

# ငြိမ်းချမ်းရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးအတွက် ပညာသင်ကြားခြင်း စီမံကိန်း



## စေတနာ သတင်းလွှာ



အတွဲ (၅) အမှတ်စဉ် (၂)

Education for Peace and Development Project (EPD) - Saetanar Newsletter Vol.5, No.2  
Saetanar / The Nippon Foundation/ Natala

၂၀၁၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ (၃) ရက်

### “စေတနာအဖွဲ့၏ဥယျောဇဉ်”

နှစ်သစ်သို့ တဖန်ကူးပြောင်းလာခဲ့ပြန်ပါပြီ။ (၂၀၁၁ခုနှစ်)သည် မြန်မာနိုင်ငံအတွက် မည်သို့သောနှစ် ဖြစ်လာနိုင်ပါသလဲ။ မနှစ်က မိုးနည်းခဲ့သောကြောင့် အင်းလေးကန်ရေပြင်ဟာ အလွန်အမင်း ခန်းခြောက်သွားခဲ့ခြင်း၊ နိုင်ငံတော်အလံပုံစံအသစ် ပြောင်းလဲခြင်း၊ အနှစ်(၂၀)ကြာ မလုပ်ဖြစ်ခဲ့သော ပါတီစုံဒီမိုကရေစီအထွေထွေ ရွေးကောက်ပွဲကျင်းပခြင်းအစရှိသဖြင့် အကြောင်းအရာမျိုးစုံကြုံတွေ့ခဲ့ရပါသည်။

ကမ္ဘာတစ်ဝှမ်းလုံးတွင် ရေပေးဝေရခြင်း၊ ဆီးနှင်းပြင်းထန်စွာကျခြင်း၊ အပူအအေး မမျှတခြင်း၊ ပူပြင်းခြောက်သွေ့ခြင်းစသော ရာသီဥတု အပြောင်းအလဲများနှင့်လျှင်လျှင်ခတ်ခြင်းများဖြစ်ပွားလျက်ရှိပါသည်။အထူးသဖြင့်တောင်သူလယ်သမားများအနေနဲ့ထိုသို့သောအပြောင်းအလဲများကြောင့် မိမိတို့၏လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းတွင် အခက်အခဲမြောက်မြားစွာတွေ့ရှိကြလိမ့်မည်ထင်ပါသည်။ရာသီဥတုနှင့် လိုက်လျောညီထွေမှုရှိသောလယ်မြေကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။ ထို့ကြောင့် မြေကြီးအတွင်းရှိ သက်ရှိ အကူအညီများ ပွားများလာအောင် မိမိတို့တတ်နိုင်သရွေ့ ပြုလုပ်ခြင်းသည်လည်း အရေးကြီးပါသည်။ပြုလုပ်ရသည်မှာမလွယ်ကူသော်လည်းအစိမ်းရောင်မြေဩဇာ၊ သဘာဝမြေဩဇာ(ဒီချကင်း၊ ဘိုကာရီ စသဖြင့်)၊ တိရစ္ဆာန်များ၏ တင်းကုတ် မြေဩဇာများအား တတ်နိုင်သလောက် စိုက်ခင်းများတွင် များများထည့်၍ အသုံးပြုကြည့်ကြပါ။အကျိုးသက်ရောက်မှုအား ချက်ချင်းမမြင်တွေ့နိုင်သော်လည်း ၂နှစ်၊ ၃နှစ် ဆက်တိုက် အသုံးပြု မည်ဆိုပါက အလွန် ထူးခြားသော အကျိုးကျေးဇူးခံစားရရှိနိုင်ပါသည်။



စေတနာအဖွဲ့အနေဖြင့်လည်း မိတ်ဆွေတို့နှင့်အတူ ပူးပေါင်းကာ ပညာရေးပတ်ဝန်းကျင်၊ လူနေမှုဘဝများဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန်အတွက်ယခုနှစ်တွင် လည်းတတ်အားသရွေ့ဆက်လက်ဆောင်ရွက်သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

