



# အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှု အလုပ်သင်များ၏ မိတ်ဆွေ

၂၀၂၁ခုနှစ် အောက်တိုဘာလထုတ်

## ကိုဗစ်-၁၉ စတုရောဂါတွေ မပြန့်ပွားစေဖို့ နေအိမ်ကအမှိုက်တွေကို စွန့်ပစ်နည်း

ဂျပန်မှာ လူနေအိမ်တွေက တစ်အိမ်နဲ့တစ်အိမ် နီးနီးကပ်ကပ်ရှိနေတာများပြီး အိမ်နီးနားချင်းတွေနဲ့အကြားမှာ စိတ်ချမ်းချမ်းသာသာ နေထိုင်နိုင်ဖို့အတွက်လည်း အမှိုက်ပစ်ပစ်နည်းကိုသတိထားဖို့ဆိုတာ အထူးအရေးကြီးပါတယ်။ အလုပ်သင်တွေလည်း အိမ်ရာတွေ အဆောင်တွေမှာ "အမှိုက်စွန့်ပစ်ခြင်း" စည်းကမ်းတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး အလုပ်ခွင်နဲ့ ကြီးကြပ်ရေးအဖွဲ့အစည်းတွေက တာဝန်ရှိသူတွေဆီက သိရှိထားမယ်လို့ထင်ပါတယ်။ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကူးစက်မှု တားဆီးဖို့အတွက်လည်း နေအိမ်ကအမှိုက်ကို စွန့်ပစ်ရာမှာ သတိထားစရာတွေကို လေ့လာမှတ်သားကြပါစို့။

— နေအိမ်ကအမှိုက်ပစ်ချိန်မှာ သတိထားစရာအချက် ၅ ချက် —



**အမှိုက်အိတ်ကို**  
သေသေချာချာပိတ်ပါ



**အမှိုက်အိတ်ထဲက**  
လေကို ထုတ်ပါ

အမှိုက်သိမ်းကားထဲမှာ အိတ်ပေါက်သွားတာမျိုး ဖြစ်တတ်ပါတယ်။



**အမှိုက်စိုတွေကို**  
အရည်မပါအောင် စစ်ပါ



**အိမ်ကထွက်တဲ့အမှိုက်**  
နည်းအောင် လျှော့ပါ

ဥပမာ-စားကြွင်းစားကျန် (အလေအလွင့်) နည်းအောင်လုပ်ပါ။



**နေထိုင်ရာ ရပ်ကွက်ရဲ့ စည်းကမ်းအတိုင်း**  
အမှိုက်ကို ခွဲခြားပစ်ပါ

ပုံမှန်နဲ့ မတူတဲ့ စည်းကမ်းဖြစ်နေတာမျိုး ရှိတတ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် အမှိုက်ကိုလမ်းတွေပေါ်မှာ မပစ်ရပါဘူး။ အဖုံးနဲ့ တံဆိပ်တွေကို ဖယ်ရှားပါ။



## ကိုဗစ်-၁၉ ရောဂါခံစားနေရသူနဲ့ ရောဂါဖြစ်တယ်လို့ သံသယရှိသူတွေ သုံးပြီးသား နှာခေါင်းစည်းနဲ့ တစ်ရှူး စွန့်ပစ်နည်း

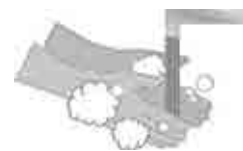
၁) အမှိုက်ပုံးမှာ အမှိုက်အိတ်ကိုစွပ်ပြီး အမှိုက်တွေ ပြည့်မနေအောင် သတိထားပါ။



၂) အမှိုက်အိတ်ထဲက လေကိုထုတ်၊ သေသေချာချာပိတ်ပြီး စွန့်ပစ်ပါ။ အိတ်အပြင်ဖက် ပေသွားရင်၊ အိတ်ပေါက်သွားရင် နောက်ထပ် အမှိုက်အိတ် ထပ်စွပ်ပါ။



