



ရတနာပုံ

yadanarbonnews.com

၁၉၉၂ ခုနှစ် ၊ မေလ ၁ ရက် စတင်ထုတ်ဝေသည်။

၁၃၈၅ ခုနှစ် ၊ ပထမဝါဆိုလပြည့်ကျော် (၈) ရက် ၊ ထနုလီခေ့ ၊ (10-7-2023) ၊ အတွဲ (၃၂) ၊ အမှတ် (၁၇၁)

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

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

နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီ၏ ရှေ့လုပ်ငန်းစဉ် (၅) ရပ်

- ၁။ ပြည်သူတို့၏ လူမှုစီးပွားဘဝလုံခြုံရေးအတွက် ပြည်ထောင်စုတစ်ဝန်းလုံး တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးနှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေး အပြည့်အဝရရှိစေရန် အလေးထားလုပ်ဆောင်မည်။
- ၂။ တိုင်းပြည်သာယာဝပြောရေးနှင့် စားရေရိက္ခာဖူလုံရေးအတွက် ပြည်သူလူထုဗဟိုပြု ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို လူမှုစီးပွားဘဝဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် ဆောင်ရွက်သွားမည်။
- ၃။ စစ်မှန်စည်းကမ်းပြည့်ဝသည့် ပါတီစုံဒီမိုကရေစီစနစ် ခိုင်မာစေရေးနှင့် ဒီမိုကရေစီနှင့် ဖက်ဒရယ်စနစ်ကို အခြေခံသည့် ပြည်ထောင်စုတည်ဆောက်ရေး လုပ်ငန်းစဉ်များကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်။
- ၄။ တစ်နိုင်ငံလုံး ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေးရရှိရေးအတွက် တစ်နိုင်ငံလုံးပစ်ခတ်တိုက်ခိုက်မှု ရပ်စဲရေး သဘောတူစာချုပ် (NCA) ပါ သဘောတူညီချက်များအတိုင်း ဖြစ်နိုင်သမျှ အလေးထား လုပ်ဆောင်သွားမည်။
- ၅။ အရေးပေါ်ကာလဆိုင်ရာ ပြဋ္ဌာန်းချက်များနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပါက ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ (၂၀၀၈) နှင့်အညီ လွတ်လပ်ပြီးတရားမျှတသော ပါတီစုံဒီမိုကရေစီ အထွေထွေရွေးကောက်ပွဲအား ပြန်လည်ကျင်းပ၍ အနိုင်ရသည့်ပါတီအား ဒီမိုကရေစီစံနှုန်းများနှင့်အညီ နိုင်ငံတော်တာဝန်အားလွှဲအပ်နိုင်ရေး ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်။

ဒုတိယဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဗိုလ်ချုပ်ကြီးတင်အောင်စန်း သီလဝါဆိပ်ကမ်းဒေသရှိ ဆိပ်ကမ်းတံတားများနှင့် ရန်ကုန်ဘူတာကြီးဝန်းအတွင်းရှိ Rail Bus Engine-RBE စက်ခေါင်းရုံများ ကြည့်ရှုစစ်ဆေး



နေပြည်တော် ရှုလှိုင် ဇ
နိုင်ငံတော် စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီ အဖွဲ့ဝင် ဒုတိယဝန်ကြီးချုပ်နှင့်ပို့ဆောင်ရေးနှင့် ဆက်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဗိုလ်ချုပ်ကြီး တင်အောင်စန်းသည် ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် နိုင်ငံတကာကုန်သွယ်မှုအတွက် အရေးပါသည့် သီလဝါဆိပ်ကမ်းဒေသရှိ နိုင်ငံတကာ ဆိပ်ကမ်းတံတားများနှင့် ရန်ကုန်ဘူတာကြီးဝန်းအတွင်းရှိ Rail Bus Engine-RBE စက်ခေါင်းရုံများသို့ သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။ ဦးစွာ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့် တာဝန်ရှိသူများသည်

စာမျက်နှာ ၁၇ ကော်လံ ၂ မှ

၂၀၂၃ ခုနှစ် အကြိမ် (၃၀)မြောက် အစိုးရနိကာယ် စာမေးပွဲအောင်စာရင်း ထုတ်ပြန်ကြေညာ

စာမျက်နှာ - ၁၀

၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် ဧပြီလမှ ဇွန်လထိ မြေပဲတင်ပို့မှု အပေရီကန်ဒေါ်လာ ၁၃ သန်းကျော်ထိ နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိခဲ့

စာမျက်နှာ - ၅

စက်ဘီးစီးခြင်း၏ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် အံ့ဖွယ်ကောင်းကျိုးများ

ဆောင်းပါး စာမျက်နှာ - ၂၉

ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ်၏ ကလေးသူငယ်များနှင့် လက်နက်ကိုင်ပဋိပက္ခဆိုင်ရာ အစီရင်ခံစာနှင့် ၎င်းအစီရင်ခံစာဆိုင်ရာ တံခါးဖွင့်အစည်းအဝေးတို့အပေါ် မြန်မာနိုင်ငံ၏တုံ့ပြန်ချက်

၂၀၂၂ ခုနှစ်အတွက် ကုလသမဂ္ဂအတွင်းရေးမှူးချုပ်၏ ကလေး ကုလသမဂ္ဂလုံခြုံရေးကောင်စီ တံခါးဖွင့်အစည်းအဝေးကို လိုရာဆွဲရေးသားထားသော ယင်းအစီရင်ခံစာသည် မြန်မာ သူငယ်များနှင့် လက်နက်ကိုင်ပဋိပက္ခဆိုင်ရာ အစီရင်ခံစာကို ၅-၇-၂၀၂၃ ရက်၌ကျင်းပခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ အစည်းအဝေး နိုင်ငံကို အထူးပြုထည့်သွင်းဖော်ပြချက်များပါဝင်ပြီး တစ်ဖက်သတ် ၂၇-၆-၂၀၂၃ ရက်တွင် စာရွက်စာတမ်းအမှတ်၊ A/77/895-S/ တွင် အထူးကိုယ်စားလှယ်နှင့်နိုင်ငံတချို့က မြန်မာနိုင်ငံနှင့်ပတ်သက် တစ်ဆင့်စကားများနှင့် အခြေအမြစ်မရှိသည့်စွပ်စွဲချက်များအပေါ် 2023/363 ဖြင့် ထုတ်ပြန်ခဲ့ကြောင်းနှင့် ယင်းအစီရင်ခံစာဆိုင်ရာ ၍ တာဝန်ပဲ့ရည်ညွှန်းပြောကြားမှုများရှိခဲ့သည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ အခြေခံထားသည်ကို

စာမျက်နှာ ၁၆ ကော်လံ ၄

အရည်အသွေးမြင့်မား တာယာ ဇာ

ပင်ရင်းအစုရှားဌာန - ဝန် - ၀၉ ၂၅၄၂၂၂၀၄၃၊ ၀၉ ၄၅၉၂၂၅၅၄၅
 STARMART nine mile Showroom - (၉) မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၃၀၆၀၀၀၀
 KHA YAE PIN MART-မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၆၇၁၄၄၅၅၅
 STARMART MANDALAY Wholesale- မြလမ်းနှင့်မင်းလမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဝန် - ၀၉ ၆၆၀၇၀၂၂၄၄
 STARMART Nay Pyl Taw-ရန်ကုန်-မန္တလေးလမ်းထောင့်၊ ရွာတောက်ရပ်၊ ပျဉ်းမနား၊ ဝန် - ၀၉ ၆၅၅၁၀၉၀၇၇

PCR, TBR, TBB တာယာ အရွယ်အစားမျိုးစုံ ထုတ်လုပ်ဖြန့်ဖြူးရောင်းချလျက်ရှိပါသည်။

Cycle Tyres

Car Tyres

ပေါင်းတည်မြို့နယ် ချောင်းခွကျေးရွာ၌ VDP စီမံကိန်း မိတ်ဆက်ရင်းလင်းခြင်းနှင့် ကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်းပြုလုပ်

ပေါင်းတည် ၇ ဇူလိုင် ၉
 ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး နတ်တလင်းခရိုင် ပေါင်းတည်မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP) အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မည့် ချောင်းခွကျေးရွာ၌ VDP စီမံကိန်းမိတ်ဆက်ရင်းလင်းခြင်းနှင့် ကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်းကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်သည်။ ရွေးဦးစွာ ပေါင်းတည်မြို့နယ်

ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးယုနိုင် လင်းက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP) အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်နှင့် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းစဉ်များကို ပြောကြားသည်။ ဆက်လက်၍ ပေါင်းတည်မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်ခိုင်ဇင်ဇင်မြင့်က ကော်မတီဖွဲ့စည်းရာတွင် လိုက်နာရမည့် စည်းကမ်းချက်များ၊ စီမံကိန်းကော်မတီဝင်

များ၏ တာဝန်ဝတ္တရားများ၊ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဥပဒေတွင်ပါရှိသော ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများ လိုက်နာရမည့် တာဝန်များနှင့် ရပိုင်ခွင့်များကို ပြောကြားသည်။ ထို့နောက် ပေါင်းတည်မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးယုနိုင်လင်းနှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်းကော်မတီဝင် ကိုးဦးကို အများ

သဘောဆန္ဒနှင့်အညီ ရွေးချယ်ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့သည်။ ပေါင်းတည်မြို့နယ်၌ ယခုဘဏ္ဍာနှစ်တွင် VDP စီမံကိန်းကို ကြိုပင်စု၊ ရုံးလှကုန်း၊ ထိပ်ပေါက်ကုန်း၊ ဥတိုး၊ လယ်ဦးစု၊ ကင်းတရာ၊ ပင်ကတောနှင့် ချောင်းခွကျေးရွာတို့၌ ကျေးရွာတစ်ရွာလျှင် စီမံကိန်းရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၁၅၀ စီဖြင့် ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများ ကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ သုတ



မန္တလေး ရုံးခြံသာစည်မြို့နယ် ကန်တော်ကြီးကန်ပတ်လမ်းရှိ ဝိတဝါနသံဃာဆေးရုံကြီးတွင် အလှူရှင် မန္တလေးမြို့နေ ဦးအောင်အောင်ထူး-ဒေါ်တင်မာဦးမိသားစုက မရယ်ရီအောင် မွေးနေ့အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် ဆွမ်းအလှူငွေကျပ် ၃၀၀၀၀၀ လှူဒါန်းရာ ဆွမ်းကွမ်းအတွင်းရေးမှူး ဦးဝဏ္ဏနှင့် ရုံးအဖွဲ့မှူး ဦးသန့်ဇင်တို့က လက်ခံရယူစဉ်။

ကျုံပျော်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မိုးသီးနှံလေးမျိုး ၁၃၂၅ ဧက စိုက်ပျိုးသွားမည်



ကျုံပျော် ၇ ဇူလိုင် ၉
 ရောဂတ်တိုင်းဒေသကြီး ကျုံပျော်ခရိုင် ကျုံပျော်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မိုးသီးနှံလေးမျိုး ၁၃၂၅ ဧက စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ကျုံပျော်မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးကျော်ကျော်က ပြောပြ၍ သိရသည်။ ကျုံပျော်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မိုးသီးနှံလေးမျိုး ၁၃၂၅ ဧကကို ဇူလိုင်လ တတိယပတ်တွင် စတင်စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ အဆိုပါစိုက်ပျိုးမည့် မိုးသီးနှံလေးမျိုးတွင် ငရုတ်ကေ ၁၄၀၊ ကြံ ၅၅၅ ဧက၊ ကွမ်း ၄၅၅ ဧက၊ နှင်း ၁၄၅ ဧက စုစုပေါင်း ၁၃၂၅ ဧက စိုက်ပျိုးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ “ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီမှာ ဆီထွက်သီးနှံလေးမျိုး ၁၃၂၅ ဧက လျာထားစိုက်ပျိုးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မိုးသီးနှံတွေကို လျာထားချက်ပြည့်မီအောင် အခက်အခဲ

မရှိ စနစ်တကျစိုက်ပျိုးနိုင်ဖို့ နည်းပညာနဲ့ စိုက်ပျိုးရေးလမ်းညွှန်ချက်တွေကို မြေပြင်ထိ မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနက တွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ပေးထားပါတယ်။ သီးနှံတွေအတွက် နှုန်းကောင်းစေဖို့၊ အရည်အသွေးကောင်းစေဖို့၊ ပိုးမွှားအန္တရာယ်နဲ့ အခြားသဘာဝဘေးကြောင့် ပျက်စီးထိခိုက်တာမရှိစေဖို့ ဆောင်ရွက်ပေးသွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်”ဟု ကျုံပျော်မြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးကျော်ကျော်က ပြောပြသည်။ ကျုံပျော်မြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ မိုးသီးနှံများကို အခက်အခဲမရှိ စိုက်ပျိုးနိုင်ရန်အတွက် မျိုးစေ့များ၊ သွင်းအားစုများနှင့် အခြားလိုအပ်သည်များကို စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန၊ ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာန၊ စက်မှုလယ်ယာဦးစီးဌာနနှင့် ဒေသခံတောင်သူများ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နေကြောင်း သိရသည်။ **ကျော်ကျော်လင်း**

မလိုင်မြို့နယ် ဆည်ကြီးကျေးရွာ၌ မြစ်ဖမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ စစ်ဆေး

မလိုင် ၇ ဇူလိုင် ၉
 မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိတ္ထီလာခရိုင် မလိုင်မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ဆည်ကြီးကျေးရွာ၌ မြစ်ဖမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း (ဆီထွက်သီးနှံ)ရန်ပုံငွေဖြင့် စီမံကိန်းလုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုအခြေအနေများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ တွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ထိုသို့ တွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် မိတ္ထီလာခရိုင်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြင့်ဝင်း၊ မလိုင်မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စုစုနှင့် ဝန်ထမ်းများက မြစ်ဖမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း (ဆီထွက်သီးနှံ) ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၂၀ ဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုအခြေအနေများနှင့် လအလိုက်ဖြည့်သွင်းရမည့် ငွေစာရင်းပုံစံများ ပြည်ပုံမှု ရှိ၊ မရှိ အခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဒေါ်မြင့်ဝင်းက စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည်။ ဆည်ကြီးကျေးရွာ၌ နေကြာအပါအဝင် ဆီထွက်သီးနှံစိုက်ပျိုးမည့် တောင်သူများ လိုအပ်လျက်ရှိသော မျိုးစေ့၊ သွင်းအားစုနှင့် စိုက်ပျိုးစရိတ်များ သုံးစွဲနိုင်ရန်ရည်ရွယ်၍ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ စုစုပေါင်း အသင်းသား၊ အသင်းသူ ၆၇ ဦးကို မြစ်ဖမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း(ဆီထွက်သီးနှံ) အရင်းမပျောက်လည်ပတ်ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၂၀ ထုတ်ချေးပေးထားပြီး စီမံကိန်းလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း မလိုင်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စုစုက ပြောပြ၍ သိရသည်။ **ဟိန်းထက်မိုး(မလိုင်)**

မင်းတုန်းမြို့နယ် ခွေးတောက်ချိုကျေးရွာ၌ ကုန်ထုတ်လမ်းဖောက်လုပ်ခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှု စစ်ဆေး

မင်းတုန်း ၇ ဇူလိုင် ၉
 မကွေးတိုင်းဒေသကြီး သရက်ခရိုင် မင်းတုန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ပြည်ထောင်စုခွင့်ပြုရန်ပုံငွေဖြင့် ခွေးတောက်ချိုကျေးရွာ၌ ကုန်ထုတ်လမ်းဖောက်လုပ်ခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ တွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ထိုသို့တွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် သရက်ခရိုင် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ခရိုင်ဦးစီးမှူး ဦးကျော်ဆန်းဌေး၊ မင်းတုန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး

ဒေါ်မြတ်စုအောင်နှင့် အင်ဂျင်နီယာဝန်ထမ်းများက ကျေးရွာကုန်ထုတ်လမ်းဖြစ်မြောက်ရေးကော်မတီဝင်များနှင့်အတူ ခွေးတောက်ချိုကျေးရွာ၌ ကုန်ထုတ်လမ်းဖောက်လုပ်ခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများ၊ Sab Culvert တစ်စင်း တည်ဆောက်နေမှု အခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ကုမ္ပဏီတာဝန်ရှိသူတစ်ဦးက လုပ်ငန်းတိုးတက်မှုအခြေအနေများ၊ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်မည့်အခြေအနေများကို ရှင်းလင်းတင်ပြရာ ခရိုင်ဦးစီးမှူးက သတ်မှတ်ကာလအတွင်းစံချိန်စံညွှန်းပြည့်မီစွာဖြင့် အချိန်မီပြီးစီးရေး၊ သတ်မှတ်အတိုင်းအတာ ပြည့်မီရေးအတွက် အလေးထား ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရန်

မှာကြားသည်။ မင်းတုန်းမြို့နယ် ခွေးတောက်ချိုကျေးရွာ၌ ပြည်ထောင်စုခွင့်ပြုရန်ပုံငွေကျပ် ၅၈ ဒသမ ၅၅ သန်းအသုံးပြု၍ လမ်းအရှည်နှစ်မိုင် ငါးဖာလုံ၊ အကျယ် ၁၂ ပေ၊ အမြင့် ကိုးလက်မရှိ မြေနီကျောက်စရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း၊ အရှည် ၁၆ ပေ၊ အကျယ် ၁၀ ပေ၊ အမြင့် သုံးပေရှိ Sab Culvert တစ်စင်း တည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို စေတုတ္ထရာ ချင်းတိုင်းရင်းသားများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကုမ္ပဏီက ဇွန် ၂၃ ရက်က စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ လုပ်ငန်းများ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ **ကိုညို**



ရေအောက်သက်ရှိသတ္တဝါတွေ ထိန်းသိမ်းဖို့ဆိုရင် ငါးမျိုးစိတ်တွေကို ခိုက်ထည့်ပေးရမယ်ဗျာ။
 ရေသတ္တဝါတွေ၊ ရေအောက်သယ်တတ်တွေ မျိုးသုဉ်းပျောက်ကွယ်မသွားဘဲ ဆက်လက်တိုးပွားလာအောင် မဖြစ်မနေလုပ်ရမယ်ဗျာ။
 ZLL(2023)

သုံးလွန်းတင်

ချစ်နိုင်(စိတ်ပညာ)

“တောင်ကလာမုမိုး
ဒေါင်ဒေါင်မြည်မှ အိုး
သုံးလွန်းတင်မှ ကြီး” မြန်မာဆိုရိုးစကားတစ်ခုပါ။

တင်စားချက်
မိုးဆိုတာ လေနဲ့အတူပါလာတတ်တာ။ အခြား
အရပ်မျက်နှာက လေနဲ့အတူပါလာတဲ့မိုးဆိုရင် ရွာချင်
ရွာမယ်။ ကြာကြာတော့မသည်းတတ်ပါ။ မြန်မာပြည်
ရဲ့တည်နေရာက ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်နဲ့ အိန္ဒိယ
သမုဒ္ဒရာက ဖွဲ့နွဲ့လာ၊ ဇူလိုင်လတွေမှာ တိုက်ခတ်လာတဲ့
Monsoon မုတ်သုံလေလို့လည်းခေါ်တဲ့ ကုန်သည်
လေ(Trade Wind လို့လည်းခေါ်ပါသေးရဲ့) အနောက်
တောင်အရပ်က တိုက်ခတ်တဲ့လေနဲ့အတူပါလာတဲ့
မိုးရေကတော့ တိမ်တိုက်တိမ်ထုအားကောင်းလို့ မိုးရွာ
ရင် တကယ်သဲသဲမဲမဲရွာတတ်တယ်။ အဲဒါမှ
တကယ်မိုး။

အနောက်တောင်လေနဲ့အတူပါတဲ့မိုးက ကြာကြာ
စိမ်ပြီး ရွာတတ်တယ်။ ဒါကြောင့်မို့ ရှေးလူကြီးသူမ
များက တောင်ကလာမုမိုးရယ်လို့ ပြောရိုးထုံးစံရှိခဲ့တာပဲ။
ဒေါင်ဒေါင်မြည်မှအိုးတဲ့။

ရှေးက မြေအိုး၊ စဉ့်အိုးတွေ သုံးခဲ့ကြတာကိုး။
အိုးဝယ်တဲ့အခါ လက်ခေါက်နဲ့ခေါက်ကြည့်လေ့
ရှိတတ်တယ်။ အသံက ဒေါင်ဒေါင်သံဆို အိုးကောင်း။
ဂျပ်ဂျပ်-ဂွပ်ဂွပ်မြည်ရင် မကောင်းဘူး ကွဲတာ။ အက်
တာပါလို့ပဲ။ မဝယ်လေနဲ့။ ဒေါင်ဒေါင်မြည်သလား
စစ်ဆေးပြီး အိုးကောင်းရွေးနည်း။ သုံးလွန်းတင်မှကြီး
ဆိုတာက ချည်ကြီးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ လျှော်ကြီးပဲဖြစ်ဖြစ်၊
ပိုးကြီးပဲဖြစ်ဖြစ် သုံးလွန်းတင်တဲ့ကြီးကမှ တာရှည်
ခိုင်တယ်။ ကြာကြာခံတယ်။

ဝက်ဝတ္ထု
ကြီးကောင်း၊ မကောင်း သုံးလွန်းတင်ကျစ်တာဟုတ်
ရဲ့လား စစ်ဆေးရတယ်။ သုံးလွန်းတင်မှ ကြီးကောင်း။
သုံးချက်သုံးနားညီမှ ကောင်းမွန်တဲ့ထုတ်လုပ်ဖန်တီးမှု
တစ်မျိုးရှိပါသေးတယ်။ စာပေရေးသားခြင်းအလုပ်။

စာရေးသူအမြင်ကို တင်ပြတာပါ။
၁။ အဘိဓမ္မာရယ်
၂။ အနုပညာရယ်
၃။ အတတ်ပညာရယ်
သုံးလွန်းတင်မှကြီးဆိုသလိုမျိုးပါပဲ။
စာပေ၊ ဝတ္ထု၊ ကဗျာ၊ လင်္ကာ၊ တေးသီချင်း၊
ပြဇာတ်၊ ဆောင်းပါး စသဖြင့် ရေးသားသီကုံးဖန်တီးမှု
အမျိုးမျိုးလက်ရာအားလုံးဟာ အထက်ပါသုံးချက်စလုံး
ကောင်းမွန်ထူးခြားစွာ ပါဝင်ဖွဲ့စည်းနိုင်ပါမှ စာကောင်း
ပေကောင်းဖြစ်နိုင်တယ်။ စာဖတ်ပရိသတ်ဟာ နှစ်
သက်လက်ခံကြမယ်။ အောင်မြင်မှုရနိုင်ပါတယ်။

အဘိဓမ္မာရုပ်တည်ချက်၊ အတွေးအခေါ်၊ အမြော်
အမြင် မှန်ကန်ကောင်းမွန်ဖို့ အခြေခံကျတယ်။
အဘိဓမ္မာ သေးသိမ်ညီမျှရင်၊ ရုပ်တည်ချက်လွှဲမှား
ရင် တာရှည်မခံဘူး။ တန်ဖိုးမရှိဘူး။ ဂန္ထဝင်မဖြစ်နိုင်ပါ
ဘူး။ စာပေပရိသတ်အပေါ်ထားရှိတဲ့ စာရေးသူရဲ့
စေတနာလည်းပါရမယ်။

အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စာဖတ်အားတော်တော်ကောင်း
ပါတယ်။ ဘာသာစုံ၊ နယ်ပယ်စုံ၊ စာပေါင်းစုံ ရှာရှာ
ဖွေဖွေဖတ်တယ်။ သူသိတာတွေအများကြီးပဲ။
အဘိဓမ္မာကြီးတွေလိုပဲ။ စွယ်စုံကျမ်းကြီးတွေလိုပဲ။ သွား
မေးရင် ဂယနဏ သေသေချာချာ၊ သဲသဲကွဲကွဲအဖြေ
ပေးနိုင်တယ်။ သူက ရေးတော့မရေးဘူး။ စာရေးရတာ
ပျင်းတယ်။ စာရေးဖို့ရာတော့ ဝါသနာမပါဘူး။ စာဖတ်
သန်တိုင်း၊ စာဖတ်များတိုင်းလည်း စာရေးဆရာ၊
သတင်းစာဆရာမဖြစ်ပါ။ ဖတ်လည်းဖတ်နိုင်တဲ့အပြင်
ရေးတာကိုလည်း ဝါသနာပါမှ။ မှတ်ရုံတင်မက ချရေး
ဖို့ရာ မပျင်းတတ်တဲ့သူမှ စာရေးသူဖြစ်လာနိုင်တာ
ပါကလား။

အားထုတ်မှု
ငယ်ငယ်တုန်းက စာဖတ်ဝါသနာထုံတဲ့ သူငယ်ချင်း
တွေရှိခဲ့ပေတယ်။ စကားပိုင်းမှာ စာကြောင်းပေကြောင်း

တွေပြောလေ့ရှိတယ်။ မဂ္ဂဇင်းစာစောင်တွေထဲက
ကောင်းနိုးရာရာ ကိုယ်ကြိုက်ရာဝတ္ထုတွေ၊ ကဗျာတွေ
အကြောင်း ပြောဖြစ်ကြတယ်။ စာပေရေးရာပြောဆို
ကြဖို့ရာက စာဖတ်သူချင်းဝမ်းစာရှိမှ အပြန်အလှန်
ဆွေးနွေးပြောဆိုလို့ရတယ်။ စာမဖတ်တဲ့လူနဲ့ စာ
အကြောင်း စကားကြာကြာပြောလို့မရဘူး။

စာအကြောင်းပေအကြောင်း ဝါသနာတူသူချင်း
ဆုံမိရင် ထမင်းစားဖို့၊ အိပ်ဖို့တောင် သတိမရကြဘူး။
ကျွန်တော်တို့သူငယ်ချင်းတချို့ စကားကောင်းမိရင်
မိုးလင်းခါနီးထိ ဝတ္ထုအကြောင်းတွေပြောနေ
မိတတ်တယ်။

စာဖတ်သူက အကြိုက်မတူကြဘူး။ အရသာတွေ
ကြပုံချင်းမတူကြပါဘူး။ ဒါပေမဲ့ ဘယ်သူပဲရေးရေး
ကဗျာဖြစ်ဖြစ်၊ ဝတ္ထုဖြစ်ဖြစ်၊ ဆောင်းပါး၊ အတ္ထုပ္ပတ္တိပဲ
ဖြစ်ဖြစ် ရေးသူရဲ့ရည်ရွယ်ချက်ကလည်း ကောင်းနေ
တယ်။ သူရပ်တည်ချက်အဘိဓမ္မာကလည်း လက်ခံ

❖ **အဘိဓမ္မာရုပ်တည်ချက်၊ အတွေးအခေါ်၊ အမြော်အမြင် မှန်ကန်
ကောင်းမွန်ဖို့ အခြေခံကျတယ်။ အဘိဓမ္မာသေးသိမ်ညီမျှဖျင်းရင်၊ ရုပ်တည်
ချက်လွဲမှားရင် တာရှည်မခံဘူး။ တန်ဖိုးမရှိဘူး။ ဂန္ထဝင်မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။
စာပေပရိသတ်အပေါ်ထားရှိတဲ့ စာရေးသူရဲ့စေတနာလည်းပါရမယ်။
အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စာဖတ်အားတော်တော်ကောင်းပါတယ်။ ဘာသာစုံ၊
နယ်ပယ်စုံ၊ စာပေါင်းစုံ ရှာရှာဖွေဖွေဖတ်တယ်။ သူသိတာတွေအများကြီးပဲ။
အဘိဓမ္မာကြီးတွေလိုပဲ။ စွယ်စုံကျမ်းကြီးတွေလိုပဲ။ သွားမေးရင် ဂယနဏ
သေသေချာချာ၊ သဲသဲကွဲကွဲအဖြေပေးနိုင်တယ်။ ❖**

နိုင်ဖွယ်ရာရှိတယ်။ ရယ်စရာရှိရယ်လိုက်ရ၊ ပြုံးစရာ
ရေးပြတော့ ပြုံးလိုက်မိ၊ လွမ်းစရာရေးတော့ လွမ်းမော
လိုက်ရ၊ ဆွေးစရာရေးပြန်တော့ မျက်ရည်ပဲရ။ ခံစားမှု
အနုပညာနဲ့ ဖမ်းစားညှို့ငင်နိုင်စွမ်း သိသိသာသာ
ကောင်းရင်လည်း စာအုပ်ကို လက်ကမချနိုင်ပါဘူး။
ညဉ့်နက်သန်းခေါင်မှာ စာဖတ်သူတစ်ယောက်တည်း
ငိုရ၊ ရယ်ရ မိမိဘာသာပြန်သတိထားမိပြီး ပြုံးလိုက်ရ။
ကောင်းလိုက်တာကွာလို့ ခံစားရတဲ့လက်ရာမျိုးတွေ
လည်း တွေ့ဖူးကြမှာပါ။ ရေးသူရဲ့ရင်ထဲက ပေးချင်တဲ့
ခံစားချက်ကို ဖတ်သူရင်ခွင်ထဲ အလုံးလိုက်အခဲလိုက်
အရသာပူပူနွေးနွေးခံစားနားလည်ကူးစက်စေနိုင်ပုံများ။

ရသအရပညာ
အဲဒါ ရသအနုပညာသဘောပေါ့။ ဝတ္ထုပဲဖြစ်ဖြစ်၊
ကဗျာပဲဖြစ်ဖြစ် ပေးသူက လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲရှိနေပါမှ
ဖတ်သူကလည်း ကူးစက်ခံစားနားလည်ရတာ ထိထိမိမိ
ရှိလှတယ်။
ဘာကိုရေးတာလဲဆိုတဲ့ စာရေးသူရဲ့ရွေးချယ်တတ်
မှုဟာလည်း အနုပညာပဲ။ ဘယ်လိုဖွဲ့နွဲ့ဖွဲ့စည်းတင်ပြ
သလဲဆိုတာဟာလည်း ခံစားမှုပေါ်အောင် ဆွဲဆောင်
သိမ်းသွင်းတဲ့အလင်္ကာအမျိုးမျိုးကို ဆီလျော်စွာအသုံး
ပြုတတ်ခြင်းအနုပညာပါပဲ။

ပြင်သစ်စာရေးဆရာ ဂီဒီပိုမိုဆွန်း၊ ရုရှားစာရေး
ဆရာ အင်တွန်ချက်ကော့၊ အမေရိကန်စာရေးဆရာ
မတ်တိုနီး၊ အားနက်စ်ဟယ်မင်ဝေး စတဲ့စာရေးဆရာ
တွေရဲ့ ဝတ္ထုတွေမှာ နည်းယူစရာဖမ်းမှုအနုပညာတွေ
လေ့လာတွေ့ရှိနိုင်ပါတယ်။ ဆရာဇော်ကျော်ရဲ့ ရသစာပေ
အဖွဲ့အနွဲ့ဆိုင်ရာကျမ်းတွေဟာလည်း အခြေခံသင်ရိုး
လို့ ပြောနိုင်လောက်ပါတယ်။ စာရေးဆရာနိုင်ဝင်းဆွေ
အရေးအသားကောင်းပုံ၊ စာရေးဆရာမစိန်စိန် အရေး
အသားကောင်းပုံမျိုးကတော့ လေ့လာမှု၊ လေ့ကျင့်မှု
သာမကဘဲ ပင်ကိုစာတင်ပါရမီကလည်း ထူးခြား
ကြပုံရတယ်လို့ စာရေးသူကယူဆမိပါတယ်။ ဆရာ

မင်းလူဆိုလည်း စာပေဆုဘာတစ်ခုမှရမသွားခဲ့
ပေမယ့် စာဖတ်သူကို ဆွဲဆောင်ဖမ်းစားနိုင်ပုံ ရသ
အနုပညာကျွမ်းကျင်မှုကတော့ မချီးကျူးဘဲမနေနိုင်ပါ။

လူသဘာဝ
စာရေးကောင်းကြတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေရဲ့ ယေဘုယျကျတဲ့
အချက်တစ်ခုကတော့ လူစရိုက်၊ လူသဘာဝကို ရိုးရိုး
နဲ့မှန်မှန် ပီပီပြင်ပြင်ဖော်ပြနိုင်စွမ်းရှိကြခြင်းပါပဲ။
သူတို့က အများအားဖြင့် တစ်ခါတစ်ရံသာကြုံကြိုက်
တတ်တဲ့ကိစ္စမျိုးကို ဖွဲ့လေ့မရှိဘဲ နေရာမရွေး၊ အချိန်
မရွေးတွေ့ရတတ်တဲ့ လူသဘာဝအဖြစ်အပျက်တွေကို
သာ သရုပ်ဖော်ထားတာကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။

စာကောင်းပေကောင်း ဂန္ထဝင်စာပေတွေ ဘယ်
ချိန်ဖတ်ဖတ် ရိုးမသွားဘဲ ကောင်းနေတာပဲဆိုကြတာ
ဟာ ဒီသဘောလက္ခဏာပါနိုင်ပါတယ်။ စကား
ကြုံကြိုက်လို့ ဝါသနာရှင်လူငယ်တချို့အတွက် ဒီနေရာ
မှာ စကားလက်အနည်းငယ်ရှည်ခွင့်ပြုပါ။

❖ **အဘိဓမ္မာရုပ်တည်ချက်၊ အတွေးအခေါ်၊ အမြော်အမြင် မှန်ကန်
ကောင်းမွန်ဖို့ အခြေခံကျတယ်။ အဘိဓမ္မာသေးသိမ်ညီမျှဖျင်းရင်၊ ရုပ်တည်
ချက်လွဲမှားရင် တာရှည်မခံဘူး။ တန်ဖိုးမရှိဘူး။ ဂန္ထဝင်မဖြစ်နိုင်ပါဘူး။
စာပေပရိသတ်အပေါ်ထားရှိတဲ့ စာရေးသူရဲ့စေတနာလည်းပါရမယ်။
အချို့ပုဂ္ဂိုလ်တွေ စာဖတ်အားတော်တော်ကောင်းပါတယ်။ ဘာသာစုံ၊
နယ်ပယ်စုံ၊ စာပေါင်းစုံ ရှာရှာဖွေဖွေဖတ်တယ်။ သူသိတာတွေအများကြီးပဲ။
အဘိဓမ္မာကြီးတွေလိုပဲ။ စွယ်စုံကျမ်းကြီးတွေလိုပဲ။ သွားမေးရင် ဂယနဏ
သေသေချာချာ၊ သဲသဲကွဲကွဲအဖြေပေးနိုင်တယ်။ ❖**

ဆရာကြီး ဒေါက်တာထင်အောင်၊ ဆရာတက္ကသိုလ်
နန္ဒမိတ်၊ ဆရာတင့်တယ်တို့ရေးခဲ့ကြတာ ဖတ်ရှု
စုဆောင်းပြီး အတိုချုပ်လေးမျှဝေချင်လို့ပါ။ ဝတ္ထုမှာ
ကောင်းရမယ့်အပိုင်းတွေဆိုပါတော့ကွယ်။ အခြေခံ
အကျဆုံးဗဟုသုတပါ။ သိရမှာမို့ပါ။

- ၁။ Plot **ဇာတ်လမ်း**
- ၂။ Character **လူသဘာဝအဖွဲ့**
- ၃။ Setting **နောက်ခံ**
- ၄။ Philosophy of Life **လောကသဘာဝအဖွဲ့**
- ၅။ Style **ရေးဟန်၊ စိတ်ကူးစိတ်**

သန်းတင်ပြပုံ
စာရေးသူက ဝတ္ထုဘာသာရပ်၊ ကဗျာ၊ လင်္ကာ
ဘာသာရပ်မှာ ဖိုးသုညပါ။ ဘာမှမဖန်တီးတတ်ပါ။

ဖန်တီးမှု
ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် စာပေတန်ဖိုးနဲ့ပတ်သက်ရင်တော့
သုံးလွန်းတင်မှကြီးဆိုတဲ့ ရှေးမြန်မာဆိုရိုးစကားရဲ့
တင်စားမှုလိုပဲ အဘိဓမ္မာရယ်၊ အနုပညာရယ်၊
အတတ်ပညာရယ် ကောင်းမွန်နေရမယ်။ သုံးနားညီ၊
သုံးဖက်စလုံးက တောက်ပြောင်ထူးခြားရမယ်။ ဒါမှ
လက်ရာကောင်းပီသနိုင်ပါတယ်။

အဘိဓမ္မာဖောက်ပြန်လို့တော့မရဘူး။ အဘိဓမ္မာ
လွဲချော်ရင်တော့ အသုံးမကျဘူး။ ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ
ဆိုတာရှိပါတယ်။

အမရပူရမဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာ
ဘိဝံသ (၁၉၀၀-၁၉၇၇) ရေးသားပြုစုတော်မူခဲ့ပြီး ယခု
ထိ အကြိမ်ပေါင်း ၂၀ ကျော် ထပ်ခါတလဲလဲ ပြန်လည်
ရိုက်နှိပ်ထုတ်ဝေနေရဆဲစာအုပ်ကောင်းတစ်အုပ်ရှိပါ
တယ်။ စာဖတ်သူလည်း ဖတ်ဖူးမှတ်ဖူးမှာဖြစ်ပါတယ်။
စာရေးတဲ့သူမှန်သမျှ ဘယ်လူမျိုးပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ဘယ်နိုင်ငံ
သားပဲဖြစ်ဖြစ်၊ ယောက်ျား၊ မိန်းမ အရွေ့တိုင်းသား၊
အနောက်တိုင်းသား၊ ဘယ်ဘာသာဝင်ပဲဖြစ်ဖြစ်၊
ဘာသာမဲ့ပဲဖြစ်ဖြစ် ကမ္ဘာမြေပေါ်ရှိ လူသားအားလုံး

လူလားမြောက်တဲ့ (အသက်အရွယ် ၁၇ နှစ်ကျော် ၁၈
နှစ်ထဲရောက်ခဲ့ရင်) လူသားတစ်ယောက်ပီပီသသဖြစ်
ချင်ရင် ဒီစာအုပ်တော့ဖတ်ပါ။

အဘိဓမ္မာအားကောင်းသူ စာရေးဆရာ၊ ကဗျာ
ဆရာဖြစ်ချင်ရင် အရှင်ဇနကာဘိဝံသဆရာတော်ကြီး
ရဲ့ **“ကိုယ်ကျင့်အဘိဓမ္မာ”** စာအုပ်ကို ဖတ်ဖြစ်အောင်
ဖတ်ရှုလေ့လာဆည်းပူးပါ။ အပ်ဖျားရေစက် အနက်
ပင်လယ်ဆိုသလို ရေတစ်စက်ကို နားလည်လိုက်ပြီ
ဆိုရင် ပင်လယ်ကိုလည်း သဘောပေါက်သွားပါလိမ့်
မယ်။ စာပေဖန်တီးသူမှာ အဘိဓမ္မာရပ်တည်ချက်
ခိုင်ခိုင်မာမာ၊ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။

တန်ဖိုးမြတ်
စာရေးဆရာရဲ့ ဘဝအမြင်ထဲမှာ တန်ဖိုးဆိုတဲ့
အကဲဖြတ်တန်ဖိုးတွေလည်း အလိုလိုပါနေတာမဟုတ်
လား။ တန်ဖိုးရှိတဲ့လူဖြစ်ချင်သလား။ လူတစ်ယောက်
ကို ဘယ်အချက်အဓိကထားပြီး တန်ဖိုးမြတ်မလဲ၊
ဘာကိုကြည့်ပြီးအကဲခတ်မှာလဲ။

ရုပ်လှတာလား၊ ရုပ်ချောတာလား၊ အပြော
ကောင်းတာလား၊ မျိုးရိုးဂုဏ်မြင့်တာလား၊ ဆွေဂုဏ်
မျိုးဂုဏ်ကြည့်မှာလား၊ ပစ္စည်းဥစ္စာချမ်းသာကြွယ်ဝတာ
လား၊ အပေါင်းအသင်းမိတ်ဆွေ၊ လူချစ်လူခင်များတာ
လား၊ ဉာဏ်ရည်ဉာဏ်သွေးထူးချွန်တာလား၊ ရာထူး
ရာခံပြည့်စုံတာလား။ လောကမှာ အများအားဖြင့်
တန်ဖိုးကို ဒီပေတံတွေနဲ့သာ အကဲဖြတ်တိုင်းတာလေ့
ရှိနေတတ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်ဘဝမှာ မည်သည့်အရာက မည်မျှ
အရေးကြီး၍ မည်မျှအခြေခံအုတ်မြစ်သဘောဖြစ်တဲ့
အပြင် အဘက်ဘက်မှ လုံခြုံအောင် တံတိုင်းပမာလည်း
ကာရံပေးထားတဲ့အရာဟာ ကိုယ်ကျင့်တရားပါလား
လို့ဆိုတာ သိစေရပါမယ်။

ရောမအင်ပိုင်ယာကေရာဂ်ဖြစ်တဲ့ ပညာရှိ “ဆီဇာ
မားကပ်စ်အော်ရေးလီးယပ်စ်အန်တိုနီနပ်စ်အောဂတ်
စတပ်စ်” (၂၆. ၄. ၁၂၁ - ၁၇. ၃. ၁၈၀) က ဒီလို
ရေးသားခဲ့ပါတယ်။

**“သင်ရဲ့အကျင့်စာရိတ္တက ပျက်ပြားရင်သာ သင့်
ဘဝဟာ ပျက်ပြားနိုင်ပါတယ်။ သို့မဟုတ်ရင် အတွင်း
အပ ဘယ်သူဘယ်ဝါ၊ ဘယ်အရာကမှ သင့်ကို
ပျက်ပြားအောင်မပျက်ဆီးနိုင်ပါဘူး”**တဲ့။

ရောမအင်ပိုင်ယာနိုင်ငံတော်ကို အနှစ် ၂၀ ကာလ
ကြာအောင် အေးချမ်းသာယာစွာ အုပ်ချုပ်စိုးစံခဲ့တဲ့
အဲဒီမင်းကေရာဂ်ပညာရှိရဲ့ တန်ဖိုးပေးအရေး
ထားပုံနော်။

စာရေးဆရာဆိုတဲ့ပုဂ္ဂိုလ်တွေက လူအများရဲ့ရှေ့က
အလင်းရောင်ထွန်းညှိပြီး ရှေ့ဆောင်လမ်းပြကြရတဲ့
ပုဂ္ဂိုလ်တွေမို့ လူသားတစ်ယောက်ရဲ့ ရှိအပ်တဲ့အနှစ်
သာရအကျဆုံးအရာဟာ ဒါပဲဆိုတာမျိုးတော့ ခိုင်ခိုင်
မာမာ အခြေခံရပ်တည်ရပါမယ်။ (ဗုဒ္ဓဘာသာဝင်တွေ
ဖြစ်ကြပါရင် သောဏဒဏ္ဍသုတ်ကို ပြန်လည်
လေ့လာသင့်)

အနုပညာရ
လူတစ်ယောက်ရဲ့တန်ဖိုးအရှိဆုံးအနှစ်သာရက
တော့ အကျင့်စာရိတ္တ၊ ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်း၊
မကောင်းဆိုတဲ့အချက်သာဖြစ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်ရဲ့ အစစ်အမှန်တန်ဖိုးဆိုတာဟာ
သူ့ရဲ့ကိုယ်ကျင့်တရား၊ အကျင့်စရိုက် (Character)
ပါပဲ။ အဲဒါကို ဘယ်လိုအဓိပ္ပာယ်ဖွင့်မလဲ။ စာရိတ္တ
ကောင်းအောင် ဘယ်နည်းဘယ်ပုံမျိုးထောင်ပြုစုကြ
မလဲ။ ဘယ်လိုအချက်တွေက ကိုယ်ကျင့်တရားကောင်း
မွန်မှုလက္ခဏာလဲ။ ဘယ်လိုအချက်တွေက ကိုယ်ကျင့်
စာရိတ္တပျက်ယွင်းချို့တဲ့မှုတွေလဲ စသဖြင့် ရေးသား
ဖန်တီးပြီး လောကကိုကောင်းသည်ထက်ကောင်းအောင်
အလင်းရောင်ထွန်းညှိပြီး အလှဆင်ကြရမှာကတော့
ကျွန်တော်တို့ ခင်ဗျားတို့ စာပေသမားအပါအဝင်
အနုပညာသမား၊ အနုပညာဖန်တီးနေကြသူအားလုံး
ရဲ့တာဝန်တွေပဲမဟုတ်ပါလား။ ချစ်လို့ပြောတာမှတ်ပါ။

လမ်းလျှောက်ခြင်းဖြင့် ဦးနှောက်ကြည်လင်လန်းဆန်းစေနိုင်သည်



လမ်းလျှောက်ခြင်းဟာ မိမိတို့ရဲ့ ဦးနှောက်တွေအတွက် အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ပေးစွမ်းတယ်လို့ သုတေသနတစ်ခုမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

လမ်းလျှောက်တဲ့ အခါမှာ အန်ဒေါ့ဖင်လိုခေါ်တဲ့ ဟော်မုန်းတစ်မျိုးထွက်ရှိမှု မြင့်တက်လာပါတယ်။ အဲဒီဟော်မုန်းက နာကျင်မှုဝေဒနာကို သက်သာစေတဲ့ ဟော်မုန်းပါ။ အန်ဒေါ့ဖင်ဟော်မုန်းထွက်ရှိလေ မိမိတို့မှာ ရှိတဲ့ စိတ်ဖိစီးမှုတွေ လျော့ကျလေဖြစ်ပါတယ်။

ဒါ့အပြင် အဲဒီဟော်မုန်းက ဦးနှောက်ရဲ့ အလုံးစုံကျန်းမာရေးကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေတဲ့ အပြင် ဒီမန်းရှားလိုခေါ်တဲ့ မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းရှူးသွပ်ခြင်း ရောဂါနဲ့ အယ်ဒိုင်းမားရောဂါတို့ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေကိုတောင်မှ လျော့ချပေးနိုင်ပါတယ်။

၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှ ငွန်လထိ မြေပဲတင်ပို့မှုမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၃ သန်းကျော်ထိ နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိခဲ့

နေပြည်တော် ဇူလိုင် ၉

၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှ ငွန်လထိ မြေပဲတင်ပို့မှုမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၃ သန်းကျော်ထိ နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိခဲ့ကြောင်း စီးပွားရေးနှင့် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၏သတင်းများအရ သိရသည်။

မြေပဲသည် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပဈေးကွက်ရှိသည့် သီးနှံဖြစ်နေသဖြင့် ပြည်တွင်းစားသုံးမှုနှင့် ပြည်ပပဲတင်ပို့မှုတို့တွင် အရေးပါသည့် ဆီထွက်သီးနှံဖြစ်ကြောင်း၊ ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှ ငွန်လထိ သုံးလတာကာလအတွင်းတွင် မြေပဲကို ပင်လယ်ရေကြောင်းကုန်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ သုည ဒသမ ၂၃ သန်းနှင့် နယ်စပ်ကုန်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၃ ဒသမ ၁၅၈ သန်းစုစုပေါင်းအမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၃ ဒသမ ၃၈၈ သန်းဖိုး တင်ပို့ရောင်းချပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြေပဲကို ပြည်ပဖောက်သည်ဈေးကွက်နိုင်ငံများသို့ တင်ပို့ရောင်းချပေးရာတွင် အခွဲချွတ်ပြီးမြေပဲဆန်

နှင့် အခွဲပါမြေပဲများကိုပါ တင်ပို့ရောင်းချပေးနေခဲ့သော်လည်း ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် အဆိုပါ သုံးလတာကာလအတွင်းတွင် အခွဲပါမြေပဲများကို တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ခြင်း မရှိကြောင်း သိရသည်။