“၂၀၁၁ခုနှစ်သည် မိတ်ဆွေအားလုံးအတွက် ကောင်းသောနှစ်ဖြစ်ပါစေ” လို့ဆုမွန်ကောင်းတောင်းလိုက်ပါသည်။

Makoto Shiraki (စီမံကိန်းဒါရိုက်တာ)

### “တောင်ပေါ်ပန်းပွင့်လန်းတော့မည်”



မြင်မြင်သမျှ ဤလောက၌ အလှတို့ဖြင့် ပြည့်ဘိ၏။ ပန်းမှာလည်း သူ့အလှနဲ့၊ စမ်းမှာလည်း သူ့အလှနဲ့ပါ။ လူငယ်မှာလည်း လူငယ်အလှ ရှိပါ၏။ ယခုတော့ လူငယ်ပန်းအလှ တောင်ပေါ်ပန်းအလှလေးများ မွှေးကြိုင်လန်းဆန်းစွာ ဖူးပွင့် ကြတော့မည်။ လူငယ်အလှမှသည် ဘဝအလှ၊ နိုင်ငံအလှ၊ ငြိမ်းချမ်းရေးအလှ၊ လောကကို အလှဆင်ကြတော့မည်။

ဤသို့ဤနယ်ဖြစ်တည်ပေါ်ထွန်း အစုစုသော တင့်တယ်မှုတို့သည် အမိနိုင်ငံတော်ကြီး၏ စေတနာ၊ ထောက်ပံ့ကူညီပေးသော နိပုန်ဖောင်အေးရှင်း စေတနာအဖွဲ့၏မေတ္တာ၊ စေတနာအရင်းခံသော ပညာရေးဒါနရဲ့အသီးအပွင့်တွေပါ။ စေတနာပန်းအလှတွေနဲ့အတူ လူငယ်ပန်းအလှလေးများ ဖူးပွင့်ကြိုင်လို့မွှေးပျံ့ သင်းထုံလာတော့မည်အရေး လှပသော အတွေးတွေက ပြည်သူတွေရဲ့ရှင်မှာ ခိုဝင်နိုင်ခဲ့ရပါပြီ။ ကမ္ဘာတည်သရွေ့အခွန်ရှည်တည်တံ့ပြီး ပညာဉာဏ်အလင်းတွေနဲ့

ငြိမ်းချမ်းသာယာတဲ့ ကမ္ဘာကြီးသို့ ရှေ့ရှဦးတည်နေမည်ကတော့ အသေအချာ ဖြစ်နေမည်သာ...

ပညာအလင်းဖြင့် လောကရဲ့ အမှောင်ထုကို ဖြိုခွင်းနိုင်ပါစေ။ ငြိမ်းချမ်းသာယာ နေချင်စရာ ကမ္ဘာကြီးအစဉ်ထာဝရဖြစ်လာပါစေ။ မေတ္တာရှင်၊ ဂုဏ်ရှင်၊ စေတနာရှင်များ အခါမလပ်ပေါ်ထွန်းနိုင်ပါစေ။

ဦးစိုင်းလှထွန်း(နန်းပန်းရွာ)

# “မင်္ဂလာရှိသောနေ့သစ်ဖြစ်ပါစေ”

ကျွန်တော်ကတော့ စေတနာသတင်းလွှာရဲ့ အမာခံစာဖတ်ပရိသတ်တစ်ဦးဖြစ်ပါတယ်။ အကြောင်းအရာတွေကို ပြည့်ပြည့်စုံစုံဖော်ပြပေးတဲ့အတွက် စာဖတ်သူကို ပိုပြီးဗဟုသုတ အများကြီးရစေပါတယ်။ စေတနာသတင်းလွှာရဲ့ အတွဲ(၃)၊ အမှတ်(၄) သတင်းလွှာထဲက အစ်မ Naoko Kasuga ရဲ့မကြာခင် ရယ်မောသူသည် ကျန်းမာပျော်ရွှင်စွာဖြင့် အသက်ရှည်ရှည်နေထိုင်ရမည် ဖြစ်တဲ့ အကြောင်းစေတနာသတင်းလွှာမှတစ်ဆင့် စာဖတ်ပရိသတ်ကို မျှဝေပေးတဲ့အတွက် အထူးပဲကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်။



