



ရတနာပုံ

၁၉၉၂ ခုနှစ် ၊ မေလ ၁ ရက် စတင်ထုတ်ဝေသည်။

yadanarbonnews.com

၁၃၈၈ ခုနှစ် ၊ နယုန်လကွယ် ၊ တနင်္ဂနွေနေ့ ၊ (14-6-2026) ၊ အတွဲ (၃၅) ၊ အမှတ် (၀၄၅)

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

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

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်

၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲသို့ တက်ရောက်၍ မဟော်ဂနီပျိုးပင်ကို ဦးဆောင်စိုက်ပျိုးပေး

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃

၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ် မိုးရာသီ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ပြည်ထောင်စု နယ်မြေ နေပြည်တော် ဒက္ခိဏသီရိမြို့နယ် ပလေးကြိုးပိုင်း အကွက် အမှတ်(၁)တွင် ကျင်းပရာ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် တက်ရောက်၍ မဟော်ဂနီ ပျိုးပင်ကို ဦးဆောင်စိုက်ပျိုးပေးသည်။

အခမ်းအနားသို့ နိုင်ငံတော်သမ္မတနှင့်အတူ ဒုတိယသမ္မတများ ဖြစ်ကြသည့် ဦးညိုစောနှင့် ဒေါ်နန်းနီနီအေး၊ ပြည်သူ့လွှတ်တော် ဥက္ကဋ္ဌ ဦးခင်ရီ၊ အမျိုးသားလွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ ဦးအောင်လင်းဒွေး၊ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်ကြီးရဲဝင်းဦး၊ ဒုတိယ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း) ဗိုလ်ချုပ်ကြီးကျော်စွာလင်း၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့်ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်

ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများ၊ နေပြည်တော်ကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ၊ ကာကွယ် ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ နေပြည် တော်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး၊ ဒုတိယဝန်ကြီးများနှင့် ဝန်ကြီးဌာန များမှ ဌာနဆိုင်ရာအရာထမ်း၊ အမှုထမ်းများ၊ နေပြည်တော်ရှိ တက္ကသိုလ်ကောလိပ်များနှင့် အခြေခံပညာကျောင်းများမှ ပါမောက္ခ ချုပ်၊ ဒုတိယပါမောက္ခချုပ်၊ ကထိကဆရာ၊ ဆရာမကြီးများ၊ ကျောင်း သား၊ ကျောင်းသူများနှင့် တာဝန်ရှိသူများ တက်ရောက်ကြသည်။

စာမျက်နှာ ၁၆ ကော်လံ ၁

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမ အကြိမ် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားတွင် မဟော်ဂနီပျိုးပင်ကို ဦးဆောင်စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။



ဟုမ္မလင်းမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် နွေသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက စိုက်ပျိုးခဲ့သည့် စပါးကေအားလုံး ရာနှုန်းပြည့်ရိတ်သိမ်းပြီးစီး

ဟုမ္မလင်း ဇွန် ၁၃
စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ဟုမ္မလင်း ဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။
ခရိုင် ဟုမ္မလင်းမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ်သီးနှံ စိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါး ၁၁၂၉ ဧကထိ စိုက် ပျိုးနိုင်ခဲ့ကြောင်းအဆိုပါစိုက်ပျိုးထားသော စပါးစိုက်ခင်းများကို ဧပြီလ ပထမပတ်မှ စာမျက်နှာ ၂၀ ကော်လံ ၁

မန္တလေး-မြစ်ကြီးနား လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက်ရှိ မြို့ရွာများ၌ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရန် အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများနှင့် ထောက်ပံ့ရေးကုန်ပစ္စည်းများ တင်ဆောင်လာသော မော်တော်ယာဉ်များ တတိယအကြိမ် မြစ်ကြီးနားမြို့သို့ ထပ်မံရောက်ရှိ၊ ဒေသခံပြည်သူများက ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာစွာကြိုဆို

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃
နိုင်ငံတော်အစိုးရအနေဖြင့် နိုင်ငံ တစ်ဝန်း တည်ငြိမ်အေးချမ်းစေရေးနှင့် ဒေသတွင်းနေထိုင်ကြသည့် ပြည်သူများ ၏ လူမှုစီးပွားဘဝများ လုံခြုံစိတ်ချဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်လာစေရေးအတွက် အစဉ်တစိုက် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရန် လမ်းညွှန်ထား မှုအပေါ် တပ်မတော်အနေဖြင့် ထိရောက် စွာအကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက် လျက်ရှိပြီး ဒေသအလိုက် တည်ငြိမ် အေးချမ်းရေး၊ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး အဆင်ပြေချောမွေ့လာစေရေး၊ စာမျက်နှာ ၂၀ ကော်လံ ၁



မန္တလေးမြို့မှ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးကုန်ပစ္စည်းများတင်ဆောင်လာသည့် မော်တော် ယာဉ်များ မြစ်ကြီးနားမြို့သို့ ရောက်ရှိလာရာ ဒေသခံပြည်သူများက ကြိုဆိုကြစဉ်။

လေယာဉ်လက်မှတ်ခနှုန်းထားများ သတ်မှတ်ဈေးနှုန်းထက် ပိုမိုရောင်းချသည့် မည်သူမဆို ဥပဒေနှင့်အညီ ထိရောက်စွာ အရေးယူဆောင်ရွက်သွားမည်

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃
လေကြောင်းလိုင်းများ၏ လေယာဉ်လက်မှတ်ခနှုန်းထားများကို သတ်မှတ်ဈေးနှုန်းထက် ပိုမိုသည့်နှုန်းထားဖြင့် ဝယ်ယူခဲ့ရ ပါက ခရီးသည်အမည်၊ ဝယ်ယူခဲ့သည့်ရက်စွဲ၊ ခရီးစဉ်အချက်အလက်၊ Booking PNR/Ticket အမှတ်၊ ဝယ်ယူခဲ့သည့် agent အမည်၊ ဝယ်ယူခဲ့ရသည့်ဈေးနှုန်းနှင့် ငွေပေးချေသည့်အထောက်အထား စသည့် တိကျသည့်သတင်းအချက်အလက်များနှင့်အတူ သက်ဆိုင်ရာလေကြောင်းလိုင်းများသို့ တိုက်ရိုက်တိုင်ကြားနိုင်ကြောင်းနှင့် လေယာဉ်လက်မှတ်ခနှုန်းထားများကို သတ်မှတ် ဈေးနှုန်းထက် ပိုမိုရောင်းချသည့် မည်သူမဆို ဥပဒေနှင့်အညီ ထိရောက်စွာအရေးယူဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း လေကြောင်းပို့ဆောင်ရေးညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာနက အသိပေးအကြောင်းကြားထားကြောင်း သိရသည်။ (သတင်းစဉ်)

နေရာ အနှံ့အပြား မိုးထစ်ချရန် ရွာမည် (၁၃-၆-၂၀၂၆)

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်းနှင့် ကယားပြည် နယ်တို့တွင် နေရာကျကျ၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် နေရာစိပ်စိပ်၊ ကျန်တိုင်း ဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ်တို့တွင် နေရာအနှံ့အပြားမိုးထစ်ချရန် ရွာပြီး ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေး တိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်နှင့် ရခိုင်ပြည်နယ်တို့တွင် နေရာကွက်၍ မိုးကြီး နိုင်သည်။ ရွာရန်ရာနှုန်းပြည့်ဖြစ်ကြောင်း မိုးလေဝသနှင့် လေဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာနက သတင်းထုတ်ပြန်ထားသည်။

အမရပူရမြို့နယ် သာလှအေးကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

အမရပူရ ဇွန် ၁၃ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး အမရပူရ ခရိုင် အမရပူရမြို့နယ် ကျေးလက် ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန က သာလှအေးကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း အရင်းအမြစ်ပေးအားပေးဆောင်ရွက်ခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များ၊ အကျိုးကျေးဇူးများ၊ စီမံကိန်းလက်စွဲစာစောင်ပါ အကြောင်းအရာများ၊ ကျေးလက်နေပြည်သူများ ထားရှိရမည့် ကျေးရွာစီမံကိန်းများ၊ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပါ ကျေးလက်နေရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ပြည်သူများ၏ တာဝန်နှင့်ခံစားခွင့်

ဒေါ်ပပအေးက သာလှအေး များ၊ ပြစ်မှုပြစ်ဒဏ်များကို ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များက သာလှအေးကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၅၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ ဒသမ ၆ သန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းကိုင်သူ ၃၅ ဦးကို ငွေကျပ် ၇ ဒသမ ၄ သန်း၊ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၁၉ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ သန်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များထံ စီမံကိန်း ရန်ပုံငွေကျပ် ၃၃ သန်း လွှဲပြောင်းပေးအပ်သည်။ ထို့နောက် မြစ်မီးရောင်

ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များက သာလှအေးကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၅၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ ဒသမ ၆ သန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းကိုင်သူ ၃၅ ဦးကို ငွေကျပ် ၇ ဒသမ ၄ သန်း၊ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၁၉ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ သန်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များထံ စီမံကိန်း ရန်ပုံငွေကျပ် ၃၃ သန်း လွှဲပြောင်းပေးအပ်သည်။ ထို့နောက် မြစ်မီးရောင်

ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များက သာလှအေးကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၅၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ ဒသမ ၆ သန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းကိုင်သူ ၃၅ ဦးကို ငွေကျပ် ၇ ဒသမ ၄ သန်း၊ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ ၁၉ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၉ သန်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များထံ စီမံကိန်း ရန်ပုံငွေကျပ် ၃၃ သန်း လွှဲပြောင်းပေးအပ်သည်။ ထို့နောက် မြစ်မီးရောင်

ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်၌ ရပ်ရွာအခြေပြု လူကုန်ကူးမှုစစ်ဖော်ထုတ်ရေးသင်တန်းပို့ချ

မန္တလေး ဇွန် ၁၃ ပြည်ထဲရေးဝန်ကြီးဌာန မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ အမှတ်(၁၁)လူကုန်ကူးမှုတားဆီးနှိမ်နင်းရေးရဲတပ်ဖွဲ့ စု(မန္တလေး)မှ ကြီးမှူးကျင်းပသော ရပ်ရွာအခြေပြုလူကုန်ကူးမှုစစ်ဖော်ထုတ်ရေးသင်တန်းကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်ရှိ ခရိုင်ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေး ဦးစီးဌာန လူထုအခြေပြုဗဟိုဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ရှေးဦးစွာ ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ် စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်လူကုန်ကူးမှု တားဆီးကာကွယ်ရေးအဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ ဦးဝင်းမင်းထွန်းက အမှာ

စကားပြောကြားသည်။ ထို့နောက် အမှတ်(၁၁)လူကုန်ကူးမှုတားဆီးနှိမ်နင်းရေးရဲတပ်ဖွဲ့ စု(မန္တလေး)မှ တပ်ဖွဲ့စုမှူး ရဲမှူးခင်မာဝင်းက ရပ်ရွာအခြေပြုလူကုန်ကူးမှု စစ်ဖော်ထုတ်ရေးသင်တန်းနှင့် ပတ်သက်သော အကြောင်းအရာများကို ရှင်းလင်းပြောကြားပြီး အသိပညာပေးလက်ကမ်းစာစောင်များ ပြန့်ဝေခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါသင်တန်းသို့ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူ ၉၈ ဦး တက်ရောက်ကြပြီး သင်တန်းကို နံနက် ၉ နာရီမှ ညနေ ၄ နာရီထိ သင်တန်းနည်းပြသုံးဦးက သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ဇင်မင်းမောင်

မြောင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၂၅၅၉ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်



မြောင် ဇွန် ၁၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး စစ်ကိုင်းခရိုင် မြောင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၂၅၅၉ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း မြောင်မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ မြောင်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ်

မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၂၅၅၉ ဧက စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး အဆိုပါစိုက်ပျိုးမှုကို ယခုနှစ် မေလ ပထမပတ်မှ စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ၂၅၅၉ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီ ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ "ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ

မြောင်မြို့နယ်မှာ ပဲတီစိမ်း ၁၆၉၅၅ ဧက စိုက်ပျိုးဖို့လျာထားပါတယ်။ ဒီနေ့ထိ ၂၅၅၉ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ လျာထားဧကပြည့်မီ အောင်စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့ ပဲတီစိမ်းဧက တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးဖို့ အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်ဖို့ မျိုးကောင်းမျိုးသန့် တွေသုံးစွဲဖို့ အသိပညာပေးတာ

တွေရှိပါတယ်"ဟု မြောင်မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးမြင့်သူက ပြောပြသည်။ မြောင်မြို့နယ်တွင် ပဲတီစိမ်း စိုက်တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနက ဒေသနှင့် ကိုက်ညီသည့် မျိုးကောင်းမျိုးသန့် ရရှိရေး၊ စိုက်နည်းစနစ်မှန်ကန်ရေး၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှု ကင်းရှင်းရေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာ စနစ်တကျသုံးစွဲရေး၊ အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်ရေး တို့ကို အသိပညာပေးဆောင်ရွက် လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။ ပဲတီစိမ်းကို အထွက်နှုန်း တက်ကောင်းမွန်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှုလုံလုံ စေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချ နိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိပြီး လူမှုစီးပွား ဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့် ပဲတီစိမ်းကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းကြ ရမည်ဖြစ်ကြောင်း မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးမြင့်သူက ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့်ပြည်သူ့အင်အား ဝန်ကြီးဌာန၏ ၃၁ နှစ်ပြည့် နှစ်ပတ်လည်နေ့ အထိမ်းအမှတ် စုပေါင်းသွေးလှူဒါန်း

မန္တလေး ဇွန် ၁၃ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့်ပြည်သူ့ အင်အားဝန်ကြီးဌာန၏ ၃၁ နှစ်ပြည့် နှစ်ပတ်လည်နေ့အထိမ်းအမှတ် စုပေါင်းသွေးလှူဒါန်းပွဲကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက မန္တလေး ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်ရှိ မန္တလေး အထွေထွေရောဂါကု ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီးမန်းတောင်ရိပ် ကိုးထပ်ဆောင် အစည်းအဝေး ခန်းမ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ရှေးဦးစွာ လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေး နှင့်ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာနမှ ဝန်ထမ်း ၅၄ ဦးက သွေးဖောက် လှူဒါန်းကြရာ သွေးလှူဘဏ် ဆရာဝန်ကြီးနှင့် ဆရာဝန်များ၊ သူနာပြုများက လိုအပ်သော

ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုများဆောင် ရွက်ပေးကြပြီး တာဝန်ရှိသူများက သွေးလှူဒါန်းနေမှုကို လိုက်လံ ကြည့်ရှုပြီး သွေးလှူရှင်များကို ကြက်ဥ၊ ငှက်ပျောသီး၊ ရှိုင်ရယ်ဒီ၊ ပေါင်မုန့်၊ ဘီစကွတ်နှင့် မျက်နှာ သုတ်ပဝါများကို လက်ပြုပေးအပ် ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ထို့နောက် လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေး နှင့် ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာန တိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူး ညွှန်ကြား ရေးမှူး ဦးစိုးလွင်က သွေးအိတ် ၅၄ အိတ်ကို ဆေးရုံသို့ပေးအပ် လှူဒါန်းရာ ဆေးရုံအုပ်ကြီး ဒေါက်တာဆန်းလွင်ဦးက လက်ခံ ရယူပြီး လက်ပြုမှတ်တမ်းပြန်လည် ပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ (၀၂၇)

ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ မေလအတွင်း ငါးတန်ပိဿာချိန်အများအပြား တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့

ပန်းတနော် ဇွန် ၁၃ ရော့ဝတီတိုင်းဒေသကြီး ပန်းတနော် မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ မေလအတွင်း ငါးတန်ပိဿာချိန် အများအပြား တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း ပန်းတနော် မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ် ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်အေးဝင်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။ ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေး ကွက်သို့ ယခုနှစ် ဧပြီလအတွင်း ငါးတန်ပိဿာချိန် ၄၀၀၀၀ သာ တင်ပို့ ရောင်းချနိုင်ခဲ့ပြီး မေလအတွင်း ငါးတန် ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင် ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ "ပြီးခဲ့တဲ့ မေလအတွင်း ငါးတန်

ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ ရန်ကုန်ဈေးကွက် ကို တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရပါတယ်။ ပန်းတနော် မြို့နယ်ကထွက်တဲ့ ရေထွက်ကုန်တွေ ရန်ကုန်ဈေးကွက်ကို အဓိကတင်ပို့ ရောင်းချလျက်ရှိပါတယ်။ ရန်ကုန်ဈေး ကွက်က ပြီးခဲ့တဲ့မေလအတွင်းကော အခု လက်ရှိကော ငါးတန်တွေ အဝယ်လိုက် နေပါတယ်။ တင်ပို့မှုကောင်းလာတော့ ငါးမွေးမြူရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူတွေ အဆင်ပြေလာပါတယ်"ဟု ပန်းတနော် မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ် ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်အေးဝင်းက ပြောပြသည်။ ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်

ငါးတန် ၁၀ ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၁၈၅၀၀၀ ထိ ပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သိရသည်။ ပန်းတနော်မြို့နယ်မှ ထွက်ရှိသော ငါးတန်များကို ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ပိုမိုတင်ပို့ရောင်းချနေခြင်းကြောင့် ငါး မွေးမြူသူများ၊ ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင်များ၊ ကုန်သည် များ၊ ရေလုပ်သားများ၊ ကုန်တင်ကုန်ချ လုပ်သားများ၊ ကုန်တင်ယာဉ်အငှားလိုက် သူများ အလုပ်အကိုင် အခွင့်အလမ်း အဆင်ပြေလျက်ရှိကြောင်း ပန်းတနော် မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ် ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်အေးဝင်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။ ကျော်ကျော်လင်း



မပြောင်းလဲသည့်အကြောင်းများဖြင့် စီးပွားရေးကို တည်ဆောက်ကြမလား

မျိုးသူ (ကုန်သွယ်မြင့်)

စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို ရွေးချယ်ကြရာတွင် မိသားစုလုပ်ငန်းများကို အခြေခံ၍လည်းကောင်း၊ ခေတ်ပေါ်ခေတ်စားသော လုပ်ငန်းများပေါ်တွင် လည်းကောင်း၊ ထင်ရှားပြီး အမြတ်ရနေသည့်လုပ်ငန်းများကို ပုံတူကူးယူ၍လည်းကောင်း လုပ်ကိုင်ရွေးချယ် တတ်ကြသည်။ ထိုအထဲတွင် "မည်သည့်အခါမျှ ပြောင်းလဲခြင်းမရှိသည့်အကြောင်းများပေါ်တွင်သာ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကို တည်ဆောက်မည်"ဟူသော အတွေးအခေါ်ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်သည်။ အဆိုပါအတွေးအခေါ်သည် မရေရာမသေချာမှု များပြားသောစီးပွားရေးလောကထဲတွင် ရေရှည် ရှင်သန်အောင်မြင်ရေးအတွက် ခိုင်မာစိတ်ချရသည့် မဟာဗျူဟာတစ်ခုဖြစ်သည်။ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ တွင် တစ်သမတ်တည်းဆောင်ရွက်ခြင်းမျိုးကို လုပ်ကိုင်ရသည်က ခက်ခဲလှသည်။ အပြောင်းအလဲ များကြားတွင် မိမိစီးပွားရေးကို ရှင်သန်အောင် ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်ဖြစ်အောင် ဆောင်ရွက်ကြရ သည်။ သို့သော်လည်း စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများအတွက် မသေချာမှုဆိုသည်မှာ ရှိနေရမည့်အရာဖြစ်သည်။ မိမိ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းသည် ပြောင်းလဲမှုများ၊ မသေချာ မှုများရှိနေမှပင် တိုးတက်မှုလည်းရှိနိုင်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မသေချာမှုများနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများသည် ယှဉ်တွဲနေတတ်သည်။ ထို့ပြင် စွန့်စားရမှုများ၊ မသေချာမှုများနှင့် အကျိုး အမြတ်များသည်လည်း ယှဉ်တွဲနေသည်။ စွန့်စားရမှု ဟူသည် တွက်ချက်၍ရသောအရာဖြစ်သည်။ သို့ရာ တွင် စီးပွားရေးတွင် စွန့်စားရမှုများကို အလားအလာ သို့မဟုတ် ဖြစ်တန်စွမ်းတွက်ချက်ကြည့်နိုင်သည်။

ဥပမာအားဖြင့် အန်စာတုံးတစ်တုံးကို ခေါက်လျှင် တစ်ပေါင်နိုင်ခြေအလားအလာသည် ခြောက်ပုံ တစ်ပုံ ဖြစ်သည်။ ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် ၁၆ ဒသမ ၆၇ ရာခိုင် နှုန်းရှိသည်။ အာမခံလုပ်ငန်းများသည် စွန့်စားရမှုကို တွက်ချက်၍အာမခံထားပြီး စီမံခန့်ခွဲခြင်းပင်ဖြစ် သည်။ အသေးစားချေးငွေလုပ်ငန်းများသည်လည်း စွန့်စားရမှုကိုတွက်ချက်၍ စီမံခန့်ခွဲခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ သို့သော် မသေချာမှုသည် ဖြစ်နိုင်ခြေကိုတွက်ချက်၍ မရနိုင်သောအခြေအနေမျိုးဖြစ်သည်။ ဥပမာ-ကိုဗစ် ရောဂါဖြစ်ပွားချိန် စီးပွားရေးလုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုးဖြစ် သည်။ သို့ရာတွင် ကိုဗစ်ဖြစ်ချိန်၌ပင် လူသားများသည် လူနေမှုပုံစံသစ်များ အရှိန်အဟုန်နှင့်ပေါ်ပေါက်လာပြီး လူချင်းတွေ့ဆုံ၍ လုပ်ကိုင်ခြင်းများအစား အွန်လိုင်း လုပ်ငန်းများ၊ ဖုန်းဖြင့် အွန်လိုင်းမှမှာကြားပြီး အိမ် တိုင်ရာရောက်ပို့ဆောင်သည့်လုပ်ငန်းများ၊ Zoom, Microsoft Teams, Google Meet စသည့် အွန်လိုင်း ဖြင့်အစည်းအဝေးများ၊ ဗီဒီယိုဆော့ဝဲလုပ်ငန်းများ၊ Cloud Computing လုပ်ငန်းများ၊ E-Commerce Platforms စသည့် ဈေးရောင်းဈေးဝယ်လုပ်ငန်းများ၊ အွန်လိုင်းပညာသင်ကြားခြင်းများ စသည့်နည်းပညာ သုံးစီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ အများအပြားပေါ်ပေါက် လာသည်။ ကိုဗစ်ရောဂါပြီးဆုံးသော်လည်း အဆိုပါ လုပ်ငန်းများသည် ဆက်လက်ဖွံ့ဖြိုးနေသည်သာ ဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ မသေချာမှုများကြားတွင်ပင် အစဉ်တည်တံ့နေသည့် လူတို့၏ရှင်သန်ရပ်တည်လိုမှု၊ လိုအင်ဆန္ဒများအရ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများဖြစ်ထွန်း ခဲ့ကြသည်။ နည်းလမ်းအသစ်များဖြင့် စီးပွားရေး လုပ်ငန်းများပေါ်ပေါက်လာသည်။ အွန်လိုင်းဈေး ရောင်းခြင်းများဖြင့် ဆိုင်ကြီးနေရာကြီးများလိုအပ်မှု လျော့ကျပြီး အွန်လိုင်းမှ တစ်နိုင်တစ်ပိုင်ဈေးရောင်း ခြင်းဖြင့်လည်း စီးပွားဖြစ်လာနိုင်သည်။

စီးပွားရေးပညာရှင် Frank Knight က ၁၉၂၁

ခုနှစ်ကရရှိသော စီးပွားရေးနိမိတ်အုပ် "Risk, Uncertainty and Profit" တွင် ရှင်းပြခဲ့ဖူးသည်။ မသေချာမရေရာမှုတွေရှိမှသာ တွက်ချက်ရခက်ခဲ သည့်အကျိုးအမြတ်အစစ်ကို ရရှိနိုင်သည်ဟုလည်း ဆိုသည်။ ဤနေရာတွင် မသေချာမရေရာဟုဆိုသည့် အခြေအနေမျိုးတွင်ပင် စီးပွားရေးနှင့်ဆိုင်သောအမှန် တရားများကိုဆုပ်ကိုင်နိုင်သည်။ မသေချာမရေရာမှု များကြားတွင် မည်သည့်အချိန်မှ ပြောင်းလဲမသွားနိုင် သည့်အချက်မှာ ဖောက်သည်များ၏လိုအပ်ချက်နှင့် လိုအင်ဆန္ဒတို့ဖြစ်သည်ဟု ဆိုနိုင်သည်။

❖ ခေါင်းဆောင်ကောင်းရှိရမည်၊ လူမှန်နေရာမှန်ထားနိုင်ရမည်၊ အဖြစ်မှန်အတိုင်းရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းရမည်၊ တစိုက်မတ်မတ်ဆောင်ရွက် နိုင်ရမည်၊ စည်းကမ်းကောင်းရမည်၊ အရှိန်အဟုန်ဖြင့်လုပ်ရမည် ဟူသော မပြောင်းလဲသည့်အယူအဆများကို အကောင်အထည်ဖော် ခြင်းဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကို အောင်မြင်အောင်ဆောင်ရွက်နိုင် သည်။ ဤအချက်များသည် လုပ်ငန်းရှင်ဘက်က ဆောင်ရွက်သင့် သည့် မပြောင်းလဲသောအကြောင်းတရားများဖြစ်သည်။ စီးပွားရေး လုပ်ငန်းတစ်ခုတွင် ခေါင်းဆောင်ကောင်းလျှင် မည်မျှပင်မသေချာ မရေရာသောအခြေအနေဖြစ်စေ ကျော်လွှားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ❖

Amazon တည်ထောင်သူ Jeff Bezos က လူတွေ က သူ့ကိုခဏခဏမေးလေ့ရှိသည့် မေးခွန်းတစ်ခုမှာ နောက် ၁၀ နှစ်နေ့လျှင် ဘာတွေပြောင်းလဲသွားနိုင် သလဲဆိုသည့်မေးခွန်းဖြစ်သည်။ သို့သော် မည်သူမျှ မမေးသည့်မေးခွန်းမှာ နောက် ၁၀ နှစ်ကြာသည်ထိ ဘာတွေက မပြောင်းလဲဘဲရှိနေမလဲဆိုသည့်မေးခွန်း ဖြစ်သည်ဟုဆိုသည်။ ထိုသို့ မပြောင်းလဲသည့် အကြောင်းတရားများဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကို တည်ဆောက်ရမည်ဟုဆိုခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာအားဖြင့် ဈေးဝယ်သူများ၏ မပြောင်းလဲ သောဆန္ဒမှာ ဈေးသက်သာလိုခြင်း၊ ရွေးချယ်နိုင်ခြင်း၊ သက်သက်သာသာမြန်မြန်ဆန်ဆန်ဖြင့် ဝယ်ယူနိုင်ရ မည်၊ အရည်အသွေးကောင်းရမည်၊ ပေးသည့်ဈေးနှင့် တန်သောအရည်အသွေးရမည်ဆိုသည့်အချက်မျိုး ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် Amazon သည် ဈေးသက်သာ သော၊ အမြန်ရောက်ရှိပေးပို့နိုင်သောအချက်ကို အရေးတကြီးထားခဲ့သည်။ ဖောက်သည်များဘက်က လိုလားသောအချက်များသည် မပြောင်းလဲသော အကြောင်းတရားများဖြစ်ကြသည်။

မပြောင်းလဲသောအယူအဆများ
ခေါင်းဆောင်ကောင်းရှိရမည်၊ လူမှန်နေရာမှန် ထားနိုင်ရမည်၊ အဖြစ်မှန်အတိုင်း ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်း ရမည်၊ တစိုက်မတ်မတ်ဆောင်ရွက်နိုင်ရမည်၊ စည်းကမ်းကောင်းရမည်၊ အရှိန်အဟုန်ဖြင့်လုပ်ရမည် ဟူသော မပြောင်းလဲသည့်အယူအဆများကို အကောင်အထည်ဖော်ခြင်းဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်း များကို အောင်မြင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ ဤအချက်များသည် လုပ်ငန်းရှင်ဘက်က ဆောင် ရွက်သင့်သည့် မပြောင်းလဲသောအကြောင်းတရား များဖြစ်သည်။
စီးပွားရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုတွင် ခေါင်းဆောင် ကောင်းလျှင် မည်မျှပင်မသေချာမရေရာသောအခြေ

အနေဖြစ်စေ ကျော်လွှားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းရှင် သို့မဟုတ် မန်နေဂျာများသည် ခေါင်းဆောင်ကောင်း ၏အင်အားများနှင့်ညီညွတ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင် ရန်လိုအပ်သည်။ ပြတ်သားမှုရှိခြင်းသည် လုပ်ငန်းရှင် ကောင်းတစ်ဦးအတွက် အလွန်အရေးကြီးသည်။ မိမိ ၏မျှော်မှန်းချက်မှ မသွေဖည်ရေးအတွက် ပြတ်သားမှု ရှိရန်လိုအပ်သည်။ ထို့ပြင် လုပ်ငန်းရှင်ကောင်းများ သည် နိမ့်ချတတ်သောစိတ်မျိုးလည်း ရှိရသည်။ တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှုရှိရသည်။ အလိုအပ်ဆုံးမှာ ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်မှုရှိရန်ဖြစ်သည်။ ဖြောင့်မတ်

အနေဖြစ်စေ ကျော်လွှားနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းရှင် သို့မဟုတ် မန်နေဂျာများသည် ခေါင်းဆောင်ကောင်း ၏အင်အားများနှင့်ညီညွတ်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင် ရန်လိုအပ်သည်။ ပြတ်သားမှုရှိခြင်းသည် လုပ်ငန်းရှင် ကောင်းတစ်ဦးအတွက် အလွန်အရေးကြီးသည်။ မိမိ ၏မျှော်မှန်းချက်မှ မသွေဖည်ရေးအတွက် ပြတ်သားမှု ရှိရန်လိုအပ်သည်။ ထို့ပြင် လုပ်ငန်းရှင်ကောင်းများ သည် နိမ့်ချတတ်သောစိတ်မျိုးလည်း ရှိရသည်။ တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှုရှိရသည်။ အလိုအပ်ဆုံးမှာ ဖြောင့်မတ်မှန်ကန်မှုရှိရန်ဖြစ်သည်။ ဖြောင့်မတ်

မှန်ကန်ခြင်းသည် လုပ်ငန်းအပေါ်သစ္စာရှိခြင်း၊ တန်ဖိုး ထားခြင်းလည်းဖြစ်သည်။ လုပ်ငန်းအပေါ် ဖြောင့်မတ် မှန်ကန်သောသဘောထားရှိသည့် လုပ်ငန်းရှင်အပေါ် မိမိဝန်ထမ်းများသာမက ဖောက်သည်များကလည်း ယုံကြည်မှုရှိသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကုန်ကြမ်း၏အရည်အသွေးကို မသိမသာလျှော့ချခြင်း ဖြင့် အမြတ်ငွေကိုပိုမိုရရှိစေသော်လည်း ဖောက်သည် များအပေါ် တိကျမှန်ကန်သောအရည်အသွေးဖြင့် သာ ကုန်ချောထုတ်လုပ်ခြင်းဖြင့် မိမိ၏ ဖြောင့်မတ် မှန်ကန်ခြင်းကို ထိန်းသိမ်းခြင်းဖြင့် ဖောက်သည် များ၏ယုံကြည်မှုကိုရရှိပြီး ရေရှည်တွင် ပိုမိုအကျိုး ရှိစေသည်။

Philip Kotler ကဲ့သို့ ဈေးကွက်ဖော်ဆောင်ရေး ပညာရှင်ကြီးကပင်လျှင် အရေးတကြီးပြောလာသည့် အချက်တစ်ချက်မှာ လူသားဆန်ခြင်းဖြစ်သည်။ နည်းပညာခေတ်တွင် စက်ရုပ်ဆန်သည့်လူသားများ အသွင်ဖြစ်လာသဖြင့် လူသားတို့၏လိုလားချက်သည် လူသားဆန်မှုဖြစ်၍ လူအချင်းချင်းစာနာမှု၊ မေတ္တာ တရား စသည်တို့သည် မန်နေဂျာကောင်း၊ လုပ်ငန်းရှင် ကောင်းများအတွက်လည်း မပြောင်းလဲသော၊ အရေးကြီးသည့်လိုအပ်ချက်တစ်ချက်ဖြစ်သည်။ လူမှန်နေရာမှန်ထားနိုင်ရမည်ဟူသော မပြောင်း လဲသောအချက်တစ်ချက်ကို ကျင့်သုံးရန်လိုအပ်သည်။ ဘတ်စကားကိုမမောင်းခင်တွင် ဘတ်စကားမောင်း တတ်သူကို မောင်းခိုင်းနိုင်ရန်လိုအပ်သည်။ ကား မမောင်းတတ်သူကို မောင်းခိုင်းခြင်းက လူမှန်နေရာ မှန်မဖြစ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ စာရင်းကိုင်ကျွမ်းကျင်သူ ကို လုပ်သားနေရာချထားမှုတွင်ခိုင်းခြင်း၊ ဓာတ်ခွဲခန်း ကျွမ်းကျင်သူကို အရည်အသွေးစမ်းသပ်သည့် နေရာတွင်မထားဘဲ စာရင်းကိုင်ခိုင်းခြင်းတို့သည် လူနှင့်ကျွမ်းကျင်မှုလွဲနေသဖြင့် လူမှန်နေရာမှန်မဖြစ် ဘဲ အောင်မြင်မှုနေ့နှင့်နှေးစေသည်။

မိမိလုပ်ငန်းကို အဖြစ်မှန်အတိုင်း ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်း နိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ အခက်အခဲများကြုံလာလျှင် လျစ်လျူရှုခြင်း၊ အခက်အခဲကို ဖော့ရှုစဉ်းစားပြီး ရင်မဆိုင်ဘဲနေခြင်း စသည်တို့မပြုလုပ်ဘဲ အခက် အခဲများကို အမှန်အတိုင်းလက်ခံပြီး နောက်ဆုံးမှာ အောင်မြင်မှုရမည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်ထား၍ လုပ်ကိုင်နိုင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ဤအချက်သည်လည်း မပြောင်းလဲသောအချက်တစ်ချက်ဖြစ်သည်။

မိမိအမှန်တကယ်စိတ်အားထက်သန်သောအရာ ဖြစ်ခြင်း၊ အကောင်းဆုံးအတော်ဆုံးဖြစ်နိုင်သည့် အရာဖြစ်ခြင်းနှင့် ဝင်ငွေကောင်းအောင်မောင်းနှင် ပေးနိုင်သည့်အရာ (ဥပမာ-ကုန်ပစ္စည်း၊ ကုန်ထုတ် စွမ်းအားစသည်)ဖြစ်ခြင်းဟူသော အချက်သုံးချက် ပြည့်စုံစွာဖြင့် တစိုက်မတ်မတ်လုပ်ကိုင်ခြင်းမျိုး သည်လည်း မပြောင်းလဲနိုင်သော အကြောင်းတစ်ရပ် ဖြစ်သည်။ ပေါ်ပင်ကိစ္စများကိုလိုက်၍ ပြောင်းလဲပြီး လုပ်ကိုင်သည်ထက် အထက်ပါအချက်သုံးချက် ပြည့်စုံသည့်အခြေအနေမျိုးကို တစိုက်မတ်မတ် ဆောင်ရွက်ခြင်းသည်လည်း စီးပွားရေးအောင်မြင် စေသည့် မပြောင်းလဲသောအကြောင်းတစ်ချက် ပင်ဖြစ်သည်။

စည်းကမ်းရှိခြင်းသည်လည်း မည်သည့်လုပ်ငန်း၊ မည်သည့်ကိစ္စကိုမဆိုအောင်မြင်စေသည့် မပြောင်းလဲ သောအကြောင်းတရားတစ်ခုဖြစ်သည်။ ပုံမှန်လုပ် ကိုင်လာလျှင် အလေ့အကျင့်ကောင်းဖြစ်လာသည်။ ထိုအလေ့အကျင့်ကို ပိုမိုလေ့ကျင့်ကျွမ်းကျင်လာလျှင် အလေ့အထဖြစ်လာပြီး ဆွေစဉ်မျိုးဆက်ထိ လုပ်ကိုင် သောအလေ့အထမျိုးဖြစ်လျှင် ယဉ်ကျေးမှုတစ်ခုထိ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် ကောင်းမွန်သောအလေ့ အကျင့်ကောင်းများတွင် စည်းကမ်းကောင်းခြင်း လည်းပါဝင်သဖြင့် စည်းကမ်းကို ယဉ်ကျေးမှု တစ်ခုဖြစ်သည်ထိ လုပ်ကိုင်နိုင်ခြင်းဖြင့် တွေးတော ကြံဆခြင်း၊ ပြောဆိုခြင်း၊ လုပ်ကိုင်ခြင်း၊ အသက်မွေး ခြင်း၊ ကိစ္စအလုံးလိုက် စည်းကမ်းစနစ်ဖြင့်ဆောင်ရွက် ခြင်းသည် မရိုးနိုင်သောမပြောင်းလဲသည့် စီးပွား အောင်မြင်ရေးအကြောင်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည်။

မပြောင်းလဲသော လုပ်ငန်းအောင်မြင်ရေး အကြောင်းတစ်ရပ်မှာ မည်သည့်လုပ်ငန်းကိုမဆို အရှိန်အဟုန်တစ်ခုရရှိသည်ထိ ဖြည်းဖြည်းမှန်မှန် လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဘီးကြီးတစ်ခုကို လှည့်ခါစ တွင် လေးလံသော်လည်းအရှိန်အဟုန်တစ်ခုရလာ သည့်အခါ သူ့အလိုလို အရှိန်အဟုန်ဖြင့်လည်ပတ် နိုင်သောဘီးကြီးဖြစ်လာသည်။ ထိုကဲ့သို့ပင် လုပ်ငန်း တစ်ခုကို အရှိန်အဟုန်တစ်ခုရရှိလာသည်ထိ လုပ်ကိုင်နိုင်သည့်အခါ ကြီးမားသောအောင်မြင်မှုကို ရလာစေသည်။

မသေချာမရေရာမှုများမှ အကျိုးအမြတ်ရအောင် ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သော်လည်း၊ မပြောင်းလဲသော အကြောင်းတရားများကို လုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် စီးပွား ရေးလုပ်ငန်းများကို တိုးတက်အောင်ဆောင်ရွက်နိုင် သည်။ ပြင်ပစီးပွားရေးကမ္ဘာတွင် မသေချာမှုများ များနေသည့်တိုင် လုပ်ငန်း၏အရည်အသွေး၊ မှန်ကန် သောတန်ဖိုးဖြင့် မပြောင်းလဲသောအကြောင်းတရား များအပေါ်အခြေခံပြီး အခြားသူများထက် ထူးခြား သည့်အမြတ်အစွန်းနှင့် အောင်မြင်မှုအကျိုးကို ရယူ နိုင်ပါကြောင်း ရေးသားလိုက်ရပါသည်။

- ကိုးကား
- Frank Knight's Risk, Uncertainty and Profit.
 - Jim Collins's Good to Great.

