

**(၃၁) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင် ဆောင်ရွက်ထားရှိမှု အခြေအနေများအား တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှုအပေါ် တာဝန်ရှိသူမှ ရှင်းလင်းဖြေကြား**

အားကစားနှင့်လူငယ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာနအနေဖြင့် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ၊ ဟနွိုင်းမြို့အပါအဝင် နေရာ (၁၂) နေရာတွင် (၁၂.၅.၂၀၂၂) ရက်နေ့မှ (၂၃.၅.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ပြိုင်ပွဲကျင်းပသွားမည့် အခြေအနေများ၊ မြန်မာနိုင်ငံအနေဖြင့် အားကစားနည်းမည်မျှ ပါဝင်ယှဉ်ပြိုင်မည်၊ မည်သို့ ကြိုတင် ပြင်ဆင်လေ့ကျင့် ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။ အားကစားသမား မည်မျှဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ကြမည်၊ ဆုတံဆိပ်မျှော်မှန်းထားရှိမှု အခြေအနေများအား အားကစားနှင့်လူငယ်ရေးရာဝန်ကြီးဌာနမှ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးဌေးအောင်ထံ သွားရောက်တွေ့ဆုံမေးမြန်းမှု အခြေအနေများအား တင်ပြလိုက် ရပါသည်။

(၃၁) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲကြီးကို ဗီယက်နမ်နိုင်ငံမှ အိမ်ရှင်အဖြစ် ကျင်းပဖို့ အချိန်နီးကပ်လာနေပြီ ဖြစ်ပါတယ်။ အားကစားနှင့်လူငယ်ရေးရာဝန်ကြီး ဌာနအနေနဲ့ ပြိုင်ပွဲကြီးကို ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ဖို့ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်ထားရှိမှု အခြေအနေ များကိုလည်း ဖြေကြားပေးစေလိုပါတယ်?

- ❖ (၃၁) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲကြီးကို ဗီယက်နမ်နိုင်ငံမှာ (၁၂.၅.၂၀၂၂) ရက်နေ့မှ (၂၃.၅.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ဟနွိုင်းမြို့အပါအဝင် အခြားနေရာ (၁၂) နေရာတွင် ကျင်းပသွားဖို့ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံ အိုလံပစ်ကော်မတီရဲ့ နောက်ဆုံး ထုတ်ပြန်ချက်အရ အတည်ပြုချက် ရရှိထားပြီး ဖြစ်ပါတယ်။ ပြိုင်ပွဲကြီးမှာ အားကစားနည်း (၄၀) ထည့်သွင်းကျင်းပသွားမှာဖြစ်ပြီး စုစုပေါင်း ရွှေတံဆိပ် (၅၂၆) ခု ချီးမြှင့်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာနိုင်ငံအနေနဲ့ အားကစားနည်း (၁၈) နည်း ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်သွားမှာ ဖြစ်ပြီး ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မယ့် အားကစားနည်း (၁၈) နည်းအတွက် ရွှေတံဆိပ် (၂၇၉) ခု ချီးမြှင့် သွားမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ❖ ပြိုင်ပွဲအောင်မြင်မှု ရရှိရေးအတွက် ဝန်ကြီးဌာနရဲ့ လမ်းညွှန်ချက်အရ နေပြည်တော် အားကစားလေ့ကျင့်ရေးစခန်းမှာ အားကစားနည်း (၁၂) နည်းကို (၁.၂.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှ စပြီး စခန်းသွင်းလေ့ကျင့်လျက် ရှိပါတယ်။ စခန်းသွင်းလေ့ကျင့်လျက်ရှိတဲ့ အားကစားနည်း တွေကတော့ မြားပစ်၊ ပြေးခုန်ပစ်၊ ဘိလိယက်/စနူကာ၊ လက်ဝှေ့၊ ဂျူဒို၊ ပီတန်း၊ ပိုက်ကျော်ခြင်း၊ တိုက်ကွမ်ဒို၊ ဘော်လီဘော၊ ဗိုလီနမ်၊ အလေးမ၊ ဝူရှူး စတဲ့ အားကစားနည်း တွေ ဖြစ်ပါတယ်။ စခန်းသွင်းထားတဲ့ အင်အားကတော့ အုပ်ချုပ်/နည်းပြ (၃၉) ဦး၊