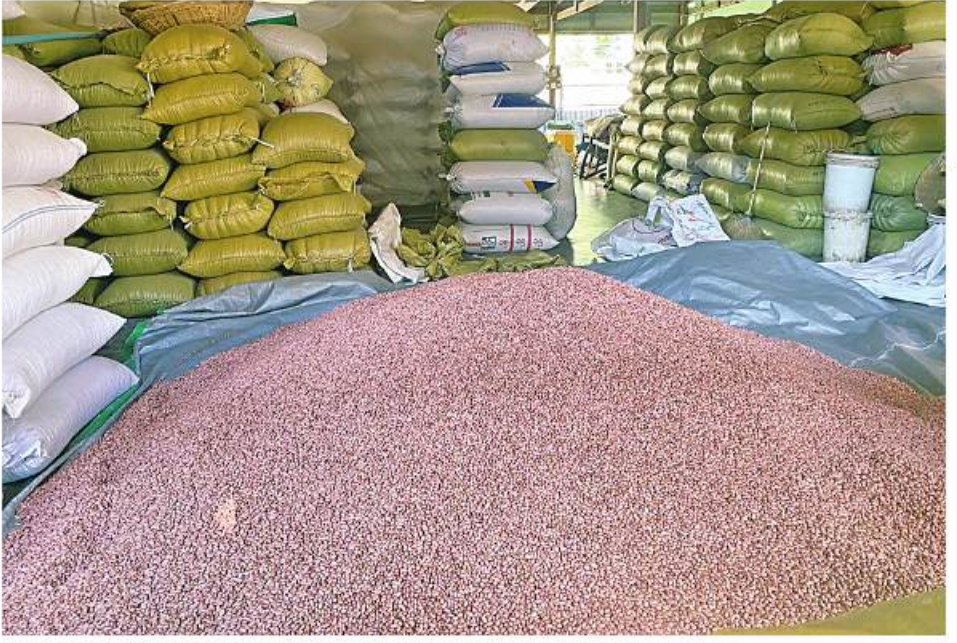
မြေပဲမှာ ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပဈေးကွက်ရှိနေသည့် ဆီထွက်သီးနှံဖြစ်ကြောင်း၊ ပြည်ပသို့ တင်ပို့ရောင်းချပြီး ပြည်တွင်းတွင်လည်း ဆီစက်

များနှင့် ပဲလှော်၊ ပဲကြော်သမားများ၏ ဝယ်ယူမှုရှိနေကြောင်း သိရသည်။

ယခုလိုင်လအစပိုင်းရက်များတွင် ပြည်တွင်းမြေပဲဈေးကွက်၌ မြေပဲဆီဆန်အဖြူ တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၆၃၀၀၊ မြေပဲဆီဆန်အနီ တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၇၇၀၀ ဈေးရှိနေသဖြင့် ငွန်လအတွင်း ဈေးနှုန်းများထက် တစ်ပိဿာလျှင်

ငွေကျပ် ၂၀၀ ခန့် ဈေးမြင့်တက်လာကြောင်း သိရသည်။

ထို့အတူ မြေပဲလုံးဆန်ဈေးနှုန်းများမှာလည်း အဖြူ တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၆၈၀၀၊ အနီ တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၈၂၅၀ ဖြင့် ငွန်လအတွင်း ဈေးနှုန်းများထက် တစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၁၀၀ မှ ၁၅၀ ခန့် ဈေးမြင့်တက်လာခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ SKL



နေ့လိုင်း(နတ်မောက်)

မင်းလှမြို့နယ် မြောက်ချောကုန်းကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းခြင်းပြီးစီးမှု စစ်ဆေး

မင်းလှ ဇူလိုင် ၉

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး သာယာဝတီခရိုင် မင်းလှမြို့နယ် ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းအရည်ပေ ၅၀၀၊ လက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းအတိုးရငွေဖြင့် မြောက်ချောကုန်းကျေးရွာ၌ ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက တာဝန်ရှိသူများ တွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ တွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် မင်းလှမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးဝင်းမြင့်ထွန်းနှင့်ဝန်ထမ်းများက မြောက်ချောကုန်းကျေးရွာ၌ ကျေးရွာတွင်းကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ကျေးရွာခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုကို လိုအပ်သည်များ ဖြည့်စွက်မှာကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြောက်ချောကုန်းကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းအရည်ပေ ၅၀၀၊ အကျယ် သုံးပေ၊ အမြင့် ခြောက်လက်မခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းအတိုးရငွေကျပ် ငါးသန်းဖြင့် ယခုနှစ် ငွန်လပထမပတ်မှ စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ လုပ်ငန်းများအားလုံး ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ကွန်ကရစ်ဘီးလမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးပြီဖြစ်၍ ကျေးရွာနေပြည်သူများ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေးပိုမိုကောင်းမွန်လာပြီး ကျေးရွာမှထွက်ရှိလာသော ထွက်ကုန်များကို ဈေးကွက်သို့ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ ပေးပို့နိုင်တော့မည်ဖြစ်ကြောင်း မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဝင်းမြင့်ထွန်းထံမှ သိရသည်။

အေးမြတ်

ကျိုက်လတ်မြို့နယ်၌ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်းနှင့် စီမံကိန်းရန်ပုံငွေသုံးစွဲရေးအစီအစဉ်သင်တန်းပွင့်လှစ်

ကျိုက်လတ် ဇူလိုင် ၉

ရောဝတီတိုင်းဒေသကြီး ဖျာပုံခရိုင် ကျိုက်လတ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP)ဆောင်ရွက်မည့်ကျေးရွာ ၁၀ ရွာမှ ကော်မတီဝင်များ စွမ်းဆောင်ရည်မြှင့်တင်ရေးရည်ရွယ်၍ VDP စီမံကိန်းရေးဆွဲခြင်းနှင့် စီမံကိန်းရန်ပုံငွေသုံးစွဲရေးအစီအစဉ် (AVIP) သင်တန်းကို ဇူလိုင် ၈ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါဦးစီးဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ဖွင့်လှစ်ခဲ့ကြောင်း

သိရသည်။

ဈေးဦးစွာ ဖျာပုံခရိုင် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးလှကျော်ဇော်မျိုးက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP)အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အကျိုးကျေးဇူးများကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် ကျိုက်လတ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးသူရရှိန်က လူဦးရေနှင့် အခြေခံအချက်အလက်များကောက်ယူခြင်း၊ သယ်ယာပို့ဆောင်ရေးဆွဲနည်း၊ ရာသီ

ခွင်ပြ ကြွေခိုက်ရေးဆွဲနည်း၊ AVIP ပုံစံများဖြည့်သွင်းနည်း၊ လုပ်ငန်းပြီးစီးမှု အစီရင်ခံစာတင်ပြခြင်းနည်းနှင့် မှတ်တမ်းထိန်းသိမ်းနည်းစသည်သင်ခန်းစာများနှင့် ပတ်သက်၍ ပြောကြားသည်။

အဆိုပါသင်တန်းသို့ ကျိုက်လတ်မြို့နယ်အတွင်းရှိ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP) အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မည့် အိုင်သရဲကျေးရွာ၊ ကွန်ပလိုင်ကျေးရွာ၊ ဗလီကျေးရွာ၊ တပေတမော့ကျေးရွာ၊ ရွာသာအေးကျေးရွာ၊ ကျိုက်လတ်ကလေးကျေးရွာ၊ တုံးလှဲကျေးရွာ၊ ထရော်ဒေါင့်

ကျေးရွာ၊ ခနောင်ကျေးရွာနှင့် တံခွန်တိုင်ကျေးရွာတို့မှ ကော်မတီဝင်ဦးရေ ၂၀ တက်ရောက်ကြပြီး သင်တန်းတွင် သင်တန်းနည်းပြများက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း(VDP)ရေးဆွဲနည်း၊ AVIP နှင့် ပတ်သက်သည့် သင်ခန်းစာများကို ဇူလိုင် ၈ ရက်မှ ဇူလိုင် ၁၀ ရက်ထိ စာတွေ့၊ လက်တွေ့ဖြင့် အခမဲ့သင်ကြားပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ကျိုက်လတ်မြို့နယ် ကျေးလက် ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးသူရရှိန်က ပြောပြ၍ သိရသည်။

မြို့လေး

ပလင်းတန် ဖွံ့ဖြိုးဖို့ စာအုပ်စာပေ ဖတ်ကြဖို့



နှစ်နိုင်ငံကြား ထိတွေ့ဆက်ဆံမှုဖြင့် တစ်ရပ် အမေရိကန်ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီး တရုတ်နိုင်ငံကို တိုက်တွန်း

ပေကျင်း ဇူလိုင် ၉ စီးပွားရေး ဆုံးဖြတ်ချက်များ ချမှတ်မှုလုပ်ငန်းစဉ်ကို မြှင့်တင်နိုင်ရေးအတွက် နှစ်နိုင်ငံကြား ပို၍ နီးနီးကပ်ကပ် ထိတွေ့ဆက်ဆံရန် အမေရိကန် ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီး ဂျနက်ယဲလ်လန်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် တရုတ်နိုင်ငံကို တိုက်တွန်းခဲ့ကြောင်း ရိုက်တာသတင်းဌာနက ဖော်ပြခဲ့သည်။

တရုတ်နိုင်ငံ ဒုတိယဝန်ကြီးချုပ် ဟီလီဖန်းနှင့် ပေကျင်းမြို့၌ တွေ့ဆုံဆွေးနွေးစဉ် အမေရိကန်ဘဏ္ဍာရေးဝန်ကြီးက အဆိုပါအတိုင်း တိုက်တွန်းခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

နှစ်နိုင်ငံကြား သဘောထား ကွဲပြားမှုများ ရှိနေသော်လည်း နှစ်နိုင်ငံစလုံးနှင့် သက်ဆိုင်နေသော တစ်ကမ္ဘာလုံးနှင့်သက်ဆိုင်နေသော အရေးအရာများ၌ အတူတကွပူးပေါင်းဆောင်ရွက်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ရှာဖွေရန် တရုတ်နှင့် အမေရိကန်နိုင်ငံတို့အတွက် အထူးအရေးကြီးကြောင်း တရုတ် ဒုတိယဝန်ကြီးချုပ်နှင့် တွေ့ဆုံစဉ် အမေရိကန်ဘဏ္ဍာရေး

ရုရှားအောက်လွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ ပယ်လင်တီနာမက်ပီယန်ကို တရုတ်နိုင်ငံသို့ သွားရောက်ရန်စီစဉ်



ပေကျင်း ဇူလိုင် ၉ ရုရှား ဖက်ဒရေးရှင်းကောင်စီ (အထက်လွှတ်တော်)ဥက္ကဋ္ဌပယ်လင်တီနာမက်ပီယန်ကို တရုတ်နိုင်ငံသို့ ယနေ့မှ ၁၂ ရက်ထိ သွားရောက်ရန် စီစဉ်ထားကြောင်း ဖော်ပြကြေညာခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ရုရှားအထက်လွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ မက်ပီယန်ကို တရုတ်နိုင်ငံ ပိုင်မီဒီယာများက ခရီးစဉ်စတင်ခဲ့သည်။

ဖြစ်ကြောင်း တရုတ်မီဒီယာများ၏ အဆိုအရ သိရသည်။

ရုရှားနိုင်ငံသည် ယူကရိန်းပြဿနာကို အကြောင်းပြု၍ အနောက်အုပ်စု နိုင်ငံများနှင့် ဆက်ဆံရေး မကျေမလည်ဖြစ်နေချိန်တွင် တရုတ်နိုင်ငံနှင့် နိုင်ငံရေးအရ ယုံကြည်မှုတည်ဆောက်ရန် ကြိုးစားလျက်ရှိသည်။

တစ်ချိန်တည်းမှာပင် တရုတ်နှင့် ရုရှားနိုင်ငံတို့သည် စစ်ရေးအရ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုများကိုလည်း မြှင့်တင်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

တရုတ်နိုင်ငံသည် ယူကရိန်းစစ်ရေးပဋိပက္ခ အဆုံးသတ်ရေးအတွက် ကြားဝင်ရန် ကြိုးစားနေသော်လည်း ယင်းပဋိပက္ခအတွက် ရုရှားနိုင်ငံအား ဝေဖန်ပြစ်တင်ရန် ငြင်းပယ်ထားကြောင်း သိရသည်။

KKO

ပါကစ္စတန်အရှေ့ပိုင်း၌ ခရီးသည်တင်ပို့မှုလုံခြုံရေး မီးလောင်မှုဖြစ်ပွား ခုနှစ်ဦးသေဆုံး

အစ္စလာမာဘတ် ဇူလိုင် ၉ ပါကစ္စတန်နိုင်ငံ အရှေ့ပိုင်း၌ ဇူလိုင် ၈ ရက်က ခရီးသည်တင်ပို့မှုလုံခြုံရေး မီးလောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပွားခဲ့ရာ ကလေးနှစ်ဦး အပါအဝင် လူပေါင်း ခုနှစ်ဦး သေဆုံးခဲ့ကြောင်း အေပီသတင်းဌာနက ဖော်ပြခဲ့သည်။

ထို့ပြင် အဆိုပါခရီးသည်တင်ယာဉ်မီးလောင်မှုကြောင့် ခရီးသည် ရှစ်ဦးလည်း ဒဏ်ရာများရခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ခရီးသည်တင်ယာဉ်သည် ဓာတ်ငွေ့ရည်အိုး ယိုစိမ့်ပေါက်ကွဲခဲ့ပြီးနောက် မီးလောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပါကစ္စတန်တာဝန်ရှိသူများက ပြော

လော့ခ်အိန်ဂျလိမ်မြို့တော် လေဆိပ်တစ်ခုအနီး လေယာဉ်ငယ်တစ်စင်းပျက်ကျ ခြောက်ဦးသေဆုံး

လော့ခ်အိန်ဂျလိမ် ဇူလိုင် ၉ အမေရိကန်နိုင်ငံ လော့ခ်အိန်ဂျလိမ်မြို့တော် လေဆိပ်တစ်ခုအနီးတွင် ဇူလိုင် ၈ ရက်က ကိုယ်ပိုင်လျက် လေယာဉ်ငယ်တစ်စင်း ပျက်ကျခဲ့ရာ လိုက်ပါသွားသူ ခြောက်ဦး စလုံးသေဆုံးခဲ့ကြောင်း ရိုက်တာသတင်းဌာနက ဖော်ပြခဲ့သည်။

ဆက်စနာစီ-၅၅၀ အမျိုးအစား အဆိုပါလေယာဉ်သည် လစ်စီးဂတ်စ်မြို့မှ လော့ခ်အိန်ဂျလိမ်မြို့သို့ ပျံသန်းလာစဉ် ဖရင့်စပယ်လေး အမည်ရှိ လေဆိပ်အနီးပျက်ကျခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

လေယာဉ် ပျက်ကျမှုကြောင့် သေဆုံးခဲ့သော ခရီးသည်များနှင့် လေယာဉ်မှူးတို့မှာ အရွယ်ရောက်လူကြီးများဖြစ်ကြောင်း အမေရိကန်အစိုးရ တာဝန်ရှိသူများက ပြောကြားခဲ့သည်။



အဆိုပါလေယာဉ်သည် ဖရင့်စပယ်လေးလေဆိပ်၏ လေယာဉ်ဥရားလမ်းနှင့် ပေ ၅၀၀ခန့်အကွာတွင် ပျက်ကျခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဇူလိုင် ၄ ရက်ကလည်း ဖရင့်စပယ်လေးလေဆိပ် အနီးမှာပင် ဇူလိုင် ၈ ရက် လေယာဉ်

ပျက်ကျမှုနှင့်ပတ်သက်၍ အမေရိကန်အစိုးရ အမျိုးသားသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးလုပ်ငန်း လုံခြုံရေး ဘုတ်အဖွဲ့က စုံစမ်းစစ်ဆေးမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

KKO



ပြင်သစ်ပြည်သူများ ပဲရစ်မြို့တော်၌ ချီတက်ဆန္ဒပြမှုထပ်မံဖြစ်ပွား

ပဲရစ် ဇူလိုင် ၉ ရဲတပ်ဖွဲ့၏ ပစ်ခတ်မှုကြောင့် ဆယ်ကျော်သက်အရွယ် မြောက်အမေရိကန်လူငယ်များ လူငယ်တစ်ဦး သေဆုံးမှုကိုအကြောင်းပြု၍ အဓိကရုဏ်းများဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး ရက်သတ္တပတ်အကြာ ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ပြင်သစ်ပြည်သူများက ရဲတပ်ဖွဲ့၏ ချီတက်ဆန္ဒပြမှုကို ပြန်လည်ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း ရိုက်တာသတင်းဌာနက

ဖော်ပြခဲ့သည်။

ပြင်သစ်နိုင်ငံ တစ်ဝန်းလုံး၌ အဓိကရုဏ်းများ ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး နောက်ပိုင်း ဆန္ဒပြပွဲများကိုပြင်သစ်တာဝန်ရှိသူများက ပိတ်ပင်ထားသော်လည်း ဆန္ဒပြသမားရာပေါင်းများစွာတို့သည် ပဲရစ်မြို့လယ်ရှိ သမ္မတနန်းတော်ဆီသို့ ချီတက်ခဲ့ကြသည်။

သို့သော် ရဲတပ်ဖွဲ့၏ လူစုခွဲမှုကြောင့် ဆန္ဒပြသမားများသည် မာလျင်တာရိပ်သာ လမ်းဘက်သို့ ဆုတ်ခွာခဲ့ပြီး ငြိမ်းချမ်းစွာဆက်လက် ချီတက်ဆန္ဒပြ ခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

ဆန္ဒပြပွဲ ပြီးဆုံးပြီးနောက် လူနှစ်ဦးကို ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းခဲ့ကြောင်း ပြင်သစ်ရဲတပ်ဖွဲ့ကသတင်း ထုတ်ပြန်ထားသည်။

ပြင်သစ်ရဲတပ်ဖွဲ့၏ ပစ်ခတ်မှုကြောင့် ပဲရစ်ဆင်ခြေပုံးဒေသ၌ ဇွန် ၂၇ ရက်က အသက် ၁၇ နှစ်ရှိ

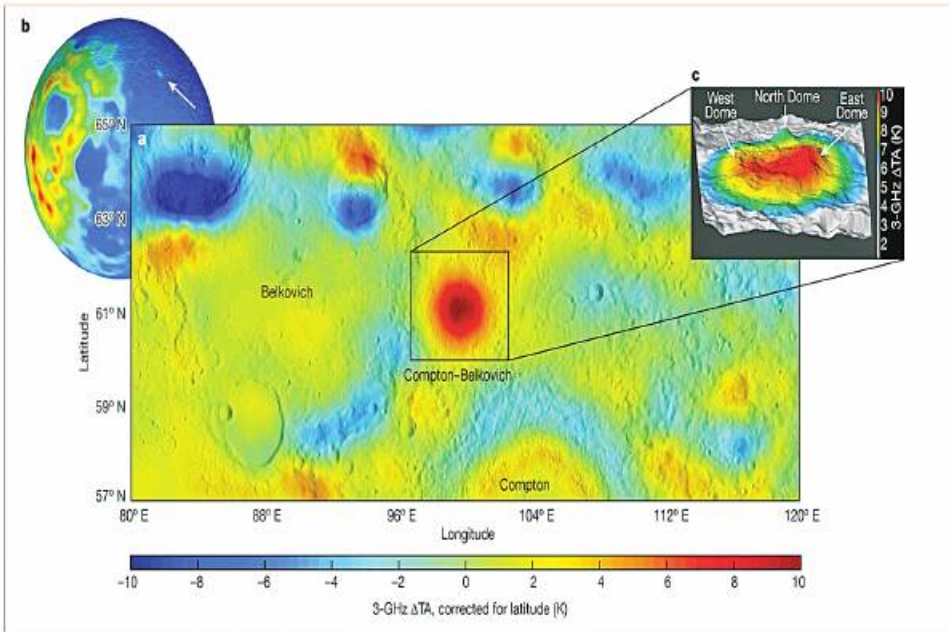
လူငယ်တစ်ဦး သေဆုံးခဲ့ပြီးနောက် ခြောက်ညှိတိုင်တိုင် ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် အဓိကရုဏ်းများအတွင်း ပြင်သစ်တစ်နိုင်ငံလုံး၌ အဆောက်အအုံ ၂၅၀၀ ကျော် ပျက်စီးခဲ့ရသည်။

ထိုနည်းတူ ပြင်သစ်ရဲတပ်ဖွဲ့ကလည်း ဆယ်ကျော်သက်လူငယ် အများစုပါဝင်သည့် လူပေါင်း ၃၀၀၀ကျော်ကို ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်းခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

KKO

SCIENCE AND TECHNOLOGY

လကမ္ဘာမြေအောက်၌ အရွယ်အစားကြီးမားသည့် ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာနယ်မြေတစ်ခုတည်ရှိနေ



ဝါရင်တန် ဇူလိုင် ၉ လကမ္ဘာမြေအောက်၌ အရွယ်အစားကြီးမားသည့် ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာနယ်မြေတစ်ခု တည်ရှိနေကြောင်း သိပ္ပံပညာရှင်များ၏ အဆိုကိုကားကျော် Phys.Org သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။ အမေရိကန် သိပ္ပံပညာရှင်များသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာနယ်မြေတစ်ခုတည်ရှိပြီး ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

လကမ္ဘာမြေအောက်၌ ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာကို တွေ့ရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ဂရန်းနိုက်ကျောက်များသည် ပျောက်ကွယ်သွားသော မီးတောင်များအောက်၌ ဖြေအောက်၍ ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာကို တွေ့ရှိခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

များအောက်ခြေရှိ ချော်ပြန်စနစ်အတွင်းရှိ ချော်ကျောက်များဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ မြေမျက်နှာပြင်ပေါ်သို့ တိုးထွက်ခြင်းမရှိဘဲ ချော်ရည်ပူများအေးခဲသွားချိန်တွင် ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာများ ပေါ်ထွက်လာတတ်သည်ဟု အမေရိကန်သိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားကြောင်း သိရသည်။

အမေရိကန် သိပ္ပံပညာရှင်များ ဖော်ထုတ်တွေ့ရှိထားသော လကမ္ဘာ ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာနယ်မြေမှာ အရွယ်အစားကြီးမားပြီး အချင်းကီလိုမီတာ ၅၀ ထိရှိကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ ဂရန်းနိုက်ကျောက်လွှာနယ်မြေသည် လကမ္ဘာပေါ်၌ ရှေးယခင်က မီးတောင်လှုပ်ရှားမှုများ ပြင်းထန်ခဲ့ကြောင်းကို ပြသနေကြောင်း သိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

KKO

HEALTH

အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသားများအနက် ၇၇ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းမှာ ကိုဗစ်ကူးစက်ခံခဲ့ရ

နယူးယောက် ဇူလိုင် ၉ အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသားများအနက် ၇၇ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းမှာ အနည်းဆုံးတစ်ကြိမ် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ကူးစက်ခံခဲ့ရပြီး ဖြစ်ကြောင်း Health Day News သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။

အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသားများအနက် ၅၄ ဒသမ ၉ ရာခိုင်နှုန်းကသာလျှင် ၎င်းတို့အနေဖြင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်ခံခဲ့ရပြီး ဖြစ်ကြောင်း ယုံကြည်ထားကြသည်။

သို့ရာတွင် အမေရိကန်အစိုးရရောဂါထိန်းချုပ်ရေးနှင့် ကာကွယ်ရေးဗဟိုဌာန (စီဒီစီ)မှ သုတေသနပညာရှင်များ၏ လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်ခံခဲ့ရသည့် အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသားများမှာ ၇၇ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းထိရှိကြောင်း သိရသည်။

သို့ရာတွင် အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသား ၉၆ ဒသမ ၇ ရာခိုင်နှုန်းမှာ ဝိုင်းရပ်စ်ကူးစက်ခံရမှုကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံထားမှုကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အထက်ပါအကြောင်းတရား နှစ်ရပ်စလုံးကြောင့်ဖြစ်စေ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါဆန့်ကျင်ရေးပဋိပစ္စည်းများ ပေါ်ထွက်ခဲ့ကြကြောင်း စီဒီစီသုတေသနပညာရှင်များ၏အဆိုအရ သိရသည်။

အမေရိကန်သုတေသနပညာရှင်များ၏ လေ့လာချက်အရ အသက် ၁၆ နှစ်နှင့်အထက် အရွယ်ရောက် အမေရိကန် နိုင်ငံသားအားလုံးအကျုံးဝင်ကြောင်း သိရသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါကူးစက်ခံခဲ့ရသော အရွယ်ရောက် အမေရိကန်နိုင်ငံသားအများစုတွင် ဝိုင်းရပ်စ်ဆန့်ကျင်ရေးပဋိပစ္စည်းများ ပေါ်ထွက်လာတတ်သော်လည်း ခုခံအားစနစ် အချိန်ကျဆင်းလာချိန်တွင် ၎င်းပဋိပစ္စည်းများအနေဖြင့် ဝိုင်းရပ်စ်ကို အပြည့်အဝကာကွယ်ပေးနိုင်မှုမရှိကြောင်း သုတေသနပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

KKO

Space-X အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီ၏ စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုများ ပျံသန်းရာလမ်းကြောင်းပြောင်းလဲမှု ကြိမ်ရေ ရာပေါင်းများစွာလုပ်ခဲ့ရ

ဝါရင်တန် ဇူလိုင် ၉ အမေရိကန်နိုင်ငံအခြေစိုက် Space-X အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီ၏ စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုများသည် ပြီးခဲ့သည့်ခြောက်လအတွင်း တစ်စင်းနှင့်တစ်စင်းဝင်တိုက်မည့် အရေးကို ရှောင်ရှားရေးအတွက် ပျံသန်းရာလမ်းကြောင်းပြောင်းလဲမှု ကြိမ်ရေ ရာပေါင်းများစွာ လုပ်ခဲ့ရကြောင်း Space.com သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။

အမေရိကန်အစိုးရ အစီရင်ခံစာတစ်ရပ်၏အဆိုအရ စတားလင့်ခ် အင်တာနက်ဝန်ဆောင်မှု ဂြိုဟ်တုများသည် ၂၀၂၂ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာ ၁ ရက်နှင့် ၂၀၂၃ ခုနှစ် မေ ၃၁ ရက် ကြားကာလအတွင်း တစ်စင်းနှင့်တစ်စင်းဝင်တိုက်မည့် အရေးကိုရှောင်ရှား၍ ပျံသန်းရာ

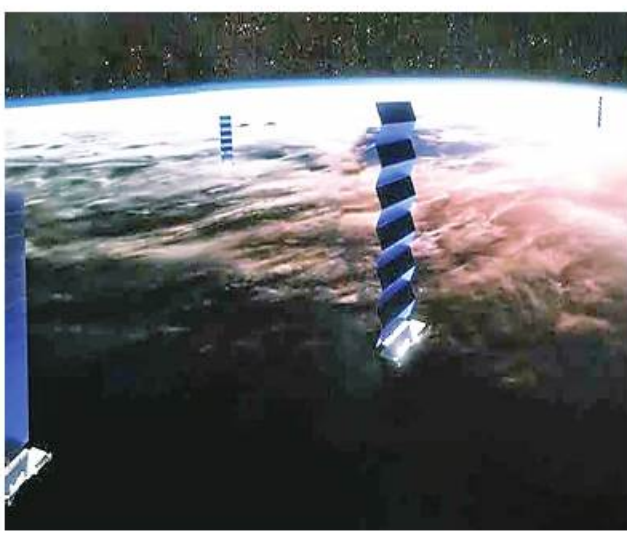
လမ်းကြောင်းပြောင်းလဲမှု အကြိမ် ၂၅၀၀၀ ကျော် လုပ်ခဲ့ရကြောင်း သိရသည်။ ထို့ပြင် ၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း ပထမဆုံး စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တု အုပ်စုကို လွှတ်တင်ခဲ့ပြီးနောက်ပိုင်း Space-X အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီသည် လက်ရှိအချိန်ထိ Space-X ကုမ္ပဏီ၏ စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုများမှာ ပျံသန်းရာလမ်းကြောင်း ပြောင်းလဲမှုပေါင်း ၅၀၀၀ ကျော်ပြုလုပ်ခဲ့ရပြီးဖြစ်သည်။

မှစ၍ လက်ရှိအချိန်ထိ Space-X ပညာကုမ္ပဏီအနေဖြင့် စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုများကို ဆက်လက်လွှတ်တင်ဦးမည်ဖြစ်ရာ အထက်ပါအခြေအနေမှာပို၍ ဆိုးရွားလာနိုင်ကြောင်း ကျွမ်းကျင်သူများက သတိပေးထားသည်။

Space-X အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီသည် လက်ရှိအချိန်တွင် စတားလင့်ခ်အင်တာနက်ဝန်ဆောင်မှု ကွန်ရက်အတွက် စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုအစင်းပေါင်း ၄၇၀၀ ကျော် လွှတ်တင်ထားပြီး ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ထို့ပြင် Space-X အာကာသနည်းပညာကုမ္ပဏီအနေဖြင့် အဆိုပါ အင်တာနက်ဝန်ဆောင်မှုဂြိုဟ်တု ကွန်ရက်အတွက် စတားလင့်ခ်ဂြိုဟ်တုအစင်း ၁၂၀၀၀ ထိ လွှတ်တင်ခွင့်ရထားကြောင်း သိရသည်။

KKO



လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်မှုက ဦးနှောက်အိုမင်းလာချိန်တွင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာစွမ်းဆောင်ရည်ကျဆင်းမှုကို ကာကွယ်နိုင်

နယူးယောက် ဇူလိုင် ၉ လေ့ကျင့်ခန်း ပုံမှန်ပြုလုပ်မှုသည် ဦးနှောက်အိုမင်းလာချိန်တွင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ စွမ်းဆောင်ရည်ကျဆင်းလာမှုကို ကာကွယ်ရာ၌ အထောက်အကူပေးနိုင်ကြောင်း Health Day News သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။

ဗြိတိန်နိုင်ငံ လန်ဒန်ကောလိပ်တက္ကသိုလ်မှ သုတေသနပညာရှင်များ၏အဆိုအရ လှုပ်လှုပ်ရှားရှားအနေများသော်လည်း တစ်ညအိပ်ချိန် ခြောက်နာရီအောက်တွင်သာ ရှိသောသူများတွင် တွေးတောဆင်ခြင်နိုင်မှုစွမ်းရည်ကျဆင်းမှု ပိုမိုမြန်တတ်ကြောင်း သိရသည်။

နောင် ၁၀ နှစ်အကြာ ဦးနှောက်ကြည့်ချိန်တွင် အိပ်ချိန်နည်း၍ လှုပ်လှုပ်ရှားရှား အနေများသူများ၏ တွေးတောဆင်ခြင်နိုင်မှုစွမ်းရည်သည် အထိုင်းအဆနှင့် ညီမျှနေသည်ကို တွေ့ရကြောင်း ဗြိတိန်သုတေသန ပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

သို့ဖြစ်ရာ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုများ၏ ဦးနှောက်စွမ်းဆောင်ရည်အကျိုးကျေးဇူးများကို ရယူရန် လုံလောက်သည့်အိပ်ချိန် လိုအပ်ကြောင်း သုတေသနပညာရှင်များက သုံးသပ်ထားသည်။

မိမိတို့၏လေ့လာတွေ့ရှိချက်အရ တစ်ညအိပ်စက်ချိန် ခြောက်နာရီမှ ရှစ်နာရီထိရှိပြီး ကိုယ်ကာယလှုပ်ရှားမှုအဆင့်မြင့်မားမှုနှင့် တွေးတောဆင်ခြင်နိုင်မှုစွမ်းရည် မြင့်မားလာမှုတို့ကြား ဆက်စပ်နေကြောင်း သုတေသန ပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

KKO



ကမ္ဘာမြေကြီး၏ အတွင်းဝတ်ဆံလုံးသည် အလုံးစုံအစိုင်အခဲမဟုတ်ဘဲ အတွင်းပိုင်း၌ သတ္တုရည်ပူများအနေဖြင့် စီးဆင်းနေနိုင်

ဝါရင်တန် ဇူလိုင် ၉ ကမ္ဘာမြေကြီး၏ အတွင်းဝတ်ဆံလုံးသည် အလုံးစုံအစိုင်အခဲမဟုတ်ဘဲ အတွင်းပိုင်း၌ သတ္တုရည်ပူများအနေဖြင့် စီးဆင်းနေနိုင်ကြောင်း Space.com သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။

အမေရိကန်နိုင်ငံ ယူတားတက္ကသိုလ်မှ သိပ္ပံပညာရှင်များသည် ကမ္ဘာမြေအတွင်းပိုင်းမှ မျက်နှာပြင်ပေါ်သို့ ရောက်ရှိလာသည့် ငလျင်လှိုင်းပဲ့တင်သံများကိုလေ့လာခဲ့ကြသည်။

လေ့လာချက် ရလဒ်များအရ ပြင်ပသတ္တုရည်ပူများ အေးခဲလာမှုကြောင့် ကမ္ဘာ့အတွင်းဝတ်ဆံ၏ အရွယ်အစားမှာ တစ်နှစ်လျှင် သုည ဒသမ ၀၄ လက်မနှုန်းဖြင့် ကြီးမားလာကြောင်း သိရသည်။

ထို့ပြင် ကမ္ဘာ့အတွင်းဝတ်ဆံလုံးသည် အစိုင်အခဲဖြစ်မဟုတ်ဘဲ အတွင်းထဲ၌ သတ္တုရည်ပူများ စီးဆင်းနေဖွယ်ရှိကြောင်း သိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားသည်။

ကမ္ဘာကြီး၏ အတွင်းဝတ်ဆံလုံးသည် သံ၊ နီကယ်သတ္တုတို့ဖြင့်

အဓိကဖွဲ့စည်းထားပြီး အချင်းအားဖြင့် မိုင်ပေါင်း ၁၅၂၀ ခန့်ရှိကြောင်း သိရသည်။

အဆိုပါ အတွင်းဝတ်ဆံလုံးကို ထုအားဖြင့် မိုင် ၁၄၀၀ ခန့်ရှိသော သတ္တုရည်ပူများက အပြင်လွှာအဖြစ် ဖုံးလွှမ်းထားကြောင်း သိရသည်။

KKO



ယူဂို ၂၀၂၃ ယူ-၂၁ ပြိုင်ပွဲတွင် စပိန်ကိုအနိုင်ယူ၍ အင်္ဂလန်အသင်း ချန်ပီယံဆုတွက်ခူး



ချန်ပီယံအင်္ဂလန်အသင်းကလည်း ခံစစ်အားပြုကစားလာသဖြင့် စပိန်အသင်းက ဖိအားပေးမှုများ ပိုမိုပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သော်လည်း အင်္ဂလန်ရိုးသမား ထရော့ဖီဒ်၏ လက်စွမ်းပြကာကွယ်မှုများကြောင့် ချေပရိုရိုရန် နစ်နာခဲ့ကာ နာကျင်အချိန်မိနစ် ၉၀ ကျော်တွင် စပိန်အသင်းပင်နယ်တီ ကန်သွင်းခွင့်ရရှိခဲ့ရာ တိုက်စစ်မှူး အေဘယ်ရှင်က ကန်သွင်းခဲ့သော်လည်း ရိုးသမားထရော့ဖီဒ်က ကာကွယ်မှုပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သောကြောင့် ပွဲပြီးဆုံးချိန်တွင် အင်္ဂလန်အသင်းက ကာကွယ်ရန်၏ သွင်းရိုးတစ်ရိုးတည်းဖြင့် အနိုင်ရခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ဝင်ဘယ်ဒန်တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲစတင်အဆင့်သို့ စပိန်ကစားသမား အယ်ကာရက်စ် တက်ရောက်

လန်ဒန် ဇူလိုင် ၉
အင်္ဂလန်နိုင်ငံ လန်ဒန်မြို့တွင် ကျင်းပနေသည့် ဝင်ဘယ်ဒန်အမျိုးသားတစ်ဦးချင်း တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲ တတိယအဆင့်တွင် နိုင်ငံခြေအဆင့်(၁)အဖြစ် သတ်မှတ်ခံထားရသည့် စပိန်တင်းနစ်ကစားသမား အယ်ကာရက်စ်သည် ချီလီတင်းနစ်ကစားသမား နီကိုလက်စ်ဂျာရီဖြင့် ယှဉ်ပြိုင်ကစားခဲ့ပြီး အယ်ကာရက်စ်က (၆-၃၊ ၆-၇၊ ၆-၃၊ ၇-၅) ရလဒ်ဖြင့် အနိုင်ရရှိကာ စတုတ္ထအဆင့်သို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြောင်း Express သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အယ်ကာရက်စ်သည် ကမ္ဘာ့အဆင့် (၁) နေရာအားဆက်လက်ထိန်းသိမ်းနိုင်ရေးအတွက် ချန်ပီယံဆုကို ဆွတ်ခူးနိုင်ရန် လိုအပ်နေသလို ကစားသမားဘဝသက်တမ်းတစ်လျှောက် ပထမဦးဆုံးသော ဝင်ဘယ်ဒန်ဆုဖလားကို ဆွတ်ခူးနိုင်ရေးအတွက်လည်း ပစ်မှတ်ထားနေသည်။

အယ်ကာရက်စ်သည် ဝင်ဘယ်ဒန်တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲစတင်မီ အကြိုကျင်းပခဲ့သော Queen's Club Championships တင်းနစ်ပြိုင်ပွဲတွင် ချန်ပီယံဆုကို ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့ပြီး မြက်ကွင်းအမျိုးအစားတွင် ကျင်းပ

ဘာဘူမီ ဇူလိုင် ၉
ဂျော်ဂျီယာနိုင်ငံ ဘာဘူမီမြို့တွင် ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့သည့် ယူဂို ၂၀၂၃ ယူ-၂၁ ဝိုလ်လုပွဲစဉ်အဖြစ် အင်္ဂလန်အသင်းနှင့် စပိန်အသင်းတို့ ကစားခဲ့ရာတွင် အင်္ဂလန်အသင်းက တစ်ရိုးရိုးမရှိဖြင့် အနိုင်ရခဲ့သောကြောင့် ချန်ပီယံဆုဖလားဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့ကြောင်း Channel-newsasia.com က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အဆိုပါပွဲစဉ်တွင် နှစ်သင်းစလုံးကစားသမားအစုံအလင်ဖြင့် ပွဲထွက်လာသောကြောင့် ပြိုင်ဆိုင်မှုပြင်းထန်ခဲ့ပြီး စပိန်အသင်းက ဘောလုံးပိုင်ဆိုင်မှု အသားပေးကစားနိုင်ခဲ့သော်လည်း ထိရောက်သည့် ရိုးပေါက်ခြိမ်းခြောက်မှု မပြုလုပ်နိုင်ဘဲ တန်ပြန်တိုက်စစ်ဖြင့် ပြန်လည်ကစားခဲ့သည့် အင်္ဂလန်အသင်းကသာ ရိုးပေါက်ခြိမ်းခြောက်မှုပြုလုပ်ခဲ့သောကြောင့် ပွဲကစားချိန်

နာကျင်အချိန်ပို ၄၅ မိနစ်အတွက် တွင် အင်္ဂလန်အသင်းကစားသမားက တစ်ရိုးရိုးက ဦးဆောင်ရိုးသွင်းယူနိုင်ခဲ့ပြီး တစ်ရိုး ရိုးမရှိဖြင့် ဦးဆောင်ခဲ့သည်။ ဒုတိယပိုင်းတွင် စပိန်အသင်းက ချေပရိုရိုရေးအတွက် လူစားလဲမှုများ ပြုလုပ်၍ တိုက်စစ်မြှင့်တင်ကစားခဲ့သော်လည်း အင်္ဂလန်အသင်း၏ ခံစစ်ကစားပုံကောင်းမွန်မှုကြောင့် ချေပရိုရိုရန် ရှန်းကန်

ထို့ပြင် အင်္ဂလန် ယူ-၂၁ အသင်းသည် ယခုပြိုင်ပွဲအုပ်စုပွဲစဉ်တွင် ပေးရိုးမရှိဘဲ သုံးပွဲစလုံး အနိုင်ရခဲ့သည့်အပြင် ကွာတားပိုင်နယ်အဆင့်၊ ဆီမီးပိုင်နယ်အဆင့်နှင့်ဝိုလ်လုပွဲစဉ်တွင်လည်း ပေးရိုးမရှိဘဲ အနိုင်ရရှိအောင် စွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့ပြီး ယူ-၂၁ ပြိုင်ပွဲတွင် ပထမဆုံး ဆုဖလားဆွတ်ခူးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ML

ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီ ကုန်ဆုံးချိန်တွင် ကစားသမားဘဝမှ အနားယူမည်ဟု အမျိုးသမီး ဝါရင့်ကစားသမား ရာပီနိုးပြောကြား

ဝယ်လင်တန် ဇူလိုင် ၉
ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲ ကစားမည့် အမေရိကန်လက်ရွေးစင် တိုက်စစ်မှူး ရာပီနိုးက ၎င်းအနေဖြင့် ယခုနှစ် ဘောလုံးရာသီကုန်တွင် ကစားသမားဘဝမှ အနားယူမည်ဖြစ်ကြောင်း အတည်ပြုပြောကြားခဲ့သည်ဟု Channelnewsasia.com က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

လက်ရှိတွင် ၂၀၂၃ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲဝင်မည့် အမေရိကန်အမျိုးသမီးအသင်းသည် နယူးဇီလန်နိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိနေပြီး လက်ရွေးစင်အသင်းလူစာရင်းတွင် ပါဝင်လာခဲ့သည့် ဝါရင့်ကစားသမား ရာပီနိုးက ၎င်း၏ ကစားသမားဘဝလေးကြိမ်မြောက်ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲကစားအပြီး ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီ

အကုန်တွင် ကစားသမားဘဝမှ အနားယူမည်ဟု မီဒီယာများနှင့် တွေ့ဆုံချိန်တွင်အတည်ပြုပြောကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။ အသက် ၃၈ နှစ်ရှိ ရာပီနိုးက “အသင်းအနေနဲ့ ယုံကြည်မှုပေးခဲ့တာကြောင့် ကျွန်ုပ်အနေနဲ့အခု ကမ္ဘာ့ဖလားမှာ ပါဝင်ခွင့်ရခဲ့တာပါ။ လက်ရှိအချိန်ထိ လက်ရွေးစင်

အသင်းနဲ့ရှိနေခွင့်ရတာကိုပဲ အရမ်းဂုဏ်ယူမိပါတယ်။ ကျွန်ုပ်အနေနဲ့ အခုပြိုင်ပွဲမှာ အစွမ်းကုန်ကြိုးစားကစားသွားမှာပါ။ ဒီပြိုင်ပွဲပြီးလို့ အခုနှစ် ဘောလုံးရာသီကုန်ရင် တော့ ကစားသမားဘဝက အနားယူဖို့ဆုံးဖြတ်ထားပါတယ်”ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ML



လာအိုကလပ် Young Elephants FC အသင်းနှင့် အမှတ်ပေးဖလား ဆွတ်ခူးနိုင်သည့် ဒုတိယမြောက်ကစားသမား ကောင်းမြတ်သူ ဖြစ်လာ

ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉
မြန်မာ လူငယ်တိုက်စစ်ကစားသမား ကောင်းမြတ်သူသည် လာအို ထိပ်တန်းကလပ်အသင်းတစ်သင်းဖြစ်သည့် Young Elephants FC အသင်းနှင့်အတူ လာအိုအမှတ်ပေး ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့ပြီးနောက် လာအိုအမှတ်ပေးဖလား ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့သည့်ဒုတိယမြောက် မြန်မာကစားသမားဖြစ်လာခဲ့သည်ဟု ASEAN Football သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

ကောင်းမြတ်သူသည် ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီတွင် လာအိုကလပ် Young Elephants FC အသင်းသို့ ကာလတိုစာချုပ်တစ်ရပ်ဖြင့် ပြောင်းရွှေ့ကစားခဲ့ပြီး အသင်းနှင့်အတူ လာအိုအမှတ်ပေးပြိုင်ပွဲတွင်

ဝါးပွဲကစားခွင့်ရရှိခဲ့ရာ ကိုယ်တိုင်နှစ်ရိုးသွင်းယူနိုင်ခဲ့ပြီး နှစ်ကြိမ်ရိုးဖန်တီးမှုပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သူဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီ အကုန်တွင် Young Elephants FC အသင်းနှင့် ကောင်းမြတ်သူတို့ စာချုပ်သက်တမ်းမှာ ကုန်ဆုံးတော့မည်ဖြစ်ပြီး Young Elephants FC အသင်းအနေဖြင့် လာအိုအမှတ်ပေးချန်ပီယံဆုဖလားဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့သည့်အတွက် ယခုနှစ်ဘောလုံးရာသီတွင် AFC Cup ပြိုင်ပွဲဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ရမည်ဖြစ်သောကြောင့် ကောင်းမြတ်သူကို သက်တမ်းတိုး စာချုပ်ချုပ်ဆိုသွားဖွယ်ရှိနေသည်။

လာအိုအမှတ်ပေး ချန်ပီယံဆုဖလားရရှိခဲ့သည့် ပထမဆုံး



မြန်မာကစားသမားမှာ အိစိုးဖြစ်ပြီး အိစိုးသည်လည်း Young Elephants FC အသင်းနှင့်အတူ လာအိုအမှတ်ပေးဖလားကို ဆွတ်ခူး

နိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကာ ယခုအခါ ကောင်းမြတ်သူက ဒုတိယမြောက် ကစားသမား ဖြစ်လာခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

STA

အားကစားသတင်း အတိုအထွာများ

- ဘာစီလိုနာအသင်းက လူငယ်ကစားသမား ပစ်တာရိုကွီကို တရားဝင်မှတ်ပုံတင်နိုင်ရန်အတွက် အသင်းမှ ဖာရန်တောရက်စ်၊ အန်ဆူဟာတီ၊ ဖရန်ကက်စီနှင့် အဲရစ်ဂါစီယာတို့ထံမှ အနည်းဆုံး နှစ်ဦးကို ရောင်းချသွားမည်ဟု ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။
- နည်းပြတန်ဟတ်က အသင်းအား တည်ဆောက်နိုင်ရန်အတွက် ဆန်ချို၊ မက်ဂွေး၊ တွန်မနေးနှင့် ဖရက်ဒ်တို့ကို ရောင်းချရန် ဆုံးဖြတ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
- အေပီလာအသင်းက လေဟာကူဆင်တောင်ပံကစားသမား မူဆာဒီယာဘီကိုခေါ်ယူရန် အာဆင်နယ်၊ နယူးကာဆယ်၊ မန်ယူအသင်းတို့နှင့် အပြိုင်ကမ်းလှမ်းခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ML

360 Fight Club IV မြန်မာ့ရိုးရာလက်ဝှေ့စိန်ခေါ်ပွဲကို ရန်ကုန်မြို့ သိမ်ဖြူလက်ဝှေ့ရုံတွင် ကျင်းပ

ရန်ကုန် ၇ ဇူလိုင် ၉

360 Fight Club IV မြန်မာ့ရိုးရာလက်ဝှေ့စိန်ခေါ်ပွဲကို ယနေ့ မွန်းလွဲပိုင်းက ရန်ကုန်မြို့ သိမ်ဖြူလက်ဝှေ့ရုံတွင် ကျင်းပခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဦးစွာပွဲစဉ်(၁)အဖြစ် ပနာအဲနှင့် စောထက်အောင်တို့ ယှဉ်ပြိုင် ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲသရေရလဒ်နှင့် ပွဲစဉ်(၂)အဖြစ် The Diamond Win နှင့် ဗန်လုတို့ယှဉ်ပြိုင်ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ဗန်လုကအနိုင်ရရှိခဲ့ပြီး ပွဲစဉ်(၃)အဖြစ် ကသေဝါးနှင့် ဇော်ဒူလမရွေးတို့ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲသရေရလဒ် ပွဲစဉ် (၄) အဖြစ် သန်းလင်းအောင်နှင့် ဆိုင်မွန်တို့ထိုးသတ်ခဲ့ရာ သန်းလင်းအောင်ကအနိုင်ရရှိခဲ့ကာ ပွဲစဉ် (၅) အဖြစ် အောင်ကိုနှင့် မြင့်မြတ်ဟိန်းတို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲ သရေရလဒ် ထွက်ပေါ်ခဲ့သည်။