ကျွန်တော်တို့ လီမောကျေးရွာသည် ဟိုပုံးမြို့နယ်အစွန်ဆုံးရှိသော ရွာဖြစ်သဖြင့် မြို့နှင့်အလှမ်းဝေးရုံသာမက ရွာအင်္ဂါရပ်များနှင့် မပြည့်စုံတဲ့ ကျေးရွာ လေးဖြစ်သည့်အပြင် ပညာရေးဆိုတာလည်း အများကြီး နောက်ကျနေတာကို တွေ့ရပါတယ်။ မိမိတို့ရင်သွေးငယ်များ အသိပညာ၊ အတတ်ပညာ၊ ဗဟုသုတနည်း ပါးရုံမက ကျောင်းဆောင်တွေမှာ ဆရာ/မ စာသင်ချိန်ရောက်ရင် ဒုက္ခရောက်တဲ့ အချိန်ပါပဲ။ သူငယ်တန်းတွေဆို သက်ကယ် မိုးတဲထဲမှာပဲ စာသင်ခဲ့ရပါတယ်။ မိုးရွာရင် မိုးမလုံတဲ့အတွက် စာသင်ချိန်တွေမှာ ကလေးငယ်များ အများကြီး ဒုက္ခရောက်ရပါတယ်။ ဤသို့သော အခက်အခဲမျိုးစုံ တွေနေတဲ့ အချိန်မှာပဲ နယ်စပ်ဒေသနှင့် တိုင်းရင်းသားလူမျိုးများ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာနနှင့် ဂျပန်နိုင်ငံ၊ နိပွန်ဖောင်ဒေးရှင်း၊ စေတနာအဖွဲ့သည် Education for Peace and Development (EPD) စီမံကိန်းအဖြစ် ကျွန်တော်တို့ကျေးရွာရှိ မူလတန်းလွန်ကျောင်းဆောင်ကို ပံ့ပိုးကူညီခဲ့ပါသည်။ အခုဆိုရင် သူများကျောင်းလို ပန်းကလေးများ ပွင့်တော့မည်ဆိုတဲ့အတိုင်း ကျွန်တော်တို့ကျောင်းလည်း ပန်းကလေးများပွင့်လန်းနေပါပြီ။ စေတနာအဖွဲ့သည် ကလေးငယ်များငြိမ်းချမ်းစွာပညာသင်နိုင်ရန်အတွက်ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးဝင်ငွေတိုးလုပ်ငန်းကိုလည်းဆောင်ရွက်ပေးနေပါတယ်။ ၂၀၁၀ - ၁၁ပညာသင်နှစ်အတွက် ကျောင်းတွင်းရှိ လိုအပ်သောပစ္စည်းနှင့် မိဘများမပံ့ပိုးနိုင်တဲ့ ကလေးများအတွက် အစစအရာရာ အဆင်ပြေအောင် ကူညီပံ့ပိုးပေးနေတဲ့ စေတနာအဖွဲ့ကို အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်။ စေတနာအဖွဲ့၏ လုပ်ငန်းများတွင် စိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းနှင့်ပညာပြန့်ပွားစေရန် ဆောင်ရွက်သည့်လုပ်ငန်းမှာလည်း အဓိကပါဝင်တယ်။ ကျွန်တော်စေတနာသတင်းလွှာဖတ်ရသေးတဲ့အချိန် ကျွန်တော်တို့ရွာမှာကျောင်းဆောင်မပွင့်သေးတဲ့အချိန်မှာ ကျွန်တော်ရဲ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းတွင် ဓါတ်မြေဩဇာဖိုးမှာ အလွန်ပဲ အကုန်အကျ များခဲ့ပါတယ်။ စေတနာအဖွဲ့မှ လမ်းညွှန်ပြသပေးသော ဒီဗျူကင်းသဘာဝမြေဩဇာကို ပြုလုပ်သုံးစွဲသည့်အချိန်မှာ အကုန်အကျသက်သာပြီး၊ အင်မတန်မှအသုံးဝင်ပါသည်။ အခု သနပ်ဖက်ခြံနှင့် ပြောင်းခြံတွေဆိုရင် ဒီဗျူကင်းသဘာဝမြေဩဇာပဲ အသုံးပြုပါတယ်။ သနပ်ဖက်ပင်တွေ အရမ်းကြီးထွားမြန်ပြီး အရွက်တွေလည်း ကြီးလာပါတယ်။ ယခုနှစ်တွေမှာ သနပ်ဖက်ခြံ အထွက်နှုန်းတိုးလာပါတယ်။ ဒါကတော့ စေတနာအဖွဲ့နှင့် တာဝန်ရှိသူများအားလုံးရဲ့အကြံပေးမှုကြောင့် ကျေးရွာစိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းတိုးတက်နေတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ခွန်ကျော်အောင် (လီမောရွာ)

