



စိုက်ပျိုးရေးအခြေခံအသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းများဖွံ့ဖြိုးရေးစီမံချက်  
**Agricultural Livelihood Action for Delta and Dry Zone Project**

**နမ်းသီးနံ ရိတ်သိမ်းချိန်လွန်နည်းပညာ  
အသိပညာပေး လက်ကမ်းစာတုပ်**



## ရိတ်သိမ်းချိန်လွန်နည်းပညာဆိုသည်မှာ

- ၁။ ရိတ်သိမ်းပြီးသောကုန်စည်များ၏ အရည်အသွေးကို ထိန်းသိမ်းရန် နည်းလမ်းများကို လေ့လာခြင်း၊ အသုံးချခြင်းတို့ဖြင့် သီးနှံလေလွင့် ဆုံးရှုံးမှုကို ကာကွယ်ခြင်း။
- ၂။ ထိုအဆင့်ဆင့်သော ရိတ်သိမ်းပြီးချိန် နောက်ပိုင်းလုပ်ငန်းများတွင် သီးနှံများကို အရေအတွက်ရော၊ အရည်အသွေးအရပါ လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှု နည်းနိုင်သမျှ နည်းအောင်လုပ်ဆောင်ခြင်းဖြစ်သည်။

### နောက်ခံအကြောင်းရင်း

မြန်မာနိုင်ငံသည် ကမ္ဘာ့နှမ်းစိုက်ပျိုး ဧရိယာတွင် ၂၀.၅၅% ပါဝင်လျက်ရှိပြီး ထုတ်လုပ်ရာတွင် ၁၆.၈၈% ရှိသည်။ FAO မှ ထုတ်ပြန်ချက်များအရ အထွက်နှုန်းမှာ ၄,၀၁၅ Kg/ha ရှိသည်။ ထို့ပြင် အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှု၊ ဆေးဘက်ဝင်မှု၊ အလှကုန်ပစ္စည်းများတွင် အသုံးပြုလာမှု၊ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးနည်းပါးမှုတို့ကြောင့် ဈေးကွက်တွင် ဝယ်လိုအား မြင့်တက်လာလျက်ရှိသည်။

ရိတ်သိမ်းပြီးနောက် လုပ်ကိုင်ဆောင်ရွက်ခြင်း အလေ့အကျင့်များ တိုးတက်လာစေပြီး သီးနှံ၏ ပင်ကိုယ်ရှိသင့်သည့် အရည်အသွေး (အနံ့၊ အရသာ ဖွဲ့စည်းမှု)ကို ထိန်းသိမ်းနိုင်ရန်၊ ရိတ်သိမ်းခြင်းနှင့် စားသုံးခြင်းကြား သီးနှံအရည်အသွေးနိမ့်ကျမှုနှင့် လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှုကို လျော့ချကာကွယ်လာနိုင်စေရန်နှင့် ဈေးကွက်လက်လှမ်းမီလာစေရန် ဖြစ်သည်။



## ရိတ်သိမ်းချိန်လွန်နည်းပညာ၏အခြေခံသဘောတရားနှင့် အရေးပါမှု

- ✚ ရိတ်သိမ်းချိန်မှ ရိတ်သိမ်းပြီးနောက် စားသုံးချိန် (နောက်ဆုံးအသုံးပြုချိန်) အထိ အကျုံးဝင်ခြင်း
- ✚ နှမ်းသီးနှံ လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှု (၅-၁၀)% အထိရှိနိုင်ခြင်း
- ✚ သက်ရှိ/သက်မဲ့ ပယောဂများကြောင့် ပျက်စီးမှုရှိခြင်း
- ✚ လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှု အများဆုံး နေရာဖြစ်ခြင်း
- ✚ နှမ်းအရည်အသွေးကျဆင်းစေခြင်းနှင့် သီးနှံလေလွင့်ဆုံးရှုံးနိုင်သည့် ကိစ္စရပ်များရှိခြင်း