လမ်းလျှောက်ခြင်းဖြင့် ကြွက်သားများ သန်မာစေနိုင်သည်



ဖြစ်ပါတယ်။ ဒီလို ဖြစ်ချင်တယ်ဆိုရင် တော့ တစ်ရက်ကို ခြေလှမ်းရေ ၁၀၀၀၀ လောက် လမ်းလျှောက် ပေးရုံနဲ့တင် ရရှိနိုင်ပါတယ်။ ဒီထက်ပိုပြီး ပြင်းထန်တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းမျိုးလိုချင်တယ်ဆို ရင်တော့ တောင်တက်လမ်း လျှောက်ခြင်းကိုလည်း ကြိုးစား ကြည့်သင့်ပါတယ်။

ဒါ့အပြင် စက္ကန့် ၃၀မှ ၁ မိနစ်၊ ၂ မိနစ်အထိ ခပ်မြန်မြန်လမ်း လျှောက်ပြီး ပုံမှန်လမ်းပြန် လျှောက်ခြင်း၊ အဲဒီနောက် ခပ် မြန်မြန်ပြန်ပြီး လမ်းလျှောက်ခြင်း လိုမျိုး လေ့ကျင့်ခန်းတွေကလည်း ထိရောက်မှုရှိလှပါတယ်။

လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ သင့် ခန္ဓာကိုယ် တစ်လျှောက်မှာရှိတဲ့ ကြွက်သားတွေရဲ့ တင်းအားကို တိုးမြှင့်စေတာသာဖြစ်ပါတယ်။ လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ ပြင်း ထန်တဲ့ လေ့ကျင့်ခန်းမဟုတ်တဲ့ အတွက် ကြွက်သားတွေနာကျင် ခြင်းမရှိစေပါဘူး။ ဒါ့ကြောင့် အနာတရဖြစ်တာမျိုး၊ နောက် တစ်ခေါက် လမ်းလျှောက်ဖို့ အတွက် ကြွက်သားတွေနာလို့ မလျှောက်နိုင်တာမျိုးလည်း မဖြစ် စေပါဘူး။

မိမိတို့ရဲ့ ခန္ဓာကိုယ်မှာ ကြွက်သားတွေကလည်း ပိုမို အဆီပိုတွေ မရှိတော့ဘူးဆိုရင် ပေါ့လွင်လာပြီး သန်မာလာမှာ

မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါး ၁၆၅၇၃၈ ဧက စိုက်ပျိုးမည်



အောင်မြင်စွာ စပါးစိုက်ပျိုးရေးကို တွေ့ရစေခြင်း။

ပြီး အသိပညာပေးတာတွေဆောင် ရွက်ပေးနေပါတယ်"ဟု မြောင်းမြ ခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ခရိုင် ဦးစီးမှူး ဒေါ်ခင်ဌေးမြင့်က ပြောပြသည်။

မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါးမျိုးစေ့ များအသုံးပြုမှုမှန်ကန်ရေး၊ ရွှေခရု ဖျက်ဆီးမှု မရှိစေရေးအတွက် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန၊ ဆည် မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲ ရေးဦးစီးဌာနတို့ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

စပါးကို အထွက်နှုန်းတိုးတက် ကောင်းမွန်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်မည် ဆိုပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှု ဖူလုံ စေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချ နိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိပြီး လူမှုစီးပွား ဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည် ဖြစ်သောကြောင့် စပါးကို တိုးချဲ့ စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းကြရမည် ဖြစ်ကြောင်း ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ခင်ဌေးမြင့်က ပြောပြ၍ သိရသည်။

မြောင်းမြ ဇွန် ၁၃ ရော့တီတိုင်းဒေသကြီး မြောင်းမြခရိုင် မြောင်းမြမြို့နယ် တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ၌ စပါး ၁၆၅၇၃၈ ဧက စိုက်ပျိုး သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း မြောင်းမြ ခရိုင် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

မြောင်းမြမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါး ၁၆၅၇၃၈ ဧကစိုက်ပျိုးရန်လျာထား မှာ စပါး ၁၆၅၇၃၈ ဧက စိုက်ပျိုးဖို့ ပြီး အဆိုပါစပါးစိုက်ပျိုးမှုကို ဇွန်လ တတိယပတ်တွင် စတင်စိုက်ပျိုး သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ စပါးများ လျာထားဧကပြည့်မီအောင် စိုက် ပျိုးနိုင်ရန်အတွက် စိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးဌာနက လိုအပ်သည့်တောင်သူ ပညာပေးလုပ်ငန်းများကို ဆောင် ရွက်ပေးနေကြောင်း သိရသည်။

"ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ လျာထားဧကပြည့်မီအောင် စိုက် ပျိုးနိုင်ဖို့ ပိုးမွှားရောဂါကျရောက်မှု မရှိစေဖို့ ပညာပေးတာတွေဆောင် ရွက်နေပါတယ်။ စပါးစိုက်ပျိုးရာ မှာ မျိုးကောင်းမျိုးသန့်တွေ စိုက် ပျိုးနိုင်ဖို့အတွက် မြို့နယ်စိုက်ပျိုး ရေးဦးစီးဌာနမှ ဝန်ထမ်းတွေက ကျေးရွာအုပ်စုအလိုက် နယ်လှည့် ကျော်ကျော်လင်း

သာစည်မြို့နယ် ကွမ်းခြံရိုးကျေးရွာ၌ ကျေးရွာမတည်ရန်ပုံငွေစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေမှု စစ်ဆေး

သာစည် ဇွန် ၁၃ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိတ္ထီလာခရိုင် သာစည်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရေးဦးစီးဌာနက ကွမ်းခြံရိုးကျေးရွာ ၌ ကျေးရွာမတည်ရန်ပုံငွေစီမံကိန်း (VRFP) လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက် နေမှုအခြေအနေများကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်း စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာ တွင် သာစည်မြို့နယ် ကျေးလက် ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြသက်ဝင်း၊ ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်တိုးတိုးစိန်နှင့် စီမံကိန်းတာဝန်ခံ ဝန်ထမ်းများက ကွမ်းခြံရိုးကျေးရွာ၌ ကျေးရွာ မတည်ရန်ပုံငွေစီမံကိန်း ရန်ပုံငွေ ကျပ် ၄၄ ဒသမ ၂ သန်းဖြင့် စိုက်ပျိုး ရေးလုပ်ငန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်း နှင့် အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှု အခြေအနေ များနှင့် လအလိုက်ဖြည့်သွင်းရမည့် စာရင်းဇယားပုံစံများ ပြည့်စုံမှု ရှိ မရှိ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး သာစည် မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ် ဦးစီးမှူးဒေါ်မြသက်ဝင်းက လိုအပ် သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင် ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ကွမ်းခြံရိုးကျေးရွာ၌ စိုက်ပျိုး ရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ၄၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၆ သန်း၊ မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ၄၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၂ ဒသမ ၄ သန်း၊

အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင် သူ ၄၉ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၅ ဒသမ ၈ သန်း စုစုပေါင်း အသင်းသား၊ အသင်းသူ ၁၃၃ ဦးကို ရန်ပုံငွေကျပ် ၄၄ ဒသမ ၂ သန်း ထုတ်ချေးပေး ထားပြီး စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ လည်ပတ် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ ကြောင်း သာစည်မြို့နယ် ကျေး လက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြ သက်ဝင်းထံမှ သိရသည်။

ဟိန်းထက်စိုး(မလှိုင်)

ကမ္ဘာ့သွေးလှူရှင်များနေ့

- လူသားများ ဖေးကူကာ သွေးလှူပါ အချိန်ခါမရွေး၊ အသက်သည် သွေးပေမို့ သွေးသည်က အသက်ပါ ပွေ့ဖက်ကာကူပေး။
- ဘာသာလူမျိုး မရွေးချယ် အသက်ကယ် ရှင်သန်ရေး၊ သူလဲလေ လူပဲပေမို့ အဖြူမည်းမရွေး။
- မေတ္တာတရားဖြင့် လိုရာပေး ကိုယ်မှသွေး လှူဒါန်းကြ၊ စေတနာကို အဓိကထားသည့် ဇီဝိတဒါန။
- မြတ်ဘုရား နှလုံးမှု အတုယူ ဒါနတရား၊ ရှင်သန်စေ သူ့အသက် ခက်ခဲဖယ်ရှား။
- "တစ်ဆယ့်လေးရက်" ဇွန်လမှာ နေ့မြတ်အခါ သတ်မှတ်ထား၊ နိုင်ငံပေါင်းစုံ ညီညွတ်မှုဖြင့် ရှေးရှုလှုပ်ရှား။
- ပေးဆပ်ခြင်းဖြင့် လှူဒါန်းသူ သည်ဇမ္ဗူ ပြိုင်စံရား၊ လူတိုင်းမလုပ်နိုင် သဒ္ဓါတရားရယ်ဖြင့် မေတ္တာထား ပေးလှူကြတယ် သွေးလှူကြအများ။ ။

ပန်းမာလာ

မိတ္ထီလာမြို့ အမှတ်(၁)အခြေခံပညာ အထက်တန်းကျောင်း၌ လူငယ်စကားပိုင်းကျင်းပ

မိတ္ထီလာ ဇွန် ၁၃ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိတ္ထီလာခရိုင် ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနတို့ပူးပေါင်း ကျင်းပသော လူငယ်စကားပိုင်းကို ထိုနေ့က လူငယ်စကားပိုင်း ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက် ၉ နာရီ မိနစ် ၃၀ က မိတ္ထီလာမြို့ အမှတ်(၁) အခြေခံပညာ အထက်တန်း ကျောင်း၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ ကြောင်း သိရသည်။

ရှေးဦးစွာ မိတ္ထီလာခရိုင် ပညာ ရေးမှူး ဒေါ်မော်မော်က အမှာ ရေးပြီး အခြေခံပညာ အထက်တန်း ကျောင်း၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ ကြောင်း သိရသည်။

ဆက်လက်၍ မြို့နယ်စာရေး ဆရာအသင်းမှ စာရေးဆရာ ရွှေညာမြေမြတ်သင်းကြိုင်က လူ ငယ်နှင့်အနာဂတ် ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ငယ်နှင့်အနာဂတ် ခေါင်းစဉ်ဖြင့် အသိပညာပေး ဟောပြောပြီး မိတ္ထီလာခရိုင် ပြန်ကြားရေးနှင့် ချမ်းသာ(မိတ္ထီလာ)



အီရန်ပဋိပက္ခအဆုံးသတ်ရေး သဘောတူညီချက်မူကြမ်းတစ်ရပ် အမေရိကန်နှင့် အီရန်တို့ ရယူပွယ်ရှိ

ဝါရှင်တန် ဇွန် ၁၃ သုံးလကျော် ကြာမြင့်နေပြီဖြစ်သော အီရန်ပဋိပက္ခကို အဆုံးသတ်ပေးနိုင်ဖွယ်ရှိသည့် သဘောတူညီချက်မူကြမ်းတစ်ရပ် ရရှိရေးအတွက် နီးစပ်နေပြီဖြစ်ကြောင်း အမေရိကန်နှင့် အီရန် နှစ်ဖက်လုံးက ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ထုတ်ဖော်ပြောကြားခဲ့သည်ဟု Xinhua သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြထားသည်။

အီရန်ပဋိပက္ခ ပြီးဆုံးရေးအတွက် သဘောတူညီချက်မူကြမ်းတစ်ရပ်ကို နှစ်ဖက်လုံးက လက်ခံထားကြောင်း အမေရိကန်အစိုးရထိပ်တန်း တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားထားသည်။

အီရန်ပဋိပက္ခ အဆုံးသတ်ရေးဆိုင်ရာ သဘောတူညီချက်မူကြမ်းတစ်ရပ်ရယူထားမှုကို အီရန်နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီး အဘတ်စ်အာရက်ချီကလည်း အတည်ပြုထားသည်။

Ref : Xinhua
Trs : KKO

ကမ္ဘာ့ပထမဆုံး ထရီလီယံသူကြွယ် စပေ့စ်အိတ်စ်၏အကြီးအကဲ အီလွန်မက်စ်ဖြစ်လာ



နယူးယောက် ဇွန် ၁၃ များမှာ တစ်စုလျှင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၆၁ ဒေါ်လာကျော်ထိ ဈေးနှုန်းမြင့်တက်လာခဲ့သည်။ စတော့ဈေးကွက်၌ စပေ့စ်အိတ်စ်အဖြစ် ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် စတင်ထုတ်ရောင်းခဲ့ပြီးနောက် စပေ့စ်အိတ်စ်အကြီးအကဲအီလွန်မက်စ်မှာ ကမ္ဘာ့ပထမဆုံး ထရီလီယံသူကြွယ်ဖြစ်လာခဲ့ကြောင်း Xinhua သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြထားသည်။

စပေ့စ်အိတ်စ် ကုမ္ပဏီသည် ၎င်း၏ အစုရှယ်ယာများကို ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် အစုရှယ်ယာတစ်စုလျှင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၃၅ ဒေါ်လာ နှုန်းဖြင့် အများပြည်သူများထံ ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် ထုတ်ရောင်းခဲ့သည်။

သို့ရာတွင် စတော့ဈေးကွက်အရောင်းအဝယ်စတင်ပြီး မကြာမီမှာပင် စပေ့စ်အိတ်စ်အစုရှယ်ယာ

Ref : Xinhua
Trs : KKO

ဂြိုဟ်တုအခြေခံ မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ် ထိန်းချုပ်ရေးစနစ် ရုရှားတည်ဆောက်နေ



မော်စကို ဇွန် ၁၃ RT သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ်များကို ထိန်းချုပ်ရေးအတွက် ဂြိုဟ်တုအခြေခံစနစ်တစ်မျိုးကို ရုရှားနိုင်ငံက တည်ဆောက်နေကြောင်း ရုရှားသမ္မတပူတင်က ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ထုတ်ဖော် ပြောကြားခဲ့သည်ဟု

ထားသည်။ ရုရှားနိုင်ငံက တည်ဆောက်နေသော မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ်များ ထိန်းချုပ်ရေး ဂြိုဟ်တုစနစ်ကြောင့် တိုက်ပွဲဝင် မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ်များ၏ ပျံသန်းနိုင်သော အကွာအဝေးနှင့် ကြားဖြတ်ဟန့်တားမှု

များကို ကျော်ဖြတ်နိုင်စွမ်းများ မြင့်တက်လာမည် ဖြစ်ကြောင်း သမ္မတပူတင်က ပြောကြားထားသည်။

ရုရှားသမ္မတပူတင်သည် ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ရုရှားတပ်မတော်၏ အင်အားကို ဦးရေ ၂၃၉၉၁၃၀ ထိ ထားရှိမည့် အမိန့်ဒီကရီတစ်ရပ်ကို လည်း လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့သည်။

ယူကရိန်း၏ မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ်များဖြင့် တိုက်ခိုက်မှုများ မြင့်တက်လာချိန်တွင် ဂြိုဟ်တုအခြေပြု မောင်းသူမဲ့ဒရုန်းယာဉ် ထိန်းချုပ်မှုစနစ်ကို ရုရှားနိုင်ငံက တည်ဆောက်နေခြင်းဖြစ်သည်။

ရုရှားသမ္မတပူတင်၏ အဆိုအရ ရုရှားတပ်မတော်သည် လက်ရှိတွင် ယူကရိန်းစစ်မြေပြင်အတွက် တပ်ဖွဲ့ဝင်အင်အား ဦးရေ ၇၀၀၀၀၀ ကျော် ဖြန့်ကြက်ထားကြောင်း သိရသည်။

Ref : RT
Trs : KKO

တောင်ကိုရီးယားသို့ ဒုံးကျည်များရောင်းချမည့် အမေရိကန်အစိုးရဆုံးဖြတ်ချက် မြောက်ကိုရီးယား ဝေဖန်ပြောကြား

ဆိုးလ် ဇွန် ၁၃ အစိုးရ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကြောင့် တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံသို့ဝေဟင်မှ ဝေဟင်ပစ် ဒုံးကျည်စနစ်များ နှင့် ဆက်စပ်ပစ္စည်းများ ရောင်းချမည့် အမေရိကန်နိုင်ငံ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို မြောက်ကိုရီးယားနိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာနက ဝေဖန်ပြောကြားခဲ့ကြောင်း ကေစီအင်နီအေသတင်းဌာနက ယနေ့တွင် သတင်းထုတ်ပြန်ထားသည်ဟု RT သတင်းဌာနက ဖော်ပြထားသည်။

တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံသို့ဒုံးကျည်စနစ်များရောင်းချမည့် အမေရိကန်အစိုးရ၏ ဆုံးဖြတ်ချက်ကြောင့် တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံသို့ဒုံးကျည်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများမှာ ပို၍ အားကောင်း ခိုင်မာလာကြောင်း မြောက်ကိုရီးယား နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာနကလည်း ဖော်ပြထားသည်။

အမေရိကန်အစိုးရသည် အမေရိကန်ဒေါ်လာ သန်း ၃၀၀ ခန့် တန်ဖိုးရှိ ဝေဟင်မှ ဝေဟင်ပစ် ဒုံးကျည်များနှင့် ဆက်စပ်ပစ္စည်းများရောင်းချရန် သဘောတူထားသည်။

အမေရိကန်အစိုးရ၏ အဆိုပါ ဆုံးဖြတ်ချက်ကို တုံ့ပြန်သည့် အနေဖြင့် ဒေသတွင်းအင်အား ချိန်ခွင်လျှာကို ဆက်ထိန်းရေး

Ref : RT
Trs : KKO

နယ်စပ်တစ်လျှောက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုမြှင့်တင်ရန် အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတို့ သဘောတူ

ဒေလီ ဇွန် ၁၃ နှစ်နိုင်ငံနယ်စပ်တစ်လျှောက် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများမြှင့်တင်ရန် အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတို့က သဘောတူခဲ့ကြောင်း ဇွန် ၁၂ ရက်သတင်းများတွင် ရေးသားတင်ပြခဲ့သည်ဟု Xinhua သတင်းဌာနက ယနေ့တွင်ဖော်ပြထားသည်။

အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတို့အနေဖြင့် နယ်စပ်တစ်လျှောက် ထောက်လှမ်းရေး သတင်းမျှဝေဖလှယ်မှုများနှင့် ပူးတွဲကင်းလှည့်မှုများ ပြုလုပ်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် နှစ်နိုင်ငံ ပူးတွဲကြေညာချက်၌ ဖော်ပြထားသည်။

အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် နှစ်နိုင်ငံ တာဝန်ရှိသူများသည် နယူးဒေလီမြို့၌ လေးရက်ကြာ တွေ့ဆုံ ဆွေးနွေးပြီးနောက် အဆိုပါ ပူးတွဲကြေညာချက်ကို ထုတ်ပြန်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

လူဝင်မှု ပြဿနာများကြောင့် အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတို့ ကြား ပြီးခဲ့သည့်နှစ်များအတွင်း ဆက်ဆံရေးတင်းမာခဲ့သည်။

အိန္ဒိယနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် နှစ်နိုင်ငံ တာဝန်ရှိသူများသည် ယခုနှစ် နိုဝင်ဘာလတွင် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ ဒါကာမြို့၌ ထပ်မံ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးရန် စီစဉ်ထားကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua
Trs : KKO



Ref : Xinhua
Trs : KKO

SCIENCE AND TECHNOLOGY

ဂျပန်အာကာသအေဂျင်စီက အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံသစ်တစ်စင်းကို အောင်မြင်စွာစမ်းသပ်လွှတ်တင်ခဲ့



တိုကျို ဇွန် ၁၃ - ဂျပန်အာကာသအေဂျင်စီသည် ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံ သစ်တစ်စင်းကို အောင်မြင်စွာ စမ်းသပ်လွှတ်တင်ခဲ့ကြောင်း ဂျပန် ပြည်တွင်းမီဒီယာများက သတင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။

အာကာသစခန်းမှတစ်ဆင့် လွှတ်တင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဤအိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံကို ကာဂို အကြာတွင် အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံသည် သိရသည်။

Ref : Sputnik News
Trs : KKO

ရိုခဲကြောင်း ဂျပန်အမျိုးသား အာကာသအေဂျင်စီက သတင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။

ဂျပန်အာကာသအေဂျင်စီသည် ပြီးခဲ့သည့်နှစ် ဒီဇင်ဘာလနောက်ပိုင်း ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံကို ပြန်လည်လွှတ်တင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဂျပန်အာကာသအေဂျင်စီသည် ၂၀၂၅ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလတွင် အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံကို လွှတ်တင်ခဲ့ရာ အောင်မြင်မှုမရှိခဲ့ပေ။

ဇွန် ၁၂ ရက်မတ်ရှင်တွင် အိတ်ချ်-၃ ဒုံးပျံသည် သယ်ဆောင်ထားသည့် ဂြိုဟ်တုအငယ်စား ခြောက်စင်းကို ကမ္ဘာပတ်လမ်းပေါ်သို့ ပို့ဆောင်ပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

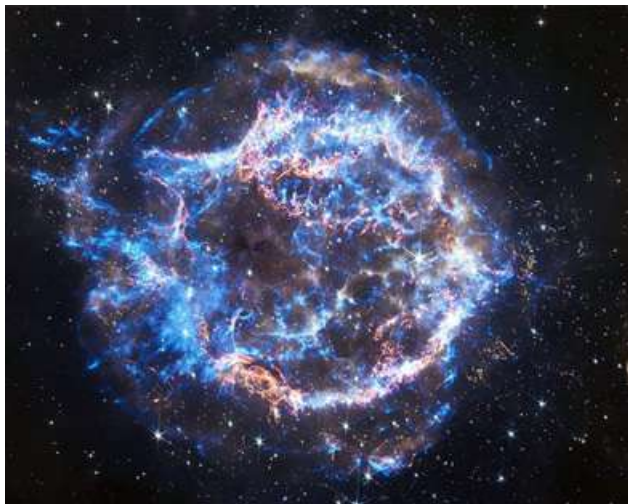
Ref : Sputnik News
Trs : KKO

နာဆာ၏ ချန်ဒရာအာကာသရေဒီယိုတယ်လီစကုပ်က နဂါးငွေ့တန်းကြယ်စုပဟိုချက်အနီးတွင် စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှု အကြွင်းအကျန်တစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိ

ဝါရှင်တန် ဇွန် ၁၃ - အမေရိကန်အစိုးရ အမျိုးသား လေကြောင်းနှင့် အာကာသစီမံခန့်ခွဲရေးအေဂျင်စီ (နာဆာ) ၏ ချန်ဒရာ အာကာသရေဒီယိုတယ်လီစကုပ်သည် နဂါးငွေ့တန်းကြယ်စုပဟိုချက်အနီးတွင် စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှု အကြွင်းအကျန်တစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိထားကြောင်း ဇွန် ၁၂ ရက်သတင်းများအရ သိရသည်။

စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုများကြောင့် ဂြိုဟ်များ၊ သက်ရှိများဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ရေးအတွက် အရေးပါသည့် သံ၊ အောက်ဆီဂျင်နှင့် ဆီလီကွန်ကဲ့သို့ အခြေခံဒြပ်စင်များပေါ်ထွက်လာတတ်သည်။

ချန်ဒရာ အာကာသရေဒီယိုတယ်လီစကုပ်က တွေ့ရှိခဲ့သော



စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုမှာ ကမ္ဘာဂြိုဟ်နှင့်အလင်းနှစ် ၂၆၀၀၀ ခန့်အကွာတွင် တည်ရှိသည်။ အဆိုပါစူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုသည် နိုင်ငံတကာသိပ္ပံပညာရှင်များရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့ဖူးသော စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုများအနက် နဂါးငွေ့တန်းကြယ်စုပဟိုချက်ရှိ မဟာအာကာသတွင်းနက်နှင့်အနီးဆုံးစူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ကြောင်း နာဆာသိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

Ref : Russia Today
Trs : KKO

ချန်ဒရာ အာကာသရေဒီယိုတယ်လီစကုပ် ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သော စူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုသည် သက်တမ်းအားဖြင့် နှစ်ပေါင်း ၁၇၀၀ ခန့်ရှိပြီး တစ်နာရီလျှင် မိုင်နှစ်သန်းအမြန်နှုန်းဖြင့် ပြန့်ကားထွက်နေကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါစူပါနိုဗလာကြယ်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်စဉ်တည်ရှိရာနေရာသည် ဆာဂျီတေးရီးယပ်စ် အေစတားမဟာအာကာသ တွင်းနက်အနီးတွင်ရှိပြီး အလွန်တရာကြီးမားသော ကြယ်ကြီးများ၊ ပြင်းထန်သော သံလိုက်စက်ကွင်းနယ်မြေများ၊ ဓာတ်ငွေ့တိမ်တိုက်ကြီးများ တည်ရှိရာနေရာ ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Russia Today
Trs : KKO

ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုကို သားလက်အယ်လီနီယာကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်မည်

ပဲရစ် ဇွန် ၁၃ - ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုကို ပြင်သစ်နှင့် အီတလီဖက်စပ် အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီဖြစ်သည့် သားလက်အယ်လီနီယာကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်မည်ဖြစ်ကြောင်း ဇွန် ၁၂ ရက် သတင်းများအရ သိရသည်။

ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုအတွက် အဓိကရေဒါစနစ်များကို အဲဘတ်ကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua News
Trs : KKO

ရေဒါဂြိုဟ်တု တည်ဆောက်ရေး သဘောတူညီချက်ကို သားလက်အယ်လီနီယာကုမ္ပဏီနှင့် ရယူထားကြောင်း ဥရောပအာကာသအေဂျင်စီက ဇွန် ၁၁ ရက်တွင် သတင်းထုတ်ပြန်ထားသည်။

ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တု တည်ဆောက်ရေး သဘောတူညီချက်၏ တန်ဖိုးမှာ ဥရောပ အာကာသအေဂျင်စီ အမေရိကန်ဒေါ်လာ သန်း ၈၁၀ သည် လက်ရှိအချိန်တွင် စင်တီ

ထိရှိကြောင်း သိရသည်။

သားလက်အယ်လီနီယာကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်မည့် ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုသည် ပင်လယ်ရေကြောင်း သွားလာမှုများကို အဓိကထားစောင့်ကြည့်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua News
Trs : KKO

နယ်ကမ္ဘာမြေလေ့လာရေးဂြိုဟ်တုများကို လေးစင်းထိ လွှတ်တင်ထားပြီးဖြစ်သည်။

ကိုပါးနီးကပ်စ်စင်တီနယ်-၁ မျိုးဆက်သစ်ကမ္ဘာဂြိုဟ်လေ့လာရေးဂြိုဟ်တုအတွက် အဓိကရေဒါစနစ်များကို အဲဘတ်ကုမ္ပဏီက တည်ဆောက်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Xinhua News
Trs : KKO

HEALTH

သွေးပေါင်ကျမှုပြဿနာကြောင့် အယ်ဇိုင်းမားရောဂါ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပုံမှန်ထက် ပိုမိုမြင့်တက်လာနိုင်

နယူးယောက် ဇွန် ၁၃ - သွေးပေါင်ကျမှုပြဿနာကြောင့် အယ်ဇိုင်းမားရောဂါဖြစ်ပွားနိုင်ခြေ ပုံမှန်ထက် ပိုမိုမြင့်တက်လာနိုင်ကြောင်း သုတေသနပညာရှင်များက ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ပြောကြားသည်။

အဖြစ်အများဆုံး ဦးနှောက်စွမ်းဆောင်ရည်ထိခိုက်ပျက်စီးမှုရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်သော အယ်ဇိုင်းမားရောဂါသည် အသက်အရွယ်နှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ရောဂါဖြစ်ပြီး အသက် ၆၅ နှစ်အထက်ရှိသူများ၌ အဖြစ်များသည်။

သို့ရာတွင် အမေရိကန်နိုင်ငံ မစ်ချီဂန်နည်းပညာတက္ကသိုလ်မှ သုတေသနပညာရှင်များ၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ သွေးပေါင်ကျမှု ပြဿနာများ ရှိလာနိုင်ကြောင်း အမေရိကန် သုတေသနပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

Ref : Russia Today
Trs : KKO

သောက်ဆေးသစ်တစ်မျိုးက စတင်သုံးစွဲပြီး ခြောက်လအကြာတွင် ကိုယ်အလေးချိန်ကို ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော်ထိ လျှော့ချပေးနိုင်

လန်ဒန် ဇွန် ၁၃ - စတင်သုံးစွဲပြီး သီတင်း ၂၆ ပတ်ကြာ စမ်းသပ်မှုတွင်ပါဝင်သူများ၏ ကိုယ်အလေးချိန်ကို ၁၀ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းထိ လျှော့ချပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အလားတူ Elecoglipron ဆေးကို သီတင်း ၃၆ ပတ်ကြာသုံးစွဲပြီး ချိန်တွင် စမ်းသပ်မှုတွင်ပါဝင်သူများ၏ ကိုယ်အလေးချိန်မှာ ၁၁ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်းထိ ကျဆင်းသွားသည်ကို တွေ့ရကြောင်း ထို့ပြင် Elecoglipron ဆေးသည် စမ်းသပ်မှုတွင် ပါဝင်သူများ၏ သွေးဖိအားနှင့် ရောင်ရမ်းမှုတို့ကို လည်း လျှော့ချပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သုတေသနပညာရှင်များ၏ အဆိုအရ သိရသည်။

Ref : Sputnik News
Trs : KKO





မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌသစ် ရွေးကောက်ပွဲကို ၂၀၂၇ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် ကျင်းပသွားမည်

ရန်ကုန် ၉ ဇွန် ၁၃ - မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌသစ် ရွေးချယ်တင်မြောက် နိုင်ရေးအတွက် အမှုဆောင် ခန့်မှန်းချက် လာမည့် ၂၀၂၇ ခုနှစ် ဇူလိုင်လတွင် ကျင်းပသွား မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

လက်ရှိတွင် မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် တာဝန်ယူထားသည့် ဦးဇော်ဇော် သည် ၂၀၁၅ ခုနှစ်ကတည်းက မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ကာလရှည်တာဝန် ထမ်းဆောင်နေသူဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် သည် ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်(ဖီဖာ) နှင့်ချိတ်ဆက်ပြီး ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှစ၍ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်၊ ၂၀၂၄ ခုနှစ်တို့တွင် အမှုဆောင်ရွေးကောက်ပွဲ ကျင်းပ ခဲ့ရာ ဦးဇော်ဇော်က ပြိုင်ဘက်မရှိ

ခွဲဘဲ ၎င်းကိုသာ အဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ အဖြစ် ဆက်လက်တာဝန်ပေးအပ် ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

သို့သော် ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ ချုပ်(ဖီဖာ)၏ စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း များအရ ဖီဖာအဖွဲ့ဝင်နိုင်ငံမှ အဖွဲ့ ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌများအနေဖြင့် သက်တမ်း သုံးကြိမ်သာ တာဝန်ယူခွင့်ရရှိမည် ဖြစ်ပြီး လေးကြိမ်မြောက်တွင် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခွင့်မရှိဟူသည့် စည်းမျဉ်းအရ ဦးဇော်ဇော်အနေဖြင့် အနားယူရမည်ဖြစ်သည်။

လက်ရှိတွင် ဦးဇော်ဇော်သည် မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဥက္ကဋ္ဌရာထူးအပြင် အာရှဘောလုံး အဖွဲ့ချုပ်(AFC) ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ နှင့်ချိတ်ဆက်ပြီး ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှစ၍ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်၊ ၂၀၂၄ ခုနှစ်တို့တွင် အမှုဆောင်ရွေးကောက်ပွဲ ကျင်းပ ခဲ့ရာ ဦးဇော်ဇော်က ပြိုင်ဘက်မရှိ

သို့သော် ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ ချုပ်(ဖီဖာ) နှင့်ချိတ်ဆက်ပြီး ၂၀၁၅ ခုနှစ်မှစ၍ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်၊ ၂၀၂၄ ခုနှစ်တို့တွင် အမှုဆောင်ရွေးကောက်ပွဲ ကျင်းပ ခဲ့ရာ ဦးဇော်ဇော်က ပြိုင်ဘက်မရှိ

HSBC Championships တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲ ကွာတားဖိုင်နယ်အဆင့်သို့ အိမ်မာ တက်ရောက်



လန်ဒန် ၉ ဇွန် ၁၃ - အိမ်မာက "ဆိုရာနာနဲ့တွေ့ဆုံ အင်္ဂလန်နိုင်ငံ လန်ဒန်မြို့တွင် ကျင်းပနေသည့် HSBC Championships တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲ ဒုတိယ အဆင့် ပွဲစဉ်တစ်ပွဲအဖြစ် ဗြိတိန် အဆင့်(၁)တင်းနစ်မယ် အိမ်မာနှင့် ရိုမေးနီးယားတင်းနစ်မယ်ဆိုရာနာ တို့ ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ အိမ်မာက (၆-၄၊ ၆-၂) ရလဒ်ဖြင့်အနိုင်ရပြီး ကွာတား ဖိုင်နယ်အဆင့်သို့ တက်ရောက်ခဲ့ ကြောင်း Sky Sports သတင်းဌာန က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အိမ်မာအနေဖြင့် ၂၀၂၅ ခုနှစ် တင်းနစ်ရာသီတွင် ဒဏ်ရာကြောင့် ကာလရှည် အနားယူခဲ့ရသကဲ့သို့ ၂၀၂၆ ခုနှစ် တင်းနစ်ရာသီတွင် လည်း မကြာခဏ ဒဏ်ရာရရှိနေ သည့်အတွက် အောင်မြင်မှုများဖြင့် ဝေးကွာနေရသည်။

Ref : Sky Sports
Trs : AZL

၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားဘောလုံးပြိုင်ပွဲ တတိယမြောက်ပွဲအခမ်းအနားကို အမေရိကန်နိုင်ငံ လော့အိန်ဂျလိစ်မြို့တွင် ကျင်းပ

လော့အိန်ဂျလိစ် ၉ ဇွန် ၁၃ - မက္ကဆီကိုနိုင်ငံ၊ ကနေဒါနိုင်ငံ၊ အမေရိကန်နိုင်ငံတို့က သုံးနိုင်ငံ ပူးတွဲအိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံ ကျင်းပနေသည့် ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလား ဘောလုံးပြိုင်ပွဲ တတိယမြောက် ပွဲအခမ်းအနားကို ယနေ့ နံနက် ပိုင်းက အမေရိကန်နိုင်ငံ လော့အိန် ဂျလိစ်မြို့ရှိ Sofi အားကစားကွင်း တွင် ကျင်းပခဲ့ကြောင်း B/R Foot ball သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အဆိုပါ ပွဲအခမ်းအနားတွင် ကမ္ဘာ့ထိပ်တန်း အဆိုတော်များ ဖြစ်သည့် ဂေတီပယ်ရီ၊ Black Pink အဖွဲ့ဝင် လီဆာတို့အပါအဝင် ပျူးရှား၊ အနီတာ၊ ရီမာ အစရှိသည့် အနုပညာရှင်များက ဖျော်ဖြေ ခဲ့ကြပြီး ကမ္ဘာ့ထိပ်တန်းဘောလုံး ကစားသမားဟောင်းများလည်း တက်ရောက်အားပေးခဲ့ကြသည်။

၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားဘောလုံး ပြိုင်ပွဲကို ပထမဆုံးအကြိမ်



သုံးနိုင်ငံ အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံ အမေရိကန်နိုင်ငံတွင် ကျင်းပခဲ့ ပွဲအခမ်းအနားများ သည် ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားဘောလုံး ပြိုင်ပွဲအဖြစ် အိမ်ရှင် အမေရိ ကန်အသင်းနှင့် ပါရာဂွေးအသင်း တို့ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ အမေရိကန် အသင်းက လေးဂိုး တစ်ဂိုးဖြင့် အနိုင်ရခဲ့ပြီး အမေရိကန်အသင်း အတွက် ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် ကျင်းပခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

သွင်းယူနိုင်သည့် ပထမဆုံးပွဲစဉ် ဖြစ်လာခဲ့သည်။

၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားဘောလုံး ပြိုင်ပွဲ ဗိုလ်လုပွဲစဉ်ကို လာမည့် ဇူလိုင် ၂၀ ရက်တွင် အမေရိကန် နိုင်းနယူးယောက်မြို့ရှိ Jersey Stadium ၌ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။

Ref : B/R Football
Trs : STA

RBC Canadian Open ဂေါက်သီးရိုက်ပြိုင်ပွဲ ဒုတိယနေ့အပြီး အမှတ်ပေးဇယားကို ဂျိမ်းစ်ဘားနက်စ် ဦးဆောင်

တိုရွန်တို ၉ ဇွန် ၁၃ - ကနေဒါနိုင်ငံ တိုရွန်တိုမြို့တွင် ကျင်းပနေသည့် RBC Canadian Open ဂေါက်သီးရိုက်ပြိုင်ပွဲ ဒုတိယနေ့အပြီးတွင် အမေရိကန် ဂေါက်သီးရိုက်ကစားသမား ဂျိမ်းစ် ဘားနက်စ်က စုစုပေါင်း သတ်မှတ် ရိုက်ချက်ထက် ဘားနက်စ်က စုစုပေါင်း သတ်မှတ် ရိုက်ချက်ထက် ၁၀ ချက် လျော့ ရိုက်ကာ အမှတ်ပေးဇယားကို ဦးဆောင်နေကြောင်း Sky Sports သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြ ခဲ့သည်။

အမေရိကန် ဂေါက်သီးရိုက် ကစားသမားများ ဖြစ်ကြသည့် ခွဲသော်လည်း ချန်ပီယံဆုကို စိန်ခေါ်နိုင်ဆဲဖြစ်သည်။

ကွိုပ်ကာအနေဖြင့် ၂၀၂၆ ခုနှစ် ကစားသမား လီဟောက်တန်တို့က စုစုပေါင်း သတ်မှတ်ရိုက်ချက်ထက် ကိုးချက်စီလျော့ရိုက်ကာ အမှတ် ပေးဇယား၏ ဒုတိယနေရာတွင် ရပ်တည်နေသည်။

ပထမနေ့တွင် အမှတ်ပေး ဇယားကို ဦးဆောင်ခဲ့ကြသော ကွိုပ်ကာက "ရိုက်ချက်တိုင်းက သိပ်ကို အဆင်ပြေနေပါတယ်။

နေ့တွင် ရလဒ်အနည်းငယ်ကျဆင်း ပိုကောင်းခဲ့တယ် ဆိုပေမဲ့လဲ ဒုတိယနေ့က ရိုက်ချက်တွေကလဲ ကောင်းပါတယ်။ ကျင်းစိမ့်တဲ့အပိုင်း တွေမှာလဲ အမှားနည်းခဲ့ပါတယ်။ ဒုတိယနေ့မှာ ရလဒ်ကျဆင်းခဲ့ တယ်ဆိုပေမဲ့လဲ စွမ်းဆောင်ရည် အပေါ်မှာ အားကျနေပုံမရှိပါ တယ်"ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Sky Sports
Trs : AZL

မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၄)တွင် ရော့တီယူနိုက်တက်အသင်းနှင့် ဒဂုံစတားအသင်းတို့ နိုင်ပွဲကိုယ်စီရရှိ

ရန်ကုန် ၉ ဇွန် ၁၃ - မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ကော်မတီ က ကြီးမှူးကျင်းပနေသည့် မြန်မာ နေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ် (၄)ပွဲစဉ်များကို ယနေ့ ညနေပိုင်း က ရန်ကုန်မြို့တွင် ကျင်းပခဲ့ရာ ရော့တီယူနိုက်တက် အသင်းနှင့် ဒဂုံစတားအသင်းတို့ နိုင်ပွဲကိုယ်စီ ရရှိခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၄) ပွဲစဉ်များအဖြစ် ယနေ့ ညနေ ၃ နာရီခွဲက ရန်ကုန် မြို့ သီဟဒီပအားကစားကွင်း တွင် ဒဂုံစတားအသင်းနှင့် သစ္စာ အားမာန်အသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာ ဒဂုံစတားအသင်းက သုံးဂိုး ဂိုးမရှိ



ရော့တီယူနိုက်တက် အသင်းနှင့် ရန်ကုန်စီးတီးအသင်းတို့ ကစားခဲ့ ရာ ရော့တီယူနိုက်တက်အသင်း က တစ်ဂိုး မရှိဖြင့် အနိုင်ရခဲ့ပြီး ရော့တီယူနိုက်တက် အသင်း အတွက် တစ်လုံးတည်းသော သွင်းဂိုးကို ပွဲချိန် ၄၅ မိနစ်ပြည့်ပြီး အချိန်ပိုနှစ်မိနစ်တွင် ပိုင်းထက် ပိုင်းက သွင်းယူခဲ့သည်။

မြန်မာနေရှင်နယ်လိဂ် ယူ-၂၀ ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၄) ပွဲစဉ်များအဖြစ် ၉ ဇွန် ၁၄ ရက်တွင် ဖယ်ကွန်အက်ပီစီ အသင်းနှင့် မြဝတီအက်ပီစီအသင်း၊ ISPE အသင်းနှင့် ရတနာပုံအက်ပီစီ အသင်းတို့ ဆက်လက်ကစားသွား မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Ref : Sky Sports
Trs : AZL



ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန



ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊
ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနမှ ပြုစုထုတ်ဝေသည်။
(၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ မေလ)

၁

"သဘာဝ၏အာဟာရသိုက်"

"မျှစ်"တွင် ကယ်လိုရီနှင့် အဆီဓာတ် အလွန်နည်းပါးစွာပါဝင်ပြီး ခန္ဓာကိုယ် ၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအတွက် အရေးပါသည့် အပိုင်နီအက်ဆစ် (ပရိုတီန်းဓာတ်) များ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ပြင် အမျှင်ဓာတ်များစွာ ပါဝင်သောကြောင့် အစာခြေစနစ်ကို ကောင်းမွန်စေသော အာဟာရဆိုင်ရာ ရတနာတစ်ပါးဖြစ်ပါသည်။



၂

"မျှစ်" ၏အာဟာရတန်ဖိုးများ

- လတ်ဆတ်သောမျှစ်စို (၁၀၀) ဂရမ် (၆ ကျပ်သားခန့်) တွင် -
- ကယ်လိုရီဓာတ် (၂၀) မှ (၂၇) ကီလိုကယ်လိုရီခန့်၊
- ကစီဓာတ် (၅) ဂရမ်ခန့်၊
- အသားဓာတ် (၂.၅) ဂရမ်ခန့် (ခန္ဓာကိုယ်၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာ များအတွက် အရေးပါသည့် အပိုင်နီအက်ဆစ် ၁၇ မျိုးခန့်ပါဝင် ပါသည်)၊
- အဆီဓာတ် (၀.၃) ဂရမ်ခန့်၊
- အမျှင်ဓာတ် (၂.၅) မှ (၃.၅) ဂရမ် ခန့်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

"မျှစ်" တွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များ

- ဗီတာမင် အေ၊
- ဗီတာမင် ဘီအုပ်စု၊
- ဗီတာမင် ဗီ၊
- ဗီတာမင် အီး၊
- ဝိုတက်စီယမ်၊
- မဂ္ဂနီနီနှင့် ကြေးနီ၊
- ဖော့စဖရပ်စ်နှင့် မဂ္ဂနီစီယမ်ဓာတ်၊
- သံဓာတ်နှင့် ဇင့်ဓာတ်၊
- Phytosterols နှင့်
- မျှစ်ချဉ်တွင် အကျိုးပြုဘက်တီးရီးယား (Probiotics) တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၃

မျှစ်တွင် အာဟာရဓာတ်များစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန် တိုက်တွန်းပျံ့ဝေပါ။