\* စေတနာသတင်းလွှာရဲ့အမာခံစာဖတ်ပရိသတ်ကိုခွန်ကျော်အောင်(လီမောရွာ)ကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ (စေတနာ) \*

# “စေတနာမိုး ရွာသွန်းပြီး”

မြန်မာစာပေတွင်ရေးသားအသုံးပြုနေသော “သင်္ဂဟ” ဟူသောစကားလုံးတစ်လုံးရှိပါသည်။ “သင်္ဂဟ” ဟူသောစကားလုံးသည် ပိဋိဘာသာစကားဖြစ်ပါသည်။ အနက်အဓိပ္ပါယ်မှာ “ချီးမြှောက်ခြင်း” ဟု အဓိပ္ပါယ်ဖြစ်ပါသည်။ ထို “သင်္ဂဟ” ဟူသော စကားလုံးကို ဆွေမျိုးမိတ်ဆွေတို့နှင့် တွဲဖက်ပြီး ဆွေမျိုးမိတ်သင်္ဂဟဟု တွဲဖက်အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ပါဠိကျမ်းရွာသူရွာသားများသည် ဂျပန်နိုင်ငံသားများနှင့် ဆွေမျိုးတော်စပ်ခဲ့ဖူးသည်ဟု အကြွင်းမဲ့ယုံကြည်ထားပါသည်။ ထို့အတွက်ကြောင့် ကျွန်တော်တို့ရွာအတွက် စာသင်ကျောင်းဆောင်သစ် ဆောက်လုပ်လှူဒါန်းပေးသော ၂၀၁၀ခုနှစ်၊ EPD စီမံကိန်းတွင် ပါဝင်ခွင့်ရရှိခဲ့ပါသည်။ ဆွေမျိုးများ၏ ချီးမြှောက်ခြင်းကို ရရှိခံစားခွင့်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

စေတနာအဖွဲ့၏တာဝန်ရှိသူများသည်ဆက်ဆံရေးကောင်းမွန်ပြီးကျောင်းဆောင်သစ်ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းတွင်စေ့စပ်သေချာလုပ်ပါသည်။ စေတနာအဖွဲ့ဟူသောအမည်နှင့်လိုက်ဖက်စွာ ခိုင်ခံ့သေသပ်လှပသည့် ကျောင်းဆောင်သစ် ဖြစ်လာအောင် နည်းပေးလမ်းပြ ဆောက်လုပ်စေပါသည်။ ကျောင်းဆောင်



ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းနှင့် ပတ်သတ်သည့် ငွေစာရင်းများ လုပ်ကိုင်ပြုလုပ်ခြင်း တွင်လည်း စိတ်ရှည်ရှည် ရှင်းပြပေးပါသည်။ နိပွန်ဖောင်ဒေးရှင်းမှ တာဝန်ယူ ဆောင်ရွက်ပေးနေသော ဤစီမံကိန်းကို သွားနတ်သမီးလေးစီမံကိန်းမှ ပူးပေါင်း ပါဝင်လှူဒါန်းပေးသည်ဟုလည်း သိခွင့်ရရှိသည့်အတွက် မတွေ့မမြင်ဘူးသေးသော သွားနတ်သမီးလေးစီမံကိန်းမှ တာဝန်ရှိသူများ၊ လှူဒါန်းပေးသော သွားဆရာဝန် များကိုလည်း သိကျွမ်းစင်မင်ခွင့် ရရှိချင်ပါသည်။ မကြာတော့သည့် အချိန်တို အတွင်းမှာ ပေါ်ပေါက်လာတော့မည့် ကျောင်းဆောင်သစ်တည်ရှိရာ ကျွန်တော်တို့ ရွာသို့ လာရောက်လည်ပတ်ရန် ဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည်။ မကြာတော့သည့်ကာလအတွင်းမှာရွာရှိကျောင်းသား/သူလေးများသည်လည်းကျောင်းဆောင်သစ်တွင် လုံခြုံစိတ်ချ အေးချမ်းစွာ ပညာသင်ကြားနိုင်တော့မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဦးဇော်ထွန်း (ပါဠိကျမ်းရွာ)

## “စိုက်ပျိုးရေးတစ်ခေတ် ဆန်းသစ်နေသော ဖောင်းပြားရွာ”

ကျွန်တော်ကတော့ ဖောင်းပြားရွာမှ တောင်သူဦးဝင်းဇော်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၀ခုနှစ် နိပွန်ဖောင်ဒေးရှင်းစေတနာအဖွဲ့ရဲ့ EPD စီမံကိန်းမှာ ကျွန်တော်တို့ရပ်စောက်မြို့နယ်၊ အလယ်ချောင်ကျေးရွာအုပ်စု၊ ဖောင်းပြားရွာ အ.မ.ကစာသင်ကျောင်းဆောင်သစ်ပေ(၆၀ x ၃၀) ဆောက်လုပ်ရန်အတွက် ရပါသည်။ စေတနာအဖွဲ့မှ ကျောင်းဆောင်သစ် ဆောက်လုပ်ပေးသည့် အပြင် ကျွန်တော်တို့ရွာမှ တောင်သူလယ်သမားများ ကုန်ကျစရိတ် သက်သာပြီး မိမိစိုက်ပျိုးသည့် သီးနှံများ အထွက်နှုန်းတိုးမြှင့်စေရန်အတွက် အဆင့်မြင့် စိုက်ပျိုးနည်းပညာများ မြေဆီလွှာကောင်းမွန်လာစေရန် ခိုချကင်းသဘာဝမြေဩဇာ၊ မီးသွေးပေါင်းခံရေး၊ ငါးအပိုင်နီအက်စစ်ပြုလုပ် နည်းများကို ဇွန်လ ၂၀၁၀၊ ပထမပတ်တွင် စာတွေ့ လက်တွေ့ သုံးရက် သင်တန်းပို့ချခဲ့ပါသည်။ ၎င်းစိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်မှုတွေကို အခြေခံပြီး ကျွန်တော်လယ်သုံးဧကကို ရွှေရင်အေးအထွက်တိုးစပါးကို စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ စိုက်ပျိုးပြီး (၄၅)ရက်သားခန့်တွင် မီးသွေးပေါင်းခံရေး (၂)ဆ + ငါးအပိုင်နီ အက်စစ်(၁)ဆနွန်းဖြင့် တစ်ကြိမ်၊ (၆၀)ရက်သားခန့်တွင် တစ်ကြိမ် (၂) ကြိမ်ပက်ဖြန်းခဲ့ပါသည်။ တစ်ကြိမ်ပက်ဖြန်းပြီး တစ်ပတ်ခန့်အကြာတွင် စပါး ပင်များစိမ်းစိုလာပြီး ရောဂါပိုးမွှားများကင်းစင်လာပါသည်။ ဒုတိယအကြိမ် ဖြန်းပြီး (၁၅)ရက်အကြာတွင် ထွက်လာသည့် စပါးနံ့များမှာ အခြားပေါင်း ခံရေနှင့် ငါးအပိုင်နီအက်စစ် ပက်ဖြန်းခြင်းမရှိသည့် စပါးနံ့များ ထက်ပိုရည်ပြီး စပါးရွက်ဖျားခြောက်ရောဂါများပျောက်ကင်းသွားပါသည်။ စပါးရိတ်သိမ်း ရာတွင် အစေ့ကျော့ကျမှုနည်းခြင်း၊ စပါးစေ့များအစေ့အောင်ခြင်းများဖြစ်၍ အဖျင်းအမှော်များမရှိသလောက်တွေ့ရပါသည်။ ယခုနှစ်အဆိုပါ စိုက်ဧက သုံးဧကမှ စပါး(၁၂၇.၅)တင်း ရရှိခဲ့သည်။ ယခင်နှစ်က(၁၀၅)တင်းသာ