အားကစားသမား(ကျား) ၈၃ ဦး၊ အားကစားသမား(မ) ၅၉ ဦး၊ အားကစားသမား စုစုပေါင်း (၁၄၂) ဦး ဖြစ်ပြီး အုပ်ချုပ်/နည်းပြအပါအဝင် (၁၈၁) ဦး စခန်းသွင်း လေ့ကျင့်လျက် ရှိပါတယ်။

❖ ရန်ကုန်မြို့မှာတော့ အားကစားနည်း (၄) နည်းဖြစ်တဲ့ ဘိလိယက်/စနူကာ၊ ကာယဗလနှင့် ကာယကြံ့ခိုင်မှု၊ လှေလှော်နှင့် သေနတ်ပစ် စတဲ့အားကစားနည်းတွေကို (၁.၂.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှစပြီး စခန်းသွင်းလေ့ကျင့်စေလျက်ရှိပါတယ်။ စခန်းသွင်းထားတဲ့အင်အားကတော့ အုပ်ချုပ်/နည်းပြ (၅၈) ဦး၊ အားကစားသမား(ကျား) ၁၂၁ ဦး၊ အားကစားသမား(မ) ၈၃ ဦး၊ အားကစားသမား စုစုပေါင်း (၂၀၄) ဦးဖြစ်ပြီး အုပ်ချုပ်/နည်းပြအပါအဝင် (၂၆၂) ဦး စခန်းသွင်း လေ့ကျင့်လျက် ရှိပါတယ်။ ကျန်အားကစားနည်း (၂) နည်းဖြစ်တဲ့ ဂေါက်သီး အားကစားနည်းနဲ့ စစ်တုရင်အားကစားနည်းတွေကတော့ မိမိတို့အဖွဲ့ချုပ်အစီအစဉ်နဲ့ လေ့ကျင့်နေကြတာ ဖြစ်ပါတယ်။

❖ ဒါ့အပြင် ပြိုင်ပွဲမှာ အောင်မြင်မှုရရှိစေဖို့အတွက်လည်း အားကစားနည်း (၆) နည်းအား နိုင်ငံတကာကို Joint Training စေလွှတ်ထားပါတယ်။ စေလွှတ်ထားတဲ့ အားကစားနည်း တွေကတော့ ပြေးခုန်ပစ် (၁၀) ဦး၊ လက်ဝှေ့ (၁၀) ဦး၊ ဘော်လီဘော (၁၅) ဦး၊ အလေးမ (၁၆) ဦး၊ ဝူရှူး (၈) ဦး၊ လှေလှော် (ကနူး/ကယက်) (၂၀) ဦး စုစုပေါင်း (၇၉) ဦး စေလွှတ် ထားရှိပါတယ်။ လက်ရှိအတိုင်းအတာအရကတော့ ကနူး/ကယက် အားကစားသမား (၂၀) ဦး ပြန်လည်ရောက်ရှိပြီး ဖြစ်တဲ့အတွက် (၅၉) ဦးပဲ ကျန်ရှိပါတယ်။ ကျန်ရှိတဲ့ အားကစား သမားတွေကလည်း မကြာမီ ရက်ပိုင်းအတွက် ပြန်လည် ရောက်ရှိလာကြတော့မှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အားကစားနည်းအားလုံးကို တရုတ်နိုင်ငံကို စေလွှတ်ထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။

**ပြိုင်ပွဲသို့ အားကစားနည်းအလိုက် သွားရောက်ယှဉ်ပြိုင်ရန် ခန့်မှန်းလျာထားသည့် အုပ်ချုပ်/နည်းပြ၊ အားကစားသမား အရေအတွက် ခန့်မှန်းစာရင်းလေးကိုလည်း သိပါရစေ?**

