

# မန္တမ္ဂုဒ္ဓအလိုင်

၁၂၅ ရန်စက တည်ထောင်သည် | Established in 1914

# Myanmar Alinn Daily

၁၃၇၉ ခုနှစ်၊ နတ်တော်လပြည့်ကျော် ၉ ရက်

၂၀၁၇ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာ ၁၂ ရက်၊ အဂါန္ဓာ

အတွဲ (၅၇)၊ အမှတ် (၀၇၃)

မြန်မာ အမျိုးသား ရောပဒေကို ကဗ္ဗာ့ဘဏ်အကူအညီဖြင့် ရေးဆွဲလျက်ရှိ  
မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရေကထားဖိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ပြည်တွင်း ပြည်ပ ရင်းနှီးမြှုပ်နှံမမားကို ဖိတ်ခေါ်

မန်ကုန် ဒီဇင်ဘာ ၁၁  
မြန်မာနိုင်ငံက အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံ  
ကျေးပသည့် တတိယအကြံမဲ အာရုံ-  
ပစ်စိတ်ရေးလာခံ (The 3<sup>rd</sup> Asia –  
Pacific Water Summit – 3<sup>rd</sup>  
APWS) ဖွံ့ဖြိုးကို ယနေ့နှစ်က ၉ နာရီခုခွဲ  
က ရန်ကုန်မြို့၊ မြို့အီးနားဟိုတယ်၏ ကျင်းမာ  
ရု နိုင်ငံတော်၏ အတိုင်ပုဂ္ဂိုလ်  
ဒေါ်အောင်ဆိုစုကြည် တက်ရောက်  
အမှာစကား ပြောကြားသည်။  
ကျေးလာ၍

တတိယအကြမ် အာရှ- ပစိဖိတ်  
ရေညီလာခံ ဖွင့်ပွဲအဓမ္မးအနားသို့  
အမျိုးသားအဆင့် ရေအာင်းအပြခိ  
ကော်မတီဉာဏ် ဒုတိယသမဗ္ဗတဲ့ဟန်နှင့်  
နုန်ထိုယ့် အာရှ- ပစိဖိတ် ဒေသတွင်း  
ငါ နိုင်ငံမှ နိုင်ငံအကြီးအကော်များ၊  
ပြည်ထောင်စုနှင့် ဒုတိယဟိုလဲချုပ်ကြီး  
ရဲအောင် ဒေါက်တာအော်မြင့်၊ ဦးသန်စိုင်  
မောင် ဦးကျော်စိုင်၊ ဦးဝင်းလိုင် ဒေါက်တာ  
ဝင်းမြတ်အေး၊ ဦးအန်းမောင် ဦးကျော်  
တပ် ရှင်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ဝါကြီးချုပ်  
ဦးဖြောမ်းလိုင်း၊ ဒုတိယထိုကြီးများ၊  
ရှင်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး ဝါကြီးများ၊  
လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်များ၊ ရောင့်  
ဆက်ယ်သော ဝါကြီးဌာနအဖွဲ့အစည်း  
များနှင့် နိုင်ငံတကာအဖွဲ့အစည်းများမှ  
တာဝန်ရှိသူများ၊ ပညာ့်များ၊ ဌာန  
ဆိုင်ရာ အကြီးအကော်များ၊ သံမာန်များ၊  
နှင့် မြတ်ကြားထားသူများ၊ တက်ရောက်  
ကြသည်။

ଅସମୀଙ୍କ ଆଜିଯଦ୍ବୁ  
 ରେଖାଃ ତୁ ଫିରିଲେ ତୋରଣ ଆ ଦ୍ୱିତୀୟ ଦିନରେ  
 ଦୁଃଖୀଙ୍କ ଦେଖେଇଲାମନ୍ତଃ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ  
 ଆପ୍ନଙ୍କ ଅଭୂତଗତାକୁ ଦେଖିଲାମନ୍ତଃ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ  
 ତର୍କାଯେଃ ମିଳାଇଲାମନ୍ତଃ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ  
 ଗନ୍ଧିଲାମନ୍ତଃ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ  
 ଆମ୍ବେଦ୍ଯାଲ୍ମିଲାମନ୍ତଃ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ  
 ତାମାଗନ୍ଧିକା ଦ କୌରାହୀ ଶାନ୍ତିଗୁର୍ବଳ



ჭრის მიზანი არ იყო მართვის და მუშაობის განვითარება, არა კულტურული მემკვიდრეობის დაცვა.

သတင်းစဉ်

ရန်ကုန်မြို့ပြ ဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံကိန်းဆိုင်ရာ  
ကိစ္စရပ်မှုရား ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး ဆောင်

ကိစ္စရပ်များ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရေး ဆေ

၁၃၆ မြန်မာ အသုံးပြုမှုများနှင့်  
ကျန်းမာရေးပညာနာများ

မောင်တော်မြို့နယ်ရှိ ကျေးလက်ဒေသများ  
ဖွံ့ဖြိုးရေး ဆောင်ရွက်လုပ်ရှိ

8

8 > 6

00 > 00

The logo for KBZ Bank features a stylized red triangle above the letters "KBZ BANK". Below the bank name is the tagline "STRENGTH OF MYANMAR".

# BEST BANK IN MYANMAR

**Awarded by FinanceAsia 2017**









# တတ္ထမြသဏအသုံးပြမ်များနှင့် ကျွန်းမာရေးပြသနာများ

## ဒေါက်တာ မြင့်သန်း (သွောင်လေးပင်)

လေလွှာကိုညွှန်ညွှန်မှုများတွင် ရုပ်ကြောင်းလောင်စာများဖြစ်သော ရေနှင့်  
ဆက်စပ်သော လောင်စာများသုံးမျှများကြောင့် သာမက လယ်ယာလုပ်ငန်းများ  
ကြောင့်လည်းပြုစေနိုင်ကြောင့် သိပါပဲသည်။ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများမှထုတ်  
ထွေတ်သောအမှန်အမွှားများကလည်း လေထားညွှန်မှုများဖြင့် ကျွန်းမာရေးကို  
ထို့ကိုစေနိုင်ကြောင်း Max Planck Institute for Chemistry in Mainz,  
Germany ဂျာမနီနိုင်ငံ မိမိမြို့ပြန် မက်စ် တာတုအင်စစ်ကျော့ သိပ္ပပညာရှင်တို့၏  
လေလွှာမှုများအကျင့်ပဲပါသည်။ အထူးသြား ဥရေပနှင့် ပြောကြအမေရိကတို့၏  
လေထုထဲမှ fine particle concentration သေးငယ်သောအမှန်များ သိပ်  
သည်၃၇၁၂၀၀၂၆နေ့မှတိ၍ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများတွင် သုံးသောကမြဲယာဉ်နှင့်  
တိရှိရှာ့နှင့် မွေးကြော်လုပ်ငန်းများမှထွေးလာသည်၍ အမိန့်ဒါးယား(NH<sub>3</sub>)ကော်၏၍  
ထုတ်လွှာသူမှတိ၍ တြော်းဖြည့်းလေ့ခွာပါသည်၍ လျော့ကျသွားကြောင့် သိရ  
သိသော်။



အမိန့်ခေါ်မှတစ်ခု

အကယ်၏ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများမှ ထုတ်လွှတ်နေမှတ် ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းမျှ  
လျှော့ချလိုက်သည်၍ နှစ်စဉ်လူ ပေါင်း၅၀၀၀၀၀ ကျော်မှုသေဆုံးနေရမှုကို  
တားဆီးနိုင်လို့မည်ဟု ဆိုပါသည်။ လေထုပည်ညွှေးမှတ် ကျဖို့ပြန်ဘဲ  
နေစေခြင်းများတွင် ယာဖော်ပြပါအချက်သည် အဓိကစီးပွားရေးတော်ခြုံရေးလာ  
နေပြီး ကျိုးမာရေး အန္တရာယ်တစ်ရုပွှဲနေပြီးဟု သိရပါသည်။ Atmospheric  
Chemistry and Physics, European Geoscience Union Journal  
ဥရောပဘူးစီသို့အဖွဲ့ဂျာနယ်တွင် အော်ပြထားခြင်းလည်းဖြစ်သည်။

ကမ္မာဗျာန်းမာရေးအဖွဲ့ကြီး(WHO)၏အဆိုအရလေထားရှိအိမ်ကလေးများ  
သည် အချင်း 2.5 micrometers ထက်သေးငယ်ပါက အဆုတ်များအတွင်းသို့  
ဝင်ရောက်သွားနိုင်ပြီ၊ အဆုတ်နှင့် နှလုံး၊ သွေးကြားဆိုင်ရောဂါများကို ဖြစ်နိုင်  
သည်ဟု သိရပါသည်။ ထိုအကြောင်းကြောင့် ကမ္မာတစ်ဝါး လူအများ၏ သက်တမ်း  
တိမျော်၏ ခြစ်စေကြောင်း တွေ့ရသည်။