"မျှစ်" ၏ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများ

- မျှစ်တွင် ပါဝင်သည့် -
- အမျှင်ဓာတ်သည် အစာခြေစနစ်ကို ကောင်းမွန်စေကာ ဝမ်းချုပ်ခြင်း မှကာကွယ် ပေးပြီး သွေးပေါင်ချိန်ကို ထိန်းညှိပေးပါသည်။
- ဗီတာမင်အေနှင့် ဗီတာမင်စီသည် ကိုယ်ခံအားစနစ်အတွက် ကောင်းမွန်စေပါသည်။
- ဗီတာမင်ဘီအုပ်စုသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်ကိုအထူး အားပေးပါသည်။
- ဗီတာမင်အီးသည် ဆဲလ်များ ပျက်စီးမှုကို ကာကွယ်ပေးသည့် ဓာတ်တိုးဆန့်ကျင် ပစ္စည်းအဖြစ် ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။
- ဝိုတက်စီယမ်သည် သွေးပေါင်ချိန်ကို ထိန်းညှိပေးပါသည်။
- မဂ္ဂနီနီနှင့် ကြေးနီသည် အရိုးအဆစ်ကျန်းမာရေးနှင့် သွေးနီဥ ဖြစ်ပေါ်မှုကို ကူညီပေးပါသည်။
- ဖော့စဖရပ်စ်နှင့် မဂ္ဂနီစီယမ်သည် ကြွက်သားနှင့် အာရုံကြောလုပ်ငန်း များကို ထောက်ပံ့ပေးပါသည်။
- သံဓာတ်နှင့် ဇင့်ဓာတ်များသည် ကိုယ်ခံအားနှင့် သွေးအားကောင်း စေပါသည်။
- Phytosterols သည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း မကောင်းသော သွေးတွင်း အဆီဓာတ်စုပ်ယူမှုကို လျော့ချပေးပါသည်။
- မျှစ်ချဉ်တွင်ပါဝင်သော အကျိုးပြုဘက်တီးရီးယား (Probiotics) သည် အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းအတွက် အကျိုးပြုပြီး အစာ ကြေညက်မှုကို အားပေးပါသည်။

၄

"မျှစ်" ၏စားသုံးနိုင်မှုပုံစံများ

- မျှစ်ကို မျှစ်စို၊ မျှစ်ခြောက်နှင့် မျှစ်ချဉ်ဟူ၍ ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- မျှစ်ခြောက်ဖြစ်စေ၊ မျှစ်ချဉ်ဖြစ်စေ မချက်ပြုတ်ခင် ရေခန်းနှင့် စိမ်းထားခြင်း သို့မဟုတ် ပြုတ်ခြင်းပြုလုပ်ပါက မျှစ်တွင်ပါဝင်နိုင် သည့် ဓာတုဆေးအကြွင်း အကျန်များကို လျော့နည်းစေနိုင်ပြီး နူးညံ့၍ အရသာပိုမိုကောင်းမွန်စေနိုင်ပါသည်။
- လတ်ဆတ်နူးညံ့ပြီး အရောင်မပြောင်းသေးသည့် မျှစ်စိုကို ဦးစားပေး၍ ရွေးချယ်ချက်ပြုတ်စားသောက်သင့်ပါသည်။



မျှစ်စို



မျှစ်ခြောက်



မျှစ်ချဉ်

၅

သတိပြုရမည့်အချက်များ

- မျှစ်ကို သတိပြု၍ စားသုံးသင့်သူများမှာ -
- အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲတတ်သူများ၊
- ဂေါက်ရောဂါရှိသူများ၊
- ယူရစ်အက်ဆစ်များသူများ၊
- ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိသူများ တို့ဖြစ်ပါသည်။

မျှစ်ကို အချဉ်ဖောက်စဉ် ယင်နားခြင်း၊ မသန်ရှင်းသောရေကို အသုံးပြုခြင်း၊ ဈေးကွက်ထဲရှိ အချို့သော မျှစ်ချဉ်များတွင် အရောင်ချွတ်ဆေး၊ တာရှည်ခံဆေးများ ပါဝင်နိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် မျှစ်ကို စင်ကြယ်သည်အထိ သေချာစွာ ဆေးကြော၍ စနစ်တကျချက်ပြုတ်စားသုံးသင့်ပါသည်။

၆

မျှစ်တွင် အာဟာရဓာတ်များစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန် တိုက်တွန်းပျံ့ဝေပါ။

မွန်မြတ်လှတဲ့ ပေးဆပ်ခြင်းနှင့် ကမ္ဘာ့သွေးလှူရှင်များနေ့

ကိုဘုန်း(ထုတ်လုပ်)

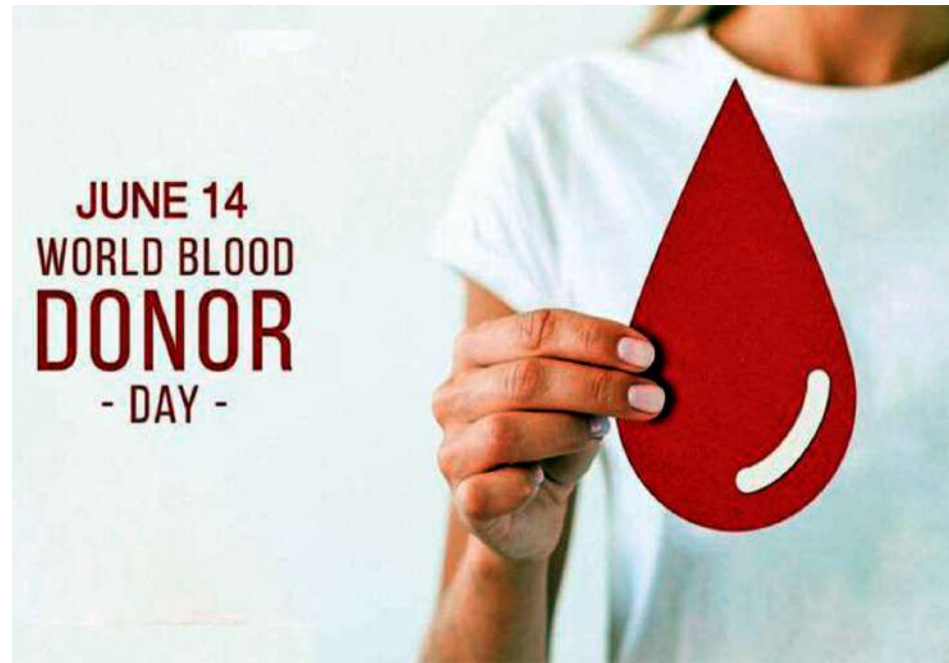
သွေးလှူဒါန်းခြင်းသည် ငွေကြေးမကုန်ဘဲ မြင့်မြတ်သော လှူဒါန်းမှုတစ်ခုဖြစ်သည်။ စစ်မက် ဖြစ်ပွားရာဒေသများ၊ မတော်တဆ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ရမှုများ၊ မီးဖွားလူနာများနှင့် သွေးကင်ဆာ၊ သွေးမတိတ်ရောဂါခံစားနေရသည့် လူနာများ အတွက် သွေးတစ်စက်သည် သေခြင်းနှင့် ရှင်ခြင်းကို အဆုံးအဖြတ်ပေးနိုင်သည်။

ယနေ့ခေတ် ကမ္ဘာ့ဆေးပညာလောကသည် အာကာသထိ ခြေဆန့်နိုင်အောင် တိုးတက်နေပြီဖြစ် သော်လည်း လူသားတို့၏ကိုယ်ခန္ဓာမှထွက်ရှိသည့် သွေးကို အစားထိုးနိုင်မှု ယနေ့တိုင် တီထွင်ဖန်တီး နိုင်ခြင်းမရှိသေးပေ။ ထို့ကြောင့် ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်း များတွင် နေ့စဉ်နှင့်အမျှ လိုအပ်နေသော စေတနာ့ ဝန်ထမ်းသွေးလှူရှင်များ၏ ပေးဆပ်မှုအပေါ်တွင် သာ ရာနှုန်းပြည့် မှီခိုအားထားနေရဆဲဖြစ်သည်။ လူသည် အသက်ရှင်နေနိုင်ရန်သွေးသည် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်။ သိပ္ပံပညာတိုးတက်နေသော်လည်း လူ့ခန္ဓာကိုယ်မှရရှိသောသွေးကို အစားထိုး၍မရနိုင် သေးပေ။ သွေးလိုအပ်နေသူများအတွက် သန့်စင် သည့် သွေးရရှိရန် အလွန်အရေးကြီးသည်။ ကမ္ဘာ့ အနှံ့အပြားတွင် သွေးအရေးပေါ် လိုအပ်နေသူ အများစုရှိသည်။ ထိုခိုက်ဒဏ်ရာရ၍ အရေးပေါ်ကုသ မှုခံယူရမည့်လူနာများ၊ မီးဖွားမည့်လူနာများ အရေး ပေါ်သွေးဆောင်ထားရန်လိုအပ်သည်။ သွေးပုံမှန် သွင်းရန် လိုအပ်နေသော နာတာရှည်ဝေဒနာရှင်များ လည်း များစွာရှိသည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) က ၂၀၀၅ ခုနှစ်မှစ၍ နှစ်စဉ် ဇွန် ၁၄ ရက်နေ့ကို သွေးလှူရှင်နေ့အဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့သည်။ ဖွံ့ဖြိုးဆဲ နိုင်ငံများ၌ ကျန်းမာရေးစနစ်သည် အားနည်းသေး သောကြောင့် လုံခြုံစိတ်ချရသောသွေးရရန် ပိုမို ခက်ခဲသည်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်းတွင် စုဆောင်းရရှိသော သွေးလှူဒါန်းမှု ၁၁၈ ဒသမ ၅ သန်းအနက်မှ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ကမ္ဘာ့လူဦးရေ၏ ၁၆ ရာခိုင်နှုန်း နေထိုင်ရာ ဝင်ငွေမြင့်မားသောနိုင်ငံများမှ စုဆောင်း ရရှိခြင်းဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံ ၇၉ နိုင်ငံတွင် သွေးထောက်ပံ့မှု၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော်ကို စေတနာ့အလျောက် အခကြေးငွေမယူသော သွေး လှူရှင်များထံမှရရှိကြောင်း ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေး အဖွဲ့၏ထုတ်ပြန်ချက်များတွင် ဖော်ပြထားသည်။

ကမ္ဘာပေါ်ရှိ နိုင်ငံပေါင်း ၅၄ နိုင်ငံတွင် သွေးထောက်ပံ့မှု၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော်ကို မိသားစု အစားထိုး သို့မဟုတ် အခကြေးငွေပေးရသော အလှူရှင်များထံမှရရှိသည်။ သွေးလှူရှင် ၃ မျိုးရှိပြီး ၎င်းတို့မှာ-
၁။ အစားထိုးလှူဒါန်းသော မိသားစု သို့မဟုတ် မိတ်ဆွေသွေးလှူရှင်များ
၂။ မိမိဆန္ဒအလျောက် အခကြေးငွေမယူဘဲ လှူဒါန်းသောသွေးလှူရှင်များ
၃။ အခကြေးငွေဖြင့် လှူဒါန်းသော သွေး လှူရှင်များဖြစ်သည်။
အမိဝမ်းတွင်း သန္ဓေသားလောင်းအဆင့်မှာပင် စားပွဲတင်ဇွန်း သုံးဇွန်းမျှပမာဏရှိသော သွေးသည် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည်။ သွေးသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပြီး သန့်စင်သည့်သွေးသည် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းတစ်ခုလုံး၌ အရေးကြီးဆုံးနေရာကပါဝင်ပြီး ခန္ဓာကိုယ် ကျန်းမာ ရေးစောင့်ရှောက်မှုစနစ်တစ်ခု အဆင်ပြေပြေလည် ပတ်နိုင်ရန် မရှိမဖြစ်လိုအပ်သည့်အရာတစ်ခုဖြစ်

သည်။ ဒါနပါရမီတွင် တစ်ပါးအပါအဝင်ဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်း၏သွေးကို ရက်ရောစွာ လှူဒါန်းခြင်းသည် မွန်မြတ်သောလှူဒါန်းမှုဖြစ် သည်။ သွေးနှင့်အသက်ဆက်ရသော သက်ရှိ လူသားများအတွက် လုံလောက်သောသွေးရှိမှသာ ခန္ဓာဝန်ကို ထမ်းရွက်နိုင်ကြမည်ဖြစ်သည်။

သွေးတစ်ကြိမ်လှူတိုင်း သွေးလှူရှင်ထံမှ မီလီလီတာ ၄၅၀ ခန့်ပမာဏရှိသောသွေးကို ဖောက် ထုတ်ရသည်။ ထိုပမာဏသည် အရွယ်ရောက်သူ သွေးလှူရှင်တစ်ကိုယ်လုံးရှိ သွေးများ၏ ၇ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်။ ထိုသွေးကို လက်ခံသူလူနာ အတွက် အသက်တစ်ချောင်းကယ်တင်ရာ၌ အလွန်



ထိရောက်သည်။ သွေးလှူရှင်ရှိမှ အသက်ဆက်ခွင့်ရ သော လူနာများသည် အရေးပေါ်ထိခိုက်ဒဏ်ရာရ လူနာများ၊ ခွဲစိတ်ခန်းဝင်နေသောလူနာများ၊ သွေး မတိတ်ရောဂါဝေဒနာသည်များ၊ နာတာရှည်သွေး အားနည်းရောဂါရှိသူများ၊ ရိုးတွင်းခြင်ဆီအစားထိုး ကုသခံလူနာများ၊ မွေးကင်းစ အသားဝါရင်သွေးငယ် လေးများ စသည်တို့ဖြစ်သည်။

သွေးလှူပါက လူ့အသက်တစ်ချောင်းကို ကယ်တင်ရုံတင်သာမက သွေးလှူရှင်အတွက်လည်း ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိစေနိုင်သည်။ သွေးလှူပြီးနောက် ထပ်မံဖြည့်စွက်စားသောက်ရ သည့် အားဖြည့်စွာများကြောင့် ပိုမိုကျန်းမာလာ စေခြင်း၊ ကိုလက်စထရောကျစေခြင်း၊ သွေးလှူ လိုက်ခြင်းကြောင့် တစ်ပါးသူအသက်ကို ကယ်ဆယ် နိုင်သဖြင့် မွန်မြတ်သောအလုပ်ဖြစ်သည်။ သွေးလှူ ရှင်တစ်ဦးသည် သွေးလှူပြီးတိုင်း ခန္ဓာကိုယ်မှ အဆီကယ်လိုရီများ လောင်မြိုက်သွားစေခြင်းကြောင့် ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ချလိုသူများအတွက် အကျိုး ဖြစ်ထွန်းစေခြင်း၊ သွေးလှူပြီးနောက် ဆုံးရှုံးသွား သော သွေးနီဥများကို ရိုးတွင်းခြင်ဆီမှ ၄၈ နာရီ အတွင်း ပြန်လည်ထုတ်လုပ်ပေးသောကြောင့် တစ်လ သို့မဟုတ် နှစ်လခန့်အကြာတွင် ပုံမှန် သွေးနီဥပမာဏပြည့်ဝလာပြီး သွေးသစ်လောင်းစေ ကာ ခန္ဓာကိုယ်လန်းဆန်းစေ၍ တက်ကြွမှုဖြစ်စေခြင်း၊ ပုံမှန်သွေးလှူခြင်းကြောင့် မိမိရဲ့သွေးဖိအား အနည်း၊ အများ၊ သွေးပေါင်ချိန်အတက်၊ အကျနှင့် ကာလသား ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါတို့ကဲ့သို့သော ရောဂါများကိုပါ စစ်ဆေးပြီးသားဖြစ်ခြင်းတို့အပြင် သွေးဖောက် ထုတ်လှူဒါန်းလိုက်ခြင်းကြောင့် အသည်းကင်ဆာ၊ အဆုတ်ကင်ဆာ၊ အူမကြီးကင်ဆာ၊ အစာအိမ်

ကင်ဆာ၊ လည်ချောင်းကင်ဆာ စသည့်ကင်ဆာရောဂါ များ ဖြစ်နိုင်ခြေအလားအလာနည်းပါးကြောင်း အမေရိကန်ရှိ Miller-Keystone သွေးစင်တာမှ အကြံပြုထားသည်။ အမေရိကန်ဆေးသိပ္ပံပညာရှင် များ၏ဆန်းစစ်ချက်အရ သွေးပုံမှန်လှူဒါန်းသော အမျိုးသားများတွင် နှလုံးရောဂါဖြစ်နိုင်မှု အလား အလာ ၈၈ ရာခိုင်နှုန်း လျော့ကျနိုင်ပြီး နှလုံးကြောင့် လေဖြတ်ခြင်းအလားအလာကို ၃၃ ရာခိုင်နှုန်းထိ လျော့ချပေးနိုင်ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိထားသည်။

သွေးလှူရှင်တစ်ဦးသည် သွေးလှူဒါန်းမည် ဆိုပါကအသက် ၁၈ နှစ်ပြည့်ပြီးသူဖြစ်ရပါမည်။ ထို့ပြင် သွေးဖိအား BP အထက်သွေး ၁၂၀ အထက်

မကျော်စေရ၊ အောက်သွေး ၈၀ ထက် မနည်းစေရပါ။ သွေးလှူမည့်သူသည် အသက် ၅၀ ထက်မကြီးစေရပါ။ ကိုယ်အလေးချိန် ၄၅ ကီလို ထက်မနည်းစေရဘဲ ကိုယ်အပူချိန် ၉၉ ဒသမ ၅ ဒီဂရီ ဖယ်ရင်ဟိုက်ထက် မကျော်စေရပါ။ သွေးမလှူခင် Hemocrit စစ်တဲ့ အခါ ပုံမှန်ထက် ၃၈ ရာခိုင်နှုန်းနည်းနေရင် မလှူ သင့်ပါ။ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေစဉ် သွေးမလှူခင်က ကလေး နို့တိုက်နေသူ၊ လတ်တလော ကိုယ်ဝန်ပျက် ထားသူ မလှူသင့်ပါ။ သွေးလှူရှင်များ နေမကောင်း ပါက မလှူသင့်ပါ။ ပြီးခဲ့သည့်ခြောက်လအတွင်း ခွဲစိတ်ကုသမှုအကြီးစားလုပ်ထားရသူ သွေးမလှူရ ပါ။ ခွေးကိုက်ခြင်းခံရပြီး အရေပြားစုတ်ပြသွားပါက သွေးလှူရန် ၁၂ လစောင့်ရသည်။

သွေးလှူမည့်သူသည် မည်သည့်အစာမျှ စားထားခြင်းမရှိဘဲ သွေးလုံးဝမလှူသင့်ပါ။ အာဟာရ ပြည့်ဝမည့်အစာတစ်ခုခုကို သွေးမလှူခင် နှစ်နာရီ သုံးနာရီခန့်ကြိုတင်၍ သွေးတွင်းအာဟာရပြည့်စေ ရန်အတွက် စားထားပေးရပါမည်ဖြစ်သည်။ လေးလ တစ်ကြိမ် ပုံမှန်သွေးလှူနေကျဖြစ်ပါက သွေးမလှူ ခင်ရက်သတ္တတစ်ပတ်၊ နှစ်ပတ်ခန့်ကြိုတင်၍ သံဓာတ်ကြွယ်ဝစွာပါဝင်သောအစားများကို စားသုံး သင့်သည်။ သံဓာတ်သည် သွေးထဲမှအောက်ဆီဂျင်ကို ကိုယ်ခန္ဓာအတွင်းရှိ ဆဲလ်များဆီသို့ သယ်ဆောင် ပေးသောကြောင့် လှူလိုက်သည့်သွေးထဲတွင် ၎င်းသံဓာတ်များပါသွားပြီး အားနည်းခြင်း၊ မောပန်း ခြင်းများဖြစ်တတ်သည်။ ထို့ကြောင့် သံဓာတ်ဖြည့် စွက်စာအဖြစ် ဆီးသီးခြောက်၊ မက်မန်းသီး၊ မက်မွန် သီး၊ သဖန်းသီး၊ ကတုတ်သီး၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ ကြက်၊ ဝက်၊ ဆိတ်၊ အမဲတို့၏အသည်း၊ ကြက်ဥ၊ ဘဲဥ ငုံးဥ များ စသည်တို့ကို များများစားပေးသင့်သည်။

သွေးလှူပြီးနောက် ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် ရေနှင့် သကြားဓာတ်ခန်းခြောက်မှုမရှိစေရန် သွေးလှူပြီးပြီး ချင်း အသီးဖျော်ရည်နှင့် မုန့်အချိုတစ်ခုခုကို ချက်ချင်းစားပေးခြင်း၊ သွေးလှူပြီးကြောင့် ကုန်ဆုံးသွားသော သွေးနီဥများကို အစားပြန်လည် ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရန် တိရစ္ဆာန်များ၏ အသည်း၊ ပဲအမျိုးမျိုး၊ ကညတ်၊ ဟင်းနုနုနုရွက်အပါအဝင် အစိမ်းရင့်ရောင်ရှိသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များနှင့် အညိုရောင်ဂျုံ၊ ပေါင်မုန့်တို့ကို စားပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ကော်ဖီ၊ ကိုလာ စသည့်ကဖိန်း ဓာတ်ပါသော အရည်များသည် ဆီးရွှင်စေသော ကြောင့် သွေးလှူပြီး ရှစ်နာရီမှ ၁၀ နာရီအတွင်း ၎င်းအရည်များကိုလုံးဝမသောက်သင့်ပါ။ ဥ၊ အာလူး၊ ငှက်ပျောသီး၊ အစေ့အဆန်များ၊ အခွံမာသီးများ၊ ငါး၊ နို့နှင့်ထောပတ်၊ ပုတင်း၊ ချိစ်ကဲ့သို့သော နို့ထွက်ပစ္စည်း ကလည်း သွေးနီဥများကို ပြန်လည်တည်ဆောက် ပေးနိုင်သောကြောင့် များများစားသုံးပေးသင့်သည်။

သွေးလှူရှင်တွင် ဘီပို၊ စီပို၊ HIV ပို၊ ကာလသား ရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ စသည်တို့ ကင်းစင်နေမှသာ လှူဒါန်းခွင့်ရှိပြီး သွေးလှူခန်းတွင်လည်း သွေးပေါင် ချိန်ပုံမှန်ဖြစ်နေရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် လိင်ဆက်ဆံ ဖော်များသူ၊ ပဋိဇီဝသောက်ဆေးကိုသောက်သုံးသူ၊ ဆစ်ဖလစ်ရောဂါပိုးရှိသူ၊ မူးယစ်ဆေးစွဲနေသူ၊ အူရောင်ငန်းဖျားရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ၊ သွေးချိုရောဂါ နှင့် ပန်းနာရောဂါရှိသူများသည် သွေးမလှူသင့်ပါ။ သွေးလှူချိန်ကြားကာလမှာ တစ်ကြိမ်နှင့်တစ်ကြိမ် အနည်းဆုံးနှစ်လရှိမှသာ သွေးလှူရှင်၏ နောက် ဆက်တွဲကျန်းမာရေးအတွက် စိတ်ချရမည်ဖြစ်သည်။ ကမ္ဘာ့သွေးလှူရှင်များနေ့သည် တစ်နှစ်တာ၏ တစ်ရက်တာမျှသာဖြစ်သော်လည်း သွေးလှူရှင်တို့၏ ပေးဆပ်မှုကမူလူနာများနှင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုများ အတွက် တစ်သက်လုံးစာ ရင်ဆိုင်ရမည့် အမှောင် ထုကို အလင်းဆောင်ပေးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ ဆေးပညာ အရ သွေးတစ်ကြိမ် လှူဒါန်းခြင်းဖြင့် လူနာ၏ အသက်ကိုကယ်တင်နိုင်ရုံမျှမက မိမိကိုယ်တိုင်၏ ကျန်းမာရေးအတွက်လည်း သွေးလည်ပတ်မှုစနစ်ကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေကာ ရောဂါဘယများကို ကာကွယ် ပေးနိုင်သည့် နှစ်ဦးနှစ်ဖက် အကျိုးရှိသောမွန်မြတ် သည့် အမှုကိစ္စဖြစ်သည်။

ယနေ့ခေတ် ကမ္ဘာကြီးတွင် စေတနာ့ဝန်ထမ်း သွေးလှူရှင်များ တိုးပွားလာနေသည်မှာ ဝမ်းမြောက် ဖွယ်ဖြစ်သော်လည်း လုံလောက်စိတ်ချရသော သွေးသိုလှောင်မှုပမာဏရရှိရန်အတွက် လူငယ် လူရွယ်များနှင့် ကျန်းမာသန်စွမ်းသူတိုင်းက အစဉ် တစိုက် ပါဝင်လှူဒါန်းကြရန် လိုအပ်နေဆဲဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ မိမိ၏သွေးတစ်စက်ဖြင့် အခြားသူ တစ်ဦး၏ အနာဂတ်ကို ပြန်လည်အသက်သွင်းပေး ကြရန်၊ သွေးမလိုရအောင် ကြိုတင်စုဆောင်းခြင်းဖြင့် လူသားချင်းစာနာမှုအလှကို ဖော်ကျူးကြရန်နှင့် ကမ္ဘာ့သွေးလှူရှင်များနေ့၏ ရည်ရွယ်ချက်ကို လက်တွေ့အကောင်အထည်ဖော်ရင်း အသက်ကယ် ဆယ်ခြင်း သမိုင်းမော်ကွန်းတွင် မိမိတို့ကိုယ်တိုင် သွေးလှူရှင်သူရဲကောင်းများအဖြစ် ဂုဏ်ယူခံကြွားစွာ ပါဝင်ကြပါစို့ဟု တိုက်တွန်းရေးသားအပ်ပါသည်။
ကိုးကား
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO)၏ထုတ်ပြန်ချက် များ (၂၀၂၅ ခုနှစ်)

ခင်ဦးမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၆၂၀၅ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်



ခင်ဦး ဇွန် ၁၃
စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ရွှေဘိုခရိုင် ခင်ဦးမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၆၂၀၅ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း ခင်ဦးမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

ခင်ဦးမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ပဲတီစိမ်း ၆၄၁၆၄ ဧက စိုက်ပျိုးရန်အတွက်

လျာထားပြီး ယခုနှစ် မေလပထမပတ်မှ စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ၆၂၀၅ ဧကထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

"ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ခင်ဦးမြို့နယ်မှာ ပဲတီစိမ်းဧက ၆၄၀၀၀ ကျော်စိုက်ပျိုးဖို့ လျာထားပါတယ်။ ဒီနေ့ထိ ဧက ၆၀၀၀ ကျော် စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ပါတယ်။ လျာထားဧကပြည့်မီအောင် စိုက်

ပျိုးနိုင်ဖို့အတွက် ဆောင်ရွက်ပေးနေပါတယ်။ ပဲတီစိမ်းစိုက်ပျိုးမှုနဲ့ ပတ်သက်ပြီး တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးဖို့ ပညာပေးတာတွေ ရှိပါတယ်။ အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်ဖို့အတွက် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်တွေ သုံးစွဲဖို့ ပညာပေးတာတွေရှိတယ်"ဟု ခင်ဦးမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးနေဝင်းနိုင်က ပြောပြသည်။

ယခုနှစ် ခင်ဦးမြို့နယ်တွင် ပဲတီစိမ်းစိုက် တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနအနေဖြင့် ဒေသနှင့်ကိုက်ညီသည့် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်ရရှိရေး၊ စိုက်နည်းစနစ်မှန်ကန်ရေး၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှုကင်းရှင်းရေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာစနစ်တကျသုံးစွဲရေး၊ သဘာဝပိုးသတ်ဆေးသုံးစွဲစေရေး၊ အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်ရေးတို့ကို အသိပညာပေး ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ပဲတီစိမ်းကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်မည်ဆိုပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှု ဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် ပဲတီစိမ်းကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း ခင်ဦးမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးနေဝင်းနိုင်က ပြောပြသ်။

အဖိုးတန်ရေချိုကို ချွေတာကြပါစို့

သက်ရှိကမ္ဘာကြီး ရှင်သန်ရပ်တည်ဖို့...
သဘာဝတောတောင်များ ထာဝရတည်တံ့စေဖို့...
သင့်ဘဝ သန်ရှင်းကျန်းမာလှပစေဖို့...
နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ရှားပါးလာသော
အဖိုးတန်ရေချိုကို ချွေတာကြပါစို့။

စဉ့်ကိုင်မြို့နယ် သင်္ဂီတကျေးရွာ၌ ကလေးအလုပ်သမား ပပျောက်ရေး ဟောပြောပွဲကျင်းပ



စဉ့်ကိုင် ဇွန် ၁၃
မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ကျောက်ဆည်ခရိုင် စဉ့်ကိုင်မြို့နယ် ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် အခြေခံပညာမူလတန်းကျောင်း (သင်္ဂီတ) တို့ ပူးပေါင်း၍ ကလေးအလုပ်သမားပပျောက်ရေး အသိပညာပေးဟောပြောပွဲ၊ ကဗျာရွတ်ဆိုပြိုင်ပွဲ၊ စာဖတ်စွမ်းရည်ပြိုင်ပွဲနှင့် နံရံကပ်စာစောင်ပြိုင်ပွဲများကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက သင်္ဂီတကျေးရွာရှိ "ဘဝအလင်းသစ်" စာကြည့်တိုက်၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရှေးဦးစွာ မြို့နယ်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန စာကြည့်တိုက်လက်ထောက် - ၃ ဒေါ်နှင်းအိအိခိုင်က ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအသိပညာဗဟုသုတ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်၊ နိုင်ငံတော်အတွက် အကျိုးပြုမည့် အနာဂတ် သားကောင်းရတနာ၊ သမီးကောင်းရတနာများ ပေါ်ထွန်းလာစေရန်၊ ဗလင်းတန်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန်၊ နှုတ်မှု အဆိုပါ ဟောပြောပွဲသို့ တက်ရောက်လာစေရန်၊ စာဖတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းများ ရရှိလာပြီး စာကြည့်တိုက်နှင့် ရင်းနှီးလာပြီး စာကြည့်တိုက်နှင့် ရင်းနှီးကျွမ်းဝင်လာစေရန် စသည်တို့ကို ရည်ရွယ်ကာ ယခုလို ဟောပြောပွဲများ ပြုလုပ် ပြိုင်ပွဲများ ကျင်းပ

မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ မေလအတွင်း လယ်ငါးခုပိဿာချိန် ၄၇၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့

မအူပင် ဇွန် ၁၃
ရေဝတီတိုင်းဒေသကြီး မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ မေလအတွင်း လယ်ငါးခုပိဿာချိန် ၄၇၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း မအူပင်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ယုယုဝေက ပြောပြသည်။

မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ဧပြီလအတွင်းက လယ်ငါးခုပိဿာချိန် ၄၀၀၀၀ သာ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ပြီး မေလအတွင်း လယ်ငါးခုပိဿာချိန် ၄၇၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း၊ အဆိုပါ လယ်ငါးခုများ တင်ပို့ ရောင်းချအားတက်လာ

သည့်အတွက် ရေလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူများ အဆင်ပြေလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

"ပြီးခဲ့တဲ့မေလအတွင်း ငါးခုပိဿာချိန် ၄၇၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရပါတယ်။ ဒီလယ်ငါးခုပိဿာချိန်မှာကို စားသုံးမှုများ တွဲငါးဖြစ်ပါတယ်။ မအူပင်မြို့နယ်ဘက်က ရေထွက်ကုန်မှန်သမျှကို ဒေသဈေးကွက်အပြင်

ရန်ကုန်ဈေးကွက်ကို တင်ပို့ရောင်းချတာပါ။ လယ်ငါးခုပိဿာချိန်အားကောင်းလာတော့ ရေလုပ်သားတွေ အဓိကအဆင်ပြေလာပါတယ်"ဟု မအူပင်မြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်း ရောင်းဝယ်ရေးပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်ယုယုဝေက ပြောပြသည်။

မအူပင်မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့ရောင်းချသည့် လယ်ငါးခုပိဿာချိန် ၄၇၀၀၀ ထိ ပေါက်ဈေးရှိကြောင်း၊ အဆိုပါ လယ်ငါးခုများကို တင်ပို့ရောင်းချခြင်းကြောင့် ကုန်သည်များ၊ ရေချိုငါးခု ငါးရှာဖွေသူများ အဆင်ပြေနေကြောင်း သိရသည်။



ပူတာအိုမြို့နယ် လယ်မယ်ဝါဂျီကျေးရွာ၌ မြစ်စိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

ပူတာအို ဇွန် ၁၃
ကချင်ပြည်နယ် ပူတာအိုခရိုင် ပူတာအိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာနက လန်းတောင်ကျေးအုပ်စု လယ်မယ်ဝါဂျီကျေးရွာ၌ မြစ်စိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း အရင်းမပျောက်လည်ပတ်ရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေးပေးခြင်းကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာခန်းမ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သည်။

ရှေးဦးစွာ ပူတာအိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်

ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဇော်လင်းက စီမံကိန်းဆောင်ရွက်ခြင်း ရည်ရွယ်ချက်များ၊ မြစ်စိမ်းရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် ရရှိလာမည့် အကျိုးကျေးဇူးများ ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ စီမံကိန်းတာဝန်ခံ ဝန်ထမ်းက စီမံကိန်းလက်စွဲစာစောင်ပါညွှန်ကြားချက်များ၊ ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပါ အကြောင်းအရာများကို ရှင်းလင်းပြောကြား

ပြီး ပူတာအိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဇော်လင်းက မြစ်စိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များထံ စီမံကိန်းရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၆၉၀ လွှဲပြောင်းပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထို့နောက် မြစ်စိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း လုပ်ငန်းအဖွဲ့ဝင်များက လယ်မယ်ဝါဂျီကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ၄၂ ဦးကို ငွေကျပ် ၃၂၃ သိန်း၊ မွေးမြူရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သူ

၂၁ ဦးကို ငွေကျပ် ၁၄၈ သိန်း၊ အရောင်းအဝယ်လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ လေးဦးကို ငွေကျပ် ၄၅ သိန်း၊ အခြား အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း လုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ လေးဦးကို ငွေကျပ် ၃၅ သိန်း စုစုပေါင်း အသင်းသား၊ အသင်းသူ ၇၁ ဦးကို ရန်ပုံငွေကျပ် ၅၅၁ သိန်း ထုတ်ချေးပေးခဲ့ကြောင်း ပူတာအိုမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဇော်လင်းထံမှ သိရသည်။

President of the Republic of Union of Myanmar U Min Aung Hlaing plants a mahogany sapling at the first national level rainy-season tree-growing ceremony for 2026



President U Min Aung Hlaing delivers a speech at the first national level rainy-season tree-growing ceremony for 2026.



President U Min Aung Hlaing waters a mahogany sapling.

Nay Pyi Taw June 13
The first national level rainy-season tree-growing ceremony for 2026 took place at Plot No 1, Palway reserve forest, Dekkinathiri Township, Nay Pyi Taw, Union Territory, this morning, attended by President of the Republic of Union of Myanmar U Min Aung Hlaing, who planted a mahogany sapling.

Commander-in-Chief of Defence Services General Ye Win Oo, Deputy Commander-in-Chief of Defence Services Commander-in-Chief (Army) General Kyaw Swa Lin, union level dignitaries, union ministers, the Nay Pyi Taw Council chair, senior military officers from Office of Commander-in-Chief, the Nay Pyi Taw Command

and officials.
In his address, the President said that with public involvement, the government is sponsoring tree-planting ceremonies to green and beautify the environment, maintain ecosystem balance, prevent natural disasters, and improve the climate. At this ceremony, over 3,000 saplings of 16 different species

natural watercourses, lakes, biodiversity, and natural resources. The country's diverse ecosystems, trees, forests, biodiversity, and natural resources serve as the foundation for food production, green economic activities, environmental conservation, and a balanced climate.

Trees and forests are essential for all life on Earth. They generate continuous ecosystem services to maintain a balanced climate, food sufficiency, disaster prevention, and soil and water conservation. In addition, they provide forest products—such as wood, fuelwood, bamboo, rattan, food, and medicines—and environmental services. As trees are the core of the ecosystem, they must be properly cared for, regenerated, and managed.

Myanmar has the second-largest forest cover among ASEAN countries. According to FAO reports, the country's total forest area in 2025 was 42.15 percent, down 0.04 percent from 42.19 percent in 2020. Hence, the country requires continuous efforts to completely halt forest depletion. It must set its forest cover target at 50 percent of its land area to leave behind

a balanced and stable ecosystem for posterity.

Increased combustion of fossil fuels, development in the energy and industrial sectors, transportation expansion, forest depletion, and population growth—alongside transitions in wood use patterns—are identified as the root causes of climate change that countries worldwide, including Myanmar, face today. These causes intensify the release of greenhouse gases into the atmosphere, worsening climate change and triggering various natural disasters.

The 2026 climate hazard index from certain international weather monitoring teams placed Myanmar among the ten countries most affected by climate change, which will intensify multiple types of natural disasters. The central dry zone of Myanmar consistently ranks among the hottest regions globally. Temperatures in Chauk reached 48.2 degrees Celsius in 2024, 45.3 degrees Celsius in 2025, and 44.9 degrees Celsius this year. Moreover, temperatures in 12 major towns across the

area exceeded 41 degrees Celsius.

In particular, forecasts indicate that a very strong Super El Niño could develop by the end of this year, while 2026 and 2027 are expected to be among the hottest years on record globally. The combined effects of climate change and El Niño may lead to severe droughts, extreme heatwaves, and forest fires, potentially affecting key sectors such as agriculture, livestock, public health, and the economy. Therefore, it is essential to make advance preparations and implement appropriate mitigation measures.

Among the many approaches to addressing climate change and environmental challenges facing the world today, tree planting and forest conservation are among the simplest, most practical, and most cost-effective solutions. These efforts are accessible to everyone, environmentally sustainable, and provide significant benefits for both people and nature.



President U Min Aung Hlaing observes tree planting activities.

Also present together with the President were Vice Presidents U Nyo Saw and Daw Nan Ni Ni Aye, Pyithu Hluttaw Speaker U Khin Yi, Amyotha Hluttaw Speaker U Aung Lin Dway, Com-

mander, deputy ministers, personnel of the ministries, employees, rectors, pro rectors, lecturers, teachers, and students of institutions of higher learning and basic education schools in Nay Pyi

will be planted. Simultaneously, townships, districts, regions, and states will plant 54,810 saplings of various species.

Myanmar is rich in forests, wonderful landscapes,



The first national level rainy-season tree-growing ceremony for 2026 in progress.

From Page 12

It can be observed that the 13 districts within the Dry Zone, as well as major towns in the central region that experience high temperatures, have sparse and dry forest cover, with relatively low percentages of forested land. According to studies, more than 60 million trees were planted in the 13 Dry Zone districts between 2016 and 2025, which is estimated to be equivalent to over 200,000 acres of forest cover. During the same period, more than 269.8 million trees of various species were planted across Myanmar, equivalent to approximately one million acres in total. Although timber is utilized for various purposes as needed, the loss of forests can be fully prevented if every tree planted is properly nurtured and survives. Furthermore, through systematic forest management, protection, and

conservation measures to prevent the degradation and destruction of natural forests, forest cover can be expanded, thereby helping to mitigate and adapt to the impacts of climate change.

Therefore, when planting trees, it is extremely important to ensure that every tree planted survives. It was further emphasized that only healthy and vigorous seedlings that are at least two feet in height should be used for planting. In line with the saying, "Plant trees when the soil is moist," the current monsoon season is the most suitable time for tree planting, as rainfall softens and moistens the soil while providing sufficient water for young trees to establish roots and grow successfully. If trees are planted in a timely manner during the monsoon season, they will receive adequate moisture, resulting

in better growth and survival rates, and will be able to withstand and survive the hot and dry summer months more effectively.

As tree planting and forest conservation are long-term endeavors, it is essential to carry out these activities continuously on an annual basis. The success of tree-planting and forest-conservation efforts depends on the collective participation and cooperation of the responsible ministry, relevant government agencies, regional and state governments, and the public. Therefore, all stakeholders must work together in an organized manner and actively contribute to these initiatives.

Forests are a vital foundation for economic development, playing a crucial role in regulating the climate and preserving valuable natural resources. Therefore, forest conservation should be regarded as an important

investment in the future, and efforts to protect and expand forest resources must be further strengthened to support stable, sustainable, and long-term economic growth.

We must advance environmental conservation and promote nature-based economic development models, including the bioeconomy, green economy, and circular economy. This includes encouraging the growth of forest-based industries such as wood products, furniture manufacturing, plywood, particleboard, sawn timber processing, bamboo pulp and paper production, advanced cotton and bamboo fiber industries, and bamboo-based furniture and consumer products. To support these objectives, the development and expansion of small, medium, and large-scale enterprises must be accelerated.

The abundance of forest resources is closely linked to

the country's socio-economic development, and increasing forest cover contributes significantly to the enhancement of ecosystem services. To promote sustainable development and environmental conservation, the government has set targets of designating 30 percent of the country's total land area as reserved and protected forests and 10 percent as protected natural areas. To date, 1,337 reserved and protected forests have been established, covering 26.11 percent of the country's land area, while 62 protected natural areas have been designated, covering 6.59 percent. Continued collective efforts are needed to achieve these national conservation goals.