၃) အမှိုက်ပစ်ပြီးတဲ့အခါ လက်ကို ဆပ်ပြာနဲ့ ဆေးကြောပါ။



ပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေ၊ အမှိုက်ဆိုင်ရာ အလုပ်လုပ်သူတွေကို ကာကွယ်ဖို့ ပူးပေါင်းကူညီကြပါ။

※ဒါတွေက သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်ဆိုင်ရာဝန်ကြီးဌာနရဲ့ အင်တာနက်စာမျက်နှာ ([https://www.env.go.jp/recycle/waste/sp\\_contr/infection/leaflet6.pdf](https://www.env.go.jp/recycle/waste/sp_contr/infection/leaflet6.pdf)) ပါ အချက်အလက်တွေကို မှီငြမ်းထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

ミヤンマー語版

**"၂၉ ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံခြားသားအတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှုအလုပ်သင်နှင့် သင်တန်းသားများ၏ဂျပန်ဘာသာစာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲ"**  
**ဆုရသူစာရင်း အကြောင်းကြားလွှာ**

အခုတစ်ကြိမ် "၂၉ ကြိမ်မြောက် နိုင်ငံခြားသား အတတ်ပညာကျွမ်းကျင်မှုအလုပ်သင်နှင့်သင်တန်းသားများ၏ ဂျပန်ဘာသာစာစီစာကုံးပြိုင်ပွဲ" မှာ အများအပြား ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြလို့ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။ လက်ရာပေါင်း ၂,၆၀၀ ထဲက အသေအချာစိစစ်ပြီး ဆုရသူ ၂၇ဦး (အကောင်းဆုံးဆု ၄ဦး၊ ထူးချွန်ဆု ၄ဦး၊ အထူးဆု ၁၉ဦး) ကို ရွေးချယ်ခဲ့ပါတယ်။

ဆုရလက်ရာတွေကို "လက်ရာကောင်းများ" အဖြစ်စုစည်းထားပါတယ်။ JITCO ရဲ့အင်တာနက်စာမျက်နှာမှာတင်ထားတာကြောင့်ကြည့်ရှုကြပါ။  
 🌐 <https://www.jitco.or.jp/ja/service/competition.html>

❖ အကောင်းဆုံးဆု (၄ဦး) ဆုရရှိသူများအား ချီးကျူးဂုဏ်ပြုပါသည်

နာမည်	လက်ရာခေါင်းစဉ်	နိုင်ငံသား	နာမည်	လက်ရာခေါင်းစဉ်	နိုင်ငံသား
TANTI SOPIAH NURCAHYATI	素敵なプレゼント	အင်ဒိုနီးရှား	TRAN THI AI LY	これまでの私、そして、これからの私	ဗီယက်နမ်
NGUYEN THI HOAI THU	私の菜園	ဗီယက်နမ်	MAY ME ME LIN PAING	いま、伝えたいこと	မြန်မာ

❖ ထူးချွန်ဆု (၄ဦး)

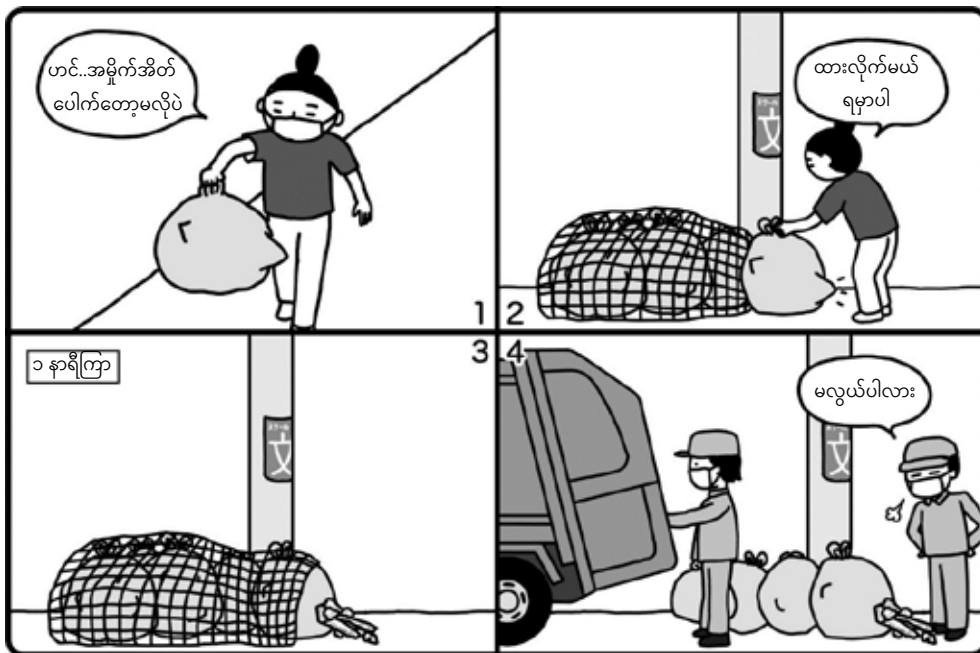
PAN YUTONG	2つの教え	တရုတ်	LE THI NGOC DIEM	夢の中のレストラン	ဗီယက်နမ်
SANJANA	太陽が守ってくれるから	အိန္ဒိယ	RISMA TIKASMAWATI	神様が与えてくれた試練	အင်ဒိုနီးရှား