ကမ္မား ဝန်ထမ်းဝန်ပိုးရောက်များဖြစ်သော ရောဂါဘယ်များ၊ ထိခိုက်တဲ့ရာ ရမ်းများ၊ အခြားထိရှုလွှာသော အခြေအနေများ၊ သယည်တို့တွင် ပြင်ဆလတဲ့သံ ညမ်းမှုသည် နဲပိတ်ငါးခုမြောက်မှာရှိနေသည်။ ထိုပြင်ယာဉ်မှတ်တဲ့ဆဲဖြစ်မှုများ ကို အထူးအာရုံစိုက်နေကြသည်လည်း လေထားညမ်းမှုအကြောင်းကို ပြောဆို ဆွေးနွေးမှု၊ အရေးယူဆောင်ရွက်မှု၊ အားနည်းနေသေးသည်ကို တွေ့နှင့်သည်ဟ Department at the Institute in Mainz မှ ဒါရိုက်တာ Jos Lelieveld ကပြောပါသည်။ မြို့ပြုများတွင် ယာဉ်များအသံပြုကြောင့် လေထားများ ပြင်းစွာ ညမ်းညမ်းလျှတ်ရှိသည်။ မြို့ပြုများအနီးရှိ ဒေသများမှာလည်း ညမ်းညမ်းလျက်ရှိ သည်။

အလျင်အမြန်ပုံးနဲ့

ထိအခြင် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများမှတ်ကြသော အထွေထွေသောအမှန် များကလည်း လေထာထဲ အလျင်အမြန် ပုန်းရောဂါးသွားနိုင်ပါသည်။ အများယူဆ ထားသတိ လဲမဲ့မတို့များပေါ်ရှိ ယဉ်ယူးကြောင့် လေထာလိုလိုစံရသည်တက် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများမှတ်ကြသော အိုးနှီးယူးအမြန်များကြောင့်

သွားပြီး အမှန်ကလေးမှား ဖြစ်သွားပါသည်။

လူတစသီးစိုးယဉ်ခြားကိုအမေရိဂါ၊ ဥရောပ၊ တောင်နှင့် အရေးအာရွဒေသ တို့တွင် အထူးလေ့လာခဲ့ကြသည်၏စိတ်ကျိုး၊ ရေးလုပ်ငန်းများတွင် အသံများနှင့်သော စာတရ်မြော်သောမာဏကိုဂျုံးရှုပိုင်းနှင့် လျှော့ချိန်ပါက လေထားလုပ်သမီးမှာကြောင့် လူအများသေဆုံးနေရမှုတိ ရာရိနှင့် နှစ်းဝန်းကျင်လျှော့ချိန်မှတ်ဟု တွက်ချက်ပြ ကြပါသည်။ ယင်းသည် နှစ်စိုး လူပါင်း၂၂၀၀၀၀ တို့၏ အသက်ကို ကယ်တက်လိုက် ခြင်ပင်ဖြစ်သည်ဟုလည်း သိရပါသည်။ အိုးနှီးယားခာတ်ဒွှေးအားလုံးကိုယာ ဖုန်ရှားနိုင်ပါက နှစ်စိုးလူပါင်း ၃၀၀၀၀၀၀ တို့ သေဆုံးရမှုဟု တားသီးနှိုင်မှတ်လည်း ဖြစ်သည်။ လေထားလုပ် အမိန့်ယား အမှုနှင့်များ၏ ၁၀ ရှုပိုင်းနှင့် လျှော့ချိန်ရေးကို အလေးပေးသော်ရွတ်သံ့ပြီဗု လေ့လာသူ့အကြီးအကျဖြစ်သူ Andrea Pozzer ကဆိုပါသည်။

အမိန့်ယားအမှန်များ

လလတုတဲ့ ရှိ အမိန့်နီးသားအမှန်များကြောင့် အဆုတ်ကင်သာ၊ နှဲလုံးနှင့် သွေးကြောရေဂါယျား၊ အခြားအသက်ရှုလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရေဂါယျား ဖြစ်ပွားပြီ သေဆုံးနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုအပြင် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းသုံး ပေတ်မြော်သာ ပေါ်သော်ဆေး၊ ပို့သတ်ဆေးစသည်တို့ကို ကျိုးပြန်ခဲ့သူသုံးစွဲများကြောင့် ပါဝင်တာတ်သော ခဲ့ပြု၏၊ အာဆင်နှစ်၊ ကက်အမိမယ် အစရှုသော Heavy metal များကြောင့် စိုက်ပျိုးမြေများ၏ သဘာဝအဆိုဒေစ် ထွေဗောဓရများကြော်ဆေးရေး စိုက်ပျိုးသီးနှံများနှင့် စားသုံးသုတေသနရှိပါ ထို့ကိုစီမံခိုင်သည်ကို သတိပြုရပါမည်။ စနစ်တကျ သုံးသင့်သလောက်သာ သုံးသင့်ပါသည်။ Thomas Corriher ဆိုသူ၏ The Health Wyze Report တွင်ရေးသားထားချက်များအရ အဆိုဒ် ပေတ်မြော်သာ ပို့သတ်ဆေးစသည်တို့ကို များများသုံးလျက်သည်မှာ နှစ်ပေါင်း ၇၀ ခဲ့ရှိပြီဖြစ်ပါသည်။ လူတို့ဖုန်တိုးသော ဓရစုပ္ပန်းများကြောင့် သဘာဝမြေဆိပ်သွောများ ထိခိုက်ပျက်ရှိလာရသည်။ ခြေအတွက်လုံခိုင်သော နိုက်ထရိုက်ပြုပို့တက်စီမယ် ဖော်စွဲရပ်စသည် ဓရတို့ကို ဖြည့်ဆည်းပေးသည့် မှန်သော်လည်း၊ သဘာဝမြေတဲ့ သဘာဝမြေဆိပ်သွောတို့များ ပြန်တိုးကုန်ကြ ရသည်။ ထိုကြောင့် စေတ်ပေါ်နိုင်း အများစုရှိ စိုက်ပျိုးထဲတ်လုပ်သော

ဒုက္ခနီ omega 3 တစ်ယည် လူသားတို့အတွက် အထူးအထောက် အကျပြုသော သဘာဝစာတ်တစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ယင်းကိုရဲ့သြားဖြင့် နဲလံးရောဂါ၊ ကင်ဆာ ရောဂါများ၊ စိတ်ပိုင်းဖိုင်ရာရောဂါများ၊ ကလေးများစာသင်က်သည် Attention deficit disorder ရောဂါ၊ အထုလိုင်းမှာ၏သက်တို့သတိများရောဂါများအဖြစ် များလာပါသည်။ ရဲးအခါက သက်တို့သူတို့တွင်၊ ထိရောဂါများ၊ အဖြစ်နည်းလုပါသည်။ သစ်သီး၊ ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတို့ အချိန်မတိုင်စီ ဗုံးဆွတ်မှုပြောင့် အာဟာရ မပြည့်နိုင်တော့သလို နေရောင်းဖြင့် ရှင့်မှုပြုစေရမည်အား chemical ethylene ကုသွေးရှိသော ဓာတ်ဆေးများသို့မှုပြောင့် ခရိုချုပ်သို့လိုသည် သဘာဝ မဟုတ်သော အနိုင်ရောင်မျိုးများ တွေ့လာရပါသည်။ လေ့လာတွေ့ရှိမှု တို့အာရုံးသတ်ဆေးများတို့ သုသေသနများတို့ မြှင့်ခင်းဘက်ခုံအနီး နေသော ကလေးထုတိသည် leukaemia ၏ သွေးကင်ဆာ ဖြစ်နိုင်ရန် သာမဏ်ထက် ခြောက်ဆုံး ဖြုတ်မှုးနိုင်ပြောင့်၊ သိရှိပါသည်။ (Tuf Pro USA 30006A 9/17/10) မြှင်ခင်းများတွင် အသုံးများသော ဓာတ်ဖွေးဆွတ်မှုပြောင့် ဂါက်သီး ကွင်းတွင် အလုပ်လုပ်သူများ၊ ဂါက်သီးကာစားသူများပင် Non- Hodgkin's Lymphoma အကျိုတ်ရောဂါတစ်မျိုး ရလွယ်ပြောင့် သိရှိသည်။ (Source - American Journal of Industrial Medicine, 29(5):501-506, 1996) ဂါက်ကွင်းကြိုကြပ်သူအသင်: Golf Course Superintendents Association USA ၏ လေ့လာမှုအရ ၁၉၇၂ ခုနှစ်မှ ၁၉၉၂ ခုနှစ်အတွင်း သေဆုံးခဲ့ရသော အသင်းဝင် ၆၈၆ ဦးတို့သည် ဦးနောက်ကင်ဆာ၊ NHL Non-Hodgkin's Lymphoma ကင်ဆာ၊ သီးကျိုတ်နှင့် အုပ်ပြေားကင်ဆာရောဂါလေးမျိုးပြောင့် သေဆုံးရာလုပ်မှု အများစုံဖြစ်သည်ဟု သိရှိသည်။

