

ကျောင်းကျန်းမာရေးဗဟိုကော်မတီ လုပ်ငန်းညှိနှိုင်းအစည်းအဝေး (၁/၂၀၂၀)တွင်
ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး ဒေါက်တာမြင့်ထွေး ပြောကြားခဲ့သည့်မိန့်ခွန်းကောက်နုတ်ချက်

ရုံးအမှတ်(၄)၊ နေပြည်တော်

၂၀၂၀ ပြည့်နှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ (၁၇)ရက်

- ကျွန်တော်တို့ ကျောင်းကျန်းမာရေးဗဟိုကော်မတီရဲ့ အဓိကလုပ်ငန်းတာဝန်များမှာ နိုင်ငံတစ်ဝန်း လုံးရှိကျောင်းများတွင် ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုလုပ်ငန်းများ ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့ အတွက် မူဝါဒများချမှတ်ဖို့နှင့် ရှေ့လုပ်ငန်းစဉ်များအတွက် လမ်းညွှန်ချက်များပေးအပ်တာ၊ သက်ဆိုင်ရာအဖွဲ့အစည်းများနှင့် ပေါင်းစပ်ညှိနှိုင်းတာ၊ အဆင့်ဆင့်သော ကျောင်းကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းကော်မတီများဖွဲ့စည်းပြီး လုပ်ငန်းတာဝန်များချမှတ်ပေးတာ၊ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုများ ကို လေ့လာဆန်းစစ်တာတွေ ဖြစ်ပါတယ်။
- ရှေ့လုပ်ငန်းစဉ်များချမှတ်ရာတွင် လက်တွေ့အမှန်တကယ် အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက် နိုင်တဲ့လုပ်ငန်းစဉ်များချမှတ်တာ၊ လုပ်ငန်းစဉ်များကို ဦးစားပေးအဆင့်သတ်မှတ်တာ၊ လုပ်ငန်း အကောင်အထည်ဖော်မယ့် အချိန်ကာလအစီအစဉ် (timeline) ရေးဆွဲချမှတ်တာ၊ တိုင်းဒေသ ကြီး/ပြည်နယ်အလိုက် လုပ်ငန်းစဉ်များ ဖော်ထုတ်ချမှတ်တာ၊ လုပ်ငန်းအကောင်အထည်ဖော် ဆောင်ရွက်ရာမှာ နှီးနွယ်ဌာနနှင့်အဖွဲ့အစည်းများ ပူးပေါင်းချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်တာတွေကို ဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ပူးပေါင်းချိတ်ဆက်ဆောင်ရွက်မှုများ အားကောင်းစေဖို့အတွက် ဌာန၊ အဖွဲ့အစည်းအလိုက်တာဝန် ရှိသူများကို သတ်မှတ်တာဝန်ပေးပြီး လုပ်ငန်းကဏ္ဍတာဝန်များကို တိကျ စွာချမှတ်ထားရှိရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- လုပ်ငန်းများကို ကျောင်းများမှ ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ကျောင်းသား၊ ကျောင်း သူများ၊ မိဘများနှင့် မိဘဆရာအသင်းဝင်များ ကိုယ်တိုင်ပါဝင်ဆောင်ရွက်မှသာ အောင်မြင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- သက်ဆိုင်သူများအားလုံးက ကိုယ့်ရဲ့အရေးကိစ္စလို သဘောထားပြီး ဦးဆောင်ဆောင်ရွက်ကြမှ သာ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲတဲ့အောင်မြင်မှုကို ရရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများအတွက် ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများလမ်းညွှန်နှင့် စံလုပ်ထုံးလုပ်နည်းများဆိုင်ရာစာအုပ်များ ပြုစုဖြန့်ဝေပေးသွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများကိုယ်တိုင် သက်ဆိုင်ရာကျောင်းအလိုက် ကျောင်းကျန်းမာရေး ကော်မတီများမှာ ပါဝင်စေပြီး ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအချင်းချင်း သက်ရွယ်ဆင့်တူ ပညာ ပေးခြင်း (peer education) လုပ်ငန်းများတွင် ပါဝင်ဆောင်ရွက်တာတွေမှာ ကျောင်းကျန်းမာရေး လုပ်ငန်းများကို တက်ကြွစွာဦးဆောင်ဆောင်ရွက်နိုင်ဖို့ လက်တွဲခေါ်ယူသွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းစဉ်(၉)ရပ် ဆောင်ရွက်နေရုံသာမက (၁၂-၆-၂၀၁၉) ရက်နေ့က နေပြည်တော်မှာကျင်းပခဲ့တဲ့ ကျောင်းကျန်းမာရေးအဆင့်မြှင့်လုပ်ငန်းများ အရှိန်အဟုန်မြှင့်တင် ရေး အမျိုးသားအဆင့်နှီးနှောဖလှယ်ပွဲမှာ နိုင်ငံတော်၏အတိုင်ပင်ခံပုဂ္ဂိုလ်မှ လမ်းညွှန်ခဲ့တဲ့ ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှု ဦးစားပေးလုပ်ငန်းစဉ် (၇)ရပ်ဖြစ်တဲ့ - ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများတွင် မူးယစ်ဆေးဝါးအန္တရာယ်ကင်းစင်ပပျောက်ရေး၊ ဆေးလိပ်သောက်သုံးမှု ကင်းစင်ပပျောက်ရေး၊ အရက်သောက်သုံးခြင်းနှင့် နောက်ဆက်တွဲအန္တရာယ်များ ကင်းစင် ပပျောက်ရေး၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သည့် လူမှုဘဝနေထိုင်မှုပုံစံများ လိုက်နာကျင့်သုံး ဆောင်ရွက်ရေး၊ ယာဉ်အန္တရာယ်နှင့်လမ်းအန္တရာယ်ကြောင့် ထိခိုက်ဒဏ်ရာရရှိမှုကင်းရှင်းရေး၊ မျိုးဆက်ပွားကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အသိပညာဗဟုသုတများ ထည့်သွင်းသင်ကြားနိုင်ရေးနှင့် ဂိမ်း အလွန်အကျွံစွဲလမ်းမှုပပျောက်ရေးလုပ်ငန်းများကိုပါ တစ်ပါတည်းဆောင်ရွက်သွားကာ ကျောင်းနေ အရွယ်လူငယ်များတွင် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်တဲ့နေထိုင်စားသောက်မှုအလေ့အထများ ခိုင်မြဲ စွာရရှိစေရန် ဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများအနေနဲ့ ဒီလုပ်ငန်းစဉ် (၇)ချက်ရဲ့ အရေးကြီးပုံနှင့်အကျိုးရှိပုံကို ကောင်းစွာသိရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- လုပ်ငန်းစဉ်များ သတ်မှတ်ချထားပြီး အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ရန်အတွက် ဘဏ္ဍာငွေ ကို နှစ်စဉ်သတ်မှတ် လျာထားဆောင်ရွက်သွားမှာဖြစ်ပါတယ်။
- အရင်ကကျင်းပခဲ့တဲ့ အစည်းအဝေးများကထွက်ပေါ်ခဲ့တဲ့လုပ်ငန်းစဉ်များ၊ လွှတ်တော်တွင် ဖြေကြား ထားချက်များနှင့် လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်များမှ အဆိုပြုချက်များနဲ့ပတ်သက်ပြီး အကောင် အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်ထားရှိမှုများကို ဆန်းစစ်သုံးသပ်ကာ အားဖြည့်ဆောင်ရွက်သွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