## နှမ်းရိတ်သိမ်းသင့်သည့်အချိန်

- ✚ ရိတ်/နှုတ် စည်းထောင်ပြီး (၅-၇) ရက် အခြောက်ခံပြီးနောက်တွင် ခြွေလှေ့ရန်
- ✚ မိမိစိုက်ပျိုးမည့် မျိုးစေ့၏ ပျမ်းမျှသက်တမ်းကိုလည်း သိရမည်။
- ✚ ၂၅% အောက်ရွက်များကြော့၊ အပေါ်ရွက်များ အဝါရောင်ပြောင်းခြင်း
- ✚ ပင်စည် အဝါရောင်ပြောင်းခြင်း
- ✚ သီးတောင့်များ အဝါရောင်ပြောင်းခြင်း (အပင်၏ အလယ်အမြင့်ထိ)
- ✚ အောက်ခြေမှ ၁၀ ခုမြောက် သီးတောင့်ကိုခွဲကြည့်လျှင် အနက်ရောင်ပြောင်းခြင်း



အစိုဓာတ်တိုင်းခြင်းနှင့် နှမ်းသီးနှံတွင် FFA အက်စစ်ဓာတ်ပါဝင်မှုတိုင်းတာခြင်း

စဉ်	စမ်းသပ်ချက်	ရိတ်ပြီး ခြွေလှေ့ပြီး ထိကြာရက်	အရောင်အဆင်း		FFA ပါဝင်မှု
			မူလရှိ အရောင်	ဆောင်ရွက်ပြီး အခြေအနေ	
၁။	စမ်းသပ်ချက် (A) ရိတ်သိမ်းပြီးချက်ချင်း နှမ်းထောင်ခြွေလှေ့ခြင်း	၇ ရက်	နက်	နက်	1
၂။	စမ်းသပ်ချက် (B) ရိတ် သိမ်းပြီး (၂) ရက်ပုံ၍ နှမ်းထောင် ခြွေလှေ့ခြင်း	၅ ရက်	နက်	နက်	2
၃။	စမ်းသပ်ချက်(C) ရိတ်သိမ်းပြီး(၇)ရက်ပုံ၍ နှမ်းထောင်ခြွေလှေ့ခြင်း	၈ ရက်	နက်	နက်	4
၄။	စမ်းသပ်ချက်(D) ရိတ်သိမ်းပြီး တန်းထိုး ဇောက်ထိုးချိတ်ဆွဲ၍ ခြွေလှေ့ခြင်း	၉ ရက်	နက်	နက် အရောင်လှ	2

နှမ်းအရည်အသွေးစံနှုန်းသတ်မှတ်ချက်

**Grade (A)**

- ✚ နှမ်းလုံး နှမ်းသားကောင်းရမည်။
- ✚ Free Fatty Acid (FFA-အက်စစ်ဓာတ် ပါဝင်မှု <2) ရှိရမည်။
- ✚ ဓာတုဓာတ်ကြွင်းပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✚ ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ ပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✚ မကောင်းသော အနံ့မရှိစေရ။
- ✚ မှိုစွဲသော နှမ်းများ မပါဝင်စေရ။
- ✚ မျိုးကွဲများ /အခြားအရောင်ကွဲများ မပါဝင်ရ။
- ✚ အစိုဓာတ်ပါဝင်မှု ၅ % အောက်ရှိရမည်။
- ✚ နှမ်းဟောင်းမပါဝင်ရ။

## Grade (B)

- ✦ နှမ်းလုံး နှမ်းသားကောင်းရမည်။
- ✦ Free Fatty Acid (FFA-အက်စစ်ဓာတ် ပါဝင်မှု < 3) ရှိရမည်။
- ✦ ဓာတုဓာတ်ကြွင်းပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✦ ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ ပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✦ မကောင်းသော အနံ့မရှိစေရ။
- ✦ မှိုစွဲသော နှမ်းများ မပါဝင်စေရ။
- ✦ မျိုးကွဲများ /အခြားအရောင်ကွဲများ မပါဝင်ရ။
- ✦ အစိုဓာတ်ပါဝင်မှု ၅% အောက်ရှိရမည်။
- ✦ နှမ်းဟောင်း မပါဝင်စေရ။