❖ လက်ရှိအနေအထားအရတော့ အုပ်ချုပ်/နည်းပြ၊ အားကစားသမားများ အပါအဝင် အားကစားနည်း (၁၈) နည်းအတွက် အင်အား (၄၀၀) ခန့် ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်ဖို့ စီစဉ် ထားပါတယ်။ အုပ်ချုပ်/နည်းပြ၊ အားကစားသမား အရေအတွက်က အနည်းငယ် အပြောင်းအလဲ ရှိနိုင်ပေမဲ့ အမှန်တကယ်သွားရောက်ယှဉ်ပြိုင်တဲ့အခါ အုပ်ချုပ်မှုအဖွဲ့၊

ဆေးအဖွဲ့၊ မီဒီယာအဖွဲ့တော့၊ ဖိတ်ကြားခံပုဂ္ဂိုလ်များ ပါရှိလာမှာ ဖြစ်တဲ့အတွက် အင်အား (၄၅၀) နဲ့ (၅၀၀) ကြား သွားရောက်ကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**ကြိုတင်ပြင်ဆင်လေ့ကျင့်ထားမှု အခြေအနေအရ လေ့ကျင့်ချိန် (၁) နှစ်ကျော်လာဖြစ်တဲ့အတွက် အားကစားနည်းအလိုက် ခန့်မှန်း ဆုတံဆိပ်အရေအတွက် ရှိရင်လဲ သိပါရစေ?**

❖ ဝင်ရောက်ယှဉ်ပြိုင်မဲ့ အားကစားနည်းတွေအနက်က မြားပစ်၊ ဘိလိယက်/စနူကာ၊ ကာယဗလနှင့်ကာယကြံ့ခိုင်မှု၊ ဗိုဗီနမ်၊ ပိုက်ကျော်ခြင်း၊ ဂျူဒို၊ ဝူရှူး၊ လှေလှော်၊ တိုက်ကွမ်ဒို စတဲ့ အားကစားနည်း (၉)ခုက ရွှေ၊ ဓဋ္ဌ၊ ကြေး တံဆိပ်များ မျှော်မှန်းထားပါတယ်။ အများဆုံး ရွှေတံဆိပ် (၁၂) ခု၊ ဓဋ္ဌတံဆိပ် (၁၈) ခုနဲ့ ကြေးတံဆိပ် (၃၀) ခု စုစုပေါင်း ရွှေ၊ ဓဋ္ဌ၊ ကြေး ဆုတံဆိပ် (၆၀) ခု မျှော်မှန်းထားပါတယ်။ ပြိုင်ပွဲအနေအထားအရ အတိုးအလျှော့လည်း ရှိနိုင်ပါတယ်။ အားကစားသမားတွေ အနေနဲ့လည်း ပြိုင်ပွဲဝင်စိတ်ဓာတ်အပြည့်နဲ့ ဆုတံဆိပ် ရရှိရေး အစွမ်းကုန် ကြိုးစားယှဉ်ပြိုင်သွားကြမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

**စခန်းသွင်းထားတဲ့ အားကစားသမားတွေကို ကြိုတင်ပြင်ဆင် စခန်းသွင်းထားတဲ့အခါ ပြည်တွင်း နည်းပြတွေနဲ့ပဲ လေ့ကျင့်တာလား? နိုင်ငံခြားအဆင့်မြင့်နည်းပြတွေ ငှားရမ်းလေ့ကျင့်တာရော ရှိ/မရှိ သိလိုပါတယ်?**