- တစ်နိုင်ငံလုံးအတိုင်းအတာနဲ့ ဦးရေ (၉.၇)သန်းခန့်ရှိတဲ့ ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများ ကျန်းမာသန်စွမ်းခြင်းဖြင့် နိုင်ငံတော်ရဲ့အနာဂတ်ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုများအတွက် အထူးအကျိုးရှိစေမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- “ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားဆေးတစ်ပါး” (Exercise is medicine) ဆောင်ပုဒ်နှင့်အညီ အားကစားလေ့ကျင့်မှုများကိုလည်း ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများအကြား မြှင့်တင်ဆောင်ရွက်သွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူများတွင် ကျန်းမာရေးအသိပညာဗဟုသုတများ ကြွယ်ဝလာပြီး သူတို့မှတစ်ဆင့် သူတို့ရဲ့ မိဘ၊ ဆွေမျိုး၊ မိတ်ဆွေများထံသို့ပါ ကောင်းမွန်ပြီး ကျန်းမာရေးနဲ့ ညီညွတ်တဲ့ နေထိုင်စားသောက်မှုများ၊ အသိပညာဗဟုသုတများ ရောက်ရှိနိုင်မှာဖြစ်ရာ ဆင့်ကဲအကျိုးကျေးဇူးများ ရရှိနိုင်မှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းမှာ မိဘဆရာအသင်းနှင့် ကျောင်းအကျိုးတော်ဆောင်များရဲ့ အခန်းကဏ္ဍနှင့် လုပ်ငန်းတာဝန်များကို ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ သတ်မှတ်ပေးဖို့လိုအပ်ပါတယ်။
- လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာမှာ လုပ်ငန်းဆောင်ရွက်မှုအခြေအနေနှင့် အောင်မြင်မှုအခြေအနေများကို စောင့်ကြည့်စစ်ဆေးမှုတွေကို ကိုက်ညီစစ်ဆေးမှုပုံစံ (checklist) များ အသုံးပြုကာ ပုံမှန်ဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- လုပ်ငန်းဆန်းစစ်သုံးသပ်မှုများကိုလည်း နှစ်စဉ်ဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။ ဒါ့အပြင် အသုံးပြုသုတေသနများပြုလုပ်ပြီးတော့ လုပ်ငန်းပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေရေး ဆောင်ရွက်သွားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။
- အဲဒီလို နှိုင်းယှဉ်သုံးသပ်မှုများပြုလုပ်နိုင်ဖို့အတွက် နောက်ခံအချက်အလက်များ (background data and information) ကို စုံလင်စွာ စုဆောင်းထားရှိရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ်များရဲ့အခန်းကဏ္ဍဟာ အရေးကြီးသောဦးဆောင်မှုမှာပါဝင်လို့ လုပ်ငန်းတွေကို ပံ့ပိုးဆောင်ရွက်စေလိုပါတယ်။
- စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ အင်းတော်မြို့နယ် ပြည်သူ့လွှတ်တော်ကိုယ်စားလှယ် ဒေါ်ပြုံးရဲ့အဆိုဖြစ်တဲ့ "ကျောင်းကျန်းမာရေးကဏ္ဍ ပိုမိုထိရောက်စေရန် ကျောင်းကျန်းမာရေးကဏ္ဍမှ နိုင်ငံတော်၏ ကျန်းမာရေးသတင်းအချက်အလက်တစ်ခုအဖြစ်ရရှိရန် ကျောင်းသားတိုင်းအတွက် ကျန်းမာရေးမှတ်တမ်း (Health Record) ထားရှိပေးရေး" နဲ့အညီဆောင်ရွက်ရန် ကတိပေးထား

