မြဝတီ နေ့စဉ်

သတင်းစုံသည်၊ မှန်သည်၊ မြန်သည် အားလုံးအတွက် မြဝတီ

www.myawady.net.mm
E-mail:mwddailynewspapergroup@gmail.com

အတွဲ(၁၆)၊ အမှတ်(၁၀၇)

၁၃၈၈ ခုနှစ်၊ ဒုတိယဝါဆိုလပြည့်ကျော် ၅ ရက်
၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၃ ရက်၊ တနင်္လာနေ့

မြတ်ဗုဒ္ဓ၏အဆုံးအမတရား

အနှစ်ရှိသော သူတော်ကောင်းတရားကို အနှစ်ရှိဟုသိ၏။ အနှစ်မရှိသောတရားကို အနှစ်မရှိဟု သိသည့် အယူမှန်ရှိကြသောသူတို့သည်သီလ စသော ဂုဏ်ကျေးဇူးအနှစ်ကိုရကြကုန်၏။

ဓမ္မပဒ

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

- ပြည်ထောင်စုမပြိုကွဲရေး။
- တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုမပြိုကွဲရေး။
- အချုပ်အခြာအာဏာတည်တံ့ခိုင်မြဲရေး။

လေးမျက်နှာမြို့နယ်တွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုနှင့်မြစ်ရေတိုက်စားမှုကြောင့် ဝေန်မြစ်ရေကာတာ ကျိုးပေါက်ကာ လေးမျက်နှာမြို့ပေါ် ရပ်ကွက်များနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကျေးရွာများသို့ ရေဝင်ရောက်မှုဖြစ်ပွားခဲ့သဖြင့် ကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများဆက်လက်ဆောင်ရွက်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ လေးမျက်နှာမြို့နယ်တွင် ဇူလိုင်လ ၃၀ ရက် ညပိုင်းတွင် မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုနှင့် မြစ်ရေတိုက်စားမှုကြောင့် ဝေန်မြစ် ရေကာတာ ကျိုးပေါက်ကာ လေးမျက်နှာမြို့ပေါ် ရပ်ကွက်(၅)ခု၊ မြို့တွင်း လမ်းမကြီးများနှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကျေးရွာ ၄၅ ရွာသို့ ရေဝင်ရောက်မှုများဖြစ်ပွားခဲ့သဖြင့် အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများနှင့် နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ လူမှုကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့များ၊ ပရဟိတအဖွဲ့များနှင့်ဒေသခံတိုင်းရင်းသားများ စုပေါင်း၍ ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများဆက်လက်ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

စာမျက်နှာ ၁၆ ကော်လံ ၁ ◆

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအတွက် စားသောက်ဖွယ်ရာများပို့ဆောင်ပေးစဉ်။

ရွှေတိဂုံစေတီတော်တွင် ဗီယက်နမ် အလှူရှင်များစုပေါင်း၍ ပါဋ္ဌိဝိနယပိဋက ကျမ်းမြတ်ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပွဲနှင့် ဆီမီး(၁၁၁၁၁၁)ပူဇော်လှူဒါန်းပွဲကျင်းပ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ရွှေတိဂုံစေတီတော်တွင် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံမှ အလှူရှင်များစုပေါင်း၍ ပါဋ္ဌိဝိနယပိဋက ကျမ်းမြတ်ရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပွဲနှင့် ဆီမီး ၁၁၁၁၁၁ ပူဇော်လှူဒါန်းပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ရွှေတိဂုံစေတီ ရာဟုထောင့်ရှိ ချမ်းသာကြီးတန်ဆောင်း၌ ကျင်းပသည်။

ရှေးဦးစွာ နမောတဿ သုံးကြိမ်ရွတ်ဆိုဘုရားကန်တော့၍ အခမ်းအနားဖွင့်လှစ်ပြီး ဆရာတော်ဘဒ္ဒန္တကေလာသကနတ်မြပ်မှာ များကို ဂါထာပါး၍ ဖိတ်ကြားသည်။

ထို့နောက် ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းဂေါပက အဖွဲ့၏ ဩဝါဒါစရိယ၊ ရန်ကုန်တိုင်း သံဃနာယကအဖွဲ့ဥက္ကဋ္ဌ၊ အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ၊

စာမျက်နှာ ၁၁ ကော်လံ ၄ ▸▸

“ဝ”အထူးဒေသ-၂ ရှိ မိုင်းမောမြို့နယ်တွင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုပေး

မိုင်းမော ဩဂုတ် ၂

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ လမ်းညွှန်မှုအရ ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း)၊ “ဝ” အထူးဒေသ-၂ ပန်ဆန်းမြို့နယ် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာန ကြီးကြပ်မှုအောက်ရှိ မိုင်းမောမြို့နယ်တွင် ပန်းဆန်းမြို့နယ် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးနှင့်ကုသရေး ဦးစီးဌာန၊

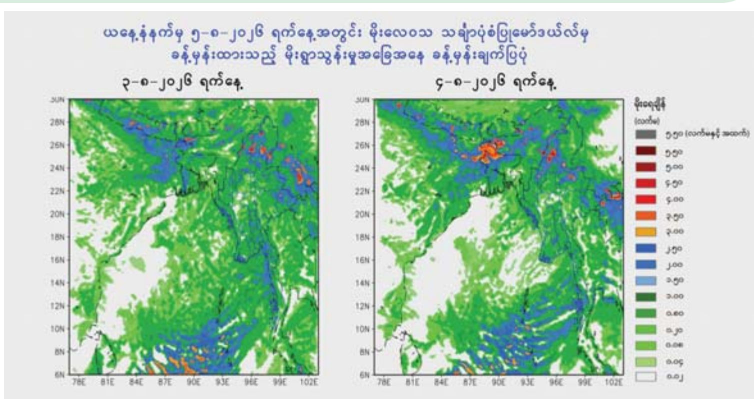
စာမျက်နှာ ၁၁ ကော်လံ ၄ ●

မုတ်သုံလေ အားအသင့်အတင့်မှ အားကောင်းနေခြင်းကြောင့် နေရာစိပ်စိပ်မှ နေရာအနှံ့အပြား မိုးထစ်ချုန်းရွာပြီး အချို့ဒေသများတွင် နေရာကွက်၍မိုးကြီးနိုင်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

ယနေ့ နံနက် ၆ နာရီခွဲအချိန်တိုင်းထွာချက်များအရ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် မုတ်သုံလေ အားအသင့်အတင့်မှ အားကောင်းနေခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ မိုးတိမ်တောင်များဖြစ်ထွန်းမှု အားကောင်းနေခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ယနေ့နံနက်မှ ၅-၈-၂၀၂၆ ရက်နေ့အတွင်း နေပြည်တော်၊

စာမျက်နှာ ၁၁ ကော်လံ ၁ ▲



နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးအတွက် စည်းကမ်းရှိစွာ၊ ညီညွတ်စွာနှင့် စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်လုပ်ကြစို့

ဆောင်းပါး စာ-၇ သို့

ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သန်စွမ်းဖို့ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ကြစို့

ဆောင်းပါးစာ-၁၃ သို့

ဝါးအမျိုးမျိုးမှ ပျော့ဖတ်များ ထုတ်လုပ်နိုင်ရေး စမ်းသပ် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ

စာ-၅ သို့

အယ်ဒီတာ့အာဘော်

(၂၀၂၆ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၃ ရက်)

နိုင်ငံတော်အတွက် ကြီးမားသောခွန်အားတစ်ရပ်ပေါ်ထွန်းရေး

ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်သည့် နိုင်ငံတော်သစ်ကို တည်ဆောက်လိုသည့်နိုင်ငံတိုင်းသည် ပညာရေးကိုအားပေးလျက်ရှိသည်။ ပညာရေးသည် နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို များစွာအထောက်အကူပြုလျက်ရှိသည်။ ပညာရေးကိုအခြေခံ၍ နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ လူမှုရေးစသည်ဖြင့်ကဏ္ဍပေါင်းစုံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုရှိအောင် ဆောင်ရွက်ကြရသည်။ ပညာဟုဆိုရာတွင် အတန်းပညာ၊ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာဟူ၍ရှိပေရာ အားလုံးကိုတတ်မြောက်ထားကြရမည်ဖြစ်သည်။ "ဟုတ်သောအကြံ၊ မှန်သောအကျင့်၊ သင့်သောအယူ၊ ဖြူသောနှလုံး၊ သူတော်ထုံးကို၊ စွဲသုံးသောထွေ၊ မှန်လှစေ" ဟူသော ရှင်မဟာရဋ္ဌသာရ၏ဆုံးမစာအတိုင်း ပညာပြည့်ဝ၍နှလုံးလှသူများဖြစ်အောင်လူငယ်တိုင်း၊ နိုင်ငံသားတိုင်းကကြိုးစားကြရမည်ဖြစ်သည်။

နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးတွင် ကောင်းမွန်သောအစိုးရတစ်ရပ်နှင့်အတူပြည်သူများအားလုံးကလည်း အသိတရားရှိရှိဖြင့်လိုက်ပါလုပ်ဆောင်ကြရမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့လုပ်ဆောင်နိုင်ရန်အတွက်ပညာသည် ဘဝရှေ့ဆောင်မီးရှူးရောင်ပင်ဖြစ်သည်။နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံတည်ဆောက်ရာတွင်အဓိကမောင်းနှင်အားဖြစ်သည့်**လူသားအရင်းအမြစ်**သည်အဓိကအကျဆုံးဖြစ်သည်။ လူသားအရင်းအမြစ်များဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်အတွက် ပညာရေးသည်ခိုင်မာသည့်အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံသည် စာတတ်မြောက်မှုနှုန်းမြင့်မားသည့် နိုင်ငံဖြစ်သည်။ စာတတ်မြောက်မှုနှုန်းမြင့်မားနေသော်လည်း ပြည်သူလူထု၏ကျောင်းနေရာခိုင်နှုန်းသည်နည်းပါးနေသေးပြီး ပညာအရည်အချင်းမှာနိမ့်ကျနေဆဲဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၏ လူဦးရေအများစုသည် မူလတန်းပညာရေးသာပြီးမြောက်ခဲ့ကြသည်ဟု သုံးသပ်ရရှိသည်။

ထို့ကြောင့် နိုင်ငံတော်အစိုးရသည် ပညာရေးနှင့်ပတ်သက်လာလျှင်အထူးဦးစားပေးလုပ်ငန်းတစ်ရပ်အဖြစ် လိုအပ်သည်များကိုပံ့ပိုးပေးကာ ပညာရည်မြင့်မားသည့်လူသားအရင်းအမြစ်များတိုးပွားရေးကို အလေးထားဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။ ကျောင်းနေအရွယ်ကလေးတိုင်း ကျောင်းတက်ရောက်နိုင်ရန်အတွက်အလေးထားဆောင်ရွက်လျက်ရှိပြီး ကျောင်းသို့ရောက်လာသည့်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူတိုင်းကိုလည်း စိတ်ဓာတ်ကောင်းသူများ၊ စည်းကမ်းကောင်းသူများ၊ ပညာရည်ပြည့်ဝသူများဖြစ်လာအောင်သင်ကြားစေလျက်ရှိသည်။ အနိမ့်ဆုံးအဆင့် (KG+9) အလယ်တန်းအဆင့်အထိပညာတတ်မြောက်အောင် သင်ယူကြရမည်ဖြစ်သည်။

နိုင်ငံတော်အတွင်းပညာရေးအားနည်းသည့်ဒေသများအတွက် အထူးစီမံချက်များချမှတ်ပြီး KG+9 အထိ ပညာသင်ကြားနိုင်ရေးဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်သကဲ့သို့ စက်မှု၊ စိုက်ပျိုး၊ မွေးမြူရေးအထက်တန်းကျောင်းများကိုလည်း ၉၂ ကျောင်းအထိ ဖွင့်လှစ်ထားရှိပြီးဖြစ်သည်။ စိုက်ပျိုးရေးနှင့်မွေးမြူရေးသိပ္ပံကျောင်းများမှ တစ်ဆင့်သင့်တော်သည့် သိပ္ပံကျောင်းများကို တက္ကသိုလ်/ ကောလိပ် အဆင့်မြှင့်တင်ခြင်းနှင့် Polytechnic သိပ္ပံများနှင့် တက္ကသိုလ်များတိုးချဲ့ဖွင့်လှစ်နိုင်ရေးလည်းဆောင်ရွက်ပေးသွားမည်ဖြစ်သည်။ လက်ရှိ စိုက်ပျိုးရေးနှင့်မွေးမြူရေး သိပ္ပံကျောင်း ၁၅ ကျောင်းထဲမှ ကျောင်းဧရိယာနှင့် အခြေခံအဆောက်အအုံအရ သင့်တော်သည့် ပွင့်ဖြူ၊ သာယာဝတီ၊ သထုံနှင့် ဟဲဟိုးတို့တွင်ရှိသည့် စိုက်ပျိုးရေးနှင့်မွေးမြူရေးသိပ္ပံများကို စိုက်ပျိုးရေးနှင့် မွေးမြူရေးကောလိပ်အဖြစ် အဆင့်တိုးမြှင့်နိုင်ရန်နှင့် လိုအပ်သည့် ဆရာ၊ ဆရာမနှင့် ဝန်ထမ်းများခန့်အပ်နိုင်ရန် စီမံဆောင်ရွက်နေပြီဖြစ်ကြောင်းသိရှိရသည်။

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင်သည် တတိယအကြိမ် ပြည်ထောင်စုလွှတ်တော်ဒုတိယပုံမှန်အစည်းအဝေးတွင် နိုင်ငံတော်အစိုးရ၏ ရက်(၁၀၀)ပြည့်နိုင်ငံတော်အခြေပြမိန့်ခွန်းပြောကြားစဉ် **"ပညာရေးပြုပြင်ပြောင်းလဲမှုတွင် ကလေးများကို စာမေးပွဲအောင်ရုံမျှမဟုတ်ဘဲ အမှန်တကယ်နားလည်တတ်မြောက်သည့် ကလေးများဖြစ်အောင်၊ ဘက်စုံထူးချွန်သည့်ကလေးများဖြစ်အောင်ပြုစုပျိုးထောင်ပေးရန်နှင့် "၏" "သည်" မရွေးမှန်မှ အမှတ်ပေးသည့်စနစ်ကို ပြုပြင်ပြောင်းလဲရန် ဆောင်ရွက်သွားရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ဗလငါးတန်နှင့်ပြည့်ဝသည့် ကျောင်းများဖြစ်စေရန်အတွက် အခြေခံပညာကဏ္ဍတွင် Smart School နှင့် Football for School Program ကိုလည်း မိမိတို့အစိုးရ၏ရက် ၁၀၀ ကာလအတွင်းတွင် အားကစားရေးရာဝန်ကြီးဌာန၊ မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်တို့နှင့် ပေါင်းစပ်ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည့်အပြင် ပြည်နယ်နှင့်တိုင်းဒေသကြီးအသီးသီးရှိ တက္ကသိုလ်ကြီးများတွင် ဘွဲ့နှင်းသဘင်ခန်းမ၊ အပန်းဖြေရိပ်သာ၊ အဆင့်မီဘောလုံးကွင်းနှင့် အားကစားရုံများလည်းဆောက်လုပ်ပေးလျက်ရှိကြောင်း"** ထည့်သွင်းပြောကြားခဲ့သည်။

နိုင်ငံတော်အစိုးရအနေဖြင့် နိုင်ငံတော်၏ပညာရေးကဏ္ဍတိုးတက်လာစေရန်အတွက် နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာငွေများကို ပညာရေးကဏ္ဍတွင် ပိုမိုတိုးမြှင့်ရင်းနှီးမြှုပ်နှံခဲ့သည်။ မိမိတို့နိုင်ငံ၏ပညာရေးကဏ္ဍတိုးတက်ရန်အတွက်၂၀၂၆ – ၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနအတွက် နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာငွေ၏ ၆ ဒသမ ၉၂ ရာခိုင်နှုန်း အသုံးပြုသွားမည်ဖြစ်သကဲ့သို့ အခြားဝန်ကြီးဌာနများ၏ ပညာရေးကဏ္ဍများ အပါအဝင် နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာငွေမှ ၉ ဒသမ ၂၂ ရာခိုင်နှုန်းကို အသုံးပြုသွားမည်ဖြစ်သည်။ လာမည့် ၂၀၂၇–၂၀၂၈ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင်လည်း ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနအတွက် နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာငွေ၏ ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းထက်မနည်းတိုးမြှင့်အသုံးပြုသွားမည်ဖြစ်ပြီး လာမည့်တစ်နှစ်ကျော် ၂၀၂၈–၂၀၂၉ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ပညာရေးကဏ္ဍအတွက် နိုင်ငံတော်ဘဏ္ဍာငွေ၏ ၁၅ ရာခိုင်နှုန်းအထိတိုးမြှင့်အသုံးပြုသွားရန် စီမံဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ ပညာရေးကဏ္ဍမြင့်မားပြီး ပညာရည်ပြည့်ဝသော လူသားအရင်းအမြစ်များ များစွာပေါ်ထွန်းလာခြင်းသည် နိုင်ငံတော်အတွက်ကြီးမားသောခွန်အားတစ်ရပ်ဖြစ်ပါကြောင်းရေးသားလိုက်ရပေသည်။ ။

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရမည့်ကာလ လျှော့ပေါ့ခွင့်ပြုသူများ

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဗဟိုအဖွဲ့က ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရမည့် ကာလလျှော့ပေါ့ခွင့်ပြုသူများ

၁။ လျှော့ပေါ့ခွင့်ပြုသူများမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်-

(က) လျှောက်ထားသူ၏မိဘနှစ်ပါးစလုံးသည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် နှစ်ပေါင်း ၂၀ ထက်မနည်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေဆဲ ဖြစ်ပါကလည်းကောင်း၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး သက်ပြည့်အငြိမ်းစားယူခဲ့သူဖြစ်ပါကလည်းကောင်း အဆိုပါလျှောက်ထားသူအား ဥပဒေအရ ၎င်းထမ်းဆောင်ရမည့် ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းရန်ကာလ၏ တစ်ဝက်အထိ လျှော့ပေါ့ပေးနိုင်သည်။

(ခ) လျှောက်ထားသူ၏ မိဘနှစ်ပါးအနက် တစ်ဦးဦးသည် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် နှစ်ပေါင်း ၂၀ ထက်မနည်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေဆဲဖြစ်ပါကလည်းကောင်း၊ နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ပြီး သက်ပြည့်အငြိမ်းစားယူခဲ့သူဖြစ်ပါကလည်းကောင်း၊ အဆိုပါလျှောက်ထားသူအား ဥပဒေအရ ၎င်းထမ်းဆောင်ရမည့် ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းရန်ကာလ၏ သုံးပုံတစ်ပုံအထိ လျှော့ပေါ့ပေးနိုင်သည်။

(ဂ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းတစ်ဦးဦးသည် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည့်ကာလအတွင်း ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိခြင်းများရှိခဲ့ပါက ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိသည့်နေ့နောက်ပိုင်း ဆက်လက်တာဝန်ထမ်းဆောင်ရန်ကျန်ရှိသည့်ကာလအား လျှော့ပေါ့ပေးနိုင်သည်။

ရွှေတောင်မြို့နယ်၌ စိုက်ပျိုးရေရရှိရေး ဆိုလာ၊ ဆိုလာပန့်နှင့် မော်တာပစ္စည်းများပေးအပ်

ရွှေတောင် ဩဂုတ် ၂

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ရွှေတောင်မြို့နယ်၌ပြည်ထောင်စုနိုင်ငံ့စီးပွားမြှင့်တင်ရေးရန်ပုံငွေမှ (ဒုတိယအကြိမ်) ချေးငွေဖြင့် စိုက်ပျိုးရေရရှိရေးဆောင်ရွက်မည့်ဒေသခံတောင်သူများထံ ဆိုလာ၊ ဆိုလာပန့်နှင့် မော်တာပစ္စည်းများပေးအပ်ပွဲ အခမ်းအနားကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက် နံနက်ပိုင်းတွင် မြို့နယ်ခန်းမ၌ကျင်းပသည်။

အခမ်းအနားတွင် ပြည်ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးအောင်ကျော်စိုးက အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားပြီး ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ဆည်မြောင်းနှင့်ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာနမှ တိုင်းဦးစီးမှူးဦးတင်မောင်သန်းက နိုင်ငံ့စီးပွားမြှင့်တင်ရေးရန်ပုံငွေမှ ချေးငွေများထုတ်ပေးရခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်များ၊ ချေးငွေဖြင့်ဆောင်ရွက်ရမည့်လုပ်ငန်းများနှင့် ပေးဆပ်ရမည့်ကာလအတိုးနှုန်းထားတို့ကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် တာဝန်ရှိသူများက ဒေသခံတောင်သူများထံ ဆိုလာ၊ ဆိုလာပန့်နှင့် မော်တာပစ္စည်းများ ပေးအပ်သည်။

ပြည်ခရိုင်အတွင်း စိုက်ပျိုးရေရရှိရေးအတွက် နိုင်ငံ့စီးပွားမြှင့်တင်ရေးရန်ပုံငွေဖြင့် တောင်သူ ၅၂ ဦးအားချေးငွေကျပ် ၁၉၄ သန်းထိ ထုတ်ချေးပေးနိုင်ခဲ့ပြီးဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။

ကိုကိုမင်း(ပြန်/ ဆက်)

မြဝတီရုပ်မြင်သံကြားအစီအစဉ်

၃-၈-၂၀၂၆(တနင်္လာနေ့)

၁။	၀၆:၀၃	တရားတော်	၁၁။	၁၃:၁၅	တစ်ပတ်အတွင်း ထိပ်တန်းရောက်ကမ္ဘာ့သတင်း သုံးသပ်ချက်
၂။	၀၆:၅၀	ဓမ္မပူဇာတေး	၁၂။	၁၄:၅၀	မှတ်သားလိုက်နာပုံပမာ
၃။	၀၇:၀၀	နုပျိုလှပကျန်းမာဖို့ လမ်းလျှောက်ကြပါစို့	၁၃။	၁၈:၄၀	ကဏ္ဍစုံလင်ဖွံ့ဖြိုးရေး ဖြည့်ဆည်းစီမံဆောင်ရွက်ပေး
၄။	၀၇:၁၀	ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားအားကစား	၁၄။	၁၉:၀၀	**နိုင်ငံခြားဇာတ်လမ်းတွဲ နတ်စုံထောက်–ဒီရင်ကျယ် အပိုင်း(၁၃)**
၅။	၀၈:၂၀	မျိုးချစ်တပ်မတော်			
၆။	၀၈:၃၀	မောင်မယ်လေးများသိစေချင်			
၇။	၀၉:၄၅	တွေးမယ်ဖြေမယ်			
၈။	၁၀:၃၅	မွေးမြူသုတ	၁၅။	ညစ နာရီသတင်းအပြီး	ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး
၉။	၁၁:၀၀	မြဝတီရုပ်မြင်သံကြားသတင်း	၁၆။		နိုင်ငံတကာသတင်း
၁၀။	၁၂:၁၅	လေးစားအတုယူစရာ စံနမူနာသူရဲကောင်းများ	၁၇။		မိုးလေဝသသတင်း
			၁၈။		တရားတော်

မြဝတီ နေ့စဉ်
the Myawady Daily

Online Newspaper

စာတည်းမှူးချုပ် - ဦးမျိုးဝင်းရှိန်
စာတည်းမှူး(မြန်မာ) - ဦးရာဇာအောင်
စာတည်းမှူး(အင်္ဂလိပ်) - ဦးရဲမင်းတင်
စာတည်း(ကျွမ်းကျင်)အင်္ဂလိပ် - ဦးတင်မောင်သန်း

စာတည်းအဖွဲ့(မြန်မာ) - ဦးနေမင်းဦး၊ ဦးထွန်းထွန်းနိုင်၊ ဒေါ်နီလာအောင်၊ဒေါ်နှင်းဝတ်ရည်ဖွေး၊ဒေါ်ဆွေဇင်သိမ့်
စာတည်းအဖွဲ့(အင်္ဂလိပ်) - ဦးထက်မြတ်၊ ဒေါ်သီရိမွန်
သတင်းအဖွဲ့(နေပြည်တော်) - ဦးဇော်မင်းပိုင်၊ ဒေါ်ခိုင်ဝါဝါကျော်
သတင်းအဖွဲ့(ရန်ကုန်) - ဦးစံမင်းသူ

နေပြည်တော်
စာတည်းအဖွဲ့ ၀၃၁-၇၃၉၉၈၊ ဖက်စ် ၀၃၁-၇၃၉၉၉/၀၃၂-၃၀၂၆၂၊
ဖြန့်ချိရေး/ကြော်ငြာ ၀၃၁-၇၄၀၀၆၊ ၀၃၁-၇၄၀၀၈၊
ဘုရင့်နောင်ရပ်ကွက်၊ ပုဗ္ဗသီရိမြို့နယ်၊ နေပြည်တော်။

ရန်ကုန်(ရုံးခွဲ)
စာတည်းအဖွဲ့ ၀၁-၇၄၀၂၁၊ ဖြန့်ချိရေး ၀၁၈-၄၀၀၆၉၇၊
ကြော်ငြာ ၀၁-၇၄၀၂၂၊ အမှတ်(၁၅)၊ မိုးကောင်းလမ်း၊ ရန်ကင်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

မန္တလေး(ရုံးခွဲ)
တာဝန်ခံ ၀၉-၆၈၈၈၈၃၅၅၈၊ ၈၄ လမ်း၊
၂၉x၃၀ လမ်းကြား၊ ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်၊ မန္တလေးမြို့။

ကျိုင်းတုံ(ရုံးခွဲ)
တာဝန်ခံ ၀၉-၄၄၄၄၁၈၆၉၁၊ ၀၃၄-၇၃၆၀၁
လွိုင်မွေလမ်း၊ အမှတ်(၂)ရပ်ကွက်၊ ကျိုင်းတုံမြို့။

ပုံနှိပ်ခြင်း/ထုတ်ဝေခြင်းအမှတ် – ၀၀၃၇၈/၀၀၄၉၄
စတင်ထုတ်ဝေသည့်ရက် – ၂၀၁၁ ခုနှစ် ဧပြီလ ၁ ရက်
E-mail: mwddailynewspapergroup @ gmail.com
Website – www.myawady.net.mm

ငဖဲမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီကစိုက်ပျိုးထားသည့် ပဲတီစိမ်းစိုက်ခင်းများ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်း

ငဖဲ ဩဂုတ် ၂

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မင်းဘူးခရိုင် ငဖဲမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက ဆီထွက်သီးနှံ မိုးနှမ်းနှင့်အတူ စိုက်ပျိုးထားသော ပဲတီစိမ်းစိုက်ခင်းများ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းလျက်ရှိသည်။

ငဖဲမြို့နယ်၌ ပဲတီစိမ်းစိုက်ပျိုးသည့်တောင်သူများ အနေဖြင့် အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်သော ရေဆင်း-၁၁ နှင့် ရေဆင်း-၁၄ မျိုးများကို ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးရာတွင် ထယ်ကြောင်းဆွဲကာ မျိုးစေ့ကို မြေကြီးအတွင်း အနက် ၁ လက်မမှ ၁ ဒသမ ၅ လက်မအတွင်းချပြီး ပင်ကြား ၄ လက်မ၊ တန်းကြား ၁၈ လက်မခြား၍ စိုက်ပျိုးကြသည်။

ငဖဲမြို့နယ်အတွင်း မိုးသီးနှံပဲတီစိမ်း ၇၆၄ ဧက စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ဇွန်လဆန်းပိုင်းမှ စတင်စိုက်ပျိုးရာ လက်ရှိအချိန်ထိ ရေဆင်း-၁၁ မျိုး ၃၀၆ ဧက၊ ရေဆင်း-၁၄ မျိုး ၄၃၅ ဧက၊ ရေဆင်း-၁၆ မျိုး တစ်ဧကနှင့် ပဲတီရွှေဝါမျိုး တစ်ဧက စုစုပေါင်း ၇၄၃ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးဖြစ်ကာ လျာထားချက်ပြည့်မီရေး ဆက်လက်စိုက်ပျိုးလျက်ရှိကြောင်းနှင့် ပြီးခဲ့သည့်နှစ်က မိုးပဲတီစိမ်း ၇၆၄ ဧက စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ပြီး တစ်ဧကလျှင် ၁၀ ဒသမ ၃၇ တင်းခန့် ထွက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

ငဖဲမြို့နယ်အတွင်း စိုက်ပျိုးထားသော ပဲတီစိမ်းစိုက်ခင်းများ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းစေရန်နှင့် အထွက်နှုန်းကောင်းမွန်စေရန် မြေပြင်ခြင်းနှင့်ဓာတ်မြေဩဇာများ စနစ်တကျထည့်သွင်းရေး၊ အပင်ကြီးထွားရေး၊ အသီးအပွင့်ဖြစ်ထွန်းရေး၊ ပိုးမွှားရောဂါကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးနည်းလမ်းများနှင့် စနစ်တကျခူးဆွတ်နည်းများကို မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူးနှင့် သက်ဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများက အနီးကပ်ကြီးကြပ်၍ ပံ့ပိုးကူညီဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

စိုက်ပျိုးသီးနှံများကို တစ်ဧကပန်းတိုင်အထွက်နှုန်းရရှိအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်မည်ဆိုပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှုဖူလုံစေရုံသာမက ပိုလျှံမှုကို တခြားဒေသဈေးကွက်များသို့ပါ တင်ပို့ရောင်းချနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုနှင့် ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်ဖြစ်သည့် ဝယ်လိုအားမျှတလာပါက သီးနှံဈေးနှုန်းများ တည်ငြိမ်၍ တောင်သူများ၏ လူမှုစီးပွားဘဝများလည်း မြင့်မားတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သဖြင့် စိုက်ပျိုးသီးနှံများ အထွက်နှုန်းတိုးတက်စေရေး ဒေသမရွေး ကြိုးပမ်းကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မယု(ငဖဲ)

ရပ်ကွက် ကျေးရွာအုပ်စု အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများအတွက် ဥပဒေအသိပညာပြန့်ပွားရေး ဆရာဖြစ်သင်တန်းဆင်း

ကျွန်းစု ဩဂုတ် ၂

ဥပဒေရေးရာဝန်ကြီးဌာန၏ ရက် ၁၀၀ စီမံချက်ဖြင့်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည့် ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအုပ်စု အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများအတွက် ဥပဒေအသိပညာပြန့်ပွားရေး ဆရာဖြစ်သင်တန်း (TOT) သင်တန်းဆင်းပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး ကျွန်းစုမြို့နယ် ကျွန်းရတနာခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

အဆိုပါသင်တန်းကို ပြည်သူများ တရားဥပဒေစိုးမိုးမှုရရှိရေး၊ ဥပဒေအသိပညာ ရရှိစေရေးအတွက် အခြေခံအုပ်ချုပ်ရေး အဆင့်တွင် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသည့် ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအုပ်စု အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများကို ဥပဒေအသိပညာပေးခြင်းဖြင့် အုပ်ချုပ်ရေးလုပ်ငန်းများကို အထောက်အကူပြုနိုင်ရန် ရည်ရွယ်ဖွင့်လှစ်ခြင်းဖြစ်သည်။

သင်တန်းဆင်းပွဲတွင် မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးအောင်စန်းဝင်းက သင်တန်းဆင်းအမှာစကားပြောကြားပြီး ထူးချွန်ဆုရရှိသူများအား ဆုများနှင့် သင်တန်းသားများအား သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များကို မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးအောင်စန်းဝင်းနှင့် မြို့နယ်ဥပဒေအရာရှိ ဒေါ်မေဖြိုးကျော်တို့က ချီးမြှင့်ပေးအပ်ကြသည်။

သင်တန်းကို ဇူလိုင်လ ၃၀ ရက်မှဩဂုတ်လ ၁ ရက်အထိ ဖွင့်လှစ်ခဲ့ပြီး ကျေးရွာအုပ်စု အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ၂၇ ဦး တက်ရောက်ကြကြောင်း သိရသည်။ **ထက်မြင့်(ကျွန်းစု)**

ရန်ကင်းပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်၌ ဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ်ယဉ်ကျေးမှု နည်းပြသင်တန်းဖွင့်လှစ်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး သင်္ဃန်းကျွန်းခရိုင် ရန်ကင်းမြို့နယ်ရှိ ရန်ကင်းပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်နှင့် ဓမ္မရောင်ခြည် ဓမ္မဒါနဖောင်ဒေးရှင်းတို့ ပူးပေါင်းစီစဉ်ကျင်းပသော ဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ်ယဉ်ကျေးမှုနည်းပြသင်တန်းကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က ရန်ကင်းပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ရှိ မြတ်ပညာခန်းမ၌ ဖွင့်လှစ်သည်။

ရှေးဦးစွာ ရန်ကင်းပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်ကျောင်းအုပ်ကြီး ဒေါက်တာငြိမ်းသီအောင်က အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားပြီး သင်တန်းနည်းပြ ဦးမြင့်စိုးက အမှာစကားပြောကြားသည်။ ထို့နောက် ဓမ္မရောင်ခြည် ဓမ္မဒါနဖောင်ဒေးရှင်းမှ တာဝန်ရှိသူများက ဓမ္မကျောင်းတော်အမည်ရှိ သင်တန်းလက်စွဲစာအုပ်များကို ပေးအပ်ရာ ရန်ကင်းပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်နှင့် ကသာပညာရေးဒီဂရီကောလိပ်တို့မှ ကျောင်းအုပ်ကြီးများက လက်ခံရယူကြသည်။ ယင်းနောက် ဓမ္မရောင်ခြည် ဓမ္မဒါနဖောင်ဒေးရှင်းမှ နည်းပြဆရာများက ဗုဒ္ဓဘာသာ လူငယ်ယဉ်ကျေးမှုနည်းပြသင်တန်း သင်ခန်းစာများကို စတင်ပို့ချပေးကြသည်။

အဆိုပါသင်တန်းကို ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအနေဖြင့် ဗုဒ္ဓဘာသာလူငယ်ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာများနှင့် ပတ်သက်၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်သိရှိပြီး ပြန်လည်သင်ကြားပေးနိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ ဩဂုတ်လ ၁ ရက်မှ ၁၆ ရက်အထိ ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

နိုင်လင်းအောင်(ပြန်/ဆက်)

ကော့ကရိတ်မြို့ အမျိုးသမီးများဝင်ငွေတိုးရေးစီမံကိန်းဖြင့် ဖွင့်လှစ်သည့် စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်းဆင်းပွဲကျင်းပ

ကော့ကရိတ် ဩဂုတ် ၂

ကရင်ပြည်နယ် ကော့ကရိတ်ခရိုင် အသေးစားစက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းဦးစီးဌာနမှ အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည့် အသေးစားကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းများဖန်တီးပေးနိုင်ရေးနှင့် ကျေးလက်နေမိသားစုဝင်ငွေတိုးရေးစီမံကိန်းလုပ်ငန်း၏ အမျိုးသမီးများဝင်ငွေတိုးရေးစီမံကိန်းဖြင့် ကော့ကရိတ်မြို့ ရေကျော်ကြီး ကျေးရွာအုပ်စု လှိုင်ဝကျေးရွာနှင့် ကော့ကရိတ်မြို့ပေါ်ရပ်ကွက်တို့တွင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည့် စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်း (ပထမအကြိမ်) သင်တန်းဆင်းပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က ကော့ကရိတ်ခရိုင် အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာနခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

အခမ်းအနားတွင် ကော့ကရိတ်ခရိုင် စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးဥက္ကာက သင်တန်းဆင်းအမှာစကားပြောကြားပြီး လှိုင်ဝကျေးရွာ စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်းသူများအား သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များကိုလည်းကောင်း၊ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးကျော်ကျော်ဦးက လှိုင်ဝကျေးရွာ စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်းထွက် ကုန်ချောပစ္စည်းများကိုလည်းကောင်း၊ မြို့နယ် မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်းဥက္ကဋ္ဌ ဒေါ်ဝါဝါနွယ်က မြို့ပေါ်ရပ်ကွက်စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်းသူများအား သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များကိုလည်းကောင်း၊ ကော့ကရိတ်ခရိုင် အသေးစားစက်မှုလက်မှုလုပ်ငန်းဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးစောကြည်လင်းက မြို့ပေါ်ရပ်ကွက် စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်းထွက် ကုန်ချောပစ္စည်းများကိုလည်းကောင်း အသီးသီးပေးအပ်ရာ သင်တန်းသူများက လက်ခံရယူကြပြီး စုပေါင်းမှတ်တမ်းတင်ဓာတ်ပုံရိုက်ကြသည်။

စက်ချုပ်နည်းပညာသင်တန်း(ပထမအကြိမ်)ကို ဇူလိုင်လ ၁ ရက်မှ ၃၁ ရက်အထိ သင်တန်းကာလတစ်လကြာ စာတွေ့၊ လက်တွေ့သင်ကြားပို့ချခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး ဒုတိယအကြိမ်သင်တန်းကို ဩဂုတ်လ ဒုတိယပတ်တွင် ဆက်လက်ဖွင့်လှစ်ပို့ချမည်ဖြစ်ကြောင်း၊ သင်တန်းပြီးဆုံးသည်နှင့် သင်တန်းတစ်ခုလျှင် သတ်မှတ်အရည်အချင်းနှင့်ပြည့်စုံသော သင်တန်းသူငါးဦးစီရွေးချယ်ကာ တစ်ဦးလျှင် ငွေကျပ် ၁၇၄၀၀၀၀ နှင့်ညီမျှသည့် ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေး လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ ပံ့ပိုးပေးအပ်မည်ဖြစ်ပြီး ဌာနတွင် လုပ်ငန်းမှတ်ပုံတင်များပြုလုပ်ပေး၍ လုပ်ငန်းထူထောင်နိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ **ချမ်းမြေ့**

ရတနာပုံဝတ္ထု

ရွှေဥဒေါင်း

ယမန်နေ့မှအဆက်

ခင်စိန်ကြည်က စိန်ခြူးကြာညောင်ဆိုသည့် ဘောလယ်ကို စန္ဒရားနှင့်ဆို၍တီးရင်း "ရှင်က ဘောလယ်တယ်ကြိုက်ပါကလား၊ ဘာပြုလို့တုံး"ဟု ပြုံးရယ်ကာ နောက်ကကပ်၍ရပ်နေသော မောင်ထွန်းမြတ်မျက်နှာကိုကြည့်၍ မေးလျှင်-

မောင်ထွန်းမြတ်က "မပြောတတ်ပါဘူး ခင်ရယ်၊ သူများဆိုတော့ ဒီလောက်မကြိုက်ပါဘူး၊ ခင်ဆိုတာကြားရမှ ဘောလယ်ကို စွဲနေပါပြီ"

"ကဲ... တော်ပြီမဟုတ်လား၊ အစ်မကြီးတို့လာလောက်ပြီထင်တယ်"

"နေပါဦး ခင်၊ တစ်နေ့ကဆိုတဲ့ တေးထပ်ကလေး လုပ်စမ်းပါဦး"

"ဘယ်သင်းဟာလဲ၊ ကျောက်မြင်းသီလာဆိုတဲ့ ဂဝပေါလား"

"မဟုတ်ပါဘူးလေ၊ ကြင်နာဦးဆိုလား ဘာဆိုလား ပါပါတယ်"

"သြော်... စိန်ဝဇီရာ နီလာပွင့်သို့ဆိုတဲ့ဟာလား"

"အဲ... ဟုတ်တယ်၊ ဟုတ်တယ်" ဟု ပြောလျှင် ခင်စိန်ကြည်သည် အောက်ပါတေးထပ်ကိုဆို၍ စန္ဒရားနှင့်လိုက်၍တီးလေ၏။

"စိန်ဝဇီရာ နီလာပွင့်သို့ စီမြွာဘင့်တဲ့ ကိုးမျက်ခြယ်၊ သီဟာပလ္လင့်၊ မိုးထက်လယ်မှာ၊ စိုးလျက်စံပယ် ရှိန်ရောင်မြူး၊ မရှုအားပေ အခုများ ရောင်တယ်၊ လူ့သားဘောင်ကိုကြည့်ပဲ ပျော်မွေ့ကြူး၊ ဖော်ဆွေမဲ့လို့ ပွေတဲ့သူကို၊ ကြွေငဲ့အပူမြင်လာဘူး၊ လေဘွဲ့ခါယူ ထင်ရာရှုးချည့်၊ ကြင်နာဦးကြောင့် စက်မပျော်၊ နေမင်းရည်မှိန် သည်ချိန်ကျတော့၊ တည်ငြိမ်မရ မောင်မှန်းမိ၍မျှော်၊ ရွှေမင်ဆေးက ရေးပျက်ချော်တယ်၊ ဆွေးဖက်သနော်ချိန်ခါဦးမို့၊ တိမ်ပြာကြူးလို့ မြူခိုးတွေမှောင်၊ ပူပျိုးစေဖွဲ့နှောင်၊ လူဇာတိသို့ မချိအောင်ကို၊ ကလိယောင်ယောင် အိပ်မက်လာလို့လေး"

"ကဲ... ဒါပဲ၊ ကိုထွန်းမြတ်ကလည်း ဖေဖေ့လိုပဲ ညည်းညူတဲ့သီချင်းမှကြိုက်တာကိုး၊ ကျွန်မလည်း ဒီလိုပဲ၊ ကဲ ...တော်တော်နားငြီးပြီမှတ်တယ်" ဟုပြော၍ လင်ကိုမှီပြီးလျှင် ချစ်ဖွယ်ကောင်းလှသောမျက်နှာလေးဖြင့် မော်၍ကြည့်လိုက်ရာ မောင်ထွန်းမြတ်က "ခင့်အသံကလေးကြားလို့လည်း ဘယ်တော့မှမငြီး၊ ဟောဒီမျက်နှာကလေးမြင်ရလို့လည်း ဘယ်တော့မှမဝ" ဟုပြော၍ မျက်နှာကို လက်နှစ်ဖက်နှင့် ကိုင်ပြီးလျှင်-

မိမိရီမှာ မမြင်လိုသဖြင့် အခန်းတံခါးကို ပြန်၍ပိတ်ပြီးလျှင် ပြတင်းပေါက်တစ်ခုအနီးသို့သွား၍ မေးထောက်ငေးနေစဉ် မောင်ထွန်းမြတ်လင်မယားတို့ ထွက်လာခိုက်နှင့်ကြုံနေသဖြင့် မောင်ထွန်းမြတ်က-

"အလို ... မိမိရီတစ်ယောက်တည်းလား၊ အစ်မကြီးကော"

"နောက်က လာပြီ"ဟု ပြောဆဲတွင် မဂျမ်းပုံဝင်လာ၍-

"ဟေ့ ... မောင်ထွန်းမြတ် ငါက ပန်းမုန်လာပင်စိုက်စရာမရှိလို့ ရွက်လှပင်တွေကို အရွှေ့ခိုင်းထားတာ၊ မင်းက မာလီကုလားကိုဘယ့်နှယ် ပြောခဲ့ရပြန်သလဲ"

"ခင်စိန်ကြည်က ရွှေ့လို့မတော်ဘူးပြောလို့ မရွှေ့နဲ့တော့လို့ပြောထားတယ်"

"အမယ် ငါက တမင်ရွှေ့ဖို့ပြောထားတာ၊ မင်းက ဘာလို့ဝင်စွာရတာလဲ"

"ခင်စိန်ကြည်က ဘယ်သင်းမျိုးမဆို သူ့ဖခင်ရှိတုန်းကလို ရှိစေချင်တယ်တဲ့၊ ပန်းမုန်လာ ဘာလုပ်ဖို့လဲ အစ်မကြီးရယ်၊ အစ်မကြီး စားချင်ကျွန်တော် ဈေးကဝယ်ပေးပါ့မယ်"

"မောင်ထွန်းမြတ်မှာ စိတ်လည်းရှည်၊ သဘောလည်းကောင်းသည့်အပြင် အစ်မကြီး၏သဘောကိုလည်း သိပြီးဖြစ်၍ မဂျမ်းပုံသည် မည်သို့ပင်စကားများသော်လည်း စိတ်ဆိုးသည်မရှိဘဲ မဂျမ်းပုံ၏စကားကို အများအားဖြင့် နာယူလေ့ရှိလျက် ပြန်ပြောသည့်အခါတို့၌လည်း ပြုံးရယ်လျက်သာလျှင် ပြောတတ်၏။ ခင်စိန်ကြည်မှာမူ ဤကဲ့သို့မရှိနိုင်ဘဲ နေရာတိုင်း၌ ဝင်၍ပြောချင်ဆိုချင်ရှိသော မိန်းမကြီးတစ်ယောက်ဟု အောက်မေ့၍ အနည်းငယ်မခံချင်ရှိလေ၏ ..."