Forest plantations are being established every year while plans are underway to plant 30,000 acres of forest trees or 21.36 million of trees across the country during this rainy season. As special greening tasks, trees are being planted by relevant departments in cooperation with local people in 13 districts in the dry zone, along railroads, on both sides of the ASEAN highway and roads, in Bagan ancient cultural zone, in areas around the Inlay lake and coastal regions.

In accordance with the motto "Let us protect our environment for the prosperity of the Nation," it is necessary to speed up tree-planting and forest conservation to stabilize and improve ecosystems, to make the entire country green and pleasant and to reduce the impacts of climate change. Therefore, from individual people to regional and departmental organizations

are urged to cooperate for forest conservation as a national responsibility to accelerate tree-planting, to carry out conservation tasks to ensure that every tree planted thrives and to expand forest coverage across the country.

Then, the President led the campaign by planting a mahogany tree at a designated place.

Afterward, Vice Presidents U Nyo Saw and Daw Nan Ni Ni Aye, Speakers of the Hluttaws, the Commander-in-Chief of Defence Services, the Deputy Commander-in-Chief Commanded-in-Chief (Army), union-level officials and union ministers, deputy ministers, departmental staff from ministries and rectors, pro-rectors, senior lecturers and basic education principals and students from universities, colleges and basic education schools in Nay Pyi Taw and officials simultaneously planted trees cheerfully.

Then, the President and party observed the cheerful tree-planting activities of attendees to the first rainy season national level tree-planting ceremony-2026.

At the rainy season national level tree-planting ceremony today, a total of 3,000 trees from 16 plant varieties including flowering plants like *Mesua ferrea*, star flower tree, *Cassia siamea*, gold mohur, Queen crepe myrtle, treasure woods like teak, *Xylia dolabriformis*, padauk, rosewood and mahogany and evergreen trees like *Chukrassia tabularis*, oil Eugenia, Mary, Cajeput tree, *Gmelina arborea* and *Cedrela febrifuga*. MNA

U.S. appeals court rejects last-minute bid to delay removing Trump's name from Kennedy Center

Washington June 13

A U.S. federal appeals court on Friday denied the Justice Department's last-minute request for a temporary pause of a court order directing that President Donald Trump's name be removed from the John F. Kennedy Center for the Performing Arts.

Earlier in the day, the Trump administration and the

Board of Trustees of the Kennedy Center each appealed a federal district judge's ruling ordering the removal. Under the order, Trump's name must be removed from the building by Friday midnight.

By Friday afternoon, construction crews had cordoned off the section of the Kennedy Center bearing Trump's name and begun erecting scaffolding for its removal.

Patrick Nour, a performer at the Kennedy Center, told Xinhua in front of the scaffolding on Friday evening that he is happy to see that "it isn't being disgraced."

"It's a memorial. It isn't a place where you could just put your name on. It's dedicated to somebody who did something, not someone who is doing something," he said.

Xinhua

Pakistan, Saudi Arabia welcome final stage of U.S.-Iran talks

Islamabad June 13

Pakistani Deputy Prime Minister and Foreign Minister Mohammad Ishaq Dar and Saudi Foreign Minister Prince Faisal bin Farhan bin Abdullah Al Saud welcomed the final stage of the U.S.-Iran negotiations, with the electronic signing ceremony of a deal scheduled for Sunday, Pakistan's foreign ministry said on Saturday.

During a telephone con-

versation, the two ministers discussed the ongoing negotiations between the United States and Iran, voicing hope that the process would lead to lasting peace and stability in the region, the ministry said in a statement.

According to the statement, the Saudi foreign minister appreciated Pakistan's consistent and sustained efforts in support of mediation and dialogue

throughout the negotiation process.

The two sides also discussed preparations for the forthcoming Regional Four Foreign Ministers meeting, which is scheduled to take place in Egypt later this month.

Pakistan has been actively supporting diplomatic efforts aimed at promoting dialogue and reducing tensions in the region.

Xinhua

Third convoy of vehicles carrying relief supplies and construction materials arrives in Myitkyina for rehabilitation efforts along Mandalay-Myitkyina route, locals welcome with joy



Vehicles carrying goods depart from Mandalay.



Vehicles carrying goods arrive at Tanga Bridge



Vehicles carrying goods arrive at Nansiaung.

Nay Pyi Taw June 13
The State Government has been providing guidance on ongoing efforts to ensure national stability and peace, and to steadily improve the socio-economic living conditions of the people in regions across the country. In response, the Tatmadaw has been effectively implementing these directives, working to bring about regional stability and peace, improve transportation connectivity, and drive development in each region one after another.

aircraft are used to reach remote and hard-to-access areas in certain regions and states. While carrying out these tasks, the Tatmadaw is working together with local residents on counter-terrorism operations in areas temporarily controlled by violent insurgents. One significant achievement was the complete seizure and reopening of the Mandalay-Myitkyina communication route—an essential link for the development of northern Myanmar, passing through Madaya, Thabeikkyin, Tagaung, Htigyaing, Katha, Indaw, Mawlu, Nansiaung, Mohnyin, Mogaung, and Myitkyina—on May 6. To facilitate rehabilitation efforts in towns and villages along this route, the Tatmadaw transported personnel and reconstruction materials from Mandalay to Myitkyina in a first convoy on May 12. A second convoy, carrying essential food items, consumer goods, construction materials, medicines,



Vehicles carrying goods arrive in Myitkyina where the locals are seen enthusiastically welcoming them.



Vehicles carrying goods arrive in Myitkyina where the locals are seen enthusiastically welcoming them.

In its efforts to establish regional stability and promote development, the Tatmadaw first ensures security and stability in an area before providing necessary support. This support includes transporting construction materials, school textbooks and stationery to enhance the education sector, and medicines and medical supplies for healthcare services—delivered using military vehicle convoys. Additionally, military

and medical supplies, school textbooks, fuel, and fire trucks, was sent on May 31. These efforts were previously covered by Myawaddy TV news, and the visible joy of the public—so much so that it brought happiness to viewers watching from afar—was widely shared. Today, following government guidance and under the Tatmadaw's coordination, a third convoy arrived in Myitkyina. These vehicles carry essential food supplies, consumer goods, construction materials, medicines

and medical supplies, school textbooks, and fuel. Their purpose is to help restore government administrative mechanisms in towns and villages along the route, support local ethnic residents as they resettle in their communities, ensure students receive textbooks and stationery, meet healthcare needs, and address other requirements. The convoy departed from Mandalay on June 11 and reached Myitkyina this afternoon. Upon arrival, officials from the Northern Command, depart-

mental staff, and local residents welcomed the vehicles with traditional drums and Aungthabye flowers, and floral bouquets, expressing their heartfelt gratitude and joy. Subsequently, the school textbooks from the convoy were handed over to the District Education Office, basic food items were taken to the State Indoor Sports Stadium, and fertilizers were delivered to the Agriculture and Animal Husbandry Institute. Northern Command Commander Major General

and oversaw these distributions, coordinating as needed. These supplies will support the socio-economic well-being of local residents and departmental staff, healthcare services, and the education of young students. Local ethnic people have expressed their heartfelt thanks and joy. The Tatmadaw will continue working hand in hand with departmental officials and local residents to vigorously pursue regional development.

100

Authorities earmark cultivation of more than 3,000 acres of maize and sweet corns

Mingin June 13
Local authorities in Mingin Township of Sagaing Region decided to grow more than 3,000 acres of maize and sweet corns in the township this monsoon, according to the township Agriculture Department.

monsoon cropping season, Mingin Township plans to cultivate a total of 3,164 acres of maize, comprising 619 acres of maize and 2,545 acres of sweet corn, according to reports. Planting will be carried out from June through December this year.

“This coming monsoon cropping season, Mingin Township has targeted the cultivation of more than 3,000 acres of seed maize and sweet corn. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. To ensure successful corn production, awareness activities and educational support on the pre-

vention of pest and disease infestations will also be carried out,” said U Shan Oak Kein, head of the Mingin Township Agriculture Department. This year, the Township Agriculture Department will provide training courses and conduct field demonstrations for seed maize and sweet corn

growers in Mingin Township. Farmers will also receive agricultural education on preventive measures against fall armyworm infestations, integrated crop protection systems, and the use of neem-based pesticides as well as ginger- and chili-based pest control solutions.

In Mingin Township, maize cultivation yields more than 50 baskets per acre, with cultivation costs of around K500,000 per acre. Sweet corn cultivation produces about 15,000 ears per acre, while cultivation costs exceed K500,000 per acre.

94 suspects involved in online scams and gambling activities arrested with operation materials in Muse, Shan State (North)



Arrest of 17 Chinese men, 34 Myanmar men, and 37 Myanmar women involved in online fraud and gambling operations, along with business equipment, in Kaungmulwe Ward, Muse Town.

Nay Pyi Taw June 13
The Government is giving priority, as a national responsibility, to combatting online scams and online gambling activities that pose a serious threat worldwide by harming people's social

lives and undermining the public interest. It is working effectively to completely eliminate their re-establishment by coordinating not only with domestic forces but also with the governments of neighbouring coun-

tries, conducting joint efforts to track down and suppress them.

Combined security forces carry out security measures in the region and expose and inspect the online scams and gambling activities not

to enable online scammers and gamblers in relevant areas. At about 2.15 pm today, these forces arrested 17 Chinese men, 34 Myanmar men and 37 women, totalling 88 who committed online scams and gambling at a house in Kaungmulwe Ward of Muse, Shan State (North), along with 180 assorted mobile phones, 44 all in one computers, two small power stations, one Crown car and one Alphard car.

The combined security forces continued searching and inspection in the region. At about 2.30 pm, they arrested five Chinese men and one woman, totalling six who offended online scams and gambling activities from another house in Kaungmuton ward, together with 103 assorted mobile phones, two All in One computers, four

Wifi devices and two CPUs. Those who have been arrested for engaging in online scams and gambling activities will be subjected to necessary investigations, and upon completion, they will be dealt with strictly in accordance with existing laws. The seized equipment and materials used in the activities will be handled further in accordance with

established procedures. It is reported that the State is actively continuing its efforts to eradicate online fraud and gambling offences and to prevent their establishment in Myanmar, by cooperating with neighbouring countries, regional countries, and international organizations in ongoing anti-online fraud and gambling operations. 100



Arrest of 17 Chinese men, 34 Myanmar men, and 37 Myanmar women involved in online fraud and gambling operations, along with business equipment, in Kaungmulwe Ward, Muse Town.



A view of the house and workplace where online fraud and gambling operations were conducted in Kaungmuton Ward, Muse Town.



Arrest of 5 Chinese men and 1 Chinese woman involved in online fraud and gambling operations, along with business equipment, in Kaungmuton Ward, Muse Town.



Arrest of 5 Chinese men and 1 Chinese woman involved in online fraud and gambling operations in Kaungmuton Ward, Muse Town.

Pwintbyu Township plans to grow more than 6,000 acres of pigeon pea this year

Pwintbyu June 13
According to the township Agriculture Department, local authorities earmarked cultivation of 6,611 acres of pigeon pea in Pwintbyu Township of Magway Region in coming monsoon. In Pwintbyu Township, a total of 6,611 acres of pigeon pea are targeted

for cultivation during this year's monsoon cropping season, with planting scheduled to take place from June through September this year, according to reports. "This year's monsoon cropping season, Pwintbyu Township has set a target of cultivating 6,611

acres of pigeon pea. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. To obtain good yield and quality in pigeon pea cultivation, the necessary agricultural techniques and support will be provided. Pigeon pea is cultivated both as a standalone crop and also in-

tercropped with crops such as groundnut and sesame to generate double-crop income," said Daw Moe Moe Wai, head of the Pwintbyu Township Agriculture Department. In Pwintbyu Township, the Agriculture Department will carry out field-based farmer education activities

for pigeon pea growers this year, including the selection and cultivation of quality pure seeds, correct cultivation methods, pest prevention measures, and practices to achieve better yields. Daw Moe Moe Wai also continued to say that if pigeon pea can be cultivated

with good yield and quality, it will not only ensure local consumption sufficiency but also allow surplus production to be exported abroad, thereby increasing farmers' income. Therefore, efforts should be made to expand pigeon pea cultivation more widely across regions. Ye Win Naing (NyaungU)

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.



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ်သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားတွင် အမှာစကားပြောကြားစဉ်။

သစ်ပင်များ စိုက်ပျိုးရာတွင်လည်း တစ်ပင်စိုက်တစ်ပင်ရှင်၊ စိုက်သမျှအပင်ရှင်သန်ရန် အလွန်အရေးကြီး၊ “မြေဆီစိုခိုက် သစ်ပင်စိုက်” ဆိုသည့်ဆိုရိုးနှင့်အညီ ယခုကဲ့သို့ မုတ်သုံမိုး ရွာသွန်းချိန်သည် မြေဆီလွှာများ စိုစွတ်ပျော့ပျောင်းလာပြီး ရေဓာတ်ပြည့်ဝလာသည့်အတွက် အပင်ငယ်များလွယ်ကူစွာအမြစ်တွယ်ပြီး ရှင်သန်ကြီးထွားရန် အကောင်းဆုံးနှင့်အသင့်တော် ဆုံးအချိန်ဖြစ် . . .

ရှေ့ဖုံးမှအဆက်

ဦးစွာ နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် က အမှာစကားပြောကြားရာတွင် သစ်ပင် စိုက်ပျိုးပွဲတော်များကို ပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်း စိုပြည်သာယာလှပရေး၊ ဂေဟစနစ်ကောင်းမွန်မှုတစ်ရပ်၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များမှတားဆီးကာကွယ်နိုင်ရေး၊ ရာသီဥတုမျှတကောင်းမွန်စေရေးစသည့် ရည်ရွယ်ချက်ကောင်းများဖြင့် နိုင်ငံတော်က ဦးဆောင်ပြီး ပြည်သူလူထုပူးပေါင်းပါဝင်မှုနှင့် ဆောင်ရွက်နေခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ယနေ့ နေပြည်တော် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတွင် သစ်ပင် ၁၆ မျိုး၊ အပင်ပေါင်း ၃၀၀၀ ကို စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ပြီး တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များ၊ ခရိုင်နှင့် မြို့နယ်များတွင်လည်း သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတော်များကို တစ်ချိန်တည်း၊ တစ်ပြိုင်တည်းကျင်းပပြီး သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတော်များကို စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း၊

မိမိတို့နိုင်ငံသည် သစ်ပင်သစ်တောများ၊ မြစ်ချောင်း အင်းအိုင်များ၊ ဇီဝမျိုးစုံမျိုးကွဲများနှင့် သဘာဝအရင်းအမြစ်များ ပြည့်စုံစွာရှိနေကြောင်း၊ အမျိုးအစားစုံလင်လှသည့် ဂေဟစနစ်များ၊ သစ်ပင်သစ်တောများ၊ ဇီဝမျိုးစုံမျိုးကွဲများနှင့် သဘာဝသယံဇာတများသည် နိုင်ငံ၏စားရေရိက္ခာထုတ်လုပ်နိုင်မှု၊ အစိမ်းရောင်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်မှု၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်သာယာပြောမှုနှင့် ရာသီဥတုသမမျှတစေမှုတို့အတွက် ရေခဲမြေခဲအခြေခံကောင်းများဖြစ်ကြောင်း။

သစ်ပင်သစ်တောများသည် ကမ္ဘာမြေပေါ်ရှိ သက်ရှိများအားလုံး ရှင်သန်ရပ်တည်ရေးအတွက် အလွန်အရေးပါလှကြောင်း၊ ထို့ပြင် ရာသီဥတုမျှတရေး၊ စားရေရိက္ခာဖူလုံရေး၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ တားဆီးကာကွယ်ရေး၊ ရေနှင့်မြေဆီလွှာထိန်းသိမ်းရေး စသည့်ဂေဟစနစ်စနစ်ဆောင်ရွက်မှုများကို စဉ်ဆက်မပြတ် ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိကြောင်း။



တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်ကြီးရဲဝင်းဦး ပိတောက်ပျိုးပင်ကို စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။

သစ်၊ ထင်း၊ ဝါး၊ ကြိမ်၊ အစားအစာ၊ ဆေးဝါး စသည့် သစ်တောထွက်ပစ္စည်းများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ဝန်ဆောင်မှုများကို လည်း ပံ့ပိုးပေးလျက်ရှိကြောင်း၊ သစ်ပင်သစ်တောများသည် သဘာဝဂေဟစနစ်များ၏ ဗဟိုချက်ဖြစ်သည့်အတွက် ရေရှည်တည်တံ့အောင် စနစ်တကျစိုက်ပျိုးပြုစုပြီး စီမံအုပ်ချုပ်သွားရမည်ဖြစ်ကြောင်း။

မိမိတို့နိုင်ငံသည် အာဆီယံဒေသတွင်း နိုင်ငံများထဲတွင် သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုဧရိယာ ဒုတိယအများဆုံးပိုင်ဆိုင်သည့် နိုင်ငံဖြစ်ကြောင်း၊ ကုလသမဂ္ဂစားရေရိက္ခာနှင့်စိုက်ပျိုးရေးအဖွဲ့၏ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ် အစီရင်ခံစာအရ မြန်မာနိုင်ငံ သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုသည် နိုင်ငံဧရိယာ၏ ၄၂ ဒသမ ၁၉ ရာခိုင်နှုန်းရှိပြီး ၂၀၂၅ ခုနှစ်တွင် ၄၂ ဒသမ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းရှိသည်ကိုတွေ့ရကြောင်း၊ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုရာခိုင်နှုန်း (ဒသမ ၀၄) ရာခိုင်နှုန်းလျော့နည်းသွားသည်ကိုတွေ့ရပြီး သစ်တောပြုန်းတီးမှုများ လုံးဝ

ရပ်တန့်သွားအောင် ဆက်လက်ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ပြင် လက်ရှိနှင့် အနာဂတ်မျိုးဆက်များအတွက် ကောင်းမွန်တည်ငြိမ်သည့် ပတ်ဝန်းကျင် ဂေဟစနစ်များ ထားရစ်နိုင်ခဲ့ရန်အတွက် သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုကို နိုင်ငံဧရိယာ၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းရောက်အောင် ရည်မှန်းချက်ထားရှိပြီး ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း။

ယနေ့မြန်မာနိုင်ငံအပါအဝင် ကမ္ဘာတွင် တွေ့ကြုံနေရသည့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု အဓိကအကြောင်းရင်းများကို လေ့လာဆန်းစစ်ကြည့်မည်ဆိုပါက ရုပ်ကြွင်းလောင်စာအသုံးပြုမှုများလာခြင်း၊ စွမ်းအင်နှင့် စက်မှုလုပ်ငန်းများ ထွန်းကားလာခြင်း၊ သယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်းများ တိုးတက်လာခြင်း၊ သစ်တောများပြုန်းတီးခြင်း၊ လူဦးရေတိုးပွားလာမှုနှင့်အတူ သစ်တောများကို အခြားမြေအသုံးပြုမှုအဖြစ် ပြောင်းလဲခြင်း စသည့် အကြောင်းရင်းများကြောင့်ဖြစ်



ဒုတိယသမ္မတ ဦးညိုစော ကုံကော်ပျိုးပင်ကို စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။

ကြောင်း၊ အဆိုပါအချက်များကြောင့် လေထုထဲကို မှန်လုံအိမ်ဓာတ်ငွေ့အမြောက်အမြား ပိုမိုထုတ်လွှတ်လာပြီး ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု ပြင်းထန်လာသည်နှင့်အမျှ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုးကို ရင်ဆိုင်လာကြရခြင်းဖြစ်ကြောင်း။

နိုင်ငံတကာ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု လေ့လာစောင့်ကြည့်ရေးအဖွဲ့၏ ၂၀၂၆ ခုနှစ် ရာသီဥတုဘေးဖြစ်နိုင်ခြေအညွှန်းကိန်းအရ မြန်မာနိုင်ငံသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် ထိခိုက်ခံစားမှုအများဆုံး ၁၀ နိုင်ငံတွင်ပါဝင်နေသည်ကို သိရကြောင်း၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် နောက်ဆက်တွဲ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ ပိုမိုဆိုးရွားပြင်းထန်လာစေမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းမြေလတ်ဒေသသည် ကမ္ဘာ့အပူချိန်အမြင့်ဆုံးစာရင်းဝင်နေသည်ကို တွေ့ရပြီး ၂၀၂၄ ခုနှစ်တွင် ချောက်မြို့သည် ၄၈ ဒသမ ၂ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်ထိ စံချိန်တင်မြင့်တက်ခဲ့ကြောင်း၊ ၂၀၂၅ ခုနှစ်တွင် ၄၅ ဒသမ ၃ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်၊ ယခုနှစ်တွင် ၄၄ ဒသမ ၉ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်ရှိသည်ကိုတွေ့ရကြောင်း၊ အလားတူမြေလတ်ဒေသမြို့ကြီး ၁၂ မြို့တွင် ၄၁ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်နှင့် အထက်ရှိနေသည်ကို တွေ့ရကြောင်း။

အထူးသဖြင့် ယခုနှစ်ကုန်ပိုင်းတွင် အလွန်အားကောင်းသည့် စူပါအယ်လ်နီညိုအဆင့်ထိ ရောက်ရှိလာနိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းထားပြီး ၂၀၂၆ ခုနှစ်နှင့် ၂၀၂၇ ခုနှစ်တို့သည် ကမ္ဘာ့သမိုင်းတစ်လျှောက် အပူဆုံးနှစ်ဖြစ်လာနိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းထားကြောင်း၊ ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် အယ်လ်နီညိုတို့ပေါင်းစပ်သက်ရောက်လာသည်ကို ခံရမည်ဆိုပါက မိုးခေါင်ရေရှားခြင်း၊ ပူပြင်းခြောက်သွေ့ခြင်း၊ တောမီးလောင်ကျွမ်းခြင်းများဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ပြီး စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး၊ ကျန်းမာရေး၊ စီးပွားရေးစသည့် ကဏ္ဍအသီးသီးအပေါ်တွင်လည်း ဆိုးကျိုးသက်ရောက်မှုများရှိလာနိုင်သည့်အတွက် အဘက်ဘက်က ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားကြရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ကြောင်း။

ကမ္ဘာတစ်ဝန်းရင်ဆိုင်နေရသည့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန်အတွက် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးရှိသည့်အထဲမှ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ သစ်တောများထိန်းသိမ်းခြင်းသည် အရိုးရှင်းဆုံး၊ အလွယ်ကူဆုံး၊ ကုန်ကျစရိတ်အသက်သာဆုံးနှင့် လူတိုင်းလုပ်နိုင်သည့် အလုပ်ဖြစ်သကဲ့သို့ သဘာဝနှင့်လိုက်လျောညီထွေဖြစ်ပြီး အကျိုးအရှိဆုံးလုပ်ငန်းတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း။

အပူပိုင်းဒေသ ၁၃ ခရိုင်အပါအဝင် အပူချိန်မြင့်မားသည့် မြေလတ်ဒေသမြို့ကြီးများတွင် သစ်ပင်သစ်တောအလွန်ကျပ်ပါးခြောက်သွေ့ပြီး သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုရာခိုင်နှုန်းနည်းပါးနေသည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ လေ့လာမှုများအရ အပူပိုင်းဒေသ ၁၃ ခရိုင်တွင် ၂၀၁၆ ခုနှစ်ကနေ ၂၀၂၅ ခုနှစ်အတွင်း အပင်ပေါင်း သန်း ၆၀ ကျော် စိုက်ပျိုးခဲ့သည့်အတွက် ယေဘုယျအားဖြင့် ဧကနှစ်သိန်းကျော်နှင့်ညီမျှသည်ဟု တွက်ချက်သိရှိရကြောင်း၊ ၂၀၁၆ ခုနှစ်မှ ၂၀၂၅ ခုနှစ်အတွင်း မြန်မာနိုင်ငံတစ်ဝန်းလုံးတွင် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးစဉ်

၂၆၉ သန်း ရှစ်သိန်းကျော်စိုက်ပျိုးခဲ့သည့် အတွက် ယေဘုယျအားဖြင့် ဧက တစ်သန်း ခန့်နှင့်ညီမျှသည်ကို တွေ့ရကြောင်း၊ လိုအပ်ချက်အရ အကြောင်းအမျိုးမျိုးဖြင့် သစ်အသုံးချမှုများရှိသော်လည်း စိုက်ပျိုးသည့်သစ်ပင်များ တစ်ပင်စိုက်၊ တစ်ပင်ရှင်သန်အောင် စိုက်ပျိုးပြုစုနိုင်ခဲ့မည်ဆိုပါက သစ်ပင် သစ်တောဆုံးရှုံးမှုကို အပြည့်အဝကာကွယ်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ပြင် သဘာဝတောများပျက်စီးပြုန်းတီးမှုမရှိစေရန်အတွက် သစ်တောများ စနစ်တကျစီမံအုပ်ချုပ်လုပ်ကိုင်ခြင်း၊ ကာကွယ်ထိန်းသိမ်းခြင်းဖြင့် သစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုတိုးပွားလာပြီး ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို လျှော့ချထိန်းညှိနိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း။

ထို့ကြောင့် သစ်ပင်များ စိုက်ပျိုးရာတွင် လည်း တစ်ပင်စိုက် တစ်ပင်ရှင် စိုက်သမျှ အပင်ရှင်သန်ရန် အလွန်အရေးကြီးကြောင်း။



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ်သစ်ပင် စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားသို့ တက်ရောက်လာကြသူများက ပျိုးပင်များ တပျော်တပါးစိုက်ပျိုးနေမှုကို လှည့်လည်ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။



ဒုတိယသမ္မတ ဒေါ်နန်းနီနီအေး ခရေပျိုးပင်ကို စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။



ပြည်သူ့လွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ ဦးခင်ရီ ကုံကော်ပျိုးပင်ကို စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။

ထိန်းသိမ်းရေးလုပ်ငန်းများကို အရှိန်အဟုန် မြှင့်တင် ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် ပြည်သူတစ်ဦးချင်းကစပြီး ဒေသ အသီးသီးနှင့် ဌာန၊ အဖွဲ့အစည်းများအားလုံး က သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရေးကို တိုးမြှင့်ဆောင်ရွက် သွားကြရန်၊ တစ်ပင်စိုက်တစ်ပင်ရှင်သန်စေ ရန်အတွက် ပြုစုထိန်းသိမ်းရေးလုပ်ငန်းများ ကိုလည်း စဉ်ဆက်မပြတ်ဆောင်ရွက်ပေး ကြရန်၊ နိုင်ငံတစ်ဝန်းသစ်တောဖုံးလွှမ်းမှုများ တိုးပွားလာစေရေးအတွက် သစ်တောထိန်း သိမ်းရေးလုပ်ငန်းများကို အမျိုးသားရေး တာဝန်တစ်ရပ်အနေဖြင့် ဝိုင်းဝန်းပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်သွားကြရန် တိုက်တွန်းမှာကြား လိုကြောင်းဖြင့် ပြောကြားသည်။

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်က မဟော်ဂနီပင်ကို သတ်မှတ်နေရာတွင် ဦးဆောင်စိုက်ပျိုး ပေးသည်။

ယင်းနောက်အခမ်းအနားသို့တက်ရောက် လာကြသည့် ဒုတိယသမ္မတများဖြစ်ကြသည့် ဦးညိုစောနှင့်ဒေါ်နန်းနီနီအေး၊ လွှတ်တော် ဥက္ကဋ္ဌများ၊ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီး ချုပ်၊ ဒုတိယတပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီး ချုပ် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း)၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့် ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများ၊ ဒုတိယဝန်ကြီး များနှင့် ဝန်ကြီးဌာနများမှ ဌာနဆိုင်ရာ အရာထမ်း၊ အမှုထမ်းများ၊ နေပြည်တော်ရှိ တက္ကသိုလ်၊ ကောလိပ်များနှင့် အခြေခံပညာ ကျောင်းများမှ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ ဒုတိယ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ ကထိက ဆရာ၊ ဆရာမ ကြီးများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ပျိုးပင်များကိုတစ်ပြိုင် တည်း တပျော်တပါး စိုက်ပျိုးကြသည်။

ဆက်လက်၍ နိုင်ငံတော်သမ္မတနှင့်

ပျိုးသက်နှစ်နှစ်ရှိပြီး ပျိုးပင်အမြင့် နှစ်ပေနှင့် အထက် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သည့်ပျိုးပင်များကို စိုက်ပျိုးကြရန်လည်း ထပ်မံမှာကြားလို ကြောင်း၊ “မြေဆီစိုစိုက် သစ်ပင်စိုက်”ဆိုသည့် ဆိုရိုးနှင့်အညီ ယခုကဲ့သို့မုတ်သုံမိုးရွာသွန်း ချိန်သည် မြေဆီလွှာများစိုစွတ်ပျော့ပျောင်း လာပြီး ရေဓာတ်ပြည့်ဝလာသည့်အတွက် အပင်ငယ်များလွယ်ကူစွာ အမြစ်တွယ်ပြီး ရှင်သန်ကြီးထွားရန် အကောင်းဆုံးနှင့်အသင့် တော်ဆုံးအချိန်ဖြစ်ကြောင်း၊ မုတ်သုံမိုးနှင့် အတူ သစ်ပင်များအချိန်ကိုက်စိုက်ပျိုးသွား ကြမည်ဆိုပါက အစိုဓာတ်လုံလုံလောက် လောက်ရရှိခြင်းကြောင့် ရှင်သန်ကြီးထွားမှု ကောင်းပြီး ပြုပြင်ခြောက်သွေ့သည့် နွေရာသီ ကို အောင်မြင်စွာဖြတ်ကျော်ရှင်သန်နိုင်မည် ဖြစ်ကြောင်း။

ထိန်းသိမ်းနိုင်ခြင်းကြောင့် စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုး မှုအတွက် အခြေခံအုတ်မြစ်တစ်ခုဖြစ် ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့် စီးပွားရေးတည်ငြိမ်ပြီး စဉ်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် သစ်တောထိန်းသိမ်းရေး လုပ်ငန်းများကို “အနာဂတ်အတွက် အရေးကြီးသော ရင်းနှီး မြှုပ်နှံမှု”အဖြစ် အလေးထားပြီး ပိုမိုတိုးမြှင့် ဆောင်ရွက်သွားကြရန်မှာကြားလိုကြောင်း။

သစ်ပင်စိုက်ပျိုး ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် ရေရှည်ဆောင်ရွက်ကြရမည့် လုပ်ငန်းများ ဖြစ်ခြင်းကြောင့် နှစ်စဉ် စဉ်ဆက်မပြတ် စိုက်ပျိုးပြုစုထိန်းသိမ်းဆောင်ရွက်သွားရန် လိုအပ်ကြောင်း၊ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရေး၊ သစ်တောထိန်းသိမ်းရေး လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရာတွင် သက်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာန နှင့်အတူ ဆက်စပ်ဝန်ကြီးဌာနများ၊ တိုင်း ဒေသကြီး၊ ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့များ၊ ပြည်သူ များအားလုံး ပူးပေါင်းပါဝင်မှသာ အောင်မြင် နိုင်မည်ဖြစ်သည့်အတွက် တက်ကြွစွာပူးပေါင်း ပါဝင်စေရေး စည်းရုံးဆောင်ရွက်သွားကြရ မည်ဖြစ်ကြောင်း။

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် သဘာဝအခြေပြု စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးမှုပုံစံများ ဖြစ်သည့် ဇီဝစီးပွားရေး(Bio Economy)၊ အစိမ်းရောင်စီးပွားရေး(Green Economy) နှင့် စက်ဝန်းပုံစံစီးပွားရေး(Circular Economy) လုပ်ငန်းများကို ဖော်ဆောင်သွားကြရမည် ဖြစ်ကြောင်း၊ ဥပမာအားဖြင့် သစ်တောထွက် ပစ္စည်းများကို အခြေခံသည့် သစ်အချော ထည်၊ ပရိဘောဂလုပ်ငန်းများ၊ သစ်ပါးလွှာ၊ အထပ်သား၊ သစ်ကြိတ်သားနှင့် သစ်ခွဲသား ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းများ၊ ဝါးမှပျော့ဖတ်နှင့် စက္ကူထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းများ၊ အဆင့်မြင့် ချည်နှင့် ဝါးကြိတ်သားထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်း များ၊ ဝါးအခြေခံပရိဘောဂနှင့် ထုတ်ကုန် ပစ္စည်းများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာအောင်တိုးမြှင့် ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထိုသို့ ထုတ်လုပ်နိုင်ရန်အတွက် အသေးစား၊ အငယ်စားနှင့် အလတ်စားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် အရှိန်အဟုန် မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း။

သစ်တောများသည် ရာသီဥတုကို မျှတ စေပြီး သဘာဝအရင်းအမြစ်များစွာကို

ယနေ့ကျင်းပသည့် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားတွင် ပန်းပွင့်သောသစ်မျိုးများဖြစ်ကြသည့် ကုံကော်၊ ခရေ ပန်းမဲလီ၊ စိန်ပန်း၊ ပျဉ်းမ၊ ရတနာတန်းဝင်သစ်မျိုးများဖြစ်သည့် ကျွန်း၊ ပျဉ်းကတိုး၊ ပိတောက်၊ တမလန်း၊ မဟော်ဂနီနှင့် အမြဲစိမ်းသစ်မျိုးများဖြစ်သည့် ရင်းမာ၊ ဆီသပြေ၊ မအူ၊ မာလာလူးကား၊ ယမနေ၊ ရေတမာစသည့် သစ်မျိုး ၁၆ မျိုး အပင်ပေါင်း ၃၀၀၀ ကို စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ . . .

မှုတိုးပွားလာသည်နှင့်အမျှ ဂေဟစနစ် ဝန်ဆောင်မှုတွေဟာလည်း ပိုမိုကောင်းမွန် လာမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ကြောင့်လည်း နိုင်ငံဧရိယာ၏ ၃၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ကြိုပိုင်း၊ ကြိုးပြင်ကာကွယ်တောများနှင့် နိုင်ငံဧရိယာ ၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းကို သဘာဝထိန်းသိမ်းရေး နယ်မြေများအဖြစ် ရည်မှန်းဖွဲ့စည်းလျက်ရှိ ရာတွင် ယနေ့ထိ သစ်တောကြီးဝိုင်း၊ ကြိုးပြင် ကာကွယ်တော စုစုပေါင်း ၁၃၃၇ ခု၊ နိုင်ငံ ဧရိယာ၏ ၂၆ ဒသမ ၁၁ ရာခိုင်နှုန်း တည် ထောင်နိုင်ခဲ့ပြီး သဘာဝထိန်းသိမ်းရေး နယ်မြေ ၆၂ ခု နိုင်ငံဧရိယာ၏ ၆ ဒသမ ၅၉ ရာခိုင်နှုန်း ဖွဲ့စည်းထားနိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ကြောင်း၊ ရည်မှန်းချက်အတိုင်း အောင်မြင်အောင် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားကြရန် တိုက်တွန်း လိုကြောင်း။

နိုင်ငံတစ်ဝန်းသစ်တောစိုက်ခင်းဧက သုံးသောင်းကျော်၊ သစ်ပင်ပေါင်း ၂၁ ဒသမ ၃၆ သန်း စိုက်ပျိုးတည်ထောင်သွားမည်ဖြစ် ကြောင်း၊ အထူးစိမ်းလန်းစိုပြည်ရေးလုပ်ငန်း များကို အပူပိုင်းဒေသ ၁၃ ခရိုင်၊ မီးရထား လမ်းများ၊ အာဆီယံလမ်းမကြီးနှင့် ကား လမ်းဘေးဝဲယာများ၊ ပုဂံရေးဟောင်း ယဉ်ကျေးမှုနယ်မြေ၊ အင်းလေးကန် တစ်ဝိုက်ဧရိယာများနှင့် ကမ်းရိုးတန်းဒေသ များတွင်သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းကို ဆက်စပ် ဌာနများဒေသခံပြည်သူများနှင့်အတူပိုင်းဝန်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း။

“နိုင်ငံတော်သာယာဖို့ သဘာဝပတ်ဝန်း ကျင်ထိန်းကြံ့ခိုင်မှု”ဆိုသည့် မူဝါဒနှင့်အညီ ပတ်ဝန်းကျင်ဂေဟစနစ် တည်ငြိမ်ကောင်း မွန်စေရန်၊ နိုင်ငံတစ်ဝန်းစိမ်းလန်းစိုပြည် စေရန်နှင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုလျှော့ချနိုင် ရန်အတွက် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးရေး၊ သစ်တော

အဖွဲ့ဝင်များသည် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ်သစ်ပင်စိုက် ပျိုးပွဲအခမ်းအနားသို့ တက်ရောက်လာကြ သူများက ပျိုးပင်များကို တပျော်တပါး စိုက်ပျိုးနေမှုကို လှည့်လည်ကြည့်ရှုအားပေး ခဲ့ကြသည်။

ယနေ့ကျင်းပသည့် ၂၀၂၆ ခုနှစ် မိုးရာသီ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပထမအကြိမ်သစ်ပင် စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားတွင် ပန်းပွင့်သော သစ်မျိုးများဖြစ်ကြသည့် ကုံကော်၊ ခရေ၊ ပန်းမဲလီ၊ စိန်ပန်း၊ ပျဉ်းမ၊ ရတနာ တန်းဝင် သစ်မျိုးများဖြစ်သည့် ကျွန်း၊ ပျဉ်းကတိုး၊ ပိတောက်၊ တမလန်း၊ မဟော်ဂနီနှင့် အမြဲစိမ်း သစ်မျိုးများဖြစ်သည့် ရင်းမာ၊ ဆီသပြေ၊ မအူ၊ မာလာလူးကား၊ ယမနေ၊ ရေတမာ စသည့် သစ်မျိုး ၁၆ မျိုး အပင်ပေါင်း ၃၀၀၀ ကို စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သတင်း ရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)

စာမျက်နှာ ၁၈ မှအဆက်

အရင်းအမြစ်များ (Renewable Resources) ပင်ဖြစ်သည်။

ကမ္ဘာကြီးတွင် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် တစ်နေ့တခြား အပူချိန်များပိုမိုမြင့်မားလာလျက်ရှိနေသည်။ ထိုအပူဒဏ်ကို တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ လျော့ချနိုင်မည့် အကောင်းမွန်ဆုံးသော ကုစားချက်မှာ သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုသည်မှာ တားဆီး၍မရနိုင် ကောင်းသော်လည်း လူအများ၏ ကြိုတင်ကာကွယ်ဖန်တီးမှုများဖြင့် သက်သာလျော့ပါးအောင် ဆောင်ရွက်ရသည်။

ယခုသစ်ပင်စိုက်၍ ယခုချက်ချင်း အပူချိန်များသိသာထင်ရှားစွာ လက်ငင်းလျော့ပါးသွားမည် မဟုတ်သော်လည်း ယခု မိမိတို့ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် သစ်ရိပ်ဝါးရိပ်တို့၏ အရိပ်အာဝါသများ ကြောင့်အပူဒဏ်ကို တတ်နိုင်သမျှလျော့ပါးလာစေမည်ဖြစ်သည်။ ကာလကြာမြင့်လာသည်နှင့်အမျှ အပူဒဏ်မှထိုက်သင့်သော သက်သာမှုများကို တိုး၍ရရှိလာစေမည်ဖြစ်သည်။ ထိုမျှမက စိမ်းလန်းစိုပြည်သော

မြင်ကွင်းများကို မြင်တွေ့ရခြင်းဖြင့် မျက်စိပသာဒကိုဖြစ်ပေါ်စေပြီး မိမိတို့၏ စိတ်နှလုံးကိုလည်း အေးမြစေသည့် အကျိုးကျေးဇူးများရရှိစေနိုင်မည်ဖြစ်ပါ၏။

သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးပြီး ခုနှစ်နှစ်၊ ရှစ်နှစ်ခန့်ဆိုလျှင်ပင် အေးမြသောအရိပ်အာဝါသများကို စတင်ခံစားရမည်ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ၏ ဦးဆောင်လမ်းညွှန်မှုဖြင့် နိုင်ငံနှင့်အဝန်း လူထုလှုပ်ရှားမှုအသွင် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲများ ခြံမှီခြံမှီသဲသဲ ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်မှာ ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုခွဲမျှ ကြာမြင့်ခဲ့ပါပြီ။ လက်ရှိ မိမိတို့ခံစားနေရသော သစ်ကြီးဝါးကြီးတို့၏ အရိပ်အာဝါသများမှာ ထိုစဉ်က စိုက်ပျိုးထိန်းသိမ်းခဲ့မှုများ၏ အကျိုးကျေးဇူးပင်ဖြစ်သည်။ နောင်လာမည့် မိမိတို့၏သားစဉ်မြေးဆက်အထိ အေးမြသောအရိပ်အာဝါသများခံစားရစေလိုသည့် စေတနာတရားဖြင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြခြင်းပါပေ။ မေတ္တာတရားဖြင့် စွမ်းဆောင်ခဲ့ကြခြင်းပါပေ။

နိုင်ငံတော်သမ္မတကြီးအနေဖြင့် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတော်များကို အမြော်အမြင်ကြီးမားစွာ အလေ့အကျင့်ပြုလုပ်ပေးခဲ့

