

သူတစ်ပါး၏ အပြစ်အနာအဆာကို မကြည့်ပါနှင့်။ မိမိအဖို့ အရေးကြီးသည်ကား မိမိကောင်းမှုကိုလည်းကောင်း၊ မကောင်းမှုကို လည်းကောင်း လုပ်သည်။ မလုပ်သည်ကိုသာ ကြည့်ရာ၏။ သူတစ်ပါးအပြစ်ကို ကြည့်ခြင်းထက် မိမိအပြစ်ကို ကြည့်ခြင်းကသာလျှင် မိမိအဖို့ အကျိုးများနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်၏။
ပုပ္ဖဝဂ်(ဓမ္မပဒ-၅၀)

၁၃၈၇ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် ၄ ရက်

၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၁၂ ရက်၊ အင်္ဂါနေ့

အတွဲ (၆၄)၊ အမှတ်(၃၁)

အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့်လုံခြုံရေးကောင်စီ၏ ဦးတည်ချက်(၄)ရပ်

- ၁။ နိုင်ငံတော်၏ အမျိုးသားအကျိုးစီးပွားကို အလေးထား၍ စစ်မှန်စည်းကမ်းပြည့်ဝသော ပါတီစုံ ဒီမိုကရေစီစနစ်ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်မည့် နိုင်ငံရေးအင်အားစုများ၊ ပြည်သူ့ကိုယ်စားလှယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာစေရန် အစဉ်တစိုက်ဆောင်ရွက်ရေး။
- ၂။ နိုင်ငံစီးပွားဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး၌ အဓိကနှင့် အခြေခံအုတ်မြစ်ဖြစ်သည့် စိုက်ပျိုးရေးကဏ္ဍ စည်ဆက်မပြတ်တိုးတက်၍ စိုက်ပျိုးမွေးမြူရေးကို အခြေခံသည့်စက်မှုကဏ္ဍ (Agro-based Industries) ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုသည် ပြည်သူတို့၏ လူမှုစီးပွားဘဝကို စည်ဆက်မပြတ်

- မြှင့်တင်ရေး။
- ၃။ နိုင်ငံတော်စည်ဆက်မပြတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်နိုင်စေရေးအတွက် အမျိုးသားပညာရေးကဏ္ဍ၊ ကျန်းမာရေးကဏ္ဍတို့ကို အလေးထားမြှင့်တင်ရေး။
- ၄။ ပါတီစုံဒီမိုကရေစီအထွေထွေရွေးကောက်ပွဲလုပ်ငန်းစဉ်များ အောင်မြင်ပြီး ပြည်သူလူထု တစ်ရပ်လုံး လိုလားတောင့်တသည့် ပါတီစုံဒီမိုကရေစီစနစ်ကို အောင်မြင်စွာလျှောက်လှမ်းနိုင်ရေး ပြည်သူလူထု၏ ပူးပေါင်းပါဝင်မှုဖြင့် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရေး။

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ နိုင်ငံတော်စာပေအခမ်းအနားကျင်းပ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ယာယီသမ္မတဦးမြင့်ဆွေ ၏ နိုင်ငံတော်စာပေအခမ်းအနား အား ယနေ့မနန်းလှိုင်းတွင် နေပြည်တော် တပ်မတော်ဆေးရုံကြီးရှိ ငြိမ်းအေးဇရပ်နှင့် တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း (နေပြည်တော်) တို့၌ ကျင်းပပြုလုပ်ရာ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင် နှင့်ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှ တို့ တက်ရောက်သည်။

အဆိုပါ နိုင်ငံတော်စာပေအခမ်းအနားသို့ နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ အကျိုးတော်ဆောင် မန္တလေးမြို့ မစိုးရိမ်တိုက်သစ်မဟာနာယကဓမ္မသမိဒ္ဓိကျောင်း ဆရာတော် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ အဂ္ဂမဟာသဒ္ဓမ္မဇောတိကဓဇ မဟာဓမ္မကထိက ဗဟုဇနဟိတဓရ ဘဒ္ဒန္တဝိသေဋ္ဌဘိဝံသ အမျိုးပြုသည့် ဆရာတော်ကြီးများ ကြွရောက်တော်မူကြပြီး နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင် နှင့်ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှ၊ နိုင်ငံတော်သမ္မတ(ငြိမ်း) ဦးသိန်းစိန်၊ ဒုတိယသမ္မတ(ငြိမ်း)များဖြစ်ကြသည့် သီဟသူရ တင်အောင်မြင့်ဦး နှင့် ဦးညွှတ်ထွန်း၊ ကော်မရှင်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒုတိယ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း) ဒုတိယဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး စိုးဝင်း နှင့်ဇနီး ဒေါ်သန်းသန်းနွယ်၊ အငြိမ်းစားအဆင့်မြင့် တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ ကော်မရှင်အဖွဲ့ဝင် နိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် အမျိုးသားစီမံကိန်းဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးညိုစောနှင့်ဇနီး၊ ကော်မရှင်အဖွဲ့ဝင်များနှင့် ဇနီးများ၊ ကော်မရှင်အတွင်းရေးမှူးနှင့်ဇနီး၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများနှင့်ဇနီးများ၊ စာမျက်နှာ ၃ ကော်လံ ၁



နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင်နှင့်ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှ ငြိမ်းအေးဇရပ်အတွင်းရှိ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သောရုပ်ကလာပ်အား ကြည့်ရှုဂုဏ်ပြုစဉ်။

ယနေ့ ဗတ် ၈ ရာ

နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်
ဥပဒေကို ပြင်ဆင်သည့်
ဥပဒေပြဋ္ဌာန်း

ဥပဒေ

စာ ၇

အားကစားအောင်မြင်မှုဆီသို့
အားကစားအာဟာရဖြင့်
မြှင့်တင်ကြပါစို့

ဆောင်းပါး

စာ ၁၀



ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံက ဇန်နဝါရီလမှ ဇူလိုင်လ
အတွင်း ထုတ်ကုန်ပစ္စည်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ
၁၇ ဒသမ ၇၂ ဘီလီယံ တင်ပို့နိုင်

နိုင်ငံတကာသတင်း

စာ ၁၄

ရေကြီးရေလျှံ၊ မြေပြိုအန္တရာယ်များ
ကြုံတင်သတိပြု ပြင်ဆင်ရှောင်ရှား

ပြာကုတ် သာ ရက်မှ ၁၆ ရက်အတွင်း တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များတွင် နေရာစိစစ်ပိတ်မှု နေရာအနှံ့အပြား မိုးထစ်ချရိုးရွာပြီး ဒေသအလိုက်နှင့် နေရာကွက်၍ မိုးကြိုးမည့်အကြောင်း မိုး/ဇလက ခန့်မှန်းထုတ်ပြန်ထားသည်။ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များမှာ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မိုးထစ်ချနှံခြင်း၊ မိုးကြိုးဝစ်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်ခြင်း၊ မိုးသင်းကြေခြင်း၊ လျှပ်တစ်တက်ကြွေးခြင်းနှင့် ဖြေငြိမ်ခြင်းတို့ဖြစ်ရာ ဒေသများအလိုက် ကြိုတင်သတိပြုရောင်းရှားနိုင်ကြရန်လည်း သတိပေးနှိုးဆော်ထားသည်။

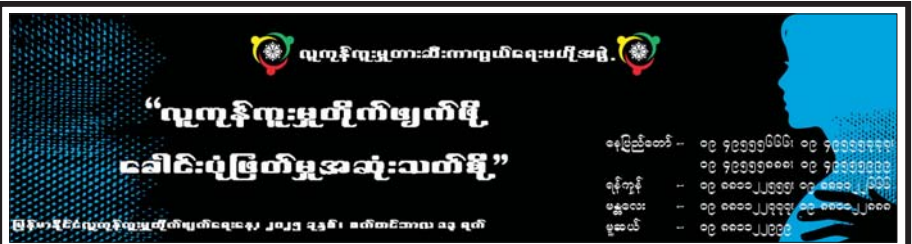
ပြီးခဲ့သည့် ဇူလိုင်လနောက်ဆုံးရက်သတ္တပတ်အတွင်း မိုးဆက်တိုက်ရွာသွန်းမှုများကြောင့် တာချီလိတ်၊ ကလေး၊ ပင်းတယ၊ တောင်ငူ စသည့်ဒေသများတွင် ရေကြီးရေလျှံမှုများဖြစ်ပွားပြီး လူသေဆုံးမှုများရှိသည့်ဟုလည်း သတင်းများအရ သိရသည်။ ကမ္ဘာတစ်ဝန်း ရာသီဥတုဖောက်ပြန်မှုကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သည့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ် သတင်းများစွာတိုက်လည်း နိုင်ငံတကာသတင်းစာများနာများတွင် နေ့စဉ်သတိလို ဂွေ့မြင်နေရသည်။ သို့ဖြစ်ရာ လူတိုင်း မိမိနေထိုင်ရာ နေရာဒေသများ၏ သဘာဝပတ်ဝေအနေအထားကိုလိုက်၍ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သော သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များကို မိုးလေသဘအခြေအနေပေါ်မူတည်၍ ကြိုတင်ရှောင်ရှားတတ်ကြစေရန်လည်း လိုအပ်လာသည်။ အထူးသဖြင့် ကမ္ဘာ့ကြီးပူနေ့လားမကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည့် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုများက ရေကြီးရေလျှံခြင်းဖြစ်စဉ်များကို တစ်နှစ်ထက်တစ်နှစ် အကြိမ်ရေကြီးရေလျှံပြားလာခြင်း၊ ဝိုဠ်ပြင်းထန်လာခြင်းတို့ ဖြစ်စေနိုင်ကြောင်း၊ ကမ္ဘာ့ရာသီဥတုဆိုင်ရာ သိပ္ပံပညာရှင်များက ပြောကြားထားသည်။

ရေကြီးရေလျှံခြင်းတွင် မိုးများ၍ မြစ်ချောင်းများ ရေကြီးရေလျှံခြင်း (Surface Water Floods)၊ ရုတ်တရက်တောင်ကျချောင်းရေ ကျဆင်းခြင်းကြောင့် ရေကြီးရေလျှံခြင်း(Flash Floods)၊ ကမ်းရိုးတန်းဒေသများတွင် ဝင်လယ်ဒီဇေမြင့်တက်ခြင်း၊ မုန်တိုင်းဒီဇေ တက်ခြင်း (Coastal Flood/ Storm Surge) ဟူ၍ ဖြစ်စဉ်များ တွက်ခြားခြားသည်။ မြစ်ဖျားပိုင်းဒေသများ၊ မြေထွာမြစ်ဝှမ်းဒေသများတွင် မိုးအဆစ်တန်ခွာသွန်းခြင်း၊ ရုတ်များစွာ တက်တိုက် ရွာသွန်းခြင်းတို့က မြစ်ရေမျက်နှာပြင်ကို မြင့်တက်လာစေပြီး မြစ်ကမ်းပါးများကို ကျော်လွန်ကာ မြစ်ကမ်းအနီးဒေသများနှင့် အနိမ့်ပိုင်းဒေသများကို ရေလွှမ်းမိုးမှုဖြစ်ပေါ်စေသည်။ မြစ်ကမ်းပါးတစ်လျှောက် တာတစ်များ ဆောက်လုပ်ခြင်း၊ အနိမ့်ပိုင်းများတွင် မြေခို၍ ဖြင့်ခြင်း၊ ရေပြန်လည်ကျဆင်းချိန်တွင် ရေများ တစ်မကျန် စေရေအတွက် ရေစီးရေလျာများ ဆောင်ရွက်တတ်ခြင်း၊ ရာသီဥတု အခြေအနေနှင့် မိုးလေသဘာဝတင်းမာမှုကို မပြတ်စောင့်ကြည့်၍ သတိပေးချက်များ ပေါ်ထွက်လာပါက ကြိုတင်ရှောင်ရှားခြင်း နည်းလမ်းများဖြင့် အန္တရာယ်မှ ရှောင်ရှားကြရမည်ဖြစ်သည်။

ရုတ်တရက်ရေကြီးခြင်း (Flash Floods) မှာ တောင်တန်း၊ မြေမြင့်ဒေသများနှင့် ဆက်စပ်နေသည့် မြစ်ဖျား၊ ချောင်းဖျားတွင် မိုးကြီးရေမှ တောင်ကျနေများ အရှိန်အဟုန်ဖြင့် အချိန်တိုအတွင်း စီးဆင်းလာပြီး ရေစီးကြောင်းတစ်လျှောက် တိုက်စားဖျက်ဆီးသွားခြင်းဖြစ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံနစ်ပေါင်းများစွာကြာအောင် ရေစီးဆင်းခြင်းမရှိသည့် ချောင်းကော၊ ချောင်းဟောင်းဖျားတွင် တောင်ကျနေကြောင့် ရေကြီးသည့်ဖြစ်စေ၊ မြစ်ပေါ်ခြသည့်တိုက်လည်း တွေ့ရသည်။ အချိန်တိုအတွင်း ရုတ်တရက်ရေကြီးခြင်းမှာ ရှောင်ရှားရန် ပင် အချိန်မမီမီသည့် အခြေအနေများစွာဖြင့်ပေါ်သော့သည်။

မိုးအများအပြားရွာသွန်းသည့်ကာလတွင် တောင်ကုန်း၊ တောင်တန်း၊ ကုန်းမြေခြေ၊ တောင်စောင်းနှင့် ဆင်ခြေလျှောဒေသများတွင် တောင်ပြိုမြေပြိုသည့်အန္တရာယ်ကို သတိပြုရန်လိုသည်။ တောင်စောင်းများ၊ ဆင်ခြေလျှောများတွင် ကျောက်တုံးများပြိုခြင်း၊ မြေလွှာများ အိကြာခြင်းတို့သည် မကြာမီမြေပြိုမှုဖြစ်ပွားတော့မည် ရှေ့ပြေးလေ့လာထုတ်ဖော်ပြန်ရာ အမြန်ဆုံးရှောင်တိမ်းကြရမည်ဖြစ်သည်။

နိဂုံးအားဖြင့်ဆိုလျှင် အချိန်နှင့်အမျှ ပြောင်းလဲဖြစ်ပေါ်နေသည့် မိုးဝေပေသဖြစဉ်များကို မိုး/ဇလက အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ ထုတ်ပို့နိုင်ခြင်း၊ သတိပေးခြင်း၊ နှိုးဆော်ခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးနေခြင်းဖြစ်သော်လျှောက် ဘက်ခြည်မပြတ်ဂရုပြုစောင့်ကြည့်ကာ ဖြစ်ပေါ်လာနိုင်သည့် သဘာဝအန္တရာယ်များမှ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရှောင်ရားကြရပါမည်အကြောင်း။



၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ မြန်မာနိုင်ငံလူကုန်ကူးမှုတိုက်ဖျက်ရေးနေ့ ရည်ရွယ်ချက် (၄) ရပ်

- | | |
|---|--|
| ၁။ လူကုန်ကူးမှုတိုက်ဖျက်ရေးကို အမျိုးသားရေးတာဝန်အဖြစ် သတ်မှတ်၍ နိုင်ငံသားအားလုံး ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်။ | ၄။ လူကုန်ကူးမှုတိုက်ဖျက်ရေးလုပ်ငန်းစဉ်များအားလုံးတွင် ဌာနဆိုင်ရာများ၊ လူမှုရေးအဖွဲ့အစည်းများ၊ ကုလသမဂ္ဂအဖွဲ့အစည်းများ၊ နိုင်ငံတကာများနှင့် အစည်းအရုံးစုံဖြည့်သူလူထုတစ်ရပ်လုံး၏ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှုဖြင့် တင်ရန်။ |
| ၂။ လူကုန်ကူးမှုဆိုင်ရာ အသိပညာများ ပြည့်သူလူထုအတွင်း စိမ့်ဝင်ဖျံ့နှံ့စေရန်။ | |
| ၃။ လူကုန်ကူးခြင်းသူများအား စာနာနားလည်ခြင်းဖြင့် ကာကွယ် | |

၁၁ - ၈ - ၂၀၂၅ ရက်နေ့ စာတ်သတ္တု(ရွှေ)
ရည်ညွှန်းဈေး (Market Rate)

သိပ်သည်းဆ ၁၉.၂၅ ဂရမ်/ကုဗစင်တီမီတာနှင့်အထက်ရှိ
ချိန်မီရွှေ ၁ ကျပ်သား (၁၆.၃၉၃၂၅ ဂရမ်) ၏ ဈေးနှုန်းမှာ
၉၀၀၀၀၀ ကျပ် ဖြစ်သည်။

ဓာတ်သတ္တု(ရွှေ)ရည်ညွှန်းဈေးသတ်မှတ်ရေးကော်မတီ

မုတ်သုံလေ အားအသင့်အတင့်ရှိနေ

နေပြည်တော် သြဂုတ် ၁၁

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်အခြေအနေမှာ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့်
ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တောင်ပိုင်းတို့တွင် မုတ်သုံလေ အားကောင်း
နေပြီး ကျန်ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တွင် မုတ်သုံလေ အားအသင့်အတင့်
ရှိနေသည်။

မိုး/ဇလ

ရန်ကုန်မြို့နှင့် မန္တလေးမြို့အတွက် ရည်ညွှန်းလက်ကားဈေးနှုန်းများနှင့် ပြည်ထောင်စုနယ်မြေ
နေပြည်တော်၊ တိုင်းဒေသကြီး/ ပြည်နယ် မြို့တော်များအတွက် ရည်ညွှန်းလက်လီဈေးနှုန်းများ

၁၂ - ၈ - ၂၀၂၅

ကျပ်/လီတာ

Fuel (လက်စီစောင့်နှုန်း)	စိုက်ပျိုးမှု	မန္တလေး	မန္တလေး	ပဲခူး	မကွေး	ထားဝယ်	မုံရွာ	ပုသိမ်	မြစ်ကြီးနား	စစ်တွေ	ဘားအံ	မော်လမြိုင်	လားရှိုး	စောင့်ကြည့်	လွိုင်ကော်	ဟားခါး
92 Ron	၂၉၄၀	၃၀၃၅	၃၀၂၀	၂၉၉၅	၃၀၆၀	၃၀၇၅	၃၀၆၅	၃၀၀၀	၄၇၅၅	၃၀၃၅	၃၀၃၀	၃၀၃၀	၃၀၀၀	၃၀၆၅	၃၀၆၅	၃၀၃၅
95 Ron	၂၉၉၅	၃၀၀၀	၃၀၇၅	၃၀၀၀	၃၀၃၅	၃၀၃၀	၃၀၃၅	၃၀၆၅	၄၇၆၀	၃၀၆၀	၃၀၆၅	၃၀၆၅	၃၀၃၅	၃၀၂၀	၃၀၃၀	၃၀၀၀
HSO (500 ppm)	၂၇၀၅	၂၇၂၅	၂၇၆၅	၂၇၃၅	၂၇၃၅	၂၇၅၀	၂၇၆၅	၂၇၆၅	-	၃၀၆၀	၂၈၀၀	၂၈၀၀	၂၈၀၅	၂၈၀၀	၂၇၆၅	၃၀၃၅
HSO (50 ppm)	၃၀၃၅	၃၀၆၅	၃၀၃၅	၃၀၃၀	၃၀၇၅	၃၀၆၀	၃၀၇၅	၃၀၂၅	၄၈၀၀	၃၀၂၅	၃၀၃၀	၃၀၃၅	၃၀၃၅	၃၀၆၀	၃၇၀၀	၃၀၃၅
HSO (10 ppm)	၃၀၃၅	၃၀၆၅	၃၀၃၅	၃၀၃၀	၃၀၇၅	၃၀၆၀	၃၀၇၅	၃၀၂၅	-	၃၀၂၅	၃၀၃၀	၃၀၃၅	၃၀၃၅	၃၀၆၀	၃၇၀၀	၃၀၃၅

ကျပ်/လီတာ

မှတ်ချက်။

(၁) MOPS ဈေးနှုန်းပေါ်တွင် အခြေခံတွက်ချက်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

(၂) သုံးစွဲသူ မိတ်ပြည်သူများအနေဖြင့် စက်သုံးဆီများ ဝယ်ယူသုံးစွဲရာတွင် ကျေနပ်မှုမရှိပါက ကော်မတီ၏ အောက်ဖော်ပြပါ ဖုန်းနံပါတ်များသို့ လုံခြုံစိတ်ချရသဖြင့် သတင်းပေးတိုင်ကြားနိုင်ပါကြောင်း အသိပေးအပ် ပါသည်-

၀၆၇- ၄၁၃၇၃၊ ၀၉-၂၅၄၆၊၂၅၄၇၇

၀၆၇- ၄၁၁၂၈၂၊ ၀၉-၇၇၅၂၉၃၆၃၂

စက်သုံးဆီတင်သွင်းသိုလှောင်ဖြန့်ဖြူးခြင်းလုပ်ငန်းကြီးကြပ်ရေးကော်မတီ

မြန်မာ့အလင်း

စာတည်းမျိုးချပ်	-	ဟနီလင်းအောင်	သတင်းထောက်မျိုး	-	ခင်ရုတနာ
စာတည်းမျိုး	-	မြင့်စိုး	အကြီးတန်း	-	ကျော်သူဝင်း၊ တင်မောင်လွင်၊
စာတည်းများ	-	ကျော်ဇေယျာမြင့်၊ နေဇာဇာထွန်း	သတင်းထောက်များ	-	ဟိန်းထက်ဇော်၊ နေဝင်းထွန်း(၂)
ဘာသာပြန်စာတည်း	-	ဩဇာစန္ဒီမင်း တင်လင်းအောင်	အငယ်တန်း	-	ဇော်ဝိုင်းအောင်၊ ဝေသူနွယ်၊ ခင်ဖြူထွေး
သုတေသန	-	အိအိခင်နှင့် အဖွဲ့	သတင်းထောက်များ	-	
စာဖြင့်	-	ဇော်မင်းသန်းနှင့် အဖွဲ့	ဓာတ်ပုံသတင်းထောက်	-	တင်စိုး
စာမျက်နှာစွဲစည်းမှုနှင့် ဒီဇိုင်း	-	မိုးမိုးအေးနှင့် နွဲ့နွဲ့နီတို့အဖွဲ့	အီးမေး့နှင့် အွန်လိုင်း	-	သက်လွင်ဦးနှင့် အဖွဲ့

နေပြည်တော်-စာတည်းမှူး: ဝါဂျီ-သုခသိင်္ဂီ၊ စာတည်းအဖွဲ့: ဝါဂျီ-သုခသိင်္ဂီ၊ ဖက်စ် ဝါဂျီ-သုခသိင်္ဂီ၊ ရန်ကုန်ရုံးခွဲ-အမှတ်(၅၃)၊ နတ်မောက်လမ်းသွယ်(၁)၊ ဗိုလ်ချုပ်(၂) ရဲကွက်၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့၊ စာတိုက်သတ္တဝါအမှတ်-၄၀၊ စာတည်းအဖွဲ့: ဝ-၅၄၄၃၀၅၊ ဓနိကျော ဝ-၅၄၄၃၁၁၊ နီစံ ဝ-၅၄၄၃၁၂၊ ငွေစာရင်း ဝ-၅၄၄၃၁၃၊ ကြော်ငြာ ဝ-၅၄၄၃၀၄၊ ဝ-၅၅၃၁၁၀၊ Fax ဝ-၅၄၄၂၁၂၊ ဝါဂျီ-သုခသိင်္ဂီ၊ မြန်ချီရေး ဝ-၅၄၄၃၀၇၊ Fax ဝ-၈၀၆၀၇၄၆။

ထုတ်ဝေခြင်းအမှတ် - (၀၁၀၉၃)

ပံနိပ်ခြင်းအမှတ် - (၀၀၈၇၇)

mmalin.npt@ gmail.com

www.facebook.com/MYANMAALINNNEWS





ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့်မိသားစုများ၊ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင်နှင့်ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ အကျိုးတော်ဆောင် မစိုးရိမ်တိုက်သစ်ဆရာတော်ထံမှ သံဝေဂကထာတရားနာကြားကြစဉ်။

၁ ရှေ့ဖို့မှ

အငြိမ်းစားပြည်ထောင်စုအဆင့် ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများ၊ နေပြည်တော်ကောင်စီ ဥက္ကဋ္ဌ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့် တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ လူမှုရေးအသင်းအဖွဲ့များ၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့် မိသားစုဝင်များ၊ ဆွေမျိုးသားချင်းများ၊ ဖိတ်ကြားထား သည့် ဧည့်သည်တော်များနှင့် ဝတ်အသင်းအဖွဲ့များ တက်ရောက်ကြသည်။

ကြည့်ရှုဂရုပြု

ဦးစွာ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ် သည့် ရုပ်ကလာပ်အား စစ်ရေးပြအခမ်းအနားဖြင့် ရုပ်ကလာပ်တင်ဆောင်မည့်နေရာသို့သယ်ဆောင်ကြ ပြီး နိုင်ငံတော်သမ္မတ(ငြိမ်း) ဦးသိန်းစိန်၊ ဒုတိယ သမ္မတ(ငြိမ်း)များဖြစ်ကြသည့် သီဟသူရတင်အောင် မြင့်ဦးနှင့် ဦးဉာဏ်ထွန်း၊ အငြိမ်းစားအဆင့်မြင့် တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ ကော်မရှင်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒုတိယတပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ကာကွယ် ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း)နှင့်ဇနီး၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့် ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ကော်မရှင်အဖွဲ့ဝင်များနှင့် ဇနီးများ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော် အရာရှိကြီးများနှင့် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ မိသားစုဝင်များက ကြည့်ရှုဂရုပြုကြသည်။

စာမျက်နှာ ၄ သို့



နိုင်ငံတော်သမ္မတ(ငြိမ်း) ဦးသိန်းစိန်နှင့်အဖွဲ့ဝင်များ ငြိမ်းအေးဇရပ်အတွင်းရှိ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သောရုပ်ကလာပ်အား ကြည့်ရှုဂရုပြုစဉ်။



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့်မိသားစုများနှင့် ဈာပနအခမ်းအနား တက်ရောက်လာကြသူများက ငြိမ်းအေးဇရပ်အတွင်းရှိ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သောရုပ်ကလာပ်အား ကြည့်ရှုဂရုပြုစဉ်။



နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင်နှင့်ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှနှင့်အဖွဲ့ဝင်များ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား တင်ဆောင်လာသည့် အမြောက်တင်ယာဉ်နှင့် နိုင်ငံတော်ဈာပနယာဉ်တန်းအား ဝမ်းနည်းခြင်းအထိမ်းအမှတ်ဖြင့် ဂရုပြုနုတ်ဆက်စဉ်။

စာမျက်နှာ ၃ မှ

ငြိမ်းအေးဇရပ်သို့ရောက်ရှိ

ယင်းနောက် နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့် ဇနီးတို့သည် နိုင်ငံတော်ဈာပနအခမ်းအနားကျင်းပမည့် ငြိမ်းအေးဇရပ်သို့ ရောက်ရှိကြပြီး ငြိမ်းအေးဇရပ်အတွင်းရှိ ကလာပ်တင် ပြင်ဆင်ထားရှိသည့် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သောရုပ်ကလာပ်အား ကြည့်ရှုဂရုပြုကြသည်။

ရင်းရင်းနှီးနှီး အားပေးစကားပြောကြား

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့် ဇနီးတို့သည် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့် မိသားစုဝင်များအား ရင်းရင်းနှီးနှီး အားပေးစကားပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့် ဇနီး၊ နိုင်ငံတော်ဈာပနအခမ်းအနားသို့ တက်ရောက်လာကြသူများသည် နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ အကျိုးတော်ဆောင် မစိုးရိမ်တို့ကံသစ်ဆရာတော်ထံမှ ငါးပါးသီလံယူဆောက်တည်ကြပြီး သံဃာတော် အရှင်သူမြတ်များ ရွတ်ဆိုပွားများ ချီးမြှင့်တော်မူကြသည့် “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာတိ” အစချီသည့် သံဝေဂသုံးဂါထာကို နာယူကြသည်။

လူဖွယ်ပစ္စည်းများဆက်ကပ်

ယင်းနောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့် မိသားစုများသည် ကြွရောက်တော်မူကြသည့် သံဃာတော် အရှင်သူမြတ်များအား သင်္ကန်းအစရှိသော လူဖွယ်ပစ္စည်းများကို ဆက်ကပ်လျှူဒါန်းကြသည်။



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း(နေပြည်တော်)သို့ ပို့ဆောင်ရန်အတွက် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ၈ ဦးက အမြောက်ယာဉ်ပေါ်သို့ သယ်ယူပို့ဆောင်စဉ်။

ရေစက်သွန်းချအမျှပေး

ထို့နောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့်မိသားစုများ၊ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့်ဇနီးတို့ တက်ရောက်လာကြသူများသည် နိုင်ငံတော်သံဃမဟာနာယကအဖွဲ့ အကျိုးတော်ဆောင် မစိုးရိမ်တို့ကံသစ်ဆရာတော်ထံမှ သံဝေဂ ကထာတရားနာကြား၍ ရေစက်သွန်းချအမျှပေးဝေကြသည်။

ဆက်လက်၍ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီး

ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့်မိသားစုများက ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သောရုပ်ကလာပ်အား ထပ်မံကြည့်ရှုဂရုပြုကြသည်။

အမြောက်ယာဉ်ပေါ်သို့ သယ်ယူပို့ဆောင်

ယင်းနောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း(နေပြည်တော်)သို့ ပို့ဆောင်ရန်အတွက် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ၈ ဦးက အမြောက်ယာဉ်ပေါ်သို့ သယ်ယူပို့ဆောင်ရာ တပ်မတော်ဂုဏ်ပြုသေနတ်အဖွဲ့ က နေရာယူ၍ သေနတ်မြှောက်၍ အလေးပြု

ခြင်း၊ သက်ပျောက်ရွှေရေအိုးခွဲခြင်းတို့ကို ဆောင်ရွက်ကြသည်။

လိုက်ပါပို့ဆောင်

ထို့နောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ရုပ်ကလာပ်တင်ဆောင်ထားသည့် အမြောက်ယာဉ်နှင့် နိုင်ငံတော်ဈာပနယာဉ်တန်းသည် နေပြည်တော်တပ်မတော်ဆေးရုံကြီးရှိ ငြိမ်းအေးဇရပ်မှ တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း(နေပြည်တော်)သို့ ထွက်ခွာရာ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့်ဇနီး၊ စာမျက်နှာ ၅ သို့



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်ကို တင်ဆောင်ထားသည့် အမြောက်တင်ယာဉ်နှင့် နိုင်ငံတော်ဈာပနယာဉ်တန်း မောင်းနှင်လာရာလမ်းတစ်လျှောက်၌ တပ်မတော်(ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) မှ တပ်မတော်သားများနှင့် မိသားစုဝင်များ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူလူထုများက ဝမ်းနည်းခြင်းအထိမ်းအမှတ်ဖြင့် ဂရုပြု ဦးညွှတ်နုတ်ဆက်စဉ်။

စာမျက်နှာ ၄ မှ

ကော်မရှင်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒုတိယတပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း) နှင့်ဇနီး၊ ကော်မရှင်အဖွဲ့ဝင်များနှင့်ဇနီးများ၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ဇနီး ဒေါ်ခင်သက်ဌေးနှင့်မိသားစုဝင်များ၊ဆွေမျိုးသားချင်းများ၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများနှင့်ဇနီးများ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများနှင့်ဇနီးများ၊ ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ ဖိတ်ကြားထားသည့် ဧည့်သည်တော်များနှင့်ဝတ်အသင်းအဖွဲ့များက လိုက်ပါပို့ဆောင်ကြသည်။

ဂါရဝပြုဦးညွှတ်နှုတ်ဆက်

ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်ကို တင်ဆောင်ထားသည့် အမြောက်တင်ယာဉ်နှင့် နိုင်ငံတော်ဈာပနယာဉ်တန်းသည် နေပြည်တော်တပ်မတော်ဆေးရုံကြီးရှိ ငြိမ်းအေးဇရပ်မှ ပုဗ္ဗသီရိမြို့ပတ်လမ်းအတိုင်း တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း (နေပြည်တော်) သို့မောင်းနှင်လာရာ လမ်းတစ်လျှောက်၌ တပ်မတော်(ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) မှ တပ်မတော်သားများနှင့် မိသားစုဝင်များ၊ ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများနှင့် ပြည်သူလူထုများက ဝမ်းနည်းခြင်းအထိမ်းအမှတ်ဖြင့် ဂါရဝပြုဦးညွှတ်နှုတ်ဆက်ကြသည်။

ဧည့်သည်တော်များကပို့ဆောင်

ဆက်လက်၍ နိုင်ငံတော်ဈာပနယာဉ်တန်းသည် တပ်မတော်စစ်သင်္ချိုင်း (နေပြည်တော်)သို့ရောက်ရှိပြီး ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား ဂုဏ်ပြုအခမ်းအနားကျင်းပမည့် နေရာသို့ ဂုဏ်ပြုစစ်ရေးပြဖြင့် ပို့ဆောင်ကြရာ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ဇနီးနှင့်မိသားစုဝင်များ၊ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်နှင့်ဇနီး၊ ကော်မရှင်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒုတိယတပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်(ကြည်း)နှင့်ဇနီး၊ ပြည်ထောင်စုအဆင့်ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်ဇနီးများ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများနှင့်ဇနီးများ၊ အသင်းအဖွဲ့အသီးသီးမှ တာဝန်ရှိသူများနှင့် ဖိတ်ကြားထားသည့် ဧည့်သည်တော်များက ပို့ဆောင်ကြသည်။

ယင်းနောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်အား ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ၈ ဦးက ရုပ်ကလာပ်တင်စင်ပေါ်သို့ ပို့ဆောင်တင်ဆောင်ကြသည်။

သေနတ်မြောက်အလေးပြု

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ၊ ကော်မရှင်ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ နှင့် ပြည်ထောင်စုအဆင့်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများက နေရာယူကြပြီး တပ်မတော်ဂုဏ်ပြုသေနတ်ပစ်အဖွဲ့က ဂုဏ်ပြုစစ်ရေးပြအစီအစဉ်အတိုင်းဆောင်ရွက်ကာ သေနတ်မြေစိုက် ဦးခိုက်အလေးပြုကြပြီး သေနတ်မြောက်အလေးပြုကြသည်။



နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌ တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင် အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့် လုံခြုံရေးကောင်စီ၏ အမိန့်ပြန်တမ်းအား ဖတ်ကြားစဉ်။



ဆက်လက်၍ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်ဥက္ကဋ္ဌက အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့်လုံခြုံရေးကောင်စီ၏ အမိန့်ပြန်တမ်းအား ဖတ်ကြားပြီး အမိန့်ပြန်တမ်းအား ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်ထည့်သွင်းထားသော အခေါင်းအတွင်းသို့ ထည့်သွင်းသည်။