ပြီးနှောက်ကင်ဆာ

ဦးနောက်က်ဆာဖြစ်မှုသည် သာမဏ်ထက် နှစ်ခါ NHL အကျဉ်းက်င်ဆာ  
ဖြစ်မှုကလည်း နှစ်ခါ ဦးကျိုံးက်ဆာဖြစ်မှုက သုံးဆာ အူမှုတိုးက်ဆာဖြစ်မှုက  
၁ ဒေသမ ၇ ဆယ့်မျိုးကြောင်းလည်း တွေ့ရသည်။ အလားတူပင် ပိုးသတ်ဆေး  
ထုတ်လုပ်သည့် အလုပ်ရုံများတွင်လည်း ထိုက္ခာသို့ ဖြစ်ပွားမှုများကို တွေ့လာရ  
သည်ဟု ဆိုပါသည်။ စိတ်ပျိုးမြေပိုင် ပေ ၂၆၀၀ အတွင်း နေထိပ်ပါက ဦးနောက်  
က်ဆာရေးကို ဖြစ်နိုင်ခြေမြေားလာသည်။ ယင်းကို ဘုဇ္ဇာ ခုနှစ်က လူပေါင်း ၆၀၀  
ကော်စွဲ၏ လေလာစာစွဲမြို့ခြင်း ဖြစ်သည်။ Astrocytoma ဦးနောက်က်ဆာ  
ပျိုးဖြစ်ပွားမှုနှင့် သည် အဆိုပါ ပေ ၂၆၀၀ အတွင်းမှာ နေထိပ် လျှင် ၆ ဒေသမ ၇ ဆီနှင့်  
ပို့မိသည့်ဟုလည်း ဆိုပါသည်။ စိတ်ဝင်စားမြှုပ်မှု၊ အဆိုပါခေါ်တူမြေထွေအား ပိုးသတ်  
ဆေး ပေါင်းသတ်ဆေး စသည်တိ ပိုင်နေနောက်အစားကို စားသုံးမြို့ခြင်းကြောင့်သာ  
မဟုတ်ဘဲ အရေပြားနှင့် ထိုတွေ့ဖြစ်မှ နောကိုယ်အတွင်း စုပ်ယူပ်ရေးကိုသွား  
တတ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ လောကလာလတ်လတ် ခေါ်ဖုန်းထားသည့် စိုက်ပြီးမြေအနီးသို့  
ကလလေးများ၊ အိမ်မွေးတိရစ္စနှင့်များ မသွားစေသင့်ပါ။

အလွယ်တကူထိတွေ့စေနိုင်

ယင်းသည်ဖော်ပြုနည်းပြု အလုပ်တကူ ထိတွေ့စေနိုင်ဖြစ်သည်။ မာတဲ့  
ပစ္စည်းများသံဃာခိုင်းကြောင့် သီးနှံများအတွက်တိုးခဲ့သည်၏ မုန်လော်လည်း  
နောက်ဆက်တွဲပြုသေနာများကိုမှ အထူးသတိပြု ဆင်ခြင်သိနိုင်ဖြစ်သည်။ အမေ  
ရိကန်နှင့်၏ National Research Council အပျိုးသားသုတေသန<sup>၁၁</sup>  
ကောင်စီက oncogenic risk ကင်ဆာဖြစ်နိုင်စေတတ်သည့် အစားအစာ ခုစွစ်  
ပျိုးမှ ခြောက်ခာ ၁၅ ပျိုးမှ ကိုခုံပိုံကို တွေ့ရှိပြီး နိုက်ထရိုတ်စာတ် အများအပြား  
သံဃားသော နေရာများ၏ ဖြစ်ပွားကြောင်း အတည်ပြုပါသည်။ ၁၂ နှစ်ကြာ  
လေ့လားများအကြံနိုက်ထရိုတ်စာတ်ကို ၁၂ အမှုပိုမိုသံဃားလွှဲလျှိုက်ကြောင်း တွေ့ရ  
သည် နိုက်ထရိုတ်သည် ကင်ဆာဖြစ်စေနိုင်သော ဓရတ်ပစ္စည်းပြုစွာဖြစ်သည်။ Doctor's  
Data Analytical Laboratories အန္တာ၏ လေ့လားမှုအရ အလူမိန့်ယမ်၊  
ကက်ဒမီယမ်၊ ပဲ ပြေားစာတ်နှို့လည်း ပမာဏများစွာ ထုံးနောက်ကြောင်း သိရ  
သည်။

သဘာဝမြော်အတက် မာတ်မြော်အတိုင်းကြောင့် စီတာမလင် Vitamin C မာတ် အထူးလျှော့နည်းကြောင့်လည်း တွေ့ရှုသည်။ အလားတဲ့ အခြားအာဟာရ မာတ်များလည်း လျှော့နည်းကြောင့် တွေ့ရှုပါသည်။ Heavy metals နေ့ပြီး mercury၊ ခဲ့၊ (cadmium) ကာက်ဒံမြို့ယမ်၊ ယူရေနှီးယမ် စသည်၌ သည် မာတ်မြော်အတိုင်း အများစုပ်ပိုင်နေ့ပြီး ယင်းတို့ကြောင့် ကျော်ကပ်၊ အသည်း၊ အဆုတ်တို့ကို ထိနိုင်စေနိုင်သည်။ ကင်ဆာရောဂါးအထိ ဖြစ်စေနိုင်သည်။ ထိနှုံးသော ခာတ်မြော်၏ ၂၅ ပျိုးတို့ကို လေလာရာဇွှေ့ (silver) ငွေမာတ်၊ နိုကယ်၊ ဆလိယီနိုယမ်၊ သာလိယီ၊ တင်နာဒံယိုယ်စသည်။ Heavy metals များကို လည်း တွေ့ရသည်။ ယင်းတို့အားလုံးသည် ကျွန်းမာရေးအန္တရာယ် ပေးနိုင်သည်၌ တွေ့ရသည်။ အိမိနိုယ်စိုက်ထိနိုင်ပာတ်သည် ပျောက်စိုးအရောင်းပြုရောင်းလည်း ယူလေသော အလုပ်စဉ်မြို့ယမ်၊ ယူရေနှီးယမ် ပေးနိုင်သည်၌ တွေ့ရသည်။ ရှုံးကြိုက်မိုးကို နာခေါင်း၊ လည်ချောင်း၊ အဆုတ်တို့ကို ရောင်ရမ်းစေနိုင်သည်။ ပို့တက်နိုင်ကလိုလိုကိုသည် အာရုံးကြော စနှစ်၌ ထိနိုင်စေနိုင်သည်။ ခြိုကြည့်ပါက ကင်ဆာရောဂါး၊ methemoglobinemia ခေါ် သွေးနှုံးများ ပျက်စီးပြု၏ အာရုံးကြောများ ထိနိုင်ပျက်စီးခြင်း စသည်၌ ကျွန်းမာရေး ပြဿနာတို့များ ဖြစ်စေနိုင်သည်ကို တွေ့ရှုပါသည်။

ထိုကြောင် စိတ်ပျီးရေး မွေ့ပြုရေးလုပ်ငန်းများ ကြောင် ရန်ခိုင်ရေးနှင့် သော ကျွန်းမာရေး ပြဿနာများ ကို အထူးသတိပြု ကာကွယ်လုပ်ဖြစ်ပါသည်။ အများ ပြည်ထဲတိုကို စနစ်တကျသုံး စေပြီး ကြိုတင်ကာကွယ်မှုများ စီမံ ဆောင်ရွက်သင့် ပေသည်။





ြမ်းချမ်းရေးဂိတ္ထဲတွေ့ကြုံမှု ပါဝင်တဲ့ တိုင်းရင်းသားလူမျိုးအားလုံးက  
ြမ်းချမ်းရေးကိုရော၊ ဂိတ္ထဲပါ တန်ဖိုးထားချစ်မြတ်နိုးတယ်ဆိုတာ ပေါ်လွှင်တယ်



ဦးမင်္ဂလာတွေး (ညွှန်ကြားရေးမှု။ ချုပ်မန်မှုအသံနှင့် ရုပ်မင်သံကြား)



မြန်မာ့အောင်  
(အကဲဖြတ်ဒိုင်)



မမေသူကျော်  
(ပထမဆုရင်)



မက္ခာက္ခာခိုင်  
(ဒုတိယဆုရှင်)



မောင်ဖြူလှ  
(တတိယဆရုံ)

ရန်ကုန် ဒီဇင်ဘာ ၁၁

ည်နက္ခားရေးမှူးချုပ် ဦးမင့်ထွေး  
(မန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြား)

