



စေတနာသတင်းလွှာ

Education for Peace and Development Project (EPD)-Saetanar Newsletter Vol.(7), No.5

Saetanar / The Nippon Foundation / Natalia

၂၀၁၆ ခုနှစ်၊ မေလ

အတွဲ (၇)၊ အမှတ်စဉ် (၅)

“စေတနာအဖွဲ့၏ ဥယျာဇဉ်”

မင်္ဂလာပါ

စေတနာအဖွဲ့၏စီမံကိန်းဆောင်ရွက်သည် သက်တမ်း ၁၄နှစ်သို့ ရောက်ရှိလာခဲ့ပါပြီ။ ၁၅နှစ်အတွင်း ကျောင်းဆောင် သစ် ၃၀၀ ဆောက်လုပ်မည် စီမံချက်ဖြစ်ပြီး လက်ရှိကာလတွင် စုစုပေါင်း ၂၆၀ အား ဆောက်လုပ်ပြီးစီးခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

စေတနာအဖွဲ့၏စီမံကိန်းဒေသရှိ ဝန်ထမ်းများသည် ယခု၂၀၁၆ ခုနှစ်၏ နွေရာသီ အယ်နီညိုကာလအတွင်းပူပြင်း သည့် ရာသီဥတုဒဏ်ကို အံတုရင်း၊ ပင်ပန်းသည်ဟုမထင် ကျေးရွာအသီးသီးသို့ သွားရောက်လျက် ကျောင်းဆောင်သစ် ၂၀ ဆောက်လုပ်နိုင်ရေးပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသလို၊ ဒေသခံပြည်သူများမှလည်း မိမိတို့ကလေးငယ်များ ပညာရေးတိုးတက် ကောင်းမွန်စေလိုသည့်ဆန္ဒဖြင့် နေပူမရှောင်၊ မိုးရွာမရှောင်လုပ်အားပေး ပူးပေါင်းပါဝင်လျက်ရှိကြပါသည်။

သို့ဖြစ်ပါ၍ စေတနာအဖွဲ့အနေဖြင့် ယခုအကြိမ်တွင် ထုတ်ဝေသည့် သတင်းလွှာမှ စေတနာအဖွဲ့၏ စာသင်ကျောင်း ဆောက်လုပ်ရေးလုပ်ငန်းတွင် ပူးပေါင်းပါဝင်ကူညီဆောင်ရွက်သူများအားလုံး ဆိုးရွားသည့်ရာသီဥတုဒဏ်အားကျော်လွှားနိုင်ပြီး ကျန်းမာကြပါစေကြောင်း ဆုတောင်းမေတ္တာပို့သအပ်ပါသည်။

စေတနာအဖွဲ့

မြန်မာပြည်မှ ကလေးသူငယ်များသို့

မတွေ့ရတာကြာပြီနော်။ အားလုံးနေကောင်းကြပါရဲ့လား။ သွားရောမုန့်မုန့်တိုက်ကြပါရဲ့လား။ နောက်ဆုံးတစ်ကြိမ်ရွာကို ရောက်တုန်းကကလေးတို့ရဲ့ခံတွင်းဟာဘယ်လောက်အရေးကြီးကြောင်း ပြောပြခဲ့တာကိုရောမှတ်မိကြပါရဲ့လား။ အဲဒီအကြောင်းအရာနဲ့ပတ်သတ်ပြီးကျွန်တော်ပြန်လည် စုစည်းထားတာကိုဒီနေ့နောက်တစ်ခေါက်လောက်ထပ်ပြီး ပြောကြရအောင်။

ကလေးတို့ရဲ့ခံတွင်းဟာ စကားပြောခြင်း/စားသောက်ခြင်း/အသက်ရှူခြင်းစသည်တို့ကို ဆောင်ရွက်ပြီးဒါတွေဟာ အသက်ရှင်သန်ဖို့အတွက် အရေးကြီးသောအချက်တွေဖြစ်ပါတယ်။ သွား ကျန်းမာရေးမကောင်းရင် ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာရေးလည်းမကောင်းနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့်မို့ မိမိကိုယ်တိုင် သေသေချာချာ ဂရုစိုက်ကြရအောင်နော်။

