

၁၂၅ ရန်ကတည်ထောင်သည်။ Established in 1914  
**Myanma Alinn Daily**

## ၁၃၈၆ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် ၃ ရက်

ජෝං තුනක් සිදු කළ මුදල පෙන්වනු ලැබේ.

အတ္ထ (၆၃) | အမှတ်(၃၂)

## လွန်စွာကပ်ပြုသည့်ခိုက်

ပန်းတိုက် ကောင်းနဲ့ရှာရ ခွတ်ဗျာသူလဲဘို့  
ကာမဂ်ကံတိုက် မရသေသာည်ကို တောင်တဲ့ရှိခဲ့သည်ကို  
တွယ်တာ၊ လွှဲနွားကြပြီသည့် စိတ်ရှိသေသာလဲကို ပြီးဘာ  
သော ရေအလျဉ်သည် အပ်ပျော်နေသောရွှေကို လွှမ်းမိုး  
တိုက်ယူသွားသကဲ့သို့ သမင်းသည် သိမ်းယူ၍ သွား၏။  
ပုံပိုဝင် (မြေပဒ-၄၇)



နှင့်တော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကာ နှင့်တော်ဝန်ကြီးချုပ် ပိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင် ထဲ  
မြန်မာနိုင်ဆိုင်ရာ တရာ့ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံသံအမတ်ကြီး သံအမတ်ခန်းအပ်လွှာပေးအပ်

နှစ်နိုင်ငံအကြား နယ်ပယ်ခုံ၏ ပူးပေါင်း  
ဆောင်ရွက်မှုများ ယခုထက် ပိုမိုတိုးတက်  
အောင် ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည့်  
အခြေအနေများ၊ နိုင်တကဗျာမျက်နှာစာတွင်  
မြန်မာနိုင်ငံနှင့်ပတ်သက်၍ တရာတနိုင်ငံ  
အနေဖြင့် ရပ်တည်ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိ  
သည့် အခြေအနေများနှင့် ပတ်သက်၍  
အမြင်ချင်းဖလှယ်ဆွေးနွေး

နေပါယ်တော် ဉာဂုတ် ၁၃



ယနေ့ ဖတ် ၁ ရာ

ପିଲ୍ଲାରୀ

93

အာဆီယံဆေးလိပ်ငွေကင်းစင် ဒေသ  
မြန်မာဇုန်ပုဂ္ဂိုလ်

နိုင်ငံတကာသတ်

နိုင်ငံသားအားလုံးပါဝင်အောင်ရှက်ရမည့်  
မူးယစ်ဆေးဝါးနှင့်တိုက်ဖျက်ရေး

- |                          |                               |
|--------------------------|-------------------------------|
| (၁) မြစ်ခြားနားတက္ကသိုလ် | (၁၃) ဖွဲ့စည်းအပေးသင်တက္ကသိုလ် |
| (၂) ဟားအံတက္ကသိုလ်       | (၁၄) မိဇ္ဈိလာတက္ကသိုလ်        |
| (၃) ဟားခါးတက္ကသိုလ်      | (၁၅) ကျော်ဆည်တက္ကသိုလ်        |
| (၄) မျှောတက္ကသိုလ်       | (၁၆) အော်လမြိုင်တက္ကသိုလ်     |
| (၅) ဧည့်တက္ကသိုလ်        | (၁၇) စံတွေ့တက္ကသိုလ်          |
| (၆) စစ်ကိုင်းတက္ကသိုလ်   | (၁၈) ရန်ကုန်အပေးသင်တက္ကသိုလ်  |
| (၇) ထားဝယ်တက္ကသိုလ်      | (၁၉) တော်ကြီးတက္ကသိုလ်        |
| (၈) တောင်ဌာတက္ကသိုလ်     | (၂၀) ကျိုးတံ့တက္ကသိုလ်        |
| (၉) ပြည်တက္ကသိုလ်        | (၂၁) ပုဂ္ဂိုလ်တက္ကသိုလ်       |
| (၁၀) ပဲ့ဗူးတက္ကသိုလ်     | (၂၂) ဟသံ့တတ္ကသိုလ်            |
| (၁၁) မေးကျော်တက္ကသိုလ်   | (၂၃) မအူပင်တက္ကသိုလ်          |
| (၁၂) မြန်မာ့ဘို့၏        |                               |

သတ်မှတ်ရက်ကျော်လုန်မှ လျောက်ထားသူများသည် အဆင့်မြင့်ပညာဒီးဌာန(ရန်ကုန်စုံခဲ့သထဲမေး)၊ ကမာဂျွတ်မြိုက်နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့သို့ပေါ်လျောက်ထားရမည်။

အသေးစိတ်သိရှိပါက အဆင့်မြင်ပညားစီးပွဲနာ (ရန်ကုန်ရုံး)၊ သထုလမ်း၊ ကမာရွတ်ဖြူနယ်ရန်ကုန်မြို့၊ ဖုန်း- ၀၁၇-၅၁၃၁၄၈၇ သို့ ဆက်သွယ်စုစုစုံနိုင်ပါသည်။

အဆင့်မြင့်ပညားစီးဌာန  
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန

ଗ୍ରାହକ/ଲିଟା ମୁଦ୍ରଣ

1

ကော်ပို့မှုပါက ကော်မတီ၏ အောက်ဖြေပါ ဖုန်းပိတ်များသို့  
လုပ်ခြင်းတွင် သတ်းပေးတိုင်ကြားနိုင်ပါကြောင်း အသိပေးအပ်  
ပါသည်-

စက်သုံးဆီတင်သင်းသိလောင်ဖြစ်ဖြူးခြင်းလပ်ငန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ



\* ගෙත්තුව

ଅଲ୍ୟାଯ୍ରିଷ୍ଟୋଃଫ୍ରେଃ ପୁରୀକ୍ରିତ୍ୟାନ୍ତିର୍ମାଣିକ୍ରମିତିରେ

၃

စုပေါင်းမှတ်တမ်းတင်ဓာတ်ပုဂ္ဂက်

သတင်းစဉ်



အမျိုးသားစည်းလုံးညီညွတ်ရေးနှင့် ပြိမ်းချမ်းရေးဖော်ဆောင်မှုညီနှင့်ရေးကော်မတီနှင့်  
နိုင်ငံရေးပါတီများအစုအစွဲ၏ အလုပ်အဖွဲ့တို့ တွေ့ဆုံးဆွေးနွေး

တက်ရော်  
တွေ့စုံအေးနှင့်ပို့စ် နယ်စံ  
ရေးရာများနှင့်ပြည်ထောင်စု  
ဝန်ကြီးဌာန အသီးသားလည်း  
ညီညွတ်ရေးနှင့် ပြို့ချင်းရေး  
ဖော်ဆောင်ပုဂ္ဂိုလ်းရေးကော်မတီ  
ကြောင် အုတွယ်လိုပ်ချင်းကြီး  
ထွက်ထွက်နောက်နှင့် ညီညွတ်းရေး  
ကော်မတီဝန်ယူး နိုင်ငံရေးပါတီ  
ယူးအဖွဲ့အစီး၏ အလုပ်အဖွဲ့  
ခေါင်းဆောင် ရနိုင်းဆောင်ပါတီ  
ကြောင် ပေါက်တာ အေးမဟန်နှင့်  
အလုပ်အဖွဲ့ တို့မြစ်လှယ်ယူး  
တော်နှင့်ရှိုင်ယူး တက်ရော်  
ကြသည်။

နှဲတ်ခွန်းဆုံးစာတော်များ  
ပြောကြား  
တွေ့ဆုံး ဒေသးနေ့ပွဲတွင်  
မြို့သားတည်လုပ်ညည်ပွဲတော်ရေး  
ပြုပါးချင်းဂေါ်မောင်မှု  
မြင်းရောက်ပတ်ကြော်ကုတ်ယူ  
အမြတ်ချင်းကြော်ကုတ်ယူ  
ထွေးနေ့ပွဲတွင် အမြတ်ချင်းကြော်ကုတ်ယူ  
အမြတ်ချင်းကြော်ကုတ်ယူ  
အမြတ်ချင်းကြော်ကုတ်ယူ

ମୋହାର୍ଦ୍ଦିଗୁ ଶ୍ରୀତଥୀଙ୍କାରୀ  
ବ୍ରାହ୍ମିଣୀ  
ପ୍ରାଚ୍ଯାନ୍ତରେ ଉପରେ ଅନ୍ତର୍ମାତ୍ରରେ ଏହାରେ ଆଜିର ପରିବାରରେ  
ପରିବାରରେ ଏହାରେ ଆଜିର ପରିବାରରେ ଏହାରେ  
ପରିବାରରେ ଏହାରେ ଆଜିର ପରିବାରରେ