ယင်းနောက် တပ်မတော်ဂုဏ်ပြုသေနတ်ပစ်အဖွဲ့က သေနတ် ၃ ချက်ပစ်ဖောက် ဂုဏ်ပြုကြပြီး နောက်ဆုံးအကြိမ်အဖြစ် သေနတ်မြောက်အလေးပြု

ကာ စစ်ခရာမှတ်၍ ဂုဏ်ပြုကြသည်။

ထို့နောက် အခမ်းအနားတက်ရောက်လာကြသည့် ကိုရီးယားဒီမိုကရက်တစ်သမ္မတနိုင်ငံ၊ နီပေါနိုင်ငံ၊ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၊ ရုရှားဖက်အရေးရှင်းနိုင်ငံ၊ အိန္ဒိယနိုင်ငံ၊ ယူအေအီးနိုင်ငံ၊ သီရိလင်္ကာနိုင်ငံ၊ တရုတ်ပြည်သူ့သမ္မတနိုင်ငံ၊ လာအိုနိုင်ငံတို့မှ သံအမတ်ကြီးများ၊ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ၊ ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံနှင့် ဘရူနိုင်းနိုင်ငံတို့မှ သံရုံးယာယီတာဝန်ခံများ၊ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ သံအမတ်ကြီးကိုယ်စား ပထမ

အတွင်းဝန်နှင့် မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ နိုင်ငံခြားစစ်သံရုံးများမှ စစ်သံမှူး ၁၆ ဦးတို့က ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်အား တစ်ဦးချင်း ဂါရဝပြုကြသည်။

ဆက်လက်၍ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ဇနီးနှင့် မိသားစုဝင်များက နောက်ဆုံးအကြိမ်အဖြစ် ဂါရဝပြုကြပြီး ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်အား မီးသင်္ဂြိုဟ်စက်အတွင်းသို့ ထည့်သွင်းမီးသင်္ဂြိုဟ်၍ အရိုးပြာကို ထုတ်ယူသည်။

ယင်းနောက် ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ အရိုးပြာထည့်သွင်းထားသော ကြွေအိုးအား ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ သား ဗိုလ်ကြီး ကျော်ဘုန်းမြင့် (ငြိမ်း)က ဦးဆောင်ကာ မိသားစုဝင်များနှင့်အတူ ဂူသွင်းမည့်နေရာသို့ သယ်ဆောင်ကြသည်။

ထို့နောက် နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင်အဖွဲ့ဝင်၊ နိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးချုပ်၊ အမျိုးသားစီမံကိန်းဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးညိုစောနှင့်ဇနီး၊ နိုင်ငံတော်ဈာပနကုန်းပရေးဦးစီးကော်မတီအဖွဲ့ဝင်များနှင့်ဇနီးများ၊ ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ရုံးမှ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများနှင့်ဇနီးများနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ အရိုးပြာကြွေအိုးအား ဂူအတွင်း ထည့်သွင်း၍ ဂူပိတ်မှုကို ကြည့်ရှုကြသည်။

ဆက်လက်၍ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ဂူစီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် မိသားစုဝင်များက ဂါရဝပြုခဲ့ကြကြောင်း သတင်းရရှိသည်။ သတင်းစဉ်



ပြည်ထောင်စုသမ္မတ
မြန်မာနိုင်ငံတော်
ယာယီသမ္မတ
ဦးမြင့်ဆွေ၏
နိုင်ငံတော်ဈာပန
အခမ်းအနားမြင်ကွင်း



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ မိသားစုဝင်များက ရှိခိုးကန်တော့စဉ်။



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ရုပ်ကလာပ်အား နိုင်ငံတကာမှ သံရုံးယာယီတာဝန်ခံများ၊ ပထမအတွင်းဝန်နှင့် မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ နိုင်ငံခြားစစ်သံရုံးများမှ စစ်သမားတို့က တစ်ဦးချင်း ဂရုပြုစဉ်။



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ ကြွင်းကျန်ရစ်သည့် ရုပ်ကလာပ်အား မီးသင်္ဂြိုဟ်စက်အတွင်းသို့ ထည့်သွင်းမီးသင်္ဂြိုဟ်စဉ်။



ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ၏ အရိုးပြာကြွေအိုးအား မိသားစုဝင်များက ဂူအတွင်းထည့်သွင်းစဉ်။

နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ဥပဒေကို ပြင်ဆင်သည့်ဥပဒေပြဋ္ဌာန်း

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့်လုံခြုံရေးကောင်စီ
နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ဥပဒေကိုပြင်ဆင်သည့်ဥပဒေ
(အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့်လုံခြုံရေးကောင်စီ

ဥပဒေအမှတ် ၂ / ၂၀၂၅)

၁၃၈၇ ခုနှစ်၊ ဝါခေါင်လပြည့်ကျော် ၃ ရက်
(၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၁၁ ရက်)

အမျိုးသားကာကွယ်ရေးနှင့် လုံခြုံရေးကောင်စီသည် ပြည်ထောင်စု
သမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေပုဒ်မ ၄၂၇ အရ
ဤဥပဒေကို ပြဋ္ဌာန်းလိုက်သည်။

၁။ ဤဥပဒေကို နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ဥပဒေကို ပြင်ဆင်
သည့်ဥပဒေဟု ခေါ်တွင်စေရမည်။

၂။ နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ဥပဒေ ပုဒ်မ ၃ ကို အောက်ပါ
အတိုင်း အစားထိုးရမည်-

“၃။ နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ပါ အမှတ်အသားများနှင့်
ယင်းတို့၏ အဓိပ္ပာယ်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်-

(က) နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်၏ အလယ်တွင်
ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်မြေပုံပါရှိသည်။
အရွက် ၁၄ ရွက်စီပါဝင်သော သပြေခက်များသည်
မြေပုံ၏ တစ်ဖက်တစ်ချက်စီတွင်ပါရှိသည်။ နိုင်ငံ
တော်မြေပုံသည် ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံ
တော်၏ နယ်နိမိတ်ပုံသဏ္ဌာန်ကိုလည်းကောင်း၊
သပြေခက်များသည် အောင်အံတော် အောင်နီမိတ်
ဆောင်ခြင်းကိုလည်းကောင်း ကိုယ်စားပြုသည်။

(ခ) သပြေခက်များ၏ တစ်ဖက်တစ်ချက်တွင် အနုပညာ
မြောက် မြန်မာ့လက်ရာ ကောသရာစာခြေသော်တစ်စီး
စီရှိသည်။ လက်ဝဲဘက်ရှိခြေသော်သည် လက်ဝဲဘက်သို့
လည်းကောင်း၊ လက်ယာဘက်ရှိခြေသော်သည် လက်ယာ
ဘက်သို့လည်းကောင်း မျက်နှာမူလျက်ရှိသည်။
ခြေသော်နှစ်စီးသည် အချုပ်အခြာအာဏာပိုင်စိုးခြင်း၊
ရဲရင့်ခြင်း၊ လုံ့လဝီရိယရှိခြင်းနှင့် ဘေးအန္တရာယ်
ဟူသမျှကို ကြီးသည် ငယ်သည်မဟု တူညီသော
အားထုတ်မှုဖြင့် နှိမ်နင်းခြင်းဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို
ဖော်ညွှန်းသည်။ ခြေသော်နှစ်စီးကို နိုင်ငံတော်မြေပုံ၏
တစ်ဖက်တစ်ချက်တွင် ရံထားခြင်းမှာ ပြည်ထောင်စု
သမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်ကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်
ခြင်းဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ညွှန်းသည်။

(ဂ) ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ဟူသော
စာတမ်းကို နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်
အောက်ခြေဖုံးပြားပေါ်တွင် ဖော်ပြထားသည်။
ပြည်ထောင်စုဟူသောစာတမ်းကို လက်ဝဲဘက်ရှိ
ခြေသော်အောက်တွင်လည်းကောင်း၊ သမ္မတဟူသော
စာတမ်းကို ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်
မြေပုံအောက်ရှိ အလယ်ဗဟိုတွင်လည်းကောင်း၊
မြန်မာနိုင်ငံတော်ဟူသောစာတမ်းကို လက်ယာဘက်
ရှိ ခြေသော်အောက်တွင်လည်းကောင်း ထားရှိသည်။

(ဃ) နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်၏ ထိပ်တွင်
ကြယ်လက်တင်ငါးခုရှိသော ကြယ်တစ်လုံးသည်
အထက်သို့ မတ်မတ်ညွှန်းလျက်ရှိသည်။ ကြယ်သည်
ကောင်းကင်၌ ကိုယ်ပိုင်ပကတိအလင်းရောင်ဖြင့်
ထင်ရှားသကဲ့သို့ မြန်မာနိုင်ငံသည်လည်း အချုပ်အခြာ
အာဏာပိုင်လွတ်လပ်သည့် နိုင်ငံအဖြစ် ရပ်တည်
သည်ဟူသောအဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ညွှန်းသည်။

(င) ကြယ်၏ တစ်ဖက်တစ်ချက်တွင် မြန်မာ့ရိုးရာကနုတ်

ပန်းများဖြင့် ပုံဖော်ထားသည့် မြန်မာပန်းပုံသဏ္ဌာန်
ပန်းခက်ပြားများပါရှိသည်။ ပန်းခက်ပြားများသည်
မြန်မာတို့၏ ယဉ်ကျေးမှုအမွေအနှစ် မြင့်မားခြင်းနှင့်
ကိုယ်ပိုင်ယဉ်ကျေးမှုဖြင့် ရပ်တည်ခြင်းဟူသော
အဓိပ္ပာယ်ကို ဖော်ညွှန်းသည်။

(စ) နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ကို အောက်ခံ
အနီရောင်ပေါ်တွင် ရွှေဝါရောင်ဖြင့် ပုံဖော်ထားပြီး
တံဆိပ်၏ ကောက်ကြောင်းမျဉ်းများကို အနက်
ရောင်ဖြင့် ရေးဆွဲထားသည်။ အနီရောင်သည် ရဲရင့်
ခြင်းနှင့် ပြတ်သားခြင်းဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကို
လည်းကောင်း၊ ရွှေဝါရောင်သည် မြတ်နိုးတန်ဖိုးထား
အပ်ခြင်းဟူသော အဓိပ္ပာယ်ကိုလည်းကောင်း
ဖော်ညွှန်းသည်။

(ဆ) နိုင်ငံတော်တံဆိပ်နမူနာပုံစံမှာ နောက်ဆက်တွဲပါ
အတိုင်း ဖြစ်သည်။”

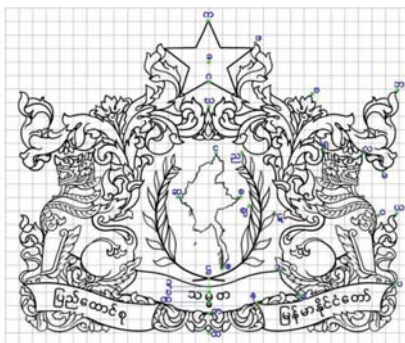
၃။ နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ဥပဒေ ပုဒ်မ ၆ ပုဒ်မခွဲ (၁)ပါ
“ဖျက်ဆီးခြင်း သို့မဟုတ် ဖျက်ဆီးစေခြင်း” ဆိုသည့် စကားရပ်ကို
“ပြောင်းလဲစေရန်ပြင်ဆင်၍ အသုံးပြုခြင်း၊ ဖျက်ဆီးခြင်း သို့မဟုတ်
ဖျက်ဆီးစေခြင်း” ဆိုသည့် စကားရပ်ဖြင့် အစားထိုးရမည်။

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် ဖွဲ့စည်းပုံအခြေခံဥပဒေ
ပုဒ်မ ၄၂၇ အရ ကျွန်ုပ် လက်မှတ်ရေးထိုးသည်။

(ပုံ)မင်းအောင်လှိုင်
ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး
ယာယီသမ္မတ(တာဝန်)

နောက်ဆက်တွဲ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်



၁။ နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ်ပါ အမှတ်အသားများ၏
အချိုးအစားသတ်မှတ်ပုံမှာ-

အလျား = ၁.၂ x အနံ

အလျား : အနံ ၃၀ : ၂၅

အမှတ် ဖော်ပြချက်

(က) ကြယ်၏ထိပ်

(ခ) ကြယ်၏ဗဟို

(ဂ) ကြယ်၏အောက်အတွင်းထောင့်

(ဃ) ကြယ်အောက်ရှိ ကနုတ်ပန်းထိပ်

(င) မြန်မာနိုင်ငံမြေပုံ၏ မြောက်ဘက်အစွန်း

(စ) မြန်မာနိုင်ငံမြေပုံ၏ အရှေ့ဘက်အစွန်း

(ဆ) မြန်မာနိုင်ငံမြေပုံ၏ အနောက်ဘက်အစွန်း

(ဇ) မြန်မာနိုင်ငံမြေပုံ၏ တောင်ဘက်အစွန်း

(ဈ) သပြေခက် အတွင်းအနား

(ည) သပြေခက် ထိပ်ဖျား

(ဋ) သပြေခက် အပြင်နား

(ဌ) သပြေခက်နှစ်ခက် အခြေချင်းဆုံသည့်နေရာ

(ဍ) အောက်ခြေဖုံးပြား အပေါ်အနား

(ဎ) စာလုံးအပေါ်အနား

(ဏ) စာလုံးအောက်အနား

(တ) အောက်ခြေဖုံးပြားအောက်အနား

(ထ) အောက်ခြေ၏ဗဟိုမှတ်

(ဒ) အောက်ခြေဖုံးပြားအပေါ်ထောင့်

(ဓ) အောက်ခြေဖုံးပြားအောက်ထောင့်

(န) ခြေသော်အောက်တွင်ရှိသော ဖုံးပြားလက်ဝဲအပေါ်ထောင့်

(ပ) ခြေသော်အောက်တွင်ရှိသော ဖုံးပြားလက်ယာအပေါ်ထောင့်

(ဖ) ကြယ်၏နှစ်ဘေးရှိ ကနုတ်ပန်းထိပ်

(ဗ) ကြယ်၏နှစ်ဘေးရှိ ကနုတ်ပန်းအလယ်ထိပ်

(ဘ) တံဆိပ်၏ဘေးအနားစွန်း ကနုတ်တက်အပေါ်ထိပ်

(မ) တံဆိပ်၏ဘေးအနားစွန်း ကနုတ်ပန်းအောက်ဘက်ထိပ်

(ယ) ခြေသော်ရင်အုံအရှေ့ရှိ ကနုတ်ပန်းအပေါ်ထိပ်

(ရ) ခြေသော်၏အမောက်တက်ထိပ်

(လ) ခြေသော်၏နံရံခေါင်းထိပ်

(ဝ) ခြေသော်၏ရင်အုံ

၂။ နိုင်ငံတော်အထိမ်းအမှတ်တံဆိပ် အမှတ်အသားများ၏ အရောင်
နှင့် အလင်းစံသတ်မှတ်ချက်များမှာ-



စဉ် အမျိုးအစား

သတ်မှတ်ချက်

(က) ရွှေဝါရောင် (အနု) ပင်န့်တုန်း ၃၉၄၅ စီ (PANTONE 3945C)
အပြာ စီ(C) = ၈ %
အနီ အမ်(M) = ၁ %
အဝါ ပိုင်(Y) = ၁၀၀ %
အနက် ကော(K) = ၀ %

(ခ) ရွှေဝါရောင် (အရင့်) ပင်န့်တုန်း ၇၇၅၂ စီ (PANTONE 7752C)
အပြာ စီ(C) = ၁၁ %
အနီ အမ်(M) = ၂၄ %
အဝါ ပိုင်(Y) = ၉၈ %
အနက် ကော(K) = ၃ %
အရောင်ရင့်(Shade Colour) = ၀.၁၀
စင်တီမီတာ

(ဂ) အနီရောင် ပင်န့်တုန်း ၄၈၅၂ စီ (PANTONE 485 C)
အပြာ စီ(C) = ၈ %
အနီ အမ်(M) = ၉၇ %
အဝါ ပိုင်(Y) = ၁၀၀ %
အနက် ကော(K) = ၁ %



ဟိုပုံးမြို့နယ် သမဝါယမအသင်းစုလီမိတက် အရပ်ရပ်ဆိုင်ရာစည်းဝေး

တောင်ကြီး၊ ဩဂုတ် ၁၁
ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း) ဟိုပုံးမြို့နယ် သမဝါယမအသင်းစုလီမိတက်
မှ ၂၀၂၄-၂၀၂၅ ဘဏ္ဍာနှစ် နှစ်ပတ်လည်အရပ်ရပ်ဆိုင်ရာ အစည်းအဝေး
ကို ဟိုပုံးမြို့နယ် သမဝါယမဦးစီးဌာနနှင့် ပြုလုပ်ရာ ပြည်နယ်
သမဝါယမဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးကျော်စိုးတင်က အမှာစကား
ပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်ချက် အစီရင်ခံစာဖတ်ကြားခြင်း၊
ဘဏ္ဍာရေးရှင်းတမ်းများ ဖတ်ကြားခြင်း၊ အသင်းစာရင်းစစ်အစီရင်ခံ

စာဖတ်ကြားရှင်းလင်းခြင်း၊ ရွေ့လုပ်ငန်းစဉ်များ ချမှတ်ခြင်းနှင့်
အတည်ပြုချက်များ ရယူဆောင်ရွက်ခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်။

အဆိုပါ အစည်းအဝေးသို့ ပြည်နယ်သမဝါယမဦးစီးဌာန
ဦးစီးမှူးနှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း/အရှေ့ပိုင်း)
သမဝါယမအသင်းစုချုပ်ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အမှုဆောင်များ၊ ဟိုပုံးမြို့နယ်
သမဝါယမဦးစီးဌာနမှ ဦးစီးအရာရှိနှင့် ဝန်ထမ်းများ၊ မြို့နယ်သမဝါယမ
အသင်းစုမှ ဥက္ကဋ္ဌနှင့် အမှုဆောင်များ၊ အသင်းဝင်ကိုယ်စားလှယ်များ
တက်ရောက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ သတင်းစဉ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်ခြင်းအတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်းမှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် ရန်ကုန်မြို့အခြေစိုက်သံရုံးများမှ သံအမတ်ကြီးများနှင့် သံရုံးအကြီးအကဲများက လက်မှတ်ရေးထိုး

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ဩဂုတ် ၇ ရက်တွင် ကွယ်လွန်ခဲ့သည့် အတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်းမှတ်တမ်းစာအုပ်ကို ရန်ကုန်မြို့ စကားဝါလမ်းရှိ နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာန၌ ဩဂုတ် ၈ ရက်မှစတင်၍ ဖွင့်လှစ်ထားရာ မြန်မာနိုင်ငံ ဆိုင်ရာသံအမတ်ကြီးများနှင့် သံရုံးအကြီးအကဲများက ဝမ်းနည်းကြောင်း လာရောက်လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ကြ သည်။

လက်မှတ်ရေးထိုး

ယနေ့တွင် မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ သံရုံးအကြီးအကဲ များဖြစ်သည့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသံရုံးမှ ပထမအတွင်း ဝန် Mr. Nguyen Cong Son ၊ အီဂျစ်နိုင်ငံသံရုံးမှ ဒုတိယအတွင်းဝန် Dr. Ahmed Abdallah Mahmoud Atiya Eltahlawy နှင့် တောင်အာဖရိကနိုင်ငံ ဂုဏ်ထူးဆောင် ကောင်စစ်ဝန် ဦးမြင့်ဌေးတို့က ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် လာရောက်လက်မှတ်

ရေးထိုးခဲ့ကြသည်။

ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်

ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် လာရောက်လက်မှတ်ရေးထိုးသော သံတမန်များနှင့် ဂုဏ်ထူးဆောင် ကောင်စစ်ဝန်တို့ကို နိုင်ငံခြားရေး ဝန်ကြီးဌာနမှ တာဝန်ရှိသူများက ကြိုဆိုနှုတ်ဆက်ခဲ့ ကြသည်။

သတင်းစကားပြောကြား

သံတမန်များနှင့် ဂုဏ်ထူးဆောင် ကောင်စစ်ဝန် တို့က ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်ခြင်း အပေါ် ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်အစိုးရ နှင့် ပြည်သူများ၊ ကျန်ရစ်သူမိသားစုသို့ ဝမ်းနည်း ကြောင်းနှင့် စာနာထောက်ထားပါကြောင်း သတင်း စကားများ ပြောကြားခဲ့ပြီး ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်၌ လက်မှတ်ရေးထိုးခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။

သတင်းစဉ်



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်ခြင်းအတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသံရုံးမှ ပထမအတွင်းဝန် Mr. Nguyen Cong Son လက်မှတ် ရေးထိုးစဉ်။



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်ခြင်းအတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် အီဂျစ်နိုင်ငံသံရုံးမှ ဒုတိယအတွင်းဝန် Dr. Ahmed Abdallah Mahmoud Atiya Eltahlawy လက်မှတ်ရေးထိုးစဉ်။



ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်ခြင်းအတွက် ဝမ်းနည်းကြောင်း မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် တောင်အာဖရိကနိုင်ငံ ဂုဏ်ထူးဆောင်ကောင်စစ်ဝန် ဦးမြင့်ဌေး လက်မှတ် ရေးထိုးစဉ်။



အထူးအာဏာကုန် လွှဲအပ်ခြင်းခံရသော သံအမတ်ကြီး ဦးဇော်ဦး အီရန်အစွဲလမ်းသမ္မတနိုင်ငံ သမ္မတထံ ခန့်အပ်လွှာပေးအပ်

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁

အီရန်အစွဲလမ်းသမ္မတနိုင်ငံဆိုင်ရာ အထူးအာဏာကုန်လွှဲအပ်ခြင်းခံရသော ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာ နိုင်ငံတော် သံအမတ်ကြီး ဦးဇော်ဦးသည် ၎င်း၏ ခန့်အပ်လွှာကို ၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ် ၁၀ ရက်တွင် တီဟီရန်မြို့ ရှိ သမ္မတနန်းတော်၌ အီရန်အစွဲလမ်းသမ္မတနိုင်ငံ သမ္မတ မစ္စတာ မာဆော့ ပါဇကီရှ်ကီရစ် ထံ ပေးအပ် ခဲ့ပြီးဖြစ်သည်။

သတင်းစဉ်

၂၀၂၅ ခုနှစ် တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ခိုင်း တပ်မတော်(ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) ပိုက်ကျော်ခြင်းပြိုင်ပွဲ ဖွင့်ပွဲကျင်းပ

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁
၂၀၂၅ ခုနှစ် တပ်မတော်ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ်ခိုင်း တပ်မတော် (ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) ပိုက်ကျော်ခြင်း ပြိုင်ပွဲဖွင့်ပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်း တွင် အလယ်ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာန ချုပ် မိတ္ထီလာတပ်နယ်အားကစား ခန်းမ၌ ပြုလုပ်ရာ တိုင်းမှူး ဗိုလ်မှူးချုပ် ကျော်ကိုထိုက်နှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ အရာရှိ စစ်သည်၊ မိသားစုများ၊ ခိုင်အဖွဲ့ဝင်များနှင့် နှင့် အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်

ပြိုင်ပွဲဝင် အားကစားသမားများ တက်ရောက်ကြသည်။ ကြည့်ရှုအားပေး ဦးစွာ တပ်မတော်ကာကွယ် ရေးဦးစီးချုပ်ကိုယ်စား တိုင်းမှူး က အမှာစကား ပြောကြားသည်။ ထို့နောက်တိုင်းမှူးနှင့်တက်ရောက် လာကြသူများက အဖွင့်ပွဲစဉ် ဖြစ်သည့် ကာကွယ်ရေးဦးစီးချုပ် ရုံး(လေ) ကိုယ်စားပြုအသင်း နှင့် အရှေ့ပိုင်းတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်

ကိုယ်စားပြုအသင်းတို့၏ ယှဉ်ပြိုင် ကစားနေမှုများကို ကြည့်ရှု အားပေးကြသည်။ (အောက်ပုံ) အဆိုပါ တပ်မတော်ကာကွယ် ရေးဦးစီးချုပ်ခိုင်း တပ်မတော် (ကြည်း၊ ရေ၊ လေ) ပိုက်ကျော်ခြင်း ပြိုင်ပွဲကို ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်း ၁၇ သင်းဖြင့် ဩဂုတ် ၂၀ ရက်အထိ ကျင်းပပြုလုပ်သွားမည် ဖြစ် ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။

သတင်းစဉ်



ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးသန်းဆွေ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရေးအဖွဲ့၏ အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားရေးမှူး Mr. Iori KATO အား လက်ခံတွေ့ဆုံ

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁

နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဦးသန်းဆွေသည် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရေးအဖွဲ့ (International Organization for Migration-IOM) ၏ အာရှနှင့် ပစိဖိတ်ဒေသဆိုင်ရာ ညွှန်ကြားရေးမှူး Mr. Iori KATO အား ယနေ့ ညနေပိုင်းက နေပြည်တော်ရှိ နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာန၌ လက်ခံတွေ့ဆုံသည်။ (ယာပုံ)

တွေ့ဆုံစဉ် IOM အနေဖြင့် မြန်မာရွှေ့ပြောင်းအလုပ်သမားများနှင့်ပတ်သက်၍ အကူအညီများပေးအပ်လျက်ရှိသည့်အခြေအနေများ၊ မြန်မာနိုင်ငံ၌ လက်ရှိဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော IOM ၏ လုပ်ငန်းများ၊ မြန်မာအစိုးရနှင့် IOM တို့အကြား ပူးပေါင်း

ဆောင်ရွက်ရေးကိစ္စများနှင့် ငလျင်ဘေးသင့်ပြည်သူများကို အရေးပေါ်အကူအညီပစ္စည်းများ ပေးအပ်ခဲ့သည့်အခြေအနေများအပေါ် အမြင်ချင်းဖလှယ်ဆွေးနွေးခဲ့ကြသည်။

အစည်းအဝေးသို့ နိုင်ငံခြားရေးဝန်ကြီးဌာနမှ တာဝန်ရှိသူများ၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ရွှေ့ပြောင်းသွားလာရေးအဖွဲ့ (IOM) မှ မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာဌာနကော်ယ်စားလှယ် Mr. Daihei Mochizuki နှင့် လုပ်သားများရွှေ့ပြောင်းခြင်းနှင့် ရွှေ့ပြောင်းသွားလာသူများအကာအကွယ်ပေးခြင်းဌာနမှ အစီအစဉ်မန်နေဂျာ Mr. Christos Dorian တို့ တက်ရောက်ခဲ့ကြသည်။

သတင်းစဉ်



ထားဝယ်မြို့၌ စာကြည့်တိုက်များဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေးပွဲတော် ကျင်းပ

ထားဝယ်၊ ဩဂုတ် ၁၁

စာကြည့်တိုက်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်၊ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ စာအုပ်စာပေလေ့လာဖတ်ရှုနိုင်ရန် စာပေလေ့လာဖတ်ရှုခြင်းမှ ရရှိသော အသိပညာဟုသုတများကို ပြန့်ပွားအသုံးပြုဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့၏ စီမံမှုဖြင့် ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနတို့ ပူးပေါင်းကျင်းပသော စာကြည့်တိုက်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေးပွဲတော်ကို ယနေ့ နံနက်ပိုင်းက ထားဝယ်မြို့ အမှတ်(၄)အခြေစိုက်ပညာ အထက်တန်းကျောင်း၌ ကျင်းပသည်။

ဦးစွာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် ဦးမြတ်ကို၊ တိုင်းဒေသကြီးတရားလွှတ်တော် တရားသူကြီးချုပ်၊ တိုင်းဒေသကြီး လူမှုရေးရာ



ဝန်ကြီးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက စာကြည့်တိုက်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေးပွဲတော်ကို ဖွင့်လှစ်ပေးကြသည်။

ထို့နောက် ကျောင်းသားကျောင်းသူများက “တိုးတက်ဝေဖန်တနင်္သာရီ” သီချင်း၊ “လွမ်းခဲ့ထားဝယ်မြေ” သီချင်းနှင့် ဘင်ခရာအဖွဲ့၊ ပန်းပွားအဖွဲ့များက ဖျော်ဖြေ

တင်ဆက်ကြရာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်နှင့် တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုအားပေးပြီး ဂုဏ်ပြုဆုငွေများ ပေးအပ်ချီးမြှင့်သည်။

ယင်းနောက် ပွဲတော်အတွင်း ခင်းကျင်းပြသထားသည့် စာကြည့်တိုက်များ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေး ဆောင်ရွက်မှု မှတ်တမ်းဓာတ်ပုံများ၊ စာစီ

စာကိုးပြိုင်ပွဲ၊ စာဖတ်စွမ်းရည်ပြိုင်ပွဲနှင့် ပုံပြင်ပြောပြိုင်ပွဲ၊ ဆေးရောင်ခြယ်ပြိုင်ပွဲ၊ မြန်မာသတ်ပုံအမှန်ရွေးပြိုင်ပွဲ၊ စကားပုံဆက်ပြိုင်ပွဲ၊ ဉာဏ်စမ်းပပေးပြိုင်ပွဲ၊ အရပ်ဆက်ပြိုင်ပွဲ၊ ခါးကွင်းလှည့်ကစားနည်းများကို ကြည့်ရှုအားပေးပြီး တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်သော

ကျောင်းသား ကျောင်းသူများကို ကျောင်းသုံးလစာအုပ်များပေးအပ်သည်။ (ပုံစုံ)

ယနေ့ကျင်းပသည့် စာကြည့်တိုက်များဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးနှင့် စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေး ပွဲတော်သို့ ကျောင်းသား ကျောင်းသူစုစုပေါင်း ၁၅၀၀ ခန့် တက်ရောက်ကြပြီး ပြိုင်ပွဲဝင်များနှင့် ဆုရရှိသူများကို ဩဂုတ် ၁၂ ရက်တွင် ဆုများပေးအပ်ချီးမြှင့်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ဆက်လက်၍ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ထားဝယ်ခရိုင်အတွင်းရှိ အကျိုးဆောင်တောင်သူများအား သဘာဝမြေဩဇာပေးအပ်ခြင်းနှင့် ထားဝယ်မြို့နယ် အမှတ်(၄) အခြေစိုက်ပညာနှင့် စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးအထက်တန်းကျောင်းရှိ မိုးမီးစိုက်ခင်းတွင် သဘာဝမြေဩဇာနှင့် ဓာတ်မြေဩဇာ အချိန်ကိုက်၊ အချိုးကျ

ရောနှောကြပ်ကပ်ခြင်းအခမ်းအနားကို ကျင်းပရာ တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ် တက်ရောက် အမှာစကားပြောကြားသည်။

ယင်းနောက် တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်၊ တိုင်းဒေသကြီးတရားလွှတ်တော် တရားသူကြီးချုပ်၊ တိုင်းဒေသကြီး လုံခြုံရေးနှင့် နယ်စပ်ရေးရာဝန်ကြီးနှင့် တာဝန်ရှိသူများက ထားဝယ်ခရိုင်အတွင်းရှိ တောင်သူများကို သဘာဝမြေဩဇာအိတ် ၁၀၀ ကိုပေးအပ်သည်။

ထို့နောက် တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်က အမှတ်(၄)အခြေစိုက်ပညာနှင့် စက်မှု၊ စိုက်ပျိုး၊ မွေးမြူရေးအထက်တန်းကျောင်းမှ သရုပ်ပြမွေးမြူထားရှိသည့် ဥစားကြက်၊ ဝက်၊ ဆိတ် မွေးမြူရေးခြံများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး လိုအပ်သည်များ မှာကြားခဲ့ကြောင်း သိရသည်။

တိုင်းဒေသကြီး(ပြန်/ဆက်)

ရခိုင်ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ငါးဆေးထိုးသားဖောက်သင်တန်းဖွင့်ပွဲ အခမ်းအနားတက်ရောက်



စစ်တွေ၊ ဩဂုတ် ၁၁

ရခိုင်ပြည်နယ် အစိုးရအဖွဲ့၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် ပြည်နယ်ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာနမှ ကျင်းပသည့် ငါးဆေးထိုးသားဖောက် သင်တန်းဖွင့်ပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက စစ်တွေမြို့ ခိုင်သဇင်ခန်းမ၌ ကျင်းပရာ ရခိုင်ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ဦးထိန်လင်းနှင့်ဇနီး၊ ပြည်နယ်တရားလွှတ်တော်တရားသူကြီးချုပ် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးများ၊ သင်တန်းနည်းပြများ၊ စစ်တွေတက္ကသိုလ်နှင့် အခြေစိုက်ပညာ

အထက်တန်းကျောင်းများမှ ဆရာဆရာမနှင့် ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ၊ ငါးမွေးမြူထုတ်လုပ်သူတောင်သူများ၊ သင်တန်းသားသင်တန်းသူများ တက်ရောက်ကြသည်။

အခမ်းအနားတွင် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်က ပြည်ပစွေကွက်ရှိသော ငါးမြစ်ချင်းကို ရခိုင်ပြည်နယ်တွင် မွေးမြူထုတ်လုပ်နိုင်အောင်ရည်ရွယ်၍ ငါးမြစ်ချင်းဆေးထိုး သားဖောက်ခြင်းကို

စာတွေ့လက်တွေ့သင်ကြားပို့ချပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားသည်။ (ပုံစုံ)

ထို့နောက် ငါးလုပ်ငန်းဦးစီးဌာန ပြည်နယ်ဦးစီးမှူးက ငါးဆေးထိုးသားဖောက်ဆိုင်ရာအချက်အလက်များကို ရှင်းလင်းတင်ပြပြီး ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် တာဝန်ရှိသူများသည် ခန်းမအတွင်း သားဖောက်ရန်ဆေးထိုးနေမှုနှင့် ငါးများခင်းကျင်းပြသထားမှုကို ကြည့်ရှုခဲ့ကြသည်။ တင်ထွန်း(ပြန်/ဆက်)

မြစ်ရေကြီးမှုအခြေအနေ

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁

ယနေ့ နံနက် ၆ နာရီခွဲအချိန် တိုင်းထွာချက်အရ စစ်တောင်းမြစ်ရေသည် တောင်ငူမြို့တွင် ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက်သို့ နှစ်လက်မခန့် ကျော်လွန်နေပြီး နောက်တစ်ရက်အတွင်း စိုးရိမ်ရေမှတ်အောက်သို့ ပြန်လည်ကျဆင်းနိုင်သည်။

ယနေ့ နံနက် ၆ နာရီခွဲအချိန် တိုင်းထွာချက်အရ စစ်တောင်းမြစ်ရေ

သည် မဒေါက်မြို့တွင် ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက်သို့ နှစ်ပေခွဲခန့် ကျော်လွန်နေပြီး နောက်တစ်ရက်အတွင်း နှစ်လက်မခန့် ကျဆင်းလာနိုင်ကာ ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက် ဆက်လက်တည်ရှိနိုင်သည်။