သည့်နည်းတူ ယနေ့မိမိတို့တစ်တွေသည် ပစ္စုပ္ပန်နှင့် အနာဂတ်အကျိုးအတွက် သစ်တောသယံဇာတများ တည်တံ့စေရန် ရေရှည်စဉ်ဆက်မပြတ် ထုတ်ယူသုံးစွဲနိုင်ရန် ပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်းစိုပြည်စေရန်၊ ဂေဟစနစ်တည်ငြိမ်စေရန်၊ ရာသီဥတုမျှတပြီး အရည်အသွေးပြည့်မီသည့် ပတ်ဝန်းကျင်ကောင်းဖြစ်စေရန်စသည့် အကျိုးကျေးဇူးများစွာအတွက် သစ်ပင်များဆက်လက်စိုက်ကြရဦးမည်ဖြစ်သည်။ သစ်ပင်စိုက်ရန် အကောင်းဆုံးအချိန်နှစ်ချိန်ရှိသည်ဟု ဆိုကြသည်။ တစ်ကြိမ်မှာ လွန်ခဲ့သည့် အနှစ်နှစ်ဆယ်ကဖြစ်ပြီး ဒုတိယအကောင်းဆုံးအကြိမ်မှာ ယခုအချိန်ပင်ဖြစ်သည်။

ဗုဒ္ဓဝင်္ဂလာ ဒေဝေါရောဟဏဝတ္ထု၌ မြတ်စွာဘုရားရှင်သည် တစ်ခုသောဝါဆို လပြည့်နေ့တွင် နောက်တော်ပါရမာန်းသံဃာများနှင့်အတူ သာဝတ္ထိပြည်အတွင်း ဆွမ်းခံကြွစဉ်ပသေနဒီကောသလမင်းကြီး၏ မင်းဥယျာဉ်စောင့် ကဏ္ဍဆိုသူက ထူးခြားသည့် သရက်ဖြူသီးတစ်လုံးကို ဆက်ကပ်လာသည်။ မြတ်စွာဘုရားသည် ထိုသရက်သီးကို ဘုဉ်းပေးတော်မူပြီး

သရက်စေ့အား တူးဆွစိုက်ပျိုးရမည့် မြေနေရာသို့ ညွှန်ပြမိန့်တော်မူ၍ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းသူ ကဏ္ဍကိုပင် စိုက်ပျိုးစေသည်။ ထိုသရက်ပင်သည် ကဏ္ဍမည်သော ဥယျာဉ်စောင့်စိုက်အပ်သည်အဖြစ်ကြောင့် ကဏ္ဍသရက်ပင်ဟူ၍ ထင်ရှားသည်။ ထိုဝတ္ထုအရ ဗုဒ္ဓမြတ်စွာဘုရားသည်ပင် သစ်ပင်စိုက်ခြင်းကို အားပေးချီးမြှောက်တော်မူပြီး သစ်ပင်စိုက်သူအား ထာဝရကောင်းမှုကုသိုလ်ရယူစေသည်ကိုတွေ့ရပါ၏။

နိုင်ငံတော်သမ္မတကြီး ဦးဆောင်စိုက်ပျိုးခဲ့သည့် ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုခွဲမျှ သက်တမ်းရှိပြီဖြစ်သော သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲများ၏ အကျိုးကျေးဇူးများကြောင့် သက်ဆိုင်ရာဒေသများအလိုက် သစ်တောပြုန်းတီးမှုရာခိုင်နှုန်းနှင့် အပူချိန်လျော့နည်းကျဆင်းလာခြင်း၊ ပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်းစိုပြည်လာခြင်းနှင့် လေထုအရည်အသွေးကောင်းမွန်လာခြင်းတို့ကို လက်တွေ့ခံစားနေရပြီဖြစ်သည်။ ထိုအကျိုးကျေးဇူးများမှာ ကြီးမြတ်သော နှလုံးသားပိုင်ရှင်တို့ထံမှ ဖြစ်တည်လာသည့် အသီးအပွင့်များဟု ဆိုရပါမည်။

သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းဆိုသည်မှာ လူမျိုးဘာသာမရွေး ဆောင်ရွက်နိုင်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှု တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ လူထုလူတန်းစား အလွှာအသီးသီးက ဆောင်ရွက်နိုင်သည်။ မိမိတို့နိုင်ငံသူ၊ နိုင်ငံသားများမှာ “သစ်တောနှင့်သစ်ပင် ချစ်ခင်သည့်လူမျိုး၊ သစ်ပင်ကိုနှစ်စဉ်စိုက်ရွှေတိုက်ကိုစိုး” ဟူသည့်ဆောင်ပုဒ်နှင့်အညီ ကိုးကွယ်သည့် ဘာသာ၊ ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု ဓလေ့ထုံးတမ်းစဉ်လာများအရ ဘိုးဘေးတီဘီသားများ လက်ထက်ကတည်းကပင် သစ်တောသစ်ပင်ကို ချစ်မြတ်နိုးသူများ ပီပီ နိုင်ငံတစ်ဝန်း ရေမြေရာသီဥတုနှင့် ကိုက်ညီသည့် သစ်တောသစ်ပင်များကို နှစ်စဉ်နှစ်တိုင်း စိုက်ပျိုးကြလျက်ရှိသည်။ ဆက်လက်၍လည်း နိုင်ငံတော်သမ္မတကြီးနှင့် တကွ ရှေ့အစဉ်အဆက်မှ နှလုံးသားကြီးမြတ်သူတို့၏ စံနမူနာကောင်းများကို လက်ဆင့်ကမ်း သယ်ဆောင်၍ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းဖွံ့ဖြိုးရှင်သန်သည်အထိ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ပြုစုထိန်းသိမ်းခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်သွားကြရမည်ဖြစ်ပါ သတည်း။ ။

ရေဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေးနှင့် စပ်လျဉ်း၍ ပြည်သူ့သို့အသိပေးနှိုးဆော်ချက်

၁။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် နှစ်စဉ်ရေကြီးမှုအနေဖြင့် ဇွန်လ (မိုးဦးကာလ)တွင် တစ်ကြိမ်၊ ဇူလိုင်လမှ ဩဂုတ်လအတွင်း (မိုးလယ်ကာလ)တွင် တစ်ကြိမ်၊ စက်တင်ဘာလမှ နိုဝင်ဘာလအတွင်း (မိုးနှောင်းနှင့် မိုးလွန်ကာလ) တွင် တစ်ကြိမ် စုစုပေါင်းသုံးကြိမ် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိပါသည်။ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မိုးထစ်ချွန်းခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်ခြင်း၊ လျှပ်တစ်ပြက်ရေကြီးခြင်းနှင့် မြေပြိုခြင်း စသည့်သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်ကြောင်းနှင့် အဆိုပါဒေသများရှိ ကုန်းမြင့်ဒေသများအနီးတွင် နေထိုင်ကြသူများအနေဖြင့် မြေပြိုမှုအန္တရာယ်၊ မြစ်ငယ် ချောင်းငယ်များအနီးတွင် နေထိုင်ကြသူများအနေဖြင့် ရေကြီးရေလျှံခြင်းများ ကြိုတင်သတိပြုရှောင်ရှားရန် လိုအပ်ပါသည်။

၂။ ၂၀၂၅-၂၀၂၆ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် တစ်နိုင်ငံလုံးအတိုင်းအတာအနေဖြင့် ရေဘေးဖြစ်ပွားမှုကြောင့် နေအိမ်အဆောက်အအုံပေါင်းများစွာ ထိခိုက်ပျက်စီးခဲ့သည့်အပြင် လူနှင့်တိရစ္ဆာန်သေဆုံး၊ ထိခိုက်/ဒဏ်ရာရရှိမှုများပြားခဲ့ပါသည်။

၃။ သို့ဖြစ်ပါ၍ ပြည်သူများအနေဖြင့် ရေဘေးအန္တရာယ်ကြောင့် ထိခိုက်ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများ လျော့နည်းသက်သာစေရန်အတွက် ရေဘေးမဖြစ်ပွားမီ အောက်ပါကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုများကို ပူးပေါင်းပါဝင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်ပါရန် အသိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည် -

- (က) မိမိအိမ်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများနှင့် အိမ်၏ ကြံ့ခိုင်မှုကိုစစ်ဆေးပါ။
- (ခ) မိသားစုများ အရေးပေါ်ပြောင်းရွှေ့နိုင်ရန်နေရာ၊ လမ်းကြောင်းများနှင့် မိသားစုဆုံရပ်ကို ကြိုတင်သတ်မှတ်ထားပါ။
- (ဂ) ရေစိုပျက်စီးနိုင်သော ပစ္စည်းများကို ခြောက်သွေ့၍ မြင့်သောနေရာတွင်ထားရှိပါ။
- (ဃ) မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မြစ်ချောင်းများ၏ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော ရေကြီးမှုအမြင့်ပေးများကို သိရှိမှတ်သားထားပါ။
- (င) သောက်သုံးရေများ ကြိုတင်စုဆောင်းထားပါ။
- (စ) မြေနိမ့်ဒေသ၊ ချိုင့်၊ ရေနုတ်မြောင်း အစရှိသည့် ရေလွှမ်းမိုးပါက အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သောနေရာများကို မြင်သာသော အမှတ်အသားထားရှိပါ။
- (ဆ) အရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများနှင့် အရေးပေါ်အသက်ကယ်ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

၄။ ရေကြီးခြင်းသတိပေးချက်ရလျှင် ပြည်သူများအနေဖြင့် အောက်ပါတို့ကို သတိပြုလိုက်နာဆောင်ရွက်ကြရန် လိုအပ်ပါသည်-

- (က) သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာသော မိုးလေဝသသတင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ် နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာပါ။ အခြားသူများကို မျှဝေပါ။
- (ခ) တောင်ပေါ်ဒေသများ၊ ချောင်းများ၊ မြစ်ဖျားများတွင် မိုးကြီးပါက မြစ်ဝှမ်းတစ်လျှောက်တွင် လျှပ်တစ်ပြက်ရေကြီးခြင်းများဖြစ်နိုင်ကြောင်း သတိပြုကြပါ။
- (ဂ) အရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများ၊ စားရေရိက္ခာနှင့် အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်းများကို မိမိနှင့်အတူ ထားရှိပါ။
- (ဃ) မိသားစုဝင်များကွဲကွာသွားပါက ပြန်လည်ဆက်သွယ်ရန် ဖုန်းနံပါတ်၊ အမည်ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊ မြို့ဆက်သွယ်ရမည့်သူ စသည်တို့အား ရေးသားပြီး မိသားစုဝင်တိုင်းယူဆောင်ထားပါ။
- (င) သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာန၏ ညွှန်ကြားချက်ရရှိပါက ရွေးချယ်ထားသော ဘေးလွတ်ရာနေရာသို့

ပြောင်းရွှေ့ခိုလှုံပါ။

၅။ ရေကြီးခြင်းဖြစ်ပေါ်နေချိန်တွင် ပြည်သူများအနေဖြင့် အောက်ဖော်ပြပါ သတိပြုလိုက်နာရန်အချက်များနှင့် ရှောင်ရှားသင့်သည့်အချက်များအား အသိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်-

- (က) သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာသော မိုးလေဝသသတင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ် နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာပါ။
- (ခ) အိမ်သုံးလျှပ်စစ်ပစ္စည်းများ၊ မိန်းခလုတ်များကို ပိတ်ထားပါ။
- (ဂ) သောက်သုံးရေသန့် (သို့မဟုတ်) ကျိုချက်ထားသောရေ (သို့မဟုတ်) ရေသန့် ဆေးခတ်ထားသော ရေကိုသာ အမြဲသောက်သုံးပါ။
- (ဃ) အဆိပ်ရှိသော တိရစ္ဆာန်များ၊ အိမ်၊ ခြံအတွင်း၌ ရှိ၊ မရှိ စစ်ဆေးပါ။
- (င) တိရစ္ဆာန်များကို မလိုအပ်ဘဲ ချည်နှောင်ထားခြင်းမပြုလုပ်ပါနှင့်။
- (စ) ရေကြီးသောဒေသများတွင် မြစ်၊ ချောင်း၊ ကမ်းပါးတိုက်စားပြီး ပြိုကျတတ်သောကြောင့် မြစ်၊ ချောင်း ကမ်းပါးများအနီးသို့ မသွားပါနှင့်။
- (ဆ) ရေထဲတွင် ရေကူးခြင်း၊ လမ်းလျှောက်ခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။ ရေစိုနေသော လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများကို အသုံးမပြုပါနှင့်။

၆။ ရေကြီးခြင်းဖြစ်ပွားပြီးနောက် ပြည်သူများအနေဖြင့် အောက်ဖော်ပြပါအချက်များအား သတိပြုလိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပါရန် အသိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်-

- (က) မိသားစုဝင်များ ပျောက်ဆုံး၊ ကွဲကွာပါက သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပါ။
- (ခ) အမှိုက်များအား စနစ်တကျရှင်းလင်းခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်အသေကောင်များအား စနစ်တကျ မီးရှို့ခြင်း (သို့မဟုတ်) မြေမြှုပ်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။
- (ဂ) အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော ဓာတ်ကြိုးများ၊ ဓာတ်တိုင်သစ်ပင်သစ်ကိုင်းများကို သတိပြုရှောင်ရှားပါ။ သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပြီး ကူညီရှင်းလင်းပါ။
- (ဃ) ရေကြီးခြင်း၏ နောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ဘေးအန္တရာယ်များနှင့် ကူးစက်ရောဂါများကို ဂရုပြုပါ။
- (င) ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် အရေးပေါ်ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်းများတွင် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ပါ။
- (စ) သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာခြင်းမဟုတ်သည့် ကောလာဟလသတင်းများကို မယုံပါနှင့်။
- (ဆ) မသန်ရှင်းသော ရေအရင်းအမြစ်များကို မသုံးစွဲပါနှင့်။
- (ဇ) ရေစိုပြီး အနံ့အသက်မကောင်းသော အစားအစာများ မစားပါနှင့်။
- (ဈ) ရေထဲတွင် ဖိနပ်မပါဘဲ လမ်းမလျှောက်ပါနှင့်။

၇။ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များနှင့်ပတ်သက်၍ လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာနတွင် (၂၄)နာရီ ဖွင့်လှစ်ထားရှိသည့် Hot-Line ဖုန်းများဖြစ်သော ၀၆၇-၃၄၀၄၆၆၆၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၇၇၇ တို့ကို ဆက်သွယ်၍ အကူအညီတောင်းခံနိုင်ပါကြောင်း လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာနက အသိပေးကြေညာအပ်ပါသည်။

လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာန

မိမိပိုင်နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်၊ Mobile SIM Card၊ Mobile Payment Account၊ Bank Account များအား မသက်ဆိုင်သူထံသို့ အခကြေးငွေဖြင့် ရောင်းချခြင်း၊ ငှားရမ်းအသုံးပြုစေခြင်းများဆောင်ရွက်ပါက တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။



အခြေခံစားသောက်ကုန်များ၊ လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများ၊ ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ၊ ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများ၊ ကျောင်းသုံးစာအုပ်များနှင့် စက်သုံးဆီများ တင်ဆောင်လာသော မော်တော်ယာဉ်များကို တတိယအကြိမ်အဖြစ်ပို့ဆောင်ပေးခဲ့ရာ မန္တလေးမြို့မှ ဇွန် ၁၁ ရက်တွင် စတင်ထွက်ခွာပြီး ယနေ့မွန်းလွဲပိုင်းတွင် မြစ်ကြီးနားမြို့သို့ ရောက်ရှိလာသဖြင့် မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၊ ဒေသခံပြည်သူများက အိုးစည်မိုးပတ်များ၊ အောင်သပြေခက်များ၊ ဂုဏ်ပြုပန်းကုံးများ

မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဇော်ထွေး မြစ်ကြီးနားမြို့သို့ရောက်ရှိလာသည့် ကုန်ပစ္စည်းများ အသီးသီးပို့ဆောင်ပေးနေမှုများကို ကြည့်ရှုစဉ်။

ထောက်ပံ့ရေးကုန်ပစ္စည်းမှ ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများကို ဒေသတစ်ခုပြီးတစ်ခု အကောင်အထည်ပေါ်လာစေရေးတို့ကို ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

တပ်မတော်အနေဖြင့် ဒေသတွင်း တည်ငြိမ်အေးချမ်းမှုနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကိုဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် နယ်မြေဒေသတည်ငြိမ်အေးချမ်းမှု၊ လုံခြုံမှုတို့ကိုဆောင်ရွက်ပေးပြီးသည်နှင့် ဒေသအတွက် လိုအပ်သည်များကို ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ၊



ကုန်ပစ္စည်းများ တင်ဆောင်လာသည့် မော်တော်ယာဉ်များကို ဒေသခံပြည်သူများက မြစ်ကြီးနားမြို့၌ ကြိုဆိုကြစဉ်။



ကုန်ပစ္စည်းများ တင်ဆောင်လာသည့် မော်တော်ယာဉ်များ မန္တလေးမြို့မှ ထွက်ခွာစဉ်။

ကုန်ပစ္စည်းများ တင်ဆောင်လာသည့် မော်တော်ယာဉ်များ မတ္တရာမြို့သို့ရောက်ရှိစဉ်။

ပညာရေးကဏ္ဍမြှင့်တင်ပေးရန် ကျောင်းသုံး ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်များနှင့် စာရေးကိရိယာများ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ အတွက် လိုအပ်သည့်ဆေးနှင့်ဆေးပစ္စည်းများကို တပ်မတော်ယာဉ်တန်းများဖြင့် ပို့ဆောင်ပေးလျက်ရှိသည့်အပြင် တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အချို့ရှိ ဝေးလံပြီး သွားလာရေးခက်ခဲသည့် ဒေသများသို့ တပ်မတော်လေယာဉ်များဖြင့် ပို့ဆောင်ပေးလျက်ရှိသည်။

ထိုသို့ တပ်မတော်အနေဖြင့် နိုင်ငံတော် တည်ငြိမ်အေးချမ်းပြီး ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် အကြမ်းဖက်သောင်းကျန်းသူများ ယာယီစိုးမိုးထားပြီး အကြမ်းဖက်လုပ်ရပ်များလုပ်ဆောင်လျက်ရှိသည့်ဒေသများ၌ အကြမ်းဖက်ချေမှုန်းမှုစစ်ဆင်ရေးများကို ကာကွယ်ရေးအသိပညာပေးခြင်း၊ သီးနှံများပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုမရှိရေး၊ ရိတ်သိမ်းပြီးစပါးများ အမိုးအကာအောက် အချိန်မီ ရောက်ရှိရေး အသိပညာပေးခဲ့ပါတယ်။ "ဟု ဟုမလင်းမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဒေါ်စုစုထွေးက ပြောပြသည်။

ဟုမလင်းမြို့နယ်တွင် စပါးစိုက်တောင်သူများအနေဖြင့် တစ်ဧကအတွက် နှုန်းတိုးတက်ရေးနှင့် ပန်းတိုင်အထွက်နှုန်း ထွက်ရှိရေးအတွက် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်များဖြန့်ဖြူးခြင်း၊ နည်းပညာပေးလက်ကမ်းစာစောင်များ ဖြန့်ဝေခြင်း၊ တောင်သူပညာပေးသင်တန်းနှင့် ပညာပေးဆွေးနွေးပွဲများဆောင်ရွက်ခြင်း လိုအပ်သည့် သွင်းအားစုများအချိန်မီရရှိရေးတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

စပါးကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှု ဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကိုရောင်းချနိုင်သဖြင့် လူမှုစီးပွားဘဝများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် စပါးကိုတိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေးကြိုးပမ်းစိုက်ပျိုးကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စုစုထွေးက ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

ဖြင့် ကျေးဇူးတင်ဝမ်းမြောက်စွာ ကြိုဆိုခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

ဆက်လက်၍ အဆိုပါမော်တော်ယာဉ်များပေါ်တွင် ပါရှိလာသည့် ကျောင်းသုံး ပြဋ္ဌာန်းစာအုပ်များကို ခရိုင်ပညာရေးမှူးရုံးသို့လည်းကောင်း၊ အခြေခံစားကုန်များကို ပြည်နယ်မိုးလုံလေလုံအားကစားခန်းမသို့လည်းကောင်း၊ ဓာတ်မြေဩဇာများကို စိုက်ပျိုးရေးနှင့် မွေးမြူရေးသိပ္ပံသိုလည်းကောင်း အသီးသီးပို့ဆောင်ပေးနေမှုများကို မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဇော်ထွေးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည်။

အဆိုပါ ထောက်ပံ့ပေးရေးပစ္စည်းများသည် ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများနှင့် ဒေသခံပြည်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝများ၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ၊ ကျောင်းသားလူငယ်များ၏ ပညာရေးကဏ္ဍများအတွက် အထောက်အကူပြုမည်ဖြစ်ရာ ဒေသခံတိုင်းရင်းသားပြည်သူများက ဝမ်းမြောက်ကျေးဇူးတင်လျက်ရှိပြီး တပ်မတော်အနေဖြင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ ဒေသခံပြည်သူများနှင့်လက်တွဲပူးပေါင်း၍ ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်၍အတိုက်အခံအားတိုက်ကူညီဆောင်ရွက်ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

ရန်ကင်းပြည့်ရိတ်သိမ်းပြီးစီးမှ

စတင်ရိတ်သိမ်းခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ဧကအားလုံးရန်ကင်းပြည့် ရိတ်သိမ်းပြီးဖြစ်ပြီး တစ်ဧကလျှင် ၇၆ ဒသမ ၉ တင်း ထွက်ရှိခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

"ဟုမလင်းမြို့နယ် ဒီနှစ် နွေသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက စပါး ၁၂၂၉ ဧကထိ စိုက်ပျိုးထားပါတယ်။ အဲဒီစိုက်ပျိုးထားတဲ့ နွေစပါးစိုက်ခင်းတွေ အခုလက်ရှိအချိန်မှာ တော့ ဧကအားလုံး ရန်ကင်းပြည့်ရိတ်သိမ်းပြီးစီးပြီဖြစ်ပါတယ်။ နွေစပါးစိုက်တောင်သူများကို စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ နည်းပညာပေးခြင်း၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှု

ကာကွယ်ရေးအသိပညာပေးခြင်း၊ သီးနှံများပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုမရှိရေး၊ ရိတ်သိမ်းပြီးစပါးများ အမိုးအကာအောက် အချိန်မီ ရောက်ရှိရေး အသိပညာပေးခဲ့ပါတယ်။ "ဟု ဟုမလင်းမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဒေါ်စုစုထွေးက ပြောပြသည်။

ဟုမလင်းမြို့နယ်တွင် စပါးစိုက်တောင်သူများအနေဖြင့် တစ်ဧကအတွက် နှုန်းတိုးတက်ရေးနှင့် ပန်းတိုင်အထွက်နှုန်း ထွက်ရှိရေးအတွက် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်များဖြန့်ဖြူးခြင်း၊ နည်းပညာပေးလက်ကမ်းစာစောင်များ ဖြန့်ဝေခြင်း၊ တောင်သူပညာပေးသင်တန်းနှင့် ပညာပေးဆွေးနွေးပွဲများဆောင်ရွက်ခြင်း လိုအပ်သည့် သွင်းအားစုများအချိန်မီရရှိရေးတို့ကို ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အကြမ်းဖက်မှုပျောက်ရေးအတွက် ပြည်သူ့သို့ အသိပေးနှိုးဆော်ချက်

- ၁။ ပြည်သူ့အတွက်ဟုသုံးနှုန်း၍ ရဟန်းသံဃာများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများအပါအဝင် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့ကိုသတ်ဖြတ်၊ လုယက်ခြင်းကို CRPH၊ NUG၊ PDF အမည်ခံအကြမ်းဖက်အုပ်စုများက ဥပဒေမဲ့ကျူးလွန်နေသည်။
- ၂။ ခြိမ်းခြောက်၊ လူသတ်၊ အဖျက်အမှောင့်လုပ်ရပ်များ လုပ်ဆောင်နေသည့် CRPH၊ NUG၊ PDF အကြမ်းဖက်သမားများကို အားပေးမှု၊ ထောက်ခံမှု၊ ကူညီထောက်ပံ့မှုမပြုခြင်းသည် ပြည်သူ့လူထု၏ အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။
- ၃။ ယင်းတို့၏ လက်နက်၊ ခဲယမ်းကိုကိုင်တွယ်သယ်ဆောင်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်သမားတို့၏သတင်းကို လျှို့ဝှက်ပေးပို့ခြင်းသည် အပြစ်မဲ့ပြည်သူများ၏ အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

ဟဲဟိုးမြို့နယ်နှင့် အောင်မြေသာစံမြို့နယ်တို့ရှိ သံဃာတော်များ၊ ဒေသခံပြည်သူများကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်



အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်ကျော်နိုင်ဦး ဒေသခံပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။



ဒေသခံပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြသည်။

အလားတူ အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်မြေခံဆေးကုသရေးအဖွဲ့က မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး အောင်မြေသာစံမြို့နယ်ညောင်ကွဲရပ်ကွက်ရှိ မဟာသန္တာရုံကျောင်းတိုက်၌အခြေပြု၍ သံဃာတော် ၉၁ ပါးနှင့် ဒေသခံပြည်သူ ၁၀၆ ဦးတို့ကို သွေးတိုးရောဂါ၊ အဆစ်အမျက်ရောင်ရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ သားဖွားမီးယပ်ရောဂါ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါ၊ နားနာခေါင်းလည်ချောင်းရောဂါ၊ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါ၊ ခွဲစိတ်ကုသမှုဆိုင်ရာရောဂါ၊ ကလေးရောဂါ၊ အထွေထွေရောဂါတို့နှင့် ပတ်သက်၍ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးကုသပေးခြင်းများဆောင်ရွက်ပေးပြီး ဆေးရုံတက်ရောက်ကုသရန် လိုအပ်သည့်လူနာများကို နယ်မြေခံတပ်မတော်ဆေးရုံသို့ တက်ရောက်ကုသနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်ကျော်နိုင်ဦးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးကာ အဆိုပါ ကျောင်းတိုက်ဆရာတော်အား လှူဖွယ်ပစ္စည်းများနှင့် နဝကမ္မအလှူငွေများ

ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃

တပ်မတော်အနေဖြင့် ပြည်သူလူထု၏ ကျန်းမာရေးကဏ္ဍတိုးတက်မြှင့်တင်ရေးအတွက် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများတွင် တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ ကူညီစောင့်ရှောက်မှုများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က ရှမ်းပြည်နယ် (တောင်ပိုင်း) ဟဲဟိုးမြို့နယ် အင်းခေါင်းကျေးရွာနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကျေးရွာများရှိ သံဃာတော်များနှင့် ဒေသခံပြည်သူများကို အဆိုပါကျေးရွာရှိ အင်းခေါင်းသန်းခေါင်မွေတော်ဘုန်းတော်ကြီး၌ အခြေပြု၍ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က သံဃာတော် ၄၆ပါးနှင့် ဒေသခံပြည်သူ ၁၀၆ ဦးတို့ကို သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ အရိုး

ကျောင်းဖွင့်ချိန်တွင် ကျောင်းသား၊ကျောင်းသူများ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်စွာ ပညာသင်ကြားနိုင်ရေးအတွက် အခြေခံပညာကျောင်းများ၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃

တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များအတွင်းရှိ ဘုရား၊ စေတီပုထိုးများ၊ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများ၊ ဘာသာရေးအဆောက်အအုံများ၊ မြို့ရွာ၊ ရပ်ကွက်များနှင့် အများပြည်သူသွားလာလျက်ရှိသည့် လမ်းများ၊ ဆေးရုံများ၊ အခြေခံပညာကျောင်းများ၊ တက္ကသိုလ်များ၊ ဒီဂရီကောလိပ်များ၊ ဈေးများ၊ ပန်းခြံများနှင့် သောက်သုံးရေကန်များ သန့်ရှင်းသာယာလှပစေရေးအတွက် နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များနှင့် ဒေသခံပြည်သူများက စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ယနေ့တွင် ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်း) ကျိုင်းတုံမြို့အပါအဝင် မြို့နယ် ၁၂ မြို့နယ်၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး တနင်္သာရီမြို့နယ်နှင့် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး လှည်းကူးမြို့နယ်အပါအဝင်



တြိဂံဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်စိုးမြတ်ထွဋ် အခြေခံပညာကျောင်း၌ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များက စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်နေမှုကို ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

မြို့နယ် ခုနစ်မြို့နယ်တို့ရှိ အခြေခံပညာကျောင်းများ၏ ကျောင်းအတွင်းနှင့် ကျောင်းပတ်ဝန်းကျင် သန့်ရှင်းသာယာရေးအတွက် နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်းဟောင်းအဖွဲ့ဝင်များ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များနှင့် ဒေသခံပြည်သူများ ပူးပေါင်း၍ ချွနွယ်ပေါင်းမြက်များနှင့် သစ်ပင်သစ်ကိုင်းများ ခုတ်ထွင်ရှင်းလင်းခြင်း၊ အမှိုက်များရှင်းလင်းခြင်း၊ ရေစီးရေလာကောင်းမွန်စေရေး ရေနုတ်မြောင်းများ တူးဖော်ပေးခြင်း၊ ရေကန်များတွင် အဘိတ်ဆေးများခတ်ပေးခြင်း၊ ခြင်



ကမ်းရိုးတန်းဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များက အခြေခံပညာကျောင်း၌ စုပေါင်းသန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ကြစဉ်။

ခိုအောင်းနိုင်သည့်နေရာများ ခြင်ဆေးဖျန်းခြင်း၊ ကျောင်းစာသင်ခန်းများအတွင်း သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ခြင်း၊ စာသင်ခန်းများ နေရာချထားပေးခြင်းနှင့် ပြုပြင်ပေးခြင်းများကို စုပေါင်းဆောင်ရွက်ကြသည်။

ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို

တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်များမှ တိုင်းမှူးများနှင့် တပ်နယ်အသီးသီးမှ တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက် ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၅၀၁)

သုတ-ရသ ကဏ္ဍစုံလင်စွာဖြင့် စာပေပရိသတ်များ၏လိုအပ်ချက်ကို အမြဲဖြည့်ဆည်းပေးလျက်ရှိသော

မေတ္တာ

- ၁၉၅၂ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁၀ ရက်နေ့တွင် ထုတ်ဝေခဲ့ပြီး (၇၅)နှစ်တိုင်တိုင် စဉ်ဆက်မပြတ် ထုတ်ဝေခဲ့သည့်မဂ္ဂဇင်း
- မြဝတီမဂ္ဂဇင်းသည် အလုပ်သမား၊ လယ်သမားနှင့် တစ်ဖက်တစ်လမ်းအကျိုးကို ကိုယ်စားပြုလျက်ရှိသောမဂ္ဂဇင်း
- သုတ၊ ရသအတွက် ဝါရံကလောင်နှင့်မြို့များ၏ ဆောင်းပါးများဖြင့် စာဆိုစံသည့် ကလောင်နှင့် မဂ္ဂဇင်း စာပေဝါသနာရှင်တစ်ယောက်အဖြစ် အမြဲတော်ပျော်တမ်း လျက်ရှိသည့်မဂ္ဂဇင်း
- မိမိချစ်အဖေအဖွဲ့စီ၌ ထောင်စဉ်ထားရှိသင့်သောမဂ္ဂဇင်း
- ရုပ်ရှင်၊ ဂီတ၊ သရုပ်ဆောင်စက်ကရီးများ၏ မျက်နှာစာပုံများနှင့်အတူ အရောင်အသွယ်လင်စွာဖြင့် စဉ်ဆက်မပြတ်ထုတ်ဝေလျက်ရှိပါသည်။
- ကဏ္ဍများ ကာတွန်း၊ ဆန်းစစ်လေ့လာမြန်မာစာ၊ ဗုဒ္ဓစာပန်း၊ ရသစာတမ်း၊ ကျန်းမာရေး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ဝတ္ထုတို၊ ဝတ္ထုရှည်တို့ကို သုတ-ရသနံလင်စွာဖြင့် ၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လထုတ် မြဝတီမဂ္ဂဇင်းထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်ပါမည်။ သတင်းအကျဉ်းပါးအစီအစဉ်

Email - mvdliteraturehouse@gmail.com

ဆက်သွယ်ရန် - ဖုန်း ၀၉ ၉၅၀၇၅၅၅၅၅ (ခေတ္တညီညွတ်)၊ ၀၉ ၃၂၄၀၈၇၂၄ (မြန်မာ့မေတ္တာ)၊ ၀၉ ၂၅၇၃၇၅၅၅၅ (အုန်းလှိုင်မြန်မာ့မေတ္တာ)

၁၅၀၀ ကျပ်

မြဝတီစာပေတိုက်က ထုတ်ဝေသည်။

စာပေ ယဉ်ကျေးမှု သုတ-ရသ ကဏ္ဍစုံလင်စွာဖြင့် စာပေပရိသတ်များ၏လိုအပ်ချက်ကို အမြဲဖြည့်ဆည်းပေးလျက်ရှိသော

ငွေတာရီ

- (၆၅)နှစ်တိုင်တိုင် စဉ်ဆက်မပြတ်ထုတ်ဝေခဲ့သည့်မဂ္ဂဇင်း
- ယဉ်ကျေးမှုနှင့်သမိုင်းဆိုင်ရာ၊ စာပေနှင့်အနုပညာကဏ္ဍများ၊ မော်ဆောင်း လက်ရှိသည့်မဂ္ဂဇင်း
- သုတ၊ ရသအတွက် ဝါရံကလောင်နှင့်မြို့များ၏ ဆောင်းပါးများဖြင့် ကလောင်သစ်များကိုပါ မြေတောင်မြောက်ပေးလျက်ရှိသည့်မဂ္ဂဇင်း
- မိမိချစ်အဖေအဖွဲ့စီ၌ ထောင်စဉ်ထားရှိသင့်သောမဂ္ဂဇင်း
- အစဉ်အလာမပျက် မြန်မာ့စာပေအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်းနှင့်အတူ အရောင်အသွယ်လင်စွာဖြင့် ၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လထုတ် ငွေတာရီမဂ္ဂဇင်း ထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်ပါမည်။ သတင်းအကျဉ်းပါးအစီအစဉ်

Email - ngwetaryemagazine@gmail.com

ဆက်သွယ်ရန် - ဖုန်း ၀၉ ၆၆၇၂၁၁၆၀၆ (ခေတ္တညီညွတ်)၊ ၀၉ ၃၂၄၀၈၇၂၄ (မြန်မာ့မေတ္တာ)၊ ၀၉ ၂၅၇၃၇၅၅၅၅ (အုန်းလှိုင်မြန်မာ့မေတ္တာ)

၁၅၀၀ ကျပ်

မြဝတီစာပေတိုက်က ထုတ်ဝေသည်။

နိုင်ငံဝန်ထမ်းများအား မည်သည့်နည်းလမ်းဖြင့်မဆို ခြိမ်းခြောက်ခြင်း၊ တာဝန်ထမ်းဆောင်မှုကို နှောင့်ယှက်ခြင်း များဆောင်ရွက်ပါက တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။

☆ ကျောပုံးမှအဆက် အွန်လိုင်းလိမ်လည် လောင်းကစားမှုများ ဆောင်ရွက်ခြင်းမရှိစေရန်အတွက် နယ်မြေ ရှင်းလင်းခြင်းနှင့် ရှာဖွေဖော်ထုတ် စစ်ဆေးခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက် ခဲ့ရာ ယနေ့ မွန်းလွဲ ၂ နာရီ ၁၅ မိနစ်ခန့်တွင် ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း) မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုလွယ်ရပ်ကွက်ရှိ နေအိမ်တစ်လုံး အတွင်းမှ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်း ကစားမှုကျူးလွန်သူ တရုတ်နိုင်ငံသား အမျိုးသား ၁၇ ဦးနှင့် မြန်မာနိုင်ငံသား အမျိုးသား ၃၄ ဦး၊ အမျိုးသမီး ၃၇ ဦး စုစုပေါင်း ၈၈ ဦးတို့ကို ဖမ်းဆီးရမိခဲ့သည်။ All In One ကွန်ပျူတာ ၄၄ လုံး၊ Power Station အသေး နှစ်လုံး၊ Crown ကား တစ်စီး၊ Alphard ကားတစ်စီးတို့နှင့် အတူ ဖမ်းဆီးရမိခဲ့သည်။ ဆက်လက်၍ လုံခြုံရေးပူးပေါင်းအဖွဲ့



ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း) မူဆယ်မြို့အတွင်း အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်းကစားမှုကျူးလွန်ရာတွင် ပါဝင်ပတ်သက်သူ ၉၄ ဦးကို လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများနှင့်အတူ ဖမ်းဆီးရမိမှုပြမြေပုံ။



မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုလွယ်ရပ်ကွက်၌ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်းကစားမှု လုပ်ကိုင်သည့် တရုတ်နိုင်ငံသား အမျိုးသား ၁၇ ဦး ဖမ်းဆီးရမိမှုကိုတွေ့ရစဉ်။



မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုတုံ့ရပ်ကွက်၌ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်းကစားမှု လုပ်ကိုင်သည့် တရုတ်နိုင်ငံသား အမျိုးသား ငါးဦး၊ အမျိုးသမီး တစ်ဦးတို့ကို လုပ်ငန်း သုံးပစ္စည်းများနှင့် ဖမ်းဆီးရမိမှုကိုတွေ့ရစဉ်။

များသည် နယ်မြေရှင်းလင်းခြင်းနှင့် ရှာဖွေ ဖော်ထုတ်စစ်ဆေးခြင်း လုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ မွန်းလွဲ ၂ နာရီခွဲခန့်တွင် ကောင်းမှုတုံ့ရပ်ကွက် အတွင်းရှိ နေအိမ်တစ်လုံးမှ အွန်လိုင်း လိမ်လည်လောင်းကစားမှု ကျူးလွန်သူ တရုတ်နိုင်ငံသား အမျိုးသား ငါးဦး၊ အမျိုးသမီး တစ်ဦး စုစုပေါင်း ခြောက်ဦး ကို ဖမ်းဆီးရမိခဲ့သည်။ Laptop မျိုးစုံ ခြောက်လုံး၊ All In One ကွန်ပျူတာ နှစ်လုံး၊ Wifi စက် လေးလုံး၊ CPU နှစ်လုံး တို့နှင့်အတူ ထပ်မံဖမ်းဆီးရမိခဲ့သည်။ အဆိုပါ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်း ကစားမှုများ လုပ်ကိုင်လျက်ရှိသည့် ဖမ်းဆီးရမိသူများကို လိုအပ်သည့် စစ်ဆေးမှုများ ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပါက တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ ထိရောက် ပြင်းထန်စွာ အရေးယူဆောင်ရွက်သွား မည်ဖြစ်ပြီး သိမ်းဆည်းရမိသည့် လုပ်ငန်း သုံးပစ္စည်းများကို လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများ နှင့်အညီ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွား မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် အွန်လိုင်း လိမ်လည် လောင်းကစားမှုကျူးလွန်ခြင်း များ ပပျောက်စေရေးနှင့် မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း အခြေချလုပ်ကိုင်နိုင်မှု မရှိစေရေး အတွက် အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများ၊ ဒေသတွင်း နိုင်ငံများ၊ နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်း များနှင့်ပူးပေါင်း၍ အွန်လိုင်းလိမ်လည် လောင်းကစားမှု တိုက်ဖျက်ရေးလုပ်ငန်း စဉ်များကို တက်ကြွစွာဆက်လက် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သတင်း ရရှိသည်။ (၅၀၁)



မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုလွယ်ရပ်ကွက်၌ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်းကစားမှုလုပ်ကိုင်သည့် နေအိမ်နှင့် လုပ်ငန်းနေရာကို တွေ့ရစဉ်။



မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုတုံ့ရပ်ကွက်၌ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်း ကစားမှုလုပ်ကိုင်သည့် နေအိမ်နှင့် လုပ်ငန်းနေရာကို တွေ့ရစဉ်။



မူဆယ်မြို့ ကောင်းမှုတုံ့ရပ်ကွက်၌ အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်း ကစားမှုလုပ်ကိုင်သည့် နေအိမ်နှင့် လုပ်ငန်းနေရာကို တွေ့ရစဉ်။



■ မြောင်းတကာစက်မှုဇုန်မှ ပြုပြင်ပြီး ဓာတ်အားခိုးယူသုံးစွဲထား ကြောင်း စစ်ဆေးတွေ့ရှိခဲ့ရပါသည်။ ယင်းသို့ မသမာမှုဖြစ်စဉ်ကြောင့် နိုင်ငံတော်အနေဖြင့် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ယူနစ် ငါးသန်းခြောက်သောင်းရှစ်ထောင် ရှစ်ရာအတွက် ငွေကျပ် သန်း ၄၅၀၀ ကျော် ဆုံးရှုံးနစ်နာစေခဲ့သဖြင့် လျှပ်စစ် မီတာအား ချက်ချင်းပိတ်သိမ်းခဲ့ပြီး နစ်နာဆုံးရှုံးမှုများ ပြန်လည်ရရှိရေးနှင့် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားကို မသမာသောနည်း ဖြင့် ရယူသုံးစွဲထားသည့်လုပ်ငန်းရှင်အား

လျှပ်စစ်ဥပဒေနှင့်အညီ ထိရောက်စွာ အရေးယူနိုင်ရန်အတွက် မှော်ဘီမြို့မှ ရဲစခန်း၌ ၁၁.၆.၂၀၂၆ ရက်တွင် အမှု ဖွင့်လှစ် အရေးယူဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။ လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာနအနေ ဖြင့် Control Center များမှ စောင့်ကြည့် စစ်ဆေး၍ သံသယဖြစ်ဖွယ်တွေ့ရှိသည် နှင့် မြေပြင်သို့သွားရောက်စစ်ဆေးခြင်း၊ ပြည်သူများ၏ တိကျစွာသတင်းပေး တိုင်ကြားလာမှုများအပေါ် ထိရောက်စွာ စစ်ဆေးအရေးယူဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ဖြင့် လျှပ်စစ်ဓာတ်အား လေလွင့်ပျောက်ဆုံး မှုများ သိသာစွာလျော့နည်းလာစေရေး ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက် နေသည်ဖြစ်ရာ ယင်းသို့ ဓာတ်အားခိုးယူသုံးစွဲမှုများ ဖော်ထုတ်လာနိုင်သည်နှင့်အမျှ ပြည်သူ များသို့ လျှပ်စစ်ဓာတ်အား ပိုမိုဖြန့်ဖြူးပေး သွားနိုင်မည်ဖြစ်၍ ပြည်သူများအနေဖြင့် ပိုမို၍ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပေးကြပါရန် အသိပေးထုတ်ပြန်အပ်ပါသည်။ လျှပ်စစ်နှင့်စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာန

● ဘင်တန်ပိတ်တန်းမှ အကောင်းဆုံးပွဲစဉ်တစ်ပွဲဖြစ်ပြီး ဖိုက်တာ နှစ်ဦးအကြား တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အလွတ် တည်ထိုးခဲ့ပြီး တံတောင်တိုက်ချက် များဖြင့် အပြန်အလှန်ထိုးသတ်ခဲ့ကြသည်။ ကျော်စွာဝင်းအနေဖြင့် One Championship လောကသို့ ဝင်ရောက်လာခဲ့ ပြီးနောက် တတိယမြောက် ထိုးသတ်ခဲ့ သော စိန်ခေါ်ပွဲဖြစ်ပြီး နှစ်ပွဲနိုင် တစ်ပွဲရှုံး ရလဒ်ရရှိထားသည်။ ဆက်လက်၍ ပွဲအပြီးတွင် ကျော်စွာဝင်းက “စလာတန်ဟာ ရင်ဆိုင် ခဲ့ဖူးတဲ့ ပြိုင်ဘက်တွေထဲမှာ တော်တော် လေးမာတဲ့ ဖိုက်တာတစ်ယောက်လို့ သတ်မှတ်ပါတယ်။ သူ့တံတောင် တိုက်ချက်မာလားဆိုတော့ ကျွန်တော်လဲ ပွဲအပေါ်ပဲ အာရုံစိုက်နေပြီးတော့ သူထိုး ကိုယ်ထိုးဆိုတော့ သိပ်ပြီးတော့ သတိ မထားမိဘူး။ အရမ်းနာတာမျိုးတော့ မဟုတ်ပါဘူး”ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ Ref : ONE FC Trs : AZL

တောင်ယာခုတ်ထွင် မီးရှို့ခြင်း၊ ရိုးပြတ်များ မီးရှို့ခြင်းနှင့် တောမီးရှို့ခြင်းကြောင့် ထိခိုက်နိုင်မှုများ

တောင်ယာခုတ်ထွင်မီးရှို့ခြင်း၊ ရိုးပြတ်များ မီးရှို့ခြင်းနှင့် တောမီးရှို့ခြင်းကြောင့် အောက်ပါအချက်များဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်-

- (က) မီးခိုးမြူငွေ့ကြောင့် လေထုညစ်ညမ်းခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေး ထိခိုက်နိုင်ခြင်း၊
- (ခ) ကမ္ဘာကြီးပူနွေးလာခြင်းနှင့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှု ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊
- (ဂ) မြေဆီလွှာစာခန်းခြောက်ခြင်းနှင့် သီးနှံများ အထွက်နှုန်း လျော့နည်းခြင်း၊
- (ဃ) သစ်တောထွက်ပစ္စည်းများ ဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် လူနေမှုဘဝကို ထိခိုက်စေ နိုင်ခြင်း။

ဝတ္ထုတိုကဏ္ဍ

တောင်လေပ်မြေမှာ ရွာတဲ့မိုး
နွေကံ့ကော်(မြို့လှ)



စွန် ၁၁ ရက်မှအဆက်
ဤသို့ဖြင့် ဆရာမကြီးဒေါ်သီတာမိုး၊ ဆရာမ
ဒေါ်ချိုချိုခိုင်တို့နှင့်အတူ စာသင်နှစ်တစ်နှစ်တာကို
စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပါတော့သည်။ ကျွန်မအပါအဝင်
ဆရာမသုံးယောက်မှာ ရွာမှဆောက်လုပ်ပေးထား
သော ကျောင်းဘေးအိမ်ကလေးတွင် စုပေါင်းနေထိုင်
ချက်ပြုတ်စားသောက်ကြသည်။

တီးတိန်မှဆရာနှင့်ဆရာမတို့ကတော့ နေ့ချင်း
ပြန်ပလာရောက်သင်ပေးကြ၏။ ရောက်ပြီး နှစ်လ
အတွင်းမှာပဲ ရွာခံလူများအားလုံးနှင့် အတော်ပင်
ရင်းနှီးခဲ့လေပြီ။ အလယ်တန်းကျောင်းခွဲဟုဆိုသည့်
တိုင် အတန်းအားလုံးပေါင်း၊ ရွာနီးချုပ်စပ်မှ ရွာများ
ပေါင်းပြီးလာတက်သည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူမှာ
တစ်ရာပင်မပြည့်ချင်။

ရွာတွေမှာတော့ ဤမျှမက ကလေးများရှိမှန်း
ကျွန်မတွေ့ထားပြီးဖြစ်သည်။ တဖြည်းဖြည်းနှင့်
တော့ စည်းရုံးရဦးမည်ဟု ကျွန်မတွေ့ထားခဲ့သည်။
ကလေးများစာသင်ကျောင်းရောက်ရန် အရင်ဦးဆုံး
ဥက္ကဋ္ဌကြီးနှင့်တိုင်ပင်ရမည်။ စာသင်သင်ချင်းနေ့မှာပဲ
ကလေးများ၏ အခြေခံအားနည်းချက်များကို စတင်
တွေ့ရှိခဲ့ရသည်။

အခြေခံအရည်အချင်းမပါဘဲ အောင်သွားခဲ့လျှင်
ကိုးတန်း၊ ဆယ်တန်းရောက်ပါက သူတို့စာမေးပွဲ
ကျသွားနိုင်သည်။ လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက် ဆရာမများ
နှင့်တိုင်ပင်၍ ကြိုးပမ်းရမည်ဟု ကျွန်မစိတ်ကူး
ထားခဲ့မိသည်။

"အင်း... ကောင်းသားပဲစုလဲ့ရဲ့ သင်ကြတာပေါ့။
သူတို့လေးတွေအတွက် အကျိုးမယုတ်ပါဘူး"

တီးတိန်မြို့ပေါ်မှဆရာမကြီးရယ်၊ မချိုချိုခိုင်တို့
ပေါင်းပြီး အပတ်တိုင်းအချိန်ပိုသင်ကြားပေးရန်
ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြသည်။ အချိန်ပိုနေ့များတွင် ကျောင်းစာ
အပြင် အခြားဗဟုသုတများကို ဦးစားပေး
သင်ကြားကြသည်။

ကလေးများကို တောင်ပေါ်ယာခင်းစိုက်ခင်းများ
ထဲမှ ပြင်ပကမ္ဘာကလေးထဲသို့ ကျွန်မခေါ်သွား
ချင်မိသည်။ အချိန်ပိုနေ့တွင် ကျောင်းဖွင့်ရက်များကဲ့သို့
လူအစုံတော့လာမတက်နိုင်ကြပေ။ ရောက်ခါစက
ညှဉ်းသိုးသိုး ဆံပင်ရှည်ရှည်နှင့် ကောင်ကလေးများမှာ
အနေအထိုင်ပုံစံများ ပြောင်းလဲလာကြသည်။

လယ်ထဲကနေ ကြုံသလိုကျောင်းကိုမလာကြ

တော့။ ခွာနူးနှင့်ရှင်းမုံအပါအဝင် အခြားမိန်းကလေး
တွေလည်း မိန်းကလေးပုံစံ ပိုမိုပေါ်လွင်လာကြသည်။
ခန္ဓာကိုယ်သန်ရှင်းသပ်ရပ်မှုမှစတင်ပြီး သူတို့ကို
ပြောင်းလဲပုံဖော်ပေးခဲ့ရသည်။ တဖြည်းဖြည်းချင်း
သန်ရှင်းသပ်ရပ်မှုအကျိုးကို သူတို့ခံစားတတ်လာ
သည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် ပညာရေးကို ပိုပြီးစိတ်ပါဝင်
စားအောင် ဆွဲဆောင်စည်းရုံးပြန်သည်။

"တို့ကျောင်းကို စုလဲ့လို ဆရာမကလေးရောက်
လာတာ ကံကောင်းတယ်ပဲပြောရမယ်"

"ဟုတ်တယ်နော် ဆရာမကြီး၊ စုလဲ့ရောက်ပြီး
နောက်ပိုင်း ကလေးတွေရဲ့နေထိုင်မှုတွေ ပိုပြီး
တိုးတက်လာတယ်၊ နောက်ပြီး ကျောင်းတက်လဲ
မှန်လာကြတယ်"

"ဆရာမကြီးတို့ကော အားလုံးစုစုစည်းစည်းနဲ့
ဝိုင်းဝန်းပုံပိုးလို့ ဒီလိုရလဒ်ကောင်းရတယ်ပဲပြော
ရမှာပါ"

"ကိုယ်တို့ဆို တစ်ခါတလေဖျားချင်နာချင်သေး
တာ၊ စုလဲ့ကတော့ တပည့်တွေကိုစာသင်နေရရင်
ကျန်းမာရေးကိုကောင်းလို့ပဲ၊ အခုမှရောက်လာ
ပေမဲ့ တကယ့်တောင်ပေါ်သူလို နေထိုင်နိုင်တာ
အံ့ဩတယ်"

တကယ်တော့ဆရာမကြီးပြောသည့်အတိုင်း ကျွန်မ
လည်းအသွေးအသားတို့ဖြင့်စုဖွဲ့ထားသည်မို့ တစ်ခါ
တလေတော့ လူကနေထိုင်မကောင်းဖြစ်ချင်မိသည်။
ကိုယ့်စာသင်ချိန်တွင် ကလေးများကို စာမသင်နိုင်လို့
ပျက်ကွက်ခဲ့လျှင် သူတို့နှစ်နာမှာစိုးသည့်စိတ်နှင့်
နားချင်သော်လည်းမနားခဲ့မိ။ ကျောင်းတွင်ပျော်လာ
ပြီဖြစ်သည့် သူတို့ကို အရှိန်မတန်သွားစေလိုပေ။

သာမန်နေထိုင်မကောင်းလက္ခဏာလောက်ကို
ပါလာသည့်ဆေးများနှင့်ပင် ကိုယ့်ဘာသာ
ကုသဖြစ်ခဲ့သည်။

(၄)

"ခွာနူး ကျောင်းမလာတာနှစ်ရက်ရှိပြီနော်၊
ဘာဖြစ်လို့လဲ ရှင်းမုံ"

"သူ့အဖေနေမကောင်းလို့ ပြောင်းခင်းထဲ
အကူလိုက်နေပါတယ် ဆရာမ"

ရှင်းမုံကလေးဆီမှ အဖြေစကားကြားရသည့်အခါ
ကျွန်မရင်ထဲနှုတ်လျှောက်မိသည်။ ခွာနူးမိသားစုဝင်
များ နေမကောင်းဖြစ်သည်ကို ကျွန်မ ယခုအတိုင်း
ကြည့်မနေနိုင်တော့။

ညနေ ကျောင်းဆင်းဆင်းချင်း ရှင်းမုံကိုလိုက်ပို့

ခိုင်းရသည်။ အိမ်သို့ရောက်ရောက်ချင်းပဲ ပြောင်းဖူး
ခြင်းကို သိုင်းလွယ်လာကြသော ခွာနူးတို့သားအမိ
နှစ်ယောက်ကိုတွေ့ရလေသည်။

"ဪ... ဆရာမ၊ ဘယ်သွားမလို့လဲ"
ခွာနူးက စိုးထိတ်မှုမျက်နှာနှင့်မေး၏။

"ခွာနူးကျောင်းမတက်တော့ဘာများဖြစ်နေလဲလို့
လာကြည့်တာပါကွယ်၊ စာမေးပွဲကလဲနီးပြီလေ"

"သူ့အဖေနေမကောင်းလို့ ပြောင်းပေါ်ချိန်
ပြောင်းလိုက်ချိုးကုနေတာပါ ဆရာမရယ်၊ အငယ်
လေးတွေကလဲအားကိုးလို့မရသေးဘူးလေ၊ မနက်ဖြန်
တော့ ခွာနူးကိုကျောင်းပြန်လွှတ်မှာပါ"

"ဟုတ်ကဲ့ပါ ခွာနူးအဖေကော သက်သာပြီလား၊
ဆေးမှူးဆီမပြဘူးလား"

"သက်သာလာပါပြီ ဆရာမ၊ ရုတ်တရက်
ကျန်းမာရေးကြောင့် ခွာနူးကိုပဲ ခဏကျောင်းဖျက်
ခိုင်းရတာပါ"

ခွာနူးအမေက ကျွန်မကိုရှင်းပြရ၏။ ကျွန်မ
ကိုယ်ပိုင်ဆောင်ထားသည့် ကော်ဖီမစ်ထုပ်များနှင့်
ကိတ်ခြောက်တစ်ထုပ်ကို ခွာနူးအဖေအတွက်
ပေးထားခဲ့ပြီး ကျောင်းသို့ပြန်လာခဲ့သည်။ ပြောင်းဖူး
ခြင်းလေးသိုင်းလွယ်ထားသည့်ခွာနူး၏ ခပ်နှမ်းနှမ်း
မျက်နှာလေးက ကျွန်မအမြင်အာရုံထဲမှာတစ်လမ်း
လုံးပါလာခဲ့သည်။

ကျွန်မခြေထောက်လမ်းမလျှောက်နိုင်တုန်းက
ကျွန်မအတွက် တောင်ဝှေးတစ်ချောင်းလိုနေခဲ့ပေး
သော ခွာနူးအတွက် စိတ်ထဲမကောင်းလှပေ။
ဒေသခံအများစု၏ ခံယူချက်အတိုင်း ရှစ်တန်းပြီးလျှင်
သူတို့ဘဝများပြီးဆုံးပြီဟု ကျွန်မ မဖြစ်စေလို။
အထူးသဖြင့် မပြည့်စုံသော်လည်း ရိုးသားသည့်
ကလေးငယ်များ၏ဘဝများကို တောင်လှေကား
စိုက်ခင်းများကဲ့သို့ တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် မြင့်သွား
စေချင်သည်။

ဤဒေသတွင် အလယ်တန်းပြီးသည်နှင့်
တောင်ယာစိုက်ခင်းများထဲပဲ ပြန်ရောက်သွားသည်ကို
တွေ့ရသည်။ တချို့ကျတော့လည်း တီးတိန်နှင့်
ကလေးမြို့ထိသွားပြီး အခြေခံအလုပ်သမားများ
အဖြစ် တစ်သက်လုံးဘဝကို ရပ်တည်လိုက်ကြ
သည်။ ယခုလိုပုံစံခွက်ထဲက ပညာရေးကို ကျွန်မ
တတ်နိုင်သလောက်ပြောင်းလဲပေးရန် ကြိုးစား
မည်ဟု ဆုံးဖြတ်ထားခဲ့သည်။ သူတို့လေးတွေ
ပညာသင်ချင်အောင်၊ ကျောင်းတွင်ပျော်အောင်

ကျွန်မကြိုးစားခဲ့သည်။
သီတင်းကျွတ်ကျောင်းပိတ်သည့်အခါ အိမ်သို့
မပြန်ဘဲ အိမ်မှာချန်ထားခဲ့သည့် အဝတ်များအားလုံး
လှမ်းမှာလိုက်သည်။ ဘောပင်၊ စာအုပ်များပါ
ထည့်ပေးရန်မှာလိုက်သည်။ ကလေးမြို့တွင်ရှိသော
နွေးနွေးမှတစ်ဆင့် တီးတိန်သို့ထပ်ပို့ပေးသည်။
ကလေးများဖတ်ရန် ကာတွန်းရုပ်ပြ၊ စာအုပ်စာစောင်၊
ကလေးဂျာနယ်များထည့်ပေးပါဟု နွေးနွေးကို
မှာရသည်။

ကျောင်းပိတ်ချိန်တွင် ကျွန်မဆီရောက်လာသည့်
အဝတ်အစားမှအစ ဘောပင်၊ စာအုပ်၊ ကာတွန်းရုပ်ပြ
အားလုံး တပည့်များကို အချိုးကျပေးပေးဖြစ်ခဲ့သည်။
ခွာနူး၊ ရှင်းမုံအပါအဝင် မိန်းကလေးအများစုက
ကျွန်မဆီက တစ်ပတ်နှစ်မိအဝတ်အစားများကို
သဘောကျကြသည်။ အနည်းငယ်ကြီးရုံသာရှိ၏။

အထူးသဖြင့် စာဖတ်ခြင်းတွင် ပျော်မွေ့သွားကြ
သော သူတို့ကိုကြည့်၍ ကျွန်မပီတိဖြစ်ရသည်။

"ဆရာမလေးကတော့ ကျွန်တော်တို့နဲ့မလေ့ရွာ
လေးအတွက် ဘုရားပေးတဲ့ဆူပါပဲဗျာ၊ ကလေးတွေက
အခုဆိုရင် ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ်ထိန်းသိမ်းပြုပြင်လိုစိတ်၊
စာကိုလိုလားစိတ်တွေ သိသိသာသာတိုးလာတယ်ဗျာ၊
ပညာကိုသင်ယူချင်စိတ်ရှိအောင် မြေတောင်မြှောက်
ပေးတဲ့ဆရာမကို ကျွန်တော်တို့နယ်ခံတွေက
ကျေးဇူးတင်နေကြပါတယ်"

"သူတို့လေးတွေကိုယ်တိုင်က စိတ်ဓာတ်
ကောင်းလို့ပါ။ ပြောဆိုဆုံးမရလွယ်တော့ သင်ကြား
ရတာပိုအဆင်ပြေတာပေါ့ ဥက္ကဋ္ဌကြီးရယ်၊ အရင်နှစ်
တွေထက် ကျောင်းစာသင်ခန်းထဲ ပိုရောက်လာ
အောင် ဥက္ကဋ္ဌကြီးစီစဉ်ပေးလို့လဲ ဒီလိုရလဒ်
ကောင်းတာပါ"

စိုက်ပျိုးချိန် ဘယ်လောက်မှမကြာသေးသော်
လည်း စေတနာအပြည့်ဖြင့် စိုက်ခင်းထဲဝင်ခဲ့သည်မို့
ကျွန်မ၏စိုက်ခင်းက မကြာမီ အသီးအရွက်များ
စိမ်းစိမ်းစိုစိုထွက်လာပါတော့မည်။

ကျွန်မဥယျာဉ်ကလေးအတွင်း ရေလောင်းပေါင်း
သင်ချိန်များကြောင့် မိသားစုနှင့် သူငယ်ချင်းထံ
သိပ်မဆက်သွယ်ဖြစ်ခဲ့ပေ။ သူတို့က ကျွန်မ
အဆင်မပြေပါ့မလားဟု စိတ်ပူနေကြသည်။
ရောက်ကတည်းက သူတို့ဆီမှ နွေးထွေးမှုများကို
ရရှိခဲ့တာကြောင့်ရော၊ ကလေးများအသိပညာတိုးပွား
စေချင်တာကြောင့်ရော အကောင်အထည်ဖော်ချင်တာ
တွေများခဲ့တာကြောင့် အားငယ်ခဲ့၊ စိုးရွံ့ခဲ့ခြင်းများ
ကို ချင်းတောင်ပေါ်က နှင်းထုနှင့်အတူ မျောပါ
သွားခဲ့လေသည်။

နယ်မြေဒေသအသစ်တွင်ကြုံရသော ဘဝ
သင်ခန်းစာများက ကျွန်မကို ပိုမိုရင့်ကျက်စေခဲ့လေပြီ။
နွေရာသီကျောင်းပိတ်၍ အိမ်ပြန်လာသည့်တိုင်
ကျွန်မစိတ်များက ခွာနူးနှင့်ရှင်းမုံတို့ရှိရာ တောင်ပေါ်
ရွာကလေးကိုသာ ပြန်ရောက်နေပါတော့သည်။

လာမည့်နှစ်ဆို သူတို့မြို့ကျောင်းကို ပြောင်းတက်
ရတော့မည်။ မုံရွာကိုပြန်လာချိန်တွင်လည်း ဒေသ
ထွက်အသီးအနှံများအပြင် ခွာနူးအဖေ အမဲလိုက်
ထားသည့် ဆိတ်သားခြောက်များကိုပါ သေသေ
ချာချာထုပ်ပိုးပြီး ထည့်ပေးလိုက်သေးသည်။

ထိုစားဖွယ်များကိုကြည့်ပြီး အဖေနှင့်အမေက
အံ့ဩနေကြသေးသည်။ ထို့ပြင် မသယ်နိုင်၍ ကလေး
မြို့က ကြီးမေအိမ်တွင် ပေးခဲ့ရသေး၏။

"ကျုပ်တို့သမီးကို ပိန်သွားမယ်ထင်တာ၊ တောင်
ပေါ်လေ၊ တောင်ပေါ်စာနဲ့ပိုတောင်ပြည့်လာ ဖွေးလာ
ပါရောလားကွာ"

အင်ဂျင်နီယာအငြိမ်းစားဖခင်ကြီးက ထိုသို့ပင်
ချီးမွမ်းခန်းဖွင့်ပါသေးသည်။ တကယ်တော့ အမေ
သွေးပါသော ကျွန်မကိုယ်တိုင်က ဆယ်တန်းအမှတ်
စာရင်းကို လျစ်လျူရှုကျောခိုင်းပြီး ဆရာမ
အလုပ်ကို ရွေးချယ်ခဲ့သူပါ။

ကနီမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ နှမ်းဧက ၃၅၀၀ ထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်



ကနီ ဇွန် ၁၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ယင်းမာ ပင်ခရိုင် ကနီမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ နှမ်းဧက ၃၅၀၀ ထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း ကနီမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

၁၈၅၆၀ စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ယခုနှစ် မေလပထမပတ်မှစတင် စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ဧက ၃၅၀၀ ထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ "ဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။ ကနီမြို့နယ်မှာ နှမ်းဧက ၁၈၅၆၀ စိုက်ပျိုးဖို့လျာထားပါတယ်။ ဒီနေ့ထိ ဧက ၃၅၀၀ စိုက်ပျိုးပြီးစီး

ပြောပြသည်။ ကနီမြို့နယ်တွင် နှမ်းစိုက် တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနက နှမ်းတိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး၊ GAPနည်းစနစ်များဖြင့် စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး၊ မျိုးကောင်း မျိုးသန့်များ စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး၊ အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်သည့် မျိုးများ စိုက်ပျိုးနိုင်ရေးအတွက် အသိပညာပေး လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက် ရှိကြောင်း သိရသည်။

နှမ်းကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင်စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်း ဆီစားသုံးမှု ဖူလုံစေသည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကို ရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာ မည်ဖြစ်သောကြောင့် နှမ်းကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ကနီမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စောသန္တာနွယ်က ပြောပြ၍ သိရသည်။ (၂၀၆)

ငပုတောမြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ မေလအတွင်း ငါးမုတ်ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့

ငပုတော ဇွန် ၁၃ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးငပုတော မြို့နယ်မှ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ ဧပြီလအတွင်း ငါးမုတ်ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်ခဲ့ကြောင်း ငပုတောမြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်မြင့်ခိုင်က ပြောပြသည်။

ထဲမှာ ငါးမုတ်တွေ ပိုမိုတင်ပို့ ရောင်းချအားကောင်းခဲ့ပါတယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့တစ်လအတွင်း ငါးမုတ်ပိဿာချိန် ၅၂၀၀၀ ထိ တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရပါတယ်။ ရန်ကုန်ဈေးကွက်ကနေ ဒီဘက်က တင်ပို့ရောင်းချတဲ့ ငါးမုတ်တွေ ဝယ်ယူမှု

များလာလို့ အရောင်းအဝယ် ကောင်းခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီဘက် ဒေသကထွက်တဲ့ ရေထွက်ကုန်တွေကို ရန်ကုန်ဈေးကွက်ကိုပဲ အဓိက တင်ပို့ရောင်းချနေပါတယ်။ ရန်ကုန်ဈေးကွက်ကို ကုန်ပစ္စည်းတွေ တင်ပို့ရောင်းချရတာ အစစအရာရာ အဆင်ပြေပါတယ်"ဟု ငပုတောမြို့နယ် ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်မြင့်ခိုင်က ပြောပြသည်။

ငပုတောမြို့နယ်မှ ရေထွက်ကုန်ပစ္စည်းရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင်များသည် ငါးမုတ်များ အပါအဝင် ဒေသထွက် ရေထွက်ကုန်များကို ဝယ်ယူပြီး စနစ်တကျစစ်ဆေး သန့်စင်ကာ ရန်ကုန်ဈေးကွက်သို့ အဓိက တင်ပို့ရောင်းချလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ရန်ကုန်ဈေးကွက်မှ အခြားဒေသများသို့ ဆက်လက် ပြန်လည် တင်ပို့ရောင်းချလျက် ရှိကြောင်း၊ လက်ရှိ ငါးမုတ် တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၁၉၅၀၀ ထိ ပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သိရသည်။

ကျော်ကျော်လင်း



၁၄ စာမျက်နှာ ၂၄ မှအဆက် "ငါးသမီးပျော်တယ်ဆိုပြီးတာပါပဲကွယ်၊ တကယ်တော့ ဆရာဆိုတာ အင်မတန်မွန်မြတ်တဲ့အလုပ်ပါ" အမေကတော့ ကျောင်းဆရာမအဖြစ်စားပီပီ ထိုသို့သာဆုံးမပြု မှုသည်။ ကျောင်းဖွင့်ခါနီး တောင်ပေါ်သို့ ပြန်မည်ဆိုတော့လည်း တပည့် များအတွက်ဆိုပြီး ကျွန်မ မတောင်းဆိုရဘဲ အဖေနှင့်အမေက စာအုပ်၊ ဘောပင်များကို ဒါဇင်လိုက်ထည့်ပေးလိုက်ပါသေးသည်။

"တို့ဆရာမကြီးက ဒီတစ်ခါကျတော့လဲ တက်ကြွနေပါလားဟ၊ မနှစ်ကရုပ်နဲ့တခြားစီ"

"တပည့်တွေကိုလွမ်းတာလား၊ တောင်ပေါ်သားကိုလွမ်းတာလား မှမသိတာ"

နွေးနွေးနှင့်ယမုံတို့၏ မထိတထိ ကလိသံများကို ကျွန်မပြုံး၍သာ နားထောင်ပေးလိုက်သည်။ ယခုတစ်ကြိမ်လည်း ကျွန်မတို့လမ်း ကြောင်းက ယာကြီး-ကလေးဝလမ်းပင်ဖြစ်ပြန်သည်။ သို့တိုင်အောင်

လမ်းများက ဆိုးသလား၊ ဖုန်က ထူသလား ကျွန်မ မတွေးမိပေ။ ကျွန်မမျက်ဝန်းထဲတွင် ရွာထိပ်ထင်းရှူးကုန်းအစပ်က စာသင် ကျောင်းလေးရယ်၊ မိုင်းညိုညိုနမ့်လှေလှေလေးရယ်နှင့် ရှင်းမုံ၊ ခွာနူးတို့ ၏ အပြုံးလေးများကိုသာ မြင်ယောင်နေမိသည်။

ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က ကျွန်မ၏မဝံ့မရဲသတ္တိတွေသည် ချင်းတောင်ရွာ ကလေးတစ်ရွာက ကလေးများ၏ အနာဂတ်အတွက် ခွန်အားများအဖြစ် ပြန်လည်နိုးထလာခဲ့သည်။ ထိုခွန်အားများဖြင့်ပင် ချင်းတောင်ဒေသ တွင် မေတ္တာမိုးများ ရွာသွန်းစေရန် ကျွန်မအားတင်းထားခဲ့မိသည်။

ကျွန်မစိတ်များက ရေများရာမှာ မိုးမရွာလိုတော့ပါ။ ဖက်ဆွတ်မိုး ပဲဖြစ်ဖြစ် မြေမှုန့်သိပ်ရုံလောက်ပဲဖြစ်ဖြစ် တကယ်လိုအပ်နေသည့်ဒေသ တွင် ကျွန်မ၏မေတ္တာမိုးတို့ရွာသွန်းချင်သည်။ တောင်လေပန်းရနံ့ တို့ကြောင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကိုပြန်လည် ငေးမောကြည့်မိစဉ်မှာပင် ပုံတောင်ပုံညာတောင်တန်းကြီးက ဟိုးအဝေးဆီမှာမှန်ပျံဖြင့် ကျန်ရစ်ခဲ့လေပြီ။

မိုးဦးပန်းချီ

- မိုးပုလဲဆွေ ရွာသွန်းစေ၍ မြေပြင်အနံ့ ခရီးဆန်သည် စီးဖြန့် ပတ်ခွေ မြစ်ချောင်းရေနှင့် ဖြိုးဝေလျက်ပင် ဖွေးဖွေးလွင်။
 - မြစ်ချောင်းတစ်လျှောက် မိုးရေသောက်သည့် ဖြိုးမောက် လယ်ယာ ကွင်းပြင်သာတွင် မြလွှာစိမ်းစို ကောက်ပင်ပျိုတို့ လေချိုသုတ်သော် ယိမ်းကပျော်။
 - လယ်ကွက်အကြား ကန်သင်းနားတွင် ခုန်လွှားပြေး ရွှင် ဖားလှလင်တို့ အုန်းအင်သံပေး မိုးခေါ် တေးကို ဟစ်ကြွေးသီဆို မြူးပျော်ပို။
 - လယ်ရှင်၏ သား လူညိုထွားသည် ဖေ နွားတစ်ရှဉ်း နွားပြာညှင်းနှင့် တေးချင်း ဆိုကာ မောနိုင်ပါဘဲ လယ်ယာကွင်းပြင် ထွန်ရေးငင်။
 - တောသူအလှ ပျို နှမလည်း ပါးက နံ့သာ ဖွေးဖွေးလွှာတွင် ရွံ့ပါရောစွက် ပြုံးချိုမျက်နှင့် ကောက်ကွက်ငန်းတွင် ချိုတေးလွင်။
 - မိုးအာဟာရ ပေးဝေမျှ၍ အလှဝန်းကျင် စိမ်းစိုလွင်ကာ ပြည်ခွင်တစ်လွှား အားမာန်များနှင့် လုပ်အား နှင်းလျက် ရင်းချွေးစက်နှင့် ပြည့်တွက် ဝမ်းစာ ဝင်ငွေရှာသည့် သည်ခါရှုခင်း သည်မြင်ကွင်းကား လက်ငင်းပန်းချီ ရေးမမိသည် ပီပြင်သာစွ ရှုမဝ။
- ဝသန်ကာလ ပသာဒ။ ။
- ညွန့်ဝင်း(နတ်တလင်း)

ကိုပစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်မှုမှ ကာကွယ်နိုင်ရန်

- ၁ Home Stay နေထိုင်ပါ။ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းရေး၊ နေအိမ်နှင့်ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းရေးတို့ကို အလေးထား ဆောင်ရွက်ပါ။
- ၂ မကြာခဏထိတွေ့အသုံးပြုတဲ့ စားပွဲ၊ တံခါးလက်ကိုင်၊ ဖုန်း၊ လှေကားလက်ရန်း စသည်တို့ကို Alcohol ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သော ပိုးသန့်စင်ဆေးရည်ဖြင့် မကြာခဏ ဆေးကြောပါ။

စိတ်ဖိစီးမှုများ ကင်းဝေးစေရေး

လင်းလက်

စိတ်ဖိစီးမှု

ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ ဖော်ပြချက်အရ စိတ်ဖိစီးမှုဆိုသည်မှာ "ခက်ခဲသည့် အခြေအနေတစ်ခုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သည့် စိုးရိမ်ပူပန်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာမွန်းကျပ်မှု"ကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုဆိုသည်မှာ လူတို့နေ့စဉ် ကြုံတွေ့နေရသည့် လူနေမှုဘဝအခက်အခဲနှင့် စိန်ခေါ်မှုများကို ရင်ဆိုင်ရချိန်တွင် ဖြစ်တည်လာတတ်သည့် စိတ်ခံစားမှုပင်ဖြစ်သည်။ အခက်အခဲနှင့် စိန်ခေါ်မှုဆိုသည်မှာ ဘဝခရီးလမ်းတစ်လျှောက်တွင် လူတိုင်းကြုံတွေ့ရတတ်သည့် အရာများဖြစ်သဖြင့် စိတ်ဖိစီးမှုကိုလည်း လူတိုင်းတွေ့ကြုံခံစားဖူးကြသည့်ဖြစ်သည်။ ဘဝစာမေးပွဲအတွင်းက အရည်အချင်းစစ်မေးခွန်းများသာဖြစ်သည့် အခက်အခဲနှင့် စိန်ခေါ်မှုများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းကြသည့် ပုံစံကလည်း တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး မတူညီနိုင်ကြပေ။ စိတ်ဖိစီးမှုများ ကြုံတွေ့ရချိန်တွင် ရင်ဆိုင်တုံ့ပြန်ပုံချင်း မတူညီကြသဖြင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး အောင်မြင်မှုအရမူရယူနိုင်မှုအခြေအနေများ ကွဲပြားသွားကြခြင်းဖြစ်သည်။

စိတ်သည် ခန္ဓာကိုယ်ကို ဦးဆောင်တတ်သဖြင့် စိတ်ဖိစီးမှုများနှင့် ကြုံတွေ့ရသည့်အချိန်တွင် ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း အားနည်းသွားတတ်သည်။ စိတ်သွားတိုင်းကိုယ်ပါ ဆိုသည်နှင့်အညီ စိတ်ကမသွားနိုင်တော့သည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်ကလည်း လှုပ်ရှားမှု မပြုတော့ပေ။ စိတ်ဖိစီးမှုများသည်အခါတွင် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း သွေးလည်ပတ်မှုကလည်း ပုံမှန်မဟုတ်တော့ပေ။ သွေးလည်ပတ်မှု ပုံမှန်မရှိနိုင်သည့်အခါ ကိုယ်ခံစွမ်းအား စနစ်များလည်း ပုံမှန်အလုပ်မလုပ်နိုင်တော့ပေ။ အဆိုးဆုံးမှာ ဦးနှောက်၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကို ထိခိုက်သွားစေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများကြောင့် နှလုံး၏သွေးလည်ပတ်စီးဆင်းမှုကို ကမောက်ကမဖြစ်စေပြီး နှလုံးခုန်နှုန်း ပုံမှန်မရှိတော့သည့် အချိန်တွင် ဦးနှောက်၏ စွမ်းရည်ကျဆင်းသွားကာ ဆုံးဖြတ်ချက်များ ဝေဝါးသွားရသည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ စွမ်းဆောင်ရည် စနစ်များ အားလုံးနီးပါး တုံ့ဆိုင်သွားသည့်အခါတွင် စိတ်ကျရောဂါ ခံစားလာရပြီး အကောင်းပကတိ အခြေအနေမှ အရာရာကို ဒူးထောက်လက်မြှောက်ကာ အရှုံးပေးလိုက်သည့် အခြေအနေသို့ပင် ရောက်ရှိသွားနိုင်သည်။ အခက်အခဲနှင့်စိန်ခေါ်မှုတို့သည် အချိန်မရွေး ရောက်ရှိလာနိုင်သည့် လူ့ဘဝတွင် စိတ်ဖိစီးမှုများကို ပါ တွေ့ခေါ်လိုက်သည့်အခါ ဘဝတိုက်ပွဲသည် ရင်ဆိုင်မနှံ့ခင် ရှုံးနိမ့်သွားရသည့် အခြေအနေသို့ ရောက်သွားနိုင်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုဆိုသည့်အရာကို မိမိ၏ အတွေးအတွင်းသို့ပင် မရောက်အောင်၊ ရောက်လာပါကလည်း အချိန်မီ မောင်းထုတ်သွားနိုင်အောင် ကြိုးစားသင့်ပေသည်။

ဘယ်လိုရောက်လာ

စိတ်ဖိစီးမှုဆိုသည်မှာ မိမိတို့က မဖိတ်ခေါ်မိသော်လည်း အလိုလိုရောက်လာ တတ်သည့်သဘောမျိုးရှိတတ်သည်။ နေ့စဉ်လူနေမှုဘဝ ရုန်းကန်လှုပ်ရှားမှုများတွင် ဖြစ်ပျက်နေသည့် အရာများသည် တစ်ခါတစ်ရံတွင် စိတ်ဖိစီးမှုကို စတင်ပေါက်ဖွားရှင်သန်စေသည့် မျိုးစေ့များအဖြစ် ပြောင်းလဲသွားတတ်သည်။ ထိုမျိုးစေ့များသည် မိမိစိတ်က သတိမထားမိလိုက်သည့်အချိန်တွင် ရေလောင်းပေါင်းသင် ပြုလုပ်စရာမလိုဘဲ အလိုလိုကြီးထွားလာပြီး စိတ်အာရုံကို ဖိအားများဖြစ်စေသည်။ နေ့စဉ်လူနေမှုဘဝ၊ လူအချင်းအချင်း ထိတွေ့ဆက်ဆံကြရာတွင် မိမိ၏စိတ်နှင့် အခန့်မသင့်သည့် အခိုက်အတန့်များရှိနေတတ်သည်။ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တိုးတက်ပြောင်းလဲနေမှုများကို မိမိကလိုက်၍မမီသည့် အခါတွင်လည်း စိတ်အလိုမကျ ဒေါသဖြစ်ရသည်မျိုး

ရှိတတ်သည်။ ထိုအခိုက်အတန့်များသည် မိမိ၏ စိတ်ကို ညစ်ညူးအုံ့ဆိုင်းစေပြီး ခံစားချက်များ ပြင်းထန်လာကာ စိတ်ဖိစီးမှုကို ဖြစ်စေသည်။

ဘဝတစ်ဆစ်ချိုးပြောင်းလဲမှုများ၊ ငွေကြေးဆိုင်ရာအခက်အခဲနှင့် စိန်ခေါ်မှုများ၊ အလုပ်နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် စိန်ခေါ်မှုများ၊ လူမှုဆက်ဆံရေးအခက်အခဲများ၊ အဆင်မပြေသော ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ရှင်သန်ရခြင်း စသည်တို့သည် ပြင်ပပတ်ဝန်းကျင်က သယ်ဆောင်လာသော စိတ်ဖိစီးမှုမျိုးစေ့များပင်ဖြစ်သည်။ ကိုယ်တိုင်က အကောင်းမြင်စိတ်နည်းပါးနေပါကလည်း မည်သည့်အဖြစ်အပျက်နှင့်ကြုံစေကာမူ စိတ်ဖိစီးမှုကို ဖြစ်စေမည်ဖြစ်သည်။ လူနေမှုဘဝ

❖ စိတ်ဖိစီးမှုများကိုလျှော့ချရာတွင် အကောင်းဆုံးသော နည်းလမ်းမှာ မိမိစိတ်အတွင်းရှိ အညစ်အကြေးများကို အချိန်မီ ဖယ်ထုတ်ပစ်ပြီး စိတ်ကိုထိန်းနိုင်အောင်ကြိုးစားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကြုံတွေ့လာရသည့် အခက်အခဲနှင့်စိန်ခေါ်မှုများကို မိမိအနေဖြင့် ရင်ဆိုင်နိုင်သည်ဆိုသည့် စိတ်ဓာတ်ခံယူချက်ကောင်း ထားရှိနိုင်မည် ဆိုပါက မိမိ၏ စိတ်ခံစားမှုတွင် ဖိစီးမှုများ လျော့ပါးပျောက်ကွယ် သွားမည်သာဖြစ်သည်။ စိတ်ကိုထိန်းနိုင်ရေးအတွက် တရားထိုင်ခြင်း ကဲ့သို့သော ဘာသာရေးအပြုအမူများက အထိရောက်ဆုံး ပင်ဖြစ်သည်။ ❖

ကျန်းမာစွာနေထိုင်တတ်သည့် အလေ့အထများမရှိခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သည့် နေထိုင်မှုပုံစံ မရှိခြင်းတို့သည် အအိပ်ပျက်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေး ထိခိုက်ခြင်းတို့ကအစပြု၍ စိတ်ဖိစီးမှုများကိုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ နှလုံးရောဂါကဲ့သို့သော နာတာရှည် ရောဂါများရှိနေခြင်း၊ ကိုယ်လက်အင်္ဂါ ထိခိုက်မှုများဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ ကူးစက်ရောဂါများကဲ့သို့သော ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာစိန်ခေါ်မှုများကလည်း စိတ်ဖိစီးမှုများကို ဖြစ်စေသည်။

