ဂျပန်နိုင်ငံ၏ စည်းကမ်းအသစ်

စက်ဘီးစီးသည့်အခါ စက်ဘီးစီးဦးထုပ်ကို ဆောင်းကြပါ။

၂၀၂၃ခုနှစ် ၄လပိုင်းမှစ၍

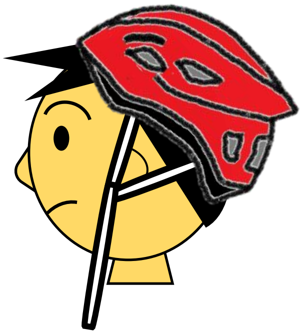
အသက်အရွယ်မရွေး စက်ဘီးစီးပါက၊ စက်ဘီးစီးဦးထုပ်ကို ဆောင်းရမည်ဟု စည်းကမ်းအသစ်ကို ပြဋ္ဌာန်းပါမည်။

သင်၏အဖိုးတန်လှသော အသက်ကို ကာကွယ်နိုင်ရန်အတွက်၊ စက်ဘီးစီးလျှင် စက်ဘီးစီးဦးထုပ် ဆောင်းရပါမည်။

စက်ဘီးစီးဦးထုပ် ဆောင်းရာတွင် အဓိကကျသော အချက်များ

ရှေ့နောက် သေချာ၊ မှန်ကန်စွာ ဆောင်းပါ။

စက်ဘီးစီးဦးထုပ်၏ ထိပ်ဖျားက မျက်ခုံးမွေးနား အထိရောက်အောင်ဆောင်းပါ။



မေးသိုင်းကြိုး ချိတ်ကို သေချာတပ်ပါ။

မေးသိုင်းကြိုးက တအားချောင်နေပါက၊ ယာဉ်မတော်တဆမှု ဖြစ်ပွါးချိန်တွင် စက်ဘီးစီးဦးထုပ် ကျွတ်ထွက် သွားပါလိမ့်မည်။

မေးအောက်မှာ မေးသိုင်း ကြိုးကို အနည်းငယ် လျှော့ထားပါ။

မေးစေ့နှင့် မေးသိုင်းကြိုး၏ကြားတွင် လက်တစ်လုံးစာ ချန်ပြီး ဆောင်းပါ။

စက်ဘီးစီးဦးထုပ် ဆောင်းရာတွင် သတိထားရမည့် အချက်များ

★စက်ဘီးစီးရန်အတွက် ထုတ်လုပ်ထားသည့် စက်ဘီးစီးဦးထုပ်ကို အသုံးပြုပါ။

★မိမိဦးခေါင်း၏ အရွယ်အစားနှင့် ကိုက်ညီသော စက်ဘီးစီးဦးထုပ်ကို အသုံးပြုပါ။

★ပြင်းထန်စွာ ထိခိုက်ထားသည့် စက်ဘီးစီးဦးထုပ်ကို၊ စက်ဘီးစီးဦးထုပ် အသစ်ဖြင့် လဲလှယ်၍ အသုံးပြုပါ။

~ခါနဂါဝါ ခရိုင်ရဲ~

ミャンマー語