"မာလီကုလား အလကားမထားနိုင်ဘူးကွဲ့၊ ဝယ်လို့ရမှန်း ငါ အသိသားပေါ့၊ မင်းက ဝင်ဝင်မစွာကြပါနဲ့၊ တယ်မိုက်တဲ့အကောင်ကိုး"ဟု ပြောလျှင် မောင်ထွန်းမြတ်က ခင်စိန်ကြည်နှင့် မိမိရီတို့ကိုကြည့်လျက် "အစ်မကြီးကသာ ကျွန်တော့်ကို မိုက်တယ်ထင်တာကိုး အစ်မကြီးရဲ့" ဟု ပြုံး၍ပြောလေ၏။

မောင်ထွန်းမြတ်မှာ စိတ်လည်းရှည်၊ သဘောလည်းကောင်းသည့်အပြင် အစ်မကြီး၏သဘောကိုလည်း သိပြီးဖြစ်၍ မဂျမ်းပုံသည် မည်သို့ပင်စကားများသော်လည်း စိတ်ဆိုးသည်မရှိဘဲ မဂျမ်းပုံ၏စကားကို အများအားဖြင့် နာယူလေ့ရှိလျက် ပြန်ပြောသည့်အခါတို့၌လည်း ပြုံးရယ်လျက်သာလျှင် ပြောတတ်၏။ ခင်စိန်ကြည်မှာမူ ဤကဲ့သို့မရှိနိုင်ဘဲ နေရာတိုင်း၌ ဝင်၍ပြောချင်ဆိုချင်ရှိသော မိန်းမကြီးတစ်ယောက်ဟု အောက်မေ့၍ အနည်းငယ်မခံချင်ရှိလေ၏။

မဂျမ်းပုံမှာ ညစာစားပြီးလျှင် တခြားအစာ စားလေ့မရှိသော်လည်း မိမိရီလာသည့်နေ့ဖြစ်၍ လက်သုပ်ကိုသုပ်ကျွေးရာ လေးဦးသားတို့သည် လက်သုပ်စားရင်း ရယ်မောစရာပြောလျက်နေကြစဉ် ၁၀ နာရီထိုးလျှင် မိမိရီက "၁၀ နာရီတောင်ထိုးပြီ အစ်မကြီးရဲ့၊ ကျွန်မပြန်မှတော်မယ်၊ အကြိုမလာသေးဘူးထင်တယ်" ဟု ပြောလေ၏။

ထိုအခါ မောင်ထွန်းမြတ်က အစေခံတစ်ယောက်ကိုခေါ်မေး၍ မလာသေးကြောင်း သိကြလျှင် မိမိရီက "မေမေလည်း အိပ်ပျော်ပြီ၊ ဖေဖေကလည်း ကျွန်မကိုမေ့နေပြီထင်တယ်" ဟုပြောရာ ခင်စိန်ကြည်က "ဒါဖြင့် မောင်မျှားမှန်အိမ်နဲ့လိုက်ပို့စေမှထင်ပါရဲ့" ဟု ပြောလေကြောင်း၊ မောင်ထွန်းမြတ်ကမူ အပျိုအရွယ်ကလေးကို အချိန်မဲ့၌ ယောကျ်ားအစေခံနှင့် မသွားစေလိုသောကြောင့် "မိုးလည်းချုပ်လှပြီ၊ ကျုပ်ကိုယ်တိုင်လိုက်ပို့မှတော်မယ်"ဟု ပြော၍ တုတ်တစ်ချောင်းကိုကိုင်လျက် ထွက်သွားကြလေ၏။

ဝင်းပြင်သို့ရောက်၍ အနည်းငယ်သွားမိကြလျှင် "သွားရမှာကတော်တော်ကလေးလှမ်းသေးတယ် မိမိရီရေ့၊ ခပ်သုတ်သုတ်ကလေး သွားမှ"ဟုပြောလျှင် "ပြန်ချင်လှပြီပေါ့လေ" ဟု မိမိရီစိတ်ထဲ၌ အောက်မေ့ပြီးလျှင်-

'သူ့တော့ ပြောမှပဲ၊ မပြောရရင်ဖြင့် ငါရင်ကျပ်ပြီး သေလိမ့်မယ်၊ ပြောလိုက်ရမှ ရင်နည်းနည်းချောင်လိမ့်မယ်'ဟု စဉ်းစားမိ၏။ မိမိရီမှာ အထက်ကဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း သိတတ်သောအရွယ်သို့ရောက်သည်မှစ၍ မောင်ထွန်းမြတ်ကို လှိုက်လှိုက်လှဲလှဲ အသည်းစွဲအောင် ချစ်ခင်စုံမက်နေသည်နှင့် မောင်ထွန်းမြတ်သည် မိမိအား တစ်နေ့သော်လည်း ပြောနိုးနိုး၊ တစ်နေ့သော်လည်း ဖွင့်နိုးနိုးနှင့် မျှော်လင့်စောင့်ဆိုင်းလျက်နေလေ၏။

မိမိက စတင်၍ပြောရမည်မှာလည်း မိန်းမသားဖြစ်၍ မပြောစကောင်းသောကြောင့် အချစ်ကိုမျိုသိပ်လျက်ထားခဲ့ရာ မောင်ထွန်းမြတ်သည် မိမိအား မိမိချစ်ခင်သကဲ့သို့ပင် ချစ်ခင်သည်ဟု အောက်မေ့ရှာ၏။ သို့သော် အချိန်မကျသေးသဖြင့် မပြောဘဲနေသေးသည်။ တစ်နေ့နေ့ကျလျှင် မုချပြောရမည်ဟု စိတ်တွင်အောက်မေ့လျက်ရှိစဉ်တွင် မောင်ထွန်းမြတ်သည် ခင်စိန်ကြည်နှင့် ရုတ်တရက် လက်ထပ်ပြီးလျှင် တစ်ယောက်ကိုတစ်ယောက် ချစ်ချစ်ခင်ခင် ကြင်ကြင်နာနာရှိကြကြောင်းကို ကြားခဲ့ရရုံမျှမက မိမိမျက်စိနှင့်ပင်မြင်ခဲ့ရပြန်သောအခါ အလွန်တရာရင်လေးလျက် အသားဆတ်ဆတ်တုန်အောင် အနေရခက်ကာ တစ်သက်ပတ်လုံးမျိုသိပ်လျက်ထားခဲ့သောအချစ်တို့သည် ချုပ်တည်း၍မရနိုင်ဘဲ ဝမ်းတွင်းတွင် ဗလုံဆန်လျက် အကုန်ပြန်၍ပြောလိုက်ရမှတော်တော့မည်ဟု အောက်မေ့ကာ အချက်ကိုရှာနေလေ၏။ မောင်ထွန်းမြတ်မှာမူ ဤအဖြစ်များကို မသိရှာသောကြောင့် အရေးမကြီးသောစကားတို့ကိုသာ ရယ်မောပြောဆိုလျက်လိုက်လေ၏။

ဆက်လက်ဖော်ပြပါမည်။

ပျော်ဘွယ်မြို့နယ်၌ အသက် နှစ်လမှ တစ်နှစ်ခွဲအတွင်းရှိ ကလေးငယ်များအား ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးလျက်ရှိ

ပျော်ဘွယ် သြဂုတ် ၂

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ရမည်းသင်းခရိုင် ပျော်ဘွယ်မြို့နယ်၌ အသက်နှစ်လမှ တစ်နှစ်ခွဲအတွင်းရှိ ကလေးငယ်များအား ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းကို သြဂုတ်လ ၂ ရက်တွင် ဆိတ်ချိုကျေးရွာ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန၌ ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်သည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် အသက်နှစ်လမှ တစ်နှစ်ခွဲအတွင်းရှိ ကလေးငယ်များအား ဆုံဆို့ကြက်ညှာ၊ အဆုတ်ရောင်ရောဂါ၊ ငါးမျိုးစပ်၊ ဦးနှောက်အမြှေးရောင်၊ နမိုးနီးယား၊ ပိုလီယိုကာကွယ်ဆေးနှင့် ဝမ်းရောဂါကာကွယ်ဆေး စသည့် အသက်အရွယ်အလိုက် သတ်မှတ်ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးကာ မိခင်များကိုလည်း နေထိုင်စားသောက်မှုပုံစံ စနစ်တကျရှိစေရေး အသိပညာပေးဆွေးနွေးသည်။

ပျော်ဘွယ်မြို့နယ် ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနအောက်ရှိ မိခင်နှင့်ကလေးကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာန၊ ကျေးလက်ကျန်းမာရေးဌာနခွဲမှ ဝန်ထမ်းများအနေဖြင့် ကျေးရွာများသို့ကွင်းဆင်း၍ ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးထိုးလုပ်ငန်းများနှင့် အသိပညာပေးဟောပြောခြင်းလုပ်ငန်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

မင်းမင်းထွေး(ပျော်ဘွယ်)

ဘုတ်ပြင်းမြို့၌ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းဆောင်ရွက်

ဘုတ်ပြင်း သြဂုတ် ၂

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး ဘုတ်ပြင်းမြို့ အဝင်နှင့် အတွင်းဘုတ်ပြင်းကျေးရွာကြားရှိ ပြည်ထောင်စုလမ်းမကြီးနှင့် ချောင်းတို့၌ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းကို သြဂုတ်လ ၁ ရက်က ဆောင်ရွက်သည်။

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်တစ်ခုဖြစ်သည့် ရေကြီးရေလျှံမှုများ ဖြစ်ပေါ်လာပါက အရေးပေါ်ကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ အမြန်ဆုံးတုံ့ပြန်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းကို မြို့နယ်မီးသတ်ဦးစီးဌာန၊ ကျန်းမာရေးဌာန၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များ၊ ပရဟိတအသင်းအဖွဲ့များနှင့် ဒေသခံပြည်သူများပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်သည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုဖြစ်ပေါ်နေသည့် ကားလမ်းမကြီး၌ သွားလာနေသော မော်တော်ဆိုင်ကယ်များနှင့် ခရီးသွားပြည်သူများအား ကူညီကယ်ဆယ်ပို့ဆောင်နေမှုများ၊ ရေကြီးရေလျှံ၍ ရေစီးအတွင်းမျောပါသူများအား အသက်ကယ်ဖောကွင်းနှင့် ကူညီကယ်ဆယ်နေမှုများ၊ ရေမြုပ်နေသူများအား အရေးပေါ်အသက်ကယ်၍ လူနာတင်ယာဉ်ဖြင့် အနီးရှိဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းများသို့ ပို့ဆောင်နေမှုများကို စုပေါင်းဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ကြသည်။

အဆိုပါ ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်နေမှုကို ဘုတ်ပြင်းခရိုင် စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌနှင့် ကော်မတီဝင်များ၊ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် ကော်မတီဝင်များ၊ ခရိုင်/မြို့နယ်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးကြကြောင်း သိရသည်။

ချမ်းမြေ့

ညီညွတ်ရေးက အရေးကြီး

တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေးကတော့ အရေးကြီးတဲ့အချက်ပဲ။ လွတ်လပ်ရေးမဆုံးရှုံးခင်က တိုင်းရင်းသားတွေအားလုံး စုစုစည်းစည်းနေခဲ့ကြတယ်။ လွတ်လပ်ရေးဆုံးရှုံးခဲ့ပြီးနောက်ပိုင်း အမျိုးမျိုးသောသွေးခွဲမှုတွေကြောင့် တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှု ပျက်ပြားခဲ့ကြတယ်။ လွတ်လပ်ရေးရပြီးတဲ့အချိန်မှာလည်း အမျိုးမျိုးသောသွေးခွဲမှုတွေကြောင့် တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်မှုတွေ ပျက်ယွင်းခဲ့ရတယ်။ ဒါကို ကျွန်တော်တို့ ပြန်ပြီးစုစည်းညီညွတ်တဲ့ ပြည်ထောင်စုတည်ဆောက်ဖို့လိုတာပေါ့။ မတည်ဆောက်နိုင်ရင်တော့ ပဋိပက္ခတွေဖြစ်နေမှာပဲ။ ဒါကြောင့် ညီညွတ်ရေးကအရေးကြီးပါတယ်။

(နိုင်ငံတော်သမ္မတ ဦးမင်းအောင်လှိုင် ၁၉-၇-၂၀၂၄ ရက်နေ့ အာဇာနည်နေ့အခမ်းအနားသို့ လာရောက်ဂါရဝပြုရခြင်းနှင့် ပစ္စုပ္ပန်ကာလတွင် တိုင်းပြည်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၊ တိုင်းရင်းသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေးတို့နှင့်စပ်လျဉ်း၍ မီဒီယာများ၏ မေးမြန်းမှုများဖြေကြားချက်မှ ကောက်နုတ်ချက်)

ဝါးအမျိုးမျိုးမှ ပျော့ဖတ်များ ထုတ်လုပ်နိုင်ရေး စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ရေနီမြို့ စက္ကူစက်ရုံ (ရေနီ) ရှိ ဓာတ်ခွဲခန်းတွင် ဝါးအမျိုးမျိုးမှ ပျော့ဖတ်များထုတ်လုပ်နိုင်ရေး စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း အဆိုပါစက်ရုံမှ သိရသည်။

အဆိုပါစက်ရုံ၌ ဝါးအမျိုးမျိုးမှ ပျော့ဖတ်များ ထုတ်လုပ်နိုင်ရေး စမ်းသပ်ဆောင်ရွက်နေမှုကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် စက်မှုနှင့် အသေးစား၊ အငယ်စား၊ အလတ်စားနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒေါက်တာချာလီသန်းသည် တာဝန်ရှိသူများနှင့်အတူ သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ကြည့်ရှုစဉ် သုတေသနလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုကို စနစ်တကျမှတ်တမ်းထားရှိရန်၊ ပျော့ဖတ်များကို စီးပွားရေးတွက်ခြေကိုက်မှုရှိအောင် ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်အဆင့်ဆင့်တို့အား MSME လုပ်ငန်းရှင်များအား နည်းပညာလွှဲပြောင်းနိုင်ရေး ကြိုတင်ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်ထားရှိရန်၊ စက္ကူများချက်လုပ်နိုင်ရေးအတွက် ချက်အိုးများကို ပြည်တွင်း၌ ထုတ်လုပ်နေသဖြင့် လိုအပ်သည့်နည်းပညာများကို ပံ့ပိုးပေးရန် မှာကြားသည်။

ထို့ပြင် ရေနီမြို့ရှိ တန် ၂၀ စက္ကူစက်ရုံမှ ထုပ်ပိုးစက္ကူများ ထုတ်လုပ်ထားရှိမှု၊ ရေတာရှည်မြို့နယ် မြို့လှမြို့ရှိ KKN တစ်ရှူးနှင့် ရွှေဝါးတူလုပ်ငန်း၊ YDE Pulp & Paper Co., Ltd.၏ တန် ၅၀ ကျ စက္ကူစက်ရုံ၌ စက်ပစ္စည်းများတပ်ဆင်နေမှု၊ ကျော်မိုးနိုင် မိသားစု၏ တန် ၅၀ ဆန်စက်၌ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး လုပ်ငန်းဆိုင်ရာများမှာကြားကာ MSME လုပ်ငန်းရှင်များ၏ တင်ပြချက်များကို ညှိနှိုင်းပေါင်းစပ် ဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြဝတီ

လေးမျက်နှာမြို့နယ်အတွင်းရှိ ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ဆန်ရိက္ခာများထောက်ပံ့

လေးမျက်နှာ ဩဂုတ် ၂

ဟသ်ာတခရိုင် လေးမျက်နှာမြို့နယ် ခတ္တာကျေးရွာအုပ်စု ရွာသစ်စုကျေးရွာဓမ္မာရုံနှင့် ခတ္တာကျေးရွာ ဦးဘစိုဓမ္မာရုံ တို့ရှိ ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ဆန်ရိက္ခာ၊ ရေသန့်နှင့်အခြေခံစားသောက်ကုန်များကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ဦးအေးကျော်သည် တာဝန်ရှိသူများနှင့်အတူ သွားရောက်ထောက်ပံ့ပေးအပ်သည်။

ထိုသို့သွားရောက်ထောက်ပံ့စဉ် ဒေသခံပြည်သူများ ဆက်သွယ်ရေးကွန်ရက်များ မပြတ်တောက်စေရေး၊ ဌာနဆိုင်ရာများ၊ လူမှုကူညီရေးအသင်းအဖွဲ့များ၊ ဒေသခံများအတွက် လိုအပ်သည့်စက်သုံးဆီများ ဖြည့်ဆည်းပေးနိုင်ရေး၊ ဖုန်းနှင့် လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများ အလွယ်တကူအားသွင်းနိုင်ရေးအတွက် ဆိုလာစနစ်နှင့် မီးစက်များ မောင်းနှင်ပေးနိုင်ရေးတို့ကိုလည်း ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့သည်။

ထို့ပြင် ရွာသစ်စုကျေးရွာဓမ္မာရုံ၌ ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ပေးနေမှု၊ စတုမုခစေတီတော်ကြီး ကမ်းပြိုကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှုကိုလည်း ကြည့်ရှုအားပေးသည်။

ထို့အတူ စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး ဦးဗိုလ်ဗိုလ်ကျော်ဦးစီး၍ လက်ရှိ ကမ်းရင်းတာ(တာဟောင်း)အား ရေတိုက်စားပြိုကျမှုမှ ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် တာခြေထောက်ခြင်းလုပ်ငန်းများအဖြစ် Geo Bag ကမ်းထိန်းအိတ်များချခြင်း၊ မျောတုတ်တန်းကာ၍ သဲအိတ်ဖြည့်ခြင်းလုပ်ငန်းများ၊ ကမ်းရင်းတာ (တာဟောင်း) ပေ ၁၂၀ ရေဝင်ပေါက်အား ဘေးနှစ်ဖက် မျောတုတ်တန်းများရိုက်၍ သဲအိတ်များထည့်ကာ ရေစီးကြောင်းအရှိန်လျှော့ချရေး ဆောင်ရွက်ခြင်းလုပ်ငန်းများ၊ ပန်းတာအား ထိန်းသိမ်းကာကွယ်ခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန်အတွက် လိုအပ်သော တိုင်းတာမှုလုပ်ငန်းများနှင့် ပစ္စည်းစုဆောင်းခြင်း လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေမှုကိုသွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးသည်။

ထိုသို့သွားရောက်ကြည့်ရှုစဉ် တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က ရေစီးကြောင်းအရှိန်လျှော့ချရေးနှင့် ရေနက်စီးကြောင်းပိတ်ဆို့ဟန့်တားရေးအတွက် Geo Bag များ၊ ကျောက်ဖြည့်သံခြင်းချခြင်း လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နိုင်ရန် လိုအပ်သည့်သဲနှင့် ကျောက်များကို အနီးဆုံးနေရာများမှ သယ်ယူရရှိရေးနှင့် စက်ယန္တရားများ အမြန်ဆုံးရောက်ရှိရေးတို့ကို ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

တိုင်းဒေသကြီး(ပြန်/ဆက်)

မြို့	အနိမ့်ဆုံး /	အမြင့်ဆုံးအပူချိန်
နေပြည်တော်	၂၅˚c /	၃၁˚c
ရန်ကုန်	၂၄˚c /	၃၂˚c
မန္တလေး	၂၇˚c /	၃၅˚c

လျှပ်စစ်မီးကို ချွေတာသုံးစွဲပါ

အဖိုးတန်ရေချိုကို ချွေတာကြပါစို့

နောင်ချိုမြို့ အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်းရှိ အသက် ၁၀ နှစ်အထက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအတွက် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားနှင့် UID များဆောင်ရွက်ပေး

နောင်ချို ဩဂုတ် ၂

ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း) နောင်ချိုမြို့ အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်းရှိ အသက် ၁၀ နှစ်အထက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအတွက် လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူးရုံးမှ ဝန်ထမ်းများက လမင်းစီမံချက်ဖြင့် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားနှင့် UID ထုတ်ပေးခြင်း လုပ်ငန်းများကို ယနေ့ ကွင်းဆင်း ဆောင်ရွက်ပေးသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ပေးနေမှုကို ရှမ်းပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ဦးစိုင်းထိန်စိုးသည် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးများနှင့်အတူ သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်ပြားနှင့် UID များ ပေးအပ်ကြသည်။

ထို့ပြင် အုမ္မခါးကျေးရွာရှိ စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန နှစ်ရှည်သီးနှံဌာနခွဲ နှစ်ရှည်ပင်များ သုတေသနနှင့်နည်းပညာဖွံ့ဖြိုးရေးခြံ (နောင်ချို) တွင် မက္ကဒေးမီးယား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် မှတ်တမ်းများ၊ မက္ကဒေးမီးယားကုန်ကြမ်းမှ ကုန်ချောထုတ်လုပ်မှု အဆင့်ဆင့်ပြခန်းနှင့် ခြံအတွင်းစိုက်ပျိုးထားသည့် တစ်သျှူးငှက်ပျော၊ ကုန်းမြင့်ကော်ဖီ၊ မက္ကဒေးမီးယားပျိုးပင်တို့ကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

အဆိုပါခရီးစဉ်အတွင်း လောက်ဖန်းကျေးရွာရှိ ငွေရည်ပုလဲဘိလပ်မြေစက်ရုံ၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုနှင့် ဘိလပ်မြေတန် ၅၀၀၀ ကျ စက်ရုံသစ်တည်ဆောက်နေမှုကိုလည်း သွားရောက်ကြည့်ရှုခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မောင်မောင်သန်း(တောင်ကြီး)

ကျောက်ဆည်မြို့နယ် ဇရပ်ဖြူကျေးရွာ၌ ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးရေးခေါင်းစဉ်ဖြင့် ပြည်သူ့စကားဝိုင်းကျင်းပ

ကျောက်ဆည် ဩဂုတ် ၂

ဒီမိုကရေစီအင်္ဂါရပ်များနှင့်အညီ အများပြည်သူနှင့် အစိုးရတာဝန်ရှိသူများကြား ဆွေးနွေးပြောကြားနိုင်သည့်အခွင့်အလမ်းများရရှိစေရန်၊ မိမိတို့ရပ်ရွာဒေသတွင် ဖြစ်ပေါ်နေသည့် လိုအပ်မှုအကြောင်းအရာများကို ပြည်သူများကြားတွင် ဆွေးနွေးတတ်စေရန်၊ ပြည်သူလူထု၏စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုများမြင့်မားလာပြီး ဆွေးနွေးပွဲများတွင် ပါဝင်ဆွေးနွေးတတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းများရရှိလာစေရန် ရည်ရွယ်၍ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ကျောက်ဆည်ခရိုင် ကျောက်ဆည်မြို့နယ် ဇရပ်ဖြူကျေးရွာ၌ ဩဂုတ်လ ၂ ရက်တွင် ပြည်သူ့စကားဝိုင်းဆွေးနွေးပွဲကျင်းပရာ အမျိုးသားလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးခင်မောင်ဝင်းနှင့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးစိုးစိုးထွန်းတို့က အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ ကျောက်ဆည်ခရိုင် ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဒေါ်တင်တင်ထွေးက ပြည်သူ့စကားဝိုင်းကျင်းပရခြင်း၏ ရည်ရွယ်ချက်များကို ရှင်းလင်းပြောကြားပြီး ပြည်သူ့စကားဝိုင်းအား ဆက်လက်ကျင်းပရာ အမျိုးသားလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးခင်မောင်ဝင်း၊ တိုင်းဒေသကြီး လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးစိုးစိုးထွန်း၊ မြို့နယ်အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန ဒုတိယဦးစီးမှူးဦးစိုးလင်းထွန်း၊ အစိုးရနည်းပညာအထက်တန်းကျောင်းမှ ကျောင်းအုပ်ကြီး ဒေါက်တာဇာနည်ထွန်း၊ ခရိုင်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဒေါ်ဌေးရီ၊ မြို့နယ်ကျေးလက်လမ်းဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးသစ်လွင်၊ မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးမြင့်အောင်၊ မြို့နယ်ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးကျော်ဇေယျာဖြိုး၊ မြို့နယ်သမဝါယမဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးဇော်ထွန်းအောင်၊ ဒုတိယမြို့နယ်ဥပဒေအရာရှိ ဒေါ်ပြည့်ပြည့်တို့က ဌာနအလိုက် ပြည်သူ့အကျိုးပြုလုပ်ငန်းများ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေမှုများကို ရှင်းလင်းဆွေးနွေးကြသည်။

ထို့နောက် တက်ရောက်လာကြသည့် ကျေးရွာနေပြည်သူများက ဇရပ်ဖြူကျေးရွာ အခြေခံပညာမူလတန်းကျောင်း၌ လိုအပ်နေသည့် စာသင်ကျောင်းဆောင်သစ်၊ ကျေးရွာကုန်ထုတ်လမ်း၊ ကျေးရွာတွင်းလိုအပ်နေသည့် ကွန်ကရစ်လမ်းနှင့် ကျေးရွာနှင့် ကျောင်းဆက်သွယ်ထားသည့် တံတားအား အသစ်ပြန်လည်ပြုပြင်ရေး၊ ကျေးရွာအနီးရှိ ဇီးတောမြောင်းဘောင်ကမ်းပါးရေတိုက်စားခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးရေးလုပ်ငန်းများကို တင်ပြဆွေးနွေးရာ ဌာနဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများက ကဏ္ဍအလိုက် အသီးသီးပြန်လည်ရှင်းလင်းဆွေးနွေးကြကြောင်း သိရသည်။

သက်မောင်(ကျောက်ဆည်)

ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာနမှ ငလျင်ဘေးသဏ္ဍာန်တူ ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်

မကွေး ဩဂုတ် ၂

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များကျရောက်လာပါက ပြည်သူများ၏အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများမဖြစ်ပေါ်စေရန်ရည်ရွယ်၍ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာနမှ ငလျင်ဘေးသဏ္ဍာန်တူဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က အမှတ်(၁)အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း၌ ကျင်းပသည်။

ရေးဦးစွာ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး ဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးက ငလျင်ဘေးအန္တရာယ်တွေ့ကြုံလာပါက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်များ၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းဖြင့် ရရှိလာမည့်အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် သဘာဝဘေးရင်ဆိုင်တွေ့ကြုံလာပါက ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို အသိပညာပေးဟောပြောသည်။

ထို့နောက် ငလျင်ဘေးသဏ္ဍာန်တူဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်ခြင်းဆောင်ရွက်မှုအဖြစ် ငလျင်လှုပ်ခတ်ခြင်းအကြောင်းအချက်ပေးခြင်းနှင့်အတူ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများက ဝပ်၊ ကာ၊ ကိုင်ပုံစံဖြင့် နေရာယူခြင်း၊ ငလျင်လှုပ်ခတ်မှုငြိမ်သက်ပါက အဆောက်အအုံနှင့် ဘေးလွတ်ရာကွင်းပြင်နေရာများတွင် နေရာယူခြင်းတို့ကို သရုပ်ပြသည်။

ဆက်လက်၍ ကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့ဝင်များက ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ သရုပ်ပြခြင်း၊ ကြက်ခြေနီတပ်ဖွဲ့ဝင်များက ရှေးဦးသူနာပြုစု၍သရုပ်ပြသခြင်း၊ ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုအဖွဲ့များက ဆေးဝါးကုသမှုသရုပ်ပြသခြင်းနှင့် ပို့ဆောင်ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းဆိုင်ရာအဖွဲ့က ယာဉ်၊ ယန္တရားများဖြင့် ဘေးကင်းလုံခြုံသည့်နေရာများသို့ ပို့ဆောင်ပေးခြင်း စသည့်ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်မှုများကို သရုပ်ပြသခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

မောင်ခိုင်မင်း(ပြန်/ဆက်)

မြစ်ကြီးနားမြို့နယ်၌ နောင်းပုံ- ပိုးစာခြံလမ်း ကွန်ကရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ရန် မြေပြင်အကြို ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

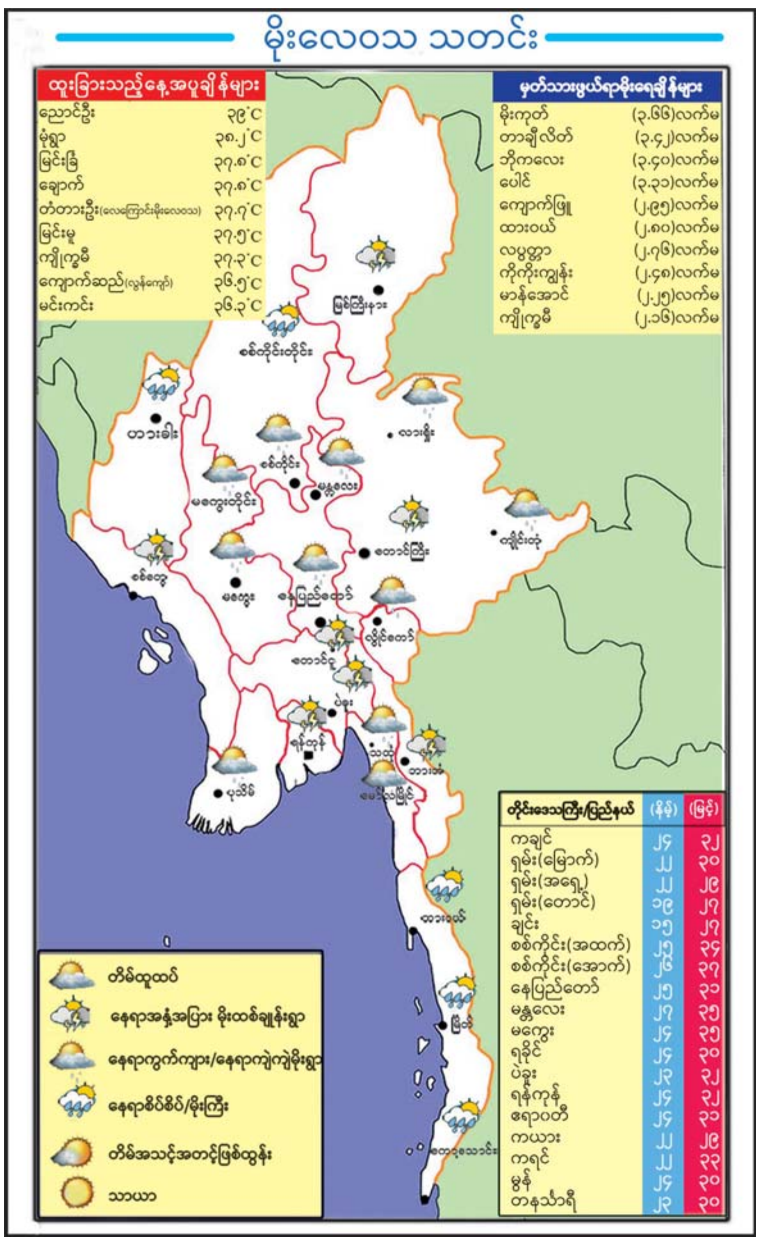
မြစ်ကြီးနား ဩဂုတ် ၂

ကချင်ပြည်နယ် မြစ်ကြီးနားခရိုင် မြစ်ကြီးနားမြို့နယ် ကျေးလက်လမ်းဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစီးဌာနမှ ကျေးလက်နေပြည်သူများ၏လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး ပိုမိုအဆင်ပြေလွယ်ကူစေရန်ရည်ရွယ်၍ ၂၀၁၉-၂၀၂၀ ဘဏ္ဍာနှစ် ပြည်နယ်ခွင့်ပြုရန်ပုံငွေဖြင့် အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်မည့် နောင်းပုံ-ပိုးစာခြံလမ်းကွန်ကရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ရန် မြေပြင်အကြို ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးခြင်းကို ဩဂုတ်လ ၂ ရက်တွင် တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးကြသည်။

ထိုသို့ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် စီမံကိန်းစစ်ဆေးရေးနှင့် အရည်အသွေးထိန်းသိမ်းရေးဌာနခွဲ(ရုံးချုပ်) လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး(မြို့ပြ) ဦးမောင်မောင်မိုးဝင်း၊ ဝိုင်းမော်မြို့နယ် ကျေးလက်လမ်းဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးဒေဝအောင်နှင့် အင်ဂျင်နီယာဝန်ထမ်းများသည် နောင်းပုံကျေးရွာနှင့် ပိုးစာခြံလမ်းကို ဆက်သွယ်ထားသော အရှည် ၅ ဖာလုံ၊ အကျယ် ၁၆ ပေ၊ ထု ၇ လက်မရှိ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မည့် မြေပြင်အခြေအနေများကို ကွင်းဆင်းကြည့်ရှုစစ်ဆေးကြသည်။

အဆိုပါ ကျေးရွာချင်းဆက်လမ်း ကွန်ကရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို ၂၀၁၉-၂၀၂၀ ဘဏ္ဍာနှစ် ပြည်နယ်ခွင့်ပြုရန်ပုံငွေဖြင့် မြစ်ကြီးနားမြို့နယ် ကျေးလက်လမ်းဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစီးဌာနမှဝန်ထမ်းများ၏ နည်းပညာပံ့ပိုးမှုနှင့် အနီးကပ်ကြီးကြပ်မှုတို့ဖြင့် တင်ဒါအောင်မြင်သည့် Aung Dan Family ကုမ္ပဏီက အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ချိုသန်းညွန့်(ကျေးလက်)



တစ်ပတ်တာအတွင်း ငွေကျပ် သိန်း ၃၀၀၀ ကျော်တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ လေးသောင်းနီးပါး အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ရန်ကုန်မြို့ရှိ ရန်ကုန်စတော့အိတ်ချိန်း၌ ဇူလိုင်လနောက်ဆုံးပတ်တစ်ပတ်တာအတွင်း ငွေကျပ် သိန်း ၃၀၀၀ ကျော်တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ လေးသောင်းနီးပါး အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရန်ကုန်စတော့အိတ်ချိန်း၏ Main Board တွင် အများပိုင်ကုမ္ပဏီရှစ်ခုဖြင့် ဘဏ်ပိတ်ရက်များမှအပ နေ့စဉ်စတော့ရှယ်ယာများကို အရောင်းအဝယ်ပြုလုပ်လျက်ရှိရာ ဇူလိုင်လ ၂၇ ရက်မှ ၃၁ ရက်အထိ တစ်ပတ်တာအတွင်း ငွေကျပ် ၃၂၁၉၉၁၄၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၃၉၈၈၈ စောင် အရောင်းအဝယ်ပြုလုပ်နိုင်ခဲ့သည်။

ထိုသို့အရောင်းအဝယ်ပြုလုပ်ရာတွင် FMI ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၁၀၀၇၆၃၀၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၅၅၉၈ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

MTSH ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၁၃၂၀၇၇၂၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၁၅၆၀၉ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ရာ ယခင်တစ်ပတ်ကထက် စတော့ရှယ်ယာ ငါးပုံတစ်ပုံခန့် အရောင်းအဝယ်မြင့်တက်ခဲ့သည်။

MCB ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၆၉၂၉၅၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၅၂၈ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ပြီး ယခင်တစ်ပတ်ကထက် စတော့ရှယ်ယာ အရောင်းအဝယ်မြင့်တက်ခဲ့သည်။

FPB ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၅၁၆၇၂၀၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၇၆၁၂ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ပြီး ယခင်တစ်ပတ်ကထက် စတော့ရှယ်ယာ သုံးပုံနှစ်ပုံကျော် အရောင်းအဝယ်မြင့်တက်ခဲ့သည်။

TMH ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၉၁၇၉၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၂၇၃ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ပြီး ယခင်တစ်ပတ်ကထက် စတော့ရှယ်ယာအရောင်းအဝယ် မြင့်တက်ခဲ့သည်။

EFR ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၁၅၀၇၅၁၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၇၇၉၈ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

AMATA ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၁၈၄၂၃၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၄၅၁ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

MAEX ကုမ္ပဏီမှ ငွေကျပ် ၁၂၇၁၄၄၀၀ တန်ဖိုးရှိ စတော့ရှယ်ယာ ၂၀၁၉ စောင် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့သည်။

ယခုတစ်ပတ်အတွင်း အများပြည်သူရုံးပိတ်ရက် တစ်ရက်ရှိခဲ့ပြီး ယင်းရက်တွင် စတော့ရှယ်ယာရောင်းချမှုကို ပိတ်ထားခဲ့ရာ ကုမ္ပဏီလေးခုမှာ ယခင်တစ်ပတ်ကထက် စတော့ရှယ်ယာ အရောင်းအဝယ်မြင့်တက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ခန့်ခန့်

နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေးအတွက် စည်းကမ်းရှိစွာ၊ ညီညွတ်စွာနှင့် စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်လုပ်ကြစို့

ကိုဘုန်း

လူမျိုးတစ်မျိုး၊ နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ ကံကြမ္မာသည် ကောင်းကင်မှ မိုးပေါက်များကဲ့သို့ အလိုအလျောက် ကျရောက်လာခြင်း မဟုတ်ပါ။ သမိုင်း၏လှိုင်းထန်သော ပင်လယ်ပြင်ကြီးတွင် ခိုင်မာသော ကျောက်ဆူးတစ်ခုကဲ့သို့ ရပ်တည်နိုင်ခဲ့သော တိုင်းပြည်တိုင်း၏ အခြေခံအုတ်မြစ်ကို လေ့လာကြည့်ပါက ထိုအောင်မြင်မှုများသည် ကံကြမ္မာ၏ကျေးဇူးကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ပြည်သူတို့၏ ဦးနှောက်အားဖြင့် ကြံဆခြင်း၊ သွေးနှင့် ချွေးများဖြင့်ရုန်းကန်ကြိုးစားခြင်း၊ ညီညွတ်သော စွမ်းအားများဖြင့် တည်ဆောက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်ကို ထင်ရှားစွာတွေ့မြင်နိုင်သည်။ ကမ္ဘာ့သမိုင်းစာမျက်နှာများတွင် ပြာပုံအတိဖြစ်ခဲ့သော်လည်း ခဏတာအတွင်း အင်အားကြီးနိုင်ငံများအဖြစ် ပြန်လည်ထူထောင်နိုင်ခဲ့သော တိုင်းပြည်များ၏ လျှို့ဝှက်ချက်မှာ အခြားမဟုတ်၊ ၎င်းတို့၏ရင်ထဲတွင် တောက်လောင်နေသော အမျိုးသားရေးစိတ်ဓာတ်နှင့်အတူ **“စည်းကမ်း၊ ညီညွတ်မှုနှင့် စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်လုပ်ခြင်း”** ဟူသော အုတ်မြစ်သုံးရပ်ကို ခိုင်မာစွာ စိုက်ထူနိုင်ခဲ့ခြင်းကြောင့်ပင်ဖြစ်သည်။

ယနေ့ ကျွန်ုပ်တို့၏ နိုင်ငံတော်သည် အပြောင်းအလဲများ၊ စိန်ခေါ်မှုများကို ဖြတ်သန်းနေရသော ကာလဖြစ်သည်။ ဤသို့သော အချိန်အခါမျိုးတွင် တိုင်းသူပြည်သားတို့၏ တာဝန်သည် သာမန်အချိန်များထက် ပိုမိုကြီးမားလေးနက်လှသည်။ တိုင်းပြည်တစ်ပြည် ပြောင်းလဲတိုးတက်ရေးအတွက် အစိုးရ သို့မဟုတ် ခေါင်းဆောင်ပိုင်း၏ ဦးဆောင်မှုသည် အရေးကြီးသည်မှန်သော်လည်း အမှန်တကယ် တွန်းအားပေးသော ရှက်လှွင့်မှုမှာ ပြည်သူတစ်ရပ်လုံး၏ အပြုသဘောဆောင်သော စွမ်းအားများပင်ဖြစ်သည်။ မိမိတို့ မြေမျက်နှာ၊ မိမိတို့၏ အသက်ရှူသံများနှင့် ဆက်စပ်နေသော ဤမြေ၊ ဤရေ၊ ဤနိုင်ငံတော်ကြီး သာယာဝပြောရေးအတွက် ကျွန်ုပ်တို့၌ လိုအပ်နေသည်မှာ နှုတ်ဖြင့် ရွတ်ဆိုရုံမျှမဟုတ်သော အမှန်တကယ် လက်တွေ့ကျင့်သုံးသည့် စည်းကမ်း၊ စိတ်ဝမ်းမကွဲသော ညီညွတ်ခြင်းနှင့် မိမိတို့ကျရာ အခန်းကဏ္ဍမှ အားသွန်ခွန်စိုက်ပါဝင်ဆောင်ရွက်သည့် စွမ်းအားရှိသမျှ ဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ပင်ဖြစ်သည်။

စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ လွတ်လပ်မှုကို ချုပ်ချယ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ သဟဇာတဖြစ်သော လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွက် လိုအပ်သောမဏ္ဍိုင်ဖြစ်သည်။ စည်းကမ်းမဲ့သော စွမ်းအားသည် ဖျက်ဆီးတတ်သော ရေလွှမ်းမိုးမှုကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး စည်းကမ်းရှိသော စွမ်းအားမှုကား တိုင်းပြည်ကို အလင်းရောင်ပေးနိုင်သော ရေအားလျှပ်စစ်ကဲ့သို့ အဖိုးတန်လှသည်။ ထို့အတူ ညီညွတ်ခြင်းမရှိဘဲ ကွဲပြားနေသော စွမ်းအားများသည် လေထဲတွင်လွင့်ပါးပျောက်ကွယ်သွားမည့် အမှုန်အမွှားများသာဖြစ်ပြီး စည်းလုံးညီညွတ်စွာ ပေါင်းစည်းလိုက်သည့်အခါမှသာ တောင်ကိုပင်ရွှေ့နိုင်သော အင်အားကြီးဖြစ်လာသည်။ နောက်ဆုံးတွင် စည်းကမ်းနှင့် ညီညွတ်ခြင်းတို့ ရှိနေပါသော်လည်း စွမ်းအားရှိသမျှ မဆောင်ရွက်ကြပါက မည်သည့်အကျိုးကောင်းမျှ ထွက်ပေါ်လာမည် မဟုတ်ပါ။

တိုင်းပြည်တည်ဆောက်ရာတွင် စည်းကမ်းသည် ပထမမဏ္ဍိုင်

စည်းကမ်းမရှိသော လူ့အဖွဲ့အစည်းသည် ဦးတည်ရာမဲ့ မောင်းနှင်နေသော ဘရိတ်ပျက်နေသော ယာဉ်နှင့် တူသည်။ တိုင်းပြည်တစ်ပြည် ခေတ်မီတိုးတက်ရေးဟုဆိုရာတွင် ကြီးမားသော စက်ရုံကြီးများ၊ အထပ်မြင့်အဆောက်အအုံများနှင့် အဝေးပြေးလမ်းမကြီးများရှိရုံဖြင့် မပြည့်စုံနိုင်ပါ။ ထိုအခြေခံအဆောက်အအုံများကို စနစ်တကျအသုံးပြုခြင်း၊ ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် လူ့အဖွဲ့အစည်းကို ငြိမ်ဝပ်ပိပြားစေသော **“ပြည်သူ့နီတိနှင့် စည်းကမ်း”** ရှိမှသာလျှင် ယဉ်ကျေးသော တိုင်းပြည်အဖြစ် ကမ္ဘာ့အလယ်တွင် ဂုဏ်ယူဝင့်ထည်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ ဥပဒေများကို ကြောက်ရွံ့၍ လိုက်နာခြင်းမျိုးမဟုတ်ဘဲ မိမိ၏ပြုမူဆောင်ရွက်မှုသည် အခြားသူ၏အခွင့်အရေးကို မထိခိုက်စေရန် စာနာထောက်ထားသော စိတ်ဓာတ်မှ မြစ်ဖျားခံရမည်ဖြစ်သည်။ တာဝန်သိစိတ်ဖြင့် စည်းကမ်းကို လိုက်နာသော ပြည်သူများရှိနေသည့် တိုင်းပြည်တွင် မှုခင်းများ နည်းပါးမည်၊ လာဘ်ပေးလာဘ်ယူမှုများ ပပျောက်မည်ဖြစ်ပြီး ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့် စီးပွားရေးဆိုင်ရာ စနစ်များသည်လည်း အနှောင့်အယှက်မရှိ ချောမွေ့စွာ လည်ပတ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် စည်းကမ်းသည် တိုင်းပြည်၏ စိတ်ဓာတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အုတ်မြစ်ဖြစ်ပြီး ယင်းအုတ်မြစ်ခိုင်မာမှသာ အခြားသောတိုးတက်မှုများ အကျိုးရှိမည်ဖြစ်သည်။

သမိုင်းသင်ခန်းစာနှင့် ညီညွတ်ခြင်း၏ တန်ဖိုး

ကျွန်ုပ်တို့ နိုင်ငံတော်၏သမိုင်းကြောင်းကို ပြန်လည်ရှုမြင်လျှင် စည်းလုံးညီညွတ်မှုရှိခဲ့သော ခေတ်ကာလများတွင် အရှေ့တောင်အာရှ၌ ဂုဏ်သိက္ခာရှိရှိ ရပ်တည်နိုင်ခဲ့သော်လည်း စည်းလုံးမှုပြိုကွဲပြီး အချင်းချင်း စိတ်ဝမ်းကွဲပြားခဲ့သောခေတ်ကာလများတွင်မူ တိုင်းပြည်၏ ကံကြမ္မာသည် သိသိသာသာ ကျဆင်းခဲ့ရသည်ကို တွေ့မြင်ရမည်ဖြစ်သည်။ ကွဲပြားခြင်းသည် အင်အားကိုလျော့နည်းစေသည်မှာ သဘာဝကျသောအချက်ဖြစ်သည်။

အယူအဆ၊ ကိုးကွယ်မှု၊ ယဉ်ကျေးမှု သို့မဟုတ် နောက်ခံသမိုင်း အသီးသီးမှလာကြသော တိုင်းသူပြည်သားများအနေဖြင့် တစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကွဲပြားမှုများကို နားလည်ခွင့်လွှတ်ပြီး **“နိုင်ငံတော်တိုးတက်ရေး”** ဟူသော ဘုံရည်မှန်းချက်တစ်ခုတည်းအောက်တွင် ပေါင်းစည်းကြရန် လိုအပ်သည်။ စည်းလုံးညီညွတ်ခြင်းဆိုသည်မှာ အားလုံး၏အတွေးအခေါ်ကို တစ်ပုံစံတည်းဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ခြင်း မဟုတ်ဘဲ မတူကွဲပြားမှုများကို လေးစားလျက် နိုင်ငံနှင့်လူမျိုးအတွက် အရေးကြီးသော ကိစ္စရပ်များတွင် လက်တွဲညီညီ ရေရှည်လျှောက်လှမ်းခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ လက်ချောင်းလေးများ သီးခြားစီရှိနေချိန်တွင် အားနည်းသော်လည်း လက်သီးတစ်ဆုပ်အဖြစ် စုစည်းလိုက်သည့်အခါ ကြီးမားသော အင်အားဖြစ်လာသကဲ့သို့ တိုင်းပြည်၏ ညီညွတ်မှုသည်လည်း အမျိုးသားရေးအင်အား၏ သော့ချက်ဖြစ်သည်။

နှုတ်ဖြင့်မျှမက လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ရမည့် “စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်လုပ်ခြင်း”

စည်းကမ်းလည်းရှိ၏၊ ညီညွတ်မှုလည်းရှိ၏၊ သို့သော် ဆောင်ရွက်ချက်မရှိဘဲ သီအိုရီများနှင့် မျှော်လင့်ချက်များကြားတွင်သာနေထိုင်ပါက မည်သည့် တိုးတက်မှုမျှ ဖြစ်ပေါ်လာမည်မဟုတ်ပါ။ တိုင်းပြည်တိုးတက်ရေးဆိုသည်မှာ ကြွေးကြော်သံများ၊ မိန့်ခွန်းများဖြင့် တည်ဆောက်၍ရသော အရာမဟုတ်ဘဲ ပြည်သူတစ်ဦးချင်းစီ၏ လက်တွေ့ထုတ်လုပ်မှု စွမ်းအားပေါ်တွင်သာ အပြည့်အဝမူတည်နေသည်။