ယနေ့ နံနက် ၆ နာရီခွဲအချိန် တိုင်းထွာချက်အရ သံလွင်မြစ်ရေသည် ဘားအံမြို့တွင် ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက်သို့ တစ်ပေခွဲခန့် ကျော်လွန်နေပြီး နောက်တစ်ရက်အတွင်း နှစ်လက်မခန့် မြင့်တက်

လာနိုင်ကာ ယင်းမြို့၏ စိုးရိမ်ရေမှတ်အထက် ဆက်လက်တည်ရှိနိုင်သည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ တောင်ငူမြို့နယ်အတွင်းရှိ မြစ်ကမ်းအနီးနှင့် မြေနိမ့်ပိုင်းနေထိုင်သူများအနေဖြင့် သတိပြုနေထိုင်ပါရန်နှင့် ဘားအံမြို့နယ်နှင့် မဒေါက်မြို့အတွင်းရှိ မြစ်ကမ်းအနီးနှင့် မြေနိမ့်ပိုင်း နေထိုင်သူများအနေဖြင့် ရေဘေးလွတ်ရာနေရာများသို့ ရှောင်ရှားနိုင်ပါရန် သတိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။

ဦး/ဇလ

အားကစားအောင်မြင်မှုဆီသို့ အားကစားအာဟာရဖြင့် မြှင့်တင်ကြပါစို့

ခိုင်မင်းပြည့်စုံ

(၃၃)ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှအားကစား ဖြိုင်ပွဲကို ထိုင်းနိုင်ငံ ဗန်ကောက်မြို့၊ ချွန်ဘူရီမြို့နှင့် ဆွန်ဂလာမြို့များတွင် အားကစားနည်း ၅၃ နည်းခွဲ၍ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ရာ မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် အားကစားနည်း ၄၀ တွင် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်နိုင်ရန် အတွက် လေ့ကျင့်ပြိုင်ဆိုင်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

ဖြိုင်ပွဲကို ၂၀၂၅ ခုနှစ် ဒီဇင်ဘာလ ၉ ရက်နေ့မှ ၂၀ ရက်နေ့အထိ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်၍ အားကစား ဖြိုင်ပွဲကျင်းပရန် ရက်ပေါင်း ၁၂၀ ခန့်သာရှိပြီး ပြိုင်ဆိုင် ချိန်အားဖြင့် လေးလခန့်သာ ကျန်ရှိတော့သည့် အတွက် အလွန်ပင် နီးကပ်နေပြီဖြစ်ပါသည်။ အားကစားသမားများမှာလည်း စနစ်တကျပါဝင် ယှဉ်ပြိုင်ပြီး အောင်မြင်မှုဆုတံဆိပ်များ ရရှိရေး အတွက် စခန်းဝင်လေ့ကျင့်လျက်ရှိပါသည်။

အားကစားအာဟာရ

အားကစားနှင့် သိပ္ပံပညာကို ပေါင်းစပ်ယှဉ်ပြိုင် ကြသော ယနေ့ခေတ် အားကစားလောကသည် လွန်စွာကျယ်ပြန့်လာပါသည်။ အားကစားတစ်ခု တည်း လေ့ကျင့်နေရုံဖြင့် တော်ရုံခရီးမရောက်နိုင် တော့ပါ။ ၂၀၂၄ ခုနှစ် ပြင်သစ်အိုလံပစ်ပြိုင်ပွဲဝင် ဩစတြေးလျ အားကစားသမားများအတွက် အားကစားအာဟာရပညာရှင်များက လိုအပ်သော စွမ်းအင်ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း၊ စွမ်းဆောင်ရည် မြှင့်တင်ပေးခြင်းနှင့် စွမ်းအင်ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းရန် ကူညီပေးခြင်းဖြင့် ဩစတြေးလျအားကစားအဖွဲ့၏ အောင်မြင်မှုတွင် အရေးကြီးသော အခန်းကဏ္ဍမှ ပါဝင်ခဲ့ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အလားတူပင် ပြင်သစ်အိုလံပစ်ပြိုင်ပွဲဝင်တရုတ် အသင်းသည်လည်း အားကစားအာဟာရပညာကို လေ့ကျင့်ရေးအစီအစဉ်များ၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး နည်းပညာများနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ပံ့ပိုးမှုများကဲ့သို့ သော အားကစားသိပ္ပံ၏ အခြားအပိုင်းများနှင့် ပေါင်းစပ်၍ အားကစားသမား ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှု အတွက် ပြည့်စုံသောချဉ်းကပ်မှုနည်းလမ်းကို အသုံး ပြုခြင်းအားဖြင့် အိုလံပစ်ပြိုင်ပွဲတွင် အောင်မြင်မှုများ ရခဲ့သည်ဟု သိရှိရပါသည်။

သို့ဖြစ်ရာ နည်းလမ်းပေါင်းစုံသုံးပြီး ယှဉ်ပြိုင်နေ သည့်ခေတ်တွင် အားကစားအာဟာရပညာ (Sports Nutrition) ၏ ပြိုင်ဆိုင်မှုအခန်းကဏ္ဍသည် အားကစားအောင်မြင်ရေးအတွက် အဓိကသော့ချက် တစ်ခုဖြစ်နေကြောင်း သိသာထင်ရှားသော အထောက် အထားဖြစ်ပါသည်။ လေ့လာတွေ့ရှိချက်များအရ အားကစားသမားတစ်ဦး၏ အောင်မြင်မှုသည် အားကစားလေ့ကျင့်မှု၊ အားကစားစိတ်ဓာတ်နှင့် အားကစားအာဟာရဓာတ်တို့၏ အချိုးညီမျှစွာ ပေါင်းစပ်မှုပေါ်တွင် မူတည်ပါသည်။

ဖြိုင်ပွဲတွင် အကောင်းဆုံးပုံစံဖြင့် အနိုင်ရရန်နှင့်



စံချိန်ချိုးရန် ပြိုင်ဆိုင်နေသည့် အားကစားသမားများ အားကစားစွမ်းဆောင်ရည်ရှိရန် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် လောင်စာဆီသည် ၎င်းတို့စားသုံးသည့် အစာ အာဟာရဖြစ်ပါသည်။ အားကစားအာဟာရသည် အားကစားစွမ်းဆောင်ရည်ကို မြှင့်တင်ရုံသာမက အားကစားပြုလုပ်ပြီးနောက် ကြွက်သားများစွမ်းအင် ပြန်လည်ဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း၊ ဒဏ်ရာကုသမှု ရေးနှင့် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ အာရုံစူးစိုက်မှုတို့ကိုပါ အထောက်အကူပြုပါသည်။ အားကစားအာဟာရ စီမံခန့်ခွဲမှုကို အားကစားနည်းအလိုက်၊ ကျား/မ အလိုက်နှင့် လေ့ကျင့်ချိန်အလိုက် လိုအပ်သော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်၊ ပရိုတင်း၊ အဆီ၊ ဗီတာမင်နှင့် သတ္တု ဓာတ်များ ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များကို မျှတစွာ စားသုံးခြင်းဖြင့် အာဟာရဖြည့်တင်းရေးကို စနစ် တကျလုပ်ဆောင်ပါက အားကစားသမား၏ ကျန်းမာ ရေးနှင့် အားကစားစွမ်းဆောင်ရည်ကို အမြင့်မားဆုံး သို့ရောက်အောင် မြှင့်တင်ပေးနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

အားကစားသမားသည် သာမန်လူတစ်ဦး၏ အစားအသောက်နှင့် ကွဲပြားပြီး အားကစားသမား များ၏ ပြင်းထန်သော လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့် ပြိုင်ပွဲ များတွင် လိုအပ်သော စွမ်းအင်နှင့် အာဟာရဓာတ် များပေးရန်အတွက် သင့်လျော်သော အချိန်များ၌ မှန်ကန်သော အာဟာရများ ဖြည့်ဆည်းပေးရပါသည်။

အားကစားသမားတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များ၊ လေ့ကျင့်ရေး တောင်းဆိုချက်များနှင့်အညီ အံဝင် ခွင့်ကျဖြစ်သော မျှတသည့် အစားအစာသည် မလိုလားအပ်သော ဒဏ်ရာပြဿနာများ ကာကွယ် ရန်အတွက်လည်း မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည်။ စွမ်းအင်အတွက် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်၏ အရေးပါမှု ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်သည် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု

တွင် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အဓိကလိုအပ်သော စွမ်းအင် အရင်းအမြစ်ဖြစ်၍ အားကစားသမားများအတွက် အရေးကြီးသော အာဟာရဓာတ်ဖြစ်ပါသည်။ အားကစား သမားများသည် နေ့စဉ်ကယ်လိုရီစုစုပေါင်း၏ ၅၅- ၆၅ ရာခိုင်နှုန်းကို ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်မှ ရရှိသင့်ပါ သည်။ အစားအစာတွင်ပါဝင်သော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ် သည် ဂလူးကိုစ်အဖြစ် ချေဖျက်သွားပြီး ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှုအတွင်း အသုံးပြုရန် ကြွက်သားများဆီသို့ သယ်ဆောင်၍ ဂလိုက်ကိုလင်းအဖြစ် သို့လှောင်ကာ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုလုပ်နေစဉ် လိုအပ်သောစွမ်းအင် ကို ပေးပါသည်။ ရိုးရှင်းသော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ် (simple carbohydrate) ပါဝင်သော အစားအစာ သည် သွေးတွင်းဂလူးကိုစ်ကို လျင်မြန်စွာ တိုးစေ နိုင်သောကြောင့် စွမ်းအင်ကို အမြန်မြှင့်တင်ပေးနိုင် သည်။ သကြားလုံးများ၊ တွတ်ကီးများစားခြင်းနှင့် အချိုရည်များ သောက်ခြင်းအားဖြင့် ရိုးရှင်းသော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်မှ စွမ်းအင်ရရှိနိုင်ပါသည်။

ရှုပ်ထွေးသော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ် (Complex carbohydrate) ကို အာလူး၊ ဆန်၊ ဂျုံ၊ ပဲနှင့် အခွံ မာသီးကဲ့သို့သော အစားအစာများမှ ရရှိနိုင်သည်။ ထိုကဲ့သို့သော အစားအစာများသည် အစာချေဖျက် ရန် အချိန်ယူပြီး ကျန်းမာရေးအတွက် ကောင်းမွန် သော အမျှင်ဓာတ်များ၊ ဗီတာမင်နှင့် သတ္တုဓာတ်များ ပံ့ပိုးပေးပါသည်။ လူတစ်ဦး၏ ကိုယ်ခန္ဓာတွင်း စွမ်းအင်ပမာဏသည် အချိန်ဆက်တိုက် အားကစား ပြုလုပ်မည်ဆိုပါက နှစ်နာရီစာ အားကစားပြုလုပ်နိုင် ရန်အတွက်သာ လုံလောက်ပါသည်။

ရှုပ်ထွေးသော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ် အမျိုးအစား များသည် စွမ်းအင်ကို တဖြည်းဖြည်းချင်း ထုတ်လွှတ် ပေးသဖြင့် ဆန်၊ ဂျုံနှင့် အာလူးတို့မှ ပြုလုပ်ရရှိသော အစားအစာများကို ဖြိုင်ပွဲမတိုင်မီ နှစ်ရက်(သို့မဟုတ်) သုံးရက်အလိုတွင် စားသုံးခြင်းဖြင့် ခံနိုင်ရည်အားပြ မြှင့်တင် အားကစားသမားများ၌ ဖြိုင်ပွဲမတိုင်မီ ကြွက်သားများအတွင်း ဂလိုက်ကိုလင်းသို့လှောင်မှုကို ဖြည့်ဆည်းခြင်း (Carbohydrates Loading)အားဖြင့် မြှင့်တင်ပေးနိုင်သည်ဟု အားကစားအာဟာရဗေဒ ပညာရှင်များက ယူဆကြပါသည်။ လမ်းလျှောက်၊ တာဝေးအပြေး၊ သုံးမျိုးစုံ စသည့် ခံနိုင်ရည် အားပြသော အားကစားသမားများအတွက် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်သည် ပိုအရေးကြီးပြီး ခွန်အားသုံး အားကစားသမားများအတွက်လည်း မရှိမဖြစ် လိုအပ်ပါသည်။

ကြွက်သားတည်ဆောက်ရန် ပရိုတင်း၏ အရေးပါမှု အားကစားသမားများ၏ ကြွက်သားများကို ပြုပြင်ရန်နှင့် တည်ဆောက်ရန် ပရိုတင်းသည် မရှိ

မဖြစ် လိုအပ်ပါသည်။ အားကစားသမားများ လေ့ကျင့် ခန်းပြုလုပ်ပြီးနောက် ကြွက်သားမျှင်များ ပြန်လည် ပြုပြင်ရန်အတွက် ပရိုတင်းကို အသုံးပြုရပါသည်။ သာမန်လူတစ်ဦးသည် နေ့စဉ်တစ်ရက်လိုဂရမ် လျှင် ၀.၁၁၁၈ ၈ ဂရမ်ပရိုတင်း လိုအပ်သော်လည်း အားကစားသမားများအတွက် ၁.၁၁၁၈ ၂၂ ၁၁၁၈ ၀ ဂရမ်အထိ လိုအပ်ပါသည်။

ဥပမာအားဖြင့် ကိုယ်အလေးချိန် ၇၀ ကီလိုဂရမ် ရှိသော အားကစားသမားသည် နေ့စဉ်ပရိုတင်း ၈၄ -၁၄၀ ဂရမ်ခန့် စားသုံးသင့်ပါသည်။ ကြွက်ရင်ပုံသား၊ အမဲသား၊ ဝက်သား၊ ငါး၊ ဥ၊ ဒိန်ချဉ်၊ ဒိန်ခဲကဲ့သို့ နို့နှင့် နို့ထွက်ပစ္စည်းများမှ တိရစ္ဆာန်အခြေခံပြီး ပြည့်စုံသော ပရိုတင်းရရှိနိုင်သလို ပဲအမျိုးမျိုး၊ ပဲပိစပ် ထုတ်ကုန် များ၊ တို့ဟူး၊ ပဲပုပ်၊ ပဲနို့၊ မြေပဲထောပတ်၊ ဗာဒီဇော၊ ရွှေပရုံဇော၊ သစ်ကြားသီး စသည့်အစေ့အဆန် များကဲ့သို့ အပင်အခြေခံ ပရိုတင်းအစားအစာ အရင်းအမြစ် များစွာသည်လည်း အားကစားသမား များအတွက် လိုလောက်သော ပရိုတင်းကို ပေးစွမ်း နိုင်ပါသည်။

အားကစားသမားများသည် ကြွက်သား ထုထည် တိုးမြှင့်ရန် ပရိုတင်းကို ပိုမိုအာရုံစိုက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ အသားဓာတ်ဆုံးရှုံးသွားသော အားကစားသမားအတွက် ကြွက်သား၊ အမဲသား များ အလွန်အကျွံကျွေးမွေးခြင်းထက် လိုအပ်သော အသားဓာတ် ဖြည့်စွက်စာမျိုးဖြစ်သော ပရိုတင်း အမှုန့် တစ်ခါတစ်ရံတိုက်ကျွေးခြင်းက ပိုမိုအသား စားခြင်းထက်လည်း သာလွန်၍ အာနိသင်မြင့်စေပါ သည်။ ကယ်လိုရီလျှော့စားနေသူများတွင် ပရိုတင်း မှုန့် သောက်ပေးခြင်းဖြင့် ကြွက်သားဆုံးရှုံးမှုကို ကာကွယ်ပေးပြီး ကိုယ်အလေးချိန်ကျစေသော အကျိုးကျေးဇူးများရနိုင်ပါသည်။

အဆီ၏ အခန်းကဏ္ဍနှင့် မျှတရန်လိုအပ်မှု အဆီသည် စွမ်းအင်အရင်းအမြစ်တစ်ခုဖြစ်ပြီး ဟော်မုန်းထုတ်လုပ်မှုနှင့် အာဟာရဓာတ် စုပ်ယူမှုကို အထောက်အကူပြုသည်။ အိုမီဂါ-၃ ပါဝင်သောအဆီ များ (ဥပမာ- ဆယ်လမွန်ငါး၊ ထောပတ်သီး)မှာ ကျန်းမာရေးအတွက် သင့်လျော်သော အဆီများ ဖြစ်သည်။ အားကစားသမားများသည် နေ့စဉ် ကယ်လိုရီစုစုပေါင်း၏ ၂၀-၃၀ ရာခိုင်နှုန်းကို အဆီ မှ ရရှိသင့်ပြီး မပြည့်ဝအဆီများကို ဦးစားပေးစားသုံး ရပါမည်။ ခံနိုင်ရည် အားပြအားကစားသမားများမှာ စွမ်းအင်လိုအပ်ချက်များကို ဖြည့်စွက်ရန် ကျန်းမာ ရေးအတွက် ကောင်းမွန်သော အဆီအနည်းငယ် ပါဝင်သည့် အစားအစာများ စားသုံးခြင်းမှ အကျိုး ကျေးဇူးရနိုင်ပါသည်။

ထောပတ်သီး၊ အခွံမာသီးနှင့် အစေ့အဆန်များမှ ရရှိသော အဆီဓာတ်သည် ပွဲစဉ်အတွင်း ကောင်း သော စွမ်းအင်အရင်းအမြစ်ကို ပေးစွမ်းနိုင်ပါသည်။ ခံနိုင်ရည်အားပြသော အားကစားသမားများ အတွက် အဆီသည် ကြာရှည်စွမ်းအင်ထောက်ပံ့ရန် အရေးကြီးပြီး ခွန်အားသုံးကစားသမားများအတွက် လည်း ဟော်မုန်းမျှတမှုကို ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ် ပါသည်။

ရေဓာတ်ဖြည့်တင်းခြင်း၏ အရေးပါမှု ၂၀၂၃ခုနှစ် (၃၂)ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားဖြိုင်ပွဲတွင် ထိုင်းဘောလုံးအသင်းသည် ဖြိုင်ပွဲကာလအတွင်း စနစ်ကျသော ရေဓာတ် ဖြည့်တင်းမှုအစီအစဉ်ဖြင့် စွမ်းဆောင်ရည်ကောင်း ရစေရန်အတွက် အားကစားသမားများ၏ ပြေးနိုင် စွမ်းနှင့် အာရုံစူးစိုက်မှုကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ခဲ့သော ကြောင့် ရွှေတံဆိပ်ဆုရရှိခဲ့သော မှတ်တမ်းနှင့် စာမျက်နှာ ၁၁ သို့

□ အားကစားသမားသည် သာမန်လူတစ်ဦး၏ အစားအသောက်နှင့် ကွဲပြားပြီး အားကစားသမားများ၏ ပြင်းထန်သော လေ့ကျင့်ခန်းများနှင့် ပြိုင်ပွဲများတွင် လိုအပ်သော စွမ်းအင်နှင့် အာဟာရဓာတ်များပေးရန်အတွက် သင့်လျော်သော အချိန်များ၌ မှန်ကန်သော အာဟာရများ ဖြည့်ဆည်းပေးရပါသည်။ အားကစားသမားတစ်ဦးချင်းစီ၏ လိုအပ်ချက်များ၊ လေ့ကျင့်ရေး တောင်းဆို ချက်များနှင့်အညီ အံဝင်ခွင့်ကျဖြစ်သော မျှတသည့် အစားအစာသည် မလိုလားအပ်သော ဒဏ်ရာပြဿနာများ ကာကွယ်ရန်အတွက်လည်း မရှိမဖြစ်လိုအပ်

စာမျက်နှာ ၁၀ မှ

၂၀၁၅ ခုနှစ် (၂၈) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲ အကြံပြုလုပ်ပွဲ၌ အင်ဒိုနီးရှား အသင်းနှင့် ထိုင်းအသင်းယှဉ်ပြိုင်ခဲ့ရာ အင်ဒိုနီးရှား အသင်းမှာ ရေဓာတ်ဖြည့်တင်းမှု မလုံလောက်မှုကြောင့် ဒုတိယပိုင်းတွင် အားကစားသမားများ၏ စွမ်းဆောင်ရည်ကျဆင်းခဲ့ပြီး ဗိုလ်လုပွဲနှင့် လွှဲချော်ခဲ့ရကြောင်း သုံးသပ်ချက်မှတ်တမ်းများအရ ရေဓာတ်ဖြည့်တင်းမှု၏ အရေးကြီးပုံကို တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ရေဓာတ်ခန်းခြောက်မှုသည် ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်၏ ၂ ရာခိုင်နှုန်းကျော် ဆုံးရှုံးသွားသောအခါ ကြက်သားခံနိုင်ရည် ၈ ဒသမ ၃ ရာခိုင်နှုန်း၊ ကြက်သားစွမ်းအား ၅ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် အနိုင်ရ ရာခိုင်နှုန်း ၅ ဒသမ ၈ ရာခိုင်နှုန်းခန့် လျော့ကျစေကြောင်း လေ့လာမှုရလဒ်များအရ တွေ့ရှိရပါသည်။

ထို့အပြင် ရေဓာတ်ခန်းခြောက်မှုသည် အားကစားပြိုင်ပွဲအတွင်း အာရုံစူးစိုက်မှု၊ ဆုံးဖြတ်နိုင်စွမ်းနှင့် ကြက်သားပြန်လည်ပြုပြင်နိုင်မှုကို ထိခိုက်စေသဖြင့် အားကစားသမားများသည် လေ့ကျင့်ခန်း မပြုမီ၊ လေ့ကျင့်ခန်းအတွင်းနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းပြီးနောက် ရေဓာတ်ဖြည့်တင်းထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ အားကစားဖျော်ရည်များသည် ဆိုဒီယမ်နှင့် ပိုတက်ဆီယမ်ကို ပြန်လည်ဖြည့်တင်းပေးပြီး ကြက်သားပင်ပန်းနွမ်းနယ်မှုကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ ခံနိုင်ရည်အားပြု အားကစားသမားများသည် ရေဓာတ်ဖြည့်တင်းမှုကို ပိုမိုအာရုံစိုက်ရန်လို၍ အာဟာရဗေဒပညာရှင်များက လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုခုရှိ လုပ်ငန်းစဉ်၏ ရေ ၅၀၀-၇၅၀ မီလီလီတာ သောက်သုံးရန် အကြံပြုကြပါသည်။

ဗီတာမင်များ၏ အခန်းကဏ္ဍ
ဗီတာမင်ဘီ ၁၊ ဘီ၂၊ ဘီ၃၊ ဘီ၅၊ ဘီ ၆၊ ဘီ၇၊ ဘီ ၉၊ ဘီ ၁၂ တို့သည် စွမ်းအင်ဇီဝဖြစ်ပွားမှုအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပြီး ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်၊ အဆီနှင့် ပရိုတင်းများကို အသုံးပြုနိုင်သော စွမ်းအင်ဇော်လီကူး(ATP) အဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးသောကြောင့် အားကစားသမားများ၏ အားကစားစွမ်းဆောင်ရည်အတွက် အလွန်အရေးကြီးသော ဗီတာမင်များဖြစ်ပါသည်။ ဤဗီတာမင်ဘီအုပ်စုများကို အစေ့အဆန်များ၊ အသားများ၊ ကြက်၊ ငါး၊ ဥများ၊ နို့ထွက်ပစ္စည်း၊ အခွံမာသီးများ၊ အစေ့များ၊ ပဲများ၊ စိမ်းလန်းသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ စားသုံးခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်ပါသည်။

ဗီတာမင်စီသည် အားကစားသမားများအတွက် ခိုင်မာသော ကိုယ်ခံအားစနစ် ထိန်းသိမ်းမှု၊ အားကစားလေ့ကျင့်မှုနှင့် ပြိုင်ဆိုင်မှုများအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည်။ ရောဂါပိုးများကို တိုက်ဖျက်ရာတွင် ကူညီပေးနိုင်ပြီး ဖျားနာမှုကို လျော့ချပေးနိုင်ရုံသာမက ကြက်သားနှင့် အရွတ်ဒဏ်ရာများမှ သက်သာမှုဖြစ်စေခြင်း၊ သံဓာတ်ပိုမိုယူမှု အားကစားသမားသည် သံဓာတ်ချို့တဲ့၊ သွေးအားနည်းရောဂါမှ ကာကွယ်နိုင်ခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ ဆဲလ်များအပေါ် လေ့ကျင့်မှုကြောင့်ရှိသော ပိစီးမှုများမှ လျော့ပါးသက်သာစေခြင်း စသည် အကျိုးများစွာရှိပါသည်။ လိမ္မော်သီး၊ စတော်ဘယ်ရီ၊ ကီဝီသီး၊ မာလကာသီး၊ ပန်းပွင့်မုံလတ်စိမ်း၊ ဂေါ်ဖီထုပ်၊ ခရမ်းချဉ်သီး၊ သံပရာသီး စသည်များသည် အခွံမာသီးအုပ်စုတွင် ဗီတာမင်စီ ကြွယ်ဝစွာပါဝင်၍ ဗီတာမင်စီဓာတ် ရရှိစေရန် အားကစားသမားများ ပုံမှန်စားသုံးသင့်ပါသည်။ ဗီတာမင်ဒီသည် အရိုးကျန်းမာရေးအတွက် အလွန်အရေးပါ၍ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ကယ်လ်စီယမ်စုပ်ယူမှုအတွက် မရှိမဖြစ်လိုအပ်ပါသည်။

ဗီတာမင်ဒီ ပမာဏလုံလောက်မှုရှိလျှင် အရိုးသိပ်သည်းဆတိုးစေရန် ပံ့ပိုးမှုပေး၍ အားကစားသမားများအတွက် အလွန်အရေးပါသော ဗီတာမင်ဖြစ်ပါသည်။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာမှ အရိုးကျိုးနိုင်ခြေကို လျော့ချပေးပြီး ကြက်သားကျန်းမာကြံခိုင်ရေးကိုပါ မြှင့်တင်ပေးသဖြင့် ဗီတာမင်ဒီဖြည့်ဝစွာ စားသုံးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နွားနို့၊ ဒိန်ချဉ် စသည် နို့နှင့် နို့ထွက်

❖ ပြိုင်ပွဲမစမီ၊ လေ့ကျင့်ချိန်/ပြိုင်ပွဲအတွင်းနှင့် ပြိုင်ပွဲအပြီး အာဟာရစားသုံးအချိန် စီမံခန့်ခွဲမှုမှာ အလွန်အရေးပါပြီး ခန္ဓာကိုယ်မှ မှန်ကန်သော အာဟာရစွမ်းအင်ကို အချိန်မှန်ရရှိမှု သေချာစေရန်မှာ အဓိကသော့ချက် လိုအပ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။ ပြိုင်ပွဲတစ်ခုချင်းအတွက် အာဟာရအစီအစဉ်တစ်ခုချင်းပြင်ဆင်မှုသည် ယေဘုယျအစာစားခြင်း၏ အလေ့အထမှသည် ဗျူဟာမြောက် အောင်မြင်မှုရယူနိုင်သော ကိရိယာအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးနိုင်

ပစ္စည်းများ၊ ဆယ်လ်မွန်ငါးများ နှင့် ငါးကြီးဆီများ၊ ပဲနို့ နှင့် ပဲပိစပ်များ၊ ဗီတာမင်ဒီအားဖြည့်ထားသော မာဂျရင်းများ စားသုံးခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သကဲ့သို့ နေရောင်ခြည်ကောင်းစွာ ရရှိပါကလည်း ခန္ဓာကိုယ်မှ သဘာဝအားဖြင့် ဗီတာမင်ဒီကို ထုတ်လုပ်ပေးနိုင်သောကြောင့် နေရောင်ခြည်ရရှိမှုနည်းသော ရာသီများတွင် ရနိုင်သမျှ ဗီတာမင်ဒီ ရရှိရန် နေရောင်ခြည်ထိတွေ့မှုမယူခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြည့်ဆည်းနိုင်ပါသည်။

အားကစားနည်း၊ ကျား/မကွဲပြားမှုနှင့် လေ့ကျင့်ချိန်အလိုက် အာဟာရဓာတ်ဖြည့်တင်းမှု
သင့်လျော်သော အားကစားအာဟာရအစီအစဉ်သည် အားကစားသမားများအား ၎င်းတို့၏ သတ်မှတ်အားကစားနည်းအတွက် အကောင်းဆုံးသော ခန္ဓာကိုယ် အလေးချိန်နှင့် အဆီရာခိုင်နှုန်းကို ရရှိအောင် ထိန်းထားနိုင်စေရန် ကူညီပေးပြီး သွက်လက်မှု၊ အရှိန်နှင့် အလုံးစုံစွမ်းဆောင်ရည်ကို သိသိသာသာ သက်ရောက်မှုရှိစေသည်။ သို့ဖြစ်ရာ အာဟာရဓာတ် ဖြည့်တင်းမှုသည် အားကစားနည်း၊ ကျား/မနှင့် လေ့ကျင့်ချိန်အပေါ် မူတည်၍ ကွဲပြားပါသည်။

ပြေးခုန်ပစ်၊ ရေကူး အားကစားနည်းကဲ့သို့သော ခံနိုင်ရည်အားပြု အားကစားသမားများသည် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်ကို ပိုမိုလိုအပ်ပြီး နေ့စဉ်ကယ်လိုရီ စုစုပေါင်း၏ ၆၀-၇၀ ရာခိုင်နှုန်းကို ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်မှ ရရှိရပါမည်။ သို့သော်လည်း တာတိုပြေး၊ အလေးမ၊ နှုတ်ကဲ့သို့သော ခွန်အားသုံးကစားသမားများအတွက် ပရိုတင်းဓာတ်ကို ဦးစားပေးရပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် တာတိုအားကစားသမားတစ်ယောက်၏ တစ်နေ့တာ လိုအပ်သော အာဟာရပမာဏတွင် ပရိုတင်းဓာတ်ကို ရာခိုင်နှုန်းများများ ထည့်၍ ကျွေးမွေးရပြီး တာဝေးမာရသွန်အပြေး အားကစားသမားဖြစ်လျှင် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်ကို များများ ထည့်ပေးရပါမည်။

အမျိုးသားအားကစားသမားများမှာ အမျိုးသမီးအားကစားသမားများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ပါက ကြက်သားထူထည်ပိုကြီး၍ အင်အားပိုမိုလိုအပ်သောကြောင့် ပရိုတင်းနှင့် ကယ်လိုရီဓာတ်ကို ပိုမိုစားသုံးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် အမျိုးသား ၈၀ ကီလိုဂရမ်ရှိသူသည် နေ့စဉ် ပရိုတင်း လိုအပ်ချက် ၁၂၈ ဂရမ်မှ ၁၇၆ ဂရမ် အထိ ရှိနိုင်ပါသည်။ အမျိုးသမီးများမှာ လစဉ် ရာသီသွေးဆုံးရှုံးမှုကြောင့် သံဓာတ်ချို့တဲ့မှု အန္တရာယ်ပိုများ၍ အမျိုးသမီး အားကစားသမားများမှာ သံဓာတ်ပြည့်ဝစွာ စားသုံးရန် ပိုမိုအာရုံစိုက်ရပြီး ကယ်လ်ဆီယမ်နှင့် ဟော်မုန်းဓာတ်မျှတမှုအတွက် အဆီကို သင့်တင့်မျှတစွာ စားသုံးရန်လိုအပ်ပါသည်။ လေ့ကျင့်ချိန်နှင့် ပြိုင်ပွဲအလိုက် အာဟာရလိုအပ်ချက်မှာ များစွာကွဲပြားလေ့ရှိပါသည်။

ပြိုင်ပွဲမစမီ၊ လေ့ကျင့်ချိန်/ပြိုင်ပွဲအတွင်းနှင့် ပြိုင်ပွဲအပြီး အာဟာရစားသုံးချိန် စီမံခန့်ခွဲမှုမှာ အလွန်အရေးပါပြီး ခန္ဓာကိုယ်မှ မှန်ကန်သော အာဟာရစွမ်းအင်ကို အချိန်မှန်ရရှိမှု သေချာစေရန်မှာ အဓိကသော့ချက်ဖြစ်ပါသည်။ ပြိုင်ပွဲတစ်ခုချင်းအတွက် အာဟာရအစီအစဉ်တစ်ခုချင်း

ပြင်ဆင်မှုသည် ယေဘုယျ အစာစားခြင်း၏ အလေ့အထမှသည် ဗျူဟာမြောက် အောင်မြင်မှုရယူနိုင်သော ကိရိယာအဖြစ်သို့ ပြောင်းလဲပေးနိုင်ပါသည်။

အားကစားအာဟာရဖြည့်စွက်ဆေးများနှင့် ရေရှည်အောင်မြင်မှု

အာဟာရဖြည့်စွက်ဆေးများ (ဥပမာ- ပရိုတင်း၊ မှုန့်နှင့် creatine) သည် အာဟာရဓာတ်ဖြည့်တင်းရန် အဆင်ပြေသော နည်းလမ်းဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ၎င်းတို့ကို အားကစားအာဟာရဆရာဝန်နှင့် တိုင်ပင်ပြီး မျှတစွာ အသုံးပြုရပါမည်။ creatine သည် ခွန်အားသုံး အားကစားသမားများအတွက် ကြက်သားစွမ်းအားကို တိုးမြှင့်ပေးပြီး ပရိုတင်းမှုန့်သည် ကြက်သားပြန်လည်ပြုပြင်ဖြည့်တင်းမှုကို အထောက်အကူပြုသည်။ အားကစားအာဟာရသည် ရေရှည်လိုက်နာရမည့် နည်းစနစ်ဖြစ်ပြီး အာဟာရပညာရှင်နှင့် ပူးပေါင်းလုပ်ဆောင်ခြင်းဖြင့် အားကစားသမားများသည် အားကစားသမားတို့၏ ရည်မှန်းချက်များကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါသည်။