ခံတွင်းကိုဂရုစိုက်ရာတွင်အရေးအကြီးဆုံးအချက်မှာအစားစားပြီးတိုင်း သွားတိုက်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သွားပိုးစားခြင်းနှင့်သွားဖုံး ဆိုင်ရာရောဂါများမဖြစ်ရန်ကာကွယ်ရန်မှာအစားကျွင်းများအား ခံတွင်းအတွင်းတွင်မကျန်ရစ်စေရန်ဖြစ်ပါသည်။ အစားစားပြီးတိုင်း ခံတွင်းနေရာအနံ့သို့သေသေချာချာသွားတိုက်ကြရပါမည်။ မည်သို့မျှသွားတိုက်ရန်အဆင်မပြေသည်အခါမျိုးတွင် အနည်းဆုံး ပါလုတ်ကျင်းဖြစ်အောင်ကျင်းပါ။

ကျန်းမာပြီး ပေါ့ပါးသွက်လက်သောသင့်အပြုံးက သင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ သူများအားလုံးထံသို့ပျော်ရွှင်ခြင်းအား ကူးဆက်သယ် ဆောင်လာပါလိမ့်မည်။



ဆရာမိုးရာမ

စီမံကိန်းအဆင့် - ၃၊ စီမံကိန်းနှစ် ၂၀၁၅တွင် ဆောက်လုပ်ပြီးစီးခဲ့သော ကျောင်းများ

ရှမ်းပြည်နယ်တောင်ပိုင်း



SIII-21 သာယာကုန်းအမက၊ တောင်ကြီး။



SIII-22 သက်သာ အမက၊ ဟိုပုံး။



SIII-23 ကောင်ဝါးတောင် အမက၊ ဆီဆိုင်။



SIII-24 ဓမ္မာပြင်ချေနှား အမက၊ ပင်လောင်း။



SIII-25 လှဲဒိုး အလက(ခွဲ)၊ ရပ်စောက်။



SIII-26 မယ်စုံမြောက် အမက၊ ဖယ်ခုံ။



SIII-27 ဝြော့ကုန်းအမက၊ ပင်းတယ်။



SIII-28 ရွာမ အမက(မူလွန်)၊ ရွာငံ။



SIII-29 ဟွေဟောင်း အမက(မူလွန်)၊ လွိုင်လင်။



SIII-30 မက်မွန်လောင်း အမက၊ နမ့်ဆန်။

ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်း



NIII-21 ကောင်းဝေ အလက(ခွဲ)၊ နမ့်ဝမ်း။



NIII-22 ကောင်းတပ် အမက၊ နမ့်ဝမ်း။



NIII-23 ခုံးပေါ် အထက(ခွဲ)၊ မူဆယ်။



NIII-24 ဘုန်းတော်ကြီးသင် အမက(မူလွန်)၊ တန်ယန်။



NIII-25 မန်မွန်း(ဝေး) အမက(မူလွန်)၊ သီပေါ။



NIII-26 ဟာခေး အမက၊ သီပေါ။



NIII-27 ဝယ်တုန်ဟုန်း အမက(မူလွန်)၊ နမ့်ဆန်။



NIII-28 တောင်မ အမက(မူလွန်)၊ နမ့်ဆန်။



NIII-29 ရေဝင် အလက(ခွဲ)၊ နောင်ချို။



NIII-30 ကြိုင်ဂိုင် အမက(မူလွန်)၊ နောင်ချို။

"ပျိုးသက်နုစပါးစိုက်ပျိုးရေး"