ဆက်လက်ပြီး ပွဲစဉ်(၆)အဖြစ် အဏ္ဏဝါဟိန်းနှင့်အောင်ကောင်းကျော်တို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ အောင်ကျော်ဟိန်းကလည်းကောင်း၊ ပွဲစဉ်(၇)



အဖြစ် ဆောကဘေးဖိုးနှင့် ရဲကျော်အောင်တို့ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ဆောကဘေးဖိုးကလည်းကောင်း အသီးသီးအနိုင်ရရှိခဲ့ပြီး ပွဲစဉ် (၈) အဖြစ် စသန်းပြီးဇော်နှင့် ကျားရိုးတို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲ သရေရလဒ် ထွက်ပေါ်ခဲ့သည်။ အလားတူ ပွဲစဉ် (၉) အဖြစ် ဒီးဒီးနှင့် ဂျာလတို့ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲသရေရလဒ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊

ပွဲစဉ်(၁၀) အဖြစ် အောင်ရဲနိုင်နှင့် မင်းမင်းတို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ ပူးတွဲ သရေရလဒ်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ပွဲစဉ် (၁၁)အဖြစ် စောကဲဒီနှင့် စောလယ်ရဲတို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ စောကဲဒီကလည်းကောင်း၊ ပွဲစဉ် (၁၂)အဖြစ် တမာကျားနှင့် သူရိန်တို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ တမာကျားကလည်းကောင်း၊ ပွဲစဉ် (၁၃) အဖြစ် မင်းကိုနှင့် ညီရဲခန့်တို့ယှဉ်ပြိုင်ထိုး

သတ်ခဲ့ရာ ညီရဲခန့်ကလည်းကောင်း အသီးသီးအနိုင်ရရှိခဲ့သည်။ ထို့နောက် နောက်ဆုံးပွဲစဉ်အဖြစ် စိုင်းလုံနှင့် မုန်ဆမ်အောင်တို့ ထိုးသတ်ခဲ့ရာ အပြန်အလှန် ထိုးသတ်ချက်များဖြင့် အကြိတ်အနယ်ရှိခဲ့သော်လည်း အနိုင်အရှုံး ရလဒ်မပေါ်ဘဲ ပူးတွဲသရေရလဒ်ဖြင့် ပြီးဆုံးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ STA

ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲယှဉ်ပြိုင်ရန် မြန်မာပိုက်ကျော်ခြင်းအသင်း ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ထွက်ခွာ

ဗန်ကောက် ၇ ဇူလိုင် ၉

ထိုင်းနိုင်ငံက အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံကျင်းပမည့် ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ရန်အတွက် မြန်မာပိုက်ကျော်ခြင်းအသင်းသည် ဇူလိုင် ၈ ရက်က ရန်ကုန်မြို့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ်မှ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ထွက်ခွာခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုင်းဘုရင့်ဖလား ပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲကို ယနေ့မှစတင်ပြီး ၁၆ ရက်ထိ ထိုင်းနိုင်ငံ ကိုရက်မြို့တွင် ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ပြီး အမျိုးသား သုံးယောက်တွဲအသင်း လိုက်ပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီး သုံးယောက်တွဲ အဖွဲ့ငယ်ပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးလေးယောက် တွဲပြိုင်ပွဲ၊ Mix Regu ပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသမီးတွင်းသွင်းခြင်း ပြိုင်ပွဲ စသည့်ပြိုင်ပွဲများ ထည့်သွင်းကျင်းပ

သွားမည်ဖြစ်သည်။ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ လိုက်ပါသွားခဲ့သည့် မြန်မာပိုက်ကျော်ခြင်းအသင်းတွင် အသင်းအုပ်ချုပ်သူအဖြစ် ဦးဇော်လင်း၊ အသင်းနည်းပြများအဖြစ် ဦးဌေးဝင်းအောင်၊ ဦးအောင်မျိုးသွင်နှင့် ဦးအောင်မျိုးဆွေတို့ ပါဝင်ခဲ့ကြသည်။ ထို့ပြင် ကစားသမားများအဖြစ် အမျိုးသမီးအသင်းတွင် ဖြူဖြူလင်း၊ ခင်နှင်းဝေ၊ ကြူကြူလင်း၊ နှင်းနှင်းဝေ၊ ခင်ပပလှိုင်၊ ယမုံလင်းနိုင်နိုင်ဝင်း၊ နွယ်နွယ်ထွေး၊ ဆုတင်လာနိုင်၊ ဖိုးမူ၊ ဆုမွန်အောင်နှင့်ဆောင်းဦးဝေ၊ အမျိုးသားအသင်းတွင် ဇော်ကိုကိုအောင်ခန့်သူ၊ သန့်လင်ထွန်း၊ မင်းသန့်သူ၊ ထွန်းဝဏ္ဏအောင်၊ ဝင်းကျော်၊ ဝင်းဇော်ဇော်ဦး၊ ရဲထက်၊ ဖေမြင်းချမ်း၊ သက်ပိုင်စိုးနှင့် ရှိန်းဝဏ္ဏဇော်တို့ လိုက်ပါခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ STA

UFC ဖယ်သာဝိတ်တန်းချန်ပီယံဆုကို ပိုကာနိုဗိုစကီး ကာကွယ်နိုင်ခဲ့

လက်ခံစား ၇ ဇူလိုင် ၉

UFC ဖယ်သာဝိတ်တန်း လက်ရှိချန်ပီယံ ကာကွယ်ပွဲစဉ်အဖြစ် ဩစတြေးလျ ကစားသမားပိုကာနိုဗိုစကီးနှင့် စိန်ခေါ်သူ မက္ကဆီကို ကစားသမားရိုဒရီဂွက်ဂိုယို ယနေ့အစောပိုင်းတွင် အမေရိကန်နိုင်ငံ နီဗားဒါးပြည်နယ် လက်စ်ဗီးဂတ်တွင် ထိုးသတ်ခဲ့ရာ တတိယမြောက် အချိန်တွင် လက်ရှိချန်ပီယံပိုကာနိုဗိုစကီးက ခိုင်ပွဲရပ်ရလဒ်ဖြင့် အနိုင်ရရှိသွားခဲ့ကြောင်း WA Today သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။

အရှုံးပေးခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်။ ပိုကာနိုဗိုစကီးသည် လက်ရှိချန်ပီယံဆုအား ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့ပြီး နောက် လိုက်ပိတ်တန်းချန်ပီယံခါးပတ်ကိုပါ ရယူလိုသည့်အတွက် လိုက်ပိတ်တန်းတွင် ထိုးသတ်ရန် စီစဉ်မည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားခဲ့သည်။

ပိုကာနိုဗိုစကီးက “ဖယ်သာဝိတ်တန်း လက်ရှိ ချန်ပီယံကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့လို့ ဝမ်းသာရုဏ်ယူပါတယ်။ ကျွန်တော်အနေနဲ့ လိုက်ပိတ်တန်းခါးပတ်ကို လိုချင်တယ်။ လိုက်ပိတ်တန်း ခါးပတ်အတွက် ဘယ်လို ပြိုင်ဘက်မျိုးကိုမဆို ယှဉ်ပြိုင်ထိုးသတ်ဖို့ အဆင်သင့်ပါပဲ။ လိုက်ပိတ်တန်း ချန်ပီယံခါးပတ်အတွက် ကျွန်တော်လာခဲ့မယ်လို့ လိုက်ပိတ်တန်း ချန်ပီယံခါးပတ်ကို စိတ်ဝင်စားနေတဲ့ ပြိုင်ဘက်အားလုံးကို အသိပေးပါတယ်။ ရိုဒရီဂွက်ဂိုယို အနိုင်ထိုးသတ်နိုင်ခဲ့တဲ့ အခြေအနေပေါ် မှာအားရကျေနပ်မှုရှိပါတယ်” ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ AZL

တတိယမြောက်အချိန်တွင် အနိုင်ရရှိခဲ့သည့် ပိုကာနိုဗိုစကီးက “ဒါပေမဲ့လဲ အခက်အခဲတွေကို အကောင်းဆုံး ကျော်လွှားပြီးတော့ Bogyey-free ရလဒ်ရယူနိုင်ခဲ့သလို အမှတ်ပေး ဝေးကွာလို့ ဦးဆောင်ခွင့်ရခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးနေ့မှာလဲ ပုံစံကောင်းကို ဆက်ထိန်းနိုင်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်” ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။ AZL



ဂျွန်တယ်ရီက ချဲလ်ဆီးနှင့် ပြန်လည်ပူးပေါင်းခဲ့ကြောင်း အတည်ပြုပြောကြား



လန်ဒန် ၇ ဇူလိုင် ၉

ပြီးခဲ့သည့် ဘောလုံးရာသီက လက်စတာအသင်းနည်းပြ စမစ်လက်အောက်တွင် လက်ထောက်နည်းပြတာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည့်

ဂျွန်တယ်ရီက ယခုအခါ ချဲလ်ဆီးအသင်းနည်းပြအဖွဲ့တွင် ပြန်လည်ပါဝင်လာခဲ့ပြီး အသင်းနှင့်ပြန်လည်ပူးပေါင်းခဲ့ကြောင်း အတည်ပြုပြောကြားခဲ့သည်ဟု 90Min.com

က ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ချဲလ်ဆီးအသင်း ခံစစ်ကစားသမားဟောင်း ဂျွန်တယ်ရီသည် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က ချဲလ်ဆီးအသင်း လူငယ်အကယ်ဒမီ အကြံပေးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး နောက် လက်စတာအသင်းနည်းပြ စမစ်လက်အောက်တွင် လက်ထောက်နည်းပြအဖြစ် ပါဝင်ခဲ့သော်လည်း လက်စတာအသင်းအနေဖြင့် တန်းဆင်းခဲ့ရပြီးနောက် လက်ရှိတွင် ဂျွန်တယ်ရီသည် ချဲလ်ဆီးအသင်းနှင့် ပြန်လည်ပူးပေါင်းခဲ့ကာ လူငယ်အကယ်ဒမီနည်းပြအဖြစ် ပြန်လည်တာဝန်ယူမည်ဖြစ်သည်။ အသင်းနည်းပြ ပိုချက်တီနိုက “ဂျွန်တယ်ရီဟာ အသင်းအတွက် အစဉ်အလာကြီးမားတဲ့ ခေါင်း

ဆောင်ကောင်း တစ်ယောက်ပါ။ သူဟာ စွမ်းဆောင်ရည်ကောင်းတွေ ရှိသလို အကောင်းဆုံးနည်းပြတစ်ဦးလဲဖြစ်ပါတယ်။ ကျွန်တော်တို့အသင်းမှာ ဂန္ထဝင်ကစားသမားတစ်ဦးနည်းပြအဖြစ် ရှိနေတယ်ဆိုတာ ကံကောင်းမှုတစ်ခုပါ” ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။ ချဲလ်ဆီးအသင်းသည် လက်ရှိ နွေရာသီ အပြောင်းအရွှေ့ကာလတွင် လူငယ်အကယ်ဒမီမှ လီယိုကာဒိုဆို၊ ဒိုင်ယာ၊ ရန်ဟမ်တို့ အသင်းမှ ထွက်ခွာခဲ့သည့်အပြင် ယခုအခါ ဆမ်မြူရစ်စမစ်မှာလည်း အဲတတန်အသင်းသို့ ပြောင်းရွှေ့ရန် သေချာနေသောကြောင့် အရည်အသွေးရှိသည့် လူငယ်ကစားသမားများကို လက်လွှတ်ခဲ့ရကြောင်း သိရသည်။ ML

John Deere Classic ပြိုင်ပွဲအမှတ်ပေးဇယားကို ဘရန်ဒန်တော့ ဦးဆောင်

အိလီနွိုက် ၇ ဇူလိုင် ၉

အမေရိကန်နိုင်ငံ အိလီနွိုက်ပြည်နယ်တွင် ကျင်းပနေသည့် John Deere Classic ဂေါက်သီးရိုက်ပြိုင်ပွဲ တတိယနေ့အပြီးတွင် အမေရိကန် ဂေါက်သီးရိုက်ကစားသမား ဘရန်ဒန်တော့က စုစုပေါင်း သတ်မှတ်ရိုက်ချက်ထက် ၁၆ ချက်လျော့ရိုက်ကာ အမှတ်ပေးဇယားကို ဦးဆောင်နေကြောင်း Sky Sports သတင်းဌာနက ယနေ့တွင် ဖော်ပြခဲ့သည်။ တစ်နိုင်တည်းသား ဂေါက်သီး

ရိုက် ကစားသမားများဖြစ်ကြသည့် အာဒမ်ချန်၊ မက္ကဆီနှင့်စမောလေတို့က စုစုပေါင်း သတ်မှတ်ရိုက်ချက်ထက် ၁၅ ချက်စီ လျော့ရိုက်ကာ အမှတ်ပေးဇယား၏ ဒုတိယနေရာတွင် ပူးတွဲရပ်တည်လျက်ရှိသည်။ အသက် ၃၇ နှစ်ရှိ ဘရန်ဒန်တော့သည် ကစားသမားဘဝ သတ်တမ်းတစ်လျှောက် PGA Tour တွင် ချန်ပီယံဆုဖလားအား သုံးကြိမ်ထိ ရရှိခဲ့ဖူးသည်ကစားသမားတစ်ဦးဖြစ်သလို ယခုပြိုင်ပွဲတွင်လည်း ပထမနေ့မှ တတိယနေ့ထိ

လက်စွမ်းပိုင်းတည်ငြိမ်ခဲ့ပြီးချန်ပီယံဆုကို စိန်ခေါ်နိုင်သည့်အခွင့်အရေးကောင်းများ ပိုင်ဆိုင်ထားသည်။ ဘရန်ဒန်တော့က “တတိယနေ့မှာ ကစားနိုင်ခဲ့တဲ့ လက်စွမ်းပိုင်းဟာ ကျွန်တော်လိုချင်နေတဲ့ပုံစံမျိုးဖြစ်ပါတယ်။ တတိယနေ့မှာအကောင်းဆုံးကစားနိုင်ခဲ့တဲ့ ပြိုင်ပွဲဝင်တစ်ဦးမဟုတ်ခဲ့ပေမဲ့လဲ နောက်ဆုံးနေ့မှာ Bogyey-free ရခဲ့တာကို ဝမ်းသာရုဏ်ယူမိပါတယ်။ တတိယနေ့ရဲ့ နောက်ဆုံးကျင်းကတော့ အရမ်းကို စိတ်လှုပ်ရှားစရာ ကောင်းခဲ့ပါ

တယ်။ နောက်ဆုံးကျင်းမှာ အခက်အခဲတွေ အများကြီး ရင်ဆိုင်ခဲ့ရသလို နောက်ဆုံးကျင်းမှာရင်ဆိုင်ခဲ့ရတဲ့ အခက်အခဲကြောင့် Bogyey-free ရလဒ်ပျက်သွားနိုင်တဲ့ အခြေအနေဖြစ်ခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့လဲ အခက်အခဲတွေကို အကောင်းဆုံး ကျော်လွှားပြီးတော့ Bogyey-free ရလဒ်ရယူနိုင်ခဲ့သလို အမှတ်ပေး ဝေးကွာလို့ ဦးဆောင်ခွင့်ရခဲ့တယ်။ နောက်ဆုံးနေ့မှာလဲ ပုံစံကောင်းကို ဆက်ထိန်းနိုင်မယ်လို့ မျှော်လင့်ပါတယ်” ဟု ပြောကြားခဲ့သည်။ AZL

စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှေးကွေးလာသော အိန္ဒိယနိုင်ငံ

ဝင်းဇင်(သုတေသန)

Unemployment in India



အိန္ဒိယနိုင်ငံသည် ကမ္ဘာ့လူဦးရေအများဆုံးနိုင်ငံဖြစ်လာသည်အပြင် လူငယ်ဦးရေအများဆုံးနိုင်ငံအဖြစ်လည်း ရပ်တည်လာလျက်ရှိသည်။ နိုင်ငံတကာ ငွေကြေးရန်ပုံငွေအဖွဲ့ (IMF) က အိန္ဒိယသည် လူဦးရေများပြားလာပြီး စီးပွားရေးတိုးချဲ့လျက်ရှိသော်လည်း ၂၀၂၃ ခုနှစ်အတွင်း စီးပွားရေးတိုးတက်မှုနှုန်း ၆ ဒသမ ၀ ရာခိုင်နှုန်းရှိကြောင်း၊ ကမ္ဘာ့စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုနှုန်း မြန်ဆန်သည်နိုင်ငံများအနက်မှ တစ်နိုင်ငံဖြစ်ကြောင်း၊ အလားတူ အလုပ်လက်မဲ့နှုန်းမှာလည်း မြင့်တက်လျက်ရှိကြောင်း ခန့်မှန်းတွက်ချက်ထားရှိသည်။

အိန္ဒိယတွင် အလုပ်လက်မဲ့နှုန်းသည် ယခုနှစ် ဇန်နဝါရီလတွင် ၇ ဒသမ ၀၄ ရာခိုင်နှုန်းရှိခဲ့ရာမှ ဖေဖော်ဝါရီလတွင် ၇ ဒသမ ၀၅ ရာခိုင်နှုန်းထိ မြင့်တက်လာခဲ့သည်။ မတ်လတွင်လည်း ၇ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်းထိ မြင့်တက်ရန်ခန့်မှန်းထားရှိပြီး မြို့ပြ အလုပ်လက်မဲ့နှုန်းသည် ၈ ဒသမ ၅၁ ရာခိုင်နှုန်းထိ ရှိသည်။ လူငယ်များအတွက် တည်ငြိမ်သော အလုပ် အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ ဖန်တီးပေးရန်အတွက် ဝန်ကြီးချုပ်မိုဒီအစိုးရအတွက် ထိပ်တန်းစီမံခန့်ခွဲမှုတစ်ရပ် ပင်ဖြစ်သည်။ အလုပ်သမား ၁၀ ဦးလျှင် ကိုးဦးသည် ပုံမှန်မဟုတ်သော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများတွင် လုပ်ကိုင်ရလျက်ရှိသည်။ ကမ္ဘာ့ဘဏ်၏ အဆိုအရ အိန္ဒိယတွင် လုပ်သားစွမ်းအားထုအတွင်း အမျိုးသမီးများ ပါဝင်နိုင်မှုနှုန်းသည် ၂၀၂၁ ခုနှစ်တွင် ၂၃ ရာခိုင်နှုန်းထိရှိသည်။

အိန္ဒိယအနေဖြင့် ချမ်းသာကြွယ်ဝသောနိုင်ငံဖြစ်လာသည်တိုင်အောင် အမျိုးသမီးများလုပ်ငန်းခွင် ဝင်ရောက်မှုနှုန်းသည် ကမ္ဘာ့စံနှုန်းနှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် သိသိသာသာ နိမ့်ကျလျက်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် အစိုးရအနေဖြင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ပုံမှန်လည်ပတ်နိုင်ရေးဖန်တီးပေးသွားရန်နှင့် အမျိုးသမီးများ ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှု မြှင့်တင်သွားနိုင်ရေး ကြိုးပမ်းသွားရန် လိုအပ်လျက်ရှိသည်။

အိန္ဒိယတွင် အလုပ်လက်မဲ့နှုန်းသည် စီးပွားရေး တိုးတက်မှုအပေါ် ခြိမ်းခြောက်လာလျက်ရှိသောကြောင့် အိန္ဒိယအနေဖြင့် လက်ရှိအချိန်တွင် အန္တရာယ်ရှိသောအခြေအနေသို့ ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယ၏ စီးပွားရေးအလားအလာအပေါ် သက်ရောက်မှုများနှင့် အမျိုးမျိုးသောစီမံခန့်ခွဲမှုများ ဖြစ်သည် ပထဝီနိုင်ငံရေးနှင့် ပြည်တွင်းရေးတို့၌ ဆက်လက်တည်ရှိနေသည်။

ပထမဆုံးအချက်အနေဖြင့် အိန္ဒိယ၏စီးပွားရေး ဆိုင်ရာဖွဲ့စည်းမှုပုံစံသည် ပြည်ပပို့ကုန်အခြေခံသည် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအပေါ် ကြီးမားစွာ အမှီပြုသော အာရှစီးပွားရေးအင်အားကြီးများဖြစ်သော ဟောင်ကောင်၊ စင်ကာပူ၊ တောင်ကိုရီးယား၊ တရုတ် (တိုင်ပေ)တို့နှင့်မတူညီဘဲ ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများ

နှင့် လွှမ်းမိုးလျက်ရှိသည်။ ပြည်ပဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းများအနက် သတင်းအချက်အလက်နည်းပညာသည် အကြီးမားဆုံးအစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပြီး ပြည်ပပို့ကုန် ရည်မှန်းချက်ကျော်လွန်ခဲ့ကာ အိန္ဒိယ၏လက်ရှိဘဏ္ဍာငွေလိုအပ်ချက်ကိုလည်း အထောက်အကူဖြစ်စေမည်ဖြစ်သည်။

အဆိုပါစက်မှုလုပ်ငန်းများသည် ဉာဏ်အလုပ် အကိုင်များကိုသာ စဉ်ဆက်မပြတ်ဖန်တီးပေးနိုင်သော်လည်း အိန္ဒိယလူငယ်အများစုအတွက်မူ အလုပ် အကိုင် ဖန်တီးနိုင်စွမ်းမရှိပေ။ အလုပ်အကိုင် ပိုမိုဖန်တီးပေးနိုင်ရန် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုသည် ၂၀၂၁ ခုနှစ်တွင် GDP ၏ ၀၄ ရာခိုင်နှုန်းရှိပြီး ဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်းသည် ၄၇ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးသည် ၁၆ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်း အသီးသီးရှိသည်။

မိုဒီအစိုးရသည် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုနှင့်ဆက်သွယ်သောမက်လုံးများ ကျင့်သုံးလျက်ရှိပြီး တစ်ပိုင်းလျှပ်ကူး လုပ်ငန်းများအပါအဝင် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုတက္က ၀၄ ခုတွင် ချေးငွေအမေရိကန်ဒေါ်လာ ၂၅ ဘီလီယံထိ ထုတ်ချေးပေးထားသည်။ အိန္ဒိယအနေဖြင့် ပထဝီနိုင်ငံရေးအရ တရုတ်နိုင်ငံမှ ပြန်လည်ဆုတ်ခွာလာသော အနောက်တိုင်းဒီမိုကရေစီများ၏ ထောက်ပံ့ဖြန့်ဖြူးရေးကွင်းဆက်များထံမှလည်း အကျိုးအမြတ်များ ရရှိလျက်ရှိသည်။

အာဏာရှင်အစိုးရများအုပ်ချုပ်သော အာရှစီးပွားရေးအင်အားကြီးနိုင်ငံများနှင့် မတူညီသောအချက်မှာ အိန္ဒိယအနေဖြင့် ဒီမိုကရေစီကျင့်သုံးလျက်ရှိသော်လည်း အပြစ်အနာအဆာတော့ ရှိနေဆဲပင်ဖြစ်သည်။ နိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ ဘုံသဘောတူညီချက်များမရရှိသေးမီ စီးပွားရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုများ လုပ်ဆောင်ရန်ခက်ခဲကြောင်းကို ၂၀၂၁ ခုနှစ်အတွင်း လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးဈေးကွက် လွတ်လပ်စွာဆောင်ရွက်ခွင့်ပေးခဲ့ရာတွင် အစိုးရ၏မအောင်မြင်သောကြိုးပမ်းမှုများက သက်သေပြသလျက်ရှိသည်။

စည်းမျဉ်းစည်းကမ်း စောင့်ကြည့်ရေးအဖွဲ့များ၊ လွှတ်တော်နှင့် မီဒီယာတို့ကဲ့သို့သော အိန္ဒိယရှိ ဘုံသဘောထားကောက်ယူသော အင်စတီကျုရှင်းများသည် လက်ရှိအချိန်တွင်အစိုးရ၏လုပ်ဆောင်မှုများကို သတိထားစောင့်ကြည့်လျက်ရှိသည်။ မည်သို့ပင်ဆိုစေ ကမ္ဘာလုံးဆိုင်ရာ ဒီမိုကရေစီစောင့်ကြည့်လေ့လာရေးအဖွဲ့များသည် ၎င်းတို့၏အညွှန်းကိန်း၌ အိန္ဒိယ၏ ဒီမိုကရေစီကို အဆင့်ချလျက်ရှိသည်။

အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ပြည်ပရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ မြင့်တက်လျက်ရှိသော်လည်း ဘဏ္ဍာရေးဆိုင်ရာ လုပ်ထုံးလုပ်နည်းလွဲမှားမှုများသည် စီးပွားရေး စနစ်တို့အပေါ် ထိခိုက်မှုများဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိသည်။ အဆိုပါ လွဲမှားမှုများကို လွတ်လပ်သောအဖွဲ့အစည်းများက စစ်ဆေးလျက်ရှိသော်လည်း ရင်းနှီး

မြှုပ်နှံမှုများ၏ယုံကြည်မှုကို တိုးမြှင့်နိုင်ခြင်းမရှိပေ။ ထို့ကြောင့် ကုန်သွယ်မှုလုပ်ငန်းတိုးတက်ရေးအတွက် ဘဏ္ဍာငွေများစွာ လိုအပ်လျက်ရှိသော အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် နိုင်ငံခြားရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုကို မည်သို့မည်ပုံ ဆွဲဆောင်သွားမလဲဆိုသော မေးခွန်းများ ထွက်ပေါ်လျက်ရှိသည်။

ထို့ပြင် အစိုးရနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကြား ဆက်ဆံရေးမှာလည်း စိန်ခေါ်မှုတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်သည်။ အစိုးရနှင့်စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများကြား ဆက်ဆံရေး ကောင်းမွန်ခြင်းသည် အစုအပေါင်းဖြင့် ဆောင်ရွက်သော စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကြီးများအတွက် များစွာ အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေမည်ဖြစ်သည်။ အာရှစီးပွားရေး အင်အားကြီးနိုင်ငံများနှင့် မတူညီသောအချက်မှာ အစိုးရသည် ပြည်ပပို့ကုန်များထက် ပြည်တွင်းဈေးကွက်အပေါ်တွင်သာ အလေးထားဆောင်ရွက်နေခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအတွက် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများဖန်တီးပေးနိုင်ခြင်းမရှိပေ။

၂၀၂၃ ခုနှစ် ပြည်ထောင်စုဘတ်ဂျက်သည် အိန္ဒိယ၏ စီးပွားရေးမောင်းနှင်အား နှေးကွေးလာမှုကို ထင်ဟပ်လျက်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ပြည်ပရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများထံမှ စည်းကြပ်ခွန်တိုးမြှင့်ကောက်ခံရန် ပြင်ဆင်မှုသည် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ စီးဝင်လာမှုကို နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှုဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိသည်။ စင်စစ်အားဖြင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်း တိုးတက်လာရန်သည် တည်ငြိမ်သောလူမှုရေးအသိုက်အဝန်း လိုအပ်ပေသည်။ ဆိုရလျှင် အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် မိုဒီ၏ ဟိန္ဒူအမျိုးသားရေးဝါဒီအစိုးရ စတင်တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့သည့် ၂၀၁၄ ခုနှစ်ကတည်းက အကြမ်းဖက်မှုနှင့် အမုန်းစကားရေးသားပြောဆိုမှုများ ပိုမို

❖ ၂၀၂၃ ခုနှစ် ပြည်ထောင်စုဘတ်ဂျက်သည် အိန္ဒိယ၏ စီးပွားရေး မောင်းနှင်အား နှေးကွေးလာမှုကို ထင်ဟပ်လျက်ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ပြည်ပရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများထံမှ စည်းကြပ်ခွန်တိုးမြှင့်ကောက်ခံရန် ပြင်ဆင်မှုသည် နိုင်ငံခြားတိုက်ရိုက်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများစီးဝင်လာမှုကို နှောင့်နှေးကြန့်ကြာမှုဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိသည်။ စင်စစ်အားဖြင့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းတိုးတက်လာရန်သည် တည်ငြိမ်သောလူမှုရေးအသိုက်အဝန်း လိုအပ်ပေသည်။ ❖

ဖြစ်ပွားလျက်ရှိပြီး အထူးသဖြင့် ဘာသာရေးဆိုင်ရာ လူနည်းစုများအပေါ် ဖိနှိပ်တိုက်ခိုက်မှုများဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။

၂၀၂၂ ခုနှစ်အတွင်း အိန္ဒိယတရားရုံးချုပ်သည် အမုန်းစကားရေးသားပြောဆိုမှုများအပေါ် အရေးယူဆောင်ရွက်သွားရေး ရဲတပ်ဖွဲ့အားညွှန်ကြားသွားရန် ပြည်နယ်သုံးခုမှအစိုးရများကို တိုက်ရိုက်ညွှန်ကြားခဲ့သည်။ အိန္ဒိယတွင် လူကြိုက်များသော အမျိုးသားရေးဝါဒသည် စီးပွားရေးတိုးတက်မှုကိုထိခိုက်စေလိမ့်မည်ဖြစ်ကြောင်း အိန္ဒိယစတီဘင်္ဂျာနယ်တက္ကသိုလ်တော်က တစ်ဦးက ၂၀၁၇ ခုနှစ်တွင် သတိပေးပြောကြားသွားခဲ့သည်။ အထူးသဖြင့် ၂၀၂၃ ခုနှစ်တွင် အိန္ဒိယသည် G-20 အစည်းအဝေးများကို လက်ခံကျင်းပသွားရန် ရှိသဖြင့် မိုဒီသည် BJP ပါတီအဖွဲ့ဝင်များကို ဘာသာရေးဆိုင်ရာ လူနည်းစုများနှင့် ထိတွေ့မှုရယူသွားရန် ဇန်နဝါရီလအတွင်းက ညွှန်ကြားခဲ့သည်။

အိန္ဒိယရှိ လုပ်သားစွမ်းအားစုများတွင် အမျိုးသမီး လုပ်သားထု ပါဝင်ဆောင်ရွက်နိုင်မှု နည်းပါးကျဆင်းလာခြင်းသည် စီးပွားရေးသမားများကိုစိတ်ရှုပ်ထွေးမှု

ဖြစ်ပေါ်စေလျက်ရှိသည်။ ယောက်ျားကြီးစိုးသောဝါဒအား အလေးထားနေမှုကိုလည်း ထည့်သွင်းစဉ်းစားသွားသင့်ကြောင်း လူမှုရေးပညာရှင်များက ထောက်ပြလျက်ရှိသည်။ ထို့ပြင် လိင်တူလက်ထပ်မှုဆိုင်ရာ ပြဿနာသည်လည်း တရားရုံးချုပ်တွင်ရောက်ရှိနေပြီး အစိုးရသည် အဆိုပါပြဿနာကို ခေတ္တရွှေ့ဆိုင်းထားရှိသည်။

အိန္ဒိယနိုင်ငံသည် အမေရိကန်နှင့် ၎င်း၏မဟာမိတ်များက တစ်ဖက်၊ တရုတ်နှင့်ရုရှားကတစ်ဖက် ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော အုပ်စုနှစ်ခုကြား လက်ရှိပထဝီနိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ ယှဉ်ပြိုင်မှုတွင် ခြံစည်းရိုးခွဲထိုင်ပြီး အာဏာတည်ဆောက်လျက်ရှိသည်။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်မှစ၍ အိန္ဒိယသည် နယ်စပ်ဒေသတွင် ထိပ်တိုက်ရင်ဆိုင်မှုဖြစ်ပွားပြီးနောက် တရုတ်နိုင်ငံ၏ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများကို ကန့်သတ်ခွင့်ပြုလာခဲ့သည်။ အမေရိကန်၊ ဥရောပသမဂ္ဂနှင့် ဂျပန်တို့သည် အိန္ဒိယနိုင်ငံတွင် ၎င်းတို့၏ ပုဂ္ဂလိကရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုများ မည်မျှ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားနိုင်မည်ကို စောင့်ကြည့်သွားရတော့မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အိန္ဒိယသည် ရေခဲစိမ်းနှင့် လုပ်သားဈေးကွက်အပြင် ရေရှည်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုရရှိရေးအတွက် ပါရနိပင်လယ်ကွေ့နိုင်ငံများနှင့် မဟာဗျူဟာမြောက် မိတ်ဖက်ဆက်ဆံရေးကို ဆက်လက်ရွေးချယ်ထားခြင်းဖြစ်သည်။

အိန္ဒိယ၏ ပြည်တွင်းနိုင်ငံရေးအခြေအနေများကြောင့် ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှုအစီအမံများသည် အကျပ်အတည်းနှင့် ရင်ဆိုင်ကြုံတွေ့ရလျက်ရှိသည်။ BJP ပါတီ၏ထောက်ခံမဲများကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းရင်း အဆိုပါစီမံခန့်ခွဲမှုများကိုဖြေရှင်းခြင်းသည် အစိုးရအတွက် သိမ်မွေ့နက်နဲသော တာဝန်တစ်ရပ်ပင်ဖြစ်သည်။ အစိုးရသည် ဒစ်ဂျစ်တယ်ပလက်ဖောင်းနှင့်

နိုင်ငံတစ်ဝန်း ဇီဝအချက်အလက်ကောက်ခံမှု အစီအစဉ်တို့ချိတ်ဆက်ကာ သက်သာချောင်ချိရေး အစီအစဉ်ကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ အမှန်တော့ ပြည်သူများကို ရေရှည်ထောက်ပံ့ပေး ဖြန့်ဖြူးပေးခြင်းသည် ကြွေးမြီကင်းရှင်းအောင်ဆောင်ရွက်ပေးနိုင်မည်မဟုတ်ချေ။ လုပ်ခလစာကောင်းမွန်ခြင်းနှင့်တည်ငြိမ်သော အလုပ်အကိုင်များသည် လူမှုရေးတည်ငြိမ်မှု၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းစွန့်စားမှုနှင့် ဆန်းသစ်တီထွင်မှုတို့ကို တိုးမြှင့်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အိန္ဒိယအနေဖြင့် ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသော ပထဝီနိုင်ငံရေးဆိုင်ရာ ပြိုင်ဆိုင်မှုများကြား အင်အားကြီးနိုင်ငံအဖြစ် မဟာဗျူဟာမြောက်လွတ်လပ်မှုကို ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းသွားလိုလျှင် ၎င်း၏စီးပွားရေးဆိုင်ရာ အလားအလာများကို ဆက်လက် တံခါးဖွင့်လှစ်ထားရန် လိုအပ်ပေသည်။

ကိုးကား
- India's unemployment problem stifling its economic potential by Asia Times.

မြန်မာနိုင်ငံရုပ်ရှင်အစည်းအရုံးက အစည်းအရုံးဝင်ရုပ်ရှင်လောကသားများ၏ သားသမီးများကို ပညာသင်စရိတ်နှင့်ကျောင်းသုံးပစ္စည်းများ ပံ့ပိုး



ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉
မြန်မာနိုင်ငံရုပ်ရှင်အစည်းအရုံးက အစည်းအရုံးဝင် ရုပ်ရှင်လောက သားများ၏ သားသမီးများကို ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ပညာသင်နှစ် အတွက် ပညာသင်စရိတ်နှင့် ကျောင်းသုံးပစ္စည်းများ ပံ့ပိုးပေးအပ်ပွဲကို ဇူလိုင် ၈ ရက် ဖွန်းလွှဲပွဲက ရန်ကုန်တိုင်းဒေသ

ကြီး ဗဟန်းမြို့နယ် ဝက်ပါလမ်းရှိ မြန်မာနိုင်ငံ ရုပ်ရှင်အစည်းအရုံး (MMPO)ခန်းမ၌ ကျင်းပခဲ့ ကြောင်း မြန်မာနိုင်ငံရုပ်ရှင်အစည်း အရုံး ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဦးအေးကြူလေး က ပြောပြ၍ သိရသည်။ ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ပညာသင်နှစ်တွင် တက်ရောက်ပညာသင်ယူလျက်ရှိ ကြသည့် ရုပ်ရှင်လောကသားများ၏

သားသမီး ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ ၁၂၈ ဦးကို မြန်မာနိုင်ငံရုပ်ရှင် အစည်းအရုံးက တစ်ဦးလျှင် ပညာသင်စရိတ်အဖြစ် ငွေကျပ် ၂၀၀၀၀၊ မင်္ဂလာရုပ်ရှင်လုပ်ငန်း ဥက္ကဋ္ဌ ဦးဇော်မင်းက ငွေကျပ် ၁၀၀၀၀ စုစုပေါင်းငွေကျပ် ၃၀၀၀၀ နှင့် စေတနာရှင်၊ အလှူရှင်များ၊ အနုပညာရှင်က လှူဒါန်းထားသည့်

ကျောင်းသုံးပစ္စည်းများကို ပံ့ပိုးပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ “၁၉၉၅ ခုနှစ်လောက်ကစပြီး အစဉ်အလာမပျက် ပံ့ပိုးပေးတာ ဖြစ်ပါတယ်။ ရုပ်ရှင်လောကသားတွေထဲက အနုပညာသင်နှစ်မှာ တက်ရောက်ပညာသင်ကြားနေကြတဲ့ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ တစ်ယောက်ကို ငွေကျပ် ၂၀၀၀၀ စီနဲ့ ကျောင်းသုံးပစ္စည်းတွေကို ပံ့ပိုးပေးတာပါ။ စေတနာရှင်၊ အလှူရှင်တွေရဲ့လှူဒါန်းမှုတွေလဲ ပါဝင်ပါတယ်”ဟု ဦးအေးကြူလေးက ပြောပြသည်။ အဆိုပါအခမ်းအနားသို့ မြန်မာနိုင်ငံ ရုပ်ရှင်အစည်းအရုံးဥက္ကဋ္ဌ ဦးကြည်စိုးထွန်းနှင့် အလုပ်အမှုဆောင်များ၊ အသင်းနာယကကြီးများ၊ ရန်အောင်၊ သူထွန်း၊ နေထက်လင်း၊ ခင်လှိုင်၊ ရီတာ၊ မေသန်းနုနှင့် ဝါရင့်သရုပ်ဆောင်များ၊ ဝီဒီယိုအခြေခံအဖွဲ့(ဗဟို)မှ တာဝန်ရှိသူများ၊ ရုပ်ရှင်လောကသားများနှင့် ၎င်းတို့၏သားသမီးများ တက်ရောက်ခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။ ASH

Deadpool-3 ဇာတ်ကား၌ မင်းသမီး ဂျင်နီဖာဂါနာ ပြန်လည်ပါဝင်ထား

နယူးယောက် ဇူလိုင် ၉
မာဗယ်စတူဒီယို၏ Deadpool-3 ဇာတ်ကား၌ မင်းသမီး ဂျင်နီဖာဂါနာ ပြန်လည်ပါဝင်ထားကြောင်း Deadline သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။ မင်းသမီး ဂျင်နီဖာဂါနာ သည် Daredevil(2003) ဇာတ်ကားမှစ၍ စူပါဟီးရိုးဇာတ်ကားများ၌ Elektra ဇာတ်ကောင်နေရာ၌ ပါဝင်ခဲ့သူဖြစ်သည်။ Deadpool-3 ဇာတ်ကားတွင် မင်းသမီး ဂျင်နီဖာဂါနာ သည် မင်းသား ရွှင်ယန်ရေးနိုးနှင့်

အတူ သရုပ်ဆောင်ထားကြောင်း၊ လက်ရှိတွင် မာဗယ်စတူဒီယိုသည် Deadpool-3 ဇာတ်ကားကို စတင်ရိုက်ကူးနေပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါဇာတ်ကားကို ဒါရိုက်တာ ရောင်လီဗိုင်းက တာဝန်ယူ ရိုက်ကူး၍ ထုတ်လုပ်သူတစ်ဦးအဖြစ်လည်း တာဝန်ယူမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ Deadpool-3 ဇာတ်ကားကို ၂၀၂၄ ခုနှစ် မေ ၃ ရက်တွင် ရုံတင်ပြသရန် မာဗယ်စတူဒီယိုက စီစဉ်ထားကြောင်း သိရသည်။ KKO



ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး အမှတ်တရလက်ဆောင်ပစ္စည်းဈေးကွက်သို့ ကျွန်းသားဖြင့်ထုလုပ်ထားသည့် ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်များ ဝင်ရောက်လာ

ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး အမှတ်တရလက်ဆောင်ပစ္စည်းဈေးကွက်သို့ ကျွန်းသားဖြင့် ထုလုပ်ထားသည့် ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်များ ဝင်ရောက်လာကြောင်း ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ဗဟန်းမြို့နယ်ရှိ တော်ဝင်မြန်မာ အမှတ်တရ လက်ဆောင်ပစ္စည်း အရောင်းစင်တာမှ မန်နေဂျင်း ဒါရိုက်တာ ဒေါ်ခင်မြင့်ခိုင်က ပြောပြ၍ သိရသည်။ ကျွန်းသားဖြင့် ထုလုပ်ထားသည့် ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်များမှာ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးမှ ဝင်ရောက်လာခြင်းဖြစ်ပြီး အရွယ်အစားကြီးမားခြင်းနှင့် ပုံစံဆန်းသစ်ခြင်းတို့ကြောင့် ပန်းပုရုပ် ဝယ်ယူသူများ

အနေဖြင့် စိတ်ဝင်စားမှု များပြားနေကြောင်း သိရသည်။ “ဒီလပထမပတ်ထဲမှာ ကျွန်းသားနဲ့ ထုလုပ်ထားတဲ့ ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်တွေ ဝင်လာပါတယ်။ ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်ကြီးတွေဖြစ်ပြီး တော့ ပုံမှန်ဝင်နေကျ ပန်းပုရုပ်တွေထက် အရွယ်အစားကြီးမားတဲ့ အတွက် ပြည်ပက ဝယ်ယူသူတွေ တော့ ဝယ်ဖို့မလွယ်တဲ့အနေအထား ဖြစ်ပါတယ်။ ပြည်တွင်းကတော့ ဒီအရွယ်အစားက နေအိမ်၊ ရုံးခန်းနဲ့ ဟိုတယ်၊ မိုတယ်၊ စားသောက်ဆိုင်တွေမှာ အလှဆင်ဖို့တော့ စိတ်ဝင်စားမှုရှိနေပါတယ်”ဟု ဒေါ်ခင်မြင့်ခိုင်က ပြောပြသည်။ အဆိုပါ ပတတ်ရပ်မြင်းရုပ်များသည် အလျား ၁၂ လက်မ x အနံ ၂၁ လက်မ အရွယ်အစား ရှိပြီး တစ်ရုပ်လျှင် ငွေကျပ် နှစ်သိန်းခန့်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ASH



သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်က မရမ်းကုန်းမြို့နယ် ခဝဲခြံပျက်မပြင်ကျောင်းတွင် မွေးနေ့အလှူအဖြစ် နေ့လယ်စာ အဟာရဒါနု ကျွေးမွေးလှူဒါန်း

ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉
သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်က ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မရမ်းကုန်းမြို့နယ် ခဝဲခြံပျက်မပြင်ကျောင်းတွင် မွေးနေ့အလှူအဖြစ် နေ့လယ်စာ အဟာရဒါနု ကျွေးမွေးလှူဒါန်းခြင်းကို ဇူလိုင် ၈ ရက် နံနက် ၁၁ နာရီက အဆိုပါကျောင်း၌ ပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်က ပြောပြ၍ သိရသည်။ သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်သည်

မွေးနေ့အလှူအဖြစ် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မရမ်းကုန်းမြို့နယ် ခဝဲခြံပျက်မပြင်ကျောင်းမှ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ ၁၁၅ ဦး၊ ဆရာ၊ ဆရာမနှင့် ဝန်ထမ်း ၇၇ ဦးတို့ကို အဟာရဒါနုအဖြစ် နေ့လယ်စာ ကျွေးမွေးလှူဒါန်းခဲ့ပြီး မွေးနေ့အမှတ်တရအဖြစ် တေးသီချင်းများ သီဆိုဖျော်ဖြေခဲ့ကြောင်း၊ မွေးနေ့အလှူအတွက် ငွေကျပ် ၆၅၀၀၀ ပိုးလှူဒါန်းခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

“မျက်မမြင်ကျောင်းမှာ ပထမဦးဆုံး လှူဒါန်းဖြစ်တာပါ။ အရင်ကတော့ မွေးနေ့ဆို ဘုန်းကြီးကျောင်းတွေမှာပဲ လှူဖြစ်တယ်။ ကလေးတွေကို စမြင်မြင်ချင်းတော့ စိတ်မကောင်းဖြစ်မိတယ်။ ကလေးတွေ မျက်လုံးအလင်းမရှိပေမဲ့ ဘဝကို အရှုံးမပေးဖို့ ခွန်အားပေးစကားပြောဖြစ်ပါတယ်။ ခုလိုမွေးနေ့မှာ လှူဒါန်းရလို့လဲ ပီတိဖြစ်ရပါတယ်။ ညီမရဲ့ဒီမွေးနေ့မှာ မျက်

ကြည်လွှာလှူဒါန်းသွားဖို့လဲ ရှိပါတယ်”ဟု သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်က ပြောပြသည်။ သရုပ်ဆောင် အိမ်ဂျူရီမွန်သည် ဒါရိုက်တာ ညိုမင်းလွင် ရိုက်ကူးသည့် The Teacher ဇာတ်ကားတွင် ဆရာမ သီရိန္ဒယ်အဖြစ် သရုပ်ဆောင်ခဲ့ရာမှ ပရိသတ်အားပေးမှု ရရှိလာသူဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ASH

Spider Baby ဇာတ်ကား ရိုက်ကူးရေးလုပ်ငန်းများ ပြီးဆုံးပြီဖြစ်

နယူးယောက် ဇူလိုင် ၉
SCS Entertainment ၏ Spider Baby ဇာတ်ကား ရိုက်ကူးရေးလုပ်ငန်းများ ပြီးဆုံးပြီဖြစ်ကြောင်း Movieweb သတင်းဝက်ဘ်ဆိုက်က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားတင်ပြထားသည်။ Spider Baby(1987) သည် စိတ်မူမမှန်သည့် မိန်းကလေးသုံးဦးကို စောင့်ရှောက်ရန်ကြိုးစားနေရသော ထမင်းချက်အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏အဖြစ်ကို ဇာတ်အိမ်ဖွဲ့ရိုက်ကူးထားသောဇာတ်ကားဖြစ်ကြောင်း၊ Spider Baby ဇာတ်ကားသစ်ကို ဒါရိုက်တာ ဒပ်စတင်းဖာဂူဆန်က တာဝန်ယူရိုက်ကူးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါဇာတ်ကားတွင် မင်းသား

မွန်ချာနေးနှင့် မင်းသမီး ဘီဇာလီ ဝတ်ဘန်းတို့ ပါဝင်သရုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ မင်းသမီး ဘီဇာလီ ဝတ်ဘန်းသည် မူလ Spider Baby ဇာတ်ကားမှ အဓိကသရုပ်ဆောင်တစ်ဦးဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ Spider Baby(1987) သည် စိတ်မူမမှန်သည့် မိန်းကလေးသုံးဦးကို စောင့်ရှောက်ရန်ကြိုးစားနေရသော ထမင်းချက်အမျိုးသမီးတစ်ဦး၏အဖြစ်ကို ဇာတ်အိမ်ဖွဲ့ရိုက်ကူးထားသောဇာတ်ကားဖြစ်ကြောင်း၊ Spider Baby ဇာတ်ကားသစ်ကို ဒါရိုက်တာ ဒပ်စတင်းဖာဂူဆန်က တာဝန်ယူရိုက်ကူးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ SCS Entertainment က ကြေညာခြင်း မရှိသေးကြောင်း သိရသည်။ KKO



Myanmar's Response to the report of the Secretary-General on Children and Armed Conflict and its open debate

Myanmar observed that the report of the United Nations Secretary-General on Children and Armed Conflict with document no. A/77/895-S/2023/363 was released on 27 June 2023 and the Open Debate at the United Nations Security Council was organized on 5 July 2023. Myanmar also found out that the Special Representative of the Secretary-General for Children and Armed Conflict and certain countries made irresponsible references on Myanmar at the debate.