ထွက်ရှိခဲ့သဖြင့် ယခုနှစ်မှာ(၂၂)တင်းပိုမိုရရှိခဲ့ပါသည်။ လက်ရှိ စပါးပေါက် ဈေးမှာ တစ်တင်းလျှင် (၄၀၀၀)ကျပ်ဖြစ်သဖြင့် (၈၀၀၀)ကျပ် ပိုမိုရရှိ ခဲ့သည်။ မီးသွေးပေါင်းခံရေးနှင့် ငါးအပိုင်နီအက်စစ် (၂)ကြိမ် ဖြန်းသည့်



ကုန်ကျစရိတ်မှာ (၈၀၀၀)ကျပ်သာကုန်ကျသဖြင့် အသားတင်ဝင်ငွေမှာ (၈၀၀၀၀)ကျပ် ပိုမိုရရှိသည်။ ကျွန်တော်တို့အတွက် အကျိုးကျေးဇူးများ သည့်အတွက် နောက်နှစ်စိုက်ပျိုးရာသီတွင် ခိုချကင်းနှင့်ပေါင်းခံရေး၊ ငါးအ ပိုင်နီအက်စစ်များသုံးစွဲလျက် ဆက်လက်စိုက်ပျိုးသွားရန် ဆန္ဒရှိပါသည်။ မိမိ၏အတွေ့အကြုံများကိုလည်း အခြားတောင်သူများသို့ ပြောပြလျက် မိမိကဲ့သို့အသုံးပြုရန် စည်းရုံးတိုက်တွန်းလျက်ရှိပါသည်။ ကျွန်တော်အနေ ဖြင့်လည်း ယခုအဆင့်သင့်ပြုလုပ်ထားပြီးဖြစ်သည့် ခိုချကင်းမြေဩဇာဖြင့် ကြက်သွန်ဖြူစိုက်ဧက(၀.၂၃) ဧကကိုစိုက်ပျိုးရန်စီစဉ်ထားပြီးဖြစ်ပါသည်။

ဦးဝင်းဇော်ဦး (ဖောင်းပြားရွာ)