ဥပမာ တောင်သူလယ်သမားများသည် မိမိတို့၏ စိုက်ပျိုးမြေတွင် နည်းပညာသစ်များဖြင့် ထုတ်လုပ်မှုစွမ်းအားကို မြှင့်တင်ရမည်။ ဆရာ၊ ဆရာမများသည် အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်များကို အသိပညာ၊ အတတ်ပညာနှင့် အကျင့်စာရိတ္တ ကောင်းမွန်အောင် စေတနာအပြည့်ဖြင့် လေ့ကျင့်ပျိုးထောင်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ ဝန်ထမ်းနှင့် စီးပွားရေးလုပ်ငန်းရှင်များသည် မသမာမှုမှကင်းဝေးစွာ တိုင်းပြည်၏ စီးပွားရေးစနစ်ကြီး ကောင်းမွန်စွာလည်ပတ်နိုင်ရန် အားသွန်ခွန်စိုက် ကြိုးပမ်းကြရမည်။

လူငယ်များအနေဖြင့်လည်း အချိန်ကိုအကျိုးမဲ့ မဖြုန်းတီးဘဲ ခေတ်မီနည်းပညာနှင့် အသိပညာများကို ကြိုးစားသင်ယူပြီး မိမိတို့၏ စွမ်းအားကို တိုင်းပြည်အတွက် အသုံးချကြရမည်ဖြစ်သည်။

မိမိကျရာ အခန်းကဏ္ဍအသီးသီးမှ **“ငါ့တာဝန်မဟုတ်ပါဘူး”** ဟု သွေးအေးမနေဘဲ မိမိတတ်နိုင်သော စွမ်းအားမှန်သမျှ၊ ပညာမှန်သမျှ၊ လုပ်အားမှန်သမျှကို အပြည့်အဝအသုံးချ၍ ဆောင်ရွက်ကြမှသာလျှင် တိုင်းပြည်၏ လယ်ယာ၊ စက်မှု၊ နည်းပညာနှင့် စီးပွားရေးကဏ္ဍအသီးသီးသည် အရှိန်အဟုန်ဖြင့် တိုးတက်လာမည်ဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့နိုင်ငံတော်ကြီး၏ အနာဂတ်တောက်ပရေးသည် အခြားသူတစ်ဦးဦး၊ အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုခု သို့မဟုတ် ကံကြမ္မာ၏ အလိုအလျောက်အပေါ်တွင် မူတည်နေခြင်းမဟုတ်ပါ။ ကျွန်ုပ်တို့ ပြည်သူတစ်ဦးချင်းစီ၏ စိတ်ဓာတ်၊ အပြုအမူနှင့် လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ချက်များ ပေါင်းစည်းထားသော လက်ထဲတွင်သာ အပြည့်အဝတည်ရှိနေသည်။ သမိုင်းသင်ခန်းစာများက ကျွန်ုပ်တို့အား သွန်သင်ပေးခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။ **“စည်းကမ်းမဲ့ပါက ပြိုကွဲမည်၊ မညီညွတ်ပါက ကျဆုံးမည်၊ စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်မလုပ်ပါက ဆုတ်ယုတ်မည်”** ဟူသော အမှန်တရားပင်ဖြစ်သည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ ခေတ်ပြိုင်ကမ္ဘာ၏ စိန်ခေါ်မှုများကို ရင်ဆိုင်နိုင်ရန်အတွက် **စည်းကမ်းကို** ကျွန်ုပ်တို့၏ နေ့စဉ်ဘဝလမ်းပြမြေပုံအဖြစ် လိုက်နာကြရမည်။ **ညီညွတ်ခြင်း**ကို တိုင်းပြည်၏ ခိုင်မာသော ဒိုင်းလွှားအဖြစ် မြဲမြံကိုင်စွဲကြရမည်။ သီအိုရီများနှင့် မျှော်လင့်ချက်များကို လေထဲတွင်ထားမနေဘဲ **စွမ်းအားရှိသမျှ အလုပ်လုပ်ခြင်း**ဟူသော စက်ရှိန်ကို မြှင့်တင်၍ မိမိတို့ကျရာကဏ္ဍမှ အားသွန်ခွန်စိုက် ပါဝင်ဆောင်ရွက်ကြရမည်။

ကျွန်ုပ်တို့သည် အတိတ်၏ အမှားများကို သင်ခန်းစာယူ၍ အနာဂတ်အတွက် တာဝန်သိစိတ်ဖြင့် အပြုသဘောဆောင်သော ခြေလှမ်းများကို လှမ်းကြရမည်ဖြစ်သည်။ မိမိတို့လက်ထက်တွင် ပေးဆပ်လိုက်ရသော ချွေးနှင့် အားထုတ်မှုများသည် အနာဂတ်မျိုးဆက်သစ်များအတွက် ငြိမ်းချမ်း၊ သာယာ၊ ခေတ်မီဖွံ့ဖြိုးသော နိုင်ငံတော်ကြီးကို အမွေပေးဝေနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ **တိုင်းသူပြည်သားအားလုံးအနေဖြင့် ကိုယ့်တာဝန်ကို မမေ့မလျော့ဘဲ စည်းကမ်းရှိစွာ၊ ညီညွတ်စွာနှင့် စွမ်းအားရှိသမျှ လက်တွဲ၍ဆောင်ရွက်ကြပါရန်** စေတနာအရင်းခံဖြင့် လေးနက်စွာနှိုးဆော်တိုက်တွန်းအပ်ပါသည်။ ။

❀ **စည်းကမ်းဆိုသည်မှာ လွတ်လပ်မှုကို ချုပ်ချယ်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ သဟဇာတဖြစ်သော လူ့ဘောင်အဖွဲ့အစည်းတစ်ခုအတွက် လိုအပ်သော မဏ္ဍိုင်ဖြစ် . . .**

❀ **စည်းကမ်းမဲ့သော စွမ်းအားသည် ဖျက်ဆီးတတ်သော ရေလွှမ်းမိုးမှုကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး စည်းကမ်းရှိသော စွမ်းအားမှုကား တိုင်းပြည်ကို အလင်းရောင်ပေးနိုင်သော ရေအားလျှပ်စစ်ကဲ့သို့ အဖိုးတန်လှ . . .**

❀ **လူငယ်များအနေဖြင့်လည်း အချိန်ကိုအကျိုးမဲ့မဖြုန်းတီးဘဲ ခေတ်မီနည်းပညာနှင့် အသိပညာများကို ကြိုးစားသင်ယူပြီး မိမိတို့၏ စွမ်းအားကို တိုင်းပြည်အတွက် အသုံးချကြရမည်ဖြစ် . . .**

❀ **မိမိကျရာ အခန်းကဏ္ဍအသီးသီးမှ “ငါ့တာဝန်မဟုတ်ပါဘူး” ဟု သွေးအေးမနေဘဲ မိမိတတ်နိုင်သော စွမ်းအားမှန်သမျှ၊ ပညာမှန်သမျှ၊ လုပ်အားမှန်သမျှကို အပြည့်အဝအသုံးချ၍ ဆောင်ရွက်ကြမှသာလျှင် တိုင်းပြည်၏ လယ်ယာ၊ စက်မှု၊ နည်းပညာနှင့် စီးပွားရေးကဏ္ဍအသီးသီးသည် အရှိန်အဟုန်ဖြင့် တိုးတက်လာမည်ဖြစ် . . .**

ရယ်မောခြင်းနှင့်ကျန်းမာရေးကောင်းကျိုးများ

ပေါက်ပေါက်

"မိနစ်ဝက်(၃၀ စက္ကန့်) ခန့် ပျော်ရွှင်ရယ်မောခြင်းသည် ၄၅ မိနစ်ခန့် ငြိမ်သက်စွာ အပန်းဖြေအနားယူခြင်းနှင့် တန်ဖိုးညီမျှသည်။

မအောင့်အည်းနိုင်ဘဲ အူလှိုက်သည်းလှိုက်ရယ်မောခြင်းကြောင့် နှလုံးသွေးကြောများ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ကျယ်လာသည်။ ထိုအခါ နှလုံးသွေးကြောပိတ်ဆို့ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ ထိုဖြစ်စဉ်က အေရိုးဗစ် ၅ မိနစ်ကြာမျှ ကစားခြင်းနှင့်ညီမျှသည်။

၁၀ ကြိမ် ၁၀ ခါ နွေးထွေးစွာပြုံးရယ်ခြင်းသည် ၁၀ မိနစ်ခန့် အင်အားစိုက်ထုတ်ပြီး လှေလှော်အားကစားလေ့ကျင့်နေသကဲ့သို့ သက်လုံကောင်းစေသည် . . ."

လူတို့၏နေ့စဉ်ဘဝတွင် အရေးကြီးသောစွမ်းအင်တစ်ခုမှာ ရယ်မောခြင်းဖြစ်သည်။ ယနေ့ကာလတွင် လူတိုင်းသည် စိတ်ဖိစီးမှု၊ စိုးရိမ်ပူပန်မှု၊ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုနှင့် ရင်ဆိုင်နေရလေ့ရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ရယ်မောခြင်းသည် မိသားစုအတွင်း၊ လုပ်ငန်းခွင်အတွင်း၊ လူမှုကွန်ရက်များအတွင်း ဖိအားမျိုးစုံနှင့် တွေ့ကြုံနေရသူများအတွက် အဖိုးတန်ကုထုံးတစ်ခုလည်းဖြစ်သည်။

ရယ်သောသူ အသက်ရှည်၏။ ပျော်ပျော်နေသေခဲ စသည့်ဆိုရိုးစကားများရှိသည်။ ရယ်မောခြင်းကို ပျော်ရွှင်မှုဟု ရိုးရှင်းစွာသတ်မှတ်လေ့ရှိသော်လည်း သိပ္ပံနည်းကျလေ့လာမှုအများအရ ရုပ်နှင့်စိတ်နှစ်မျိုးစလုံးကို ပျော့ပျောင်းကျန်းမာစေသည်။ ရယ်မောခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ရှေးကျမ်းဂန်များက မျက်စိပွင့်ရုံမျှပြုံးခြင်း၊ သွားအနည်းငယ်ပေါ်ရုံမျှပြုံးခြင်း၊ အသံသာညင်းစွာထွက်ရုံမျှရယ်ခြင်း၊ ပခုံး၊ ဦးခေါင်းလှုပ်အောင်ရယ်ခြင်း၊ မျက်ရည်ထွက်အောင်ရယ်ခြင်း၊ လက်၊ ခြေ၊ ကိုယ်ကိုပစ်ယိမ်း၍ ရယ်ခြင်းဟူ၍ ခြောက်မျိုးရှိသည်။

ရယ်မောခြင်းဖြင့် အသက်ရှည်စေ

လူသားတစ်ဦးအတွက် မရှိမဖြစ်အရာများဖြစ်ကြသည့် ကာယသုခ–ကိုယ်ကျန်းမာခြင်း၊ စိတ္တသုခ – စိတ်ချမ်းသာခြင်း၊ မိတ္တသုခ – ခြွေရံသင်းပင်းပေါများခြင်း စသည့်အကျိုးကျေးဇူးများကို ရယ်မောပျော်ရွှင်ခြင်းကြောင့် တစ်ပြိုင်တည်း ခံစားရရှိစေမည်ဖြစ်သည်။

ကာယသုခ– ကိုယ်ကျန်းမာခြင်း

- ရယ်စရာရုပ်ရှင်ကားတစ်ကားကို ထိုင်ကြည့်ခြင်းက ဥယျာဉ်ထဲတွင် ပြေးလွှားနေခြင်းကဲ့သို့ နှလုံးကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းကျိုးရစေသည်။
- မိနစ်ဝက်(၃၀ စက္ကန့်) ခန့် ပျော်ရွှင်ရယ်မောခြင်းသည် ၄၅ မိနစ်ခန့် ငြိမ်သက်စွာ အပန်းဖြေအနားယူခြင်းနှင့် တန်ဖိုးညီမျှသည်။
- မအောင့်အည်းနိုင်ဘဲ အူလှိုက်သည်းလှိုက်ရယ်မောခြင်းကြောင့် နှလုံးသွေးကြောများ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ကျယ်လာသည်။ ထိုအခါ နှလုံးသွေးကြောပိတ်ဆို့ခြင်းမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။ ထိုဖြစ်စဉ်က အေရိုးဗစ် ၅ မိနစ်ကြာမျှ ကစားခြင်းနှင့်ညီမျှသည်။
- ၁၀ ကြိမ် ၁၀ ခါ နွေးထွေးစွာပြုံးရယ်ခြင်းသည် ၁၀ မိနစ်ခန့် အင်အားစိုက်ထုတ်ပြီး လှေလှော်အားကစားလေ့ကျင့်နေသကဲ့သို့ သက်လုံကောင်းစေသည်။
- အကြိမ်ပေါင်း ၁၀၀ ရယ်မောခြင်းက စက်ပေါ်တွင် မရပ်မနား ၁၀ မိနစ်ခန့် လမ်းလျှောက်ခြင်းနှင့် ညီမျှသည်။
- Cortisol နှင့် Adrenaline စသည့် မကောင်းသောဟော်မုန်းပမာဏများ လျော့ကျစေသည်။
- Endorphin (ခေါ်) ခန္ဓာကိုယ်တွင်းကောင်းမွန်သော သဘာဝဓာတ်ပြုမှုတို့ကြောင့် နာကျင်ခြင်းဝေဒနာများကို ယာယီသက်သာလာစေသည်။ ထိုဓာတ်ပြုမှုက Morphine ဓာတ်ထက်ပင် နာကျင်ခြင်းကို ပိုမိုသက်သာစေကြောင်းနှင့် ၁၅ မိနစ်ကြာ ရယ်မောပြီးတိုင်း နာကျင်မှု ၁၀ ရာခိုင်နှုန်း လျော့နည်းသက်သာစေကြောင်း ဆေးပညာရှင်များက အတည်ပြုထားသည်။
- အားရပါးရရယ်မောပြီးနောက် ၄၅ မိနစ်ကြာသည်အထိ ကြွက်သားများကို ပြေလျော့စေသည်။
- နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါနှင့် ရင်ခေါင်းရောဂါပြဿနာရှိသူများအတွက် ကောင်းကျိုးပြုသည်။
- သွေးတိုးကျစေသည်။
- သွေးထဲတွင် အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်တိုးပွားလာပြီး ကောင်းစွာသွေးလည်ပတ်စီးဆင်းစေသည်။ ယင်းဖြစ်စဉ်က ကိုဗစ်–၁၉ ရောဂါလက္ခဏာများကို သက်သာဖြေလျှော့ပေးနိုင်သကဲ့သို့ ကုသရန်ခက်ခဲသည့် ကင်ဆာရောဂါများကိုလည်း သက်သာစေသည်။
- Gamma–interferon နှင့် T–cells စသော အကျိုးမပြုဆဲလ်များကို နှိမ်နင်းသုတ်သင်ပေးသည်။
- တံတွေးမှတစ်ဆင့် အအေးမိကူးစက်ဖျားနာခြင်းတို့မှ ကာကွယ်ပေးသည်။
- အားရပါးရရယ်မောချိန် အဆုတ်ထဲသို့ဝင်ရောက်လာသည့်လေကသာမန်ထက် သုံးဆမျှ ပိုများလာသည်။
- နှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်မောကျစေသည်။
- သက်ရှည်ကျန်းမာစေသည်။ အထူးသဖြင့် အသက် ၆၅ နှစ်နှင့် ၈၅ နှစ်ကြား သက်ကြီးပိုင်းများတွင် ရယ်မောခြင်းကြောင့် ပုံမှန်သေဆုံးမှု၏ ၅၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့်အထိ လျော့ကျသွားနိုင်ကြောင်း ပညာရှင်များက အတည်ပြုထားသည်။
- နိုင်ငံတချို့၏ဆေးရုံများ၌ ရယ်မောခြင်းဆိုင်ရာကုထုံးကို ကင်ဆာလူနာများ၊ နှလုံးရောဂါလူနာများနှင့် စိတ်ကျန်းမာရေးချို့ယွင်းသူများအတွက် အသုံးပြုနေကြပြီဖြစ်သည်။
- ခြွင်းချက်အနေဖြင့် နှလုံးအဆို့ရှင်ရောဂါအခံရှိသူများ၊ ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူထားသူများနှင့် ဝမ်းဗိုက်ခွဲစိတ်ထားပြီးနောက် ချုပ်ရိုးမကျက်သေးသူများကမူ အူလှိုက်သည်းလှိုက် ရယ်မောရန်မသင့်ကြောင်း အကြံပြုလိုသည်။

စိတ္တသုခ– စိတ်ချမ်းသာခြင်း

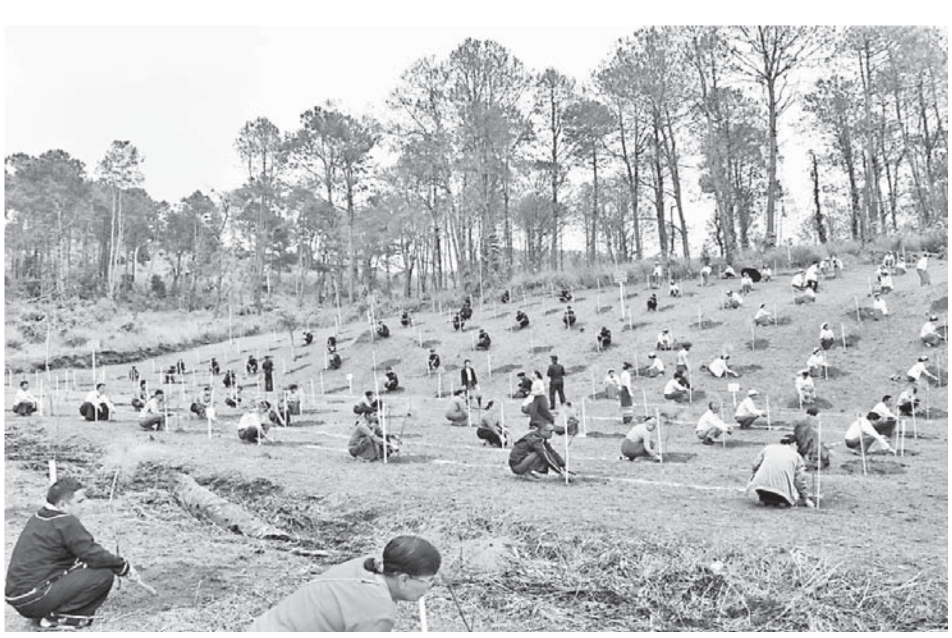
- စိုးရိမ်ကြောင့်ကျမှု ပြေလျော့စေသည်။
- ရယ်မောနေစဉ်အတွင်း အလုံးစုံပျော်ရွှင်ရသောဘဝကို ပိုင်ဆိုင်သကဲ့သို့ ခံစားရသည်။
- ရယ်မောခြင်းဖြင့် စိတ်ဆင်းရဲခြင်းကို ယာယီသက်သာစေသကဲ့သို့ မကြာခဏ ရယ်မောပေးခြင်းကလည်း စိတ်ထောင်းကိုယ်ကြေမဖြစ်စေနိုင်တော့ပေ။
- ကိုယ့်ကိုယ်ကိုယ် ယုံကြည်မှုတိုးပွားလာစေသည်။
- စိတ်ကူးစိတ်သန်းနှင့် အတွေးသစ်များ ဖန်တီးစေနိုင်မည်။
- စိတ်ပျိုကိုယ်နုလာစေသည်။
- မိမိအလွန်ချစ်ခင်ရသူ တစ်ဦး၏ ရယ်သံက စိတ်ဖိစီးမှုကို လျော့နည်းစေနိုင်သည်။
- မှတ်ဉာဏ်စွမ်းအား တိုးတက်ကောင်းမွန်လာပြီး စာမေးပွဲများတွင်လည်း ရမှတ်ကောင်းစေကြောင်း Johns Hopkins ဆေးတက္ကသိုလ်မှ အတည်ပြုထားသည်။
- အားရပါးရ ရယ်မောပြီးနောက် အနည်းဆုံး နာရီဝက်ကြာသည်အထိ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာဖိစီးမှုများကို သက်သာစေသည်။

မိတ္တသုခ– ခြွေရံသင်းပင်းပေါများခြင်း

- အရွှန်းဖောက်တတ်သူ၊ ရယ်ရယ်မောမောပြောဆိုတတ်သူများသည် မည်သည့် လူ့အသိုင်းအဝိုင်းတွင်မဆို လူချစ်လူခင်ပေါများလေ့ရှိသည်။
- လူတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦးကြား မေတ္တာစိတ်မျှဝေမှုတစ်ခုဖြစ်ပြီး လူမှုပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး ခိုင်မြဲစေသည်။
- ဟာသဉာဏ်ရွှင်ခြင်းက လူအများ၏အာရုံကို ကိုယ့်ဘက်ပါလာအောင် ဆွဲဆောင်နိုင်သည်။
- အသင်းအဖွဲ့များတွင် စည်းလုံးညီညွတ်မှုဖြစ်စေသည့် စိတ်ဓာတ်အင်အားများ တိုးပွားစေသည်။
- ရယ်မောပြောဆိုမှုများမှတစ်ဆင့် ပြဿနာဖြေရှင်းခြင်းနည်းလမ်းသစ်များကို ရှာဖွေနိုင်သည်။
- တစ်ပါးသူအခက်အခဲကို ကူညီဖြေရှင်းလိုစိတ် တဖွားဖွားဖြစ်ပေါ်လာစေသည်။
- အရာရာကို အကောင်းမြင်အကြည့်ဖြင့် ကြည့်တတ်လာကာ ဘဝအောင်မြင်ရေးအစဖြစ်စေသည်။

အချုပ်အားဖြင့်ဆိုရသော် ကလေးဘဝတွင် တစ်ရက်လျှင် ရာချီရယ်မောတတ်သောကလေးများနှင့် အရွယ်ရောက်ပြီး ရယ်မောချိန်နည်းပါးလာသောလူကြီးများကိုနှိုင်းယှဉ်ပါက ကျန်းမာရေးကွာခြားချက်မှာ သိသာထင်ရှားလှသည်။ ရယ်မောခြင်းသည် အခမဲ့ရရှိနိုင်ပြီး ဘေးကင်း၍ ဘက်ပေါင်းစုံအကျိုးရှိသော သဘာဝဆေးတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်ဘဝတွင် ရယ်မောချိန်ကို တမင်ရှာဖွေဖန်တီးခြင်း၊ ဟာသဗီဒီယိုကြည့်ခြင်း၊ သူငယ်ချင်းများနှင့် ရယ်စရာစကားပြောခြင်း စသည်တို့သည် ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းမွန်ရုံမျှမက ပတ်ဝန်းကျင်ကိုပါ ပျော်ရွှင်စေနိုင်ကြောင်း ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါသည်။

လားရှိုးမြို့၌ ခရိုင်အဆင့် မိုးရာသီစုပေါင်းသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲကျင်းပ



လားရှိုး ဩဂုတ် ၂

ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်း)လားရှိုးခရိုင် သစ်တောဦးစီးဌာနမှ သစ်တောပြုန်းတီးမှုမဖြစ်ပေါ်စေရေး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်စိမ်းလန်းစိုပြည်စေရေး၊ သစ်ပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် ဒေသအတွင်း အပူချိန်လျော့ကျလာစေရေးရည်ရွယ်၍ ခရိုင်အဆင့် မိုးရာသီ စုပေါင်းသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က လားရှိုးမြို့ ထင်းရှူးတောင်၌ ကျင်းပသည်။

အဆိုပါသစ်ပင်စိုက်ပျိုးပွဲတွင် ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးမြတ်ထွန်းဦးက အမှာစကားပြောကြားပြီး ခရိုင်သစ်တောဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးတင်ကျော်က သစ်ပင်များရှင်သန်အောင် စနစ်တကျစိုက်ပျိုးနည်းစနစ်များကို သရုပ်ပြရှင်းလင်းသည်။

ထို့နောက် ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် တာဝန်ရှိသူများက စိုက်ပျိုးမည့်ပျိုးပင်များကိုပေးအပ်ရာ တက်ရောက်လာကြသူများက လက်ခံရယူကြသည်။

ဆက်လက်၍ ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ထင်းရှူးပင် ၃၂၀ ကို စနစ်တကျစုပေါင်းစိုက်ပျိုးကြသည်။

အခမ်းအနားသို့ ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် ကော်မတီဝင်များ၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ် အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့ဝင်များနှင့် ဒေသခံပြည်သူများ တက်ရောက်ကြကြောင်း သိရသည်။

လူမော်(ပြန်/ဆက်)

တစ်သျှူးငှက်ပျောနှင့် ချည်မျှင်ရှည်ဝါစံပြစိုက်ကွက်များအား ကြည့်ရှုစစ်ဆေး ဒေသခံဝါစိုက်တောင်သူများနှင့်တွေ့ဆုံ

မင်းလှ ဩဂုတ် ၂

မကွေးတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ဦးတင်ကိုကိုသည် အဖွဲ့ဝင်ဝန်ကြီးများနှင့်အတူ ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများလိုက်ပါကာ ဩဂုတ်လ ၁ ရက် မွန်းလွဲပိုင်းတွင် မင်းလှမြို့နယ် ပန်းတော်ပြင်ကျေးရွာရှိ တစ်သျှူးငှက်ပျောစိုက်ခင်းရှင်းလင်းဆောင်သို့ရောက်ရှိ၍ မြို့နယ်ပညာရေးမှူး ဦးညွန့်ဝင်းက တစ်သျှူးငှက်ပျောစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းတင်ပြခဲ့ပြီး ဝန်ကြီးချုပ်နှင့်အဖွဲ့ဝင်များသည် တစ်သျှူးငှက်ပျောပင်များအား ကွန်ပေါင်းမြေဩဇာကျွေးခြင်း၊ ရေလောင်းခြင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး တစ်သျှူးငှက်ပျောစိုက်ခင်းအား လှည့်လည်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့သည်။

ဆက်လက်ပြီး တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်နှင့်အဖွဲ့ဝင်များသည် ပန်းတော်ပြင်ကျေးရွာအုပ်စု ကွင်းအမှတ်(၈၅၉)တွင်စိုက်ပျိုးထားသည့်တောင်သူဦးအောင်သူရ၏ ချည်မျှင်ရှည်ဝါ အထွက်တိုးစံပြကွက်နှစ်ဧကအား ကွင်းဆင်းကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ရာ မင်းလှမြို့နယ်၏ စိုက်ပျိုးရေးဆိုင်ရာ အချက်အလက်များနှင့် ချည်မျှင်ရှည်ဝါစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုအခြေအနေများအား မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးမှူးက ရှင်းလင်းတင်ပြခဲ့သည်။

ထို့နောက် ဝါစိုက်တောင်သူများနှင့်တွေ့ဆုံကာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က ကျေးလက်နေပြည်သူများ၏လူမှုစီးပွားဘဝ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုကဏ္ဍ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းရန် အဓိကလိုအပ်ကြောင်း၊ မိုးရာသီတွင် စပါး၊ မိုးနှမ်းနှင့် ဝါသီးနှံများ၊ ဆောင်းရာသီသီးနှံအဖြစ် ကုလားပဲ၊ မတ်ပဲသီးနှံများနှင့် နွေရာသီတွင် စပါး၊ ပဲတီစိမ်း၊ နှမ်းတို့ကိုတစ်နှစ်လျှင်သုံးသီး စိုက်ပျိုးနိုင်အောင် ကြိုးစားဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့် သီးနှံအထွက်နှုန်းမြင့်မားလာကာ ကုန်ကျစရိတ်နှင့် ဝင်ငွေရရှိမှုနှိုင်းယှဉ်ပါက အကျိုးအမြတ်များမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားသည်။

မင်းလှမြို့နယ်အတွင်း အဓိကသီးနှံများ စိုက်ပျိုးမှုအခြေအနေများအနက် ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ခုနှစ် ချည်မျှင်ရှည်ဝါစုစုပေါင်း ၃၉၇၄၉ ဧကလျာထားစိုက်ပျိုးလျက်ရှိရာ ယနေ့အထိ ၇၈၅၈ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း တိုင်းဒေသကြီးစိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ တာဝန်ရှိသူတစ်ဦးက ရှင်းလင်းတင်ပြခဲ့ကာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က လိုအပ်သည်များဖြည့်စွက်မှာကြားပြီး ကွန်ပေါင်းဓာတ်မြေဩဇာများအား ချည်မျှင်ရှည်ဝါစိုက်တောင်သူများထံ ပံ့ပိုးပေးအပ်ခဲ့သည်။

ထို့နောက် တက်ရောက်လာသည့် ဒေသခံတောင်သူများက မိမိတို့ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းများနှင့်ပတ်သက်၍ ဆွေးနွေးတင်ပြခဲ့ရာ တင်ပြချက်များအပေါ် တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က လိုအပ်သည်များကို သက်ဆိုင်ရာဌာနများနှင့် ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဖြည့်ဆည်း ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ **ဝင်းမြတ်(အထက်မင်းလှ)**

မောက်မယ်မြို့နယ်၌ စက်သုံးဆီအရောင်းဆိုင်များအား ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

မောက်မယ် ဩဂုတ် ၂

ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း) မောက်မယ်မြို့နယ်အတွင်းရှိ စက်သုံးဆီအရောင်းဆိုင်များအား ပုံမှန်ရောင်းချခြင်းရှိ/မရှိကို တာဝန်ရှိသူများက ဩဂုတ်လ ၁ ရက် မွန်းလွဲပိုင်းတွင် ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးသည်။

ထိုသို့စစ်ဆေးရာတွင် မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ (ခေတ္တမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး)ဦးအောင်လှိုင်မြတ်နှင့် မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီအဖွဲ့ဝင်များ၊ မြို့နယ်မီးသတ်ဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိဦးသန်းလင်းအောင်နှင့်မီးသတ်တပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ မြို့နယ်စည်ပင်အမှုဆောင်အရာရှိ ဦးဉေးရယ်တို့နှင့်အတူ မြို့နယ်အတွင်းရှိ စက်သုံးဆီအရောင်းဆိုင်များဖြစ်သည့် အောင်သပြေစက်သုံးဆီဆိုင်နှင့် မြတ်ဆုမွန် စက်သုံးဆီဆိုင်တို့အား စက်သုံးဆီများ ပုံမှန်ရောင်းချမှုရှိ/မရှိ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့ရာ စက်သုံးဆီဈေးနှုန်းများကြီးမြင့်ရောင်းချမှုမရှိဘဲ ဆီပန့်များကို အားလုံးဖွင့်လှစ်ရောင်းချလျက်ရှိသည်ကိုစိစစ်တွေ့ရှိရပြီး ဆိုင်တာဝန်ရှိသူများအား လိုအပ်သည်များဆွေးနွေးမှာကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ **စိုင်းမျိုးသန့်(မောက်မယ်)**

ရွှေပြည်ဌာန အေးစေသော်

❍ မနေ့ရက်ဟောင်း၊ ယနေ့ပြောင်း၍
ကောင်းသောနံနက်၊ နေခြည်ထွက်လျှင်
ကျေးငှက်မောင်နှံ၊ တေးသီသံနှင့်
နိုင်ငံတစ်ဝန်း၊ နုပျိုလန်း၍
ငြိမ်းချမ်းစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်ဖြင့်
ပြန်လှန်ချစ်ကြည် တွဲလက်ညီ၏။

❍ အဝေးအနီး၊ အရေးကြီးက
ခရီးမဖင့်၊ ထီးမဖွင့်ဘဲ
မြို့နှင့်ရွာကြား၊ လယ်ကွင်းခြားလည်း
ရထားချိန်မှန်၊ ဥဩသံနှင့်
နိုင်ငံတစ်ဝန်း၊ တာဝန်ထမ်း၍
ငြိမ်းချမ်းစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်ဖြင့်
အောင်လံလွှင့်တည် ရှေ့သို့ချီ၏။

❍ ပြည်ရွာတစ်ခွင်၊ ကြည်သာရွှင်၍
ဝါဝင်ဝါထွက်၊ အရဏ်တက်၌
ဆွမ်းချက်ထရန်၊ အုန်းမောင်းသံနှင့်
နိုင်ငံတစ်ဝန်း၊ ရှင်လှူဒါန်း၍
ငြိမ်းချမ်းစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်ဖြင့်
ဆီဆန်ဖောသီ ပြောသံစည်၏။

❍ ဤကမ္ဘာမှာ၊ ပြည်မြန်မာဟု
ပညာရင်ငွေ့၊ သိုက်မြုံမွေ့တွင်
ကျောင်းရှေ့အလံ၊ ခေါင်းလောင်းသံနှင့်
နိုင်ငံတစ်ဝန်း၊ မျိုးဆက်ပန်းတို့
လန်းဆန်းစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်ဖြင့်
စီမံခေတ်မီ စွမ်းဆောင်တည်၏။

❍ သဗ္ဗေသတ္တာ၊ ဘေးရန်ကွာ၍
ပြည်ရွာဒေသ၊ ရပ်မိဘတို့
အမျှဝေသံ၊ ကြေးစည်သံနှင့်
နိုင်ငံတစ်ဝန်း၊ ပန်းခင်းလမ်းတွင်
ငြိမ်းချမ်းစေရန်၊ စိတ်ရည်သန်လျက်
ဖန်ဖန်ပြုတည်၊ တောင်းဆုရည်သည်
ရွှေပြည်ဌာန အေးစေသော်။ ။

မောင်ရေမွှေး(ပေလေးပင်)

ကျောင်းပြင်ပမူလတန်းပညာရေး-NFPE နှင့် ကျောင်းပြင်ပအလယ်တန်းပညာရေး-NFME အတန်းနေရာချထားစစ်ဆေးမှု (Placement Test) အစီအစဉ်

၁။ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ကျောင်းပြင်ပသို့ရောက်ရှိနေသည့် သက်လွန် ကျောင်းပြင်ပရောက် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကို ကျောင်းပြင်ပမူလတန်းပညာရေး- NFPE တွင် အသက် ၁၀ နှစ်မှ ၁၆ နှစ်အတွင်းရှိသူများအားလည်းကောင်း၊ ကျောင်းပြင်ပအလယ်တန်းပညာရေး- NFME တွင် အသက် ၁၃ နှစ်မှ အသက် ၂၁ နှစ်အတွင်းရှိသူများအားလည်းကောင်း အတန်းနေရာချထားစစ်ဆေးမှု (Placement Test) အား အထူးအစီအစဉ်တစ်ရပ်အနေဖြင့်သတ်မှတ်၍ မူဝါဒများနှင့်အညီ စိစစ်လက်ခံသင်ကြား ပေးသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

၂။ အတန်းနေရာချထားစစ်ဆေးမှု (Placement Test) ဖြေဆိုမည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများသည် ကျောင်းပြင်ပမူလတန်းပညာရေး- NFPE တွင်ဖြစ်စေ ကျောင်းပြင်ပအလယ်တန်းပညာရေး-NFME တွင်ဖြစ်စေ ဖြေဆိုရန်အတွက် ပညာရေးဆိုင်ရာထောက်ခံချက်များ သို့မဟုတ် အရေးပေါ်အခြေအနေကြေညာထားသည့် မြို့နယ်များမှ အမှန်တကယ်ပြောင်းရွှေ့နေထိုင်သူဖြစ်ကြောင်း ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၏ ထောက်ခံချက် မူရင်း၊ အသက်ထောက်ခံချက်နှင့်အတူ မြို့နယ်ပညာရေးမှူးရုံးများတွင် လျှောက်ထားစာရင်းပေးသွင်းရမည်ဖြစ်ပါသည်။

၃။ သက်ဆိုင်ရာမြို့နယ်ပညာရေးမှူးများက သတ်မှတ်ပေးသောနေရာများတွင် အတန်းနေရာချထားစစ်ဆေးမှု (Placement Test) ကို ၉-၈-၂၀၂၆ ရက်နေ့ (တနင်္ဂနွေနေ့)၌ ဖြေဆိုကြရပါမည်။ (အသေးစိတ်အချက်အလက်များကို သက်ဆိုင်ရာမြို့နယ်နှင့် ခရိုင်ပညာရေးမှူးရုံးများတွင် မေးမြန်းစုံစမ်းနိုင်ပါသည်။)

ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

(၂၇)ကြိမ်မြောက် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အဆို အက အရေး အတီး မြို့နယ်အဆင့် ပြိုင်ပွဲကျင်းပ

မြန်အောင် ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး မြန်အောင်ခရိုင် မြန်အောင်မြို့နယ် အောင်ဇေယျခန်းမ၌ (၂၇)ကြိမ်မြောက် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အဆို၊ အက၊ အရေး၊ အတီး မြို့နယ်အဆင့်ပြိုင်ပွဲ ဖွင့်ပွဲအခမ်းအနားကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က ကျင်းပသည်။

ရှေးဦးစွာ မြန်အောင်မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်ရဲတပ်ဖွဲ့မှူး ရဲမှူးတင်ဝင်းက အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားပြီး ခေတ္တမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစနေထွန်းက ပြိုင်ပွဲကျင်းပရခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်ကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ (၂၇)ကြိမ်မြောက် မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှု အဆို၊ အက၊ အရေး၊ အတီး မြို့နယ်အဆင့်ပြိုင်ပွဲတွင် အခြေခံပညာအဆင့်(၁၀-၁၅) အဆို၊ အက၊ အက (ကဗျာလွတ်)၊ အတီး(စန္ဒရား)နှင့် အခြေခံပညာအဆင့်(၁၅-၂၀) အဆို၊ အက ပြိုင်ပွဲများကျင်းပသည်။

ယင်းနောက် မြို့နယ်အဆင့်ပြိုင်ပွဲတွင် ဆုရရှိသူများအား တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးမျိုးမင်းသန်း၊ ဦးအောင်မျိုးဦး၊ ခရိုင်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ အတွင်းရေးမှူးနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ ဒုတိယခရိုင်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစိန်သောင်းနှင့် ခရိုင်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများ၊ မြန်အောင်မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်ရဲတပ်ဖွဲ့မှူး ရဲမှူးတင်ဝင်း၊ ခေတ္တမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစနေထွန်းနှင့် မြို့နယ်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများက ဂုဏ်ပြုဆုများ ချီးမြှင့်ပေးအပ်ကြကြောင်း သိရသည်။

ချမ်းမြေ့

တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ဝါးခြံကာကျေးရွာ၌ ကုန်ထုတ်လမ်းမြေနီကျောက်စရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်နေမှု ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

တောင်တွင်းကြီး ဩဂုတ် ၂

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး မကွေးခရိုင် တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ဝါးခြံကာကျေးရွာ၌ ပြည်ထောင်စုခွင့်ပြုငွေဖြင့် ကျေးလက်ကုန်ထုတ်လမ်း မြေနီကျောက်စရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ဩဂုတ်လ ၂ ရက်တွင် တာဝန်ရှိသူများ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးကြသည်။

ထိုသို့ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် မကွေးခရိုင် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဒေါ်မြသက်ထွေး၊ တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးထွန်းကျော်ကျော်မျိုးနှင့် ဝန်ထမ်းများက ကျေးရွာကော်မတီဝင်များနှင့်အတူ ဝါးခြံကာကျေးရွာ၌ ကျေးလက်ကုန်ထုတ်လမ်း မြေနီကျောက်စရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်း၊ Pipe Culvert နှစ်စင်းတည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူးက ကျေးရွာတာဝန်ရှိသူများ၊ ကျေးရွာကော်မတီဝင်များနှင့်တွေ့ဆုံကာ လုပ်ငန်းများ သတ်မှတ်ကာလအတွင်း အချိန်မီပြီးစီးရေး ဆောင်ရွက်ကြရန်မှာကြားသည်။

ဝါးခြံကာကျေးရွာ၌ မြေနီကျောက်စရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်းနှင့် Pipe Culvert နှစ်စင်းတည်ဆောက်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ပြည်ထောင်စုရန်ပုံငွေ ငွေကျပ် ၁၃၄ ဒသမ ၂၅ သန်းဖြင့် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ အင်ဂျင်နီယာဝန်ထမ်းများက တာဝန်ယူ၍ ယခုနှစ် ဇွန်လ ၂၃ ရက်မှ စတင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ယခုအခါ ၄၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးနေပြီဖြစ်ကြောင်း၊ အဆိုပါလုပ်ငန်းအားလုံး ရာနှုန်းပြည့်ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပါက ဝါးခြံကာကျေးရွာမှထွက်ရှိသော လယ်ယာထွက်ကုန်သီးနှံများကို ဈေးကွက်သို့ အချိန်မီတင်ပို့ရောင်းချနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ချိုလေး

တွံတေးမွေးမြူရေးဇုန်၌ ဇီဝလုံခြုံမှုဆိုင်ရာ ပညာပေးသင်တန်းဖွင့်လှစ်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး တွံတေးခရိုင် တွံတေးမြို့နယ်ရှိ တွံတေးမွေးမြူရေးဇုန်ကော်မတီ စီမံခန့်ခွဲရေးရုံး အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မွေးမြူရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာနမှ ဇီဝလုံခြုံမှုဆိုင်ရာ ပညာပေးသင်တန်းကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က ဖွင့်လှစ်သည်။

ရှေးဦးစွာ တွံတေးမွေးမြူရေးဇုန်ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးတင်ရွှေက အမှာစကားပြောကြားသည်။ ထို့နောက် တွံတေးမြို့နယ် မွေးမြူရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဒေါက်တာဝင်းနိုင်ထွန်းက ဇီဝလုံခြုံမှုနှင့်ပတ်သက်၍ ဆောင်ရန်/ရှောင်ရန်များ၊ ပြင်ပမှရောဂါများ မိမိခြံအတွင်းသို့မဟုတ် မိမိခန္ဓာကိုယ်အတွင်း မဝင်ရောက်ရန် ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ မိမိခြံအတွင်းသို့မဟုတ် မိမိခန္ဓာကိုယ်အတွင်းမှ ရောဂါများ ပြင်ပသို့မကူးစက်အောင်ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ မွေးမြူရေးခြံများ၏ ဇီဝလုံခြုံမှုအတွက် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်အချက်များကို သင်ကြားပို့ချပေးသည်။

ထို့နောက် သင်တန်းသားတစ်ဦးက ကျေးဇူးတင်စကားပြောကြားပြီး တွံတေးမွေးမြူရေးဇုန်ဥက္ကဋ္ဌက လိုအပ်သည်များ ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးသည်။ အဆိုပါသင်တန်းသို့ တွံတေးမွေးမြူရေးဇုန်အတွင်းရှိ မွေးမြူရေးခြံများမှ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူ ၇၀ ဦး တက်ရောက်ကြောင်း သိရသည်။

မျိုးလှိုင်(တွံတေး)

သရက်ချောင်းမြို့နယ်၌ အခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်းဖွင့်ပွဲကျင်းပ

သရက်ချောင်း ဩဂုတ် ၂

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး ထားဝယ်ခရိုင် သရက်ချောင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ကျေးလက်နေပြည်သူများ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများရရှိစေရေးအတွက် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း အထောက်အကူပြု အခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်းဖွင့်ပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က အဆိုပါဦးစီးဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

အခမ်းအနားတွင် သရက်ချောင်းမြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်ရဲတပ်ဖွဲ့မှူးက အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားပြီး သရက်ချောင်းမြို့နယ် အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန ဒုတိယမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးက အမှာစကားပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ သရက်ချောင်းမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးကောင်းမြတ်ထက်က အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအထောက်အကူပြုအခြေခံစက်ချုပ်သင်တန်းဖွင့်လှစ်ရခြင်း၏ရည်ရွယ်ချက်များနှင့် အကျိုးကျေးဇူးများကိုရှင်းလင်းပြောကြားပြီး တာဝန်ရှိသူများက သင်တန်းသူများထံ သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများပေးအပ်သည်။

အဆိုပါသင်တန်းကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်မှ စက်တင်ဘာလ ၁၅ ရက်အထိ စာတွေ့လက်တွေ့ အခမဲ့သင်ကြားပေးလျက်ရှိပြီး သရက်ချောင်းမြို့နယ်အတွင်းရှိ ကျေးရွာများမှ သင်တန်းသူ ၂၀ ဦး တက်ရောက်သင်ကြားလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

အိပိုးပိုး

ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီကစိုက်ပျိုးခဲ့သော သီးနှံစုံဧက ၃၀၀၀ ကျော် ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်ပြီးစီး

ပွင့်ဖြူ ဩဂုတ် ၂

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက စိုက်ပျိုးခဲ့သော သီးနှံစုံဧက ၃၀၀၀ ကျော် ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီက ဒေသတွင်းစားရေရိက္ခာဖူလုံပိုလျှံစေရန်နှင့် သီးနှံစိုက်ပျိုးစွမ်းအားတိုးတက်မြင့်မားစေရန် စပါး၊ နှမ်း၊ မြေပဲ၊ နေကြာ၊ ပဲတီစိမ်း၊ ပဲကြီး၊ ပဲစင်းငုံ၊ ဖူးစားပြောင်း၊ ချည်မျှင်ရှည်ဝါ၊ ကြံ၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်၊ ငှက်ပျော၊ အုန်း၊ ထန်း၊ သီးပင်စားပင်၊ ပရဆေးပင်နှင့် အထွေထွေစားသုံးသီးနှံများ စသည့်မိုးသီးနှံစုံ လျာထားဧက ၁၃၇၉၈၇ ဧက စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ လက်ရှိတွင် ၉၁၂၂၉ ဧက စိုက်ပျိုးနိုင်ခဲ့ကြောင်း၊ စိုက်ပျိုးထားသော မိုးသီးနှံစိုက်ခင်းများကို ဇူလိုင်လပထမပတ်က စတင်ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်ခဲ့ရာ လက်ရှိတွင် သီးနှံစုံ ၃၃၃၈ ဧက ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်ပြီးစီးပြီဖြစ်သည်။

"ဒီနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီမှာ ပွင့်ဖြူမြို့နယ်အတွင်း မိုးသီးနှံစုံလျာထားဧက ၁၃၇၉၈၇ ဧက စိုက်ပျိုးရာမှာ လက်ရှိအချိန်ထိ ၉၁၂၂၉ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီစိုက်ပျိုးထားတဲ့ မိုးသီးနှံစိုက်ခင်းတွေထဲမှာ ပဲတီစိမ်းနဲ့ ငှက်ပျောစိုက်ခင်းတွေကို ဇူလိုင်လကစပြီး ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်နေပါတယ်။ လက်ရှိမှာ ပဲတီစိမ်းဧက ၃၂၈၀၊ ငှက်ပျော ၅၈ ဧက စုစုပေါင်း ၃၃၃၈ ဧက ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်ပြီးစီးသွားပါပြီ။ မိုးသီးနှံတွေ ရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်တာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အထွက်နှုန်းလျော့နည်းမှုမဖြစ်စေဖို့၊ စနစ်တကျသိမ်းဆည်းကြဖို့၊ အရည်အသွေးကောင်းသီးနှံတွေရရှိဖို့ ဒေသခံတောင်သူတွေကို သီးနှံရိတ်သိမ်းခူးဆွတ်နည်းပညာတွေကို ပံ့ပိုးကူညီပေးပါတယ်" ဟု ပွင့်ဖြူမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဒေါ်မိုးမိုးဝေကပြောသည်။

