

ကျေးဇူးတင် လိုအပ်ချက်
 ကျေးဇူးတင် ခံစားရန်
 ကျေးဇူးတင် ခံစားရန်
 ၈၄.၆.၁၈

1. လယ်မြေပြင် (ကျေးလယ်)
2. အသက်ကျော်မြေပြင်
3. ကံကောင်းမြေပြင်
4. အသက်ကျော်မြေပြင်
5. အသက်ကျော်မြေပြင်
6. အသက်ကျော်မြေပြင်
7. အသက်ကျော်မြေပြင်
8. -----
9. -----
10. -----

အမျိုးသမီး/အမျိုးသား ဦးစားပေး ရွေးချယ်ခြင်း

အမျိုးသမီး

အမျိုးသား

- ဦးစားပေး(၁) လယ်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၂) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၃) ကံကောင်းမြေပြင်
- ဦးစားပေး(၄) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၅) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၆) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၇) -----
- ဦးစားပေး(၈) -----
- ဦးစားပေး(၉) -----
- ဦးစားပေး(၁၀) -----

- ဦးစားပေး(၁) လယ်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၂) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၃) ကံကောင်းမြေပြင်
- ဦးစားပေး(၄) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၅) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၆) အသက်ကျော်မြေပြင်
- ဦးစားပေး(၇) -----
- ဦးစားပေး(၈) -----
- ဦးစားပေး(၉) -----
- ဦးစားပေး(၁၀) -----

Cluster () CF name U Ye Yint Aung TF name Ma Gane Ma Hsaw
 PHA form NCDDP - Leuwe

[illegible]

5 4 1 9 6 1 0 3 4 0 0

$$\text{ord}_f(\text{irr}_f(\mathcal{V})) \leq \text{ord}_f(\mathcal{V})$$
$$(100\gamma)\mathbf{f}_i(\cup)100\gamma)\mathbf{f}_i(p)100\gamma)\mathbf{f}_i(q)$$

1003000

ՀԱՅԿԻ ԵՐԵՎԱՆԻ

၁၃.၀၆.၁၇

နိဗ္ဗာန်သောလောကဗျဉ်း - ယခုလက်ရှိအခြေအနေတွင်ဂျီတေးကွန်ပျူတီးတီးတက်ရေးအတွက်
နိဗ္ဗာန်သောလောကဗျဉ်း (အမျိုးသား/သမီး အနည်းဆုံးအဝတ်အစုံ ၅ ခုစီပေးပြပါ)

[illegible]

பெரியபுத்தூர்

□ ന്നു: □ മ □ ന്നു + മ	മുട്ടിപ്പറന്നുപോയി.
------------------------	---------------------

□ ጥያ፡ □ ፍ □ ጥያ፡ + ል

८ + ५ = १३	८ + ५ = १३
---	---

□ကျား □မူ □ကျား + ခ	၆ ကျိန် မှီဆေး လာမဲ့ ပျာ
---------------------	--------------------------

၁၆။ ဤစာကြောင်းကို ရှေးဟောင်းကျမ်းဂန်များတွင် တွေ့ရသည်။

အုပ်စုဖွဲ့စေရေးအဖွဲ့များမှ တင်ပြသော မျှော်မှန်းချက်များ

[illegible][illegible][illegible]

□ ကျား: ၁၀၀ □ ကျား: ၁၀	□ ကျား: ၁၀၀ □ ကျား: ၁၀
□ ကျား: ၁၀၀ □ ကျား: ၁၀	□ ကျား: ၁၀၀ □ ကျား: ၁၀

$\phi(\rho)$

[illegible]

၂၅၆၄။ ကော့ဒ္ဒုဒိမံဝိနိအထောက်အကူပြုကော်မိတီမှ အတည်ပြုသည်။

၂၃.၁၂.၂၀၁၆
 နေ့စွဲ
 လက်မှတ်
 အထွေထွေ

জি.জি.

 CamScanner

Wm. H. Bond
Feb 27 1890

1861
 1862
 1863
 1864
 1865
 1866
 1867
 1868
 1869
 1870
 1871
 1872
 1873
 1874
 1875
 1876
 1877
 1878
 1879
 1880
 1881
 1882
 1883
 1884
 1885
 1886
 1887
 1888
 1889
 1890
 1891
 1892
 1893
 1894
 1895
 1896
 1897
 1898
 1899
 1900
 1901
 1902
 1903
 1904
 1905
 1906
 1907
 1908
 1909
 1910
 1911
 1912
 1913
 1914
 1915
 1916
 1917
 1918
 1919
 1920
 1921
 1922
 1923
 1924
 1925
 1926
 1927
 1928
 1929
 1930
 1931
 1932
 1933
 1934
 1935
 1936
 1937
 1938
 1939
 1940
 1941
 1942
 1943
 1944
 1945
 1946
 1947
 1948
 1949
 1950
 1951
 1952
 1953
 1954
 1955
 1956
 1957
 1958
 1959
 1960
 1961
 1962
 1963
 1964
 1965
 1966
 1967
 1968
 1969
 1970
 1971
 1972
 1973
 1974
 1975
 1976
 1977
 1978
 1979
 1980
 1981
 1982
 1983
 1984
 1985
 1986
 1987
 1988
 1989
 1990
 1991
 1992
 1993
 1994
 1995
 1996
 1997
 1998
 1999
 2000
 2001
 2002
 2003
 2004
 2005
 2006
 2007
 2008
 2009
 2010
 2011
 2012
 2013
 2014
 2015
 2016
 2017
 2018
 2019
 2020
 2021
 2022
 2023
 2024
 2025
 2026
 2027
 2028
 2029
 2030
 2031
 2032
 2033
 2034
 2035
 2036
 2037
 2038
 2039
 2040
 2041
 2042
 2043
 2044
 2045
 2046
 2047
 2048
 2049
 2050
 2051
 2052
 2053
 2054
 2055
 2056
 2057
 2058
 2059
 2060
 2061
 2062
 2063
 2064
 2065
 2066
 2067
 2068
 2069
 2070
 2071
 2072
 2073
 2074
 2075
 2076
 2077
 2078
 2079
 2080
 2081
 2082
 2083
 2084
 2085
 2086
 2087
 2088
 2089
 2090
 2091
 2092
 2093
 2094
 2095
 2096
 2097
 2098
 2099
 2100
 2101
 2102
 2103
 2104
 2105
 2106
 2107
 2108
 2109
 2110
 2111
 2112
 2113
 2114
 2115
 2116
 2117
 2118
 2119
 2120
 2121
 2122
 2123
 2124
 2125
 2126
 2127
 2128
 2129
 2130
 2131
 2132
 2133
 2134
 2135
 2136
 2137
 2138
 2139
 2140
 2141
 2142
 2143
 2144
 2145
 2146
 2147
 2148
 2149
 2150
 2151
 2152
 2153
 2154
 2155
 2156
 2157
 2158
 2159
 2160
 2161
 2162
 2163
 2164
 2165
 2166
 2167
 2168
 2169
 2170
 2171
 2172
 2173
 2174
 2175
 2176
 2177
 2178
 2179
 2180
 2181
 2182
 2183
 2184
 2185
 2186
 2187
 2188
 2189
 2190
 2191
 2192
 2193
 2194
 2195
 2196
 2197
 2198
 2199
 2200
 2201
 2202
 2203
 2204
 2205
 2206
 2207
 2208
 2209
 2210
 2211
 2212
 2213
 2214
 2215
 2216
 2217
 2218
 2219
 2220
 2221
 2222
 2223
 2224
 2225
 2226
 2227
 2228
 2229
 2230
 2231
 2232
 2233
 2234
 2235
 2236
 2237
 2238
 2239
 2240
 2241
 2242
 2243
 2244
 2245
 2246
 2247
 2248
 2249
 2250
 2251
 2252
 2253
 2254
 2255
 2256
 2257
 2258
 2259
 2260
 2261
 2262
 2263
 2264
 2265
 2266
 2267
 2268
 2269
 2270
 2271
 2272
 2273
 2274
 2275
 2276
 2277
 2278
 2279
 2280
 2281
 2282
 2283
 2284
 2285
 2286
 2287
 2288
 2289
 2290
 2291
 2292
 2293
 2294
 2295
 2296
 2297
 2298
 2299
 2300
 2301
 2302
 2303
 2304
 2305
 2306
 2307
 2308
 2309
 2310
 2311
 2312
 2313
 2314
 2315