It is disappointing to find that the distorted report includes country-specific descriptions of Myanmar based on biased narratives and unfounded allegations. Relisting Myanmar armed forces in the Annex of the report demonstrates a clear act of politicization as the author merely includes numbers of alleged violations without verifiable facts such as date, time and place of incidents.

Myanmar never hesitates to receive the complaints and respond to the relevant UN entities. It has received only five requests for information in connection with alleged deaths and arrests of children during the reporting period. To utter dismay, Myanmar noted that the report inflated the figures of alleged killing and arrests from twelve to thirty times than the UN actually verified with the Government. And the rest of the figures contained in the report were never verified with the country-concerned despite the UN

independent experts are required to verify the allegations to the best extent possible. Myanmar has established the Committee on Prevention of Grave Violations against Children in Armed Conflict under the leadership of the Ministry of Social Welfare, Relief and Resettlement and the Committee has been implementing the Second National Action Plan on the Prevention of Killing, Maiming and Sexual Violence against Children in Armed Conflict (2022-2023). The complaint mechanism was also established along with help line number (1566) to file the complaint.

On the other hand, the report tried to conceal the brutal crimes committed by the NUG and PDF terrorist groups which claimed the lives of 97 children and injured 275. Besides, 9 hospitals and clinics and 140 schools and educational buildings were also attacked by so-called PDF. The report, however, only expresses their inhumane acts just a speck in the universe and tried to cover up the brutality of terrorist groups with such obscure expression as "unidentified perpetrators".

Regarding the prevention of underage recruitment, the Committee on Preventing of Underage Recruitment led by the Ministry of Defense was established since 2011 and the Committee has rendered its uninterrupted cooperation with the UN Country Task Force on Monitoring and Reporting (UN CTFMR). Myanmar, nonetheless, concerns about the

independence and impartiality of the CTFMR as it is not transparent where its resources are coming from. There are 2364 numbers of suspected minor cases submitted by CTFMR since 2013 while 1197 suspected cases were delisted due to insufficient information. A total of 1057 underage individuals were discharged from Tatmadaw and punitive measures were taken against 475 responsible military personnel. Majority of underage recruitments cases were taken place due to insufficient civil documents to identify the age of individuals and many of the cases were date back to 2000s. In fact, the CTFMR shared only 7 new cases of suspected minors during the reporting period; nonetheless, it keeps the figure of 112 children in the report by blending the old cases to maintain Myanmar on the list attached to the annual report.

Relisting Myanmar Armed Forces in the Annex of the report and indicating further negative steps would not help the cooperation between Myanmar and the United Nations to serve the best interests of children in the country. Myanmar further rejects the distorted figures and groundless accusations contained in the report and calls for more observed and constructive approach towards the matter.

Committee on Prevention of Grave Violations against Children in Armed Conflict Myanmar
9th July 2023

Labutta Township to grow tapioca plants on 1,145 acres of land this monsoon



A thriving tapioca plantation.

Labutta July 9

A plan has been set to grow 1,145 acres of tapioca plantations in Labutta Township of Labutta District in Ayeawady Region this

monsoon, said U Myo Aung, Head of Township Agriculture Department. This monsoon, Labutta Township will cultivate monsoon tapioca on 1,145

acres of land. Such a plan will be launched in the second week of July this year.

"The Department of Agriculture aims to meet target cultivation of tapioca and to enable local farmers to have awareness of systematic usage of fertilizers, pesticides and weedicides, staff of the department have gone right down to the fields to give agricultural techniques to local farmers. Those farmers have a wide range of knowledge about growing tapioca. They emphasize growing of tapioca for generating jobs for local people and increasing one more agricultural produce for the region," said the head of township department. A total of 119 local growers are engaged in growing tapioca in Labutta Township. Such a plant can be harvested within four months. The tapioca tubers are distributed to Yangon market. Last cold season, tapioca fetched K2,000 per viss, as a cost-effective measure for local farmers. Kyaw Kyaw Lin

Small-scale pig farming business cost effective for increasing family income in Shan State

Hopong July 9

Local people are convenient in operating pig farming businesses on a manageable scale in Hopong Township of southern Shan State, according to the Consumer Affairs Department of Shan State on 7 July.

Local people in Hopong Township are engaged in

manageable scale cultivation of vegetables and breeding of poultry, cows and buffaloes. Among these businesses, local people emphasize breeding of one-month age piglets from hatching of mother pigs at their farms. In the region, one-month piglet fetches K130,000 to

K150,000, and pregnant pig K350,000 to K400,000. The breeders from the regions with shortage of feedstuffs sell month-age pigs to the market. Female pigs are reproductive at six month age, and flesh pig can be sold at K600,000 to K700,000 depending on sizes at six months period.

In Hopong, pork fetches K18,000 per viss and inner organs K15,000 per viss. Waste of pig can be sold as natural fertilizer for local agricultural farms. As such, local people can earn increased incomes for their families through breeding pigs. 336

Giessen Eritrea festival clashes leave 26 police officers injured

Berlin July 9

Hundreds of German police have used batons and pepper spray to quell crowds targeting an Eritrean cultural festival in the central town of Giessen.

The protesters were angry that the festival went ahead in Giessen, calling it a propaganda exercise by the authoritarian Eritrean regime. A police statement said clashes took place for hours on Saturday, and that 26 police officers were injured. Police arrested nearly 100 people and had to stop traffic in the town centre.

The police statement said protesters threw bottles and

stones at police, damaged some vehicles and ripped down fencing around the festival venue.

They also threw stones at buses carrying participants to the festival, the statement said.

Video on Twitter appears to show crowds of protesters engaged in running battles with police in the town.

The town authorities had tried to stop the festival going ahead after similar unrest erupted last year, but a local court overturned the ban.

Giessen has about 84,000 residents and lies roughly 50km (30 miles) north of Frankfurt am Main. BBC



German police report large-scale unrest in Giessen.

30 local companies export over 62,000 tons of rice and broken rice during June in 2023-2024 FY



Bags of rice being loaded onto a ship.

Nay Pyi Taw July 9 A total of 30 local companies exported more than 62,000 tons of rice and broken rice during June in 2023-2024 FY, according to reports from the Myanmar Rice Federation on July 6. Rice and broken rice from Myanmar are being exported and sold monthly to foreign customer markets

and up to 62,725 tons of rice and broken rice: 27,569 tons of rice and 35,156 tons of broken rice, were exported and sold.

Rice was exported to 22 countries and broken rice was exported to 11 countries.

The rice and broken rice were exported by sea trade route and border trade route. A total of 58,001 tons of rice and broken rice were exported by sea trade route and 4,724 tons of rice and broken rice were exported by border trade route.

Myanmar is planning to export and sell up to 2.5 million tons of rice and broken rice to foreign customer markets in 2023-2024 FY. - 336

Maungdaw border trade station achieve a trade surplus in June

Maungdaw July 9 Maungdaw border trade station was only able to fulfill more than thirty-eight percent of its target, but was able to achieve a trade surplus, according to reports from Ministry of Commerce released on July 6.

Maungdaw border trade station is a border trade station of Rakhine state that conducts border trade operations with Bangladesh.

The Maungdaw border trade station has targeted to achieve export value of US\$1 million, import value of US\$0.03 million in June, and total trade volume of US\$1.030 million.

In doing so, the border trade station able to achieve export value of US\$0.386 million, import value of US\$0.10 million in June, and the total trade amount was US\$0.396 million.

It was only able to fulfill 38.44 percent of the trade targeted in June, but it was able to achieve a trade surplus of US\$0.376 million.

Goods are mainly exported through the Sittway-Angumaw-Maungdaw route, and being exported and sold to Bangladesh through Kanyin Chaung Economic Zone. 336



Cargoes being handled at a jetty in Maungdaw.

Plan to export 1,000 tons of avocado to India in coming season

Mandalay July 9 Arrangements have been made to export 1,000 tons of avocado to India in coming season due to offers of India, said joint secretary U Myo Nyunt of Myanmar Avocado Growers and Exporters Association.

Avocado can be picked out from November in Myanmar and till February. Indian fruit merchants' society has given offers to Myanmar for purchasing avocado of Myanmar in 2023-24 financial year.

"We have decided to export avocado to India in coming season, As from 2019, some Indian merchants arrived in Taunggyi of Shan State to purchase avocado. Myanmar had showcased avocado at the fruit show in India. We saw Indian people prefer to eat Myanmar's avocado. In fact, export quality avocado must meet the standard sizes. Actually, we will primarily export Haas strain avocado to India,"

the joint secretary of the association.

In his clarification on export process related to Haas avocado fruits, U Myo Nyunt continued, "We decided to make arrangements on export of the fruits to Tamu border camp through border trade route. Despite receiving offers from some European countries, we set aside the plan to export avocado to European market due to high transport charge.

Now, we are focusing on export of the fruits to Asian market only."

Some 20,000 acres of land are under avocado plants across the nation, according to the statistics in 2020. Although avocado plants cannot be grown in Chin State, number of growers is on the rise in other regions. Currently, export quality avocado yields 5,000 to 10,000 tons per acre.

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.

MNA to launch Mandalay-Monywa-Myitkyina-Mandalay flight on 10 July

Yangon July 9 Myanmar National Airlines issued a press release on 6 July, stating that it will launch Mandalay-Monywa-Myitkyina-Mandalay flight, 600 for operating Bhamo-centring Mandalay as from 10 July.

The airlines will use ATR-600 airplane which will leave Mandalay at 12.20 pm and arrive at 12.45 pm in Monywa.

The flight will depart from Monywa at 1 pm and arrive back in Mandalay at 3.25 pm. Again, the airplane will leave Monywa at 3.40 pm and arrive back in Mandalay at 4.05 pm.

Passengers may contact the call centre of the airlines by dialing +951 378603~4~6~7~9 and +951377840~1. Passengers may check booking tickets before payment through www.flymna.com or dial +951 378603-04-06-07-08 and +951 377840-41-42. 336



Planes from MNA.

နိုင်ငံတကာစစ်မှုရေးရာအပြာပြာ

TRC ကုမ္ပဏီ၏ Cervus နည်းပညာဖြင့် ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်နောက်ဆုံးပေးရင်း စပိန်စစ်ဘက်လက်ခံရရှိ



စပိန်နိုင်ငံ TRC ကုမ္ပဏီ၏ Cervus anti-drone နည်းပညာဖြင့်ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ် နောက်ဆုံးပေးရင်းကို စပိန်စစ်ဘက် အမှတ်(၃၁) အီလက်ထရွန်နစ်စစ်ဆင်ရေးတပ်ရင်းကြီးက ဇူလိုင် ၆ ရက်တွင် လက်ခံရရှိခဲ့သည်။

တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းစဉ်အချိန်ကာလ တစ်နှစ်အကြာတွင် ဤစနစ်သည် စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းကို အတည်ပြုရန် လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုများပြုလုပ်ရန် အဆင်သင့်ဖြစ်နေပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

Cervus ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်ကို စပိန်နိုင်ငံတွင် အပြည့်အဝဒီဇိုင်းထုတ်ထားခြင်းဖြစ်ပြီး ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသော ရန်သူဒရုန်းတိုက်ခိုက်မှုများမှ အရပ်ဘက်နှင့်စစ်ဘက်ဆိုင်ရာ မဟာဗျူဟာမြောက်အချက်အချာနေရာများတွင် လုံခြုံရေးကိုသေချာစေရန်နှင့်လေကြောင်းပိုင်နက်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ရန် တီထွင်ထုတ်လုပ်ထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဤစားရင်းအသစ်သည် Cervus ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်ကို အဆင့်မြှင့်တင်ထားခြင်းလည်းဖြစ်သည်။

TRC ၏အဆိုအရ အလုံးစုံပြန်လည်ပြင်ဆင်မှုများ အပြီးအပြုလုပ်ဆောင်နိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ အဆင့်မြှင့်တင်မှုများတွင် ပထမဦးစွာ စနစ်တွင်အာရုံခံကိရိယာများအားလုံးကို ဂရပ်ဖစ်မျက်နှာပြင်တစ်ခုတည်းအဖြစ် စုစည်းပေးကာ အမိန့်ပေးထိန်းချုပ်မှုအင်တာဖေ့စ်ကို ပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်ထားပြီး စနစ်လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းအားလုံးကို ရိုးရိုးရှင်းရှင်းလုပ်ဆောင်နိုင်စေမည်ဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ဤဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်တွင် TRC ကုမ္ပဏီက တီထွင်ထားသော

ရေဒီယိုလှိုင်းနှုန်းများ ထောက်လှမ်းသည့် ကိရိယာများပါရှိပြီး ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာဆန်းစစ်ထားသော ရေဒီယိုလှိုင်းနှုန်းစဉ်ကို ချဲ့ထွင်ထားသည်။

အဆိုပါစနစ်တွင် Escribanoကုမ္ပဏီနှင့်ပူးပေါင်း၍ တီထွင်ထားသောစွမ်းဆောင်ရည်မြင့် Oteos Electro-Optical အာရုံခံစနစ် ပေါင်းစပ်ထည့်သွင်းထားကြောင်း သိရသည်။

Escribanoကုမ္ပဏီထုတ် အာရုံခံကိရိယာနှင့်ပေါင်းစပ်ထားသည့် TRC ကုမ္ပဏီထုတ် အသံဉာဏ်တုံ့ပြန်မှုဆိုင်ရာ အယ်လဂိုရီသမ်များမှတစ်ဆင့် စနစ်တွင် အမှတ်(၃၁) အီလက်ထရွန်နစ်စစ်ဆင်ရေးတပ်ရင်းကြီး (REW 31) တံပိုးကူညီမှုဖြင့် အထူးလေ့ကျင့်ထားသော ဉာဏ်ရည်တူအမျိုးအစားများနှင့် အယ်လဂိုရီသမ်များကို အသုံးပြု၍ ဒရုန်းများဝင်ရောက်လာမှုကို အလိုအလျောက်ထောက်လှမ်းသိရှိနိုင်ပြီး ၎င်းတို့ကို တိကျစွာညွှန်ပြပေးနိုင်ကြောင်း သိရသည်။

ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်၏ အကွာအဝေးစွမ်းဆောင်ရည်ကို ပိုမိုမြင့်မားလာစေရန်နှင့် လေကြောင်းခြိမ်းခြောက်မှုတည်နေရာများကို တိကျစွာဖော်ပြပေးနိုင်စွမ်းကိုမြှင့်တင်ရန် ရေဒါများနှင့် ပေါင်းစပ်လုပ်ဆောင်နိုင်မည်လည်းဖြစ်သည်။

Cervus ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ်သည် ရန်သူဒရုန်းများကို ပျက်ပြယ်၍ တုံ့ပြန်ပျက်ဆီးရာတွင် အီလက်ထရွန်နစ်နည်းလမ်းများဖြင့် ဖယ်ရှားနိုင်သော Soft

Kill စွမ်းဆောင်ရည်များအပြင် လက်နက်စနစ်များဖြင့် ပစ်ချဖျက်ဆီးနိုင်သော Hardkill စွမ်းရည်များ ပိုင်ဆိုင်ထားသည်။

၎င်းတွင် အလိုအလျောက်ပစ်ခတ်နိုင်သော ၄၀ မီလီမီတာ ကျည်များဖြင့်တပ်ဆင်၍ Guardian 2.0 အဝေးထိန်းလုပ်ဆောင်နိုင်သည့် လက်နက်စခန်းတစ်ခုတပ်ဆင်ထားသည်။

မကြာသေးမီက Huelva ပြည်နယ် Médano del Loro မြို့တွင် တိုက်ရိုက်စမ်းသပ်ပစ်ခတ်မှုများ လုပ်ဆောင်၍ ထိရောက်စွာအသုံးပြုနိုင်မှုကို သရုပ်ပြသနိုင်ခဲ့ပြီးလည်းဖြစ်သည်။

Escribano ကုမ္ပဏီနှင့် REW 31 တို့နှင့်ပူးပေါင်း၍ TRC ကုမ္ပဏီသည် အော်ပရေတာများကို ကျယ်ပြန့်သော ရေဒီယိုလှိုင်းနှုန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ အသိပညာများပိုင်ဆိုင်ထားရန် မလိုအပ်ဘဲ အလိုအလျောက် ထောက်လှမ်းခြင်းနှင့် ခြိမ်းခြောက်မှုများကို ဖော်ထုတ်နိုင်စေခြင်းဖြင့် Cervus ဒရုန်းတိုက်ပျက်ရေးစနစ် စားရင်းသစ်ကို အောင်မြင်စွာတီထွင်နိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

စနစ်အသုံးပြုမှုကိုရိုးရှင်းစေပြီး လက်ရှိလေကြောင်းလုံခြုံရေး လိုအပ်ချက်များကို ဖြေရှင်းရန်အတွက် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် တပ်ဖြန့်အသုံးပြုရာတွင် အဆင်ပြေလွယ်ကူစေသည်။

Spain receives latest version of Cervus high-tech anti-drone system ကို ဘာသာပြန်ဆိုထားပါသည်။

BAE ကုမ္ပဏီက မျိုးဆက်သစ် Sea Sparrow ဒုံးပစ်လောင်ချာများကို အမေရိကန်ရေတပ်သို့ပေးပို့မည်

BAE ကုမ္ပဏီသည် အမေရိကန်ရေတပ်အတွက် မျိုးဆက်သစ် Evolved Sea Sparrow Missile (ESSM) ဒုံးပစ်လောင်ချာများကို ဒီဇိုင်းထုတ်၍ ပေးပို့မည်ဖြစ်ကြောင်း ဇူလိုင် ၇ ရက်က The Defense Post တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသည်။

NGELS ဒုံးကျည်စနစ်သည် Evolved SeaSparrow Missile (ESSM) စစ်ရေယာဉ် ကိုယ်ပိုင်ကာကွယ်ရေးစနစ်ဖြစ်ပြီး စစ်သင်္ဘောကုန်းပတ်ပေါ်တွင် တပ်ဆင်၍ ပစ်လွှတ်နိုင်သည့်စနစ်မျိုးဖြစ်သည်။

MK-41 ဒေါင်လိုက် ပစ်လွှတ်တင်သည့်နည်းစနစ်ကိုအသုံးပြုသွားမည်ဖြစ်ပြီး လေယာဉ်တင်သင်္ဘောများနှင့် ကုန်းရေနှစ်သွယ်သုံး စစ်ရေယာဉ်များအတွက် ပိုမိုအဆင့်မြင့် ကောင်းမွန်သော ရေပြင်မှ ဝေဟင်နှင့် ရေပြင်မှရေပြင်ကာကွယ်ရေးစွမ်းဆောင်ရည်များကို ရရှိပိုင်ဆိုင်နိုင်စေမည်ဖြစ်သည်။

BAE ကုမ္ပဏီဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ Brent Butcher ၏အဆိုအရ မျိုးဆက်သစ် NGELS လက်နက်စနစ်သည် ရည်မှန်းချက်တာဝန် ထမ်းဆောင်နိုင်မှုအပေါ် ထိထိရောက်ရောက် လုပ်ဆောင်နိုင်စွမ်းနှင့် အတူ ယုံကြည်စိတ်ချရသော စစ်သင်္ဘောကာကွယ်ရေးစွမ်းအားများကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်မည့် တပ်ဖြန့်ရန်အသင့်စနစ်တစ်ရပ်ကို

ထောက်ပံ့ပေးရာတွင် BAE ကုမ္ပဏီ၏ ကျွမ်းကျင်မှုများကို မြှင့်တင်ပေးနိုင်လိမ့်မည်ဖြစ်သည်။ BAE ကုမ္ပဏီအနေဖြင့် အမေရိကန်ရေတပ်အတွက် ဒုံးကျည်ပေါင်းစည်းခြင်း၊ ပစ်လွှတ်ခြင်းစနစ်များနှင့်ဒုံးပြန်ဒီဇိုင်း တည်ဆောက်မှုအပိုင်းများတွင် သမိုင်းနှင့်ချီ၍ ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ခဲ့သည်။ အဆင့်မြှင့်တင်ထားသော တီထွင်ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းဆောင်ရည်များနှင့်အတူ အမေရိကန် ရေတပ်စစ်ရေယာဉ်စုများနှင့် နိုင်ငံတကာဖောက်သည်နိုင်ငံများအတွက် ရှေ့ဆက်၍ အတူတကွလုပ်ဆောင်ပေးနိုင်ရန် မျှော်မှန်းထားကြောင်း BAE ကုမ္ပဏီ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ Brent Butcher က ပြောကြားခဲ့သည်။

အမေရိကန်ရေတပ်အပြင် ESSM Self-Defense System စစ်ရေယာဉ်ကိုယ်ပိုင်ကာကွယ်ရေးစနစ်ကို မဟာမိတ်နိုင်ငံများ၏ ရေတပ်များထံ ရောင်းချပေးသွားလိမ့်မည်ဟု မျှော်မှန်းထားသည်။

နိုင်ငံ ၁၀ နိုင်ငံ ပါဝင်လုပ်ဆောင်ခဲ့သည့် တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းတစ်ရပ်၏ တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအနေဖြင့် ESSM သည် တာလတ်ပစ်အာရုံခံဒုံးကျည်များဖြစ်ပြီး မြန်နှုန်းမြင့် အနိမ့်ပျံလှုပ်ရှားစစ်ကစားမှုမြင့်မားကောင်းမွန်သော ဒရုန်းဒုံးကျည်များရန်မှ မိမိမိတ်ဖက်စစ်ရေယာဉ်များကို ယုံကြည်စိတ်ချရစွာ ကာကွယ်ပေးနိုင်စွမ်းရှိ



သည်။ ထို့ပြင် ဒရုန်းများနှင့် ရဟတ်ယာဉ်များကို အနိမ့်ပျံအလျင်နှုန်းနှေးနှေးလေကြောင်းခြိမ်းခြောက်မှုများကို တုံ့ပြန်ဖျက်ဆီးနိုင်စွမ်းလည်းရှိသည်။

ESSM သည် အလွှာစုံလေကြောင်းရန်ကာကွယ်ရေးအတွက် Standard Missile-2၊ Standard Missile-6 နှင့်အခြားသော လေကြောင်းရန်ကာကွယ်ရေး

ကြားဖြတ်ဒုံးကျည်များနှင့်အတူ ပေါင်းစည်းလုပ်ဆောင်နိုင်ရန် ဒီဇိုင်းထုတ်ထားသည်။

ESSM ဒုံးကျည်သည် ထိရောက်အကွာအဝေး ကီလိုမီတာ ၅၀ (၃၀ မိုင်) နှင့်အလျင်နှုန်း Mach 4 ထိ ပျံသန်းစစ်ဆင်နိုင်စွမ်းရှိသည်။ အမေရိကန်နိုင်ငံအပြင် ဩစတြေးလျ၊ ကနေဒါ၊ ဒိန်းမတ်၊ ဂျာမနီ၊ ဂရိ၊ နော်ဝေ၊ စပိန်၊ တူရကီနှင့်နယ်သာလန်

ဟူသည့်နိုင်ငံများက ESSM ဒုံးကျည်စနစ်ကို ပူးပေါင်းတီထွင်ခဲ့ကြခြင်းဖြစ်သည်။

BAE to Deliver Next-Gen SeaSparrow Missile Launcher to US Navy ကို ဘာသာပြန်ဆိုထားပါသည်။



မြန်မာ့ကော်ဖီစေ့တစ်တန်လျှင် ငွေကျပ် သိန်း ၁၀၀ ခန့်ထိ ဈေးကောင်းရရှိနေ



၁၀၀ လောက်ထိ ဖြစ်နေတယ်”ဟု ဦးထက်အောင်ဝင်းက ပြောပြသည်။

ပြည်တွင်းတွင်လည်း ကော်ဖီစေ့ ဈေးကောင်းရနေသည့်အတွက် လာမည့် ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်တွင် မြန်မာနိုင်ငံ၌ ကော်ဖီထုတ်လုပ်မှု အနေဖြင့် တန်ချိန် ၆၀၀၀၀ ထိ ရှိလာရန် ရည်မှန်းဆောင်ရွက်လျက် ရှိကြောင်း သိရသည်။

လက်ရှိတွင် မြန်မာနိုင်ငံ အတွင်း ကော်ဖီစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှု ၏ထက်ဝက်ခန့်ကို ပြည်ပနိုင်ငံများ သို့ တင်ပို့ရောင်းချလျက်ရှိကြောင်း၊ မြန်မာ့ကော်ဖီများကို ကမ္ဘာ့နိုင်ငံ များကပင် စိတ်ဝင်စားလာလျက်ရှိ ရာ ကော်ဖီစိုက်ပျိုးသူတောင်သူ များအနေဖြင့် အရည်အသွေး အဆင့်အတန်းမီသော ကော်ဖီ မျိုးကောင်းမျိုးသန့်များကို ရွေးချယ် ကာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ခြင်း၊ ကော်ဖီ လုပ်ငန်းရှင်များက တန်ဖိုးမြင့် ကော်ဖီများ ထုတ်လုပ်ခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာ့ကော်ဖီဈေးကွက်ကို ထိုး ဖောက်ဝင်ရောက်နိုင်သည့် အလား အလာများရှိနေကြောင်း သိရသည်။

ASH

ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉

ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ တင်ပို့နေ သည့် မြန်မာ့ကော်ဖီစေ့ တစ်တန် လျှင် ငွေကျပ် သိန်း ၁၀၀ ခန့်ထိ ဈေးကောင်းရရှိနေကြောင်း မြန်မာ ကုန်သွယ်မှုမြှင့်တင်ရေးအဖွဲ့ ကုန် သွယ်မှုဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနခွဲမှ ဒုတိယ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးထက်အောင် ဝင်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။

မြန်မာ့ကော်ဖီကို အင်္ဂလန်၊

အမေရိကန်၊ ဂျပန်၊ တရုတ်၊ ထိုင်း နှင့် ဩစတြေးလျနိုင်ငံတို့ကို အဓိက တင်ပို့လျက်ရှိကြောင်း၊ အရည် အသွေးမြင့် Export ကော်ဖီစေ့ တစ်တန်လျှင် ငွေကျပ် သိန်း ၁၀၀ ခန့်ထိ ဈေးကောင်းရရှိနေပြီး အရည် အသွေးနိမ့်ပါက ကော်ဖီစေ့တစ် တန်လျှင် ငွေကျပ် သိန်း ၅၀ ခန့်ထိ ရရှိနေကြောင်း သိရသည်။

“ပြည်ပပို့စေ့ကွက်မှာ မြန်မာ့ ကော်ဖီစေ့ အရည်အသွေးကောင်း ရင် တစ်တန်ကို ငွေကျပ် သိန်း ၁၀၀ လောက်ထိ ဈေးကောင်းရနေ ပါတယ်။ ပြည်တွင်းမှာလဲ ကော်ဖီ မစ်ထုတ်လုပ်သူတွေက အဝယ် လိုက်နေတဲ့အတွက် အရည်အသွေး ကောင်း ကော်ဖီစေ့ဆိုရင် ပေါက် ဈေးက အများကြီးမကွာဟတဲ့ အတွက် ပြည်တွင်းမှာလဲ ကော်ဖီ စေ့တစ်တန်ကို ငွေကျပ် သိန်း

လျှပ်စစ်မီးကို ချွေတာသုံးစွဲပါ

နိုင်ငံရေးစီမံအဖွဲ့၊ ဦးစီးဌာန

အဓိကအဖော်မှန်ဖြစ်သော လျှပ်စစ်မီးကို

- ဝန်နှင့်အား မျှတအောင် သုံးစွဲပါ။
- လေလွင့်ပျောက်ဆုံးမှုပျက်အောင် ဂရုစိုက်ပါ။
- အန္တရာယ်မဖြစ်အောင် သတိပြုပါ။
- နေ့စဉ် အကျိုးရှိစွာ ချွေတာသုံးစွဲပါ။

မန္တလေးမြို့ ကုန်စည်ဈေးနှုန်းများ

၉-၇-၂၀၂၃

စာအုပ်	တူရိယာ	တူရိယာ
ရွှေဘိုဘေးကျား (ပေါ်ဆန်း)	ကျပ်	၈၈၀၀၀/၉၅၀၀၀
(တစ်အိတ်)		
ပုသိမ်(ပေါ်ဆန်းမွှေး)(တစ်အိတ်)	ကျပ်	၇၂၀၀၀/၈၆၀၀၀
ဖျာပုံ(ပေါ်ဆန်းမွှေး) (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၇၄၀၀၀/၇၉၀၀၀
မဂျမ်းတော(အသစ်) (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၈၅၀၀၀/၉၅၀၀၀
မနောသုခ(အသစ်)(ပုသိမ်)(တစ်အိတ်)	ကျပ်	၆၀၀၀၀/၆၅၀၀၀
နွေဇီယာ(အသစ်) (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၅၅၀၀၀/၅၇၀၀၀
မနောသုခ(အသစ်)(မတ္တရာ)(တစ်အိတ်)	ကျပ်	၅၆၀၀၀/၅၈၀၀၀

စားဆီ	တူရိယာ	တူရိယာ
ပဲဆီ (တစ်ပိဿာ)	ကျပ်	၁၂၅၀၀/၁၃၅၀၀
နှမ်းဆီ (တစ်ပိဿာ)	ကျပ်	၁၁၅၀၀/၁၂၀၀၀
နေကြာဆီ (တစ်ပိဿာ)	ကျပ်	၁၂၀၀၀/၁၃၀၀၀
စားအုန်းဆီ (တစ်ပိဿာ)	ကျပ်	၈၅၀၀/၈၆၀၀

စက်သုံးဆီ	တူရိယာ	တူရိယာ
ဒီဇယ်(ရိုးရိုး) (တစ်လီတာ)	ကျပ်	၂၀၆၀
ဒီဇယ်(ပရီမီယံ) (တစ်လီတာ)	ကျပ်	၂၁၄၀
ဓာတ်ဆီ(တစ်လီတာ)	ကျပ်	၁၈၉၅
အောက်တိုန်း(၉၂) (တစ်လီတာ)	ကျပ်	၂၀၃၅
အောက်တိုန်း(၉၅) (တစ်လီတာ)	ကျပ်	၂၁၅၅

(သာ စက်သုံးဆီဆိုင်၏ ဈေးနှုန်းများသာဖြစ်ပါသည်။) အိမ်ဆောက်ပစ္စည်းဈေးနှုန်းများ

ဘိလပ်မြေ	တူရိယာ	တူရိယာ
အယ်ဟာအမှတ်တံဆိပ် (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၉၅၂၀
AAA အမှတ်တံဆိပ် (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၉၅၀၀
Apache အမှတ်တံဆိပ် (တစ်အိတ်)	ကျပ်	၉၉၀၀

သံချောင်း	တူရိယာ	တူရိယာ
တစ်မတ်လုံး (တစ်တန်)	ကျပ်	၁၇၀၀၀၀၀
ငါးမူးလုံး (တစ်တန်)	ကျပ်	၁၄၀၀၀၀၀
သုံးမူးလုံး(တစ်တန်)	ကျပ်	၁၃၁၀၀၀၀
ခြောက်မူးလုံး (တစ်တန်)	ကျပ်	၁၂၉၀၆၀၀
ကျပ်လုံး (တစ်တန်)	ကျပ်	၉၉၈၀၀၀

အိမ်မိုးသွပ်	တူရိယာ	တူရိယာ
(၆၇၇၈)ပေ ဆိုဒ်များ (တစ်ပေ)	ကျပ်	၁၁၀၀
(၉၁၀၀)ပေ ဆိုဒ်များ (တစ်ပေ)	ကျပ်	၁၂၅၀
(၁၁၁၂)ပေ ဆိုဒ်များ (တစ်ပေ)	ကျပ်	၁၄၀၀

ထားဝယ်မြို့နယ် ဇောကျေးရွာ၌ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအထောက်အကူပြု အခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်းဆင်းပွဲ ကျင်းပ

ထားဝယ် ဇူလိုင် ၉

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး ထားဝယ် ခရိုင် ထားဝယ်မြို့နယ် ကျေးလက် ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန က ဇောကျေးရွာ၌ ကျေးလက်နေ ပြည်သူများ အလုပ်အကိုင်အခွင့် အလမ်းနှင့် မိသားစုဝင်ငွေတိုးပွား လာစေရန် ရည်ရွယ်ဖွင့်လှစ်သည့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအထောက် အကူပြု အခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်း ဆင်းပွဲကို ဇူလိုင် ၈ ရက် နံနက်ပိုင်း က အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ် ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရှေးဦးစွာ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသ ကြီး ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက် ရေးဦးစီးဌာန တိုင်းဒေသကြီး ဦးစီးမှူး ဦးခင်ခင်က သင်ကြားပို့ချ

ခဲ့သည့် ဘာသာရပ်များကို သိရှိရုံ မဟုတ်ဘဲ လက်တွေ့နယ်ပယ်တွင် မိသားစုဝင်ငွေတိုးပွားအောင် လုပ် ကိုင်ဆောင်ရွက်ကြစေလိုကြောင်း မှာကြားသည်။

ဆက်လက်၍ ထားဝယ်မြို့နယ် စီမံအုပ်ချုပ်ရေးအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ဦးတင် ထက်နောင်က သင်တန်းဆင်းအမှာ



စကားပြောကြားပြီး ထားဝယ်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်စိုး စိုးသီတာက သင်တန်းဆိုင်ရာကိစ္စရပ် များကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် တာဝန်ရှိသူများက သင်တန်းတွင် ထူးချွန်သူရရှိသော သင်တန်းသူတစ်ဦးကို ဆုချီးမြှင့်သည်။ အဆိုပါသင်တန်းသို့ ဇော ကျေးရွာမှ သင်တန်းသူ ၁၀ ဦး တက်ရောက်ကြပြီး သင်တန်းတွင် ကျွမ်းကျင်နည်းပြများက အင်အား လုံချည် ချုပ်နည်းအမျိုးမျိုးကို မေ ၈ ရက်မှ ဇူလိုင် ၈ ရက်ထိ နှစ်လကြာ စာတွေ့လက်တွေ့ အခမဲ့သင်ကြားပို့ချပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မင်းမြင့်စိုရ

ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ် ရေပေါက်ချောင်းကျေးရွာ၌ VDP စီမံကိန်းမိတ်ဆက်ရှင်းလင်းခြင်းနှင့် ကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်းပြုလုပ်

ပုဏ္ဏားကျွန်း ဇူလိုင် ၉

ရခိုင်ပြည်နယ် စစ်တွေခရိုင် ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ် ကျေးလက် ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန က ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်း စီမံကိန်း (VDP) အကောင်အထည် ဖော်ဆောင်ရွက်မည့် ရေပေါက် ချောင်းကျေးရွာ၌ VDP စီမံကိန်း မိတ်ဆက်ရှင်းလင်းခြင်းနှင့်ကော်မတီ ဖွဲ့စည်းခြင်းကို ဇူလိုင် ၈ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရှေးဦးစွာ ပုဏ္ဏားကျွန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးဦးပုချေ က အမှာစကားပြောကြားပြီး ပုဏ္ဏား ကျွန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဒုတိယဦးစီး မှူး ဒေါ်ဌေးဌေးလှိုင်က မြစ်မိမ်းရောင် ကျေးရွာ စီမံကိန်းရည်ရွယ်ချက်နှင့် ကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ စီမံကိန်းတာဝန်ခံ နှင့်ဝန်ထမ်းများက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေး ကော်မတီဝင် ခုနစ်ဦးကို အများသဘောဆန္ဒနှင့်အညီ ရွေး ချယ်ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့သည်။

ရေပေါက်ချောင်းကျေးရွာ၌ ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်း စီမံကိန်းရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၁၅၀၊ ကျေးရွာပြည်သူထည့်ဝင်ငွေများကို အသုံးပြုကာ ကျေးရွာ၏ပကတိ လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြီး မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုး တက်ရေးဦးစီးဌာန ဝန်ထမ်းများ၏ နည်းပညာပံ့ပိုးမှု၊ အနီးကပ်ကြီးကြပ် မှုတို့ဖြင့် ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသား များကိုယ်တိုင် ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ကိုသန်း

၂၀၂၃ ခုနှစ် အကြိမ်(၃၀)မြောက် အစိုးရနိကာယ်စာမေးပွဲအောင်စာရင်း ထုတ်ပြန်ကြေညာ

၁။ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ သာသနာရေးနှင့် ယဉ်ကျေးမှုဝန်ကြီးဌာန သာသနာရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၃ ခုနှစ် အကြိမ် (၃၀)မြောက် အစိုးရနိကာယ်စာမေးပွဲကြီးကို တစ်ပြည်လုံးရှိ ခွင့်ပြု စာဖြေဌာန ၇၈ ဌာနတို့၌ ၂၀၂၃ ခုနှစ် ဇွန် ၁ ရက် (ကြာသပတေးနေ့) မှ ဇွန် ၆ ရက်(တနင်္လာနေ့)ထိ ၅ ရက်တိုင်တိုင် ကျင်းပခဲ့ပါသည်။

၂။ ယင်းစာမေးပွဲတွင် ဝင်ရောက်ဖြေဆိုရန် စာရင်းသွင်းထားသည့် ပုဂ္ဂိုလ်ဦးရေ ၁၈၀၆၅ ပါးရှိပြီး ဖြေဆိုသည့်ပုဂ္ဂိုလ်ဦးရေမှာ ၁၃၀၀၁ ပါးဖြစ်၍ ကျမ်းစဉ်အလိုက် အောင်မြင်သူဦးရေ စုစုပေါင်းမှာ ၄၆၅၄ ပါးဖြစ်ရာ ၃၅ ဒသမ ၇၉ ရာခိုင်နှုန်း အောင်မြင်ကြပါသည်။

၃။ အုပ်စု(၁) ခုဒွကနိကာယ်(ဝိနယပိဋက)ဝိနည်းငါးကျမ်း ဖြေဆို ကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် ငါးကျမ်းအောင် ၈၆၇ ပါး၊ လေးကျမ်းအောင် ၃၆၁ ပါး၊ သုံးကျမ်းအောင် ၄၆၂ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၅၅၄ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၅၉၇ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။ ဝိနည်းငါးကျမ်းအောင် ၈၆၇ ပါးအနက် ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ၊ သီလရှင် ပထမ ရရှိသော အထူးအောင်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- (က) ခုံအမှတ် ၃၀၆/၉ အရှင်ဝိညာဏဇောတ အသက် ၃၁ နှစ် အဘ ဦးကြင်ငွေ ထီးဆောင်းရွာ မြင်းမူမြို့၊ တိပိဋက မဟာဂန္ထဝင်နိကာယ်ကျောင်းတိုက်၊ ဒဂုံမြို့သစ်အရှေ့ပိုင်း မြို့နယ် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။(ပထမ)
- (ခ) ခုံအမှတ် သဆ/၅၂ အရှင်ကုသလ အသက် ၄၁ နှစ် အဘ ဦးလှဝေ၊ ဝိးဖြူကုန်းရွာ ဒက္ခိဏသီရိမြို့၊ ဝေဠုဝန် ပရိယတ္တိစာသင်တိုက် မင်းလှမြို့၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး။(ဒုတိယ)
- (ဂ) ခုံအမှတ် စက/၁၈၈ အရှင်ဝေသာရဇ္ဇ အသက် ၂၀ နှစ် အဘ ဦးမင်းဆောင် ကွမ်းတောရွာ မြိုင်မြို့၊ မြစကြာ ကျောင်းတိုက် စစ်ကိုင်းမြို့၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး။(တတိယ)
- (ဃ) သီလရှင် ပထမ စက/၁၆၉၀ မဝေနညဏီ အသက် ၂၅ နှစ်၊ အဘ ဦးစိုင်းတင်ဝင်း၊ နောင်မရွာ နမ့်ခမ်းမြို့၊ သကျမိတာသီလရှင်စာသင်တိုက် စစ်ကိုင်းမြို့၊ စစ်ကိုင်း တိုင်းဒေသကြီး။

၄။ အုပ်စု(၂) ဒီယနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက)သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် ၄၈၅ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၇၃ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၆၃ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။ သုံးကျမ်းအောင် ၄၈၅ ပါး အနက် ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ ရရှိသော အထူးအောင်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- (က) ခုံအမှတ် သိမ်/၂ အရှင်ပညာဇောတ၊ အသက် ၂၉ နှစ်၊ အဘ ဦးဖိုးဆန်း၊ ဝက်ပုတ်ကျေးရွာ ဘုတလင်မြို့၊ အောင်မြေဘုံသာကျောင်းတိုက် ပုသိမ်မြို့၊ ဧရာဝတီ တိုင်းဒေသကြီး။(ပထမ)
- (ခ) ခုံအမှတ် ပ/၁၅ အရှင်အဝုဝံသ အသက် ၂၇ နှစ်၊ အဘ ဦးအောင်၊ နှောပင်ရွာ ရေစကြိုမြို့၊ သီတပုဒ္ဓ ကောလိပ် ပြည်မြို့၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး။(ဒုတိယ)

(ဂ) ခုံအမှတ် သဆ/၂၁ အရှင်စန္ဒာဝရ အသက် ၃၄ နှစ်၊ အဘ ဦးသိန်းဝင်း၊ ကသာရွာ တောင်တွင်းကြီးမြို့၊ ကဝိန္ဒာရာမကျောင်း မိုးညိုမြို့၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး။(တတိယ)

၅။ အုပ်စု(၃) မဇ္ဈိမနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် ၅၁ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၂၉ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၄၇ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။

၆။ အုပ်စု(၄) သံယုတ္တနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြ သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် ၄၁ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၁၈ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၁၂ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။

၇။ အုပ်စု(၅) အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြ သော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် ၂၅၃ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၁၈၉ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၁၆၅ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။ သုံးကျမ်းအောင် ၂၅၃ ပါး အနက် ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ ရရှိသော အထူးအောင်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- (က) ခုံအမှတ် ပူရ/၄ အရှင်ကေလာသ၊ အသက် ၂၃ နှစ်၊ အဘ ဦးပေါ၊ မင်းရွာ မလိုင်မြို့၊ မဟာဂန္ထာရုံကျောင်းတိုက် အမရပူရမြို့နယ် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး။(ပထမ)
- (ခ) ခုံအမှတ် ပူရ/၁ အရှင်အဂ္ဂါစာရ၊ အသက် ၂၆ နှစ်၊ အဘ ဦးမော်သိန်း၊ ပေါက်တောကျွန်းရွာ ရေစကြိုမြို့၊ မဟာဂန္ထာရုံကျောင်းတိုက် အမရပူရမြို့နယ် မန္တလေး တိုင်းဒေသကြီး။(ဒုတိယ)
- (ဂ) ခုံအမှတ် စက/၉၆ ရှင်တေဇောဘာသာလင်္ကာရ အသက် ၂၀ နှစ်၊ အဘ ဦးခွန်ဝင်းအောင်၊ တောင်လေး ရွာ ပင်လောင်းမြို့၊ မဟာသုဗောဓာရုံကျောင်းတိုက် စစ်ကိုင်းမြို့၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး။(တတိယ)

၈။ အုပ်စု(၆) ခုဒွကနိကာယ်(၁) (သုတ္တန္တပိဋက)ဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် ငါးကျမ်းအောင် ငါးပါး၊ လေးကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ သုံးကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင်(-) ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၉။ အုပ်စု(၇) ခုဒွကနိကာယ်(၂)(သုတ္တန္တပိဋက) ဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် ငါးကျမ်းအောင် သုံးပါး၊ လေးကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ သုံးကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် လေးပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် နှစ်ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၀။ အုပ်စု(၈) ခုဒွကနိကာယ် (အဘိဓမ္မပိဋက) (ပထမပိုင်း) နှစ်ကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် နှစ်ကျမ်းအောင် ၂၁၈ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၉၄ ပါးတို့ဖြစ်ပါသည်။ နှစ်ကျမ်းအောင် ၂၁၈ ပါးအနက် ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယ ရရှိသော အထူးအောင်ပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

- (က) ခုံအမှတ် ပူရ/၉ အရှင်ဉာဏဇော၊ အသက် ၂၈ နှစ်၊ အဘ ဦးခင်အေး၊ ကျားတိုင်းရွာ မြင်းခြံမြို့၊ မြရတနာ ရာမပရိယတ္တိစာသင်တိုက် အမရပူရမြို့နယ် မန္တလေး တိုင်းဒေသကြီး။(ပထမ)

(ခ) ခုံအမှတ်၊ ၃၀၆/၂၂ အရှင်အဂ္ဂဉာဏာလင်္ကာရ၊ အသက် ၂၉ နှစ်၊ အဘ ဦးမြင့်ဝေ၊ အမှတ်(၆) ရပ်ကွက် မြင်းခြံမြို့၊ တိပိဋကမဟာဂန္ထဝင်နိကာယ်ကျောင်းတိုက် ဒဂုံမြို့သစ် အရှေ့ပိုင်းမြို့နယ် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။(ဒုတိယ)

(ဂ) ခုံအမှတ် ပခ/၁၆ အရှင်သီဟဉာဏ၊ အသက် ၃၄ နှစ်၊ အဘ ဦးပိုက်၊ သနပ်ပင်မြို့၊ ဥဿာတောရကျောင်း ဥဿာမြို့သစ် ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး။(တတိယ)

၁၁။ အုပ်စု(၉) ခုဒွကနိကာယ် (အဘိဓမ္မပိဋက) (ဒုတိယပိုင်း) လေးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် လေးကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ သုံးကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် နှစ်ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၂။ အုပ်စု(၁) ခုဒွကနိကာယ်(ဝိနယပိဋက)ဝိနည်းအဋ္ဌကထာ(မဟာ ဝိဒူတန်း) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် ၁၅ ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ၁၁ ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ၁၀ ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၃။ အုပ်စု(၂) ဒီယနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) ဒီယနိကာယ်အဋ္ဌကထာ (မဟာဝိဒူတန်း)သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် ငါးပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် ငါးပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၄။ အုပ်စု(၃)မဇ္ဈိမနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) မဇ္ဈိမနိကာယ်အဋ္ဌကထာ (မဟာဝိဒူတန်း) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင်(-)ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် တစ်ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၅။ အုပ်စု(၄) သံယုတ္တနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက) သံယုတ္တနိကာယ် အဋ္ဌကထာ(မဟာဝိဒူတန်း) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် (-) ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင်(-) ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၆။ အုပ်စု(၅) အင်္ဂုတ္တရနိကာယ်(သုတ္တန္တပိဋက)အင်္ဂုတ္တရအဋ္ဌကထာ (မဟာဝိဒူတန်း) သုံးကျမ်းဖြေဆိုကြသောပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် သုံးကျမ်းအောင် (-)ပါး၊ နှစ်ကျမ်းအောင် သုံးပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင်(-)ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၇။ အုပ်စု(၈) ခုဒွကနိကာယ်(အဘိဓမ္မပိဋက)အဋ္ဌကထာ (မဟာဝိဒူ တန်း) နှစ်ကျမ်းဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် နှစ်ကျမ်းအောင် တစ်ပါး၊ တစ်ကျမ်းအောင် နှစ်ပါးတို့ ဖြစ်ပါသည်။

၁၈။ အုပ်စု(၉) ခုဒွကနိကာယ်(အဘိဓမ္မပိဋက) အဋ္ဌကထာ(မဟာဝိဒူ တန်း)ဖြေဆိုကြသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့တွင် အောင်မြင်သူမရှိပါ။