တောင်သူများအနေဖြင့် ရာသီအလိုက် သီးနှံများစိုက်ပျိုးရာတွင် အထွက်နှုန်းတိုးတက်ကောင်းမွန်အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါက ဒေသတွင်းစားသုံးမှုကိုဖူလုံစေမည့်အပြင် ပိုလျှံမှုကိုရောင်းချနိုင်သဖြင့် ဝင်ငွေရရှိကာ လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာမည်ဖြစ်သောကြောင့် ဒေသနှင့်ကိုက်ညီသော မျိုးကောင်းမျိုးသန့်များကို တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးနိုင်အောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

လှိုင်ဝင်းလေး(ပွင့်ဖြူမြေ)

ပညာသင်ကြားရေးတွင် ဘာသာစကားအဟန့်အတားကြောင့် ကျောင်းထွက်မှုနှုန်းလျော့နည်းစေရန် ရည်ရွယ်၍ တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားဖြင့် ထပ်ဆင့်ရှင်းလင်းသင်ကြားပေးလျက်ရှိ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ပညာသင်ကြားရေးတွင် ဘာသာစကားအဟန့်အတားကြောင့် ကျောင်းထွက်မှုနှုန်းလျော့နည်းစေရန် ရည်ရွယ်၍ တိုင်းရင်းသားဘာသာစကားဖြင့် ထပ်ဆင့်ရှင်းလင်းသင်ကြားပေးလျက်ရှိပြီး တိုင်းရင်းသားဘာသာ သင်ကြားရေးအထောက်အကူပြု ဆရာ၊ ဆရာမများခန့်ထားနိုင်ရေးကို ၂၀၁၇-၂၀၁၈ ပညာသင်နှစ်မှ စတင်ကာ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးများရေးရာဝန်ကြီးဌာနနှင့် ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနတို့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း တိုင်းရင်းသားလူမျိုးများရေးရာ ဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးသန်းမောင်က ယနေ့တွင် ပြောကြားသည်။

ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် တိုင်းရင်းသားလူမျိုးများရေးရာဝန်ကြီးဌာန ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး အစည်းအဝေးခန်းမ၌ တိုင်းဒေသကြီးအတွင်း တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော တိုင်းရင်းသားစာပေသင်ကြားရေး အထောက်အကူပြု Teaching Assistant (TA) နှင့် တိုင်းရင်းသားဘာသာစာပေသင် Language Teacher (LT) ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် တွေ့ဆုံစဉ် ထိုသို့ပြောကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ထို့ပြင် ယနေ့ တိုင်းရင်းသားဘာသာစာပေသင် ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့်တွေ့ဆုံရသည့်အကြောင်းရင်းသည် ဆရာ၊ ဆရာမများ ကြုံတွေ့နေရသည့်အခက်အခဲများကို ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဖြေရှင်းပေးရန်နှင့် ပိုမိုတိုးတက်သင်ကြားနိုင်ရန်ဖြစ်သည့်အတွက် အခက်အခဲများကို ပွင့်လင်းစွာဆွေးနွေးတင်ပြကြရန်လည်း တိုက်တွန်းပြောကြားခဲ့သည်။

အဆိုပါအစည်းအဝေးတွင် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးအတွင်းရှိ တိုင်းရင်းသားစာပေနှင့် ယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့ခေါင်းဆောင်များနှင့် တိုင်းရင်းသားဘာသာသင် ဆရာ၊ ဆရာမများက အမြဲတမ်းဝန်ထမ်းအဖြစ် ကူးပြောင်းခွင့်ရရှိရေး၊ ထူးချွန်ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား ပညာရေးစုံညီပွဲတော်တွင် ဆုများချီးမြှင့်ပေးနိုင်ရေးအပါအဝင် လက်တွေ့လုပ်ငန်းခွင်တွင် ကြုံတွေ့နေရသည့်အခက်အခဲများ ဆွေးနွေးတင်ပြမှုအပေါ် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးက ညှိနှိုင်းဖြေရှင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြဝတီ

အင်းလေးဒေသတွင် Bio Septic Tank များ အစားထိုးသုံးစွဲရေး ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

အင်းလေးဒေသ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းသိမ်းရေးအတွက် အမှိုက်များစွန့်ပစ်ခြင်းနှင့် ကျန်းမာသန့်ရှင်းရေးအတွက် သန့်စင်ခန်းသုံးစွဲရာတွင် တိုက်ရိုက်အညစ်အကြေးစွန့်ပစ်ခြင်းတို့အစား ပိုမိုကောင်းမွန်သောစနစ် Bio Septic Tank များ အစားထိုးသုံးစွဲနိုင်ရေးကို ဒေသခံများနှင့်အတူ ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနသည် အင်းလေးဒေသရှိ ဟဲယာရွာမကျေးရွာအပါအဝင် ကျေးရွာပေါင်း ၁၅ ရွာတွင် စုပေါင်းရေပေးရေးလုပ်ငန်း၊ အင်းလေးဒေသတွင်းရှိ ငလျင်ဘေးသင့်ကျေးရွာများအား ပြန်လည်ထူထောင်ရေးလုပ်ငန်း၊ Bio Septic Tank များ ပြောင်းလဲသုံးစွဲရေးလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

အဆိုပါလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေမှုကို သမဝါယမနှင့် ကျေးလက်ဖွံ့ဖြိုးရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးမျိုးဇော်သိမ်းသည် တာဝန်ရှိသူများနှင့်အတူ ယနေ့ သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ထိုသို့ သွားရောက်စဉ် ဟဲယာရွာမကျေးရွာ၌ ကျေးရွာသူ၊ ကျေးရွာသားများနှင့်တွေ့ဆုံဆွေးနွေးခဲ့ပြီး အင်းလေးကန်ရေရှည်ထိန်းသိမ်းရေးအတွက် Bio Septic Tank များ အစားထိုးသုံးစွဲခြင်းကဲ့သို့ ပိုမိုကောင်းမွန်သောစနစ်များကို အိမ်ထောင်စုတစ်စုချင်း၊ ကျေးရွာတစ်ခုချင်း ပြည်သူများကိုယ်တိုင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှသာ အောင်မြင်မည်ဖြစ်ကြောင်း၊ ထို့ပြင် သက်ဆိုင်ရာဌာနအားလုံးကလည်း ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်လိုအပ်ကြောင်း ထည့်သွင်းဆွေးနွေးမှာကြားခဲ့သည်။

တွေ့ဆုံပွဲအပြီးတွင် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးသည် တာဝန်ရှိသူများနှင့်အတူ ညောင်ရွှေမြို့နယ်အတွင်းရှိ မြစိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း၊ ကျေးလက်စီးပွားမြင့်မားရေး ရန်ပုံငွေထူထောင်ခြင်းလုပ်ငန်းစီမံကိန်း၊ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံကိန်း၊ ခေတ်မီစံပြကျေးရွာထူထောင်ရေးစီမံကိန်း (Smart Village) အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်မည့် ကျေးရွာများအတွက် စီမံကိန်းထောက်ပံ့ရန်ပုံငွေများအား ကျေးရွာကော်မတီဝင်များထံ လွှဲပြောင်းပေးအပ်သည်။

အဆိုပါခရီးစဉ်အတွင်း အေးသာယာမြို့ တိုင်းရင်းသားရေးရာနှင့် သက်မွေးပညာသင်တန်းစင်တာ၌ ဖွင့်လှစ်ပို့ချလျက်ရှိသည့် အခြေခံအပ်ချုပ်စက်သင်တန်းမှ သင်တန်းသူများကိုလည်း သွားရောက်တွေ့ဆုံအားပေးစကားပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

မြဝတီ

▶▶ **ရွှေတိဂုံစေတီတော်မှ**

အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ ဒွိပိဋကဓရ ဒေါက်တာဘဒ္ဒန္တအဂ္ဂသာမိထံမှ ပရိသတ်များက ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ကြပြီး ဗီယက်နမ်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တသမ္မာဒိဋ္ဌိ အမှူးပြုသော ဗီယက်နမ်ဒါယကာ၊ ဒါယိကာမများက ဆရာတော်သံဃာတော်များအား ဝါဆိုသင်္ကန်းနှင့် လှူဖွယ်ဝတ္ထုများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြသည်။

ဆက်လက်၍ ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းဂေါပကအဖွဲ့ ဩဝါဒါစရိယ တိပိဋကဩဝါဒါစရိယအဖွဲ့ အကျိုးတော်ဆောင်ဆရာတော်ထံမှ ဝိနယပိဋကကျမ်းမြတ်ရွတ်ပွား စိတ်ထားနည်းနှင့် အကျိုးတရားများနာယူကြသည်။

ယင်းနောက် ဆရာတော်သံဃာတော်များနှင့် ပရိသတ်များက ဝိနယပိဋကပါဠိတော်အကျဉ်းချုပ်ကို ရွတ်ဆိုပူဇော်ကြပြီး အလှည့်ကျသံဃာတော်အရှင်သူမြတ်က ဝိနယပိဋကကျမ်းမြတ်ပါဠိတော်ကို ဆက်လက်ရွတ်ဖတ်ပူဇော်သည်။ အဆိုပါ ဝိနယပိဋကကျမ်းမြတ်ပါဠိတော် အသံမစဲရွတ်ဖတ်ပူဇော်ပွဲကို ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၂ ရက်မှ ၁၀ ရက်အထိ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ရွှေတိဂုံစေတီတော် ဘဏ္ဍာတော်ထိန်းဂေါပကအဖွဲ့မှ သိရသည်။

ဝန်းရံခ

● **ရှေ့ဖုံးမှအဆက်**

"ဝ" ကျန်းမာရေးဌာနနှင့် မိတ်ဖက်အဖွဲ့အစည်းများပူးပေါင်းပြီး ဇူလိုင်လ ၃၀ ရက်က ဒေသခံတိုင်းရင်းသားပြည်သူ ၈၀၈ ဦးကို ကွင်းဆင်းဆေးကုသမှုပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းကုသမှုပေးရာတွင် ဒေသခံတိုင်းရင်းသားပြည်သူ ၁၅၁ ဦးကို HIV နှင့်ကာလသားရောဂါ၊ အသည်းရောင်အသားဝါဘီ/စီရောဂါ၊ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ ရှိ/မရှိ သွေးစစ်ဆေးပေးခြင်း၊ ဒေသခံတိုင်းရင်းသားပြည်သူ ၂၀၂ ဦးတို့ကို တီဘီရောဂါ ရှိ/မရှိ ဓာတ်မှန်ရိုက်စစ်ဆေးပေးခြင်းနှင့် သလိပ်စစ်ဆေး၍ လိုအပ်သောကုသမှုများပေးခြင်း၊ ကလေး ၄၆၉ ဦးတို့ကို ဗီတာမင်အေနှင့် သန်ချဆေးတိုက်ကျွေးပေးခြင်းနှင့် ကာကွယ်ဆေးများထိုးနှံပေးခြင်းတို့ ဆောင်ရွက်ကြသည်။

ထို့ပြင် ဒေသခံပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးဟောပြောခြင်းနှင့် ဆေးစိမ်ခြင်ထောင်များ ဖြန့်ဝေပေးခြင်းလုပ်ငန်းများကိုလည်း ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

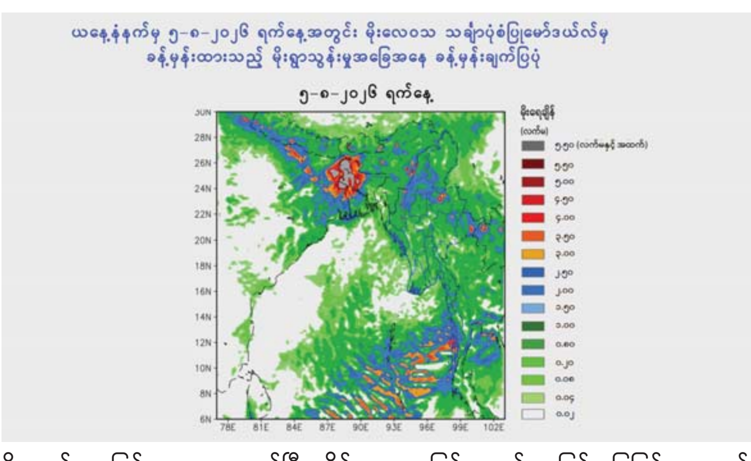
မြဝတီ

နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများအား မည်သည့်နည်းလမ်းဖြင့်မဆို ခြိမ်းခြောက်ခြင်း၊ တာဝန်ထမ်းဆောင်မှုအားနှောင့်ယှက်ခြင်းများဆောင်ရွက်ပါက တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။

▲ **မုတ်သုံလေမှ**

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့တွင် နေရာစိပ်စိပ်မှ နေရာအနှံ့အပြား မိုးထစ်ချုန်းရွာပြီး အချို့ဒေသများတွင် နေရာကွက်၍ မိုးကြီးနိုင်သည်။

မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်ပင်လယ်ပြင်တို့တွင် တစ်ခါတစ်ရံ မိုးသက်လေပြင်းများကျရောက်ပြီး လှိုင်းအသင့်အတင့်မှ လှိုင်းကြီးနိုင်သည်။ မိုးသက်လေပြင်းကျစဉ် ရေပြင်၊ မြေပြင်လေသည် တစ်နာရီလျှင် ၂၅ မိုင်မှ မိုင် ၃၀ အထိ တိုက်ခတ်နိုင်သည်။ လှိုင်းအမြင့်မှာ မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်ပင်လယ်ပြင်တို့တွင် ၇ ပေမှ ၉ ပေခန့်ရှိနိုင်သည်။



အကြံပြုချက်

သို့ဖြစ်ပါ၍ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် မုတ်သုံလေအားအသင့်အတင့်မှ အားကောင်းနေခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ မိုးတိမ်တောင်များဖြစ်ထွန်းမှု အားကောင်းနေခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ ရုတ်တရက်ရေကြီးခြင်းနှင့် မြေပြိုခြင်း စသည့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသဖြင့် ကုန်းမြင့်ဒေသအနီးတွင်နေထိုင်ကြသူများအနေဖြင့် မြေပြိုမှုအန္တရာယ်နှင့် မြစ်ငယ်၊ ချောင်းငယ်များအနီးတွင် နေထိုင်ကြသူများအနေဖြင့် ရေကြီးရေလျှံမှုများကို ကြိုတင်သတိပြုနိုင်ပါရန်နှင့် ပြည်တွင်းလေကြောင်းပျံသန်းရေး၊ မြန်မာ့ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်ပင်လယ်ပြင်တို့ရှိ ကမ်းနီး၊ ကမ်းဝေးငါးဖမ်းရေယာဉ်များ၊ သင်္ဘောများအနေဖြင့်လည်း ကြိုတင်သတိပြုနိုင်ပါရန် အသိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

(မိုး/ဇလ)

ရေဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေးနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ပြည်သူသို့ အသိပေးနှိုးဆော်ချက်

လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့်
ပြန်လည်နေရာချထားရေး ဝန်ကြီးဌာန

ရေဘေးပညာပေးစာစောင်

ရေဘေးအတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်များ

၁။ မိမိအိမ်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေများနှင့်အိမ်၏ ကြံ့ခိုင်မှုကို စစ်ဆေးပါ။

၂။ မိသားစုများ အရေးပေါ် ပြောင်းရွှေ့နိုင်ရန်နေရာ၊ လမ်းကြောင်းများနှင့် မိသားစုဆုံရပ်ကို ကြိုတင်သတ်မှတ်ထားပါ။

(ဥပမာ- အသက်ကယ် ကုန်းမြင့်၊ ရေလွတ်နိုင်သည့်နေရာများ၊ အဆောက်အအုံများ)

၁

၃။ ရေစိုပျက်စီးနိုင်သော ပစ္စည်းများကို ခြောက်သွေ့၍ မြင့်သော နေရာတွင် ထားရှိပါ။

၄။ မိမိပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မြစ်ချောင်းများ၏ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော ရေကြီးမှု အမြင့်ပေများကို သိရှိမှတ်သားထားပါ။

၅။ သောက်သုံးရေများ ကြိုတင်စုဆောင်းထားပါ။

၆။ မြေနိမ့်ဒေသ၊ ချိုင့်၊ ရေနုတ်မြောင်း အစရှိသည့် ရေလွှမ်းမိုးပါက အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သော နေရာများကို မြင်သာသော အမှတ်အသား ထားရှိပါ။

၂

၇။ အရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများနှင့် အရေးပေါ်အသက်ကယ် ပစ္စည်းများကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။

ရေကြီးခြင်းသတိပေးချက်ရလျှင် ဆောင်ရွက်ရန်များ

၁။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာသော မိုးလေဝသ သတင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ်နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာပါ။ အခြားသူများကိုလည်း မျှဝေပါ။

၂။ တောင်ပေါ်ဒေသများ၊ ချောင်းဖျား၊ မြစ်ဖျားများတွင် မိုးကြီးပါက မြစ်ဝှမ်းတစ်လျှောက်တွင် လျှပ်တစ်ပြက်ရေကြီးခြင်းများဖြစ်နိုင်ကြောင်း သတိပြုကြပါ။

၃။ အရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများ၊ စားရေရိက္ခာနှင့် အရေးကြီး စာရွက်စာတမ်းများကို မိမိနှင့်အတူထားရှိပါ။

၃

၄။ မိသားစုဝင်များ ကွဲကွာသွားပါက ပြန်လည်ဆက်သွယ်ရန် ဖုန်းနံပါတ် အမည်၊ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာ၊မြို့ ဆက်သွယ်ရမည့်သူစသည်တို့အား ရေးသားပြီး မိသားစုဝင်တိုင်း ယူဆောင်ထားပါ။

၅။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာန၏ ညွှန်ကြားချက်ရရှိပါက ရွေးချယ်ထားသော ဘေးလွတ်ရာနေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ခိုလှုံပါ။

ရေကြီးခြင်းဖြစ်ပေါ်နေချိန်တွင်လိုက်နာရန် အချက်များ

၁။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာသော မိုးလေဝသ သတင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ်နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကိုလိုက်နာပါ။

၄

၂။ အိမ်သုံးလျှပ်စစ်ပစ္စည်းများ၊ မီးခလုတ်များကို ပိတ်ထားပါ။

၃။ သောက်သုံးရေသန့်(သို့) ကျိုချက်ထားသောရေ (သို့) ရေသန့်ဆေးခတ်ထားသော ရေကိုသာ အမြဲသောက်သုံးပါ။

၄။ အဆိပ်ရှိသော တိရစ္ဆာန်များ အိမ်၊ခြံ အတွင်း၌ ရှိ၊မရှိ စစ်ဆေးပါ။

ရေကြီးခြင်း ဖြစ်ပေါ်နေချိန်တွင် ရှောင်ရှားသင့်သည့်အချက်များ

၁။ တိရစ္ဆာန်များကို မလိုအပ်ဘဲ ချည်နှောင်ထားခြင်း မပြုလုပ်ပါနှင့်။

၂။ ရေကြီးသော ဒေသများတွင် မြစ်၊ချောင်း ကမ်းပါး တိုက်စားပြီး ပြိုကျတတ်သောကြောင့် မြစ်၊ချောင်းကမ်းပါးများ အနီးသို့ မသွားပါနှင့်။

၅

၃။ ရေထဲတွင် ရေကူးခြင်း လမ်းလျှောက်ခြင်းများ မပြုလုပ်ပါနှင့်။

၄။ ရေစိုနေသော လျှပ်စစ်ပစ္စည်းများကို အသုံးမပြုပါနှင့်။

ရေကြီးပြီးနောက် ပြုလုပ်ရန်အချက်များ

၁။ မိသားစုဝင်များ ပျောက်ဆုံး၊ ကွဲကွာပါက သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပါ။

၂။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာသော မိုးလေဝသ သတင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ်နားထောင်ပြီး အကြံပြုချက်များကို လိုက်နာပါ။

၃။ အမှိုက်များအား စနစ်တကျ ရှင်းလင်းခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်အသေကောင်များအား စနစ်တကျမီးရှို့ခြင်း(သို့) မြေမြှုပ်ခြင်းများပြုလုပ်ပါ။

၄။ အန္တရာယ်ရှိနိုင်သော ဓာတ်ကြိုးများ၊ ဓာတ်တိုင် သစ်ပင်သစ်ကိုင်းများကို သတိပြုရှောင်ရှားပါ။ သက်ဆိုင်ရာသို့အကြောင်းကြားပြီး ကူညီရှင်းလင်းပါ။

၆

၅။ ရေကြီးခြင်း၏နောက်ဆက်တွဲအနေဖြင့်ဖြစ်ပေါ်နိုင်သော ဘေးအန္တရာယ်များနှင့် ကူးစက်ရောဂါများကို ဂရုပြုပါ။

၆။ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် အရေးပေါ်ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများတွင် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ပါ။

ရေကြီးပြီးနောက် ရှောင်ရှားသင့်သည့် အချက်များ

၁။ သက်ဆိုင်ရာအစိုးရဌာနမှ ထုတ်ပြန်ကြေညာခြင်း မဟုတ်သည့် ကောလာဟလသတင်းများကို မယုံပါနှင့်။

၂။ မသန့်ရှင်းသော ရေအရင်းအမြစ်များကို မသုံးစွဲပါနှင့်။

၃။ ရေစိုပြီး အနံ့အသက်မကောင်းသော အစားအစာများမစားပါနှင့်။

၄။ ရေထဲတွင် ဖိနပ်မပါဘဲ လမ်းမလျှောက်ပါနှင့်။

၇

အောက်ဖော်ပြပါအရေးပေါ်သုံးပစ္စည်းများ သင်နှင့်အတူရှိပြီလား ဆန်းစစ်ပါ။

ပေါ့ပါးပြီး ရေစိုခံကာ သယ်ယူရ လွယ်ကူသော အိတ်ဖြင့်ထည့်ရန်။

- [ ] ရေနှင့် ဓာတ်ဆားများ
- [ ] ကြာရှည်ခံအစားအစာများ
- [ ] ရှေးဦးသူနာပြုပစ္စည်းများနှင့် သုံးစွဲနေသည့်ဆေးဝါးများ
- [ ] အရေးပေါ်ခြုံစောင်
- [ ] အဝတ်အစားများ
- [ ] ရေစိုခံမိုးကာ
- [ ] အကြမ်းခံသည့် ဖိနပ်၊
- [ ] ဘက်ထရီအပြည့်ရှိသည့် ဖုန်းနှင့် ရေဒီယို
- [ ] လက်နှိပ်ဓာတ်မီး/မီးအိမ်နှင့် ဓာတ်ခဲ အပိုများ
- [ ] ဘက်စုံသုံး အိတ်ဆောင်ဓား၊ကြိုး
- [ ] ဖယောင်းတိုင်၊ မီးခြစ်
- [ ] အခြားသူများ အာရုံစိုက်မှုရစေရန် လိုအပ်သည့် ဝီစီ
- [ ] တစ်ကိုယ်ရေသုံး အသုံးအဆောင်များ (ဆပ်ပြာ၊သွားတိုက်ဆေး)
- [ ] ရေစိုခံအိတ်နှင့် ထည့်ထားသည့် အရေးကြီးစာရွက်စာတမ်း၊ ငွေသား
- [ ] ကလေးများ၏ ကျောင်းသုံးပစ္စည်းများ

ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သန်စွမ်းဖို့ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ကြစို့

အောင်မင်း(ကျန်းမာရေးပညာ)

နိုင်ငံတစ်နိုင်ငံ၏ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုသည် နိုင်ငံသားအားလုံး၏ ကျန်းမာကြံ့ခိုင်မှုအပေါ်မူတည်သည်ဖြစ်၍ နိုင်ငံသားအားလုံး၏ ကျန်းမာရေးအသိပညာမြင့်မားရေးသည် အလွန်အရေးကြီးပေသည်။ ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်းများအနက် အားကစားဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေး အသိပညာမြင့်မားပြီး လက်တွေ့လိုက်နာကျင့်သုံးလာစေရေးသည်လည်း အဓိကအခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်နေသည်။

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားနည်းပါးခြင်းကြောင့် မကူးစက်နိုင်သောနာတာရှည်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားမှု တစ်နေ့တခြားပိုမိုများပြားနေသည်။ လူနေမှုအဆင့်အတန်းမြင့်မားတိုးတက်ခြင်းနှင့်အတူ လုပ်ငန်းခွင်နှင့် အိမ်မှုကိစ္စများတွင် လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်း၊ သီးသန့်ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုများ မလုပ်ဆောင်ခြင်းတို့ကြောင့်လည်း မကူးစက်နိုင်သော နာတာရှည်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားမှုသည် တစ်နေ့တခြား များပြားလာနေသည်။

မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများသည် စနစ်တကျကုသထိန်းချုပ်နိုင်ခြင်း မရှိပါက ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲဆိုးကျိုးများကြောင့် မသန်စွမ်းဖြစ်ခြင်းနှင့် ရောဂါခံစားရသူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းကိုသာမက ရောဂါ၏နောက်ဆက်တွဲဝေဒနာများကြောင့် အလုပ်လုပ်နိုင်စွမ်းကျဆင်းလာခြင်း၊ ဆေးကုသမှုကုန်ကျစရိတ်များကြောင့် ၎င်းတို့၏မိသားစုအပါအဝင် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုကို ဝန်ထုပ်ဝန်ပိုးဖြစ်စေခြင်း၊ နိုင်ငံ၏ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကိုပါ အဟန့်အတားဖြစ်ပေါ်စေခြင်းတို့ကြောင့် ရောဂါမဖြစ်ပွားမီကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း၊ ဖြစ်ပွားလာပါက စောစီးစွာသိရှိကုသခြင်းသည် အထူးအရေးကြီးလှသည်။

ထို့ကြောင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားအားကစားသည် ဆေးဖြစ်သည် (Exercise is Medicine) ဆိုသည့်အတိုင်း မိမိအသက်အရွယ် ကျား/မ အလုပ်အကိုင်၊ သဘာဝအရ မိမိနှင့်သင့်လျော်သည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းများကို လူတိုင်းမှ စနစ်တကျလုပ်ဆောင်နိုင်ရန် အရေးတကြီးလိုအပ်နေပြီ ဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု (Physical Activity) ဟူသည် စွမ်းအင် (Energy) အင်အားကိုသုံးကာ ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းများလှုပ်ရှားမှုဖြစ်သည်။ နေ့စဉ်လုပ်နေကျလှုပ်ရှားမှု(Daily Activities) (ထိုင်၊ ထ၊ လမ်းလျှောက် - စသည်)၊ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအလိုက် လုပ်ကိုင်ရသော လှုပ်ရှားမှု (Occupational Activities)၊ အားလပ်နားနေချိန် ပြုလုပ်သော လှုပ်ရှားမှု(Leisure Time Activities) တို့ပါဝင်ကြသည်။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း(Exercise) ဟူသည်မှာမူ ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးကြံ့ခိုင်ရန်အတွက် ရည်ညွှန်း၍ ပြုလုပ်ရမည့် အမျိုးအစား၊ ပြင်းထန်မှု၊ ကြာမြင့်ချိန်နှင့် အကြိမ်တို့ကို စနစ်တကျစီစဉ်ရေးဆွဲထားပြီး အစီအစဉ်အတိုင်း ဆောင်ရွက်ရမည့် လှုပ်ရှားမှုမျိုးဖြစ်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်း၏ ဆိုးကျိုးများ
(Effect of Physical Inactivity)

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်းကြောင့် မကူးစက်နိုင်သော နာတာရှည်ရောဂါများ (Non-communicable diseases) ဖြစ်သည့် အဝလွန်ရောဂါ၊ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးသွေးကြောရောဂါနှင့် ကင်ဆာရောဂါအမျိုးမျိုးကိုဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။ မကူးစက်နိုင်သောရောဂါများသည် ပြည်သူတို့၏ ကျန်းမာရေးကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ ထိခိုက်စေနိုင်သော ရောဂါများဖြစ်ပြီး အလွန်လျင်မြန်စွာ ကြီးထွားလာသည့် ပြဿနာတစ်ခုဖြစ်သည်။ ခေတ်မီတိုးတက်သော စက်မှုသိပ္ပံပညာများထွန်းကားလာခြင်း၊ လူနေမှုအဆင့်အတန်း မြင့်မားတိုးတက်လာခြင်းနှင့်အတူ လုပ်ငန်းခွင်နှင့် အိမ်မှုကိစ္စများတွင် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးခြင်းတို့ကြောင့် မကူးစက်နိုင်သော နာတာရှည်ရောဂါများ ဖြစ်ပွားသေဆုံးမှုသည် မြင့်တက်လာနေသည်။

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများ

ပုံမှန်ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် နှလုံးနှင့်သွေးကြောရောဂါများ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ အဝလွန်ရောဂါ၊ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ၊ ခါးနာရောဂါ၊ အဆစ်အမြက်ရောင်ရောဂါ၊ သွေးတွင်းအဆီဓာတ်များခြင်း၊ ကင်ဆာရောဂါများ၊ သွေးကြောတွင်း သွေးခဲပိတ်ရောဂါ၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ စိတ်ပူပင်သောကရောဂါ၊ မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းမှုရောဂါ၊ သူငယ်ပြန်ရောဂါများဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း၊ ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းနည်းစေခြင်းနှင့် ရောဂါရှိသော်လည်း ကျန်းမာစွာနေနိုင်ခြင်း အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင်သည်။

ထို့ပြင် အိုမင်းသည်အထိ သူတစ်ပါးအကူအညီမလိုဘဲ ကိုယ့်အားကိုယ်ကိုး ကိုယ့်ခြေထောက်ပေါ် ကိုယ်ရပ်တည်နိုင်သည့် ပျော်ရွှင်ကျန်းမာသောဘဝရရှိနိုင်သည်။

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းကို ငယ်စဉ်ကလေးဘဝကစ၍ ပြုစုပျိုးထောင်လာရပါမည်။ လူတစ်ဦး၌ ရှိသင့်သောကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းသိမ်းရန်နှင့် ကိုယ်အလေးချိန်များလျှင် လျှော့ချရန်ကြိုးစားရမည်။ ရောဂါရှိသော်လည်း သို့မဟုတ် အသက်အရွယ်ကြီးလာသော်လည်း သင့်လျော်သောကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းများပြုလုပ်နိုင်သည်။

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းဆောင်ရွက်ရာတွင် လေ့ကျင့်ခန်းအမျိုးအစား၊ ပြင်းထန်မှု၊ အချိန်ကြာမြင့်မှုနှင့် အကြိမ်တို့အပေါ် မူတည်၍ အကျိုးကျေးဇူးရရှိမှု ကွာခြားသည်။ လူတစ်ဦးလျှင် တစ်နေ့အနည်းဆုံး မိနစ်(၃၀)၊ တစ်ပတ်လျှင်အနည်းဆုံးငါးရက် စုစုပေါင်း မိနစ် ၁၅၀ ခန့် အနည်းဆုံး ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု လုပ်ရန်လိုအပ်သည်။

ကျန်းမာရေးအတွက် အကျိုးရှိစေမည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား လေ့ကျင့်ခန်း(၄)မျိုးရှိသည်။

✣ ပုံမှန်ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် နှလုံးနှင့်သွေးကြောရောဂါများ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ အဝလွန်ရောဂါ၊ ဆီးချိုသွေးချိုရောဂါ၊ ခါးနာရောဂါ၊ အဆစ်အမြက်ရောင်ရောဂါ၊ သွေးတွင်းအဆီဓာတ်များခြင်း၊ ကင်ဆာရောဂါများ၊ သွေးကြောတွင်း သွေးခဲပိတ်ရောဂါ၊ စိတ်ကျရောဂါ၊ စိတ်ပူပင်သောကရောဂါ၊ မှတ်ဉာဏ်ချို့ယွင်းမှုရောဂါ၊ သူငယ်ပြန်ရောဂါများဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း၊ ရောဂါဖြစ်ပွားနှုန်းနည်းစေခြင်းနှင့် ရောဂါရှိသော်လည်း ကျန်းမာစွာနေနိုင်ခြင်း အကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင် . . .

၁။ သက်လုံကောင်းမှုနှင့်သက်ဆိုင်သောလေ့ကျင့်ခန်း

၎င်းလေ့ကျင့်ခန်းသည် ကိုယ်ခန္ဓာရှိ ကြွက်သားအများစုပါဝင်ပြီး အချိန်ကြာကြာ ဆောင်ရွက်ရသော လေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည်။ သက်လုံကောင်းလာခြင်းဖြင့် မိမိလိုသောအလုပ်များကို ပိုမိုလုပ်ကိုင်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် နာတာရှည်ရောဂါများကိုလည်း မဖြစ်ပွားအောင် ကာကွယ်နိုင်သည်။

* လမ်းလျှောက်ခြင်း၊ ရွရွပြေးခြင်း၊ တာဝေးပြေးခြင်း၊ စက်ဘီးစီးခြင်း၊ ရေကူးခြင်း၊ လှေလှော်ခြင်း ဘောလုံး၊ ဘော်လီဘော၊ ဘတ်စကက်ဘောကစားခြင်း၊ ကြက်တောင်ရိုက်ခြင်း၊ တင်းနစ်ရိုက်ခြင်း၊ အေရိုးဗစ်ကစားခြင်း၊ လှေကားအဆင်းအတက် ပြုလုပ်ခြင်း၊ ခြေလျင်တောင်တက် ပြုလုပ်ခြင်းတို့သည် သက်လုံကောင်းမှုနှင့် ဆိုင်သော ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည်။

၂။ ကြွက်သားအင်အား သန်မာမှုနှင့် သက်ဆိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်း

ကိုယ်ခန္ဓာရှိကြွက်သားများ ကြီးထွားသန်မာလာစေရန်ဆောင်ရွက်ရသော လေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည်။ ကြွက်သားအင်အားသန်မာမှုသည် ခန္ဓာကိုယ်ရွေ့လျားလှုပ်ရှားလုပ်ကိုင်နိုင်မှုအတွက် အဓိကအထောက်အကူပြုသည်။ မူလ ချည့်နဲ့နေသူများအတွက် ကြွက်သားအင်အားအနည်းငယ်တိုးရုံဖြင့် အမှီအခိုကင်းစွာ လှုပ်ရှားသွားလာပြုလုပ်နိုင်မည်။ ခန္ဓာကိုယ် အဆီမတိုးအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်သဖြင့် အဝလွန်ရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါတို့အတွက် ကာကွယ်တားဆီးကုသရန် အထောက်အကူပြုသည်။

* အလေးမ (အလေးတုံး/အလေးမစက်များ အသုံးပြုခြင်း)
* စပရိန်များ/မျှော့ကြိုးများ အသုံးပြုသောလေ့ကျင့်ခန်းများ
* မိမိကိုယ်ခန္ဓာ အလေးချိန်ကို အသုံးပြုသော လေ့ကျင့်ခန်းများ - ဒိုက်ထိုးခြင်း၊ ဘားတန်းခိုခြင်း၊ ထိုင်ထပြုလုပ်ခြင်းတို့သည် ကြွက်သားအင်အားကို သန်မာမှုနှင့်သက်ဆိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်းအမျိုးအစားဖြစ်သည်။

၃။ ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့် သက်ဆိုင်သောလေ့ကျင့်ခန်း

ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက်ပျက်၍ လဲကျခြင်းစသော မတော်တဆထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းများကို ကာကွယ်ပေးသည်။

* ခြေတစ်ချောင်းထောက်ရပ်ခြင်း
* ထိုင်နေရာမှ လက်ကိုင်အားပြုမသုံးဘဲ မတ်တပ်ရပ်ခြင်း
* ဘယ်ညာတစ်လှည့်စီ ဖနောင့်နှင့် ခြေဖျားထိပ် ထိကပ်၍ လမ်းလျှောက်ခြင်း
* ထိုက်ကျိကစားခြင်း
* ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက်ထိန်း ဘောလုံးပျော့များ၊ ဘုတ်ပြားများ အသုံးပြုလေ့ကျင့်ခြင်းတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်ဟန်ချက်ထိန်းသိမ်းမှုနှင့်ဆိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်းအမျိုးအစားဖြစ်သည်။

၄။ ခန္ဓာကိုယ်ပျော့ပျောင်းမှုနှင့် သက်ဆိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်း

ခန္ဓာကိုယ် အရိုးအဆစ်များကို ပျော့ပျောင်းစေသောလေ့ကျင့်ခန်းဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ် အရိုးအဆစ်များ ပျော့ပျောင်းခြင်းသည် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှု၊ လဲကျမှုတို့ကို ကာကွယ်တားဆီးပေးနိုင်သည်။

* ထိုက်ကျိ
* ယောဂ
* အကြောအဆစ်များဆွဲဆန့်ပေးခြင်းတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်ပျော့ပျောင်းမှုနှင့်ဆိုင်သော လေ့ကျင့်ခန်း အမျိုးအစားဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် ကျန်းမာကြံ့ခိုင်သန်စွမ်းဖို့ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းကို ယနေ့မှစတင်ပါ။ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်းစတင်သည့်နေ့သည် ကျန်းမာရေးအတွက် အကျိုးစတင်ရရှိသည့်နေ့ ဖြစ်သည်။

* TV ကြည့်ချိန်၊ Facebook, Computer သုံးချိန်များကိုလျှော့ခြင်း။ လမ်းလျှောက်နိုင်သော အကွာအဝေးခရီးကို လမ်းလျှောက်သွားလာခြင်း။ ဓာတ်လှေကားသုံးရမည့်အစား လှေကားမှ တဖြည်းဖြည်းတက်ခြင်း။ အိမ်အမှိုက်လှည်းခြင်း၊ သန့်ရှင်းရေးလုပ်ခြင်း၊ ဖုန်သုတ်ခြင်း၊ သစ်ပင်ပန်းပင်ပြုပြင်ရေလောင်းခြင်း စသည်တို့ကိုနိုင်သလောက် လုပ်ဆောင်ရပါမည်။
* မနိုင်ဝန်ကို မထမ်းပါနှင့်။ ကျန်းမာရေးအတွက် အကျိုးရနိုင်သည့် သတ်မှတ်အတိုင်းအတာရောက်ရန် လေ့ကျင့်ခန်းအတိုင်းအတာတိုးမြှင့်လုပ်ဆောင်ရာတွင် နည်းနည်းချင်းတိုးပြီး တစ်ဆင့်ချင်းဆောင်ရွက်ရမည်။
* အပေါင်းအသင်းမိတ်ဆွေများနှင့်စိတ်ပျော်ရွှင်စွာ စုပေါင်းလုပ်ဆောင်ရသည့် လေ့ကျင့်ခန်းမျိုးဖြစ်ပါက ပိုမိုကောင်းမွန်သည်။
* လေ့ကျင့်ခန်းဆောင်ရွက်စဉ် ရာသီဥတုနှင့်လိုက်ဖက်သော အဝတ်အစားကို ရွေးချယ်ဝတ်ဆင်သင့်သည်။

ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားလေ့ကျင့်ခန်း (Exercises) သည် ရောဂါကာကွယ်ခြင်း၊ ကုသခြင်း၊ ပြန်လည် ထူထောင်ခြင်းနှင့် ကျန်းမာရေးအဆင့်အတန်းမြှင့်တင်ခြင်းလုပ်ငန်းများအတွက် ဆေးဝါးမပါဘဲ အကုန်အကျသက်သာစွာ မိမိကိုယ်တိုင်ဆောင်ရွက်နိုင်သည့်လုပ်ငန်းဖြစ်သောကြောင့် ယခုမှစ၍ စတင်လုပ်ဆောင်ကြဖို့ တိုက်တွန်းရေးသားလိုက်ရပါသည်။ ။

ကိုးကား

(၁) လူတိုင်းအိမ်တိုင်းဆောင်ထား ကျန်းမာရေးအသိပညာများ(၂၀၂၄)

(၂) Tint Swe Latt, Ko Ko Zaw, Ko Ko, Mya Ohnmar, Moh Moh Hlaing, Ei Sandar Oo and Kyaw Myint Myat Thein. (2014) Report on National Survey of Diabetes Mellitus and Risk Factors for Non-Communicable Diseases in Myanmar. Available from URL: https://www.who.int/needs/surveillance/steps/Myanmar_2014.