[illegible]

0.	၁၉၈၁-၁၉၈၂ ခုနှစ်	၁၉၈၂ ခုနှစ်
၁.	၁၉၈၂-၁၉၈၃ ခုနှစ်	၁၉၈၃ ခုနှစ်
၂.	၁၉၈၃-၁၉၈၄ ခုနှစ်	၁၉၈၄ ခုနှစ်

[illegible]

3	6	9
---	---	---

[illegible][illegible][illegible][illegible][illegible][illegible]

	e
	b
	e
	b

8	8
8	8

၆။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲစီမံချက်ရေးဆွဲခြင်း အစည်းအဝေး	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို
၆.၁။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်း အကောင်အထည်ဖော် ရေးအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၂။ ဂယ်ယူရေးအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၃။ ဘဏ္ဍာရေးကုန်ကျမှု လျာထားအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၄။ ပြင်/ထိန်းအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၇။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ တိုးတက်မှု စောင့်ကြည့် အစည်းအဝေး	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို
၇.၁။ အစည်းအဝေး ပထမအကြိမ်								
၇.၂။ အစည်းအဝေး ဒုတိယအကြိမ်								
၇.၃။ အစည်းအဝေး တတိယအကြိမ်								
၈။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ အပြီးသတ်စစ်ဆေးခြင်း အစည်းအဝေး								
၉။ လူထုစစ်ဆေးပွဲအစည်းအဝေး								

လမ်းညွှန်ချက် - သက်ဆိုင်ရာလူထုစည်းရုံးရေးမှူး၊ လက်ထောက်နည်းဥပဒေမှူးများ

ကျေးရွာအုပ်စုအတွက် ဤပုံစံကိုဖြည့်သွင်းရမည်။

စည်းရုံးရေးမှူး/လက်ထောက်နည်းဥပဒေရေးမှူးနံပါတ် အမည် - ၆၆၂၉၆ ယယ့်၀၀ (၆၆၂) , ဦးသင်ဇေယျာ (၆၆၂)

နေ့စွဲ

စက်ဝန်းအားအမှတ်ခြံဝယ် ☐ စက်ဝန်း(၁) ☐ စက်ဝန်း(၂) ☐ စက်ဝန်း(၃)

ဥပဒေဝန်း(၄)

ပြည်နယ်/တိုင်း

မြို့နယ် ယပ်ဝင်း

ကျေးရွာအုပ်စု ဥဒိမင်

ကျေးရွာ စက္ကမြို့

စီမံကိန်းဆောင်ရွက်မှုအဆင့်များ	နေ့စွဲ		အစဉ်အဆင့်ဆောင်ရွက်သည့်အဆင့်များ					
	စတင်သည့်နေ့	ပြီးဆုံးသည့်နေ့	အချိုးသားအရေအတွက်	အချိုးသမီးအရေအတွက်	အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်	လူမျိုးစုထက်ရောက်သူအရေအတွက်နှင့် လူမျိုးစုအမည်	အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်	အိမ်ထောင်စု %
၁။ ကျေးရွာစီမံကိန်း မိတ်ဆက်အစည်းအဝေး	12.28.18	12.28.18	32	43	75			
၂။ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံချက်ရေးဆွဲခြင်း အစည်းအဝေး	12.28.18	12.28.18	32	43	75			
၃။ ကျေးရွာအုပ်စုလုပ်ငန်းဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့်အစည်းအဝေး								
၄။ မြို့နယ်အဆင့်စီမံကိန်း ရေးဆွဲရေးနှင့် အကောင်အထည်ဖော်ရေးကော်မတီ၏ စီမံကိန်းသုံးသပ်မှုအစည်းအဝေး			မလို	မလို	မလို	မလို		

၆။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲစီမံချက်ရေးဆွဲခြင်း အစည်းအဝေး	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို
၆.၁။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်း အကောင်အထည်ဖော် ရေးအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၂။ ဂဏ်ယူရေးအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၃။ ဘဏ္ဍာရေးကုန်ကျမှု လျာထားအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၆.၄။ ပြင်/ထိန်းအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း								
၇။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ တိုးတက်မှု စောင့်ကြည့် အစည်းအဝေး	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို	မလို
၇.၁။ အစည်းအဝေး ပထမအကြိမ်								
၇.၂။ အစည်းအဝေး ဒုတိယအကြိမ်								
၇.၃။ အစည်းအဝေး တတိယအကြိမ်								
၈။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲ အပြီးသတ်စစ်ဆေးခြင်း အစည်းအဝေး								
၉။ လူထုစစ်ဆေးပွဲအစည်းအဝေး								

လည်ပတ်မှုများ သက်ဆိုင်ရာအချက်အလက်များ/လက်ထောက်နည်းပညာများမှ စီမံကိန်းစက်ဝန်းဆောင်ကမ်းခြေတို့အားဖြည့်သွင်းရမည်။

စည်းရုံးရေးမှူး/လက်ထောက်နည်းပညာရေးမှူးပုဂ္ဂိုလ်အမည် - ဒေါ်နှင်းမာမိုးဝေ (၀၆), ဦးထင်ကျော် (၇၆)

နေ့စွဲ စက်ဝန်းအားအမှတ်ခြစ်ပါ ☐ စက်ဝန်း(၁) ☐ စက်ဝန်း(၂) ☐ စက်ဝန်း(၃)
☐ စက်ဝန်း(၄)

ပြည်နယ်/တိုင်း နေပြည်တော် မြို့နယ် ၈၁၀၀၀၀ ကျေးရွာအုပ်စု ၉၆၂၀၆ ကျေးရွာ ၁၃-မာကြီး

စီမံကိန်းဆောင်ရွက်မှုအဆင့်များ	နေ့စွဲ		အစည်းအဝေးတွင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်					
	စတင်သည့်နေ့	ပြီးဆုံးသည့်နေ့	အမျိုးသားအရေအတွက်	အမျိုးသမီးအရေအတွက်	အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်	လူမျိုးစုတက်ရောက်သူအရေအတွက်နှင့်လူမျိုးစုအမည်	အိမ်ထောင်စုပေါင်း	အိမ်ထောင်စု
၁။ ကျေးရွာစီမံကိန်း ပိတ်ဆက်အစည်းအဝေး	12.8.19	12.3.19	8	24	32			
၂။ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံချက်ရေးဆွဲခြင်း အစည်းအဝေး	12.3.19	12.3.19	8	24	32			
၃။ ကျေးရွာအုပ်စုလုပ်ငန်းစဉ်ပြတ်ချက်ချသည့်အစည်းအဝေး								
၄။ မြို့နယ်အဆင့်စီမံကိန်း ရေးဆွဲရေးနှင့်အကောင်အထည်ဖော်ရေးကော်ပတီ၏ စီမံကိန်းသုံးသပ်မှုအစည်းအဝေး			မရှိ	မရှိ	မရှိ	မရှိ		