အားကစားအာဟာရဆောင်ရွက်ရန် “P” ၆ လုံး

အားကစားအာဟာရဗေဒဆိုင်ရာ နောက်ဆုံးတွေ့ရှိချက်များအရ အားကစား အာဟာရဆောင်ရွက်ရန် “P” ၆ လုံး လိုအပ်သည်ဆိုပါသည်။ အာဟာရဗေဒဖြည့်ဆည်းခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်သည် မတော်တဆဖြစ်လာသည့် မဟုတ်ဘဲ စနစ်တကျစီမံကိန်း (Planned) ဖြင့် စီစဉ်ထားရမည်ဟုဆိုပါသည်။ အားကစားအာဟာရသည် လေ့ကျင့်မှုအစီအစဉ်အချိန်အခါအလိုက် ပြောင်းလဲမှုများ (Periodized) လိုအပ်သည်။ အားကစားသမားများ၏ ၁၀ အစစ်အမှန်ကို အခြေခံတိုင်းတာသောနေ့ပြုခြင်းမှ ရရှိသော အထောက်အထား အသိပညာသက်သေများ (Proven) လိုအပ်သည်။ အားကစားသမားတစ်ဦးချင်း၏ အားကစားနည်း၊ လိင်၊ အသက်အရွယ်၊ ကိုယ်ရည်ကိုယ်သွေး၊ မျိုးရိုးဗီဇနှင့် ကျန်းမာရေး ပြဿနာများအပေါ် အခြေခံသော တစ်သီးပုဂ္ဂလ သီးသန့်ဆန်မှု ရှိရပါသည်။ လက်တွေ့ကျသောမက လက်တွေ့လည်း ကျင့်သုံးနိုင်မှုတို့ ပါဝင်ရမည်ဟု ဆိုပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ အားကစားအာဟာရပညာသည် သီးသန့်ဖန်တီးပြုလုပ်မှုဆန်သော ပညာရပ်ဆိုင်ရာ အလုပ်ဖြစ်သည်။ အားကစားသမားများ၏ အာဟာရသည် စခန်းသွင်းလေ့ကျင့်နေသော စားရိပ်သာ၌ ကျွေးမွေးရာတွင် အစားအသောက် ကျွေးမွေးမှုဇယား (Menu) ပေါ်တွင်သာ ပြည့်စုံနေ၍လည်း မဖြစ်သေးပါ။ Menu တွင် ပါဝင်သည့်အစားအစာများ၏ အာဟာရတန်ဖိုး စနစ်တကျတွက်ချက်၍ ချက်ပြုတ်ခြင်းမှာလည်း အဓိက ကျပါသည်။ အားကစားသမားများသည်လည်း တွက်ချက်ထားသော အာဟာရလိုအပ်ချက်များနှင့်အညီ စားသောက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို့ပြင် ပြုလုပ်သည့် အားကစားနည်းပေါ်မူတည်၍ တစ်ဦးချင်းစီ၏ အာဟာရဓာတ် လိုအပ်ချက်များလည်း မတူညီသောကြောင့် Menu တစ်ခုတွင်ဖြင့် အားကစားနည်းမျိုးစုံအတွက် ကျွေးမွေးနေ၍လည်း မရကြောင်း သိရန်လိုပါသည်။

အားကစားအာဟာရ အခန်းကဏ္ဍကို မြှင့်တင်ခြင်း

၂၀ ရာစုသည် ဘက်ပေါင်းစုံတွင် ယှဉ်ပြိုင်မှုများ

နှင့်သာ ရင်ဆိုင်နေရသော ရာစုနှစ်တစ်ခုလည်း ဖြစ်ပါသည်။ နယ်ပယ်အသီးသီးတွင် ပြင်းထန်သော ယှဉ်ပြိုင်မှုများနှင့်သာ ခရီးဆက်နေကြသည်။ အထူးသဖြင့် အားကစားနယ်ပယ်တွင် “ရိုမြန်မြန်ပြေး၊ ပိုမြန်မြန်ခုန်၊ ပို၍သန်မာ- အတူတကွပါ” ဆိုသော အိုလံပစ်ဆောင်ပုဒ် (Faster, Higher, Stronger-Together) အရ ယှဉ်ပြိုင်ကြသည့်အခါ နောက်ကွယ်မှ အုပ်ချုပ်ထောက်ပံ့မှု ကောင်းခြင်းသည်လည်း အောင်မြင်မှုရရှိရေး အဓိကအကြောင်းအရင်းဖြစ်သည်။ နည်းပညာအကူအညီများနှင့်သာမက အာဟာရဓာတ်ဖြည့်ဆည်းခြင်းဟူသော အထောက်အပံ့ကောင်းကိုလည်း ရယူသော အောင်မြင်မှုပန်းတိုင်ကို အလွယ်တကူ ရောက်ရှိမည်ဖြစ်ပါသည်။ အကူအညီကောင်းများကို ပုံကိုင်နိုင်ရန်အတွက် ကျွမ်းကျင်သော အာဟာရပညာရှင် အရင်းအမြစ်သည် အဓိကလိုအပ်နေပေရန်နှင့် တော်တော်ကလည်း အားကစားအာဟာရဗေဒနှင့် ပတ်သက်သော ပညာရှင်အရင်းအနှီးကို ပေးများစွာ တည်ဆောက်ထားရပါမည်။

အားကစားနှင့်လူငယ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာနတွင် အာဟာရပညာရှင်များ လုံလောက်စွာ ခန့်အပ်တာဝန်ပေးအပ်ခြင်း၊ အားကစားနှင့် ကာယပညာသိပ္ပံကျောင်းများအတွက်လည်း အာဟာရပညာရပ်နှင့်ပတ်သက်၍ စနစ်တကျလေ့ကျင့်သင်ကြားပေးခြင်း စသည်ဖြင့် ကောင်းမွန်သော လူစွမ်းအားအရင်းအမြစ်ကို တည်ဆောက်ကြရန် လိုပါသည်။ နိုင်ငံတကာမှ အားကစားအာဟာရညီလာခံများတွင် အတတ်ပညာဖလှယ်ခြင်းနှင့် ဆွေးနွေးခြင်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ် ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။ သို့မှသာ အားကစားသမားများအတွက် လိုအပ်သော အာဟာရဖြည့်ဆည်းခြင်းလုပ်ငန်းစဉ်ကို အထောက်အပံ့ကောင်းကောင်းပေးနိုင်သော လူစွမ်းအားအရင်းအမြစ်ကောင်းများ ရရှိလာမည်ဖြစ်ပါသည်။

နိဂုံးချုပ်အားဖြင့်ဆိုရလျှင် ပြည့်စုံကောင်းမွန်သော အားကစားအာဟာရသည် အားကစားသမားများ၏ အားကစားစွမ်းဆောင်ရည် အလားအလာအပြည့်အဝရရှိနိုင်သဖြင့် အားကစားအာဟာရကို အဓိကမြှင့်တင်ရန်လိုပါသည်။

(၃) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲကို မကြာမီလုပ်ငန်းအတွင်း ကျင်းပတော့မည်ဖြစ်၍ အားကစားနည်းများအလိုက် အင်တိုက်အားတိုက် လေ့ကျင့်နေကြသည့် အားကစားအာဟာရဓာတ် ဖြည့်ဆည်းခြင်းအစီအစဉ်သည်လည်း လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုသဖွယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ဖို့ အချိန်ကျရောက်နေပြီဖြစ်ပါသည်။ အားကစားအာဟာရအစီအစဉ်ကို စနစ်တကျ လိုက်နာကျင့်သုံးခြင်းဖြင့် အားကစားသမားများ၏ စွမ်းဆောင်ရည်နှင့် အားကစားစိန်ခေါ်မှုများ ပိုမိုကောင်းမွန်ပြီး အောင်မြင်မှုဆုတံဆိပ်များစွာ ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်ပါကြောင်း တင်ပြလိုက်ရပါမည်။

အကျိုးအကျေး

1. Marshall S. How does nutrition affect Olympic athletes? - BDA. <https://www.bda.uk.com/resource/how-does-nutrition-affect-olympic-athletes.html>. 2024.
2. Jayawardena R, Weerasinghe K, Nanayakara I, Madhujith T, Hilla AP, Kalupahana NS. The effects of a nutritional intervention on the sports nutrition knowledge and nutritional status of track and field athletes, 2025;26(1): 1-16. doi:10.1186/S13063-024-08683-9/TABLES/2
3. Narin R. Nutrition for Athletes: What to Eat Before a Competition | Johns Hopkins Medicine. doi:https://www.hopkinsmedicine.org/health/wellness-and-prevention/nutrition - and - fitness / nutrition - for-athletes-what-to-eat-before-a-competition

လွိုင်ကော်၌ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလူငယ်များနေ့ အထိမ်းအမှတ် အဆင့်မြင့်ပညာနှင့် အခြေခံပညာကျောင်းပေါင်းစုံ အမျိုးသမီးကိုယ်ကာယကြံ့ခိုင်မှု အေရိုဗစ်/ Fitness Dance ပြိုင်ပွဲ ကျင်းပ

လွိုင်ကော် ဩဂုတ် ၁၁
၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လူငယ်များနေ့ အထိမ်းအမှတ် ကယားပြည်နယ် ဝန်ကြီးချုပ်ဖလား အဆင့်မြင့်ပညာ/ အခြေခံပညာ ကျောင်းပေါင်းစုံ အမျိုးသမီးကိုယ်ကာယ ကြံ့ခိုင်မှု အေရိုဗစ်/ Fitness Dance ပြိုင်ပွဲဖွင့်ပွဲ အခမ်းအနားကို ယမန်နေ့ နံနက်ပိုင်းက လွိုင်ကော်မြို့ ပြည်နယ်အားကစားနှင့် ကာယပညာဦးစီးဌာန အားကစားရုံအမှတ် (၃) ၌ ကျင်းပရာ ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ် ဦးစောမျိုးတင်၊ ပြည်နယ် ဝန်ကြီးများ၊ ဌာနဆိုင်ရာများ၊ ပြိုင်ပွဲဝင် အသင်း အုပ်ချုပ်သူ၊ နည်းပြများ၊ အားကစားသမား များ၊ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများနှင့် အားကစား ဝါသနာရှင်များ တက်ရောက်အားပေးကြသည်။

ဦးစော မြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်က အမှာစကား ပြောကြားပြီး ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းများကို ရင်းရင်းနှီးနှီး နှုတ်ဆက်အားပေးကာ ကုတ်ပြုချီးမြှင့်ငွေများ ပေးအပ်၍ အမှတ်(၁) အခြေခံပညာ အထက်တန်း ကျောင်း ဘင်ဆရာအဖွဲ့က ကုတ်ပြုသီချင်းဖြင့် တီးမှုတ် ဖျော်ဖြေမှုကိုကြည့်ရှုအားပေးပြီး လူမှုရေးရာဝန်ကြီး က ကုတ်ပြုချီးမြှင့်ငွေများ ပေးအပ်သည်။

ထို့နောက် ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ပြည်နယ်



အစိုးရအဖွဲ့ဝင်များ၊ ပရိသတ်များက အေရိုဗစ် သုံးဦး တွဲ လေ့ကျင့်ခန်းသရုပ်ပြမှုနှင့် အဆင့်မြင့်ပညာ/ အခြေခံပညာ ကျောင်းပေါင်းစုံ အမျိုးသမီး ကိုယ်ကာယကြံ့ခိုင်မှု အေရိုဗစ်/ Fitness Dance ပြိုင်ပွဲယှဉ်ပြိုင်မှုများကို ကြည့်ရှုအားပေးကြသည်။

ယခု ပြိုင်ပွဲတွင် အခြေခံပညာနှင့် အဆင့်မြင့်

ပညာကျောင်းများမှ ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်း ၁၅ သင်း ပါဝင် ယှဉ်ပြိုင်သွားမည်ဖြစ်ပြီး ဩဂုတ် ၁၂ ရက်အထိ သုံးရက်ကြာ ကျင်းပသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရ သည်။

ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် လွိုင်ကော်မြို့ ဒေါတမ ရပ်ကွက်နေပြည်သူများသို့ MEVM အသိပညာပေးခြင်း

နှင့် စမ်းသပ်ဆန္ဒမဲပေးခြင်းကို ဒေါတမရပ်ကွက် တောင်တန်းသမ္မာပြုဗဟိုတပ်ဦးကျောင်း ဓမ္မာရုံ ၌ ပြုလုပ်ရာ ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ပြည်နယ် ဝန်ကြီးများ၊ တာဝန်ရှိသူများ သွားရောက်ကြည့်ရှု အားပေးသည်။

ဦးစော မြည်နယ်ရွေးကောက်ပွဲကော်မရှင်အဖွဲ့ ခွဲရုံး ပြည်နယ်ရွေးကောက်ပွဲအရာရှိက မြန်မာ အီလက်ထရောနစ်မဲပေးစက်ပွဲစည်းတည်ဆောက်ပုံ၊ အသုံးပြုပုံ အဆင့်ဆင့်ကို ရှင်းလင်းတင်ပြပြီး ပြည်နယ်ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် တာဝန်ရှိသူများသည် ပြည်နယ် ရွေးကောက်ပွဲကော်မရှင် အဖွဲ့ခွဲရုံး ဝန်ထမ်း များက မြန်မာအီလက်ထရောနစ်မဲပေးစက်ဖြင့် စမ်းသပ်ဆန္ဒမဲပေးရန် ကူညီဆောင်ရွက်ပေးနေမှုနှင့် ရပ်ကွက်ပြည်သူများ စိတ်ပါဝင်စားစွာ လက်တွေ့ ဆန္ဒမဲပေးနေမှုများကို ကြည့်ရှုအားပေးသည်။

ယနေ့ မဲပေးစက် စမ်းသပ်မဲပေးခြင်းနှင့် အသိပညာပေးခြင်းကို ဒေါတမရပ်ကွက်နေ ပြည်သူ ၃၀၀ ခန့်က ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ပြည်နယ်အတွင်း မြို့နယ်၊ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာများအလိုက် ဆက်လက် ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

ပြည်နယ်(ပြန်/ဆက်)

အခြေခံပညာ ဆရာ ဆရာမများ အထူးမွမ်းမံသင်တန်း အမှတ်စဉ်(၈၀) သင်တန်းဖွင့်ပွဲကျင်းပ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
အခြေခံပညာ ဆရာ ဆရာမများ အထူးမွမ်းမံသင်တန်းအမှတ်စဉ် (၈၀)၏ သင်တန်းဖွင့်ပွဲ အခမ်း အနားကို ယနေ့ နံနက် ၇ နာရီတွင် နိုင်ငံ့ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ် (အထက် မြန်မာပြည်) ရတနာခန်းမ၌ ကျင်းပရာ ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန် အဖွဲ့ အဖွဲ့ဝင် ဦးဆန်းမြင့်နှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ ပညာရေးဝန်ကြီး ဌာနမှ တာဝန်ရှိသူများ၊ နိုင်ငံ ဝန်ထမ်းတက္ကသိုလ် (အထက် မြန်မာပြည်) ပါမောက္ခချုပ်၊ ဒုတိယ ပါမောက္ခချုပ်များ၊ ဖိတ်ကြားထားသည့် ဧည့်သည် တော်များ၊ တက္ကသိုလ် သင်ကြား/ စီမံဌာနများမှ တာဝန်ရှိပုဂ္ဂိုလ်များ နှင့် သင်တန်းသား သင်တန်းသူ များ တက်ရောက်ကြသည်။

ဦးစော ပြည်ထောင်စုရာထူးဝန်

အဖွဲ့ အဖွဲ့ဝင် ဦးဆန်းမြင့်က ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ပြီး တည်ငြိမ်အေး ချမ်းသာ နိုင်ငံတော်တည်ဆောက် ရာတွင် ပညာရေးသည် အခြေခံ လိုအပ်ချက်ဖြစ်၍ ဆရာ ဆရာမ များအနေဖြင့် နိုင်ငံတော်နှင့် နိုင်ငံသားတို့၏ အကျိုးစီးပွားကို ရှေးရှုပြီး ကဏ္ဍအလိုက်၊ အဆင့် အလိုက် မိမိတို့၏ ပညာရေး လုပ်ငန်းတာဝန်များကို စွမ်းရည် ထက်မြက်စွာဖြင့် တာဝန်ယူမှု၊ တာဝန်ခံမှုတို့နှင့် ပေါင်းစပ်ပြီး နိုင်ငံတော်အတွက် ဗလငါးတန် နှင့် ပြည့်စုံသည့် ပညာတတ် လူ့စွမ်းအား အရင်းအမြစ်များ စဉ်ဆက်မပြတ် မွေးထုတ်နိုင်စေ ရန် လေ့ကျင့်ဖွင့်လှစ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း၊ စိတ်ဓာတ်၊ စည်းကမ်း၊ သယံဇာတနှင့် ယုံကြည် ချက် ခိုင်မာအားကောင်းပြီး နိုင်ငံ



ဝန်ထမ်းကောင်း ဆရာ ဆရာမ များဖြစ်အောင် ပြုမူနေထိုင်ကြရန် တိုက်တွန်းမှာကြားသည်။

အဆိုပါ သင်တန်းသို့ ပညာ ရေးဝန်ကြီးဌာနမှ သင်တန်းသား ၉၆ ဦး၊ သင်တန်းသူ ၃၈၇ ဦး၊ စုစုပေါင်း ၄၈၃ ဦး တက်ရောက် မည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းကာလမှာ ရက်သတ္တ ငါးပတ်ကြာမြင့်မည်



ဖြစ်သည်။ ဆက်လက်၍ အဖွဲ့ဝင် ဦးဆန်းမြင့်သည် တက္ကသိုလ် စစ်ရေးပြကွင်း၌ အရာထမ်းငယ် သင်တန်း အမှတ်စဉ် (၁၀၃)နှင့် စာရေးဝန်ထမ်း အမှတ်စဉ် (၁၁၃) တို့မှ သင်တန်းသား သင်တန်းသူ များ၏ သင်တန်းဆင်း စစ်ရေးပြ လေ့ကျင့်နေမှုကို လည်းကောင်း၊

တက္ကသိုလ်ရှိ အသားစားကြက်မြဲ တွင် သင်တန်းရိက္ခာအတွက် အသားစားကြက်များ မွေးမြူထား ရှိမှုကိုလည်းကောင်း၊ သင်တန်း ရိက္ခာအတွက် တက္ကသိုလ်မှ စိုက်ပျိုးထားရှိသော ရာသီသီးနှံ များနှင့် သင်တန်းအိပ်ဆောင် အလိုက် သင်တန်းသူ သင်တန်း သားများ စိုက်ပျိုးထားရှိသည့်

လျှပ်စစ်သုံးမော်တော်ယာဉ်များ ရန်ကုန်ဆိပ်ကမ်းသို့ရောက်ရှိ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
အမျိုးသားအဆင့် လျှပ်စစ်သုံး ယာဉ်နှင့် ဆက်စပ်လုပ်ငန်းများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး ဦးဆောင် ကော်မတီ၏ ခွင့်ပြုချက်ဖြင့် T & Z Finance Co., Ltd. မှ တင်သွင်း လာသော တရုတ်နိုင်ငံထုတ် GAC Toyota b23X အမျိုးအစား လျှပ်စစ်သုံးမော်တော်ယာဉ်များ၊ Grand Sirius Co., Ltd. မှ တင်သွင်းလာသော တရုတ်နိုင်ငံ ထုတ် NETA X အမျိုးအစား လျှပ်စစ်သုံးမော်တော်ယာဉ်များ၊ Shwe Thway Co., Ltd. မှ တင်သွင်းလာသော တရုတ်နိုင်ငံ ထုတ် BYD SONG L အမျိုးအစား လျှပ်စစ်သုံး မော်တော်ယာဉ်များ



နှင့် BYD SEALION 07 အမျိုးအစား လုပ်ထုံးလုပ်နည်းနှင့် အညီ လျှပ်စစ်သုံး မော်တော်ယာဉ်များ သည် ရန်ကုန်ဆိပ်ကမ်းသို့ ရောက်ရှိလာသဖြင့် ယနေ့တွင်

သဲကုန်းမြို့နယ်၌ မြန်မာအီလက်ထရောနစ်မဲပေးစက် အသိပညာပေးခြင်းနှင့် လက်တွေ့စမ်းသပ်မဲပေးခြင်းဆောင်ရွက်

သဲကုန်း ဩဂုတ် ၁၁
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး သဲကုန်း မြို့နယ်၌ မြန်မာအီလက်ထရောနစ် မဲပေးစက် (MEVM) ဆိုင်ရာ အသိပညာပေးခြင်းနှင့် လက်တွေ့ စမ်းသပ်မဲပေးခြင်း အခမ်းအနား ကို ယမန်နေ့နံနက်က အထွေထွေ အုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန အစည်း အဝေးခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။

ဦးစော သဲကုန်းမြို့နယ် ကော်မရှင်အဖွဲ့ခွဲအဖွဲ့ဝင်အထွေထွေ အုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးစောပြည့်စုံက အမှာစကား ပြောကြားပြီး မြို့နယ်ရွေးကောက် ပွဲကော်မရှင်အဖွဲ့ခွဲရုံးမှ ဦးစီးအရာ ရှိ ဒေါ်သူဇာခင်က မြန်မာအီလက်



ထရောနစ်မဲပေးစက် (MEVM) စမ်းသပ်မဲပေးခြင်းကို ရပ်ကွက်နေ အကြောင်းကို ရှင်းလင်း ပြည်သူ ၁၀၀ ဦးတို့က လက်တွေ့ ပြောကြားသည်။ ပါဝင်ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သိရ ထို့နောက် မြန်မာအီလက် ထရောနစ်မဲပေးစက် (MEVM) ဖြင့်

မြို့နယ်(ပြန်/ဆက်)

ကမ်းရိုးတန်းဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ ၂၀၂၅ ခုနှစ် တိုင်းမှူးခိုင်း လက်တွေ့ပြိုင်ပွဲဖွင့်ပွဲ ပြုလုပ်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁

ကမ်းရိုးတန်းဒေသတိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၏ ၂၀၂၅ ခုနှစ် တိုင်းမှူးခိုင်း လက်တွေ့ပြိုင်ပွဲ ဖွင့်ပွဲကို ယနေ့မနက် ၉ နာရီခန့်တွင် တိုင်းစစ်ဌာနချုပ်၊ တိုင်းရန်အောင်ခန်းမ၌ ပြုလုပ်ရာ တိုင်းမှူး ဗိုလ်ချုပ် ကျော်ကျော်ဟန်နှင့် ဌာနဆိုင်ရာတာဝန်ရှိသူများ၊ အရာရှိ၊ စစ်သည်၊ မိသားစုများ၊ ခိုင်းအဖွဲ့ဝင်များ၊ ပြိုင်ပွဲဝင်အားကစား သမားများနှင့်အားကစားဝါသနာရှင်များ တက်ရောက်ကြသည်။

ဦးစွာ တိုင်းမှူးက အမှာစကား ပြောကြားသည်။ ထို့နောက် တိုင်းမှူးနှင့် တက်ရောက်လာကြသူများက ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်းများ၏ အဖွင့်ပွဲစဉ် ယှဉ်ပြိုင်နေမှုများကို ကြည့်ရှုအားပေးကြသည်။ အဆိုပါ တိုင်းမှူးခိုင်း လက်တွေ့ပြိုင်ပွဲကို တိုင်းစစ်ဌာနချုပ် ကွပ်ကဲမှုအောက်ရှိ တပ်ရင်း/တပ်ဖွဲ့များမှ ပြိုင်ပွဲဝင်အသင်း ရှစ်သင်းဖြင့် ဩဂုတ် ၁၅ ရက်အထိ ယှဉ်ပြိုင်ကစားသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း သတင်းရရှိသည်။



ပွင့်လန်းသာယာ လန်ချန်း - မဲခေါင် ဂေဟ ရုပ်သံမှတ်တမ်းအစီအစဉ် ရိုက်ကူးမည် တရုတ်နိုင်ငံ ကွမ်ရှီးရုပ်သံရိုက်ကူးရေးအဖွဲ့ မြန်မာနိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁

ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာန မြန်မာ့အသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြားနှင့် တရုတ်နိုင်ငံ နန်နင်းမြို့ ကွမ်ရှီးအသံလွှင့်နှင့် ရုပ်မြင်သံကြားတို့ ပူးပေါင်းပြီး ပွင့်လန်းသာယာ လန်ချန်း - မဲခေါင် ဂေဟ ရုပ်သံမှတ်တမ်းအစီအစဉ်ကို နေပြည်တော်နှင့် ရန်ကုန်မြို့တို့တွင် ရိုက်ကူးကြမည်ဖြစ်သည်။ အဆိုပါ ရုပ်သံမှတ်တမ်းအား ပူးပေါင်းရိုက်ကူးမည့် တရုတ်နိုင်ငံ ကွမ်ရှီးအသံလွှင့်နှင့် ရုပ်မြင်သံကြားဌာနမှ ညွှန်ကြားရေးမှူး မစ္စတာ Yang Chun ဦးဆောင်သည့် အဖွဲ့ဝင် ခုနစ်ဦးပါအဖွဲ့သည် ဩဂုတ် ၁၁ ရက် မနက်ပိုင်းက ရန်ကုန်အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ လေဆိပ်သို့ ရောက်ရှိလာရာ မြန်မာအသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြား (ရန်ကုန်) မှ တာဝန်ရှိသူများက ကြိုဆိုကြသည်။

မြန်မာအသံနှင့် ရုပ်မြင်သံကြားနှင့် ကွမ်ရှီးအသံလွှင့်နှင့် ရုပ်မြင်သံကြားဌာနတို့ ပထမဦးဆုံးအကြိမ် ပူးပေါင်း၍ စီစဉ်ရိုက်ကူးကြမည်ဖြစ်ပြီး မဲခေါင် - လန်ချန်း ခြောက်နိုင်ငံတို့ အတူတကွ ပူးပေါင်းစီစဉ် ဆောင်ရွက်မှုဖြစ်သကဲ့သို့ တရုတ် - မြန်မာ ဆွေမျိုးပေါက်ဖော် ချစ်ကြည်ရင်းနှီးမှုကို ဖော်ပြနိုင်ရန်အတွက် စီစဉ်ရိုက်ကူးခြင်းလည်းဖြစ်ကြောင်း အဆိုပါ လာရောက်သည့် ရိုက်ကူးရေးအဖွဲ့သည် တရုတ်နိုင်ငံတွင် လုပ်ငန်းထူးချွန်မှု အမြင့်ဆုံးဆု



ရရှိထားပြီး နေပြည်တော်နှင့် ရန်ကုန်မြို့ အနီးတစ်ဝိုက်တွင် ရိုက်ကူးကြမည်ဖြစ်ရာ ပြန်ကြားရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့် တရုတ်သံအမတ်ကြီးတို့နှင့်လည်း တွေ့ဆုံမေးမြန်း

ရိုက်ကူးနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ကြောင်းနှင့် မြန်မာ-တရုတ် နှစ်နိုင်ငံ မီဒီယာတို့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်မှု ကဏ္ဍအသစ်တစ်ခု ဖြစ်ကြောင်းလည်း သိရှိရသည်။

ငါးသိုင်းချောင်းမြို့၌ လူငယ်ရေးရာအသိပညာပေး ဟောပြောပွဲကျင်းပ

ငါးသိုင်းချောင်း ဩဂုတ် ၁၁

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ငါးသိုင်းချောင်းမြို့၌ လူငယ်များအသိပညာဗဟုသုတတိုးပွားစေရန် ရည်ရွယ်၍ ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနနှင့် အခြေခံပညာဦးစီးဌာနတို့ပူးပေါင်း၍ လူငယ်ရေးရာအသိပညာပေးဟောပြောပွဲကို အခြေခံပညာမူလတန်း (ရေတံခွန်) ကျောင်း၌ ယနေ့နံနက်က ကျင်းပသည်။

အခမ်းအနားတွင် အခြေခံပညာမူလတန်း(ရေတံခွန်)ကျောင်းမှ ကျောင်းအုပ်ဆရာမကြီး ဒေါ်ထွေးအိချိုက အမှာစကားပြောကြားပြီး ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနမှ မြို့ဦးစီးမှူး ဒေါ်ခင်မာလာအောင်က လူငယ်များ ဘက်စုံဖွံ့ဖြိုးရေးဆိုင်ရာများကို ဆွေးနွေးဟောပြောသည်။

ဆက်လက်၍ ရုပ်သံကျွမ်းကျင် ၃ ဦးခင်မောင်မြင့်က လူကုန်ကူးမှုသတိပြုဆင်ခြင်ရမည့်အကြောင်းအရာများနှင့် စားသုံးသူရေးရာဦးစီးဌာနမှ ဒုတိယဦးစီးမှူး ဦးထွန်းမင်းလတ်က လူငယ်နှင့် အစားအသောက်အကြောင်းအရာများကို ဆွေးနွေးပြောကြားပြီး နယ်မြေမီးသတ်ဦးစီးဌာနမှ မြို့မီးသတ်ဦးစီးမှူး ဦးဝင်းနိုင်က မီးသတ်ဆေးဘူးအသုံးပြုပုံနှင့် အသက်ကယ်ဝတ်စုံဝတ်ဆင်ပုံတို့ကို လက်တွေ့သရုပ်ပြသည်။

ထို့နောက် ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနမှ လူကုန်ကူးမှုတိုက်ဖျက်ရေးနံရံကပ်စာစောင်၊ မူးယစ်ဆေးဝါးအန္တရာယ် အသိပညာပေး နံရံကပ်စာစောင်၊ ကလေးအလုပ်သမားပပျောက်ရေးနံရံကပ်စာစောင်များပြသရာ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများက ကြည့်ရှုလေ့လာခဲ့ကြကြောင်း သိရသည်။



ရေချို၊ ရေငန်ပစ္စန့် ဝယ်လိုအားများပြား၍ ဈေးနှုန်းအမြင့်တွင် ရပ်တည်လျက်ရှိ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁

ရေထွက်ကုန် ပစ္စည်းများ ရောင်းဝယ်ဖောက်ကား လျက်ရှိသည့် ရန်ကုန်မြို့ရှိ ဈေးကွက်များသို့ ရေငန်ပစ္စန့်နှင့် ရေချိုပစ္စန့်များ ဝင်ရောက်သော်လည်း ဝယ်လိုအားများနေသဖြင့် ဈေးနှုန်းအမြင့်တွင် ရပ်တည်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။



ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် ငါးဖမ်းရာသီတစ်လကျော်အတွင်း အပြည့်အဝ ဖမ်းဆီးမှု မရှိခြင်း၊ ရေချိုမွေးကန်များ တည်ရှိရာတွင်တော့၊ ညောင်တုန်းဘောလယ်ကျွန်း၊ ခတ္တိယနှင့် ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီးရှိ ကန်များ ရေကြီးမှုကြီးခဲ့ရာ သဖြင့် ယခုနှစ်တွင် မွေးမြူမှု ရပ်နားထားခြင်းနှင့် ကောင်းရေပမာဏလျော့နည်း မွေးမြူထားခြင်းတို့ကြောင့် ဈေးကွက်အတွင်း ရောင်းလိုအားထက် ဝယ်လိုအားများလျက်ရှိရာ မိုးရာသီ၌ ပစ္စန့်ဈေးနှုန်းသည် အမြင့်ပိုင်းတွင်

ဆက်လက်ရပ်တည်နေခြင်း ဖြစ်သည်။ "ပင်လယ်ပစ္စန့် ဖြစ်တဲ့ တိုက်ဂါး၊ ဖလားဝါး၊ ဂွိုက်နဲ့တရုတ်ကို ပိုတဲ့ ရွှေပစ္စန့်တွေ ဝင်တယ်။ ပင်လယ်ပြင်ရာသီဥတုပေါ်မူတည်ပြီး စက်လှေများများ ဝင်ရင် ဈေးကွက်ထဲကို များများဖြန့်နိုင်ပါတယ်။ ပင်လယ်ပစ္စန့်ဈေးကောင်းတာက ပြည်ပပို့ကုန်များလို့ပါ။ ဈေးနှုန်းသက်သာဖို့ဆိုရင် ရေချို၊

ပိသာလျှင် ငွေကျပ် ၂၃၀၀၀ ဖြင့် ခိုင်းဈေး ရောင်းချလျက်ရှိပြီး ရေချိုပစ္စန့်ဖြစ်သော ဘော့ချိုတ်တစ်ပိသာလျှင် ငွေကျပ် ၃၅၀၀၀ နှင့် ပစ္စန့်ကြား တစ်ပိသာလျှင် ငွေကျပ် ၆၀၀၀၀ ဖြင့် ဈေးကွက်အတွင်း ရောင်းချလျက်ရှိသည်။

ရန်ကုန်မြို့သို့ ဝင်ရောက်လာသည့် ရေငန်ပစ္စန့်များကို ပြည်ပပို့ကုန်အဖြစ် အအေးခန်း စက်ရုံများသို့ တင်ပို့၍ ရေချိုပစ္စန့်ဖြစ်သည့် ပစ္စန့်ကြားကို ပြည်ပဈေးကွက်တင်ပို့ကာ ဘော့ချိုတ်ပစ္စန့်ကို ပြည်တွင်းဈေးကွက်၌ ရောင်းချလေ့ရှိသည်။

ပင်လယ်ပြင် ဖမ်းဆီးခြင်းနှင့် မွေးမြူထုတ်လုပ်မှုကို ပုံမှန်လုပ်ဆောင်ခြင်းသည် ငါး၊ ပစ္စန့်ဈေးကွက်ကို တည်ငြိမ်စေပြီး ဝယ်လိုအားနှင့် ရောင်းလိုအားညီမျှမှုကို ရရှိစေမည်ဖြစ်ကြောင်း ရေထွက်ကုန်လုပ်ငန်းရှင်များက သုံးသပ်ကြသည်။

သစ္စာ(MNA)၊ ဓာတ်ပုံ - ဇွဲမာန

ခန့်မြူမြို့နယ်ရှိ ကျေးရွာသုံးရွာ၌ ကျေးလက်မီးလင်းရေးအတွက် ၄၀၀ ဗို ဓာတ်အားလိုင်းများ သွယ်တန်းပြီးစီး

ခန့်မြူ ဩဂုတ် ၁၁

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး ခန့်မြူမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက မြစ်မီးရောင်စီမံကိန်းရန်ပုံငွေမှ အတိုးရငွေဖြင့် ဒေသခံပြည်သူများ လျှပ်စစ်မီးအသုံးပြုနိုင်စေရန် ရည်ရွယ်၍ ကျေးရွာတွင်း ၄၀၀ ဗိုအားလိုင်း လျှပ်စစ်ဓာတ်အားသွယ်တန်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုအခြေအနေများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် ရေပေါက်ကျေးရွာ၊ ကျောက်တိုင်ကျေးရွာနှင့် စာဖြူစု ကျေးရွာတို့၌ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးသည်။

ထိုသို့ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် ရေပေါက်ကျေးရွာ၌ မြစ်မီးရောင်ကျေးရွာစီမံကိန်း အတိုးရငွေကျပ် ၁၆၆ သိန်းဖြင့် အရှည်ပေ ၉၆၀ နှင့် ကျောက်တိုင်ကျေးရွာတွင် အတိုးရငွေကျပ် ၁၀၅ သိန်းဖြင့် အရှည်ပေ ၁၉၅၀ နှင့် စာဖြူစုကျေးရွာတွင် အတိုးရငွေကျပ် ၁၀၅ သိန်းဖြင့် အရှည်ပေ ၁၂၉၀ ရှိ ၄၀၀ ဗို ဓာတ်အားလိုင်းများ သွယ်တန်းပြီးစီးမှုအခြေအနေများကို တာဝန်ရှိသူများက ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခဲ့ကြသည်။

အဆိုပါကျေးရွာသုံးရွာ၌ ၄၀၀ ဗိုအားလိုင်း လျှပ်စစ်မီးသွယ်တန်းခြင်းလုပ်ငန်း ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးပြီးဖြစ်၍ ဒေသခံပြည်သူ ၁၆၉၈ ဦးတို့၏ နေအိမ်များတွင် လျှပ်စစ်ဓာတ်အားသုံးစွဲနိုင်တော့မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။