## Grade (C)

- ✦ နှမ်းလုံး နှမ်းသားလျော့ရမည်။
- ✦ Free Fatty Acid (FFA-အက်စစ်ဓာတ် ပါဝင်မှု < 3) ရှိရမည်။
- ✦ ဓာတုဓာတ်ကြွင်းပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✦ ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ ပါဝင်မှု မရှိစေရ။
- ✦ မကောင်းသော အနံ့မရှိစေရ။
- ✦ မှိုစွဲသော နှမ်းများ မပါဝင်စေရ။
- ✦ မျိုးကွဲများ /အခြားအရောင်ကွဲများ ၁၀% အောက်ဖြစ်ရမည်။
- ✦ အစိုဓာတ်ပါဝင်မှု ၆% အောက်ရှိရမည်။
- ✦ နှမ်းဟောင်း မပါဝင်စေရ။

## သီးနှံအရည်အသွေးအဆင့်ခွဲခြားခြင်း

- ✦ သီးနှံအရည်အသွေးအဆင့်ခွဲခြားကို တောင်သူများ၊ ကုန်သည်များ၊ လုပ်ငန်းရှင်များ၊ စားသုံးသူများပါဝင်ပြီး သတ်မှတ်ထားခြင်းက ထိရောက်သော ဈေးကွက်စနစ်ဖြစ်သည်။
- ✦ တောင်သူများ ဈေးကောင်းပိုရနိုင်သည်။
- ✦ ဈေးကွက် ယှဉ်ပြိုင်နိုင်စွမ်းလည်း မြင့်မားလာနိုင်သည်။

- ✦ ရောင်းသူနှင့် ဝယ်သူ ဝေးကွာသည့်အနေအထားတွင် သတ်မှတ်ထားသည့် စံသတ်မှတ်ချက်များအတိုင်း ရောင်းဝယ်နိုင်သည်။
- ✦ စားသုံးသူများလည်း သင့်တော်သည့်ဈေးနှုန်းနှင့် စံသတ်မှတ်ထားသည့်သီးနှံများကို ဝယ်ယူနိုင်သည်။
- ✦ အနာဂတ် ကုန်သွယ်ရောင်းဝယ်မှုတွင်လည်း ဈေးနှုန်းတည်ငြိမ်မှုကို ရရှိစေနိုင်သည်။



### သိုလှောင်ခြင်း

- ✦ သတ်မှတ်ထားသည့် အစိုဓာတ်ရောက်သည်ထိ ခြောက်သွေ့စေပြီးမှ သိုလှောင်စေခြင်း။
- ✦ ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ၊ အဖျင်းအမှော် စသည့် တို့ကို သန့်စင်စေပြီးမှ သိုလှောင်စေခြင်း။
- ✦ သိုလှောင်ခြင်းမပြုမီနှင့် သိုလှောင်စဉ် ပိုးမွှား၊ ကြွက်၊ ငှက် စသည်တို့၏ စားသောက်ဖျက်ဆီးမှုမှ ကာကွယ်ရန် လိုအပ်ခြင်း။
- ✦ ခြောက်သွေ့၍ အပူချိန်နည်းသည့်နေရာတွင် သိုလှောင်ခြင်း။