## “နွားချေးသဘာဝမြေဩဇာပြုလုပ်သုံးစွဲနည်း”



ဤနည်းသည် လုပ်ကိုင်ရလွယ်ကူစေပြီး သီးနှံစိုက်တောင်သူများအားလုံး မိမိဒေသရှိ (ဒေသမှလွယ်ကူ စွာရသော) ပစ္စည်း(၃)မျိုးကို စုဆောင်းပြီး မိမိကိုယ်တိုင်လက်တွေ့လုပ်ဆောင်ရမည့် နည်းလမ်းဖြစ်သည်။ လိုအပ်သောပစ္စည်း(၃)မျိုးမှာ နွားချေး၊ နွားသေးနှင့် ထန်းလျက်(သို့) သကြား၊ သကာရည်...တို့ဖြစ်ကြသည်။

တစ်ဧကစာအတွက် စံနှုန်းထားမှာ နွားချေး(၆)တင်း၊ နွားသေး (၅)လီတာ၊ ထန်းလျက်(သို့) သကြား၁၅ကျပ်သားနှင့် ရေ(နွားချေးအစို/အခြောက်ပေါ်မူတည်၍) ၄ဂါလံပုံး(၄)ပုံးမှ (၅/၆)ပုံး လိုအပ်ပါသည်။ ၎င်းပစ္စည်း(၄)မျိုး (ရေအပါအဝင်)ကို သမအောင် ရောစပ်ပေးပြီး ဥရက်ကြာ (တစ်နေ့လျှင် ၆ကြိမ် - စုစုပေါင်း၁၈ကြိမ်) မွှေကာ ၄ရက်မြောက်သောနေ့တွင် မိမိစိုက်ပျိုးသော သီးနှံစိုက်ခင်းများတွင် အသုံးပြုနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ သုံးစွဲနည်းမှာ ပထမနှစ်တွင် ပြုလုပ်ထားသောနွားချေး သဘာဝမြေဩဇာကို တစ်ပတ်လျှင် တစ်ကြိမ်(တစ်လ၄ကြိမ်) ပြုလုပ်ထည့်သွင်းပေးခြင်း၊ ဒုတိယနှစ်တွင် တစ်လ(၂)ကြိမ် ပြုလုပ်ထည့်သွင်းပေးခြင်း၊ တတိယနှစ်တွင် တစ်လ(၁)ကြိမ်ပြုလုပ်သုံးစွဲခြင်းနှင့် နောက်နှစ်များ(စတုတ္ထ နှစ်နောက်ပိုင်း)တွင် ပုံမှန်(၁)ကြိမ်နှုန်း ပြုလုပ်သုံးစွဲခြင်းအားဖြင့် လုပ်အား၊ စား၊ ပစ္စည်းများသက်သာ၍ ရောဂါပိုးမွှား ကျရောက်မှု နည်းစေသော အကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်ပါသည်။ (သတ်ပြုရန်အချက်မှာ အသုံးပြုသောနွားချေးသည် သဘာဝအလျောက် လေသလပ်ခံထားသော နွားချေးဖြစ်ရပါမည်။ နေပူဒဏ်ခံရခြင်း၊ မိုးရေထိခြင်းခံရပါက ၎င်းနွားချေး၏အာနိသင်များလျော့နည်းသွား သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။)

◆ (ဤဆောင်းပါးအား JICA ၏ လူသားအရင်းအမြစ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဆိုင်ရာ စိုက်ပျိုးပညာပေးရေး စီမံကိန်း သတင်းလွှာမှ ထုတ်နှုတ် ဖော်ပြပါသည်)

စေတနာအဖွဲ့မှ စိုက်ပျိုးရေးနည်းပညာများ လက်တွေ့သရုပ်ပြနေစဉ်

**“ EPD စီမံကိန်း(၂၀၀၉ ခုနှစ်)အတွက် ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်းနှင့်မြောက်ပိုင်းတွင် ဆောက်လုပ်ပြီးစီးခဲ့သော ကျောင်းဆောင်သစ်ဖွင့်ပွဲအခမ်းအနားများမှ အမှတ်တရ ဓါတ်ပုံများ ”**