၁၉။ ၁၃၈၅ ခုနှစ်(၂၀၂၃ ခုနှစ်) အကြိမ်(၃၀)မြောက် နိကာယ် စာမေးပွဲအောင်စာရင်းကို ဝိဒူတန်း အုပ်စု(၉)အုပ်စုနှင့် မဟာဝိဒူတန်း အုပ်စု(၇)အုပ်စုတို့တွင် ကျမ်းစဉ်အလိုက် အောင်မြင်သူ စုစုပေါင်း ၄၆၅၄ ပါး ဖြစ်ပါသည်။

၂၀။ ၁၃၈၅ ခုနှစ်(၂၀၂၃ ခုနှစ်) အကြိမ်(၃၀)မြောက် နိကာယ် စာမေးပွဲအောင်စာရင်းအပြည့်အစုံကို နိုင်ငံတော်သံယမဟာနာယကအဖွဲ့ Website www.mahana.org.mm၊ သာသနာရေးနှင့်ယဉ်ကျေးမှု ဝန်ကြီးဌာန Website www.mora.gov.mm နှင့် သာသနာရေး ဦးစီးဌာန Website www.dra.gov.mm တို့တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှု နိုင်ပါသည်။



★ ကျောမိုးမှအဆက် ဒုတိယ၊ တတိယဆု ရရှိသူများကိုလည်း ဆုရရှိသူများကို ဆုတံဆိပ်နှင့် ငွေသားဆု ကောင်း၊ တိုင်းဒေသကြီးတရားလွှတ်တော် များ ချီးမြှင့်ရာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် တရားသူကြီးချုပ်၊ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီး နှင့် တာဝန်ရှိသူတို့က ၇၅ ကီလိုတန်းနှင့် များ၊ အတွင်းရေးမှူးနှင့်တာဝန်ရှိသူများ၊ အထက် ကာယဗလပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသမီး တိုင်းဒေသကြီးကာယဗလနှင့်ကာယကြံ့ခိုင် Model Physique ပြိုင်ပွဲတို့တွင် ပထမ၊ မှုဆပ်ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌတို့က အမျိုးသမီး

Athletic Physique ပြိုင်ပွဲ၊ ၇၅ ကီလို တန်း ကာယဗလပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသမီး Fitness Physique ပြိုင်ပွဲ၊ ကီလို ၇၀ တန်း ကာယဗလပြိုင်ပွဲ၊ ၆၅ ကီလိုတန်း ကာယဗလပြိုင်ပွဲ၊ ကီလို ၆၀ တန်း ကာယ ဗလပြိုင်ပွဲ၊ အသက် ၂၁ နှစ်အောက် ကာယဗလပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသား Sports Physique ပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသား Athletic Physique ပြိုင်ပွဲ၊ အမျိုးသား Fitness Physique ပြိုင်ပွဲတို့မှ ပထမ၊ ဒုတိယ၊ တတိယဆု ရရှိသူများကိုလည်းကောင်း ဆုများအသီးသီးချီးမြှင့်ခဲ့ကြောင်း၊ ယနေ့ ကျင်းပသည့် ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစား ၁၂ မျိုး၌ ၇၁ ဦး ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ကြောင်းနှင့် ဆုရရှိ သူများမှာ ရန်ကုန်မြို့တွင် ဇူလိုင် ၂၃ ရက် ၌ကျင်းပမည့် ပြည်နယ်နှင့် တိုင်းဒေသကြီး ကာယဗလနှင့် ကာယကြံ့ခိုင်မှုပြိုင်ပွဲတွင် ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ မျိုးကျော်

ဇူလိုင် ၉ ရက် ထုတ်ပြန်ချက်တွင် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ဓာတ်ခွဲအတည်ပြုလူနာသစ် ၂၂ ဦး တွေ့ရှိ

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ပြစ်ပွားမှုအခြေအနေ

ရောဂါပိုးတွေ့ရှိသူ စုစုပေါင်း	၆၄၀၇၅၉ ဦး
သေဆုံးသူ	၁၉၄၉၄ ဦး
ဆေးရုံဆင်းခွင့်ရရှိသူ	၆၁၉၅၇၇ ဦး

မေ့ဉာဏ် ဇူလိုင် ၉ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု ဇူလိုင် ၈ ရက် ည ၈ နာရီမှ ယနေ့ လူနာသစ် ၂၂ ဦး တွေ့ရှိခဲ့ကြောင်း ည ၈ နာရီအတွင်း ဓာတ်ခွဲနမူနာ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ သတင်း စုစုပေါင်း ၆၂၃၄ ခုကို စစ်ဆေးပြီးစီးခဲ့ရာ ရရှိသည်။ (သတင်းစဉ်)

လွိုင်ကော်မြို့ရှိ မဟာရဋ္ဌပါလပြည်ငြိမ်းအေးနဂါးရုံမြတ်စွာဘုရား၊ ဖောဓိညောင်ပင်နှင့် ရှစ်မျက်နှာမြတ်စွာဘုရားနှင့် ဓမ္မာရုံအတွင်း၌ ကိုးကွယ်ထားသော ဥဒိဿမြတ်စွာဘုရားကြီးတို့အား ပုဒ္ဓါဘိသေကအနေကဇာတင်လျှု မဟာမင်္ဂလာအခမ်းအနား ကျင်းပ



လွိုင်ကော်မြို့နယ် ရတနာသီရိတောင်ပေါ်ကျောင်း ဆရာတော်ထံမှ ကယားပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ဦးစော်မျိုးတင်၊ အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်လှစိုးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ငါးပါးသီလ ခံယူဆောင်တည်ကြစဉ်။

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
ကယားပြည်နယ် လွိုင်ကော်မြို့ရှိ မဟာရဋ္ဌပါလ ပြည်ငြိမ်းအေးနဂါးရုံမြတ်စွာဘုရား၊ ဖောဓိညောင်ပင်နှင့် ရှစ်မျက်နှာမြတ်စွာဘုရားနှင့် ဓမ္မာရုံအတွင်း၌ ကိုးကွယ်ထားသော ဥဒိဿမြတ်စွာဘုရားကြီးတို့အား ပုဒ္ဓါဘိသေကအနေကဇာတင်လျှု မဟာမင်္ဂလာအခမ်းအနားကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် လွိုင်ကော်တပ်နယ်ရှိ ဓမ္မာရုံ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ရာ လွိုင်ကော်မြို့နယ် သံယနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ရတနာသီရိတောင်ပေါ်ကျောင်းဆရာတော် အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ ဘဒ္ဒန္တပဏ္ဍိတ အမှူးပြုသော သံယာတော်များ ကြွရောက်တော်မူကြပြီး ကယားပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်

ဦးစော်မျိုးတင်၊ အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်လှစိုးနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ ပြည်နယ်အစိုးရအဖွဲ့ဝင် ဝန်ကြီးများ၊ အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုများ တက်ရောက်ကြသည်။ ဦးစွာ လွိုင်ကော်မြို့နယ် သံယနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ရတနာသီရိတောင်ပေါ်ကျောင်း ဆရာတော် အမှူးပြုသော ဆရာတော်၊ သံယာတော်များက မဟာရဋ္ဌပါလ ပြည်ငြိမ်းအေး နဂါးရုံမြတ်စွာဘုရား၊ ဖောဓိညောင်ပင်နှင့် ရှစ်မျက်နှာမြတ်စွာဘုရားနှင့် ဓမ္မာရုံအတွင်း၌ ကိုးကွယ်ထားသော ဥဒိဿမြတ်စွာဘုရားကြီးတို့အား ပုဒ္ဓါဘိသေက အနေကဇာတင်လျှုပုဇွန်ကြွသည်။ ထို့နောက် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်၊

တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက လွိုင်ကော်မြို့နယ် သံယနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ ရတနာသီရိတောင်ပေါ်ကျောင်း ဆရာတော်ထံမှ ငါးပါးသီလ ခံယူဆောင်တည်ကြပြီး ဆရာတော်၊ သံယာတော်များမှ အန္တရာယ်ကင်း မေတ္တာသုတေသနတရားတော်များ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ် ချီးမြှင့်တော်မူကြသည်။ ထို့နောက် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်၊ တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ဆရာတော်၊ သံယာတော်များကို အရက်ဆွမ်းနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြပြီး လှူဒါန်းမှုအစုစုတို့အတွက် ရေစက်သွန်းချ အမျှပေးဝေခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

ခန္တီးမြို့နယ် နန်မုံကျေးရွာရှိ ဒေသခံပြည်သူများကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ခန္တီးမြို့နယ် နန်မုံကျေးရွာရှိ ဒေသခံပြည်သူများကို ယနေ့တွင် အနောက်မြောက်တိုင်း စစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က မက်သဒစ်အသင်းတော်ဘုရားကျောင်း၌ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က ဒေသခံပြည်သူ ၁၀၂ ဦးတို့ကို သွေးတိုးရောဂါ၊ သွားနှင့် ခံတွင်းရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ အရိုးအကြော

ရောဂါ၊ အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ၊ သားဖွားမီးယပ်ရောဂါ၊ အထွေထွေရောဂါတို့နှင့် ပတ်သက်၍ လိုအပ်သည့်ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးကုသပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးသည်။ ယင်းသို့ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုများကို ခန္တီးတပ်နယ်မှ တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။



အနောက်မြောက်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်လှည့်ဆေးကုသရေးအဖွဲ့က ခန္တီးမြို့နယ် နန်မုံကျေးရွာရှိ ဒေသခံပြည်သူများကို ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးစဉ်။

ရခိုင်ပြည်နယ် စစ်တွေမြို့ရှိ မုန်တိုင်းဒဏ်သင့်ပြည်သူများအား ဆန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ ကြက်ဥ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများနှင့် လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများကို ဈေးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ဆက်လက်ရောင်းချ

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
ဆိုင်ကလုနီးမုန်တိုင်း(မိုခါ)တိုက်ခတ်မှုကြောင့် ပျက်စီးမှုများဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည့် စစ်တွေမြို့ရှိ မုန်တိုင်းဒဏ်သင့် ဒေသခံပြည်သူများနှင့် ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၏ စားသောက်ရေးအဆင်ပြေစေရန်နှင့် မိမိတို့အလိုရှိရာ စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများကို ဈေးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ဝယ်ယူစားသောက်နိုင်ရေးအတွက် အနောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် နယ်မြေခံတပ်မတော် သားများနှင့် တာဝန်ရှိသူများက နေ့စဉ် ရောင်းချပေးလျက်ရှိသည်။ ယနေ့တွင်လည်း စစ်တွေမြို့ ဦးဥတ္တမဝန်းခြံ၌ ဆန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ အသား၊ ငါး၊ ကြက်ဥ၊ ဘဲဥ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်းများ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ ကြက်သွန်နီ၊ ကြက်သွန်ဖြူနှင့် တပ်မတော်စက်ရုံများနှင့် မြန်မာစီးပွားရေး ကော်ပိုရေးရှင်းတို့မှ ထုတ်လုပ်သည့် ခေါက်ဆွဲခြောက်၊ ဘီစကွတ်နှင့် စည်သွတ်ဘူးများဖြစ်သည့် အမဲသားဘူး၊ မျှစ်စားတော်ပဲဘူး၊ ကြက်သားအာလူးဘူး၊ ငါးတန်အချိုပေါင်းဘူး၊ ငါးသလောက်ဘူး၊ ငါးပိကြော်ဘူး၊ ပဲထောပတ်ဘူး၊ ပဲခရမ်းဘူး၊ သရက်သီး



ရခိုင်ပြည်နယ် စစ်တွေမြို့ရှိ မုန်တိုင်းဒဏ်သင့်ပြည်သူများအား ဆန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ ကြက်ဥ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများနှင့် လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများကို ဈေးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ရောင်းချပေးစဉ်။
သနပ်ဘူး စသည်စားသောက်ကုန်များ၊ ထိုသို့ ရောင်းချပေးလျက်ရှိရာ ဒေသခံပြည်သူများနှင့် ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်း မိသားစုများက တစ်ခဲနက်ဝယ်ယူအားပေးကြောင်းနှင့် ယခုကဲ့သို့ စားရေးအခက်အခဲ ဖြစ်ပေါ်နေချိန်တွင် သက်သာသောဈေးနှုန်းများဖြင့် ရောင်းချပေးမှုအပေါ် တာဝန်ရှိသူများအား အထူးပင်ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

စားအုန်းဆီ အခြေခံလက်ကား ရည်ညွှန်းဈေးနှုန်း တစ်ပိဿာငွေကျပ် ၄၁၄၀ ဖြစ်ကြောင်း ထုတ်ပြန်ကြေညာ

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
စီးပွားရေးနှင့် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ဝန်ကြီးဌာန စားအုန်းဆီတင်သွင်းသို့လှောင် ဖြန့်ဖြူးခြင်းလုပ်ငန်း ကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ အနေဖြင့် စားအုန်းဆီ ကမ္ဘာ့ဈေးနှုန်း ဖြစ်ပေါ်ပြောင်းလဲမှုနှင့်အညီ ပြည်တွင်း၌ ဖြစ်သင့်ဖြစ်ထိုက်သည့် ဈေးနှုန်းများ ဖြစ်ပေါ်စေရေး ထိန်းကျောင်းဆောင်ရွက် လျက်ရှိပြီး စားအုန်းဆီ အဓိကထုတ်လုပ် တင်ပို့သည့် မလေးရှားနိုင်ငံနှင့် အင်ဒိုနီးရှား နိုင်ငံတို့တွင် ဖြစ်ပေါ်နေသည့် FOB ဈေးနှုန်းများကို နေ့စဉ်စောင့်ကြည့်ကာ သယ်ယူပို့ဆောင်ခ ကုန်ကျစရိတ်များ၊ ဘဏ်စရိတ်များ၊ အခွန်အခများ ထည့်သွင်း တွက်ချက်၍ ပြည်တွင်းဈေးကွက်၌ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကားရမည့် အခြေခံ လက်ကားရည်ညွှန်းဈေးနှုန်းကို ထုတ်ပြန် ပေးလျက်ရှိသည်။ ယခုအပတ်အတွင်း ကမ္ဘာ့စားအုန်းဆီ ထုတ်လုပ်တင်ပို့သည့် နိုင်ငံများတွင် ဈေးကွက်နှင့် ဈေးနှုန်းဖြစ်ပေါ်မှုများအရ

ဇူလိုင် ၁၀ ရက်မှ ၁၆ ရက်ထိ ရန်ကုန် အထိုင်ဈေး အခြေခံလက်ကား ရည်ညွှန်း ဈေးနှုန်းမှာ စားအုန်းဆီတစ်ပိဿာလျှင် ငွေကျပ် ၄၁၄၀ ဖြစ်ကြောင်း ထုတ်ပြန် ကြေညာထားသည်။ ထို့ပြင် ပြည်တွင်းဈေးကွက်အတွင်း ဈေးနှုန်းမြင့်တင်ရောင်းချခြင်း၊ ဈေးကစား ရန်ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် သို့လှောင်ခြင်းနှင့် မသမာသည့်လုပ်ဆောင်မှုများ ပြုလုပ်ပါက အရေးကြီးကုန်စည်နှင့် ဝန်ဆောင်မှုပေး အရ အရေးယူဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ် ကြောင်း အသိပေးထုတ်ပြန်ထားသည်။ အဆိုပါ အခြေခံလက်ကားရည်ညွှန်း ဈေးနှုန်းများကို စားအုန်းဆီဈေးနှုန်း ဤ Website: www.doca.gov.mm၊ Facebook Page နှင့် မြန်မာနိုင်ငံ ဆီကုန်သည်နှင့် ဆီလုပ်ငန်းရှင်များ အသင်း၏ Facebook Page တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ကြောင်း သတင်း ရရှိသည်။

သစ်ပင်စိုက်မှ အရိပ်ရ၏ ရိပ်ခိုနားနေ အပန်းဖြေ၏

သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန မိုးရာသီသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲနှင့် ငါးပျိုးစိုက်ထည့်ခြင်းအခမ်းအနားကျင်းပ



ပြည်ထောင်စု ဝန်ကြီး ဦးလှမိုး မိုးရာသီသစ်ပင် စိုက်ပျိုးပွဲတွင် သတ်မှတ် နေရာ၌ ကုံကော်ပင်ကို စိုက်ပျိုးပေးစဉ်။

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
 သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေး ဝန်ကြီးဌာန မိုးရာသီသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲနှင့် ငါးပျိုးစိုက်ထည့်ခြင်း အခမ်းအနားများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက လယ်ဝေးမြို့နယ် သော်မှော်ကုန်းခေတ်မီစံပြကျေးရွာ ရုံးအမှတ်(၁၆) သမဝါယမနှင့်ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့်နေပြည်တော်ကောင်စီ နယ်မြေရှိ ဦးစီးဌာနများ၏ ခရိုင်အဆင့်၊ မြို့နယ်အဆင့်ရုံးများ၌ ကျင်းပရာ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးလှမိုး၊ ဒုတိယဝန်ကြီး ဦးမြင့်စိုး၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်၊ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များနှင့် ဝန်ထမ်းများ တက်ရောက်ကြသည်။

ဦးစွာ နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေ လယ်ဝေးမြို့နယ် သော်မှော်ကုန်းခေတ်မီ စံပြကျေးရွာ၌ကျင်းပသည့် မိုးရာသီသစ်ပင် စိုက်ပျိုးပွဲအခမ်းအနားတွင် ပြည်ထောင်စု ဝန်ကြီး ဦးလှမိုးက ကမ္ဘာနှင့်တစ်ဝန်း ရင်ဆိုင်နေရသော ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြေရှင်းရန် နည်းလမ်းအမျိုးမျိုးရှိသည် အနက် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ သစ်တောများ ထိန်းသိမ်းခြင်းသည် အရိုးရှင်းဆုံး၊ အလွယ်တူဆုံး၊ ကုန်ကျစရိတ်အသက်သာဆုံး၊ သဘာဝနှင့်လိုက်လျောညီထွေမှုအမြစ်ဆုံး လုပ်ငန်းတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်း၊ သစ်ပင် စိုက်ခြင်းသည် မိမိတို့ကိုယ်တိုင်စိတ်ချမ်းသာ

မှုရခြင်း၊ အများအတွက်အကျိုးရှိခြင်း၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းပြီးဖြစ်ခြင်း စသည့်အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိကြမည်ဖြစ် သည့်အတွက် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးကြရန် တိုက်တွန်းပါကြောင်း ပြောကြားသည်။

ထို့နောက် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ဒုတိယဝန်ကြီး၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်နှင့် ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များက ကုံကော်ပင် များကို ဦးစွာစိုက်ပျိုးပေးကြပြီး ဝန်ထမ်း များနှင့် ကျေးရွာသူကျေးရွာသားများက စိန်ပန်း၊ မဲလီ၊ ခရေ၊ ငရွေဝါ၊ ကြီးမြန် သစ်ပင်ပြည်လုံးချမ်းသာ စသည့်အရိပ်ရ နှစ်ရည်ပင်များကို စုပေါင်းစိုက်ပျိုးကြသည်။

ယင်းနောက် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့် အဖွဲ့သည် သော်မှော်ကုန်းကျေးရွာ၌ မွေးမြူရေးနှင့် အထွေထွေစီးပွားရေး သမဝါယမအသင်းလိမ္မော်တက်နှင့် ကျေးလက် စီးပွားမြှင့်တင်ရေးရန်ပုံငွေ RBF မြင့် မွေးမြူ ရေးလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေသည့် ပန်းခရေ အဖွဲ့၏ ဝက်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများကို ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များညှိနှိုင်း ပေါင်းစပ်ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

ဆက်လက်၍ မိုးရာသီသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲ အခမ်းအနားများကို သမဝါယမနှင့်ကျေးလက် ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန၌ လည်းကောင်း၊ ကျေးလက်လမ်းဖွံ့ဖြိုးရေး ဦးစီးဌာန၌ လည်းကောင်း၊ နေပြည်တော်ကောင်စီ နယ်မြေအတွင်းရှိ ခရိုင်အဆင့်၊ မြို့နယ်

အဆင့်ရုံးများ၌လည်းကောင်း ဆက်လက် ကျင်းပရာ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ဒုတိယ ဝန်ကြီး၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်၊ ညွှန်ကြား ရေးမှူးချုပ်များနှင့် ဝန်ထမ်းများ တက်ရောက်၍ စုပေါင်းသစ်ပင်စိုက်ပျိုး ကြသည်။

သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေး ဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ၂၀၂၃ ခုနှစ် မိုးရာသီ သစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတွင် ပြည်လုံးချမ်းသာပင် ၅၀၀၊ ကျွန်းပင် ၁၄၀၊ ဖျဉ်းကတိုးပင် ၁၅၀၊ စိန်ပန်းပင် ၂၀၊ ခရေ ၃၃ ပင်၊ ငရွေဝါပင် ၄၀၊ မဲလီပင် ၂၀၊ ကုံကော် ၁၀ ပင်နှင့် အခြားအရိပ်ရ ၁၂ ပင်စသည့် အရိပ်ရ နှစ်ရည်ပင်အမျိုးအစား ၁၀ မျိုး စုစုပေါင်း ၉၂၅ ပင်ကို စိုက်ပျိုးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ဆက်လက်ပြီး ငါးပျိုးစိုက်ထည့်ခြင်း အခမ်းအနားကို သမဝါယမနှင့်ကျေးလက် ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန ရုံးအမှတ်(၁၆)ရှိ လျှို့ဝှက်ဆည်နှင့် မွေးမြူရေးကန်များ၌ ကျင်းပရာ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ဒုတိယ ဝန်ကြီး၊ အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်၊ ညွှန်ကြား ရေးမှူးချုပ်များနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ငါးမြစ်ချင်းသားပေါက်ကောင်ရေ ၁၀၀၀၀၊ ထိုင်းငါးခဲမသားပေါက်ကောင်ရေ ၁၀၀၀၀ နှင့် ရွှေရောင်ငါးကြင်းသားပေါက်ကောင်ရေ ၃၀၀ စုစုပေါင်းငါးသားပေါက်ကောင်ရေ ၂၀၃၀၀ ကို စိုက်ထည့်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ **(သတင်းစဉ်)**

အကြမ်းဖက်အုပ်စုအဖြစ် ကြေညာထားသော CRPH၊ NUG နှင့် ယင်းတို့၏လက်ဝေခံများ၏ လှုံ့ဆော်၊ ဝါဒဖြန့်ခြင်းများ လိုက်ပါလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ အားပေးကူညီခြင်းများပြုလုပ်ခဲ့သူများကို ဖော်ထုတ်အရေးယူ

နေပြည်တော် ၇ ဇူလိုင် ၉
 အကြမ်းဖက်အုပ်စုအဖြစ် ကြေညာ ထားသော CRPH၊ NUG နှင့် ယင်းတို့၏ လက်အောက်ခံအဖွဲ့အစည်းများ၊ ယင်းတို့ နှင့်ဆက်သွယ်နေသော အဖွဲ့အစည်းများ၊ လူပုဂ္ဂိုလ်များသည် နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ် အေးချမ်းရေးကို ပျက်ပြားစေရန်နှင့်ပြည်သူ လူထုကိုအကြောက်တရားများဖြစ်ပေါ်စေပြီး အစိုးရယန္တရားများ ပျက်ပြားစေရန်ရည်ရွယ် လျက် လှုံ့ဆော်ခြင်း၊ဝါဒဖြန့်ခြင်း၊ခြိမ်းခြောက် ခြင်းများကို လူမှုကွန်ရက်များမှတစ်ဆင့် နည်းမျိုးစုံဖြင့် ပြုလုပ်လျက်ရှိသည်။

ပြည်သူများအနေဖြင့် ယင်းတို့၏ လှုံ့ဆော်မှု၊ ဝါဒဖြန့်မှုများအပေါ် မသိ နားမလည်၍ဖြစ်စေ၊ ကြောက်ရွံ့၍ဖြစ်စေ လိုက်ပါလုပ်ဆောင်ခြင်း၊ အသံဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ပြုလုပ်မှုဖြင့်ဖြစ်စေ၊ တစ်နည်းနည်းဖြင့် ဖြစ်စေ အများပြည်သူအနှောင့်အယှက် ဖြစ်စေမည့် ပြုလုပ်မှုများပြုလုပ်ခြင်း၊ လှုံ့ဆော်ဝါဒဖြန့်မှုများကို ထပ်ဆင့်မျှဝေ

ခြင်း၊ အားပေးကူညီခြင်းများပြုလုပ်ခဲ့လျှင် အကြမ်းဖက်မှုတိုက်ဖျက်ရေး ဥပဒေပုဒ်မ ၅၂(က)၊ ရာဇသတ်ကြီးပုဒ်မ ၁၂၄-က နှင့် ပုဒ်မ ၅၀၅-က၊ အီလက်ထရောနစ်ဆက်သွယ် ရေးဥပဒေပုဒ်မ ၃၃(က)နှင့် တည်ဆဲဥပဒေ များအရ အရေးယူခံရမည့်အပြင် ဖြစ်မှုနှင့် သက်ဆိုင်သည့် ရွှေ့ပြောင်းနိုင်သောပစ္စည်း၊ မရွှေ့ပြောင်းနိုင်သော ပစ္စည်းများကို အကြမ်းဖက်မှုတိုက်ဖျက်ရေး ဥပဒေအရ သိမ်းဆည်းခံရနိုင်ပြီး ဖြစ်မှုထင်ရှားစီရင်ခြင်း ခံရပါက နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာအဖြစ်သိမ်းဆည်း ခံရနိုင်ကြောင်း ၂၀၂၂ ခုနှစ် ဇန်နဝါရီ ၂၅ ရက်တွင် နိုင်ငံပိုင်မီဒီယာများမှတစ်ဆင့် အသိပေးသတင်းထုတ်ပြန်ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

ထိုကဲ့သို့ အသိပေးသတင်းထုတ်ပြန်ခဲ့ ပြီးဖြစ်သော်လည်း မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး တံတားဦးမြို့နယ် ဆင်တဲကျေးရွာနေ ရဲဇော်သည် ၎င်းအသုံးပြုသည့် "Ye Zaw" Facebook အကောင့်ဖြင့် အသိပေးသတင်း ထုတ်ပြန်ချက်အပေါ် မျက်ကွယ်ပြု၍

နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးကိုပျက်ပြား စေရန်ရည်ရွယ်လျက် လှုံ့ဆော်ခြင်း၊ ဝါဒ ဖြန့်ခြင်းများပြုလုပ်ဆောင်ခဲ့သည့်အတွက် တရားဥပဒေနှင့်အညီ ဖမ်းဆီးထိန်းသိမ်း အမှုဖွင့်လှစ်အရေးယူခြင်းများ ဆောင်ရွက် ခဲ့ရသည်။

ထိုကဲ့သို့ CRPH၊ NUG နှင့် ယင်းတို့၏ လက်အောက်ခံအဖွဲ့အစည်းများ၊ယင်းတို့နှင့် ဆက်သွယ်နေသောအဖွဲ့အစည်းများ၊ လူပုဂ္ဂိုလ် များသည် နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး ကို ပျက်ပြားစေရန်နှင့် အစိုးရယန္တရားများ ပျက်ပြားစေရန်ရည်ရွယ်လျက် လှုံ့ဆော်ခြင်း၊ ဝါဒဖြန့်ခြင်းများပြုလုပ်ခဲ့မှုအပေါ် အားပေး ကူညီခြင်းပြုလုပ်ခဲ့သူများကို ဥပဒေနှင့်အညီ ထိရောက်စွာ အရေးယူသွားမည်ဖြစ် ကြောင်းနှင့် ထိုသို့လှုံ့ဆော်သူ၊ ဝါဒဖြန့်သူ များကို ဆက်လက်ဖော်ထုတ်အရေးယူ သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း မိဘပြည်သူ များသိရှိနိုင်ရေး အသိပေးသတင်းထုတ်ပြန် အပ်ပါသည်။

ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်း မိုခါကြောင့် ဘေးသင့်ပြည်သူများအတွက် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပ စေတနာရှင်ပြည်သူများက အလှူငွေများလှူဒါန်းနိုင်ရေး အသိပေးကြေညာ

- ၁။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် မေ ၁၄ ရက်တွင်ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် အလွန်အလွန်အားကောင်းသော ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်းမိုခါကြောင့် ဘေးသင့်ပြည်သူများအတွက် ပါဝင်လှူဒါန်းလို သော စေတနာရှင်ပြည်သူများအနေဖြင့် မြန်မာ့အလင်းစာရင်းအမှတ် OA-011834 နှင့် နိုင်ငံခြားငွေစာရင်းအမှတ် IDA-0300086 သို့ ထည့်ဝင်လှူဒါန်း နိုင်ကြောင်း ကြေညာခဲ့ပါသည်။
- ၂။ ထိုသို့ ကြေညာရာတွင် အခြားသော အီလက်ထရောနစ်ငွေပေးချေမှုစနစ်နှင့် မိုဘိုင်းငွေပေးချေမှုစနစ်များဖြင့် လှူဒါန်းနိုင်ရန် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပြီး ထပ်မံအသိပေးကြေညာသွားမည်ဟု ပါရှိပါသည်။
- ၃။ လှူဒါန်းရာတွင် ယခင်ကြေညာထားသည့် ဖုန်းနံပါတ်နှင့် ဖွင့်လှစ်ထားသည့် အကောင့်သို့ လှူဒါန်းမှုပြုနိုင်ရေးကြေညာထားပြီး ဖုန်းနံပါတ်ဖြင့် လှူဒါန်းမှုပြု လုပ်ခြင်းမှာ ရောထွေးနိုင်သဖြင့် ဖုန်းနံပါတ်အစား QR ဖြင့် လှူဒါန်းနိုင်ရေး ဆောင်ရွက်ထားပြီးဖြစ်ပါသည်။
- ၄။ KBZ Pay၊ Wave Money တို့ဖြင့် လှူဒါန်းနိုင်ပြီး လှူဒါန်းလိုပါက KBZ Pay၊ Wave Money တို့၏ QR ကို Scan ဖတ်ခြင်း၊ QR တွင် ပါဝင်သော ကုတ် နံပါတ်အားရိုက်ထည့်၍ လှူဒါန်းခြင်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- ၅။ ယခုအခါ ပြည်သူများ လှူဒါန်းမှုပြုလုပ်ရာတွင် ပိုမိုအဆင်ပြေစေရေး ပြည်သူများ အသုံးပြုမှုများပြားသည့် CB Pay၊ AYA Pay၊ OK \$၊ UAB pay နှင့် Citizens Pay တို့ဖြင့်လည်း လှူဒါန်းနိုင်ရေးဆောင်ရွက်ထားပြီးဖြစ်သဖြင့် QR ကို Scan ဖတ်ခြင်း၊ QR တွင်ပါဝင်သော ကုတ်နံပါတ်ကိုရိုက်ထည့်၍ လှူဒါန်းခြင်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။
- ၆။ လှူဒါန်းလိုသူများအနေဖြင့် အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များသို့ ဆက်သွယ်မေးမြန်းလှူဒါန်း နိုင်ပါသည်-

နေပြည်တော်	ရန်ကုန်မြို့	မန္တလေးမြို့
ဒေါ်လှလှအေး ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာန ၀၆၇-၃၄၀၄၀၅၀ ၀၉-၂၀၂၄၀၉၁	ဦးသန်းစိုး ညွှန်ကြားရေးမှူး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှု ဦးစီးဌာန ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူးရုံး ၀၉-၂၅၀၁၂၄၈၅၅	ဦးအေးမင်းသူ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှု ဦးစီးဌာန မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူးရုံး ၀၉-၄၂၀၇၀၈၅၂၇
ဦးဝင်းရွှေ ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာန ၀၆၇-၃၄၀၄၀၄၈ ၀၉-၂၅၄၀၇၀၀၁၁	ဒေါ်သန်းသန်းဝင်း ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှု ဦးစီးဌာန ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူးရုံး ၀၉-၄၂၀၇၄၀၁၆၀	
ဒေါ်ဖြူဖြူဝင်း ညွှန်ကြားရေးမှူး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ စီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာန ၀၆၇-၃၄၀၄၃၁၆ ၀၉-၄၃၀၅၄၈၄၄		

အမျိုးသားသဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီ

အကြမ်းဖက်မှုပျောက်ရေးအတွက် ပြည်သူ့အသိပေးနိုးဆော်ချက်

- ၁။ ပြည်သူအတွက်ဟု သုံးနှုန်း၍ ရဟန်းသံဃာများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ အပါအဝင် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့ကို သတ်ဖြတ်၊ လုယက်ခြင်းကို CRPH၊ NUG၊ PDF အမည်ခံ အကြမ်းဖက်အုပ်စုများက ဥပဒေမကျူးလွန်နေသည်။
- ၂။ ခြိမ်းခြောက်၊ လုယက်၊ အဖျက်အမှောင်လုပ်ရပ်များ လုပ်ဆောင်နေသည့် CRPH၊ NUG၊ PDF အကြမ်းဖက်သမားများကို အားပေးမှု၊ ထောက်ခံမှု၊ ကူညီထောက်ပံ့မှုမပြုခြင်းသည် ပြည်သူလူထု၏ အသက် အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။
- ၃။ ယင်းတို့၏ လက်နက်၊ ခဲယမ်း ကိုင်တွယ်သယ်ဆောင်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်သမားတို့၏ သတင်းကို လျှို့ဝှက်ပေးဆိုခြင်းသည် အပြစ်မဲ့ပြည်သူများ၏ အသက်အိုးအိမ် စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

BMI အကြောင်း ဂယနုဏ သိလိုသောအခါ

ဝမ်းယုနောင်



BMI တိုင်းတာခြင်းသည် အလွန်လွယ်ကူရိုးရှင်းသည်။ ငွေကုန် ကြေးကျနည်းပါးပြီး အချိန်ကုန်သက်သာသည်။ ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (World Health Organization) ကပင် စံသတ်မှတ်ထားသော ခန္ဓာကိုယ်တိုင်းတာခြင်းနည်းစနစ်တစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံအသီးသီးသည် လူတို့၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကောင်း၊ မကောင်းကို ယေဘုယျသိရှိနိုင်ရန်ရည်ရွယ်၍ BMI တိုင်းတာခြင်းစနစ် အား တွင်ကျယ်စွာအသုံးပြုလျက်ရှိသည်။

BMI ၏ ကနဦးအစ

၁၉ ရာစုအစောပိုင်းတွင် ဘယ်လ်ဂျီယံ နက္ခတ္တဗေဒပညာရှင်နှင့် စာရေးအင်ပညာရှင် Lambert Adolphe Jacques Quetlet သည် လူတစ်ယောက်၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို ယေဘုယျသိရှိနိုင်ရန် ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်နှင့် အရပ်အမြင့်တို့အပေါ်မူတည်၍ တွက်ချက် ရသောနည်းလမ်းတစ်ခုကို ရှာဖွေတွေ့ရှိခဲ့သည်။ ၎င်း၏နည်းလမ်းကို အမေရိကန်နိုင်ငံရှိ အသက်အာမခံကုမ္ပဏီအများစုတွင် အာမခံထားရှိ သူများ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကိုဆန်းစစ်နိုင်ရန် တွက်ချက်အသုံးပြု ခဲ့ကြသည်။ ထိုမှတစ်ဆင့် ၁၉၇၂ ခုနှစ်တွင် အမေရိကန်ဝေဒပညာရှင် Ansel Keyes က လူတစ်ယောက်၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို ဆန်းစစ်သည့်အခါ Quetlet အညွှန်းကိန်းအား “BMI (Body Mass Index)” သို့မဟုတ် “ခန္ဓာကိုယ်ထုထည်အညွှန်းကိန်း” ဟူ၍ ထပ်မံ အဆိုပြုခဲ့ပေသည်။ ၎င်းအဆိုနှင့်အညီ နိုင်ငံတကာတွင် BMI တွက်ချက်ခြင်းနည်းလမ်းကို ကျန်းမာရေးဆန်းစစ်ခြင်းလုပ်ငန်းများ၏ တနည်းလုပ်ငန်းစဉ်အဖြစ် စတင်ကျင့်သုံးလာကြသည်။

BMI ၏ အဓိပ္ပာယ်အပြည့်အစုံ

BMI စကားလုံး၏အရှည်သည် Body Mass Index ဖြစ်ပြီး၊ မြန်မာအဓိပ္ပာယ်မှာ “ခန္ဓာကိုယ်ထုထည်အညွှန်းကိန်း” ဖြစ်သည်။ BMI သည် ယေဘုယျဆန်သော တွက်ချက်နည်းတစ်ခုဖြစ်သော်လည်း၊ ၎င်းသည် လူတစ်ဦး၏ သာမန်ထက်ပိုသော ပိန်ခြင်း၊ ဝခြင်းအား သိရှိ နိုင်ရန် အလွယ်ကူဆုံးနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆေးပညာအရဆိုလျှင် BMI သည် လူခန္ဓာကိုယ်တွင်ရှိသော အဆီ (Body Fat) ပမာဏကို အနီးစပ်ဆုံးခန့်မှန်းသိရှိနိုင်သော နည်းလမ်းတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။ သို့သော် BMI တွက်ချက်မှုမှတစ်ဆင့် လူ၏အဆီပမာဏ (Fat Percentage) ကို အတိအကျရရှိလာမည်တော့မဟုတ်ပါ။ BMI အဖြေ ပေါ်တွင်မူတည်၍ လူတစ်ဦး၏အဆီပမာဏ အလွန်အမင်းမြင့်မား နေခြင်း၊ လျော့နည်းနေခြင်း စသည်တို့ကိုသာ ခန့်မှန်းသိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

BMI တိုင်းတာခြင်းပုံစံ

BMI (Body Mass Index) သည် သတ်မှတ်ယူနစ်တန်ဖိုး မရှိသော ကိန်းဂဏန်းသက်သက်သာဖြစ်သည်။ BMI တိုင်းတာသည့်အခါ အများအားဖြင့် Metric ယူနစ်တန်ဖိုးဖြင့်သာ အသုံးပြုတွက်ချက်လေ့ ရှိကြသည်။ ပထမဦးစွာ BMI အားတွက်ချက်ရန်အတွက် လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ကို ကီလိုဂရမ် (kg) ဖြင့် သိရှိရမည်။ ထိုနည်းတူ လူ၏အရပ်အား မီတာ (m) တန်ဖိုးဖြင့် တိုင်းတာသိရှိရန် လိုအပ်မည် ဖြစ်သည်။ ၎င်းတန်ဖိုးနှစ်ခုအား ရရှိလာသည့်အခါ ဖော်မြူလာတွင်

ထည့်သွင်းတွက်ချက်ခြင်းအားဖြင့် “ခန္ဓာကိုယ်ထုထည်အညွှန်းကိန်း (BMI)” ၏တန်ဖိုးကို ရရှိလာမည်ဖြစ်သည်။

$$BMI = \frac{\text{Weight (kg)} \times (\text{လူ၏အလေးချိန်})}{\text{Height}^2 (\text{m}^2) \times (\text{လူ၏အရပ်အမြင့်})}$$

အထက်ပါနည်းလမ်းမှာ လူကိုယ်တိုင်တွက်ချက်၍ အဖြေထုတ်ယူ သောနည်းလမ်းဖြစ်ပြီး၊ လက်ရှိတွင် မိုဘိုင်းဖုန်းအက်ပလီကေးရှင်းများ ဖြင့်ပင် အလွယ်တကူတွက်ချက်ရရှိနိုင်ပြီလည်းဖြစ်သည်။

BMI တန်ဖိုးပေါ်မူတည်၍ ပိန်ခြင်း၊ ဝခြင်း အဆင့်သတ်မှတ်ချက်

၁၉၉၈ ခုနှစ်တွင် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့ (WHO) ၏ သတ်မှတ် ချက်အရ အရွယ်ရောက်သူအားလုံး၏ BMI စံတန်ဖိုးမှာ ၁၈ ဒသမ ၅ မှ ၂၄ ဒသမ ၉ အတွင်းဖြစ်သည်။ ၁၈ ဒသမ ၅ အောက်သည် ပိန်သည် အဆင့် (Underweight) ဖြစ်ပြီး၊ ၂၅ မှ ၂၉ ဒသမ ၉ အတွင်းသည် ဝသည့်အဆင့် (Overweight) ဖြစ်သည်။ BMI တန်ဖိုး ၃၀ ကျော်သူများ

❖ BMI စကားလုံး၏အရှည်သည် Body Mass Index ဖြစ်ပြီး၊ မြန်မာ အဓိပ္ပာယ်မှာ “ခန္ဓာကိုယ်ထုထည်အညွှန်းကိန်း” ဖြစ်သည်။ BMI သည် ယေဘုယျဆန်သော တွက်ချက်နည်းတစ်ခုဖြစ်သော်လည်း၊ ၎င်းသည် လူတစ်ဦး၏ သာမန်ထက်ပိုသော ပိန်ခြင်း၊ ဝခြင်းအား သိရှိနိုင်ရန် အလွယ်ကူဆုံးနည်းလမ်း တစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆေးပညာအရဆိုလျှင် BMI သည် လူခန္ဓာကိုယ်တွင်ရှိသော အဆီ (Body Fat) ပမာဏကို အနီးစပ်ဆုံးခန့်မှန်းသိရှိနိုင် သော နည်းလမ်းတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။ ❖

ကိုမူ အဝလွန်သည့်အဆင့် (Obesity) ဟုသတ်မှတ်သည်။ BMI တန်ဖိုးများပေါ်တွင် မူတည်၍ လူတစ်ဦး၏ ပိန်ခြင်း၊ ဝခြင်းအဆင့် သတ်မှတ်ချက်မှာ အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်း ဖြစ်သည်-

BMI	ခန္ဓာကိုယ်အနေအထား
၁၈ ဒသမ ၅ အောက်	ပုံမှန်အလေးချိန်အောက်အဆင့် (ပိန်ခြင်း)
၁၈ ဒသမ ၅-၂၄ ဒသမ ၉	ပုံမှန်အလေးချိန်အဆင့်

(ကျန်းမာရေးကောင်းသူ)	
၂၅ ဒသမ ၀-၂၉ ဒသမ ၉	ပုံမှန်ထက်ပိုသည့်အဆင့်
၃၀ ဒသမ ၀-၃၄ ဒသမ ၉	အနည်းငယ်အဝလွန်ခြင်းအဆင့် (အမျိုးအစား ၁)
၃၅ ဒသမ ၀-၃၉ ဒသမ ၉	အလယ်အလတ်အဝလွန်ခြင်းအဆင့် (အမျိုးအစား ၂)
၄၀ ဒသမ ၀ နှင့်အထက်	အလွန်အမင်းအဝလွန်ခြင်းအဆင့် (အမျိုးအစား ၃)

အထက်ဖော်ပြပါဇယားသည် WHO က သတ်မှတ်ထားသော စံသတ်မှတ်ချက်များဖြစ်သော်လည်း ဥရောပလူမျိုးများအတွက်သာ သင့်တော်မှန်ကန်မှုရှိပါသည်။ အာရှတိုက်သားများ၏ သဘောသဘာဝ သည် ခန္ဓာကိုယ်အဆီ (Body Fat) များပြားပြီး၊ ကြွက်သားထုထည် (Muscle Mass) အလွန်နည်းပါးသည်။ သို့ဖြစ်၍ အာရှတိုက်သားများ အတွက်မူ BMI တန်ဖိုးသတ်မှတ်နှုန်းထားများမှာ ဥရောပတိုက်လူမျိုး များဖြင့် မတူညီဘဲအောက်ဖော်ပြပါတန်ဖိုးများဖြင့် သတ်မှတ်မှသာ မှန်ကန်မှု ရှိလိမ့်မည်လည်းဖြစ်သည်-

BMI	ခန္ဓာကိုယ်အနေအထား
၁၈ ဒသမ ၅ အောက်	ပုံမှန်အလေးချိန်အောက်အဆင့် (ပိန်ခြင်း)
၁၈ ဒသမ ၅-၂၂ ဒသမ ၉	ပုံမှန်အလေးချိန်အဆင့် (ကျန်းမာရေး ကောင်းသူ)
၂၃ ဒသမ ၀-၂၄ ဒသမ ၉	ပုံမှန်ထက်ပိုသည့်အဆင့်
၂၅ ဒသမ ၀ နှင့်အထက်	အဝလွန်ခြင်းအဆင့်

BMI တန်ဖိုး၏ ရွင်းချက်ရလဒ်များ

BMI တွက်ချက်ခြင်းသည် လူတစ်ဦး၏ ယေဘုယျကျန်းမာရေး အခြေအနေ တစ်ခုအားဆန်းစစ်သိရှိနိုင်သည်မှာ မှန်ကန်သော်လည်း၊ လူ၏ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ရှိသော အဆီပမာဏကိုမူ အသေးစိတ်တွက်ချက် နိုင်ခြင်းမရှိပေ။ တစ်နည်းဆိုရသော် BMI သည် လူတစ်ဦး၏ အဆီ၊ ကြွက်သား၊ အရိုးနှင့် ရေအလေးချိန်တို့ကို ခွဲခြားဖော်ပြနိုင်စွမ်းမရှိပါ။ BMI တန်ဖိုးသည် တလေးငယ်များ၊ ဆယ်ကျော်သက်များနှင့် ကိုယ်ဝန် ဆောင် မိခင်များတွင် မှန်ကန်သော အညွှန်းကိန်းတွက်ချက်မှုမဖြစ်နိုင် သည်ကိုတွေ့ရသည်။ ကြွက်သားထုထည်ကြီးမားသော အားကစားသမား များနှင့် ကာယဗလသမားများတွင် BMI တန်ဖိုးများနေတတ်သော်လည်း ၎င်းသည် Overweight အဆင့်မဟုတ်ပါ။ ကိုယ်လက်အင်္ဂါချို့ယွင်း နေသူများတွင်လည်း ကြွက်သားဆုတ်ယုတ်မှုဖြစ်စဉ်များကြောင့် BMI နည်းနေတတ်ပါသည်။ သို့သော်လည်း ၎င်းတို့သည် Underweight မဟုတ်သည်ကို သတိပြုရမည်ဖြစ်သည်။ အရပ်ပုလွန်းသူများ (<150 cm) နှင့် အရပ်ရှည်လွန်းသူများ (>190 cm) တို့တွင်လည်း ၎င်းတို့၏ BMI တန်ဖိုးသည် အနည်းအများ ဖြစ်ပေါ်နေတတ်သည်။ အရပ်ပုသူ များသည် BMI တန်ဖိုး ၂၅ ကျော်နေတတ်ပြီး၊ အရပ်ရှည်သူများသည် BMI တန်ဖိုးသည် ၁၈ အောက်သို့ရောက်ရှိနေတတ်၍ Underweight ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် BMI တွက်ချက်ခြင်းသည် လူတို့၏ ပုံစံအနေအထားများပေါ်တွင်မူတည်၍ ပြောင်းလွယ်ပြင်လွယ်သတ်မှတ် သင့်ကြောင်းလည်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ခါးနှင့်တင်ပါးအချိုးအစားတွက်ချက်ခြင်း

လူတစ်ဦး၏ ပိန်လွန်းခြင်း၊ ဝလွန်းခြင်းကို ဆုံးဖြတ်သတ်မှတ်ရာတွင် BMI တန်ဖိုးတစ်ခုဖြင့် တွက်ချက်ခြင်းသာမက၊ လူ၏ခါးလုံးပတ် သို့မဟုတ် ခါးနှင့် တင်ပါးအချိုး (Waist to Hip Ratio) အား တိုင်းတာ ခြင်းနည်းလမ်းသည်လည်း ကျန်းမာရေးအပေါ်သက်ရောက်မှုတွင် BMI ထက် ပိုမိုတိကျကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ BMI တိုင်းတာ ခြင်းက မတိကျခြင်းကြောင့်မဟုတ်ပါ။ ပိုမိုတိကျသော ကျန်းမာရေး အဖြေတစ်ခုကို လိုချင်သည့်အခါ WHR တိုင်းတာခြင်းနည်းလမ်း ကိုလည်း အပိုဆောင်းထည့်သွင်းတွက်ချက်နိုင်ကြောင်း ဖော်ပြလိုခြင်း သာဖြစ်သည်။

Wasit to Hip Ratio (WHR) တိုင်းတာခြင်းသည် ခါး၏ အသိမ်ဆုံးနေရာနှင့် တင်ပါး၏အကြီးဆုံးနေရာတို့အား ဦးစွာတိုင်းတာ ရမည်ဖြစ်သည်။ ထို့နောက် ခါး၏ရလဒ်ကို တင်ပါး၏ရလဒ်တန်ဖိုးဖြင့် စားပေးခြင်းအားဖြင့် WHR တန်ဖိုး ရရှိလာမည်ဖြစ်သည်။ WHO ၏ စံနှုန်းသတ်မှတ်ချက်အရ ကျန်းမာသောအမျိုးသားတစ်ဦး၏ WHR တန်ဖိုးသည် ၀ ဒသမ ၉ ထက်

စာမျက်နှာ ၂၁ မှအဆက်

နည်းရမည်ဖြစ်ပြီး၊ အမျိုးသမီးတစ်ဦးဆိုလျှင် ၀ ဒသမ ၈၅ ထက် နည်းရမည်ဖြစ်သည်။ အကယ်၍ အမျိုးသားများ၏ WHR တန်ဖိုးသည် တစ်အထက် ရောက်ရှိနေလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အမျိုးသမီးများ၏ WHR တန်ဖိုးသည် ၀ ဒသမ ၈၆ ထက် ကျော်လွန်နေလျှင်သော်လည်းကောင်း ကျန်းမာရေးအခြေအနေဆိုးရွားမှု တစ်စုံတစ်ရာရှိနေပြီဟု ဆိုနိုင်ပြီဖြစ်သည်။ လူ့ခန္ဓာကိုယ်၏ ခါးနှင့်တင်ပါးအချိုး (Waist to Hip Ratio) အပေါ်မူတည်သော ကျန်းမာရေးအဆင့်သတ်မှတ်ချက်မှာ အောက်ဖော်ပြပါအတိုင်းဖြစ်သည်- လူ့ခန္ဓာကိုယ်၏ ခါးနှင့်တင်ပါးအချိုးပြဇယား

Table with 3 columns: ကျန်းမာရေးထိခိုက်မှုအဆင့်, မိန်းမ, ယောက်ျား. Rows include နည်းပါးအဆင့်, အလယ်အလတ်အဆင့်, များပြားအဆင့်.

