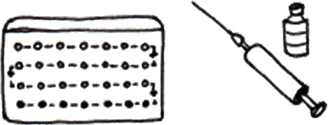
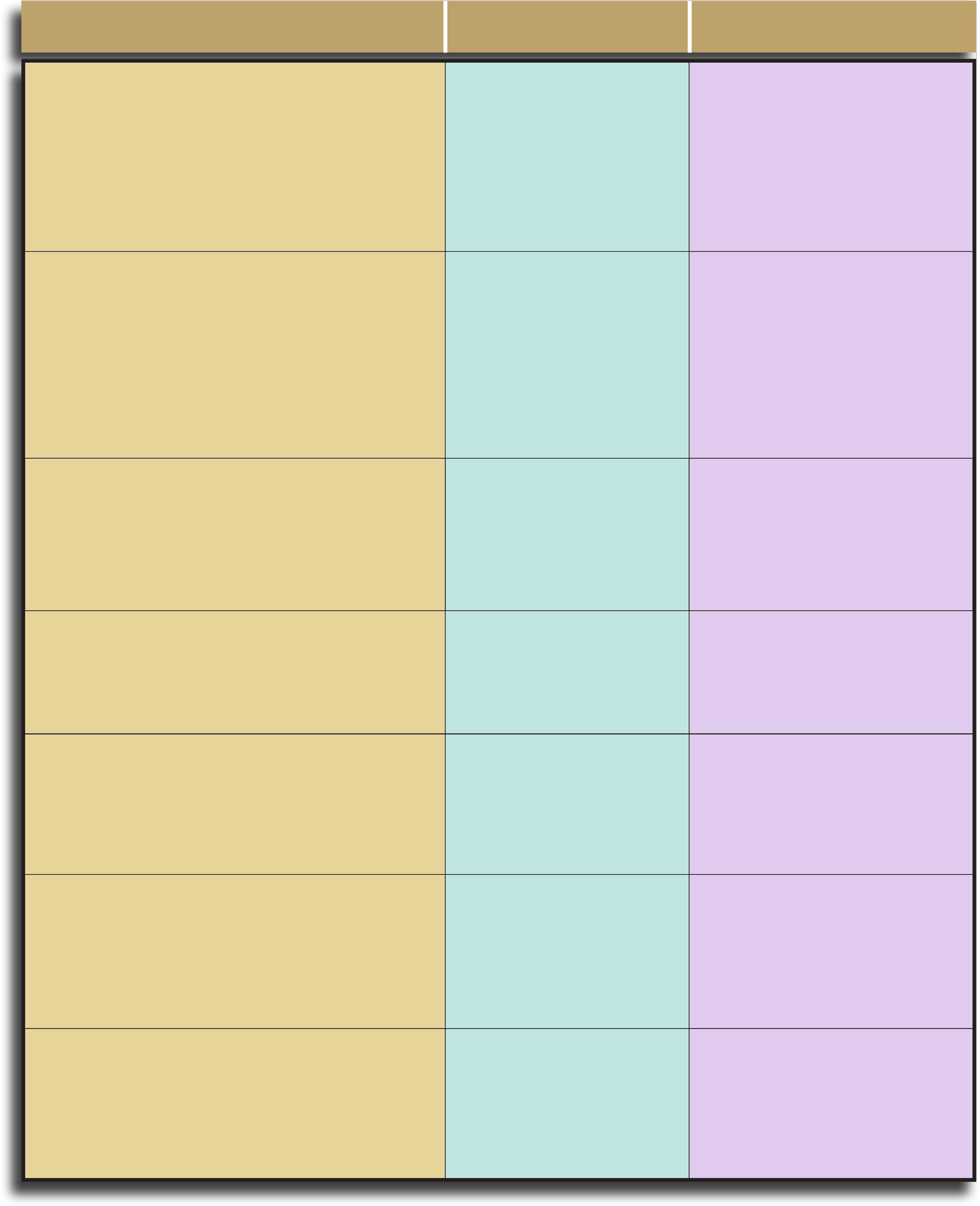
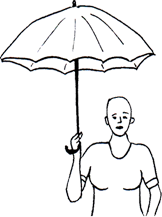
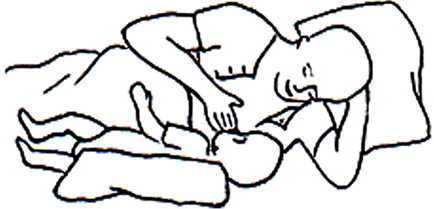
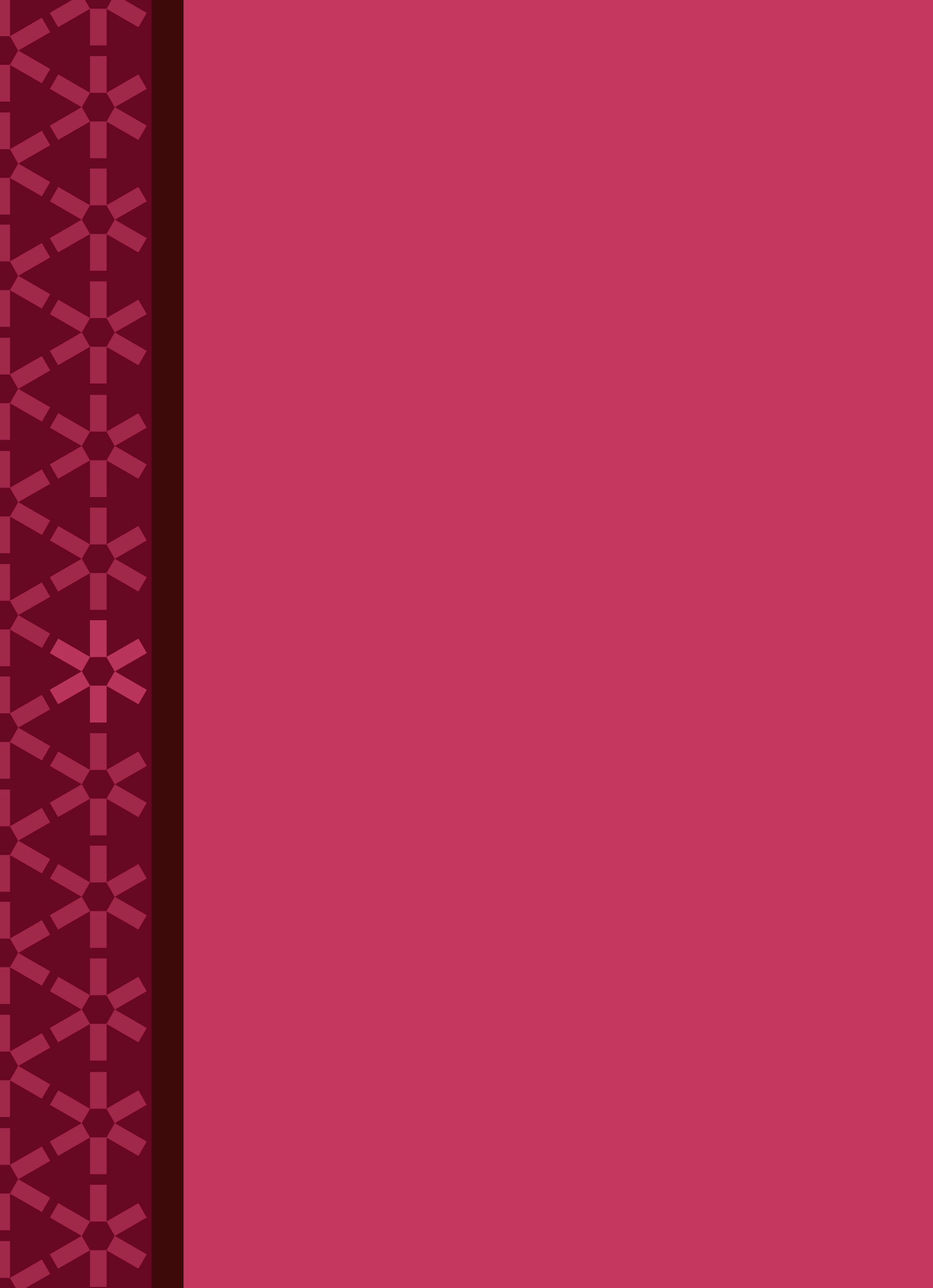
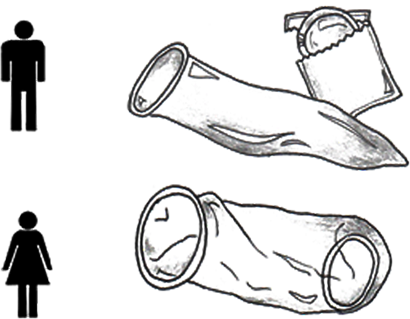
****