မိုးတိမ်တောင် ဖြစ်ပေါ်မှု အခြေအနေ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ် (တောင်ပိုင်းနှင့်အရှေ့ပိုင်း)တို့တွင် မိုးတိမ်တောင်များ ဖြစ်ထွန်းလျက်ရှိပြီး အဆိုပါ မိုးတိမ်တောင်များ ရွေ့လျားရာနေရာတစ်လျှောက်တွင် မိုးရွာသွန်းခြင်းနှင့်အတူ လေပြင်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ မိုးထစ်ချွန်းခြင်း၊ မိုးကြိုးပစ်ခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်ခြင်းနှင့် မိုးသီးကြွေခြင်းစသည့် မိုးလေဝသဖြစ်စဉ်များ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသဖြင့် ကြိုတင်သတိပြုနိုင်ပါရန် အကြံပြုအပ်ပါသည်။

မိုး/ဇေလ

ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံက ဇန်နဝါရီလမှ ဇူလိုင်လအတွင်း ထုတ်ကုန်ပစ္စည်း အမေရိကန်ဒေါ်လာ ၁၇ ဒသမ ၇၂ ဘီလီယံတင်ပို့နိုင်



ဖနောင်ပင် ဩဂုတ် ၁၁
ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံသည် ၂၀၂၅ ခုနှစ် ပထမအဆင့်လ
အတွင်း ဒေါ်လာ ၁၇ ဒသမ ၇၂ ဘီလီယံတန်ဖိုးရှိ
ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းများကို တင်ပို့နိုင်ခဲ့ကြောင်း သိရ
သည်။ အဆိုပါပမာဏမှာ ပြီးခဲ့သည့်နှစ်အလားတူ
ကာလက ဒေါ်လာ ၁၄ ဒသမ ၉၆ ဘီလီယံနှင့်နှိုင်းယှဉ်
ကြည့်ပါက ၁၈ ဒသမ ၄ ရာခိုင်နှုန်း တိုးလာကြောင်း
တရားဝင်သတင်းအချက်အလက်များက ဩဂုတ်
၁၁ ရက်တွင် ထုတ်ပြန်ထားသည်။
အဓိကတင်ပို့သည့် ပစ္စည်းများမှာ အဝတ်အစား၊
ဂျူးဗီနပ်၊ ခရီးသွားပစ္စည်းများ၊ စက်ဘီးနှင့် စိုက်ပျိုး
ရေးထုတ်ကုန်များဖြစ်သည် ဆန်း၊ ရော်ဘာ၊ ပီလော
ဝီနီမှုန့်၊ သီဟိုဠ်သရက်စေ့၊ ငှက်ပျောသီး၊ သရက်
သီးနှင့် တောကြက်မောက်သီးတို့ ပါဝင်ကြောင်း
ကုန်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၏ သတင်းအချက်အလက်
များအရ သိရသည်။
ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံက အမေရိကန်ပြည်ထောင်စု၊
ဗီယက်နမ်၊ တရုတ်၊ ဂျပန်နှင့် ကနေဒါနိုင်ငံတို့ကို
အဓိကတင်ပို့ကြောင်း သိရသည်။
ထို့ပြင် ကမ္ဘောဒီးယားနိုင်ငံသည် ယခုနှစ်
ဇန်နဝါရီလမှ ဇူလိုင်လအတွင်း စုစုပေါင်း သွင်းကုန်
ဒေါ်လာ စုစုပေါင်း ၁၉ ဒသမ ၁၆ ဘီလီယံ တင်သွင်း
ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ အဆိုပါ သွင်းကုန်ပမာဏမှာ
ပြီးခဲ့သည့်နှစ် အလားတူကာလက ဒေါ်လာ ၁၆ ဒသမ
၅၈ ဘီလီယံရှိရာမှ ၁၅ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း တိုးလာ
ကြောင်း သိရသည်။ ဆင်ဟွာ

စပိန်နိုင်ငံ၌ တောမီးလောင်မှုကြောင့် ဒေသခံများ ဘေးလွတ်ရာသို့ပြောင်းရွှေ့ရ

မက်ဒရစ် ဩဂုတ် ၁၁
စပိန်နိုင်ငံ အနောက်မြောက်ပိုင်း ကတ်စတီလ်၊ လီယွန်တို့၌ နေရာအနှံ့
တောမီးများ ဆက်လက်လောင်နေသဖြင့် ရာနှင့်ချီသည့် ဒေသခံများ
ဘေးလွတ်ရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ရကြောင်း သိရသည်။
ဩဂုတ် ၉ ရက် မွန်းလွဲပိုင်းက စတင်လောင်ခဲ့သည့် အပြင်းထန်ဆုံး
မီးလောင်မှုတစ်ခုမှာ ယူနက်စကို ကမ္ဘာ့အမွေအနှစ်နေရာဖြစ်သည့်
Las Medulas သို့ ရောက်ရှိလာခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ Las Medulas
နှင့် အနီးအနားရှိ ကာရုဆီဒိုနှင့် အိုဟယ်လန်ဝဲတို့ရှိ ဒေသခံများမှာ ဩဂုတ်
၉ ရက်နှင့် ၁၀ ရက်တို့တွင် ဘေးလွတ်ရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ခဲ့ရကြောင်း
သိရသည်။ အခြားတောမီးလောင်မှုကြောင့် စစ်ရိရာပြည်နယ်အတွင်း
လူပေါင်း ၈၅၀ ခန့်ကို ဘေးလွတ်ရာသို့ ပြောင်းရွှေ့ရန် ညွှန်ကြားထား
ကြောင်း သိရသည်။
ယခုသတင်းပတ်အတွင်း ကတ်စတီလ်နှင့် လီယွန်တို့၌ နေရာအနှံ့
အပြား တောမီးလောင်မှုပေါင်း ၃၀ ကျော် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပြီး အဆိုပါ
ဒေသအတွင်း အပူချိန်မှာ ၃၅ ဒီဂရီဆဲလ်စီးယပ်ကျော်ရှိကြောင်း သိရ
သည်။ ၂၀၂၅ ခုနှစ် ယခုအချိန်အထိ စပိန်နိုင်ငံ၌ မြေဟက်တာ ၄၆၀၀၀
ကျော် မီးလောင်ပျက်စီးခဲ့ကြောင်း ဥရောပသစ်တော၊ မီးဘေးဆိုင်ရာ
သတင်းအချက်အလက်စနစ်က ထုတ်ပြန်ထားသည်။ ဆင်ဟွာ

ဗီယက်နမ်နိုင်ငံက နိုင်ငံပေါင်း ၁၂ နိုင်ငံကို ဗီဇာကင်းလွတ်ခွင့်ပြုမည်

ဟနွိုင်း ဩဂုတ် ၁၁
ဗီယက်နမ်အစိုးရသည် ခရီးသွား
လုပ်ငန်းမြှင့်တင်ရန် ကြိုးပမ်းမှု
တစ်စိတ်တစ်ပိုင်းအဖြစ် နိုင်ငံပေါင်း
၁၂ နိုင်ငံမှ နိုင်ငံသားများအတွက်
ဗီဇာကင်းလွတ်ခွင့် ပြုသွားမည်
ဖြစ်ကြောင်း ဗီယက်နမ်သတင်း
အေဂျင်စီက ဩဂုတ် ၁၁ ရက်တွင်
ဖော်ပြထားသည်။
ဗီယက်နမ်နိုင်ငံက ဗီဇာ
ကင်းလွတ်ခွင့်ပြုမည့် နိုင်ငံများမှာ
ဘယ်လ်ဂျီယံ၊ ဘူလ်ဂေးရီးယား၊
ခရီးအေးရှား၊ ချက်ဇီသမ္မတနိုင်ငံ၊
ဟန်ဂေရီ၊ လူဇင်ဘာဂ်၊ နယ်သာ
လန်၊ ပိုလန်၊ ရိုမေးနီးယား၊ စလို
ဗက်ကီးယား၊ စလိုဗေးနီးယားနှင့်
ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံတို့ ဖြစ်သည်။
ဗီဇာကင်းလွတ်ခွင့်မှာ ဩဂုတ်
၁၅ ရက်မှ ၂၀၂၈ ခုနှစ် ဩဂုတ်



၁၄ ရက်အထိ ဖြစ်ကြောင်း၊ အမျိုး
သားစာရင်းအင်းရုံး၏ ထုတ်ပြန်
ချက်အရ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသို့ ယခု
နှစ် ပထမအဆင့်လအတွင်း နိုင်ငံ
တကာခရီးသွား ၁၃ သန်း
ဝင်ရောက်မှုရှိခဲ့ပြီး ယမန်နှစ်က
ထက် ၂၂ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်း
တိုးလာကြောင်း သိရသည်။ ဆင်ဟွာ



ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၌ အထွေထွေရွေးကောက်ပွဲမတိုင်မီ ခန္ဓာကိုယ်တပ် ကင်မရာ အနည်းဆုံး အလုံး ၄၀၀၀၀ ဝယ်ယူရန် စီစဉ်နေ

ဒါကာ ဩဂုတ် ၁၁
ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ် ကြားဖြတ်အစိုးရ
သည် ၂၀၂၆ ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီလ
တွင် ကျင်းပမည့် အထွေထွေ
ရွေးကောက်ပွဲအတွင်း ဘေးကင်း
လုံခြုံမှုကို မြှင့်တင်ရန် ရဲတပ်ဖွဲ့
အတွက် ခန္ဓာကိုယ်တပ် ကင်မရာ
အနည်းဆုံး အလုံး ၄၀၀၀၀ ဝယ်
ယူရန် စီစဉ်နေကြောင်း သိရ
သည်။
ထိုကဲ့သို့လုပ်ဆောင်ရန် ဩဂုတ်
၉ ရက်က နိုင်ငံတော်အကြံပေး
အရာရှိချုပ် မူဟာမက်ယူနွတ်စ်နှင့်
ပြုလုပ်သည့် ထိပ်တန်းအဆင့်
အစည်းအဝေးအတွင်း ဆွေးနွေး
ခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်အာဏာပိုင်များသည်
အဆိုပါ ကင်မရာများကို ဝယ်ယူ
ရန် ကုမ္ပဏီသုံးခုကို ဆက်သွယ်
ဆောင်ရွက်ခဲ့ပြီး ဖြစ်ကြောင်း
ယူနွတ်စ်က ပြောကြားသည်။
ခန္ဓာကိုယ်တပ် ကင်မရာများကို
ဝယ်ယူရေးလုပ်ငန်းစဉ်မှာ နောက်
ဆုံးအဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်
ကြောင်း အကြံပေးအရာရှိချုပ်၏
အထူးလက်ထောက်ဖြစ်သူ ဖိုက်စ်
တာယက်ဗီအာမက်က ပြောကြား
သည်။ ဆင်ဟွာ

တက်စ်လာ၏ ဒုတိယမြောက်ကားအရောင်းပြခန်းကို အိန္ဒိယနိုင်ငံ၌ ထပ်မံဖွင့်လှစ်

နယူးဒေလီ ဩဂုတ် ၁၁
အမေရိကန် မော်တော်ယာဉ်နှင့် သန့်ရှင်းသော စွမ်းအင်ကုမ္ပဏီဖြစ်သည့်
တက်စ်လာသည် ၎င်း၏ ဒုတိယမြောက်အရောင်းပြခန်းကို အိန္ဒိယနိုင်ငံ
တွင် ဩဂုတ် ၁၁ ရက်က ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။
အဆိုပါ အရောင်းပြခန်းကို
အိန္ဒိယနိုင်ငံ မြို့တော်နယူးဒေလီ
အေရီးဗီးတီးရီ၊ ဝါမော့ဒ် ၃ တွင်
ဖွင့်လှစ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။
အေရီးဗီးတီးတည်နေရာသည်
အိန္ဒိယနိုင်ငံ မြို့တော် နယူးဒေလီ
ရှိ ၎င်းကုမ္ပဏီ၏ ပထမဆုံး ကား
အရောင်းပြခန်းနေရာဖြစ်ပြီး အိန္ဒိယ
တစ်နိုင်ငံလုံး၏ ဒုတိယနေရာဖြစ်
ကြောင်း ကုမ္ပဏီတာဝန်ရှိသူတစ်ဦး
က ပြောသည်။
တက်စ်လာသည် လွန်ခဲ့သော
လက အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ အီးဗီကား
ဈေးကွက်ထဲသို့ စတင်ဝင်ရောက်
လာခဲ့သည်။ တက်စ်လာ၏ ပထမ
ဆုံးအရောင်းပြခန်းကို အိန္ဒိယနိုင်ငံ
စီးပွားရေးမြို့တော် မွမ်ဘိုင်ရှိ
ဘန်ဒရာကာလာ အဆောက်အအုံ
ရှိ မက်စီတီကုန်တိုက်တွင် ဖွင့်လှစ်
ခဲ့သည်။
တက်စ်လာသည် ၎င်း၏အမြန်
အားသွင်းသည့် ကွန်ရက်စနစ်ကို
မြို့တော်နယူးဒေလီအနီးနန်းကျင်



ပွင့်ဖြူမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါး ၂၇၄၀၉ ဧကအထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်

ပွင့်ဖြူ ဩဂုတ် ၁၁
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး ပွင့်ဖြူမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ စပါး ၂၇၄၀၉ ဧကအထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ပြီး သတ်မှတ်လျာထား စိုက်ဧကပြည့်မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် ဆက်လက်ကြိုးပမ်းစိုက်ပျိုးလျက်ရှိကြောင်း ပွင့်ဖြူမြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ သိရသည်။



ပွင့်ဖြူမြို့နယ်၌ ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီတွင် စပါး ၆၉၉၉၉ ဧက စိုက်ပျိုးရန်လျာထားပြီး ဇူလိုင်လမှ စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ရာ ယနေ့တွင် ၂၇၄၀၉ ဧကအထိ စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ကြောင်း လျာထားချက် စိုက်ဧကပြည့်မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ရေးအတွက် ဒေသခံတောင်သူများနှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်လျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။

တွင် ပွင့်ဖြူမြို့နယ်မှာ စပါး ၆၉၉၉၉ ဧက စိုက်ပျိုးရန် လျာထားပါသည်။ ဒီနေ့အထိ စပါး ၂၇၄၀၉ ဧက စိုက်ပျိုးပြီးစီးပြီဖြစ်ပါသည်။ လျာထားချက်ဧက ပြည့်မီအောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် အတွက် ဆောင်ရွက်နေပါသည်။ တောင်သူတွေကိုလည်း စပါးစိုက်ပျိုးတာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး အထွက်နှုန်းတွေ ကောင်းမွန်စေဖို့အတွက် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်တွေ ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးရေး၊ စိုက်နည်းစနစ်များ မှန်ကန်စေရေး၊ စိုက်ပျိုးရေး စနစ်

တကျသုံးစွဲဖို့နဲ့ ရွှေ့ချရောဂါကင်းဝေးစေဖို့ စိုက်ပျိုးရေး အသိပညာပေးတာတွေ ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ပေးနေပါတယ်” ဟု ပွင့်ဖြူမြို့နယ် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဒေါ်မိုးမိုးဝေက ပြောသည်။
ပွင့်ဖြူမြို့နယ်တွင် ယခုနှစ် မိုးသီးနှံစိုက်ပျိုးရာသီ၌ ဆန်စပါး စားရေရှိသူ ၉ သိန်းခွဲခန့် စပါးစိုက်ပျိုးတောင်သူများကို အထွက်နှုန်းကောင်းသော စပါးမျိုးများ စိုက်ပျိုးနိုင်ရေး၊ စိုက်နည်းစနစ်

များ မှန်ကန်စေရေး၊ ပိုးမွှားရောဂါကင်းရှင်းစေရေးအတွက် မြို့နယ်စိုက်ပျိုးစွမ်းအား မြှင့်တင်ရေး ကြိုးကြပ်မှုကော်မတီ၏ ဦးဆောင်မှုဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနမှ လယ်ယာဦးစီးဌာန၊ ဆည်မြောင်းနှင့် ရေအသုံးချမှုစီမံခန့်ခွဲရေးဦးစီးဌာနတို့ ပူးပေါင်းပြီး မိုးစပါးလျာထားချက်ဧက ပြည့်မီအောင် ပံ့ပိုးကူညီဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိကြောင်း သိရသည်။
လှိုင်ဝင်းလေး (ပွင့်ဖြူမြို့)

ရွှေတောင်မြို့၌ မြန်မာအိလက်ထရောနစ်မဲပေးစက် ကိုင်တွယ်အသုံးပြုနည်း သင်တန်းဖွင့်

ရွှေတောင် ဩဂုတ် ၁၁
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး ရွှေတောင်မြို့၌ မြန်မာအိလက်ထရောနစ်

မဲပေးစက် (MEVM) ကိုင်တွယ်အသုံးပြုနည်း မဲပေးခြင်းဆိုင်ရာ အသိပညာပေး သင်တန်းဖွင့်ပွဲကို



ယနေ့နံနက်ပိုင်းက မြို့နယ်အားကစားခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။ ဦးစွာ အခမ်းအနားတွင် မြို့နယ်မိမိခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ (ကိုယ်စား) ဒုတိယ မြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး ဦးစိုးရာဇာလင်းက အမှာစကားပြောကြားသည်။ ဆက်လက်၍ မြို့နယ်ရွှေ့ကောက်ပွဲကော်မရှင် ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်သီရိဝင်းစိုးက အိလက်ထရောနစ် မဲပေးစက်အကြောင်းနှင့်ပတ်သက်၍ ဥပဒေ၊ နည်းဥပဒေများနှင့် လုပ်ငန်း

လက်စွဲများ ပြင်ဆင်ထားရှိမှု အခြေအနေများ၊ အိလက်ထရောနစ်မဲပေးစက် ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်ပုံများ၊ မဲပေးစက်တပ်ဆင်နေရာချထားခြင်းနှင့် မဲပေးခြင်းဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များ၊ မဲပေးစက်မှ မဲရလဒ်များ ထုတ်ယူရေတွက်ပုံအဆင့်ဆင့်များ၊ မဲပေးစက်အသုံးပြုခြင်း၏ အကျိုးကျေးဇူးများနှင့် လုံခြုံစိတ်ချရမှု အခြေအနေများ စသည့်တို့ကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။
ကိုကိုမင်း(ပြန်/ဆက်)

မိုင်းခတ်၌ ပထမမြောက်လပတ်တွင်ဆောင်ရွက်ပြီးစီးခဲ့သည့် ငွေလုံးငွေရှင်းလုပ်ငန်းများအား ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

မိုင်းခတ် ဩဂုတ် ၁၁
ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်း) မိုင်းခတ်မြို့နယ် စည်ပင်သာယာရေးဌာနမှ ၂၀၂၅-၂၀၂၆ ဘဏ္ဍာနှစ် ပထမမြောက်လပတ်တွင် ဆောင်ရွက်ပြီးစီးခဲ့သည့် ငွေလုံးငွေရှင်းလုပ်ငန်းသုံးခုအား တာဝန်ရှိသူများက ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ကွင်းဆင်းကြည့်ရှု စစ်ဆေးသည်။ ထိုသို့စစ်ဆေးရာတွင်ရှမ်းပြည်နယ် စည်ပင်သာယာရေးဌာနမှ ကျိုင်းတုံမှ ဒုတိယအင်ကိုင်နီယာ

များကြီး ဦးစိုးသန်းနှင့်အဖွဲ့သည် မိုင်းခတ်မြို့အတွင်းရှိ ခွင့်ပြုငွေကျပ် ၁၉ ဒသမ ၈ သန်းဖြင့် အောင်မိုးဟိန်းလမ်း(မေတ္တာလမ်းဆုံနှင့် အပိုင်းပတ်အတွင်း) ကွန်ကရစ်ခင်းခြင်းလုပ်ငန်း(၁၇၅ပေ x ၁၈ပေ x ၆လက်မ)၊ ခွင့်ပြုငွေကျပ် ၁၇ ဒသမ ၅ သန်းဖြင့် ဂါလန် ၁၀၀၀၀ ဆန် ရေစုကန်မှ ရေဖြန့်ဝေပိုက်လိုင်း မွမ်းမံပြင်ဆင်ခြင်း လုပ်ငန်းပေ ၂၂၀၀ နှင့် ခွင့်ပြုငွေကျပ် ၆ ဒသမ ၀၀ သန်းဖြင့် ဂါလန်



၁၀၀၀ ဆန်ရေစုကန် အကြီးစား မွမ်းမံပြင်ဆင်ခြင်းလုပ်ငန်း(၁၇၅ပေ x ၁၈ပေ x ၆လက်မ)လုပ်ငန်း

များ ရာနှုန်းပြည့်ပြီးစီးမှု အခြေအနေတို့ကို ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးသည်။ နန်းရွယ်နီ(ပြန်/ဆက်)

ပြည်သူ့ကြားက ပြည်သူ့စကား အစီအစဉ် ထုတ်လွှင့်မည်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
မျက်မှောက်ကာလတွင် ဖြစ်ပွားလျက်ရှိသော လုံခြုံရေး၊ တရားဥပဒေစိုးမိုးရေးနှင့် အကြမ်းဖက်မှုတားဆီးရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့်ပတ်သက်၍ ပရိသတ်များ၏ ရင်တွင်းခံစားချက်စကားသံများအား သဇင် FM ၏ “ပြည်သူ့ကြားက ပြည်သူ့စကား” အစီအစဉ်မှ “နိုင်ငံတစ်ခုရဲ့ လူသားအရင်းအမြစ်ဆိုတာကို နားမလည်ဘဲ ဆရာ၊ ဆရာမတွေကို အဓိကထားပြီးမြောက်သတိပြုတော်လှန်နေရ” ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဩဂုတ် ၁၃ ရက် မွန်းလွဲ ၁ နာရီတွင် ထုတ်လွှင့်တင်ဆက်ပေးမည် ဖြစ်သည်။
လာမည့်အပတ် ဗုဒ္ဓဟူးနေ့ မွန်းလွဲ ၁ နာရီတွင် “လုံးပါးပါးသွား

တော့မယ့် NUG ဦးဆောင်တဲ့ မုဒိမ်းကျင့်၊ လူသတ်၊ ဆက်ကြေးကောက်တဲ့ တော်လှန်ရေး” ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဆွေးနွေးတင်ဆက်မည် ဖြစ်သောကြောင့် ပါဝင်ဆွေးနွေးလိုသူ ပရိသတ်များအနေဖြင့် အပတ်စဉ် ကြာသပတေးနေ့ နံနက် ၁၀ နာရီမှ ၁၁ နာရီအတွင်း ဖုန်းနံပါတ် ၀၉-၈၉၉၀၉၉၅၅၅ သို့ အမည်၊ နေရပ်လိပ်စာ၊ အလုပ်အကိုင်နှင့် ပြန်လည်ဆက်သွယ်ရမည့် ဖုန်းနံပါတ်တို့ကို Message ပေးပို့ပါဝင်ပြီးဖြစ်ကြောင်းနှင့် ပါဝင်လာသည့် ပရိသတ်များ၏ ဖုန်းနံပါတ်များနှင့် ကိုယ်ရေးအချက်အလက်များအား လျှို့ဝှက်ပေးထားမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
သတင်းစဉ်

အခြေခံမော်တာစက်ချုပ်သင်တန်း အမှတ်စဉ် (၂/၂၀၂၅) ဖွင့်လှစ်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁
ဒဂုံမြို့သစ်(မြောက်ပိုင်း) မြို့နယ်၌ အခြေခံမော်တာစက်ချုပ်သင်တန်း အမှတ်စဉ်(၂/၂၀၂၅) ဖွင့်ပွဲကို ဩဂုတ် ၁၁ ရက်က ကျွမ်းကျင်မှုလေ့ကျင့်ရေးသင်တန်းကျောင်း (မြောက်ဒဂုံ) သင်တန်းခန်းမ၌ ကျင်းပသည်။
အဆိုပါသင်တန်းဖွင့်ပွဲအခမ်းအနားတွင် အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးရုံးမှ တိုင်းဒေသကြီးဦးစီးမှူး ဦးစိုးနိုင် တက်ရောက်၍ အမှာစကားပြောကြားသည်။
အဆိုပါသင်တန်းကို အလုပ်သမားဝန်ကြီးဌာန၊ အလုပ်သမားညွှန်ကြားရေးဦးစီးဌာန၊ ကျွမ်းကျင်မှုဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဌာနခွဲမှ သင်တန်းနည်းပြဆရာ နှစ်ဦးနှင့် ပြင်ပသင်တန်းနည်းပြဆရာ တစ်ဦးတို့က ပို့ချပေးမည်ဖြစ်ပြီး သင်တန်းသား ၄၀ ဖြင့် ဩဂုတ် ၁၁ ရက်မှ ၂၂ ရက်အထိ သင်ကြားပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။
မြင့်မြင့်ရီ



ကိုဗစ် - ၁၉ ရောဂါ ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု လူနာသစ်မတွေ့ရှိ

(၁၁-၈-၂၀၂၅) ရက်နေ့၊ ည (၈:၀၀) နာရီ
ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနသည် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ စောင့်ကြပ်ကြည့်ရှုခြင်းလုပ်ငန်းများကို စဉ်ဆက်မပြတ် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ (၃-၈-၂၀၂၅) ရက်နေ့၊ ည (၈:၀၀) နာရီမှ (၁၀-၈-၂၀၂၅) ရက်နေ့၊ ည (၈:၀၀) နာရီအထိ ရက်သတ္တပတ်အတွင်း ဓာတ်ခွဲခွဲစစ်မှုနာမည်ပေါင်း (၄၄၂) ခုအား စစ်ဆေးပြီးစီးခဲ့ရာ COVID-19 ရောဂါ ဓာတ်ခွဲအတည်ပြု လူနာသစ် မတွေ့ရှိရပါ။ အစီရင်ခံစာလအတွင်း ပြင်းထန်လူနာ၊ အထူးကြပ်မက် ကုသမှုပေးရသောလူနာနှင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါဖြင့် သေဆုံးလူနာ မရှိပါ။

လက်တလောတွင် မိမိတို့နိုင်ငံအတွင်း၌ ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ကူးစက်ဖြစ်ပွား/သေဆုံးမှုနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စိုးရိမ်ဖွယ်ရာအခြေအနေ မရှိသော်လည်း ရောဂါဖြစ်ပွားမှုမှ ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက် တစ်ကိုယ်ရေကာကွယ်ရေးနည်းလမ်းများကို လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်လိုအပ်ပြီး ရောဂါကူးစက်ခံရပါက ရောဂါပြင်းထန်နိုင်ခြေနှင့် အသက်ဆုံးရှုံးနိုင်ခြေမြင့်မားသည်။

- အသက်အရွယ်ကြီးသူများ (အသက် ၆၀ နှစ်နှင့်အထက်)။
- ဆီးချိုရောဂါ၊ နာတာရှည်အဆုတ်ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါရှိသူများ။
- ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များ (ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလ ၃ လနှင့်အထက်)

ကို ဦးစားပေးအစီအစဉ်ဖြင့် ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါ ထပ်ဆောင်းကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးနေပြီးဖြစ်ပါ၍ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံမှု ခံယူကြရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါဆိုင်ရာ အသေးစိတ်သတင်းအချက်အလက်များကို ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာ moh.gov.mm တွင် ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံရောဂါကာကွယ်ထိန်းချုပ်ရေးဗဟိုဌာန (Myanmar CDC) ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန

အိမ်ပြင်ပ၌ထွန်းသော မီးများကို နေ့အလင်းရောင်ရှိချိန်တွင် ပိတ်ထားခြင်းဖြင့် လျှပ်စစ်ကို ရွှေ့တာပါ

ကျိုင်းတုံမြို့၌ ဟိုတယ်ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အာဆီယံအသိအမှတ်ပြု နိုင်ငံအဆင့်သင်ကြားရေးဆရာဖြစ်သင်တန်းဖွင့်

ကျိုင်းတုံ ဩဂုတ် ၁၁

ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်း) ကျိုင်းတုံမြို့၌ ဟိုတယ်ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အာဆီယံအသိအမှတ်ပြု နိုင်ငံအဆင့်သင်ကြားရေးဆရာဖြစ် သင်တန်း ဖွင့်ပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ဟိုတယ်နှင့် ခရီးသွားလုပ်ငန်းဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဗဟိုဌာန(ကျိုင်းတုံ)၌ ကျင်းပသည်။

သင်တန်းဖွင့်ပွဲတွင် ရှမ်းပြည်နယ် စီးပွားရေးရာဝန်ကြီး ဦးခွန်သိန်းမောင်က အမှာစကားပြောကြားပြီး သင်တန်းနည်းပြ ဆရာများက ဟိုတယ်ဝန်ဆောင်မှုဆိုင်ရာ အာဆီယံအသိအမှတ်ပြု နိုင်ငံအဆင့် သင်ကြားရေးဆရာဖြစ် သင်ခန်းစာများကို စာတွေ့ လက်တွေ့သင်ကြားပို့ချသည်။

အဆိုပါသင်တန်းသို့ ကျိုင်းတုံဒေသရှိ ဟိုတယ်များမှ မန်နေဂျာများ၊ ဝါရင့်ဧည့်လမ်းညွှန်များ စုစုပေါင်း သင်တန်းသား သင်တန်းသူ ၁၃ ဦး



တက်ရောက်ပြီး ဩဂုတ် ၁၁ ရက်မှ ၁၆ ရက်အထိ ဖွင့်လှစ်မည်ဖြစ် ကြောင်း သိရသည်။ အောင်ဇင်မြင့်(ပြန်/ဆက်)

မီးခိုးမြူငွေနှင့် လေထုညစ်ညမ်းမှုတားဆီးကာကွယ်ရေး အသိပညာပေးဟောပြော

မင်းဘူး ဩဂုတ် ၁၁

မင်းဘူးခရိုင် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနနှင့် မြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန၊ မြို့နယ်သမဝါယမ ဦးစီးဌာန၊ မြို့နယ်ကျေးလက်လမ်းဦးစီးဌာန၊ မြို့နယ်သဘာဝပတ်ဝန်း ကျင်ထိန်းသိမ်းရေးဦးစီးဌာနတို့ပူးပေါင်း၍ လေထုညစ်ညမ်းမှုအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးစေရန်နှင့် ဘေးကင်းလုံခြုံသော လူနေမှုပတ်ဝန်းကျင် ဖန်တီး ပေးနိုင်ရန်အတွက် ဂိုဏ်းသင်ကြားပွဲ မီးခိုးမြူငွေနှင့် လေထုညစ်ညမ်းမှု တားဆီးကာကွယ်ရေး အသိပညာပေးဟောပြောပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်း က အဆိုပါကျေးရွာမရွာ၌ ကျင်းပသည်။

ဟောပြောပွဲတွင် ခရိုင်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီး ဌာန ဦးစီးမှူး ဦးခင်မောင်ကျော်က မီးခိုးမြူငွေအန္တရာယ်အကြောင်း သိကောင်းစရာများ ရှင်းလင်းပြောကြားပြီး မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးအောင်ကိုကိုက မီးခိုး မြူငွေအန္တရာယ်ကြောင့် နောက်ဆက်တွဲဖြစ်ပွားနိုင်သည့် ပတ်ဝန်းကျင် ညစ်ညမ်းမှုများကို ကာကွယ်နိုင်ရန် လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမည့်အချက် များကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။

ဇင်မာ



ဟိုပုံးမြို့နယ် ပင်ဟဲကျေးရွာ၌ ကုန်ထုတ်လမ်း/တံတားများ ဖောက်လုပ်

ဟိုပုံး ဩဂုတ် ၁၁

ပအိုဝ်းကိုယ်ပိုင်အုပ်ချုပ်ခွင့်ရဒေသ ဟိုပုံးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနက ပင်ဟဲကျေးရွာရှိ ကျေးလက်နေပြည်သူများ



၏ လယ်ယာစောများမှ ထွက်ရှိသည့် စိုက်ပျိုးသီးနှံများ ဈေးကွက် အတွင်းသို့ ကုန်စုစုတိုက်သက်သာစွာ သယ်ယူပို့ဆောင်နိုင်ရန် ရည်ရွယ်၍ ကျေးလက်ကုန်ထုတ်လမ်း/တံတားများ ဖောက်လုပ်နေမှု အခြေအနေများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းတွင် တာဝန်ရှိသူများက အဆိုပါ ကျေးရွာ၌ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးသည်။

ထိုသို့ ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရာတွင် ဟိုပုံးမြို့နယ် ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးစိုးလွင်မြင့်နှင့် အင်ဂျင်နီယာ ဝန်ထမ်းများသည် ပင်ဟဲကျေးရွာ၌ အရှည် ၁ မိုင်၊ အကျယ် ၁၂ ပေ၊ မြေသား ၂ ပေ၊ သဲပြွန်း ၃ ဥ လက်မရှိ ကျေးလက်ကုန်ထုတ်လမ်း ဖောက်လုပ်ခြင်း၊ ၎င်းလမ်းပေါ်ရှိ ကုန်ထုတ်တံတားနှစ်စင်း တည်ဆောက် နေမှု အခြေအနေများကို ကြည့်ရှုစစ်ဆေးပြီး တင်ဒါအောင်မြင်သော ကုမ္ပဏီမှ တာဝန်ရှိသူများနှင့်တွေ့ဆုံကာ လုပ်ငန်းများ သတ်မှတ်ကာလ အတွင်း အချိန်မီပြီးစီးရေး အလေးထားဆောင်ရွက်ကြရန် ဆွေးနွေး မှာကြားခဲ့သည်။

သော်ဇင်ထူး

ငမဲမြို့နယ်ရုံး၌ မီးခိုးမြူငွေလေထုညစ်ညမ်းမှုတားဆီးကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ အသိပညာပေးဆွေးနွေး

ငမဲ ဩဂုတ် ၁၁

ငမဲမြို့နယ် ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာနရုံး ပြည်သူ့ စာကြည့်တိုက်ခန်းမ၌ မြို့နယ်ပညာရေးဌာနနှင့်ပူးပေါင်းပြီး မိဘပြည်သူ များနှင့် ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ အသိပညာဗဟုသုတတိုးပွားစေရန် မီးခိုးမြူငွေလေထုညစ်ညမ်းမှုတားဆီးကာကွယ်ရေးဆိုင်ရာ အသိပညာ ပေးဆွေးနွေးပွဲ Talk Show ကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ကျင်းပသည်။

ဆွေးနွေးပွဲတွင် မြို့နယ်ပြန်ကြားရေးနှင့်ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီး ဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဒေါ်ယုယုသိန်းက နှစ်စဉ်နေ့ဦးကာလသို့ ရောက်ရှိ သည့်အခါတိုင်း တောင်ယာမီးရှို့ခြင်းနှင့် တောမီးလောင်ခြင်းတို့ကြောင့် မီးခိုးမြူငွေများဖြစ်ပေါ်နေပြီး လာအို၊ မြန်မာ၊ ထိုင်း၊ ကမ္ဘောဒီးယား စသည့်နိုင်ငံတို့တွင် လေထုညစ်ညမ်းမှုဒဏ်ကို ခံစားနေကြရကြောင်း၊ တောင်ယာမီး၊ တောမီးတို့ကြောင့် ထွက်ပေါ်လာသည့် မီးခိုးငွေများသည်