အချို့သားတော်လွှာညီညွတ်ရေးနှင့် ပြိုးချမ်းရေးဖော်ဆောင်မှုညီညွင်းရေးကော်မတီနှင့် နိုင်ငံရေးပါတီများအစုအစွဲ၏ အလုပ်အဖွဲ့တို့ တွေ့ဆုံးခွေးစွဲ၏။



ပွင့်ဖြူမြို့နယ် ပမားခံက ၈၀၀၀ ကျော် စိတ်ပျီးပြီးစီး  
ခွင့်ဖြူ ပြောစုံ ၂၁  
အကျဉ်းတိုင်းဒေသကြီးပွင့်ဖြူမြို့နယ်၏ ယခုနှစ် စီးသီးနှစ်ကိုရဲ့အာသီတွဲ  
ပမားခံစွာနိုင် ၅၀၀၀ ကေ စိန်ပျီးပြီးပြီးကြောင်း ပွင့်ဖြူမြို့နယ်  
နှစ်ပျီးအောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား  
ပမားခံစွာနိုင် ၅၀၀၀ ကေ စိန်ပျီးပြီးပြီးကြောင်း ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၏  
ခွင့်ဖြူမြို့နယ်၏ အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား  
ပမားခံစွာနိုင် ၅၀၀၀ ကေ စိန်ပျီးပြီးပြီးကြောင်း ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၏  
ခွင့်ဖြူမြို့နယ်၏ အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား အောင်တို့အား

“ပဲနီနှင့်အိပ်းအစားတွေကတော်းပဲတိစိမ်းပဲင်းနှင့်၊ အခြားပဲနီနှင့်  
တို့ဖြစ်ပါတယ်။ မျိုးမျိုးစွဲတို့ဟာ သတ်မှတ်လျှတော်းအကေတွေ ပြည့်စိုး  
အတွက် ကြိုးဘားဆောင်ရွက်နေပါတယ်။ တော်းသူတွေကိုလည်း  
ပဲများစွဲစိုက်ပျိုးတာနဲ့ တိတ်သားကိုပျိုးကြဖို့ အထက်နှင့်တော်  
တို့ကောင်အောင် ဆောင်ရွက်ဖြစ် အသေးစိတ်ကိုပေါ်တဲ့ မျိုးကောင်း  
မျိုးသော်တွေ သုတေသနဖြင့် အသပညာပေးလုပ်ငန်းတွေ ဆောင်ရွက်ပေးနေ  
ပါတယ်”ဟု ဒုဂံပြုဖြစ်ဖို့ နိုင်ပျိုးရေးမီးဒာရ ဖြုန်ယိုစီးများ  
ဒေါ်မီးမီးဝင်က ပြေပြုသည်။ ဒုဂံပြုဖြစ်ဖို့တွင် ယဉ်စွမ်းပဲများစွဲ  
စိုက်ပျိုးပြီးမှာ အနေပြု ပဲတိစိမ်း ပြုခဲ့ ကော ပာစ်နှင့် ဤလာင် ကော  
အမြားပဲ ၂၄ ကောပြုကြောင်း သိရသည်။ ဒုဂံပြုပေးလေ (ပုဂ္ဂိုလ်)

A photograph of a formal meeting in a conference room. On the left, a group of men in white shirts and ties are seated around a long table covered with a yellow cloth. In the center, a man in a dark suit and tie, identified as H.E Mr Mongkol Visitstump, is seated at the head of the table. On the right, another group of men in uniform, including police officers, are seated. The room has green walls with text in Burmese and English, and flags of Thailand and Burma are visible in the background.



ငွေကြားခဝါချမှတ်ကြပျက်ရေးဥပဒေအား ပြင်ဆင်ရန်ရှင် သက်သေခံပစ္စည်း စီမံထိန်းသိမ်းရေးရှင် စီမံခန့်ခွဲရေးဥပဒေအား အသစ်ပြော်န်းရမည်

ଫେବ୍ରୁଆରୀ ମୁହଁତ ଯା  
ଦେଇବିନ୍ଦୁରେ ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହାରେ ଅଛି  
ତାଙ୍କ ଅବ୍ୟାହାରରେ ଆମାର ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହାରେ  
କିମ୍ବା ଯାହାରେ ଆମାର ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହାରେ  
ଏତଥିରେ ଆମାର ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହାରେ  
ଏତଥିରେ ଆମାର ପାଇଲା କିମ୍ବା ଏହାରେ

ညိုနှင်းပူးပေါင်းဆောင်ရွက်

ကျွန်ုံးမှ ကြိခိုင်သည့် အနာဂတ်လူချွန်လူကောင်းများပေါ်ထွက်လာစေရန် အခြေခံကျွန်ုံး  
အာဟာရဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းများ ပိမိခိုင်မာလာဒေသ၏ အားလုံးက ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်

ଫୁଲରେ ପ୍ରାଣୀ ଏହିକିମ୍ବା  
ପାଦକିଳିକିଳି ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ଆଶିଲେ  
ଜୁଲାଯିଠିଠି ହୁଏଥିଲୁ କୋଣାର୍କପାଦ  
ଫୁଲାପାଦ ଏହି ପାଦ ଫୁଲାପାଦ ଫୁଲାପାଦ  
ତାଙ୍କର ଗୋଟିଏ ରଣିଗର୍ବାତ୍ମାପାଦ ଫୁଲାପାଦ  
ଆହାରାପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ଏହିକିମ୍ବାପାଦ  
ଧୂରା ଫୁଲରେତିବେଳେବେଳେ  
ଅବଧି ଅବଧିକାରୀମାନର ଅବଧି  
ଅବଧିକାରୀ ଯାନ୍ତେକିମ୍ବାକିମ୍ବାକିମ୍ବା  
ପ୍ରିୟାକିମ୍ବାକିମ୍ବା ଫୁଲରେ  
ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା  
ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା  
ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା  
ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା ପ୍ରିୟାକିମ୍ବା



လူည်းကူးမြို့နယ်အတွင်းရှိ ဒေသခံပြည်သူများအား  
ကျင်းမာရေးစောင့်ရောက်မလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်

A photograph showing a group of people at what appears to be a medical or health-related event. In the center, a woman in a purple top and a man in a white shirt and brown striped pants are interacting with a baby held by another woman in a beige jacket. To the left, a woman in a white uniform and a red skirt stands with her hands clasped. Other individuals, including men in white shirts and a woman in a pink top, are visible in the background, some holding papers. The setting is indoors with blue and yellow decorations.

କୁଣ୍ଡଳ ପାଦରେ ଶୁଣି ଯେ କାହାର କାହାର  
ତୋରେବା: ମୁହାଁ ଦୀଗିଲେଖାଗା କାହା  
ଦୀନିଯିନ୍ତିଷ୍ଠିତେବେଳ ତିଏଂମୁହାଁଅବା: ଆହ  
ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକରେବାମୁହାଁ ଅଭିନ୍ଦି  
ତାର ଲଗିଲେଖାଗିନ୍ତିଷ୍ଠିତେବେଳ ମୁହାଁ  
ବେଳେବାନ୍ତିଷ୍ଠିତେବେଳ ମୁହାଁ  
ବେଳେବାନ୍ତିଷ୍ଠିତେବେଳ ମୁହାଁ ଅତିଥି:  
ଅଭିନ୍ଦି ପ୍ରିଯାଙ୍କିରେବାନ୍ତିଷ୍ଠିତେବେଳ ମୁହାଁ  
ଦୂରିଲ୍ଲବ୍ଧିକ୍ରମିତ୍ତି ଆହେବାପାଇ  
କରିବିଦି ହିନ୍ଦୁବାହିନୀ ବାହିନୀ

၂၀၂၄ ခုနှစ် လူဦးရေနှင့် အိမ်အကြောင်းအရာ သန်းခေါင်စာရင်း ကောက်ယူခြင်း  
လုပ်ငန်းဆိုင်ရာ ရပ်မြင်သံကြား ဥက္ကစာမ်းပဟန္တီပြိုင်ပွဲ ကျင်းပ