မွေးစမှအသက် ငါးနှစ်အောက်ကလေးငယ်များအား သန်ချဆေး၊ မျက်စိအားတိုးဆေးနှင့် ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ထိုးနှံပေးခြင်းဆောင်ရွက်

ရွှေကျင် သြဂုတ် ၂

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ညောင်လေးပင်ခရိုင် ရွှေကျင်မြို့နယ်၌ မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှ မွေးစမှအသက်ငါးနှစ်အောက်ကလေးငယ်များအား သန်ချဆေး၊ မျက်စိအားတိုးဆေးနှင့် ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ထိုးနှံပေးခြင်းကို ယနေ့မွန်းလွဲ ၁ နာရီတွင် အနောက်ဘက်ကျေးရွာအုပ်စု သောင်လယ်ကျေးရွာ၌ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

အဆိုပါမွေးစမှအသက် ငါးနှစ်အောက်ကလေးငယ်များအား သန်ချဆေး၊ မျက်စိအားတိုးဆေးနှင့် ပုံမှန်ကာကွယ်ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ထိုးနှံပေးခြင်းကို ခုတင်-၁၀၀ ဆေးရုံအုပ် ဒေါက်တာမြတ်သူ၏ ကြီးကြပ်မှုဖြင့် သားဖွားဆရာမ ဒေါ်ရတနာနှင့်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများက အနောက်ဘက်ကျေးရွာအုပ်စု သောင်လယ်ကျေးရွာရှိ ကလေးငယ် ၁၅၇ ဦးတို့အား ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထွန်းထွန်းဇော်(ပြန်/ဆက်)

သထုံမြို့နယ် အခြေခံပညာကျောင်းပေါင်းစုံ အသက် ၁၄ နှစ်အောက် ဘောလုံးအားကစားပြိုင်ပွဲ ကျင်းပ

သထုံ သြဂုတ် ၂

မွန်ပြည်နယ် သထုံမြို့နယ်၏ ၂၀၂၆ ခုနှစ် မြို့နယ်ပညာရေးမှူးဖလား အခြေခံပညာကျောင်းပေါင်းစုံ အသက် ၁၄ နှစ်အောက် ဘောလုံးအားကစားပြိုင်ပွဲ ဖွင့်ပွဲအခမ်းအနားကို ယနေ့ မွန်းလွဲပိုင်းတွင် သထုံမြို့နန်းခဲရပ်ကွက်ရှိ ခရိုင်အားကစားကွင်း၌ ကျင်းပသည်။

ဦးစွာ သထုံမြို့နယ်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း၊ အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း(ခွဲ)နှင့်အခြေခံပညာအလယ်တန်းကျောင်းများအလိုက် ဘောလုံးအားကစားအသင်းအဖွဲ့ ၂၂ သင်းတို့က ကွင်းအတွင်း ချီတက်နေရာယူကြပြီး အားကစားသစ္စာခံဝိဋ္ဌာန်ရွတ်ဆိုကြသည်။

ယင်းနောက် မြို့နယ်ပညာရေးမှူး ဦးမြင့်ထွေးက အားကစားပြိုင်ပွဲကျင်းပပေးရခြင်းနှင့်စပ်လျဉ်း၍ အမှာစကားပြောကြားသည်။

ထို့နောက် အဖွင့်ပွဲစဉ်ယှဉ်ပြိုင်ကြမည့် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း(ခွဲ) ကမာစိုင်ကျောင်းအသင်းနှင့် အမှတ်(၄) အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်းအသင်းတို့ ကွင်းအတွင်းဝင်ရောက်နေရာယူပြီး မြို့နယ်ပညာရေးမှူးက ဘောလုံးစတင်ကန်၍ ပြိုင်ပွဲအားစတင်ပေးသည်။

အခမ်းအနားသို့ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌဦးဇော်မိုးစိုးနှင့်အဖွဲ့ဝင်များ မြို့နယ်ပညာရေးမှူးနှင့် ဆရာ/ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများ၊ ကျောင်းသားမိဘများ တက်ရောက်ခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

ခရိုင်(ပြန်/ဆက်)

သွေးလွန်တုပ်ကွေးနှင့် ကိုဗစ်ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေး

လားရှိုး သြဂုတ် ၂

ရှမ်းပြည်နယ် (မြောက်ပိုင်း) လားရှိုးမြို့ အမှတ်(၉) ရပ်ကွက်၌ ယနေ့နံနက် ၉ နာရီတွင် ရပ်ကွက်နေပြည်သူများအား သွေးလွန်တုပ်ကွေးနှင့် ကိုဗစ်ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းနှင့်အသိပညာပေးခြင်းများပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် မြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနဒေသန္တရကျန်းမာရေးဌာနမှ သူနာပြုဆရာမကြီး ဒေါ်နန်းခမ်းစံ ဦးစီးကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများက ရပ်ကွက်အတွင်းရှိအသက် ၁၈ နှစ်အထက် အမျိုးသား၊ အမျိုးသမီးများအား သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါနှင့် ကိုဗစ်ရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေးခြင်းနှင့် မိုးတွင်းကာလဖြစ်ပွားတတ်သော သွေးလွန်တုပ်ကွေးနှင့်ရာသီတုပ်ကွေးရောဂါဖြစ်ပွားမှုမရှိစေရေးအတွက် ရှောင်ရန်နှင့်လိုက်နာရမည့်အချက်များ၊ ခြင်ကိုက်မခံရစေရေးတို့အတွက်အသိပညာပေးခြင်းများအားပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစောခိုင်နှင့် ရပ်မိရပ်ဖများမှလည်း လိုအပ်သည်များအား ပူးပေါင်းကူညီဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်းနှင့်ကာကွယ်ဆေးအား အသက် ၁၈ နှစ်အထက်အမျိုးသား ၈၀ ဦးနှင့်အမျိုးသမီး ၁၂၀ ဦးအားထိုးနှံပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

(၆၀၈)

ငါးမွေးမြူရေးကန်များ ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုမှ ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး သတိပေးနှိုးဆော်ချက်

နိုင်ငံတော်စားနပ်ရိက္ခာဖူလုံရေးနှင့် ပြည်ပတင်ပို့ခြင်းဖြင့် နိုင်ငံခြားဝင်ငွေရရှိရေးအတွက် နိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ငါးမွေးမြူရေးကန်များဖြင့် မွေးမြူဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ မိုးအလွန်အကျွံရွာသွန်းခြင်းနှင့် မြစ်ရေကြီးခြင်းများကြောင့် ငါးမွေးမြူရေးကန်များ ရေကြီးနစ်မြုပ်ခြင်းမှ ကြိုတင်ကာကွယ်ရန်နှင့် ဆုံးရှုံးမှု လျော့နည်းစေရေးအတွက် အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ငါးပုစွန်မွေးမြူရေးကန်များ၌ လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြပါရန် သတိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည် -

- ❖ ငါးမွေးမြူရေးကန်များ၏ ကန်ပေါင်များ ခိုင်ခံ့ရန်အတွက် ကန်ပေါင်ပါးသော နိမ့်သောနေရာများတွင် သဲအိတ်များဖို့၍ ကန်ပေါင်ခိုင်ခံ့အောင် ပြုလုပ်ထားပါရန်၊
- ❖ အကယ်၍ ရေကြီးရေလျှံလာပါက ငါးများ လွတ်ထွက်မှုမရှိစေရေးအတွက် ဇာပြာပိုက်များဖြင့် ကာရံထားပါရန်၊
- ❖ ရေစီးကြောင်းနှင့်နီးသော ငါးကန်များတွင် ရေတိုက်စားမှုကာကွယ်ရန်အတွက် တုတ်ရိုက်ပြီး ဝါးထရံများဖြင့် ကာရံ၍ သဲအိတ်များဖို့ထားပါရန်၊
- ❖ လိုအပ်ပါက ငါးများ ရွှေ့ပြောင်းနိုင်ရန်အတွက် ငါးဖမ်းပိုက်များ၊ စက်လှေများနှင့် စက်ပစ္စည်းများအား ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါရန်နှင့် အထူးသဖြင့် မျိုးငါးကြီးများအား ဦးစားပေးရွှေ့ပြောင်းထားပါရန်၊
- ❖ သိုလှောင်ထားသော ငါးအစာနှင့် လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများအား ရေလွတ်သောနေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းထားပါရန်၊
- ❖ ပုံမှန်အစာကျွေးခြင်းဖြင့် ငါးများလွတ်ထွက်မသွားစေရေး ဆောင်ရွက်ထားပါရန်၊
- ❖ မွေးမြူရေးကန်၏ရေထွက်/ရေလျှံပေါက်များ၊ ရေကျော်မည့်နေရာများအား အစဉ်ဂရုတစိုက် စစ်ဆေးနေပါရန်၊
- ❖ ထူးခြားသည့်အခြေအနေများ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သိရှိနိုင်ရန်အတွက် ဆက်သွယ်သတင်းပို့နိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါရန်၊
- ❖ နိုင်ငံပိုင်ရေဒီယို၊ အသံလွှင့်ဌာနများမှ ထုတ်လွှင့်လျက်ရှိသော အရေးပေါ်မိုးလေဝသ သတိပေးချက်များနှင့် ပတ်သက်သည့်သတင်းများကို အမြဲဂရုတစိုက်နားထောင်ပါရန်နှင့် ပြည်တွင်းထုတ် နေ့စဉ်သတင်းစာများတွင်ပါရှိသည့် မိုးလေဝသနှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်း၊ ဆောင်းပါးများအား အမြဲမပြတ် ဖတ်ရှုသတိပြုပြီး ငါးမွေးမြူသူအချင်းချင်း သတင်းအချက်အလက် ဖလှယ်ကြပါရန်၊
- ❖ ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုအတွက် အရေးပေါ်အခြေအနေများဖြစ်ပေါ်ပါက နီးစပ်ရာ ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာနများနှင့် ဆက်သွယ်အကူအညီ တောင်းခံကြပါရန်၊

စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာန

ရန်ကင်းမြို့နယ်တွင် ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနနှင့် အခြေခံပညာကျောင်းများပူးပေါင်း၍ ကျောင်းတွင်းအာဟာရကျွေးမွေး

ရန်ကုန် သြဂုတ် ၂

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး သင်္ဃန်းကျွန်းခရိုင် ရန်ကင်းမြို့နယ်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာကျောင်းများ၌ မြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနနှင့်အခြေခံပညာဦးစီးဌာနတို့ပူးပေါင်း၍ကလေးငယ်များအာဟာရကျွေးမွေးခြင်းကို ယမန်နေ့နံနက်ပိုင်းက အခြေခံပညာကျောင်းများ၌ ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်ရာတွင် မြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှူး ဒေါက်တာကျော်ဇင်ဦး ဦးဆောင်သောအဖွဲ့သည် KG ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား ကျောင်းတွင်း အာဟာရကျွေးမွေးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အာဟာရအုပ်စု ငါးအုပ်စုအား ရှင်းလင်းပြောကြားခြင်း၊ အာဟာရကျွေးမှုမပြုလုပ်မီ လက်ဆေးခြင်း၊အာဟာရမှုန့်နှင့် ထမင်းရောကျွေးခြင်း၊ အစာစားပြီးချိန်တွင် လက်ဆေးခြင်းနှင့် After Lunch Tooth brushing ပြုလုပ်ခြင်းလုပ်ငန်းတို့ကို ဆရာမများနှင့်အတူ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

လှလှထွေး(ပြန်/ဆက်)

လေပြင်းဘေးအန္တရာယ်နှင့်ပတ်သက်၍ အသိပေးနှိုးဆော်ချက်

လူမှုဝန်ထမ်း၊ ကယ်ဆယ်ရေးနှင့်
ပြန်လည်နေရာချထားရေးဝန်ကြီးဌာန

လေပြင်းဘေးအသိပညာပေးစာစောင်

မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်တွင် နွေကြိုကာလ၊ နွေကာလနှင့် မိုးကြိုကာလများအတွင်း နေ့အပူချိန်များ တဖြည်းဖြည်း မြင့်တက်လာရာမှ အပူပြန်တက်တိမ်များ ဖြစ်ထွန်း၍ မွန်းလွဲ/ညနေပိုင်းတို့တွင် မိုးတိမ်တောင်များ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပြီး အဆိုပါ မိုးတိမ်တောင်များ ရွေ့လျားရာနေရာ တစ်လျှောက်တွင်စိုက်ဆင်းလေပြင်းများတိုက်ခတ်ခြင်း၊ လေပြင်းနှင့်အတူ မိုးထစ်ချုန်းခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်ခြင်း၊ မိုးသီးကြွေခြင်းနှင့် နေရာကွက်ကျား မိုးထစ်ချုန်းရွာခြင်း စသည့် မိုးလေဝသဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။

၁

လေပြင်းဘေးအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် အချက်များ

၁။ မိမိအိမ်၏ကြံ့ခိုင်မှုကို ပုံမှန်စစ်ဆေးပြီး တောင့်တင်းခိုင်မာအောင် ပြုလုပ်ထားပါ။

၂။ လေပြင်းဒဏ် ခံနိုင်စေရေးအတွက် လိုအပ်သည့် နေရာများတွင် ထောက်တန်းများ/ဒေါက်တိုင်များ ထပ်မံအားဖြည့်တပ်ဆင်ပါ။

၃။ မြေဝင်အိမ်တိုင်များအား လိုအပ်လျှင် တိုင်ဖိနပ် ပတ်လည်တွင် မြေဖို့၍ သိပ်သည်းကျစ်လျစ်အောင် ဆောင်ရွက်ပါ။

၄။ သွပ်အမိုးဖြစ်ပါက အစွန်ကျသောနေရာများတွင် သွပ်သံစိပ်စိပ်ရိုက်ပါ။ ဓနိ/သက်ငယ်အမိုးဖြစ်ပါက ဝါးရာဇမတ်ကွက် ကြက်နင်းဖြင့် ခိုင်ခံ့စွာ အုပ်ပါ။ သွပ်နန်းကြိုးဖြင့် ခိုင်မြဲစွာ ချည်နှောင်ပါ။

၂

၅။ အိမ်အကာအရံများ၊ တံခါးများ၊ ပြတင်းပေါက်များ အား ပိုမိုခိုင်ခံ့စေရန် ကြိုတင်ဆောင်ရွက်ပါ။

၆။ အိမ်အနီးရှိ ကျိုးကျနိုင်သော သစ်ပင်/သစ်ကိုင်းများ ကို ခုတ်ထွင်ရှင်းလင်းထားပါ။

၇။ အိမ်အတွင်းရှိ ပြိုကျ၊ ပြုတ်ကျ၊ ကွဲရှနိုင်သော ပစ္စည်းများကို အန္တရာယ်မဖြစ်စေရန် မြဲမြံအောင် ပြုလုပ်ထားပါ။ မီးလောင်စေနိုင်သော ပစ္စည်းများကို စစ်ဆေး၍ လိုအပ်သလို ပြင်ဆင်ထားပါ။

၈။ အရေးပေါ် သုံးပစ္စည်းများ၊ စားရေရိက္ခာနှင့်အရေးကြီး စာရွက်စာတမ်းများကို မိမိနှင့်အတူ ထားရှိပါ။

၉။ မိသားစုများ အရေးပေါ် ပြောင်းရွှေ့နိုင်ရန် နေရာ၊ လမ်းကြောင်းများနှင့် မိသားစုဆုံရပ်ကို ကြိုတင် သတ်မှတ်ထားပါ။

၃

လေပြင်းတိုက်ခတ်နေစဉ် သတိပြုလိုက်နာရန် အချက်များ

၁။ လေပြင်းတိုက်ခတ်ချိန်တွင် အမှိုက်များနှင့် ပစ္စည်း များ လေနှင့်လွင့်ပါက အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သော ကြောင့် မလိုအပ်ဘဲ အပြင်သို့ မထွက်ပါနှင့်။

၂။ တံခါးများနှင့် ပြတင်းပေါက်များကို မြဲမြံစွာပိတ်ထားပါ။ မှန်ပြတင်းများအား တိပ်ပြားကြီးများဖြင့် ကန့်လန့်ဖြတ်ကပ်ထားပါ။

၃။ မှန်ပြတင်းပေါက်များနှင့် ဝေးရာတွင် နေထိုင်ပါ။

၄

၄။ လေတိုက်ခတ်မှု အလွန် ပြင်းထန်ပါက ခိုင်ခံ့သော စားပွဲ (သို့မဟုတ်) ခိုင်ခံ့သော အရာဝတ္ထု တစ်ခုခုအောက်တွင် အကာအကွယ်ယူနေပါ။

၅။ အရေးပေါ်အခြေအနေမှလွဲ၍ ဖုန်းအသုံးမပြုပါနှင့်။

လေပြင်းတိုက်ခတ်စဉ် မိုးသီးကြွေခြင်း၊ မိုးထစ်ချုန်းရွာခြင်း ဖြစ်ပေါ်ပါက သတိပြု လိုက်နာရန် အချက်များ

၁။ လယ်ကွင်း၊ ကွင်းပြင်ထဲ နေထိုင်ခြင်းမှ အတတ်နိုင်ဆုံး ရှောင်ရှားပါ။ တတ်နိုင်သမျှ အိမ်ထဲတွင် နေထိုင်ပါ။

၂။ မဖြစ်မနေ အိမ်အပြင်သို့ ထွက်ရမည်ဆိုပါက ဆိုင်ကယ်စီးဦးထုပ်ကဲ့သို့ ဦးထုပ်အမာများ ဆောင်းပါ။ အဝတ်ထူများ ဝတ်ဆင်သွားပါ။

၃။ တီဗွီ၊ ရေဒီယို၊ လျှပ်စစ် ထမင်းအိုး၊ လျှပ်စစ်မီးပူ စသည့် လျှပ်စစ်နှင့်ဆိုင်သော ပစ္စည်းများကိုလည်း ခလုတ်ပိတ်၍ ပလတ်ဖြုတ်ထားပါ။

၅

၄။ သစ်ပင်၊ ဓာတ်တိုင်နှင့် သံ/သတ္တုပစ္စည်းများအနီး တွင် မနေပါနှင့်။

၅။ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းနေစဉ် မိုးကြိုးပစ်နိုင်သော ကြောင့် လျှပ်စီးနိုင်သော လက်ကိုင်ဖုန်း၊ သံနှင့်သတ္တု ပါဝင်သော ပစ္စည်းများကို အသုံးပြုခြင်း၊ ကိုယ်နှင့် တစ်ပါတည်းထားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပါ။

လေပြင်းတိုက်ခတ်ပြီးနောက် ဆောင်ရွက်ရန် အချက်များ

၁။ ကူညီကယ်ဆယ်ရေးနှင့် အပျက်အစီးများ ရှင်းလင်းခြင်းလုပ်ငန်းများတွင် တာဝန်ရှိသူများနှင့် အတူပူးပေါင်းပါဝင် ဆောင်ရွက်ပါ။

၆

၂။ ကျိုးကျ၊ ယိုင်လဲ၊ ပြိုပျက်နေသော ဓာတ်တိုင်များ၊ ဓာတ်ကြိုးများ၊ သစ်ပင်များ၊ သစ်ကိုင်းများ၊ အဆောက်အအုံများမှ ဝေးရာတွင်နေပါ။ သတိပြု ရှောင်ရှားပါ။ သက်ဆိုင်ရာသို့ အကြောင်းကြားပါ။ ကူညီရှင်းလင်းပါ။

၃။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိပါက ကျန်းမာရေးဌာနများ၌ လိုအပ်သည့် ကုသမှုများကို ခံယူပါ။

၄။ ထိခိုက်လွယ်အုပ်စုများ (ကလေးသူငယ်၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နှင့် သားသည်မိခင်၊ မသန်စွမ်း၊ သက်ကြီးရွယ်အို စသည့်) အကူအညီ လိုအပ်ပါက တတ်စွမ်းသရွေ့ ပေါင်းစပ်ကူညီပေးပါ။

၅။ ယာယီ အခိုအကာလိုအပ်ပါက သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများထံ ဆက်သွယ်အကူအညီ တောင်းခံပါ။

၇

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ (၃၃)ကြိမ်မြောက် ဝါဆိုသင်္ကန်းဆက်ကပ်လှူဒါန်း

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ (၃၃)ကြိမ်မြောက် ဝါဆိုသင်္ကန်း ဆက်ကပ်လှူဒါန်းပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် သာသနဝံသဓမ္မာရုံ၌ ပြုလုပ်ရာ ပုသိမ်မြို့၊ နိဂြောဓာရုံ၊ ညောင်ပင်သာ ကျောင်းတိုက်ဦးစီးပဓာန နာယကဆရာတော် နိုင်ငံတော်ဩဝါဒါစရိယ အဘိဓဇမဟာ ရဋ္ဌဂုရု၊ အဘိဓဇအဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မ ဇောတိက ဘဒ္ဒန္တ ဝိသုတ အမှူးပြုသော သံဃာတော်များ ကြွရောက်တော်မူကြပြီး တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ်အောင်ကျော်ခိုင်နှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များ တက်ရောက်ကြသည်။

ဆရာတော်ထံ အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ် အောင်ကျော်ခိုင် ဝါဆိုသင်္ကန်းနှင့်လှူဖွယ်ပစ္စည်းများဆက်ကပ်လှူဒါန်းစဉ်။

ဦးစွာ တိုင်းမှူးက သာသနဝံသဓမ္မာရုံရှိ မြတ်စွာဘုရားအား ဆွမ်း၊ ပန်း၊ ရေချမ်းနှင့် ဆီမီးများဆက်ကပ်ပူဇော်ပြီး သံဃာတော်များအား အရုဏ်ဆွမ်းဆက်ကပ် လှူဒါန်းသည်။ ထို့နောက် တိုင်းမှူးနှင့်တက်ရောက်လာကြသူများက ပုသိမ်မြို့၊ နိဂြောဓာရုံ၊ ညောင်ပင်သာကျောင်းတိုက်ဦးစီးပဓာန နာယကဆရာတော်ထံမှ ငါးပါးသီလခံယူဆောက်တည်ကြပြီး သံဃာတော်များ ရွတ်ဖတ်ချီးမြှင့်တော်မူသော ပရိတ်တရားတော်များကို နာယူကြည်ညိုကြသည်။ ယင်းနောက် တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက သံဃာတော်များအား ဝါဆိုသင်္ကန်းနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြပြီး ပုသိမ်မြို့၊ မရမ်းချိုကျောင်းတိုက်ဦးစီးပဓာနနာယကဆရာတော် အဂ္ဂမဟာဂန္ထဝါစကပဏ္ဍိတ၊ အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ ဘဒ္ဒန္တသောဘိတထံမှ အနုမောဒနာတရားများ နာယူကာလှူဒါန်းမှုအစုစုတို့အတွက် ရေစက်သွန်းချအမျှပေးဝေကြကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

(၁၀၀)

ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲယှဉ်ပြိုင်မည့်မြန်မာ့လက်ရွေးစင် ပိုက်ကျော်ခြင်းအားကစားအဖွဲ့ ထိုင်းနိုင်ငံသို့ထွက်ခွာ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

(၃၉)ကြိမ်မြောက် ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲ (39th Thai King's Cup) ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည့် မြန်မာ့လက်ရွေးစင်ပိုက်ကျော်ခြင်းအားကစားအဖွဲ့သည် ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် လေကြောင်းခရီးဖြင့် ရန်ကုန်မြို့မှထွက်ခွာကြရာ မြန်မာနိုင်ငံပိုက်ကျော်ခြင်းအဖွဲ့ချုပ်မှတာဝန်ရှိသူများနှင့် မိဘဆွေမျိုးများက ရန်ကုန်အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလေဆိပ်၌ ပို့ဆောင်နှုတ်ဆက်ကြသည်။

အဆိုပါ (၃၉)ကြိမ်မြောက်ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲကို ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဩဂုတ်လ ၃ ရက်မှ ၁၁ ရက်အထိ ထိုင်းနိုင်ငံ ဘန်ကောက်မြို့ရှိ Fashion Island Terminal 21 ၌ ကျင်းပမည်ဖြစ်ပြီး မြန်မာ့လက်ရွေးစင် အမျိုးသားပိုက်ကျော်ခြင်းအသင်းသည် သုံးယောက်တွဲအသင်းလိုက်ပြိုင်ပွဲ (Men Team Regu Event)၊ လေးယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ (Men Quadrant Event)နှင့် ကွင်းသွင်းခြင်းခတ်ပြိုင်ပွဲ (Men Hoop Event)တို့ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြမည်ဖြစ်သည်။

ထို့အတူ မြန်မာ့လက်ရွေးစင်အမျိုးသမီးအသင်းသည်လည်း နှစ်ယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ (Women Double Event)၊ လေးယောက်တွဲပြိုင်ပွဲ (Women Quadrant Event)နှင့် ကွင်းသွင်းခြင်းခတ်ပြိုင်ပွဲ (Women Hoop Event)များ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

(၃၉)ကြိမ်မြောက် ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ရန် မြန်မာ့လက်ရွေးစင်ပိုက်ကျော်ခြင်းအားကစားအဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ခေါင်းဆောင် ဦးသန်းလွင် အပါအဝင် အုပ်ချုပ်/နည်းပြ ခြောက်ဦး၊ အမျိုးသားကစားသမား ၁၅ ဦး၊ အမျိုးသမီးကစားသမားကိုးဦးစုစုပေါင်း၃၀ဦးသွားရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြသည်။

မြန်မာနိုင်ငံပိုက်ကျော်ခြင်းအဖွဲ့ချုပ်သည် ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲကို နှစ်စဉ်ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်လျက်ရှိရာ ၂၀၂၅ ခုနှစ်က ထိုင်းနိုင်ငံ Songkhla မြို့၌ပြုလုပ်သည့် (၃၈)ကြိမ်မြောက် ထိုင်းဘုရင့်ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် ပြိုင်ပွဲအမျိုးအစားခြောက်မျိုး ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ ပြိုင်ပွဲလေးမျိုးမှ ငွေတံဆိပ်နှစ်ခုနှင့် ကြေးတံဆိပ်နှစ်ခု ဆုတံဆိပ်လေးခု ဆွတ်ခူးရရှိခဲ့ကြောင်းလည်းသိရသည်။

ဝန်းရံခ

◆ ရှေ့ဖုံးမှအဆက်

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ရေကာတာကျိုးပေါက်၍ လူနေအိမ်များအတွင်းသို့ ရေဝင်ရောက်မှုများဖြစ်ပွားခဲ့ခြင်းကြောင့် ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ရှာဖွေကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်း၊ ပစ္စည်းများအား ဘေးလွတ်ရာသို့ ကူညီရွှေ့ပြောင်းခြင်းများ၊ စားသောက်ဖွယ်ရာများ လိုက်လံပို့ဆောင်ပေးခြင်း၊ လိုအပ်သော ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိပြီးမြစ်ရေဝင်ရောက်မှုအား ကာကွယ်ရန် ရေရှိန်တားပြုလုပ်ခြင်းနှင့် ရေကာတာပေါင်မြေဖို့ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား ရှာဖွေကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးစဉ်။

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက ရေဝင်ရောက်သည့်နေရာများတွင် ကူညီကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးစဉ်။

ထိုသို့ ဆောင်ရွက်နေမှုများကို တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ တာဝန်ရှိသူများက သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးပြီး လိုအပ်သည်များ ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

(၁၀၀)

အနောက်တောင်တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်မှ နယ်မြေခံတပ်မတော်သားများက ရေဘေးသင့်ပြည်သူများအား စားသောက်ဖွယ်ရာများ လိုက်လံပို့ဆောင်ပေးစဉ်။

မြိတ်မြို့နယ်အတွင်း မိုးစပါးစိုက်ကေများ ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုမရှိစေရေးနှင့် ရေစီးရေလာကောင်းမွန်ရေးအတွက်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့် ချောင်းတူးဖော်ခြင်းလုပ်ငန်းသုံးခုရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီး

မြိတ် ဩဂုတ် ၂

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး မြိတ်မြို့နယ် စန္ဒဝတ်ကျေးရွာအုပ်စု အင်္ဂမော်ကျေးရွာအုပ်စုနှင့် သမုတ်ကျေးရွာအုပ်စုတို့တွင် မိုးစပါးစိုက်ဧကများ ရေကြီးနစ်မြုပ်မှုမရှိစေရေးနှင့် ချောင်းများ ရေစီးရေလာကောင်းမွန်ရေးအတွက် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်ချောင်းတူးဖော်ရေးလုပ်ငန်းသုံးခုသည် ယခုအခါ ရာနှုန်းပြည့် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာနက ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ဘဏ္ဍာနှစ် တိုင်းဒေသကြီး ရန်ပုံငွေဖြင့် သမုတ်ကျေးရွာအတွင်းမှ ကျောက်ဖျာမြစ်အတွင်းသို့ စီးဆင်းလျက်ရှိသည့် ပန်းချီရှောင်ချောင်း အရှည် ပေ ၅၀၀၀၊ ထိပ်ဝအကျယ် ၂၄ ပေ၊ အနက် ၇ ပေ၊ အင်္ဂမော်ကျေးရွာ နတ်တလင်း သစ်တောကြိုးဝိုင်းတောင်မှ အင်္ဂမော်ချောင်းမကြီးအတွင်း စီးဆင်းလျက်ရှိသည့် မယင်းငယ်ချောင်း အရှည် ပေ ၆၀၀၀၊ ထိပ်ဝအကျယ် ၂၂ ပေ၊ အနက်၇ပေနှင့် စန္ဒဝတ်ကျေးရွာ ကျောက်ဖြူတောင်လမ်းဆုံနှင့် အက်စ်ကွေ့တံတားဝန်းကျင်မှ စီးဆင်းလျက်ရှိသည့် ဦးချမ်းအေးချောင်း အရှည် ပေ ၆၀၀၀၊ ထိပ်ဝအကျယ်၂၂ ပေ၊ အနက် ၇ ပေ တို့ကို တူးဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အဆိုပါချောင်းသုံးခုကိုတူးဖော်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည့်အတွက် ပန်းချီရှောင်ချောင်းအနီး မိုးစပါး စိုက်ဧက ၃၀၊ မယင်းငယ်ချောင်းအနီး လမ်းမကြီးရေကြီးရေလျှံမှုနှင့် မိုးစပါးစိုက်ဧက ၃၀ ခန့်၊ ကျောက်ဖြူတောင်လမ်းဆုံမှ အက်စ်ကွေ့တံတားအတွင်း ပြည်ထောင်စုလမ်းမပေါ် ရေကြီးရေလျှံခြင်းနှင့် မိုးစပါးစိုက်ဧက ၈၀ ခန့် ရေကြီးနစ်မြုပ်ခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ခိုင်ထူး(ပြန်/ဆက်)

မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ (၅၄)နှစ်မြောက် တိုင်းနှစ်ပတ်လည်နေ့အထိမ်းအမှတ် ဝါဆိုသင်္ကန်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းခြင်းနှင့် ဆုချီးမြှင့်ခြင်းအခမ်းအနားကျင်းပ

ဆရာတော်ထံ မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဇော်ထွေး ဝါဆိုသင်္ကန်းနှင့်လှူဖွယ်ပစ္စည်းများဆက်ကပ်လှူဒါန်းစဉ်။

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ (၅၄) နှစ်မြောက် တိုင်းနှစ်ပတ်လည်နေ့အထိမ်းအမှတ် အရုဏ်ဆွမ်းနှင့် ဝါဆိုသင်္ကန်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်ရှိ မဟာဇေယျာသုခဓမ္မာရုံ၌ ပြုလုပ်ရာ ကချင်ပြည်နယ်၊ မြစ်ကြီးနားမြို့၊ ဓမ္မရက္ခိတဝန်းသိုကျောင်းတိုက်ဆရာတော် ဘဒ္ဒန္တကေတုမာလာ အမှူးပြုသော သံဃာတော်များကြွရောက်တော်မူကြပြီး တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဇော်ထွေးနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များ တက်ရောက်ကြသည်။ ဦးစွာ တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ဓမ္မရက္ခိတဝန်းသိုကျောင်းတိုက်ဆရာတော်ထံမှ ငါးပါးသီလ ခံယူဆောက်တည်ကြသည်။ ထို့နောက် တိုင်းမှူးနှင့်တာဝန်ရှိသူများက သံဃာတော်များထံ ဝါဆိုသင်္ကန်းနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြပြီး လှူဒါန်းမှုအစုစုတို့အတွက် ရေစက်သွန်းချအမျှပေးဝေခဲ့ပြီး သံဃာတော်များအား အရုဏ်ဆွမ်းဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြသည်။

မြောက်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်အောင်ဇော်ထွေး ဆုရရှိသူတစ်ဦးအား ဆုပေးအပ်ချီးမြှင့်စဉ်။

ဆက်လက်၍ (၅၄)နှစ်မြောက် တိုင်းနှစ်ပတ်လည်နေ့ အထိမ်းအမှတ်အဖြစ် အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များအား ကံစမ်းမဲဖောက်ပေးခြင်း၊ မိသားစုပျော်ပွဲရွှင်ပွဲများ၊ အားကစားပြိုင်ပွဲများနှင့် စစ်ရေးစွမ်းရည်ပြိုင်ပွဲများကို ကျင်းပပြုလုပ်ပေးသည်။

ယင်းနောက် တိုင်းနှစ်ပတ်လည်နေ့ အထိမ်းအမှတ် ဆုချီးမြှင့်ပွဲကို တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်ရှိ ဗလမင်းထင်ခန်းမ၌ ပြုလုပ်ရာ တိုင်းမှူးနှင့်အဖွဲ့ဝင်များ၊ အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များနှင့် ဖိတ်ကြားထားသူများ တက်ရောက်ကြသည်။

ဦးစွာ တိုင်းမှူးက အမှာစကားပြောကြားသည်။ ထို့နောက် အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များအား သင်တန်းများတွင် ထူးချွန်ဆုရရှိသူများ၊ စစ်ရေးစွမ်းရည်ပြိုင်ပွဲ ဆုရရှိကြသူများ၊ အိမ်ထောင်သည်လိုင်း စိုက်ပျိုး/မွေးမြူရေးနှင့် သန့်ရှင်းရေး အကောင်းဆုံးဆုရရှိကြသူများ၊ တိုင်းမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ဆုများအသီးသီးပေးအပ်ချီးမြှင့်ခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၁၀၀)

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့၏ အစီအစဉ်ဖြင့် ဝယ်ယူထားသည့် အမြန်သွားရေယာဉ်ကို ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရဲတပ်ဖွဲ့ထံ လွှဲပြောင်းပေးအပ်

ပဲခူး ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီမြစ်အတွင်း တရားမဝင်ပစ္စည်းများ သယ်ဆောင်မှုဖမ်းဆီးရမိစေရေး၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရန်နှင့် တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးလုပ်ငန်းများ အရှိန်အဟုန်မြှင့်ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်အတွက် ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့၏ အစီအစဉ်ဖြင့် ဝယ်ယူထားသည့် အမြန်သွားရေယာဉ် (Fiber Glass Boat)ကို ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရဲတပ်ဖွဲ့ထံ ယမန်နေ့က လွှဲပြောင်းပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့ထံမှသိရသည်။

ယမန်နေ့နံနက်ပိုင်းက ပြည်မြို့ ဧရာဝတီမြစ်ကမ်း၌ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ဦးမျိုးဆွေဝင်းက ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရဲတပ်ဖွဲ့မှူး ရဲမှူးကြီးတင်မျိုးထူးထံ အဆိုပါရေယာဉ်ကိုလွှဲပြောင်းပေးအပ်ခဲ့ပြီး တိုင်းဒေသကြီး လွှတ်တော်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ၊ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးများနှင့်အတူ ဧရာဝတီမြစ်အတွင်း အမြန်သွားရေယာဉ် စမ်းသပ်မောင်းနှင်မှုကို ကြည့်ရှုအားပေးကြသည်။

အဆိုပါရေယာဉ်သည် ငွေကျပ်သိန်း ၁၈၀၀ ကျော်တန်ဖိုးရှိပြီး အလျား ၂၇ ပေ၊ အနံ ၉ ပေ၊ အမြင့် ၄ ပေ ၆ လက်မ၊ ရေစူး ၁ ပေနှင့် အင်ဂျင်အမျိုးအစားမှာ Suzuki DF-200A (2003F-244843) (Japan) ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

တိုင်းဒေသကြီး(ပြန်/ဆက်)

အရည်အချင်းပြည့်ဝသည့် ဒိုင်လူကြီးမျိုးဆက်သစ်များမွေးထုတ်နိုင်ရန် လူငယ်မျိုးဆက်သစ် ဒိုင်ဝါသနာပါသူများကိုသင်တန်းဖွင့်လှစ်ကာ လေ့ကျင့်သင်ကြားပေး

မြစ်ကြီးနား ဩဂုတ် ၂

ကချင်ပြည်နယ်၏ ဘောလုံးအားကစားနည်း အဆင့်အတန်းမြင့်မားလာစေရန်၊ စည်းကမ်းသတ်မှတ်ချက်များနှင့်အညီ အရည်အချင်းပြည့်ဝသည့် ဒိုင်လူကြီးမျိုးဆက်သစ်များ မွေးထုတ်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ ကချင်ပြည်နယ်အတွင်းရှိ လူငယ်မျိုးဆက်သစ် ဒိုင်ဝါသနာပါသူ သင်တန်းသား ၄၃ ဦးတို့ကို ငါးရက်ကြာ သင်တန်းဖွင့်လှစ်ကာ လေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခဲ့ပြီး ယနေ့သင်တန်းဆင်းပြီဖြစ်ကြောင်း ပြည်နယ်အားကစားနှင့်ကာယပညာဦးစီးဌာနရုံး အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပသည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဒိုင်လူကြီးသင်တန်းဆင်းပွဲမှ သိရသည်။

အဆိုပါ သင်တန်းကို ကချင်ပြည်နယ်အားကစားနှင့် ကာယပညာဦးစီးဌာနနှင့် မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်၏ ဒိုင်ဆပ်ကော်မတီတို့ ပူးပေါင်းဖွင့်လှစ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး သင်တန်းဆင်းပွဲသို့ ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ဦးခက်ထိန်နန် တက်ရောက်အမှာစကားပြောကြားကာ သင်တန်းသားများထံ သင်တန်းဆင်းလက်မှတ်များနှင့် ဒိုင်သင်တန်းနည်းပြများအတွက် ဂုဏ်ပြုချီးမြှင့်ငွေများ ပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ပြည်နယ်(ပြန်/ဆက်)

တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ် အမျိုးသား/အမျိုးသမီး ဘတ်စကက်ဘောပြိုင်ပွဲ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည့် ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းများအားကြိုဆို

တောင်ကြီး ဩဂုတ် ၂

၂၀၂၆ ခုနှစ် တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ် အမျိုးသား/ အမျိုးသမီး ဘတ်စကက်ဘောပြိုင်ပွဲများကို ရှမ်းပြည်နယ် တောင်ကြီးမြို့ရှိ လေ့ကျင့်ရေးအားကစားရုံ၌ ဩဂုတ်လ ၃ ရက်မှ ၉ ရက်အထိ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်သည်။

အဆိုပါပြိုင်ပွဲသို့ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည့် ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းများအား ကြိုဆိုပွဲကို ယနေ့ ညနေ ၃ နာရီတွင် တောင်ကြီးမြို့ရှိ ပြည်နယ် လေ့ကျင့်ရေးအားကစားရုံ၌ ကျင်းပသည်။

ကြိုဆိုပွဲတွင်တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ်များမှ အမျိုးသား/ အမျိုးသမီး ဘတ်စကက်ဘောပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းများက အသင်းအလိုက် မိတ်ဆက်ကြပြီး အားကစားရေးရာဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး ဦးညီညီ၊ ပြည်နယ်လွှတ်တော် ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဦးစိုင်းထွန်းစိန်၊ ပြည်နယ်ဝန်ကြီးများနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားအသင်းများအား ရင်းရင်းနှီးနှီး နှုတ်ဆက်အားပေးကြသည်။

အဆိုပါပြိုင်ပွဲများ ကျင်းပသည့်ရက်များတွင် ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်များကို နေ့စဉ် နံနက် ၈ နာရီတွင် စတင်ယှဉ်ပြိုင်ကစားသွားမည်ဖြစ်ပြီး အားကစားဝါသနာရှင် မိဘပြည်သူများ အနေဖြင့် အခမဲ့လာရောက်ကြည့်ရှုအားပေးနိုင်ကြောင်း သိရသည်။ ထက်ဝေ(ပြန်/ဆက်)

၂-၈-၂၀၂၆ ရက်နေ့ ဓာတ်သတ္တု(ရွှေ)ရည်ညွှန်းဈေး (Market Rate)

သိပ်သည်းဆ ၁၉.၂၅ ဂရမ်/ကုဗစင်တီမီတာနှင့်အထက်ရှိ စံချိန်မီရွှေ ၁ ကျပ်သား (၁၆.၃၂၉၃၂၅ ဂရမ်)၏ **ဈေးနှုန်းမှာ** (၆,၉၅၀,၀၀၀)ကျပ်ဖြစ်သည်။

ဓာတ်သတ္တု(ရွှေ)ရည်ညွှန်းဈေးသတ်မှတ်ရေးကော်မတီ

MYAWADY IN ENGLISH

www.myawady.net.mm DAILY EDITION E-mail:mwddailynewspapergroup@gmail.com

Katha District to plant more than 5,000 acres of banana in coming monsoon

KATHA August 2

According to the agricultural data of Katha District Agriculture Department, local farmers will plant 5,447 acres of banana as monsoon crops in Katha District of Sagaing Region this year.

During the 2026-2027 monsoon crop cultivation season, district-level targets for banana cultivation in Katha District are set at 3,662 acres in Katha Township, 827 acres in Indaw Township, 793 acres in Htigyaing Township, and 165 acres in Bamauk Township, totalling 5,447 acres, according to reports.

"This year, during the monsoon season, Katha District is targeting the cultivation of 5,447 acres of bananas. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. Preparations are currently underway to begin planting within this month. Recently, banana cultivation has also started appearing in lowland farms. In general, pest and disease infestations are relatively low," said Daw Khin Myat Myat Oo, head of the Agriculture Department in Katha District.

Banana growers reportedly plant around 1,000 banana plants per acre. Cultivation costs can reach up to Ks-2 million per acre until the fruit-bearing stage, while returns at harvest can amount to around Ks-5 million per acre.

The Katha District Agriculture Department will also conduct field-level awareness activities on good agricultural practices, including discussions on the dangers of chemical residue contamination in food crops and the proper use of registered chemical pesticides according to labeled guidelines, in order to ensure the production of safe food crops. **SK**

Yinmabin District earmarks cultivation of more than 19,000 acres of cotton

YINMABIN August 2

Statistics of the Agriculture Department in Yinmabin District of Sagaing Region stated that local authorities have earmarked cultivation of 19,150 acres of cotton as monsoon crops in the district.

In 2026-2027 monsoon cultivation season, Yinmabin Township set a plan to grow 5,000 acres of cotton, Kani Township 7,000 acres, Salingyi Township 3,200 acres and Pale Township, 3,950 acres, totalling 19,150 acres.

"This year, more than 19,000 acres of cotton are targeted for cultivation in Yinmabin District during the monsoon cropping season. Arrangements are currently being made to begin cultivation within this month. Efforts will be undertaken to ensure that the targeted acreage is fully achieved. To enable farmers to cultivate on time during the planting season, quality cotton seed varieties will be supplied for cotton production," said Daw Myat Moe Win, head of the Agriculture Department in Yinmabin District.

It is learned that, this year, the relevant township agriculture departments in Yinmabin District have been providing technical training courses for cotton growers to ensure access to quality cotton seed varieties, preventive measures against pests and diseases for successful crop production, and the use of proper cultivation methods to achieve good yields. Necessary technical assistance required by cotton farmers will also continue to be provided.

The cultivation cost for cotton is about Ks-350,000 per acre, and the yield is reported to be around 1,000 viss per acre.

In cotton cultivation, farmers can also practice crop sequencing with onions and intercropping with pigeon peas, allowing them to obtain at least one type of crop and thereby increase their income.

Cotton is being successfully cultivated and produced in 19 townships across the districts of Sagaing, Monywa, Yinmabin, Shwebo and Kanbalu in Sagaing Region. **SMK**

YeU Township decides to grow more than 1,000 acres of green gram

YEU August 2

Local authorities set a plan to cultivate more than 1,000 acres of green gram as monsoon crops in YeU Township of Sagaing Region, according to the Township Agriculture Department.

Local authorities earmarked cultivaiton of 1,088 acres of green gram in YeU Township in 2026-2027 monsoon crop cultivation season, starting from June till September.

"This year, during the monsoon crop cultivation season, YeU Township is targeting the cultivation of more than 1,000 acres of green gram. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. Regarding green gram cultivation, awareness activities are being carried out to encourage expanded cultivation, and farmers are also being educated on the use of high-quality pure seed varieties to achieve better yields," said Daw Aye Nyein Thant, head of the YeU Township Agriculture Department.

This year, the Township Agriculture Department in YeU Township will provide awareness and technical support to green gram farmers on obtaining high-quality seed varieties suited to local conditions, applying correct cultivation methods, preventing pest infestations, using chemical fertilizers systematically, and improving crop yields.

During this year's monsoon crop cultivation season, the department will also cooperate with farmers in providing high-quality pure seed varieties, agricultural inputs, and post-harvest technologies needed to improve the yield and quality of various pulse crops. **SMK**

Phaungpyin Township sees preparations to grow more than 1,000 acres of vegetables

PHAUNGPYIN August 2

The Township Agriculture Department stated that local authorities have earmarked cultivation of more than 1,000 acres of vegetables in Phaungpyin Township of Sagaing Region in coming monsoon.

During the 2026-2027 monsoon crop cultivation season, Phaungpyin Township plans to cultivate 1,536 acres of vegetable crops, with planting set to begin in the third week of May this year.

"This year, during the monsoon cultivation season, we are targeting the cultivation of more than 1,000 acres of vegetables in Phaungpyin Township. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. We will also provide cultivation techniques to help farmers grow vegetables with minimal chemical residues and in ways that are safe and suitable for health," said U Chit Win, head of the Township Agriculture Department in Phaungpyin Township.

This year, the Township Agriculture Department in Phaungpyin Township will provide technical training to vegetable growers on GAP cultivation methods, share techniques to ensure vegetables produced from farms are healthy and safe for consumption, and assist farmers in expanding vegetable cultivation.

In Phaungpyin Township, a variety of seasonal vegetables are cultivated every year. The vegetable crops grown have been successful and generate family income for local farmers. The Township Agriculture Department will also provide awareness and technical guidance to vegetable growers on proper cultivation methods, pest prevention, and the production and use of natural fertilizers, organic pesticides, and insect repellents. **SK**

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

MINGIN August 2

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

During the 2026-2027 monsoon cropping season, Mingin Township plans to cultivate a total of 3,164 acres of maize, comprising 619 acres of maize and 2,545 acres of sweet corn, according to reports. Planting will be carried out from June through December this year.

"This coming monsoon cropping season, Mingin Township has targeted the cultivation of more than 3,000 acres of seed maize and sweet corn. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. To ensure successful corn production, awareness activities and educational support on the prevention of pest and disease infestations will also be carried out," said U Shan Oak Kein, head of the Mingin Township Agriculture Department.

This year, the Township Agriculture Department will provide training courses and conduct field demonstrations for seed maize and sweet corn growers in Mingin Township. Farmers will also receive agricultural education on preventive measures against fall armyworm infestations, integrated crop protection systems, and the use of neem-based pesticides as well as ginger- and chili-based pest control solutions.

In Mingin Township, maize cultivation yields more than 50 baskets per acre, with cultivation costs of around Ks-500,000 per acre. Sweet corn cultivation produces about 15,000 ears per acre, while cultivation costs exceed Ks-500,000 per acre.

SK

Monywa District cultivates more than 5,000 acres of summer sesame

MONYWA August 2

Local farmers have planted more than 5,000 acres of summer sesame in Monywa District of Sagaing Region this year, according to the district Agriculture Department.

During this year's summer cropping season, Monywa District plans to cultivate 6,427 acres of summer sesame. Planting began in January this year, and as of today, cultivation has been completed on 450 acres in Monywa Township, 28 acres in Budalin Township, 2,493 acres in Ayadaw Township, and 2,193 acres in ChaungU Township, totaling 5,164 acres, according to reports.

"This year's summer cropping season, Monywa District has targeted the cultivation of more than 6,000 acres of summer sesame. As of today, more than 5,000 acres have already been planted. Efforts are being made to ensure the targeted acreage is fully achieved. Measures are also being undertaken to expand sesame cultivation areas, improve yields, and promote cultivation using GAP methods," said Dr Tin Mar Mar Oo, head of the Monywa District Agriculture Department.

During the 2025-2026 summer cropping season, the township-wise cultivation targets for summer sesame in Monywa District are 480 acres in Monywa Township, 10 acres in Budalin Township, 3,198 acres in Ayadaw Township, and 2,739 acres in ChaungU Township, totaling 6,427 acres.

This year, the respective Township Agriculture Departments in Monywa District are providing awareness and technical support to summer sesame farmers on expanding sesame cultivation, applying proper cultivation techniques, using GAP methods, selecting quality pure seeds, and cultivating high-yield varieties.

Crops produced under the GAP system are known to have better quality and fetch higher prices compared to crops cultivated using other methods. In addition to being marketable in domestic markets, they can also be exported to international markets. As a result, farmers cultivating crops under the GAP system are expected to gain greater economic benefits and improve their socio-economic living standards.

SMK

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

PWINTBYU August 2

According to the Township Agriculture Department, local authorities earmarked cultivation of 6,611 acres of pigeon pea in Pwintbyu Township of Magway Region in coming monsoon.

In Pwintbyu Township, a total of 6,611 acres of pigeon pea are targeted for cultivation during this year's monsoon cropping season, with planting scheduled to take place from June through September this year, according to reports.

"This year's monsoon cropping season, Pwintbyu Township has set a target of cultivating 6,611 acres of pigeon pea. Efforts will be made to ensure the targeted acreage is fully achieved. To obtain good yield and quality in pigeon pea cultivation, the necessary agricultural techniques and support will be provided. Pigeon pea is cultivated both as a standalone crop and also intercropped with crops such as groundnut and sesame to generate double-crop income," said Daw Moe Moe Wai, head of the Pwintbyu Township Agriculture Department.

In Pwintbyu Township, the Agriculture Department will carry out field-based farmer education activities for pigeon pea growers this year, including the selection and cultivation of quality pure seeds, correct cultivation methods, pest prevention measures, and practices to achieve better yields.

Daw Moe Moe Wai also continued to say that if pigeon pea can be cultivated with good yield and quality, it will not only ensure local consumption sufficiency but also allow surplus production to be exported abroad, thereby increasing farmers' income. Therefore, efforts should be made to expand pigeon pea cultivation more widely across regions.

SMK

More than 1,000 acres of sesame slated to grow in Kalewa Township in coming monsoon

KALEWA August 2

Statistics of Kalewa Township Agriculture Department stated that local farmers will grow more than 1,000 acres of sesame in coming monsoon in Kalewa Township of Sagaing Region.

During the 2026-2027 monsoon crop cultivation season, Kalewa Township has targeted the cultivation of 1,011 acres of rainfed sesame, and farmland is currently being ploughed in preparation for planting.

This year, the Township Agriculture Department in Kalewa Township will provide awareness and technical support to sesame growers on expanding sesame cultivation, proper cultivation techniques, the use of GAP methods, cultivation of high-quality pure seed varieties, and the planting of high-yield sesame varieties, according to reports.

Crops produced under the GAP system are known to have higher quality and fetch better prices than crops cultivated using other farming methods. In addition to domestic markets, such crops can also be exported to international markets. Due to these advantages, farmers cultivating crops under the GAP system are expected to gain greater economic benefits and improve their socio-economic livelihoods.

SK

US and Israel staged Spain migration invasion – Iran

WASHINGTON August 2

The US and Israel orchestrated the mass migrant crossing from Morocco into Spain's North African enclave of Ceuta to punish Madrid for its refusal to bow to pressure on the Middle East conflicts, Iran's embassy in Kenya has suggested. Spain has been at odds with Washington and West Jerusalem over the Gaza war and strikes on Iran.

