစ်တကျစဉ်းစား တွက်ချက်ဆောင်ရွက်သွားရန် လိုကြောင်း၊ စိုက်ပျိုးမြေများကိုလည်း အကျိုးရှိအောင် အသုံးပြုသွားရန်လိုကြောင်းနှင့် အခြားလိုအပ် သည့်များကို အကြံပြုဆွေးနွေးသည်။

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် ကုမ္ပဏီအတွင်း အေးခဲဟင်းသီးဟင်းရွက် ထုတ်လုပ်နေမှုလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှု အဆင့်ဆင့်ကို လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး တာဝန်ရှိသူများ၏ တင်ပြချက်များအပေါ်

သိရှိလိုသည်များ ပြန်လည်မေးမြန်းဆွေးနွေး ကာ နိုင်ငံ့စီးပွားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ကျေးလက်နေပြည်သူများ၏လူမှုစီးပွားဘဝ များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး များစွာအထောက် အကူဖြစ်သည့် လုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်သဖြင့် လုပ်ငန်းတိုးချဲ့နိုင်ရေးနှင့် ထုတ်ကုန်များ တိုးမြှင့်ထုတ်လုပ်နိုင်ရေးအတွက် ဌာနဆိုင်ရာ များနှင့်လည်း လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ် ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်သွားနိုင်ရေး လမ်းညွှန် မှာကြားသည်။

**ရေနုတ်မြောင်းများစနစ်တကျရှိစေရေးနှင့် ရေစီးရေလာကောင်းမွန်ရေး**  
ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည်

ရန်ကုန်-မန္တလေး လမ်းဟောင်းအတိုင်း မော်တော်ယာဉ်များဖြင့် ဆက်လက်ထွက်ခွာ ခဲ့ပြီး အိုင်စောက်ကျေးရွာအနီးနှင့် ပင်လောင်း လမ်းဆုံနေရာတို့၌ လမ်းဘေးဝဲယာတစ် လျှောက် ရေစီးရေလာကောင်းမွန်စေရေး ရေနုတ်မြောင်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှု အခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေး ကာ တာဝန်ရှိသူများ၏ တင်ပြချက်များ အပေါ် လိုအပ်သည်များ လမ်းညွှန် မှာကြားသည်။

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတသည် အေးမြင့်သာယာတံတား(ဆင်သေချောင်းကူး) သို့ရောက်ရှိကြပြီး ဆင်သေချောင်းတစ် လျှောက်ချောင်းကမ်းပါးများကို သဘာဝ ဘေးဒဏ်ခံနိုင်ရေးနှင့် ရေကြီးရေလျှံမှုများ ဖြစ်ပေါ်ချိန်တွင် အရှိန်အဟုန်ဖြင့် ရေစီးဆင်း မှုဒဏ်ကိုခံနိုင်ရေးတို့အတွက် ရေကြောင်း ထိန်းသိမ်းခြင်းလုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်သွားရန်၊ တံတားနေရာများ၌ လည်း ကြံ့ခိုင်မှုစစ်ဆေးခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်း ခြင်းလုပ်ငန်းများကို စနစ်တကျထိန်းသိမ်း ဆောင်ရွက်သွားရန်နှင့် အခြားလိုအပ်သည် များကို လမ်းညွှန်မှာကြားခဲ့ကြောင်း သတင်း ရရှိသည်။

(၅၀၁)

## တာချီလိတ်မြို့ရှိ ကုန်သွယ်မှုလုပ်ငန်းများကို ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးထွန်းအုံ ကြည့်ရှုစစ်ဆေး

တာချီလိတ် မေ ၂၃  
စီးပွားရေးနှင့်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးထွန်းအုံ သည် ယနေ့နံနက် ၇ နာရီက တာချီလိတ် မြို့ရှိ မြန်မာ-ထိုင်း နှစ်နိုင်ငံချစ်ကြည်ရေး တံတားအမှတ်(၂)ကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ဌာနဆိုင်ရာ One Stop Service(OSS) အဖွဲ့ များနှင့်တွေ့ဆုံ၍ ပို့ကုန်၊ သွင်းကုန်လုပ်ထုံး လုပ်နည်းများအတိုင်းဆောင်ရွက်ရန်၊ လိုင်စင် တွင်ပါသည့် အမျိုးအစား၊ တန်ချိန်အတိုင်း ဖြစ်စေရေးကြပ်မတ်ရန်နှင့် တရားမဝင် တင်ပို့တင်သွင်းခြင်းများမရှိစေရေး အလေး

ထားဆောင်ရွက်ကြရန် မှာကြားသည်။ ထို့နောက် တာချီလိတ်မြို့နယ် မိုင်းဖုန်း (ခ)ကျေးရွာအုပ်စု ဆွတ်ဆိုင်ကျေးရွာရှိ Moon HL Trading ကုမ္ပဏီ၏ ပြောင်း ရိုဒေါင်သို့သွားရောက်၍ ပြောင်းဆန်များ သိုလှောင်ထားရှိမှုနှင့်တင်ပို့မည့်အခြေအနေ ကိုလည်းကောင်း၊ ဝမ်ပုံအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဆိပ်ကမ်းသို့ရောက်ရှိပြီး OSSအဖွဲ့ဖြင့် ဆိပ်ကမ်း၌ ကုန်တင်ကုန်ချဆောင်ရွက်နေမှု ကိုလည်းကောင်းကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ယင်းနောက် တာချီလိတ်မြို့ Lord Eagle Hotel ၌ အစည်းအဝေးခန်းမတွင် ပို့ကုန်၊

သွင်းကုန်လုပ်ငန်းရှင်များနှင့် OSS အဖွဲ့ဝင်များ ကိုတွေ့ဆုံ၍ ကုန်သွယ်မှုလုပ်ငန်းများအဆင် ပြေချောမွေ့စေရေး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြ ရန်၊ တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုများမရှိစေရေး လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ၊လမ်းညွှန်ချက်များနှင့် အညီ အားသွန်ခွန်စိုက်ကြီးပမ်းဆောင်ရွက် သွားကြရန်နှင့်ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့်အဂတိ ကင်းရှင်းစွာကြီးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရန် မှာကြား ပြီး တာချီလိတ်ကုန်သွယ်ရေးစခန်း(မယ်ယန်း) ၌ ပို့ကုန်သွင်းကုန်ယာဉ်များပေါ်ရှိ ကုန်ပစ္စည်း များစစ်ဆေးနေမှုကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)



**ကုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေး ညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန အသိပေးကြေညာချက်**

မော်တော်ယာဉ်များတွင် ကုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေးညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာနက ထုတ်ပေးသည့် မော်တော်ယာဉ်နံပါတ်ပြားမဟုတ်ဘဲ အခြားနံပါတ်ပြားတပ်ဆင်ခြင်း၊ မူလနံပါတ်ပြားကို အလှဆင်ပြုပြင်ထားသည့် နံပါတ်ပြားများတပ်ဆင်ခြင်း၊ အလှဆင်နံပါတ်ပြားများတပ်ဆင်ခြင်း၊ မော်တော်ယာဉ်၊ မော်တော်ဆိုင်ကယ်နှင့် သုံးဘီးတပ်ယာဉ်များတွင် အသံပိုမို ကျယ်လောင်စေရန် အသံထိန်းကိရိယာများ ပြောင်းလဲတပ်ဆင်ခြင်း၊ အသံထိန်းကိရိယာဖြုတ်၍ မောင်းနှင်ခြင်း၊ ဆူညံသံဖြစ်ပေါ်စေသည့် ကိရိယာတပ်ဆင်အသုံးမပြုကြရန်နှင့် တပ်ဆင်အသုံးပြုသော မော်တော်ယာဉ်၊ မော်တော်ဆိုင်ကယ်နှင့် သုံးဘီးတပ်ယာဉ်များကို ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ် ယာဉ်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့်မော်တော်ယာဉ်စီမံခန့်ခွဲမှုဥပဒေအရ ထိရောက်စွာအရေးယူဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း အသိပေးကြေညာအပ်ပါသည်။

ယာဉ်ထိန်းရဲတပ်ဖွဲ့

# ရုရှားဖက်ဒရေးရှင်းနိုင်ငံ စိန့်ပီတာစဘတ်မြို့တွင်ကျင်းပသည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာညီလာခံသို့ နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာခုံရုံးဥက္ကဋ္ဌ ဦးဆောင်သော ကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ တက်ရောက်

နေပြည်တော် မေ ၂၃ ရုရှားဖက်ဒရေးရှင်းနိုင်ငံ ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာတရားရုံးဥက္ကဋ္ဌ H.E. Mr. Valery D. Zorkin ၏ ဖိတ်ကြားချက်အရ နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာခုံရုံးဥက္ကဋ္ဌ ဦးဆောင်သော ကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့သည် ရုရှားဖက်ဒရေးရှင်းနိုင်ငံ စိန့်ပီတာစဘတ်မြို့တွင် “ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ ကြီးကြပ်ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် မျက်မှောက်ကာလ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ စိန့်ခေါ်မှုများ” ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ကျင်းပသည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာညီလာခံသို့ မေ ၁၉ ရက်မှ ၂၁ ရက်ထိ တက်ရောက်ခဲ့သည်။

အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာညီလာခံသို့ မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် အာရှဒေသဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ တရားရုံးများနှင့် အဆင့်တူအဖွဲ့အစည်းများအသင်း (Association of Asian Constitutional

Courts and Equivalent Institutions-AACC)၊ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများရှိ ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာတရားရုံး ဥက္ကဋ္ဌနှင့် တရားသူကြီးများ၊ အခြားဖိတ်ကြားထားသော ဥပဒေပညာရှင်များ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများမှ အကြီးအကဲများ တက်ရောက်ကြသည်။

ညီလာခံတွင် နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ ခုံရုံးဥက္ကဋ္ဌ ဦးဆောင်သော ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာ ကြီးကြပ်ထိန်းကျောင်းခြင်းနှင့် မျက်မှောက်ကာလ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ စိန့်ခေါ်မှုများဖြစ်ကြသည့် ကိုဗစ် - ၁၉ ကပ်ရောဂါကာလအတွင်း ကြုံတွေ့ရသည့် တရားစီရင်ရေး အခက်အခဲများ၊ နိုင်ငံသားများ၏ ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာအခွင့်အရေးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်မှုများ၊ နည်းပညာများ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသည့်အခါ တရားစီရင်ရေးတွင်



ညာဏ်ရည်တု (Artificial Intelligence) ခဲ့သည်။ နိုင်ငံတော်ဖွဲ့စည်းပုံ အခြေခံဥပဒေဆိုင်ရာခုံရုံးဥက္ကဋ္ဌ ဦးဆောင်သော ကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့သည် ယမန်နေ့ ညပိုင်းတွင် လေကြောင်းခရီးဖြင့် ရန်ကုန်မြို့သို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)

# တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ စူကျိုးမြို့၌ ကျင်းပသည့် ဒေသတွင်းဘက်စုံစီးပွားရေးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုသဘောတူစာချုပ်နှင့် ပစ်ဖိတ်ဖြတ်ကျော် မိတ်ဖက်ဆက်ဆံမှုဆွေးနွေးပွဲသို့ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးအောင်ကျော်ဟိုး တက်ရောက်

နေပြည်တော် မေ ၂၃ တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ စီးပွားရေးနှင့်ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ဝန်ကြီး H.E. Mr. Wang Wentao ၏ ဖိတ်ကြားချက်အရ အမျိုးသားစီမံကိန်း၊ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုနှင့် နိုင်ငံခြားစီးပွားဆက်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးဦးအောင်ကျော်ဟိုးဦးဆောင်သည့် မြန်မာကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့သည် တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ စူကျိုးမြို့၌ ယမန်နေ့ ကကျင်းပသည့် ဒေသတွင်းဘက်စုံစီးပွားရေးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု သဘောတူစာချုပ် (Regional Comprehensive Economic partnership Agreement - RCEP) နှင့် ပစ်ဖိတ်ဖြတ်ကျော် မိတ်ဖက်ဆက်ဆံမှုဘက်စုံတိုးတက်ရေးသဘောတူစာချုပ် ( Comprehensive and progressive Agreement for Trans-Pacific partnership - CPTPP) တို့၏ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများအကြားဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက်ခဲ့ပြီး ယနေ့ ညနေပိုင်းတွင် လေကြောင်းခရီးဖြင့် ရန်ကုန်သို့ ပြန်လည်ရောက်ရှိသည်။

ဆွေးနွေးပွဲကို RCEP နှင့် CPTPP သဘောတူစာချုပ်များတွင် ပါဝင်သော နိုင်ငံများအကြား နိုင်ငံစုံပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်မှုကို ထောက်ခံရန်၊ ပွင့်လင်းမြင်သာပြီး အားလုံးပါဝင်သည့် စည်းမျဉ်းအခြေခံသည့်



ကုန်သွယ်မှုစနစ်ကို ထိန်းသိမ်းရန်နှင့် စက်မှုနှင့် ထောက်ပံ့ရေးကွင်းဆက်များ တည်ငြိမ်မှုရှိစေရန် စသည့်ရည်ရွယ်ချက်များဖြင့် ကျင်းပခြင်းဖြစ်ပြီး သဘောတူစာချုပ်တို့၏ အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများမှ ကုန်သွယ်ရေးဝန်ကြီးများ၊ စီးပွားရေးဝန်ကြီးများ၊ အာဆီယံအတွင်းရေးမှူးချုပ်နှင့် တာဝန်ရှိသူများ တက်ရောက်ကြသည်။

ဆွေးနွေးပွဲတွင် တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်ရေးကိုယ်စားလှယ် (full Minister Rank) စီးပွားရေးနှင့် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး H.E. Mr. Li Chenggang

က အဖွဲ့အမှတ်စဉ်များဖြင့် တက်ရောက်လာသော အဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံများမှ ဝန်ကြီးများက နိုင်ငံစုံပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် လွတ်လပ်သောကုန်သွယ်မှုကို ထောက်ခံရေး၊ ပွင့်လင်းမြင်သာပြီး စည်းမျဉ်းအခြေခံသည့် ကုန်သွယ်မှုစနစ်ကို ထိန်းသိမ်းရေး၊ စက်မှုနှင့် ထောက်ပံ့ရေးကွင်းဆက်များ တည်ငြိမ်မှုရှိစေရေး၊ RCEP နှင့် CPTPP သဘောတူစာချုပ်များ အကောင်အထည်ဖော်ရေးနှင့် အနာဂတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ နည်းလမ်းများနှင့် ဒေသတွင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု မြှင့်တင်ရေးကိစ္စရပ်များအပေါ် ဆွေးနွေးကြသည်။

ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးက ဆွေးနွေးရာတွင် မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် ပွင့်လင်းပြီး စည်းမျဉ်းအခြေပြု နိုင်ငံစုံကုန်သွယ်ရေးစနစ်ကို အခိုင်အမာထောက်ခံပါကြောင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံအပေါ် အချို့သောနိုင်ငံများက စီးပွားရေး ပိတ်ဆို့မှုများရှိသော်လည်း မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် နိုင်ငံစုံကုန်သွယ်ရေးစနစ်အတွင်း ဒေသတွင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများမှတစ်ဆင့် အကျိုးကျေးဇူးများ စွာရရှိသည်ကို အသိအမှတ်ပြုပါကြောင်း၊ အဆိုပါ နိုင်ငံစုံ ကုန်သွယ်ရေးစနစ်သည် ကုန်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ အခွင့်အလမ်းများ

နှင့် စီးပွားရေးကြံ့ခိုင်ခိုင်ခံ့ကို အထောက်အကူများစွာပြုပါကြောင်း၊ မိမိတို့၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ချက်များသည် စီးပွားရေးကိုသာ အဓိကရှေးရှုလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်ပြီး နိုင်ငံရေးရည်ရွယ်ချက်မပါရှိပါကြောင်း၊ ညီမျှပြီးတည်ငြိမ်သည့် ကုန်သွယ်ရေးဝန်းကျင်ကောင်းကို ရရှိစေရန် ပိုမိုကုန်သွင်းကုန် နိုင်ငံများအနေဖြင့် ကုန်သွယ်ရေးဆိုင်ရာ အကောက်ခွန်မူဝါဒများကို မျှတ၍ အပြန်အလှန်အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေရေးဆောင်ရွက်သင့်ပါကြောင်း၊ သင့်လျော်သည့်ကုန်သွယ်ရေးအခွန်နှုန်းထားများကို ထားရှိစေခြင်းဖြင့် နိုင်ငံအချင်းချင်းကုန်သွယ်မှုကို တိုးမြှင့်လာနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဆွေးနွေးပြောကြားသည်။

ထို့ပြင် အနာဂတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုအတွက် ကုန်သွယ်မှုနှင့်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုလွယ်ကူချောမွေ့စေရေး၊ ဒစ်ဂျစ်တယ်နှင့် အစီမံခန့်ခွဲရေးစီးပွားရေး (Green Economy) ကဲ့သို့သော နယ်ပယ်များတွင် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေးတို့ကို အလေးပေးမြှင့်တင်ရန်လိုအပ်ကြောင်းနှင့် ဒေသတွင်းပေါင်းစည်းမှုခိုင်မာစေရန် RCEP နှင့် CPTPP သဘောတူစာချုပ်များအကြား ချိတ်ဆက်မှုမြှင့်တင်ရန် လိုအပ်ကြောင်းဖြင့် ဆွေးနွေးပြောကြားခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)

**လူမှုရေးပင်စင်ထောက်ပံ့ခြင်းအစီအစဉ် အသိပေးနှိုးဆော်ခြင်း**

၁၉၄၁ ခုနှစ် ဧပြီ ၁ ရက် (၁၃၀၂ ခုနှစ် ဦးတန်ခူးလဆန်း ၆ ရက်) မတိုင်မီ မွေးဖွားခဲ့သည့် အသက် ၈၅ နှစ်ပြည့်ပြီးသော သက်ကြီးပုဂ္ဂိုလ်များအနေဖြင့် လူမှုရေးပင်စင်အစီအစဉ်တွင် အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိရန် သက်ဆိုင်ရာ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအုပ်ချုပ်ရေးမှူး သို့မဟုတ် နီးစပ်ရာလူမှုဝန်ထမ်းရုံးများသို့ ၃၁-၅-၂၀၂၆ ရက် နောက်ဆုံး ထားပြီး စာရင်းပေးသွင်းနိုင်ပါသည်။

၂၀၂၆-၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် အကျိုးခံစားခွင့်ရရှိသူများကို သုံးလပတ် နှစ်ကြိမ် ခြောက်လစာ ထောက်ပံ့သွားမည်ဖြစ်ပါကြောင်းနှင့် ယခုနှစ်မှစတင်ပြီး ဖုန်းသို့ငွေလွှဲခြင်းဖြင့် ထောက်ပံ့မည်ဖြစ်ပါ၍ ထုတ်ယူလိုသည့် ငွေလွှဲဝန်ဆောင်မှုများကို မိမိတို့၏လက်ကိုင်ဖုန်းများတွင် ဖွင့်လှစ်ထားပါရန် အသိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

ထောက်ပံ့ခြင်းအစီအစဉ်နှင့်ပတ်သက်၍ သိရှိလိုသည်များကို လူမှုဝန်ထမ်းဦးစီးဌာန Help Line ဖုန်းနံပါတ် 1566-09-889900033 သို့ စုံစမ်းမေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

# နိုင်ငံတော်သံယမဟာနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဆရာတော် ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တစန္ဒိမာဘိဝံသ ကိုရိုးယားသမ္မတနိုင်ငံသို့ ကြွရောက်

နေပြည်တော် မေ ၂၃ ကိုရိုးယားသမ္မတနိုင်ငံ ဆိုးလ်မြို့၌ မေ ၂၄ ရက်တွင် ကျင်းပမည့် " 50 Years of Gratitude & Friendship, 100 Years of Mercy" အခမ်းအနား ပါဝင်တက်ရောက် ရန် Korean Wave Culture Industry Forum (KWCIF) ၏ စီစဉ်ဖိတ်ကြားမှုဖြင့် နိုင်ငံတော်သံယမဟာနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဆရာတော် အဘိဓမ္မေဟာရဋ္ဌဂုရု အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဒေါက်တာ ဘဒ္ဒန္တစန္ဒိမာ ဘိဝံသကြီးမှူးသည် ကိုယ်စားလှယ်အဖွဲ့ သည် မေ ၂၂ ရက်က ကိုရိုးယားသမ္မတနိုင်ငံ သို့ကြွရောက်ရာ ကိုရိုးယားသမ္မတနိုင်ငံ အင်ချွန်းလေဆိပ်၌ မြန်မာသံရုံးယာယီ တာဝန်ခံ သံအမတ်ကြီး ဦးမျိုးမြင့်မောင်၊ စစ်သံ(ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) ရုံးမှ စစ်သံမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်ဝင်းသူနှင့် သံရုံးဝန်ထမ်းများက ကြိုဆိုကြသည်။

ထို့နောက် ဆိုးလ်မြို့ရှိ Jogyesa Temple ၌ ကျောင်းထိုင်ဆရာတော် Venerable Damhwa Wonmyeong နှင့် လည်းကောင်း၊ Office of the President of the Jogye Order ၌ Jogye Order of