တစ်နိုင်ငံမှ တစ်နိုင်ငံသို့ အတားအဆီးမရှိ ဝင်ရောက်ပြီး ဒေသခံ ပြည်သူများအပေါ် ကျန်းမာရေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပွားစေခြင်းကြောင့် အဆိုပါ နယ်စပ်ဖြတ်ကျော် မီးခိုးငွေများ (Transboundary Smoke) ကို ထိန်းချုပ်နိုင်ရန် သက်ဆိုင်ရာနိုင်ငံများက ကြိုးပမ်းနေကြရ ကြောင်း၊ မီးခိုးမြူငွေတွင်ပါဝင်သည့် ဓာတ်ငွေ့များနှင့် မီးခိုးမြူငွေ ရှူရှိုက်မိပါက ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် ရောဂါများအကြောင်းကို ဆွေးနွေး ပြောကြားသည်။

မယု(ငမဲ)

၂၀၂၅ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ (ဒုတိယ) ၁၀ ရက်ပတ်အတွက် စိုက်ပျိုးရေးမိုးလေဝသခန့်မှန်းချက်

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်အခြေအနေ

ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တွင် လေမိအားနည်းရပ်ဝန်း တစ်ကြိမ် ဖြစ်ပေါ် နိုင်သည်။ အနောက်တောင်မှတစ်ဆင့်လည်း ကမ္ဘာလီပင်လယ်ပြင်နှင့် ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် အားအသင့်အတင့်မှ အားကောင်း နိုင်သည်။

မိုးရွာသွန်းနိုင်မှုအခြေအနေ

နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး(အရှေ့ပိုင်း)၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း ဒေသကြီးအောက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသ ကြီး၊ မွန်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်(မြောက်ပိုင်းနှင့်တောင်ပိုင်း) တို့ တွင် ရွာသွန်းမြဲထက်ပိုနိုင်ပြီး ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး(အနောက်ပိုင်း)၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည် နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ် (အရှေ့ပိုင်း)တို့တွင် ရွာသွန်းမြဲခန့် မိုးထစ်ချုန်းရွာနိုင်သည်။

အမြင့်ဆုံးအပူချိန်အခြေအနေ

ချင်းပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း)တို့တွင် ၆၉ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်မှ ၇၈ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်း၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယား ပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ် (အရှေ့ပိုင်းနှင့်မြောက်ပိုင်း) တို့တွင် ၇၉ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၈၈ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်းနှင့် နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူး တိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊

ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကရင်ပြည်နယ်နှင့် မွန်ပြည်နယ်တို့တွင် ၈၉ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၉၉ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက် အတွင်း အသီးသီးရှိနိုင်သည်။

အနိမ့်ဆုံးအပူချိန်အခြေအနေ

ချင်းပြည်နယ်တွင် ၅၈ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်ခန့်၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း) တို့တွင် ၆၁ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၇၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်းနှင့် နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူး တိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်းနှင့်မြောက်ပိုင်း)တို့တွင် ၇၁ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၈၁ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အတွင်း အသီးသီးရှိနိုင်သည်။

လေထုစိုထိုင်းဆအခြေအနေ

ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသ ကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်း၊ ကယားပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့တွင် ၇၇ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၈၇ ရာခိုင်နှုန်းအတွင်းနှင့် နေပြည်တော်၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး အထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ် နှင့် ရခိုင်ပြည်နယ်တို့တွင် ၈၈ ရာခိုင်နှုန်းမှ ၉၈ ရာခိုင်နှုန်းအတွင်း အသီးသီးရှိနိုင်သည်။

ပင်ငွေရေငွေပြန်နှုန်းအခြေအနေ

တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ချင်းပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ် (တောင်ပိုင်း)တို့တွင် ၁၅ မီလီမီတာမှ ၂၅ မီလီမီတာအတွင်း၊ နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်း တိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်းနှင့်မြောက်ပိုင်း)တို့တွင် ၂၆ မီလီမီတာမှ ၃၅ မီလီမီတာအတွင်းနှင့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး နှင့် စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်းတို့တွင် ၃၆ မီလီမီတာမှ ၄၅ မီလီမီတာအတွင်း အသီးသီးရှိနိုင်သည်။

မြေဆီလွှာအောက်ဆုံးရေအခြေအနေ

စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအောက်ပိုင်းတွင် (မြောက်သို့) အခြေ အနေ၊ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးနှင့် မကွေးတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် (နီစွတ်) အခြေအနေနှင့် နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးအထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီ တိုင်းဒေသကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်ပြည်နယ်၊ ကယားပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ချင်းပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊ ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့တွင် (ပြည့်ဝ)အခြေအနေ အသီးသီး ရှိနိုင်သည်။

မိုးလေဝသနှင့်ဗေဒ ညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန

ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များအပေါ် စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်းနှင့် သတင်းပို့ခြင်းပြုလုပ်နိုင်

၁။ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးဆိုင်ရာ ကိစ္စရပ်များနှင့်စပ်လျဉ်း၍ သိရှိလိုသည်များကို စုံစမ်းမေးမြန်းရန်နှင့် သတင်းပို့တိုင်ကြားရန်တို့ အတွက် တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အသီးသီးရှိ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့များ၏ အောက်ပါဖုန်းနံပါတ်များသို့ ရုံးချိန်အတွင်း ဆက်သွယ်နိုင်ပါကြောင်း ထုတ်ပြန်အပ်ပါသည်-

- (က) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးဗဟိုအဖွဲ့ (နေပြည်တော်)
(၁) ၀၆၇-၃၄၀၄၉၁၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၂၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၃၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၄၊ ၀၆၇-၃၄၀၄၉၅
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၀၁
(ခ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (နေပြည်တော် ကောင်စီ)
(၁) ၀၆၇-၄၅၅၀၄၈၊ ၀၆၇-၄၅၅၀၄၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၀၂
(ဂ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ကချင်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၃၄၉၀၃၅၃၄၊ ၀၉-၃၄၉၀၃၈၃၇
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၃၄၉၀၃၈၃၇
(ဃ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ကယားပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၃၄၉၀၁၅၈၄၊ ၀၉-၃၄၉၀၁၄၄၈
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၀၆၃၈
(င) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ကရင်ပြည်နယ်)

- (၁) ၀၅၈-၂၀၂၄၇၃၊ ၀၅၈-၂၀၂၄၇၄
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၆၉၁၁၁၁၉၁၀
(စ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ချင်းပြည်နယ်)
(၁) ၀၇၀-၂၀၂၂၄၆၊ ၀၇၀-၂၀၂၂၄၇
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၈၉၀၉၇၇၇၄
(ဆ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၇၁-၂၀၃၂၀၉၊ ၀၇၁-၂၀၃၂၀၉၂
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၀၇
(ဇ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၅၉-၂၀၂၄၀၃၇၊ ၀၅၉-၂၀၂၄၀၃၈
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၀၈
(ဈ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၅၂-၂၀၃၀၉၃၊ ၀၅၂-၂၀၃၀၉၄
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၀၉
(ည) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (မကွေးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၆၃-၂၀၂၈၈၇၊ ၀၆၃-၂၀၂၈၈၇၉
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၀
(ဋ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၂-၄၀၂၂၄၅၊ ၀၂-၄၀၂၂၄၆
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၁

- (၄) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (မွန်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၅၇-၂၀၂၇၉၃၅၊ ၀၅၇-၂၀၂၇၉၃၆
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၂
(၅) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ရခိုင်ပြည်နယ်)
(၁) ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၇၊ ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၈
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၃
(ဗ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၁-၈၃၀၀၀၁၆၊ ၀၁-၈၃၀၀၀၁၇
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၄
(ဏ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ရှမ်းပြည်နယ်)
(၁) ၀၈၁-၂၀၂၄၇၄၀၊ ၀၈၁-၂၀၂၄၇၄၅
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၅
(တ) ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးအဖွဲ့ (ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီး)
(၁) ၀၄၂-၂၀၂၅၉၃၊ ၀၄၂-၂၀၂၅၉၄
(၂) မိုဘိုင်းဖုန်းမှတစ်ဆင့် (SMS) ပေးပို့ရန် ၀၉-၂၅၀၀၂၅၁၆
၂။ ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးဆိုင်ရာကိစ္စရပ်များနှင့် စပ်လျဉ်း၍ စုံစမ်းမေးမြန်းခြင်း၊မသမာမှုများနှင့်ပတ်သက်၍ တိုင်ကြားခြင်းများအား တိကျစွာ ဆက်သွယ်သတင်းပို့နိုင်ပါကြောင်းနှင့် မမှန်မကန် သတင်းပို့ခြင်း၊ တိုင်ကြားခြင်းများ ပြုလုပ်ပါက ဖော်ထုတ်၍ တည်ဆဲဥပဒေများနှင့်အညီ အရေးယူသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း အသိပေးအပ်ပါသည်။
ပြည်သူ့စစ်မှုထမ်းဆောင်ရေးဗဟိုအဖွဲ့

တာချီလိတ်မြို့၌ ကလေးသူငယ်များအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး

တာချီလိတ် ဩဂုတ် ၁၁ ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်း) တာချီလိတ်မြို့နယ်၌ ကြက်ခြေနီအသင်းက ကြိုးပမ်းကျင်းပသည့် ကလေးသူငယ်များအား ကျန်းမာရေးအသိပညာပေးနှင့် ကလေးပျော်စင်တာများ ဆောင်ရွက်ပေးခြင်းကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ဝိန်းကျောက်ရပ်ကွက်၌ ကျင်းပသည်။



ဒုတိယတပ်ဖွဲ့မှူး ဦးစိန်အောင်က ကလေးသူငယ်များအား သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ တိုက်ဖျက်ရေး၊ ဝမ်းပျက်ဝမ်းလျှောရောဂါ၊ ကိုဗစ်-၁၉၊ လုံလေးလုံနှင့် သန့်လေးသန့် စသည့်အကြောင်းအရာတို့ကို ရှင်းလင်းပြောကြားသည်။ ထို့နောက် မြို့နယ်ကြက်ခြေနီအသင်းတပ်ဖွဲ့ဝင်များက ကလေးများနှင့်အတူ သီဆိုကပြခြင်း၊ ဉာဏ်စမ်းကစားနည်း၊ အတွက်ယှဉ်တွဲကစားနည်း စသည့်ကစားနည်းစုံလင်စွာဖြင့် ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ ကျော်ဇေယျာလင်း(ပြန်/ဆက်)



ချောက်မြို့နယ် တောင်နောက်ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီး

ချောက် ဩဂုတ် ၁၁ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး ချောက်မြို့နယ်၌ မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနမှ ၂၀၂၅-၂၀၂၆ ဘဏ္ဍာနှစ်ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးလုပ်ငန်းစီမံချက်(VDP)ဖြင့် တောင်နောက်ကျေးရွာ၌ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်း ဆောင်ရွက်ပြီးစီးမှုအခြေအနေကို မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးဖျူနှင့် စီမံကိန်းတာဝန်ခံဝန်ထမ်းများက ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးခဲ့သည်။ အဆိုပါ ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို နိုင်ငံတော်ထောက်ပံ့ရန်ပုံငွေကျပ် ၁၅ သန်း၊ ပြည်သူ့ထုတ်ဝေငွေကျပ် ၄ သန်းဖြင့် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး လမ်းအရှည် ၆၀၄၀၀ အကျယ် ၁၂ ပေ၊ ၃ ပေ ကျော်လက်မရှိ ကျေးရွာတွင်း ကွန်ကရစ်လမ်းခင်းခြင်းလုပ်ငန်းကို မြို့နယ်ကျေးလက်ဒေသ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန၏ နည်းပညာပံ့ပိုးမှုဖြင့် ကျေးရွာပြည်သူများက အကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သိရသည်။ ကျော်ဇီး(ပြန်/ဆက်)

ပဲခူးမြို့နယ်အတွင်း သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးလုပ်ငန်းများ ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်



ပဲခူး ဩဂုတ် ၁၁ ပဲခူးမြို့နယ်အတွင်း သွေးလွန်တုပ်ကွေးရောဂါ ကြိုတင်ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေးလုပ်ငန်းများကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ပဲခူးမြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများက ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ကြသည်။ ထိုသို့ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်ရာတွင် မြို့နယ်ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနမှ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများသည် အဖွဲ့များခွဲ၍ ပဲခူးမြို့ပေါ်ရှိ မြို့သစ်(ခ) ရပ်ကွက်၊ ပုဏ္ဏားစုရပ်ကွက် အင်တာကော်မြို့နှင့် ပျဉ်းပုံကြီးကျေးရွာများသို့ သွားရောက်ပြီး ပြည်သူများအား ကျန်းမာရေးပညာပေးခြင်း၊ (ဖုံး၊ သွန်း၊ လဲ၊ စစ်) လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ခြင်း၊ ရေတွင်းရေကန်များကို အဘိတ်ဆေးခတ်ခြင်း၊ စာသင်ကျောင်းများ၊ နေအိမ်များကို ခြင်ဆေးဖျန်းခြင်းနှင့် ချုံနွယ်များ ရှင်းလင်းခြင်းလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ သက်ထက်

သရက်မြို့၌ ကျောင်းကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့် အသိပညာပေးဟောပြော

သရက် ဩဂုတ် ၁၁ မကွေးတိုင်းဒေသကြီး သရက်မြို့၌ ကျောင်းကျန်းမာရေးဌာနမှ ၂၀၂၅-၂၀၂၆ ပညာသင်နှစ်ကျောင်းကျန်းမာရေး စစ်ဆေးခြင်းနှင့် အသိပညာပေးဟောပြောခြင်းကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက အခြေခံ ပညာမူလတန်း (ရွှေဘိုသာ) ကျောင်း၌ ကျင်းပခဲ့သည်။ ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ရာတွင် ကျန်းမာ



ရောင်းအတွက် တစ်ကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေး လက်ဆေးခြင်း၊ သွားနှင့် ခံတွင်း ကျန်းမာရေး၊ နည်းစနစ်မှန် သွားတိုက်ခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော ယင်လုံအိမ်သာ သုံးစွဲရန်နှင့် မိုးတွင်းကာလ လေးငယ်များတွင် ဖြစ်ပွားသည့် သွေးလွန်တုပ်ကွေး ရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းရေး နည်းလမ်းများအကြောင်းကို ဟောပြောပေးခဲ့သည်။ ဇော်ထက်(သရက်)

တာလေးမြို့၌ မြန်မာအိလက်ထရောနစ် မဲပေးစက်ဆင့်ပွားသင်တန်းဖွင့်

တာလေး ဩဂုတ် ၁၁ ရှမ်းပြည်နယ်(အရှေ့ပိုင်း) တာလေးမြို့၌ မြန်မာအိလက်ထရောနစ် မဲပေးစက် (MEVM) ကိုင်တွယ်အသုံးပြုခြင်းဆိုင်ရာ ဆင့်ပွားသင်တန်းကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက အမှတ်(၃)ရပ်ကွက်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာ အထက်တန်းကျောင်း(တာလေး)၌ ဖွင့်လှစ်သင်ကြားပေးသည်။ အဆိုပါသင်တန်းတွင် တာချီလိတ်မြို့နယ် ရွေးကောက်ပွဲကော်မရှင်အဖွဲ့ (ခွဲ)မှ လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးကျော်သူနှင့် ဝန်ထမ်းများက မြန်မာအိလက်ထရောနစ်မဲပေးစက် တည်ဆောက်ပုံနည်းလမ်းများ၊ စက်တပ်ဆင်ပုံ၊ စမ်းသပ်မဲပေးပုံ အစရှိသည်ဖြင့် အသုံးပြုသည့်နည်းများကို ရှင်းလင်းသရုပ်ပြပြီး တက်ရောက်လာသည့် ဌာနဆိုင်ရာဝန်ထမ်းများ၊ ဆရာ ဆရာမများ၊ ရပ်ကွက်ကျေးရွာအုပ်စု အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများက မြန်မာအိလက်ထရောနစ် မဲပေးစက်ဖြင့် လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ ရဲထက်ဦး(ပြန်/ဆက်)

ထူးချွန်ဆုရ ကျောင်းသားကျောင်းသူများအား ထပ်ဆင့်ဂုဏ်ပြုဆုချီးမြှင့်ပွဲ ကျင်းပ

တောင်ငူ ဩဂုတ် ၁၁
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး တောင်ငူမြို့ ရွှေဆံတော် မရမ်းကျောင်းတိုက် စာရိတ္တဓမ္မကျောင်း၌ ပဉ္စမအကြိမ် ကေတုမတီ ဗုဒ္ဓဝင်ပူဇော်ပွဲ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ယဉ်ကျေးမှုစာမေးပွဲ နှင့် တက္ကသိုလ်ဝင်စာမေးပွဲတို့၌ ထူးချွန်ဆုရ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများအား ထပ်ဆင့်

ဂုဏ်ပြုဆုချီးမြှင့်ပွဲ အခမ်းအနား ကို ယမန်နေ့မှန်းလှိုင်းကသာသန ဝိဟာရီသုံးထပ်ကျောင်းတော်ကြီး ၌ ကျင်းပသည်။

ဦးစွာ အခမ်းအနားကို နမော တဿ သုံးကြိမ်ရွတ်ဆို ဘုရား ကန်တော့၍ ဖွင့်လှစ်ပြီး ရွှေဆံ တော် မရမ်းကျောင်းတိုက် ဆရာ တော် အဂ္ဂမဟာပဏ္ဍိတ ဘဒ္ဒန္တ

အရှင်တေဇောသာရထံမှ ငါးပါး သီလ ခံယူဆောင်တည်ကာ ရွှေဆံတော် မရမ်းကျောင်းတိုက် ဆရာတော်နှင့် သံဃာတော် အရှင် မြတ်များ၊ တောင်ငူခရိုင် စီမံခန့်ခွဲ ရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေးကော်မတီ အဖွဲ့ဝင် ဦးယဉ်ဌေး၊ တောင်ငူခရိုင် သာသနာရေးဦးစီးဌာနမှ ခရိုင် ဦးစီးမှူး ဦးခင်မောင်အေး၊ မြို့နယ်

စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ကော်မတီအဖွဲ့ဝင် ဦးကျော်ဝင်း၊ ဆရာ ဆရာမများနှင့် တာဝန်ရှိသူ များက ပဉ္စမအကြိမ်မြောက် ကေတုမတီ ဗုဒ္ဓဝင်ပူဇော်ပွဲ၊ ယဉ်ကျေးမှု၊ ယဉ်ကျေးမှုစာမေးပွဲ နှင့် တက္ကသိုလ်ဝင်စာမေးပွဲတို့၌ ထူးချွန်ဆုရကျောင်းသား ကျောင်း သူများအား ဆုများ အသီးသီး ပေးအပ်ချီးမြှင့်ခဲ့သည်။

ဇော်ကိုကို(တောင်ငူ)



နောင်ချိုမြို့နယ်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာ ကျောင်းများ၌ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ ပညာသင်ကြား

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
ရှမ်းပြည်နယ် (မြောက်ပိုင်း) နောင်ချိုမြို့၌ အကြမ်းဖက် သောင်းကျန်းသူများ၏ အကြမ်း ဖက်လုပ်ရပ်များကြောင့် တစ်နှစ် နီးပါးပိတ်ထားခဲ့ရသည့် အခြေခံ ပညာကျောင်းများအား ဇူလိုင် ၂၅ ရက်မှစ၍ ပြန်လည်ဖွင့်လှစ်ပြီး ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ အား စာပေပညာရပ်များကို သင်ကြားပေးလျက်ရှိသည့်အပြင် ကျောင်းအပ်လက်ခံခြင်းကိုလည်း ဆက်လက် ဆောင်ရွက်ပေးလျက် ရှိသည်။

ထိုသို့ ကျောင်းနေအရွယ် ကလေးများအား တန်းစဉ်အလိုက် ပညာသင်ကြားနိုင်ရေး ဆောင်ရွက် ပေးလျက်ရှိရာ ယနေ့တွင် အခြေခံ ပညာကျောင်း ၁၁ ကျောင်း၊ ထပ်မံ ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့သဖြင့် နောင်ချို မြို့နယ်အတွင်း အခြေခံပညာ ကျောင်းပေါင်း ၅၃ ကျောင်း ဖွင့်လှစ်နိုင်ခဲ့ပြီး ယနေ့တွင် ကျောင်းသား ကျောင်းသူ ၁၃၀၀ ထပ်မံ၍ ကျောင်းအပ်နှံသဖြင့် စုစုပေါင်း ကျောင်းသား ကျောင်း သူ ၆၈၆၁ ဦး အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ တက်ရောက် ပညာသင်ကြား



လျက်ရှိသည်။

ထို့အပြင် ဒေသခံတိုင်းရင်း သားပြည်သူများ၏ ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းများ အဆင် ပြေ ချောမွေ့စေရန်အတွက် အကြမ်းဖက်သမားများ ဖျက်ဆီး ခဲ့သည့် နောင်ချိုမြို့နယ် ပြည်သူ့ ဆေးရုံကြီးအား ပြန်လည်ပြုပြင် ခြင်းလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ကာ ဩဂုတ် ၂ ရက်တွင် ပြန်လည် ဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့ပြီး ကျန်းမာရေး စောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိရာ ယနေ့ တွင် ပြည်သူ့ဆေးရုံကြီး၌ ပြင်ပ လူနာ ၇၉ ဦးတို့ကို ငှက်ဖျားရောဂါ၊ တုပ်ကွေးရောဂါ၊ အထွေထွေ ရောဂါတို့နှင့်ပတ်သက်၍ လိုအပ် သည့် ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးကုသ ပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေးပြီး ဒေသခံတိုင်းရင်းသားပြည်သူ ၉၉ ဦးကို သွေးအမျိုးအစား စစ်ဆေး ပေး၍ ငါးဦးကို ငှက်ဖျားရောဂါ စစ်ဆေး ပေးခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပေး သည်။ ယင်းအပြင် ပြည်သူ့ဆေးရုံ ကြီး၌ အတွင်းလူနာအဖြစ် ၂၈ ဦး တက်ရောက်ဆေးကုသမှု ခံယူ လျက်ရှိရာ ဆေးအဖွဲ့များက လိုအပ် သည့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်ပေး လျက်ရှိကြောင်း သတင်းရရှိ သည်။

မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်၌ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလူငယ်များနေ့ အထိမ်းအမှတ် လူငယ်ရေးရာ အသိပညာပေး ဟောပြောပွဲကျင်းပ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁
ဩဂုတ် ၁၂ ရက်တွင် ကျရောက် မည့် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာလူငယ် များနေ့အထိမ်းအမှတ်ကို ဂုဏ်ပြု သောအားဖြင့် မြို့နယ်ပြန်ကြား ရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီး ဌာနနှင့် အခြေခံပညာဦးစီးဌာန တို့ ပူးပေါင်း၍ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများအသိပညာတိုးပွား လာစေရေးနှင့် စာဖတ်ရှိန်မြှင့်တင် ရေးအတွက် လူငယ်ရေးရာ အသိပညာပေး ဟောပြောပွဲကို ဩဂုတ် ၉ ရက်က အမှတ်(၄)

အခြေခံပညာနှင့် စက်မှု စိုက်ပျိုး မွေးမြူရေး အထက်တန်းကျောင်း ပညာရတနာခန်းမ၌ ကျင်းပ သည်။

ဦးစွာ ဒုတိယမြို့နယ်အုပ်ချုပ် ရေးမှူး ဦးအောင်ရွှေဦးက အမှာ စကားပြောကြားပြီး မြို့နယ် ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံ ရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးအရာရှိ ဦးသိန်းထွန်းအောင်က လူငယ် များအနေဖြင့် အတွေးအခေါ်၊ အယူ အဆများ မှန်ကန်လာစေရန် နှင့် မြင့်မားလာစေရန် စသည့်

ရည်ရွယ်ချက်များကို ရှင်းလင်း ပြောကြားသည်။

ဆက်လက်၍ သပြေညို ပညာ ဒါန အကျိုးဆောင်အသင်း အတွင်းရေးမှူး ဆရာဦးနေဆန်း က “လူငယ်နှင့် E-စီးကရက် အန္တရာယ်”၊ မြို့နယ်စာရေးဆရာ အသင်းဥက္ကဋ္ဌ စာရေးဆရာဌေးစိုး (ရွှေကြန့်မြေ)က “လူငယ်များနှင့် ရသခံစားမှုအနုပညာ”၊ မြို့နယ် စာကြည့်တိုက် ကြီးကြပ်မှု ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးသီဟဘော်ဇံ က “လူငယ်များနှင့် အင်တာနက် ပေါ်က သတင်းအမှားများ၏ အန္တရာယ်” စသည့်ခေါင်းစဉ်များ ဖြင့် ဟောပြောသည်။

ထို့နောက် အမှတ်(၄) အခြေခံ ပညာနှင့် စက်မှု စိုက်ပျိုး မွေးမြူ ရေးအထက်တန်းကျောင်းမှ ပညာ ဝိဇာနည် စာကြည့်တိုက်အတွက် မြို့နယ် စာကြည့်တိုက်ကြီးကြပ်မှု ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ က သုတ၊ ရသ စာအုပ်၊ စာစောင် များ လှူဒါန်းပေးအပ်ရာ ကျောင်း အုပ်ဆရာမကြီး ဒေါ်အေးအေး သန့်က လက်ခံရယူခဲ့သည်။

မင်းသိန်းထွန်း



တရားမဝင် သစ်မျိုးစုံ၊ လုပ်ငန်းသုံးပစ္စည်းများ၊ လူသုံးကုန်ပစ္စည်းများ၊ စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများ၊ လိုင်စင်မဲ့ မော်တော်ယာဉ်များ၊ လိုင်စင်မဲ့မော်တော်ဆိုင်ကယ်များနှင့် တရားမဝင်ကုန်ပစ္စည်းတင် မော်တော်ယာဉ်များ ဖမ်းဆီးရမိ

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုတိုက်ဖျက်ရေး ဦးဆောင် ကော်မတီ၏ ကြီးကြပ်ကွပ်ကဲမှုဖြင့် တရားမဝင် ကုန်သွယ်မှုများကို ဥပဒေနှင့်အညီ ထိရောက်စွာ တားဆီးအရေးယူနိုင်ရေး ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

ထိုသို့ဆောင်ရွက်လျက်ရှိရာ ဩဂုတ် ၈ ရက်တွင် ကရင်ပြည်နယ် တရားမဝင် ကုန်သွယ်မှုတိုက်ဖျက် ရေးအထူးအဖွဲ့၏ စီမံခန့်ခွဲမှုဖြင့် တာဝန်ကျပူးပေါင်း အဖွဲ့က စစ်ဆေးမှုများဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ တားဆီး မြို့နယ်သာယာကုန်းကျေးရွာအနီး၌ မော်တော်ယာဉ် နှစ်စီးပေါ်မှ တရားမဝင်စာရွက်စာတမ်းအထောက် အထား တင်ပြနိုင်ခြင်းမရှိသည့် လူသုံးကုန်ပစ္စည်း ခုနစ်မျိုး (ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၁၅၀၀၂၀၀၀)နှင့် အဆိုပါပစ္စည်းများ တင်ဆောင်လာသည့် Nissan Diesel Truck နှစ်စီး (ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၇၀၀၀၀၀၀) စုစုပေါင်း ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၂၂၀၀၂၀၀၀ ကို ဖမ်းဆီးရမိခဲ့ပြီး အကောက်ခွန် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့်အညီ အရေးယူဆောင်ရွက် လျက်ရှိသည်။

ထို့အပြင် ဩဂုတ် ၉ ရက်တွင် ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး

နှင့် အဆိုပါသစ်မျိုးစုံ တာဝန်ကျပူးပေါင်းအဖွဲ့က စစ်ဆေးမှု များဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ညောင်ခါးရည် အမြဲတမ်း စစ်ဆေးရေးစခန်း၌ ကျိုက်ထိုမြို့မှ ရန်ကုန်မြို့သို့ မောင်းနှင်လာသည့် မော်တော်ယာဉ်နှစ်စီးပေါ်မှ တရားမဝင်စာရွက်စာတမ်းအထောက်အထား တင်ပြ နိုင်ခြင်းမရှိသည့် လူသုံးကုန်ပစ္စည်းလေးမျိုး (ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၆၅၀၀၀၀၀)နှင့် အဆိုပါ ပစ္စည်းများတင်ဆောင်လာသည့် Toyota Hiace Delivery Van နှစ်စီး (ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၅၀၀၀၀၀၀) စုစုပေါင်း ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၁၅၀၀၀၀၀၀ ကို ဖမ်းဆီးရမိခဲ့ပြီး အကောက်ခွန် လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့်အညီ အရေးယူဆောင်ရွက် လျက်ရှိသည်။

ထို့အတူ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး တရားမဝင် ကုန်သွယ်မှုတိုက်ဖျက်ရေးအထူးအဖွဲ့၏ စီမံခန့်ခွဲမှု ဖြင့် တာဝန်ကျပူးပေါင်းအဖွဲ့များက စစ်ဆေးမှုများ ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ တံတားဦးမြို့နယ်ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် နှင့် ကျောက်ဆည်မြို့နယ်တို့၌ တရားမဝင် ကျွန်းသစ် ၄၃ ဒဿမ ၄၄၄ တန်၊ အခြားသစ် ၁၃ ဒဿမ ၄၁၄ တန်

နှင့် အဆိုပါသစ်မျိုးစုံ တာဝန်ကျပူးပေါင်းအဖွဲ့က စစ်ဆေးမှုများ ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ တံတားဦးမြို့နယ်ပြင်ဦးလွင်မြို့နယ် လမ်းပေါ်မြင်မြို့ သာယာအေးရပ်ကွက် ဓမ္မစာရီလမ်း မဲ့စားသောက်ကုန်ပစ္စည်း ၁၁ မျိုး (ခန့်မှန်းတန်ဖိုး

ငွေကျပ် ၄၄၀၀၀၀၀)ကို ဖမ်းဆီးရမိခဲ့ပြီး အကောက် ခွန်လုပ်ထုံးလုပ်နည်းများနှင့်အညီ အရေးယူ ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

ထို့အတူ ဩဂုတ် ၁၀ ရက်တွင် ပြည်ထဲရေး ဝန်ကြီးဌာန မြန်မာနိုင်ငံရဲတပ်ဖွဲ့၏ ဖမ်းဆီးရမိမှု စာရင်းများအရ လိုင်စင်မဲ့မော်တော်ယာဉ် လေးစီး နှင့် လိုင်စင်မဲ့မော်တော်ဆိုင်ကယ် ၂၄ စီး ဖမ်းဆီး ရမိခဲ့ပြီး သက်ဆိုင်ရာလုပ်ထုံးလုပ်နည်း၊ ဥပဒေများ နှင့်အညီ အရေးယူဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

၂၀၂၅ ခုနှစ် ဩဂုတ် ၈ ရက်၊ ၉ ရက်နှင့် ၁၀ ရက် တို့တွင် ဖမ်းဆီးရမိမှုစုစုပေါင်းမှာ အမှတ် ၂၃ မှ (ခန့်မှန်းတန်ဖိုးငွေကျပ် ၇၀၆၅၈၈၉၈)ကို ဖမ်းဆီး ရမိခဲ့သည်။ တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုများကြောင့် အသေးစား၊ အငယ်စားနှင့် အလတ်စား ပြည်တွင်း စီးပွားရေးလုပ်ငန်းများမှထုတ်လုပ်သည့် ကုန်ပစ္စည်း များ ဈေးကွက်အတွင်း မျှတစွာယှဉ်ပြိုင်နိုင်မှု မရှိခြင်း နှင့် ဈေးကွက်ပျောက်ဆုံးခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်စေပြီး ပြည်တွင်းကုန်ထုတ်လုပ်ငန်းများ ရေရှည်ရပ်တည် နိုင်ရေးအတွက် ကြီးမားသည့် ခြိမ်းခြောက်မှုများကို ဖြစ်ပေါ်စေသဖြင့် တရားမဝင်ကုန်သွယ်မှုများအား သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိသူများက ယခုထက်ပိုမို၍ တားဆီးစစ်ဆေး ကြိမ်ဖန်တီးဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ကြောင်း တရားမဝင် ကုန်သွယ်မှုတိုက်ဖျက်ရေး ဦးဆောင်ကော်မတီမှ သိရသည်။

သတင်းစဉ်

ဘာစီလိုနာ ယူ-၁၂ အသင်းအပါအဝင် အသင်းစုစုပေါင်း ၄၀ ယှဉ်ပြိုင်မည့် ဂျပန်ဖိတ်ခေါ် ယူ-၁၂ Junior Soccer World Challenge 2025 ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာလူငယ်အသင်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည်

ရန်ကုန်၊ ဩဂုတ် ၁၁ - နာမည်ကြီးကလပ် ဘာစီလိုနာ ယူ-၁၂ အသင်းအပါအဝင် အသင်းစုစုပေါင်း ၄၀ ယှဉ်ပြိုင်မည့် ဂျပန်ဖိတ်ခေါ် ယူ-၁၂ Junior Soccer World Challenge 2025 ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာယူ-၁၂ အသင်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံ ဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ် သည် လူငယ်ကစားသမားများ နိုင်ငံတကာပြိုင်ပွဲ အတွေ့အကြုံ ရရှိစေရန် ၂၀၂၄ ခုနှစ်မှစတင်ကာ ယင်းပြိုင်ပွဲတွင် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင် လျက်ရှိပြီး ယခုနှစ်တွင် တတိယ

အကြိမ် ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ယခုနှစ်ပြိုင်ပွဲကို ဩဂုတ် ၁၉ ရက် မှ ၂၁ ရက်အထိ ဂျပန်နိုင်ငံ ချိဘားရှိ ဖူဂျိုဒါဒန်ရှိကွင်း၌ ကျင်းပမည် ဖြစ်ပြီး ဥရောပနာမည်ကျော်ကလပ် ဘာစီလိုနာမှ ယူ-၁၂ အသင်းနှင့် ဖိတ်ကြားခံရသော အသင်းများ၊ ဂျပန်အခြေစိုက် အသင်းများအပါအဝင် အသင်းစုစုပေါင်း ၄၀ ပါဝင် ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်သည်။ ပြိုင်ပွဲကို အုပ်စုရှစ်ခုခွဲထားပြီး အုပ်စုတစ်ခုလျှင် အသင်း ငါးသင်း ပါဝင်မည် ဖြစ်သည်။ မြန်မာ ယူ-၁၂ အသင်း သည် အုပ်စု (D) တွင် ဂျပန်ကလပ်



ဂျပန်ဖိတ်ခေါ် ယူ-၁၂ Junior Soccer World Challenge 2025 ပြိုင်ပွဲယှဉ်ပြိုင်မည့် မြန်မာ ယူ-၁၂ အသင်း။