- ❖ အားကစားနည်း (၄) နည်းဖြစ်တဲ့ မြားပစ်အားကစားနည်းကိုတော့ ကိုရီးယားနည်းပြ မစ္စတာ ဘွန်ဆန်ယွန်း (Mr Byung San Youn) ကို (၃.၆.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှ (၂.၆.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ငှားရမ်းလေ့ကျင့်လျက်ရှိပြီး မြန်မာ့လက်ရွေးစင်နည်းပြများနဲ့ ပူးတွဲလေ့ကျင့် ပေးလျက် ရှိပါတယ်။
- ❖ တိုက်ကွမ်ဒိုအားကစားနည်းကိုလည်း ကိုရီးယားနည်းပြဖြစ်တဲ့ မစ္စတာ ယူအင်ချို (Mr Yu Ung Cho) ကို (၁.၁၀.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှ (၃၀.၄.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ငှားရမ်းလေ့ကျင့်လျက် ရှိပြီး မြန်မာ့လက်ရွေးစင်နည်းပြများနဲ့ ပူးတွဲလေ့ကျင့်ပေးလျက် ရှိပါတယ်။
- ❖ ပီတန်းအားကစားနည်းကိုတော့ ထိုင်းလူမျိုးနည်းပြ မစ္စတာ စမတ်သွန်းဂေါရက် (Mr Smart Thongorathed) ကို (၃.၁၂.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှ (၂.၇.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ငှားရမ်း လေ့ကျင့်လျက် ရှိပါတယ်။

- ❖ အားကစားနည်းအားလုံးအတွက် အားကစားသမားတွေ ကျန်းမာသန်စွမ်းစေဖို့ GYM လေ့ကျင့်ခန်းတွေ ဝင်ရောက်လေ့ကျင့်တဲ့အခါ စနစ်ကျတဲ့ လေ့ကျင့်မှုတွေ ပြုလုပ်နိုင်စေဖို့ ဂျပန်နည်းပြ မစ္စတာ မစ်ဇူအင်နူး (Mr Mitsuru Inoue) ကို (၁.၁၀.၂၀၂၁) ရက်နေ့မှ (၃၀.၉.၂၀၂၂) ရက်နေ့အထိ ငှားရမ်းလေ့ကျင့်လျက် ရှိပါတယ်။

**အားကစားနည်းအလိုက် အားကစားသမားတွေကို စိစစ်ရွေးချယ်တဲ့အခါ စံချိန်စံညွှန်းအပေါ်မှာ မူတည်ပြီး ရွေးချယ်တာလား? ဒါမှမဟုတ် စံချိန်စံညွှန်းမရှိတဲ့ အားကစားနည်းတွေအတွက်ရော ဘယ်လိုစိစစ်ရွေးချယ်တယ်ဆိုတာ သိပါရစေ?**

- ❖ စံချိန်စံညွှန်းနဲ့ ရွေးချယ်ရတဲ့ မြားပစ်၊ ပြေးခုန်ပစ်၊ လှေလှော်၊ သေနတ်ပစ်၊ အလေးမ စတဲ့ စံချိန်ရှိ အားကစားနည်းများကိုတော့ ယခင် SEA Games ပြိုင်ပွဲစံချိန်များနဲ့ နှိုင်းယှဉ် ရွေးချယ်ဆောင်ရွက်တာ ဖြစ်ပါတယ်။ ၎်
- ❖ စံချိန်စံညွှန်းမရှိတဲ့ ကျန်အားကစားနည်းတွေအတွက်ကတော့ အားကစားနည်းအလိုက် သက်ဆိုင်ရာ နည်းပြအဖွဲ့များမှ နည်းစနစ်ကိုယ်စားလှယ်များ၊ အားကစားနှင့်ကာယပညာ ဦးစီးဌာနမှ တာဝန်ပေးအပ်သူများဖြင့် စနစ်တကျ အမှတ်ပေးရွေးချယ်တာ ဖြစ်ပါတယ်။

**ပြိုင်ပွဲကြီးအတွက် စခန်းဝင်ရောက်နေတဲ့ အားကစားသမားတွေကို နိုင်ငံတော်အနေနဲ့ ဘယ်လို ကျွေးမွေးထောက်ပံ့ပေးနေသလဲဆိုတာလဲ သိရှိလိုပါတယ်?**