ပါဝင်သွားမှုများ ဒီဆရာတဲ့အတွက် အလွန်ပျော်ပါတယ် ပြုင့်စီး  
တစ်ခေါ်လျော်က် သီချင်းရွေးချယ်မှုအပိုင်းဘာတော့ အခက်အခဲ  
အမှားကြီးရဲ့ပါတယ်။ Level 1 က ထိတ်ကြောက်သီချင်းဆီလေ  
မည့်ကျွန်ုတဲ့ Level တွေမှာ ကျဉ်းမြတ်ခဲ့ရတာ အမှတ်စဉ်ပိုက်  
သီချင်းရွေးချယ်ခဲ့ရတာဖြစ်လို့ အလွန်ခက်ခဲ့ပါတယ်။ အခဲလုံ  
ပထားရှုပေးမှုလည်း ကျော်မနေနဲ့ ဆက်လက်ပြု  
အနာပညာလုပ်နှင့်တွေ့ကြိုးစားလျော်လုပ်းသွားဦးမှာ  
ပရိသတ်ကြိုးနဲ့လည်း စဉ်ဆက်မပြတ် ထိတွေ့သွားမှာဖြစ်ပါတယ်  
ပြုင့်ပွဲတစ်ခေါ်လျော်က် ကြိုးစားခဲ့ရတယ်။ ပရိသတ်တွေ့လုံလည်း  
ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ မြိုင်းချမ်းရေးကိုတာ လူသားအားလုံး  
အတွက် ပေါ်ရွင်မှုများနှင့်မယ် ကြံ့တွေ့လာမယ့် အခက်အခဲ  
တွေ့ကို ဖြောင်းပေးနိုင်ယုံး ဆုလက်ဆောင်တစ်ခုလို့ ပြုပါတယ်  
နိုင်းတောက်က မြိုင်းချမ်းရေးကို ဦးတည်ပြီး ကျင်းပတဲ့ သီချင်းဆီ  
ပြုင့်မှု တစ်ခေါ်တစ်လမ်းကနေ အခဲလုံလို့ဝင် ဒွေ့ရှိပြု  
ပထားရှုရရှိတဲ့အတွက် အတိုင်းမထိ ဝမ်းသာပါတယ်။ အလွန်ပြု  
ကျော်မိပါတယ်။

(မြိုင်ချမ်းရေးရဲ့တွဲတော်၏ ပထမဆုံးရရှိခဲ့သော မေသနကျဉ်းသည် ဂိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာအနုပညာလေကျဉ်းများရှိခဲ့သူ၏ဖော်ပြုအတို့ ဦးသန်းထွန်းလေး၊ အေဒီ၏ ပိုးအိုစ် တို့၏ တဗုံမာရင်းဖြစ်သည်။ နိုဝင်ဘာနှင့်တွဲတော်၏ ပညာဆည်းပူးတက်ရောက်နေသေးကျဉ်းသုတေသန၏ဖြစ်ပြီး သတ္တုမာတန်းတက်စဉ်ကလည်းကြယ်ကလေးများသို့ခင်းချင်ပြီးတွဲတော်၏ပိုးအိုစ်လည်းကောင်းမြှင့်ပြီး အေဒီ၏ ပိုးအိုစ်လေး၏ ပထမဆုံးရရှိခဲ့သော မေသနကျဉ်းသည်။)

ဖြစ်လယ်ထင်တုလုပ္ပါး မြန်မာသံမပါလောက်ဘူးထင်နေကုန်နှင့်  
ဆရာ အောင်နိုင်စန်းကနေ နောက် Level တွေမှာ မြန်မာ  
အသံတွေကိုလည်း ပါဝင်ယူဉ်ပြုပြုခွင့်ပြုတယ်။ မည်သည့်သို့လည်း  
အမျိုးအစားမဆို ပါဝင်ယူဉ်ပြုခွင့်ရာတယ်ဆိတာနဲ့ ပြုပြုခြစ်  
သွားတာပါ၊ အတိုင်းမှာတော့ ဝင်ပြုစိုး စိတ်ကူးမရှိပါဘူး၊  
နိုင်ငံတော်ကလည်း ဦးစီးကျင်းပတာဖြစ်၏ ပြီးချမ်းရေး အထိမ်း  
အမှတ်လည်းဖြစ်တော့ ကလေးဆိုရိုးသွားရောက်ယူဉ်ပြုပြုဖွဲ့  
တာပါ၊ ဖိုပြိုပို့မှာ အမှန်တကယ် ကြိုးစားယူဉ်ပြုပြုခဲ့တာ  
ဆိတော့ ခုတ်ယခုရတော့ ခံစားရာတယ် ရင်ထဲမှာရှိတဲ့ အတိုင်း  
ပြောတာပါ။ ပရိသတ်ပေးတာကလည်း Winner ဖြစ်တော့  
အဒီလိလိ မှန်းထားခဲ့တာပါ။

(အုတိလာရှင်ဖြစ်သော မကြေတွေနိုင်သည် နိုင်ငြတော်  
ကျီးစီးကျင်းပလော ဆိုက၊ ရေး တီး ပြုပိုင်ပွဲ မြန်မာသံစုံ  
ဂွဲနှင့်သီချင်းဒါပြုပိုင်ပွဲများတွေ ဝင်ရောက်ယဉ်ပြုပိုင်ခဲ့ရှု၏  
အကောင်းဆုံး ဆရာတိရဲ့ဖူးသဲ တစ်စီးဖြစ်သည်။ မြိုမြင်း၏၏  
နှစ် ၁၀၀၂ ပြုသူမာလည်း အကောင်းဆုံးဆု ရရှိသူတစ်စီးပြစ်ကာ  
ချွော်ချိုင် ရေးအိုးနှင့် ရေးအိုးပညာရေးနှင့်တွေ့ကြား  
တာဝန်ထမ်းဆောင်နေသော ဝန်ထမ်းတစ်စီးဖြစ်သည်)  
မောင်အိုး( ကဏ္ဍယာဂေါ်)

မြန်မာတစ်လိုင်လုံးသို့ရာနဲ့ကျင်းပတဲ့ ပြီမြေးချမ်းရောဂါတ  
ပွဲတော်မှာ ရောင်တိုင်းရင်းသာ ပြစ်တဲ့အတွက် ရှိင်ဒေသအပါ  
အဝင် မြုပ်မြုပ်မျမ်းဖြစ်ရနေတဲ့ ဒေသတွေမှာ ပြီးချမ်းစေချင်တဲ့  
စိတ်ဆန္ဒနဲ့ ဒီပြီးချမ်းရောဂါတပွဲတော်ဟိုးမှာ အခုလုံး  
တစ်ထောင့်တော်နေရာက ပါဝင်ခွင့်ရှုရယ်ဆိုတဲ့ စိတ်နဲ့  
ပါဝင်ပျော်ရွှေ့လဲက စိုးပါဘူး။ ဒိုင်းကုန်းတွေကဲ့သို့ လုပ်လဲပေးဘ

“ လက်ရှုဖြစ်နေတဲ့ စစ်ပွဲတွေ၊ ပဋိပက္ခဖြစ်နေတော်ကို ငြမ်းချမ်းစေချင်တယ်၊ ငြမ်းချမ်းစေချင်တဲ့စီတ်ကြောင့်လည်း အခုလို ငြမ်းချမ်းရရှိ ဂိတ်ပွဲတော်ကိုးမှာ ပါဝင်ယူဉ်ပြီငါးတာဖြစ်ပါတယ်၊ မငြမ်းမချမ်းဖြစ်နေတဲ့ ရခိုင်ဒေသမှာ ဒုက္ခရောက်နေကြတဲ့ ပြည်သူလူထုတွေ အမြန်ဆုံးအေးအေးချမ်းချမ်းနဲ့ ငြမ်းချမ်းစေချင်လုပ်ပြီ”

ବ୍ୟାକ ଶବ୍ଦରେ ଅବସ୍ଥା

သီချင်းဆိပ်ပြင်ပွဲတစ်အဖြစ်တာကြောင့် ဒြင်းချမ်းရေးဂါတ္တုတော် သီချင်းဆိပ်ပြင်ပွဲမှာ မြန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်ပြန်သံကြားက အကူအညီတော်စွဲအတွက် ဒီပြင်ပွဲမှ ပါဝင်ကူလှို့ဖြစ် ခဲ့တာပါ၊ အကူဖြစ်ဖိုင်အဖြစ် ပါဝင်ခဲ့သလို အစီအစဉ်ထုတ်လုပ်ဘဲအပိုင်းမှာလည်း အကြံကာကွယ်ပေးပါဝင်ခဲ့ပါတယ်



# ရိုင်ပည်နယ်သတ်းများ

# မောင်တော်မြို့နယ်ရှိ တိရစ္ဆာန်များ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပေး

နေပြည်တော် ဒီဇင်ဘာ ၁၁  
မောင်တော့မြန်ယိုရှိ မြန်ယိုတိရှိလွှာနှင့်  
ကျိုးမာရေးလောင့်ရော်ရေးအဖွဲ့သည်  
ပန်းတော့ပြင်စခန်း ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ  
ကင်းခေါ်ရေး (တိုင်းရင်းသား)ကျေးရွာ၊  
ခရေခြိုင် (တိုင်းရင်းသား) ကျေးရွာနှင့်  
ရွှေရင်အေး (တိုင်းရင်းသား)ကျေးရွာ  
နို့တွင် နွား သုံးကောင် ဆိတ်  
တစ်ကောင်၊ ခုံတိုင်စခန်းပတ်ဝန်းကျင်ရှိ  
ရန်အောင်မြေ (တိုင်းရင်းသား)ကျေးရွာ၊  
မင်္ဂလာထွန် (တိုင်းရင်းသား)ကျေးရွာနှင့်  
ကြိမ်ချောင်း (ရောနော)ကျေးရွာတို့တွင်  
နွား နှစ်ကောင် ဆိတ် တစ်ကောင် ပါးချုပ်  
စခန်း ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ပါးချုပ် (ရောနော)  
ကျေးရွာ ရွှေဟူးတောင် (တိုင်းရင်းသား)  
ကျေးရွာတို့တွင် နွားတစ်ကောင် ဆိတ်  
နှစ်ကောင်တို့ကို ကာကွယ်ကုသခေါ်  
များ ထိုးဖောပြီး စုပေပိုင်းစခန်းသုံးချို့