အဆိုပါ ရုပ်မြင်သံကြား  
ဉာဏ်စံး ပဟန္တ့ဖြူပွဲဖွေ့  
ဖြုံးကြားရေး ဝန်ကြီးဌာန  
ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးလောင်  
မောင်အေးနှင့် လူတဲ့မျှကြီးပြုပွဲရေး  
နှင့် ပြည်သူ့အင်အာဝန်ကြီး  
ဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး  
ဦးမြင်ခြောင် ဒုတိယဝန်ကြီး  
ဒေါက်ကာများသိန်း ပညာရေး  
ဝန်ကြီးဌာန ဒုတိယဝန်ကြီး  
ဒေါက်ကာမျော်ပြု၊ ဖြုံးကြားရေး  
ဝန်ကြီးဌာန၊ လူတဲ့မျှကြီးပြုပွဲရေး  
နှင့် ပြည်သူ့အင်အာဝန်ကြီးဌာန  
ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနနှင့် ဌာန  
ဆိုင်ရေး အကြီးအကျိုးနှင့်  
ဝန်ထမ်းများ၊ ပြုပွဲဝင်  
ကျောင်းသား ကျောင်းသူများနှင့်  
ဆရာ ဆရာများ၊ MRTV အခြေခံ  
ပညာ အထက်တန်းကျောင်းမှ  
ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ၊  
ပြည်သူ့အားလုံးပါဝင်လိုလဲသုန်းခါး  
စာရင်းကောက်ကြံ့ ဆောင်းပါး  
ပြုပွဲမှု ရရှိသူများနှင့် ဖိတ်ကြား  
ထားသူများ၊ တက်ရောက်ကြ  
သည်။

ଦ୍ୱିତୀୟ ଲାଲିଙ୍କାର୍ଯ୍ୟରେ ହାନି  
ପ୍ରିସ୍ତର୍ଯ୍ୟରେ ଅନ୍ତର୍ବାହିକାର୍ଯ୍ୟରେ ହାନି  
ପ୍ରିସ୍ତର୍ଯ୍ୟରେ ଅନ୍ତର୍ବାହିକାର୍ଯ୍ୟରେ ହାନି  
ଏହାରେ ଏହାରେ ଏହାରେ  
ଏହାରେ ଏହାରେ ଏହାରେ



ကြသည်။  
 ပါဝင်ဖုန်းပြိုင်ခြေဆို  
 ဆင်လက်၍ “ရှိမြှင့်သံကြား  
 ဉာဏ်စံးပဟောတိပြိုင်း” အစီ  
 အစဉ်ကို Round လေးခြားပြိုင်  
 ကျဉ်းပရာ Round (1) တွင်  
 ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ မေးနှစ်း (၁၀)  
 ဂုဏ် အပြောနှစ်ရဲးသွယ်ခြင်းပြိုင်  
 လည်းကောင်း Round(2)တွင်  
 ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ မေးနှစ်း (၁၀)  
 ဂုဏ် အမှား/အမှန် ရွေးသွယ်ခြင်း  
 ပြင်လည်းကောင်း Round(3)တွင်

ဘာသာရပ်ဆိုင်ရာ မေးခွန်း (၁၀) ခုကို ဂုဏ်လပ်ဖြူစွဲနည်းဖြင့် လည်းကောင်း Round(4)တွင် ရပ်ဖြင့်သံကြားဆိုင်ရာ မေးခွန်း (၁၁) ခုကို TV Spot နှင့် ငေးသံချင်းများ ဖွင့်လှစ်ပြုသူမှာဖြင့်

အသိပညာလေး လုပ်ငန်းများတို့  
တိုးဒေသကြီး ပြည်နယ်အလိုက်  
ကျော်ကျယ်ပြန်ဖြစ် ဆောင်ရွက်  
လျက်ရှုပါကြောင်း၊ ယူလည်  
မိမိတို့ကြီးပြာန်ငါး ဖြန့်ကြား  
ရေးဝန်ကြီးခြားနှင့်ကြော်  
ဌာနနှင့် ပူးပေါင်းကာ ဥက္ကစာစာ  
ပဟန်ပြီးပဲ့ ကျေးမှုပြုခြင်းဖြစ်ရာ  
ပြုဆုံးပေး ကျောင်းသား ကျောင်းသား  
များနှင့် ပုံးကြည့်ဆောင်ရွက်  
ပေးသူအားလုံးကို ကျေးမှုတုရို  
ပါကြောင်း။

သို့မေတ္တာတောင်းကို မြန်မာ  
နိုင်ငံတွင် ၂၀၂၄ ခုနှစ် ရှိသည့်  
ခန့်မှန်လုပ်ငန်းရေ ၅၆ သို့ကျော်  
နှင့် ခန့်မှန်ဒေါ်ခေါ်ထောင်စု ၃၃၇  
သို့ခိုက်တို့ အခြေပံ့ဘက်လျက်  
ကောက်ယူလုပ်ပြီး သိန်းပေါ်

၂ တောင်ခနီပြို ကောက်ယူ  
ဆောင်ရွက်ရန် လျှော့သံ  
ကြောင်း၊ သန်းခေါ်စာရင်းကို  
အဖိုတယ်င်းမေးခွန်းပုံအတွက်  
မေးခွန်း ဒဲ ခဲ အ အဖွဲ့အတည်ပြု  
မေးခွန်းပုံအတွက် မေးခွန်း  
၁၈ ခုပြို တဲ့အပ်မဲ့တက်လောင်  
ကောက်ယူမည်ပြုစ်ရှု ပြည့်သွေး  
များအနေဖြင့် စာရင်းစိတ် စာရင်း  
ကောက်များ၏ မော်မြန်းသည်  
မေးခွန်းများကို နှစ်ဗုံးကန်ကန်  
ပြောြားခြင်းပြု ပုံပေါင်းဝါဝါ  
ကုလိပ်ဆောင်ရွက်နိုင်ရေးအတွက်  
ပြည့်သွေးလှုထု အသိပညာလေ  
လုပ်ငန်းကိုလည်း ထိတိရောက်  
ရောက် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိ  
ပါကြောင်း။

အောင်မြင်ရေးအတွက် နိုင်ငံတော်  
အိုရှင်နှင့် ပြည်သူ့အေးလုံး မူပါဝါ  
အောင်ဆုံးကြော်မည် ဖြစ်ရှိ  
လုပ်ငန်းစဉ် အောင်ဆုံးမှုကဲ  
ပြည်သူများ သိရှိနားလည်လိုက်  
အောင်ဆုံးနိုင်ရေးအတွက် ယခု  
ကဲ့သို့ ပြည်သူ့လုထာဏသိပ္ပာလေ  
လုပ်ငန်းများအေး ကျယ်ကျယ်  
ဖြန့်ဖြန့် အောင်ဆုံးကြော်မြှုပ်မြှုပ်  
ကြော်ငါး အေးနေးပြေကြာ

କୁଣ୍ଡିନୀ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନଙ୍କ ମୂଳବିଦ୍ୟାକେନ୍ଦ୍ର ଯାହାରେ ଏହାର ପରିଚୟ ଓ ପରିପାଲନ କରାଯାଇଛି । ଏହାର ପରିଚୟ ଏହାର ପରିପାଲନ କରାଯାଇଛି ।

ပေးအပ်ချို့မြင်ရာ နှစ်မှာမူသံနှင့်  
ရှုပ်ဖြတ်သံကြား ညွှန်ကြားရေးမှူး  
ချုပ်ပြီးဆိုင်ရွက် အကြောင်းပြုစီး  
ဌာန ဒုတိယလွန်ကြေားရေးမှူး  
ချုပ် ဒေါက်တာစိုးမြင်တွန်းထဲက  
လက်ခံရယူကြသည်။

ပေးအိန္ဒိယြိုင်  
နောက် “နိုင်ငံအကျိုး  
အည် သန်ငါးပါတစ်င်း  
မြှေ့ကြော်မည်” တော်သီခိုင်း  
ဘစ်ဖုန်းအား မော်လွှာ  
ပေးသော ခြေတိရိဂုံးပြိုင်  
တော်ဘိုးအဲနဲ့နှင့် ငါး  
ချင်းအား မော်လွှာ  
ပို့ကြော်မည်

ပေးအပ်ချိန့်ဖြစ်ကြသည်။  
နောက် ပြည်ထောင်စု  
များနှင့် အဖွင့်များက  
မျှကြား ဘဏ်စံများလောက်  
တော်းသားတော်းသား  
သားတော်းများပြည့်ပဲ (အလွတ်  
ပါ ဝါသနာရှင်) အဆင့်  
များ၊ ဒိုင်ဆွဲတို့များနှင့်  
စွဲပေါ်မှုများတို့တော်းတော်း