Over the past several days, roughly 50,000 to 60,000 migrants crossed from Morocco into Ceuta by land and sea in numbers equivalent to some 70 percent of the enclave's regular population. The local authorities admitted they had been "completely overwhelmed" by the sudden surge.

The crisis, the largest human traffic invasion in the EU's history, claimed the lives of at least 86 people, a toll expected to rise further. Many of the victims drowned in the sea or were crushed in the stampede at border checkpoints.

Neither the US nor Israel commented on the accusation. However, Israeli Ambassador to the UN Danny Danon slammed Spain's handling of the crisis. "Spain, which never misses an opportunity to lecture Israel, has declared a state of emergency in Ceuta following the crisis over its immigration policy", Danon wrote on X. "Maybe before it continues lecturing us, it's time it explained to the world why it still maintains colonial enclaves in Africa."

Spanish Transport Minister Oscar Puente responded to the post saying, "Well, it all seems to be becoming quite clear." Far-right US commentator Alex Jones separately claimed "Israel launched an Islamic invasion of Spain," alleging Washington backed the move. Catalan Republican Left (ERC) parliamentary spokesman Gabriel Rufian also suggested that the migration crisis was serving US and Israeli interests.

The comments come against a backdrop of deep acrimony between Madrid and Israel over the Gaza conflict and the US-Israeli war on Iran. Spain recognized Palestine in May 2024, accused Israel of "genocide" in Gaza, and has permanently pulled its ambassador from Israel over its opposition to strikes on Iran while closing its airspace to US aircraft involved in the attack.

Israeli Foreign Minister Gideon Sa'ar accused Madrid of "standing with tyrants" while US President Donald Trump blasted Spain, saying that it "has been very bad" to NATO. Iran, meanwhile, has praised Spain for its "principled" position on the war.

At the same time, Spain and Prime Minister Pedro Sanchez – whose government recently granted legal status to 500,000 illegal immigrants – came under fire from several European leaders, who blamed the crisis on his lenient policies.

In a letter to European Commission President Ursula von der Leyen, Sanchez said he had "serious concerns" about some EU governments, noting that while most EU states had shown "support and solidarity," others had responded with a "selfish, polarizing and unlawful reaction" driven by "prejudice, fake news, ignorance, or political interest."

Apart from the theory of alleged US-Israel involvement, several other explanations for the crisis have circulated. The Spanish authorities have pointed to criminal human-trafficking networks which they claimed exploited a Supreme Court ruling barring "hot returns" of migrants and fabricated a viral social media campaign to lure them to the border.

At the same time, Western intelligence sources cited by The Telegraph suggested that Morocco may have loosened border controls in retaliation for Sanchez's pursuit of historic rapprochement with rival Algeria.

RT

5 dead, 41 missing after vessel catches fire in Indonesia's Java Sea

JAKARTA August 2

Five people were killed and 41 others remained missing after the Mutiara Santosa 2 caught fire in the Java Sea north of Madura Island in Indonesia's East Java province, the National Search and Rescue Agency said Sunday.

A total of 225 people had been evacuated, the agency said.

The vessel, operating on the Surabaya-Makassar route, was carrying 271 people, including 232 passengers and 39 crew members.

Authorities said the vessel was about 19 nautical miles (35.2 km) offshore when it was almost completely engulfed in flames, with passengers gathering on the bridge and at the bow as they waited to be evacuated.

Several nearby vessels took part in the rescue operation, while a joint search and rescue team deployed additional vessels and personnel to evacuate survivors and search for the missing.

The search operation remains underway, and the cause of the fire is under investigation. **Xinhua**

3 killed, 7 injured in shooting at U.S. Idaho restaurant

SAN FRANCISCO August 2

Three people were killed and seven others injured in a shooting Saturday at an In-N-Out Burger restaurant in Twin Falls, a city in the U.S. state of Idaho, said local officials.

Some of the injured were in critical condition, according to Joshua Palmer, public information coordinator for the city.

Police found the body of the suspected shooter in an area near the restaurant, Palmer said. It was not immediately clear whether the suspected shooter was included in the reported death toll.

Twin Falls Police Chief Matthew Hicks told a news conference that police believed the threat to the community was over. Authorities were still working to determine the identity of the suspected shooter and the motive behind the shooting.

The shooting occurred at around 2 p.m. local time (2000 GMT) at the restaurant, which is located in a busy shopping plaza. Hundreds of people were in the area at the time, said Palmer.

Authorities had not released the names, ages or other information about the victims as they continued notifying their families. The investigation remains ongoing.

Xinhua

Two firefighting helicopters collide while battling wildfire in Greece

ATHENS August 2

Two firefighting helicopters collided in midair on Sunday afternoon when battling massive wildfire in western Attica, according to Greek national broadcaster ERT.

The helicopters crashed near the coastal area of Psatha shortly after the collision, prompting a large-scale rescue operation.

The pilot of one helicopter managed to contact the Fire Service's operations center and reported that the co-pilot had been injured. Rescue operations were underway, the ERT reported.

There was no immediate information on the crew of the second helicopter.

Xinhua

China to expand cross-border yuan payments - Central Bank

BEIJING August 2

The People's Bank of China (PBC) said on Sunday it will develop the system of cross-border payments in yuan and expand international cooperation in this area in the second half of 2026.

China "will promote the development of the cross-border yuan payment system, expand international cooperation in the field of cross-border payments, and improve the infrastructure for cross-border use of the digital yuan," the bank said in a statement.

The bank also noted the necessity "to comprehensively develop the offshore yuan market, support the expansion of Shanghai's capabilities in the field of cross-border and offshore financial services, and strengthen Hong Kong's status as a key international center for offshore yuan transactions."

On Saturday, the PBC held a meeting devoted to the operation of the bank in the second half of 2026.

Sputnik

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.

Which cheese is the healthiest? Experts reveal the types with surprisingly few calories...and those that could carry hidden risks

Cheese is among the foods with the worst health reputation.

The delicious deli staple - whether spread on a cracker or grated on a bowl of pasta - is made mostly from full fat milk, making most types calorific, by nature.

But in a bid to satisfy health conscious shoppers, supermarkets have upped their stock of supposedly 'lighter' versions, like low fat mozzarella.

Even cottage cheese has seen a resurgence in popularity among gym bunnies and health gurus on social media, who claim the retro snack offers a low-fat, protein-heavy energy boost.

But fat and calorie content isn't the only area of concern when it comes to cheese, experts say.

Types can also vary hugely in their level of calcium - the nutrient essential for keeping bones strong throughout life.

And some versions marketed as better for you are anything but, according to nutritionists.

Cottage cheese lives up to its health claims

Graham's Cottage Cheese Natural Full Fat, £1.65

Per 100g serving: 104 calories, 4.5g fat, 12g protein, 0.43g salt

All cheeses are made by fermenting milk and separating the curds - the solid protein and milk fat - from the whey, which is mostly water and some protein.

But in soft cheeses, like cottage cheese and mozzarella, the curds are cut into large pieces and are only gently drained and pressed, meaning they retain moisture.

They are also eaten fresh or after a short ripening period, compared to hard cheeses which are aged to boost flavour.

Cottage cheese isn't pressed at all, which means it has a high water content - which, along with the low-fat milk typically used to make it, results in a relatively low calorie product.

Experts say the fitness gurus are right to champion the cheesy snack.

'For around 100 calories you get the same amount of protein as two eggs, which will not only keep you full but help maintain muscle mass,' says nutritionist Rob Hobson.

For context, the same amount of cheddar contains around three times the calories and twice as much fat. Although for that you get almost double the protein.

However, Hobson cautions that flavoured versions on the market might hamper the health appeal.

Verdict: 5/5

Blue cheese is super salty

Danish Blue Cheese, £2.55

Per 30g serving: 109 calories, 9.4g fat, 6.1g protein, 0.99g salt

This notoriously smelly cheese is the highest in salt of all the cheeses, consisting of roughly one sixth of your daily allowance.

The extra salt is added as a preservative, and to control mould growth, but it means the cheese has nearly double the amount of salt than cheddar and over five times that of Swiss cheese or mozzarella.

There's also far less filling protein than others, making you vulnerable to hunger pangs.

However, those who struggle with digesting cheese might prefer a Blue.

It's estimated that around one in 10 Britons are lactose intolerant; meaning the sugars in cow's milk result in uncomfortable symptoms like bloating and pain.

Verdict: 2/5

Cheddar packs a calorific punch

Tesco Mature Cheddar, £3.25

Per 30g serving: 125 calories, 10.5g fat, 7.6g protein, 0.54g salt

Hobson warns that cheddar is one of the fattiest and most calorific of the bunch - so eat in moderation. It's also not as high in filling protein as parmesan and Swiss cheese, or as abundant in calcium.

Hobson adds: 'Some studies suggest that cheese may have less of an impact on 'bad' cholesterol than expected, compared to other fatty foods.

Verdict: 2/5

Parmesan, the king of calcium...but watch the salt

Waitrose Parmigiano Reggiano DOP Parmesan Cheese Strength 6, £5.95

Per serving: 119 calories, 8.9g fat, 9.7g protein, 0.48g salt

'Of all the cheeses, Parmesan is one of the richest in calcium because it is a hard, aged cheese with very little water,' says Hobson.

And Hobson says a unique benefit is that you don't need much Parmesan thanks to its strong flavour, meaning you're less likely to overeat it.

Verdict: 4/5

Mozzarella isn't as fatty as you might think

Tesco Mozzarella, £1.30

Per serving: 71 calories, 4.5g fat, 5.4g protein, 0.12g salt

You may assume that the pizza topping favourite is among the unhealthiest - but the opposite is true.

Hobson says even full fat versions of mozzarella are lower in saturated fat, calories and salt than hard cheeses - due to the high water content.

It means if you eat double the portion, you're still only getting marginally more calories than half the amount of cheddar - and less fat.

While you do get less protein and calcium, there's still a fair bit for a small portion; twice as much protein as a glass of milk, and five times as much calcium.

Verdict: 4/5

If you're low in B12, go for Swiss cheese

Tesco Finest Swiss Emmental, £4.50

Per serving: 121 calories, 9.6g fat, 8.7g protein, 0.15g salt

A similar nutritional profile to parmesan - but with considerably less salt.

While a portion is fatty and relatively calorific, it is more likely than some other cheeses to keep you full due to its high protein content - about as much as a large handful of nuts.

Hobson points to an added benefit: 'Swiss cheese provides more vitamin B12 than many other of the commonly eaten cheeses.'

This is due to the specific bacterial cultures used to add the characteristic holes.

The vitmain is vital for helping the body release energy from food and make healthy red blood cells. With few food sources of the vitamin, it can be hard to reach the daily recommended intake. It's estimated that nearly one in five older adults suffer a B12 deficiency.

Verdict: 4/5

What about low-fat cheeses?

Don't be scared off by claims that low fat versions are pumped full of additives and bad for you, Hobson says.

'They are generally low in calories and fat, still offer plenty of protein and, in most cases, similar amounts of calcium to the full-fat versions.

'I think it's a common misconception that removing the fat also removes the calcium but this isn't true.

While some reduced-fat cheeses might also contain a few extra ingredients to improve the texture or flavour, this isn't something to be overly concerned about. **Mail Online**

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

'မှို' သို့မဟုတ် 'သဘာဝကပေးသည့် ထူးခြားသော လက်ဆောင်'

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊
ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနခွဲမှ ပြုစုထုတ်ဝေသည်။
(၂၀၂၆ခုနှစ် ၊ မေလ)

၁

သဘာဝကပေးသည့် ထူးခြားသောလက်ဆောင်

'မှို'သည် ကယ်လိုရီဓာတ် နည်းပါးစွာ ပါဝင်၍ ပရိုတင်းဓာတ်၊ အမျှင်ဓာတ်၊ ဗီတာမင်များနှင့် သတ္တုဓာတ်များ ကြွယ်ဝသော သဘာဝကပေးသည့် ထူးခြားသောလက်ဆောင်ဖြစ်ပါသည်။

မှို၏ အာဟာရတန်ဖိုးများ

မှို (၁၀၀) ဂရမ် (၆ ကျပ်သားခန့်) တွင် –

- ကယ်လိုရီ (၂၂) မှ (၃၅) ကယ်လိုရီခန့်၊
- ရေဓာတ် (၈၀) မှ (၉၀) ရာခိုင်နှုန်းခန့်၊
- အသားဓာတ် (၃.၁) ဂရမ် ခန့် (ခန္ဓာကိုယ်၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအတွက် အရေးပါသည့် အမိုင်နိုအက်စစ်များစွာပါဝင်ပါသည်)၊
- အဆီဓာတ် (၀.၃) ဂရမ်ခန့် (အဆီဓာတ်နှင့် ကိုလက်စထရောအဆီများ ပါဝင်မှုနည်းပါးပါသည်)၊
- အမျှင်ဓာတ် (Fiber) (၁) မှ (၂) ဂရမ် ခန့်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၂

မှိုတွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များ

- ဗီတာမင် ဒီ၊
- ဗီတာမင် ဘီအုပ်စု (Riboflavin - B2၊ Niacin - B3 ၊ Pantothenic Acid - B5)၊
- ဆီလီနီယမ်၊
- ပိုတက်စီယမ်၊
- ကြေးနီသတ္တုဓာတ်၊
- ဓာတ်တိုး ဆန့်ကျင်ပစ္စည်းများ (Antioxidants)ဖြစ်သည့် Ergothioneine နှင့် Glutathione၊
- အမျှင်ဓာတ် (Beta-glucans) တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၃

မှိုတွင် အာဟာရတန်ဖိုးများစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန်တိုက်တွန်းမျှဝေပါ။

မှို၏ ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများ

- ဗီတာမင် ဒီ နှင့် ဗီတာမင် ဘီအုပ်စုသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် လိုအပ်သော စွမ်းအင်ထုတ်လုပ်မှု နှင့်အာရုံကြောစနစ် အတွက်အထူးကောင်းမွန်ပါသည်၊
- ဆီလီနီယမ်သည် ခန္ဓာကိုယ်၏ကိုယ်ခံအားစနစ်ကို မြှင့်တင်ပေးပါသည်၊
- ပိုတက်စီယမ်နှင့် ကြေးနီသတ္တုဓာတ်များသည် သွေးပေါင်ချိန်ထိန်းညှိခြင်း၊ နှလုံးကျန်းမာရေးအတွက် အထောက်အကူပြုခြင်း၊ သွေးနီဥဆဲလ်များ ဖြစ်ပေါ်စေခြင်း နှင့် အရိုးများခိုင်မာစေခြင်းတို့ အတွက် ကူညီပေးပါသည်၊
- ဓာတ်တိုး ဆန့်ကျင်ပစ္စည်းများ (Antioxidants)ဖြစ်သည့် Ergothioneine နှင့် Glutathione သည် ဆဲလ်များရောင်ရမ်းမှုနှင့် ပျက်စီးမှုကို ကာကွယ်ပေးပါသည်၊
- အမျှင်ဓာတ် (Beta-glucans) သည် သွေးတွင်း အဆီဓာတ်ကို လျော့ကျစေပြီး ကိုယ်ခံအားကို အားကောင်းမွန်စေပါသည်၊
- အမျှင်ဓာတ်များစွာ ပါဝင်သောကြောင့် လူ၏ အစာခြေစနစ်ကို အထောက်အကူပြုပါသည်။

၄

မှို၏ အသုံးဝင်မှုများ

ဆေးဖက်ဝင်မှိုများ၏ ထူးခြားချက်

လင်ဇီးမှို (Reishi) - သွေးတိုး၊ ဆီးချို၊ နှလုံးနှင့် အသည်းရောဂါများအတွက် ဆေးဖက်ဝင်ပါသည်။

ကောက်ရိုးမှို - နှလုံးအားကောင်းစေပြီး အပူငြိမ်းစေပါသည်။

ကြွက်နားရွက်မှို (Wood Ear) - သွေးကြောပိတ်ခြင်းကို ကာကွယ်ပေးပြီး ဝမ်းမှန်စေရန် အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။

သဘာဝအချိုမှုန့် - မှိုကို "မှိုဟင်းခတ်မှုန့်" အဖြစ် ထုတ်လုပ် နိုင်ပြီး အချိုမှုန့်အစားထိုးပစ္စည်း အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အသားဓာတ်နှင့် ဗီတာမင်ဓာတ်များစွာ ပါဝင်သောကြောင့် အသားမစားသူ (သက်သတ်လွတ်စားသူ)များအတွက် အလွန်သင့်တော်ပါသည်။

၅

သတိပြုရမည့်အချက်များ

- ဂေါက်ရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်ဝေဒနာရှင်များ၊ ယားယံတတ် သောအရေပြားရောဂါနှင့် အစာအိမ်လေထိုး လေအောင့် ဖြစ်တတ်သူများ အနေဖြင့် မှိုကိုသတိပြု၍ စားသုံးသင့်ပါသည်။
- စနစ်တကျ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ် ထားသောမှို (ဥပမာ- ကောက်ရိုးမှို၊ ငွေနှင်းမှို) များကိုသာ စားသုံးသင့်ပါသည်။

အဆိပ်ရှိသောမှိုနှင့် စားသုံးနိုင်သောမှိုကို ခွဲခြားရန် ခက်ခဲနိုင်သောကြောင့် **တောတွင်း အလေ့ကျပေါက်သည့်မှိုများကို အလွယ်တကူ ခူးဆွတ်မစားသုံးမိရန်** အထူးသတိပြုရမည်။

၆

မှိုတွင် အာဟာရတန်ဖိုးများစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန်တိုက်တွန်းမျှဝေပါ။

ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန
ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန

"မျှစ်" သို့မဟုတ် "သဘာဝ၏ အာဟာရသိုက်"

ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊
ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်ရေးဌာနခွဲမှ ပြုစုထုတ်ဝေသည်။
(၂၀၂၆ ခုနှစ် ၊ မေလ)

၁

"သဘာဝ၏အာဟာရသိုက်"

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

၂

"မျှစ်"၏အာဟာရတန်ဖိုးများ

လတ်ဆတ်သောမျှစ်စို (၁၀၀) ဂရမ် (၆ ကျပ်သားခန့်) တွင် -

- ကယ်လိုရီဓာတ် (၂၀) မှ (၂၇) ကီလိုကယ်လိုရီခန့်၊
- ကစီဓာတ် (၅) ဂရမ်ခန့်၊
- အသားဓာတ် (၂.၅) ဂရမ်ခန့် (ခန္ဓာကိုယ်၏ လုပ်ငန်းဆောင်တာများအတွက် အရေးပါသည့် အမိုင်နိုအက်ဆစ် ၁၇ မျိုးခန့်ပါဝင်ပါသည်)၊
- အဆီဓာတ် (၀.၃) ဂရမ်ခန့်၊
- အမျှင်ဓာတ် (၂.၅) မှ (၃.၅) ဂရမ် ခန့်တို့ ပါဝင်ပါသည်။

"မျှစ်"တွင်ပါဝင်သောအာဟာရဓာတ်များ

- ဗီတာမင် အေ၊
- ဗီတာမင် ဘီအုပ်စု၊
- ဗီတာမင် စီ၊
- ဗီတာမင် အီး၊
- ပိုတက်စီယမ်၊
- မဂ္ဂနီစ်နှင့် ကြေးနီ၊
- ဖော့စဖရပ်စ်နှင့် မဂ္ဂနီစီယမ်ဓာတ်၊
- သံဓာတ်နှင့် ဇင့်ဓာတ်၊
- Phytosterols နှင့်
- မျှစ်ချဉ်တွင် အကျိုးပြုဘက်တီးရီးယား (Probiotics) တို့ ပါဝင်ပါသည်။

၃

မျှစ်တွင်အာဟာရဓာတ်များစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန် တိုက်တွန်းမျှဝေပါ။

"မျှစ်"၏ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများ

မျှစ်တွင် ပါဝင်သည့် -

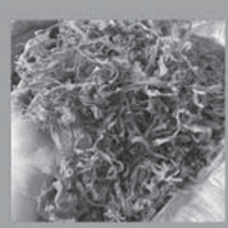
- အမျှင်ဓာတ်သည် အစာခြေစနစ်ကို ကောင်းမွန်စေကာ ဝမ်းချုပ်ခြင်း မှကာကွယ် ပေးပြီး သွေးပေါင်ချိန်ကို ထိန်းညှိပေးပါသည်၊
- ဗီတာမင်အေနှင့် ဗီတာမင်စီသည် ကိုယ်ခံအားစနစ်အတွက် ကောင်းမွန်စေပါသည်၊
- ဗီတာမင်ဘီအုပ်စုသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်ကိုအထူး အားပေးပါသည်၊
- ဗီတာမင်အီးသည် ဆဲလ်များ ပျက်စီးမှုကို ကာကွယ်ပေးသည့်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

၄

"မျှစ်"၏စားသုံးနိုင်မှုပုံစံများ

- မျှစ်ကို မျှစ်စို၊ မျှစ်ခြောက်နှင့် မျှစ်ချဉ်ဟူ၍ ပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့် စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- မျှစ်ခြောက်ဖြစ်စေ၊ မျှစ်ချဉ်ဖြစ်စေ မချက်ပြုတ်ခင် ရေနွေးနှင့် စိမ်ထားခြင်း သို့မဟုတ် ပြုတ်ခြင်းပြုလုပ်ပါက မျှစ်တွင်ပါဝင်နိုင်သည့် ဓာတုဆေးအကြွင်း အကျန်များကို လျော့နည်းစေနိုင်ပြီး နူးညံ့၍ အရသာပိုမိုကောင်းမွန်စေနိုင်ပါသည်။
- လတ်ဆတ်နူးညံ့ပြီး အရောင်မပြောင်းသေးသည့် မျှစ်စိုကို ဦးစားပေး၍ ရွေးချယ်ချက်ပြုတ်စားသောက်သင့်ပါသည်။

မျှစ်စို



မျှစ်ခြောက်

မျှစ်ချဉ်

၅

သတိပြုရမည့်အချက်များ

မျှစ်ကို သတိပြု၍ စားသုံးသင့်သူများမှာ -

- အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲတတ်သူများ၊
- ဂေါက်ရောဂါရှိသူများ၊
- ယူရစ်အက်ဆစ်များသူများ၊
- ကျောက်ကပ်ရောဂါရှိသူများ တို့ဖြစ်ပါသည်။

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

၆

မျှစ်တွင်အာဟာရဓာတ်များစွာပါဝင်သောကြောင့် အခြားသူများကို သိရှိစားသုံးနိုင်စေရန် တိုက်တွန်းမျှဝေပါ။

ပထမကျွန်းဆက်တန်းစိန်ခေါ်မှုကိုဖြေရှင်းမယ့် တရုတ်တပ်မတော် - ၂

PLA မှ အငြိမ်းစားဗိုလ်မှူးကြီး ကျို့ဘို ရဲ့အယူအဆကတော့ ပိုရိုးရှင်းပါတယ်။ အမေရိကန်က ရှေ့တန်းရောက်ရှိမှုကို ဆက်လက်ဖြည့်တင်းနေပေမယ့် တရုတ်ရဲ့ စစ်ရေးစွမ်းရည်တွေ တိုးလာတာနဲ့အမျှ ပထမကျွန်းဆက်တန်းရဲ့ အရေးပါမှုဟာ လျော့ကျလာနေတယ်လို့ ကျို့ဘိုကဆိုပါတယ်။

လေ့လာသူတွေဟာ တရုတ်နိုင်ငံရဲ့ ဒေသတွင်း မဟာဗျူဟာရည်ရွယ်ချက်တွေက ရန်သူတွေကို ကိုယ့်နယ်မြေထဲကို မဝင်လာအောင် ဟန့်တားပိတ်ဆို့ထားတဲ့ ဗျူဟာကနေ ဝေးကွာတဲ့နေရာတွေမှာ စစ်ဆင်ရေးတွေလုပ်ပြီး တပ်စွဲထားနိုင်တဲ့ အခြေအနေသို့ အရေးပါစွာပြောင်းလဲလာတာကို သတိပြုမိကြပါတယ်။

ဒီမဟာဗျူဟာကို တရုတ်တပ်မတော်ရဲ့ လေယာဉ်တင်သင်္ဘော တိုက်ခိုက်ရေးအုပ်တွေ၊ တိုက်ခိုက်ရေးသင်္ဘောတွေနဲ့ ထောက်ပံ့ရေးသင်္ဘောတွေပိုင်ဆိုင်ဖို့ ကြိုးပမ်းမှုအပြင် ပင်လယ်ရပ်ခြားအထိ ထောက်ပံ့ပို့ဆောင်ရေးကွန်ရက်တွေ တိုးချဲ့နေတာကသက်သေပြနေပါတယ်။

၂၀၂၄ ခုနှစ်မှာ Liaoning နဲ့ Shandong လေယာဉ်တင်သင်္ဘောတွေက ပထမဆုံး လေယာဉ်တင်သင်္ဘောနှစ်စင်း ပူးတွဲစစ်ဆင်ရေးပြုလုပ်ခဲ့ပြီး မီယာကိုရေလက်ကြားကိုဖြတ်ကျော်သွားလာတာတွေဟာ ပုံမှန်လိုဖြစ်လာခဲ့ပါတယ်။

ဒီလိုမျိုးတပ်ဖြန့်မှုတွေဟာ PLA ကို လေယာဉ်တင်သင်္ဘောအုပ်စုများစွာ ပေါင်းစပ်မှုကနေ အခြံအရံသင်္ဘောတွေ၊ လေယာဉ်တွေနဲ့ ထောက်ပံ့ရေးတွေကို ပိုမိုဝေးကွာတဲ့နေရာအထိ ပေါင်းစပ်လာတဲ့ ခက်ခဲတဲ့ ပင်လယ်ပြာစစ်ဆင်ရေးတွေကို ဇာတ်တိုက်လေ့ကျင့်နိုင်စေပါတယ်။

တရုတ်ရဲ့ တတိယမြောက်နဲ့ အဆင့်မြင့်ဆုံး လေယာဉ်တင်သင်္ဘောဖြစ်တဲ့ Fujian ကို ရေချလိုက်နိုင်တာဟာ PLA ရေတပ်ရဲ့ လေကြောင်းစွမ်းရည်ကို သိသိသာသာတိုးတက်စေမယ်လို့ မျှော်လင့်ရပြီး KJ-600 လေကြောင်းကြိုတင်သတိပေးလေယာဉ်ကလည်း လေကြောင်းရန်ကာကွယ်ရေးကို ကမ်းခြေအခြေစိုက်ရေဒါတွေ မမီတဲ့နေရာအထိ တိုးချဲ့ပေးနိုင်တော့မှာပါ။

ဒီစွမ်းရည်တွေ ပြည့်ဝလာတာနဲ့အမျှ ပထမကျွန်းဆက်တန်းတစ်လျှောက်ရှိတဲ့ တပ်တွေဟာ အနောက်ဘက်ရှိ တရုတ်ပြည်မကြီးကရော အရှေ့ဘက်မှာစစ်ဆင်ရေးလုပ်နေတဲ့ လေယာဉ်တင်သင်္ဘော တပ်ဖွဲ့တွေဆီကပါ တစ်ပြိုင်နက်တည်း လာမယ့်ဖိအားတွေကို ပြင်ဆင်ရလိမ့်မယ်လို့ ကေထရစ္စတန်ထန်းကဆိုပါတယ်။

ပိုအခြေခံကျတဲ့ အပြောင်းအလဲတစ်ခုကတော့ ပူးပေါင်းစစ်ဆင်ရေးတွေမှာ ဖြစ်ပေါ်နေတာပါ။ PLA က ရေ၊ လေ၊ ဒုံးပျံနဲ့ အဓိကတပ်ဖွဲ့တွေကို သီးခြားစီမဟုတ်တဲ ပေါင်းစပ်ထားတဲ့ပူးပေါင်းတပ်အဖြစ်တိုက်ပွဲဝင်ဖို့ လေ့ကျင့်ရေးနဲ့ဖွဲ့စည်းမှုတွေပြုလုပ်နေပါတယ်။ ဒီကြိုးပမ်းမှုက အမေရိကန်နဲ့ မဟာမိတ်တပ်တွေကို ပထမကျွန်းဆက်တန်းပတ်ဝန်းကျင်မှာ ထိရောက်စွာစစ်ဆင်ရေးမလုပ်နိုင်အောင် တားဆီးဖို့အဓိကကျပါတယ်။

ဒီနေရာမှာ အဓိကကျတဲ့အချက်တစ်ချက်ကတော့ စနစ်ဖျက်ဆီးရေးစစ်ပွဲလို့ခေါ်တဲ့သဘောတရားပါပဲ။ အဲဒီသဘောတရားကတော့ ရန်သူ့လက်နက်တွေကို တစ်ခုချင်းစီဖျက်ဆီးတာထက် ရန်သူ့အာရုံခံကိရိယာတွေ၊ ဆက်သွယ်ရေး၊ ကွပ်ကဲမှုကွန်ရက်တွေနဲ့ ဆုံးဖြတ်ချက်ချတဲ့ လုပ်ငန်းစဉ်တွေကို သုံးမရအောင် ပထမဦးစားပေးဆောင်ရွက်တာဖြစ်ပါတယ်။ ဒီတွေးခေါ်မှုဟာ PLA ရဲ့ တပ်ဖွဲ့ဖွဲ့စည်းပုံတစ်ခုလုံးမှာ ထင်ဟပ်နေပါတယ်။

တရုတ်နိုင်ငံရဲ့ တာဝေးပစ်ဒုံးကျည်တွေဟာ ရန်သူရဲ့ရှေ့တန်းတပ်တွေကို အန္တရာယ်ဖြစ်စေဖို့ ရည်ရွယ်ထားပြီး မီယာကိုရေလက်ကြားနဲ့ပတ်ဝန်းကျင်ဒေသအများအပြားမှာ ဗုံးကြဲလေယာဉ်တွေကင်းလှည့်တာ ပိုများလာသလို သူ့ရဲ့ထောက်လှမ်းရေးနဲ့ ကွပ်ကဲမှုကွန်ရက်ကို နယ်ပယ်ပေါင်းစုံမှာ ဆက်လက်တိုးချဲ့နေပါတယ်။

ဒ့ါအပြင် အမေရိကန်နဲ့မဟာမိတ်အဖွဲ့တွေက ပထမကျွန်းဆက်တန်းတစ်လျှောက်မှာပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုအားကောင်းလာတာနဲ့အမျှ တရုတ်နိုင်ငံကလည်း သူ့ရဲ့မဟာဗျူဟာမြောက်မိတ်ဖက်နိုင်ငံဖြစ်တဲ့ ရုရှားနဲ့အတူပူးတွဲပြီး ဗုံးကြဲလေယာဉ်နဲ့ကင်းလှည့်တာတွေ၊ ရေတပ်စစ်ရေးလေ့ကျင့်တာတွေကို အနောက်ပစိဖိတ်မှာ ပိုမိုတိုးချဲ့လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

ဒီလိုမျိုးလုပ်ဆောင်ခြင်းက မဟာမိတ်မီးခိုးရောင်နယ်ပယ်လို့ခေါ်ဆိုပြီး ရုရှားအနေနဲ့ သူ့ရဲ့အရှေ့ဖျားမှာလေကြောင်းပိုင်နက်အစိတ်အပိုင်းတွေကို ပိတ်ပေးတာဒါမှမဟုတ် တရုတ်ကို အကျပ်အတည်းဖြစ်တဲ့ကာလမှာ ရေရှည်စစ်ဆင်နိုင်စေဖို့ ထောက်ပံ့ပို့ဆောင်ရေး ကူညီပေးတာမျိုး လုပ်နိုင်တယ်လို့ မက်စထရိုကဆိုပါတယ်။

တရုတ်နိုင်ငံနဲ့ ရုရှားနိုင်ငံတို့ကြားမှာ ပိုနီးကပ်စွာပူးပေါင်းတာဟာ အမေရိကန်-ဂျပန် ကာကွယ်ရေးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုကို နက်ရှိုင်းစွာလုပ်ဆောင်လာခြင်းရဲ့ အကျိုးဆက်တွေကို တုံ့ပြန်ဖို့အတွက် ရည်ရွယ်တာဖြစ်တယ်လို့ တရုတ်မဟာဗျူဟာသမားတွေကပြောထားပါတယ်။

တရုတ်နိုင်ငံဟာ ပထမကျွန်းဆက်တန်းထက်ကျော်လွန်ပြီး အမေရိကန်ရဲ့ ကာကွယ်ရေးဆုံးဖြတ်ချက်တွေကိုရှုပ်ထွေးအောင်လုပ်နိုင်ကြောင်းပြသဖို့ သူတို့ရဲ့ မဟာဗျူဟာမြောက် ဟန့်တားနိုင်စွမ်းကိုလည်းအားကောင်းအောင်လုပ်ဆောင်ခဲ့ပါတယ်။

၂၀၂၄ ခုနှစ်မှာ တရုတ်ဟာ ဆယ်စုနှစ်များစွာအတွင်း ပထမဆုံးအကြိမ်အဖြစ် ပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာထဲကို တိုက်ချင်းပစ်ဒုံးကျည်တစ်စင်း ပစ်လွှတ်ခဲ့ပါတယ်။ ပြီးခဲ့တဲ့လကလည်း နိုင်ငံတကာရေပိုင်နက်မှာ ရေငုပ်သင်္ဘောအခြေပြုပစ်ခတ်တဲ့ တိုက်ချင်းပစ်ဒုံးကျည်ကို စမ်းသပ်ခဲ့ပြီး သူတို့ရဲ့ပင်လယ်အခြေစိုက်နျူကလီးယားဟန့်တားမှုရဲ့ စစ်ဆင်ရေးအသင့်ဖြစ်မှုကို ပြသခဲ့ပါတယ်။

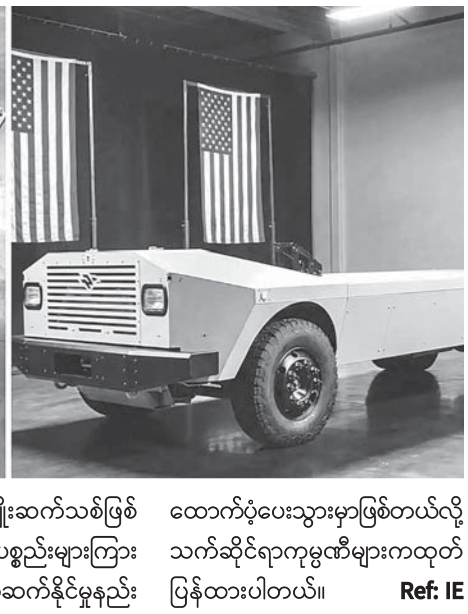
ကေထရစ္စတန်ထန်းရဲ့အဆိုအရပြောရမယ်ဆိုရင် ဒီစွမ်းရည်တွေဟာ အပြန်အလှန်အကျိုးပြုဖြည့်ဆည်းပေးနေတာဖြစ်ပါတယ်။ လေယာဉ်တင်သင်္ဘောဦးဆောင်တဲ့တိုက်ခိုက်ရေးအုပ်က တရုတ်ရဲ့ထုံးစံအတိုင်း စစ်ဆင်ရေးလုပ်နိုင်စွမ်းကို ပထမကျွန်းဆက်တန်းထက် ကျော်လွန်အောင်တိုးချဲ့ပေးနိုင်ပြီး ရေငုပ်သင်္ဘောကပစ်တဲ့ဒုံးကျည်ကတော့ နျူကလီးယားဖြင့်လက်တုံ့ပြန်တိုက်ခိုက်မှုအတွက် ယုံကြည်စိတ်ချရမှုကိုအားကောင်းစေတာပါ။

ဒါပေမဲ့လည်း တိုက်ပွဲရဲ့အဆုံးအဖြတ်ဖြစ်သွားနိုင်တဲ့ မေးခွန်းတစ်ခုရှိပါသေးတယ်။ အဲဒါကတော့ ဘယ်ဘက်ကဒရုန်းတွေ၊ မောင်းသူမဲ့ယာဉ်တွေနဲ့ AI စနစ်သုံးလက်နက်တွေလို နည်းပညာအသစ်တွေကို ပိုမိုထိရောက်စွာအသုံးပြုနိုင်မလဲဆိုတာပါပဲ။

ဒီနေရာမှာတရုတ်ဟာ သူတို့ရဲ့စက်မှုအခြေခံနဲ့စနစ်တွေကို အများအပြားထုတ်လုပ်တပ်ဆင်နိုင်တဲ့ စွမ်းရည်တွေကြောင့် အချို့သော အားသာချက်တွေရှိနေပုံရပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အမေရိကန်နဲ့ မဟာမိတ်တွေဘက်မှာလည်း ဆန်းသစ်တီထွင်မှု၊ စစ်ဆင်ရေးဆိုင်ရာ လိုက်လျောညီထွေဖြစ်မှုနဲ့ ပိုမိုသွက်လက်တဲ့ကာကွယ်ရေးဂေဟစနစ်တို့မှာ အဓိကအားသာချက်တွေရှိနေဆဲဖြစ်တယ်ဆိုတာကိုတော့ သတိမူထားသင့်ကြောင်း ရေးသားတင်ပြလိုက်ရပါတယ်။ **Ref: SCMP**

ထက်မြတ်

ခေတ်သစ်စစ်ပွဲကိုပြောင်းလဲပေးနိုင်မယ့် မောင်းသူမဲ့ယာဉ်



အမေရိကန်ကြည်းတပ်ရဲ့တိုက်ခိုက်ရေးစွမ်းပကားကို တိုးမြှင့်ပေးနိုင်စေမယ့်အပြင် ခေတ်သစ်စစ်ပွဲကိုပါပြောင်းလဲပေးနိုင်မယ့်မောင်းသူမဲ့ယာဉ်တစ်မျိုးက မကြာခင်ထွက်ပေါ်လာတော့မှာဖြစ်ပါတယ်။

အမေရိကန်ကြည်းတပ်ကဖော်ဆောင်တဲ့ Project Sustainment စီမံကိန်းအတွက် ဒီယာဉ်တွေကို ဖန်တီးထုတ်လုပ်ပေးခွင့်ရသွားသူက American Rheinmetall ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့ကြားမှာချုပ်ဆိုထားတဲ့သဘောတူစာချုပ်အရ မျိုးဆက်သစ်မောင်းသူမဲ့မြေပြင်သွားယာဉ်ကို ကြည်းတပ်ဆီလွှဲပြောင်းပေးရမှာဖြစ်ပြီး အဲဒီယာဉ်တွေကိုတော့ Harbinger ရဲ့ပေါင်းစပ်စွမ်းအင်သုံးယာဉ်တွေအပေါ်အခြေခံထုတ်လုပ်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

ထွက်ပေါ်လာမယ့်ယာဉ်ရဲ့စွမ်းရည်တွေက ထောက်ပံ့ရေးပစ္စည်းတွေကို ရှေ့တန်းမှာရှိတဲ့တပ်ဖွဲ့တွေဆီအလိုအလျောက်ပို့ဆောင်ပေးနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီလိုပို့ဆောင်ပေးနိုင်ခြင်းအားဖြင့် စစ်သည်တွေရဲ့အသက်အန္တရာယ်ကိုလျှော့ချနိုင်ပြီး စစ်ဆင်ရေးဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းကို တိုးမြှင့်ရရှိစေမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဒီယာဉ်တွေက တပ်ခွဲအဆင့်သုံး ထောက်ပံ့ရေးယာဉ်တွေဖြစ်လာမှာဖြစ်ပြီး ထူးခြားချက်တစ်ခုအနေနဲ့ အသံနဲ့ထိန်းချုပ်နိုင်တဲ့လုပ်ဆောင်ချက်ကိုပါ ထည့်သွင်းပေးမှာဖြစ်တာကြောင့် စစ်သည်တွေအနေနဲ့လည်း ဒီယာဉ်ကိုအလွယ်တကူသုံးစွဲနိုင်စေမှာဖြစ်ပါတယ်။

အခုလိုမျိုး စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်ယာဉ်တွေကိုထုတ်လုပ်ဖို့အတွက် American Rheinmetall က ကန်ထရိုက်ရရှိတယ်လို့ဆိုသော်လည်း Harbinger၊ Forterra နဲ့ Primordial Labs တို့နဲ့ပူးပေါင်းပြီး ဖန်တီးသွားမှာဖြစ်ပါတယ်၊ ဒီလိုမျိုးပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုမှာ Forterra ကုမ္ပဏီက မောင်းသူမဲ့စနစ်များကိုထောက်ပံ့ပေးသွားမှာဖြစ်ပြီး Primordial Labs ကတော့ မျိုးဆက်သစ်ဖြစ်တဲ့ လူသားနဲ့စက်ပစ္စည်းများကြား အပြန်အလှန်ချိတ်ဆက်နိုင်မှုနည်းပညာနဲ့ စက်ရုပ်နည်းပညာများကို ထောက်ပံ့ပေးသွားမှာဖြစ်တယ်လို့ သက်ဆိုင်ရာကုမ္ပဏီများကထုတ်ပြန်ထားပါတယ်။ **Ref: IE**

ကိုထက်

ဂရိမှာ မီးသတ်ရဟတ်ယာဉ် နှစ်စင်း လေထဲမှာတိုက်မိ

အေသင်၊ မတော်တဆမှု

ဂရိနိုင်ငံအနောက်ပိုင်း အက်တီကာမှာ အိမ်ခြေ ၁၀၀ ကိုပျက်စီးစေလောက်တဲ့အထိ ဖြစ်ပွားနေတဲ့ တောမီးကိုငြိမ်းသတ်နေစဉ် မီးသတ်ရဟတ်ယာဉ်နှစ်စင်းဟာ လေထဲမှာတိုက်မိမှုဖြစ်ပွားခဲ့တယ်လို့ ဂရိနိုင်ငံပိုင် ရုပ်သံဌာနတစ်ခုဖြစ်တဲ့ ERT ကဖော်ပြထားပါတယ်။ ဒီမတော်တဆမှုဟာ ဩဂုတ်လ ၁ ရက်မွန်းလွဲပိုင်းမှာဖြစ်ပွားခဲ့တာပါ။

အဲဒီမီးသတ်ရဟတ်ယာဉ်နှစ်စင်းဟာ လေထဲမှာတိုက်မိပြီးနောက် မကြာခင်မှာပဲ ပျက်ကျတဲ့အတွက် အကြီးစားကယ်ဆယ်ရေးလုပ်ငန်းတွေကို လုပ်ဆောင်နေရတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ ရဟတ်ယာဉ်နှစ်စင်းစလုံးက ဆာသာကမ်းရိုးတန်းဒေသမှာပျက်ကျသွားတာပါ။

ရဟတ်ယာဉ်နှစ်စင်းပျက်ကျပြီးနောက် တစ်စင်းမှလေယာဉ်မှူးတစ်ဦးက မီးသတ်ဌာနဆီဖုန်းဆက်အကြောင်းကြားပြီး အကူအညီတောင်းခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီရဟတ်ယာဉ်မှာပါတဲ့ အကူလေယာဉ်မှူးကတော့ ဒဏ်ရာရရှိသွားတယ်လို့ဆိုပါတယ်။ တခြားရဟတ်ယာဉ်မှာပါတဲ့ လေယာဉ်မှူးနှစ်ဦးစလုံးရဲ့အခြေအနေတွေကိုတော့ မသိရသေးပါဘူး။

Ref: Xinhua

အီရန်အပေါ်တိုက်ခိုက်မယ့်အစီအစဉ်ကို အမေရိကန်ဖျက်သိမ်း

ဝါရှင်တန်၊ စစ်ရေး

အီရန်နိုင်ငံအပေါ် ပြင်းထန်စွာတိုက်ခိုက်မှုလုပ်သွားမယ့်အစီအစဉ်ကို အမေရိကန်က ဖျက်သိမ်းလိုက်ပါပြီ။ ဆွေးနွေးမှုရဲ့ရလဒ်များအရ ဟော်မုဇ်ရေလက်ကြားကိုပြန်ဖွင့်နိုင်တော့မယ်လို့ အမေရိကန်သမ္မတဒေါ်နယ်ထရမ့်ကပြောပြီးနောက် အီရန်အပေါ်တိုက်ခိုက်မယ့်အစီအစဉ်ကိုဖျက်သိမ်းလိုက်တာပါ။

အမေရိကန်နဲ့အစ္စရေးတို့ပူးပေါင်းပြီး အီရန်နိုင်ငံရဲ့ စွမ်းအင်ဆိုင်ရာအဆောက်အအုံတွေကို ပြင်းထန်စွာဗုံးကြဲတိုက်ခိုက်မှုတွေလုပ်ဖို့ ပြင်ဆင်နေတယ်ဆိုပြီး CBS သတင်းဌာနကဖော်ပြခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ တိုက်ခိုက်သွားမယ့်ပစ်မှတ်တွေထဲမှာ ဓာတ်အားပေးစက်ရုံတွေ၊ ရေနံချက်စက်ရုံတွေပါဝင်တဲ့အပြင် စစ်ဘက်တာဝန်ရှိသူတွေက အီရန်နိုင်ငံတစ်ဝန်း လျှပ်စစ်မီးဖြတ်တောက်ဖို့အထိပါ ဆွေးနွေးထားတယ်လို့သိရပါတယ်။

အမေရိကန်နိုင်ငံက ကျည်ထိုးပြီး ပစ်မှတ်ကိုချိန်ရွယ်ထားစဉ်မှာပင် အီရန်နိုင်ငံနဲ့ အရှေ့အလယ်ပိုင်းနိုင်ငံများက ဒီလိုမျိုးတိုက်ခိုက်မှုမလုပ်ဖို့ကို တောင်းဆိုလာတာဖြစ်တယ်လို့ ဒေါ်နယ်ထရမ့်က လူမှုမီဒီယာမှာဖော်ပြခဲ့တာဖြစ်ပါတယ်။ အခုသဘောတူညီမှုရရှိလိုက်တဲ့ထဲမှာ ဟော်မုဇ်ရေလက်ကြားကို အပြည့်အဝ၊ အလုံးစုံနဲ့ချက်ချင်းပြန်ဖွင့်ပေးရေး၊ အီရန်ရဲ့နျူကလီးယားခြိမ်းခြောက်မှုကို အဆုံးသတ်ရေးတို့ပါဝင်ထားတယ်လို့လည်း ထရမ့်ကပြောပါတယ်။