ဖောင်းလောင်းရေလျှင်တမံမှ ဥက္ကရသိရှိမြို့နယ်အတွင်းရှိ စီစဉ်ရေသာက်အားလုံးကို နွေ့ချေပါးစိုက်ပျိုးရန်အတွက် စိုက်ပျိုးရေ ပေးဝေသွားမည်

နေပြည်တော် ဒီင်ဘာ ၁၁  
ပြည်ထောင်စုနယ်ခြေ နေပြည်  
ညွှန်ချက်မြို့မြို့နယ်အတွင်းရှိ  
သောက်အားလုံးကို နေဂါတ်ပို့ဂ်  
အတွက် ဖော်လောင်းရေပေါ်လောင်း  
နိုင်ပျီးရေပေးဝေသွားမည့်ဖြစ်ခဲ့  
သိရသည်။

အဆိုပါ ဖောင်းလောင်းရေလှောင်  
တမ်း၏ ယခုနှစ်အတွင်း ရေဝင်ရောက်မှု  
ကောင်းမွန်သုည်အတွက် ရေဒော ၉၀၀၀  
ကျော် သိလှောင်ထားနိုင်လျက်ရှိ  
ကြောင်း၊ ဖောင်းလောင်းဆုပ္ပရေသာက်  
စနစ်တစ်စုလုံး၏ စိစစ်ရေသာက်  
ရေ့ယာမှာ ကေ ၄၀၀ ဖြစ်ပြီး လက်ရှိ  
သိလှောင်ရေဖြင့် အဆိုပါ စိစစ်ကေ  
အားလုံးကို စိုက်ပျိုးရေ အပြည့်အဝ  
ပေးနိုင်မယ် ဖြစ်သည်အပြင် ပို့ယူယဉ်

သိလောင်ရေများကို ငလိုက်ရေ လွှဲဆည်  
အတွင်းသို့ ထုတ်လွှတ်ပေးသွားမည်ဖြစ်  
ခဲ့ပါ။

အေဒ်းလောင်းဆည်ရေဖြင့် ၂၀၁၇-၂၀၁၈ ခုနှစ် နေစပါးစိတ်ပျီးရှိနဲ့အတွက် ဒေသခံတောင်သူများနှင့် တွေ့ဆုံးပြီး ကွင်းဆင်းဆွေးဆွေး၊ ဆောင်ရွက်ခြင်းများကို ပုံစံရည်ဖြေပြန်လှပြီး ဘုရားကုန်း၊ ကျော်ခွာတွင် ပြုလုပ်ခဲ့ပြီး တည်ဆောက်ရေး(၅) ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုမီမံခန့်ခွဲရေးဦးဌာနမှ တာဝန်းရှိသူများ၊ ဖြို့နည်းစိတ်ပျီးရေး၊ ပြိုမိုင်းအစွဲဝ်များ၊ ဒေသခံတောင်သူများတက်ရောက်ကြပြီး ဆွေးနွေးညိုင်းများအား စိစစ်ကောင်ပြင် တို့အွေးက ၉၀ ရွာပေါင်း ကေ ၄၂၀ ခန့်ကို စိုက်ပျီးရေ ပေးဝယ်ယူးမည်ဖြစ်သည်။ အဆိတ်ပါ အေဒ်းလောင်းရေလောင်

အစိုးရန်းပညာအထက်တန်းကျောင်း (မကွဲ့)တွင် (ကာလတို့)  
အသက်မွေးဝမ်းကျောင်းသင်တန်းများ အခမဲ့ သင်ကြားပေးမည်

မက္ခား ဒီဇင်ဘာ ၁၁

မကျေးတိုင်းဒေသကြီး မကျေးမြို့  
 နည်းပညာ သက်စွဲပညာနှင့် လေဘုရိုင်  
 ရေးနှင့်စီးပွားရေး အစိုးရနည်းပညာ  
 အထက်တန်းကျောင်း (မပေး) တွင်  
 ဒီဇင်ဘာ ၁၅ ရက်မှ စတင်၍(ကာလတိ)  
 အသက်မွေးဝင်းကျောင်း သင်တန်းများ  
 ကို အဆဲ ဖွံ့ဖြိုလှစ်သင်ကြားပေးသွားမည်  
 မြန်မာ့ကြောင်း ဘက္ကာ၏

အပတ်စဉ် (၁)၊ ဂဟေဆက်သင်တန်း  
အပတ်စဉ် (၃)၊ ပညာအရည်အချင်း  
ရှုတန်း အောင်မြင်သူများအတွက်  
အိမ်တွင် လျှပ်စစ်သွယ်တန်းခြင်းနှင့်  
ပြပိတ်ထိန်းသိမ်းခြင်းသင်တန်း အပတ်စဉ်  
(၃) Computer Basic သင်တန်း  
အပတ်စဉ်(၅)၊ ပညာအရည်အချင်း ၁၀  
တန်းအောင်မြင်သူများအတွက် Eng-  
lish Speaking သင်တန်း အပတ်စဉ်  
(၁)အစရိသည့် သင်တန်းများပါဝင်မည်

ପ୍ରତ୍ୟେକିଣୀ

“အသက်မွေးဝင်းကျောင်း လုပ်  
ငန်းတွေကို အထောက်အပံ့ဖြစ်စေဖို့  
၂၀၁၅ ခုနှစ် ဧန်လ ၂၇ ရက်က စီပြီး

ဘာမဲ့မှ ဒွေဝဝါး လျှေထားကေပါင်း  
၄၃၀ ခန်ကို ပြည့်မိအောင် စိုက်ပျိုးရေ  
ပေးလေနိုင်ရေးအတွက် တူးမြေပိုင်းများ  
လျော့ရီးရေလာကောင်အောင် ဆောင်ရွက်  
ခြင်း၊ မည်သည့်နောက်တွင် ရေတတ်ပေး  
စေမည့် မည်သည့်နောက်အထိ စိုက်ပျိုးရေ  
ရောက်ရှိမည် လိုက်နာရမည့်  
ဆည်လြောင်းပေအောင် စိုက်ပျိုးရေ လိုအပ်  
ပါက ဆက်သွယ်ရမည့် ပြည့်သူ့နှင့်ထိုး  
နှင့် တောင်သူမိတ်ဆွေတို့၏ အမည်နှင့်  
နှင့်နှင့် ဖို့ပို့တောင်သူမှုများ  
အသိပိုက်ရှိ ဖော်ထား  
သော ဆိုင်းဘုတ်စိုက်ထူးခြင်း တောင်သူ  
နှင့် တွေ့ဆုံရှင်းလင်းပြောကြားခြင်းများ  
ဘုတ်ဆည်မြေားနှင့် ရေအသုံးမျှမှုစီမံခွန့်ခွဲ  
ချော်းစီးပို့နာနဲ့ တည်ဆောက်ရေး(၅)  
ဘန်ထမ်းများက ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ  
ပြောက်းသိရသည်။ ပျိုး (နေပြည်တော်)

သင်တန်းအသစ်အနေနဲ့ ဖွင့်ပေးထား  
ပါတယ်၊ သင်တန်းလျှောက်ထားနိမ့်  
အသစ်အရှယ် ကန်သတ်ချက် မရှိပါ  
ဘူး”ဟု အစီးရေကြည်းပညာအတက်  
တန်းကျောင်း (မဗော်)ကျောင်းအပ်ကြီး  
ဦးသက်နိုင်က ပြောသည်။

သုတေသနပြင်မည်

ဆိုင်ကယ်ပြင် သင်တန်းတွင်  
ဆွဲလာလျှောက်နိုင်ငံအခြောက် HEL-  
VETAS Myanmar NGO  
အဖွဲ့အစည်း(မင်းလှ)၏ ထောက်ပုံ  
ကုလ္ပ်မြှင့် ဦးမြှင့်အောင် ရန်ကုန်  
ဆိုင်ကယ်ပြင်ဆိုင် (မင်းလှ)တို့ပူးပေါင်း  
ဝါဝင်ပြီး သင်တန်းကာလ သုတေသနပြင်  
ပည်ဖြစ်၍ နေထိုင်ရန် အဆောင်အခွဲ  
စိတ်ပေးထားကြောင်း အခြားသင်တန်း  
များမှာ သင်တန်းကာလ တစ်လျှောက်ပြင့်  
ပည်ဖြစ်ကြောင်း ဆိုင်ကယ်ပြင်သင်တန်း  
မှ သင်တန်းသား ၁၂ဦး အိမ်တွင်းလျှပ်စစ်  
ရွှေ့ယ်တန်းမြိုင်းနှင့် ပြုပြင်ထိန်းသိမ်းခြင်း  
သင်တန်းမှ သင်တန်းသား ၂၂ဦး  
Computer Basic သင်တန်းမှ