၁။ နိဒါန်း

ဤစပါးစိုက်ပျိုးနည်းသည် ပျိုးစေ့နှုန်းထားနည်းနည်း၊ ကောက်ကွက်ကြီးကြီး၊ ပျိုးသက်နုစပါးစိုက်ပျိုးနည်းစနစ် (System of Rice Intensification (SRI)ပင်ဖြစ်သည်။ တနည်းဆိုသော် ဤ SRI နည်းသည် အရင်းနှီးငွေဖြင့်တန်ဖိုးမြတ်၍ မရသောနည်းစံနှစ်သစ်ပင်ဖြစ်သည်။

၂။ နောက်ခံသမိုင်း

၁၉၄၈ ခုနှစ်ကာလ၌ အာဖရိကတိုက်၏ မဒါဂတ်စကာကျွန်းပေါ်တွင် ခရစ်ယာန်သာသနာပြု ဘုန်းတော်ကြီး Fr: Herride Lanlanie ဆိုသူမှ စတင် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ပြီး ၁၉၉၉ ခုနှစ် နောက်ပိုင်းတွင် နည်းပညာ၏ အောင်မြင်မှုသည် ကျားဘားနိုင်ငံမှ တရုတ်သို့ လည်းကောင်း၊ ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံမှ ဝီရိုနိုင်ငံသို့ လည်းကောင်း ပြန့်နှံ့ခဲ့ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသို့ ၁၉၉၉ခုနှစ်တွင် Institute for Food, Agriculture and Development, USA မှ Director Dr Upoff ကိုယ်တိုင်လာရောက် ပညာပေးဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

၃။ ရည်ရွယ်ချက်

မြန်မာနိုင်ငံသည် နှစ်စဉ် နှင့်အမျှ လူဦးရေတိုးတက်လာသည်နှင့်အတူအမျိုးကျ လျော့နည်းလာသော မြေ၊ ရေ သယံဇာတ၊ ဆင်းရဲသောတောင်သူ လယ်သမားအများစု၏ လုပ်သား၊ လုပ်အားသွင်းအားစုများကို အကျိုးရှိစွာ စီမံထိန်းသိမ်း၍ ရေရှည်တည်တံ့သော တောင်သူတစ်ပိုင်တစ်နိုင် စပါးစိုက်ပျိုး ထုတ်လုပ်ခြင်းစနစ်သစ်နည်းပညာတစ်ရပ်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

၄။ မိမိကိုယ်တိုင်လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခဲ့သောလုပ်ငန်းစဉ်များ

တောင်ကြီးမြို့နယ်အစိုးရအဖွဲ့မှ ဦးစီးဦးဆောင်ပြီး ၂၀၁၄ခုနှစ်၊ ဇူလိုင် (၁)ရက်မှ စ၍ အလုပ်ဝင်ရောက်ခဲ့ရာ မိုးရာသီစပါးစိုက်ပျိုးချိန် ရာသီတစ်လ နောက်ကျမှရောက်လာခဲ့ပါသည်။ တောင်သူရွေးချယ်ထားသော ပျိုးသည်ဒေသပျိုးဖြစ်သော်လည်း သက်လတ်စပါး "ရွှေအပ်" ပျိုးစပါးဖြစ်ပါသည်။ တောင်ကြီးမြို့နယ်၊ ဘန်းကျေးကျေးရွာအုပ်စု၊ ကုန်းညွန့်ကျေးရွာတွင်ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