Korean Buddhism ၏ ၃၇ ယောက် မြောက်ဥက္ကဋ္ဌ Ven. Jinwoo နှင့် လည်းကောင်း တွေ့ဆုံသည်။

Jogyesa Temple သည် ကိုရိုးယား နိုင်ငံ ဗုဒ္ဓဘာသာ Jogye Order ၏ အဓိက ဗဟိုဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းဖြစ်ပြီး ၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် စတင်တည်ထောင်ကာ

ကိုရိုးယားဗုဒ္ဓဘာသာ၏သမိုင်း၊ ယဉ်ကျေး မှုနှင့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုများ အတွက် အရေးပါသောနေရာတစ်ခုဖြစ် သည့်အပြင် ကိုရိုးယားရိုးရာဓိသုကာ လက်ရာများဖြင့် တည်ဆောက်ထားသော Daeungjeon Hall (Main Buddha Hall)၊ နှစ်ရာချီသက်တမ်းရှိသော သစ်ပင်ကြီး

များနှင့် ရိုးရာဓိပုံးပွဲတော်များကြောင့် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပခရီးသွားများ စိတ်ဝင်တစားလာရောက်ကြသည့် နေရာ လည်းဖြစ်သည်။

ယင်းနောက် ဆရာတော်နှင့် အဖွဲ့သည် Dongguk University ၏ဥက္ကဋ္ဌ Yun Jae-woon နှင့်တွေ့ဆုံခြင်း၊ Dongguk Uni-

versity ရှိ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ များကို တွေ့ဆုံအားပေးစကားပြောကြား ခြင်းတို့ ဆောင်ရွက်ကြသည်။

ဆက်လက်၍ Buddhist Broadcasting System (BBS) ၏ တိုက်ရိုက် ထုတ်လွှင့်မှုအစီအစဉ်တွင် ပါဝင်ပြီး တရားဓမ္မဆိုင်ရာ မေးမြန်းလျှောက်ထား မှုများအပေါ် မိန့်ကြားသည်။

BBS သည် ကိုရိုးယားသမ္မတနိုင်ငံ၏ ပထမဆုံးသော ဗုဒ္ဓဘာသာရုပ်သံနှင့် ရေဒီယိုကွန်ရက်ဖြစ်ပြီး ရေဒီယိုအစီအစဉ် များအပြင် ရုပ်သံလိုင်း (BBS TV) များမှ တစ်ဆင့် ဗုဒ္ဓစာပေ၊ ဝိပဿနာ၊ ကိုရိုးယား နိုင်ငံနှင့် နိုင်ငံတကာ ဗုဒ္ဓဘာသာသတင်း များကို တင်ဆက်လျက်ရှိသည်။

ယနေ့ နံနက်ပိုင်းတွင် ဆရာတော်ကြီး နှင့် အဖွဲ့သည် UNESCO ကမ္ဘာ့ရှေးဟောင်း အမွေအနှစ်မှတ်တမ်းဝင်ဖြစ်သော Bul-guksa Temple ၌ Venerable Jong-cheon နှင့်လည်းကောင်း၊ Tongdosa Temple ၌ Venerable Hyeon-deok နှင့်လည်းကောင်း တွေ့ဆုံခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)



လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးစနစ်တစ်လျှောက် ဖျက်ဆီးခံရမှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။



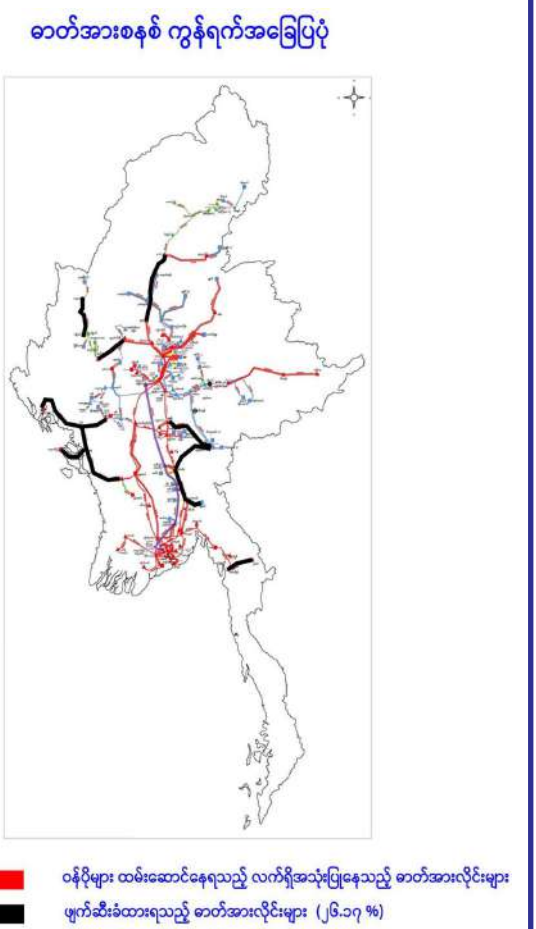
ဓာတ်အားပေးစက်ရုံများသို့ ပို့လွှတ်သည့် သဘာဝဓာတ်ငွေ့ပိုက်လိုင်း များဖျက်ဆီးခံရမှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။



လျှပ်စစ်ဓာတ်အားစနစ် ပြင်ဆင်နေမှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။



သဘာဝဓာတ်ငွေ့ပိုက်လိုင်းများ ပြင်ဆင်နေမှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။



ဝန်ထမ်းများ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။

○ အသိပေးတင်ပြမှုအဆက် အလျောက်ဆုံးရှုံးသွားသဖြင့် သုံးစွဲသူ ပြည်သူများထံသို့ ရောက်ရှိချိန်တွင် ထုတ်လုပ်မှု၏ ရှစ်ရာခိုင်နှုန်းခန့်သည် သဘောသဘာဝအရ လျော့နည်းနေမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ပြင် အချို့သောဓာတ်အားထုတ် လုပ်မှု အရင်းအမြစ်များ၊ ဓာတ်အားခွဲရုံ များ မဟာဓာတ်အားလိုင်းကြီးများသည် အကြမ်းဖက် ဖျက်ဆီးခံထားရသဖြင့် အပြည့်အဝ အသုံးပြုနိုင်မှုမရှိတော့သည့် အတွက်ကျန်ရှိသည့် ဓာတ်အားခွဲရုံများ နှင့် မဟာဓာတ်အားလိုင်းကြီးများသည် ဝန်ပိုများ ထမ်းဆောင်နေကြရသည် ဖြစ်ရာ နိုင်ငံတော်၏ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးမှု ကွန်ရက်ကြီးသည် နည်းပညာဆိုင်ရာ စွန့်စားရမှုများစွာနှင့် အတူ ပြည်သူများ၏ လိုအပ်ချက်ကို ကြိုးစားဖြည့်ဆည်းနေရသည့် အခြေ အနေဖြစ်ပါသည်။

ဖျက်ဆီးခံရမှုများကို မြန်မာ့တပ်မတော် သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၏ လုံခြုံရေးအစောင့်အရှောက်နှင့် ပြည်သူ များ၏အကူအညီများရယူ၍ လျှပ်စစ်နှင့်

စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာန ဝန်ထမ်းများသည် စွန့်လွှတ်စွန့်စားသော စိတ်ဓာတ်များဖြင့် ရာသီအချိန်မရွေး ပြင်ဆင်ပေးလျက်ရှိ ကြသည်။

ယင်းသို့ ပြင်ဆင်သည့် အချိန်များတွင် လည်း သွားရောက်ရာ လမ်းတစ်လျှောက် မိုင်းထောင်ထားခြင်း၊ ပြင်ဆင်နေစဉ်လာ ရောက်နေသင့်ယှက်တိုက်ခိုက်ခြင်း၊ ပြင်ဆင် ပြီး ပြန်မည့်လမ်းတစ်လျှောက်တွင် မိုင်း များထောင်ထားခြင်းတို့ကြောင့် အချို့ ဝန်ထမ်းများသေဆုံးခြင်း၊ ကိုယ်လက် အင်္ဂါစွန့်လွှတ်ရခြင်း၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိပါသည်။

ယင်းသို့ဖြစ်ပေါ်နေသည့် အခက်အခဲ များကြားမှပင် လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင် ဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် နည်းပညာဆိုင်ရာ အခက်အခဲများကို ဖြေရှင်းကျော်လွှား ခြင်း၊ မသမာမှုဆောင်ရွက်နေခြင်းများကို

ဖော်ထုတ်ဖြေရှင်းခြင်းတို့ကို အလေးထား ဆောင်ရွက်နေသည့်အတွက် ရေလျှောင် တစ်များ၏ သို့လျှောင်ထားမှုအမှတ် အနိမ့်ဆုံးရောက်ရှိနေသည့် ယခုအချိန် ကာလများတွင်ပင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား တိုးမြှင့်ဖြန့်ဖြူးပေးနိုင်လျက်ရှိပါသည်။

နိုင်ငံတော်၏ လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင် အရင်းအမြစ်များ၊ အခြေခံအဆောက် အအုံများသည် နိုင်ငံတစ်ဝန်းဖြန့်ကြက် တည်ရှိနေသည်ဖြစ်ရာ ပြည်သူလူထု အနေဖြင့် ပိုင်းဝန်းကူညီစောင့်ရှောက် ခြင်း၊ လျှပ်စစ်နှင့် စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာနက အခါအားလျော်စွာ ထုတ်ပြန်သည့် အသိပေးတင်ပြချက်များကို ဖတ်ရှု၍ လိုက်နာဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ဖြင့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ပေးကြပါရန် အသိပေးတင်ပြ အပ်ပါသည်။

လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာန



ဥပြုတသန္တိစေတီတော်မြတ်ကြီးအား ရေကြောင်းလူငယ်အခြေခံနှင့် တန်းမြင့်သင်တန်းတို့မှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ ဖူးမြော်ကြည့်ညှိစဉ်။

ရုပ်ပွားတော်မြတ်ကြီး ထုဆစ်ရန်အတွက် စကျင်ကျောက်တုံးကြီးများကို ကုန်းလမ်း၊ ရေလမ်းမှ အဆင့်ဆင့်သယ်ဆောင်ခဲ့ရမှု နှင့် တည်ထားကိုးကွယ်မှုဆိုင်ရာ လုပ်ဆောင်ခဲ့မှုအဆင့်ဆင့်တို့ကို ရှင်းလင်း ပြသကြသည်။

၎င်းနောက် ဘုရားပရိဝုဏ်အတွင်းရှိ မြတ်စွာဘုရားဟောကြားတော်မူခဲ့သော ပိဋကသုံးပုံတော်လာ အဋ္ဌကထာဋီကာ ကျမ်းစာများကို ထုဆစ်ပူဇော်ထားသည့် ကျောက်စာချပ်များတည်ရှိရာ ကျောက် စာရံစေတီများ၊ မုစလိန္နအိုင်နှင့် နဂါးရုံဘုရားတို့ကို လေ့လာဖူးမြော် ကြည့်ညှိကြသည်။ ထို့ပြင် အဂ္ဂိမိပတိ သာသနာ့ဗိမာန်တော်ကြီးနှင့် မော်ကွန်း တိုက်၊ သုဗ္ဗမ္မာဇရပ်များ၊ ဗုဒ္ဓဥယျာဉ်တော် အတွင်းရှိ ဗောဓိညောင်ပင်၊ လင်းလွန်းပင် နှင့် လုမ္ဗိနီအင်ကြင်းပင်တို့ကို လေ့လာ

ပြန်လည်ပေးအပ်ကြသည်။

မွန်းလွဲပိုင်းတွင် သိပ္ပံနှင့်နည်းပညာ ဝန်ကြီးဌာနမှ တာဝန်ရှိသူများက နေပြည်တော်စစ်ကြောရေးနှင့်တည်းခိုရေး စခန်းရှိ ဆင်ဖြူရှင်ခန်းမ၌ လေကြောင်း လူငယ်သင်တန်းသားများကို အစိုးရ နည်းပညာကောလိပ်၊ အစိုးရစက်မှု လက်မှုသိပ္ပံနှင့် ကျောင်းများအားလုံးတွင် ဖွင့်လှစ်လျက်ရှိသော သင်တန်းဆိုင်ရာ အချက်အလက်များ၊ အလုပ်အကိုင်အခွင့် အလမ်းများ၊ ဦးစီးဌာနက ဖွင့်လှစ်ထား သော ကျောင်းများ၊ သင်တန်းအမျိုးအစား များနှင့် သင်တန်းကာလများ၊ အသက်မွေး ဝမ်းကျောင်းပညာ ကာလတိုသင်တန်း များ၏ ဝင်ခွင့်သတ်မှတ်ချက်များ၊ သင်တန်းအမျိုးအစားများ၊ အလုပ် အကိုင်အခွင့်အလမ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။



အခြေခံလေကြောင်းနှင့် တန်းမြင့်လေကြောင်းလူငယ်သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ မာရဝိဇယ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်မြတ်ကြီး ပရိဝုဏ်အတွင်းရှိ မော်ကွန်းတိုက်၌ ကြည့်ရှုလေ့လာစဉ်။



သူရဲကောင်းဗိမာန်(နေပြည်တော်)၌ အခြေခံလေကြောင်းနှင့် တန်းမြင့်လေကြောင်းလူငယ် သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ အလေးပြုကြစဉ်။



ရေကြောင်းလူငယ်အခြေခံနှင့် တန်းမြင့်သင်တန်းတို့မှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ တပ်မတော်စစ်သမိုင်းပြတိုက်(နေပြည်တော်)၌ ကြည့်ရှု လေ့လာစဉ်။



ရေကြောင်းလူငယ်အခြေခံနှင့် တန်းမြင့်သင်တန်းတို့မှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ ဆင်ဖြူတော်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေးဥယျာဉ်(နေပြည်တော်)၌ ကြည့်ရှုလေ့လာစဉ်။

ညနေပိုင်းတွင် နိုင်ငံတော်အတွက် သက်စွန့်ဆံဖျား ပေးဆပ်ခဲ့ကြသူများ၏ ရဲစွမ်းသတ္တိများ၊ သမိုင်းမော်ကွန်းများကို မှတ်တမ်းတင်ဂုဏ်ပြုထားရာ သူရဲကောင်း ဗိမာန်(နေပြည်တော်)သို့ သွားရောက်၍ သူရဲကောင်း စစ်သည်တော်ကြီးများ၏ ကမ္မည်းအမည်စာရင်းများ၊ ကျောက်စာ တိုင်များ၊ ခေတ်အဆက်ဆက် အမိ နိုင်ငံတော်ကိုကာကွယ်ရင်း အသက် ပေးလှူခဲ့ကြသည့် စစ်သည်တော်များ၊ ရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင် များ၏ ကမ္မည်းမော်ကွန်းများ၊ အမြင့်ဆုံး ရဲစွမ်းသတ္တိဘွဲ့တံဆိပ် ရရှိသူများ၏ ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်းကျောက်စာများ၊ ထာဝရ မီးရှူးတိုင်(Eternal Flame)၊ သမိုင်းဝင် တိုက်ပွဲမှတ်တမ်းစာတိုက်များ၊ ပန်းချီ ကားများ၊ ကြေးသွန်းရုပ်တုများ၊ ကျောက်ဆစ်လက်ရာများနှင့် ဗိမာန် အတွင်းရှိ သမိုင်းမှတ်တမ်းများကို ကြည့်ရှုလေ့လာခဲ့ကြရာ တာဝန်ရှိသူ များက လိုက်လံရှင်းလင်းပြသခဲ့ကြ ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

☆ ကျော့ဖုံးမှအဆက် သွားရောက်ဖူးမြော်ကြည့်ညှိကြသည်။ အလားတူ အခြေခံလေကြောင်း လူငယ်သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၁၀)နှင့် တန်းမြင့် လေကြောင်းလူငယ်သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၉)မှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်း သူများ၊ အုပ်ချုပ်သူနည်းပြများနှင့် ဆရာ၊ ဆရာမများသည် နံနက်ပိုင်းတွင် နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေ ဒက္ခိဏ သီရိမြို့နယ်ရှိ မာရဝိဇယဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော် မြတ်ကြီးအား ဖူးမြော်ကြည့်ညှိကြရာ တာဝန်ရှိသူများက သမိုင်းကြောင်းနှင့် ကြည့်ရှုကြသည်။ ထို့နောက် သင်တန်း သားများက စုပေါင်းအလှူငွေများပေးအပ် လှူဒါန်းကြရာ တာဝန်ရှိသူများက လက်ခံပြီး ဂုဏ်ပြုမှတ်တမ်းလွှာများ

**အကြမ်းဖက်မှု ပပျောက်ရေးအတွက် ပြည်သူ့သို့အသိပေးနှိုးဆော်ချက်**

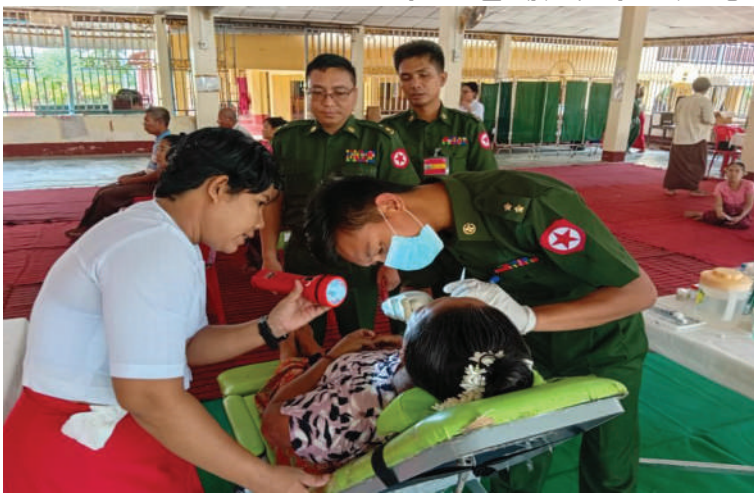
- ၁။ ပြည်သူ့အတွက်ဟုသုံးနှုန်း၍ ရဟန်းသံဃာများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများအပါအဝင် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ လုယက်ခြင်းကို CRPH၊ NUG၊ PDFအမည်ခံအကြမ်းဖက်အုပ်စုများက ဥပဒေမဲ့ကျူးလွန်နေသည်။
- ၂။ ခြိမ်းခြောက်၊ လုယက်၊ အဖျက်အမှောင့်လုပ်ရပ်များ လုပ်ဆောင်နေသည့် CRPH၊ NUG၊ PDFအကြမ်းဖက်သမားများကို အားပေးမှု၊ ထောက်ခံမှု၊ ကူညီ ထောက်ပံ့မှုမပြုခြင်းသည် ပြည်သူ့လူထု၏ အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။
- ၃။ ယင်းတို့၏ လက်နက်၊ ခဲယမ်းကိုကွယ်သယ်ဆောင်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်သမားတို့၏သတင်းကို လျှို့ဝှက်ပေးပို့ခြင်းသည် အပြစ်မဲ့ပြည်သူများ၏ အသက် အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကိုကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

# မှော်ဘီမြို့နယ်နှင့် အောင်မြေသာစံမြို့နယ်တို့ရှိ သံဃာတော်များ၊ ဒေသခံပြည်သူများကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်



သံဃာတော်များ၊ဒေသခံပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
တပ်မတော်အနေဖြင့် ပြည်သူ့လူထု၏ ကျန်းမာရေးကဏ္ဍ တိုးတက်မြှင့်တင်ပေးရန်အတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများတွင် တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုများဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ရန်ကုန်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မှော်ဘီမြို့နယ် ပထမကျေးရွာနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကျေးရွာများမှ သံဃာတော် လေးပါး၊ ဒေသခံပြည်သူ ၁၃၄ ဦးကို အဆိုပါ ကျေးရွာရှိ ပထမကျေးရွာကျောင်းတိုက်၌ အခြေပြု၍ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။  
ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က သံဃာတော်များ၊ ဒေသခံပြည်သူများကို အရိုးအကြောရောဂါ၊ ခွဲစိတ်ကုသမှုဆိုင်ရာရောဂါ၊ ကလေးရောဂါ၊ မျက်စိရောဂါ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်းရောဂါ၊ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါ၊ သားဖွားမီးယပ်ရောဂါ၊ အထွေထွေရောဂါတို့နှင့် ပတ်သက်၍ လိုအပ်သည့် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးကုသ



ဒေသခံပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို ရန်ကုန်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

ပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ အလားတူ အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး အောင်မြေသာစံမြို့နယ် အောင်မြေသာစံရပ်ကွက်ရှိ သံဃာတော်များ၊ ဒေသခံပြည်သူများကို အဆိုပါရပ်ကွက်ရှိ အေးသုခမေဗိမာန်တော်၌ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။  
တပ်မတော်ဆေးရုံသို့ တက်ရောက်ကုသနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို သက်ဆိုင်ရာ တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်များနှင့် တပ်နယ်များမှ တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

# ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်း သင်တန်းအမှတ်စဉ်(၂၅)သို့ တက်ရောက်မည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများကို တွေ့ဆုံအားပေး



ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ် ဦးအေးကျော် ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်းအမှတ်စဉ်(၂၅)သို့တက်ရောက်မည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအတွက် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ပေးအပ်စဉ်။

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်း သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂၅)သို့ တက်ရောက်ကြမည့် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးအတွင်းမှ နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ် ဦးအေးကျော်၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံး(ကြည်း)မှ ဗိုလ်ချုပ်ကျော်လင်းမောင်၊ အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ် အောင်ကျော်ခိုင်နှင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများက တပ်နယ်အားကစားရုံ၌ တွေ့ဆုံသည်။  
ထိုသို့တွေ့ဆုံရာတွင် တိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ်၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံး

(ကြည်း)မှ ဗိုလ်ချုပ်ကျော်လင်းမောင်၊ တိုင်းမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂၅)သို့ တက်ရောက်ကြမည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအတွက် အသုံးအဆောင်ပစ္စည်းများ ပေးအပ်သည်။ ထို့နောက် တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံး(ကြည်း)မှ ဗိုလ်ချုပ်ကျော်လင်းမောင်တို့က အမှာစကားများ ပြောကြားကြကာ နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများကို ရင်းရင်းနှီးနှီးဆက်ဆံအားပေးစကားပြောကြားပြီး လိုအပ်သည်များကို ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်း ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

**ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းနည်းဥပဒေများကို ဖတ်ရှုနိုင်ရန် ဖော်ပြပေးထားသော Website နှင့် Webportal စာရင်း**

၁။ ကာကွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန	( <a href="https://www.mod.gov.mm">https://www.mod.gov.mm</a> )
၂။ ဥပဒေရေးရာဝန်ကြီးဌာန	( <a href="https://www.mlis.gov.mm">https://www.mlis.gov.mm</a> )
၃။ ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာန	( <a href="https://www.moi.gov.mm">https://www.moi.gov.mm</a> )
၄။ Myawady Webportal	( <a href="https://myawady.net.mm">https://myawady.net.mm</a> )
၅။ Myanmar National Portal	( <a href="https://myanmar.gov.mm">https://myanmar.gov.mm</a> )

# အဆင့်မြင့်စစ်မှုထမ်းဟောင်းအိမ်ရာ(အေးသာယာ)ရှိ စစ်မှုထမ်းဟောင်း မိသားစုဝင်များကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေး

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
ရှမ်းပြည်နယ် (တောင်ပိုင်း) အေးသာယာမြို့ အဆင့်မြင့်စစ်မှုထမ်းဟောင်းအိမ်ရာ(အေးသာယာ)ရှိ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများနှင့် မိသားစုဝင်များကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့ဝင်များက အဆိုပါစစ်မှုထမ်းဟောင်းအိမ်ရာ၌ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။  
ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာ စစ်မှုထမ်းဟောင်းများနှင့် မိသားစုဝင် စုစုပေါင်း ဦးရေ

၁၄၀ တို့ကို သွေးတိုးရောဂါ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါ၊ အဆစ်အမျက်ရောင်ရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ သားဖွားမီးယပ်ရောဂါ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်းရောဂါ၊ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါ၊ ခွဲစိတ်ကုသမှုဆိုင်ရာရောဂါ၊ ကလေးရောဂါ၊ အထွေထွေရောဂါတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ဆေးဝါးကုသမှုများ ဆောင်ရွက်ပေးရာ အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်ကျော်နိုင်ဦးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး စစ်မှုထမ်းဟောင်းအဖွဲ့ဝင်များနှင့် မိသားစုဝင်များအတွက် အာဟာရဖြည့် စားသောက်ဖွယ်ရာများနှင့် အဝတ်အထည်များ ပေးအပ်ချီးမြှင့်သည်။  
ထို့နောက် တိုင်းမှူးနှင့်အဖွဲ့ဝင်များက အဆင့်မြင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းအိမ်ရာ(အေးသာယာ)ရှိ စစ်မှုထမ်းဟောင်း မိသားစုဝင်များအတွက် ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးလျက်ရှိသည့် အခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်းနှင့် စစ်မှုထမ်းဟောင်းအိမ်ရာအတွင်း လှည့်လည်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)



အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်ကျော်နိုင်ဦး စစ်မှုထမ်းဟောင်း မိသားစုဝင်များအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

**မိုးရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မိုးထစ်ချွန်းခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်နိုင်**

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်တို့တွင် မိုးတိမ်တောင်များဖြစ်ထွန်းလျက်ရှိပြီး အဆိုပါမိုးတိမ်တောင်များ ရွေ့လျားရာနေရာတစ်လျှောက်တွင် မိုးရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မိုးထစ်ချွန်းခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်ခြင်း၊ မိုးသီးကြွေခြင်းစသည့် မိုးလေဝသဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်နိုင်သဖြင့် ကြိုတင်သတိပြုနိုင်ရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။ (မိုး/လေ)

**အင်္ဂလိပ်စာပေးမှု ကင်းရှင်းစေရေး "1111" ကို ဖြေကြားပေးရန် ပြည်သူသို့ အသိပေးနှိုးဆော်ခြင်း**

- ပြည်သူထံ SMS ပေးပို့ခြင်း (SMS Sent to the Public)**  
အင်္ဂလိပ်စာပေးမှုတိုက်ဖျက်ရေးကော်မရှင်နှင့် အစိုးရဌာနများ ပူးပေါင်းကာ ဝန်ဆောင်မှုရယူခဲ့သော ပြည်သူများ၏ တယ်လီဖုန်းနံပါတ်သို့ "1111" မှတ်စံဆင့် မေးခွန်းများ SMS ပေးပို့မေးမြန်းလျက်ရှိပါသည်။
- ပြန်လည်ဖြေကြားခြင်း (Sharing Experiences)**  
"1111" မှ SMS လက်ခံရရှိပါက ဌာနများတွင် ဝန်ဆောင်မှုရယူခဲ့စဉ်က အတွေ့အကြုံများကို အကြံပြုဖြေကြားပေးပါ။
- ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနှင့် အကျိုးကျေးဇူး (Reform and Benefits)**  
Yes No  
"1111" မှ SMS များအား အကြံပြုဖြေကြားပေးခြင်းဖြင့် အင်္ဂလိပ်စာပေးမှုတိုက်ဖျက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးစေလိုကြောင်း တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။
- ပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုနှင့် အကျိုးကျေးဇူး (Reform and Benefits)**  
Weaknesses & Gaps  
Better Service  
Corruption  
လိုအပ်ချက်၊ အားနည်းချက်များကို သိရှိပြုပြင်နိုင်ပြီး အင်္ဂလိပ်စာပေးမှုများ လျော့နည်းကျဆင်းသွားမည်။
- ပြည်သူများပူးပေါင်းပါဝင်နိုင်ရန် နှိုးဆော်ခြင်း (Call for Public Participation)**  
"1111" မှ SMS များအား အကြံပြုဖြေကြားပေးခြင်းဖြင့် အင်္ဂလိပ်စာပေးမှုတိုက်ဖျက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်တွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးစေလိုကြောင်း တိုက်တွန်းနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

**၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ ကမ္ဘာ့ပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနေ့ ဇွန်လ(၅)ရက်**

UN environment programme

WORLD ENVIRONMENT DAY

#NowForClimate

"ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုတိုက်ဖျက်ဖို့ ပိုင်းဝန်းကြီးပမ်းဆောင်ရွက်ဖို့" "A Global Call for Climate Action"

# ၂၉ ကြိမ်မြောက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာမူးယစ်ဆေးဝါးအလွဲသုံးမှုနှင့် တရားမဝင်ရောင်းဝယ်မှုတိုက်ဖျက်ရေးနေ့အထိမ်းအမှတ် ပန်းချီ၊ ကာတွန်း၊ ပုံစတာ၊ ကွန်ပျူတာပန်းချီ ပြိုင်ပွဲကျင်းပ



**မန္တလေး မေ ၂၃**  
၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇွန် ၂၆ ရက်တွင် ကျရောက်မည့် ၂၉ ကြိမ်မြောက် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ မူးယစ်ဆေးဝါး အလွဲသုံးမှုနှင့် တရားမဝင်ရောင်းဝယ်မှု တိုက်ဖျက်ရေးနေ့အထိမ်းအမှတ် ပန်းချီ၊ ကာတွန်း၊ ပုံစတာ၊ ကွန်ပျူတာ ပန်းချီ ပြိုင်ပွဲများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်ရှိ အမှတ်(၁၆) အခြေခံပညာ အထက်တန်းကျောင်း တွင် ကျင်းပသည်။

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ် ဦးမျိုးအောင်၊ တိုင်းဒေသကြီး တရား လွှတ်တော်တရားသူကြီးချုပ်တိုင်းဒေသ မြူးကျော်

ကြီးဝန်ကြီးများ၊ အမှတ်(၁)မူးယစ်တပ်ဖွဲ့ ခွဲ(မန္တလေး) ဒုတိယတပ်ဖွဲ့ခွဲမှူး ရဲမှူး ခင်မောင်လွင်နှင့်အဖွဲ့၊ တိုင်းဒေသကြီး ပညာရေးမှူးရုံး ညွှန်ကြားရေးမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ပန်းချီနှင့် ပုံစတာ ပြိုင်ပွဲတွင် ကျောင်းသားကျောင်းသူများ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်နေမှုများကို ကြည့်ရှု အားပေးခဲ့ကြောင်းနှင့် မေ ၂၄ ရက်၌ အမှတ်(၁၆) အခြေခံပညာအထက်တန်း ကျောင်းတွင် ကာတွန်းပြိုင်ပွဲ၊ နည်းပညာ တက္ကသိုလ်(မန္တလေး)တွင် ကွန်ပျူတာ ပန်းချီပြိုင်ပွဲများကို ကျင်းပသွားမည်ဖြစ် ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

## မန္တလေးလျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးရေးကော်ပိုရေးရှင်းက ထရန်စဖော်မာအသစ်များ တိုးချဲ့တည်ဆောက်လျက်ရှိ

**မန္တလေး မေ ၂၃**  
မန္တလေးလျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးရေး ကော်ပိုရေးရှင်းသည် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား သုံးစွဲမှုအဆင်ပြေစေရန်အတွက် ထရန်စဖော်မာအသစ်များတိုးချဲ့ တည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက် လျက်ရှိကြောင်း မန္တလေးခရိုင် လျှပ်စစ်မန်နေဂျာ ဦးကျော်မျိုးအောင်ထံမှ သိရသည်။

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ယခင် ဓာတ်အားဖြန့်ဖြူးပေးနေသည့် ထရန်စဖော်မာအချို့သည် ဝန်အားပြည့်ခြင်း၊ ဝန်အားကျော်လွန်ခြင်းများ ရှိလာသဖြင့် အဆိုပါထရန်စဖော်မာများ ဝန်အား လျှော့ချနိုင်ရန် ထရန်စဖော်မာအသစ်များ တိုးချဲ့ တည်ဆောက်ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ရပ်ကွက် ၁၁/၀ ဒသမ ၄ ကေစီ ၂၀၀ KVA ထရန်စဖော်မာတစ်လုံးတို့ကို လည်းကောင်း၊ ကောင်း တိုးချဲ့တည်ဆောက်တပ်ဆင် လျက်ရှိပြီး ဆက်လက်၍တိုးချဲ့တည်ဆောက်တပ်ဆင်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

"မန္တလေး လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးရေး ကော်ပိုရေးရှင်းအနေနဲ့ ထရန်စဖော်မာ အသစ်တွေ တိုးချဲ့တည်ဆောက်တပ်ဆင် ပေးနေပါတယ်။ အခုလို တိုးချဲ့တည်ဆောက်ပေးတာဟာ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ပြည့်ဝစွာသုံးစွဲနိုင်ဖို့၊ ဓာတ်အားဖြန့်ဖြူးမှု ပိုမိုတည်ငြိမ်ကောင်းမွန်လာဖို့၊ ဓာတ်အား ပြတ်တောက်မှုလျော့နည်းလာဖို့၊ လျှပ်စစ် အန္တရာယ်ကင်းရှင်းစေဖို့ စတဲ့အကျိုး



ကျေးဇူးတွေရရှိနိုင်ပါတယ်"ဟု မန္တလေး က ပြောပြ၍ သိရသည်။  
ခရိုင်လျှပ်စစ်မန်နေဂျာ ဦးကျော်မျိုးအောင် (၁၅၂)

**အနောက်တောင် မုတ်သုံလေ မြန်မာနိုင်ငံ မြစ်ဝကျွန်းပေါ် ဒေသများသို့ ဝင်ရောက်**

၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ မြန်မာနိုင်ငံမြစ်ဝကျွန်းပေါ်ဒေသများသို့ အနောက်တောင်မုတ်သုံလေ ဝင်ရောက်သည့်ရက်ပြင်

နေပြည်တော် မေ ၂၃

အနောက်တောင် မုတ်သုံလေသည် မြန်မာနိုင်ငံ မြစ်ဝကျွန်းပေါ်ဒေသများ၊ ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော် အနောက်တောင်ပိုင်းနှင့် အရှေ့အလယ်ပိုင်းသို့ ဝင်ရောက် ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ (မိုး/လေ)

**ထူးခြားသည့် နေ့အပူချိန်များ (၂၃ - ၅ - ၂၀၂၆)**

ချောက်	၄၄	ဒသမ	၂	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	မုံရွာ	၃၈	ဒသမ	၈	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်
ညောင်ဦး	၄၀	ဒသမ	၄	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	မြင်းခြံ	၃၈	ဒသမ	၇	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်
ဂန့်ဂေါ	၃၉	ဒသမ	၆	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	မြင်းမူ	၃၈	ဒသမ	၇	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်
ဆင်ဖြူကျွန်း	၃၉	ဒသမ	၆	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	တံတားဦး	၃၈	ဒသမ	၆	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်
ပခုက္ကူ	၃၉	ဒသမ	၀	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	မင်းကင်း	၃၈	ဒသမ	၀	ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်

**၂၀၂၆ ခုနှစ် မေ ၂၃ ရက် ဓာတ်သတ္တု(ရွှေ) ရည်ညွှန်းဈေး (Market Rate)**

သိပ်သည်းဆ ၁၉.၂၅ ဂရမ်/ ကုဗစင်တီမီတာနှင့်အထက်ရှိ စံချိန်မီရွှေ တစ်ကျပ်သား (၁၆.၃၉၃၅ ဂရမ်)၏ ဈေးနှုန်း ၇၁၀၀၀၀ကျပ်။

ဓာတ်သတ္တု(ရွှေ)ရည်ညွှန်းဈေးသတ်မှတ်ရေးကော်မတီ

## လျှပ်စစ်မီတာခ သက်သာဖို့ LED ပစ္စည်း သုံးကြစို့။

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များ  
အတွင်းရှိ ဘုရား၊ စေတီပုထိုးများ၊  
ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၊ ဘာသာရေး  
အဆောက်အအုံများ၊ မြို့ရွာ၊ ရပ်ကွက်များ  
နှင့် အများပြည်သူသွားလာလျက်ရှိသည့်  
လမ်းများ၊ ဆေးရုံများ၊ အခြေခံပညာ  
ကျောင်းများ၊ တက္ကသိုလ်များ၊ ဒီဂရီ  
ကောလိပ်များ၊ ဈေးများ၊ ပန်းခြံများနှင့်  
သောက်သုံးရေကန်များ သန့်ရှင်းသာယာ  
လှပစေရေးအတွက် နယ်မြေခံတပ်မတော်  
သားများ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၊  
လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များနှင့် ဒေသခံ  
ပြည်သူများက စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်း  
များ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ  
ယနေ့တွင် ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း)  
လားရှိုးမြို့၊ ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း)  
တောင်ကြီးမြို့၊ အောင်ပန်းမြို့၊ ဟိုပုံးမြို့၊  
ခိုလမ်မြို့၊ နမ့်စန်မြို့၊ ကျိုင်းတောင်းမြို့၊  
လွိုင်လင်မြို့၊ လင်းခေးမြို့၊ မိုင်းပန်မြို့၊  
လဲချားမြို့၊ မိုင်းနောင်မြို့နှင့် ကွန်ဟိန်းမြို့၊  
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်  
အပါအဝင် မြို့နယ် ၁၀ မြို့နယ်၊ ရခိုင်  
ပြည်နယ် စစ်တွေမြို့၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး  
တောင်ငူမြို့တို့ရှိ အခြေခံပညာကျောင်း  
များ၌ ကျောင်းဖွင့်ရာသီတွင် ကျောင်းသား၊  
ကျောင်းသူများ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ  
ပညာသင်ကြားနိုင်ရေး၊ ကျောင်းအတွင်း  
နှင့် ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်း  
သာယာရေးတို့အတွက် နယ်မြေခံ  
တပ်မတော်သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့  
ဝင်များ၊ မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်း  
ဟောင်းအဖွဲ့ဝင်များ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်း  
များ၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များ၊ ဒေသခံ  
ပြည်သူများ ပူးပေါင်း၍ ချို့နယ်ပေါင်းမြက်  
များ၊ သစ်ပင်သစ်ကိုင်များ ခုတ်ထွင်  
ရှင်းလင်းခြင်း၊ အမှိုက်များရှင်းလင်းခြင်း၊  
ရေစီးရေလာကောင်းမွန်စေရေး ရေနုတ်  
မြောင်းများ တူးဖော်ပေးခြင်း၊ ရေကန်များ  
တွင် အဘိတ်ဆေးများခတ်ပေးခြင်း၊ ခြင်္သေ့  
အောင်းနိုင်သည့် နေရာများ ခြင်ဆေး  
ဖျန်းခြင်း၊ ကျောင်းစာသင်ခန်းများအတွင်း  
သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ခြင်း၊ စာသင်ခုံ  
များနေရာချထားပေးခြင်း၊ ပြုပြင်ပေးခြင်း  
များကို စုပေါင်းဆောင်ရွက်ကြသည်။

# ကျောင်းဖွင့်ချိန်တွင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ ပညာသင်ကြားနိုင်ရေးအတွက် အခြေခံပညာကျောင်းများ၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်



အရှေ့မြောက်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်တိုင်းမှူးဗိုလ်ချုပ်အေးမင်းဦး အခြေခံပညာကျောင်း၌ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်နေမှုကို ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။



အရှေ့အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ ဌာနဆိုင်ရာ များက အခြေခံပညာကျောင်း၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ကြစဉ်။



အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင် များက အခြေခံပညာကျောင်း၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ကြစဉ်။



ရန်ကုန်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေး ဆောင်ရွက်ကြစဉ်။



အနောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက အခြေခံပညာ ကျောင်း၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ကြစဉ်။



တောင်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက အခြေခံပညာ ကျောင်း၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ကြစဉ်။

ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို ဝန်ကြီးချုပ်များ၊ တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်များမှ သက်ဆိုင်ရာ တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ် တိုင်းမှူးများ၊ တပ်နယ်အသီးသီးမှ

တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှု ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်း အားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ညှိနှိုင်း ရရှိသည်။ (၅၀၁)

## ထန်းတပင်မြို့နယ်တွင် ငွေကျပ်သိန်း ၆၇၅၀ တန်ဖိုး၊ တာချီလိတ်မြို့တွင် ငွေကျပ် ၁၇ ဒသမ ၇၅ သိန်းတန်ဖိုးရှိ စိတ်ပြောင်းဆေးဝါးများဖမ်းဆီးရမိ



စိုးနိုင်၊ သန်းထွေးတို့ကို ဖမ်းဆီးရမိသည့် စိတ်ပြောင်းဆေးဝါးများနှင့်အတူ တွေ့ရစဉ်။

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
ထန်းတပင်မြို့နယ်တွင် ငွေကျပ်သိန်း ၆၇၅၀ တန်ဖိုး၊ တာချီလိတ်မြို့တွင် ငွေကျပ် ၁၇ ဒသမ ၇၅ သိန်းတန်ဖိုးရှိ စိတ်ပြောင်းဆေးဝါးများ ဖမ်းဆီးရမိခဲ့ ကြောင်း မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့မှ သိရသည်။  
မူးယစ်ဆေးဝါး တားဆီးနှိမ်နင်းရေး ရဲတပ်ဖွဲ့မှတပ်ဖွဲ့ဝင်များ ပါဝင်သော ပူးပေါင်းအဖွဲ့သည် မေ ၂၁ ရက် နံနက် ၁၀ နာရီခွဲတွင် သတင်းအရ ထန်းတပင်မြို့နယ် ကျောင်းစုရပ်ကွက်အနီး၊ အနောက်ပိုင်း တက္ကသိုလ်လမ်းမကြီးတွင် ကမာရွတ် မြို့နယ် (၁)ရပ်ကွက်နေ စိုးနိုင် ၃၃ နှစ် မောင်းနှင်ပြီး ထန်းတပင်မြို့နယ် ပေါက်တန်းကျေးရွာနေ သန်းထွေး ၅၂ နှစ် လိုက်ပါလာသော HONDA