လမ်းညွှန်ချက်၊ သက်ဆိုင်ရာလူထုစည်းရုံးရေးမှု/လက်ထောက်နည်းပညာနည်းပညာများမှ စီမံကိန်းရေးဆွဲရာတွင် ပါဝင်ရန် လိုအပ်သည့် အချက်အလက်များကို ဖော်ပြထားပါသည်။

စည်းရုံးရေးမှု/ဝန်ထမ်း အမည် **အမှတ်(၁)အ**

နေ့စွဲ **၂၁.၁၂.၂၀၁၆**

စီမံကိန်းရေးဆွဲမှုအသိပေးစာ (၁) နံပါတ်(၁) ၁ နံပါတ်(၂)

ပြည်နယ်/တိုင်းဒေသကြီး **မြို့နယ်လမ်းကြောင်း** ကျေးရွာအုပ်စု **ဦးပင်** ကျေးရွာ **ရွာသစ်**

စီမံကိန်းရေးဆွဲမှုအသိပေးစာ	နေ့စွဲ		အစည်းအဝေးတွင်တက်ရောက်သူအရေအတွက်			
	စတင်သည့်နေ့	ပြီးဆုံးသည့်နေ့	အချိုးသီးအရေအတွက်	အချိုးသီးအရေအတွက်	အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်	လူမျိုးစုတက်ရောက်သူအရေအတွက် နှင့် လူမျိုးစုအမည်
၁။ ကျေးရွာစီမံကိန်း ပိတ်ဆက်အစည်းအဝေး	၂၁.၁၂.၂၀၁၆	၂၁.၁၂.၂၀၁၆	၁၆	၁၅	၃၁	ဗမာ
၂။ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေး စီမံချက်ရေးဆွဲခြင်းအစည်းအဝေး	၂၂.၁၂.၂၀၁၆	၂၂.၁၂.၂၀၁၆	၁၇	၂၃	၄၀	ဗမာ
၃။ ကျေးရွာအုပ်စု လုပ်ငန်းဆုံးဖြတ်ချက်ချသည့်အစည်းအဝေး	၂၃.၁၂.၂၀၁၆	၂၃.၁၂.၂၀၁၆	၁၉	၁၈	၃၇	ဗမာ
၄။ မြို့နယ်အဆင့် စီမံကိန်းရေးဆွဲရေး နှင့် အကောင်အထည်ဖော်ရေးကော်မတီ၏ စီမံကိန်း သုံးသပ်မှုအစည်းအဝေး			မလို	မလို	မလို	မလို
၅။ မြို့နယ် စီမံကိန်းရေးဆွဲရေး နှင့် အကောင်အထည်ဖော်ရေး ကော်မတီ၏ဆုံးဖြတ်မှုကို ရွာသို့ အသိပေးအကြောင်းကြားသည့် အစည်းအဝေး						
၆။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်းခွဲစီမံချက်ရေးဆွဲခြင်းအစည်းအဝေး						
၆.၁။ စီမံကိန်းလုပ်ငန်း အကောင်အထည်ဖော်ရေးအစီအစဉ် ရေးဆွဲခြင်း						

(၁) မတ်တင်းရပ်စိုက်ရာသဘာဝသစ်အဖွဲ့ချုပ်

ဤကျေးရွာတွင် ရေကြီးခြင်းကဲ့သို့ သဘာဝသစ်အဖွဲ့ချုပ်အဖွဲ့ချုပ်မှ ပြုလုပ်ထား

ဝန်ပါ ☒ နှိုပါသည် ရှိလျှင် ဖော်ပြပါ အမည်ပါ အဖွဲ့ချုပ်မှ ပြုလုပ်ထား

(၂) ကျေးရွာတွင် ဖွဲ့စည်းထားသော အဖွဲ့အစည်းများ

လူထုတန်းပြစက်မှုမတိုင်မီ ဤကျေးရွာတွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် အစိုးရ(သို့) ရွာသားများက ပြုလုပ်ခဲ့(သို့) စီမံကိန်းပြုလုပ်ခဲ့

ဖွဲ့စည်းထားသည့် အဖွဲ့အစည်းများရှိပါသလား။

(၁) အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေး ဦးစီးဌာန (GAD) မှ မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်း

(၂) အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေး ဦးစီးဌာန (GAD) မှ မှတ်တမ်းတင်ထားမှု နှိုပါသလား။

ဝန်ပါ ☒ နှိုပါသည်

ကျေးရွာခေါင်းဆောင်

အမည် ဦးဇော်ဝင်း

လက်မှတ်  နေ့စွဲ ၁၇.၃.၂၀၁၇

လူထုတန်းရေးမှူး

အမည် ဦးစိုးမိုးမိုး

လက်မှတ်  နေ့စွဲ ၁၇.၃.၂၀၁၇

စာတတ်	☐	☐	☐	စာတတ်	☐	☐	☐
လက်ထောက် ကုမ္ပဏီရေးရာ	☐	☐	☐	ပုဂ္ဂိုလ်	☐	☐	☐
အသိပညာရေး	☐	☐	☐	လူမှုရေး	☐	☐	☐
စာတတ်	☐	☐	☐	မီးသတိ	☐	☐	☐
သားစားစာတတ်	☐	☐	☐	ရေတိုက်သွယ်သူ	☐	☐	☐
ပြည်သူ့ရေးရာ	☐	☐	☐	တက်ပြင်ဆရာ	☐	☐	☐
မှတ်ချက်				မှတ်ချက်			

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အခြား...
၁။ အခြား...
၂။ အခြား...

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို ဖြည့်သွင်းပေးရန် အကျိုးရှိစေရန် ဆောင်ရွက်ပေးပါ။

အခြား.....

အတွက်အသုံးပြု (Form PC 1)

(11)

[illegible]

3

1902-1903

[Faint handwritten notes at the bottom of the page]

3

အသံကောင်းအသံကောင်း

Paisley

09-18-67

69	2	2
----	---	---

3-4-60

എ.എ.എ.എ.

0x160

22/08

1

အိမ်ထောင်စုအရေအတွက်	ကိုးကွယ်သည့်
---------------------	--------------

[illegible]

46

10. $\frac{1}{2} \times \frac{3}{4} = \frac{1 \times 3}{2 \times 4} = \frac{3}{8}$

[illegible]

(c)cccc

0(2)

တက္ကသိုလ်

7

[illegible]

အရေအတွက်

0

cm

17

66-320007)	
------------	--

0

[illegible]

အမျိုးအမည်	အမျိုးအမည်	အမျိုးအမည်
အမျိုးအမည်	အမျိုးအမည်	အမျိုးအမည်

[illegible]

--	--	--	--	--

The authors thank the referees for their constructive comments. This work was supported by the National Natural Science Foundation of China (grant number 81273055) and the National Natural Science Foundation of China (grant number 81273055).

1. The first step is to identify the problem. This involves understanding the current situation and the goals that need to be achieved.

2. The second step is to analyze the problem. This involves identifying the causes of the problem and the factors that are contributing to it.

3. The third step is to develop a plan. This involves identifying the steps that need to be taken to solve the problem and the resources that will be needed.

4. The fourth step is to implement the plan. This involves putting the plan into action and monitoring progress.

5. The fifth step is to evaluate the results. This involves assessing the effectiveness of the plan and making adjustments as needed.

Abstract

The purpose of this study was to examine the effects of a 6-week training program on the physical fitness and health-related quality of life (HRQL) of older adults. The study involved 30 participants aged 70 and above, who were randomly assigned to either a control group or an intervention group. The intervention group participated in a supervised exercise program consisting of aerobic, strength, and flexibility exercises. Physical fitness was assessed using a series of tests including a 6-minute walk test, a chair stand test, and a handgrip strength test. HRQL was measured using the EuroQOL-5D questionnaire. Results showed that the intervention group significantly improved their physical fitness and HRQL compared to the control group after 6 weeks of training.