# ရိတ်သိမ်းပြီးနောက်ပိုင်း လေလွင့်ဆုံးရှုံးမှု မရဘဲရန် ရှောင်ကြဉ်ရမည့် အချက်များ

- ✦ အချိန်မီ ရိတ်သိမ်းပါ (မစောလွန်း နောက်မကျလွန်း)။
- ✦ ခြွေလှေ့ရာတွင် နှမ်းစေ့များကို မထိခိုက်ပါစေနှင့်။
- ✦ ပြာတီးသန့်စင်ရာတွင် ဖုန်၊ သဲ၊ ခဲ၊ အဖျင်းအမှော်များ လုံးဝကင်းရှင်းသည်အထိ ပြုလုပ်ပါ။ သန့်စင်ပြီးနောက် အရည်အသွေးအလိုက် အဆင့်ခွဲခြားသတ်မှတ်ပါ။
- ✦ သယ်ယူပို့ဆောင်ခြင်း၊ သိုလှောင်ခြင်းများ ပြုလုပ်ရာတွင် ကောင်းမွန်သော ထုပ်ပိုးမှု စနစ်များကို ကျင့်သုံးပါ။
- ✦ သိုလှောင်ရာတွင် သင့်တော်သည့် နည်းစနစ်များကို ကျင့်သုံးပါ။ သီးနှံများကို ထုပ်ပိုးသိုလှောင်သည့်အခါ ပိုးမွှားများ အလွယ်တကူမဝင်ရောက်နိုင်သောအိတ်၊ လေလုံအိတ်၊ သိုလှောင်ရန်အတွက် သီးသန့်ထုတ်လုပ်ထားသည့်အိတ်၊ ဆိုင်လို(Silo)/ပလတ်စတစ်ပုံး၊ သံပုံးများကို အသုံးပြု၍ နှမ်းအရည်အသွေးမပျက်စေဘဲ ရေရှည်သိုလှောင်နိုင်သည်။
- ✦ သိုလှောင်စဉ်တွင် ပိုးမွှားရောဂါ ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများကို ကျင့်သုံးပါ။
- ✦ ကုန်အတင်အချပြုလုပ်သည့်အခါ သင့်တော်သည့်ထုပ်ပိုးမှုစနစ်များ ဆောင်ရွက်ပါ။ ကုန်အတင်အချပြုလုပ်ရာတွင် လေဝင်လေထွက်ကောင်းသည့်အိတ်များ၊ အလွယ်တကူ မပြေမပေါက်သည့်အိတ်များ၊ ကုန်တင်/ကုန်ချပြုလုပ်ရာတွင် ထိခိုက်မှုဒဏ်ခံနိုင်သည့် အိတ်များကိုသာ အသုံးပြုရမည်။

ရိတ်ချိုပြီးရေးအခြေခံအသက်မွေးဝမ်းကျောင်းလုပ်ငန်းများပွံ့ပြီးရေးစီမံချက်  
**Agricultural Livelihood Action for Delta and Dry Zone Project**

နှမ်းသီးနှံရိတ်သိမ်းချိန်လွန် ငိုဇာနာရမည့်အချက်များ

 <p>အချိန်မီရိတ်သိမ်းပါ</p>	 <p>ရိတ်ချိုပြီး ထောင်မှမ်းကို ကျင့်သုံးပါ။ (အက်စ်ပတ်ဒါဝင်းပွဲ ဝေဖွဲ့မည့်အခါမှ ရိတ်ပြီးသောမှမ်းများကို ဖုန်ထုခြင်းမပြုရ)</p>	 <p>နှမ်းခါးတွင် နှမ်းသမုတကို မထိခိုက်ပါစေနှင့် တာဝန်ပေးအခင်း အသုံးပြုပါ။</p>
 <p>လှိုင်း သို့မဟုတ် အဖျင်းအမှော်များ သင့်ရင်သည့်အထိ ပြုလုပ်သန့်စင်ပြီး တာဝန်ပေးအခင်းအသုံးပြုပါ။</p>	 <p>အရည်အသွေးအလိုက် ခွဲခြားထားပါ။</p>	 <p>သင့်ရင်သော ဘိတ်များနှင့် လုပ်ပိုင်း၍ မမှန်ကန်ကျသလိုပင်။</p>