၃၁။ နောက်တွင် မြတ်သောင်စုနှင့် အဖွဲ့ဝင်များသည် အသံနှင့် ရုပ်မြင်သိကြား သာ၌ ဆရာတိကြော်များ၊ မြတ်များ၊ တာဝန်ရှိသူများ၊ သားတော်များနှင့် အတူ ငါစာ သုတေသနတွင် ပြည့်သောင်စု။

ဗုံးပိုင်းတွင် ရပ်မြစ်ပုံကြား  
မဲ့ပေါ်ဟနိုင် ဖြိုင်ပွဲဝင်  
သား ကျောင်းသူများ၊  
ပါးပြီးပွဲ (အလွတ်တန်း  
ဆနာရှင်) အဆင့် ဆရာရှိယဉ်  
ထိသူအင်အား ဦးစီးဌာနမှ



ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးမျိုးသန့် ဝန်ကြီးဌာန(၁၂)ခုဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည့် တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်း စီစဉ်ရေးကော်မတီ၏ တည်ဆောက်ရေးလုပ်ငန်းစီစဉ်ဆောင်ရွက်မှု သင်တန်းအမှတ်စဉ်(၁) သင်တန်းဆင်းပွဲတက်ရောက်

နေပြည်တော် အေဂါန် ၂၁

ଦେଖିବୁଥିଲୁବେଦିନ୍ତିରେ  
କ୍ଷିଣୀ ତାଳୀରେବୁଦିନ୍ତିରେ  
ଗୋଟିଏଟିଲଙ୍କୁ ପ୍ରିସ୍ଟିରେ  
ତାଳୀରେବୁଦିନ୍ତିରେ ହିଂମାରେବୁଦିନ୍ତିରେ  
ଅଛିଏ ଯିନ୍ଦିପ୍ରାକ୍ ଓ ଜୀବ ଜାଗରଣରେ  
ବନ୍ଦିରେ ବନ୍ଦିରେ ବନ୍ଦିରେ



သင်တန်းနှစ်ခုရဲ့လေဖော်တွင် အောင်ပြင်ဗျာပြီးစီးနှုန္တ<sup>၁</sup>  
ဖြစ်ပါကြော်၏ သင်တန်းကာလအတွင်း တည်ဆောက်  
ရေးလုပ်ငန်နှစ်စဉ်လေးကော်မတီ၏ လုပ်ငန်းတာဝန်  
များ၊ မူလိုက်များ၊ ကော်မတီသို့တော်ပြရာဂွင် ပါဝင်၍  
မည့် အချက်အလက်များနှင့် လုပ်ငန်းစဉ်များ၊  
ရန်ပံ့ပို့ဆွဲခြင်းလိုင်း၊ လုပ်ထုံးလုပ်ကြိုးများ  
နှင့် လုပ်ပြောင်းသုတေသနပြင်းဆင်းရာ လုပ်ငန်းစဉ်များ၊  
ဖြုံ့ပြန်လည်ငန်းများ၊ အတွက် ခို့မှုပ်ဆောင်ရေးရှိနှုန္တ

ခြင်းဆိုင်ရာ လိပ်နာဆောင်ရက်ရမည့်အချက်များ၊

စနစ်တကျဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေမည်

စာမျက်နှာ

ତତ୍ତଵୀ କୁଳେଣାଇଯ ଫ୍ରିପ୍ରିନ୍ସ  
ଦେବର୍କୁ ରକ୍ଷିତକୁ ଦେବ ଲାଗି  
କୁମ୍ଭର୍ମାତ୍ରିଃ ଅଧିକି ପ୍ରିନ୍ସମ୍ବାଦୁଃ  
ପଦମନ୍ତର ଦୂରିତିବାଶର୍ମାକ୍ରିଯାନ୍ତି  
କୋଣିଃ ବାହୁଃ ଏଥିର୍ବ୍ରିଦ୍ଧିବାନ୍ତି  
ଦେବର୍କୁ ଯାନ୍ତିର୍ବ୍ରିଦ୍ଧିବାନ୍ତି  
କୁମ୍ଭର୍ମାତ୍ରିଃ ଅଧିକି ପ୍ରିନ୍ସମ୍ବାଦୁଃ  
ପଦମନ୍ତର ଦୂରିତିବାଶର୍ମାକ୍ରିଯାନ୍ତି  
କୋଣିଃ ବାହୁଃ ଏଥିର୍ବ୍ରିଦ୍ଧିବାନ୍ତି  
ଦେବର୍କୁ ଯାନ୍ତିର୍ବ୍ରିଦ୍ଧିବାନ୍ତି

ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ ଯୁଦ୍ଧ ପ୍ରିୟାମନ୍ତରୀ  
ଅଭ୍ୟାସୀ ରୂପ ପ୍ରିୟକୁର୍ବା  
ଉଚ୍ଚତରିତରେ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରିୟଦିଶ ଗୁଣେ ପଦ୍ଧ  
ଥାଃ ଗୁଣ ଯାଦେ ଲା ତାହାରୁ ଯତନରେ  
ଥାଃ ଆର୍ପିଁ ଲେ ତେ ଆର୍ପାରୁ ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ  
ଫ୍ରେଜର୍ ପ୍ରିୟକୁର୍ବାଙ୍କା : MRTV HD  
ଚନ୍କେଲ୍ ଏ ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ ଯୁଦ୍ଧ ପ୍ରିୟାମନ୍ତରୀ  
ପ୍ରିୟକୁର୍ବାଙ୍କା : ହିରୁଦୟାନୀ  
ଯତନରେ ତାହାରୁ ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ  
ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ ଯୁଦ୍ଧ ପ୍ରିୟାମନ୍ତରୀ  
ଦ୍ୱାର୍ତ୍ତ ଯୁଦ୍ଧ ପ୍ରିୟାମନ୍ତରୀ

ରେକାଇଁ ଆଣିପୁଣି ପେତ୍ତିଲା କିମ୍ବା ପିଲା କିମ୍ବା ପିଲା କିମ୍ବା ପିଲା କିମ୍ବା

ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବତ ପାଠ ୧  
ପାତାଳରେଣୁକାରୁତି । ୧୦ ଅନ୍ତର୍ଭାବରୁ  
କ୍ଷେତ୍ରରେଣୁକାରୁତି । ଅନ୍ତର୍ଭାବରୁ  
ଯଦି ଏହା କ୍ଷେତ୍ରରେଣୁକାରୁତି ।  
ଏହିକ୍ଷେତ୍ରରେଣୁକାରୁତି ପ୍ରାଚୀନ୍ତମରେ  
ଥାଏନ୍ତି ଆତ୍ମ ଯାତନ୍ତ୍ରରେ କ୍ଷେତ୍ରରେଣୁକାରୁତି  
କା । ଶ୍ରୀମଦ୍ ଭଗବତରେଣୁକାରୁତି  
ରୁତି । ଏହାରୁତି କ୍ଷେତ୍ରରେଣୁକାରୁତି  
ଅନ୍ତର୍ଭାବରୁ  
ଅନ୍ତର୍ଭାବରୁତି । ଅନ୍ତର୍ଭାବରୁତି ।



ဒိုက်ပျေးသားနိုင်ရေး တာဝန်ဖို့ယူ  
 များနှင့် ပေါင်းစပ်လိုနိုင်း  
 ဆောင်းကြပေးသည်။  
 ထိုနာဂုံး ထိုးခေါ်ပြီး  
 ဝါကြီးချုပ်နှင့် အဲ့သာည်  
 ချွေတော်ဖြူနာယ် ကြိုကုန်း  
 ကျေးဇားအုပ်စု ဂွင်းအဖုတ်(၄၁)  
 မင်းဆွဲဘွဲ့အောင်ရှိ၏ ခြော်  
 နှစ်ပြို့နှင့်သည် မိုးဝါပါးများ  
 ကောက်နိုင်းမြုံများပြု၏ပြုလည်  
 အစားထိုး ဂိုဏ်ပျိုးမှုမှုပို့  
 သုတေသနမှုပေးသားတော်