မြန်မာ ယူ-၁၂ အသင်းကို တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်များမှ အကယ်ဒမီ(မန္တလေး)တို့မှ ကစားသမား ၁၈ ဦးဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပြီး အမျိုးသားဘောလုံး အကယ်ဒမီ(ရန်ကုန်)နှင့် မြန်မာဘောလုံးအကယ်ဒမီ(မန္တလေး)တို့မှ ကစားသမား ၁၈ ဦးဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပြီး အသင်းအုပ်ချုပ်သူအဖြစ် ဦးထွန်းမောင်ညီ၊ ဓာတ်ပုံ-MFF

မောက်မယ်မြို့နယ်၌ စာဖတ်ရိုက် မြှင့်တင်ရေးအသိပညာပေးဟောပြော

မောက်မယ်၊ ဩဂုတ် ၁၁ - ရှမ်းပြည်နယ်(တောင်ပိုင်း) မောက်မယ်မြို့နယ် စဉ်းစားကျေးရွာအုပ်စု အမက(နောင်ခမ်း)၌ ယနေ့နံနက်က စာဖတ်ရိုက်မြှင့်တင်ရေး အသိပညာပေးဟောပြောပွဲ ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်သည်။ ထိုနေ့က မြို့နယ်ပြန်ကြားရေးနှင့် ပြည်သူ့ဆက်ဆံရေးဦးစီးဌာန ဒုတိယဦးစီးမှူး ဒေါ်နန်းဆိုင်မိုင်က ကျောင်းစာအုပ်ပြင် ပြင်ပဗဟုသုတ ရစေမည့် စာအုပ်စာစောင်များကိုပါ လေ့လာဖတ်ရှုကြရန် တိုက်တွန်းဆွေးနွေးပြီး ကျောင်းသား ကျောင်းသူများအား ပလတ်စတစ်အသုံးပြုမှု လျှော့ချရေး၊ မူးယစ်ဆေးဝါးအန္တရာယ် တားဆီးကာကွယ်ရေး အသိပညာပေးနံရံကပ်စာစောင်နှင့် ဓာတ်ပုံများကို လှည့်လည်ရှင်းလင်းပြသခဲ့သည်။



◆ ကျောပိုးမှ - ယင်းအသင်းသည် ပြိုင်ပွဲအစတွင် အနည်းငယ် ရှုံးနိမ့်ခဲ့ရသော်လည်း နောက်ပိုင်းတွင် ရလဒ်ကောင်းများ ရယူလာနိုင်ခဲ့သည်။ မြေစစ်ပွဲအုပ်စုအနေအထားအရ မြန်မာအသင်းသည် အိုမန်၊ အာဖဂန်နစ္စတန်၊ ဆီးရီးယား၊ နီပေါ အသင်းတို့နှင့် တစ်အုပ်စုတည်းကျရောက်နေသဖြင့် မြေစစ်ပွဲအောင်မြင်ရန် အနည်းငယ် ရှုံးနိမ့်ကန့်ရဖွယ်ရှိနေသည်။ မြေစစ်ပွဲကို နိုဝင်ဘာ ၂၂ ရက်မှ ၃၀ ရက်အထိ ကျင်းပမည်ဖြစ်ပြီး မြန်မာအသင်းပါဝင်သော အုပ်စု (G) ပွဲစဉ်များကို မြန်မာနိုင်ငံက အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံကျင်းပခွင့်ရထားသည်။ အုပ်စုစုံစေ့ထားမှုအရ အုပ်စု (A)တွင် တရုတ် (အိမ်ရှင်)၊ ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်၊ ဘာရိုက်၊ ဘရူနိုင်း၊ တီမိုလီ၊ သီရိလင်္ကာ၊ အုပ်စု

(B) တွင် လီမာ၊ လာအို၊ ကာဂစ္စတန် (အိမ်ရှင်)၊ ကမ္ဘောဒီးယား၊ ဂူအမ်၊ ပါကစ္စတန်၊ အုပ်စု (C) တွင် ဗီယက်နမ်(အိမ်ရှင်)၊ မလေးရှား၊ စင်ကာပူ၊ ဟောင်ကောင်၊ မြောက်မာရီယာနာကျွန်းစု၊ မကာအို၊ အုပ်စု(D)တွင် အီရန်၊ အီနီယ(အိမ်ရှင်)၊ ပါလက်စတိုင်း၊ တရုတ်(တိုင်ပေ)၊ လက်ဘနွန်၊ အုပ်စု(E)တွင် ဩစတြေးလျ၊ အီရတ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ ဂျော်ဒန် (အိမ်ရှင်)၊ ဘူတန်၊ အုပ်စု(F)တွင် ထိုင်း (အိမ်ရှင်)၊ ကူဝိတ်၊ တာ့ခ်မင်နစ္စတန်၊ မွန်ဂိုလီးယား၊ မော်လဒိုင်း၊ အုပ်စု(G)တွင် အိုမန်၊ အာဖဂန်နစ္စတန်၊ မြန်မာ (အိမ်ရှင်)၊ ဆီးရီးယား၊ နီပေါအသင်းတို့ ပါဝင်နေသည်။

မြေစစ်ပွဲတွင် အသင်းစုစုပေါင်း ၃၈ သင်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်ပြီး မြောက်သင်း သုံးအုပ်စုနှင့် ငါးသင်း လေးအုပ်စုခွဲ၍ ကျင်းပမည်ဖြစ်သည်။ အာရှဘောလုံးအဖွဲ့ချုပ်သည် နောက်ဆုံးအဆင့်တွင် အိမ်ရှင်ဆော်ဒီအာရေဗျ အပါအဝင် လက်ရှိချန်ပီယံ ဥရောက်ကစူတန်၊ တောင်ကိုရီးယား၊ မြောက်ကိုရီးယား၊ ဂျပန်၊ တာဂျစ်ကစ္စတန်၊ ယူအေအီး၊ အင်ဒိုနီးရှားနှင့် ကာတာအသင်း စုစုပေါင်း ကိုးသင်းကို မြေစစ်ပွဲကန့်စရာမလိုဘဲ တိုက်ရိုက်ကစားခွင့်ပြုထားသဖြင့် မြေစစ်ပွဲအဆင့်မှ ခုနစ်သင်းသာ မြေစစ်ပွဲအောင်မြင်မည်ဖြစ်သည်။ မြေစစ်ပွဲကို အုပ်စုစုစုခွဲ၍ ကျင်းပမည် ဖြစ်သောကြောင့် အုပ်စုတစ်ခုစီမှ ထိပ်ဆုံး ရပ်တည်မှုရ တစ်သင်းစီသာ မြေစစ်ပွဲအောင်မြင်မည်ဖြစ်သည်။

သော်လေး
ဓာတ်ပုံ-MNL

◆ ကျောပိုးမှ - တစ်ဖက်နှစ်ရိုးစီ သရေကျနေခဲ့သည်။ ပယ်နယ် တီအဆုံးအဖြတ်တွင် ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်း ဂိုးသမား ဒီန်းဟန်ဒါဆင် အထူးလက်စွမ်းပြသနိုင်ခဲ့ပြီး လီဗာပူးအသင်း ကစားသမားများ၏ ပယ်နယ်တီများကို ကာကွယ်နိုင်ခဲ့သည်။ ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းသည် လီဗာပူးအသင်း၏ ဖီအားလေးမူအောက် ခက်ခက်ခဲခဲ ရန်ကန်ခဲ့ရသော်လည်း လီဗာပူးအသင်းထက်

ဂိုးရရှိနိုင်သည့်အခွင့်အရေး ပိုမိုဖန်တီးနိုင်ကာ သမိုင်းဝင်နိုင်ငံပွဲတစ်ရပ်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်ခဲ့သည်။ ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းသည် လီဗာပူးကဲ့သို့ အသင်းကြီးကို ပွဲချိန်တစ်လျှောက် အကောင်းဆုံးတုံ့ပြန် ကစားနိုင်ခဲ့ပြီး တန်ပြန်တိုက်စစ်များမှ ရရှိလာသည့် အခွင့်အရေးများကိုလည်း အိမ်အရ အသုံးပြုနိုင်ခဲ့သည်။ လီဗာပူးအသင်းသည် တိုက်စစ်ပိုင်း ထက်မြက်မှုရှိခဲ့သော်လည်း ဗန်ဒိုက်ဦးဆောင်

သည့် ခံစစ်ပိုင်းက အမှားများပြီး ပြိုင်ဘက် အသင်း၏ တိုက်စစ်ကို ထိထိရောက်ရောက် တားဆီးနိုင်ခြင်း မရှိခဲ့ပေ။ ပရီမီယာလိဂ်အဖွဲ့ ပွဲစဉ်အဖြစ် ဩဂုတ် ၁၇ ရက်တွင် ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းက ချယ်ဆီးအသင်းနှင့် ယှဉ်ပြိုင် ကစားရမည်ဖြစ်ပြီး လီဗာပူးအသင်းက ဩဂုတ် ၁၆ ရက်တွင် ဘုန်းမောက်အသင်းနှင့် ယှဉ်ပြိုင် ကစားရမည်ဖြစ်သည်။

အောင်ဇော်

မှတ်သားဖွယ်ရာ မိုးရေချိန်များ

(၁၁ - ၈ - ၂၀၂၅)

ပေါင်မြို့	၄ ဒသမ ၄၁ လက်မ
ရန်ကုန်(ဗိုလ်တထောင်မြို့နယ်)	၃ ဒသမ ၁၁ လက်မ
မော်လမြိုင်ကျွန်းမြို့	၂ ဒသမ ၇၆ လက်မ
ကျိုက္ခမီမြို့	၂ ဒသမ ၆၈ လက်မ
လှည်းကူးမြို့	၂ ဒသမ ၄၄ လက်မ
ဟိုင်းကြီးကျွန်းမြို့	၁ ဒသမ ၉၆ လက်မ
မြစ်ကြီးနားမြို့	၁ ဒသမ ၉၆ လက်မ
သရက်မြို့	၁ ဒသမ ၄၆ လက်မ
ပုတာအိုမြို့	၁ ဒသမ ၄၂ လက်မ
ပန်းတနော်မြို့	၁ ဒသမ ၃၇ လက်မ
မြောင်းမြမြို့	၁ ဒသမ ၂၆ လက်မ

မိုး/ဇလ

□ ကျောပိုးမှ - အောက်ချင်းလေးက ဂျပန်မိုက်တာ အီရိုအီတို့နှင့် ထိုးသတ်ရမည်ဖြစ်သည်။ သန့်ဇင်သည် ONE နှင့် လေးပွဲထိုးသတ်ရာ နှစ်ပွဲနှိပ်နှိပ်ထားပြီး နောက်ဆုံးနှစ်ပွဲဆက်တိုက် ရှုံးနိမ့်ထားမှုကို အဆုံးသတ်နိုင်ရန် ကြိုးပမ်းရမည်ဖြစ်သည်။ သန့်ဇင်နှင့် ကင်ဆန်လက်ခံပွဲဆိုင်ရာ Co-Main Event အဖြစ် ကျင်းပမည်ဖြစ်သည်။ စိုးနောင်ဦးနှင့် အောက်ချင်းလေးမှမူ ONE နှင့် ပထမဆုံးပွဲ ထိုးသတ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ သန့်ဇင်နှင့် ကင်ဆန်လက်ခံပွဲကို ယခင်က ဩဂုတ် ၈ ရက်တွင် ကျင်းပရန် စီစဉ်ထားသော်လည်း ကင်ဆန်လက်ခံ၏ ကျန်းမာရေးအခြေအနေကြောင့် တစ်ပတ်နောက်ဆုတ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

ညီမြတ်သော်တာ၊ ဓာတ်ပုံ-ONE

လေဖိအားနည်းရပ်ဝန်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်နိုင်

နေပြည်တော်၊ ဩဂုတ် ၁၁

ယနေ့ မွန်းလွဲ ၁ နာရီခွဲအချိန် တိုင်းထွာချက်များအရ ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော် အနောက်မြောက်ပိုင်းနှင့် ယင်းနှင့်ဆက်စပ်လျက်ရှိသော ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်အနောက် အလယ်ပိုင်းတို့၌ ဩဂုတ် ၃ ရက်တွင် လေဖိအားနည်းရပ်ဝန်းတစ်ခု ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းရသည်။

မိုး/ဇလ

၁၁ - ၈ - ၂၀၂၅		ရန်ကုန်စတော့အိတ်ချိန်းဈေးကွက်			သီလီယံ- နုစည်သည်
ကုမ္ပဏီအမည်	အဖွင့်ဈေး (ကျပ်)	အပိတ်ဈေး (ကျပ်)	ရှယ်ယာစောင်ရေ	ရှယ်ယာတန်ဖိုး	
FMI	၇၀၀၀	၇၀၀၀	၆၆	၄၆၂၀၀၀	
MTSH	၃၁၅၀	၃၁၀၀	၄၁၀၀	၁၂၇၁၆၅၀၀	
MCB	၇၇၀၀	၇၇၀၀	၁၅	၁၁၅၅၀၀	
FPB	၁၉၅၀	၁၉၅၀	၁၉၀	၃၇၀၅၀၀	
TMH	၂၆၀၀	၂၆၅၀	၂၇၂	၇၂၀၃၀၀	
EFR	၁၆၀၀	၁၆၅၀	၁၁၁၀	၁၈၀၆၀၀၀	
AMATA	၃၄၅၀	၃၄၀၀	၁၉၅	၅၁၀၉၅၀	
MAEX	၃၂၀၀	၃၂၀၀	၁၅၂	၄၈၈၉၀၀	



မိုင်းပျဉ်းမြို့နယ် ဘုန်းတော်ကြီးသင်ပညာရေး ကျောင်းသား ကျောင်းသူများအား နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ် နှင့် UID (Biometric) ပြုလုပ်ပေးခြင်းကို ထေရဝါဒဗုဒ္ဓသာသနာပြု ဘုန်းတော်ကြီးသင်ပညာရေး ကျောင်းသို့ တက်ရောက်လျက်ရှိသော ကျောင်းသား ကျောင်းသူ ၂၃ ဦးအား နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်နှင့် UID (Biometric) ကောက်ယူ၍ UID ထုတ်ပေးခြင်းကို လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာန မိုင်းပျဉ်းမြို့နယ် ဦးစီးမှူးရုံးမှ မြို့နယ်ဦးစီးရုံး၊ ဦးမောင်မောင်ကျော်နှင့် ဝန်ထမ်းများ ဩဂုတ် ၁၁ ရက် တွင် သွားရောက်ကွင်းဆင်း ဆောင်ရွက်ပေးစဉ်။

နေရာကွက်ကျား မိုးထစ်ချွန်းရွာမည်
နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်း တိုင်းဒေသကြီး အထက်ပိုင်း၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင် ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ ဗွန် ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့ တွင် မိုးပိုလာနိုင်သည်။
နေပြည်တော်နှင့် မန္တလေး မြို့တို့ အနီးတစ်ဝိုက်တွင် ယနေ့ နေရာကွက်ကျား မိုးထစ်ချွန်း ရွာမည်။ ရွာရန်ရာနှုန်းပြည့်ဖြစ် သည်။ ရန်ကုန်မြို့နှင့် အနီးတစ် ဝိုက်တွင် မိုးတစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ် ထစ်ချွန်းရွာမည်။ ရွာရန် ရာနှုန်းပြည့်ဖြစ်သည်။ မိုး/လေ



ခေါင်လန်ဖူးမြို့နယ် ကျောင်းကျန်းမာရေး သီတင်းပတ်လှုပ်ရှားမှုဟောပြော
ခေါင်လန်ဖူး ဩဂုတ် ၁၁
ခေါင်လန်ဖူးမြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာနနှင့် အခြေခံပညာဦးစီးဌာန တို့ပူးပေါင်းမှုဖြင့် ၂၀၂၅-၂၀၂၆ ပညာသင်နှစ် ကျောင်းကျန်းမာရေး သီတင်းပတ်လှုပ်ရှားမှုနှင့် ကျန်းမာရေးအသိပညာပေး ဟောပြောပွဲကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက ခေါင်လန်ဖူးမြို့ အခြေခံပညာအထက်တန်းကျောင်း သို့ ကျင်းပသည်။
ဟောပြောပွဲတွင် မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး၊ ဒေါက်တာ ကျော်စွာရှိန်က အမှာစကားပြောကြားပြီး ဆရာမ ဒေါ်ဆိုးနွယ်မိုင်က ကလေးများ သွားကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ သွားတိုက်နည်းများကို လက်တွေ့သရုပ်ပြသ သင်ကြားပေးသည်။
ဆက်လက်၍ မြို့နယ်ကျန်းမာရေးဦးစီးမှူးနှင့် အဖွဲ့သည် ဆေးရွက်ကြီးနှင့် ဆေးလိပ်အန္တရာယ်၊ မကူးစက်နိုင်သော (သွေးတိုး၊ ဆီးချို၊ နှလုံး)ရောဂါ၊ ငှက်ဖျားရောဂါ၊ သွေးလွန်တုပ်ကွေး၊ သန်ကောင် နှင့် ဖျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေး စသည်တို့ကို အသိပညာပေးဟောပြော သည်။ ထို့နောက် ကျောင်းသား ကျောင်းသူများနှင့်အတူ လက်ဆေး နည်း သရုပ်ပြသခဲ့သည်။ မြို့နယ်(ပြန်/ဆက်)

ဖျာပုံမြို့နယ်နှင့် မိုးစပါး ရေတော်မိုးတော် ထွန်တုံးပိတ်ပွဲကျင်းပ

ဖျာပုံ ဩဂုတ် ၁၁ ကျင်းပရာသို့ ဖျာပုံခရိုင် ဖျာပုံမြို့နယ်၌ ၂၀၂၅-၂၀၂၆ အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန မိုးစပါး ရေတော်မိုးတော် ထွန်တုံး ဒုတိယခရိုင် အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၊ ပိတ်ပွဲ အခမ်းအနားကို ယနေ့ ဦးသက်စောဦး၊ ဖျာပုံခရိုင် နံနက်ပိုင်းကကွင်းအိမ်တန်းကျေးရွာ စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာန ဦးစီးမှူး အုပ်စု နောင်တော်ကြီးကျေးရွာ ဦးအောင်နှင့် ခရိုင်/မြို့နယ် တောင်သူ ဦးစောလှိုင်ထွန်း၏ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှု တိုးတက် ကွင်းအမှတ် (၄၇၉-A) ဦးပိုင် မြင့်မားရေး ကြီးကြပ်မှုကော်မတီ အမှတ်(၁/၁) လယ်မြေကေ ၅၀ ဝင်များ၊ ဌာနဆိုင်ရာ တာဝန် ဌာန ကျင်းပသည်။ ရှိသူများ တက်ရောက်ပြီး အဆိုပါ မိုးစပါးထွန်တုံးပိတ်ပွဲ မိုးစပါး ရေတော်မိုးတော်



ထွန်တုံးပိတ်ပွဲကို စိုက်ပျိုးရေးမှူး သိရသည်။ ကြည့်ရှုအားပေးခဲ့ကြောင်း အောင်ဝင်းနိုင်(ပြန်/ဆက်)

နေဖြူမြို့နယ်၌ ရိတ်သိမ်းခြွေလှေ့စက်မောင်းနှင့်ထိန်းသိမ်းမှု(အခြေခံ)သင်တန်းဖွင့်

နေဖြူ ဩဂုတ် ၁၁ အမှတ်စဉ် (၁/၂၀၂၅) ရိတ်သိမ်း နေဖြူမြို့နယ်၌ စိုက်ပျိုးရေး၊ မြေလှေ့စက် မောင်းနှင်ထိန်းသိမ်း မွေးမြူရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီး မှ(အခြေခံ)သင်တန်းဖွင့်ပွဲအခမ်း ဌာန စက်မှုလယ်ယာဦးစီးဌာနမှ အနားကို ယနေ့နံနက်ပိုင်းက



အမှတ်(၃၃) စက်မှုလယ်ယာစခန်း ၌ ပြုလုပ်သည်။ အခမ်းအနားတွင် မြို့နယ်စီမံ ခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌ ဦးကျော်မိုးလွင် က အမှာစကားပြောကြားပြီး ခရိုင်စက်မှု လယ်ယာဦးစီးဌာန ဦးစီးဌာနမှူး ဦးသန်းဇော်ဦးက သင်တန်းဖွင့်လှစ်ခြင်း၏ရည်ရွယ် ချက်များ၊ သင်တန်းဆိုင်ရာ ကိစ္စ ရပ်များအား ရှင်းလင်းပြောကြား သည်။ အခမ်းအနားသို့ ခရိုင် စက်မှုလယ်ယာဦးစီးမှူး၊ မြို့နယ် စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် အုပ်ချုပ်ရေး ကော်မတီဥက္ကဋ္ဌနှင့် အဖွဲ့ဝင်များ၊ မြို့နယ်စက်မှုလယ်ယာဦးစီးမှူး၊ ဦးအေးထွန်း၊ မြို့နယ်စိုက်ပျိုးရေး ဦးစီးမှူး၊ ဦးချစ်ဝင်းနိုင်၊ မြို့နယ် စက်မှုလယ်ယာဦးစီးဌာန အမှတ် (၃၃) စက်မှုလယ်ယာစခန်းမှ နည်းပြဆရာများ၊ သင်တန်းသား များ၊ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအုပ်ချုပ် ရေးမှူးများ တက်ရောက်ပြီး အဆိုပါသင်တန်းကို ဩဂုတ် ၁၁ ရက်မှ ၂၂ ရက်အထိ ၁၀ ရက် ကြာ သင်ကြားပို့ချပေးသွားမည် ဖြစ်ပြီး သင်တန်းသား ၂၅ ဦး တက်ရောက်မည်ဖြစ်ကြောင်း သိရ သည်။ အောင်ပြည့်ဖြိုးဇော်(ပြန်/ဆက်)



မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးအတွင်းရှိ တပ်ဖွဲ့ဝင်အင်အား ၂၀ ဖြင့် မြို့ပြ ရာဇဗွေကယ်ဆယ်ရေး (Light USAR Team) ဖွဲ့စည်းနိုင်ရေး ကြံတင် ပြင်ဆင်လေ့ကျင့်မှုသင်တန်းဖွင့်ပွဲကို ဩဂုတ် ၁၁ ရက်က ခရိုင်မီးသတ် ဦးစီးမှူးရုံး၌ကျင်းပရာ တိုင်းဒေသကြီးမီးသတ်ဦးစီးမှူး ညွှန်ကြားရေး မှူး ဦးစောဝင်းထွန်းက သင်တန်းဖွင့်အမှာစကားပြောကြားစဉ်။ မောင်ကျော်ကြီး

ကလေးဝမြို့နယ် သောက်ရေသန့်စက်ရုံများအား ကွင်းဆင်းစစ်ဆေး

ကလေးဝ ဩဂုတ် ၁၁ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး ကလေးဝမြို့နယ် သောက်ရေသန့်ထုတ် စက်ရုံများအား ယနေ့နံနက်က ကွင်းဆင်းစစ်ဆေးသည်။ ထိုသို့စစ်ဆေးရာတွင် မြို့နယ်အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန ဒုတိယမြို့နယ်အုပ်ချုပ်ရေးမှူး၊ ဦးကျော်ခိုင်ဝင်းနှင့် ပူးပေါင်းအဖွဲ့က MARS ရေသန့်စက် ဖူးဖူးဝေရေသန့်စက်နှင့် ထိန်းသိမ်းရေးသန့်စက် များ၌ သောက်ရေသန့်ထုတ်လုပ်ရာတွင် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်မှု၊ သန့်ရှင်းသပ်ရပ်မှု၊ အစားအသောက်ထုတ်လုပ်မှုထောက်ခံချက်နှင့် လိုင်စင်သက်တမ်းတိုးလျှောက်ထားမှုတို့ကို စစ်ဆေးခဲ့ကြောင်း သိရ သည်။ မြို့နယ်(ပြန်/ဆက်)



■ အင်တာနက်ပေါ်တွင် သတင်းတု၊ သတင်းမှားများ လွှင့်တင်ခြင်း၊ မြန်မာ့ရိုးရာယဉ်ကျေးမှုနှင့် ကိုက်ညီ မှုမရှိသည့် မဖွယ်ရာမှတ်တမ်းပုံများ၊ ဗီဒီယိုများအား ပြန့်ဝေခြင်း၊ အကြောင်းငွေဖြင့် ရောင်းချခြင်းများသည် တည်ဆဲဥပဒေများအရ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။
■ အွန်လိုင်းလောင်းကစားကြော်ငြာများ လက်ခံ ကြော်ငြာပေးခြင်းသည် တည်ဆဲဥပဒေများအရ အရေးယူခံရနိုင်ပါသည်။

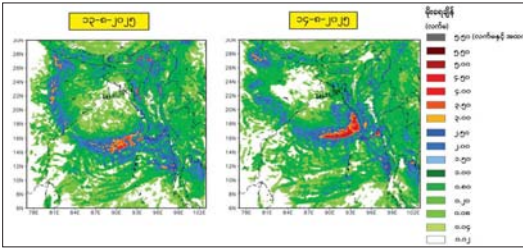
တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၌ ပန်းခင်းစီမံချက်(၃)ဖြင့် နိုင်ငံသား စိစစ်ရေးကတ် မရှိသူများအား ကွင်းဆင်းဆောင်ရွက်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁ တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်အတွင်းရှိ ရပ်ကွက်များ၌ ယမန်နေ့က မြို့နယ်လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် ပြည်သူ့အင်အားဝန်ကြီးဌာန ဦးစီးမှူး ဦးညီညီ ဦးဆောင်သည့်အဖွဲ့က မြို့နယ်အတွင်းနေထိုင်ကြသော အသက် ၁၇ နှစ်နှင့်အထက် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ်မရှိသူများအား ပန်းခင်းစီမံချက်(၃)ဖြင့် မြေပြင်ကွင်းဆင်း ဆောင်ရွက်ပေးလျက်ရှိသည်။ ထိုသို့ ဆောင်ရွက်ပေးရာတွင် တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်ရှိ ၁၄ ရပ်ကွက်အတွင်း နေထိုင်ကြသော အသက် ၁၇ နှစ်နှင့်အထက် နိုင်ငံသားစိစစ်ရေးကတ် မရှိသူများအား ရပ်ကွက်အုပ်ချုပ်ရေးမှူးများနှင့် ရပ်မိရပ်ဖများက လိုအပ်သည်များကို ကူညီဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြောင်း သိရသည်။ သက်ဆိုင်ရာ(ပြန်/ဆက်)

နေရာအနှံ့အပြား မိုးထစ်ချွန်းရွာပြီး ဒေသအလိုက်နှင့် နေရာကွက်၍ မိုးကြီးမည်

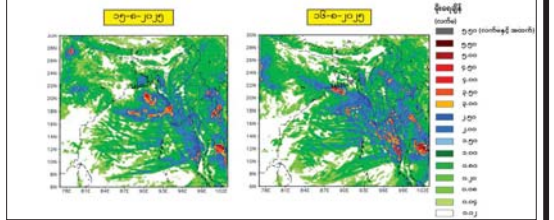
နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁
ယနေ့ ညနေ ၅ နာရီခွဲအချိန် တိုင်းထွာ
ချက်များအရ ကပ္ပလီပင်လယ်ပြင်နှင့်
ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်တို့တွင် မုတ်သုံ
လေ အားကောင်းလာနိုင်ခြင်းကြောင့်
လည်းကောင်း၊ ဘင်္ဂလားပင်လယ်အော်
တွင် လေထုမငြိမ်မသက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်
လာနိုင်ခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း
၁၃-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့မှ ၁၇-၈-၂၀၂၅
ရက်နေ့အတွင်း မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊
မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း
ဒေသကြီးအောက်ပိုင်း၊ ကယားပြည်နယ်
နှင့် ချင်းပြည်နယ်တို့တွင် နေရာကွက်၍နှင့်
နေပြည်တော်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊
ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသ
ကြီးအထက်ပိုင်း၊ ဧရာဝတီတိုင်းဒေသ
ကြီး၊ တနင်္သာရီတိုင်းဒေသကြီး၊ ကချင်
ပြည်နယ်၊ ကရင်ပြည်နယ်၊ မွန်ပြည်နယ်၊
ရခိုင်ပြည်နယ်နှင့် ရှမ်းပြည်နယ်တို့
တွင် နေရာစိပ်စိပ်မှ နေရာအနှံ့အပြား
မိုးထစ်ချွန်းရွာပြီး ဒေသအလိုက်နှင့်
နေရာကွက်၍ မိုးကြီးမည်။ မြန်မာ့ကမ်းရိုး
တန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်ပင်လယ်

မိုးလေဝသနှင့် ဇလဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန၊ WFR မော်ဒယ်လ်၏ ၁၁-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့
မြန်မာစံတော်ချိန် ၀၆:၃၀ အချိန်ကို အခြေခံတွက်ထုတ်ထားသည့်
၁၃-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့မှ ၁၄-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့အထိ မိုးရွာသွန်းမှုခန့်မှန်းချက်ပြပုံ

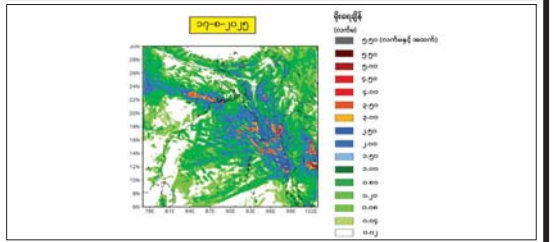


ပြင်တို့တွင် တစ်ခါတစ်ရံ မိုးသက်
လေပြင်းများကျရောက်ပြီး လှိုင်းကြီး
နိုင်သည်။ မိုးသက်လေပြင်းကျစဉ်
ရေပြင်/မြေပြင်လေသည် တစ်နာရီလျှင်
မိုင် ၃၀ မှ ၄၅ မိုင်အထိ တိုက်ခတ်နိုင်
သည်။ လှိုင်းအမြင့်မှာ မြန်မာ့ကမ်းရိုး
တန်းတစ်လျှောက်နှင့် ကမ်းလွန်
ပင်လယ်ပြင်တို့တွင် ၉ ပေမှ ၁၁ ပေခန့်
ရှိနိုင်သည်။
အကြံပြုချက်
သို့ဖြစ်ပါ၍ မိုးသည်းထန်စွာ

မိုးလေဝသနှင့် ဇလဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန၊ WFR မော်ဒယ်လ်၏ ၁၁-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့
မြန်မာစံတော်ချိန် ၀၆:၃၀ အချိန်ကို အခြေခံတွက်ထုတ်ထားသည့်
၁၅-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့မှ ၁၆-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့အထိ မိုးရွာသွန်းမှုခန့်မှန်းချက်ပြပုံ



မိုးလေဝသနှင့် ဇလဗေဒညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန၊ WFR မော်ဒယ်လ်၏ ၁၁-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့
မြန်မာစံတော်ချိန် ၀၆:၃၀ အချိန်ကို အခြေခံတွက်ထုတ်ထားသည့်
၁၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့အတွက် မိုးရွာသွန်းမှုခန့်မှန်းချက်ပြပုံ



နှင့် ပြည်တွင်းရေကြောင်းသွားလာရေး၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင် ဆောင်ရွက်ထားနိုင်
လေကြောင်းပျံသန်းရေးနှင့် ဆည်မြောင်း ပါရန် သတိပေးနှိုးဆော်အပ်ပါသည်။
တာဝန်များအနေဖြင့် လိုအပ်သည်များ မိုး/ဇလ

MNL ယူ-၂၁ လိပ်ပြိုင်ပွဲတွင် ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်နှင့် ရတနာပုံအသင်း နှစ်ဂိုးစီသာရကျ

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁
၂၀၂၅ ရာသီ MNL ယူ-၂၁ လူငယ်လိပ်
ပြိုင်ပွဲ ပွဲစဉ် (၁၅) ပထမနေ့ကို YUSC
ကွင်း၌ကျင်းပရာ ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်
အသင်းနှင့် ရတနာပုံအသင်း နှစ်ဂိုးစီ
သာရကျခဲ့သည်။
ပွဲစဉ် (၁၄) အပြီး အဆင့် ၁၀ နေရာ
ရောက်နေသည့် ရတနာပုံအသင်းက
ဒုတိယနေရာမှ ချန်ပီယံ ဖျော်လင့်ချက်
ရှိနေသည့် ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်အသင်း
ကို သရေကစားသွားသည့်ပွဲဖြစ်သည်။
ရတနာပုံအသင်းသည် နှစ်ကြိမ်တိုင်
ဦးဆောင်ပြီးမှ သရေကျခဲ့ခြင်းဖြစ်ပြီး

ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်အသင်းအတွက်
နှစ်နာရီသာပွဲဖြစ်ခဲ့သည်။ ပွဲအစ
နှစ်မိနစ်တွင် ရန်ကုန်ယူနိုက်တက်
အသင်းမှ ညီထွက်အောင် ကိုယ့်ဂိုး
ကိုယ် သွင်းမိခဲ့သဖြင့် ရတနာပုံအသင်း
ဦးဆောင်ဂိုးရခဲ့ပြီး ၁၅ မိနစ်တွင်
မောင်တော့ဝက် ရန်ကုန်အသင်းအတွက်
ချေပဂိုးပြန်သွင်းခဲ့သည်။ ၄၅ မိနစ်တွင်
သော်ဝဏ္ဏစက်ကရတနာပုံအသင်းအတွက်
ဒုတိယဂိုးထပ်သွင်းသော်လည်း မိနစ်
၅၀ တွင် လမင်းပြည့်စုံက ရန်ကုန်
ယူနိုက်တက်အသင်းအတွက် ချေပဂိုး
ပြန်သွင်းခဲ့သဖြင့် နှစ်ဂိုးစီသာရကျခဲ့

အလင်းအိမ်

**မော်တော်ယာဉ်မောင်းနှင်ရာတွင်
မိမိရှေ့ကယာဉ်ကို လုံးဝကျော်တက်ခြင်း
မပြုရသည့်နေရာများ(နည်းဥပဒေ ၂၉၁)**

မော်တော်ယာဉ်မောင်းနှင်သူသည် အောက်ပါနေရာများ၊
အချိန်အခါနှင့် အခြေအနေများတွင် မိမိရှေ့က မော်တော်ယာဉ်ကို
လုံးဝကျော်တက်ခြင်းမပြုရ-