(၁) ဆားရည်စိမ်ပျိုးစပါးရွေးချယ်ခြင်း

- ရေတစ်ဂါလံတွင် ဆား၅၀ ကျပ်သားထည့်၍ ဖျော်သည်။
- ယင်းဆားဖျော်ရည်ကို လတ်ဆတ်သော ကြက်ဥတစ်လုံးထည့် ၍ ပေါလော ပေါလောသည်ကိုတွေ့ရသည်။
- ဤအဆင့်သည် ရေ၏သိပ်သည်းဆ တိုင်းတာခြင်းဖြစ်သည်။
- ဆားဖျော်ရည်တွင်ပျိုးစပါးတစ်ပြည် (နို့ဆီဘူး စလုံး)ထည့်သော အဖျင်းများ ပေါလောပေါ်လာပါသည်။
- ပျိုးအောင်သော ပျိုးစေ့အောက်တွင်ကျ ၍ ဆယ်ယူပြီး ဆာလာအိတ်ထဲသို့ ထည့်ရပါသည်။
- ဤသို့ တစ်ပြည်ချင်း တစ်ကေအတွက် (၃) ပြည်ကိုတစ်ပြည်ချင်းဆားရည်စိမ် ၍ ပျိုးရွေးချယ်ပါသည်။

(၂) ပျိုးအုပ်ခြင်း

- ဆည်ယူပြီးသော ပျိုးစေ့ (၃) ပြည်ကို ဆာလာအိတ်ထဲထည့် ၍ ရေစီးသော မြောင်းတွင် အုတ်ခဲမိကာ (၂၄) နာရီ ရေစိမ်ထားပါသည်။
- ၂၄ နာရီရေစိမ် ၍ ပျိုးစေ့ပေါ်ရှိဆားငန်ဓာတ်များပျောက်ဆုံးကာ အညှောက်ပေါက်ကောင်းလာသည်။
- ၂၄ နာရီကြာ ရေစိမ်ထားသောပျိုးထုပ်ကိုယူ ၍အစိုဓာတ်ရှိသော သစ်ရွက်စိမ်း ချုံပုတ်ထဲတွင် (၂)ရက် အုပ်ထားပါသည်။
- ပျိုးအုပ်မှု (၃) ရက်မြောက်သောနေ့တွင် စာပါးစပ်သဖွယ်အညှောက်ပေါက်လာသည်။
- အညှောက်ပေါက်ရာခိုင်နှုန်းသည် (၉၅.၀၀) ဖြစ်၍ အပင်ပေါက်ကောင်းသည်ဟုသတ်မှတ်ပါသည်။

(၃) ပျိုးခင်းဘောင်ပြုလုပ်ခြင်း

- နံနက်စောစောနေရောင်ရသော၊ အရိပ်မကျသောနေရာကို ရွေးချယ်ပါသည်။
- မိုးမရွာပါက ရေလောင်းရန်ရေတွင်း၊ ရေကန်နှင့်နီးသော နေရာကိုရွေးချယ်ပါသည်။
- ပျိုးတစ်ပြည်စာအတွက် အလျား (၁၀)ပေ၊ အနံ (၄)ပေ ရှိသောပျိုးဘောင်တွင် အောက်ခံ (၄)လက်မ အထူဘောင် မြေဆွေးခင်းထားပါသည်။ ယင်းပေါ်သို့ စက်ခွဲပြာ (၃)လက်မ ထူအောင်ခင်းထားပါသည်။
- ယင်းစက်ခွဲပြာပေါ်တွင် (၄)ပေအရှည်၊ အမြင့် (၃) လက်မခံသော ဝါးလုံးကို ဘောင်၏ အနံလိုက်ထားရှိပါသည်။