BMI မကိုက်ညီပါက ဖြစ်ပေါ်နိုင်သောရောဂါများ

BMI များခြင်း၊ တစ်နည်းဆိုရသော် BMI မကိုက်ခြင်းသည် အဝလွန်ခြင်းဖြစ်စဉ်၏ ကနဦးအစဖြစ်သည်။ လူတစ်ယောက် အဝလွန်လာပါက ခန္ဓာကိုယ်တွင်ဖြစ်ပျက်နိုင်သည့် ကျန်းမာရေးပြဿနာများမှာ လေဖြတ်ခြင်း၊ နှလုံးရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ သွေးတိုးခြင်း၊ အမျိုးအစား ၂ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ အသက်ရှူမမှန်သည့်ပြဿနာများဖြစ်ခြင်း၊ အရက်မသောက်ဘဲ အသည်းအဆီဖုံးခြင်း၊ အရိုးကျိုးပေါင်းရောဂါဖြစ်ခြင်း၊ အမျိုးသားများတွင် လိင်အင်္ဂါနှင့်ဆိုင်သော ပြဿနာများဖြစ်ခြင်း၊ သည်းခြေအိတ်နှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများဖြစ်ခြင်းနှင့် ကင်ဆာရောဂါများ စသည်တို့ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထို့ပြင် အဝလွန်ခြင်းသည် ကျန်းမာရေးပြဿနာများ ဖြစ်ပေါ်စေရုံသာမက လူပတ်ဝန်းကျင်နေထိုင်မှုဘဝကိုပါ ထိခိုက်လာစေပါတော့သည်။

BMI များ၍ အဝလွန်နေခြင်းသာမက BMI နည်း၍ ပိန်လွန်းနေခြင်းသည်လည်း ကျန်းမာရေးချို့တဲ့နေခြင်း၏ လက္ခဏာတစ်ရပ် ဖြစ်သည်ကို သတိပြုသင့်ပါသည်။ ပိန်လွန်းနေသူများသည် အာဟာရဓာတ်ချို့တဲ့နေတတ်သောကြောင့် သာမန်လူများနှင့်ယှဉ်လျှင် ကိုယ်ခံ

အားလည်းပိုနည်းနေတတ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ပိုးဝင်လွယ်ကူခြင်း၊ ရောဂါပိုးများကို မတိုက်ထုတ်နိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် ဖျားနာလွယ်ခြင်း၊ ရေရှည်ဖျားနာခြင်း စသည်တို့ကို ကြုံကြိုက်ရတတ်သည်။ ပိန်လွန်းသူများသည် အားအင်အပြည့်ဖြင့် အလုပ်လုပ်နိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ကယ်လိုရီလည်း မလုံလောက်သောကြောင့် အမြဲတမ်းနိုးချည့်ခြင်းဝေဒနာများလည်း ခံစားနေရတတ်သည်။ ထို့ပြင် သွေးအားနည်းလွန်းခြင်း၊ ရာသီသွေးမမှန်ခြင်းနှင့် အရိုးပွခြင်းစသည့် နောက်ဆက်တွဲရောဂါများကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ လူတစ်ဦးသည် ပိန်လွန်းခြင်း၊ ဝလွန်းခြင်း အဆင့်တွင်မရှိဘဲ သတ်မှတ် BMI စံတန်ဖိုးများထဲမှ သာမန်အဆင့်တွင်ရှိနေခြင်းကသာ ညီညွတ်မျှတသော ကျန်းမာရေးဘဝကို ခံစားရရှိနိုင်မည်သာဖြစ်ပါသည်။

အထူးသတိပြုရမည့်အချက်မှာ လူတစ်ဦးအနေဖြင့် BMI တန်ဖိုးသည် အဝလွန်သောအုပ်စု၊ ပိန်လွန်းသောအုပ်စုတွင် ရောက်ရှိနေခြင်း၊ ခါးနှင့်တင်ပါးအချိုးသည်လည်း သတ်မှတ်ထားသောအချိုးထက် ပိုမိုများပြားခြင်းများရှိနေလျှင် မိမိကိုယ်ကို အထူးသတိပြုရတော့မည်ဖြစ်သည်။ မိမိ၏ ကိုယ်အလေးချိန်ကို လျှော့ချခြင်း၊ စားသောက်နေထိုင်ပုံများအား ပြောင်းလဲခြင်းနှင့် အားကစားလိုက်စားခြင်း စသည်တို့ကို အချိန်မီလုပ်ဆောင်သင့်ပြီသာဖြစ်ပါသည်။

BMI ကိုက်ညီဖို့ ပြုလုပ်သင့်သည့်အချက်များ

BMI ကိုက်ညီသူ (ပိန်လွန်းသူ) များတွင် အာဟာရဓာတ်ပြည့်ဝအောင်စားသုံးခြင်း၊ အသားဓာတ် (Protein) များသော အစားအစာများ ပိုမိုစားသုံးခြင်း၊ အိပ်ရေးဝအောင်အိပ်စက်ခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်းနှင့် စိတ်ဖိစီးမှုလျှော့ချခြင်း စသည်တို့ ပြုလုပ်သင့်ပေသည်။

BMI မကိုက်ညီသူ (ဝလွန်းသူ)များတွင် အဆီဓာတ်အလွန်များပြားသောကြောင့် နှလုံးနှင့်သက်ဆိုင်သောရောဂါများဖြစ်ပွားရန် ဦးတည်နေပေသည်။ သို့ဖြစ်၍ နှလုံးလေ့ကျင့်ခန်း (Cardio Exercises) များဖြစ်သော ခပ်သွက်သွက်လမ်းလျှောက်ခြင်းနှင့် ဖွဖွပြေးခြင်း (Jogging) တို့ကိုပြုလုပ်နိုင်ပေသည်။ ရုံဖန်ရုံခါတွင် အခန်းတွင်းစက်ဘီးစီးခြင်း (Indoor Biking) နှင့် လမ်းပေါ်တွင် စက်ဘီးစီးခြင်း လေ့ကျင့်ခန်းများလည်း လိုအပ်ပါသည်။ မိမိ၏ ကိုယ်အလေးချိန်ပေါ်တွင် မူတည်ချင့်ချိန်၍ အချိန်ကြာကြာလမ်းလျှောက်ခြင်းနှင့် ဖွဖွပြေးခြင်းတို့ကို တိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်သင့်ပေသည်။ ကိုယ်အလေးချိန်လျှော့ချရန် လမ်း

လျှောက်လေ့ကျင့်သောသူများသည် တစ်နာရီ (သို့မဟုတ်) တစ်နာရီခွဲခန့် ခပ်မြန်မြန်လမ်းလျှောက်သင့်ပြီး၊ ဖွဖွအပြေးလေ့ကျင့်သူများသည် တစ်ရက်လျှင် မိနစ် ၃၀ ခန့်ပြုလုပ်ရန် လိုအပ်မည်လည်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ညအိပ်ချိန်နောက်ကျခြင်းသည်လည်း ကိုယ်အလေးချိန်တိုးစေသည့် အချက်ဖြစ်သောကြောင့် စောစီးစွာ အိပ်စက်အနားယူရန်လည်း လိုအပ်ပါသည်။ အဝလွန်သူများအနေဖြင့် အဆီ၊ အစိမ့်ပါသောအစားအစာများ၊ သကြားများသောအစားအစာများနှင့် ငန်လွန်းသောအစားအစာများကိုလည်း ရှောင်ကြဉ်သင့်ပေသည်။ ၎င်းတို့အနက် အထိုင်များခြင်းသည်လည်း အဝလွန်ခြင်း(Obesity)ဖြစ်စေသည့် အဓိကကြောင်းရင်းများတွင် တစ်ခုအပါအဝင်ဖြစ်သောကြောင့် ရုံးချိန်များတွင် မကြာခဏ လမ်းလျှောက်ပေးခြင်း၊ မတ်တပ်ရပ်ခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်ရမည်ဖြစ်သည်။ သို့မှသာ BMI မကိုက်ညီခြင်း(အဝလွန်ခြင်း)မှတစ်ဆင့် ဆိုးရွားစွာ ဒုက္ခပေးလာနိုင်မည့် ကျန်းမာရေးပြဿနာများကို အလွယ်တကူဖြေရှင်းနိုင်တော့မည်လည်းဖြစ်သည်။

ယနေ့ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖြစ်ပျက်နေသော ရောဂါများအားလုံး၏ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ကူးစက်ရောဂါများကြောင့် ဖြစ်ပျက်ကြခြင်းမဟုတ်ပါ။ မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများဟုခေါ်သည့် ဆီးချို၊ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ အူကင်ဆာ၊ အရိုးပွခြင်း စသည်တို့ကြောင့်သာဖြစ်သည်။ ၎င်းဖြစ်စဉ်များ၏ အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်သည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု မလုံလောက်ခြင်းနှင့် မဆင်မခြင်စားသုံးခြင်းပုံစံများကြောင့်သာဖြစ်ပါသည်။ ဤအချက်များကပင် လူသားများအားလုံးအတွက် အချိန်မတိုင်မီသေဆုံးခြင်း (Premature Death)ကို ဦးတည်စေတော့သည်။ သို့ဖြစ်၍ လတ်တလောတွင် လူသားတိုင်းကြုံတွေ့နေရသော အသေစောခြင်းပြဿနာမှ ကင်းဝေးကြစေရန် ကျန်းမာရေး၏ အခြေခံချိန်စံညွှန်း တစ်ခုဖြစ်သည့် BMI ကိုက်ညီမှုရှိအောင် လက်တွေ့တွင် အကောင်အထည်ဖော်ကြပါစို့ဟု တိုက်တွန်းဖော်ပြလိုက်ချင်ပါတော့သည်။

ကျမ်းကိုးစာရင်း

- ၁။ Linda A. Ferrera. Body Mass Index & Health Research
၂။ Professor S.P.Singh. Human Body Measurements (Concepts & Application) - 2009.

Grade-10 ဘာသာရပ်ပို့ချမှုအချိန်ဇယား

Table with 4 columns: ရက်စွဲ, ထုတ်လွှင့်ချိန် (ခု, ထိ), ဘာသာရပ်. Rows list dates from 20-7-2023 to 25-8-2023 and corresponding topics like Radicals, Forces, Cells, etc.

ပိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းပြတိုက်(ရန်ကုန်)အား အထူးပြပွဲခင်းကျင်းပြသရန် အတွက် ပြင်ဆင်မှုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရန် ခေတ္တပိတ်ထားမည်
(၇၆)နှစ်မြောက် အာဇာနည်နေ့အထိမ်းအမှတ် အထူးပြပွဲခင်းကျင်းပြသရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ပါသဖြင့် ပိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းပြတိုက်(ရန်ကုန်) ကို ၂၇.၆.၂၀၂၃ ရက်မှ ၁၈.၇.၂၀၂၃ ရက်ထိ ခေတ္တပိတ်ထားမည်ဖြစ်ပါကြောင်းနှင့် အာဇာနည်နေ့တွင် ပိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းပြတိုက်(ရန်ကုန်)နှင့် ပိုလ်ချုပ်အောင်ဆန်းနေအိမ်ပြတိုက် (နတ်မောက်)တို့အား ယခင်နှစ်များအတိုင်း အခမဲ့ ဝင်ရောက်လေ့လာခွင့်ပြုမည်ဖြစ်ကြောင်း မေတ္တာရပ်ခံအသိပေးအပ်ပါသည်။
ရှေးဟောင်းသုတေသနနှင့်အမျိုးသားပြတိုက်ဦးစီးဌာန

၉-၇-၂၀၂၃
မှတ်သားဖွယ်ရာမိုးရေချိန်များ
ခန္တီး ၄ ဒသမ ၂၅ လက်မ : ကလေး ၁ ဒသမ ၆၉ လက်မ
ပေါင် ၄ ဒသမ ၀၂ လက်မ : မှော်ဘီ ၁ ဒသမ ၆၁ လက်မ
ကျောက်ဖြူ ၂ ဒသမ ၈၃ လက်မ : (စိုက်ပျိုးရေးမိုးလေဝသ)
ကွမ်းခြံကုန်း ၂ ဒသမ ၆၀ လက်မ : ပုဏ္ဏားကျွန်း ၁ ဒသမ ၄၂ လက်မ
ပူတာအို ၂ ဒသမ ၃၃ လက်မ : မြိတ် ၁ ဒသမ ၄၂ လက်မ

ပူကူရီးယားနျူကလီးယားဓာတ်အားပေးစက်ရုံမှရေဆိုးများ ပင်လယ်အတွင်းစွန့်ပစ်ရန် IAEA က ခွင့်ပြုခဲ့သဖြင့် တောင်ကိုရီးယားပြည်သူများ ဆန္ဒထုတ်ဖော်



ဆိုးလ် ဇူလိုင် ၉
ပူကူရီးယားနိုင်ငံရှိ ပျက်စီးသွားသော ပူကူရီးယား နျူကလီးယားဓာတ်အား ပေးစက်ရုံမှ သန့်စင်ထားသော ရေဆိုးများ ပင်လယ်အတွင်းစွန့်ပစ်ရန်အစီအစဉ်ကို အပြည်ပြည် ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းအရပ်အရပ် (IAEA) က ခွင့်ပြုခဲ့သဖြင့် တောင်

ကိုရီးယားနိုင်ငံမှ ပြည်သူများနှင့် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်တက်ကြွလှုပ်ရှားသူများက ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ဆန္ဒထုတ်ဖော်ခဲ့ကြကြောင်း CNA သတင်းဌာနက ဇူလိုင်လ ၈ ရက်တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသည်။ ပူကူရီးယားနိုင်ငံတွင် ၂၀၁၁ ခုနှစ်က ပြင်းအား ၈ ဒသမ ၉ အဆင့်ရှိ

လျှင်လှုပ်ခတ်ခဲ့ပြီး နောက်ဆက်တွဲဆန္ဒမီလိုင်များကြောင့် ပျက်စီးခဲ့သော ပူကူရီးယားနျူကလီးယားဓာတ်အားပေးစက်ရုံမှ ရေဆိုးများကို ပြန်လည်သန့်စင်၍ ပင်လယ်အတွင်း စွန့်ပစ်မည်အစီအစဉ်ကို IAEA အနေဖြင့် နှစ်နှစ်ကြာ ပြန်လည်သုံးသပ်မှုများ ပြုလုပ်ကာ

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိခိုက်မှုနည်းပါးကြောင်း ပြောကြားခဲ့ပြီး ရေတန်ချိန်တစ်သန်းကျော်ကို ပင်လယ်အတွင်းစွန့်ပစ်ရန်ခွင့်ပြုခဲ့ကြောင်း၊ အဆိုပါကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ တောင်ကိုရီးယား နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးပတ်ဂျင်နှင့် ဆွေးနွေးရန် ရောက်ရှိနေသော IAEA ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ရာဖေးလ်မာရီယာနိုဂရောစီကို ဆန္ဒထုတ်ဖော်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
“ပင်လယ်ထဲကို ရေဆိုးတွေ စွန့်ထုတ်တာကလွဲပြီး သူတို့ရဲ့ ကုန်းမြေပေါ်မှာ ရေကို သိုလှောင်စွန့်ပစ်တဲ့စနစ်ကို ရွေးချယ်လို့လဲ ရပါတယ်။ အခြားရွေးချယ်စရာတွေလဲရှိသေးတယ်။ အခု ပင်လယ်ပြင်ထဲကို စွန့်ထုတ်ခွင့်ပြုတာကတော့ နိုင်ငံတကာရာဇဝတ်မှုတစ်ခုလို့ပဲ ပြောချင်တယ်”ဟု တောင်ကိုရီးယား ကုန်သွယ်ရေးသမဂ္ဂများအဖွဲ့ချုပ်မှ ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိသူ ဟန်ဆင်းဂျင်က ပြောကြားခဲ့သည်။ AZH

ကနေဒါနိုင်ငံ ပြိတီသျှကိုလံဘီယာပြည်နယ်တွင် တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုကြောင့် ပြည်သူများ ဘေးလွတ်ရာသို့ရွှေ့ပြောင်းရန် ထုတ်ပြန်

အော့တဝါ ဇူလိုင် ၉
ကနေဒါနိုင်ငံ ပြိတီသျှကိုလံဘီယာပြည်နယ် စမစ်တာမြို့အနီးတွင် တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုကြောင့် ပြည်သူများကို ဘေးလွတ်ရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရန် ပြည်နယ်မီးသတ်တပ်ဖွဲ့က ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ထားကြောင်း CBC သတင်းဌာနက ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားဖော်ပြထားသည်။
ပြိတီသျှကိုလံဘီယာပြည်နယ် စမစ်တာမြို့အနီး Power Creek ဒေသတွင် ဇူလိုင် ၇ ရက်မှစ၍ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုဖြစ်ပွားခဲ့ရာ လျင်မြန်စွာကူးစက်ခဲ့မှုကြောင့် မီးသတ်တပ်ဖွဲ့အနေဖြင့် လေကြောင်းအထောက်အကူ အပါအဝင် အကြီးစားစက်ကိရိယာများ အသုံးပြု၍ ညတွင်းချင်းထိန်းချုပ်နိုင်အောင် ကြိုးပမ်းခဲ့သော်လည်း မအောင်မြင်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
“တောမီးအန္တရာယ်က ပြည်နယ်အနှံ့အပြားမှာ ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်နေဆဲဖြစ်ပါတယ်။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့တဲ့ အခြေအနေတွေကြောင့် လောင်စာတွေ ပေါများလာပြီး တောမီးလောင်ကျွမ်းတာပါ”ဟု ပြည်နယ်မီးသတ်တပ်ဖွဲ့အကြီးအကဲဖြစ်သူ ဆာရာဘတ်က ပြောကြားခဲ့သည်။
Power Creek ဒေသ တောမီးလောင်ကျွမ်းမှုသည် မိုးကြိုးပစ်ရာမှ စတင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်နိုင်ကြောင်းနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ခြောက်သွေ့မှုအခြေအနေကြောင့် မီးလျင်မြန်စွာကူးစက်လောင်ကျွမ်းခြင်းဖြစ်ကြောင်း မီးသတ်တပ်ဖွဲ့က ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။ AZH

ကနေဒါနိုင်ငံ ဂယ်ဂါရီနယ်မြေတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုကြောင့် လမ်းမကြီးတချို့ ယာယီပိတ်ထားရ

အော့တဝါ ဇူလိုင် ၉
ကနေဒါနိုင်ငံ ဂယ်ဂါရီနယ်မြေတွင် ဇူလိုင် ၆ ရက်မှစ၍ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းပြီး ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပွားနေသဖြင့် လမ်းမကြီးတချို့ကို ယာယီပိတ်ထားရကြောင်း ဂယ်ဂါရီနယ်မြေအာဏာပိုင်အဖွဲ့အစည်းက ထုတ်ပြန်ခဲ့သည် ဟု CBC သတင်းဌာနက ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားဖော်ပြခဲ့သည်။
ရေကြီးရေလျှံမှုကြောင့် မော်တော်ကားတချို့လည်း ရေမြုပ်နေပြီး ရေကြီးရေလျှံမှုသည် ဂယ်ဂါရီနယ်မြေအပြင် ဂယ်ဂါရီနယ်မြေနှင့် ကပ်လျက်တည်ရှိနေသော တက်ကာနီနယ်မြေ၊ ပယ်လေရစ်နယ်မြေနှင့် ဘောနက်စ်နယ်မြေတို့တွင်လည်း ဖြစ်ပွားနေကြောင်း၊ ယာယီပိတ်ထားရသော လမ်းများမှာ

စတုန်းနေးထရိုင်လမ်း၊ နွီစ်ဟေးလ်ဒရိုင်လမ်း၊ ဂျွန်လောရီတိုလီပတ်လမ်းနှင့် အမှတ် (၁၄) လမ်းမကြီးတို့ဖြစ်ကြောင်း ကနေဒါသဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးဝန်ကြီးဌာနက ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။
“ဇူလိုင် ၆ ရက်ကနေစတင်ပြီးတော့ ဂယ်ဂါရီနယ်မြေမှာ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခဲ့တယ်။ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုကြောင့် ရေကြီးရေလျှံမှုတွေဖြစ်ပေါ်နေပြီး လမ်းမကြီးတချို့ ရေလွှမ်းနေတယ်။ ရေလွှမ်းနေတဲ့ လမ်းမကြီးတွေကို အသုံးမပြုဖို့အတွက် တားမြစ်ချက်တွေလဲ ထုတ်ပြန်ထားပါတယ်။ ဇူလိုင် ၇ ရက်မှာတော့ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းတဲ့အပြင် မိုးသီးတွေလဲကျဆင်းမှုကြောင့် တော်တော်လေး အန္တရာယ်များတဲ့အခြေအနေ

ဖြစ်သွားပါတယ်။ ဂယ်ဂါရီနယ်မြေရဲ့ အနောက်မြောက်ဘက်ပိုင်းမှာမိုးရေချိန်ပိုများပါတယ်။ ရေကြီးရေလျှံမှုအခြေအနေ ပိုပြီးတော့ ဆိုးရွားနေပါတယ်”ဟု ကနေဒါ

သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးအဖွဲ့အစည်းမှ ပြောရေးဆိုခွင့်ရှိသူ ဆာရာဟော့ဖ်မန်းက ပြောကြားခဲ့သည်။

ပီယက်နမ်အလယ်ပိုင်း ကုန်းမြင့်ဒေသများတွင် ၁၀ နာရီအတွင်း မြေငလျင် ၁၂ ကြိမ်ထိလှုပ်ခတ်

ဟနွိုင်း ဇူလိုင် ၉
ပီယက်နမ်အလယ်ပိုင်း ကုန်းမြင့်ဒေသများတွင် ဇူလိုင် ၇ ရက်က အချိန် ၁၀ နာရီအတွင်း မြေငလျင် ၁၂ ကြိမ်ထိ လှုပ်ခတ်မှုဖြစ်ပွားခဲ့ကြောင်း ပီယက်နမ်မြေငလျင်သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဆူနာမီစင်တာက ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်ဟု Vietnam Express သတင်းဌာနက ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားဖော်ပြခဲ့သည်။
မြေငလျင်သည် နံနက် ၉ နာရီ ၃၁ မိနစ်မှစတင်၍ ညနေ ၇ နာရီ ၅၆ မိနစ်အတွင်း လှုပ်ခတ်သွားခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး မြေငလျင်ပြင်းအားများမှာလည်း ၂ ဒသမ ၅ မဂ္ဂနီကျုမှ ၄ ဒသမ ၂ မဂ္ဂနီကျုထိရှိခဲ့ကြောင်း၊ မြေငလျင်လှုပ်ခတ်မှု ဖြစ်ပွားခဲ့သည့်အကြိမ်ရေ များပြားခဲ့သော်လည်း မြေငလျင်ပြင်းအားနည်းခဲ့သည့်အတွက် မြေငလျင်နောက်ဆက်တွဲ ဆူနာမီလှိုင်းဖြစ်ပေါ်လာဖွယ်မရှိကြောင်း ပီယက်နမ် မြေငလျင်သတင်းအချက်အလက်နှင့် ဆူနာမီစင်တာက ထုတ်ပြန်ခဲ့သည်။

စပိန်ဝန်ကြီးချုပ်ရွေးကောက်ပွဲတွင် အယ်ဘာတိုနူနက်ဂ်က ရေထုအရင်းအမြစ် အခြေခံအဆောက်အအုံများအတွက် ကန်ဒေါ်လာ ၄၈ သန်းသုံးစွဲသွားမည်ဟု မဲဆွယ်စည်းရုံး

မက်ဒရစ် ဇူလိုင် ၉
စပိန်ဝန်ကြီးချုပ်ရွေးကောက်ပွဲတွင် မဲအသာရနေသည့် People's Party (PP) ပါတီမှ ပါတီခေါင်းဆောင် အယ်ဘာတိုနူနက်ဂ်သည် စပိန်နိုင်ငံ၏ ရေထုအရင်းအမြစ်အတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံများ တည်ဆောက်ပေးသွားမည်ဖြစ်ပြီး အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၄၈ သန်းထိ သုံးစွဲပေးသွားမည်ဟု ပြည်သူများကို မဲဆွယ်စည်းရုံးမှုပြုလုပ်နေကြောင်း IOL သတင်းဌာနက ဇူလိုင် ၈ ရက်တွင် ရေးသားဖော်ပြခဲ့သည်။

ရွေးကောက်ပွဲတွင် အနိုင်ရရှိပါက စပိန်နိုင်ငံတွင် ရင်ဆိုင်နေရသော ရေထုအရင်းအမြစ်ခန်းခြောက်လာသည့်ပြဿနာကို ဦးစားပေးဖြေရှင်းပေးသွားမည်ဖြစ်သကဲ့သို့ အနာဂတ်တွင် သောက်သုံးရေပေါ်ကြွယ်ဝရေးအတွက်လည်း လိုအပ်သည့် အခြေခံအဆောက်အအုံများ တည်ဆောက်ပေးသွားမည်ဖြစ်ပြီး အမျိုးသားရေထုအရင်းအမြစ်စီမံကိန်းများကိုလည်း အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ပေးသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း အယ်ဘာတိုနူနက်ဂ်က သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်

ထိန်းသိမ်းရေးလုပ်ငန်းများဖြင့် မဲဆွယ်မှုပြုလုပ်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။
“ပြည်သူတွေ လိုအပ်နေတာ၊ ပြည်သူတွေ တောင်းဆိုနေတာက သောက်သုံးရေ ပေါ်ကြွယ်ဝဖို့ပါ။ ပြည်သူတွေ အဓိကလိုအပ်နေတဲ့ အခြေခံလိုအပ်ချက်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးဖို့အတွက် အခြေခံအဆောက်အအုံတွေ လိုအပ်နေပါတယ်။ အခြေခံအဆောက်အအုံတွေကို တည်ဆောက်ပေးသွားဖို့လဲ ကျွန်တော်တို့ စီစဉ်သွားမယ်။ အဲဒီအတွက်လဲ စီမံချက်တွေရေးဆွဲထား

သလို အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၄၈ သန်းထိလဲ သုံးစွဲသွားဖို့ လျာထားပါတယ်”ဟု အယ်ဘာတိုနူနက်ဂ်က ပြောကြားခဲ့သည်။
စပိန်နိုင်ငံ၏ စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍအတွက် အဓိကကျသည့် ရေထုအရင်းအမြစ် ကောင်းမွန်လာစေရေးမှာ စပိန်နိုင်ငံရေးလောကတွင်လည်း ပြည်သူများကို မဲဆွယ်ရန် အသင့်တော်ဆုံးသော ခေါင်းစဉ်တစ်ခုဖြစ်နေပြီး မဲအပြတ်အသတ်ရရှိနိုင်သည့် အခြေအနေလည်း ဖြစ်နေကြောင်း သိရသည်။



မိုင်းဆက်

O W K W @

အိမ်ဦးနတ်အတွက် ဟင်းတစ်ခွက်

လွန်းနွမ်းဆီခိုင်



(၁)

ကျွန်မ ဒီမနက်စာအတွက် ဘာချက်ရမှန်းမသိ ဖြစ်နေချိန်မှာ ကုန်စိမ်းလှည်းလေးက အသံတစာစာ နဲ့ ရပ်ကွက်လမ်းအတွင်းရောက်လာပါတယ်။

မနေ့ညက ခင်ပွန်းဖြစ်သူ ကိုလှမောင် နေမကောင်း လို့ ဆေးခန်းသွားထားရတာမို့ ဆေးခန်းပြင်ဆင်မှု ဆိုက် ကားခက ငွေကျပ် ၁၀၀၀၀ လောက်ကုန်သွားလေတော့ ဒီမနက်စောစောက အသွားခိုင်းတော့တော့။ ကုန်စိမ်းလှည်း ပေါ်မှာ ဘယ်လိုအဆင်ပြေပြေ ချက်စရာပါလေမလဲ တွေးရင်းကြည့်လိုက်မိတယ်။

“ကနော့က တစ်စည်းဘယ်လောက်လဲ”
“တစ်စည်း ၂၀၀၊ သုံးစည်း ၅၀၀”

“ကန်စွန်းရိုးနီကော ကင်ပွန်းချင်ကော”
မေးလိုက်၊ မြန်းလိုက်၊ ဈေးဆစ်လိုက်နဲ့ နောက်ဆုံး တော့ ကနော့က သုံးစည်း၊ ကန်စွန်းရိုးနီ နှစ်စည်း၊ ကင်ပွန်းချင် တစ်စည်း၊ ငရုတ်သီးစိမ်း ၂၀၀ ဖိုး ဝယ် လိုက်တယ်။ ဒါတောင် ၁၂၀၀ ဖိုးကျနေပြီ။ လူမမာ အတွက် မနေ့ညနေက ဆေးခန်းအပြန် ကြက်သားလေး ၂၀၀၀ ဖိုးဝယ်လာပြီး ပြုတ်ကြော်လုပ်ပေးထားတယ်။

မနက်က အကြီးကောင် ကိုသက်နဲ့ အလတ်ကောင် ကိုလင်းကိုတော့ ပဲပြုတ်သာ ထည့်ပေးလိုက်ပါတယ်။ အကြီးကောင်ကချိုတယ်။ ခါးတယ်ပြောပေမဲ့ အလတ် ကောင်က ဘဝင်မကျဘူး။ ဖအေဖြစ်သူရဲ့ ကြက်သား ပြုတ်ကြော်ကို မျက်စောင်းခဲချင်နေတယ်။

“အမေ ပဲပြုတ်ပဲလားဗျာ”

“ဟဲ့ နင်တို့ဖအေအတွက်လုပ်ထားတာ မနေ့က ဖအေကြီးလုပ်အားခ ဆေးခန်းပြန် ကုန်တာနော်။ နင် တို့က လစားသမားတွေ။ ပြီးတော့ လစာထုတ်ရက်ကျ အကြီးကောင် ကိုသက်ကမှ တစ်လ တစ်သိန်းခွဲအပ်နိုင် သေးတယ်။ နင်ကတစ်လမှ ရှစ်သောင်းလောက်ပေးတာ ကြေးများမနေနဲ့။ လကုန်ရက်နားနီးလို့ ဒီအချိန်အိမ်မှာ ပိုက်ဆံပြတ်တာသိလျက်နဲ့”

“တော်ပါတော့ အမေရာ သွားပါတော့မယ်”

မတော်လို့လဲမရဘူးလေ။ ကျွန်မက အာပြုစိန်။ ဒီ ရပ်ကွက်ကိုရောက်ကတည်းက အာပြုလွန်းလို့ နာမည် အရင်း မစိန်ကနေ အာပြုစိန်ဖြစ်လာတာ။ ကျွန်မက လင်သားဖြစ်သူ ကိုလှမောင်ကိုလဲ စိတ်မရှည်ရင်အော် တယ်။ လူပျိုဖြစ်နေပြီဖြစ်တဲ့ သားနှစ်ယောက်ကိုလဲ စိတ်မထင်ရင်အော်တယ်။

အလတ်ကောင် ကိုလင်းနဲ့ ၁၂ နှစ်ခြားပြီးမှ နောက်

ဆုံးပိတ်မွေးထားတဲ့ ကိုဖြိုးလေးကိုသာ မအော်ရဲတာ။ သင်းကိုကျ ကျွန်မ မအော်ရဲဘူး။

အသက်ကင်းနှစ်ရှိပြီ။ အခုထိ မူကြိုတောင်ပို့ မရဘူး။ ရုပ်ရည်လေးကလဲ အကြီးနှစ်ယောက်နဲ့မတူ ဘူး။ အချောလေးလို့ ပြောရမလားပဲ။

ကိုလှမောင်ကော ကျွန်မပါ ဒီကလေးကျမှ သဲသဲ လှုပ်ချစ်ကြတာ။

“မေကြီး ကြက်သားတစ်တုံး သားစားမယ်နော်”

“ဟဲ့”

“စားပါစေ မစိန်ရာ”

လူမမာက ထပြောတော့ ကျွန်မလဲ နှုတ်ပိတ်လိုက် တယ်။ အမှန်က ကျွန်မကိုယ်တိုင်ကလဲ ဒီကလေးဆို သဒ္ဓါပိုတာကိုး။ ဝယ်ထားတဲ့ ကနော့တွေကို မကောင်း တာတွေ၊ အရိုးအရင့်ပိုင်းတွေ ဖယ်လိုက်တယ်။ ကန် စွန်းရိုးနီကို သင်လိုက်တယ်။ ကင်ပွန်းချင်ကို သင် လိုက်တယ်။ ငရုတ်သီးစိမ်းတွေ ကတ်ကြေးနဲ့ကိုက်ပြီး မန်ကျည်းသီးမှည့်ကို ရေစိမထားလိုက်တယ်။ အရွက် တွေလုံးချက်ပြီးရင် ညှပ်ထားတဲ့ငရုတ်သီးစိမ်းကိုထည့် မယ်။ ရေချပြ ကျက်ပြီးဆိုရင်နောက်ဆုံးပိတ် မန်ကျည်း ရည်လေးအုပ်မယ်။ အရည်စပ်ကျဉ်းကလေးပေါ့။ ရွာ မှာတော့ ခဏ ခဏချက်စားဖြစ်တယ်။ အသီးအရွက် က ပေါတာကိုး။ ဒီဟင်းကို ဟင်းလော်လို့ ခေါ်တယ်။ ချက်နေရင်းက ဟင်းနဲ့တွေထောင်းထောင်းထပြီး ကိုယ့် တံတွေးကိုယ် ပြန်မြိုချနေရတယ်။

“မစိန်”
“တော့ ဘာလို့ ခဏခဏခေါ်နေတုံး”
ဝသီပနေတဲ့နှုတ်နဲ့ လူမမာကိုပြန်အော်မိပြန်တယ်။
“ဟင်းလော်ချက်လို့ကျက်ရင် ငါ့လဲကျွေးပါဟာ ချင်ချင်စပ်စပ်လေးစားချင်လို့”
“ရှင်ဟာလေ ကြက်သားပြုတ်ကြော်ပဲ စားပါလား။ နေလဲမကောင်းပဲနဲ့။ စားချင်တာကအရေးမကြီးဘူး။ စားလို့လဲပြီးရော ဟုတ်ပေဖြစ်နေမယ်”

“တယ် ဒီမိန်းမ နေမကောင်းတဲ့လင်ကို ဒီလိုပြော စရာလား”
ကိုလှမောင်ပြောမှ ကျွန်မလဲ စကားမှားသွားမှန်း သတိထားမိပြီး ငြိမ်နေလိုက်တယ်။ ကျွန်မ စိတ် မရှည်တာ။ အသံပြတာ မိသားစုစိအားတွေအများကြီး ပါတယ်။ သားနှစ်ယောက်က လူပျိုပေါက်ဖြစ်လာ တော့ အလုပ်အကိုင်ပေါ်တဲ့ မြို့ပြမှာနေကြရအောင် ချိပြီး ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး လာတိရွာကနေ ပြောင်း

လာခဲ့ကြတာ။ အိမ်ငှားခပေးရတယ်။ ရေဖိုး၊ မီးဖိုး၊ သောက်ရေသန့်ဖိုး အိုပြောရရင် ကုန်ကျစရိတ်တွေက များမှများပဲ။ သားနှစ်ယောက်က အထည်ချုပ်မှာ မီးပူ တိုက်ဝန်ထမ်းတွေ။ တစ်လကို နှစ်သိန်းစွန်းစွန်းရတယ်။ အကြီးကောင်က တစ်လတစ်သိန်းခွဲပေးတယ်။ ပေးတာ သာ တစ်သိန်းခွဲ။ မုန့်ဖိုးနေတိုင်းပြန်ပေးရတယ်။ တစ် ခါတလေ အဝတ်အစားပူဆာလို့ ဝယ်ပေးရသေးတယ်။

ထားပါလေ သားသမီးနဲ့မိဘဆိုတော့ သာတယ် နာတယ်တွက်မရဘူးပေါ့။ ကျွန်မပြန်ပေးရတာက တစ်စုတစ်စည်းတည်း မဟုတ်ဘူး။ သူကငွေများများ အပ်ရှာတာလေဆိုပြီး ဖြေတွေးလေး တွေးရတာပေါ့ လေ။ အကြီးကောင်က တစ်သိန်းခွဲပေးပြီး အလတ် ကောင်ကကျ ရှစ်သောင်းပဲပေးတာ။

ပြောရအံ့မယ်။ သင်းက အသက်ကသာ ၁၈ နှစ် ရယ်။ ရည်းစားသန်က အများကြီးရှိတယ်။ ရည်းစား ထားရုံတင်မကဘူး။ မအေကို စသလိုနောက်သလိုနဲ့ ပြောပုံကိုကြည့်အံ့။

“အမေ ကျွန်တော် မိန်းမခိုးပြေးရင် အမေတို့ ပြန်လိုက်အပ်ပေးမှာလား”
“ဟဲ့ သူများသမီးပျိုကို ခိုးပြေးရင်တော့ မိဘ ဝတ္တရားအတိုင်း ပြန်အပ်ပေးရမှာပေါ့”
“ကျွန်တော့် သူငယ်ချင်း စည်သူ မိန်းမခိုးသွားတာ အမေသိတယ်မို့လား။ အခုပြန်အပ်တော့ မိန်းမကလေး မိဘတွေက မင်္ဂလာစရိတ် ၁၅ သိန်းတောင်းတယ်”
ကျွန်မခေါင်းထဲ အတွေးတစ်ခုက လက်ခနဲ ဝင် လာပြီး လန့်ဖျပ်သွားတယ်။ ဒါကြောင့် သားနှစ်ယောက် ကို တစ်ခါတည်း စကားအပြတ်ပြောရတယ်။

“မိဘဝတ်ထဲမှာ ထိမ်းမြားခြင်းဆိုတာပါပေမဲ့ အခု ငါတို့ဘဝအနေအထားတွေကို နင်တို့သိတယ် နော်။ တစ်ခါတည်းပြောထားမယ်။ ကိုယ်နှစ်သက်တဲ့ မိန်းမကလေးတွေလို့ ယူမယ်ဆိုရင် ခိုးပြေးတာတွေ ဘာတွေမလုပ်နဲ့။ ကြိုပြီးစုဆောင်း၊ နှစ်ဖက်အတွက် သင့်တော်တဲ့ ငွေများများရရင် တောင်းရမ်းယူကြ။ ကိုယ့်အတိုင်းအတာနဲ့ ကိုယ့်အခြေအနေကို မိန်း မကလေးရှင်ဘက်ကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်းပြောပြထား။ ခိုး ပြေးပြီး ဆင်းရဲတဲ့မိဘတွေကို သောကတွေ ပုံမပေးနဲ့”

“အဲဒါဆို အမေကို တစ်လရစ်သောင်းပေးမယ်။ ကျန်တာမိန်းမယူဖို့ သားစုမယ်အမေ”
ကျွန်မကလဲ ကျေကျေနပ်နပ်လက်ခံပေးလိုက် တယ်။ အကြီးကောင်ကတော့ ရည်းစားလဲမထားဘူး။

မိန်းမလဲမယူပါဘူးဆိုပြီး တစ်သိန်းခွဲအပ်တယ်။ သူလို ချင်တာပူဆာ၊ ပြန်တောင်းပေါ့။ သားယောက်ျားလေး မွေးထားရတဲ့ မိဘတွေရဲ့ဘဝကလဲမလွယ်တာပါလေ။
(၂)

“ဟဲ့ မစိန် ငါခေါ်နေတာ လေကုန်တော့မယ်။ ဘာတွေအတွေးလွန်နေတာလဲ”
ကိုလှမောင်ခေါ်သံကြောင့် ကျွန်မအတွေး လွင့် သွားရတယ်။

“ရှင်မှာလဲ ဘာလို့ ခဏ ခဏ ခေါ်နေတာလဲ”

“ဟင်းလော်လေးကျက်ရင် ထမင်းထည့်ပေးလေ။ ဗိုက်က ဆာနေပြီ။ ခေါ်နေတာ သုံးလေးခွန်းရှိပြီ။ မကြားတာအံ့ဩတယ်”

လူမမာသာပြောတယ်။ လူကိုအော်လိုက်၊ ငေါက် လိုက်လုပ်တော့ စိတ်တိုမိသွားတယ်။ စိတ်တိုလာတော့ မျက်လုံးထဲလူမမာတွေ ဘာတွေမြင်တော့။ အာပြု စိန်ဆိုတဲ့အတိုင်း ပြန်အော်ချင်လာမိတယ်။

“အံ့ဩသလေ။ ဘာလေးလုပ်မနေနဲ့။ ပြည့်စုံကုံလုံ နေတဲ့ အိမ်ရှင်မ မဟုတ်ဘူး။ တွေးချင်တွေးမယ်။ ငေးချင်ငေးမယ်။ ရှင်တို့သာ သေနာမထစနေ။ ကျွန်မတို့က တစ်နှစ်နေလို့ တစ်ခါမဖျားဘူး။ ဆေးခန်း လဲမပြေးရဘူး။ ရှင်တို့သာ အလုပ်လေးတစ်ပတ်လောက် ဆက်တိုက်ဆင်းရရင် ရောဂါက ဟိုလိုဖြစ်၊ ဒီလိုဖြစ် ဟွန်း ပြော မပြောချင်ဘူး”

ကိုလှမောင် ပြန်ပြောမဲ့စကားတို့ကို နားမထောင် လိုတာနဲ့ အခန်းထဲကထွက်လာခဲ့တယ်။ အပြင်လမ်းရိုး မှာ နာရီဝက်လောက် လမ်းသလားပြီးမှ အခန်းထဲ ပြန်ဝင်လာတော့ ကိုလှမောင်လဲ ထမင်းစားသောက်ပြီး လို့ မျက်နှာမကောင်းဘဲ ငူငူကြီးထိုင်နေလေတယ်။ ကျွန်မကိုလဲ စကားလာမပြောတော့ဘူး။ မပြောနေပေ့ လို့ စိတ်ထဲကရေရွတ်လိုက်မိတယ်။ တော်ကြာ မစိန်ရေ နင်းပေးပါအံ့။ ဆေးလိမ်းပေးပါအံ့။ လုပ်နေအံ့မယ်။

အခုတော့ ကျွန်မ သက်သာတာပေါ့။ အလုပ် တော့ လုပ်ကျွေးပါရဲ့။ ပန်းရန်၊ လက်သမားအလုပ် လုပ်တာဆိုတော့ ပင်ပန်းတယ်ဆိုပြီး မကြာခဏနင်းနိုင် ပေးရတယ်။ တစ်ခါတလေကျတော့ မလုပ်ပေးချင်ဘူး။ သက်သက်စည်းစိမ်ခဲနေတာလို့ မြင်မိတယ်။ သား နှစ်ယောက်ပြန်လာတော့ ဖအေမျက်နှာမကောင်းတာ ကိုသိကြတယ်။ မအေအနားကပ်ပြီး အဖေစိတ်ဆိုး နေတာလားလို့ မေးကြသေးတယ်။

“သေမလို့ ချိုထနေတာ”လို့ ပြန်ဖြေလိုက်မိတယ်။ မနက်အိပ်ရာထတော့ သားနှစ်ယောက်အတွက် ထမင်းချိုင့်ထည့်ပေးနေတုန်း ကိုလှမောင်အိပ်ရာထပြီး အဝတ်အစားလဲနေတယ်။

“နေမကောင်းဘဲ ဘယ်လဲ”

“အလုပ်သွားမလို့”

ခပ်ပြတ်ပြတ်ပြောပြီးထွက်သွားတယ်။

ကျွန်မမှာ စိတ်ဆိုးနေတဲ့ ကိုလှမောင်ရဲ့ကျောပြင် ကိုကြည့်ပြီး ပြုံးမိတယ်။ ယောက်ျားကြီးတန်ဖွဲ့ဆိုပြီး တွေးမိတာပါ။ ဒါတောင်နော် ကျွန်မက လင်မကြောက် သူမို့။ သူတို့ကို ကြောက်များကြောက်ပြမိရင် ဘယ်နှယ့် များနေမလဲမသိဘူး။ သိပ်နေမကောင်းသေးဘဲ အလုပ် သွားတာတော့ စိတ်ထဲမကောင်းမိ၊ သနားမိတယ်။ အဲဒီအချိန်-

“အမေ သားလဲ ဒီလကစလို့ ကိုလင်းလို့ တစ်လ ရှစ်သောင်းပဲပေးတော့မယ်”

အကြီးကောင်စကားကြောင့် မျက်မှောင်ကြုတ်ရင်း “ဘာလဲ နင်ရောမိန်းမယူဖို့ စုတော့မှာလား။ အေး အေး စုကြ စုကြ ပေးချင်သလောက်သာပေးပေ့။ ငါ့ လင် နင်တို့အဖေကတော့ ငါ့ကိုရှာကျွေးမှာပဲ။ အငတ် တော့မထားဘူး။ အချိန်တန် မယားယူမဲ့ဟာတွေ ယူကြ ယူကြ”

သားနှစ်ယောက်အလုပ်သွားတော့ စိတ်ကမရွှင် တော့ဘဲ ခြေကုန်လက်ပန်းကျသွားတယ်။ ကိုယ့်အတွက် အားကိုးအားထားက ကိုယ့်လင်သားပဲရှိတာပါလား။ ကိုလှမောင် ကျန်းမာနေမှဖြစ်မယ်။ ကျွန်မကလဲ အပြောအဆိုမတတ်သလို၊ ကိုလှမောင်ကလဲ စိတ်တို တတ်သူပင်။ ဒါပေမဲ့ ဒီနေ့အချိန်ထိ သားမယားကို ကိုယ်ထိလက်ရောက် မလုပ်တတ်သူ လင်သားပါ။