၁၂။ မျိုးများ ပြေားလဲစိတ်ပျိုးရန်  
 ဒေသနွေးများအေး မေတ္တာနှင့်  
 သားပို့မြင်း နည်းပညာပေါ်နှင့်  
 မိုးဝါပါနှင့် နွေးလား နှစ်သီးသာ  
 နိုက်ပျိုးသည့် လယ်ပြေများတွင်  
 ပြေားသီးနှံအဖြစ် ပဲစိုက်ပါ့မြင်း  
 ကို လက်ထွေသူရပါပြီကိုပျိုး  
 ပြသနိုင်းရေး တားနှစ်ရှုံးများနှင့်  
 ပိုင်းစပ်လိပ်ငါးပေးသည်။  
 ဧည့်တော်မြို့မြင်းနယ် အတွင်း  
 ဧရာဝတီမြို့ရေ မြို့တော်မြို့မြင်း  
 နှစ်မြော်လျှပ်စီးပြုခြင်း၊ မြို့တော်မြို့  
 ရေရှားမြို့တော်မြို့မြင်း စက်ရှုံး  
 တားနှစ်က နှစ်စိန္တပေါ်လီ၊ ၆၀  
 ၁၂၀ စိုက်ပျိုးမြေပောင်ဝန်မြှုပ်  
 ရေးမြို့မြင်း ပြန်လည်အသင့်  
 ပြင်တော်တော်မြို့မြင်းအဖြစ်  
 အနေများကို ရှင်းလင်းတပ်ပြုရာ  
 တိုင်းဒေသကြီး ဝန်ကြီးချုပ်က  
 လိုအပ်သည်များမှာ ကြေားမြှောင်း  
 သိရှယ်လို့။  
 ထိုင်းဒေသကြီး(ပြန်/ဆက်)

ပေါင်းတည်၍ သမဝါယမအသင်းသားတောင်သူများ၏ မီးစပါးစိုက်ခင်းများ ကွင်းဆင်းကြည့်ရ

၁၇။ မြန်မာစွဲတောင်မြို့၏  
သက်တစ်စီး၌  
ချိန်အောင်မြင်  
လှု။

၁၈။ ရွှေရေးနှစ်တွင်  
ယလ်လီးစီးပွား  
ရှုရှုံးစွဲရွေ့ဖြင့်  
တစ်မီးကလျှင်  
၁၁ သွင်းအားစု  
သင်္ဘာ၏သင်း  
စိတ်ရှုံးထား  
ငွေကြပ်သိန်း  
နှစ်တောင်ကို  
အထက်ဆို၏



ፈጻሚያዎች ገዢዎች ተናስተካከለሁ የሚሸፍ ነው፡፡ ተናስተካከለሁ የሚሸፍ ነው፡፡ ተናስተካከለሁ የሚሸፍ ነው፡፡

ტიკინ ბუქა: ვალე ვასტა: ტარო გოვანდ: აპელი



သတင်းစဉ်

ပြည်ထောင်စုတိုင်းရင်းသားကျေးရွာ(ရန်ကုန်) အဆင့်မြှင့်တင်ရေး ကြည့်ရှုစစ်ဆေး

တွေ့ဆုံစဉ်၏ဒုတိယဝန်ကြီးက  
တင်ခြေအောင်မြင်သည့် ကုမ္ပဏီ  
များအနေဖြင့် လုပ်ငန်းများ၏  
တော်ဘဏ်၏ဆောင်ကြရန်



ရန်ကုန် ပြဂ္ဂတ် ၂၁

အနေဖြင့် နိုင်ငံ  
သယ်စိရိတ်သို့  
ပြည်တော်  
တွင် အဖွဲ့ဝင်  
သောကြီး  
တိုင်းဒေသ  
ရေးဝန်ကြီး  
ပင်သာယာ  
မြို့တော်(နှစ်)  
တော်လည်ပင်  
ဝင်စိတွင်  
ကြေသည်။



ଫେବ୍ରୁଆରୀ ମୁଦ୍ରଣ



ପ୍ରକାଶକ ମେଳିକା

အစိုးရ၏ပို့စ်ကူညီမှာအနေဖြင့် ပုဂံရှိ အစိုးရ၏  
ဌာနများအားလုံးသည် ဆေးလိပ်ငွေကင်းစင်သာ  
ငွေခာများအားဖြစ် ကျောင်ကဲလာကြပါဘာ။

ଦେଖିଲୁଛା:: ଆପଣ ମେହାମେହା କରିବାକୁ ଯାଇଲୁଛା::  
 ଧିନ୍ଗାହିନ୍ଦିଲେବା ବାହିନୀଙ୍କ ଦୟାରେବାକୁ ଆରା  
 ଅର୍ପିବିଲେବା ଫେରାତଳେଥିବାକୁ ଓହେ ଲିରିଦେଇବା  
 ଗନ୍ଦିରେବେଳୁଣିଗନ୍ତି ଅଗୋଦାଏତଳେଭିଲିରିଦ୍ଵିନ୍ଦ୍ରି  
 ତାମାଗର୍ଭକ୍ଷା କା ସିଂହ





ဒုတိယဝန်ကြီးဦးဖြူး၏လောင်စီးဝမ်းပြုချက်းရွာအနီးရှိ ဝမ်းပြုအပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ပြည်တွင်ဆိုပ်ကမ်းသို့ သွားရောက်စစ်ဆေး



မွန်ပြည်နယ်၏ သန်းခေါင်စာရင်းကောက်ယူရေး စာရင်းစစ်၊ စာရင်းကောက် ၁၂၀၂ ရှိ အနုံအပ်တာဝန်ပေးမည်

မေတ်လပြန့် ဗြိုဟ် ၂၁  
ခွဲနှင့်ဖြန့်ယုံ ၂၀၂၄ ခုနှစ် လျှို့ဝှက်နှင့်  
အိမ်အကြောင်းအရာ သန်းခေါင်စာရင်း  
ကောက်ယူရေး ပြည့်နယ်အဆင့် ထုတ်ပြု  
သင်တော်စွဲနှင့်အောင်တွင် အကောင်  
အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေကြေား ပြောကြား  
သည်။  
သန်းခေါင်စာရင်း ကြိုက်ပြုမှုကော်မတတ်များ  
သန်းခေါင်စာရင်း ကောက်တိအသင်ဆင်တို့၏  
ပုံပေါင်းဆောင်ရွက်မှုနှင့်အတူ အကောင်  
အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေကြေား ပြောကြား



ညောင်လေးပင်မြို့နယ်၏အငြမ်းစားနိုင်းဝန်ထမ်းများအား  
ကျွန်းမာရေးთောင်ရှောက်မှု ပြုလုပ်ပေးလျက်ရှိ

# မက္ခားမြို့နယ် နားနှင့်လိပ် မထုန်မဲ့ သားစပ်သင်တန်းဖွင့်

မှ စက်တင်ဘာ ၅ ရက်အထိ  
မကျေးမီရိန်အတွက်ရှိပြုနိုင်များ  
နှင့် ချောက်ရှိန်အတွက်ရှိပြုနိုင်  
များ၊ တို့မှာ ကြော်လှုပ်များ  
လုပ်သား ၁၀၀ အား သင်ကြေား  
ပို့ဆောင်မည့်ဖြစ်ကြောင်း သိရ  
သည့်။

၁ ကျော်းမှ  
နေ့နာရီပြည့်သူများအေး ရောင်းချုံ  
ပေးလျှော်ပြီး ရိုက်တန်ဆုလင်ရှစ်  
များရှိ ခြောက် ၂၂ ရှင်အတွက်  
(၁ ရှင်တွေ) လောက်ထဲတောင်ရေ  
၂၀၀ နှစ် ယနေ့၏ ၂၉ ရှင်အတွက်  
နေ့ချင်လင်ကျိုး ရိုက်တန်း  
လက်မှတ်တောင်ရေ ၁၅၁ ရောင်  
အေး တန်းစိစိန်ဖြင့် တစ်လုံး  
ကောက်ယူ၍ စိစစ်ရောင်းချုံး

နောက်းနှင့် လုပ်မှတ်  
ရေးနှင့်မှာ ရှင်ကုန်းနှင့်  
အထက်တန်း ငွော်၏ ၁၀၀၀၀  
နှင့် ရိုက်တန်း ငွော်၏ ၅၀၀၀  
ဖြစ်ကြေား သိသာညာ။

ရောင်းချုံပေးလည်ပြီး  
ထိသိ ရာသားလက်မှတ်များ  
ရောင်းချုံချောင်းရာတွင် ခရီးသည်  
တော်းစိစိန် ခရီးသားမည်။  
ကိုယ်ရိုင်အပါ အထက်တန်း