❖ အထူးဆု (၁၉ဦး)

XIONG DAN	今日も私は女優です	တရုတ်	ENKHTUYA ZOLZAYA	一人一冊＝図書館	မွန်ဂို
CONG SHIBIN	「山川異域、風月同日」	တရုတ်	VICENTE NOEL GAMO	大好きな国	ဖိလစ်ပိုင်
DINH NGOC ANH	特別な出会い	ဗီယက်နမ်	TRAN THI PHUONG	私の心に響いた言葉	ဗီယက်နမ်
MERINA MARSELLA	私の経験で一番の思い出	အင်ဒိုနီးရှား	HILADO MARJORIE MALAPITAN	待ち遠しい日	ဖိလစ်ပိုင်
NGUYEN CONG BANG	幸せのサクラ色	ဗီယက်နမ်	QUIROS ERIC LALATA	真心と思いやり	ဖိလစ်ပိုင်
LI JIUHUAN	笑顔の力	တရုတ်	DELA CRUZ CHEYSSERNESS AGBULOS	大好きなおばあちゃん	ဖိလစ်ပိုင်
LIU HAN	私の事を覚えてくれないおばあさん	တရုတ်	SUN MIAO	席の譲り方の違い	တရုတ်
TRAN THI MY LINH	望みを捨てないで	ဗီယက်နမ်	NGUYEN THI DIEM	偏見を変える努力の力	ဗီယက်နမ်
IRWAN ARI WIDIYANTO	性格	အင်ဒိုနီးရှား	WUTT YEE ZONE	気になる日本の言葉	မြန်မာ
XU XIA	甘い勇気と苦い勇気	တရုတ်			

**မန်ဂါနဲ့လေ့လာကြည့် ဂျပန်လူမျိုးတို့ရဲ့စိတ်နေသဘောထား**

**-အိတ်လည်းပေါက် စည်းကမ်းလည်းဖောက်-**



**မာရူအိစ်က အမှိုက်သိမ်းတဲ့လူတွေကို ဒုက္ခပေးမိခဲ့ပါတယ်**

- ဂျပန်နိုင်ငံမှာ အမှိုက်ပစ်တဲ့စည်းကမ်းတွေနဲ့ပတ်သက်ပြီး အံ့အားသင့်ရတာ၊ ရှုပ်တယ်လို့ ထင်တာ၊ ခေတ်မီတယ်လို့ ထင်တာစသဖြင့် မိခင်နိုင်ငံက စည်းကမ်းတွေနဲ့နိုင်ယှဉ်ရင်းသတိပြုမိတာတွေ ရှိမယ်ထင်ပါတယ်။ ကိုရိုနာကပ်ရောဂါထဲမှာ အမှိုက်သိမ်းပေးသူတွေကို ကျေးဇူးတင်ဖို့ကလည်း အလေးထားစရာအချက် ဖြစ်ပါတယ်။ မာရူအိစ်ရေ နောက်တစ်ခါ သတိထားပါနော်။