---

Digitized by srujanika@gmail.com



## မြေယာလျှောက်ခြေးငွေများ

ရန်ကုန် ဒီဇင်ဘာ ၁၁  
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မင်္ဂလာတော်ညွှန်  
မြိုက်နယ် အထောက်ထပ်အပ်ချုပ်ရေး ဦးစီး

















CCTV များ တပ်ဆင်၊ မှတ်တမ်းတင်၊ စစ်ဆေးခြင်းများ ပိုမိုစနစ်ကျရှိရေး ဆောင်ရွက်နေ

ଏଣ୍ଟକୁ ହିଁଲ୍ଲା ଓ  
ଯାହାରେ ଦୟନ୍ତିକରିବା ପାଇଁ ଲାଭିଲେ କଥା ନାହିଁ ଯାହାରେ ଦୟନ୍ତିକରିବା ପାଇଁ ଲାଭିଲେ କଥା ନାହିଁ  
ଧ୍ୟାନରେ ଦୟନ୍ତିକରିବା ପାଇଁ ଲାଭିଲେ କଥା ନାହିଁ ଯାହାରେ ଦୟନ୍ତିକରିବା ପାଇଁ  
ଧ୍ୟାନରେ ଦୟନ୍ତିକରିବା ପାଇଁ ଲାଭିଲେ କଥା ନାହିଁ

**၉၆၅။**  
ဒီဇင်ဘာ စ ရက်က ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးလွှတ်တော်  
အဆိုးအဝေး၏ မဂ္ဂလာတော်ထွက်ပြန်နည်းလွှတ်တော်  
(J)မှ လွှတ်တော်ဘဏ်စားလှယ် ဦးရန်အောင်က မလုပ်တော်  
ယာဉ်တိုင်ရှုများအနေဖြင့် အကြောင်းကိုစွဲတစ်စွဲတစ်ရာ ဖြစ်  
ပေါ်လာ၍ ရန်ကုန်မြို့၊ အလုပ်လမ်း Control Center ရှိ CCTV  
မှတ်တမ်းများကို သက်သေအဖြစ်တော်ပြချက် လိုအပ်လာသည့်  
အဲ ကူးယူသုခွဲခွဲ ရှု မရှု သရိကိုပြေားမှု မေးခွန်းကို ဝန်ကြီး  
က ဖော်တော်ရာတွင် ပြောကြားခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။



CCTV မှတ်တမ်း ကူးယူထံ့ခွင့်ကို သက်ဆိုင်ရာ အကြောင်း အဖွဲ့အစည်းများက စဉ်းစားဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်ပြောင်း ပြောကြားသည်။

ຕົວດົນ:ອໍລວມດູ

ယာဉ်ပိုင်ရှင်များအနေဖြင့် CCTV မှတ်တမ်းများကို  
တောင်းခံသည့်အခါတွင် အဆိပ်မှတ်တမ်းများကို ကြည့်ရှုခြင်း  
ရှိသည့်မှာ သက်ခိုင်ရာ ရဲတပ်ဖွဲ့နှင့် ယာဉ်ထိန်တပ်ဖွဲ့အစီသော  
အာကာပိုင်အဖွဲ့အစည်းများကောင် ကြည့်ရှုခြင်းရှိသည့်အတွက်  
အဆိုင် သက်ခိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်းများမှတ်ဆင်သော တောင်းခံ  
သင်ပါတော်လုပ်းစီမံခိုင်းက ဖောက်ခဲသည်။

ଲ୍ଲୁଟର୍ନ୍ ତେର୍ନ ଗୀର୍ଜାର୍କୁ ଯାଏଇଛି । ପରିମଳା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିମଳା ହେଲା ଏବଂ  
ଯୁଦ୍ଧରେ ଲାଭିବାକୁ ପାଇଲା ଏବଂ ଶବ୍ଦରେ କିମ୍ବା ପରିମଳା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିମଳା ହେଲା ।  
ଏବଂ ଯୁଦ୍ଧରେ ଲାଭିବାକୁ ପାଇଲା ଏବଂ ଶବ୍ଦରେ କିମ୍ବା ପରିମଳା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିମଳା ହେଲା ।

လျက်ရှိသော စိုက်ဘဏ်ထဲတဲ့ပါ၏၊ စိုင်စိုင်လုပ်နှင့် ဆောင်ရွက်ခြင်း စသော လိုင်စစ်ရရှိထားသူများအနေဖြင့် လုပ်ထုံးလုပ်ည်းအရ သက်ဆိုင်ရာ ဒေသအာကားပိုင်များ၊ တိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့နှင့် YCDC၊ YESC အစိုးလောာ အဖွဲ့အစည်းများတွင် တရားဝင်မှတ်ပုံပဲလုပ်ပြီး တရားဝင် ခွဲပြုချက်များကို ထပ်မံတော်းဆီပြီးမှ လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက် ရမည့်ဖြစ်သည်။ ဆက်သွယ်ရေးနှစ်ကြေးမှုလို စွဲမှုများ၊ ရရှိထားသော လိုင်စစ်စဉ်စုတည်းပြု သက်ဆိုင်ရာ အာကာ ပိုင် အဖွဲ့အစည်းများကို အသိပေးအကြောင်းကြောခြင်းများ၊ မြန်မာ ဆောင်ရွက်နေသောကြောင်း YCDC လမ်းတံတားလွန်က ကြေညာသွေးထုတ်ပြန်ခြုံ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်ကြောရ် အကြောင်းကြေားထားကြောင်းလည်း ဝန်ကြီးက ဆက်လက် ဖောက်သည်။

အရေးယူသွားမည်  
၅၇၁

ပြည်သူလူထုအခြေပြု၍ ဂျပန်းဦးနောက်ရောင်ရောဂါကာကုယ်ဆေးထိုးမည့်အစီအစဉ် ရှင်းလင်းဆွေးဆွဲး

မိန္ဒာ ဒီဇင်ဘာ ၁၁  
နိုင်ငံတစ်ဝန်း ဂျပ်နှင့်နေက်ရောင်ကာကွယ်ဆေး အစုလိုက်ထိုးနှုပ်ပေးခြင်းလုပ်ငန်း  
နှုတ်ယာအတိုင်းအဖြစ် ပြည်သူ့လူထုအခြေခံပြုကာကွယ်ဆေးထိုးအစီအစဉ်ကို ဒီဇင်ဘာ  
၁၁ ရက်မှ ၂၀ ရက်အထိ ဆောင်ရွက်သူးမည်ဖြစ်စဉ်ရာ မိန္ဒာ ဒီဇင်ဘာ၏အတွက် ဆေးထိုးပေး  
မည်အဲဒါအစဉ်ရန် ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းဆွေးနွေးပွဲကို မိန္ဒာ ဒီဇင်ဘာ၏ အစဉ်  
အဝေးချင်ခြင်းမှာ ဒီဇင်ဘာ ၈ ရက်က ပြည်လွှာသည်။

ဂျပ်နီးနောက်ရောင်ရောင်ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို ပြုသည့် နိဝင်ဘာလ အတွင်းက ကျောင်းအခြေပြု၍ ပထမအကြမ်း ဆောင်ရွက်လေခဲ့ပြီ၊ ယခု စုတိယအကြမ်း အဖြစ် ပြည်သူလှထာခြေပြု ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းကို ဒိုင်းသာ ၁၁ ရက်တွင် ပေါ်မိုးခဲ့ပါ၏ ချမ်းသာကြီးနှင့် တော်ကြီးကျောင်း၏ ထိုးနံပါးသွားမည်ဖြစ် ကြောင်း၊ ဒုတိယအကြမ်း ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် အသက် ကိုလုပ် ပါးခြင်အထိ ကလေး



ပင်တယနင်ရှာင်ဒေသသို့ ပြည်တွင်းပြည်ပခရီးသွားလျှော်သည်များပိမိလာရောက်လျက်ရှု

ଶ୍ରୀମତୀ ପ୍ରିସନ୍ କାର୍ଲେସ୍ ଏବଂ ଅଧ୍ୟାତ୍ମିକ ପାଠ୍ୟକାରୀ ଦେବତା ହାଜିର ଥିଲା ।

လိမ့်ဘ်၏ကော်မီ၊ ပန်းနှင့်လာ၊ ပန်းနှင့်စိုက်ခင်းများနှင့်  
ဒေသခံတိုင်းသားများ၏ နေထိုင်မှုမဲလွှာများကို  
လည်း ပြည်တွဲးပြည် ခေါ်သွားအောင်လည်များက ယခု  
လဆန်းပိုင်းတွင် ဖို့မို့လာရောက်လေ့လာ လည်ပတ်  
လောက်ခြင်ာကြေား သိရသည်။