ကျော်းမှ  
ယင်းမှာ ၂၀၁၉ - ၂၀၁၀  
နှစ်နောက်ပိုင်း၊ ဝိအက်ဒ်အော်  
အော်သာတော်နှစ်တာ အကောင်း  
ဆုံးကဗျာသမာဓရနှင့် လူငယ်  
အကောင်းဆုံး၊ ကဗျာသမာဓရ ခုံ  
တို့က ခွဲတုန်းနှင့်သည် ပထမဆုံး  
အကြိုက်ကဗျာသမာဓရ ဖြစ်လာခဲ့  
သည်။ ဒိုင်သည် ၂၀၂၃-၂၀၂၄  
ရာသို့စွဲ ၃၅ ခုပိုဝင်ကဗျာသားကာ  
၁၉ ရီးသိုးယူလေပြီး မနိဒိုတီး  
အသင်းကို စံခို့တင် လေးမြှို့  
ဆက် ပစိမာလိုက်လေး  
ဆွဲနဲ့ရှုရှုနဲ့ ဂျူးပေးထားနိုင်  
သူ ဖြစ်သည်။

ထိုပြင် ဒိုင်သည် ခါမိယာ  
လိုက်လေးကို ဖြောက်မြှို့  
ဆွဲနဲ့ထားနိုင်သည့် အသက်  
အငယ်ဆုံး၊ ကဗျာသမာဓရ ဖြုပြု  
လည်း မှတ်တမ်းဝင်ထား  
သည်။

ဒိုင်သည် ၂၀၂၃-၂၀၂၄

ပင်ချုပ်ပေါ်ခြား ရောဂါးဖြစ်သူမျှမှာ ပေါ်ပေါ်လောက် အသေဆုံး ကုသွယ်ခြင်း  
နောက်ဆက်တို့ဆုံးကိုမျှမှာ မြတ်ပြုခဲ့ပေါ်ခြင်း၊ အသေဆုံးနှင့်/ရောဂါးမျှမှာ  
အေး သော်လျော်သီးနှာရှိလည်ပြီးသောတိုင်းစွဲ နေထိုင်သွားနိုင်စေရေး၊  
တို့အတွက် အငြွှန်စားစွဲနှင့်နှစ်ထဲပါမျှမှာ အေး လတ်လုပ်ငန်း၊ ကျွန်ုင်ဘာ  
ရေး တော်လျော်မြှုပြန်လုပ်ပေးသွေးရှိရှိမှု၊ ယနေ့နှစ်ကိုင်းမှာ နှင့်  
ဝန်ထမ်းမြှုပြန်ခြင်းများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊  
အရာဝန်ကြီး၊ ခေါက်တာ၊ အေးမှုများ၊ တုတ္ထသုည်၊  
အဆိုဒါအပြုံစားစွဲနှင့်ဝန်ထမ်းများအေး ကျွန်ုင်မာရေးစောင်ရွက်  
ပေးအွား၊ ခါးလိပ်စားအုပ်ပြန်လုပ်အေး မြှုပ်နည်း စီးအောင်ကျော်နှင့်အေး  
ဝင်များ၊ အြို့သုတေသနအုပ်ပြန်လုပ်အေး အေး အေးမှုများ၊ ခိုင်နှင့်  
ပြုသော အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊ အေးမှုများ၊

- အင်တေနရုပ်ပွင့် သတင်းတဲ့ သတင်းမှာများ ဖွံ့ဖြိုးတိုင်း၊  
မြှင့်မြှင့်ရေယာပျက်ကျင့် စိတ်ခိုင်မြှုပ်နည်း၊ မွေးယဉ်ယူစုစုပ္ပါယ်  
စီဒံခိုများ၊ အော်လုပ်ခြင်း၊ အအောင်အငွေခြင်း ရောင်းချေမြှုပ်နည်းများ  
တည်ဆွဲပေးအော်၊ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။
- အိုင်ငံးလေယားကဗျာများ၊ လက်ခံကြော်ပေးခြင်း၊  
တည်ဆွဲပေးအော်၊ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။










၁၂၈






အခက္ခန္ဓိ

ချမ်းအေးသာစံမြို့နယ်နှင့် ရွှေညာင်မြို့တွင်  
ငွေကျပ် ၂၃၇၉ သိန်းတန်ဖိုးရှိ  
စိတ်ပြောင်းဆေးပါးများ မေးခွဲမီ

ፈጥሮችတော် ቴንካት ያ  
ሁበርና ገዢ አለመ መሸሪያ ተከታታል ይረዳል  
ሚና ተስተካክል ይረዳል የገዢ የይቅስ ተስተካክል ይረዳል  
የሚከተሉ በሚገኘው ይረዳል ይረዳል ይረዳል  
በዚህ የሚከተሉ በሚገኘው ይረዳል ይረዳል  
የሚከተሉ በሚገኘው ይረዳል ይረዳል ይረዳል  
የሚከተሉ በሚገኘው ይረዳል ይረዳል ይረዳል

မဖော်လေးတိုင်းဒေသကြီး ရဲတစ်ဖွံ့ဖြို့မှ  
တစ်ဖွံ့ဝင်များပါဝင်သော ပူဇော်အေးအဖွံ့  
သည် ပြောကြတဲ့ ဘဲရောက် ညနေနဲ့ နားနဲ့ခြွား  
ချမ်းအေးသော် ဖုန်းဖုန်း အောင်နှစ်ဖို့ပို့  
အရှင် ပြုလုပ်တဲ့ သိန်းထွေနဲ့အောင်၏  
နေအိမ်တို့ ဝင်ရောက်ရှုပူဇော် စိတ်ကြွေ  
ရှုံးသွားပြီး ငြုပ်ရှု ပြားနှင့် စိတ်  
ပြုပြင်းအေးပါများပြုသွဲ့ Happy Water  
Water ၁ သေမ ၂၅ ရွှေ ကိုရှိ  
သိပ်ဆည်းရှိခဲ့သူပြု့ ငါးငါးအိုး  
မူးယဉ်ဆေးပါတယ်။ စိတ်ကိုပြုပြင်းလေစေ  
သောအေးပါများဆိုရှု ဗြိုင်အေရှု  
အရွယ်ထူးပြုပြင်း သတင်းရှိရှိ  
သည်။





## ဆေးဘက်အသုံးဝင် ယာကွန်ပင်

କ୍ଷେତ୍ରରୁ ପାଇଁ ଉପରେ ଦେଖିଲୁ ଯାଏ ଗୁଡ଼ିକ ପରିବାରରେ ଅଧିକମୁଣ୍ଡଳ ହେଉଥିଲା । ଯାଏକିମୁଣ୍ଡଳରେ ପରିବାରରେ ଅଧିକମୁଣ୍ଡଳ ହେଉଥିଲା । ଯାଏକିମୁଣ୍ଡଳରେ ପରିବାରରେ ଅଧିକମୁଣ୍ଡଳ ହେଉଥିଲା ।

Super Food ହୁ କେତ୍ତି

ယာဂ္ဂနိုင်စွဲကို ရှစ်တာရက်အောင်ပါက  
အေးသေးသေးတွင်ပါကြသော နေဖြတ်အိမ်ပနဲ့  
ပွဲကိုဘို့ပုံးပျော်ပျိုးသည်။ ယာဂ္ဂနိုင်အထက်လိုင်း  
ပနဲ့ခို့ခို့သော နေကြားနဲ့ကိုဘို့ပြောမြို့၏ အောက်ဘက်  
အမြတ်သည်၏ ကုန်စွဲပွဲကိုဘို့ အသုတေသနသည်။ အများ  
အားပြီး ယာဂ္ဂနိုင်စွဲ မူလသေးပြောသော တောင်  
အဆင့်ကိုဘို့တွင် အပါရောင်၊ လိမ့်မျော်ရောင်  
အနီရောင်၊ ပနဲ့ရောင်၊ ခမ်းရောင်တို့မြို့ ထင်ရှုး  
သော အနဲ့အရာသာရှိသည်။ ပြန့်မာနိုင်တွင်  
အပါရောင်ယာဂ္ဂနိုင်စွဲ အများအုံတွေရသည်။  
မြေအောက်ပြောပြောသော ယာဂ္ဂနိုင်စွဲ ချက်ပြောတို့  
သော်လည်းကောင်း၊ အမိမိသော်လည်းကောင်း  
စားသုံးနိုင်သည်။ ထိုးအပြင် ယာဂ္ဂနိုင်သည် အော်  
စော်ရာသုပ္ပါဒ် သုပ္ပါဒ်အစားအုံအပြီး အလားအစား  
အချို့မျိုးတွင် ကျွန်းမာရေးအားအစားအပြီး  
ထုတ်သွေးကြသည်။ ယာဂ္ဂနိုင်မူလျှော်ရည် (Yacon  
Syrup) သည် ချမှတ်စိုက်စွဲ (PH-5.4)ရှိ၍ အက်စစ်  
ဂုဏ်သွေးအနဲ့ငွေ့ငွေ့ရှိ၍ ချမှတ်စိုက်စွဲ။ ချမှတ်စိုက်စွဲ  
အနဲ့ငွေ့ငွေ့ရှိသည်။