ဆိုးသည့် အကျိုးဆက်များ

စိတ်ဖိစီးမှုများသည် အချိန်မီကုစားနိုင်ခြင်းမရှိသည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ရောဂါပေါင်းစုံကို မဖိတ်ခေါ်ဘဲ ရောက်လာစေသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုခံစားရသည့်အချိန်တွင် သွေးတွင်းကိုလက်စထရောများကို များစေပြီး နှလုံးသွေးလည်ပတ်မှုကို ကမောက်ကမဖြစ်စေကာ နှလုံးရောဂါကိုဖြစ်စေသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများလာသည့်အခါ နေထိုင်၊ စားသောက်မှုပုံစံများကလည်း ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်မှုမရှိ ဖြစ်လာတတ်ပြီး သွေးတွင်းအချို့ဓာတ်များကို လိုအပ်သည်ထက် ပိုမိုတိုးလာစေကာ ဆီးချိုရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေသည်။ မလိုအပ်သည့် ဟော်မုန်းဓာတ်များကို တိုးပွားစေနိုင်သဖြင့် ခါး၊ ဝမ်းဗိုက်၊ တင်ပါးတို့တွင် အဆီဓာတ်များ စုပြုံလာစေပြီး အဝလွန်ရောဂါကို ဖြစ်စေသည်။ အနေအထိုင်၊ အစားအသောက် ပုံမှန်ဖြစ်လာသည့် အခါတွင် အစာမကြေခြင်း၊ ရင်ပြည့်ရင်ကယ်ဖြစ်ခြင်း တို့မှအစပြု၍ အစာအိမ်နှင့်အူလမ်းကြောင်း ပြဿနာများကိုဖြစ်စေသည်။

စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်ပေါ်နေသည့်အချိန်တွင် အသိသာဆုံးသောဖြစ်တတ်သည့် ရောဂါတစ်ခုမှာ ခေါင်းကိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ အခန့်မသင့်ပါက နာတာရှည်ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ရောဂါကို ခံစားစေနိုင်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများလာသည့်အခါ အိပ်ရေးမဝခြင်း၊ အိပ်၍မပျော်ခြင်း စသည့်ရောဂါများကို ခံစားရနိုင်သည်။ အိပ်ရေးပျက်သည့် အကြိမ်အရေအတွက် များလာ

သည့်အခါတွင် စိတ်ဖိစီးမှုကနေ ခန္ဓာကိုယ်သန်စွမ်းကြံ့ခိုင်မှုကို ထိခိုက်စေနိုင်သည်။ စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ စိတ်ကစဉ်ကလျားဖြစ်ခြင်းတို့ကအစပြု၍ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါတစ်ခုဖြစ်သည့် အယ်လ်ဇိုင်းမားရောဂါကိုပါ ခံစားလာရနိုင်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများလာသည့်အခါတွင် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ကောင်းသည့် ဆဲလ်များသေဆုံးသွားပြီး အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းကိုဖြစ်စေသည်။ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများ ခံစားလာရသည့်အခါ အရွယ်မတိုင်မီသေဆုံးခြင်းထိ ဖြစ်နိုင်သည်။

တုံ့ပြန်ခြင်း

စိတ်ဖိစီးမှုများကြုံတွေ့လာရချိန်တွင် လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး တုံ့ပြန်ရင်ဆိုင်ပုံချင်း မတူညီကြပေ။

အော်ဟစ်ပြောဆိုခြင်း၊ အကြောင်းအရာသို့မဟုတ် အဖြစ်အပျက်ကို မစဉ်းစားဘဲနေနိုင်အောင် ကြိုးစားခြင်း၊ မိမိကို စိတ်ဖိစီးမှုဖြစ်စေသည့် လူသို့မဟုတ် နေရာကိုရှောင်ခြင်း၊ အိပ်ရာထဲတွင်သာ အချိန်ကုန်ခြင်း၊ တစ်ဦးတည်းတိတ်ဆိတ်စွာနေခြင်း၊ လက်လျှော့ အရှုံးပေးလိုက်ခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးများသုံးစွဲခြင်း၊ ငြင်းခုံပြောဆိုခြင်း၊ အခြားသူများကို အပြစ်တင်ခြင်း စသည့်နည်းလမ်းများဖြင့် တုံ့ပြန်မိတတ်ကြသည်။ ထိုအခါ မိမိ၏ရိုဂ်းစွဲ အရည်အချင်းများပင် ပျောက်ကွယ်သွားတတ်သဖြင့် စိတ်ဖိစီးမှုကို မှန်မှန်ကန်ကန် တုံ့ပြန်ရင်ဆိုင်ကြရန် လိုအပ်သည်။

စိတ်ဖိစီးမှုကြုံတွေ့ရသည့်အချိန်တွင် စိတ်ခံစားချက်များ လျော့ပါးသက်သာစေရေးအတွက် ပြုလုပ်မိသည့် အပြုအမူများတွင် အပျော်အပါးနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း၊ စီးကရက်နှင့် အရက်သေစာသောက်သုံးခြင်း စသည့်အလေ့အကျင့်များ မပါလာစေရေး သတိပြုမိရန်လိုသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများကို လျှော့ချရာတွင် အကောင်းဆုံးသော နည်းလမ်းမှာ မိမိစိတ်အတွင်းရှိ အညစ်အကြေးများကို အချိန်မီ ဖယ်ထုတ်ပစ်ပြီး စိတ်ကိုထိန်းနိုင်အောင်ကြိုးစားခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကြုံတွေ့လာရသည့် အခက်အခဲနှင့်စိန်ခေါ်မှုများကို မိမိအနေဖြင့် ရင်ဆိုင်နိုင်သည်ဆိုသည့် စိတ်ဓာတ်ခံယူချက်ကောင်း ထားရှိနိုင်မည်ဆိုပါက မိမိ၏စိတ်ခံစားမှုတွင် ဖိစီးမှုများ လျော့ပါးပျောက်ကွယ်သွားမည်သာဖြစ်သည်။ စိတ်ကိုထိန်းနိုင်ရေးအတွက် တရားထိုင်ခြင်းကဲ့သို့သော ဘာသာရေး အပြုအမူများက အထိရောက်ဆုံးပင်ဖြစ်သည်။ စိုးရိမ်ပူပန်မှု သို့မဟုတ် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ မွန်းကျပ်မှုများကို လျော့ပါးသက်သာစေသည့် အကောင်းဆုံးသော နည်းလမ်းပင်ဖြစ်သည်။

နည်းလမ်းပေါင်းစုံ
မိမိစိတ်ကို မိမိထိန်းနိုင်သည့်အခါ စိတ်ဖိစီးမှုများဖြစ်လာရသည့် အခြေခံအကြောင်းတရားများကို

စိစစ်ဝေဖန် သုံးသပ်နိုင်ပြီး ဖြေရှင်းနိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ကြုံတွေ့လာရနိုင်သည့် စိန်ခေါ်မှုနှင့်အခက်အခဲများကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရေးအတွက် တစ်နေ့တာအချိန်များတွင် မိသားစု၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်း၊ အပေါင်းအသင်းများနှင့် ကုန်ဆုံးရမည့် ပျော်စရာအချိန်ကလေးများကို ဖန်တီးထားဖို့လိုသည်။

လူမှုမီဒီယာကို တွင်ကျယ်စွာ အသုံးပြုနေသည့် ခေတ်တွင် လူမှုမီဒီယာ အသုံးပြုသည့်အချိန်များကို ကန့်သတ်ထားနိုင်ရန်ကလည်း အရေးကြီးသည်။ လူမှုမီဒီယာတွင် တင်ပြလေ့ရှိသော သတင်းများအနက် အချို့သော သတင်းများသည် မိမိ၏စိတ်ခံစားမှုကို အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေပြီး စိတ်ဓာတ်ကျခြင်း၊ အထီးကျန်ခြင်း စသည့်ဝေဒနာများကို ခံစားရစေသည်။ ထိုခံစားချက်များက လုပ်ငန်းခွင်သို့ သယ်ဆောင်သွားသည့်အခါ လူမှုပတ်ဝန်းကျင်နှင့် အဆင်မပြေဖြစ်လာတတ်ပြီး စိတ်ဖိစီးမှုများကို တိုးလာစေသည်။ ကျန်းမာရေး မကောင်းသည့်အခါ အချိန်ကုန်၊ ငွေကုန်ဖြစ်လာပြီး စိတ်ဖိစီးမှုများကို ဖြစ်စေသည်။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား အားကစားပြုလုပ်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သည့် စားသောက်နေထိုင်မှုပုံစံရှိခြင်း စသည်တို့သည် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာရေးကို ကောင်းမွန်စေသည်။

မျှတသည့် ဘဝ

စိတ်ဖိစီးမှုများကို နေ့စဉ်ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့နိုင်ရသည်က သဘာဝဟုဆိုသော်လည်း ထိုသဘာဝကို လက်သင့်မခံနိုင်ဘဲ လွဲမှားသည့် အတွေးများရောက်ရှိလာသည့်အခါ စိတ်ဓာတ်ကျသည်ထိ ဖြစ်နိုင်သည်။ စိတ်ဖိစီးမှုကို လျှော့ချနိုင်ရေးအတွက် မိမိကိုယ်တိုင် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာနေဖို့လိုသည်။ အရာရာကို စိတ်ကသာ ဦးဆောင်သဖြင့် မိမိ၏ အတွင်းစိတ်အခံသည် အခက်အခဲနှင့် စိန်ခေါ်မှုတို့ကို ရင်ဆိုင်လာရသည့်အချိန်တွင် တည်ငြိမ်စွာ ရင်ဆိုင်နိုင်ရေးအတွက် တရားထိုင်ခြင်းကဲ့သို့သော စိတ်လေ့ကျင့်ခန်းများ ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာကြံ့ခိုင်ရေးအတွက် အိပ်ရေးဝဝအိပ်ခြင်း၊ မှန်ကန်မျှတသည့် အစာအာဟာရကိုစားသုံးခြင်း စသည့် ကျန်းမာရေးနှင့် ညီညွတ်သည့် နေထိုင်စားသောက်မှု ပုံစံရှိရန်လိုသည်။ စာဖတ်ခြင်း၊ လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ မိတ်ဆွေ သူငယ်ချင်းများကိုအချိန်ပေးခြင်း စသည့် စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာရေးကို ဖြစ်စေသည့် အပြုအမူကောင်းများကို ပြုလုပ်ရန်လိုသည်။

စိတ်သည်သာ အဓိကဖြစ်သဖြင့် မိမိစိတ်ကို ဖြူစင်အောင်ထားပြီး အရာရာကိုအကောင်းမြင်သည့် စိတ်ဖြင့် တုံ့ပြန်မိရန်လိုသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများကို ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်သည့် နည်းလမ်းများကို အသုံးပြု၍ မိမိကိုယ်မိမိ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာအောင် ကြိုးစားနေထိုင်မည်ဆိုသည့် ခိုင်မာသည့်စိတ်ဓာတ် ရှိရန်သာလိုသည်။ တစ်ဖက်တွင်လည်း စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေသည့် အရက်သေစာသောက်စားခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ ကွမ်းစားခြင်း၊ မူးယစ်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း၊ မကောင်းသည့် လုပ်ရပ်များတွင် ပျော်မွေ့ခြင်း စသည့်အပြုအမူများကို မိမိစိတ်အတွင်းမှ မောင်းထုတ်ပစ်ရန် လိုသည်။ စိတ်ဖိစီးမှုများကို ရင်ဆိုင်တုံ့ပြန်နိုင်ရေးကို မှန်ကန်သည့် နည်းလမ်းများဖြင့် တုံ့ပြန်ကြခြင်းဖြင့် စိတ်ကျရောဂါများ ကင်းဝေးကာ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကျန်းမာချမ်းသာသောဘဝများကို ပိုင်ဆိုင်နိုင်ကြပါစေကြောင်း ရည်ရွယ်ရေးသားလိုက်ရပါသည်။

ကိုးကား
- ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ ၂၀၂၆ ခုနှစ် မတ် ၃၀ ရက် စိတ်ဖိစီးမှုနှင့်စပ်လျဉ်းသည့် အမေးအဖြေများ။

ရောဂါတိုင်းဒေသကြီး သာပေါင်းမြို့နယ်တွင် နှံ့ကားဆန်များ ဝယ်ယူအားကောင်းလာပြီး အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်နေ



သာပေါင်း ဇွန် ၁၃
ရောဂါတိုင်းဒေသကြီး သာပေါင်းမြို့နယ်တွင် နှံ့ကားဆန်များ ဝယ်ယူအားကောင်းလာပြီး အရောင်းအဝယ် ကောင်းမွန်နေကြောင်း သာပေါင်းမြို့နယ် ဆန်စပါးရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်သူဇာဝင်းက ပြောပြသည်။

သာပေါင်းမြို့နယ် ဆန်စပါးရောင်းဝယ်ရေး ဈေးကွက်တွင် ယခုနှစ် ဇွန်လထုထုတ်က စတင်ပြီး နှံ့ကားဆန်အမျိုးအစားများ ဝယ်ယူအားကောင်းနေပြီး အရောင်းအဝယ် ကောင်းမွန်နေကြောင်း သိရသည်။

"အခုဒေသဈေးကွက်မှာ အခြားဆန်တွေထက် နှံ့ကားဆန်က ဝယ်လိုအားကောင်းနေပါတယ်။ မေလစတုတ္ထပတ်လောက်ကနေ စပြီး အဝယ်လိုက်လာတာဖြစ်ပါတယ်။ ပြည်တွင်းဈေးကွက်ကလဲ နှံ့ကားဆန်အမျိုးအစား ၂၄ ပြည်ဝင်တစ်အိတ်လျှင် ငွေကျပ် ၈၅၀၀၀ ထိပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သာပေါင်းမြို့နယ် ဆန်စပါးရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်သူဇာဝင်းက ပြောပြသည်။

ဆန်တွေ အဝယ်လိုက်နေလို့ အရောင်းအဝယ်ကောင်း လာတာပါ။ ပြည်တွင်းမှာ အဝယ်လိုက်နေတာကလဲပြည်တွင်း ဆန်ကြမ်းလုပ်ငန်းနဲ့ဆက်စပ်တဲ့ လုပ်ငန်းတွေ ပြန်လည်လည်ပတ်လာလို့ပါ။ အခုလို အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်လာတော့ ဆန်စပါးသိုလှောင်ထားတဲ့သူတွေ အဓိကအဆင်ပြေလာပါတယ်။"

သာပေါင်းမြို့နယ်တွင် အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်နေသည့် နှံ့ကားဆန်အမျိုးအစား ၂၄ ပြည်ဝင်တစ်အိတ်လျှင် ငွေကျပ် ၈၅၀၀၀ ထိပေါက်ဈေးရှိကြောင်း သာပေါင်းမြို့နယ် ဆန်စပါးရောင်းဝယ်ရေး ပွဲရုံပိုင်ရှင် ဒေါ်သူဇာဝင်းက ပြောပြသည်။

မိုင်းယန်းမြို့နယ် ကျေးရွာနှစ်ရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ စစ်ဆေး

မိုင်းယန်း ဇွန် ၁၃
ရှမ်းပြည်နယ် (အရှေ့ပိုင်း) မိုင်းယန်းခရိုင် မိုင်းယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက လူမှုဘဝဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် ကျေးလက်နေထိုင်မှုရေးရာဦးစီးဌာနက အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းနှင့် မိသားစုဝင်ငွေများ ရန်ရှည်ရွယ်၍ ဝမ်းအယ်ကျေးရွာနှင့် မိုင်းလွေ(အောက်)ကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေမှု အခြေအနေများကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်း စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် မိုင်းယန်းခရိုင် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးရန်ကျော်၊ မိုင်းယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးသက်လင်းထွန်းနှင့် ခရိုင် မြို့နယ် စီမံကိန်းတာဝန်ခံဝန်ထမ်းများက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာ စီမံကိန်းလုပ်ငန်း အဖွဲ့ဝင် အောင်ရဲကျော်

များနှင့်အတူ အဆိုပါကျေးရွာနှစ်ရွာ၌ မြစ်မီးရောင်စီမံကိန်းရန်ပုံငွေများဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ထားမှုများနှင့် လအလိုက်ဖြည့်သွင်းရမည့် စာရင်းဇယားများ ပြည့်စုံမှု ရှိမရှိ ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ခရိုင်ဦးစီးမှူး၊ ဦးရန်ကျော်က တစ်နိုင်တစ်ပိုင် မိသားစုဝင်ငွေတိုးပွားရေးလုပ်ငန်းများ တိုးပွားလာစေရန်အတွက် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ကြရန်နှင့်လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ဆွေးနွေးမှာကြားခဲ့သည်။

အဆိုပါ ကျေးရွာနှစ်ရွာ၌ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သည့် အသင်းသား၊ အသင်းသူ စုစုပေါင်း ၁၀ ဦးကို ငွေကျပ် ၂၅၀၀၀ ကို အတိုးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ထုတ်ချေးပေးထားပြီး စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း မိုင်းယန်းခရိုင် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးရန်ကျော်က ပြောပြ၍ သိရသည်။

ချောက်မြို့နယ် မိုလာကျေးရွာ၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) ပံ့ပိုးငွေဖြင့် ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းပြီးစီးမှု စစ်ဆေး

ချောက် ဇွန် ၁၃
မကွေးတိုင်းဒေသကြီးချောက်ခရိုင် ချောက်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ပြည်ပကျေးရွာအုပ်စု မိုလာကျေးရွာ၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) ပံ့ပိုးငွေဖြင့် ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှု အခြေအနေများကို ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်း စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် ချောက်ခရိုင်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မေသက်နိုင်၊ မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးအောင်ကြည်မြင့်နှင့် စီမံကိန်းဝန်ထမ်းများက မိုလာကျေးရွာ၌ ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှု အခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ခရိုင်ဦးစီးမှူးက ရပ်မိရပ်ဖများ၊ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုး

တိုးတက်ရေး ကော်မတီဝင်များနှင့် တွေ့ဆုံကာ ဆောင်ရွက်ပြီးလမ်းကို ရေရှည်တည်တံ့အောင် ပိုင်းဝန်းထိန်းသိမ်းသွားကြရန် မှာကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မိုလာကျေးရွာ၌ အရှည် ပေ ၅၀၀၊ အကျယ် ၁၂ ပေ၊ အမြင့် ခြောက်လက်မရှိ ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်လမ်း ခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာနှစ် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) ပံ့ပိုးရန်ပုံငွေကျပ်

သိန်း ၁၅၀၊ ကျေးရွာပြည်သူထည့်ဝင်ငွေကျပ် သိန်း ၁၅၀၊ စုစုပေါင်း ငွေကျပ်သိန်း ၃၀၀ ဖြင့် ခရိုင် မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဝန်ထမ်းများ၏ နည်းပညာပံ့ပိုးမှု အနီးကပ်ကြီးကြပ်မှုဖြင့် ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများ ကိုယ်တိုင် မေလတတိယပတ်က စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါလုပ်ငန်းများ ရာနှုန်းပြည့် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ နော်လူး

သနပ်ပင်မြို့နယ် ဖရဲကျေးရွာ၌ RBF စီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ထုတ်ချေး

သနပ်ပင် ဇွန် ၁၃
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ပဲခူးခရိုင် သနပ်ပင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာနက ဖရဲကျေးရွာ၌ ကျေးလက်စီးပွား မြှင့်တင်ရေး ရန်ပုံငွေထုတ်ငွေခြင်း စီမံကိန်း (RBF) ရန်ပုံငွေထုတ်ချေးများ၊ အတိုးနှုန်းနှင့် ကာလသတ်မှတ်ချက်များ ကျေးရွာနေပြည်သူများ ထားရှိရမည့် ကျေးရွာစိတ်ဓာတ်တို့နှင့် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေပါ အကြောင်းအရာများကို ရှင်းလင်းပြောကြားပြီး ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးဆန်းမင်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများက RBF စီမံကိန်းကော်မတီဝင်များထံ ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၃၀၀ လွှဲပြောင်းပေးအပ်သည်။

ထို့နောက် RBF စီမံကိန်းကော်မတီဝင်များက ဖရဲကျေးရွာရှိ ရေလုပ်ငန်း လုပ်ကိုင်သည့် Lucky fish အဖွဲ့၊ Golden fish အဖွဲ့၊ Star fish အဖွဲ့၊ Yellow fish အဖွဲ့တို့ကို တစ်ဖွဲ့လျှင် ငွေကျပ် ၇၅ သိန်းစီဖြင့် စုစုပေါင်း အဖွဲ့လေးဖွဲ့ထံ ရန်ပုံငွေကျပ်သိန်း ၃၀၀ ထုတ်ချေးပေးခဲ့ကြောင်း သနပ်ပင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်ကေသီထွန်းက ပြောပြခဲ့သည်။

၂၀၁၈ ခုနှစ်မှ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်အတွင်း တင်သွင်းခွင့်လိုင်စင်ဖြင့် တင်သွင်းရောက်ရှိပြီးနောက် မှတ်ပုံတင်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရန်ကျန်ရှိသော မော်တော်ယာဉ်များအနေဖြင့် မှတ်ပုံတင်လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် အများပြည်သူသို့ အသိပေးကြေညာ

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းသို့ ကုန်သွယ်ရေးဦးစီးဌာန၏ တင်သွင်းခွင့်ပြုချက်နှင့် အကောက်ခွန်ဦးစီးဌာနတို့တွင် အခွန်များပေးဆောင်၍ တင်သွင်းရောက်ရှိပြီးသော မော်တော်ယာဉ်များသည် ကုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေး ညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာနတွင် ကနဦးမှတ်ပုံတင်ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သော်လည်း မှတ်ပုံတင်ဆောင်ရွက်ခြင်းမရှိဘဲ နံပါတ်ပြားအတုများ၊ အလှဆင်နံပါတ်ပြားများတပ်ဆင်၍ အသုံးပြုနေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထို့ပြင် လုပ်ငန်းသုံးယာဉ်များနှင့် စက်ယန္တရားယာဉ်များသည် မှတ်ပုံတင်လုပ်ငန်းဆက်လက်ဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုဘဲစီမံကိန်းများ၊ လုပ်ငန်းစီမံကိန်းများတွင် တရားမဝင်အသုံးပြုနေသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

အဆိုပါ မော်တော်ယာဉ်များသည် တည်ဆဲ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ် ယာဉ်အန္တရာယ်ကင်းရှင်းရေးနှင့် မော်တော်ယာဉ်စီမံခန့်ခွဲမှုဥပဒေနှင့်အညီ ကနဦးမှတ်ပုံတင်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို မဖြစ်မနေဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပါသောကြောင့် ကုန်သွယ်ရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွင်း တင်သွင်းခွင့်လိုင်စင်ထုတ်ပေးထားသော ယာဉ်များသည် ၃၀-၄-၂၀၂၆ ရက် နောက်ဆုံးထား၍လည်းကောင်း၊ ၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း တင်သွင်းခွင့်လိုင်စင် ထုတ်ပေးထားသော ယာဉ်များသည် ၃၁-၅-၂၀၂၆ ရက် နောက်ဆုံးထား၍လည်းကောင်း၊ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်အတွင်း တင်သွင်းခွင့်လိုင်စင်ထုတ်ပေးထားသော ယာဉ်များသည် ၃၀-၆-၂၀၂၆ ရက် နောက်ဆုံးထား၍လည်းကောင်း ကနဦးမှတ်ပုံတင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ ပြီးပြတ်အောင်ဆောင်ရွက်ကြရန်၊ သတ်မှတ်ကာလကျော်လွန်ပါက ကနဦးမှတ်ပုံတင်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ပေးမည်မဟုတ်ကြောင်းနှင့် မှတ်ပုံတင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ အချိန်မီဆောင်ရွက်ခြင်းမပြုပါက တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း အသိပေးကြေညာအပ်ပါသည်။

ပို့ဆောင်ရေးနှင့် ဆက်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန

စာပေမြင့်မှ လူမျိုးတင့်မည်

အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ အရှေ့ပိုင်းဒေသရှိ မီးတောင်သုံးလုံးဆက်တိုက်ပေါက်ကွဲခဲ့ပြီး မီးတောင်ပြာများကို လေထုအတွင်းမိတာရာနှင့်ချီ ထုတ်လွှတ်ခဲ့



ဂျကာတာ ဇွန် ၁၃
အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ အရှေ့ပိုင်း ဒေသရှိ မီးတောင်သုံးလုံးသည် ဇွန် ၁၂ ရက် နံနက်ပိုင်းက ဆက်တိုက်ပေါက်ကွဲခဲ့ပြီး မီးတောင်ပြာများကို လေထုအတွင်းမိတာရာနှင့်ချီ ထုတ်လွှတ်ခဲ့ကြောင်း စွမ်းအင်နှင့် သတ္တုအရင်းအမြစ်ဝန်ကြီးဌာန လက်အောက်ရှိ ဘူမိဗေဒအေဂျင်စီက ယနေ့တွင် ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။

အဆိုပါ ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ခဲ့သည့် မီးတောင်များမှာ မြောက်ဟယ်မာဟီရာဒေသရှိ ဒူကိုနီမီးတောင်၊ အရှေ့ဖလော်ရက်စ်ဒေသရှိ လာကီ-လာကီမီးတောင်နှင့် အနောက်ဟယ်မာဟီရာဒေသရှိ အိုင်ဘူမီးတောင်တို့ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ဘူမိဗေဒအေဂျင်စီ၏ အစီရင်ခံစာအရ ဒူကိုနီမီးတောင်သည် မီးတောင်ဝအထက် မီတာ ၅၀၀

ခန့်ထိ ထူထပ်သောပြာမှုန်များကို ထုတ်လွှတ်ခဲ့ပြီး ပြာများသည် အနောက်မြောက်ဘက်သို့ ရွေ့လျားလျက်ရှိကြောင်း၊ လာကီ-လာကီမီးတောင်သည်လည်း မီတာ ၄၀၀ ခန့်မြင့်မားသော ပြာမှုန်များ ထုတ်လွှတ်ခဲ့ပြီး အိုင်ဘူမီးတောင်သည်လည်း ၎င်းမှ ထွက်ပေါ်လာသောပြာများမှာ အနောက်ဘက်သို့ လွင့်မျောသွားခဲ့ကြောင်း ဘူမိဗေဒ

အေဂျင်စီမှ တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားသည်။
လက်ရှိတွင် အာဏာပိုင်များက မီးတောင်များ၏ လှုပ်ရှားမှုကို အနီးကပ်စောင့်ကြည့်လျက်ရှိပြီး အန္တရာယ်ဇုန်များအတွင်း နေထိုင်သူများကို သတိပြုနေထိုင်ကြရန် တိုက်တွန်းထားကြောင်း၊ အထူးသဖြင့် လာကီ-လာကီမီးတောင်ကို မီးတောင်သတိပေးချက် အဆင့် (၃) သတ်မှတ်ထုတ်ပြန်ထားပြီး မီးတောင်အနီးရှိ ဒေသခံများနှင့် ခရီးသွားများကို သတ်မှတ်အကွာအဝေးအတွင်း မဝင်ရောက်ကြရန် ညွှန်ကြားထားကြောင်း သိရသည်။
ဒူကိုနီနှင့် အိုင်ဘူမီးတောင်ကို မီးတောင်သတိပေးချက် အဆင့် (၂) ထုတ်ပြန်ထားသော်လည်း မီးတောင်လှုပ်ရှားမှုများ ရုတ်တရက်ပြင်းထန်လာနိုင်သည့် အတွက် စောင့်ကြည့်ရေးလုပ်ငန်းများကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်နေကြောင်း သိရသည်။
Ref : Sputnik News
Trs : KZ

အမေရိကန်နိုင်ငံ အီလီနွိုက်ပြည်နယ်တွင် လေဆင်နှာမောင်း တိုက်ခတ်မှုကြောင့် လူနေအိမ်များ ပျက်စီး

ဝါရှင်တန် ဇွန် ၁၃
အမေရိကန်နိုင်ငံ အီလီနွိုက်ပြည်နယ် ချီကာဂိုမြို့ကို ဗဟိုပြု၍ အားကောင်းသည့် လေဆင်နှာမောင်းတိုက်ခတ်မှုဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး လေဆင်နှာမောင်း ဖြတ်သန်းရာ လမ်းကြောင်းတစ်လျှောက် နေအိမ်များပျက်စီးခဲ့ကြောင်း အီလီနွိုက်ပြည်နယ် အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းက ထုတ်ပြန်ခဲ့သည် ဟု ယနေ့သတင်းများတွင် ဖော်ပြထားသည်။
လေဆင်နှာမောင်းကြောင့် ဓာတ်တိုင်များလဲကျကာ အခြေခံအဆောက်အအုံနှင့် နေအိမ်ပေါင်း ၁၀၀၀၀ ကျော်ထိ လျှပ်စစ်မီးပြတ်တောက်နေကြောင်း၊ လေဆင်နှာမောင်းသည် ချီကာဂိုမြို့အပါအဝင် အီလီနွိုက်ပြည်နယ်အလယ်ပိုင်းဒေသများသို့ ဖြတ်သန်းတိုက်

ခတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ပျက်စီးမှုပမာဏကို စိစစ်နေဆဲဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
"အလယ်ပိုင်းဒေသတွင် ဗဟိုပြုပြီးတော့ လေဆင်နှာမောင်းတိုက်ခတ်မှု ဖြစ်ပွားခဲ့ပါတယ်။ လေဆင်နှာမောင်းကြောင့် ချီကာဂိုမြို့မှာ အပျက်အစီးများခဲ့ပြီးတော့ လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးစနစ်တချို့လဲ ပျက်စီးခဲ့ပါတယ်။ လျှပ်စစ်မီးပြတ်တောက်မှုနဲ့ ရင်ဆိုင်နေရတဲ့ အခြေခံအဆောက်အအုံနဲ့ နေအိမ်ပေါင်း ၁၀၀၀၀ ထိ ရှိနေပါတယ်။ ပျက်စီးမှုတွေကိုတော့ စိစစ်နေဆဲဖြစ်ပါတယ်"ဟု အီလီနွိုက်ပြည်နယ် အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းမှ တာဝန်ရှိသူ တစ်ဦးက ပြောကြားသွားခဲ့သည်။
Ref : Russia Today
Trs : Sai Sat

ပါကစ္စတန်နိုင်ငံ ပန်ဂျပ်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုကြောင့် ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပွား

အစ္စလာမာဘတ် ဇွန် ၁၃
ပါကစ္စတန်နိုင်ငံ ပန်ဂျပ်ပြည်နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုကြောင့် ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း ပါကစ္စတန်မိုးလေဝသညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (PMD) က ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်ဟု ယနေ့သတင်းများတွင် ဖော်ပြထားသည်။
ပန်ဂျပ်ပြည်နယ်တွင် ရေဘေးအန္တရာယ်ဖြင့် ရင်ဆိုင်နေရသည့် ဒေသများမှာ ဂူဘတ်မြို့၊ ဂျီဟာတောင်းမြို့၊ ကော့လက်ပက်မြို့၊ ဖိရီဇူရ်မြို့နှင့် မော်ဒယ်တောင်းမြို့တို့ဖြစ်ကြောင်း၊ ပါကစ္စတန်နိုင်ငံတွင် အပူလှိုင်းဖြတ်သန်းပြီး ရက်ပိုင်းအကြာတွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုဖြစ်ပွားကာ မိုးရေချိန်မြင့်မားမှုကြောင့် အချိန်တို

အတွင်း ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ ရေလွှမ်းနေသည့် လမ်းမကြီးတချို့ကို ဖြတ်သန်းမောင်းနှင်ခဲ့သည့် မော်တော်ယာဉ်တချို့ လမ်းပိတ်ဆို့မှုဖြစ်ပွားနေကြောင်း သိရသည်။
"ပန်ဂျပ်ပြည်နယ်မှာ အပူလှိုင်းဖြတ်သန်းပြီး အပူချိန်မြင့်တက်ရာကနေ အပူချိန်လျော့ကျလာခဲ့ပြီးတော့ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုဖြစ်ပေါ်ခဲ့ပါတယ်။ မိုးရေချိန်မြင့်မားတဲ့အတွက် အချိန်တိုအတွင်းမှာ ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပွားခဲ့ပါတယ်။ မြေပြိုကျမှုတွေလဲ ဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။ မိုးရွာသွန်းနေဆဲဖြစ်တဲ့အတွက် ရေကြီးရေလျှံမှုအခြေအနေ ပိုဆိုးလာနိုင်ပါတယ်။ ရေဘေးအန္တရာယ် အဝါရောင်

အဆင့်သတ်မှတ်ထားတဲ့ ဒေသတွေကိုလဲ ထုတ်ပြန်ကြေညာထားပါတယ်"ဟု ပါကစ္စတန်မိုးလေဝသညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန (PMD) မှ တာဝန်ရှိသူတစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
Ref : Russia Today
Trs : Sai Sat



ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံတွင် တရုတ်နိုင်ငံ၏ အကူအညီဖြင့် သန့်ရှင်းသောရေပံ့ပိုးပေးနိုင်ခဲ့

ပေကျင်း ဇွန် ၁၃
တရုတ်နိုင်ငံ၏ အကူအညီဖြင့် ရေရှားသည့် ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံတွင် ရေတွင်းတူးဖော်ရေး စီမံကိန်းဆောင်ရွက်ကာ သန့်ရှင်းသောရေပံ့ပိုးပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း ယနေ့သတင်းများအရ သိရသည်။
တရုတ်နိုင်ငံ၏ အကူအညီဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် ရေတွင်းတူးဖော်ရေးစီမံကိန်းအရ ဇွန် ၁၂ ရက်တွင် ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံရှိ လူဦးရေ ၇၅၀၀၀ ကျော်ကို သန့်ရှင်းသောရေ ထပ်မံပံ့ပိုးပေးနိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပြီး အဆိုပါစီမံကိန်းကို ၂၀၂၄ ခုနှစ်မှစတင် အကောင်အထည်ဖော်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။
ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံဆိုင်ရာ တရုတ်သံအမတ်ကြီး ကျိုးဒင်းက အဆိုပါ ရေတွင်းများသည် ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံသားများ၏ နေ့စဉ်သုံးရေအပြင် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းသုံးအတွက် ရေကို ပံ့ပိုးပေးနိုင်ကြောင်း၊ ထိုသို့ ရေတွင်းတူးဖော်ရေးစီမံကိန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းဖြင့် ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံ၏ ရေရှားပါးမှုကို လျှော့ချပေးနိုင်ပြီး ဘေးအန္တရာယ် ကျရောက်လွယ်သည့် ဒေသများ၌ ရေ မိလ္လာနှင့် သန့်ရှင်းရေးဆိုင်ရာ အခြေအနေများကို သိသာစွာတိုးတက်ကောင်း

မွန်စေမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ပြင် ရေမှတစ်ဆင့် ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ လျော့နည်းလာစေရန်နှင့် စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ ပြန်လည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် အထောက်အကူ ဖြစ်စေကြောင်း သိရသည်။
တရုတ်နိုင်ငံသည် လွန်ခဲ့သည့် ၁၀ နှစ်မှ လက်ရှိအချိန်ထိ ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံတွင် ရေတွင်းပေါင်း ၁၃၀၀ ကျော် တူးဖော်ပေးခဲ့ပြီး လူဦးရေ ငါးသိန်းခန့်အတွက် သန့်ရှင်းသောရေနှင့် ဆည်မြောင်းစနစ်များ ပံ့ပိုးပေးနိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
ဇင်ဘာဘွေနိုင်ငံ ဒေသန္တရအစိုးရနှင့် အများပြည်သူလုပ်ငန်းဝန်ကြီး ဒန်နီယယ်ဂါဝီက ထိုစီမံကိန်းများကို နိုင်ငံ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လမ်းကြောင်းအတွက် အရေးပါသည့် မှတ်တိုင်တစ်ခုအဖြစ် သတ်မှတ်ခဲ့ပြီး ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်တွင် ဝင်ငွေအလယ်အလတ်ရှိသောနိုင်ငံအဖြစ် ပြောင်းလဲနိုင်ရေး ရည်မှန်းထားသည့် အမျိုးသားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး မဟာဗျူဟာနှင့်ကိုက်ညီစွာ အထောက်အကူပြုလျက်ရှိသည်ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
Ref : Sputnik News
Trs : KZ

ပေါ်တူဂီနိုင်ငံရှိ ခရိုင် ၁၂ ခရိုင်တွင် တောမီးလောင်ကျွမ်းနေပြီး ထိန်းချုပ်ရခက်သည့်အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေ

လစ္စဘွန်း ဇွန် ၁၃
ပေါ်တူဂီနိုင်ငံ ခရိုင် ၁၂ ခရိုင်တွင် တောမီးလောင်ကျွမ်းနေပြီး ထိန်းချုပ်ရခက်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေကြောင်း ပေါ်တူဂီပင်လယ်နှင့် လေထုဆိုင်ရာသုတေသနဌာန (IPMA) က ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်ဟု ဇွန် ၁၂ ရက် သတင်းများတွင် ဖော်ပြထားသည်။
တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုသည် ထိန်းချုပ်ရခက်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေပြီး နေအိမ်များနှင့်

အခြေခံအဆောက်အအုံများဆီသို့ ကူးစက် လောင်ကျွမ်းနိုင်သည့် အခြေအနေဖြစ်ကြောင်း၊ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုသည် ဇွန် ၁၁ ရက်က စတင်ခဲ့ရာ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပွားပြီး ၂၄ နာရီအတွင်း တောမီးမှာ ထိန်းချုပ်ရခက်သည့် အဆင့်သို့ ရောက်ရှိလာခြင်းဖြစ်ကြောင်း၊ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပေါ်နေသော ခရိုင်များမှာ ဘရာဂန်ကာခရိုင်၊ ဂွာဒါခရိုင်၊ ဗီဆူခရိုင်၊ ကျိုင်ဘရာခရိုင်၊ ကက်

စတယ်လိုဘရန်ကိုခရိုင်၊ ပေါ်တာလီဂရီခရိုင်၊ ဆန်တာရမ်ခရိုင်၊ လစ္စဘွန်းခရိုင်၊ စီဘူဘယ်ခရိုင်၊ အီဗိုရာခရိုင်၊ ဘီဂျာခရိုင်နှင့် ဖာရီခရိုင်တို့ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
"ပေါ်တူဂီနိုင်ငံ ခရိုင် ၁၂ ခရိုင်မှာ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုတွေဖြစ်ပေါ်နေပါတယ်။ တောမီးအန္တရာယ် အမြင့်ဆုံးအဆင့်ကို ရောက်ရှိသွားနိုင်ပါတယ်။ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှု ဖြစ်ပေါ်နေတဲ့ နေရာပေါင်း ၁၀၀ ကျော်ရှိနေပြီး

ဒီနေရာတွေအားလုံးမှာ တောမီးအန္တရာယ်ဟာ အမြင့်ဆုံးကိုရောက်သွားနိုင်တဲ့အတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုတွေပြုလုပ်ထားဖို့ သက်ဆိုင်ရာ အာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းတွေဆီကို အသိပေးထားပြီးဖြစ်ပါတယ်"ဟု ပေါ်တူဂီ ပင်လယ်နှင့် လေထုဆိုင်ရာ သုတေသနဌာန (IPMA) မှ တာဝန်ရှိသူ တစ်ဦးက ပြောကြားခဲ့သည်။
Ref : Russia Today
Trs : Sai Sat

သစ်ပင်စိုက်ပါ တို့ကမ္ဘာ သာယာလှပ စိမ်းမြေ

ချစ်စရာအရွယ် စာဖတ်မယ်

ကလေး စာပေကဏ္ဍ

နာရီကြီးနှင့် ဆင်ကလေးပုတု

ကလေးတို့ရေ ဒီတစ်ပတ် ဘိုးဘိုးပြောပြခဲ့ ပုံပြင် လေးကတော့ နာရီကြီးနှင့် ဆင်ကလေးပုတု ဆိုတဲ့ ပုံပြင်လေးပဲဖြစ်ပါတယ်ကွယ်။

ဟိုးရှေးရှေးတုန်းက တောကြီးထဲမှာ ဖခင်ဆင် ကြီးနှင့် ဆင်ကလေးပုတုတို့ နေထိုင်ကြသတဲ့ကွယ်။ ဆင်ကြီးက သူ့သားဆင်ကလေးပုတုကို အလွန် စိုးရိမ်နေရှာသတဲ့ကွယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဆင်ကလေးပုတုက ဘာအလုပ်မှမလုပ်ဘဲ တော အနှံ့လျှောက်သွားနေတတ်လို့ပေါ့ကွယ်။ နောက်ပြီး အမြဲအိပ်နေတတ်တဲ့အပြင် ပျင်းရိစွာနေထိုင်တတ် သတဲ့။ အချိန်ကိုမလေးစားဘဲ ဖြုန်းတီးနေတတ် သတဲ့ကွယ်။

တစ်နေ့မှာတော့ ဆင်ကြီးက သူ့သားဆင်ကလေး ပုတုကို သင်ခန်းစာတစ်ခုပေးဖို့ စီစဉ်သတဲ့ကွယ်။ ဒါနဲ့ "သားရေ ဟိုမှာချိတ်ထားတဲ့နာရီကြီးကို ယူခဲ့ ပါ"လို့ပြောလိုက်သတဲ့။ အဲဒီအခါမှာ ဆင်ကလေးပုတု က သူ့အဖေဆီကို နာရီကြီးယူသွားပေးလိုက်သတဲ့ ကွယ်။ "သားပုတု ဒီနာရီကြီးကိုယူပြီး တောထဲက တိရစ္ဆာန်တွေကိုသွားရောင်းပါ။ တွေ့တဲ့သူတိုင်းကို ဒီနာရီ ဘယ်လောက်တန်လဲလို့မေးပါ"လို့ ပြောလိုက် တာပေါ့ကွယ်။