ဒါပေမဲ့ အခုလိုမျိုးတိုက်ခိုက်မှုတွေလုပ်ဖို့ကိုရပ်ဆိုင်းလိုက်ရခြင်းဟာ အီရန်နိုင်ငံရဲ့တောင်းဆိုချက်ကြောင့်ဖြစ်တယ်ဆိုတဲ့ စကားကိုတော့ အီရန်အစိုးရဘက်က ငြင်းဆိုပြီး ဒီလိုပြောဆိုချက်ဟာ အမေရိကန်ရဲ့ လိမ်ညာပြောဆိုမှုအသစ်သာဖြစ်တယ်လို့ အီရန်စစ်ဘက်မှ တာဝန်ရှိသူများက ပြောထားပါတယ်။

Ref: RT

ဒေါဖင်မုန်တိုင်းကြောင့် ထိုင်းနိုင်ငံမှာ ရာသီဥတုဆိုးဝါးနိုင်

ဘန်ကောက်၊ ရာသီဥတု

ဒေါဖင်တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းဟာ ထိုင်းနိုင်ငံထဲကိုဝင်ရောက်လာနိုင်ခြေမရှိသော်လည်း မုန်တိုင်းရဲ့သက်ရောက်မှုကြောင့် ဩဂုတ်လ ၇ ရက်မှ ၉ ရက်အတွင်း ထိုင်းမြောက်ပိုင်းနဲ့ အရှေ့မြောက်ပိုင်းအထက်ဒေသတွေမှာ ရာသီဥတုဆိုးဝါးနိုင်တယ်လို့ သိရပါတယ်။

လက်ရှိမှာမုန်တိုင်းကပစိဖိတ်သမုဒ္ဒရာထဲမှာဖြစ်ပေါ်နေပြီး ထိုင်းနိုင်ငံနဲ့ အလှမ်းဝေးနေကြောင်း၊ မုန်တိုင်းကထိုင်းဘက်ကို ဦးတည်လာမယ့်အစား ဂျပန်နဲ့တရုတ်ကမ်းရိုးတန်းဘက်ကို ဦးတည်ရွေ့လျားမယ်လို့ မိုးလေဝသဌာနကခန့်မှန်းထားပါတယ်။ ဒါပေမဲ့ အဲဒီမုန်တိုင်းဟာ ဩဂုတ်လ ၇ ရက်နဲ့ ၉ ရက်အတွင်း ထိုင်းနိုင်ငံအပေါ်သက်ရောက်နေတဲ့ အနောက်တောင်မုတ်သုံလေကို ပိုမိုအားကောင်းလာစေနိုင်တယ်လို့ မိုးလေဝသဌာနကဆိုပါတယ်။

မုန်တိုင်းရဲ့အရှိန်ကြောင့်နိုင်ငံမြောက်ပိုင်းနဲ့အရှေ့မြောက်ပိုင်းဒေသတွေမှာ မိုးကြီးတာတွေဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် အဲ့ဒီလိုအန္တရာယ်ရှိတဲ့ဒေသတွေမှာ နေထိုင်ကြသူတွေအနေနဲ့ ရေကြီးရေလျှံမှုတွေ၊ တောင်ကျရေစီးဆင်းမှုတွေနဲ့ မြစ်ရေလျှံကျမှုတွေဖြစ်ပွားလာနိုင်မှုအတွက် သတိရှိရှိနဲ့နေထိုင်ဖို့ ထိုင်းမိုးလေဝသဌာနက တိုက်တွန်းထားပါတယ်။

Ref: TN

တောင်ကိုရီးယားမှာ အပူချိန်အလွန်အမင်း မြင့်တက်မှု စံချိန်တင်

ဆိုး၊ ရာသီဥတု

တောင်ကိုရီးယားနိုင်ငံမှာ ဩဂုတ်လ ၂ ရက်က အပူချိန်မြင့်တက်မှုက တကယ့်ကိုစံချိန်တင်သွားပြီး အပူချိန်မြင့်တက်ရာနေရာတွေမှာ ပြင်ပလှုပ်ရှားမှုတွေအားလုံးကိုချက်ချင်းရပ်တန့်လိုက်ရပါတယ်။

အထူးသဖြင့် နိုင်ငံတောင်ပိုင်းမြို့ဖြစ်တဲ့ ယန်းဆန်မြို့မှာ မွန်းလွဲ ၁ နာရီ ၂၆ မိနစ် အချိန်တိုင်းထွာချက်များအရ အပူချိန်ဟာ ၄၂ ဒသမ ၅ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်အထိရှိလာတယ်လို့ ကိုရီးယားမိုးလေဝသဌာနက သူတို့ရဲ့ဝက်ဆိုက်မှာဖော်ပြထားပါတယ်။

ယန်းဆန်မြို့ဟာ လက်ရှိဖြစ်ပွားနေတဲ့ အပူလှိုင်းဖြစ်စဉ်ရဲ့ဗဟိုချက်ဖြစ်နေတာပါ။ အခုဆိုရင် အဲဒီမြို့မှာနေ့အပူချိန် ၄၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ကိုကျော်လွန်လာတာ ခြောက်ရက်ဆက်တိုက်ရှိနေပါပြီ။ ဒယ်ဂူးနဲ့ ဘူဆန်အပါအဝင် အခြားသောမြို့တွေမှာလည်း အပူချိန်က ၃၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်အထက်ကိုမပြတ်ရောက်ရှိနေပါတယ်။

ဒါ့အပြင် နေရာ ၂၀ ကျော်မှာလည်းအပူအရေးပေါ်အပူချိန်မြင့်တက်မှုသတိပေးချက်တွေကို ထုတ်ပြန်ထားရပါတယ်။ ဒီလိုထုတ်ပြန်မှုကို ဒီနှစ်မှစတင်လိုက်တာပါ။ အကယ်၍ အပူချိန် ၃၈ ဒီဂရီနဲ့ ၃၉ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ကြားရှိတယ်ဆိုရင် အဲဒီဒေသကို အရေးပေါ်သတိပေးချက်ထုတ်ပြန်တာဖြစ်ပါတယ်။ လက်ရှိမှာတော့ လူအများစုက အဲကွန်းဖွင့်တဲ့နေရာတွေမှာအပူရှောင်နေကြရပါတယ်။

Ref: AGC

ဂျာဗားပင်လယ်ပြင်မှာ ကူးတို့ယာဉ်တစ်စင်းမီးလောင်၊ လူငါးဦးသေဆုံး

ဂျကာတာ၊ မတော်တဆမှု

အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ ဂျာဗားပင်လယ်ပြင်မှာ ကူးတို့ယာဉ်တစ်စင်းမီးလောင်မှုဖြစ်ပွားတဲ့အတွက် လူငါးဦးသေဆုံးပြီး ၄၁ ဦးပျောက်ဆုံးနေတယ်လို့ အမျိုးသားရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးအေဂျင်စီက ဩဂုတ်လ ၂ ရက်မှာပြောပါတယ်။

ဒီဖြစ်စဉ်က ဂျာဗားပြည်နယ် မာဒူရာကျွန်းမြောက်ပိုင်းရှိ ပင်လယ်ပြင်မှာဖြစ်ပွားတာဖြစ်ပါတယ်။ Mutiara Santosa 2 အမည်ရှိကူးတို့ယာဉ်က ဆူရာဘာယာနဲ့ မာကက်ဆာလမ်းကြောင်းကို ပြေးဆွဲနေတာပါ။ အဲဒီကူးတို့ယာဉ်က ခရီးသည် ၂၃၂ ဦးနဲ့အမှုထမ်း ၃၉ ဦး စုစုပေါင်း လူ ၂၇၁ ဦးကိုတင်ဆောင်လာတာဖြစ်ပြီး လက်ရှိမှာ လူ ၂၂၅ ဦးကိုကယ်ဆယ်ထားနိုင်တယ်လို့ ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးအေဂျင်စီရဲ့ထုတ်ပြန်ချက်ထဲမှာ ဖော်ပြထားပါတယ်။

ကူးတို့ယာဉ်က အနီးဆုံးကမ်းခြေမှရေမိုင် ၁၉ မိုင် (၃၅ ဒသမ ၂ ကီလိုမီတာ)အကွာမှာ တစ်စင်းလုံးနီးပါးမီးလောင်သွားတာပါ။ ဒါကြောင့် ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးလုပ်တဲ့နေရာမှာ အနီးဝန်းကျင်မှာရှိတဲ့ ရေယာဉ်အများအပြားက ပါဝင်ကူညီပေးပြီး ရှာဖွေကယ်ဆယ်ရေးအဖွဲ့က နောက်ထပ်ရေယာဉ်များစွာကိုလည်း စေလွှတ်ခဲ့ရပါတယ်။

Ref: Xinhua

သီရိလင်္ကာမှာ ထောင်ဆူမှုကြောင့် အထူးတပ်ဖွဲ့ဝင်များကိုပါ ဖြန့်ကြက်ချထား

ကိုလံဘို၊ ပြည်တွင်းရေး

သီရိလင်္ကာနိုင်ငံမှာ ဩဂုတ်လ ၁ ရက်တုန်းက ကိုလံဘိုမြို့အပြင်ဘက်ရှိ မဟာရာအကျဉ်းထောင်မှာ ထောင်ဆူမှုတစ်ခုဖြစ်ပွားပါတယ်။ ထောင်ဆူမှုမှာ အကျဉ်းသားတစ်ဦးသေဆုံးပြီး ခြောက်ဦးဒဏ်ရာရရှိခဲ့ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဩဂုတ်လ ၂ ရက်မှာတော့ တာဝန်ရှိသူတွေက အဲဒီအကျဉ်းထောင်မှာ အထူးတပ်ဖွဲ့ဝင်များအပါအဝင် တပ်ဖွဲ့ဝင်ရာပေါင်းများစွာကို ဖြန့်ကြက်ချထားလိုက်ပါတယ်။

ထောင်ဆူမှုဖြစ်ချိန်မှာ အကျဉ်းသားတွေက အဆောက်အအုံများစွာကိုဖျက်ဆီးမှုတွေလည်းလုပ်ခဲ့ပါသေးတယ်။ အခုတော့ တပ်မတော်သားတွေနဲ့ အထူးတပ်ဖွဲ့ဝင်တွေကိုပါ အင်အားဖြည့်အနေနဲ့ ဖြန့်ကြက်ချထားလိုက်ပြီဖြစ်တဲ့အတွက် ထောင်ဆူမှုကိုထိန်းသိမ်းနိုင်ပြီး အကျဉ်းသားတွေကို သူတို့ရဲ့အကျဉ်းခန်းတွေထဲ ပြန်ထည့်နိုင်ပါပြီလို့ ဒုတိယရဲချုပ်ကပြောပါတယ်။

အခုထောင်ဆူမှုဖြစ်ပွားတဲ့ထောင်က အကျဉ်းသား ၄၁၀၀ ကိုထိန်းသိမ်းထားတဲ့နေရာဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီပမာဏဆိုတာက ထောင်က လက်ခံနိုင်တဲ့ပမာဏထက် လေးဆပိုများနေတာပါ။ တစ်နည်းပြောရမယ်ဆိုရင် သီရိလင်္ကာနိုင်ငံမှာ အကျဉ်းထောင်လောက်ငမှုမရှိတဲ့ပြဿနာနဲ့ရင်ဆိုင်နေရတာဖြစ်ပါတယ်။

ပြီးခဲ့တဲ့လကလည်း ဒီဒေသမှာပဲ ထောင်ဆူမှုဖြစ်ပွားရာ လုံခြုံရေးအစောင့် ၁၀ ဦးနဲ့ အကျဉ်းသား ၂၁ ဦးသေဆုံးခဲ့ပါတယ်။ ၂၀၂၀ ပြည့်နှစ် နိုဝင်ဘာကလည်း အခုအကျဉ်းထောင်မှာပဲ ထောင်ဆူမှုဖြစ်ပွားရာ အကျဉ်းသား ၁၁ ဦးသေဆုံးပြီး ၁၂၀ နီးပါးဒဏ်ရာရရှိခဲ့ပါတယ်။

Ref: AGC

ချည်မျှင်ရှည်ဝါမျိုးစေ့ထုတ် ဝါစိုက်ခင်းများအား စုပေါင်းဝါကောက်သိမ်းခြင်း တောင်သူနည်းပညာပေးကွင်းသရုပ်ပြပွဲကျင်းပ

ကျောက်ဆည် ဩဂုတ် ၂

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး ကျောက်ဆည်မြို့နယ် ဝါသီးနှံ သုတေသနနှင့်နည်းပညာဖွံ့ဖြိုးရေးခြံ(လွန်ကျော်)၌ မြစ်သားမြို့နယ်နှင့် စဉ့်ကိုင်မြို့နယ်မှ ဝါစိုက်တောင်သူများအားဖိတ်ကြား၍ ဩဂုတ်လ ၁ ရက် နံနက်ပိုင်းတွင် တစ်ပြိုင်တည်း ဝါကောက်သိမ်းနိုင်မည့်နည်းစနစ်များဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသော ချည်မျှင်ရှည်ဝါမျိုးစေ့ထုတ်ဝါစိုက်ခင်းတွင် စုပေါင်းဝါကောက်သိမ်းခြင်း၊ တောင်သူနည်းပညာပေး ကွင်းသရုပ်ပြပွဲကျင်းပသည်။

သရုပ်ပြပွဲတွင် လွန်ကျော်ခြံတာဝန်ခံ ဒေါက်တာအေးအေးမြတ်က တစ်ပြိုင်တည်း ဝါကောက်သိမ်းနိုင်မည့် နည်းစနစ်များဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသည့် ချည်မျှင်ရှည်ဝါစိုက်ခင်းအား ရွှေတောင်-၁၀ ဝါမျိုးဖြင့် ၂၀၂၆-၂၀၂၇ ခုနှစ် မိုးကြိုရာသီ၌ ၁၀ ဧက စိုက်ပျိုးထားကြောင်း၊ စိုက်ပျိုးရာ၌ ပင်ကျဲပ်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးခြင်း၊ အပင်ကြီးထွားမှုထိန်းညှိဆေး၊ ထိန်းချုပ်ဆေးများအသုံးပြု၍ ခတ်မြေဩဇာများအား လိုအပ်သည့်အချိန်၌ အချိုးကျသုံးစွဲခြင်း စသည့် နည်းစနစ်သုံးမျိုးဖြင့် စိုက်ပျိုးထားခြင်းအကြောင်း အသေးစိတ် ရှင်းလင်းဆွေးနွေးသည်။

ထို့နောက် တန်းကြား ၂ ပေခွဲ၊ ပင်ကြား ၆ လက်မ ပင်ကျဲပ်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထားရှိသော ရက်ပေါင်း ၁၄၀ သက်တမ်းရှိ တစ်ပြိုင်နက်တည်း ဝါကောက်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထားသည့် သရုပ်ပြစိုက်ခင်း၌ တက်ရောက်လာသောတောင်သူများက စုပေါင်းဝါကောက်သိမ်းခြင်း ဆောင်ရွက်ပြီး သရုပ်ပြပွဲသို့ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးအတွင်းရှိ တိုင်းဒေသကြီး၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်း ၄၀ ဦးနှင့် တောင်သူ ၅၀ ဦးတို့ တက်ရောက်ကြောင်း သိရသည်။

သက်မောင်(ကျောက်ဆည်)

မြို့နယ်အားကစားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌဖလား ဘောလုံးပြိုင်ပွဲ ဗိုလ်လုပွဲနှင့်ဆုပေးအပ်ပွဲကျင်းပ

လဲချား ဩဂုတ် ၂

ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း) လဲချားမြို့နယ်၌ မြို့နယ်အားကစားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌဖလား ဘောလုံးပြိုင်ပွဲ ဗိုလ်လုပွဲနှင့်ဆုချီးမြှင့်ပွဲကို မြို့နယ်အားကစားကွင်း၌ ဩဂုတ်လ ၁ ရက် မွန်းလွဲပိုင်းတွင်ကျင်းပရာ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးသက်နိုင်အောင်နှင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစားသမားများ၊ ဒိုင်အဖွဲ့ဝင်များနှင့် အားကစားဝါသနာရှင်များ တက်ရောက်ကြသည်။

ရှေးဦးစွာ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးနှင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ အားကစားဝါသနာရှင်များက ဗိုလ်လုပွဲစဉ်အဖြစ် ဝမ်ဟိုင်း FC အသင်းနှင့် ရှယ်ပြုံး FC အသင်းတို့ ယှဉ်ပြိုင်ကစားနေမှုကို ကြည့်ရှုအားပေးကြသည်။

ထို့နောက် ဆုပေးပွဲအခမ်းအနားကို ဆက်လက်ကျင်းပရာ ပြိုင်ပွဲတွင် မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက အားကစားပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်တစ်လျှောက် အကောင်းဆုံးတစ်ဦးချင်းဆုရရှိသူကစားသမားများကိုလည်းကောင်း၊ တတိယဆုရရှိသည့် မိုင်းကိုင် FC အသင်း၊ ဒုတိယဆုရရှိသည့် ရှယ်ပြုံး FC အသင်းနှင့် ပထမဆုရရှိသည့် ဝမ်ဟိုင်း FC အသင်းတို့ကိုလည်းကောင်း ဆုတံဆိပ်များ၊ တံခွန်စိုက်ဒိုင်းဖလားနှင့် ဂုဏ်ပြုဆုငွေများ အသီးသီးပေးအပ်ကြောင်း သိရသည်။

(၄၁၄)

ပေါင်းတည်မြို့နယ်ကျေးရွာနှစ်ရွာ၌ မြစိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ထားရှိမှု ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

ပေါင်းတည် ဩဂုတ် ၂

ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ပေါင်းတည်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနသည် အုန်းသုံးပင်ကျေးရွာနှင့် ကျီးမနိုးကျေးရွာတို့၌ မြစိမ်းရောင် ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေဖြင့် မိသားစုဝင်ငွေတိုးလုပ်ငန်းများဖြစ်သော စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုအခြေအနေများကို ဩဂုတ်လ ၂ ရက် နံနက်ပိုင်းတွင်တာဝန်ရှိသူများက ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးကြသည်။

ထိုသို့ စစ်ဆေးရာတွင် ပေါင်းတည်မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန မြို့နယ်ဦးစီးမှူး ဒေါ်သန္တာဦးရွှေနှင့် ဝန်ထမ်းများက အုန်းသုံးပင်ကျေးရွာနှင့် ကျီးမနိုးကျေးရွာတို့၌ မြစိမ်းရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်းရန်ပုံငွေဖြင့် မိသားစုဝင်ငွေတိုးလုပ်ငန်းများဖြစ်သော စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နေမှုအခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးသည်။

ဆက်လက်၍ မြို့နယ်ဦးစီးမှူးနှင့် ဝန်ထမ်းများက စီမံကိန်းဆိုင်ရာ စာရင်းဇယားများပြည့်သွင်းထားရှိမှုအခြေအနေများကိုကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သည်များမှာကြားပြီး အဆိုပါအုန်းသုံးပင်ကျေးရွာနှင့် ကျီးမနိုးကျေးရွာတို့၌ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ၂၇၀ ဦးကို ငွေကျပ် ၇၃ ဒသမ ၆ သန်း ထုတ်ချေးထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

အေးမြတ်

သဇင်(FM)အသံလွှင့်အစီအစဉ် ၃-၈-၂၀၂၆(တနင်္လာနေ့)

၁။	၀၉:၀၀	Sport News
၂။	၁၁:၅၀	ကျန်းမာခြင်းအတွက် သဇင်ရဲ့လက်ဆောင်
၃။	၁၅:၀၀	Jumping For You
၄။	၁၆:၄၀	I Music
၅။	၁၈:၂၀	ဂုဏ်ယူအလွမ်း
၆။	၂၂:၂၀	Goodnight Listeners

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များအပေါ် စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်းနှင့် သတင်းပို့ခြင်းပြုလုပ်နိုင်

၁။ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ သိရှိလိုသည်များကို စုံစမ်းမေးမြန်းရန်နှင့် သတင်းပို့ရန်တို့အတွက် တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ်အသီးသီးရှိ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့များ၏ အောက်ပါဖုန်းနံပါတ်များသို့ ရုံးချိန်အတွင်း ဆက်သွယ်နိုင်ပါကြောင်း ထုတ်ပြန်အပ်ပါသည်-

(က) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဗဟိုအဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌရုံး (နေပြည်တော်)
(၁) ၀၆၇-၃၄၀၄၉၁၁၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၂၂၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၃၃၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၄၄၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၅၅
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၀၁

(ခ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (နေပြည်တော်ကောင်စီ)
(၁) ၀၆၇-၄၅၅၀၄၈၈၊ ၀၆၇-၄၅၅၀၄၉၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၀၂

(ဂ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ကချင်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၃၄၉၀၃၅၅၃၄
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၃၄၉၀၃၅၅၃၄

(ဃ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ကယားပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၃၄၉၀၁၅၈၄၇၊ ၀၉-၆၆၈၇၈၈၁၀၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၁၀၀၆၆၃၈

(င) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ကရင်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၅၈-၂၀၂၃၅၃၀၊ ၀၅၈-၂၀၂၃၅၃၁
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၆၉၁၁၁၉၁၀

(စ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ချင်းပြည်နယ်)
(၁) ၀၇၀-၂၀၂၂၃၆၈၊ ၀၇၀-၂၀၂၂၅၉၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၈၉၀၉၃၇၅၇၄

(ဆ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၇၁-၂၀၃၂၀၉၁၊ ၀၇၁-၂၀၃၂၀၉၂
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၄၀၁၆၆၅၂၅၁

(ဇ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၅၉-၂၀၂၄၀၃၇၊ ၀၅၉-၂၀၂၄၀၃၈
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၀၈

(ဈ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၅၂-၂၂၀၁၉၃၉၊ ၀၅၂-၂၂၀၁၉၄၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၀၉

(ည) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (မကွေးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၆၃-၂၀၂၈၈၇၈၊ ၀၆၃-၂၀၂၈၈၇၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၀

(ဋ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၂-၄၀၂၁၂၄၅၊ ၀၂-၄၀၂၁၂၄၆
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၁

(ဌ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (မွန်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၅၇-၂၀၂၇၉၃၅၊ ၀၅၇-၂၀၂၇၉၃၆
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၂

(ဍ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ရခိုင်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၇၊ ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၈
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၃

(ဎ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၁-၈၃၀၀၀၁၆၊ ၀၁-၈၃၀၀၀၁၇
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၄

(ဏ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ရှမ်းပြည်နယ်)
(၁) ၀၈၁-၂၁၂၄၅၄၀၊ ၀၈၁-၂၁၂၄၉၉၅
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၅

(တ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးအဖွဲ့ (ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၄၂-၂၀၂၅၉၉၃၊ ၀၄၂-၂၀၂၅၉၉၄
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှစာတို(SMS)ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၅၀၀၂၅၁၆

၂။ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်း၊ မသမာမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ တိုင်ကြားခြင်းများအား တိကျစွာဆက်သွယ်သတင်းပို့နိုင်ပါကြောင်းနှင့် မမှန်မကန်သတင်းပို့ခြင်း၊ တိုင်ကြားခြင်းများပြုလုပ်ပါက ဖော်ထုတ်၍ တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူသွားမည်ဖြစ်ပါကြောင်း အသိပေးအပ်ပါသည်။

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆင့်ခေါ်ရေးဗဟိုအဖွဲ့

ခရိုင်အဆင့် အသက် ၁၄ နှစ်အောက် အခြေခံပညာကျောင်းပေါင်းစုံ ဘောလုံးပြိုင်ပွဲဗိုလ်လုပွဲနှင့် ဆုချီးမြှင့်ပွဲကျင်းပ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မှော်ဘီခရိုင် အသက် ၁၄ နှစ်အောက် အခြေခံပညာ ကျောင်းပေါင်းစုံ ဘောလုံးပြိုင်ပွဲဗိုလ်လုပွဲနှင့်ဆုချီးမြှင့်ပွဲကို ဩဂုတ်လ ၂ ရက်တွင် မှော်ဘီမြို့နယ် မြို့မအားကစားကွင်း၌ ကျင်းပသည်။

ရှေးဦးစွာ ပြိုင်ပွဲတွင် ဗိုလ်လုပွဲယှဉ်ပြိုင်ကစားမည့် မှော်ဘီမြို့နယ် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း(ရွှေမြယာ) အသင်းနှင့် ထန်းတပင်မြို့နယ် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း (ကျူတော) အသင်းတို့မှ အသင်းအုပ်ချုပ်သူ၊ နည်းပြနှင့် အားကစားသမားများအား မှော်ဘီခရိုင် ပညာရေးမှူး ဦးအေးလွင်က ပြိုင်ပွဲဝင် အားကစားသမားများအနေဖြင့် ပြိုင်ပွဲအတွင်း စည်းကမ်းရှိပြီး သန့်သန့်ရှင်းရှင်းဖြင့် ပြိုင်ပွဲပြီးမြောက်သည်အထိ ယှဉ်ပြိုင်ကစားကြရန်လိုအပ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံ့ကိုယ်စားပြုအားကစားသမားကောင်းများ ပေါ်ထွက်လာစေရန်နှင့် အကောင်းဆုံး ယှဉ်ပြိုင်ကစားကြရန်လိုကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ယင်းနောက် ပြိုင်ပွဲကို ဆက်လက်ကျင်းပရာ ဗိုလ်လုပွဲအဖြစ် ရွှေမြယာအသင်းနှင့် ကျူတောအသင်းတို့ယှဉ်ပြိုင်ကစားကြရာ ရွှေမြယာအသင်းက ကျူတောအသင်းကို ၁ ဂိုး- ဂိုးမရှိဖြင့် အနိုင်ရရှိသည်။

ယင်းနောက် ဆုပေးပွဲအခမ်းအနားကျင်းပရာ ပထမဆုရရှိသော ရွှေမြယာအသင်းနှင့် ဒုတိယဆုရရှိသော ကျူတောအသင်းတို့အား ဒိုင်းဆုဖလားများကို မှော်ဘီခရိုင် ပညာရေးမှူးဦးအေးလွင်က ချီးမြှင့်ပေးအပ်ခဲ့ပြီး မှော်ဘီမြို့နယ်ပညာရေးမှူးနှင့် ထန်းတပင်မြို့နယ်ပညာရေးမှူးတို့က ဆုရရှိသူကစားသမားများအား ဆုတံဆိပ်များ အသီးသီးချီးမြှင့်ပေးအပ်ကာ ပထမဆုရရှိသောအသင်းအား မှော်ဘီမြို့နယ်မှ တာဝန်ရှိသူများက ထပ်ဆင့်ဒိုင်းဆုဖလားကို ပေးအပ်ကြသည်။

အဆိုပါဘောလုံးပြိုင်ပွဲတွင် မှော်ဘီမြို့နယ်၌ ပထမဆုရရှိသောအသင်းနှင့် ထန်းတပင်မြို့နယ်မှ ပထမဆုရရှိသော အသင်းနှစ်သင်းတို့ ခရိုင်အဆင့် ဗိုလ်လုပွဲယှဉ်ပြိုင်ကစားကြခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မြို့နယ်(ပြန်/ဆက်)

မတ္တရာမြို့နယ် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း(မြို့သစ်)၌ လူငယ်စကားဝိုင်းဆွေးနွေး

မတ္တရာ ဩဂုတ် ၂

လူငယ်များ ဗလငါးတန်နှင့်ပြည့်စုံပြီး အသိပညာဗဟုသုတတိုးပွားစေရန်၊ နှုတ်မှုစွမ်းရည်တိုးတက်စေရန်၊ လူငယ်များအချင်းချင်း အသိပညာ၊ အတတ်ပညာများ ဖလှယ်နိုင်စေရန်၊ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်တတ်သည့် အလေ့အကျင့်ကောင်းများရရှိစေရန်နှင့် စဉ်းစားတွေးခေါ်မှုစွမ်းရည်များ ရင့်သန်လာစေရန်ရည်ရွယ်၍ ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် အခြေခံပညာဦးစီးဌာနတို့ပူးပေါင်းပြီး လူငယ်စကားဝိုင်းဆွေးနွေးပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မတ္တရာမြို့နယ် အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း(မြို့သစ်)၌ ကျင်းပသည်။

ရှေးဦးစွာ တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးနန်းဝင်းထွေးက အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားပြီး မြို့နယ်ပညာရေးမှူး ဒေါ်အိအိခင်နှင့် ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး ဒေါ်ချိုချိုမော်တို့က အမှာစကားများပြောကြားကြသည်။ ထို့နောက် မြို့နယ်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်မေသူမြင့်က စကားဝိုင်းဆွေးနွေးပွဲကျင်းပရခြင်းရည်ရွယ်ချက်များကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် လူငယ်စကားဝိုင်းဆွေးနွေးပွဲတွင် မြို့နယ်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်မေသူမြင့်က ဦးဆောင်ဆွေးနွေးကာ Grade-9 မှ မဇွန်ဖူးသက်ဝေအောင်က လူငယ်နှင့်ရည်မှန်းချက်၊ မောင်သာထက်စံက လူငယ်နှင့်ယဉ်ကျေးမှု၊ Grade-11 မှ မမျိုးသီရိကျော်က လူငယ်နှင့်ကျန်းမာရေး၊ မဖြိုးသီရိကျော်က လူငယ်နှင့်မူးယစ်ဆေးဝါး စသည့်ခေါင်းစဉ်များဖြင့် ဆွေးနွေးခဲ့ကြပြီး တက်ရောက်လာကြသည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများက မိမိတို့သိရှိလိုသည်များကို မေးမြန်းဆွေးနွေးရာ သက်ဆိုင်ရာခေါင်းစဉ်အလိုက် ပြန်လည်ဆွေးနွေးကြသည်။

ယင်းနောက် စကားဝိုင်းတွင်ပါဝင်ဆွေးနွေးခြင်းနှင့် မေးခွန်းမေးမြန်းကြသည့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအား တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်နှင့် မြို့နယ်ပညာရေးမှူးတို့က ဂုဏ်ပြုဆုငွေများချီးမြှင့်ပေးအပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ရွှေရာသား

အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအထောက်အကူပြု လျှပ်စစ်သံဂဟေဆက်နည်းသင်တန်းဖွင့်လှစ်

ငပုတော ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ပုသိမ်ခရိုင် ငပုတောမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ယခုဘဏ္ဍာနှစ်တွင် ကျေးလက်နေပြည်သူများ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းရရှိစေရန်နှင့် မိသားစုဝင်ငွေတိုးပွားလာပြီး လူမှုစီးပွားဘဝများ ဖွံ့ဖြိုးလာစေရန် ရည်ရွယ်၍ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းအထောက်အကူပြု လျှပ်စစ်သံဂဟေဆက်နည်းသင်တန်းကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က အဆိုပါဦးစီးဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ဖွင့်လှစ်သည်။

ရှေးဦးစွာ ငပုတောမြို့နယ် တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးမင်းမင်းကျော်က အဖွင့်အမှာစကားပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ ငပုတောမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးစိုးရယ်လွင်က ကျေးရွာများ၏ ဒေသထုတ်ကုန်များ၊ ဈေးကွက်လိုအပ်ချက်များ၊ လုပ်သားလိုအပ်ချက်များ၊ ဒေသနှင့်ကိုက်ညီသည့် အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းသင်တန်းလိုအပ်ချက်များကို ဆန်းစစ်ရွေးချယ်ပြီး ယခုကဲ့သို့ အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းပညာရပ်များကို သင်ကြားပို့ချပေးရခြင်းဖြစ်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ထို့နောက် တက်ရောက်လာသည့် တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်နှင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများက သင်တန်းတွင်အသုံးပြုမည့် သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများကို သင်တန်းသားများထံ ပံ့ပိုးပေးအပ်သည်။

အဆိုပါသင်တန်းကို ငပုတောမြို့နယ်အတွင်းရှိ အုပ်ရှစ်ကွင်းကျေးရွာ၊ စက်ကုန်းကျေးရွာ၊ အုပ်ပုံအဝကျေးရွာနှင့် ပိတ္တာကျေးရွာတို့မှ စုစုပေါင်းသင်တန်းသား ၂၀ ဦးတက်ရောက်ကြပြီး သင်တန်းတွင် အခြေခံလျှပ်စစ်သံဂဟေဆက်နည်းနှင့်ပတ်သက်၍ တေ့ဆက် (Butt Joint)၊ တီပုံအဆက် (T-joint)၊ ထပ်ဆက် (Lap joint)၊ ထောင့်ဆက် (Corner Joint)၊ အနားစောင်းအဆက် (Edge Joint) စသည့် သံဂဟေဆက်နည်းပညာအမျိုးမျိုးကို ကျွမ်းကျင်ဆရာများက တစ်လကြာ စာတွေ့လက်တွေ့ အခမဲ့သင်ကြားပို့ချပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

မောင်ခိုင်

ဟင်္သာတမြို့နယ်၌ ကန်စွန်းဥများ အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်နေ

ဟင်္သာတ ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ဟင်္သာတမြို့နယ်၌ ကန်စွန်းဥများ ဝယ်လိုအားကောင်းပြီး အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်နေကြောင်း ဟင်္သာတမြို့နယ်မှ ကုန်စိမ်းမျိုးစုံရောင်းဝယ်ရေးလုပ်ငန်းလုပ်ကိုင်သူ ဒေါ်သင်းမွေး၏ပြောကြားချက်အရ သိရသည်။

ဟင်္သာတမြို့နယ်၌ ယခုနှစ်ဇူလိုင်လနောက်ဆုံးပတ်မှစတင်၍ လက်ရှိအချိန်ထိ ကန်စွန်းဥများ ဝယ်လိုအားကောင်းလာပြီး အရောင်းအဝယ်ကောင်းမွန်နေသည်။

"ကန်စွန်းဥနဲ့ဆက်စပ်တဲ့မုန့်လုပ်ငန်းတွေ၊ ကန်စွန်းဥနဲ့ပြုလုပ်တဲ့ စားသောက်ကုန်လုပ်ငန်းတွေက အသုံးများလာတဲ့အတွက် မှာယူမှုများလာတာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့ပြင် ကန်စွန်းဥစိုက်တဲ့သူနည်းလာပြီး အထွက်နှုန်းနည်းတာတွေကြောင့် အခုလိုရောင်းအားကောင်းနေတာပါ။ ကန်စွန်းဥတွေက အရည်အသွေးကောင်းမွန်ပါတယ်" ဟု ဒေါ်သင်းမွေးကပြောသည်။

ယခုကဲ့သို့ ဟင်္သာတမြို့နယ်၌ ကန်စွန်းဥများ အရောင်းအဝယ်ကောင်းလာခြင်းသည် ကန်စွန်းဥပြုတ်၊ ကန်စွန်းဥကြော်၊ ကန်စွန်းဥကိတ်မုန့် စသည့်စားသောက်ကုန်များအဖြစ် ပြုလုပ်ရောင်းချသူများက အဓိကဝယ်ယူနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

သုတကျော်

သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေး မြို့နယ်အဆင့် အသိပညာပေးဟောပြော

တောင်တွင်းကြီး ဩဂုတ် ၂

မကွေးတိုင်းဒေသကြီး တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနနှင့် မြို့နယ်အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့တို့ ပူးပေါင်း၍ ရေကြည်ရေသန့်တွင် ပေါက်ပွားသည့် ခြင်ကျားကိုက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပွားတတ်သည့် သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေး မြို့နယ်အဆင့် အသိပညာပေးဟောပြောပွဲကို ဩဂုတ်လ ၁ ရက်က တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ် အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန အစည်းအဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

အခမ်းအနားတွင် မြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန ၄က်ဖျားတာဝန်ခံ ဦးကျော်သူအောင်က သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ၏လက္ခဏာများနှင့် ခြင်ကျားမပေါက်ပွားရအောင် သန့်ရှင်းရေးဆောင်ရွက်ရန်အချက်များ၊ သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးအတွက် ပြည်သူလူထုက ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရမည့် လုပ်ငန်းများကိုရှင်းလင်းပြီး ခြင်မဖြစ်ပွားမီ ပိုးလောက်လမ်းဘဝကပင် ကြိုတင်ကာကွယ်နှိမ်နင်းသင့်ကြောင်း ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

အဆိုပါ အသိပညာပေးဟောပြောပွဲသို့ မြို့နယ်မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်ရေးအသင်း၊ မြို့နယ်အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့၊ ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများ၊ လူမှုအဖွဲ့အစည်းများ၊ မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများတက်ရောက်ကြပြီး သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါကြိုတင်ကာကွယ်ရေး အသိပညာပေးလက်ကမ်းစာစောင်များ ဖြန့်ဝေပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

နောင်နောင်(ဗိဿနိုးမြေ)

ချက်အသင်းက အသင်းသမိုင်းတစ်လျှောက် ပထမဆုံးပြည်ပနည်းပြအဖြစ် စပိန်လူမျိုး နည်းပြဆန်တီဒီနီယာကိုခန့်အပ်

ပရက်ဂ် ဩဂုတ် ၂

ချက်အသင်းက အသင်းနည်းပြသစ်ခန့်အပ်ရာတွင် အသင်းသမိုင်းတစ်လျှောက် ပထမဆုံးပြည်ပနည်းပြအဖြစ် စပိန်လူမျိုး နည်းပြဆန်တီဒီနီယာကို ခန့်အပ်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ချက်အသင်းသည် ပြီးခဲ့သည့် ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် အုပ်စုအဆင့်မှပင်ထွက်ခွာခဲ့ရပြီးနောက် နည်းပြ မိုရိုဆလက်ကူဘစ်အနေဖြင့် အသင်းနည်းပြရာထူးမှနုတ်ထွက်ခဲ့၍ လစ်လပ်နေသည့် နည်းပြသစ်ရာထူးအတွက် ဆန်တီဒီနီယာကိုခန့်အပ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ချက်အသင်းသည် နည်းပြသစ်အဖြစ် ဆန်တီဒီနီယာကို နှစ်နှစ်စာချုပ်ဖြင့် ခန့်အပ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သော်လည်း နောက်ထပ်နှစ်နှစ်သက်တမ်းတိုးခွင့်ကိုပါ စာချုပ်အတွင်း ထည့်သွင်းချုပ်ဆိုခဲ့သည်။

အသက် ၅၂ နှစ်အရွယ် နည်းပြဆန်တီဒီနီယာသည် ပရော်ဖက်ရှင်နယ်ကစားသမားဘဝက အက်သလက်တီကိုအသင်းနှင့် စပိန်အသင်းတို့၌ ကစားခဲ့ဖူးသူဖြစ်ပြီး ပရော်ဖက်ရှင်နယ်နည်းပြဘဝတွင်လည်း စပိန်ယူ-၁၇ အသင်းမှ ယူ -၂၃ အသင်းအထိ အဆင့်ဆင့် တာဝန်ယူကိုင်တွယ်ခဲ့သူဖြစ်သည်။

နည်းပြဆန်တီဒီနီယာသည် စပိန်ယူ-၂၃ အသင်းကိုတာဝန်ယူကိုင်တွယ်ခဲ့ရာတွင် ၂၀၂၄ ခုနှစ် ပဲရစ်အိုလံပစ်ပြိုင်ပွဲ၌ ရွှေတံဆိပ်ဆုဆွတ်ခူးပေးနိုင်ခဲ့သည်။

နည်းပြဆန်တီဒီနီယာသည် စပိန်ယူ-၂၃ အသင်းနှင့်လမ်းခွဲခဲ့ပြီးနောက် ၂၀၂၅ ခုနှစ်က ကာတာကလပ် ရာဟာနီယာအသင်းကို တာဝန်ယူကိုင်တွယ်ခဲ့သော်လည်း တစ်ရာသီအတွင်းလမ်းခွဲခဲ့ပြီး ကလပ်အသင်းလက်မဲ့ဖြစ်နေကြောင်း သိရသည်။

Ref:Goal.com

ဥရောပဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ စီဖာရင်က ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ အင်ဖန်တီနိုကို ရာထူးမှနုတ်ထွက်ပေးရန်တောင်းဆို

လန်ဒန် ဩဂုတ် ၂

ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲကို ရှယ်ယာများသတ်မှတ်ကာရောင်းချရန်စီစဉ်ခဲ့ခြင်းအတွက် လက်ရှိ ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ အင်ဖန်တီနိုကို ဥက္ကဋ္ဌရာထူးမှနုတ်ထွက်ပေးရန် ဥရောပဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ စီဖာရင်ကတောင်းဆိုခဲ့ပြီး ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်၏ လုပ်ရပ်များအပေါ် ဥရောပဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်အနေဖြင့် ယုံကြည်မှုမရှိတော့ဟု ပြောကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ အင်ဖန်တီနိုသည် ၎င်းတာဝန်ယူခဲ့သည့် သက်တမ်းတစ်လျှောက်တွင် ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲကို ပုံစံအသစ်များပြောင်းလဲခဲ့ပြီး ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲကို ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်း ၃၂ သင်းဖြင့် ကာလရှည်ကျင်းပနေရာမှ ပြီးခဲ့သည့် ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် ပထမအကြိမ်အဖြစ် ကန့်ကွက်မှုများရှိခဲ့သည့်ကြားမှ ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းအရေအတွက် တိုးမြှင့်ကာ ၄၈ သင်းဖြင့် ကျင်းပခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အလားတူ ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် အင်ဖန်တီနိုအနေဖြင့် ဖျော်ဖြေရေးအစီအစဉ်အများအပြား ထည့်သွင်းမှု၊ ကြော်ငြာအစီအစဉ်အများအပြား ထည့်သွင်းမှုနှင့်အတူ စည်းမျဉ်းအများအပြား အပြောင်းအလဲလုပ်ဆောင်ခဲ့ပြီးနောက် ဝေဖန်မှုများနှင့်ရင်ဆိုင်ခဲ့ရပြီး အမေရိကန်သမ္မတ ဒေါ်နယ်ထရန့်၏ အမေရိကန်အသင်းမှကစားသမား ဘာလိုဂန်၏ အနီကတ်ပြစ်ဒဏ်အား ဆိုင်းငံ့ပြစ်ဒဏ်လုပ်ဆောင်ပေးရန်ဖိအားပေးမှုကို လိုက်လျောပေးခြင်းများကြောင့် ပြင်းပြင်းထန်ထန်ဝေဖန်မှုများနှင့်ရင်ဆိုင်ခဲ့ရခြင်းဖြစ်သည်။

အင်ဖန်တီနိုအနေဖြင့် ၂၀၂၆ ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲနှင့်ပတ်သက်၍ ဝေဖန်မှုများမြင့်တက်နေချိန်တွင် ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲကို ရှယ်ယာများသတ်မှတ်ကာ ရောင်းချရန်စီစဉ်မှုများကြောင့် လက်ရှိတွင် ဖိအားများနှင့်ရင်ဆိုင်နေရပြီး ကမ္ဘာ့ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ဥက္ကဋ္ဌ ရာထူးအတွက်လည်း အနာဂတ်မရေမရာဖြစ်လာကြောင်း သိရသည်။

Ref:Topskillsports UK

အယ်ဗာရက်အားခေါ်ယူရန် တရားမဝင်နည်းလမ်းများအသုံးပြုသည့်စွဲချက်ဖြင့် ဘာစီလိုနာအသင်းကို စပိန်နိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်က စစ်ဆေးမှုများလုပ်ဆောင်

ဘာစီလိုနာ ဩဂုတ် ၂

စပိန်နိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်က ဘာစီလိုနာအသင်းကို အက်သလက်တီကိုအသင်းမှ တိုက်စစ်ကစားသမား အယ်ဗာရက်အားခေါ်ယူရန် တရားမဝင်နည်းလမ်းများအသုံးပြုသည့်စွဲချက်ဖြင့် စစ်ဆေးမှုများ လုပ်ဆောင်နေကြောင်း သိရသည်။

ဘာစီလိုနာအသင်းသည် အသင်းဘဏ္ဍာရေးအကျပ်အတည်းနှင့်တွေ့ကြုံနေရသော်လည်း လက်ရှိနွေရာသီကစားသမားအပြောင်းအရွှေ့ကာလ မတိုင်မီကတည်းက အက်သလက်တီကိုအသင်းမှ အယ်ဗာရက်ကိုခေါ်ယူရန် ကြိုးပမ်းနေခြင်းဖြစ်သည်။

အက်သလက်တီကိုအသင်းက အယ်ဗာရက်ကို လက်ရှိနွေရာသီကစားသမားအပြောင်းအရွှေ့ကာလတွင် အရောင်းစာရင်းတင်ထားခြင်းမရှိသော်လည်း ဘာစီလိုနာအသင်းက အယ်ဗာရက်ကိုခေါ်ယူရန် ကစားသမားဖြစ်သူထံ တရားမဝင်တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်မှုများပြုလုပ်ပြီး ခေါ်ယူရန်ကြိုးပမ်းခဲ့ကြောင်း အက်သလက်တီကိုအသင်းက စပိန်နိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်ထံ တိုင်ကြားမှုများလုပ်ဆောင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အက်သလက်တီကိုအသင်းနှင့် အယ်ဗာရက်တို့၏စာချုပ်သက်တမ်းမှာ လာမည့် ၂၀၃၀ ပြည့်နှစ်မှသာ ကုန်ဆုံးမည်ဖြစ်ကာ အက်သလက်တီကိုအသင်းက အစောပိုင်းကတည်းက အယ်ဗာရက်ကို ရောင်းချမည်မဟုတ်ကြောင်း အတည်ပြုကြေညာထားသော်လည်း ဘာစီလိုနာအသင်းက ခေါ်ယူရန်ကြိုးပမ်းနေပြီး အယ်ဗာရက်ထံ တရားမဝင်ဆက်သွယ်မှုများလုပ်ဆောင်ခဲ့သည်ဟု အက်သလက်တီကိုအသင်းက တိုင်ကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

အယ်ဗာရက်ကိုယ်တိုင်ကလည်း ဘာစီလိုနာအသင်းသို့ ပြောင်းရွှေ့ကစားလိုသည့်အတွက် အစောပိုင်းက ဘာစီလိုနာအသင်းနှင့် အယ်ဗာရက်တို့ကြား ပုဂ္ဂိုလ်ရေးအရ သဘောတူညီမှုရရှိထားသည်ဟုသတင်းများထွက်ပေါ်ပြီးနောက် အက်သလက်တီကိုအသင်းက တိုင်ကြားမှုများလုပ်ဆောင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

လက်ရှိတွင် စပိန်နိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်က အက်သလက်တီကိုအသင်း၏တိုင်ကြားချက်အပေါ် စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုများလုပ်ဆောင်နေသော်လည်း ဘာစီလိုနာအသင်းက ပြန်လည်ချေပရန် ပြင်ဆင်နေကြောင်း သိရသည်။