Keywords: aging, exercise, physical fitness, HRQL, older adults.

 CamScanner

(၁) ကျေးရွာတွင် ဖွဲ့စည်းထားသော အဖွဲ့အစည်းများ
လက်မှတ်ပြုစံနံနံနံနံ ဤကျေးရွာတွင် ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအတွက် အနီးမှ (သို့) ရွာသားများကတစ်ပါး (သို့) စံနံနံနံနံနံ
လက်မှတ်ထားသည့် အဖွဲ့အစည်းများရှိပါသလား။

မရှိ

(၂) အဖွဲ့အစည်းများ၏ ဦးစီးဌာန (GAD) မှ မှတ်တမ်းတင်ထားခြင်း
ကျေးရွာသည် အထွေထွေအုပ်ချုပ်ရေး ဦးစီးဌာန (GAD) မှ မှတ်တမ်းတင်ထားမှု ရှိပါသလား။

✓ ရှိပါသည်

ကျေးရွာခေါင်းဆောင်

လက်မှတ်



အမည် ဦးစွာဒီအင်

နေ့စွဲ ၂၀၁၂.၁၂.၂၀၁၆

လက်မှတ် အမည်

အမည် အမည်အမည်

နေ့စွဲ ၂၀၁၂.၁၂.၂၀၁၆

လက်မှတ်ရေးမှူး

Ընկերության գործառնական հիմնադրամ

(မာရ်ဗုဒ္ဓ) ဧကန်ရှိသည့် လမ်းအခြေအနေ / ကျေးရွာတစ်ရွာသည် ၎င်း၏ ကျေးရွာအုပ်စုနှင့် ဆက်သွယ်ထားသော အားခြေအနေ (အောက်ပိုင်းရှိပါသည်)

သက္ကရာဇ် ၁၃၁၁ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ ၁ ရက်

၂) နိုင်ငံပိုင် ကြီးပွားများကို ဖွဲ့စည်းပုံစံဆင်ခြင်ခဲ့ပါသနည်း?
၃) ဤစံမူများကို ခြုံငုံသုံးသပ်အတည်ပြုခဲ့ပါသလား?

နဂါးမာ၊ ငါးမတ်၊
ပြန်ခဲ့သည့် ပြေပွဲ၊ မတ်၊

တစ်နှစ်လုံးလုံးက သဘာဝဘေးအန္တရာယ်
ဦးစီးဌာနက ခေါင်းဆောင်ခဲ့ရတဲ့ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကုန်သွယ်ခြင်း နှိပ်သတ်။ ၂၀၁၁
၁ ဖေဖော်ဝါရီလ
✓ နှိပ်သတ် နှိပ်သတ်ပြော ခြောက်ခြောက်သတ်ပေးတာ။ မှာကြောင်းကိုလည်း

တေးရုအပ်ရပ်ရေဖျက် ဂုဏ်သိက္ခာ	လူတိုင်းသိရမည့် အမည်
------------------------------	----------------------

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65	66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78	79	80	81	82	83	84	85	86	87	88	89	90	91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-----

100

[illegible]

၄၈	ဘာသာ (၁) နေရာ.....
----	--------------------

.....	(f) cccccc
-------	------------

[illegible]

ଆବେଦନକାରୀ	
-----------	--

செய்தி:	22
---------	----

၆၃၄၁၀၀၀၀)	၀		
-----------	---	--	--

အမျိုးသား	အမျိုးသမီး
အမျိုးသား	အမျိုးသမီး

333

[illegible]

27	26
----	----

မိမိကလေးကလေးအသံအစောင့်များ:

အမှတ်	အမှတ်	အမှတ်	အမှတ်
အမှတ်	အမှတ်	အမှတ်	အမှတ်

ဘက်စုံလေးတည်း	☐	ဆေးခံ	☐	စေတီ	☒
---------------	--------------------------	-------	--------------------------	------	-------------------------------------

အသုံးပြုသူများ:	☒	ကုန်းဘေးကင်းရေး	☐	ဟိန္ဒူဘုရားကျောင်း	☐
-----------------	-------------------------------------	-----------------	--------------------------	--------------------	--------------------------

[illegible]

[Faint, illegible handwritten notes]

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

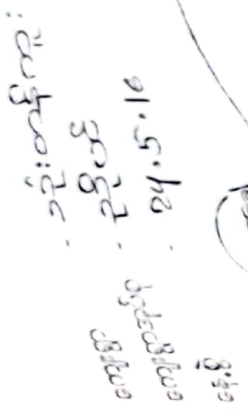
အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ

အသံအသံအသံအသံ



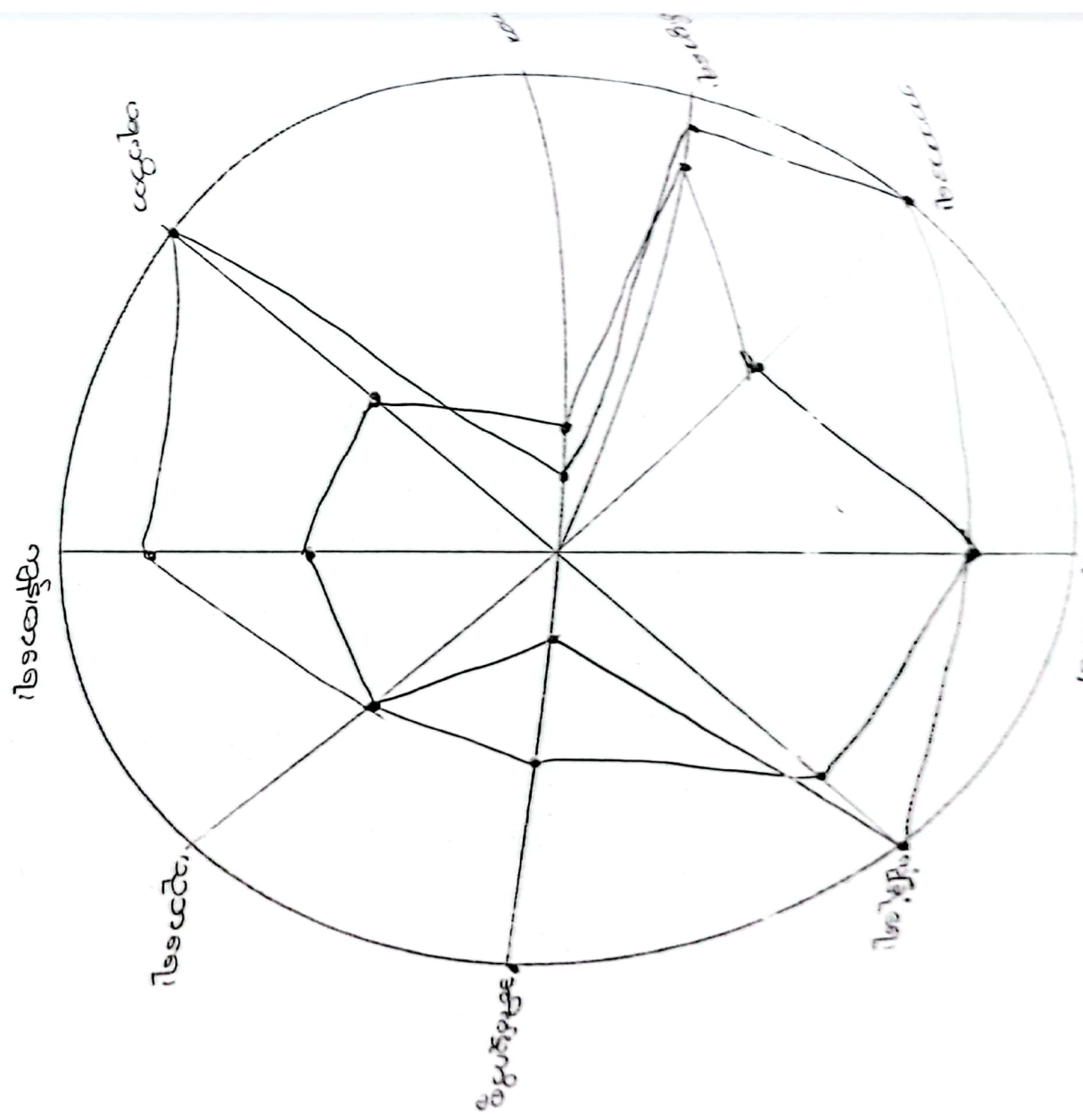
အဖို့ အစည်းချိတ်ဆက်မှု အခြေပြုပေး
(ဘိန်းဖုန်း နှိပ်ယာရန်)