FIT အမျိုးအစားမော်တော်ယာဉ်ကို ရပ်တန့်စစ်ဆေးရာမှ စိတ်ကြွ ရူးသွပ်ဆေးပြား ၂၀၀၀၀၀ (တစ်ပြားလျှင် ငွေကျပ် ၁၅၀၀ နှုန်းဖြင့် ၎င်းဒေသတန်ဖိုး ငွေကျပ် သိန်း ၃၀၀၀)နှင့် အိုက်စ(မက်သ် အဖက်တမင်း) ၁၅ ကီလို(တစ်ကီလိုလျှင် ငွေကျပ်သိန်း ၂၅၀ နှုန်းဖြင့် ၎င်းဒေသ တန်ဖိုးငွေကျပ်သိန်း ၃၇၅၀)တို့ကို ဖမ်းဆီး ရမိသဖြင့် စိုးနိုင်၊ သန်းထွေးတို့ကို မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် စိတ်ကိုပြောင်းလဲ စေသော ဆေးဝါးများဆိုင်ရာဥပဒေအရ အရေးယူထားသည်။  
ထို့အတူ မေ ၂၁ ရက် မွန်းလွဲ ၁ နာရီ တွင် မူးယစ်ဆေးဝါးတားဆီးနှိမ်နင်းရေး ရဲတပ်ဖွဲ့မှ တပ်ဖွဲ့ဝင်များပါဝင်သော ပူးပေါင်းအဖွဲ့သည် သတင်းအရတာချီလိတ် မြို့နယ် လွယ်တော်ခမ်းကျေးရွာအနီး

တာချီလိတ်-မိုင်းဆတ် သွားလမ်းတွင် ကျိုင်းတုံမြို့နယ် ပန်ပိုင်(အထက်)ကျေးရွာ နေ နေမင်းဦး ၄၅ နှစ် မောင်းနှင်ပြီး မိုင်းဖြတ်မြို့နယ် ဘူရီးကျေးရွာနေ ဘောဇ ၅၆ နှစ် လိုက်ပါလာသော WAVEi 125 အမျိုးအစား ဆိုင်ကယ်ကို ရပ်တန့် စစ်ဆေးရာမှစိတ်ကြွရူးသွပ်ဆေးပြား ၂၀၀၀ (တစ်ပြားလျှင်ငွေကျပ် ၆၀၀ နှုန်း ဖြင့် ၎င်းဒေသတန်ဖိုးငွေကျပ် ၁၂ သိန်း) နှင့် ဘိန်းဖြူ ၂၅ ဂရမ် (တစ်ဂရမ်လျှင် ငွေကျပ် ၂၃၀၀ နှုန်းဖြင့် ၎င်းဒေသတန်ဖိုး ငွေကျပ် ၅ ဒသမ ၇၅ သိန်း)တို့ကို ဖမ်းဆီး ရမိသဖြင့် နေမင်းဦး၊ ဘောဇတို့ကို မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့် စိတ်ကိုပြောင်းလဲ စေသော ဆေးဝါးများဆိုင်ရာဥပဒေအရ အရေးယူထားကြောင်း သတင်း ရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)

# ဝတ္ထုတိုကဏ္ဍ

# ကမ္ဘာကြီးဖတ်ပို့စာ

## မောင်ခြံမြံ



ကျွန်တော့်မှာ ကားတစ်စီးရှိသည်။ ထိုကားသည် ကိုယ့်ပိုင်ကားမဟုတ်ပါ။ ကိုယ့်ပိုင်ကားမဟုတ်ဟု ဆိုခြင်းမှာ ၎င်းကားသည် ဘီ.အမ် ခေါ် ဟီးနီး ဘတ်စကားတစ်စီးဖြစ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သည်။

အဆိုပါကားသည်နံနက်စောစောဆေးတက္ကသိုလ် တစ်ခုမှ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို သွား၍ ကြိုကာ သူတို့လက်တွေ့ဆင်းသည့်ဆေးရုံသို့ ပို့ပေး ပြီး သူတို့ စာသင်ဆောင်ပြန်ရမည့်အချိန်တွင် ပြန်ပို့ ပေးရသည်။ ထို့အတွက် ထိုကားသို့ အခကြေး ငွေရသည်။

ထိုတာဝန်ပြီးလျှင် စင်းလုံးငှားအော်ဒါလိုက်ချင် လိုက်၊ ဒါမှမဟုတ် ခရီးသည်ပို့ဆောင်ရေး လုပ်ချင် လုပ်ခွင့်ရှိသည်။ တချို့ကတော့ နာရေးပို့ဆောင်သူ များအတွက် အော်ဒါလက်ခံရန် အများသိသည့်စုရပ် တွင်စောင့်ကာနေကြပြီး ကျွန်တော်ကတော့ မြောက် ဒဂုံနှင့် ဆူးလေ ခေါက်တို့ခေါက်ပြန်ပြေးခဲ့သည်။

ကားတွင် ပုံသေနစ်ရာကျပ်ဟု ထင်ထင်ရှားရှား စာကပ်ထားသော်လည်း လူပါးတတ်သည့် နေ့လယ် နေ့ခင်းလိုအချိန်များတွင် စပယ်ယာက ဟိုနား ဒီနားတစ်ရာယူ၍ လူတင်တတ်သည်။ ဈေးနှုန်းသည် စပယ်ယာ၏သဘောဟုဆိုရမည်။

ထိုကားသည် တကယ်တော့ ကျွန်တော့်သား၏ ကားဖြစ်သည်။ ကျွန်တော့်သားက ထိုကားကိုဝယ်ပြီး ကျွန်တော့်လက်ထဲထည့်ကာ "ဒီကားနဲ့ အဖေလုပ်စား ပေးတော့"ဟုဆိုပြီး ပေးထားသောကားဖြစ်သည်။

ထိုကား၏နံပါတ်သည် "၈၂-၂၆၂၄" ဖြစ်သည်။ သို့သော် "ဟာ... နောက်ထပ် ဘာတွေပေရည်နေ အုံးမှာလဲ"ဟု မထင်စေလိုပါ။ တကယ်လည်း ထိုကား ၏နံပါတ်ကို ကား၏ ရှေ့မှာ၊ နောက်မှာ၊ ဘေးဘယ် ညာနှစ်ဖက်မှာ မြန်မာအက္ခရာ မြန်မာဇာန်ဖြင့် "၈၂/၂၆၂၄"ဟု ထင်ရှားစွာရေးထားသည်။

ဘယ်လိုပင် မြန်မာလိုရေးထားသော်လည်း ကားသမားအချင်းချင်း၊ ကားရပ်နားထားသည့် ကားဂိတ်ကွမ်းယာသည်များ၊ ရေသန့်ဘူးရောင်း သူများကတော့ ကျွန်တော်ကြားရသလောက် တစ်ယောက်မှ "၈၂/ နှစ်ခြောက်နှစ်လေး"ဟု ခေါ်ဝေါ် သုံးစွဲကြခြင်း မရှိရိုးအမှန်ပင်ဖြစ်သည်။

နို့ဖြင့် ဘယ်လိုခေါ်သတုံးဟုမေးလာလျှင် ဖြေစရာ ကျွန်တော့်မှာအဆင်သင့်ရှိသည်။ အင်္ဂလိပ်စာ သင်ဖူး သည်ဖြစ်စေ၊ မသင်ဖူးသည်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်ပြောပြ ခဲ့သည့်သူတိုင်းက "တူးစစ်တူးဖိုး"ဟုသာ ခေါ်ဝေါ်သုံး စွဲလေ့ရှိသည်။ လူတစ်ယောက် အင်္ဂလိပ်လိုအသံထွက်

၍ ပြောသံကြားဖူးကြပါလိမ့်မည်။ ထိုသို့ကြားဖူးလျှင် ထိုအင်္ဂလိပ်စကားပြောသူသည် စနစ်တကျ အင်္ဂလိပ် စာသင်ကြားဖူးသူလော ဒါမှမဟုတ် သူများပြောသံ ကြားနှင့် လိုက်၍တပုပြောသူလောဟု စာဖတ်သူများ ခွဲခြားသိနိုင်ကြမည်ဟု ကျွန်တော်မျှော်လင့်သည်။

ထိုကားကို ကျွန်တော့်လက်ထဲမအပ်မီမှာပင် ကျွန်တော့်သားက ကျွန်တော်၏မြေးကလေး၊ သူ၏ ချစ်လှစွာသော သမီးကလေးကို လွန်စွာချစ်မြတ်နိုး သောအားဖြင့် မြေးကလေးနာမည် ယွန်းရွှေရည်ဟု ကားရှေ့မှန်နှင့်ဘေးနှစ်ဖက်တွင် ထင်ရှားလှပစွာ ရေးထားလိုက်ပါသေးသည်။

ဒါကိုလည်း အထူးအဆန်းတစ်ခုအဖြစ် ကျွန်တော် ပြောလိုရင်းမဟုတ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုဘီအမ်ဘတ်စကားကြီးများ၏ ရှေ့ဘက်နှင့် ဘေး နှစ်ဖက်တွင် တချို့ကမိဘမေတ္တာတုံ့၊ တချို့က ပန်းပန်လျက်ပါတဲ့၊ တချို့ကကျေးဇူးရှင်တုံ့၊ တချို့က အောင်နိုင်သူတုံ့၊ တချို့ကပန်းသစ္စာတုံ့ စသည်ဖြင့် ကိုယ်ထင်ရာ အမွမ်းတင်၊ သူပဲ အလှတရလုပ်ကာ ရေးထားလေ့ရှိသည်ကိုစာဖတ်သူများ တွေ့ဖူးကြမည် ထင်သည်။ ထိုသဘောပင်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုလိုရင်း အမှန်ဖြစ်သည်။

ကားသမားလောကတွင် ဆိုစကားတစ်ခုရှိသည်။ ဒရိုင်ဘာ၊ စပယ်ယာကောင်းလျှင် အံ့နာမကောင်း၊ အံ့နာမကောင်းလျှင် ဒရိုင်ဘာ၊ စပယ်ယာမကောင်း ဟူ၍ဖြစ်သည်။ သူကောင်းကိုယ်ကောင်း တွေ့ဆုံနိုင်ဖို့ အလွန်ခက်၏ဟူသည့် အဓိပ္ပာယ်ဖြစ်သည်။

တစ်နည်းအားဖြင့်ပြောရလျှင် ကိုယ်ကောင်း သူမကောင်း၊ သူကောင်း ကိုယ်မကောင်းတွေသာ များသည်ဟုဆိုကြသည်။ ထိုသဘောတရားများကို ငါတွေ့မဟုတ်ဘဲ စာတွေ့နှင့်သိထားသော ကျွန်တော် က သည်နေရာတွင် ကျွန်တော့်အကြောင်းကို ကြားဖြတ် အသိပေးထားချင်သည်။ ကြော်ငြာဝင် သည်ဟုတော့ မထင်စေချင်တာအမှန်ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်သည် ဝန်ထမ်းဘဝက သက်ပြည့် အငြိမ်းစားယူပြီးခါစဖြစ်၍ အသက်ခြောက်ဆယ်ကို နည်းနည်းကျော်နေပါပြီ။ တစ်သက်လုံး၊ ဝန်ထမ်း ဘဝနှင့် ခေါ်လျှင်သွား၊ ခိုင်းတာကို တာဝန်ကျေအောင် လုပ်ခဲ့ရသည့်ချည်းဖြစ်၍ ကိုယ်စွမ်းကိုယ်စ၊ ကိုယ့် အရည်အချင်းနှင့်ကိုယ်၊ ဘာစီးပွားရေးလုပ်ငန်း တစ်ခုမှလုပ်ခဲ့ဖူးသူ မဟုတ်ရရိုးအမှန်ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်လေရကား သားဖြစ်သူ၏ဆန်ရေကျေးဇူး ကြောင့် ဘီအမ်ဘတ်စကားကြီးတစ်စီးကို ဦးစီး

လုပ်ကိုင်ရမည်ဆိုသောအခါ ခြေဖျားကလေးထောက် ကာ မြောက်ကြွမြောက်ကြွဖြစ်မိကြောင်းကိုလည်း ကြိုတင်ဝန်ခံထားချင်ပါသေးသည်။ ဝန်ထမ်းဘဝ ကတည်းက စာကလေးပေကလေး ချောက်တီး ချောက်ချက်၊ ရေးချင်သောပိုးက နှိမ်နင်း၍လည်းမရ တော်ဟုဆိုလျှင်လည်းမခံ၊ မရေးနဲ့ဟုဆိုလျှင်လည်း မကြောက်လေသောကြောင့် အားလပ်သည့်အချိန် ကလေးများတွင် စာတိုပေစကလေးများကိုလည်း ရေးတတ်ပါသေးသည်။

ထိုကဲ့သို့ တောမရောက် တောင်မရောက် မတောက်တခေါက်ဖြစ်၍ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် သူများကို ဆရာလုပ်ချင်စိတ်ကရှိနေသည်။

သို့ဖြစ်လေရကား ကားတစ်စီးကို ကိုယ်တိုင် ဦးစီးဖို့ စီးပွားရှာမည်ဆိုသောအခါ အရင်တပည့်ခံမှ သူများကို ဆရာလုပ်နိုင်မည်ဆိုသောစကားအတိုင်း ကားလောကအတွင်းဝင်ပြီး ဆေးလိပ်ဖိုး၊ လက်ဖက် ရည်ဖိုး၊ တစ်ခါတစ်ခါ အရက်ဖိုးကလေးပါအကုန်ခံ၍ ဆရာဆရာကြီးများထံတွင် လေ့လာဆည်းပူးနည်းယူ ထားခဲ့လေသဖြင့် ငါတွေ့မဟုတ်သော စာတွေ့ တစ်နည်းအားဖြင့် ကြားဖူးနားဝဗဟုသုတများ ကျွန်တော့်မှာရှိခဲ့သည်။

"ဒီကောင်တွေ လွတ်မထားနဲ့ဗျ" ဆိုသောစကား အရ ဒရိုင်ဘာဘေးကခုံမှာထိုင်ပြီး အပင်ပန်းခံ၍ လိုက်ကာ မှတ်တိုင်တွေမှတ်၊ ဈေးနှုန်းတွေမှတ်၊ တက်သည့်လူဦးရေမှတ်ရ ကြည့်ရ၊ လေ့လာရဖန်များ ၍ စာအုပ်များလည်းကုန်လှပြီ။ ဇက်ကြီးစောင်းနေ တာကလည်း ယခုထက်ထိ လိမ်ဖယ်ဖယ်ကြီး ဖြစ်နေသေးသည်။

ဥပမာအားဖြင့်ပြောရလျှင် ကားခကိုလူစေ့အောင် တောင်းဖို့၊ ညနေကားသိမ်းသည့်အခါ ငွေကို မှန်မှန် ကန်ကန်အပ်ဖို့၊ ချိုင့်တွေ ကျင်းတွေရှိလျှင် ဖြည်းဖြည်း သက်သာမောင်းဖို့၊ တာယာတစ်လုံး ဈေးက ဘယ်လောက်၊ အင်ဂျင်ပိုင်တစ်ဂါလန် ဘယ်လောက်၊ ဘရိတ်ဆီက ဘယ်လောက်ဈေးဆိုတာ သိထားဖို့၊ ကိုယ့်ပစ္စည်းလိုသဘောထားပြီး ရိုရိုသေသေ ကိုင်တွယ်ဖို့ စတာတွေဖြစ်သည်။

တစ်နေ့တော့ မြို့ထဲရောက်လို့ ကုန်သည်ကြီးများ ဟိုတယ်နားက ခရီးဆုံးမှတ်တိုင်ရောက်တော့ "ဒီတစ် ခေါက် ငါပြန်မလိုက်သေးဘူး။ နောက်တစ်ခေါက်လဲ ဒီမှတ်တိုင်မှာ ငါ့ကိုမတွေ့ရင် စောင့်မနေနဲ့"ဟု မှာခဲ့ ပြီး ကားပေါ်က ဆင်းနေခဲ့သည်။

သည်လိုနှင့် မဂ္ဂဇင်းတိုက်တစ်တိုက်ကနေ ဝတ္ထု

တိုစာမူဆုတ်ပြီး မေတ္တာလက်ဆောင်ရသည့်စာအုပ် ကလေးကိုကော ၃၉ လမ်းထိပ် လက်ဖက်ရည်ဆိုင်သို့ ထွက်လာခဲ့သည်။ ထိုဆိုင်တွင် ဆရာဦးတင်ဦး (ကျူရှင်)၊ ဆရာမ မိချမ်းဝေတို့နှင့် စကားပိုင်းဖွဲ့ကြ သည်။ ပြန်ခါနီးတွင် ဆရာဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)က သူ၏ ဆောင်းပါးပေါင်းချုပ် စာအုပ်ကလေးအသစ်ထွက်၍ လက်ဆောင်ပေးသည်။

စာအုပ်ကလေးကို အားရဝမ်းသာလက်ခံရယူပြီး ဆူးလေမှတ်တိုင်သို့ လာခဲ့သည်။ မှတ်တိုင်ရောက် တော့ ဝယ်စားနေကျကွမ်းယာသည်ကလေးက "တူး စစ်တူးဖိုး အခုလေးတင်ထွက်သွားပြီ"ဟု သတင်းပေး သည်။ "အေးကွာ ကိစ္စမရှိပါဘူး။ ကြိုရာကားနဲ့ လိုက်တာပေါ့"ဟုပြောပြီး မြောက်ဒဂုံကို ဘယ်ကား စီးရယူဟု အရင်စဉ်းစားရသေးသည်။

တကယ်တော့ ယခုမှ လက်ဆောင်ရလာသော ဦးတင်ဦး၏ စာအုပ်ကလေးကိုဖတ်ရင်း ကားစီးချင် သည်။ လက်ရှိမှတ်တိုင်ကနေစီးလို့ကတော့ နေရာရဖို့ မလွယ်။ သို့ဖြစ်၍ မြောက်ဒဂုံမှလာသော ကားများ ဂိတ်ဆုံးရာ ကုန်သည်ကြီးများဟိုတယ်နားက မှတ်တိုင်ကိုထွက်လာခဲ့သည်။

ရောက်လာသော ဘီအမ်တစ်စီးပေါ်တက်ပြီး နောက်ဆုံးထိုင်ခုံထောင့်တွင်နေရာယူကာ စာအုပ် ဖတ်၍လိုက်လာခဲ့သည်။ စာအုပ်ထဲတွင် ဘယ်လောက် ကြာအောင် စိတ်ဝင်စားစွာဖတ်နေမိသည် မသိ၊ ဘယ်မှတ်တိုင်တွေကျော်ပြီး ဘယ်မှတ်တိုင်ကို ရောက်ပြီကိုလည်း သတိမထားမိ၊ ဖျတ်ခနဲသတိရ၍ ဘေးဘက်ကြည့်လိုက်တော့ မိုးကောင်းမှတ်တိုင်ကို ရောက်နေပြီ။ ဆင်းမည့်သူမရှိ အတင်းတိုး၍တက် လာသူများကို စပယ်ယာက အတင်းတွန်း၍တင်နေ သည်။ ကားထဲမှာ လူများပြည့်ကျပ်နေပြီ။ ထိုအချိန် မှာပင် တစ်စုံတစ်ခုကို ကျွန်တော်သတိရလိုက်မိသည်။ "လားလား၊ ကားခမပေးရသေးပါကလား" ကျွန်တော် စီးလာသည့်ကားသည် လူအလွန်ကျပ်လေ့ရှိသည့် ညနေ ၅ နာရီခွဲအချိန်လည်းဖြစ်၊ ကျွန်တော့်နေရာသည် အလွန်ချောင်ကျသည့်နေရာလည်းဖြစ်၍ စပယ်ယာ က ကားခတောင်းရင်း ကျန်သွားဟန်တူသည်။

နောက်ပြီး အသက်ခြောက်ဆယ်ကျော်အရွယ် ကော်လာကတုံးနှင့် ဒီဂရီမျက်မှန်နှင့် စာအုပ်တစ်အုပ် ကိုသံကြီးမဲကြီးဖတ်လာသော အဘိုးကြီးတစ်ယောက် ကို ကားခမပေးဘဲစီးမည့်သူမဟုတ်၊ ပေးပြီးလို့သာ အခုလို အေးအေးဆေးဆေး စာအုပ်ဖတ်ပြီးလိုက်တာ ဖြစ်မယ်ဟုလည်း ထင်ထားပုံရသည်။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် ကျွန်တော်ကတော့ ကားခမပေးရ သေးတာသေချာသည်။ ကျွန်တော်ဖတ်နေဆဲ ဆရာ ဦးတင်ဦး၏ စာအုပ်ထဲတွင် ကျွန်တော်အလွန်သဘော ကျသည့် ဆောင်းပါးလေးတစ်ပုဒ် ပါလာသည်။ ဆောင်းပါးထဲတွင် ဆရာက သူဆေးဝယ်လာခဲ့သည့် ဆိုင်ကိုသွားကာ သူ့အိတ်ထဲတွင် ပိုနေသောငွေငါးရာ ကို ပြန်ပေးသည့်အကြောင်း ရေးထားသည်။

ဆိုင်ရှင်က သူဘယ်လောက်ပြန်အမ်းလိုက်မိမှန်း မသိတော့ပါဟုပြောသည့်တိုင် ဆရာက သူ့အခြား ဆိုင်များတွင် ဈေးမဝယ်ဖြစ်ကြောင်း၊ ယခုဆိုင်မှာပဲ ဝယ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ပိုနေသောငွေ ငါးရာသည် သည်ဆိုင်က ပိုအမ်းတာသာဖြစ်ကြောင်း ပြောပြီး ပြန်ပေးခဲ့သည်။ ဆရာကို အထင်ကြီးလေးစား သောအကြည့်ဖြင့် ဆိုင်ရှင်ကလေးကကြည့်သောအခါ ဆရာက အင်မတန်လှသည့် စကားတစ်ခွန်း ကိုပြောသည်။