Ref:The Athletic

နွေရာသီ ကစားသမား အပြောင်းအရွှေ့ သတင်းအတိုများ

- ဗီလာရီးယဲလ်အသင်းက လိုက်ပဇစ်အသင်းမှ ဝါရင့်ဂိုးသမား ဂူလာဆီကို နည်းပါးသည့်ပြောင်းရွှေ့ကြေးဖြစ်သော စတာလင်ပေါင် နှစ်သန်းဖြင့် ခေါ်ယူနိုင်ခဲ့သည်။
- အဲဗာတန်အသင်းက အာဆင်နယ်အသင်း ကွင်းလယ်ကစားသမား နော့ဂရက်ကို ပြောင်းရွှေ့ကြေးစတာလင်ပေါင် ခုနစ်သန်းဖြင့်ခေါ်ယူရန် သဘောတူညီမှုရရှိခဲ့ပြီး လာမည့်ရက်ပိုင်းအတွင်း ဆေးစစ်မှုများလုပ်ဆောင်မည်ဖြစ်သည်။
- ပီအက်စ်ဂျီအသင်းက ဘာစီလိုနာအသင်းမှ တိုက်စစ်ကစားသမား ဖာရန်တောရက်ကို စံချိန်တင်ပြောင်းရွှေ့ကြေးဖြင့်ခေါ်ယူရန် ကြိုးပမ်းနေသည်။
- ချယ်လ်ဆီးအသင်းက ရီးယဲလ်မက်ဒရစ်အသင်းသို့ပြောင်းရွှေ့ခဲ့သည့် ဘယ်တောင်ပံခံစစ်ကစားသမား ကူကူရယ်လာ၏နေရာ၌ အစားထိုးရန်အတွက် ဗယ်လ်ကာနိုအသင်းမှ ချာဗာရီယာကိုခေါ်ယူရန်ကြိုးပမ်းနေသည်။
- မန်ယူအသင်းက ဂျူဗင်တပ်စ်အသင်းမှ တိုက်စစ်ကစားသမား ကွန်ဆီကာအိုကို ခေါ်ယူရန်အတွက် အသင်းမှတိုက်စစ်ကစားသမားဇက်ဇီးကို ပြောင်းရွှေ့ကြေးအစိတ်အပိုင်းအဖြစ် အသုံးပြုရန်ကြိုးပမ်းနေသော်လည်း ဂျူဗင်တပ်စ်အသင်းက ပြောင်းရွှေ့ကြေးစတာလင်ပေါင် သန်း ၆၀ သာ အလိုရှိနေကြောင်း သိရသည်။

နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များ ဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်း(သထုံ)၌ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ စာဖတ်ရှိန်မြှင့်မားရေး လူငယ်စကားဝိုင်းကျင်းပ

သထုံ ဩဂုတ် ၂

မွန်ပြည်နယ် သထုံမြို့နယ်၌ ခရိုင်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် ပညာရေးနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များ ဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်းတို့ ပူးပေါင်း၍ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ စာဖတ်ရှိန်မြှင့်မားပြီး အသိပညာဗဟုသုတဖွံ့ဖြိုးစေရေးအတွက် လူငယ်စကားဝိုင်းကို ယနေ့ နံနက်ပိုင်းတွင် လိပ်အင်းရပ်ကွက်ရှိ နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များဖွံ့ဖြိုးရေး သင်တန်းကျောင်းခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

ဦးစွာ ခရိုင်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနမှ လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဒေါ်လှလှဌေးက လူငယ်စကားဝိုင်းပြုလုပ်ပေးရသည့် ရည်ရွယ်ချက်နှင့် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအနေဖြင့် ကျောင်းစာပညာရပ်များသာမက ပြင်ပစာအုပ်၊ စာပေတို့ကို လေ့လာခြင်းဖြင့် အသိပညာများဖွံ့ဖြိုးပြီး နိုင်ငံ့သားကောင်း လူငယ်များဖြစ်လာရေးဆွေးနွေးပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ စကားဝိုင်းကိုကျင်းပရာ ခရိုင်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေး ဦးစီးဌာနမှ လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူးက အစီအစဉ်တင်ဆက်သူအဖြစ်ဆောင်ရွက်ပြီး နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်း (သထုံ)မှ Grade-11 နှင့် Grade -10 ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူလေးဦးတို့က လူငယ်နှင့်ကျန်းမာရေး၊ လူငယ်နှင့်အောင်မြင်မှု၊ လူငယ်နှင့်ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရေး၊ လူငယ်တစ်ယောက်လျှောက်သောလမ်း ခေါင်းစဉ်တို့ဖြင့် ၎င်းတို့ဖတ်ရှုလေ့လာထားသည့် စာရေးသူ၏ဆိုလိုရင်းနှင့် ၎င်းတို့၏ အတွေ့အကြုံများ၊ အတွေးအခေါ်များကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် မျှဝေဆွေးနွေးကြရာ အစီအစဉ်တင်ဆက်သူက ပြန်လည်ဖြည့်စွက်ဆွေးနွေးပေးသည်။

အခမ်းအနားသို့ ပညာရေးနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန၊ သထုံခရိုင်ဦးစီးမှူး လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူးဦးအုန်းကြိုင်၊ နယ်စပ်ဒေသတိုင်းရင်းသားလူငယ်များဖွံ့ဖြိုးရေးသင်တန်းကျောင်းမှ ကျောင်းအုပ်ဦးလောင်းထန်နှင့် ဝန်ထမ်းများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ တက်ရောက်ခဲ့ကြပြီး ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနမှ သိမှတ်ဖွယ်ရာနံရံကပ်စာစောင်များကို ခင်းကျင်းပြသထားရာ တက်ရောက်လာကြသူတို့က စိတ်ပါဝင်စားစွာ ကြည့်ရှုလေ့လာခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

ခရိုင်(ပြန်/ဆက်)

မိတ္ထီလာမြို့နယ်ရှိ အသုံးချသုတေသနနှင့် ဆိတ်မျိုးထိန်းမျိုးပွားခြံ(သဖန်းခြံ)တွင် ဒေသသိုး၊ ဆိတ်မျိုးရင်းများ ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် မျိုးမြှင့်မျိုးပွားဆောင်ရွက်ခြင်း လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး မိတ္ထီလာမြို့နယ်ရှိ အသုံးချသုတေသနနှင့် ဆိတ်မျိုးထိန်းမျိုးပွားခြံ(သဖန်းခြံ)တွင် ဒေသသိုး၊ ဆိတ်မျိုးရင်းများ ထိန်းသိမ်းခြင်းနှင့် မျိုးမြှင့်မျိုးပွားဆောင်ရွက်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

အဆိုပါလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်နေမှုကို စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး ဒေါက်တာရဲထွန်းဝင်းသည် ယမန်နေ့က သွားရောက်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး ထုတ်လုပ်မှုကောင်းမွန်သော ဆိတ်နှင့် သိုးများ မွေးမြူထုတ်လုပ်နိုင်ရန်နှင့် မျိုးမြှင့်တင်ခြင်းကို အထူးကြိုးစားဆောင်ရွက်ရန် မှာကြားခဲ့သည်။

ထို့ပြင် ဆူးဖြူကွက်ကျေးရွာမှ ဆိတ်မွေးမြူသူတောင်သူများနှင့်တွေ့ဆုံပြီး ဒေသရေမြေရာသီဥတုနှင့်ကိုက်ညီသည့် ဆိတ်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများတိုးချဲ့လုပ်ကိုင်နိုင်ရေး၊ ပြည်တွင်းအစာကုန်ကြမ်းအခြေခံ တိရစ္ဆာန်အစာအသုံးပြုနိုင်ရေးတို့ကို ဆွေးနွေးခဲ့ကြသည်။

အဆိုပါခရီးစဉ်အတွင်း ပုဂ္ဂလိကဆိတ်မွေးမြူရေးခြံများကိုလည်း သွားရောက်ကြည့်ရှုအားပေးခဲ့သည့်အပြင် မိတ္ထီလာ၊ ပျော်ဘွယ်နှင့် ရမည်းသင်းမြို့နယ်တို့ရှိ မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနမှဝန်ထမ်းများကို သက်ဆိုင်ရာရုံးများ၌ တွေ့ဆုံကာ ဒေသအလိုက် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းများ မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်နိုင်ရေး၊ မွေးမြူရေးထွက်ကုန်အခြေခံ အသေးစား၊ အငယ်စားနှင့် အလတ်စားကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၊ ဇီဝလုံခြုံမှုအလေးထားဆောင်ရွက်ရေးနှင့် မွေးမြူရေးတိရစ္ဆာန် ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်တားဆီးရေးလုပ်ငန်းများနှင့်စပ်လျဉ်း၍ ဆွေးနွေးခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

မြဝတီ

ကန်ကြီးထောင့်မြို့နယ်ရှိ တာပေါင်အခြေအနေများအား တာဝန်ရှိသူများက လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေး

ကန်ကြီးထောင့် ဩဂုတ် ၂

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ပုသိမ်ခရိုင် ကန်ကြီးထောင့်မြို့နယ်ရှိ တာပေါင်အခြေအနေများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် တာဝန်ရှိသူများက ကွင်းဆင်းလိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ကြသည်။

ထိုသို့ လိုက်လံကြည့်ရှုစစ်ဆေးရာတွင် မြို့နယ်သဘာဝဘေးအန္တရာယ်စီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးမြင့်အောင် ဦးဆောင်သောဝန်ထမ်းများ၊ မြို့နယ်စည်ပင်သာယာရေးအဖွဲ့ အမှုဆောင်အရာရှိ၊ မြို့နယ်ဆည်မြောင်းဦးစီးမှူး၊ မြို့နယ်မီးသတ်ဦးစီးမှူး၊ ဒါးကတိုက်နယ်စခန်းမှူး၊ သက်ဆိုင်ရာရပ်/ကျေး အုပ်ချုပ်ရေးမှူးတို့လိုက်ပါသောအဖွဲ့သည် ဒါးကမြစ်ကမ်းဘေးကမ်းပတ်တာတစ်လျှောက် ယိုစိမ့်မှုရှိ၊ မရှိ၊ ကြွံခိုင်မှုရှိ၊ မရှိတို့အား လိုက်လံစစ်ဆေးခဲ့ကြရာ အဆိုပါတာတမံများ၏အခြေအနေမှာ ကောင်းမွန်မှုရှိကြောင်း သိရသည်။

ကျော်ဇင်စိုး(ပြန်/ဆက်)

▼ ၂၀၂၆ Esports ကမ္ဘာ့ဖလားမှ

အောင်မြင်စွာကျော်ဖြတ်ကာ Grand Final အဆင့်အထိ တက်ရောက်နိုင်ခဲ့သည်။

ယခုအောင်မြင်မှုသည် Yangon Galacticos အသင်း၏ မဆုတ်မနစ်သော ကြိုးစားအားထုတ်မှု၊ စည်းလုံးညီညွတ်မှု၊ တိကျသော နည်းဗျူဟာများနှင့် ကမ္ဘာ့အဆင့်ပြိုင်ဘက်များကို ယှဉ်ပြိုင်နိုင်သည့် မြန်မာ့ Esports စွမ်းရည်ကို ကမ္ဘာ့စင်မြင့်ပေါ်တွင် ထပ်မံသက်သေပြနိုင်ခဲ့သည့် သမိုင်းဝင်မှတ်တိုင်တစ်ခုဖြစ်သည်။

၂၀၂၆ Esports ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲ Mobile Legends: Bang Bang ပြိုင်ပွဲတွင် 1st Runner-Up (ဒုတိယဆု) ရရှိခဲ့သည့်အတွက် Yangon Galacticos အသင်းသည် ဆုကြေးငွေ အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၅၀၀၀၀၀ ကိုရရှိခဲ့သည်။

ယင်းအောင်မြင်မှုသည် Yangon Galacticos အသင်းအတွက်သာမက မြန်မာနိုင်ငံရှိ Esports ကစားသမားများနှင့်မျိုးဆက်သစ်ကစားသမားများအတွက် နိုင်ငံတကာစင်မြင့်ပေါ်သို့တက်လှမ်းနိုင်မည့်လမ်းကြောင်းများကို ပိုမိုဖော်ဆောင်ပေးနိုင်သည့် အရေးပါသောအောင်မြင်မှုတစ်ရပ်လည်းဖြစ်သည်။

မြန်မာနိုင်ငံအီလက်ထရောနစ်အားကစားအဖွဲ့ချုပ်(MESF)သည် မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု Yangon Galacticos အသင်း၏သမိုင်းဝင်အောင်မြင်မှုကို ဂုဏ်ယူစွာမှတ်တမ်းတင်ကြောင်းနှင့် မြန်မာ့ Esports အနာဂတ်ချန်ပီယံများ ဆက်လက်ပေါ်ထွက်လာစေရန်နှင့် Esports လောကပိုမိုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေရန် ဆက်လက်ကြိုးပမ်းသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဝန်းရံခ

➲ ကျောဖုံးမှအဆက်

ယှဉ်ပြိုင်မှုတွင် ပွဲစဉ်ခြောက်ပွဲပါဝင်ပြီး နံနက်ပိုင်းပြိုင်ပွဲတွင် BUSHIDO အသင်းနှင့် PACIFIC SUN FAR အသင်းတို့ပွဲတွင် PACIFIC SUN FAR အသင်းက ၁၃ ဂိုး ၃ ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း၊ FFU MINMAHAW အသင်းနှင့် JULLNISS အသင်းတို့ပွဲတွင် JULLNISS အသင်းက ၆ ဂိုး ၅ ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း၊ SHWE PYI THAR အသင်းနှင့် AVENGERS JUNIOR အသင်းတို့ပွဲတွင် AVENGERS JUNIOR အသင်းက ၄ ဂိုး ၃ ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း အနိုင်ရရှိကြသည်။

ထို့အတူ နေ့လယ်ပိုင်းပွဲစဉ်များဖြစ်သည့် TKA STAR အသင်းနှင့် MAR REIN အသင်းတို့ပွဲတွင် TKA STAR အသင်းက ၈ ဂိုး ၃ ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း၊ UNITED CITY အသင်းနှင့် SGF YOUTH အသင်းတို့ပွဲတွင် SGF YOUTH အသင်းက ၉ ဂိုး ၅ ဂိုးဖြင့်လည်းကောင်း၊ MAHAR BURMA အသင်းနှင့် VICTORIA အသင်းတို့ပွဲတွင် VICTORIA အသင်းက ၃ ဂိုး ဂိုးမရှိဖြင့်လည်းကောင်း အသီးသီးအနိုင်ရရှိကြောင်း သိရသည်။

ဝန်းရံခ

➤ U-20 လူငယ်လိဂ်ပြိုင်ပွဲမှ

နေရာတွင်ရပ်တည်နေသည့် အသင်းဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးကစားခဲ့သည့် ပွဲစဉ်(၁၀)တွင် Chinland အသင်းသည် Falcon အသင်းကိုရှုံးနိမ့်ထားသလို ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းသည်လည်း ရန်ကုန်စီးတီးအသင်းနှင့် တစ်ဖက်နှစ်ဂိုးစီသရေကျထား၍ နှစ်သင်းစလုံးနိုင်ပွဲပျောက်ဆုံးနေသည့် အသင်းနှစ်သင်း ယနေ့ဆုံတွေ့ကြခြင်းလည်းဖြစ်သည်။

ပထမပိုင်းတွင် Chinlandအသင်းက ပွဲကိုဦးဆောင်ကစားခဲ့သော်လည်း ဟံသာဝတီနောက်တန်းကို ဖြတ်ကျော်နိုင်ခြင်းမရှိဘဲ ပွဲကစားချိန် ၉ မိနစ်အရောက်တွင် အလှည့်အပြောင်းတစ်ရပ်အဖြစ် တန်ပြန်တိုက်စစ်ကနေ ဟံသာဝတီယူနိုက်တက် ကစားသမား အသင်းခေါင်းဆောင် အောင်ဇော်ဦးက နောက်တန်းနှင့်ဂိုးသမားကိုပါလိမ်ခေါက်ကာ ဦးဆောင်ဂိုးသွင်းယူသွားသည်။ ဦးဆောင်ဂိုးရရှိပြီးနောက်ပိုင်း ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းက ပွဲကိုပြန်လည်ဦးဆောင်ကစားလာခဲ့ရာ ပွဲကစားချိန် ၁၂ မိနစ်တွင် အောင်ဇော်ဦးက ဒုတိယဦးဆောင်ဂိုးကိုထပ်မံသွင်းယူခဲ့ပြန်သည်။ Chinland အသင်းချေပဂိုးရရှိရေး တွန်းတွန်းတိုက်တိုက်ကစားခဲ့သော်လည်း ဂိုးရရှိဖို့အခြေအနေမပေးခဲ့ပေ။ ပွဲကစားချိန် ၃၃ မိနစ်တွင် အောင်စံဖြိုး၏ တတိယဦးဆောင်ဂိုးခွင့်ပြုပေးလိုက်ရသည့်အတွက် ပထမပိုင်းတွင် ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းက ၃ ဂိုး ဂိုးမရှိဖြင့် ပွဲကိုဦးဆောင်ထားသည်။

ဒုတိယပိုင်းတွင် ဟံသာဝတီအသင်းတိုက်စစ်ကသာ ပွဲကိုဦးဆောင်ကစားနိုင်ခဲ့၍ Chinland အသင်းချေပဂိုးနှင့်ဝေးခဲ့ရပြီး ဟံသာဝတီအသင်းက ပွဲကစားချိန် ၄၆ မိနစ်နှင့် ၆၄ မိနစ်တို့တွင် စတုတ္ထဂိုးနှင့် ပဉ္စမမြောက်ဂိုးတို့ကို ဆက်တိုက်သွင်းယူခဲ့သည်။ Chinland အသင်းအတွက် ချေပဂိုးတစ်ဂိုးကို ပွဲကစားချိန် ၇၅ မိနစ်တွင် ပယ်နယ်တီမှတစ်ဆင့် ပြန်လည်ရယူနိုင်ခဲ့သည့်အတွက် ပြိုင်ပွဲပြီးဆုံးချိန်တွင် ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းက ၅ ဂိုး ၁ ဂိုးဖြင့်အနိုင်ရရှိသွားသည်။

ပွဲစဉ်(၁၁)၏ နောက်ဆုံးနေ့ပြိုင်ပွဲကို ဩဂုတ်လ ၃ ရက်**(ယနေ့)**တွင် ဗဟန်းကွင်း၌ စစ်ကိုင်းယူနိုက်တက်အသင်းနှင့် ဧရာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းတို့ ယှဉ်ပြိုင်ကစားကြကြောင်း သိရသည်။

ဝန်းရံခ

ဆွမ်းဆန်တော်၊ ဆီနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်း

တောင်ကြီး ဩဂုတ် ၂

သာသနာပြုသီလရှင်များ ပရိယတ္တိ စာပေသင်ကြားရာတွင် အထောက်အကူ ဖြစ်စေရန်နှင့် ဝါတွင်းကာလအတွင်း နေ့စဉ်ဆွမ်းစားရေးနှင့်ကျောင်းဝေယျာဝစ္စများ ပိုမိုအဆင်ပြေစေရန် ရည်ရွယ်၍ ဆွမ်းဆန်တော်၊ ဆီနှင့်လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းပွဲကို ယနေ့တွင် တောင်ကြီးမြို့ သာသနာဝံသီ သီလရှင်စာသင်တိုက်နှင့် ပဒုမ္မာစာရီပအိုဝ်းသီလရှင်ကျောင်း၌ ကျင်းပသည်။

ထိုသို့ကျင်းပရာတွင် ရှမ်းပြည်နယ်အမျိုးသမီးရေးရာအဖွဲ့နှင့် မိခင်နှင့်ကလေးစောင့်ရှောက်မှုကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့နာယက ဒေါ်နန်းစိုးစိုးထွေးနှင့်တာဝန်ရှိသူများက သာသနာဝံသီ သီလရှင်စာသင်တိုက်နှင့် ပဒုမ္မာစာရီပအိုဝ်းသီလရှင်စာသင်ကျောင်းတို့၌ ပရိယတ္တိစာပေသင်ယူနေသော သီလရှင်ဆရာလေးများအား သင်ထောက်ကူပစ္စည်းများနှင့် ဆွမ်းဆန်တော်၊ ဆီနှင့် လှူဖွယ်ပစ္စည်းများ ဆက်ကပ်လှူဒါန်းကြောင်း သိရသည်။ **မင်းသန့်(ပြန်/ဆက်)**

ရေစကြိုမြို့နယ်၌ မိုးရာသီအလွတ်တန်း အမျိုးသားဘောလုံးပြိုင်ပွဲ ဖွင့်ပွဲကျင်းပ

ရေစကြို ဩဂုတ် ၂

ရေစကြိုမြို့နယ်တွင် မိုးရာသီအလွတ်တန်း အမျိုးသားဘောလုံးပြိုင်ပွဲဖွင့်ပွဲကို ယနေ့ညနေ ၃ နာရီတွင် ရေစကြိုမြို့ အမှတ်(၁) အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း ကျောင်းဝင်းအတွင်းရှိ အားကစားကွင်း၌ ကျင်းပသည်။

အဆိုပါ မိုးရာသီအလွတ်တန်း အမျိုးသားဘောလုံးပြိုင်ပွဲဖွင့်ပွဲတွင် ပြိုင်ပွဲဝင် အားကစားသမားများက ကွင်းအတွင်း နေရာယူ၍ ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် အလံအား အလေးပြုပြီး အားကစားသစ္စာအဓိဋ္ဌာန် ရွတ်ဆိုကာ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ ရဲမှူးဝင်းမောင်က အမှာစကားပြောကြားသည်။

ဖွင့်ပွဲသို့ မြို့နယ်စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့်အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ ခေတ္တဥက္ကဋ္ဌ ရဲမှူးဝင်းမောင်၊ အဖွဲ့ဝင် ဦးကျော်ဝင်းနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ ဒုတိယမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးကျော်သန်း၊ မြို့နယ်အဆင့်ဌာနဆိုင်ရာများ၊ ဒေသခံလုပ်ငန်းရှင်များ၊ ဘောလုံးဝါသနာရှင်များနှင့် အားကစားအသင်းများတက်ရောက်ကြသည်။ ပြိုင်ပွဲတွင်အားကစားအသင်း ခြောက်သင်းပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်ရာ ဩဂုတ်လ ၂ ရက်မှ ၂၃ ရက်အထိ ယှဉ်ပြိုင်ကစားသွားမည်ဖြစ်ကြောင်းသိရသည်။

ဝေဇင်မို့(ရေစကြို)

ရန်ကုန်မြို့နှင့် မန္တလေးမြို့အတွက် ရည်ညွှန်းလက်ကားဈေးနှုန်းများနှင့် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ နေပြည်တော်၊ တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်မြို့တော်များအတွက် ရည်ညွှန်းလက်လီဈေးနှုန်းများ

၃-၈-၂၀၂၆ ကျပ်/လီတာ

Fuel (လက်လီဈေးနှုန်း)	ရန်ကုန်	မန္တလေး	နေပြည်တော်	ပဲခူး	မကွေး	ထားဝယ်	မုံရွာ	ပုသိမ်	မြစ်ကြီးနား	စစ်တွေ	ဘားအံ	မော်လမြိုင်	လားရှိုး	တောင်ကြီး	လွိုင်ကော်	ဟားခါး
92 Ron	၃၆၄၀	၃၇၇၅	၃၇၃၅	၃၆၅၅	၃၇၈၅	၃၈၀၀	၃၈၂၅	၃၇၂၀	၄၀၄၀	၄၀၈၀	၃၇၄၀	၃၈၅၅	၃၈၂၀	၃၇၈၅	၃၈၀၀	၄၀၃၅
95 Ron	၃၆၈၅	၃၈၂၅	၃၇၈၀	၃၇၀၀	၃၈၃၀	၃၈၄၅	၃၈၇၀	၃၇၆၅	၄၀၈၅	၄၁၂၅	၃၇၈၅	၃၉၄၀	၃၈၇၀	၃၈၃၀	၃၈၄၅	၄၀၈၅
HSD (500 ppm)	၃၉၈၅	၄၁၁၅	၄၀၇၅	၄၀၀၀	၄၁၂၀	၄၁၃၅	၄၁၆၀	၄၀၆၀	-	၄၄၀၅	၄၀၈၀	၄၅၇၀	၄၁၆၀	၄၁၂၀	၄၁၃၅	၄၃၆၅
HSD (50 ppm)	၄၈၃၀	၄၉၆၅	၄၉၂၅	၄၈၄၅	၄၉၇၀	၄၉၉၀	၅၀၁၅	၄၉၁၀	၅၂၃၀	၅၂၇၀	၄၉၂၅	၅၀၉၅	၅၀၁၀	၄၉၇၀	၄၉၈၅	၅၂၂၅
HSD (10 ppm)	၄၈၃၀	၄၉၆၅	၄၉၂၅	၄၈၄၅	၄၉၇၀	၄၉၉၀	၅၀၁၅	၄၉၁၀		၅၂၇၀	၄၉၂၅	၅၀၉၅	၅၀၁၀	၄၉၇၀	၄၉၈၅	၅၂၂၅

ကျပ်/လီတာ

Fuel (လက်ကားဈေးနှုန်း)	ရန်ကုန်	မန္တလေး
92 Ron	၃၄၄၆	၃၅၄၉
95 Ron	၃၄၉၁	၃၅၉၅
HSD (500 ppm)	၃၇၉၃	၃၈၉၉
HSD (50 ppm)	၄၅၉၈	၄၇၁၉
HSD (10 ppm)	၄၅၉၈	၄၇၁၉

မှတ်ချက်။ (၁) MOPS ဈေးနှုန်းပေါ်တွင် အခြေခံတွက်ချက်ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

(၂) သုံးစွဲသူမိဘပြည်သူများအနေဖြင့် စက်သုံးဆီများဝယ်ယူသုံးစွဲရာတွင် ကျေနပ်မှုမရှိပါက ကော်မတီ၏အောက်ဖော်ပြပါဖုန်းနံပါတ်များသို့ လုံခြုံစိတ်ချစွာဖြင့် သတင်းပေးတိုင်ကြားနိုင်ပါကြောင်း အသိပေးအပ်ပါသည်-

၀၆၇-၄၁၁၃၇၃၊ ၀၉-၂၅၄၆၂၅၄၇၇

၀၆၇-၄၁၁၂၈၂၊ ၀၉-၆၈၀၅၈၉၈၈၈

စက်သုံးဆီတင်သွင်းသိုလှောင်ဖြန့်ဖြူးခြင်း
လုပ်ငန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ

အကြမ်းဖက်မှုပပျောက်ရေးအတွက် ပြည်သူသို့ အသိပေးနှိုးဆော်ချက်

၁။ ပြည်သူအတွက်ဟုသုံးနှုန်း၍ ရဟန်းသံဃာများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများအပါအဝင် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူကိုသတ်ဖြတ်၊ လုယက်ခြင်းကို CRPH ၊ NUG ၊ PDF အမည်ခံအကြမ်းဖက်အုပ်စုများက ဥပဒေမဲ့ကျူးလွန်နေသည်။

၂။ ခြိမ်းခြောက်၊ လူသတ်၊ အဖျက်အမှောင့်လုပ်ရပ်များလုပ်ဆောင်နေသည့် CRPH ၊ NUG ၊ PDF အကြမ်းဖက်သမားများကို အားပေးမှု၊ ထောက်ခံမှု၊ ကူညီထောက်ပံ့မှုမပြုခြင်းသည် ပြည်သူလူထု၏အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

၃။ ယင်းတို့၏လက်နက်/ခဲယမ်း ကိုင်တွယ်သယ်ဆောင်မှုနှင့် အကြမ်းဖက်သမားတို့၏ သတင်းကို လျှို့ဝှက်ပေးပို့ခြင်းသည် အပြစ်မဲ့ပြည်သူများ၏ အသက်အိုးအိမ်စည်းစိမ်ကို ကာကွယ်ပေးခြင်းဖြစ်သည်။

ပို့ဆောင်ရေးဝန်ကြီးဌာန
မြန်မာ့မီးရထား
အိတ်ဖွင့်တင်ဒါ(Open Tender)ခေါ်ယူခြင်း

၁။ အောက်ဖော်ပြပါပစ္စည်း/လုပ်ငန်းများကို မြန်မာကျပ်ငွေဖြင့် ဝယ်ယူ/ဆောင်ရွက်လိုပါသည်-

စဉ်	တင်ဒါအမှတ်	ပစ္စည်း/လုပ်ငန်းအမျိုးအမည်
၁	၂၈၈/မမ/S & T	ဆက်သွယ်ရေးလုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်း(၂)မျိုးဝယ်ယူရန် (က) Glass Sleeves (100 pcs/pack)100-Packs, (ခ) Closure (200C)100-Nos
၂	၂၈၉/မမ/S & T	မင်္ဂလာဒုံ-လှော်ကားလမ်းပိုင်းတွင် လှော်ကားဘူတာအချက်ပြစနစ်ပြုပြင်မွမ်းမံခြင်းလုပ်ငန်း
၃	12(T)28/MR(ML/ISN)Kyat/26-27	စက်ခေါင်းစက်ရုံ(အင်းစိန်)တွင် အသုံးပြုရန်လိုအပ်သောပစ္စည်း(၁၃)မျိုးဝယ်ယူရန်

တင်ဒါပိတ်မည့်နေ့/အချိန် - (၁၇-၈-၂၀၂၆)မွန်းလွဲ(၂:၃၀)နာရီ

၂။ တင်ဒါပုံစံများကို အောက်ဖော်ပြပါဌာနတွင် (၃-၈-၂၀၂၆)ရက်နေ့မှစတင်၍ ရုံးချိန်အတွင်းဝယ်ယူနိုင်ကြောင်းနှင့် အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက ၎င်းဌာနသို့ မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

ထောက်ပံ့ဌာန၊ မြန်မာ့မီးရထား၊ ကုန်သည်လမ်းနှင့် ၅၁ လမ်းထိပ်၊ ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။
ဖုန်း-294352, 291994

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
အေးသူဇာ(ဘ)ဦးခင်မောင်တင် ၈/နမန(နိုင်)၂၀၃၇၈၃ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
မောင်မိုးဟိန်း(ဘ)ဦးငွေ ၈/မလန(နိုင်)၁၁၁၉၃၉ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
အောင်ကိုကိုကျော်(ဘ)ဦးလှမောင် ၁၄/ငရက(နိုင်)၀၀၇၁၅၅ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(MF 786519)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။ ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ဇေယျာထွဋ်ခေါင်(ဘ)ဦးသန်းထွဋ်ခေါင် ၁၂/သဃက(နိုင်)၁၈၂၉၁၄ ကိုင် ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။ ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

အားကစားမြှင့်တင် စိတ်လန်းရွှင်
ဆန့်ကျင်မူးယစ်ဆေး

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ခင်သီနွယ်(ဘ)ဦးတိုးလှိုင် ၈/တတက(နိုင်)၀၀၇၇၂၇ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၂၅၀၃၅၄၉၇၉

အမည်မှန်
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ရေစကြိုမြို့၊ဖူလုံအ.ထ.က Grade-8 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော အဘဦးထွန်းလူ၏သမီး မဝိုင်းစုခိုင်၏အမည်မှန်မှာ အိမ်ထောင်စုစာရင်းပုံစံ(၆၆/၆)အရ မဝိုင်းစုခိုင်သိန်း ဖြစ်ပါကြောင်း။ မဝိုင်းစုခိုင်သိန်း

မွေးသက္ကရာဇ်အမှန်
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ရေစကြိုမြို့၊ဖူလုံအ.ထ.က Grade-11 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော အဘဦးစိုးရွှေ၏သမီး မဆုလှိုင်နှင်း၏မွေးသက္ကရာဇ်အမှန်မှာ အိမ်ထောင်စုစာရင်းပုံစံ(၆၆/၆)အရ ၅-၈-၂၀၀၈ ဖြစ်ပါကြောင်း။ ၅-၈-၂၀၀၈

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
နန်းထွမ်း(ဘ)ဦးလှိုင်းဆိုင်စံ ၁၃/တယန(နိုင်)၁၀၇၁၂၆ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၆၉၃၀၃၆၉၃၇

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ယမင်းသူ(ဘ)ဦးသန်းဇော် ၇/အတန(နိုင်)၁၈၆၆၀၅ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
အားမူ(ဘ)ဦးဖီးချေ ၁၃/မခန(နိုင်)၀၃၄၉၁၃ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(MH 509237)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၆၉၄၆၆၈၈၈၈

အမည်မှန်
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ရေစကြိုမြို့၊ဖူလုံအ.ထ.က Grade-11 တွင် ပညာသင်ကြားနေသော အဘဦးလှသောင်း၏သား မောင်စိုင်းစိုင်း၏အမည်မှန်မှာ အိမ်ထောင်စုစာရင်းပုံစံ(၆၆/၆)အရ မောင်စိုးသူရကျော်ဖြစ်ပါကြောင်း။ မောင်စိုးသူရကျော်

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
အေးအေးသန်း(ဘ)ဦးမြင့်သိန်း ၁၂/ဥကတ(နိုင်)၀၈၂၃၃၆ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၇၉၅၉၄၈၇၈၁

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ဇမ်းမွန်းကိမ်(ဘ)ဦးဒိုင်းခန့်ထန် ၅/ကလထ(နိုင်)၃၁၆၇၂၉ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

ဖခင်အမည်မှန်
သထုံမြို့နယ်၊ အ.ထ.က သိမ်ဆိပ် Grade-12 မှ မဇာခြည်၏ဖခင်အမည်မှန်မှာ စောထွန်းနိုင် ၁၀/သထန(နိုင်)၁၃၆၅၀၂ ဖြစ်ပါကြောင်း။
စောထွန်းနိုင်

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊ အင်ချောင်းကျေးရွာနေ ဒေါ်ခင်ထွေးရီ (ဘ)ဦးထွန်းလွင် ၉/ကပတ(နိုင်) ၀၂၉၂၈၆ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(MF 694405)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၇၅၉၄၈၆၆၂၀

ဖခင်အမည်မှန်
ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ဖျာပုံခရိုင်၊ ဖျာပုံမြို့နယ်၊ အ.ထ.က(၁)၊ Grade(11)၊ အခန်း(A)တွင် ပညာသင်ကြားနေသော မကြည်ရှင်းသန့်၏ ဖခင်အမည်မှန်မှာ ၁၄/ပသရ(နိုင်) ၀၈၃၅၃ ကိုင်ဆောင်သူ စောမာဃဖြစ်ပါကြောင်း။
စောမာဃ

ပျောက်ဆုံးကြောင်း
ဆွေဆွေဝင်း(ဘ)ဦးဝင်းမောင် ၉/ရမသ(နိုင်)၁၈၃၇၃၀ ကိုင်ဆောင်သူ၏ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်အမှတ်(မမှတ်မိ)မှာ ပျောက်ဆုံးသွားပါသဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်းကြားပေးပါရန်။
ဖုန်း-၀၉-၄၂၀၇၄၁၅၆၂

မိဘအမည်မှန်
သထုံမြို့နယ်၊ ကျိုက္ကော်ရပ်ကွက် အ.မ.က အောက်ကျင်း Grade-4 မှ မမေဘရဏီကျော်၏မိဘအမည်မှန်မှာ ဦးဝင်းကြည် ၇/လပတ(နိုင်)၀၉၃၅၅၀ နှင့် ဒေါ်ခင်အေးဝင်း ၁၀/သထန(နိုင်)၂၂၆၂၀၂ ဖြစ်ပါကြောင်း။
ဦးဝင်းကြည်-ဒေါ်ခင်အေးဝင်း

ကုန်ဆုံးသွားသော စွမ်းအားများ
DAGON Malta Fresh
နဲ့ ဖြည့်စွမ်းထား
ပင်ရင်းအရောင်း - ဖုန်း - ၀၁ ၃၆၁၀၈၄၁၊ ၀၁ ၆၅၁၁၇၇၊ ၀၁ ၆၅၂၁၆၉
KHA YAE PIN MART - မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၇၁၄၄၃၅၅၅
STARMART nine mile Showroom - (၉)မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၃၀၈၆၀၁၈၀
STARMART MANDALAY Wholesale - ၂၆လမ်းနှင့်၆၆လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၆၁၇၀၂၂၄၄
STARMART Nay Pyi Taw - ရန်ကုန် -မန္တလေး လမ်းဟောင်း၊ ရွာကောက်ရပ်၊ ပျဉ်းမနား၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၈၅၁၁၉၀၇၇

ဘေးကင်းစိတ်ချ လုံခြုံမှုရစေတာ
COPPER 99.99%
SIGMA
CABLE & WIRE
ပင်ရင်းအရောင်း - ဖုန်း - ၀၉ ၄၄၃၃၆၃၃၉၉ ၊ ၀၉ ၄၅၀၀၁၈၉၆၂
KHA YAE PIN MART - မင်္ဂလာဒုံ၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၇၁၄၄၃၅၅၅
STARMART nine mile Showroom - (၉)မိုင်၊ ပြည်လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၂၆၃၁၄၇၃၈၅
STARMART MANDALAY Wholesale - ၂၆လမ်းနှင့်၆၆လမ်းထောင့်၊ မန္တလေးမြို့၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၆၁၇၀၂၂၄၄
STARMART Nay Pyi Taw - ရန်ကုန် -မန္တလေး လမ်းဟောင်း၊ ရွာကောက်ရပ်၊ ပျဉ်းမနား၊ ဖုန်း - ၀၉ ၆၈၅၁၁၉၀၇၇
ISO 9001:2008 Cert. No.683099

ဗန္ဓုလသယ်ယူပို့ဆောင်ရေးကုမ္ပဏီလီမိတက်
ရန်ကုန် -နေပြည်တော် -တောင်ကြီး -မုံရွာ -မန္တလေး -ပြင်ဦးလွင် -ကျောက်ပန်းတောင်း -ရှောက် -ဆိပ်ဖြူ -ပုဂံ(ညောင်ဦး) -ပခုက္ကူ
မကွေး -မိတ္ထီလာ -မြင်းခြံ -ပုသိမ် -မော်လမြိုင် -သံဖြူဇရပ် -ကျိုက်မီ -တောင်ငူ -ဆွာ -ရေနီ -ပဲခူး -ညောင်လေးပင် -ဘားအံ -မြဝတီ
➤ပါရမီ(YBS)
09-459448201
➤ရွှေမန်းသူ
09-254781060
➤ မန္တလေးအခြေစိုက်
09-426500153
➤တော်ဝင်
09-423333250
➤ ပါရမီတက္ကစီ
01-3643641
➤ကုန်စည်
09-440619258
ဘေးကင်း လုံခြုံစိတ်ချ တာဝန်ယူမှုပြည့်ဝသော ခရီးသွားဝန်ဆောင်မှု မြို့တွင်း/ မြို့ပြင် ဘုရားဖူးခရီးစဉ်များ ငှားရမ်းပေးလျက်ရှိပါသည်။

အရည်အသွေးမှာထိပ် ဆင်မင်းတံဆိပ် ဘိလပ်မြေ
SIN MINN
ISO 9001
BUREAU VERITAS
Certification
BEST QUALITY
CEMENT
ASTM.C150 TYPE I (42.5)
ဆင်မင်းဘိလပ်မြေ
BEST QUALITY
CEMENT
ASTM.C150 TYPE II (32.5)
ဆင်မင်းဘိလပ်မြေ
ဆက်သွယ်ရန် - ဖုန်း ၀၉ ၆၈၆၉၉၃၅၈၃၊ ၀၉ ၇၉၆၁၁၁၅၅၉၊ email : scfg.kyaukse@gmail.com

မှတ်သား ဖွယ်ရာ မိုးရေချိန်များ ၂-၈-၂၀၂၆				
	မိုးကုတ်	၃ ဒသမ ၆၆ လက်မ	ထားဝယ်	၂ ဒသမ ၈၀ လက်မ
	တာချီလိတ်	၃ ဒသမ ၄၂ လက်မ	လပွတ္တာ	၂ ဒသမ ၇၆ လက်မ
	ဘိုကလေး	၃ ဒသမ ၄၀ လက်မ	ကိုကိုးကျွန်း	၂ ဒသမ ၄၈ လက်မ
	ပေါင်	၃ ဒသမ ၃၁ လက်မ	မာန်အောင်	၂ ဒသမ ၂၅ လက်မ
	ကျောက်ဖြူ	၂ ဒသမ ၉၅ လက်မ	ကျိုက္ခမီ	၂ ဒသမ ၁၆ လက်မ

❖ နိုင်ငံတော်ရှေ့သီးဖို့ ကုန်ထုတ်လုပ်မှုအားပေးစို့။
❖ နိုင်ငံတော်ဖွံ့ဖြိုးဖို့ ပညာရေးကိုအားပေးစို့။
❖ နိုင်ငံတော်သာယာဖို့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ထိန်းကြစို့။

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂၇)သို့ တက်ရောက်မည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအားကြိုဆို

တြိဂံဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်စိုးမြတ်ထွဋ်ႈ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂၇)သို့တက်ရောက်မည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအား ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်စဉ်။

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်းအမှတ်စဉ်(၂၇)သို့ တက်ရောက်ကြမည့် ရှမ်းပြည်နယ်အတွင်းရှိ နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအားကြိုဆိုပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ကျိုင်းတုံမြို့ရှိ နယ်မြေခံသင်တန်းကျောင်း၌ ပြုလုပ်ရာ တြိဂံဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ် တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ်စိုးမြတ်ထွဋ်နှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ အရာရှိ စစ်သည်၊ မိသားစုဝင်များ၊ ပြည်နယ်၊ ခရိုင်၊ မြို့နယ်အဆင့် ဌာနဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများ၊ မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ စစ်မှုထမ်းဟောင်းအဖွဲ့ဝင်များနှင့် တိုင်းရင်းသားယဉ်ကျေးမှုအဖွဲ့များ တက်ရောက်ကြသည်။

ဦးစွာ တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂၇)သို့ တက်ရောက်ကြမည့် နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအား အောင်သပြေပန်းများ၊ စားသောက်ဖွယ်ရာများဖြင့် သောင်းသောင်းဖြဖြကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ကြသည်။ ထို့နောက် တိုင်းမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက အဆိုပါသင်တန်းသို့ တက်ရောက်မည့်နိုင်ငံ့သားကောင်းရတနာများအား လိုအပ်သည်များကို ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ (၁၀၀)

၂၀၂၆ Esports ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု Yangon Galacticos အသင်း ဒုတိယဆုဆွတ်ခူး

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

၂၀၂၆ Esports ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု Yangon Galacticos(YG)အသင်း ဒုတိယဆုဆွတ်ခူးရရှိကြောင်း သိရသည်။

မြန်မာနိုင်ငံကိုယ်စားပြု Yangon Galacticos အသင်းသည် ပြင်သစ်နိုင်ငံ Paris မြို့၌ ကျင်းပသည့် ၂၀၂၆ Esports ကမ္ဘာ့ဖလားပြိုင်ပွဲတွင် ကမ္ဘာတစ်ဝန်းမှ ထိပ်တန်း Mobile Legends: Bang Bang အသင်းများနှင့် ယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ပြီး အဆင့်ဆင့်သောပွဲစဉ်များကို စာမျက်နှာ ၂၉ ကော်လံ ၁ ▼

MNL U - 20 လူငယ်လိဂ်ပြိုင်ပွဲတွင် ဟံသာဝတီ ယူနိုက်တက်အသင်းက Chinland အသင်းကို ဂိုးပြတ်သွင်းအနိုင်ယူ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

2026 MNL U–20 လူငယ်လိဂ်ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၁၁)တတိယနေ့ပြိုင်ပွဲအဖြစ် Chinland အသင်းနှင့် ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းတို့ ယနေ့ညနေပိုင်းတွင် ဗဟန်းကွင်း၌ ယှဉ်ပြိုင်ကစားခဲ့ရာ ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းက ၅ ဂိုး ၁ ဂိုးဖြင့် ဂိုးပြတ်သွင်းကာ Chinland အသင်းကို အနိုင်ရရှိသွားသည်။

Chinland အသင်းသည် အဆင့်(၁၄) နေရာတွင် ရပ်တည်နေသည့်အသင်းဖြစ်ပြီး ဟံသာဝတီယူနိုက်တက်အသင်းသည်လည်း အဆင့်(၁၂) စာမျက်နှာ ၂၉ ကော်လံ ၄ ➤

MFF U-16 Youth Futsal League 2026 ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၇)ပြိုင်ပွဲများ ပြန်လည်ကျင်းပ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၂

အားကစားရေးရာဝန်ကြီးဌာနနှင့်ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့တို့၏ဦးဆောင်မှုဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် ဖူဆယ်နှင့်သဲသောင်ပြင်ဘောလုံးကော်မတီမှ ကျင်းပသည့် MFF U–16 Youth Futsal League 2026 ပြိုင်ပွဲ၏ ပွဲစဉ်(၇)ပြိုင်ပွဲများကို ယနေ့တွင် Thuwanna Futsal Stadium ၌ ပြန်လည်ကျင်းပသည်။

Fire Dragon Futsal Amateur Cup 2026 နှင့် Fire Dragon Futsal Championship 2026 ပြိုင်ပွဲများကျင်းပနေစဉ်အတွင်း ခေတ္တရပ်နားထားသည့် MFF U–16 Youth Futsal League 2026 ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ်(၇)၏ ယနေ့ စာမျက်နှာ ၂၉ ကော်လံ ၁ ⊃

စစ်တောင်းမြစ်ရေ မဒေါက်မြို့တွင် စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက် ဆက်လက်တည်ရှိနိုင်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၂

ယနေ့ နံနက် ၆ နာရီခွဲအချိန်တိုင်းထွာချက်အရ စစ်တောင်းမြစ်ရေသည် မဒေါက်မြို့တွင် ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက် ၁ ပေခန့်တွင် ရောက်ရှိနေပြီး နောက်တစ်ရက်အတွင်း ၃ လက်မခန့် မြင့်တက်လာနိုင်ကာ ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက် ဆက်လက်တည်ရှိနိုင်သည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ မဒေါက်မြို့အတွင်းရှိ မြစ်ကမ်းအနီးနှင့် မြေနိမ့်ပိုင်းနေထိုင်သူများ အနေဖြင့် ရေဘေးလွတ်ရာနေရာများသို့ ရှောင်ရှားနိုင်ပါရန် သတိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။ (မိုး/ဇလ)

ဒေါ့ဖင်မုန်တိုင်းကြောင့် ထိုင်းနိုင်ငံမှာရာသီဥတုဆိုးဝါးနိုင်

တောင်ကိုရီးယားမှာ အပူချိန်အလွန်အမင်းမြင့်တက်မှု စံချိန်တင်

စာ - ၂၅ သို့