ဆင်ကလေးပုတုလဲ နာရီကြီးကိုယူပြီး တောထဲ မှာလှည့်လည်ရောင်းတာပေါ့ကွယ်။ လမ်းမှာဝက်ဝံ ကြီးနဲ့တွေ့တဲ့အခါ "ဒီနာရီကြီး ဘယ်လောက် တန်လဲ"လို့ ဆင်ကလေးပုတုက မေးလိုက်တဲ့အခါ ဝက်ဝံကြီးက "တစ်ထောင်တန်ပါတယ်"လို့ဖြေလိုက် သတဲ့ကွယ်။ ယုန်ကလေးနဲ့တွေ့တဲ့အခါ "တစ်ထောင် ငါးရာတန်ပါတယ် ပုတု"လို့ ဖြေလိုက်သတဲ့ကွယ်။

အဲဒီလိုနဲ့ တောထဲမှာတွေ့တဲ့သူတွေကိုမေးလိုက် တာ တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင် ပြောတဲ့ဈေးနှုန်း တန်ဖိုးတွေက မတူကြဘူးပေါ့ကွယ်။ ဒါကြောင့် ဆင်ကလေးပုတုလဲစိတ်ညစ်ပြီး သူ့အဖေဆင်ကြီး ဆီကို ပြန်လာသတဲ့ကွယ်။ ဆင်ကလေးပုတုအိမ်ပြန် ရောက်တဲ့အခါ "အဖေ တောတွင်းမိတ်ဆွေတွေက တစ်ကောင်နဲ့တစ်ကောင်မတူတဲ့ ဈေးတွေပေးကြ တယ်။ ဈေးနှုန်းတွေလဲမတူကြဘူး"လို့ပြောလိုက်တာ

ပေါ့ကွယ်။ အဲဒီအခါ ဆင်ကြီးက "အေး ကောင်းတာ ပေါ့။ ကဲ... နာရီကြီးကို စားပွဲပေါ်တင်ထားပြီး အနားယူလိုက်ပါသားပုတု"လို့ ပြောလိုက်သတဲ့ကွယ်။

နောက်တစ်နေ့ရောက်လာတဲ့အခါ ဆင်ကြီးက ဆင်ကလေးပုတုကိုခေါ်ပြီး "သားရေ ဒီတစ်ခါနာရီကို မရောင်းဘဲ နာရီထဲကအချိန်က ဘယ်လောက်တန်လဲ မေးလာပါ"လို့ပြောပြီး နာရီလေးကိုပေးလိုက်ပြန် သတဲ့ကွယ်။ ဆင်ကလေးပုတုလဲ နာရီကိုယူပြီး

ဘယ်သူပြုစားလိုက်တာလဲ"လို့ နောက်ပြောင်လိုက် သတဲ့။ ဒါကြောင့် ဆင်ကလေးပုတုလဲ စိတ်မကောင်း ဖြစ်ပြီး ဝမ်းနည်းနေသတဲ့ကွယ်။

အဲဒီလိုနဲ့ တောတွင်းတစ်နေရာအရောက်မှာ ယုန်ပညာရှိနဲ့ တွေ့သတဲ့ကွယ်။ ဆင်ကလေးပုတုက "နာရီထဲကအချိန်က ဘယ်လောက်တန်လဲ ယုန်ပညာရှိ"လို့ မေးလိုက်တာပေါ့ကွယ်။ ယုန်ပညာရှိ က "ဆင်ကလေးပုတုရေ အချိန်ဆိုတာ တန်ဖိုး

တွေမှာ ဆိုးတဲ့အချိန်နဲ့ ကောင်းတဲ့အချိန်ဆိုတာရှိ တယ်။ ဒါပေမဲ့ ဆိုးတဲ့အချိန်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ကောင်းတဲ့ အချိန်ပဲဖြစ်ဖြစ် အချိန်တွေဟာ ကုန်ဆုံးသွားတတ်ပါ တယ်။ ကုန်ဆုံးသွားမဲ့အချိန်တွေကို ဘယ်လိုအကျိုးရှိ အောင်အသုံးချရမယ်ဆိုတာ ရွေးချယ်ခွင့်ရှိနေတာပဲ။ သတ္တဝါတိုင်း တစ်နေ့ကို အချိန်၂၄နာရီရကြတယ်။ အဲဒီအချိန်ကို ဘယ်လိုအသုံးချလဲဆိုတာကိုကြည့်ပြီး ခြားနားသွားကြတာပဲ ဆင်ကလေးပုတုရေ"လို့ရှင်းပြ သတဲ့ကွယ်။

ယုန်ပညာရှိစကားကိုကြားရတဲ့အခါမှာ ဆင် ကလေးပုတုလဲ အသိဉာဏ်တွေရလာပြီး သူ့စိတ် ထဲမှာလဲ ပြောင်းလဲမှုတွေဖြစ်ပေါ်လာသတဲ့ကွယ်။ ဒါကြောင့် ယုန်ပညာရှိကို ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ပြောဆိုပြီး သူ့ဖခင်ရိုရာကို အမြန်ပြေးသွားတော့တာ ပေါ့ကွယ်။ ဖခင်ဆင်ကြီးဆီရောက်တဲ့အခါ ယုန်ပညာ ရှိပြောပြတဲ့စကားတွေကို အကုန်ပြန်ပြောပြသတဲ့။ ဖခင်ဆင်ကြီးလဲ ဆင်ကလေးပုတုစကားကို ကျေနပ် စွာနဲ့နားထောင်တာပေါ့ကွယ်။ နောက်ပြီး သားဖြစ် သူဆင်ကလေးပုတုကိုလဲ နှာမောင်းလေးနဲ့ပုတ်ပေး လိုက်သတဲ့။ အဲဒီနောက်ပိုင်း ဆင်ကလေးပုတုဟာ အနေအထိုင်အပြုအမူတွေပြောင်းလဲပြီး အလုပ်ကို ကြိုးစားလာသတဲ့။ ဟိုဟိုဒီဒီတွေ မသွားတော့ဘဲ အချိန်တွေကို အကျိုးရှိရှိအသုံးချသတဲ့ကွယ်။ အချိန် ဖြုန်းတဲ့အကျင့်ကိုစွန့်လွှတ်ပြီး စက္ကန့်တိုင်းကို အကျိုးရှိရှိနေထိုင်ကာ ဘဝကိုဖြတ်သန်းနေထိုင် သွားတော့တာပေါ့ကွယ်။

ပုံပြင်လေးကတော့ ဒီလောက်ပါပဲကွယ်။ကလေး တို့အားလုံးလဲ အချိန်ကိုလေးစားရမယ်နော်။ တစ်စက္ကန့်၊ တစ်မိနစ်ဆိုတာ ဘဝအတွက်အရေးကြီး တယ်ဆိုတာ သိထားကြရမယ်။ အချိန်ကိုမဖြုန်းဘဲ အကျိုးရှိရှိအသုံးချတတ်ရမယ်နော်။ အချိန်ကို ဖြုန်းတတ်တဲ့သူတွေဟာ အောင်မြင်မှာမဟုတ်ဘူး ကွဲ့။ ဒါကြောင့် ကလေးတို့အားလုံး အချိန်ကိုတန်ဖိုး ထားတတ်ကြသူတွေဖြစ်ဖို့ ကြိုးစားကြပါလို့ ဘိုးဘိုး က တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်ကွယ်။

မောင်ကြည်လင်(ရွှေကြိုးကြာ)



တောတွင်းကို ထွက်သွားသတဲ့ကွယ်။ အဲဒီနောက်မှာ တောထဲမှာရှိတဲ့တိရစ္ဆာန်တွေကို "နာရီထဲကအချိန်က ဘယ်လောက်တန်လဲ"လို့ လိုက်မေးသတဲ့ကွယ်။ မြင်းကြီးက "ဆင်ကလေးပုတုရဲ့နေသလား။ အချိန်ရဲ့ တန်ဖိုးကို ဈေးလာမေးနေတယ်"လို့ ဟားတိုက်ပြော လိုက်သတဲ့။ အချို့တိရစ္ဆာန်တွေကလဲ "ဆင်ကလေး ပုတုစိတ်ဖောက်ပြန်သွားပြီ"လို့ လှောင်ပြောင်ကြ သတဲ့ကွယ်။ မျောက်ကလဲ "ဆင်ကလေးပုတုကို

ဖြတ်လို့မရတဲ့အရာပဲကွဲ့။ မင်းက ပစ္စည်းဥစ္စာတွေ အများကြီးပေးနိုင်ပါလိမ့်မယ်။ ဒါပေမဲ့ မင်းရဲ့ ကုန်သွားတဲ့အချိန်တွေကိုတော့ ဘာပစ္စည်းပေးပေး ပြန်မရတော့ဘူး ဆင်ကလေးပုတုရေ။ ဒါကြောင့် မင်းရဲ့အချိန်တွေကို အကျိုးရှိအောင်အသုံးချပါ"လို့ ပြောပြ သတဲ့ကွယ်။

ဆင်ကလေးပုတုလဲ ယုန်ပညာရှိစကားကို သေချာ နားထောင်နေသတဲ့။ ယုန်ပညာရှိကထပ်ပြီး "အချိန်

လယ်တောဆင်းကြမယ်

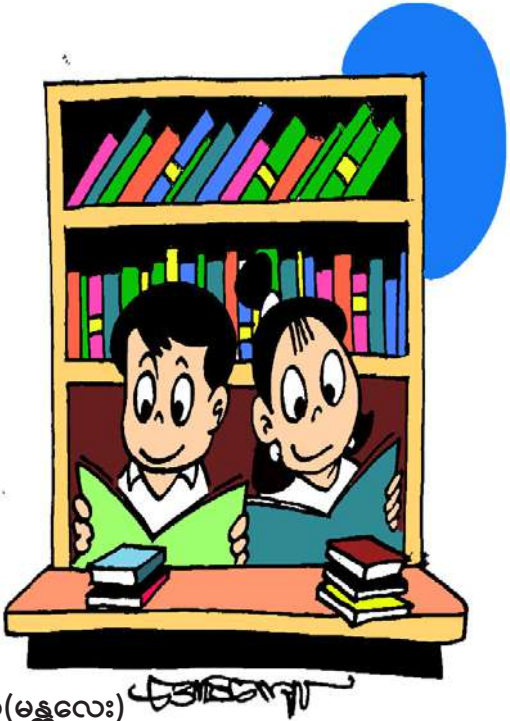
- ◆ မိုးမင်းကြီးက သွန်းဖြိုးရွာ လုပ်ငန်းစလို့လာ။
- ◆ နွားညို၊ နွားပြာ ထယ်ကျိုးထမ်း မြေကိုထွန်ယက်စမ်း။
- ◆ ခြေကိုလှမ်းလို့ လယ်တောဝင် သီးနှံစိုက်ဖို့ပြင်။
- ◆ လူများစုံလင် ပျော်ပျော်ပါး စပါးစိုက်စို့လား။



အင်ကြင်း(စစ်တန်းသူလေး)

ကျောင်းစာကြည့်တိုက် တို့အကြိုက်

- A တို့ကျောင်းတော်၏ ဂုဏ်ယူဖွယ် ကျောင်းစာကြည့်တိုက်ကွယ်။
- A တူတူသွားမယ် စာအုပ်များ ဖတ်ကြပါစို့လား။
- A လိမ္မာရေးခြား ရှိစေမှာ စာများများဖတ်ပါ။
- A စာကြည့်တိုက်ဟာ တို့အကြိုက် စာပေအခြေစိုက် တို့ကျောင်းစာကြည့်တိုက်။



မောင်ပညာ(မန္တလေး)

ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ဝါ ၂၉၁၆ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်



ချောင်းဦး ဇွန် ၁၃ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး မုံရွာခရိုင် ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ဝါ ၂၉၁၆ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း ချောင်းဦးမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။
ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် ဝါ ၁၂၂၈၈ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဧကစိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ယခုနှစ် မေလမှ စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ၂၉၁၆ ဧကစိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
"ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ ချောင်းဦးမြို့နယ်မှာ ဝါ ၁၂၂၈၈ ဧက စိုက်ပျိုးဖို့အတွက် လျာထားပါတယ်။ ဒီနေ့ထိ ၂၉၁၆ ဧကစိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ပါတယ်။ လျာထား

ဧကထက် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့ အတွက် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။ ဝါများ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရာမှာ တောင်သူတွေလွယ်ကူစွာ စိုက်ပျိုးသွားနိုင်ဖို့ မျိုးကောင်းမျိုးသန့် ဝါမျိုးစေ့တွေ ပံ့ပိုးပေးနေပါတယ်" ဟု ချောင်းဦးမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးတင့်ဆွေက ပြောပြသည်။

ယခုနှစ် ချောင်းဦးမြို့နယ်တွင် ဝါစိုက်ပျိုးမည့် တောင်သူများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးဌာန အနေဖြင့် ဝါမျိုးကောင်းမျိုးသန့် များရရှိစေရေး၊ ဝါသီးနှံဖြစ်ထွန်းအောင်မြင်စေရန် ပိုးမွှားရောဂါ ကြိုတင် ကာကွယ်နိုင်ရေးနှင့် အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်စေရန် စိုက်နည်းစနစ် မှန်ကန်စေရေး တို့ကို နည်းပညာပေးသင်တန်းများ ဖွင့်လှစ်ပို့ချပေးခဲ့ပြီး ဝါစိုက်တောင်သူတွေ လိုအပ်သည့် နည်းပညာများကို ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။
ဝါကို အထွက်နှုန်းတိုးတက်အောင်စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်း သုံးစွဲမှုလုံလုံစေသည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကိုရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် ဝါကို တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းသင့်ကြောင်း ချောင်းဦးမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးတင့်ဆွေက ပြောပြသည်။ (၂၀၆)

ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့ တမ္ပဝတီရပ်ကွက်၌ ကျောင်းကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးပပျောက်ရေး အသိပညာပေး

ကျောက်ပန်းတောင်း ဇွန် ၁၃ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ညောင်ဦးခရိုင် ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့ တမ္ပဝတီရပ်ကွက် မူလတန်းကျောင်း၌ တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန၊ ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန၊ မိခင်နှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးနှင့် အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့တို့ ပူးပေါင်း၍ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် မူးယစ်ဆေးဝါးပပျောက်ရေးအသိပညာပေးဟောပြောခြင်းများကို ဇွန် ၁၂ ရက်နံနက် ၉ နာရီ မိနစ် ၃၀ က အဆိုပါကျောင်း၌ ပြုလုပ်ခဲ့သည်။
ရှေ့ဦးစွာ ခရိုင်တိုင်းရင်းဆေးကုဌာနမှ ဒုတိယတိုင်းရင်းဆေးမှူး ဒေါ်နေနယ်လင်းက ရာသီပေါ် တုတ်ကွေးရောဂါများ ဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်းနှင့် ရောဂါမဖြစ်ပွားအောင် ကြိုတင်ကာကွယ်ရမည့်နည်းလမ်းများကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ စုစုပေါင်းဦးရေ ၁၉၀ တို့ကို ကျန်းမာရေးစစ်ဆေး၊ ကုသခြင်းများ ဆောင်ရွက်ရာ မြို့နယ်မိခင်နှင့် ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းနှင့် အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့ဝင်များက လိုအပ်သည်များ ဆောင်ရွက်ပေးကြသည်။ ဆက်လက်၍ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မေသက်နွယ်က ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို မူးယစ်ဆေးဝါးပပျောက်ရေးဆိုင်ရာအသိပညာပေး ဟောပြောခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
အဆိုပါ ဟောပြောပွဲသို့ ခရိုင်တိုင်းရင်းဆေးကုသရေးဦးစီးဌာနမှ ဒုတိယခရိုင်တိုင်းရင်းဆေးမှူး ဒေါ်နေနယ်လင်း၊ ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနမှ မြို့နယ်ဦးစီးမှူးနှင့် ဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ တက်ရောက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ အောင်နေဦး

မေလ ၂၀၂၆ ခုနှစ် (ဒုတိယအကြိမ်)

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ရောဂါအကြောင်းသိကောင်းစရာ

- အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ရောဂါသည် အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ဝိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပွားသော ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပါသည်။
- မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူ ၁၀၀ ဦးလျှင် ၃ ဦးခန့်သည် အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ရောဂါခံစားနေရပါသည်။
- နာတာရှည်အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ရောဂါဖြစ်ပွားခြင်းကြောင့် အသည်းခြောက်ခြင်းနှင့် အသည်းကင်ဆာတို့ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားရာမှ အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်သည်အထိ ဖြစ်ပွားနိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ

- ဖျားခြင်း၊
- မောပန်းနွမ်းနယ်ခြင်း၊
- အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊
- ပျို့အန်ခြင်း၊ ဗိုက်အောင့်ခြင်း၊
- ဆီးအရောင်ရင့်ခြင်း၊ ဝမ်းအရောင်ဖျော့ခြင်း၊
- မျက်လုံးဝါခြင်း၊ အသားဝါခြင်း၊
- အဆစ်အမြစ်များ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း။

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ရောဂါပိုး ကူးစက်နိုင်သော နည်းလမ်းများ

- ရောဂါပိုးပါဝင်သည့် သွေးသွင်းမိခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများ အစားထိုးကုသမှုခံယူခြင်း။
- ပိုးသတ်မထားသော အပ်အစရှိသည့် ရွက်ထက်သော ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုခြင်း (ဥပမာ - တက်တူးထိုးခြင်း၊ နားဖောက်ခြင်း)။
- ရောဂါပိုးရှိသူ အသုံးပြုသော ဆေးထိုးအင်များဖြင့် ဆေးထိုးခြင်း၊ ဆေးထိုးအပ်နှင့် ဆေးထိုးပြန်များကို မျှဝေသုံးစွဲခြင်း။
- ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်း။
- ရောဂါပိုးရှိသောမိခင်မှတစ်ဆင့်ကလေးသို့ ကူးစက်ခြင်း။

မိခင်နို့ရည်မှသော်လည်းကောင်း အစားအစာ၊ ရေ၊ သာမန်ပူဖွတ်ခြင်း၊ နမ်းရှို့ခြင်းတို့မှသော်လည်းကောင်း မကူးနိုင်ပါ။

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ရောဂါပိုး ကူးစက်ခံရနိုင်ခြေ မြင့်မားသူများ

- မူးယစ်ဆေးဝါး သွေးကြောအတွင်းသို့ ထိုးသွင်းသူများ။
- ရောဂါပိုးရှိသူအသုံးပြုပြီးသော ဆေးထိုးအပ်၊ ဆေးထိုးပြွန် နှင့် ဆေးထိုးကိရိယာ များကို မျှဝေသုံးစွဲသူများ။
 - သွေးသွင်းကုသမှုခံယူသူများ
 - ဆေးမင်ကြောင်ထိုးလေ့ရှိသူများ
 - နားဖောက်လေ့ရှိသူများ
- လူနာများ၏ သွေး သို့မဟုတ် သွေးနှင့်ဆက်စပ်ပစ္စည်းများကို ထိတွေ့ကိုင်တွယ်ရလေ့ရှိသော ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ။
- လိင်ဆက်ဆံဖက်များသူများ၊ အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံသူများ။
- ရောဂါပိုးရှိသူ မိခင်မှ မွေးဖွားလာသောကလေးများ။

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ရောဂါ ကာကွယ်ခြင်းနည်းလမ်းများ

- အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ) ပိုးအတွက် ကာကွယ်ဆေးမရှိပါ သဖြင့် ကူးစက်ခံရခြင်းမှ ကာကွယ်ရန် အောက်ပါနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုပါ။
- တစ်ခါသုံးဆေးထိုးအပ်၊ ဆေးထိုးပြွန်နှင့် ဆေးထိုးကိရိယာများကို သာသုံးစွဲပါ။
- ဆေးထိုးအပ်၊ ဆေးထိုးပြွန်စသည့် ရွက်ထက် ပစ္စည်းများအား စနစ်တကျကိုင်တွယ်၊ စွန့်ပစ်ပါ။
- ရောဂါပိုး ကင်းစင်ကြောင်း စစ်ဆေးထားပြီး ဖြစ်သော သွေးကိုသွင်းပါ။
- ရောဂါပိုးရှိသူနှင့် အကာအကွယ်မဲ့ လိင်ဆက်ဆံခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ပိုးရှိ/မရှိ ဘယ်လိုသိနိုင်မလဲ

- သွေးစစ်ဆေးခြင်းဖြင့် သိရှိနိုင်ပါသည်။
- နီးစပ်ရာ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းများတွင် သွေး စစ်ဆေးမှုခံယူနိုင်ပါသည်။

အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ရောဂါ ကုသခြင်းနည်းလမ်းများ

- အသည်းရောင်ရောဂါ(စီ) ရောဂါဖြစ်ပွားပါက ခေတ်မီ ထိရောက်သော ကုထုံးများဖြင့် ရက်သတ္တပတ် (၁၂) ပတ်မှ (၂၄) ပတ်အတွင်း ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ပါသည်။
- အသည်းကို အနားပေးခြင်းဖြင့် (လုံလောက်စွာအနားယူခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းနှင့် အာဟာရပြည့်ဝစွာ စားခြင်း) ကိုယ်ခံအားကောင်းအောင်ပြုမှု နေထိုင်ရမည့်ဖြစ်သည်။

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ အသည်းရောင်အသားဝါ(စီ)ရောဂါပိုးရှိသူများကို ရောဂါပျောက်ကင်းသည်အထိ အခမဲ့ ဆေးကုသပေးနေပါသည်။



အောင်မြင်မှုရမင်းအာမခံကုမ္ပဏီလီမိတက်

- ၁။ ပြည်သူ့ပြည်သားအသက်အာမခံ
- ၂။ တစ်မတော်ဝန်ထမ်းအသက်အာမခံ
- ၃။ တောင်သူလယ်သမားအသက်အာမခံ
- ၄။ နှစ်တိုငွေပင်ငွေရင်းအာမခံ
- ၅။ စုပေါင်းအသက်အာမခံ
- ၆။ မြေအန္တရာယ်အာမခံ
- ၇။ အထူးခရီးသွားအာမခံ
- ၈။ ခရီးသွားအာမခံ
- ၉။ အားကစားသမားကိုယ်အင်္ဂါထိခိုက်မှုအာမခံ
- ၁၀။ ကျန်းမာရေးအာမခံ
- ၁၁။ ပြင်းထန်သောရောဂါကုသမှုအာမခံ
- ၁၂။ လူထုအခြေပြုကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအာမခံ
- ၁၃။ ပညာရေးအသက်အာမခံ
- ၁၄။ ကိုယ်အင်္ဂါထိခိုက်မှုအာမခံ
- ၁၅။ စာသင်သားအသက်အာမခံ
- ၁၆။ ပြည်သူ့ပြည်သားနှစ်ချင်းအသက်အာမခံ
- ၁၇။ ပရိုပီယံတစ်ကြိမ်ပေး နှစ်တိုချေးငွေအသက်အာမခံ
- ၁၈။ ပရိုပီယံတစ်ကြိမ်ပေး ချေးငွေအသက်အာမခံ
- ၁၉။ တမုထူးခြားသည့် စုဆောင်းမှု အသက်အာမခံ
- ၂၀။ တစ်လုံးတည်းပေး ငွေပင်ငွေရင်း အသက်အာမခံ

မိသားစုဘဝ လုံခြုံစိတ်ချရဖို့
ကျန်းမာရေးအာမခံ
ထားကြဖို့!

We
Protect
The Family



နေပြည်တော် - အမှတ်(၃) ကျိုင်းတုံလမ်းနှင့် ပဲခူးလမ်းထောင့်
ဖုန်း - ၀၆၇ - ၃၄၃၄၇၀၂၊ ၀၉ - ၄၄၉၁၈၀၀၆၃
အမှတ်(၁၄၀)၊ ရွှေတိဂုံဘုရားလမ်းနှင့် ပန်တျာလမ်းထောင့်၊ ခင်ဖြူနယ်၊ ရန်ကင်းမြို့၊
ဖုန်း - ၀၀ - ၉၃၇၉၉၆၅၀၉ - ၄၂၄၄၄၄၆၆၆၄၊ ဖက်(၆) - ၀၁ - ၉၃၇၉၉၆၃
၂၉ x ၃၀ လမ်းကြား၊ ၈၄ လမ်း၊ ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး။
ဖုန်း - ၀၉ - ၄၂၄၄၄၄၆၆၆၅၊ ဖက်(၆) - ၀၂ - ၄၀၃၀၄၆၇

ဖခင်အမည်မှန်

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ အမရပူရမြို့နယ်၊ မိုင်လေးဆယ်အခြေခံပညာမူလတန်းလွန်ကျောင်း၊ Grade-5 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော မအေးစင်ငယ်၏ဖခင်အမည်မှန်မှာ အိမ်ထောင်စုလူဦးရေစာရင်းအရ ဦးဝင်းမင်းသန်း ဖြစ်ပါကြောင်း။ ဦးဝင်းမင်းသန်း(၉/အမရ(နိုင်)၁၀၉၉၁၅)

အမည်မှန်

စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်၊ ပလိပ်အထက၊ Grade-5 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော (ဘ) ဦးသော်တာဦး၏သား မောင်ခွန် သုတမောင်၏အမည်မှန်မှာ အိမ်ထောင်စုလူဦးရေစာရင်းအရ မောင်ခွန်သုတမောင်ဖြစ်ပါကြောင်း။
မောင်ခွန်သုတမောင်

အမည်မှန်နှင့် ဖခင်အမည်မှန်

မန္တလေးမြို့၊ ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်၊ အထက(၂၇)၊ Grade-12 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော မချေမြတ်မိုး၏ အမည်မှန်မှာ မချေမြတ်မိုးဖြစ်ပြီး ၎င်း၏ဖခင်အမည်မှန်မှာ ဦးထွန်းထွန်းနိုင်ဖြစ်ပါကြောင်း။ မချေမြတ်မိုး ဦးထွန်းထွန်းနိုင်(၁၂/ရပသ(နိုင်)၀၅၀၃၂၂)

တစ်ဦးတည်းဖြစ်ပါကြောင်း

မန္တလေးမြို့၊ ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်နေ ဦးချင်လိန်၏သား ဦးလိန်လွန်း (ခ) ဦးလိန်းလွင် တစ်ဦးတည်း ဖြစ်ပါကြောင်း။
ဦးလိန်လွန်း (ခ) ဦးလိန်းလွင် (၁/မကန(နိုင်)၀၁၉၂၁၉)

ပျောက်ဆုံးကြောင်း

မန္တလေးမြို့၊ ပြည်ကြီးတံခွန်မြို့နယ်၊ ငွေတော်အကွက်(၁) နေ မစိုးယုဇင် (ဘ) ဦးစိုးနိုင်ဦး(၁၄/မအန(နိုင်)၂၁၄၈၈၃)၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိပါက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။ 09-262211117

အများသိစေရန် ကြေညာခြင်း

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ကျောက်ဆည်ခရိုင်၊ စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်၊ တောမအုပ်စု၊ ပတ္တာရွာနေ ဦးစိုး (ခ) ဦးမြင့်စိုး (ဘ) ဦးဝိန် + (မိခင်) ဒေါ်ကျင်(၉/စကတ(နိုင်) ၀၅၄၄၁၅)၏ အောက်ပါအတိုင်းအသိပေးကြေညာအပ်ပါသည်။
စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်၊ တောမအုပ်စု၊ တောမအနောက်၊ ကွင်းအမှတ်(၁၁၀)၊ ဦးပိုင်အမှတ်(၁၄၁/၂)ဧရိယာ(၃.၇၉)ဧက တောမကျေးရွာမှ လယ်ရှင်ကြီး ဦးအောင်ကြီး + ဒေါ်အေးကြည်တို့ထံမှ ဦးစိုး (ခ) ဦးမြင့်စိုး လူပျိုဘဝက ဝယ်ယူပိုင်ဆိုင်ထားသော လယ်မြေဖြစ်ပါသည်။
ယခုအချိန်တွင် တရားရုံးအဆင့်ဆင့်ရင်ဆိုင်နေဆဲကာလဖြစ်ပါသောကြောင့် ထိုမြေများအား ရောင်းချခြင်း၊ ပေါင်နှံခြင်း၊ လဲလှယ်ခြင်း၊ ပေးကမ်းခြင်း၊ လှူဒါန်းခြင်းများ မပြုလုပ်ရန် တားမြစ်ကြောင်း ကြေညာအပ်ပါသည်။ နောင်တွင် အကြောင်းတစ်စုံတရာ ပေါ်ပေါက်လာပါက ဝယ်ယူသူများ၏တာဝန် ဖြစ်ပါသည်။ သက်ဆိုင်သူများအပါအဝင် အများသိစေရန် ကြေညာအပ်ပါသည်။
ဦးစိုး (ခ) ဦးမြင့်စိုး (ဘ) ဦးဝိန် ၉/စကတ(နိုင်)၀၅၄၄၁၅ တောမအုပ်စု၊ ပတ္တာကျေးရွာ၊ စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်၊ ကျောက်ဆည်ခရိုင်၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး။

မီးငြိမ်းပြီးပါက ပြုလုပ်ရန်အချက်များ။

- ၁။ မိသားစုဝင်များကို စုံ၊မစုံစစ်ဆေးပါ။
- ၂။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူများကို စစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သော အကူအညီများပေးပါ။
- ၃။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာန၏ ခွင့်ပြုချက်ရရှိမှသာ မီးလောင်ပြီးသောအဆောက်အအုံအတွင်းသို့ဝင်ပါ။
- ၄။ လုံခြုံရေးအစီအမံများအတွက် ကူညီဆောင်ရွက်ပါ။

“အဂတိပယ်ခွာ ပြည်သာယာ”

Remove Corruption, Promote Prosperity

အဂတိလိုက်စားမှုတိုက်ဖျက်ရေးကော်မရှင်သို့ တိုင်ကြားရာတွင် သတိပြုရမည့်အချက်များ

- ၁။ မည်သူမဆို အဂတိလိုက်စားမှုနှင့် စပ်လျဉ်း၍သော်လည်းကောင်း၊ အဂတိ လိုက်စားမှုဖြင့် ကြွယ်ဝချမ်းသာလာခြင်းနှင့် စပ်လျဉ်း၍သော်လည်းကောင်း၊ သတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ ကော်မရှင်သို့ဖြစ်စေ၊ ကော်မရှင်ရုံးသို့ ဖြစ်စေ၊ ဤဥပဒေအရ ဖွဲ့စည်းသော လုပ်ငန်းကော်မတီ၊ လုပ်ငန်းအဖွဲ့၊ ပတာမစ်စစ်ရေးအဖွဲ့နှင့် စုံစမ်းစစ်ဆေးရေးအဖွဲ့တစ်ခုခုသို့ ဖြစ်စေ သက်ဆိုင်ရာ အစိုးရဌာန၊ အစိုးရအဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခုသို့ဖြစ်စေ သတင်းပေးပို့ချက်နှင့် တိုင်တန်းချက်များကို ပေးပို့နိုင်ပါသည်။
- ၂။ တိုင်ကြားစာပေးပို့ရာတွင် ကော်မရှင်ထံ မိတ္တူပေးပို့ခြင်းမပြုဘဲ တိုက်ရိုက် လိပ်စာပေးပို့ရမည်။

၃။ တိုင်ကြားသူ၏ အမည်၊ လက်မှတ်၊ နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားမိတ္တူ၊ ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာအပြည့်အစုံ၊ ဖုန်းနံပါတ် ပါဝင်ရမည်။

၄။ အရေးကြီးသော သက်သေခံချက်ဖြစ်သည့် မျက်မြင်သက်သေ၊ စာရွက်စာတမ်း၊ စာတံပုံ၊ အသံမိုင်း၊ ဗီဒီယိုမိုင်း စသည်တို့ရှိကြောင်း ဖော်ပြနိုင်ရမည်။

၅။ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးတစ်ယောက်အား နှစ်နှစ်စေရန် သို့မဟုတ် ဂုဏ်သရေ ပျက်စေရန် တမင် ပြုလုပ်တိုင်ကြားပါက ဤဥပဒေပုဒ်မ ၅၉ အရ အရေးယူ ခံရနိုင်သည်ကိုလည်း သတိပြု ရမည်။

လိပ်စာတိုင်ကြားရန် လိပ်စာ

အဂတိလိုက်စားမှုတိုက်ဖျက်ရေးကော်မရှင်
ရုံးအမှတ် (၅၆)၊ ဇေယျဌာနီလမ်း၊ ဥတ္တရသီရိမြို့နယ်၊ နေပြည်တော်၊
စာတိုက်သေတ္တာအမှတ်(၁၄၄)၊ ဖုန်းနံပါတ် ၀၆၇-၈၀၃၃၄၇၊
၀၆၇-၈၀၃၃၄၄၄
Email Address - accm@accm.gov.mm
Website Address - <http://www.accm.gov.mm>

❖ နိုင်ငံတော်ရွှေသီးဖို
ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်ဖွံ့ဖြိုးဖို ပညာရေးကို
အားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်သာယာဖို
သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းကြစို့။

ONE Friday Fights 158 ပြိုင်ပွဲ မွေထိုင်းဘင်တန်ဝိတ်တန်းစိန်ခေါ်ပွဲတွင် ဒိုင်အမှတ်ဖြင့် မြန်မာကစားသမား ကျော်စွာဝင်း အနိုင်ရရှိ

ဗန်ကောက် ဇွန် ၁၃ ကျော်စွာဝင်းက ဒိုင်အမှတ်ဖြင့် အနိုင်ရရှိ
ထိုင်းနိုင်ငံ ဗန်ကောက်မြို့ လုဗ္ဗနီကွင်း ခွဲကြောင်း ONE FC က ယနေ့တွင် ဖော်ပြ
တွင် ကျင်းပခဲ့သော ONE Friday Fights ခွဲသည်။
158 ပြိုင်ပွဲ မွေထိုင်းဘင်တန်ဝိတ်တန်း ကျော်စွာဝင်းနှင့်စလာတန်တို့၏ ပွဲစဉ်
စိန်ခေါ်ပွဲစဉ်အဖြစ် မြန်မာကစားသမား သည် ချန်ပီယံစိန်ခေါ်ပွဲမဟုတ်သော်လည်း
ကျော်စွာဝင်းနှင့် ထိုင်းကစားသမား ONE Friday Fights 158 ပြိုင်ပွဲ၏
စလာတန်တို့ ယှဉ်ပြိုင်ထိုးသတ်ခဲ့ရာ စာမျက်နှာ ၂၃ ကော်လံ ၄ ●



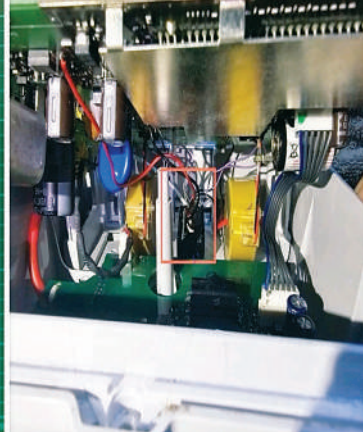
ကြီးမြတ်သောလုံးသားတို့၏
အသီးအပွင့်များ
ဆောင်းပါး
စာမျက်နှာ - ၁၈
မွန်မြတ်လှတဲ့
ပေးဆပ်ခြင်းနှင့်
ကမ္ဘာ့သွေးလှူရှင်များနေ့
ဆောင်းပါး
စာမျက်နှာ - ၁၀

ရမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း) မူဆယ်မြို့အတွင်း အွန်လိုင်းလိမ်လည်လောင်းကစားမှုကျူးလွန်ရာတွင် ပါဝင်ပတ်သက်သူ ၉၄ ဦးကို လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများနှင့်အတူ ဖမ်းဆီးရမိ



နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃ ကစားမှုတိုက်ဖျက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များကို
နိုင်ငံတော်အစိုးရအနေဖြင့် ကမ္ဘာ့ အမျိုးသားရေးတာဝန် တစ်ရပ်အနေဖြင့်
တစ်ဝန်းရှိ လူသားမျိုးနွယ်အားလုံး၏ လူမှု အလေးထား ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပြီး
ဘဝများကို ထိခိုက်ပျက်စီးစေပြီး အများ ပြည်သူအကျိုးစီးပွားကို ထိခိုက်ပျက်စီး နိုင်ငံအစိုးရများနှင့်လည်း ပေါင်းစပ်
အောင်အလုံးစုံအန္တရာယ်ပေးလျက်ရှိသည့် ညှိနှိုင်း၍ လုံးဝပြန်လည်အခြေမချနိုင်
အွန်လိုင်းလိမ်လည်မှုနှင့် အွန်လိုင်းလောင်း သည်အထိ ထိထိရောက်ရောက်ရှာဖွေ
နှိမ်နင်းလျက်ရှိသည်။
ထိုကဲ့သို့ လုံခြုံရေးပူးပေါင်းအဖွဲ့
များက သက်ဆိုင်ရာနယ်မြေများအတွင်း
အွန်လိုင်းလိမ်လည် လောင်းကစားမှု
လုပ်ကိုင်သူများ အခြေပြုနေထိုင်ခြင်းမရှိ
စေရန်နှင့် စာမျက်နှာ ၂၃ ကော်လံ ၁ ☆

မြောင်းတကာစက်မှုဇုန်တွင် တရားမဝင်ဓာတ်အားရယူသုံးစွဲထားခြင်းကို လျှပ်စစ်ဥပဒေ၊ စီမံခန့်ခွဲမှုနည်းလမ်းများနှင့်အညီ အရေးယူဆောင်ရွက်



မီတာအတွင်း မသမာသောနည်းဖြင့် ပြုပြင်ထားသည့် မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံ။

၂၀၂၆ ခုနှစ် ဇွန်လ ၁၃ ရက်
လျှပ်စစ်နှင့် စွမ်းအင်ဝန်ကြီးဌာန
ရန်ကုန်လျှပ်စစ်ဓာတ်အားပေးရေးကော်
ပိုင်းရင်းအနေဖြင့် မသမာသောနည်း
ဖြင့် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားရယူသုံးစွဲနေမှု
များကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးဖော်ထုတ်
လျက်ရှိစဉ် မသင်္ကာဖွယ်တွေ့ရှိရသည့်
မြောင်းတကာစက်မှုဇုန် မြေကွက်အမှတ်
(၅၂/၅၃)ရှိ ZON TAI STEEL Co., Ltd
သံရည်ကျိုစက်ရုံ ဝင်ရောက်စစ်ဆေးရာ
မီတာကို မသမာသောနည်းဖြင့် ဖွင့်၍
စာမျက်နှာ ၂၃ ကော်လံ ၁ ■

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မင်းဘူးခရိုင် မင်းဘူးမြို့နယ်တွင် ဓာတ်အားလိုင်း ထိန်းသိမ်းပြုပြင်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဓာတ်အားပိတ်ဆောင်ရွက်မည်

နေပြည်တော် ဇွန် ၁၃
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မင်းဘူးခရိုင် မင်းဘူးမြို့နယ်တွင်တည်ရှိသည့် မန်းဓာတ်
အားပေးစက်ရုံကို Supervisory Control And Data Acquisition (SCADA)
စနစ်ဖြင့် ချိတ်ဆက်၍ ဓာတ်အားပို့လွှတ်နေသောအခြေအနေကို National Con-
trol Center (NCC နေပြည်တော်)မှ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သိရှိနိုင်ရန်၊ ဓာတ်အား
စနစ်ထိန်းချုပ်ကွပ်ကဲမှု ပိုမိုကောင်းမွန်စေရန်နှင့် ဓာတ်အားစနစ်တည်ငြိမ်မှုရှိစေရန်
ရည်ရွယ်၍ မန်းဓာတ်အားပေးစက်ရုံမှ ဓာတ်အားပို့လွှတ်နေသော ဖီဒါများ၏
Multifunction Meter များကို အသစ်အစားထိုးလဲလှယ်တပ်ဆင်ခြင်းလုပ်ငန်းများ
ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပြီး စက်ရုံရှိ ၁၃/၃၃/၁၁ ကေဗီ ၅၀ အမ်ပီအေထရန်
စဖော်မာကို ဇွန် ၁၄ ရက် နံနက် ၈ နာရီမှ မွန်းတည့် ၁၂ နာရီထိလည်းကောင်း၊
၁၃/၆/၁၁ ကေဗီ ၄၀ အမ်ပီအေထရန်စဖော်မာကို မွန်းလွဲ ၂ နာရီမှ ညနေ ၅
နာရီထိလည်းကောင်း ယာယီဓာတ်အားပိတ်၍ လဲလှယ်တပ်ဆင်ခြင်းလုပ်ငန်း
ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်သည်။
ထိုသို့ လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေစဉ် မန်းဓာတ်အားပေးစက်ရုံမှ ၃၃ ကေဗီနှင့်
၁၁ ကေဗီ၊ ဓာတ်အားလိုင်းများဖြင့် ဓာတ်အားဖြန့်ဖြူးပေးထားသော ပွင့်ဖြူမြို့၊
စလင်းမြို့၊ မင်းဘူးမြို့၊ မလွန်မြို့၊ စာမျက်နှာ ၂၃ ကော်လံ ၁ ❖

ထူးခြားသည့် နေ့အပူချိန်များ (၁၃-၆-၂၀၂၆)	မန္တလေး ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ် ကျောက်ဆည် ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ် မုံရွာ ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်	မြင်းခြံ ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ် ဂန့်ဂေါ ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ် စစ်ကိုင်း ၃၄ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်
---	---	---