"မင်းအထင်ကြီးခံချင်လို့ ငါ ငွေငါးရာပြန်ပေးတာ မဟုတ်ဘူး။ ငါ့ကိုယ်ငါ၊ ငါ့သိက္ခာကိုငါလေးစားချင် လို့ပြန်ပေးတာကွ"ဟု ပြောသောစကားသည် ကျွန်တော့်ရှင်ကို အမှန်ပင် ထိခိုက်လှုပ်ရှားစေခဲ့ ကြောင်း ဝန်ခံချင်ပါသည်။

ယခု ကျွန်တော့်အခြေအနေသည် အမှောင်နှင့် အလင်း၊ အနိမ့်နှင့်အမြင့်၊ အယုတ်နှင့်အမြတ်တို့၏ လမ်းဆုံရာရောက်နေသည်။ စာမျက်နှာ ၂၅ သို့ ၁

# ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မြေပဲ ၃၃၃၄၈ ဧကစိုက်ပျိုးမည်



ယခင်နှစ်က မြေပဲစိုက်ခင်းကို တွေ့ရစဉ်။

ယင်းမာပင် မေ ၂၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံ စိုက်ပျိုးရာသီ၌ မြေပဲ ၃၃၃၄၈ ဧက စိုက်ပျိုးမည်ဖြစ်ကြောင်း ယင်းမာပင်ခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် မြေပဲ ၃၃၃၄၈ ဧက စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့ ဆောင်ရွက်ပေးသွား

မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ "ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ယင်းမာပင်ခရိုင်မှာ မြေပဲ ၃၃၃၄၈ ဧက စိုက်ပျိုးဖို့လျာထားပါတယ်။ ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် မြေပဲ စိုက်ပျိုးရန် မြို့နယ်အလိုက်

လျာထားမှုအနေဖြင့် ယင်းမာပင် မြို့နယ်တွင် ၃၁၀၅ ဧက၊ ကနီ မြို့နယ်တွင် ၈၈၂၉၀၊ ဆားလင်းကြီးမြို့နယ်တွင် ၇၈၅ ဧက ၊ ပုလဲမြို့နယ်တွင် ၆၈ ဧက စုစုပေါင်း ၃၃၃၄၈ ဧက ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် မြေပဲ စိုက်ခင်းများ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းရေး၊ ပိုးမွှားရောဂါကျရောက်မှု မရှိစေရေး၊ ပေါင်းမြက်ကင်းစင်စေရေး မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနဝန်ထမ်းများက ဆောင်ရွက်ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မြေပဲကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင်စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်း ဆီစားသုံးမှု ဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် မြေပဲကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စန္ဒာမိုးက ပြောပြသည်။

ယင်းမာပင်ခရိုင်တွင် မြေပဲ စိုက်ပျိုးရန် မြို့နယ်အလိုက် (၂၀၆)

## ၃ စာမျက်နှာ ၂၄ မှအဆက်

စပယ်ယာက မတောင်းတော့ပြီဖြစ်သည့် အပြန်လမ်းခရီး၏ ထက်ဝက်၊ မိုးကောင်းမှတ်တိုင်သို့ပင်ရောက်နေပါပြီ။ ကားခမပေးဘဲ အသာထိုင်၍ ဆက်စီးသွားရုံပင်။ ဘယ်သူကမှ ကျွန်တော်ကားခမပေးဘဲစီးလာကြောင်း မသိနိုင်။ သိကွာကျစရာလည်း ဘာအကြောင်းမှမမြင်။

သို့သော် ကျွန်တော်လုပ်ရပ်ကို သိသူတစ်ယောက်ကတော့ အမှန်ပင် ရှိနေသည်။ ကျွန်တော် ဒီလောက်ရေးပြလျှင် စာဖတ်သူများ ရိပ်မိနိုင်ပါပြီ။ မှန်ပါသည်။ ထိုသိသူတစ်ယောက်သည် ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ပင်ဖြစ်နေပါတော့သည်။

ကျွန်တော့်အတွက် ကားခနှစ်ရာ ပတ်စီးခယူစေဦးတော့ နှစ်ရာသည် အမှုထားလောက်သည့် ငွေကြေးပမာဏမဟုတ်ဘူးဟုဆိုနိုင်သည်။

သို့သော် လူတို့တွင် ဖြစ်လေ့ရှိသည့်ဘာဝအတိုင်း မပေးဘဲ နေ၍ရလျှင် မပေးဘဲနေလိုက်ချင်သည့်စိတ် ကျွန်တော့်မှာရှိနေသည်။ ကျွန်တော့်ဆီက ကားခမရ၍ စပယ်ယာကလေး ဘဝပျက်မသွားနိုင်ပါ။

ကျွန်တော့်ရင်ထဲမှာ ကားခပေးရေး၊ မပေးရေးအတွက် အကြီးအကျယ် အားပြိုင်လွန်ဆွဲနေသည်ကို မသိရှာသော စပယ်ယာကလေးကတော့ ကားဆုံသလောက် လူတွေအတင်းတွန်းတင်နေဆဲရှိသည်။ မကြာမီ ကားသည် မိုးကောင်းမှတ်တိုင်ကနေထွက်ခဲ့ပြီ။ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲမှာတော့ ပေးရကောင်းနိုး၊ သည်အတိုင်း အသာမှေးပြီးလိုက်သွားရကောင်းနိုးနှင့် ဝေခွဲ၍မရသေးပါ။

နောက်ဆုံးတော့ ဆရာဦးတင်ဦး(ကျူရှင်)၏ ဆောင်းပါးထဲက ကောင်းမြတ်သောစိတ်၏တွန်းအားက ကျွန်တော့်ကို လွှမ်းမိုးအနိုင်ယူသွားပါတော့သည်။

"ဟေ့ ဟေ့"ဟုအသံပြုပြီး ခပ်လှမ်းလှမ်း ကားတံခါးနားက စပယ်ယာကလေးကိုလှမ်းခေါ်ကာ အိတ်ထဲက တစ်ထောင်တန်တစ်ရွက် ထုတ်ပေးလိုက်သည်။ "တစ်ယောက်ထဲလား" ဟူသော အမေးကို အသာခေါင်းညိတ်ပြတော့ စပယ်ယာကလေးက သူ့လက်ထဲမှာ အရှည်လိုက်ခေါက်၍ညှပ်ရင်း "အကြွေမရှိသေးဘူးအဘ ခဏစောင့်"ဟု ပြောကာ တံခါးပေါက်ဆီထွက်သွားသည်။

ထိုအခါမှ ကျွန်တော်သည် မျက်နှာမှာစို့ထွက်နေသော ချွေးတို့ကို အသာသုတ်ရင်း လောလောဆယ် ကောင်းတဲ့အလုပ်တစ်ခု၊ တစ်နည်းအားဖြင့် မိမိသိကွာကို မိမိစောင့်ထိန်းတဲ့အလုပ်တစ်ခုကို လုပ်မိလေပြီဟု ကျေနပ်နှစ်သိမ့်ခြင်းပြင်းစွာဖြစ်၍ စာအုပ်ကိုဖတ်ကာ လိုက်ပါလာခဲ့သည်။

ကားကိုအရှိန်နှင့်မောင်းလာရာမှ ဘရိတ်အုပ်လိုက်သဖြင့် ကားတစ်စီးလုံး ခရီးသည်တွေ ယိမ်းထိုးတိုက်မိကုန်ကြတော့၏။ ကျွန်တော်သည်ပင် စာဖတ်ရင်းလိုက်လာရာမှ ရှေ့နံ့နှင့်မေးစေ့ ဝင်ဆောင်ကာ အတော်နာသွားသည်။

"မြန်မြန်ကလေး ဆင်းပေးကြပါ။ ဒါမန္တလေးလမ်း မန္တလေးလမ်း သွက်သွက်ကလေးလုပ်ကြပါ။ ရှေ့ကကားကိုကျော်ချင်လို့ လာ...လာ..."

မဝတာ၊ စွမ်းအင်၊ ခွန်ရစ်လမ်းဆုံ၊ ငါးဆယ်ကွေ့၊ ငါးဆယ်ကွေ့၊ တစ်ယောက်မှ ငါးဆယ်ပင်"

"အလို ငါဆင်းရဲမဲ့မှတ်တိုင်ပါလား" ဟုရေရွတ်ပြီး အတင်းတိုးဆင်းခဲ့ရသည်။ ကားအောက်ရောက်ရုံရှိသေး "ဆွဲဆရာရေ၊ ရှေ့က ဆဲဗင်းနေတဲ့တုတ်ကိုကျော်မယ်"ဟု အော်ရင်း ကားထွက်သွားပါတော့သည်။

နောက်တစ်ပတ် အင်္ဂါနေ့တွင် ဆရာတို့နှင့် ထိုင်နေကျလက်ဖက်ရည်ဆိုင်ကလေးတွင်ဆုံမိကြပြန်သည်။ နေရာသိဖြစ်လင့်ကစား ထိုနေ့က မိုးတွေအုံ့နေသည်။ ခပ်ကြမ်းကြမ်း ငွေယမ်းတိုက်ခတ်လိုက်သော လေရူးကြောင့် ကျွန်တော်တို့ခေါင်းပေါ်၊ စားပွဲပေါ် သစ်ရွက်ခြောက်များ ကြွေကျလာသည်။

စောစောက စကားကောင်းနေသဖြင့် အေးစက်စပြုနေပြီဖြစ်သော လက်ဖက်ရည်ခွက်ကို ကောက်ကိုင်ရင်း "ဒါပါပဲဆရာ- ကျွန်တော့်အဖြစ်က"ဟု စကားလက်စသတ်လိုက်သည်။

ဆရာဦးတင်ဦးက ဗိုလ်ချုပ်လမ်းမကြီးပေါ် ရှပ်တိုက်ပြေးနေသော ကော့လန်ကြွပ်ရွရွက်ခြောက်ကလေးတွေကို ငေးရင်း "အင်း... ကိုယ့်သိကွာကိုယ်ထိန်းတဲ့လူတွေများလာရင် လောကကြီးမကောင်းဘူးဗျ။ ခင်ဗျားပေးလိုက်တဲ့တစ်ထောင်တန်ကို ပြန်မအမ်းတဲ့ စပယ်ယာလို လူစားတွေကိုလဲ ကျွန်တော့်စာအုပ် လက်ဆောင်ပေးရမလို့ဖြစ်နေပြီ" ဟုလေးလေးပင်ပင် မှတ်ချက်ချလေသည်။

ဆရာမမိချမ်းဝေကတော့ သဘောကျစွာရယ်နေရာမှ "ဘယ်သူထိန်းထိန်း မထိန်းထိန်း၊ ကိုယ့်ဘက်ကတော့ ကိုယ့်သိကွာကိုယ်ထိန်းသိမ်းသင့်ပါတယ်ဆရာ" ဟု မှတ်ချက်ချသည်။

အိမ်အပြန် အနော်ရထာလမ်းမပေါ်တွင်လျှောက်လာရင်း စဉ်းစားလာခဲ့မိသည်။ ကြည့်စမ်း... ကျွန်တော်ကတော့ ထိုစပယ်ယာကလေးနှင့်ဘာထူးသနည်း။ မိမိ၏ ကိုယ်ကျိုးအတ္တအတွက်သာ ကြည့်ခဲ့သူမဟုတ်လော။

ကျွန်တော့်ကားသမား၊ ကျွန်တော့်စပယ်ယာများအတွက် ကျွန်တော်ထုတ်ခဲ့သောညွှန်ကြားချက်များသည် ကိုယ့်ဘက်ကကြည့်၍၊ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားအတွက်သာရည်ရွယ်၍ ထုတ်ပြန်ခဲ့သော ညွှန်ကြားချက်များသာဖြစ်ခဲ့ပါ၏။

အများဘက်ကိုကြည့်၍၊ အများအကျိုးစီးပွားအတွက်ကိုရည်ရွယ်၍ ထုတ်ပြန်ခဲ့သော ညွှန်ကြားချက်များမဟုတ်ခဲ့လေတကား။ ကျွန်တော်ကဲ့သို့သောသူတွေ များများလာခဲ့လျှင် လောကကြီး၏ကျန်းမာရေးကောင်းမွန်လာနိုင်ပါမည်လော။

လောကကြီး၏ကောင်းကျိုးချမ်းသာအတွက် အများကောင်းကျိုးကို ငဲ့ကွက်စာနာတတ်သော၊ ကိုယ့်သိကွာကိုယ်လေးစားတတ်သော သူတွေ အများကြီးလိုအပ်နေသည်မဟုတ်လော။ သည်ညွှန်ချုပ်လျှင် ကျွန်တော့်ကားက ဒရိုင်ဘာနှင့် စပယ်ယာတို့ ကားလာအပ်၊ ငွေလာရှင်းကြပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါ ခရီးသွားပြည်သူများကို မမေ့မလျော့၊ မှန်မှန်ကန်ကန်ငွေပြန်အမ်းဖို့ ညွှန်ကြားချက်အသစ်ထုတ်ပြန်ရပါဦးမည်။

## လှိုင်းနှင့်လှေ

- တက်အတူကိုင် ခပ်ယူအပြိုင် မြိုင်သလေ၊ ရေအဆန် လေပြန်ငယ် သည်ခရီးကို အားနှီးလှော်မွေ့။
- မုန်တိုင်းကထန် ရေဆန်က စုပ်ဝဲ၊ လှိုင်းအလာ ရိုင်းစွာ နှိုးအလှုပ်မှာ မမြုပ်အောင်ခဲ။
- ခရီးကြမ်းပင်လယ် အဘယ်ပင် ကျယ်သလောက်၊ လှိုင်းဘုရင် ရိုင်းချင် ရိုင်းစမ်းပါဘိ သောင်ကမ်းမှာ ဘယ်မနီးလည်း လှိုင်းကြီးလှေအောက်။
- လှိုင်းနှင့်လှေ နှိုင်းချင့်လေ သည်ခရီး၊ မုန်တိုင်းထန် ရေဆန်နယ် အလှော်ခက်သော်လည်း လှော်တက်တွေ သွေမပြတ်ပါမှ ပေါ်ထွက်နေ သပြေခက်ရယ်နှင့် ဂဟေဆက်ကြို နေရည်ဦးမှာ ဖူးပွင့်ရွှေသီး။ ။

ကိုမျိုး(ပွင့်ဦး)

## တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ရွှေညောင်ပင်ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းနေမှု စစ်ဆေး

တောင်တွင်းကြီး မေ ၂၃ ရွှေညောင်ပင်ကျေးရွာ၌ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မကွေး အရှည်ပေ ၅၀၀၊ အကျယ် ၁၂ ပေ၊ ခရိုင် တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် အမြင့်ခြောက်လက်မရှိ ကွန်ကရစ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို ကျေးရွာ ရေးဦးစီးဌာနက ရွှေညောင်ပင် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်း ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်း စီမံကိန်း (VDP)ရန်ပုံငွေကျပ် ၁၅ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှု အခြေ သန်းနှင့် ကျေးရွာပြည်သူထည့်ဝင် အနေများကို ယနေ့ နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်း စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာ တွင် တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်စိုး အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခု သီတာနှင့် စီမံကိန်းတာဝန်ခံ အခါ လုပ်ငန်းများ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း ဝန်ထမ်းများက ရွှေညောင်ပင် ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်း လုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှုကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ဦးစီးအရာရှိက အိမ်ခြေ ၁၅၅ အိမ်၊ လူ ၄၁၇ ဦးတို့ စံချိန်စံညွှန်းများနှင့်အညီ အချိန်မီ ရာသီမရွေး သွားလာရလွယ်ကူလာ ပြီးစီးရေး အလေးထားဆောင်ရွက် မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ကြရန် ဆွေးနွေးမှာကြားသည်။

# မြန်မာ့ကြေးစည်

# ကိုကျော်စွာ(ကျိက်ပီ)

ကြေး၊ ကြိုး၊ သားရေ၊ လေ၊ လက်ခုပ်ဟူသော မြန်မာ့တူရိယာငါးမျိုးအနက် ကြေးစည်သည် ကြေး တူရိယာအုပ်စုတွင် ပါဝင်သည်။ တူရိယာဟူသည် တီးခတ်ကြည့်ပါက သာယာနာပျော်ဖွယ်အသံ၊ နှစ် လိုဖွယ်အသံ၊ ငြိမ်ညောင်းသောအသံများ ထွက်ပေါ် လာသည်။ ကြေးစည်ကို တီးခတ်လိုက်ပါက သာယာ ငြိမ်ညောင်းသော အသံထွက်ပေါ်လာသည်။ ကြေးစည်ဟုဆိုလိုက်သည်နှင့် မြန်မာလူမျိုးများ၏ အာရုံတွင် နံနက်ခင်းအရုဏ်တက်စတွင် စီတန်း၍ ဆွမ်းခံကြွလာသော သံဃာများကို မြင်ယောင်မိကြ ပေမည်။ ကိုရင်၊ ကျောင်းသား သို့မဟုတ် ဖိုးသူတော်က ကြေးစည်ကိုတီးခတ်၍ အရုဏ်တက် ဆွမ်းခံကြွကြသည်။ မြန်မာတို့သည် နံနက်ခင်း၌ သာယာသောအသံဖြင့် နိုးထလိုကြသည်။ ထိုအခါ ကျက်သရေမင်္ဂလာအပေါင်းနှင့် ပြည့်စုံသည်ဟု အယူရှိကြသည်။

## ကြေးစည်ဆိုသည်မှာ

ကြေးစည်ကို ကြေးဖြင့်ပြုလုပ်ကြသည်။ ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အပြားသုံးထောင့်ပုံဖြစ်ပြီး အပေါ် ထိပ်စွန်းကလုံး၍ အောက်အနားဘေးနှစ်ဖက်တွင် အစွယ်ပုံသဏ္ဍာန်အပေါ်သို့ ကော့တက်နေသည်။ အပေါ်၌ကြိုးတပ်ချိတ်ဆွဲရန် အပေါက်တစ်ပေါက်ရှိ သည်။ ကြေးထည်ပစ္စည်းများကို ပြုလုပ်ရာတွင် ပုံလောင်းယူခြင်းနှင့် ပုံခတ်ယူခြင်းဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိ သည်။ ပုံလောင်းယူရသော ပစ္စည်းမျိုးမှာခေါင်း လောင်းကဲ့သို့ ပစ္စည်းမျိုးဖြစ်သည်။ ကြေးစည်ကမူ ကြေးမောင်း၊ လင်းကွင်းတို့ကဲ့သို့ ကြေးခတ်ယူခြင်း မျိုးမဟုတ်ဘဲ ကြေးသွန်းယူရသည်။ ကြေးစည်ဆို သည်မှာ "သာသနာရေးဆိုင်ရာတွင် တီးခတ်အသုံးပြု ရသော ကြေးပြား"ဟု ပညာရှိတို့ ဖွင့်ဆိုခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ကြေးစည်မှာ အစိတ်အပိုင်းလေးခုရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ "ညောင်ရေတကောင်း၊ လက်တံ၊ လက် မောင်းနှင့်မေးဖျား" တို့ဖြစ်သည်။ (၁) ညောင်ရေ တကောင်းဆိုသည်မှာ ကြေးစည်၏ ထိပ်ပိုင်း ဘုရားရာကိုခေါ်သည်။ (၂) လက်တံဆိုသည်မှာ ကြေးစည်၏ ဘုရားရာကလည်ရစ်ကို ဆိုလိုသည်။ (၃) လက်မောင်းဆိုသည်မှာ ကြေးစည်၏ဘေးရှိ အပေါ်ဘက်သို့ကော့ထွက်နေသော အစွန်းနှစ်ခုဖြစ် သည်။ (၄) မေးဖျားဆိုသည်မှာ ကြေးစည်၏ အောက်ဘက်ကိုခေါ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ကြေးစည်ပြုလုပ်ရာမှာ အခြားသောတူရိယာပစ္စည်း များနှင့်လည်းမတူပေ။ အသံသာအောင် အချိုးအစား ကျအောင် သွန်းလုပ် ခတ်ယူရသော အတတ်ပညာ မျိုးဖြစ်သည်။ ဤကားကြေးသွန်းအတတ်ပညာ၏ ထူးခြားသော ဂုဏ်ရည်တစ်ခုပင်ဖြစ်သည်။