നവംബർ 2019

പ്രദേശം: പാലക്കാട്
 താലൂക്ക്: പാലക്കാട്
 ഗ്രാമപഞ്ചായത്ത്: പാലക്കാട്

നവംബർ 2019

നവംബർ 2019



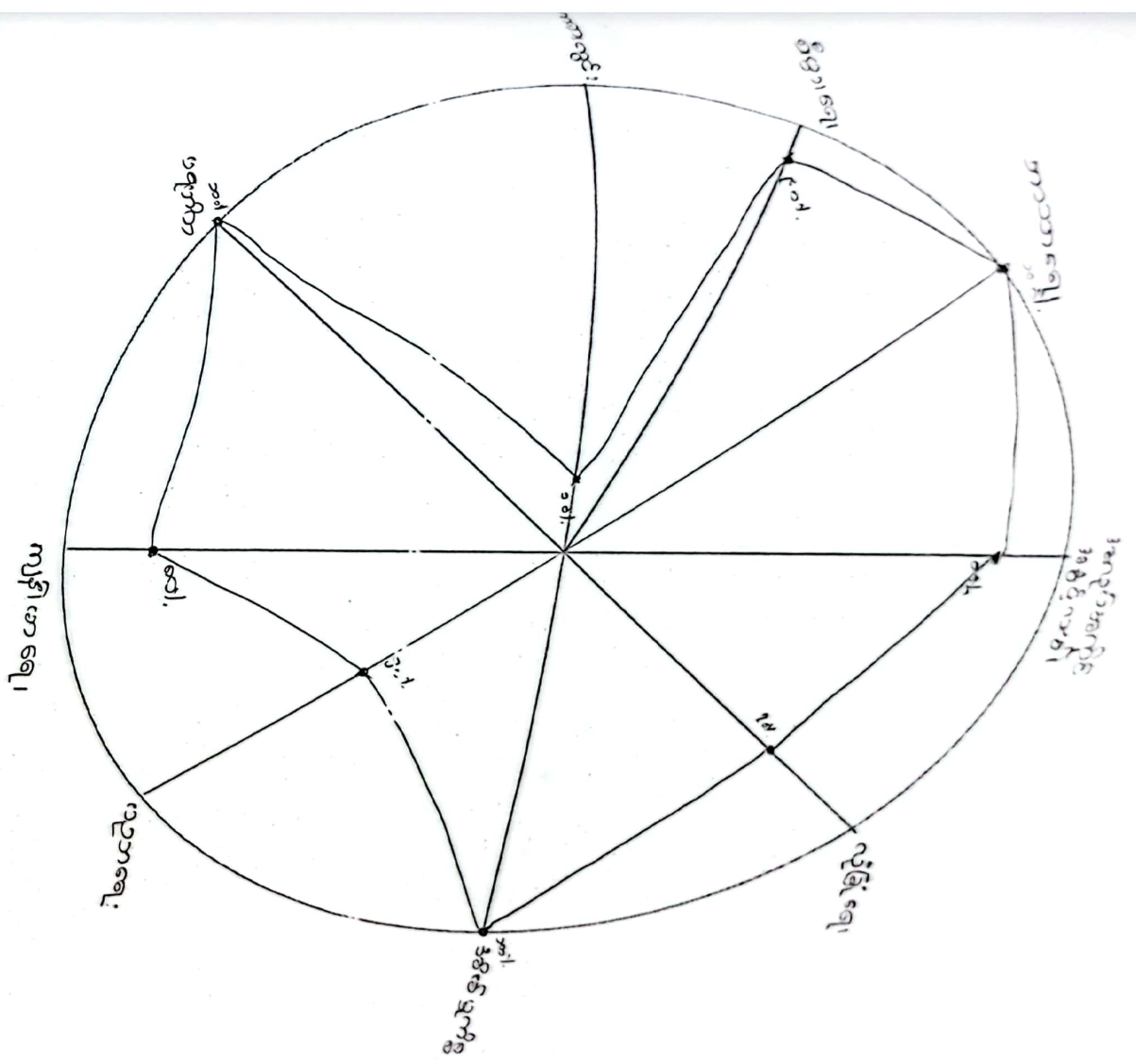
Cluster (P) CF name: പാലക്കാട് TF name: പാലക്കാട്
 PRA form NCDDP - Leve