କୋରେଇଃହିଁମାତ୍ରାପାତ୍ରାପର୍ବତୀ ଯୁଃଲବତ୍ତନୀଲାଂ ଗୁର୍ଦ୍ବା

ତାବୁଲିଟି ତିର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମା ଓ  
ଆଜିର ମହିନେ ଦିନ୍ଦିରେ ଗୋପନୀୟ ମୂଳାଙ୍କୁ ପ୍ରିୟମିତି ଓ ତିର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମା ଲାଭ ଦିଲାଗିଥିଲା  
ମୁଣ୍ଡଫଲ୍ ପିଲାର୍ ଅର୍ଥାତ୍ ତାବୁଲିଟି ପିଲାର୍ ଏବଂ ଏକାହିଏକି ଗୁରୁତ୍ବପାଦିତ ପିଲାର୍

အနဲ့မဆောင်၍ ၆၇။ ၂ ရက်က ကျေးပေသည်။  
 ညီလာခံသိ ပြည်သူလွှာတော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးဒွေးဝင်း၊ အချိုးသားလွှာတော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးစိုင်းလုံခံတော် ပြည်နှင့်လွှာတော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးခေါင်မောင်တင့်၊ မြန်လနိုင်ရုံးလိုင်ရာ ဂေါရိရားဟန္တာမြှုမြှုအဖွဲ့၍ ပဟိုအလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌ် ဦးဘဏ်(၆၁)၊ (၆၃) ခုံးမောင်င်းနှင့် အဖွဲ့ချုပ်င်များ၊ တာချိုလိတ်မြိုအဖွဲ့ချွဲမှ ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ မြိုက်နယ် ၂၆ ခု၊ ဂေါရိရားဟန္တာမြှုမြှုအဖွဲ့ချွဲများ၏ ကိုယ်စားလှယ်များ၊ တက်ရောက်ပြီး ဥက္ကတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်များနှင့် တာဝန်နိုင်ရုံးများက ညီလာခံရို့ ဖြော်ဖြတ်ဖွံ့ဖြိုးလုပ်ကာ ဂေါရိရားဟန္တာမြှုမြှုအဖွဲ့၍ ပဟိုအလုပ်အမှုဆောင်အဖွဲ့ ဥက္ကဋ္ဌက နှင့်ခေါင်းဆုံးစေထား ပေါ်ကြေားသည်။

ତୀର୍ଥକାର ଅଣ୍ଟେଲ୍ପ ଅତ୍ସୁନ୍ଦିରେ: ମୁହା-ଗ ଫିନ୍ଡମାପ୍ରିନ୍ଟଟ୍ରା: ରୋବିଶ୍ଯାଲ୍‌ମିଃମାର୍କ୍‌ଟି ଯଧିନ୍: ଅଗ୍ରମିଃନ୍ଦ ହୋଇସ୍ଟର୍କଲ୍ ଲ୍ୟାନ୍ଡିଷ୍ଯିଭାନ୍ଡ ଲ୍ୟାନ୍ଡିଙ୍କ୍‌ଫିନ୍ଡର୍ମାମା: ଗ୍ରି ର୍ଣ୍ଣିଲାଙ୍କିନ୍‌ପ୍ରିନ୍ଟିକ୍‌ର୍ଯ୍ୟାନ୍ଡିଙ୍କ୍‌ଟାର୍କ୍‌ଗ ଅଳିଅନ୍ତର୍ବାଦୀରେ ଗ୍ରିନ୍‌ପିନ୍ଡିମାନ୍‌ମାର୍କ୍‌ଟି ଅଣ୍ଟେଲ୍ପ ଦିନିର୍ଦ୍ଦିନିକିଂରେ ହୋଇଥାଏଇଲା ଅଣ୍ଟେଲ୍ପ ଅତିରିକ୍ତ ଯାତ୍ରା କିମ୍ବା ତାରିଖରେ ହୋଇଥାଏଇଲା ଅଣ୍ଟେଲ୍ପ ଅତିରିକ୍ତ ଯାତ୍ରା କିମ୍ବା ତାରିଖରେ

ကျေးဇူးတင်ဝကား ပြောကြားသည်။  
မြန်မာနိုင်ငံလုံးဆိုင်ရာ ဂေါရီခါး ဟိန္ဒာဓမ္မအဲချုပ်၏ သုလေပတ်ညီလာခံများကို  
ယခင်က ရန်ကုန် မန္တလေး၊ တောင်ကြီး၊ မြစ်ကြီးနားနှင့် မီးကုတ်မြိုများတွင် ကျင့်ပ  
ခဲ့ကာ ယခုတစ်ကြိမ်တွင် တာချိပ်တိဖြူ၌ ပထမဆုံးအကြိမ် ကျင့်ပပြုလုပ်ခြင်းဖြစ်  
ကြောင်း ညီလာခံတွင် ဂေါရီခါးလူများတိတိ လူမှုရေးဆိုင်ရာများ၊ စာပေယဉ်ကျေးမှု  
ဆိုင်ရာများ၊ ကျေးမာရေးအသိပညာပေးခြင်းဆိုင်ရာများ၊ သုံးလေပတ်အတွင်း အဖွဲ့ချုပ်  
နှင့် အဖွဲ့ချုပ်၏ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်နှင့်များ၊ ရွှေခြင်းလက်အောင်ရွက်မည့် အစီ

မာရ်ကောင်းလဲအောင် စွေ့ချောင်း အသိပေါ်ပေးပြန်ခြင်း၊ တင်ဖော်

ဝန်းသို့ ဒီငြင်ဘာ ၁၁  
စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ကသာခိုင် ဝန်းသို့မြို့နယ်တွင် ဝန်းသို့မြို့နယ်လုံးဆိုင်ရာ  
မူးယဉ်ဆေးပါးအန္တရာယ် လျှော့ချေရေး အသိပညာပေးဟနာပြောပွဲ အခမ်းအနားကို

ဒီဇင်ဘာ ၆ ရက်က ကျေးပဲခဲ့သည်။  
အစိမ်းအနားတွင် အမျိုးသားလွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဦးခင်မောင်ဝင်းနှင့် ဖြို့နှုန်း  
စီမံခန့်ခွဲမှုကော်မတီဌာန ဦးနေမျိုးထွန်းတို့က အမှုစာစကားပြောကြားပြီး ဖြို့နှုန်း  
တရားသူကြိုး ဦးကျော်မင်းအောင်က မူးယလ်ဆေးပါးအန္တရာယ်နှင့် ပြစ်မှုပြစ်ဒက်များ  
အကြောင်းကို လည်းကောင်း ဖြို့နှုန်းဆရာတန်ကြီး ဒေါက်တာ ခင်မောင်သန်းက မူးယလ်  
ဆေးပါးအမျိုးအစားများနှင့် အန္တရာယ်ရှိပုံများအကြောင်းကို လည်းကောင်း ဖြို့နှုန်း  
ရုတ်ပြေား၊ ပုံမျိုးသန်းက မူးယလ်ဆေးပါးအန္တရာယ် ကာကွယ်တားခါးနှစ်နှင့် ရေး  
အကြောင်းကို လားကောင်း ကောက်ပြာကြော်နေးကြားကြား။













## ၃၈။ ယူဝါဒ်မြောက်ခြင်း

መመ-ርሻ/ፋይ/በኩ

# UEC

အောင်တွေအောင်မျိုးမင်း နှင့် ဦးစွဲနှင့်အောင်တွေရှိ ဦးစီးသော

# **United Education Centre**

## **KG to GRADE 10**



# ကိုယ်ပိုင်အစက်တန်းကျောင်း

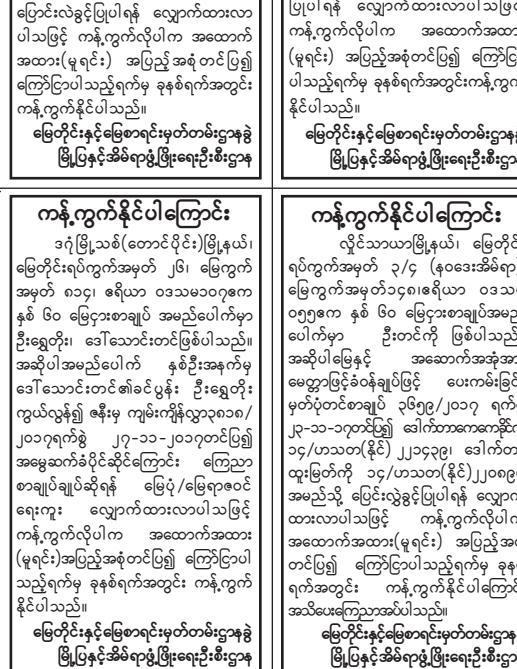
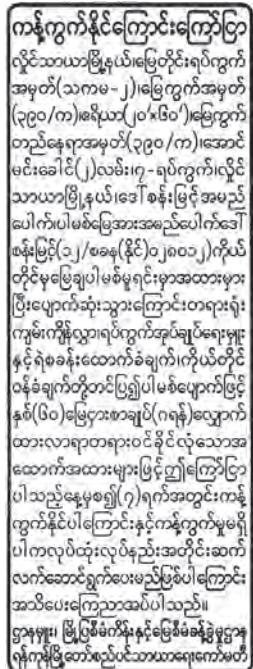
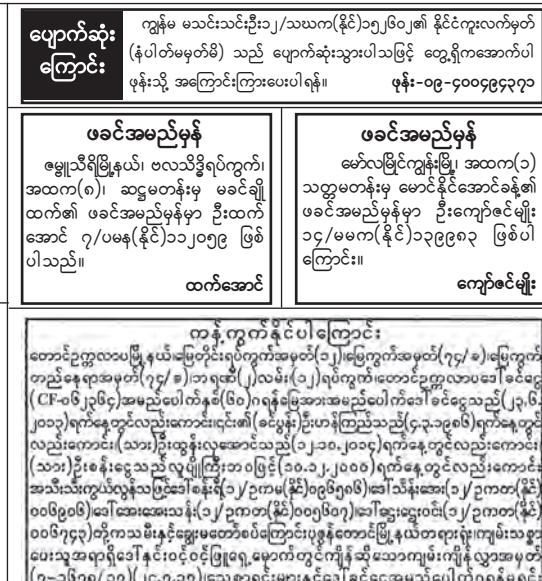