## ကြေးစည်နည်းနာ အဖြာဖြာ

ကြေးစည်သည်လည်း ခေါင်းလောင်းကဲ့သို့ တီးခတ်မှ အသံထွက်ပေါ်သဖြင့် အသံထွက်ကောင်း အောင်ပြုလုပ်ကြရသည်။ ကြေးစည်ရရှိရန် သွန်းလုပ် ပုံအဆင့်ဆင့်သည် စိတ်ဝင်စားဖွယ်ကောင်းလှသည်။ ကြေးစည်ပြုလုပ်ရန် သတ္တုရောစပ်ပုံမှာ ကြေးဆရာ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူကြပေ။ ကြေးနီ တစ်ပိဿာတွင် ခဲမဖြူ ၂၆ ကျပ်သားရောစပ်ပြုလုပ် ကြသည်။ ထိုအချိုးဖြင့်ပြုလုပ်ခြင်းကို ပထမတန်းစား ဟုခေါ်သည်။ တချို့က ကြေးနီနှစ်ပိဿာ၊ ကြေးဝါ နှစ်ပိဿာနှင့် ခဲမဖြူတစ်ပိဿာအချိုးဖြင့် ရောစပ် ပြုလုပ်ကြသည်။ ထိုအချိုးကို ဒုတိယတန်းစားဟု သတ်မှတ်ကြသည်။ တတိယတန်းစားအချိုးမှာ ကြေးနီအချိန်တစ်ဆယ်တွင် သွပ်ခုနစ်ပိဿာအချိုး ရောစပ်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဤကား ကြေးစည်ပြုလုပ်ရန် အတွက် ကြေးစည်နည်းအမျိုးမျိုးပင်ဖြစ်သည်။

## ကြေးစည်မှန်မှ အသံလှ

အသံလှဆိုသည်မှာ အသံသာယာခြင်းကို

ကိုယ်စားပြုသည်။ ကြေးစည်ကောင်းတစ်လက် အသံသာဖို့ ကြေးသား၊ ကြေးစပ်သင့်လျော်မှန်ကန် အောင် ဦးစွာစီမံဆောင်ရွက်ရသည်။ ကြေးစည် အသံကောင်းဖို့ဆိုလျှင် ကြေးစပ်ကောင်းခြင်း၊ ကြေးစပ်မှန်ခြင်းသည် အဓိကဖြစ်သည်။ ဝယ်သူ အများစုကတော့ ကြေးစည်၏အရောင်ကို အဓိက ထားဝယ်ယူတတ်ကြသည်။ ကြေးစည်သည် ရေရှည် ခံနိုင်မှု ရှိ၊ မရှိ ရာသီဥတုပြောင်းလျှင် အသံအနေ အထား အတိမ်းအစောင်းရှိ၊ မရှိ သက်တမ်းကြာလာ သည်နှင့်အမျှ အသံကျ၊ မကျ သို့သော် အလွန် နည်းပါးလှသည်။ ရှေးက ကြေးစည်ကို ရွှေသား



စစ်စစ်၊ ငွေသားစစ်စစ် ထည့်သွင်းသွန်းလုပ်ကြသည်။ သို့သော် ကြေးပါမှ အသံသာသည်ဟုသိရသည်။ ထို့ကြောင့် ကြေးစည်သွန်းလုပ်တော့မည်ဆိုလျှင် ကြေးစပ်ကောင်းအောင် အထူးဂရုစိုက်သွန်းလုပ်မှ အသံသာမည်ဖြစ်သည်။

## ကြေးစည်ပြုလုပ်ပုံ

ကြေးစည်သည် ကြေးသွန်းလုပ်ငန်းမှာပါဝင် သော်လည်း ကြေးစည်၏ အထူးအပါးအတွက် ကြေးခတ်ရာတွင် "ထူသုံးထူ၊ ပါးသုံးပါး"ရှိသည်။ "ထူသုံးထူ"မှာ ခေါင်းနှင့် လက်မောင်းနှစ်ဖက်ထူခြင်း ကို ဆိုလိုသည်။ "ပါးသုံးပါး"မှာ မေးနှင့် လက်တံ နှစ်ဖက်နေရာပါးခြင်းဖြစ်သည်။ မျက်နှာဘက်တွင် ပြန်၍ ကျောဘက်တွင် အနည်းငယ်ခွက်ထားလေ့ ရှိသည်။ ကြေးစည်သွန်းလုပ်မည်ဆိုလျှင် ပုံစံခွက် ကျအောင် စနစ်တကျပြုလုပ်ရသည်။ ကြေးစည်ကို ကြိုးဆွဲတီးခတ်ရန် အပေါက်ကိုကြေးစည်၏အထက် လေးပုံနှစ်ပုံခန့် ညောင်ရေတကောင်း၏ အခြေမှာ ဖောက်ရသည်။

အပေါက်ဖောက်စနစ်မကျပါက အသံပျက် ကြောင်း သိရသည်။ ကြေးစည်ကိုတီးခတ်လိုက်လျှင် အသံစူး၍ ဝေဝေစည်နေလေ့ရှိသည်။ အသံရပ်စေ လိုလျှင် ကြေးစည်၏ အောက်မေးဖျား အလယ်သား ကို ထိကိုင်လိုက်မှ အသံတိတ်သွားသည်။ ထို့ကြောင့် ကြေးစည်သည် "နားပန်းရိုက်လျှင်မေးက အော်သော ရိုက်ခတ်တီးရသော အရာတစ်မျိုးလည်းရှိပါသေး သည်။ ထိုစည်ဆိုသည်မှာ ကြိုးတပ်၍ တီးခတ်ရ သော ကြေးပြားဝိုင်းကြီး တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ရေအိုးကိုဘေးတိုက်မြင်ရသော ပုံမျိုး ဖြစ်သည်။ ထိုစည်ကို ဘုန်းတော်ကြီး ကျောင်းများမှာ တွေ့ရလေ့ရှိသည်။

## ကြေးစည်အမျိုးမျိုး

ကြေးစည်၏အရွယ်အစားသည်လည်းအမျိုးမျိုး ရှိသည်။ အရွယ်အစားသေးသေးမှ ပိဿာချိန် ၅၀

ကျော်အရွယ်ထိရှိကြောင်း မြန်မာ့စွယ်စုံကျမ်း၌ ဖော်ပြထားသည်။ ဘာသာသာသနာရေးကိစ္စများ၌ အသုံးပြုသောကြေးစည်သည် အသေးဆုံး နှစ်လက်မ အရွယ်မှ အကြီးဆုံးပိဿာချိန် ၄၀ မှ ၅၀ ထိရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ကြေးစည်ကို အကြီးနှင့်အသေးဟူ၍သာ အကြမ်းအားဖြင့်ခွဲခြားနိုင်သည်။ ကြေးစည်အသေး လေးများကို "လက်ဆွဲကြေးစည်" ဟုခေါ်သည်။ ရဟန်းသံဃာများ ဆွမ်းခံကြွရာတွင် တီးခတ်လေ့ ရှိသလို အိမ်ရှိဘုရားခန်းများမှာလည်းတွေ့နိုင်သည်။ ထိုထက်ကြီးသောကြေးစည်များကို ဘုန်းတော်ကြီး ကျောင်းများမှာ တွေ့ရသလို အလှူပွဲများနှင့်ဘာသာ

ရေးဆိုင်ရာလှည့်လည်ပွဲများအတွက် ကြိုးနှင့်ဆိုင်၍ ရှေ့နောက်ထမ်းကာတီးခတ်လေ့ရှိသည်။ ထိုကြေး စည်မျိုးကို "ထမ်းကြေးစည်"ဟုခေါ်သည်။ ကြေးစည်ဟုဆိုလိုက်သည်နှင့် မြန်မာလူမျိုး အများစုသည် ဘုရားခန်းရှိကြေးစည်ကိုသာ ပြေးမြင် မိကြပေလိမ့်မည်။ အကြောင်းမှာ မြန်မာလူမျိုးတို့၏ အိမ်ဦးခန်းဘုရားစင်ရှေ့တွင် ကြေးစည်ရှိသော ကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်း များနှင့် ဘုရားစေတီများမှာလည်း ရှိတတ်ကြသည်။ မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ကြေးစည်ကို အမြတ်တနိုး တန်ဖိုးထားကြသည်။ နံနက်မိုးသောက် အလင်း ရောက်ပြီဆိုလျှင် ကြေးစည်သံတလွင်လွင်နှင့် အမျှ ဝေဝေတ္တာပို့သံကိုကြားရသည်။ ထိုအခါ စိတ်၏ ကြည်နူးခြင်းကိုဖြစ်စေသည်။

ကြေးစည်ကို ကြေးတူရိယာအုပ်စုတွင် ထည့်သွင်း ထားသဖြင့် တူရိယာတစ်မျိုးဟုဆိုနိုင်သည်။ နံနက် ချိန်ခါ၌ သာယာသောတူရိယာသံဖြင့် နိုးထခြင်း လောက် ကောင်းသောကြည်နူးမှုမျိုးမရှိနိုင်ပေ။ ကြေးစည်သည် ခေါင်းလောင်းကဲ့သို့ ထိုးနှက်ရခြင်း မဟုတ်ပေ။ လက်ကိုင်ရိုးပါသော သစ်သားတင်းပုတ် ဖြင့် ကြေးစည်၏ထောင့်စွန်းကို တီးခတ်ပေးရခြင်း ဖြစ်သည်။ ထိုအခါကြိုးဆွဲထားသော ကြေးစည်သည် လည်၍ အသံထွက်လာသည်။ မြန်မာလူမျိုးများသည် ကြေးစည်ကို နံနက်အိပ်ရာထ ဘုရားရှိခိုးချိန်တွင် လည်းကောင်း၊ ဆွမ်းတော်ကပ်၊ ပန်းကပ်၊ ဆီမီးကပ်၊ ရေချမ်းကပ် စသည်တို့လှူဒါန်းချိန်တွင်လည်းကောင်း၊ ညအိပ်ရာဝင် ဘုရားရှိခိုးချိန်တွင်လည်းကောင်း တီးခတ်ပြီး အမျှဝေလေ့ရှိကြသည်။ ကြေးစည်တီး ခြင်းသည် ပတ္တိဒါနကိုဝေမျှရာ၌ အသုံးပြုသည်။ ပတ္တိဒါနဟူသည် မိမိရရှိထားသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု ကို သူတစ်ပါးအားပေးဝေရာတွင် တီးလေ့ရှိသော ပေးကမ်းခြင်းကို ကိုယ်စားပြုသည့်သင်္ကေတ တစ်မျိုးလည်းဖြစ်သည်။ ဒါ့ပြင် ပတ္တာနုမောဒနာ ဟုခေါ်ဆိုအပ်သော သူတစ်ပါးကပေးဝေသော

ကောင်းမှုကို ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြင့် ပြန်လည်ရယူ ခြင်းသဘောဆောင်သည့်အနေဖြင့်လည်း ကြေးစည် ကို တီးလေ့ရှိသည်။

## မြန်မာ့စလေ့နှင့်ကြေးစည်

ကြေးစည်သည် သာယာနာပျော်ဖွယ်အသံဖြစ် သော်လည်း ကြေးစည်တီးခတ်ရသည့် အကြောင်း ကိစ္စအပေါ်မူတည်၍ ကြေးစည်သံအပေါ် ထားသည့် ခံစားမှုမတူနိုင်ပေ။ ကြေးစည်ကို နေရာ အမျိုးမျိုး၌အသုံးပြုကြသည်။ သုမင်္ဂလအခမ်းအနား များ၌ အသုံးပြုကြသလို ဒုမင်္ဂလအခမ်းအနားများ မှာလည်းအသုံးပြုကြသည်။ သုမင်္ဂလဆိုသည်မှာ အလှူပွဲ၊ ရှင်လောင်းလှည့်ပွဲ၊ တရားပွဲများနှင့် ကုသိုလ်ရေးပွဲများကိုဆိုလိုသည်။ မြန်မာလူမျိုးများ သည် အလှူရေစက်လက်နှင့်မကွာလှူကြသော လူမျိုးများဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ဥပုသ်နေ့မျိုး၌ ဆွမ်းချက်ရန်အတွက် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းက ကြေးစည်တီး၍ သတိပေး နှိုးဆော်မှုများလည်းရှိသည်။ ထိုအခါ ဆွမ်းချက်ရန် ထကြရသည်။ ကြေးစည်သံကိုအဝေးကဆို ခပ်သဲ့သဲ့ ကြားရသည်။ နီးပါက သာယာပီသစွာကြားရသည်။ တချို့ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများမှာဆိုဆွမ်းစားချိန် နီးလျှင် ကြေးစည်တီးလေ့ရှိသည်။

ထို့ပြင် ဘုရားကျောင်းကန်ရှိစေတီပုထိုးများကို ဖူးမြော်ပြီး မြန်မာလူမျိုးတို့သည် ကြေးစည်တီးလေ့ ရှိကြသည်။ ထိုသို့ဆုတောင်းပြီး ကြေးစည်တီးလျှင် လိုရာပြည့်သည်ဟုယုံကြည်ကြသည်။

## ကြေးစည်တီးခြင်း၏အကျိုးများ

ကြေးစည်ကို မည်သည့်ခေတ်၊ မည်သည့်ခုနစ်၌ မည်သူက တီထွင်ပြုလုပ်ခဲ့သည်ကိုတော့မသိရပေ။ ကြေးစည်တီးခြင်းသည် အကျိုးများကိုရရှိစေ သည်။ ထိုအကျိုးများမှာ-

- (၁) ကြေးစည်သံသည် အအေးဓာတ်ကို ပေးသဖြင့် ကိလေသာကို ငြိမ်းစေခြင်း။
- (၂) ကောင်းသောသူတို့သာစုခေါ်နိုင်ပြီး၊ မကောင်းသောသူတို့အဝေးကိုပြေးစေခြင်း။
- (၃) မိမိမှာရှိနေသည့် ကံဆိုးကံညံ့များကို ပြေပျောက်သွားစေခြင်း။
- (၄) မိမိအားမကောင်းကြံသူများနှင့်ဝေးကွာ သွားစေခြင်း။
- (၅) ကြေးစည်သံသည် အဝေးသို့ရောက်နိုင် သဖြင့် အဝေးရှိနတ်၊ လူတို့သာစုခေါ်နိုင် ခြင်းစသည်တို့ဖြစ်သည်။

နိဂုံးချုပ်ဆိုရလျှင် မြန်မာလူမျိုးတို့၏ ကြေးစည် သည် ခေတ်အဆက်ဆက်မှ ယနေ့တိုင် အသုံးပြု နေဆဲဖြစ်သည့် မြန်မာ့စလေ့တစ်ခုလည်းဖြစ် သည်။ ဘုန်းတော်ကြီးများနှင့် ကိုရင်ငယ်များ ဆွမ်းခံကြွရာမှာလည်း ကြေးစည်ပါသည်။ အလှူပွဲ၊ ဘုရားပွဲနှင့် ရှင်ပြုပွဲများမှာလည်းကြေးစည်ပါ သည်။ ကြေးစည်နှင့် ဘာသာရေးသည် ဒွန်တွဲနေ သည်။ ကြေးစည်သည် စိတ်နှလုံးကို ငြိမ်းအေး ချမ်းမြေ့စေသည်။ စိတ်ကိုသာယာကြည်နူးစေသည်။ မြန်မာအများစုသည် ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်များ ဖြစ်ကြ သည့်အလျောက် ကြေးစည်သည်လည်း မြန်မာ လူမျိုးများနှင့်အတူ ဆက်လက်ရှိနေမည်ပင် ဖြစ်ပါကြောင်း လေ့လာဖော်ပြရေးသားလိုက် ရပေသည်။

## ကိုးကား

- ကြေးစည်ပြုလုပ်သောအထိမ်းအမှတ် - တက္ကသိုလ်ရင်သီရိ (မွှောစရိယာ ဘီအေ)။
- ကြေးသွန်း၊ ကြေးခတ်ပန်းတည်းအတတ် - အောင်ငြိမ်းချမ်း(မန်းတက္ကသိုလ်)။
- မြန်မာ့ကြေးစည် စန္ဒကူး(ဒေါက်တာသီတာမြင့်)။



# ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများရှိသည့် စားသုံးပေးသင့်သောငါးများ

ခိုင်ဇင်

ငါးစားတာဟာ မှတ်ဉာဏ်ကို ကောင်းစေတဲ့အပြင် အာရုံစူးစိုက်နိုင်မှုကို တိုးလာစေနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ငါးစားတာဟာ သင်ယူနိုင်စွမ်းကို မြှင့်တင်လာစေပြီး စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိတ်ဓာတ်ကျမှုကို လျော့ကျစေတဲ့အပြင် အသက်အရွယ်ကြီးလာချိန်မှာ ဦးနှောက်လုပ်ဆောင်မှု ကျဆင်းတာကို နှေးကွေးစေပါတယ်။ ငါးမှာ ပရိုတင်း၊ ဗီတာမင်ဒီ၊ ဗီတာမင်ဘီ-၁၊ ဆီလီနီယမ်၊ အိုင်အိုဒင်းဓာတ်တွေအပြင် ဦးနှောက်ကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်စေတဲ့ အိုမီဂါ-၃၊ DHAနဲ့ EPA စတဲ့ဓာတ်တွေ ပါဝင်ပါတယ်။ ငါးတိုင်းမှာ ဒီဓာတ်တွေပါတာမဟုတ်ပါဘူး။ ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးရှိစေတဲ့ ငါးတွေကို ရွေးချယ်စားသုံးတတ်ဖို့တော့ လိုပါတယ်။ အခုတစ်ပတ်မှာ ဖော်ပြပေးမှာကတော့ ကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးများတဲ့ ငါးအမျိုးအစားတွေထဲကတချို့ကို ဖော်ပြပေး သွားမှာပဲဖြစ်ပါတယ်။

## တူနာငါး



တူနာငါးမှာ အရည်အသွေးမြင့် ပရိုတင်း၊ အိုမီဂါ-၃ ကြွယ်ဝစွာ ပါဝင်ပါတယ်။ တူနာငါးမှာ အိုမီဂါ-၃ ပါဝင်တာကြောင့် နှလုံး ကျန်းမာရေးကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ သွေးကြောအတွင်းမှာရှိတဲ့ မကောင်းတဲ့ ကိုလက်စထရော့တွေကို လျော့ချပေးပြီး နှလုံးရောဂါနဲ့ လေဖြတ်ခြင်းတို့ကို ကာကွယ်ပေးပါတယ်။ တူနာငါးမှာပါတဲ့ အိုမီဂါ-၃၊ ဗီတာမင်ဘီကွန်းပလက်စ်တို့က မှတ်ဉာဏ်စွမ်းရည်ကိုတိုးတက်စေပြီး အသက်အရွယ်ကြီးရင့်လာတာနဲ့အမျှ ဖြစ်ပေါ်တတ်တဲ့ မှတ်ဉာဏ် ကျဆင်းတာကို ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ဦးနှောက်နဲ့ အာရုံကြောစနစ်ကို ကောင်းမွန်စေကာ အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ တူနာငါးဟာ ပရိုတင်းဓာတ်အလွန်ကြွယ်ဝပြီး ကယ်လိုရီနဲ့ အဆီဓာတ်နည်းပါးတာကြောင့် ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ချလိုသူတွေ အတွက် အထူးသင့်လျော်တဲ့အစားအစာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ခန္ဓာကိုယ် အတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်တဲ့ အမိုင်နိုအက်စ်စ် ပါဝင်တာကြောင့် ကြွက်သားတွေကို သန်မာစေပြီး တစ်သျှူးအသစ်တွေ ပြုပြင် တည်ဆောက်ရာမှာ အဓိကကူညီပေးပါတယ်။ ဗီတာမင်ဒီ၊ ဇင့်၊ ဖော့စဖရပ်စ်နဲ့ မဂ္ဂနီစီယမ်တို့ ပါဝင်တာကြောင့် အရိုးတွေကိုကြံ့ခိုင်စေ ပြီး ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ခုခံအားစနစ်ကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်ပါတယ်။ သတိပြုရမှာ ကတော့ တူနာငါးမှာ ပြဒါးအနည်းငယ်ပါဝင်တာကြောင့် ကိုယ်ဝန် ဆောင်မိခင်တွေအနေနဲ့ သတိပြုဆင်ခြင်စားသုံးသင့်ပါတယ်။

## ဆယ်လ်မွန်ငါး

ဆယ်လ်မွန်ငါးမှာ အိုမီဂါ-၃၊ EPAနဲ့ DHA ကြွယ်ဝစွာပါဝင်တာကြောင့် သွေးတွင်းရှိ မကောင်းတဲ့ကိုလက်စထရော့တွေကို လျော့ချပေးပြီး နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေကို သိသိသာသာ လျော့ချပေးပါတယ်။ ဒါ့ပြင် အိုမီဂါ-၃ ကြွယ်ဝစွာပါတာကြောင့် အယ်လ်ဇိုင်းမားရောဂါလို ဦးနှောက် ဆိုင်ရာယိုယွင်းမှုကို ကာကွယ်နိုင်ပြီး မှတ်ဉာဏ်စွမ်းရည်ကို ကောင်းမွန် စေပါတယ်။ ဆယ်လ်မွန်ငါးစားပေးတာဟာ အရိုးတွေကိုသန်မာစေပြီး အဆစ်အမျက်ရောင်ရမ်းတာ၊ ကြွက်သားတောင့်တင်းတာတွေကို သက်သာစေပါတယ်။ ဆယ်လ်မွန်ငါးမှာပါဝင်တဲ့ ဗီတာမင်အီးက အရေပြားကို နုပျိုစေပြီး ခရမ်းလွန်ရောင်ခြည်ဒဏ်က ကာကွယ်ပေးနိုင် ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ဆယ်လ်မွန်ငါးက ကယ်လိုရီနည်းပါးပြီး အရည်