ကုမ္ပဏီ (၂)
ပင်မကုမ္ပဏီ

သစ်တောကုမ္ပဏီ

နေ့စွဲ - ၂၀၁၆
ခုနှစ် - ၀၄.၅.၁၆

အမျိုးသမီးများ



Cluster (၂) CF name - ဦးရာဇ်သေဝင်း TF name - အမျိုးသမီးများ
 not formation level

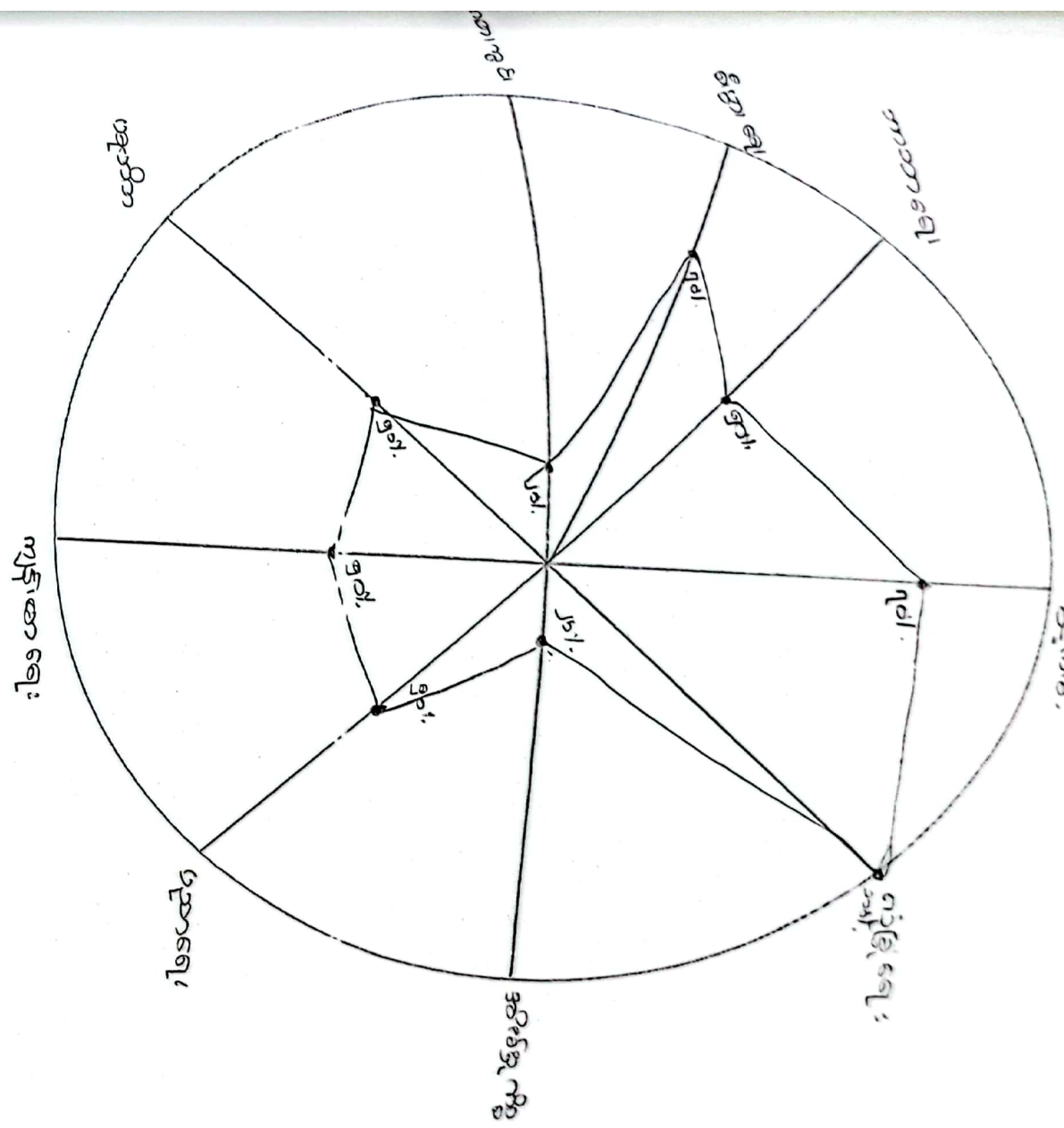
നവംബർ (1)
 പട്ടിക

മുഴുവൻ

28.05
 29.5.16

അദ്ധ്യക്ഷൻ

അദ്ധ്യക്ഷൻ
 അദ്ധ്യക്ഷൻ



Cluster 4 A CF 5
 പ്രസിദ്ധീകരിക്കുക

၁၉၄၅ ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၁၀ ရက်နေ့
 နံနက် ၈ နာရီခန့်တွင်
 ဦးစီးကြီး ဦးစိုးဝင်း
 ကိုယ်တိုင် ဦးစီး
 ကြည့်ရှုခဲ့ပါသည်။

	အမျိုးသမီး : ၇၄၀	အမျိုးသား : ၇၄၀
အခြေခံဆေးကုစဉ်	၁၀၀	၁၀၀
လူမှုဝန်ထမ်း	၁၀၀	၅၀
အိမ်ထောင်ရေး	၅၀	၅၀
ငွေကြေးရေး	၁၀၀	၁၀၀
လူမှုရေး	၁၀၀	၁၀၀
အကျင့်အမူအရာ :	၅၀	၁၀၀

78. 1
2
5
10
20

ဒုတိယ: ပါးစားကြီး ခွဲထားပြီးမှ
မင်းမိသိပ်ကြားပုံ

ဒီဇိုင်းမျှလို့မရှိဘဲ၊ ပညာရေး၊ လုံခြုံမှု၊ ကလေးများတွင် ဆိပ်ဆာသာ ကွပ်ကဲနေပါ
 သည်။ ကြောင့်မှာ ကျန်းမာရေးများသည် ဒီဇိုင်းမျှလို့မရှိဘဲသာ ကျန်းမာရေး
 ကျန်းမာနေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကျန်းမာရေးများသည် ကျန်းမာရေး၊ ကလေးများတွင်
 ကျန်းမာရေးများကလေး မကောင်းကောင်းဖြစ်ပါ။ ကျန်းမာရေးများကို ကျန်းမာရေး
 ကျန်းမာရေးနှင့် ပြန်ဆောင်ကောင်း ပုံစံ၊ ကျန်းမာရေး၊ ဒီဇိုင်းမျှလို့မရှိဘဲ ပေးနေသော
 ဒီဇိုင်းများကို ကျန်းမာရေးနှင့် ကျန်းမာရေးနှင့်

ဥစ္စဓန ကြွယ်ဝမှု အဆင့်သတ်မှတ်ခြင်း

ကျေးရွာ - သုံးတန်ကူး
 ကျေးရွာအုပ်စု - ဥဒိုယ်
 နေ့စွဲ - ၂၀၂၀.၅.၁၆

အဆင့်သတ်မှတ်ချက်များ	ပိုင်ဆိုင်မှု အခြေအနေများ	ဒိပ်ထောင်စု အရေအတွက်
အဆင့်မြင့် (A)	ဧက ၁၀၂၊ လယ်ဧက ၁၊ ဖွန်ဒေါင်း ၁၊ ရေစုတ် ၁၊ ဆိုလာ၊ ဆိုင်ကယ်	၅
အလယ်အလတ် (B)	လယ်ဧက ၁၀၀၊ ဆိုင်ကယ် ၁၊ ရေစုတ်	၂၀
သာမန် (C)	လက်လှုပ်လက်စား၊ စက်ဘီး	၂၃

Cluster (၄) CF name ဦးစိုးအောင် TF name ဒေါ်ခင်နု
 PRA form NCDDP -Lewe

ကျားမရေးရာ (၁)
ပိုင်ဆိုင်မှု ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာမှု

ကျေးရွာ - သဦးတန်ကူး
ကျေးရွာအုပ်စု - ညိုလှ
နေ့စွဲ - ၂၀၂၀.၀၅.၁၆

အရင်းအမြစ်များ	ထိန်းချုပ်သူ	ဆုံးဖြတ်ချက်ချသူ	အသုံးပြုသူ
စာသင်ကျောင်း	ကျောင်းအုပ်	ကျောင်းအုပ်	ကျောင်းသား
ဘုန်းကြီးကျောင်း	ဘုန်းကြီး	ဘုန်းကြီး	ကျောင်းသား
ကျောင်းမကြီး	-	-	ကျောင်းသား
ရိုးချောင်း	-	-	ကျောင်းသား

Cluster / ၄ / ၁ / ၀၁
HSA Form - Lower NCTDP

ကျေးဇူးတင် မြို့ရွာရေး ကပြကဏ္ဍ

ဆုံးရှုံးချေချော့မှာ သိပ်တောင့်စွာ < 48 > နှစ် RRA ပါဆင်ချက်က

ဆောင် ပြောသော သိပ်တောင့်စွာမှာ < 5 > နှစ်တောင့်စွာ၊ အသက်ကတော့

သိပ်တောင့်စွာ < 80 > နှစ်သာမဟုတ် နှစ်တောင့်စွာ < 23 > ဟု ပြောပါသည်။
ဆုံးရှုံးချေချော့မှာ သိပ်တောင့်စွာ လွယ်ကူသော လုပ်ငန်းဖြစ်၊ အသက်မွေး ဝမ်းကြောင်း ပြုစုရသော

ကျေးဇူးတင် ပြောပါသည်။ သိပ်တောင့်စွာ အားလုံး လက်ယာခြေများ ပေါ်စုတ်ကြသဖြင့်

စီးပွားရေး အဆင်မပြေသော သိပ်တောင့်စွာများ စည်းရုံးနေပါသေးသည်။
ငွေ သိပ်တောင့်စွာများသည် လက်လှုပ်လက်စား ကျပန်း အလုပ်များသာ