ယာဂုဇ္ဈိ ၁၀၀ ဂရမ်လျဉ်းကီလာတ် ၈၉ ဒေသမှာ လိပ်ငန်းများတွင် အသာဆေးတော် ၄ ရက်၊ အသာဆေးခဲ့သူ ၂၅၁ ရက်နံနက် သကြားမာတ် ၁၇ ရက် ၄၀၀ ရက်ပါဝင် သည်။ ယာဂုဇ္ဈိဘွဲ့တွင် သွေးအတွင်းရှိသူ သကြားမာတ် ၂၅၁ ရက်၊ ထိန်းညီပေးသော ဟောများတွင်များဖြစ်သည်။ အင်ဆူလင် (Inulin) ပါဝင်မြှင့်မာသည်။ အင်ဆူလင်သည် ဖြည့်သွင်းစွာ ပြုလုပ်ပါက ရောက်စိုးစိုးလုပ် ပေါ်သော အချို့သွေးရှိသူ သကြားမာတ်အဖြောက် အဖြောက် ထိန်းညီပေးသည်။ ယာဂုဇ္ဈိဘွဲ့တွင် သကြားမာတ်အဖြောက် ပေါင်းစပ် ၁၀၀ တော် ပေါင်းနှင့် ရေတ္တာ အမိကပါဝင်သည်။

သကြားအစားထိုး အချို့  
ဖရဂ်တို့စီသည်မှာ အသီးအနဲ့တို့စွင် ပါဝင်  
သော အချို့ဝေဟံပြစ်သည့် သာဘဝေအော်ပြင် အသီး  
ပျေားရည်နှင့် အပြို့တို့စွင် တွေ့နိုင်သည်။ ဖရဂ်  
တို့သည် အချို့ဆုံးပြစ်သော်လည်း ကိုယ်ခွဲ  
အတွက် အချို့တော်အနည်း ပုံးပေးသော အရာ  
ပြစ်သည်။ ယင်းတို့ သကြားအစားထိုး အချို့ပြစ်  
ဆီးရှေ့သွေးချို့သမားပျေားရှုံး အာဟာရပြန့်စွဲကို  
စားပုံးနိုင်သော အရာတစ်ဦးဖြစ်လာသည်။  
ယာကုန်သည် အပျို့ဗောဓါတ် (၂) မီးရှိုးရေရှိလုပ်သွေး  
အင်ဆုံးလုပ်မှာ ထို့နိုင်သည် ရေါ်များ  
အတွက် သွေ့တွင်သောကြားမေတ္တာထိုးနှင့် ရှာရှုတင်

ଅତ୍ୟଂକଣ୍ଠିତ ଯୁଦ୍ଧରେ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଲୁ ଏହାରେ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଲୁ  
ଯାଙ୍କୁ ପରିମଳାକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପାଇଲୁ ଏହାରେ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଲୁ  
ଯାଙ୍କୁ ପରିମଳାକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପାଇଲୁ ଏହାରେ ଆଶୀର୍ବାଦ ପାଇଲୁ

ကယ်လိုအနေဖြင့်သူပါဝါမြှုပ်နည်း၊ အဲဒီဇိုင်အတော်  
ကြော်ကြပြုနေသည်ဟု စံခဲ့ရသော ရရှိတို့  
လိုအပ်ပေါ်လိုအပ်ပေါ်လိုပါးလည်း ပိုင်ငါး  
သည်။ ထွေပြင် ကိုယ်တွင်းရှိ အကျိုးပြုအရာများ  
ပြီး အကျိုးများမှာ ပြုခြင်းကို အောင်လုပ်ခဲ့သည့်  
အကျိုးများသည်။ ထိုကိုယ်အတွက် လုပ်ခဲ့သော  
အကျိုးများသည်။

ယာဂန္ဓိညာဉ် ပျေားစွှေးသုကြားဟတ်ကို  
ထိန်းပြုလေးနိုင်သူဘုရားကို ကိုလက်စုစုပေါ်မလာ  
ကိုထိန်းပြုလေးနိုင်သူအားဖြင့် ကိုယ်ပါအား စုစုဖို့ကို  
တိုးဖော် ကိုယ်အလေးချိန် ကျေအောင်လုပ်း  
အထောက်အပ်ပဲလေးနိုင်ပါသည်။ ကော်ဖို့နှင့်

## ဒေါက်တာလပြည့်ခင်

လက်ဖက်ရည်တို့တွင်လည်း ယာဂုန်မှ ထဲတဲ့သည့်  
သကြေးမျိုးကို ထည့်သောက်နိုင်ပါသည်။ ယာဂုန်  
က တဲ့ဖို့ပြီးသည် တိုင်းရင်းအေးဟန်များပြုပြီး  
အနာဂတ်လည်းကောင်နိုင်သည် အစွမ်းသာဆူလည်း  
ရှိပါသည်။ အေးကိုဝင် ယာဂုန်ပျော်သည် သီးချို့  
ရောက်ရှိ သင်ဟာစေခြင်း၊ ဇော်ကိုအတွင်း  
အကျိုးပြုပောက်တိုးမျိုးတိုးပျော်စေခြင်း၊ သွေး  
အတွင်း သကြေးဓာတ်ထိန်းပို့ပေးခြင်း၊ မကောင်း  
သော ကိုလက်စုစုရောက်ရှိ နည်းပါးစေခြင်း၊  
ကိုယ်အလေးသိန်းပျော်စေခြင်း၊ အသည်း  
ကျော်မှာရေးဂိုဏ်ကောင်းသိန်းစေခြင်း၊ ကင်ဆာရောဂါး  
ကို ကာကွယ်ပေးခြင်း၊ ဓာတ်တိုးဆူရှိ စံနှုန်းခြင်း  
တို့ကြောင့် လူမျိုးစားထင်ရှားလာသည်။ ယာဂုန်ပိုင်  
သည် အရော့ပြားကင်ဆာ၊ အုပ်စီးကင်ဆာနှင့်  
သွေ့ကင်ဆာရောဂါးများကို တိုက်ပျက်နိုင်သည်  
အစွမ်းသာဆူပြုပြီး ကင်ဆာအပ်များကို တိုက်ပျက်  
ခြင်းအားပြု ဆဲဝါများ မျိုးစီးပြောင်းလဲမှုကို  
ဟန်တားပေးနိုင်သည်။