အသွေးမြင့် ပရိုတင်းဓာတ်တွေ ကြွယ်ဝတာကြောင့် ဗိုက်ပြည့်လွယ် ကာ ကိုယ်အလေးချိန်လျော့ချသူတွေ စားပေးသင့်တဲ့ ငါးအမျိုးအစား ဖြစ်ပါတယ်။

## ဆာဒင်းငါး

ဆာဒင်းငါးတွေကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်တွေနဲ့ သက်ကြီးရွယ်အိုတွေ ပိုစားပေးသင့်ပါတယ်။ ဆာဒင်းငါးမှာ အသက်အရွယ်ကြီးချိန်မှာ ဖြစ်တတ်တဲ့ အရိုးပွတာ၊ အရိုးကျိုးလွယ်တာတွေကို သက်သာ စေတဲ့ ကယ်လ်စီယမ်ဓာတ်လဲ ကြွယ်ဝစွာပါဝင်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ဆာဒင်းငါးမှာ နှလုံးရောဂါကို ကာကွယ်ရာမှာအထောက်အကူပေးတဲ့ အိုမီဂါ-၃ ပါဝင်စွာပါပါတယ်။ သွေးခဲတာနဲ့ သွေးပေါင်ချိန် ကျတာ စတဲ့ရောဂါတွေဖြစ်နိုင်ခြေကိုလဲ လျော့ချပေးနိုင်ပါတယ်။ ပရိုတင်းဓာတ်ကြွယ်ဝတာကြောင့် ကျန်းမာတဲ့အရိုးအဆစ်နဲ့ ကြွက်သားတွေ တည်ဆောက်ရာမှာ အထောက်အပံ့ကောင်းဖြစ်စေ ပါတယ်။ ပရိုတင်းဟာ ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို အားကောင်း စေရုံသာမက ခန္ဓာကိုယ်အနံ့ကို အောက်ဆီဂျင် သယ်ယူပို့ဆောင် ဖို့အတွက်လဲ ဆောင်ရွက်ပေးပါတယ်။ ဆာဒင်းငါးတွေမှာ ကယ်လ်စီယမ်ဓာတ် ကြွယ်ဝစွာပါတာကြောင့် ကယ်လ်စီယမ်ဓာတ် လိုအပ်ပေမဲ့ နို့ထွက်ပစ္စည်းနဲ့ ဓာတ်မတည့်သူတွေ စားပေးသင့်တဲ့ ငါးဖြစ်ပါတယ်။



## မက်ကရယ်ငါး

မက်ကရယ်ငါးဟာ အိုမီဂါ-၃၊ ပရိုတင်းနဲ့ အာဟာရဓာတ် တွေ အမြောက်အမြားပါဝင်တဲ့ ပင်လယ်ငါးဖြစ်ပါတယ်။ နှလုံး ကျန်းမာရေးကို မြှင့်တင်ပေးတာ၊ သွေးပေါင်ချိန်ကို ထိန်းညှိပေး တာ၊ ဦးနှောက်လုပ်ဆောင်ချက်ကို ကောင်းမွန်စေတာနဲ့ အမြင် အာရုံကို ကောင်းမွန်ကြည့်လင်စေတာတွေက အဓိကကျန်းမာရေး အကျိုးကျေးဇူးတွေဖြစ်ပါတယ်။ မက်ကရယ်ငါးမှာ အိုမီဂါ-၃ ပါဝင်မှု မြင့်မားတာကြောင့် သွေးပေါင်ချိန်ကို ထိန်းညှိပေးပြီး နှလုံးခုန်မမှန် တာတွေကိုလျော့ချပေးကာ နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်ခြေကို ကာကွယ်ပေး ပါတယ်။ မက်ကရယ်ငါးဟာ ဦးနှောက်တစ်ရှူးတွေနဲ့ မျက်ကြည်လွှာ ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်တဲ့ဗီတာမင်ဒီလို အာဟာရဓာတ်

တွေ ကြွယ်ဝစွာပါဝင်ပါတယ်။ မက်ကရယ်ငါးကို ဆီးချို ရောဂါအခံရှိသူတွေအနေနဲ့ သွေးချိုနှုန်းကို ထိန်းညှိတဲ့ဖြည့်စွက်စာ အနေနဲ့ စားပေးသင့်ပါတယ်။



## ထရောက်ငါး

ထရောက်ငါးမှာ အိုမီဂါ-၃ ဓာတ်ကြွယ်ဝစွာပါဝင်တာကြောင့် နှလုံးကျန်းမာရေးကို အထူးကောင်းမွန်စေပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ထရောက်ငါးကို စားသုံးပေးပါက လေဖြတ်တာနဲ့ နှလုံးရောဂါ



ဖြစ်နိုင်ခြေကို လျော့နည်းစေပါတယ်။ ထရောက်ငါးလို ရေချို၊ ရေငန်ငါးမျိုးစိတ်ဟာ ဦးနှောက်လုပ်ဆောင်ချက်တွေကို အားကောင်းစေကာ အယ်လ်ဇိုင်းမားရောဂါဖြစ်တာကိုကာကွယ် ပေးနိုင်ပါတယ်။ ပရိုတင်းဓာတ်မြင့်မားစွာပါတာကြောင့် ခန္ဓာကိုယ် ကြွက်သားတွေကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးဖို့နဲ့ ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းတွေ ကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူဖြစ်စေပါတယ်။ ထရောက်ငါးမှာ ဗီတာမင်ဒီ၊ ဗီတာမင်ဘီ ၂၊ သံဓာတ်၊ ဇင့်၊ အိုင်အိုဒင်း၊ မဂ္ဂနီစီယမ်နဲ့ ပိုတက်စီယမ်တို့ပါဝင်တာကြောင့် ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးကို များစွာအထောက်အကူပြုပါတယ်။ ထရောက်ငါးဟာ ကလေးငယ် တွေရဲ့ ဦးနှောက်နဲ့ မျက်စိဖွံ့ဖြိုးမှုအတွက် လိုအပ်တဲ့ DHA ကို ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ပြီး ကိုယ်ဝန်ဆောင်တွေ ကိုယ်ဝန်လမစေတဲ့ မွေးဖွားတာကိုလဲ လျော့ချပေးနိုင်တဲ့အတွက် စားသုံးပေးသင့်တဲ့ ငါးအမျိုးအစားပဲဖြစ်ပါတယ်။

အခုဖော်ပြပေးခဲ့တာကတော့ ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများရှိ တဲ့ စားသုံးပေးသင့်တဲ့ငါးတွေအကြောင်းပဲဖြစ်ပါတယ်။ အထက်ဖော်ပြပါ ငါးတွေဟာ ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးတွေ များစွာပါပေမဲ့ တန်ဆေး လွန်ဘေးဖြစ်တတ်တာကိုတော့ သတိပြုဆင်ခြင်စားသုံးကြရမှာဖြစ် ပါတယ်။ ဒါမှသာ ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးတွေကို အပြည့်အဝရရှိမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီငါးတွေကို တစ်ပတ်မှာ နှစ်ကြိမ်ကနေ သုံးကြိမ်လောက် သာမျှတစွာစားသုံးပေးသင့်ပါကြောင်းအကြံပြုရေးသားလိုက်ရပါတယ်။

- Best Fish for Brain Health
- The Best Fish for Brain Health, According to a Dietitian

# ချစ်စရာအရွယ် စာဖတ်မယ်

**ကလေး စာပေကဏ္ဍ**

## အပျင်းရောဂါ

မင်္ဂလာပါ သားသား၊ မီးမီးတို့ရေ။ ဦးဦးဒီတစ်ပတ် ပြောပြဖို့ပုံပြင်ကိုတော့ "အပျင်းရောဂါ" လို့ အမည် ပေးထားပါတယ်ကွယ်။

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက သစ်ပင်တွေပေါ်တွဲ တောအုပ်ကြီးထဲမှာ မြေမိသားစု သုံးကောင်နေထိုင် ကြသတဲ့။ မြေဖေဖေနဲ့ မြေမေမေဟာ သူတို့ရဲ့ တစ်ကောင်တည်းသော သားမြွေကလေးကို အလွန် ချစ်ကြသတဲ့ကွယ်။ ချစ်လွန်းတဲ့အတွက် သားပူဆာ သမျှကို မျက်နှာအညှိုးမခံဘဲ ဖြည့်ဆည်းပေးသတဲ့ ကွယ်။ မြေဖေဖေနဲ့ မြေမေမေဟာ မြေတွေတတ်အပ် တဲ့ ပညာတွေကို ကျွမ်းကျင်တတ်မြောက်ကြသတဲ့ ကွယ်။ ဒါ့ပြင် မြေဇနီးမောင်နှံဟာ အခြားမြေတွေနဲ့ မတူတဲ့ပညာတစ်ခုကို တတ်ထားသတဲ့။ အဲဒီပညာ ကတော့ အခြားတိရစ္ဆာန်တွေကို ညှို့တတ်တဲ့ ပညာပေါ့ကွယ်။

ဒါကြောင့် တောတစ်ခုလုံးမှာရှိတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေ ဟာ အလွန်ကြောက်ကြတာပေါ့ ကွယ်။ ပြောရမယ် ဆိုရင် မြေဖေဖေနဲ့ မြေမေမေဟာ တောထဲက မြေတွေရဲ့ဘုရင်ပေါ့ကွယ်။ သားမြွေကလေးကတော့ မြေဖေဖေ၊ မြေမေမေရဲ့ အရှိန်အဝါနဲ့ အခြားမြေတွေရဲ့ ချစ်မြတ်နိုးမှုကိုခံနေရသတဲ့။ သားမြွေကလေး ဘာလိုချင်လိုချင် အခြားမြေတွေက ဖြည့်ဆည်းပေး ရတာပေါ့ကွယ်။ ဒါကြောင့် သားမြွေကလေးဟာ ဆိုးချင်တိုင်းဆိုးနေသတဲ့။

တစ်နေ့မှာတော့ မြေမေမေက မြေဖေဖေကို စကားဆိုသတဲ့။ "မြေဖေဖေရေ ကျွန်မတို့ သက်ရှိ ထင်ရှားရှိတုန်း သားမြွေကလေးကို ကျွန်မတို့တတ် ထားတဲ့ပညာတွေကို အခြားမြေတွေ မသိအောင် သင်ပေးကြရအောင်လို့" ပြောသတဲ့။

မြေဖေဖေကလဲ မြေမေမေရဲ့စကားကို ကြားတဲ့ အခါ လက်ခံသဘောတူသတဲ့ကွယ်။ ဒါကြောင့် မြေ ဖေဖေနဲ့ မြေမေမေဟာ သူတို့ရဲ့သားမြွေကလေးကို ပညာသင်ပေးဖို့ အခြားမြေတွေမရှိတဲ့နေရာကို ခေါ်ပြီး သူတို့တတ်ထားတဲ့ ပညာတွေကို သင်ပေး သတဲ့။ သားမြွေကလေးဟာ မြေဖေဖေသင်ပေးတဲ့ ပညာကို လေးလေးစားစား မသင်ချင်ဘူးတဲ့ကွယ်။ ခဏပဲသင်လိုက်ဆော့လိုက်။ အစာစားလိုက်ပဲ လုပ်နေသတဲ့ကွယ်။ အဲဒီနောက် မြေဖေဖေက သားမြွေကလေးကိုခေါ်ပြီး စကားဆိုသတဲ့။

"သား ဘယ်အလုပ်ကိုလုပ်လုပ် ဂရုတစိုက်လုပ်

ရမယ်သား။ အခု သားက မြေတို့တတ်အပ်တဲ့ ပညာ ကို ဂရုတစိုက်မသင်ဘဲ ကစားတာပဲ မက်နေရင် သားတစ်နေ့ဒုက္ခရောက်လိမ့်မယ်" လို့ ပြောဆို ဆုံးမသတဲ့ကွယ်။ ထိုအခါ သားမြွေကလေးက

"ဟားဟားဟား" လို့ အားရပါးရရယ်မောသတဲ့။ အဲဒီနောက် မြေဖေဖေကိုခေါ်ကာ "ဒီမှာကြည့် အဖေ" ဆိုပြီး ပြေးနေတဲ့ရှဉ့်ကလေးကို ညှို့တဲ့ပညာနဲ့ လှမ်းညှို့လိုက်တယ်ကွယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ ရှဉ့် ကလေးဟာ မြေဖေဖေနဲ့ သားမြွေကလေးကိုမြင်ပြီး



အလျင်အမြန်ပြေးသတဲ့ကွယ်။ အဲဒီအချိန်မှာ မြေဖေဖေက "ဟားဟားဟား" လို့ အားရပါးရ ရယ်မောသတဲ့။ အဲဒီနောက် မြေဖေဖေက

"သားသားဟာဖေဖေသင်ပေးတဲ့ညှို့တဲ့ပညာကို ထပ်ခါထပ်ခါ မလေ့ကျင့်တော့ အခု ရှဉ့်ကလေးက လွတ်သွားပြီ။ ကဲ အခုထပ်သင်ပေးမယ်။ ကြည့်ထား" လို့ဆိုသတဲ့ကွယ်။

မြေဖေဖေက အားကျိုးမာန်တက်သင်ပေးပေမဲ့ သားမြွေကလေးကတော့ ဖခင်စကားကို နားမထောင် ဘဲ မြေအဖော်တွေနဲ့ ကစားဖို့ထွက်သွားသတဲ့ကွယ်။ နောက်တစ်နေ့မှာတော့ မြေမေမေဟာ သားမြွေ ကလေးကိုခေါ်ပြီး စကားဆိုသတဲ့။

"သားရေ မြေတွေတတ်အပ်တဲ့ပညာကို ထပ်

သင်ရမယ်" လို့ ပြောသတဲ့ကွယ်။

အဲဒီအခါ သားမြွေကလေးက

"သား အဲဒီပညာတွေ မသင်ချင်ဘူးအမေရယ်။ သားပင်ပန်းတယ်။ အမေတို့ ရှိနေတာပဲ။ သားကို ဘယ်သူမှလဲ အနိုင်မကျင့်ရဘူး" လို့ သားမြွေ ကလေးဟာ မျက်ရည်တွေကျပြီး ငိုပြောသတဲ့ကွယ်။ မြေမေမေဟာ သားငိုတာကိုကြည့်ပြီး သနားနေ တယ်ကွယ်။ အဲဒီနောက်

"သားရယ် မြေတို့တတ်အပ်တဲ့ပညာကို မသင်

ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင်ဆော့နေသတဲ့။ မြေဖေဖေနဲ့ မြေမေမေဟာ သားမြွေကလေးရဲ့ ကြိုးစားချင် စိတ်မရှိတဲ့ စိတ်ဓာတ်ကို သိသွားသတဲ့ကွယ်။ မြေဖေဖေကတော့

"ရှင်မရေ ငါတို့မရှိတော့ရင် သားကလေးအတွက် ရင်လေးတယ်ကွယ်" လို့ ညည်းတွားသတဲ့ကွယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ လေပြင်းမုန်တိုင်းတိုက်သတဲ့ ကွယ်။ သစ်ပင်သစ်ကိုင်းတွေဟာ ပြိုလဲပျက်စီးကြ သတဲ့။ အဲဒီအချိန်မှာ သစ်ကိုင်းပိလိုသားမြွေကလေးရဲ့ ဖေဖေနဲ့မေမေဟာ သေသွားသတဲ့။ သားမြွေကလေး ဟာ သူ့ရဲ့မိဘတွေကိုကြည့်ပြီး ငိုကြွေးနေတာပေါ့ ကွယ်။ တောထဲမှာရှိတဲ့ မြေတွေလဲ သားမြွေ ကလေးရှိတဲ့နေရာကို ရောက်လာကြသတဲ့။ အဲဒီ အချိန်မှာ မြေတစ်ကောင်က

"ကဲဆွေမျိုးတို့ ငါတို့အားကိုးရတဲ့ မြေဇနီးမောင်နှံ ဟာ လေပြင်းတိုက်ပြီး သစ်ကိုင်းပိလို သေသွားပြီ။ ဒါကြောင့် သူတို့ရဲ့သားကို ဘယ်သူကခေါ်ထားမလဲ" လို့ မေးလိုက်သတဲ့ကွယ်။

အဲဒီအချိန် မြေအားလုံးက "မခေါ်နိုင်ဘူးဟေ့။ မခေါ်နိုင်ဘူး။ ဘာပညာမှ မတတ်တဲ့ငယ်ကို မခေါ်နိုင်ဘူး" လို့ ပြောကြသတဲ့ကွယ်။

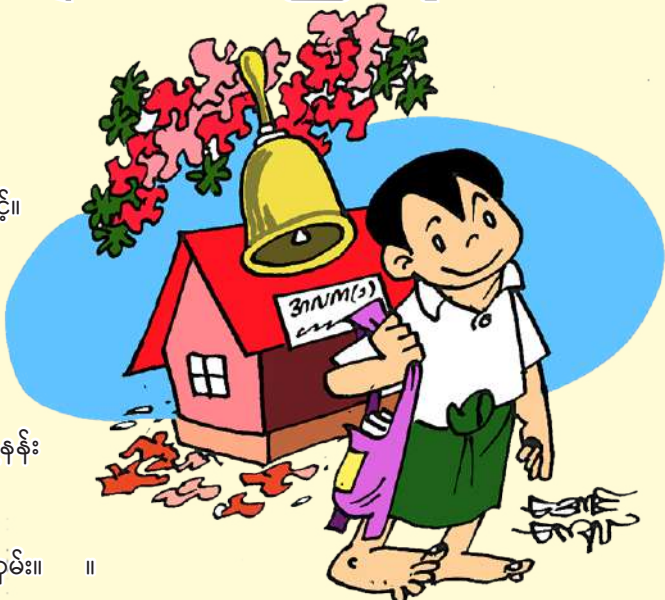
အဲဒီအခါ သားမြွေကလေးက ဒေါသတွေထွက်ပြီး မြေဖေဖေ၊ မြေမေမေသင်ပေးတဲ့ တိရစ္ဆာန်တွေကို ညှို့တဲ့ပညာကို ထုတ်သုံးဖို့ ကြိုးစားတာပေါ့ကွယ်။ သားမြွေကလေးဟာ ဘယ်လိုပဲ ညှို့တဲ့ပညာကို သုံးသုံး သေချာလေ့ကျင့်မထားတော့ မထိရောက် ဘူးပေါ့ကွယ်။ ဒါကြောင့် မြေအားလုံးဟာ သားမြွေ ကလေးကို သူတို့ရဲ့တောထဲမှာမနေဖို့ နှင်ထုတ် လိုက်ကြသတဲ့ကွယ်။ နောက်ဆုံးမှာတော့ ဘာပညာကိုမှ မတတ်တဲ့သားမြွေကလေးဟာ အစားမစားရ ရေမသောက်ရတာကြာတဲ့အခါ သေသွားသတဲ့ကွယ်။

ပုံပြင်လေးကတော့ ဒါပါပဲ သားသား၊ မီးမီးတို့ရေ။ သားသား၊ မီးမီးတို့လဲ "အပျင်းရောဂါ" ပုံပြင်ထဲက သားမြွေကလေးလို ပျင်းရိစွာမနေဘဲ ငယ်ငယ် ကတည်းက မိဘဆရာသင်ပေးတဲ့ပညာကို တတ် အောင်သင် အမြဲလေ့ကျင့်နေပြီး ပညာတတ်ကြီးဖြစ် အောင် ကြိုးစားပါလို့ ဦးဦးက တိုက်တွန်းလိုက် ပါတယ်ကွယ်။

မောင်ပုည(ဟင်္သာတမြေ)

## ကျောင်းတက်ကြပါစို့

- ◆ စိန်ပန်းပင်တို့ ဖူးငုံစီ ကျောင်းဖွင့်လှာသီ၊ အပွင့်နီနီ ပင်ယံတင့် ခေါင်းလောင်းသံတို့လွင့်။
- ◆ ပညာမြင့်မှ လူမျိုးဂုဏ် တင့်တယ်အလုံးစုံ၊ မွေးယူသင်းထုံ ဥယျာဉ်နန်း တို့ရဲ့စာသင်ခန်း ကျောင်းတော်ကြီးသို့လှမ်း။



ပန်းမာလာ

## စာအုပ်စာပေ ချစ်တတ်စေ

- ◆ စာအုပ်စာပေ ချစ်တတ်စေ လူငယ်မောင်မယ်တွေ၊ စာပေဆိုတာ တန်ဖိုးရှိ သိမြင်တိုးပွား၏။
- ◆ ကြောင်းကျိုးချိန်ညှိ ဘဝမှာ လမ်းမှန်ရောက်ဖို့ရာ၊ စာပေသည်သာ လမ်းပြပေး အောင်မြင်လိမ့်မနဲ့။



ရဲသွေးနီ(တက်ဝန်)

# နာဂကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရဒေသတွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ဟင်းသီးဟင်းရွက်ဧက ၃၅၀၀ စိုက်ပျိုးမည်