၂၀၁၈-၃၉ ပညာသင်နှစ် အထူးအဖိုးအတွက်များ

- အိမ်တွင် ပါမိကလေးအား အချိန်မပေးနိုင်သောများအတွက် စတုတွေတန်းမှ အားဖြင့်မတန်းအထိ အထူး **STUDY CAMP** ကိုယခုနှစ် တသင်နှစ်တွင် တိုးချွဲဖွင့်လှစ်ပါမည်။ သင်ကြား၊ လေ့ကျင့်၊ ဖြေဆို ပြည့်စုံစွာ စီစဉ်ထား၍ ကျေရှင်ထပ်ယူရန် မလိုတော့ပါ။
  - သတ္တာမတန်းမှ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းအထိ အဆင့်မြင့်ဘော်ဒါနှင့် **DAY CAMP** များကို ပုံစံ မတ်လဆန်းမှ စတင် သင်ကြားပါမည်။
  - အဆောင်များသည် အင်းယားကန်ပေါင်အနီးရှိ လုံးချင်းခြေကျယ်များဖြစ်ပြီး ကျောင်းသားဆောင်၊ ကျောင်းသူ့ဆောင် သီးသန့်ထားရှိသည်။
  - **UEC (၄)** ထပ် တသင်ကျောင်းသစ်ကြီးတွင် ကျယ်ဝန်းသော **Air-con** တပ် တသင်ခန်းများဖြင့် ပိမိတို့ရှင်သွေးများအား ချမ်းမြှော်ပြုရွှေ့ခြင်း သင်ကြားခွင့်ရေစေသည်။ မူလတန်း နှင့် အလယ်တန်းများအတွက် **Extracurricular Activities** များ ပြည့်စုံစွာ စီစဉ်ထားသည်။

ကောင်းမှုပါန်းများ၊ အောင်မြေသာစည်ဒီဇိုင်း၊ ကောင်းမှုပါန်း၊ Ph : 09-793 893 725, 09-793 893 726, 09-780 020 647

ကောင်းသားအောင် ● ခြုံအမှတ်(၁၅ A နှင့် B ) စံပိုပိုင်(ရ)လမ်း၊ လူည်းတန်း၊ ကမာဏ္ဍတိပြုနယ်၊ ဂန်ကြံးမြို့။ ကောင်းသားအောင် ● ခြုံအမှတ်(၄) စံပိုပိုင်(ရ)လမ်း၊ လူည်းတန်း၊ ကမာဏ္ဍတိပြုနယ်၊ ဂန်ကြံးမြို့။















မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးအတွင်း ကမ်းပြိုကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်မည်

မန္တလေး ဒီဇင်ဘာ ၁၁

မွန်လေးတိုင်းဒေသကြီး တံတားဦးမြို့မြို့ယ်အတွင်းရှိ လက်ဆောင်ယူကျော်စွာနှင့် ပုံဏှားခြောက်ချွဲ များတွင် ကမ်းပြုကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများအား ဖော်နှစ်ဝါရီလအတွင်း စတင်ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်း တိုင်းဒေသကြီး ရေအဓိက်အမြဲမြဲနှင့် မြဲချောင်းများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။

အနိပါကျော်ဆွဲနှစ်ရွာ၏ကုန်မြို့ကာကွယ်ရေးလုပ်ငန်းများအတွက် ပြည်ထောင်စုအဖွံ့အကျိုး အရေးပေါ် ရန်းစွဲမှု ငွောက်ပုံသန် ၁၂၀၀၀ သဲ့စွဲ၍ ဆောင်ရွက်သွားပည့်ဖြစ်ကြောင်း ငါးပြာနှင့် ထူးကြားရေးမှု၊ ထူးတိုးအောင်လုပ်ငန်းက ပြောသည်။

## မင်းထက်အောင် (မန်းကိုယ်ပါး)

ဦးဆောင်ရိုးများ မထိန်းနိုင်၍ မြန်မာအသင်း ဥဇာက်ကစ္စတန်နှင့်သရေကျ

ပန်ကောက် ဒီဇင်ဘာ ၁၁

၂၀၁၇ M-150 Cup ယူ-၂၃ ထိပ်ဒေါ်ပြုပိုင်း၊ အပ်စုဒုတိယနေ့ ပွဲစဉ်များကို ယနေ့လှည့်ပိုင်းက ထိုင်းနိုင်၊ ဘုရိုရမ်းချင်ရှိ၍ i-Mobile ကွင်း၌ ကျင်းပရာ ဖြန့်မာယူ-၂၃ အသင်းနှင့် ၃၁၁။

မြန်မာယူ-ဂျာ အသင်းအနေဖြင့် အနိုင်ရသည့်သည်။  
ပွဲခြစ်သော်လည်း နှစ်ဦးပြုတိုးဆောင်ပြီးမှ ပွဲပြီးသိန်းနှစ်ပိုင်း  
အလိုတွင် နှစ်ဦးပြန်ပေးရကာ သရေကျခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

မြန်မာယူ-၂၃အသင်းသည် ပထမပွဲတွင် ပီယက်နိုက်ဂို  
ဂိုးပြတ်ရှုံးထား၍ ယူပွဲတွင် ကြိုးစားကစားခဲ့သလို ဗုံးတော်း  
ပြေသိနိုင်ခဲ့သောလည်း ဦးဇော်ဂိုးများ မထိန်းနိုင်၍ နိုင်ပဲ  
ပျောက်ဆုံးခဲ့သည်။ နှစ်ပွဲကဗား တစ်မှတ်သာရသည့် မြန်မာ  
အသင်းသည် နောက်တစ်ခါင်းတောက်ရန် အခွင့်အရေးအနည်းငယ်  
အားဖြစ်ပေးကြ၏

မြန်မာအသင်းသည် ပွဲ့ဗီးထွက်လူစာရင်းကို အပြောင်း  
အလဲအချိုပ်လုပ်ခြင်း တိုက်စစ်တွင် သန်းစိုင်ကို ဖြန့်လည်

အသုံးပြုကာ မောင်မောင်နှင့် တွဲပေးခဲ့သည်။ မြန်မာအသင်း  
သည် ပထမပဲထတ်ပိုကောင်းသည့် ခြစ်မြစ်ပြုနိုင်ခဲ့ပြီ၊  
လေဘက်ကွဲဖွာန်အသင်းကို အပြန်အလုပ်ကော်မူနိုင်ခဲ့သည်။  
င မိနစ်တွင် တိဂုံစာများ၊ သန်းပိုင် အပိုင်ကွန်ခုရဲ့သယ်လည်း  
ရှိုးသမားတည်ဟည်ကန်မို၍ နှစ်နာရဲရသည်။ င ၁၇ မိနစ်တွင်  
မြန်မာအသင်းအဖွဲ့ဝိုင်ခဲ့ပြီ၊ ကွင်းလယ်လူ လွှဲမြှုပ်အောင်  
နောက်တိုးပေးသော ဘောလုံးကို အသင်းခေါင်းဆောင် စဉ်သူ  
ကော်ကြံ။

မြန်မာစာ ၁၃ တော်ဝါ



ဒီဇင်ဘာ ၉ ရက်က နွေကပင်နှင့် ဂျပန်အပေါ်တမ်းလိုက်  
ညွှန်ပေါင်းအသင်း ခြေစမ်းပွဲကစားစဉ်။ ဓာတ်ပုံ-စီးညွှန်

The advertisement features a top banner with the TOTACHI logo and the slogan "Quench Your Engines's Thirst with TOTACHI". Below the banner is a large image of a white racing car with red and blue accents, featuring the TOTACHI logo prominently on its side. To the left of the car is a collection of TOTACHI product packaging, including a large drum, several cans, and a bottle. The products shown include Multi-Vehicle ATF, ESTER, PAO, and various engine oil grades like 15W-40, 0W-20, and 5W-30. A small badge at the bottom left indicates "Product of Japan". The background of the main image is a blurred racing track.