(၄) ပျိုးကွဲခြင်း

- (၁၀ x ၄) ပေ ရှိသော ပျိုးဘောင်အသင့်ပေါ်တွင် စာပါးစပ် အညှောက်ပေါက်သော ပျိုးတစ်ပြည်ကို ညီညီညာညာ မထူမပါး ပျိုးကြဲပါသည်။
- ယင်းပျိုးညှောက်ပေါ်တွင် (၁/၄) လက်မခန့် ထူသောစက်ခွဲပြာ အသာ အယာ ဖုံးအုပ်ပါသည်။
- ယင်းအပေါ်မှသက်ကယ်ဟောင်းအပျစ်လိုက်၊ ဘောက်၏ အလျားလိုက် အသာအယာဖုံးအုပ်ပါသည်။
- ပျိုးမရွာပါသဖြင့် ယင်းသက်ကယ်ဟောင်းပေါ်မှ မနက်တစ်ကြိမ်၊ ညနေတစ်ကြိမ် တစ်ရက် (၂) ကြိမ်နှုန်းဖြင့် မှန်မှန်ရေပန်းကရားဖြင့်ရေလောင်းပေးရပါသည်။
- ပျိုးကြဲပြီး (၃) ရက်နေ့ ညနေပိုင်းတွင်ပျိုးပင်အနေအထားကြည့် ၍ဖုံးအုပ်ထားသော သက်ကယ်ကို အသာအယာဖယ်ရှားပေးပါသည်။
- စာပါးစပ်အာ ၍ ပျိုးညှောက်ကို ပျိုးဘောင်ပေါ်သို့ ပျိုးစပါးကြိုညညနေ့ကို (၁)ရက် မှတ်ယူကာပျိုးသက်(၁၀)ရက် အထိထားရပါသည်။

(၅) ကောက်စိုက်ခြင်း

- ပျိုးပင် (၁၀)ရက်သားကို (၂) လက်မခန့် သာမြင့် ၍တစ်ပင်ခြင်း ပျိုးနှုတ်ကာ ထမင်းစားပန်ကန်ပြားတွင်စု၍ ထည့်ထားပါသည်။
- တန်းကြားပင်ကြား (၉x၉) လက်မခြား တစ်ပင်ခြင်းစိုက်ရပါသည်။
- တစ်ဧကတွင် (၉x ၉) လက်မမြင့်ကောက်ကွက်ပေါင်း (၇၇၄၄၀) ဝင်ဆန့် ပါသည်။
- ကောက်စိုက်ပြီး (၅)ရက်အတွင်း ရေသွင်းခြင်းမပြုလုပ်ပါ။
- ရာသီဥတု အခြေအနေကြည့် ၍ ရေများပါက ရေထုတ်ပေါက်နေရာကိုလည်း သတ်မှတ်ထားပါသည်။

(၆) ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း

- ကောက်စိုက်ပြီးသော်လည်းပျိုးခင်းဘောင်ကို အရန်အင်အားအဖြစ် ဆက်လက်ထိန်းသိမ်းထားပါသည်။
- ကောက်ကွက်အသေအပျောက်များကို ချက်ချင်းဖာထေးပေးရပါသည်။
- ကောက်ပင်အခြေအနေကြည့် ၍ ရေသွင်းရေထုတ်ပြုလုပ်ပေးရပါသည်။
- ကန်သင်းရေထွက်ပေါက်ရှိလျှင်ချက်ချင်းပိတ်ပေးရပါသည်။
- ကောက်ကွက်တစ်ကွက်လျှင် ပင်ပွားအများဆုံး (၃၂) အနည်းဆုံး (၈) ပင်ပွားသည်ကိုတွေ့ရှိရပါသည်။
- ပျိုးသက် (၂၅) ရက် (၄၅) ရက် (၆၅)ရက် စုစုပေါင်း(၃) ကြိမ်ကြား လိုက်တမန်နီး ပေါင်းရှင်းပေးပါသည်။
- ပျိုးကွဲပါဝင်မှုကိုဤအချိန်တွင် ဖယ်ရှားပေးပါသည်။

(၇) ရိတ်သိမ်းချွေလှေ့ခြင်း

ဤဒေသပျိုးရွှေအပ်ပေါင်းသည်စိုက်ချိန်တစ်လနောက်ကျ ၍ အောင်ရေလိုအပ်သည့်အချိန်တွင် အောင်ရေလုံလောက်စွာမရှိနိုင်ပါသဖြင့် စပါးနီ ရည်တည်မှုအားနည်းကာ အဖျင်းများစွာပါရှိသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။ စံကွက်ရိတ်သိမ်းရာတွင် တစ်ဧကလျှင် (၁၁၆)တင်းထွက်ရှိပါသည်။