- ❖ စခန်းဝင်လေ့ကျင့်နေတဲ့ အုပ်ချုပ်/နည်းပြကစားသမားတွေကို စားစရိတ်အဖြစ် တစ်ဦးလျှင် တစ်ရက် (၅၀၀၀/-)နှုန်းနဲ့ ကျွေးမွေးဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါတယ်။ ထောက်ပံ့ကြေး အနေနဲ့ ကတော့ အုပ်ချုပ်/နည်းပြများနှင့် ကစားသမားတွေကို A အဆင့်ဆိုရင် ၂၀၀,၀၀၀/- ၊ B အဆင့်ဆိုရင် ၁၅၀,၀၀၀/- ၊ C အဆင့်ဆိုရင် ၁၀၀,၀၀၀/- ထောက်ပံ့ချီးမြှင့်ပေးထားပါတယ်။ ကစားသမားတွေအနေနဲ့ကတော့ ယခင် SEA Games ပြိုင်ပွဲမှာ ရွှေတံဆိပ်ရထားဖူးတဲ့ ကစားသမားဆိုရင် A အဆင့် သတ်မှတ်ပြီး၊ ငွေ၊ ကြေး ဆုတံဆိပ် တစ်ခုခု ရဖူးရင် B အဆင့်၊ ဆုတံဆိပ်မရဖူးပေမဲ့ စွမ်းဆောင်မှု ကောင်းမွန်ပြီး အလားအလာရှိတဲ့သူဆိုရင် C အဆင့် သတ်မှတ်ပြီး ချီးမြှင့်ပေးထားတာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ❖ ဒါ့အပြင် စခန်းဝင်ရောက်နေတဲ့ အားကစားနည်းအလိုက် အုပ်ချုပ်/နည်းပြ အားကစား သမားများအားလုံးကို T-Shirt, Sport Shirt, Walking Shoes, Track Suit များနဲ့

လေ့ကျင့်ရေးသုံးနှင့် ပြိုင်ပွဲသုံးပစ္စည်းများ၊ အားကစားနည်းအလိုက် လိုအပ်တဲ့ အထောက်အကူပြုပစ္စည်းများ အားလုံးကို ဌာနမှ ပြည့်ပြည့်စုံစုံ ဖြည့်ဆည်းပေးထားပါတယ်။

- ❖ စခန်းဝင် အုပ်ချုပ်/နည်းပြအားလုံးကို နေ့စဉ် (နံနက်၊ နေ့လည်၊ ည) (၃)ကြိမ် အားဆေးတိုက်ကျွေးလျက်ရှိပါတယ်။
- ❖ ဒါ့အပြင် အုပ်ချုပ်/နည်းပြနှင့် စခန်းဝင်အားကစားသမားအားလုံးကိုလည်း အားကစားအဖွဲ့လိုက်ဖြစ်စေ၊ လိုအပ်ရင် တစ်ဦးချင်းဖြစ်စေ စိတ်ပညာပါမောက္ခမှ Mental Training အဖြစ် စိတ်ဓာတ်မြင့်မားစေမည့် Motivation များ လုပ်ဆောင်ပေးလျက်ရှိပါတယ်။

**ပြိုင်ပွဲကြီး ပြီးတဲ့အခါ နိုင်ငံ့ဂုဏ်ဆောင်ပြီး ဆုတံဆိပ်ရရှိခဲ့တဲ့ အားကစားသမားတွေကို နိုင်ငံတော်မှ ချီးမြှင့်ထောက်ပံ့ပေးမယ့် အခြေအနေတွေကိုလဲ သိပါရစေ?**