ယခင်နှစ်က ခရမ်းစိုက်ခင်းကို တွေ့ရစဉ်။

မုံရွာ မေ ၂၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး နာဂကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရ ဒေသတွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ဟင်းသီးဟင်းရွက် ဧက ၃၅၀၀ စိုက်ပျိုးသွားမည် ဖြစ်ကြောင်း စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ နာဂကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရဒေသ တွင် ဟင်းသီးဟင်းရွက် ဧက ၃၅၀၀ စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ဇွန်လပထမပတ်မှ စတင်စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှုလုံခြုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် လူမှုစီးပွားဘဝများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်ကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ဒုတိယတိုင်းဒေသကြီး ဦးစီးမှူး ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်က ပြောပြခဲ့သည်။

















တိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူး ဒေါ်စန်းစန်းမြင့်က ပြောပြသည်။ နာဂကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရ ဒေသတွင် ဟင်းသီးဟင်းရွက်စိုက်ပျိုးရန် မြို့နယ်အလိုက်လျာထားမှုအနေဖြင့် လေရှီးမြို့နယ်တွင် ၂၇၅ ဧက၊ ဆွမ္မရာမြို့တွင် ၂၅ ဧက၊ လဟယ်မြို့နယ်တွင် ၁၄၆၃ ဧက၊ ထန်ပါခွေမြို့တွင် ၃၇၅ ဧက၊ နန်းယုန်းမြို့နယ်တွင် ၅၅၅ ဧက၊ ဒုံဟီးမြို့တွင် ၄၄၂ ဧက၊ ပန်ဆောင်မြို့တွင် ၃၉၅ ဧက စုစုပေါင်း ဧက ၃၅၀၀ ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

## မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ တီလားဗီယားငါးအများအပြား တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့

မအူပင် မေ ၂၃ ရော့ဘတ်တိုင်းဒေသကြီး မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ပြီးခဲ့သည့် ဧပြီလအတွင်း တီလားဗီယားငါးပိဿာချိန် အများအပြား တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း မအူပင်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ယုဝေက ပြောပြသည်။

အားကောင်းနေတာကြောင့်ပိဿာချိန်တော်တော်များများ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရတယ်။ တီလားဗီယားငါးပိဿာချိန်တွေ တော်တော်များများ တင်ပို့ရောင်းချနေရတာကြောင့် ရေလုပ်ငန်းနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ သူတွေ အဆင်ပြေနေပါတယ်"ဟု မအူပင်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ယုဝေက ပြောပြသည်။

## စာအုပ်စာပေ လှူမိတ်ဆွေ

<p><b>■ အသည်းရောင်အသားဝါ (အေ) နှင့် (အီး) ရောဂါ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● အလွယ်တကူ ကျားစက်တတ်၍ ကပ်ရောဂါအသွင် အစုလိုက်အပြုံလိုက် ကျားစက်ခြင်းပွားနိုင်ပါသည်။</li> </ul>	<p><b>■ အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) နှင့် (စီ) ရောဂါ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● နာတာရှည်အသည်းရောင်ဖြစ်ပွားနိုင်ခြင်းကြောင့် အသည်းခြောက်ခြင်းနှင့် အသည်းကင်ဆာတို့ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားရာမှ အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်သည့် အထိ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။</li> </ul>	<p><b>■ အသည်းရောင်အသားဝါ ရောဂါ၏ လက္ခဏာများ</b></p>
<p><b>■ ကူးစက်နိုင်သော နည်းလမ်းများ</b></p>  <p>ရောဂါပိုးများ ပါရှိသည့် မသန့်ရှင်းသော ရေ၊ အစားအစာနှင့် လက်တို့မှ တစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်ပါသည်။</p>	<p><b>■ ကူးစက်နိုင်သော နည်းလမ်းများ</b></p>  <p>အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) နှင့် (စီ) ရောဂါပိုးပါဝင်သည့် သွေးသွင်းမိခြင်းနှင့် ဓနောကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ၊ အစားထိုးကုသမှုခံယူခြင်း။</p>	 ဖျားခြင်း  ပျို့အန်ခြင်း  ခိုက်အောင့်ခြင်း
<p>● စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောထားသည့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် ကျက်အောင်မချက်ထားသော အသားငါးများကို စားသောက်ခြင်း။</p> 	 <p>ရောဂါပိုးရှိသူ အသုံးပြုပြီးသော ဆေးထိုးအိမ်များဖြင့် ဆေးထိုးခြင်း၊ ဆေးထိုးအိမ်နှင့် ဆေးထိုးပြွန်များကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း။</p>	 ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှော့ ဖြစ်ခြင်း  မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း  အစားအသောက် ပျက်ခြင်း
<p>● စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောထားသည့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် ကျက်အောင်မချက်ထားသော အသားငါးများကို စားသောက်ခြင်း။</p> 	 <p>ပိုးသတ်မထားသော အပူအစရှိသည့် ချွန်ထက်သော ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုခြင်း (ဥပမာ - တက်တူးထိုးခြင်း၊ နားဖောက်ခြင်း)</p>	 မျက်လုံးဝါခြင်း၊ အသားဝါခြင်း  ဆီးအရောင်ရင့်ခြင်း၊ ဝမ်းအရောင်ဖျော့ခြင်း  အဆစ်အမြစ်များ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
 <p>● အသည်းရောင်အသားဝါ (အေ) နှင့် (အီး) ရောဂါပိုးရှိသူ လူနာနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ အနီးကပ်ထိတွေ့ခြင်း၊ ပြုစုခြင်း။</p>	 <p>ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း</p>	<p>ရောဂါပိုးရှိသူတိုင်းမှာ ရောဂါလက္ခဏာများအားလုံး မရှိနိုင်ပါ။ သာမန် လက္ခဏာမှ ပြင်းထန်သော လက္ခဏာများ အထိ တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ရောဂါလက္ခဏာများ ကွဲပြားနိုင်ပါသည်။</p> <p><b>ပြင်းထန်စွာ အသည်းရောင်ပါက ရုတ်တရက် အသည်းပျက်စီး၍ အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်နိုင်ပါသောကြောင့် နီးစပ်ရာ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းများသို့ အမြန်ဆုံး သွားရောက်ပြသပါ။</b></p>

အသည်းရောင်အသားဝါ (စီ) ရောဂါသည် အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ရောဂါ ပိုးရှိသူများတွင်သာ ကူးစက်ခံရနိုင်ပြီး ရောဂါပိုးကျားစက်ခံရမှုမှာလည်း အသည်းရောင်အသားဝါ (ဘီ) ကဲ့သို့ပင် ဖြစ်သည်။



**STARMART** အရောင်းဆိုင်များတွင် အရည်အသွေးမြင့် စားသောက်ကုန်များ အပါအဝင် ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းအမျိုးမျိုးကို ပိတ်ရက်မပို လက်လီလက်ကား ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါသည်။



STARMART nine mile Showroom - ၉-မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၃၀၈၆၀၀၀၀  
KHA YAE PIN MART - မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၇၀၄၄၃၅၅၅  
STARMART Mandalay Wholesale - ၂၆လမ်းနှင့် ၆၆လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၆၀၇၀၂၂၄၄  
STARMART Nay Pyi Taw - ရန်ကုန် - မန္တလေးလမ်းဟောင်း၊ ပျဉ်းမနား၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၈၅၁၀၉၀၇၇

# ထာဝရလှပသော အပြုံးအတွက်

Fluoride ပါဝင်သောကြောင့် သွားများကို ပြုစုပေးထောက်ပံ့ပေးပါသည်။

# DENTOMECH

ပင်ရင်းအရောင်း - ဖုန်း - ၀၉ ၆၉၉၀၂၇၀၈၅၊ ၀၉ ၄၂၈၀၅၅၁၆၉

STARMART nine mile Showroom - (၉)မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၃၀၈၆၀၀၀၀

KHA YAE PIN MART - မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၇၀၄၄၃၅၅၅

STARMART MANDALAY Wholesale - ၂၆လမ်းနှင့် ၆၆လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၆၀၇၀၂၂၄၄

STARMART Nay Pyi Taw - ရန်ကုန် - မန္တလေးလမ်းဟောင်း၊ ရွာကောက်ရပ်၊ ပျဉ်းမနား၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၈၅၁၀၉၀၇၇



DENTIST RECOMMENDED  
FDA အမှတ်-2212 PCE 0013

### ပျောက်ဆုံးကြောင်း

မဟာအောင်မြေ၊ မဟာမြိုင်-၁ နေ့ခင်းကောင်းလွင် (ဘ) ဦးမျိုးအေး (၉/မဟာမ(နိုင်)၀၇၁၈၄၄)၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ် အမှတ်(MI-220153)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိပါက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။ 09-452957606

### တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်းနှင့် မွေးသက္ကရာဇ်အမှန်

မန္တလေးမြို့၊ အောင်မြေသာစံမြို့နယ်၊ ဖောင်တော်ဦး ဘုန်းတော်ကြီးသင်အထက်တန်းကျောင်း၊ ပဉ္စမတန်း တွင် ပညာသင်ကြားနေသော မောင်ထက်မြတ်ဝင်း၏ ဖခင်အမည်မှာ ဦးဇူလိုင်မောင် (ခ) ဦးဇူလိုင်အောင်မှာ တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်းနှင့် မောင်ထက်မြတ်ဝင်း၏ မွေးသက္ကရာဇ်အမှန်မှာ ၂၉-၁၁-၂၀၁၄ ဖြစ်ပါကြောင်း။  
မောင်ထက်မြတ်ဝင်း  
၂၉-၁၁-၂၀၁၄

### ဖခင်အမည်မှန်

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ အမရပူရမြို့နယ်၊ ပလစ(၂)အခြေခံ ပညာစက်မှု စိုက်ပျိုး၊ မွေးမြူရေးအထက်တန်းကျောင်း၊ Grade-11 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော မောင်အောင်မြင့်မြတ်၏ဖခင်အမည် မှန်မှာ အိမ်ထောင်စုလူဦးရေစာရင်းအရ ဦးအောင်ဌေးဝင်းဖြစ်ပါ ကြောင်း။  
ဦးအောင်ဌေးဝင်း  
(၈/မကန(နိုင်)၁၄၄၄၇၇)

### ဖခင်အမည်မှန်

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မဟာအောင်မြေမြို့နယ်၊ အမှတ်(၂၅) အမက၊ K8 မှ မောင်ပြည့်စုံအောင်၊ ကျောင်းဝင်အမှတ်-၀၃၈၅ ၏ ဖခင်အမည်မှန်မှာ ဦးစိုးကြွယ်(၉/မလန(နိုင်)၀၉၄၇၈၅)ဖြစ်ပါကြောင်း။  
ဦးစိုးကြွယ်

### ပျောက်ဆုံးကြောင်း

မိုးကုတ်မြို့၊ လီရှောလယ်ဦးရပ်ကွက်နေ ဗျာမဆာ (ဘ) ဦးအလေး(၉/မကန(နိုင်)၁၄၇၃၃၄)၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ် အမှတ်(M-348940)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိပါက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။ 09-787381105

### ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန  
ကုသရေးဦးစီးဌာန

မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်း၊ ဦးခေါင်းနှင့်လည်ပင်းခွဲစိတ်အထူးကုဆေးရုံကြီး  
အိတ်ဖွင့်တင်ဒါခေါ်ယူခြင်း

၁။ မန္တလေးမြို့၊ မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်း၊ ဦးခေါင်းနှင့်လည်ပင်းခွဲစိတ် အထူးကု ဆေးရုံကြီးသည် ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်အတွက်(FDA)အသိအမှတ်ပြု ဆေးနှင့်ဆေး ပစ္စည်းများ ဓာတ်ခွဲခန်းသုံးနှင့် ဓာတ်မှန်ခန်းသုံး ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ Consumable များကို မြန်မာကျပ်ငွေဖြင့် ဝယ်ယူလိုပါသဖြင့် အိတ်ဖွင့်တင်ဒါများ တင်သွင်းနိုင်ရန် အသိပေး အပ်ပါသည်။

၂။ တင်ဒါလျှောက်လွှာများစတင် - (၂၅-၅-၂၀၂၆)တနင်္လာနေ့ ရောင်းချမည့်ရက်

တင်ဒါလျှောက်လွှာပိတ်မည့်ရက် - (၂၄-၆-၂၀၂၆)ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ (ညနေ ၄:၀၀ နာရီ)

၃။ အိတ်ဖွင့်တင်ဒါနှင့်သက်ဆိုင်သည့်အချက်အလက်များကို အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက ရုံးချိန်အတွင်း ဆေးရုံအုပ်ကြီးရုံးခန်းတွင် လာရောက်စုံစမ်းနိုင်ပါသည်။

တင်ဒါကော်မတီ  
မျက်စိ၊ နား၊ နှာခေါင်း၊ လည်ချောင်း၊ ဦးခေါင်းနှင့်လည်ပင်း  
ခွဲစိတ်အထူးကုဆေးရုံကြီး၊ မန္တလေးမြို့၊  
ဖုန်း ၀၉-၅၁၆၇၀၄၉၊ ၀၉-၇၇၇၀၇၄၃၅၉

### တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်း

ရန်ကုန်အနောက်ပိုင်းတက္ကသိုလ်၊ ရုက္ခဗေဒဒုတိယနှစ် မဟာတန်းတွင်တက်ရောက်နေသော မနှင်းသီတာခိုင်၏ ဖခင် (၈/ရစက(နိုင်)၀၄၅၅၈၅)ကိုဆောင်သူ ဦးဝင်းဗိုလ် နှင့် ဦးဝင်းဘိုမှာ တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်း။

ဦးဝင်းဗိုလ် (ခ) ဦးဝင်းဘို(၈/ရစက(နိုင်)၀၄၅၅၈၅)

### တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်း

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်၊ ရပ်ကွက်ကြီး(၃)နေ ဦးနေသူရ၏သား မောင်ဇင်မင်း သန့် (ခ) ဇွဲသူရလင်းမှာ တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်း။

မောင်ဇင်မင်းသန့် (ခ) ဇွဲသူရလင်း  
(၉/ပဥလ(နိုင်)၁၂၀၅၅၇)

**သင့်သွေးဖြင့် အသက်ကယ်ပါ**

**သစ်တောနဲ့ သစ်ပင် ချစ်ခင်တဲ့ လူမျိုး သစ်ပင်ကို နှစ်စဉ်စိုက် ရွှေတိုက် ကိုစိုး**



လူကုန်ကူးခံရသူများအနေဖြင့် အကူအညီနှင့်အားပေးမှုများ လိုအပ်သည်ဟု ခံစားနေရပါက သတင်းအချက်အလက်မျှဝေရာစင်တာသို့ ဆက်သွယ်နိုင်ပါသည်။  
ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာ - လူမှုဝန်ထမ်းကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာန  
ပြန်လည်ထူထောင်ရေးဦးစီးဌာန  
အမှတ်(၆၅)ကျောက်ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး  
ဆက်သွယ်ရမည့်ဖုန်း - ၀၁-၆၆၆၆၁၉ (ရုံးချိန်အတွင်း)

❖ နိုင်ငံတော်ရွှေသီးဖို  
ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်ဖွံ့ဖြိုးဖို ပညာရေးကို  
အားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်သာယာဖို  
သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းကြစို့။

ကျောင်းဖွင့်ချိန်တွင် ကျောင်းသား၊  
ကျောင်းသူများ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ  
ပညာသင်ကြားနိုင်ရေးအတွက် အခြေခံ  
ပညာကျောင်းများ၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်း  
ရေးဆောင်ရွက်

စာမျက်နှာ - ၂၃

မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ်ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ  
စတင်ကျင်းပ၊ မြဝတီအက်စ်စီအသင်း  
နှင့် ဂလက်ဆီအက်စ်စီအသင်းတို့  
နိုင်ပွဲကိုယ်စီရရှိ

စာမျက်နှာ - ၈

၂၀၂၆ ခုနှစ် ရေကြောင်းနှင့် လေကြောင်းလူငယ်သင်တန်းများမှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ  
နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေအတွင်းရှိ အထင်ကရနေရာများသို့ သွားရောက်လေ့လာ



မာရဝိယေဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်မြတ်ကြီးအား အခြေခံလေကြောင်းလူငယ်သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၁၀)နှင့် တန်းမြင့်လေကြောင်းလူငယ်သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၉)မှ  
သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ လှည့်လည်ဖူးမြော်ကြည်ညိုကြစဉ်။

နေရာအနှံ့အပြား  
မိုးထစ်ချုန်းရွာပြီး  
နေရာကွက်၍ မိုးကြီးနိုင်

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
ကယားပြည်နယ်နှင့် ချင်းပြည်နယ်တို့တွင်  
နေရာကျကျစစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်း၊  
ရခိုင်ပြည်နယ်တို့တွင် နေရာစိပ်စိပ်နှင့် ကျန်တိုင်း  
ဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်တို့တွင် နေရာအနှံ့အပြား  
မိုးထစ်ချုန်းရွာပြီး နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်း  
ဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဧရာဝတီတိုင်း  
ဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ မွန်ပြည်နယ်  
တို့တွင် နေရာကွက်၍ မိုးကြီးနိုင်သည်။ ရွာရန်  
ရာနှုန်းပြည့်ဖြစ်သည်။ (မိုး/လေ)

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
နေပြည်တော်သို့ ရောက်ရှိနေသော ရေကြောင်း  
လူငယ်အခြေခံနှင့် တန်းမြင့်သင်တန်း အမှတ်စဉ်  
(၁/၂၀၂၆)မှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများနှင့်  
အုပ်ချုပ်သူနည်းပြများသည် ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင်  
တပ်မတော်စစ်သမိုင်းပြတိုက် (နေပြည်တော်)နှင့်

အမျိုးသားအထိမ်းအမှတ်ဥယျာဉ် (နေပြည်တော်)ရှိ  
မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းလုံးမှ တန်ခိုးကြီးဘုရား၊ စေတီ၊  
ပုထိုးများ၏ ပုံစံငယ်များ၊ အထင်ကရနေရာများ၊  
တိုင်းရင်းသားလူမျိုးတို့၏ ရိုးရာအထိမ်းအမှတ်ပြယုဂ်  
များကို သွားရောက်လေ့လာကြရာ တာဝန်ရှိသူများက  
လိုက်လံရှင်းလင်းပြသပြီး သင်တန်းသား၊ သင်တန်း

သူများ၏ သိရှိလိုသည်များ မေးမြန်းမှုကို ပြန်လည်  
ရှင်းလင်းဖြေကြားကြသည်။  
မွန်းလွဲပိုင်းတွင် အဆိုပါသင်တန်းသား၊ သင်တန်း  
သူများအုပ်ချုပ်သူနည်းပြများသည် နေပြည်တော်ရှိ  
ဥပ္ပုတသန္တီစေတီတော်မြတ်ကြီးသို့  
စာမျက်နှာ ၂၀ ကော်လံ ၁ ☆



လျှပ်စစ်ဓာတ်အားထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးပေးနေသည့်  
အခြေအနေများကို ပြည်သူများသို့ အသိပေးတင်ပြ

နေပြည်တော် မေ ၂၃  
လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာနသည် ပြည်သူများ  
လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင်ကို ကြောင့်ကြကင်းစွာအသုံး  
ပြုနိုင်ရေးအတွက် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။  
နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားတိုးမြှင့်  
ထုတ်လုပ်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ခဲ့  
သည့်စီမံကိန်းများအနက် အချို့သည် အမျိုးမျိုးသော

နှောင့်ယှက်ဟန့်တားမှု၊ ပယောဂများကြောင့်  
အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ခဲ့ခြင်းမရှိဘဲ ပြည်သူလူထု  
လိုအပ်ချက်၏ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်သာ ထုတ်လုပ်ပေး  
နိုင်လျက်ရှိသည်။ တစ်ဖက်တွင်လည်း ပြည်သူလူထု  
၏သုံးစွဲလိုမှုမှာ နှစ်စဉ် ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့် တိုးတက်  
လာသည်ဖြစ်ရာ ဝန်နှင့်အား မမျှတော့ဘဲ ရှမ်းကန်  
နေရာသည့်အခြေအနေဖြစ်သည်။  
လျှပ်စစ်ထုတ်လုပ်မှု၏ ၃ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း  
ခန့်ကို ဓာတ်အားပေးစက်ရုံနှင့် ဓာတ်အားခွဲရုံများ  
တွင် စာမျက်နှာ ၁၉ ကော်လံ ၁ ○

လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးစနစ်တစ်လျှောက်  
ဖျက်ဆီးခံရမှုများကို တွေ့ရစဉ်။

Quality For You ဝီဂါ ပလတ်စတစ်လူသုံးကုန်ပစ္စည်းထုတ်လုပ်ရေးစက်ရုံ Quality For You

ပစ္စည်းထည့်ပိုးအမျိုးမျိုး ပစ္စည်းထည့်ပိုးအမျိုးမျိုး ဓရေဗျိုးခန်းသုံးပစ္စည်းများ

ရန်ကုန်-မန္တလေးကားလမ်း(လမ်းဟောင်း)၊ မိုင်တိုင်အမှတ် (၃၇၆/၃)၊ ဘယ်လင်းကျေးရွာအနီး၊ စဉ့်ကိုင်မြို့၊ ၀၉-၂၀၀၂၀၅၀၊ ၀၉-၄၀၂၆၃၉၆၈၉၊ ၀၉-၇၉၈၅၂၆၂၄၉