လုပ်ကိုင်ကြပါသည်။ RRA သုံးသပ်ချက်ကို ကြည့်ပါက ဆုံးရှုံးချေချော့မှာ

စီးပွားရေး အဆင်မပြေ စာမေးမြတ်သော ကျေးဇူးတင် သိပ်စွာပင်

တွေ့မြင်ရမည် ပြောပါသည်။

ကျေးရွာ - သုံးတန်ဘူး
ကျေးရွာအုပ်စု - ဥဒိုဟ်
နေ့စွဲ - ၂၀၁၅.၅.၁၆

ရာသီရန်ခွင်ပြ ကွေဒိန်

[illegible]

 CamScanner

၂၀၁၈ ခုနှစ်မှ ၂၀၁၉ ခုနှစ်အထိ
စာရင်းကောက်ယူခြင်း

[illegible][illegible]

ပါဝင်နေသောကြောင့် လမ်းပတ်ဆက်သွယ်မှု
 ကောင်းမွန်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ အဲဒီလိုမှာ အချင်းချင်း
 ကောင်းမွန်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပြီး ပြီးသွား
 သွားလေမည် ဆိုပါက ၁၅ မနက် ၁၀ နာရီခန့်

ಪ್ರವಚನ-ಶ್ರೀಮದ್ಭಗವತ್ಗೀತೆ ಅಧ್ಯಾಯ-೧೦
ಅರಣ್ಯಕೋಷ-೨೭

ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့်

ယောဇော: လက်ပွမ်း: ဗြမ္မာ အနေဖြင့် သုံးတင်လျှင်: ကျေးဇူးအတွင်းတွင်
 ရေတော: ခြေကုတ်: သည်ရှိပါသည်။ ကျင့်အား: လက်ပွမ်း: ဗြမ္မာ အနေဖြင့်: - -

အပိုက် ပြင်ဆင်
ပေးပါ။

[illegible]

စို့၊ ဖွင့်၊ လာပါက
ဖွင့်လှေ
ပုခွံဖြူနီ
ရောင်
ဂရိပ် ပါ သည်။

ಶ್ರೀಮದ್ವಿಷ್ಣು ಪುರಾಣ

[illegible][illegible][illegible]

විද්‍යා මණ්ඩලයේ සිටින සියලුම ශිෂ්‍යයන්ගේ සහ
ආචාර්යවරුන්ගේ සහයෝගයෙන් මෙම පොත
සකස් කළේය.

၁။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၂။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၃။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၄။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၅။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၆။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၇။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၈။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၉။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား
 ၁၀။ အထွေထွေအားဖြင့် နယ်လုံးဆိုင်ရာ အခြေအနေအထား

ആനന്ദൻ (൨൦൧൪ മുതൽ ൧൯൯൯ വരെ) - ൧൯൯൯ മുതൽ ൧൯൯൯ വരെ

[illegible]

பெரிய நகரங்களில் இருந்து வந்தவர்கள்

မြေစာများကို အားရှိစေရပါမည်။

ယခုမဂ္ဂါစေတီ(ဒုစံ)ဘုရား နှစ်စုနှစ် နှစ်ရာဇ် နှစ်ရာဇ် အနုစာဇ်

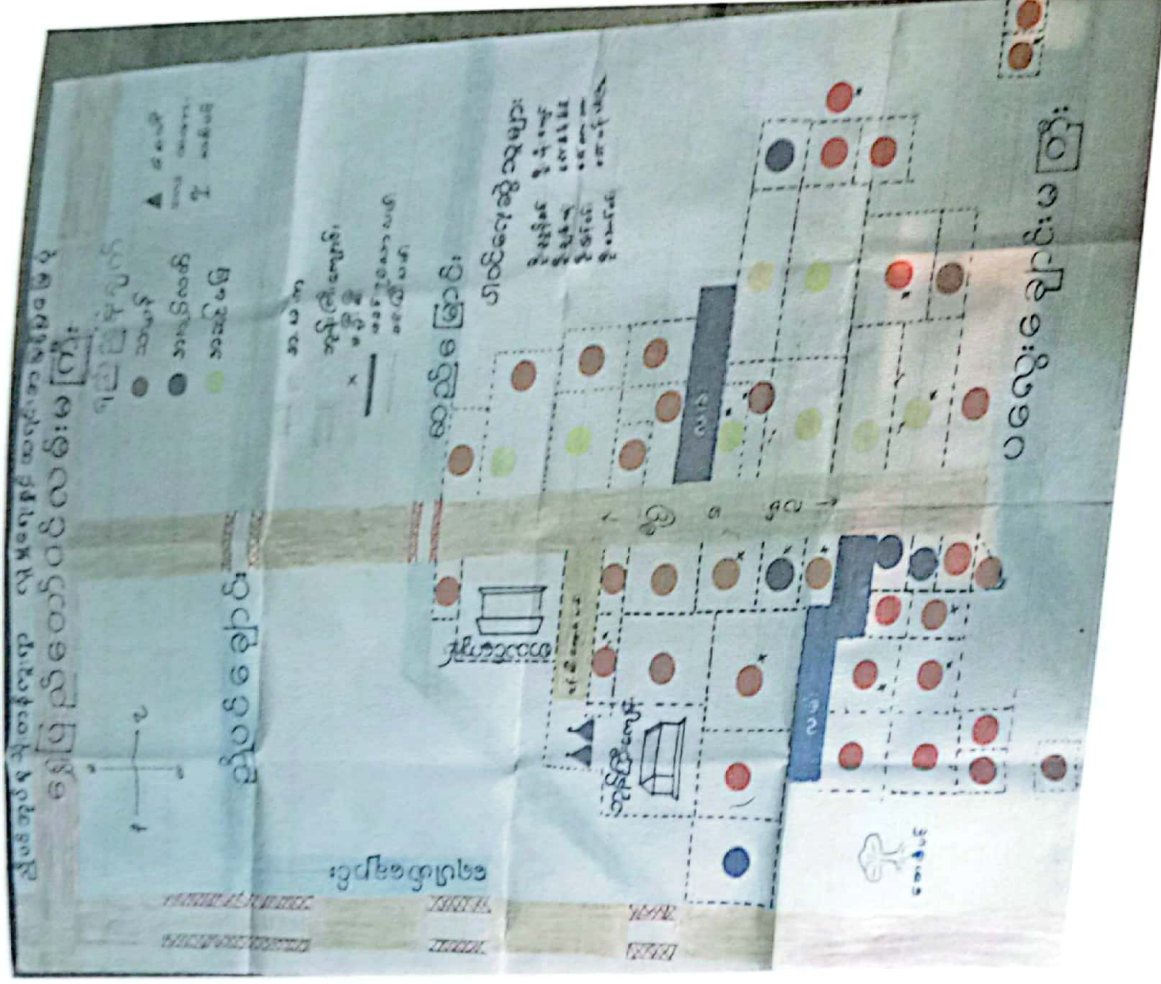
ਭ੍ਰਮਾ ਆਰਾਧਨਾ ਯੋਗ ਯੋਗੀ ਯੋਗਿਨੀ ਯੋਗਿਨੀ ਯੋਗਿਨੀ ਯੋਗਿਨੀ

ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။ ၎င်းစစ်တိုက်မှုသည် ယခင်က (၂၀၀၈)

ပြည်စာတော်လေးများဖြင့်ပါ ၁၁ခုနှစ်ယခုစာချိတွင် အန်လဒ်မွန်: မံ ပ

အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် (၁၂) နှစ်လောက် (၁၂) နှစ်လောက် အထိ အင်္ဂလိပ်ဘာသာဖြင့် ပြောဆိုနိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