**“ ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း (၁၁)ပါး ”**

- ဘုရားမပွင့်တဲ့ကမ္ဘာ
- ရာဇာမရှိတဲ့တိုင်း
- လှိုင်းမထတဲ့သမုဒ္ဒရာ
- လေမလာတဲ့တံခွန်ကုက္ကား
- ကျွန်မယားမရှိတဲ့သူဌေး
- ကလေးမရှိတဲ့နေအိမ်
- ရေတိမ်နေတဲ့ဝဲ
- ဆွဲလဲမရှိတဲ့ဘုရား
- ပညာနည်းပါးတဲ့နှုတ်ပါးစပ်
- အရောင်းအဝယ်ပါးတဲ့ဆိပ်ကမ်းဘူတာ
- ထီးနန်းနဲ့ပြည့်တန်ဆာကျွန်အင်္ဂါကင်းလျှင် ဆိတ်ငြိမ်ခြင်း(၁၁)ပါးမည်၏။

ဦးသန်းတင်(လက်ထောက်ဗြူနယ်ပညာရေးမှူး၊ ဖယ်ခုံဗြူနယ်)

**“ ပန်းအိုးတွင် ပန်းကြာကြာခံစေရန် ပြုလုပ်နည်း ”**



ပန်းအိုးမထိုးခင် ပန်းပင်၏ရိုးတံအား အနည်းငယ်ဖြတ်တောက်ခြင်း (ရေထဲသို့ရိုးတံထည့်၍ ကပ်ကြေးဖြင့် တစောင်းညှပ်ယူပါ)



ပန်းပင်၏ ရေနှင့် ထိနိုင်သောအပိုင်းမှ အရွက်များအား ချွေပစ်ခြင်း (ရေနှင့်ထိပါက ချက်ချင်း ပုပ်သွားနိုင်ပါသည်)



နွမ်းခြောက်သွားသော ပန်းပင်၏အစိတ်အပိုင်းများအား ချက်ချင်းဖယ်ရှားပစ်ခြင်း (မဖယ်ရှားပစ်ပါက အနီးရှိ ပန်းပင်မှအရွက်များ၊ ရိုးတံများ နွမ်းခြောက်သွားနိုင်ပါသည်)



နေ့စဉ် ပန်းအိုးမှ ရေအား အသစ်လဲလှယ်ပေးခြင်း (ဖြစ်နိုင်ပါက) (ရေမလဲလှယ်ပေးပါက ဘက်တီးရီးယားပိုးများ၊ ပိုးလောက်လန်းများ ပေါက်ဖွားလာနိုင်၍ ရောဂါများ ဖြစ်ပွားလာနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်)

**“ ဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည် ”**

စေတနာသတင်းလွှာတွင် ဒေသခံပြည်သူများနှင့် တောင်သူလယ်သမားများအတွက် အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိစေမည့် နည်းပညာ၊ သတင်းနှင့် ပညာရေးဆိုင်ရာ ဆောင်းပါးများကို ထည့်သွင်းဖော်ပြလိုပါသဖြင့် စီမံကိန်းရုံးခန်းများသို့ ဆက်သွယ်ပေးပို့နိုင်ပါကြောင်း ဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည်။

ဆက်သွယ်ရန် ☎ 📧 ✉

စီမံကိန်းရုံး (တောင်ကြီး)

အမှတ်(၂၄၃ ဘီ)၊ သီရိမင်္ဂလာလမ်း၊ သစ်တောရပ်ကွက်၊ တောင်ကြီးမြို့၊ ဖုန်း ၀၈၁ - ၂၄၃၅၆၊ ၂၀၀၅၅၇

စီမံကိန်းရုံး (လားရှိုး)

အမှတ်(၆)၊ သာယာလမ်း၊ ရပ်ကွက်(၁)၊ နယ်မြေ(၁)၊ လားရှိုးမြို့၊ ဖုန်း ၀၈၂ - ၂၆၁၄၄



**အတွဲ (၅)၊ အမှတ်စဉ် (၃) ကိုမတ်လတွင် ထုတ်ဝေပါမည်။**