- ❖ (၃၀) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှအားကစားပြိုင်ပွဲတွင် အောင်မြင်မှု ဆုတံဆိပ် ရယူပေးနိုင်ခဲ့တဲ့ အားကစားသမားတွေကို နိုင်ငံတော်အနေနဲ့ အားကစားသမားတစ်ဦးချင်းအတွက် ရွှေတံဆိပ် ကျပ် (၃၀၀) သိန်း၊ ငွေတံဆိပ် ကျပ် (၁၀၀) သိန်း၊ ကြေးတံဆိပ် ကျပ် (၅၀) သိန်း၊ အသင်းလိုက်ပြိုင်ပွဲအတွက်ရှေ့တံဆိပ် ကျပ် (၁၀၀) သိန်း၊ ငွေတံဆိပ် ကျပ် (၅၀) သိန်း၊ ကြေးတံဆိပ် ကျပ် (၃၀) သိန်း နှင့် နည်းပြများနှင့် အုပ်ချုပ်မှုအဖွဲ့များအတွက်လည်း ရွှေတံဆိပ် ကျပ် (၁၀၀) သိန်း၊ ငွေတံဆိပ် ကျပ် (၅၀) သိန်း၊ ကြေးတံဆိပ် ကျပ် (၃၀) သိန်း ချီးမြှင့်ပေးခဲ့ပါတယ်။ ယခုလာမယ့် (၃၁) ကြိမ်မြောက် အရှေ့တောင်အာရှ အားကစားပြိုင်ပွဲအတွက်လည်း ထိုက်သင့်သည့် ချီးမြှင့်ငွေများ ထောက်ပံ့ပေးနိုင်ရေး စီစဉ်ဆောင်ရွက်လျက် ရှိပါတယ်။

**ပြိုင်ပွဲကြီးနဲ့ပတ်သက်ပြီး သီးခြားပြောလိုတာရှိရင်လည်း ပြောပြပေးပါဦး။**

- ❖ ပြိုင်ပွဲကာလအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ချိန်ကာလ (၁)နှစ်လောက် ရခဲ့ပါတယ်။ ရတဲ့အချိန်အတွင်း ကျွန်တော်တို့ ဝန်ကြီးဌာနက ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ဒုတိယဝန်ကြီးနဲ့ တာဝန်ရှိသူများ၊ အားကစားအဖွဲ့ချုပ်များမှ တာဝန်ရှိသူများအနေနဲ့ အားကစားသမားတွေရဲ့ လေ့ကျင့် ပြင်ဆင်ဆောင်ရွက်မှုတွေကို မပြတ်ကြည့်ရှုစစ်ဆေးခြင်း၊ လိုအပ်ချက်မှန်သမျှ ပံ့ပိုးဖြည့်ဆည်းပေးခြင်း၊ မကြာခဏဆိုသလို အားပေးစကားပြောကြားခြင်း၊ ကိုဗစ်-၁၉ စည်းကမ်းချက်များနှင့်အညီ ပြုမူနေထိုင်စေရေး ကြပ်မတ်ခြင်း၊ ကျန်းမာရေးကို အထူးဂရုပြုပြီး ပြိုင်ပွဲမှာ အားကစားနည်းအလိုက် အောင်မြင်မှုရအောင် ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ရေး

စတဲ့ စိတ်ဓာတ်မြင့်တင်ရေး အသိပညာပေးဆွေးနွေးမှုတွေကိုလည်း မပြတ်ဆောင်ရွက် ပေးလျက်ရှိပါတယ်။ ကစားသမားတွေရဲ့ စိတ်ဓာတ်ရေးရာ အခြေအနေအရရော၊ လေ့ကျင့်မှု အခြေအနေအရရော စည်းကမ်းကောင်းမွန်စွာ ပြုမူဆောင်ရွက်မှု အခြေအနေအရရော ခြုံငုံ ကြည့်ရင် အတိုင်းအတာတစ်ခုအထိ အောင်မြင်မှုရအောင် စွမ်းဆောင်ပေးနိုင်မယ်လို့ ယုံကြည်ပါတယ်။ ပြည်သူများအနေနဲ့လည်း ပြိုင်ပွဲဝင်မယ့် အားကစားသမားတွေကို စိတ်ဓာတ်ရေးရာအရ အားပေးဆောင်ရွက်ပေးကြဖို့လည်း အသိပေး မေတ္တာရပ်ခံလိုပါတယ်။