ခဲ့ပြီး ကျောင်းသားတစ်ဦးစီရဲ့ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးချက်မှတ်တမ်းကို ကွန်ပျူတာအသုံးပြုပြီး မှတ်တမ်းတင်နိုင်ရန် စီစဉ်လျက်ရှိပါတယ်။

- တိုင်းဒေသကြီး/ပြည်နယ်အလိုက် လုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်အောင်မြင်မှုနှင့် စွမ်းဆောင်မှုတွေကို စံသတ်မှတ်ချက်များနဲ့အညီဆန်းစစ်ပြီး စွမ်းဆောင်ရည်မြင့်မားတဲ့ကျောင်းတွေကိုရွေးချယ်ပြီး အသိအမှတ်ပြုဆုများ ချီးမြှင့်စေလိုပါတယ်။
- ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းတွေဟာ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်တာနဲ့အညီ အကျိုးကျေးဇူးရလဒ်များကို ချက်ချင်းမရရှိနိုင်ဘဲ အဆင့်ဆင့်အချိန်ကာလအတိုင်းအတာ တစ်ခုကြာမှသာ မြင်သာနိုင်မှာဖြစ်ပေမယ့်လည်း အဲဒီအကျိုးကျေးဇူးတွေဟာ ရေရှည်တည်တံ့ခိုင်မြဲသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းမုန့်ဈေးတန်းများတွင် ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်ပြီး၊ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းတဲ့ စားသောက်ကုန်များကိုသာ ရောင်းချစေတာလည်း အရေးကြီးတဲ့အတွက် ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများနှင့် မိဘဆရာအသင်းတို့ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာနရှိ ကျန်းမာရေးစီမံချက်မန်နေဂျာများအနေနဲ့လည်း ကျောင်းကျန်းမာရေး အဆင့်မြှင့်တင်ရေးလုပ်ငန်းများကို လေ့လာဆန်းစစ်ပြီး သက်ဆိုင်ရာစီမံချက်အလိုက် ပါဝင်ဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ဒီလိုလုပ်ငန်းများဆောင်ရွက်ရာမှာ အခြေခံကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းပညာရှင်တွေရဲ့အင်အားကို အသုံးပြုဆောင်ရွက်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ ကျန်းမာရေးအသိပညာမြှင့်တင်မှုလုပ်ငန်းများကိုလည်း ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနနဲ့ပူးပေါင်းချိတ်ဆက်ပြီး အပတ်စဉ်ပုံမှန် ပြုလုပ်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။
- ကျောင်းကျန်းမာရေးလက်စွဲစာအုပ်ကိုလည်း ဒီနှစ် မတ်လအတွင်း ဂျီနီဗာမြို့တွင် ကမ္ဘာ့ကျန်းမာရေးအဖွဲ့(ရုံးချုပ်)က ကျင်းပတော့မယ့် ကျောင်းအခြေပြုကျန်းမာရေးမြှင့်တင်မှုဆိုင်ရာ စံအချက်အလက်များသတ်မှတ်ရေး အစည်းအဝေးမှထွက်ပေါ်လာမယ့် အချက်အလက်များနဲ့အညီ မွမ်းမံပြင်ဆင်သွားရမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ကျောင်းကျန်းမာရေးလုပ်ငန်းများနဲ့ပတ်သက်ပြီး ကျောင်းအုပ်ကြီးများ၊ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ မိဘများ၊ မိဘဆရာအသင်းဝင်များရဲ့အမြင်နှင့် ပိုမိုကောင်းမွန်စေရေး လက်တွေ့ကျတဲ့အကြံပြုချက်များ ရရှိစေရေးအတွက် ဦးတည်အုပ်စုပိုင်းဖွဲ့ဆွေးနွေးခြင်း (focus group discussion) ကိုလည်း ပြုလုပ်သွားစေလိုပါတယ်။
- လုပ်ငန်းများ ပိုမိုပီပြင်အောင်မြင်စေဖို့အတွက် အားလုံးစုစည်းပေါင်းစပ် ဆောင်ရွက်သွားစေလိုပါတယ်။
- နိဂုံးချုပ်အနေနဲ့ အခြေခံပညာ ကျောင်းသား/ကျောင်းသူများ၊ တက္ကသိုလ်ကျောင်းသားများ အကြားတွင် ကျန်းမာရေးနဲ့ညီညွတ်တဲ့နေထိုင်မှုပုံစံများကို လိုက်နာကျင့်သုံးလာတဲ့အတွက် အဆိုပါကျောင်းသားထုကြီးဟာ အနာဂတ်မှာ ကျန်းမာတဲ့ပြည်သူလူထုကြီး (Healthy Cohort) ဖြစ်လာမယ့်အပြင် နိုင်ငံရဲ့ကျန်းမာကြံ့ခိုင်မှု(National Fitness) နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်မှုကို ကောင်းစွာအထောက်အပံ့ဖြစ်စေမှာဖြစ်ပါတယ်လို့ပြောကြားရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါတယ်။

အစည်းအဝေးတက်ရောက်သူများစာရင်း -

- ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၊ ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန
- အမြဲတမ်းအတွင်းဝန်
- ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ
- ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ
- ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနမှ ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များ
- အားကစားနှင့်ကာယပညာဦးစီးဌာန
- အခြေခံပညာဦးစီးဌာန
- ပညာရေးနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန
- အဆင့်မြင့်ပညာဦးစီးဌာန
- ပညာရေးသုတေသန
- စီမံကိန်းနှင့်လေ့ကျင့်ရေးဦးစီးဌာန
- ကျောင်းပြင်ပနှင့် တစ်သက်တာပညာရေးဦးစီးဌာန
- မြန်မာနိုင်ငံကြက်ခြေနီအသင်းမှ ကျောင်းကျန်းမာရေးဗဟိုကော်မတီဝင်များနှင့် ကိုယ်စားလှယ်များ

- ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန၊ အခြေခံပညာဦးစီးဌာန၊ ညွှန်ကြားရေးမှူး(ပညာ)
- ကျောင်းကျန်းမာရေးဗဟိုကော်မတီ အတွင်းရေးမှူး
- ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေးဦးစီးဌာန၊ ညွှန်ကြားရေးမှူး
(ကျောင်းကျန်းမာ)
- အခြားဖိတ်ကြားထားသူများ

(ဤမိန့်ခွန်းသည် ပြည်ထောင်စုဝန်ကြီး၏လက်ရေးမူမှ ပြန်လည်ရိုက်နှိပ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။)