ယခုကမ္ဘာ့နှစ်တွင် ပြေလမှ ဇွန်လကုန်ထိ ရှမ်းပြည်နယ်မှ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ပြောင်းသီးနှံ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၇ ဒသမ ၇၇၃ သန်းကျော်ပိုး တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရ



နေပြည်တော် ဇူလိုင် ၉
၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ပြေလမှ ဇွန်လကုန်ထိ သုံးလတာ ကာလအတွင်း ရှမ်းပြည်နယ်မှ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၉ ဒသမ ၇၇၃ သန်းကျော် တန်ဖိုးရှိ ပြောင်း ၆၃၇၆၆ တန် တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ကြောင်း စီးပွား

ရေးနှင့် ကူးသန်းရောင်းဝယ်ရေး ဝန်ကြီးဌာန၏ သတင်းများအရ သိရသည်။
မြန်မာနိုင်ငံမှ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ပြောင်းသီးနှံများ တင်ပို့ရောင်းချ ပေးရာတွင် နှစ်နိုင်ငံသဘောတူညီ ချက်အရ နှစ်စဉ် ဖေဖော်ဝါရီလမှ စတင်ကာ ဩဂုတ်လထိ ပင်ရင်း

နိုင်ငံ အခွန်ကင်းလွတ်ခွင့်ဖြင့် တင်ပို့ခွင့်ရရှိထားကြောင်း၊ ယခု အခါ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ပြောင်းသီးနှံ အခွန်လွတ်တင်ပို့ရောင်းချခွင့်ရရှိ ထားသည်ကာလဖြစ်နေသဖြင့် ရှမ်း ပြည်နယ်ဒေသထွက်ပြောင်းများကို ထိုင်းနိုင်ငံသို့ တင်ပို့မှုမြင့်တက်နေ ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ တင်ပို့ရောင်းချပေးရာ တွင် ယခုနှစ် ပြေလတွင် အမေ ရိကန်ဒေါ်လာ ၄ ဒသမ ၀၂၂ သန်း တန်ဖိုးရှိ ပြောင်း ၁၃၂၄၂ တန်၊ မေလတွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၈ ဒသမ ၀၂၁ သန်းတန်ဖိုးရှိ ပြောင်း ၂၆၁၅၁ တန်၊ ဇွန်လတွင် အမေရိ ကန်ဒေါ်လာ ၇ ဒသမ ၅၅ သန်း တန်ဖိုးရှိ ပြောင်း ၂၄၃၇၃ တန် စုစုပေါင်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၉ ဒသမ ၇၇၃ သန်းတန်ဖိုးရှိ ပြောင်း ၆၃၇၆၆ တန် တင်ပို့ ရောင်းချပေးခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
အဆိုပါ သုံးလတာကာလ အတွင်းတွင် ရှမ်းပြည်နယ် တာချီ လိတ်ဒေသမှ ပြောင်းလုပ်ငန်းရှင် များက ခိုလှမ်း၊ နှမ့်စနစ် လင်းခေး၊ မိုင်းနောင်၊ မိုင်းရှူးမြို့နယ်တို့မှ ပြောင်းများကို တာချီလိတ်နယ်စပ် ကုန်သွယ်ရေးစခန်းမှတစ်ဆင့် ထိုင်း နိုင်ငံသို့ တင်ပို့ရောင်းချပေးနေကြ ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

SKL

မိုးကောင်းမြို့နယ် ညောင်ထောက်ကလေးကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း မိတ်ဆက်ခြင်းနှင့် ရန်ပုံငွေကြီးကြပ်မှုကော်မတီဖွဲ့ စည်းခြင်းပြုလုပ်

မိုးကောင်း ဇူလိုင် ၉
ကချင်ပြည်နယ် မိုးညှင်းခရိုင် မိုးကောင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ရေရှင်ကျေးရွာအုပ်စု ညောင် ထောက်ကလေးကျေးရွာ၌ မြစ်မီး ရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းမိတ်ဆက် ရှင်းလင်းခြင်းနှင့် ရန်ပုံငွေကြီးကြပ် မှုကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်းကို ဇူလိုင် ၈ ရက် မွန်းလွဲ ၁နာရီက အဆိုပါ ကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရွေးဦးစွာ မိုးကောင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးကျော် သူဝင်းက မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံ ကိန်း၏ရည်ရွယ်ချက်များ၊ သဘော သဘာဝများ၊ လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့် ဆင့်ဆောင်ရွက်ခြင်းနှင့် ပတ်သက် ၍ ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။
ထို့နောက် မိုးကောင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန မြို့နယ်မြစ်မီးရောင်ကျေး ရွာစီမံကိန်းတာဝန်ခံနှင့် ဝန်ထမ်း

များက ကော်မတီဖွဲ့စည်းရာတွင် လိုက်နာရမည့် စည်းကမ်းချက်များ နှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းပြောကြား ပြီး တက်ရောက်လာကြသော ကျေး ရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများက မြစ်မီး ရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေ ကြီးကြပ်မှုကော်မတီဝင် ခုနစ်ဦး ကို အများသဘောဆန္ဒနှင့်အညီ ရွေးချယ်ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့သည်။
အဆိုပါ ညောင်ထောက် ကလေးကျေးရွာတွင် စီမံကိန်း လက်စွဲစာစောင်ပါ ညွှန်ကြားချက်

များနှင့်အညီ လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့် ဆင့် ဆောင်ရွက်ပြီးပါက မြစ်မီး ရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း အရင်း မပျောက်လည်ပတ်ရန်ပုံငွေကျပ် သိန်း ၃၀၀ ကို တစ်နိုင်တစ်ပိုင် စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး၊ အရောင်း အဝယ်လုပ်ငန်းနှင့် မိသားစုဝင်ငွေ တိုးပေးရေးလုပ်ငန်းများ လုပ် ကိုင်နိုင်ရန်အတွက် ထုတ်ချေးသွား မည်ဖြစ်ကြောင်း မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဦးကျော်သူဝင်းထံမှ သိရသည်။

ချစ်ဦးကို

စာမျက်နှာ ၂၄ မှအဆက်

မသောက်မစားနဲ့ အလုပ်မပျင်းတဲ့ယောက်ျားပါ။ ကျေးဇူးတင်စရာ လင်သားရဲ့ ကောင်းကွက်လေးတွေတွေ့ပြီး နေမကောင်းနေချိန်မချေမငံ ပြောမိဆိုမိတာတွေအတွက် စိတ်မကောင်းဖြစ်နေမိတယ်။ နောက်နောင် တော့ ဆင်ခြင်တဲ့တရားလေးနဲ့ ကောင်းကောင်းမွန်မွန်ဆက်ဆံမယ်လို့ ကျွန်မတွေးရင်း အိမ်အလုပ်တွေလုပ်နေမိတော့တယ်။

(၃)

“မစိန် မစိန် နင့်ယောက်ျား အခုဘယ်မှာလုပ်တာလဲ”
ဘေးအခန်းက ဒေါ်သန်း တစ်ယောက် ပျာပျာသလဲနဲ့ အစမရှိ အဆုံး မရှိ လာမေးနေတယ်။
“လမ်းထိပ်က ဆိုက်ထဲမှာလေတော်။ ဘာဖြစ်လို့လဲ လန့်လိုက်တာ”
“လမ်းထိပ်ကဆိုက်ထဲ လူတစ်ယောက် မူးလဲပြီးသတိမရလို့ အမ်းဖြူး လန်းဆိုလား၊ အန်ကူးလမ်းဆိုလားကြီးနဲ့ တင်သွားတယ်လို့ကြားလို့ လှမောင်က နေမကောင်းပဲ အလုပ်သွားတာမဟုတ်လား”
ဒေါ်သန်းကို ကျွန်မဘာမှပြန်မပြောနိုင်တော့ဘူး။ လမ်းထိပ်က ကိုလှ မောင် အလုပ်လုပ်တဲ့ဆိုက်ထဲကိုပြေးချလာတာ။ ဆိုက်ထဲရောက်မှ ကျွန်မ ခြေထောက် ဖိနှပ်မိတာ သတိထားမိတယ်။ ကိုလှမောင် ဘာမှမဖြစ်ပါ စေနဲ့လို့ တစ်လမ်းလုံးဆုတောင်းနေမိတယ်။ ရင်ထဲမကောင်းလိုက်တာရှင်။ နေမကောင်းတဲ့လင်သားကို ကျိန်သလိုမျိုး ကျွန်မပြောမိခဲ့တယ်လေ။ ကျွန်မပြောမိတာတွေပြန်တွေ့ပြီး ကျွန်မကို ကျွန်မဒေါသတွေဖြစ်လိုက်တာ။ ကိုလှမောင်ဘာမှမဖြစ်ပါစေနဲ့။ နောင်ကို လင်သားအပေါ် ကောင်းကောင်း ပွန်ပွန် ဇနီးကောင်းပီပီသသဆက်ဆံပါမယ်။ ကျွန်မကိုယ်ကျွန်မပြုပြင်ပါ့

မယ်လို့ ကျွန်မဘာသာကျွန်မ ကတိတွေပြုနေမိတယ်။ ဆိုက်ထဲက လူ တွေက ကျွန်မကို တအံ့တဩကြည့်နေကြတယ်။ ကျွန်မမျက်လုံးထဲမှာ ကိုလှမောင်ကိုလုံးဝမမြင်ဘူး။ မမြင်လေ ငိုချင်လေပဲ။ ကျွန်မ မျက်ရည် တွေရစ်ဝဲပြီး မရဲတရဲမေးလိုက်မိတယ်။
“ကိုလှမောင် မူးလဲလို့ ဆေးရုံတင်လိုက်ရတယ်ဆို။ ဘယ်ဆေးရုံကိုတင် လိုက်တာလဲ”
အလုပ်သမားတွေက ကျွန်မစကားကို နားမလည်သလိုကြည့် နေကြတယ်။
“မစိန် ဘာလာလုပ်တာလဲ”
ဟော ဒီအသံ၊ ကျွန်မအသံလာရာကို တစ်ချက်ကြည့်လိုက်တယ်။ အမယ်လေး ဝမ်းသာလိုက်တာ။ ကျွန်မယောက်ျား ကိုလှမောင် သူက ကျွန်မအနားရောက်လာပြီးမေးနေတာလေ။
“ယောက်ျား ရှင်မူးလဲတယ်ထင်လို့ စိတ်ပူပြီးပြေးလာတာ”
“ဟာ ပေါက်ကရ ငါလဲမူးမလဲဘူး။ ဘယ်သူမှလဲ မူးမလဲဘူး။ ဘာ တွေကြားလာတာတုန်းဟာ”
“အင်းပါ အင်းပါ ကိုလှမောင်ဘာမှမဖြစ်ရင်ပြီးရော။ အခုနေ့လယ် ထမင်းပြန်လာစားနော်။ ကိုလှမောင်ကြိုက်တဲ့ ဟင်းလျော်လေးထပ်ချက်ပေး ထားမယ်။ ထမင်းစားအိမ်ပြန်ချက်လိုက်အုံးမယ်။ ပြန်ပြီယောက်ျားရေ”
အဲဒီနေ့က ကိုလှမောင်အကြိုက် ဟင်းလျော်ထပ်ချက်တယ်။ အုပ်ထား တဲ့အဖုံးလေးကိုလှန်ပြီးမွှေတော့ ကျွန်မချက်ဖူးသမျှဟင်းထဲမှာ ဒီတစ်ခါ ချက်တဲ့ဟင်းကို ကျွန်မရဲ့ အိမ်ဦးနတ်ကြီး ခံတွင်းအတွင်းဆုံးဖြစ်မှာပါလို့ တွေးရင်းပြုံးမိသွားပါတော့တယ်။

ခရီးသည်တစ်စု ဥပမာ

- ခရီးသည် လူတစ်စု ချောင်းတစ်ခု ဖြတ်တဲ့ခါ၊ မှောင်ကမ္ဘာ ညအခင်း လမင်းလည်း မသာ၊ ရပ်စမ်းဟေ့ သံကြားရာ ကြောက်ရွံ့စွာ ရပ်နေကြ၊ ကျောက်ခဲတွေ ကောက်ထည့်သွားတဲ့ သံကြားလျှင် တာဝန်ကျေပေါ့ တစ်ခဲစီလေ အသာကောက်လို့ ဆက်လျှောက်ခဲ့ရ။
- မိုးလင်းကာ နေရောင် သ တော့ မြို့တံခါးဝ နီးခဲ့ပြီ။ ထိုအခါ ကိုယ့်ကျောက်ခဲကို လက်လွဲကာ ပစ်ဟန်ပြင်တော့ လက်ထဲတွင် စိန်တစ်ပွင့်က နေခြည်မှာ ငွေရည်ဆင့် လင်းဝင့်နေသည်။ ခရီးသွားတို့ ဖြေမသည် ချောင်းထဲဆီ ရောက်စဉ်က၊ ကျောက်ခဲတွေ ကောက်သွားလို့ သံကြားစဉ် အမြောက်မြားကို ငါတို့ပင် မကောက်အား အို... မှားခဲ့ပေစွ။
- ထိုပမာ သာဓကပါပေါ့ စာသင်ကြ ငယ်ရွယ်သူ၊ စိန်သဖွယ် ပညာရေးကို မိဘတွေ ရင်မှာတွေးလို့ ဆရာတွေ ကူညီဖေးလို့ ပေးပေါ့ကြည်ဖြူ။ ပညာကို တန်ဖိုးသိလို့ အကျိုးရှိရှိ အလေးမူ အရေးတယူ သင်ပါကြ၊ ပြီးတဲ့ခါ စိန်ပွင့်များနဲ့ လွဲမှားတဲ့ ခရီးသည်တစ်စုလိုပေါ့ ငေးရှုကာ နောင်တအတွေးတွေဖြင့် အိုကွယ်... ဝေးလိမ့်မယ်ပါ။ ။

လွမ်းလေးကို(သရက်)

ဖိုးတစ်-ခွေ ရောဂါကူးစက်မှုကိုကာကွယ်ရာတွင် အထောက်အကူပြုပေးရန်



ကြက်သွန်ဖြူနှင့် ကြက်သွန်နီစားသုံးပေးခြင်းဖြင့် နှလုံးနှင့်အဆုတ် အတွက် အထူးကောင်းမွန်သည်။

မိုးရာသီနှင့် ယင်ကောင်အန္တရာယ်

ပေါက်ပေါက်

ယင်ကောင်အကြောင်းသိကောင်းစရာ

ယင်ကောင်ကို ပါဏဗေဒ အလိုအရ မတ်စက ဒိုမက်စတီကဟု ခေါ်သည်။ ယင်ကောင်သည် ဘေးမပြုတတ်။ အနှောင့်အယှက်ကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်သည်ဟု ထင်မှတ်ခဲ့ကြသည်။ နှစ်ဆယ်ရာစုနှစ်သို့ ရောက်လာသောအခါတွင်မူ ယင်ကောင်များသည် ရောဂါပိုးများကို သယ်ဆောင်လာပြီး လူများကို သေစေနိုင်သည့်ရောဂါများ ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း သိလာကြသည်။ အမှန်မှာ ယင်ကောင်သည် လူသားတို့ ကျန်းမာရေးအတွက် ကြောက်မက်ဖွယ် အကောင်းဆုံးရန်သူများတွင် ပါဝင်နေသည်။

ယင်ကောင်တစ်ကောင်ကို အဏုကြည့်မှန် (မိုက်ကွန်စကုပ်)ဖြင့်ကြည့်လျှင် ခြေသည်း၊ လက်သည်းများ၊ ခြေထောက်၏ အောက်ဘက်ရှိ အခံပြားကလေးများနှင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင် အမွှေးအမျှင်များရှိနေပြီး လျှာတွင် လည်း စေးကပ်သောအရည်များရှိနေသည်ကို မြင်ရပေလိမ့်မည်။ ထိုအမွှေးအမျှင်များနှင့် လျှာတို့၌ ကပ်နေသော ဖုန်မှုန့်ကလေးများတွင် တိုက်ဖျက် (အူရောင်ငန်းဖျား) ရောဂါပိုးများပါနေသည်ကို အားကောင်းသည့် မှန်ဘီလူးဖြင့်ကြည့်မှသာ မြင်နိုင်သည်။

ယင်ကောင်သည် ဥဘဝမှလောက်ဘဝ၊ လောက်ဘဝမှ ပိုးတုံးလုံးဘဝ၊ ပိုးတုံးလုံးဘဝမှ ယင်ကောင်ဘဝသို့ ဘဝသုံးမျိုးပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ယင်မတစ်ကောင်သည် ပျမ်းမျှငါးရက်လျှင် တစ်ကြိမ်ကျ ဥဥချလေ့ရှိပြီး တစ်ကြိမ်လျှင် ဥပေါင်း ၁၀၀ မှ ၁၅၀ ခန့်ထိရှိတတ်ကာ အစုလိုက်အပြုံလိုက်တစ်နေရာတည်းတွင် ဥချလေ့ရှိသည်။ ယင်မများသည် သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့သောနေရာတွင် ဥချလေ့မရှိဘဲ လူနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့၏ မစင်များ၊ ပါးစပ်မှ ထွေးထုတ်လိုက်သော ချွဲသလိပ်များ၊ တိရစ္ဆာန်အသေအပုပ်ကောင်များ၊ သစ်သီးသစ်ရွက်အပုပ်အသီးများ၊ အမှိုက်ပုံးများနှင့်မစင်အညစ်အကြေးရိရာနေရာများတွင်သာ ဥများကိုဥချလေ့ရှိသည်။ ၎င်းဥများသည် အလွန်သေးငယ်ပြီး လုံးရှည်ရှည်သဏ္ဍာန်ရှိသည်။ ယင်မတစ်ကောင် အရွယ်အစားပေါ်မူတည်ကာ ၎င်း၏ သက်တမ်းအတွင်း ဥပေါင်း ၁၀၀၀ မှ ၃၀၀၀ ကျော်ထိ ဥချနိုင်စွမ်းရှိသည်။

ဥဘဝမှလောက်ကောင်ဘဝ

ယင်ဥသည် အညစ်အကြေးများရှိရာနေရာတွင် ဥပြီးသည့် အချိန်မှစ၍ နောက် ၁၂ နာရီအတွင်း လောက်ကောင်ဘဝသို့ ကူးပြောင်းသွားကြသည်။ လောက်ကောင်၏အရွယ်အစားသည် ပျမ်းမျှ တစ်လက်မမှ လေးလက်မခန့်ထိ ရှည်မျောမျောသဏ္ဍာန်ရှိပြီး ဦးခေါင်းပိုင်းချွန်၍ အဖိုးပိုင်း(ဖင်ပိုင်း)လုံးပိုင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင် အဆစ် ၁၂ ပိုင်းပါရှိသည်။ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာသို့ တွားသွားလေ့ရှိပြီး အချိန်ရှိသရွေ့ အညစ်အကြေးများကိုသာ အစာအာဟာရအဖြစ် မှီဝဲကြသည်။ ၎င်းတို့သည် တစ်နေ့တခြား ကြီးထွားလာကြပြီး ရက်သတ္တနှစ်ပတ်၊ သုံးပတ်ကြာသောအခါ အစွမ်းကုန်ကြီးထွားလာပြီးနောက် လုံးဝအစာမစားတော့ဘဲ သုံးလေးရက်ခန့် ငြိမ်သက်နေကြသည်။ ထိုအချိန်သည် ပိုးတုံးလုံးဘဝသို့ရောက်ရန် အားယူချိန်ဖြစ်သည်။

လောက်ကောင်ဘဝမှပိုးတုံးလုံးဘဝ

ပိုးတုံးလုံးဆိုသည်မှာ လောက်ကောင်ဘဝမှ ငြိမ်သက်စွာနေပြီးနောက် ဖြစ်ပေါ်လာသော အဖြူရောင်ရှည်ရှည်ပိုင်းပိုင်းလေးများဖြစ်သည်။ အစပထမတွင် အရောင်ဖြူနေရာမှ နောက်ပိုင်း၌ အရောင်ညိုလာသည်။ ပိုးတုံးလုံးဘဝတွင် အစာမစားတော့ဘဲ အသက်ပဲရှည်သည်။ ပိုးတုံးလုံး၏ အပေါ်ယံအခွံသည် အနည်းငယ်မာလာပြီးနောက် ၎င်းအခွံတွင်းမှာ ယင်ကောင်၏ ခြေ၊ လက်၊ ဦးခေါင်းအင်္ဂါရပ်များ တဖြည်းဖြည်း ပီပြင်လာရန် ခုနစ်ရက်မျှ အချိန်ယူရသည်။ ယင်ကောင်၏ အင်္ဂါရပ်များပြည့်စုံသွားသောအခါ ၎င်းယင်ကောင်ပေါက်စသည် ပိုးတုံးလုံး၏အခွံကို ဖောက်

ထွင်းပြီး ပြင်ပသို့ အတောင်ပံခတ်၍ ပျံသန်းသွားသည်။

ပိုးတုံးလုံးဘဝမှယင်ကောင်ဘဝ

ယင်ကောင်သည် အထက်ပါဖြစ်စဉ်အတိုင်း ပိုးတုံးလုံး၏အခွံကို ဖောက်ထွက်လာသည့်အချိန်မှစ၍ သက်တမ်းကုန်ဆုံးသွားသည့်အချိန်ထိ မစင်နှင့်အညီအဟော့က၊ အပုပ်အသိုးများပေါ်တွင် နားလိုက်၊ စားလိုက်၊ အန်ချလိုက်ဖြင့် ဤနည်းအတိုင်း အရပ်ရပ်မျက်နှာသို့ လူးလာခေါက်ပြန်ပျံသန်းလေ့ရှိကြသည်။ ယင်ကောင်များသည် ၎င်းတို့ကိုယ်ပေါ်ရှိ နှုတ်သီး၊ ခြေထောက်တို့ဖြင့် မစင်ရိရာ၊ အပုပ်အသိုးရိရာများတွင် ရပ်နားလိုက်စဉ် ရောဂါပိုးမွှားများသည် ယင်ကောင်နှင့် တစ်ပါတည်းတွယ်ကပ်ပါသွားကြသည်။

မိုးရာသီနှင့်ယင်ကောင်အန္တရာယ်

ယင်ကောင်များသည် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း တစ်နှစ်



ပတ်လုံး လူသားများကို ရောဂါဖြစ်အောင် အမြဲဆောင်ကြဉ်းပေးနေသော သတ္တဝါများဖြစ်ကြပြီး အထူးသဖြင့် မိုးဦးရာသီတွင် အလွန်ပေါများစွာတွေ့ရသည်။ မိုးဥတုတွင် သရက်၊ နာနတ်၊ ပိန္နဲ၊ ခူးရင်း၊ လိုက်ချီး စသည်ရာသီစာသစ်သီးဝလံများ ပေါများကြသကဲ့သို့ သား၊ ငါး၊ ပုစွန်၊ ကဏန်းတို့လည်း ပေါများချိန်ဖြစ်သည်။ အညီအဟော့ကကြိုက်တတ်သော ယင်ကောင်များမှာ မိုးရာသီတွင် အထူးများပြားစွာ ပေါက်ဖွားလာကြသည်။

ယင်ကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါများ

လူတို့အနေဖြင့် ယင်နားထားသောအစားအစာကို စားမိသောအခါ ကာလဝမ်းရောဂါ၊ တိုက်ဖျက် ခေါ် အူရောင်ငန်းဖျားရောဂါ၊ အထက်လန်အောက်လျှောခေါ် ရေငတ်ဝမ်းကျရောဂါ၊ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်၊ သွေးဝမ်း ခေါ် ဝမ်းကိုက်ရောဂါ စသည်တို့ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ၎င်းရောဂါများသည် ကပ်ရောဂါသဖွယ်လူသားမျိုးနွယ်တို့ကို ဒုက္ခပေးတတ်သည်။ ဖော်ပြပါ ကူးစက်ရောဂါများ ကင်းဝေးစေနိုင်သည့် အဓိကသော့ချက်မှာ ရောဂါမဖြစ်မီ ကြိုတင်ကာကွယ်နည်းသားဖြစ်သည်။ ထိုသို့ကြိုတင်ကာကွယ်ရန်အတွက် မူလတရားခံဖြစ်သော ယင်ကောင်အန္တရာယ်ကို ရှေးဦးစွာ ကာကွယ်ထားကြရမည်ဖြစ်သည်။

ရှောင်ရှားကြပါ ယင်နားစာ

ယင်ကောင်တစ်ကောင်သည် ဗက်တီးရီးယားများ၊ ဗိုင်းရပ်များ၊ ကပ်ပီးကောင်ဥများအပါအဝင် ရောဂါများဖြစ်စေနိုင်သော ပိုးမွှားကောင်ရေ ၁၀၀ ထက် မနည်းကို သယ်ဆောင်ထားလေ့ရှိသည်။ အစားအစာများပေါ် ယင်ကောင်နားပြီးသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ၎င်းယင်ကောင်သည် သူ၏ညစ်ပေသောလက်တံများဖြင့် အစားအစာများကိုပွတ်သပ်၍ စူးစမ်းသည်။ ပြီးနောက် ထိုအစားအစာကို အလွယ်တကူစုပ်ယူနိုင်ရန် အတွက် ယင်ကောင်က ဦးစွာအန်ထုတ်ကာ အစားအစာများကိုအရည်အဖြစ်ပြောင်းလဲလိုက်သည်။ ယင်ကောင်၏ အန်ဖတ်အစအနများနှင့်တကွ မတူညီသောနေရာများပေါ်တွင် ရပ်နားခဲ့ခြင်းတို့ကြောင့်

ယင်းနားစာများကို စားသောက်မိသူများအတွက် ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုးဖြစ်စေနိုင်သည်။

ယင်ကောင်ရန်မှ ကာကွယ်နည်း

ယင်ကောင်အန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးရန်အတွက် တစ်ဦးတစ်ယောက်တည်းနှင့်မရနိုင်ပါ။ အိမ်ထောင်စုတိုင်း၏ စုပေါင်းအားဖြင့် လုပ်ဆောင်ကြရန်လိုသည်။

- ယင်ကောင်များနှစ်သက်သော ဥပမာ-သရက်သီးအခွံနှင့် နာနတ်သီးခွံတို့လို စွန့်ပစ်အစားအစာတွေကို ပလတ်စတစ်အိတ်ဖြင့် လုံအောင်ထုပ်၍ အမှိုက်ပုံးထဲ စနစ်တကျစွန့်ပါ။ ချက်ချင်းမစားဖြစ်သေးပါက ရေခဲသေတ္တာထဲသိမ်းပါ သို့မဟုတ် လေဝင်လေထွက်ကောင်းကာ ယင်မနားနိုင်သည့် အုပ်ဆောင်းဖြင့်ဖုံးအုပ်ထားပါ။
- အစားအစာအားလုံးကို ယင်ကောင်၊ ပိုးဟပ်၊

- အကယ်၍ ပိုးသတ်ဆေးအလွယ်တကူမရနိုင်ပါက ထုံးမှုန့် သို့မဟုတ် ရေနံချေး သို့မဟုတ် မီးဖိုမှပြာ သို့မဟုတ် ဖွဲဆပ်ပြာတို့ကို မြေတွင်းအိမ်သာထဲ နေ့စဉ်သော်လည်းကောင်း၊ သုံးရက်လျှင်သော်လည်းကောင်း တစ်ကြိမ်ခန့်ဖြူးပေးပါ။
- မိမိနေထိုင်ရာအိမ်တွင် ခမ်းနားသောအိမ်ထောင်ပရိဘောဂများထားရှိနိုင်သည့် ဂုဏ်ထက်ယင်လုံဆန်ခါ၊ ခြင်္သေ့ဆန်ခါ တပ်ဆင်နိုင်သည့် ဂုဏ်ကိုပို၍တန်ဖိုးထားတတ်ပါစေ။ တစ်အိမ်လုံး ယင်လုံဆန်ခါ မတပ်နိုင်သည့်တိုင်အောင် ထမင်းစားခန်းကိုတော့ ဦးစားပေးတင်ဆင်ကြပါရန် တိုက်တွန်းလိုပါသည်။

ယင်ကောင်သုတ်သင်နည်း

- ငှက်ပျောခွံအနည်းငယ်ကို ရွာလကာရည်နှင့် ရောပြီး ငှက်ပျောသီးနံ့ထွက်လာအောင် လှုပ်ပေးပါ။ ပြီးနောက် သောက်ရေသန့်အလွတ်တစ်လုံးထဲကို ယင်ကောင်များဝင်နိုင်လောက်သည့် အပေါက်ငယ်များ ဖောက်ထားပါ။ ငှက်ပျောခွံနှင့် ရွာလကာရည်ပျော်ရည်ကို သောက်ရေသန့်အလွတ်ထဲထည့်ပါ။ ၎င်းအားကို ယင်ကောင်များလာတတ်သည့် နေရာတွင်ထားပါ။ (ထိုနည်းကို အင်းဆက်ထောင်ချောက်အဖြစ် ဥယျာဉ်မြေများတွင်လည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်)
- ထမင်းစားခန်းနှင့် မီးဖိုချောင်သို့ရောက်လာကြသော ယင်ကောင်များ နားမိသည်နှင့် ကပ်၍ သေစေနိုင်သောကော်သုတ်စက္ကူလိပ်ကလေးများကို နေရာအနှံ့ချိတ်ဆွဲထားပါ သို့မဟုတ် ဆန်ကောဖြစ်စေ၊ ဒန်အိုးအဖုံးတစ်လုံးတွင်ဖြစ်စေ သကြားရည်၊ အမဲဆီနှင့် ပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးတို့ကို ရောနှောသုတ်၍ ကလေးများလက်လှမ်းမမီသောနေရာတွင် ကြိုးဖြင့်ချိတ်ဆွဲထားပါ။
- ပင်စိမ်းပင်၏အနံ့သည် ယင်ကောင်များကို ထိရောက်စွာ ကုသနိုင်သည်။ ဥယျာဉ်၌ ပင်စိမ်းများ စိုက်ပျိုးခြင်းသည် ယင်ကောင်များကို အဝေးထိန်းရန် ကောင်းမွန်သောဆေးတစ်ခုဖြစ်သည်။ သို့မဟုတ် မီးဖိုချောင်အနီး၌ သေးငယ်သည့် အိုးများဖြင့်လည်း စိုက်နိုင်သည်။
- ရေနှင့်ပြည့်သော ပလတ်စတစ်အိတ်များက ယင်ကောင်များကို ရှောင်ရှားရန် ကူညီလိမ့်မည်။ ထို့ကြောင့် အိမ်ပြတင်းပေါက်၊ တံခါးပေါက်များတွင် ကြပ်ကြပ်အိတ်ငယ်များချိတ်ဆွဲ၍ ရေထည့်ပါ။
- ယင်ကောင်များသည် သစ်ကြဲပိုးအနံ့ကိုမုန်းသည်။ အိမ်ခန်းထောင့်များ၌ သစ်ကြဲပိုးခေါက်တချို့ ချထားပါ။ ၎င်းရနံ့က အိမ်တွင်းလေထုကို သန့်စင်ပေးသည်။
- ငရုတ်ကောင်းမှုန့်ကို ရေတစ်ပုလင်း သို့မဟုတ် အပင်ရေဖျန်းဘူးထဲထည့်လှုပ်ခါပြီး အိမ်အနှံ့ဖျန်းပေးပါ။
- သွားသီးနံ့ကို ယင်ကောင်များမကြိုက်ပေ။ ထို့ကြောင့် ယင်ရှိတတ်သောနေရာများတွင် သွားသီးကိုအချပ်ပြားလေးများလှီး၍ ချထားပေးပါ။
- ယူကလစ်နံ့ကို ယင်ကောင်ကြောက်သဖြင့် ယူကလစ်ရွက်ကိုခြေမှုန့် အိမ်ခန်းထောင့်တွင် ချထားပါ သို့မဟုတ် ယူကလစ်ဆီကိုအိမ်တွင်းဖျန်းပေးပါ။ ၎င်းရနံ့က လူတို့၏ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို ကောင်းစွာအထောက်အပံ့ဖြစ်စေသည်။
- ယင်လာတတ်သောနေရာများ၌ ပန်ကာဖွင့်ထားပေးခြင်းက ယင်လာရာလမ်းကြောင်းကိုပြောင်းသွားစေပါလိမ့်မည်။
- ပလတ်စတစ်ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသောယင်ကောင်ရိုက်တံကို အိမ်တွင်ဆောင်ထားသင့်ပါသည်။ လူတိုင်းအနေဖြင့် ယင်ကောင်အန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးစေရန်အတွက် အသိ၊ သတိတို့ဖြင့် နေထိုင်စားသောက်ကြရန် အကြံပြုရေးသားလိုက်ရပါသည်။

အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် နေရာဒေသအသီးသီးသို့ ရောက်ရှိနေကြသည့် မြန်မာနိုင်ငံသားများကို ပြန်လည်ပိတ်ခေါ်

နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီ

သတင်းထုတ်ပြန်ချက်

အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် နေရာဒေသအသီးသီးသို့ ရောက်ရှိနေကြသည့် မြန်မာနိုင်ငံသားများကို ပြန်လည်ပိတ်ခေါ်ခြင်း

၁။ တပ်မတော်က နိုင်ငံတော်တာဝန်ကို လွှဲပြောင်းရယူခဲ့ရသည့် ၂၀၂၁ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီ ၁ရက်နေ့ကပိုင်းကစ၍ NLD ပါတီဝင်များ၊ ၎င်းပါတီကို ထောက်ခံသူအစွန်းရောက်များ၊မတရားအသင်းနှင့် အကြမ်းဖက်အုပ်စုများဖြစ်သည့် CRPH နှင့် NUG၊ CDM လှုံ့ဆော်မှုနှင့် နိုင်ငံတော်တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေးကို မလိုလားသည့် ပြည်တွင်း၊ ပြည်ပမှ လူပုဂ္ဂိုလ်၊ အဖွဲ့အစည်းများ၏ သွေးထိုးလှုံ့ဆော်မှု၊ မြောက်လှန်မှုတို့ကြောင့် အချို့သော ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ လူငယ်လူရွယ်များ၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများနှင့် မိမိတို့နိုင်ငံသားများသည် EAO များ တည်ရှိရာနေရာများနှင့် ပြည်ပနိုင်ငံများသို့ စိုးရိမ်စိတ်များဖြင့် တိမ်းရှောင်နေကြောင်း သိရှိရပါသည်။

၂။ ၎င်းတို့အနေဖြင့် မတရားအသင်းနှင့် အကြမ်းဖက်အုပ်စုများဖြစ်သည့် CRPH နှင့် NUG၊ ၎င်းတို့နှင့် ဆက်စပ်နေသည့် ပုဂ္ဂိုလ်အချို့၏ ထုတ်ပြန်ခဲ့သည့် အာဏာရှင်ဆန်သည်ထုတ်ပြန်ချက်၊ ပြောကြားချက်တို့အပေါ်တွင်လည်း ထပ်မံစိုးရိမ်လျက်ရှိပြီး ရောက်ရှိရာနေရာများ၌လည်း လုံခြုံရေးအာမခံချက်မရှိမှု၊ လူမှုစီးပွားဘဝ အဆင်မပြေခက်ခဲမှုတို့နှင့်ဆိုင်ဆိုင်နေရသဖြင့် မိမိတို့နေရပ်ဒေသအသီးသီးသို့ ပြန်လာလိုသည်ဆန္ဒများဖြစ်ပေါ်နေသည်ကို သတင်းရရှိပါသည်။

၃။ ယခုဖြစ်စဉ်ကာလအတွင်း လူသတ်မှု၊ လုယက်မှု၊ မီးရှို့မှု၊ မိုင်းဖောက်ခွဲမှု၊ လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်များကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိတိုက်ခိုက်မှု၊ ပြည်သူ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့အဖွဲ့ကို အုပ်စုဖွဲ့ ကိုယ်ထိလက်ရောက်တိုက်ခိုက်မှု၊ အစိုးရပိုင်အဆောက်အအုံများနှင့် ပုဂ္ဂလိကပိုင်အဆောက်အအုံများကို ဖျက်ဆီးမှု၊ CDM လှုပ်ရှားမှုတွင် ငွေကြေးအရဖြစ်စေ၊ အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြစ်စေ နှက်ရှိုင်းစွာကာယကံမြောက်ပါဝင်သူများမှအပ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်နေကြသည့် ဝန်ထမ်းများ၊ အသိပညာရှင်၊ အတတ်ပညာရှင်များ၊ အခြားနယ်ပယ် အသီးသီးမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ နိုင်ငံသားများကို နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီအနေဖြင့် အထူးသက်ညှာစွာ ပြေလျော့ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

၄။ မိမိနေရပ်ဒေသအသီးသီးမှ စွန့်ခွာတိမ်းရှောင်နေရသူများသည်လည်း မိမိတို့နိုင်ငံသားများဖြစ်သောကြောင့် ၎င်းတို့အနေဖြင့် တိမ်းရှောင်ရောက်ရှိနေရာများမှ မြန်မာနိုင်ငံရှိ ၎င်းတို့ဒေသအသီးသီးသို့ ပြန်လည်

ယခုဖြစ်စဉ်ကာလအတွင်း လူသတ်မှု၊ လုယက်မှု၊ မီးရှို့မှု၊ မိုင်းဖောက်ခွဲမှု၊ လုံခြုံရေးတပ်ဖွဲ့ဝင်များကို ရည်ရွယ်ချက်ရှိရှိတိုက်ခိုက်မှု၊ ပြည်သူ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူ့အဖွဲ့ကို အုပ်စုဖွဲ့ ကိုယ်ထိလက်ရောက်တိုက်ခိုက်မှု၊ အစိုးရပိုင်အဆောက်အအုံများနှင့် ပုဂ္ဂလိကပိုင်အဆောက်အအုံများကို ဖျက်ဆီးမှု၊ CDM လှုပ်ရှားမှုတွင် ငွေကြေးအရဖြစ်စေ၊ အခြားနည်းလမ်းဖြင့်ဖြစ်စေ နှက်ရှိုင်းစွာ ကာယကံမြောက် ပါဝင်သူများမှအပ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်နေကြသည့် ဝန်ထမ်းများ၊ အသိပညာရှင်၊ အတတ်ပညာရှင်များ၊ အခြားနယ်ပယ်အသီးသီးမှ ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ နိုင်ငံသားများကို နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီအနေဖြင့် အထူးသက်ညှာစွာ ပြေလျော့ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဝင်ရောက်ရေး နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီက စီမံဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။
၅။ သို့ဖြစ်ပါ၍ နေရပ်ဒေသအသီးသီးသို့ အကြောင်းအရာတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ပြစ်မှုကျူးလွန်ထားသူများမှအပ စိုးရိမ်စိတ်ကြောင့် တိမ်းရှောင်နေရသူများအနေဖြင့် မိမိတို့၏ကိုယ်ပိုင်စိတ်ဆန္ဒအရ မြန်မာနိုင်ငံရှိ မိမိတို့၏ နေရပ်များသို့ပြန်လည်ဝင်ရောက်လိုပါက ဥပဒေအရပြေလျော့ပေးမှုများနှင့်အညီ ပြန်လည်ဝင်ရောက်နိုင်ရေး နီးစပ်ရာ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊ မြို့နယ်၊ ခရိုင်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီများနှင့် ပြည်ပရောက်နိုင်ငံသားများအနေဖြင့် သက်ဆိုင်ရာသုံးစွဲစစ်သုံးစွဲကောင်စစ်ဝန်ရုံးများသို့ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်နိုင်ပါရန် သတင်းထုတ်ပြန်အပ်ပါသည်။

သတင်းထုတ်ပြန်ရေးအဖွဲ့
နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီ

ယခုဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှုငွန်လထိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၂၆၁၀၇၉ တန် ပြည်ပတင်ပို့မှုမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၁၂ သန်း ဝင်ငွေရရှိခဲ့



ရန်ကုန် ဇူလိုင် ၉

ယခုဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှုငွန်လထိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၂၆၁၀၇၉ တန် ပြည်ပတင်ပို့မှုမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၁၂ သန်း နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိခဲ့ကြောင်း မြန်မာနိုင်ငံ ဆန်စပါး အသင်းချုပ်၏ သတင်းများအရ သိရသည်။
မြန်မာနိုင်ငံမှ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲများကို ပြည်ပဖောက်သည်ဈေးကွက်နိုင်ငံများသို့ အပတ်စဉ်၊ လစဉ် တင်ပို့ရောင်းချလျက်ရှိရာ ယခုဘဏ္ဍာနှစ် ပြေလမှု ငွန်လထိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၂၆၁၀၇၉ တန် တင်ပို့မှုမှ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၁၂ သန်း နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိခဲ့ကြောင်း၊ ထိုသို့တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ရာ ပြေလတွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၃၆ သန်းဖိုးရှိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၇၇၆၄၈ တန်၊ မေလတွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၄၈ သန်းဖိုးရှိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၁၀၀၇၀၆ တန်၊ ဇွန်လတွင် အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၂၈ သန်းဖိုးရှိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၆၂၇၂၅ တန် စုစုပေါင်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၁၂ သန်းဖိုးရှိ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲ ၂၆၁၀၇၉ တန် တင်ပို့ရောင်းချခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
မြန်မာနိုင်ငံမှ ဆန်နှင့်ဆန်ကွဲကို ပြည်ပဖောက်သည်ဈေးကွက် နိုင်ငံများသို့ တင်ပို့ရောင်းချရာ တွင် တရုတ်နိုင်ငံသို့ အဓိကတင်ပို့

ရောင်းချနေခြင်းဖြစ်ပြီး ပင်လယ်ရေကြောင်း ကုန်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းနှင့် နယ်စပ်ကုန်သွယ်ရေးလမ်းကြောင်းတို့မှ တင်ပို့ရောင်းချနေခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
ယခုအခါ ပြည်တွင်းဆန်၊ စပါးဈေးကွက်တည်ငြိမ်စေရေးအတွက် မြန်မာနိုင်ငံ ဆန်စပါးအသင်းချုပ်က ထိန်းသိမ်းဆောင်ရွက်နေပြီး ဆန်၊ စပါးဈေးကွက်တွင် သမားရိုးကျ ရောင်းဝယ်ခြင်းမဟုတ်သော လုပ်ငန်းများကို ထိန်းကျောင်းနိုင်ရန်အတွက် ဆန်၊ စပါးသိုလှောင်မှု လုပ်ငန်း မှတ်ပုံတင်ခြင်းဆိုင်ရာ အစိုးရ- ပုဂ္ဂလိကလုပ်ငန်းအဖွဲ့ကို ဖွဲ့စည်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။
အဆိုပါဆောင်ရွက်မှုများအရ ပြည်တွင်း ဆန်ကုန်သည်များနှင့် ဆန်အရောင်းဆိုင်များအနေဖြင့် ဆန်စပါးတင်း ၅၀၀၀ ထက်ပိုမိုသိုလှောင်ပါက သိုလှောင်ရုံမှတ်ပုံတင်စနစ်ဖြင့် ကြပ်မတ်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပြီး လိုက်နာခြင်းမရှိပါက အရေးယူသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ (၃၃၆)

တန့်ယန်းမြို့နယ် မတ်ခံကျေးရွာ၌ စီမံကိန်းမိတ်ဆက်ခြင်းနှင့် ကော်မတီဖွဲ့ စည်းခြင်းပြုလုပ်

တန့်ယန်း ဇူလိုင် ၉
ရှမ်းပြည်နယ် (မြောက်ပိုင်း) တန့်ယန်းခရိုင် တန့်ယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာနက ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) ဆောင်ရွက်မည့် မန်ကတ်ကျေးရွာအုပ်စု မတ်ခံကျေးရွာတွင် စီမံကိန်းမိတ်ဆက်ခြင်းနှင့် ကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်းကို ဇူလိုင် ၈ ရက် နံနက်ပိုင်းက အဆိုပါကျေးရွာ၌ ကျင်းပပြုလုပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
ရှေးဦးစွာ တန့်ယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်မေခွယ်ထွန်းက ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး လုပ်ငန်းစီမံကိန်း (VDP) လုပ်ငန်းစဉ်များနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။
ထို့နောက် တန့်ယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးစီးဌာန ဒုတိယဦးစီးမှူး ဒေါ်လာနည်ဝင်းနှင့် စီမံကိန်းတာဝန်ခံ ဝန်ထမ်းများက မြစ်စမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းလုပ်ငန်းစဉ်များ၊ ကော်မတီဖွဲ့စည်းခြင်း၊ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခြင်းများနှင့် ပတ်သက်သည်များကို ရှင်းလင်းပြောကြားပြီး ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများက ရန်ပုံငွေကြီးကြပ်မှုကော်မတီဝင် ခုနစ်ဦးကို အများသဘောဆန္ဒနှင့်အညီ ရွေးချယ်ဖွဲ့စည်းပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။
မတ်ခံကျေးရွာတွင် ၂၀၂၃-၂၀၂၄ ဘဏ္ဍာနှစ် စီမံကိန်းပံ့ပိုးရန်ပုံငွေကျပ်သိန်း ၁၅၀ ဖြင့် ကျေးရွာ၏လိုအပ်ချက်များကို ဖော်ထုတ်ပြီး ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများကို ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများကိုယ်တိုင် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း တန့်ယန်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်မေခွယ်ထွန်းက ပြောပြ၍ သိရသည်။
နီလာ

စာပေမြင့်မှ လူမျိုးတင့်မည်

ခရီးသွားဆောင်းပါး

ပျော်ပျော်ရွှင်ရွှင် ခိုနန်းရှင်

သက်နိုင် (ပြင်ဦးလွင်)

ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ်အတွင်း ဒုဋ္ဌဝတီမြစ်အနီးမှာ တည်ရှိနေတဲ့ ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်က ထူးခြားလှပါတယ်။ ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက တည်ထားကိုးကွယ်ခဲ့ကြပေမဲ့ ဘယ်သူ့ဘယ်ဝါ ကုသိုလ်ရှင်တို့က တည်ထားခဲ့ကြတယ်ဆိုတဲ့ သမိုင်းအထောက်အထား၊ တိကျခိုင်မာတဲ့ မှတ်တမ်းမှတ်ရာ၊ ကျောက်ထက် အက္ခရာတို့မရှိဘဲ အနီးအနားပတ်ဝန်းကျင်ကျေးရွာတွေမှာ နေထိုင်လာကြတဲ့ ဒေသသက်ကြီးရွယ်အို ဘိုးစဉ်ဘောင်ဆက်တို့ရဲ့ ပြောဆိုမှတ်သားချက်တွေကသာ လိုက်ဂူတော်သမိုင်း၊ ဘုရားသမိုင်းဖြစ်နေတော့တယ်။ ဒီလိုပဲစပ်ရာဝင် သမိုင်းအထောက်အထားတွေကလဲ သူ့နေရာနဲ့သူ ယုတ္တိရှိနေကြပြန်တယ်။