၅။ SRIစနစ်၏ မြင်သာသောအကျိုးတရား

- အပင်ပွားစည်းချိန်ပိုကာစောစီးစွာ ပွားစည်းသော အပင်များမှ အောင်မြင်သော အစေ့အဆန်များသော အထွက်နှုန်းကောင်းစေသော စပါးနီများရိတ်သိမ်းနိုင်သည်။
- မြေဘောင်ပျိုးမှပျိုးပင် မနာစေရန် ခွဲယူစိုက်ပျိုးနိုင်သဖြင့် ပျိုးပင်၊ ပျိုးမြစ် ဒဏ်ရာရခြင်းမှကင်း ၍အပင်အမြစ်ခွဲမြွှဲကာကောက်ပင်လွန်ချိန် (၁၀)ရက်ပိုစောစေပါသည်။
- မိခင်အပင်၊ ပင်ပွားများထုတ်နိုင်သည့်အပြင် အပင်အမြင့်ပို၍ပိုမြင့်မားသည်။
- အပင်တုတ်ခိုင် ၍လေတိုက်ဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိသည်။
- ပျိုးစေ့နှုန်းထား ပုံမှန်(၂) တင်းသို့ မဟုတ် (၃၂) ပြည်နှုန်းမှ (၃) ပြည်နှုန်းသို့ လျော့ချသုံးစွဲသဖြင့် ပျိုးစေ့ (၂၉)ပြည် သို့မဟုတ် ဆန်သား (၁၂) ပြည် သက်သာစေပါသည်။
- SRI စနစ်တကျ ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြင့်သမပျိုးကျ စနစ်ထက်တစ်ဧကအထွက်နှုန်း (၁၀) ရာခိုင်နှုန်းအထိပိုမိုရရှိစေပါသည်။

၆။ မမြင်သာသောအကျိုးတရား

- ပျိုးခင်းနေရာ ကျဉ်းသွားသဖြင့်လုပ်အား၊ အချိန်၊ အကျယ်အဝန်း၊ စောင့်ရှောက်မှု၊ သွင်းအားစု၊ သဘာဝမြေခွေမှု၊ ပျိုးနှုတ်ခသက်သာစေပါသည်။
- ပျိုးခင်းသက်တမ်းလျော့ချသဖြင့် ပျိုးခင်းစောင့်ရှောက်မှု၊ ရေသွင်းရေထုတ်၊ ပိုးမွှားကာကွယ် လုပ်အား အချိန်ကုန်ကျစရိတ်သက်သာစေသည်။
- စတုရန်းကောက်ကွက်ဖြစ်သဖြင့် မြေဆီလွှာ အဟာရ၊ ရေ၊ နေရောင်ခြည်၊ ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ဓာတ်၊ အညီအမျှရယူစားသုံးနိုင်သည်။
- ကောက်ကွက်နှင့် လက်ဆအရေအတွက်ကို ပုံမှန်စိုက်ခင်းထက် (၂)ဆနီးပါး လျော့ချ စိုက်ပျိုး နိုင်သဖြင့်အပင်စားသုံးမည့်သဘာဝမြေဆီလွှာအတွင်းမှ အာဟာရဓာတ်များကိုမူလပုံမှန်စိုက်စနစ်ထက်လျော့နည်း၍သဘာဝအရင်းအမြစ်ကိုကြာရှည်စွာထိမ်းသိန်းနိုင်သည်။
- လျော့နည်းစိုက်ပျိုးသောပျိုးပင်အတွက်အာဟာရ ဓာတ်ပုံမှန်ထက် (၂)ဆ ပိုမိုစားသုံးနိုင်သည်။



စေတနာအဖွဲ့ကအကြောင်း အသေးစိတ်သိရှိလိုပါက www.saetanar.org သို့ ဝင်ရောက်ကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။
အကြံပြုချက်များ စာမူများကိုလည်း နီးစပ်ရာစေတနာရှင်များသို့ ပေးပို့နိုင်ပါသည်။