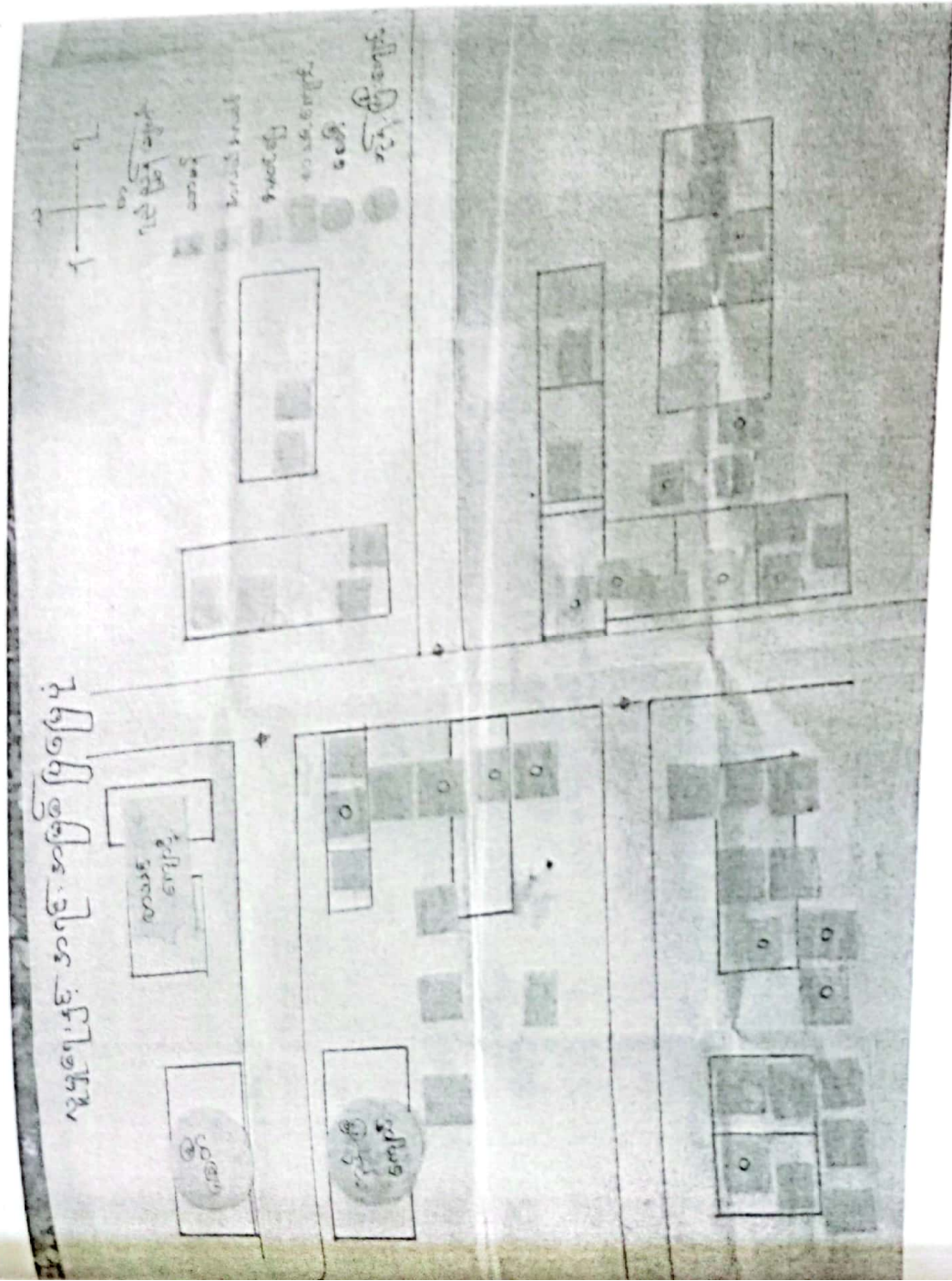
လူမှုရေးနှင့် အရင်းမြစ်ပြုစေခြင်း



ကျေးရွာအုပ်စု - ညိုပဒ

ကျေးရွာ - သုံးတန်းကုန်း

သုံးတန်ကျေးရွာ အရင်းအမြစ်ပြမြေပုံ



သစ်ကျေးရွာအုပ်စုတွင် ပါဝင်သောကျေးရွာများ

- ဦးပင်ကျေးရွာ
- တောင်ဦးကျေးရွာ
- သုပတ်ကုန်းကျေးရွာ
- လယ်ရွာကျေးရွာ
- ဦးတန်းကျေးရွာ
- ကျွန်းကြီးကျေးရွာ
- သုံးတန်ကျေးရွာ

The map of Myanmar displays its administrative divisions, including the Bhamo, Sagaing, Shwebo, Mandalay, Yangon, and other regions. Major cities like Bhamo, Sagaing, Shwebo, Mandalay, Yangon, and other significant urban centers are marked. The map also shows major transportation routes, including roads and rivers. A legend in the bottom left corner identifies various symbols used on the map, such as roads, rivers, and administrative boundaries. The map is oriented with North at the top.

[illegible]

ရန်ကုန်	၆
ကျေးဇူးတင်	၆၀
ကျေးဇူး	၂၆၀
လှူဒါန်းမှု	၂၅၅၀၄
ဆွမ်းအဖြစ်	၅၁၀၄၇
ဆွမ်းအသုံး	၅၂၆၀

မာတိကာ

၁။ ဖြိုနယ်မြေပုံ

၂။ ကျေးရွာမြေပုံ (တည်နေရာ)

၃။ အုပ်စုတွင်ပါဝင်သောကျေးရွာများစာရင်း

၄။ ကျေးရွာအခြေခံအချက်အလက်များ (ကျေးရွာသမိုင်းကြောင်း)

၅။ လူထုပူးပေါင်းပါဝင်သော လူမှုဆန်းစစ်ခြင်းနှင့် အကဲဖြတ်ခြင်းလုပ်ငန်းစဉ် (PSA/PRA) အကျဉ်းချုပ်ဖော်ပြချက်

၆။ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်အတွက်အသုံးပြုခဲ့သော PRA tools များနှင့်တစ်ခုချင်းစီအတွက်သုံးသပ်ချက်များ (အသုံးပြုခဲ့သော PRA tools တစ်ခုချင်းစီ၏ အမည်များရေးရန်)

၇။ ကော်မတီဝင်များရွေးချယ်ခြင်းနှင့်ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်ဆောင်ရွက်မှုမှတ်တမ်းဓါတ်ပုံများ

(၂-၃ပုံ ထက်မများရ)

၈။ ကျေးရွာအချက်အလက် (ပုံစံ-၁)

၉။ စီမံကိန်းဝက်ဝန်းအချိန်ဇယား (ပုံစံ-၂)

၁၀။ ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးဦးစားပေးအစီအစဉ် (ပုံစံ-၃)

၁၁။ အစည်းအဝေးမှတ်တမ်းများ

၁၂။ ကဏ္ဍအလိုက်ဦးစားပေးဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်းစဉ်များ

ပြည်ထောင်စုသမ္မတမြန်မာနိုင်ငံတော် အစိုးရ
စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေး နှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာန
ကျေးလက်ဒေသဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးဦးစီးဌာန
လယ်ဝေးမြို့နယ်



လူထုဗဟိုပြုစီမံကိန်း

National Community Driven Development Project (NCDDP)



ကျေးရွာဖွံ့ဖြိုးရေးအစီအစဉ်
Village Development Plan (VDP)

၂၀၁၈-၂၀၁၉ ခုနှစ် ညှိပင် ကျေးရွာအုပ်စု၊ သုံးတန်ကူးကျေးရွာ

လယ်ဝေးမြို့နယ်