ရှေးသရောအခါက ဘုရားအလောင်းတော်*စိတြဂီဝါ*ခိုမင်းဟာ အခုလိုက်ဂူတော်အနီးမှာ ကျင်လည်ကျက်စားရင်း မိခင်၊ ဖခင်တို့ကို ကျွေးမွေးပြုစုစောင့်ရှောက်နေတယ်လို့ဆိုတယ်။ စိတြဂီဝါခိုမင်းနဲ့ပတ်သက်တဲ့ သမိုင်းရာဝင်တွေမှာ လွန်စွာကျေးဇူးသိတတ်တဲ့ သား၊ မိခင်၊ ဖခင်တို့က အသိအမှတ်ပြုခဲ့ရတဲ့သားအဖြစ်သာမကတွေ့ကလဲ အထင်အရှားရှိနေတယ်။ တစ်နေ့မှာ အလောင်းတော်ခိုမင်းက မိခင်၊ ဖခင်တို့အတွက် အစာရွာထွက်လာစဉ် တောကစားထွက်လာတဲ့ ပြည်ရှင်မင်းဘုရင်တစ်ပါးရဲ့ လေးနဲ့ပစ်ခွင်းတာကို ခံခဲ့ရရတယ်။ ခိုမင်းလဲ မြားဒဏ်ကိုခံစားရင်း မိခင်၊ ဖခင်တို့အတွက် စိုးရိမ်ပူလောင်ပြင်းစွာနဲ့ စဉ်းစားငိုကြွေးမြည်တမ်းနေရတယ်။ ဒီအကြောင်းတွေကိုသိရှိသွားတဲ့ ရှင်ဘုရင်က သတိသံဝေဂရရှိသွားပြီး ခိုမင်းရဲ့ မိခင်၊ ဖခင်တို့ကို တာဝန်ယူကာ ကောင်းမွန်စွာ ပြုစုစောင့်ရှောက်ပေးသွားပုံမယ်လို့ ခိုမင်းကို သစ္စာပြုတတ်ပေးခဲ့တယ်။

ရှင်ဘုရင်လဲ နန်းတော်ကိုပြန်ရောက်တဲ့အခါ အလောင်းတော်ခိုမင်းရဲ့ မိခင်၊ ဖခင်တို့ကို နန်းပြာသာဒ်အထက်မှာ အဆောင်တော်ကလေးတွေပြုလုပ်ပြီး ကောင်းမွန်စွာထားရှိ ကျွေးမွေးနေတယ်။ အလောင်းတော်စိတြဂီဝါခိုမင်းရဲ့ အကြောင်းကနေအစပြုပြီး နန်းတော်တွေရဲ့ထိပ်မှာ အိမ်ငယ်ဖြူဖြူလေးတွေ စတင်ပေါ်ပေါက်လာတယ်။ ခေတ်အဆက်ဆက်မှာလဲ ခိုနန်းလေးတွေအဖြစ် ထားရှိမြင်တွေ့လာကြရတယ်လို့ ဆိုကြတယ်။ အခုခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်မှာလဲ ခိုနန်းလေးတွေကို မြင်တွေ့ကြရတာကြောင့် စိတြဂီဝါခိုမင်းနဲ့ပတ်သက်နေတယ်။ ရှေးအခါက လိုက်ဂူတော်တွေထဲမှာ အလောင်းတော်ခိုမင်း နေထိုင်ကျက်စားခဲ့တယ်လို့ ယူဆပြောဆိုကြသလို ခိုမင်း နေထိုင်ကျက်စားခဲ့တာကြောင့် ခိုနန်းရှင်အမည်ဖြစ်ပေါ်လာရကြောင်းကို ရှေးအခါကတည်းက အခုအချိန်ထိ ယုံကြည်နေကြရတယ်။ ဒါတွေက ဒေသခံရှေးလူကြီးအဆက်ဆက် လက်ခံသက်ဝင်ယုံကြည်လာကြတာပါ။

မှန်နန်းရာဝင်တော်ကြီးအရ ခိုနန်းရှင်ဘုရားကို မင်းသားမင်းရှင်စောက တည်ထားကိုးကွယ်ခဲ့တယ်ဆိုပြီး ပြောကြပါသေးတယ်။ အလောင်းစည်သူမင်းကြီးရဲ့ သားတော် မင်းရှင်စောကို ပုဂံနေပြည်တော်ကနေ ထွက်ခွာသွားရမယ်ဆိုတဲ့ ခမည်းတော်ရဲ့ အမိန့်ကြောင့် မင်းသားမင်းရှင်စောက ပုဂံကနေထွက်ခွာလာခဲ့ရတယ်။ မင်းရှင်စောဟာ အဲဒီအချိန်တုန်းက မန္တလေး ရတနာပုံဧရိယာအနားကိုရောက်ရှိလာခဲ့ပြီး ဂူကြီးကုန်း၊ ရွှေကျီးမြင်၊ ဒဟတ္ထာစတဲ့ ဒီနေ့ထိတိုင် ထင်ရှားကျော်ကြားနေဆဲဖြစ်တဲ့ စေတီ၊ ဘုရားတွေကို တည်ထားခဲ့တယ်။ အဲဒီလိုဘုရားတွေကို လိုက်လံတည်ထားတဲ့အခါ ခိုနန်းရှင်ဘုရားကိုလဲ တည်ထားခဲ့တယ်လို့ တချို့ကဆိုကြတယ်။ မင်းရှင်စောရဲ့ သမိုင်းနဲ့ပတ်သက်ပြီး မင်းသားမင်းရှင်စောဟာ ဖခမည်းတော် အလောင်းစည်သူမင်းကြီး ကံတော်ကုန်အပြီး ညီတော်နရသူက ပုဂံထီးနန်းကို ပြန်လည်ပေးအပ်မယ်လို့ လျှောက်တင်ခဲ့တဲ့အတွက် ပုဂံကိုပြန်လည်ရောက်ရှိလာခဲ့တယ်။ ဒါပေမဲ့ ရှင်ဘုရင်

အဖြစ် ဘိသိက်သွန်းပြီးတဲ့ ညမှာပဲ ညီတော်နရသူက စားတော်ထဲမှာ အဆိပ်ခတ် လုပ်ကြံခဲ့တာကြောင့် ကံတော်ကုန်ခဲ့ရရတယ်။ ပုဂံရာဝင်မှာ မင်းရှင်စောကို တစ်ရက်ခံရှင်ဘုရင်အဖြစ် သတ်မှတ်ကျော်ကြားခဲ့ရတယ်။ မိဖုရားစောမွန်လှနဲ့ပတ်သက်လို့လဲ မိဖုရားစောမွန်လှက ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်မှာ ခိုနန်းရင်း ဘုရားတည်ခဲ့တာကြောင့် ခိုနန်းရှင်ကနေ ခိုနန်းရှင်ဖြစ်လာရတယ်ဆိုပြီး ပြောဆိုကြပြန်တယ်။ ဒါတွေက ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်နဲ့စပ်လျဉ်းတဲ့ သမိုင်းအချက်အလက်အကြောင်းအရာတွေပါ။ မကြာခင်မှာ လိုက်ဂူတော်ပေါ်ကို စတင်တက်ရောက်ကြပါတော့မယ်။

ခရီးဖော်တွေဖြစ်ကြတဲ့ အသက် ၇၀ ကျော်လူကြီးတွေ အနားယူအပန်းဖြေပြီးတာနဲ့ စောင်းတန်းလှေကားထစ်တွေအတိုင်း လိုက်ဂူတော်ရှိရာကို တက်ရောက်

လိုက်ဂူတော်ပေါ်ကို ရောက်ရှိလာခဲ့ပြီး ထင်ထင်ရှားရှားကြီးကြီးမားမား တွေ့မြင်နေရတဲ့ လျောင်းတော်မူ ဗုဒ္ဓရုပ်ပွားတော်ကြီးကို ဖူးမြော်ကြည့်ညိုခြင်းမပြုရသေးခင် လိုက်ဂူတော်ရင်ပြင်ပေါ်မှာ ခေတ္တထိုင်နားအပန်းဖြေရင်း ဂူအတွင်းကို ကြည့်ရှုလေ့လာကြတယ်။ ဂူပေါ်ကို ရောက်ရောက်ချင်း ရုပ်ပွားတော်ကြီးကို ဖူးမြော်ကန်တော့ခြင်း မပြုကြသေးတာက အမျိုးသားဘုရားဖူးတွေအနေနဲ့ ရုပ်ပွားတော်ကြီးရှိရာ ပလ္လင်တော်ပေါ်ထိ တက်ရောက်ဖူးမြော်ခွင့်ပေးထားတာဖြစ်လို့ ရင်ပြင်တော်ပေါ်မှာ အနားယူအပန်းဖြေပြီးမှ ပလ္လင်တော်ပေါ်ကို တက်ရောက်ဖူးမြော်ကြမှာပါ။ နောက်ထပ်အကြောင်းရင်းတစ်ချက်ကလဲ လိုက်ဂူတော်မှာရှိနေကြတဲ့ သံယာတွေနဲ့ သီလရှင်တွေက ဂူပေါ်ကိုရောက်ရောက်ချင်း ရေခွေးသောက်ပါ။ လက်

အဲဒီအချိန်တုန်းက ထုံးသက်နန်း ရုပ်ပွားတော်ကြီးနဲ့ ထုံးသက်နန်းစေတီလေးတွေအဆင့်သာ ရှိနေပါသေးတယ်။ ဂူရှိရာထိ လူသူအရောက်အပေါက် လွန်စွာနည်းပါးနေသေးတာကြောင့် ဂူပတ်ဝန်းကျင်မှာ သစ်ပင်ချို့နွယ်တွေ၊ လင်းနို့ငှက်တွေ၊ လင်းနို့ချေးတွေ အများအပြားမြင်တွေ့နေရတယ်။ တောင်ခြေအနီးအနားမှာ အခုလိုဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းတွေ မရှိကြသေးသလို ဂူကရွာနဲ့လဲ အနည်းငယ်အလွမ်းဝေးနေတယ်။ အခုအချိန်မှာ လိုက်ဂူတော်တစ်ခုလုံး သန့်ရှင်းသပ်ရပ်တင့်တယ်ကြည့်ညိုဖွယ်ရာ ဖြစ်နေပြီဖြစ်သလို ဂူပတ်ဝန်းကျင်မှာ စည်စည်ကားကား ဖြစ်နေကြပါပြီ။

ပလ္လင်ပေါ်တက်ပြီး လျောင်းတော်မူရုပ်ပွားတော်ကြီးကို ဖူးမြော်ပြီးတာနဲ့ ဂူတစ်ဖက်အစွန်းမှာရှိနေတဲ့ လိုက်ဂူငယ်လေးအတွင်းကို ဝင်ရောက်လေ့လာကြတယ်။ လိုက်ဂူက သေးသေးငယ်ငယ်ကျဉ်းကျဉ်းလေးပါ။ အလျားလဲတိုတယ်။ ဒါပေမဲ့ လိုက်ဂူထဲမှာ ရုပ်ပွားတော်တွေနဲ့အတူ ဘုရားရှိခိုးကန်တော့ဖို့ နေရာတော့ရှိနေတယ်။ မိမိတို့ခရီးဖော်တွေ နှစ်ယောက်တစ်တွဲ၊ သုံးယောက်တစ်တွဲ ဝင်ရောက်ကြရပြီး ဘုရားကန်တော့ရင်း လိုက်ဂူအတွင်းကို ကြည့်ရှုလေ့လာကြရတယ်။ ဂူအတွင်းပိုင်းမှာ မြင်ရိုး၊ မြင်စဉ် မြင်တွေ့နေကျ ထုံးကျောက်လိုက်ဂူတွေအတိုင်းပါ။ ဂူအမိုးနဲ့နံရံတချို့မှာ ကျောက်စက်ပန်းဆွဲတွေရှိနေကြသေးပြီး အောက်ခြေပိုင်းမှာ မြင်တွေ့ရလေ့ရှိတဲ့ ကျောက်စက်မိုးမျှော်တွေကတော့မရှိကြတော့ပါဘူး။ ဂူရဲ့ အောက်ခြေတစ်ခုလုံးကို ကြွေပြားတွေခင်းထားပြီးပါပြီ။ ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်ရဲ့ တည်ရှိနေမှုအနေအထားက ကြီးမားရှည်လျားတဲ့ ထုံးကျောက်တောင်ကြီးအစွန်းမှာ ဖြစ်နေတာကြောင့် ဂူငယ်လေးတွေကို ဟိုနားတစ်ခု၊ ဒီနားတစ်ခု မြင်တွေ့နေရတယ်။ ဒါပေမဲ့ ဂူအများစုက မြင်မားပြီးအလွန်သေးငယ်နေကြတယ်။ ဒီလို ဂူငယ်၊ ဂူသိမ်၊ ဂူမွှားလေးတွေကို ရှမ်းပြည်နယ်ဒေသတစ်လျှောက် ထုံးကျောက်တောင်ကြီးတွေမှာ အများအပြားတွေ့မြင်ရလေ့ရှိတယ်။

ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်ပေါ်မှာ လေ့လာပြီးတာနဲ့ အောက်ကိုပြန်ဆင်းပြင်ဆင်ကြတယ်။ ဂူပေါ်မှာဘုရားကန်တော့၊ ဂူပတ်ဝန်းကျင်ကို လေ့လာကြည့်ရှုပြီးရင် အားလုံးပြည့်စုံသွားပြီလို့ ပြောလို့ရနေပါပြီ။ အခြားဘယ်နေရာကိုမှ သွားစရာ၊ လာစရာ၊ လေ့လာစရာ မရှိတော့ပါဘူး။ ဒါ့ပြင် ဂူပေါ်ကနေ ဘာရှုခင်း၊ ဘယ်မြင်ကွင်းတွေကိုမှ မမြင်ရဘဲ သစ်ပင်တောတန်းတွေက ပိုင်းဝန်းကာရံ ပိတ်ဆို့လို့နေတယ်။ ဒီလို သဘာဝသစ်ပင်တောတန်းတွေ၊ ထုံးကျောက်ဂူငယ်လေးတွေ အများအပြားရှိနေပြီး လူနေတိတ်ဆိတ်တဲ့နေရာမှာ နေထိုင်ကျက်စားလေ့ရှိနေတဲ့ မျောက်တွေမရှိတာက ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်ရဲ့ ထူးခြားမှုတစ်ခုပါ။ မျောက်တွေမရှိတာက အခုမှမဟုတ်ဘဲ လွန်ခဲ့တဲ့နှစ်ပေါင်း ၃၇ နှစ်လောက်ကတည်းကဆိုတာကို သတိထားမိနေတယ်။

အနည်းငယ်သာမြင့်မားတဲ့ လိုက်ဂူတော်ပေါ်ကနေ ဆင်းလာခဲ့ရတဲ့ခရီးက သက်သက်သာသာနဲ့ မြန်ဆန်လှပါတယ်။ တောင်ခြေဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းရှိရာကို တစ်ခဏအတွင်းရောက်ရှိလာကြတယ်။ ဒါပေမဲ့ မိမိနဲ့အတူ လိုက်ဂူလာကြတဲ့ ခရီးဖော်တွေအားလုံးက အသက် ၇၀ ကျော်၊ ၈၀ အရွယ်တွေဖြစ်နေတာကြောင့် တောင်အောက်ကိုရောက်တာနဲ့ သစ်ပင်ရိပ်ကောင်းကောင်းတစ်ခုအောက်မှာရှိနေတဲ့ ခုံတန်းရှည်ပေါ်မှာ နားနေထိုင်ကြရသေးတယ်။ ဒီလိုနားနားနေနေထိုင်နေရင်းနဲ့ ဒီအသက်ဒီအရွယ်ထိ တစ်ခါမှမရောက်ဖူးသေးတဲ့နေရာတွေကို ရောက်ရှိလာကြတာကြောင့် အလွန်ဝမ်းသာပျော်ရွှင်အံ့ဩမိကြောင်း ပြောဆိုနေကြလို့ နောက်ထပ်တစ်ခါ ရှေ့ဆက်ပြီး အလွန်သာယာလှပတဲ့ ကပြုရွာရှုခင်းတွေကို ကြည့်ရှုခံစားရအောင် ပို့ဆောင်ပေးပုံမယ်ဆိုပြီးပြောရင်း ဆက်လက်ထွက်ခွာလာခဲ့ကြတယ်။ ခိုနန်းရှင်မှာတော့ အားလုံးက ပျော်ရွှင်ကြရပါတယ်။



ခိုနန်းရှင် လိုက်ဂူတော်အတွင်းကို တွေ့ရစဉ်။

လာခဲ့ကြတယ်။ လိုက်ဂူတော် စောင်းတန်းလှေကားတွေက ရှုမဝတောင်လို မတ်စောက်ခြင်းမရှိဘဲ ပြေပြစ်နေတာကြောင့် ခရီးဖော်လူကြီးတွေ သက်သာသွားခဲ့ရတယ်။ ဒါ့ပြင် လိုက်ဂူတော်က ရှုမဝတောင်လောက် မြင့်မားခြင်းလဲမရှိပါဘူး။ စောင်းတန်း ၈၊ ယာတစ်လျှောက်မှာ ကျောင်းဆောင်ငယ်လေးတွေ၊ ကျောက်ဆောင်ကျောက်တုံးကြီးတွေ၊ သဘာဝပေါက်ပင်တွေနဲ့ ရေစီးဆင်းတာမရှိသေးတဲ့ တောင်ကျချောင်းခြောက်တွေကို တွေ့မြင်နေရတယ်။ ဘေးပတ်ဝန်းကျင်တွေကိုလဲကြည့်ရင်း၊ စကားစမြည်တွေလဲ ပြောဆိုလာကြရင်း အေးအေးဆေးဆေး နားနားနေနေ တက်ရောက်လာခဲ့ကြတာ မိနစ်အနည်းငယ်အတွင်းမှာ လိုက်ဂူတော်ကို မြင်တွေ့နေရပြီဖြစ်တဲ့ နေရာတစ်ခုကိုရောက်လာခဲ့ကြတယ်။ ရှေ့မှာရှိနေတဲ့ အက္ခရာအတတ်တစ်ခုကို တက်ရောက်ကျော်လွှားပြီးရင် လိုက်ဂူတော်ရှိရာကို ရောက်ပါပြီ။

ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်ပေါ်ကို တက်ရောက်လာခဲ့ကြတာ ပင်ပန်းခြင်းမရှိကြပေမဲ့ မရောက်ခင်ခရီးတစ်ဝက်လောက်ကတည်းက လိုက်ဂူတော်ကို ထီးထီးမားမား မြင်တွေ့လိုက်ရလို့ ဝမ်းသာပျော်ရွှင်သွားကြရတဲ့အပြင် စိတ်ဓာတ်ခွန်အားတွေလဲ ပိုမိုတက်ကြွလာခဲ့ရတယ်။ ဒါကြောင့်မို့လဲ လိုက်ဂူတော်ရှိရာကို တစ်ခဏတာအတွင်း ရောက်ရှိလာကြပြန်တယ်။ လိုက်ဂူတော်က ပိတ်ချင်းမြောင်လို အတွင်းထဲဝင်သွားရတဲ့ လိုက်ဂူမျိုးမဟုတ်ပါဘူး။ ထုံးကျောက်တောင်တန်းကြီးရဲ့ အစွန်းတစ်ခုမှာ ကျောက်စက်ပန်းဆွဲတွေ၊ ကျောက်စက်မိုးမျှော်တွေ၊ ကျောက်စက်တိုင်တွေနဲ့ မျက်နှာစာအကျယ်ဖွင့် တစ်ဖက်ယပ်ဂူမျိုးအစား သာဖြစ်ပါတယ်။

ဖက်သုပစ္စည်းပါ။ ဒေသထွက် ငှက်ပျောသီးချိုချိုလေးတွေ သုံးဆောင်ပါ။ သရက်သီးမှည့်လေးတွေ ချိုလွန်းလို့မြည်းစမ်းပါ။ ခဏလောက်စားသောက်နားကြပါအုံးစသည်ဖြင့် ပြောဆိုညှပ်ခွေးမွေးနေတာကြောင့် နားနေကြရတာဖြစ်ပါတယ်။

ခိုနန်းရှင်လိုက်ဂူတော်က အမိုးအမြင့်ပေ ၅၀ လောက်၊ ဂူအနံပေ ၅၀ ကျော်၊ ဂူအလျားပေ ၁၀၀ ကျော်ရှိတဲ့ သက်တမ်းရင့် ရှေးဟောင်းဂူတစ်ခုဖြစ်ပါတယ်။ ဘူမိဗေဒပညာရှင်တွေရဲ့ အဆိုအရ ရှေးနှစ်ပေါင်း သန်း ၃၅၀ ၊ ၄၀၀ လောက်ကတည်းက ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင်အောက်ကနေ မြေလွှာပြတ်ရွေ့မှု၊ တွန့်ခေါက်မှုတွေကြောင့် စတင်ဖြစ်ပေါ်လာကြတယ်လို့ ဆိုပါတယ်။ ဂူအတွင်းမှာ ကျောက်စက်မိုးမျှော်တွေ၊ ကျောက်စက်ပန်းဆွဲတွေ အများအပြားရှိနေကြသေးပြီး ကျောက်စက်တိုင်တွေကတော့ ပျက်စီးနေကြပါပြီ။ ကြီးမားထင်ရှားတဲ့ လျောင်းတော်မူရုပ်ပွားတော်ကြီးအပြင် အခြားရုပ်ပွားတော်ငယ်လေးတွေ၊ စေတီငယ်လေးတွေလဲ ဂူထဲမှာ အများအပြားရှိနေကြတယ်။ ရုပ်ပွားတော်တွေ၊ စေတီငယ်တွေအားလုံးက ရွှေရောင်တဝင်းဝင်းနဲ့ပါ။ ဂူထဲမှာ ကျောက်စက်ရေတွေ ကျဆင်းနေသေးတာကြောင့် လျောင်းတော်မူရုပ်ပွားတော်ကြီးကို အမိုးပြာသာဒ်တွေ ထပ်ဆင့်မိုးပေးထားရတာကိုလဲ သိလိုက်ရတယ်။

နားနေစားသောက်ပြီးတာနဲ့ ရုပ်ပွားတော်ကြီးရှိရာ ပလ္လင်ပေါ်ထိတက်ရောက်ပြီး အနီးကပ်ဖူးမြော်ကြည့်ညိုကြရတယ်။ ရုပ်ပွားတော်ကြီးက အလွန်သာယာကြည်ညိုဖွယ်ရာကောင်းနေပါတယ်။ မိမိပထမဦးဆုံးအကြိမ်ရောက်ရှိဖူးမြော်ခွင့်ရခဲ့တဲ့ လွန်ခဲ့တဲ့ ၃၇ နှစ် ၁၉၈၈ ခုနှစ်တုန်းကအခြေအနေနဲ့ လုံးဝကွာခြားနေပါပြီ။

စက်ဘီးစီးခြင်း၏ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် အံ့ပွယ်ကောင်းကျိုးများ

မေဇင်ထွန်း



လူသားတို့သည် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် သဟဇာတ အဝင်ခွင့်ကျဖြစ်မှုမရှိသော ကားများ၊ ရုပ်ကြွင်း လောင်စာများ၏ ဆိုးကျိုးအန္တရာယ်များကို တဖြည်းဖြည်းသိရှိလာပြီး ထိုဆိုးကျိုးများက ပတ်ဝန်းကျင်အပေါ် သက်ရောက်နိုင်သည့် သက်ရောက်မှုများကိုလည်း လူတို့နားလည်သိရှိလာကြသည်။ ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများကို မီးရှို့ခြင်းသည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်နှင့် အခြားအန္တရာယ်ရှိသော ဓာတုပစ္စည်းများကို ပတ်ဝန်းကျင်သို့ စွန့်ထုတ်မှုများဖြစ်စေသည်။ ထိုသို့ စွန့်ထုတ်မှုများကြောင့် ထွက်ရှိလာသော ဤဓာတုပစ္စည်းများကို လူသားတို့သည် ရှူရှိုက်မိရုံဖြင့် ကျန်းမာရေးကို ထိခိုက်စေသည်သာမက ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများ လောင်ကျွမ်းမှုသည် ကမ္ဘာကြီးကိုပူနေ့လောစေပြီး ထိခိုက်စေသည်။

ထို့ကြောင့် လူများစွာသည် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများ အသုံးပြုရန်မလိုသော ကားများနှင့် အခြားရွေးချယ်စရာများကို ရှာဖွေလာကြသည်။ ထို့ကြောင့် လျှပ်စစ်ကားများသည် လူကြိုက်များလာကာ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ပိုမိုသဟဇာတဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရှိလာကြသည်။ လျှပ်စစ်ကားများအပြင် လူသားတို့သည် လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ စက္ကတားများနှင့် စက်ဘီးစီးခြင်းတို့ကိုလည်း ပြောင်းလဲအသုံးပြုလာကြသည်။

ထို့ကြောင့် စက်ဘီးစီးခြင်း၏ ကောင်းကျိုးများကို ဖော်ပြသွားပါမည်။ စက်ဘီးစီးခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အကျိုးကျေးဇူးများစွာရှိသည်။ ၎င်းသည် လူတို့၏နှလုံးကို ကျန်းမာစေပြီး ကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းထားနိုင်စေသည်။ သိပ်မဝေးလှသော အလုပ်သို့ ကားဖြင့်သွားမည်အစား စက်ဘီးဖြင့်သွားလာခြင်းသည် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာများကို လျှော့ချရန် နည်းလမ်းများထဲက တစ်ခုဖြစ်သည်။

ရုပ်ကြွင်းလောင်စာအသုံးပြုမှုလျှော့ချနိုင်ခြင်း

စက်ဘီးများသည် ဓာတ်ဆီမလိုဘဲ စီးနင်းအသုံးပြုနိုင်သည်။ စက်ဘီးစီးခြင်းသည် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာဆီမလိုအပ်ပါ။ စက်ဘီးများသည် စွမ်းအင်နှင့် လျှပ်စွမ်းအင်ကို အရွေ့စွမ်းအင်အဖြစ်ပြောင်းလဲပေးကာ ဓာတ်ငွေ့မပါဘဲ စက်ဘီးကို ရွေ့လျားနိုင်စေသည်။ ထို့ကြောင့် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက် ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုကို လျှော့ချရာတွင် ကူညီပေးသည်။ စက်ဘီးစီးသူတစ်ဦးသည် ကမ္ဘာကြီးပူနေ့လောမှုကွယ်ရာတွင် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ပါဝင်ကူညီနိုင်သူ တစ်ဦးဖြစ်သည်။ စက်ဘီးစီးခြင်းသည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်နှင့် အခြားသော ဓာတုပစ္စည်းများကို လျှော့ချနိုင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် စက်ဘီးစီးသူဦးရေ ပိုများလာပါက ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့ ထုတ်လွှတ်မှုကို သိသိသာသာလျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုကို လျှော့ချခြင်းသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် အထောက်အကူ

ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ကမ္ဘာ့အပူချိန်မြင့်တက်မှုကို ရပ်တန့်ရန် အခြားအဆင့်များစွာကို လုပ်ဆောင်ရန် လိုအပ်သော်လည်း စက်ဘီးစီးရုံဖြင့် ထိုအဆင့်များစွာကို လုပ်ဆောင်ရန်မလိုသည်ကိုတွေ့ရသည်။ စက်ဘီးစီးခြင်းသည် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်အတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေသော၊ အကြံပြုထားသော နည်းလမ်းများထဲမှ တစ်ခုဖြစ်သည်။

မီးခိုးမြုများထုထပ်မှုကို လျှော့ချပေးနိုင်ခြင်း

ကားများသည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ကို ထုတ်လုပ်ရုံသာမက အခြားအန္တရာယ်ရှိသော ဓာတုပစ္စည်းများနှင့် ညစ်ညမ်းစေသော ပစ္စည်းများကိုလည်း ထုတ်လုပ်သည်။ မော်တော်ကားများသွားလာမှုတွင် ပီတီမီနေပြီး အလုပ်မလုပ်သည့်အခါတွင် အဆိုပါအန္တရာယ်ရှိသော မီးခိုးငွေ့များသည် ပတ်ဝန်းကျင်သို့လွတ်ထွက်သွားပြီး မီးခိုးမြုများ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ မီးခိုးမြုများက မြင်နိုင်သော အခိုးအငွေ့များကို ဖန်တီးပေးသည်။ မီးခိုးမြုများသည် အသက်ရှူခြင်းကို အနှောင့်အယှက်ပေးရုံသာမက ပတ်ဝန်းကျင်ကိုလည်း ထိခိုက်စေသည်။ ဥပမာအားဖြင့် မီးခိုးငွေ့များထုထပ်လာပါက ၎င်းသည် နေရောင်ခြည်ကို ပိတ်ဆို့နိုင်ပြီး အပင်ကြီးထွားမှုကိုလည်း ဟန့်တားကာ အနှောင့်အယှက်ပေးနိုင်သည်။ စက်ဘီးများသည် လေထုညစ်ညမ်းမှုကို မဖြစ်ပေါ်စေသောကြောင့် မီးခိုးမြုများကို ထိရောက်စွာ လျှော့ချပေးနိုင်သည်။

သောက်သုံးရေညစ်ညမ်းမှုဖြစ်ခြင်းကို လျှော့ချပေးနိုင်ခြင်း

မော်တော်ကားများထဲမှ ထွက်ရှိလာသောစွန့်ပစ်ညစ်ညမ်းသောဆီများသည် ရေပေးဝေသည့် အရင်းအမြစ်များထဲသို့ မကြာခဏ ရောက်ရှိလာတတ်သည်ကို သတိပြုရန် အရေးကြီးသည်။ ထိုဆီများသည် ကားများတွင်သုံးသော ဘရိုက်ဆီနှင့် မော်တော်ကားကဲ့သို့သောဆီများသည် ယိုမိမ့်မှုကိုဖြစ်စေသည်။ ဤဆီများသည် အဆိပ်သင့်မှုကိုဖြစ်စေသည်။ ထိုသို့ ညစ်ညမ်းသောအရာများ ရေထဲသို့ရောက်ရှိသည်အခါ ရေထုညစ်ညမ်းမှုဖြစ်ပေါ်သည်။ ထို့ပြင် လူသွားလမ်းပေါ်တွင် စွန်းထင်းကာဖြစ်ပေါ်နေမှုများသည် မိုးရွာသောအခါ မြစ်များ၊ မိလ္လာမြောင်းများနှင့် အခြားရေအရင်းအမြစ်များထဲသို့ မိုးရေနှင့်အတူ မျောပါသွားကြသည်။ ထိုသို့သော ကားများကို အသုံးပြုမည့်အစား စက်ဘီးများကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာဆီအသုံးပြုရန်မလိုသော စက်ဘီးများသည် ရေထုညစ်ညမ်းမှုကိုလည်း လျှော့ချပေးနိုင်သည်။

စက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ အသုံးပြုမှုနည်းပါးခြင်း

ကားတစ်စီးနှင့် စက်ဘီးတစ်စီးထုတ်လုပ်ရာတွင် အသုံးပြုရသည့် စက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများသည် များစွာကွဲပြားသည်။ စက်ဘီးအတွက် စက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ အသုံးပြုမှုနည်းပါးသလောက် ကား

တစ်စီးဖြစ်ရန်အတွက် များစွာသောစက်မှုလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများကို အသုံးပြုရသည်။ ထို့ကြောင့် ကားတစ်စီးထုတ်ရန်လိုအပ်သော ပစ္စည်းများအားလုံးကို စက်ရုံများက ထုတ်လုပ်ရန်လိုအပ်သည်။ ကားတစ်စီးတပ်ဆင်ရလွယ်ကူရေးအတွက် စက်ပစ္စည်းများသည် တစ်နေရာတည်းမှလာရမည်ဖြစ်ပြီး နေရာစုံမှထုတ်လုပ်သည့်ပစ္စည်း များသည်နှင့်အမျှ လေထုကို ပိုမိုညစ်ညမ်းစေသည်။

စက်ဘီးများသည် ထုတ်လုပ်မှုကို လိုအပ်သော်လည်း ၎င်းတို့၏ ထုတ်လုပ်မှုလုပ်ငန်းစဉ်သည် ကားထုတ်လုပ်ခြင်းကဲ့သို့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ကို ထိခိုက်မှုမရှိပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် စက်ဘီးများသည် သေးငယ်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ သို့သော်လည်း စက်ဘီးထုတ်လုပ်ခြင်းသည် ဖန်လုံအိမ်ဓာတ်ငွေ့အချို့သာထုတ်လွှတ်သည်။ ထို့ကြောင့် စက်ဘီးများသည် ထိန်းသိမ်းရာ၊ အသုံးပြုရာတွင် ကားတစ်စီးထက် ပို၍ ဂေဟစနစ်နှင့် လိုက်လျောညီထွေရှိသည်။

ပတ်ဝန်းကျင်ကို အဆိပ်သင့်သောဘက်ထရီများ မလိုအပ်ခြင်း

စက်ဘီးများ၏ ကောင်းကျိုးများထဲတွင် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အကျိုးပြုသောနောက်ထပ်အချက်မှာ ကားများကဲ့သို့ ကြီးမားလှသော ဘက်ထရီများ မလိုအပ်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ကားများထုတ်လုပ်ရန်အတွက် နီကယ်သတ္တုတူးဖော်ရန် လိုအပ်သည်။ နီကယ်သတ္တုဟိုက်ဒရိုက်ဘက်ထရီများကဲ့သို့သော စက်ပစ္စည်းများသည် ကားတစ်စီးထုတ်လုပ်ရန်အတွက် လိုအပ်သည်။ နီကယ်သတ္တုတူးဖော်ခြင်းသည် လေထုညစ်ညမ်းမှုကိုဖြစ်စေကြောင်း သတိပြုသင့်သည်။ ကားဘက်ထရီများသည် တစ်ခါတည်းနှင့်တစ်သက်လုံးအသုံးပြု၍ မရသဖြင့် နှစ်အနည်းငယ်ကြာတိုင်း လဲလှယ်ရန်လိုအပ်သည်။ ထိုဘက်ထရီဟောင်းများကို စွန့်ပစ်လိုက်ခြင်းသည် ဘက်ထရီတွင်ပါသောဓာတုပစ္စည်းများက ရေထုနှင့် မြေထုကိုအဆိပ်သင့်ပြီး စွန့်ပစ်ရာတွင် ဂရုတစိုက်စွန့်ပစ်ရန်လိုအပ်သည်။ ထိုသို့သောဘက်ထရီများသည် အန္တရာယ်ရှိသည့်အပြင် ၎င်းတို့သည်တစ်ခါသုံးပြီးသည်နှင့် ပြန်လည်အသုံးပြု၍ မရပါ။ သို့သော် ဘက်ထရီစက်ဘီးများတွင် သုံးသောဘက်ထရီသည်

ဟု ထင်မှတ်ဖွယ်ရှိသော်လည်း ထိုသို့သေးငယ်သော ပြောင်းလဲမှုများက ဂေဟစနစ်များကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ဆူညံသံ ညစ်ညမ်းမှုသည် လူသားများတွင်လည်း ဇီဝကမ္မနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ၊ ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ပြဿနာများကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် စက်ဘီးများမှထွက်သော ဆူညံသံသည် မကြားရသလောက်ပင်ဖြစ်သဖြင့် အနည်းငယ်မျှ ကောင်းမွန်စွာ ထိန်းသိမ်းထားရုံဖြင့် အသုံးပြုရာတွင် တိတ်ဆိတ်လူနီးပါးစက်ပစ္စည်းများဖြစ်သည်။ ရပ်ကွက်ကိုဖြတ်၍ စက်ဘီးစီးခြင်းသည် ကားမောင်းခြင်းထက် ရပ်ကွက်တွင်းနေသူတစ်စုံတစ်ဦးကိုမျှ အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေနိုင်ခြေနည်းပါးသည်။

ထို့ကြောင့် မှန်ကန်သောစက်ဘီးအမျိုးအစားကို ရှာဖွေခြင်းနှင့် စက်ဘီးထိန်းသိမ်းခြင်းဆိုင်ရာ အကြံပြုချက်များအတိုင်း လိုက်နာပါက စက်ဘီးသည် ပတ်ဝန်းကျင်အတွက် များစွာအကျိုးဖြစ်ထွန်းစေသည်။

တိရစ္ဆာန်များကိုထိခိုက်မှုမရှိ သဘာဝဆန်ဆန် စရီးသွားနိုင်ခြင်း

စက်ဘီးဖြင့်ခရီးသွားခြင်းသည် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အထောက်အကူဖြစ်စေသော အခြားနည်းလမ်းတစ်ခုဖြစ်သည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ကားဖြင့်ခရီးသွားသည့်အခါ အရွယ်အစားပေါင်းစုံတိရစ္ဆာန်များကို မတော်တဆ တိုက်မိကာ တောရိုင်းတိရစ္ဆာန်များ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပြီး သေဆုံးသည်ထိ ဖြစ်တတ်သည်။ သို့သော် စက်ဘီးဖြင့် တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်ကို ဝင်တိုက်၍ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရပြီး သေဆုံးနိုင်ခြေမှာ အရှိန်နည်းသဖြင့် ဖြစ်နိုင်ခြေအတော်နည်းသည်။ ထို့ကြောင့် စက်ဘီးစီးခြင်းသည် တိရစ္ဆာန်များအတွက်သာမက လူအများစုပါ ထိခိုက်အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်မှုနည်းပါးပြီး ယာဉ်တိုက်မှုဖြစ်စေခြင်းကို လျှော့ချနိုင်သည်။ ထို့ကြောင့် စက်ဘီးဖြင့်သွားခြင်းသည် ကားဖြင့်ခရီးသွားခြင်းထက် သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်နှင့် ပိုမိုအဆင်ပြေစေနိုင်ပြီး ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ကို လျှော့ချနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ကားပြုပြင်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် ထည့်သွင်းအသုံးပြုရသော လောင်စာဓာတ်ငွေ့နှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက စရိတ်စကကသက်သာပြီး ဈေးမကြီးသော စက်ဘီးပြုပြင်ထိန်းသိမ်းရေးနှင့် ရုပ်ကြွင်းလောင်စာအသုံးမပြုရခြင်းသည် တစ်

❖ စက်ဘီးစီးသူတစ်ဦးသည် ကမ္ဘာကြီးပူနေ့လောမှုကွယ်ရာတွင် ကိုယ်တိုင်ကိုယ်ကျ ပါဝင်ကူညီနိုင်သူတစ်ဦးဖြစ်သည်။ စက်ဘီးစီးခြင်းသည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်နှင့် အခြားသောဓာတုပစ္စည်းများကို လျှော့ချနိုင်သည့် နည်းလမ်းတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် စက်ဘီးစီးသူဦးရေ ပိုများလာပါက ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုကို သိသိသာသာလျှော့ချနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ တစ်နည်းဆိုရသော် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုက်ဓာတ်ငွေ့ထုတ်လွှတ်မှုကို လျှော့ချခြင်းသည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် အထောက်အကူဖြစ်စေနိုင်သည်။ ❖

ဖက်တစ်လမ်းမှ ငွေကိုဦးခြံချွေတာစုနိုင်သည်ကို တွေ့ရှိရသည်။ ထို့ကြောင့်မဝေးလှသောခရီးတို့များ၊ အလုပ်များသို့ စက်ဘီးစီးသွားခြင်းသည် ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းသလို ပတ်ဝန်းကျင်အတွက်လည်း ကောင်းလှသဖြင့် စက်ဘီးစီးကာသွားလာခြင်း၏အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေမှုများကို ရေးသားအပ်ပါသည်။

ကိုးကား - 7 Amazing Environmental Reasons to Bike Commute From Today

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီ ဦးတည်ချက်(၁၂)ရပ်

- ၁။ နိုင်ငံရေး
 - (က) စစ်မှန်၍စည်းကမ်းပြည့်ဝသောပါတီစုံဒီမိုကရေစီစနစ်ကို တရားမှတစ်ဆင့်အပြည့်အဝကျင့်သုံးပြီး ဒီမိုကရေစီနှင့်ဖက်ဒရယ်စနစ်ကို အခြေခံသည့် ပြည်ထောင်စုကို တည်ဆောက်နိုင်ရေး။
 - (ခ) တစ်နိုင်ငံလုံး ထာဝရငြိမ်းချမ်းရေးရရှိရေးအတွက် တစ်နိုင်ငံလုံး ပစ်ခတ်တိုက်ခိုက်မှုရပ်စဲရေးသဘောတူစာချုပ်(NCA)ပါအတိုင်း အလေးထားလုပ်ဆောင်ရေး။
 - (ဂ) လွတ်လပ်၍တက်ကြွပြီး ဘက်မလိုက်သော နိုင်ငံခြားရေးမူဝါဒကိုကျင့်သုံးပြီး နိုင်ငံများအကြား ငြိမ်းချမ်းစွာအတူယှဉ်တွဲနေထိုင်ရေး "မူ" ကို ဆက်လက်လိုက်နာကျင့်သုံးရေး။
 - (ဃ) ပြည်ထောင်စုတစ်ဝန်း တည်ငြိမ်အေးချမ်းရေး၊ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးနှင့် လမ်းပန်းဆက်သွယ်မှုလုံခြုံရေးအစရှိသည်များ။
- ၂။ စီးပွားရေး
 - (က) စိုက်ပျိုးရေးနှင့်မြေပြုပြင်ရေးကို အခြေခံသည့် ကုန်ထုတ်လုပ်မှုခေတ်မီနည်းစနစ်များဖြင့် ပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ပြီး အခြားစီးပွားရေးကဏ္ဍများကိုလည်း ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
 - (ခ) ဈေးကွက်စီးပွားရေးစနစ်တည်ငြိမ်အောင်ဟောပြောပြီး နိုင်ငံတကာရင်းနှီးမြုပ်နှံမှုများကိုပိတ်ခေါ်၍ တိုင်းရင်းသားပြည်သူတစ်ရပ်လုံး၏စီးပွားရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် တည်ဆောက်ရေး။
 - (ဂ) သွင်းကုန်အစားထိုးရန်နှင့် ပို့ကုန်မြှင့်တင်နိုင်ရေး ဒေသထွက်ကုန်ကြမ်းပစ္စည်းများကို အခြေခံသည့် အသေးစား၊ အငယ်စား၊ အလတ်စားစီးပွားရေးလုပ်ငန်း (MSME)များကို ရေရှည်အားပေးချက်ရှိအောင် အားပေးကူညီပြီး နိုင်ငံတော်၏ ထုတ်ကုန်များစွာထုတ်လုပ်နိုင်သည့် အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ ဆောင်ရွက်ပေးဆောင်ရေး။
 - (ဃ) တိုင်းပြည်သာယာပြောရေးနှင့် စားရေရှိကွာမှုလျှော့ချရေးအတွက် ပြည်သူ့လူမှုစီးပွားဘဝဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်အောင် ဆောင်ရွက်ရေး။
- ၃။ လူမှုရေး
 - (က) စစ်မှန်သောမျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ဖြစ်သည့် ပြည်ထောင်စုစိတ်ဓာတ်ရှင်သန်ထက်မြက်ရေး။
 - (ခ) တိုင်းရင်းသားလူမျိုးအပေါင်းတို့၏ ဓလေ့ထုံးတမ်းအစဉ်အလာများကို လေးစားလိုက်နာပြီး အမျိုးသားရေးစိတ်ဓာတ်ကို အခြေခံသည့် ကိုးကွယ်ယုံကြည်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ အမျိုးသားရေးစရိုက်လက္ခဏာများ မပျောက်ပျက်အောင် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရေး။
 - (ဂ) နိုင်ငံ၏ အခြေခံကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို ပိုမိုခိုင်မာအောင်တည်ဆောက်၍ တစ်မျိုးသားလုံးသက်ရည်ကျန်းမာသည့် ကျန်းမာရေးစနစ်ဖြစ်ပေါ်လာရေး။
 - (ဃ) ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သော ဒီမိုကရေစီနိုင်ငံတော်တည်ဆောက်ရေးအတွက် လိုအပ်သည့် လူ့စွမ်းအားအရင်းအမြစ်များဖွေးထုတ်နိုင်ရန် ဘက်စုံညီရေးကဏ္ဍမြှင့်တင်ရေး။

❖ မိမိတို့နိုင်ငံ၏ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ဖော်ဆောင်ရာတွင် ပြည်ပစွက်ဖက်မှုကင်းစင်စွာဖြင့် တိုင်းရင်းသား ညီအစ်ကိုအချင်းချင်း တွေ့ဆုံဆွေးနွေးအပြေရာ ခြင်းဖြင့်သာ အောင်မြင်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတို့နိုင်ငံအကျိုးစီးပွားကို မလိုလားဘဲ ငြိမ်းချမ်းရေးကို ပျက်စီးရာပျက်စီးကြောင်း လုပ်ဆောင်နေကြသည့် ပြည်တွင်းပြည်ပအဖျက်သမားများ၏ အန္တရာယ်ကိုအထူးသတိပြုကြရန် တိုက်တွန်းလိုပါသည်...

(နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ နိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီးမင်းအောင်လှိုင်ထံမှ ၂၀၂၂ ခုနှစ် နိုဝင်ဘာ ၇ ရက်တွင်ကျရောက်သည့် (၆၇)နှစ်မြောက် ကရင်ပြည်နယ်နေ့ အခမ်းအနားသို့ ပေးပို့သည့်သဝဏ်လွှာမှ ကောက်နုတ်ချက်)

ရခိုင်ပြည်နယ် စစ်တွေမြို့ရှိ မုန်တိုင်းဒဏ်သင့်ပြည်သူများအား ဆန်၊ ဆီ၊ ဆား၊ ကြက်ဥ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ၊ စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများနှင့် လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများကို ဈေးနှုန်းသက်သာစွာဖြင့် ဆက်လက်ရောင်းချ

စာမျက်နှာ - ၁၉

ပြည်တွင်းရေကြောင်းပို့ဆောင်ရေးသင်္ဘောများဖြင့် ရခိုင်ပြည်နယ်အတွင်း ဆိုင်ကလုန်းမုန်တိုင်း(မီဒါ) ဘေးသင့်မြို့နယ်များသို့ ပြန်လည်ထူထောင်ရေးပစ္စည်းများ ပို့ဆောင်ပေးလျက်ရှိ

စာမျက်နှာ - ၁၆



၂၀၂၃ ခုနှစ် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ်ဖလား မြို့နယ်ပေါင်းစုံ ကာယဗလနှင့် ကာယကြံ့ခိုင်မှုပြိုင်ပွဲနှင့် ဆုချီးမြှင့်ပွဲအခမ်းအနားကျင်းပ



မန္တလေး ရူလိုင် ၉
 ၂၀၂၃ ခုနှစ် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်ဖလား မြို့နယ်ပေါင်းစုံကာယဗလနှင့် ကာယကြံ့ခိုင်မှုပြိုင်ပွဲနှင့် ဆုချီးမြှင့်ပွဲအခမ်းအနားကို ယနေ့ညနေပိုင်းက မန္တလေးမြို့တော်စည်ပင်သာယာရေးကော်မတီရုံးမြို့တော်ခန်းမတွင်ကျင်းပရာ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ဦးမျိုးအောင်နှင့်ဇနီးဒေါ်မမ၊ တိုင်းဒေသကြီး တရားလွှတ်တော်တရားသူကြီးချုပ် ဒေါ်ခင်သင်းဝေ၊ တိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့ဝင်ဝန်ကြီးများအတွင်းရေးမှူးနှင့်၎င်းတို့၏ဇနီးများတိုင်းဒေသကြီးကာယဗလနှင့် ကာယကြံ့ခိုင်မှုဆပ်ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးဟန်မြိုင်နှင့်တာဝန်ရှိသူများ၊ ပြိုင်ပွဲဝင်များနှင့် ဝါသနာရှင်များ၊ ဖိတ်ကြားထားသည့်ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ တက်ရောက်ကြည့်ရှုအားပေးကြသည်။
 ဦးစွာတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်နှင့်အဖွဲ့သည် မြို့နယ်ပေါင်းစုံကာယဗလနှင့်ကာယကြံ့ခိုင်မှုပြိုင်ပွဲဝင်များ၏ ယှဉ်ပြိုင်နေမှုများကို ကြည့်ရှုအားပေးပြီး

စာမျက်နှာ ၁၈ ကော်လံ ၁



အောင်သစ္စာဦးအထွေထွေအာမခံကုမ္ပဏီလီမိတက်
 “ဆုံးရှုံးမှုအန္တရာယ်ဘေး မျှဝေခံစားပေးမှာ အောင်သစ္စာဦး အာမခံပါ”
 Hotline-09-450450561, 09-450450562, 09-450450563