**လိင္မွတစ္ဆင္႔ကူးစက္ေရာဂါမ်ားမွ ကာကြယ္ျခင္း။**

**ကိုယ္၀န္မရရွိေအာင္   
ကာကြယ္ျခင္း။**

**မိသားစုစီမံကိန္းနည္းလမ္းမ်ား**

အမ်ိဳးသားကြန္ဒုံး၊လိင္စြပ္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

အေကာင္းဆုံးျဖစ္သည္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

အေကာင္းဆုံးျဖစ္သည္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

ေကာင္းပါသည္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

အခ်ိဳ႕ေကာင္းသည္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

ေကာင္းပါသည္။

အေကာင္းဆုံးျဖစ္သည္။

တစ္ခုမွမေကာင္းပါ။

အလြန္ေကာင္းပါသည္။

ေကာင္းပါသည္။

**အမ်ိဳးသားသားေၾကာျဖတ္ျခင္း။**

**သားအိမ္တြင္းသို ့ ကိရိယာထည့္သြင္းျခင္း။**

**ရာသီရက္တြက္နည္းလမ္း။**

**သုတ္ရည္အျပင္္သို ့ ထုတ္ျခင္း။**

**မိခင္ႏို့တိုက္ေကၽြးျခင္း။**

ခြဲစိတ္ၿပီးခႏၶာကိုယ္ထဲကိရိယာထည္႔သြင္းသည့္ သားဆက္ျခားျခင္းမ်ား။

သေႏၶတားေသာက္ေဆးမ်ား ၊ ထိုးေဆးမ်ား။

**ေဟာ္မုန္းနည္းျဖင့္ကိုယ္ဝန္တားနည္းမ်ား။**

အမ်ိဳးသမီးကြန္ဒုံး၊လိင္စြပ္။

ေကာင္းပါသည္။

**အတားအဆီးနည္းလမ္းမ်ား။**

လုပ္ငန္းလိုဂိုႏွင့္ ေျမပံုကို ဤေနရာတြင္ကပ္ပါ။

**စံျပပံုစဥ** C