ଅଗ୍ନିଃଶ୍ରୀରୂପ ଆଖ୍ୟାପିତା  
 ତଥିଅପ୍ରିକ୍ ଦ୍ରିଗ୍ଵର୍ଷଃସୁମଧୁରମୁଖଃ ଯତ୍ରାଃତତ୍ତ୍ଵାଃ  
 ଫଳବ୍ୟାପ୍ରିଣଃ ପଢ଼ିଗିର୍ବ୍ୟାପନର୍ଦ୍ଵାରାଲଙ୍ଘର୍ଦ୍ଵାରାପେଣିଃ  
 ଅପ୍ରିଭ୍ୟାରାହ୍ଵିଷ୍ଟରେଣର୍ଥି ତଥିକ୍ଷାପେଣଃଚେଷ୍ଟା ତିଂଗଜ୍ଞ  
 ଦ୍ୱାରାପ୍ରିକ୍ଷିତଃକର୍ତ୍ତାଙ୍କୁମନ୍ତରଃପାଇଲାପଣଃକ୍ରାନ୍ତଃସୁମଧୁରମୁଖଃ  
 ତଥିକ୍ଷାହ୍ଵିଷ୍ଟଃକିନ୍ତିଦ୍ଵାରାପଢ଼ିକ୍ରାନ୍ତଃ ଯାଗ୍ନିକ୍ଷାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା  
 ଶାତାର୍ପିଲ୍ଲାଙ୍ଗୀରିହାଗ୍ନ୍ୟାର୍ଣ୍ଣକ୍ଷିତି ଗନ୍ଧପାହାଗ୍ନିବାନ୍ତି  
 ତୃତୀୟଃ ଅଗ୍ନିଃଶ୍ରୀରୂପ ଆଖ୍ୟାପିତାପିତ୍ରିଦର୍ଶିତ୍ସବ୍ୟା  
 ଯାଗ୍ନିକ୍ଷାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ଶାତାର୍ପିଲ୍ଲାଙ୍ଗୀରିହାଗ୍ନ୍ୟାର୍ଣ୍ଣକ୍ଷିତି ତଥିକ୍ଷାହ୍ଵିଷ୍ଟଃ  
 ରାତ୍ରିର୍ଦ୍ଵାରା ଅର୍ପଣିପାହାଗ୍ନ୍ୟାର୍ଣ୍ଣକ୍ଷିତି ଗ୍ରିଲାହାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରାପାଇଦ୍ଵାରାପାଇଦ୍ଵାରା  
 ପର୍ବତିରେଣାର୍ଦ୍ଵାରା ଗାୟକ୍ଷୟାଲେପିତାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା  
 ତଥରେଣାର୍ଦ୍ଵାରାପିତାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ତଥାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରାପିତାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା  
 ଆହ୍ଵାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ଲାଲିକନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରାପିତାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା  
 ଆହ୍ଵାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ଏଷାଗ୍ନିକ୍ଷାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ଗ୍ରିଲାହାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା  
 ମାହଃଗ୍ରିଲାହାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା ଅର୍ପଣାର୍ଦ୍ଵାରାପିତାନ୍ତିର୍ଦ୍ଵାରା



ပခုဂ္ဂ။**ရွေးကွက်၌** ပဲယင်း(နီ)နှင့် ပဲယင်း(ဝါ) သီးနှံများ အရောင်းအဝယ်သွက်

မကျေးတိုင်းဒေသကြီး ပုဂ္ဂိုလ်  
မြစ်ခြေကုန်ဆိပ်ပြုမြို့ပေါက်  
ရေတွဲမြို့နယ်အတွက်ရှိ ကျော်ဗျာ  
များနှင့် ဂုဏ်ဝါဒအတွက်ရှိ  
ကျော်ဗျာများ၏ ပယ်င်းသီးနှံ  
ဆောင်းရာသိတွင် စိန်ပျော်ကြ  
ကြောင်း၊ အောက်တိုဘာလက်နှင့်  
နှင့်ဖို့ပေါ်လတွင် စတင်စိန်ပျော်  
၍ ဖေဖော်ဝါရီလတွင် သီးနှံ  
ရှိတိသိပ်းရကြောင်း၊ များအနေဖြင့်  
ပယ်င်းနှီးနှင့် ပယ်င်း(ဝ)၊ များ  
များကို စိန်ပျော်ပြီး ပယ်င်း  
သီးနှံမှာ စိန်ပျော်ရွှေလွှာကျူး  
အလုပ်သမား ကုန်ကျစစ်ရှိ  
နည်းပါဝင်းကြောင့် တစ်ကော်  
၇၂၂၅၀၀၀ ခန့် ကုန်ကျပြောင်း  
ပယ်င်းသီးနှံအတွက်နှင့်အနေဖြင့်



တစ်နေဂတ်ပါ ၂၁-၅၂ တာရေးခို့  
တွက်လိုပါ၏ သီးနှံပေါ်ချိန်အောင်မြန်း  
အဖော်ပြု ပုလင်း(၈) တစ်တင်း  
လျှင် ငွေကျပ်၅၀၀၀၀ - ၅၂၀၀၀  
ပုလင်း(၆)၊ နီးတိုက်တင်းလျှင် ငွေကျပ်  
၆၀၀၀၀ - ၆၃၀၀၀ ပြု၏ အရောင်း  
အထောက်ပါ၏ အပေါ်မြဲရာ တစ်နေဂတ်အကျိုး  
အပိုင်းအပေါ် ငွေကျပ် ၅ သိန်း  
ခွဲနဲ့ ရရှိသည်။  
ပုလ္လာများ  
သီးနှံများ မတ်  
အရောင်းအဝယ်  
ပြုတိုလ  
ပုလင်း(၆) တစ်  
၇၆၀၀၀ ပုလု  
လျှင် ငွေကျပ်၆၀

လျှင် ပိဿာ ၃၀ အင်တိတေရာ၍။  
 မ ၃၀ အထိ အရောင်းအဝယ်  
 ဖြစ်ခဲ့ကြေား၊ ရေးဘဏ်အနေဖြင့်  
 ပုလုင်းသီးနှံများကို ပြည့်တွင်  
 တိရှိနိုင်အားဖြစ် ဓမ္မပြောရေး၊  
 လုပ်နှင့်ရှုင်များ၊ ထုလုပ်မှုအများ၊  
 အပြေးရှုပ်ညွှန်အပြင် မန္တလေးမြို့၊  
 ဆုလည်း တ်ပိုရောင်ချုပ်း ထို့  
 တစ်နှစ် တရာ့နိုင်ငံသို့ တ်ပို  
 လျက်ရှုကြေား၊ ယခင်ကတဲ့ လွန်  
 အစားအစားအဖြစ် ပြောပေါ်ကို  
 သုံးခဲ့ပြီး ပြောပေါ်ရေးနှင့်  
 မြှင့်တက်လာခြင်းကြောင့် မြဲပဲ  
 ဖော်အစားထိုး ပုလုင်းသီးနှံများ  
 ထုလုပ်သုံးမှု ရားပြားကာ  
 ရေးဘဏ်တွင် အရောင်းအဝယ်  
 ဆုတ်လျက်ရှုကြေား၊ သိရှိ  
 သည်။ **DOCA** (မောဂျာ)

မကွဲ့ပြုနယ်အတွင်း ပို့နှမ်းသီးနှံများ  
လိုင်လိုင်ထွက်ပေါ်၍ အရောင်းအဝယ်ဖြစ်

DOCA (မက္ခား)

## ဥယျာဉ်ဇင်ကျေးရွှေ၏ ခရမ်းချဉ်သီးများ စတင်စုက်ပျိုး

ମଙ୍ଗଳାଃ ତର୍ଦ୍ଦିନେ ଦେଵାଲ୍ପ୍ରେସି ମଂଦିରାକୁ ଶୁଣି କଥ  
ଦେଖିବା ଶୁଣି ତାହା ପଠିବା ଫୁଲିବା ପରିବାର ଏବଂ ରାତିରେ  
ଦୟାପୁରୀରେ ଯେହିଁ ହେବାରେ ଦେଖିବା ଶୁଣି କଥ  
ଭାବିତିରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟରେ ଦେଖିବା ଶୁଣି କଥ  
କୁନ୍ତଳାରେ ଯେହିଁ ହେବାରେ ଦେଖିବା ଶୁଣି କଥ  
କୁନ୍ତଳାରେ ଯେହିଁ ହେବାରେ ଦେଖିବା ଶୁଣି କଥ

ခရမ်းချဉ်သီးစိက်ပျီးရာတွင်  
စနစ်ဖြင့် မြေအောက်ရေကိုအသုံးပါ

DOCA (မက္ခား)

ပဲခူးငါးချုပ်  
ရေားနှင့်ရေားကွက်  
အခြေအနေ

ଦିଃପ୍ରିଞ୍ଜଳିଙ୍କିନୀ ଅବସ୍ଥାରେ ଯତ୍ନାକୁ ପ୍ରମାଣିତ କରିବାକୁ ଆପଣଙ୍କ ଆଶ୍ରମ ପାଇଁ ଏହାର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ସବ ହେଲା । ଏହାର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ସବରେ ପରିଚାରିତ ହେଲା ଏହାର ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ଉତ୍ସବରେ ପରିଚାରିତ ହେଲା ।

DOCA(ດែនាំ)

၁ - ၈ - ၂၄ ရက်နေ့ တိုင်းဒေသကြီးနှင့်ပြည်နယ် မြို့နယ်အလိုက် ဆန်၊ ဆါ၊ မီးဖိုချောင်သုံးပစ္စသုံးများ၊ သားငါး စွေးနှံနှံများ

ရေတ္တက်ပုံ(ကျပ်)



