- (က) မြေကွင်းလျှောက်သူများဖြတ်ကူးရန် ခွင့်ပြုထားသော နေရာ၊
- (ခ) လမ်းဆုံလမ်းခွဲ၊
- (ဂ) လမ်းထောင့်နှင့်လမ်းကျော၊
- (ဃ) ကုန်းအတက်နှင့် ကုန်းထိပ်၊
- (င) တံတားအဝင်ဝနှင့် တံတားအပေါ်၊
- (စ) လမ်းကျဉ်းအတွင်း၊
- (ဆ) ဥမင်လိုက်ခေါင်းအတွင်း၊
- (ဇ) လမ်းအလယ်တွင် မျဉ်းဖြူ မျဉ်းဝါနှစ်ကြောင်းရှိသော လမ်းတစ်လျှောက်၊
- (ဈ) တစ်ဆက်တည်းမျဉ်းကြောင်းသတ်မှတ်ထားသော ယာဉ်ကြောအတွင်း၊
- (ည) တံခါးရှိနှင့် တံခါးမရထားလမ်းကူးနေရာ၊
- (ဋ) မြင်ကွင်းရင်လင်း၍ အန္တရာယ်ကင်းစွာ ကျော်တက် ရန် စိတ်မချရသော အချိန်အခါ၊
- (ဌ) “လမ်းမဝိတ်ရ” အဝါရောင်မျဉ်းကွက်(Yellow Box) နေရာ၊
- (ဍ) ကျော်တက်လျှင် ရှေ့ သို့မဟုတ် ဗဟိုနားချင်းဆိုင်မှ မောင်းနှင်နေရသည့် မော်တော်ယာဉ်များက ရှောင်တိမ်းပေးရခြင်း၊ အမြန်နှုန်းလျှော့ပေးရခြင်းဖြင့် အနောင်အယုတ်ဖြစ်စေနိုင်သည့် အခြေအနေ။

ကုန်းလမ်းပို့ဆောင်ရေးညွှန်ကြားမှုဦးစီးဌာန

အများသိစေရန်ကြေညာခြင်း

ကျွန်ုပ်၏စိတ်ချရသော ဒေါ်သန်းသန်းမြတ် ၁၇/၈/၁၉၈၃ ခု
သည့် ဒေါ်စုစုနှင့် ၁၂/၁၁/၁၉၈၃ ခု ယ်မိသည့် အထိ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊
တောင်ဥက္ကလာပမြို့နယ်၊ (၁၃)ရပ်ကွက်၊ ကောလိယလမ်း၊ အမှတ် ၂၆၅ (၈)ထပ်
အဆောက်အအုံမှ တတိယထပ် ၄၅၁ (ခေါင်းရင်းဘက်ခြမ်း)၊ (၁၇/၈/၁၉၈၃) ခု
အကျယ် အမြင့် ၁၁ ပေ၊ တိုက်ခန်းနံရံပတ်သက်၍ ၁၁-၈-၂၀၂၅ ရက်ထုတ်မြန်မာ
အလင်းသတင်းစာစာစာမျက်နှာ(၂၇)တွင် ကန့်ကွက်နိုင်ကြောင်း အများသိစေရန်
ကြေညာခဲ့ရာ အဆိုပါကြေညာချက်အား နှစ်ဦးသဘောတူညီချက်အရ ဖျက်သိမ်း
ပါကြောင်း အများသိစေရန် ကြေညာအပ်ပါသည်။

လွှဲအပ်ထားချက်အရ
ဒေါ်သက်သက်မှ ဦးသက်ကျော်လွင်
တရားလွှတ်တော်ရှေ့နေ (စဉ်-၁၀၆၀၇/၂၀၁၈) (စဉ်-၄၉၅၀/၂၀၁၈)
တိုက်(၄)အခန်း(၃၁) ပထမထပ်၊ ဖြူပြင်အိမ်ရာ(တောင်ဘက်ခြမ်း)၊
(၈)မိုင်မီးဖိုခန်း(၆)ရပ်ကွက်၊ မရမ်းကုန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး
ဖုန်း-၀၉-၇၉၅၃၄၇၄၇၊ ၀၉-၇၉၀၃၉၈၄၀၆

**လျှပ်စစ်ဓာတ်အားကို ချွေတာနိုင်သည့်
နည်းလမ်းများ**

- လူရှိသည်ဖြစ်စေ၊ မရှိသည်ဖြစ်စေ၊ ပန်ကားများကို ဆက်တိုက်ဖွင့်ထားခြင်းက ဓီတာခဝံကျစေပါ။ အသုံးလိုမှ ဖွင့်ပါ။
- ညအချိန် အိပ်နေချိန်တွင် လျှပ်စစ်ဓာတ်များ ပိတ်ထားခြင်းဖြင့် လျှပ်စစ်ကို နေ့စဉ် ချွေတာနိုင်ပါသည်။

**ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် ၈၀၈/၃၉၀၄၃
ယာဉ်လက်ဝယ်ရှိသူ ဦးမင်းနိုင် ၁၀/
ကမရ(နိုင်) ၂၀၉၉၃၄၇၈ (ကမ-၃)
ပျောက်ဆုံး၍ မိတ္တူထုတ်ပေးရန်
လျှောက်ထားလာပါသည်။ ကန့်
ကွက်လိုပါက ခိုင်လုံသောအထောက်
အထားများဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ
ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါ
ပုံသို့ လူကိုယ်တိုင် လာရောက်
ကန့်ကွက်နိုင်ပါသည်။
ကညနပြည်နယ်ဦးစီးမှူးရုံး၊
မော်လမြိုင်မြို့

**ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် ၄၆၈/၉၆၆၂၃
ယာဉ်လက်ဝယ်ရှိသူ ဦးမောင်မြင့်
၁၀/မလမ(နိုင်) ၁၄၆၀၆၈၈ (ကမ-
၃) ပျောက်ဆုံး၍ မိတ္တူထုတ်ပေးရန်
လျှောက်ထားလာပါသည်။ ကန့်
ကွက်လိုပါက ခိုင်လုံသောအထောက်
အထားများဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်
မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြ
ပါပုံသို့ လူကိုယ်တိုင် လာရောက်
ကန့်ကွက်နိုင်ပါသည်။
ကညနပြည်နယ်ဦးစီးမှူးရုံး၊
မော်လမြိုင်မြို့

**ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် 70W/06671,
Honda Wave 110 M/C ယာဉ်
လက်ဝယ်ရှိသူ ဦးကောင်းထက်စံ
၁၄/သပန(နိုင်)၁၃၃၇၉၃ က (ကမ-
၃) ပျောက်ဆုံး၍ မိတ္တူထုတ်ပေးရန်
လျှောက်ထားလာပါသည်။ ကန့်
ကွက်လိုပါက ခိုင်လုံသောအထောက်
အထားများဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်
မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြ
ပါပုံသို့ လူကိုယ်တိုင် လာရောက်
ကန့်ကွက်နိုင်ပါသည်။ ကညန၊
တိုင်းဒေသကြီးမှူး(ညပိမိ)

**ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် 18U/8792,
Dongben DB 250 ZH, TriCycle
(31)Truck Body ယာဉ်လက်ဝယ်
ရှိသူ ဦးမြင့်သိန်း ၇/၀၈၃ (နိုင်)
၂၇၂၅၁၇ က (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံး၍
မိတ္တူထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား
လာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက
ခိုင်လုံသောအထောက်အထားများ
ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀
အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါပုံသို့
လူကိုယ်တိုင် လာရောက်ကန့်ကွက်
နိုင်ပါသည်။ ကညနခရိုင်ရုံး၊
(ရန်ကုန်တောင်ပိုင်း)သန့်လျင်မြို့

**မောင်းကြွနံပါတ်ပြား
ပျောက်လျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် 80W/97832,
Honda Wave-100,M/C ယာဉ်
လက်ဝယ်ရှိသူ ဦးအောင်လွင် ၁၄/
ပတန(နိုင်)၁၁၈၁၃၇၈ မောင်းကြွ
နံပါတ်ပြားပျောက် လာရောက်
လျှောက်ထားလာခြင်းဖြစ်ပါသည်။
ကြော်ငြာသည့်ရက်မှစ၍ မောင်း
ကြွနံပါတ်ပြားဟောင်းသည် အလို
အလျောက် ဖျက်ပြယ်ပါကြောင်း
အများသိစေရန် ကြေညာအပ်
ပါသည်။
ကညန၊ ခရိုင်ရုံး(အပူပေါ်)
မအူပင်မြို့

**ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း**

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ် 68W/33588,
Wanqiang 125 M/C ယာဉ်လက်
ဝယ်ရှိသူ အခြေမြေ ၉/မတရ(နိုင်)
၁၃၁၄၈၈၈ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံး၍
မိတ္တူထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား
လာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက
ခိုင်လုံသော အထောက်အထားများ
ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀
အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါပုံသို့
လူကိုယ်တိုင် လာရောက်ကန့်ကွက်
နိုင်ပါသည်။ ကညနခရိုင်ရုံး၊
(မန္တလေးတောင်ပိုင်း)မန္တလေးမြို့

ယာဉ်အမှတ် 47W/57755, Jianshe 125 M/C ယာဉ်လက်ဝယ် ခေါ်ခေါ်ခြင်းဖြင့် ဂ/ဖခန(နိုင်) ဝါဒဥပဒေ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံးခဲ့ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား လာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသား အထောက်အထားမှူး ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့မဟုတ် လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။	ယာဉ်အမှတ် 66W/၃၀၆၀, Yunde-110, M/C ယာဉ်လက်ဝယ်ရှိသူ ဒေါ်သု အောင် ဂ/ရခန(နိုင်)ဝါဒဥပဒေ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံးခဲ့ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထားလာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသား အထောက်အထားမှူး ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့မဟုတ် လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။	ယာဉ်အမှတ် 69W/25406 ယာဉ် လက်ဝယ်ရှိသူ ဒေါ်ခင်စာရီ ဂ/တတဇ (နိုင်)ဝါဒဥပဒေ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံးခဲ့ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထားလာပါ သည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံ သား အထောက်အထားမှူးဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက်(၃၀) အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့မဟုတ် လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။	ယာဉ်အမှတ် 74W/43491, Luoji-a-110, M/C ယာဉ်လက်ဝယ်ရှိသူ ဦးမျိုး ဖြင့် ဂ/နတဇ(နိုင်)ဝါဒဥပဒေ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံးခဲ့ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက် ထားပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသား အထောက်အထားမှူး ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့မဟုတ် လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။
ကဏ္ဍခ၊ ခရိုင်န(ပြည်) ခြင်း(၁၀)	ကဏ္ဍခ၊ တိုင်းဒေသကြီးခရိုင်န(ပြည်) ခရိုင်(၁၀)	ကဏ္ဍခ၊ ခရိုင်န(ပြည်) ခရိုင်(၁၀)	ကန့်ကွက်နိုင်ကြောင်းကြော်ငြာရန် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ခရိုင်(၁၀)၊ မြို့နယ်(၁၀)၊ ဝါဒဥပဒေ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံးခဲ့ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား လာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသား အထောက်အထားမှူး ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့မဟုတ် လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။

အထူးကျေးဇူးတင်ကြောင်း မှတ်တမ်းလွှာ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့က ကွယ်လွန်သွားခဲ့ပြီး ၁၁-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့တွင် ကျင်းပသည့် နိုင်ငံတော် ဈာပနအခမ်းအနားသို့ လိုက်ပါပို့ဆောင်ပေးကြပါသော နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင် ဥက္ကဋ္ဌ ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင် နှင့် ဇနီး ဒေါ်ကြူကြူလှ၊ ဒုတိယဥက္ကဋ္ဌ ဒုတိယဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး စိုးဝင်း နှင့် ဇနီး ဒေါ်သန်းသန်းနွယ်၊ နိုင်ငံတော်လုံခြုံရေးနှင့် အေးချမ်းသာယာရေးကော်မရှင် အဖွဲ့ဝင်များ၊ နိုင်ငံတော်သမ္မတ(ငြိမ်း) ဦးသိန်းစိန်နှင့် ဇနီး ဒေါ်ခင်ခင်ဝင်း၊ ဒုတိယသမ္မတ တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြသူများ၊ ပြည်သူ့လွှတ်တော်ဥက္ကဋ္ဌ ဦးတိရွှန်မြတ်၊ နိုင်ငံတော် ဝန်ကြီးချုပ်နှင့် ဇနီး၊ နိုင်ငံတော်အဆင့် ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် ဇနီးများ၊ ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးများနှင့် ဇနီးများ၊ အဆင့်မြင့်တပ်မတော်အရာရှိကြီးများနှင့် ဇနီးများ၊ နေပြည်တော်ကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ၊ ဒုတိယဝန်ကြီးများ၊ တပ်မတော်မှ အငြိမ်းစားအရာရှိကြီးများ၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးဝန်ကြီးချုပ်အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ခဲ့စဉ်က လုပ်ဖော်ကိုင်ဖက်များ၊ စစ်တက္ကသိုလ်အပတ်စဉ်(၁၅) ကျောင်းဆင်းသူငယ်ချင်းများနှင့် မိသားစုများ၊ မြန်မာနိုင်ငံဆိုင်ရာ နိုင်ငံခြားသံရုံးများမှ သံအမတ်ကြီးများနှင့် စစ်သံမှူးများ၊ နိုင်ငံရေးပါတီများနှင့် အသင်းအဖွဲ့များမှ တာဝန်ရှိသူများ၊ လိုက်ပါပို့ဆောင်ကြသော ရပ်ဝေးရပ်နီးမှ ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေသင်္ဂဟများ၊ လမ်းတစ်လျှောက် ဂါရဝပြု ပို့ဆောင်ကြသည့် တပ်မတော်သားများ၊ နိုင်ငံတော်အဆင့် အဖွဲ့အစည်းများနှင့် ဝန်ကြီးဌာနများမှ ဝန်ထမ်းများအား အထူးကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်း ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ထို့အပြင် မကျန်းမာစဉ်က ပိုင်းဝန်းသတင်းမေးမြန်းကြသူများနှင့် ဆေးရုံတက်ရောက်စဉ် လိုအပ်သည့် အကူအညီများနှင့် ပြုစုကုသစောင့်ရှောက်ပေးကြပါသော နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲနှင့် တာဝန်ရှိသူများ၊ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီးနှင့် ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ၊ ဆေးဝန်ထမ်းညွှန်ကြားရေးမှူးရုံး ညွှန်ကြားရေးမှူးနှင့် အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံ ခုတင်(၁၀၀၀)မှ တပ်မှူးနှင့် ဆေးဝန်ထမ်းတပ်ဖွဲ့ဝင်များ၊ ဈာပနအခမ်းအနား အောင်မြင်စွာ ကျင်းပနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပေးခဲ့ကြသော ဈာပနအခမ်းအနား ကျင်းပရေးဦးစီးကော်မတီနှင့် လုပ်ငန်းကော်မတီများမှ ပုဂ္ဂိုလ်များအားလုံးနှင့် ကျေးဇူးတင်ထိုက်သူအားလုံး ကိုလည်းကောင်း၊ မကျန်းမာစဉ်က ကွယ်လွန်ပြီး ဈာပနအခမ်းအနား အောင်မြင်စွာ ပြီးစီးသည်အထိ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ကူညီဆောင်ရွက်ပေးကြသူများအားလုံးကို လည်းကောင်း ကျန်ရစ်သူမိသားစုမှ လိုက်လံလိုလှုံ ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း မှတ်တမ်းတင်ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ကျန်ရစ်သူမိသားစု

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက် နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ်တွင် အမှတ်(၂)တပ်မတော် ဆေးရုံကြီး(ခုတင်-၁၀၀၀)၌ ကွယ်လွန်သွားကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် ကျန်ရစ်သူမိသားစုနှင့် ထပ်တူဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

ဦးသိန်းအောင် - ဒေါ်ခင်မြင့်မြင့်
ဝန်ကြီးချုပ်(ငြိမ်း)
ဧရာဝတီတိုင်းဒေသကြီးအစိုးရအဖွဲ့

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့ နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ်တွင် အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး (ခုတင်-၁၀၀၀)၌ ကွယ်လွန် သွားကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် ကျန်ရစ်သူမိသားစုနှင့် ထပ်တူ ဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

မြို့တော်ဝန် နှင့် ဇနီး
ဝန်ထမ်းမိသားစုများ
နေပြည်တော်စည်ပင်သာယာရေးကော်မတီ

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့ နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ်တွင် အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး ခုတင် (၁၀၀၀)၌ ကွယ်လွန်သွားကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် ကျန်ရစ်သူမိသားစုနှင့်ထပ်တူ ဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ဆီကုန်သည်နှင့် ဆီလုပ်ငန်းရှင်များအသင်း

ဖောင်းကြွနံပါတ်ပြား
ပျောက်လျှောက်ထားခြင်း

ယာဉ်အမှတ် 73W/77506
၏ ဖောင်းကြွနံပါတ်ပြား ပျောက် ဆုံး၍ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား လာပါသဖြင့် ယခင်ဖောင်းကြွ နံပါတ်ပြား ပျက်ပြယ်ပါကြောင်း အများသိစေရန် ကြေညာအပ်ပါ သည်။

ကညန၊
ခရိုင်ရုံး(မန္တလေးတောင်ပိုင်း)

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ သည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်(ကြာသပတေးနေ့) နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ်တွင် အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး ခုတင်(၁၀၀၀)၌ ကွယ်လွန်သွား ကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် ကျန်ရစ်သူမိသားစုနှင့်ထပ်တူ ဝမ်းနည်း ကြေကွဲရပါသည်။

သထုံမြို့နယ်အသင်း
ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့ နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ်တွင် အမှတ်(၂)တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး ခုတင်(၁၀၀၀)တွင် ကွယ်လွန် သွားကြောင်း သိရှိရပါသဖြင့် မိသားစုနှင့် ထပ်တူထပ်မျှ ဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။ အဘဦးမြင့်ဆွေ ကောင်းမွန်မြင့်မြတ် သည့် ဘုံဘဝသို့ ရောက်ရှိပါစေ။

ရန်နိုင်ထွန်း နှင့် ဇနီး ဥဗ္ဗာလှိုင်
မိသားစု

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

နေပြည်တော်ကောင်စီနယ်မြေ၊ ဇမ္ဗူသီရိမြို့နယ်၊ သမ္မတ အိမ်တော်ဝင်း၊ အိမ်အမှတ်B-2နေ ဒေါ်ခင်သက်ဌေး၏ ချစ်လှ စွသောခင်ပွန်း၊ ဒေါ်ခင်သက်ထားဆွေ-ဦးတာရာမြင့်ဆွေတို့၏ မွေးသဖေခင်၊ မောင်အဂ္ဂမင်းဂေါင်၊ မမြဇ္ဈာသကတို့၏ ချစ်လှစွာ သော အဘိုးသည် ၇-၈-၂၀၂၅ ရက်နေ့ နံနက် ၈ နာရီ ၂၈ မိနစ် တွင် ကွယ်လွန်သွားကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် မိသားစုနှင့် ထပ်တူ ဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

ဦးတင်ထွန်းအောင်-ဒေါ်မြမြမြ

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း

ယာဉ်အမှတ် 70W/42801၊
Honda Click 125 ယာဉ်လက်ဝယ် ရှိသူ ဦးစိုးဝင်းထွန်း ၉/အေ(နိုင်) ၀၄၄၂၈၁၀ (ကမ-၃) ပျောက်ဆုံး၍ မိတ္တူထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထား လာပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသော အထောက်အထားများ ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့ လက်မှတ်ထိုး လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။ ကညန၊ခရိုင်ရုံး (မန္တလေးမြောက်ပိုင်း)၊မန္တလေးမြို့

ဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ
အသက်(၇၅)နှစ်

ညီအစ်ကိုရင်းတမျှ ချစ်ခင်လေးစားရသော ပြည်ထောင်စုသမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ယာယီသမ္မတ ဦးမြင့်ဆွေ ကွယ်လွန်သွားခြင်းအတွက် မိသားစုနှင့်ထပ်တူ ဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။ မြင့်မြတ်သော ဘဝသစ်မှာ အေးချမ်းစွာ ရောက်ရှိခံစားနိုင်ပါစေ။

ဝမ်းနည်းကြေကွဲစွာဖြင့်
ဦးလှရွှေ-ဒေါ်သိန်းဌေးမိသားစု

အထူးဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင်
အသက်(၆၂)နှစ်

ရန်ကုန်နည်းပညာတက္ကသိုလ်(မြို့ပြအင်ဂျင်နီယာဌာန)ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဉာဏ်မြင့်ကျော် ၏ဇနီး ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင်(ဒုတိယအင်ဂျင် နီယာမှူးကြီး(ငြိမ်း)၊ ပုံထုတ်/ခန့်မှန်းသုတေသနဌာန) အဆောက် အဦဦးစီးဌာန၊ ဆောက်လုပ်ရေးခန့်ကြီးဌာန)သည် ၉-၈-၂၀၂၅ ရက် တွင် ဘဝတစ်ပါးသို့ ကူးပြောင်းကွယ်လွန်သွားပါသဖြင့် ကျန်ရစ်သူ မိသားစုနှင့်အတူ ထပ်တူထပ်မျှ အထူးဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

ညွှန်ကြားရေးမှူးနှင့်ဝန်ထမ်းများ ပုံထုတ်/ခန့်မှန်းသုတေသနဌာန

အထူးဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း
ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင်
အသက်(၆၂)နှစ်

ရန်ကုန်နည်းပညာတက္ကသိုလ်(မြို့ပြအင်ဂျင်နီယာဌာန)ပါမောက္ခ ဒေါက်တာ ဉာဏ်မြင့်ကျော်၏ဇနီး ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင်(ဒုတိယအင်ဂျင်နီ ယာမှူးကြီး(ငြိမ်း)အဆောက်အဦဦးစီးဌာန၊ ဆောက်လုပ်ရေးခန့်ကြီးဌာန) သည် ၉-၈-၂၀၂၅ ရက်တွင် ကွယ်လွန်ခြင်းအတွက် မိသားစုနှင့် ထပ်တူ ကြေကွဲဝမ်းနည်းရပါသည်။

မြင့်မြတ်ရာဘုံဘဝသို့ ရောက်ရှိခံစားနိုင်ပါစေ။
ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်နှင့်ဝန်ထမ်းများ အဆောက်အဦဦးစီးဌာန

ယာဉ်မှတ်ပုံတင်စာအုပ်
မိတ္တူလျှောက်ထားခြင်း

ယာဉ်အမှတ် 78W/51681၊
Honda Wave-110 M/C ယာဉ်လက် ဝယ်ရှိသူ ဦးနိုင်ထွန်းဦး ၁၄/ပသန (နိုင်)၂၈၂၈၂၃ က ယာဉ်မှတ်ပုံတင် စာအုပ်(ကမ-၃)ပျောက်ဆုံး၍ မိတ္တူ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထားလာ ပါသည်။ ကန့်ကွက်လိုပါက နိုင်ငံသော အထောက်အထားများ ဖြင့် ကြော်ငြာသည့်ရက်မှ ရက် ၃၀ အတွင်း အောက်ဖော်ပြပါနည်း သို့ လက်မှတ်ထိုး လာရောက်ကန့်ကွက် နိုင်ပါသည်။ ကညန၊ တိုင်းဒေသကြီးရုံး(ပုသိမ်မြို့)

အထူးဝမ်းနည်းကြေကွဲခြင်း

ဒေါက်တာဉာဏ်မြင့်ကျော်၊ ပါမောက္ခ(မြို့ပြအင်ဂျင်နီယာဌာန) ရန်ကုန်နည်းပညာတက္ကသိုလ် ၏ ချစ်လှစွာသောဇနီး ဒေါ်ကြည်ကြည်ခိုင် (ဒုတိယအင်ဂျင်နီယာမှူးကြီး-ငြိမ်း၊ ဆောက်လုပ်ရေးခန့်ကြီးဌာန) အသက်(၆၂)နှစ် သည် ၉-၈-၂၀၂၅ ရက်(စနေနေ့)တွင် (၉၆)ပါးသောရောဂါဖြင့် ကွယ်လွန်သွားကြောင်း သိရှိရသည့်အတွက် ကျန်ရစ်သူမိသားစုနှင့် အတူ ထပ်တူဝမ်းနည်းကြေကွဲရပါသည်။

High Tech Concrete Co.,Ltd

ကန့်ကွက်နိုင်ကြောင်း အသိပေးကြေညာခြင်း

မြင့်ဦးလွင်မြို့၊ ရပ်ကွက်ကြီး(၁၆/ကံကြီးကုန်း)၊ ကွင်း/အတွက်အမှတ် (၆၆၂-က/ကံကြီးကုန်း)၊ ဦးပိုင်အမှတ်(၆၁/၂)၊ မြေဧရိယာ(၁၁၁၁မဝ)ဧကရှိ မြေကွက်အား မြေဌာနရန်(ဦးပိုင်)အမည်(မြောင်း)လျှောက်ထားနိုင်ရေး ဦးညီညီ အောင် ၉/ပဥပ(နိုင်) ၀၁၇၇၂၅ ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည် ဖြစ်ပါသဖြင့် ကန့်ကွက်လိုသူများရှိပါက မြင့်ဦးလွင်ခရိုင်၊မြို့နယ်အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေး ဦးစီးဌာနနှင့် ကြော်ငြာပါသည့်ရက်မှစ၍ ၁၅ရက်အတွင်း မြေပိုင်ဆိုင်မှုအထောက် အထားပြည့်စုံစွာဖြင့် လာရောက်ကန့်ကွက်နိုင်ပါကြောင်း ကြေညာအပ်ပါသည်။

မြို့နယ်အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေးဦးစီးဌာန၊ မြင့်ဦးလွင်မြို့

ဖောင်းကြွနံပါတ်ပြား ပျောက်လျှောက်ထားခြင်း

ယာဉ်အမှတ် 15/4735 ၏ ဖောင်းကြွနံပါတ်ပြား ပျောက်ဆုံး ၍ ထုတ်ပေးရန် လျှောက်ထားလာပါသဖြင့် ယခင်ဖောင်းကြွ နံပါတ်ပြားပျက်ပြယ်ပါကြောင်း အများသိစေရန်ကြေညာအပ်ပါသည်။

ကညန၊ ခရိုင်ရုံး(တောင်ငူ)

သင့်သွေးဖြင့် အသက်ကယ်ပါ

ပတ်စီဖိုပျောက်

ကျွန်မ မည်သို့နိုင်/ရ/အဖု (နိုင်)၀၆၆၄၇၂ ၏ နိုင်ငံတော် လက်မှတ် (နံပါတ်မမှတ်ပါ)မှာ ခရီးသွားရင်း ပျောက်ဆုံးသွားပါ သဖြင့် တွေ့ရှိက အကြောင်း ကြားပေးပါရန်။

ဖုန်း-၀၉-၄၀၆၈၄၈၀၈၀

❖ မိမိတို့သည် ဈေးကွက်တစ်ခုတည်းအား အလွန်အမင်းမှီခိုနေမှုကို လျှော့ချကြရမည်ဖြစ်...

❖ ကုန်သွယ်ဆက်ဆံရေးများကို ဒေသစုံနှင့် ဖြန့်ကြက်နိုင်စွမ်းမြှင့်တင်ကြ ရမည်ဖြစ်...

(နိုင်ငံတော်စီမံအုပ်ချုပ်ရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ နိုင်ငံတော်ဝန်ကြီးချုပ် ဗိုလ်ချုပ်မှူးကြီး မင်းအောင်လှိုင်၏ ၂၀၂၅ခုနှစ်၊ မတ်လ ၂၁ ရက်နေ့တွင် ပြုလုပ်သော ၂၀၂၅ အလွန် ဗဟုဝင်ရိုးကမ္ဘာ့တွင် မြန်မာနိုင်ငံ ကြံတွေ့လာရမည့် စိန်ခေါ်မှုများနှင့် အခွင့်အလမ်းများ သုံးသပ်ဆွေးနွေးပွဲသို့ တက်ရောက် အမှာစကားပြောကြားမှုမှ ကောက်နုတ်ချက်)

❖ နိုင်ငံတော်ရွှေသီးဖို့ ကုန်ထုတ်လုပ်မှု အားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်ဖွံ့ဖြိုးဖို့ ပညာရေးကို အားပေးစို့။

❖ နိုင်ငံတော်သာယာဖို့ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင် ထိန်းကြစို့။

၂၀၂၆ အာရှဖလား ယူ-၁၇ ခြေစစ်ပွဲ မြန်မာအသင်း အုပ်စု (G) တွင် ကျရောက်နေပြီး အိမ်ရှင်အဖြစ် လက်ခံကျင်းပမည်



ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်က နာမည်ကြီး လီဗာပူးကို ပယ်နယ်တီအဆုံးအဖြတ်တွင် အနိုင်ယူပြီး ကွန်မြူနတီဒိုင်း ဆွတ်ခူး

ပရီမီယာလိဂ်ကန့်လန့်ကာအဖွင့် ကွန်မြူနတီဒိုင်း လပွဲအဖြစ် လန်ဒန်မြို့ရှိ နာမည်ကြီး ဝင်ဘလေ အားကစားကွင်း၌ ဩဂုတ် ၁၀ ရက် ည ၈ နာရီခွဲက ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်နှင့် လီဗာပူးအသင်းတို့ ယှဉ်ပြိုင် ကစားခဲ့ရာ ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းက ပယ်နယ်တီ အဆုံးအဖြတ်တွင် သုံးဂိုး-နှစ်ဂိုးဖြင့်နိုင်ပွဲရပြီး အသင်း သမိုင်းတစ်လျှောက် ပထမဆုံးအကြိမ် ကွန်မြူနတီ ဒိုင်းကို ဆွတ်ခူးနိုင်ခဲ့သည်။

လီဗာပူးအသင်းသည် အသစ်ခေါ်ယူထားသည့် ဟူဂိုအီကီတီနှင့် ဖရင်ပေါင်တို့၏ သွင်းဂိုးများဖြင့် ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းကို နှစ်ကြိမ်တိုင်တိုင် ဦးဆောင်နိုင်ခဲ့ရရှိခဲ့သည်။ သို့သော်လည်း ပြိုင်ဘက် ခရစ္စတယ်ပလေ့စ်အသင်းမှ မာတီတာနှင့် ဆားရ်တို့ ၏ ချေပသွင်းဂိုးများကြောင့် သာမန်ပွဲကစားချိန်အတွင်း

စာမျက်နှာ ၁၉ ကော်လံ ၃ ❖



ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁
၂၀၂၆ အာရှဖလား ယူ-၁၇ ခြေစစ် ပွဲတွင် မြန်မာ ယူ-၁၇ အမျိုးသား ဘောလုံးအသင်း ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်မည်ဖြစ်ပြီး အုပ်စု (G) တွင် ကျရောက်နေပြီး အိမ်ရှင် အဖြစ် လက်ခံကျင်းပမည်ဖြစ် သည်။

မြန်မာ ယူ-၁၇ အမျိုးသား အသင်းကို မြန်မာ့သံတော် ဦးဆောင် နည်းပြချုပ်အဖြစ် ဦးကျော်ဇေယျက ကိုင်တွယ်နေ သည်။ ထို့ပြင် ကစားသမားများ ပွဲအတွေ့အကြုံရစေရန် MNL ယူ-၂၁ လူငယ်လိဂ်ဖြင့်ပွဲတွင် Falcon အသင်းအမည်ဖြင့် ဝင်ရောက် ယှဉ်ပြိုင်လျက်ရှိသည်။

စာမျက်နှာ ၁၉ ကော်လံ ၃ ♦

ယနေ့ ၀၇ ၈ ရာ

ရေချို၊ ရေငန်ပစ္စုန် ဝယ်လိုအားများပြား၍ ဈေးနှုန်းအမြင့်တွင် ရပ်တည်လျက်ရှိ

ပြည်တွင်းသတင်း စာ ၁၃

ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံ၌ အထွေထွေ ရွေးကောက်ပွဲမတိုင်မီ ခန္ဓာကိုယ်တပ် ကင်မရာ အနည်းဆုံး အလုံး ၄၀၀၀၀ ဝယ်ယူရန် စီစဉ်နေ

နိုင်ငံတကာသတင်း စာ ၁၄

နောင်ချိုမြို့နယ်အတွင်းရှိ အခြေခံပညာ ကျောင်းများ၌ ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ အေးချမ်းပျော်ရွှင်စွာ ပညာသင်ကြား

ပြည်တွင်းသတင်း စာ ၁၈

ဘာစီလိုနာ ယူ-၁၂ အသင်းအပါအဝင် အသင်းစုစုပေါင်း ၄၀ ယှဉ်ပြိုင်မည့် ဂျပန်စိတ်ခေါ် ယူ-၁၂ Junior Soccer World Challenge 2025 ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာလူငယ်အသင်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မည်

ပြည်တွင်းသတင်း စာ ၁၉

အာဆီယံ အမျိုးသမီး ဘောလုံးပြိုင်ပွဲ အုပ်စုပွဲစဉ် ယှဉ်ပြိုင်မှုများအား MRTV မှ တိုက်ရိုက်ထုတ်လွှင့်မည်

နေပြည်တော် ဩဂုတ် ၁၁

(၁၃)ကြိမ်မြောက် အာဆီယံ အမျိုးသမီး တွဲခွန်စိုက်ဘောလုံးပြိုင်ပွဲ များအား ဩဂုတ်လ ၆ ရက်နေ့မှ ၁၉ ရက်နေ့အထိ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ တွင် ကျင်းပလျက်ရှိရာ အဆိုပါ ပွဲစဉ်များအနက် မြန်မာအမျိုးသမီး ဘောလုံးလက်ရွေးစင်အသင်းနှင့် ဖိလစ်ပိုင်အမျိုးသမီး ဘောလုံး လက်ရွေးစင် အသင်းတို့သည် ဩဂုတ်လ ၁၃ ရက်နေ့ ည ၇ နာရီ အချိန်တွင် ယှဉ်ပြိုင်ကစားကြမည် ဖြစ်သည်။

အဆိုပါ ပွဲစဉ်ကို ယင်းနေ့ ည ၆ နာရီ ၄၅ မိနစ်မှ စတင်၍ MRTV Entertainment Channel မှတိုက်ရိုက် (Live) ထုတ်လွှင့်ပြသ မည်ဖြစ်သည်။

သတင်းစဉ်

ONE Friday Fights 120 ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာစိုက်တာ သန့်ဇင်၊ စိုးနောင်ဦးနှင့် အောက်ချင်းလေးတို့၏ တွဲဆိုင်များ ပါဝင်မည်

ရန်ကုန် ဩဂုတ် ၁၁
ဩဂုတ် ၁၅ ရက်တွင် ထိုင်းနိုင်ငံ၌ကျင်းပမည့် ONE Friday Fights 120 ပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာစိုက်တာ သုံးဦးဖြစ်သည့် သန့်ဇင်၊ စိုးနောင်ဦးနှင့် အောက်ချင်းလေးတို့ ထိုးသတ်ခွင့်ရမည်ဖြစ်သည်။

ယင်းပြိုင်ပွဲတွင် မြန်မာစိုက်တာများအနက် သန့်ဇင်က ထိုင်း ဖိုက်တာ ကင်ဆန်လက်ခံ၊ စိုးနောင်ဦးက လက်ဘန္တန်ဖိုက်တာ အိုမာ၊

စာမျက်နှာ ၁၉ ကော်လံ ၃ ▣

